



The Effectiveness of Premarital based on Interpersonal Choices and Knowledge Education program on constraining beliefs about mate selection and attitude to know about one's partner

Gholamreza Rajabi¹ , Mahmood Bahmani² , Abbas Amanuelahi³ , Khaled Aslani⁴ , Siruos Alipour Birgani⁵

1. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. rajabireza@scu.ac.ir,

2. Ph.D Candidate in Counseling, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. E-mail: mahmoodebahmani@gmail.com

3. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran [A. amanelahi@scu.ac.ir](mailto:A.amanelahi@scu.ac.ir)

4. Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. kh.aslani@scu.ac.ir

5. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. Sirousalipour1234@gmail.com

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 16 January 2025

Received in revised form 13 February 2025

Accepted 20 March 2025

Published Online 23 August 2025

Keywords:

premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK), single young, constraining beliefs about mate selection, attitude to know about one's partner

ABSTRACT

Background: Considering the social changes in marriage, include increasing marriages with cultural differences, changing people's preferences regarding marital relationships and the growing people's independence in choosing a partner, premarital education is essential as a preventive approach. In addition the rising divorce rate and increasing age of marriage are worrying in our society.

Aims: This research aimed to investigate the effectiveness of premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) on constraining beliefs about mate selection and attitude to know about one's partner.

Methods: The present research method was experimental, type of the pre-test-post-test with a control group and tow-months follow-up period. The statistical population of this study were included all single young people aged 21 to 30 in Ahvaz city and 40 participants were selected using the available sampling method based on entry and exit criteria. To collect data, scales of constraining beliefs about mate selection (Rajabi et al, 2018) and attitude to know about one's partner (Van Epp & et al, 2008) were used. A 8-session premarital protocol based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) (Van Epp, 2015) was used for educational intervention. One-way analysis of variance, repeated measures tests and SPSS version 26 software were used for data analysis.

Results: The findings showed that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) in the experimental group compared to the control group has led to reduced the limiting beliefs about mate selection and improved the know about one's partner ($p < 0.009$). The results of the Bonferroni paired test showed that the scores from the pre-test to post-test and pre-test to follow-up were significantly difference, In addition no significant difference was observed between the post-test and follow-up scores in the dependent variables which indicating the stability of the educational program's effect.

Conclusion: according to the findings of the study and the changes in marriage patterns, it is suggested that therapists and counselings marriage use this program to reduce constraining beliefs about mate selection, to improve attitude to knowing about one's partner and to avoid in engaging in early emotional relationships, commitment and having sex before marriage.

Citation: Rajabi, Gh., Bahmani, M., Amanuelahi, A., Aslani, Kh., & Alipour Birigani, S. (2025). The effectiveness of premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) on constraining beliefs about mate selection and attitude to know about one's partner. *Journal of Psychological Science*, 24(150), 83-105. [10.52547/JPS.24.150.83](https://doi.org/10.52547/JPS.24.150.83)

Journal of Psychological Science, Vol. 24, No. 150, 2025

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.24.150.83](https://doi.org/10.52547/JPS.24.150.83)



✉ **Corresponding Author:** Gholamreza Rajabi, Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
E-mail: rajabireza@scu.ac.ir, Tel: (+98) 61-33360609

Extended Abstract

Introduction

increasing the divorce rate (one divorce for every three marriages) and rising in age of marriage to 32 years is one of the problems of our country. (rahmanpour, 2023). Considering the statistics and changes in marriage patterns, including the reduction of consanguineous marriages and increase in individuals' independence in choosing a partner, rising in education levels, and increasing in women's economic power, pre-marriage education as a preventive method is necessary. For these reasons, institutions and governments should play a greater role in pre-marriage education. Today, marriage counseling, with a preventive approach, studies the variables, skills, and factors that may affect individuals' marital relationships in the future. (shahanavaz & Azadeh, 2020).

Cobb et al (2004) have identified nine limiting beliefs about spouse selection, including one and only one, perfect partner, perfect person, perfect relationship, more effort, love is enough, cohabitation, opposites complete each other, and selection should be easy. These beliefs limit individuals from making conscious choices about their partner. The attitude of knowing about one's partner has been proposed by Van Epp et al (2008) in the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK). It refers to important areas for a better understanding of a future partner and includes components such as family background, attitudes and conscientious actions, compatibility, examples of relationships with others, and communication skills (Balford et al, 2016; Van Epp, 2008).

One of the pre- marriage education programs is the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK). This program is organized into two parts, head and heart knowledge. The head part includes family background, attitudes, and conscientious actions, compatibility, examples of other relationships, and communication skills. In this section, individuals become aware with sources for accessing accurate information that leads to a realistic and deep knowing about partner.

Also the heart part includes includes components of trust, encouragement, commitment, and contact. In this section, participants learn about commitment, attachment, and balanced growth of relationship components. For example, they learn to gain knowledge before trust in a relationship, to gain trust before commitment, and for contact, all components should be developed (Bohem et al, 2017).

Van Epp et al (2008) in their study on single soldiers found that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) reduced constraining beliefs about mate selection and improved the attitude of knowing about one's partner. Bohm (2017) in a study found that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) resulted in a reduction in the components of limiting beliefs about partner selection. Rajabi et al (2020) in their research found that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) reduced constraining beliefs about mate selection among female students. Hashemi et al (2023) found in their study that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) improved the girls' attitudes toward marriage. Sobhaninia & Rajabi (2023) found in their study that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) improved premarital relationships, including maintenance strategies and reduced emotional regulation.

Considering the social changes in marriage, including the increase in marriages with cultural differences, greater independence in choosing a partner, and changing individual preferences in marital relationships, recent study aimed to investigate the effectiveness of the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) on constraining beliefs about mate selection and attitude to knowing about one's partner.

Method

The current research design was a semi-experimental pre-test-post-test type with a control group and a two-month follow-up. The statistical community of this research was all single young adults aged 21-30 in the city of Ahvaz city.

Participants were selected using the convenient method and based on the entry and exit criteria of the study and the standard deviation 1 score above the mean in the scale of constraining beliefs about mate selection. They were randomly placed in two experimental and control groups and the participants of the experimental group were trained in eight sessions premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK). The participants of the experimental and control groups were tested after sixty days on the dependent variables.

In a recent study, Rajabi & et al constraining beliefs about the mate selection scale (2018) were used. This scale measures seven constraining beliefs about mate selection, including one and only one, the perfect

partner, the perfect person, complement relation, try harder, love is enough, cohabitation, opposites complement, and ease of effort.

Rajabi et al (2008) reported the alpha coefficients of all scale components up 0.60 and the correlation coefficients between the total score of the scale and the factors to be between 0.68 and 0.88.

The attitude to know about one's partner scale made by Van Epp (2008) was used in a recent study. Balford et al (2016) and Van Epp (2008) reported the alpha coefficients of all scale components 0.80. To obtain the validity of this scale, Lawshe's Content Validity Index was used and obtained 0.84. also in this study, reliability of the scale by using Cronbach's alpha coefficient was obtained 0.92.

Results

Table 1. The results of the multivariate analysis test in training and control groups in the components of constraining beliefs about the mate selection and attitude to knowing one's partner scales.

Variable	Component	Effect	Wilks Lambda	f	df	df error	p	η^2
Constraining beliefs about mate selection	Cohabitation	group effect	0.47	20.42	2	37	<0.001	0.52
		group $\times$ time	0.44	22.54	2	37	<0.001	0.56
	The perfect assurance	group effect	0.27	47.68	2	37	<0.001	0.73
		group $\times$ time	0.24	55.95	2	37	<0.001	0.75
	One and only	group effect	0.24	56.74	2	37	<0.001	0.75
		group $\times$ time	0.25	55.39	2	37	<0.001	0.75
	opposites complements	group effect	0.61	11.46	2	37	<0.001	0.38
		group $\times$ time	0.80	4.48	2	37	<0.01	0.19
	idealism	group effect	0.29	28.21	2	37	<0.001	0.60
		group $\times$ time	0.42	25.09	2	37	<0.001	0.57
	ease of effort	group effect	0.60	11.95	2	37	<0.001	0.39
		group $\times$ time	0.61	11.44	2	37	<0.001	0.38
		group effect	0.26	50.15	2	37	<0.001	0.73
	family background	group $\times$ time	0.19	74.32	2	37	<0.001	0.70
Attitude to knowing one's partner	attitudes and actions of the conscience	group effect	0.23	59.77	2	37	<0.001	0.76
		group $\times$ time	0.29	44.79	2	37	<0.001	0.70
	compatibility	group effect	0.20	74.21	2	37	<0.001	0.80
		group $\times$ time	0.17	90.40	2	37	<0.001	0.83
	exsamples of other relationship	group effect	0.62	11.03	2	37	<0.001	0.37
		group $\times$ time	0.75	13.55	2	37	<0.01	0.42
	communication skills	group effect	0.47	20.80	2	37	<0.001	0.52
		group $\times$ time	0.26	51.60	2	37	<0.001	0.73

In current study After confirming the assumptions of variance analysis contains normality with the Sapiro-Wilk test, equality variances with the Levene's test, linearity with Matrix Scatter test, outlier data with the

Mahalanobis Distance Test, Equality of Covariance Matrices with of Box's Test and Sphericity with of Mauchly's Test, repeated (mixed) analysis of variance was used to analyze the data.

The results of this tests show that the variance assumptions have been confirmed.

Table 2. The repeated (mixed) analysis of variance in training and control groups in the components of constraining beliefs about the mate selection and attitude to knowing one's partner scales.

Variable	Component	Effects	sum of squares	df	sum of squares error	F	P	η^2
Constraining beliefs about mate-selection	cohabitation	group effect	154.40	2	105.14	33.01	<0.001	0.46
		group $\times$ time	175. 2	2	119.312	37.45	<0.001	0.49
	the perfect assurance	group effect	146.61	2	71.80	65.02	<0.001	0.85
		group $\times$ time	165.11	2	62.55	74.86	<0.001	0.66
	one and only	group effect	51.95	2	25.97	78.13	<0.001	0.67
		group $\times$ time	47.45	2	23.72	71.36	<0.001	0.65
	opposites complements	group effect	22.86	2	11.43	13.66	<0.001	0.26
		group $\times$ time	8.86	2	4.43	5.29	<0.007	0.12
	idealim	group effect	38.11	2	19.05	37.87	<0.001	0.22
		group $\times$ time	33.01	2	16.50	30.20	<0.001	0.47
	ease of effort	group effect	14.31	2	71.15	11.20	<0.001	0.22
		group $\times$ time	17.81	2	80.90	13.95	<0.001	0.26
Attitude to knowing one's partner	family background	group effect	10.64	1.42	7.46	31.71	<0.001	0.45
		group $\times$ time	12.06	1.42	8.84	35.94	<0.001	0.48
	attitudes and actions of the conscience	group effect	15.57	1.58	7	38.50	<0.001	0.50
		group $\times$ time	11.07	1.58	7.12	27.39	<0.001	0.41
	compatibility	Group effect	12.63	1.63	7.77	0.47	<0.001	0.55
		group $\times$ time	12.68	1.63	8.25	0.47	<0.001	0.55
	examples of other relationships	Group effect	8.75	1.40	6.23	9.23	<0.001	0.19
		group $\times$ time	8.19	1.45	5.91	8.64	<0.002	0.18
	Communication skills	Group effect	5.18	1.57	3.49	11.35	<0.001	0.23
		group $\times$ time	14.27	1.48	9.9	31.28	<0.001	0.45

The results of analysis variance in tables 1 and 2 show that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) (Van Epp, 2008) has reduced constraining beliefs about mate selection and attitude to know about one's partner in the group of educational intervention compared than

the control group ($p < 0.01$).

To study the durability effect of educational interventions, analysis variance with repeated measurements in pre-test, pos-test and follow-up test was used.

The results of repeated measurements show the educational intervention in premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) has reduced the scores of six components of constraining beliefs about mate selection and has improved attitude to know about one's partner from the pre-test to the post-test and from the pre-test to the follow-up. However, weren't found significant difference between the post-test and the follow-up in constraining beliefs about mate selection and attitude to know about one's partner. The recent findings indicates the durability of the educational program's effect.

Conclusion

The findings of the recent study showed that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) have reduced constraining beliefs about mate selection and improved attitudes to know about one's partner. The obtained findings were consistent with Van Epp et al (2008), Boehm (2017), Rajab et al (2021), Bradford et al (2016), Hashemi et al (2023), Halt et al(2016), Harris (2017) and Sobhaninia & Rajabi studeis (2023).

