



## The Effectiveness of Group Reality Therapy on the Attitude to Mate Selection of Girls Ready for Marriage

Mahbuobe Nouri<sup>1</sup>, Mohammad Reza Sheikhi<sup>2\*</sup>, Anahita Khodabakhshi-Koolae<sup>3</sup>

1- MSc. of Family Counseling, Department of Psychology & Educational Sciences, Faculty of Humanities, Khatam University, Tehran, Iran.

2- Associate Professor of Nursing Education, Department of Psychiatric Nursing, School of Nursing and Midwifery, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran.

3- Associate Professor of Psychology, Department of Psychology & Educational Sciences, Faculty of Humanities, Khatam University, Tehran, Iran.

**Correspondence author:** Mohammad Reza Sheikhi, Associate Professor of Nursing Education, Department of Psychiatric Nursing, School of Nursing and Midwifery, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran.

**Email:** mmsheikhi1@yahoo.acom

Received: 7 Nov 2023

Accepted: 21 Dec 2023

### Abstract

**Introduction:** Choosing a spouse is a complicated process for all young people. The realistic choice of spouse helps the stability of marriage, however, to choose a spouse who is known as an important source of psychological and practical support for a person in dealing with life's problems, awareness, and education are needed. This need becomes more apparent when the complexities of today's society make choices more difficult. Therefore, the present research was conducted to determine the effectiveness of group reality therapy on the attitude toward choosing a spouse in girls ready for marriage.

**Methods:** The present research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the research included all the girls ready to get married in the Kohak neighborhood of Tehran (District 22) in 2023. 30 participants were selected by convenience method in two experimental (15 people) and control (15 people) groups. Then, the experimental group received group reality therapy intervention for 8 two-hour sessions during two months. The measurement for collecting information in the research was the attitudes about romance and mate selection scale by Cobb, Larson, and Watson (2003). The data was analyzed by MACOVA and with SPSS version 26 software.

**Results:** The results showed that there was a significant difference between the mean scores of the post-test in the attitude scores of choosing a spouse in girls ready to marry in the experimental group, while this significant difference was not seen in the control group ( $P < 0.05$ ). Based on the effect size values, the effectiveness of group reality therapy on the attitude of choosing a spouse in girls ready for marriage in the experimental group was 0.23.

**Conclusions:** Group reality therapy is a suitable psychological intervention for young girls to be aware of themselves and the choices they face in their lives. During the therapy sessions, the participants were taught to become more aware of themselves and were also encouraged to redefine their beliefs about life, the world, themselves, and choosing a mate.

**Keywords:** Reality Therapy, Mate selection, Girls, Pre-Marriage counseling.



## اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر نگرش به انتخاب همسر دختران آماده ازدواج

محبوبه نوری<sup>۱</sup>، محمدرضا شیخی<sup>۲\*</sup>، آناهیتا خدابخشی کولایی<sup>۳</sup>

۱- کارشناس ارشد مشاوره خانواده، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه خاتم، تهران، ایران.

۲- دانشیار آموزش پرستاری، گروه روان پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی قزوین، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.

۳- دانشیار روان شناسی، گروه روانشناسی و علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه خاتم، تهران، ایران.

نویسنده مسئول: محمدرضا شیخی، دانشیار، گروه روان پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی قزوین، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، ایران.

ایمیل: mmsheikhi1@yahoo.acom

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۹/۳۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۸/۱۶

### چکیده

**مقدمه:** انتخاب همسر برای تمام افراد جوان فرآیندی پیچیده است و انتخاب مناسب همسر به پایداری ازدواج کمک می کند، با این حال، برای انتخاب همسر که منبع مهمی برای حمایت روان شناختی و عملی از فرد در مقابله با مشکلات زندگی شناخته می شود، نیاز به آگاهی و آموزش می باشد. این نیاز وقتی آشکارتر می شود که پیچیدگی های جامعه امروزی انتخاب را دشوارتر می کند. از این رو، پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر نگرش به انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج انجام شد.

**روش کار:** روش پژوهش حاضر نیمه تجربی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دختران آماده ازدواج در محله کوهک شهر تهران (منطقه ۲۲) در سال ۱۴۰۲ بودند که ۳۰ نفر از آنها با استفاده از روش نمونه گیری آسان و در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) قرار گرفتند. سپس گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه دوساعته در طی دو ماه مداخله واقعیت درمانی گروهی را دریافت کردند. پس از اتمام جلسات واقعیت درمانی، برای گروه کنترل نیز ۵ جلسه مداخله اجرا گردید. ابزار گردآوری اطلاعات در پژوهش پرسش نامه نگرش به انتخاب همسر کوب لارسون و واتسون (۲۰۰۳) بوده است. در نهایت، اطلاعات به دست آمده از طریق آزمون مانکووا و با نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ مورد تحلیل قرار گرفت.

**یافته ها:** نتایج نشان داد که، تفاوت معناداری بین میانگین نمرات پس آزمون در نمرات نگرش انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج گروه آزمایش به وجود آمد ( $P < 0/05$ )، در حالی این تفاوت معنادار در گروه گواه دیده نشد. بر اساس مقادیر اندازه اثر، میزان اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر نگرش انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج در گروه آزمایش ۲۳/۰ به دست آمد.

