

طراحی مشاوره پیش از ازدواج و ارزیابی اثربخشی آن بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر

Designing a Pre-Marriage Consultation and Evaluating Its Efficacy on Inefficient Attitudes Towards Choosing a Spouse of Female Students

Samaneh Salehi Mobarakeh

PhD Student in Counseling, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.

Mohammad Hosein Fallah Yakhdani (Corresponding author)

Associate Professor, Department of Psychology, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.

Email: fallahyazd@iauyazd.ac.ir

Saeid Vaziri Yazdi

Faculty member, Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.

Zahra Chabokinejad

Member of Psychology and Counseling Department, Yazd University of Science and Art, Yazd, Iran.

Abstract

Aim: The present study was conducted to investigate designing a pre-marriage consultation according to the lived experiences of the women with unsuccessful choice and evaluating its efficacy on inefficient attitudes towards choosing a spouse of female students. **Method:** The research method of the current study was phenomenology in the qualitative part and quasi-experimental with pretest, posttest and control group design in the quantitative part. The statistical population of the present study included married women with unsuccessful choice in the city of Isfahan in 2019 and the statistical population in the quantitative part included single female students at the universities of Isfahan in academic year 2018-19. 12 women with unsuccessful choice were selected through purposive sampling method and took in-depth interview in order to compile the packages of pre-marriage consultation. 40 female students were selected through purposive sampling method and randomly accommodated into experimental and control group in the quantitative part. The experimental group received ten sessions of pre-marriage consultation. The applied questionnaires included marital conflict (MCQ) and attitude towards choosing a spouse (ATCSQ). The data taken from the study were analyzed through ANCOVA. **Results:** The results showed that pre-marriage consultation has significant effect on female students' inefficient attitudes towards choosing a spouse ($F=41.23$, $Eta=0.56$, $P\leq 0.001$). **Conclusion:** According to the findings of the present study, pre-marriage consultation package can be used as an efficient method to decrease inefficient attitudes towards choosing a spouse youth's employing the experiences of the women with unsuccessful choice and revealing the features of unsuccessful choice.

Keywords: Female students, inefficient attitudes towards choosing a spouse, women with unsuccessful choice, pre-marriage consultation

سمانه صالحی مبارکه

دانشجوی دکتری مشاوره، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

محمدحسین فلاح یخدانی (نویسنده مسئول)

دانشیار گروه روان‌شناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

Email: fallahyazd@iauyazd.ac.ir

سعید وزیر یزدی

عضو هیئت علمی، استادیار گروه علوم تربیتی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

زهرا چابکی‌نژاد

عضو گروه روانشناسی و مشاوره دانشگاه علم و هنر یزد، یزد، ایران.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی طراحی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق و ارزیابی اثربخشی آن بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر انجام گرفت. **روش:** روش پژوهش حاضر در بخش کیفی، پدیدارشناختی و در قسمت کمی نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر در بخش کیفی را زنان متأهل با انتخاب ناموفق شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ و بخش کمی را نیز دانشجویان دختر مجرد دانشگاه‌های شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ تشکیل دادند. در این پژوهش برای تدوین بسته مشاوره پیش از ازدواج تعداد ۱۲ زن با انتخاب ناموفق به شکل هدفمند انتخاب و تحت مصاحبه عمیق قرار گرفتند. در بخش کمی نیز تعداد ۴۰ دانشجوی دختر با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند. گروه آزمایش مشاوره پیش از ازدواج (۱۰ جلسه) را دریافت نمودند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه تعارض زناشویی (MCQ) و بر نگرش نسبت به انتخاب همسر (ATCSQ) بود. داده‌ها به شیوه تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مشاوره پیش از ازدواج بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر ($F=41.23$; $Eta=0.56$; $P\leq 0.001$) در دانشجویان دختر تاثیر دارد. **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر، بسته مشاوره پیش از ازدواج با بهره‌گیری از تجارب زنان با انتخاب ناموفق و آشکار نمودن ویژگی‌های یک انتخاب ناموفق، می‌تواند به عنوان روشی کارآمد در جهت کاهش نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در جوانان مورد استفاده قرار داد.

کلمات کلیدی: دانشجویان دختر، زنان با انتخاب ناموفق، بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر، مشاوره پیش از ازدواج.

مقدمه

ازدواج و زندگی زناشویی مستلزم وجود پایداری و سازگاری، از جانب زوج‌ها است و احساس رضایت از ازدواج، نقش مهمی در میزان کارکرد بهنجار خانواده ایفا می‌کند. در این راستا، محققان معتقدند که بررسی متغیرهای اثرگذار بر یک ازدواج پایدار، مهارت‌های ارتباطی، خودآگاهی شناختی و هیجانی در دوره پیش از ازدواج می‌تواند منجر به غنی‌سازی یک ازدواج سازگارانه و توأم با رضایت مطلوب و باثبات شود (لیو، گی و جیانگ^۱، ۲۰۲۰). معمولاً خانواده سالم، افراد سالم را تحویل اجتماع می‌دهد و خانواده ناسالم موجب بروز مسایل فراوانی در سطح جامعه خواهد شد و اگر سعی در بهبود و پیشرفت خانواده نشود، مشکلات اجتماعی روز به روز بیشتر خواهد شد (سینانگا، ماوانگ و هکر^۲، ۲۰۱۹). خانواده امروزه بر اساس اصول و هنجارهایی ویژه شکل می‌گیرد و حفظ و ارتقای آن از ارزشی بسیار برخوردار است. اما اینکه تا چه اندازه می‌تواند پایدار بماند به چگونگی تعاملات زوجین بستگی دارد. ازدواج در جامعه متغیر امروزی یک پدیده پیچیده است. انسان‌ها به دلایل مختلفی ازدواج می‌کنند. عشق، امنیت اقتصادی، محافظت، امنیت عاطفی، احساس آرامش، فرار از تنهایی و تمایلات جنسی تعدادی از عواملی هستند که باعث گرایش به ازدواج می‌شوند (ویلسون^۳ و همکاران، ۲۰۱۷). در واقع ازدواج موفق و شروع رابطه زناشویی قادر است بسیاری از نیازهای روانی و جسمانی را در یک محیط امن برآورده ساخته و تأثیر بسزایی بر بهداشت روانی افراد داشته باشد (انسی و امر^۴، ۲۰۱۴).

