

«زن و مطالعات خانواده»

سال هشتم - شماره سی و سوم - پاییز 1395

ص ص: 162-141

تاریخ دریافت: 94/11/10

تاریخ پذیرش: 95/04/08

اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خود کارآمدی دختران در آستانه ازدواج تحت حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان کرج

فاطمه فاتحی خشکتاب¹

دکتر پرویز کریمی ثانی²

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خود کارآمدی دختران در آستانه ازدواج تحت حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان کرج پرداخته است، روش تحقیق از لحاظ هدف، کاربردی و از نظر روش نیمه آزمایشی بوده. جامعه آماری شامل دختران در آستانه ازدواج 15-28 سال که 450 نفر می باشد. 40 نفر از آنان در دو گروه 20 نفره آزمایشی و کنترل که به روش نمونه گیری در دسترس از میان جامعه انتخاب شدند ابزار پژوهش شامل دو پرسشنامه استاندارد 1- مهارت های اجتماعی ماتسون (1983) 2- پرسشنامه خود کارآمدی شرر (1982) بوده است. برای بررسی و تجزیه و تحلیل فرضیات پژوهش از، آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شده است. نتایج بدست آمده از تحقیق نشان داد که آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خود کارآمدی دختران در آستانه ازدواج مطلوب بوده و باعث ارتقاء بینش در آنان شده، همچنین آموزش مهارت های پیش از ازدواج باعث مطلوب تر شدن مهارت های اجتماعی مناسب و کمتر شدن رفتارهای غیر اجتماعی در دختران، همچنین کاهش رفتارهای پر خاشگری و افزایش رفتارهای صمیمانه و به دور از پر خاشگری، افزایش اطمینان داشتن به خود در کنار رابطه مناسب با همسالان در آنان شده است.

واژه های کلیدی: مهارت های پیش از ازدواج، مهارت های اجتماعی، خود کارآمدی،

دختران در آستانه ازدواج

1- دانش آموخته کارشناسی ارشد گروه روانشناسی تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران f.fatehi38@gmail.com

2- استادیار گروه روانشناسی تربیتی، واحد شبستر، دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران karimisani@iaushab.ac.ir

مقدمه

با توجه به اینکه ازدواجهای بی ثبات و از هم گسیخته سبب تضعیف رفاه و بهزیستی شده و هزینه های اجتماعی و اقتصادی را برای خانواده و اجتماع در پی دارد (نقل از کارول¹ و همکاران، 2006). مروری بر انواع آموزشهای قبل از ازدواج آموزشهای قبل از ازدواج در اشکال گوناگونی ارائه می شود. برخی از دوره ها تنها چند ساعت یا یک تا 2 روز طول می کشد و مبتنی بر سخنرانی است. برخی از دوره ها طولانی تر است و مهارتها و تعاملاتی را بین زوجین فراهم می آورد (مک جورج²، 2006) تحقیقات نشان می دهند که دوره های مبتنی بر آموزش مهارت، برنامه های سازمان یافته تری هستند و کارآمدتر به نظر می رسد (همان منبع) انجمن های آمریکایی متعددی برنامه هایی تدوین کرده اند که در تمام ایالات متحده و در دنیا کاربرد وسیعی دارد. این برنامه ها عبارتند از: 1- برنامه ارتباط زوجین³ (میلر⁴ و همکاران، 1999) 2- برنامه تقویت رابطه (جرنی⁵ و همکاران، 1997، به نقل از نیلفروشان¹³⁹⁰). برنامه تقویت رابطه پیش از ازدواج⁶ (داو⁷، 2002) 4- برنامه آماده سازی/ غنی سازی⁸ (داو، 2002) 5- برنامه کاربرد عملی مهارتهای ارتباط جمعی: (گاتمن⁹، 1994) تأکید عمده تمام این برنامه های آموزش قبل از ازدواج به آموزش مهارتهای ارتباطی به زوجین است. اما قالبی که هر برنامه برای خود در نظر گرفته است. جلسات گروهی یا فردی، طول مدت برنامه می تواند متفاوت باشد. با توجه به انواع آموزش های یادشده در این پژوهش از برنامه غنی سازی اولسون و در کنار آن بر اساس برنامه مدون کمیته امداد امام خمینی که به صورت برنامه جامع تدوین و در قالب جلسات آموزشی پیش از ازدواج برای دختران در آستانه ازدواج اجرا می گردد. زنان به عنوان یکی از ارکان اصلی زندگی، نقش اساسی در استحکام خانواده بر عهده دارند و دختران در آستانه ازدواج (28-15 سال) از گروه های هدف بسیار مهم

1.Carol&Etc

2.Mac Gorge

3.Couple Communication

4.Miller

5.Jereni

6.Prepare

7.Dow

8.Pairs

9.Guttman

در کمیته امداد امام خمینی به شمار می آیند که آموزش به آنان قبل از ازدواج می تواند سلامت خانواده را تضمین نماید از جمله این اهداف عبارتند از:

1- کمک به ایجاد خانواده سالم و متعادل منطبق بر آموزه های اسلامی در جهت صیانت از بنیان خانواده

2- آموزش مسائل دینی و شرعی و روابط مطلوب میان همسران در جهت تضمین روابط آنرا در میان آنان، حدود روابط، میزان توقعات و متناسب با آن حدود وظایف در قبال همسر و..

که این اهداف در قالب برنامه های تربیتی کمیته امداد امام خمینی برای دختران در آستانه ازدواج طرح ریزی شده است و ضمن تشکیل کلاسهای آموزشی به آموزش و تربیت آنان می پردازد (دستور العمل اجرایی کمیته امداد امام خمینی، 1391).

