



## اثربخشی آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری بر خردمندی زوجین نامزد (دوره آشنائی)

علیرضا صادقی میاب: دانشجوی دکتری مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران،  
عبدالله شفیق آبادی: استاد، گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران (\*نویسنده مسئول) ashafiabady@yahoo.com  
کامران شیوندی چلیچه: استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  
ابوطالب سعادت شامیر: استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران  
اصغر جعفری: گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

### چکیده

#### کلیدواژه‌ها

آموزش قبل از ازدواج،  
رویکرد شناختی- رفتاری،  
آموزه‌های دینی،  
خردمندی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۰/۱۷  
تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۱۲/۱۳

**زمینه و هدف:** ازدواج تأثیر به سزائی بر ابعاد مختلف زندگی از جمله سلامت روانی دارد و از مهمترین مراحل بخش ازدواج دوره آشنائی زوجین می‌باشد. بنابراین هدف مطالعه، برر سی تأثیر آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری بر خردمندی زوجین بود.

**روش کار:** طرح مطالعه نیمه‌آزمایشی بر اساس طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود که در شهر ری در سال ۱۳۹۹ انجام شد. جامعه آماری تمام زوجین نامزدی بودند که در سال ۱۳۹۹ به مراکز مشاوره یا مراکز مشابه در شهر ری مراجعه نمودند. نمونه آماری پژوهش شامل ۲۶ زوج از زوج‌های نامزد بودند که به صورت گمارش تصادفی در ۲ گروه آزمایش و گواه (۱۳ زوج در هر گروه) قرار داده شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه آردلت (۲۰۰۳) بود که آن را شرکت کنندگان قبل و بعد از مداخلات آموزشی تکمیل نمودند. به منظور انجام تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده گردید.

**یافته‌ها:** تحلیل داده‌ها نشان داد بین خردمندی زوجین نامزد با آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری ارتباط مثبتی وجود دارد، ولی در گروه گواه این چنین اثر مثبتی دیده نشد و نیز مولفه آموزش قبل از ازدواج بر خردمندی تأثیرگذار بود.

**نتیجه‌گیری:** به طور کلی می‌توان بیان داشت که بین آموزش‌های قبل از ازدواج با بالاتر رفتن خردمندی زوجین نامزد و تصمیم‌گیری صحیح آن‌ها ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش لزوم توجه به آموزش قبل از ازدواج را برای زوجین نامزد جهت رشد خردمندی و تصمیم صحیح آنان نشان می‌دهد.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.  
**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

شبهه استناد به این مقاله:

Sadeghi Miab A, Shafiabady A, Sheyvandi Chlicheh K, Saadati Shamir A, Jafari A. The Effectiveness of Premarital Education based on Risk Factors with a Cognitive-Behavioral Approach on the Wisdom of Engaged Couples (Familiarization Course). Razi J Med Sci. 2023;29(11): 289-298.

\*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با **CC BY-NC-SA 3.0** صورت گرفته است.



Original Article

## The Effectiveness of Premarital Education based on Risk Factors with a Cognitive-Behavioral Approach on the Wisdom of Engaged Couples (Familiarization Course)

**Alireza Sadeghi Miab:** PhD Student in Counseling, Department of Psychology, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran

**Abdollah Shafiabady:** Professor, Department of Counseling, Allameh Tabatabaie University, Tehran, Iran (\* Corresponding author) [ashafiabady@yahoo.com](mailto:ashafiabady@yahoo.com)

**Kamran Sheyvandi Chlicheh:** Assistant Professor, Department of Education Psychology, Allameh Tabatabaie University, Tehran, Iran