در بعضی خانواده‌ها، زوجین در زندگی مشترک به اختلاف نظر شدید برخورد نموده و از شروع زندگی مشترک ناامید می‌شوند. آنان بر این عقیده‌اند که انتخاب همسر و ملاک‌های انتخاب آنان اشتباه بوده که منجر به پدیدآیی اختلافات عمیق با همسر شده است (قاضی، عباسی و حسن‌زاده، ۱۳۹۸). انتخاب ناموفق در زندگی مشترک، سبب می‌شود زوجین در مورد آنچه می‌توانست در زندگی مشترک باشد و در حال حاضر نیست، بیندیشند (بامیستر، ماسیکامپو و وهاس^۵، ۲۰۱۱). وقتی افراد در زندگی خود تأمل می‌کنند، گاهی اوقات می‌فهمند که آرزوهایشان برآورده نشده و چه فرصت‌هایی را از دست داده‌اند. ممکن است بر نتایج منفی تأمل کرده و فکر کنند که اگر تنها یک یا چند جنبه از گذشته متفاوت می‌بود، خیلی از اتفاق‌ها نمی‌افتاد. این فرایند از نظر ذهنی جایگزینی برای یک وضعیت واقعی ایجاد می‌کند که انتخاب ناموفق در زندگی مشترک را برای فرد برجسته می‌سازد (برومهل، فیلیپس، هین و لویی^۶، ۲۰۱۷؛ کروک^۷، ۲۰۱۷). تمرکز بر انتخاب ناموفق در زندگی مشترک، تفکر در مورد گذشته‌ای است که رخ نداده است. این نوع تفکر اغلب در شرایط "ای کاش" اتفاق می‌افتد؛ شرایطی که در آن افراد آرزو می‌کنند ای کاش اتفاقی می‌افتاد یا اتفاقی رخ نمی‌داد (برومهل و فیلیپس^۸، ۲۰۱۸). پشیمانی حاصل از انتخاب ناموفق، حس ناخوشایندی است که معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که افراد اتفاق نامطلوب مزمنی را در زندگی مشترک خود تجربه می‌کنند (کاتس، هارینگتون،

1. Liu, Ge, Jiang

2. Ssenyonga, Muwonge, Hecker

3. Wilson

4. Onsy, Amer

5. Baumeister, Masicampo, Vohs

6. Broomhall, Phillips, Hine, Loi

7. Croke

8. Broomhall, Phillips

بیوبوف و لوسک^۱، ۲۰۱۲). پشیمانی به عنوان یک هیجان ناخوشایند، متضاد و معطوف به خود تعریف شده که به انتخاب نامطلوب منجر می‌شود (کانینگهام، جرمن و ماتسون^۲، ۲۰۱۵). پشیمانی از انتخاب همسر و انتخاب ناموفق می‌تواند بر عملکرد رابطه عاشقانه تأثیر منفی بگذارد، ثبات زناشویی را تضعیف کرده، به روابط رضایت‌بخش آسیب زده و باعث کاهش رضایت جنسی و رضایت زناشویی شود (ماتسون فرانکو-واتکینز و کانینگهام^۳، ۲۰۱۲). انتخاب ناموفق همسر و بروز اختلاف‌نظر، معمولاً در رابطه بین زوجین آشفتگی ایجاد نموده و تعارضات زناشویی^۴ پدید می‌آید (ماخانوا، مک‌نالتی، اکل، نیکنوا و مانر^۵، ۲۰۱۸). تعارضات زناشویی نوعی ناسازگاری مداوم و معنادار بین دو همسر است که حداقل به وسیله یکی از آن‌ها بروز داده می‌شود (فرانکل، آمارا، جاکوبویتز و هازن^۶، ۲۰۱۵). زمانی که زوجین از تعارض و احساسات همراه با آن، برای توجه به جنبه‌هایی از رابطه‌شان که نیاز به تأمل و کار دارد، استفاده کنند، این تعارض می‌تواند پشتیبان آنها باشد. اگر همسران روش سازنده‌ای را برای مقابله با تعارض، به کار نگیرند، ممکن است به تدریج از یکدیگر جدا شوند. بنابراین سناریوی طلاق یک معرکه ناگهانی نیست، بلکه فقدان تدریجی صمیمیت و نزدیکی است (گائو^۷ و همکاران، ۲۰۱۸؛ لی و لیو^۸، ۲۰۲۰). مشاهده تعارضات زناشویی زوجین در سطح جامعه سبب می‌شود تا بعضی از جوانان نسبت به ازدواج و انتخاب همسر، نگرش‌های غیرمنطقی^۹ داشته باشند.

نگرش‌های غیرمنطقی نسبت به انتخاب همسر از محیط خانواده و اجتماع سرچشمه می‌گیرند و با خودگویی‌ها و زمزمه‌ها به باورهای انعطاف‌ناپذیر تبدیل می‌شود و فرد را به اشتباه می‌اندازد (رجبی، پیردایه و خجسته‌مهر، ۱۳۹۱). به طوری که افراد از همسر خود انتظار دارند نقش یک دوست همدل، شریک جنسی بی‌عیب، مشاور و حتی نقش پدر و مادر را ایفا کند. شناسایی درست و ارزیابی صحیح نگرش ناکارآمد به ازدواج و انتخاب همسر یکی از اساسی‌ترین فعالیت‌ها در مطالعاتی است که هدف آن پیش‌بینی و شناسایی عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی و رضایت زناشویی است (پارک^{۱۰}، ۲۰۱۲). نگرش‌ها و انتظارات نسبت به ازدواج و زندگی زناشویی نقش کلیدی را بازی می‌کنند. نگرش‌ها در آنچه فرد می‌گوید و می‌شنود منعکس می‌شوند و بر ادراک او از دنیای اطراف تأثیر می‌گذارند. نگرش‌ها مؤلفه‌های عمده‌ای در ازدواج و اداره مسایل زندگی زناشویی هستند (حسین پورلنگرودی، نوری قاسم‌آبادی و وکیلی، ۱۳۹۲). از نظر بک نگرش‌های ناکارآمد، معیارهای انعطاف‌ناپذیر و کمال‌گرایانه هستند که فرد از آن برای قضاوت درباره خود و دیگران استفاده می‌کند. از آنجا که این نگرش‌ها انعطاف‌ناپذیر، افراطی و مقاوم در برابر تغییرند، ناکارآمد یا نابارور قلمداد می‌شوند (آهنی، گل محمدیان و حجت خواه، ۱۳۹۴). نوع نگرش افراد نسبت به خود و محیط پیرامون در ایجاد و افزایش ادراکات‌شان مؤثر است. افرادی که نگرش‌های سالم و کارآمد دارند، از تدابیر مقابله‌ای سازگارانه و موفق بهره می‌برند و دارای ارتباط بین‌فردی سالم، رضایت از زندگی و احساس آرامش هستند (مقتدر، ۱۳۹۵). افکار،

1. Coats, Harrington, Beaubouef, Locke

2. Cunningham, German, Mattson

3. Mattson, Franco-Watkins, Cunningham

4. marital conflicts

5. Makhanova, McNulty, Eckel, Nikonova, Maner

6. Frankel, Umemura, Jacobvitz, Hazen

7. Gao

8. Li, Liu

9. Irrational attitudes

10. Park

تجسمات و تکانه‌های مزاحم زمانی به آشفتگی می‌انجامد که برای فرد مهم باشند و با افکار خودآیند منفی مرتبط شوند. یافته‌های پژوهشی نشان داده است که نگرش‌های منفی و ناکارآمد با پاره‌ای از اختلال‌های روان‌شناختی از جمله، اختلال وسواس، اختلال خودبیمارپنداری و اختلال افسردگی نیز در ارتباط است (سالکوسکیس^۱ و همکاران، ۲۰۰۷؛ رئیسی دستگردی و عارفی، ۱۳۹۸).

