

بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری

زناشویی زوجین

زهرا هاشمی^۱، احمد اسمعیلی^۲

۱ و ۲- استادیار دانشگاه مراغه

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سازگاری زناشویی انجام گرفته است. در پذیرش و تعهد هدف ایجاد انعطاف پذیری روانی است، یعنی توانایی انتخاب عملی در بین گزینه های مختلف که مناسبتر باشد. شرکت کنندگان به صورت نمونه گیری هدفمند از بین زوجین مراجعه کننده به هلال احمر تبریز بودند. این پژوهش در چارچوب آزمایش تک موردی بر روی ۳ زوج به روش طرح خط پایه ی پلکانی طی ۸ جلسه اجرا شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه های ی تعارضات زناشویی (MCQ) و پرسشنامه ی سازگاری (DAS) بودند. برای تحلیل داده ها از شاخص درصد بهبودی استفاده گردید. یافته ها نشاندهنده اثربخشی هر درمان در شرکت کننده ها، بود. درمان تغییرات معنادار و قابل توجهی در سازگاری زناشویی و تعارضات زناشویی ایجاد کرد و نتایج پژوهش نشان داد act میتواند در زوجین با تعارض زناشویی موثر باشد.

کلیدواژه ها: درمان پذیرش و تعهد، تعارضات زناشویی، سازگاری زناشویی