

## طراحی بسته آموزشی تربیت جنسی نوجوانان مبتنی بر فرهنگ ایرانی و اثربخشی آن بر خودپنداشت دانش آموزان متوسطه اول\*

احسان رحمانی<sup>۱</sup>، مختار عارفی<sup>۲</sup>، کریم افشارینیا<sup>۳</sup>، حسن امیری<sup>۴</sup>

### Designing an adolescent educational package of sexual education based on Iranian culture and effectiveness on self-concept in high school students (first period)

Ehsan Rahmani<sup>1</sup>, Mokhtar Arefi<sup>2</sup>, Karim Afsharineya<sup>3</sup>, Hasan Amiri<sup>4</sup>

#### چکیده

**زمینه:** تدوین برنامه تربیت جنسی نوجوانان، متناسب با فرهنگ ایرانی و بررسی تأثیر آن بر مؤلفه‌های روانشناختی در دانش آموزان دارای اهمیت فراوانی است. با این وجود تاکنون پژوهشی در مورد تأثیر تربیت جنسی مبتنی بر فرهنگ ایرانی بر ابعاد مختلف خودپنداشت دانش آموزان نوجوان انجام نگرفته است. **هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش بسته تربیت جنسی نوجوانان مبتنی بر فرهنگ ایرانی بر خودپنداشت دانش آموزان متوسطه اول شهرستان تاکستان انجام شد. **روش:** طرح پژوهش نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه آزمایش و گروه گواه است. جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان مدارس متوسطه دوره اول شهرستان تاکستان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ هستند که از بین آنها ۹۰ نفر (هر گروه ۴۵ نفر) با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شده و به دو گروه آزمایش و گواه تقسیم شدند. به گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش داده شد و گروه گواه در این مدت آموزشی دریافت نکردند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل بسته آموزشی تربیت جنسی نوجوانان (محقق ساخته) و پرسشنامه خودپنداشت راجرز (۱۹۵۷) بود. داده‌ها جمع‌آوری شده با استفاده از تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد آموزش بسته تربیت جنسی بر خودپنداشت جسمی، اجتماعی، عقلانی و اخلاقی اثر معناداری داشته است ( $p < 0/01$ ). **نتیجه‌گیری:** براساس یافته‌های این پژوهش اثربخشی بسته آموزشی تربیت جنسی مبتنی بر فرهنگ ایرانی بر خودپنداشت مورد تأیید قرار گرفت.

**واژه کلیدی‌ها:** تربیت جنسی نوجوانان، خودپنداشت، دانش آموزان

**Background:** Designing the educational package of sexual education based on Iranian culture and study its impact on psychological components in students is great importance. However, no research has ever been done on the impact of sexual education based on Iranian culture on self-concept of adolescent students. **Aims:** The purpose of this study was to investigate the effect of training package of sexual education based on Iranian culture on self-concept of middle school girl students in Takestan. **Method:** The research is quasi experimental with pre-test and post-test design with control group. The statistical population of this study is student's middle school in Takestan in 2018-2019 academic year. That Among them 90 students (each group of 45) were selected by multi-stage random cluster sampling and divided into two experimental and control groups. The experimental group received training sexual education in 8 sessions of 90 minutes and the control group did not receive any training during this training period. Data collection instrument was adolescent educational package of sexual education and Rogers Self-Concept Questionnaire (1957). Data were analyzed by the use of covariance analysis. **Results:** The results showed that training of sexual education based on Iranian culture could be significantly effective in promoting self-concept ( $p < 0/01$ ). **Conclusions:** Based on the findings of this study, can confirmed the effectiveness of educational package of sexual education based on Iranian culture on self-concept. **Key words:** Adolescent sexual education, Self-concept, Students

Corresponding Author: m.arefi@iaiksh.ac.ir

\* این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری نویسنده اول است.

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری مشاوره، گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

<sup>۱</sup>. Ph D student of Counselling, Department of Psychology & Counselling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

<sup>۲</sup> استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول)

<sup>۲</sup>. Assistant Professor, Department of Psychology & Counselling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran (Corresponding Author)

<sup>۳</sup> استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

<sup>۳</sup>. Assistant Professor, Department of Psychology & Counselling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

<sup>۴</sup> استادیار، گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

<sup>۴</sup>. Assistant Professor, Department of Psychology & Counselling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

پذیرش نهایی: ۹۸/۰۶/۲۷

دریافت: ۹۸/۰۴/۲۴

## مقدمه

احساس خودکارآمدی تأثیر معنی‌داری دارد (بستانی، سیمبر و آذین، ۱۳۹۶). یکی از مؤلفه‌های روانشناختی که احتمالاً تحت تأثیر تربیتی جنسی قرار دارد خودپنداشت است. برای اولین بار ویلیام جیمز مفهوم خود را در دو بعد ادراک شده و ادراک کننده مطرح نموده است، بعد ادراک کننده مبحث خود آگاهی را در بر می‌گیرد در حالی که بعد ادراک شده مبحث خود پنداشت را شامل می‌شود. امروزه نیز توجه به خودپنداشت یکی از موضوعات مهم روانشناختی است. خودپنداشت تا حدود زیادی جهت‌دهنده و تعیین‌کننده رفتار است. به سخن دیگر، میدان فعالیت ما را در زندگی خودپنداشت ما مشخص می‌کند (سلیمانی و ابهری، ۱۳۹۳). خودپنداشت الگویی سازمان‌یافته از ادراکات که بازنمایی ذهنی فرد از خود را شامل می‌شود (بریان و کالا، ۲۰۱۴) و نگرش، احساسات و دانش ما درباره توانایی، توانش و قابلیت پذیرش اجتماعی را در بر می‌گیرد (مهاجران، اکبری، حسینی، موسوی و سامری، ۱۳۹۶، لیم، مک اینرنی و یونگ، ۲۰۱۵ و مارش و مارتین، ۲۰۱۲). خودپنداشت تصویری است که شخص از خود دارد و این تصویر به طرق مختلف از جمله تعامل با دیگران شکل می‌گیرد (پاسترینو و دوایل - پورتیلو، ۲۰۱۳) و از مهمترین عوامل موفقیت در زندگی افراد است. اگر فرد توانایی‌ها و استعدادها را بشناسد و تلقی و برداشت مثبتی از توانایی‌های خود داشته باشد و به این باور برسد که می‌تواند به آن چیزی دست یابد که استعدادش را دارد، این امور موجب افزایش بازدهی و کارآمدی و تحقق اهداف او می‌شود (دان و هامر، ۲۰۱۲). ارزیابی شخص از خود قطعی‌ترین عامل در روند رشد روانی است. این ارزشیابی تماماً به شیوه آگاهانه، صریح و شفاهی یا بر شمردن صفات و توصیف حالات نیست، بلکه به صورت احساس است. اگر فرد نسبت به خود احساس مثبتی داشته باشد، سالم‌تر بوده و زندگی را به صورت مثبت‌تری ادراک می‌کند. در واقع، خودپنداشت، شامل خودواقعی و خودآرمانی است. خودآرمانی یا ایده‌آل، مجموعه ویژگی‌هایی است که ما دوست داریم واجد آن باشیم و ممکن است دور از واقعیت و دست‌نیافتنی باشد (شمس‌الدینی لری، دوکانه‌ای فرد و شفیع‌آبادی، ۱۳۹۷). پژوهش‌ها نشان داده است خودپنداشت مثبت موجب افزایش اعتماد به خود، سلامت‌روان و موفقیت (میتال، ۲۰۱۵)، احساس کفایت و سازگاری (دولگان، ساواسر و یازگان، ۲۰۱۴) می‌شود. در حالی که

