



The Effect of The Premarital Counseling Educations on Relational Beliefs, Self-efficacy, and Life Meaning

Received: 2021-01-22

Accepted: 2021-03-10

Esmail Sadri Damirchi

e.sadri@uma.ac.ir

Associate Professor, Department of Counseling, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran. (Corresponding Author)

Masoud Rezazadeh

PhD Student in Counseling, Shahid Chamran University, Ahvaz, Iran.

Abstract

Pre-marital education is one of the main priorities in programs to prevent individual and family abnormalities, reduce divorce rates and increase marital satisfaction. The purpose of this study was to investigate the effectiveness of the Premarital Counseling educations on relational beliefs, self-efficacy, and life meaning in nursing students. The research method was semi-experimental with pre-test and post-test design with the control group. The statistical population was nursing students of Tabriz University of Medical Sciences in the 2017-2018 academic year included 560 people who were undergoing the undergraduate program. The subjects were 40 people who were selected by random sampling among the students who were applying for these courses and the experimental and control groups were assigned to two groups of 20 people. The experimental group participated in six 60-minute pre-marriage and education sessions according to Angle and Wright method, and the control group did not receive any training. The data was collected using the psychometric scales relational beliefs (Eielson & Epstein, 1982), self-efficacy (Schwarzer & Jerusalem, 1995), and life meaning (Steger et al., 2006). To analyze the data in descriptive statistics (frequency distribution, mean and standard deviation) and inferential statistics, t-test and covariance analysis were used. Multivariate analysis of covariance analysis showed that Pre-marital education is on relational beliefs has a significant negative effect ($p < 0.001$). Multivariate analysis of covariance analysis showed that Pre-marital education is on self-efficacy and life meaning has a significant positive effect ($p < 0.001$). Therefore, it can be said that the use of this method of Pre-marital education and counseling on relational beliefs, self-efficacy, and life meaning has been effective.

Key words: *premarital counseling educations, relational beliefs, self-efficacy, life meaning*

Introduction

Society is usually divided into several main institutions in the first division. The institution of the family, the institution of education, economics, government, and religion, and in advanced societies the institution of science has been added to social institutions in the last century. The institution of the family is one of the most important social institutions that begins with marriage (Mahat, Scoloveno, & Ayres, 2011). Beliefs are cognitions that exist in the minds of people, including young people, and are of particular importance in how they relate to others (Gizir, 2013). Self-efficacy helps people to act independently and learn to solve problems based on their abilities. This issue has a great impact on the correct behavior of people after marriage. The meaning of life is essentially cognitive because it includes the beliefs of individuals about the existence of an ultimate goal in life, the belief in spirituality, and the afterlife (Hoek, Cahill, & Pastorino, 2002). Meaning can increase the ability to deal with problems in life by creating meaning and responsibility in the individual (Robinson & Dowson, 2011). Teaching Skills Pre-marital skills to help couples develop proper communication techniques and mutual understanding. Considering the importance of marriage in society and among students, the purpose of this study was to investigate the effectiveness of premarriage educations on relational beliefs, self-efficacy, and life meaning in nursing students.

Methodology

The research method was semi-experimental with pre-test and post-test design with the control group. The statistical population was nursing students of Tabriz University of Medical Sciences in the 2017-2018 academic year who were undergoing the undergraduate program. The subjects were 40 people who were selected by random sampling among the students who were applying for these courses and the experimental and control groups were assigned to two groups of 20 people. The experimental group participated in six 60-minute pre-marriage and education sessions according to Angle and Wright method, and the control group did not receive any training. The data was collected using the psychometric scales relational beliefs, self-efficacy, and life meaning. To analyze the data in descriptive statistics (frequency distribution, mean and standard deviation) and inferential statistics, t-test and covariance analysis were used.

Results and discussion

Findings from all three couples on the emotional divorce scale are shown in Table 1.

Table1.

Results of multivariate analysis of covariance

valuable	Sum of Squares	df	Average square	F	p	Effect size
relational beliefs	10589.417	1	10589.417	35.90	P<0.001	0.492
self-efficacy	896.249	1	896.249	87.747	P<0.001	0.703
life meaning	382.492	1	382.492	52.134	P<0.001	0.868

Multivariate analysis of covariance analysis showed that Pre-marital education is on relational beliefs ($p<0.001$, $d= 0.492$) has a significant negative effect. Multivariate analysis of covariance analysis showed that Pre-marital education is on self-efficacy ($p<0/001$, $d= 0.703$) and life meaning ($p<0/001$, $d= 0.868$) has a significant positive effect. The results of the present study were consistent with [Rajabi et al. \(2016\)](#) and [Rostami and Ghezelseflo \(2018\)](#). [Rajabi et al. \(2016\)](#) showed that a communication education program is a suitable way to reduce dysfunctional communication beliefs in students. [Rostami and Ghezelseflo \(2018\)](#) also showed that Pre-marital enrichment is a way to reduce inefficient communication beliefs. Research has shown that people who participate in Pre-marital education programs have better communication growth, less destructive exchanges, and more support ([Borowski & Tambling, 2015](#)). These symptoms include expectations of misconceptions about marriage and the future spouse, which are identified in the form of marriage myths. In this way, people are made aware that all the problems of marriage are largely due to misconceptions and misconceptions about the future spouse. In Pre-marital skills, by eliminating false myths from one's marriage, one can distance oneself from dysfunctional myths and beliefs and find oneself in the real world of marriage with all the difficulties and conveniences ([Parrott & Parrott, 2006](#)).

The results also showed that Pre-marital skills training increased self-efficacy in the experimental group. The results of the present study were consistent with the results of [Fatehi Khoshknab and Karimi Sani \(2016\)](#). [Fatehi Khoshknab and Karimi Sani \(2016\)](#) showed that Pre-marital skills training has an effect on people's self-efficacy and has increased self-efficacy and social skills in girls. Explaining this finding, it can be said that Pre-marital skills training helps people to increase adaptation, health, and prevention of the effects of psychological stress. In this training, the person develops all the necessary skills to have a proper and successful life together, which ultimately these factors have a positive effect on self-efficacy. In addition, the results showed that Pre-marital skills training increased life meaning in the experimental group. Meaning in life is essentially cognitive because it includes the beliefs of individuals about the existence of an ultimate goal in life, the belief in spirituality, and the afterlife. Seeking meaning can increase a person's ability to deal with problems in life by creating meaning and responsibility ([Ryan, Tilbury, Robinson, & Dowson, 2011](#)). Which in turn can increase the meaning in people's lives ([Rathi & Rastogi, 2007](#)).

Conclusion

Therefore, it can be said that the use of this method of Pre-marital education and counseling on relational beliefs, self-efficacy, and life meaning has been effective.

Acknowledgments

Thanks are due to the research units, officials, respected administrators, and students who cooperated in the implementation of this research

Authors' contributions

Conceptualization: all authors; Methodology: All authors; Analysis: All authors; Research: All authors; Drafting: Masoud Rezazadeh; Editor and finalist of the text: Esmail Sadri Demirchi; Project Supervision and Management:

Funding

This study was conducted at the personal expense of the researchers and has no financial support.

Availability of data and materials

All data and materials were available

Ethics approval and consent to participate

All participants in the study participated in the study by filling out a consent form, and the researchers assured them that the results of the research were confidential.

Consent for publication

Researchers are pleased to announce the publication of this article

Competing interests

This research is not in conflict with personal or organizational interests. The first author of this research is a master's degree graduate and the second author is a faculty member of Mohaghegh Ardabili University.

