رویش روان شناسی، سال۹ ، شماره ۱۰، شماره پیاپی ۵۵، دی ۱۳۹۹
Rooyesh-e-Ravanshenasi,9(10), 2021

مقایسه نگرش به ازدواج بر اساس شدت سرگردانی ذهنی در دانشجویان مجرد

Comparison of the marital attitude based on the severity of mind wandering in single students

ایوب سقزی (نویسنده مسئول)
دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.
حمیده یزدانی اسفیدواجانی
دانشجوی کارشناسی ارشد روانسنجی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، تهران، ایران.
فاطمه ثاراللهی
دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

Ayyob Saqqezi*
M.A. Student of Family Counseling, Counseling Department, Razi University, Kermanshah, Iran.
ayyobsaqqezi71@gmail.com
Hamideh Yazdani Esfidvajani
M.A Student of Psychometric, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran, Iran.
Fatemeh Sarallahi
M.A Student of Educational Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی در دانشجویان مجرد انجام شد. روش پژوهش توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری را کلیه‌ی دانشجویان مجرد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸تشکیل دادند که ۱۰۰ نفر با سرگردانی ذهنی خفیف و ۱۴۲ نفر با سرگردانی ذهنی شدید به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس نگرش به ازدواج (بارتن و روسن، ۱۹۹۸) و مقیاس سرگردانی ذهنی (کایر و سلی، ۲۰۱۳) استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تی مستقل استفاده گردید. یافته‌ها نشان داد که میانگین نگرش بدبینانه در گروه سرگردانی ذهنی شدید به نسبت گروه سرگردانی ذهنی خفیف به صورت معنی‌داری بیشتر بود (p<۰/۰۵). میانگین نگرش خوش-بینانه، واقع‌گرایانه و ایده‌آل‌گرایانه در گروه سرگردانی ذهنی خفیف به نسبت گروه سرگردانی ذهنی شدید به صورت معنی‌داری بیشتر بود (p<۰/۰۵). پیشنهاد می‌شود آموزش‌هایی در جهت کاهش سرگردانی ذهنی به دانشجویان مجرد ارایه شود تا نگرش‌های آنها به ازدواج بهبود یابد.

واژه‌های کلیدی: نگرش به ازدواج، سرگردانی ذهنی، دانشجویان مجرد.

Abstract

The aim of this study was the comparison of the marital attitude based on the severity of mind wandering in single students. The research method was descriptive and causal-comparative. The statistical population consisted of all single students of Islamic Azad University, Central Tehran Branch, in the academic year 2019-2020.100 people with mild mind wandering and 142 people with severe mind wandering were selected by convenience sampling method. To collect the data, the marital attitude scale (Barton and Rosen, 1998) and the mind wandering scale (Career and Sally, 2013) were used. To analyze the data, an independent t-test was used. The results showed that the mean of pessimistic attitude in the group of severe mind-wandering was significantly higher than the group of mild mind wondering (p<0/05). The mean of optimistic, realistic, and idealistic attitudes was significantly higher in the mild mind wondering group than the severe mind wondering group (p<0/05). It is suggested that training be given to single students to reduce mind wandering to improve their attitudes toward marriage.

Keywords: *Marital Attitude, Mind wandering, Single Students.*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : تیر ۹۹** **پذیرش: تیر ۹۹** **ویرایش نهایی : دی ۹۹**

مقدمه

خانواده کانون اصلی هنجار و ارزش‌های والا و مورد احترام، بنیان مستحکم مناسبات پایدار اجتماعی و روابط خویشاوندی است، در واقع خانواده مبدأ بروز و ظهور عواطف انسانی و مهد پرورش فکر و اندیشه در نظر گرفته می‌شود (محمدی، سحاق، نیسی و رضایی‌نیا، ۱۳۹۶). پایه شکل‌گیری خانواده ازدواج است، ازدواج پیوند میان زن و مرد است که به واسطه آن تعهدی دائمی و منحصر به

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

فرد بین آنها ایجاد می‌شود (مال[1]، ۲۰۱۳). ازدواج به عنوان مهم‌ترین رسم اجتماعی از گذشته مورد تأکید بوده است، چرا که نیازهای عاطفی و ایمنی افراد بزرگسال و بقای نسل بشر را تأمین می‌نماید. ازدواج موفق همواره با پیامدهای مثبتی نظیر سلامت روانی و جسمی، رشد فکری و فلسفی، فراهم شدن محیطی مناسب برای پرورش کودکان و درنهایت ارتقاء سطح کیفیت همه جانبه جامعه همراه است (میکالیسیسیان[2]، ۲۰۱۴). بنابراین پایداری ازدواج موضوع مهمی است که باید به آن توجه شود به طوری که شناسایی عوامل زمینه‌ساز کاهش طلاق و افزایش رضایت ازدواج، زمینه پایداری و دوام در ازدواج را فراهم می‌نماید (نیمتز[3]، ۲۰۱۱).

