

Designing and validation of premarital counseling package based on schema therapy approach

Kiana Heidari Jaghargh¹, Mohammad Hosein Salarifar^{2*}, Mohsen Khorshidzade³

1) Masters Degree in Educational Psychology, University of Birjand
2 & 3) Assistant Professor, Department of Psychology, University of Birjand

Received: 03/13/2022 Revised: 06/23/2022 Approved: 06/25/2022

طراحی و اعتباریابی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی

کیانا حیدری جاغرق^۱، محمدحسین سالاری‌فر^{۲*}، محسن خورشیدزاده^۳

۱) کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه بیرجند
۲ و ۳) استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه بیرجند

دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۲۲ تجدیدنظر: ۱۴۰۱/۰۴/۰۲ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۴

Abstract

Choosing a spouse is one of the most complex and significant choices that most people face at least once in their lifetime. One of the reasons for incompatibility and persistence of problems between couples is the existence of early maladaptive schemas. Based on the schema therapy approach, there is a presumption that people use irrational and unrealistic criteria for choosing a spouse according to their schemas. The purpose of this study is to designing and validation a premarital counseling package based on the schema therapy approach. The development of premarital counseling package is practical in terms of purpose and is in the category of qualitative studies and content analysis. The statistical population includes books and articles that were selected based on the schema therapy approach and became the basis for studying and analyzing information due to their familiarity with the method and process of premarital counseling and "Reinventing your life" and "Schema therapy" books were purposefully selected as a statistical sample. Then, the premarital counseling package based on the schema therapy approach was developed and presented in the form of eight sessions, each session consisting of three parts goal, technique and task, for sixty minutes. The validity of this package was examined using the opinions of 11 expert professors in the field of research. To check the validity of this package, the content validity ratio index (CVR) and content validity index (CVI) were calculated, which are equal to 0.88 and 0.89, respectively. The results showed that this package has an acceptable validity and the components of this package can be correctly formulated and used in premarital counseling.

Keywords: premarital counselling, schema therapy, marriage, designing of package

چکیده

انتخاب همسر یکی از پیچیده‌ترین و مهم‌ترین انتخاب‌هایی است که اکثر افراد در طول زندگی‌شان حداقل یک مرتبه با آن مواجه می‌شوند. یکی از دلایل ناسازگاری و تداوم مشکلات بین زوجها وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. براساس رویکرد طرحواره‌درمانی این پیش‌فرض وجود دارد که افراد با توجه به طرحواره‌هایشان ملاک‌های غیر منطقی و غیر واقع‌بینانه‌ای برای انتخاب همسر به کار می‌گیرند. هدف از پژوهش حاضر طراحی و اعتباریابی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی است. تدوین بسته مشاوره پیش از ازدواج از لحاظ هدف کاربردی و در زمره مطالعات کیفی و تحلیل محتوا است. جامعه آماری کتاب‌ها و مقاله‌هایی را شامل می‌شود که به دلیل آشنایی با نحوه و فرایند مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی انتخاب و مبنای مطالعه و تحلیل اطلاعات قرار گرفت و کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» و «طرحواره‌درمانی» به عنوان نمونه آماری به صورت هدفمند انتخاب شدند. سپس بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی در قالب هشت جلسه که هر جلسه شامل سه بخش هدف، تکنیک و تکلیف و به مدت شصت دقیقه تدوین و ارائه گردید. روایی این بسته با استفاده از نظر ۱۱ استاد متخصص در زمینه موضوع پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. برای بررسی روایی این بسته، شاخص نسبت روایی محتوایی (CVR) و شاخص روایی محتوایی (CVI) محاسبه شد که به ترتیب معادل ۰/۸۸ و ۰/۸۹ است. نتایج نشان می‌دهد این بسته از روایی قابل قبولی برخوردار است و مؤلفه‌های این بسته در راستای مشاوره پیش از ازدواج به درستی تدوین شده و می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد.

کلید واژه‌ها: مشاوره پیش از ازدواج، طرحواره‌درمانی، ازدواج، طراحی بسته

* Corresponding author: mhsalarifar@birjand.ac.ir
Type: Research Article

* نویسنده مسئول: mhsalarifar@birjand.ac.ir

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

خانواده نهادی بنیادی و بسیار تأثیرگذار در جامعه است و سلامت روانی جامعه به سلامت روانی تک تک اعضاء آن وابسته است (Jebraeily et al., 2014). موفقیت در زندگی مشترک در تمامی ابعادش به یک انتخاب صحیح هنگام ازدواج بستگی دارد و بسیاری از ناکامی‌ها و شکست‌ها در زندگی مشترک از انتخاب نادرست در ابتدا سرچشمه می‌گیرد (Mirahmadi et al., 2019). ازدواج یکی از بنیان‌های گسترده بشری است که تنها پیوند دو نفر با یکدیگر نیست، بلکه معرف تحول در دو نظام خانوادگی و پیدایش یک خرده نظام در داخل هر یک از آن‌ها است (Masumi Tabar et al., 2021). ازدواج را می‌توان به یک زندگی و تولد جدید که در اختیار خود فرد است، تشبیه کرد؛ تولدی که فرد می‌تواند هم‌نشین زندگی‌اش را برای سال‌های خوشبختی انتخاب کند، حال این انتخاب می‌تواند سطحی باشد و فرد را به پرتگاه و جدایی بکشاند و یا با علم و آگاهی باشد و یک عمر زندگی آرام را پیش روی او قرار دهد (Mirmohammad Sadeghi, 2018). از آن‌جا که یکی از مواردی که ذهن هر فردی را به خود درگیر می‌کند، ازدواج است و اکثر انسان‌ها تمایل دارند ازدواج کنند؛ بسیاری از ازدواج‌ها بعد از مدتی به شکست می‌انجامند (Darabi & Darabi, 2019). انتخاب فرد مناسب برای ازدواج یکی از تنش‌زاترین تصمیم‌های فرد در طول زندگی است، و افراد برای پیدا کردن فردی مناسب ازدواج به سختی سعی و تلاش می‌کنند تا پیش از ازدواج دریابند آیا انتخاب صحیحی داشته‌اند یا خیر (Ostovar et al., 2020).

انتخاب همسر نباید به صورت تصادفی و یا بدون شناخت کافی انجام گیرد، چراکه هرگونه خطایی در این امر ممکن است به اشتباه‌های جبران‌ناپذیری تبدیل شود که مسیر زندگی افراد را به طور معناداری تغییر دهد (Janbozorgi, 2020)؛ اشتباه در فرایند انتخاب در ابتدا که تا حدودی به عدم اطلاع از ویژگی‌های فردی و شخصیتی مربوط است، بر رفتارهای بین فردی تأثیر می‌گذارد و الگوهای تعامل رفتاری ارتباط با همسر و عدم مهارت‌های لازم در حل مشکلات زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

یکی از پدیده‌های شناختی بسیار مهم در روابط زناشویی وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه¹ است که می‌تواند در رابطه با ازدواج یا نگرش به ازدواج نیز مورد بررسی قرار گیرد. چراکه طرحواره‌ها یا تله‌های زندگی به مشکلات اساسی و مخرب زندگی دامن می‌زنند و نقش مؤثر و تعیین‌کننده‌ای در نحوه شکل‌گیری

احساسات ما درباره خودمان و دیگران، طریقه اندیشیدن و همچنین روش ارتباط برقرار کردن با دیگران دارند. بنابراین آسیب و صدمه ناشی از طرحواره‌های ناسازگار اولیه تنها به یک موقعیت خاص ختم نمی‌شود، بلکه اثر آن را می‌توان در تمامی انتخاب‌ها و تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی افراد از جمله انتخاب شغل، انتخاب همسر، سبک‌های فرزندپروری، روابط میان‌فردی و دیگر حوزه‌های مهم زندگی دید. بر اساس رویکرد طرحواره‌درمانی این پیش‌فرض وجود دارد که افراد با توجه به طرحواره‌هایشان به سمت روش‌های خاص انتخاب همسر کشیده می‌شوند؛ به عبارت دیگر این طرحواره‌ها هستند که منجر می‌شوند افراد ملاک‌های خاصی را برای انتخاب همسر به کار بگیرند (Young & Klosko, 1993/2020).