References

- Borowski, S. C., & Tambling, R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about Pre-marital counseling. *The Family Journal*, 23(4), 417-426. [[Link](#)]
- Ebrahimi, S., Goudarzi, 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*, 9(1), 217-236. [[link](#)]
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of consulting and clinical psychology*, 50(5), 715. [[Link](#)]
- Fatehi Khoshknab, F., & Karimi Sani, P. (2016). The Effect of Teaching before Marriage skills on the Improvement of Social Skills and Self-Efficacy of the Girls Who Were in the Threshold of Marriage. *WOMAN & STUDY OF FAMILY*, 9(33), 141-162. [Persian] [[Link](#)]
- Gizir, C. A. (2013). An investigation of the relationship beliefs of the university students regarding gender and dating status. *Egitim ve Bilim*, 38(170). [[Link](#)]
- Hoek, J. B., Cahill, A., & Pastorino, J. G. (2002). Alcohol and mitochondria: a dysfunctional relationship. *Gastroenterology*, 122(7), 2049-2063. [[Link](#)]

- Karimi, S. P. (2016). The Effect of Teaching before Marriage skills on the Improvement of Social Skills and Self-Efficacy of the Girls Who Were in the Threshold of Marriage. [Persian] [\[Link\]](#)
- Mahat, G., Scoloveno, M. A., & Ayres, C. (2011). HIV/AIDS knowledge and self-efficacy among Nepalese adolescents: A peer education program. *Research and theory for nursing practice*, 25(4), 271-283. [\[Link\]](#)
- Parrott, L., & Parrott, L. L. (2006). Saving your marriage before it starts: seven questions to ask before--and after--you marry Zondervan. Properties of the Scale of restrictive beliefs of spouse selection. *Two Quarterly*. [\[Link\]](#)
- Rathi, N., & Rastogi, R. (2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31-38. [\[Link\]](#)
- Rajabi, G., Abbasi, G., Sodani, M., & Aslani, K. (2016). The effectiveness of Pre-marital Education Program Based on Pre-marital Interpersonal Choices and Knowledge in Bachelor students. *Journal of Family Counseling & Psychotherapy*, 6(1), 79-97. [\[Link\]](#)
- Robinson, S., & Dowson, P. (2011). Responsibility and integrity in the curriculum. *Journal of Global Responsibility*, 2(2), 253. [\[Link\]](#)
- Rostami, M., & Ghezelseflo, M. (2018). Examining the effects of the SYMBIS pre-marriage training on engaged couples' communication beliefs. *Journal of Family Psychology*, 5(1), 45-56. [Persian] [\[Link\]](#)
- Ryan, A., Tilbury, D., Robinson, S., & Dowson, P. (2011). Responsibility and integrity in the curriculum. *Journal of Global Responsibility*. [\[Link\]](#)
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. In J. Weinman, [\[Link\]](#)
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80. [\[Link\]](#)



مشاوره و روان‌درمانی خانواده

دوره دهم، شماره دوم (پیاپی ۳۰)، پاییز و زمستان ۱۳۹۹

اثربخشی آموزش پیش از ازدواج بر باورهای ارتباطی، خودکارآمدی و معناجویی در دانشجویان پرستاری

دریافت: ۱۳۹۹-۱۱-۰۳ پذیرش: ۱۳۹۹-۱۲-۲۰

اسماعیل صدری دمیرچی

e.sadri@uma.ac.ir

دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. (نویسنده مسئول)

دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران.

مسعود رضازاده

چکیده

آموزش پیش از ازدواج یکی از اولویت‌های اصلی در برنامه‌های جلوگیری از ناهنجاری‌های فردی و خانوادگی، کاهش میزان طلاق و افزایش خوشنودی زناشویی است. هدف از پژوهش حاضر اثربخشی آموزش پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در دانشجویان پرستاری تبریز بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری دانشجویان پرستاری مقطع کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی شهر تبریز در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ دربرگیرنده ۵۶۰ نفر بودند. آزمودنی‌ها به تعداد ۴۰ نفر بودند که به روش نمونه‌گیری تصادفی از میان دانشجویانی که درخواست‌کننده شرکت در این دوره بودند انتخاب گردیده و در دو گروه ۲۰ نفری آزمایش و گواه گمارده شدند. گروه آزمایش در ۶ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای آموزش پیش از ازدواج به روش انجمن و رایت دریافت کردند و گروه گواه هیچ آموزشی دریافت نکرد. داده‌ها با به‌کارگیری سنج‌های باورهای مرتبط با رابطه (Eielson & Epstein, 1982)، خودکارآمدی (Schwarzer & Jerusalem, 1995) و معنا در زندگی (Steger et al., 2006) گردآوری شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی از توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار و در بخش استنباطی از تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد اثربخشی برنامه آموزشی پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی معنی‌دار بوده است ($p < 0.001$). با توجه به نتایج پژوهش می‌توان گفت که به‌کارگیری این آموزش پیش از ازدواج بر روی باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در زندگی کارساز است.

کلیدواژه‌ها: آموزش پیش از ازدواج، باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی، معنای زندگی

مقدمه

معمولاً جامعه را در اولین تقسیم‌بندی به چند نهاد اصلی تقسیم می‌کنند. نهاد خانواده^۱، نهاد آموزش، اقتصاد، حکومت و دین و در جوامع پیشرفته نهاد علم نیز در سده اخیر به نهادهای اجتماعی اضافه شده است. نهاد خانواده یکی از نهادهای مهم اجتماعی است که با ازدواج آغاز می‌شود (Mahat, Scoloveno, & Ayres, 2011). بنابراین، ازدواج از آنجاکه مراسم آغازین این نهاد مهم اجتماعی است اهمیت بنیادین و پایه‌ای دارد ازدواج^۲ به‌عنوان آغازی بر تشکیل خانواده همواره مورد توجه صاحب‌نظران علوم انسانی و متخصصان مباحث مربوط به خانواده بوده و از این رو، یک رابطه انسانی پیچیده و بسیار ظریف است. از دلایل ازدواج می‌توان به عشق و محبت، داشتن شریک و همراه در زندگی، ارضاء نیازهای عاطفی و روانی و افزایش شادی و خشنودی اشاره داشت. هر فردی که قصد ازدواج دارد بر اساس ملاک‌هایی که در ذهن خود دارد به انتخاب فرد موردنظرش مبادرت می‌ورزد (Khadivzadeh, Ardaghi, Mirzaii, & Mazloun, 2016). اکثر افراد در آستانه ازدواج، امید زیادی به آینده داشته، احساس می‌کنند که رابطه‌شان خیلی مثبت، عاشقانه و عالی خواهد ماند و می‌خواهند باهم کامل شوند و زندگی سعادت‌مندی داشته باشند. قشر جوان جامعه بهترین و سازنده‌ترین نیروی هر جامعه است و تلاش و پشتکار این قشر تأثیرگذار، باعث رشد و تعالی و پیشرفت جامعه می‌گردد. از عواملی که بر دوران پیش از ازدواج احتمالاً می‌تواند بر قشر جوان مؤثر واقع شود؛ می‌توان به باورهای مرتبط با رابطه^۳، خودکارآمدی^۴ و معنای زندگی در زندگی^۵ اشاره کرد.

یکی از مواردی که می‌تواند بر ازدواج و طلاق تأثیرگذار باشد باورها، دیدگاه‌ها و انتظارات غیرواقعی و احساسی از ازدواج است (Segrin & Nabi, 2002; Morrison & Lent, 2018). افراد در طول زندگی خود، به باورهایی درباره‌ی ویژگی‌ها و انگیزه‌های نوع بشر دست می‌یابند. این باورها بر تعاملات و روابط نزدیک افراد تأثیر می‌گذارد. مجموعه‌ای از این باورها، باورهای مرتبط با رابطه نامیده می‌شوند (Fokkert & Van

1. Family institution
2. Marriage
3. Relational beliefs
4. Self-efficacy
5. Life meaning

(Kooten, 2009). باورها، شناختی هستند که در افکار افراد از جمله جوانان وجود دارد و در نحوه ارتباط آنها با دیگران اهمیتی ویژه دارد (Gizir, 2013). باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد به هر نوع فکر، هیجان یا رفتاری که موجب تخریب نفس و از بین رفتن خود می شود اطلاق می شود و پیامدهای مهم آن اختلال در خوشحالی، شادمانی و تندرستی است (Ebrahimi, Goudarzi, & Isanejad, 2019). این باورها، باورهایی هستند که بر الزام، اجبار، جزم اندیشی و اجحاف تأکید دارند و مانع سلامت فکر و روان و سالم سازی محیط فردی و اجتماعی می شود (Hoek, Cahill, & Pastorino, 2002). باورهای مرتبط با رابطه هم برای شروع رابطه و هم برای تداوم رابطه مهم هستند. اگر باورهای افراد واقع گرایانه و منطقی باشد، رابطه پیشرفت می کند (Gündoğdu, Yavuzer, & Karataş, 2018). باورهای مرتبط با رابطه کارآمد، مثل باور به این که زوجین می توانند تغییر کنند، ممکن است رفتارهایی را که منجر به حفظ رابطه می شود را تشویق و کیفیت رابطه را بهبود ببخشند (Khoei, Zahrakar, & Ahmady, 2021). در مقابل، باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد می تواند به عنوان یک آسیب پذیری پایدار عمل کنند و توانایی افراد برای مقابله با چالش های رابطه را محدود نمایند (Jackson, Grove, & Beauchamp, 2010). باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد و غیرواقعی گرایش هایی هستند که به سوگیری شخص در تفسیر رویدادهای ارتباط صمیمی به یک شیوه غیرمنطقی اشاره دارند و مبتنی بر انتظارات غلط یا نادرست می باشند. تعدادی از باورهای ناکارآمد دربرگیرنده تخریب کنندگی مخالفت، عدم تغییرپذیری همسر، توقع ذهن خوانی و کمال گرایی جنسی^۱ است (Ellis, 2001). باورهای ناکارآمد علت اصلی بسیاری از اختلافات اجتماعی، به ویژه روابط زوجها است، منظور از چنین باورهایی، درواقع وجود افکار نادرست و نامنتطبق با واقعیت درباره خود، رابطه زناشویی، همسر و به طور کلی جهان است (Ellis, 2001). باور به اینکه عدم توافق مخرب یا تخریب کننده است (اختلاف نظر یا مخالفت یک رابطه را نابود می کند)، باور به اینکه همسران نمی توانند تغییر کنند (زن و شوهر قادر به تغییر خود یا رابطه خود نیستند)، توقع و انتظار ذهن خوانی (زن و شوهر باید توانایی خواندن ذهن یکدیگر را داشته باشند)، کمال گرایی جنسی (هر شخصی باید انتظار کمال جنسی را از خود و همسر خود داشته باشد) و باور در مورد تفاوت های جنسی (عدم درک صحیح از تفاوت های زن و

