



# شناسایی تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنا درمانی بر کیفیت زندگی در معلمان زن و مرد مطلقه شهر یاسوج

سجاد رشیدنیا<sup>۱</sup>، عطف الله بهشت<sup>۲</sup>

## چکیده:

این پژوهش با هدف اصلی شناسایی تأثیر مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد معنا درمانی بر افزایش کیفیت زندگی معلمان زن و مرد مطلقه شهر یاسوج انجام پذیرفت. با توجه به کیفیت زندگی و سبک زندگی، بررسی اثربخشی این شیوه درمان بر کاهش افسردگی را نیز به عنوان هدف دوم در نظر گرفتیم. پژوهش حاضر کاربردی و از نوع نیمه آزمایشی (طرح گروه کنترل نابرابر) می باشد. با استفاده از روش نمونه گیری مبتنی بر هدف یا در دسترس از میان مراجعه کنندگانی که به دادگاه های شهر یاسوج مراجعه کرده بودند، با توجه به ملاک های در نظر گرفته شده 60 نفر را انتخاب کرده و آنها را به دو گروه آزمایشی و گواه تقسیم کردیم (30 نفر برای هر گروه) سپس آزمون های امید به زندگی میلر با ضریب پایایی 80٪ و پرسشنامه سازگاری پس از طلاق فیشر (FDAS) با ضریب پایایی 98٪ و پرسشنامه فرم کوتاه مقیاس کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (WHOQOL - BREF) با ضریب پایایی آزمون بازآزمون برای زیرمقیاس های سلامت جسمی 0/77، سلامت روانی 0/77، روابط اجتماعی 0/75، سلامت محیط 0/84 به دست آمد. از هر دو گروه گرفته شد. نتایج تحلیل آماری آزمون T در پیش آزمون، تفاوت معناداری را کیفیت زندگی را نشان نداد. نتایج نشان داد اثر مشاوره معنا درمانی بر ابعاد کیفیت زندگی معنی دار می باشد و میزان نگرش به طلاق معنی دار نمی باشد.

واژه های کلیدی: گروه درمانی، معنادرمانی، کیفیت زندگی، معلمان زن و مرد مطلقه

## 1-مقدمه:

یکی از مشغله های بزرگ ذهن انسان، خود انسان است. آفرینش و پیدایش انسان، هدایت شده و جهت دار است یا بی جهت و تصادفی بوده است. اگر برای بودن انسان معنایی وجود دارد، آن معنا یا آن معناها چیست و کدامند. چگونه باید آنها را دریافت و محقق ساخت (غلامی، پاشا، سودانی، 1388). معنا درمانی و مشاوره گروهی بسته به اهداف، رویکردهای مختلفی دارد. از جمله رویکردهای رایج در گروه درمانی رویکرد شناختی- رفتاری<sup>۳</sup> است که برای دامنه وسیعی از مشکلات انسان به کار برده شده است. مطالعات نشان داده است که از میان مداخله ها روانشناختی صورت گرفته، رویکرد شناختی- رفتاری از جمله اثر بخش ترین رویکردها بوده که نقش

<sup>1</sup> نویسنده مسئول، کارشناسی ارشد، رشته الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه پیام نور اهواز، [sajadrashidnia458@gmail.com](mailto:sajadrashidnia458@gmail.com)

<sup>2</sup> کارشناسی، رشته مشاوره، دانشگاه فرهنگیان یاسوج، [9659y5@gmil.com](mailto:9659y5@gmil.com)

<sup>3</sup> cognitive-behavioral

مهمی در کاهش عود از طریق کاهش اضطراب و افسردگی، بهبود روابط با اطرافیان، افزایش عزت نفس و به طور کلی کیفیت زندگی داشته است شواهد زیادی مبنی بر ارتباط کیفیت زندگی بالاتر و درمان موفق تر در (معلمان زن و مرد مطلقه جوان) وجود دارد. به نظر می‌رسد کیفیت زندگی پس از شروع درمان و در طی، درمان‌های نگهدارنده بهبود یافته (مومنی و همکاران، 1392). میزان آن پس از درمان و مشاوره و مداخلات روانشناختی در بسیاری از حیطه‌ها افزایش می‌یابد؛ به عنوان مثال، فرد احساس بهتری را تجربه کرده و یا وقت بیشتری را صرف بودن با اعضای خانواده می‌کند. این امر می‌تواند، تاثیر زیادی بر سایر ابعاد زندگی فرد داشته باشد (مومنی، مشتاق، پورشه‌باز، 1392).