پیش از ازدواج فرد نسبت به ازدواج تصوراتی دارد، که در قالب نگرش به ازدواج[4] نمایان می شود. براساس دیدگاه‌های روانشناسان اجتماعی، نگرش فرد نسبت به یک شیء حاصل تفکر متدوام و برآیند واکنش‌های متقابل فرد با شیء است (ویلوگبی، هال و لوزاک[5]، ۲۰۱۵). نگرش به ازدواج نشان‌دهنده عواطف، تمایلات، پیش‌فرض‌ها، تخیلات، سوگیری‌ها، ترس‌ها و عقاید افراد در مورد ازدواج است. بنابراین، نگرش فرد به ازدواج شیوه فکر و احساس کردن فرد در مورد ازدواج است (می‌مانی[6]، ۲۰۰۳). نگرش به ازدواج شامل نگرش واقع‌بینانه، بدبینانه، خوشبینانه و ایده‌آل‌گرایانه است. جوانانی که نگرش غیرواقع‌بینانه نسبت به همسر خود دارند انتظار دارند که همسر آینده باید به تمام نقض‌ها و ناکامی‌ها جامه عمل بپوشاند (مسعودزاده، صدری دمیرچی و قمری گیوی، ۱۳۹۸). در همین راستا کارامات[7] (۲۰۱۶)، نجارپوریان، سماوی و شفیع‌زاده (۲۰۱۹) و رجبی، عباسی، سودانی و اصلانی (۲۰۱۶) در پژوهش‌های خود نگرش و انتظار ازدواج را به عنوان شاخص مهم در سلامت ازدواج در نظر گرفته‌اند. همچنین تغییرات سریع اقتصادی – اجتماعی و رشد تکنولوژی به سبب تغییراتی که درسبک زندگی افراد دارد، زمینه تغییر در نگرش فرد نسبت به ازدواج را فراهم می‌نماید (آرمینیا و ترویا[8]، ۲۰۱۷). چنین روندی بقای ازدواج را تهدید می‌نماید، با توجه به اهمیت مفهوم نگرش به ازدواج و نقش آن در ثبات ازدواج بررسی و شناسایی عوامل مؤثر اهمیت ویژه‌ای دارد.

به نظر می‌رسد نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی[9] تفاوت داشته باشد. سرگردانی ذهنی به تغییر توجه از بازنمایی‌های محرکی و ذهنی مرتبط با تکلیف پیش‌رو به افکار غیرمرتبط با تکلیف اشاره دارد (کان، براون، مکوی، سیلویا، مایین - جرمیس و کواپیل[10]، ۲۰۰۷). افراد با سرگردانی ذهنی تمایلی ذاتی و ناخودآگاه جهت انحراف از محرک‌های محیطی به سوی افکار شخصی و درونی دارند (گراندچمپ، برابوزک، هوپی و دلورم[11]، ۲۰۱۱). مکانیزم مهمی که به تقلیل سرگردانی ذهنی منجر شده و زمینه کاهش حواس‌پرتی را موجب می‌شود، کاهش عاطفه منفی است (مرازک، زدلیوس، گراس، مرازک، فیلیپس و اسکولر[12]، ۲۰۱۷). در واقع سرگردانی ذهنی ارتباط عمیقی با عاطفه مثبت و منفی دارد و این مسئله می‌تواند در شکل‌گیری باورهای فرد نسبت شریک عاطفی و جنسی نقش داشته باشد. سرگردانی ذهنی از سازه‌های فراتشخیصی متداول در بروز و تداوم اختلالات روانی و سلامت روان است (دینگ، لی و تانگ[13]، ۲۰۱۴؛ فورستر و لاویا[14]، ۲۰۱۴؛ پویریو، توتردیل و میلز[15]، ۲۰۱۳)، واحتمال می‌رود شدت سرگردانی ذهنی در گرایش و نگرش‌های ازدواج تغییرات قابل ملاحظه‌ای داشته باشد. لی بلانس، فروست و بوون[16] (۲۰۱۸) به نقش انتخاب تکانشی، عدم شناخت دقیق و بی‌توجهی به مزایای روابط قانونی ازدواج در نگرش و وضعیت ازدواج اشاره دارند، به طوری که ازدواج در وضعیت قانونی با سلامت روانی مطلوب همراه است. نتایج پژوهش سوابدهی، بیسوال و سرینیواسان[17] (۲۰۲۰) حاکی از آن بود که افرادی که با تغییر توجه و عدم توانایی تمرکز به دلیل

[1] - Mal
[2] - Michalitsianos
[3] - Nimtz
[4] - marital attitude
[5] - Willoughby, Hall, Luczak
[6] - Memani
[7] - Karamat
[8] - Armenia & Troia
[9] - mind wandering
[10] - Kane, Brown, McVay, Silvia, Myin-Germeys & Kwapil
[11] - Grandchamp, Braboszcz, Hupé & Delorme
[12] - Mrazek, Zedelius, Gross, Mrazek, Phillips & Schooler
[13] - Deng, Li & Tang
[14] - Forster & Lavie
[15] - Poerio, Totterdell & Miles
[16] - LeBlanc, Frost, & Bowen
[17] - Subudhi, Biswal, & Srinivasan