In explaining the reduction of constraining beliefs about mate selection, it can be said that in heart knowledge section includes components of trust, encouragement, commitment, and contact. In this section, participants are trained in commitment, attachment and the balanced development of the components of communication. For example, they are trained to knowing partner before trusted them, trusting before commitment, and after growing all the components have contact. (Van Epp & et al, 2008). Also, the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK), helps in reducing idealism and perfect assurance beliefs by emphasizing the importance of acceptance a partner's weaknesses, childhoo attachment styles, family patterns and its impact on the relationships limiting beliefs. In the heart awareness section, this program helps to reduce one and only one and ease of effort beliefs by emphasizing the own responsibility in his growth and satisfaction.

The findings of the recent study showed that the premarital based on interpersonal choices and knowledge education program (PICK) have improved the attitude to know about one's partner. The obtained findings were consistent with Van Epp et al. (2008); Bradford et al. (2016); Stewart (2015). In explaining to improve the attitude to know about one's partner, it can be said that in heart knowledge section has been emphasized that people's past relationships, especially relationships with parents, friends, are repeated in future relationships, and on the other hand, communication skills and conscientious attitudes and actions of a person are important predictors of marital satisfaction in the future. (Van Epp et al., 2015).

According to the change in marriage patterns, it is suggested that psychologists and counselings of marriage use this educational method to teach young people and teenagers how to knowing a partner accurately, how to control the level of relationships and avoid in engaging in early emotional relationships, commitment and having sex before marriage.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is taken from the doctoral dissertation of the second author in the field of counseling in the faculty of Educational Sciences and Psychology in Shahid Chamran University of Ahvaz. In order to maintain the observance of ethical principles in this study, an attempt was made to collect information after obtaining the consent of the participants. Participants were also reassured about the confidentiality of the protection of personal information and the presentation of results without mentioning the names and details of the identity of individuals

Funding: This study was conducted as a PhD thesis with no financial support.

Authors' contribution: The first author was the supervisors., senior author, the second were the student of tesis and the third, fourth, & fifth was the advisors.

Conflict of interest: The authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: I would like to appreciate the supervisor, the advisors, the adults in the study.



بررسی اثربخشی برنامه پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر

غلامرضا رجبی^۱، محمود بهمنی^۲، عباس امان الهی^۳، خالد اصلانی^۴، سیروس عالی پور بیرگانی^۵

۱. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۳. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۴. دانشیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۵. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۲۷

بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۲۵

پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۳۰

انتشار برخط: ۱۴۰۴/۰۶/۰۱

کلیدواژه‌ها:

آموزش برنامه پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی، باورهای محدودکننده انتخاب همسر، بهبود نگرش نسبت به شناخت همسر، جوانان مجرد

زمینه: با توجه به تغییرات اجتماعی ازدواج از جمله افزایش ازدواج‌های با تفاوت فرهنگی، تغییر تمایلات افراد در خصوص روابط زناشویی و بالا رفتن استقلال افراد در انتخاب همسر، آموزش پیش از ازدواج به عنوان یک رویکرد پیشگیرانه ضروری می‌باشد. به علاوه افزایش نرخ طلاق، بالا رفتن سن ازدواج نیز در جامعه نگران کننده است.

هدف: این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش برنامه پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش به شناخت همسر انجام شد.

روش: روش پژوهش حاضر، آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه جوانان مجرد ۲۱ تا ۳۰ سال شهر اهواز در سال ۱۴۰۱ بودند و با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و براساس ملاک‌های ورود و خروج، ۴۰ شرکت کننده انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر رجبی و همکاران (۱۳۹۸) و نگرش نسبت به شناخت همسر (ون اپ و همکاران، ۲۰۰۸) استفاده شد. برای مداخله آموزشی از پروتکل ۸ جلسه‌ای آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی (ون اپ، ۲۰۱۵) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل واریانس یک راهه، با اندازه‌گیری مکرر و نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی، باورهای محدودکننده انتخاب همسر را کاهش و نگرش نسبت به شناخت همسر را در گروه آزمایش نسبت به گواه بهبود بخشیده است ($p < 0.009$). نتایج آزمون جفتی بنفرونی نشان داد که نمرات مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون و پیش‌آزمون تا پیگیری به شکل معناداری متفاوت می‌باشد، به علاوه بین نمرات پس‌آزمون و پیگیری در متغیرهای وابسته تفاوت معناداری دیده نمی‌شود که نشان دهنده پایداری اثر برنامه آموزشی است.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج پژوهش و تغییر در الگوهای ازدواج، پیشنهاد می‌شود درمانگران و مشاوران ازدواج از این برنامه جهت کاهش باورهای محدودکننده انتخاب همسر، بهبود نگرش نسبت به شناخت دقیق شریک، آگاهی در کنترل روابط عاطفی، تعهد زود هنگام و روابط جنسی قبل از ازدواج استفاده کنند.

استاد: رجبی، غلامرضا؛ بهمنی، محمود؛ امان الهی، عباس؛ اصلانی، خالد؛ و عالی پور بیرگانی، سیروس (۱۴۰۴). بررسی اثربخشی برنامه پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۴، شماره ۱۵۰، ۸۳-۱۰۵.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۴، شماره ۱۵۰، ۱۴۰۴. DOI: [10.52547/JPS.24.150.83](https://doi.org/10.52547/JPS.24.150.83)



مقدمه

در اسلام، خانواده و ازدواج به عنوان مهم‌ترین تامین‌کننده سلامت فردی و اجتماعی یاد شده است. خداوند کریم در آیه ۵۴ سوره نحل می‌فرماید: "و از نشانه‌های او این است که برای شما از جنس خودتان همسرانی آفرید تا در کنار آن‌ها سکونت یابید". پیامبر اسلام (ص) نیز فرمودند: "ازدواج سنت من است، و کسی که از سنت من روی گردان باشد از من نیست" (شیرازی، ۱۴۰۲). گزارش پژوهش‌های مختلف علوم اجتماعی نیز نشان می‌دهد که افراد متاهل نسبت به افراد مجرد، کمتر به بیماری‌های روان‌تنی، افسردگی، اضطراب، اعتیاد و شکست‌های شغلی مبتلا می‌شوند (هانتینگتون و همکاران، ۲۰۲۲).

تغییرات مختلف اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و تکنولوژی، پدیده‌های مختلف اجتماعی از جمله خانواده و ازدواج را تحت تاثیر قرار داده است که از جمله می‌توان تغییر در الگوی روابط قبل از ازدواج، الگوی همسرگزینی، افزایش ازدواج با تفاوت فرهنگی، تغییر در توقعات زناشویی، افزایش سن ازدواج، افزایش طلاق را نام برد. این تغییرات، بهبود الگوهای شناخت از شریک، مهارت مدیریت روابط قبل از ازدواج، تغییر کلیشه‌های جنسیتی در روابط زناشویی، افزایش مهارت‌های ارتباطی را بیش از پیش ضرورت بخشیده است (بیرجندی، ۱۴۰۰).

در گذشته ارتباطات افراد با یکدیگر پراکندگی زیادی نداشت و محدود به شهر یا محله‌ی خود بود و این شکل ارتباط نیز ازدواج‌ها را به درون فرهنگی محدود کرده بود. با گسترش تعاملات و رشد تکنولوژی ازدواج‌ها از محدوده درون فرهنگی خارج شده و ازدواج‌های غیرخویشاوندی و بدون اشتراک فرهنگی افزایش داشته است (شهانواز و اعظم آزاده، ۱۳۹۸). در الگوی قدیمی انتخاب همسر نیاز به شناخت کمتری بین دو نفر مطرح بود، ولی امروزه به دلیل عدم ارتباط و تفاوت‌های فرهنگی بین دو شریک، بدست آوردن شناخت دقیق‌تر، آگاهی از تمایلات، باورهای فردی، علائق و سبک‌های رفتار شریک انتخاب شده را، برای شروع یک رابطه موثر و اطمینان بخش را ضروری گردانیده است (موسوی، ۱۴۰۰).

روابط دختر و پسر در قبل از ازدواج نیز در جامعه امروز تغییرات چشم‌گیری داشته است. در گذشته دو جنس قبل از ازدواج مرادوات بسیار اندکی داشتند.

ارتباطات آن‌ها به جلسه خواستگاری محدود و گسترش روابط نیز منوط به برقراری عقد بود. اما امروزه با توجه به ایجاد فرصت تعاملات بیشتر دو جنس از محیط‌های آموزش و شغلی، نیازمند کنترل بیشتر و آگاهانه این روابط می‌باشد.

این آزادی بیشتر ضمن موثر بودن در شناخت بهتر دو شریک، می‌تواند به آسیب‌های جدی مختلف روانی، عاطفی، مالی و حتی جنسی بین زوجین منجر شود. از طرفی با بالا رفتن تعلقات عاطفی و جنسی دو فرد به یکدیگر قبل از ازدواج، ممکن است افراد به ازدواج غیرآگاهانه و زود هنگام دست زنند (رحمانی پور، ۱۴۰۳).

امروزه افراد با توقعات بیشتری از ازدواج و تشکیل خانواده روی می‌آورند. اهمیت تامین نیازها، روابط عاطفی پررنگ‌تر و صمیمیت زناشویی، برابری بیشتر بین زن و شوهر، تقسیم عادلانه‌تر مسئولیت‌ها، با توجه به تغییر در سطح تحصیلات و درآمد و افزایش قدرت خصوصاً در بین زنان از جمله این تغییرات می‌باشد. این تغییرات نیز ضرورت آمادگی‌های قبل از ازدواج جهت آگاهی لازم برای رسیدن به رضایت مطلوب در زندگی زناشویی آتی دو چندان می‌کند (خلیلی، ۱۴۰۰).

یکی از معضلات دیگر جوامع امروزی بالا رفتن سن ازدواج می‌باشد. که این آمار از میانگین سنی ۲۳ سال در سال ۱۳۷۰، به ۳۱ سال، در سال ۱۴۰۲ افزایش داشته است (سازمان ثبت احوال، ۱۴۰۲). عدم ازدواج افراد در سن مناسب در جامعه فعلی باعث بروز آسیب‌های مختلف اجتماعی چون: روابط ناآگاهانه قبل از ازدواج، اعتیاد، بیماری‌های چون ایدز و حاملگی ناخواسته شده است. از طرفی افزایش سن ازدواج منجر به مشکلات ناباروری ثانویه شده است. ناباروری ثانویه به این معناست که زوجین قبلاً بارور بوده‌اند؛ اما به دلیل مختلفی از جمله افزایش سن و تغذیه و تغییرات سبک زندگی در گذر زمان قدرت باروری خود را از دست داده‌اند. طبق آمار وزارت بهداشت، ناباروری ثانویه از ۵ درصد در سال ۱۳۷۰ به ۲۰ درصد در سال ۱۴۰۱ افزایش داشته است (ابراهیمی و همکاران، ۱۴۰۱؛ برومندیا و همکاران، ۲۰۲۲).

یکی دیگر از معضلات جامعه، افزایش نرخ طلاق می‌باشد. طبق آخرین آمارهای رسمی براساس آخرین آمارهای رسمی ازدواج و طلاق در سال ۱۴۰۳، ۱۰۳۸۵۳ ازدواج و ۴۶۰۰۴ طلاق ثبت شده است و این آمار به نسبت مشابه سال ۱۳۹۵ که با تعداد ۱۹۵۸۸۹ ازدواج و ۴۸۳۲۵ طلاق، را می‌توان

برای ازدواج محدود کند و یا افراد را جهت پیدا کردن شریک منفعل کند، (۲) تمایل به ازدواج را به دلیل باورهای ایده‌گرایانه محدود کند، (۳) تلاش فرد برای تداوم یک رابطه موثر در زندگی آینده را محدود کند، (۴) باعث آسیب‌های روانی و جسمی به شریک شود (کوب و همکاران، ۲۰۰۴).