**نتیجه گیری:** واقعیت درمانی گروهی مداخله روان شناختی مناسبی برای آگاهی دختران جوان از خودشان و انتخاب های پیش روی زندگی شان می باشد. شرکت کنندگان در طی جلسات درمانی آموزش دیدند تا به آگاهی از خود بیشتر از قبل بپردازند و همچنین ترغیب شدند تا باورهای شان را پیرامون زندگی، جهان، خودشان و انتخاب همسر باز تعریف کنند.

**کلیدواژه ها:** واقعیت درمانی، انتخاب همسر، دختران، مشاوره پیش از ازدواج.

## مقدمه

ازدواج آغاز برقراری رابطه پایدار بین دو فرد است که قصد دارند یک ارتباط ماندگار و همه جانبه را به لحاظ روان شناختی، اجتماعی، عاطفی و جسمانی با یکدیگر آغاز کنند [۱]. در تمامی جوامع بشری، سن ازدواج را به عنوان یکی از شاخص های انتخاب همسر در نظر می گیرند. ازدواج با اهداف متعددی انجام می شود که می توان از؛ آرامش، تأمین نیازهای جنسی، بقای نسل، تکمیل و تکامل فردی و اجتماعی، سلامت و امنیت فردی و اجتماعی و سرانجام تأمین نیازهای روانی - اجتماعی نام برد [۲]. انتخاب همسر یکی از دشوارترین انتخابها در پیچیدگی های دنیای امروزی است. در بسیاری از مواقع نگرش به ازدواج ممکن است واقع بینانه نباشد و یا انتظار فرد از انتخاب خود بیش از سطح انتظار باشد که این خود به تاخیر در ازدواج می انجامد [۳]. به هر حال پژوهش ها نشان می دهند که کلید پایداری ازدواج در انتخاب مناسب افراد است. برای مثال جمال نیک و همکاران در پژوهشی نشان دادند که زوج های که رضایت زناشویی مانایی را داشتند اذعان کردند که تشابه در ارزشها، فرهنگ خانواده ها، باورهای مذهبی، ویژگی های شخصیتی و شرایط اقتصادی کلید اصلی انتخاب همسر است [۴]. آنچه اهمیت دارد نگرش ها و باورهای افراد درباره ویژگی های همسر مناسب قبل از ازدواج در انتخاب همسر نقش اساسی را ایفا می کند. نگرش ها سازه های فرضی اند که روان شناسان برای تبیین و توضیح پدیده های مختلف ارائه داده اند. نگرش متغیر قابل مشاهده ای نیست؛ بلکه تغییری فرضی و پنهان است، همچنین مفهوم نگرش به عمل یا پاسخ فرد اشاره نمی کند؛ بلکه چیزی جدا از عمل و پاسخ های مرتبط با آن است [۵-۶]. نگرش به ازدواج همان عقاید ذهنی و باورهای فرد در مورد ازدواج است که در مراحل اولیه زندگی شکل گرفته و سازه های نسبتاً ثابت است [۷]. آنچه که باعث می شود افراد با دید و باوری غیر منطقی به ازدواج نگاه کنند و آن را به صورت امری آسان و عادی که نیاز به تلاش چندانی ندارد، تلقی کنند همان نگرش ناکارآمد نسبت به نحوه انتخاب همسر می باشد. از آنجا که نگرش ها قابل مشاهده نیستند، ساده ترین راه برای سنجش نگرش ها این است که از افراد بخواهیم خودشان درباره چیزی که در ذهن دارند، گزارش دهند [۸].

داشتن باورها، دیدگاه ها و انتظارات غیرواقع بینانه و داشتن یک تصور تخیلی از ازدواج یکی از موانع اصلی انتخاب

مناسب همسر است [۹]. نحوه نگرش نادرست به فرایند ازدواج و انتخاب همسر، یکی از عوامل ازدواج های ناموفق است. در حقیقت یکی از عوامل سبب ساز نارضایتی زناشویی همین مسئله عقاید غیرواقع بینانه در مورد ازدواج است که میزان بالای طلاق را نیز به دنبال دارد. طی پژوهش های متفاوت، برای مثال در پژوهش راجرز و آماتو نشان داده شده که یک عامل پیش بینی کننده زندگی زناشویی نگرش نسبت به ازدواج و طلاق است به صورتی که افراد با نگرش مثبت نسبت به ازدواج و نگرش منفی نسبت به طلاق، با افزایش کیفیت زناشویی در طول زمان همراه است [۱۰]. بنابراین از این جهت که یکی از مکانیسم های کلیدی برای پیش بینی رفتار واقعی در ازدواج نگرش نسبت به ازدواج است پس یک عامل مهم محسوب می شود و یکی از بهترین و مهم ترین شاخص های عملکرد در روابط عاشقانه می باشد [۱۱]. به طور کلی، نگرش تأثیر مستقیم و پویا بر واکنش فرد نسبت به مسائل و فرصت ها دارد [۱۲].