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

نوسانات خلقی مواجه هستند آسیب‌های زیادی را در بعد ازدواج و در زندگی زناشویی تجربه می‌کنند. چن، سی و گیو[۱] (۲۰۲۰) در پژوهشی که به بررسی اهمیت ازدواج فرزندان از دیدگاه والدینشان پرداخته بودند، به ضرروت تمایل و نگرش مثبت به ازدواج جهت کاهش پریشانی روانشناختی تأکید دارند. این مسئله به تأثیرات متقابل ازدواج و سلامت اشاره دارد. وانبورن و وان گوردون[۲] (۲۰۲۰) در پژوهشی بر روی زنانی که براساس دیدگاه‌های خانواده به ازدواج زودهنگام تن داده بودند، نشان دادند که توجه به معیارهای سلامت، انتخاب دقیق و توجه همه‌جانبه پیش از ازدواج در باورهای ازدواج اهمیت زیادی دارد. کیزلیهان[۳] (۲۰۱۷) و اولا و ماتور[۴] (۲۰۱۶) به روابط دوسویه حمایت روانی، سلامت، افسردگی و علایم بیماری روانی با ازدواج اشاره دارند، به طوری که این وضعیت در ازدواج همجنسگرایان نیز صدق می‌کند (تی هوانگ، چن، هو، کو و یان[۵]، ۲۰۲۰؛ وریل، وایت، هاروی و پولیسنی[۶]، ۲۰۱۹). پژوهش خجسته مهر، محمدی و عباس پور (۱۳۹۵) حاکی از آن بود که تجربیات اولیه و مشاهده الگوهای ناقص، آگاهی و کیفیت ذهن در ارزیابی وقایع نقش مهمی در شکل‌گیری نگرش فرد به ازدواج دارد. همچنین، رستمی، سعادتی و نوابی نژاد (۱۳۹۵) در پژوهشی نشان دادند که بهشیاری[۷] بر تمایلات و گرایش فرد نسبت به ازدواج نقش مثبتی دارد.

پیامدهای منفی طلاق تقریباً سه برابر بیشتر از تأثیر ازدواج است، همچنین ارزیابی مثبت از زندگی، سلامت و ازدواج رابطه تنگاتنگی با هم دارند (کلمیجن[۸]، ۲۰۱۷). در یک ازدواج سعادتمندانه توجه به سلامت روانی و جسمی از مهم‌ترین معیارها محسوب می‌شود (روبلز[۹]، ۲۰۱۴). ضعف در سیستم توجه و وجود نشانه‌های دال بر سرگردانی ذهنی با ایجاد زمینه غفلت در بررسی همه‌جانبه پارامتر ازدواج همواره در افزایش تجردگرایی و یا شکست در ازدواج نقش بسزایی دارد. کنت[۱۰] (۲۰۲۰) در پژوهشی نشان داد ازدواج در افراد با علائم اختلالات روانی و ضعف توجه احتمال قرار گرفتن در معرض خطر خشونت خانگی را افزایش خواهد داد. با توجه مقدور نبودن توجه کامل به آنچه می‌بایست در مورد آن به تصمیم‌گیری بپردازیم (لوینسون[۱۱]، ۲۰۱۵)، احتمال خطای شناختی، عاطفی و رفتاری در زمینه ازدواج وجود دارد. پژوهش‌های صورت گرفته به صورت مستقیم به بررسی تفاوت نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی اشاره‌ای نداشتند. با توجه به مطالب و پیشینه‌های پژوهشی مطرح شده پژوهش حاضر با هدف مقایسه نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی در دانشجویان مجرد انجام گرفت.

روش

پژوهش حا ضر از لحاظ هدف بنیادی و از نظر روش تو صیفی از نوع علی مقای سه‌ای ا ست. جامعه آماری را تمامی دان شجویان مجرد دان شگاه آزاد ا سلامی واحد تهران مرکزی در سال تح صیلی ۹۹-۱۳۹۸ ت شکیل می‌دادند. برا ساس دیدگاه دلاور (۱۳۹۱) در پژوهش‌های علی مقایسه‌ای حداقل حجم نمونه در هر گروه ۳۰ نفر پیشنهاد می‌شود. در این پژوهش ۲۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس بر اساس ملاک‌های ورود (رضایت آگاهانه شرکت در پژوهش، نداشتن تجربه ازدواج و مجرد بودن) و ملاک‌های خروج (نقض در پاسخ‌گویی به سوألات پرسش‌نامه) انتخاب شدند. با توجه به ریزش ۱۸ نفر در نهایت ۲۴۲ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند، که براساس نقطه برش (میانگین) پر سش‌نامه سرگردانی ذهنی (کاریر و سیلی[۱۲]، ۲۰۱۳) ۱۴۲ نفر دامنه نمره بین ۷ تا ۲۵ و ۱۰۰ نفر دامنه نمرات ۲۶ تا ۴۹ را کسب نمودند. بنابراین ۱۴۲ نفر در گروه سرگردانی ذهنی خفیف و ۱۰۰ نفر در گروه سرگردانی شدید قرار گرفتند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS-24 استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از گزارش فراوانی، میانگین و انحراف معیار و در بخش آمار استنباطی از آزمون تی‌مستقل استفاده گردید.

