

«زن و مطالعات خانواده»

سال نهم - شماره سی و پنجم - بهار 1396

ص ص: 47-35

تاریخ دریافت: 95/09/20

تاریخ پذیرش: 96/02/23

## رابطه آگاهی فراشناختی و تمایز یافتگی با عزت نفس جنسی زنان

سمیرا دهقان خلیلی<sup>1</sup>  
دکتر نازنین هنرپروران<sup>2\*</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه آگاهی فراشناختی و تمایز یافتگی با عزت نفس جنسی زنان صورت گرفت. طرح پژوهشی حاضر از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش تمام زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز بودند که 200 نفر از زنان واجد شرایط به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی به عنوان نمونه انتخاب و پرسشنامه‌های آگاهی فراشناختی شراو و دنیسون، تمایز یافتگی اسکورن و فریدلندر و عزت نفس جنسی زینا و اسچوارز را تکمیل نمودند. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS و در دو سطح آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه) تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها حاکی از این بود که بین آگاهی فراشناختی و ابعاد آن با عزت نفس جنسی زنان رابطه مستقیم معنادار وجود دارد. و نیز از میان ابعاد تمایز یافتگی، تنها بین بعد موضع من با عزت نفس جنسی رابطه معنادار وجود دارد. همچنین یافته‌های حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد از میان ابعاد آگاهی فراشناختی، دانش شناخت و از میان ابعاد تمایز یافتگی، جایگاه من به طور معنی‌دار قادر به پیش‌بینی مثبت عزت نفس جنسی بودند.

**واژه‌های کلیدی:** آگاهی فراشناختی، تمایز یافتگی، عزت نفس جنسی.

1- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، گروه مشاوره، مرودشت، ایران.

2- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، گروه مشاوره، مرودشت، ایران (نویسنده مسؤول) [nazanin48@miau.com](mailto:nazanin48@miau.com)

## مقدمه

عزت نفس به عنوان یک نگرش مثبت یا منفی به عنوان خویشتن تعریف شده است (هالیوپولاک<sup>1</sup>، 1993، به نقل از کریستل و آفمن<sup>2</sup>، 2007). یکی از جنبه‌های عزت نفس، عزت نفس جنسی است که بر رفتارهای جنسی تأثیرگذار می‌باشد. و یکی از جنبه‌های مهم، زندگی زنان است که بسیار پیچیده‌تر از ادراک او از توانایی‌اش برای جذب یک شریک جنسی می‌باشد و در واقع عزت نفس جنسی به عنوان یک احساس عمومی درباره‌ی خودجنسی که از تجربیات جنسی بین فردی یا عملکرد جنسی مستقل است، تعریف می‌شود (کالگرو و تامپسون<sup>3</sup>، 2009). همچنین عبارت است از واکنش عاطفی انسان نسبت به ارزیابی از افکار، احساسات و رفتارهای جنسی خودش (بث، جولین، انتونی و میشل<sup>4</sup>، 2010).

زنه و اسچوارز<sup>5</sup> (1996) از جمله پژوهشگرانی هستند که با بسط الگوی عزت نفس هارتر<sup>6</sup> (1984) به عزت نفس جنسی از بعد اهمیت یادگیری اولیه، درون سازی خانواده، همسالان و جامعه اشاره کرده‌اند که هر شخص به عنوان ملاک ارزیابی افکار، احساسات و رفتارهای جنسی خود آن را در تحول هنجارهایش حیاتی می‌داند (کاوه، 2008). اعتقاد بر این است نگرشهای والدین درباره‌ی فعالیتهای جنسی، نقش جنسیتی و روابط کلی خانوادگی در دوران بزرگسالی، بر عملکرد جنسی، نظام عقیدتی و شخصیتی که اعتبار صوری بسیار زیادی دارد تأثیرگذار خواهد بود. از طرفی این احتمال وجود دارد که عملکرد ضعیف جنسی در نتیجه عوامل دیگری مانند عزت نفس پایین و یا مهارت‌های ارتباطی ضعیف ناشی از تجارب زیان آور خانوادگی باشد و نتیجه مستقیم ارتباطات یا نگرشهای ناسازگارانه خانواده نباشد (بث و همکاران، 2010). خانواده به عنوان نخستین پایگاه شکل‌گیری شخصیت اساسی‌ترین عامل به وجود آورنده‌ی تمایز یافتگی یا استقلال عاطفی افراد است و می‌تواند بستر رشد افرادی تمایز یافته با کارکردی سالم یا افرادی کاملاً وابسته با مشکلاتی چون سلامت عمومی و همچنین افرادی بین طیف این دو نقطه باشد. تمایز یافتگی که مهمترین مفهوم سیستم‌های نظریه خانواده است میزان