گستره نوجوانی از مهمترین و پرارزش‌ترین دوره‌های زندگی هر فرد است که با مجموعه‌ای از تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی همراه است که مراحل بعدی زندگی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (شکوهی و کاکابرابی، ۱۳۹۶). سازمان جهانی بهداشت، نوجوانی را دوره‌ای از رشد و تکامل انسان معرفی می‌کند که پس از دوران کودکی و قبل از دوران بزرگسالی قرار گرفته است این دوران در طی سال‌های ۱۰ تا ۱۹ سالگی قرار گرفته است (سازمان جهانی بهداشت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). بدون شک نوجوانی یکی از بحرانی‌ترین مراحل تحول طبیعی انسان محسوب می‌شود (منظری، کدیور، حسن‌آبادی و عرب‌زاده، ۱۳۹۷)، که یکی از ویژگی‌های آن بلوغ است. بلوغ یک مرحله مهم از رشد است که علاوه بر تغییرات روانشناختی با تغییرات زیستی مانند جهش رشد قد و وزن، رشد اسکلتی و تکامل دستگاه باروری و جنسی همراه است. نوجوان هنگام بلوغ با امور جنسی آشنا می‌گردد و گاهی رفتار جنسی مشکل‌ساز را دنبال می‌کند که پیش‌آگهی‌دهنده تخلف جنسی است و یا نشانه‌ای از مسائل عاطفی اساسی همراه است (کاستبوم، لارسون و اسویدن، ۲۰۱۲). یکی از مؤثرترین راه‌های افزایش آگاهی، نگرش و توانایی نوجوانان در محافظت از خودشان، تربیت جنسی است که برای پیشگیری از رفتارهای پرخطر جنسی و نتایج منفی آن ضروری به نظر می‌رسد (رایس، رامیرو، ماتوس و دیناز، ۲۰۱۱). از این رو آشنایی با پدیده نو ظهور جنسی و طرز صحیح مقابله با آنها یکی از اساسی‌ترین نیازهای نوجوانان در این مرحله از زندگی است (مستوفی، گرمارودی، شمشیری و شکیبازاده، ۱۳۹۵). مطالعات نیز نشان می‌دهند که کودکان و نوجوانان خواهان یادگیری مسائل جنسی هستند (رشید و حسینی اصل، ۱۳۹۶). از این رو تربیت جنسی نوجوانان یکی از ضروریات دوران بلوغ است. طرز تلقی ما در ایران از تربیت جنسی در برخی از جنبه‌های با اندیشه غرب کاملاً متفاوت است غرض ما از تربیت جنسی، پرورش، تعدیل و جهت‌دهی است نه پروردن و اوج دادن (بامری و سالارزایی، ۱۳۹۷). تربیت جنسی، کسب دانش جنسی و توانش‌هایی که از سلامت جنسی فرد در زمان حال و آینده محافظت می‌کنند و نگرش‌های جنسی سالم را به دنبال دارد (طاووسی، ۱۳۹۴). آموزش و تربیت جنسی بر ارتقای آگاهی و

<sup>۱</sup>. World Health Organization

می‌شود (باوی، امان الهی و یوسفعلی، ۱۳۹۳) و بر حرمت خود و رضایت جنسی نیز تأثیر دارد (خیاطان و ریحانی اصل، ۱۳۹۶).

با وجود تأثیر آموزش و تربیت جنسی سالم بر سلامت افراد هنوز ترس و اضطراب نسبت به تربیت جنسی و اختلاف در مورد چگونگی و چرایی آن در مدارس دیده می‌شود (طاووسی، ۱۳۹۴). پژوهشگران نیز یکی از جنبه‌های مغفول در برنامه‌های تربیتی و آموزشی در ایران را تربیت جنسی نوجوانانی می‌دانند که به علت آشفتگی‌های روحی و روانی ناشی از بلوغ از حساسیت زیادی برخوردار است و عدم پرداختن به آن انحرافات بسیاری را به دنبال دارد (ابراهیمی هرستانی و همکاران، ۱۳۹۴). از سوی دیگر استفاده از برنامه تربیت جنسی طراحی شده دیگر کشورها با فرهنگ و ارزش‌های ما در تعارض است و آموزش‌های جنسی در ایران نیز ویژه زوجین می‌باشد. از این رو طراحی بسته آموزشی تربیت جنسی مبتنی بر فرهنگ نوجوانان ایرانی یکی از ضروریات می‌باشد.

پژوهش‌های انجام گرفته در ایران در مورد تربیت و آموزش جنسی نیز به بررسی اثرات آن بر رضایت جنسی (کاظمی، ۱۳۹۶)، نگرش و دانش جنسی (صدری و همکاران، ۱۳۹۶)، صمیمیت جنسی (احمدیان و رسولی، ۱۳۹۷)، خودپنداشت جنسی زوجین (امینی و همکاران، ۱۳۹۴) و خودکارآمدی جنسی زوجین (باوی و همکاران، ۱۳۹۳) پرداختند. به طوری پژوهش در زمینه اثربخشی تربیت جنسی بر خودپنداشت در جامعه دانش‌آموزی مقطع متوسطه در ایران مورد غفلت قرار گرفته است. از این رو این سؤال مطرح می‌شود که آیا آموزش بسته تربیت جنسی طراحی شده ویژه نوجوانان بر خودپنداشت آنها تأثیرگذار است؟

## روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش: روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه شهرستان تاکستان تشکیل دادند، که در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ مشغول به تحصیل بودند. از این تعداد ابتدا با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای ۹۰ نفر انتخاب شدند به این صورت که ابتدا از بین مدارس متوسطه اول شهرستان تاکستان یک مدرسه پسرانه و یک دخترانه به شیوه تصادفی انتخاب شدند و سپس یک پایه به شیوه تصادفی انتخاب شد که پایه هشتم انتخاب شد. سپس با استفاده از شیوه تصادفی یک کلاس از هر جنس به گروه آزمایش و

خودپنداشت منفی منعکس کننده احساس بی‌ارزشی و بی‌لیاقتی و ناتوانی خود است و رفتارهای ناسازگار و وضعیت منفی روانی (نعامی، شمس و عبدی، ۱۳۹۵)، اختلالات رفتاری و عاطفی (جانگک هاین، یانگک، سوین و هی جونگک، ۲۰۱۶) و بروز مشکلات تحصیلی را به دنبال دارد (لازاروس، هلن، میرجانا مجداندیچ، وایکه دونه، تالیا موریس، یولیشا بیرو، سوزان، بوگلز، جنیفر و هادسون، ۲۰۱۶).