روش‌های درمانی و آموزشی مختلفی جهت پیشگیری از شکل‌گیری پدیده طلاق، ثبات زندگی زناشویی و بهبود ملاک‌های انتخاب همسر برای افراد در دوران پیش از ازدواج بکار گرفته شده است. یکی از برنامه‌های موثر در این حوزه می‌تواند مشاوره پیش از ازدواج^۲ باشد که خلا وجود پروتکل آموزشی آن منطبق با تجارب زنان با انتخاب ناموفق به شدت احساس می‌شود. چرا که این افراد با انتخاب ناموفق و در نظر گرفتن ملاک‌های غیرصحيح، دز زندگی زناشویی به مشکل برخورد کرده‌اند. بر این اساس ارائه تجارب آنان به جوانان، می‌تواند منجر به انتخاب درست بر اساس ملاک‌های دقیق شود. علاوه بر این، در کشور ایران نیز این قبیل آموزش‌ها بسیار مختصر بوده و سهم زوجین شرکت کننده در کلاس‌های مشاوره قبل از ازدواج فقط آموزش تنظیم خانواده است (رضوی، جزایری، احمدی و اعتمادی، ۱۳۹۸)، در حالی که مشاوره قبل از ازدواج باید زوجین را برای زندگی مسؤلانه و صادقانه پایدار آماده سازد و سبب شود تا زن و مرد با آگاهی کافی و با بهره‌مندی از مهارت‌های زندگی کافی در این مسیر گام بردارند (اکبری ترکستانی و همکاران، ۱۳۹۵). در واقع هدف نهایی مشاوره و آموزش پیش از ازدواج، کمک به استحکام و ثبات ازدواج و خانواده، کاهش نرخ طلاق و ارتقا کیفیت ازدواج و زندگی زناشویی است که این فرایند باعث افزایش رضایتمندی زوجین و کاهش میل به طلاق می‌شود. چنانکه نتایج پژوهش ال-هزمی^۳ (۲۰۰۶) نشان داده است که دریافت مشاوره و آموزش‌های پیش از ازدواج سبب می‌شود تا زوجین پس از ازدواج مشکلات و تعارضات زناشویی کمتری را گزارش نمایند. در اکثر برنامه‌های آموزشی قبل از ازدواج، مهارت‌های ارتباطی مانند گوش کردن و ابراز خود به طور موثر، مهارت‌های مدیریتی و کنترل تعارضات، مهارت‌های حل مساله، مسائل مربوط به صمیمیت و دوستی، عشق و تعهد، خودآگاهی، هوش هیجانی و مسؤلیت‌پذیری آموزش داده می‌شود (کیرویکاس، سانچز، کنی و رایت^۴، ۲۰۱۰). در بسیاری از مشاوره‌ها و آموزش‌های پیش از ازدواج بر اهمیت تمرین‌های ارتباطی، روشن ساختن محیط‌ها و موارد عدم توافق، افزایش صمیمیت زوجین، مفهوم انتظارات زوج‌ها از زندگی و تاثیر این انتظارات بر روابط بین آنها تاکید می‌شود؛ چرا که این فرایندها نقشی بی‌بدیل در بهبود تعاملات زوجین در دوره پس از ازدواج دارد (زمانی خانی، تیزویر، داداشی عین‌شیخ و عطالهی، ۱۳۹۹). پژوهش‌های گوناگون همچون پژوهش رضوی و همکاران (۱۳۹۸)؛ ابراهیمی، گودرزی و عیسی‌نژاد (۱۳۹۸)؛ اختیاری امیری، فرحبخش، کلانتر هرمزی و سلیمی بجستانی (۱۳۹۷)؛ اکبری ترکستانی و همکاران (۱۳۹۶)؛ پاشیب، سیدمحرمی، محمدی و تاتاری (۱۳۹۵)؛ مظلومی محمودآباد، اسلامی، دهقانی‌زاده و اعرابی (۱۳۹۵)؛ اوسی- تاتا^۵ و همکاران (۲۰۲۰)؛ آفدال، والانداری و نیروانا^۶

1. Salkovskis

2. Premarital Counseling

3. El-Hazmi

4. Krivickas, Sanchez, Kenney, Wright

5. Osei- Tata

6. Afdal, Wulandari, Nirwana

(۲۰۱۹)؛ ال- قهطانی^۱ و همکاران (۲۰۱۹)؛ ساجس^۲ (۲۰۱۸)؛ سالیوان و کوب^۳ (۲۰۱۵)؛ اسکات، رودس، استانلی، آلن و مارکمن^۴ (۲۰۱۳)؛ کلیل، زیول، گواست، لوین و اپستین^۵ (۲۰۱۰)؛ ولی وایوزکاسز، گیل گونزالس و کاراسکوپورتینو^۶ (۲۰۰۹)؛ بلانچارد، هاوکینس، بولدین و فاوست^۷ (۲۰۰۹) نشان داده‌اند که آموزش‌های مناسب در زمان بهنگام به خصوص در دروان پیش از ازدواج، می‌تواند از میزان تعارضات زناشویی و طلاق در آینده جلوگیری نماید. با توجه به آنچه که در مورد مشاوره پیش از ازدواج ذکر شد، به نظر می‌رسد که این نوع مشاوره بتواند بر نگرش‌های غیرمنطقی نسبت به انتخاب همسر جوانان تاثیر داشته باشد. همچنین با توجه به پیشینه پژوهش‌های فوق، مشخص می‌شود که مشاوره پیش از ازدواج اثر معناداری بر بهبود مولفه‌های روان‌شناختی، هیجانی و ارتباطی در جامعه آماری زوجین، داشته است، اما نکته‌ای که در این بین مطرح است، هیچ پژوهشی به طراحی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق و بررسی اثربخشی آن بر نگرش‌های غیرمنطقی نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر نپرداخته است. بنابراین پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤال است که آیا مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق بر نگرش‌های غیرمنطقی نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر تاثیر دارد؟

روش

روش پژوهش حاضر در بخش کیفی (طراحی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق)، پدیدارشناختی و در قسمت کمی (ارزیابی اثربخشی) نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر در بخش کیفی را کلیه زنان متأهل با انتخاب ناموفق شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ تشکیل دادند که دارای رضایت زناشویی نبوده و در حال حاضر به دلیل وجود تعارضات زناشویی به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی مراجعه کرده بودند. جامعه آماری بخش کمی را نیز کلیه دانشجویان دختر مجرد دانشگاه‌های شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ تشکیل دادند. در این پژوهش برای تدوین بسته مشاوره پیش از ازدواج تعداد ۱۲ زن با انتخاب ناموفق به شکل هدفمند انتخاب و تحت مصاحبه عمیق قرار گرفتند. مصاحبه با این افراد منجر به اشباع اطلاعات و توقف مصاحبه شد. فرایند نمونه‌گیری در این قسمت بدین صورت بود که ابتدا زنان متعارض مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان مورد شناسایی قرار گرفت (با توجه به حجم بالای مراکز مشاوره شهر اصفهان، تعداد ۵ مرکز انتخاب شد). سپس با پخش فرم‌های حضور در پژوهش به شکل داوطلبانه در بین زنان متعارض پخش شد. با شناسایی زنان داوطلب، پرسشنامه تعارضات زناشویی به آنها ارائه داده شد. با اجرای پرسشنامه تعارضات زناشویی و نمره‌گذاری آن، زنانی که نمره بالاتر از ۱۲۶ در پرسشنامه تعارضات زناشویی کسب کرده بودند، انتخاب شدند. در گام بعد زنان شناسایی شده توسط ملاک‌های ورود به پژوهش بعدی مورد بررسی قرار گرفتند.

