

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان مبتنی به پذیرش و تعهد (ACT) بر راهبردهای مقابله ای زناشویی و عواطف خودآگاه زوجین

محل انتشار:

ششمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

امیر شکرانه ارزنقی - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه پیام نور مرکز ساری

انسیه بابایی - استادیار دانشگاه پیام نور

حسین نازک تبار - استادیار دانشگاه پیام نور

خلاصه مقاله:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد درمانی، با درمان شناختی رفتاری سنتی متفاوت است. اصول زیربنایی آن شامل 1) پذیرش یا تمایل به تجربه درد یا دیگر رویدادهای آشفته کننده بدون اقدام به مهار آنها 2) عمل مبتنی بر ارزش یا تعهد توام با تمایل به عمل به عنوان اهداف معنی دار شخصی پیش از حذف تجارب ناخواسته، است. روش های زبانی و فرایندهای شناختی است که در تعامل با دیگر وابستگی های غیرکلامی به شیوه ای که منجر به کارکرد سالم می شود. هدف اصلی این پژوهش بررسی اثر بخشی درمان مبتنی به پذیرش و تعهد در بهبود راهبردهای مقابله ای و عواطف خود آگاه زوجین بود. روش پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه آزمایش و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه زوجینی بود که در سال 1395 به مرکز مشاوره خانواده پیوند شهر اسلام آباد غرب مراجعه نموده بودند. به منظور اجرای پژوهش 30 زوج به روش نمونه گیری در دسترس در مرکز مشاوره ی خانواده در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. پروتکل درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در 12 جلسه، بر روی گروه آزمایش اجرا گردید. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسشنامه راهبردهای مقابله ای زناشویی (MCI)، پرسشنامه عواطف خود آگاه (TOSCA) بود. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آماری توصیفی و آمار استنباطی (تحلیل کواریانس چند متغیری) استفاده شد. نتایج بدست آمده نشان داد که درمان مبتنی به پذیرش و تعهد در بهبود راهبردهای مقابله ای و عواطف خودآگاه زوجین تاثیرگذار است.

کلمات کلیدی:

پذیرش، تعهد، راهبرد های مقابله ای زوجی، عواطف خود آگاه.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/759653>