خودپنداشت شکلی از خودارزیابی است، تغییرات رشدی که نوجوان آن را تجربه می‌کنند به طور فزاینده خودارزیابی آنها را در ابعاد جسمی، اجتماعی و تحصیلی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (پورر، پایلدن، جلا، رونالد، ویلهلم و فن، ۲۰۱۷). این خودارزیابی خود متأثر از متغیرهای پیش‌آیندی می‌باشد یکی از این متغیرها بلوغ و تغییرات ناشی از آن است. بلوغ نوجوانان با موضوعات جنسی همراه است. از این رو برخی از پژوهش‌ها به بررسی اثرات آموزش جنسی پرداختند. همچنین ماکین (۲۰۱۷) نشان داد آموزش جنسی موجب ارتقا خودحفاظتی، روابط سالم و کاهش پیامدهای نامطلوب جنسی می‌شود. نلسون، پانتالون و کیمبرلی (۲۰۱۹) نیز نشان داد برنامه آموزش جنسی آنلاین موجب کاهش خطر ایدز و افزایش رفتارهای جنسی سالم در دختران می‌شود. گنفورنر و گبهرت (۲۰۱۷) نشان داد تربیت جنسی موجب ارتقاء رفتارهای سالم جنسی دانش‌آموزان می‌شود. در آموزش و تربیت جنسی بایستی عوامل و ویژگی‌های فرهنگی را مدنظر قرار داد (عابدینی طیب، ضیایی و زارع، ۱۳۹۵). در مجموع این پژوهش‌ها آموزش رفتارهای جنسی سالم را مورد توجه قرار دادند که با فرهنگ و ارزش‌های ایرانی و اسلامی برای افراد در دوران قبل از ازدواج در تعارض هستند. در ایران نیز در راستای تربیت جنسی پژوهشگران به ارائه الگوی نظری (مزیدی و خدمتیار، ۱۳۹۶)، واکاوی برنامه درسی تربیت جنسی (محمدجانی، یارمحمدیان، کجباف و قلناش، ۱۳۹۵)؛ ابراهیمی هرستانی، مهram و لیاقتدار، ۱۳۹۴)، بررسی آن از دیدگاه والدین و دبیران (مبردی، حسین پور ازغدی و امیری فراهانی، ۱۳۹۶)؛ مستوفی و همکاران، ۱۳۹۵) و آموزش جنسی ویژه زوجین (صدری، پرزور و اسماعیلی قاضی‌ولوئی، ۱۳۹۶) پرداختند. در زمینه آموزش جنسی و خودارزیابی نیز پژوهش‌ها نشان دادند آموزش جنسی بر افزایش بعد مثبت و کاهش بعد منفی خودپنداشت جنسی اثر معنی‌داری دارد (امینی، مرادی، مؤمنی و پوررشیدی، ۱۳۹۴). آموزش جنسی موجب افزایش خوش‌بینی جنسی، خودبازاری جنسی و خودکارآمدی جنسی

بر اساس چک لیست ارزیابی استروپ<sup>۱</sup> و کیفیت پایان نامه‌ها بر اساس مقاله فیضی و گرامی پور (۱۳۹۰) مورد ارزیابی قرار گرفت.

مرحله دوم: طراحی ساختار: بر اساس مفاهیم به دست آمده و همچنین تجارب پژوهشگر در مورد برگزاری دوره‌های آموزش خانواده، شش موضوع به عنوان سرفصل بسته آموزشی در نظر گرفته شد و مفاهیم مربوط به هر سرفصل است در سرفصل مربوطه قرار گرفتند.

مرحله سوم: روایی محتوایی: روایی محتوایی کیفی: این روایی با روش مصاحبه نیمه ساختار یافته با متخصصان مراکز مشاوره و اساتید دانشگاه تا اشباع داده‌ها ادامه یافت که بعد از تحلیل محتوا اصلاحات لازم در ساختار و مفاهیم بسته آموزشی صورت گرفت.

روایی محتوایی کمی: این روایی با استفاده از روش لاوشه با همکاری درمانگران شاغل در مراکز مشاوره آموزش و پرورش و متخصصان مراکز مشاوره و اساتید دانشگاه انجام شد که در این قسمت جهت کم نقص بودن ساختار بسته آموزشی، دو مرحله اصلاح بعد از محاسبه با فرمول مورد نظر صورت گرفت.

الف) شاخص نسبت روایی محتوایی<sup>۲</sup> (CVR): این شاخص توسط لاوشه طراحی شده است. جهت محاسبه این شاخص از نظرات کارشناسان متخصص در زمینه محتوای بسته آموزشی مورد نظر استفاده شد و با توضیح اهداف آزمون و ارائه تعاریف عملیاتی مربوط به محتوای سؤالات به متخصصان، از آنها خواسته شد تا هریک از سؤالات را بر اساس طیف سه بخشی لیکرت «گویه ضروری است»، «گویه مفید است ولی ضروری نیست» و «گویه ضرورتی ندارد» طبقه بندی کنند. سپس بر اساس فرمول زیر، نسبت روایی محتوایی محاسبه شد:

$$\text{متخصصین} = \frac{\text{تعداد کل} - \text{تعداد متخصصینی که گزینه ضروری را انتخاب کرده‌اند}}{2}$$

$$\text{C} = \frac{\text{تعداد کل} - \text{متخصصین}}{2}$$

کلاس دیگر به گروه گواه اختصاص داده شدند. که هر دو گروه در ابتدا پرسشنامه خودپنداشت را به عنوان پیش آزمون تکمیل کردند.

مراحل طراحی بسته آموزشی تربیت جنسی نوجوانان (محقق ساخته):

مرحله نخست: مقالات مروری از نوع مطالعات ثانویه هستند که به طور کلی به دو دسته مقاله مروری وجود دارد ۱. مرور نقلی ۲.

مرور سیستماتیک. در مواردی که شواهد و داده‌های چندانی در دسترس نیست، مرور نقلی ارزشمند خواهد بود. مرور سیستماتیک به سؤالات دقیق بالینی پاسخ می‌دهد ولی مرور نقلی به محدوده وسیعی از نکات مربوط به یک عنوان می‌پردازد. مرحله اجرایی مرور نقلی:

جستجوی تمام منابع اینترنتی، کتب، پایان‌نامه‌ها و پایگاه‌های علمی پارسی و پایگاه‌های علمی معتبر انگلیسی، از قبیل وب سایت‌های: کتابخانه ملی ایران، پژوهشگاه علوم و فناوری اطلاعات ایران، بانک اطلاعات نشریات کشور، پایگاه مجلات تخصصی نور، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، کتابخانه دانشگاه‌های معتبر در زمینه تحصیلات تکمیلی

روانشناسی و مشاور کتابخانه‌های کشور، سایت سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو)، ساینس دایرکت (www.sciencedirect.com)، جستجو و مورد بررسی قرار گرفتند

وکلید واژه‌های: تربیت جنسی، آموزش جنسی، تربیت جنسی نوجوانان، رفتارهای جنسی نوجوانان، خود ارضایی، هویت جنسی، مؤلفه‌های تربیت جنسی، پیشگیری از سوء استفاده جنسی، دوستی با همسالان و نوجوان، مدیریت رسانه، خویشتن داری در رفتارهای جنسی، خطرپذیری جنسی، جنس مقابل، روابط دختر و پسر، بهداشت و جنسی، سلامت جنسی، بلوغ، اخلاق جنسی، جامعه‌پذیری جنسی، احکام جنسی، احقاق جنسی، خودپندار مورد جستجو قرار گرفتند و در چند مرحله مقالات غیر مرتبط ابتدا با مطالعه چکیده و

در مرحله بعد با مطالعه متن کامل از مطالعه حذف شدند، همچنین منابع غیرعلمی و بی کیفیت نیز به عنوان معیار خروج از مطالعه حذف شدند و مقالات باقیمانده بر پایه کلید واژه‌های جستجو شده دسته بندی شدند.

لازم به توضیح است که کیفیت کتب بر اساس چک لیست ارزیابی محقق ساخته مورد ارزیابی قرار گرفت و کیفیت مقالات

1. strobe

2. content validity ratio

بلوغ، خودپنداره ۲. ارزش‌ها، نگرش‌ها و ارتباط ۳. مهارت‌های فردی و زندگی و اجتماعی در تربیت جنسی ۴. تمایلات و رفتارهای جنسی و خویشنداری جنسی ۵. بهداشت و سلامت در تربیت جنسی ۶. جامعه، فرهنگ، مدیریت رسانه. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش بسته آموزشی تربیت جنسی قرار گرفتند و گروه گواه تحت هیچ آموزشی قرار نگرفته است. خلاصه جلسات بسته تربیت جنسی در جدول ۱ آمده است.

