



## Research Paper

doi: [10.22034/IJFP.2021.247985](https://doi.org/10.22034/IJFP.2021.247985)

## Comparison of the Effectiveness of Gottman-Based Premarital Training and the SYMBIS Model on the Patterns and damages of Turkmen Engagement Couples

Mehdi Ghezselfloo<sup>1</sup>, Mehdi Rostami<sup>2\*</sup>

1. Department of Psychology, Faculty of Humanities and physical education, Gonbad Kavoods University, Gonbad Kavoods, Iran  
 2. PhD in Family Counselling, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

Article Info.	Abstract
<p><b>Received:</b> 01.02.2020</p> <p><b>Accepted:</b> 05.05.2021</p> <hr/> <p><b>Keywords:</b></p> <p>Premarital</p> <p>Gottman</p> <p>SYMBIS</p> <p>Engagement Couples</p>	<p><b>Abstract</b></p> <p>Engagement and the first years of marriage are important milestones in the family life cycle. The purpose of the present study was to determine the effectiveness of Gottman's premarital education in comparison with the SYMBIS model on the patterns and injuries of Turkmen married couples. The research method was quasi-experimental with two experimental groups, a control group, pre-test, post-test, and 3-month follow-up and 24 couples from Turkmen couples who referred to Gonbadkavos New Life Counseling Center from July to October 2019. Purposefully selected and randomly divided into two groups of experimental marital enrichment by Gottman method (8 couples = 16 persons), SIMBIS model pre-marital enrichment (8 couples = 16 persons), and control group (8 couples = 16 persons). Were replaced. Gottman's premarital training sessions lasted 8 sessions for 4 weeks, 90 minutes two sessions per week, and SYMBIS premarital training sessions for 8 sessions, 90 minutes weekly for 4 weeks. Was. Participants in all three groups completed the Questionnaire Evaluation and Measurement Patterns and Premarital damage Rostami, Navabinejad, and Farzad (2019). Data were analyzed using repeated-measures analysis of variance. The results showed that the effect of Gottman's premarital intervention and SIMBIS's premarital intervention on dysfunctional communication patterns (<math>F = 6.44, P = 0.003</math>), ineffective relationship management patterns (<math>F = 3.68, P = 0.033</math>), Couples' value system (<math>F = 9.17, P = 0.001</math>), schema mentality (<math>F = 3.80, P = 0.030</math>), and the destructive effects of the main family (<math>F = 11.58, P = 0.001</math>) are effective. Influence remained constant at follow-up. The results of the Tukey post hoc test also showed that there was no difference between Gottman's premarital intervention and the SYMBIS model. Since both methods lead to improved patterns of pre-marriage trauma and trauma for participants, it can be used as an effective intervention to resolve problems and improve the couple's relationship.</p>
<p>*Corresponding author            Email: <a href="mailto:dr.me.rostami@gmail.com">dr.me.rostami@gmail.com</a></p>	
<p><b>How to Cite:</b>            Ghezselfloo, M., Rostami, M. (2021). Comparison of the Effectiveness of Gottman-Based Premarital Training and the SYMBIS Model on the Patterns and damages of Turkmen Engagement Couples. <i>Journal of Family Psychology</i>. 8(1), 47-64.</p>	



## مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و مدل سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد ترکمن

مهدی قزلسفلو<sup>۱</sup>، مهدی رستمی<sup>۲\*</sup>

۱. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی و علوم ورزشی، دانشگاه گنبد کاووس، گنبد، ایران

۲. دکتری مشاوره خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

### چکیده

### اطلاعات مقاله

#### چکیده

دوران نامزدی و سال‌های اول ازدواج از مقاطع مهم در چرخه زندگی خانوادگی است. هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن در مقایسه با مدل سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد ترکمن بود. روش پژوهش نیمه تجربی با دو گروه آزمایش، یک گروه گواه، طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ۳ ماهه بود. ۲۴ زوج از بین زوج‌های نامزد ترکمن که در بازه زمانی مرداد تا آبان ماه ۱۳۹۸ به مرکز مشاوره راه‌نویز زندگی شهرستان گنبد کاووس مراجعه کرده بودند به‌صورت هدفمند انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی غنی‌سازی پیش از ازدواج به شیوه گاتمن (۸ زوج=۱۶ نفر)، غنی‌سازی پیش از ازدواج مبتنی بر مدل سیمبیس (۸ زوج=۱۶ نفر) و گروه گواه (۸ زوج=۱۶ نفر) جایگزین شدند. جلسات گروه آموزشی پیش از ازدواج به شیوه گاتمن به مدت ۸ جلسه و به مدت ۴ هفته ۹۰ دقیقه‌ای به‌صورت دو جلسه در هفته و گروه آموزشی پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس نیز به مدت ۸ جلسه و به مدت ۴ هفته ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دو جلسه اجرا شد. شرکت‌کنندگان هر سه گروه پرسشنامه ارزیابی و سنجش الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج رستمی، نوایی‌نژاد و فرزاد (۱۳۹۸) را در سه مرحله تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد. نتایج نشان داد تأثیر مداخله پیش از ازدواج گاتمن و مداخله پیش از ازدواج مدل سیمبیس بر الگوهای ناکارآمد ارتباطی ( $F=6/44$ ,  $P=0/003$ )، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه ( $F=3/68$ ,  $P=0/033$ )، نظام ارزشی زوج‌ها ( $F=9/17$ ,  $P=0/001$ )، ذهنیت طرحواره‌ای ( $F=3/80$ ,  $P=0/030$ )، اثرات مخرب خانواده اصلی ( $F=11/58$ ,  $P=0/001$ ) مؤثرند و این تأثیر در مرحله پیگیری پایدار مانده است. همچنین نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که بین مداخله پیش از ازدواج گاتمن و مدل سیمبیس تفاوتی وجود ندارد. از آنجایی که هر دو روش منجر به بهبود الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج در شرکت‌کنندگان می‌شود، می‌توان از آن به‌عنوان مداخله‌ای مؤثر برای حل مشکلات و بهبود رابطه زوج‌های نامزد استفاده کرد.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۱/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۱۵

#### کلیدواژه‌ها:

پیش از ازدواج

گاتمن

سیمبیس

زوج‌های نامزد

\*نویسنده مسئول:

پست الکترونیکی: [dr.me.rostami@gmail.com](mailto:dr.me.rostami@gmail.com)

استناد به این مقاله:

قزلسفلو، مهدی، رستمی، مهدی (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و مدل سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوج‌های نامزد ترکمن. *روانشناسی خانواده*، ۸ (۱)، ۶۴-۴۷.

نامزدی، یکی از مراحل ازدواج است که به موجب آن دو نفر توافق می‌کنند با هم ازدواج کنند (Rostami & Ghezelseflo, 2018). از این رو، در ایران به زمان بین عقد رسمی تا زمان جشن عروسی و تشکیل خانواده دوران نامزدی گفته می‌شود که کیفیت ارتباط زوجها در این دوران می‌تواند پیش‌بینی کننده کیفیت ارتباط<sup>۱</sup> آنها در دوره‌های بعدی زناشویی باشد (Asadishishegaran et al., 2016). در دوران نامزدی و ماقبل ازدواج، زوجها دارای شرایط و مسائل خاصی هستند که می‌توان به استرس<sup>۲</sup> و فشار ناشی از ازدواج<sup>۳</sup>، روابط بین زوجها<sup>۴</sup>، تعارض با خانواده همسر<sup>۵</sup>، استقلال و ایجاد مرز بین خود و همسر و خانواده همسر و یکی شدن با همسر، ایده‌آل سازی<sup>۶</sup> یا بهتر جلوه دادن خود، کنترل و ایجاد تغییر در همسر، الگوهای ناکارآمد ارتباطی فردی و بین فردی اشاره کرد (Rostami et al., 2018a).

