



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

اثربخشی ازدواج خبره‌محور بر تصویر ایده‌آل از همسر و کمال‌گرایی دختران مجرد

دانشجوی دکتری گروه مشاوره، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

سمیه کاوهی سدهی ^{id}
زهرا یوسفی ^{id*}
هاجر ترکان ^{id}

Z.yousefi1393@khuisf.ac.ir

ایمیل نویسنده مسئول:

پذیرش: ۹۹/۱۰/۰۱

دریافت: ۹۹/۰۶/۱۴

فصلنامه علمی پژوهشی
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷
<http://Aftj.ir>

دوره ۱ | شماره ۴ | صص ۱۶۴-۱۷۸
زمستان ۱۳۹۹

نوع مقاله: پژوهشی

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی مشاوره‌ی ازدواج خبره‌محور بر تصویر ایده‌آل از همسر آینده و کمال‌گرایی دختران مجرد بود. **روش پژوهش:** روش پژوهش نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری دختران مجرد شهر اصفهان در سال ۱۳۹۸ بود که پس از غربالگری ۴۰ دختر به شکل در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش (۲۰ دختر) و گروه گواه (۲۰ دختر) کاربندی شدند. گروه آزمایش نه جلسه نود دقیقه‌ای تحت مداخله آموزش‌های پیش از ازدواج خبره‌محور محقق ساخته قرار گرفتند و در این مدت گروه گواه در لیست انتظار بود؛ در این پژوهش هر دو گروه در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با پرسشنامه‌های کمال‌گرایی ازدواج هیل و کارن (۲۰۱۶) و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل یوسفی (۱۳۹۰) مورد سنجش قرار گرفتند؛ داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از واریانس اندازه‌های مکرر تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد آموزش پیش از ازدواج خبره‌محور بر کمال‌گرایی ازدواج ($F=۱۹/۱۵, P=۰/۰۰۱$) و تصویر ذهنی ایده‌آل از همسر ایده‌آل ($F=۵/۲۵, P=۰/۰۰۶$) مؤثر است و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار بود. **نتیجه‌گیری:** با توجه به این نتایج می‌توان گفت آموزش‌های ازدواج خبره‌محور برای اصلاح متغیرهای کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل در بین دختران مجرد روش مناسب است.

کلیدواژه‌ها: ازدواج، مشاوره ازدواج، تصویر ایده‌آل از همسر، خبره‌محور، کمال‌گرایی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(کاوهی سدهی، یوسفی و ترکان، ۱۳۹۹)

در فهرست منابع:

کاوهی سدهی، سمیه، یوسفی، زهرا، و ترکان، هاجر. (۱۳۹۹). اثربخشی ازدواج خبره‌محور بر تصویر ایده‌آل از همسر و کمال‌گرایی دختران مجرد. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۱(۴): ۱۶۴-۱۷۸.

مقدمه

ازدواج یکی از مهم‌ترین رخداد‌های زندگی اجتماعی است که بیشتر افراد انسانی آن را تجربه می‌کنند و آینده فرد را تا حد زیادی تحت تأثیر قرار می‌دهد، اغراق نیست اگر گفته شود بنای یک زندگی موفق در گرو ازدواج موفق است (کاوهی، یوسفی و ترکان، ۱۴۰۰). این رویداد نه تنها در سلامت جسمی و روانی فرد مؤثر است بلکه نقش مهمی را در ورود انسان به دوره بزرگسالی بر عهده دارد. اهمیت و تأثیرگذاری زیاد و دراز مدت، این موضوع یکی از اساسی‌ترین مسائل مطرح در حوزه مشاوره‌ی پیش از ازدواج است (همامسی، ۲۰۰۵). افراد قبل از ازدواج تصاویر ذهنی خاصی در مورد همسر بر اساس ملاک‌ها و معیارهایی که دارند در ذهن خود می‌پروراندند و داشتن تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل می‌تواند رویارویی با همسر واقعی را دشوار سازد. مفهوم همسر ایده‌آل برای بیان تصویری که جوانان از ویژگی‌های فرد مورد نظرشان جهت ازدواج در ذهن خود دارند به کار می‌رود. اگر چه تقریباً هیچ تحقیق تجربی در خصوص منشأ تشکیل تصور ذهنی از همسر ایده‌آل صورت نگرفته اما می‌توان به دو منبع مهم شکل‌گیری این تصور اشاره کرد: (۱) ارزش‌های فرهنگی و (۲) نیازهای شخصی (داویدو، پیرسون و اور، ۲۰۰۸).

آنچه دانستن و عمل کردن به آن برای همه همسران، به خصوص زوج‌های جوان و تازه متأهل الزامی است، روبرو شدن با واقعیت‌های زندگی و از جمله خصوصیات ظاهری و باطنی همسر است. تصور ذهنی از همسر ایده‌آل ریشه در مبنای تکامل انگیزش جنسی دارد. مردان در مقایسه با زنان انگیزش جنسی کوتاه‌مدت‌تری دارند، معیارهای آسان‌گیرانه‌تری وضع می‌کنند، برای نشانه‌های دسترسی جنسی، مانند جوانی ارزش قائلند و در همسرگزینی به پاکدامنی اهمیت می‌دهند. زنان در مقایسه با مردان، برای امکانات مالی مرد، وجهه و جاه‌طلبی اجتماعی و توان شغلی نویدبخش ارزش قائل هستند (کاوناق، روبینز و ایس، ۲۰۱۰). روان‌شناسان تحولی با این فرض‌ها آغاز می‌کنند که زن‌ها رفتار جنسی را شدیداً محدود می‌کنند و این زن‌ها هستند که راهبردهای همسرگزینی فرد را حداقل به اندازه تفکر منطقی (و اغلب بیشتر از آن)، تعیین می‌کنند. به علاوه زن‌ها این پیام تکاملی را می‌سازند که مردان، همسران جوان و جذاب می‌خواهند. در حالی که زنان جوایب همسران قدرتمند و عالی‌مقام هستند. افراد همچنین راهبردهای همسرگزینی چندگانه‌ای دارند، به طوری که ابتدا «ضروریات» و بعد «تجملات» را در نظر می‌گیرند. در سطح ضروریات «باید داشته باشند»، مردان برای جذابیت بدن و زنان برای وجهه و امکانات مالی ارزش قائل هستند (باس و همکاران، ۲۰۲۰)؛ به نظر می‌رسد تصویر همسر ایده‌آل متأثر از کمال‌گرایی است. از سوی دیگر پژوهش‌ها نشان می‌دهند که کمال‌گرایی می‌تواند مسیر ازدواج را با موانعی روبه‌رو کند (رضاخانی، نوری قاسم‌آبادی و جانبخش، ۱۳۸۹). کمال‌گرایی مفهومی چند بعدی است. به عبارت دیگر، انواع متفاوتی از رفتار کمال‌گرایانه وجود دارد که دارای انگیزه واقعی برای کامل بودن هستند. کمال‌گرایی خودمدار^۱، کمال‌گرایی دیگرمدار^۲ و کمال‌گرایی اجتماع مدار^۳، انواع کمال‌گرایی را شامل می‌شوند. کمال‌گرایی خودمدار عبارت است از نیاز شخص به کامل بودن، کمال‌گرایی دیگر مدار الزام به این است که دیگران (همسر، فرزندان، زیردستان و سایر مردم) باید