یکی از شیوه های تغییر نگرش های بدبینانه و غیرواقع بینانه به ازدواج آموزش افراد آماده ازدواج است. برای مثال بوستانی کاشانی و همکاران در پژوهشی همدلی و ابراز عاطفی را به عنوان عناصر روانشناختی مهمی که تأثیر قابل توجهی بر رضایت زناشویی زوجین دارد، بررسی کردند. آنها دریافتند که، الگوهای مشاوره قبل از ازدواج برای افزایش رفتارهای ارتباطی مثبت و سبک عاطفی زوج ها طراحی شده است. بنابراین دو درمان روایت درمانی و ارتباطی ستیر را برای افزایش متغیرهای همدلی و ابراز هیجانی در جوانان مجرد آماده ازدواج بررسی کردند. آنها دریافتند که، روایت درمانی در مقایسه با مدل ارتباطی ساتیر برای بهبود بیان هیجانی و همدلی مؤثرتر می باشد. به مشاوران خانواده و ازدواج توصیه می شود این الگوهای پیش از ازدواج را برای جوانان مجرد در مراکز مشاوره به کار گیرند [۱۳]. همچنین در پژوهش دیگری پژوهشگران از آموزش مفاهیم نه گانه اینگرام بر ملاکهای همسرگزینی و احساس مثبت نسبت به ازدواج برای دختران جوان استفاده کردند و به این نتیجه رسیدند که ملاکهای ازدواج بدبینانه در پایان مداخله بسیار کمتر از قبل از مداخله شد [۹].

یکی از مداخله های روان شناختی مناسبی که برای قبل از ازدواج کاربرد دارد، واقعیت درمانی است. این درمان از سوی ویلیام گلاسر در دهه ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ توسعه یافت. سپس، به عنوان مداخله مناسبی برای کمک به افراد برای کسب عزت نفس، شناخت خود، کنترل برای زندگی شان و انتخاب

شهر تهران (منطقه ۲۲) در سال ۱۴۰۲ بودند. در این پژوهش جهت انتخاب دختران گروه نمونه از روش نمونه گیری آسان و در دسترس استفاده شد. بر این اساس در ابتدا با مراجعه به سه مرکز مشاوره در منطقه ۲۲ کوهک تهران، از بین دخترانی که برای مشاوره ازدواج مراجعه نمودند و دارای پرونده بودند، با همکاری مدیریت سه مرکز با چندین نفر از آنها تماس حاصل شد و آنهایی که ملاک‌های ورود به پژوهش را دارا بودند (رضایت آگاهانه و کامل برای شرکت در جلسات، داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم، دامنه سنی ۲۰ تا ۳۰ سال) ۳۰ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) قرار گرفتند. حجم نمونه ۳۰ نفر (۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل) انتخاب شدند.

سپس مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت درمانی در ۸ جلسه (هر جلسه ۹۰ دقیقه) به مدت ۲ ماه برای گروه آزمایش اجرا شد. برای گروه گواه هیچ مداخله ای اعمال نگردید. ملاک‌های ورود و خروج عبارتند از: ملاک‌های ورود: ۱- داشتن رضایت جهت شرکت در تمامی جلسات درمانی، ۲- دارا بودن حداقل سن ۲۰ و حداکثر ۳۰ سال-۳- دارا بودن حداقل تحصیلات دیپلم برای اطمینان از درک سؤالات پرسش‌نامه، ۴- نداشتن سابقه مصرف هرگونه مواد مخدر (صنعتی و سنتی)، ملاک‌های خروج: ۱- غیبت بیش از دو جلسه در دوره درمان، ۲- انجام‌ندان تکالیف، ۳- مشخص شدن اینکه فرد به هر دلیلی شرایط ورود را نداشته یا از دست بدهد. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه نگرش به انتخاب همسر بود.

در ادامه، مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت درمانی در ۸ جلسه (هر جلسه ۹۰ دقیقه) به مدت ۲ ماه برای گروه آزمایش اجرا شد. برای گروه گواه هیچ درمانی اعمال نگردید. ملاک‌های ورود و خروج عبارتند از: ملاک‌های ورود: ۱- داشتن رضایت جهت شرکت در جلسات درمانی، ۲- دارا بودن حداقل سن ۲۰ و حداکثر ۳۰ سال-۳- دارا بودن حداقل تحصیلات دیپلم برای اطمینان از درک سؤالات پرسش‌نامه، ۴- نداشتن سابقه مصرف هرگونه مواد مخدر (صنعتی و سنتی)، ملاک‌های خروج: ۱- غیبت بیش از دو جلسه در دوره درمان، ۲- انجام‌ندان تکالیف، ۳- مشخص شدن اینکه فرد به هر دلیلی شرایط ورود را نداشته یا از دست بدهد. ابزار پژوهش، پرسش‌نامه نگرش به انتخاب همسر بوده است.

پرسش‌نامه نگرش‌های مربوط به انتخاب همسر (attitudes about romance and mate selection scale) توسط

منطقی در زندگی به طور گسترده ای مورد استفاده قرار گرفت [۱۴-۱۵]. در این مداخله به مراجعان کمک می‌کند تا درک واقع تری از نیازها و خواسته های خود داشته باشند و آنها را در زندگی و حرفه شان به کار بگیرند [۱۶].

گلاسر بر این باور بود که افراد خود گرفتاری، مشکلات و افسردگی خود را انتخاب می‌کنند، همان طور که همسر و شریک زندگی خود را انتخاب می‌کنند [۱۷-۱۸]. براساس رویکرد واقعیت درمانی، انتخاب همسر دلخواه یه درک متقابل هر دو فرد، انتخاب آگاهانه، و مستقلانه نیازمند است [۱۹]. از این رو، افراد قبل از ازدواج باید برای انتخاب مناسب آموزش بگیرند [۲۰]. در رویکرد واقعیت درمانی، برداشت های ذهنی افراد از واقعیت به نوع رفتار، افکار و احساسات آنها بازمی‌گردد تا واقعیت. از این رو، در این رویکرد از روشهای رهنمودی و در عین حال اکتشافی برای درک بهتر نیازهای افراد و دنیای کیفی شان استفاده می‌شود تا بتوانند با آگاهی از واقعیت، مسئولیت انتخابهای خود را بپذیرند و با کاهش رفتارهای مخرب به رشد همدلی و روابط پایدار و موثر با دیگران دست یابند [۲۱-۲۳].