بر اساس تعداد متخصصینی که سؤالات را مورد ارزیابی قرار دادند که شامل ۳۵ نفر بودند، حداقل مقدار CVR قابل قبول بر اساس جدول می‌بایست ۰/۳۱ باشد. سؤالاتی مقدار CVR محاسبه شده برای آنها کمتر از میزان مورد نظر با توجه به تعداد متخصصین ارزیابی کننده سؤال باشد، بایستی از آزمون کنار گذاشته شوند به علت اینکه بر اساس شاخص روایی محتوایی، روایی محتوایی قابل قبولی ندارند. ۶ سرفصل‌ها بسته آموزشی شامل: ۱. تحولات جسمی و روانی

جدول ۱. محتوای جلسات بسته تربیت جنسی

جلسات	محتوای جلسه
جلسه معارفه	معرفه، ضرورت و اهمیت و بیان اهداف در تربیت جنسی، معرفی سرفصل‌ها، قوانین گروه
جلسه اول	بلوغ جسمی و جنسی (قاعدگی / انزال شبانه، تولید مثل)، تحولات روانشناختی در بلوغ و نیازهای جدید، تفاوت‌های روانشناختی دختر و پسر، خودپنداشت (احساس در مورد بلوغ و جنسیت)، احکام بلوغ
جلسه دوم	ارزش‌ها، تعارض نیازها در برابر ارزش‌ها، انواع ارتباط و مرزها، مسئولیت‌پذیری متقابل در هر رابطه، دوستی، معیارهای انتخاب دوست
جلسه سوم	روابط دختر و پسر، پایه‌سازی برای ازدواج (ملاک‌های انتخاب همسر و هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی تشکیل خانواده، ازدواج زودرس، ازدواج نا همگون، آشنایی کوتاه مدت
جلسه چهارم	انواع توانش‌های فردی و زندگی و اجتماعی در تربیت جنسی (توانش خودآگاهی و خودشناسی، حرمت خود، توانش مقابله با استرس، توانش ارتباط مؤثر، توانش تصمیم‌گیری و حل مسئله در انتخاب رابطه‌ها و رفتارهای جنسیتی، مدیریت هیجان‌ها)، انواع سوء استفاده جنسی، خشونت جنسی، تجاوز، احساس‌های مربوط به آن (احساس گناه و خجالت، قربانی، مجرم)، نشانه‌های فرد سوذجو در رابطه و تفکر نقاد، روش‌های پیشگیری در محیط‌های پرخطر، اقدامات بعد حادثه و هوش هیجانی و تفکر خلاق، روش‌های کمک گرفتن و منابع یاری‌رسان، فشارهای گروه همسالان، توانش‌های اجتماعی نه گفتن، تفکر انتقادی، جرأت‌مندی و ابراز وجود
جلسه پنجم	تمایلات و رفتارهای جنسی و خویشنداری جنسی، تمایلات و رفتارهای جنسی سالم، خودارضایی (دیدگاه‌های پزشکی، روانشناسی و دینی در مورد خودارضایی - عوامل خودارضایی زیاد، رفتار جنسی مشترک، ارزش‌های فرهنگی و اخلاقی شخصی و خانوادگی در رفتارهای جنسی و بکارت (دختر و پسر)، هویت جنسی
جلسه ششم	عوامل فشارزای جنسی، کنجکاوی و خیال‌پردازی جنسی، توانش‌های خویشنداری جنسی، توانش‌های تاب‌آوری
جلسه هفتم	داشتن و سلامت در تربیت جنسی، ابعاد سلامت جسمی، روانی بهداشت و سلامت جنسی، سلامت تولید مثل، بهداشت فردی و سبک زندگی سالم و خودمراقبتی و تغذیه، بهداشت قاعدگی، سلامت روان، نهادهای یاری‌رسان، ملاک‌های سلامت روان، علائم هشدار دهنده دوره نوجوانی در سلامت روان، راهکارهای سازش با استرس، رفتارهای پرخطر جنسی، بیماری‌های آمیزشی (هپاتیت، ایدز، سوزاک، سفلیس، زگیل و تب خال تناسلی و...)، روش‌های پیشگیری از بیماری‌های آمیزشی، پیشگیری از بارداری، سقط جنین، شخصی‌سازی خطرات، عوارض عاطفی، روانی، جسمی و اجتماعی عدم رعایت بهداشت جنسی، درمان مشکلات جنسی، احکام دینی
جلسه هشتم	هنجارهای، فرهنگی، اجتماعی در مورد جنسیت، ساختار اجتماعی جنسیت، مناسبات اجتماعی و مذهب، گوناگونی، مسئولیت اجتماعی و اخلاقی جنسی، نقش جنسی، کلیشه‌های جنسی، قانون و مناسبات جنسی، مدیریت رسانه در مورد مسائل جنسی، آثار تلویزیون و ماهواره، پورنوگرافی و مفهوم ۱۸+، اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، روش‌های تشخیص منابع امن و ناامن در اینترنت و تفکر نقاد، کنجکاوی پرخطر، روابط و حریم خصوصی در شبکه‌های اجتماعی، خطرهای مشکلات در شبکه‌های مجازی، روش درست استفاده از شبکه‌های مجازی، بازی رایانه‌ای، اعتیاد اینترنتی - احکام دینی

افراد تهیه شده است. این آزمون شامل دو فرم است که در هر دو آنها مجموعه‌ای یکسان از ۲۵ زوج صفت شخصیتی متضاد ارائه شده است که آزمودنی در پاسخ‌گویی به فرم اول بر اساس اینکه خود را چگونه می‌بیند و در فرم دوم چگونه می‌خواهد باشد. توصیف کند. در این آزمون بالا بودن خودپنداشت به معنای تطابق نداشتن بین خود واقعی و خود آرمانی است. این پرسشنامه دارای ۴۸ گویه است که شش بعد خودپنداشت یعنی؛ جسمانی، اجتماعی، عقلانی، اخلاقی، آموزشی و خلقی و خو را اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس پنج

لازم به ذکر است که در ابتدای هر جلسه نتایج و تکالیف جلسه قبل و در انتهای جلسه جمع‌بندی، خلاصه و تکالیف تازه ارائه شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس<sup>۱</sup> استفاده شد. داده‌ها به وسیله نرم‌افزار آماری SPSS-20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### ابزار

در این پژوهش از پرسشنامه به شرح زیر استفاده شد:  
الف) پرسشنامه خودپنداشت: این پرسشنامه در سال ۱۹۳۸ تا ۱۹۵۷ توسط کارال راجرز به منظور سنجش میزان خویشنداری

<sup>۱</sup>.Covariance

ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. که برای کل آزمون ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس‌های جسمانی، اجتماعی، آموزشی، اخلاقی، عقلانی و خلق و خو به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۶۳، ۰/۷۷، ۰/۶۷، ۰/۶۱ و ۰/۶۹ به دست آمد.

### یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی مربوط به پیش‌آزمون و پس‌آزمون نمرات خودپنداشت در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول ۲ آمده است.

