

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر رضایت زناشویی زوجین

## محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی پژوهش های نوین ایران و جهان در روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

پژمان بریمانی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

شهین رضایی شهری - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

سمیه فلاح - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد چالوس

علیرضا اسلامی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

## خلاصه مقاله:

هدف: تلاش در جهت کاهش مشکلات و رضایت زناشویی در بین زوجین مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر رضایت زناشویی بود. روش: این پژوهش از نوع شبه تجربی بوده و در آن از دو گروه آزمایش و گواه با انجام پیش آزمون و پس آزمون استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره و روان درمانی شهر کرج در سال 1394 بودند. روش نمونه گیری، نمونه گیری در دسترس است. به این منظور به همه زوجهای داوطلب، پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ به عنوان نمونه این پژوهش انتخاب گردید و بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش (6 زوج) و گروه کنترل (6 زوج) جایگزین شدند. آنگاه مداخله درمانی (درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی) روی گروه آزمایش طی 8 جلسه و هر هفته یک روز برای گروه آزمایش به مدت دو ساعت برگزار شد و گروه کنترل هیچ آموزشی را دریافت نکردند. یافته ها: داده های جمع آوری شده با استفاده از شاخص های آمار توصیفی، آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری و تک متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد، با کنترل اثر پیش آزمون، بین افراد شرکت کننده در گروه های آزمایش و کنترل از لحاظ نمره رضایت زناشویی در پس آزمون تفاوت معناداری وجود دارد (50

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی، ذهن آگاهی، رضایت زناشویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/693200>