پژوهشهای متعددی نشان داده اند که رویکرد واقعیت درمانی می‌تواند به روابط بهتر و موثرتر مردان و شناخت بهتر آنها نیازهای صمیمت همسران شان کمک کند [۱۵]. همچنین، به زوج ها کمک کند تا شیوه های ارتباطی موثرتری را خلق کنند و به شناخت بهتری از خود برسند [۲۱]. انتخاب همسر یک انتخاب دشوار است که نیاز به آموزش دارد. مداخله واقعیت درمانی گروهی به دلیل ماهیت مسئولیت پذیری و تشویق به شناخت خود و هویت موفق به افراد متقاضی ازدواج امکان انتخاب همسر را با درکی روشن تر و آگاهانه تر می‌دهد. از طرفی، با توجه به اینکه انتخاب همسر دلخواه و مناسب به مانایی ازدواج کمک می‌کند و آموختن مهارتهای مناسب انتخاب همسر می‌تواند به افراد آماده ازدواج کمک کند، لذا این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر نوع انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج انجام گرفت.

### روش اجرا

باتوجه به این که در این مطالعه، پژوهشگران درصدد بررسی اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند، بنابراین روش پژوهش نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه انتخاب شد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دختران آماده ازدواج در محله کوهک

## روش کار

جهت اجرای پژوهش، محقق با اخذ مجوز از دانشگاه، با مراجعه به سه مرکز مشاوره در منطقه کوهک شهر تهران، از بین دخترانی که برای مشاوره ازدواج مراجعه نمودند و دارای پرونده بودند، ۳۰ نفر را انتخاب شد و سپس به طور تصادفی به دو گروه آزمایش و گواه به طور مساوی (۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه گواه) تقسیم شدند. سپس مشاوره گروهی با رویکرد واقعیت درمانی در ۸ جلسه (هر جلسه ۹۰ دقیقه) به مدت ۲ ماه برای گروه آزمایش اجرا شد. محل برگزاری جلسات مشاوره قبل از ازدواج سرای محله منطقه ۲۲ تهران و روزهای پنجشنبه شنبه ساعت ۱۸ الی ۲۰ در نظر گرفته شد و اجرا گردید. در مدت اجرای آزمون برای گروه آزمایش، برای گروه گواه هیچ درمانی اعمال نشد. پس از پایان جلسات گروه درمانی برای رعایت اصول اخلاق در پژوهش، ۵ جلسه گروه درمانی برای گروه گواه اجرا گردید. فرمت جلسات درمانی به طور خلاصه در جدول ۱ زیر دیده می‌شود. جلسات واقعیت درمانی از کتابهای گلاسر اقتباس شده است (۲۰-۱۷).

Cobb و همکاران (۲۰۰۳) تهیه شد. این پرسشنامه دارای ۳۲ گویه است که در طیف ۷ گزینه‌ای از به شدت موافقم (نمره ۷) تا به شدت مخالفم (نمره ۱) نمره گذاری شده است. این پرسشنامه نگرش‌های مربوط به انتخاب همسر را شش مولفه ای: عشق باوری (سؤالات ۲-۳-۶-۱۱-۱۷-۱۸-۲۵-۲۶-۲۹)، تجربه محوری (سؤالات ۴-۱۲-۱۹-۲۰-۲۱-۲۷)، ایده آل نگری (سؤالات ۵-۱۳-۱۴-۱۵-۲۲-۲۸)، متضادجویی (سؤالات ۸-۱۶-۲۴-۳۱)، آسان بینی (سؤالات ۷-۲۳-۳۰) و خوش باوری (سؤالات ۱-۹-۱۰) می‌سنجد. در نهایت، نمره کلی که از پرسشنامه آزمودنی به دست می‌آید تقسیم بر ۳۲ می‌شود و دامنه نمراتی از ۱ تا ۵ به دست می‌آید، هر چقدر دامنه نمرات بالاتر باشد نشانگر نگرش محدود به انتخاب همسر و عشق است. حاکی از اعتبار و روایی مطلوب برای این نگرش‌سنجی بود، به طوری که آلفای کرونباخ عامل‌ها بین ۰/۸۸ تا ۰/۶۷ گزارش شد. اعتبار روایی این مقیاس نگرش سنج توسط رجیبی و همکاران [۲۵] در ایران سنجیده شد. همچنین در پژوهش حاضر نیز برای سنجش پایایی پرسشنامه، از طریق ضریب آلفای کرونباخ مورد محاسبه که ۰/۸۳ به دست آمد.