**Abotaleb Saadati Shamir:** Assistant Professor, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran

**Asghar Jafari:** Department of Psychology, Faculty of Humanities, University of Kashan, Kashan, Iran

### Abstract

**Background & Aims:** Marriage is one of the traditions with divine value. This tradition is beloved by God and emphasized by Islam due to its many effects on individual and social life. Marriage also has a great impact on the individual's existential dimensions, physical and mental health, and even the health of society. Peace of mind, chastity, and chastity, increasing quality of life, generation of children, etc. are among the positive effects of this important matter, marriage. Marriage has a significant impact on various aspects of life, including mental health, and for many people, it is the most meaningful part of life. A successful marriage is like a person achieving all his dreams. The beginning of joint life is done with engagement and a familiarization period. In the propositions of religious texts, this period as a background for family formation can be one of the factors affecting the stability of the family. Engagement can be considered a stage that is done before marriage to get to know the parties to continue life and start a family. This period is one of the best, sweetest, and most productive days of life, and if it is treated with delicacy and skill and its duties are fulfilled, it is an important factor in the growth and strength of the next periods of life. The occurrence of any disorders and problems in the engagement stage means a lack of health, especially in the mental field; these problems are a predictable factor for weakening the foundation of the family, including divorce. A wise decision to get married, in addition to success, will achieve its material and spiritual effects and be immune from the negative effects of carelessness in marriage. With a brief look at the statistics and figures in the growing trend of the ominous phenomenon of divorce, it is clear that the lack of knowledge and lack of insight into the important issue of marriage eventually leads to young couples getting separated after a short period. The reason for this incident is that reason and logic are not in their place in life. In the common life of people, some factors neglecting them may endanger the marriage. Engaged couples should be familiar with these factors before marriage. By examining the statistics and divorce cases in relevant organizations and family legal offices, these extracted factors have been introduced as predictive risk factors. Many of these factors are factors that existed in the relationship between couples before marriage but are ignored due to reasons such as ignorance, lack of thinking, and reasoning. Therefore, benefiting from a suitable therapeutic approach makes premarital education more successful. A cognitive-behavioral approach is a suitable approach that can be used well in this field due to the cultural conditions of our country. This approach has an educational aspect, in which behavioral cognitive techniques are given through exposure exercises in the sessions, prior cognitive reconstruction, and finally, educational homework. In this treatment, the connection of thoughts, feelings, and behavior are emphasized, and it is believed that people can deal with mental pressures by reconstructing their thoughts. In fact, in this approach, people are encouraged to pay attention to their negative

### Keywords

Premarital Education, Cognitive-Behavioral Approach, Religious Teachings, Wisdom

Received: 07/01/2023

Published: 04/03/2023

spontaneous thoughts and identify cognitive distortions and challenge them, and then by reconstructing their thoughts, they experience better feelings and more appropriate behaviors emerge. Pre-marriage counseling is one of the basic categories that has received a lot of attention from experts and counselors in modern psychology and counseling around the world and is used to help people make the right choice and have a successful marriage. Based on what was said about the effects of premarital counseling training on wisdom in different societies, this research was conducted to investigate the effect of premarital counseling training based on risk factors based on religious teachings on the wisdom of engaged couples in counseling centers in Ray city. Based on this, the upcoming research has been conducted to answer this question: Does premarital counseling training based on risk factors with a cognitive-behavioral approach affect the wisdom of engaged couples?

**Methods:** The design of a semi-experimental study was based on a pre-test-post-test design with a control group, which was conducted in Ray city in 2019. The statistical population was all engaged couples who went to counseling centers or similar centers in Ray city in 2019. The statistical sample of the research included 26 engaged couples who were randomly assigned to 2 experimental and control groups (13 couples in each group). The research tool included the Ardelet (2003) questionnaire, which was completed by the participants before and after the educational interventions. To analyze the data, multivariate covariance analysis was used.

**Results:** The data analysis showed that there is a positive relationship between the wisdom of engaged couples with premarital education based on risk factors with a cognitive-behavioral approach, but in the control group, such a positive effect was not seen, and the component of premarital education had an effect on wisdom.

**Conclusion:** In general, it can be said that there is a significant relationship between pre-marriage education and increasing the wisdom of engaged couples and their correct decision-making. The research results show the need to pay attention to pre-marriage education for engaged couples to develop their wisdom and correct decision. The present study, like other studies, faced some limitations. The quasi-experimental nature of the research and as a result the impossibility of controlling disturbing variables, the time limit, and the existence of a limited community of engaged volunteer couples which limits the generalization of the findings, forced to use of the available sampling method to reach the required sample of the research, among the limitations of this research. Is. The lack of reluctance of young people to accompany in the field of such an important matter, unreasonable resistance due to weak awareness and daily life problems, and the strength of defense mechanisms, including projection, etc., are among other limitations in this research. Since pre-marriage education based on risk factors has to some extent changed the view of the tested and trained couples towards their position as human beings and familiarized them with the purpose of life and marriage, as well as with the characteristics necessary for marriage and ways to prevent The disintegration of the family unit after marriage is more familiar and helps to have a meaningful and purposeful life with love. It is suggested that the issue of pre-marriage education is one of the mandatory programs in society by the relevant institutions, especially as a lesson in textbooks. Education and universities should be placed. Also, in future research, such research should be conducted jointly by male and female researchers and on wider samples.

**Conflicts of interest:** None

**Funding:** None

#### Cite this article as:

Sadeghi Miab A, Shafiabady A, Sheyvandi Chlicheh K, Saadati Shamir A, Jafari A. The Effectiveness of Premarital Education based on Risk Factors with a Cognitive-Behavioral Approach on the Wisdom of Engaged Couples (Familiarization Course). Razi J Med Sci. 2023;29(11): 289-298.