1. Sexual perfectionism

مرد)، باورهایی هستند که به وسیله محققان و درمانگران به عنوان باورهای مرتبط با رابطه غیرمنطقی تشخیص داده شده‌اند (Epstein & Eidelson, 1981). از این رو می‌توان گفت باورهای مرتبط با رابطه پیش از ازدواج می‌تواند نقش مهمی در روابط زناشویی^۱ داشت باشد و هرگونه تغییر مثبت در این باورها می‌تواند روابط زناشویی را بهبود بخشد.

یکی از عواملی که در کنار باورهای مرتبط با رابطه می‌تواند بر ازدواج مؤثر واقع شود، خودکارآمدی است. خودکارآمدی عبارت است از اطمینان به توانایی‌های خود در کنترل افکار، احساسات و فعالیت‌ها و بنابراین بر عملکرد افراد، هیجانات و انتخاب‌هایشان و سرانجام میزان تلاشی که شخص صرف یک فعالیت می‌کند، مؤثر است (Dugan et al., 2020). خودکارآمدی به افراد کمک می‌کند تا بتوانند مستقل عمل کنند و یاد بگیرند با تکیه بر توانایی‌های خویش مسائل را حل نمایند. این مسئله تأثیر بسزایی در رفتار درست افراد پس از ازدواج دارد. خودکارآمدی مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده رفتار و آغاز‌گری رفتار، میزان تلاش برای گسترش رفتار و حفظ تلاش و پایداری در صورت برخورد با موانع و تجربیات چالش‌انگیز است (Hojati, Emadi Zyarati, Hadadian, & Rezaee, 2013). افراد دارای خودکارآمدی بالا بیشتر مشتاق شرکت در فعالیت‌های چالش‌انگیز هستند و هدف‌های بزرگ‌تر و قابل‌دسترسی برای خود دارند، در مقابل افراد دارای خودکارآمدی پایین بیشتر مشتاق شرکت در فعالیت‌های بسیار ساده و یا بسیار دشوار هستند و هدف‌های کوچک و سهل‌الوصول و یا هدف‌های بسیار بزرگ برای خود دارند. افراد دارای خودکارآمدی بالا با تلاش خود به هدفشان می‌رسند و دیگران آن‌ها را به دلیل دستیابی به هدف تحسین می‌کنند که این امر باعث افزایش حرمت خود و بهبود خودپنداره آن‌ها می‌شود که می‌تواند خوشنودی زناشویی^۲ در افراد را افزایش بدهد (Iwanowicz-Palus, Mróz, & Bień, 2020). افراد با خودکارآمدی بالا همیشه حس خوبی به زندگی و همسر خود دارند و می‌توانند زندگی خود را هدفمند اداره کنند. در مقابل افراد دارای خودکارآمدی پایین به هدف‌های کوچک خود دست می‌یابند و به

-
1. Marital relationship
 2. Marital satisfaction

هدف‌های بسیار بزرگ دست نمی‌یابند و می‌دانند که دیگران آن‌ها را به دلیل دستیابی به هدف ساده و سهل‌الوصول تحسین نمی‌کنند و به دلیل عدم دستیابی به هدف بسیار بزرگ تحقیر و سرزنش نمی‌کنند که این امور باعث تغییر مثبتی در حرمت خود و خودپنداره آن‌ها نمی‌شود (Rutledge, Guardia, & Bluestein, 2013). دیگر متغیر مهم و تأثیرگذار بر ازدواج می‌توان به معنای زندگی اشاره کرد. معنای زندگی در زندگی به‌عنوان قدرت (رشد)، فعالیت، تمایل و تلاش افراد برای ایجاد یا تکمیل درک آن‌ها از معنا تعریف می‌شود (Thompson, Sobolew-Shubin, Graham, & Steger, Frazier, Oishi, & Kaler, 2006); (Janigian, 1989). معنای زندگی در اصل ماهیت شناختی دارد، چراکه دربردارنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف غایی در زندگی، باور به معنویات و زندگی اخروی است. معنای زندگی می‌تواند با ایجاد معنا و مسئولیت در فرد، توان مقابله با مشکلات را در زندگی افزایش دهد (Debats, Van der Lubbe, 1993 & Wezeman, 2011; Robinson & Dowson, 2011). معنای زندگی اشاره به نوعی از احساس ارتباط با خالق هستی، داشتن هدف در زندگی، تعقیب و نیل به اهداف باارزش و رسیدن به تکامل دارد. درواقع، داشتن معنا در زندگی، یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های رفاه انسان و خوشنودی از زندگی است (Halama & Dedová, 2007). طبیعی است که نیافتن معنای زندگی برای برخی افراد در جامعه و رسیدن به پوچی یا یافتن آن به‌صورت غیرواقعی و کاذب باعث بیراهه رفتن این افراد و طلب اهداف مادی و زودگذر دنیا می‌شود و این می‌تواند روابط زناشویی را دچار اختلال کند (Huo et al., 2020).

انسان برای زندگی اجتماعی خود به مهارت‌های متعددی نیازمند است که از آن جمله می‌توان به مهارت‌های پیش از ازدواج اشاره کرد. این آموزش‌ها به زوجین کمک می‌کنند تا فنون ارتباطی صحیح و درک متقابل خود را افزایش دهند (Nazari, 2020). آموزش‌های پیش از ازدواج از اولویت‌های اساسی در برنامه‌ریزی‌های پیشگیری از نابهنجاری‌های فردی و خانوادگی، کاهش میزان طلاق و افزایش میزان رضایتمندی از زندگی زناشویی است (Ortiningsih, Kasiati & Handayani, 2021). یکی از روش‌های موفق در این حوزه روش انجل و رایت است. این روش بسیار جامع و مفید است و در آن بر موضوعاتی همچون مزیت‌های ازدواج، اهمیت وجود خدا در رابطه، تفاوت‌های بین زن و مرد، چگونگی حل تعارض، ایجاد صمیمیت هیجانی و اهداف ازدواج تأکید می‌شود (McGhee, Burr, Vanrosendale, & Figueroa, 2021). تا

به امروز در مطالعاتی اثربخشی روش انجل و رایت مورد بررسی قرار گرفته است. رضازاده، صدری و قمری در تحقیقی به بررسی اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش انجیل و رایت بر نگرش درباره ازدواج، تاب‌آوری و انتظار از ازدواج پرداختند. نتایج نشان داد آموزش پیش از ازدواج به روش انجل و رایت نگرش درباره به ازدواج، تاب‌آوری و انتظارات ازدواج مؤثر است (Rezazadeh, Sadri & Ghamari, 2019). Oder (2019) در مطالعه‌ای نشان داد که مشاوره پیش از ازدواج می‌تواند نقش مؤثری در کیفیت زناشویی داشته باشد. همچنین (Rajabi. et.al, 2016) نشان دادند آموزش‌ها و مهارت‌های پیش از ازدواج به روش برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی، باورهای ارتباط ناکارآمد دانشجویان مجرد را کاهش می‌دهد. همچنین ساگسز (Sagesse, 2018) در پژوهشی به بررسی تأثیر مشاوره پیش از ازدواج بر خوشنودی زناشویی پرداخت که نتایج نشان داد مشاوره پیش از ازدواج باعث افزایش خوشنودی زناشویی می‌شود. به‌طور کلی برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج یکی از راه‌های تغییر یا کاهش باورهای غیرمنطقی و انتظارات غلط است و تأثیرات مؤثر و معنی‌داری بر کیفیت ازدواج افراد می‌تواند داشته باشد (Fawcett, 2010). برای افزایش آگاهی افراد پیش از ازدواج روش‌های مختلفی به کار گرفته شده است، اما اثر مشاوره پیش از ازدواج به روش انجل و رایت روشی است که در این زمینه کمتر به آن پرداخته شده است. همچنین با توجه به اهمیت ازدواج در جامعه و در بین دانشجویان، هدف از پژوهش حاضر بررسی برنامه آموزش پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بود. به‌نوعی پژوهش حاضر به دنبال این است که تا به این پرسش پاسخ دهد:

