



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: مرضیه فرزین کیا، ۱۳۹۷

اثر بخشی آموزش مثبت‌اندیشی بر کیفیت زندگی و تعارض زناشویی معلمان متوسطه اول مدارس دخترانه شهرستان سبزوار

پژوهش حاضر از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بود که با هدف بررسی اثربخشی آموزش مثبت‌اندیشی بر کیفیت زندگی و تعارض زناشویی معلمان متوسطه اول مدارس دخترانه شهرستان سبزوار انجام شد. جامعه آماری عبارت بود از کلیه معلمان مقطع متوسطه اول مدارس دخترانه شهرستان سبزوار در سال تحصیلی ۹۶-۹۷. نمونه آماری شامل ۴۰ نفر از معلمان مقطع متوسطه اول مدارس دخترانه شهرستان سبزوار در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ بود که به صورت هدفمند انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گواه (۲۰ نفر) جایگزین شدند. جهت آموزش مثبت‌اندیشی از پکیج روان‌درمانی مثبت‌نگر (رشید، ۲۰۱۵) استفاده گردید. برای سنجش کیفیت زندگی از فرم کوتاه پرسشنامه کیفیت زندگی، برای اندازه‌گیری تعارضات زناشویی از پرسشنامه تعارضات زناشویی (ترابی، ۱۳۷۵) استفاده شد. آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که آموزش مثبت‌اندیشی بر کیفیت زندگی و تعارضات زناشویی معلمان تأثیر معنادار دارد ($p < 0.01$). در نتیجه با استفاده از این روش درمانی می‌توان کیفیت زندگی معلمان را بهبود بخشید و تعارضات زناشویی را کاهش داد

کلیدواژه‌ها: آموزش مثبت‌اندیشی، کیفیت زندگی و تعارضات زناشویی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۳۹۶۲۰۲۶

تاریخ دفاع: ۱۳۹۷/۰۸/۰۲

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی شخصیت

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر فرشاد جابری کوشکی

M.A. Thesis:

The Effectiveness of Positive Thinking Education on Quality of Life and Marital Conflict of Secondary Teachers in Saveh Schools in Sabzevar

The present study was pre-test-post-test with control group. The aim of this study was to investigate the effectiveness of positive-thinking education on quality of life and marital conflict among first-grade teachers in Sabzevar Girls' Schools. The statistical population consisted of all high school teachers in Sabzevar Girls' Schools in the academic year of 2018-2017. A sample of 40 primary school teachers from Sabzevar Girls Schools in the academic year 2018-2017 were selected. They were randomly assigned to either



experimental (20 subjects) and control (20 subjects). Positive training was used as a positive psycho-therapeutic package (Rashid, 2015). . To measure quality of life, a short form of quality of life questionnaire was used to measure marital conflicts from Marital Conflict Questionnaire (Torabi, 1997). Multivariate analysis of covariance analysis showed that positive attitudes toward quality of life and marital conflicts of teachers have a significant effect ($p < 0.01$). As a result, using this method of treatment can improve the quality of life of teachers and reduce marital conflicts
