

اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس (SYMBIS) بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد

Examining the effects of the SYMBIS pre- marriage training on engaged couples' communication beliefs

Mehdi Rostami

Counseling

Mehdi Ghezelflo

Gonbad Kavous University

مهدي رستمی*

مشاوره

مهدي قزلسفلو

دانشگاه گنبد کاووس

چکیده: دوران نامزدی و سال‌های اول ازدواج از مقاطع مهم چرخه زندگی خانوادگی است. هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش SYMBIS بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد بود. این تحقیق آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زوجین در آستانه ازدواج مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره دانشگاه شهید بهشتی بودند که در بازه زمانی مهر ماه تا آذر ماه ۱۳۹۶ به مرکز مشاوره مراجعه کردند. از بین آنها ۲۰ زوج انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) گمارده شدند. گروه آزمایش مداخله هفتگی را به شکل گروهی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. هر دو گروه در سه مرحله‌ی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، سیاهه باورهای ارتباطی را تکمیل کردند. یافته‌ها تفاوت معناداری را بین عملکرد دو گروه آزمایش و کنترل در نمره کل باورهای ارتباطی ($F = 63/23, p = 0/001$) و مؤلفه‌های تخریب‌کنندگی مخالف ($F = 34/40, p = 0/001$)، باور به تغییرناپذیری همسر ($F = 27/73, p = 0/001$)، توقع و انتظار ذهن‌خوانی ($F = 46/31, p = 0/001$)، کمال‌گرایی جنسی ($F = 23/10, p = 0/001$) و باور درباره ناهمسانی جنسی ($F = 29/58, p = 0/001$) در مرحله پس‌آزمون و پیگیری را نشان داد. بر پایه یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که غنی‌سازی پیش از ازدواج به روش SYMBIS یک روش فراخور برای کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد زوجین نامزد در آستانه ازدواج است.

واژه‌های کلیدی: ازدواج، باورهای ارتباطی، دوران نامزدی

Abstract: Engagement period and the first years of marriage are important stages in the family life cycle. The purpose of this study was to determine the effects of pre- marriage training in the SYMBIS method on communication beliefs of the engaged couples. Participant were 20 couples referring to Shahid Beheshti University counseling center, selected from all who referred from September to December 2017. They were randomly assigned to experimental (10 pairs) and control (10 pairs) groups. The experimental group received 8 sessions of 90 minutes weekly intervention. Both groups completed the Communication Beliefs Inventory in three stages of pre-test, post-test and follow-up. Findings showed a significant difference between the performance of both experimental and control groups in the total score of communication beliefs ($F = 63/23, p = 0/001$), disagreement in destructive factors ($F = 34/40, p = 0/001$), partners in ability to change ($F = 27/73, p = 0/001$), expectation and mind reading ($F = 46/31, p = 0/001$), sexual perfectionism ($F = 23/10, p = 0/001$) and sexual dissonance ($F = 29/58, p = 0/001$) in post-test and follow up stages. Based on the findings of this study, it can be concluded that premarital enrichment through SYMBIS method is effective in reducing the ineffective communication beliefs among engaged couples.

Keywords: marriage, communication beliefs, engagement period

* نشانی پستی نویسنده مسوول: تهران، ولنجک، دانشگاه شهید بهشتی، کارشناس مرکز مشاوره و آموزش‌های اجتماعی معاونت فرهنگی و اجتماعی دانشگاه شهید بهشتی.

Ma.rostami@mail.sbu.ac.ir:

پست الکترونیکی:

Received: 2 Jan 2018

Accepted: 29 Jul 2018

پذیرش: ۱۳۹۷/۰۵/۰۷

دریافت: ۱۳۹۶/۱۰/۱۲

زوج جوان به وجود می‌آورد ولی اغلب زوجها به خاطر شرایط این دوران در معرض تعارض و خشونت بیشتری قرار دارند (هلمیس، سالیوان، کورونا و تیلور، ۲۰۱۳)؛ بنابراین مداخله در دوران نامزدی و کاهش مشکلات ناشی از این دوران و تشخیص و حل به موقع اختلافها و همچنین افزایش لحظات شاد و شیرین برای دوام این رابطه در این دوران ضروری به نظر می‌رسد.

با این تفاسیر می‌توان شاخص‌هایی را که باید قبل از ازدواج و در مرحله نامزدی 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 زوجها ۲- صفات و ویژگی‌هایی چون احترام به خویشتن^{۱۲}، اعتماد به نفس^{۱۳}، برخورداری از مهارت‌های ارتباطی^{۱۴}، سلامت جسمی و روانی^{۱۵}، ۳- نظام ارزشی زوجها^{۱۶}، نگرش‌ها و شیوه‌های مقابله با استرس^{۱۷} و مهارت‌های حل مسئله^{۱۸} (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۲). بروز هر گونه اختلال و مشکلات مرحله نامزدی به منزله عدم سلامت به خصوص در حیطه روان است؛ این مشکلات به عنوان عامل پیش‌بینی شونده برای سست کردن بنیان خانواده از جمله نیل به سمت طلاق^{۱۹} است (مرادی، ضیغمی، محمدی و ساریچلو، ۱۳۹۲).
- از این رو، یکی از زیان‌بارترین عواملی که در مرحله نامزدی بر ازدواج و طلاق تأثیرگذار است باورها^{۲۰}، دیدگاه‌ها^{۲۱} و انتظارات غیرواقعی و رمانتیک^{۲۲} از ازدواج است (وان‌ایپ، فاتریس، وان‌ایپ و کمپل، ۲۰۰۸). پیش از ازدواج تصورات و پیش‌فرض‌هایی درباره ازدواج وجود دارد و همه افراد انتظارات خاصی از ازدواج و همسر آینده خود دارند که به طور کامل از فلسفه وجودی این پیش‌فرض‌ها^{۲۳} و انتظارات آگاه نیستند. به نظر می‌رسد باورها و انتظاراتی که افراد از ازدواج دارند بر مبنای یک چهارچوب از پیش تعیین شده به افراد رسیده است و می‌تواند این باورها و انتظارات واقعیت نداشته باشد (پولی،

مقدمه

ازدواج^۱، تعهدی با عشق و مسوولیت برای صلح، شادی و توسعه روابط خانوادگی است و علاوه بر این، انتخاب یک شریک و ورود به یک زندگی زناشویی، یک نقطه عطف و موفقیت شخصی است (شهبازی، کرایبی و کیانی‌جم، ۱۳۹۶). نامزدی^۲، یکی از مراحل ازدواج است که به موجب آن دو نفر توافق می‌کنند با هم ازدواج کنند. در جامعه ما به زمان مابین عقد رسمی تا زمان جشن عروسی و تشکیل خانواده دوران نامزدی گفته می‌شود که کیفیت ارتباط^۳ زوجها در این دوران می‌تواند پیش‌بینی‌کننده کیفیت ارتباط آنها در دوره‌های بعدی زندگی زناشویی باشد (اسدی شیشه‌گران، قمری کیوی و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۵). دوران نامزدی یک دوره حد واسط است که فرد را آماده ورود به زندگی مشترک می‌کند. در این دوره ارتباط نامزدها با یکدیگر بیشتر می‌شود و در این ارتباط بیشتر، شناخت افراد از یکدیگر عمق پیدا می‌کند و به شباهت‌ها و تفاوت‌های یکدیگر پی می‌برند (میرمحمد صادقی، ۱۳۹۳). در دوران نامزدی زوجین دارای شرایط و مسائل خاصی هستند که می‌توان به استرس^۴ و فشار ناشی از ازدواج^۵، روابط بین زوجها^۶، تعارض با خانواده همسر^۷، استقلال و ایجاد مرز بین خود و همسر و خانواده همسر و یکی شدن با همسر، ایده‌آل‌سازی^۸ یا بهتر جلوه دادن خود، کنترل و ایجاد تغییر در همسر اشاره کرد که در این میان تعارض‌های ناشی از این دوران از اهمیت قابل توجهی برخوردار است (اسدی شیشه‌گران و همکاران، ۱۳۹۵). به عقیده پژوهشگران زیادی دوران نامزدی و سال‌های اول ازدواج از مقاطع مهم در چرخه زندگی خانوادگی است که در آن سطح تعارض و اختلافها افزایش می‌یابد (حاجلو، علی‌زاده، قطبی و دلاور قوام، ۱۳۹۲). اگرچه دوران نامزدی تجارب رشدی زیادی مثل مصاحبت و همراهی^۹، تعاملات آزادانه‌تر^{۱۰} و حمایت‌های عاطفی^{۱۱} را برای