متغیر	گروه	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
			میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
خود پنداشت جسمی	آزمایش	۴۵	۲۷/۶۰	۳/۷۸	۳۰/۰۸	۲/۶۱
	کنترل	۴۵	۲۷/۷۷	۳/۶۳	۲۸/۴۶	۳/۲۰
خود پنداشت اجتماعی	آزمایش	۴۵	۲۶/۷۹	۳/۳۵	۳۱/۸۲	۲/۳۱
	کنترل	۴۵	۲۸/۲۸	۳/۷۱	۲۹/۶۲	۲/۹۵
خود پنداشت عقلانی	آزمایش	۴۵	۲۷/۳۱	۳/۶۸	۲۹/۰۶	۲/۶۷
	کنترل	۴۵	۲۸/۰۶	۴/۱۱	۲۸/۷۳	۳/۴۸
خود پنداشت اخلاقی	آزمایش	۴۵	۳۱/۲۸	۳/۵۰	۳۳/۷۵	۲/۵۵
	کنترل	۴۵	۳۱/۸۸	۳/۶۵	۳۲/۴۲	۳/۳۴
خود پنداشت آموزشی	آزمایش	۴۵	۳۰/۰۴	۴/۹۱	۳۰/۸۰	۴/۰۲
	کنترل	۴۵	۳۰/۹۱	۵/۱۷	۳۰/۱۷	۴/۳۹
خود پنداشت خلق و خو	آزمایش	۴۵	۲۹/۸۸	۳/۶۲	۳۰/۸۴	۳/۴۱
	کنترل	۴۵	۳۰/۳۱	۳/۹۷	۳۰/۹۳	۳/۶۸
خود پنداشت کلی	آزمایش	۴۵	۱۷۲/۸۴	۱۵/۷۹	۱۸۶/۳۷	۱۱/۹۴
	کنترل	۴۵	۱۷۷/۲۰	۱۷/۷۰	۱۸۲/۳۵	۱۵/۱۳

پیش‌فرض بررسی شد. نتایج آزمون لوین برای نمره خودپنداشت آزمون برای نمره کل خودپنداشت و خرده مقیاس‌های خودپنداشت افزایش یافته است. قبل از تعیین معنی‌داری این تفاوت با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس مفروضه‌های تحلیل کواریانس بررسی می‌شوند. برای بررسی یکسانی واریانس‌ها در پس‌آزمون از آزمون لوین<sup>۱</sup> استفاده شد، که در جدول ۳ نشان داده شد.

بر اساس جدول فوق میزان میانگین در گروه آزمایش در پس‌آزمون برای نمره کل خودپنداشت و خرده مقیاس‌های خودپنداشت افزایش یافته است. قبل از تعیین معنی‌داری این تفاوت با استفاده از آزمون تحلیل کواریانس مفروضه‌های تحلیل کواریانس بررسی می‌شوند. برای بررسی یکسانی واریانس‌ها در پس‌آزمون از آزمون لوین<sup>۱</sup> استفاده شد، که در جدول ۳ نشان داده شد.

متغیر	Z	(Sig)
پیش‌آزمون	۰/۱۱	۰/۲۶
پس‌آزمون	۰/۱۲	۰/۳۰

منبع	F	(Sig)
پیش‌آزمون و گروه	۴/۱۳	۰/۴۶

متغیر	F	Df2	df1	(Sig)
خود پنداشت	۰/۲۵	۸۸	۱	۰/۶۱

از آنجایی که یکی از پیش‌فرض‌های استفاده در آزمون تحلیل کواریانس همسانی واریانس‌ها است، در ابتدا از آزمون لوین این

<sup>۱</sup>. Levene's Test

نتایج جدول فوق نشان داده است که آموزش تربیت جنسی بر خودپنداشت اثربخش بوده است ( $F=93, P<0/05$ ). بنابراین با حذف اثر نمره‌های خودپنداشت پیش‌آزمون به عنوان متغیر هم‌پراش، اثر اصلی تربیت جنسی بر خودپنداشت نوجوانان معنی‌دار است. به بیان دیگر تربیت جنسی توانسته است خودپنداشت را افزایش دهد. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری خرده مقیاس‌های خودپنداشت در جدول ۷ نشان داده شده است.

با توجه به یافته‌های جدول فوق سطح معنی‌داری آزمون Z در هر دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون بزرگتر از ۰/۰۵ می‌باشد. بنابراین داده‌ها از توزیع نرمال برخوردارند. نتایج بررسی همگنی شیب رگرسیون نیز در جدول ۵ آمده است. نتایج بررسی مفروضه همگنی شیب رگرسیون نشان داد، این مفروضه برقرار است و تعاملی بین پیش‌آزمون و گروه وجود ندارد. نتایج تحلیل کوواریانس گروه‌های آزمایش و گواه در جدول ۶ نشان داده شده است.

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معنی‌داری	ضریب ایثا
مدل اصلاح شده	۱۵۱۹۵/۴۳	۲	۷۵۹۷/۷۱	۴۳۳/۳۱	۰/۰۰	۰/۹۰
عرض از مبدأ	۱۹۱۹/۳۷	۱	۱۹۱۹/۳۷	۱۰۹/۴۶	۰/۰۰	۰/۵۵
پیش‌آزمون	۱۴۸۳۱/۴۲	۱	۱۴۸۳۱/۴۲	۸۴۵/۸۶	۰/۰۰	۰/۹۰
گروه	۱۲۰۸/۷۶	۱	۱۲۰۸/۷۶	۶۸/۹۳	۰/۰۰	۰/۴۴
خطا	۱۵۲۵/۴۶	۸۷	۱۵۲۵/۴۶	-	-	-
کل	۳۰۷۵۹۱۷/۰۰	۹۰	-	-	-	-
کل اصلاح شده	۳۵۵۴/۰۸	۸۹	-	-	-	-

منبع	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معنی‌داری	ضریب ایثا
گروه	خودپنداشت جسمی	۶۷/۱۳	۱	۶۷/۱۳	۳۴/۰۱	۰/۰۰	۰/۲۹
	خودپنداشت اجتماعی	۹۶/۹۴	۱	۹۶/۹۴	۴۶/۲۸	۰/۰۰	۰/۳۶
	خودپنداشت عقلانی	۱۷/۴۳	۱	۱۷/۴۳	۶/۰۶	۰/۰۱	۰/۰۶
	خودپنداشت اخلاقی	۷۳/۶۹	۱	۷۳/۶۹	۳۰/۲۸	۰/۰۰	۰/۲۷
	خودپنداشت آموزشی	۲/۵۷	۱	۲/۵۷	۱/۰۶	۰/۳۱	۰/۰۱
	خودپنداشت خلق و خو	۰/۸۷	۱	۰/۸۷	۰/۴۸	۰/۴۹	۰/۰۱

پژوهش نشان دهنده این موضوع است که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در خودپنداشت نمره بیشتری کسب کردند و متغیر مستقل بر خودپنداشت جسمی، اجتماعی، اخلاقی و عقلانی اثر معناداری دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های خیاطان و ریحانی اصل (۱۳۹۷) و رستوسکی، دختریار، کاب و آندرمین (۲۰۰۸) مبتنی بر تأثیر آموزشی جنسی بر احساس مثبت و ارزش نسبت به خود همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد برداشت‌ها، انتظارات و نیازهای یادگیری دانش‌آموزان نوجوان در انتقال از این مرحله از زندگی نقش مهمی در تسهیل و بازداری در این فرآیند انتقال دارد. در حقیقت آمادگی برای مقابله با موقعیت‌های جدید و پدیده‌های جدید در این دوره از زندگی احتمالاً فرآیند انتقال را تسهیل می‌کند در حالی که به نظر می‌رسد عدم آمادگی مانعی بر سر راه انتقال باشد. تسلط کافی بر ابعاد مهم این دوره از زندگی تحت تأثیر آموزش‌ها و تربیتی است