آیا اثربخشی آموزش پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در دانشجویان علوم پزشکی تبریز به لحاظ آماری تأثیر معنی‌داری دارد؟

روش

روش پژوهش حاضر با توجه به اهداف و فرضیه‌های آن از نوع نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس-آزمون بود. جامعه آماری کلیه دانشجویان پرستاری مقطع کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی تبریز در سال

تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ بودند. با به کارگیری نرم افزار جی پاور مشخص گردید که برای دستیابی به توان آماری برابر با ۰/۸۹، اندازه اثر برابر ۰/۸ و در سطح معنی داری ۰/۰۵ حداقل نیاز به ۴۰ نفر نمونه آماری است (پیوست ۱). تعداد ۴۰ دانشجوی مجرد پسر به روش نمونه گیری در دسترس به دو گروه آزمایش و کنترل به طور تصادفی ساده ۲۰ نفر گروه آزمایش (شماره زوج) و ۲۰ نفر گروه گواه (شماره فرد) تقسیم شدند. به دلیل فرارسیدن فصل تابستان و نبود اکثر دانشجویان در دانشگاه، پیگیری صورت نگرفت. معیارهای ورود شرکت کنندگان در این مطالعه دربرگیرنده دانشجویان پرستاری مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، کسب خوشنودی آگاهانه، مجرد بودن و عدم شرکت هم زمان در سایر جلسات گروهی مشابه و دارا بودن سلامت کامل (جسمی، روانی و اجتماعی و معنوی) بود. محقق بعد از انتخاب آزمودنی ها، با هماهنگی های صورت گرفته با مرکز مشاوره و روانشناسی صدرا شهر تبریز همه آزمودنی ها از جهت سلامت جسمی، روحی، اجتماعی و معنوی سنجیده شدند. معیارهای خروج شرکت کنندگان در این مطالعه دربرگیرنده دانشجویان با اختلالات روان شناختی و وابستگی به مواد دگرگون کننده هوشیاری و غیبت بیش از دو جلسه در جلسات مداخله، بود. برای تشخیص داشتن سلامت کامل، همی افراد توسط یک متخصص سلامت معاینه شدند. پیش از مداخله، پیش آزمون برای هر دو گروه اجرا گردید و پس از آن گروه آزمایش اول تحت آموزش پیش از ازدواج به مدت ۶ جلسه برای هر دانشجو قرار گرفت و گروه گواه هیچ مداخله درمانی دریافت نکردند. بعد از مداخلات درمانی، از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. لازم به ذکر است که برای تشویق زوج ها، جلسات درمانی رایگان انجام گردید و به گروه گواه این تضمین داده شد که پس از پایان پژوهش درمان رایگان آن ها نیز انجام خواهد شد.

ابزارها

در این پژوهش برای گردآوری داده ها از ابزارهای زیر استفاده گردید.

پرسشنامه باورهای مرتبط با رابطه^۱: این پرسشنامه به منظور اندازه گیری باورهای غیرمنطقی و ناکارآمد زندگی زناشویی توسط ایدلسون و اپشتین (1982) تدوین شد که دربرگیرنده پنج خرده مقیاس باور به تخریب کنندگی^۲، مخالفت^۳، باور به تغییرناپذیری همسر^۴، توقع و انتظار ذهن خوانی^۵، کمال گرایی جنسی و باور در مورد تفاوت های جنسی^۶ است. این ابزار دربرگیرنده ۴۰ ماده است که به صورت لیکرتی از کاملاً موافقم = ۵ تا کاملاً مخالفم = ۰ نمره گذاری می شود. حداقل و حداکثر نمره این پرسشنامه از صفر تا ۲۰۰ و در هر خرده مقیاس از صفر تا ۴۰ در نوسان است. نقطه برش این پرسشنامه ۱۰۰ است که نمره بالای ۱۰۰ در این پرسشنامه و در خرده مقیاس ها نشان دهنده میزان بالای باورهای ناکارآمد است. ادماندسون (۲۰۰۵) ضریب پایایی آلفای کرونباخ خرده مقیاس های تخریب کنندگی مخالفت ۰/۶۶، باور به تغییرناپذیری همسر ۰/۷۱، توقع و انتظار ذهن خوانی ۰/۵۹، کمال گرایی جنسی ۰/۵۹ و باور در مورد تفاوت های جنسی ۰/۶۰ و جیمز و همکاران (James, Hunsley, & Hemsworth, 2002) از ۰/۵۸ تا ۰/۸۳ گزارش کرده اند. در این پژوهش، ضریب پایایی آلفای کرونباخ این ابزار برای خرده سنجه های تخریب کنندگی مخالفت ۰/۶۰، باور به تغییرناپذیری همسر ۰/۵۲، توقع و انتظار ذهن خوانی ۰/۵۵، کمال گرایی جنسی ۰/۴۴ و باور در مورد تفاوت های جنسی ۰/۵۷ و در کل مقیاس ۰/۸۴؛ و ضرایب روایی هم زمان این مقیاس با مقیاس ۲۰ ماده ای باورهای محدودکننده انتخاب همسر (G. Rajabi, Ferdowsi, S., & Shahbazi, M, 2012) برای خرده سنجه های تخریب کنندگی مخالفت ۰/۳۴، باور به تغییرناپذیری همسر ۰/۴۵، توقع و انتظار ذهن خوانی ۰/۳۱، کمال گرایی جنسی ۰/۴۱، باور در مورد تفاوت های جنسی ۰/۳۷ و در کل مقیاس ۰/۴۹ ($p < 0.001$) به دست آمد.

1. Relationship Beliefs Questionnaire
2. Belief in destructiveness
3. Opposition
4. Immutability of the spouse
5. Mind-reading expectation
6. Belief in gender differences

پرسشنامه خودکارآمدی^۱: برای سنجش خودکارآمدی پرسشنامه خودکارآمدی ده سؤالی به کاررفته است که رالف (Schwarzer, R., & Jerusalem, 1995) تهیه کرده‌اند. هر پرسش در یک مقیاس لیکرتی پنج‌درجه‌ای (۱ تا ۵) نمره‌گذاری می‌شود پرسشنامه فوق در پژوهش‌های بسیار به کار گرفته شده و اعتبار آن از طریق ضریب همسانی درونی آلفا ۰/۹۰ و ۰/۷۵ گزارش شده است. نقطه برش این پرسشنامه ۲۰ بوده است به این معنی که نمره ۲۰ و کمتر از آن به معنی خودکارآمدی ضعیف عنوان می‌شود. این ابزار نه تنها از اعتبار بالایی برخوردار است، بلکه روایی قابل توجهی نیز دارد این پرسشنامه با حرمت خود و خوش‌بینی همبستگی مثبت و با اضطراب و افسردگی همبستگی منفی دارد و به اکثر زبان‌های زنده دنیا ترجمه شده و در تحقیقات گوناگون استفاده شده است. در پژوهشی (Kadivar, 2003) اعتبار این ابزار با به کارگیری ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ و شاخص‌های مربوط به ضریب تمیز یا تشخیص کلیه پرسش‌ها در حد بسیار مطلوب گزارش شده است. همچنین، نتایج کادیوار حاکی از روایی سازه و توان تشخیص مناسب ابزار است. ضرایب همبستگی نتایج تحلیل عامل نشان داد که ضرایب همبستگی تفکیکی میان سؤال‌های پرسشنامه خودکارآمدی در حد بسیار مطلوب است. همچنین نتایج تحلیل عوامل نشان می‌دهد که بار عاملی همه پرسش‌ها در حد قابل قبول قرار دارد و این امر قادر است ۰/۴۵ خودکارآمدی را تبیین کند.