1. Al-Qahtani

2. Sagesse

3. Sullivan, Cobb

4. Scott, Rhoades, Stanley, Allen, Markman

5. Kalil, Ziul-Guest, Levin Epstein

6. Vlivioes-Cases, Gil-gonzalez, Carrasco-Portino

7. Blanchard, Hawkins, Baldwin, Fawcett

ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: داشتن سابقه زندگی زناشویی بالاتر از سه سال، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم، داشتن سلامت جسمی و تمایل به شرکت در پژوهش بود. در بخش کمی (ارزیابی اثربخشی بسته مشاوره پیش از ازدواج) نیز تعداد ۴۰ دانشجوی دختر با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. بدین صورت که با مراجعه به دانشگاه‌های شهر اصفهان (دانشگاه اصفهان و دانشگاه آزاد اصفهان) فرم‌های حضور در پژوهش به شکل داوطلبانه در بین برخی از دانشجویان دختر مجرد دانشکده‌های روان‌شناسی، معماری و حقوق پخش شد. با شناسایی دانشجویان دختر داوطلب، پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر به آنها ارائه شد. با اجرای پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر و نمره‌گذاری آن، دانشجویان دختری که نمره کمتر از ۱۲۴ در پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر کسب کرده بودند، انتخاب شدند. در مرحله آخر تعداد ۴۰ نفر از این دانشجویان دختر مجردی که کمترین نمرات را در پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر به دست آورده بودند (نمرات کمتر از میانگین و به صورت ترتیب‌بندی شده)، انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۲۰ دانشجوی دختر در گروه آزمایش و ۲۰ دانشجوی دختر در گروه گواه). در نهایت بسته مشاوره پیش از ازدواج در ۱۰ جلسه برای گروه آزمایش اجرا شد ولی گروه گواه این مداخلات را دریافت نکرد. پس از شروع مداخله ۳ نفر در گروه آزمایش و ۲ نفر در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. معیارهای ورود به پژوهش برای این دانشجویان شامل جنسیت زن و مجرد بودن، کسب نمره پایین‌تر از ۱۲۴ در پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر، دامنه سنی ۲۰ الی ۳۰ سال و رضایت و موافقت کامل برای شرکت در پژوهش بود. همچنین معیارهای خروج نیز شامل غیبت بیش از دو جلسه، حضور نامنظم در جلسات درمان و عدم همکاری با پژوهشگر بود.

ابزار

پرسشنامه تعارض زناشویی (MCQ)^۱: پرسشنامه تعارض زناشویی توسط براتی و ثنایی (براتی و ثنایی، ۱۳۷۵) ساخته شده است. این پرسشنامه نمره کل تعارض زناشویی و ابعاد آن را به دست می‌دهد. این ابعاد عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش‌های هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزند، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان، جدا کردن امور مالی از یکدیگر. هر سوال آزمون دارای یک مقیاس پنج درجه‌ای (همیشه=۵، اکثر اوقات=۴، گاهی وقت‌ها=۳، به ندرت=۲ و هرگز=۱) تعلق می‌گیرد. نمره بالا در این آزمون حاکی از شدت تعارض و بد بودن اوضاع و پایین بودن دال بر خوب بودن اوضاع است. دامنه نمرات کل پرسشنامه بین ۴۲ تا ۲۱۰ می‌باشد. این آزمون توسط سازندگان آن بر روی مراجعه کنندگان به مراجع قضایی یا مراکز مشاوره جهت رفع تعارض زناشویی هنجاریابی شده و مشخصات روان‌سنجی آن به این شرح گزارش شده است: آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۵۳، و برای خرده مقیاس کاهش همکاری ۰/۵۴، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۶۰، افزایش واکنش هیجانی ۰/۷۳، کاهش رابطه جنسی ۰/۵۰، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ۰/۶۴، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان ۰/۶۴ و جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۵۷ گزارش شده است. برای تعیین روایی این آزمون از تعدادی متخصص خانواده درمانی نظرخواهی شد، بنابر اعتقاد آن‌ها

^۱. Marital Conflict Questionnaire

این آزمون دارای روایی محتوایی مناسبی است (براتی و ثنایی، ۱۳۷۵). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۰ محاسبه شد.

پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر (ATCSQ)^۱: پرسشنامه نگرش نسبت به انتخاب همسر در سال ۱۹۹۲ توسط کاب، لارسون و واتسون^۲ به عنوان مقیاس نگرش نسبت به روابط عاشقانه و انتخاب همسر بسط داده شده است. این پرسشنامه که به منظور ارزیابی باورهای الزام‌آور و محدود کننده ساخته شده، حاوی ۳۱ ماده و ۶ عامل (خرده مقیاس) بوده است. نمره گذاری این مقیاس در طیف ۷ امتیازی از کاملاً موافقم نمره (۷) تا کاملاً مخالفم نمره (۱) است. بر این اساس دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۳۱ تا ۲۱۷ است. کسب نمرات بالاتر نشان دهنده نگرش مثبت نسبت به همسر و نمره پایین نشان دهنده نگرش منفی نسبت به انتخاب همسر است (شیری، گل محمدیان و حجت‌خواه، ۱۳۹۵). کاب و همکاران (۱۹۹۲) ۶ خرده مقیاس این آزمون را طراحی کردند، که شامل: عشق باوری، تجربه محوری، ایده‌آل‌نگری، متضادجویی، آسان‌بینی و خوش‌باوری است. مقیاس نگرش‌های مربوط انتخاب همسر در ایران توسط سپهری و حسن‌زاده توکلی (۱۳۹۰) ترجمه و هنجاریابی (بر روی یک نمونه ۶۳۴ نفری از دانشجویان دانشگاه‌های شهید بهشتی، شیراز و علوم پزشکی شیراز) اجرا شد. تغییراتی نیز در تعداد سوالات داده شده است، بدین ترتیب که تنها یکی از سؤال‌ها یعنی سؤال، ۳۰ به علت نداشتن بار قابل توجه روی هیچ یک از عامل‌ها، حذف شده است و ۶ خرده مقیاس را دارد. کاب، لارسون و واتسون (۲۰۰۳) پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس را در عامل‌ها بین ۰/۶۷ تا ۰/۸۸ و همچنین روایی آن را مطلوب گزارش دادند. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و گزارش خواهد شد.