معنا درمانی یک نظام فلسفی روان شناختی است که به بیماران کمک می‌کند تا به رغم سوگ و ناامیدی بر از دست رفته‌ها تمرکز نکنند، بلکه در جستجوی معنا باشند. زندگی از نگاه معنا درمانی تحت هر شرایطی معنی‌دار است، افراد با اراده‌ای معطوف به معنا برانگیخته می‌شوند و انسان دارای اراده آزاد است. انسان معنا را در هنگامه غوطه‌وری در مشکلات سنگین در می‌یابد. طرز برخوردی که ما نسبت به رنج بر می‌گزینیم، در جایی که ما با یک سرنوشت غیر قابل تغییر روبرو می‌شویم. یک بیماری غیر قابل علاج، مرگ یک عزیز و یک موقعیت ناامید کننده در این جاست که زندگی می‌تواند معنا دار شود. در این جا انسان از خود می‌پرسد؛ چرا معنا درمانی بر افزایش امید به زندگی در معلمان زن و مرد مطلقه جوان در برابر سرنوشت غیر قابل تغییر و اجتناب ناپذیر نداشته باشیم (شجاعیان، سودانی، مرادی، 1393).

عوامل زیادی با سازگاری پس از طلاق رابطه دارد که می‌توان این عوامل را شامل دارا بودن حمایت اجتماعی، سبک دلبستگی فرد مطلقه، سلامت روانی، ویژگی‌های شخصیتی، نگرش مذهبی افراد، جنسیت، سن، تعداد و سن بچه‌ها، طول مدت جدایی، مدت ازدواج، آغازگر بودن برای طلاق، روابط اجتماعی و بخشودگی دانست. یکی از راهکارهایی که به نظر می‌رسد برای افزایش سازگاری زنان و مردان طلاق موثر واقع شود، آموزش گروهی آن‌ها بر مبنای رویکرد تلفیقی است. بر این اساس مسئله اصلی این پژوهش تعیین میزان اثر بخشی آموزش گروهی زنان و مردان جوان طلاق با رویکرد تلفیقی در شهر یاسوج بر سازگاری آنان و زیرمقیاس‌های سازگاری آنان بوده است.

در تحقیقات ثابت شده است که کیفیت زندگی به ویژه از جانب نشانگان اضطراب و افسردگی آسیب پذیر می‌باشد. نه تنها تشخیص اختلال افسردگی اثر تعیین کننده‌ای بر تمامی ابعاد کیفیت زندگی دارد، بلکه حتی نشانه‌های زیر مجموعه این اختلال، یعنی علائم خلق منفی هم می‌تواند بر کیفیت زندگی تاثیر بگذارد. به همین خاطر معلمان زن و مرد مطلقه از یکسو در خطر ابتلا به افسردگی و اضطراب و از سوی دیگر در خطر افت کیفیت زندگی هستند (محمدی، 1390). نابسامانی ازدواج و عدم خشنودی در زندگی زناشویی به طور معناداری با شیوع اختلالات عاطفی - هیجانی در جمعیت عمومی رابطه دارد در صورتی که ازدواج‌های رضایت بخش باعث ارتقاء سلامت همسران و مانع رویدادهای منفی زندگی و مشکلات روان شناختی در آن‌ها می‌شود. پیامدهای بد طلاق در پیکر اجتماع و پدید آمدن نابسامانی متعاقب آن برای زن و شوهر در ابعاد مختلف روانی، رفتاری، اقتصادی و اجتماعی حائز اهمیت می‌باشد و ضرورت و اهمیت خاص بررسی درمان‌های اثر بخش بر رضایت مندی زناشویی و ارائه راهبردهایی برای مداخله در این مشکل را نمایان می‌سازد (عامری، 1382).