یکی از متغیرهای دیگر مهم پیش از ازدواج که با توجه به تغییرات اجتماعی به‌وجود آمده در پدیده ازدواج برای شروع و تداوم یک رابطه رضایت‌بخش ضروری می‌باشد، نگرش نسبت به شناخت همسر است. نگرش نسبت به شناخت همسر توسط ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸) در جریان برنامه آموزش آگاهی و انتخاب‌های بین فردی^{۱۱} مورد استفاده قرار گرفته‌است و شامل روش‌های بدست آوردن شناخت موثق از باورهای خصوصیات شریک آینده می‌باشد. این شناخت از طریق بررسی مولفه‌های مهم زمینه خانوادگی^{۱۲}، نگرش‌ها و اعمال وجدانی^{۱۳}، سازگاری بالقوه^{۱۴}، مثال‌هایی از ارتباط با دیگران^{۱۵} و مهارت‌های ارتباطی^{۱۶} بدست می‌آید (وان‌اپ، ۲۰۰۶؛ برادفورد و همکاران، ۲۰۱۶). زمینه خانوادگی شامل شناخت نحوه کنترل هیجانات در خانواده، ابراز وجود، صمیمیت و نوع تعامل افراد با یکدیگر پیش‌بینی کننده قوی از کیفیت روابط زناشویی آینده فرد می‌باشد. تحقیقات مختلف نیز نشان می‌دهد داشتن وجدان با ازدواج سالم‌تر و شادتر ارتباط دارد و درک نحوه به‌کارگیری وجدان شخصی در روابط نزدیک مهم است. شیوه‌ای که افراد با دیگران از جمله دوستان، همکاران و شرکای عاشقانه گذشته رفتار می‌کنند، و مهارت‌های ارتباطی به کار گرفته در این روابط واقعی می‌تواند چگونگی کیفیت ارتباط فرد در آینده را نشان می‌دهد (وان‌اپ، ۲۰۱۵).

برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج مختلفی برای افراد مجرد طراحی شده است که از جمله می‌توان به برنامه هنر عشق‌ورزیدن^{۱۷}، برای گروه سنی ۱۲ به بالا (الن وود، ۱۹۹۸، به نقل از اولسون - سیگ، ۲۰۰۴)؛ برنامه ساختن رابطه^{۱۸} (اولسون - سیگ، ۲۰۰۴) برای افراد گروه سنی نوجوان

نشان از افزایش چشمگیر پدیده طلاق دارد و نسبت آن در سال ۱۴۰۲ به ازای هر دو ازدواج یک طلاق بوده است (سازمان ثبت و احوال کشور، ۱۴۰۳؛ ۱۴۰۲).

با توجه به پیامدهای نامطلوب طلاق بر روی فرزندان، زوجین و آسیب‌های اجتماعی آن، پیشگیری از طلاق به حوزه مهم مطالعه در علوم انسانی و سیاست‌گذاری تبدیل شده‌است.

یکی از برهه‌های مهم و تاثیرگذار، برای پیشگیری از وقوع طلاق دوره پیش از ازدواج می‌باشد. روانشناسان و متخصصان حوزه ازدواج بر این اعتقاد هستند نگرش‌ها، باورها و الگوهای رفتاری افراد در این دوره مهم‌ترین نقش را می‌تواند در پیش‌بینی را روابط آتی زناشویی فرد ایفا کند (اسکندری نژاد و فتحی آشتیانی، ۱۴۰۰). در پژوهش‌ها، متغیرهای پیش از ازدواج مهمی از جمله ترس از ازدواج، باورهای ایده‌آل‌گرایانه، الگوهای ارتباطی، انتظار از ازدواج، ملاک‌های پیش از ازدواج، سبک‌های دلبستگی و حل مساله نام برده شده‌است (بهادر مطلق و همکاران، ۱۴۰۳). از متغیرهای مهم دیگر تاثیرگذار پیش از ازدواج را می‌توان باورهای محدودکننده^۱ در انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر^۲ را نام برد (استنلی و همکاران، ۲۰۰۶؛ رضایی و همکاران، ۱۴۰۱). این متغیرها نقش مهمی در شروع و تداوم رابطه دارند.

باورهای محدودکننده انتخاب همسر توسط کوب و همکاران (۲۰۰۴) معرفی شد و شامل مولفه‌های: شریک آینده من باید کامل باشد^۳، خودم برای ازدواج باید شخص کاملی^۴ باشم، با تلاش بیش‌تر^۵ می‌توان هرگونه رابطه‌ای را رضایت بخش کرد، عشق تنها برای ازدواج کافی است^۶، هم‌خوابی^۷ می‌تواند روابط آینده زوجین را بهبود ببخشد، متضادها همدیگر را کامل می‌کنند^۸ و برای ازدواج موفق، همسر من باید متفاوت با من باشد، انتخاب باید آسان باشد^۹ و یکی و تنها یکی^{۱۰} برای ازدواج موفق با من آفریده شده‌است، می‌باشد (کوب و همکاران، ۲۰۰۴).

این باورهای محدودکننده می‌تواند: (۱) افراد را برای انتخاب فرد خاص

¹⁰. one and only

¹¹. interpersonal choices and knowledge education program (PICK)

¹². family background

¹³. attitudes and actions of the conscience

¹⁴. compatibility

¹⁵. examples of other relationships

¹⁶. skills in relationships

¹⁷. The Art of loving well

¹⁸. Building Relationships

¹. constraining biliefs about mate-selection

². attitude to knowing one's partner

³. the perfect assurance

⁴. love is enough

⁵. try harder

⁶. love is enough

⁷. cohabitation

⁸. opposites complement

⁹. choosing should be easy

همسر در بین سربازان مجرد به این نتیجه دست یافتند که افراد شرکت کننده در این برنامه باورهای محدودکننده کمتر و نگرش‌های بهتری نسبت به شناخت همسر نشان داده‌اند.

بوهم (۲۰۱۷) در پژوهشی با بررسی تأثیر آموزش برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر نگرش به عشق کورکورانه (یکی از مؤلفه‌های مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر) به این نتیجه دست یافتند که این برنامه نگرش به عشق کورکورانه را کاهش داده است.

هالت و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهشی بر روی جوانان مجرد به نشان دادند که برنامه آموزش برنامه آمادگی پیش از ازدواج مبتنی بر دیدگاه آگاهی و انتخاب بین فردی در کاهش مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر موثر بوده است.

هاریس (۲۰۱۷) در پژوهشی به بررسی تأثیر آموزش برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر سلامت روابط بین فردی در بین دانش‌آموزان دبیرستانی به این نتیجه دست یافت که این برنامه باعث کمک به دانش‌آموزان برای دوری از روابط خطرناک شده و به شروع ادامه و رفتارهای سالم در روابط کمک می‌کند.

بلوچ زاده و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی باعث کاهش باورهای ناکارآمد پیش از ازدواج شده است.

عظیمی خویی و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آموزش پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود باورهای ارتباطی و نگرش بهتر به ازدواج شده است. رجبی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که برنامه آموزش پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (PICK) باعث کاهش انتظارات ایده آل گرایانه زناشویی دانشجویان مجرد شده است.

رجبی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهش خود با موضوع بررسی اثربخشی برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی در کاهش مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر بین دانش‌آموزان دختر نشان دادند که این برنامه باعث کاهش باورهای محدودکننده انتخاب همسر شده است.

در رشد مهارت‌های شخصی؛ برنامه تمرین‌های عملی غنی‌سازی مهارت‌های ارتباطی نوجوانان (گوردون، ۲۰۰۲، به نقل از اولسون - سیگ، ۲۰۰۴)؛ برنامه ارتباط آگاهانه (آدلر - بیدرو همکاران، ۲۰۰۷) برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (وان اپ، ۲۰۰۶) اشاره کرد.

یکی از برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج، برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی است که براساس مدل دل‌بستگی ارتباطی و برای بررسی روابط نزدیک توسعه یافته است. مدل دل‌بستگی ارتباطی شامل پنج پیوند پویای شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس می‌باشد. ترکیبی از این پنج پیوند، تصویری از احساس کلی در یک رابطه و اطلاعات معنی‌داری در مورد احساس عشق، دل‌بستگی و نزدیکی در رابطه فراهم می‌کنند. این برنامه در دو بخش دانش عقلی و دانش قلبی سازماندهی شده است. بخش دانش عقلی شامل زمینه خانوادگی، نگرش‌ها و اعمال وجدانی، سازگاری، مثال‌هایی از روابط دیگر و مهارت‌های ارتباطی مشخص می‌شود. در این بخش فرد با منابع دستیابی به اطلاعات موثق در مرحله‌ی آشنایی که منجر به شناخت دقیق و عمیق از شریک می‌شود آشنا می‌شوند (وان اپ، ۲۰۱۵).

بخش دانش قلبی، شامل روش‌های افزایش اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس، ارتباط عاطفی است و در آن شرکت‌کننده‌ها نحوه گسترش بالندگی، تعهد، دل‌بستگی، نحوه تعادل این عوامل و تقویت مرزها در یک رابطه را آموزش می‌بینند (برادفورد و همکاران، ۲۰۱۶).

در یک ارتباط، شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس به صورت هماهنگ رشد می‌کنند. به این معنی که با رشد یک مؤلفه، بدون رشد متوازن بقیه مؤلفه‌ها، این رابطه را نمی‌توان رابطه سازنده‌ای خواند. برای مثال، در شرایط ایده آل، سطح اعتماد شرکا نباید قبل از شناخت و آگاهی دقیق از خصوصیات یکدیگر شود. شرکا نباید قبل از اعتماد به یکدیگر، دلگرم شوند و مهم‌تر از همه، شرکا نباید قبل از صرف زمان و رشد مناسب زمینه‌های شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد، بیش از حد تماس یا زمینه جنسی را گسترش دهند (وان اپ و همکاران، ۲۰۰۸).

پژوهش‌های مختلف اثربخشی برنامه آگاهی و انتخاب فردی بر متغیرهای پیش از ازدواج را مورد بررسی قرار داده‌اند.

وان اپ و همکاران (۲۰۰۸) با مطالعه‌ای با موضوع اثربخشی برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر باورهای محدودکننده و نگرش نسبت به انتخاب

باورهای محدودکننده انتخاب همسر، مصاحبه اولیه، ملاک‌های ورود ازجمله: تمایل به حضور در هشت جلسه آموزشی، نداشتن سابقه نامزدی و عقد، داشتن تحصیلات دیپلم به بالا و ملاک‌های خروج ازجمله: غیبت بیش از دو جلسه و ازدواج فرد در طول جلسات انتخاب شدند.

ب) ابزار

مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر (CBMS):

مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر توسط لارسون در سال ۱۹۹۲ ساخته شده است. این پرسشنامه ۲۰ سوال دارد و ۵ باور محدودکننده از جمله یک و فقط یکی، هم‌خوابی، اطمینان کامل، متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند، آرمان‌گرایی و آسان‌گرایی را می‌سنجد. ماده‌های این مقیاس در یک طیف لیکرتی ۵ درجه‌ای کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵ رتبه‌بندی می‌شوند، و پاسخ به این ماده‌ها بیانگر نگرش و باورهای شرکت‌کنندگان نسبت به انتخاب همسر است. نمره بالاتر بیانگر نگرش‌های محدودکننده‌تر نسبت انتخاب همسر در افراد است. حداقل و حداکثر نمره این مقیاس عدد ۲۰ تا ۱۰۰ می‌باشد. کوب و همکاران (۲۰۰۳) ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۸۸ و برای هفت عامل از ۰/۶۴ تا ۰/۹۸ به دست آوردند و ضرایب پایایی بازآزمایی برای کل نمونه را ۰/۹۰ و برای هفت خرده مقیاس از ۰/۵۹ تا ۰/۹۲ بدست آوردند. در این پژوهش از مقیاس هنجار شده باورهای محدودکننده انتخاب همسر رجبی و همکاران (۱۳۸۸) استفاده شده است.

رجبی و همکاران (۱۳۸۸) و استوار و همکاران (۱۳۹۹) نیز ضرایب آلفای کل مقیاس را بالاتر از ۰/۶۰ و ضرایب همبستگی بین نمره‌ی کل مقیاس و عامل‌ها را بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۸ گزارش داده‌اند. در این پژوهش نیز پایایی ابزار به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۸ به دست آمده است.