روش اجرا

پس از اخذ مجوزهای لازم از طرف مراکز دانشگاهی مربوطه و انجام فرایند نمونه‌گیری، دانشجویان دختر انتخاب شده (۴۰ دانشجوی دختر) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۲۰ دانشجوی دختر در گروه آزمایش و ۲۰ دانشجوی دختر در گروه گواه). گروه آزمایش بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق را طی دو نیم ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. این در حالی است که افراد حاضر در گروه گواه مداخلات حاضر را در طول پژوهش دریافت نکردند. پس از شروع مداخله ۳ نفر در گروه آزمایش و ۲ نفر در گروه گواه از ادامه حضور در پژوهش انصراف دادند. شرح تدوین بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق نیز با استفاده از روش هفت مرحله‌ای کلایزی به این شرح بود:

ابتدا زنانی که دارای انتخاب ناموفق بوده و تمایل به حضور در پژوهش دارند، مورد شناسایی قرار گرفته و به شیوه هدفمند وارد پژوهش شدند. روش گردآوری داده‌ها شامل مصاحبه و مکالمه ژرف و عمیق و یادداشت‌برداری بود. پس از انتخاب زنان با انتخاب ناموفق، این افراد تحت مصاحبه عمیق قرار گرفتند. جمع‌آوری داده‌ها تا حصول اشباع داده‌ها ادامه یافت که در پایان تعداد شرکت‌کنندگان در پژوهش با توجه به اشباع داده‌ها ۱۲ نفر مشخص شد. پس از رسیدن به اشباع، تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده بر اساس روش هفت مرحله‌ای کلایزی انجام شد. پس از مشخص شدن

^۱. Attitude Towards Choosing a Spouse Questionnaire

^۲. Cobb, Larson, Watson

شناسایی مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر، شبکه مضامین تشکیل شده و بر اساس مضامین فراگیر و سازمان دهنده، محتوای جلسات بسته آموزشی تدوین شد. اولین مرحله کلایزی مروری بر تمام اطلاعات است. در این مرحله، اطلاعات مکتوب مربوط به مصاحبه‌ها چندین مرتبه خوانده می‌شود تا محتوای کلی آن درک شود. این کار همراه با گوش دادن به بخش‌هایی از اطلاعات ضبط شده صورت می‌گیرد. دومین مرحله بیرون کشیدن جملات مهم می‌باشد. در این مرحله عبارات، جملات یا پاراگراف‌هایی که مربوط به سؤالات پرسیده شده در مصاحبه‌ها هستند جدا شده و در فایل‌های جداگانه‌ای نگهداری می‌شوند. این کار به این دلیل انجام گرفت که اطلاعاتی که درصد اهمیت کمتری دارند از دست نروند، زیرا ممکن است در مراحل بعدی اهمیت آن‌ها مشخص شود. مرحله سوم ایجاد معانی فرموله شده است. در این مرحله برای هر جمله مهم، یک توصیف کوتاه از معنی پنهان در آن نوشته شد. این فرایند توسط دو نفر به صورت جداگانه انجام شد و سپس معانی بیرون کشیده از جملات با هم ترکیب شدند تا یک معنی مشترک حاصل شود. در مرحله چهارم معانی فرموله شده در داخل دسته‌ها قرار داده شده و مضامین در درون دسته‌های مختلف شکل داده شدند. مضامین در این مرحله، عبارات و جملات کوتاهی از معانی فرموله شده بود. مضامین توسط هر یک از نفراتی که مرحله چهارم را به انجام رسانده بودند، به طور جداگانه در دسته‌ها ایجاد شده و پس از آن به بحث گذاشته شدند. تکرار مضامین، یکی از شاخص‌های اعتبار است. برای تعیین اعتبار داده‌ها در این مرحله، یک نفر از افراد ذی‌صلاح مضامین به دست آمده را با اطلاعات تطبیق داد (استاد راهنمای محترم). مرحله پنجم، ایجاد یک توصیف روایتی مختصر بود. در این مرحله مفاهیم کلیدی اطلاعات که با اتفاق نظر پژوهش‌گران انتخاب شد، به صورت خلاصه‌ای روایت‌وار نوشته شد. توصیف روایتی، به منظور بیان یافته‌ها در قالب جملات بدون ابهام و به صورت خلاصه است. این خلاصه توسط پژوهشگر نوشته شد و سپس نفر دوم به اتفاق پژوهشگر به تصحیح آن پرداخت. مرحله ششم بازگشت به منظور تعیین اعتبار بود. در این مرحله نتایج برای شرکت کنندگان شرح داده شد و از آن‌ها خواسته شد تا نظرات و واکنش‌های خود را راجع به نتایج ارائه دهند. مرحله هفتم و آخر تعیین قابلیت پیگیری بود. به منظور تعیین قابلیت پیگیری فعالیت‌های روزانه فرایند تحقیق، توسط پژوهشگر به صورت گزارش کتبی نوشته شده و تجربه شخصی پژوهشگران در برخورد با شرکت کنندگان ثبت شد. همچنین در طول تحقیق در صورتی که لازم بود، سؤالاتی به مصاحبه اضافه و یا از آن حذف شد. جمع‌آوری داده‌ها و تحلیل آن در مطالعه، همزمان انجام شد. همچنین جهت سنجش اعتبار محتوایی بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق بدین صورت عمل شد که قبل از انجام مداخله آموزشی (بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق) ابتدا بسته آموزشی تنظیم شده به ۵ متخصص حوزه خانواده درمانی ارائه و از آنها درخواست شد که بسته را مطالعه و راجع به ساختار، فرایند و محتوای هر یک از جلسات در قالب پرسشنامه نظرسنجی که همراه بسته آموزشی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق در اختیار آنها قرار گرفته، اظهارنظر نمایند. علاوه بر این در این مرحله یک فرم اظهارنظر باز پاسخ به منظور ارائه پیشنهادات و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان در جهت ارتقاء محتوا، ساختار و فرایند بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق ارائه شد. در گام بعد نظرات تخصصی متخصصین بررسی و نظرات اصلاحی

آن‌ها درباره بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق اعمال شد. در نهایت مجدداً بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق به همراه فرم نظرسنجی نهایی به متخصصین عودت داده شد و نظرات نهایی آنها اخذ و اعمال گردید. در انتها ضریب توافق متخصصان درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق اندازه‌گیری محاسبه و ۰/۸۸ به دست آمد.

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین برای بررسی برابری واریانس‌ها، تحلیل رگرسیون جهت بررسی شیب خط رگرسیون، همچنین از تحلیل کوواریانس برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است.

یافته‌ها

یافته‌های حاصل از داده‌های دموگرافیک نشان داد که افراد نمونه پژوهش دارای دامنه سنی ۲۰ تا ۳۰ سال بودند که در گروه آزمایش دامنه سنی ۲۴ تا ۲۷ سال (تعداد ۷ نفر معادل ۴۱/۱۷ درصد) و در گروه گواه دامنه سنی ۲۰ تا ۲۳ سال (تعداد ۸ نفر معادل ۴۴/۴۴ درصد) دارای بیشترین فراوانی بود. میانگین و انحراف استاندارد ملاک انتخاب همسر در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون، به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه، در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر

گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	۱۱۰/۸۲	۲۱/۰۴	۱۲۶/۱۱	۱۹/۴۱
گروه گواه	۱۰۷/۹۴	۲۰/۱۵	۱۰۶	۱۷/۹۵

نتایج جدول توصیفی حاکی از آن است که میزان نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر حاضر در گروه آزمایش کاهش یافته است. جهت بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها، از آزمون لوین استفاده شده است. نتایج نشان داده است در مرحله پس‌آزمون در متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها برقرار بوده است ($p > 0/05$). نتایج آزمون باکس جهت بررسی همسانی ماتریس‌های واریانس-کواریانس نشان داد که در مرحله پس‌آزمون پیش‌فرض ماتریس‌های واریانس-کواریانس نیز برقرار بوده است ($p > 0/05$). علاوه بر این نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون برقرار است ($p > 0/05$). در نهایت نتایج در بررسی پیش‌فرض همگنی شیب خط رگرسیون مشخص شد که تعامل پیش‌آزمون با متغیر گروه‌بندی در مرحله پس‌آزمون در متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر معنادار نبوده است ($p > 0/05$). این بدان معناست که فرض همگنی شیب خط رگرسیون در متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر برقرار بوده است.