به عقیده پژوهشگران دوران نامزدی و سال‌های اول ازدواج از مقاطع مهم در چرخه زندگی خانوادگی است که در آن سطح تعارضها و اختلافها افزایش می‌یابد (Parrott & Parrott, 2016). اگرچه دوران نامزدی تجارب رشدی زیادی مثل مصاحبت و همراهی<sup>۷</sup>، تعاملات آزادانه‌تر<sup>۸</sup> و حمایت‌های عاطفی<sup>۹</sup> را برای زوجها جوان به وجود می‌آورد ولی اغلب زوجها به خاطر شرایط این دوران در معرض تعارض و خشونت بیشتری قرار دارند (Helms et al., 2013)؛ بروز هرگونه اختلال و مشکلات مرحله نامزدی به‌منزله عدم سلامت به‌خصوص در حیطه روان است، این مشکلات به‌عنوان عامل پیش‌بینی شونده برای سست کردن بنیان خانواده از جمله نیل به سمت طلاق است (Moradi et al., 2013). از این رو، یکی از زیان‌بارترین عواملی که در مرحله آشنایی و نامزدی بر ازدواج و طلاق تأثیرگذار است؛ باورها<sup>۱۰</sup>، دیدگاه‌ها<sup>۱۱</sup> و انتظارات غیرواقعی و رؤیایی<sup>۱۲</sup> از ازدواج است (Pashib, 2017). پیش از ازدواج تصورات و پیش‌فرض‌هایی درباره ازدواج وجود دارد و همه افراد انتظارات خاصی از ازدواج و همسر آینده خود دارند که به‌طور کامل از فلسفه وجودی این پیش‌فرض‌ها<sup>۱۳</sup> و انتظارات آگاه نیستند (Moeti, 2017). به نظر می‌رسد که باورها و انتظاراتی که افراد از ازدواج دارند؛ بر مبنای چارچوب و ذهنیت طرحواره‌ای از پیش تعیین شده‌ای به افراد رسیده است که می‌تواند واقعیت نداشته باشد (Poley, 2011). با انتخاب شریک زندگی ناسازگار، تداوم طرحواره‌های ناسازگار اولیه میسر می‌شود و هر یک از زوجها علاوه بر طرحواره‌هایی که با خود به رابطه می‌آورند؛ در ارتباطات خود نیز طرحواره‌هایی را به وجود می‌آورند که خاص این رابطه است (Simeone-Dfrancesco et al., 2015).

از دیگر عواملی که می‌تواند به‌عنوان الگوی آسیب‌زا در روابط زوجین باشد، الگوهای ارتباطی ناکارآمد<sup>۱۴</sup> است. مشکلات ارتباطی، شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات در ازدواج‌های شکست‌خورده است (Rostami et al., 2018b)؛ چرا که الگوهای

- 
1. Quality of communication
  2. Stress
  3. Pressure arising from marriage
  4. Relationship between couples
  5. Conflict with the spouse family
  6. Idealistic
  7. Companionship
  8. Freely interactions
  9. Emotion support
  10. Beliefs
  11. Opinion
  12. Unrealistic and romantic expectation
  13. Defaults
  14. Ineffective communication patterns

ارتباطی ناکارآمد، موجب می‌شود مسائل مهم زندگی مشترک، حل نشده باقی بمانند و منبع تعارض تکراری در بین زوجین شود (Shahmoradi et al., 2016). بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده‌اند، ارتباط زناشویی کارآمد، پیش‌بینی کننده قوی کیفیت رابطه زناشویی و در مقابل ارتباط زناشویی ناکارآمد، سرچشمه عمده نارضایتی‌ها، تعارض‌ها و تنش‌های بین زوجی است (Gottman & Gottman, 2015).

ناتوانی در مدیریت رابطه گاه به آشفته‌گی می‌انجامد و برخوردهای آزاردهنده، دعوا، درگیری و تعارض و در نهایت ناخشنودی<sup>۱</sup> از رابطه جای خود را به درک و تعامل، صمیمیت<sup>۲</sup>، آرامش و رضایت از رابطه دوتایی می‌دهد (Rostami et al., 2018b). همچنین نتایج نشان داده اگر زوجین بتوانند در ابتدای رابطه به شیوه مثبتی تعارض‌ها را مدیریت کرده توانایی حل آن‌ها را داشته باشند، وجود تعارض آسیب‌های کمتری را به دنبال خواهد داشت (Esmaily & Dehdast, 2013; Gottman & Gottman, 2015).

از عوامل دیگر آسیب‌زا بر روابط زوجین، مخصوصاً در قوم ترکمن اثرات مخرب خانواده اصلی<sup>۳</sup> است که با توجه به فرهنگ سنتی در بین اقوام ترکمن از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. هر چند نسل‌های جدید این جایگاه را مانند قبل نمی‌پذیرند ولی خانواده‌ها به عنوان مرجع اصلی در تصمیم‌گیری‌ها و زندگی فرزندان خود تاثیر مستقیم دارند و نقش والدین خصوصاً مادر در این امر پررنگ‌تر و موثرتر می‌باشد و همین امر موجبات اثرگذاری آن‌ها را در زندگی فرزندان شان چند برابر می‌کند تا جایی که در برخی خانواده‌ها حتی نام‌گذاری و پرورش بچه‌ها را مادر بزرگ عهده‌دار می‌شود و با توجه به رشد آگاهی زنان از حقوق و جایگاه اجتماعی خود باعث تعارض بین زوجین می‌گردد و در اختلافات زوجی تصمیم‌نهایی با مادر خانواده می‌باشد تا جایی که ادامه زندگی مشترک منوط به رضایت مادر می‌شود. در خانواده‌های چند نسلی نظام رابطه و الگوهای تعامل هر دو تاثیر مستقیم و غیر مستقیمی روی روابط زناشویی در نظام دارند. بنابراین، درک و شناخت این روابط در نظام خانواده گسترده بخش مهمی از درک خاستگاه، مسیر و نتیجه نهایی تعارض زناشویی است (Jomenia et al., 2021). برابر ادعای (Muraru & Turliuc, 2012)، مدل‌های رفتاری خانواده می‌تواند بر سازگاری در روابط شخصی به‌ویژه در روابط صمیمی مانند ازدواج تاثیرگذارند. همان‌طور که اشاره شد هر یک از زوجین نامزد تجارب و انتظاراتی را به رابطه زناشویی می‌آورند که شاید بازمانده تجارب پیشین از خانواده اصلی باشند و این تجارب در شکل‌دهی به روابط صمیمی پس از آن و شیوه برخورد با مسائل زناشویی نقش بنیادی دارد و برخی اوقات تعارضاتی که میان زوجین رخ می‌دهد حاصل تأثیر مستقیم سیستم خانواده اولیه است. پژوهش‌های مختلف رابطه اختلال در عملکرد خانواده<sup>۴</sup> و مشکلات متعدد اعضای آن را نشان داده‌اند (Her et al., 2007; Miler et al., 2000).

Weiss (2014) در تحقیق خود نشان داد که خانواده اصلی در کیفیت و موفقیت زندگی زناشویی<sup>۵</sup> اثر پایداری دارد. همچنین پژوهش‌ها بیانگر رابطه سلامت خانواده اصلی با سازگاری زناشویی<sup>۶</sup> و روابط رضایت‌بخش زناشویی است (Lee & Ok, 2002 ; Muraru & Turliuc, 2012).

- 
- 1 . Dissatisfaction
  - 2 . Intimacy
  - 3 . Original family
  - 4 . Family dissatisfaction
  - 5 . Marital success
  - 6 . Marital adjustment