12. respect for oneself
13. self- confidence
14. having communication skills
15. physical and mental health
16. value system of couples
17. attitudes and practices coping with stress
18. problem solving skills
19. divorce
20. beliefs
21. opinion
22. unrealistic and romantic expectation
23. defaults

1. marriage
2. engagement
3. quality of communion
4. stress
5. pressure arising from marriage
6. relationship between couples
7. conflict with the spouse family
8. idealistic
9. companionship
10. freely interactions
11. emotion support

مهارت‌های حل مسئله، مسائل مربوط به صمیمیت^{۱۲} و دوستی^{۱۳}، عشق و تعهد^{۱۴}، خودآگاهی، هوش هیجانی^{۱۵} و مسئولیت‌پذیری^{۱۶} آموزش داده می‌شود (اولسون، اولسون و لارسون، ۲۰۱۲). در بسیاری از برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج^{۱۷} بر اهمیت تمرین‌های ارتباطی^{۱۸}، روشن ساختن محیط‌ها و موارد عدم توافق، افزایش صمیمیت زوجین، مفهوم انتظارات زوجها از زندگی و تأثیر این انتظارات بر روابط میان آنها تأکید می‌شود (گاتمن، ۲۰۱۱).

تحقیقات 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 (کپلر، ۲۰۱۵؛ بروسکی و تامبلینگ، ۲۰۱۵). بسیاری از طلاق‌ها بدین دلیل رخ می‌دهد که زوجین برای ازدواج آماده نبوده و رابطه‌ی خوبی ندارند (اولسون، ۲۰۱۱). بنابراین می‌توان بر اهمیت مشاوره و آموزش پیش از ازدواج بر رضایت از زندگی زناشویی و مشکلات زناشویی و متعاقباً طلاق پی برد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوجین، 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 مشکل عدیده‌ای کند (کرون و هینکل، ۲۰۰۳؛ به نقل از گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۵)؛ لذا آموزش‌های قبل از ازدواج می‌تواند تا حدود زیادی نقش مؤثری را در این زمینه ایفا نماید. جدای از این موارد، مشاوران باید انگیزه‌ی مراجعان را بر شرکت در مداخلاتی همچون مشاوره‌ی پیش از ازدواج مدنظر داشته باشند. یکی از روش‌های مشاوره غنی‌سازی پیش از ازدواج روش SYMBIS^{۱۹} است که با تأکید بر هفت مقوله اساسی در مرحله آشنایی و نامزدی زوجین را به کسب این مهارت‌ها و غنی‌تر شدن مهارت‌های

(۲۰۱). انتظار از ازدواج مفهومی شناختی است و مطالعات نشان می‌دهد 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 (پاشیب، سیدمحریمی، محمدی و تاتاری، ۱۳۹۵). بر این اساس، آماده شدن برای ازدواج رویکرد نسبتاً تازه‌ای برای پیشگیری از نارضایتی و شکست در زندگی زناشویی است و مبتنی بر این دیدگاه است که زوجها می‌توانند یاد بگیرند که چگونه ازدواج‌های موفق و پایداری داشته باشند؛ آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج به استحکام و ثبات ازدواج، کاهش نرخ طلاق و ارتقای کیفیت ازدواج کمک می‌کند. در این آموزش‌ها با مطالعه عوامل تأثیرگذار در ازدواج موفق مانند شناخت عواطف شخصی^۱ (خودآگاهی^۲)، خودآنگیزی^۳ (مدیریت هیجان‌ها برای رسیدن به هدف‌ها)، شناخت عواطف دیگران (همدلی^۴)، حفظ ارتباط‌ها (عمل مناسب در ارتباط متقابل مطلوب با دیگران) و نقش این عوامل بر تأمین سازگاری و رضایت از زندگی زناشویی به ارائه راهکارهایی کاربردی به‌منظور انتخاب همسر مناسب و ازدواج موفق و همچنین جلوگیری از سرخوردگی^۵ به علت تضاد ایده‌آل‌ها و آرمان‌ها با واقعیت‌ها، نارضایتی از زندگی مشترک و ازدواج در زندگی زناشویی زوجین پرداخته می‌شود (خسروجاوید، اصلی‌پور، فیروزشاد و هدایت‌صفا، ۱۳۹۴؛ شیدان‌فر، نوابی‌نژاد و فرزاد، ۱۳۹۶).

علاوه بر آن، هدف زیربنایی بسیاری از رویکردهای آماده‌سازی/ غنی‌سازی ازدواج^۶، کمک به قوی‌تر شدن پیوندهای زناشویی است. جنبش غنی‌سازی ازدواج نقش بزرگی را در رشد و بالندگی میلیون‌ها زوج در سراسر جهان به خود اختصاص داده است (اولسون، ۲۰۱۱). در اکثر برنامه‌های آموزشی ازدواج مهارت‌های ارتباطی^۷ مانند گوش کردن^۸ و ابراز خود^۹ به‌طور مؤثر، مهارت‌های مدیریتی^{۱۰} و کنترل تعارضات^{۱۱}،

12. intimacy
13. friendship
14. love and commitment
15. emotional intelligence
16. responsibility
17. Premarriage training
18. communication exercises
19. Saving Your Marriage Before It Starts

1. Personal emotion
2. Self- awareness
3. Self- motivation
4. sympathy
5. burnout
6. marriage prepration/ enrichment approach
7. communication skills
8. listening
9. express yourself
10. management skills
11. conflicts

تواند نقش موثری در کیفیت زناشویی داشته باشد. در پژوهشی رجیبی، عباسی، سودانی و همکاران (۱۳۹۵) به بررسی اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان‌فردی بر باورهای ارتباطی دانشجویان به انجام رساندند که نتایج این پژوهش نشان داد که برنامه آگاهی و انتخاب میان‌فردی یک روش مناسب برای کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد دانشجویان مجرد است. امیدوار، فاتحی زاده و احمدی (۱۳۸۸) در پژوهشی به‌عنوان تاثیر آموزش پیش از ازدواج بر انتظارات زناشویی دانشجویان در آستانه ازدواج در شهر شیراز نشان دادند که آموزش پیش از ازدواج، انتظارات زناشویی دانشجویان در آستانه ازدواج را به‌طور معناداری بهبود بخشیده است. همچنین کارل و دوهرتی (۲۰۰۳) دریافتند که برنامه آموزش پیش از ازدواج به‌طور کلی در فراهم آوردن دستاوردهای مفید، سریع و کوتاه مدت در مهارت‌های بین‌فردی و به‌طور کلی در کیفیت روابط موثرند. استنلی و همکاران (۲۰۰۶) نیز مشخص ساختند که شرکت در برنامه‌های پیش از ازدواج با سطوح بالاتر رضایتمندی و تعهد در ازدواج و سطوح پایین‌تر تعارض و نیز کاهش نرخ طلاق، در ارتباط است؛ همچنین ساگسز (۲۰۱۸) در پژوهشی به بررسی تاثیر مشاوره پیش از ازدواج بر رضایت زناشویی پرداخت که نتایج نشان داد مشاوره پیش از ازدواج باعث افزایش رضایت زناشویی می‌شود. از این‌رو، با توجه به ملاحظات نظری و یافته‌های پژوهشی موجود در زمینه موضوع مورد بررسی، فرضیه این پژوهش به شرح زیر بررسی شد: آموزش غنی‌سازی ازدواج به روش SYMBIS منجر به کاهش باورهای ناکارآمد ارتباطی در زوجین در آستانه ازدواج می‌شود.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

