



# مقاله يژوهشي

# بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر مؤلفههای مثبت اندیشی و تابآوری زناشویی در رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق عاطفی

فرزاد اَصفی فر: دانشجوی دکترای روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه، ایران.

عاطفه امروزى: كارشناسي ارشد روانشناسي باليني، گروه روانشناسي، واحد تربت جام، دانشگاه اَزاد اسلامي، تربت جام، ايران

عصمت دهقان دهنوی: کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد یزد، یزد، ایران.

**پرنیا اسلامی:** کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعبارس، هرمزگان، ایران.

📵 سجاد خسروی پور احمدی : کارشناسی شیمی، دانشگاه اَزاد اسلامی واحد بندرعباس، هرمزگان، ایران، (\* نویسنده مسئول) Sajad.khosravi1997@gmail.com

## چکیده

# كليدواژهها

تاب آوری، درمان شناختی – رفتاری، رضایت زناشویی، زنان، طلاق، مثبت اندیشی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۶/۱۲ تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۱۰/۱۹ **زمینه و هدف:** خانواده جز اساسی از یک جامعه به حساب می آید لذا بررسی مسائل مربوط به خانواده دارای اهمیت بسیاری است به خصوص میزان رضایت از رضایت در تداوم زندگی تأثیر فراوان دارد. لذا هدف پژوهش بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری مبتنی بر مولفههای مثبت اندیشی و تاب آوری زناشویی در رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق عاطفی میباشد.

روش کار: روش پژوهش دراین مقاله نیمه آزمایشی بود. جامعه آماری زنان در آستانه طلاق عاطفی شهرستان بندرعباس بودند که در دو گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری مبتنی بر مولفههای مثبت اندیشی (۱۵ نفر) و گروه آزمایش تاب آوری (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) انجام شد. روش نمونه گیری در این پژوهش نیمه آزمایشی بود که گروههای آزمایش در ۸ جلسه درمانی مورد آموزش قرار گرفتند دادهها به وسیله پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (۱۹۹۸) جمع آوری شد و نتایج به واسطه تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد درمان شاختی رفتاری مبتنی بر مولفه های مثبت اندیشی و تاب آوری زناشویی در رضایت زناشویی زنان در استانه طلاق عاطفی تاثیر دارد.

نتیجه گیری: به طور کلی میتوان بیان کرد که اموزش رویکردهای شناختی رفتاری مبتنی بر مولفههای مثبت اندیشی و تاب آوری زناشویی به زوجین میتواند در تداوم زندگی زوجین نقش اساسی و مهمی داشته باشد لذا پیشنهاد می شود خاناودهها و زوجین به این رویکردها توجه داشته باشند.

> تعارض منافع: گزارش نشده است. منبع حمایت کننده: حامی مالی ندارد.

#### شيوه استناد به اين مقاله:

Asefifar F, Emrozi A, Dehghan Dehnavi E, Eslami P, Khosravipour Ahmadi S. Investigating the Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy Based on the Components of Positive Thinking and Marital Resilience in the Marital Satisfaction of Women on the Verge of Emotional Divorce. Razi J Med Sci. 2023;29(10): 472-478.

\*انتشار این مقاله بهصورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 3.0 صورت گرفته است.





#### **Original Article**

# Investigating the Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy Based on the Components of Positive Thinking and Marital Resilience in the Marital Satisfaction of Women on the Verge of Emotional Divorce

Farzad Asefifar: Ph.D Student of Psychology, Department of Psychology, Saveh Branch, Islamic Azad University, Saveh, Iran.

Atefeh Emrozi: MSc in Clinical Psychology, Department of Psychology, Torbat Jam Branch, Islamic Azad University, Torbat Jam, Iran.

Esmat Dehghan Dehnavi: Master of Clinical Psychology, Islamic Azad University, Yazd Branch, Yazd, Iran.

Parnia Eslami: Master's degree in General Psychology, Islamic Azad University, Bandar Abaris Branch, Hormozgan, Iran.

