



زهراره گشای، ۱۴۰۴

اثربخشی آموزش گروهی ابراز وجود بر شادکامی و کیفیت زندگی زنان متأهل شهرستان جویین در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی ابراز وجود بر شادکامی و کیفیت زندگی زنان متأهل شهرستان جویین در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ انجام شد. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و نیمه آزمایشی همراه با پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل نابرابر است. جامعه آماری پژوهش را ۸۳ نفر از زنان متأهل ۲۵-۴۵ ساله شهرستان جویین که در طی سال‌های ۱۴۰۳-۱۴۰۰ ازدواج کرده بودند، تشکیل دادند. با روش نمونه‌گیری داوطلبانه تعداد ۳۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش و گروه کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (۱۹۹۶) و پرسشنامه شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) بودند که در هر دو گروه در مراحل پیش آزمون و پس آزمون اجرا شدند. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس نشان داد که تفاوت‌های بین گروهی در کیفیت زندگی ($F=122.33, P=0/002$) و شادکامی ($F=142.44, P=0/001$) معنادار است. مقایسه میانگین‌های تعدیل شده نیز نشان داد که آزمودنی‌های گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در کیفیت زندگی و شادکامی میانگین بالاتری داشتند. بنابراین آموزش گروهی ابراز وجود باعث افزایش شادکامی و کیفیت زندگی شد. کلید واژه‌ها: آموزش گروهی ابراز وجود، شادکامی، کیفیت زندگی.

کلیدواژه‌ها: آموزش گروهی ابراز وجود، شادکامی، کیفیت زندگی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۴۲۹۲۵۷۳۹۹۰۱۳۱۶۳۰۳۸۱۶۳۰۶۸۹۹۰

تاریخ دفاع: ۱۴۰۴/۰۶/۲۵

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر کاظم فرزین فر

Thesis:

The Effectiveness of Group Assertiveness Training on the Happiness and Quality of Life of Married Women in Juyin County in 2025

This study was conducted to investigate the effectiveness of group assertiveness training on the happiness and quality of life of married women in Juyin County in 1403-1404. The present study is applied and quasi-experimental in terms of purpose with pre-test-post-test and unequal control group. The statistical population of the study consisted of 83 married



women aged 25-45 in Juyin County who had married during 1400-1403. 30 people were selected by voluntary sampling method and were replaced in two experimental and control groups (15 people in each group). The research instruments were the World Health Organization Quality of Life Questionnaire (1996) and the Oxford Happiness Questionnaire (1989), which were administered in both groups in the pre-test and post-test stages. The results of the analysis of covariance showed that the differences between the groups in quality of life ($F=122.33$, $P=0.002$) and happiness ($F=142.44$, $P=0.001$) were significant. Comparison of adjusted means also showed that subjects in the experimental group had higher averages in quality of life and happiness than the control group. Therefore, group assertiveness training increased happiness and quality of life.
Keywords: group assertiveness training, happiness, quality of life.