از آن‌جایی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه اکثر اوقات خود را در جریان یک رابطه نشان می‌دهند و باعث تأثیر در کنش‌ورزی رابطه می‌شوند، با توجه به اهمیت محیط خانواده به عنوان خاستگاه طرحواره‌های ناسازگار، می‌توان انتظار داشت که روابط زناشویی فضایی برای بازنمایی این طرحواره‌ها باشد (Nikamal et al., 2017). طرحواره‌های ناسازگار اولیه با مشکلات بین‌فردی ارتباط دارند و بر مشکلات بین فردی نیز تأثیر منفی می‌گذارند (Janovsky et al., 2020). از این رو، این رویکرد می‌تواند راهنمای خوبی برای بحث مشاوره پیش از ازدواج باشد. با توجه به نظریه شناختی، اکثر مشکلات ارتباطی که افراد در هنگام انتخاب همسر ممکن است تجربه کنند، تحت تأثیر تصویری که آن‌ها در مورد خودشان و دیگران دارند قرار می‌گیرد که این فرایند شناختی، همان طرحواره نام دارد (Seaman et al., 2016).

یکی از مسائل بسیار مهم این است که طرحواره‌ها در اوایل زندگی شکل گرفته و در طول زندگی ادامه می‌یابند و همچنین خودشان را به تجارب بعدی زندگی تحمیل می‌کنند که گاهی اوقات از این مسئله به عنوان هماهنگی شناختی یاد می‌شود. این به آن معناست که فرد دیدگاهی باثبات درباره خود یا دیگران دارد، که می‌تواند تحریف‌شده یا نادرست باشد. با توجه به این تعریف، طرحواره‌ها درون‌مایه‌های عمیق شناختی و هیجانی خود آسیب‌رسانی هستند که در اوایل زندگی یا در طول زندگی شکل می‌گیرند (Young et al., 2003/2018).

بر اساس عدم ارضای مناسب نیازهای اساسی هیجانی در محیط اولیه خانوادگی، کودک مستعد ایجاد طرحواره‌های ناسازگار اولیه در یک یا چند حوزه تحولی می‌شود. اولین حوزه تحولی،

¹ Early maladaptive schemas

جذب می‌شوند که علاقه چندانی به آن‌ها ندارند اما این افراد کماکان در این خیال باطل به سر می‌برند که عشق و محبت آن‌ها را به دست می‌آورند (Young & Klosko, 1993/2020). بنابراین احتمالاً افراد محبوب و جذابی را برای ازدواج انتخاب می‌کنند که کاملاً واضح است نمی‌توانند آن‌ها را به دست آورند (Dulong, 2007).

افرادی که گرفتار تله زندگی شکست هستند اغلب باور دارند که بی‌استعداد، نالایق و نادان هستند و ممکن است همسری را برای زندگی انتخاب کنند که بسیار موفق‌تر از خودشان باشد و یا ممکن است جذب فردی شوند که مدام احساس ریسک‌پذیری را از آن‌ها می‌گیرد. یانگ معتقد است افرادی که گرفتار تله زندگی اطاعت باشند جذب کسانی می‌شوند که سلطه‌گر و قدرت‌طلب‌اند، تمایل دارند همه چیز طبق میل‌شان پیش برود و برای عقاید و نیازهای آن‌ها ارزشی قائل نیستند. افرادی که طرحواره معیارهای سرسختانه دارند ممکن است به سمت کسانی جذب شوند که بسیار موفق، پولدار و دارای منزلت اجتماعی باشند و دقیقاً مثل خودشان بسیار دقیق هستند، یا برعکس ممکن است جذب کسانی شوند که بسیار بی‌نظم و شلخته باشند (Young & Klosko, 1993/2020). همچنین افرادی که در دام تله زندگی استحقاق گرفتار باشند احتمالاً از موقعیت‌هایی که عملکردشان برتر نباشد یا در سطح متوسط باشد بپرهیزند (Young et al., 2003/2018). ممکن است مجذوب کسانی شوند که نیازهایش را فدای نیازهای آن‌ها کند، اعتماد به نفس ندارند و به این افراد اجازه می‌دهند که بر آن‌ها سلطه و کنترل پیدا کنند. در نقطه مقابل ممکن است به سمت کسانی که قوی، مسلط و باکفایت‌اند کشیده شوند که در مراقبت از آن‌ها از هیچ تلاشی فروگذار نکنند (Young & Klosko, 1993/2020).

نتایج تحقیقات حاکی از این است که بهتر است درمانگران به‌جای مداخله هنگام طلاق، برای پیشگیری از مشکلات پس از ازدواج اهتمام ورزند. بنابراین می‌توان به اهمیت آموزش پیش از ازدواج بر رضایتی که در آینده از زندگی زناشویی برمی‌آید پی برد (Markman et al., 1988; as cited in Omidvar et al., 2010). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کمبود آموزش بسنده در مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوج‌ها، ملاک‌ها و باورهای نادرست اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، ارتباط ضعیف، ترس از عدم موفقیت در ازدواج از شایع‌ترین عوامل و آسیب‌هایی هستند که ممکن است زندگی افراد را دچار مشکلات فراوانی کنند (Gottman & Gottman, 2015; as cited in Rostami & Ghezelseflou, 2018). همچنین (Carroll and Doherty, 2003) در مطالعه خود نشان داده‌اند که مشاوره پیش از ازدواج با کسب بینش و شناخت عوامل خطر شخصی و جنبه‌های انطباق‌پذیری شخصی به آمادگی زوج برای ازدواج کمک می‌کند.

حوزه بریدگی و طرد شامل طرحواره‌های رهاشدگی/ بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/ بدرفتاری، محرومیت هیجانی، نقص/ شرم و انزوای اجتماعی/ بیگانگی است. دومین حوزه تحولی، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل شامل طرحواره‌های وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری، خود تحول نیافته/ گرفتار و شکست است. سومین حوزه تحولی، حوزه محدودیت‌های مختل است، طرحواره‌های این حوزه استحقاق/ بزرگ‌منشی و خویش‌داری/ خودانضباطی ناکافی را شامل می‌شود. چهارمین حوزه تحولی، حوزه دیگر جهت‌مندی شامل طرحواره‌های اطاعت، ایثار و پذیرش‌جویی/ جلب توجه است. پنجمین و آخرین حوزه تحولی، حوزه گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری است، که طرحواره‌های این حوزه منفی‌گرایی/ بدبینی، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/ عیب‌جویی افراطی و تنبیه را شامل می‌شود (Young et al., 2003/2018).

به اعتقاد یانگ، افرادی که در دام تله زندگی رهاشدگی افتاده باشند به ندرت در روابط عاشقانه رنگ پایداری و آرامش را خواهند دید، به ناراحتی‌های کوچک در روابط صمیمی خود خیلی توجه می‌کنند و احتمالاً به این نتیجه می‌رسند که نامزدشان بعد از وابسته کردن آن‌ها، به حال خود رهایشان خواهد کرد (Young & Klosko, 1993/2020). ممکن است به انتخاب همسری بپردازند که متعهد نیست و نمی‌تواند رابطه پایداری با آن‌ها برقرار کند (Young et al., 2003/2018). افرادی که گرفتار طرحواره بی‌اعتمادی و بدرفتاری هستند به دلیل بدرفتاری‌های دوران کودکی در بزرگسالی بیشتر سمت افرادی برای زندگی مشترک جذب می‌شوند که بدرفتار هستند یا سابقه فریب‌کاری، تجاوز و سوءاستفاده‌گری دارند. همچنین افرادی که دارای طرحواره محرومیت هیجانی هستند به سمت کسانی جذب می‌شوند که پرمشغله هستند، به حرف‌های آن‌ها گوش نمی‌دهند، نامهربان، نجوش و درون‌گرا هستند (Young & Klosko, 1993/2020). کسانی که گرفتار تله زندگی طرد اجتماعی هستند معتقد هستند با بقیه خیلی فرق دارند و از دیگران کناره‌گیری می‌کنند (Young et al., 2003/2018)، به همین دلیل ممکن است به سمت کسانی کشیده شوند که خیلی به آن‌ها شبیه باشند و هر دو به گروه‌هایی بپیوندند که با اکثر جامعه فرق دارند و به این ترتیب احساس متفاوت بودن را در خودشان تقویت کنند.