\*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

## مقدمه

ازدواج یکی از سنت‌های با ارزش الهی است. این سنت به جهت تأثیرات فراوانی که بر زندگی فردی و اجتماعی دارد محبوب خدا و مورد تأکید اسلام می‌باشد. ازدواج همچنین تأثیر فراوانی بر ابعاد وجودی فرد، سلامت جسمی روانی و حتی سلامت جامعه دارد (۱). آرامش روحی، عفاف و پاکدامنی، بالا رفتن کیفیت زندگی، تولید نسل و... از جمله آثار مثبت این امر مهم یعنی ازدواج می‌باشد. ازدواج تأثیر به سزائی بر ابعاد مختلف زندگی از جمله سلامت روانی دارد و برای بسیاری از انسان‌ها، معنی‌دارترین بخش زندگی می‌باشد. در واقع ازدواج موفق، شبیه رسیدن فرد به تمام آرزوهایش می‌باشد (۲). آغاز زندگی مشترک با نامزدی و دوره آشنائی صورت می‌گیرد. در گزاره‌های متون دینی این دوره به عنوان پیش زمینه تشکیل خانواده می‌تواند از عوامل مؤثر بر ثبات خانواده باشد. نامزدی را می‌توان مرحله‌ای دانست که پیش از ازدواج و به منظور آشنائی طرفین برای ادامه زندگی و تشکیل خانواده انجام می‌شود. این دوره از بهترین، شیرین‌ترین و سازنده‌ترین ایام زندگی است که اگر با ظرافت و مهارت برخورد شود و به وظایف آن عمل گردد عاملی مهم در بالندگی و استحکام دوره‌های بعدی زندگی است (۳). بروز هرگونه 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 طلاق است (۴). تصمیمی که با خردمندی برای ازدواج صورت بگیرد علاوه بر موفقیت، باعث دستیابی به آثار مادی و معنوی آن و مصون بودن از عوارض منفی بی‌دقتی در ازدواج خواهد بود. با نظری کوتاه به آمار و ارقام موجود در روند رو به رشد پدیده شوم طلاق، مشخص می‌شود که عدم آگاهی و نداشتن بینش لازم در زمینه مسأله مهم ازدواج، سرانجام منجر به این می‌شود که زوج‌های جوان پس از مدت کوتاهی از هم جدا شوند. چرایی این واقعه به این است که عقل و منطق در جایگاه خود در زندگی قرار ندارد (۵). خردمندی توانائی استفاده از استدلال عملگراییانه برای حل چالش‌های مهم زندگی تعریف شده و توانمندی آن در معنا بخشیدن به زندگانی است (۶).

بی‌توجهی به آن‌ها ممکن است ازدواج را به خطر اندازد. زوجین نامزد قبل از ازدواج باید با این عوامل آشنا باشند. با بررسی آمارها و پرونده‌های طلاق در سازمان‌های مربوطه و دفاتر حقوقی خانواده، این عوامل استخراج شده با عنوان عوامل خطر ساز پیش‌بینی کننده معرفی شده‌اند. بسیاری از این عوامل، عواملی هستند که قبل از ازدواج در رابطه بین زوجها وجود داشته‌اند اما بنا به دلایلی از جمله ناآگاهی، عدم تفکر و تعقل نادیده گرفته می‌شوند (۷). لذا بهره‌مندی از یک رویکرد مناسب درمانی باعث می‌شود تا آموزش قبل از ازدواج بهتر به نتیجه برسد. رویکرد شناختی- رفتاری رویکرد مناسبی می‌باشد که به جهت شرایط فرهنگی کشور ما می‌توان از آن در این زمینه به خوبی استفاده نمود. این رویکرد، جنبه آموزشی دارد که در آن فنون شناختی رفتاری از طریق تمرینات مواجهه سازی درون جلسات، بازسازی شناختی قبل و در نهایت تکالیف خانگی آموزشی داده می‌شود (۸). در این درمان بر پیوستگی افکار، احساسات و رفتار تأکید می‌شود و اعتقاد بر این است افراد با بازسازی افکار می‌توانند با فشارهای روانی مقابله کنند. در واقع، در این رویکرد افراد تشویق می‌شوند تا با توجه به افکار خودآیند منفی و شناسایی تحریف‌های شناختی و به چالش کشیدن آن‌ها و در ادامه با بازسازی افکار، احساسات بهتری را تجربه کنند و رفتارهای مناسبتی از خود بروز دهند (۹). برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات کافی زوجین، ملاک‌ها و باورهای درست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباطی، قوی، امید به موفقیت در ازدواج از اصلی‌ترین عواملی هستند که می‌تواند زندگی زوجین را مستحکم و از دچار شدن به مشکلات عدیده‌ای جلوگیری کند (۱۰). مشاوره قبل از ازدواج یکی از مقوله‌های اساسی است که امروزه در علم روان‌شناسی نوین و مشاوره بسیار مورد توجه کارشناسان و مشاوران در تمام دنیا قرار گرفته و در راستای کمک به افراد در انتخاب صحیح و ازدواج موفق از آن استفاده می‌شود (۱۱). وقتی یک یا دو نفر به قصد مشاوره پیش از ازدواج مراجعه می‌کنند، هدف اصلی و نهائی آماده‌سازی آنان برای تصمیم‌گیری مناسبی است که ازدواج آن‌ها تداوم یافته و در سایه آن به آرامش برسند. عمده‌ترین مهارت‌ها برای کسانی که

آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری آن در برگزیده تمامی زوجین نامزدی است که به مراکز مشاوره و سایر مراکز مرتبط موجود شهرستان ری در سال ۱۳۹۹ مراجعه کرده‌اند. ابتدا با تماس تلفنی و توضیح موضوع پژوهش، اهداف، شیوه کار، اطمینان به آنان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان و اختیاری بودن شرکت در پژوهش، امکان اعلام انصراف در هر مرحله از پژوهش، اطمینان به آن‌ها که در صورت تمایل نتایج مطالعه در اختیار آن‌ها قرار داده خواهد شد و خودداری از درج نام آن‌ها در کلیه مدارک مربوط به پژوهش؛ رضایت تعدای از آن‌ها فراهم شد. بعد از جلب موافقت آن‌ها و دریافت مجوز و امضای قرارداد اخلاقی توسط پژوهشگر، اعضای گروه نمونه ۲۶ زوج بر اساس ملاک‌های ورود از بین افرادی که رضایت داشتند انتخاب شدند. در ادامه شرکت کنندگان با روند کلی اساس ملاک‌های ورود بیشتر آشنا شدند. از این ۲۶ زوج به صورت تصادفی تعداد ۱۳ زوج به عنوان گروه آزمایش و ۱۳ زوج به عنوان گروه گواه انتخاب و در گروه‌ها جایگزین شدند. ملاک‌های اساسی ورود به گروه آزمایش و کنترل عبارت بودند از: ۱= زوج نامزد یکدیگر باشند (عقد کرده نباشند و در دوره آشنائی باشند). ۲= اختلال شدید روانی نداشته باشند. ۳= برای حضور در پژوهش رضایت داشته باشند. ۴= در جلسات به موقع حاضر شده و حضور فعال داشته باشند. ۵= به انجام تکالیف پایبند باشند. ۶= شرط خروج بر اساس همان اصل رضایتمندی آزاد گذاشته شد. تمامی شرکت کنندگان در آغاز دوره مداخلاتی پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. در مرحله بعد دستورالعمل آموزش در گروه آزمایش اجرا شد. پس از اجرای آموزش مجدداً هر دو گروه پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند. در پایان اجرای مداخلات به خاطر رعایت اصول اخلاقی و قدردانی از همکاری زوجین نامزدی که در گروه گواه بودند آن‌ها نیز تحت آموزش قرار گرفتند. در این پژوهش از پرسشنامه سه بعدی آردلت (Ardelt) که در سال ۲۰۰۳ تنظیم شده بود استفاده گردید. این پرسشنامه ۳۹ سوال دارد و سه خرده مقیاس شناختی (۱۴ سوال؛ سوالات ۱ تا ۱۴)، ژرف نگری یا انعکاسی (۱۲ سوال؛ سوالات ۱۵ تا ۲۶) و

داوطلب مشاوره پیش از ازدواج هستند عبارت است از: مهارت خودآگاهی، ارتباطی، حل اختلاف، حل مسأله، قاطعیت، تصمیم‌گیری و مهارت کنترل خشم و جلوگیری از تعارضات زناشویی (۱۲). نتایج مطالعات نشان می‌دهد که آموزش در افزایش سازگاری، رضایت زناشویی، افزایش مهارت ارتباطی، مهارت حل تعارض، مهارت عشق ورزی تأثیر معناداری دارد (۱۳). همچنین تحقیقات نشان داده است افرادی که در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد ارتباطی بهتری، تبادللات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند و همچنین آمار طلاق در آنها کمتر شده و در ارائه آگاهی‌های مورد نیاز و مهارت‌های لازم برای حفظ یک ازدواج موفق و جلوگیری از هم پاشیدن کانون خانواده مؤثر بوده است (۱۴). آموزش قبل از ازدواج باعث بهبود ارتباطات بین زوجین شده و در نتیجه به زندگی آنان تداوم می‌بخشد (۱۵). هم چنین تأثیر معنادار در آشنائی با موارد لازم جهت تصمیم‌گیری منطقی و استحکام خانواده و بر آگاهی و نگرش دختران مراجعه کننده تأثیر معنی‌داری داشته است (۶). همچنین بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل دختران مجرد از همسر تأثیر داشت (۱۴). در پژوهش دیگری بر ابعاد رغبت به ازدواج (بازخورد نسبت به ازدواج، آمادگی برای ازدواج، نگرش نسبت به پیامدهای ازدواج و موانع ازدواج تأثیر معناداری داشته است (۱۵). بر اساس آنچه در باره اثرات آموزش مشاوره قبل از ازدواج بر خردمندی در جوامع مختلف گفته شد، این پژوهش به منظور بررسی تأثیر آموزش مشاوره قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز بر اساس آموزه‌های دینی بر خردمندی زوجین نامزد در مراکز مشاوره شهر ری انجام گرفته است. بر این اساس، پژوهش پیش رو با هدف پاسخ به این پرسش انجام پذیرفته که آیا آموزش مشاوره قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری بر خردمندی زوجین نامزد اثرگذار است؟