این تحقیق آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل و پیگیری ۴۵ روزه است. جامعه آماری این پژوهش زوجین در آستانه ازدواج مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره دانشگاه شهید بهشتی بودند که در بازه زمانی مهر تا آذر ماه ۱۳۹۶ به مرکز مشاوره مراجعه کرده بودند. در این تحقیق از روش

ارتباطی سوق می‌دهد. در این روش پاروت و پاروت (۲۰۱۵) به ۷ سؤال اساسی زوجین در مرحله آشنایی و نامزدی پاسخ می‌دهند. اولین سؤال مربوط به اسطوره‌های ازدواج^۱ است؛ در این بخش به اسطوره‌های مخرب و نادرستی که به ازدواج و زندگی مشترک آینده آسیب می‌رساند پرداخته می‌شود. به عقیده آنها تمام مشکلات ازدواج تا اندازه‌ای تحت تاثیر مجموعه‌ی وسیعی از تصورات نادرست در مورد ازدواج ایده‌آل و اسطوره‌های نادرست است که هدف این بخش از بین بردن اسطوره‌های ازدواج است. دومین سؤال مربوط به سبک عشق‌ورزی زوجین^۲ است. در این بخش با تحلیل بخش‌ها و اجزای عشق به بررسی راه‌هایی می‌پردازد که زوج‌ها باید به آنها اهمیت زیادی دهند تا عشق خود را زنده نگه دارند. سومین سؤال شاد بودن در ازدواج است و تمرکز این بخش بر خود زوجین است تا بر ازدواجشان، به این سبب که این نگرش زوجین است که شاد بودن را موجب می‌شود. چهارمین سؤال درک و فهمیده شدن^۳ است، این بخش به زوجین کمک می‌کند تا بهتر درک و فهمیده شوند. در این بخش با تأکید بر یادگیری ارتباط، به پایه‌ریزی مهارت‌های ارتباطی در مراحل ابتدایی ازدواج اقدام می‌شود. پنجمین سؤال در این روش مربوط به تفاوت‌های جنسیتی^۴ است؛ مباحث این بخش به زوجین کمک می‌کند تا همسرشان را به این دلیل که از جنسی دیگر است بهتر بشناسند و با شناسایی تفکرات، احساسات و رفتارهایشان در مقایسه با آنها به شکل دیگری عمل کنند. اگر هر یک از زوجین به تفاوت‌های در نظر گرفته توجه کنند به منبعی نیرومند از صمیمیت در ازدواج خواهند رسید. ششمین سؤال مربوط است به حل تعارض؛ این بخش به زوجین نشان می‌دهد که چگونه با تعارض روبرو شوند و در عین حال پرخاشگری^۵ را تا حد ممکن پایین بیاورند. هفتمین و آخرین سؤال مربوط به درک عمیق و بعد معنوی^۶ به‌عنوان مهم‌ترین جنبه ازدواج سالم مورد بررسی قرار می‌گیرد. این کار را با بررسی نیاز به صمیمیت معنوی آغاز و پس از آن به چگونگی پرورش روح ازدواج می‌پردازد (پاروت و پاروت، ۲۰۱۵).

تحقیقات همچنین به بررسی تاثیر مشاوره پیش از ازدواج به بهبود روابط زناشویی نیز پرداخته‌اند. برای نمونه اودیرو (۲۰۱۹) در پژوهشی نشان داد که مشاوره پیش از ازدواج می

1. marriage myths
2. couple love style
3. understanding
4. gender differences
5. aggression
6. spiritual dimension

جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. هر دو گروه در سه مرحله‌ی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ۴۵ روزه به وسیله‌ی سیاهه باورهای ارتباطی با استفاده از آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر^۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ۲۰٪ زوجین مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی (۸ نفر)، ۵۰٪ کارشناسی ارشد (۲۰ نفر) و ۳۰٪ مقطع دکتری (۱۲ نفر) بودند و میانگین طول مدت آشنایی تا نامزدی زوجین ۱ سال و دو ماه بود. محتوای جلسات آموزشی مشاوره پیش از ازدواج به روش SYMBIS (پاروت و پاروت، ۲۰۱۵) در گروه آزمایشی در جدول ۱ ارائه شده است.

نمونه‌گیری هدفمند^۱ استفاده شده است که پس از طی مراحل اولیه ارزیابی از بین ۳۸ زوج دانشجوی مراجعه‌کننده که یک انحراف استاندارد بالاتر از میانگین در سیاهه باورهای ارتباطی^۲ (RBI) کسب کرده بودند، ۲۰ زوج با توجه به ملاک‌های ورودی که عبارت بودند از داشتن دوره نامزدی حداقل ۶ ماه و حداکثر ۹ ماه، نداشتن اختلاف و تعارضات شدید، نداشتن بیماری‌های روانی و سوء مصرف مواد و دانشجوی بودن هر دو زوج، انتخاب و به‌صورت تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) گمارده شدند. گروه آزمایش برنامه آموزشی سیمبیس را به شکل گروهی در ۸

جدول ۱

محتوای جلسات آموزشی مشاوره پیش از ازدواج به روش SYMBIS

جلسه	محتوا
اول	معارفه، آشنایی با برنامه و جلسات آموزشی، پرداختن به اولین سؤال مربوط به اسطوره‌های ازدواج، بررسی اسطوره‌های مخرب و نادرستی که به ازدواج و زندگی مشترک آینده آسیب می‌رساند.
دوم	مروری مختصر از جلسه قبل، پرداختن به دومین سؤال که مربوط به سبک عشق‌ورزی زوجین، تحلیل بخش‌ها و اجزای عشق، بررسی راه‌هایی که زوج‌ها باید به آنها اهمیت زیادی دهند تا عشق خود را زنده نگه دارند، ارائه‌ی برنامه‌ای دقیق به منظور "ایجاد عشقی پایدار و همیشگی".
سوم	پرداختن به سومین سؤال که شاد بودن در ازدواج است، کمک به زوجین برای طراحی برنامه‌ای دقیق برای با هم شاد بودن، معرفی نگرش‌های اساسی که می‌توانند ازدواج را بهبود بخشند و یا تخریب کنند، کمک به آشکار ساختن تخریب‌کننده‌های یک ازدواج شاد و از راز شگفت‌آور زوج‌های شاد پرده برمی‌داریم، در پایان این مسئله را مدنظر قرار خواهیم داد که آیا دو نفر واقعاً می‌توانند از این پس زندگی شادی داشته باشند؟
چهارم	پرداختن به چهارمین سؤال درک و فهمیده شدن، کمک به زوجین برای درک و فهمیده شدن بهتر، در این بخش با تأکید بر یادگیری ارتباط، به پایه‌ریزی مهارت‌های ارتباطی در مراحل ابتدایی ازدواج اقدام می‌شود. سپس در ادامه جلسه درباره‌ی عوامل شکست در ازدواج بحث کرده و سنگ بنای یک ارتباط مؤثر را آموزش داده شد.
پنجم	مرور کلی و مختصر به چهار جلسه قبلی، پرداختن به پنجمین سؤال در این روش که مربوط به تفاوت‌های جنسیتی است، کمک به زوجین برای شناخت همسرشان به عنوان جنس دیگر، شناسایی تفکرات، احساسات و رفتارهایی همدیگر.
ششم	پرداختن به ششمین سؤال مربوط به حل تعارض؛ کمک به زوجین برای مواجهه با تعارض و کمک به کاهش پرخاشگری در آنها و معرفی منازعه به‌عنوان مولفه‌ای که می‌تواند برای ازدواج مفید باشد.
هفتم	پرداختن به سؤال مربوط به درک عمیق و بعد معنوی به‌عنوان مهم‌ترین جنبه ازدواج، بررسی چگونگی نقش خداوند در زندگی مشترک زوجین و اینکه ازدواج، بیش از هر جنبه‌ی دیگری به ذات اقدس خداوند وابسته است. معرفی ابزارهایی خاص و ویژه برای رسیدگی و پرورش روح ازدواج.
هشتم	در این جلسه به مرور مطالب آموخته شده ۷ جلسه قبلی، مروری بر تکالیف صورت گرفته در حین جلسات و خارج از جلسات به همراه پرسش و پاسخ زوجین پرداخته شد.