1. Self-oriented perfectionism
2. ther-oriented perfectionism
3. Socially prescribed perfectionism

کامل باشند، کمال‌گرایی اجتماعی مدار ادراکی است مبنی بر اینکه دیگران توقع دارند که شخص کامل باشد (هیل و کران، ۲۰۱۶). بعد منفی کمال‌گرایی یک منبع دائمی استرس محسوب می‌شود و اغلب اوقات فرد را با احساس ناکامی و شکست باقی می‌گذارد. افراد کمال‌گرا خود را ملزم به بی‌نقص بودن می‌دانند و شاید این انتظار ثابت و مداوم را بتوان یک منبع استرس به شمار آورد. استرس نیز می‌تواند بر تصمیم‌گیری‌های فرد تأثیر بگذارد. نظر به اینکه از تصمیم‌های مهم زندگی افراد، تصمیم برای ازدواج است، داشتن انتظار غیرواقع‌بینانه از خود، دیگران و جامعه می‌تواند بر باورها و انگیزه‌های افراد مؤثر باشد (کیا، ۱۳۹۶).

تاکنون پژوهش‌های گوناگونی جهت بررسی پدیده ازدواج در ابعاد مختلف انجام شده است از جمله قائمی اصل، نصر اصفهانی، شاه‌پرست و عبدالآبادی (۱۳۹۸) نشان دادند ازدواج و تشکیل خانواده در ایران به‌طور ویژه تحت تأثیر زمینه‌های جنسی (به‌ویژه نسبت جنسی) و زمینه‌های آموزشی (به‌ویژه نرخ باسوادی) است، ولی تصمیم به طلاق می‌تواند علاوه بر متغیرهای جنسی و آموزشی، تحت تأثیر تورم و بیکاری نیز باشد؛ نیازی، میری و فرهادیان (۱۳۹۸) الگویی را برای معیارهای همسرگزینی معرفی کردند که شامل معیارهای دینی، معیارهای خانوادگی، معیارهای اقتصادی، معیارهای جسمی و جنسی، معیارهای اجتماعی - فرهنگی، معیارهای فردی، معیارهای روانی و معیارهای اخلاقی بود. مختاری، یوسفی و منشئی (۱۴۰۰) به مطالعه پدیده تأخیر در ازدواج در بین دختران مجرد پرداختند، همچنین آنان اثربخشی آموزش پیش از ازدواج طرحواره محور را بر ترس از ازدواج و سبک‌های مقابله‌ای دختران مجرد و در پژوهشی دیگر اثربخشی این روش را بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل نشان دادند را نشان دادند؛ جوکار، یوسفی و ترکان (۱۴۰۰) طی پژوهشی به تبیین ازدواج به هنگام در بین مردان مجرد پرداختند. رجبی، عباسی، سودانی و اصلانی (۱۳۹۵) به منظور بهبود انتخاب و باورهای ارتباطی دانشجویان اثربخشی آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر آگاهی را نشان دادند؛ کیمیایی، صالحی فدردی و غفوری نسب (۱۳۹۴) بهبود ملاک‌های همسرگزینی و هوش هیجانی جوانان اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج را نشان دادند؛ ریدفیتزکی، لویسر-گریر، گامبونی، ریورا و فرارو (۲۰۲۰) طی پژوهشی ارتباط بین باورهای مربوط به قصه عاشقانه زندگی و انتخاب همسر را با دریافت مشاوره پیش از ازدواج و بعد از ازدواج بررسی کردند نتایج آنان نشان داد افراد در باورهای نسبت به عشق‌ورزی و انتخاب همسر به چهار دسته تقسیم می‌شوند: واقع‌گرا، واقع‌گرای درک‌کننده، عاشق‌پیشه‌ها و مرددها^۱ این چهار گروه در ارتباط با دریافت مشاوره ازدواج و مشاوره پس از ازدواج سه گروه اول نگرش مثبتی به دریافت مشاوره داشتند اما افراد مردد نسبت به مشاوره نگرش منفی داشتند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود در مرور پژوهش‌ها در خصوص مطالعه آزمایشی مشاوره ازدواج خبره محور بر متغیرهای کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل نپرداخته است. به هر حال یکی از دغدغه‌ها و نگرانی‌های اجتماعی افزایش آمار شکست ازدواج و افزایش سن ازدواج است. به نظر می‌رسد مشاوره‌ی ازدواج مؤثر می‌تواند در کاهش این آمار مؤثر باشد یکی از مدل‌های جدید در حوزه مشاوره ازدواج، مدل خبره محور است که به تازگی توسط کاوهی، یوسفی و ترکان (۱۳۹۹) ارائه شده است آنان طی یک پژوهش کیفی از نوع تحلیل مضمون مؤلفه‌های مشاوره ازدواج خبرگان مشاور ازدواج را استخراج کردند که شامل شش مقوله

۱. Realists, Apprehensive Realists, Romantics, & Ambivalent/Uncertain

اصلی؛ شناخت‌ها، مهارت‌ها، الزامات، شکل‌دهی مرزها، تنظیم قدرت و کنترل و شکل‌دهی و حفظ صمیمیت است و مبتنی بر آن مدلی را برای آموزش پیش از ازدواج استخراج و معرفی کرده‌اند. این مدل به دلیل آنکه حاصل تجربه مشاوران متبحر در مشاوره ازدواج است و مسیر دقیقی برای تدوین آن طی شده مدل مناسبی برای کاربرد عملی در مشاوره و آموزش‌های مرتبط با ازدواج است و بنابراین لازم است تا بیش از پیش در بوته آزمایش قرار گیرد. به نظر می‌رسد این مدل مشاوره‌ی ازدواج با تأثیر بر ترس‌های پیش از ازدواج، خودکارآمدی و سبک تصمیم‌گیری نه تنها می‌تواند در کاهش احتمال شکست در ازدواج مؤثر باشد بلکه می‌تواند نقش چشمگیری در زندگی مؤثر ایفا نماید از این رو پژوهش حاضر بر آن بود تا به این سؤال پاسخ دهد:

۱. آیا بسته آموزشی مستخرج از مدل مشاوره ازدواج خبره محور بر تصویر ذهنی از همسر ایده آل و کمال‌گرایی دختران مجرد در مرحله پس‌آزمون مؤثر است؟
۲. آیا بسته آموزشی مستخرج از مدل مشاوره ازدواج خبره محور بر تصویر ذهنی از همسر ایده آل و کمال‌گرایی دختران مجرد در مرحله پیگیری پایدار است؟

روش پژوهش

طرح پژوهش، نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری دو ماهه با گروه گواه بود. جامعه آماری کلیه دختران مجرد شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ بود. به این ترتیب ۴۰ دختر مجرد به عنوان نمونه به شکل تصادفی انتخاب و به شکل تصادفی در دو گروه گمارش شدند. نمونه پس از اطلاع‌رسانی برگزاری کارگاه در فرهنگسرای باغ‌نوش از بین داوطلبان و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب شدند. شرایط ورود: مجرد بودن، متقاضی شرکت در دوره آموزشی بودن، عدم ابتلا به سوء مصرف مواد و الکل و عدم دریافت داروهای روان‌پزشکی که به صورت سؤال مستقیم از افراد مورد بررسی قرار گرفت، داشتن حداقل سن بیست سال، داشتن حداقل تحصیلات دیپلم. شرایط خروج: عدم تمایل به ادامه جلسات از سوی هرکدام از آزمودنی‌ها، ایجاد خلل و بی‌نظمی در جریان جلسات (بی‌نظمی در شرکت در جلسات، خارج شدن از موضوع اصلی و حاشیه پردازی، عدم تعهد به انجام وظایف و تکالیف و ...)، شرکت در سایر دوره‌های آموزشی روان‌شناختی طی سه ماه اخیر، انجام ندادن تکالیف، داشتن سابقه تأهل و طلاق. در حالی که گروه کنترل در لیست انتظار قرار داشتند، گروه آزمایش در معرض ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای محتواهای آموزشی قرار گرفتند. محتواهای آموزشی برگرفته از مدل مشاوره خبره محور کاوهی، یوسفی و ترکان (۱۳۹۹) و تحت نظر اساتید راهنما و مشاوره تدوین شد و به منظور بررسی اعتبار محتوا از هفت متخصص مشاوره‌ی پیش از ازدواج خواسته شد تا روی یک طیف پنج درجه‌ای محتوا را بر اساس سؤالات ارزیابی محتوا، بررسی کنند. سپس اعتبار محتوا بر طبق نظر آنان به کمک ضریب CVR بررسی شد و (CVR=۰/۹۱) به دست آمد که نشان از اعتبار محتوای این بسته دارد.

ابزار پژوهش

۱. **مقیاس کمال‌گرایی ازدواج.** در این پژوهش به منظور ارزیابی کمال‌گرایی ازدواج، ابزار محقق ساخته مبتنی بر نظریه هیل و کارن (۲۰۱۶) تهیه و سؤالات آن با موضوع ازدواج هماهنگ شد. این مقیاس ۵۱ گویه و هشت خرده مقیاس دارد. این مقیاس به صورت طیف لیکرتی از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) درجه‌بندی می‌گردد. هیل و همکاران از طریق تحلیل عامل تأییدی بر روی ۳۶۶ نفر از دانشجویان برازش مدل را تأیید کرده‌اند. آن‌ها روایی همگرا و واگرایی پرسشنامه را با پرسشنامه‌های مرتبط و متناقض نشان داده و تأیید کرده‌اند و همسانی درونی آن را ($\alpha=0/90$) گزارش کرده‌اند. در این پژوهش فرم کوتاه آن پس از ارزیابی‌های مقدماتی مورد استفاده قرار گرفت و آلفای کرونباخ آن ($\alpha=0/93$) محاسبه شد. در این پژوهش مجدد همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ بررسی شد و نتیجه دال بر همسانی درونی در جامعه آماری بود ($\alpha=0/89$).

۲. **مقیاس همسر رؤیاها.** این پرسشنامه یک ابزار خود گزارش‌دهی است که توسط یوسفی (۱۳۹۲) به نقل از مختاری و همکاران، (۱۴۰۰) ساخته شده است که شامل ۱۳ سؤال می‌باشد که معیارهای همسر دلخواه و ایده‌آل را ارزیابی می‌کند. آزمودنی هر سؤال را روی یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) پاسخ می‌دهد. روایی صوری آن توسط ۵ متخصص تأیید شده است. یوسفی طی پژوهشی همسانی درونی آن را ($0/754$) گزارش کرد. همچنین وی روایی همگرایی آن را با روان‌رنجوری مثبت و معنادار گزارش کرد. سؤالات این پرسشنامه بیش از اینکه معیارهای واقع‌بینانه را اندازه‌گیری کند معیارهای خیالی درباره همسر ایده‌آل را اندازه‌گیری می‌کند که باعث ایجاد یک تصویر قالبی در ذهن همسر می‌گردد که مانع انتخاب همسر مناسب می‌شود. سازنده طی روش تحلیل عامل به روش واریماکس نشان داد که این مقیاس تنها یک عامل و یک نمره دارد. همچنین وی پایایی آن را طی در دوبار اندازه‌گیری $0/45$ و معنادار گزارش کرده است. همسانی درونی این پرسشنامه در نمونه تحقیق حاضر بررسی و میزان آن از طریق آلفای کرونباخ ($0/821$) محاسبه شد (مختاری و همکاران، ۱۴۰۰).

۳. **محتوای طرح آموزش مشاوره پیش از ازدواج خبره محور.** محتوای آموزش پیش از ازدواج خبره محور محقق ساخته بود؛ جهت بررسی اعتبار محتوایی بسته آموزشی اعتبار اجرایی آن روی یک گروه هفت نفره از دختران طی پنج جلسه نود دقیقه‌ای به شکل تک گروهی انجام شد و نتایج آزمون تی مستقل نشان از اثربخشی این روش بر متغیرهای وابسته اثر داشت.

جلسه اول. آشنایی با روشن‌سازی ارزش‌ها به عنوان مؤلفه مهم برقراری ارتباط مؤثر؛ تکمیل تمرین قطب‌نمای زندگی؛ روشن‌سازی اثر ارزش‌ها بر زندگی؛ آشنایی جوانان با نقش پیش‌بینی‌کنندگی ارزش‌ها در درک رفتارهای زناشویی و فردی در زندگی متأهلی.

