



علی شیخی، ۱۴۰۳

## اثربخشی توانمندسازی روانشناختی مبتنی بر مدل شناختی توماس و ولتهوس بر دشواری تنظیم هیجان و سرسختی روان شناختی زنان مطلقه تحت پوشش بهزیستی در شهرستان اسفراین

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی توانمندسازی روانشناختی مبتنی بر مدل شناختی توماس و ولتهوس بر دشواری تنظیم هیجان و سرسختی روان شناختی زنان مطلقه تحت پوشش بهزیستی در شهرستان اسفراین در سال 1403 به انجام شد. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و نیمه آزمایشی است و به صورت طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل نابرابر انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی زنان مطلقه تحت پوشش بهزیستی شهرستان اسفراین در نیمه اول سال 1403 به تعداد 547 نفر بودند. در این پژوهش تعداد 30 نفر (دوگروه 15 نفر) زنان شاغل روستایی شهرستان اسفراین به صورت روش نمونه گیری داوطلبانه انتخاب شد. ابزار پژوهش پرسشنامه دشواری تنظیم هیجان گراتز و وروئمر (???) و پرسشنامه سرسختی روان شناختی کوباسا (1994)، و پروتکل آموزش توانمندی روان شناختی براساس مدل توماس و ولتهوس (1990) بودند که در هر دو گروه در مراحل پیش آزمون و پس آزمون اجرا شدند. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس نشان داد که توانمندسازی روانشناختی مبتنی بر مدل شناختی توماس و ولتهوس بر دشواری تنظیم هیجان و سرسختی روان شناختی زنان مطلقه تحت پوشش بهزیستی در شهرستان اسفراین تاثیر معناداری دارد.

**کلیدواژه‌ها:** توانمندسازی روانشناختی، دشواری تنظیم هیجان، سرسختی روان شناختی زنان مطلقه

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۵۲۹۴۰۷۹۴۱۴۷۰۴۶۴۰۲۵۱۶۲۸۶۷۷۳۵

تاریخ دفاع: ۱۴۰۳/۰۷/۰۴

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: ابراهیم نامنی

### **Thesis:**

The effectiveness of psychological empowerment based on the cognitive model of Thomas and Wolthaus on the difficulty of emotional regulation and psychological toughness of divorced women under welfare in Esfrain city.

The current research was conducted with the aim of the effectiveness of psychological



empowerment based on the cognitive model of Thomas and Wolthaus on the difficulty of emotional regulation and psychological toughness of divorced women under welfare in Esfrain city in 1403. This research is applied and semi-experimental in terms of purpose and was conducted as a pre-test-post-test design. The statistical population of this research included all the divorced women covered by the welfare of Esfrain city in the first half of 1403 in the number of 547 people. In this research, 30 people (two groups of 15 people) rural working women of Esfrain city were selected by voluntary sampling method. The research tools were Gratz-Vroemer's Emotion Regulation Difficulty Questionnaire (2004) and Kubasa's Psychological Toughness Questionnaire (1994), and the psychological competence training protocol based on the Thomas and Wolthaus model (1990), which were implemented in both groups in the pre-test. The results of covariance analysis showed that the psychological empowerment based on the cognitive model of Thomas and Wolthaus has a significant effect on the difficulty of emotional regulation and psychological toughness of divorced women under welfare in Esfrain city. test and post-test phases. with an unequal control group.