3. repeated measures analysis of variance

1. purposive sampling
2. Relationship Beliefs Inventory (RBI)

ابزارسنجش

۰/۵۲، توقع و انتظار ذهن‌خوانی ۰/۵۵، کمال‌گرایی جنسی ۰/۴۴ و باور درباره ناهمسانی جنسیتی ۰/۵۷ و کل مقیاس ۰/۸۴ به‌دست آمده است. ضریب روایی همزمان^۹ این سیاهه با مقیاس ۲۰ ماده‌ای باورهای محدود کننده انتخاب همسر^{۱۰} (لارسون، ۱۹۹۲؛ به نقل از رجبی، فردوسی و شهبازی، ۱۳۹۰) برای زیرمقیاس‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۳۴، باور به تغییرناپذیری همسر^۳، توقع و انتظار ذهن‌خوانی^۴، کمال‌گرایی جنسی^۵ و باور درباره ناهمسانی جنسیتی^۶ است (ایدلسون و اپشتین، ۱۹۸۲). سوالات در قالب مقیاس پنج درجه‌ای لیکرتی (از کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۰) از مشکلات موجود در روابط زناشویی زوجین در آستانه ازدواج را می‌ستجد. حداقل نمره آزمودنی در این سیاهه صفر و حداکثر آن ۲۰۰ است و در هر زیرمقیاس از صفر تا ۴۰ در نوسان است. نمره بالا در این سیاهه و در زیرمقیاس‌ها نشان‌دهنده میزان بالای باورهای ناکارآمد است. ادماندسون (۲۰۰۵) ضریب پایایی^۷ زیر مقیاس‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۶۶، باور به تغییرناپذیری همسر ۰/۷۱، توقع و انتظار ذهن‌خوانی ۰/۵۹، کمال‌گرایی جنسی ۰/۵۹ و باور درباره ناهمسانی جنسیتی ۰/۶۰ و جیمز، هانتلی و همس ورث (۲۰۰۲) از ۰/۵۸ تا ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. در پژوهش رجبی و همکاران (۱۳۹۵)، ضریب پایایی آلفای کرونباخ^۸ این ابزار برای زیر مقیاس‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۶۰، باور به تغییرناپذیری همسر

سیاهه باورهای ارتباطی (RBI). سیاهه باورهای ارتباطی از ۴۰ گویه به‌منظور سنجش باورهای غیرمنطقی و ناکارآمد^۱ زوجین در زندگی زناشویی تدوین شد که دربرگیرنده پنج زیرمقیاس باور به تخریب‌کنندگی مخالفت^۲، باور به تغییرناپذیری همسر^۳، توقع و انتظار ذهن‌خوانی^۴، کمال‌گرایی جنسی^۵ و باور درباره ناهمسانی جنسیتی^۶ است (ایدلسون و اپشتین، ۱۹۸۲). سوالات در قالب مقیاس پنج درجه‌ای لیکرتی (از کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۰) از مشکلات موجود در روابط زناشویی زوجین در آستانه ازدواج را می‌ستجد. حداقل نمره آزمودنی در این سیاهه صفر و حداکثر آن ۲۰۰ است و در هر زیرمقیاس از صفر تا ۴۰ در نوسان است. نمره بالا در این سیاهه و در زیرمقیاس‌ها نشان‌دهنده میزان بالای باورهای ناکارآمد است. ادماندسون (۲۰۰۵) ضریب پایایی^۷ زیر مقیاس‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۶۶، باور به تغییرناپذیری همسر ۰/۷۱، توقع و انتظار ذهن‌خوانی ۰/۵۹، کمال‌گرایی جنسی ۰/۵۹ و باور درباره ناهمسانی جنسیتی ۰/۶۰ و جیمز، هانتلی و همس ورث (۲۰۰۲) از ۰/۵۸ تا ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. در پژوهش رجبی و همکاران (۱۳۹۵)، ضریب پایایی آلفای کرونباخ^۸ این ابزار برای زیر مقیاس‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۶۰، باور به تغییرناپذیری همسر

یافته‌ها

اطلاعات جدول شماره ۲ نشان می‌دهد که نمره‌های گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در متغیر باورهای ارتباطی و مولفه‌های تخریب‌کنندگی مخالفت، تغییرناپذیری همسر، توقع و انتظار ذهن‌خوانی، کمال‌گرایی جنسی و ناهمسانی جنسیتی در هر دو گروه زن و مرد کاهش داشته که نشان از بهبود باورهای ارتباطی زوجین در مرحله پس‌آزمون و پیگیری است. همچنین این کاهش علاوه بر جنسیت (زن و مرد) در نمره کلی زوجین نیز نشان از تاثیرپذیری آموزش غنی‌سازی به روش SYMBIS بر زوجین گروه آزمایش دارد.

9. concurrent validity

10. beliefs limiting choice of spouse

1. irrational and inefficient beliefs

2. disagreement is destructive

3. partner cannot change

4. mind reading is expected

5. sexual perfection

6. the sex is different

7. reliability coefficient

8. cronbach alpha

جدول ۲

خلاصه نتایج شاخص توصیفی نمرات گروه آزمایش (۱۰ زوج) و کنترل (۱۰ زوج) ($n = 40$)