در این پژوهش به روشن شدن مسئله اصلی، یعنی تاثیر طلاق اثرگذاری آن بر ابعاد کیفیت زندگی معلمان زن و مرد مطلقه 20-30 سال شهر یاسوج و شناسایی تأثیر مشاوره گروهی و معنا درمانی در بهبود زندگی این زنان و مردان خواهیم پرداخت.

## 2- مواد و روش پژوهش:

در این پژوهش از روش تحقیق تجربی طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری استفاده خواهد شد. گروه‌های آزمایش و کنترل به روش تصادفی معادل می‌شوند و قبل از اعمال مداخله‌های تجربی در مورد گروه‌های آزمایش و کنترل، پیش آزمونی درباره آن‌ها اجرا خواهد شد و پس آزمون نیز در پایان مداخله اجرا می‌گردد. و در مرحله بعد پس از یک ماه آزمون پیگیری جهت سنجش ماندگاری آموزش‌های داده شده اجرا می‌گردد. جامعه آماری پژوهش، معلمان زن و مرد شهر یاسوج می‌باشد. در این پژوهش از روش آزمایش تجربی و میدانی از طریق مشاوره گروهی به صورت معنا درمانی بر روی معلمان زن و مرد شهر یاسوج انجام شد، که به صورت مرحله ای به صورت پیش آزمون و کنترل برگزار شد. در این پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شده است. بدین ترتیب که با مراجعه به مراکز دانشگاه‌ها از آنها به طور تصادفی نمونه گیری به عمل آمد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه معلمان زن و مرد مطلقه شهر یاسوج بود که در سال 1400 مورد بررسی قرار خواهند گرفت. نمونه این تحقیق مشتمل بر 60 نفر (30 نفر آزمایش 30 نفر کنترل) که برای انتخاب آن‌ها از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شد. شرح ذیل برای جمع آوری داده‌ها استفاده شد که ابتدای پرسشنامه، 2 سؤال به منظور جمع آوری برخی از اطلاعات جمعیت شناختی آزمودنیها مانند سن، سطح تحصیلات آمده است.

برای جمع آوری داده‌ها و اندازه گیری دو متغیر کیفیت زندگی از دو پرسشنامه فرم کوتاه مقیاس کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی<sup>4</sup> (WHOQOL – BREF) و پرسشنامه سازگاری طلاق مقیاس فیشر دارای 100 سوال خرده مقیاس‌های خشم ناشی از طلاق، غم و اندوه ناشی از طلاق، اعتماد، ارزش خود، رهایی از رابطه قبلی، خودارزشمندی استفاده خواهد شد.

پس از هماهنگی‌های لازم با دادگاه خانواده مجوز و معرفی‌نامه‌ی مورد نیاز دریافت شد. سپس پرسشنامه‌های مورد استفاده به تعداد لازم تکثیر و با حضور محقق در بین زنان و مردان توزیع گردید و ضمن توضیح در مورد نحوه ی پاسخ به پرسشنامه‌ها و تذکر در مورد پاسخ به کلیه پرسش‌ها جهت انجام محاسبات آماری جمع آوری گردید. آزمونها به صورت مرحله ای به صورت پیش آزمون و کنترل در فاصله زمانی یک ماهه برگزار گردید. در پژوهش حاضر، با توجه به ماهیت فرضیه‌ها و نوع متغیرها از روش‌های موجود در آمار توصیفی نظیر جداول توزیع فراوانی مطلق، میانگین جهت بررسی و مقایسه اطلاعات جمع‌آوری شده از طریق پرسشنامه و در بخش آمار استنباطی داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون‌های آماری توسط نرم افزار SPSS مورد استفاده قرار گرفت در آزمون آمار توصیفی برای بررسی میانگین و انحراف معیار، همچنین آمار استنباطی آزمون با استفاده از تحلیل کواریانس و آزمون t برای بررسی اثر عامل مداخله استفاده شد.