به عقیده یانگ، افرادی که طرحواره وابستگی دارند ممکن است جذب کسانی شوند که همانند والدین‌شان قوی و حمایت‌گر باشند و از مراقبت کردن از آن‌ها لذت ببرند. افرادی که در دام تله زندگی آسیب‌پذیری افتاده باشند، به سمت کسانی جذب می‌شوند که به شدت از آن‌ها در برابر بیماری‌ها و خطرات محافظت کنند. افرادی که طرحواره نقص/ شرم دارند، معمولاً به سمت کسانی

عبارت‌ها و دسته‌بندی و تحلیل آن‌هاست (Adib Hajbagheri et al., 2015). جامعه آماری پژوهش حاضر کتاب‌ها و مقاله‌هایی را شامل می‌شود که به دلیل آشنایی با نحوه و فرایند مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی انتخاب و مبنای مطالعه و تحلیل اطلاعات قرار گرفت و از این بین کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) و «طرحواره‌درمانی» (Young et al., 2003/2018) به عنوان نمونه آماری به صورت هدفمند انتخاب شدند.

روند انجام پژوهش شامل سه مرحله است؛ در گام نخست، کتاب‌ها و مقاله‌های موجود در زمینه مشاوره پیش از ازدواج، ازدواج و رویکرد طرحواره‌درمانی گردآوری و مبنای نظری و پژوهشی مرتبط با موضوع، مطالعه و بررسی شدند. در گام دوم، پس از استخراج مفاهیم و مطالب مورد نیاز، سرفصل‌های بسته تهیه شد. در گام سوم، بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی شامل هشت جلسه شصت دقیقه‌ای تدوین گردید، و محتوای هر جلسه در قالب تکنیک، هدف و تکلیف، تنظیم و ارائه شد. با توجه به تعداد طرحواره‌های فعال زوجین هشت جلسه برای آموزش طرحواره‌ها در نظر گرفته شد و با توجه به سطح تحصیلات مراجعین، هر طرحواره به مدت تقریبی یک ساعت آموزش داده می‌شود. سپس روایی صوری و محتوایی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی به روش کیفی با اخذ نظر ۱۱ متخصص روان‌شناسی در این زمینه بررسی شد. در این مرحله بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی جهت اعمال نظر در اختیار صاحب‌نظران قرار داده شد و از آن‌ها خواسته شد بسته مورد نظر را از جهت مرتبط بودن، وضوح، سادگی، ضرورت و اهمیت، ارزیابی نمایند.

یافته‌ها

تحلیل یافته‌های مرحله کتابخانه‌ای و مروری

در مرحله کتابخانه‌ای و مروری کتاب‌ها، دستورالعمل‌ها، مقاله‌ها و پایان‌نامه‌های پیرامون موضوع پژوهش و طراحی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی مطالعه شدند. آنچه در مرحله کتابخانه‌ای و مروری به عنوان یکی از اهداف اصلی و مهم پژوهش مطرح بود، استخراج و دستیابی به محتوای مناسب برای نگارش بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی از میان کتاب‌ها، مقاله‌ها، پایان‌نامه‌ها و پژوهش‌های پیرامون موضوع پژوهش حاضر بوده است. در جدول شماره (۱) اطلاعات مربوط به گردآوری کتاب‌ها، مقاله‌ها و پایان‌نامه‌ها ارائه می‌شود.

تحقیقات همچنین نشان می‌دهد که زوجها علاوه بر طرحواره‌هایی که در دوران کودکی در آن‌ها ایجاد شده است، در روابط فعلی زناشویی‌شان طرحواره‌های جدیدی به دست می‌آورند و اگر نیازهای طرحواره‌های اولیه آن‌ها برآورده نشود یا طرحواره‌های اولیه آن‌ها با طرحواره‌های فعلی‌شان سازگار نباشد، ممکن است منجر به ناسازگاری و در نهایت طلاق در بین آن‌ها شود (Harris & Curtin, 2002). طرحواره‌های ناسازگار اولیه با طیف گسترده‌ای از مشکلات میان‌فردی و روابط صمیمی افراد ارتباط دارند (Thimm, 2013)، و بر زمینه‌های مختلف زندگی مخصوصاً روابط صمیمانه در ازدواج تأثیر می‌گذارند (Mahmoudi et al., 2017). در نتیجه وجود طرحواره‌های ناسازگار و عدم انتخاب صحیح و تصویرسازی غلط و ناکارآمد با پنداشت‌های ازدواج از دلایل و عوامل مهمی هستند که احتمال می‌رود موجب نگرش‌های غیرعقلانی در انتخاب همسر نزد جوانان شود (Fereydonpour et al., 2020). Salehi (2021) در پژوهش خود نشان داد که طرحواره‌درمانی بر تعارضات زناشویی و افزایش سلامت روان تأثیر دارد. یافته‌های پژوهش Pourshahabadi and Einipour (2020) نشان داد که با توجه به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر خودکنترلی و احساسات در بین زوجین، وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه منجر به مشکلات و ناسازگاری زناشویی می‌شود. یافته‌های پژوهش Ozouni Davaji et al. (2018) نشان داد که طرحواره‌درمانی زوجین در کاهش تمایل آن‌ها به طلاق مؤثر است. Seyfizadeh Arani et al. (2019) در پژوهشی نشان دادند که بین وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه در بین زوجین و سازگاری زناشویی رابطه منفی معناداری وجود دارد.

بر این اساس هدف پژوهش حاضر تهیه بسته آموزشی مشاوره پیش از ازدواج بر مبنای رویکرد طرحواره‌درمانی است و این سوالات مطرح است، چه محتوایی برای بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی مناسب است؟ و آیا این بسته از روایی محتوایی قابل قبولی برخوردار است؟

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی است و در دو مرحله طراحی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی و بررسی روایی صوری و محتوایی بسته تدوین شد. روشی که در تدوین بسته آموزشی استفاده می‌شود تحلیل محتوای کیفی است که روشی برای تحلیل، تعیین و بیان تم‌های درونی اطلاعات است و شامل مراحل، تحلیل، تلخیص اطلاعات، خلاصه کردن

جدول ۱: روش جمع‌آوری اطلاعات نظری و پژوهشی پیرامون بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی

روش	کتابخانه‌ای و مروری	
پایگاه	مقاله	داخلی
		خارجی
	کتاب	کتابخانه دانشگاه بیرجند و کتاب‌های الکترونیکی
	پایان‌نامه	ایران‌داک و کتابخانه دانشگاه بیرجند
تعداد	مقاله	داخلی
		خارجی
	کتاب	داخلی
		خارجی
	پایان‌نامه	۱
	کلیدواژه	مشاوره پیش از ازدواج، ازدواج، رویکرد طرحواره‌درمانی، طلاق
معیار ورودی	- دستیابی به تمامی منابع پیرامون مبانی نظری مشاوره پیش از ازدواج و رویکرد طرحواره‌درمانی - دستیابی به تمامی منابع پیرامون مبانی پژوهشی مشاوره پیش از ازدواج و رویکرد طرحواره‌درمانی	
معیار خروجی	- استخراج تمامی تعاریف نظری و پژوهش‌ها پیرامون مشاوره پیش از ازدواج و رویکرد طرحواره‌درمانی (استخراج تعاریف مشاوره پیش از ازدواج، اهمیت و ضرورت مشاوره پیش از ازدواج، اهداف مشاوره پیش از ازدواج، تاریخچه استفاده از مشاوره پیش از ازدواج و نظریه‌ها و رویکردهای موجود در زمینه مشاوره پیش از ازدواج، استخراج تعریف طرحواره، تاریخچه طرحواره، تعاریف هجده طرحواره در پنج حوزه، علائم خطر در انتخاب همسر با توجه به سبک‌های مقابله‌ای در هر طرحواره. - دستیابی به منابع مناسب به‌منظور تنظیم جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی. - دستیابی به چارچوب نظری و پژوهشی مناسب جهت اقدام به ساخت بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی.	
نتیجه‌گیری	کتاب‌ها و مقاله‌ها منابع ارزشمندی در جهت کسب اطلاعات بیشتر هستند و استخراج مطالب مورد نظر برای بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی، بیشتر بر اساس کتاب‌ها بوده است. تهیه نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای.	