نتایج جدول فوق نشان داده است که آموزش تربیت جنسی بر خودپنداشت جسمی ( $F=34/01, P<0/05$ )، اجتماعی ( $F=93, P<0/05$ )، عقلانی ( $F=6/06, P<0/05$ ) و اخلاقی ( $F=17/43, P>0/05$ )، خودپنداشت آموزشی ( $F=1/06, P>0/05$ ) و خلق و خو ( $F=73/69, P>0/05$ ) اثربخش بوده است ولی بسته آموزشی تربیت جنسی بر خودپنداشت آموزشی ( $F=2/57, P>0/05$ ) اثربخش نبوده است. بنابراین با حذف اثر نمره‌های پیش‌آزمون به عنوان متغیر هم‌پراش، اثر اصلی تربیت جنسی بر خودپنداشت‌های جسمی، اجتماعی، عقلانی و اخلاقی معنی‌دار است. به بیان دیگر تربیت جنسی توانسته است خودپنداشت‌های جسمی، اجتماعی، عقلانی و اخلاقی را افزایش دهد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر تربیت جنسی بر خودپنداشت دانش‌آموزان متوسطه اول انجام گرفته است. نتایج

به گروه کنترل در خودپنداشت اجتماعی نمره بیشتری کسب کردند. در تبیین این یافته می توان گفت که در بسته تربیت جنسی نوجوانان با مؤلفه های اجتماعی مانند؛ انواع ارتباط وحد و مرزها (شخصی، خانوادگی، اجتماعی)، مسئولیت پذیری متقابل در هر رابطه، خانواده (روابط خانوادگی و ساختار ارتباطی، چرخه زندگی خانوادگی، نقش ها و مسئولیت خانوادگی، خانواده تک والدی، انتخاب دوست و رابطه با همسالان (معیارهای انتخاب دوست، ویژگی های مثبت دوستی)، روش های کمک گرفتن و منابع یاری رسان، فشارهای گروه همسالان، توانش های اجتماعی و وضعیت مطلوب در روابط دختر و پسر آشنا می شود. کسب توانش های اجتماعی و روابط اجتماعی در سازش یافتگی روانشناختی فرد در طول زندگی بسیار مهم است به طوری که افراد دارای روابط اجتماعی ضعیف با دامنه ای از مشکلات روانشناختی و تحصیلی مرتبط هستند و ناتوانی در ارتباطات و حل تعارضات بین فردی را تجربه می کنند (یارمحمدیان، ۱۳۹۱). کسب این قابلیت های اجتماعی در دو بعد توانشی و رفتارهای سازشی از طریق بسته آموزشی تربیت جنسی منجر به تعاملات اجتماعی سازنده با دیگران، شکل گیری الگوهای رفتاری سالم و سازنده، ایجاد رابطه سالم و سازنده با همسالان، رشد، سازگاری و تربیت اجتماعی نوجوانان می شود. افزایش رفتارهای پسندیده اجتماعی، خودکنترلی در روابط اجتماعی با جنس مقابل، تعامل مثبت اجتماعی و رفتارهای قاعده مند منجر به شکل گیری احساس ارزش شخصی در تعامل های اجتماعی می شود (شمس الدینی لری و همکاران، ۱۳۹۷).

از دیگر یافته های پژوهش حاضر مبین این موضوع است که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در خودپنداشت اخلاقی نمره بیشتری کسب کرده اند. این یافته با نتایج پژوهش گنفرورنر و گبهرت (۲۰۱۷) مبتنی بر تأثیر تربیت جنسی بر ارتقاء رفتارهای سالم همسو است. در تبیین این یافته می توان گفت از جمله مفاهیم کلیدی در برنامه تربیت جنسی شرکت کنندگان در پژوهش، پرورش ارزش ها (کشف ارزش ها، باورها و نگرش های شخصی، خانوادگی و دینی)، انواع حیا در بین دختران و پسران، چگونگی حل تعارض نیازها در برابر ارزش ها، احکام دینی، نوع دوستی، کرامت انسانی، مسئولیت پذیری، همدلی بود. این مفاهیم در حیطه تربیت اخلاقی در بسته تربیت جنسی نوجوانان موجب شده است تا در ابعاد مختلف فکری، احساسی و رفتاری نوجوانان تغییراتی حاصل گردد به نوعی که در

که نوجوان دریافت می کند در حقیقت ارتقا سطوح دانش، نگرش و توانش نوجوان زمینه ای را فراهم می کند که به رشد سالم و محیط غنی منجر می شود (کاردوسو، سیلوا، و مارین، ۲۰۱۵). تربیت جنسی منجر به تجهیز دانش آموزان به اطلاعات و توانش هایی می شود که با تکیه بر آنها می تواند کنترل بیشتری بر عوامل تهدیدکننده سلامت جنسی و تصمیم گیری صحیح در امور جنسی داشته باشد. توانمندسازی افراد در زمینه سلامت جنسی تأثیر معنی داری بر ارتقای آگاهی و خودکارآمدی افراد دارد و علاوه بر ارتقا دانش، حرمت خود، در تغییر و تبدیل رفتار افراد به اتخاذ یک سبک زندگی سالم به عنوان هدف اساسی ارتقای سلامت نیز مؤثر است. برنامه تربیت جنسی با هدف افزایش آگاهی، حرمت خود و خودکارآمدی منجر به خودکنترلی رفتاری و اتخاذ رفتارهای پیشگیرانه و ارتقای سلامتی می شود (بستانی و همکاران، ۱۳۹۶). بنابراین کسب دانش و توانش لازم بیشتر احتمال دارد و واکنش مثبتی نسبت به خود را به دنبال داشته باشد و احساس توانمندی، اعتماد به نفس و نگرش مثبت به خود را شکل دهد (برونستین، ۲۰۰۶).

یکی دیگر از یافته های پژوهش نشان دهنده این موضوع است که گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در خودپنداشت جسمی نمره بیشتری کسب نمودند. در تبیین این یافته می توان بیان کرد که در بسته تربیت جنسی نوجوانان با بلوغ و ابعاد آن مکانیسم روند بلوغ و آناتومی جنسی - صفات اولیه و ثانویه جنسی، قاعدگی / انزال شبانه، باروری و تولید مثل و نگرش نسبت به جنسیت خود آشنا می شوند. این شناختی که نسبت به تغییرات زیست شناختی بدن نوجوان حاصل می شود، موجب می گردد که ضمن درک تفاوت های جسمی و جنسی، به شکل بهتری شکل گیری باورهای صحیح نسبت جسم و جنسیت ایجاد شود. همچنین از نظر اریکسون تحول خودپنداشت یکی از بحرانی ترین دوره های زندگی نوجوانی است. در این دوره، نوجوانان باید به هویت ثابت و پایداری دست یابند، خود را فردی منفرد و جدا از دیگران بدانند، توانایی ها و استعداد های خویش را بشناسد و بتواند با اهداف دار بودن، احساس ارزشمندی داشته باشد. در نوجوانان شناخت صحیح نسبت به تغییرات زیست شناختی و روش های برخورد درست با آنها موجب شکل گیری این احساس ارزشمندی و تصور مثبت نسبت خود و به تبع آن شکل گیری خود پنداشت جسمی مثبت می شود (بقایان، بهرام و خلجی، ۱۳۹۲).

از دیگر یافته های این پژوهش این است که گروه آزمایش نسبت



با احتیاط صورت بگیرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود در تحقیقات دیگر این موضوع مد نظر قرار گیرد. همچنین با توجه به یافته‌های به دست آمده از این بررسی می‌توان نتیجه گرفت که انجام مداخله آموزشی بر مبنای تربیت جنسی می‌تواند موجب افزایش خود پنداشت گردد.