از این رو، آماده شدن برای ازدواج رویکردی نسبتاً تازه‌ای برای پیشگیری از نارضایتی و شکست در زندگی زناشویی و مبتنی بر این دیدگاه است که زوجها می‌توانند یاد بگیرند که چگونه ازدواج‌های موفق و پایداری داشته باشند (Riles, 2016). بنابراین مداخله در دوران نامزدی و کاهش مشکلات ناشی از این دوران و تشخیص و حل به موقع اختلاف‌ها و همچنین افزایش لحظات شاد و شیرین برای دوام این رابطه در این دوران ضروری به نظر می‌رسد. تحقیقات نشان داده‌اند افرادی که در برنامه‌های غنی‌سازی ازدواج شرکت می‌کنند، از رشد ارتباطی بهتر، تبادلات مخرب کمتر و حمایت بیشتری برخوردارند و همچنین آمار طلاق در آن‌ها کمتر است (Keplar, 2015; Borowski & Tambling, 2015; Rostami et al., 2019c). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان آموزش کافی در مورد مسائل مرتبط با ازدواج، اطلاعات ناکافی زوجین، 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 زوجین را دچار مشکل عدیده‌ای کند (Gottman & Gottman; 2015 Rostami & Ghezelseflo, 2018). جنبش‌های آموزش پیش از ازدواج منجر به پیدایش رویکردهای مختلفی از جمله برنامه اولسون، رویکرد مواجهه با زندگی، برنامه ارتقا ارتباط، رویکرد تایم، برنامه آگاهی و انتخاب میان فردی، رویکرد گاتمن و رویکرد SYMBIS شده است. یکی از برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج مدل<sup>۱</sup> SYMBIS است که یک برنامه پیشگیرانه نسبتاً جدید است که به آماده‌سازی افراد برای ازدواج می‌پردازد؛ به گونه‌ای که بتوانند از قوانین ناگفته‌ای آگاهی یابند تا آزادی آنان برای پذیرش، رد یا تغییر قوانین ناشی از خانواده اصلی که متزلزل کننده رابطه آینده آن‌ها خواهد بود، افزایش یابد (Parrott & Parrott, 2016). در این رویکرد افراد از نقش‌ها و فرضیات پیش نوشته‌ای که تمایل به اجرای آن دارند، آگاهی می‌یابند تا بتوانند درباره چگونگی نوشتن یک نقش جدید، به گفتگو بپردازند و انتظارات واقع‌بینانه<sup>۲</sup> را برای ازدواج خود در نظر بگیرند (Berger & Hannah, 1999). لس پاروت و لسلی پاروت در مرکز ارتقای روابط دانشگاه پاسیفیک سیاتل، مدل SYMBIS را معرفی کردند؛ ماهیت این مدل بر اساس رویکرد سیستم خانواده<sup>۳</sup>، به‌ویژه نظریه سیستمی خانواده بوئن و نظریه رفتاری شناختی شکل گرفته است. این مدل تلاش دارد تا با مفهوم تمایز خویشتن بوئن هماهنگ شود و زوج را در بافت سیستم خانوادگی گذار نسلی، به‌ویژه در نخستین جلسات مشاوره بررسی کند (Rostami et al., 2019c). نقش خانواده اصلی برای مشاوره پیش از ازدواج از دید این رویکرد بسیار اساسی و مهم است (Parrott & Parrott, 2016). طبق نظر Parrott & Parrott (2016) مدل SYMBIS این اهداف را پیگیری می‌کند: ۱. اسطوره‌زدایی از باورهای غیرمنطقی ازدواج<sup>۴</sup>، توسعه انتظارات سالم ازدواج، ۲. تقویت یک مفهوم واقع‌گرایانه از عشق<sup>۵</sup> و انعطاف‌پذیری آن، ۳. ترویج نگرش و چشم‌اندازی به زندگی که ازدواج را با وجود مشکلات پیش‌بینی نشده می‌تواند حفظ کند، ۴. آموزش مهارت‌های ارتباطی کارآمد، ۵. درک صحیح و پذیرش تفاوت‌های جنسیتی<sup>۶</sup> و ۶. درک ارزش‌های معنوی<sup>۷</sup>. Marks (2007) در مطالعات خود نشان دادند که مدل SYMBIS در کاهش طلاق و ایجاد یک رابطه زناشویی پایدار و روابط رضایت‌بخش مؤثر بوده است. پاروت و پاروت مطالعه طولی را روی یک زوج شرکت‌کننده در برنامه پیش از ازدواج SYMBIS که در کلیسا اجرا می‌شد، در فاصله سال‌های ۲۰۰۲ تا ۲۰۰۶ انجام دادند. ۱۸ زوج از ۱۹ زوج شرکت‌کننده با برنامه نظرخواهی موافقت کردند و با آن‌ها تماس گرفته شد؛ در خصوص رضایت زناشویی پژوهش‌های آن‌ها آشکار کرد که بیش از

1 . Saving Your Marriage Before It

2 . realistic expectation

3 . family system approach

4 . mythology from the irrational beliefs of marriage

5 . realistic concept of love

6 . Accepting gender differences

7 . understanding spiritual values

۸۲ درصد از زوجین گزارش کرده‌اند که بسیار شاد هستند، در حالی که درصد باقی‌مانده خود را تا حدی شاد ارزیابی کرده بودند. در خصوص ارتباط بیش از ۷۲ درصد ارتباطشان را بالای حد متوسط یا بسیار خوب برآورد کردند. در حوزه حل تعارض بیش از ۸۲ درصد خودشان را در حد خوب یا بسیار خوب ارزیابی کرده بودند. (Vail, 2012). نتایج پژوهش (Jafarzadeh 2014) نشانگر این بوده که مدل SYMBIS باعث کاهش تعارضات زناشویی شده است. همچنین Rostami & Ghezelseflo (2018) در پژوهش خود نشان دادند که آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس (SYMBIS) بر کاهش باورهای ارتباطی زوجین نامزد مؤثر است؛ در مطالعه دیگری Rostami et. al. (2019c) نشان دادند که مدل SYMBIS توانست الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت ارتباطی و اثرات مخرب خانواده اصلی را کاهش و نظام ارزشی زوج‌ها را بهبود بخشد. روش دیگری که بر بهبود روابط زوج‌های نامزد می‌تواند مؤثر باشد، شیوه غنی‌سازی پیش از ازدواج گاتمن است؛ گاتمن نیز از روانشناسان حوزه زناشویی است که برنامه‌های آموزشی متنوعی برای تقویت روابط زوجین ابداع کرده است. نظریه گاتمن شامل برنامه‌ها و روش‌های سازمان‌یافته است که فرآیند درمانی "منظم و منطقی" نامیده می‌شود (Gottman, 1999) و در جهت تعمیق دوستی، تقویت مدیریت مشاجره‌ها و ایجاد معنای مشترک<sup>۱</sup> و هدف‌گذاری در رابطه زوج‌ها<sup>۲</sup> طراحی شده است (Dadvandi et al., 2018). رویکرد گاتمن؛ رویکردی یکپارچه است که از مبانی و اصول اعتقادی نظریه‌های مختلف درمانی از قبیل نظریه سیستمی، دیدگاه وجودی و نیز قصه درمانی یاری جسته است (Gottman & Gottman, 2015). رویکرد گاتمن همچنین از دیدگاه روان تحلیلی‌گرانه نیز پیروی می‌کند و آنجا که به دنبال تغییر رفتار است از رویکردهای رفتاری حمایت می‌کند (Randall & Bodenmann, 2009). افزون بر آن، رویکرد گاتمن بر تشخیص و تغییر الگوهای تحریف شده تفکر و رفتارهای ناکارآمد حاصل از آن تأکید دارد (Gottman & Gottman, 2017). در همین راستا Babcock et. al. (2013) طی پژوهشی با پیگیری یک‌ساله اثربخشی رویکرد گاتمن را بر مؤلفه‌های رضایت از رابطه، کیفیت دوستی و تعارض مخرب همسران گزارش کرده‌اند. همچنین در پژوهشی که به منظور ارزیابی اثربخشی مهارت‌های ارتباط زناشویی با شیوه گاتمن توسط (2002) westeros انجام شد، نتایج نشان داد که گروه تحت آزمایش و همچنین همسرانشان در مهارت‌های ارتباطی بهبود نشان دادند و این بهبودی برای مدت طولانی پایدار باقی ماند. همچنین Dadvandi et. al. (2018) در پژوهش خود با عنوان مقایسه اثربخشی زوج‌درمانی گاتمن بر سازگاری زوج‌ها در خانواده به این نتیجه رسیدند که رویکرد گاتمن باعث افزایش سازگاری زوج‌ها گردید. همچنین Mohammadi et. al. (2017) در تحقیق خود با عنوان بررسی کارآیی مداخله آموزشی مبتنی بر مدل گاتمن بر صمیمیت زناشویی، نشان دادند که این مدل باعث افزایش صمیمیت زناشویی می‌شود.

قوم ترکمن نیز با توجه به تغییر ساختار اجتماعی کشور از این قاعده مستثنی نبوده و دست‌خوش تغییرات زیادی شده است که خانواده‌ها و زوجین را در بر گرفته است. هر چند مردم نسبت به رها کردن فرهنگ سنت‌ها و ارزش‌ها و آداب و رسوم خود برای قبول سنت‌ها و ارزش‌ها و رسوم تازه انعطاف ناپذیر و سخت‌گیرند، کمتر فرهنگی است که در طول تاریخ دچار دگرگونی‌هایی نشده باشد. بدیهی است روش‌ها و میزان این دگرگونی متفاوت است. هر جا که عناصر جدید و مجموعه‌هایی نو در فرهنگ ظاهر شود و بدین سان محتوا و ساخت فرهنگ را تغییر دهد، دگرگونی فرهنگی رخ می‌دهد (Jomenia et al., 2021). فرهنگ ترکمن نیز مستثنی از این تغییرات نبوده است و در طی سالیان اخیر به جهت دسترسی آسان به اطلاعات و تعامل بیشتر با فرهنگ‌های دیگر و همچنین افزایش سطح آگاهی خصوصاً در زنان باعث تغییراتی در برخی از متغیرهای فرهنگی شده است. و گواه این ادعا درصد بالای تقاضای طلاق از طرف زنان می‌باشد. ولی با این حال برخی از مولفه‌های

