

تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر در دختران مجرد ۱

سمانه مختاری^۲

زهرا یوسفی^۳

غلامرضا منشی^۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۳/۲۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۲۰

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر در دختران مجرد شهر اصفهان بود. این بررسی به روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری این پژوهش دختران مجرد زیر ۳۰ سال شهر اصفهان بود. بدین منظور ۳۰ دختر مجرد با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه (۱۵ نفر) کنترل و (۱۵ نفر) آزمایش گمارده شدند. گروه آزمایش تحت آموزش گروهی پیش از ازدواج طرحواره محور در ۱۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند. شرکت‌کننده‌ها در مرحله پیش از مداخله و پس از مداخله به پرسشنامه‌های ارزش‌های ازدواج دلخوش (۱۳۸۶) و نگرش به نحوه انتخاب همسر کوب، لارسون و واتسون (۲۰۰۳) پاسخ دادند. با این تفاوت که گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. یافته‌های حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور بر ارزش‌های ازدواج تأثیر معناداری داشته است ($P < 0/05$). در متغیر تصویر ایده‌آل از همسر نیز، در مرحله پس‌آزمون تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل وجود دارد ($P < 0/05$). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور می‌تواند به‌عنوان یک مداخله مهم و کلیدی قبل از ازدواج در نظر گرفته شود. نتایج این تحقیق می‌تواند مورد استفاده مشاوران خانواده و ازدواج قرار بگیرد.

۱. مقاله مستخرج از رساله دکتری رشته مشاوره به شماره کد اخلاق IR.IAU.KHUISF.REC.1399.266 است.

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

۳. استادیار گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

(نویسنده مسئول) Z.yousefi1393@khuif.ac.ir

۴. دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

واژگان کلیدی: پیش از ازدواج، طرحواره‌های ناسازگار، انتخاب همسر، ارزش‌های ازدواج، تصویر ایده آل از همسر

مقدمه

ازدواج و انتخاب همسر یکی از مهم‌ترین اتفاقات زندگی هر شخص می‌باشد و به‌مثابه پیموندی محکم و هدفدار بین زن و مرد است، رویدادی که از عوامل مختلفی تأثیر می‌پذیرد. به‌عبارت‌دیگر چرخه‌ای از علت‌ها وجود دارد که انتخاب همسر و معیارهای انتخاب فرد مورد نظر افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (غروی و عنایت، ۱۳۸۸). انتخاب اولیه شرط مهمی برای ازدواج است و ازدواج مرحله‌ای از زندگی می‌باشد که پس از آن فرد به رشد و تحول می‌رسد (نوری و جان‌بزرگی، ۱۳۹۰). بخش مهمی از فرایند ازدواج و انتخاب همسر تحت تأثیر میراثی می‌باشد که هر یک از زوجین از خانواده اصلی خویش می‌آورند، همچنین چگونگی ترک خانواده‌هایشان در این بین نیز تأثیر مهمی دارد (مینوچین، ۱۹۹۶؛ ترجمه ثنایی، ۱۳۹۸).

اخذ تصمیم مناسب و کارآمد جهت تشکیل خانواده بسیار مهم است، چراکه موفق بودن یا نبودن زندگی خانوادگی تحت تأثیر این تصمیم می‌باشد. یک ازدواج رضایت‌بخش می‌تواند پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی و خانواده باشد. به‌عبارت‌دیگر سلامت جامعه و خانواده تحت تأثیر رضایت افراد از ازدواج‌شان قرار دارد (بارکر^۱، 2013؛ ترجمه دهقانی، دهقانی، ۱۳۹۷). ازدواج سبب می‌شود که در جریان یک قرارداد جدی برای بودن کنار یکدیگر، بستری شایسته برای پروراندن و اجتماعی شدن نسلی از اعضای جامعه تشکیل شود و هنجارها و ارزش‌هایی ادامه یابند که ازدواج متمایل به برآورده ساختن آنها است. دیدگاه فرد پیش از ازدواج نسبت به ازدواج تعیین‌کننده ارزش‌ها و ملاک‌های انتخاب او در این زمینه است و تا اندازه‌ای یکی از سازه‌های پیش‌بینی کننده زندگی موفق و به‌تبع آن رضایت زناشویی می‌باشد. بنابراین بررسی سازه‌های اثرگذار در تشکیل این ارزش‌ها، مهم می‌باشد چراکه پیش‌بینی کننده عوامل تأثیرگذار رضایت زناشویی می‌باشند. از سوی دیگر جوامع مختلف دارای ارزش‌های متنوعی هستند و وجه تمایز مهم جوامع از یکدیگر همین ارزش‌ها و نگرش‌ها می‌باشد (ربانی و شهبایی، ۱۳۸۹).

ارزش‌های ازدواج به‌عنوان نمادی از ارزش‌های فرهنگی شناخته می‌شود، ارزش‌های فرهنگی اصول ازدواج را تبیین می‌کنند اینکه چه کسی برای نقش همسری مناسب است یا قواعد عملی زندگی زناشویی مثل اعمال مجاز یا غیرمجاز برای زوجین چه چیزهایی هستند (دلخموش، ۱۳۹۲). ارزش‌های فرهنگی ازدواج در دو بعد جامع قرار می‌گیرند که عبارت‌اند از سلسله مراتبی از برابرنگری که این بعد با تضمین رفتار اجتماعی مسئولانه، مسأله برانگیختن افراد به حقوق و رفاه دیگران و اداره کردن وابستگی‌های متقابل آنها رابطه دارد. بعد محاط شدگی در برابر خود پیروی نشان

^۱ Barker

می‌دهد که افراد تا چه اندازه به‌عنوان اشخاص خودپیرو یا محاط‌شده گروه‌ها در نظر گرفته می‌شوند. احترام به سنت، تأکید بر حفظ وضع موجود و رفتاری مرسوم و در برابر تأکید بر یگانگی و استقلال خاص خویش، دو قطب متعارض این بعد را منعکس می‌کند (دلخמוש، ۱۳۹۲).

برخی افراد ملاک خود را در ازدواج مبتنی بر عشق و برخی تأمین نیازهای مادی، جسمی، عاطفی و هیجانی و برخی ترکیب همه اینها می‌دانند (تسای^۱، ۲۰۱۶). به نظر می‌رسد ارزش‌های ازدواج در خلق تصویر ایده‌آل از همسر نقش پررنگی دارند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دختران و پسران با گذشت زمان، دچار شک و تردیدهایی در انتخاب همسر می‌شوند که بخشی از آن مربوط به دگرگونی ارزش‌ها، تحریف‌های شناختی و نوع طرحواره‌ها و تأثیرهای آن‌ها بر تغییرات معیارهای انتخاب همسر در نزد جوانان است (رستمی، نوایی‌نژاد و فرزاد، ۱۳۹۸) و بخش دیگر مربوط به انتظارات غیرواقعی و ناکارآمد است که در قالب ملاک‌های انتخاب همسر مطرح می‌شود (مهرا، سرکار، بهرا و بهرا^۲، ۲۰۱۸).

نظریه‌های گوناگونی در ارتباط با شکل‌گیری ارزش‌ها و تصویر ایده‌آل از همسر وجود دارد. نظریه همسر ایده‌آل بر این فرض بنا شده است که افراد بر اساس تجربیات دوران کودکی، تخیلاتی در خصوص آنچه دوست دارند همسر ایده‌آل‌شان داشته باشد در ذهن تصویرسازی می‌کنند. ترکیب ارزش‌ها و تصویر همسر ایده‌آل بیان می‌کند که فرد ارزش‌های اساسی که دارا است را به فرد کامل یا ایده‌آل فراقنی می‌کند. به این صورت می‌توان از طریق نظریه^۳ ارزش‌ها، نظریه^۴ همسر ایده‌آل را تبیین نمود. واژه همسر ایده‌آل (مطلوب) به منظور بیان تصویری که جوانان از ویژگی‌های فرد مورد نظرشان جهت ازدواج در ذهن خود می‌سازند به کار می‌رود (رایس^۳، ۱۹۹۸).

