DOI: *10.29252/rbs.19.3.415*

Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2021, Volume 19, Issue 3

Comparison of the effectiveness of premarital education through interpersonal awareness and choice program and indigenous multidimensional approach on dysfunctional couple beliefs in marriage seekers

Seed Balochzadeh Khorshaneh[1], Mansour Abdi[2], Khalil Ghaffari[3], Rahim Hamidipour[4]

1. PhD Student in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Humanity Sciences, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran
2. (Corresponding author)* Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Arak University, Arak, Iran
3. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Humanity Sciences, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran
4. Assistant Professor, Department of Counseling, Farhangian University of Tehran, Tehran, Iran

Abstract

Aim and Background: Research has shown that adequate education on marriage-related issues can affect couples' beliefs; therefore, the present study was conducted to compare the effectiveness of premarital education by the method of awareness program and interpersonal selection and multidimensional indigenous approach on dysfunctional couple beliefs in marriage seekers.

Methods and Materials: The research method is quasi-experimental with pre-test-post-test design with control group. The statistical population of the study included all marriage applicants in Arak who referred to the Center for Sustainable Life in 1399, and 60 of them were randomly selected and randomly divided into Two experimental groups and control group were included. In this study, the content of premarital training sessions based on the principles and techniques of the Interpersonal Awareness and Selection Program (PICK) was two weekly 90-minute sessions and native multidimensional training in 10 40-minute sessions. Done. The data collection tool was Eidelsen and Epstein (1982) Communication Beliefs Questionnaire and covariance analysis test was used to analyze the data using SPSS software version 22.

Findings: The results showed that there was a significant difference between the effectiveness of premarital education through the program of knowledge and interpersonal choice and the native multidimensional approach on communication beliefs, expectation of mind reading and no change of spouse ($P \geq 0.001$).

Conclusions: It seems that people who participate in premarital education programs have better communication growth, less destructive exchanges and more support, and also have lower divorce rates.

Keywords: Awareness Program, Interpersonal Choice, Indigenous, Dysfunctional Beliefs, Marriage

Citation: Balochzadeh Khorshaneh S, Abdi M, Ghafari K, Hamidipour R. **Comparison of the effectiveness of premarital education through interpersonal awareness and choice program and indigenous multidimensional approach on dysfunctional couple beliefs in marriage seekers**. Res Behav Sci 2021; 19(3): 415-426.

* **Mansour Abdi**
Email: drmansourabdi@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

مقایسه اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج

سعید بلوچ زاده خورشانه[۱]، منصور عبدی[۲]، خلیل غفاری[۳]، رحیم حمیدی پور[۴]

۱- دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران.

۲- (نویسنده مسئول)* استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه اراک، ایران.

۳- استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، واحد خمین، دانشگاه آزاد اسلامی، خمین، ایران

۴- استادیار، گروه مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

چکیده

زمینه و هدف: تحقیقات نشان داده است که آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج می‌تواند بر باورهای زوجین اثرگذار باشد بنابراین پژوهش حاضر باهدف مقایسه اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج انجام شد.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون_ پس‌آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه افراد متقاضی ازدواج شهر اراک مراجعه‌کننده به کانون زندگی پایدار در سال ۱۳۹۹ بود و از بین آنان تعداد ۶۰ نفر به‌صورت در دسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه قرار گرفتند. در این مطالعه، محتوای جلسه‌های آموزش قبل از ازدواج با تکیه‌بر اصول و فنون برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (PICK) به‌صورت هفتگی دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و آموزش چندبعدی بومی‌نگر به‌صورت ۱۰ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای انجام شد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه باورهای ارتباطی ایدلسن و اپستین (۱۹۸۲) بود و برای تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ارتباطی توقع ذهن‌خوانی و عدم تغییر همسر معنادار بود **(P<0/05)**.

نتیجه‌گیری: به نظر می‌رسد که افرادی که در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد ارتباطی بهتری، تبادلات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند و همچنین آمار طلاق در آن‌ها کمتر است.

واژه‌های کلیدی: برنامه آگاهی، انتخاب بین فردی، بومی‌نگر، باورهای ناکارآمد، ازدواج

ارجاع: بلوچ زاده خورشانه سعید، عبدی منصور، غفاری خلیل، حمیدی پور رحیم. **مقایسه اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج**. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۰؛ ۱۹(۳): ۴۱۵-۴۲۶.

*- **منصور عبدی**

رایانامه: drmansourabdi@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]

[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

مقدمه

ازدواج از مهم‌ترین ارزش‌های انسانی در تمام جوامع انسانی می‌باشد و تصمیم‌گیری برای ازدواج یکی از سخت‌ترین و پیچیده‌ترین تصمیمات زندگی است (۱)، هرچند در اغلب موارد به‌عنوان امری با کمترین پیچیدگی و بیشترین شادی بخشی تصور می‌شود، اما این دیدگاه خیال‌بافانه از انتقال به ازدواج ممکن است به عدم آمادگی مناسب یک زوج و مشکلات بعدی و پریشانی در طول این انتقال بیانجامد (۲). اگرچه دوران نامزدی تجارب رشدی زیادی مثل مصاحبت و همراهی، تعاملات آزادانه‌تر و حمایت‌های عاطفی را برای زوجین به وجود می‌آورد، ولی اغلب زوج‌ها به خاطر شرایط این دوران در معرض تعارض و خشونت بیشتری قرار دارند (۳)؛ بنابراین مداخله در دوران نامزدی و کاهش مشکلات ناشی از این دوران و تشخیص و حل به‌موقع اختلاف‌ها و همچنین افزایش لحظات شاد برای دوام این رابطه در این دوران ضروری به نظر می‌رسد. با این تفاسیر می‌توان شاخص‌هایی را که باید قبل از ازدواج به آن‌ها توجه کرد به سه دسته تقسیم نمود: ۱) عوامل مربوط به تاریخچه هر یک از زوج‌ها یا منابع بالقوه و بالفعل هر یک از زوجین، ۲) -صفات و ویژگی‌هایی چون احترام به خویشتن، اعتمادبه‌نفس، برخورداری از مهارت‌های ارتباطی، سلامت جسمی و روانی، ۳) نظام ارزشی زوجین، نگرش‌ها و راهبردهای مقابله با استرس و مهارت‌های حل مسئله (۴).