1 . common sense

2 . targeting in the relationship of couples

فرهنگی هم چنان باقی مانده است و دلیل تعارضات زوجین خصوصاً در جمعیت سنتی تر شده است. عوامل فرهنگی از جمله: سه طلاقه (گفتن سه بار طلاق در حضور دو نفر)، نداشتن مهریه (مبلغ بسیار کمی حدود ۵ تا ۱۰ میلیون که نقداً به خانواده دختر پرداخت می شود تحت عنوان بهاء دختر می باشد)، کرفه بودن (آخرین فرزند پسر که وظیفه مراقبت از والدین به عهده او می باشد)، یاشینماق (رو گرفتن عروس از مردان بزرگ فامیل)، تغییر پوشش سنتی زنان، این مشکلات با شدت بیشتری به تعارضات زوجین دامن می زند (Jomenia et al., 2021). این مسائل و متغیرهای دیگر میزان بالای طلاق و خصوصاً درخواست زنان ترکمن برای طلاق، موج جدیدی از تغییر را ایجاد کرده و به گفته بعضی از صاحب نظران رشد طلاق نسبت به گذشته ۵ برابر شده است و این نشان از تغییر و شکافی بزرگ در زندگی مشترک زوجین ترکمن دارد (Hadavand et al., 2017). از این رو، با توجه به ملاحظات نظری بالا این پژوهش قصد دارد به مطالعه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمنی و سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های دوران نامزدی در زوجین ترکمن، بپردازد.

## روش

### جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه گواه و پیگیری ۳ ماهه بود. انتخاب نمونه از بین زوج‌های نامزد ترکمن که در بازه زمانی مرداد تا آبان ماه ۱۳۹۸ به مرکز مشاوره راه نوین زندگی شهرستان گنبدکاووس مراجعه کرده بودند پس از مطالعه پرونده، انجام مصاحبه اولیه و کسب رضایت و با توجه به معیار ورود به پژوهش که عبارت بود از داشتن حداقل سطح تحصیلات سیکل، رضایت مکتوب و ملاک خروج که عبارت بود از مصرف دارو یا مصرف مواد، ازدواج دوم و غیبت بیش از دو جلسه ۲۴ زوج نامزد به صورت هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی پیش از ازدواج به شیوه گاتمن (۸ زوج)، پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس (۸ زوج) و گروه گواه (۸ زوج) جایگزین شدند. گروه آموزشی پیش از ازدواج به شیوه گاتمن به مدت ۸ جلسه و به مدت ۴ هفته ۹۰ دقیقه‌ای به صورت دو جلسه در هفته و در روزهای شنبه و دوشنبه از ساعت ۱۶ تا ۱۷:۳۰ و برای گروه پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس نیز به مدت ۸ جلسه و به مدت ۴ هفته ۹۰ دقیقه‌ای هفته‌ای دو جلسه در روزهای یکشنبه و پنجشنبه از ساعت ۱۸ تا ۱۹:۳۰ در مرکز مشاوره راه نوین زندگی شهرستان گنبدکاووس برگزار شد. در این مدت گروه گواه هیچ آموزشی را دریافت نکردند؛ اما بر اساس اصول اخلاقی پس از اتمام پژوهش گروه گواه نیز به دو گروه تقسیم شدند که ۴ زوج تحت آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و ۴ زوج دیگر نیز تحت آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس قرار گرفتند. داده‌ها با استفاده از نسخه ۲۴ نرم‌افزار اس. پی. اس و به روش تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری مکرر تحلیل شد. میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش غنی‌سازی ازدواج به شیوه گاتمن ۲۳/۷۶ (۱/۷۹) سال، میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش غنی‌سازی ازدواج به شیوه سیمبیس ۲۲/۶۰ (۱/۲۴) و میانگین و انحراف استاندارد گروه گواه ۲۲/۷۳ (۱/۷۵) سال است.

روش مداخله مبتنی بر SYMBIS (Parrott & Parrott, 2016) که توسط Rostami و Rostami & Ghezelseflo (2018) و Rostami et. al. (2019c) مورد بررسی و تأیید محتوایی بسته آموزشی قرار گرفت. و روش آموزشی گاتمن بر اساس نظریه خانه امن رابطه (Gottman & Gottman, 2017) در جدول (۱) گزارش شده است.



رویکرد گاتمن	رویکرد SYMBIS
محتوا	محتوا
جلسه	جلسه
اول	اول
دوم	دوم
سوم	سوم
چهارم	چهارم
پنجم	پنجم
ششم	ششم
هفتم	هفتم
هشتم	هشتم



پرسشنامه ارزیابی و سنجش الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج<sup>۱</sup>. این پرسشنامه توسط Rostami et. al. (2019) در ۷۹ گویه با مقیاس پنج ارزشی لیکرت یک = کاملاً مخالفم، دو = مخالفم، سه = نه مخالفم نه موافقم، چهار = موافقم و پنج = کاملاً موافقم تهیه شد. برخی گویه‌های این ابزار به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسشنامه بر اساس تحلیل عاملی اکتشافی در ۵ عامل شناسایی و مشخص شد؛ عامل اول الگوهای ناکارآمد ارتباطی، عامل دوم الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، عامل سوم نظام ارزشی زوجها، عامل چهارم ذهنیت طرحواره‌ای و عامل پنجم اثرات مخرب خانواده اصلی بودند. شاخص‌های برازش تحلیل عاملی تأییدی نیز به استثنای شاخص  $\chi^2$  که برابر با ۱۲۰۰/۶۵ و در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود. از ضریب آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی برای بررسی پایایی یا همسانی درونی ابزار استفاده شد و پایایی پرسشنامه در عامل الگوهای ناکارآمد ارتباطی برابر با ۰/۹۲، عامل الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه برابر با ۰/۹۰، عامل نظام ارزشی زوجها برابر با ۰/۹۱، عامل ذهنیت طرحواره‌ای برابر با ۰/۸۹ و عامل اثرات مخرب خانواده اصلی نیز برابر با ۰/۸۷ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ به دست آمد. نتایج مربوط به آزمون-بازآزمون با فاصله ۴۵ روز نشان داد که همبستگی خوبی بین عامل‌ها وجود دارد که نشان دهنده ثبات نمره‌ها در طول زمان است. همبستگی نمره آزمون-بازآزمون در عامل الگوهای ناکارآمد ارتباطی برابر با ۰/۸۶، الگوهای ناکارآمد مدیریتی برابر با ۰/۸۷، نظام ارزشی زوجها برابر با ۰/۹۱، ذهنیت طرحواره‌ای برابر با ۰/۸۵ و اثرات مخرب خانواده اصلی برابر با ۰/۹۰ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ به دست آمد (Rostami et al., 2019). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برای الگوهای ناکارآمد ارتباطی ۰/۸۹، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه ۰/۹۱، نظام ارزشی زوجها ۰/۸۸، ذهنیت طرحواره‌ای ۰/۹۲ و اثرات مخرب خانواده اصلی ۰/۹۰ به دست آمد.

### یافته‌ها

اطلاعات جدول ۲ حاکی از کاهش نمره الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت طرحواره‌ای و اثرات مخرب خانواده اصلی و افزایش نمره نظام ارزشی زوجها در هر دو گروه آزمایشی پیش از ازدواج گاتمن و پیش از ازدواج سیمبیس در پس‌آزمون و پایداری آن در مرحله پیگیری است.