### منابع

- ابراهیمی‌هرستانی، اصغر؛ مهram، بهروز و لیاقتدار، محمدجواد (۱۳۹۴)، واکاوی برنامه درسی مغفول برای تربیت جنسی دانش‌آموزان پسر مقطع راهنمایی تحصیلی. *مجله پژوهش در برنامه‌ریزی درسی*، ۱۷(۲)، ۲۶-۴۰.
- احمدیان، سهیلا، رسولی، آراس (۱۳۹۷). آموزش مدیریت استرس بر کاهش اضطراب و ارتقاء شادکامی و صمیمیت جنسی زنان مبتلا به سرطان سینه. *پژوهش پرستاری*، ۱۱۳(۱)، ۱۸-۲۵.
- امینی، مریم، مرادی، آسیه، مؤمنی، خدامراد و پوررشیدی، محمد (۱۳۹۴). *اثربخشی آموزش جنسی به شیوه شناختی - رفتاری بر خودپنداره جنسی. نخستین کنگره بین‌المللی روانشناسی ایران. تهران، ایران.*
- بامری، اسحق و سالارزایی، امیرحمزه. (۱۳۹۷). تحلیل رابطه بین سبک زندگی و تربیت جنسی نوجوانان شهر زاهدان با نگاهی به پیش‌گیری از جرم. *مجله مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۱۵(۲۹)، ۷۳-۹۶.
- باوی، عادل، امان‌اللهی، عباس و عطاری، یوسفعلی (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی آموزش جنسی بر خودپنداره جنسی زنان در آستانه ازدواج شهر اهواز. *مجله علمی پزشکی جندی شاپور*، ۱۳(۴)، ۴۸۵-۴۹۳.
- بستانی‌خالصی، زهرا، سیمبر، معصومه و آذین، سید علی (۱۳۹۶). تبیین راهبردهای آموزش سلامت جنسی مبتنی بر توانمندسازی: یک مطالعه کیفی. *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۶(۳)، ۲۵۳-۲۶۵.
- بقایان، معصومه، بهرام، عباس، خلجی، حسن. (۱۳۹۲). اثر جنسیت و سطح فعالیت بدنی بر خودپنداره بدنی دانش‌آموزان دوره راهنمایی تحصیلی. *فصلنامه نوآوری‌های آموزشی*، ۴۷، ۸۲-۹۴.
- خیاطان، فلور و ریحانی‌اصل، فروغ (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرحواره‌های جنسی زنان، عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنانوبی نان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان. *فصلنامه پرستاری، مامایی و پیراپزشکی*، ۲(۴)، ۴۵-۵۵.
- دوستان، محمد صادق (۱۳۸۸). *بررسی رابطه بین ساختار قدرت در خانواده با سلامت روان زنان معلم دوره ابتدائی و متوسطه شهر شیراز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

بعد فکری توانایی تمیز امور خوب و بد را کسب کرده است که در جای مناسب می‌تواند از این توانایی استفاده نماید. در جنبه احساسی، پرورش احساسات مطلوب مانند همدلی و نوع دوستی و به لحاظ رفتاری نوجوان با داشتن قضاوت درست اخلاقی و احساسات مطلوب بتواند به تناسب رفتار سنجیده از خود بروز دهد به طوری که نوجوان ضمن شناخت ارزش‌هایی در حیطه‌های مختلف متناسب با ارزش‌ها و آموزه‌های اندیشمندان و دینی با دیگران و موقعیت‌هایی که روی خواهد داد، برخورد کند. از این رو تأکید بر این مفاهیم در بسته تربیت جنسی ضمن ایجاد تغییر در ابعاد فکری، احساسی و رفتاری لازم برای تحکیم کرامت انسانی و تبعیت از عقل، دانش و دین به تربیت اخلاقی نوجوانان منجر شده است. کسب این توانایی‌های فکری، رفتاری و احساسی در حوزه اخلاق منجر به رشد تصور مثبت نوجوان نسبت توانایی‌های خود در حوزه اخلاقی و به تبع آن به ارتقاء خودپنداشت اخلاقی شده است.

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش تأثیر تربیت جنسی بر خودپنداشت عقلانی بوده است. این یافته با نتایج پژوهش کاظمی (۱۳۹۶) مبتنی بر تأثیر تربیت جنسی بر دانش و نگرش افراد همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت نوجوانانی که در گروه تربیت جنسی قرار داشته‌اند دانش، نگرش، توانش‌های زندگی و اجتماعی و مسئولیت‌پذیری و اخلاق را کسب کردند. کسب دانش، نگرش و توانش موجب ارتقا بنیان‌های خود مدیریتی نوجوان در زمینه حل مسأله و موقعیت‌های چالش برانگیز می‌شود. ارتقا توانایی‌های فراگیران در این دوره آموزشی موجب افزایش قدرت نظارت فعال و تنظیم مداوم فرآیندهای شناختی مؤثر در حل مسئله توسط آنها شده است. به طوری که در موقعیت‌های پیچیده و دشوار سعی می‌کنند با گام‌های ساده به تحلیل موقعیت پردازند و با به کارگیری راهبردهای شناختی خودگران بر موقعیت‌ها و مسائل، تسلط و کنترل بیشتری کسب می‌کند حل بهتر مسائل به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به توانایی خود اعتماد و اعتقاد پیدا کنند و در حل مسئله از خوش‌بینی، امید و تفکر سازنده برخوردار باشد. به طور کلی تربیت جنسی موجب اعتماد به حل مسئله توسط نوجوان می‌شود که ارتقا خودپنداشت عقلانی دانش‌آموزان را به دنبال دارد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش این است که پژوهش حاضر اثربخشی تربیت جنسی را بر خودپنداشت را در نوجوانان را مورد بررسی قرار داده، بنابراین تعمیم نتایج آن به سایر گروه‌های سنی باید