پرسشنامه معنای زندگی^۲: برای اندازه‌گیری معنا جویی از پرسش‌نامه معنا در زندگی که به وسیله استیگر و همکاران (Steger et al., 2006) تهیه شده بود، استفاده شد. این پرسش‌نامه ۱۰ گزینه ۷ عاملی لیکرت (از کاملاً نادرست تا کاملاً درست) دارد. این پژوهشگران برای ساخت این ابزار ابتدا ۴۴ آیتم تهیه کردند و سپس با به کارگیری تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل وجود معنا در زندگی و جستجوی معنا در زندگی، با مجموع ۱۷ آیتم دست یافتند. سپس در یک تحلیل عاملی تأییدی با حذف ۷ گویه به ساختار مناسب دوعاملی با ۱۰ گویه دست یافتند. مجموع نمره‌های پرسش‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰ میزان تلاش فرد برای

1. Self-efficacy questionnaire
2. life meaning

یافتن معنا و مجموع نمره‌های پرسش‌های ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹ (پرسش ۹ با کدگذاری معکوس) میزان معناداری زندگی فرد را مشخص می‌کنند. بین دو عامل وجود و جست‌وجوی معنا در زندگی، همبستگی منفی اندکی وجود داشت ($r = -0/19$). مصر آبادی و همکاران (Mesrabadi, Jafariyan, & Ostovar, 2013) با اجرای پرسش‌نامه معنا در زندگی در مورد ۴۰ دانشجوی، نشان دادند که این پرسش‌نامه از روایی و پایایی کافی برخوردار است.

مداخلات

در پژوهش حاضر گروه آزمایش تحت درمان آموزش پیش از ازدواج توسط کارشناس مشاوره و روان‌درمانی در مرکز مشاوره و روانشناسی صدرا شهر تبریز قرار گرفته‌اند که ساختار و محتوای جلسات درمانی به شرح زیر انجام گرفته است:

جلسه اول: - آشنایی با افراد گروه و معرفی مدرس به دانشجویان - بیان اهداف شرکت در برنامه آموزش پیش از ازدواج - ذکر سه مزیت ازدواج مانند حمایت عاطفی، مصاحبت، صمیمیت جسمانی و ... - پرسش درباره اهداف ازدواج - ابراز جمله‌های عاشقانه مانند دوست دارم در روابط

جلسه دوم: در ابتدای جلسه دوم مباحث جلسه اول مرور شد و به سرفصل‌های جلسه دوم شامل: - بیان اهمیت وجود خدا در رابطه - بررسی دیدگاه هر شخص در مواقعی که انتظارات را طرف مقابل برآورده نکرده است - بیان ابزارهایی برای ماندن در نقطه مثبت رابطه پرداخته شد.

جلسه سوم: در شروع جلسه از دانشجویان خواسته شد نکات مهم مباحث مطرح شده در جلسات قبل را بیان کنند و در ادامه به آموزش مفاهیم زیر پرداخته شد: تفهیم وجود تفاوت‌های فردی ویژگی‌های شخصیتی - ارائه جدول راهنمای زبان عشق

جلسه چهارم: در ابتدای جلسه چهارم بازخوردی از فرایند جلسات آموزشی دریافت کرده و به آموزش مباحث زیر پرداختیم: - بیان نحوه تبدیل مشاخره به بحث معمول - ارائه قواعد بحث کردن با طرف مقابل

جلسه پنجم: در جلسه چهارم به آموزش مطالب زیر پرداخته شد: - تکمیل عبارات جدول درباره نزدیکی عاطفی - بررسی موارد منفی و آسیب‌زایی که در زندگی زناشویی می‌تواند رخ دهد - ایجاد

مرزهای مشخص برای ارتباط با دیگران - درخواست فهرست کردن شش سرگرمی که از آن لذت می-برند.

جلسه ششم: در جلسه آخر مطالب زیر مطرح شده - لزوم تقویت توانایی در زمینه مدیریت پول و امور مالی - مهارت‌های مدیریت دخل و خرج - بیان ایده‌ها و افکار در مورد ازدواج - توجه به محتوا، آهنگ و زبان بدن - توجه به حوزه‌هایی از زندگی که نیازمند رشد بیشتری است و در پایان جلسه به منظور اخذ نمرات پس‌آزمون پرسشنامه‌های تحقیق اجرا گردید.

شیوه اجرای پژوهش

ابتدا مجوزهای لازم از مرکز مشاوره و روانشناسی استان آذربایجان شرقی گرفته شد و سپس پژوهش موردنظر از طریق یک فراخوان در دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی اطلاع‌رسانی شد. بر این اساس دانشجویانی که علاقه‌مند بودند اعلام آمادگی کردند، طبق ملاک‌های اخلاقی پژوهش جهت مشارکت در طرح پژوهش رضایت‌نامه آگاهانه را تکمیل کردند. در یک بازه زمانی بیش از یک ماه بعد از مصاحبه تشخیصی توسط پژوهشگر و مشخص شدن دانشجویانی که ملاک‌های ورود را دارا بودند، تعداد ۴۰ نفر دانشجو بر اساس نمونه‌گیری هدفمند در دسترس انتخاب و به مرکز مشاوره و روانشناسی امید شهر تبریز مراجعه کردند. بعد از مشخص شدن گروه آزمایش و کنترل به منظور هماهنگی با دانشجویان برای حضور در رده‌های آموزش پیش از ازدواج، مقرر شد گروه آزمایش هفته‌ای یک جلسه و به مدت ۶۰ دقیقه در کلاس‌های آموزش پیش از ازدواج شرکت کند. پس از اخذ مجوز از دانشگاه علوم پزشکی تبریز و کسب رضایت آگاهانه از مشارکت‌کنندگان به منظور دریافت نمرات پیش‌آزمون از هر دو گروه، پرسشنامه‌ها در حضور پژوهشگر اجرا شد. با هدف انجام مداخله برای تعیین اثربخشی آموزش‌ها پروتکل ۶ جلسه‌ای آموزش پیش از ازدواج به روش انجمن و رایت توسط مشاور متخصص که چندین سال سابقه و تجربه مشاور پیش از ازدواج را داشت آموزش داده شد (Rezazdeh & Sadri Damirchi, 2018). این پروتکل بسیار جامع و منسجم است و ابزارها و فنون بسیار زیادی در هر مرحله از مشاوره پیش از ازدواج معرفی نموده است (Ed Wright, 2015). زمان هر جلسه

نتایج پیش فرض لوین نشان داد سطح معنی داری بالای ۰/۰۵ است، بنابراین می توان بیان کرد فرض برابری واریانس ها برای هر سه متغیر رعایت شده است (جدول ۲).

جدول ۲.

نتایج آزمون لوین برای باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی و تحلیل کوواریانس چند متغیره

متغیرها	F	df1	df2	سطح معنی داری
باورهای مرتبط با رابطه	۳/۴۲۴	۱	۳۸	۰/۰۷۲
خودکارآمدی	۳/۸۰۲	۱	۳۸	۰/۰۵۹
معنای زندگی	۳/۴۴۴	۱	۳۸	۰/۰۷۱

آزمون ها	مقادیر	F	Df فرضیه ها	Df خطا	سطح معنی داری	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۸۱۵	۲۴/۳۰	۳	۳۳	p<۰/۰۰۱	۰/۸۱۵
لامبدا ویلکز	۰/۱۸۵	۲۴/۳۰	۳	۳۳	p<۰/۰۰۱	۰/۸۱۵
اثر هتلینگ	۴/۴۱۹	۲۴/۳۰	۳	۳۳	p<۰/۰۰۱	۰/۸۱۵
بزرگ ترین ریشه ی	۴/۴۱۹	۲۴/۳۰	۳	۳۳	p<۰/۰۰۱	۰/۸۱۵

نتایج آزمون شاپیروویلیک نشان داد هیچ یک از متغیرها در سطح معنی داری قرار ندارند ($p > 0/05$). به عبارتی نرمال بودن داده ها مورد تأیید قرار گرفت (جدول ۲).

نتایج نشان داد هر چهار آماره یعنی اثر پیلایی، لامبدا ویلکز، اثر هتلینگ و بزرگ ترین ریشه روی معنی دار بوده است ($P < 0/001$) (جدول ۲)؛ بنابراین می توان بیان کرد که روش مداخله بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته مؤثر بوده است و تفاوت های معنی داری بین گروه ها وجود دارد.

نتایج نشان داد اثربخشی برنامه آموزشی پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه ($p < 0.001$)، اثر منفی و معنی‌داری دارد. برنامه آموزشی پیش از ازدواج بر خودکارآمدی ($P < 0.001$)، $d = 0.492$ و معنای زندگی ($d = 0.703$) و معنای زندگی ($d = 0.868$)، $P < 0.001$) معنی‌دار بوده است (جدول ۳).

جدول ۳.