خودکارآمدی عبارت است از اطمینان به توانایی های خود در کنترل افکار، احساسات و فعالیت هاست و بنابراین بر عملکرد واقع افراد، هیجانات و انتخاب افراد و سرانجام میزان تلاشی که شخص صرف یک فعالیت می کند، مؤثر است (سیف، 1384). خود کارآمدی به افراد کمک می کند تا بتوانند مستقل عمل کنند و یاد بگیرند با تکیه بر توانایی های خویش مسائل را حل نمایند (همان منبع). این مسئله تاثیر بسزایی در رفتار درست دختران دارد زیرا اگر این دختران که در آینده زنان این جامعه می باشند بتوانند به اداره درست زندگی و تربیت فرزندان بپردازند بسیاری از ناهنجاری هایی که در آینده می تواند در اثر این سوءمدیریت در خانواده و جامعه پیش آید را از بین ببرند دارد زیرا در شرایط خاصی که این گروه از دختران زندگی می کنند رفتار درست در زمان مناسب بسیار اهمیت دارد مهارت های اجتماعی در این میان نقش بسزایی را ایفا می نمایند، رفتار درست با خانواده همسر، رعایت تمامی اصول اخلاقی و دینی، رعایت حد و مرزها در زمان رفت و آمد و غیره شالوده اساسی زندگی را در این گروه سنی بنیانگذاری می کند. مهارت های اجتماعی عبارتند از رفتارهای انطباقی فراگرفته شده که فرد را قادر می سازد با افراد دیگر روابط متقابل داشته باشد، واکنش های مثبت بروز دهد و از رفتارهایی که پیامد منفی دارند اجتناب ورزد. مهارت های اجتماعی رفتارهایی نظیر همکاری،

مسئولیت‌پذیری، همدلی، خویشتن‌داری و خود اتکایی را شامل می‌شوند¹ و همکاران، (2011). موت² و همکارانش، 1999، به نقل از صالحی، 2010) مهارت‌های اجتماعی را به سه دسته کلی تقسیم می‌کند که 1 شامل: الف) رفتارهای تعاملی مناسب با دیگران (ب) واکنش مناسب هنگام برد یا زمان باخت پ) درس گرفتن از تجارب برای تقویت رفتارهای مطلوب و کاهش رفتارهای نامطلوب خود می‌باشد (به پژوه و همکاران، 1389) از نظر گرشام و الویت³ نمونه‌هایی از مهارت‌های اجتماعی عبارتند از: همکاری، مشارکت بادیگران، کمک کردن، آغازگر رابطه بودن، تقاضای کمک کردن، تعریف و تمجید از دیگران، تشکر و قدردانی (به پژوه و همکاران، 1389). آنچه مهم است اینکه کسب مهارت‌های اجتماعی یکی از عناصر اصلی اجتماعی شدن در کلیه فرهنگ‌ها است که طی دو تا سه دهه اخیر مورد توجه دانشمندان قرار گرفته است. شخصی که دارای مهارت‌های اجتماعی است می‌تواند به انتخاب و ارائه رفتارهای مناسب در زمان و موقعیت معین دست بزند که جدا از فرهنگ و زمینه اجتماعی فرد نیست (عابدی، 1391). با توجه به مسائل مطرح شده محقق بر آن شد که به بررسی این مطلب بپردازد که آیا آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود خودکارآمدی و مهارت‌های اجتماعی دختران در آستانه ازدواج تاثیر دارد؟

اهداف تحقیق

هدف کلی: اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت‌های اجتماعی و خود کارآمدی دختران در آستانه ازدواج

اهداف فرعی

- 1- اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت‌های اجتماعی دختران در آستانه ازدواج
- الف: اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد مهارت‌های اجتماعی مناسب دختران در آستانه ازدواج

1. Nie

2. Moote

3. Gersham & Eliot:

ب: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رفتارهای غیراجتماعی دختران در آستانه ازدواج

ج: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد پرخاشگری و رفتارهای تکانشی دختران در آستانه ازدواج

د: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن دختران در آستانه ازدواج

ه: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان دختران در آستانه ازدواج

2) اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خود کارآمدی دختران در آستانه ازدواج

الف: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خودکارآمدی در بعد خودکارآمدی عقاید فردی دختران در آستانه ازدواج

ب: اثربخشی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خودکارآمدی در بعد توانایی فردی برای غلبه بر موقعیت های پیچیده دختران در آستانه ازدواج

فرضیه های پژوهش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی و خود کارآمدی تأثیر دارد.

فرضیه های فرعی آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی تأثیر دارد. الف: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد مهارت های اجتماعی مناسب تأثیر دارد.

ب: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رفتارهای غیراجتماعی تأثیر دارد.

ج: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد پرخاشگری و رفتارهای تکانشی تأثیر دارد.

د: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن تأثیر دارد.

ه: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان تأثیر دارد.

2- برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خود کار آمدی تاثیر دارد.
الف: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خود کار آمدی در بعد خودکارآمدی عقاید فردی تاثیر دارد.

ب: برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خودکارآمدی در بعد توانایی فردی برای غلبه بر موقعیت های پیچیده تاثیر دارد.