جدول ۱. محتوای جلسات واقعیت درمانی

تعداد جلسات و موضوع جلسه	شرح جلسات
جلسه اول	آشنایی با دختران مجرد در آستانه ازدواج - برقراری ارتباط صمیمانه - تشریح اهداف پژوهش، آشنایی آزمودنی‌ها با یکدیگر - معرفی و بیان قوانین و اصول حاکم بر مشاوره گروهی
جلسه دوم (افزایش شناخت و آگاهی هر عضو از خود)	رشد و شناخت بهتر خود، شناخت بیشتر نقاط قوت و ضعف خود از طریق ابراز خویش و بی‌پرده گویی، تمرین گوش دادن فعال و استنباط کردن، بی‌بردن به اثر افکار و کنش‌های - خود بر سایر اعضای گروه، دیدن خود از دریچه چشم اعضای گروه، کمک به کاهش اضطراب صحبت کردن در جمع درباره خویش - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه سوم (واقعیت و مسئولیت‌پذیری)	خلاصه جلسه قبل - بررسی تکالیف آزمودنی‌ها - بحث پیرامون قبول واقعیت‌های زندگی و عدم انکار واقعیت - راهکارهای تقویت روحیه مسئولیت‌پذیری - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه چهارم (تأکید بر زمان حال)	خلاصه جلسه قبل - بررسی تکالیف آزمودنی‌ها - آموزش چگونگی توجه و تأکید بر زمان حال - آموزش چگونگی تمرکز بر رفتار کنونی خویش - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه پنجم (نیازهای اساسی و کسب هویت موفق)	خلاصه جلسه قبل - بررسی تکالیف آزمودنی‌ها - بحث و گفتگو در زمینه چگونگی کسب آگاهی و شناخت بیشتر نسبت به نیازهای اساسی خویش - بحث و گفتگو در مورد انواع هویت - چگونگی کسب یک هویت منسجم و موفق - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه ششم (شناخت اهداف و نظام ارزشی)	خلاصه جلسه قبل - بررسی انجام تکلیف آزمودنی‌ها - بررسی و شناخت اهداف کوتاه‌مدت و درازمدت در زندگی شخصی و اجتماعی آزمودنی‌ها - بررسی و شناخت نظام ارزشی آزمودنی‌ها - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه هفتم (تشخیص نشانه‌های یاس و ناامیدی و کسب مهارت‌ها برای رویارویی با موقعیت‌های یاس آور)	خلاصه‌ای از جلسات قبل - بررسی انجام تکلیف آزمودنی‌ها - شناخت نشانه‌ها و موقعیت‌های یاس آور، بررسی افکار و تفکر خودکار افراد در موقعیت‌های ناامیدکننده و یاس آور، اجتناب از سرزنش و تنبیه، اجتناب از کمال‌گرایی و ناامیدی، جایگزینی افکار مثبت به جای افکار ناامیدکننده، پرهیز از استدلال‌ها و انتظارات غیرمنطقی - میزان دستیابی به اهداف درمان - تعریف و تمجید از مراجعان به خاطر دستیابی به هدف‌ها - ارائه تکلیف و بازخورد.
جلسه هشتم	مرور جلسات قبل - بررسی انجام تکلیف آزمودنی‌ها - بررسی میزان توانایی آزمودنی‌ها در انجام تکالیف - اجرای پس‌آزمون - تشکر و قدردانی از آزمودنی‌ها

## محبوبه نوری و همکاران

زیست پزشکی دانشگاه علوم پزشکی قزوین با کد اخلاق IR.QUMS.REC.1402.133 می باشد.

### یافته ها

در جدول ۲ سن شرکت کنندگان در پژوهش گزارش شده است.

سپس، اطلاعات به دست آمده توسط نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در سطح توصیفی: توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار محاسبه شد و در سطح آمار استنباطی از روش تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده شد. این پژوهش مصوب کمیته ملی اخلاق در پژوهش های

جدول ۲: توزیع فراوانی دختران آماده ازدواج گروه آزمایش و گواه بر اساس سن

سن	آزمایش		گواه	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۲۰-۲۳ سال	۵	۳۳/۳	۳	۲۰
۲۴-۲۷ سال	۶	۴۰	۶	۴۰
۲۵-۳۰ سال	۴	۲۶/۷	۶	۴۰
مجموع	۱۵	۱۰۰	۱۵	۱۰۰

به انتخاب همسر به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۳ ارائه شده است.

در جدول ۳ یافته ها توصیفی میانگین و انحراف معیار نمرات پیش آزمون و پس آزمون خرده مقیاس های نگرش مربوط

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار نمرات پیش آزمون و پس آزمون خرده مقیاس های نگرش مربوط به انتخاب همسر توسط دختران آماده ازدواج گروه آزمایش و گواه

متغیر وابسته	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
عشق باوری	آزمایش	۲۶/۸۰	۶/۵۵	۲۲/۸۷	۶/۹۴
	گواه	۲۳/۹۲	۸/۵۹	۲۳/۸۸	۹/۰۴
تجربه محوری	آزمایش	۲۰/۵۰	۵/۰۶	۱۶/۶۲	۶/۰۵
	گواه	۱۵/۸۵	۴/۱۹	۱۵/۹۲	۴/۶۴
ایده ال نگری	آزمایش	۲۱/۰۸	۸/۰۳	۲۳/۹۱	۷/۴۲
	گواه	۲۳/۲۲	۶/۹۷	۲۳/۳۷	۷/۲۵
متضادجویی	آزمایش	۱۳/۸۷	۳/۵۹	۱۴/۷۵	۳/۸۰
	گواه	۱۳/۱۴	۳/۴۸	۱۱/۱۸	۳/۵۹
آسان بینی	آزمایش	۱۱/۸۳	۳/۸۰	۱۲/۰۸	۴/۰۷
	گواه	۱۱/۱۸	۳/۵۹	۱۱/۲۲	۳/۸۲
خوش باوری	آزمایش	۱۴/۵۸	۳/۵۳	۱۲/۴۱	۴/۳۹
	گواه	۱۱/۵۹	۳/۴۷	۱۱/۶۲	۳/۹۳

گروه آزمایش افزایش بیشتری از میانگین نمرات گروه گواه بود.