جدول ۲. شاخصه‌های توصیفی الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج برای گروه کنترل و آزمایش در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری

متغیر	شاخص‌های آماری		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیگیری
	گروه	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
الگوهای ناکارآمد ارتباطی	پیش از ازدواج گاتمن	۵۰/۳۱	۳/۱۵	۴۷/۵۶	۲/۹۲	۴۸/۸۷	۲/۹۶
	پیش از ازدواج سیمبیس	۴۸/۴۳	۵/۰۷	۴۵/۰۰	۴/۸۹	۴۵/۴۳	۵/۳۱
الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه	گواه	۵۰/۸۷	۵/۶۶	۵۱/۱۸	۳/۴۱	۵۱/۶۲	۳/۶۱
	پیش از ازدواج گاتمن	۵۲/۹۳	۲/۵۴	۵۰/۰۶	۲/۵۴	۵۱/۰۰	۲/۰۹
نظام ارزشی زوجها	پیش از ازدواج سیمبیس	۵۳/۱۸	۲/۷۸	۵۰/۰۰	۲/۲۸	۵۰/۶۸	۲/۰۲
	گواه	۵۲/۷۵	۲/۳۵	۵۳/۱۸	۲/۱۰	۵۳/۵۶	۲/۲۵
ذهنیت طرحواره‌ای	پیش از ازدواج گاتمن	۳۱/۹۳	۱/۹۸	۳۵/۱۸	۱/۵۱	۳۴/۵۶	۱/۳۶
	پیش از ازدواج سیمبیس	۳۱/۱۲	۲/۰۹	۳۳/۹۳	۱/۶۱	۳۲/۹۳	۱/۵۲
اثرات مخرب خانواده اصلی	گواه	۳۱/۵۰	۱/۳۳۱	۳۱/۹۳	۱/۶۱	۳۱/۵۰	۱/۲۶
	پیش از ازدواج گاتمن	۵۵/۱۲	۳/۹۶	۵۱/۸۱	۲/۱۴	۵۲/۴۳	۳/۵۲
اثرات مخرب خانواده اصلی	پیش از ازدواج سیمبیس	۵۳/۴۳	۲/۶۳	۵۰/۰۶	۲/۳۶	۵۰/۸۷	۲/۴۷
	گواه	۵۴/۱۲	۱/۸۹	۵۳/۴۳	۲/۸۶	۵۳/۹۳	۲/۲۶
اثرات مخرب خانواده اصلی	پیش از ازدواج گاتمن	۳۱/۱۸	۱/۷۵	۲۸/۲۵	۱/۱۳	۲۹/۰۰	۲/۰۳
	پیش از ازدواج سیمبیس	۳۱/۶۲	۱/۳۶	۲۸/۶۸	۱/۶۵	۲۹/۱۸	۱/۲۷
گواه	۳۱/۰۰	۱/۴۶	۳۱/۹۳	۲/۲۲	۳۲/۳۱	۲/۰۵	

### واحدی و همکاران: اثربخشی برنامه مداخله رویکرد مثبت‌گرا بر مشکلات درونی‌سازی شده...

با توجه به جدول ۳، آمار Z آزمون کولموگراف-اسمیرنف برای تمامی متغیرهای پژوهش در تمامی گروه‌ها معنادار نیست؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که توزیع متغیرها نرمال است. برای بررسی همگنی واریانس متغیرهای پژوهش از آزمون لوین استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که آماره f آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس متغیرها در گروه‌های پژوهش برای متغیرهای وابسته معنادار نیست. این یافته‌ها نشان می‌دهد که واریانس این متغیرها در گروه‌ها همگن است. همچنین آماره W موخلی برای متغیرهای پژوهش معنی‌دار است. این یافته نشان می‌دهد که واریانس تفاوت‌ها در بین سطوح متغیر وابسته به صورت معنی‌داری متفاوت است؛ بنابراین پیش‌فرض کرویت رعایت نمی‌شود. در این شرایط باید از اصلاح افسیلین گرین‌هاوس گیسر استفاده شود؛ بنابراین در ادامه برای تفسیر نتایج آزمون اثرهای درون آزمودنی‌ها از این آماره استفاده شد.

جدول ۳. نتایج آزمون توزیع طبیعی نمره‌ها و آزمون همگنی واریانس‌ها

متغیر	گروه	آزمون کولموگراف-اسمیرنف		آزمون لوین		موخلی W	
		آماره	سطح معناداری	آماره	سطح معناداری	آماره	X <sup>2</sup>
الگوهای ناکارآمد ارتباطی	پیش از ازدواج گاتمن	۰/۱۳	۰/۲۰	۱/۱۸	۰/۴۴	۰/۷۷	۱۱/۲۵**
	پیش از ازدواج سیمبیس	۰/۲۰	۰/۱۹				
	گواه	۰/۲۱	۰/۱۶				
الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه	پیش از ازدواج گاتمن	۰/۱۵	۰/۲۰	۱/۲۳	۰/۴۱	۰/۸۵	۶/۸۴*
	پیش از ازدواج سیمبیس	۰/۱۴	۰/۱۳				
	گواه	۰/۲۰	۰/۱۰				
نظام ارزشی زوج‌ها	پیش از ازدواج گاتمن	۰/۲۰	۰/۱۲	۰/۴۱	۰/۶۳	۰/۸۲	۸/۲۵*
	پیش از ازدواج سیمبیس	۰/۱۵	۰/۲۰				
	گواه	۰/۱۶	۰/۱۸				
ذهنیت طرحواره‌ای	پیش از ازدواج گاتمن	۰/۱۷	۰/۲۰	۰/۵۰	۰/۷۱	۰/۷۱	۱۴/۷۲**
	پیش از ازدواج سیمبیس	۰/۱۸	۰/۱۴				
	گواه	۰/۱۹	۰/۱۳				
اثرات مخرب خانواده اصلی	پیش از ازدواج گاتمن	۰/۲۱	۰/۲۰	۱/۰۳	۰/۴۹	۰/۶۳	۲۰/۰۰**
	پیش از ازدواج سیمبیس	۰/۲۳	۰/۱۹				
	گواه	۰/۲۰	۰/۱۷				

\*P<۰/۰۵ \*\*P<۰/۰۱

بر اساس نتایج جدول ۴ سطح معناداری تحلیل واریانس مختلط اندازه‌گیری مکرر نشان می‌دهد که تأثیر مداخله پیش از ازدواج گاتمن و سیمبیس (P=۰/۰۰۳) در کاهش نمره الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه (P=۰/۰۳۳)، ذهنیت طرحواره‌ای (P=۰/۰۳۰) و اثرات مخرب خانواده اصلی (P=۰/۰۰۱) معنادار است. همچنین تأثیر مداخله پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و سیمبیس در کاهش نمره نظام ارزشی زوج‌ها (P=۰/۰۰۱) معنادار است. با توجه به نتایج به دست آمده و معناداری اثر مداخله در جدول ۵ به مقایسه دو به دو گروه‌های آموزشی با استفاده از آزمون تعقیبی توکی پرداخته شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌گیری‌های مکرر در گروه‌های آزمایش و گواه در سه مرحله

متغیر	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	نسبت F	سطح معناداری	اندازه اثر
الگوهای ناکارآمد ارتباطی	مراحل مداخله	۹۴/۰۴	۱/۶۳	۵۷/۶۳	۴۷/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۵۱
	مراحل × گروه	۸۳/۰۸	۳/۲۶	۲۵/۴۵	۲۰/۸۷	۰/۰۰۱	۰/۴۸
	گروه	۵۸۵/۸۷	۲	۲۹۲/۹۳	۶/۴۴	۰/۰۰۳	۰/۲۲
الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه	مراحل مداخله	۸۶/۷۲	۱/۷۴	۴۹/۶۰	۵۶/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۵۵
	مراحل × گروه	۷۷/۴۰	۳/۴۹	۲۲/۱۳	۲۵/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۵۲
	گروه	۱۱۰/۰۵	۲	۵۵/۰۵	۳/۶۸	۰/۰۳۳	۰/۱۴
نظام ارزشی زوجها	مراحل مداخله	۱۱۷/۶۸	۱/۷۰	۶۸/۹۰	۱۰۳/۶۶	۰/۰۰۱	۰/۴۹
	مراحل × گروه	۴۴/۵۶	۳/۴۱	۱۳/۰۴	۱۹/۶۳	۰/۰۰۱	۰/۴۶
	گروه	۱۲۱/۸۴	۲	۶۰/۹۲	۹/۱۷	۰/۰۰۱	۰/۲۹
ذهنیت طرحواره‌ای	مراحل مداخله	۱۵۵/۹۳	۱/۵۵	۱۰۰/۱۳	۳۵/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۴۴
	مراحل × گروه	۴۶/۵۲	۳/۱۱	۱۴/۹۴	۵/۲۸	۰/۰۰۲	۰/۱۹
	گروه	۱۴۲/۷۲	۲	۷۱/۳۶	۳/۸۰	۰/۰۳۰	۰/۱۴
اثرات مخرب خانواده اصلی	مراحل مداخله	۶۷/۵۴	۱/۴۶	۴۶/۱۰	۳۷/۴۶	۰/۰۰۱	۰/۴۵
	مراحل × گروه	۱۰۰/۶۶	۲/۹۳	۳۴/۳۵	۲۷/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۵۵
	گروه	۱۴۳/۲۹	۲	۷۱/۶۴	۱۱/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۳۴

جدول ۵ مقایسه سه مرحله در گروه‌های آزمایش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و سیمبیس و گروه گواه را در هر سه متغیر نشان می‌دهد. به طوری که نمره الگوهای ناکارآمد رابطه، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت طرحواره‌ای و اثرات مخرب خانواده اصلی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری در قیاس با پیش‌آزمون، میانگین‌ها کاهش و در متغیر نظام ارزشی زوجها افزایش نشان می‌دهد؛ در نتیجه روش‌های مداخله در این ابعاد اثربخش بوده و این تأثیر تا مرحله پیگیری باقی‌مانده است. مقادیر مذکور در گروه گواه معنی‌دار نیستند ( $P > 0/05$ ).

