

پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی

مجتبی محمد طاهری^۱، نفیسه محمد طاهری^۲

^۱کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم

^۲کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه

چکیده

ازدواج یک پیوند مقدس، عقلانی و عاطفی بین دو نفر است برای رسیدن به یک خانواده مستقل که در سایه آن فرد به دریافت حس آرامش، هماهنگی، همدلی و همسویی در زندگی نائل می‌گردد. هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی بود. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر روش پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع پیش‌بین بود. در پژوهش حاضر جامعه‌ی آماری شامل کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج بالغ بر ۱۰/۰۰۰ نفر در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران با توجه به جامعه آماری تعداد ۳۷۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج بود که به دلیل حساسیت موضوع، با احتمال ریزش احتمالی و با استفاده از غربالگری برای گزینش افراد وسواسی تعداد ۵۰۰ نفر از دانشجویان انتخاب شدند و چون امکان دسترسی دوباره به این دانشجویان مشکل بود کلیه پرسشنامه‌ها بین آنان توزیع گردید از این تعداد، ۳۷۰ نفر در پرسشنامه وسواس فکری-عملی نمراتی بالاتر از نقطه برش داشتند که به عنوان نمونه آماری به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه‌های وسواس فکری-عملی مادزلی (۱۹۷۷)، رغبت به ازدواج (MDQ) حیدری، مظاهری و پوراعتماد (۱۳۸۳)، ذهن‌آگاهی بانر و همکاران (۲۰۰۶)، مثبت‌اندیشی اینگرام و ویسنیکی (۱۹۸۸) و نگرش به عشق (LAS) هندریک و هندریک (۱۹۸۶) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون و همچنین تحلیل عاملی معادلات ساختاری از طریق نرم‌افزارهای spss26 و Lisrel8 مورد آزمون استفاده شد. نتایج نشان داد که ذهن‌آگاهی، مثبت‌اندیشی و نگرش به عشق قادر به پیش‌بینی رغبت به ازدواج می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم ذهن‌آگاهی ۴۲ درصد، سهم مثبت‌اندیشی ۲۱ درصد، سهم نگرش به عشق ۳۶ درصد است و با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت ذهن‌آگاهی بیشترین سهم را در پیش‌بینی رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی دارد. همچنین برازش مدل به‌طور کلی در سطح مناسبی ارزیابی شد و اثر مستقیم و غیرمستقیم متغیرها بر یکدیگر پذیرفته شد. در یک نتیجه‌گیری کلی از آزمون‌های رگرسیون می‌توان گفت از بین متغیرهای پژوهش در فرضیه اصلی سهم متغیر ذهن‌آگاهی بیشتر از سایر متغیرها در پیش‌بینی رغبت به ازدواج است. همچنین نتایج معادلات ساختاری نشان داد پس از ایجاد نقش میانجی نگرش به عشق، متغیرهای ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با اثر غیرمستقیم، میزان رغبت به ازدواج را دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی افزایش دادند.

واژگان کلیدی: رغبت به ازدواج، ذهن‌آگاهی، مثبت‌اندیشی، نگرش به عشق، وسواس فکری-عملی.

مقدمه

ازدواج یک پیوند مقدس، عقلانی و عاطفی بین دو نفر است برای رسیدن به یک خانواده مستقل که در سایه آن فرد به دریافت حس آرامش، هماهنگی، همدلی و همسویی در زندگی نائل می‌گردد. درعین حال عاملی برای رشد، شکوفایی، تکامل طرفین و رفع نیازهای اساسی انسان است. ازدواج سالم رابطه‌ای عاطفی است که طی آن فرد علاوه بر ارضای نیازهای جنسی به احساس ارزش، اعتماد، امنیت و دریافت محبت و احترام دست پیدا می‌کند. (امیدی شهرکی و دیگران، ۱۳۹۷). اختلال وسواس اجباری یک اختلال عصبی مزمن و ناتوان‌کننده است که شامل اختلالات مربوط به ششمین اختلالات در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی است. افراد مبتلا به اختلال وسواس فکری، رفتارهای تکراری و آزاردهنده و تشریفات اجباری را برای دوری از اضطراب یا خنثی کردن افکار وسواسی انجام می‌دهند. افکار مزاحم و غیرقابل قبول با ماهیت شخصیتی این بیماران ناسازگار است (بلوتو-سیلوا^۱ و همکاران، ۲۰۱۲).

لازمه‌ی یک ازدواج موفق عشق است (ایزر و اولادون^۲، ۲۰۱۴). عشق فرآیندی است که از طریق آن انسان‌ها جذب همدیگر می‌شوند، در واقع عشق چارچوبی برای انتخاب شریک زندگی (ازدواج) تعریف می‌شود (فولر^۳، ۲۰۰۷). نگرش به عشق به این امر اشاره دارد که چگونه افراد عشق را تعریف یا عشق‌ورزی می‌کنند و عشق‌ورزی بر شناخت‌ها و رفتارهایی که انعکاس‌دهنده رضایت، تعهد و سرمایه‌گذاری در روابط است، تأثیر بسزایی دارند و می‌توانند در پیش‌بینی وقوع خیانت زناشویی و نیز شادکامی در زوجین نقش داشته باشند (رشید^۴، ۲۰۱۵).

جوانان هر کشور به‌ویژه دانشجویان بهترین و سازنده‌ترین نیروی جامعه هستند و پیشرفت و تعالی هر کشوری وابسته به نیروی جوان آن کشور می‌باشد (حیدری و همکاران، ۱۳۸۷) و چون اکثر دانشجویان در سن ازدواج و انتخاب همسر می‌باشند از این‌رو بررسی مشکلات آن‌ها که از مهم‌ترینشان می‌توان به مسئله ازدواج و تشکیل خانواده اشاره نمود حائز اهمیت است. از آنجا که دختران و پسران جوان، در فراز و نشیب زندگی به محیطی امن و پایگاهی عاطفی نیازمندند و مهم‌ترین فردی را که می‌توانند برای تأمین این نیاز برگزینند همسر است (سیف زاده و قنبری برزبان، ۱۳۹۳).

مبانی نظری

اختلال وسواس فکری-عملی

مطابق پنجمین نسخه ویرایش اختلالات روانی اختلال وسواسی از اختلالات اضطرابی تفکیک شده است و یکی از پیچیده‌ترین اختلالات اضطرابی است. اختلال وسواس فکری-عملی توسط مجموعه‌ای از علائم شناسایی می‌شود که شامل افکار مزاحم، تشریفات، نگرانی و اجبار است. افکار وسواسی عودکننده یا اعمال وسواسی ویژگی اصلی اختلال وسواس فکری-عملی است. این وسواس یا اجبارهای مکرر باعث ایجاد ناراحتی شدید فرد می‌شود و به‌طور معمول در روال عادی زندگی فرد، عملکرد شغلی، فعالیت‌های اجتماعی معمول یا روابط میان فردی تداخل ایجاد می‌کنند. اختلال وسواس فکری عملی معمولاً در کودکی یا اوایل بزرگسالی آغاز شده و اغلب سیر مزمن دارد که تأثیر منفی بر عملکرد روانی-اجتماعی فرد مبتلا دارد. اختلال وسواس در عملکرد میان فردی، اجتماعی و شغلی تداخل ایجاد می‌کند و ناتوان‌کننده است (ولز و پاپاگئورگیو^۵، ۲۰۱۸). اختلال وسواسی-جبری اختلالی مزمن، شایع و طولانی‌مدت است که در آن فرد افکار مزاحم و تکراری، تصاویر یا تکانه‌های غیرقابل کنترل و تکرارشونده (وسواس) و رفتارهای هدفمند و تکراری (اجبار) دارد که در تلاش برای کاهش اضطراب ناشی از وسواس انجام می‌شود. «وسواس» و «اجبار» ویژگی‌های بارز این اختلال، هستند (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳).

¹ - Belotto-Silva

² - Eser & Oladun

³ - Fowler

⁴ - Rashid

⁵ - Wells & Papageorgiou

شیوع اختلال وسواسی - جبری

اختلال وسواسی-جبری بعد از فوبیا، اختلالات مربوط به مواد و اختلال افسردگی اساسی، جز چهارمین اختلالات تشخیصی روانپزشکی قرار دارد و مشکلی نسبتاً شایع است. بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، دهمین شرایطی است که فرد را به سوی ناتوانی سوق می‌دهد و با تخریب عملکرد اجتماعی و کیفیت پایین زندگی همراه است (میر^۶ و همکاران، ۲۰۱۸).

مبانی نظری اختلال وسواسی - جبری

این اختلال ماهیتی پیچیده دارد و رویکردهای مختلفی نیز آن را تبیین کرده‌اند؛ اما هیچ‌یک کاملاً در این زمینه جامع و کامل نبوده و هر یک به جنبه‌هایی از آن پرداخته‌اند. در حوزه‌ی وسواس مدل‌ها و نظریه‌های متعددی پیشنهاد شده است که هر یک از آن‌ها بر عامل خاصی تأکید دارد ولی در تمام نظریات هسته‌ی اصلی اختلال وسواسی-جبری عوامل شناختی است (فوا^۷ و همکاران، ۲۰۱۳).

تعریف ازدواج

ازدواج یک پیوند مقدس، عقلانی و عاطفی بین دو نفر است برای رسیدن به یک خانواده مستقل که در سایه آن فرد به دریافت حس آرامش، هماهنگی، همدلی و همسویی در زندگی نایل می‌گردد. در عین حال عاملی برای رشد، شکوفایی، تکامل طرفین و رفع نیازهای اساسی انسان است. ازدواج سالم رابطه‌ای عاطفی است که طی آن فرد علاوه بر ارضای نیازهای جنسی به احساس ارزش، اعتماد، امنیت و دریافت محبت و احترام دست پیدا می‌کند. در این رابطه مرزها روشن است، احترام متقابل وجود داشته و انتخاب‌های فردی محترم شمرده می‌شود. قدرت در یک سیستم عادلانه تقسیم و رابطه‌ها تعریف شده و مشخص است در چنین ازدواجی رابطه جنسی سالم برقرار است. در ازدواج سالم نیازهای طبیعی انسان با روشی سالم تامین می‌شود و تامین سلامت و آرامش فرد مانع از بروز اختلالات روانی می‌گردد (امیدی شهرکی و دیگران، ۱۳۹۷).

سن مناسب ازدواج

سن در ازدواج از دو نظر دارای اهمیت است؛ یکی از نظر روانی و دیگری از نظر فیزیولوژیکی. انسان در فرایند رشد از نظر روانی در سنین مختلف دارای ویژگی‌های متفاوت است. روان‌شناسی کودک با روان‌شناسی نوجوان، جوان و پیر متفاوت است. خصوصیات روانی یک نوجوان با ویژگی‌های روانی یک فرد سالخورده در بیشتر زمینه‌ها قابل مقایسه نیست.

موانع ازدواج

اگر از زوایای دیگر به حکمت واقعی ازدواج بنگریم متوجه می‌شویم: عاملی است که سبب آرامش روانی انسان می‌شود، نیمه ایمان آدمی را کامل می‌کند بهانه‌ای است برای دریافت هدایا (محبت) از جانب پروردگار و همچنین به زندگی انسان نظم و امید می‌بخشد (ساروخانی، ۱۳۷۵).

مفهوم ذهن آگاهی

واژه ذهن آگاهی در ده سال اخیر در جامعه علمی توجه زیادی را به خود جلب نموده و تعاریف متعددی با حفظ ریشه‌های سنتی آن ارائه شده است. از نظر تاریخی ذهن آگاهی تکنیک اصلی مورد استفاده در مراقبه بودایی^۸ است که ریشه در آئین مذکور دارد. در اصل این مفهوم از شیوه‌های مدیتیشن بودایی‌ها نشأت گرفته است و امروزه مورد توجه عمیق روانشناسان نیز واقع شده است. بودایی‌ها از ذهن آگاهی به‌عنوان روشی برای کاهش درد و رنج استفاده می‌کردند (سیویر و بیر^۹، ۲۰۱۱).

⁶ - Myers

⁷ - Foa

⁸ - Terra

⁹ - Sauer & Baer

عناصر ذهن آگاهی

ذهن آگاهی به معنای توجه کردن به شیوه‌ای خاص است. یعنی توجه و تمرکزی که سه عنصر در آن دخالت دارد: ذهن آگاهی یک عامل زیربنایی مهم برای رسیدن به رهایی است. زیرا روشی مؤثر و قوی برای خاموش کردن و توقف فشارهای دنیا و یا فشارهای ذهنی خود فرد می‌باشد. حضور ذهن صحیح بدان معنا است که شخص آگاهی خود را از گذشته و آینده به حال حاضر معطوف کند.

شناخت درمانی مبتنی بر توجه آگاهی

شناخت درمانی مبتنی بر توجه آگاهی نوعی روان‌درمانی است که برای جلوگیری از عود افسردگی طراحی شده است، مخصوصاً در افرادی که دچار اختلال افسردگی عمده هستند. در این سبک درمانی از شیوه‌های رفتاردرمانی شناختی سنتی استفاده می‌شود به‌علاوه راهبردهای جدیدتر روانشناختی نظیر توجه آگاهی و مراقبه توجه آگاهانه استفاده می‌شود. شیوه‌های شناختی شامل آموزش مراجع درباره افسردگی است. راهبردهای مبتنی بر توجه آگاهی متمرکز بر آگاهی از افکار و احساسات و پذیرش آن‌ها در مقابل اتصال و واکنش به آن‌هاست. مثل شناخت درمانی مبتنی بر توجه آگاهی مبتنی بر این نظریه است که وقتی افرادی که سابقه افسردگی دارند پریشان می‌شوند، دوباره در ذهنشان فرایندهای خودکار شناختی ظاهر می‌شود که یک اپیزود افسردگی را راه می‌اندازد. هدف شناخت درمانی مبتنی بر توجه آگاهی بر هم زدن این فرایندهای خودکار شناختی و آموزش به مراجعان برای کمتر واکنش نشان دادن به محرک‌های وارد شده به فکر است، همچنین این هدف نیز دنبال می‌شود که مراجع پذیرش و مشاهده بدون قضاوت آن محرک‌ها را بیاموزد. این تمرین توجه آگاهی مراجعان را یاری می‌کند تا به فرایندهای شناختی به هنگام وقوع توجه کنند و واکنش خود را بیشتر به‌صورت تعمق در بیاورند. پژوهش‌ها اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر توجه آگاهی را در افرادی که سه بار یا بیشتر افسرده شده بودند را نشان می‌دهد. در این افراد بعد از انجام مداخله نرخ عود پنجاه درصد کاهش یافت (سیگل^{۱۰}، ۲۰۱۲).

فواید ذهن آگاهی

به افراد کمک می‌کند تا:

- واکنش‌های خودکار و از روی عادت را تشخیص داده، کند یا متوقف کنند.
- به موقعیت‌های مشکل و پیچیده به‌طور مؤثرتری پاسخ بدهند.
- موقعیت‌ها را با وضوح بیشتری ببینند.
- خلاق‌تر شوند.
- به تعادل و سخت‌کوشی در شغل و در خانه برسند (بیرامی و عبدی، ۱۳۹۸).