کدگذاری و مقوله‌بندی

اطلاعات مربوط به کدگذاری و مقوله‌بندی بسته مشاوره پیش از

ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی در جدول شماره (۲) ارائه شده است.

در گام بعد به کدگذاری و مقوله‌بندی جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی پرداخته شد.

جدول ۲: کدگذاری و مقوله‌بندی جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی

ردیف	جملات کلیدی	برچسب‌ها/ کدها	زیرمقوله‌ها/ زیرطبقه‌ها	مقوله‌ها/ طبقه‌ها
۱	توضیح مشاوره پیش از ازدواج و اهمیت آن	اهمیت و چیستی مشاوره پیش از ازدواج	سنجش و آموزش	مشاوره پیش از ازدواج و رویکرد طرحواره‌درمانی
۲	بررسی مهم‌ترین عوامل در ازدواج و بررسی طرحواره‌های فعال مراجعین	عوامل مهم در ازدواج و مشخص نمودن طرحواره‌های فعال	سنجش و آموزش	
۳	بررسی ویژگی‌های هیجانی و رفتاری طرحواره‌های فعال مراجعین (انفرادی)	ویژگی‌ها و نشانه‌های طرحواره‌های فعال	سنجش و آموزش	
۴	شناخت سبک‌های مقابله‌ای مراجعین برای کنارآمدن با طرحواره‌های فعال	سبک‌های مقابله‌ای	سنجش و آموزش	
۵	بررسی علائم خطر در همسرگزینی با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای (انفرادی)	علائم خطر در همسرگزینی	سنجش و آموزش	
۶	بررسی علائم خطر در همسرگزینی با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای (با حضور زوجین)	علائم خطر در همسرگزینی	سنجش و آموزش	
۷	بررسی ویژگی‌های شخصیتی مراجعین	ویژگی‌های شخصیتی	سنجش و آموزش	
۸	بررسی انتظارات مراجعین از ازدواج	انتظارات از ازدواج	سنجش و آموزش	

تدوین بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی

پس از بررسی پیشینه نظری و پژوهشی طرحواره‌درمانی و مشاوره پیش از ازدواج و استخراج جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی، پیش‌نویس آن تهیه شد، و در

نهایت بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی در قابل هشت جلسه شصت دقیقه‌ای تنظیم شد. بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی در هشت جلسه به شرح زیر اجرا می‌شود و کلیه اقدامات بسته آموزشی و توضیح هر یک از مراحل در جدول شماره (۳) به طور خلاصه ارائه شده است.

جدول ۳: خلاصه جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی

جلسه	هدف	تکنیک	تکلیف
اول	- معارفه - توضیح و تعریف مشاوره پیش از ازدواج - بررسی اهمیت مشاوره پیش از ازدواج - معرفی عوامل مهم در مشاوره پیش از ازدواج	- مصاحبه بالینی	- خودآزمایی ۱ - اجرای پرسشنامه طرحواره یانگ (فرم کوتاه) - اجرای پرسشنامه سبک‌های فرزندپروری یانگ
دوم	- بررسی مهم‌ترین عوامل در ازدواج از دیدگاه مراجعین براساس نتایج حاصل از اجرای خودآزمایی ۱ - بررسی نتایج حاصل از اجرای آزمون‌های طرحواره و فرزندپروری یانگ (مشخص نمودن طرحواره‌های فعال زوجین)	- مصاحبه بالینی - آموزش تصویری - تصویرسازی ذهنی - آزمون اعتبار طرحواره	- مطالعه در خصوص سیمای بالینی طرحواره‌های فعال با توجه به کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) و «طرحواره‌درمانی» جلد اول (Young et al., 2003/2018) - تکمیل فرم ثبت شواهد تأییدکننده و ردکننده طرحواره
سوم	- توضیح ویژگی‌های هیجانی و رفتاری طرحواره‌های فعال مراجعین به صورت انفرادی	- مصاحبه بالینی - آموزش تصویری - ارائه تعریفی جدید از شواهد تأییدکننده طرحواره	- اجرای پرسشنامه جبران افراطی یانگ - اجرای پرسشنامه اجتناب یانگ - رای - مطالعه در خصوص سیمای بالینی طرحواره‌های فعال با توجه به کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) و «طرحواره‌درمانی» جلد اول (Young et al., 2003/2018)
چهارم	- توضیح ویژگی‌های هیجانی و رفتاری طرحواره‌های فعال مراجعین با حضور زوجین با توجه به سبک مقابله‌ای آن‌ها	- مصاحبه بالینی - آموزش تصویری	- مطالعه بخش‌های مربوط به کتاب «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) - خودمشاهده‌گری
پنجم	- توضیح علائم خطر طرحواره‌های ناسازگار مراجع در همسرگزینی (انفرادی) و آگاه‌سازی برای ادامه فرایند ازدواج با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای طراحی شده توسط پژوهشگر	- مصاحبه بالینی - آموزش تصویری	- مطالعه در خصوص سیمای بالینی طرحواره‌های فعال با توجه به کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) و «طرحواره‌درمانی» جلد اول (Young et al., 2003/2018) - خودمشاهده‌گری
ششم	- توضیح علائم خطر طرحواره‌های ناسازگار مراجع در همسرگزینی (با حضور زوجین) و آگاه‌سازی برای ادامه فرایند ازدواج با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای طراحی شده توسط پژوهشگر	- مصاحبه بالینی - آموزش تصویری	- اجرای پرسشنامه NEO
هفتم	- بررسی ویژگی‌های شخصیتی زوجین برای شناخت بهتر خود و همسر آینده (با حضور زوجین)	- مصاحبه بالینی	- اجرای پرسشنامه انتظارات زناشویی - تکمیل فرم تفاهم و انتظارات
هشتم	- بررسی انتظارات زوجین (با حضور زوجین)	- مصاحبه بالینی	- در صورت نیاز اجرای پرسشنامه MMPI فرم بلند و یا پرسشنامه میلون (MCMI)

بررسی روایی محتوایی و صوری بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی توسط صاحب‌نظران

در نهایت به بررسی روایی محتوایی و صوری بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی توسط صاحب‌نظران پرداخته شد. اولین گام در تعیین روایی، آزمون بررسی روایی محتوایی است (Seif, 2016). «روایی محتوایی به تحلیل منطقی محتوای یک آزمون بستگی داشته و تعیین آن بر اساس قضاوت ذهنی و فردی است. در این روش سؤال‌های آزمون در اختیار متخصصان قرار می‌گیرد و از آن‌ها خواسته می‌شود که مشخص کنند آیا سؤالات آزمون، صفت مورد نظر را اندازه‌گیری می‌کنند و اینکه آیا سؤال‌ها، کل محتوای آزمون را در بر می‌گیرد یا خیر. در صورتی که بین افراد مختلف در زمینه روایی آزمون توافق وجود داشته باشد، آن آزمون دارای روایی محتوایی است» (Karami, 2005, p. 17). در این پژوهش بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی در اختیار صاحب‌نظران قرار گرفت و از آن‌ها خواسته شد تا در مورد مرتبط بودن، وضوح، سادگی و ضرورت هر یک از مؤلفه‌ها و گویه‌های بسته که در قالب هدف، تکنیک و تکلیف تنظیم شده‌اند، نظر خود را بیان کنند. بنابراین شاخص‌های روایی محتوایی CVR¹ و CVI² در بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی با اخذ نظرات ۱۱ متخصص روان‌شناسی بررسی شد. در جدول شماره (۴) اطلاعات مربوط به ارزیابی شاخص CVR و CVI بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی توسط صاحب‌نظران ارائه شده است.