پیگیری		پس آزمون		پیش آزمون		شاخص آماری			
SD	M	SD	M	SD	M	جنسیت	گروه	متغیر	
۳/۷۸	۱۲۰/۱۰	۳/۸۱	۱۲۰/۱۰	۴/۹۱	۱۴۰/۲۰	زن	آزمایش	باورهای ارتباطی	
۴/۲۹	۱۲۳/۰۰	۴/۴۰	۱۲۳/۱۰	۱/۹۱	۱۳۹/۹۰	مرد			
۴/۲۱	۱۲۱/۲۵	۴/۲۹	۱۲۱/۶۰	۳/۶۳	۱۴۰/۰۵	کل			
۴/۷۶	۱۳۶/۷۰	۴/۶۱	۱۳۷/۲۰	۳/۹۷	۱۳۷/۷۰	زن	کنترل		
۴/۹۴	۱۳۸/۶۰	۴/۵۰	۱۳۸/۴۰	۴/۲۹	۱۳۸/۷۰	مرد			
۴/۸۲	۱۳۷/۶۵	۴/۴۷	۱۳۷/۸۰	۴/۰۶	۱۳۸/۲۰	کل	آزمایش	تخریب‌کنندگی مخالفت	
۱/۷۵	۲۱/۸۰	۱/۷۶	۲۱/۷۰	۲/۱۳	۲۴/۹۰	زن			
۱/۳۹	۲۲/۲۰	۱/۳۷	۲۲/۱۰	۱/۴۲	۲۵/۶۰	مرد			
۱/۵۵	۲۲/۰۰	۱/۵۵	۲۱/۹۰	۱/۸۰	۲۵/۲۵	کل	کنترل		
۱/۶۱	۲۵/۸۲	۱/۴۴	۲۵/۷۰	۱/۴۹	۲۶/۰۰	زن			
۱/۶۳	۲۶/۶۰	۱/۵۶	۲۶/۱۰	۱/۵۴	۲۶/۲۰	مرد	کنترل		
۱/۵۸	۲۵/۹۰	۱/۶۲	۲۱/۹۰	۱/۴۸	۲۶/۱۰	کل			
۱/۹۱	۲۴/۹۰	۱/۵۲	۲۵/۰۰	۱/۷۷	۲۹/۵۰	زن	آزمایش	تغییرناپذیری همسر	
۱/۲۶	۲۴/۶۰	۱/۸۸	۲۴/۷۰	۱/۷۶	۳۰/۷۰	مرد			
۱/۵۸	۲۴/۷۵	۱/۶۷	۲۴/۸۵	۱/۸۳	۳۰/۱۰	کل			
۱/۲۸	۲۸/۹۰	۲/۶۲	۲۹/۱۰	۱/۴۷	۲۹/۲۰	زن	کنترل		
۱/۸۸	۲۹/۳۰	۲/۸۰	۲۹/۳۰	۱/۷۱	۲۹/۴۰	مرد			
۱/۵۸	۲۹/۱۰	۲/۶۸	۲۹/۲۰	۱/۵۵	۲۹/۳۰	کل	آزمایش	توقع و انتظار ذهن‌خوانی	
۰/۷۳	۲۴/۱۰	۰/۷۸	۲۴/۲۰	۱/۱۹	۲۹/۱۰	زن			
۱/۵۸	۲۴/۵۰	۱/۵۶	۲۴/۳۰	۱/۴۹	۲۸/۰۰	مرد			
۱/۲۱	۲۴/۳۰	۱/۲۰	۲۴/۳۵	۱/۳۹	۲۸/۵۵	کل	کنترل		
۱/۰۳	۲۷/۸۰	۱/۰۵	۲۷/۷۰	۱/۰۳	۲۷/۸۰	زن			
۱/۰۳	۲۹/۲۰	۱/۰۵	۲۹/۰۰	۱/۱۳	۲۹/۲۰	مرد	آزمایش	کمال‌گرایی جنسی	
۱/۲۳	۲۸/۵۰	۱/۲۲	۲۸/۳۵	۱/۲۷	۲۸/۵۰	کل			
۱/۷۱	۲۵/۶۰	۱/۶۴	۲۵/۴۰	۱/۵۸	۳۰/۵۰	زن			
۱/۱۵	۲۳/۳۰	۱/۳۱	۲۳/۲۰	۱/۳۴	۲۸/۶۰	مرد	کنترل		
۱/۸۴	۲۴/۴۵	۱/۸۳	۲۴/۳۰	۱/۷۳	۲۹/۵۵	کل			
۱/۳۱	۲۷/۸۰	۱/۴۱	۲۷/۷۰	۱/۴۹	۲۷/۷۰	زن	آزمایش	ناهمسانی جنسیتی	
۱/۳۹	۲۹/۲۰	۱/۲۸	۲۹/۱۰	۱/۳۱	۲۸/۸۰	مرد			
۱/۵۰	۲۸/۵۰	۱/۵۰	۲۸/۴۰	۱/۴۸	۲۸/۲۵	کل			
۱/۶۴	۲۱/۶۰	۱/۳۳	۲۱/۷۰	۱/۱۵	۲۶/۰۰	زن	کنترل		
۲/۰۰	۲۰/۷۰	۲/۰۰	۲۰/۷۰	۱/۵۴	۲۵/۲۰	مرد			
۱/۸۴	۲۱/۱۵	۱/۷۳	۲۱/۲۰	۱/۳۹	۲۵/۶۰	کل	آزمایش		
۰/۸۷	۲۴/۹۰	۰/۷۳	۲۵/۱۰	۰/۸۱	۲۵/۰۰	زن			
۱/۱۹	۲۴/۹۰	۱/۱۹	۲۴/۹۰	۱/۳۱	۲۴/۸۰	مرد			
۱/۰۲	۲۴/۹۰	۰/۹۷	۲۵/۰۰	۱/۰۷	۲۴/۹۰	کل			

حاکمی از برقراری مفروضه گرویت است. بنابراین می‌توان از نتیجه آزمون‌های درون‌گروهی بدون تعدیل درجه آزادی استفاده کرد.

در جدول ۳، نتیجه آزمون شاپیرو ویلک^۱ حاکمی از برقراری شرط توزیع طبیعی نمره‌ها و نتیجه آزمون لوین^۲ نیز نشان‌دهنده برقراری شرط همسانی واریانس‌ها در باورهای ارتباطی و مولفه‌های آنها است. نتیجه آزمون موخلی^۳ نیز

جدول ۳

نتایج آزمون توزیع طبیعی نمره‌ها و آزمون همگنی واریانس‌ها

متغیر	گروه	آزمون شاپیرو ویلک			آزمون لوین			موخلی W	
		درجه آزادی	آماره	سطح معناداری	درجه آزادی	آماره	سطح معناداری	مقدار آماره	سطح معناداری
باورهای ارتباطی	آزمایش	۲۰	۰/۹۲	۰/۱۰	۳۸	۰/۶۵	۰/۴۲	۲/۰۲	۰/۲۸
	کنترل	۲۰	۰/۹۶	۰/۷۴	۳۸	۰/۱۰	۰/۷۴	۱/۲۰	۰/۳۱
تخریب‌کنندگی مخالفت	آزمایش	۲۰	۰/۹۰	۰/۱۰	۳۸	۰/۱۰	۰/۷۴	۱/۲۰	۰/۳۱
	کنترل	۲۰	۰/۹۳	۰/۱۹	۳۸	۰/۴۳	۰/۵۱	۱/۱۸	۰/۳۳
تغییرناپذیری همسر	آزمایش	۲۰	۰/۹۴	۰/۳۰	۳۸	۰/۴۳	۰/۵۱	۱/۱۸	۰/۳۳
	کنترل	۲۰	۰/۹۲	۰/۱۳	۳۸	۰/۵۵	۰/۴۶	۱/۰۰	۰/۳۸
توقع و انتظار ذهن‌خوانی	آزمایش	۲۰	۰/۹۴	۰/۳۱	۳۸	۰/۵۵	۰/۴۶	۱/۰۰	۰/۳۸
	کنترل	۲۰	۰/۹۴	۰/۲۸	۳۸	۰/۱۹	۰/۶۶	۱/۱۳	۰/۳۵
کمال‌گرایی جنسی	آزمایش	۲۰	۰/۹۷	۰/۷۸	۳۸	۰/۱۹	۰/۶۶	۱/۱۳	۰/۳۵
	کنترل	۲۰	۰/۹۶	۰/۵۹	۳۸	۰/۳۳	۰/۵۶	۱/۰۹	۰/۳۲
ناهمسانی جنسیتی	آزمایش	۲۰	۰/۹۴	۰/۳۱	۳۸	۰/۳۳	۰/۵۶	۱/۰۹	۰/۳۲
	کنترل	۲۰	۰/۹۲	۰/۱۲	۳۸	۰/۳۳	۰/۵۶	۱/۰۹	۰/۳۲

؛ همچنین تفاوت میانگین باورهای ارتباطی و مولفه‌های آن در تعامل بین متغیر آزمایشی (غنی‌سازی ازدواج به روش SYMBIS) و متغیر جنسیت در گروه آزمایش و کنترل در زنان و مردان معنادار نیست ($p > 0/05$).