خاستگاه ذهن آگاهی

ذهن آگاهی ریشه در تمرین‌های مراقبه‌ی باستانی دارد. جان کابات-زین بنیان‌گذار ذهن آگاهی مدرن است، که در اواخر دهه‌ی ۱۹۷۰ کلینیک کاهش استرس را در دانشکده‌ی پزشکی دانشگاه ماساچوست تأسیس کرد. از آن زمان تاکنون بالغ بر ۱۸۰۰۰ نفر به‌منظور مقابله با مشکلاتی همچون درد مزمن، بیماری قلبی، اضطراب، بیماری‌های پوستی، اختلالات خواب و افسردگی، در برنامه‌ی کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی شرکت کرده‌اند. در دهه‌ی ۱۹۹۰ پژوهشگران روش کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی را برای کمک به افرادی که از افسردگی رنج می‌بردند توسعه دادند. درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی شناخت و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، روش درمان شناختی-رفتاری را با ذهن آگاهی تلفیق می‌کند. شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی توسط بنیاد ملی مزایای بالینی انگلستان به‌عنوان «درمان برگزیده» برای اختلال افسردگی عودکننده شناخته‌شده است (جلالی و همکاران، ۱۳۹۳).

¹⁰ - Segal

مثبت اندیشی

یکی از مؤثرترین و قدرتمندترین تأثیرات بر نگرش و شخصیت ما را سخنانی دارند که به خود می‌گوییم. این گفتگوهای درونی، چگونگی پاسخی است که شخص به طور درونی به چیزی می‌دهد که برای او رخ داده است و آن پاسخ درونی، احساسات و عمل فرد را تعیین می‌کند (دهقانی فیروزآبادی، ۱۳۸۷). تعاریف متعددی دربارهٔ مثبت‌اندیشی وجود دارد. مثبت‌اندیشی ارتباطی درون فردی و متمایز با روابط بین فردی و ارتباطات عمومی است. در واقع مثبت‌اندیشی مکالمه ای با خود است که در آن فرستنده و گیرنده خود فرد است که هم ایجادکنندهٔ ارتباط و هم هدف برقراری ارتباط به شمار می‌رود. گاهی سخن گفتن انسان با خود جنبهٔ شفاهی و بیرونی پیدا می‌کند، اما اغلب به صورت صامت و نامشخص از دید دیگران، در درون فرد رخ می‌دهد. به عبارت ساده تر مثبت‌اندیشی صحبت کردن با خود است (هاوکز^{۱۱}، ۲۰۱۴).

پژوهش‌های انجام‌شده داخل کشور

سقزی و گل محمدیان (۱۴۰۰)، پژوهشی تحت عنوان « نقش واسطه‌ای سبک‌های عشق‌ورزی در رابطه احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی با رغبت به ازدواج در دانشجویان دختر » انجام داده‌اند. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه‌های شهر سمنان در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بود که از میان آنها ۳۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری غیر تصادفی سهمیه‌ای وارد پژوهش شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه رغبت به ازدواج، پرسش‌نامه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان فرم کوتاه و مقیاس نگرش به عشق بود. داده‌ها با استفاده از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که مسیر غیرمستقیم احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی به رغبت به ازدواج از طریق سبک عشق‌ورزی رمانتیک، دوستانه و فداکارانه معنا دار است.

استیری و همکاران (۱۳۹۹)، پژوهشی تحت عنوان « مدل یابی آمادگی ازدواج بر اساس هویت یافتگی، صمیمیت، رغبت به ازدواج و خوش‌بینی » انجام داده‌اند. شرکت‌کنندگان پژوهش ۵۶۰ نفر از دانشجویان دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران و شهید بهشتی بودند که در نیمسال اول تحصیلی ۹۹-۹۸ مشغول به تحصیل بوده و به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق معادلات ساختاری انجام شد و نتایج تحلیل نشان داد که متغیرهای پژوهش واریانس بالایی از آمادگی ازدواج را پیش‌بینی می‌کنند. از این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که هویت یافتگی، صمیمیت، رغبت و خوش‌بینی به ازدواج تأثیر مثبت معناداری بر آمادگی ازدواج جوانان دارد و برحسب آن‌ها می‌توان آمادگی ازدواج در جوانان را تقویت و بررسی نمود.

سقزی و همکاران (۱۳۹۹)، پژوهشی تحت عنوان « نقش انتظارات ازدواج در پیش‌بینی رغبت به ازدواج دانشجویان دختر دارای تجربه رابطه با جنس مخالف » انجام داده‌اند. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانشجویان دختر مجرد دارای تجربه رابطه با جنس مخالف دانشگاه پیام نور شهر قم در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ تشکیل دادند. ۱۴۷ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه آماری انتخاب گردید. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه رغبت به ازدواج (حیدری و همکاران، ۱۳۸۳) و مقیاس انتظار از ازدواج (جونز و نلسون، ۱۹۹۶) استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که انتظارات واقع‌گرایانه و ایده‌آل‌گرایانه با رغبت به ازدواج رابطه مثبت و انتظارات بدبینانه با رغبت به ازدواج رابطه منفی داشت. نتایج رگرسیون آشکار کرد که انتظارات واقع‌گرایانه و بدبینانه به ترتیب توان پیش‌بینی رغبت به ازدواج را داشتند.

پژوهش‌های انجام‌شده خارج کشور

ریمو و پارک^{۱۲} (۲۰۲۰)، پژوهشی تحت عنوان « کاهش ازدواج در کره: تغییر ترکیب بازار ازدواج داخلی و رشد ازدواج بین‌المللی » انجام داده‌اند. تجزیه و تحلیل ۱٪ ریز نمونه سرشماری‌های ۱۹۹۰ و ۲۰۱۰ کره نشان می‌دهد که تغییرات در دسترس بودن همسران احتمالی بخشی از کاهش نرخ ازدواج در طی یک دوره ۲۰ ساله (۱۹۸۵-۱۹۸۹ تا ۲۰۰۵-۲۰۰۹) برای زنان با تحصیلات عالی و من را کم‌سواد کرد ما همچنین نشان می‌دهیم که رشد ازدواج‌های بین‌المللی در جلوگیری از کاهش شدیدتر ازدواج در میان مردان با تحصیلات پایین نقش داشته است. یافته‌ها همچنین به پیامدهای مهم نابرابری در جامعه‌ای

11 - Hawkes

12 - Raymo & Park

مانند کره اشاره می‌کنند، جایی که ازدواج همچنان نماد موفقیت اجتماعی است و ارتباط نزدیکی با رفاه اقتصادی زنان و سلامت مردان و رفاه ذهنی دارد.

کلمنته^{۱۳} و همکاران (۲۰۲۰)، پژوهشی تحت عنوان «انواع عشق به عنوان تابعی از رضایت و سن» انجام داده‌اند. این مطالعه سعی دارد بر این محدودیت‌ها غلبه کند. انواع عشق را بر اساس دو سیستمی که قبلاً ذکر شد و بر اساس دو متغیر سن و رضایت تحلیل می‌کند. برای رضایت، مقیاس رضایت از زندگی توسط داینر و همکاران. مورد استفاده قرار گرفت و ۴۳۹ فرد ۱۵ تا ۸۹ ساله در مطالعه شرکت کردند. نتایج نشان می‌دهد که هر دو متغیر - سن و رضایت - توضیح می‌دهند که انواع عشق در درجات مختلف رخ می‌دهد. باین‌حال، رضایت بیشتر از سن پیش‌بینی می‌کند.

روش تحقیق

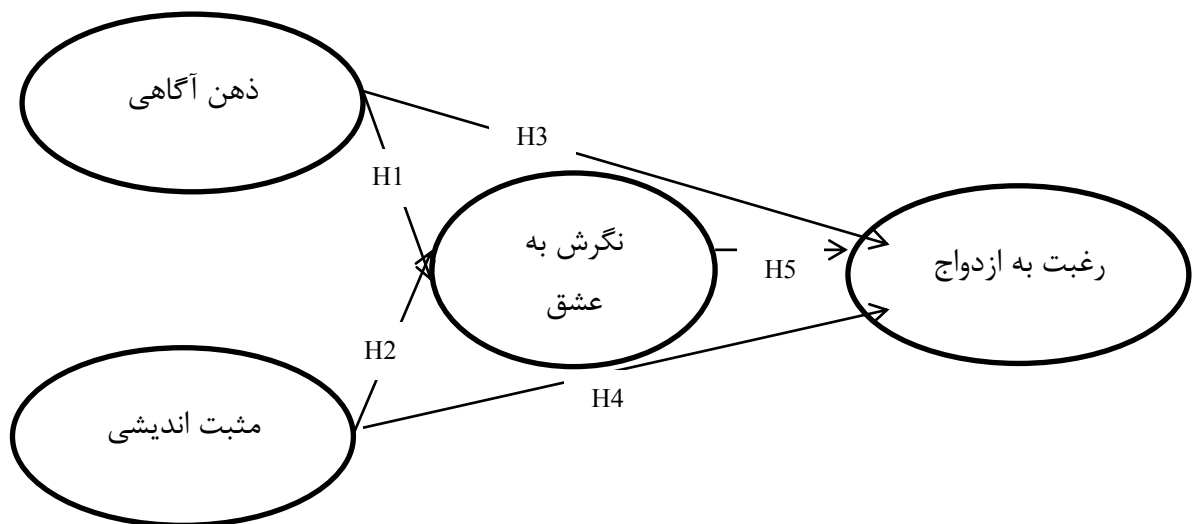
پژوهش حاضر از لحاظ هدف و نوع پژوهش، پژوهشی کاربردی و مقطعی بود به این صورت که متغیرهای پژوهشی در یک زمان مورد اندازه‌گیری قرار می‌گیرند همچنین از نظر روش پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع پیش‌بین بود. و داده‌های آن با روش مدل‌یابی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شد. به‌طورکلی این نوع مطالعه زیرمجموعه‌ی پژوهش‌های کمی از نوع غیرآزمایشی قرار گرفت.

هدف اصلی

پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی

هدف‌های فرعی

- پیش‌بینی ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی
- پیش‌بینی مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی
- پیش‌بینی ذهن‌آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی
- پیش‌بینی مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی
- پیش‌بینی نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

¹³ - Clemente

سؤال‌های پژوهش

سؤال اصلی

- رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است؟

سؤال‌های فرعی

- آیا ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است؟
- آیا مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است؟
- آیا ذهن‌آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.
- آیا مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است؟
- آیا نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است؟

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اصلی

- رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

فرضیه‌های فرعی

۱. ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.
۲. مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.
۳. ذهن‌آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.
۴. مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.
۵. نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

متغیرهای پژوهش

- ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی (متغیر مستقل)
- رغبت به ازدواج (متغیر وابسته)
- نگرش به عشق (متغیر میانجی)

معیارهای ورود و خروج پژوهش

معیارهای ورود به پژوهش

- عدم بیماری جسمانی و روانی
- کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی کرج
- بازه سنی ۲۰ تا ۵۰ سال
- رضایت آگاهانه

معیارهای خروج از پژوهش

- مبتلا بودن به بیماری جسمانی و روانی
- دانشجویان سایر دانشگاه‌ها
- خارج از بازه سنی موردنظر
- عدم رضایت

ابزار جمع آوری داده‌ها

پرسشنامه وسواس فکری - عملی مادزلی (۱۹۷۷)

پرسشنامه علائم وسواسی اجباری مادزلی دارای ۳۰ پرسش بسته‌ی دوگزینه‌ای (بله: ۱ و خیر: ۰) است. نقطه برش پرسشنامه ۱۵ می‌باشد. این آزمون افزون بر یک نمره کلی چندین نمره جداگانه برای کنترل کردن، شستشو، کندی / تکرار و شک و تردید دارد. تمرکز اصلی این آزمون روی علائم وسواسی باشد و به‌ویژه برای ارزیابی اثرات درمان روی این علائم مناسب است. اعتبار و پایایی این پرسشنامه در جوامع مختلف، مطلوب گزارش شده است. استکتی و همکاران (۱۹۹۷) روایی این ابزار را با استفاده از روش باز آزمایی ۸۵٪ و ضریب پایایی کل آزمون را ۰/۸۴ و روایی همگرایی آن با مقیاس وسواسی اجباری بیل - براون ۰/۸۷ گزارش نمودند

پرسشنامه رغبت به ازدواج (MDQ) ^{۱۴} حیدری، مظاهری و پوراعتماد (۱۳۸۳)

این پرسشنامه توسط حیدری، مظاهری و پوراعتماد (۱۳۸۳) جهت سنجش رغبت به ازدواج ساخته شد. حاوی ۲۴ گویه ۵ گزینه‌ای از نوع لیکرت است که در آن کاملاً موافقم (۵) و کاملاً مخالفم (۱) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه دارای ۴ خرده مقیاس می‌باشد که عبارت‌اند از: بازخورد نسبت به ازدواج (۱-۲-۷-۱۳-۱۵-۱۶-۱۸-۱۹)، نگرش نسبت به پیامدها (۵-۹-۱۱-۱۲-۱۴-۱۷-۲۳)، آمادگی برای ازدواج (۳-۶-۸-۲۰-۲۱)، موانع ازدواج (۴-۱۰-۲۲-۲۴). سوالات ۳، ۴، ۵، ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۶، ۱۷، ۲۰ و ۲۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. نقطه برش پرسشنامه ۶۰ می‌باشد. پایایی آزمون - بازآزمون با فاصله زمانی دو هفته برابر ۰/۸۹ و پایایی به روش آلفای کرونباخ نیز برابر با ۰/۹۲ بود (حیدری و همکاران، ۱۳۸۳). پایایی به روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های بازخورد و نگرش به ازدواج، باورهای غیرمنطقی در مورد ازدواج، موانع ازدواج، اجتناب از ازدواج، بدبینی نسبت به ازدواج و کل پرسشنامه در پژوهش حیدری و همکاران (۱۳۸۳) به ترتیب برابر با ۰/۸۲، ۰/۷۸، ۰/۴۴، ۰/۶۸، ۰/۷۰ و ۰/۸۴ بود.