شواهد موجود نشان می‌دهد که تصور از همسر ایده‌آل، فرد را در انتخاب همسر راهنمایی می‌کند و باعث می‌شود که فرد با کسی که این صفات ایده‌آل را دارا می‌باشد و یا وی چنین می‌پندارد ازدواج کند. تصویر همسر ایده‌آل دربرگیرنده^۴ صفاتی است که فرد آرزو می‌کند دارا باشد، اما می‌داند که فاقد آن صفات است. آنگاه که دو نفر با هم ازدواج می‌کنند، هرکدام خود ایده‌آلی را به دیگری نسبت می‌دهد. البته واضح است که هیچ‌یک از آنها همیشه دارای ویژگی‌ها و صفات منتسب نیستند. مقایسه^۴ تصور از همسر ایده‌آل با ویژگی‌های تصورکننده در میان افراد مجرد و افرادی که به عقد هم‌دیگر درآمده‌اند، الگوی کاملاً متفاوتی از مناسبات را نشان می‌دهد. از اینجا می‌توان به این نتیجه رسید که تصور از همسر ایده‌آل در طول زمان و در جریان برخورد با افراد زیادی از جنس مخالف متحول می‌گردد و این تصور بیشتر محصول تجربه‌های قبلی و فعلی فرد می‌باشد تا عامل تعیین‌کننده^۴ همسرگزینی (آدري^۴، ۲۰۰۰). تصور از همسر ایده‌آل، تنها

۱. Tsai

۲. Mehra, Sarkar, Sreenath, Behera, & Mehra

۳ Rice

۴ Udri

در مراحل اولیه به همسرگزینی مؤثر واقع می‌شود و به ندرت اتفاق می‌افتد که افراد با کسی ازدواج کنند که دارای همگی صفات از پیش‌اندیشیده‌اش باشد (کلدی و غفوریان قالیباف، ۱۳۸۷).

بنابراین به نظر می‌رسد که آموزش‌های پیش از ازدواج در راستای کاهش خطاها و انتخاب‌های نادرست، اصلاح باورهای ناکارآمد در زمینه ازدواج و پیشگیری از فروپاشی ازدواج مؤثر باشد. یکی از دیدگاه‌های جالب که می‌توان با توجه به آن الگوی مشاوره و آموزش‌های پیش از ازدواج را طراحی کرد نظریه طرحواره‌درمانی است. طرحواره درمانی^۱ توسط یانگ ارائه شد، یانگ برای بررسی دقیق‌تر این ایده، مجموعه‌ای از طرحواره‌ها را مشخص کرد که به اعتقاد او این طرحواره‌ها به‌عنوان طرحواره‌های ناسازگار اولیه دارای ویژگی‌هایی از قبیل درون‌مایه‌های عمیق، فراگیر و به‌شدت ناکارآمد و برگرفته از خاطرات، هیجان‌ها و شناخت‌واره‌ها و احساسات بدنی هستند و هنگام فعال شدن سطح بالایی از عواطف را در برمی‌گیرند که حاصل تکامل خلق‌وخوی کودک با تجارب ناکارآمد او با خانواده و اطرافیان در سال‌های اول زندگی است، که در مسیر زندگی تداوم دارند، و شامل ساختارهای عمیقی هستند که تغییر آن‌ها چندان آسان نیست، افراد برای بقای طرحواره‌های ناسازگار اولیه خودشان می‌جنگند و این تلاش برای رسیدن به هماهنگی شناختی است (جیل^۳، میشیل^۴ و وریسویچک^۵، ۲۰۱۵). طرحواره‌ها می‌توانند بر روابط میان فردی و به‌ویژه بر ازدواج افراد تأثیرگذار باشد (آکن^۶، ۲۰۱۷)؛ درواقع، افرادی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه بیشتری از آن‌ها درگیر است، انتظارات واقع‌بینانه^۷ کمتری، انتظارات بدبینانه بیشتری از ازدواج (جوانبخت، محمدی رازی و محرمی، ۱۳۹۸) و امنیت ارتباطی کمتری دارند (محمدی، محمودی و نوری پور، ۲۰۱۷). همچنین این افراد رضایت زناشویی کمتری در زندگی احساس می‌کنند (آزادبخت و وکیلی، ۱۳۹۲).

در آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور تکنیک‌های مختلفی در جهت راهبردهای اجتناب تجربی، راهبردهای شناختی بی‌ثمر، حمایت و یا سایر راهبردها آموزش داده می‌شود و باعث می‌شود افراد بتوانند بهتر و کارآمدتر با افکار و هیجان‌های خود مقابله کنند (لیهی^۷، ۲۰۱۹؛ سو، لی، یو، مین، گی سئو و چویی^۸، ۲۰۱۹). برخی از این افکار و هیجان‌های منفی، در درازمدت سبب نگرش‌های منفی و ناکارآمد نسبت به ازدواج، انتخاب همسر، ترس از ازدواج، انتظارات ناکارآمد در افراد در آستانه ازدواج می‌شود (رستمی و همکاران، ۱۳۹۸). پژوهش‌ها نشان دادند که اصلاح طرحواره‌ها بر نگرش ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر و مؤلفه‌های آن شامل عشق باوری، تجربه محوری،

۱ schema therapy

۲ cognitive coordination

۳ Jill

۴ Michiel

۵ Vreeswijk

۶ Eken

۷ Leahy

۸ Suh, Lee, Yoo, Min, Seo & Choi

آرمان نگری، متضادجویی، آسان بینی و خوش‌باوری مؤثر است (شیری، گل‌محمدیان و حجت‌خواه، ۱۳۹۵؛ فوزکو و فریمن^۱، ۲۰۰۴؛ کریوتر و مولتنر^۲، ۲۰۱۴؛ لیپی، ۲۰۱۶ و ۲۰۱۹).

باوجود اینکه پژوهش‌های بسیاری (رضوی، فاتحی زاده، ۱۳۸۹؛ آزادبخت و همکاران، ۱۳۹۲؛ شریعتمداری، ۱۳۹۳؛ جوانبخت و همکاران، ۱۳۹۸)، رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه افراد با انتظارات و تصورات آن‌ها از ازدواج را نشان داده‌اند و پژوهش‌هایی نیز اثربخشی طرحواره‌محور بر روی متغیرهایی مانند انتظارات ازدواج (فتح اله زاده، بهبهانی، کرمی نژاد، محمودی و عبدی، ۱۳۹۰)، نگرش ناکارآمد نسبت به انتخاب هم (شیری و همکاران، ۱۳۹۵) و نگرش به ازدواج (فریدون‌پور، کلهری، محسنی و نامجو، ۱۳۹۹) را بررسی کرده‌اند. اما، در مورد اثربخشی مداخلات پیش از ازدواج طرحواره محور بر روی ارزش‌های ازدواج و تصورات ایده آل از همسر، پژوهشی انجام نگرفته است. بنابراین، هدف این پژوهش پاسخ به این سؤال است که آیا آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده آل از همسر در دختران مجرد اثربخش است؟

روش پژوهش

این پژوهش در چارچوب تحقیقات نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گرفت و شامل یک گروه آزمایشی و یک گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را دختران مجرد زیر ۳۰ سال شهر اصفهان در سال ۱۳۹۹ تشکیل دادند که با روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰ دختر مجرد بر اساس ملاک‌های شمول انتخاب گردیده، به‌طور تصادفی در دو گروه (۱۵ نفر کنترل و ۱۵ نفر آزمایش) گمارده شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: ۱. شرکت داوطلبانه و آگاهانه در جلسات آموزش. ۲. سن بالای ۱۸ سال و کمتر از ۳۰ سال. ۳. نداشتن بیماری روانی یا جسمانی شدید. ۴. نداشتن معلولیت جسمانی. ۵. نداشتن سابقه ازدواج. ۶. عدم سوءمصرف مواد مخدر یا داروهای روان‌پزشکی و ملاک‌های خروج نمونه شامل: ۱. غیبت بیش از دو جلسه. ۲- شرکت در دوره آموزشی همزمان با این دوره بود. ۳. انجام ندادن تکالیف. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش، حضور داوطلبانه در جلسات مشاوره‌ای و کسب رضایت آگاهانه کامل برای شرکت در جلسات در نظر گرفته شد. همچنین در مورد روش اجرا، هدف انجام تحقیق، زبان‌های احتمالی، فواید، ماهیت و مدت تحقیق به شرکت‌کننده‌ها پاسخ قانع علمی و عملی داده شد. کلیه مراحل اجرای پژوهش زیر نظر استاد راهنما انجام شد. رایگان بودن جلسات، عدم آسیب رسیدن به شرکت‌کننده‌ها و در صورت آسیب جبران صدمات نیز در نظر گرفته شد.