برای محاسبه شاخص نسبت روایی محتوایی (CVR) از متخصصان خواسته شد تا هر یک از جلسات (هدف، تکنیک و تکلیف هر جلسه) را بر اساس طیف سه بخشی لیکرت «گویه

ضروری است»، «گویه مفید است ولی ضروری نیست» و «گویه ضرورتی ندارد» طبقه‌بندی کنند. حداقل مقدار قابل قبول برای شاخص CVR در جدول لاوشه بر اساس تعداد ۱۱ متخصص، ۰/۵۹ است. با توجه به جدول در شاخص CVR همه جلسات همراهی بالاتر از ۰/۵۹ کسب کرده‌اند؛ بنابراین با توجه به نظر متخصصان این بسته از روایی محتوایی قابل قبولی در شاخص CVR برخوردار است. میانگین CVR هشت جلسه بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی برابر با ۰/۸۸ است، که نشان می‌دهد تمامی جلسات این بسته از روایی محتوایی قابل قبولی در شاخص CVR برخوردار است.

جهت بررسی شاخص روایی محتوایی (CVI) از روش والتز و باسل^۳ استفاده می‌شود. به این صورت که متخصصان مربوط بودن هر گویه را از نظر خودشان از ۱ «مربوط نیست»، ۲ «نسبتاً مربوط است»، ۳ «مربوط است» تا ۴ «کاملاً مربوط است» مشخص می‌کنند. ساده بودن گویه نیز به ترتیب از ۱ «ساده نیست»، ۲ «نسبتاً ساده است»، ۳ «ساده است» تا ۴ «کاملاً ساده است» و واضح بودن گویه نیز به ترتیب از ۱ «واضح نیست»، ۲ «نسبتاً واضح است»، ۳ «واضح است» تا ۴ «کاملاً واضح است» مشخص می‌کنند. حداقل مقدار قابل قبول برای شاخص CVI برابر با ۰/۷۹ است. با توجه به جدول تمامی جلسات در شاخص CVI نمره بالاتر از ۰/۷۹ دارند، در نتیجه جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج از روایی محتوایی قابل قبولی برخوردار است. میانگین CVI هشت جلسه بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی برابر با ۰/۸۹ است که نشان می‌دهد تمامی جلسات این بسته از روایی محتوایی قابل قبولی در شاخص CVI برخوردار است. بنابراین روایی محتوایی و صوری تمامی جلسات بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی که در قالب هشت جلسه شصت دقیقه‌ای تنظیم شده است، تأیید شد.

جدول ۴: ارزیابی شاخص CVR و CVI بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی توسط ۱۱ متخصص

جلسه‌ها	گویه‌ها	تعداد متخصصین که گزینه ضروری انتخاب کردند	CVR	تعداد متخصصینی که به گویه نمره ۳ و ۴ داده‌اند	CVI
جلسه اول	هدف	۱۱	۱	۱۱	۱
	تکنیک	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
	تکلیف	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
جلسه دوم	هدف	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
	تکنیک	۱۰	۰/۸۱	۹	۰/۸۱
جلسه سوم	تکلیف	۹	۰/۶۳	۹	۰/۸۱
	هدف	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
	تکنیک	۱۱	۱	۱۰	۰/۹

³ Waltz & Bausell

¹ Content validity ratio

² Content validity index

ادامه جدول ۴: ارزیابی شاخص CVR و CVI بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی توسط ۱۱ متخصص

جلسه‌ها	گروه‌ها	تعداد متخصصین که گزینه ضروری انتخاب کردند	CVR	تعداد متخصصینی که به گویه نمره ۳ و ۴ داده‌اند	CVI
جلسه سوم	تکلیف	۱۰	۰/۸۱	۹	۰/۸۱
جلسه چهارم	هدف	۱۱	۱	۱۰	۰/۹
	تکنیک	۱۱	۱	۱۱	۱
	تکلیف	۱۰	۰/۸۱	۱۰	۰/۹
جلسه پنجم	هدف	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
	تکنیک	۱۱	۱	۱۰	۰/۹
	تکلیف	۱۰	۰/۸۱	۱۱	۱
جلسه ششم	هدف	۱۱	۱	۹	۰/۸۱
	تکنیک	۱۱	۱	۱۱	۱
	تکلیف	۹	۰/۶۳	۱۰	۰/۹
جلسه هفتم	هدف	۱۰	۰/۸۱	۱۱	۱
	تکنیک	۱۰	۰/۸۱	۱۱	۱
	تکلیف	۹	۰/۶۳	۱۰	۰/۹
جلسه هشتم	هدف	۱۱	۱	۱۰	۰/۹
	تکنیک	۱۱	۱	۱۱	۱
	تکلیف	۹	۰/۶۳	۹	۰/۸۱

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین و اعتباریابی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی انجام شد. با توجه به ماهیت پژوهش فرضیه خاصی آزمون نشد، اما سؤال‌های زیر مورد بررسی قرار گرفت.

۱- چه محتوایی برای بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی مناسب است؟

پس از بررسی پیشینه نظری و پژوهشی طرحواره‌درمانی و مشاوره پیش از ازدواج، پیش‌نویس طرح بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی تهیه شد و سپس در قالب هشت جلسه شصت دقیقه‌ای که هر جلسه شامل هدف، تکنیک و تکلیف است، تنظیم شد. در جلسه اول پس از توضیح و تعریف مشاوره پیش از ازدواج به بررسی اهمیت و ضرورت مشاوره پیش از ازدواج و معرفی عوامل مهم در آن از جمله سن، گرایش‌های مذهبی و تفاوت‌های دینی، اخلاق، اصالت خانوادگی، تفاوت‌های اجتماعی - اقتصادی و فرهنگی، تحصیلات، ملاک‌های ظاهری و جسمانی، بلوغ، آمادگی عقلانی و سلامت روانی پرداخته می‌شود؛ در پایان جلسه تکمیل برگ خودآزمایی، اجرای پرسشنامه طرحواره یانگ (فرم کوتاه) و پرسشنامه سبک‌های فرزندپروری یانگ به عنوان تکلیف به مراجعین داده می‌شود. در جلسه دوم با توجه به نتایج تکالیف جلسه قبل به بررسی مهم‌ترین عوامل در ازدواج از دیدگاه مراجعین و مشخص نمودن طرحواره‌های فعال مراجعین پرداخته می‌شود، با توجه به طرحواره‌های فعال مراجعین

بخش‌های مربوطه با توجه به کتاب‌های «زندگی خود را دوباره بیافرینید» (Young & Klosko, 1993/2020) و «طرحواره‌درمانی» جلد اول (Young et al., 2003/2018) و فرم ثبت شواهد تأییدکننده و ردکننده طرحواره در اختیارشان قرار می‌گیرد تا آن‌ها را تکمیل کنند. در جلسه سوم به صورت انفرادی به توضیح ویژگی‌های هیجانی رفتاری طرحواره‌های فعال مراجع و علائم خطر در انتخاب همسر و روابط صمیمی پرداخته می‌شود و به عنوان تکلیف پرسشنامه‌های جبران افراطی یانگ و اجتناب یانگ - رای و بخش‌های مربوط در خصوص سیمای بالینی طرحواره‌ها جهت مطالعه به مراجع داده می‌شود. در جلسه چهارم با حضور زوجین به توضیح ویژگی‌های هیجانی رفتاری طرحواره‌های فعال آن‌ها با توجه به سبک مقابله‌ای‌شان پرداخته می‌شود و مطالعه در خصوص سیمای بالینی طرحواره‌های فعال و خودمشاهده‌گری تکالیف این جلسه هستند. در جلسه پنجم با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای طراحی شده به علائم خطر طرحواره‌های ناسازگار مراجع در همسرگزینی به صورت انفرادی پرداخته می‌شود، و تکالیف همچون جلسه قبل است. در جلسه ششم با توجه به نقشه جذابیت‌های طرحواره‌ای طراحی شده به توضیح علائم خطر طرحواره‌های ناسازگار مراجع در همسرگزینی و آگاه‌سازی برای ادامه فرایند ازدواج با حضور زوجین پرداخته می‌شود، و تکمیل پرسشنامه NEO تکلیف مراجعین است. در جلسه هفتم با توجه به نتیجه تکلیف جلسه قبل به بررسی ویژگی‌های شخصیتی مراجعین برای شناخت بهتر

