

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر کیفیت زندگی و میزان استرس ادراک شده زنان در شرف طلاق استان یزد

## محل انتشار:

سومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم رفتاری (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

## نویسندگان:

علیرضا بخشایش - دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه یزد

فاطمه آبیاری - دانشجو ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی یزد

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی و میزان استرس ادراک شده زنان در شرف طلاق بوده. جامعه آماری پژوهش، زنان در شرف طلاق مراجعه کننده به مرکز تحکیم بنیان خانواده سازمان بهزیستی استان یزد در سال 93 بوده که 30 نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه 15 نفری (آزمایشی، کنترل) گماشته شدند. ابزار بکار رفته در این مطالعه، پرسشنامه خلاصه شده سنجش کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (26 سوالی) و مقیاس استرس ادراک شده کوهنو همکاران (14 سوالی) است. پیش از شروع پژوهش، دو گروه اجرا شد و سپس برای گروه آزمایش، مداخلات پذیرش و تعهد، طریک برنامه آموزشی 8 جلسه ای 90 دقیقه ای با توجه به پروتکل درمانی انجام شد و برای گروه گواه هیچگونه مداخله ای صورت نگرفت و پس از اتمام ای جلسات، مرحله پس از درمان به اجرا درآمد. برای تجزیه و تحلیل آماری از روش تحلیل کواریانس استفاده شد و یافته های پژوهش نشان داد که مداخلات درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی و استرس ادراک شده موثر بوده است. در این درمان تمرین های تعهد رفتاری به همراه تکنیک های گسلش و پذیرش و مباحثی پیرامون ارزش ها و اهداف فرد و لزوم تصریح ارزش ها و ذهن آگاهی، همگی منجر به افزایش کیفیت زندگی و کاهش استرس ادراک شده زنان در شرف طلاق شد.

## کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، کیفیت زندگی، استرس ادراک شده، زنان در شرف طلاق

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/430349>