ابزار اندازه‌گیری

^۱ Fusco & Freeman

^۲ Kreuter & Moltner

پرسشنامه ارزش‌های ازدواج: پرسشنامه ارزش‌های ازدواج در قالب ۴۶ ماده تنظیم شده است. ماده‌های آن بر اساس چهارچوب مفهومی پژوهش دلخوش (۱۳۸۶) انتخاب شده، ارزش‌های متناظر و اختصاصی قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی (۲۶ ماده) و انتخاب همسر (۱۴ ماده) را پوشش می‌دهند. محاط‌شدگی ۱۵ ماده، خودپیروی عقلی ۸ ماده، خودپیروی عاطفی ۵ ماده، سلسله‌مراتب ۶ ماده، برابرنگری ۶ ماده، جمعاً ۴۰ ماده از ۶ ماده باقی‌مانده، یک ماده مربوط به بازخورد کلی به ازدواج و ۵ ماده مربوط به بازخورد به همسانی ناهمسانی با همسر است. قابلیت اعتماد پرسشنامه حاضر به روش آزمون بازآزمون، در یک نمونه دانشجویی دختر و پسر (به تعداد ۸۷ نفر) در فاصله دو هفته، در دامنه‌ای از متوسط تا بالا قرار دارد. ضرایب به‌دست‌آمده عبارت‌اند از: محاط‌شدگی ۰/۸۴، سلسله‌مراتبی ۰/۸۲، خودپیروی عقلی ۰/۸۱، خودپیروی ۰/۷۴ و برابرنگری ۰/۶۹ (دلخوش، ۱۳۹۲).

مقیاس نگرش به نحوه انتخاب همسر^۱: مقیاس نگرش به نحوه انتخاب همسر توسط کوب، لارسون و واتسون^۲ (۲۰۰۳) تحت عنوان مقیاس نگرش نسبت به روابط عاشقانه و انتخاب همسر به‌منظور ارزیابی باورهای الزام‌آور و محدودکننده انتخاب همسر در کانادا تدوین شد. این مقیاس شامل ۳۱ سؤال و ۹ خرده‌مقیاس (تجربه‌محوری، عشق‌محوری، یکه‌خواهی، آسان‌گیری، ایده‌آل‌گرایی، متضادجویی، خوش‌باوری، باورگرایی، هماهنگ‌خواهی خانوادگی) است. شیوه نمره‌گذاری آن لیکرت ۷ درجه‌ای از به‌شدت موافقم (امتیاز ۷) تا به‌شدت مخالفم (امتیاز ۱) است. در این پرسشنامه حداقل نمره ۷۵ و حداکثر ۳۰۰ می‌باشد. نمره کمتر نشان‌دهنده این است که فرد از افکار الزام‌آور و محدودکننده کمتر متأثر است. آلفای کرونباخ عامل‌ها بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۸ گزارش شده است که روی هم‌رفته کل عامل‌ها ۴۷/۸ واریانس را تبیین کرده‌اند (کوب و همکاران، ۲۰۰۳). در ایران توسط سپهری و حسن‌زاده توکلی (۱۳۹۰) ترجمه و هنجاریابی و اجرا شد (بر روی نمونه ۶۳۴ نفری از دانشجویان دانشگاه‌های شهید بهشتی، شیراز و علوم پزشکی شیراز). در ایران این پرسش‌نامه بر اساس روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و روش بازآزمایی ۰/۷۲ و روایی از طریق روش روایی واگرا در سطح ۰/۹۹ توسط گزارش شده است (سپهری و همکاران، ۱۳۹۰).

روند اجرای پژوهش

پژوهش حاضر با پخش فراخوان شرکت در طرح پژوهشی در شبکه‌های اجتماعی جهت مراجعه دختران جوان مجرد به مرکز مشاوره سلام آغاز شد. پس از مراجعه افراد داوطلب، غربال‌گری بر اساس ملاک‌های شمول، مصاحبه^۱ بالینی جهت تشخیص اختلال شخصیت و اختلال بالینی صورت گرفت. در نهایت ۳۰ نفر داوطلب که واجد شرایط بودند انتخاب شدند. سپس شرکت‌کننده‌ها

^۱ Attitudes about Romance and Mate Selection Scale (ARMSS)

^۲ Cobb, Larson & Watson

به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند و هر دو گروه پرسشنامه‌های مذکور را تکمیل نمودند. پس از آن شرکت‌کننده‌های گروه آزمایش تحت آموزش گروهی پیش از ازدواج طرحواره‌محور، بر اساس رویکرد طرحواره محور، به مدت ۱۵ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دو بار در هفته قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از پایان جلسات هر دو گروه آزمایش و کنترل مجدد به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. به منظور تهیه این بسته آموزشی ابتدا به بررسی اسناد و پیشینه پژوهشی پرداخته شد تا از عدم وجود بسته مشابه اطمینان حاصل شود، سپس از کتاب‌هایی نظیر تکنیک‌های طرحواره درمانی (آرتنز و جیکوب^۱، ۲۰۱۷؛ ترجمه برآبادی، ۱۳۹۹)، مشاوره پیش از ازدواج بر اساس طرحواره درمانی (بهشتی، ۱۳۹۸)، ایجاد روابط عاشقانه از دیدگاه طرحواره‌درمانی (اسکین^۲، ۲۰۱۴؛ ترجمه، منافی، ۱۳۹۹)، فنون طرحواره درمانی (یانگ و کلاسکو، ۱۹۹۴؛ ترجمه، حمیدپور، پیرمرادی، گلی زاده، ۱۴۰۰) و مقالات معتبر و مرتبط در این زمینه (شیری، گل محمدیان، حجت خواه، ۱۳۹۵) استفاده شد، پس از آن طی جلسات تخصصی با استاد راهنما و مشاور محتوای لازم جهت بسته آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور تدوین شد. به منظور بررسی اعتبار محتوا و بودجه بندی زمان موضوعات آموزشی، از هفت متخصص مشاوره^۱ پیش از ازدواج خواسته شد تا روی یک طیف پنج درجه‌ای محتوا و بودجه‌بندی زمان را بر اساس سؤالات ارزیابی محتوا، بررسی کنند. سپس اعتبار محتوا بر طبق نظر آنان به کمک ضریب CVR بررسی شد و (CVR=۰/۹۱) به دست آمد که نشان از اعتبار محتوای این بسته دارد. پس از تدوین نسخه^۱ نهایی بر روی نمونه^۱ اصلی اجرا گردید. پروتکل آموزشی ۱۵ جلسه‌ای مذکور به‌طور اختصار (جدول ۱) توضیح داده شده است.

جدول ۱: مداخله آموزشی پیش از ازدواج طرحواره محور

جلسات	اهداف آموزشی و شرح مختصر مطالب آموزشی
جلسه اول	ارائه تعریفی از ازدواج، ضرورت آموزش پیش از ازدواج: بیان ضرورت ازدواج و آموزش پیش از ازدواج. بیان چهار سبک ازدواج با دو محور رضایت و پایداری و شرایط تحقق ازدواج موفق/گفتگو در مورد آمادگی‌های مهم برای ازدواج/ارائه تکلیف خانگی
جلسه دوم	شناسایی موانع (هیجانی، شناختی و رفتاری) تحقق ازدواج موفق (تکمیل کاربرگ)/شناسایی موانع در قالب طرحواره‌های ناسازگار و ناکارآمد/شناسایی نقش ازدواج در تداوم و بهبود و جذابیت طرحواره‌ها
جلسه سوم	شناسایی نیاز به دل‌بستگی ایمن، محبت، ثبات و پذیرش در رابطه با ازدواج و انتخاب همسر/ توضیح مؤلفه‌های دل‌بستگی ایمن

^۱ Arntz & Jacob

^۲ Skeen.