یکی از آسیب‌زاترین عواملی که در دوران قبل از ازدواج بر شکل‌گیری ازدواج و طلاق مؤثر است، باورها، افکار و انتظارات غیرمنطقی و عاشقانه از ازدواج است (۵, ۶). نتایج مطالعاتی آشکار ساخته است که بسیاری از افراد انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای نسبت به ازدواج و شریک زندگی خود دارند و انتظار دارند که همسر آن‌ها تمام نقص‌ها و کمبودهای زندگی قبل از ازدواج آن‌ها را پر نماید (۷)؛ بنابراین، دریافت آموزش‌های قبل از ازدواج جهت پیشگیری از شکست در زندگی زناشویی دارای ضرورت بوده و فرض پژوهشگر بر این است که زوجین می‌توانند مهارت‌های موفقیت در ازدواج را فراگیرند؛ در این رابطه، آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر استحکام ازدواج، کاهش طلاق و ارتقای کیفیت روابط زناشویی کمک می‌کند (۲, ۴). در بسیاری از برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج بر اهمیت یادگیری شیوه‌های ارتباطی، روشن کردن موارد عدم توافق، افزایش صمیمیت زوجین، مفهوم انتظارات زوج‌ها از زندگی و تأثیر این انتظارات بر روابط میان آن‌ها تأکید می‌شود (۸)؛ و نتایج مطالعاتی از تأثیر مثبت برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج بر بهبود روابط زوجین حمایت کرده است (۱۰-۸). بر اساس نتایج مطالعات صورت پذیرفته، بسیاری از طلاق‌ها بدین دلیل رخ می‌دهد که زوجین برای ازدواج آماده نبوده، آموزشی دریافت نکرده‌اند و ارتباط موفقی با یکدیگر ندارند (۱۱)؛ بنابراین می‌توان بر اهمیت آموزش پیش از ازدواج بر رضایت از زندگی زناشویی و مشکلات زناشویی و متعاقباً طلاق پی برد. نتایج پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که فقدان آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوجین، مشکلات دلبستگی، باورهای ناکارآمد ارتباطی، تمایزیافتگی، ملاک‌ها و باورهای نادرست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباط ضعیف، ترس از عدم موفقیت در ازدواج از شایع‌ترین عوامل و آسیب‌هایی هستند که ممکن است زندگی زوجین را دچار مشکلات زیادی کند (۴). نظام باورها و اعتقادات در زندگی زناشویی دارای اهمیت بسیار بالائی است؛ زیرا این باورها در ارتباط با فرد دیگر روی می‌دهد و تأثیر چشمگیری بر روابط یکدیگر می‌گذارند (۱۲). منظور از باورهای غیرمنطقی آن دسته از باورهای غیرمنطقی است که مختص رابطه زناشویی است و در اثر استفاده افراطی، مشکل ایجاد کرده است (۱۳). باورهای ناکارآمد ارتباطی ازنظر اپستین و ایدلسون شامل: ۱- باور به تخریب‌کنندگی مخالف، به معنای نپذیرفتن، ناراحتی و تفسیر منفی اختلاف‌نظر (۱۴)، ۲- باور به تغییرناپذیری همسر، اعتقاد به نداشتن توانایی همسر در تغییر رفتارها و تکرار شدن آن‌ها در آینده، ۳- توقع ذهن‌خوانی، انتظار اینکه بدون نیاز به گفتن و اظهارنظر کردن، فرد باید احساسات، افکار و نیازهای همسر خود را بداند، ۴- کمال‌گرایی جنسی، انتظار از همسر در ایجاد رابطه جنسی تام و تمام در همه موقعیت‌ها بدون توجه به وضعیت او و ۵- باور درباره تفاوت‌های جنسیتی، نداشتن درک صحیح از تفاوت‌های شناختی و فیزیولوژیکی زن و مرد، به‌صورت انتظار یکسان داشتن، یا تفاوت‌های مادر زادی را علت اختلاف دانستن می‌باشد (۱۳، ۱۵). نقش باورهای ارتباطی بر مسائل زناشویی در پژوهش‌های مختلفی موردبررسی قرارگرفته است. دراین‌ارتباط می‌توان به سطوح بالای باورهای ناکارآمد ارتباطی و سطوح پایین رضایت زناشویی (۷)، بی‌ثباتی در ازدواج (۱۶)، دلزدگی زناشویی (۱۷) اشاره کرد. همچنین نتایج مطالعات گاتمن (۱۸)، باورهای ارتباطی را از عوامل مؤثر بر بروز طلاق خواند. در این پژوهش با مقایسه آموزش‌های قبل از ازدواج به روش آگاهی و انتخاب‌های

