

## اثربخشی زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بر کنترل عواطف زوجین متعارض بیست تا چهل سال شهرستان سیرجان

ثمینه پور حسینعلی

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سیرجان.

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش، تعیین اثربخشی زوج‌درمانی شناختی-رفتاری بر کنترل عواطف زوجین متعارض بیست تا چهل سال شهرستان سیرجان سال ۱۳۹۸ بوده است، پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری پژوهش در این تحقیق کلیه زوجین متعارض بین بیست تا چهل سال شهرستان سیرجان می‌باشد که در سال ۱۳۹۸ به ۳ مرکز مشاوره شهرستان سیرجان رجوع کرده‌اند. نمونه پژوهش شامل ۲۰ زوج متعارض است که براساس ملاک‌های ورود به‌طور در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. مداخله زوج‌درمانی شناختی رفتاری برای زوجین گروه مداخله در هشت جلسه یک ساعت و نیم به‌صورت هفتگی برگزار شد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. بر روی داده‌هایی که با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد تعارضات زناشویی ثنایی (۱۳۸۱) و مقیاس کنترل عواطف ویلیامز و همکاران (۱۹۹۷) جمع‌آوری شده بود در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل کواریانس انجام شد. نتایج نشان داد که آموزش زوج‌درمانی شناختی رفتاری بر کنترل عواطف زوجین اثرات آماری معناداری داشته است و باعث کنترل عواطف زوجین شده است.

واژه‌های کلیدی: زوج‌درمانی شناختی رفتاری، کنترل عواطف، زوجین

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۶، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۹، صفحات ۱۵۱-۱۴۴