پرسشنامه ذهن آگاهی بائر و همکاران (۲۰۰۶)

پرسشنامه ذهن آگاهی بائر و همکاران (۲۰۰۶) توسط بائر و همکاران (۲۰۰۶) ساخته شد که دارای ۳۹ سؤال و ۵ خرده مقیاس بود. آزمودنی باید در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱ (هرگز و یا بسیار به ندرت) تا ۵ (اغلب یا همیشه) میزان موافقت یا مخالفت خود با هر یک از عبارات را بیان کند. دامنه نمرات در این مقیاس ۱۹۵-۳۹ می‌باشد. از جمع نمرات هر زیر مقیاس یک نمره کلی به دست می‌آید که نشان می‌دهد که هرچه نمره بالاتر باشد ذهن آگاهی هم بیشتر است. خرده مقیاس‌ها شامل: مشاهده (۱-۶-۱۱-۱۵-۲۰-۲۶-۳۱-۳۶)، توصیف (۲-۷-۱۲-۱۵-۲۲-۲۷-۳۲-۳۷)، عمل همراه با آگاهی (۵-۸-۱۳-۱۸-۲۳-۲۸-۳۴-۳۸)، عدم قضاوت (۳-۱۰-۱۴-۱۷-۲۵-۳۰-۳۵-۳۹)، عدم واکنش (۴-۹-۱۹-۲۱-۲۴-۲۹-۳۳) است. نقطه برش پرسشنامه ۹۷/۵ می‌باشد. در پژوهشی بر اساس نتایج، همسانی درونی عامل‌ها مناسب بود و ضریب آلفا در گستره‌ای بین ۰/۷۵ (در عامل غیر واکنشی بودن) تا ۰/۹۱ (در عامل توصیف) قرار داشت. همبستگی بین عامل‌ها متوسط و در همه موارد معنی‌دار بود و در طیفی بین ۰/۱۵ تا ۰/۳۴ قرار داشت (نئوسر، ۲۰۱۰؛ نقل از احمدوند، ۱۳۹۱). همچنین در مطالعه‌ای که بر روی اعتبار یابی و پایایی این پرسشنامه در ایران انجام گرفت، ضرایب همبستگی آزمون-باز آزمون پرسشنامه FFMQ در نمونه ایرانی بین $r=0/57$ (مربوط به عامل غیر قضاوتی بودن) و $r=0/84$ (عامل مشاهده) مشاهده گردید. همچنین ضرایب آلفا در حد قابل قبولی (بین $\alpha=0/55$ مربوط به عامل غیر واکنشی بودن و $\alpha=0/83$ مربوط به عامل توصیف) به دست آمد (احمدوند، ۱۳۹۱).

پرسشنامه مثبت اندیشی اینگرام و ویسنیکی (۱۹۸۸)

پرسشنامه مثبت اندیشی توسط اینگرام و ویسنیکی (۱۹۸۸) برای سنجش مثبت اندیشی ساخته شده و شامل ۳۰ سؤال و ۵ خرده مقیاس است. در یک طیف لیکرت از ۱=هرگز تا ۵=همیشه مورد ارزیابی قرار می‌دهد. نقطه برش پرسشنامه ۷۵ می‌باشد. اینگرام و ویسنیکی (۱۹۸۸) برای این ابزار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و ضریب بازآزمایی ۰/۹۵ به روش دو نیمه کردن و

14 - Marriage desire questionnaire

ضریب همبستگی ۰/۳۳- بین این پرسش‌نامه و پرسش‌نامه افسردگی بک و ضریب همبستگی ۰/۳۷ و بین این پرسش‌نامه و پرسش‌نامه اضطراب حالت - صفت به عنوان شاخصی از روایی افتراقی و روایی سازه قابل قبولی گزارش کردند.

جدول ۱- پرسشنامه مثبت اندیشی اینگرام و ویسنیکی

متغیر	شماره سؤالات	تعداد سؤالات	بازه نمرات
کارکرد مثبت روزانه	۶-۷-۱۱-۱۳-۱۴-۱۵-۱۷-۱۹-۲۰-۲۹	۱۰	۱۰-۵۰
خودارزیایی مثبت	۱۰-۲۰-۲۲-۲۳-۲۵-۲۸	۶	۶-۳۰
ارزیایی دیگران از خویش	۱-۲-۵-۱۲	۴	۴-۲۰
انتظارات مثبت آینده	۳-۴	۴	۴-۲۰
خود اعتمادی	۸-۹-۱۶-۱۸-۲۴-۲۶-۲۷-۳۰	۸	۸-۴۰
مثبت اندیشی (کل)	۳۰-۱	۳۰	۳۰-۱۵۰

پرسشنامه نگرش به عشق (LAS)^{۱۵} هندریک^{۱۶} و هندریک (۱۹۸۶)

این پرسشنامه توسط هندریک و هندریک (۱۹۸۶) به منظور ارزیابی نگرش‌های افراد در مورد عشق ساخته شد. این آزمون ۲۴ آیتم دارد که در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) پاسخ داده می‌شود. این مقیاس دارای ۶ زیرمقیاس عشق اروس یا رمانتیک، عشق استورگ یا دوستانه، عشق لودوس یا بازیگرانه، عشق مانیا یا شهوانی، عشق پراگما یا واقع‌گرایانه، عشق آگاهانه یا فداکارانه است. نقطه برش پرسشنامه ۶۰ می‌باشد. این آزمون از اعتبار درونی مطلوب برخوردار است و آلفای کرونباخ آن بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۷ گزارش شده است (بیبر، ۱۹۹۰؛ به نقل از نوری و جان بزرگی، ۱۳۹۰). در پژوهش مصطفایی و پیوسته‌گر (۱۳۹۵) ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس کل و مؤلفه‌های آن بین ۰/۶۹ تا ۰/۷۷ گزارش شده است. پایایی به روش آلفای کرونباخ برای سبک عشق‌ورزی رمانتیک، بازیگرانه، دوستانه، واقع‌گرایانه، شهوانی و فداکارانه در پژوهش حاضر به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۴۰، ۰/۸۱، ۰/۴۵، ۰/۶۱ و ۰/۷۰ بود.

روش اجرای پژوهش

یکی از روش‌های متداول در گردآوری اطلاعات میدانی روش پرسشنامه‌ای است که امر گردآوری اطلاعات را در سطح وسیع امکان‌پذیر می‌سازد. به منظور جمع‌آوری اطلاعات در بین ۵۰۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر مجرد دانشگاه آزاد اسلامی کرج پرسشنامه‌ها توزیع شد و سپس از بین آن‌ها، افرادی که نمرات بالاتری از نقطه برش از این پرسشنامه کسب به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند (۳۷۰ نفر)، سپس پرسشنامه‌های رغبت به ازدواج حیدری، مظاهری و پوراعتقاد (۱۳۸۳)، ذهن آگاهی بائر و همکاران (۲۰۰۶)، مثبت اندیشی اینگرام و ویسنیکی (۱۹۸۸) و نگرش به عشق هندریک و هندریک (۱۹۸۶) که با توجه به متغیرهای پژوهش انتخاب شدند نیز نمره‌گذاری گردید. برای نمونه آماری توضیح داده شد هدف از انجام این کار، اجرای یک کار پژوهشی است و اینکه اطلاعات کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند و بعد از اخذ رضایت از آزمودنی‌ها پرسشنامه‌ها در اختیار آنان قرار گرفت. در نهایت امر تمام پرسشنامه‌ها جمع‌آوری و جهت تجزیه و تحلیل مورد بررسی قرار گرفت.

روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌ها

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-26 و Lisrel-8 استفاده خواهد شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی شامل جداول توزیع فراوانی، شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و نیز از روش‌های آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی گشتاوری پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری، استفاده شد. از همبستگی پیرسون برای آزمودن پیش‌فرض‌های تحلیل معادلات ساختاری شامل عدم وجود هم‌خطی چندگانه، پیروی کردن از منحنی نرمال و خطی بودن رابطه متغیرها استفاده شد و مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار Lisrel تحلیل و گزارش شد.

¹⁵ - Love Attitudes Scale

¹⁶ - Hendric

تجزیه و تحلیل یافته های پژوهش

آزمون فرضیه های پژوهش

فرضیه اول پژوهش: ذهن آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش بینی است.

جدول ۲- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین ذهن آگاهی و مؤلفه های نگرش به عشق

ذهن آگاهی		متغیرها
سطح معنی داری	ضریب همبستگی	
.001	.113**	عشق رمانتیک
.001	.128**	عشق دوستانه
.001	.174**	عشق بازیگرانه
.001	.137**	عشق شهوانی
.001	.325**	عشق واقع گرایانه
.001	.192**	عشق فداکارانه

** در سطح ۰/۰۱ معنی دار است.

در جدول ۲ ضریب همبستگی بین ذهن آگاهی و عشق رمانتیک (۰/۱۱۳)، ذهن آگاهی و عشق دوستانه (۰/۱۲۸)، ذهن آگاهی و عشق بازیگرانه (۰/۱۷۴)، ذهن آگاهی و عشق شهوانی (۰/۱۳۷)، ذهن آگاهی و عشق واقع گرایانه (۰/۳۲۵)، ذهن آگاهی و عشق فداکارانه (۰/۱۹۲) می باشد این نتایج نشان می دهد که در سطح خطای ۰/۰۱ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین ذهن آگاهی با عشق رمانتیک، عشق دوستانه، عشق بازیگرانه، عشق شهوانی، عشق واقع گرایانه، عشق فداکارانه رابطه ای مثبت و مستقیم می باشد طوری که با افزایش عشق رمانتیک، عشق دوستانه، عشق بازیگرانه، عشق شهوانی، عشق واقع گرایانه، عشق فداکارانه میزان ذهن آگاهی در دانشجویان وسواسی افزایش خواهد یافت و بالعکس. در این قسمت از طریق آزمون رگرسیون به پیش بینی ذهن آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی در جدول ۳ می پردازیم:

جدول ۳- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه اول

خطای معیار برآورد (S.E.E)	R ^۲ تعدیل شده	ضریب تبیین (R ^۲)	ضریب همبستگی چندگانه (R)
13.551	.110	.125	.353

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۳، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش بین، برابر ۰/۳۵، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۱۲، یعنی حدود ۱۲ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش بین وارد شده به مدل تبیین می گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آن ها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده اند تبیین می گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل شده، برابر با ۰/۱۱ می باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش بین می توانند متغیر ملاک را پیش بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه اول

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	9516.323	6	1586.054	8.638	.001
باقی مانده	66654.988	363	183.623		

			369	76171.311	کل
--	--	--	-----	-----------	----

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به دست آمده ۸/۶۳۸ در سطح معناداری ۰/۰۱ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه اول

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل	
		Beta	Std. Error		
.001	15.723		5.424	85.273	مقدار ثابت
.003	3.439	.213	.269	.118	عشق رمانتیک
.021	2.219	.228	.290	.063	عشق دوستانه
.014	2.814	.274	.233	.423	عشق بازیگرانه
.019	3.094	.238	.278	.026	عشق شهوانی
.001	5.382	.426	.277	1.488	عشق واقع‌گرایانه
.033	4.943	.294	.238	.225	عشق فداکارانه

نتایج جدول ۵ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های نگرش به عشق قادر به پیش‌بینی ذهن‌آگاهی می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم عشق رمانتیک ۲۱ درصد، سهم عشق دوستانه ۲۲ درصد، سهم عشق بازیگرانه ۲۷ درصد، سهم عشق شهوانی ۲۳ درصد، سهم عشق واقع‌گرایانه ۴۲ درصد و سهم عشق فداکارانه ۲۹ درصد می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت عشق واقع‌گرایانه بیشترین سهم را در بین مؤلفه‌های نگرش به عشق در پیش‌بینی ذهن‌آگاهی است. معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y = ax + b + c + d + e$$

$$\text{ذهن‌آگاهی} = ۸۵/۲۷۳ + ۰/۲۱ (\text{رمانتیک}) + ۰/۲۲ (\text{دوستانه}) + ۰/۲۷ (\text{بازیگرانه}) + ۰/۲۳ (\text{شهوانی}) + ۰/۴۲ (\text{واقع‌گرایانه}) + ۰/۲۹ (\text{فداکارانه})$$

فرضیه دوم پژوهش: مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

جدول ۶- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین مثبت‌اندیشی و مؤلفه‌های نگرش به عشق

مثبت‌اندیشی		متغیرها
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	
.001	.292**	عشق رمانتیک
.001	.112**	عشق دوستانه
.001	.326**	عشق بازیگرانه

عشق شهوانی	.210**	.001
عشق واقع‌گرایانه	.183**	.001
عشق فداکارانه	.143**	.001

** در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

در جدول ۶ ضریب همبستگی بین مثبت‌اندیشی و عشق رمانتیک (۰/۲۹۲)، مثبت‌اندیشی و عشق دوستانه (۰/۱۱۲)، مثبت‌اندیشی و عشق بازیگرانه (۰/۳۲۶)، مثبت‌اندیشی و عشق شهوانی (۰/۲۱۰)، مثبت‌اندیشی و عشق واقع‌گرایانه (۰/۱۸۳)، مثبت‌اندیشی و عشق فداکارانه (۰/۱۴۳) می‌باشد این نتایج نشان می‌دهد که در سطح خطای ۰/۰۱ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین مثبت‌اندیشی با عشق رمانتیک، عشق دوستانه، عشق بازیگرانه، عشق شهوانی، عشق واقع‌گرایانه، عشق فداکارانه رابطه‌ای مثبت و مستقیم می‌باشد طوری که با افزایش عشق رمانتیک، عشق دوستانه، عشق بازیگرانه، عشق شهوانی، عشق واقع‌گرایانه، عشق فداکارانه میزان مثبت‌اندیشی در دانشجویان و سواسی افزایش خواهد یافت و بالعکس. در این قسمت از طریق آزمون رگرسیون به پیش‌بینی مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای سواس فکری-عملی در جدول ۶ می‌پردازیم:

جدول ۷- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه دوم

ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تبیین (R ^۲)	R ^۲ تعدیل شده	خطای معیار برآورد (S.E.E)
.402	.161	.147	16.485

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۷، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش‌بین، برابر ۰/۴۰، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۱۶، یعنی حدود ۱۶ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش‌بین وارد شده به مدل تبیین می‌گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آن‌ها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده‌اند تبیین می‌گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل شده، برابر با ۰/۱۴ می‌باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش‌بین می‌توانند متغیر ملاک را پیش‌بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می‌کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۸ آمده است.

جدول ۸- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه دوم

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	18961.868	6	3160.311	11.629	.001
باقی‌مانده	98647.375	363	271.756		
کل	117609.243	369			

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به دست آمده ۱۱/۶۲۹ در سطح معناداری ۰/۰۱ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۹ آمده است.

جدول ۹- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه دوم

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		Beta	Std. Error	
.001	13.695		6.598	مقدار ثابت
			90.357	

عشق رمانتیک	.836	.327	.343	2.554	.011
عشق دوستانه	.141	.352	.258	3-400	.006
عشق بازیگرانه	1.045	.283	.425	3.688	.023
عشق شهوانی	.596	.338	.351	2.762	.007
عشق واقع‌گرایانه	1.168	.336	.261	3.472	.001
عشق فداکارانه	.490	.290	.298	2.687	.009

نتایج جدول ۹ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های نگرش به عشق قادر به پیش‌بینی مثبت‌اندیشی می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم عشق رمانتیک ۳۴ درصد، سهم عشق دوستانه ۲۵ درصد، سهم عشق بازیگرانه ۴۲ درصد، سهم عشق شهوانی ۳۵ درصد، سهم عشق واقع‌گرایانه ۲۶ درصد و سهم عشق فداکارانه ۲۹ درصد می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت عشق بازیگرانه بیشترین سهم را در بین مؤلفه‌های نگرش به عشق در پیش‌بینی مثبت‌اندیشی است.

معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y = ax + b + c + d + e$$

$$\begin{aligned} \text{شهواری (شهواری)} &= 0/35 + \text{بازیگرانه (بازیگرانه)} + 0/45 + \text{دوستانه (دوستانه)} + 0/25 + \text{رمانتیک (رمانتیک)} + 0/34 + \text{مثبت‌اندیشی} \\ &+ 0/26 + \text{فداکارانه (فداکارانه)} + 0/29 \end{aligned}$$

فرضیه سوم پژوهش: ذهن‌آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

جدول ۱۰- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین ذهن‌آگاهی و مؤلفه‌های رغبت به ازدواج

ذهن‌آگاهی		متغیرها
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	
.001	.344**	بازخورد نسبت به ازدواج
.001	.189**	نگرش نسبت به پیامدها
.001	.144**	آمادگی برای ازدواج
.001	-.289**	موانع ازدواج

** در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

در جدول ۱۰ ضریب همبستگی بین ذهن‌آگاهی و بازخورد نسبت به ازدواج (۰/۳۴۴)، بین ذهن‌آگاهی و نگرش نسبت به پیامدها (۰/۱۸۹)، بین ذهن‌آگاهی و آمادگی برای ازدواج (۰/۱۴۴)، بین ذهن‌آگاهی و موانع ازدواج (۰/۲۸۹-) می‌باشد این نتایج نشان می‌دهد که در سطح خطای ۰/۰۱ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین ذهن‌آگاهی با بازخورد نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمادگی برای ازدواج رابطه‌ای مثبت و مستقیم می‌باشد به طوری که با افزایش بازخورد نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمادگی برای ازدواج میزان ذهن‌آگاهی در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی افزایش خواهد یافت و بالعکس. ولی رابطه بین ذهن‌آگاهی با موانع ازدواج رابطه‌ای منفی و معکوس می‌باشد به طوری که با افزایش موانع ازدواج میزان ذهن‌آگاهی در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی کاهش خواهد یافت و بالعکس. در این قسمت از

طریق آزمون رگرسیون به پیش‌بینی ذهن‌آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی در جدول ۱۱ می‌پردازیم:

جدول ۱۱- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه سوم

ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تبیین (R^2)	R^2 تعدیل شده	خطای معیار برآورد (S.E.E)
.226	.051	.041	14.071

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۱۱، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش‌بین، برابر ۰/۲۲، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۰۵۱، یعنی حدود ۵/۱ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش‌بین وارد شده به مدل تبیین می‌گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آن‌ها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده‌اند تبیین می‌گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل شده، برابر با ۴/۱ می‌باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش‌بین می‌توانند متغیر ملاک را پیش‌بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می‌کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۱۲ آمده است.

جدول ۱۲- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه سوم

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	3903.698	4	975.925	4.929	.001
باقی‌مانده	72267.612	365	197.993		
کل	76171.311	369			

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به‌دست‌آمده ۴/۹۲۹ در سطح معناداری ۰/۰۱ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۱۳ آمده است.

جدول ۱۳- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه سوم

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		Beta	Std. Error	
.001	11.363		8.414	مقدار ثابت
.021	3.594	.389	.180	بازخورد نسبت به ازدواج
.038	3.510	.214	.392	نگرش نسبت به پیامدها
.022	2.299	.152	.242	آمادگی برای ازدواج
.005	-2.086	-.220	.342	موانع ازدواج

نتایج جدول ۱۳ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های رغبت به ازدواج قادر به پیش‌بینی ذهن‌آگاهی می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم بازخورد نسبت به ازدواج ۳۸ درصد، سهم نگرش نسبت به پیامدها ۲۱ درصد، سهم آمادگی برای ازدواج ۱۵ درصد و سهم موانع ازدواج ۲۲ درصد منفی می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت بازخورد نسبت به ازدواج بیشترین سهم را در بین مؤلفه‌های رغبت به ازدواج در پیش‌بینی ذهن‌آگاهی است.

معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y=ax+b+c+d+e$$

$$+ ۰/۲۱ \text{ (نگرش)} + ۰/۳۸ \text{ (بازخورد)} + ۹۵/۶۰۴ = \text{ذهن آگاهی (موانع)} ۰/۲۲ - \text{(آمدگی)} ۰/۱۵$$

فرضیه چهارم پژوهش: مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

جدول ۱۴- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین ذهن آگاهی و مؤلفه‌های رغبت به ازدواج

ذهن آگاهی		متغیرها
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	
.001	.158**	بازخورد نسبت به ازدواج
.001	.122**	نگرش نسبت به پیامدها
.001	.233**	آمدگی برای ازدواج
.001	-.164**	موانع ازدواج

** در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

در جدول ۱۴ ضریب همبستگی بین مثبت‌اندیشی و بازخورد نسبت به ازدواج (۰/۱۵۸)، بین مثبت‌اندیشی و نگرش نسبت به پیامدها (۰/۱۲۲)، بین مثبت‌اندیشی و آمدگی برای ازدواج (۰/۲۳۳)، بین مثبت‌اندیشی و موانع ازدواج (۰/۱۶۴-) می‌باشد این نتایج نشان می‌دهد که در سطح خطای ۰/۰۱ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین مثبت‌اندیشی با بازخورد نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمدگی برای ازدواج رابطه‌ای مثبت و مستقیم می‌باشد به طوری که با افزایش بازخورد نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمدگی برای ازدواج مثبت‌اندیشی در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی افزایش خواهد یافت و بالعکس. ولی رابطه بین مثبت‌اندیشی با موانع ازدواج رابطه‌ای منفی و معکوس می‌باشد به طوری که با افزایش موانع ازدواج میزان مثبت‌اندیشی در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی کاهش خواهد یافت و بالعکس. در این قسمت از طریق آزمون رگرسیون به پیش‌بینی مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی در جدول ۱۵ می‌پردازیم:

جدول ۱۵- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه چهارم

ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تبیین (R ^۲)	R ^۲ تعدیل شده	خطای معیار برآورد (S.E.E)
.284	.081	.071	17.212

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۱۵، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش‌بین، برابر ۰/۲۸، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۰۸۱، یعنی حدود ۸/۱ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش‌بین وارد شده به مدل تبیین می‌گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آن‌ها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده‌اند تبیین می‌گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل شده، برابر با ۷/۱ می‌باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش‌بین می‌توانند متغیر ملاک را پیش‌بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می‌کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۱۶ آمده است.

جدول ۱۶- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه چهارم

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	9481.756	4	2370.439	8.002	.001
باقی‌مانده	108127.487	365	296.240		
کل	117609.243	369			

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به دست آمده $۸/۰۰۲$ در سطح معناداری $۰/۰۱$ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۱۷ آمده است.

جدول ۱۷- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه چهارم

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل	
		Beta	Std. Error		
.001	9.604		10.292	98.838	مقدار ثابت
.049	2.977	.169	.221	.436	بازخورد نسبت به ازدواج
.021	2.325	.156	.479	1.114	نگرش نسبت به پیامدها
.001	4.311	.274	.296	1.276	آمادگی برای ازدواج
.032	-3.619	-.174	.419	-.259	موانع ازدواج

نتایج جدول ۱۷ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های رغبت به ازدواج قادر به پیش‌بینی مثبت‌اندیشی می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم بازخورد نسبت به ازدواج ۱۶ درصد، سهم نگرش نسبت به پیامدها ۱۵ درصد، سهم آمادگی برای ازدواج ۲۷ درصد و سهم موانع ازدواج ۱۷ درصد منفی می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت آمادگی برای ازدواج بیشترین سهم را در بین مؤلفه‌های رغبت به ازدواج در پیش‌بینی مثبت‌اندیشی است.

معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y = ax + b + c + d + e$$

$$+ ۰/۱۵ (\text{نگرش}) + ۰/۱۶ (\text{بازخورد}) + ۹۸/۸۳۸ = \text{مثبت‌اندیشی} (\text{موانع}) - ۰/۱۷ - ۰/۲۷ (\text{آمادگی})$$

فرضیه پنجم پژوهش: نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

جدول ۱۸- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین ذهن آگاهی و مؤلفه‌های رغبت به ازدواج

ذهن آگاهی		متغیرها
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	
.001	.339**	بازخورد نسبت به ازدواج
.001	.143**	نگرش نسبت به پیامدها
.001	.144**	آمادگی برای ازدواج
.001	-.128**	موانع ازدواج

** در سطح $۰/۰۱$ معنی‌دار است.

در جدول ۱۸ ضریب همبستگی بین نگرش به عشق و بازخورد نسبت به ازدواج ($۰/۳۳۹$)، بین نگرش به عشق و نگرش نسبت به پیامدها ($۰/۱۴۳$)، بین نگرش به عشق و آمادگی برای ازدواج ($۰/۱۴۴$)، بین نگرش به عشق و موانع ازدواج ($-۰/۱۲۸$) می‌باشد این نتایج نشان می‌دهد که در سطح خطای $۰/۰۱$ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین نگرش به عشق با بازخورد نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمادگی برای ازدواج رابطه‌ای مثبت و مستقیم می‌باشد به طوری که با افزایش بازخورد

نسبت به ازدواج، نگرش نسبت به پیامدها، آمادگی برای ازدواج میزان نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری- عملی افزایش خواهد یافت و بالعکس. ولی رابطه بین نگرش به عشق با موانع ازدواج رابطه‌ای منفی و معکوس می‌باشد به طوری که با افزایش موانع ازدواج میزان نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی کاهش خواهد یافت و بالعکس. در این قسمت از طریق آزمون رگرسیون به پیش‌بینی نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی در جدول ۱۹ می‌پردازیم:

جدول ۱۹- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه پنجم

ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تبیین (R^2)	R^2 تعدیل شده	خطای معیار برآورد (S.E.)
.348	.121	.111	9.587

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۱۹، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش‌بین، برابر ۰/۳۴، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۱۲۱، یعنی حدود ۰/۱۲ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش‌بین وارد شده به مدل تبیین می‌گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آنها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده‌اند تبیین می‌گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل‌شده، برابر با ۰/۱۱ می‌باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش‌بین می‌توانند متغیر ملاک را پیش‌بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می‌کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۱۹ آمده است.

جدول ۲۰- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه پنجم

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
رگرسیون	4612.843	4	1153.211	12.547	.001
باقی‌مانده	33547.290	365	91.910		
کل	38160.132	369			

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به دست آمده ۱۲/۵۴۷ در سطح معناداری ۰/۰۱ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۲۱ آمده است.

جدول ۲۱- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه پنجم

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		Beta	Std. Error	
.001	8.819		5.733	مقدار ثابت
.024	6.205	.339	.123	بازخورد نسبت به ازدواج
.030	3.384	.143	.267	نگرش نسبت به پیامدها
.008	2.196	.144	.165	آمادگی برای ازدواج
.038	-2.250	-.128	.233	موانع ازدواج

نتایج جدول ۲۱ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که مؤلفه‌های رغبت به ازدواج قادر به پیش‌بینی نگرش به عشق می‌باشند ($p=0/05$)، به طوری که سهم بازخورد نسبت به ازدواج ۳۳ درصد، سهم نگرش نسبت به پیامدها ۱۴ درصد، سهم آمادگی برای ازدواج ۱۴ درصد و سهم موانع ازدواج ۱۲ درصد منفی می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان

۹۵ درصد می‌توان گفت بازخورد نسبت به ازدواج بیشترین سهم را در بین مؤلفه‌های رغبت به ازدواج در پیش‌بینی نگرش به عشق است.

معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y=ax+b+c+d+e$$

$$\text{نگرش (} 0/14 \text{)} + \text{بازخورد (} 0/33 \text{)} + 50/554 = \text{نگرش به عشق (موانع (} 0/12 \text{)} - \text{آمادگی (} 0/14 \text{)} +$$

فرضیه اصلی پژوهش: رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.

در این بخش برای آزمون مدل پژوهش، در ابتدا ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین، نگرش به عشق به‌عنوان متغیر میانجی و رغبت به ازدواج به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده و سپس همبستگی و آزمون رگرسیون برای این متغیرها و در نهایت نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل مدل معادلات ساختاری گزارش می‌شود.

جدول ۲۲- آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

رغبت به ازدواج		متغیرها
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	
.001	.589**	ذهن‌آگاهی
.001	.344**	مثبت‌اندیشی
.001	.426**	نگرش به عشق

** در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

در جدول ۲۲ ضریب همبستگی بین رغبت به ازدواج و ذهن‌آگاهی (۰/۵۸۹)، بین رغبت به ازدواج و مثبت‌اندیشی (۰/۳۴۴)، بین رغبت به ازدواج و نگرش به عشق (۰/۴۲۶) می‌باشد این نتایج نشان می‌دهد که در سطح خطای ۰/۰۱ و با ۹۹ درصد اطمینان رابطه بین رغبت به ازدواج با ذهن‌آگاهی، مثبت‌اندیشی و نگرش به عشق رابطه‌ای مثبت و مستقیم می‌باشد طوری که با افزایش ذهن‌آگاهی، مثبت‌اندیشی و نگرش به عشق میزان رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی افزایش خواهد یافت. در این قسمت از طریق آزمون رگرسیون به پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی در جدول ۲۳ می‌پردازیم:

جدول ۲۳- خلاصه مدل رگرسیون بر اساس متغیرها در فرضیه اصلی

ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تبیین (R^2)	R^2 تعدیل شده	خطای معیار برآورد (S.E.E)
.194	.038	.030	7.484

با توجه به نتایج حاصل از جدول ۲۳، مقدار ضریب همبستگی چندگانه (R) محاسبه شده بین متغیر ملاک وارد شده به مدل و متغیرهای پیش‌بین، برابر ۰/۱۹، مقدار ضریب تبیین برابر با ۰/۰۳۸، یعنی حدود ۳/۸ درصد از تغییرات متغیر ملاک، توسط متغیرهای پیش‌بین وارد شده به مدل تبیین می‌گردد؛ و بقیه تغییرات متغیر، توسط متغیرهای دیگری که محقق آنها را در نظر نگرفته و وارد مدل نشده‌اند تبیین می‌گردد و همچنین مقدار ضریب تبیین تعدیل شده، برابر با ۳/۰ می‌باشد. در ادامه برای بررسی معناداری رگرسیون یعنی آزمون این که چطور متغیرهای پیش‌بین می‌توانند متغیر ملاک را پیش‌بینی کنند به آزمون تحلیل واریانس و معناداری F مراجعه می‌کنیم. نتایج این تحلیل در جدول ۲۴ آمده است.