برای بررسی فرضیه های پژوهش از روش های آماری پیش فرض های کوواریانس چند متغیره محاسبه شدند که در زیر آمده اند. برای اطمینان از پیش فرض های آزمون کوواریانس چند متغیره، پیش فرض های آزمون اجرا گردید

چنانچه در جدول ۳ مشاهده می شود، میانگین نمرات پیش آزمون خرده مقیاس های عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، متضادجویی، آسان بینی و خوش باوری، گروه آزمایش و گواه تقریباً با هم برابر بوده؛ اما در پس آزمون خرده مقیاس های عشق باوری، تجربه محوری، متضادجویی، آسان بینی و خوش باوری میانگین نمرات

فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر انتخاب همسر دختران آماده ازدواج را نشان می دهد.

و نتیجه نشان داد که در سطح ( $P > 0.05$ ) تفاوت معناداری را بین نمرات آزمون در دو گروه آزمایش و گواه دیده نشد. در جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره را در بررسی

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره تأثیر متغیر مستقل بر متغیرهای وابسته

آزمون	ارزش	مقدار F	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری	مجذور اتا
اثر پیلایی	۰/۶۶	۱۲/۶۰	۶	۳۸	۰/۰۰۱	۱
لامبدای ویلکز	۰/۳۳	۱۲/۶۰	۶	۳۸	۰/۰۰۱	۱
اثر هتلینگ	۱/۹۹	۱۲/۶۰	۶	۳۸	۰/۰۰۱	۱
آزمون بزرگترین ریشه وری	۱/۹۹	۱۲/۶۰	۶	۳۸	۰/۰۰۱	۱

وابسته یعنی عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، موادجویی، آسان بینی و خوش باوری تأثیر معناداری داشت.

جدول ۴، F مشاهده شده در سطح ۰/۰۵ رابطه ترکیب خطی متغیر وابسته معنادار است. یعنی روش آموزش مشاوره گروهی واقعیت درمانی حداقل بر یکی از متغیرهای

جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره تأثیر آموزش مشاوره گروهی واقعیت درمانی بر خرده مقیاس های نگرش انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج

متغیر	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	سطح معناداری	اندازه اثر	توان آماری
گروه	عشق باوری	۱۴۰/۳۷	۱	۱۴۰/۳۷	۹/۰۳	۰/۰۰۴	۰/۱۷	۰/۸۳
	تجربه محوری	۱۷۲/۲۴	۱	۱۷۲/۲۴	۳۱/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۴۲	۱
	ایده ال نگری	۱۱۲/۷۶	۱	۱۱۲/۷۶	۱۴/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۲۴	۰/۹۵
	متضادجویی	۱۲/۲۲	۱	۱۲/۲۲	۲/۳۴	۰/۱۳	۰/۰۵	۰/۳۲
	آسان بینی	۰/۳۰	۱	۰/۳۰	۱/۴۲	۰/۲۳	۰/۰۳	۰/۲۱
	خوش باوری	۳۳/۳۲	۱	۳۳/۳۲	۷/۵۶	۰/۰۰۹	۰/۱۵	۰/۷۶
	عشق باوری	۱۴۰/۳۷	۱	۱۴۰/۳۷	۹/۰۳	۰/۰۰۴	۰/۱۷	۰/۸۳

نمرات پس آزمون خرده مقیاس های عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، و خوش باوری در دختران آماده ازدواج گروه آزمایش و گواه وجود داشت درحالی که، در خرده مقیاس های موادجویی و آسان بینی تفاوت معناداری مشاهده نشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت، آموزش مشاوره گروهی واقعیت درمانی بر افزایش عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، و خوش باوری در دختران آماده ازدواج به طور معناداری تأثیر داشته است. این پژوهش با پژوهش Mahaffey and Wubbolding همسو می باشد. آنها در پژوهش خود نشان دادند که واقعیت درمانی می تواند به شکل گیری روابط موثر و کارآمد در بین زوج ها کمک کند [۲۱].

در این پژوهش، واقعیت درمانی گروهی به دختران در آستانه ازدواج این فرصت را داد تا بتوانند خودافشایی را تجربه کنند و برداشت های واقع بینانه و غیرواقع بینانه خود را از انتخاب همسر بررسی کنند و با دیگران در میان بگذارند و احساساتشان را درباره ترس از ازدواج و تشکیل زندگی

جدول ۵، F مشاهده شده در سطح ۰/۰۵ را بین میانگین نمرات پس آزمون خرده مقیاس های عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، و خوش باوری در دختران آماده ازدواج گروه آزمایش و گواه نشان می دهد درحالی که، در خرده مقیاس های متضادجویی و آسان بینی تفاوت معناداری قابل مشاهده نیست. بنابراین می توان نتیجه گرفت، آموزش مشاوره گروهی واقعیت درمانی بر افزایش عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، و خوش باوری در دختران آماده ازدواج به طور معناداری تأثیر داشته است. بر اساس مقادیر اندازه اثر، میزان تأثیرگذاری آموزش مشاوره گروهی واقعیت درمانی بر عشق باوری ۰/۱۷، تجربه محوری ۰/۴۲، ایده ال نگری ۰/۲۴، و خوش باوری ۰/۱۵ می باشد.

## بحث

هدف این پژوهش تعیین اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر نگرش انتخاب همسر در دختران آماده ازدواج بود. نتایج نشان داد که تفاوت معناداری را بین میانگین

است [۲۱-۱۸]. به طور کلی، آموزش قبل از ازدواج به شناخت باورهای مذهبی، خود کنترلی، انتخاب واقع بینانه افراد و فرایند تحولی در درک بین فردی در انتخاب همسر کمک می کند [۲۶-۲۹].