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس اثر مشاوره پیش از ازدواج بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر

منبع تغییر	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	مقدار F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان
اثر پیش‌آزمون	۹۳۸۲/۵۴	۱	۹۳۸۲/۵۴	۵۷/۵۸	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹	۱
اثر متغیر مستقل	۲۷۴۳/۴۸	۱	۲۷۴۳/۴۸	۴۱/۲۳	۰/۰۰۰۱	۰/۵۶	۱
خطا	۲۱۲۹/۲۲	۳۲	۶۶/۵۳				
کل	۴۸۴۱/۵۶	۳۵					

با توجه به نتایج جدول ۳، ارائه متغیر مستقل (مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق) توانسته منجر به ایجاد تفاوت معنادار میانگین نمرات متغیر وابسته (نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر) در مرحله پس‌آزمون در سطح خطای ۰/۰۵ گردد. بنابراین این نتیجه حاصل می‌شود که با کنترل متغیر مداخله‌گر (پیش‌آزمون)، میانگین نمرات متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر با ارائه مشاوره پیش از ازدواج دچار تغییر معنادار شده است. جهت تغییر نیز بدان صورت بوده است که این الگوی مشاوره‌ای توانسته منجر به کاهش نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر شود. میزان تاثیر مشاوره حاضر بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر ۰/۵۶ بوده است. این بدان معناست که ۵۶ درصد تغییرات متغیر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر توسط ارائه متغیر مستقل (مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق) تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی طراحی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق و ارزیابی اثربخشی آن بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر انجام گرفت. نتایج نشان داد که مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر تاثیر دارد. چنان که این مشاوره توانسته منجر به کاهش نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر شود. یافته حاضر با نتایج پژوهش‌های گوناگون همچون پژوهش رضوی و همکاران (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی بسته مشاوره پیش از ازدواج بومی بر مشکلات دوران عقد زوجین؛ با یافته ابراهیمی، گودرزی و عیسی‌نژاد (۱۳۹۸) مبنی بر اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج بر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی افراد در شرف ازدواج؛ با گزارشات اختیاری امیری و همکاران (۱۳۹۷) مبنی بر نقش مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر فرهنگ اسلامی - ایرانی بر پایداری زندگی زناشویی؛ با نتایج پاشیب و همکاران (۱۳۹۵) مبنی بر اثر مشاوره پیش از ازدواج بر انتظار از ازدواج در بین دانشجویان؛ با یافته مظلومی محمودآباد و همکاران (۱۳۹۵) مبنی بر تاثیر مشاوره قبل از ازدواج بر آگاهی و نگرش زوجین؛ با گزارشات اوسی - تاتا و همکاران (۲۰۲۰) مبنی بر نقش مشاوره پیش از ازدواج بر بهبود نگرش زوجین؛ با نتایج پژوهش آفدال، والاندراری و نیروانا (۲۰۱۹) مبنی بر اثر مشاوره پیش از ازدواج بر کاهش تعارضات دوران عقد همسو بود.

در تبیین یافته پژوهش حاضر مبنی بر اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان می‌توان بیان نمود که در جلسات مشاوره و آموزش‌هایی که پیش از ازدواج به افراد داده می‌شود، تمرکز

کردن بر علائم هشداردهنده در ازدواج اهمیت بسیار زیادی دارد و این علائم حیطه‌های وسیعی دارد که از جمله مهم‌ترین آنها انتظارات و باورهای غلط درباره ازدواج و همسر آینده است (رضوی و همکاران، ۱۳۹۸). در پژوهش حاضر باورها و انتظارات غلط از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق مشخص گردید. سپس در جلسات مشاوره گروهی باورها و انتظارات غلط دانشجویان دختر بر اساس تجارب به دست آمده از زنان با انتخاب ناموفق، به چالش کشیده شد و شرکت کنندگان انتظارات واقع‌بینانه‌ای را برای ازدواج در نظر گرفتند. همچنین بر اساس یافته‌های آفدال، والانداری و نیروانا (۲۰۱۹) باورهای غلط و مخرب، سمی برای رابطه کارآمد است و باید این باورها و انتظارات غلط اصلاح یا تغییر پیدا کنند. بنابراین در جلسات مشاوره پژوهش حاضر بر این باورها تمرکز شد و تغییر پیدا کرد. علاوه بر این یافته‌های پژوهشگران نشان می‌دهد اکثریت افراد قبل از ازدواج انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای نسبت به شریک زندگی خود و ازدواج دارند و انتظار دارند که همسرشان تمام خلاءها و کمبودهایی که قبل از ازدواج دارند را برطرف سازد (کلیل و همکاران، ۲۰۱۰). چنین نگرشی معمولاً پس از ازدواج دچار یاس شده و سبب می‌شود تا زوجین به مرور از هم فاصله بگیرند. بر این اساس در جلسات مشاوره پژوهش حاضر، دانشجویان دختر انتظارات خود از ازدواج را بیان نموده و پژوهشگر با توجه به تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق، تلاش نمود تا انتظارات غیرواقع‌بینانه آنان را مشخص و تفسیر نماید. این روند سبب شد تا دانشجویان دختر، با واقعیت ازدواج به شکل بهنجارتری روبروی شده و بر پایه این واقعیات، نگرش‌های منفی نسبت به انتخاب همسر نیز در نزد آنان اصلاح شود. همچنین دوره آموزش پیش از ازدواج به دانشجویان دختر موجب نگاهی دقیق‌تر و صادقانه‌تر به مقوله ازدواج می‌شود و این فرصت را به آنان می‌دهد که درباره اهداف، نگرش، خواسته‌ها، دلایل ازدواج و انتظارات خود از ازدواج و همسر بیشتر شناخت حاصل کنند و به نوعی خودآگاهی دست یابند. کسب خودآگاهی سبب می‌شود تا دانشجویان انتظارات و ملاک‌های غیرواقع‌بینانه و بعضاً مخرب را کنار نهاده و با مقوله ازدواج برخوردی بهنجارتر از خود نشان دهند. شناخت بر پایه آگاهی نیز سبب می‌شود تا این دانشجویان ملاک‌های انتخاب همسر را در نزد خود تصحیح و بر پایه واقعیت بنا نمایند. این بدین معنا است که هرچه فرد توانایی و آگاهی بیشتری از خود، چگونگی انتخاب و تفکیک ویژگی‌های شخصیتی خود و هماهنگی آنها با ویژگی‌های شخصیتی طرف مقابل خود داشته باشد، توانایی انتخاب مناسب‌تر در او تقویت می‌شود و همین انتخاب صحیح و مناسب زمینه‌ساز رضایتمندی را در فرد فراهم می‌سازد. علاوه بر این، می‌توان بیان کرد آموزش برخی از مهارت‌ها، مانند آمادگی و ارتباط، مهارت‌های ارتباطی و مجموعه مهارت‌های زندگی پیش‌نیاز درک متقابل و درک همسر لازمه پایداری زندگی زناشویی است. بر این اساس آموزش مهارت‌های بیان شده سبب شد تا دانشجویان دختر، مهارت‌های ارتباطی و صمیمانه را بیشتر آموخته و با ادراک توانمندی خود در این حوزه، نگرش‌های مثبت‌تری نسبت به انتخاب همسر برای خود مدنظر قرار دهند.