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

بین فردی PICK و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ناکارآمد زوجی در زوجین متقاضی ازدواج تلاش خواهد شد تا رویکردی جهت آموزش موفق به زوجین ارائه گردد. برنامه آموزش پیش از ازدواج به شیوه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر پایه مدل دلبستگی ارتباطی به دست وان اپ (۲۰۰۶) به‌عنوان مدلی برای بررسی روابط نزدیک گسترش یافت (۱۹). این مدل نظری شناساننده نگاره پیوندهای ارتباطی در یک رابطه است و دربرگیرنده پنج مؤلفه شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس است (۱۹). این رویکرد آمیخته‌ای از این پنج پیوند ارتباطی، نگاره‌ای از دریافت کلی در یک رابطه و اطلاعات معنی‌داری درباره احساس عشق، دلبستگی و نزدیکی در رابطه فراهم می‌کنند (۲۰). برنامه (PICK) این پنج مؤلفه ارتباطی را در دو بخش دانش عقلی برای شناخت ویژگی‌های یک نامزد و دانش قلبی برای گذر مناسب از یک رابطه عاشقانه سازمان‌دهی می‌کند. بخش دانش عقلی به دانش و شناخت به‌دست‌آمده از همسر یا نامزد در گام آشنایی و روابط عاشقانه به‌طور باریک‌بینانه و ژرف اشاره دارد. در این بخش که مؤلفه نخست برنامه (PICK)، یعنی شناخت است، پنج ویژگی ارتباطی که در پژوهش‌ها به‌عنوان پیش‌بینی کننده ازدواج موفق نامیده می‌شوند، وجود دارد که شخص باید درباره شریکش یاد بگیرد (۲۱). این پنج ویژگی با نام اختصاری (FACES)، یعنی زمینه خانوادگی (F)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی (A)، سازگاری بالقوه (C)، نمونه‌هایی از ارتباط با دیگران (E) و مهارت‌های ارتباطی (S) بازشناخته می‌شود. بخش دانش قلبی، یعنی مؤلفه‌های اعتماد، دلگرمی و تماس به رشد ارتباط عاطفی یا احساس عشق میان افراد در گام آشنایی اشاره دارد (۲۲). در این بخش شرکت‌کنندگان شیوه بالندگی، تعهد و گسترش دلبستگی را در یک رابطه یاد می‌گیرند و درباره شیوه تعادل این عوامل و تقویت مرزها در یک رابطه آموزش می‌بینند (۲۰). به‌طورکلی، این برنامه بازبینی فراگیر و کاملی از زمینه‌های برجسته برای تبیین روابط عاشقانه و یک ساختار فراگیر باری درک شیوه نزدیکی و صمیمیت در روابط پیش از ازدواج فراهم می‌کند. نتایج مطالعه وان آپ و همکاران (۲۰) تأثیر این برنامه را موردمطالعه قرارداد و نتایج از تأثیر مثبت این برنامه بر باورها و نگرش‌های غیرواقعی افراد درباره انتظارات غیرواقع‌بینانه از ازدواج حکایت داشت. از طرف دیگر الگوی بومی‌نگر تحت عنوان الگوی ارتباط، فهرست جامعی از عوامل پیش‌بینی‌کننده قبل از ازدواج را در مورد ازدواج موفق ارائه می‌نماید. نتایج الگوی ارتباط بر اساس یک رویکرد رشدی بومی است و با توجه به این الگو چهار مجموعه عمده از عوامل قبل از ازدواج می‌توانند پیش‌بینی‌کننده کیفیت زندگی زناشویی باشند. این عوامل عبارت‌اند از: عوامل فردی، عوامل خانوادگی و خویشاوندی، عوامل زناشویی و عوامل فرهنگی (۲۳). بر اساس این رویکرد، زن و شوهر در هنگام ازدواج و نیز بعدازآن ضمن توجه به عوامل مختلف فردی، خانواده مبدأ، زناشویی، فرهنگی اجتماعی و معنوی باید بر روی ابعاد مختلف شناختی، اخلاقی، عاطفی و رفتاری و حتی جسمانی کار کنند و مهارت‌های مناسب برای هر بعد را با توجه به عوامل مذکور کسب کنند. به‌طورکلی می‌توان گفت رویکرد چندبعدی بومی‌نگر، تلفیقی از ابعاد مختلف رویکردهای شناختی، رفتاری، هیجان مدار و معنوی است، با این تفاوت که در این رویکرد، کاربر روی ابعاد مختلف شناختی، اخلاقی، عاطفی و رفتاری با تأکید بر مسائل بومی و خصوصیات فرهنگی اجتماعی انجام می‌گیرد. در عوامل فرهنگی به‌ویژه عوامل انسانی نظیر صداقت، اخلاق نیکو، داشتن ایمان، احترام و پایبندی به خانواده، افزایش قدرت سازگاری و میزان صبر و تحمل در کنار انعطاف‌پذیری منطقی و واقع‌بینانه متناسب با بوم و محیط در این رویکرد بسیار مورد تأکید است و چنین رویه‌ای در رویکردهای مشاوره قبل از ازدواج کمتر مشاهده می‌گردد (۲۴). منظور از انعطاف‌پذیری بافتی این است که نوع و شکل ارتباط زن و شوهر در فضای خصوصی زناشویی، در تعامل با خانواده‌های یکدیگر و در تعامل با مسائل فرهنگی و اخلاقی ممکن است شکل‌های کاملاً متفاوتی پیدا کند. در بعضی از موقعیت‌ها ممکن است زن و شوهر بسیار صمیمی و در مواقع دیگر تا حدودی رسمی باشند. همچنین توجه هم‌زمان به همسر و والدین، گرایش به‌سوی زندگی خصوصی و زناشویی و درعین‌حال پایبندی به آداب‌ورسوم نیازمند تغییر نقش در موقعیت‌های مختلف است. انعطاف‌پذیری اشاره به تغییر و انعطاف در چهار بعد شناختی، اخلاقی، عاطفی و رفتاری در جنبه‌های مختلف زندگی متناسب با بافت جامعه دارد (۲۵). همچنین درزمینه مسائل فرهنگی مواردی نظیر روراست بودن، تأکید بر غیرت و ناموس، سازش و فداکاری، توجه به معنویات و پایبندی به خانواده، احترام به بزرگ‌ترها و تعلق ویژه به خانواده و فرهنگ ازجمله خصوصیات زندگی زناشویی در فرهنگ ایرانی و بخصوص فرهنگ استان مرکزی است. علاوه بر این در منطقه مذکور، شاهد تغییر سبک زندگی افراد به‌سوی زندگی هسته‌ای نیز هستیم. کسی که در این مناطق می‌خواهد تشکیل زندگی بدهد اصولاً بهتر است از

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

انعطاف‌پذیری کافی برخوردار باشد و در کنار نوگرایی و تغییر سبک زندگی، لازم است به آداب‌ورسوم و ارزش‌ها نیز توجه نماید. باوجود چنین خصوصیات و حساسیت‌های فرهنگی، در بعضی از موارد شاهد برگزاری دوره‌های مختلف آموزش برای مشاوره قبل از ازدواج هستیم که کمتر به این مخلفه‌ها توجه می‌شود. بر این مبنا و با نگاه چندبعدی جلسات مختلف آموزشی تدوین و آموزش‌های لازم برای افراد در آستانه ازدواج ارائه گردیده است. علاوه بر این، رویکرد چندبعدی بومی‌نگر متأثر از شیوه برنامه غنی‌سازی/آمادگی نیز است. زیربنای نظری برنامه غنی‌سازی/آمادگی بر اساس این فرض استوار است که کیفیت روابط زناشویی و ازدواج موفق می‌تواند از طریق عوامل قبل از ازدواج پیش‌بینی شود (۲۴)؛ بنابراین، سوال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا بین آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج تفاوت وجود دارد؟

مواد و روش‌ها

روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون_ پس‌آزمون با گروه گواه است. در این مطالعه، محتوای جلسه‌های آموزش قبل از ازدواج در پژوهش حاضر با تکیه‌بر اصول و فنون برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (PICK) وان اپ مبدع این شیوه به‌صورت هفتگی دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بود و همچنین، آموزش چندبعدی بومی‌نگر به‌صورت ۱۰ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای طراحی شد. در این مطالعه، بیماران OCD، بیماران دچار اختلالات اضطرابی و خلقی، افراد دچار اعتیاد، اختلال شخصیت مرزی و دمانس وارد مطالعه نشدند و صرفاً افرادی وارد مطالعه شدند که فاقد اختلالات روان‌پزشکی هستند. با توجه به جامعه آماری پژوهش که شامل کلیه افراد متقاضی ازدواج شهر اراک در سال ۱۳۹۹ بود که از تاریخ ۱۳۹۹/۰۱/۲۰ تا ۰۳/۲۰/ ۱۳۹۹ جهت دریافت مشاوره قبل از ازدواج به کانون زندگی پایدار مراجعه کردند، از بین آنان تعداد ۶۰ نفر به‌صورت دردسترس انتخاب و به‌صورت تصادفی در سه گروه آزمایشی برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (۲۰ نفر)، گروه آموزشی بومی‌نگر (۲۰ نفر) و گروه گواه (۲۰ نفر) قرار گرفتند. لازم به ذکر است که تخمین حجم نمونه براساس فرمول کوهن می‌باشد. علاوه براین شرکت‌کنندگان هر سه گروه ازنظر سن، سطح تحصیلاتی و وضعیت اشتغال همسان شدند.

