

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش تفکر مثبت بر نشاط ذهنی و سرمایه های روانشناختی زنان درگیر تعارضات زناشویی

## محل انتشار:

دوفصلنامه آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره 4، شماره 1 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

سهیلا شریعت - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات اصفهان، اصفهان، ایران

ربابه کشاورزمحمدی - دانشجوی دکتری راهنمایی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران-شمال، تهران، ایران

معصومه حمیدی - کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد یزد، یزد، ایران

سمیه آقابزرگی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد البرز، البرز، ایران

## خلاصه مقاله:

تعارضات زناشویی فرایندهای روان شناختی، هیجانی و ارتباطی زنان را با آسیب رویارو می سازند. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش تفکر مثبت بر نشاط ذهنی و سرمایه های روان شناختی زنان دارای تعارضات زناشویی انجام گرفت. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل همه زنان دارای تعارضات زناشویی شهر تهران در سال 1395 بود که به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند. در این پژوهش از روش نمونه گیری غیر احتمالی داوطلبانه و گمارش تصادفی استفاده شد. بدین صورت که از میان زنان دارای تعارضات زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره تهران، تعداد 30 نفر به صورت داوطلبانه انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه های آزمایش و گروه گواه قرار گرفتند. گروه آزمایش مداخله آموزشی را طی دو ماه و نیم در 8 جلسه 90 دقیقه ای دریافت نمودند. این در حالی بود که گروه گواه این مداخله را در طول فرایند انجام پژوهش دریافت نکرد. پرسشنامه های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه نشاط ذهنی (ریان و فردریک، 1997)، تعارضات زناشویی توسط براتی و ثنایی (1375) و پرسش نامه سرمایه روان شناختی (لوتانز و اولیو، 2007) بود. داده های برآمده از پژوهش به شیوه تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج برآمده از تحلیل داده ها نشان داد که آموزش تفکر مثبت بر نشاط ذهنی و سرمایه های روان شناختی زنان دارای تعارضات زناشویی موثر بوده است ( $P < 0.001$ ). بدین صورت که این آموزش توانسته نشاط ذهنی و سرمایه های روان شناختی زنان دارای تعارضات زناشویی را افزایش دهد. برابر با یافته های پژوهش حاضر می توان آموزش تفکر مثبت را به عنوان یک روش کارا جهت بهبود نشاط ذهنی و سرمایه های روان شناختی زنان دارای تعارضات زناشویی پیشنهاد داد.

## کلمات کلیدی:

تفکر مثبت، نشاط ذهنی، سرمایه های روان شناختی، تعارضات زناشویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/947931>