و ناکامی در ارضای نیازهای هیجانی اساسی را دوباره تجربه می‌کند و اگر مداخله مناسب و به هنگامی صورت نگیرد این چرخه ناکارآمد ادامه خواهد یافت و منجر به بازآفرینی تجارب ناخوشایند و تداوم مشکلات ارتباطی برای زوجین خواهد شد (Young & Klosko, 1993/2020). با وجود برنامه‌های مختلف در زمینه مشاوره پیش از ازدواج، پژوهش‌هایی در خصوص ارتباط فعال بودن طرحواره‌ها بر دزدگی زناشویی، مشکلات ارتباطی، طلاق عاطفی، روابط فرزندناشویی و خیانت، کیفیت زندگی، صمیمیت، نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر و ... انجام شده است. برای مثال silabkhorri and kachooei (2020) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که به کارگیری رویکرد طرحواره‌درمانی نگرش‌های ناکارآمد نسبت به انتخاب همسر را در دانشجویان دختر بهبود می‌بخشد. با توجه به نتایج پژوهش (Ahmadi et al., 2020) مشخص شد که به کارگیری رویکرد طرحواره‌درمانی تأثیر معناداری بر بهبود طرحواره‌های ناسازگار اولیه، کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق شهر شیراز داشته است. نتایج پژوهش Ashoori et al. (2022) نشان داد که آموزش مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی بر روی عملکرد خانواده مؤثر است. Bach et al. (2018) در پژوهش خود نشان دادند که چهار حوزه طرحواره‌های ناسازگار اولیه به طور معناداری ارتباط بین تجربیات والدین در مورد ضرر و زیان در دوران کودکی و احساس ناراحتی در بزرگسالی را در برمی‌گیرد. بنابراین از آن‌جا که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در طول زمان باقی می‌مانند و برای بقای خودشان می‌جنگند، در زندگی شخصی و خانوادگی افراد می‌توانند مشکلاتی ایجاد کنند که در نتیجه منجر به کاهش کیفیت روابط و کاهش رضایت زندگی افراد می‌شود (Khatamsaz et al., 2017). بر اساس نتایج پژوهش Mohammadi and Soleymani (2017) نیز مشخص شد که طرحواره‌درمانی بر افزایش سطح رضایت از زندگی مشترک و بهبود کیفیت روابط زناشویی مؤثر است. Shokhmgar (2017) در پژوهش خود نشان داد طرحواره‌درمانی بر کاهش مشکلات ارتباطی زوجین و کاهش مشکلات سلامت روانی آن‌ها نیز مؤثر است. همچنین با توجه به نتایج پژوهش (Shahla and Aleyasin, 2020) به نظر می‌رسد بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نیازهای روانی درک شده از جمله موارد ضروری در جلسات مشاوره پیش از ازدواج هستند.

بسته حاضر با نظریه یانگ و نتایج حاصل از پژوهش‌ها همخوانی دارد. با توجه به نظریه یانگ از آنجایی که طرحواره‌ها الگوهای عمیق و فراگیری هستند که در دوران کودکی یا نوجوانی از خاطرات، هیجان‌ها و احساس‌های بدنی شکل گرفته‌اند و در

خودشان و همسر آینده پرداخته می‌شود، و برای تکلیف جلسه آینده تکمیل مقیاس انتظار از ازدواج و فرم تفاهم و انتظارات در ازدواج به آن‌ها داده می‌شود. در جلسه پایانی انتظارات زوجین بررسی می‌شوند و در صورت نیاز، مراجعین به ادامه جلسات و استفاده از خدمات روان‌درمانی تشویق، یا به متخصص دیگری در این زمینه ارجاع داده می‌شوند. با توجه به اینکه جلسه هشتم آخرین جلسه هست تکلیفی به مراجعین داده نمی‌شود. اما اگر روان‌شناس احساس کند که نیاز هست مراجعین به جلسات درمانی وارد شوند و جلسات مشاوره‌ای ادامه داشته باشد، می‌تواند از پرسشنامه شخصیت چند وجهی مینه‌سوتا (MMPI-II) و یا پرسشنامه چند محوری بالینی میلون (MCMI-II) برای بررسی بیشتر و ادامه جلسات استفاده کند و یا آن‌ها را برای درمان به متخصص دیگری ارجاع دهد.

همان‌گونه که ذکر شد از آنجایی که انسان در هر انتخاب خواسته یا ناخواسته معیارها و ملاک‌هایی را مد نظر قرار می‌دهد، یکی از مؤلفه‌هایی که ازدواج و سپس زندگی مشترک افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد فعال بودن طرحواره‌های زوجین است. طرحواره‌ها یکی از ژرف‌ترین ساختارهای شناختی هستند که بر نگرش افراد نسبت به جهان پیرامون‌شان تأثیر می‌گذارند (Young & Klosko, 1993/2020)، و یکی از مهم‌ترین دلایلی که منجر به تداوم طرحواره‌ها و مشکلات به دنبال آن می‌شود، انتخاب همسر است. از آنجایی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه منجر به سوگیری در تفسیر رویدادهای اطراف ما می‌شوند، در روابط زناشویی می‌تواند خودش را به شکل سوءتفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف شده، اهداف و انتظاراتی غیرواقع‌بینانه نشان دهد. بنابراین به دلیل اینکه طرحواره‌ها در مسیر زندگی افراد تداوم دارند و بر نحوه ارتباط با دیگران از جمله شریک زندگی تأثیر می‌گذارند، می‌توانند زمینه ناخشنودی و مشکلات را در روابط زناشویی فراهم کنند (Young et al., 2003/2018). به عبارتی چرخه ناکارآمدی در این بین وجود دارد، هنگامی که کودکان تجارب ناخوشایندی با والدین دارند و در ارضای نیازهای هیجانی اساسی‌شان ناکام می‌مانند، منجر به شکل‌گیری طرحواره‌ها در آن‌ها می‌شود که این طرحواره‌ها در سیر زندگی تداوم دارند. وقتی افراد به سن بزرگسالی می‌رسند به صورت خواسته یا ناخواسته بر اساس طرحواره‌هایشان به انتخاب همسر می‌پردازند و معیارها و ملاک‌هایی را برای رفتار همسرشان در نظر می‌گیرند. بدین صورت مشکلات ارتباطی با همسرشان را تجربه خواهند کرد که بسیار ناخوشایند است و سپس شیوه‌های ناکارآمدی را برای کنار آمدن با مشکلات‌شان در پیش می‌گیرند که این خود منجر به تقویت مشکلات بین آن‌ها خواهد شد. بنابراین به صورت ناخواسته به تأیید طرحواره‌شان دامن می‌زنند

طرحواره‌های رهاشدگی، ایثار، معیارهای سرسختانه و استحقاق) با تعارض زناشویی رابطه مثبت و معناداری دارند؛ و از این میان طرحواره بازداری هیجانی بیشترین اثر را بر افزایش دلزدگی زناشویی؛ و طرحواره بدرفتاری/بی‌اعتمادی بیشترین اثر را بر افزایش تعارض زناشویی پرستاران زن داشته است. Nooroney et al. (2019) در پژوهش خود نشان دادند که طرحواره‌درمانی و ذهن‌آگاهی متمرکز بر طرحواره دارای تأثیر قابل‌توجهی در ارتباطات زناشویی زنان ایرانی در مالزی است. Lalzadeh et al. (2015) نیز در پژوهش خود نشان دادند که بین طلاق عاطفی و فعال بودن طرحواره‌های ناسازگار اولیه محرومیت هیجانی، رهاشدگی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی/بیگانگی، نقص/شرم، شکست، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر یا بیماری، خود تحول‌نیافته/گرفتار، اطاعت، بازداری هیجانی، استحقاق/بزرگ‌منشی و خویش‌داری/خودانضباطی ناکافی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش Mahdizadeh and Darehkordi (2020) آشکار ساخت که در نمونه زنان طرحواره‌های حوزه بریدگی، دیگرجهت‌مندی و عملکرد مختل و در نمونه مردان طرحواره‌های حوزه بریدگی، گوش‌به‌زنگی و محدودیت‌های مختل به ترتیب بیش‌ترین توان پیش‌بینی در طلاق عاطفی را داشته‌اند. (Akbari et al. 2017) در پژوهش خود نشان دادند که می‌توان به کمک طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان، طلاق عاطفی زوجین را پیش‌بینی کرد و بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه محرومیت هیجانی، نقص/شرم، ایثار، شکست، خود تحول‌نیافته/گرفتار، اطاعت‌پذیری، بازداری هیجانی و طلاق عاطفی زوجین رابطه مثبت وجود دارد و این طرحواره‌ها سهم معناداری در تبیین طلاق عاطفی دارند.