## 3- نتایج داده‌های تحقیق:

یافته‌های استنباطی

**3-1- فرضیه‌ی اصلی:** درمان مشاوره گروهی بر افزایش کیفیت زندگی مؤثر است.

جدول شماره 1 نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری روی نمره‌های پس آزمون کیفیت زندگی و امید به زندگی با کنترل اثر پیش آزمون در گروه‌های آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد.

<sup>4</sup> World Health Organization Quality of Life Briefe version

جدول شماره 1: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) روی نمره‌های پس آزمون کیفیت زندگی گروه‌های آزمایش و کنترل، با کنترل پیش آزمون

نام آزمون	مقدار	F	فرضیه df	خطا df	سطح معنی‌داری
آزمون اثر پیلاپی	/577	23/858	2/000	35/000	/000
لامبدای ویلکز	/423	23/858	2/000	35/000	/000
آزمون اثر هتلینگ	1/363	23/858	2/000	35/000	/000
آزمون بزرگتری ریشه وری	1/363	23/858	2/000	35/000	/000

همان طور که در جدول شماره 1 مشاهده می‌شود، درمان مشاوره گروهی در افزایش کیفیت زندگی به عنوان یک متغیر ترکیبی با توجه به سطح معنی‌داری /000 در سطح 99 درصد اطمینان اثر معنی‌داری دارد؛ بنابراین فرضیه تأیید می‌شود.

3-2- فرضیه اول: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش کیفیت زندگی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره مربوط به مقایسه نمره‌های کیفیت زندگی گروه آزمایش و گروه کنترل در جدول 1 آمده است. جدول 2: نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری روی نمره‌های پس آزمون کیفیت زندگی گروه‌های آزمایش و کنترل، با کنترل اثر پیش آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
گروه	7099/700	1	7099/700	88/487	/000

همان طور که جدول شماره 2 نشان می‌دهد بین کیفیت زندگی گروه آزمایش که تحت درمان مشاوره گروهی قرار گرفته‌اند و گروه کنترل که تحت مداخله قرار نگرفته‌اند از نظر کیفیت زندگی با توجه به F برابر با 88/487 و سطح معنی‌داری /000 تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد؛ به عبارت دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش کیفیت زندگی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین فرضیه تأیید می‌شود.

3-3- فرضیه دوم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش سلامت روان معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.

جدول شماره 3: نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس آزمون سلامت روان گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص آماری متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
سلامت روان	565/685	1	565/685	65/752	0/000

همان گونه که در جدول شماره 3 مشاهده می‌شود، بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر سلامت روان با توجه به مقدار f برابر با 65/752 و سطح معنی‌داری 0/000 تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد، بنابراین، فرضیه تأیید می‌شود.

**3-4- فرضیه سوم: درمان شناختی - رفتاری بر افزایش روابط عاطفی در معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

جدول شماره 4: نتایج تحلیل کو واریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس آزمون پذیرش خود گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص آماری متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
پذیرش خود	3707/128	1	3707/128	50/677	0/000

همان طور که جدول شماره 4 نشان می‌دهد بین افزایش روابط عاطفی گروه آزمایش که تحت درمان مشاوره گروهی قرار گرفته‌اند و گروه کنترل که تحت مداخله قرار نگرفته‌اند از نظر افزایش روابط عاطفی با توجه به F برابر با 50/677 و سطح معنی‌داری 0/000 تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد؛ به عبارت دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش روابط عاطفی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین، فرضیه تأیید می‌شود.

**3-5- فرضیه چهارم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش روابط اجتماعی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

جدول شماره 5: نتایج تحلیل کو واریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس آزمون روابط اجتماعی گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص آماری متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
روابط اجتماعی	38/336	1	38/336	16/829	0/000

همان‌گونه که در جدول شماره 5 مشاهده می‌شود، بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر روابط اجتماعی با توجه به مقدار f برابر با 16/829 و سطح معنی‌داری 0/000 تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد، بنابراین، فرضیه تأیید می‌شود.