نتایج مانکوا یا کوواریانس چند متغیره برای سه متغیر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر	مجموع مجذورات	df	مجذور میانگین	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
باورهای مرتبط با رابطه	۱۰۵۸۹/۴۱۷	۱	۱۰۵۸۹/۴۱۷	۳۵/۹۰	$p < 0.001$	۰/۴۹۲
خودکارآمدی	۸۹۶/۲۴۹	۱	۸۹۶/۲۴۹	۸۷/۷۴۷	$p < 0.001$	۰/۷۰۳
معنای زندگی	۳۸۲/۴۹۲	۱	۳۸۲/۴۹۲	۵۲/۱۳۴	$p < 0.001$	۰/۸۶۸

*سطح معنی‌داری $p < 0.05$

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی آموزش پیش از ازدواج بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در دانشجویان پرستاری بود.

نتایج پژوهش نشان داد برنامه آموزشی پیش از ازدواج منجر به کاهش باورهای ناکارآمد ارتباطی در دانشجویان شده است. نتایج تحقیق حاضر با (Khoei, Zahrakar, & Ahmady, 2021) و (Rajabi, Ferdowsi & Shahbazi, 2016) (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5279968/>) و (Rostami & Ghezelsefloo, 2018) همسو بود. (Rajabi, Ferdowsi & Shahbazi) نشان دادند برنامه آموزش ارتباطی روشی مناسب برای کاهش باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد در دانشجویان است. همچنین (Rostami & Ghezelsefloo) نشان دادند که غنی‌سازی پیش از ازدواج روشی برای کاهش باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد است. تحقیقات نشان داده است افرادی که در برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد

ارتباطی بهتر، تبدلات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند (Kepler, Borowski & Tambling, 2015) ;
2015). بیان کردند در آموزش‌های پیش از ازدواج، تمرکز کردن بر علائم
هشداردهنده در ازدواج بسیار حائز اهمیت است. از جمله این علائم می‌توان به انتظارات، باورهای غلط و
ناکارآمدی درباره ازدواج و همسر آینده اشاره کرد که در قالب اسطوره‌های ازدواج شناسایی می‌شوند.
(Khoei, Zaharakar, & Ahmady, 2021) بیان کردند که آموزش‌های که پیش از ازدواج یکی از روش‌های
بهبود باورهای مرتبط با رابطه در افراد است. شباهتی که نتایج حاضر با نتایج همسو داشته است این بود که
اکثر از برنامه آموزش پیش از ازدواج انجیل و رایت استفاده کرده‌اند. تفاوت صرفاً در نمونه آماری بود. در
تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که در روش انجیل و رایت به افراد این آگاهی داده می‌شود که تمام
مشکلات ازدواج تا حد زیادی تحت تأثیر تصورات نادرست و باورهای غلط در رابطه با همسر آینده است
(Fawcett, Hawkins, Blanchard, & Carroll, 2010). در مهارت‌های پیش از ازدواج فرد با از بین بردن اسطوره-
های غلط و نادرست از ازدواج خود می‌تواند با فاصله گرفتن از اسطوره‌ها و باورهای ناکارآمد، در دنیای
واقعی ازدواج با همه مشکلات و راحتی‌ها قرار بگیرند (Parrott & Parrott, 2006). افراد با مهارت‌های
آموزش پیش از ازدواج متوجه خواهند شد که همسر آینده‌شان نمی‌تواند همیشه رفتارهای که از آنان سر
می‌زند را ذهن خوانی کند و یا حدس بزند؛ بلکه افراد اکثراً احساسات، نیازها و خواسته‌های افکار خود را به
گفتار تبدیل کند و در قالب جملات روشن که با به‌کارگیری مهارت‌های ارتباطی کارآمد شکل می‌گیرد با
یکدیگر ارتباط مناسب برقرار کنند (Sagesse, 2018). همچنین نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های پیش از
ازدواج باعث افزایش خودکارآمدی در گروه آزمایش شده است. نتایج پژوهش حاضر با نتایج (Fatehi
2016, khoshknab, & Karimi Sani) به‌نوعی همسو بود. (Fatehi khoshknab, & Karimi Sani, 2016) نشان دادند
که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر خودکارآمدی افراد مؤثر است و باعث افزایش خودکارآمدی و
مهارت‌های اجتماعی در دختران شده است. در تحقیق (Fatehi khoshknab, & Karimi Sani, 2016) پروتکل
آموزش پیش از ازدواج اینریج بوده است و بر روی دختران موردبررسی قرار گرفته است. لذا مقایسه نتایج
حاضر که از آموزش پیش از ازدواج انجیل و رایت استفاده کرده است با نتایج (Fatehi khoshknab, & Karimi

(Sani, 2016) به طور مستقیم امکان‌پذیر نبود؛ که همچنین نتایجی که ناهم‌سو با نتایج حاضر باشد، توسط محقق یافت نشد. در تبیین این یافته می‌توان این‌طور بیان کرد که آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج به افراد برای افزایش سازگاری‌ها، سلامت و پیشگیری‌ها از اثرات سوء فشار روانی کمک می‌کند. در این آموزش فرد همه مهارت‌های لازم برای داشتن یک زندگی مشترک مناسب و موفق را در خود پرورش می‌دهد که در نهایت این عوامل باعث تأثیر مثبت در خودکارآمدی فرد می‌شود (Nazari, 2020). آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج به افراد کمک می‌کند تا شناخت بیشتری درباره خود و محیط اطراف خود کسب کند تا با آگاهی از نقاط قوت و ضعف، امکانات و محدودیت‌های خود و پذیرفتن واقعیت‌ها آمادگی لازم را برای یک ازدواج موفق را داشته باشند (Rezazadeh, Sadri & Ghamari, 2019). زمانی که فرد به این سطح از آگاهی فردی می‌رسد که این خود آن‌ها هستند که هیجان‌ها و عواطف مثبت و منفی را تا حدودی زیادی زیر نفوذ دارند، بنابراین با مهارت‌های پیش از ازدواج می‌توانند آن‌ها را کنترل کنند و از این طریق باعث افزایش خودکارآمدی شود. به‌علاوه نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج باعث افزایش معنای زندگی در گروه آزمایش شده است. در رابط با مقایسه نتایج حاضر با نتایج گذشته تحقیقی مبنی بر تأثیر آموزش پیش از ازدواج بر معنای زندگی توسط محقق یافت نشد. لذا سعی شده است با احتیاط به تبیین نتایج حاضر پرداخته شود. معنا در زندگی در اصل ماهیت شناختی دارد، چراکه دربردارنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف نهایی در زندگی، باور به معنویت و زندگی در آخرت است. معنا جویی می‌تواند با ایجاد معنا و مسئولیت در فرد توان مقابله با مشکلات را در زندگی افزایش دهد (Ryan, Tilbury, Robinson, & Dowson, 2011). در تبیین این یافته می‌توان این‌طور بیان کرد که مهارت‌های آموزش پیش از ازدواج با آگاهی از تنش‌ها و مشکلات روان‌شناختی (Yousefi et al., Fakhar, Navayinezhad, & Foroughan, 2008) به فرد این توانایی را می‌دهد تا با مشکلات به‌طور منطقی رفتار کند. شکر کردن فرد در آموزش‌های پیش از ازدواج باعث پایین آمدن سطح عواطف منفی مانند اضطراب و افسردگی می‌گردد (Ortinarsih, Kasiati & Handayani, 2021). پایین آمدن سطح عواطف، کاهش ناامیدی نسبت به ازدواج و همسر آینده را به دنبال دارد که می‌تواند خوشنودی از زندگی را افزایش دهد که در نتیجه می‌تواند باعث افزایش معنای

زندگی در زندگی افراد می‌شود (Rathi & Rastogi, 2007). از طرفی با قرار گرفتن فرد در این کارگاه‌ها فرد به این آگاهی می‌رسد تا با ترسیم یک هدف به زندگی خود معنا ببخشد. به عبارتی دیگر مهارت‌های پیش از ازدواج باعث می‌شود که افراد دیدگاه‌های واقع‌بینانه‌ی از خود و زندگی پیدا کنند و درباره مشکلات واقعی خود به درستی قضاوت کنند و نگرش خود را تغییر دهند (Sagesse, 2018). از طریق این آموزش‌ها افراد توانمندی‌های خود را می‌شناسند و یاد می‌گیرند تا به بهترین صورت از آن استفاده کنند که باعث افزایش خوشنودی آن‌ها زندگی و معنای زندگی در زندگی می‌شود (Martela & Steger, 2016). با توجه به اینکه مطالعه مشابه توسط محقق مشاهده نشد، امکان مقایسه نتایج حاضر امکان‌پذیر نیست.