جلسه دوم. آشنایی با اهمیت خودشناسی در ازدواج موفق، استفاده از فنون جستجوی نقاط قوت و ضعف خود در ابعاد مختلف زندگی از جمله خانواده، ویژگی‌های فیزیکی، روان‌شناختی، شغلی و تحصیلی و رفاهی؛ مشخص‌سازی ترس‌ها، آرزوها، انتظارات، اهداف، برنامه‌ها، نیازها و نقش‌های خود را در ابعاد مختلف زندگی، آشنایی با اهمیت خانواده در شکل‌گیری ریشه‌های ترس‌ها، آرزوها، انتظارات، اهداف، برنامه‌ها، نیازها و

نقش‌ها، روشن‌سازی نقش هویت‌یابی در شناخت موارد مذکور، جوانان تکلیف خود را با مسئله هویت و نقش هویت در ازدواج موفق روشن کنند. اهمیت دو بعد مسئولیت‌پذیری و روشن بودن ارزش‌ها در هویت‌یابی. جلسه سوم، درک اثر ویژگی‌های خطرناک بر ازدواج، آشنایی با صفات شخصیت و ابعاد خطرناک آن. آشنایی با عوامل خطرناک فردی در خانواده، و تشخیص جایگاه خود به لحاظ صفات خطرناک، آشنایی با اثر ویژگی‌های خطرناک بر زندگی زناشویی، و ایجاد نفرت. آشنایی جوانان با دو مفهوم انسجام و انطباق خانوادگی خود و نقش روابط والدین بر زندگی زوجی آنان، تأکید بر داشتن الگو در همسررداری.

جلسه چهارم، آشنایی با الزامات خانوادگی، مشخص‌سازی فرازها و فرودهای ازدواج و تعیین الزامات هر مرحله و آشنایی با الزامات فردی (کنترل تکانه، کنترل هیجانات، نظارت بر الگوهای همسررداری و مهارت‌های علائق و سلاقی) برای پیشبرد ازدواج موفق.

جلسه پنجم، آشنایی با الزامات بین فردی. آشنایی با اهمیت مدیریت نیاز جنسی و پاسخگویی جنسی به همسر، آشنایی با سه نیاز جنسیتی مهم زنان (نیاز به توجه، محبت و محدودیت نرم) و دو نیاز جنسیتی مرد (نیاز به احترام، نیاز به قدرت)، آشنایی با تعهد به عنوان یکی از پایه‌های اصلی زندگی زوجی موفق. جلسه ششم، آشنایی با مهارت‌های ضروری برای زندگی خانوادگی در دو دسته فردی (مهارت‌های حل مسئله، مدیریت پول، نه گفتن به خود و مهارت‌های شغلی-تحصیلی) و مهارت‌های بین فردی (مهارت‌های ارتباطی، مهارت ارتباط با خانواده همسر، مهارت رفاقت با همسر).

جلسه هفتم، آگاهی از اهمیت توانایی شکل دادن به مرزها، قدرت و تصمیم‌گیری در زندگی متأهلی. آشنایی با اهمیت سبک دلبستگی در شکل دادن به مرزها، کنترل و صمیمیت در خانواده و خودشناسی در زمینه سبک دلبستگی بر اساس ویژگی‌های سه نوع دلبستگی ایمن، دوسوگرا و نایمن، آشنایی با دو بعد مهم کنترل فردی (آگاهی از شیوه‌های صحیح کنترل و قبول تقسیم قدرت) و بین فردی (پذیرش حوزه قدرت طرف مقابل و رعایت بده و بستان در روابط).

جلسه هشتم، آشنایی با زیربنای صمیمیت (سبک دلبستگی)، اهمیت کاهش نیازمندی در ایجاد صمیمیت و اهمیت بیشتر به نیازهای طرف مقابل بیش از نیازهای خودشان در حفظ صمیمیت، آشنایی با اهمیت ثبات هیجانی در زمینه بین فردی و اهمیت مهارت‌های عشق‌ورزی.

شیوه اجرا. پس از اطلاع‌رسانی برگزاری کارگاه در فرهنگسرای باغ‌نوش از بین داوطلبان و بر اساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب و در دو گروه آزمایش و گواه به تصادف کاربندی شدند. دوره آموزشی در اتاق جلسات مرکز که شرایط آموزش و مداخله گروهی را داشت؛ برای گروه آزمایش برگزار و درباره طرح پژوهش، محل برگزاری آن، اهداف پژوهش، تعداد جلسه‌ها، طول مدت هر جلسه و مسائل مطروحه در جلسه‌ها، رعایت اصول اخلاقی نظیر رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات به شرکت‌کنندگان توضیح داده شد. گروه آزمایش به همراه گروه گواه در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و در مرحله پیگیری دو ماهه به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر و کاربرد آخرین نسخه ۲۴ نرم‌افزار SPSS تحلیل شد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش، به ترتیب ۲۵/۴۴ و ۷/۸ سال و در گروه گواه به ترتیب ۲۶/۳۳ و ۶/۷ سال بود. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش ۸۰ درصد لیسانس و فوق‌لیسانس و ۲۰ درصد دیپلم بودند. جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل را بر حسب گروه نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهشی گروه آزمایش و گواه در سه مرحله

شاخص‌های آماری	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
کمال‌گرایی	آزمایش	۱۷۲/۴۴	۱۹/۱۵	۱۶۹/۳۶	۱۹/۲۸	۱۵۳/۳۱	۱۲/۸۶
گواه	گواه	۱۶۱/۲۵	۲۴/۲۱	۱۶۲/۰۰	۱۹/۳۵	۱۷۳/۲۰	۱۵/۴۵
تصویر ذهنی از همسر	آزمایش	۱۶۱/۲۵	۵/۴۴	۱۶۲/۰۰	۴/۲۳	۱۷۳/۲۰	۴/۱۸
گواه	گواه	۴۸/۲۳	۴/۷۶	۴۰/۰	۷/۲۵	۳۵/۶۶	۷/۲۱

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که نمرات کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل پس‌آزمون و پیگیری گروه آزمایش آموزش پیش از ازدواج خبره محور نسبت به گروه کنترل تغییر کرده است. به منظور بررسی معناداری این تفاوت و با توجه به اینکه سه بار هر آزمودنی در معرض آموزش در گروه آزمایش پیش از ازدواج و مشاوره خبره محور قرار گرفته است، از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری استفاده شد. جهت بررسی نرمال بودن نمرات داده‌ها از آزمون کولموگراف-اسمیرنف، به منظور بررسی پیش‌فرض برابری واریانس‌ها از آزمون لوین و به منظور برابری واریانس نمرات متغیر وابسته در گروه‌ها در سه مرحله اندازه‌گیری در کل از آزمون ماچلی استفاده شد. نتیجه این تحلیل‌ها در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. نتایج آزمون مفروضه‌های آماری برای متغیرهای پژوهش