پرسشنامه نگرش نسبت به شناخت همسر (AKNP):

پرسشنامه نگرش نسبت به شناخت همسر یک مقیاس ۲۸ ماده‌ای است که توسط ون اپ و همکاران (۲۰۰۸) تهیه شده است و اهمیتی که شرکت‌کنندگان به هر یک از حوزه‌ها در شناخت بهتر همسر و شریک می‌دهند را می‌سنجد. این مقیاس دارای خرده مقیاس‌های، سابقه خانوادگی، نگرش‌ها و اعمال وجدانی، سازگاری، نمونه‌هایی از دیگر روابط و مهارت‌های ارتباطی در روابط است. ماده‌های این مقیاس در یک طیف ۱۰ رتبه‌ای (کاملاً بی اهمیتی = ۱ تا کاملاً با اهمیتی = ۱۰) درجه‌بندی شده است.

هاشمی و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که آموزش پیش از مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود نگرش نسب به شناخت همسر شده است.

سبحانی‌نیا و رجبی (۱۴۰۲) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود راهبردهای نگهداری رابطه و ساماندهی هیجانی به عنوان مهارت‌های ارتباطی شده است. استورات (۲۰۱۵) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود نگرش نسبت به شناخت همسر شده است. بالفورد و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهشی خود خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود مهارت‌های بین فردی و شناخت همسر شده است. دهقان و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی نگرش به ازدواج در بین جوانان را بهبود بخشیده است.

وفایی نژاد و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که هر دو برنامه برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی و السون توانسته است نگرش به ازدواج در بین جوانان را بهبود ببخشد. با توجه به تغییرات اجتماعی و اقتصادی پدیده ازدواج، تغییر الگوهای همسرگزینی، افزایش نرخ طلاق، بالا رفتن سن ازدواج و ضرورت ایجاد آمادگی و سازگاری لازم قبل از ازدواج، تمرکز این پژوهش، بررسی این سؤال بود که آیا آموزش برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی بر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر در بین جوانان مجرد شهر اهواز مؤثر است؟

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:

پژوهش حاضر یک پژوهش آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه با گروه گواه است. جامعه این پژوهش شامل کلیه جوانان مجرد ۲۱ تا ۳۰ ساله شهر اهواز در سال ۱۴۰۱ بود که ۴۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس از میان متقاضیان شرکت در کارگاه ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی انتخاب شدند. نمونه این پژوهش براساس نمره یک انحراف معیار بالاتر از میانگین در پرسش‌نامه

نیست)، مقدار نسبت روایی محتوایی (CVR) ۰/۸۴ بدست آمده است که روایی مناسبی می‌باشد. در این پژوهش نیز پایایی ابزار به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۲ و در خرده مقیاس‌های سابقه خانوادگی ۰/۸۶، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ۰/۸۸، سازگاری ۰/۹۲، روابط قبلی ۰/۹۰ و مهارت‌های ارتباطی ۰/۹۳ بدست آمده است. خلاصه جلسات برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی ون اپ (۲۰۱۵) در جدول ۱ شرح داده شده است. این برنامه توسط عباسی و همکاران (۱۴۰۱) رواسازی شده است.

نمرات هر مولفه در مقیاس نیز با استفاده از میانگین نمرات (مجموع نمرات تقسیم بر تعداد سوالات در هر مولفه) بدست می‌آید. حداقل و حداکثر نمره این مقیاس عدد ۵ تا ۵۰ می‌باشد در این مقیاس نمره بالاتر بیانگر نگرش بهتر نسبت به شناخت همسر در افراد است. ون اپ و همکاران (۲۰۰۸) ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۸۲ و در خرده مقیاس‌های سابقه خانوادگی ۰/۸۵، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ۰/۸۶، سازگاری ۰/۸۰، روابط قبلی ۰/۹۰ و مهارت‌های ارتباطی ۰/۹۰ گزارش داده‌اند. برای بدست آوردن روایی این پرسشنامه با استفاده از اظهار نظر ۲۰ نفر از صاحب‌نظران و روایی محتوا لاوشه^۱ با مقیاس لیکرت سه درجه‌ای (گویه ضروری است، گویه مفید ولی ضروری نیست و گویه ضروری

جدول ۱. شرح جلسه‌های برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی (ون اپ، ۲۰۱۵)

عنوان جلسه	دستورالعمل جلسه	تکالیف
جلسه اول	آشنایی با برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی	از ۵ نفر از شرکت کنندگان خواسته شد با دو نفر از افرادی که ازدواج یا طلاق را تجربه کرده‌اند در خصوص اهمیت مشورت و آموزش پیش از ازدواج به بحث بنشینند. و گزارش آن در جلسه بعد ارائه دهند.
جلسه دوم	آموزش کسب دانش عقلی از طریق درک سازگاری و تناسب	از ۵ نفر از شرکت کنندگان خواسته شد با دو نفر از افرادی که ازدواج یا طلاق را تجربه کرده‌اند در خصوص جاذبه اول ارتباط، شباهت‌ها و تفاوت‌های اولیه و نقش آن در طول رابطه رابطه به بحث بنشینند و گزارش آن در جلسه بعد ارائه دهند. از افراد خواسته شد در ارتباط با دوستان خود از تکنیک بررسی مصداق‌ها، و شواهد و بررسی همخوانی ارتباط کلامی و غیر کلامی ۳ مورد یادداشت و در جلسه بعد ارائه دهند.
جلسه سوم	آموزش کسب دانش عقلی از طریق مهارت‌های ارتباطی شریک	در این جلسه ضمن آشنایی اعضا با نحوه برگزاری جلسات و قوانین دوره به مبانی نظری از جمله مدل دل‌بستگی ارتباطی، برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی و اهمیت آموزش پیش از ازدواج پرداخته شد.
جلسه چهارم	آموزش کسب دانش عقلی از طریق الگوهای ارتباطی با دیگران	در این جلسه اعضای گروه با مفهوم سازگاری و ابعاد آن شامل شبیهی متقابل (جاذبه متقابل) مکملیت (بررسی تفاوت‌های مهم) و مقایسه‌پذیری آشنا شدند و در خصوص اهمیت سازگاری در شروع و تداوم یک رابطه سازنده بحث شد. در خصوص مهارت‌های گفتگو نیز صحبت شد. این جلسه در خصوص روش‌های کسب شناخت موثق از شریک از جمله اهمیت مهارت‌های ارتباطی سالم و ابعاد آن، تشخیص فریب در ارائه خود، ارتباط ناهمخوان، باز بودن و خود افشایی بحث شد.
جلسه پنجم	آموزش کسب دانش عقلی از طریق زمینه خانوادگی و الگوهای وجدانی	در این جلسه ضمن اهمیت شناخت نحوه الگوهای ارتباطی در روابط مهم افراد از جمله با افراد خانواده و دوستان سابق و تکرار این الگوها در روابط زناشویی آینده فرد، در خصوص نحوه آشنایی موثق با الگوهای ارتباطی شریک بحث شد.
جلسه ششم	آموزش کسب دانش قلبی از طریق آگاهی از مؤلفه اعتماد	در این جلسه اعضا از الگوهای خانوادگی و اثر آن بر رفتار زناشویی فرد از جمله نحوه کنترل هیجانات و ابراز عواطف در خانواده، شناخت نقاط قوت و ضعف خانوادگی تاثیر گذار در رفتار شریک و نحوه شناخت و درک رفتارهای شریک، تغییر این الگوها بحث شد. در خصوص الگوهای وجدان و شناخت آن در شریک نیز بینش کسب شد.
		این جلسه با بحث در مورد اعتماد و نحوه ایجاد و تقویت آن در شروع ارتباط، اولویت داشتن شناخت بر اعتماد و خطرات اعتماد بدون شناخت بحث و گفتگو شد.

¹. Lawshe

عنوان جلسه	دستورالعمل جلسه	تکالیف
جلسه هفتم آموزش کسب دانش قلبی از طریق دلگرمی تعهد و تماس	در این جلسه در مورد تعهد و چگونگی آزمون متعهد بودن شریک آینده، خطرهای ناشی از تعهد بیش از اندازه، اثرات عاطفی و فیزیکی جاذبه جنسی قبل از ازدواج بحث شد. و بر اهمیت رشد هماهنگ چهار مؤلفه اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس با مؤلفه شناخت (دانش عقلی) تاکید شد.	از افراد خواسته شد در خصوص روش‌ها و تکنیک‌های کنترل روابط جنسی ازدواج و اهمیت آن با استفاده از تکنیک بارش فکری، جستجو در اینترنت و یا مصاحبه با افراد متاهل یک خلاصه مقاله در جلسه بعد ارائه دهند.
جلسه هشتم مرور مفاهیم اصلی و اجرای پس آزمون	ضمن مرور مفاهیم جلسات قبل و اهمیت آن در ازدواج، نقشه راه خلاصه‌ای در اختیار اعضا قرار گرفت تا در آینده بتوانند به سهولت از آن انتخاب شریک بهره ببرند. در پایان جلسات از اعضا پس آزمون به عمل آمد.	اجرای پس آزمون و اختتام جلسات

پ: روش اجرا

و ۲۰ شرکت‌کننده به گروه گواه گمارده شدند و شرکت‌کننده‌های گروه آزمایش هشت جلسه آموزش قبل از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی وان اپ دریافت کردند. بعد از پایان جلسات مداخله، پس آزمون اجرا شد و ۶۰ روز بعد، آزمون پیگیری از شرکت‌کننده‌های گروه آزمایش و گواه در متغیرهای وابسته آزمون پیگیری به عمل آمد. شرکت‌کنندگان گروه گواه نیز بعد از پایان آزمون پیگیری فقط در یک جلسه در خصوص ازدواج و معیارهای انتخاب همسر برای آن‌ها صحبت شد. هم‌چنین انتخاب نمونه بر اساس ملاحظات اخلاقی پژوهش از جمله محرمانه ماندن اطلاعات، تمایل به شرکت در هر جلسه و احترام به حقوق انسانی شرکت‌کننده‌ها رعایت شده است. برای تحلیل داده‌ها نیز از آزمون واریانس یک راهه، واریانس با اندازه‌گیری مکرر و نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد.

در این پژوهش، ابتدا طی یک نامه از طرف دفتر ارتباط با صنعت دانشگاه شهید چمران اهواز به اداره کل ورزش جوانان شهر اهواز مراجعه شد و سپس ضمن ارائه توضیحات لازم و نحوه انجام کار، اطلاعیه فراخوان کارگاه آموزش ازدواج آگاهانه به منظور انتخاب و اطلاع رسانی به جوانان تحت نظارت در انجمن‌های ورزشی و فرهنگی و سازمان‌های مردم نهاد مرتبط با حوزه جوانان ارائه شد. سپس، از میان متقاضیان شرکت در کارگاه ازدواج آگاهانه بعد از یک مصاحبه اولیه و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج و براساس نمره برش یک انحراف معیار بالاتر از میانگین در پرسش‌نامه باورهای محدودکننده انتخاب همسر، جوانانی که شرایط شرکت در کارگاه را داشتند، در نمونه قرار گرفتند. سپس ۲۰ شرکت‌کننده به صورت تصادفی به گروه آزمایش

یافته‌ها

آزمایش و گواه در جدول ۲ ارائه شده است همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود میانگین نمرات در گروه‌های آزمایش نسبت به گروه گواه در مرحله پس آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش آزمون در مولفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر کاهش و در مولفه‌های نگرش به انتخاب همسر افزایش نشان می‌دهد. اما در گروه گواه نمرات در هر سه دوره تفاوت چندانی با هم ندارند. به منظور تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. لذا ابتدا مفروضه‌های زیربنایی این آزمون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج بررسی نرمال بودن داده‌ها با استفاده آزمون شاپیرو ویلک بدست آمد.

ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌های پژوهش در متغیرهای جنسیت، تحصیلات و سن به این ترتیب بود که در گروه گواه ۱۵ نفر دختر و ۵ نفر پسر و در گروه آزمایش ۱۶ نفر دختر و ۴ نفر پسر بودند. به لحاظ تحصیلات نیز در گروه گواه ۶ نفر دیپلم، ۸ نفر لیسانس و ۵ نفر فوق لیسانس و ۱ نفر دکتری و در گروه آزمایش نیز ۷ نفر دیپلم، ۹ نفر لیسانس و ۴ نفر فوق لیسانس نفر بودند. از نظر سنی نیز میانگین سنی گروه گواه ۲۵/۶ و گروه آزمایش ۲۶/۲ بوده است. شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد آزمودنی‌های پژوهش در متغیرهای باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر به تفکیک دو گروه

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر در گروه آموزش آگاهی و انتخاب بین فردی و گروه گواه

مقیاس‌ها	مؤلفه‌ها	مرحله گروه‌ها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
			میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
باورهای محدودکننده انتخاب همسر	هم‌خوابی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۱۵/۷۵	۳/۰۴	۱۱/۰۵	۱/۱۴	۱۰/۵۵
		گواه	۱۵/۵۵	۲/۸۳	۱۵/۶۵	۲/۵۸	۱۵/۷۵
	اطمینان کامل	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۱۵/۴۵	۲/۰۶	۱۰/۸۰	۲/۱۴	۱۰/۵۰
		گواه	۱۵/۳۵	۱/۸۹	۱۵/۶۰	۱/۳۵	۱۵/۴۵
	یکی تنها یکی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۶/۹۰	۱/۴۱	۴/۱۵	۱/۰۳	۴/۲۴
		گواه	۷/۰۵	۱/۲۳	۷/۲۰	۱/۲۳	۶/۷۵
	متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۱۳/۱۰	۱/۹۷	۱۱/۹۵	۱/۶۶	۱۱/۴۰
		گواه	۱۳/۵۰	۱/۷۷	۱۳/۲۵	۱/۲۹	۱۳/۱۰
	آرمان‌گرایی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۷/۲۰	۰/۹۵	۴/۷۵	۱/۰۶	۵/۱۵
		گواه	۷	۰/۸۵	۶/۷۵	۰/۸۵	۷/۲۰
نگرش نسبت به شناخت همسر	آسان تلاش	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۱۰/۱۰	۱/۹۴	۸/۶۰	۱/۲۷	۸/۶۵
		گواه	۱۰/۳۰	۱/۵۹	۱۰/۶۵	۱/۷۲	۱۰/۱۰
	سابقه خانوادگی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۶/۰۹	۱/۲۰	۷/۳۳	۱/۰۸	۷/۴۴
		گواه	۶/۰۵	۱	۵/۹۳	۱/۲۵	۶/۰۷
	نگرش‌ها و اعمال وجدانی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۶/۰۱	۱/۲۵	۷/۳۵	۱/۲۶	۷/۴۸
		گواه	۵/۹۶	۱/۰۴	۶/۰۵	۱/۵۰	۶/۱۰
	سازگاری	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۶/۲۱	۱/۱۱	۷/۵۵	۰/۹۹	۷/۵۸
		گواه	۶/۱۹	۰/۹۵	۶/۱۱	۱/۲۹	۶/۲۱
	نمونه‌هایی از دیگر روابط	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۶/۲۱	۲/۰۳	۷/۲۶	۱/۶۵	۷/۴۰
		گواه	۶/۱۰	۲/۰۷	۶/۰۵	۱/۹۴	۶/۱۶
	مهارت‌های ارتباطی	آموزش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی	۷/۲۷	۱/۲۸	۸/۴۵	۱/۰۳	۸/۴۵
		گواه	۷/۱۹	۱/۲۳	۶/۹۳	۱/۵۴	۶/۸۶

البته باید تذکر داد که با توجه به برابری گروه‌ها، فرض نرمال بودن در تحلیل واریانس تقریباً بی‌اهمیت است و خطای نوع اول در بیشتر موارد تقریباً در اکثر موارد در حدی است که آزمایشگر مشخص کرده؛ یعنی α (آلفا) باقی می‌ماند. نتایج بررسی همگنی واریانس با استفاده از آزمون همگنی واریانس لون نشان می‌دهد فرض برابری واریانس‌ها در مولفه‌ی هم‌خوابی مرحله پس‌آزمون ($F=10/16$, $p=0/003$) و پیگیری ($F=21/42$, $p=0/000$)، مهارت‌های ارتباطی در مرحله و پیگیری ($F=6/75$, $p=0/013$) تایید نمی‌شود که با توجه به برابری گروه‌ها تخطی از این فرض بلاشکال می‌باشد ولی در مولفه‌های دیگر دو متغیر وابسته برابری واریانس وجود دارد.

نتایج آزمون نشان داد مؤلفه‌های اطمینان کامل ($Z=0/91$, $p=0/079$)، آرمان‌گرایی ($Z=0/84$, $p=0/005$) و متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند ($Z=0/88$, $p=0/030$) در مرحله پیش‌آزمون گروه گواه؛ آرمان‌گرایی در مرحله پیش‌آزمون گروه آزمایش ($Z=0/84$, $p=0/004$)، پس‌آزمون گروه گواه ($Z=0/87$, $p=0/017$) و آزمایش ($Z=0/72$, $p<0/001$)؛ اطمینان کامل ($Z=0/82$, $p=0/002$)، آرمان‌گرایی ($Z=0/85$, $p=0/007$) در مرحله پیگیری گروه گواه داده‌ها از توزیع نرمال پیروی نمی‌کنند. در دیگر مولفه‌های متغیر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر نیز در تمام مراحل و گروه‌ها نتایج آزمون شاپیرو ویلک ($p>0/05$) نشان داد که داده‌ها توزیع نرمال پیروی می‌کنند.

بررسی نتایج خطی بودن متغیرهای وابسته (پس‌آزمون) و هر یک از متغیرهای کوواریته (پیش‌آزمون) با استفاده از نمودار اسکتر دات نشان می‌دهد که در مولفه‌های مقیاس باورهای محدود کننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر در گروه‌ها، رابطه خطی برقرار می‌باشد و فقط در مولفه‌ی هم‌خوابی، آسان‌تلاش و مهارت‌های رابطه خطی برقرار نمی‌باشد، که با توجه به برابری گروه‌ها تخطی از این فرض بلاشکال می‌باشد.

بررسی پیش‌فرض عدم هم‌خطی بودن مولفه‌های مقیاس باورهای محدود کننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر با استفاده از ضریب همبستگی بین متغیرهای کوواریته (پیش‌آزمون) کمتر از ۰/۶۰ گزارش شده است، که عدم هم‌خطی مولفه‌ها را نشان می‌دهد.

نتایج بررسی داده‌های پرت با استفاده از نمودار باکس-ویکسر^۱ نشان می‌دهد که در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری، نمره‌ایی در کرانه بالا و پایین متغیرها مشاهده نشد که نشان از عدم وجود داده‌های پرت در متغیرهای وابسته می‌باشد. بررسی نتایج آزمون برابری ماتریس‌های کوواریانس و کرویت با استفاده از آ‌م باکس^۲ و آزمون موشلی^۳ انجام شد. نتایج آزمون آ‌م باکس در مولفه‌های هم‌خوابی ($p < 0/001$, $M = 45/34$)، اطمینان کامل ($p < 0/001$, $M = 26/58$)، یکی و تنها ($p < 0/001$, $M = 13/61$)، متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند ($p = 0/067$, $M = 12/92$)، آرمان‌گرایی ($p < 0/001$, $M = 33/04$)، آسان‌تلاش ($M = 18/46$)، پیشینه خانوادگی ($p = 0/010$, $M = 55/12$)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ($p < 0/001$, $M = 62/63$)، سازگاری ($M = 66/69$)، مثال‌هایی از روابط ($p < 0/001$, $M = 70/49$)، مهارت‌های

ارتباطی ($p < 0/001$, $M = 66/66$) و آزمون موشلی در مولفه‌های هم‌خوابی ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/62$)، اطمینان کامل ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/90$)، یکی و تنها ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/88$)، متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/95$)، آرمان‌گرایی ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/95$)، پیشینه خانوادگی ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/94$)، آسان‌تلاش ($p = 0/001$, $X^2(2) = 0/94$)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ($p < 0/001$, $X^2(2) = 0/66$)، سازگاری ($p < 0/001$, $X^2(2) = 0/69$)، مثال‌هایی از روابط ($p < 0/001$, $X^2(2) = 0/57$)، مهارت‌های ارتباطی ($p < 0/001$, $X^2(2) = 0/62$)، نشان داد که در برخی مولفه‌های متغیرهای وابسته از جمله هم‌خوابی، زمینه خانوادگی، نگرش‌ها و اعمال وجدانی، سازگاری، مثال‌هایی از دیگر روابط و مهارت‌های ارتباطی پیش فرض کرویت تایید نمی‌شود که برای تحلیل داده‌ها از آزمون محافظه کارانه گرین هاوس-کیزر^۴ استفاده شده است.

به این شکل شرایط لازم برای اجرای آزمون واریانس با اندازه‌گیری مکرر برقرار است.

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، نتایج آماره لامبدای ویلکز نشان داد که اثر اجرای متغیر مستقل یعنی برنامه آموزش آگاهی و انتخاب بین فردی بر مؤلفه‌های دو متغیر باورهای محدود کننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به انتخاب همسر در سطح ($p < 0/018$) معنادار است. و این نشانه کاهش باورهای محدود کننده انتخاب همسر و بهبود نگرش نسبت به انتخاب همسر در گروه آموزش نسبت به گواه بوده است

4. Green house-Giesser test

1. Box & Whisker

2. M Boxes test

3. Mauchly test

جدول ۳. نتایج آزمون لای مبدای ویلکس در مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر

متغیر	مؤلفه‌ها	منبع	ارزش	f	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
باورهای محدودکننده انتخاب همسر	همخواهی	گروه	۰/۴۷	۲۰/۲۴	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۵۲
		زمان* گروه	۰/۴۴	۲۳/۵۴	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۵۶
	اطمینان کامل	گروه	۰/۲۷	۴۸/۶۸	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۲
		زمان* گروه	۰/۲۴	۵۵/۹۵	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۵
	یکی و تنها یکی	گروه	۰/۲۴	۵۶/۷۴	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۵
		زمان* گروه	۰/۲۵	۵۵/۳۶	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۵
	متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند.	گروه	۰/۶۱	۱۱/۴۶	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۸
		زمان* گروه	۰/۸۰	۴/۴۸	۲	۳۷	< ۰/۰۱۸	۰/۱۹
	آرمان‌گرایی	گروه	۰/۳۹	۲۸/۲۱	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۶۰
		زمان* گروه	۰/۴۲	۲۵/۰۹	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۵۷
نگرش نسبت به شناخت همسر	آسان تلاش	گروه	۰/۶۰	۱۱/۹۵	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۹
		زمان* گروه	۰/۶۱	۱۱/۴۴	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۸
	سابقه خانوادگی	گروه	۰/۲۶	۵۰/۱۵	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۳
		زمان* گروه	۰/۱۹	۳۲/۷۴	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۰
	نگرش‌ها و اعمال وجدانی	گروه	۰/۲۳	۵۹/۷۷	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۶
		زمان* گروه	۰/۲۹	۴۴/۷۹	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۸۰
	سازگاری	گروه	۰/۲۰	۷۴/۲۱	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۸۰
		زمان* گروه	۰/۱۷	۹۰/۴۰	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۸۳
	نمونه‌هایی از دیگر روابط	گروه	۰/۶۲	۱۱/۰۳	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۷
		زمان* گروه	۰/۵۷	۱۳/۵۵	۲	۳۷	< ۰/۰۱	۰/۴۲
نگرش نسبت به شناخت همسر	مهارت‌های ارتباطی	گروه	۰/۴۷	۲۰/۸۰	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۵۲
		زمان* گروه	۰/۲۶	۵۱/۶۰	۲	۳۷	< ۰/۰۰۱	۰/۷۳

علاوه بر این با معنادار بودن F به دست آمده در منبع بین آزمودنی در مؤلفه‌های هم‌خواهی ($F=53/07$ و $P<0/001$)، اطمینان کامل ($F=71/76$ و $P<0/001$)، یکی و تنها یکی ($F=71/05$ و $P<0/001$)، متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند ($F=7/58$ و $P=0/009$) آرمان‌گرایی ($P=0/009$ و $F=7/58$) و آسان تلاش ($F=18/28$ و $P<0/001$) می‌توان گفت که آموزش مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث کاهش مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر در بین جوانان مجرد شده‌است.

در ادامه جدول ۴، نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر در تبیین اثر اجرای متغیرهای مستقل بر مؤلفه‌های پژوهش را نشان می‌دهد که با معنادار بودن F به دست آمده عامل درون آزمودنی در مؤلفه‌های هم‌خواهی ($F=33/01$ و $P<0/001$)، اطمینان کامل ($F=65/02$ و $P<0/001$)، یکی و تنها یکی ($F=78/13$ و $P<0/001$)، متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند ($F=13/66$ و $P<0/001$) آرمان‌گرایی ($F=34/87$ و $P<0/001$) و آسان تلاش ($F=11/20$ و $P<0/001$) وجود تفاوت معنادار بین سه مرحله اندازه‌گیری پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در هر همه مؤلفه تأیید می‌شود.

