

مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر و درمان پذیرش-تعهد بر امید به زندگی و

تاب‌آوری زنان سرپرست خانوار شهر تهران

سمانه سلوک^۱

۱. کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره پنجم، شماره چهل و ششم، مردادماه ۱۳۹۹، صفحات ۱۲-۲۷

چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر و درمان پذیرش-تعهد بر امید به زندگی و تاب‌آوری زنان سرپرست خانوار شهر تهران بود. روش پژوهش آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان سرپرست خانوار شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده تعداد ۳۰ از آنان در سه گروه نظریه انتخاب (۱۰ نفر)، گروه درمان پذیرش-تعهد (۱۵ نفر) و کنترل (۱۰ نفر) قرار گرفتند. گروه‌های آزمایش تحت درمان مبتنی بر نظریه انتخاب (۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای)، درمان پذیرش-تعهد (۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای) قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند. از مقیاس امید به زندگی اشنایدر و همکاران (۱۹۹۱) و مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) به‌منظور گردآوری اطلاعات استفاده شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست‌آمده از اجرای مقیاس‌ها از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ در دو بخش توصیفی و استنباطی (تحلیل کوواریانس چندمتغیره و آزمون تعقیبی بن‌فرونی) انجام پذیرفت. نتایج نشان داد که هر دو مداخله درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر و درمان پذیرش-تعهد به‌کاررفته در این پژوهش می‌توانند امید به زندگی و تاب‌آوری زنان سرپرست خانوار شهر تهران را بهبود بخشند، اما درمان مبتنی بر نظریه انتخاب دارای تأثیر بیشتری بر امید به زندگی و تاب‌آوری بود. بر اساس نتایج این پژوهش، درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر و درمان پذیرش-تعهد مداخلات مؤثری در بهبود امید به زندگی و تاب‌آوری دارند، اما تأثیر درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر بیشتر بود.

واژه‌های کلیدی: درمان مبتنی بر نظریه انتخاب گلاسر، درمان پذیرش-تعهد، امید به زندگی، تاب‌آوری، سرپرست خانوار.