

## عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی روانشناسی مثبت نگر بر افسردگی و بهزیستی روانشناختی در معلمان زن طلاق گرفته شهر شیراز

## محل انتشار:

ماهنامه پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، دوره 4، شماره 37 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

آسیه عبودی - دانشآموخته‌ی کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، مرودشت، ایران

فهیمه عابدی - دانش آموخته ی کارشناسی زبان انگلیسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد لارستان، لارستان، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی روانشناسی مثبت نگر بر افسردگی و بهزیستی روانشناختی در معلمان زن طلاق گرفته شهر شیراز در نیمه دوم سال 1397 بود. طرح پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی با گروه کنترل و به روش تحلیل کواریانس بود. جامعه ی پژوهش حاضر شامل تمامی معلمان زن طلاق گرفته شهر شیراز بود که از این میان 20 زن شامل 10 نفر در گروه آزمایش و 10 نفر گروه گواه به روش نمونه گیری گلوله برفی انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه فرم کوتاه افسردگی (فرم کوتاه) و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف هستند. برای گروه آزمایش، 8 جلسه ی 90 دقیقه ای هفتگی برنامه ی مداخله روانشناسی مثبت نگر اجرا شد ولی گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای دریافت نکرد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار استنباطی تحلیل کواریانس استفاده شد. تحلیل های آماری با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-23 انجام شد. نتایج نشان داد که مداخله ی به کاررفته باعث بالا رفتن بهزیستی روانشناختی و کاهش افسردگی در معلمان زن طلاق گرفته می شود. به طور کلی، می توان گفت که مداخله ی روانشناسی مثبت نگر برای کمک به معلمان زن طلاق گرفته اثربخش است و توصیه می شود.

## کلمات کلیدی:

روانشناسی مثبت نگر، بهزیستی روانشناختی، افسردگی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/993352>

