

عنوان مقاله:

بخشی آموزش رویکرد هیجان مدار به شیوه گروهی بر افزایش تمایز یافتگی و رضایت زناشویی زنان

محل انتشار:

دومین کنگره ملی انجمن روانشناسی خانواده ایران: خانواده در عصر ما (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

محسن نظری فر - دانشگاه اراک

نرگس قاسمی - دانشگاه آزاد اسلامی اهواز

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: تمایز یافتگی اشاره دارد که به عملکرد فکری خود مختار در زمان های استرس، انعطاف پذیری هیجانی و مستقل بودن، داشتن قدرت مقابله با استرس و سازگاری عاطفی و منطقی، رضایت زناشویی هم به عنوان مهم ترین شاخص در روابط زناشویی در نظر گرفته است. که چگونگی آن می تواند دوام و پایداری یک رابطه را پیش بین کند. درمان متمرکز بر هیجان یک درمان ساختار یافته، مبتنی بر تکنیک های تجربی و براساس فلسفه اصالت هیجان است. این درمان بر بازسازی پرداختن هیجانی، جهت کمک به مردم در تبدیل درد هیجانی و حل مشکلات رابطه ای و رفتاری تمرکز دارد. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش رویکرد هیجان مدار به شیوه گروهی بر افزایش تمایز یافتگی و رضایت زناشویی زنان متاهل بود. روش پژوهش: روش پژوهش نیمه آزمایشی دو گروهی (آزمایش و کنترل) با سه مرحله پیش آزمون، و پیگیری بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متاهل شهرستان اندیمشک و نمونه آماری این پژوهش شامل ۳۰ نفر از آنان بود که ابتدا به صورت در دسترس انتخاب شدند و سپس به صورت تصادفی ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل گمارده شدند. ابزار پژوهش شامل شاخص رضایت زناشویی هادسون IMS و پرسشنامه تمایزیافتگی و فریدلندر DSI بود. برای گروه آزمایش ۸ جلسه مداخله تقریباً دو ساعته درمان هیجان مدار مبتنی بر مدل الیوت و همکاران اجرا شد ولی گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. از آزمون های تحلیل کوواریانس یک متغیره و چند متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ برای تحلیل داده ها استفاده شد. یافته ها: نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که درمان هیجان مدار به شیوه گروهی بر بهبود ابعاد تمایزیافتگی که شامل واکنش پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی هم آمیختگی با دیگران و همچنین رضایت زناشویی زنان متاهل اثربخشی معناداری دارد. نتیجه گیری: نتیجه پژوهش بیانگر این است که درمان هیجان مدار با مورد مداخله قرار دادن طرح های هیجانی با استفاده از تکنیک های مانند همدلی، پذیرش، انعکاس و صندلی خالی می تواند آسیب های دلبستگی و هویت را که در هسته طرح های هیجانی قرار دارند را ترمیم کند و زمینه رشد فرد در تمایزیافتگی و بهبود رضایت زناشویی را فراهم آورد. بنابراین توصیه می شود که درمانگران از نتایج بدست آمده جهت کمک به حل مشکلات نارضایتی زناشویی و عدم تمایزیافتگی در زنان متاهل استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

تمایزیافتگی، رضایت زناشویی، درمان هیجان مدار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1223101>