برای ارزیابی باورهای ارتباطی از پرسشنامه باورهای ارتباطی ایدلسن و اپستین (۱۹۸۲) استفاده شد (۲۶). این پرسشنامه که به‌منظور اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در زندگی زناشویی توسط ایدلسن و اپستین (۱۹۸۲) ساخته‌شده و توسط حیدری و همکاران (۲۷) با روش ترجمه و ترجمه مجدد به فارسی برگردانده شده است، دارای ۴۰ سؤال است که در طیف لیکرت به‌صورت ۶ گزینه‌ای از صفر (کاملاً غلط) تا ۵ (کاملاً درست) پاسخ داده می‌شود. پنج زیرمقیاس این پرسشنامه عبارت‌اند از باور به تخریب‌کنندگی مخالفت، توقع ذهن‌خوانی، کمال‌گرایی جنسی، باور به تفاوت‌های جنسیتی و باور به عدم‌تغییر همسر که هرکدام دارای ۸ آیتم می‌باشند. همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش‌های متفاوت موردبررسی قرارگرفته است. در ایران حیدری و همکاران (۲۷) همسانی درونی را برای زیرمقیاس‌های این پرسشنامه از ۰/۴۷ تا ۰/۷۸ به دست آوردند و پایایی آزمون را از طریق آلفای کرونباخ بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۴ گزارش نمودند.

محتوای جلسه‌های آموزش قبل از ازدواج در پژوهش حاضر با تکیه‌بر اصول و فنون برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (PICK) وان اپ مبدع این شیوه به‌صورت هفتگی دو جلسه ۹۰ دقیقه‌ای بود که در ادامه توضیح داده‌شده است.

برنامه آموزشی قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی.

جلسه اول: آشنایی با برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی. در این جلسه اعضا با استفاده از فنون آشنا شدن با یکدیگر، معرفی و از اهداف و هنجارهای گروه و اهمیت و ضرورت آموزش قبل از ازدواج آگاهی یافتند. همچنین، این جلسه با نمایش فیلم مستند طلاق و گفتگو در مورد مدل دلبستگی ارتباطی و نحوه کسب دانش عقلی و قلبی خاتمه یافت؛

جلسه دوم: آموزش کسب دانش عقلی از طریق آشنایی با الگوهای زمینه خانوادگی و وجدانی بودن. در این جلسه اعضا با الگوهای خانوادگی و تأثیر این الگوها بر روابط بزرگ‌سالی مثل انتخاب همسر و تعامل با همسر آشنا شدند و نسبت به شیوه‌های تغییر این الگوها آگاهی کسب کردند. همچنین، در این جلسه اعضا با تعریف کاملی از وجدان آشنایی پیدا کردند و با عمل نظارت بر خود و عمل اتخاذ دیدگاه وجدانی آشنا شدند.

جلسه سوم: آموزش کسب دانش عقلی از طریق درک سازگاری و تناسب. در این جلسه اعضای گروه با سازگاری و ابعاد آن شامل شیمی متقابل (جاذبه متقابل)، مکملیت (بررسی

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

تفاوت‌های مهم) و مقایسه پذیری (بررسی شباهت در سبک زندگی، ارزش‌ها و شخصیت) آشنا شدند.

جلسه چهارم: آموزش کسب دانش عقلی از طریق شناخت مهارت‌های ارتباطی نامزد. این جلسه با بحث در مورد اهمیت مهارت‌های ارتباطی سالم، تشخیص فریب در ابراز خود، ارتباط ناهمخوان، انتظار در مورد باز بودن شریک زندگی، آغاز شد و با شناخت مهارت‌های ارتباطی شریک مثل ابراز وجود و خودافشایی خاتمه یافت.

جلسه پنجم: آموزش کسب دانش قلبی از طریق آگاهی از مؤلفه اعتماد. این جلسه با بحث در مورد این‌که چرا افراد در اعتماد کردن مشکل دارند و ویژگی‌های افراد قابل‌اعتماد شروع شد. سپس درزمینه منابع اطلاعاتی افراد شامل ایده آل‌ها و تداعی‌ها به افراد آموزش داده شد؛

جلسه ششم: آموزش کسب دانش قلبی از طریق آگاهی از مؤلفه اعتماد. در این جلسه همانند جلسه قبل، در مورد منابع دیگر اطلاعاتی یک فرد ازجمله انتظارات و باورهای ارتباطی کلیشه‌ای بحث و گفتگو شد و از تکنیک عملی اعتمادسازی استفاده شد؛

جلسه هفتم: آموزش کسب دانش قلبی از طریق دلگرمی. این جلسه با طرح این سؤال که چگونه می‌فهمید نامزدتان علاقه‌مند به برآورده کردن نیازهایتان خواهد بود شروع شد. در ادامه در مورد اهمیت نیازها و فرایند دوقطبی شدن در یک رابطه به افراد آموزش داده شد. سپس در مورد نماد یینگ و یانگ به‌عنوان نماد دلگرمی جهت حل تفاوت‌ها با اعضای گروه بحث شد؛

جلسه هشتم: آموزش کسب دانش قلبی از طریق تعهد و تماس. در این جلسه در مورد تعهد و چگونگی آزمون متعهد بودن شریک آینده، خطرات ناشی از ماندن طولانی در یک رابطه و تعهد بیش‌ازاندازه در قبل از ازدواج به افراد آموزش داده شد و در مورد اثرات عاطفی و فیزیکی جاذبه جنسی و تماس در روابط قبل از ازدواج بحث شد. در این جلسه به افراد بینش‌های لازم در مورد نگرش و انتظارات افراد در مورد رضایت جنسی ارائه شد؛

جلسه نهم: مرور مفاهیم اصلی و اجرای پس‌آزمون. ضمن تقدیر صمیمانه از حضور شرکت‌کنندگان پژوهش در این جلسات، مفاهیم جلسات قبل شامل نحوه کسب دانش عقلی و مؤلفه‌های آن و همچنین، نحوه کسب دانش قلبی و مؤلفه‌های آن و به‌طورکلی درک مدل دلبستگی ارتباطی مرور شد (۱۹, ۲۰).

آموزش چندبعدی بومی‌نگر (۲۴) به‌صورت ۱۰ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای است

رویکرد چندبعدی بومی‌نگر.