پیشینه پژوهش: رفیعی و همکاران (1394) در پژوهشی با عنوان تاثیر آموزش آمادگی برای ازدواج بر انتظارات زناشویی و مولفه های آن در دختران عقد کرده شهر اصفهان به این نتیجه رسید که آموزش آمادگی برای ازدواج بر انتظارات زناشویی دختران و مولفه های آن شامل انتظار از همسر به عنوان دوست و حامی انتظار از زندگی زناشویی و انتظار از یک رابطه ایده آل و در مرحله پس آزمون به صورت معنادار موثر بوده و می توان گفت کلاسهای آمادگی برای ازدواج در جهت بهبود انتظارات زناشویی و ابعاد آن موثر بوده است همچنین افخمی کیان (1393) در پژوهشی با عنوان مقایسه اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش غنی سازی ازدواج به روش اولسون با گروه درمانی معنوی مذهبی بر کاهش دلزدگی و افزایش رضایتمندی زناشویی زنان متأهل به این نتیجه رسید که بین هر دو گروه درمانی و گروه کنترل از نظر اثربخشی درمان، تفاوت معناداری وجود دارد و هر دو گروه درمانی باعث کاهش دلزدگی و افزایش رضایت زناشویی می شود. آقاجان بگلو، و همکاران (1392) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه کلاسهای آموزش پیش از ازدواج و استحکام خانواده از دیدگاه زوجین در شهر بوشهر به این نتیجه رسید که برپایی کارگاه های پیش از ازدواج نیز روشی است که در این راستا برنامه ریزی شده است. اما این که در این کارگاه ها به چه چیز پرداخته می شود و تا چه حد توانسته در استحکام خانواده موثر باشد مسأله ای است که لازم است مرتباً پژوهش شود و نتایج آن در اختیار متخصصان برنامه ریزی قرار گیرد در پژوهشی که منصور نژاد و همکاران (1392) با عنوان اثربخشی آموزش مهارت های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان دختر در آستانه ی ازدواج انجام دادند به این نتیجه رسیدند که میانگین نمره های نگرش های ناکارآمد در زمینه انتخاب همسر در گروه آزمایش نسبت به گروه گواه در مرحله پس آزمون، کاهش معناداری پیدا کرده همچنین میانگین نمره های خرده مقیاس های باورهای غیرمنطقی در زمینه نگرشهای همسرگزینی (عشق باوری، تجربه محوری، ایده آل نگری، متضادجویی، آسان بینی و خوش باوری) گروه آزمایش نسبت به

گروه گواه در مرحله پس آزمون کاهش معناداری پیدا کرده است همچنین بلداجی و همکاران (1392) در پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی مشاوره گروهی عقلانی عاطفی رفتاری بر کاهش نگرشهای ناکارآمد انتخاب همسر دختران و پسران شهر بندرعباس به این نتیجه رسیدند که برپایی کارگاه های پیش از ازدواج نیز روشی است که در این راستا برنامه ریزی شده است. اما این که در این کارگاه ها به چه چیز پرداخته می شود و تا چه حد توانسته در استحکام خانواده موثر باشد مسأله ای است که لازم است مرتباً پژوهش شود و نتایج آن در اختیار متخصصان برنامه ریزی قرار گیرد در پژوهشی های خارجی انجام گرفته نیز نتایج پژوهش های مشابهی مانند ویلیامسون و همکاران (2014) پژوهشی با عنوان آیا آموزش های پیش از ازدواج باعث افزایش یا کاهش کمک طلبی زوجین می گردد به این نتیجه رسیدند که بین دریافت آموزش قبل از ازدواج و پیگیری مشاوره زوج با شاخص جمعیتی تعدیل شده رابطه دارد و برای آمریکایی های آفریقایی تبار و برای افراد با درآمد پایین تر و کم سواد تر تشویق به استفاده از مداخلات قبل از ازدواج ممکن است استفاده از مداخلات درمانی بعد از آن در رابطه به ویژه در میان جوامع پرخطر را افزایش می دهد. همچنین آتیا (2013) در پژوهشی با عنوان ارزیابی نفوذ آموزش مهارت های زندگی بر رفتار بهداشت باروری دختران نوجوان 15-19 سال در مدارس عمومی کبیرا، نایروبی به این نتیجه رسید که با اشاره به نیاز به تاکید بیشتری بر برخورد با فشار همسالان، مشکل حل و مدیریت استرس مقاوم بودن در شرایط دشوار این مناطق در این گروه سنی است همچنین T بدست آمده نیز نشان داد که خود آگاهی و دانش پایه از نوجوانی به خوبی آموزش داده شود تا بتوانند از خود به خوبی مراقبت کنند. در پژوهش استنلی و همکاران (2012) بررسی تغییرات در تنظیم رابطه و رضایت از زندگی در ازدواج انجام دادند که نتایج نشان داد در هر دو حالت تنظیم رابطه قبل از ازدواج و رضایت از زندگی بعد از ازدواج و پیش بینی سازگاری زناشویی 6 سال بعد از ازدواج بهم ارتباط دارند و در حالی که نمرات تنظیم رابطه قبل از ازدواج با رضایت از زندگی در آینده همراه نیست، تغییر در تنظیم رابطه مثبت و با رضایت از زندگی آینده همراه بود. مک مانوس و همکاران (2012) در پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی ثبت افکار و رفتارهای آزمایشی در تغییر عقاید ناکارآمد نتایج را اینگونه گزارش نشان داد که افراد با ثبت افکار خود و بازنگری این افکار به ناکارآمدی آنان وقوف پیدا می کنند و با آموزش های شناختی می توانند این عقاید ناکارآمد را کاهش دهند. در

پژوهشی دیگر به بررسی رابطه انتظارات قبل از ازدواج و توصیه های قبل از ازدواج و رضایت زناشویی پرداخته شد که نتایج نشان دادند انتظارات و عقاید افراد، عامل تعیین کننده ای در پیش بینی رضایت زناشویی دارند.

