

اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی دختران مجرد

یاسمن جمشیدیان نائینی^۱، فلورا یونسی^۲، زهرا قادری^۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۳/۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۷/۱۵

چکیده

هدف این تحقیق تبیین اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر ملاک‌های همسرگزینی و رشد فردی دختران مجرد بوده است. پژوهش حاضر از حیث هدف، کاربردی و از حیث روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند یا در دسترس استفاده شده و افراد به صورت تصادفی ساده در دو گروه کنترل (۱۵ نفر) و آزمایش (۱۵ نفر) جایگزین شدند. ابزار گردآوری اطلاعات در این تحقیق عبارتند از: (۱) پرسشنامه اولویت‌بخشی ملاک‌های همسرگزینی (۲) پرسشنامه مقیاس اقدام برای رشد فردی. جامعه آماری تحقیق شامل متقاضیان ازدواج مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره بهارنکو که طی شهریور ماه تا آبان ماه ۱۳۹۳ مراجعه کردند، می‌باشد. نتایج حاصل از تحقیق نشان داد که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی تأثیر معنادار دارد.

واژگان کلیدی: آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج، رشد فردی، خانواده

۱. کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد واحد مرودشت، نویسنده مسئول،

Jamshidiyas@yahoo.com

۲. دکتری مشاوره، استادیار گروه علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه آزاد واحد مرودشت

۳. دکتری مشاوره، استادیار گروه علوم تربیتی و مشاوره، دانشگاه آزاد واحد مرودشت

مقدمه

نیاز به برقراری رابطه‌ای پایدار، صمیمی و توأم با عشق و محبت از مهمترین دلایلی است که سرانجام هر زن و مرد را به سمت انتخاب شریک و ازدواج سوق می‌دهد و بر همین اساس که بیشتر از ۹۰٪ جمعیت دنیا حداقل یک بار ازدواج کرده‌اند (حیدری‌نسب، ۱۳۸۱). اگرچه روابط صمیمانه و نزدیک منبع شادی و رضایت بسیاری از انسان‌ها است، اما اختلال در ایجاد روابط نزدیک می‌تواند یکی از استرس‌زاترین رخدادهای زندگی هر انسانی باشد (تاشیرو و فرازیبر^۱، ۲۰۰۳). همچنین از الزامات یک ازدواج موفق، تحول زوجین در زمینه رشد فردی (PGI) می‌باشد. (دشتی و علوی، ۱۳۸۵، نقل از جعفری، ۱۳۸۶). اقدام برای رشد فردی^۲ (PGI) که توسط روبیتشک (۱۹۹۸) مفهوم‌سازی شده است، نوعی درگیری فعال و قصدمندانه در فرایند رشد فردی و همچنین در فرایند تغییر و رشد به عنوان یک فرد می‌باشد. این مقیاس مجموعه‌ای از مهارت‌های گسترش‌یافته است که شامل شناخت، رفتار، نگرش و انگیزش می‌شود که یک فرد در هر یک از تجربیات زندگی از خود نشان می‌دهد (روبیتشک و آشتون^۳، ۲۰۰۹). اقدام برای رشد فردی سازه‌ای است که نمایانگر علاقه و توجه فرد به رشد و تغییر در زندگی شخصی خودش به طور کل می‌باشد. اما می‌تواند برای رفتار واقعی در حیطه‌های خاصی از زندگی نیز کاربرد داشته باشد. می‌توان به PGI به عنوان سازه‌ای فراشناختی، نوعی آگاهی و کنترل درگیری عمده‌نگریست، کنترل و آگاهی‌ای که بر روی شناخت‌ها و رفتارهای ارتقاءدهنده‌ی رشد در تمام حیطه‌های زندگی عمل می‌کند (روبیتشک، ۱۹۹۸) و نشان‌دهنده‌ی نوعی جهت‌گیری به سمت درگیری فعالانه و هدفمندانه در فرایند جستجوی رشد می‌باشد. PGI شامل مؤلفه‌های شناختی (همچون انگیزه‌ی تغییر، دانش در مورد فرایند تغییر و کارایی مرتبط با فرایند تغییر) و فرایند رفتاری (همچون اهداف کلی مربوط به تغییر شخصی و طرح‌ریزی جهت نیل به آن اهداف) می‌شود (روبیتشک،

-
1. Tashiro & Frazier
 2. Personal Growth Initiative
 3. Robitschek and Ashton

۲۰۰۳؛ مارتین^۱، ۲۰۰۹) و مجموعه‌ای از مهارت‌های کسب‌شده برای ارتقاء خود در حیطه‌های مختلف زندگی می‌باشد و تلفیقی از چهار مؤلفه می‌باشد که به صورت مشترک وارد عمل می‌شود نه متناوب، تا رشد شخصی را بهینه کنند (توئن و روبیتشک^۲، ۲۰۱۲).

مطالعات نشان داده که PGI به متغیرهای مختلفی همچون شیوه‌ی رشد، جهت‌گیری نقش جنسیتی، بهزیستی روان‌شناختی (روبیتشک، ۱۹۹۹)، کاوش‌های حرفه‌ای و هویت شغلی (روبیتشک و کوک^۳، ۱۹۹۹)، الکیسم والدین، عملکرد خانواده و سلامت روان-شناختی (روبیتشک و کاشوبک^۴، ۱۹۹۹)، معنویت و مذهبی بودن (کالدول^۵، ۲۰۰۰)، عملکرد خانواده چندبعدی (ویتاگر و روبیتشک^۶، ۲۰۰۱)، خودکارآمدی، سلامت روان و رفتار خطرپذیری (اوگونیمی و مایکوج^۷، ۲۰۰۷) ارتباط دارد.