جدول ۲۴- نتایج محاسبه آزمون تحلیل واریانس در فرضیه اصلی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	sig
رگرسیون	804.999	3	268.333	4.791	.001
باقی‌مانده	20498.558	366	56.007		
کل	21303.557	369			

با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها، F به دست آمده $۴/۷۹۱$ در سطح معناداری $۰/۰۱$ معنادار است؛ و این مطلب گویای آن است که اولاً رگرسیون معنادار بوده؛ و ثانیاً حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین، در پیش‌بینی متغیر ملاک مؤثر بوده است. برای تعیین ضرایب معادله رگرسیونی، از ضرایب تفکیکی رگرسیونی و آزمون T وابسته استفاده می‌کنیم. نتایج این بررسی در جدول ۲۵ آمده است.

جدول ۲۵- ضرایب رگرسیونی و نتایج آزمون T مربوط به متغیرهای پیش‌بین در فرضیه اصلی

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		Beta	Std. Error	
.001	14.878		4.357	مقدار ثابت
.008	2.651	.420	.029	ذهن‌آگاهی
.024	2.016	.216	.023	مثبت‌اندیشی
.018	-2.620	.356	.041	نگرش به عشق

نتایج جدول ۲۵ و تحلیل رگرسیونی، نشان می‌دهد که ذهن‌آگاهی، مثبت‌اندیشی و نگرش به عشق قادر به پیش‌بینی رغبت به ازدواج می‌باشند ($p < 0/05$)، به طوری که سهم ذهن‌آگاهی ۴۲ درصد، سهم مثبت‌اندیشی ۲۱ درصد، سهم نگرش به عشق ۳۶ درصد می‌باشد. همان‌طور نتایج نشان می‌دهد با اطمینان ۹۵ درصد می‌توان گفت ذهن‌آگاهی بیشترین سهم را در پیش‌بینی رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی دارد. معادله رگرسیونی تحلیل فوق عبارت است از:

$$Y = ax + b + c + d + e$$

$$+ ۰/۳۵ \text{ (مثبت‌اندیشی)} + ۰/۲۱ \text{ (ذهن‌آگاهی)} + ۰/۴۲ + ۶۴/۸۲۳ = \text{رغبت به ازدواج (نگرش به عشق)} + ۰/۳۵$$

بررسی مدل مفهومی پژوهش

آزمون بارتلت و KMO

در این قسمت از آزمون KMO که شاخص کفایت نمونه‌برداری نامیده می‌شود استفاده گردید که این شاخص مقادیر همبستگی مشاهده شده را با همبستگی جزئی مقایسه می‌کند. وقتی مقدار KMO بزرگ‌تر از $۰/۶$ باشد، به راحتی می‌توان تحلیل عاملی نمود. هر چه این مقدار بیشتر باشد مناسب و کفایت نمونه‌برداری بیشتر خواهد بود. در انجام تحلیل عاملی، ابتدا باید از این مسئله اطمینان حاصل شود که می‌توان داده‌های موجود را برای تحلیل مورد استفاده قرارداد. به عبارت دیگر، آیا تعداد داده‌های مورد نظر برای تحلیل عاملی مناسب هستند یا خیر؟ بدین منظور شاخص KMO و آزمون بارتلت استفاده می‌شود (مؤمنی و فعال قیومی، ۱۳۹۲). طبق آنچه گفته شد، عدد آزمون KMO به دست آمده $۰/۹۵۵$ و سطح معناداری آزمون بارتلت نیز بایستی کمتر از $۰/۰۵$ باشد که در این مرحله عدد معناداری صفر به دست آمده است.

جدول ۲۶- نتایج آزمون بارتلت و KMO

آزمون کفایت نمونه کیسر مییر و الکین ^{۱۷}	۰/۹۸۴
آزمون بارتلت	۷۱۲۳/۳۲۵
کای دو ^{۱۸}	۳۶۹
درجه آزادی	۰/۰۰۰
عدد معناداری	

¹⁷. Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy

¹⁸. Approx. Chi-Square

در این پژوهش مقدار شاخص KMO برابر با ۰/۹۸۴ است (نزدیک به یک) تعداد نمونه (تعداد پاسخ‌دهندگان) برای تحلیل عاملی کافی است و کفایت نمونه‌گیری برای انجام تحلیل عاملی وجود دارد و همچنین سطح معنی‌داری آماره بارتلت برابر با صفر و کمتر از ۰/۰۵ است که نشان می‌دهد تحلیل عاملی برای شناسایی ساختار و مدل عاملی مناسب است.

مقدمه مدل‌سازی معادلات ساختاری

در این بخش از پژوهش هدف اصلی محقق بررسی ارتباط بین متغیرهای پژوهش می‌باشد. اما در ابتدا باید وضعیت متغیرهای پژوهش مورد ارزیابی قرار گیرد و سپس برازش مرتبط با مدل‌های هر یک از متغیرها ارزیابی شود. در بررسی برازش مدل‌ها شاخص‌های مختلفی ارائه شده است که معروف‌ترین این شاخص‌ها در قالب **CFI, AGFI, GFI, RMSEA** و **CMIN/df** معرفی شده است. هر یک از این شاخص‌ها معرف بخشی از برازش مدل می‌باشد و اعداد مورد قبول برای هر شاخص متفاوت می‌باشد. جدول شماره ۲۶ نشان‌دهنده مقدار قابل قبول برای هر شاخص می‌باشد (هومن، ۱۳۹۰).

جدول ۲۷- مقادیر قابل قبول شاخص‌های برازش مدل

شاخص	مقدار قابل قبول
GFI	GFI>90%
AGFI	AGFI>90%
CFI	0.90<CFI<1
CMIN/df	مقدار کمتر از ۳
RMSEA	RMSEA<0.1

تمامی شاخص‌های بالا به معنی شاخص‌های برازش می‌باشد که در همگی این شاخص‌ها مقادیر کای دو مورد استفاده قرار گرفته است. با توجه به جدول شماره ۲۸ در صورتی که مقادیر محاسبه شده برای شاخص‌های مورد ارزیابی در حد قابل قبول باشد برازش مدل تأیید می‌شود و در غیر این صورت می‌بایست مدل مورد ارزیابی مجدد قرار گیرد تا عامل بر هم زننده برازش مدل شناسایی و حذف یا اضافه شود. پس از تأیید مدل نهایی با استفاده از تحلیل مسیر روابط بین متغیرها مورد ارزیابی قرار می‌گیرد.

جدول ۲۸- شاخص‌های نیکویی برازش مدل تحلیل عاملی تأییدی متغیرها

شاخص	مقدار کسب شده	مقدار قابل قبول	وضعیت
GFI	۰/۹۷	GFI>90%	قبول
CFI	۰/۹۳	0.90<CFI<1	قبول
CMIN/df	۲/۶۸	مقدار کمتر از 3	قبول
RMSEA	۰/۰۲۸	RMSEA<0.1	قبول

با توجه به جدول ۲۸ کلیه شاخص‌های مورد بررسی به منظور ارزیابی برازش مدل عاملی تأییدی مورد پذیرش قرار گرفته‌اند. با توجه به این مطلب می‌توان بیان نمود که برازش این مدل تأیید شده است. همان‌طور که در این جدول مشاهده می‌شود مقدار **GFI**، ۰/۹۷ محاسبه شده است که بیشتر از معیار ۰/۹ می‌باشد. این بدین معنی است که مقدار نسبی واریانس‌ها و کوواریانس‌ها به صورت مشترک در سطح مناسبی ارزیابی می‌شود. همچنین مقدار شاخص **CFI**، ۰/۹۳ محاسبه شده است که این شاخص نیز از حد نصاب ۰/۹ بیشتر می‌باشد. بدین معنی که مقدار بهبود از طریق مقایسه یک مدل به اصطلاح مستقل که در آن بین متغیرها هیچ رابطه‌ای نیست با مدل پیشنهادی مورد نظر، در سطح مناسبی قرار دارد. در نهایت مقدار کای دو بر درجه آزادی ۲/۶۸ محاسبه شده است. استاندارد این مقدار ۳ و کمتر از آن می‌باشد که این مقدار نشان از تأیید بالاتر این مدل

است. در نهایت ریشه میانگین مجذورات تقریب یا همان RMSEA مقدار $0/028$ محاسبه شده است که کمتر از معیار $0/1$ می باشد و بنابراین می توان بیان نمود که برازش مدل به طور کلی در سطح مناسبی ارزیابی می شود.

مدل معادلات ساختاری پژوهش

برای آزمون مدل مفهومی پژوهش و فرضیات مدل از تحلیل داده ها به وسیله مدل معادلات ساختاری استفاده شده است. مدل-یابی معادلات ساختاری یک رویکرد آماری جامع برای آزمون فرضیه هایی درباره روابط بین متغیرهای مشاهده شده و متغیرهای مکنون می باشد. از طریق این رویکرد می توانیم قابل قبول بودن مدل های نظری را در جامعه خاص با استفاده از داده های همبستگی، غیرآزمایشی و آزمایشی آزمون نمود. بدین منظور، برای برآورد از روش حداکثر درست نمایی از نرم افزار لیزرل استفاده شده است.

در یک مدل معادلات ساختاری به معنای عام، پژوهشگر از طرفی به دنبال آن است که مجموعه ای از متغیرهای پنهان را با مجموعه ای از معرف ها اندازه گیری کرده و از طرف دیگر روابط ساختاری بین متغیرهای پنهان را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد. هر چند ممکن است در این میان برخی از متغیرهای حاضر در مدل ساختاری از نوع مشاهده شده باشند. در این مرحله شاخص های برازش یا تناسب مدل محاسبه و مقادیر آن ها با مقادیر استاندارد مقایسه می شود و به این ترتیب برازش مدل تعیین می گردد. پس از در کنار هم قرار دادن شاخص های برازش مدل و قضاوت کلی در مورد برازش مدل در صورت وجود برازش (که با شاخص های برازش محاسبه می شود) و با کمک مقادیر آماره T به تصمیم گیری در مورد رد یا تأیید فرضیات پرداخته می شود. نحوه تصمیم گیری برای رد یا تأیید فرضیات به این صورت است که مقادیر T با اعداد $1/96$ و $-1/96$ مقایسه می شوند، اگر مقادیر محاسبه شده توسط نرم افزار بین دو عدد مذکور قرار داشت، در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرضیات پژوهش رد و در غیر این صورت تأیید می گردند.

مدل اندازه گیری

با توجه به نتایج جداول زیر تمامی ضرایب بارهای عاملی معنی دار بوده ($P < 0/01$) و بزرگتر از $0/5$ می باشد که نشان دهنده مناسب بودن مدل های اندازه گیری مورد استفاده در مدل پژوهش است.

جدول ۲۹- ضرایب بارهای عاملی مدل‌های اندازه‌گیری متغیر رغبت به ازدواج

متغیر	سؤال‌ها	بار عاملی	آماره t	سطح معنی‌داری
رغبت به ازدواج	سؤال ۱	۰/۸۳	۱۹/۸۵	۰/۰۱
	سؤال ۲	۰/۸۳	۲۴/۶۳	۰/۰۱
	سؤال ۳	۰/۸۲	۱۸/۶۴	۰/۰۱
	سؤال ۴	۰/۶۵	۴/۲۵	۰/۰۱
	سؤال ۵	۰/۵۳	۱۲/۸۱	۰/۰۱
	سؤال ۶	۰/۷۱	۹/۳۷	۰/۰۱
	سؤال ۷	۰/۸۵	۵/۴۴	۰/۰۱
	سؤال ۸	۰/۵۳	۱۸/۲۶	۰/۰۱
	سؤال ۹	۰/۶۷	۱۶/۱۲	۰/۰۱
	سؤال ۱۰	۰/۸۱	۱۳/۵۵	۰/۰۱
	سؤال ۱۱	۰/۶۵	۸/۲۲	۰/۰۱
	سؤال ۱۲	۰/۵۵	۶/۱۸	۰/۰۱
	سؤال ۱۳	۰/۶۸	۱۱/۴۷	۰/۰۱
	سؤال ۱۴	۰/۵۳	۱۶/۶۶	۰/۰۱
	سؤال ۱۵	۰/۸۳	۱۲/۵۱	۰/۰۱
	سؤال ۱۶	۰/۷۷	۱۵/۳۸	۰/۰۱
	سؤال ۱۷	۰/۵۸	۱۲/۵۴	۰/۰۱
	سؤال ۱۸	۰/۶۱	۱۲/۲۵	۰/۰۱
	سؤال ۱۹	۰/۵۱	۸/۳۶	۰/۰۱
	سؤال ۲۰	۰/۸۴	۵/۴۱	۰/۰۱
	سؤال ۲۱	۰/۷۴	۱۳/۳۹	۰/۰۱
	سؤال ۲۲	۰/۶۳	۱۴/۲۲	۰/۰۱
	سؤال ۲۳	۰/۳۳	۱۴/۶۹	۰/۰۱
	سؤال ۲۴	۰/۲۸	۱۷/۵۲	۰/۰۱

جدول ۳۰ - ضرایب بارهای عاملی مدل‌های اندازه‌گیری متغیر ذهن آگاهی

متغیر	سؤال‌ها	بار عاملی	آماره t	سطح معنی‌داری
ذهن آگاهی	سؤال ۱	۰/۶۴	۱۲/۴۵	۰/۰۱
	سؤال ۲	۰/۵۵	۱۰/۵۵	۰/۰۱
	سؤال ۳	۰/۸۱	۷/۸۴	۰/۰۱
	سؤال ۴	۰/۶۳	۱۵/۳۳	۰/۰۱
	سؤال ۵	۰/۵۴	۲۰/۴۱	۰/۰۱
	سؤال ۶	۰/۷۹	۱۶/۲۲	۰/۰۱
	سؤال ۷	۰/۸۵	۲۱/۱۶	۰/۰۱
	سؤال ۸	۰/۶۳	۱۰/۰۴	۰/۰۱
	سؤال ۹	۰/۷۷	۱۸/۴۲	۰/۰۱