متغیر	گروه	کولموگراف-اسمیرنف		آزمون لوین		موخلی	
		Z	معناداری	F	معناداری	W	سطح معناداری
کمال‌گرایی	آزمایش	۰/۲۴	۰/۹۶	۰/۲۵	۰/۳۲	۱۵۴/۵۲	۰/۰۳
گواه	گواه	۰/۴۳	۰/۹۱				
تصویر ذهنی از همسر	آزمایش	۰/۰۹	۰/۹۰	۰/۷۲	۰/۴۹	۸۰/۰۵	۰/۱۶
گواه	گواه	۰/۰۶	۰/۸۸				

نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد آزمون کولموگراف-اسمیرنف حاکی از برقراری شرط توزیع طبیعی نمره‌ها و نتیجه آزمون لوین نیز نشان دهنده برقراری شرط همسانی واریانس‌ها در متغیرهای پژوهش (کمال‌گرایی و

تصویر ذهنی از همسر) است. همچنین آماره W موخلی برای متغیر کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر برقرار است و پیش‌فرض کرویت در این متغیر رعایت شده است. بنابراین در ادامه برای تفسیر نتایج آزمون اثرهای درون آزمودنی‌ها برای متغیرهای از این آماره استفاده شد.

جدول ۳. تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری‌های مکرر در سه مرحله

منابع تغییرات	اجزاء	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	نسبت F	سطح معناداری	اندازه اثر
کمال‌گرایی	مراحل مداخله	۱۱۷/۲۲	۲	۵۸/۶۱	۶۳/۸۸	۰/۰۰۱	۰/۶۹
	مراحل × گروه	۱۰۱/۴۰	۲	۵۰/۷۰	۵۵/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۶
	گروه	۹۷/۲۰	۱	۹۷/۲۰	۱۹/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۴۰
تصویر ذهنی از همسر	مراحل مداخله	۲۷/۲۹	۲	۱۳/۶۴	۲۰/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۳۱
	مراحل × گروه	۱۲/۲۹	۲	۶/۱۳	۴/۲۶	۰/۰۰۲	۰/۱۹
	گروه	۲۵۰/۵۳	۱	۱۲۵/۲۶	۵/۲۵	۰/۰۰۶	۰/۲۱

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که تعامل مراحل با گروه آزمایش در سه مرحله اندازه‌گیری در نمره کمال‌گرایی (P=۰/۰۰۱، F=۱۹/۱۵) با اندازه اثر ۰/۴۰ و بر نمره تصویر ذهنی از همسر (P=۰/۰۰۶، F=۵/۲۵) با اندازه اثر ۰/۱۹ مؤثر بوده است.

جدول ۴. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

شاخص‌های آماری	پیش‌آزمون - پس‌آزمون	پیش‌آزمون - پیگیری	پس‌آزمون - پیگیری
	تفاوت میانگین	تفاوت میانگین	تفاوت میانگین
کمال‌گرایی	۸/۲۳	۴/۳۳	۳/۶۷
تصویر ذهنی از همسر	۱/۱۳	۰/۳۳	۰/۲۱

در جدول ۴ نتایج آزمون بنفرونی نشان می‌دهد تفاوت میانگین نمرات کمال‌گرایی (P=۰/۰۰۱) و تصویر ذهنی از همسر (P=۰/۰۰۱) بین مراحل پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری معنادار است؛ اما تفاوت میانگین بین پس‌آزمون و پیگیری در هیچ‌یک از متغیرهای پژوهش معنادار نیست که بیانگر آن است که نتایج حاصل در مرحله پیگیری بازگشت نداشته و اثر مداخله پایدار بوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤال بود آیا آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر مدل مشاوره ازدواج خیره‌محور بر کمال‌گرایی و تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل اثر معنادار دارد؟ نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌های

تکراری نشان داد که این روش بر کمال‌گرایی مؤثر نبوده است اما تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل به کمک آموزش‌ها بهبود یافت. نتایج این پژوهش به جهت اثربخشی این آموزش‌ها با سایر پژوهش‌هایی که اثربخشی مدل‌های مشاوره ازدواج را نشان داده بودند همسو است از جمله فاتحی و کریم ثانی (۱۳۹۵) اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر خودکارآمدی دختران در آستانه ازدواج کمیته امداد امام را نشان داد؛ اکبری ترکمنستانی و همکاران (۱۳۹۵) به بررسی اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج به روش پذیرش و تعهد بر رضایت جنسی سی زوج آماده به ازدواج پرداختند نتایج آنان نشان داد که این روش بر افزایش رضایت جنسی مؤثر بوده است؛ مختاری و همکاران (۱۴۰۰، a,b) نیز اثربخشی آموزش طرح‌وار محور را بر تصویر ذهنی از همسر ایده‌آل، ارزش‌ها و ترس‌های پیش از ازدواج نشان دادند.