به‌عنوان نتیجه‌گیری نهایی می‌توان گفت آموزش‌های پیش از ازدواج نقش مهمی را با بهبود باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در زندگی در این راستا ایفا نموده و می‌توانند دانش فرد را در این زمینه افزایش دهند. به‌طور کلی آموزش پیش از ازدواج می‌تواند با تأثیر مؤثر بر باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی در زندگی به‌عنوان یک روش فراخور باعث کاهش باورهای مرتبط با رابطه ناکارآمد و افزایش خودکارآمدی و معنای زندگی در زندگی شود. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابهی روی گروه‌های سنی گوناگون و در فرهنگ‌های دیگر با سطح تحصیلات مختلف نیز انجام شود. همچنین آموزش پیش از ازدواج را در سایر مؤلفه‌های مؤثر که می‌تواند نقش مهمی در روابط زوجین ایفا کند مورد بررسی قرار گیرد. از لحاظ کاربردی با توجه به مزایای مختلف آموزش‌های پیش از ازدواج به مشاورها، روانشناس‌های حوزه ازدواج و خانواده درمانگران توصیه می‌شود که این رویکرد آموزش پیش از ازدواج را برای بهبود و افزایش ازدواج سالم در جامعه برای بهبود روابط زوجین و کاهش نرخ طلاق در جامعه استفاده کنند (McGhee, Burr, Vanrosendale, & Figueroa, 2021). قابل ذکر است تمام آموزش‌ها باید زیر نظر متخصص انجام گیرد

محدودیت‌های پژوهش. از جمله مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به دشوار بودن کنترل اثر انتقال به علت یکسان بودن سؤالات در پیش‌آزمون و پس‌آزمون و اثر آموزش پیش از ازدواج به دلیل دوره-ای بودن آموزش‌ها و محدودیت فرهنگی و جغرافیایی خاص برای تعمیم نتایج اشاره کرد.

پیشنهادها: پیشنهاد می‌شود در خصوص غنای پروتکل درمانی آموزش پیش از ازدواج انجیل و رایت و نحوه اجرا، پژوهش‌های بیشتری صورت گیرد و با توجه به تفاوت‌ها اقلیم جغرافیایی و تأثیر آن بر خلق و روح افراد پیشنهاد می‌شود درمانگران در به‌کارگیری آموزش پیش از ازدواج در نقاط دیگر کشور نهایت دقت را در تبیین داشته باشد و شرایط فرهنگی کشور را مدنظر قرار دهد و در این موارد نظر مستقیم از طرف درمانگر مطرح نگردد. با توجه به اینکه آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر روی بهبود باورهای مرتبط با رابطه، خودکارآمدی و معنای زندگی تأثیر دارد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود با به‌کارگیری منابع علمی معتبر ابتدا به تدوین دستورالعمل و برنامه اجرایی مناسب پرداخته شود که با افزایش این مهارت‌ها به برقرار ارتباط اجتماعی مناسب در آینده مه لازم داشتن یک زندگی پایدار است پردازد. همچنین توصیه می‌شود با آموزش‌های لازم در برقراری کلاس‌های آموزش راه‌های مقابله با رفتارهای غیراجتماعی را فراگیرند که با افزایش این مهارت‌ها به برقراری ارتباط اجتماعی مناسب بدون هیچ‌گونه مشکل در آینده به داشتن یک زندگی شاد و موفق مبادرت ورزند.

تعارض منافع

بنا بر اظهارات نویسندگان، این مقاله تعارض در منافع ندارد.

اخلاق پژوهش

به دلیل این که پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های مداخله‌ای است، بنابراین ملاک‌ها و ضوابط اخلاقی انجمن روان‌شناسی آمریکا و ملاک‌های اخلاقی سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره ایران در نظر گرفته شد. به طوری که یک رضایت‌نامه آگاهانه کتبی با در نظر گرفتن نکات زیر تدوین گردید: اصل رازداری رعایت شود، سلامت روان‌شناختی شرکت‌کنندگان در اولویت قرار گیرد، اگر افراد تمایل به شرکت در روند درمان نداشته باشند به درخواست آن‌ها احترام گذاشته شود. همچنین بر اساس کدهای ۲۶ گانه مصوب کمیته کشوری اخلاق در پژوهش‌های علوم پزشکی کدهای ۱۳ و ۲ (منافع حاصل از یافته‌ها در جهت پیشرفت دانش بشری)، کد ۲۰ (هماهنگی پژوهش با موازین دینی و فرهنگی) رعایت شد.

مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی: تمام نویسندگان؛ روش‌شناسی: تمام نویسندگان؛ تحلیل: تمام نویسندگان؛ تحقیق و بررسی: تمام نویسندگان؛ نگارش پیش‌نویس: مسعود رضازاده؛ ویراستار و نهایی سازی متن: اسماعیل صدری دمی‌رچی؛ نظارت و مدیریت پروژه: اسماعیل صدری دمی‌رچی؛ مداخله درمانی: مسعود رضازاده.

منابع مالی

این مقاله با هزینه شخصی پژوهشگران انجام شده و هیچ حامی مالی ندارد.

دسترسی به مواد و داده‌ها

در این پژوهش از پرسشنامه طلاق هیجانی استفاده شد. این پرسشنامه به آسانی در دسترس محققان قرار دارد.

تأیید اخلاقی و خوشنودی مشارکت‌کنندگان

همه مشارکت‌کنندگان در پژوهش فرم خوشنودی آگاهانه را پر کردند و محققان به آن‌ها اطمینان دادند که نتایج تحقیق محرمانه خواهد بود. از ۲۶ کد رایج اخلاق در پژوهش‌های پزشکی، کدهای ۲، ۱۳ و ۲۰ رعایت شد.

خوشنودی برای انتشار

نویسندگان از انتشار این مقاله خوشنودی کامل دارند.

تصریح درباره تعارض منافع

این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی منافات ندارد.

سپاسگزاری

از واحدهای موردپژوهش، مسؤولین، مدیران محترم و شرکت‌کنندگانی که در اجرای این پژوهش همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

- Borowski, S. C., & Tambling, R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about Pre-marital counseling. *The Family Journal*, 23(4), 417-426. [[Link](#)]
- Debats, D. L., Van der Lubbe, P. M., & Wezeman, F. R. (1993). On the psychometric properties of the Life Regard Index (LRI): A measure of a meaningful life: An evaluation in three independent samples based on the Dutch version. *Personality and Individual Differences*, 14(2), 337-345. [[link](#)]
- Dugan, J., Booshehri, L. G., Phojanakong, P., Patel, F., Brown, E., Bloom, S., & Chilton, M. (2020). Effects of a trauma-informed curriculum on depression, self-efficacy, economic security, and substance use among TANF participants: Evidence from the Building Health and Wealth Network Phase II. *Social science & medicine*, 113136. [[Link](#)]
- Ebrahimi, S., Goudarzi, 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*, 9(1), 217-236. [[Link](#)]
- Ed Wright, A. W. (2015). Together Forever ~ God's Design for Marriage: Pre-marital Counseling Workbook Paperback – July 27, 2015. 188. [[Link](#)]
- Edmundson, M. L. (2005). Marriage myths and dysfunctional relationship beliefs among undergraduates. [[Link](#)]
- Eidelson, R. J., & Epstein, N. (1982). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of consulting and clinical psychology*, 50(5), 715. [[Link](#)]
- Ellis, A. (2001). New directions for rational emotive behavior therapy: Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors. Amherst, NY: Prometheus. [[Link](#)]
- Epstein, N., & Eidelson, R. J. (1981). Unrealistic beliefs of clinical couples: Their relationship to expectations, goals, and satisfaction. *American Journal of Family Therapy*, 9(4), 13-22. [[Link](#)]