سؤال ۱۰	۰/۷۱	۱۰/۴۳	۰/۰۱
سؤال ۱۱	۰/۶۶	۱۰/۲۱	۰/۰۱
سؤال ۱۲	۰/۵۹	۱۵/۳۳	۰/۰۱
سؤال ۱۳	۰/۸۵	۱۳/۵۱	۰/۰۱
سؤال ۱۴	۰/۸۳	۱۴/۳۴	۰/۰۱
سؤال ۱۵	۰/۷۵	۱۷/۶۱	۰/۰۱
سؤال ۱۶	۰/۶۴	۱۳/۲۲	۰/۰۱
سؤال ۱۷	۰/۸۱	۹/۲۱	۰/۰۱
سؤال ۱۸	۰/۶۹	۱۸/۲۵	۰/۰۱
سؤال ۱۹	۰/۵۸	۱۲/۳۳	۰/۰۱
سؤال ۲۰	۰/۷۳	۱۰/۱۲	۰/۰۱
سؤال ۲۱	۰/۵۴	۱۸/۴۴	۰/۰۱
سؤال ۲۲	۰/۵۴	۸/۲۱	۰/۰۱
سؤال ۲۳	۰/۶۱	۱۲/۳۳	۰/۰۱
سؤال ۲۴	۰/۸۸	۱۵/۵۴	۰/۰۱
سؤال ۲۵	۰/۶۸	۱۴/۱۲	۰/۰۱
سؤال ۲۶	۰/۸۸	۲۱/۱۵	۰/۰۱
سؤال ۲۷	۰/۵۹	۱۲/۳۳	۰/۰۱
سؤال ۲۸	۰/۶۳	۱۵/۱۴	۰/۰۱
سؤال ۲۹	۰/۷۷	۱۶/۲۳	۰/۰۱
سؤال ۳۰	۰/۲۹	۱۴/۱۲	۰/۰۱
سؤال ۳۱	۰/۳۳	۱۶/۵۸	۰/۰۱
سؤال ۳۲	۰/۴۴	۹/۱۳	۰/۰۱
سؤال ۳۳	۰/۶۳	۲۱/۱۴	۰/۰۱
سؤال ۳۴	۰/۷۹	۱۶/۲۱	۰/۰۱
سؤال ۳۵	۰/۸۴	۸/۱۹	۰/۰۱
سؤال ۳۶	۰/۵۹	۱۱/۱۶	۰/۰۱
سؤال ۳۷	۰/۶۴	۸/۲۱	۰/۰۱
سؤال ۳۸	۰/۳۸	۴/۲۴	۰/۰۱
سؤال ۳۹	۰/۷۹	۱۱/۸۱	۰/۰۱

جدول ۳۱- ضرایب بارهای عاملی مدل‌های اندازه‌گیری متغیر مثبت‌اندیشی

متغیر	سؤال‌ها	بار عاملی	آماره t	سطح معنی‌داری
مثبت‌اندیشی	سؤال ۱	۰/۶۸	۱۲/۵۸	۰/۰۱
	سؤال ۲	۰/۵۱	۱۸/۳۳	۰/۰۱
	سؤال ۳	۰/۸۵	۱۴/۴۱	۰/۰۱
	سؤال ۴	۰/۶۵	۱۵/۷۴	۰/۰۱

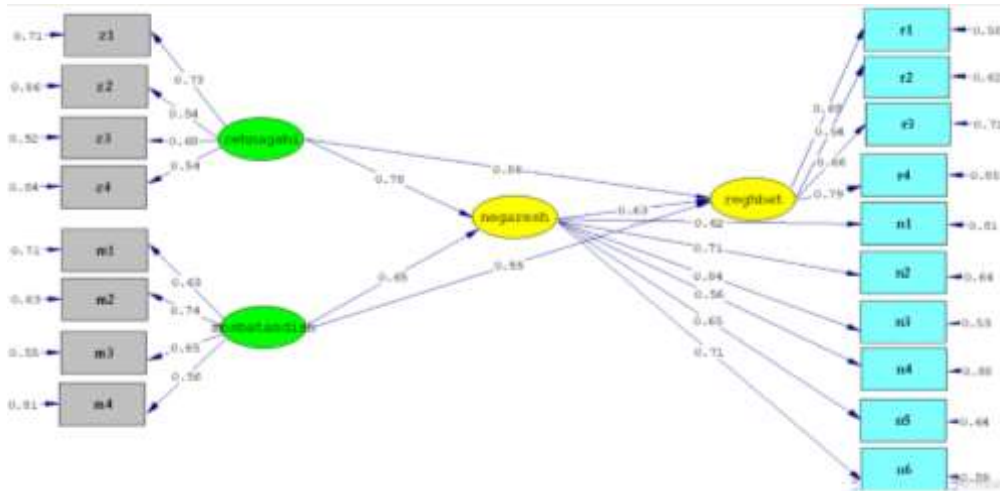
۰/۰۱	۱۶/۳۳	۰/۸۴	سؤال ۵
۰/۰۱	۱۲/۲۲	۰/۷۱	سؤال ۶
۰/۰۱	۱۲/۴۱	۰/۶۶	سؤال ۷
۰/۰۱	۱۲/۵۸	۰/۶۸	سؤال ۸
۰/۰۱	۲۴/۶۳	۰/۸۳	سؤال ۹
۰/۰۱	۱۸/۶۴	۰/۸۲	سؤال ۱۰
۰/۰۱	۴/۲۵	۰/۶۵	سؤال ۱۱
۰/۰۱	۱۲/۸۱	۰/۵۳	سؤال ۱۲
۰/۰۱	۹/۳۷	۰/۷۱	سؤال ۱۳
۰/۰۱	۵/۴۴	۰/۸۵	سؤال ۱۴
۰/۰۱	۸/۲۷	۰/۷۱	سؤال ۱۵
۰/۰۱	۱۵/۵۴	۰/۶۸	سؤال ۱۶
۰/۰۱	۱۴/۱۲	۰/۵۴	سؤال ۱۷
۰/۰۱	۲۱/۱۵	۰/۶۳	سؤال ۱۸
۰/۰۱	۱۲/۳۳	۰/۵۴	سؤال ۱۹
۰/۰۱	۱۵/۱۴	۰/۷۸	سؤال ۲۰
۰/۰۱	۱۶/۲۳	۰/۶۸	سؤال ۲۱
۰/۰۱	۱۴/۱۲	۰/۷۵	سؤال ۲۲
۰/۰۱	۱۰/۴۳	۰/۶۳	سؤال ۲۳
۰/۰۱	۱۰/۱۴	۰/۵۸	سؤال ۲۴
۰/۰۱	۱۷/۷۳	۰/۶۵	سؤال ۲۵
۰/۰۱	۵/۶۶	۰/۸۱	سؤال ۲۶
۰/۰۱	۱۳/۷۱	۰/۶۵	سؤال ۲۷
۰/۰۱	۷/۶۹	۰/۵۸	سؤال ۲۸
۰/۰۱	۶/۱۲	۰/۷۱	سؤال ۲۹
۰/۰۱	۷/۲۱	۰/۶۳	سؤال ۳۰

جدول ۳۲- ضرایب بارهای عاملی مدل‌های اندازه‌گیری متغیر نگرش به عشق

متغیر	سؤال‌ها	بار عاملی	آماره t	سطح معنی‌داری
نگرشی به عشق	سؤال ۱	۰/۸۵	۲۰/۱۷	۰/۰۱
	سؤال ۲	۰/۵۲	۴/۳۰	۰/۰۱
	سؤال ۳	۰/۷۰	۸/۴۳	۰/۰۱
	سؤال ۴	۰/۸۴	۲۰/۹۳	۰/۰۱
	سؤال ۵	۰/۷۷	۱۱/۹۵	۰/۰۱
	سؤال ۶	۰/۸۴	۲۳/۱۵	۰/۰۱
	سؤال ۷	۰/۸۱	۱۴/۸۷	۰/۰۱
	سؤال ۸	۰/۶۳	۸/۰۲	۰/۰۱
	سؤال ۹	۰/۸۲	۱۷/۷۴	۰/۰۱
	سؤال ۱۰	۰/۵۷	۵/۲۱	۰/۰۱
	سؤال ۱۱	۰/۷۸	۱۱/۸۹	۰/۰۱
	سؤال ۱۲	۰/۶۱	۶/۲۲	۰/۰۱
	سؤال ۱۳	۰/۸۲	۱۸/۸۲	۰/۰۱
	سؤال ۱۴	۰/۷۳	۱۰/۰۴	۰/۰۱
	سؤال ۱۵	۰/۶۸	۸/۴۲	۰/۰۱
	سؤال ۱۶	۰/۷۴	۱۰/۴۳	۰/۰۱
	سؤال ۱۷	۰/۷۵	۱۰/۱۴	۰/۰۱
	سؤال ۱۸	۰/۸۳	۱۷/۷۳	۰/۰۱
	سؤال ۱۹	۰/۶۰	۵/۶۶	۰/۰۱
	سؤال ۲۰	۰/۷۷	۱۳/۷۱	۰/۰۱
	سؤال ۲۱	۰/۶۷	۷/۶۹	۰/۰۱
	سؤال ۲۲	۰/۶۴	۶/۱۲	۰/۰۱
	سؤال ۲۳	۰/۷۶	۷/۲۱	۰/۰۱
	سؤال ۲۴	۰/۸۳	۱۹/۸۵	۰/۰۱

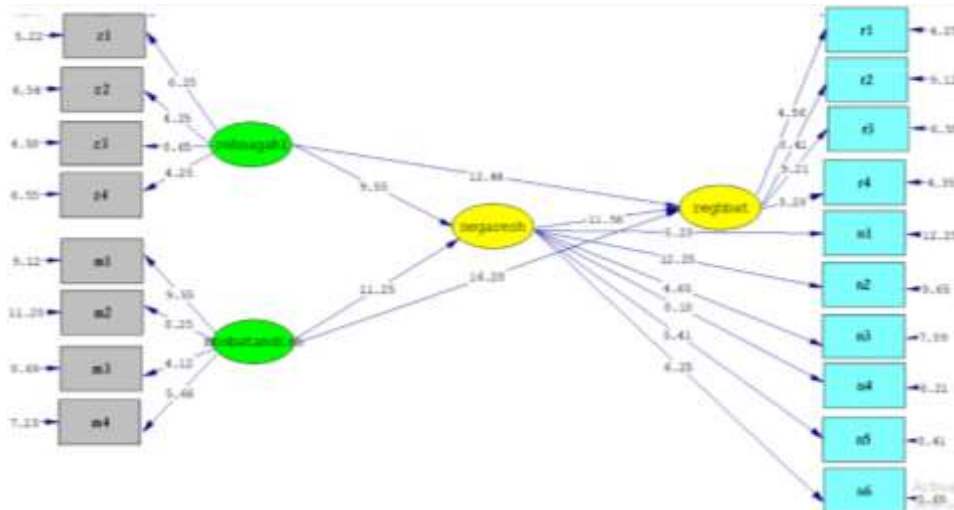
تحلیل عاملی تأییدی مدل پژوهش

مدل تحلیل عاملی تأییدی این بخش در قالب شکل شماره (۲) ارائه شده است.



شکل ۲- مدل فرضیه‌ها در حالت تخمین استاندارد

برازش مدل معادلات ساختاری جهت بررسی فرضیه‌های پژوهش



شکل ۳- مدل فرضیه‌ها در حالت معنی‌داری

جدول ۳۳- ضرایب استاندارد شده، مستقیم و کل در مدل مفهومی پژوهش

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
رغبت به ازدواج	ذهن آگاهی	۰/۱۸۶	-	۰/۱۸۶	۰/۱۶۵
	مثبت اندیشی	۰/۱۵۵	-	۰/۱۵۵	۰/۱۵۲
	نگرش به عشق	۰/۱۶۳	-	۰/۱۶۳	۰/۱۷۳
نگرش به عشق	ذهن آگاهی	۰/۱۷۸	-	۰/۱۷۸	۰/۱۵۴
	مثبت اندیشی	۰/۱۶۵	-	۰/۱۶۵	۰/۱۷۵
مسیر میان متغیر مستقل و میانجی	رغبت به ازدواج → نگرش به عشق	۰/۱۶۳	-	۰/۱۶۳	-
	نگرش به عشق → ذهن آگاهی	۰/۱۷۸	۰/۱۶۶	۰/۱۶۶	-
	رغبت به ازدواج → نگرش به عشق	۰/۱۶۳	۰/۱۸۳	۰/۱۸۳	-

نتایج به دست آمده از مدل مفهومی نشان داد که اثر مستقیم و استاندارد شده‌ی رغبت به ازدواج ($\beta=0/86, p<0/01$) روی ذهن آگاهی معنادار است به طوری که ذهن آگاهی خود می‌تواند رغبت به ازدواج را پیش‌بینی کند. بدین معنی که با افزایش ذهن آگاهی میزان رغبت به ازدواج افزایش می‌یابد و برعکس. همچنین نتایج به دست آمده از مدل مفهومی نشان داد که اثر مستقیم و استاندارد رغبت به ازدواج ($\beta=0/55, p<0/01$) روی مثبت‌اندیشی معنادار است به طوری که مثبت‌اندیشی می‌تواند رغبت به ازدواج را پیش‌بینی کند. بدین معنی که با افزایش مثبت‌اندیشی میزان رغبت به ازدواج افزایش می‌یابد و برعکس. همچنین نتایج به دست آمده از مدل مفهومی نشان داد که اثر مستقیم و استاندارد شده‌ی رغبت به ازدواج ($\beta=0/63, p<0/01$) روی نگرش به عشق معنادار است به طوری که نگرش به عشق می‌تواند رغبت به ازدواج را پیش‌بینی کند. بدین معنی که با افزایش نگرش به عشق میزان رغبت به ازدواج افزایش می‌یابد و برعکس.

همچنین ضرایب به دست آمده از اثر غیرمستقیم رغبت به ازدواج ($\beta=0/66, p<0/01$) بررسی شد که نتایج به دست آمده نشان داد که متغیر رغبت به ازدواج به صورت غیرمستقیم و از طریق نگرش به عشق می‌تواند ذهن آگاهی را پیش‌بینی کند، بدین معنا زمانی که فرد رغبت به ازدواج داشته باشد می‌تواند از طریق نگرش به عشق، میزان ذهن آگاهی را افزایش داد و ضرایب به دست آمده از اثر غیرمستقیم رغبت به ازدواج ($\beta=0/84, p<0/01$) بررسی شد که نتایج به دست آمده نشان داد که متغیر رغبت به ازدواج به صورت غیرمستقیم و از طریق نگرش به عشق می‌تواند مثبت‌اندیشی را پیش‌بینی کند، بدین معنا زمانی که فرد رغبت به ازدواج داشته باشد می‌تواند از طریق نگرش به عشق، میزان مثبت‌اندیشی را در آن افزایش داد.