میزان بالای نارضایتی زناشویی و افزایش آمار طلاق در کشورهای غربی، متخصصان خانواده را بدان داشته است که در جامعه قبل از اینکه به فکر کاهش نرخ طلاق از طریق ایجاد موانع قانونی یا محدودیت‌های اخلاقی باشند، با بکارگیری همه‌ی امکانات موجود جهت حمایت از زندگی مشترک، مانع از آن شوند که زوجین به مرحله‌ای از زندگی برسند که ناتوان از حل تعارضات زناشویی و خواهان طلاق شوند. به نظر این متخصصان، ارائه‌ی مشاوره‌ها و آموزش پیش از ازدواج یکی از راه‌های آسان و کم‌هزینه دستیابی به این هدف می‌باشد (سیلیمین، بنیامین، شامن، ۲۰۰۰). 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 (نورول، ۲۰۰۹). بسیاری از طلاق‌ها بدین دلیل رخ می‌دهد که زوجین برای ازدواج آماده نبوده و رابطه‌ی

1. Martin
2. thoen & Robitschek
3. Robitschek and Cook
4. Kashubeck
5. Caldwell
6. Whittaker and Robitschek
7. Ogunyemi and Mabekoje

خوبی ندارند (اولسون، ۲۰۰۱). همچنین، تحقیقات نشان داده است که بسیاری از افراد برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج را دریافت نمی‌دارند (لارسن و اسملی، ۲۰۰۴). نتایج تحقیقات استنلی، آماتو، جانسون و مارکمن (۲۰۰۶) نشان داده که شرکت‌کنندگان در آموزش‌های پیش از ازدواج به طور معناداری سطوح بالاتری از رضایت و تعهد در ازدواج و سطوح پائین‌تری از تعارض و کاهش نرخ طلاق را نشان دادند (استنلی، آماتو، جانسون و مارکمن، ۲۰۰۶).

شاخص‌هایی که باید قبل از ازدواج بدان‌ها توجه کرد را می‌توان به سه دسته تقسیم نمود:

۱. عوامل مربوط به تاریخچه‌ی هر یک از زوج‌ها یا منابع بالقوه و بالفعل هر یک از زوج‌ها،
۲. صفات و ویژگی‌هایی چون احترام به خویشان، اعتماد به نفس، برخورداری از مهارت‌های ارتباطی، سلامت جسمی و روانی، و ۳. نظام ارزشی زوج‌ها، نگرش‌ها و شیوه‌های مقابله با استرس و مهارت‌های حل مسئله (ستوده و بهاری، ۱۳۸۶).

از آنجا که طلاق تأثیرات منفی شدیدی در روابط انسانی دارد، یافتن روش‌هایی برای پیشگیری از طلاق شایسته‌ی توجه است. مارکمن، فلویید، استنلی و استوراسلی (۱۹۸۸) گفته‌اند که بجای مداخلات ناشی از مشکلات طلاق، محققان و درمانگران باید بر روی پیشگیری از مشکلات در ازدواج تأکید کنند (مارکمن، فلویید، استنلی، استراسلی، ۱۹۸۸). بنابراین می‌توان بر اهمیت مشاوره و آموزش پیش از ازدواج بر رضایت آتی از زندگی زناشویی و مشکلات زناشویی و متعاقباً طلاق پی برد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان آموزش کافی در مورد مسایل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوجین، ملاک‌ها و باورهای نادرست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباط ضعیف، ترس از عدم موفقیت در ازدواج از شایع‌ترین عواملی هستند که ممکن است زندگی زوجین را دچار مشکل عدیده‌ای کند. لذا آموزش‌های قبل از ازدواج می‌تواند تا حدود زیادی نقش مؤثری را در این زمینه ایفا نماید (کرون و هینکل، ۲۰۰۳). جدای از این موارد، مشاوران باید انگیزه‌ی مراجعان را بر شرکت در مداخلاتی همچون مشاوره‌ی پیش از ازدواج مد نظر داشته باشند. مشاوران

پیش از ازدواج می‌توانند انگیزه‌ی مراجعان را با توجه به دلایل آن‌ها برای مراجعه به مشاوره‌ی پیش از ازدواج و بحث در مورد مزایای مشاوره‌ی پیش از ازدواج تحریک کنند (جانسون و موری، ۱۳۸۸).

آموزش‌های پیش از ازدواج از اولویت‌های اساسی در برنامه‌ریزی‌های پیشگیری از ناهنجاری‌های فردی و خانوادگی، کاهش میزان طلاق و افزایش میزان رضایتمندی از زندگی زناشویی می‌باشد (امیدوار، ۱۳۸۷). هدف نهایی آموزش پیش از ازدواج، کمک به استحکام و ثبات ازدواج، کاهش نرخ طلاق و ارتقاء کیفیت ازدواج است. یافته‌ها حاکی از آن است که در این آموزش‌ها با مطالعه‌ی عوامل مؤثر و تاثیرگذار 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 (میرمحمد صادقی، ۱۳۸۸). بنابراین، در جلسات مشاوره‌ای پیش از ازدواج که در این پژوهش ارائه گردید بر عوامل مختلفی تأکید گردید، عواملی که تحقیقات نشان داده است که بر همسرگزینی و رشد فردی افراد در ازدواج حائز اهمیت می‌باشد، در زیر ذکر می‌شود:

