



زهرا حاجی زاده، ۱۴۰۲

## اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر میزان اضطراب و دلزدگی زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز بهداشت شهر مشهد

هدف کلی این پژوهش بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر میزان اضطراب و دلزدگی زنان متأهل مراجعه

کننده به مراکز بهداشت شهر مشهد می باشد. این پژوهش به روش طرح نیمه آزمایشی پیش آزمون-پس آزمون یا

گروه کنترل اجرا شد. به منظور گردآوری اطلاعات لازم، از بین مراجعه کنندگان زن متأهل به مراکز بهداشت شهر

مشهد نمونه آماری انتخاب گردید. روش نمونه‌گیری در این پژوهش بصورت داوطلبانه می باشد. در این راستا تعداد

34 نفر انتخاب گردیدند. این افراد به طور تصادفی به 1 گروه 21 نفری تقسیم شدند. سپس پیش‌آزمون بر روی هر

دو گروه اجرا گردید. در پژوهش حاضر از دو ابزار برای گردآوری اطلاعات استفاده شد متغیر به وسیله اضطراب

پرسشنامه اضطراب کتل ( 2511 ) و متغیر دلزدگی زناشویی به وسیله پرسشنامه پاینز ( 2551 ) بدست آمده است در

تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها ابتدا شاخصهای آمار توصیفی همچون میانگین، انحراف معیار و کجی- کشیدگی مورد

بررسی قرار گرفت؛ سپس به سنجش میزان اثرگذاری مداخلات شناختی-رفتاری صورت گرفته بر سطوح اضطراب و

دلزدگی زناشویی و قیاس آن در بین گروه آزمایش و کنترل پرداخته شد.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج بدست آمده می توان چنین استنباط نمود که درمان شناختی رفتاری اضطراب و دلزدگی

زناشویی زنان را تبیین می نمایند یعنی این درمان توانسته است تا حدودی در کاهش دلزدگی زناشویی و اضطراب

زنان تاثیر گذار باشد.

**کلیدواژه‌ها:** کلید واژه ها: درمان شناختی-رفتاری ، اضطراب ، دلزدگی، زنان متأهل



شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۵۲۹۲۰۷۹۴۶۹۵۶۶۳۷۰۲۱۱۶۲۶۹۹۰۷۳

تاریخ دفاع: ۱۴۰۲/۱۱/۰۸

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: محبوبه امیربیک

### ***Thesis:***

## The effectiveness of cognitive-behavioral therapy on the level of anxiety and boredom of married women

The general purpose of this research is to investigate the effectiveness of cognitive-behavioral therapy on the level of anxiety and depression of married women referring to health centers in Mashhad. This research was carried out using a pre-test-post-test or control group semi-experimental design method. In order to collect the necessary information, a statistical sample was selected from among the married women who referred to the health centers of Mashhad. The sampling method in this research is voluntary. In this regard, 80 people were selected. These people were randomly divided into 2 groups of 40 people. Then the pre-test was performed on both groups. In the current research, two tools were used to collect information, the anxiety variable was obtained by Kettle's Anxiety Questionnaire and the Marital Discomfort variable was obtained by the Pines Questionnaire. it placed; Then, the effectiveness of the cognitive-behavioral interventions on the levels of marital anxiety and boredom was measured and compared between the experimental and control groups.

Conclusion: According to the obtained results, it can be concluded that the cognitive behavioral therapy explains women's anxiety and marital anxiety, which means that this treatment has been able to reduce the marital anxiety and anxiety of women to some extent.