- بر دیدگاه‌های اندیشمندان مسلمان. *دوفصلنامه علمی پژوهشی تربیت اسلامی*، ۱۲(۲۵)، ۱۶۱-۱۸۳.
- مستوفی، ناهید؛ گرمارودی، غلامرضا؛ شمشیری، احمدرضا و شکیبازاده، الهام (۱۳۹۵). تأثیر آموزش گروهی بر آگاهی، نگرش و عملکرد مادران در تربیت جنسی دختران نوجوان. *مجله دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی*، ۱۴(۳)، ۴۵-۵۶.
- منظری، وحید؛ کدیور، پروین؛ حسن آبادی، حمیدرضا و عرب‌زاده، مهدی (۱۳۹۷). بررسی تأثیر آموزش راهبردهای پرورش هیجان مدار بر سازگاری دانش‌آموزان ناسازگار. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۷(۶۶)، ۲۴۷-۲۵۸.
- مهاجران، بهناز؛ اکبری، تقی؛ حسنی، محمد؛ موسوی، نجف و سامری، مریم (۱۳۹۶). بررسی ارتباط بین رشد اعتقادی با خودپنداره و رفتار شهروندی و مقایسه آنها در دانش‌آموزان دختر و پسر. *تربیت اسلامی*، ۲۴، ۱۱۹-۱۳۷.
- نعامی، عبدالزهرا؛ شمس، نسیم و عبدی، علی (۱۳۹۵). اثربخشی برنامه آموزش مهارت جرأت‌ورزی بر میزان کمرویی و خودپنداره کلی دختران نوجوان. *مطالعات زن و جامعه*، ۱۱(۷)، ۱۸۱-۲۰۰.
- یارمحمدیان، احمد و مختاری، الهام (۱۳۹۱). رابطه عملکرد خانواده با سبک‌های مقابله با فشار روانی در دانشجویان دختر دانشگاه اصفهان در سال ۱۳۹۱. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۴(۹): ۷۱۳-۷۲۸.
- Bornstein, M. H. & L. R. Cote. (Eds.). (2006). *Acculturation and Parent-child Relationships: Measurement and Development*. (pp. 173-196). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Bornstein, M. H. (2006). *Some metatheoretical issues in culture, parenting, and developmental science*. In Q. Jing, M. R. Rosenzweig, G. d'Ydewalle, H. Zhang, H. C. Chen, & K. Zhang (Eds.), *Progress in psychological science around the world* (pp. 245-260). UK: Psychology Press.
- Brian, M., & Galla, J. (2014). "A longitudinal multilevel model analysis of the within-person and between-person effect of effortful engagement and academic self-efficacy on academic performance". *Journal of School Psychology*, 52(3), 295-308
- Cardoso, A., Silva, A. P, & Marin, H. (2015). Parenting competencies: development of an assessment instrument. *Reference Journal of Nursing*. 3(4), 7-16.
- Dolgun, G., Savaser, S., & Yazgan, Y. (2014). Determining the correlation between quality of life and self-concept in children with attention deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21(7), 601-608.
- رشید، خسرو و حسینی‌اصل، مریم (۱۳۹۶). بررسی تأثیر آموزش جنسی بر افزایش دانش جنسی والدین و احساس کفایت آنان. *آموزش و ارزشیابی*، ۱۰(۳۷)، ۱۴۳-۱۶۲.
- سلیمانی، هادی و ابهری، صدیقه (۱۳۹۳). خودپنداره و حرمت خود و تأثیر آن بر سلامت جسم. *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زنجان*، ۲۲(۹)، ۱-۱۲.
- شکوهی، محسن و کاکابرابی، کیوان (۱۳۹۶). تأثیر آموزش مدیریت خشم مبتنی بر روی‌آورد شناختی - رفتاری در مشکلات رفتاری دختران نوجوان. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۱۶(۶۲)، ۱۹۸-۲۱۹.
- شمس‌الدینی‌لری، سلوی، دوکانه‌ای‌فرد، فریده، شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۷). تدوین الگوی پیش‌بینی اختلالات عاطفی - رفتاری کودکان بر اساس مهارت‌های اجتماعی و اضطراب مادرانشان با میانجی‌گری خودپنداره کودکان. *فصلنامه علمی - پژوهشی روش‌ها و مدل‌های روانشناختی*، ۹(۳۲)، ۱۸۱-۲۰۲.
- صدری‌دمیرچی، اسماعیل، پرزور، پرویز و اسماعیلی قاضی‌ولوئی، فریبا (۱۳۹۶). تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر دانش و نگرش جنسی زنان متأهل. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱۶(۱)، ۱-۱۵.
- طاووسی، سمیرا؛ شفیع‌آبادی، عبدالله (۱۳۹۴). *اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تربیت جنسی به مادران بر اضطراب دختران پایه پنجم و ششم شهرستان قدس*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. چاپ نشده، دانشگاه علامه طباطبائی.
- عابدینی، الهه، طیب، زهرا، ضیایی، پرینسا، زارع، شیوا (۱۳۹۵). مطالعه‌ی کیفی تجارب مادران از آموزش مسائل جنسی به دختران نوجوانان با تأکید بر عوامل فرهنگی. *اصول بهداشت روان*، ۱(۴)، ۲۰۲-۲۱۱.
- کاظمی رضایی، سیدولی، همتی، سجاده، حسنی، جعفر، کاظمی رضایی، سیدعلی. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش خویشتن‌داری جنسی بر رضایت از زندگی و شادکامی در دانشجویان پسر. *پژوهش پرستاری*، ۱۲(۶)، ۵۱-۵۴.
- مبردی، کتابون؛ حسن پور ازغدی، سیده بتول و امیری فراهانی، لیلا (۱۳۹۶). آگاهی و نگرش مادران نسبت به تربیت جنسی کودکان پیش دبستانی. *مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران (نشریه پرستاری ایران)*، ۳۰(۱۰۶)، ۳۵-۴۵.
- محمدجانی، صدیقه؛ یارمحمدیان، محمدحسین؛ کجباف، محمدباقر و قلناش، عباس (۱۳۹۵). الگوی برنامه درسی تربیت جنسی برای دوره نوجوانی براساس قرآن و روایت‌های معصومین. *فصلنامه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، ۳(۷)، ۱۹-۴۴.
- مزیدی، محمد و خدمتیان، محمد (۱۳۹۶). ارائه الگوی تربیت جنسی با تکیه

- Promoting Sexual Health?". *The Journal of Sex Research*, 45(3), 277–286.
- World Health Organization. (2014). *Maternal, newborn, child and adolescent. Health-Adolescent*. Available from: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/en/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en/) [cited 30 Dec 2015].
- Dunn, D. S., & Hammer, E. Y. (2012). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustments in the 21st Century*.
- Gegenfurtner, A., & Gebhardt, M. (2017). Sexuality education including lesbian, gay, bisexual, and transgender (LGBT) issues in schools. *Educational Research Review*, 22, 215-222.
- Junghyun, P., Young-Ho, K., Seon-Joo, P., Sooyeon, S., & Hae-Jeung, L. (2016). The relationship between self-esteem and overall health behaviors in Korean adolescents. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 4(1), 175–185.
- Kastbom, A. A, Larsson, I., & Svedin, C.G., (2012). Parents' Observations and Reports on the Sexual Behaviour of 7 to 13 Years Old Children. *Reproductive System & Sexual Disorders*, 1(2), 1-7.
- Lazarus, A. N., Helen, F., Dodd, B., Mirjana Majdandžić, C., Wieke de Vente, C., Talia Morris, A., Yulisha Byrow, A., Susan, M., Bögels, C., Jennifer, L., & Hudson, A. (2016). The relationship between challenging parenting behavior and childhood anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 190, 784–79.
- Liem, G. A., McInerney, D. M., Yeung, A. S. (2015). "Academic self-concepts in ability streams: Considering domain specificity and same-stream peers". *The Journal of Experimental Education*, 83: 83-109.
- Mackin, M. (2017). Development of the Test of Adolescent Sexual Knowledge Based on the National Sexuality Education Standards and Results of Pilot Testing. *American Journal of Sexuality Education*, 14(2), 212-232.
- Marsh, H. W., & Martien, M. (2012). Academic self-concept. *International Guide to Student Achievement*, 6(2), 13-27.
- Mittal, B. (2015). "Self-concept clarity: Exploring its role in consumer behavior". *Journal of Economic Psychology*, 46: 98-110.
- Nelson, K.M., Pantalone, D.W., and Kimberly M. (2019). Sexual Health Education for Adolescent Males Who Are Interested in Sex with Males: An Investigation of Experiences, Preferences, and Needs. *Journal of Adolescent Health*, 64(1), 36–42.
- Pastorino, E. E., & Doyle-Portillo, S. M. (2013). *What Is Psychology? Essentials*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Poirier, T. I., Pailden, J., Jhala, R., Ronald, K., Wilhelm, M., & Fan, J. (2017). Student Self-Assessment and Faculty Assessment of Performance in an Interprofessional Error Disclosure Simulation Training Program. *American journal of pharmaceutical education*, 81(3), 54.
- Reis, M; Ramiro, L; de Matos, M. G; Diniz, J. A. (2011). The effects of sex education in promoting sexual and reproductive health in Portuguese university students, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 477-485.
- Rostosky, S. S., Dekhtyar, O, Cupp, P. K., & Anderman, E. M. (2008). "Sexual Self-Concept and Sexual Self-Efficacy in Adolescents: A Possible Clue to