## روش کار

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ روش یک مطالعه شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس

عاطفی (۱۳ سوال؛ سوالات ۲۷ تا ۳۹) را در بر می‌گیرد. در این پرسشنامه از مقیاس پنج درجه‌ای لیکرتی برای سنجش ماده‌ها استفاده می‌گردد. هر کدام از ۱ تا ۵ (۱) = کاملاً موافقم تا ۵ = کاملاً مخالفم (۱) = بسیار درست است تا ۵ = اصلاً درست نیست) دامنه دارند. ماده‌ها به گونه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند که نمرات بالاتر وجود ویژگی‌های شناختی، ژرف نگری (انعکاسی) و عاطفی خردمندی را قبل از محاسبه میانگین نمرات هر بعد به

### جدول ۱- خلاصه جلسات آموزش

نوبت جلسه	هدف	عناوین
اول	توجیه طرح آموزش	<ul style="list-style-type: none"> <li>- معرفی پژوهشگر به اعضا و ایجاد رابطه مطلوب با اعضای گروه، ایجاد انگیزه</li> <li>- معرفی اعضا و بیان احساس در مورد حضور در گروه (با روش دور چرخیدن)</li> <li>- مرور قواعد گروه (رازداری، اعتماد، تعهد حضور منظم، احترام متقابل اعضای گروه، گوش دادن فعال، شرکت در بحثهای گروه، انجام تکالیف)</li> <li>- مشخص کردن اهداف و توجیه طرح پژوهش</li> </ul>
دوم	ارزش و جایگاه انسان	<ul style="list-style-type: none"> <li>- فعالیت گروهی: دریافت نظرات، دیدگاه‌ها و انتظارات اعضای گروه درباره موضوعات و چگونگی برگزاری جلسات</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: نوشتن دیدگاه خود درباره انسان، ابعاد وجودی انسان، توانایی‌ها، نیازها، غرایز.</li> <li>- بررسی تکلیف و بازخورد</li> <li>- تعریف کلی انسان و بیان دیدگاه اسلام و رویکردهای روانشناسی در این زمینه</li> <li>- ابعاد وجود انسان، فضایل و توانایی‌های انسان</li> <li>- فعالیت گروهی: تعریف تاب‌آوری و نقش آن در زندگی و تعریف کیفیت زندگی و چگونگی دستیابی به آن</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: ازدواج، اهداف و اهمیت آن</li> </ul>
سوم	ازدواج	<ul style="list-style-type: none"> <li>- بررسی تکلیف و بازخورد</li> <li>- اهمیت ازدواج</li> <li>- اهداف ازدواج</li> <li>- نقش ازدواج در سلامتی روانی، تاب‌آوری و کیفیت زندگی</li> <li>- فعالیت گروهی: راه‌های تقویت تاب‌آوری و بهبود کیفیت زندگی</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: اهمیت آموزش قبل از ازدواج و نقش آن در زندگی</li> </ul>
چهارم	مشاوره قبل از ازدواج	<ul style="list-style-type: none"> <li>- بررسی تکلیف و بازخورد</li> <li>- آموزش قبل از ازدواج و نقش آن در زندگی</li> <li>- آموزش قبل از ازدواج و نقش آن در تاب‌آوری و کیفیت زندگی</li> <li>- فعالیت گروهی: چه عواملی می‌تواند ازدواج را به خطر بیندازد؟</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: تقسیم بندی عوامل خطرناک با دلیل</li> </ul>
پنجم	عوامل سخت‌افزاری	<ul style="list-style-type: none"> <li>- بررسی تکلیف و بازخورد</li> <li>- تقسیم بندی عوامل خطرناک ازدواج: (سخت‌افزاری- نرم‌افزاری)</li> <li>- ارائه قسمت اول عوامل سخت‌افزاری: سن، تحصیلات، شغل، درآمد، قیافه و تیپ، بیماری خاص، اعتیاد، مسئله بودن هر کدام از زوجین</li> <li>- فعالیت گروهی: بیان دیدگاه اعضای گروه درباره قسمت اول عوامل سخت‌افزاری</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: دیگر عوامل افزاری</li> </ul>
ششم	عوامل سخت‌افزاری	<ul style="list-style-type: none"> <li>- بررسی تکلیف و بازخورد آن</li> <li>- ارائه قسمت دوم عوامل سخت‌افزاری: عدم رضایت خانواده‌ها، ارتباط دوستی قبل از ازدواج، اختلاف طبقاتی، تفاوت فرهنگی و قومیتی، تفاوت در مذهب و دین</li> <li>- فعالیت گروهی: بیان دیدگاه اعضای گروه درباره قسمت دوم عوامل سخت‌افزاری</li> <li>- ارائه تکلیف منزل: ارزیابی ارتباط عوامل سخت‌افزاری با تاب‌آوری و کیفیت زندگی</li> </ul>