تأکید بر تفاوت بین ازدواج سنتی و مدرن یکی از نکات مهمی است که باید در آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مد نظر قرار داد. امروزه ازدواج به عنوان سنت چندان مطرح نیست، بلکه به ازدواج به عنوان یک رابطه نگرسته می‌شود و این نوع رابطه انتظارات زناشویی متفاوت و حتی غیرمنطقی‌ای را از ازدواج ایجاد کرده است (امیدوار، ۱۳۸۷). انتظارات یکی از ابعاد شناختی است که با تحریف در آن باعث آشفتگی زناشویی می‌شود. در تمام روابط بین فردی افراد با انتظارات مشخص و معینی وارد رابطه می‌شوند که این انتظارات بر رفتار آن‌ها به شیوه‌ی مثبت و منفی تأثیر می‌گذارد. اکثریت افراد انتظارات غیرواقع‌بینانه‌ای را نسبت به شریک زندگی دارند. آن‌ها انتظار دارند که همسرشان تمام خلاء و نقص‌هایی که قبل از ازدواج داشته‌اند را برطرف سازد (امیدوار، ۱۳۸۷).

مطابق با مدل شناختی، افکار غیرمنطقی^۱ و تحریف‌های شناختی^۲ عوامل مهمی در ایجاد و تداوم رفتارهای آسیب‌شناسانه هستند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که عوامل شناختی و نگرش‌ها با کیفیت رابطه زناشویی و پایداری ازدواج رابطه داشته است (فرش، ۲۰۰۶). نقش شناخت در روابط صمیمانه اهمیت زیادی دارد. اخیراً بررسی‌های زیادی به شناسایی نقش شناخت‌های زوجین در تلاش برای درک آشفتگی زناشویی پرداخته‌اند (باکم، اپستین، سایر و شر، ۱۹۸۹). مطمئناً تعارض‌های زناشویی و بین‌الاشخاصی نشان‌دهنده‌ی تفاوت دیدگاه‌های زوجین است. در تعارضات شدید و روابط آشفته، این تفاوت‌ها ممکن است مشخص‌تر نماید. بسیاری از مطالعات نشان داده‌اند که در روابط فاقد رضایت، افراد در ادراکات‌شان متفاوت هستند و فهم پائین‌تری دارند (ایکس و سیمپسون، ۱۹۹۷). دیدگاه‌ها و افکار گوناگون درباره‌ی یک تعارض در تبادلات زوجی نقش مهمی دارند (گاتری و نولو، ۱۹۸۸). بین احساسات منفی، سازگاری زناشویی و شدت تعارض رابطه وجود دارد. همچنین تحقیق نشان داده است که بین افکار، رفتار تبادلی و کارکرد زناشویی رابطه‌ی متقابلی وجود دارد (سیلارز، رابرت، لئونارد و دان، ۲۰۰۰).

نکته دیگری که در رابطه‌ی بین زوجین اهمیت دارد و عاملی مهمی در موفقیت و رضایت و رشد زندگی زناشویی می‌باشد، ارتباط و تبادل مؤثر می‌باشد. برای یک ازدواج رضایت‌بخش زن و شوهر نیازمند برقراری ارتباطی مؤثر و کارآمد هستند (کاراهان، ۲۰۰۷). همان‌طور که بسیاری از پژوهش‌ها نشان می‌دهند، ارتباط زناشویی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی برای کیفیت زناشویی است (عبادت‌پور، ۱۳۷۹). هم‌درمانگران و هم‌زوج‌ها، عقیده دارند که مشکلات ارتباطی شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات در ازدواج‌های شکست‌خورده است (سوزان، کیت و راشل، ۲۰۰۶). ارتباط زناشویی ماهیتاً سرچشمه عمده‌ی ناخشنودی و تعارضات زناشویی^۳ است (گلاسر، ۱۳۸۳). بنابراین، ایجاد یک رابطه‌ی حمایتی و مراقبتی با

1. irrational beliefs
2. cognitive distortion
3. marital conflict

شریک عشقی یکی از اهداف اساسی برای بسیاری از افراد می‌باشد و همچنین پیش-بینی‌کننده‌ی مهمی برای سلامت و بهزیستی است (بامایسنر، زل و تایس، ۲۰۰۷). بنابراین، در روابط صمیمانه، زوجینی که در مهارت‌ها (بخصوص مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله) تبحر بیشتری دارند، بهتر قادر هستند تا تجاربی را بیافرینند و مدیریت کنند که انتظارات مثبت (واقع‌بینانه) را تأیید کند (مک‌ناتلی و کارنی، ۲۰۰۴).