با توجه به نتایج به‌دست آمده در جدول فوق می‌توان نتیجه گرفت که آموزش غنی‌سازی ازدواج به روش SYMBIS در شرکت‌کنندگان گروه آزمایشی به نسبت گروه کنترل تاثیر بیشتری بر ارتقاء باورهای ارتباطی زوجین داشته است. میزان این تاثیر «معنادار بودن عملی» ۰/۶۳ بوده است، یعنی ۶۳ درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در ارتقاء باورهای ارتباطی در زوجین از طریق متغیر آزمایشی قابل تبیین است.

بر اساس نتایج جدول شماره ۴ سطح معناداری تحلیل واریانس آزمون اندازه‌گیری مکرر نشان می‌دهد که اثر آموزش (غنی‌سازی ازدواج به روش SYMBIS) در گروه آزمایشی در مرحله پس‌آزمون و پیگیری در نمرات باورهای ارتباطی و مولفه‌های تخریب‌کنندگی، مخالفت، تغییرناپذیری همسر، توقع و انتظار ذهن‌خوانی، کمال‌گرایی جنسی و ناهمسانی جنسیتی معنادار است ($p < 0/001$). بنابراین می‌توان گفت که تفاوت معناداری بین میانگین نمرات باورهای ارتباطی و مولفه‌های آن در پس‌آزمون و پیگیری وجود دارد. همچنین نتایج جدول فوق نشان داد که تفاوت میانگین باورهای ارتباطی و مولفه‌های آن در متغیر جنسیت در زنان و مردان معنادار نیست ($p > 0/05$).

1. Shapiro-Wilk test of normality
2. Levene's test
3. Mauchly's Test

۰/۴۷ و ناهمسانی جنسیتی ۰/۴۵ بوده است؛ یعنی به ترتیب ۴۸، ۴۳، ۵۶، ۴۷ و ۴۵ درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در ارتقاء مولفه‌های باورهای ارتباطی در زوجین از طریق متغیر آزمایشی قابل تبیین است.

به‌علاوه توان بالای آزمون آماری در فرضیه حاضر بیانگر آن است که با احتمال ۹۹ درصد فرض صفر به درستی رد شده است. همچنین میزان تاثیر «معنادار بودن عملی» به ترتیب در مولفه‌های تخریب‌کنندگی مخالفت ۰/۴۸، تغییرناپذیری همسر ۰/۴۳، توقع و انتظار ذهن‌خوانی ۰/۵۶، کمال‌گرایی جنسی

جدول ۴

خلاصه نتایج تحلیل اندازه‌گیری مکرر در مورد تأثیر آموزش گروهی غنی‌سازی ازدواج به روش SYMBIS بر باورهای ارتباطی زوجین گروه آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری (۴۰ = n)

متغیر	منبع	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضریب اتا (اندازه اثر)	توان آزمون
باورهای ارتباطی	اثر آموزش	۳۰۹۰/۶۷	۱	۳۰۹۰/۶۷	۶۳/۲۳	۰/۰۰۰	۰/۶۳	۱/۰۰
	جنسیت	۷۸/۴۰	۱	۷۸/۴۰	۱/۶۰	۰/۲۱	۰/۰۴	۰/۲۳
	تعامل گروه*جنسیت	۱/۸۷	۱	۱/۸۷	۰/۰۳	۰/۸۴	۰/۰۱	۰/۰۵
	خطا	۱۷۵۹/۶۳	۳۶	۴۸/۸۷	-	-	-	-
تخریب‌کنندگی مخالفت	اثر آموزش	۲۶۱/۰۷	۱	۲۶۱/۰۷	۳۴/۴۰	۰/۰۰۰	۰/۴۸	۱/۰۰
	جنسیت	۳/۶۷	۱	۳/۶۷	۰/۴۸	۰/۴۸	۰/۰۱	۰/۱۰
	تعامل گروه*جنسیت	۰/۶۷	۱	۰/۶۷	۰/۰۸	۰/۰۸	۰/۰۰	۰/۰۶
	خطا	۲۷۳/۱۶	۳۶	۷/۵۸	-	-	-	-
تغییرناپذیری همسر	اثر آموزش	۲۰۸/۰۳	۱	۲۰۸/۰۳	۲۷/۷۳	۰/۰۰۰	۰/۴۳	۰/۹۹
	جنسیت	۱/۶۳	۱	۱/۶۳	۰/۲۱	۰/۶۴	۰/۰۰	۰/۰۷
	تعامل گروه*جنسیت	۰/۰۳	۱	۰/۰۳	۰/۰۴	۰/۹۴	۰/۰۰	۰/۰۵
	خطا	۲۷۰/۰۰	۳۶	۷/۵۰	-	-	-	-
توقع و انتظار ذهن‌خوانی	اثر آموزش	۲۲۴/۱۳	۱	۲۲۴/۱۳	۴۶/۳۱	۰/۰۰۰	۰/۵۶	۱/۰۰
	جنسیت	۱/۶۳	۱	۱/۶۳	۰/۳۳	۰/۵۶	۰/۰۰	۰/۰۸
	تعامل گروه*جنسیت	۶/۵۳	۱	۶/۵۳	۱/۳۵	۰/۲۵	۰/۰۳	۰/۲۰
	خطا	۱۷۴/۲۰	۳۶	۳/۵۷	-	-	-	-
کمال‌گرایی جنسی	اثر آموزش	۱۵۸/۷۰	۱	۱۵۸/۷۰	۳۲/۱۰	۰/۰۰۰	۰/۴۷	۱/۰۰
	جنسیت	۰/۵۳	۱	۰/۵۳	۰/۱۰	۰/۷۴	۰/۰۳	۰/۰۶
	تعامل گروه*جنسیت	۱۳/۳۳	۱	۱۳/۳۳	۲/۶۹	۰/۱۱	۰/۰۷	۰/۳۲
	خطا	۱۷۷/۹۳	۳۶	۴/۹۴	-	-	-	-
ناهمسانی جنسیتی	اثر آموزش	۱۵۶/۴۰	۱	۱۵۶/۴۰	۲۹/۵۸	۰/۰۰۰	۰/۴۵	۱/۰۰
	جنسیت	۸/۰۰	۱	۸/۰۰	۱/۵۱	۰/۲۲	۰/۰۴	۰/۲۲
	تعامل گروه*جنسیت	۴/۴۰	۱	۴/۴۰	۰/۸۳	۰/۳۶	۰/۰۲	۰/۱۴
	خطا	۱۹۰/۳۰	۳۶	۵/۲۸	-	-	-	-

پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری معنادار است ($p < ۰/۰۰۱$)؛ اما تفاوت میانگین بین پس‌آزمون و پیگیری در هیچ‌یک از

در جدول ۵ نتایج آزمون بنفرونی نشان می‌دهد تفاوت میانگین متغیر باورهای ارتباطی و مولفه‌های آن بین مراحل

متغیرهای باورهای ارتباطی و مولفه‌های معنادار نیست که بیانگر آن است که نتایج حاصل در مرحله پیگیری بازگشت

جدول ۵

خلاصه نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای تعیین اثر مداخله آموزش گروهی غنی سازی ازدواج به روش SYMBIS بر باورهای ارتباطی زوجین در دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ($n = 40$)