براساس پژوهش‌های انجام شده رویکرد طرحواره‌درمانی نوعی از روش‌های درمان شناختی - رفتاری کلاسیک است که برنامه منظمی برای تعدیل و ارزیابی طرحواره‌های ناسازگار اولیه ایجاد می‌کند. اکثر طرحواره‌ها در دوران کودکی شکل می‌گیرند و در طول زندگی افراد به حرکت خود ادامه می‌دهند و در دوره‌های بعدی زندگی از جمله انتخاب همسر و تشکیل زندگی مشترک تأثیر می‌گذارند، بنابراین یکی از اهداف مهم رویکرد طرحواره‌درمانی، جلوگیری و پیشگیری از شکل‌گیری و همچنین فعال شدن طرحواره‌های ناسازگار اولیه است (Young et al., 2003/2018). از طرف دیگر مطابق بررسی پیشینه پژوهش‌های انجام شده در زمینه طرحواره‌درمانی و ارتباط آن با انتخاب همسر، مشکلات بعد از ازدواج و طلاق، اهمیت وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه در مشکلات زناشویی پس از ازدواج تأیید شده است. به طور کلی می‌توان گفت یافته‌های پژوهش حاضر همسو و

طول زندگی در ارتباط با خود و دیگران تداوم دارند، برای بقای خودشان می‌جنگند و به شدت ناکارآمد هستند (Young et al., 2003/2018)، شناسایی آن‌ها پیش از ازدواج ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین با توجه به اهمیت بررسی فعال بودن طرحواره‌های ناسازگار اولیه در رابطه با ازدواج، نگرش به ازدواج یا انتخاب همسر، ضروری است روان‌شناسان و مشاوران با استفاده از رویکرد طرحواره‌درمانی و سایر رویکردهای مرتبط به حل مشکلات زوجین بپردازند؛ چراکه عدم شناسایی به هنگام طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌تواند زمینه‌ساز برخی مشکلات جدی و آسیب‌زا شود. بنابراین محتوای بسته حاضر با نظریه یانگ همسو و همخوان است و با توجه به نتایج پژوهش‌ها نیاز به طراحی و تدوین چنین بسته‌هایی به منظور آگاهی‌بخشی و پیشگیری از آسیب‌های شدیدتر ضروری به نظر می‌رسد.

۲- آیا بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی از نظر متخصصان دارای روایی لازم است؟ به منظور بررسی روایی، این بسته در اختیار ۱۱ متخصص در زمینه موضوع پژوهش قرار گرفت. بر اساس نظر صاحب‌نظران، نتایج حاکی از این است که مؤلفه‌هایی که برای این بسته در نظر گرفته شده است از روایی کافی برخوردار است و این مؤلفه‌ها در راستای مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی و نظریه یانگ به درستی تدوین شده‌اند. به عبارتی می‌توان گفت بسته حاضر برای منظوری که ساخته شده است کارساز و به هدفی که برای تحقق بخشیدن به آن آماده شده است نزدیک است. طبق نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر می‌توان این گونه استدلال کرد که چون مؤلفه‌های مطرح شده در زمینه مشاوره پیش از ازدواج، مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی و نظریه یانگ تنظیم شده است؛ روایی که در این پژوهش به دست آمده با نتایج نظریه یانگ همسو است.

نتایج پژوهش Malekasgar et al. (2020) نشان داد که فعالیت طرحواره‌های حوزه بریدگی و طرد، محدودیت‌های مختل و دیگر جهت‌مندی همراه با سبک‌های مقابله‌ای جبران افراطی و تسلیم در افراد دارای خیانت زناشویی پر رنگ‌تر است، و احتمالاً فعال بودن طرحواره‌های ناسازگار اولیه در کنار عوامل دیگر در پیدایش روابط فرازناشویی نقش دارند. یافته‌های پژوهش Gharehbaghi and Tavakoli (2019) نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی، پیش‌بینی‌کننده بی‌ثباتی ازدواج یا احتمال طلاق هستند. Asadpour et al. (2020) در پژوهش‌شان نشان دادند طرحواره‌های ناسازگار اولیه (به جز طرحواره‌های رهاشدگی، نقص/شرم و خود تحول‌نیافته/گرفتار) با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار دارند و همچنین طرحواره‌های ناسازگار اولیه (به جزء

است. این بسته می‌تواند مورد استفاده روان‌شناسان، مراکز مشاوره، محققین و سایر افراد علاقه‌مند قرار گیرد.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم بررسی اثربخشی بسته مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی به دلیل کمبود زمان اشاره کرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی فرم تعیین روایی بسته مورد نظر در نمونه بزرگ‌تری از افراد متخصص جهت دقت در بررسی شاخص‌های روان‌سنجی اجرا شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد به بررسی اثربخشی و انجام مرحله پیگیری این بسته و مقایسه تأثیر مشاوره پیش از ازدواج مبتنی بر رویکرد طرحواره‌درمانی با سایر رویکردهای مشابه پرداخته شود.

منابع

- Asadpour, A. I., Karimi, A., & Amini, M. (2020). بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض و دلزدگی. [An Investigation of the Relationship between Early Maladaptive Schemas with Conflict and Distress Marital in Female Nurses]. *Journal of North Khorasan Medical Sciences*, 12(3), 25-30. <https://doi.org/10.29252/nkjms-12034>
- Adib Hajbagheri, M., Parvizi, S., & Salsali, M. (2015). روش‌های تحقیق کیفی. [Qualitative Research Methods]. Boshri Publishing Company.
- Akbari, E., Azimi, Z., Talebi, S., & Fahimi, S. (2017). پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین بر اساس طرح‌واره‌های [Prediction of Couples' Emotional Divorce Based on Early Maladaptive Schemas and Emotion Regulation's Components]. *Clinical Psychology & Personality*, 14(2), 79-92. <https://doi.org/10.22070/14.2.79>
- Ahmadi, S., Maredpour, A., & Mahmoudi, A. (2020). اثربخشی طرحواره‌درمانی بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه، افزایش کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در زوجین متقاضی طلاق در [Effectiveness of Schema Therapy on Initial incompatible Schemas, Increasing Quality of Life and Marital Satisfaction in Divorce Applicants in Shiraz]. *Psychological Methods and Models*, 11(41), 53-70. <https://dori.net/dor/20.1001.1.22285516.1399.1.41.4.8>
- Ashoori, R., Nouhi, S., & Aghaee, H. (2022). The Effectiveness of Education Based on Schema Therapy on Family Performance in Married Women Clients at Tehran District Family Counseling Center. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*, 29(1), 154-165.
- Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. E. (2018). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(4), 328-349.
- Carroll, J. S., & Doherty, W. J. (2003). Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research. *Family Relations*, 52, 105-118. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00105.x>
- Darabi, J., & Darabi, N. (2019). مبانی ازدواج و خانواده [Principles of Marriage and Family]. Ayiizh Publishing Company.
- Dulong, J. (2007). How Can I Keep From Suffocating in a Relationship. *Psychology Today*, 40(1), 46-47.
- Fereydonpour, Z., Kalhori, S., Mohseni, F., & Namjou, F. (2020). مقایسه اثربخشی آموزش طرحواره‌درمانی و ایماگوتراپی بر ترس از ازدواج و نگرش به انتخاب همسر در دختران مجرد [Comparison of the effectiveness of schema therapy and imago therapy on fear of marriage and attitudes about romance and mate selection in girls]. *Journal of Applied Family Therapy*, 1(1), 100-124. <https://doi.org/10.22034/aftj.2020.112891>
- Gharehbaghi, F., & Tavakoli, H. (2019). طرحواره‌های ناسازگار اولیه، باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه و بی‌ثباتی ازدواج [Early maladaptive schemas, irrational beliefs about relationship and marriage instability]. *Journal of Analytical-Cognitive Psychology*, 10(36), 67-77.
- Harris, A. E., & Curtin, L. (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognitive Therapy and Research*, 26(3), 405-416. <https://doi.org/10.1023/A:1016085112981>
- Janovsky, T., Rock, A. J., Thorsteinsson, E. B., Clark, G. I., & Murray, C. V. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and interpersonal problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27(3), 408-447. <https://doi.org/10.1002/cpp.2439>
- Jebraeily, H., Zadehmohammadi, A., Heidari, M., & Habibi, M. (2014). نقش ویژگی‌های شخصیتی در ملاک‌های