- Fakhar, F., Navayinezhad, S., & Foroughan, M. (2008). The role of group counseling with logo-therapeutic approach on the mental health of older women. *Iranian journal of aging*, 3(1), 58-67. [Persian] [[Link](#)]
- Fatehi Khoshknab, F., & Karimi Sani, P. (2016). The Effect of Teaching before Marriage skills on the Improvement of Social Skills and Self-Efficacy of the Girls Who Were in the Threshold of Marriage. *WOMAN & STUDY OF FAMILY*, 9(33), 141-162. [Persian] [[Link](#)]
- Fawcett, E. B., Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., & Carroll, J. S. (2010). Do Pre-marital education programs work? A meta-analytic study. *Family Relations*, 59(3), 232-239. [[Link](#)]
- Fokkert, J., & Van Kooten, A. (2009). Relationship beliefs: their association with entering into a relationship, their change over time, and with transitions in relationship status. [[Link](#)]
- Gizir, C. A. (2013). An investigation of the relationship beliefs of the university students regarding gender and dating status. *Egitim ve Bilim*, 38(170). [[Link](#)]
- Gündoğdu, R., Yavuzer, Y., & Karataş, Z. (2018). Irrational beliefs in romantic relationships as the predictor of aggression in emerging adulthood. *Journal of Education and Training Studies*, 6(3), 108-115. [[Link](#)]
- Halama, P., & Dedová, M. (2007). Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studia Psychologica*, 49(3), 191. [[Link](#)]
- Hoek, J. B., Cahill, A., & Pastorino, J. G. (2002). Alcohol and mitochondria: a dysfunctional relationship. *Gastroenterology*, 122(7), 2049-2063. [[Link](#)]
- Hojati, H., Emadi Zyarati, N., Hadadian, F., & Rezaee, H. (2013). Effect of training Fordyce happiness on increase students' self-efficacy. *Elixir Psychology*, 57, 14268-14270. [Persian] [[Link](#)]
- Huo, J.-Y., Wang, X.-Q., Steger, M. F., Ge, Y., Wang, Y.-C., Liu, M.-F., & Ye, B.-J. (2020). Implicit meaning in life: The assessment and construct validity of implicit meaning

- in life and relations with explicit meaning in life and depression. *The Journal of Positive Psychology*, 15(4), 500-518. [[Link](#)]
- Iwanowicz-Palus, G., Mróz, M., & Bień, A. (2020). Quality of life, Social Support, and Self-Efficacy in Women After A Miscarriage. [[Link](#)]
- Jackson, B., Grove, J. R., & Beauchamp, M. R. (2010). Relational efficacy beliefs and relationship quality within coach-athlete dyads. *Journal of social and personal relationships*, 27(8), 1035-1050. [[Link](#)]
- James, S., Hunsley, J., & Hemsworth, D. (2002). Factor structure of the relationship belief inventory. *Cognitive therapy and research*, 26(6), 729-744. [[Link](#)]
- Kadivar, P. (2003). The role of self-efficacy beliefs, self-regulation, and intelligence in school performance among secondary school first-grade students. [[Link](#)]
- Karimi, S. P. (2016). The Effect of Teaching before Marriage skills on the Improvement of Social Skills and Self-Efficacy of the Girls Who Were in the Threshold of Marriage. [Persian] [[Link](#)]
- Kepler, A. (2015). Marital satisfaction: The impact of Pre-marital and couples counseling. [[Link](#)]
- Khadivzadeh, T., Ardaghi, M., Mirzaii, K., & Mazloum, S. R. (2016). The effect of interactive educational workshops with or without standardized patients on the self-efficacy of midwifery students in sexual health counseling. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 4(2), 562-570. [[Link](#)]
- Khoei, A. A., Zaharakar, K., & Ahmady, K. (2021). The Effectiveness of Premarital Education based on the Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP) on Communication Beliefs and Attitudes Toward Marriage of Couples on the Verge of Marriage. *Islamic Life Style*, 4, 63-73. [[Link](#)]
- Mahat, G., Scoloveno, M. A., & Ayres, C. (2011). HIV/AIDS knowledge and self-efficacy among Nepalese adolescents: A peer education program. *Research and theory for nursing practice*, 25(4), 271-283. [[Link](#)]

- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531-545. [[Link](#)]
- McGhee, J., Burr, B., Vanrosendale, A., & Figueroa, D. (2021). What Does Those Cohabiting Believe about Relationship Social Support and Premarital Counseling? A Comparative Analysis. *Social Sciences*, 10(5), 183. [[Link](#)]
- Mesrabadi, J., Jafariyan, S., & Ostovar, N. (2013). Discriminative and construct validity of meaning in life questionnaire for Iranian students. *International Journal of Behavioral Sciences*, 7(1), 83-90. [Persian] [[Link](#)]
- Morrison, M. A., & Lent, R. W. (2018). The working alliance, beliefs about the supervisor, and counseling self-efficacy: Applying the relational efficacy model to counselor supervision. *Journal of Counseling Psychology*, 65(4), 512. [[Link](#)]
- Naderian, M., & Pazhouhan, F. (2020). A Sociological Analysis of Factors Affecting the Tendency of Youth to Manage the Body (Case study: 16-18 youth in Isfahan)A Sociological Analysis of Factors Affecting the Tendency of Youth to Manage the Body (Case study: 16-18 youth in Isfahan). *strategic research on social problems in Iran*, 8(4), 1-16. [Persian] [[Link](#)]
- Nazari, B. (2020). Effectiveness of Premarital Training based on Interpersonal Choices and Knowledge Program on Dysfunctional Relationship Beliefs of Couples in the Verge of Marriage with Conflict. *Scientific Journal of Social Psychology*, 9(special letter), 241-249. [[Link](#)]
- Odero, M. E. A. (2019). Pre-marital counseling and its influence on marital quality among seventh-day Adventist members in Kibra Division of Nairobi County, Kenya. [[Link](#)]
- Ortiningsih, R., Kasiati, K., & Handayani, S. (2021). Premarital Counseling Affects Primigravidas' Knowledge and Attitude on Reproductive and Sexual Health. *Jurnal Ners*, 16(1). [[Link](#)]
- Parrott, L., & Parrott, L. L. (2006). Saving your marriage before it starts: seven questions to ask before--and after--you marry Zondervan. Properties of the Scale of restrictive beliefs of spouse selection. *Two Quarterly*. [[Link](#)]

- Rathi, N., & Rastogi, R. (2007). Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31-38. [[Link](#)]
- Rajabi, G., Abbasi, G., Sodani, M., & Aslani, K. (2016). The effectiveness of Pre-marital Education Program Based on Pre-marital Interpersonal Choices and Knowledge in Bachelor students. *Journal of Family Counseling & Psychotherapy*, 6(1), 79-97. [Persian] [[Link](#)]
- Rajabi, G., Ferdowsi, S., & Shahbazi, M. (2012). Investigating the Psychometric Properties of the Scale of restrictive beliefs of spouse selection. *Two Quarterly*. [Persian] [[Link](#)]
- rezazadeh, E. S. D., Hossein ghamarikivi (2019). The effectiveness of premarriage educations on attitude toward marriage, resilience, and marriage. *Journal of Family Counseling and Psychotherapy*, 9(1), 109-124. [Persian][[Link](#)]
- Rezazdeh, M., & Sadri Damirchi, E. (2018). The effectiveness of premarriage educations on attitude toward marriage resilience and marriage expectation in students of Tabriz University of Medical Sciences. The University of Mohaghegh Ardabili. [Persian] [[Link](#)]
- Robinson, S., & Dowson, P. (2011). Responsibility and integrity in the curriculum. *Journal of Global Responsibility*, 2(2), 253. [[Link](#)]
- Rostami, M., & Ghezelseflo, M. (2018). Examining the effects of the SYMBIS pre-marriage training on engaged couples' communication beliefs. *Journal of Family Psychology*, 5(1), 45-56. [Persian] [[Link](#)]
- Rutledge, C. M., Guardia, A. C. L., & Bluestein, D. (2013). Predictors of self-efficacy for sleep in primary care. *Journal of clinical nursing*, 22(9-10), 1254-1261. [[Link](#)]
- Ryan, A., Tilbury, D., Robinson, S., & Dowson, P. (2011). Responsibility and integrity in the curriculum. *Journal of Global Responsibility*. [[Link](#)]
- Sagesse, W. (2018). Relationships between Pre-marital counseling, religiosity, and marital satisfaction. Grand Canyon University. [[Link](#)]

- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized self-efficacy scale. In J. Weinman, [\[Link\]](#)
- S. Wright, & M. Johnson (Eds.), Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs, 35-37. [\[Link\]](#)
- Segrin, C., & Nabi, R. L. (2002). Does television viewing cultivate unrealistic expectations about marriage? *Journal of Communication*, 52(2), 247-263. [\[Link\]](#)
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80. [\[Link\]](#)
- Thompson, S. C., Sobolew-Shubin, A., Graham, M. A., & Janigian, A. S. (1989). Psychosocial adjustment following a stroke. *Social science & medicine*, 28(3), 239-247. [\[Link\]](#)
- Yousefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F., Fatehizadeh, M. A., Ahmadi, S. A., Mavarani, Yousefi, et al. (2009). Efficacy of Logotherapy and Gestalt therapy in treating anxiety, depression, and aggression. *Journal of Iranian Psychologists*. [Persian] [\[Link\]](#)

پیوست ۱