شناسایی طرحواره های ناکارآمد ناشی از عدم ارضای سالم در حوزه ارتباط و انتخاب همسر/ آشنایی با قصه‌های ارتباطی رابطه مردگان، زالگونه، دزد و پلیس، شکنجه گران/ آشنایی با سه مهارت حرکت به سمت دل‌بستگی ایمن‌تر / ارائه تکلیف خانگی	جلسه چهارم
شناسایی واکنش‌ها به عدم ارضاء نیاز به دل‌بستگی را در بافت رابطه و انتخاب همسر (بارش فکری و تمرین عملی)	جلسه پنجم
شناسایی ۵ سبک واکنشی به عدم ارضاء نیاز به دل‌بستگی ایمن در ارتباط و سبک بازگشت به خانه امن در ازدواج/ آشنایی با طرحواره معیارهای سختگیرانه و کمال‌گرایی/ طرحواره های تأیید طلبی و اطاعت / طرحواره استحقاق شکننده / طرحواره بازداری هیجانی در انتخاب همسر/ شناسایی سبک‌های مقابله‌ای بیان شده را در سبک رفتاری شخصی	جلسه ششم
آشنایی با خط تحولی رشدی استقلال-وابستگی/ شناسایی جایگاه شخصی در خط تحولی/ آشنایی با مفهوم خودمختاری/ آشنایی با طیف پرورش استقلال.	جلسه هفتم
آشنایی و ارزیابی مفهوم کفایت، هویت/ شناسایی طرحواره های مربوط به عدم ارضاء نیاز و قصه ارتباطی والد- کودک/ ردیابی طرحواره های وابستگی در تعاملات شخصی	جلسه هشتم
با مفهوم محدودیت واقع بینانه و نقش آن در پذیرش مسؤولیت و خودکنترلی و ردگیری آن در تعاملات شخصی	جلسه نهم
آشنایی و ارزیابی مفهوم مرز و مرزبندی در ارتباط/ آشنایی با طرحواره استحقاق ناب به‌عنوان سبک مقابله‌ای و نقش آن را در ازدواج/ آشنایی با طرحواره خوبستن‌داری ناکافی و نقش این طرحواره را در ازدواج/ تکلیف خانگی	جلسه دهم
شناسایی ویژگی‌های بزرگسال سالم (بارش فکری)/ شناسایی حوزه‌های ارزشی و ارزش‌های شخصی/ تمرین عملی (تکنیک روز خاکسپاری و تیترو روزنامه)	جلسه یازدهم
فراگیری مهارت استفاده از ارزش‌ها جهت ارضای سالم نیازهای های هیجانی و مهارت به تعویق اندازی جهت حرکت در مسیر ارزش‌ها (تمرین عملی و تکلیف خانگی)	جلسه دوازدهم
شناسایی محدودیت‌ها و ناتوانایی‌های شخصی و دایره ارتباطی/ استفاده از تکنیک شفقت در جهت بازتعریف جدید از روایت‌های ناکارآمد (تمرین عملی)	جلسه سیزدهم
فراگیری مهارت رها کردن/ فراگیر مهارت ابراز وجود و بیان خواسته‌ها و نیازها را در تعاملات شخصی (تمرین عملی)	جلسه چهاردهم
شناسایی حیطه‌های گفتگو در جلسات آشنایی ازدواج و زنگ خطرها/ جمع بندی جلسات/ پرسش و پاسخ	جلسه پانزدهم

تجزیه و تحلیل داده‌ها

در این پژوهش، در مجموع ۳۰ شرکت‌کننده (۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل) با میانگین سنی ۲۵/۵ سال و انحراف استاندارد سنی ۴/۳۲ شرکت کردند. دامنه سنی شرکت‌کنندگان از ۲۱ تا ۲۹ سال گسترده شده است. در ضمن اینکه در گروه آزمایش، ۶ نفر از افراد دارای مدرک لیسانس و در گروه کنترل ۵ نفر، ۲ نفر مدرک دکتری در گروه آزمایش و در گروه کنترل ۱ نفر، ۲ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد در گروه آزمایش و ۴ نفر در گروه کنترل، ۳ نفر مدرک فوق‌دیپلم در گروه آزمایش و ۴ نفر در گروه کنترل و ۲ نفر مدرک دیپلم در گروه آزمایش و ۱ نفر در گروه کنترل، در این پژوهش شرکت کردند. در این پژوهش، برای گزارش و تفسیر نتایج از تحلیل کوواریانس چندمتغیره و نرم‌افزار SPSS-23 استفاده شد.

یافته‌ها

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد ابعاد ارزش‌های ازدواج بر اساس گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین
ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی	پیش‌آزمون	۱۱۳/۲۷	۱۳/۴۴۵	پیش‌آزمون
	پس‌آزمون	۱۲۰/۴۷	۱۳/۳۶۲	پس‌آزمون
ارزش‌های انتخاب همسر	پیش‌آزمون	۶۵/۶۷	۶/۶۱۹	پیش‌آزمون
	پس‌آزمون	۷۶/۲۰	۶/۶۲۵	پس‌آزمون

نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد که نمرات ابعاد ارزش‌های ازدواج پس‌آزمون گروه آزمایش روش بسته آموزشی طرحواره محور نسبت به گروه کنترل تغییر کرده است. میانگین ابعاد ارزش‌های ازدواج در گروه آزمایش نسبت به پیش‌آزمون افزایش پیدا کرده است. جدول ۳ میانگین و انحراف استاندارد ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌ال را بر حسب گروه نشان می‌دهد.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌ال

بر اساس گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	گروه
تجربه محوری	پس‌آزمون	۱۲/۸	۲/۲۴	پس‌آزمون
	پیش‌آزمون	۱۷/۶	۴/۱۴	پیش‌آزمون
عشق محوری	پس‌آزمون	۱۴/۸	۳/۹۵	پس‌آزمون
	پیش‌آزمون	۱۶/۹۳	۱۶/۹۳	پیش‌آزمون

۳/۵	۲۱/۶	پیش‌آزمون	۵/۱۲	۲۲/۹۳	پیش‌آزمون	یکه خواهی
۱/۷۸	۱۷/۲	پس‌آزمون	۴/۲	۳۴/۳۳	پس‌آزمون	
۸/۱۴	۳۲/۳۳	پیش‌آزمون	۵/۹۴	۳۴/۸	پیش‌آزمون	آسان‌گیری
۸/۰۹	۳۱/۶۷	پس‌آزمون	۵/۸	۲۹/۶	پس‌آزمون	
۲/۳۲	۱۹/۳۳	پیش‌آزمون	۲/۲۳	۲۰/۳۳	پیش‌آزمون	ایده‌آل‌گرایی
۲/۱۹	۱۸/۶۷	پس‌آزمون	۲/۱۳	۱۶/۴	پس‌آزمون	
۲/۵	۱۶/۴۷	پیش‌آزمون	۲/۵۵	۱۷/۶۷	پیش‌آزمون	متضاد جویی
۱/۹۶	۱۶/۸۷	پس‌آزمون	۲/۵۸	۱۶/۰۷	پس‌آزمون	
۱/۵	۹/۶	پیش‌آزمون	۱/۸۸	۱۰/۶	پیش‌آزمون	خوش‌باوری
۲/۳۷	۹/۷۳	پس‌آزمون	۱/۸۸	۷/۶	پس‌آزمون	
۱/۳	۱۱/۵۳	پیش‌آزمون	۱/۹۹	۱۲/۴	پیش‌آزمون	باور گرایی
۱/۹۴	۱۱/۷۳	پس‌آزمون	۱/۹۹	۹/۴	پس‌آزمون	
۳/۴۲	۳۰/۶۷	پیش‌آزمون	۵/۱۶	۲۶/۲۷	پیش‌آزمون	هماهنگ خواهی
۳/۹۱	۳۱/۰۰	پس‌آزمون	۵/۴	۲۰/۰۰	پس‌آزمون	

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که نمرات ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌آل پس‌آزمون گروه آزمایش روش بسته آموزشی طرحواره محور نسبت به گروه کنترل تغییر کرده است. در میانگین ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌آل در گروه آزمایش نسبت به پیش‌آزمون کاهش پیدا کرده است. به منظور بررسی معناداری این تفاوت از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری استفاده شد.

جهت بررسی نرمال بودن نمرات ابعاد ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر از آزمون شاپیرو ویلک استفاده شد و به منظور بررسی پیش‌فرض برابری واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد. نتایج آزمون شاپیرو ویلک نشان داد که نمرات ابعاد ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر نرمال است. به منظور بررسی برابری واریانس‌های متغیرهای ابعاد ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر از آزمون لوین استفاده شد. یافته‌ها نشان داد تفاوت کواریانس‌های نمرات ابعاد ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر گروه‌ها با هم تفاوت معنادار ندارند. به منظور برابری کواریانس‌های در نمرات ابعاد ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر در دو گروه از آزمون باکس استفاده شد. آزمون باکس نیز نشان داد که تفاوت کواریانس‌های ابعاد ارزش‌های ازدواج در دو گروه غیرمعنادار است. توجه به تأیید پیش‌فرض‌های استفاده از آزمون تحلیل کواریانس، به منظور مقایسه دو گروه از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری استفاده شد. جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری را نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کواریانس به منظور مقایسه ابعاد ارزش‌های ازدواج بر حسب گروه پیش‌آزمون