Sajjad Khosravipour Ahmadi: Bachelor of Chemistry, Islamic Azad University, Bandar Abbas Branch, Hormozgan, Iran. (\* Corresponding author) yousefi.kh@hotmail.com

#### **Abstract**

Background & Aims: Among all institutions and social institutions, the family has the most important, effective, and valuable role, so it is considered the most important and main educational institution of society. For a person, a family is a place that provides various needs, including physical, intellectual, and emotional needs, and being aware of emotional, psychological, and biological needs, as well as knowing how to meet them, as well as reaching and knowing the emotional, biological and It is also undeniably psychic. The wife's or husband's satisfaction from married life is considered as his satisfaction from the family, and satisfaction from the family means satisfaction from life, and as a result, it will be easier in the matter of growth, excellence, and material and spiritual improvement of the society. Considering that most people get married at least once in their lifetime and also considering the frequency of marital problems and issues and the rate of divorce between marriages, examining determinants such as marital infidelity and addiction to cyberspace It can be a great help in preventing and controlling the social damage of emotional divorce as the most common result of marital conflicts. Emotional divorce is a symbol of problems in healthy and correct communication between husband and wife. This communication problem at the family level can create more issues and problems at the community level and disrupt human communication. When the institution of the family slips, the moral and social foundations are formed in a way that causes more separation and division and severing of family ties. Emotional divorce includes men and women who have communication and emotional problems in their lives together; but due to the fact that this is a hidden issue and society members do not want to talk easily about their private lives, few statistics are available. To increase life satisfaction in families, it is possible to use the third wave cognitive-behavioral treatments, among which resilience training can be mentioned. Resilience refers to a person's ability to adapt to stress and traumatic events, efficiently deal with the negative effects of facing risk factors, and also successfully face traumatic experiences. The results of various researches have shown that resilience is very important among learners in areas such as maintaining quality of life, emotional well-being, and behavioral independence. Resilience models are basically used with the purpose of explaining how promotion/facilitating factors work to change the negative effects of risk factors, they include compensatory, challengeoriented, and care models. The compensatory model refers to a model in which a promotion factor neutralizes the effect of a risk factor. The challenge model shows that exposure to risk must be accompanied by a challenge assessment to lead to an appropriate coping response. In other words, low or high levels of a risk factor are associated with negative effects, and medium levels are associated with less negative effects. In the care model, it is emphasized that resources and funds reduce the effects of a risk factor. Therefore, resilience training can have a great impact on marital satisfaction. Another psychological intervention that has an

#### **Keywords**

Resilience,

Cognitive-Behavioral

Therapy,

Marital Satisfaction,

Women, Divorce,

Positive Thinking

Received: 03/09/2022 Published: 09/01/2023 effect on marital satisfaction is the positive thinking training program. In this training, people are encouraged to identify good and positive experiences, the strengths of their lives and those of others, as well as their potential abilities, and measure their role in increasing and improving self-respect and self-esteem. At the same time, acquired the ability to recognize the positive aspects of others. Cognitive behavioral therapy based on the components of positive thinking has an effect on psychological well-being and adaptation and improvement of social skills. Considering the importance of emotional divorce and marital satisfaction, the aim of this study was to investigate the effect of cognitive behavioral therapy based on the components of positive thinking and marital resilience on the marital satisfaction of women on the verge of emotional divorce.

**Methods:** The research method in this article was semi-experimental. The statistical population was women on the verge of emotional divorce in Bandar Abbas city, which was conducted in two experimental groups of cognitive behavioral therapy based on positive thinking components (15 people), a resilience experimental group (15 people), and a control group. The sampling method in this research was semi-experimental, the experimental groups were trained in 8 therapy sessions, the data were collected through a questionnaire, and the results were analyzed through covariance analysis.

**Results:** The results of the research showed that cognitive behavioral therapy based on the components of positive thinking and marital resilience affects the marital satisfaction of women on the threshold of emotional divorce.