جدول ۱- ادامه

نوبت جلسه	هدف	عناوین
هفتم	عوامل نرم افزاری	- بررسی تکلیف و بازخورد - ارائه قسمت اول عوامل نرم افزاری: جنگ قدرت در خانواده اصلی، وابستگی فرزند به خانواده اصلی، خانواده غیر کلامی، خانواده غیر لمسی، طلاق عاطفی در خانواده، مشکلات و اختلالات روانی. - فعالیت گروهی: بیان دیدگاه اعضای گروه درباره قسمت اول عوامل نرم افزاری - ارائه تکلیف منزل: دیگر عوامل نرم افزاری
هشتم	عوامل نرم افزاری	- بررسی تکلیف و بازخورد - ارائه قسمت دوم عوامل نرم افزاری: جایگاه فرد در خانواده اصلی، عشق مفرط، انگیزه فرد برای ازدواج، عدم تفاهم در آداب و رسوم معمول ازدواج، عدم تناسب ویژگی‌ها و صفات شخصیتی، ضعف باورهای دینی - فعالیت گروهی: بیان دیدگاه اعضای گروه درباره قسمت اول عوامل نرم افزاری - ارائه تکلیف: ارزیابی ارتباط عوامل نرم افزاری با تاب‌آوری و کیفیت زندگی
نهم	مشاوره عملی	- بررسی تکلیف و بازخورد - اجرای عملی مشاوره قبل از ازدواج با یکی از زوجین - ارائه تکلیف منزل: پرسش‌های باقیمانده احتمالی در ذهن آموزش پذیران در ارتباط موضوع آموزش - ارزیابی، جمع‌بندی و نتیجه‌گیری
دهم	جلسه پایان	

پس از آزمون مشاهده گردید. به بیان دیگر، روش آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری بر افزایش نمرات خردمندی زنان و مردان مراجعه کننده به مراکز مشاوره اثر گذار بود؛ ولی در گروه کنترل این اثر دیده نشد. بنابراین، استفاده از این روش مداخله بر خردمندی زنان و مردان مراجعه کننده به مراکز مشاوره اثر مثبت و معنادار دارد.

**بحث**

پژوهش حاضر با هدف، بررسی تأثیر آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری بر خردمندی زوجین نامزد بود. نتایج این پژوهش نشان داد که پس از اجرای ۱۰ جلسه آموزش در آزمودنی‌ها، در پس‌آزمون، تفاوت معناداری در میزان مولفه‌های خردمندی در این زمینه در دو گروه آزمایش و گروه گواه وجود دارد. این بدان معنا است که میانگین خردمندی در پس‌آزمون در گروه آزمایش، با آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری به طور معناداری از افراد گروه گواه بیشتر بود. بر این اساس، می‌توان دریافت که استفاده از روش آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز با رویکرد شناختی- رفتاری در گروه آزمایش موجب بروز

طور جداگانه نشان می‌دهد و میانگین نمرات حاصله از سه بعد، نشان دهنده نمره خردمندی فرد است.

در این پژوهش گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه ۱۰۰ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند در حالی که گروه گواه آموزش خاصی دریافت نکردند. محتوای مداخلات آموزشی به شرح جدول شماره ۱ می‌باشد.

به منظور انجام تجزیه و تحلیل اطلاعات در این پژوهش، داده‌های گردآوری شده با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی خلاصه و طبقه‌بندی و سپس، فرضیه‌های تحقیق با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد آزمون قرار گرفت.

**یافته‌ها**

تحلیل متغیرهای پژوهشی بر اساس شاخص‌های توصیفی در جدول شماره ۱ ارائه گردید. همانطور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون در هر دو گروه آزمایش و کنترل سطح خردمندی افزایش داشت.

بر اساس جدول شماره ۳، معنادار بودن آزمون F نشان می‌دهد که پس از تعدیل میانگین‌ها در پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری در سطح نمرات خردمندی زنان و مردان در گروه آزمایش و کنترل در

جدول ۲- تحلیل متغیرهای پژوهشی بر اساس شاخص‌های توصیفی

متغیر	گروه	جنسیت	مرحله	میانگین	انحراف استاندارد
خردمندی	آزمایش	مردان	پیش‌آزمون	۱۱۵/۴۶	۲۳/۲۶
			پس‌آزمون	۱۳۱/۲۳	۲۱/۰۱
		زنان	پیش‌آزمون	۱۱۶/۸۳	۱۴/۲۸
			پس‌آزمون	۱۳۲/۷۵	۱۲/۰۳
کنترل	مردان		پیش‌آزمون	۱۲۲/۲۳	۲۶/۷۹
			پس‌آزمون	۱۲۳/۳۱	۲۳/۵۵
		زنان	پیش‌آزمون	۱۱۳/۰۷	۱۱/۳۲
			پس‌آزمون	۱۱۴/۳۱	۱۳/۱۲