---

[1] - Chen, Si & Qiu
[2] - Van Buren & Van Gordon
[3] - Kizilhan
[4] - Ola & Mathur
[5] - Te Huang, Chen, Hu, Ko & Yen
[6] - Verrelli, White, Harvey & Pulciani
[7] -Mindfulness
[8] - Kalmijn
[9] - Robles
[10] - Kent
[11] - Levinson
[12] - Carriere & Seli

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

ابزار سنجش

مقیاس نگرش به ازدواج (MAS)[1] : مقیاس نگرش به ازدواج توسط بارتن و روسن[2] (۱۹۹۸) ساخته شده است. این مقیاس شامل ۲۳ گزاره با مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت، از کاملاً موافق (۴) تا کاملاً مخالف (۱) است که باورها و نگرش‌های مربوط به ازدواج را می‌سنجد. گزاره‌های ۱، ۳، ۵، ۱۲، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۰ و ۲۳ به طور معکوس نمره‌گذاری می شوند. از طریق جمع نمرات گزاره‌ها، نمره کلی که حداقل ۲۳ و حداکثر ۹۲ است، به دست می‌آید. نمرات بالاتر نشان دهنده نگرش مثبت‌تر نسبت به ازدواج است. براساس گزارش بارتن و روسن (۱۹۹۸) مقیاس نگرش به ازدواج با برخی زیر مقیاس‌های پرسشنامه باورهای ارتباطی[3] تغییر ناپذیری همسر و تقش تخریبی عدم توافق همبستگی منفی معنادار داشته است، این الگو بیانگر آن است که نگرش‌های مثبت‌تر نسبت به ازدواج با باورهای ضعیف‌تر از تغییرناپذیری همسر و نقش تخریبی عدم توافق، ارتباط دارد. از طرفی مقیاس نگرش به ازدواج با مطلوبیت اجتماعی همبستگی معنادار نشان داده است. پرسش‌نامه نگرش به ازدواج و برخی زیر مقیاس‌های پرسش‌نامه باورهای ارتباطی نیز چنین رابطه معناداری را با مطلوبیت اجتماعی نشان داده‌اند (بارتن و روسن، ۱۹۹۸). ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه در پژوهش براون[4] (۲۰۰۱) ۰/۸۳ محاسبه گردید. در ایران این پرسش‌نامه توسط نیل‌فروشان، نویدیان و عابدی (۱۳۹۲) ترجمه گردید، و بعد از تأیید روایی محتوایی، پایایی به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۲محاسبه گردید.

مقیاس سرگردانی ذهنی (MWS)[5]: این مقیاس توسط کاریر و سلی (۲۰۱۳) تدوین و اعتباریابی شده است. این مقیاس شامل ۷ گویه است که در یک طیف لیکرت ۱ تا ۷ قرار دارد. این مقیاس از دو خرده‌مقیاس سرگردانی ذهنی عامدانه و سرگردانی ذهنی خودبه‌خودی تشکیل شده است. پایایی این مقیاس در پژوهش کاریر و سیلی (۲۰۱۳) به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ بود. این مقیاس توسط حبیبی، حسین ثابت و رافضی (۱۳۹۶) اعتباریابی شد. نتایج حاکی از همبستگی سرگردانی ذهنی با افسردگی و ذهن‌آگاهی بود، بنابراین روایی مورد تأیید قرار گرفت. همچنین پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه گردید.

یافته‌ها

تعداد ۲۴۲ دانشجو مجرد (۷۷ نفر پسر و ۱۶۵ نفر دختر) در این پژوهش شرکت نموده‌اند. دامنه سنی گروه ۱۸ تا ۲۵ سال (۱۵۵ نفر)، گروه ۲۶ تا ۳۳ سال (۶۱ نفر) و گروه ۳۴ تا ۴۱ سال (۲۳ نفر) بود. همچنین از نظر وضعیت تحصیلات ۸۶ نفر کاردانی، ۱۳۱ نفر کارشناسی، ۲۲ نفر کارشناسی ارشد و ۳ نفر دکتری بودند. براساس نقطه برش پرسش‌نامه سرگردانی ذهنی (میانگین=۲۵) ۱۰۰ نفر نمره پایین از ۲۵ (سرگردانی ذهنی خفیف) و ۱۴۰ نفر نمره بالاتر از ۲۵ (سرگردانی ذهنی شدید) را کسب نمودند. در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نگرش به ازدواج به تفکیک دو گروه سرگردانی ذهنی خفیف و شدید گزارش شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نگرش به ازدواج به تفکیک گروه سرگرادنی ذهنی خفیف و شدید

متغیرهای پژوهش	میانگین		انحراف معیار	
	سرگرادنی ذهنی خفیف	سرگرادنی ذهنی شدید	سرگرادنی ذهنی خفیف	سرگرادنی ذهنی شدید
نگرش بدبینانه	۲۳/۱۷	۲۴/۲	۳/۷۲	۴/۴۳
نگرش خوش‌بینانه	۱۸/۶۹	۱۸/۰۱	۲/۴۱	۲/۳۹
نگرش واقع‌گرایانه	۲۰/۲۳	۱۹/۴۸	۲/۹۲	۲/۷۸
نگرش ایده‌آل گرایانه	۱۱/۰۱	۱۰/۰۸	۲/۱۱	۲/۳۵

[1] -Marita Attitude Scale
[2] - Braaten &Rosén
[3]- Relationship Beliefs Inventory
[4] - Brown
[5] -The Mind Wandering Scale