نوع آزمون	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	D f	میانگین مجذورات	F	معناداری	مجدو راتا	توان آماری
پیش‌آزمون	ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی	۴۹۴/۲۵۰	۱	۴۹۴/۲۵۰	۵۳۴/۳۳۹	۰/۰۰۰	۰/۹۹۳	۱/۰۰۰
		۷		۷	۱		۰	۱
گروه	ارزش‌های انتخاب همسر	۱۵۸/۱۸۵	۱	۱۵۸/۱۸۵	۶۲۳/۰۵۴	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰	۱/۰۰۰
		۴		۴	۳		۰	۱
خطا	ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی	۳۶۷/۷۰۸	۲	۱۸۳/۸۵۴	۱۹۸/۱۷۴	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰	۱/۰۰۰
		۳		۶	۳		۰	۱
خطا	ارزش‌های انتخاب همسر	۱۵۴/۴۹۲	۲	۷۷۲/۷۴۶	۳۰۳/۹۱۸	۰/۰۰۰	۰/۹۳۸	۱/۰۰۰
		۵		۲	۳		۰	۱
خطا	ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی	۳۷/۰۴۹	۴	۰/۹۲۶				
		۰						
خطا	ارزش‌های انتخاب همسر	۱۰۱/۷۰۴	۴	۲/۵۴۳				
		۰						

همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، تفاوت میانگین در دو گروه در ابعاد ارزش‌های ازدواج معنادار است. این یافته به معنای این است که بین گروه‌های آزمایش و کنترل تغییر معناداری در میانگین نمره ابعاد ارزش‌های ازدواج از پیش‌آزمون به پس‌آزمون به وجود آمده است. توان آماری ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی معادل ۱/۰۰۰ و توان آماری ارزش‌های انتخاب همسر معادل ۱/۰۰۰ نشان‌دهنده حجم نمونه مناسب برای یک چنین نتیجه‌گیری است. ضریب اتا نشان می‌دهد که ۹۹ درصد از تغییرات ارزش قلمرو ازدواج و زندگی زناشویی و ۹۳/۸ درصد از تغییرات ارزش‌های انتخاب همسر مربوط به آموزش‌هاست.

جدول ۵. نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری به منظور مقایسه ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌آل بر حسب گروه پیش‌آزمون

نوع آزمون	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	معدنار مجذور توان	معدنار مجذور آماری
پیش‌آزمون	تجربه محوری	۱۸۹/۹۱۳	۱	۱۸۹/۹۱۳	۱۶۵/۸۱۴	۰/۰۰۰	۰/۸۳۴
	عشق محوری	۱۹۰/۱۶۰	۱	۱۹۰/۱۶۰	۲۸۳/۹۴۴	۰/۰۰۰	۰/۸۹۶
	یکه خواهی	۰/۰۸۳	۱	۰/۰۸۳	۰/۱۳۰	۰/۷۳۰	۰/۰۶۴
	آسان‌گیری	۱۰۳۷/۶۹۲	۱	۱۰۳۷/۶۹۲	۴۱۱۱/۸۳۱	۰/۰۰۰	۰/۹۹۲
۷							
گروه	ایده‌آل‌گرایی	۵۶/۱۹۰	۱	۵۶/۱۹۰	۳۲۲/۶۳۸	۰/۰۰۰	۰/۹۰۷
	متضادجویی	۱۱۷/۰۵۵	۱	۱۱۷/۰۵۵	۱۶۲/۷۸۰	۰/۰۰۰	۰/۸۳۱
	خوش‌باوری	۳۴/۵۸۱	۱	۳۴/۵۸۱	۱۱/۳۴۷	۰/۰۰۲	۰/۲۵۶
	باورگرایی	۳۲/۳۸۲	۱	۳۲/۳۸۲	۱۳/۰۱۹	۰/۰۰۱	۰/۲۸۳
خطا	همه‌هنگ خواهی خانوادگی	۴۸۶/۵۷۶	۱	۴۸۶/۵۷۶	۱۲۹/۷۰۲	۰/۰۰۰	۰/۷۹۷
	تجربه محوری	۳۸۶/۴۹۵	۲	۱۹۳/۲۴۷	۱۶۸/۷۲۴	۰/۰۰۰	۰/۹۱۱
	عشق محوری	۲۷۹/۲۲۳	۲	۱۳۹/۶۱۱	۲۰۸/۴۶۶	۰/۰۰۰	۰/۹۲۷
	یکه خواهی	۳۳۰۹/۷۱۴	۲	۱۶۵/۸۵۷	۲۵۸۸/۲۹۵	۰/۰۰۰	۰/۹۹۴
۴							
خطا	آسان‌گیری	۵۳۶/۸۰۵	۲	۲۶۸/۴۰۲	۱۰۶۳/۵۳۸	۰/۰۰۰	۰/۹۸۵
	ایده‌آل‌گرایی	۲۳۰/۸۲	۲	۱۱۵/۴۱	۶۶۲/۶۸۲	۰/۰۰۰	۰/۹۷۶
	متضادجویی	۱۳۸/۸۵۷	۲	۶۹/۴۲۹	۹۶/۵۵	۰/۰۰۰	۰/۸۵۴
	خوش‌باوری	۷۳/۹۷۲	۲	۳۶/۹۸۶	۱۲/۱۳۶	۰/۰۰۰	۰/۴۲۴
خطا	باورگرایی	۲۱۱/۷۳	۲	۱۰۵/۸۶۵	۴۲/۵۶۱	۰/۰۰۰	۰/۷۲۱
	همه‌هنگ خواهی خانوادگی	۹۹۴/۴۸۶	۲	۴۹۷/۲۴۳	۱۳۲/۵۴۶	۰/۰۰۰	۰/۸۸۹
	تجربه محوری	۳۷/۷۹۶	۳۳	۱/۱۴۵			
	عشق محوری	۲۲/۱۰۰	۳۳	۰/۶۷۰			
یکه خواهی	۲۱/۰۹۹	۳۳	۰/۶۳۹				
آسان‌گیری	۸/۳۲۸	۳۳	۰/۲۵۲				
ایده‌آل‌گرایی	۵/۷۴۷	۳۳	۰/۱۷۴				
متضادجویی	۲۳/۷۳۰	۳۳	۰/۷۱۹				
خوش‌باوری	۱۰۰/۵۷۳	۳۳	۳/۰۴۸				
باورگرایی	۸۲/۰۸۲	۳۳	۲/۴۸۷				
همه‌هنگ خواهی خانوادگی	۱۲۳/۷۹۹	۳۳	۳/۷۵۱				

همان‌طور که در جدول ۵ ملاحظه می‌شود، تفاوت میانگین در دو گروه در ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌آل معدنار است. این یافته به معنای این است که بین گروه‌های آزمایش و کنترل تغییر معدناری در میانگین نمره ابعاد تصویر ذهنی از فرد ایده‌آل از پیش‌آزمون به پس‌آزمون به وجود آمده است.

توان آماری ضرورت داشتن ارتباط با فرد موردعلاقه (تجربه‌محوری) معادل $1/000$ ، توان آماری عشق محوری معادل $1/000$ ، توان آماری من فقط عاشق یک نفر می‌توانم باشم معادل $1/000$ ، توان آماری آسان‌بینی در انتخاب همسر معادل $1/000$ ، توان آماری ایده‌آل‌گرایی معادل $1/000$ ، توان آماری متضادجویی معادل $1/000$ ، توان آماری خوش‌باوری در انتخاب معادل $0/992$ ، توان آماری باورگرایی معادل $1/000$ و توان آماری اعتقاد به هماهنگی معادل $1/000$ نشان‌دهنده حجم نمونه مناسب برای یک چنین نتیجه‌گیری است.