جدول ۵. نتایج آزمون بنفرونی به منظور مقایسه الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج در سه مرحله به تفکیک گروه‌ها

متغیرها	مرحله (I)	مقایسه سه مرحله گروه پیش از ازدواج گاتمن	مقایسه سه مرحله گروه پیش از ازدواج سیمبیس	مقایسه سه مرحله گروه گواه
الگوهای ناکارآمد ارتباطی	پس‌آزمون	۱/۶۴**	۱/۹۹**	۰/۳۸
	پیگیری	۱/۱۰**	۲/۲۸**	۰/۷۴
	پس‌آزمون	۰/۵۴	۰/۳۹	۰/۴۴
الگوهای ناکارآمد رابطه	پس‌آزمون	۲/۵۲**	۲/۵۸**	۰/۵۸
	پیگیری	۲/۴۶**	۲/۶۳**	۰/۵۶
	پس‌آزمون	۰/۴۸	۰/۱۹	۰/۳۰
نظام ارزشی زوجها	پس‌آزمون	۲/۴۴**	۳/۰۱**	۰/۶۸
	پیگیری	۲/۵۸**	۲/۸۷**	۰/۶۶
	پس‌آزمون	۰/۳۳	۰/۳۳	۰/۱۴
ذهنیت طرحواره‌ای	پس‌آزمون	۲/۸۷**	۳/۵۵**	۰/۷۷
	پیگیری	۲/۹۳**	۲/۹۸**	۰/۷۴
	پس‌آزمون	۰/۴۸	۰/۶۵	۰/۶۵
اثرات مخرب خانواده اصلی	پس‌آزمون	۲/۲۲**	۳/۶۵**	۰/۷۱
	پیگیری	۲/۳۹**	۳/۹۹**	۰/۷۲
	پس‌آزمون	۰/۲۸	۰/۱۸	۰/۸۴

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

## واحدی و همکاران: اثربخشی برنامه مداخله رویکرد مثبت‌گرا بر مشکلات درونی‌سازی شده...

در جدول ۶ اثر دو رویکرد مداخله بر متغیرهای وابسته با هم مقایسه شدند. همان‌طور که در جدول زیر ملاحظه می‌شود بین گروه آموزشی پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و گروه آموزشی پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس در نمره الگوها و آسیب‌های پیش از ازدواج (الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، نظام ارزشی زوج‌ها، ذهنیت طرحواره‌ای و اثرات مخرب خانواده اصلی) تفاوت معنادار نیست.

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

خطای انحراف معیار	تفاوت میانگین	گروه	گروه	گروه
۱/۳۷	۲/۶۲**	گواه	پیش از ازدواج گاتمن	
۱/۳۷	۲/۲۱**	گواه	پیش از ازدواج سیمبیس	الگوهای ناکارآمد ارتباطی
۱/۳۷	۰/۹۳	پیش از ازدواج سیمبیس	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۷۸	۱/۸۳*	گواه	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۷۸	۱/۸۷*	گواه	پیش از ازدواج سیمبیس	الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه
۰/۷۸	۰/۰۴	پیش از ازدواج سیمبیس	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۵۲	۲/۲۵**	گواه	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۵۲	۱/۲۲*	گواه	پیش از ازدواج سیمبیس	نظام ارزشی زوج‌ها
۰/۵۲	۱/۰۲	پیش از ازدواج سیمبیس	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۸۸	۱/۶۶*	گواه	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۸۸	۲/۳۷**	گواه	پیش از ازدواج سیمبیس	ذهنیت طرحواره‌ای
۰/۸۸	۰/۷۰	پیش از ازدواج سیمبیس	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۵۰	۲/۲۷**	گواه	پیش از ازدواج گاتمن	
۰/۵۰	۱/۹۱**	گواه	پیش از ازدواج سیمبیس	اثرات مخرب خانواده اصلی
۰/۵۰	۰/۳۵	پیش از ازدواج سیمبیس	پیش از ازدواج گاتمن	

\* $P < 0.05$  \*\* $P < 0.01$

## بحث

ازدواج به عنوان مهمترین رسم اجتماعی برای دستیابی به نیازهای عاطفی افراد مورد توجه فراوان بوده است. هدف پژوهش حاضر، مقایسه اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و سیمبیس (SYMBIS) بر الگوها و آسیب‌های زوجین نامزد ترکمن بود. در این پژوهش پس از مقایسه نتایج گروه‌های آزمایش با گروه کنترل، نتایج نشان داد که آموزش پیش از ازدواج به شیوه گاتمن و سیمبیس بر کاهش الگوها و آسیب‌های دوران نامزدی در زوجین ترکمن مؤثر است. همچنین هر دو رویکرد پایداری در درمان را مرحله پیگیری نشان دادند. نتایج این پژوهش، یافته‌های این پژوهش‌ها را تأیید نمود: Parrott & Parrott (2006)، Crawford (2009)، Mraks (2007)، Vail (2016)، Jafarzadeh (2014)، Rostami & Ghezselflo (2018).

Parrott & Parrott (2006) در پژوهش‌های متعدد خود در مورد افراد شرکت‌کننده در دوره‌های آموزشی مبتنی بر SYMBIS دریافت خودکارآمدی و سازگاری زناشویی بعدی آنها افزایش یافته و انتظارات آنها تعدیل یافته است. Crawford (2009) در پژوهش خود به بررسی اثربخشی مدل SYMBIS، زمانی که در کلیساها با نمونه محدود انجام شود پرداخت. نتایج پژوهش او نشان داد که مدل SYMBIS باعث افزایش عملکرد ارتباطی در زوجین می‌شود. Marks (2007) نیز در پژوهش خود به بررسی

اثربخشی مدل آموزشی SYMBIS در کاهش طلاق و ایجاد ثبات و رضایت زناشویی پرداخت. نتایج نشان داد که این مدل باعث کاهش نرخ طلاق و افزایش ثبات و رضایت زناشویی پایدار در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل گردید. همچنین نتایج این پژوهش با پژوهش‌های Jafarzadeh (2014) که نشان داد مدل SYMBIS باعث کاهش تعارضات زناشویی شده است؛ پژوهش Rostami & Ghezelseflo (2018) که در پژوهش خود نشان دادند که آموزش پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس (SYMBIS) بر کاهش باورهای ارتباطی زوجین نامزد مؤثر است و پژوهش Rostami et. Al. (2019c) که نشان دادند مدل SYMBIS توانست الگوهای ناکارآمد ارتباطی، الگوهای ناکارآمد مدیریت رابطه، ذهنیت ارتباطی و اثرات مخرب خانواده اصلی را کاهش و نظام ارزشی زوجها را بهبود بخشد، همسو بود. همچنین با نتایج پژوهش Mirahmadi et al (2019) که با عنوان بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر مدل SYMBIS بر انتظارات ازدواج و باورهای مربوط به انتخاب همسر دختران مجرد انجام گرفت، همسو بود.

در تبیین یافته‌های فوق می‌توان بیان کرد که در برنامه پیش از ازدواج به شیوه سیمبیس افراد می‌آموزند که سازگاری با همسر آینده بسیار پیچیده‌تر از همتایی یا نداشتن ناهمسانی با او است. سازگاری دربرگیرنده شیمی متقابل (داشتن جاذبه پرمایه برای همسر)، مکمل بودن (داشتن گونه‌گونی یا تفاوت) و مقایسه‌پذیری (داشتن همسانی در شیوه زندگی، ارزش‌ها و شخصیت) است. اگر هر کدام از این سه بعد نباشد سازگاری درست به خطر می‌افتد (Vail, 2016). بنابراین، سازگاری به معنای نداشتن ناهمسانی با همسر نیست و ناهمسانی با همسر در یکی از اندیشه‌های مهم، به معنی توهین و نبود علاقه او نیست. در جهت سازگاری، دو فرد می‌توانند اختلافات برجسته‌ای با هم داشته باشند ولی هر شخص باید دیگر را کامل کند. افراد در این برنامه آموزشی می‌آموزند که همسر کاملی که آن‌ها نیاز دارند باید شخصی باشد که هم به او جاذبه قوی داشته باشند، هم در برخی موضوعات تفاوت و ناهمسانی داشته باشند و هم در بسیاری از ارزش‌ها، اهداف و شیوه‌های زندگی مشترک باشند (Rostami & Ghezelseflo, 2018).