جدول ۴. نتایج آزمون واریانس اندازه‌گیری مکرر در مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر

مؤلفه‌ها	اثر	منبع	مجموع/مجدورات	df	میانگین مجموع مجدورات	F	معناداری	اندازه اثر
همخواهی	درون آزمودنی	گروه	۱۵۴/۴۰	۲	۱۰۵/۱۴	۳۳/۰۱	< ۰/۰۰۱	۰/۴۶
		زمان* گروه	۱۷۵/۲	۲	۱۱۹/۳۱۲	۳۷/۴۵	< ۰/۰۰۱	۰/۴۹
		خطا	۱۷۷/۷۳	۵۵/۸۰	۳/۱۸			
بین آزمودنی		گروه	۲۱۱/۶۰	۱	۲۱۱/۶۰	۵۳/۰۷	< ۰/۰۰۱	۰/۵۸
		خطا	۱۵۱/۵۰	۳۸	۳/۹۸			
		گروه	۱۴۳/۶۱	۲	۷۱/۸۰	۶۵/۰۲	< ۰/۰۰۱	۰/۸۵
اطمینان کامل	درون آزمودنی	زمان* گروه	۱۶۵/۱۱	۲	۶۲/۵۵	۷۴/۸۶	< ۰/۰۰۱	۰/۶۶
		خطا	۸۳/۹۳	۶۹/۶۶	۱/۲۰			
		گروه	۲۳۰/۴۰	۱	۹۳/۰۲	۷۱/۰۵	< ۰/۰۰۱	۰/۶۵
یکی و تنها	درون آزمودنی	خطا	۱۲۲	۳۸	۳/۲۱			
		گروه	۵۱/۹۵	۲	۲۵/۹۷	۷۸/۱۳	< ۰/۰۰۱	۰/۶۷
		زمان* گروه	۴۷/۴۵	۲	۲۳/۷۲	۷۱/۳۶	< ۰/۰۰۱	۰/۶۵
متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند	بین آزمودنی	خطا	۲۵/۲۶	۷۶	۱/۳۰			
		گروه	۹۳/۰۲	۱	۹۳/۰۲	۷۱/۰۵	< ۰/۰۰۱	۰/۶۵
		خطا	۴۹/۷۵	۳۸	۱/۳۰			
آرمان گرایی	درون آزمودنی	گروه	۲۲/۸۶	۲	۱۱/۴۳	۱۳/۶۶	< ۰/۰۰۱	۰/۲۶
		زمان* گروه	۸/۸۶	۲	۴/۴۳	۵/۲۹	< ۰/۰۰۷	۰/۱۲
		خطا	۶۰/۳۶	۷۶	۰/۸۳			
آسان تلاش	بین آزمودنی	گروه	۱۶/۹۰	۱	۱۶/۹۰	۷/۵۸	< ۰/۰۰۹	۰/۱۶
		خطا	۸۴/۷۰	۳۸	۲/۲۹			
		گروه	۳۸/۱۱	۲	۱۹/۰۵	۳۴/۸۷	< ۰/۰۰۱	۰/۴۷
سابقه خانوادگی	درون آزمودنی	زمان* گروه	۳۳/۰۱	۲	۱۶/۵۰	۳۰/۲۰	< ۰/۰۰۱	۰/۴۴
		خطا	۴۱/۵۳	۷۶	۰/۵۴			
		گروه	۴۰	۱	۴۰	۴۲/۸۱	< ۰/۰۰۱	۰/۵۳
	بین آزمودنی	خطا	۳۵/۵۰	۳۸	۰/۹۳			
		گروه	۱۴/۳۱	۲	۷/۱۵	۱۱/۲۰	< ۰/۰۰۱	۰/۲۲
		زمان* گروه	۱۷/۸۱	۲	۸/۹۰	۱۳/۹۵	< ۰/۰۰۱	۰/۲۶
	بین آزمودنی	خطا	۴۸/۵۳	۷۶	۱/۶۳			
		گروه	۴۲/۰۲	۱	۴۲/۰۲	۱۸/۲۸	< ۰/۰۰۱	۰/۳۲
		خطا	۸۷/۳۵	۳۸	۲/۲۹			
	درون آزمودنی	گروه	۱۰/۶۴	۱/۳۵	۷/۴۶	۳۱/۷۱	< ۰/۰۰۱	۰/۴۵
		زمان* گروه	۱۲/۰۶	۵۱/۵۲	۸/۸۵	۳۵/۹۴	< ۰/۰۰۱	۰/۴۸
		خطا	۱۲/۷۵	۱	۰/۲۴			
	بین آزمودنی	گروه	۱۹/۶۰	۱	۱۹/۶۰	۱۴/۲۲	< ۰/۰۰۱	۰/۲۷
		خطا	۵۲/۳۶	۳۸	۱/۳۷			

مؤلفه‌ها	اثر	منبع	مجموع/مجدورات	df	میانگین مجموع مجدورات	F	معناداری	اندازه اثر
نگرش‌ها و اعمال و وجدانی	درون آزمودنی	گروه	۱۵/۵۷	۱/۴۹	۱۰/۴۲	۳۸/۵۰	$< ۰/۰۰۱$	۰/۵۰
		زمان* گروه	۱۱/۰۷	۱/۴۹	۷/۴۱	۲۷/۳۹	$< ۰/۰۰۱$	۰/۴۱
		خطا	۱۵/۳۶	۵۶/۷۷	۰/۲۷			
بین آزمودنی	گروه	گروه	۱۶/۹۰	۱	۱۶/۹۰	۸/۷۵	$< ۰/۰۰۵$	۰/۱۸
		خطا	۷۲/۳۶	۳۸	۱/۹۳			
		گروه	۱۱/۶۳	۱/۵۳	۷/۵۶	۰/۴۷	$< ۰/۰۰۱$	۰/۵۵
سازگاری	درون آزمودنی	زمان* گروه	۱۲/۶۸	۱/۵۳	۸/۲۵	۰/۴۷	$< ۰/۰۰۱$	۰/۵۵
		خطا	۹/۳۹	۵۸/۳۹	۰/۱۶			
		گروه	۲۰/۶۶	۱	۲۰/۶۶	۱۵/۵۰	$< ۰/۰۰۱$	۰/۲۹
مثال‌هایی از دیگر روابط	درون آزمودنی	خطا	۵۰/۶۳	۳۸	۱/۳۳			
		گروه	۸/۷۵	۱/۴۰	۶/۲۳	۹/۲۳	$< ۰/۰۰۱$	۰/۱۹
		زمان* گروه	۸/۱۹	۱/۴۰	۴/۰۹	۸/۶۴	$< ۰/۰۰۷$	۰/۱۸
مهارت‌های ارتباطی	درون آزمودنی	خطا	۳۶/۰۲	۵۶/۲۹	۰/۶۷			
		گروه	۱۴/۸۰	۱	۱۴/۸۰	۴/۵۲	$< ۰/۰۰۴$	۰/۱۰
		خطا	۱۲۴/۱۹	۳۸	۳/۲۶			
ارتباطی	درون آزمودنی	گروه	۵/۱۸	۱/۴۸	۳/۴۹	۱۱/۳۵	$< ۰/۰۰۱$	۰/۲۳
		زمان* گروه	۱۴/۲۷	۱/۴۸	۹/۶۲	۳۱/۲۸	$< ۰/۰۰۱$	۰/۴۵
		خطا	۱۷/۳۳	۵۶/۳۶	۰/۳۰			
بین آزمودنی	گروه	گروه	۲۳/۲۵	۱	۲۳/۲۵	۱۳/۵۲	$< ۰/۰۰۱$	۰/۲۶
		خطا	۶۵/۲۹	۳۸	۱/۷۱			

آمده در منبع بین آزمودنی در مؤلفه‌های زمینه خانوادگی ($F=۱۴/۲۲$ و $P<۰/۰۰۱$)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ($F=۸/۷۵$ و $P=۰/۰۰۵$)، سازگاری ($F=۱۵/۵۰$ و $P<۰/۰۰۱$)، مثال‌هایی از دیگر روابط ($F=۴/۵۲$ و $P=۰/۰۴۰$) و مهارت ارتباطی ($F=۱۳/۵۲$ و $P<۰/۰۰۱$) می‌توان گفت که آموزش مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود مؤلفه‌های نگرش به انتخاب در بین جوانان مجرد همسر شده است.

در متغیر نگرش نسبت به شناخت همسر F ‌های به دست آمده عامل درون آزمودنی در مؤلفه‌های زمینه خانوادگی ($F=۳۱/۷۱$ و $P<۰/۰۰۱$)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی ($F=۳۸/۵۰$ و $P<۰/۰۰۱$)، سازگاری ($F=۹/۲۳$ و $P>۰/۰۰۱$)، مثال‌هایی از دیگر روابط ($F=۱۱/۳۵$ و $P<۰/۰۰۱$) و مهارت ارتباطی ($F=۱۱/۳۵$ و $P<۰/۰۰۱$) وجود تفاوت معنادار بین سه مرحله اندازه‌گیری پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری در همه مؤلفه‌های تأیید می‌شود. علاوه بر این با معنادار بودن F به دست

همان‌طور که در جدول ۵ نشان داده شده است بررسی نتایج آزمون مقایسه جفتی بنفرونی^۱ در متغیر باورهای محدودکننده انتخاب همسر در گروه تحت مداخله آموزشی نشان داد که بین مراحل پیش آزمون و پس آزمون و بین پیش آزمون و پیگیری در سطح ۰/۰۱ تفاوت معنادار وجود دارد. به عبارت دیگر، مداخله آموزشی برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی (۲۰۰۸)

باعث تغییر معنادار در مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر از مرحله پیش آزمون به مرحله پس آزمون و از مرحله پیش آزمون تا مرحله پیگیری شده است؛ اما بین مرحله پس آزمون و مرحله پیگیری تفاوت دیده نمی‌شود و این یافته اخیر بیانگر پایداری اثر برنامه آموزشی است.

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی سه مرحله در گروه آزمایش در متغیر باورهای محدودکننده انتخاب همسر و نگرش نسبت به شناخت همسر

متغیر	مؤلفه‌ها	مرحله	تفاوت میانگین	سطح معناداری	متغیر	مؤلفه‌ها	مرحله	تفاوت میانگین	سطح معناداری
باورهای محدودکننده انتخاب همسر	پیش آزمون	پس آزمون	۲/۳۰	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۵۶	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	۰/۲۰	۱	پس آزمون	پیگیری	۰/۱۲	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۲/۵۰	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پیگیری	۰/۶۸	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پس آزمون	۲/۲۰	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۷۱	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	۰/۲۲	۰/۷۷۹	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۸	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۲/۴۲	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پیگیری	۰/۸۰	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۳۰	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۶۹	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	۰/۱۷	۰/۳۱۱	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۶	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۱/۴۵	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پیگیری	۰/۶۲	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۷۰	< ۰/۰۰۲	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۵۰	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	۰/۳۵	< ۰/۲۵۵	پس آزمون	پیگیری	۰/۱۲	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۱/۷۰	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پیگیری	۰/۶۲	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پس آزمون	۱/۳۵	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۴۸	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	-۰/۴۲	۰/۰۲۱	پس آزمون	پیگیری	۰/۰۳	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۲/۰۵	< ۰/۰۰۱	پیش آزمون	پیگیری	۰/۴۶	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۵۷	< ۰/۰۱۸	پیش آزمون	پس آزمون	۰/۴۹	< ۰/۰۰۱	
	پس آزمون	پیگیری	۰/۲۵	۰/۴۴۹	پس آزمون	پیگیری	۰/۸۲	< ۰/۰۰۱	
	پیش آزمون	پیگیری	۰/۸۲	< ۰/۰۰۱					

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش باهدف بررسی اثربخشی برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی در کاهش باورهای محدودکننده انتخاب همسر و بهبود نگرش نسبت به شناخت همسر جوانان مجرد شهر اهواز انجام شد. یافته‌ها نشان داد که برنامه آموزش آگاهی و انتخاب بین فردی باعث کاهش مؤلفه‌های باورهای محدودکننده انتخاب همسر و بهبود مؤلفه‌های نگرش نسبت به شناخت همسر در جوانان مجرد در مراحل پس آزمون و پیگیری گروه آموزش شده است. شایان ذکر است که هیچ پژوهشی مبنی

بر ناهمسو بودن با نتایج پژوهش حاضر پیدا نشد تا بتوان علت تفاوت نتایج مطالعات را مورد بحث و بررسی قرار داد.