این پژوهش با محدودیتهایی مواجهه بود. از جمله؛ دختران شرکت کننده در این پژوهش به منطقه ۲۲ شهر تهران محدود می شوند و همچنین، آزمون پیگیری برای بررسی ماندگاری اثر مداخله انجام نشد. در پژوهش های آتی توصیه می شود که مداخله واقعیت درمانی گروهی برای شناخت بهتر نیازهای صمیمیت و باورهای منطقی دختران و پسران جوان قبل از ازدواج اجرا گردد.

### نتیجه گیری

واقعیت درمانی گروهی به دختران آماده ازدواج کمک کرد تا بر عشق باوری، تجربه محوری، ایده ال نگری، و خوش باوری خود را در انتخاب همسر به طور معناداری واقع بینانه تر و متوازن تر کنند. در نهایت، واقعیت درمانی گروهی به عنوان رویکردی مناسب، قابل فهم و مقرون به صرفه برای کمک و آسان ساختن مسیر ازدواج برای جوانان می تواند در مراکز مشاوره، سراهای محله و دانشگاه ها استفاده شود.

### سیاسگزاری

این پژوهش برگرفته از پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده نویسنده اول می باشد. این پژوهش مصوب کمیته ملی اخلاق در پژوهش های زیست پزشکی دانشگاه علوم پزشکی قزوین با کد اخلاق IR.QUMS.REC.1402.133 می باشد. همچنین، پژوهشگران از تمامی پرسنل و مدیران سرای محله و مراکز مشاوره منطقه ۲۲ تهران و همچنین، شرکت کنندگانی که با صبر و حوصله ما را در اجرای این پژوهش یاری ساختند، کمال قدردانی را دارند.

### تعارض منافع

نویسندگان اعلام می کنند که هیچ تعارض منافی در این مقاله وجود نداشت.

مشترک و تجارب دردناکی را که در تنهایی (مجردی) به ندرت می توانند بر آنها فائق آیند، در گروه آشکار سازند. این مداخله روان شناختی به دختران کمک کرد تا از طریق تلاش برای ایجاد آفرینندگی، تغییر نگرش و جهان بینی و خلق ارزش های تازه، ارزش های فعلی خود را تغییر داده و ارزش های متناسب با موقعیت خود در عملکرد اجتماعی را ایجاد کنند.

این یافته در پژوهش عرب و خدابخشی کولایی (۲۰۲۳) همسو است. آنها در پژوهش خود نشان دادند که مردان متأهلی که مشکلات ارتباطی و صمیمیت با همسران خود داشتند پس بررسی نوع نگرش و شناخت خود و نیازهایشان صمیمیت بیشتر و روابط موثرتری را پس از اتمام جلسات درمانی گزارش کردند [۱۵]. در واقع، افکار و احساسات ما نقش کلیدی و بنیادی در رفتار ما دارند [۱۷]. باتوجه به این موضوع، دختران جوان شرکت کننده در پژوهش به دلیل مشاهده شکست دیگران و اطرافیان در زندگی زناشویی شان، دچار ترس و دلهره نسبت به ازدواج شده و از این امر امتناع می کردند. بر همین اساس، جلسات مشاوره توانستند به دختران کمک کنند تا با بازگو کردن افکار شخصی، تخلیه هیجانی شده و همچنین از سوی دیگر اعضا گروه درک و احساس حمایت کنند. همچنین آنها دریافتند ممکن است دیگران هم تجربه های مشابهی با آنها داشته باشند. در طی فرایند تخلیه هیجانی و با آگاهی از اینکه دختران در طی جلسات واقعیت درمانی دریافتند که نگرش آنها نسبت به ازدواج تغییر یافت. واقعیت درمانی به مراجعان آموزش می دهد تا با به کاوش و آگاهی از خویشتن خویش بپردازند و آنها را ترغیب می کند تا به ایده ها و باورهایشان در مورد زندگی، جهان، خودشان بیندیشند [۱۸]. مشاوره پیش از ازدواج با رویکرد واقعیت درمانی شامل بررسی اولویت و شدت خواسته ها و نیازهای بنیادین، بررسی دنیای مطلوب و دنیای ادراکی، بررسی سیستم انگیزشی و جایگاه مقایسه و ارزیابی بین خواسته ها و داشته ها، رفتار کلی و ماشین رفتار، دایره حل تعارض برای تعارضات بین فردی، آشنایی با کنترل بیرونی و تئوری انتخاب به عنوان نقطه مقابل کنترل بیرونی و شناخت رفتارهای مخرب و پیوند دهنده



