



A Comparison of the Effectiveness of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) Program and the Premarital SYMBIS Model in Improving the Fear of Marriage among Unmarried Girls

Sajad. Hashemi¹, Maasuomeh. Behboodi^{2*} & Farideh. Dokanehi Fard³

1. Ph.D student of counseling department, Roudhen branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran
2. Assistant Professor of Counseling Department, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran
3. Associate Professor of Counseling Department, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran

ARTICLE INFORMATION

Article type

Original research

Pages: 73-90

Corresponding Author's Info

Email: masomebehbodi@gmail.com

Article history:

Received: 2022/02/26

Revised: 2022/07/01

Accepted: 2022/07/10

Published online: 2022/09/07

Keywords:

Premarital, PICK, SYMBIS, Fear of marriage, Unmarried girls

ABSTRACT

Background and Aim: Youth marriage has become a major challenge in Iranian society. Young people avoid marriage for various reasons, and the phenomenon of marriage delay has emerged as a problem; hence, the present study aimed to compare the effectiveness of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) program and the premarital SYMBIS model (Saving Your Marriage Before it Starts) in improving the fear of marriage among unmarried girls. **Methods:** The research was semi-experimental (pretest-posttest with a control group and a one-month follow-up). The statistical population of the research consisted of unmarried female students over 30 years of age at Islamic Azad University, South Tehran branch. After citation at the university (through placing an advertisement and invitation on the student social networks) and after screening of 53 volunteer female students according to research criteria by the fear of marriage questionnaire by Samiei et al. (2013), 45 girls were selected and 15 girls were randomly assigned to the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) program group (2006) by Van Epp, and 15 girls were assigned to the premarital SYMBIS model group (Parrott and Parrott (2016), and 15 girls were assigned to the control group. The data were analyzed using the repeated-measures analysis of variance. **Results:** According to the results, the intervention based on the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) and the Premarital SYMBIS Model affected the fear of spouse ($F=38.80, P=0.001$), fear of financial management inability ($F=19.71, P=0.001$), fear of spouse's limitations ($F=28.00, P=0.001$), self-fear ($F=18.63, P=0.001$), fear of spouse's betrayal ($F=31.13, P=0.001$), and financial fear ($F=14.33, P=0.001$). The effect was stable in the follow-up stage. **Conclusion:** Based on the results, it is necessary to use the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) program and the Premarital SYMBIS model to reduce the fear of marriage and marriage inefficiency beliefs in unmarried girls on the verge of marriage. Therefore, psychologists and marriage therapists can take the advantage of the premarital training method based on the PICK program and SYMBIS model along with other training methods to reduce the fear of marriage in girls on the verge of marriage.



This work is published under CC BY-NC 4.0 licence.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article: Hashemi, S., Behboodi, M., & Dokanehi Fard, F. (2022). A Comparison of the Effectiveness of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) Program and the Premarital SYMBIS Model in Improving the Fear of Marriage among Unmarried Girls. *jayps*, 3(1): 73-90



مقایسه اثربخشی برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس بر ترس از ازدواج دختران مجرد مانده

سجاد هاشمی^۱، معصومه بیهودی^{۲*} و فریده دوکانه‌ای فرد^۳

۱. دانشجوی دکتری گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

۲. استادیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

۳. دانشیار گروه مشاوره، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

زمینه و هدف: امروزه ازدواج جوانان به یکی از چالش‌های اصلی جامعه ایرانی مبدل شده است؛ جوانان به دلایل مختلفی از مبادرت به ازدواج دوری می‌کنند و پدیده تأخیر در سن ازدواج به‌عنوان یک مسئله نمود پیدا کرده است؛ لذا هدف پژوهش حاضر تعیین مقایسه اثربخشی برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس بر ترس از ازدواج دختران مجرد مانده بود. **روش پژوهش:** پژوهش حاضر نیمه آزمایشی (پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری یک ماهه) است؛ جامعه آماری این پژوهش شامل دختران دانشجوی مجرد بالای ۳۰ سال دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب بودند که پس از اعلام فراخوان در دانشگاه (از طریق نصب آگهی و فراخوان در شبکه‌های اجتماعی دانشجویان) پس از غربالگری به‌وسیله پرسشنامه ترس از ازدواج سمیعی و همکاران (۱۳۹۲) ۵۳ دانشجوی دختر داوطلب با رعایت معیارهای پژوهشی ۴۵ دختر انتخاب و ۱۵ دختر در گروه برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی وان اپ (۲۰۰۶) و ۱۵ دختر در گروه مدل پیش از ازدواج سیمبیس (پاروت و پاروت (۲۰۱۶) و ۱۵ دختر در گروه گواه به صورت تصادفی کاربردی شدند. داده‌ها با استفاده از واریانس اندازه‌های مکرر تحلیل شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد مداخله برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس بر ترس از همسر ($F=3.8/8.0, P=0/0.01$)، ترس از ناتوانی مدیریت مالی ($F=1.9/7.1, P=0/0.01$)، ترس از محدودیت‌های همسر ($F=2.8/0.0, P=0/0.01$)، ترس از خود ($F=1.8/6.3, P=0/0.01$)، ترس از خیانت همسر ($F=3.1/1.3, P=0/0.01$) و ترس مالی ($F=1.4/3.3, P=0/0.01$) مؤثر است؛ این تأثیر در محله پیگیری پایدار بود. **نتیجه‌گیری:** بر اساس نتایج، استفاده از روش آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس برای کاهش ترس از ازدواج و باورهای ناکارآمدی ازدواج در دختران مجرد در آستانه ازدواج ضروری است؛ بنابراین، روانشناسان و درمانگران ازدواج می‌توانند از روش آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس در کنار سایر روش‌های آموزشی برای کاهش ترس از ازدواج دختران مجرد در آستانه ازدواج استفاده کنند.

اطلاعات مقاله

نوع مقاله: پژوهشی

صفحات: ۷۳-۹۰

اطلاعات نویسنده مسئول

ایمیل:

masomebehbodi@gmail.com

سابقه مقاله

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۱۲/۰۷

تاریخ اصلاح مقاله: ۱۴۰۱/۰۴/۱۰

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۱/۰۴/۱۹

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۰۵/۱۷

واژگان کلیدی

پیش از ازدواج، برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی، سیمبیس، ترس از ازدواج، دختران مجرد

انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است. تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است.



شیوه استناد به این مقاله

هاشمی، سجاد، بیهودی، معصومه، و دوکانه‌ای فرد، فریده. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK) و مدل پیش از ازدواج سیمبیس (SYMBIS) بر ترس از ازدواج دختران مجرد مانده. *دوفصلنامه مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان*، ۳(۱): ۷۳-۹۰

مقدمه

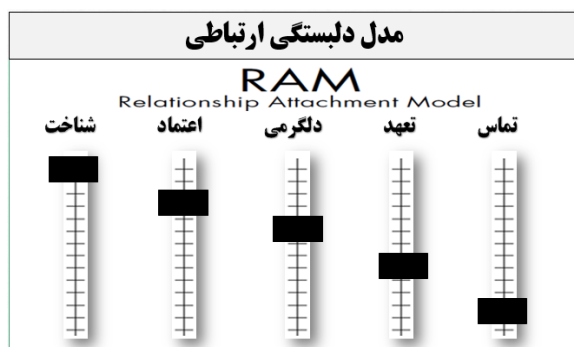
جامعه از حالت هشدار عبور کرده و به مرحله بحران رسیده است و اگر خانواده‌ها نسبت به این بحران غفلت کنند، آینده مبهم و نه چندان خوشی در انتظار آن‌هاست (محمدی‌سیف و عارف، ۱۳۹۴).

یکی از عواملی که مانع انتخاب درست همسر می‌شود ترسی است که فرد نسبت به ازدواج دارد (شیری، گل‌محمدیان و حجت‌خواه، ۱۳۹۵، طباطبائی فر، ۱۴۰۰)؛ این ترس از ازدواج می‌تواند از محیط خانواده و اجتماع سرچشمه گرفته باشد و یا با خودگویی‌ها و زمزمه‌ها به باورهای انعطاف‌ناپذیر در خصوص ازدواج تبدیل شده باشد که مانع ازدواج شده است (رستمی، نوایی‌نژاد و فرزاد، ۱۳۹۹). در واقع امروزه، ازدواج به سادگی گذشته نیست؛ اگرچه تعدادی از مطالعات مزایای قابل تأیید برای ازدواج را پیشنهاد کرده‌اند، اما تعداد بسیاری از افراد ازدواج خود را به تأخیر می‌اندازند و به نظر می‌رسد که جوانان در آستانه ازدواج از یک ترس یا نگرانی در مورد ازدواج و مسائل مربوط به آن رنج می‌برند (برنشتاین و برنشتاین، ۲۰۰۶). در واقع، ترس از ازدواج عبارت است از، پیش‌بینی قریب‌الوقوع خطر که ناشی از همسرگزینی و ازدواج است؛ به عبارت دیگر ترس‌های پیش از ازدواج عبارت است از واکنش هیجانی که پیش‌بینی صدمه روانی، آسیب‌پذیری در برابر خطر یا انتظار فرد از توانایی برای مقابله با موقعیت‌های زندگی متأهلی را در برمی‌گیرد (مردانی، تیشه‌کنی، رستمی و علیپور، ۱۳۹۸). در سراسر دنیا مردان و زنان زیادی وجود دارند که به دلیل ترس از ازدواج تا پایان عمر زیر بار مسئولیت ازدواج نمی‌روند و مجرد می‌مانند؛ دخترها نیز نسبت به ازدواج مقاومت بیشتری نشان می‌دهند زیرا نگران این هستند که پس از ازدواج در قالب نقش یک زن سنتی بروند و ملزم به اطاعت از مرد به عنوان رئیس خانواده شوند (علامه، ۱۳۹۷). عواملی مانند ترس از مشکلات بعد از ازدواج، نداشتن شغل و مسکن، ضعف مهارت‌های ارتباطی، نداشتن اعتماد به جنس مخالف، ادامه تحصیل، ترس از خیانت، ترس از خود و تجربه‌های ناموفق از جمله مسائلی هستند که ازدواج را به تأخیر می‌اندازد؛ همچنین

امروزه ازدواج جوانان به یکی از چالش‌های اصلی جامعه ایرانی مبدل شده است؛ جوانان به دلایل مختلفی از مبادرت به ازدواج دوری می‌کنند و پدیده تأخیر در سن ازدواج به‌عنوان یک مسئله نمود پیدا کرده است (عباس‌زاده و نیکدل، ۱۳۹۵)؛ جوانانی که به دلایلی مجبور به خانه‌نشینی می‌شوند و جوانانی که دوست دارند مجرد بمانند، همه و همه، پدیده تجرد را به‌صورت یک مشکل عمومی درآورده که بیشتر خانواده‌های ایرانی با آن مواجه‌اند؛ جوانانی که تا سنین بالا با پدر و مادر خویش زندگی می‌کنند و برای آغاز زندگی توقعات بالایی دارند، عملاً ازدواج را دچار مشکلات جدی کرده است (محمدی‌سیف و عارف، ۱۳۹۴). نگاهی به آمارهای موجود نشان می‌دهد میانگین سن ازدواج دختران با تحوّل عمده‌ای روبه‌رو شده است؛ بر این اساس، بین سال‌های ۱۳۶۴ تا ۱۳۹۰ با افزایش تدریجی همراه بوده و این افزایش در یکی دو دهه اخیر شتاب بیشتری داشته است؛ به‌طوری که سن ازدواج در ایران در سال ۱۳۶۴، ۱۹ سال؛ در سال ۱۳۷۵، ۲۰ سال؛ در سال ۱۳۸۰، ۲۱ سال؛ در سال ۱۳۸۵، ۲۲ سال و در سال ۱۳۹۰، ۲۳.۵ سال بوده و میانگین ازدواج دختران از ۱۸ به ۲۸ سال رسیده است (بحیرانی و حضرتی صومعه، ۱۳۹۱).

بر اساس آمار سازمان ملّی جوانان ۳۰ درصد دختران ایرانی در شهرهای بزرگی همچون تهران، تبریز، اصفهان، مشهد و شیراز، مستقل از خانواده و به‌طور مجرد زندگی می‌کنند؛ بر اساس این آمار، در دو دهه گذشته ازدواج دختران کاهش داشته و تعداد دختران تحصیل کرده‌ای که هرگز ازدواج نکرده‌اند، از ۵ درصد به ۱۶ درصد افزایش پیدا کرده است (محمدی‌سیف و عارف، ۱۳۹۴). در مجموع، واقعیت‌های موجود در جامعه نشان می‌دهد که رغبت و تمایل جوانان به ازدواج کاسته شده و تأخیر در ازدواج، کم‌کم در حال تبدیل شدن به یک شیوه و امتیاز اجتماعی است؛ به‌طوری که آمارهای رسمی، از هشت میلیون جوان ایرانی آماده ازدواج سخن می‌گوید؛ اما این رقم در آمارهای غیر رسمی به ۱۲.۵ میلیون نفر رسیده است (رستمی، سعادت‌ی و نوایی‌نژاد، ۱۳۹۴). این مسئله نشان می‌دهد که

ژرف اشاره دارد. در این بخش که مؤلفه تحت برنامه (PICK)، یعنی، شناخت است پنج ویژگی ارتباطی، که در پژوهش‌ها به عنوان پیش‌بینی کننده ازدواج موفق نامیده می‌شوند وجود دارد که شخص باید درباره شریکش یاد بگیرد (استیوارت، ۲۰۱۵). این پنج ویژگی با نام اختصاری (FACES)، یعنی، زمینه خانوادگی (F)، نگرش‌ها و اعمال وجدانی (A)، سازگاری بالقوه (C)، نمونه‌هایی از ارتباط با دیگران (E)، و مهارت‌های ارتباطی (S) بازشناخته می‌شود. بخش دانش قلبی، یعنی، مؤلفه‌های اعتماد، دلگرمی و تماس به رشد ارتباط عاطفی یا احساس عشق میان افراد در گام آشنایی اشاره دارد. در این بخش شرکت‌کنندگان شیوه بالندگی، تعهد و گسترش دلبستگی را در یک رابطه یاد می‌گیرند و درباره شیوه تعادل این عوامل و تقویت مرزها در یک رابطه آموزش می‌بینند (وان ایپ، فاتریس، وان اپ و کمپیل، ۲۰۰۸).



شکل ۱. مدل تصویری دلبستگی ارتباطی (RAM)

همان‌طور که در شکل ۱ مشاهده می‌شود قانون مهم در برنامه آگاهی و انتخاب بین فردی برای ایمن نگه‌داشتن افراد در روابط، قانون منطقه ایمن است؛ این قانون بیان می‌کند که نباید قبل از رشد و توسعه یک پیوند پویایی ارتباطی مثل شناخت به رشد سایر پیوندها مثل اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس (عباسی، ۱۳۹۸). این قانون مبتنی بر این دیدگاه است که پنج عامل پویای ارتباطی، منطق و نظم خاصی برای خود دارند؛ لغزش از منطقه ایمن، رایج‌ترین اشتباه افراد در ایجاد یک رابطه است؛ وقتی سطوح پنج عامل پویا از تعادل خارج شوند، پیوند

تحقیقات نشان می‌دهند که افراد با گذشت زمان دچار شک و تردیدهایی در انتخاب همسر می‌شوند که بخشی از آن به دلیل تحریف‌های شناختی، نوع طرحواره‌ها و تأثیرات آن‌ها بر معیارهای انتخاب همسر و انتظارات غیرواقعی و ناکارآمد است؛ بسیاری از افراد به خاطر تجربه‌های دشوار کودکی و روابط ناموفق بزرگسالی، صمیمیت و ازدواج خوب را یک توهم می‌دانند؛ بنابراین آگاهی از نگرش‌ها و باورهای بنیادین خود درباره ازدواج و اصلاح آن‌ها در داشتن ازدواجی رضایت‌بخش ضروری است؛ چنانچه پژوهش‌ها نشان می‌دهند اصلاح طرحواره و جایگزین کردن باورهای سازگارانه می‌تواند در کاهش ترس از ازدواج مؤثر باشد (مختاری، یوسفی و منشی، ۱۴۰۰).

از این رو، به نظر می‌رسد که جوانان در آستانه ازدواج از یک ترس یا نگرانی در مورد ازدواج و مسائل مربوط به آن رنج می‌برند (علامه، ۱۳۹۷)؛ به عبارت دیگر می‌توان گفت مسائل خانوادگی، اقتصادی و اجتماعی ازدواج جوانان را با ترس و نگرانی همراه کرده و به تأخیر می‌اندازد (حسینی و ایزدی، ۱۳۹۵). یکی از برنامه‌هایی که در زمینه آموزش پیش از ازدواج بکار بسته می‌شود، برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی پیش از ازدواج^۱ است. این برنامه بر پایه مدل دلبستگی ارتباطی^۲ به دست وان ایپ (۲۰۰۷) به عنوان مدلی برای بررسی روابط نزدیک گسترش یافت. این مدل نظری شناسانده نگاره پیوندهای ارتباطی در یک رابطه است؛ همان‌طور که در شکل ۲-۱ نشان داده شده است این برنامه در بر گیرنده پنج مؤلفه شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس است. آمیخته‌ای از این پنج پیوند ارتباطی، نگاره‌ای از دریافت کلی در یک رابطه و اطلاعات معنی‌داری درباره احساس عشق، دلبستگی و نزدیکی در رابطه فراهم می‌کنند (به نقل از رجبی، عباسی، سودانی و اصلانی، ۱۳۹۵).

برنامه (PICK) این پنج مؤلفه ارتباطی را در دو بخش دانش عقلی و دانش قلبی سازمان‌دهی می‌کند، بخش دانش عقلی به دانش و شناخت به دست آماده از همسر یا نامزد در گام آشنایی و روابط عاشقانه به‌طور باریک‌بینانه و

عاطفی ناسالم می‌گردد و افراد تمایل به چشم‌پوشی در رابطه وقتی که قانون منطقه ایمن رعایت گردد، پیدا می‌کنند (وان اپ و همکاران، ۲۰۰۸). ارتباط به شیوه سالم و پایدار رشد می‌کند و ظرفیت ایجاد یک ازدواج ماندگار به حداکثر می‌رسد؛ از این رو، نیاز به حفظ تعادل در میان عوامل پویا برای داشتن چشم‌اندازی عینی و اجتناب از وابستگی بیش از اندازه، مهم است؛ این برنامه بین مشارکت عقل و احساس تعادل ایجاد می‌کند و به افراد می‌آموزد که در یک رابطه سالم قبل از ازدواج نباید از نیروهای عقل و احساس غافل شوند؛ بلکه عقل و احساس با یکدیگر کار می‌کنند؛ هرکدام از آن‌ها سهم مهمی در تجربه عشق و دل بستگی دارند (برادفورد، استیوارت، پفیستر، هاپگینبوتن، ۲۰۱۶). وقتی قانون منطقه ایمن رعایت نگردد عقل و به‌طور کلی، احساس در یک حالتی از ناهماهنگی قرار می‌گیرند؛ این برنامه مرور جامع و کاملی از زمینه‌های مهم جهت تبیین روابط عاشقانه و یک ساختار فراگیر برای درک نحوه نزدیکی و صمیمیت در روابط قبل از ازدواج فراهم می‌کند (استیوارت، ۲۰۱۵).

یکی دیگر از برنامه‌های آموزشی مشاوره پیش از ازدواج مدل «تحکیم ازدواج پیش از شروع^۱ سیمبیس» است که یک برنامه پیشگیرانه نسبتاً جدید بوده که به آماده‌سازی افراد برای ازدواج می‌پردازد، به‌گونه‌ای که بتوانند از قوانین ناگفته‌ای آگاهی یابند تا آزادی آنان برای پذیرش، رد یا تغییر قوانین ناشی از خانواده اصلی که متزلزل کننده رابطه آینده آن‌ها خواهد بود، افزایش یابد (میراحمدی، فاتحی زاده، اعتمادی، جزایری و پسندیده، ۱۳۹۸). این مدل با تأکید بر هفت مقوله اساسی در مرحله آشنایی و نامزدی زوجها را به کسب این مهارت‌ها و غنی‌تر شدن مهارت‌های ارتباطی سوق می‌دهد (پاروت و پاروت^۲، ۲۰۱۶). این مدل توسط مرکز توسعه روابط وابسته به دانشگاه سیاتل پاسیفیک^۳ طراحی شده است. لس پاروت و لسلی پاروت (۱۹۹۵؛ نقل از پاروت و پاروت، ۲۰۰۶) با همکاری بخش روانشناسی دانشگاه برنامه آموزشی را با هدف اقدامات پیشگیرانه و بهبود روابط زوجی قبل و بعد از ازدواج به نام

1. Saving Your Marriage Before It Starts
2. Parrott, L., & Parrott, L

3. Seattle Pacific University
4. Marks, J. P

در گروه برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و ۱۵ دانشجوی در گروه مدل پیش از ازدواج سیمبیس و ۱۵ دانشجوی دیگر نیز در گروه گواه به صورت تصادفی قرار گرفتند.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه ترس‌های پیش از ازدواج: این پرسشنامه توسط سمیعی، یوسفی و نشاط دوست (۱۳۹۲) ساخت، اعتبار یابی و هنجاریابی شد و شامل ۸۳ گویه است که روی طیف پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. همچنین این پرسشنامه دارای ۶ عامل که شامل: ترس از همسر (۲۹ سؤال)، ترس از ناتوانی مدیریت مالی (۱۹ سؤال)، ترس از محدودیت همسر (۹ سؤال)، ترس از خود (۱۱ سؤال)، ترس از خیانت همسر (۶ سؤال) و ترس مالی (۷ سؤال) است. همسانی درونی این پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش شده است. همچنین روایی همگرا و سازه آن مناسب گزارش شده است. همچنین آلفای کرونباخ عامل‌ها به ترتیب ۰/۶۶، ۰/۷۳، ۰/۸۴، ۰/۹۱، ۰/۸۶، ۰/۸۸ و ۰/۸۶ به دست آمد.

روش اجرای پژوهش

پس از انتخاب نمونه‌های پژوهشی و کسب رضایت و اعلام محرمانه ماندن نتایج پژوهش پیش از شروع مداخلات هر سه گروه آزمایش (الف) و آزمایش (ب) و گروه گواه به پرسشنامه نگرش به ازدواج و ترس از ازدواج پاسخ دادند؛ سپس گروه آزمایش (الف) طی ۸ جلسه به مدت ۹۰ دقیقه به صورت هفتگی تحت آموزش گروهی برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و گروه آزمایش (ب) نیز طی ۸ جلسه به مدت ۹۰ دقیقه به صورت هفتگی تحت آموزش گروهی مدل پیش از ازدواج سیمبیس قرار گرفتند؛ ولی گروه گواه در این مدت هیچ مداخله‌ای را دریافت نکردند، پس از اتمام جلسات درمان هر سه گروه (آزمایش (الف) و (ب) و گواه) مجدداً به پرسشنامه نگرش به ازدواج و ترس از ازدواج پاسخ دادند؛ داده‌های گردآوری شده با استفاده از تحلیل واریانس اندازه‌های مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت؛ برای رعایت موازین اخلاقی پس از پایان پژوهش، گروه گواه نیز

با تعارض روبرو شوند و در عین حال پرخاشگری را تا حد ممکن پایین بیاورند. هفتمین و آخرین سؤال مربوط به درک عمیق و بعد معنوی به‌عنوان مهم‌ترین جنبه ازدواج سالم مورد بررسی قرار می‌گیرد. این کار را با بررسی نیاز به صمیمیت معنوی آغاز و پس از آن به چگونگی پرورش روح ازدواج می‌پردازد (پاروت و پاروت، ۲۰۱۶). با توجه به مطالب مذکور می‌توان این‌گونه بیان داشت که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج می‌تواند باعث بهبود مهارت‌ها، تغییر نگرش نسبت به ازدواج و توانمندسازی جوانان برای آمادگی به ازدواج شود؛ از این رو، امروزه روش‌هایی جهت افزایش عزت نفس جوانان، افزایش مهارت‌های بین فردی، اصلاح الگوهای رفتاری باعث می‌شود تا ترس از ازدواج کاهش یابد؛ لذا پژوهش حاضر به دنبال مقایسه اثربخشی برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی و مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع ازدواج (سیمبیس) بر ترس از ازدواج در دختران مجرد مانده است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی (پیش‌آزمون - پس‌آزمون) با گروه گواه و پیگیری یک ماهه) است. جامعه آماری این پژوهش شامل دختران دانشجوی مجرد بالای ۳۰ سال دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب بودند که پس از اعلام فراخوان در دانشگاه (از طریق نصب آگهی و فراخوان در شبکه‌های اجتماعی دانشجویان) پس از غربالگری به‌وسیله پرسشنامه ترس از ازدواج با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش که عبارت بودند از: دانشجوی بودن، تمایل به شرکت در پژوهش، سن بالای ۳۰ سال و شرایط خروج از تحقیق عبارت بود از غیبت بیش از دو جلسه در طول برنامه آموزشی، داشتن اختلالات روان‌شناختی، داشتن اعتیاد، مصرف داروهای پزشکی و یا روان‌پزشکی، قبلاً تجربه ازدواج داشتند و شرکت همزمان در دوره‌های آموزشی دیگر. پس از غربالگری از بین ۵۳ دانشجوی داوطلب با رعایت معیارهای پژوهشی ۴۵ دانشجوی انتخاب شدند. برای این افراد، طرح پژوهش شامل تعداد جلسات محل برگزاری، طول مدت هر جلسه و مسائلی که در جلسات مطرح و توضیح کامل داده شد و پس از جلب رضایت کامل آن‌ها و تمایل در شرکت پژوهش رضایت‌نامه کتبی اخذ شد و اسم آن‌ها وارد لیست پژوهش شد. در این پژوهش ۱۵ دانشجو

از ازدواج بکار بسته می‌شود، برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی پیش از ازدواج (PICK) است. این برنامه بر پایه مدل دلبستگی ارتباطی (RAM) به دست وان ایپ (۲۰۰۶) به عنوان مدلی برای بررسی روابط نزدیک گسترش یافت. این مدل نظری شناسانده نگاره پیوندهای ارتباطی در یک رابطه است که خلاصه‌ای از آن در جدول ۱ ارائه شده است.

با تقسیم شدن به دو گروه که در هر گروه ۵ زوج قرار گرفته و در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس قرار گرفتند.

برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی: یکی از برنامه‌هایی که در زمینه آموزش پیش

جدول ۱. پروتکل برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی

جلسه	هدف	محتوا	تکالیف
اول	معارفه و ارزیابی اولیه و کار روی رابطه	معارفه، برقراری ارتباط، آشنا کردن زوجها با اصول و مقررات و اهداف جلسات و گرفتن تعهد، آموزش اصول گفتگو، سبک‌های گفتگو، مهارت‌های گفتگو، قوانین مربوط به گوینده و شنونده	یکی از موضوعات مهم زندگی را انتخاب کرده و یکی از شما از مهارت‌های حرف زدن استفاده و نفر دیگر از مهارت‌های گوش دادن استفاده کنید (طرح اقدام مهارت‌های حرف زدن و طرح اقدام مهارت گوش دادن). (کار برگ شماره ۱ و ۲).
دوم	آشنایی با سبک‌ها و مهارت‌های ارتباطی	سبک‌های ارتباطی: راه‌های حرف زدن و گوش دادن، توجه نشان دادن به شریک زندگی، دلگرمی دادن در رابطه، فهمیدن رابطه، آموزش مهارت همدلانه، فرایند گفت و شنود غنی‌سازی ارتباط در عمل، ارتباط محترمانه و گفت و شنود سازنده	گفتگوی روزانه را ادامه بدهید. سه بار در هفته نشست دلگرمی برگزار کنید. روی جنبه‌های قابل‌تحسین نامزدتان و نکات مثبت رابطه زناشویی‌تان تمرکز کنید. مهم‌ترین موضوعات این نشست‌ها عبارت‌اند از: «مثبت‌ترین اتفاق امروز... بود» و «امروز نکته قابل‌تحسین در مورد تو این بود که...»، وقتی نامزدتان به شما دلگرمی می‌دهد به او بفهمانید که قدر او را می‌دانید.
سوم	آشنایی با سبک‌ها و مهارت‌های مدیریت رابطه	یادگیری مدیریت رابطه و حل تعارض‌ها	۱) شناسایی فرآیندها و سبک‌های حل تعارض با استفاده از کار برگ شماره ۳ در منزل و بررسی شیوه‌های برخورد با تعارض‌ها و نتایج آن ۲) شناسایی یک مسئله یا مشکل که در مورد آن اختلاف‌نظر وجود دارد و حل آن با استفاده از گام‌های حل تعارض.
چهارم	فرایند حل تعارض و کاربرد مهارت‌ها در مدیریت رابطه	یادگیری مدیریت رابطه و حل تعارض‌ها	کار برگ شماره (۴): کاربرد مهارت‌ها در مدیریت رابطه
پنجم	بررسی نظام ارزشی زوجها	آشنایی با صداقت و بیان فواید روراستی و باز بودن به زوجها، آشنایی با معنویت، صمیمیت معنوی	زوج‌ها موظف شدند در طول هفته روراست بودن را به‌کارگیرند، احساساتشان را راحت بیان کنند، برداشت‌های خود را از حرف‌های نامزدتان بازگو کنند و به حرف‌های نامزدشان همدلانه گوش دهند و در

<p>جلسه آینده سه مورد را گزارش دهند و همچنین آن‌ها فن «من - پیام» را نیز باید تمرین کنند و آن را گزارش دهند. زوجها موظف شدند مواردی را که در طول هفته به عنوان فن ویرایش بکار برده بودند را ثبت کنند و آن را در جلسه گزارش دهند. همچنین زوجها موظف بودند تمرین سفر معنوی را هر زوج با خواسته‌های معنوی خویش وارد زندگی مشترک می‌کند را انجام دهند.</p>	
<p>از زوجها خواسته شد تمرین آیین‌ها، تمرین نقش‌ها، تمرین اهداف و تمرین نمادها را به عنوان تکالیف خانگی مجدداً انجام دهند.</p>	<p>ششم آشنایی با نظام ارزشی یکدیگر</p> <p>آگاهی بخشی درباره فرهنگ غالب در خانواده، آگاهی بخشی در مورد نحوه برخورد با فرهنگ خانواده نامزد، کشف تفاوت‌های فرهنگی، آگاهی از نقش‌های ناهشیار و قواعد ناگفته خود</p>
<p>از زوجها خواسته شد تمرین کارت‌های نزاع چرخه ذهنیت را به عنوان تکالیف خانگی مجدداً انجام دهند.</p>	<p>هفتم ذهنیت طرحواره‌ای</p> <p>شناسایی طرحواره، معرفی مدل ذهنیت ابعادی و پویا، نقشه‌های ذهنیت، مزایای نقشه ذهنیت، هم کارکردی سالم و ناسالم، تصویرسازی ارتباطی، میراث پنهان، جذابیت در مغز و ارتباط آن با طرحواره</p>
<p>شناسایی نیازهای فردی و زوجی به وسیله نیمرخ شدت نیازهای اساسی، کار برگ شماره (۹)، شناسایی مواردی که به ارضاء این نیازها کمک می‌کند مخصوصاً در جهت بهتر شدن زندگی زناشویی با لحاظ نمودن دو نکته اساسی: ۱- اقداماتی که در جهت ارضاء نیازها انجام شود منوط به اقدامی از جانب نامزد نیست. ۲- کارهایی که برای ارضاء نیازها انجام می‌پذیرد (بدون استفاده از کنترل بیرونی).</p>	<p>هشتم ذهنیت طرحواره‌ای</p> <p>نظریه دلبستگی و سبک‌های دلبستگی بزرگسال، شکل‌دهی مدل‌های رفتاری بر مبنای دلبستگی، بررسی نیازها و خواسته‌های اساسی.</p>
<p>اجرای تمرین «انتخاب آگاهانه نقش‌ها»، «نبش قبر التیام‌بخش» و «گردش در موزه‌های آسیب‌ها و درماندگی‌های گذشته»، کار برگ‌های (۱۱ و ۱۲).</p>	<p>نهم سلامت خانواده اصلی (تاریخچه شخصی)</p> <p>آگاهی زوجها از شرایط و تأثیر خانواده اصلی بر روابط فعلی‌شان در زندگی زناشویی، ارتباط تأثیر گذشته بر عملکرد کنونی زوجها در آستانه ازدواج</p>
<p>اجرای پس‌آزمون اختتام جلسات</p>	<p>دهم جمع بندی و نتیجه گیری</p> <p>مرور مهارت‌های آموخته شده تاکنون، آموزش مهارت‌های انتقال و تعمیم، آموزش مهارت‌های نگهداری و تداوم مهارت‌ها، رفع اشکال و پایان جلسات:</p>

پیش از ازدواج مبتنی بر مدل سیمبیس: در این پژوهش، مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر مدل سیمبیس بود که توسط لس و لسلی پارت (۲۰۱۶) ساخته و در پژوهش قزلسلولو و رستمی (۱۴۰۰)، رستمی و قزلسلولو (۱۳۹۷)، میراحمدی و همکاران (۱۳۹۸) و رستمی و همکاران (۱۳۹۹) تأیید و استفاده شد که خلاصه‌ای از آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. بسته آموزشی پیش از ازدواج مبتنی بر مدل SYMBIS			
جلسه	هدف	محتوا	تکالیف
اول	شناسایی اسطوره‌ها و باورهای ازدواج	در این جلسه به اسطوره‌های مخرب و نادرستی که به ازدواج و زندگی مشترک آینده آسیب می‌رساند پرداخته شد (۱۵ دقیقه). در ادامه به شناسایی ۴ باور یا اسطوره مخرب ۱. ما انتظارات کاملاً یکسانی از ازدواج داریم، ۲. در رابطه زن و شوهری تمام کارها بهبود خواهند یافت، ۳. در زندگی ما تمام چیزهای بد ناپدید خواهند شد و ۴. همسر مرا کامل خواهد کرد (۳۰ دقیقه). پس از بررسی ۴ اسطوره ناکارآمد به بررسی قواعد ناگفته و سپس نقش‌های ناهشیار که هر فرد در خانواده اصلی آموخته پرداخته شد (۱۵ دقیقه) و در آخر به سه سبک زوجی A H M پرداخته شد و تکالیف در منزل ارائه شد (۳۰ دقیقه).	تمرین ۱. ده قاعده شخصی خود را مشخص کنید. تمرین ۲. انتخاب آگاهانه نقش‌های خود را مشخص کنید. تمرین ۳. از آرمانی‌سازی تا واقعی سازی انتخاب همسر تمرین ۴. ارزیابی خودپنداره خویش
دوم	شناسایی سبک عشق‌ورزی	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد و پس از آن با تحلیل بخش‌ها و کالبدشناسی اجزای عشق به بررسی راه‌هایی پرداخته شد که زوجها باید جهت شناسایی سبک عشق‌ورزی خود به آن‌ها اهمیت زیادی دهند تا عشق خود را زنده نگه دارند (۳۰ دقیقه). سپس به مثلث عشق اشترنبرگ اشاره شد (۱۵ دقیقه) و پس از آن مراحل عشق (عشق آتشین، جنگ قدرت، همکاری، دوجانگی و هم آفرینندگی) در زندگی زوجی پرداخته شد (۱۵ دقیقه) و در آخر به ایجاد عشق پایدار و همیشگی در طول زندگی زناشویی پرداخته شد (۱۵ دقیقه).	تمرین ۱. تعریف عشق از دیدگاه زوجها. تمرین ۲. شناسایی سبک عشق‌ورزی خود و تغییر در سبک عشق‌ورزی تمرین ۳. ایجاد صمیمیت
سوم	شاد بودن در ازدواج	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد. تمرکز این بخش بر خود زوجها است تا بر ازدواجشان، به این سبب که این نگرش زوجها است که شاد بودن را موجب می‌شود (۱۵ دقیقه). سپس بررسی کردیم که چگونه زوجها می‌توانند برنامه دقیقی را برای با هم شاد بودن طراحی کنند (۱۵ دقیقه) و سپس نگرش‌های اساسی را که می‌توانند ازدواج را بهبود بخشند و یا تحریف کنند معرفی کردیم (۳۰ دقیقه) و در ادامه بیشتر تخریب‌کننده‌های یک ازدواج شاد را آشکار کرده و بررسی عوامل مخرب یک ازدواج شاد پرداختیم (۱۵ دقیقه).	تمرین ۱. توجه به خودگویی‌ها تمرین ۲. اجتناب از بازی خطرناک سرزنش کردن تمرین ۳. سازگاری با اموری که خارج از کنترل شما هستند.

چهارم	درک متقابل داشتن (چرا باید ارتباط مؤثر را آموخت؟)	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد؛ مباحث این جلسه به زوجها کمک می‌کند تا بهتر درک و فهمیده شوند. در این بخش با تأکید بر یادگیری ارتباط، به پایه‌ریزی مهارت‌های ارتباطی در مراحل ابتدایی ازدواج اقدام شد (۱۵ دقیقه). در ادامه بررسی مهارت‌های ارتباطی و سبک‌های ارتباطی پرداخته شد (۱۵ دقیقه). سپس زیربنای ارتباط مؤثر گفته شد (۳۰ دقیقه) سپس قواعدی برای موفقیت ارتباطی زوجها ارائه شد (۱۵ دقیقه).	تمرین ۱. چگونه ارتباط مؤثر برقرار کنید. تمرین ۲. خواندن درجه حرارت روزانه تمرین ۳. اکنون می‌توانم به‌وضوح بشنوم
پنجم	شناخت تفاوت‌های جنسیتی یکدیگر (آیا ما متفاوت از هم هستیم)	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد؛ مباحث این بخش به زوجها کمک می‌کند تا همسرشان را به این دلیل که از جنسی دیگر است بهتر بشناسند و با شناسایی تفکرات، احساسات و رفتارهایشان در مقایسه با آن‌ها به شکل دیگری رفتاری بهتر عمل کنند (۲۰ دقیقه). اگر هر یک از زوجها به تفاوت‌های در نظر گرفته توجه کنند به منبعی نیرومند از صمیمیت در ازدواج خواهند رسید. در ادامه ابعاد تفاوت در دو جنس پرداخته شد (۱۵ دقیقه) و بعد از آن به موارد مهمی که هر مردی باید در مورد همسرش بداند (۲۰ دقیقه) و همچنین آنچه زنان باید در مورد مردان بدانند پرداخته شد (۲۰ دقیقه).	تمرین ۱. شناسایی نقش‌های جنسیتی تمرین ۲. شناسایی بیش از ده نیاز
ششم	مهارت حل تعارض	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد؛ این بخش به زوجها نشان می‌دهد که چگونه با تعارض روبرو شوند و در عین حال پرخاشگری را تا حد ممکن پایین بیاورند (۱۵ دقیقه). در این جلسه به زوجها نشان داده شد که زوجها بر سر چه چیزهایی دعوا می‌کنند و پس از آن نشان داده شد که زوجها نامید چه کار اشتباهی انجام می‌دهند (۳۰ دقیقه). پس از آن نشان داده شد که مشاخره همیشه بد نیست به شرطی که بتوان به مهارت‌های حل تعارض و حل مسئله مجهز بود (۳۰ دقیقه).	تمرین ۱. شناسایی موضوعات حساس تمرین ۲. مسائل مالی و آنچه می‌توانیم انجام دهیم تمرین ۳. ذهن‌خوانی تمرین ۴. در میان گذاشتن آنچه که از نامزدتان دریغ کرده‌اید
هفتم	نقش معنویت در ازدواج	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد، هفتمین و آخرین مبحث مورد بحث در مدل SYMBIS مربوط به درک عمیق و بعد معنوی به عنوان مهم‌ترین جنبه ازدواج سالم بود که مورد بررسی قرار گرفت (۳۰ دقیقه). این کار را با بررسی نیاز به صمیمیت معنوی آغاز و پس از آن به چگونگی پرورش روح ازدواج می‌پردازد (۴۵ دقیقه).	تمرین ۱. سفر معنوی تمرین ۲. در احوال نامزدتان دقیق باشید.
هشتم	خلاصه و جمع‌بندی	در ۱۵ دقیقه ابتدایی این جلسه به مرور تکالیف در منزل زوجها پرداخته شد، در این جلسه به مرور مختصری از کل جلسات (۳۰ دقیقه) و سپس به پرسش و پاسخ در خصوص جلسات و مباحث مطرح شده پرداخته شد (۳۰ دقیقه) و در انتها مجدد از شرکت‌کنندگان خواسته شد به پرسشنامه ارزیابی و سنجش الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج پاسخ دهند (۱۵ دقیقه).	اجرای پس‌آزمون

ترتیب ۱ نفر دانشجوی کارشناسی (۸۳٪)، ۶ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد (۵۰٪) و ۵ نفر دانشجوی دکتری (۴۱٪)، میزان تحصیلات گروه آزمایش SYMBIS ۱ نفر (۸۳٪)، ۷ نفر (۵۸٪) و ۴ نفر (۳۳٪) و میزان تحصیلات گروه گواه به ترتیب ۳ نفر دانشجوی کارشناسی (۲۵٪)، ۶ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد (۵۰٪) و ۳ نفر دانشجوی دکتری (۲۵٪) بودند.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت کنندگان گروه آزمایش PICK ۳۳/۳۳ (۱/۹۶) سال، میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت کنندگان گروه آزمایش SYMBIS ۳۲/۷۵ (۱/۲۸) و میانگین و انحراف استاندارد گروه گواه ۳۳/۹۱ (۱/۸۸) سال است. میزان تحصیلات شرکت کنندگان گروه آزمایش PICK به

جدول ۳. توصیف شاخص‌های آماری نمرات پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری خرده مقیاس‌های ترس از ازدواج

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
ترس از همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۲۵/۷۰	۱/۳۴	۲۱/۵۵	۱/۴۶	۱/۷۳
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۲۵/۷۰	۱/۷۱	۱۸/۹۰	۱/۲۰	۱/۱۹
	گواه	۲۵/۷۳	۱/۲۶	۲۵/۸۵	۱/۳۰	۱/۳۴
ترس از ناتوانی مدیریت مالی	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۳۰/۵۵	۱/۸۲	۲۴/۵۵	۰/۹۹	۰/۹۳
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۳۰/۲۵	۱/۷۴	۲۱/۶۵	۱/۰۳	۱/۲۱
	گواه	۲۹/۱۵	۱/۶۹	۲۹/۲۰	۱/۶۷	۱/۶۳
ترس از محدودیت‌های همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۲۹/۶۵	۱/۵۹	۲۴/۳۰	۱/۵۲	۲/۲۳
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۲۹/۲۵	۱/۹۱	۲۱/۷۵	۱/۲۵	۱/۳۸
	گواه	۲۹/۰۰	۱/۳۳	۲۸/۹۰	۱/۳۳	۱/۲۸
ترس از خود	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۳۰/۳۵	۱/۳۴	۲۴/۹۰	۱/۷۱	۱/۲۵
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۲۹/۰۵	۱/۸۲	۲۱/۷۰	۱/۵۷	۱/۴۳
	گواه	۲۹/۲۵	۱/۲۵	۲۹/۰۵	۰/۹۹	۱/۲۳
ترس از خیانت همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۲۵/۴۱	۱/۵۶	۲۱/۲۵	۱/۹۱	۲/۰۳
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۲۵/۵۵	۱/۴۱	۱۹/۲۵	۱/۱۶	۱/۲۲
	گواه	۲۴/۶۰	۱/۳۵	۲۴/۷۰	۰/۹۲	۰/۹۹
ترس مالی	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	۲۳/۵۸	۲/۴۸	۱۹/۱۳	۱/۷۸	۱/۶۸
	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۲۳/۴۱	۲/۵۴	۱۸/۵۷	۱/۵۹	۱/۴۲
	گواه	۲۳/۳۸	۲/۴۷	۲۳/۴۸	۲/۷۴	۲/۳۱

داشته که نشان از بهبود در خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی در مرحله پس‌آزمون و پایداری آن در مرحله پیگیری است.

اطلاعات جدول فوق نشان می‌دهد که نمره‌های گروه‌های آزمایش نسبت به گروه گواه در خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی در هر دو گروه آزمایشی دختران مجرد کاهش

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر برای تأثیر برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج SYMBIS بر خرده مقیاس‌های ترس از ازدواج در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با معیار گرین‌هاوس کیسر

متغیر	منابع تغییرات	اجزاء	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات	نسبت F	سطح معناداری	اندازه اثر
ترس از همسر	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۷۰/۲۲۳	۱/۱۴	۶۳۴/۷۹	۲۸۴/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۸۳
		مراحل × گروه	۸۶/۳۵۵	۲/۲۸	۱۵۶/۰۷	۶۹/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۷۱
		خطا	۱۰/۱۴۵	۶۴/۹۳	۲/۲۳			
ترس از ناتوانی مدیریت مالی	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۸۳/۶۸۰	۱/۱۹	۵۷۰/۲۴	۲۳۹/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۸۰
		مراحل × گروه	۱۳/۳۵۴	۲/۳۸	۱۴۸/۳۰	۶۲/۴۱	۰/۰۰۱	۰/۶۲
		خطا	۷۰/۱۶۱	۶۸/۰۵	۲/۳۷			
ترس از محدودیت‌های همسر	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۸۱/۵۸۴	۱/۱۶	۵۰۱/۹۲	۱۹۱/۴۶	۰/۰۰۱	۰/۷۷
		مراحل × گروه	۴۲/۲۷۰	۲/۳۳	۱۱۶/۰۴	۴۴/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۶۰
		خطا	۱۰/۱۷۴	۶۶/۴۱	۲/۶۲			
ترس از خود	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۴۰/۴۷۶	۱/۱۲	۴۲۲/۸۵	۲۱۲/۲۵	۰/۰۰۱	۰/۷۸
		مراحل × گروه	۰/۲۰۵	۲/۲۵	۹۰/۹۸	۴۵/۶۶	۰/۰۰۱	۰/۶۱
		خطا	۹۳/۱۲۷	۶۴/۲۱	۱/۹۹			
ترس از خیانت همسر	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۳۴/۵۶۸	۱/۲۸	۴۴۱/۱۲	۵۷۹/۵۲	۰/۰۰۱	۰/۹۱
		مراحل × گروه	۷۵/۳۰۴	۲/۵۷	۱۱۷/۸۸	۱۵۴/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۸۴
		خطا	۹۰/۵۵	۷۳/۴۴	۰/۷۶			
ترس مالی	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۷۴/۳۳۱	۲	۱۶۵/۸۷	۳۱/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۵۲
		مراحل × گروه	۶۵/۳۰۴	۴۳	۵/۳۲			
		خطا	۱۰/۵۲	۱/۱۹	۴۳۵/۲۲	۱۶۸/۷۷	۰/۰۰۱	۰/۷۹
ترس مالی	درون‌گروهی	مراحل مداخله	۷۷/۲۸۴	۲/۳۹	۱۱۹/۱۵	۴۶/۲۰	۰/۰۰۱	۰/۶۸
		مراحل × گروه	۳۸/۵۱	۵۱/۳۸	۲/۵۷			
		خطا	۸۴/۳۲۰	۲	۱۴/۳۳	۰/۰۰۱	۰/۴۰	۰/۹۹
		خطا	۱۹/۴۸۱	۴۳	۱۱/۱۹			

و ۰/۴۰ بوده است، یعنی به ترتیب ۵۷، ۴۰، ۴۹، ۳۹، ۵۲ و ۴۰ درصد کل واریانس یا تفاوت‌های فردی در کاهش خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی در دختران مجرد از طریق متغیرهای آزمایشی قابل تبیین است. با توجه به نتایج به دست آمده نتایج سه مرحله به تفکیک گروه انجام شد.

بر اساس نتایج جدول ۴. سطح معناداری تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر نشان می‌دهد که تکرار آزمون یعنی تفاوت میانگین همه خرده مقیاس‌های ترس از ازدواج در سه مرحله اندازه‌گیری معنی‌دار است ($P < 0/01$). میزان این تأثیر «معنادار بودن عملی» در خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی به ترتیب ۰/۵۷، ۰/۴۰، ۰/۴۹، ۰/۳۹، ۰/۵۲ و

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی مقایسه خرده مقیاس‌های ترس از ازدواج در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

شاخص‌های آماری	پیش‌آزمون - پس‌آزمون		پیش‌آزمون - پیگیری		پس‌آزمون - پیگیری	
	تفاوت میانگین	انحراف معیار	تفاوت میانگین	انحراف معیار	تفاوت میانگین	انحراف معیار
ترس از همسر	۴/۷۸**	۰/۵۷	۳/۸۶**	۰/۵۷	۰/۹۱	۰/۵۷
ترس از ناتوانی مدیریت مالی	۴/۰۸**	۰/۲۵	۴/۱۶**	۰/۲۵	۰/۰۸	۰/۰۹
ترس از محدودیت‌های همسر	۳/۶۸**	۰/۲۷	۳/۹۵**	۰/۲۸	۰/۲۶	۰/۰۸
ترس از خود	۴/۳۳**	۰/۱۵	۴/۴۶**	۰/۱۶	۰/۱۳	۰/۰۵
ترس از خیانت همسر	۳/۶۸**	۰/۱۳	۳/۸۵**	۰/۱۸	۰/۱۶	۰/۰۶
ترس مالی	۳/۱۴**	۰/۲۰	۳/۱۸**	۰/۱۷	۰/۳۶	۰/۱۵

* $P < 0/05$ ** $P < 0/01$

با پس‌آزمون و پیگیری معنادار است ($P = 0/001$) اما تفاوت میانگین بین پس‌آزمون و پیگیری معنادار نیست که بیانگر آن است که نتایج حاصل در مرحله پیگیری بازگشت نداشته و اثر مداخله پایدار بوده است.

در جدول ۵. نتایج آزمون بونفرونی نشان می‌دهد تفاوت میانگین خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی بین مراحل پیش‌آزمون

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی توکی به منظور مقایسه دو به دو گروه‌ها

گروه	گروه	تفاوت میانگین	خطای انحراف معیار	سطح معناداری
ترس از همسر (PICK)	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی	۰/۵۰	۰/۴۶	۰/۹۹
مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۱/۵۰	۰/۴۶	۰/۹۰
ترس از ناتوانی مدیریت مالی (PICK)	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی	۰/۲۰	۰/۴۶	۰/۹۴
مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۱/۴۰*	۰/۵۵	۰/۰۳
ترس از ناتوانی مدیریت مالی (PICK)	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی	۰/۳۰	۰/۵۵	۰/۸۵
مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۱/۱۰*	۰/۵۵	۰/۰۴

ترس از محدودیت‌های همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	گواه	۰/۴۰	۰/۵۱	۰/۷۲
ترس از خود	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۰/۶۵	۰/۵۱	۰/۴۲
ترس از خیانت همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۰/۲۵	۰/۵۱	۰/۸۵
ترس از خود	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	گواه	۱/۳۰*	۰/۴۷	۰/۰۲
ترس از خود	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۱/۱۰*	۰/۴۷	۰/۰۴
ترس از خود	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۰/۲۰	۰/۴۷	۰/۹۰
ترس از خیانت همسر	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	گواه	۱/۵۰**	۰/۴۶	۰/۰۵
ترس از خود	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۰/۹۵*	۰/۴۶	۰/۰۳
ترس از خود	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۰/۳۵	۰/۴۶	۰/۴۶
ترس مالی	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	گواه	۱/۷۸**	۰/۷۸	۰/۰۰۲
ترس مالی	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	گواه	۱/۶۶**	۰/۷۸	۰/۰۰۸
ترس مالی	برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی (PICK)	مدل پیش از ازدواج SYMBIS	۰/۴۸	۰/۷۸	۰/۳۸

در جدول ۶. اثر دو رویکرد مداخله بر متغیرهای وابسته (ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی) با هم مقایسه شدند. همان طور که در جدول فوق ملاحظه می‌شود بین دو گروه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس در خرده مقیاس‌های ترس از همسر، ترس از ناتوانی مدیریت مالی، ترس از محدودیت‌های همسر، ترس از خود، ترس از خیانت همسر و ترس مالی در مرحله پس آزمون و مرحله پیگیری تفاوت معناداری نیست. این نتایج به معنای اثرگذاری هر دو روش در خرده مقیاس‌های مذکور است.

بحث و نتیجه‌گیری

با وجود پژوهش‌های موجود در خصوص افزایش سن ازدواج، کمتر پژوهشی را در موضوع مداخله در بحران ازدواج و انتخاب همسر شاهدهیم و از آنجا که ازدواج مهم‌ترین تصمیم و از ضروریات تمام زندگی انسان به شمار می‌رود، لذا بررسی مداخله‌های روانشناختی مؤثر بر کاهش

ترس از ازدواج در جوانان ضروری به نظر می‌رسد و انجام این پژوهش موجبات دانش افزایشی در حوزه ازدواج جوانان را نیز فراهم می‌کند. وجود طرحواره‌های ناسازگار و عدم مهارت‌های ارتباطی صحیح و تصویرسازی غلط و ناکارآمد با پنداشت‌های ازدواج از دلایل و عوامل مهمی هستند که احتمال می‌رود موجب ترس از ازدواج نزد جوانان شود. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر تعیین مقایسه اثربخشی برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس بر ترس از ازدواج دختران مجرد مانده بود. نتایج نشان داد. نتایج نشان داد که شرکت‌کنندگان گروه آزمایش برنامه پیش از ازدواج به شیوه برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمبیس در پایان مداخله در نگرش به انتخاب همسر و عامل‌های آن و همچنین ترس از ازدواج کاهش معناداری نشان دادند و این نتایج با مقایسه دو به دو گروه‌ها در آزمون تعقیبی توکی نشان داد که هیچ مداخله‌ای بر دیگری برتری نداشت؛ که این یافته‌ها با نتایج مختاری و

از ازدواج در بین خانواده، اطرافیان و یا جامعه مانع انتخاب مناسب همسر در بین آنان شود و باعث می‌شود تا فرصت‌های ازدواجی را که مقابل آنان قرار می‌گیرد با الگوی پیش موجود و ترس از ازدواج، نتوانند ازدواج کنند؛ بنابراین به نظر می‌رسد در این آموزش‌ها افراد اطلاعات مربوط به معیارهای همسر مناسب را تا حدی جایگزین همسر ایده آل کرده‌اند و این امر باعث کاهش تصویر ذهنی از هیولای ازدواج شده است (رستمی و همکاران، ۱۳۹۹).

برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی با فرایندهای توضیح داده شده و از طریق کاهش و اصلاح افکار و رفتارهای نامناسب باعث کاهش باورهای ناکارآمد و ترس از ازدواج می‌شود. در تبیین دیگر می‌توان گفت که در برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی به افراد آموزش داده می‌شود تا یک نیمرخ ذهنی از شخصی بسازند که قصد ازدواج با او دارند؛ همچنین، آن‌ها یاد می‌گیرند که لازمه اعتماد به رابطه، شناخت نفر مقابل است و اصل مهم این برنامه این است که افراد باید از اعتماد بیش از اندازه به شریک قبل از شناخت واقعی او اجتناب کنند؛ برای این منظور افراد یاد می‌گیرند که چگونه اطلاعات انکارناپذیر درباره شریک زندگی آینده را کنار هم قرار دهند تا از او یک تصویر مبتنی بر اعتماد بسازند (نظری، ۱۳۹۹). در این برنامه آموزشی انتظار بر این است که احساسات، تمایلات و اعتماد به طرف مقابل زمانی شکل بگیرد که شناخت کافی از او حاصل شده باشد؛ لذا احساسات و تمایلات مبتنی بر شناخت است، نه مبتنی بر هیجان، علاوه بر آن، پنج مؤلفه ارتباطی شناخت، اعتماد، دلگرمی، تعهد و تماس از طریق دو بخش دانش عقلی و قلبی سازماندهی و یاد گرفته می‌شود و زمانی که زوجین نسبت به هم دانش عقلی و قلبی دارند بهتر به یکدیگر نزدیک یا از هم دور می‌شوند و ارتباط مثبت و سازنده‌ای با یکدیگر برقرار می‌سازند. در نتیجه، این شیوه آموزشی می‌تواند نقش موثری در کاهش باورهای ناکارآمد در خصوص ازدواج و انتخاب همسر به دختران در آستانه ازدواج داشته باشد. به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که آموزش پیش از ازدواج سیمبیس با به چالش کشیدن

همکاران (۱۴۰۰)، فریدون‌پور و همکاران (۱۳۹۹)، رستمی و همکاران (۱۳۹۹)، مردانی و همکاران (۱۳۹۸)، بروسکی و تامبلینگ (۲۰۱۵)، مورو و همکاران (۲۰۱۵) و کریوتر و مولتنر (۲۰۱۴) همسو بوده است. در پژوهش حاضر، دختران مجرد آموختند که برای مدیریت ترس خود از ازدواج تمرکز را از روی باورهای ناکارآمدی ذهنی در خصوص ازدواج بردارند و بر باورهای واقعی‌تر تمرکز کنند، و از طرفی بر نقاط ضعف مهارت‌های ارتباطی خود که به عنوانی یکی از موانع ازدواج تلقی می‌شود را یافته و در صدد ارتقای ای مهارت‌ها در خود باشند (فلسفلو و رستمی، ۱۴۰۰). تأکیدی که هر دو بسته آموزشی مشاوره پیش از ازدواج بر پذیرش مسئولیت رفتار هر فرد جهت مدیریت بهتر رابطه خود دارد به این دختران کمک می‌کند تا به جای پرداختن به باورهای ترس‌آور و ناکارآمد از ازدواج، افکار، عواطف و رفتار خود را مورد بررسی قرار داده و به بررسی نقش خود در عدم توجه به جنبه‌های مثبت ازدواج بپردازند. در حقیقت با افزایش مسئولیت، قضاوت مناسب درباره توانایی‌های خود و پذیرش واقعیت و تأکید بر رابطه توأم با همکاری منجر به کاهش ترس از ازدواج می‌شود.

در تبیین اثربخشی این دو رویکرد بر ترس از ازدواج دختران مجرد 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؛ در زمینه اثربخشی آموزش‌ها بر تصویرذهنی از ترس از ازدواج باید گفت افراد قبل از ازدواج ممکن است با دیدن الگوهای شکست خورده

برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمپس از این دو روش برای مشاوره ازدواج بهره ببرند.

تشکر و قدردانی

از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همه کسانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

موازین اخلاقی

در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. با توجه به شرایط بیماران مبتلا به دیابت و زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد. پس از اتمام مراحل پژوهش جلسه‌های آموزشی در ۸ جلسه برای گروه گواه اجرا شد.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

منابع

بحیرانی، الهام، و زهرا حضرتی صومعه. (۱۳۹۱). عوامل اجتماعی مؤثر در افزایش سن ازدواج دانشجویان دختر مورد مطالعه: دانشجویان شاغل به تحصیل دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات در سال ۱۳۹۰. *مجله علمی-پژوهشی مطالعات جامعه‌شناختی ایران*، ۱(۴)، ۱۵۰-۱۳۷.

حسینی، سید حسن، و ایزدی، زینب. (۱۳۹۵). پدیدار شناسی تجربه زیستی زنان مجرد جمعیت مورد مطالعه: زنان مجرد بالای ۳۵ سال شهر تهران. *فصلنامه مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱(۴۶): ۴۱-۷۲.

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

رستمی، مهدی، سعادت، نادره، نوایی نژاد، شکوه. (۱۳۹۴). بررسی رابطه تأخیر در ازدواج با خودشناسی، به هوشیاری

باورهای منفی افراد، کاهش تعبیر و تفسیرهای منفی و سرزنش کردن خود و دیگران باعث ایجاد حس یکتایی و هدفمند بودن ازدواج را در افراد ایجاد کند. همچنین این مدل آموزشی نقش به سزایی در شفاف‌سازی و تعدیل باورها و انتظارات افراد از ازدواج داشته و موجب بالا رفتن توانمندی افراد در شناخت بهتر خود و قرار دادن آن‌ها در مسیر رشد می‌شود (رستمی و قزلسفلو، ۱۳۹۷).

با توجه به یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت: برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی و مدل پیش از ازدواج سیمپس قابلیت انطباق با آموزش‌های پیش از ازدواج را دارد و نتایج کمی مؤید مدل نظری بود. در واقع یکی از شرایط خاصی که فرد در زندگی با آن روبه‌رو است، تصمیم‌گیری برای ازدواج است؛ این تصمیم مستلزم در نظر گرفتن جوانب مختلف از جمله سازگاری با وضعیت فرد دیگر، مستقل شدن روانی و عاطفی از والدین، بر عهده گرفتن مسئولیتهای زندگی و امثال آنها است. بدیهی است افراد به دلیل اینکه از شیوه‌های نظم دهی خویش ناآگاهند دلایلی مثل ترس مبهم از ازدواج و ترس از آینده خویش دارند و تمایل چندانی در این زمینه از خود نشان نمی‌دهند. یادآوری این نکته ضروری است که با توجه به اینکه نمونه این پژوهش فقط دانشجویان دختر بودند و همچنین نمونه‌گیری به صورت در دسترس است، تعمیم نتایج به سایر اقشار جامعه (بویژه پسران مجرد در شرف ازدواج) باید با احتیاط صورت گیرد. در پایان پیشنهاد می‌شود که الگوی مدنظر در پژوهش با بهره‌گیری از ابزارهای مختلف و نیز برخورداری از ویژگیهای زمینه فرهنگی و دینی جامعه مورد آزمون قرار گیرد و به منظور گسترش الگویی وسیعتر و کاملتر، متغیرهای دیگری در رابطه با ترس از ازدواج سنجیده شود (از جمله می‌توان به متغیرهای شخصیتی، سبک‌های هویت، سبک‌های دلبستگی، رغبت‌های ازدواج، ارزش‌های ازدواج و تجربه خانواده پدری اشاره کرد). در نهایت به مشاوران ازدواج پیشنهاد می‌شود تا برای افزایش بهره‌وری با توجه به اثربخشی برنامه پیش از ازدواج به شیوه

- فریدون پور، زینب، کلهری، صفورا، محسنی، فاطمه، و نامجو، فرهاد. (۱۳۹۹). اثربخشی طرحواره درمانی و مقایسه آن با ایماگوتراپی بر نگرش به انتخاب همسر و ترس از ازدواج در دختران. *فصلنامه خانواده درمانی کاربردی*، ۱(۱)، ۱۰۰-۱۲۴
- فزلسفلو، مهدی، رستمی، مهدی. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و مدل سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد ترکمن. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۱(۱): ۶۴-۶۷
- محمدی سیف، معصومه، عارف، محمد. (۱۳۹۴). آسیب‌شناسی تأخیر در سن ازدواج جوانان ایرانی. *مجله مهندسی فرهنگی*، ۱۰(۸۶)، ۷۴-۸۹.
- مختاری، سمانه، یوسفی، زهرا، و منشی، غلامرضا. (۱۴۰۰). تأثیر آموزش پیش از ازدواج طرحواره‌محور بر ترس از ازدواج و سبک‌های مقابله‌ای در دختران مجرد. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۹(۲): ۱۰۰-۱۰۱.
- مردانی، فرزانه، تیشه‌کنی، زهرا، رستمی، مهدی، علیپور، الهه. (۱۳۹۸). اثربخشی طرحواره درمانی بر سبک‌های مقابله‌ای اجتناب، جبران افراطی و ترس از ازدواج دانشجویان دختر. *زن و فرهنگ*، ۱۱(۴۱): ۷۱-۸۶
- میراحمدی، سیده لیلا، فاتحی زاده، مریم، اعتمادی، عذرا، جزایری، رضوان السادات، پسندیده، عباس. (۱۳۹۸). بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر SYMBIS بر انتظارات ازدواج و باورهای مربوط به انتخاب همسر دختران مجرد. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۱۵(۵۷): ۷-۲۴.
- نظری، بنفشه. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج مبتنی بر برنامه آگاهی و انتخاب‌های میان فردی بر باورهای ارتباطی ناکارآمد زوجین در آستانه ازدواج دچار تعارض. *مجله روانشناسی اجتماعی*، ۱۴(۵۸): ۲۴۱-۲۴۹
- 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.
- Berneshtain F, Berneshtain M. (2006). Marital therapy from the viewpoints of communicative behavior. *و سلامت روانی دانشجویان مجرد. فصلنامه مشاوره و روان درمانی*، ۴(۱۶)، ۲۴-۷.
- رستمی، مهدی، فزلسفلو، مهدی. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد. *دوفصلنامه روانشناسی خانواده*، ۵(۱)، ۵۶-۴۵
- رستمی، مهدی، نوایی‌نژاد، شکوه، و فرزاد، ولی اله. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج مدل تحکیم ازدواج پیش از شروع (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد. *فصلنامه خانواده درمانی کاربردی*، ۱(۱): ۳۵-۵۳
- سمیعی، حمید، نشاط دوست، حمید طاهر، یوسفی، زهرا. (۱۳۹۲). ساخت، اعتباریابی و هنجاریابی پرسشنامه ترس‌های پیش از ازدواج در دانشجویان دانشگاه‌های دولتی. *پایاننامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان*.
- شیری، طاهره، گل محمدیان، محسن، و حجت‌خواه سید محسن. (۱۳۹۵). اثربخشی طرحواره درمانگری بر نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان دختر. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانگری*، ۷(۲۷): ۱۷۱-۱۸۸
- طباطبایی فر، سیدمهدی. (۱۴۰۰). اثربخشی طرحواره درمانی بر ترس از ازدواج در پسران مجرد. *دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان*، ۲(۱): ۱-۱۱
- عباس زاده، محمد، نیکدل، نریمان. (۱۳۹۵). مطالعه بسترهای زمینه ساز تأخیر در ازدواج دختران با رویکرد پدیدارشناسی توصیفی. *زن در فرهنگ و هنر*، ۸(۴)، ۴۹۳-۵۱۸
- عباسی، محمد. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی برنامه آگاهی و انتخاب‌های بین فردی (PICK) بر تصمیم‌گیری در انتخاب همسر. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۹(۹)، ۶۸-۴۹
- علامه، سید فرید. (۱۳۹۷). بررسی روابط چندگانه ترس‌های پیش از ازدواج بر اساس شخصیت‌شناسی (اینیاگرام) و مهارت‌های ارتباطی. *اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی ایران*، ۱-۸.

- Kreuter, E.A & Moltner, K.M. (2014). *Treatment and management of maladaptive schemas*. New York: Springer international publishing.
- Marks, J.P. (2007). *Christian premarital training in the local church setting: A study of the effectiveness of the SYMBIS model in reducing divorce and producing stable and satisfying marital relationships*. PhD thesis in Psychology, Virginia University.
- Muro, L., Holliman, R., & Luquet, W. (2015). Imago relationship therapy and accurate empathy development. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15, 232–246
- Parrott, L., & Parrott, L. (2010). *The Complete Guide to Marriage Mentoring*. Grand Rapids, Michigan: Zondervan.
- Parrott, L., & Parrott, L. (2006). *Saving Your Marriage Before it starts*. Grand Rapids, Michigan: Zondervan
- Parrott L, & Parrott L. (2016). *Saving Your Marriage before It Starts (SYMBIS): Seven Questions to Ask Before -- and After -- You Marry*. Publisher: Zondervan; New, Expanded edition. 6-109
- Stewart, J. W. (2015). *Effectiveness, Facilitator Characteristics, and Predictors of the Premarital Interpersonal Choices and Knowledge (PICK) Program*. Doctor of Philosophy, Utah State University
- Van Epp, J (2007). *How to avoid falling in love with a jerk: The foolproof way to follow your heart without losing your mind*. New York. McGraw-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, 328-349.