به باور Parrott & Parrott (2010) در جلسات آموزش پیش از ازدواج به روش SYMBIS که به شرکت‌کنندگان داده می‌شود، تمرکز کردن بر علائم هشدار دهنده در ازدواج اهمیت بسیار زیادی دارد و این علائم حیطه‌های وسیعی دارد که از جمله مهم‌ترین آن‌ها انتظارات و باورهای غلط درباره ازدواج و همسر آینده است که در قالب اسطوره‌های ازدواج شناسایی می‌شوند. در این روش به زوجین آگاهی می‌دهد که تمام مشکلات ازدواج تا اندازه‌ای تحت تأثیر مجموعه وسیعی از تصورات نادرست در مورد ازدواج ایده آل است؛ در این روش به زوجین آموزش داده می‌شود تا با از بین بردن اسطوره‌های و باورهای ناکارآمد، در دنیای واقعی ازدواج- با همه غم‌ها و شادی‌ها، دردها و شور و شوق- قرار بگیرند (Parrott & Parrott, 2010). افزون بر آن در روش غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS به زوجین آموزش داده شد که زیربنای ارتباط، حفظ خودشان به‌عنوان یک انسان است و باید سعی کنند همان کسی باشند که هستند؛ آن‌ها در فضایی توأم با پذیرش اصالت و همدلی. اگر چه این سه صفت به خودی خود برای یک ارتباط مؤثر حیاتی است اما به تنهایی موفقیت را تضمین نمی‌کنند و هنوز هم قواعد ساده وجود دارند که مورد نیاز یک رابطه مؤثر است؛ بنابراین زوجین نامزد در این روش پنج ابزار مهم ارتباطی را آموختند و در کلاس و همچنین خارج از فضای آموزشی کلاس مورد استفاده قرار دادند. به آن‌ها یادآوری شد که قواعدی برای موفقیت ارتباط وجود دارد که اگر بتوانند به خوبی اجرا کنند می‌توانند عشق بیشتری به همسرشان هدیه کنند و آنگاه ازدواجی سرشار از موفقیت خواهند داشت. بنابراین در شکل‌گیری یک ازدواج موفق، تنها شناسایی تفاوت کافی نیست، بلکه باید پذیرش و درکی عمیق نیز از این تفاوت وجود داشته باشد. زوج‌هایی هستند که تفاوت میان خود را شناخته و سعی دارند تا این تفاوت‌ها را از بین ببرند؛ این عمل در روش غنی‌سازی پیش از ازدواج SYMBIS با برجسته کردن تفاوت‌های جنسیتی با زوجها کمک می‌کند تا آگاه شوند که تفاوت‌های دو جنس قابل پیش‌بینی هستند و بعد دریابند تفاوت‌هایی را که آن‌ها مختص خود و همسرشان می‌دانستند، در زوج‌های دیگر نیز وجود دارند (Parrott & Parrott, 2016).

## واحدی و همکاران: اثربخشی برنامه مداخله رویکرد مثبت‌گرا بر مشکلات درونی‌سازی شده...

همچنین رویکرد SYMBIS با چالش کشیدن باورهای منفی افراد، کاهش تعبیر و تفسیرهای منفی و سرزنش کردن خود و دیگران، که باعث افزایش شادی در ازدواج می‌شود. از طرف دیگر روش SYMBIS با توجه زیاد به بعد معنوی ازدواج که منبعی برای رشد و سلامت زندگی مشترک است، به زوجین کمک می‌کند تا سهیم شدن در پی‌ریزی معنویت باعث ایجاد حس یکتایی و هدفمند بودن ازدواج را در افراد ایجاد کند. ضمناً مدل SYMBIS نقش به‌سزایی در شفاف‌سازی و تعدیل باورها و انتظارات افراد از ازدواج داشته و موجب بالا رفتن توانمندی افراد در شناخت بهتر خود و قرار دادن آن‌ها در مسیر رشد شود (Rostami et al., 2018c) در زمینه اثربخشی آموزش غنی‌سازی ازدواج به شیوه گاتمن می‌توان نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش Babcock et al. (2013) که نشان داد روش گاتمن منجر به افزایش رضایت زناشویی، کاهش مشکلات زناشویی و تعارض مخرب در یک سال پیگیری شد و با یافته‌های (Dadvandi et al., 2017)، که نشان دادند روش گاتمن باعث سازگاری زوج‌ها می‌گردد همسو بود.

در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که زوجین پس از شرکت در جلسات درمانی به روش گاتمن یاد گرفتند تا درباره تعهدات و مسئولیت‌ها مجدداً مذاکره کنند، به‌گونه‌ای کارآمد با یکدیگر ارتباط برقرار کنند، درباره علل عدم توافق و اهمیت بیان دیدگاهشان درباره بهترین شیوه مدیریت عدم توافق صحبت نمایند و اگر مشکلاتی در زمینه نظام ارزشی همدیگر، دخالت خانواده اصلی و الگوهای ناکارآمد رابطه داشته باشند می‌توانند حل نمایند و تصمیم بگیرند ایده‌های را که پیشنهاد کرده‌اند عملی نمایند. همین مسئله باعث می‌شود تا زوجین بتوانند به‌طور معناداری عواطف مثبت بیشتر، ارتباط بهتر، و رفتارهای حل مسئله مناسب‌تری از خود نشان دهند (Havassi et al., 2017). همچنین می‌توان گفت که رویکرد گاتمن بر تمرکز زوج‌ها بر جنبه‌های مثبت یکدیگر و تقویت نگاه خوش‌بینانه به‌منظور دستیابی به سازگاری بیشتر تأکید دارند. ایجاد مشارکت در زوج‌ها از طریق یافتن معنای مشترک، افزایش خودافشایی و توانایی درک متقابل و تشویق یکدیگر به‌منظور ابراز علاقه و بهبود روابط متقابل از جمله مبانی اساسی در رویکرد گاتمن است. آنچه مسلم است یکی از علل ناسازگاری افراد ناتوان در حل مسئله است که در این زمینه روش گاتمن تمرکز ویژه‌ای بر ارتقای این مهارت دارد. سرانجام اینکه رویکرد گاتمن نگرشی غیر آسیب‌شناسانه دارد که زوج‌ها را به یافتن توانمندی خود به‌منظور بهبود رابطه و حل مسئله هدایت می‌کند که نتیجه آن ایجاد سازگاری مطلوب خواهد بود (Dadvandi et al., 2017). همچنین آشنایی با مهارت‌ها، در روابط و زندگی مشترک باعث می‌شود که هریک از زوجین با شرایط رویدادها و ناسازگارهایی که اغلب در زندگی پیش می‌آید، به راحتی کنار آمده و تا حدودی از ایجاد این ناسازگاری‌ها در روابط و زندگی مشترک کاسته شود و باعث سازگاری بیشتر زوجین با هم می‌گردد (Havassi et al., 2017)

یکی از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، جامعه آماری آن یعنی زوجین ترکمن نامزد بود. بنابراین باید در تعمیم نتایج آن به سایر گروه‌های قومی احتیاط لازم به عمل آید. لذا پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابهی روی گروه‌های سنی گوناگون و در فرهنگ‌های دیگر و قومیت‌های دیگر نیز انجام شود. همچنین این پژوهش یک مطالعه مقطعی است که تأثیرات این برنامه‌ها را تنها طی یک دوره دو ماهه مورد بررسی قرار داده است؛ بر این اساس پیشنهاد می‌شود جهت بررسی تأثیرات بلندمدت این برنامه آموزشی، تحقیقات طولی مناسب صورت گیرد. همچنین با توجه به اهمیت مسئله آموزش پیش از ازدواج در زوجین ترکمن که میزان طلاق در بین آن‌ها زیاد شده است، پیشنهاد می‌شود آموزش پیش از ازدواج برای زوجین نامزد ترکمن به‌صورت یک امر ضروری مورد توجه قرار بگیرد.

## تشکر و سپاسگزاری

پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند که از تمامی شرکت‌کنندگان جهت شرکت در پژوهش تشکر و قدردانی نمایند.

## تعارض منافع

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی مورد حمایت دانشگاه گنبد کاووس به شماره ۶/۴۸۷ است و در آن هیچ تعارض منافی وجود ندارد.