ضریب اتا نشان می‌دهد که $99/1$ درصد از تغییرات ضرورت داشتن ارتباط با فرد موردعلاقه (تجربه‌محوری)، $92/7$ درصد از تغییرات عشق محوری، $99/4$ درصد از تغییرات من فقط عاشق یک نفر می‌توانم باشم، $98/5$ درصد از تغییرات آسان‌بینی در انتخاب همسر، $97/6$ درصد از تغییرات ایده‌آل‌گرایی، $85/4$ درصد از تغییرات متضادجویی، $42/4$ درصد از تغییرات خوش‌باوری در انتخاب، $72/15$ درصد از تغییرات باورگرایی و $88/9$ درصد از تغییرات هماهنگی خواهی خانوادگی مربوط به آموزش‌هاست.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر ارزش‌های ازدواج تأثیر معناداری داشته است. این یافته با مبانی نظری طرحواره درمانی همسو می‌باشد به این صورت که فعال شدن طرحواره معیارهای سرسختانه-عیبجویی افراطی و همچنین عدم ارضا نیازهای فرد در کودکی منجر به شکل‌گیری ترس‌ها، باورها و نگرش‌های کمال‌طلبانه ناکارآمد در ازدواج و انتخاب همسر می‌شود؛ از این رو، چنین به نظر می‌رسد عدم ارضا این نیازها که بیشتر در خانواده‌های تفریح ستیز و خشن، خانواده‌های گرفتار و یا خانواده‌هایی که مشکل مادی دارند منجر به عیبجویی مداوم از خود و دیگران می‌شود، یکی از شکل‌های بروز چنین طرحواره‌هایی «قواعد» و «بایدهای انعطاف‌ناپذیر» در حوزه‌های مختلف زندگی از جمله تحصیلی، شغلی، اخلاقی و انتخاب همسر است. فردی که چنین طرحواره در او شکل گرفته از تصمیم‌گیری در مورد ازدواج امتناع می‌ورزد و یا نسبت به ازدواج تمایل کمی نشان می‌دهند که چنین وضعیتی موجب دید مبهم نسبت به آینده برای این افراد، افزایش ارتباطات خارج از چارچوب خانواده و سنت‌شکنی‌های افراطی در جامعه می‌شود (عباسی، رمزی فرد، لطفی سرجینی، قزلسفلو، ۱۳۹۸). بنابراین، با شناسایی طرحواره‌های ناکارآمد، افراد به ریشه تصمیمات کنونی خود واقف می‌شوند و متوجه می‌شوند که انتظارات و تصورات آن‌ها بر اساس طرحواره‌های ناکارآمدی است که پیامدهای منفی زیادی برای زندگی شخصی و زندگی مشترک آن‌ها خواهد داشت. در نتیجه، شناسایی و اصلاح این پنداشت‌ها می‌تواند با ازدواج به‌موقع و با رضایت همراه باشد. به عبارت دیگر، می‌توان گفت آموزش طرحواره‌محور با آماج قرار دادن ریشه‌های رشدی ارزش‌های ناکارآمد ازدواج (امانی و ثنایی، نظری و نادری، ۱۳۹۰) و بازسازی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، قادر به ایجاد الگوهای

شناختی و رفتاری سازگار و غلبه بر نشخوارهای فکری درباره ازدواج و انتخاب ایده آل می‌شود (عباسی و همکاران، ۱۳۹۸).

باوجوداینکه تاکنون پژوهش‌چندانی در خصوص تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر ارزش‌های ازدواج انجام نشده است. اما پژوهش‌هایی انجام شده که به‌طور غیرمستقیم با پژوهش حاضر همسو می‌باشد. به‌عنوان مثال یافته‌های پژوهش شریعتمدار (۱۳۹۳) با عنوان، بررسی کیفی طرحواره‌های جنسیت و انتظارات از نقش همسر آسیب‌زنده به ازدواج؛ نشان داد که شرکت‌کننده‌ها در فرافکنی افکار خود بر موضوع ازدواج طرحواره‌نا سازگار متعددی نشان داده‌اند. تلقی از مرد به‌عنوان قدرت مافوق، و از زن به‌عنوان بازنده و از اقتضات زندگی به‌عنوان عاملی طاقت‌فرسا برای زن، انتظارات غیرواقع‌بینانه (از خود و دیگری) و انتظار ویژگی‌های آرمانی از دیگری (بدون توجه به نقش خود) به رابطه آسیب می‌زند. اما از آنجاکه افزایش آگاهی از کلیشه‌سازی‌ها موجب تغییر در تصورات قالبی می‌شود، مشاوران ازدواج باید در مورد این طرحواره‌ها به مراجعان خود آگاهی دهند. پژوهش فتح‌الله‌زاده و همکاران (۱۳۹۹)، در خصوص اثربخشی طرحواره درمانی هیجانی در مقایسه با واقعیت‌درمانی بر انتظارات از ازدواج در دختران مجرد مانده و پژوهش فریدون‌پور و همکاران (۱۳۹۹) در مورد مقایسه اثربخشی آموزش طرحواره درمانی و ایماگوتراپی بر ترس از ازدواج و نگرش به انتخاب همسر در دختران مجرد، پژوهش شیری و همکاران (۱۳۹۵) در خصوص اثربخشی طرحواره درمانی بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر همسو بود. همچنین پژوهش کیمیایی و همکاران (۱۳۹۴)، ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۸)، مک‌مانوس، ون‌دورن و ویند (۲۰۱۱) و رئوس (۲۰۱۰) به‌طور تلویحی با این یافته پژوهشی همسو می‌باشد. رویکرد طرحواره درمانی بر ابعاد چندوجهی فرد تأکید دارد. این ابعاد شامل بعد شناختی، تجربی و رفتاری هستند. در بعد شناختی، طرحواره درمانی با کار کردن بر صدای درونی شده و عمیق‌ترین سطح شناخت یعنی طرحواره‌ها، کمک می‌کند تا افراد دلیل نگرش ناکارآمد خود را ناشی از افکار خود بدانند و با استفاده از آزمون کردن اعتبار درستی طرحواره در پیدا کردن تعریفی جدید از شواهد تأییدکننده یا ردکننده طرحواره، طرحواره منتج از آن را زیر سؤال ببرند و دید منطقی و کارآمدی نسبت به ازدواج پیدا کنند. طرحواره درمانی که خلاصه‌ای از پاسخ‌های سالم فرد و شناسایی موقعیت برانگیزاننده طرحواره که آگاهی فرد نسبت به طرحواره‌ها، زمینه تغییر در فرد و به تبع آن در حوزه ازدواج فراهم می‌کند (شیری و همکاران، ۱۳۹۵).

در تبیین یافته فوق می‌توان گفت که ارزش‌های ازدواج معنایی هستند که افراد به زندگی زناشویی و عوامل خوشبختی می‌دهند و از آنجایی که جنس این معناها شناختی است، می‌تواند تحت تأثیر طرحواره‌های ناسازگار قرار بگیرد. چراکه دختران ممکن است در نقطه‌ای از طیف طرحواره‌های مختلف قرار داشته باشند و ارزش‌های غلط در آنان تقویت شود. همچنین ارزش‌های غلط نیز می‌توانند

۱ McManus, Van Doorn & Yiend

۲ Rios

طرحواره‌ها و باورهای غلط آنان را تقویت نماید. بنابراین طی این آموزش‌ها دختران با طرحواره‌های ناسازگار که می‌تواند مانع بزرگی در مسیر ازدواج باشد آشنا شده‌اند. همچنین آن‌ها فنون اصلاح این طرحواره‌ها را آموختند که کمک کرد تا بر ارزش‌های آنان نیز اثرگذار باشد و این‌گونه ارزش‌های ناکارآمد نیز در آنان کاهش یافت. به این ترتیب اصلاحات شناختی در زمینه طرحواره توانسته است بر بهبود سایر شناخت‌ها همچون ارزش‌ها نیز مؤثر باشد.

یافته دیگر این پژوهش نشان داد آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور بر تصویر ایده‌آل از همسر تأثیر معنادار دارد. مبانی نظری طرحواره درمانی با این یافته پژوهشی همسو می‌باشد بدین ترتیب، طرحواره پذیرش جویی / جلب توجه می‌تواند بر نگرش و تصویر غیرواقعی و آرمانی انتخاب همسر را در فرد شکل دهد، که در حوزه آزادی در بیان هیجان‌ها و نیازها قرار دارد، چنین احتمال می‌رود این طرحواره باعث حساسیت تشدید یاد یافته، نسبت به موضوع‌های راه‌انداز نیازهای ارضاء نشده فرد در کودکی مانند نیاز به امنیت و محبت و پذیرش نامشروط شده است (رجبی، عباسی، سودانی، اصلانی، ۱۳۹۵). این افراد به‌ظاهر افرادی دوست‌داشتنی و جذاب جلوه‌گر می‌کنند. ممکن است بگویند "عاشق یک نفر شدن دلیل کافی برای ازدواج با او خواهند بود." با آگاه شدن فرد از این طرحواره در خود و در نهایت تعدیل شدن آن توسط مداخله طرحواره درمانی، فرد در خود احساس و منطق را هر دو در انتخاب دخیل می‌داند. افرادی که نگرش متضادجویی دارند بر این باور هستند که باید با فردی ازدواج کنند که ویژگی‌ها مخالف با او را داشته باشند. به‌گونه‌ای که برخی افراد با ویژگی‌ها شخصیتی خاص حداقل در اوایل رابطه به‌طور ناخودآگاه و یا خودآگاه جذب افراد با ویژگی‌ها شخصیتی مخالف یا مکمل خود می‌شوند (شیری و همکاران، ۱۳۹۵).