جلسه اول، معرفی فرایند گروه و مرور برنامه همراه با تمرین آرام‌سازی معنوی و تغییر نقش؛

جلسه دوم، ابراز محبت و همدلی با استفاده از چرخه انعطاف-پذیری بافتی؛

جلسه سوم، مهارت سازش و حل تعارض؛

جلسه چهارم، کنترل خشم با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری بافتی؛

جلسه پنجم، رابطه جنسی با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری بافتی؛

جلسه ششم، نحوه مشارکت و تصمیم‌گیری در امور خانه (مدیریت امور مالی، کاری، فراغت و تحصیلی) با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری بافتی؛

جلسه هفتم، مهارت انجام کارهای خانه و تصمیم‌گیری برای امور زندگی (فعالیت مذهبی، نحوه پوشش و نحوه اجرای عروسی) با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری بافتی؛

جلسه هشتم، مهارت تعامل با خانواده مبدأ با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری بافتی؛

جلسه نهم، آموزش به والدین زوجین با استفاده از چرخه انعطاف‌پذیری

جلسه دهم، پایان دوره و جمع‌بندی.

روش آماری

به‌منظور تحلیل داده‌های پژوهش حاضر از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و روش‌های استنباطی ازجمله آزمون تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۵ انجام شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، در گروه تجربی برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۷/۹۰ سال، در گروه تجربی رویکرد چندبعدی بومی‌نگر میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۸/۴۵ و در گروه گواه میانگین سنی ۲۶/۹۵ سال است و در هر سه گروه تجربی برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی، گروه رویکرد چندبعدی بومی‌نگر و گروه گواه با توجه به همسان

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

کردن سطح تحصیلاتی، تعداد ۳ نفر از شرکت‌کنندگان با سطح تحصیلی دیپلم و زیر دیپلم، تعداد ۶ نفر از شرکت‌کنندگان با سطح تحصیلی فوق‌دیپلم، تعداد ۷ نفر از شرکت‌کنندگان با سطح تحصیلی لیسانس و تعداد ۴ نفر از شرکت‌کنندگان با سطح تحصیلی فوق‌لیسانس و بالاتر در پژوهش شرکت داشتند. همچنین، در هر دو گروه تجربی برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی، گروه رویکرد چندبعدی بومی‌نگر و گروه گواه با توجه به همسان کردن وضعیت اشتغال، تعداد ۱۸ نفر از شرکت‌کنندگان با وضعیت شاغل و تعداد ۲ نفر از شرکت‌کنندگان با وضعیت بدون شغل (سرباز)، در پژوهش شرکت داشتند. در ادامه داده‌های مربوط به میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کنندگان در متغیرهای وابسته ارائه‌شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای وابسته

متغیرها		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
مخالفت به تخریب‌کنندگی باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۳/۷۵	۵/۰۱	۱۲/۹۵	۶/۲۶
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۲/۶۵	۶/۲۷	۱۶/۷۵	۷/۴۶
	گواه	۲۱/۵۰	۵/۴۴	۲۰/۸۰	۵/۹۷
توقع ذهن‌خوانی	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۱/۳۰	۸/۶۷	۱۱/۹۵	۴/۰۳
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۲/۸۵	۶/۶۱	۱۶/۱۰	۶/۶۰
	گواه	۲۴/۹۵	۱۰/۳۷	۲۵/۱۰	۱۰/۱۹
کمال‌گرایی جنسی	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۰/۷۰	۹/۴۱	۱۵/۵۰	۸/۱۵
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۱۸/۲۵	۷/۱۱	۱۳/۳۰	۴/۲۵
	گواه	۲۰/۱۰	۸/۷۱	۱۹/۸۵	۸/۷۵
جنسیتی تفاوت‌های به باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۰/۱۱	۸/۴۷	۱۴/۳۰	۶/۹۲
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۱۸/۱۵	۷/۵۶	۱۲/۶۰	۳/۹۲
	گواه	۲۰/۳۵	۸/۹۱	۲۰/۱۵	۷/۹۱
عدم تغییر همسر به باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۴/۲۵	۷/۴۷	۱۲/۴۵	۵/۰۲
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۱/۲۰	۹/۳۲	۱۶/۲۵	۸/۲۷
	گواه	۲۲	۸/۰۳	۲۲/۱۰	۷/۹۵

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌گردد، میانگین نمرات باورهای ارتباطی شامل تخریب‌کنندگی مخالفت، توقع ذهن‌خوانی، کمال‌گرایی جنسی، باور به تفاوت‌های جنسیتی و باور به عدم‌تغییر همسر افراد گروه تجربی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی، گروه تجربی رویکرد چندبعدی بومی‌نگر در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون کاهش داشته است. این یافته بدین معنی است که آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و آموزش رویکرد چندبعدی بومی‌نگر باعث تغییراتی در نمرات باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج شرکت‌کننده در مطالعه شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون شاپیرو- ویلک برای نرمال بودن توزیع داده‌ها

متغیر	آماره	درجه آزادی	Sig
مخالفت به تخریب‌کنندگی باور	۰/۹۷	۶۰	۰/۴۱
توقع ذهن‌خوانی	۰/۹۵	۶۰	۰/۲۴
کمال‌گرایی جنسی	۰/۹۶	۶۰	۰/۳۰
جنسیتی تفاوت‌های به باور	۰/۹۸	۶۰	۰/۹۴
عدم‌تغییر همسر به باور	۰/۹۷	۶۰	۰/۴۹

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که مقدار آماره محاسبه‌شده برای تمام متغیرهای وابسته شامل باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج در پیش‌آزمون معنی‌دار نیست، لذا فرض نرمال بودن توزیع نمرات داده‌ها پذیرفته می‌شود. نتایج آزمون باکس نشان داد که مقدار F محاسبه‌شده برای متغیرهای وابسته شامل باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج شرکت‌کننده در مطالعه معنی‌دار نیست، لذا فرض همگنی واریانس در ماتریس کوواریانس پذیرفته می‌شود و همچنین، نتایج آزمون لوین نیز نشان داد که مقدار F محاسبه‌شده برای خرده مقیاس‌های باورهای ارتباطی معنی‌دار نیست، لذا فرض همگنی واریانس در ماتریس کوواریانس پذیرفته می‌شود. در متغیرهای کمال‌گرایی جنسی و باور به عدم‌تغییر همسر مقدار F معنی‌دار است، اما با توجه به برابری حجم هر دو گروه می‌توان از پیش‌فرض همگنی واریانس چشم‌پوشی کرد.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس برای متغیرهای وابسته در پیش‌آزمون

متغیر وابسته	گروه	میانگین	درجه آزادی	F	Sig
مخالفت به تخریب‌کنندگی باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۳/۷۵	۲	۰/۲۲۲	۰/۸۰۱
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۲/۶۵			
	گواه	۲۱/۵۰			
توقع ذهن‌خوانی	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۱/۳۰	۲	۰/۵۳۲	۰/۵۹۱
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۲/۸۵			
	گواه	۲۴/۹۵			
کمال‌گرایی جنسی	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۰/۷۰	۲	۰/۳۱۳	۰/۷۳۳
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۱۸/۲۵			
	گواه	۲۰/۱۰			
جنسیتی تفاوت‌های به باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۰/۱۱	۲	۰/۴۱۸	۰/۶۶۱
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۱۸/۱۵			
	گواه	۲۰/۳۵			
عدم‌تغییر همسر به باور	برنامه آگاهی و انتخاب بین‌فردی	۲۴/۲۵	۲	۰/۴۳۱	۰/۶۵۲
	رویکرد چندبعدی بومی‌نگر	۲۱/۲۰			
	گواه	۲۲			

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار F محاسبه‌شده برای نمرات پیش‌آزمون متغیرهای باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج شرکت‌کننده در مطالعه معنی‌دار نیست.