Conclusion: In general, it can be stated that teaching cognitive-behavioral approaches based on the components of positive thinking and marital resilience to couples can play a fundamental role in the continuity of couples' lives, so it is suggested that families and Couples should pay attention to these approaches. The family is a center where people's behavior changes and transforms based on their mental and emotional approaches. If people have a good family base and the family process is in a good state, people's thinking styles will also improve and they will have a positive attitude. This creates the basis for adjusting people's emotions and increasing positive aspects of people's feelings. The growth of positive emotions in nice people, in turn, increases the quality of people's thinking styles. Teaching positive thinking skills through this mechanism can affect the functioning of the family and the process of family relationships. In this way, positive thinking by creating a positive mental atmosphere in the family improves the process of marital satisfaction in the field of interpersonal relationships. A person's way of thinking has obvious effects on his response to life. People who are positive think failure is a challenge to improve their qualities and gain the ability to succeed next time. In response to disappointment, it allows them to believe in their ability to deal with stressful problems. Resilience training intervention by changing the self-belief or self-efficacy beliefs of the learners causes women to show more mental strength than themselves in academic situations. In other words, resilience training can increase marital satisfaction in women.

Conflicts of interest: None Funding: None

#### Cite this article as:

Asefifar F, Emrozi A, Dehghan Dehnavi E, Eslami P, Khosravipour Ahmadi S. Investigating the Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy Based on the Components of Positive Thinking and Marital Resilience in the Marital Satisfaction of Women on the Verge of Emotional Divorce. Razi J Med Sci. 2023;29(10): 472-478.

\*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

#### مقدمه

در میان تمامی نهادها و موسسات اجتماعی، خانواده مهمترین اثربخش ترین و ارزشمندترین نقش را دارد، به طوری که آن را مهمترین و اصلی ترین نهاد تربیتی جامعه می دانند (۱). خانواده برای فرد مکانی است که تامین کننده نیازهای مختلف از جمله نیازهای جسمانی، عقلانی و عاطفی است و آگاهی داشتن از نیازهای عاطفی، روانی و یا زیستی و نیز شناخت چگونگی تامین شدن آنها و نیز رسیدن و دانستن شناخت تمایلات عاطفی، زیستی و همچنین روانی غیرقابل انکار است (۲). رضایت زن یا شوهر از زندگی زناشویی به معنای رضایت او از خانواده در نظر گرفته می شود و رضایت از خانواده به معنی رضایت از زندگی بوده و در نتیجه آسان شدن در امر رشد، تعالی و ارتقای مادی و معنوی جامعه خواهد بود (۳). با توجه به اینکه بیشتر افراد در طول زندگی خود حداقل یک بار ازدواج مینمایند و نیز با توجه به اینکه فراوانی مشکلات و مسائل زناشویی و میزان طلاق در بین زناشویی بررسی تعیین کنندههایی مانند خیانت زناشویی و اعتیاد به اعتیاد به فضای مجازی می تولند کمک بزرگی در پیشگیری در کنترل آسیبهای اجتماعی طلاق عاطفی به عنوان شایعترین ثمره تعارضات زناشویی باشد. طلاق عاطفی نماد وجود مشکل در ارتباطات سالم و صحیح بین زن و شوهر میباشد. این مشکل ارتباطی در سطح خانواده میتواند مسائل و مشکلات بیشتری در سطح جامعه به وجود بیاورد و ارتباطات انسانی را مختل کند (۴). وقتی نهاد خانواده دچار لغزش شود، بنیانهای اخلاقی و اجتماعی به نحوی شکل گرفته که بیش از پیش موجبات جدایی و تفرقه و از هم گسستن پیوندهای خانوادگی را فراهم آورده است. طلاق عاطفی شامل مردان و زنانی است که در زندگی مشترک دچار مشکلات ارتباطی و عاطفی هســتند؛ اما به علت اینکه این مهم، مســئله ای پنهان است و افراد جامعه مایل نیستند به راحتی در مورد زندگی خصوصی خود سخن بگویند، آمار اندکی در دسترس میباشد (۵) برای بالا بردن رضایت از زندگی در خانوادهها می توان از درمانهای موج سوم شناختی رفتاری استفاده نمود که از این میان میتوان به آموزش تاب آوری اشاره کرد. تاب آوری بر توانایی فرد برای سازش یافتگی با تنیدگی و رخدادهای آسیبزا، مقابلهی