مبانی نظری پژوهش: آموزش های قبل از ازدواج، از اولویتهای اساسی در برنامه های پیشگیری از ناهنجاریهای فردی-خانوادگی، کاهش میزان طلاق و افزایش میزان رضایتمندی از زندگی زناشویی است و افراد می توانند از طریق نهادهای اجتماعی، مراکز مطالعات خانواده و مراکز مشاوره برای مشارکت فعال در برنامه های آموزش قبل از ازدواج ترغیب شوند. به طور کلی هدف از آموزش قبل از ازدواج آنست که زوج ها وارد فرایند آموزش مهارتها و شکل گیری اندیشه ها و نگرشهایی شوند که روابط بهنجار بعدی آنها را بهبود بخشد. این آموزش می تواند از طریق ارابه متون مختلف، سمینارها، سخنرانی ها، کلاسهای درس و جلسات آموزش فردی و گروهی و یا در کارگاه های آموزشی با حضور زوجین و متخصصان روانشناسی و مشاوره ارائه شود. آموزش پیش از ازدواج کلاسها یا کارگاه های آموزش پیش از ازدواج رویکرد تکمیلی به سوی آموزش زوجین در آستانه ازدواج و در جهت آموزش مهارتها، نگرشها و تکنیکهای غنی سازی است که تحقیقات نشان داده اند که منجر به یک زندگی زناشویی شاد می گردد. این چنین برنامه هایی آماده سازی آموزش است نه درمان. این آموزشها به صورت گروهی انجام می شود و استراتژیها و مهارتها را برای یک ازدواج موفق پوشش می دهد. همانند مشاوره پیش از ازدواج، بسیاری از این کلاسها توسط یک آموزشگر مذهبی یا مشاورین متخصص در این زمینه اجرا می گردد. متخصصان پیشنهاد می کنند که زوجین پیش از ازدواج، ابتدا در کلاسهای آموزش پیش از ازدواج شرکت کنند زیرا این کلاسها به طور گسترده ای استراتژیها و مهارتها را برای یک ازدواج موفق پوشش می دهند. سپس زوجینی که احساس می کنند هنوز نیازهای بیشتری دارند می توانند از خدمات مشاوره ای خصوصی جهت مسائل و مشکلات ویژه سود جویند (پاتریشیا و گریگوری، 2003) آموزشهای قبل از ازدواج در اشکال گوناگونی ارائه می شود. برخی از دوره ها تنها چند ساعت یا یک تا 2 روز طول می کشد و مبتنی بر سخنرانی است. برخی از دوره ها طولانی تر است و مهارتها و تعاملاتی را بین زوجین فراهم می آورد بعضی از این دوره ها عبارتند از: برنامه ارتباط زوجین، برنامه تقویت رابطه، برنامه تقویت رابطه پیش از ازدواج، برنامه آماده سازی / غنی سازی، برنامه کاربرد عملی مهارتهای ارتباط صمیمی می باشد.

در پژوهش حاضر با توجه به برنامه آماده سازی /غنی سازی ازدواج اولسون و همچنین برنامه های آموزشی و تربیتی کمیته امداد در قالب یک برنامه کاری در 5 بعددر زمان یک ترم سه ماهه آموزش داده می شود و پس از پایان دوره به بررسی وضعیت پیشرفت دانش آموختگان پرداخته و آنان را ارزیابی می نمایند و در آن به دو مسئله اساسی پرداخته می شود:

- 1- فضیلت ازدواج در آموزه های دینی فلسفه و اهداف ازدواج
- 2- هدف گزینی در زندگی تکامل و آرامش روانی سلامتی جسم و جان تمرین دگرخواهی و تربیت خویشتن

این مباحث توسط مربی مجرب و آموزش دیده در طول هفته به دختران آموزش داده می شود و پس از آموزش از آنها در رابطه با مباحث آموزش داده شده آزمون به عمل می آید.

مفهوم «خود-کارآمدی» در مرکز نظریه شناخت اجتماعی آلبرت بندورا، روان شناس معروف، قرار دارد. نظریه بندورا بر نقش یادگیری مشاهده ای، تجربیات اجتماعی و جبرگرایی تقابلی در رشد شخصیت تأکید دارد. براساس نظر بندورا، نگرش ها، توانائی ها و مهارت های شناختی هر فرد، تشکیل دهنده چیزی است که «سیستم خود¹ نامیده می شود. این سیستم در چگونگی درک ما از شرایط مختلف و چگونگی رفتار ما در واکنش به آنها، نقش عمده ای ایفا می کند. خود-کارآمدی، بخش مهمی از این «سیستم خود» است. ماتسون² (2000) مهارت های اجتماعی را شامل موارد ذیل می داند:

- 1- توانایی حفظ آرامش یا برخورداری از سطحی بردباری در برابر اضطراب ناشی از موقعیت های اجتماعی اضطراب آور.
- 2- مهارت های گوش دادن مثل باز خورد دادن
- 3- همدلی در موقعیت های مختلف با دیگران
- 4- برقراری رابطه دوستانه با دیگران و ادامه دادن به تعاملات با افراد مختلف
- 5- خود افشایی
- 6- تماس چشمی مناسب

1.self-system

2.Matson

مهارت‌های اجتماعی، توانایی فرد در پاسخ‌دهی به محیطی است که باعث ایجاد، حفظ و افزایش اثرات مثبت بین فردی (میان مردم) می‌گردد (پاولز و الیوت¹، 2001، به نقل از نیلفروشان، 1390).

در پژوهش حاضر بر اساس پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون⁵ بعداصلی شامل مهارت‌های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، برتری طلبی و اطمینان به خود، و رابطه با همسالان به عنوان مولفه‌های اصلی مورد بررسی قرار گرفته است.

ابزار و روش

این تحقیق از نوع تحقیق نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دختران در سن 15-28 سال شهرستان کرج که تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی که تعداد آنها 450 نفر می‌باشد. از میان جامعه 40 نفر به عنوان نمونه آماری با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و در دو گروه آزمایشی و کنترل تقسیم شدند بدین صورت که از میان افراد شرکت‌کننده به صورت داوطلبانه تعداد 40 نفر برگزیده شده‌اند.