در مؤلفه‌ی هم‌خوابی در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر، یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸)، هالت و همکاران (۲۰۱۶)، هاریس (۲۰۱۷)، رجیبی و همکاران (۱۳۹۹)، رجیبی و همکاران (۱۳۹۵) همسو می‌باشد. در تبیین کاهش مؤلفه باور هم‌خوابی در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر چنین به نظر می‌رسد که در برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی در بخش دانش عقلی شرکت‌کنندگان به

^۱. Bonferroni Test

این آگاهی می‌رسند که در یک ارتباط سالم، افراد باید همه مراحل و اجزا شکل‌گیری یک رابطه را بشناسند و ضمن جدا کردن اجزا مختلف تعادل در مؤلفه‌های ارتباط را رعایت کنند.

در یک ارتباط سالم چهار مؤلفه اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس با مؤلفه شناخت (دانش عقلی) وجود دارد که باید به صورت هماهنگ رشد کنند. برای مثال سطح اعتماد نباید بیشتر از سطح دانش افراد در مورد یکدیگر باشد و شرکا نباید قبل از اعتماد به یکدیگر، دلگرمی ایجاد کنند. شرکا نباید قبل از شناخت نسبت به یکدیگر، متعهد شوند و مهم‌تر از همه، شرکا نباید قبل از گذر زمان در رابطه و ایجاد مؤلفه‌های چهارگانه، بیش از حد تماس با زمینه جنسی و هم‌خوابی را گسترش دهند (وان‌اپ، ۲۰۱۵).

در مؤلفه‌ی اطمینان کامل در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر، یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸)، هالت و همکاران (۲۰۱۶)، رجبی و همکاران (۱۳۹۹)، رجبی و همکاران (۱۳۹۵)، بلوچ زاده و همکاران (۱۴۰۰) عظیم‌خویی و همکاران (۱۳۹۹) همسو می‌باشد. در تبیین کاهش باور اطمینان کامل در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر می‌توان گفت برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی انتخاب شریک را بررسی از میان نقاط خاستگاری نزدیک به هم نه سیاه و سفید می‌داند، یعنی به افراد این آگاهی را می‌دهد که هر انتخابی نقاط قوت و ضعف خود را دارد ولی این افراد هستند با اولویت بندی مؤلفه‌های مهم در شناخت بهتر همسر به انتخاب صحیح و واقع بینانه خود کمک کنند (استوارت، ۲۰۱۵).

در تبیین کاهش باور آرمان‌گرایی در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر می‌توان گفت علاوه بر این در این برنامه آموزشی با تاکید بر سبک‌های دلبستگی و الگوهای خانوادگی و تاثیر آن بر باورهای مخرب زناشویی از جمله باور اطمینان کامل و روش‌های کاهش تاثیرات منفی از الگوها خانوادگی به افراد کمک می‌شود باورهای مخرب خود را کاهش دهند (وان‌اپ ۲۰۰۶).

در مؤلفه‌ی متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند، در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر، یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸)، رجبی و همکاران (۱۳۹۹)، رجبی و همکاران (۱۳۹۵)، عظیم‌خویی و همکاران (۱۳۹۹) همسو می‌باشد. در تبیین کاهش باور متضادها یکدیگر را کامل می‌کنند در مقیاس باورهای محدودکننده

انتخاب همسر می‌توان گفت که در بخش دانش عقلی و قسمت سازگاری در این برنامه با آموزش مباحث تناسب، شیمی متقابل و مکملیت به دنبال آموزش این موضوع می‌باشد که با تاکید بر شباهت‌های بین فردی در رابطه، افراد به اهمیت آن پی ببرند و به این نتیجه دست یابند که رابطه‌ای که افراد تناسب بیشتری در باورها و رفتارها دارند سازگارتر می‌باشد. از طرفی با تاکید بر شیمی متقابل، یعنی علاقه و تمایل دو طرفه یعنی اهمیت تمایل و عشق دو طرفه در کاهش باور متضاد جویی که یک تمایل یک طرفه را نشان می‌دهد اقدام می‌کند (وان‌آپ و همکاران، ۲۰۰۸).

در مؤلفه‌ی یکی و تنها یکی در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر، یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸)، بوهم و همکاران (۲۰۱۷)، رجبی و همکاران (۱۳۹۹)، بلوچزاده و همکاران (۱۴۰۰) همسو می‌باشد. در تبیین کاهش باور یکی و تنها یکی در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر می‌توان گفت در برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی به این آموزش پرداخته می‌شود که مسئولیت خوشبختی افراد در ازدواج در کنار خصوصیات شریک بیشتر در درون خود فرد می‌باشد. افراد با شناخت بهتر خود، تاثیرات خانوادگی و باورهای غیرمنطقی و آموزش و تلاش در کاهش آن می‌تواند به به کیفیت ارتباط خود در آینده کمک کند. تا اینکه به جستجوی یک فرد خاص برای ایجاد خوشبختی خود باشد.

در مؤلفه‌ی آسان تلاش در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر، یافته‌های این مطالعه با پژوهش‌های ون‌اپ و همکاران (۲۰۰۸)، رجبی و همکاران (۱۳۹۹)، رجبی و همکاران (۱۳۹۵)، عظیم‌خویی و همکاران (۱۳۹۹) همسو می‌باشد. در تبیین کاهش باور آسان تلاش در مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر می‌توان گفت در برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی به این آموزش پرداخته می‌شود که شیمی متقابل (تمایلات اولیه دو فرد نسبت به یکدیگر) به تنهایی ضامن خوشبختی نیست و لازم است افراد با مسئولیت پذیری بیشتر، جستجوگری و کسب دانش در حوزه عقلی و قلبی ضمن بدست آوردن اطلاعات موثق از شریک تناسب خود را با شریک بررسی کنند (وان‌آپ، ۲۰۱۵).

برنامه آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب بین فردی باعث بهبود نگرش به انتخاب همسر در جوانان مجرد در مراحل پس‌آزمون و پیگیری گروه آموزش شده است. این یافته‌ها یا یافته‌های ون‌اپ (۲۰۰۸)،

روش آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی و انتخاب‌های بین فردی با تاکید بر تغییرات مطرح شده و لزوم آگاهی و انتخاب آگاهانه به دنبال بروز کردن الگوهای انتخاب همسر می‌باشد. به همین دلیل پیشنهاد می‌شود روانشناسان و مشاوران حوزه ازدواج از این روش در افزایش توانمندی بیشتر جوانان مجرد در انتخاب همسر با تغییرات جدید جامعه، روابط آگاهانه قبل از ازدواج و کاهش آسیب‌های جنسی و عاطفی قبل از ازدواج استفاده کنند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده دوم در رشته مشاوره در دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز است. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت کنندگان انجام شود. همچنین به شرکت کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد.

حامی مالی: این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می‌باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از رساله دکتری نویسنده دوم و به راهنمایی نویسنده اول و مشاوره نویسندگان سوم و چهارم و پنجم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران این تحقیق و جوانانی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

استورات (۲۰۱۵)، بالفورد و همکاران (۲۰۱۶) و سبجانی نیا و رجبی (۱۴۰۲)، هاشمی و همکاران (۲۰۲۳)، دهقان و همکاران (۲۰۲۴) و وفایی نژاد و همکاران (۲۰۲۴) همسو می‌باشد.

در تبیین اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر بهبود نگرش به انتخاب همسر می‌توان گفت در بخش دانش عقلی در برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی این موضوع آموزش داده می‌شود که رفتار افراد در گذشته خصوصاً با والدین، دوستان در روابط آینده فرد تکرار می‌شود و از طرفی مهارت‌های ارتباطی و نگرش‌ها و اعمال وجدانی فرد می‌تواند پیش‌بینی کننده مهمی از رضایت زناشویی در آینده باشد. در برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی با تاکید بر اهمیت مؤلفه‌هایی چون: زمینه خانوادگی، نگرش‌ها و اعمال وجدانی، سازگاری، مثال‌هایی از دیگر روابط، و مهارت‌های ارتباطی به عنوان پیش‌بین کننده ازدواج موفق، بر تغییر روش‌های شناخت شریک آینده به بهبود نگرش افراد در شناخت همسر کمک می‌کند (وان اپ، ۲۰۱۵).

محدودیت‌های این پژوهش جلب همکاری و رضایت مردان گروه سنی ۲۱-۳۰ ساله برای شرکت در پژوهش و مشارکت بیشتر دختران اشاره کرد. همچنین مردان شرکت کننده در این پژوهش، به خصوص در جلسات اولیه، انگیزه و نظم کمی برای شرکت در جلسات درمانی داشتند و دچار ریزش و حذف از نمونه شدند. به همین دلیل در تعمیم این نتایج به مردان باید احتیاط بیشتری کرد. با توجه به بافت فرهنگی و اجتماعی شهر اهواز، نمی‌توان یافته‌های آن را به سایر جوانان مناطق دیگر تعمیم داد. در صورت تعمیم دهی، باید جوانب احتیاط صورت گیرد. با توجه به تغییر در الگوهای ازدواج در جامعه از جمله افزایش استقلال افراد در انتخاب همسر و از طرفی بالا رفتن روابط قبل از ازدواج به صورت نامزدی یا در قالب روابط غیر رسمی نیاز می‌باشد آموزش‌هایی در زمینه نحوه شناخت دقیق همسر در جامعه کنونی، چگونگی کنترل سطح روابط و عدم درگیری در روابط شدید عاطفی، تعهد زود هنگام و روابط جنسی قبل از ازدواج انجام گیرد.

