

بررسی اثربخشی طرحواره درمانی بر هوش هیجانی و سلامت روان زنان

سیده عاطفه مظفری جمنانی^۱

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، علوم تحقیقات، ایران، تهران (نویسنده مسئول)

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی اثربخشی طرحواره درمانی بر هوش هیجانی و سلامت روان زنان بود. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، نیمه آزمایشی و مداخله ای با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زنان متأهل ۲۰ الی ۴۵ سال منطقه ۳ شهر تهران بود که از این میان ۳۰ نفر به صورت نمونه گیری خوشه ای انتخاب شده و به دو گروه ۱۵ نفره ی آزمایش و کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه طرحواره درمانی را دریافت کردند، اما برای رعایت موازین اخلاقی، گروه کنترل نیز پس از اتمام پژوهش تحت سه جلسه طرحواره درمانی قرار گرفتند. جهت بررسی از دو پرسشنامه استفاده شد. ابزار مورد بررسی پرسشنامه هوش هیجانی بار آن و سلامت روان GHQ بود. یافته ها نشان داد طرحواره درمانی بر هوش هیجانی و سلامت روان و مؤلفه های آنها در زنان متأهل مؤثر می باشد.

واژه های کلیدی: هوش هیجانی، سلامت روان، طرحواره درمانی