محدود بودن دامنه تحقیق به زنان دانشجویان دختر دانشگاه‌های شهر اصفهان، وجود برخی متغیرهای کنترل نشده همانند وضعیت خانوادگی دانشجویان، وضعیت مالی خانواده‌ها، تعداد فرزندان و موقعیت اجتماعی آنها، عدم بهره‌گیری از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و عدم برگزاری مرحله پیگیری از محدودیت‌های این پژوهش بود؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهاد پژوهشی، این پژوهش در سایر

شهرها و مناطق و جوامع دارای فرهنگ‌های متفاوت، دیگر گروه‌ها و جنسیت پسر، کنترل عوامل ذکر شده، روش نمونه‌گیری تصادفی و با اجرای مرحله پیگیری اجرا شود. با توجه به اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق بر نگرش‌های منفی نسبت به انتخاب همسر دانشجویان دختر، در سطح کاربردی پیشنهاد می‌شود مشاوره پیش از ازدواج بر اساس تجارب زیسته زنان با انتخاب ناموفق طی کارگاهی تخصصی به مشاوران و درمان‌گران حوزه خانواده در سطح مراکز مشاوره سطح شهر و دانشگاه‌ها ارائه داده شود تا آنها با بکارگیری این الگوی آموزشی برای دانشجویان، جهت کاهش نگرش‌های منفی نسبت به انتخاب همسر آنان گامی عملی برداشته باشند.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی سمانه صالحی مبارکه در دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد بود. بدین وسیله از تمام زنان و دختران حاضر در پژوهش، خانواده‌های آنان و مسئولین مراکز مشاوره شهر اصفهان که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.

منابع

- ابراهیمی، س؛ گودرزی، م؛ عیسی‌نژاد، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج با برنامه مراقبت زوجین «CARE» بر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی افراد در شرف ازدواج، مشاوره و روان درمانی خانواده، ۹(۱)، ۲۱۷-۲۳۶.
- اختیاری امیری، ر؛ فرحبخش، ک؛ کلانتر هرمزی، آ؛ سلیمی بجستانی، ح. (۱۳۹۷). تدوین و ارائه الگوی مطلوب مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر فرهنگ اسلامی - ایرانی، مجله پایش، ۱۷(۴)، ۴۴۲-۴۳۱.
- اکبری ترکستانی، ن؛ رمضان نژاد، پ؛ عابدی، م؛ عشرتی، ب؛ نکوبهر، ع؛ رمضان نژاد، پ. (۱۳۹۵). تاثیر مشاوره قبل از ازدواج با رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد بر عملکرد جنسی زوجین. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اراک، ۱۹(۱۲)، ۴۲-۳۴.
- پاشیب، م؛ سیدمحرمی، ا؛ محمدی، س؛ تاتاری، م. (۱۳۹۵). تاثیر مشاوره پیش از ازدواج بر انتظار از ازدواج در بین دانشجویان علوم پزشکی، مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، ۴(۴)، ۱۰-۱۵.
- رجبی، غ؛ عباسی، ق؛ سودانی، م؛ اصلانی، خ. (۱۳۹۵). آموزش قبل از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین‌فردی بر انتظارات زناشویی ایده‌آل‌گرایانه دانشجویان مجرد، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۲۲(۳)، ۲۱۲-۲۲۱.
- رضوی، س.ح؛ جزایری، ر؛ احمدی، س.ا؛ اعتمادی، ع. (۱۳۹۸). مقایسه تأثیر برنامه آماده‌سازی پیش از ازدواج بر اساس مدل اولسون و بسته مشاوره پیش از ازدواج بومی بر مشکلات دوران عقد زوجین، مجله خانواده پژوهشی، ۱۵(۵۸)، ۱۸۱-۱۹۵.
- زمانی خانی، ف؛ تیزویر، ا؛ داداشی عین‌شیخ، ز؛ عطالهی، س. (۱۳۹۹). شکاف کیفیت برنامه آموزشی مشاوره پیش از ازدواج در استان البرز سال ۱۳۹۷، مجله پایش، ۱۹(۳)، ۲۹۹-۳۰۹.
- سقزی، ا؛ یزدانی اسفیدواجانی، ح. (۱۳۹۹). پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس نگرش به ارتباط پیش از ازدواج: کنترل نقش جنسیت و تجربه رابطه با جنس مخالف، رویش روان‌شناسی، ۹(۷)، ۱۳۹-۱۴۶.
- قاضی، ب؛ عباسی، ق؛ حسن‌زاده، ر. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش ایماگوتراپی بر کاهش پشیمانی از انتخاب همسر دانش‌آموزان متاهل، خانواده پژوهشی، ۱۵(۶۰)، ۵۰۵-۵۱۸.
- رجبی، غ؛ پیردایه، م؛ خجسته مهر، ر. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش شناختی رفتاری به شیوه ایس بر کاهش باورهای محدود کننده انتخاب همسر در دانشجویان دختر، فصلنامه مشاوره کاربردی، ۲(۲)، ۱-۴.
- حسین پور لنگرودی، ف؛ نوری قاسم آبادی، ر؛ وکیلی، پ. (۱۳۹۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با نگرش به ازدواج در دانشجویان مجرد کارشناسی دانشگاه تهران، فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی، ۴(۳)، ۱۲-۲۵.

