

## اثربخشی واقعیت درمانی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ای

### فیروزه فلاحی

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی واقعیت درمانی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ای صورت گرفته است. روش پژوهش نیمه آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ای شهر رشت در سال ۱۳۹۸ مراجعه کرده بودند. حجم نمونه با توجه به هدف پژوهش و با استفاده از شیوه نمونه‌گیری در دسترس، ۳۰ نفر انتخاب شدند که از این تعداد ۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر مربوط گروه کنترل می‌باشد. در این پژوهش، از پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دنیس و ندروال استفاده شده است. سپس آزمودنی‌های گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مداخله صورت گرفت ولی گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از اتمام برنامه آموزشی از هر ۲ گروه پس‌آزمون به عمل آمد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس نشان داد که میانگین متغیر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون افزایش پیدا کرده است. بنابراین واقعیت درمانی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ای تأثیر دارد.

واژه‌های کلیدی: واقعیت درمانی، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، زوجین