باوجوداینکه تاکنون پژوهش‌چندانی در خصوص تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور بر تصویر ایده‌آل از همسر انجام نشده است. اما پژوهش‌هایی انجام شده است به‌طور غیرمستقیم با پژوهش حاضر همسو می‌باشد. به‌عنوان مثال یافته‌های پژوهش شیری و همکاران (۱۳۹۵) در خصوص، اثربخشی طرحواره درمانی بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر، پژوهش کرمی‌بلداجی، ثابت زاده، زارعی، صادقی فرد (۱۳۹۳)، با عنوان اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه عقلانی - عاطفی - رفتاری بر نگرش‌های ناکارآمد همسرگزینی دختران و پسران، رجبی و همکاران (۱۳۹۵) در خصوص، آموزش قبل از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر انتظارات زناشویی ایده آل گرایانه دانشجویان مجرد. همچنین یافته‌های پژوهش امیدوار و همکاران (۱۳۸۸) نشان دادند آموزش پیش از ازدواج، انتظارات زناشویی دانشجویان در آستانه ازدواج را به‌طور معناداری بهبود بخشیده است. همچنین آموزش پیش از ازدواج در دانشجویان در آستانه ازدواج، ابعاد انتظارات شامل: انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی و انتظارات از یک رابطه ایده آل را به‌طور معناداری بهبود بخشیده است. همچنین نتایج با پژوهش هویت و همکاران (۲۰۱۷) که نشان دادند طرحواره درمانی بر کاهش رفتارهای کمال‌گرایانه تأثیر دارد، همخوان است. در پژوهش فوق عزت نفس افراد کمال‌گرا که به دلیل نیاز به

تشویق و تأیید و ترس از طرد خدشه‌دار شده بود از طریق طرحواره درمانی ارتقاء یافت در نتیجه کمال‌گرایی کاهش یافت. افرادی که دچار کمال‌گرایی هستند دارای طرحواره‌ها و رفتارهای خودآسیب‌رسانی هستند که در برابر تغییر و اصلاح مقاومت می‌کنند. این افراد از اصلاح و تغییر الگوهای رفتاری و افکار هسته‌ای خود ناامید هستند و اصرار دارند که این شناخت‌ها و رفتارها جزء جدایی‌ناپذیر زندگی‌شان است و در نتیجه نمی‌توانند تغییر کنند.

در تبیین یافته فوق می‌توان گفت آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و آگاهی‌ها و تمرینات رفتاری منجر به کاهش تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل شده است. یکی از این آگاهی‌ها و تمرینات مرتبط با آن مربوط به افراد با طرحواره معیارهای سختگیرانه و کمال‌گرایی در انتخاب همسر بود که طی آن برای به دست آوردن امنیت با قصه ارتباطی معلم-شاگردی و برنده-بازنده آشنا شدند و راه‌های تعدیل این طرحواره را آموختند آنان همچنین با طرحواره استحقاق ناب به‌عنوان سبک مقابله‌ای نیاز به استقلال-خود مختاری آشنا شدند و نقش خطرناک آن را در ازدواج را شناختند و شیوه‌های چالش با آن را آموختند و به‌این ترتیب این آموزش‌ها توانسته‌اند به افراد کمک کنند تا با غلط بودن تصویر ایده‌آل روبه‌رو گردند و به‌این ترتیب این قالب‌های ذهنی در آنان کاهش یابد و در نتیجه بدانند که بهتر است با توجه به واقعیت موجود دست به انتخاب بزنند و این ترتیب دختران تصویر ذهنی‌شان نسبت به همسر تعدیل گردد.

به نظر می‌رسد طرحواره درمانی این آمایه‌های کهنه، شناخت‌واره‌ها و طرحواره‌ها را که مقاوم‌ترین مشکلات بالینی هستند به چالش کشیده و باعث کاهش مقاومت بیماران در برابر تغییر می‌شوند. از آنجایی که بیشتر مشکلات بالینی دارای تاریخچه تحولی هستند و در مراحل تحول در ذهن فرد رسوخ می‌کنند، تغییر در صورتی ممکن می‌شود که به صورت هدف قرار دادن ریشه‌های تحولی آسیب انجام شود. چون طرحواره درمانی بر کشف ریشه‌های تحولی مشکلات روان‌شناختی و کشف طرحواره‌های ناکارآمد اولیه تأکید دارد، می‌تواند موفقیت بالایی داشته باشد. بدین‌سان دختران جوان در آستانه ازدواج نیز بدون شک مثل سایر افراد در خزانه‌های یادگیری، آموزشی و تربیتی خودباورها، رفتارها و نگرش‌هایی را به ارث برده‌اند که امروز به‌عنوان طرحواره‌هایی که همان صدای والدین است در تعاملات و پویایی‌های بین فردی خود، آن را تکرار می‌کنند. و با توجه با بافت درهم‌تنیده جامعه ایرانی و به‌ویژه شهر اصفهان، انتقال باورهای بین نسلی ناکارآمد می‌تواند منجر به تداوم طرحواره‌های ناسازگار و معیارهای غلط در ارتباط با ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر شود. که با آموزش علل شکل‌گیری طرحواره‌ها و نقش عدم ارضای نیازهای هیجانی در شکل‌گیری آنها، این آموزش‌ها توانسته در آگاهی‌افزایی و تعدیل طرحواره‌ها نتیجه‌بخش باشد.

پژوهش حاضر نیز مانند سایر پژوهش‌ها از محدودیت‌هایی برخوردار بود از جمله اینکه جامعه مورد هدف تنها دختران مجرد بودند بنابراین پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی پسران هم با همین متغیرها مورد بررسی قرار بگیرند. همچنین از آنجایی که جامعه مورد پژوهش دختران مجرد دانشجو بودند

ممکن است در جامعه‌های دیگر که دانشجو نباشند تعمیم‌پذیری کمی داشته باشد بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده جامعه‌های غیر دانشجو و همچنین افرادی که قصد ازدواج مجدد نیز دارند بررسی گردد. استفاده از سایر مداخلات مانند رویکردهای هیجان‌مدار که مانند طرحواره درمانی به مسائل ریشه‌ای و بنیادی می‌پردازد و سایر مداخلات مهم در امر ازدواج مانند ترس از ازدواج نیز پیشنهاد می‌گردد. پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند از همه مراجعان و عواملی که در انجام این پژوهش یاری رسانند تشکر و قدردانی کنند.

منابع

- Abasi, M., Ramzifard, M., Lotfi sarjini, A., Ghezelseflo, M. (2019). The Effect of Schema Therapy on Marriage Values and the Marriage Tendency in Single Girls in Tehran. *Community Health Journal*, 13(2), 45-55 [In Persian]
- Amani, A., Sanaie Zaker, B., Nazari, A., Namdari Pajeman, M. (2011). Comparison of the Effectiveness of Schema Therapy and Attachment Therapy on Attachment Styles in Contractually Engaged Students. *Family Counseling and Psychotherapy*, 1(2), 171-191. [In Persian]
- Arntz, A., & Jacob, G. (2017). Schema therapy in practice: An introductory guide to the schema mode approach. John Wiley & Sons. Translated by Borabadi, H. (2020) third Ed. Tehran: Asbar Publication. [Persian]
- Azadbakht, R., Vakili, P. (2013). Relationship between early maladaptive schemas and marital satisfaction of women. *Journal of Educational Psychology*, 4(3), 11-18. [In Persian]
- Barker, P., (2013). *Basic family therapy*. Translated by Dehghani, M. Dehghani, Z. (2018) Fourth Ed. Tehran: Roshd Publication. [Persian]
- Beheshti, S.A (2019). Premarital counseling: (Applied method for specialists) with diagnostic-applied training to test early incompatible schemas. First Ed. Tehran: Ravan Sangi Publication. [Persian]
- Cobb, N. P., Larson, J. H., & Watson, W. L. (2003). Development of the attitudes about romance and mate selection scale. *Family Relations*, 52(3), 222-231.
- Delkhamoush, M. (2008). Developing A Scale for Measuring Ego Identity. *Developmental Psychology (Journal of Iranian Psychologists)*, 5(17), 43-52. [In Persian]
- Delkhamoush, M. (2013). Marriage Values Survey: Questionnaire, Instruction and Scoring Key., *Transformational Psychology: Iranian Psychologists*, 9(36), 433-437. [In Persian]

Ebrahimi, S., Goudarzi, M., & Isanejad, O. (2019). The effectiveness of pre-marriage counseling through the couple's care program «CARE» on expectations and communicational beliefs in marriage applicants. *Family Counseling and Psychotherapy*, 9(1), 217-236. [In Persian]

Eken, E. (2017). The role of early maladaptive schemas on romantic relationships: a review study. *People: International Journal of Social Sciences*, 3(3), 108.123

Fathollahzadeh, N., Behbahani, M., Karaminehad, J., Mahmoudi, M., & Abdi, M. (2020). Effectiveness of Emotional Schemata Therapy in comparison with Reality Therapy on marriage expectations in single girls. *Quarterly of Applied Psychology*, 14(1), 77-97. [In Persian]

Fereydonpour, Z., Kalhour, S., Mohseni, F., & Namjoo, F. (2020). Comparison of the Effectiveness of Schema Therapy and Imago Relation Therapy on Fear of Marriage and attitudes about romance and mate selection in Girls. *Journal of Applied Family Therapy*, 1(1), 100-124. [In Persian]

Fusco, G. M., & Freeman, A. (2004). *Borderline personality disorder: A patient's guide to taking control*. WW Norton & Company.