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که مقدار F محاسبه‌شده معنی‌دار است. به عبارتی، بین اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر حداقل بر روی یکی از متغیرهای باورهای ناکارآمد زوجی در افراد متقاضی ازدواج تفاوت معنی‌دار وجود دارد و مقدار ضریب اتا نیز نشان می‌دهد که میزان تفاوت اثربخشی آموزش ۳۶/۷ درصد بوده است و مقدار توان آماری نشان می‌دهد که حجم نمونه از کفایت لازم برخوردار است و از طرف دیگر اگر آموزش ۱۰۰ با اجرا شود، در ۸۳ بار این نتیجه به دست خواهد آمد.

جدول٤. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری

آزمون	مقدار	F	فرضیهDF	خطاDF	Sig	ضریب اتا	توان آماری
آزمون هتلینگ	۰/۵۸۰	۳/۳۶۳	۵	۲۹	۰/۰۱۶	۰/۳۶۷	۰/۸۳۷

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه در متن تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای باورهای ناکارآمد زوجی

متغیر وابسته	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	DF	میانگین مجذورات	F	Sig	ضریب اتا
مخالفت به تخریب‌کنندگی باور	بین‌گروهی	۱۵۲/۲۰۴	۱	۱۵۲/۲۰۴	۳/۶۱۳	۰/۰۶۶	۰/۰۹۹
	درون‌گروهی	۱۳۹۰/۳۳۵	۳۳	۴۲/۱۳۱			
توقع ذهن‌خوانی	بین‌گروهی	۹۷/۴۹۰	۱	۹۷/۴۹۰	۴/۵۰۳	۰/۰۴۱	۰/۱۲۰
	درون‌گروهی	۷۱۴/۴۴۱	۳۳	۲۱/۶۵۰			
کمال‌گرایی جنسی	بین‌گروهی	۱۴/۷۸۷	۱	۱۴/۷۸۷	۰/۶۴۸	۰/۴۲۷	۰/۰۱۹
	درون‌گروهی	۷۵۳/۶۰۲	۳۳	۲۲/۸۳۶			
جنسیتی تفاوت‌های به باور	بین‌گروهی	۲۲/۸۹۴	۱	۲۲/۸۹۴	۰/۸۲۱	۰/۳۷۱	۰/۰۲۴
	درون‌گروهی	۹۲۰/۳۳۹	۳۳	۲۷/۸۸۹			
عدم‌تغییر همسر به باور	بین‌گروهی	۱۸۰/۹۴۱	۱	۱۸۰/۹۴۱	۴/۸۶۴	۰/۰۳۵	۰/۱۲۸
	درون‌گروهی	۱۲۲۷/۶۵۱	۳۳	۳۷/۲۰۲			

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که مقدار F محاسبه شده برای باورهای ناکارامد زوجی در باورهای توقع ذهن خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر معنی‌دار است، به عبارتی بین اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر روی باورهای توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر در افراد متقاضی ازدواج تفاوت معناداری وجود دارد و مقدار ضریب اتا نیز نشان می‌دهد که مقدار تفاوت اثربخشی آموزش‌ها به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر در باورهای مربوط به توقع ذهن‌خوانی ۱۲ درصد و باور به عدم‌تغییر همسر ۱۲/۸ درصد بوده است.

جدول ٦. نتایج آزمون تعقیبی LSD برای میانگین متغیرهای آزمون

متغیر وابسته	گروه ۱	گروه ۲	تفاوت میانگین	خطای معیار	Sig
توقع ذهن‌خوانی	گروه تجربی آگاهی و انتخاب بین‌فردی	رویکرد بومی‌نگر	-۳/۲۲۳*	۱/۵۱۹	۰/۰۴۱
باور به عدم‌تغییر همسر	گروه تجربی آگاهی و انتخاب بین‌فردی	رویکرد بومی‌نگر	-۴/۳۹۱*	۱/۹۹۱	۰/۰۳۵

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که در آزمون تعقیبی LSD در دو باور مربوط به باور توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر در افراد متقاضی ازدواج، پروتکل آموزشی قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی بیشتر از رویکرد چندبعدی بومی‌نگر اثربخش بوده است. براساس نتایج، در متغیرهای توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر اثربخشی رویکرد به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی باعث کاهش معنی‌دار نمرات آزمون در مقایسه با گروه آموزشی به روش رویکرد چندبعدی بومی‌نگر شده است، ولی بین دو رویکرد مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای دیگر شامل باور به تخریب‌کنندگی مخالفت، کمال‌گرایی جنسی و باور به تفاوت‌های جنسیتی، تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل نتایج نشان داد که در دو باور مربوط به باور توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر در افراد متقاضی ازدواج، پروتکل آموزشی قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی بیشتر از رویکرد چندبعدی بومی‌نگر اثربخش بوده است. براساس نتایج، در متغیرهای توقع ذهن‌خوانی و باور به عدم‌تغییر همسر اثربخشی رویکرد به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی باعث کاهش معنی‌دار نمرات آزمون در مقایسه با گروه آموزشی به روش رویکرد چندبعدی بومی‌نگر شده است، ولی بین دو رویکرد مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر باورهای دیگر شامل باور به تخریب‌کنندگی مخالفت، کمال‌گرایی جنسی و باور به تفاوت‌های جنسیتی، تفاوت معناداری وجود ندارد. در پیشینه