بحث و نتیجه گیری

تبیین فرضیه‌ها

فرضیه اصلی: « رغبت به ازدواج بر اساس ذهن آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. »

با توجه به نتایج مشخص شد رغبت به ازدواج بر اساس ذهن آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های سقزی و گل محمدیان (۱۴۰۰)، استیری و همکاران (۱۳۹۹)، سقزی و همکاران (۱۳۹۹)، دیره و پشنگیان (۱۳۹۸)، عبدی ایرد موسی (۱۳۹۷)، آدامزیک (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت رغبت به ازدواج به یافتن منبع عاطفی و جنسی برای رفع نیازهای فردی گفته می‌شود و مهم‌ترین انگیزه ایجاد خانواده و ازدواج تلقی می‌شود (پورشریف، ۱۳۹۰) که عشق اساس ازدواج می‌باشد و افرادی که دارای مثبت‌اندیشی هستند توانایی سازماندهی و مدیریت هیجان‌ات و کنترل داخلی را دارند (قادار، ۲۰۱۶). علاوه بر این، نتایج مطالعات نشان می‌دهد که اثرات مشهود مثبت‌اندیشی را می‌توان در هر دو سطح شناختی و رفتاری تعیین کرد. مهم‌ترین اثرات مثبت مثبت‌اندیشی در سطح ذهنی عبارت‌اند از: افزایش تمرکز و توجه، بهبود مهارت تصمیم‌گیری و کاهش زمان واکنش. همچنین در خصوص تأثیرات ذهنی مثبت‌اندیشی می‌توان به اثرات عاطفی مانند افزایش انگیزه برای تلاش بیشتر، رویارویی با موقعیت‌های سخت و کاهش اضطراب و خشم اشاره کرد (سعدی پور و همکاران، ۲۰۱۸) و مثبت‌اندیشی می‌تواند عملکرد افراد را بهبود بخشد. از این طریق بر شخص تأثیر می‌گذارد، علاوه بر این، ذهن آگاهی، تفکر مثبت را بهبود می‌بخشد، زیرا ذهن آگاهی به فرد کمک می‌کند تا از احساسات منفی فاصله بگیرد و از طریق تمرین‌ها و تکنیک‌هایی که بر تمرکز حواس متمرکز است، آگاهی از عملکرد خودکار ذهن در دنیای گذشته و آینده، نسبت به فعالیت‌های روزانه خود آگاهی پیدا کند. و از طریق آگاهی لحظه‌به‌لحظه از افکار، احساسات و شرایط فیزیکی می‌توانید بر آنها کنترل داشته باشید و خود را از ذهن مستقیم و روزانه که بر گذشته و آینده متمرکز است رها کند (عالم‌دیانتی و محب، ۱۳۹۶). آگاهی، نگرش مثبت، کنجکاوی و شفقت، ذهن آگاهی می‌تواند به‌طور مؤثری واکنش‌های عاطفی را از طریق مهار قشری سیستم لیمبیک کنترل کند. بنابراین افرادی که سطح ذهن آگاهی بالایی از خود نشان می‌دهند، افکار منفی کمتری از خود بروز

می‌دهند و معتقدند که می‌توانند خود را از این‌گونه افکار رها کنند و با استفاده از هوش می‌توانند از روش پردازش شناختی استفاده کرده و در پاسخ به تهدیدات سازگار شوند. اضافه کنید (میرزاحمدی و حشمتی، ۱۴۰۰). مطالعات انجام شده در ایران شیوع وسواس را حدود ۸،۱۰ درصد را در جمعیت بزرگسال تخمین زده است. علاوه بر این، شدت علائم وسواس با علائم سلامت عاطفی، عملکرد اجتماعی و سلامت کلی رابطه منفی دارد (آبراموویتز، ۲۰۰۹). گاهی اوقات همین افکار مانع از ازدواج جوانان می‌شود، بنابراین اگر فردی از بیماری رنج می‌برد وسواس فکری عملی دارد که علائم آن می‌تواند از ایجاد و حفظ یک رابطه عاشقانه جلوگیری کند. در واقع، اکثر افراد مبتلا به وسواس فکری عملی مجرد هستند و آن‌هایی که در رابطه هستند اغلب با مقادیر قابل توجهی استرس دست‌وپنجه نرم می‌کنند. البته همه افراد مبتلا به وسواس فکری عملی یکسان نیستند. بنابراین این پژوهش به بررسی پیش‌بینی ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی پرداخت.

فرضیه اول: « ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. »

با توجه به نتایج مشخص شد ذهن‌آگاهی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های دیره و پشنگیان (۱۳۹۸)، عبدی ایرد موسی (۱۳۹۷)، آدامزیک (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت ذهن‌آگاهی تکنیکی است که آگاهی بدون قضاوت با جهت‌گیری‌های ذهنی خاص برای مدیتیشن و تمرین را ترویج می‌کند و تضاد افکار و احساسات را به حداقل می‌رساند (پوتک، ۲۰۱۲؛ نقل از جلالی و پورحسین، ۱۳۹۹). در ذهن‌آگاهی، فرد در هر لحظه از شیوه ذهنی خود آگاه می‌شود و پس از آگاهی روی دو شیوه ذهنی، یکی انجام دادن و دیگری بودن، یاد می‌گیرد ذهن را از یک شیوه به شیوه دیگر حرکت دهد که مستلزم آموزش راهبردهای رفتاری، شناختی و فراشناختی ویژه برای متمرکز کردن فرایند توجه است (عالم‌دیانتی و محبی، ۱۳۹۶). رایان و دسی (۲۰۱۰) نشان داده‌اند که ذهن‌آگاهی در تعدیل الگوهای رفتاری منفی و افکار خودکار مؤثر است. این امر منجر به تنظیم رفتارهای مثبت مرتبط با سلامت می‌شود، به عبارت دیگر، ذهن‌آگاهی از طریق ترکیبی از نشاط و دید واضح‌تر می‌تواند تغییرات مثبتی در زندگی فرد ایجاد کند (صاحب‌کشاف و فرهنگی، ۱۳۹۸). بنابراین به لحاظ بالینی افرادی که ذهن‌آگاهی دارند مثبت‌نگر هستند پس اگر بتوان جوانان وسواسی را به ذهن‌آگاهی نزدیک کرد، می‌توان آنها را مثبت‌اندیش نمود زیرا آنها چیزهای منفی کمتری در دیگران می‌بینند و به تعادل زندگی می‌رسند که این تعادل نگرش و میل او به ازدواج را در آن‌ها افزایش می‌دهد.

فرضیه دوم: « مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. »

مشخص شد مثبت‌اندیشی بر اساس نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های دیره و پشنگیان (۱۳۹۸) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت کارشناسان و صاحب‌نظران معتقدند که مثبت‌اندیشی رمز خوشبختی و موفقیت در زندگی است، مثبت‌اندیشی موجب آرامش درونی، موفقیت، روابط بهتر و سلامتی بیشتر می‌شود و امور روزمره زندگی به راحتی سپری می‌شود، زندگی خوش‌بینانه و شادتر می‌شود و شادی و رضایت بیشتر بر قلمرو زندگی حاکم خواهد شد. نگرش مثبت کلید شادی و موفقیت در زندگی است. مثبت‌اندیشی آرامش درونی، موفقیت، روابط بهتر و سلامتی بیشتر را به ارمغان می‌آورد و با مثبت‌اندیشی زندگی امیدوارکننده و جذاب‌تر می‌شود (آل یاسین و فریدونی، ۱۳۹۵). به همین دلیل است که نگرش به عشق بسیاری از جوانان را به ازدواج وامی‌دارد، چون ازدواج یکی از راه‌های سالمی است که می‌تواند بسیاری از نیازهای فردی و اجتماعی زن و مرد را از لحاظ جسمی و جنسی، روانی/اجتماعی و اجرای سایر قراردادهای فرهنگی و اجتماعی برآورده کند. ازدواج سنگ بنای خانواده است، اگر بخواهیم با مشکلات و آسیب‌های کمتری به خانواده مواجه شویم باید مواظب موضوع ازدواج باشیم یعنی فردی که ازدواج نکرده باید بداند کیست چه علایقی دارد، چارچوب‌های فکری‌اش کدام هستند، چه نگرشی به جهان دارد، انگیزه‌اش از ازدواج چیست؟ چه معیارهایی برای ازدواج در نظر دارد؟ بنابراین، تفکر و آگاهی افراد در مورد نحوه انتخاب شریک زندگی زناشویی یکی از مهم‌ترین مواردی است که می‌تواند باعث ایجاد یا پایان دادن به ازدواج شود. شناخت

افکار و احساسات افراد در مورد ازدواج و داشتن افکار صحیح می‌تواند نقش مهمی در داشتن یک ازدواج رضایت‌بخش برای آنها داشته باشد (فصل الهی و همکاران، ۱۳۹۲). بنابراین آماده کردن ذهن افراد مجرد و سواسی به سمت مثبت‌اندیشی خودبه‌خود موجب می‌شود این افراد به سمت نگرش به عشق هم دید مثبت‌تری داشته باشند و از افکار منفی خود در این زمینه بکاهند.

فرضیه سوم: «ذهن آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.»

مشخص شد ذهن آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های عبدی ایرد موسی (۱۳۹۷)، همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت ذهن آگاهی شامل یادآوری برای جهت دادن دوباره به توجه و آگاهی ما نسبت به تجربه اخیر در حالتی پذیرا و مورد علاقه است. به عبارت دیگر؛ ذهن آگاهی نیاز به توجه برای رهایی از خیالات است. (گرم و همکاران، ۲۰۰۷). کابات زین (۱۹۹۰) تعریف خود را از ذهن آگاهی به صورت مفهوم‌سازی کیفی ارتقای بخشید و نشان داد که چگونه یک فرد از سلامت خود در فرایند ذهن آگاهی مراقبت کند. ذهن آگاهی را به عنوان آگاهی قضاوتی لحظه‌به‌لحظه تعریف می‌کند، او در سال ۱۹۹۴ توجه کردن به اهداف در حال حاضر به شیوه خاص و به صورت غیر قضاوتی را ذهن آگاهی می‌داند و در سال ۲۰۰۳ تعریف خود را کامل‌تر کرده و ذهن آگاهی را نوعی از آگاهی می‌داند که از طریق توجه به اهداف واقعی و بودن در زمان حال، بدون قضاوت راجع به تجربیات آشکار لحظه‌به‌لحظه پدیدار می‌گردد. افزایش ذهن آگاهی موجب یادگیری راهبردهای رفتاری جدید از قبیل؛ تمرکز در توجه، جلوگیری از نشخوارهای فکری و گرایش به پاسخ‌های نگران‌کننده است و همچنین باعث گسترش افکار جدید و کاهش هیجان‌های ناخوشایند می‌شود. آگاهی یعنی توجه آگاهانه به حال به طوری که بتوانیم در هر لحظه، زندگی کنیم. (اسموسکی و روبینز، ۲۰۱۱). نوعی از رابطه که در آن کیفیت ذهن آگاهی پر رنگ می‌شود رابطه‌ی است که در آن زوجین توانایی شناخت واقعی افکار و احساسات خود را پیدا می‌کنند. در گام بعدی آنها می‌توانند بر پایه توانایی شناسایی درست افکار و احساسات به قاب‌گیری مجدد آنها بپردازند. این توانایی به انسان کمک می‌کند تا فرایند خودکار چسبندگی به افکار و احساسات شکسته شده و آن را به صورت پدیده‌ای گذرا ببینند که تنها قسمت کوچکی از وجود را. به دنبال اینجا این دو توانایی انسان از فکر و یا احساس خود بزرگتر شده و می‌تواند در فضای ایجادشده با آزادی برای پاسخ دادن، گزینه‌های مختلف را بررسی کرده و انتخاب کند (استرانگ، ۲۰۱۱). از طرفی دیگر، رغبت‌ها مهم‌ترین پیش‌بینی کننده تصمیم‌گیری است به طوری که رفتار را می‌توان از طریق تغییر رغبت و متقاعدسازی تحت تأثیر قرار داد (ویسی، ۱۳۸۶). رغبت‌ها و احساسات مربوط به ازدواج جهت مطالعه و بررسی مهم هستند زیرا این رغبت‌ها و عشق و احساسات پایه‌های اصلی تصمیم‌گیری برای چگونگی ازدواج، زمان ازدواج و انتظارات و رفتارهای زناشویی را شکل می‌دهند (لارسونی ۱۹۸۸، به نقل از تارین، ۱۳۸۸). ذهن آگاهی ابزاری است که ممکن است به فرد وسواسی کمک می‌کند تا این افکار و ناراحتی‌هایی را که افکار آنها را ایجاد می‌کنند، مدیریت کند. افکار وسواسی و مزاحم می‌توانند باعث بروز پریشانی و اضطراب قابل توجهی در فرد مبتلا به اختلال وسواس فکری اجباری شوند ولی وجود ذهن آگاهی بالا موجب ایجاد رغبت به ازدواج می‌شود که ضرایب پایین به دست آمده بین ذهن آگاهی بر اساس رغبت به ازدواج نشان‌دهنده اینست که در افراد وسواسی این نسبت و روابط کمتر وجود دارد.

فرضیه چهارم: « مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.»

مشخص شد مثبت‌اندیشی بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های دیره و پشنگیان (۱۳۹۸) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت دلیل اینکه رغبت به ازدواج در جوانان به سرعت در حال کاهش می‌باشد اینست که شخصی که نگرش به عشق ندارد، میل به زندگی کمتری دارد و وسواس در این افراد بالا می‌باشد و چون وسواس بالاست بیشتر به نکات منفی توجه می‌کنند و سطح تعامل پایین‌تری دارند و تحمل حضور شخصی دیگر را در زندگی خود ندارند بنابراین کسانی که از این تفرد و نارسیمی بیرون بیایند می‌توانند عاشق شوند و زمانی این از این تفرد بیرون بیایند بر اساس مثلث عشقی استنبرگ، می‌توانند صمیمیت داشته باشند و شور و اشتیاق

به آن‌ها برمی‌گردد و مثلث کامل می‌شود و در این صورت می‌توانند نسبت به ازدواج مثبت‌اندیشی داشته باشند که موجب رغبت به ازدواج در این افراد می‌شود.

فرضیه پنجم: « نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است.»

با توجه به نتایج مشخص شد نگرش به عشق بر اساس رغبت به ازدواج در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی قابل پیش‌بینی است. نتایج این یافته با نتایج پژوهش‌های سقزی و گل محمدیان (۱۴۰۰)، استیری و همکاران (۱۳۹۹)، سقزی و همکاران (۱۳۹۹)، آدامزیک (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت رغبت به ازدواج نیازمند شکل‌گیری نیاز به داشتن همراه همیشگی برای تداوم زندگی است؛ در مقابل در افراد وسواسی در صورت نبودن رغبت به ازدواج، احساس تنهایی به خشم، خود انتقادی، ترس و سوء درک و شکایت منجر می‌شود. تجربه احساس تنهایی باعث می‌شود فرد از دیگران ایراد بگیرد و آنان را مقصر بداند (اسحاق و همکاران، ۲۰۱۷). بنابراین می‌توان چنین پنداشت که تجربه حالت‌های مذکور احساس نیاز به داشتن همسر را تضعیف می‌نماید ولی با تقویت عشق با تسریع تمایل فرد نسبت به برقراری ارتباط با شخص ایده‌آل به افزایش رغبت فرد جهت ازدواج می‌انجامد. می‌توان چنین تصور کرد که نگرش به عشق تسهیل‌کننده اقدام به ازدواج است و موجب رغبت به ازدواج می‌گردد.