منابع

- ابراهیمی، مرضیه؛ محسن زاده فرشاد و زهراکار، کیانوش. (۱۴۰۱). ناباروری و کیفیت زندگی زناشویی زوجین (مطالعه موردی زوجین نابارور شهر تهران). *مجله علوم روانشناختی*. ۲۱ (۱۱۸): ۲۰۵۲-۲۰۲۷.
- <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.118.2037>
- اسکندری نژاد؛ خدیجه، فتحی و آشتیانی، علی. (۱۴۰۰). بررسی عوامل موثر بر طلاق در دهه اخیر (مرور سیستماتیک). *مطالعات اسلامی زنان و خانواده*. ۸ (۱۴): ۵۳-۸۶.
- https://pubs.jz.ac.ir/article_133578.html
- بلوچ زاده، خورشانه؛ سعید، عبدی؛ منصور، غفاری؛ خلیل و حمیدی پور، رحیم. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش‌های قبل از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی و رویکرد چندبعدی بومی‌نگر بر اضطراب/ اجتناب دلبستگی و تمایز یافتگی در افراد متقاضی ازدواج. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*. ۶۴ (۱): ۱-۸.
- <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.3.415>
- بهادر مطلق، محمدمهدی؛ رسولی، محسن؛ گرامی پور، مسعود و محسن زاده، فرشاد. (۱۴۰۳). شناسایی عوامل روانی - اجتماعی پیش از ازدواج بر موفقیت ازدواج بررسی تجارب زیسته زنان و مردان متأهل موفق از دوره پیش از ازدواج *مجله علوم روانشناختی*. ۲۳ (۱۳۴): ۳۳۹-۳۵۸.
- <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.23.134.339>
- خلیلی، مهدی. (۱۴۰۰). تحلیل نسلی-مقطعی تغییرات ازدواج زنان ایران در جداول عمر. *انجمن جمعیت شناسی ایران*. ۱۶ (۳۱): ۷-۳۱.
- https://www.jpaiassoc.ir/article_250846.html
- حسینی بیرجندی، سید مهدی. (۱۴۰۰). آموزش و مشاوره قبل از ازدواج. تهران: انتشارات آوای نور، چاپ هشتم.
- رجبی، غلامرضا؛ فردوسی، سیما و شهبازی، مسعود. (۱۳۸۸). بررسی کفایت سنجی مقیاس باورهای محدودکننده انتخاب همسر. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*. ۱، ۱، ۵۴-۳۵.
- <https://doi.org/10.22055/jac.2011.10264>
- رجبی، غلامرضا؛ عباسی، قدرت‌الله؛ سودانی، منصور و اصلانی، خالد. (۱۳۹۵). آموزش قبل از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی بر انتظارات زناشویی ایده‌آل گرایانه دانشجویان مجرد. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*. ۱۳۹۵؛ ۲۲ (۳): ۲۲۱-۲۲۱.
- <http://dx.doi.org/10.18869/acadpub.ijpcp.22.3.212>
- رجبی، غلامرضا؛ قیصری، سهیلا؛ امان‌اللهی، عباس و سودانی، منصور. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی آموزش برنامه آمادگی پیش از ازدواج مبتنی بر دیدگاه آدلری بر باورهای محدودکننده انتخاب همسر در دانش‌آموزان دختر. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*. ۱۱ (۴): ۲۲-۱.
- <https://doi.org/10.22059/japr.2021.305063.643555>
- رضایی، مریم؛ اسدپور، اسماعیل؛ محسن زاده، فرشاد و زهراکار کیانوش. (۱۴۰۱). شناسایی نیازهای آموزشی پیش از ازدواج مجدد: یک مطالعه گراند تئوری. *مجله علوم روان‌شناختی*. ۲۱ (۱۱۳): ۸۴۴-۸۶۷.
- <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.113.867>
- رحمانی پور، ریحانه. (۱۴۰۳). بررسی جامعه از حیث وضعیت تأهل و مجرد و الگوهای همسرگزینی در ایران. تهران: دفتر مطالعات آموزش و فرهنگ.
- <https://rc.majlis.ir/fa/report/download/1811583>
- سازمان ثبت‌احوال کشور. (۱۴۰۲). *درگاه آمارهای انسانی: ازدواج و طلاق*. <https://amar.sabteahval.ir/#/contentView/nHe>
- ad
- سبحانی نیا، امیر حسین و رجبی، غلامرضا. (۱۴۰۲). تأثیر آموزش برنامه‌ی پیش از ازدواج به شیوه انتخاب و آگاهی میان فردی بر راهبردهای نگهداری رابطه. *مشاوره و روان درمانی خانواده*. ۱۳ (۱): ۱-۸.
- <https://doi.org/10.22034/fcp.2023.62907>
- سپهری، صفورا و حسن زاده توکلی، محمدرضا. (۱۳۹۰). بررسی اعتبار و روایی مقیاس نگرش‌های مربوط به انتخاب همسر. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*. ۷، ۲۸، ۴۰۱-۴۱۹.
- https://jfr.sbu.ac.ir/article_97068.html
- شهبانوز، سارا و اعظم آزاده، منصوره. (۱۳۹۸). شناسایی و تحلیل پیش‌ران‌های مؤثر بر مجرد در ایران. *مسائل اجتماعی ایران (دانشگاه خوارزمی)*. ۱۰ (۲)، ۱۵۷-۱۹۱.
- <http://dorl.net/dor/20.1001.1.24766933.1398.10.2.10.4>
- عظیمی خویی، آرزو، زهرا کار، کیانوش، و احمدی، خدابخش. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK) و برنامه پیشگیری و بهبود رابطه (PREP) بر نگرش به ازدواج در زوج‌های در آستانه ازدواج. *خانواده و بهداشت*. ۱۱، ۲، ۴۱-۶۵.
- https://journal.astara.ir/article_246345.html
- کاظمی پور، شهلا. (۱۴۰۰). تغییرات فرهنگی و تحول خانواده معاصر با تأکید بر ازدواج و فرزندآوری. *رهپویه ارتباطات و فرهنگ*. ۱۱ (۱)، ۷-۲۲.
- https://rcc.soore.ac.ir/article_248914_c7cc6e4e92ec1d057ce6eb43d7b92ae7.pdf

موسوی، اشرف‌السادات. (۱۴۰۰). مشاوره قبل از ازدواج با نگاه کاربردی. تهران: انتشارات مهر کاویان.

ون‌آپ، جان. (۲۰۱۵). چگونه در دام عشق یک عوضی گرفتار نشویم. ترجمه: عباسی، قدرت‌الله؛ رشیدی، رومینا و الهام بشارت ده (۱۴۰۱). تهران: انتشارات رسا.

References

- Azimikhoei, A., Zaharakar, K., & Ahmadi, K. (2021). Comparison of the Effectiveness of Premarital Education based on Premarital Interpersonal Choices and Knowledge Program (PICK) and Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP) on attitudes toward marriage in couples on the verge of marriage. *Family and Health*, 11(2), 45-61.
https://journal.astara.ir/article_246345.html?lang=en
- Boehme, R. R. (2017). *Assessment of the impact of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge Program (PICK) on adolescents. All Graduate Theses and Dissertation.*
<https://digitalcommons.usu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=7768&context=etd>
- Bradford, K., Stewart, J. W., Pfister, R., & Higginbotham, B. J. (2016). Avoid falling for a jerk (ette): Effectiveness of the premarital interpersonal choices and knowledge program among emerging adults. *Journal of Marital and Family Therapy*. 42(4).630-644.
<https://doi.org/10.1111/jmft.12174>
- Bahadormotlagh, M., rasouli, M., Gramipour, M., & Mohsenzadeh, F. (2024). Identifying psycho-social factors premarital affecting the success of marriage: examining the lived experiences of successful married women and men from the premarital period. *Journal of Psychological Science*. 23(134), 339-358.
<http://dx.doi.org/10.52547/JPS.23.134.339>
- Balochzadeh, Khorshaneh. S., Abdi, M., Ghaffari, K., Hamidipour, R. (2021). Comparison of the effectiveness of premarital education through interpersonal awareness and choice program and indigenous multidimensional approach on dysfunctional couple beliefs in marriage seekers. *RBS*, 19 (3):415-426.
<http://dx.doi.org/10.52547/rbs.19.3.415>
- Borumandnia, N., Alavi Majd, H., Khadembashi, N., Alaii, H. (2022). Worldwide trend analysis of primary and secondary infertility rates over past decades: A cross-sectional study. *Int J Reprod BioMed*. 20: 37-46.
<https://doi.org/10.18502/ijrm.v20i1.1040>
- Cobb, N. P., Larson, J. H., & Watson, W. L. (2004). Development of the Attitudes about Romance and Mate Selection Scale. *Family Relation*, 52, 3, 222-231.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00222.x>
- Dehghan, S., Abbasi, G., Ahmadi, R., & Eslami, S. (2024). Effectiveness of Premarital Interpersonal Choices and Knowledge Program on Hesitation and Hesitancy in Decision Making and Attitudes toward Marriage: Effectiveness of premarital knowledge program on decision-making and marriage attitudes. *Int J Body Mind Cult*. 11(5):604-612.
<https://doi.org/10.22122/ijbmc.v11i5.643>
- Ebrahimi, M., Mohsenzadeh, F., & Zaharakar K. (2022). Infertility and marital quality of life in couples (case study of infertile couples in Tehran). *Journal of Psychological Science*. 21(118), 2027-2052.
<http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.118.2037>
- Eskandari Nejad, K., & Fathi, A. A. (2021). Investigating the Factors Affecting Divorce in the Last Decade (A Systematic Review). *Islamic Studies Of Women And Family*, 8(14), 53-86.
<https://sid.ir/paper/1038988/en>
- Fereydonpour, Z., kalhouri, S., Mohseni, F., & Namjoo, F. (2020). Comparison of the Effectiveness of Schema Therapy and Imago Relation Therapy on Fear of Marriage and attitudes about romance and mate selection in Girls. *Journal of Applied Family Therapy*, 1(1), 100-124.
<https://doi.org/10.22034/afj.2020.112891>
- Harris, Jenny. (2017). Adolescent Relationship Concerns and Perceived Gains from a Relationship Education Course. *All Graduate Theses and Dissertations*. 5654.
<https://digitalcommons.usu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=6698&context=etd>
- Hashemi, S., Behboodi, M., & Dokanehi Fard, F. (2023). Comparison of the Effectiveness of the Premarital Awareness and Interpersonal Choices Program (PICK) and the SYMBIS Premarital Model on Girls' Attitudes Toward Marriage. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling (JARAC)*, 5(4), 154-163.
<https://doi.org/10.61838/kman.jarac.5.4.17>

- Holt, L. J., Mattanah, J. F., & Rorer, K. (2016). Effects of relationship education on emerging adults' relationship beliefs and behaviors. *Personal Relationships*, 23(4), 723-741.
<https://doi.org/10.1111/per.12147>
- Huntington, C., Stanley, S. M., Doss, B. D., & Rhoades, G. K. (2022). Happy, healthy, and wedded? How the transition to marriage affects mental and physical health. *Journal of Family Psychology*, 36(4), 608-617.
<https://doi.org/10.1037/fam0000913>
- Khalili, M. (2021). Cohort and Period Analysis of Marriage Change of Iranian Women Using Nuptiality Life Tables. *Journal of Population Association of Iran*, 16(31), 7-31.
https://www.jpaiassoc.ir/article_250846.html?lang=en
- Larson, J. H. (1992). "You're my one and only": Premarital counseling for unrealistic beliefs about mate selection. *American Journal of Family Therapy*, 20(3), 242-253.
<https://doi.org/10.1080/01926189208250893>
- Olson-sigg, A. (2004). Premarital education program for youth: investing in prevention. *Marriage and Family*, 7(1), 123-139.
<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00598.x>
- Rahmanipour, R. (2023). A study of society in terms of marital status, singleness, and patterns of spouse selection in Iran. Tehran: Office of Education and Culture Studies.
<https://rc.majlis.ir/fa/report/download/1811583>
- Rajabi, G., Ferdosi, S., & Shahbazi, M. (2011). Psychometric Properties of Constraining Beliefs about Mate-Selection Scale in Students. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 1(1), 37-56.
<https://doi.org/10.22055/jac.2011.10264>
- Rajabi G, Abbasi G, Sudani M, Aslani K. (2016). Premarital Education Program Based on Premarital Interpersonal Choices and Knowledge Program on Idealistic Marital Expectation in Single Students. 22 (3) :212-221.
<http://dx.doi.org/10.18869/acadpub.ijpcp.22.3.212>
- Rajabi, G., Gheisary, S. G., Amanuelahi, A., & Sodani, M. (2021). The Effectiveness of the Adlerian-Based Premarital Education Program on Female Students' Constraining Beliefs regarding Mate Selection. *Journal of Applied Psychological Research*, 11(4), 1-22.
<https://doi.org/10.22059/japr.2021.305063.643555>
- Rezaei, M., Asadpour, E., Mohsenzade, F., & Zaharakar K. (2022). Identifying pre remarriage educational needs: A grounded theory study. *Journal of Psychological Science*. 21(113), 867-884.
<http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.113.867>
- Sepehr.s., Tavakoli, M. (2012). An Investigation on Validity and Reliability of the Attitudes about Romance and Mate Selection scale. *Family Research Vol.7(4)*;401-419.
https://jfr.sbu.ac.ir/article_97068.html?lang=fa
- shahanavaz, S., & Azam Azadeh, M. (2020). Identifying and Analyzing Key Factors Affecting Singleness in Iran. *Social Problems of Iran*. 10(2), 157-191.
<http://dorl.net/dor/20.1001.1.24766933.1398.10.2.1.0.4>
- 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(1), 117.
<https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.117>
- Stewart, J. W. (2015). Effectiveness, facilitator characteristics, and Predictors of the premarital interpersonal choices and knowledge (PICK) program. All Graduate Theses and Dissertations.
<https://doi.org/10.26076/0436-fe22>
- Sobhaninia, S. and Rajabi, G. (2023). The Effect of Premarital Education based on Interpersonal Choices and Knowledge Program on Relationship Maintenance Strategies and Emotional Regulation. *Family Counseling and Psychotherapy*, 13(1), 67-98.
<https://doi.org/10.22034/fcp.2023.62907>
- Vafaeinezhad, F., Koraei, A., & Pasha, R. (2024). Comparison of the Effectiveness of the Premarital Preparation Program Based on Olson's Model and Premarital Education Using the Awareness and Choice Method on Attitudes Toward Marriage. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, 5(5), 58-66.
<https://doi.org/10.61838/kman.aftj.5.5.7>
- Van Epp, M. C. (2015). *How to avoid for a jerk*. New Yourk. Mc graw Hill.
- 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. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 36(4), 328-349.
<http://dx.doi.org/10.1177/1077727X08316347>