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

بر اساس نتایج جدول ۱، میانگین نگرش بدبینانه در گروه سرگرادنی ذهنی شدید به نسبت گروه سرگرادنی ذهنی خفیف بیشتر بود. میانگین نگرش خوش‌بینانه، واقع‌گرایانه و ایده‌آل گرایانه در گروه سرگرادنی ذهنی خفیف به نسبت گروه سرگرادنی ذهنی شدید بیشتر بود. در جدول ۲ آزمون بررسی پیش‌فرض‌های توزیع نرمال و همگنی واریانس متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۲. آزمون‌های بررسی پیش فرض توزیع نرمال و همگنی واریانس متغیرها

متغیر	آزمون‌های پیش فرض			
	توزیع نرمال		همگنی واریانس	
	کلموگرف اسمیرنف		آزمون لون	
	مقدار آماره	سطح معنی‌داری	مقدار آماره	سطح معنی‌داری
نگرش بدبینانه	۰/۰۶	۰/۰۶۶	۰/۰۰۴	۰/۹۴۸
نگرش خوش‌بینانه	۰/۰۵	۰/۱۲۱	۰/۰۰۱	۰/۹۷۷
نگرش واقع‌گرایانه	۰/۰۶	۰/۰۸۸	۰/۰۵	۰/۸۱۱
نگرش ایده‌آل گرایانه	۰/۰۵	۰/۰۹۱	۱/۴۱	۰/۲۳۵

بر اساس نتایج جدول ۲، سطح معنی‌داری ابعاد نگرش به ازدواج در آزمون‌های کلموگروف اسمیرنف و آزمون لون از مقدار ۰/۰۵ بیشتر است ($p>۰/۰۵$). بنابراین پیش فرض‌های بررسی آزمون تی مستقل برقرار است. در جدول ۳ نتایج آزمون تی مستقل جهت مقایسه میانگین ابعاد نگرش به ازدواج بر اساس شدت سرگردانی ذهنی ارائه شده است.

جدول ۳. آزمون تی مستقل جهت مقایسه میانگین ابعاد نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی

متغیر	مقدار آماره T	درجه آزادی	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح معنی‌داری	سطح اطمینان برای تفاوت میانگین	
						کران پایین	کران بالا
نگرش بدبینانه	-۲/۱۶	۲۴۰	-۱/۰۲	۰/۴۷	۰/۰۳۲	-۱/۹۶	-۰/۰۹
نگرش خوش‌بینانه	۲/۱۹	۲۴۰	۰/۶۸	۰/۳۱	۰/۰۲۷	۰/۰۸	۱/۳۲
نگرش واقع‌گرایانه	۲/۰۲	۲۴۰	۰/۷۵	۰/۳۷	۰/۰۳۹	۰/۰۴	۱/۵۱
نگرش ایده‌آل گرایانه	۳/۱۶	۲۴۰	۰/۹۲	۰/۲۹	۰/۰۰۱	۰/۳۵	۱/۵۲

همانطورکه در جدول ۳ مشاهده می‌شود میانگین نگرش بدبینانه با توجه به مقدار آماره T برابر با ۲/۱۶- و سطح معنی‌داری ۰/۰۳۲ بین گروه سرگردانی شدید و خفیف تفاوت دارد ($T>۱/۹۶$، $P<۰/۰۵$). میانگین نگرش خوش‌بینانه با توجه به مقدار آماره T برابر با ۲/۱۹ و سطح معنی‌داری ۰/۰۲۷ بین گروه سرگردانی شدید و خفیف تفاوت دارد ($P<۰/۰۵$، $T>۱/۹۶$). میانگین نگرش واقع‌گرایانه با توجه به مقدار آماره T برابر با ۲/۰۲ و سطح معنی‌داری ۰/۰۳۹ بین گروه سرگردانی شدید و خفیف تفاوت دارد ($P<۰/۰۵$، $T>۱/۹۶$). میانگین نگرش ایده‌آل‌گرایانه با توجه به مقدار آماره T برابر با ۳/۱۶ و سطح معنی‌داری ۰/۰۰۱ بین گروه سرگردانی شدید و خفیف تفاوت دارد ($P<۰/۰۱$، $T>۱/۹۶$).

بحث ونتیجه‌گیری

هدف پژوهش حا ضر مقای سه نگرش به ازدواج برا ساس شدت سرگردانی ذهنی در دان شجویان مجرد بود. یافته پژوهش ن شان داد میانگین نگرش خوش‌بینانه، واقع‌گرایانه و ایده‌آل گرایانه به صورت معنی‌داری در گروه سرگردانی ذهنی خفیف، بیشتر بود. میانگین

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

نگرش بدبینانه به صورت معنی‌داری در گروه سرگردانی ذهنی شدید، بیشتر بود. هر چند پژوهش‌های پیشین به صورت مستقیم به این یافته‌ها اشـاره‌ای نداشـته‌اند، می‌توان این یافته را با پژوهش‌های خجسـته مهر و همکاران (۱۳۹۵)، رسـتمی و همکارن (۱۳۹۵)، کنت (۲۰۲۰)، وانبورن و وان گوردون (۲۰۲۰)، چن و همکاران (۲۰۲۰)، تی هوانگ و همکاران (۲۰۲۰)، وریل و همکاران (۲۰۱۹)، لی بلانس و همکاران (۲۰۱۸)، کیزلیهان (۲۰۱۷)، کلمیجن(۲۰۱۷) و اولا و ماتور (۲۰۱۶) همسو دانست.