شاخص آماری									
پس‌آزمون - پیگیری			پیش‌آزمون - پیگیری			پیش‌آزمون - پس‌آزمون			
معداری	SD	تفاوت M	معداری	SD	تفاوت M	معداری	SD	تفاوت M	
۰/۸۹	۰/۰۹	۰/۱۰	۰/۰۰۰	۰/۴۴	۹/۵۲*	۰/۰۰۰	۰/۴۵	۹/۴۲*	باورهای ارتباطی
۰/۸۹	۰/۰۵	۰/۱۰	۰/۰۰۰	۰/۰۸	۱/۷۲*	۰/۰۰۰	۰/۰۹	۱/۷۲*	تخریب‌کنندگی مخالفت
۰/۱۴	۰/۰۴	۰/۱۰	۰/۰۰۰	۰/۱۲	۲/۷۷*	۰/۰۰۰	۰/۱۴	۲/۶۷*	تغییرناپذیری همسر
۰/۵۰	۰/۰۵	۰/۰۷	۰/۰۰۰	۰/۱۲	۲/۳۰*	۰/۰۰۰	۰/۱۲	۲/۲۲*	توقع و انتظار ذهن‌خوانی
۰/۲۹	۰/۰۵	۰/۱۰	۰/۰۰۰	۰/۱۱	۲/۰۵*	۰/۰۰۰	۰/۱۱	۱/۹۵*	کمال‌گرایی جنسی
۰/۵۶	۰/۰۵	۰/۰۷	۰/۰۰۰	۰/۱۲	۲/۲۲*	۰/۰۰۰	۰/۱۱	۲/۱۵*	ناهمسانی جنسیتی

بحث

شیمی متقابل (داشتن جاذبه پرمایه برای همسر)، مکمل بودن (داشتن گونه‌گونی یا تفاوت) و مقایسه‌پذیری (داشتن همسانی در شیوه زندگی، ارزش‌ها و شخصیت) است. اگر هر کدام از این سه بعد نباشند سازگاری درست به خطر می‌افتد (وان‌ایپ و همکاران، ۲۰۰۸)؛ بنابراین، سازگاری به معنای نداشتن ناهمسانی با همسر نیست و ناهمسانی با همسر در یکی از اندیشه‌های مهم، به معنی توهین و نبود علاقه او نیست. در جهت سازگاری، دو فرد می‌توانند اختلافات برجسته‌ای با هم داشته باشند ولی هر شخص باید دیگری را کامل کند. افراد در این برنامه آموزشی می‌آموزند که همسر کاملی که آنها نیاز دارند باید شخصی باشد که هم به او جاذبه قوی داشته باشند، هم در برخی موضوعات تفاوت و ناهمسانی داشته باشند و هم در بسیاری از ارزش‌ها، اهداف و شیوه‌های زندگی مشترک باشند (رجبی و همکاران، ۱۳۹۵).

به باور پاروت و پاروت (۲۰۱۵) در جلسات آموزش پیش از ازدواج به روش SYMBIS که به شرکت‌کنندگان داده می‌شود، تمرکز کردن بر علائم هشداردهنده در ازدواج اهمیت بسیار زیادی دارد و این علائم حیطة‌های وسیعی دارد که از جمله مهم‌ترین آنها انتظارات و باورهای غلط درباره ازدواج و همسر آینده است که در قالب اسطوره‌های ازدواج شناسایی می‌شوند. در این روش به زوجین آگاهی می‌دهد که تمام

ازدواج به‌عنوان مهم‌ترین و عالی‌ترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد همواره مورد توجه بوده است. ازدواج رابطه‌ای ارادی و آگاهانه است و در حال حاضر به‌عنوان انتخاب آگاهانه همسر معنا می‌شود (شیدان فر و همکاران، ۱۳۹۶). هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش SYMBIS بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد در آستانه ازدواج بود. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش غنی‌سازی پیش از ازدواج به روش SYMBIS منجر به کاهش باورهای ناکارآمد ارتباطی زوجین نامزد شده است. این یافته با توجه به نبود پیشینه داخلی در خصوص اثرگذاری پیش از ازدواج به روش SYMBIS باید با احتیاط تبیین شود. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های امیدوار و همکاران (۱۳۸۸)، بروسکی و تامبلینگ (۲۰۱۵)، پاشیب و همکاران (۱۳۹۵)، خسروجاوید و همکاران (۱۳۹۴) و رجبی و همکاران (۱۳۹۵) همسو بود. با توجه به یافته‌های به‌دست آمده در تبیین این یافته پژوهش باید گفت باور به تخریب‌کنندگی مخالفت به معنای نبود پذیرش مخالفت، ناراحتی و تفسیر منفی از اختلاف نظر است. در برنامه پیش از ازدواج به روش SYMBIS افراد می‌آموزند که سازگاری با همسر آینده بسیار پیچیده‌تر از همتایی یا نداشتن ناهمسانی با او است. سازگاری دربرگیرنده

مورد استفاده قرار دادند. به آنها یادآوری شد که قواعدی برای موفقیت ارتباط وجود دارد که اگر بتوانند به خوبی اجرا کنند می‌توانند عشق بیشتری به همسرشان هدیه کنند و آنگاه ازدواجی سرشار از موفقیت خواهند داشت. این قواعد به کاهش مولفه‌های تخریب‌کنندگی تغییر، تغییرناپذیری همسر و همچنین توقع و انتظار کمک کرد و نتایج را معنادار نشان داد. بنابراین در شکل‌گیری یک ازدواج موفق، تنها شناسایی تفاوت‌ها کافی نیست، بلکه باید پذیرش و درکی عمیق نیز از این تفاوت‌ها وجود داشته باشد. زوج‌هایی هستند که تفاوت‌های میان خود را شناخته و سعی دارند تا این تفاوت‌ها را از بین ببرند؛ این عمل در روش غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS با برجسته کردن تفاوت‌های جنسیتی با زوج‌ها کمک می‌کند تا آگاه شوند که تفاوت‌های دو جنس قابل پیش‌بینی هستند و بعد دریابند تفاوت‌هایی را که آنها مختص خود و همسرشان می‌دانستند، در زوج‌های دیگر نیز وجود دارند (پاروت و پاروت، ۲۰۱۵).

با توجه به اینکه یکی از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، جامعه‌آماري آن یعنی دانشجویان در آستانه ازدواج دانشگاه شهید بهشتی است، باید در تعمیم نتایج احتیاط لازم به عمل آید؛ لذا پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابه‌ای روی گروه‌های سنی گوناگون و در فرهنگ‌های دیگر با سطح تحصیلات مختلف نیز انجام شود. همچنین این پژوهش یک مطالعه مقطعی است که تاثیرات این برنامه را تنها طی یک دوره دو ماهه مورد بررسی قرار داده است؛ براین اساس پیشنهاد می‌شود جهت بررسی تاثیرات بلند مدت این برنامه آموزشی، تحقیقات طولی مناسب صورت گیرد و میزان رضایت زناشویی زوجین در آستانه ازدواج در سال‌های آینده مورد بررسی و ارزیابی قرار گیرد. همچنین با توجه به اهمیتی که مسئله آموزش غنی‌سازی پیش از ازدواج و آموزش مهارت‌های ارتباطی جوانان در آستانه ازدواج دارد پیشنهاد می‌شود روش موثر غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS در مراکز مشاوره دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره پیش از ازدواج ارائه شود.

تعارض سازنده و غیر سازنده نامزدها. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱، ۷۷-۸۸.