**3-6- فرضیه پنجم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش سلامت جسمانی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

جدول شماره 6 نتایج تحلیل کو واریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس آزمون سلامت جسمانی گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص آماری متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
سلامت جسمانی	380/922	1	380/922	25/143	0/000

همان گونه که در جدول شماره 6 مشاهده می‌شود، بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر سلامت جسمانی با توجه به مقدار  $f$  برابر با 25/143 و سطح معنی‌داری 0/000 تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد، بنابراین، فرضیه تأیید می‌شود.

3-7- فرضیه ششم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش سلامت محیط معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.

جدول شماره 7: نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا روی نمره‌های پس‌آزمون سلامت محیط گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص آماری متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری
سلامت محیط	839/899	1	839/899	158/276	0/000

همان گونه که در جدول شماره 7 مشاهده می‌شود، بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر روابط اجتماعی با توجه به مقدار  $f$  برابر با 158/276 و سطح معنی‌داری 0/000 تفاوت معنی‌داری وجود در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد؛ بنابراین، فرضیه تأیید می‌شود.

جدول شماره 8: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری روی نمره‌های پس‌آزمون مؤلفه‌های امید به زندگی گروه‌های آزمایش و کنترل، با کنترل اثر پیش‌آزمون

نام آزمون	مقدار	F	فرضیه df	خطا df	سطح معنی‌داری
آزمون اثر پیلائی	0/352	2/534	6/000	28/000	0/044
آزمون لامبدای ویلکز	0/648	2/534	6/000	28/000	0/044
آزمون اثر هنتلینگ	0/543	2/534	6/000	28/000	0/044
آزمون بزرگتری ریشه وری	0/543	2/534	6/000	28/000	0/044

همان طور که در جدول شماره 8 مشاهده می‌شود، سطوح معنی‌داری همه آزمون‌ها بیانگر این می‌باشد که گروه‌ها حداقل در یکی از متغیرهای وابسته با هم تفاوت دارند. برای پی بردن به این نکته که از لحاظ کدام تغییر بین دو گروه تفاوت وجود دارد، شش تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا انجام می‌گیرد که نتایج حاصل در جداول بعدی درج شده است.

#### 4- بحث و نتیجه گیری:

به رغم این که کیفیت زندگی و امید به زندگی نقش قابل توجهی در سلامت زنان و مردان به خصوص معلمان زن مطلقه بازی می‌کند، مطالعات تحقیقی اندکی در زمینه کیفیت زندگی زنان و مردان انجام شده است؛ بنابراین، مطالعه حاضر با هدف بررسی شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر کیفیت زندگی و امید به زندگی معلمان زن و مرد مطلقه شهر یاسوج انجام شده است. جامعه آماری شامل 30 معلمان زن و مرد مطلقه شهر یاسوج بوده است. حجم نمونه 30 آزمودنی بوده است. متغیر وابسته در این مطالعه کیفیت زندگی و امید به زندگی بوده است که با پرسشنامه استاندارد کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (WHOQL-BREF) و مقیاس امید به زندگی میلر که از رایج‌ترین، ابزارهای اندازه‌گیری کیفیت زندگی و امید به زندگی است، مورد سنجش قرار گرفت. متغیر مستقل در این پژوهش درمان مشاوره گروهی بوده است. جهت بررسی داده‌ها از تحلیل کوواریانس استفاده شد.

از بین نمونه آماری که شامل 30 نفر بوده، 42/5 درصد از زنان و مردان تحصیلاتشان ابتدایی، 22/5 درصد راهنمایی، 30/0 درصد دبیرستان و 5/0 درصد میزان تحصیلاتشان دانشگاهی بوده است 12/5 درصد سنشان بین 20 تا 30 سال بوده، 17/5 درصد بین 31 تا 40 سال، 37/5 درصد بین 41 تا 50 سال و 32/5 درصد سنشان 51 سال به بالا بوده است.