در تبیین اثربخشی این روش بر کمال‌گرایی ازدواج باید گفت از آنجا که کمال‌گرایی به معنای هدف‌گذاری برای رسیدن به بهترین‌ها در یک موضوع است و حاوی دو بعد مهم تلاش و نگرانی است باعث می‌گردد تا فرد تلاش زیادی بکند تا در ازدواج شکست نخورد، مایل است تا نه تنها همسرش توسط دیگران مورد تأیید قرار بگیرد بلکه حتی تحسین گردد، خودش را بسیار سرزنش می‌کند به نحوی که به خودش اجازه نمی‌دهد خطا مرتکب شود و در این راستا تلاش زیادی می‌کند همچنین چنین فردی فاصله زیادی بین وضعیت موجود و ایده‌آل ادراک می‌کند بنابراین دیر به رضایت می‌رسد؛ در خصوص دیگران نیز نگرش انتقادی دارند و عملکرد دیگران را در ابعاد مختلف زیاد ارزیابی می‌کنند گرچه انتظار می‌رفت که آموزش‌ها بتواند کمال‌گرایی را افزایش دهد اما نتایج خلاف انتظار بود در این خصوص می‌توان چند دلیل را اشاره نمود: ۱) بنیاد هر دو روش افزایش آگاهی از عوامل مؤثر در ازدواج موفق بود بنابراین ممکن است آگاهی دختران از این عوامل حساسیت آنان را نسبت به موضوع ازدواج بیش از پیش دقیق‌تر کند و در نتیجه اثرات مثبت این آگاهی با اثرات منفی افزایش حساسیت خنثی گردد؛ ۲) بهبودی ویژگی‌های مختلف در افراد به روش‌های گوناگون نیاز دارد بنابراین آگاهی از عوامل مهم کافی نبوده و لازم است تا در کنار افزایش آگاهی، در مدیریت موانع ازدواج مدیریت کمال‌گرایی نیز به عنوان یک مبحث مهم مدنظر قرار گیرد؛ ۳) هرچند نتایج نشان داد میانگین کمال‌گرایی تفاوت معناداری نداشته است اما پیام تلویحی دیگر این نتیجه آن بود که افزایش آگاهی لزوماً به نتیجه بهتر منجر نمی‌شود بلکه ممکن است نگرانی‌های فرد را افزایش داده و از ازدواج اجتناب نماید؛ ۴) همچنین به نظر می‌رسد برخی آگاهی‌ها در کنار رویدادهای اجتماعی حساسیت روی موضوع را برای برخی افراد افزایش دهد در واقع با توجه به افزایش آمار طلاق ممکن است آگاهی از عوامل مهم و مؤثر در ازدواج، افزایش حساسیت به موفقیت ازدواج و کاهش احتمال طلاق را در پی داشته باشد.

در زمینه اثربخشی آموزش‌ها بر تصویرذهنی از همسر ایده‌آل باید گفت افراد قبل از ازدواج ممکن است با دیدن الگوهای مشهور و معروف جذابیت در جامعه مانند هنرپیشه‌ها، در خصوص مرد جذاب و زن جذاب الگوهای را در ذهن خود برای همسر آینده‌شان شکل دهند که مانع انتخاب مناسب همسر در بین آنان می‌گردد و باعث می‌شود تا فرصت‌های ازدواجی را که مقابل آنان قرار می‌گیرد با الگوی پیش موجود در ذهنشان مقایسه کنند و در نتیجه نتوانند ازدواج کنند بنابراین به نظر می‌رسد در این آموزش‌ها افراد اطلاعات مربوط به معیارهای همسر مناسب را تا حدی جایگزین همسر ایده‌آل کرده‌اند و این امر باعث کاهش تصویر

ذهنی از همسر ایده آل شده است. با توجه به یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت: مدل مشاوره پیش از ازدواج خبره محور قابلیت انطباق با آموزش‌های پیش از ازدواج را دارد و نتایج کمی مؤید مدل نظری بود. این پژوهش نیز همچون سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی داشت که می‌توان در موارد زیر خلاصه کرد: جامعه این پژوهش دختران شهر اصفهان بود و تعمیم آن به سایر جوامع باید با احتیاط انجام شود؛ به علت مقطعی بودن پژوهش، امکان بررسی اثر آموزش‌ها در زمان طولانی‌تر وجود نداشت و در نهایت نمونه به شکل در دسترس انتخاب شد. در نهایت به مشاوران ازدواج پیشنهاد می‌شود تا برای افزایش بهره‌وری با توجه به اثربخشی آموزش پیش از ازدواج خبره محور از آن برای مشاوره ازدواج بهره ببرند.

موازین اخلاقی

پژوهش حاضر با کسب رضایت کامل از سوی آزمودنی‌ها انجام شد. همچنین به آزمودنی‌ها این اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها کاملاً به صورت محرمانه باقی می‌ماند و نتایج به صورت گروهی و صرفاً جهت یک پژوهش دانشگاهی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

سپاسگزاری

از کلیه عزیزانی که ما را در امور اداری این پژوهش یاری کردند همچنین شرکت‌کنندگان محترم در آموزش‌ها سپاسگزاری می‌شود.

مشارکت نویسندگان

کلیه نویسندگان در تنظیم، اجرا، انجام و تدوین این پژوهش مشارکت فعال داشته‌اند.

تعارض منافع

این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی نداشته است و برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول بود و نویسندگان هیچ‌گونه تعارض مالی و منافع نداشتند.

منابع

- اکبری ترکستانی، نعیمه، رمضان نژاد، پلینوس، عابدی، محمدرضا، عشرتی، بابک، موحدمجد، مجید، و نکوبهر، عباس. (۱۳۹۶). تأثیر مشاوره قبل از ازدواج با رویکرد مبتنی بر پذیرش و تعهد بر رضایت جنسی زوجین. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۵(۴): ۲۴۴-۲۵۱.
- جوکار، حبیب، یوسفی، زهرا، و ترکان، هاجر. (۱۳۹۹a). تبیین تجرد نابه‌نگام مردان تحصیل کرده در بوشهر: یک مطالعه کیفی. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۷(۱): ۱۳۳-۱۴۶.

رجبی، غلامرضا، عباسی، قدرت‌اله، سودانی، منصور، و اصلانی، خالد. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی بر باورهای ارتباطی دانشجویان مجرد. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۶(۱): ۷۹-۹۷.

رضاخانی، سیمین دخت، نوری قاسم آبادی، ربابه، و جان بخش، مژگان. (۱۳۸۹). رابطه کمال‌گرایی با باورها و انگیزه‌های ازدواج در دانشجویان دانشگاه تهران. *زن و مطالعات خانواده*، ۳(۱۰): ۶۱-۷۳.

فاتحی خشک‌ناب، فاطمه، و کریمی ثانی، پرویز. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود مهارت‌های اجتماعی و خودکارآمدی دختران در آستانه ازدواج تحت حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان کرج. *زن و مطالعات خانواده*، ۹(۳۳): ۱۴۱-۱۶۲.

قائم‌اصلی، مهدی، نصرافهانی، محمد، شاه‌پرست، الهه، و توسلی عبدالآبادی، نیره. (۱۳۹۸). بررسی تأثیر کوتاه مدت و بلندمدت متغیرهای اقتصادی بر روند ازدواج و طلاق در ایران با تأکید بر کانال‌های کنترلی جنسی و آموزشی. *زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)*، ۱۷(۳): ۴۸۷-۵۱۱.

کاوه‌ای، سمیه، یوسفی، زهرا، و ترکان، هاجر. (۱۴۰۰). بررسی روش مشاوره ازدواج توسط خبرگان مشاوره ازدواج و استخراج الگوی مشاوره پیش از ازدواج خبره محور. *مجله دانش و پژوهش کاربردی. در انتظار چاپ*.
کیا، سید مهدی. (۱۳۹۶). خانواده، ازدواج و طلاق. *فصلنامه علمی تخصصی دانش انتظامی سمنان*، ۷(۲۶): ۱۳۷-۱۷۱.