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

مطالعاتی، پژوهشی که به مقایسه دو روش آموزشی مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر پرداخته باشد، یافت نشد، ولی مطالعاتی مشابه یافت شدند که نشان از اثربخش بودن مثبت هر دو رویکرد آموزشی بر بهبود شرایط زوجین حاکی بودند. در این زمینه، نتایج مطالعات اودیرو (۲۸)، پرهیزگار و همکاران (۲۹)، هاریس (۳۰)، بوهم (۳۱)، برادفورد و همکاران (۶)، استنلی و همکاران (۳۲)، عباسی (۳۳) و رجبی و همکاران (۳۴) از تأثیر مثبت برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی و مطالعه کریمی و اسمعیلی (۲۴) از تأثیر مثبت رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر بهبود شرایط زوجین حمایت کرده‌اند. پژوهش ساگسز (۲۰۱۸) باهدف بررسی اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی بر رضایت زناشویی انجام شد و نتایج نشان داد که مشاوره پیش از ازدواج بر رضایت زناشویی، باعث افزایش رضایت زناشویی و کاهش تعارضات و همچنین کاهش طلاق می‌گردد. نتایج پژوهش هاریس (۳۰) که باهدف بررسی اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب میان‌فردی بر آگاهی، نگرانی و رفتارهای پرخطر در زوجین انجام‌شده بود، نشان داد که برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی می‌تواند نگرانی‌های شرکت‌کننده‌ها را کاهش دهد و از رفتارهای پرخطر جلوگیری کند. نتایج پژوهش بوهم (۳۱) نشان داد برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی منجر به افزایش دانش در مورد شریک ازدواج و کاهش نگرش در مورد عشق کورکورانه شده است. نتایج پژوهش برادفورد و همکاران (۶) نشان داد برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی منجر به افزایش آگاهی زوجین، بهبود مهارت‌های ارتباطی و افزایش رضایت ارتباطی شده است. در ایران نتایج پژوهش عباسی (۳۳) نشان داد که آموزش برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی منجر به افزایش آگاهی از تصمیم‌گیری شرکت‌کنندگان گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل‌شده است و نتایج پژوهش رجبی و همکاران (۳۴) نشان داد که برنامه آگاهی و انتخاب میان‌فردی یک روش مناسب برای کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد دانشجویان مجرد است. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که در برنامه آموزش‌های پیش از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی، افراد آموختند که ارتباط و سازگاری با همسر آینده، بسیار پیچیده‌تر از همتایی یا نداشتن ناهمسانی با او است و لازم است با رفتارهایی شامل ازخودگذشتگی در بهبود روابط و افزایش رضایت، نقش خود را ایفا کنند. به عبارتی، موفقیت در ازدواج شامل عوامل زیادی است که برخی از آن‌ها شامل داشتن جاذبه برای همسر، مکمل بودن و داشتن همسانی در شیوه زندگی، ارزش‌ها و شخصیت) است و اگر هرکدام از این عوامل نباشند سازگاری درست به خطر می‌افتد. بنابراین زوج‌ها دریافتند که نمی‌توان همیشه توقع یک رابطه کامل را داشت و گاهی لازم است با ازخودگذشتگی نقص‌ها و کمبودها را برطرف کرد. در این رابطه و در جهت سازگاری، دو فرد می‌توانند اختلافات برجسته‌ای باهم داشته باشند، ولی هر شخص باید دیگری را کامل کند و کمبودها را پوشش دهند. با تقویت این رفتارها، فرد به لحاظ اخلاقی قوی‌تر عمل کرده و می‌تواند افکار صحیح را از غلط به‌خوبی تشخیص دهد و به‌درستی رفتار نماید. آموزش‌های پیش از ازدواج به این افراد باعث شد تا فرد با اتکا به کمال وجودی خود در سایه اعتمادبه‌نفس و داشته‌های روانی خود به انتخاب عاقلانه دست‌زده و با تفکری صحیح سعی در بهبود روابط با همسر کند. در این زمینه بیان‌شده است که بسیاری از افراد در مواجهه با موقعیت‌های تکانشی، رفتارهای پرخاشگری از خود ابراز می‌کنند و این رفتارها گاه عواقب و تأثیرات نامطلوبی به همراه دارد، که در کلاس‌های آموزشی پیش از ازدواج، آموزش مواجهه با این موقعیت‌ها می‌تواند کمک بسیار چشمگیری در بهبود روابط، برخورد مناسب با همسر، ارتباط سازنده و مدیریت رفتارهای تکانشی داشته باشد که علاوه بر اینکه بتوانند خود را کنترل کنند و جلوگیری از رفتارهای پرخاشگری در فرد، برخورد مناسبی با مسئله نموده و هم آن را حل کنند. بنابراین افراد با کسب مهارت‌هایی نظیر درست صحبت کردن، احترام متقابل، اخلاق نیکو، درک طرف متقابل، پرهیز از رفتارهای تکانشی، رفتار مناسب در موقعیت‌های مختلف، گرفتن تصمیم‌های مناسب در موقعیت‌های خاص، داشتن گذشت و ازخودگذشتگی، صبر، قانع بودن، صداقت و مسئولیت‌پذیری و خودشناسی که مورد تأکید در برنامه‌های اصلی آموزش پیش از ازدواج است، می‌توانند رفتارهای مناسبی را در خود و همسر تقویت کنند. در برنامه آموزش پیش از ازدواج بر اهمیت یادگیری شیوه‌های ارتباطی، روشن کردن موارد عدم توافق، افزایش صمیمیت زوجین، مفهوم انتظارات زوج‌ها از زندگی و تأثیر این انتظارات بر روابط میان آن‌ها تأکید شده است و نتایج تحقیقاتی نشان داده است افرادی که در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد ارتباطی بهتری، تبادلات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند و همچنین آمار طلاق در آن‌ها کمتر است. به عبارتی، بسیاری از طلاق‌ها

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

بدین دلیل رخ می‌دهد که زوجین برای ازدواج آماده نبوده، آموزشی دریافت نکرده‌اند و ارتباط موفقی با یکدیگر ندارند. بنابراین آموزش‌های پیش از ازدواج می‌تواند با آموزش مهارت‌های لازم، بر رضایت از زندگی زناشویی تأثیرگذار باشد. نتایج حاکی از آن است که در این آموزش‌ها بامطالعه عوامل مؤثر و تأثیرگذار در ازدواج موفق و نقش این عوامل بر تأمین سازگاری و رضایت از زندگی زناشویی به راهکارهایی کاربردی جهت انتخاب همسر مناسب و ازدواج موفق و همچنین جلوگیری از سرخوردگی در زندگی زناشویی زوجین و بررسی ابعاد و عوامل آن از طریق شناخت متقابل زوجین، درک نیازهای طرفین، تفاهم متقابل، عشق و محبت و تعهد متقابل پرداخته می‌شود. در این رابطه نتایج مطالعات نشان داده است که در برخی از خانواده‌ها به علت عدم شناخت زن و شوهر نسبت به یکدیگر، عدم آگاهی نسبت به اهداف و انگیزه‌های ازدواج، بی‌انصافی‌ها، پیش‌داوری‌ها، فریبکاری‌ها، عدم احساس مسئولیت و بی‌توجهی به اصول اخلاقی، بنیاد این نهاد متزلزل می‌شود و این‌ها از مهم‌ترین عواملی هستند که موجب آسیب‌پذیری خانواده می‌شود.