نتایج نشان داد که میانگین نمره کل کیفیت زندگی در مرحله پیش آزمون برای گروه آزمایش و کنترل به ترتیب برابر با 59/35 و 7/61 با انحراف استاندارد 60/75 و 4/21 می‌باشد و در مرحله پس آزمون برای گروه آزمایش و کنترل به ترتیب برابر با 89/75 و 62/35 با انحراف استاندارد 8/83 و 9/53 می‌باشد. میانگین نمره کل امید به زندگی در مرحله پیش آزمون برای گروه آزمایش و کنترل به ترتیب برابر با 198/9 و 196/4 با انحراف استاندارد 21/81 و 18/23 می‌باشد و در مرحله پس آزمون برای گروه آزمایش و کنترل به ترتیب برابر با 311/1 و 208/2 با انحراف استاندارد 42/88 و 43/02 می‌باشد.

#### 4-1- فرضیه اصلی: درمان مشاوره گروهی بر افزایش کیفیت زندگی مؤثر است.

نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد درمان مشاوره گروهی در افزایش کیفیت زندگی به عنوان یک متغیر ترکیبی در سطح 99 درصد اطمینان اثر معنی‌داری دارد؛ بنابراین فرضیه تأیید می‌شود؛ بنابراین فرضیه تأیید شده و با تحقیق ترخان (1390)، چوبفرو شزاده، کلاتتری و مولوی (1389)، جواهری و زارع (1389)، نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388) همسو می‌باشد. افراد با کیفیت زندگی بالا و مشاوره گروهی بالا از کلیه مسائل زندگی خود راضی می‌باشد، روابط خوبی برقرار می‌کند و دوستان زیادی دارند و مهارت‌های اجتماعی خود را ارتقاء می‌دهند.

#### 4-2- فرضیه اول: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش کیفیت زندگی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.

نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری بین کیفیت زندگی گروه آزمایش که تحت درمان مشاوره گروهی قرار گرفته‌اند و گروه کنترل که تحت مداخله قرار نگرفته‌اند از نظر کیفیت زندگی تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان به دست آمده؛ به عبارت دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش کیفیت زندگی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین فرضیه تأیید شده و با تحقیقات ترخان (1390)، چوبفروشزاده، کلاتتری و مولوی (1389)، نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388)، جواهری و زارع (1389) همسو می‌باشد افراد با کیفیت زندگی بالا، از کلیه مسائل زندگی خود راضی می‌باشد و قادر می‌باشند نوع زندگی خود را با توجه به فرصت‌های به دست آمده انتخاب کنند یعنی فرد اختیارات و انتخابات خود را تحقق می‌بخشد و هم دارای بعد مادی و هم دارای بعد غیرمادی می‌باشد به صورتی که فرد وسایل آسایش و امنیت را در اختیار دارد، از نظر مالی تأمین و به خدمات و سرویس‌ها دسترسی دارد. همچنین فرد آزاد از تبعیض‌ها می‌باشد، مورد تأیید قرار می‌گیرد، دارای اعتماد به نفس و نگرش‌های قابل قبول می‌باشد و هر فرد مشخصاً چگونگی دید خود از اشیاء احساسات و عقایدش را مورد ارزیابی قرار می‌دهد.

**4-3- فرضیه دوم: درمان شناختی - رفتاری بر افزایش سلامت روان در معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**  
 بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر افزایش سلامت روان تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان به دست آمده است. به بیانی دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش سلامت روان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین، فرضیه تأیید شد و با تحقیق نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388)، جواهری و زارع (1389)، ترخان (1390) همسو می‌باشد. افراد با افزایش سلامت روان خود، قدرت، انرژی، توانایی انجام فعالیت‌های روزمره و مراقبت از خود را به دست می‌آورند.

**4-4- فرضیه سوم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش روابط عاطفی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**  
 بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر افزایش روابط عاطفی تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان به دست آمده است. به بیانی دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش روابط عاطفی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین، فرضیه تأیید شده و با پژوهش ترخان (1390)، عزیز الله مجاهد و همکاران (1388) تحقیق نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388)، جواهری و زارع (1389) همسو می‌باشد. افراد با افزایش روابط عاطفی اضطراب، افسردگی و ترس خود را کنترل می‌کنند.