کیمیایی، سید علی، صالحی فدردی، جواد، و غفوری نسب، جواد. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج و مهارت‌های زندگی بر ملاک‌های همسرگزینی و هوش هیجانی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره (مطالعات تربیتی و روان‌شناسی)*، ۵(۱): ۴۱-۵۱.

مختاری، سمانه، یوسفی، زهرا، و منشی، غلامرضا. (۱۴۰۰a). تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور بر ترس از ازدواج و سبک‌های مقابله‌ای در دختران مجرد. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۹(۲): ۱۰۰۰-۱۰۰۱.

مختاری، سمانه، یوسفی، زهرا، و منشی، غلامرضا. (۱۴۰۰b). تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور بر ارزش‌های ازدواج و تصویر ایده‌آل از همسر در دختران مجرد. *زن و مطالعات خانواده*، انتشار آنلاین.

مختاری، سمانه، یوسفی، زهرا، و منشی، غلامرضا. (۱۴۰۰c). شناسایی پدیده تاخیر در ازدواج دختران: نظریه زمینه‌ای. *خانواده درمانی کاربردی*، ۲(۲): ۴۶-۶۶.

نیازی، محسن، میری، سمیه، و فرهادیان، علی. (۱۳۹۸). طراحی الگوی معیارهای همسرگزینی در جامعه ایران. *فرهنگی تربیتی زنان و خانواده*، ۱۴(۴۸): ۱۲۱-۱۴۴.

References

- Buss, D. M., Durkee, P. K., Shackelford, T. K., Bowdle, B. F., Schmitt, D. P., Brase, G. L. & Trofimova, I. (2020). Human status criteria: Sex differences and similarities across 14 nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(5): 979.
- Dovidio, J. F., Pearson, A. R., & Orr, P. (2008). Social psychology and neuroscience: Strange bedfellows or a healthy marriage?. *Group Processes & Intergroup Relations*, 11(2): 247-263.
- Fincham, F. D. (2004). Communication in marriage. In A. L. Vangelisti (Ed.), *Handbook of family communication* (pp. 83-103). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Hamamci, Z. (2005). Dysfunctional relationship beliefs in marital satisfaction and adjustment. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 33(4): 313-328.

- Hill, A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and social psychology review*, 20(3): 269-288.
- Kavanagh, P. S., Robins, S. C., & Ellis, B. J. (2010). The mating sociometer: a regulatory mechanism for mating aspirations. *Journal of personality and social psychology*, 99(1): 120.
- Reed-Fitzke, K., Lucier-Greer, M., Gamboni, C. M., Rivera, P. M., & Ferraro, A. J. (2020). Beliefs about Romance and Mate Selection and Intentions to Seek Pre-or Post-Marital Counseling: a Latent Profile Analysis of Emerging Adults. *Marriage & Family Review*, 56(1): 72-90.

پرسشنامه همسر رویاها

- ۱- در ذهنم برای ظاهر همسرم ایده‌آل‌هایی دارم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۲- در ذهنم دوست دارم همسرم شبیه یکی از هنرپیشه‌هایی باشد که در تلویزیون می‌بینم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- در ذهنم همسری دارم که ظاهرش شبیه یکی از آدم‌هایی است که می‌شناسم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۴- در ذهنم ستاره سینمایی را دوست دارم همسرم باشد.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۵- دوست دارم همسرم شکل کسی باشد که در ذهنم تصور می‌کنم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۶- من خیلی مشکل‌پسند هستم چون دوست دارم همسرم شکل فرد خاصی باشد که در ذهن دارم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۷- من دقیقاً برای چهره، بدن، قد و هیكل همسرم در ذهنم ایده‌آل‌هایی دارم.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۸- در ذهنم دوست دارم همسرم دارای خصوصیات خانوادگی باشد.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۹- در ذهنم دوست دارم همسرم دارای خصوصیات شغلی خاصی باشد.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۱۰- در ذهنم دوست دارم همسرم دارای ویژگی‌های مالی خاصی باشد.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۱۱- در ذهنم دوست دارم همسرم به شکل خاصی رفتار کند.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۱۲- در ذهنم دوست دارم همسرم آداب اجتماعی را به خوبی بداند.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم
- ۱۳- در ذهنم دوست دارم همسرم اخلاق خاصی داشته باشد.
 کاملاً مخالفم تا حدودی مخالفم نظری ندارم تا حدودی موافقم کاملاً موافقم

مقیاس کمال‌گرایی ازدواج

سؤالات					ردیف
کاملاً موافقم	موافقم	نه موافقم نه مخالفم	مخالفم	کاملاً مخالفم	
۱	۲	۳	۴	۵	۱
من تنها زمانی احساس رضایت می‌کنم که ازدواجی کامل و بی‌نقص انجام داده باشم و نتایج عالی بدست آورم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲
من به توصیه‌های دیگران در مورد خودم خیلی حساس هستم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۳
به اطرافیانم گوشزد میکنم که کسیکه به من برای ازدواج معرفی می‌کنند حتما باید با معیارهای من هماهنگ باشد.					
۱	۲	۳	۴	۵	۴
من آدم فوق‌العاده منظمی هستم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۵
قبل از تصمیم‌گیری، همه راه‌حل‌ها را بدقت بررسی می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۶
اگر در ازدواج اشتباه کنم، در نظر دیگران کوچک خواهم شد.					
۱	۲	۳	۴	۵	۷
احساس می‌کنم والدینم اصرار دارند که من در همه زمینه‌ها، بهترین باشم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۸
اگر در ازدواج نتوانم نتایج عالی و کامل کسب کنم، ناراحتی آن برای من تمام نخواهد شد.					
۱	۲	۳	۴	۵	۹
من تمام نیروی خود را برای رسیدن به ازدواجی کامل و بی‌نقص صرف می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۰
وقتی نتایج کار خود را با دیگران مقایسه می‌کنم، اغلب احساس بی‌لیاقتی می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۱
وقتی اطرافیانم کسی را برای ازدواج به من معرفی می‌کنند که با معیارهای من هماهنگ نیست ناراحت می‌شوم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۲
من اعتقاد دارم که هر چیزی باید سر جای خودش قرار گیرد.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۳
من بخشی از وقتم را صرف برنامه‌ریزی برای کارهایم می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۴
اگر در ازدواج شکست بخورم، خیلی احساس شرمندگی می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۵
والدینم از من انتظار دارند که ازدواج خیلی خوبی داشته باشم و موفقیت زیادی کسب کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۶
من در بیشتر مواقع نگران ازدواجم هستم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۷
من نمی‌توانم کاری را نیمه‌کاره رها کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۸
عکس‌العمل دیگران نسبت به ازدواجم برایم خیلی مهم است.					
۱	۲	۳	۴	۵	۱۹
من از آدم‌هایی که ازدواج خوبی نمی‌کنند و بعد بهانه‌تراشی می‌کنند، بدم می‌آید.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۰
فکر می‌کنم که آدم مرتب و منظمی هستم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۱
اغلب تصمیم‌هایم را بعد از فکر کردن بسیار می‌گیرم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۲
وقتی اشتباه می‌کنم خیلی ناراحت می‌شوم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۳
والدینم به سختی برای ازدواج من راضی می‌شوند.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۴
اگر درباره ازدواجم اشتباهی از من سر بزند، احساس می‌کنم تمام زندگیم خراب شده است.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۵
فکر می‌کنم در هر زمینه‌ای باید بهترین باشم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۶
من همیشه دوست دارم دیگران ازدواج مرا مورد تأیید قرار داده و از من تعریف کنند.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۷
من اغلب از ازدواج دیگران انتقاد می‌کنم.					
۱	۲	۳	۴	۵	۲۸
من دوست دارم همیشه مرتب و منظم باشم.					