## References

- Asadishishegaran, S., Ghamari, H., Sheikholslamy, A. (2016). The effect of communication skills training on constructive and non-constructive conflict resolution styles in engagements. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 6(1), 77-88. [In Persian].
- Babcock, J.C., Gottman, J.M., Ryan, K.D., Gottman, J.S. (2013). A component analysis of a brief psycho-educational couples' workshop: one-year follow-up results. *Journal of Family Therapy*, 35, 252-280.
- Berger, R., & Hannah, M. T. (1999). *Preventive Approach in Couple Therapy*. North Carolina: Edward Brother.
- Borowski S. C., & Tambling R. B. (2015). Applying the health belief model to young individuals' beliefs and preferences about premarital counseling. *The Family Journal*, 23, 221-236.
- Coen, B. (2012). *Fundamentals of sociology*, translated by Tavassoli Abbas, Fazel reza, Tehran: Samat publication. [In Persian].
- Crawford, S. C. (2009). *Efficacy of the Parrott's couples mentoring program in a community setting*. Regent University.
- Dadvandi, M., Navabinezhad, sh., farzad, v. (2018). A Comparison of the Effectiveness of the Gottman Couples Therapy and Emotion-Focused Couples Therapy Approaches on Marital Adjustment in Families. *The Women and Families Cultural-Educational*, 13(43), 117-132. [In Persian].
- Esmaily, M., Dehdast, K. (1393). Expression of a Conceptual Pattern from the Relations of the Engaging Period Conflicts (before Marriage) by Marital Satisfaction (after Marriage). *Family Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 405-447. [In Persian].
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic: A scientifically-based marital therapy*. WW Norton & Company.
- Gottman, J., & Gottman, J. (2017). The natural principles of love. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 7-26.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2015). *10 Principles for doing Effective Couples Therapy (Norton Series on Interpersonal Neurobiology)*. New York: Norton.
- Hadavand Aval, G., mehrabi koushki, H., yazdkhasti, B. (2017). Study the effect of ethnicity on Mental health, Spousal abuse, social support and Marital satisfaction. *Women's Studies Sociological and Psychological*, 15(2), 81-104. [In Persian].



- Havassi, N., Zaharakar, K., Mohsenzadeh, F. (2017). A Study on the Efficacy of Gottman Marital Therapy as a Group Method in Reduction of Marital Burnout. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 4(6), 59-64. [In Persian].
- Helms, S. W., Sullivan, T. N., Corona, R., & Taylor, K. A. (2013). Adolescents' recognition of potential positive and negative outcomes in risky dating situations. *Journal of interpersonal violence*, 28(15), 3084-3106.
- Herr, N. R., Hammen, C., & Brennan, P. A. (2007). Current and past depression as predictors of family functioning: A comparison of men and women in a community sample. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 694.
- Jafarzadeh, Z. (2014). The effect of SYMBIS model on reducing marital conflicts in couples referring to the crisis intervention center in Isfahan. Master Thesis, Khorasgan Branch of Azad University. [In Persian].
- Jomenia, S., Nazariy, A., Solimanian, A. (2021). Identifying the indicators of the problems of couples seeking a divorce in Torkaman city. *Journal of Applied Family Therapy*, 2(3), 191-166. [In Persian].
- Kepler, A. (2015). *Marital satisfaction: The impact of premarital and couples counseling*. Master of Social Work Clinical Research Papers. St Catharine's College, Cambridge.
- Lee, H. S., & Ok, S. W. (2002). Family of origin influences on anxiety, open communication, and relationship satisfaction. *Journal of Korean Home Economics Association English Edition*, 3(1).
- Marks, J. P. (2007). *Christian premarital training in the local church setting: a study of the effectiveness of the SYMBIS model in reducing divorce and producing stable and satisfying martial relationships*. Liberty Theological Seminary.
- Miller, I. W., McDermet, W., Gordon, K. C., Keitner, G. I., Ryan, C. E., & Norman, W. (2000). Personality and family functioning in families of depressed patients. *Journal of abnormal psychology*, 109(3), 539.
- Mirahmadi, L., Fatehi zade, M., Etemadi, O., Jazayeri, R.S, Pasandideh, A. (2019). Investigating the Effect of the SYMBIS-Based Training Model on Girls' Marriage Expectations and Beliefs about mate selection. *Journal of Family Research*, 15(1), 7-24. [In Persian].
- Moeti, B., Koloi-Keaikitse, S., & Mokgolodi, H. L. (2017). Married Women's Lived Experiences on the Value of Traditional Premarital Counseling "Go Laya" on Marital Stability in Botswana. *The Family Journal*, 25(3), 247-256.
- Mohammadi, M., Zahraka,r K., Jahangiri, J., Davarniya, R., Shakarami, M., Morshedi, M. (2017). Assessing the efficiency of educational intervention based on Gottman's model on marital intimacy of women. *Journal of health*, 8(1), 74-84. [In Persian].
- Moradi, M., Zeighami, R., Mohammadi, S., Sarichlu, M. E. (2013). Psychiatric status in couples attending training courses before marriage. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 1(3), 19-26. [In Persian].
- Muraru, A. A., & Turliuc, M. N. (2012). Family-of-origin, romantic attachment, and marital adjustment: a path analysis model. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 90-94.

- 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* (Doctoral dissertation), Pan Africa Christian (PAC) University, Kenya.
- Parrott, L., & Parrott, L. (2016). Saving your marriage before it starts (SYMBIS): Seven questions to ask beforehand after you marry. *Publisher: Zondervan*, 6-109.
- Parrott, L., & Parrott, L. (2010). *The Complete Guide to Marriage Mentoring*. Grand Rapids, Michigan: Zondervan.
- Parrott, L., & Parrott, L. L. (2006). *Saving your marriage before it starts: Seven questions to ask before--and after--you marry*. Zondervan.
- Pashib, M., Seyyed Moharrami, I., mohammadi, S., Tatari, M. (2017). The effect of premarital Counseling on marriage expectation among students of university of Medical Sciences. *Journal of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences*, 4(4) :10-15. [In Persian].
- Poley, J. M. (2011). *A Pre-Marriage Proposal: Getting Ready for Marriage, an Adlerian Design*. *Master of Arts [dissertation]*. [America]: *Adlerian Counseling and Psychotherapy*, 53.
- Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical psychology review*, 29(2), 105-115.
- Riles G. (2016). *Premarital vs. no premarital counseling: Determining marital satisfaction relationships in African American marriages*. (Doctoral dissertation, Capella University).
- Rostami, M., Navabinejad, S., Farzad, V. (2019 a). The construction, reliability and validation of a questionnaire for assessing the patterns and premarital injuries. *Journal of Applied Psychology*, 13(3), 453-473. [In Persian].
- Rostami, M., Navabinejad, S., Farzad, V. (2019 b). Pathology of couple's problems in engagement: A qualitative study. *Journal of Family Psychology*, 6(1), 55-68. [In Persian].
- Rostami, M., Navabinejad, S., Farzad, V. (2019 c). *Pathology of couple's problems in engagement and creating a native premarital counseling package and comparing its effect with SYMBIS-based premarital education on problems engagement couples*. PhD Thesis, Family Counseling, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, IRAN. [In Persian].
- Rostami, M., Ghezselflo, M. (2018). Examining the effects of the SYMBIS pre- marriage training on engaged couples' communication beliefs. *Journal of Family Psychology*, 5(1), 45-56. [In Persian].
- Shahmoradi, S., Etemadi, O., Bahrami, F., Fatehi zade, M., Ahmadi, A. (2016). Modeling of effecting factors in demand- withdraw marital communicational cycle. *Journal of Family Counseling & Psychotherapy*, 6(1), 35- 56. [In Persian].
- Simeone-DiFrancesco C., Roediger E., & Stevens B.A. (2015). *Schema therapy with couples a practitioner's guide to healing relationships*. John Wiley & Sons, Ltd.
- Sagesse, W. (2018). *Relationships between premarital counseling, religiosity, and marital satisfaction*. Doctoral dissertation, Grand Canyon University.

- Vail, S. H. (2016). Reducing the divorce rate among Christians in America: Premarital counseling a prerequisite for marriage. *Journal of Marriage and Family*, 80(16),1179-1198
- Westeros, K. (2002). Building healthy couple relationship: Do communication skills, gender, hope, and family types make a difference? Trinity western university. Canada.
- Weiss, J. M. (2014). Marital preparation, experiences, and personal qualities in a qualitative study of individuals in great marriages.

---

#### COPYRIGHTS

© 2021 by the authors. Licensee Family Psychology Association of Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

---