جدول ۳- نتایج تحلیل کوواریانس

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	مربع میانگین	F	معنی‌داری
پیش‌آزمون	۳۲۵۸/۰۵۸	۱	۳۲۵۸/۰۵۸	۸۹/۴۳۰	۰/۰۰۱
زنان	گروه	۱	۱۳۵۰/۰۷۳	۳۷/۱۱۵	۰/۰۰۱
		۲۳	۳۶/۳۷۵		
		۲۶	۴۰۵۴۴۰		
مردان	گروه	۱	۱۱۰۰۰/۱۱۲	۲۶۳/۸۲۹	۰/۰۰۱
		۲۳	۹۵۸/۹۶۵	۲۷/۶۶۹	۰/۰۰۱
		۲۶	۴۳۳۵۰۱		

کاستن تعارضات زناشویی نقش به سزایی خواهد داشت (۵). در تبیین این موضوع می‌توان گفت، بی‌توجهی درامر ازدواج و ناآشنائی با عوامل خطر ساز ازدواج، آثار سوء و جبران ناپذیری بر زندگی افراد و همچنین بر جوامع دارد. شرکت در گروه‌های آموزشی می‌تواند موجب افزایش آگاهی و شناخت شرکت کنندگان نسبت به عوامل خطر ساز باشد (۷). مشاوره قبل از ازدواج بر اساس رویکرد شناختی- رفتاری، روشی انعطاف پذیر برای انطباق مداخلات است. درمان شناختی- رفتاری با بازسازی شناخت‌های صحیح و غلط و همچنین باورهای منطقی و غیر منطقی، از طریق رویارویی با ارزیابی‌های متکی بر واقعیت راهبردهای مقابله را بهبود می‌بخشد و در نتیجه با نگاه و تصمیم درست برای ازدواج اقدام کرد (۱). این امر پس از آموزش موجب آگاهی از شیوه‌های تفکر و اندب‌شیدن، شناسایی خطاهای شناختی، انجام تکالیف شناختی، تقویت رفتار مثبت، تشویق به پذیرش محدودیت‌ها، به اشتراک گذاشتن تجربیات، صحبت کردن در مورد احساسات منفی همراه است. رویکرد

اثرات مثبت در جهت افزایش میزان خردمندی شد. این نتایج با نتایج مطالعات دفاپیو (Di Fabio) و همکاران (۲۰۲۱) (۱۴) و هامفری (Umphrey) و همکاران (۲۰۲۱) (۱۵) همسو و هماهنگ است. نتایج مطالعات نشان داد که مشاوره قبل از ازدواج می‌تواند عامل برنامه‌ریزی برای آشنائی اولیه در چارچوب، تعمیق شناخت، شناخت ویژگی‌ها و روحیات، مشاهدات رفتاری و در نتیجه تداوم زندگی و پایداری ازدواج شود (۱۴). همچنین در پژوهشی که بر روی دختران مجرد انجام شده به این مطلب اشاره دارند که آموزش قبل از ازدواج به عنوان یک مداخله کلیدی و مهم، بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل دختران مجرد از همسر تاثیر داشته است (۱۵). همچنین در پژوهشی که بر روی زنان داری تعارض زناشویی انجام شده مشخص شد که آموزش قبل از ازدواج می‌توانست باعث بهره‌مندی از الگوهای ارتباطی صحیح و سازگارانه؛ شامل واکنش مطلوب به اشتباه، ارتباط غیر کلامی موثر، واکنش کارآمد به مشکلات، سهولت در ابراز خواسته‌ها و گفتگوی موثر در

رشد آگاهی زوجین از راه آموزش و بازسازی شناختی، تغییرات شناختی مثبتی را در زوجین در ارتباط با ازدواج ایجاد نموده و با تصمیم‌گیری منطقی به تداوم زندگی مشترک آینده‌شان کمک کرده و از عوارض منفی در زندگی جلوگیری نماید.

### تقدیر و تشکر

این پژوهش حاصل پایان نامه دکترای نویسنده مسئول این مقاله است که با همکاری مراکز مشاوره و دیگر مراکز مرتبط در شهرری انجام شده است. موضوع پژوهش جزو دغدغه‌های شخصی نویسندگان مقاله بوده است و پژوهش را با علاقه شخصی به انجام رسانیده و هیچ‌گونه تعارضی در نوع علائق خود نداشته‌اند. از اساتید معظم راهنما، اساتید معزز مشاور، مسئولان و کارکنان مراکز مشاوره و دیگر مراکز مرتبط در شهرری به خاطر راهنمایی‌ها و همکاری‌هایشان صمیمانه تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