امیدوار، ب.، فاتحی‌زاده، م.، و احمدی، ا. (۱۳۸۸). بررسی تاثیر آموزش پیش از ازدواج بر انتظارات زناشویی دانشجویان در

مشکلات ازدواج تا اندازه‌ای تحت تاثیر مجموعه‌ی وسیعی از تصورات نادرست در مورد ازدواج ایده‌آل است؛ در این روش به زوجین آموزش داده می‌شود تا با از بین بردن اسطوره‌های غلط و نادرست ازدواج خود بتوانند با رهاشدن از بند اسطوره‌ها و باورهای ناکارآمد، در دنیای واقعی ازدواج - با همه‌ی غم‌ها و شادی‌ها، دردها و شور و ذوق‌ها- قرار بگیرند (پاروت و پاروت، ۲۰۱۵). در این پژوهش با آموزش مهارت‌هایی که در روش غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS است سعی بر آن بوده که افراد وارد فرایند زندگی مشترک شوند و بیاموزند که به چه مهارت‌هایی نیاز دارند و در چه مهارت‌هایی باید ممارست بیشتری داشته باشند. هر یک از زوجین با غنی‌سازی مهارت‌های ازدواج یاد می‌گیرد که همسر آینده آنها نیز همانند هر فرد دیگری نیازهایی دارد که امید دارد برآورده شود؛ از این رو رابطه زناشویی یک رابطه دوطرفه است و هر یک از زوجین در مبحث صمیمیت زناشویی می‌آموزد که چگونه مقداری از نیازهای هیجانی، جنسی، روانشناختی و ... را برای یکدیگر برطرف سازند؛ همچنین آنها می‌آموزند که همسر آینده‌شان نمی‌تواند همیشه حالات خلقی آنها را به خوبی درک کند و از روی تغییرات خلقیشان نیازهای آنها را ذهن‌خوانی کند و یا حدس بزند؛ بلکه افراد نیازها، خواسته‌ها، احساسات و افکار خود را در قالب جملات روشن با استفاده از مهارت‌های ارتباطی کارآمد نظیر مهارت‌های توجه به خود و مهارت‌های حرف‌زدن به یکدیگر انتقال دهند (امیدوار و همکاران، ۱۳۸۸). افزون بر آن در روش غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS به زوجین آموزش داده شد که زیربنای ارتباط، حفظ خودشان به‌عنوان یک انسان است و باید سعی کنند همان کسی باشند که هستند؛ آن‌هم در فضایی توأم با پذیرش اصالت و همدلی. اگر چه این سه صفت به خودی خود برای یک ارتباط موثر حیاتی است اما به تنهایی موفقیت را تضمین نمی‌کنند و هنوز هم قواعد ساده وجود دارند که مورد نیاز یک رابطه موثر است؛ بنابراین زوجین نامزد در این روش پنج ابزار مهم ارتباطی را آموختند و در کلاس و همچنین خارج از فضای آموزشی کلاس

منابع

اسدی‌شیشه‌گران، س.، قمری کیوی، ح.، و شیخ‌الاسلامی، ع. (۱۳۹۵). تاثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سبک‌های حل

دانشجویان مجرد. *مجله مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۶، ۹۷-۷۹.

رجبی، غ.، فردوسی، س.، و شهبازی، م. (۱۳۹۰). بررسی کفایت روانسنجی مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱، ۵۶-۳۷.

شهبازی، م.، کرابی، ا.، و کیانی جم، ن. (۱۳۹۶). استانداردهای زناشویی و اسنادهای ارتباطی به‌عنوان پیش‌بین‌های سازگاری و ناسازگاری زناشویی زنان. *مجله روانشناسی خانواده*، ۴، ۴۲-۲۹. شیدان‌فر، ن.، نوایی‌نژاد، ش.، و فرزاد، و. (۱۳۹۶). مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار و ایماگوتراپی بر رضایتمندی زناشویی زوجین. *مجله روانشناسی خانواده*، ۴، ۸۸-۷۵.

مرادی، م.، ضیغمی، ر.، محمدی، س.، و ساریچلو، م. (۱۳۹۲). وضعیت روانی زوج‌های مراجعه‌کننده به کلاس‌های پیش از ازدواج. *مجله روان پرستاری*، ۱، ۲۶-۱۹.

میرمحمدصادقی، م. (۱۳۹۳). *ازدواج، آموزش پیش از ازدواج*. جلد هفتم، اصفهان: انتشارات سازمان بهزیستی کشور؛ معاونت امور فرهنگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی.

References

- Borowski S. C. , & Tambling R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about premarital counseling. *The Family Journal*, 23, 221-236.
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52, 105-118.
- Edmundson, M. L. (2005). *Marriage myths and dysfunctional relationship beliefs among undergraduates*. Master of Science Degree. University of Tennessee , USA.
- Eidelson, R., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, 715-720.
- Gottman, J. M. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. New York: Norton.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2012). *Bridging the couple chasm: Gottman couples therapy: A research-based approach*. Seattle, WA: The Gottman Institute.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). *10 Principles for doing Effective Couples Therapy (Norton Series on Interpersonal Neurobiology)*. New York: Norton.
- Helms, S. W., Sullivan, T. M., Corona, R., & Taylor, K. A. (2013). Adolescent's recognition of potential positive and negative outcomes in risky dating situations. *Jornal of Interpersonal Violence*, 28, 3084- 3106.
- James, S., Huntley, J., & Hems worth, D. (2002). Factor structure of Relationship Belief Inventory. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 729-755.

استانه ازدواج شهر شیراز. *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۵، ۲۴۶-۲۳۱.

پاشیب، م.، سیدمحمی، ا.، محمدی، س.، و تاتاری، م. (۱۳۹۵). تأثیر مشاوره پیش از ازدواج بر انتظار ازدواج دانشجویان علوم پزشکی. *مجله طنین سلامت*، ۴، ۱۷-۱۰.

حاجلو، ن.، علی‌زاده گورادل، ج.، قطبی، م.، و دلاور قوام، س. (۱۳۹۲). مقایسه ابعاد عشق‌ورزی براساس مدت ازدواج در میان زنان و مردان متأهل. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۴، ۶۳-۴۷.

خسروجوید، م.، اصلی‌پور، ع.، فیروزشاد، م.، و هدایت‌صفا، ر. (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله در دختران. *فصلنامه طب جانباز*، ۷، ۱۹۶-۱۸۹.

رجبی، غ.، عباسی، ق.، سودانی، م.، و اصلانی، خ. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان بروسکی و تامبلینگ (۲۰۱۵) فردی بر باورهای ارتباطی

- Kepler, A. (2015). *Marital satisfaction: The impact of premarital and couples counseling*. Master of Social Work Clinical Research Papers. St Catharine's College, Cambridge.
- Odero, M. E. A. (2019). *Pre-marital counseling and its influence on marital quality among seventh day adventist members in Kibra Division of Nairobi County, Kenya* (Doctoral dissertation), Pan Africa Christian (PAC) University, Kenya.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the Circumplex Model: Validation study. *Journal of Marital & Family Therapy*, 3, 64-80.
- Olson, D. H., Olson, A. K., & Larson, P. J. (2012). PREPARE-ENRICH program: Overview and new discoveries about couples. *Journal of Family & Community Ministries*, 25, 30-44.
- Parrott L, & Parrott L. (2015). *Saving your marriage before it starts: Seven questions to ask before -- and after -- you marry*. Publisher: Zondervan; New, Expanded edition.
- Poley, J. M. (2011). *A pre-marriage proposal: Getting ready for marriage, an Adlerian design*. The Degree of Master of Arts in Adlerian Counseling and Psychotherapy. Adler Graduate School, Nikki Marchand, MLIS .
- Sagesse, W. (2018). *Relationships between premarital counseling, religiosity, and marital satisfaction*. Doctoral dissertation, Grand Canyon University, Phoenix, Arizona.
- Stanley, S. M., Amato, P. R., Johnson, C. A., & Markman, H. J. (2006). Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology*, 20, 117- 126.
- Van Epp, M. C., Futris, T. G., Van Epp, J. C., & Campbell, K. (2008). The impact of the PICK a partner relationship education program on single army soldiers. *Fam Consum Sci Res J*, 36, 328-349.