**4-5- فرضیه چهارم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش روابط اجتماعی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر روابط اجتماعی تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان به دست آمده است. به بیانی دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش روابط اجتماعی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. بنابراین، فرضیه تأیید شده و با پژوهش عزیز الله مجاهد و همکاران (1388)، نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388) جواهری و زارع (1389)، ترخان (1390) همسو می‌باشد. افراد با افزایش روابط اجتماعی خود با خانواده، دوستان و همکاران و در نهایت جامعه روابط خوبی برقرار می‌کنند. و آرامش بیشتری را کسب می‌کنند.

**4-6- فرضیه پنجم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش سلامت جسمانی معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

بین گروه آزمایش که درمان مشاوره گروهی را دریافت کرده‌اند و گروه کنترل که هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرده‌اند از نظر افزایش سلامت جسمانی تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان وجود دارد. به بیانی دیگر درمان مشاوره گروهی موجب افزایش سلامت جسمانی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است؛ بنابراین، فرضیه تأیید شده و با تحقیق عزیز الله مجاهد و همکاران (1388)، نشاط دوست، دهقانی و نیلفروش زاده (1388)، جواهری و زارع (1389)، ترخان (1390) همسو می‌باشد. افراد با افزایش سلامت جسمانی، دارای عملکرد اجتماعی، اقتصادی بالایی می‌باشند و از نظر روانی، معنوی و خانوادگی در آرامش می‌باشند.

**4-7- فرضیه ششم: شناسایی تأثیر مشاوره گروهی بر افزایش سلامت محیط معلمان زن و مرد مطلقه مؤثر است.**

بین سلامت محیط زنان و مردان گروه آزمایش که تحت درمان مشاوره گروهی قرار گرفته‌اند و گروه کنترل که تحت مداخله قرار نگرفته‌اند از نظر سلامت محیط تفاوت معنی‌داری در سطح 99 درصد اطمینان به دست آمده؛ به عبارت دیگر درمان مشاوره گروهی



موجب افزایش سلامت محیط گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. بنابراین، فرضیه تأیید شد؛ و با تحقیق گلبار یزدی و همکاران (1390)، کیمولی و استیول (2002)، ترخان (1390) همسو می‌باشد. افرادی که ویژگی سلامت محیطی را به صورت بالایی دارند در ارزشیابی، استعدادها، توانایی‌ها و فعالیت‌های خود در کل احساس رضایت و در رجوع به گذشته خود احساس خشنودی کند، کارکرد روانی مطلوبی دارند و تلاش می‌کنند علی‌رغم محدودیت‌هایی که در خود سراغ دارند، نگرش مثبتی نسبت به خویش داشته باشند.

نتایج پژوهش حاضر حاکی از شناسایی تأثیر مشاوره گروهی در بهبود کیفیت زندگی و امید به زندگی معلمان زن و مرد مطلقه می‌باشد. بنابراین، با توجه به کاهش کیفیت زندگی و امید به زندگی معلمان زن و مرد مطلقه و مؤثر بودن مداخله روانی باید توجه جدی به درمان‌های روان‌شناختی در این گروه افراد شود.

## 5- منابع :

- بلالی، طاهر (1388). بررسی عوامل پیش بینی کننده سازگاری پس از طلاق در معلمان زن مطلقه شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. دانشگاه اصفهان.
- حسین آبادی، (1390). اثربخشی گروه درمانی وجودی انسان گرایانه بر میزان سلامت روان زندانیان و بررسی سهم
- سلیمانیان، علی اکبر (1384). بررسی اثربخشی و کارآمدی مشاوره انگیزشی نظام مند بر تعارض زناشویی، پایان نامه دکتر، چاپ نشده، دانشگاه تربیت معلم، تهران.
- شجاعیان، منصور، سودانی، منصور و مرادی، فرهاد (1393). اثربخشی معنادرمانی گروهی بر افزایش امید به زندگی در مردان بازنشسته کانون بازنشستگان شهرستان ممسنی. ارمغان دانش، مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج. دوره 19. شماره 6 شماره پی‌درپی 8.
- عامری، فریده (1382). بررسی تاثیر مداخلات خانواده درمانی راهبردی در اختلافات زناشویی. مجله روانشناسی دوره 7، شماره 3 پیاپی 27
- غلامی، مریم، پاشا، غلامرضا و منصور، سودانی (1388). اثربخشی آموزش معنا درمانی گروهی بر امید به زندگی و سلامت عمومی بیماران دختر تالاسمی. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان اصفهان. شماره 42.
- محمدی، سمیه (1391). بررسی اثربخشی معنادرمانی با رویکرد فرانکل بر کیفیت زندگی زنان نابارور مراجعه کننده به مرکز بهداشت باروری و ناباروری ولیعصر. دانشگاه الزهرا دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته راهنمایی و مشاوره.
- مومنی، فرشته، مشتاق، نهاله و پورشهباز، عباس (1392). اثر بخشی گروه درمانی با رویکرد شناختی-رفتاری بر بهبود کیفیت زندگی معتادان به مواد افیونی تحت درمان نگهدارنده با متادون. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد. سال هفتم، شماره 27.
- یوسفی، ن.، اعتمادی، ع.، بهرامی، ف.، احمدی، ا.، فاتحی زاده، م (1389). مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه در همسران طلاق و عادی به عنوان پیش بینی کننده طلاق. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران،

## منابع لاتین:

- Blair, R.G.(2004). *Helping older adolescents search for meaning in depression* Journal of mental Health counseling. Vol:26, Oct, pages:333-347.
- Fisher, B. & Bierhaus, J. (1994). *Facilitators manual for rebuilding: when your relationship ends*. California: Impact Publisher.
- Kang, Kyung- Ah, Im. Jae- Im. Kim. Hee. Su, kim shin- Jeong- song, Mikyung sin, songyong(2004). *The Effect of logotherapy on the Suffering, Finding Meaning, and spiritual well- being of Adolescents with Terminal cancer*
- Lau, W., & Chan, C. (2010). Effectiveness of group cognitive-behavioral treatment for childhood anxiety in community clinics. *Behaviour Research and Therapy*, 48(11), 1067.
- Loostra, B., Brouwers, A., & Tomic, W. (2009). *Feelings of existential fulfilment and burnout among secondary school teachers*. Teaching and Teacher Education, 25, Issue 5, 752-757.
- Prenzlau, S. (2006). *Using Reality Therapy to Reduce PTSD-Related Symptoms*. International journal of reality therapy, 25(2), 23-29.
- Vukalovich, D., & Caltabiano, N. (2008). *The effectiveness of a community group intervention program on adjustment to separation and divorce*. Journal of Divorce and Remarriage, 48 (3/4) , 145.

## **Identifying the effect of group counseling with a meaning therapy approach on the quality of life of divorced male and female teachers in Yasouj city**

### **Review:**

This research was conducted with the main purpose of identifying the effect of group counseling based on meaning therapy approach on increasing the quality of life of divorced male and female teachers in Yasouj city. Considering the quality of life and lifestyle, we also considered the effectiveness of this method of treatment on reducing depression as the second goal. The current research is applied and semi-experimental (unequal control group design). By using the purpose-based or available sampling method, 60 people were selected according to the considered criteria and divided into two experimental and proof groups. (30 people for each group), then Miller's life expectancy tests with a reliability coefficient of 80%, Fischer's post-divorce adjustment questionnaire (FDAS) with a reliability coefficient of 98%, and the World Health Organization Quality of Life Scale short form questionnaire (WHOQOL-BREF) with a reliability coefficient The retest for the subscales of physical health was 0.77, mental health was 0.77, social relations was 0.75, and environmental health was 0.84. It was taken from both groups. The results of the statistical analysis of the T-test in the pre-test did not show a significant difference in the quality of life. The results showed that the effect of meaning therapy counseling on quality of life dimensions is significant and the attitude towards divorce is not significant.

**Key words:** group therapy, meaning therapy, quality of life, divorced male and female teachers