نتیجه‌گیری

این پژوهش به پیش‌بینی رغبت به ازدواج بر اساس ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با میانجی‌گری نگرش به عشق در دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی پرداخت در یک نتیجه‌گیری کلی از آزمون‌های رگرسیون می‌توان گفت از بین متغیرهای پژوهش در فرضیه اصلی سهم متغیر ذهن‌آگاهی بیشتر از سایر متغیرها در پیش‌بینی رغبت به ازدواج است. همچنین نتایج معادلات ساختاری نشان داد پس از ایجاد نقش میانجی نگرش به عشق، متغیرهای ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی با اثر غیرمستقیم، میزان رغبت به ازدواج را دانشجویان دارای وسواس فکری-عملی افزایش دادند. بنابراین می‌توان گفت ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی از طریق نگرش مثبت به عشق می‌تواند بر وسواس جوانان برای ازدواج غلب کند. در واقع افرادی که دچار وسواس هستند در انتخاب همسر دچار مشکل هستند و در ازدواج و عشق دچار مشکل می‌باشند زیرا نگرش مثبت آن‌ها دچار آسیب است، ذهن آگاهی ندارند و میل به ازدواج پایینی دارند و به رابطه آگاه نیستند ولی از طریق نگرش مثبت به عشق می‌توان وسواس آنان را کاهش و رغبت به ازدواج ذهن‌آگاهی و مثبت‌اندیشی را افزایش داد.

پیشنهاد‌های پژوهشی

۱. انجام تحقیقات مشابه در سایر استان‌ها و شهرستان‌ها و مقایسه آن‌ها به منظور به دست آوردن اطلاعات بیشتر در مورد تفاوت آن‌ها با یکدیگر و سبب‌شناسی آن.
۲. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی از نمونه‌های دیگر استفاده شود تا نتایج دقیق‌تری به دست آید.
۳. پیشنهاد می‌شود برای پاسخ‌دهی صحیح آزمودنی‌ها قبل از اجرای پرسشنامه جلسه توجیهی تشکیل و در بیماران ایجاد انگیزه نمود.

پیشنهاد‌های کاربردی

- ۱- در راستای نتایج حاصل از فرضیه اول پژوهش، پیشنهاد می‌گردد تمرین‌های ذهن‌آگاهی انجام شود زیرا با افزایش توانایی، خودآگاهی و پذیرش منجر می‌شود. روش مداخله‌ای ذهن‌آگاهی را می‌توان به‌عنوان یک روش مؤثر در کاهش وسواس قلمداد کرد. بنابراین پیشنهاد می‌گردد برای افزایش مثبت‌نگری در افراد وسواسی روش ذهن‌آگاهی آموزش داده شود، زیرا ذهن‌آگاهی بهترین روش برای کاهش وسواس می‌باشد.

- ۲- در راستای نتایج حاصل از فرضیه دوم پژوهش، پیشنهاد می‌گردد برای به وجود آمدن نگرش به عشق مثبت در افراد وسواسی، حتی‌الامکان کارگاه‌های آموزشی در زمینه راهکارهای افزایش مثبت‌نگری برای افراد برگزار شود زیرا عشق‌ورزی در جوانان در شرف ازدواج تسهیل‌کننده اقدام به ازدواج است چرا که ادارک آنها از سبک‌های عشق‌ورزی به سبب لذت‌طلبی که در این وضعیت احساس می‌شود، رغبت به ازدواج را افزایش می‌دهد.
- ۳- در راستای نتایج حاصل از فرضیه سوم پژوهش، پیشنهاد می‌گردد مسئولان جهت افزایش گرایش به ازدواج افراد وسواسی به اجرای کارگاه‌های آموزشی شناخت انتظارات از طریق ذهن آگاهی اقدام کنند، زیرا ذهن آگاهی یک عامل زیربنایی مهم برای رسیدن به رهایی بوده، همچنین روشی مؤثر و قوی برای خاموش کردن و توقف فشارهای واقعی و فشارهای ذهنی فرد است. برای مدیریت ذهن لازم است افراد قوانین ذهن را به درستی شناخت و با مدیریت بر آن، از حداکثر توانمندی‌های خویش بهره مند شوند.
- ۴- در راستای نتایج حاصل از فرضیه چهارم پژوهش، پیشنهاد می‌گردد مدیران و سیاست‌گذاران با اتخاذ سیاست‌های تربیت اقتصادی جوانان به سمت مثبت‌نگری به سبب بلوغ اقتصادی و اجتماعی جوانان را فراهم آورند تا بدین ترتیب بتوان عدم رغبت به ازدواج را به‌خصوص در افراد وسواسی کم نمود و سن تجرد را کاهش داد.
- ۵- در راستای نتایج حاصل از فرضیه پنجم پژوهش، پیشنهاد می‌گردد به تدوین راهبردهای مبتنی بر عشق در جهت کاهش عوامل آسیب‌زای ازدواج و ترغیب به ازدواج در افراد وسواسی در جلسات مشاوره‌ای اقدام شود.

منابع

۱. استیری، سپیده؛ ناجی، احمدعلی؛ رشتی، الهه. (۱۳۹۹). مدل یابی آمادگی ازدواج بر اساس هویت یافتگی، صمیمیت، رغبت به ازدواج و خوش‌بینی. مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، ۲(۵۱)، ۱۴-۲۸.
۲. آل یاسین، سیدعلی و فریدونی، سمیه. (۱۳۹۵). مقایسه مثبت‌نگری، امید به زندگی و رضایت از زندگی بین دانش آموزان دختر تک‌فرزندی و چند فرزند، کنفرانس جهانی روانشناسی و علوم تربیتی، حقوق و علوم اجتماعی در آغاز هزاره سوم، شیراز.
۳. امیدی شهرکی، مجید، نبئی، نوشین، نوری، داوود. (۱۳۹۷). نگاهی نو به ازدواج، تهران، انتشارات سازمان ملی جوانان، ۶۹-۷۸.
- ۴.
۵. جلالی، امینه، پورحسین، رضا. (۱۳۹۹). ذهن آگاهی و استرس. رویش روان‌شناسی. ۹ (۴): ۱۵۸-۱۴۵.
۶. جلالی، داریوش؛ آقایی، اصغر؛ طالبی، هوشنگ؛ مظاهری، محمدعلی (۱۳۹۳). الگوی ساختاری نقش میانجی ذهن آگاهی در پیوند بین فشار روانی شغلی و پیامدهای آن. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۱۱(۱)، ۱۶-۳۳.
۷. حسین اسفندزاد علی، شمس‌گیتی، پاشا میثمی علی، عرفان عارفه. (۱۳۹۵). نقش ذهن آگاهی، تنظیم هیجانی، تحمل‌پریشانی و ارتباط مؤثر با دیگران در پیش‌بینی نشانه‌های وسواسی جبری. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران. ۱ ۲۲ (۴): ۲۸۳-۲۷۰.
۸. حیدری، جبار. جعفری، هدایت. افضل، محمدعلی. علی محمد پور، رضا. محمودی، قهرمان. (۱۳۸۷). معیارهای ازدواج از دیدگاه دانشجویان مجرد دانشگاه علوم پزشکی مازندران، پژوهش پرستاری، ۳(۱۱)، ۶۲-۵۵.
۹. خدابخشی کولایی، آناهیتا. سلگی، علی. مصلازاد، لیلی. خدا بخش کهرلایی، سونیا. (۱۳۹۱). مقایسه صمیمیت و سازگاری زناشویی در دو سبک انتخاب همسر: از طریق موسسه‌های همسرگزینی و همسرگزینی از طریق معرفی خانواده، پژوهش‌های مشاوره، ۱۱(۴۴)، ۹۳-۱۰۶.

۱۰. خدایاری فرد، محمد، اکبری زردخانه، سعید، زینالی، شیرین. (۱۳۹۰). بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خودگویی مثبت. فصل نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی. (۲): ۳۳-۵۴.
۱۱. دهقانی فیروزآبادی تینا. (۱۳۸۷). تأثیر آموزش خودگویی مثبت بر افزایش باورهای خودکارآمدی عمومی زنان [پایان نامه کارشناسی ارشد منتشر نشده]. تهران، دانشگاه علامه طباطبایی.
۱۲. سعدی‌پور اسماعیل، قلمی زهرا، اسدزاده حسن (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی آموزش خودگویی مثبت و خودکنترلی بر باورهای خودکارآمدی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه. آموزش بهداشت و ارتقای سلامت. ۷(۲): ۱۷۲-۱۸۱.
۱۳. سمیعی درونه، رضا (۱۳۹۹). تأثیر آموزش تلفیقی شفقت به خود و خودگویی مثبت بر تاب آوری تحصیلی، ملال تحصیلی و اضطراب امتحان در دانش‌آموزان پسر پایه دهم مدرسه استعدادهای درخشان شهرستان کاشمر. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه سبزوار.
۱۴. سیار، ثریا، راهب، غنچه، اقلیما، مصطفی. (۱۳۹۱). مقایسه کارکرد خانواده در ازدواج‌های سنتی و مدرن در زنان متأهل شهر تهران، فصلنامه رفاه اجتماعی، ۱۲(۴۷)، ۱۶-۲۸.
۱۵. سیف زاده، علی. قنبری برزیان، علی. (۱۳۹۳). بررسی عوامل موثر بر نگرش دانشجویان دانشگاه پیام نور محلات در خصوص ازدواج، فصلنامه مطالعات جامعه شناختی جوانان، ۵(۱۵)، ۸۹-۱۱۴.
۱۶. صاحب کشفاف، زهرا، فرهنگ، عبدالحسن. (۱۳۹۸). اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سبک‌های ارتباطی و رضایت زناشویی زوجین. فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی شناختی، ۱۰(۳۷)، ۵۹-۷۲.
۱۷. صادقی، مسعود، احمدی، احمد، بهرامی، فاطمه، اعتمادی، عذرا پورسید، رضا. (۱۳۸۹). بررسی تأثیر آموزش به شیوه تحلیل رفتار متقابل بر سبک‌های عشق ورزی زوجین، پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۳(۲): ۷۱-۸۴.
۱۸. صادقیان لمراسکی، س. (۱۳۹۵). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های عشق ورزی با کیفیت زندگی در دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد بهشهر، پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهشهر.
۱۹. عبدی ایرد موسی، نسرين. (۱۳۹۷). رابطه بین ذهن آگاهی و نگرش به ازدواج در دانشجویان دانشکده علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی، اولین همایش بین‌المللی روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی، همدان.
۲۰. فروم، اریک. (۲۰۰۸). عشق ورزی، ترجمه پوری سلطانی، انتشارات مروارید.
۲۱. کاویانی، حسین؛ حاتمی، ندا؛ شفیع آبادی، عبدالله. (۱۳۹۷). اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت زندگی افراد افسرده غیر بالینی: پیگیری ۲۱ روزه، فصلنامه تازه‌های علوم شناختی، ۷(۱)، ۵۹-۴۹.
۲۲. کرمی، ابوالفضل، علایی کلجاهی، پروانه. (۱۳۹۷). مقیاس قصه عشق، چاپ وزیری، نشر روان سنجی.
۲۳. مجلسی، محمد باقر. (۱۳۷۷). بحار الانوار، جلد ۱۳، ترجمه: دوانی، علی، انتشارات تهران.
۲۴. محمدی، فاطمه، میرزائی، مریم، سلطانی، نسرين، فدایی، مونا. (۱۳۹۸). اثربخشی طرحواره درمانی بر نشخوارهای ذهنی و اضطراب بیماران وسواسی. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۲(۶)، ۱۹۴۵-۱۹۵۹.
۲۵. نبوی حصار، جمیله، عارفی، مختار، یوسفی، ناصر. (۱۳۹۳). اثربخشی خانواده درمانی با تأکید بر نظام عاطفی بوون بر سبک‌های عشق ورزی و صمیمیت در میان زنان. مشاوره کاربردی، ۴(شماره ۲)، ۸۳-۹۸.
26. Adamczyk K. (2019). Marital and love attitudes as predictors of Polish young adults' relationship status. *Current Issues in Personality Psychology*, 7(1), 299-312.

27. Alport, G. W. (1976). Religious context of prejudice. *Journal for Scientific Study of Religion*, 5(5), 44-55.
28. FABRIZIO, D. (2019). Mindfulness-based Cognitive Therapy for Obsessive-Compulsive Disorder: A Pilot Study. *Journal of Psychiatric Practice*, 25(2), 156-170.
29. Fallahchai, R., Fallahi, M., & Badiee, M. (2019). Intent, attitudes, expectations, and purposes of marriage in Iran: a mixed methods study. *Current Psychology*, 38(6), 1-11.
30. Fowler, A. C. (2007). Love and marriage: Through the lens of sociological theories. *Human architecture, Journal of the sociology of self-knowledge*, 5(2), 1-6.
31. Janowski K., Lucjan P. (2012). Worry and mindfulness: the role in anxiety and depressive symptoms. *European Psychiatry (Abstracts of the 20th European Congress of Psychiatry)*. 27(Supplement 1), P-133 : Pages 1.
32. Kroska, E. B., Miller, M. L., Roche, A. I., Kroska, S. K., & O'Hara, M. W. (2018). Effects of traumatic experiences on obsessive-compulsive and internalizing symptoms: The role of avoidance and mindfulness. *Journal of affective disorders*, 225, 326-336.
33. Külz, A. K., Landmann, S., Cludius, B., Hottenrott, B., Rose, N., Heidenreich, T. H., Hertenstein, E., Voderholzer, U. & Moritz, S. (2014). Mindfulness-based cognitive therapy in obsessive-compulsive disorder: protocol of a randomized controlled trial, *BMC Psychiatry*.
34. Lapiere, M. A. (2019). Smartphones and loneliness in love: Testing links between smartphone engagement, loneliness, and relational health. *Psychology of Popular Culture Media*, 9(2), 125-134.
35. Marsh IC, Chan SW, & MacBeth A. (2018). Selfcompassion and psychological distress in adolescents—a meta-analysis. *Mindfulness*, 9(4), 1011-1027.
36. Metcalfe R, (2012). Measuring subjective well-being: Recommendations on measures for use by national governments. *Journal of Social Policy*. 41(2): 409-427.
37. Nazzal, F. I. M. (2018). The role of satisfaction with life, social support, psychological problems, love, self-esteem satisfaction with love life and parenting styles in predicting loneliness among palestinian university students. *Ciclo de Estudos Psicologia*.
38. Park, S. S. (2012). The development of the marital attitudes and expectations scale. (Doctoral dissertation, Colorado State University).
39. Potek, R. (2012). Mindfulness as a school-based prevention program and its effect on adolescent stress, anxiety and emotion regulation Ph.D., NEWYORK UNIVERSITY, 184 pages; 3493866.
40. Rashid T. (2015). Positive psychotherapy: A strength-based approach. *The Journal of Positive Psychology*. 2;10(1):25-40.
41. Raymo, J. M., & Park, H. (2020). Marriage Decline in Korea: Changing Composition of the Domestic Marriage Market and Growth in International Marriage. *Demography*, 57(20), 1-24.
42. Rosenzweig, S. Mindfulness-based stress reduction for chronic pain conditions: Variation in treatment outcomes and role of home meditation practice. *J Psychosom Res*, 2010; 68: 29 - 36.
43. Van Dam NT, Sheppard SC, Forsyth JP, & Earleywine M. (2011). Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. *Journal of anxiety disorders*, 25(1), 123-130.
44. Wells, A., & Papageorgiou, C. (2018). Relationships between worry, obsessive-compulsive symptoms and meta-cognitive beliefs. *Behaviour research and therapy*, 36(9), 899-913.