افرادی که سرگردانی ذهنی شدیدی را تجربه می‌کنند به سبب نبود دیدگاه شناختی منسجم و کارآمد همواره تحت تأثیر الگوها و معیارهای مختلف ازدواج در جامعه قرار می‌گیرند. بنابراین توجه فرد به دیدگاه‌های متفاوت افراد، قومیت‌ها و طبقات مختلف اجتماعی و نبود ابزار دقیق ارزیابی باعث می‌شود به صورت مداوم نگرش نسبت به همسر آینده تغییر یابد که به تبع این مسئله فرد تصور می‌کند که ازدواج علت مشکلات متعددی است که برآیند آن به طلاق منجر می‌شود. براساس ادبیات نظری سرگردانی ذهنی نتیجه عوامل روانشناختی، اجتماعی و ناتوانی سیستم کنترل اجرایی در جلوگیری از تداخل افکار نامرتبط با تکلیف جاری است (مکوی و کانه[1]، ۲۰۱۲). براساس این دیدگاه به نظر می‌رسد سرگردانی ذهنی در فعالیت‌های روزمره فرد از جمله مسئولیت شخصی روازنه تأثیر داشته باشد. تأثیر سرگردانی ذهنی بر نگرش به ازدواج در این پژوهش این نکته را آشکار می‌سازد که شدت، مدت و فرآوانی سرگردانی ذهنی در وضعیت بالاتر از حد نرمال به اختلال در سیستم شناختی فرد منجر می‌شود که در پی آن فرد با استفاده مکرر از مکانیزم اجتناب عاطفی و شناختی به این نتیجه دست می‌یابد که ازدواج کار بیهوده‌ای بوده و بیشتر زوجین بعد ازدواج از زندگی مشترک رضایت ندارند. براساس دیدگاه کاریر و سلی (۲۰۱۳) سرگردانی ذهنی روشی جهت رفع خستگی ذهنی مسائل روزمره به حساب می‌آید، بدیهی است استفاده مکرر از این روش به خودداری فرد از تفکر درباره ازدواج و یا شکل‌گیری افکار بدبینانه نسبت به ازدواج منجر می‌شود.

افرادی که سرگردانی ذهنی پایینی را تجربه می‌کنند به سبب بهره‌گیری از مهارت‌های تحمل آشفتگی، توجه آگاهانه و نظم بخشی هیجانی نسبت به تصمیم‌گیری جهت‌گیری منطقی دارند، درواقع ارزیابی همه‌جانبه و رعایت اصل تحلیل سود و زیان را به صورت مطلوب انجام می‌دهند، در نتیجه چنین وضعیتی باورهای فرد نسبت به ازدواج براساس سنجش واقعیت‌های موجود در اجتماع پایه‌ریزی می‌شود. بنابراین فرد ازدواج را مایه شادمانی زندگی فرض می‌کند که در طی آن با در نظرگرفتن معیارهای ازدواج به رضایت زناشویی دست می‌یابد. افرادی با سرگردانی ذهنی پایین با بکارگیری قدرت تمایز و تشخیص کنترل دقیقی بر باورها و نگرش‌های ازدواج خود دارند، همچنین این افراد با اجتناب از تمایل افراطی به تفکر درباره رویاها و تخیلات لذت‌بخش ابعاد شناختی و عاطفی خود نسبت به ازدواج را یکپارچه می‌سازند. در نتیجه چنین وضعیتی رشد نگرش‌های خوشبینانه، واقع گرایانه و ایده‌آل‌گرایانه نسبت به نگرش بدبینانه بیشتر خواهد بود. موردی دیگر که می‌توان به آن اشاره نمود این است که افراد با سرگردانی ذهنی ضعیف با استفاده از راهبردهای مبتنی بر کسب تجربه از شکست‌های گذشته بر این نکته اطمینان حاصل می‌نمایند که توجه به اطلاعات نادرست و غیرمنطقی عامل اصلی شکست به حساب می‌آید. در نتیجه فرد احساس می‌کند که ازدواج به تأمین خوشبختی، همدلی عاطفی و ارضای مطلوب نیازها فرد منجر می‌شود، همچنین فرد به این مسئله آگاهی دارد که علارغم چالش‌های که در ازدواج وجود دارد، زوجین توانایی بازسازی روابط و سازگاری را خواهند داشت. به تبع این مسئله نگرش واقع‌گرایانه و خوش‌بینانه به ازدواج تقویت می‌گردد.