ابزار پژوهش عبارت بودند از:

الف: پرسشنامه خود کارآمدی شرر (1982)

ب: پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون (1983).

الف: پرسشنامه خود کارآمدی شرر: این پرسشنامه توسط شرر و مادوکس²

در سال (1982) تهیه شده است، دارای 17 سوال که ضریب پایایی گزارش شده به وسیله ایشان نسبتاً بالا و رضایت بخش است ضریب پایایی براساس آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس خودکارآمدی عمومی و خود کارآمدی اجتماعی به ترتیب 0,86 و 0,71 گزارش شده است. ضریب پایایی آزمون براساس روش همبستگی اسپیرمن-براون³ 0,71 و با استفاده از دونیمه کردن گاتمن⁴ 0,76 گزارش کرده است (یبابانگرد، 1384).

1. Powles & Elliott

2. Sherer & Madox

3. Spierman & Brown

4. Guttman

ب: پرسشنامه مهارت های اجتماعی ماتسون:

این پرسشنامه دارای 56 سوال بوده و هدف آن سنجش مهارت های اجتماعی از ابعاد مختلف (مهارت های اجتماعی مناسب، رفتارهای غیراجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، برتری طلبی، اطمینان زیاد به خود داشتن، رابطه با همسالان) است (ماتسون، 1983، به نقل از به پژوه و همکاران، 1389). در پژوهش یوسفی و همکاران (1381) روایی سازه این پرسشنامه مورد تایید قرار گرفت و پنج عامل بدست آمد و همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد.

پکیج آموزشی مورد استفاده در پژوهش:

با توجه به مفاهیم ارائه شده شامل برنامه های تربیتی کمیته امداد و همچنین مفاهیم مطرح شده مهارت های اجتماعی و خودکارآمدی با عنایت به سرفصل برنامه های کمیته امداد برنامه های آموزش پیش از ازدواج اینریج 1 یک پکیج آموزشی به شرح زیر آماده گردیده است:

جدول 1: جدول سرفصل‌ها و تکالیف هر بحث

تعداد جلسه	تکالیف هر مبحث (هر مبحث در یک جلسه 1/5 ساعته آموزش داده می شود)	سرفصل اهداف
2	1- فضیلت ازدواج در آموزه های دینی فلسفه و اهداف ازدواج	جایگاه، ضرورت،
	2- هدف‌گزینی در زندگی تکامل و آرامش روانی سلامتی جسم و جان تمرین دگرخواهی و تربیت خویشتن	فلسفه و اهداف ازدواج
2	1- رشد و بلوغ رشد جسمانی و جنسی رشد عاطفی- روانی رشد عقلی و فکری رشد اجتماعی و اقتصادی حفظ حیا و حجاب حیای رفتاری حیای حیای پوشش حیای نگاه	شرایط اساسی قبل از ازدواج
	2- آگاهی از ویژگیهای طبیعی و روانی زن و مرد تفاوت در رشد شناختی تفاوت در رشد اجتماعی عاطفی تفاوت در ارتباطات کلامی	
2	1- بعد فردی ایمان و اخلاق تناسب سنی، زیبایی (نسبیت زیبایی) فکر و عاطفه تحصیلات و موقعیت اجتماعی	معیارهای صحیح انتخاب همسر
	2- انطباق گفتار و کردار بعد خانوادگی حسن شهرت خانوادگی کفویت	
2	1- مشورت با والدین، بزرگان فهیم ومهذب تحقیق آگاهانه گفتگوی متقابل صادقانه سئوالات مذهبی سئوالات مربوط به اداره خانواده سئوالات مربوط	مراحل همسرایی و خواستگاری
	2- به شرایط بحرانی در زندگی مشترک سئوالات مربوط به خانواده طرفین ضرورت مشاوره ژنتیکی جایگاه استخاره در راهیابی به تصمیم نهایی آداب خواستگاری دوران نامزدی	
3	1- وضع مطلوب در روابط با جنس مخالف شناخت واقعیت‌های جنس مخالف	حدود ارتباط بین دختر و پسر قبل از ازدواج پیامدهای مخرب روابط ناسالم
	2- اجتناب از خیالپردازی و تصویر رویایی در مورد جنس مخالف از بین بردن ترسها و هیجانها نسبت به جنس مخالف حفظ صلابت شخصیت به هنگام برخورد با جنس مخالف	
	3- مبتنی بر احترام با مراعات حدود شرعی در مورد محرم، نامحرم، حلال و حرام فقدان روابط پنهانی با جنس مخالف و مشورت با والدین در اینگونه موارد اجتناب از برقراری روابط صمیمانه با جنس مخالف قبل از عقد شرعی نداشتن رفتار سبک، خودنمایی و جلب توجه جنس مخالف تأخیر در ازدواج و تبعات آن جوانان و فضاهای مجازی (چت رومها، شبکه های اجتماعی و...)...	

پس از گرد آوری داده ها: با استفاده از نرم افزار SPSS در دو بخش آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین) و آمار استنباطی صورت گرفته است که به دلیل نرمال بودن داده ها از آزمون پارامتریک Ancova برای اندازه گیری های مکرر بررسی میانگین ها و میزان نقش برگزاری استفاده می شود.

نتایج

فرضیه اصلی: آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خودکارآمدی تاثیر دارد.