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از رسالهٔ دکتری روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین می‌باشد. بدین‌وسیله از اساتید راهنما و مشاور و تمامی کسانی که در انجام این پژوهش مشارکت داشتند، قدردانی و تشکر می‌گردد.

References

1. French JE, Altgelt EE, Meltzer ALJPs. The implications of sociosexuality for marital satisfaction and dissolution. 2019;30(10):1460-72.
2. Bab al-Hakami M, Abbasi Anabed A. Evaluation of the effectiveness of time plan training (marriage enrichment) on increasing satisfaction Women Marriage. Journal of Neyshabur University of Medical Sciences. 2016;5(1):30-8. [In Persian].
3. Helms SW, Sullivan TN, Corona R, Taylor KAJJoiv. Adolescents' recognition of potential positive and negative outcomes in risky dating situations. 2013;28(15):3084-106.
4. Gottman JS, Gottman JM. 10 principles for doing effective couples therapy (Norton series on interpersonal neurobiology): WW Norton & Company; 2015.
5. Sorokowski P, Randall AK, Groyecka A, Frackowiak T, Cantarero K, Hilpert P, et al. Marital satisfaction, sex, age, marriage duration, religion, number of children, economic status, education, and collectivistic values: Data from 33 countries. 2017;8:1199.
6. Bradford K, Stewart JW, Pfister R, Higginbotham BJ. Avoid falling for a jerk (ette): Effectiveness of the premarital interpersonal choices and knowledge program among emerging adults. Journal of Marital and Family Therapy. 2016;42(4):630-44.
7. Moss E, Willoughby BJ. Associations between beliefs about marriage and life satisfaction: The moderating role of relationship status and gender. Journal of Family Studies. 2018;24(3):274-90.
8. Sorokowski P, Randall AK, Groyecka A, Frackowiak T, Cantarero K, Hilpert P, et al. Marital satisfaction, sex, age, marriage duration, religion, number of children, economic status, education, and collectivistic values: Data from 33 countries. Frontiers in psychology. 2017;8:1199.
9. Kepler A. Marital satisfaction: The impact of premarital and couples counseling. 2015.
10. Borowski SC, Tambling RBJTfj. Applying the Health Belief Model to young individuals' beliefs and preferences about premarital counseling. 2015;23(4):417-26.
11. Olson DJJom, therapy f. FACES IV and the circumplex model: Validation study. 2011;37(1):64-80.
12. Robinson MD, Clore GLJPb. Belief and feeling: evidence for an accessibility model of emotional self-report. 2002;128(6):934.
13. Epstein N, Eidelson RJJAJoFT. Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals and satisfaction. 1981;9(4):13-22.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]

14. SedaghatKhah A, BehzadiPoor S. Predictingthe Quality of Marital Relationship on the base of Relationship Beliefs, Mindfulness and Psychological Flexibility. Journal of Women and Society. 2017;8(30):57-77. [In Persian].

15. Akhavan Gholami m, Hayati M. The effectiveness of treatment based on acceptance and commitment (ACT) therapy on ineffective communication beliefs and marital adjustment of discordant women. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2019;20(3):31-43. [In Persian].

16. Hussein S, Alireza J, Zeinab S. Relationship between communication beliefs and the degree of instability of marriage in married men and women. Journal of Woman & Study of Family. 2017;9(35):65-77. [In Persian].

17. Tsapelas I, Aron A, Orbuch TJPS. Marital boredom now predicts less satisfaction 9 years later. 2009;20(5):543-5.

18. Gottman J, Gottman JM, Silver N. Why marriages succeed or fail: And how you can make yours last: Simon and Schuster; 1995.

19. Van Epp MC. An Exploration of the dating attitudes, beliefs and behaviors of single army soldiers and their perceived readiness to marry: Ohio State University; 2006.

20. Van Epp MC, Futris TG, Van Epp JC, Campbell K. The impact of the PICK a partner relationship education program on single army soldiers. Family and Consumer Sciences Research Journal. 2008;36(4):328-49.

21. Stewart JW. Effectiveness, Facilitator Characteristics, and Predictors of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) Program. 2015.

22. Golamreza R, Ghodratollah A, Mansor S, Kaled A. The effectiveness of premarital education Program Based on Premarital Interpersonal Choices and Knowledge in Bachelor students. Semi-annual Journal of Family Counseling and Psychotherapy. 2017;6(1):79-97.

23. Ro H-S. Honoring your family when they are miles away: Family-of-origin factors affecting couple relationship satisfaction in Asian, Anglo, and Asian-Anglo couples: Texas Tech University; 2007.

24. karimisani P, Esmaili M. The Effectiveness of Pre-Marriage Counseling Model on Marital Satisfaction According to Multiple Aspects Domestic Approach. Clinical Psychology Research and Counseling 2015;5(1):4-19. [In Persian].

25. Olson DH, Olson AK. PREPARE/ENRICH program: version 2000. Preventive approaches in couples therapy. 1999:196-216.

26. Eidelson RJ, Epstein NJJoc, psychology c. Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. 1982;50(5):715.

27. Haydari M, Mazaheri M, Pouretemad H. The relationship between communication beliefs and positive feelings towards the spouse. Journal of Family Research. 2005;1(2):122-30. [In Persian].

28. Odero MEA. Pre-marital counseling and its influence on marital quality among seventh day adventist members in Kibra Division of Nairobi County, Kenya 2018.

29. Parhizgar O, Esmaelzadeh-Saeieh S, Akbari Kamrani M, Rahimzadeh M, Tehranizadeh MJSE-MJ. Effect of premarital counseling on marital satisfaction. 2017;18(5). [In Persian].

30. Harris J. Adolescent relationship concerns and perceived gains from a relationship education course. 2017.

31. Boehme RR. Assessment of the impact of the premarital interpersonal choices and knowledge (PICK) program on adolescents. 2017.

32. Stanley SM, Amato PR, Johnson CA, Markman HJJofp. Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. 2006;20(1):117.

33. Abbasi Ghodratollh. TheStudy ofEffectiveness of Premarital Interpersonal Choicesand Knowledge Program (PICK) on makingdecision in Mateselection of Single Students. Biannual Journal of Applied Counseling (JAC). 2019;9(1):49-68. [In Persian].

34. Rajabi G, Abbasi G, Sodani M, Aslani K. The effectiveness of premarital education Program Based on Premarital Interpersonal Choices and Knowledge in Bachelor students. Journal of Family Counseling & Psychotherapy. 2017;6(1):79-97. [In Persian].

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-09-16]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1400.19.3.4.5]
[DOI: 10.52547/rbs.19.3.415]