- آهنی، ژ؛ گل محمدین، م؛ حجت خواه، م. (۱۳۹۴). اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر نگرش ناکارآمد انتخاب همسر و انتظارات زناشویی دانشجویان دختر مجرد دانشگاه رازی، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی کرمانشاه.
- سپهری شاملو، ز؛ صالحی فدردی، ج؛ شیخی کوهسار، ز. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش غنی‌سازی ازدواج اولسون بر ارتقاء آگاهی از انتظارات، بهبود باورهای ارتباطی و افزایش رضایت زناشویی افراد مراجعه کننده به بهزیستی گنبد کاووس. پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. دانشگاه فردوسی مشهد.
- شیری، ط؛ گل محمدیان، م؛ حجت خواه، س. م. (۱۳۹۵). اثربخشی طرحواره درمانی بر نگرش های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر، فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۷(۲۷)، ۱۷۱-۱۸۹.
- کریمی ثانی، پ؛ اسماعیلی، م. (۱۳۹۴). اثربخشی الگوی راهنمائی و مشاوره قبل از ازدواج مبتنی بر رویکرد چند بعدی بومی نگر بر کیفیت زندگی زناشویی، پژوهش‌های روان‌شناسی یالبینی و مشاوره، ۵(۱)، ۴-۱۹.
- مظلومی محمودآباد، س.س؛ اسلامی، ه؛ دهقانی‌زاده، م؛ اعرابی، م. (۱۳۹۵). بررسی تاثیر مشاوره قبل از ازدواج بر آگاهی و نگرش زوجین در شهر یزد، مجله طلوع بهداشت، ۱۵(۲)، ۱۰۵-۱۱۳.
- مقتدر، ل. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کاهش نشخوار فکری، نگرش ناکارآمد و افکار خودآیند منفی در افراد مبتلا به اضطراب فراگیر، مجله علوم پزشکی ارومیه، ۲۷(۹): ۸۳۶-۸۲۵.
- رئسی دستگردی، م.، عارفی، م. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر مدل داگاس بر نگرش‌های ناکارآمد و نگرانی دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب فراگیر، توانمندسازی کودکان استثنایی، ۱۰(۳)، ۸۵-۹۵.
- Afdal, A., Wulandari, E., Nirwana, H. (2019). Premarital Counseling: Opportunities And Challenges In The Era Of Industrial Revolution. International Conference on Educational Technology, International Conference on Educational Technology.
- Al-Qahtani, F.S., Alfahad, M.I., Alshahrani, A.M.M., Almalih, HS., Al-Malki, A.S.Q., Alshehri, T.K., Alqhtani, A.A.N., Al-Qahtani, A.M., Alfaiifi, S.H., Alasmari, R.F.A., Bharti, R.K., Chaudhary, S. (2019). Perception of premarital counseling among King Khalid University students. Journal of Family Medicine and Primary Care, 8(8), 2607-2611.
- Barry, R.A., Lawrence, E., & Langer, A. (2008). Conceptualization and Assessment of Disengagement in Romantic Relationships. Personal Relationships, 15(3), 297-315.
- Baumeister, R.F., Masicampo, E.J., Vohs, K.D. (2011). Do conscious thoughts cause behavior? Annual Review of Psychology, 62(1), 331-361.
- Birbaum, G. E., Reis, H. T., Mikulincer, M., Gillath, O., & Orpaz, A. (2006). When Sex is More than Just Sex: Attachment Orientations, Sexual Experience, and Relationship Quality. Journal of Personality and Social Psychology, 91(5), 929-943.
- Blanchard, V.L., Hawkins, A. J., Baldwin, S.A., & Fawcett, E.B. (2009). Investigating the effects of marriage and relationship education on couples' communication skills: A meta-analytic study. Journal of Family Psychology, 23(2), 203-214.
- Broomhall, A.G., & Phillips, W.J. (2018). Self-Referent Upward Counterfactuals and Depression: Examining Regret as a Mediator. Cogent Psychology, 5(1), 5-37.
- Broomhall, A.G., Phillips, W.J., Hine, D.W., & Loi, N.M. (2017). Upward Counterfactual Thinking and Depression: A Meta-Analysis. Clinical Psychology Review, 55, 56-73.
- Coats, S., Harrington, J., Beaubouef, M., & Locke, H. (2012). Sex Differences in Relation-ship Regret: The Role of Perceived Mate. Evolutionary Psychology, 10(3), 422-442.
- Croke, A. (2017). Counterfactuals and Romantic Life Experiences: A Longitudinal Study of the Benefits of Thinking What Might Have Been. Master of Arts in Psychology. State University of New York.
- Cunningham, K., German, N.M., & Mattson, R.E. (2015). Regretful Liaisons: Exploring the Role of Partner Regret in the Association Between Sexual and Relationship Satisfaction. Journal of Sex & Marital Therapy, 41(3), 325-338.
- El-Hazmi, M. (2006). Pre-marital examination as a method of prevention from blood genetic disorders. Research Policy Review, 33(1), 205-227.
- Frankel, L.A., Umemura, T., Jacobvitz, D., Hazen, N. (2015). Marital conflict and parental responses to infant negative emotions: Relations with toddler emotional regulation. Infant Behavior and Development, 40, 73-83.
- Gao, T., Meng, X., Qin, Z., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., Hu, Y., Mei, G. (2018). Association between parental marital conflict and Internet addiction: A moderated mediation analysis. Journal of Affective Disorders, 240, 27-32.

- Kalil, A., Ziol-Guest, K. M., Levin Epstein, J. (2010). Nonstandard work and marital instability: Evidence from the National Longitudinal Survey of Youth. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1289-1300.
- Krivickas, K.M., Sanchez, L.A., Kenney, C.T., Wright, J.D. (2010). Fiery wives and icy husbands: Pre-marital counseling and covenant marriage as buffers against effects of childhood abuse on gendered marital communication? *Social Science Research*, 39(5), 700-714.
- Li, X., Liu, Q.(2020). Parent–grandparent coparenting relationship, marital conflict and parent–child relationship in Chinese parent–grandparent coparenting families. *Children and Youth Services Review*, 109, 104-108.
- Liu, Y., Ge, T., Jiang, Q. (2020). Changing family relationships and mental health of Chinese adolescents: the role of living arrangements. *Public Health*, 186, 110-115.
- Makhanova, A., McNulty, J.K., Eckel, L.A., Nikonova, J., Maner, J.K.(2018). Sex differences in testosterone reactivity during marital conflict. *Hormones and Behavior*, 105, 22-27.
- Mattson, R.E., Franco-Watkins, A., Cunningham, K.(2012). How Do I Regret Thee? Let Me Count My Alternatives: Regret and Decision Making in Intimate Relationships. *Psychology*, 3(9), 657-665.
- Morrison, M., Epstude, K., & Roese, N.J. (2012). Life Regrets and the Need to Belong. *Social Psychological and Personality Science*, 3(6), 675-681.
- Onsy, E., Amer, M.M. (2014). Attitudes Toward Seeking Couples Counseling among Egyptian Couples: Towards a Deeper Understanding of Common Marital Conflicts and Marital Satisfaction. *Social and Behavioral Sciences*, 140, 470-475.
- Osei- Tata, A., Oti-Boadi, M., Affram, A.A., Dzokoto, V.A., Asante, P.Y., Agyei, F., Kenin, A. (2020). Premarital Counseling Practices among Christian and Muslim Lay Counselors in Ghana. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 47(3), 203-211.
- Park, S. (2012). The Development of the Marital Attitudes and expectations scale thesis Department of Psychology, Colorado State University Colorado.
- Sagesse, W. (2018). Relationships between Premarital Counseling, Religiosity, and Marital Satisfaction. A Dissertation Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctorate of Education, Grand Canyon University Phoenix, Arizona.
- Salkovskis, P.M., Wroe, A.L., Gledhill, A., Morrison, N., Forrester, E., Richards, C., et al.(2007). Responsibility attitudes and interpretations are characteristic of obsessive compulsive disorder. *Behavior Research Therapy*, 38(4), 347-372.
- Schoemann, A.M. Gillath, O. & Sesko, A.K. (2012). Regrets, I've had a few: Effects of Dispositional and Manipulated Attachment on regret. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(6), 795-819.
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: implications for improving relationship education. *Family Psychology*, 2(2), 131-145.
- Sullivan, K. T., Cobb, R. J. (2015). Relationship education and marital satisfaction in newlywed couples: A propensity score analysis. *Journal of Family Psychology*, 29(5), 667-678.
- Vlivoes-Cases, C., Gil-gonzalez, D., Carrasco-Portino, M. (2009). Systematic review of studies about socioeconomic status of men who batter their intimate partners. *Gaceta Sanitaria*, 21, 425-430.
- Wilson, S.J., Jaremka, L.M., Fagundes, C.P., Andridge, R.J., Habash, D., Belury, M.A., Kiecolt-Glaser, J.K. (2017). Shortened sleep fuels inflammatory responses to marital conflict: Emotion regulation matters. *Psychoneuroendocrinology*, 79, 74-83.