



اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سلامت روان و کیفیت زندگی زنان متاهل شهر تهران

مهتاب ابراهیمی کندی

کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، تهران، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سلامت روان و کیفیت زندگی زنان متاهل شهر تهران بود. این پژوهش از نوع مطالعات نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه ی پژوهش حاضر شامل زنان متاهل ساکن در شمال شرق شهر تهران سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود. برای دستیابی به گروه نمونه به روش نمونه گیری در دسترس از بین کانون های فکری و فرهنگسراها و سراهای محله منطقه ۱۵ شهر تهران ۳۰ نفر به صورت تصادفی و روش غربالگری انتخاب شدند. در این مرحله مقیاس سلامت روان و فرم کوتاه کیفیت زندگی به عنوان پیش آزمون بر روی آزمودنی ها اجرا شد. سپس گروه آزمایشی مداخله آموزشی تحلیل رفتار متقابل را طی ۸ جلسه گروهی دریافت کردند. بعد از اتمام جلسات درمانی مجددا ابزار پژوهش به عنوان پس آزمون گرفته شد. برای تحلیل داده ها از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردید. نتایج حاکی از تفاوت معنادار گروه آزمایش و گروه کنترل در مقیاس سلامت روان و کیفیت زندگی بود. هم چنین نتایج پژوهش تاثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل را بر افزایش سلامت روان و کیفیت زندگی در زنان متاهل ساکن در شمال شرق شهر تهران را نشان داد.

واژه های کلیدی: تحلیل رفتار متقابل، سلامت روان، کیفیت زندگی، زنان متاهل .