جدول 2: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود خودکارآمدی و مهارت های در گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجذورات
پیش آزمون	43056/25	1	0/03	0/4	43056/25
گروه مستقل	72092/25	1	0/568	668/174	72092/25
واریانس خطا	6690/875	18	-	-	7175/257
مجموع	693005/62	20	-	-	-

نتایج جدول 2 نشان می دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خود کار آمدی تاثیر دارد. تأیید می گردد. شاخص اثر (ضریب ایفا) به دست آمده، حاکی از این است که 56 درصد افزایش خودکارآمدی و مهارت های اجتماعی افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت های پیش از ازدواج نسبت داد.

فرضیه های جزئی:

- برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد مهارت های اجتماعی مناسب تاثیر دارد.

جدول 3: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های در بعد مهارت های مناسب در گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجذورات	سطح معناداری
پیش آزمون	3361/68	1	0/01	0/032	3361/68	0/15
گروه مستقل	5132/28	1	0/489	0/636	5132/28	0/005
واریانس خطا	3026/275	18	-	-	7175/257	-
مجموع	198386/225	20	-	-	-	-

نتایج جدول 3 نشان می‌دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی‌دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد مهارت‌های اجتماعی مناسب تاثیر دارد تأیید می‌گردد. شاخص اثر (ضریب ای‌تا) به دست آمده، حاکی از این است که 48 درصد افزایش مهارت‌های اجتماعی مناسب افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج نسبت داد.

- برگزاری آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد رفتارهای غیر اجتماعی تاثیر مطلوب دارد.

جدول 4: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین‌های تعدیل شده نمره‌های آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد رفتارهای غیر اجتماعی در گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجذورات	سطح معناداری
پیش آزمون	1556/30	1	0/03	1/408	1556/30	0/32
گروه مستقل	2002/56	1	0/458	427/819	2002/56	0/005
واریانس خطا	3148/6	18		-	70896/300	
مجموع		20		-		

نتایج جدول 4 نشان می‌دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی‌دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد مهارت‌های اجتماعی مناسب تاثیر دارد تأیید می‌گردد. شاخص اثر (ضریب ای‌تا) به دست آمده، حاکی از این است که 45 درصد کاهش رفتارهای غیر اجتماعی افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج نسبت داد.

- برگزاری آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت‌های اجتماعی در بعد پرخاشگری و رفتارهای تکانشی تاثیر دارد.

جدول 5: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رفتارهای پر خاشگری و تکانشی گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجذورات	سطح معناداری
پیش آزمون	1477/63	1	0/01	0/076	1477/63	0/25
گروه مستقل	1462/29	1	0/322	420/57	1462/29	0/005
واریانس خطا	3233/400	18		-	159/732	
مجموع	71571/600	20		-		

نتایج جدول 5 نشان می دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی در بعد پر خاشگری و رفتارهای تکانشی تاثیر دارد تأیید می گردد. شاخص اثر (ضریب ایفا) به دست آمده، حاکی از این است که درصد کاهش 32 درصد رفتارهای پر خاشگری و تکانشی افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت های پیش از ازدواج نسبت داد.

- برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی در بعد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن تاثیر مطلوب دارد.

جدول 6: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن گروه

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجذورات	سطح معناداری
پیش آزمون	374/42	1	0/01	0/990	374/42	0/25
گروه مستقل	453/69	1	0/532	319/951	453/69	0/005
واریانس خطا	98/275	18		-	729/475	
مجموع	16524/225	20		-		

نتایج جدول 6 نشان می دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی دار است ($P=0/005$). شاخص اثر (ضریب ایفا) به دست آمده، حاکی از این است که درصد کاهش 53 درصد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت های پیش از ازدواج نسبت داد. بنابراین

فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی در بعد برتری طلبی و اطمینان به خود داشتن دختران در آستانه ازدواج تاثیر دارد تأیید می گردد.

- برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان تاثیر دارد.

جدول 7: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان

منابع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجزورات	سطح معناداری
پیش آزمون	849/72	1	0/01	89/732	849/72	0/25
گروه مستقل	1466/89	1	0/532	823/655	1466/89	0/005
واریانس خطا	55/236	18		-	1049/475	
مجموع	45495/025	20		-	-	

نتایج جدول 7 نشان می دهد که با برداشتن اثر پیش آزمون بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان تاثیر دارد تأیید می گردد. شاخص اثر (ضریب ایتا) به دست آمده، حاکی از این است که درصد کاهش 53 درصد بهبود مهارت های اجتماعی در بعد رابطه با همسالان افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت های پیش از ازدواج نسبت داد.

- برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خود کار آمدی در بعد خودکارآمدی عقاید فردی تاثیر دارد.

جدول 8: نتایج تحلیل کواریانس تفاوت میانگین های تعدیل شده نمره های آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر بهبود خودکارآمدی در بعد خودکارآمدی عقاید فردی گروه آزمایش و کنترل

منابع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	حجم اثر	نسبت F	میانگین مجزورات	سطح معناداری
پیش آزمون	330/625	1	0/02	8/912	330/625	0,2
گروه مستقل	807/875	1	0/648	1120/020	807/875	0/005
واریانس خطا	27/551	19		-	523/475	
مجموع	30858/025	20		-	-	