Gharavi, A., & Enayat, H. (2009). Study of socio-economic factors related to spouse selection criteria among students (Case study: Male students of Shiraz University), Master Thesis in Sociology, Faculty of Economics, Management and Social Sciences, Shiraz University. [Persian]

Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Mikail, S. F. (2017). *Perfectionism: A relational approach to conceptualization, assessment, and treatment*. Guilford Publications.

Javanbakht, A; Mohammadi Razi, M; Moharrami, S. (2019). Relationship between the dimensions of the love triangle and initial incompatible schema with expectation of marriage in female students of Mohaghegh Ardabili University. Second National Conference on Social Injuries, Ardebil, [In Persian]

Jill, L., Michiel, F. Vreeswijk, A. (2015). An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behavior Research and Therapy*, 46: 854- 863.

Kaldi, A., Ghaforian Galibaf, M. (2009). Study of Effective Social Factors in Spouse Selection Criteria. *Journal of Iranian Social Development Studies*, 1(1), 155-172.

Karami Boldaji, R., Sabetzadeh, M., Zarei, E., & Sadeghifard, M. (2015). Effectiveness of Rational-Emotive-Behavior Group Counseling (REBT) on Irrational Attitudes about Spouse Selection in Girls and

Boys. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 4(2), 171-188. [In Persian]

Kimiaee, A., Salhi Fadardi, J., Ghafouri Nasab, J. (2015). The Effectiveness of Pre-Marriage and Life Skills Training on Choosing a Spouse and EQ of the Students of Ferdowsi University of Mashhad. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 5(1), 41-51. [In Persian]

Kreuter, E. A., & Moltner, K. M. (2014). *Treatment and management of maladaptive schemas*. Springer.

Leahy, R. L. (2016). Emotional schema therapy: A meta-experiential model. *Australian Psychologist*, 51(2), 82-88.

Leahy, R. L. (2019). Introduction: emotional schemas and emotional schema therapy. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(1), 1-4.

Mahmoudi, F., Mahmoudi, A., & Nooripour, R. (2017). Relationship between early maladaptive schemas and safe communications in married students. *Journal of Research and Health*, 7(3), 779-787. [In Persian]

McManus, F., Van Doorn, K., & Yiend, J. (2012). Examining the effects of thought records and behavioral experiments in instigating belief change. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 43(1), 540-547.

Mehra, D., Sarkar, A., Sreenath, P., Behera, J., & Mehra, S. (2018). Effectiveness of a community-based intervention to delay early marriage, early pregnancy and improve school retention among adolescents in India. *BMC Public Health*, 18(1), 1-13.

Minuchin, S. (1996) *Family and family therapy*. Translated by Sanaei B. (2019) Second Ed. Tehran: Amirkabir Publication. [Persian]

Nouri, N., & Janbozorgi, M. (2011). The relationship between attachment styles and personal love attitudes and marital values. *International Journal of Behavioral Sciences*, 5(3), 225-233. [Persian]

Omidvar, B., & Fatehizadeh, M., & Ahmadi, S. (2009). The Effect of Premarital Training on Marital Expectations and Attitudes of University Students in Shiraz. *Journal of Family Research*, 5(2 (18)), 231-246. [In Persian]

Rabani Khouasgani, R., & Shahabi, S. (2010). The Survey of Isfahan Youth's Moral Values. *Urban-Regional Studies and Research (University of Isfahan)*, 2(5), 77-92. [In Persian]

Rajabi G, Abbasi G, Sudani M, Aslani K. (۲۰۱۶) Premarital Education Program Based on Premarital Interpersonal Choices and Knowledge Program on Idealistic Marital Expectation in Single Students. *Iranian*

Journal of Psychiatry and Clinical Psychology, 22 (3):212-221 [In Persian]

Razavi, A., Fatehi Zadeh, M. (2010). Determining the relationship between early maladaptive schemas and attitude about mate selection among college students. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 1(2), 45-70. [In Persian]

Rice, F. P. (1998). *Intimate relationships, marriages, and families*. McGraw-Hill Humanities, Social Sciences & World Languages.

Rios, C. M. (2010). The relationship between premarital advice, expectations and marital satisfaction. *Graduate Theses and Dissertations*, 536.

Rostami, Mehdi; Nawabi Nejad, Shokoo and Farzad, Waliullah (2020). Develop, validate and validate a questionnaire to assess patterns and injuries before marriage. *Journal of Applied Psychology*, 13 (3): 373-353. [In Persian]

Sepehri, S., & Hasan Tavakoli, M. (2012). An Investigation on Validity and Reliability of The Attitudes About Romance And Mate Selection Scale. *Journal of Family Research*, 7 (28), 401-419.

Skeen, M. (2014). *Love Me, Don't Leave Me: Overcoming Fear of Abandonment and Building Lasting, Loving Relationships*. New Harbinger Publications. Translated by Monafi, D & Monafi, S. (2018) first Ed. Tehran: Argmand Publication. [Persian]

Shariatmadar, A. (2014). Qualitative study of marriage damaging gender schemas and husband role expectations. *Clinical Psychology Studies*, 5(17), 137-155. [In Persian]

Shiri, Tahereh; Gol Mohammadian, Mohsen; Hojjatkah, Seyed Mohsen. (2015). The effectiveness of schema therapy on dysfunctional attitudes toward choosing a spouse in female students. *Quarterly Journal of Counseling Culture and Psychotherapy*, 7(27). [In Persian].

Suh, J. W., Lee, H. J., Yoo, N., Min, H., Seo, D. G., & Choi, K. H. (2019). A brief version of the Leahy Emotional Schema Scale: a validation study. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(1), 38-54.

Tsai, J. W. (2016). Family Matters. *Journal Published by the American Medical Association*; 170(7): 601-6410.

Udri, R. (2000). *The social context of Marriage*. New York, J, B Lippincott company

Young, J. E., & Klosko, J. S. (1994). *Reinventing Your Life: The Breakthrough Program to End Negative Behavior... and Feel Great Again*. Penguin. Translated by Hamidpour, H, Pirmoradi, E, Golizadeh, N. (2021) Tehran: Argmand Publication. [Persian]

The Effect of Schema-Based Pre-marital Instruction on Marriage Values and the Ideal Image of the Spouse in Single Girls

*Samaneh Molhtari*¹

¹ PhD Student in Counseling, Faculty of Education and Psychology Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan), Isfahan, Iran

*Zahra Yousefi*¹
*Gholam Reza Manshaei*²

Abstract

The purpose of the present study was to investigate the effect of schema-based pre-marital instruction on the marriage values and the ideal image of the spouse in single girls in Isfahan. This study was performed using the quasi-experimental method with pretest-posttest design and control group. The statistical population of this study consisted single girls under 30 years old in Isfahan. For this purpose, 30 single girls were selected through convenience sampling method and were divided into two groups: (15 people) in control and (15 people) in experimental group. The experimental group underwent schema-based pre-marital group training during 15 ninety-minute sessions. Participants answered the Marriage Values Questionnaire by Delkhamoosh (2007) and Spouse Selection Attitudes Questionnaire by Cobb, Larson and Watson (2003) in the pre-intervention and post-intervention stages. The only difference was that the control group did not receive any intervention. Findings from the covariance ANCOVA showed that pre-marital instruction had a significant effect on the marriage values and the ideal image of the spouse ($p < 0.05$). There was a significant difference between the experimental and control groups regarding the ideal image of the spouse in the post-test stage ($P/00.05$). Therefore, it can be concluded that the schema-based pre-marital education can be considered as an important and key pre-marital intervention. The results of this study can be used by family and marriage counselors.

Keywords: pre-marital, maladaptive schemas, spouse selection, marriage values, ideal image of spouse

1 Assistant Professor, Azad University, Faculty of Education and Psychology, Isfahan (Khorasgan), Isfahan, Iran (Corresponding author)*

2 Associate Professor, Faculty of Education and Psychology Azad University, Isfahan (Khorasgan), Isfahan, Iran