۱	۲	۳	۴	۵	۲۹	من همیشه اول خوب فکر می‌کنم بعد تصمیم می‌گیرم که چکار کنم و دنبال چه هدفی باشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۰	اگر اشتباه کنم و کسی به من بگوید اشتباه می‌کنی، احساس بی‌ارزشی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۱	والدینم از من انتظار دارند که به ازدواج بالایی دست پیدا کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۲	اگر به هنگام خواستگاری حرف بی‌معنی بزنم یا کار بیپه‌وده‌ای انجام دهم تمام روز به آن فکر می‌کنم و ناراحت می‌شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۳	من از خودم انتظار دارم به ازدواج خیلی مطلوبی دست یابم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۴	من خیلی کم حرف می‌زنم؛ زیرا نمی‌خواهم اشتباه کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۵	تنبلی و شلختگی اطرافیانم مرا خیلی عصبانی می‌کند.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۶	اغلب اتاق خود را تمیز و مرتب نگه می‌دارم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۷	قبل از انجام دادن هر خواستگاری ابتدا مدت زیادی را صرف برنامه‌ریزی می‌کنم و نقشه می‌ریزم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۸	فکر می‌کنم اگر در ازدواجم موفق نشوم، دیگران سایر موفقیت‌هایم را نیز نادیده خواهند گرفت.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۹	روز به روز بیشتر احساس می‌کنم که باید ازدواج موفق‌تری داشته باشم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۰	وقتی اشتباهی از من سر می‌زند، نمی‌توانم ناراحتی حاصل از آن را از ذهنم بیرون کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۱	من احساس می‌کنم ازدواج باید به بهترین نحو انجام شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۲	اغلب دلواپس این مسئله هستم که دیگران در مورد ازدواج من چطور فکر می‌کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۳	وقتی اطرافیانم از روی بی‌دقتی اشتباه می‌کنند، تحمل خود را از دست می‌دهم و عصبانی می‌شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۴	قبل از هر خواستگاری ابتدا مدت زیادی در مورد چگونگی انجام آن فکر می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۶	از نظر من اشتباه کردن در ازدواج یعنی شکست خوردن.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۷	حس می‌کنم والدینم فشار زیادی بر من وارد می‌کنند تا در ازدواجم موفق شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۸	من اغلب به مدت زیادی به کارهایی که انجام داده‌ام، به ویژه اشتباهاتی که کرده‌ام فکر می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۹	من اغلب می‌ترسم که همسرم در آینده حرف‌های مرا خوب نفهمد و بد برداشت کند.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۰	اگر همسرم اشتباه کند، من احساس ناراحتی و ناکامی می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۱	سوالات طبقه‌بندی شده و زیادی را برای خواستگاری تهیه کرده‌ام.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۲	من یکباره و بدون فکر قبلی تصمیم نمی‌گیرم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۳	به نظر من اشتباه کردن نشانه‌ی حماقت است.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۴	حس می‌کنم والدینم از من انتظار دارند که آدم کاملی باشم و در همه‌ی زمینه‌ها از جمله عالی عمل کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۵	وقتی می‌خواهم وارد روند خواستگاری شوم دایم فکر می‌کنم که چطور می‌توانم آن کار را بهتر انجام دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۶	وقتی اشتباه بزرگی از من سر می‌زند احساس می‌کنم که آدم بدردنخوری هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۵۷	والدینم عقیده دارند که به هر قیمتی که شده من باید بهترین ازدواج را داشته باشم و بهترین نتایج را کسب کنم.

The Effectiveness of Expert-Centered Marriage in Improving the Ideal Image of the Spouse and the Perfectionism of Single Girls

Somaye. Kavehi Sedehi¹, Zahra. Yousefi^{*2} & Hajar. Torkan³

Abstract

Aim: The study was performed to compare the effectiveness of the educational intervention of the acceptance-commitment-based approach and the group choice theory approach in adolescent anxiety syndrome. **Method:** The research method had a quasi-experimental type with a pretest-posttest design and a two-month follow-up. The statistical population consisted of single girls in Isfahan in 2019, and 40 girls were randomly selected after screening and were randomly assigned to the experimental (n=20) and control (n=20) groups. The experimental group underwent 9 ninety-minute sessions of researcher-made expert-centered premarital training and the control group was on the waiting list. In the study, both groups were assessed at the pre-test, post-test, and follow-up stages using the Hill and Karen Marriage Perfectionism Questionnaire (2016), and the mental image of the ideal spouse by Yousefi (2011). The collected data were analyzed using the repeated-measures analysis of variance (ANOVA). **Results:** The results indicated that expert-centered premarital training was effective in improving marriage perfectionism ($P= 0.001$, $F= 19.15$), and the mental image of the ideal spouse ($P= 0.006$, $F= 5.25$), and the effect was stable at the follow-up stage. **Conclusion:** According to the results, expert-centered marriage training was a suitable method for modifying perfectionism and the mental image of the ideal spouse among single girls.

Keywords: Marriage; Marriage counseling; Ideal image of spouse; Expert-centered; Perfectionism

1. PhD student, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran

2. ***Corresponding Author:** Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran Z.yousefi1393@khuisf.ac.ir

3. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran