

## The effectiveness of pre-marriage counseling through the couples care program «CARE» on expectations and communicational beliefs in marriage applicants

Received: 3 - 8 - 2019

Accepted: 15 - 9 - 2019

**Sirvan Ebrahimi**

Ph.D. Student, Family counseling, Islamic Azad University of Sanandaj, Sanandaj, Iran.

**Mahmoud Godarzi**

Assistant Professor of Counseling, Islamic Azad University of Sanandaj, Sanandaj, Iran (**corresponding author**)

**Omid Isanejad**

Ph. D in family counseling, Department of counseling, Faculty of humanistic science, University of Kurdistan, Kurdistan, Iran.

### Abstract

As life gets more complicated, marital beliefs and expectations have changed a lot. Therefore, young couples need to receive the necessary training in this area. The Couples Care Program 'CARE' was introduced as a premarital education program aimed at improving premarital relationships and marital interactions. The purpose of the present study was to investigate the effectiveness of pre-marriage counseling through the couples care program «CARE» on expectations and communicational beliefs in marriage applicants. This study is a semi-experimental study with a control and experimental groups and has pretest, post-test, and follow-up design. The study population consisted of individuals referring to counseling and psychological services centers in Urmia in the first half of 2018, who were selected from among 60 volunteers who had a definite decision to marry. They randomly divided into two groups of 30 persons (one intervention group by CARE, one control group). For measuring the dependent variables, Marital Expectations Questionnaire (Omidvar, 2009), the communicational Beliefs Questionnaire (Eidelson & Epstein, 1982) were used as research tools. The experimental group received the CARE training program for 6 sessions. After data collection, repeated measure ANOVA was used for analysis. The results showed that CARE pre-marriage counseling has been able to improve marital expectations ( $f=53.199$ ,  $p<0.05$ ), and communicational beliefs ( $f=15.816$ ,  $p<0.05$ ) among married applicants in Urmia. Based on this, it is suggested that family counselors and psychologists, in pre-marital counseling, use the concepts of CARE "training program in pre-marriage treatment centers and procedures.

**Key words:** CARE training program, marital expectations, communicational beliefs, pre-marriage counseling

### citation

Ebrahimi, S., Godarzi, M & Isanejad, O. (2019). The effectiveness of pre-marriage counseling through the couples care program «CARE» on expectations and communicational beliefs in marriage applicants. *Family Counseling and Psychotherapy*, 1, 217- 236.

## اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج با برنامه مراقبت زوجین «CARE» بر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی افراد در شرف ازدواج

دریافت: ۱۳۹۸-۰۴-۱۲ پذیرش: ۱۳۹۸-۰۶-۲۴

دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

سیروان ابراهیمی

استادیار گروه مشاوره خانواده، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران. (نویسنده مسئول)

محمود گودرزی

[mg.sauc@gmail.com](mailto:mg.sauc@gmail.com)

دکتری مشاوره خانواده، استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

امید عیسی نژاد

### چکیده

باورها و انتظارات زناشویی با پیچیده‌تر شدن زندگی دستخوش تغییرات فراوانی شده؛ بنابراین نیاز زوجین جوان به آموزش‌های لازم برجسته شده است. برنامه مراقبت زوجین «CARE» به‌عنوان برنامه آموزشی پیش از ازدواج با هدف بهبود روابط و تعاملات زناشویی پیش از ازدواج طراحی شده است. هدف تحقیق حاضر بررسی اثربخشی آموزش برنامه مراقبت زوجین بر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی افراد در شرف ازدواج بود. روش تحقیق نیمه آزمایشی با گروه کنترل و آزمایشی و طرح آن پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری است. جامعه پژوهش شامل افراد مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی شهر ارومیه در نیمه اول سال ۱۳۹۷ بود که با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش از میان افراد داوطلب ۶۰ نفر که تصمیم قطعی برای ازدواج داشتند، انتخاب شده و به شیوه تصادفی در دو گروه ۳۰ نفری (یک گروه مداخله به روش برنامه مراقبت زوجین و یک گروه کنترل) قرار گرفتند. جهت ارزیابی متغیرهای وابسته از پرسشنامه انتظارات زناشویی (امیدوار، ۱۳۸۸) و پرسشنامه باورهای ارتباطی (آیدلسون و ایشتاین، ۱۹۸۲) به‌عنوان ابزار پژوهش استفاده شد. گروه آزمایشی آموزش‌های مبتنی بر برنامه مراقبت زوجین را به مدت ۶ جلسه دریافت کردند. پس از جمع‌آوری داده‌ها تحلیل آماری با آزمون تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر انجام شد. یافته‌ها نشان داد، مشاوره پیش از ازدواج با برنامه مراقبت زوجین توانسته است انتظارات زناشویی ( $f = 53/199, p < 0/05$ ) و باورهای ارتباطی ( $f = 15/816, p < 0/05$ ) افراد در شرف ازدواج شهر ارومیه را بهبود بخشد. بر این اساس پیشنهاد می‌گردد تا مشاوران و روان‌شناسان حوزه خانواده در مشاوره‌های پیش از ازدواج از مفاهیم برنامه مراقبت زوجین در مراکز درمانی و فرایندهای پیش از ازدواج استفاده نمایند.

واژگان کلیدی: برنامه مراقبت زوجین، انتظارات زناشویی، باورهای ارتباطی، مشاوره پیش از ازدواج

ابراهیمی، سیروان؛ گودرزی، محمود و عیسی نژاد، امید. (۱۳۹۸). اثربخشی مشاوره پیش از ازدواج با برنامه مراقبت زوجین «CARE» بر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی افراد در شرف ازدواج. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱: ۲۳۶-۲۱۷.

ارجاع

## مقدمه

ازدواج<sup>۱</sup> پیوندی است که پایه و اساس ارتباط انسانی را تشکیل می‌دهد و در آن زن و مرد از طریق کششی ناشی از غرایز و آیین و شعائر و عشق به هم جذب می‌شوند، آزادانه و به‌طور کامل تسلیم یکدیگر شده تا واحد پویای خانواده را ایجاد کنند (Stutzer and Bruno, 2006؛ گودرزی، شیری و محمودی، ۱۳۹۷). ازدواج یکی از مهم‌ترین، پایدارترین و صمیمی‌ترین روابط میان فردی است که باعث شکل‌گیری خانواده می‌شود (Sinha, & Mukergee, 1990). با ازدواج و شکل‌گیری خانواده، در آغاز زوج‌های جوان با شماری از روابط، وظایف و مسئولیت‌های جدیدی روبه‌رو هستند که سابقاً تجربه آن را نداشته‌اند (Ternholm, & Jensen, 1996؛ Gurman, Lebow, Snuder, 2019؛ اصلانی، ۱۳۸۳). این امر در جوامعی همانند کشور ما اهمیت بیشتری دارد، چراکه چنین روابط زناشویی و خانوادگی، صرفاً از طریق ازدواج و از مبادی قانونی، عرفی و شرعی صورت می‌گیرد (رفاهی، گودرزی، میرزایی چهارراهی، ۱۳۹۱).

بنابراین زوج‌های جوان نیاز دارند تا در فرایند برون‌سازی متقابل، به یک رشته ارتباطات و تعاملات منظم و الگومند دست یابند تا بتوانند ساخت مناسب خانواده خود را شکل دهند (Ternholm, & Jensen, 1996). بر این اساس و با توجه به تأثیرات فروان ارتباطات زناشویی، برنامه‌های مختلفی بر مبنای بهبود روابط و تعاملات زناشویی ارائه شده است. از جمله این رویکردها می‌توان به برنامه مراقبت زوجین<sup>۲</sup> اشاره نمود. برنامه مراقبت زوجین برگرفته از برنامه PREP و دیگر اشکال خود مراقبتی است. این برنامه توسط هالفورد در سال ۲۰۰۴ ارائه شده است (Halford, Moore, Wilson, Farrugia & Dyerl, 2004). برنامه مراقبت زوجین تلاش می‌کند تا روابط رمانتیک خانوادگی را بهبود بخشد و به حل مسائل و مشکلات میان فردی زوجین کمک کند. بر اساس این برنامه آموزشی، قبل از اینکه افراد وارد فرایند ازدواج گردند، شخصیت، ادراک، ارزش‌ها، باورها و انتظارات خاص خود را دارند؛ بنابراین از نظر این برنامه، زوجین در فرایند ازدواج، تحت تأثیر متغیرهای مختلف فردی (مانند انتظارات، باورها و ارزش‌ها) و اجتماعی (مانند پایگاه، دین) ممکن است با چالش روبه‌رو شوند، چراکه هر یک سیستم ارزش‌های متفاوتی را شکل داده است؛ بنابراین زوجین نیاز دارند تا با دریافت آموزش‌های پیش از ازدواج همانند برنامه مراقبت زوجین (Halford, et al, 2004)، به همسویی انتظارات و باورهای خود بپردازند (Gurman and et al, 2019; Parrot and Parrot, 2015). این برنامه با استفاده از ویدیو، کتابچه راهنما یا دفترچه یادداشت و بررسی‌های تلفنی، تلاش می‌کند تا روشی مناسب را برای خانواده‌ها فراهم سازد. « برنامه مراقبت زوجین » علاوه بر آموزش مهارت‌های ارتباطی به ارتقا همدلی و حمایت اجتماعی نیز پرداخته است و از سه بخش آموزش حمایت اجتماعی، آموزش مدیریت تعارض و

---

1. Marriage

2. CARE

آموزش بخشودگی تشکیل شده است. بدین ترتیب که در ابتدا طی تمریناتی به زوجین یاد داده می‌شود تا حمایت‌کننده و حمایت‌گیرنده‌های خوبی باشند و احساسات منفی همسرشان را درک کرده و به احساسات و نیازهایش اعتبار بخشیده و به شیوه‌ای همدلانه به آن‌ها پاسخ دهند. در مرحله بعدی به زوجین آموزش داده می‌شود تا بدون قضاوت، سرزنش و حمله به بررسی منطقی تعارض پردازند و با درک بهتر خاستگاه رفتارهای یکدیگر به سازگاری و ایمنی بیشتری دست یابند (Halford, Wilson, Watson, Verner, Larson, & et al, 2010). در مرحله آخر نیز زوجین را با فرایند بخشش آشنا ساخته و آن‌ها را تشویق می‌کنند تا به وسیله همدلی با مقصر و اعتمادسازی مجدد به رفع صدماتی که در گذشته موجب بی‌اعتمادی میانشان شده پردازند. در مجموع، «برنامه مراقبت زوجین» با تکیه بر حمایت اجتماعی و همدلی که از طریق ایجاد درک و پذیرش متقابل میان زوجین ایجاد می‌شود، احساس امنیت را در رابطه خلق کرده و در نتیجه در همسران، نگرش مثبت نسبت به هم ایجاد کرده و به زوجین در افزایش رضایت زناشویی درازمدت کمک می‌کند (Halford & et al, 2004).

بر اساس تحقیقات مختلف عوامل گوناگونی می‌توانند بر این امر تأثیر بگذارند که از جمله آن‌ها می‌توان به باورهای ارتباطی<sup>۱</sup> و انتظارات زناشویی<sup>۲</sup> اشاره نمود (شاه اویسی، گودرزی و عزت پور، ۱۳۹۸؛ اصلانی، ۱۳۸۳؛ قادر زاده، قادر زاده، حسن پناه، ۱۳۹۱؛ Sharp, & Ganong, 2000; Ternholm, & Jensen, 1996; Miller, & Tedder, 2011; Ellis, 2001).

در وقایعی همانند ازدواج، افکار و باورهای بنیادین، رشته‌ای از افکار و باورها را فعال که نیمه خودآگاه هستند و روابط و تعاملات مرتبط با آن را تحت تأثیر قرار می‌دهند (Froggatt, 2003). باورهای ارتباطی، باورهایی هستند که پیش از ازدواجش کل می‌گیرند، به گونه‌ای که افراد تا حدودی از آن‌ها آگاه نیستند (سهرابی، میکائیلی، عطا دخت، نریمانی، ۱۳۹۷؛ Trent, & South, 1992; Brateen, & Rosen, 1998). این باورها سبب می‌شود تا افراد به گونه‌ای خاص و همسو با باورهای خود به ازدواج بنگرند که ممکن است منطبق بر واقعیت ازدواج باشند یا نباشد (Kotrla, Dyer, Stelzer, 2010; Claramita, Tuah, & Riskione, 2016). الیس<sup>۳</sup>، علل اکثر مشکلات رفتاری و تعارضات زناشویی<sup>۴</sup> را ناشی از باورهای غیرمنطقی<sup>۵</sup> می‌داند (فرح‌بخش و شفیع آبادی، ۱۳۸۵). باورهای غیرمنطقی هرگونه فکر، هیجان و یا رفتاری است که منجر به تخریب نفس و

- 
1. Communicational Beliefs
  2. Marital Expectations
  3. Ellis
  4. Marital conflict
  5. Irrational Beliefs

از بین رفتن خود می‌شوند و پیامدهای مهم آن اختلال در بقاء، خوشحالی و شادمانی است (مشتاقی، آتش پور، آقایی و علامه، ۱۳۹۱؛ Ellis, 2001).

زوجین در روابط زناشویی<sup>۱</sup>، انتظاراتی از رابطه مطلوب زناشویی دارند. این انتظارات شامل انتظار زن و شوهر از یکدیگر به‌عنوان شریک زندگی، از خانواده همسر، از ازدواج، تصور یا مفهوم هر یک از همسر ایدئال است (Miller, & Tedder, 2011). این انتظارات، استانداردها و فرضیه‌های ذهنی، چارچوب‌های از پیش تعیین‌شده و باید‌ها و نبایدهای زوجین در مورد همسر و زندگی زناشویی است (خمسه، ۱۳۸۲؛ بلقان‌آبادی، گراوند، احمدی، ۱۳۹۲). انتظارات می‌توانند به‌عنوان اهدافی عمل کنند که باعث برانگیختن تأیید انتظار شود. تأیید این انتظارات می‌تواند از طریق دو مکانیسم تأیید ادراکی و تأیید رفتاری رخ دهند (Murray, & Murray, 2004). این‌گونه انتظارات از روابط زناشویی طی زمان و تحت تأثیر ارزش‌ها، توقعات و توجهات موردقبول جامعه (Mansfield, 2007)، مقایسه گذشته فرد و مشاهدات جاری او از روابط دیگران، حاصل می‌شود (Griffin, 2011). انتظارات زناشویی می‌توانند جنبه واقع‌بینانه یا ایدئال و غیرواقع‌بینانه داشته باشند. انتظارات واقعی و متجانس زوجین از ازدواج عامل مهمی در موفقیت آن‌هاست و برعکس انتظارات ایدئال و غیرواقع‌بینانه می‌تواند منشأ آسیب‌های بعدی گردد (Griffin, 2011; Mansfield, 2007)؛ چنانکه بسیاری از مشکلات ارتباطی یا نارضایتی‌های همسران ناشی از انتظارات غیرواقعی و مبهم یا فاصله میان انتظارات پیش از رابطه و واقعیت موجود است (Ellis, 2001; Miller, & Tedder, 2011).

بنابراین بر اساس آنچه بیان شد، بسیاری از مشکلات و مسائل زناشویی ناشی از ویژگی‌های زوجین پیش از ازدواج است که از جمله آن‌ها می‌توان به انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی اشاره نمود. باورها و انتظارات زناشویی پیش از ازدواج، بر ادراک زوجین پیش از ماهیت ازدواج، زندگی زناشویی، روابط زناشویی، تعاملات و ارتباطات زناشویی و خانوادگی تأثیرگذار است؛ به‌گونه‌ای که می‌تواند روابط پایداری را میان زوجین شکل دهد یا عشق شدید را به‌سوی طلاق سوق دهد. این ویژگی‌ها پیش از ازدواج وجود دارند که می‌توان با کمک برنامه‌های غنی همانند برنامه مراقبت زوجین «CARE» ارتباط و مراقبت در زوجین را بهبود بخشید. علی‌رغم اهمیت برنامه مراقبت زوجین در مشاوره پیش از ازدواج، مطالعات کمی در این حوزه صورت گرفته است؛ بنابراین تحقیق حاضر از یک‌سو می‌تواند به‌خلاف پژوهشی در این زمینه کمک نماید و از سوی دیگر می‌تواند زمینه را برای آموزش‌های پیش از ازدواج مناسب فراهم آورد. بر این اساس تحقیق حاضر در پی بررسی این مسئله است که:

آیا برنامه مراقبت زوجین «CARE» می‌تواند منجر به تغییر انتظارات زناشویی و باورهای ارتباطی زوجین در شرف ازدواج گردد؟

## روش

روش پژوهش با توجه به ماهیت موضوع از نوع تحقیقات نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود که در آن یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل وجود دارد. جامعه آماری شامل زوجین در شرف ازدواج و مراجعه‌کننده به مراکز خدمات مشاوره‌ای و روان‌شناختی در شهر ارومیه در نیمه اول سال ۱۳۹۷ بودند. جهت انتخاب زوج‌ها در مراکز مشاوره سطح شهر ارومیه، فراخوان پژوهش منتشر گردید و از میان افراد داوطلب با رعایت ملاک‌های ورود به پژوهش ۶۰ نفر که تصمیم قطعی برای ازدواج داشتند، انتخاب شدند و به شیوه تصادفی در دو گروه ۳۰ نفری (یک گروه مداخله به روش برنامه مراقبت زوجین، یک گروه کنترل) قرار گرفتند. ملاک‌های انتخاب نمونه شامل: ۱. دامنه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال، ۲. ازدواج اول آن‌ها باشد، ۳. سطح تحصیلات حداقل دیپلم باشد، ۴. از نظر اقتصادی مشکلی نداشته باشند. ۵. سابقه بیماری روانی و معلولیت جسمی نداشته باشند، ۶. تصمیم قطعی برای ازدواج داشته باشند. ۷. هم‌زمان یا در یک سال گذشته در دوره مشابه شرکت نکرده باشند.

## ابزار

**پرسشنامه انتظارات زناشویی:** این پرسشنامه توسط امیدوار و همکاران (۱۳۸۸) تهیه شده است. شامل ۳۲ سؤال و دارای طیف لیکرت از همیشه (۴) تا اصلاً (۰) نمره‌گذاری شده است. نمره بالا نشان‌دهنده انتظارات زناشویی بالا و نمره پایین نشان‌دهنده انتظارات زناشویی پایین است. مؤلفه‌های آن عبارت‌اند از: ۱. انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی (۷ گویه)، ۲. انتظار از زندگی زناشویی (۱۱ گویه) ۳. انتظار از یک رابطه ایدئال (۱۴ گویه). سنجش پایانی به روش آلفای کرونباخ نشان داد که پایانی خرده مقیاس‌های انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی، انتظار از زندگی زناشویی و انتظار از یک رابطه ایدئال به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۹۱ و ۰/۹۱ و برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۲ بود (امیدوار و دیگران، ۱۳۸۸). میزان آلفای کرونباخ در این تحقیق برای مقیاس کلی ۰/۸۰۱ به دست آمد.

پرسشنامه باورهای ارتباطی آیدلسون و اپشتاین: این پرسشنامه توسط اپشتاین و آیدلسون (Eidelson & Epstein, 1982) ساخته شده است و شامل ۴۰ سؤال و دارای طیف لیکرت ۱ (کاملاً غلط) تا ۶ (کاملاً درست) است که برای اندازه‌گیری باورهای غیرمنطقی در مورد روابط زناشویی و دارای ۵ خرده مقیاس است که عبارت‌اند از: باور تخریب‌کنندگی مخالف (۷ گویه)، باور به عدم‌تغییرپذیری همسر (۸ گویه)، توقع ذهن‌خوانی (۸ گویه)، کمال‌گرایی جنسی (۸ گویه) و باور به تفاوت‌های جنسیتی (۸ گویه). اپشتاین و آیدلسون (Eidelson & Epstein, 1982) در تحقیق خود نشان دادند که پایایی پرسشنامه باورهای ارتباطی با ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها از ۷۲ تا ۸۱ درصد برآورد شده است. سهرابی و دیگران (۱۳۹۷) آلفای کرونباخ کل پرسش‌نامه را ۰/۸۱ و آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌ها را میان ۰/۶۲ تا ۰/۸۱ گزارش کرده است. اسلامی (۱۳۸۵) میزان آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۸۲ و برای مقیاس‌های باور تخریب‌کنندگی مخالف، باور به عدم‌تغییرپذیری همسر، کمال‌گرایی جنسی، توقع ذهن‌خوانی، باور به تفاوت‌های جنسیتی، به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۹، ۰/۸۸، ۰/۸۰، ۰/۷۸ گزارش کرده است. میزان آلفای کرونباخ در این تحقیق برای مقیاس کلی ۰/۷۷۰ به دست آمد.

## مداخلات

برنامه مراقبت زوجین «CARE» در قالب یک برنامه روانی-آموزشی و به شیوه گروهی بر اساس دستورالعمل هالفورد و دیگران (Halford, et al, 2004) در طی ۶ جلسه به شرح زیر اجرا شد.

جلسه اول: این جلسه با هدف تغییر خود به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای این جلسه انتظارات ارتباطی، اهداف ارتباطی، تغییر خود برای دستیابی به اهداف ارتباطی در پیوند زناشویی آموزش داده شد.

جلسه دوم: این جلسه با هدف تعامل به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای جلسه شامل مدل تعامل، حرف زدن و گوش دادن، خودارزیابی از تعامل، پیشنهادات عاطفی، خودتغییری در تعامل بود.

جلسه سوم: این جلسه با هدف صمیمیت و مراقبت به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای جلسه شامل تجربه‌های مراقبت، تعادل فردی، خانواده و فعالیت‌های دیگر، حمایت کنترل‌شده، خودتغییری در صمیمیت

جلسه چهارم: این جلسه با هدف معنی کردن تفاوت‌ها به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای جلسه شامل ارزش تفاوت‌های فردی، تعامل مؤثر هنگام تعارض، راهنمای مدیریت تعارض، خودتغییری در مدیریت تعارض بود.

جلسه پنجم: این جلسه با هدف روابط جنسی به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای جلسه شامل اسطوره‌های روابط جنسی، ترجیحات روابط جنسی، تعامل درباره روابط جنسی، خودتغییری برای پذیرش روابط جنسی بود.

جلسه ششم: این جلسه با هدف نگاه به آینده به مدت ۹۰ دقیقه اجرا شد. محتوای جلسه شامل پیش‌بینی تغییرات، برنامه‌ریزی برای تغییرات، شناسایی زود هنگام مشکل ارتباطی، توجه به نگهداری و حفظ روابط، تغییر خود برای معنا دادن به آینده بود.

### روش اجرای پژوهش

بعد از مشخص شدن گروه آزمایش و کنترل به منظور اجرای پژوهش در جلسه توجیهی با شرکت کنندگان شرایط پژوهش تشریح گردید و به منظور جمع‌آوری اطلاعات پیش‌آزمون ابزارهای پژوهش در اختیار شرکت کنندگان قرار داده شد. سپس مقرر گردید اعضای گروه آزمایش هفته‌ای یک جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و به مدت ۶ هفته در برنامه مراقبت زوجین (CARE) در محل مرکز مشاوره آقای سیروان ابراهیم حضور یابند. در پایان ۶ جلسه، پرسشنامه‌های پژوهش مجدداً به عنوان پس‌آزمون اجرا شد؛ و بعد از اجرای پس‌آزمون و گذشت ۶ ماه از ازدواج پرسشنامه‌ها برای مرحله پیگیری اجرا و اطلاعات لازم جمع‌آوری گردید. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (آزمون باکس و لوین و تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر) مورد تحلیل قرار گرفت. جهت تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ استفاده شد.

### اخلاق پژوهش

به منظور رعایت اخلاق در پژوهش ابتدا به تمام شرکت کنندگان اطلاع داده شد که در یک کار پژوهشی شرکت دارند و شرکت در آن اختیاری است و رضایت کتبی از آنان دریافت شد. یافته‌های آن بدون نام و به صورت کلی با پنهان ماندن هویت شرکت کنندگان تحلیل شد. ابزار و فرایند پژوهش مغایرت و محدودیت مذهبی و فرهنگی ندارد؛ و به منظور رعایت اصول اخلاقی در پایان پژوهش برای گروه کنترل نیز برنامه مراقبت زوجین «CARE» آموزش داده شد.



یافته‌ها

یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق در گروه‌های آزمایش و کنترل در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار ابعاد باورهای ارتباطی و انتظارات زناشویی

گروه	متغیرها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
		انحراف میانگین استاندارد	انحراف میانگین استاندارد	انحراف میانگین استاندارد	انحراف میانگین استاندارد	
آزمایش	باورهای ارتباطی	۹۸/۰۳	۹/۵۹	۷۰/۲۷	۷/۷۰	۷۵/۵۳
	باور تخریب‌کنندگی مخالف	۱۸/۸۰	۲/۷۷	۱۵/۱۰	۲/۶۴	۱۶/۵۳
	باور به عدم‌تغییرپذیری همسر	۱۹/۳۶	۳/۰۹	۱۳/۵۳	۲/۲۳	۱۴/۶۳
	کمال‌گرایی جنسی	۱۹/۲۳	۲/۶۴	۱۲/۷۰	۲/۰۸	۱۳/۳۳
	توقع ذهن‌خوانی	۲۰/۶۰	۳/۱۲	۱۴/۶۳	۲/۱۲	۱۵/۴۳
	باور به تفاوت‌های جنسیتی	۱۹/۰۳	۲/۰۹	۱۴/۳۰	۱/۹۳	۱۵/۶۰
	انتظار از زندگی زناشویی	۵۹/۰۰	۶/۱۳	۳۲/۵۶	۵/۷۳	۳۷/۰۷
	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی	۱۴/۲۶	۱/۷۷	۷/۹۳	۱/۸۹	۹/۷۳
	انتظار از زندگی زناشویی	۲۰/۳۶	۳/۱۷	۱۱/۵۳	۲/۰۶	۱۲/۹۶
	انتظار از یک رابطه ایدئال	۲۴/۳۶	۳/۵۵	۱۳/۱۰	۳/۴۷	۱۴/۳۶
کنترل	باورهای ارتباطی	۸۹/۶۰	۹/۰۱	۸۹/۰۳	۹/۶۶	۸۹/۳۳
	باور تخریب‌کنندگی مخالف	۱۸/۲۳	۲/۴۵	۱۷/۶۶	۲/۶۱	۱۷/۹۳
	باور به عدم‌تغییرپذیری همسر	۱۷/۹۶	۴/۰۶	۱۷/۶۳	۳/۰۴	۱۷/۷۰
	کمال‌گرایی جنسی	۱۷/۱۶	۲/۸۱	۱۶/۸۶	۲/۲۲	۱۷/۸۰
	توقع ذهن‌خوانی	۱۹/۰۰	۲/۸۱	۱۸/۶۰	۳/۲۷	۱۷/۶۳
	باور به تفاوت‌های جنسیتی	۱۷/۲۷	۲/۱۶	۱۸/۲۶	۲/۵۹	۱۸/۲۶
	انتظار از زندگی زناشویی	۵۳/۸۰	۶/۴۹	۵۴/۰۰	۶/۷۳	۵۳/۹۰
	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی	۱۲/۴۳	۲/۲۹	۱۱/۹۳	۱/۸۱	۱۲/۳۶
	انتظار از زندگی زناشویی	۱۸/۴۳	۲/۵۲	۱۸/۵۰	۲/۵۹	۱۸/۴۶
	انتظار از یک رابطه ایدئال	۲۲/۹۳	۳/۵۱	۲۳/۵۶	۳/۹۹	۲۳/۰۶

برای بررسی داده‌ها از تحلیل واریانس مکرر در سه بازه زمانی پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شده است. بر اساس نتایج جدول شماره ۲، نتایج آزمون ام باکس (به‌استثنای کمال‌گرایی جنسی و توقع ذهن‌خوانی) نشان می‌دهد مقدار  $F$  در سطح خطای  $۰/۰۵$  درصد معنی‌دار نیست، لذا فرضیه همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس برای داده‌های پژوهش رعایت شده است ( $p > ۰/۰۵$ ). نتایج آزمون لوین نشان می‌دهد که سطح خطای آماره  $F$  بزرگ‌تر از  $۰/۰۵$  است ( $p > ۰/۰۵$ ) که نشان‌دهنده همگنی واریانس‌ها در گروه‌های مورد مطالعه است.

## جدول ۲. نتایج آماره باکس و لون

آزمون لون			آزمون ام باکس			مقدار			
معنی داری	df2	df1	معنی داری	df2	df1			F	
۰/۲۵۳	۵۸	۱	۱/۳۳	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۱/۴۵	۹/۲۲	باورهای ارتباطی	
۰/۶۳۴	۵۸	۱	۰/۲۲۹	۰/۳۷۱	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۱/۰۸	۶/۸۷	باور تخریب‌کنندگی مخالف
۰/۹۲۴	۵۸	۱	۰/۰۹	۰/۱۲۵	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۱/۶۶۷	۱۰/۶۰۱	باور به عدم تغییرپذیری همسر
۰/۶۴۶	۵۸	۱	۰/۲۱۳	۰/۰۱	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۴/۳۱۶	۲۶/۸۰۲	کمال‌گرایی جنسی
۰/۱۹۹	۵۸	۱	۱/۸۶۸	۰/۰۱	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۴/۷۷۹	۳۰/۳۸۳	توقع ذهن‌خوانی
۰/۶۷۱	۵۸	۱	۰/۱۸۲	۰/۳۲۸	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۱/۱۵۴	۷/۳۳۶	باور به تفاوت‌های جنسیتی
۰/۸۸۲	۵۸	۱	۰/۰۲۲	۰/۴۴۹	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۰/۹۶۲	۶/۱۱۸	انتظار از زندگی زناشویی
۰/۲۳۹	۵۸	۱	۱/۴۱۵	۰/۸۲۵	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۰/۴۷۹	۳/۰۴۴	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی
۰/۰۶۶	۵۸	۱	۳/۵۰۷	۰/۵۲۷	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۰/۸۵۵	۵/۴۳۹	انتظار از زندگی زناشویی
۵۱۱۲	۵۸	۱	۰/۰۰۲	۰/۷۳۱	۲۴۳۷۳/۱۳	۶	۰/۶۰۰	۳/۱۸۵	انتظار از یک رابطه ایدئال

در ادامه به بررسی آزمون موخلی برای بررسی مقایسه‌های درون آزمودنی و اثرات تعاملی آن‌ها در جدول شماره ۳، پرداخته می‌شود. معنی داری آزمون موخلی نشان‌دهنده ناهمگونی ماتریس کوواریانس داده‌ها است. طبق نتایج مفروضه کرویت برای باورهای ارتباطی، باور به عدم تغییرپذیری همسر، کمال‌گرایی جنسی، توقع ذهن‌خوانی، انتظار از زندگی زناشویی برقرار نیست که در این موارد از آزمون گریسهاوس گریز استفاده شد؛ ولی برای باورهای ارتباطی، باور به تفاوت‌های جنسیتی، انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی، انتظار از زندگی زناشویی، انتظار از یک رابطه ایدئال، فرض کرویت داده‌ها برقرار است، بنابراین از آزمون فرض کرویت داده‌ها استفاده شد.

## جدول ۳. نتایج آزمون موخلی مربوط به نرمال بودن ماتریس کوواریانس

مقدار موخلی	کای اسکوار	درجه آزادی	معنی داری	اپسیلون گرینهاوس-گیزر	
۰/۶۶۹	۲۲/۹۰۳	۲	۰/۰۱	۰/۷۵۱	باورهای ارتباطی
۰/۹۲۹	۴/۱۹۱	۲	۰/۱۲۳	-	باور تخریب‌کنندگی مخالف
۰/۷۶۲	۱۵/۵۰۳	۲	۰/۰۱	۰/۸۰۸	باور به عدم تغییرپذیری همسر
۰/۸۴۰	۹/۹۱۱	۲	۰/۰۱	۰/۸۶۲	کمال‌گرایی جنسی
۰/۸۱۰	۱۱/۹۹۲	۲	۰/۰۱	۰/۸۴۱	توقع ذهن‌خوانی
۰/۹۴۵	۳/۲۳۱	۲	۰/۱۹۹	-	باور به تفاوت‌های جنسیتی
۰/۸۱۲	۱۱/۹۰۴	۲	۰/۰۰۳	۰/۸۴۱	انتظار از زندگی زناشویی
۰/۹۴۵	۳/۲۳۴	۲	۰/۱۹۸	-	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی
۰/۹۳۰	۴/۱۲۷	۲	۰/۱۲۷	-	انتظار از زندگی زناشویی
۰/۹۰۴	۵/۷۶۳	۲	۰/۰۵۶	-	انتظار از یک رابطه ایدئال

یافته‌های به‌دست‌آمده در جدول شماره ۴، نشان می‌دهد میان گروهی در باورهای تخریب‌کنندگی مخالف معنی دار نیست، یعنی آموزش «برنامه مراقبت زوجین» بر این باور اثربخش نبوده است. ولی اثر اصلی، اثر تعاملی و میان گروهی در باورهای ارتباطی و سایر مؤلفه‌های آن و انتظار زناشویی و مؤلفه‌های آن معنی دار است.

## جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس درون آزمودنی‌ها با اندازه‌گیری‌های مکرر برای سه بار اندازه‌گیری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری	مجذور اتا	توان آماری	
زمان (اثر اصلی)	۶۷۰/۴۳۳	۱/۵۰۳	۴۴۹۵/۶۸۶	۱۴۳/۲۰۴	۰/۰۱	۰/۷۱۲	۱/۰۰	
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۶۲۹۴/۱۴۴	۱/۵۰۳	۴۱۸۸/۳۹۷	۱۳۳/۳۲۷	۰/۰۱	۰/۶۹۷	۱/۰۰	باورهای ارتباطی
خطای درون گروهی	۲۷۳۸/۰۸۹	۸۷/۱۶۰	۳۱/۴۱۵					
میان گروهی	۲۹۱۲/۰۸۹	۱	۲۹۱۲/۰۸۹	۱۵/۸۱۶	۰/۰۱	۰/۲۱۴	۰/۹۷۴	
خطا میان گروهی	۱۰۶۷۹/۰۴۴	۵۸	۱۸۴/۱۲۱					
زمان (اثر اصلی)	۲۱۶/۷۴۴	۲	۱۰۸/۳۷۲	۳۶/۹۳۵	۰/۰۱	۰/۳۸۹	۱/۰۰	باور
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۱۳۶/۲۳۳	۲	۶۸/۱۱۷	۲۳/۲۱۶	۰/۰۱	۰/۲۸۶	۱/۰۰	تخریب‌کنندگی مخالف
خطای درون گروهی	۳۴۰/۳۵۶	۱۱۶	۲/۹۳۴					
میان گروهی	۲۸/۸۰۰	۱	۲۸/۸۰۰	۲/۲۹۹	۰/۱۳۵	۰/۰۳۸	۰/۳۲۰	
خطا میان گروهی	۷۲۶/۵۱۱	۵۸	۱۲/۵۲۶					
زمان (اثر اصلی)	۳۸۴/۴۳۳	۱/۶۱۵	۲۲۸/۳۶۱	۸۲/۹۶۴	۰/۰۱	۰/۵۵۶	۱/۰۰	باور به عدم تغییرپذیری همسر
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۴۰۸/۱۴۴	۱/۶۱۵	۲۵۲/۶۶۸	۸۸/۰۸۱	۰/۰۱	۰/۶۰۳	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۲۶۸/۷۵۶	۹۳/۶۹۰	۲/۸۶۹					
میان گروهی	۲۱۵/۶۰۶	۱	۲۱۵/۶۰۶	۱۸/۸۹۰	۰/۰۱	۰/۲۴۶	۰/۹۹۰	
خطا میان گروهی	۶۶۲/۰۱۱	۵۸	۱۱/۴۱۴					
زمان (اثر اصلی)	۴۱۶/۲۳۳	۱/۷۲۵	۲۴۱/۳۳۳	۷۵/۵۱۶	۰/۰۱	۰/۵۵۶	۱/۰۰	کمال‌گرایی جنسی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۲۴۲/۷۴۴	۱/۷۲۵	۱۴۰/۷۴۴	۴۴/۰۴۰	۰/۰۱	۰/۴۳۲	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۳۱۹/۶۸۹	۱۰۰/۰۳۴	۳/۱۶۹					
میان گروهی	۱۰۴/۲۷۲	۱	۱۰۴/۲۷۲	۵/۷۲۷	۰/۰۵	۰/۰۹۰	۰/۶۵۳	
خطا میان گروهی	۱۰۵۶/۰۱۱	۵۸	۱۸/۲۰۷					
زمان (اثر اصلی)	۳۲۱/۹۴۴	۱/۶۸۱	۱۹۱/۵۱۳	۶۷/۷۲۶	۰/۰۱	۰/۵۳۹	۱/۰۰	توقع ذهن خوانی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۲۴۲/۳۴۴	۱/۷۲	۱۴۰/۷۴۴	۴۴/۰۴۰	۰/۰۱	۰/۴۳۲	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۲۷۵/۷۱۱	۹۷/۵۰۱	۲/۸۲۸					
میان گروهی	۱۶۶/۲۷۲	۱	۱۶۶/۲۷۲	۷/۲۰۸	۰/۰۱	۰/۱۱	۰/۷۵۲	
خطا میان گروهی	۱۳۳۷/۹۲۲	۵۸	۲۳/۰۶۸					
زمان (اثر اصلی)	۱۰۷/۷۴۴	۲	۵۳/۸۷۲	۲۳/۱۵۸	۰/۰۱	۰/۳۸۵	۱/۰۰	باور به تفاوت‌های جنسیتی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۲۷۱/۰۷۸	۲	۱۳۵/۵۳۹	۵۸/۲۶۵	۰/۰۱	۰/۵۰۱	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۲۶۹/۸۴۴	۱۱۶	۲/۳۲۶					
میان گروهی	۱۱۸/۴۲۲	۱	۱۱۸/۴۲۲	۱۳/۰۵۲	۰/۰۱	۰/۱۸۴	۰/۹۴۴	
خطا میان گروهی	۵۲۶/۲۲۲	۵۸	۹/۰۷۳					
زمان (اثر اصلی)	۵۹۲/۲۱۱	۱/۶۸۳	۳۵۱۸/۶۰۵	۳۴۴/۰۱۱	۰/۰۱	۰/۵۶۸	۱/۰۰	انتظارات زناشویی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۶۰۷۹/۸۱۱	۱/۶۸۳	۳۶۱۲/۸۵۱	۳۵۳/۲۲۶	۰/۰۱	۰/۸۵۹	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۹۹۸/۳۱۱	۹۷/۶۰۴	۱۰/۲۲۸					
میان گروهی	۵۴۶۷/۰۲۲	۱	۵۴۶۷/۰۲۲	۵۳/۱۹۹	۰/۰۱	۰/۴۷۸	۱/۰۰	
خطا میان گروهی	۵۹۶۰/۴۲۲	۵۸	۱۰۷/۷۶۶					
زمان (اثر اصلی)	۳۶۴/۲۱۱	۲	۱۸۲/۱۰۶	۱۰۸/۹۵۰	۰/۰۱	۰/۶۵۳	۱/۰۰	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۲۷۹/۲۳۳	۲	۱۳۹/۶۱۷	۸۳/۵۳	۰/۰۱	۰/۵۹۰	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۱۹۳/۸۸۹	۱۱۶	۱/۶۷۱					
میان گروهی	۱۱۵/۲۰۰	۱	۱۱۵/۲۰۰	۱۲/۸۵۱	۰/۰۱	۰/۱۸۱	۰/۹۴۱	
خطا میان گروهی	۵۱۹/۹۱۱	۵۸	۸/۹۶۴					
زمان (اثر اصلی)	۶۶۵/۴۱۱	۲	۳۳۲/۷۰۶	۹۹/۰۸۳	۰/۰۱	۰/۶۳۱	۱/۰۰	انتظار از زندگی زناشویی
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۶۸۳/۰۷۸	۲	۳۴۱/۵۳۹	۱۰۱/۷۱۳	۰/۰۱	۰/۶۳۷	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۳۸۹/۵۱۱	۱۱۶	۳/۳۵۸					
میان گروهی	۵۵۴/۷۵۶	۱	۵۵۴/۷۵۶	۴۰/۵۱۲	۰/۰۱	۰/۴۱۱	۱/۰۰	
خطا میان گروهی	۷۹۴/۲۲۲	۵۸	۱۳/۶۳۹					
زمان (اثر اصلی)	۱۰۵۵/۰۲۳	۲	۵۲۷/۵۱۷	۱۲۴/۴۰۲	۰/۰۱	۰/۶۸۲	۱/۰۰	انتظار از یک رابطه ایدنال
زمان + گروه (اثر تعاملی)	۱۲۳۷/۰۷۸	۲	۶۱۸/۵۳۹	۱۴۵/۸۶۷	۰/۰۱	۰/۷۱۶	۱/۰۰	
خطای درون گروهی	۴۹۱/۸۸۹	۱۱۶	۴/۲۴۰					
میان گروهی	۱۵۷۲/۳۵۶	۱	۱۵۷۲/۳۵۶	۵۴/۴۱۸	۰/۰۱	۰/۴۸۴	۱/۰۰	
خطا میان گروهی	۱۶۷۵/۸۴۴	۵۸	۲۸/۸۹۴					

در ادامه به تحلیل سری زمانی به تفکیک گروه آزمایش و کنترل در جدول شماره ۵، به صورت جداگانه پرداخته می‌شود. یافته‌های به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که تغییرات در گروه آزمایشی برنامه مراقبت زوجین معنی‌دار است ولی در گروه کنترل معنی‌دار نیست؛ بنابراین می‌توان گفت که برنامه درمانی عامل اصلی تغییر در باورهای ارتباطی و مؤلفه‌های آن، انتظارات زناشویی و مؤلفه‌های آن است.

### جدول ۵. نتایج تحلیل واریانس درون آزمودنی‌ها با اندازه‌گیری‌های مکرر اثر اصلی زمان

#### در باورهای ارتباطی

گروه	متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری	مجذورات
برنامه مراقبت زوجین «CARE»	باورهای ارتباطی	۱۳۰۴۹/۷۵۶	۱/۳۴۲	۹۷۲۳/۰۷۰	۲۱۲/۱۸۲	۰/۰۱	۰/۸۸۰
	باور تخریب‌کنندگی مخالف	۳۴۸/۱۵۶	۲	۱۷۴/۰۷۸	۶۵/۳۴۵	۰/۰۱	۰/۶۹۳
	توقع ذهن‌خوانی	۵۷۶/۴۲۲	۱/۴۳۵	۴۰۱/۷۹۳	۱۱۸/۰۷۱	۰/۰۱	۰/۸۰۳
	باور به عدم‌تغییرپذیری همسر	۷۷۸/۹۵۶	۱/۲۰۲	۶۴۷/۷۹۱	۱۷۷/۸۱۰	۰/۰۱	۰/۸۶۰
	کمال‌گرایی جنسی	۶۲۹/۳۵۶	۱/۱۷۹	۵۳۳/۶۳۱	۱۲۲/۲۳۷	۰/۰۱	۰/۸۰۸
	باور به تفاوت‌های جنسیتی	۳۵۸/۸۲۲	۱/۷۱۹	۲۰۸/۷۲۴	۹۶/۴۸۹	۰/۰۱	۰/۰۱
	انتظارات زناشویی	۱۲۰۰۰/۴۲۲	۲	۶۰۰۰/۲۱۱	۸۴۰/۱۱۳	۰/۰۱	۰/۹۶۷
	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی	۶۳۹/۰۲۲	۲	۳۱۹/۵۱۱	۱۹۵/۱۱۶	۰/۰۱	۰/۸۷۱
	انتظار از زندگی زناشویی	۱۳۴۸/۴۲۲	۲	۶۷۴/۲۱۱	۲۱۴/۵۷۰	۰/۰۱	۰/۸۸۱
	انتظار از یک رابطه ایدئال	۲۲۸۵/۴۲۲	۲	۱۱۴۲/۷۱۱	۳۳۶/۰۱۶	۰/۰۱	۰/۹۲۱
کنترل	باورهای ارتباطی	۴/۸۲۲	۲	۲/۴۱۱	۰/۱۴۷	۰/۸۶۴	۰/۰۱
	باور تخریب‌کنندگی مخالف	۴/۸۲۲	۲	۲/۴۱۱	۰/۷۵۲	۰/۴۷۶	۰/۰۲۵
	توقع ذهن‌خوانی	۱/۸۶۷	۲	۰/۹۳۳	۰/۴۰۴	۰/۶۷۰	۰/۰۱۴
	باور به عدم‌تغییرپذیری همسر	۱۳/۶۲۲	۱/۷۳۶	۷/۸۴۵	۲/۷۸۸	۰/۰۷۸	۰/۰۸۸
	کمال‌گرایی جنسی	۱۴/۸۱۱	۲	۷/۴۰۵	۲/۸۲۴	۰/۰۷۰	۰/۰۹۸
	باور به تفاوت‌های جنسیتی	۱۵/۰۰	۲	۷/۵۰۱	۲/۹۳۱	۰/۰۷۵	۰/۰۹۱
	انتظارات زناشویی	۰/۶۰۰	۱/۴۷۴	۰/۴۰۷	۰/۰۳۰	۰/۹۳۶	۰/۰۰۱
	انتظار از همسر به‌عنوان دوست و حامی	۴/۴۲۲	۲	۲/۲۱۱	۱/۲۹۷	۰/۲۸۱	۰/۰۴۳
	انتظار از زندگی زناشویی	۰/۰۶۷	۲	۰/۰۳۳	۰/۰۰۹	۰/۹۹۱	۰/۰۰۱
	انتظار از یک رابطه ایدئال	۶/۶۸۹	۲	۳/۳۴۴	۰/۶۵۸	۰/۵۲۲	۰/۰۲۲

در ادامه به مقایسه میانگین گروه آزمایش و کنترل در سه مرحله به‌طور جداگانه پرداخته شد. نتایج به‌دست‌آمده در جدول شماره ۶ نشان می‌دهد تفاوت گروه آزمایش از پیش‌آزمون تا پس‌آزمون معنی‌دار بوده است درحالی‌که تفاوت گروه کنترل از پیش‌آزمون تا پیگیری معنی‌دار نبوده است، بنابراین آموزش «کر» اثربخش بوده است.

جدول شماره ۶. مقایسه میانگین سه مرحله به تفکیک گروه آزمایش و کنترل

گروه کنترل		گروه آزمایش (کر)							
سطح	خطای	تفاوت	سطح	خطای	تفاوت				
معنی‌داری	استاندارد	میانگین	معنی‌داری	استاندارد	میانگین				
۰/۹۹	۱/۱۱۸	۰/۵۶۷	۰/۰۱	۱/۵۶۳	۲۷/۷۶۷	پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
۰/۹۹	۱/۱۲۵	۰/۲۶۷	۰/۰۱	۱/۷۶۱	۲۲/۵۰۰	پیگیری		باورهای ارتباطی	
۰/۹۹	۰/۸۸۰	-۰/۳۰۰	۰/۰۱	۰/۷۷۷	-۵/۲۶۷	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۸۰۵	۰/۵۰۲	۰/۵۶۷	۰/۰۱	۰/۴۸۷	۴/۷۰۰	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	باور تخریب‌کنندگی	
۰/۹۹	۰/۴۳۲	۰/۳۰۰	۰/۰۱	۰/۴۳۱	۳/۲۶۷	پیگیری		مخالف	
۰/۹۹	۰/۴۵۰	-۰/۲۶۷	۰/۰۱	۰/۲۲۱	۱/۴۲۲	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۴۵۱	۰/۳۳۳	۰/۰۱	۰/۴۶۳	۵/۸۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۳۶۸	۰/۲۶۷	۰/۰۱	۰/۴۶۲	۴/۷۳۳	پیگیری		توقع ذهن‌خوانی	
۰/۹۹	۰/۳۵۲	۰/۰۶۷	۰/۰۱	۰/۳۴۶	-۴/۷۳۳	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۳۳۶	۰/۳۰۰	۰/۰۱	۰/۴۳۳	۶/۵۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	باور به عدم تغییر‌پذیری	
۰/۵۶۷	۰/۴۷۱	-۰/۶۳۳	۰/۰۱	۰/۴۷۱	۵/۹۰۰	پیگیری		همسر	
۰/۰۷۲	۰/۳۹۲	-۰/۹۳۳	۰/۰۱	۰/۱۶۹	۰/۶۳۳	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۴۲۲	۰/۴۰۰	۰/۰۱	۰/۴۹۰	۵/۹۶۷	پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
۰/۸۵۶	۰/۴۶۴	۰/۳۶۷	۰/۰۱	۰/۴۹۶	۵/۱۶۷	پیگیری		کمال‌گرایی جنسی	
۰/۱۰۹	۰/۴۴۱	۰/۹۶۷	۰/۰۱	۰/۱۶۹	۰/۸۰۰	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۱۴۱	۰/۴۸۲	-۱/۰۰۰	۰/۰۱	۰/۳۸۳	۴/۷۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	باور به تفاوت‌های	
۰/۹۸	۰/۴۵۱	۰/۲۶۷	۰/۰۱	۰/۳۸۹	۳/۴۳۳	پیگیری		جنسیتی	
۰/۹۹	۰/۴۲۶	۰/۰۰۱	۰/۰۱	۰/۲۷۲	-۴/۷۳۳	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۸۱۸	-۰/۲۰۰	۰/۰۱	۰/۷۶۲	۲۶/۴۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	انتظارات زناشویی	
۰/۹۹	۱/۰۱۰	-۰/۱۰۰	۰/۰۱	۰/۷۰۶	۲۱/۹۳۳	پیگیری			
۰/۹۹	۰/۵۷۰	۰/۱۰۰	۰/۰۱	۰/۵۹۱	-۴/۵۰۰	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۳۸	۰/۳۱۷	۰/۵۰۰	۰/۰۱	۰/۳۳۳	۶/۳۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	انتظار از همسر به‌عنوان	
۰/۹۹	۰/۳۸۰	۰/۰۶۷	۰/۰۱	۰/۳۵۸	۴/۵۳۳	پیگیری		دوست و حامی	
۰/۵۱۶	۰/۳۱۰	-۰/۴۳۳	۰/۰۱	۰/۲۹۷	-۱/۸۰۰	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۴۷۷	-۰/۰۶۷	۰/۰۱	۰/۴۶۰	۸/۸۳۳	پس‌آزمون	پیش‌آزمون		
۰/۹۹	۰/۵۳۵	-۰/۰۳۳	۰/۰۱	۰/۵۱۸	۷/۴۰۰	پیگیری		انتظار از زندگی زناشویی	
۰/۹۹	۰/۴۴۸	۰/۰۳۳	۰/۰۱	۰/۳۸۶	-۱/۴۳۳	پیگیری	پس‌آزمون		
۰/۹۳	۰/۶۱۱	-۰/۶۳۳	۰/۰۱	۰/۵۲۷	۱۱/۲۶۷	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	انتظار از یک رابطه	
۰/۹۹	۰/۶۴۶	-۰/۱۳۳	۰/۰۱	۰/۴۸۷	۱۰/۰۰۱	پیگیری		ایدئال	
۰/۹۰	۰/۴۷۴	۰/۵۰۰	۰/۰۵	۰/۴۰۷	-۱/۲۶۷	پیگیری	پس‌آزمون		

### نتیجه گیری

پیوند زناشویی یکی از پایدارترین روابط میان انسان‌ها است، ولی زوج‌های جوان در شرف ازدواج تجارب خاصی از این پیوند دارند؛ ولی زوجین پیش از ازدواج باورها و انتظارات خاص خود را از ازدواج دارند که ممکن است با واقعیت ازدواج سازگار نباشد و می‌تواند تمام زندگی زناشویی را تحت تأثیر قرار دهد (شاه اویسی و دیگران، ۱۳۹۸). رویکردهای مختلفی پیش از ازدواج وجود دارند که می‌توانند سبب تغییر این باورها و انتظارات در زوجین جوان گردد (اسلامی، ۱۳۸۵)؛ بنابراین هدف از تحقیق حاضر بررسی اثربخشی رویکرد آموزشی «کر» بر باورهای ارتباطی و انتظارات زناشویی زوجین جوان بود.

نتایج به دست آمده نشان می‌دهند این رویکرد توانسته است باورهای ارتباطی و انتظارات زناشویی زوجین جوان را بهبود بخشد. هالفورد و دیگران (Halford and et al, 2010) در پژوهش خود نشان می‌دهند که برنامه «کر» می‌تواند سبب بهبود رضایت زناشویی و توانایی‌های ارتباطی در میان زوجین گشته است. پتچ و پسچ (Petch, & Psych, 2006) در پژوهش خود نشان می‌دهند که برنامه «کر» سبب کاهش گفتگوهای منفی و افزایش مهارت‌های شدید در میان خانواده شده است، تعاملات و ارتباطات میان خانواده افزایش یابد و تعارضات زناشویی‌شان را کاهش دهند؛ بنابراین مطالعات پیشین نیز نشان می‌دهد که آموزش‌های کر توانسته است سبب بهبود عملکرد خانواده و زوجین پیش از ازدواج گردد.

رویکرد آموزشی «کر» می‌تواند سبب بهبود باورها و انتظارات زناشویی زوج‌های جوان از یکدیگر گردد. رویکرد آموزشی تغییرات شناختی، هیجانی و رفتاری مختلفی را در پی دارد که می‌تواند سبب افزایش مهارت‌ها و دانش زوجین درباره ازدواج گردد (Halford and et al, 2010). تغییرات شناختی را می‌توان چنین بیان نمود که از دیدگاه روانشناسان زمانی فرد آماده ازدواج است که سه ویژگی بلوغ اجتماعی، انگیزش و اطلاعات کافی را دارا باشد. مشاوره قبل از ازدواج روشی مداخله‌ای برای زوج‌های در شرف ازدواج با هدف آموزش مهارت‌های مورد نیاز به منظور بهبود روابطشان است. این برنامه جنبه پیشگیری نیز دارد و هدف آن شروع ازدواجی موفق و همچنین کمک به زوجین جهت حفظ و باقی ماندن عملکردشان در بالاترین حد ممکن است. بهره‌مندی از خدمات مشاوره‌ای پیش از ازدواج باعث می‌شود تا زن و مرد با آگاهی هر چه بیشتر و مجهز به دانش کافی در ارتباط با خود و همسر آینده‌شان و نیز اهمیت و اهداف ازدواج، زندگی مشترک را شروع نمایند (بلقان آبادی و دیگران، ۱۳۹۲؛ Murray, & Murray, 2004; Kotrla & et al, 2010).

برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج، همانند کر می‌توانند شناخت‌ها، باورها و پردازش اطلاعات را در افراد تغییر داده، اصلاح و بهبود بخشند. هدف برنامه‌های آموزشی، کمک به افراد برای افزایش شایستگی‌های میان فردی، دستیابی به رضایت‌مندی در زندگی، بهبود ارتباطات زناشویی، مهارت‌های تعاملی و ارتباطی میان زوجین است (مشتاقی و دیگران، ۱۳۹۱؛ سهرابی و دیگران، ۱۳۹۷؛ السون، دفرین و

السون، ۱۳۹۳)؛ بنابراین توانایی زوجین فقط نیازمند پیشرفت مهارت‌های رفتاری در ارتباطات میان فردی و تضاد مدیریتی است؛ بنابراین می‌توان گفت رویکرد کر، با ارائه مهارت‌های ارتباطی و هیجانی مختلف سبب ایجاد باورها و انتظارات زناشویی سازنده میان زوجین می‌گردد و روابط و تعاملات سازنده‌ای را میان آن‌ها شکل می‌دهد (فرمانی، رسولی و قائدینی جهرمی، ۱۳۹۳؛ Sharp, & Ganong, 2000)

برنامه «کر» بر توسعه مؤثر و کارآمد ارتباطات و تعاملات، تعاملات ارتباطی، انتظارات واقع‌بینانه از روابط و تعاملات و به اشتراک گذاشتن زمان‌های مثبت در خانواده تأکید دارد. (Halford & et la, 2004). بر این اساس طبق نظریه انصاف (شکر کن و خجسته مهر، ۱۳۹۳)، آموزش‌های «کر» از یک سو درون داده‌های فرد از روابط زناشویی و ازدواج را افزایش می‌دهد، این درون داده‌ها می‌توانند شامل جذابیت، احترام، عشق، کسب درآمد، وانجام مسئولیت‌های خانه توسط همسر و در سطحی گسترده‌تر، شامل باورها و ارزش‌ها و انتظارات زوجین است. بر این اساس، آموزش‌های «کر» می‌تواند سبب بهبود باورهای ارتباطی زوجین به ازدواج گردد. از سوی دیگر، چنین آموزش‌هایی می‌توانند برون داده‌های روابط و ارتباطات زناشویی را بهبود بخشند. بر اساس این دیدگاه، با بهبود درون داده‌های مختلف، برون داده‌های فرد نیز از ازدواج بهبود پیدا می‌کند. در چنین شرایطی زوجین برون داده‌های منصفانه‌ای از یکدیگر دارند، به معنای دیگر، انتظارات مطلوب و معقولی از یکدیگر دارند.

این برنامه با استفاده از ویدیو، کتابچه راهنما یا دفترچه یادداشت و بررسی‌های تلفنی، تلاش می‌کند تا روشی مناسب را برای خانواده‌ها فراهم سازد تا بتوانند تعاملات و روابط سازنده‌ای را شکل دهند. «کر» علاوه بر آموزش مهارت‌های ارتباطی به ارتقا همدلی و حمایت اجتماعی نیز می‌پردازد و سبب می‌شود تا زوجین جوان، علاوه بر دستیابی به مهارت‌های ارتباطی مناسب، بتوانند به همدلی با یکدیگر دست یابند و به‌عنوان یک خانواده بتوانند از یکدیگر حمایت کنند. رویکرد «کر» با آموزش‌های سه‌گانه حمایت اجتماعی، مدیریت تعارض و بخشودگی، سبب می‌شود تا زوجین به حمایت‌کننده‌ها و حمایت‌گیرنده‌های خوبی تبدیل شوند و قادر باشند احساسات منفی همسرشان را درک کنند؛ بنابراین این آموزش‌ها سبب افزایش همدلی در میان زوجین می‌شود. بعلاوه آموزش‌های این رویکرد سبب می‌شود تا زوجین بدون قضاوت، سرزنش و افزایش تنش، به حل تعارض بپردازند که سبب تعدیل باورها و انتظارات زناشویی در میان زوجین می‌شود. در مجموع، «کر» با تکیه بر حمایت اجتماعی و همدلی که از طریق ایجاد درک و پذیرش متقابل میان زوجین ایجاد می‌شود، احساس امنیت را در رابطه خلق کرده و در نتیجه در همسران، نگرش مثبت نسبت به هم ایجاد کرده و به زوجین در افزایش رضایت زناشویی درازمدت کمک می‌کند (Halford & et al, 2010; Halford, et al, 2004; Petch, Psych, 2006).

در کل بر اساس نتایج می‌توان بیان نمود تئوری‌ها و نظریه‌های مختلفی در مورد ارتباطات و روابط زناشویی ارائه شده است که به‌تبع آن رویکردهای مشاوره‌ای مختلفی نیز ارائه شده‌اند. چگونگی آغاز و

شکل‌گیری روابط میان زوجین می‌تواند آنان و فرزندان‌شان را تحت تأثیر مثبت یا منفی خود قرار دهد. لذا ضروری به نظر می‌رسد که برای ایجاد یک ازدواج موفق جوانان را آماده‌تر و آگاه‌تر سازیم چراکه زندگی زناشویی موفق علاوه بر امکانات و تسهیلات به مهارت‌ها و توانمندی‌های خاصی نیز نیاز دارد. از سوی دیگر، برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج می‌توانند دستاوردهای مفید، سریع و کاربردی در کارکرد و عملکرد خانواده تأثیرگذار هستند (Carroll & Doherty, 2003; Olson, Larson, & Olson, 2009). بنابراین پیشنهاد می‌گردد در فرایند ازدواج، برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج همانند برنامه آموزشی «کر» نیز به کار گرفته شوند. تدوین این برنامه آموزشی در مراکز پیش از ازدواج می‌تواند همسویی میان زوجین را افزایش دهد و زندگی زناشویی پایدارتری را فراهم آورد. همچنین با تهیه کتابچه‌های آموزشی بر اساس آموزه‌های کر، می‌توان زوجین را پیش از ازدواج برای ازدواج فراهم نمود.

### محدودیت‌های پژوهش

تحقیق حاضر با محدودیت‌هایی نیز روبه‌رو بوده است. وجود مشکلات و مسائل اقتصادی و مالی پیش از ازدواج که ممکن است بر باورها و مشکلات پیش از ازدواج تأثیرگذار باشد. نبودن تجربه ازدواج و شور عشق در اوایل ازدواج، نیز می‌تواند بر پاسخگویان تأثیرگذار باشد و پاسخ‌های آنان را تحت تأثیر قرار دهد. همچنین با توجه به برنامه مراقبت زوجین، مؤلفه‌های اجتماعی نیز بر باورها و ارزش‌های زوجین تأثیرگذار است که در این تحقیق امکان بررسی آن‌ها وجود نداشته است.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### قدردانی

این پژوهش برگرفته از رساله دکتری سیروان ابراهیمی در مقطع دکتری در دانشگاه آزاد واحد سنندج با عنوان «مقایسه اثربخشی مشاوره قبل از ازدواج با رویکردهای «کر» و «آر ای ام» بر انتظارات زناشویی، باورهای ارتباطی، نیازهای صمیمیت زناشویی و عملکرد ازدواج در متقاضیان ازدواج شهر ارومیه» است؛ از اساتید محترم و تمامی زوجین و همکاران محترم در دفتر مشاوره سیروان ابراهیمی، کمال تشکر و قدردانی را ابراز می‌دارد.

### منابع

اسلامی، معصومه. (۱۳۸۵). بررسی رابطه میان باورهای غیرمنطقی و کارکرد خانواده در مراجعه‌کنندگان به دادگاه خانواده شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهرا.



اصلائی، خالد. (۱۳۸۳). نقش مهارت‌های ارتباطی بر کارایی خانوادگی دانشجویان متأهل. فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، ۱۴، ۱۰۳-۱۲۴. [\[link\]](#)

امیدوار، بنفشه؛ فاتحی زاده، مریم السادات و احمدی، سید احمد. (۱۳۸۸). بررسی تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر انتظارات زناشویی دانشجویان در آستانه ازدواج در شهر شیراز، دو فصلنامه خانواده‌پژوهی، ۵ (۱۸) ۲۳۱-۲۴۶. [\[link\]](#)

بلقان‌آبادی، مصطفی؛ گراوند، عالییه؛ احمدی، احمد. (۱۳۹۲). تأثیر آموزش شناختی- رفتاری گروهی بر انتظارات زناشویی زنان و مردان متأهل شهرستان کوه دشت. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳ (۴)، ۶۴۱-۶۶۱. [\[link\]](#)

خمسه، اکرم. (۱۳۸۲). آموزش قبل از ازدواج، تهران، انتشارات دانشگاه الزهراء، پژوهشکده زنان. [\[link\]](#)

رفاهی، ژاله؛ گودرزی، محمود؛ میرزایی چهارراهی، مرتضی. (۱۳۹۱). بررسی عوامل مؤثر بر شکل‌گیری رابطه پیش از ازدواج میان دختران و پسران از دیدگاه دانشجویان، فصلنامه علمی پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، ۳ (۱) ۱۱۷-۱۳۴. [\[Link\]](#)

السون، دیوید اچ؛ دفرین، جان و السون، ایمی کی. (۱۳۹۳). مهارت‌های ازدواج و ارتباط زناشویی کارآمد، تهران، انتشارات روان‌شناسی و هنر. [\[link\]](#)

سهرابی، زهرا؛ میکائیلی، نیلوفر؛ عطا دوخت، اکبر؛ نریمانی، محمد. (۱۳۹۷). هم‌سنجی تأثیر زوج‌درمانی مبتنی بر نظریه انتخاب و درمان رابطه اجتماعی - هیجانی بر باورهای ارتباطی زوجین. دو فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۸ (۱) ۴۷-۶۴. [\[link\]](#)

شاه‌اویسی، سمیرا؛ گودرزی، محمود؛ عزت‌پور، عمادالدین. (۱۳۹۷). مقایسه میان سبک‌های دل‌بستگی و عشق‌ورزی در زوج‌های بزرگ‌شده در خانواده‌های طلاق و عادی، مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت، ۶ (۴) ۸۰-۸۹. [\[Link\]](#)

شکرکن، حسین و خجسته مهر، رضا. (۱۳۹۳). نظریه انصاف و نقد آن: گامی در توسعه روابط مطلوب در دنیای کار و روابط زناشویی در جامعه ایران. تحول در علوم انسانی، ۱ (۱) ۶۷-۸۶. [\[link\]](#)

فرح‌بخش، کیومرث و شفیق‌آبادی، عبدالله. (۱۳۸۵). ابعاد عشق‌ورزی بر اساس نظریه سه بعدی عشق در چهار گروه زوج‌های در مرحله نامزدی، عقد، ازدواج و دارای فرزند. دانش و پژوهش در روانشناسی، ۳۰ (۱) ۱-۲۰. [\[link\]](#)

فرمانی شهرضا، شیوا؛ رسولی، محسن؛ قائدنیای جهرمی، علی. (۱۳۹۳). رابطه میان صمیمیت زناشویی، الگوهای ارتباط زناشویی و همدم‌طلبی - دوری‌گزینی کارکنان متأهل دانشگاه خوارزمی. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۴ (۳)، ۴۴۷-۴۷۳. [\[link\]](#)

قادر زاده، امید؛ قادر زاده، هیرش؛ حسن پناه، حسین. (۱۳۹۱). عوامل پیش‌بینی کننده ی گرایش زوجین به طلاق در مناطق مرزی: مطالعه ی موردی شهر بانه. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۲(۱) (ویژه نامه خانواده و طلاق).

[link].۱۱۹-۱۰۲

گودرزی، محمود، شیر، فاطمه؛ و محمودی، بختیار. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش مؤلفه‌های خانواده درمانی شناختی-رفتاری بر تعارض والد-فرزندی و تعارض زناشویی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۴) پیاپی

[Link]۵۵۱-۵۳۱ (۴۸)

مشتاقی، مرضیه؛ آتش پور، سید حمیدرضا؛ آقایی، اصغر؛ علامه، سیدفرید. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش گروهی انسان‌گرایی بر باورهای ارتباطی زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و فرهنگسراهای شهر

اصفهان. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۲(۳) ۳۲۲-۳۳۹. [link]

## Reference

- Brateen, T. B., & Rosen LA. (1998). Development and validation of the marital attitude scale. *Journal of Divorce and Remarriage*. 29(2): 83-91 [link]
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the Effectiveness of Premarital Prevention Programs: A Meta Analytic Review of Outcome Research. *Family Relations*, 52(2), 105-118 [link]
- Claramita, M., Tuah R., & Riskione, P. (2016). Comparison of communication skills between trained and untrained students using a culturally sensitive nurse-client communication guideline in Indonesia. *Nurse Education Today*, 36:236-41 [link]
- Eidelson, R. J. & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional belief. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50, pp 715 -720. [link]
- Ellis, A. (2001). *Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors*. Amherst, NY: Prometheus Books. [link]
- Froggatt, W. (2003). A Brief Introduction to Rational Emotive Behavior Therapy. New Zealand center for Rational Emotive behavior therapy [link]
- Griffin, EM. (2011). *A First Look at Communication Theory*, the leading college text in the field of communication theory, McGraw-Hill press [link]
- Halford, W., Wilson, K., Watson, K., Verner, B., Larson, T., Busby, J., & Holman, D. (2010). Couple relationship education at home: Does skill training enhance relationship assessment and feedback?. *Journal of Family Psychology*, 24(2), 188-196 [link]
- Halford, W.K., Moore, E., Wilson, K.L., Farrugia, C., & Dyer, C. (2004). Benefits of flexible delivery relationship education: An evaluation of the couple CARE program. *Family Realtions*, 53(5)469-486 [link]
- Kotrla, K., Dyer, P., Stelzer, K. (2010). *Marriage education with Hispanic couples: Evaluation of a communication workshop*. *Family Science Review*, 15(2):1-14. [link]
- Mansfield, J. (2007). *Unrealistic marital expectations* [On-Line]. Available: www.lamorapsych.com/knowledgebase/entry [link]

- Miller, J., & Tedder, B. (2011). *The Discrepancy between Expectations and Reality: Satisfaction in Romantic Relationships*. Hanover College, PSY 401: Advanced Research. [\[link\]](#)
- Murray. C.E., & Murray, TL. (2004). Solution focused premarital counseling: helping couples build a vision for their marriage. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(3):349-358. [\[link\]](#)
- Olson, D.H., Larson, P.J., & Olson, A.K. (2009) *PREPARE/ENRICH Program: Customized Version*. Minneapolis, Minnesota, Life Innovations, Inc. [\[link\]](#)
- Petch. J.F., & Psych. B. (2006). *The Couple CARE for Parents Program: Enhancing Couple Relationships across the Transition to Parenthood*, PhD Thesis, School of Psychology, Griffith University. [\[link\]](#)
- Sharp, E. A., & Ganong, L. H. (2000). Raising Awareness About Marital Expectations: Are Unrealistic Beliefs Changed by Integrative Teaching? *Family Relations*, 49(1),71-76. [\[link\]](#)
- Sinha, SP., & Mukergee, N. (1990). Marital Adjustment and Personal Space Orientation. *Journal of Social Psychology*, 130 (5), 633-639. [\[link\]](#)
- Stutzer, A., Bruno,S. (2006). Dose marriage make people happy, or do happy people get married?. *journal of socio-economice*, 35(3):326-367 [\[Link\]](#)
- Ternholm, S., & Jensen. A(1996). *Interpersonal communication*. New York: Washington publishing company. [\[link\]](#)
- Trent, K., & South, S.J. (1992). Sociodemographic status, parental background childhood family structure, and attitudes towards family formation. *Journal of Marriage and the Family*. 54: 427-439 [\[link\]](#)
- Gurman, A. S., Lebow, J. L., Snuder, D. K. (2019). *Clinical Handbook of Couple Therapy*, Fifth Edition, The Guilford press, New York London. [\[link\]](#)
- Parrott, L., Parrott, L. (2015). *Saving Your Marriage Before It Starts: Seven Questions to Ask Before - and After - You Marry*, Library of Congress Cataloging in Publication Data. [\[Link\]](#)

### References in Persian

- Aslani, KH. (2004). The role of communication skills in family function on married student, *Social welfare*, 4(14) 103-124 [\[link\]](#)
- BolqanAbadi, M., Geravand, A., Ahmai, A. (2014). The Effect of Cognitive-Behavioral Group Training on Marital Expectations of Married Males and Females of Kouhdasht City. *Family Counseling and Psychotherapy*, 3(4), 641-661. [\[link\]](#)
- Ellson, David H., Deferring, J., & Alison, Ami K. (2014). *Marital skills and Effective marital communication*, Tehran, Psychology and Art Publications. [\[link\]](#)
- Farahbakh, K., Shafi Abadi, A. (2006). A study and comparison of the loving dimensions according to the three-dimensional theory of Strasburg in different periods of affianced spousal, marriage and having offspring among four groups of couples. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 30, 1-20. [\[link\]](#)
- FarmaniShahreza, S., Rasouli, M., GhaedniyJahromi, A. (2014). The Relationship between Marital Intimacy, Communication Patterns, and Pursuing- Distancing

- Behavior of Married Personnel of Kharazmi University. *Family Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 447-473. [[link](#)]
- Ghaderzade, O., Ghaderzade, H., Hassanpanah, H. (2012). Predictor factors of couples' divorce at the border areas: . *Family Counseling and Psychotherapy*, 2.1(Special Issue- Family and Divorce), 102-119. [[link](#)]
- Goudarzi, M., Shiri, F., & Mahmoudi, B. (2019). Effectiveness of CognitiveBehavioral Family Therapy on parent-child conflicts and marital conflict. *Quarterly of Applied Psychology*, 12(4): 531-551. [[Link](#)]
- Islamy, M. (2006). *The Study of the Relationship between Irrational Beliefs and Family Functioning in the Referents to the Family Court of Tehran*, Master's Thesis, Al-Zahra University.
- Khamseh, A. (2002). Teaching before marriage, Tehran, Al-Zahra University Press, Women's Warden. [[link](#)]
- Moshtaghi, M., Atashpour, S., Aghaee, A., Allameh, S. (2012). The efficacy of humanism group training on married women's relationship beliefs who confer to consulting or cultural-educational centers in Isfahan. *Family Counseling and Psychotherapy*, 2(3), 322-339. [[link](#)]
- Omidvar, B., Fatahizadeh, M.A.S., & Ahmadi, S.A. (2009). Examination of the impact of premarital education on marital expectations and attitude of university student Shiraz, *Quarterly Journal of Family Research*, 5(2) 231-264. [[link](#)]
- Refahi, Z., Godarzee, M., Mirzaei Chaharrahi, M. (2012). A Study of Factors Affecting of Premarital Friendship Formation between Boys and Girls from the Perspective of Students, *Woman and Sociery*, 3(9) 117-124 [[Link](#)]
- Shahovisi S, Goodarzi M, Ezatpour EA. (2019). A comparison between attachment styles and love styles in couples raised in divorce and normal families. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 6 (4): 80-89 [[Link](#)]
- Sohrabi, Z., Mikaeili, N., Atadokht, A., narimani, M. (2018). The comparison of effect of couple therapy based on the choice theory and socio-emotional relationship therapy on communication beliefs in couples. *Family Counseling and Psychotherapy*, 8(1), 47-64. [[link](#)]
- Sugarcane, H., & Khojest, M. R. (2014). Equity theory and criticism: a step in the development of good relations in the world of work and marital relationships in society. *Transformation in Human Science*, 1(1) 67-86. [[link](#)]