در آموزش‌های پیش از ازدواج، توجه به علایم هشداردهنده در ازدواج اهمیت بسیاری دارد. این علایم می‌تواند شامل حیطه‌های وسیعی شود. یکی از آن‌ها تعریف‌های شناختی یا به طور خاص انتظارات و باورهای غلط در مورد ازدواج و همسر است که ذکرش رفت. باورهای غلط و مخرب سمی برای رابطه‌ی کارآمد است و باید این باورها را اصلاح نمود (بک، ۲۰۰۵). اعتیاد یکی دیگر از مهم‌ترین عوامل هشداردهنده برای ازدواج است. یک فرض منطقی اما محافظه‌کارانه و محتاطانه این است که زندگی حداقل دو نفر تحت تأثیر فرد معتاد قرار می‌گیرد. روی هم رفته - شخص معتاد و آن‌هایی که به او نزدیکترین هستند - در بعضی مواقع چیزی حدود ۹ تا ۱۲ درصد جمعیت و یا تقریباً ۱۰ درصد افراد جامعه انتظار می‌رود که آسیب‌های جدی را در زندگی‌شان بر اثر اعتیاد تجربه کنند. فردی که در مرکز سیستم اعتیادی قرار دارد، خود را درگیر یک وضع دشوار می‌یابد. رابطه‌ی اعتیادی باعث حذف و قطع رشته‌های پیوندی فرد می‌شود. این رشته‌ها شامل شغل، خانواده، دوستان، بدن فرد، گذشته، آینده، شریک زندگی، سرگرمی و ورزش و ... می‌شود و تمام این پیوندها به قیمت حفظ پیوند اعتیادی قطع می‌شود. بنابراین در نهایت مهم‌ترین رشته‌ی پیوند که زندگی خصوصی با شریک زندگی است می‌گسلد و آسیب‌های زیادی را به رابطه‌ی زناشویی وارد می‌کند (آدامز، ۲۰۰۸).

طلاق در زندگی قبلی، یا طلاق والدین دو طرف ازدواج یکی دیگر از عوامل هشداردهنده در ازدواج است. طلاق والدین می‌تواند تأثیرات منفی طولانی مدت بر عملکرد اجتماعی، هیجانی، و شناختی کودکان داشته باشند. یک مطالعه نشان داده است که طلاق یکی از استرس‌زاهایی است که باعث واکنش ناسازگار زیستی - روانی - اجتماعی می‌شود که باعث زوال سلامت جسمانی فرد می‌شود (آنگیم - لیندزبرگ و وادزی، ۲۰۱۰).

ویژگی‌های شخصیتی و مشکلات و اختلالات شخصیت جزو عوامل هشداردهنده‌ی مهم در ازدواج است. اغلب اینطور اتفاق می‌افتد که دختری پسری را ملاقات می‌کند (یا برعکس) و در همان برخورد اول شیفته‌ی زیبایی، فریبندگی و رفتار خوشایند او می‌شود، اما به تدریج که رابطه‌ی آن‌ها نزدیکتر می‌شود، مشکلات شخصیتی پسر خودش را به نمایش می‌گذارد و دختر تازه متوجه عادات و تمایلات ناخوشایندی در پسر می‌گردد که در برخورد اول متوجه آن‌ها نشده بود؛ اینکه محبوب او نیاز دارد که دختر همواره به او توجه داشته باشد، به قدری که دختر توان تحمل آن را ندارد. اینکه محبوب او به تدریج شخصیت کنترل‌گر و شکاک خود را نمایان می‌سازد، اینکه محبوب او فردی منزوی و غیراجتماعی است، اینکه محبوب او فردی سودجو و فریبکار است، اینکه محبوب او هر لحظه در اضطراب جدایی از او به سر می‌برد، اینکه محبوب او فرد خشک، بسیار منضبط و فاقد حس شوخ‌طبعی است. همه‌ی این ویژگی‌های شخصیتی جزو عوامل خطرآفرین هستند که در ازدواج باید بدان‌ها توجه کرد (جانسون و موری، ۱۳۸۸).

بعد از جدایی، کودکان با استرس اضمحلال فوری و طولانی مدت یا از دست دادن روابط مهم با دوستان صمیمی، اعضای خانواده گسترده، و به ویژه با والد فاصله‌دار روبرو می‌شوند. برای کودکان تغییرات تماس هر روزه با پدر به تماس چهار روزه در ماه به ویژه برای کودکانی که روابط نزدیکی با والدین‌شان دارند، برآشفته‌کننده است (کلی، ۲۰۰۳). در اینجا مسئله دل بستگی مطرح می‌شود که یکی از عوامل مهم در آموزش پیش از ازدواج است. بنظر می‌رسد وقتی که دو طرف همدیگر را انتخاب کردند، انتظار می‌رود که دل بستگی شکل بگیرد. گی کیتسون^۱ در یک مطالعه نشان داده است که در زوجینی که در حال جدا شدن از همدیگر بودند، تنها ۱۶ درصد از آن‌ها هیچ نشانه‌ای برای استمرار دل بستگی از خود نشان ندادند (کیتسون، مویر و میسن، ۲۰۱۰). در بسیاری از زوجین، دل بستگی حتی قبل از ازدواج بین زوجین شروع به شکل‌گیری می‌کند. به واقع، رفتارهای عاشقانه به بهترین نحو نمودی از دل بستگی در حال شکل‌گیری است. در این تعامل، هر کدام از زوجین به صورت

1. Gay Kitson

دیداری، شنیداری و جنبشی با دیگری درگیر می‌شود. همراهی و تسریع این فرایند اتحاد ممکن است باعث بهزیستی هر دو طرف شود: حس درک شدن و تحسین؛ احساس امنیت کامل؛ احساس کامل و تمام بودن (پارکز، استیونسون-هیند و مریس، ۲۰۰۴). به نظر می‌رسد که دلبستگی در ازدواج (یا دیگر پیوندهای زوجی بزرگسالان) بالقوه مادام‌العمر است. حتی در ازدواج‌های مملو از تعارض، دلبستگی همچنان باقی می‌ماند و بر خلاف دیگر مشکلات ازدواجی، دلبستگی پایگاه ثابتی برای فعالیت‌های هدف‌گرایانه فراهم می‌آورد (ویس، ۱۹۸۲).

نظر به اینکه طلاق تأثیرات منفی شدیدی در روابط انسانی دارد، یافتن روش‌هایی برای پیشگیری از طلاق شایسته‌ی توجه است. مارکمن، فلوید، استنلی و استوراسلی^۱ (۱۹۸۸) گفته‌اند که بجای مداخلات ناشی از مشکلات طلاق، محققان و درمانگران باید بر روی پیشگیری از مشکلات در ازدواج تأکید کنند. بنابراین می‌توان بر اهمیت مشاوره و آموزش پیش از ازدواج بر رضایت آتی از زندگی زناشویی و مشکلات زناشویی و متعاقباً طلاق پی برد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان آموزش کافی در مورد مسایل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوجین، ملاک‌ها و باورهای نادرست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباط ضعیف، ترس از عدم موفقیت در ازدواج از شایع‌ترین عواملی هستند که ممکن است زندگی زوجین را دچار مشکل عدیده‌ای کند. لذا آموزش‌های قبل از ازدواج می‌تواند تا حدود زیادی نقش مؤثری را در این زمینه ایفا نماید (کراون و هینکل^۲، ۲۰۰۳). جدای از این موارد، مشاوران باید انگیزه‌ی مراجعان را بر شرکت در مداخلاتی همچون مشاوره‌ی پیش از ازدواج مد نظر داشته باشند. مشاوران پیش از ازدواج می‌توانند انگیزه‌ی مراجعان را با توجه به دلایل آن‌ها برای مراجعه به مشاوره‌ی پیش از ازدواج و بحث در مورد مزایای مشاوره‌ی پیش از ازدواج تحریک کنند (موری، ۲۰۰۶). همه‌ی این عوامل شناختی و هیجانی و رفتاری می‌توانند بر رشد فردی که سازه‌ای شناختی و رفتاری است، تأثیر داشته باشند و باید در آموزش‌های پیش از ازدواج مورد توجه قرار گیرند. بنابراین، با توجه به اهمیت آموزش

1. Markman, Floyd, Stanley and Storaasli

2. craven and Hincle

مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد شناختی و رفتاری دختران و موفقیت در ازدواج در پژوهش حاضر بر آن هستیم تا به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی دختران مجرد بپردازیم.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی بوده است و از لحاظ روش نیمه‌آزمایشی می‌باشد که در آن از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است که دیاگرام این طرح در زیر ارائه شده است.

جدول ۱. دیاگرام پژوهش

گروه‌ها	پیش‌آزمون	متغیر مستقل	پس‌آزمون
آزمایش	T ₁	X	T ₂
کنترل	T ₁	-	T ₂

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش کلیه متقاضیان ازدواج مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره بهارنکو می‌باشند که طی شهریور ماه تا آبان ماه ۱۳۹۳ مراجعه کرده‌اند. از بین کسانی که متقاضی ازدواج بودند و به مرکز مشاوره بهارنکو ارجاع داده شدند ۳۰ نفر انتخاب و به دو گروه تقسیم شدند. بدین شکل که افراد به صورت تصادفی ساده در دو گروه کنترل (۱۵ نفر) و آزمایش (۱۵ نفر) جایگزین شدند. روش نمونه‌گیری در مرحله‌ای اول به صورت در دسترس و در مرحله دوم به صورت تصادفی (تخصیص تصادفی افراد به دو گروه گواه و آزمایش) بوده است. ملاک‌های ورود به این پژوهش شامل مجرد بودن، عدم آموزش همزمان در مراکز مشاوره‌ای دیگر و عدم استفاده از مشاوره‌ی شخصی بوده است.

ابزارهای پژوهش

۱. پرسشنامه اقدام برای رشد فردی: این پرسشنامه، توسط رویتشک^۱ (۱۹۹۸) به منظور ارزیابی میزان تمایل افراد به پرداختن به اموری جهت تغییر و رشد یک انسان تهیه شده است.

1. Robitschek

این پرسشنامه متشکل از ۹ سؤال در مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) تنظیم شده است و همسانی درونی ایرانی آن معادل ۰/۸۷ بدست آمده است که توسط جوشن لو و قانیدی (۱۳۸۶) هنجاریابی شده است. همچنین همسانی درونی خارجی این آزمون در بررسی‌های مختلف بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۸ بدست آمده است و پایایی حاصل از بازآزمایی این مقیاس نیز در طول زمان‌های مختلف بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۴ گزارش شده است.

۲. پروتکل آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج

جلسه اول: برقراری رابطه و بیان اهداف آموزش و بیان تفاوت ازدواج سنتی و مدرن
جلسه دوم: مباحث خودآگاهی و آمادگی و دلایل نادرست ازدواج در انتخاب همسر
جلسه سوم: بیان ۱۴ موضوع اساسی در آشنایی که در آن صحبت از تناسب فرهنگی و موقعیت اجتماعی خانواده‌ها، ارتباط اجتماعی، تناسب اخلاقی و مذهبی و... شد و نهایت ارائه‌ی تکلیف در منزل.

جلسه چهارم: بررسی مسائل خاص و بمب‌ها در ازدواج.

جلسه پنجم: مرور جلسات قبل، رفع ابهامات و بررسی تکالیف.

جلسه ششم: علائم هشداردهنده در ازدواج و نامزدی و زنگ خطرها.

جلسه هفتم: بیان مبحث عشق و تکالیف در منزل.

جلسه آخر: اجرای پس‌آزمون و تجزیه و تحلیل داده‌ها.

یافته‌ها

آمار توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق بدون صورت بوده است:

جدول ۲. آمار توصیفی پرسشنامه رشد فردی

گروه	مرحله	تعداد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	پیش‌آزمون	۱۵	۲۸	۵۲	۳۷/۷۳۳	۷/۳۸۲
	پس‌آزمون	۱۵	۴۱	۴۸	۴۴/۲۰۰	۲/۱۱۱
کنترل	پیش‌آزمون	۱۵	۱۸	۳۶	۲۸/۴۶۶	۵/۰۹۷
	پس‌آزمون	۱۵	۱۸	۳۶	۲۸/۴۰۰	۴/۹۲۵

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، می‌توان دریافت که در بین متغیرها، نمره گروه آزمایش پس از آزمون با مقدار ۴۴/۲۰۰ دارای بالاترین میانگین و نمره گروه کنترل پس-آزمون با مقدار ۲۸/۴۰۰ دارای کمترین میانگین می‌باشد. طبق جدول فوق می‌توان استدلال نمود که متقاضیان پس از کسب مهارت، در پاسخ به سؤالات پرسشنامه تغییر عقیده دادند و رتبه (نمره) بالاتری نسبت به قبل از کسب مهارت، کسب نمودند که نشان از اثربخشی آموزش مهارت پیش از ازدواج می‌باشد.

برای آزمون فرضیه از تجزیه و تحلیل کواریانس استفاده شد. تجزیه و تحلیل کواریانس یک روش آماری است که به منظور تعدیل تفاوت‌های اولیه‌ی آزمودنی‌ها به کار می‌رود. بدین ترتیب که هر یک از نمرات در پیش‌آزمون به عنوان هم‌تغییر در پس‌آزمون به کار برده می‌شود. در تجزیه و تحلیل کواریانس رعایت برخی از مفروضه‌ها (مانند همگنی شیب خط رگرسیون، وجود رابطه‌ی خطی بین متغیرهای تصادفی کمکی و متغیر وابسته، و همگنی واریانس‌های خطا الزامی است). در این پژوهش نیز ابتدا به بررسی این مفروضه‌ها پرداخته شد و از آنجا که این مفروضه‌ها برقرار بودند از تجزیه و تحلیل کواریانس به منظور مقایسه رشد شخصی دختران مجرد در دو گروه آزمایش و کنترل استفاده گردید که نتایج آن در زیر آمده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کواریانس تک‌متغیری برای مقایسه میانگین نمرات رشد فردی در پس‌آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
مدل تصحیح شده	۱۹۵۰,۰۶۶	۲	۰۳۳ و ۹۷۵	۸۱,۱۹۴	۰,۰۰۰۱
عرض از مبدأ	۷۵۷,۶۰۶	۱	۷۵۷,۶۰۶	۶۳,۰۸۸	۰,۰۰۰۱
پیش‌آزمون	۷۷,۷۶۶	۱	۷۷,۷۶۶	۶,۴۷۶	۰,۰۱۷
گروه	۸۵۲,۴۶۹	۱	۸۵۲,۴۶۹	۷۰,۹۸۸	۰,۰۰۰۱
خطا	۳۲۴,۲۳۴	۲۷	۱۲,۰۰۹		
کل	۴۱۸۰۵,۰۰۰	۳۰			
کل تصحیح شده	۲۲۷۴,۳۰۰	۲۹			

با توجه به نتایج جدول ۳ ($F=70.988, P<0.01$) پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل در سطح آلفای ۰,۰۱ معنادار است. بنابراین، فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی دختران مجرد و تفاوت بین گروه آزمایش و کنترل از لحاظ میزان رشد فردی در پس‌آزمون مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی دختران مجرد بوده است. نتیجه نشان داد که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی تأثیر معنادار دارد. این نتیجه با نتایج تحقیق وونگ (۲۰۰۹)، کارول و دوهرتی (۲۰۰۳) و مالهاترا (۱۹۹۱) مبنی بر اینکه آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج همچون مهارت‌های حل مسئله، حل تعارض، تفکر منطقی، اصلاح باورهای اشتباه و ... باعث رشد می‌شود، مطابقت دارد. از الزامات یک ازدواج موفق، تحول زوجین در زمینه رشد فردی می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت هرچه فرد بتواند منطقی به این مسایل فکر کند، عوامل خطرآفرین و هشداردهنده در ازدواج همچون تصمیم گرفتن بر مبنای احساسات، تأکید بر یک بعد برای ازدواج و باورهای غلط در مورد ازدواج را تغییر دهد و از تأثیر منفی آن‌ها در زندگی و ازدواج آگاه باشد، از رشد شخصی بالاتر برخوردار خواهد بود و ازدواج موفق‌تری خواهد داشت. همچنین از یک سو، از آنجا که این آموزش‌ها شامل مهارت‌های شناختی مثل کار روی افکار و باورها و انتظارات غلط و عوامل هشداردهنده و همینطور عوامل رفتاری مثل آموزش مهارت‌های رفتاری و تبادل می‌شد، و از سوی دیگر رشد شخصی نیز بر بعد شناختی و رفتاری تأکید زیادی دارد، بنابراین می‌توان بدین نتیجه رسید که آموزش این مهارت‌ها به صورت مستقیم یا غیرمستقیم ابعاد شناختی و رفتاری را مورد هدف قرار می‌دهد و در نتیجه بر رشد شخصی افراد تأثیر دارد و همانطوری که رویتشک و آشتون (۲۰۰۹) گفته‌اند، وقتی که فرد به صورت فعالانه در جستجوی تغییر و رشد باشد، تغییراتی در شناخت‌ها و نگرش و افکار وی ایجاد خواهد شد. به بیان دیگر، این مهارت‌ها باعث می‌شود

که فرد به صورت خودخواسته و فعال در مسیر کسب تجربیات جدید قرار گیرد و دست به تغییر بزند و در نهایت رفتارهای خود را در تمام حیطه‌های زندگی مورد نظارت و ارزیابی قرار دهد (رویتشک، ۱۹۸۹).

کارول و دوهرتی^۱ (۲۰۰۳) دریافتند که برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج به طور کلی در فراهم آوردن دستاوردهای مفید، سریع و کوتاه‌مدت در مهارت‌های بین‌فردی، رشد فردی و به طور کلی کیفیت روابط مؤثرند. استنلی و همکاران (۲۰۰۶) دریافتند که شرکت در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج با سطوح بالاتر رضایتمندی و تعهد در ازدواج و سطوح پایین‌تر تعارض و نیز کاهش نرخ طلاق در ارتباط است.

همانطوری که منسفیلد (۲۰۰۷) گفته است، اکثریت افراد انتظارات غیرواقعی‌بینانه‌ای را نسبت به شریک زندگی دارند. آن‌ها انتظار دارند که همسرشان تمام خلاء و نقص‌هایی که قبل از ازدواج داشته‌اند را برطرف سازد (امیدوار، ۱۳۸۸). بنابراین وقتی در آموزش‌های پیش از ازدواج بر اصلاح این ملاک‌ها تأکید شود، طبیعتاً فرد ملاک‌های واقع‌بینانه‌تری شکل خواهد داد و در نتیجه اصلاح این باورهای شناختی و نگرش‌ها باعث بالا رفتن کیفیت رابطه زناشویی و پایداری ازدواج می‌شود (فرش، ۲۰۰۶). همچنین وقتی که بر مهارت‌های ارتباطی در طی آموزش تأکید شود، این خود باعث می‌شود که فرد در آینده بتواند رفتارهای منطقی-تر و سازنده‌تری با همسر داشته باشد و تبادلات رفتاری مؤثرتری داشته باشد.

شیوه‌ی تحقیق نیمه‌آزمایشی و کنترل متغیرها و کم بودن تعداد نمونه از محدودیت‌های این تحقیق می‌باشد. با توجه به اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر رشد فردی به متقاضیان ازدواج پیشنهاد می‌گردد که حتی‌الامکان قبل از ازدواج از کلاس‌های آموزشی پیش از ازدواج بهره‌مند شوند چرا که این آموزش‌ها می‌تواند باعث تحول زوجین در زمینه رشد فردی می‌شود و می‌تواند در شناسایی باورهای غیرمنطقی زوجین در قبل از ازدواج تأثیر داشته باشد.

1. Karle ,Doherty

منابع

- امیدوار، ب. (۱۳۸۷). برنامه‌ی آموزش قبل از ازدواج. پویایی روانی؛ ۱ (۳): ۳۶-۵۰
- جعفری، علیرضا. ۱۳۸۶. معرفی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی پیش از ازدواج و افزایش رضایت زناشوی پس از ازدواج. فصلنامه علوم رفتاری، صص ۵۱-۳۱.
- حیدری‌نسب، لیلا. (۱۳۸۱). بررسی تاثیر شباهت‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی زوجین در رضامندی در دانشجویان متأهل، طرح پژوهشی دانشگاه شاهد.
- ستوده، هدایت‌الله، بهاری سیف‌الله (۱۳۸۶). آسیب‌شناسی خانواده، تهران: ندای آریانا.
- عبادت پور، بهناز (۱۳۷۹) هنجاریابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۷۸-۷۹. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم تهران.
- گلاسر، ویلیام. نظریه‌ی انتخاب، ترجمه مهرداد فیروزبخت (۱۳۸۳). تهران: انتشارات رسا
- منصوری‌نیا، آذرخت. (۱۳۹۰). بررسی تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر میزان رضایتمندی زناشویی زوجین شهر اصفهان. یافته‌های نو در روان‌شناسی. شماره ۱۹، سال ۶، صص ۶۵-۷۸.
- میرمحمدصادقی، مهدی (۱۳۸۸). آموزش پیش از ازدواج. اصفهان: سازمان بهزیستی معاونت امور فرهنگی و پیشگیری. ۲۹۲ صفحه.

- Adams, P. J (2008). *Fragmented intimacy: addiction in a social world*. Springer.
- Angarne –Lindberg, T. Wadsby, M. (2010). Psychiatric and somatic health in relation to experience of parental divorce in childhood, *International Journal of Social Psychiatry*, XX(X) 1–10.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Sayers, S., & Sher, T. G. (1989). The role of cognitions in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 57. 3–38.
- Baumesiter, R. F., Zell, A. L., & Tice, D.M. (2007). How emotions facilitate and impair self-regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 408–426). New York: Guilford Press.
- Beck, Aaron (2005), cognitive therapy for challenging problems, *Journal of Affect disorder*, 68, 159- 165.
- Brown, R., & Byron, D. (1993). *Social psychology*. A Viucom Company.