تبیین دیگر در ارتباط با تفاوت نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی، توجه به مفهوم شادکامی است؛ به طوری که عدم تجربه سرگردانی ذهنی با شادکامی همراه است. در همین راستا لو، زو، جو و یو[2] (۲۰۱۶) در پژوهشی نشان دادند که نوجوانان با سطوح بالای سرگردانی ذهنی، عزت‌نفس پایین‌تری دارند که با کاهش رضایت از زندگی همراه است. بدیهی است تمایل به ازدواج کمرنگ شده و فرد تصور نامطلوبی از ازدواج خواهد داشت. تجربه سرگردانی ذهنی نقش مهمی در شکل‌گیری باورهای وسواسی دارد (سیلی، پیکسو، پوردون و سمیلک[3]، ۲۰۱۷)، در نتیجه توان افراد جهت تثبیت نگرش معین به ازدواج تحلیل می‌رود و تداوم این مسئله زمینه افکار بدبینانه به ازدواج را شکل می‌دهد. افرادی که تجربه سرگرادنی ذهنی ندارند عواطف مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و تجربه عواطف خوشایند به افزایش انگیزش فرد جهت تأمین منابع عاطفی قوی منجر می‌شود. با توجه به اینکه ازدواج سهم بسزایی در ارضای نیازهای عاطفی دارد افرادی که سرگرادنی ذهنی ندارند، دیدگاه‌های منطقی و خوش‌بینانه به ازدواج خواهند داشت.

[1] - McVay & Kane
[2] - Luo, Zhu, Ju, & You
[3] - Seli, Risko, Purdon & Smilek

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

این پژوهش مانند هر پژوهشی محدویت‌های دارد؛ از جمله آن می‌توان به عدم کنترل عوامل روانشناختی مؤثر بر سرگرادنی ذهنی اشاره نمود. همچنین این نتایج به دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی قابل تعمیم است. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده این پژوهش با سایر اقشار جامعه با کنترل سایر عوامل انجام شود. همچنین با توجه به تفاوت میانگین نگرش به ازدواج براساس شدت سرگردانی ذهنی پیشنهاد می‌شود به تدوین راهبردهای مبتنی بر توجه و آگاهی در زمینه نگرش به ازدواج اقدام شود.

منابع

حبیبی، ر.، حسین ثابت، ف.، و رافضی، ز. (۱۳۹۶). پیش‌بین‌های افسردگی‌دردانشجویان: سرگشتگی‌ذهنی(عمدی‌و خودبه خود) و ذهن‌آگاهی. مجله دست‌آوردهای روانشناختی، ۳(۳)، ۲۶۴-۲۷۵.

خجسته مهر، ر.، محمدی، ع.، و عباس پور، ذ. ا. (۱۳۹۵). نگرش دانشجویان متأهل به ازدواج: یک مطالعه کیفی. *روان پرستاری*، ۴ (۲)، ۱۹-۲۸.

دلاور، ع. (۱۳۹۱). *روش‌های تحقیق در علوم تربیتی و روانشناسی*. چاپ سی و شش، تهران: نشر ویرایش.

رستمی، م.، سعادتی، ن.، و نوابی نژاد، ش. (۱۳۹۵). بررسی رابطه تأخیر در ازدواج با خودشناسی، به‌هوشیاری و سلامت روان در دانشجویان مجرد. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان درمانی*، ۴(۱۶)، ۷-۲۴.

رضازاده، م.، صدری دمیرچی، ا.، و قمری کیوی، ح. (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزش پیش از ازدواج بر نگرش دربارهٔ ازدواج، تاب‌آوری و انتظار از ازدواج. *مشاوره و روان درمانی خانواده*، ۹(۱)، ۱۰۹-۱۲۴.

فیاض صابری، م. ح.، توزنده جانی، ح.، ثمری، ع. ا.، و نجات، ح. (۱۳۹۹). پیش‌بینی پایداری ازدواج بر اساس سازگاری زناشویی و خودابرازی جنسی با میانجی‌گری هوش هیجانی. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۹(۲)، ۵۶-۷۰.

محمدی، ع.، سحاقی، ح.، نیسی، م.، و رضایی‌نیا، ز. (۱۳۹۶). ارائه یک مدل مقدماتی از ازدواج خوشبخت: یک مطالعه کیفی. *رویش روان شناسی*، ۶ (۳)، ۱۳۵-۱۶۲.

نیل فروشان، پ.، نویدیان، ع.، و عابدی، ا. (۱۳۹۲). بررسی ویژگی‌های روان سنجی مقیاس نگرش به ازدواج. *روان پرستاری*، ۱(۱)، ۳۵-۴۷.

Armenia, A., & Troia, B. (2017). Evolving opinions: Evidence on marriage equality attitudes from panel data. *Social Science Quarterly*, 98(1), 185-195.

Braaten, E. B., & Rosén, L. A. (1998). Development and validation of the Marital Attitude Scale. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3-4), 83-91

Brown, D. (2001). *The relationship between attachment styles, interpersonal trust, and the marital attitudes of college student*s. Seton Hall University Dissertations and Theses(ETDs)

Carriere, J., & Seli, P. (2013). Wandering in Both Mind and Body: Individual Differences in Mind Wandering and Inattention Predict Fidgeting. Canadian. *Journal of Experimental Psychology*, 67 (1), 19-31.

Chen, G., Si, W., & Qiu, L. (2020). Impact of adult sons' marriage squeeze on the mental health of parents in rural China. *Ciência Rural*, 50(2), 30-35.

Deng, Y. Q., Li, S., & Tang, Y. Y. (2014). The relationship between wandering mind, depression and mindfulness. *Mindfulness*, 5(2), 124-128.

Forster, S., & Lavie, N. (2014). Distracted by your mind? Individual differences in distractibility predict mind wandering. *Journal of experimental psychology: learning, memory, and cognition*, 40(1), 251.