نتایج جدول 8 نشان می‌دهد که با برداشتن اثر پیش از ازدواج بین دو گروه ارائه شده تفاوت معنی‌دار است ($P=0/005$). بنابراین فرض پژوهشی که عبارت بود از برگزاری آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر خود کارآمدی در بعد خودکارآمدی عقاید فردی تاثیر دارد تأیید می‌گردد. شاخص اثر (ضریب ایستا) به دست آمده، حاکی از این است که 64 درصد بهبود خود کارآمدی در بعد عقاید فردی افراد شرکت کننده در گروه آزمایش را به آموزش مهارت های پیش از ازدواج نسبت داد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج بدست آمده از تحقیق نشان داد که آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خودکارآمدی دختران در آستانه ازدواج مطلوب بوده و باعث ارتقاء بینش در آنان شده، همچنین آموزش مهارت های پیش از ازدواج باعث مطلوب تر شدن مهارت های اجتماعی مناسب و کمتر شدن رفتارهای غیراجتماعی در دختران، همچنین کاهش رفتارهای پرخاشگری و افزایش رفتارهای صمیمانه و به دور از پرخاشگری، افزایش اطمینان داشتن به خود در کنار رابطه مناسب با همسالان در آنان شده است. نتایج پژوهش با نتایج یافته های کریمی ثانی (1389)، انیا¹ (2013)، رفیعی و همکاران (1394)، هویلی پور (1390)، یزدان پناه، احمد آبادی (1391)، آقاچان بگلو (1392) و اورکی² و همکاران (1392) همخوانی دارد. در آموزش های پیش از ازدواج به افراد آموزش داده می شود چگونه می توانند در اجتماع به شکل مناسب و پسندیده رفتار کنند در این آموزش ها افراد یاد می گیرند که چگونه بهتر رفتار کنند و رفتارهای مناسب در آنها تقویت شود با تقویت این رفتارها فرد به لحاظ اخلاقی قویتر عمل می نماید و می تواند افکار صحیح را از غلط بخوبی تشخیص داده و به درستی رفتار نماید. یافته ها نشان می دهد که کاربرد آموزش ابراز وجود، تاثیر به سزا در ارتقاء مهارت های اجتماعی در زندگی افراد دارد بدین معنی که فرد وقتی می تواند با اطمینان کامل به خود بدون اینکه بخواهد درصدد کمال طلبی در مقابل همسر یا خانواده او داشته باشد تفکر و عمل نماید آموزش این مهارت باعث می شود که فرد با اتکا به کمال وجودی خود در سایه اعتماد بنفس و داشته های روانی خود به انتخاب عاقلانه دست بزند. بسیاری از افراد در

1. Ania

2. Oraki&Etc

مواجهه با موقعیت های تکانشی رفتارهای پرخاشگری از خود ابراز می دارند و این رفتارها گاه عواقب و تاثیرات بسیار ناگوار در پی خواهد داشت در کلاسهای آموزش پیش از ازدواج، آموزش مواجهه با این موقعیت ها می تواند کمک بسیار چشمگیری در بهبود روابط، برخورد مناسب با اطرافیان و مدیریت رفتارهای تکانشی داشته باشد که علاوه بر اینکه بتوانند خود را کنترل نمایند و جلوگیری از رفتارهای پرخاشگری در فرد، برخورد مناسبی با مسئله نموده و هم آن را حل نماید. بسیاری از افراد در موقعیت های مناسب رفتارهای اجتماعی مناسبی را از خود بروز نمی دهند در موقعیت هایی خاص مثل برخورد با افراد در موقعیت های جدید، و یا در اجتماع مهارت کنترل خود می تواند تاثیر زیادی در نگاه افراد نسبت به آنها داشته باشدگاه یک برخورد نامناسب سبب از بین رفتن یک موقعیت بسیار عالی برای فرد می گردد در آموزش های پیش از ازدواج افراد یاد می گیرند که در زمان و مکان مناسب رفتار مورد تأیید از خود بروز دهند و از رفتارهای ناشایست بپرهیزند. با توجه به اینکه کسب مهارتهایی نظیر درست صحبت کردن، احترام متقابل، اخلاق نیکو، درک طرف مقابل، پرهیز از رفتارهای تکانشی، رفتار مناسب در موقعیت های مختلف، گرفتن تصمیم های مناسب در موقعیت های خاص، داشتن گذشت، صبر، قانع بودن، صداقت و مسئولیت پذیری و خودشناسی موردتاکید در برنامه های اصلی آموزش پیش از ازدواج است در این موقعیت ها فردی که از پشتوانه فکری مناسب برخوردار است می تواند برخورد مناسب داشته باشد. آموزش ابراز وجود تاثیر مثبت و معنی داری بر مولفه های مهارت های اجتماعی بدین منظور که فردی که عقاید درست درباره همسر، زندگی خانوادگی و توقع و انتظارات از همسر دارد و از زیر بنای فکری مناسبی درباره زندگی برخوردار است می تواند در آینده با دانش و بینش و توقعات منطقی از زندگی، یک زندگی مناسب را برنامه ریزی نمایند، در آموزش های پیش از ازدواج، مهمترین اصول آموزش مهارت های اجتماعی با تکیه بر توانایی فرد و همچنین عقاید مناسب به فرد آموزش داده می شود چگونه می تواند درست تصمیم گیری، انتخاب و رفتار کند.

با توجه به مباحث یاد شده محقق برای پژوهشگران در آینده پیشنهاد می دهد:
 با توجه به اینکه آموزش مهارت های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت های اجتماعی و خودکارآمدی تاثیر دارد. بنابراین توصیه می شود با استفاده از منابع علمی معتبر ابتدا به تدوین دستورالعمل و برنامه اجرایی مناسب پرداخته شود که با افزایش این

مهارت ها به برقراری ارتباط اجتماعی مناسب در آینده که لازمه داشتن یک زندگی پایدار است بپردازد. همچنین توصیه می شود با آموزش های لازم و برقراری کلاسهای آموزشی راههای مقابله با رفتارهای غیراجتماعی را فرا بگیرند که با افزایش این مهارت ها به برقراری ارتباط اجتماعی مناسب بدون هیچگونه مشکل در آینده به داشتن یک زندگی شاد و موفق مبادرت ورزند.