- the SYMBIS-Based Training Model on Yong Women's Marriage Expectations and Beliefs about Mate Selection]. *Journal of Family Research*, 15(57), 7-24.
- Mahmoudi, F., Mahmoudi, A., & Nooripour, R. (2017). Investigation the relationship between early maladaptive schemas and safe communications in married students. *Research & Health*, 7(3), 779 - 787.
- Mirmohammad Sadeghi, M. (2018). آموزش پیش از ازدواج [Premarital education]. Peyman Danesh Publishing Company.
- Nikamal, M., Salehi, M., & Bermas, H. (2017). اثربخشی درمان طرحواره‌درمانی هیجان‌مدار بر رضایت. *اثر بخشی از زناشویی زوجین [Effectiveness of Emotion-Oriented Schema Therapy on Couples' Marital Satisfaction]*. *Psychological Studies*, 13(4), 158-175. <https://doi.org/10.22051/psy.2017.17242.1489>
- Nooroney, N., Jaafar, W. M. W., Hassan, S. A., & Noah, S. M. (2019). The effect of schema therapy and schema-focused mindfulness therapy on marital communication of Iranian women in Malaysia. *Konselor*, 8(3), 74-83.
- Ozouni Davaji, R. B., Farahbakhsh, K., Esmaily, M., & Kazemi, F. (2018). Effect of couple's schema therapy in decreasing couples' tendency to divorce among divorce-applicant couples. *Journal of Research and Health*, 8(1), 21-31. <https://doi.org/10.29252/acadpub.jrjh.8.1.21>
- Omidvar, B., Fatehizadeh, M., & Ahmadi, A. (2010). بررسی تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر انتظارات زناشویی. *اثر بخشی از آموزش پیش از ازدواج در آستانه ازدواج در شهر شیراز [The Effect of Premarital Training on Marital Expectations and Attitudes of University Students in Shiraz]*. *Journal of Family Research*, 5(18), 231-246.
- Ostovar, S., Rahimi, Ch., & Fooladchang, M. (2020). اثربخشی برنامه آموزش پیش از ازدواج بر اساس مدل لارسون بر باورهای محدودکننده نسبت به انتخاب همسر در دانشجویان [The effectiveness of pre-marriage training program based on Larson model on restrictive beliefs about choosing a spouse in students]. *Journal of Family Psychology* 7(1), 147-156. <https://doi.org/10.52547/ijfp.7.1.147>
- Pourshahabadi, F., & Einipour, J. (2020). The effectiveness of schema therapy on differentiation of self and emotional control among couples with marital maladjustment. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 7(2), 18-29. <https://doi.org/10.22037/ijabs.v7i2.28249>
- Rostami, M., & Ghezelseflou, M. (2018). اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس بر باورهای ارتباطی زوجین نامزد [Examining the effects of the SYMBIS pre-marriage training on engaged couples' communication beliefs]. *Journal of Family Psychology*, 5(1), 45-56.
- [The role of personality characteristics in mate selection criteria]. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 16(2), 492-501. <https://doi.org/10.22038/jfmh.2014.3547>
- Janbozorgi, M. (2020). مشاوره پیش از ازدواج (اصول، مبانی و راهبردها) [Premarital Counseling (Principles, Foundations & Practical strategies)]. Field and University Research Institute.
- Khatamsaz, B., Forouzandeh, E., & Ghaderi, D. (2017). Effectiveness of schema therapy on marital satisfaction and marital relationship quality in married women. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 3(1), 11-16. <https://doi.org/10.4103/2395-2296.186513>
- Karami, A. (2005). اندازه‌گیری هوش کودک [Child Intelligence Measurement]. Ravansanji Publishing Company.
- Lalzadeh, E., Asghari Ebrahimabad, M. J., & Hesarsorkhi, R. (2015). بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار. *اولیه در پیش‌بینی طلاق عاطفی [The Investigation of Role of Early Maladaptive Schemas in Predicting Emotional Divorce]*. *Journal of Clinical Psychology*, 7(2), 101-108. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2203>
- Mohammadi, B., & Soleymani, A. (2017). Early maladaptive schemas and marital satisfaction as predictors of marital commitment. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 11(1), 16-22.
- Masumi Tabar, Z., Afsharriniya, K., Amiri, H., & Hosseini, S. (2021). بررسی اثربخشی طرحواره‌درمانی هیجانی بر مشکلات تنظیم هیجانی و رضایت زناشویی بانوان ناسازگار در دهه اول زندگی [The effectiveness of emotional schema therapy on emotional regulation problems and marital satisfaction of maladaptive women of the first decade of life]. *Journal of Psychological Science*, 19(95), 1497-1506.
- Malekasgar, S., Mazaheri, M. A., Fata, L., Mootabi, F., & Heidari, M. (2020). دیدگاه طرحواره‌درمانگران نسبت به نقش مؤلفه‌های طرحواره‌ای در سبب‌شناسی خیانت زناشویی: یک مطالعه کیفی [Schema Therapists Views about the Role of Schema Component in Marital Infidelity: a Qualitative Study]. *Journal of Family Research*, 16(2), 199-216.
- Mahdzadeh, F., & Darehkordi, A. (2020). تفاوت‌های جنسیتی طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی طلاق عاطفی در زوجین [Gender differences in early maladaptive schemas in predicting emotional divorce]. *Women and Family Studies*, 12(47), 118-130. <https://doi.org/10.30495/jwsf.2020.1884993.1420>
- Mirahmadi, L., Fatehizade, M., Etemadi, O., Jazayeri, R., & Pasandide, A (2019). بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر مدل سیمبیس بر انتظارات از ازدواج و باورهای مربوط به انتخاب همسر دختران مجرد [Investigating the Effect of

- Salehi Mourkani, S. (2021). The Effectiveness of Treatment Schemas on Reducing Marital Conflicts and Increasing Mental Health. *Original Research, 10*(1), 76-84.
- Shahla, R., & Aleyasin, M. (2020). Comparison of Maladaptive Schemas and Perceived Psychological Needs in Two Groups of Close to Divorce and Satisfied with Marital Life Women. *Archives of Pharmacy Practice, 11*(1), 8-93.
- Seaman, C., Bent, R., & Unis, A. (2016). Family entrepreneurship culture, entrepreneurial intent, futures and foresight in scottish pakistani communities. *Journal of Futures, 75*(13), 83-91. <https://doi.org/10.1016/j.futures.2015.09.006>
- Seif, A. A. (2016). *اندازه‌گیری، سنجش و ارزشیابی آموزشی* [Measurement of educational assessment and evaluation]. Dowran Publishing Company.
- Seyfizadeh Arani, H., Zareei Mahmodabadi, H., & Bakhshayesh, A. (2019). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه [The Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Marital Adjustment with Mediation Fear of Intimacy in Married People]. *Journal of Family Research, 15*(60), 467-486. <https://doi.org/10.29252/jfr.15.04.02>
- Silabkhor, Z., & Kachooei, M. (2020). The Effectiveness of Schema Therapy on Dysfunctional Attitudes Toward Mate Selection and Emotional Adjustment in Female Students. *Advances in Nursing and Midwifery, 1*(29), 44-50.
- Shokhmgar, Z. (2017). Effectiveness of Schema Therapy on reducing mental health problems due to crossover relationships in couples. *Nasim Health, 5*(17), 1-7.
- Thimm, J. C. (2013). Early Maladaptive Schemas and Interpersonal Problems: A Circumplex Analysis of the YSQ-SF. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 13*(1), 113-124.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (2020). *زندگی خود را دوباره بیافرینید* [Reinventing Your Life] (H. Hamidpour, E. Pirmoradi & N. Golizadeh, Trans.). Arjmand. (Original work published 1993).
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2018). *طرحواره‌درمانی (راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی)* [Schema Therapy (A Practitioners Guide)] (H. Hamidpour & Z. Andouz, Trans.). Arjmand. (Original work published 2003).