کارآمد با اثرهای منفی رویارویی با عوامل خطر و هم چنین، مواجهه موفقیت آمیز با تجارب آسیبزا دلالت دارد (۶). نتایج پژوهشهای مختلف نشان داده اند که بین یادگیرندگان تاب آوری در قلمروهایی مانند حفظ کیفیت زندگی، بهزیستی هیجانی و استقلال کنشوری، از اهمیت زیادی برخوردار است (۷). مدلهای تاب آوری اساساً با هدف توضیح چگونگی کنشوری عوامل ارتقای/ تسهیل گر برای تغییر در اثرهای منفی عوامل خطر مورد استفاده قرار می گیرند، شامل مدلهای جبرانی، چالش محور و مراقبتی میشوند. مدل جبرانی به مدلی اشاره می کند که در آن عامل ارتقایی اثر یک عامل خطر را خنثی می کند. مدل چالشی نشان می دهد که مواجهه با خطر باید با ارزیابی چالشی همراه شود تا به یک پاسخ مقابله ای مناسب منجر شود (۸). به بیان دیگر، سطوح کم یا زیاد یک عامل خطر با اثرهای منفی و سطوح متوسط آن با اثرهای منفی کمتری همراه میشود. در مدل مراقبتی تاکید می شود که منابع و سرمایههای اثرهای یک عامل خطر را کاهش می دهد (۹). لذا آموزش تاب آوری میتواند بر بر روی میزان رضایت زناشویی تاثیر فراوان داشته باشد (۱۰). یکی دیگر از مداخلات روانشناختی، در روی رضایت زناشویی تاثیر داشته باشد برنامه آموزش مثبت اندیشی است. در این آموزش افراد تشــویق میشــوند که تجربههای خوب و مثبت، نقاط قوت زندگی خود و دیگران و نیز تواناییهای بالقوه خود را شناسایی کرده و نقش آنها را در افزایش و بهبود احترام به خود بسنجد و در عین حال تولنایی شـناخت جنبههای مثبت دیگران را نیز کسـب کنند (۱۱). درمان شناختی رفتاری بر اساس مولفههای مثبت اندیشی بر بهزیستی روان شناختی و سازگاری و بهبود رضایت زناشویی تاثیر دارد. با توجه به اهمیت موضوع طلاق عاطفی و رضایت زناشویی، هدف این مطالعه بررسی تأثیر درمان شناختی رفتاری مبتنی بر مولفههای مثبت اندیشی و تاب آوری زناشویی در رضایت زناشویی زنان در آستانه طلاق عاطفی بود.

# روش کار

روش مطالعه حاضر نیمهتجربی بود و جامعه آماری در این پژوهش شـامل زنان در آسـتانه طلاق عاطفی شـهرسـتان بندرعباس بودند که در دو گروه آزمایش

درمان شناختی رفتاری مبتنی بر مولفههای مثبت اندیشی (۱۵ نفر) و گروه آزمایش تاب آوری (۱۵ نفر) و گروه کنترل (۱۵ نفر) انجام شد. روش نمونه گیری در این پژوهش نیمه آزمایشی بود که گروههای آزمایش در ۸ جلسه درمانی مورد آموزش قرار گرفتند. دادهها به وسیله پرسشنامه جمع آوری شد و نتایج به واسطه تحلیل کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

برای سنجش میزان رضایت زناشویی از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ که فرم ۴۷ سؤالی آن توسط اولسون (۱۹۹۸)، تهیه شد استفاده گردید که شامل ۱۲ مقیاس بود که عبارتند از: پاسخ قراردادی، رضایت زناشویی، مسایل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، نظارت مالی، فعالیتهای مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و فرستان، نقشهای مساوات طلبی و جهتگیری عقیدتی ساخته شده است. این ابزار به صورت پنج گزینهای (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) در مخالف، مخالف، کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالف) که به هریک از یک تا مخالف، مخالف، مخالف، کاملاً مخالف) که به هریک از یک تا ینج امتیاز داده می شود.

سر فصلهای هشت جلسه آموزشی تاب آوری زناشویی شامل به ترتیب جلسه اول، آشنایی اعضا با دوره؛ جلسه دوم، مولفههای تاب آوری زناشویی؛ جلسه سوم، فکرهای مثبت و منفی؛ جلسه چهارم، چگونه تاب آوری زناشویی داشته باشیم؛ جلسه پنجم، منبع کنترل؛ جلسه ششم، هدف و هدف گذاری؛ جلسه هفتم، راهیابی به تفکر تاب آوری زناشویی؛ جلسه هشتم، مشاوره و جلسه پرسش و پاسخ خصوصی.

سر فصلهای هشت جلسه آموزشی مثبت اندیشی شامل موراد جدول شماره ۱ بود.

### يافتهها

همانطور که در جدول ۲ نشان داده شده است با کنترل تاثیر متغیر کمکی (پیش آزمون) بر روی متغیر وابسته، بین دو گروه از لحاظ رضایت زناشویی (مقدار معناداری کمتر از ۰/۰۵) تفاوت معنادار وجود دارد یا به عبارتی آموزش مولفه های مثبت اندیشی در رضایت

زناشویی زنان در آستانه طلاق عاطفی تاثیر دارد. در جدول شهماره ۲ مقادیر میانگین پس آزمون و پیش آزمون رضایت زناشویی در گروه کنترل و آزمایش (مولفه های مثبت اندیشی) نشان داده شده است. این بیانگر آن است که آموزش مولفه های مثبت اندیشی موثر متقابل توانسته است رضایت زناشویی را در زنان در آستانه طلاق عاطفی بهبود دهد و باعث افزایش معنادار رضایت زناشویی این افراد در گروه آزمایش شده است. از طرفی بدلیل اینکه مقدار مجذور اتا برای گروه برابر با ۲۷۲۰ میباشد، میتوان گفت ۷۲ درصد از کل واریانس و پراکندگی متغیر رضایت زناشویی توسط اثرات گروه تبیین شده است.

همانطور که در جدول ۳ نشان داده شده است با

## **جدول ۱** – جلسات آموزشی مثبت اندیشی

<b>جدول ۱</b> – جلسات اموزشی مثبت اندیشی				
محتوای جلسه	جلسه			
نقش غیبت یا فقدان هیجانات مثبت، توانمندیها، منش و معنا در تداوم				
افسردگی، چارچوب روان–درمانی مثبت، نقش درمانگر و مسئولیتهای	اول			
مراجعان				
شناخت توانمندیهای خاص، مراجعان توانمندیهای خاص خودشان را				
از مقدمه مثبت تعیین و موقعیتهایی که این توانمندی به آنها کمک				
کرده را بحث می کنند. سه مسیر منتهی به شادکامی، لذت و معنا بحث	دوم			
مىشود				
پرورش توانمندیهای خاص و هیجانات مثبت: رشد توانمندیهای				
خاص بحث می شود، مراجعان برای شکل دادن رفتارهای خاص، عینی				
و قابل دسترس آماده میشوند. نقش هیجانات مثبت در رضایت زناشویی	سوم			
بحث میشود				
خاطرات خوب در برابر خاطرات بد: نقش خاطرات خوب و بد در بهزیستی				
بحث مىشود	چهارم			
معرفی بخشش به عنوان ابزاری که شم و تلخی را به احساسات خنثی				
و حتی برای برخی افراد به هیجانات مثبت تبدیل میکنند	پنجم			
قدردانی : قدردانی به عنوان تشکر مورد بحث قرار می گیرد و خاطرات				
خوب و بد گذشته با تاکید بر قدردانی برجسته میشوند	ششم			
بررسی میان دورهای درمان، تمرین جلسات قبل و بازخورد و بررسی				
اهداف	هفتم			
 قناعت در برابر پیشینه سازی	هشتم			
=				

کنترل تاثیر متغیر کمکی (پیش آزمون) بر روی متغیر وابسته، بین دو گروه از لحاظ رضایت زناشویی (مقدار معناداری کمتر از ۰/۰۵) تفاوت معنادار وجود دارد یا به عبارتی آموزش تاب آوری بر رضایت زناشویی زنان در

آســـتانه طلاق عاطفی تاثیر دارد. در جدول مقادیر میانگین پس آزمون و پیش آزمون رضایت زناشویی در گروه کنترل و آزمایش نشان داده شده است. این بیانگر آن اســت که آموزش تاب آوری توانسـته اســت رضایت زناشـویی را بهبود دهد و باعث افزایش معنادار رضـایت زناشویی این افراد در گروه آزمایش شده است. از طرفی بدلیل اینکه مقدار مجذور اتا برای گروه برابر با ۱۵۷۳/۰ میباشــد، می توان گفت ۵۷ درصــد از کل واریانس و پراکندگی متغیر رضـایت زناشـویی توسـط اثرات گروه تبیین شده است.

#### بحث

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که آموزش مولفههای مثبت اندیشی موثر متقابل توانسته است رضایت زناشویی را در زنان در آستانه طلاق عاطفی بهبود دهد و باعث افزایش معنادار رضایت زناشویی این افراد در گروه آزمایش شده است. همچنین بیانگر آن است که آموزش تاب آوری متقابل توانسته است رضایت زناشویی این افراد در گروه آزمایش شده است. نتایج مطالعه این افراد در گروه آزمایش شده است. نتایج مطالعه همسو با نتایج مطالعه باگیس (Bagis) (۲۰۲۲) میباشد (۷). مثبت اندیشی با افزایش تجربههای عواطف مثبت در زنان به آنها کمک میکند تا به جای تمرکز برکاستیها و جنبههای منفی، با تقویت تمرکز برکاستیها و جنبههای مفنی، با تقویت رفتارهایی همچون گذشت، وظیفه شناسی، قدردانی و به بهبود روابط و جنبههای گوناگون فرآیند خانواده کمک کنند. همچنیس مثبت اندیشیی بر

افزایـش توانایـی یـردازش اطلاعات و حـل مسـئله موثــراســت به این ترتیــب می تــوان انتظار داشــت با بهبود توانایی افراد در حل و فصل مشکلات گوناگون، احساس رضایت و بهزیستی روانی نیزدر افراد ارتقاء یابد (۲). با بهبود نگرش زنان نسبت به زندگی، تفسیر آنها از حوادث گذشته، افکار آنها را نسبت به رخدادهای حال و انتظارات آنها نسبت به رخدادهای آینده را تحت تأثیر قرار میدهد، صبر و تحمل آنها بیشتر شده و به خودشان ودیگران زمان بیشتری میدهند (۱۱). خانواده کانونی است که در آن رفتارهای افراد براساس رویکردهای فکـــری و هیجانی آنها مــورد تغییر و دگرگونے قرار می گیرد. اگر افراد از پایگاه خانوادگے مطلوبی برخیوردار باشیند و فرآینید خانواده در وضعیت مطلوبی قرار گرفته باشد، سبکهای فکری افراد نیز ارتقا می یابد و رویکرد مثبت پیدا خواهد کرد (۵). این امر زمینه ساز تعدیل هیجانات افراد و افزایش جنبههای مثبت در هیجانات افراد میشود. رشد هیجانات مثبت در افراد نیزبه صورت متقابل باعث افزایش کیفیت سبکهای تفکر افراد میشود. آموزش مهارتهای مثبت اندیشی از طریق ایس مكانيسم مي تواند عملكرد خانواده و فراينده روابط خانــواده را تحــت تأثيــر قــرار دهد. به ايــن ترتيب مثبت اندیشے از طریق ایجاد جو مثبت فکری در خانواده باعث بهبود فرایند رضایت زناشویی در زمینه روابط بین فردی میشود. طرز تفکر فرد بر نحـوه پاسـخگویی او به زندگـی، تأثیـرات آشـکاری

جدول ۲- نتایج تحلیل کوواریانس بر روی میانگین نمرات رضایت زناشویی گروه آزمایش (درمان شناختی رفتاری بر مؤلفههای مثبت اندیشی) و گواه با کنترل پیش آزمون

مجذور اتا	سطح معناداری	F	میانگین مجذورات	درجات آزادی	مجموع مجذورات	منبع تغيير	متغير
٠/٣۶٣	٠/٠٠١	۱۵/۳۸	ነ۹۳۹/۵۸	١	ነ۹۳۹/۵۸	پیش آزمون	_
•/٧٢•	•/••١	१९/५१	۸۷۵۰/۳۱	١	۸۷۵۰/۳۱	گروه	رضایت زناشویی
			178/08	77	74.4/Vk	خطا	•

جدول ۳- نتایج تحلیل کوواریانس بر روی میانگین نمرات رضایت زناشویی گروه آزمایش (آموزش تاب آوری زناشویی) و گواه با کنترل پیش آزمون

مجذور اتا	سطح معناداری	F	ميانگين مجذورات	درجات آزادی	مجموع مجذورات	منبع تغيير	متغير
۰/۲۹۵	•/••٢	11/77	۲۰۱۱/۲۵	١	۲۰۱۱/۲۵	پیش آزمون	
۰/۵۷۳	٠/٠٠١	۳۶/۲۵	<i>୨</i> ۴٣٩/-٩	١	<i>୨</i> ۴۳९/•९	گروه	رضایت زناشویی
				· · ·			="

Clin Pharmacol. 2014;7(6):731-45.

- 10. Zengin S, Kabul S, Al B, Sarcan E, Doğan M, Yildirim C. Effects of music therapy on pain and anxiety in patients undergoing port catheter placement procedure. Complement Ther Med. 2013;21(6):689-96.
- 11. Jayakar JP, Alter DA. Music for anxiety in patients undergoing catheterization: A systematic review and metaanalysis of randomized controlled trials. Complement Ther Clin Pract. 2017;28:122-130.

باقی می گذارد (۴). افرادی که مثبت اندیش هستند، شکست را چالشے برای ارتقاء ویژگیهای خود میدانند و این توانایی را به دست می آورند که در نوبت بعدی موفق شوند. آنها در واکنش به یک ناامیدی، میدهد که به توانایی خود برای مقابله با مشكلات استرس: اعتماد داشته باشند. مداخله آموزش تاب آوری با تغییر در خودباوری یا باورهای خودکارآمدی افراد سبب میشود که افراد در موقعیتهای زندگی، پرطاقتی روانی بیشتری از خودشان نشان دهند به بیان دیگر آموزش تاب آوری می تواند رضایت زناشویی را در افراد افزایش دهد (۹).

#### References

- 1. Shi H, You Z, Guo Y. (Mutation of breast cancer susceptibility gene in ovarian cancer and its clinical significance). Zhonghua Fu Chan Ke Za Zhi. 1998;33(11):676-8.
- 2. Snyder M, Wieland J. Complementary and alternative therapies: what is their place in the management of chronic pain? Nurs Clin North Am. 2003;38(3):495-508.
- 3. Aydin D, Sahiner NC. Effects of music therapy and distraction cards on pain relief during phlebotomy in children. Appl Nurs Res. 2017;33:164-168.
- 4. Caprilli S, Anastasi F, Grotto RP, Scollo Abeti M, Messeri A. Interactive music as a treatment for pain and stress in children during venipuncture: a randomized prospective study. J Dev Behav Pediatr. 2007;28(5):399-403.
- 5. Bauchner H, Vinci R, Bak S, Pearson C, Corwin MJ. Parents and procedures: a randomized controlled trial. Pediatrics. 1996;98(5):861-7.
- 6. Yu H, Liu Y, Li S, Ma X. Effects of music on anxiety and pain in children with cerebral palsy receiving acupuncture: a randomized controlled trial. Int J Nurs Stud. 2009;46(11):1423-30.
- 7. Bagis AA. Building students' entrepreneurial orientation through entrepreneurial intention and workplace spirituality. Heliyon. 2022;29;8(11):e11310.
- 8. Han L, Li JP, Sit JW, Chung L, Jiao ZY, Ma WG. Effects of music intervention on physiological stress response and anxiety level of mechanically ventilated patients in China: a randomised controlled trial. J Clin Nurs. 2010;19(7-8):978-87.
- 9. Tritschler L, Felice D, Colle R, Guilloux JP, Corruble E, Gardier AM, David DJ. Vortioxetine for the treatment of major depressive disorder. Expert Rev