منابع

- آقاجان بگلو، سوسن؛ بذرافکن، حمیرا؛ انعامی عراقی، شهره (1392)، در پژوهشی با عنوان "بررسی رابطه کلاسهای آموزش پیش از ازدواج و استحکام خانواده از دیدگاه زوجین در شهر بوشهر"، فصلنامه تخصصی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی- واحد شوشتر سال هفتم، شماره (20)، بهار 1392، 217-240
- آنیا میریان، ارزیابی نفوذ آموزش مهارت های زندگی بر رفتار بهداشت باروری دختران نوجوان 15-19 سال 2013 در مدارس عمومی کبیرا، نایروبی، (2013)
- افخمی کیان، محمد (1393)، مقایسه اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر آموزش غنی سازی ازدواج به روش اولسون با گروه های درمانی معنوی مذهبی بر کاهش دلزدگی و افزایش رضایتمندی زناشویی زنان متاهل، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه مشهد.
- اورکی، محمد؛ جمالی، چمین؛ فرج اللهی، مهران و کریمی فیروز جانی، علی (1391)، اثر بخشی آموزش برنامه غنی سازی ارتباط بر میزان سازگاری زناشویی دانشجویان متاهل. مجله شناخت اجتماعی، 1(2)، 61-52
- به پژوه و همکاران (1389)، تأثیر آموزش مهارت های اجتماعی بر سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دیرآموز، فصلنامه نوآوری های آموزشی، ش 33، س 9.
- بیابانگرد، اسماعیل (1384)، روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران، تهران،
- دستورالعمل اجرایی کمیته امداد امام خمینی (1391).
- رفیعی، اعظم، عذرا، اعتمادی، بهرامی، فاطمه؛ جزایری، فاطمه السادات (1394)، بررسی تاثیر آمادگی برای ازدواج بر انتظارات زناشویی و مولفه های آن بر دختران عقد کرده اصفهان، فصلنامه علمی- پژوهشی زن و جامعه، سال ششم، شماره اول بهار 1394.
- سیف، علی اکبر (1384)، روان شناسی پرورشی، انتشارات آگاه، تهران.
- عابدی، احمد (1391)، مهارت های مورد نیاز کودکان برای ورود به مدرسه، اصفهان: نشر نوشته.
- کریمی ثانی، پرویز؛ اسمعیلی، معصومه؛ فلسفی نژاد، محمد رضا؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ فرحبخش، کیومرث؛ احیائی، کبری (1389)، "تدوین محتوای مشاوره قبل از ازدواج بر مبنای شناسایی عوامل و مهارت های معنوی و اخلاقی پیش بینی کننده ازدواج موفق در بین زوجهای تبریز" پایان نامه دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران، مجله «زن و مطالعات خانواده» 2(7)، بهار 1389، 121-132.

- نیلفروشان، پریسا و همکاران (1390)، بررسی ساختار عاملی، اعتبار و روایی مقیاس انتظار از ازدواج، مجله علوم رفتاری، 5(1)، 11-19.
- هویلی پور، سارا؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ سودانی، منصور (1390)، "اثربخشی آموزش پیش از ازدواج بر انتظارات و نگرشهای زناشویی فرزندان دختر در آستانه ازدواج کارکنان شرکت ملی مناطق نفت خیز جنوب" دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران. یافته های نو در روان شناسی، 7(23)، تابستان 1391، 81-93
- یزدان پناه احمد آبادی، منصوره (1391)، "اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش اولسون بر انتظار از ازدواج و هوش هیجانی دختران در آستانه ازدواج شهر رفسنجان در سال 1391، فصلنامه علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد، پایان نامه کارشناسی ارشد .
- یوسفی، فریده، خیر، محمد (1381)، بررسی پایایی و روایی مقیاس سنجش مهارت های اجتماعی ماتسون و مقایسه عملکرد دختران و پسران دبیرستانی در این مقیاس، ویژه نامه علوم تربیتی، دوره هیجدهم، شماره دوم، پیاپی 36.

- Corroll, J. S. & Dohetry, W. J. (2006), Evaluating the Effectiveness of Premarital Prevention Program: Ameta-Analytic Dillon, H. N, Chair, P. C., Dixon, W. & Ellis, J. (2005). Family violence and Divorce Family & Marriage. Issues, vol.19, No. 6, 750-768
- Daw, J. (2002), Saves marriages: How to do it ? American Association for Marriage and Family Therapy.
- Guttman, J. (1994), Why Marriages Succeed or fail. New York. Journal of Family Psychology, Vol 26(1), Feb 2012, 165-170.
- MacGeorge, Christine R. & Carlson, Thomas S. (2006), Premarital Education: An Assessment of Program Efficacy, Contemporary Family Therapy, 28(1), 165-190.
- Miller, S & Sherrad, p. A: D. (1999), Couple communication: A system for equipping partoners to talk, Listen, and resolucl conflicts effectively. In Berger, R.& Hanna, M. T.(eds). Preventive approaches in couples's therapy: 125-148. Lillington, NC :Edwards Brothers

- Nie, Y. Lau, S. Liao, A. K. (2011), Role of Academic self-efficacy in Moderating the Relation Between task Importance and test Anxiety. *Learning and Individual Differences*. 21, 736-741.
- Salehi, M. (2010), Impact of premarital Education on Marital Expectations and Attitude of Students Hostel, Islamic Azad University. Family Counseling Master's thesis. University Branch.
- Williamson, Hannah C.; Trail, Thomas E.; Bradbury, Thomas N.; Karney, Benjamin (2014), Does premarital education decrease or Increase Couples' later help-seeking? *Journal of Family Psychology*, Vol 28(1), Feb 2014, 112-117.