## References

- Nurfachriyah H, Yusiyaka RA. The Effectiveness of Pre-Marriage Education Program toward the Mental Readiness of Adolescent in Mekarwangi Residence. *SPEKTRUM: Journal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*. 2022;10(3):396-400. <https://doi.org/10.24036/spektrumpls.v10i3.118123>
- Baruwa O.J, Amoateng A.Y, Biney, E. Socio-demographic changes in age at first marriage in Malawi: evidence from Malawi Demographic and Health Survey data, 1992-2016. *Journal of Biosocial Science*, 2019; 4(5),1-14. <https://doi.org/10.1017/S0021932019000816>
- Zang K, Yang W. The Basic Structure and Path Choice of Love and Marriage Education for College Students in the New Era -- Based on the Combination of Ideological and Political Education and Mental Health Education. *School Party Building and Ideological Education*, 2021;(13): 63-66.
- Jamalnik M, Falsafinejad MR, Khodabakhshi-Koolae A. Long-term marital satisfaction: Couples' narratives of the role of mate selection. *Journal of Client-centered Nursing Care*. 2020;6(4):267-76. <https://doi.org/10.32598/JCCNC.6.4.337.1>
- Gawronski B, & Bodenhausen G.V. Unraveling the processes underlying evaluation: Attitudes from the perspective of the APA model. *Social Cognition*, 2007; 25 (5), 687-717. <https://doi.org/10.1521/soco.2007.25.5.687>
- Fazio R. H. Attitudes as object-evaluation associations of varying strength. *Social Cognition*, 2007; 25 (5), 603-637. <https://doi.org/10.1521/soco.2007.25.5.603>
- Willoughby B. J, Carroll J. S. On the horizon: Marriage timing, beliefs, and consequences in emerging adulthood. In J. J. Arnett (Ed.). *The oxford handbook of emerging adulthood*. New York, NY: Oxford University Press, 2015; 280-295.
- Nilforoshan P, Navidian A, Abedi A. Studying the psychometric properties of marital attitude scale. *IJPN* 2013; 1 (1) :35-47, URL: <http://ijpn.ir/article-1-59-en.html>.
- Memarzadeh M, Khodabakhshi-Koolae A, Khatiban M. The effect of training the nine Enneagram personality types on spouse selection criteria and marital attitude of single girls. *Journal of education and community health*. 2017;3(4):24-30. <https://doi.org/10.21859/jech.3.4.24>
- Amato P. R, Stanley S.M, Johnson C. A, Markman H. J. Premarital education, marital quality, and marital stability: findings from a large, random household survey. *Journal of Family Psychology*, 2006;20(1), 117. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.1.117>
- Steinberg SJ, Davila J, & Fincham F. Adolescent marital expectations and romantic experiences: Associations with perceptions about parental conflict and adolescent attachment security. *Journal of Youth and Adolescence*, 2006; 35 (3): p. 314-329. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9042-9>
- Boostani Kashani AA, Khodabakhshi-Koolae A, Davoodi H, Heidari H. Effects of Marriage Preparation Per Satir's Communication Model and Narrative Therapy on Empathy and Emotional Expression in Single Young Adults. *Journal of Client-centered Nursing Care*. 2020;6(3):145-56. <https://doi.org/10.32598/JCCNC.6.3.33.10>
- Banks SG. Using choice theory and reality therapy in premarital counseling. *Contemporary Issues in Couples Counseling*. 2012 May 4:211-25.
- Arab A, Khodabakhshi-Koolae A. The magic of WDEPinrealitytherapy: Improvingintimacyneeds and personal communication in married males. *European Journal of Psychology Open*. 2023. <https://doi.org/10.1024/2673-8627/a000029>
- Duba DJ, Graham MA, Britzman M, Minatrea N. Introducing the "Basic Needs Genogram" Therapy-based marriage and family counseling. *International Journal of Reality Therapy*. 2009;28(2):15.
- Glasser W, Glasser C. Getting together and staying together: Solving the mystery of marriage. Harper Collins; 2010 Nov 16.
- Glasser W, Palmatier LL. Marriage failure: A new look at an old problem. *The Family Journal*. 1996 Oct;4(4):286-98. <https://doi.org/10.1177/1066480796044002>
- Glasser W. Take charge of your life: How to get what you need with choice-theory psychology. IUniverse; 2013 Mar 19.
- Glasser W, Glasser C. Eight lessons for a happier marriage. Harper Collins; 2009 Oct 13.
- Mahaffey BA, Wubbolding R. Applying

- reality therapy's WDEP tenets to assist couples in creating new communication strategies. *The Family Journal*. 2016 Jan;24(1):38-43. <https://doi.org/10.1177/1066480715616579>
21. Fitzgerald AL. Reality therapy for marital and family systems counseling. *Counseling & Wellness: A Professional Counseling Journal*. 2011;2:88-101.
  22. Britzman MJ, Nagelhout SE. what will it be like being married to me? *Contemporary Issues in Couples Counseling: A Choice Theory and Reality Therapy Approach*. 2012 May 4:189.
  23. Cobb NP, Larson JH, Watson WL. Development of the attitudes about romance and mate selection scale. *Family Relations*. 2003 Jul;52(3):222-31. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00222.x>
  24. Rajabi, G., Ferdosi, S., Shahbazi, M. Psychometric Properties of Constraining Beliefs about Mate-Selection Scale in Students. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 2011; 1(10): 37-56.
  25. Wubbolding R. *Counseling with reality therapy*. Taylor & Francis; 2017 Apr 28. <https://doi.org/10.4324/9781315173023>
  26. Barr A.B, Simons, R.L. Marriage expectations among African American couples in early adulthood: a dyadic analysis. *J Marriage Fam*, 2019; 74(4):726-42. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.00985.x>
  27. Khodabakhshi-Koolae A. The Relationship of self-control and religious orientation to attitude toward pre-marital relations. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2017;3(4):7-20.
  28. McGhee J, Burr, B, Vanrosendale, A, Figueroa, D. What Do Those Cohabiting Believe about Relationship Social Support and Premarital Counseling? A Comparative Analysis. *Soc. Sci*, 2019; 10, 183. <https://doi.org/10.3390/socsci10050183>