- Caldwell, J. K. (2000). A Model of Trauma with Spirituality and Religiosity; the Mediating and Moderating Effects of Personal Growth Initiative and Openness to Experience. Published Ph.D. Thesis in Psychology, Texas Tech University U.S.A. Retrieved on.
- Corroll, J. S. & Dohetry, W. J. 2003. Evaluating The Effectiveness of Premarital Prevention Program: Ameta – Analytic.
- Caron F, Godin G, Otis J, Lambert LD. (2004). Evaluation of a theoretically based AIDS/STD peer education program on postponing sexual intercourse and on condom use among adolescents attending high school. *Health Educ Res.* 19(2): 185-197.
- Craven RF, Hinkle CJ. (2003). *Fundamentals of nursing.* 4th ed. Philadelphia .Lippincott, Williams &Wilkins.
- Frish M. B. (2006). *Quality of life therapy: applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy.* Hoboken, NJ:Wiley.
- Guthrie, D.M., & Noller, P. (1988). Married Couples perceptions of one another inemotional situations. In P. Noller & M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Perspective on marital interaction* (pp.153-181). Clevedon, England UK: Multilingual Matters.
- Ickes, W., & Simpson, J. A., (1997). Managing empathic accuracy in close relationships. In W. Ickes (Ed.) (1997). *Empathic accuracy.* New York: Guilford.
- Karahan, T. F. (2007). The effects of a couple communication program on conflict tendency among married passive couples. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 7 (2):845-858.
- Kelly, G. B, (2003), *Changing Perspectives on Children's Adjustment Following Divorce, A view from the United States*, SAGE Publications. London, Thousand Oaks. and New Delhi, Vol 10(2): 237–254.
- Kitson, G. C., Moir , R. N., Mason, P. R., (2010). FAMILY SOCIAL SUPPORT IN CRISES. *American Journal of Orthopsychiatry* Volume 52, Issue 1, pages
- Larson, P.J & smalley (2004). Intensive approach to premarital counseling. *Marriage and family.* (7) 91-101.
- Markman, H. J., Floyd, F., Stanley, S. M., & Storaasli, R. (1988). The prevention of marital distress: A longitudinal investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 210-217.
- Malhotra. A. (1991). Gender and changing Generational Relations: *Deniography*, 28, 549-560
- Martin, H. (2009). *Personal Growth Initiative as a Moderator of Expressive Writing Tasks: Test of a Matching Hypothesis.* M.A. Thesis, Faculty of the Graduate School of the University of Maryland.

- Mc Nutly, J. K., & Karney, B. R. (2004). Positive expectation in the early years of marriage: should couples expect the best or brace for the worst? *Journal of personality and social psychology*, 86 (5), 729-43.
- Norvell, K. (2009). IN GOOD COMMUNICATION AND IN BAD: A STUDY OF PREMARITAL COUNSELING AND COMMUNICATION SKILLS IN NEWLYWED COUPLES. Thesis Prepared for the Degree of MASTER OF SCIENCE. UNIVERSITY OF NORTH TEXAS.
- Ogunyemi, A.O. and Mabekoje, S.O. (2007). Self-Efficacy, Risk-Taking Behaviour and Mental Health as Predictors of Personal Growth Initiative among University Undergraduates. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 5(2), 349-362.
- Olson, D.H. (2001). Rational for the Premarital education bill. State of Minnesota.
- Parkes, C.M., Stevenson-Hinde, J & Marris, P. (2004). Attachment Across the LifeCycle. Routledge. New York.
- Robitschek C. and Kashubeck (1999). A Structural Model of Parental Alcoholism, Family Functioning and Psychological Health: The Mediating Effects of Hardiness and Personal Growth Orientation. *Journal of Counselling Psychology*, 46(2), 159-172.
- Robitschek C. (2003). Validity of Personal Growth Initiative Scale Scores with a Mexican American College Student Population. *Journal of Counselling Psychology*, 50(4), 496-502pp.
- Robitschek C. (1998). Personal Growth Initiative: The Construct and its Measure. *Measurement and Evaluation in Counselling and Development*, 30, 183-198.
- Robitschek, C. and Ashton. (2009). Development of the Personal Growth Initiative Scale-II. Poster presented at the First World Congress on Positive Psychology, Philadelphia, Pennsylvania, U.S.A.
- Robitschek, C. and Cook, S. (1999). The Influence of Personal Growth Initiative and Coping Styles on Career Exploration and Vocational Identity. *Journal of Vocational Behaviour*, 54, 127-141 pp.
- Sillars, A., Roberts, L. J., Leonard, K. E., Dun, T (2000). Cognition During Marital Conflict: The Relationship of Thought and Talk. *Journal of Social and Personal Relationships* 2000 17: 479.
- Silliman, Benjamin & Schuman (2000). Marriage preparation program: A literature review, *The Family Journal: Counseling & Therapy for Couples & Families*, 8(2):133-142.
- 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.

- Susan ,J.C, Keith, S.D.,& Rachel, M. (2006). Marital Problem solving behavior in depression and marital distress, *Journal of abnormal psychology*, 115: 20-38.
- Tashiro. Ty & Frazier, P. (2003). "I will never be in relationship that again": personal Growth following romantic relationship breakup. *Personal relationships*. (10) 113-128.
- Thoen, M.A. and Robitschek, C. (2012). Intentional Growth Training. Unpublished manual. Retrieved from <http://www.myweb.ttu.edu/crobitsc/IGT.html>.
- Weiss, R.S. (1982) 'Attachment in adult life', in C.M. Parkes and J. Stevenson-Hinde (eds) *The Place of Attachment in Human Behavior*, New York: Basic Books.
- Whittaker A.E. And Robitschek C.(2001). Multidimensional Family Functioning: Predicting Personal Growth Initiative. *Journal of Counseling Psychology*, 48(4), 420-429