### References

1. Farnia F, Nafukho FM, Petrides KV. Predicting Career Decision-Making Difficulties: The Role of Trait Emotional Intelligence, Positive and Negative Emotions. *Front Psychol.* 2018;9:1107.
2. Petrides KV, Pita R, Kokkinaki F. The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *Br J Psychol.* 2007;98(Pt 2):273-89.
3. Boyatzis RE. The Behavioral Level of Emotional Intelligence and Its Measurement. *Front Psychol.* 2018;9:1438.
4. Tett RP, Fox KE, Wang A. Development and validation of a self-report measure of emotional intelligence as a multidimensional trait domain. *Pers Soc Psychol Bull.* 2005;31(7):859-88.
5. Becker SP, Foster JA, Luebke AM. A test of the interpersonal theory of suicide in college students. *J Affect Disord.* 2020;260:73-76.
6. Monteith LL, Bahraini NH, Menefee DS. Perceived Burdensomeness, Thwarted Belongingness, and Fearlessness about Death: Associations With Suicidal Ideation among Female Veterans Exposed to Military Sexual Trauma. *J Clin Psychol.* 2017;73(12):1655-1669.
7. Wolford-Clevenger C, Elmquist J, Brem M, Zapor H, Stuart GL. Dating Violence Victimization, Interpersonal Needs, and Suicidal Ideation Among

شناختی- رفتاری، از اصلی‌ترین دلایل مشکلات و رفتارهای نادرست می‌توان به یادگیری‌های غلط اشاره نمود. یادگیری‌های تاثیر بر افکار داشته و رفتار از افکار نشأت می‌گیرند. بر این اساس در این جا تأکید روی اصلاح رفتار و تغییر آن است. در رویکرد شناختی- رفتاری اقدام به کمک به تشخیص و تحلیل و تغییر افکار و رفتار می‌شود (۶).

مطالعه حاضر همانند سایر مطالعات با محدودیت‌هایی مواجه بوده است. شبه آزمایشی بودن پژوهش و در نتیجه عدم امکان کنترل متغیرهای مزاحم، محدودیت زمان، وجود جامعه محدود زوجین نامزد داوطلب که باعث محدودیت تعمیم یافته‌های می‌گردد، مجبور به استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس برای رسیدن به نمونه لازم پژوهش، از جمله محدودیت‌های این پژوهش بوده است. کم‌انگیزی جوانان در همراهی نمودن در زمینه چنین امر مهمی، مقاومت‌های غیر معقول به خاطر ضعف آگاهی و مشکلات روزمره زندگی، قوی بودن مکانیزم‌های دفاعی از جمله فرافکنی و... از جمله دیگر محدودیت‌ها در این پژوهش بوده است.

از آنجائی که آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز تا حدی توانسته نگاه زوجین مورد آزمایش و آموزش را نسبت به جایگاه خود به عنوان یک انسان تغییر داده و با هدف زندگی و ازدواج آشنا کند، همچنین با ویژگی‌های لازم برای ازدواج و راه‌های جلوگیری از به هم خوردن کانون خانواده بعد از ازدواج بیشتر آشنا شده و برای داشتن زندگی معنادار و هدفمند و همراه با عشق کمک نماید، پیشنهاد می‌شود مسأله آموزش قبل از ازدواج جزو برنامه‌های لازم الاجرا در جامعه از سوی نهاد های ذیربط به ویژه به عنوان مطلب درسی در کتاب‌های درسی آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها قرار بگیرد. هم چنین در تحقیقات آینده چنین پژوهش‌هایی به صورت مشترک توسط پژوهشگر مرد و زن و بر روی نمونه‌های گسترده‌تر انجام پذیرد.

### نتیجه‌گیری

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر عوامل خطر ساز می‌تواند با کمک به

College Students. *Crisis*. 2016;37(1):51-8.

8. Ma J, Batterham PJ, Calear AL, Han J. A systematic review of the predictions of the Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior. *Clin Psychol Rev*. 2016;46:34-45.

9. Phillip A, Pellechi A, DeSilva R, Semler K, Makani R. A Plausible Explanation of Increased Suicidal Behaviors Among Transgender Youth Based on the Interpersonal Theory of Suicide (IPTS): Case Series and Literature Review. *J Psychiatr Pract*. 2022;28(1):3-13.

10. Levi-Belz Y, Ben-Yaish T. Prolonged Grief Symptoms among Suicide-Loss Survivors: The Contribution of Intrapersonal and Interpersonal Characteristics. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(17):10545.

11. Janke KK, Nelson MH, Bzowyckj AS, Fuentes DG, Rosenberg E, DiCenzo R. Deliberate Integration of Student Leadership Development in Doctor of Pharmacy Programs. *Am J Pharm Educ*. 2016;80(1):2.

12. Afeli SA. Academic accommodation strategies for pharmacy students with learning disabilities: What else can be done? *Curr Pharm Teach Learn*. 2019;11(8):751-756.

13. Hayat AA, Kojuri J, Amini M. Academic procrastination of medical students: The role of Internet addiction. *J Adv Med Educ Prof*. 2020;8(2):83.

14. Di Fabio A, Saklofske DH. The relationship of compassion and self-compassion with personality and emotional intelligence. *Pers Individ Dif*. 2021;169:110109.

15. Umphrey LR, Sherblom JC, Swiatkowski P. Relationship of Self-Compassion, Hope, and Emotional Control to Perceived Burdensomeness, Thwarted Belongingness, and Suicidal Ideation. *Crisis*. 2021;42(2):121-127.