Grandchamp, R., Braboszcz, C., Hupé, J. M., & Delorme, A. (2011). Pupil dilation and blink rate increase during mind-wandering. *Perception ECVP abstract*, 40(11), 144-144.

Kalmijn, M. (2017). The ambiguous link between marriage and health: A dynamic reanalysis of loss and gain effects. *Social Forces*, 95(4), 1607-1636.

Kane, M. J., Brown, L. H., McVay, J. C., Silvia, P. J., Myin-Germeys, I., & Kwapil, T. R. (2007). For whom the mind wanders, and when: An experience-sampling study of working memory and executive control in daily life. *Psychological science*, 18(7), 614-621.

Karamat, K. (2016). Perceptions on Implications of Delayed Marriage: A Case Study of Married Adults in Kuala Lumpur. *International Journal of Social Science and Humanity*, 6(8), 572-578.

Kent, R. (2020). Coerced marriage of people with a diagnosed mental health disorder. *Mental Health Practice*, 23(1). 1-12.

Kizilhan, J. I. (2017). Forced marriage and mental health by migrants in Germany. *Arch Community Med Public Health*, 3(2), 071-076.

LeBlanc, A. J., Frost, D. M., & Bowen, K. (2018). Legal marriage, unequal recognition, and mental health among same-sex couples. *Journal of Marriage and Family*, 80(2), 397-408.

Levinson, D. B. (2015). *The relationship of mind wandering to working memory and mindfulness* (Doctoral dissertation, The University of Wisconsin-Madison).

Luo, Y., Zhu, R., Ju, E., & You, X. (2016). Validation of the Chinese version of the Mind-Wandering Questionnaire (MWQ) and the mediating role of self-esteem in the relationship between mind-wandering and life satisfaction for adolescents. *Personality and Individual Differences*, 92(16), 118-122.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]

Mal, S. (2013). Knowledge and attitude towards marriage of currently married women in Paschim Medinipur district of West Bengal, India. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, *3*(8), 46-57.

McVay, J. C., & Kane, M. J. (2012). Drifting from slow to "d'oh!": Working memory capacity and mind wandering predict extreme reaction times and executive control errors. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *38*(3), 525-549.

Memani, P. S. (2003). *A comparative study of the marital attitudes of students from divorced, intact and single-parent families* . Doctoral dissertation, University of the Western Cape.

Michalitsianos, N. (2014). *Resiliency: A resource for promoting marriage satisfaction* .Doctoral dissertation, Kean University.

Mrazek, M. D., Zedelius, C. M., Gross, M. E., Mrazek, A. J., Phillips, D. T., & Schooler, J. W. (2017). Mindfulness in education: Enhancing academic achievement and student well-being by reducing mind-wandering. In *Mindfulness in social psychology*, 13(17), 139-152.

Najarpourian, S., Samavi, S. A., & Shaafizadeh, H. (2019). Prediction of Marriage Expectation Models from Differentiation with the Mediator Variable of Marriage Attitudes in the Single Girls of Hormozgan University. *International Journal of Psychology*, 13(2), 43-66.

Nimtz, M. A. (2011). *Satisfaction and contributing factors in satisfying long-term marriage: a phenomenological study*. Liberty University Doctoral Student.

Ola, M., & Mathur, R. (2016). Is marriage essential for good physical and mental health of women?. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(3), 359-362.

Poerio, G. L., Totterdell, P., & Miles, E. (2013). Mind-wandering and negative mood: Does one thing really lead to another?. *Consciousness and cognition*, *22*(4), 1412-1421.

Rajabi, G., Abbasi, G., Sudani, M., & Aslani, K. (2016). Premarital education program based on premarital interpersonal choices and knowledge program on idealistic marital expectation in single students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 22(3), 212-221.

Robles, T. F. (2014). Marital quality and health: Implications for marriage in the 21st century. *Current directions in psychological science*, 23(6), 427-432.

Seli, P., Risko, E. F., Purdon, C., & Smilek, D. (2017). Intrusive thoughts: Linking spontaneous mind wandering and OCD symptomatology. *Psychological research*, 81(2), 392-398.

Subudhi, C., Biswal, R., & Srinivasan, P. (2020). Marriage Trajectories among Patient with Mental Health Problem. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 11(1), 390-393.

Te Huang, Y., Chen, M. H., Hu, H. F., Ko, N. Y., & Yen, C. F. (2020). Role of mental health in the attitude toward same-sex marriage among people in Taiwan: Moderating effects of gender, age, and sexual orientation. *Journal of the Formosan Medical Association*, 119(11), 150-156.

Van Buren, F., & Van Gordon, W. (2019). Emirati Women's Experiences of Consanguineous Marriage: a Qualitative Exploration of Attitudes, Health Challenges, and Coping Styles. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 26(19), 1-15.

Verrelli, S., White, F. A., Harvey, L. J., & Pulciani, M. R. (2019). Minority stress, social support, and the mental health of lesbian, gay, and bisexual Australians during the Australian Marriage Law Postal Survey. *Australian Psychologist*, 54(4), 336-346.

Willoughby, B. J., Hall, S. S., & Luczak, H. P. (2015). Marital paradigms: A conceptual framework for marital attitudes, values, and beliefs. *Journal of Family Issues*, 36(2), 188-211.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-14]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1399.9.10.11.2]