1. Hally and Pollak

2. Kristel and offman

3. Calogero & Thompson

4. Beth, Julien, Anthony & Michael

5. Zeanah & Schwarz

6. Harter

توانایی فرد در تفکیک فرآیندهای عقلی و احساسی را نشان می‌دهد (گلدنبرگ<sup>1</sup> و گلدنبرگ، به نقل از شاهی براوتی و نقش بندی، 2008). به عبارتی، رسیدن به حدی از استقلال عاطفی که فرد بتواند در موقعیت‌های عاطفی و هیجانی، بدون غرق شدن در جو عاطفی آن موقعیت‌ها، به صورت خودمختار و عقلانی تصمیم‌گیری کند. تمایز نیافتگی را در دو سطح می‌توان بررسی کرد: 1- به عنوان فرآیندی که در درون فرد رخ می‌دهد. 2- به عنوان فرآیندی که در روابط بین افراد به وقوع می‌پیوندد. در سطح درون فردی، تمایز نیافتگی یا هم آمیختگی، زمانی رخ می‌دهد که اشخاص احساسات خود را از تفکرشان تفکیک نمی‌کنند و به جای آن در احساسات غرق می‌شوند. در سطح بین شخصی، شخص تمایز نیافته، تمایل دارد یا به طور کامل جذب احساسات دیگران شود و با جو عاطفی محیط حرکت کند و یا برعکس، علیه دیگران واکنش نشان دهد (جلسو و فریتز<sup>2</sup>، 2001). افراد با تمایز یافتگی بالا واکنش‌های خود را به صورت منطقی کنترل می‌کنند و در مقابل، افراد با تمایز یافتگی پایین گرایش دارند تا این کنترل را با واکنش‌های هیجانی و عاطفی اعمال کنند (پیس<sup>3</sup>، 2013). در نظام زناشویی نیز وقتی تمایز یافتگی زوجها بالا باشد احتمال سازگاری مناسب با تعارض‌ها نیز برای زوجها بیشتر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و در نهایت آمیختگی کاهش می‌یابد، در سمت مقابل، استفاده زوجها با تمایز یافتگی پایین از اجتناب، به هنگام وقوع تعارض (لیکانی<sup>4</sup>، 2013) به بر هم زدن تعادل بین «با هم بودن و فردیت» می‌انجامد (پاپرو<sup>5</sup>، 2000). در پژوهشی فردیناند (2001) نشان داد که جایگاه من با کاهش مشکلات عاطفی رابطه دارد. همچنین پایکو (2004) نشان داد نوجوانانی که از سطح تمایز یافتگی کمتری برخوردارند دارای سطح بالاتری از اضطراب و سطح پایین‌تری از عملکرد شناختی هستند. شیخ زاده (2012) نیز در پژوهشی نشان داد آموزش خودتمایز سازی موجب افزایش تمایز یافتگی و حیطه‌های آن (واکنش عاطفی، موقعیت من، جدایی عاطفی و آمیختگی عاطفی) در زوجین گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شد.

فراشناخت اغلب به عنوان "تفکر در مورد تفکر" نامیده می‌شود اما این فقط یک تعریف کوتاه است، فراشناخت یک سیستم نظارتی است که به درک و کنترل عملکرد

1. Goldenberg
2. Gelso and Fretz
3. Pease
4. Likceni
5. Papero

شناختی فرد کمک می‌کند. فراشناخت اجازه می‌دهد تا فرد مسئول یادگیری خود باشد که این شامل آگاهی در مورد چگونگی یادگیری، یک ارزیابی از نیازهای یادگیری خود و تولید استراتژی برای پاسخگویی به این نیازها و سپس اجرای استراتژی می‌باشد (هاکر و دانلوسکی<sup>1</sup>، 2003). فراشناخت آگاهی از فرایندهای تفکر و نیز توانایی اداره نمودن فرایندهای شناختی و شناخت خود است، مانند آگاهی از چارچوب دانش خود، سازماندهی و برنامه ریزی، استفاده از راهبردهای حل مسأله و توانایی خود ارزیابی و خود اصلاحی (ریر، کایسرو و کارلو<sup>2</sup>، 1993؛ به نقل از عبدی، میرشاه جعفری، نصر و قاسمی، 2014). فراشناخت کلیدی است برای توانایی شناختی، که به افراد اجازه می‌دهد تا افکارشان را کنترل و بازسازی کنند و نقش اساسی در یادگیری ایفا می‌کند (گاس و ویلی<sup>3</sup>، 2007؛ به نقل از عطارخامنه، 2009). در پژوهشی سلا، اسون، مدیان، ریدر و ویکز<sup>4</sup> (2014) نشان دادند که عزت نفس و علائم منفی، آگاهی فراشناختی را پیش بینی کرد. همچنین در پژوهشی دیگر صادقیان (2013) با هدف مقایسه مولفه‌های فراشناخت و رابطه آن با عزت نفس؛ نتایج نشان داد که ارتباط معناداری میان متغیر عزت نفس با متغیر فراشناخت و دو مولفه اصلی آن (دانش و مهارت) وجود دارد. و متحدی (2008) در پژوهشی نشان داد که تأثیر اصلی جنسیت بر تنظیم فراشناختی معنادار است. به این صورت که دانش آموزان دختر، کنترل فراشناختی بالاتری نسبت به دانش آموزان پسر دارند.

با توجه به اهمیت عزت نفس در ابعاد مختلف زندگی و نقش آن در موفقیت در حیطه‌های مختلف زندگی از جمله مسایل شغلی، تحصیلی و خانوادگی و با توجه به اینکه عزت نفس جنسی یک جنبه‌ی مجزا از عزت نفس کلی است. و از طرفی یکی از مسائل مهم در روابط زوجین به‌ویژه در سالهای اولیه زندگی مشترک، مسائل جنسی است و به دلیل این که معمولاً در فرهنگ ما تأکید سازنده‌ای درباره مسائل جنسی وجود ندارد و پژوهش‌های اندکی نیز در این زمینه صورت نگرفته است، انجام پژوهش‌هایی از این دست ضروری به نظر می‌رسد. بدین‌سان فرضیه‌های پژوهش حاضر عبارتند از :

1. Haker & Dunlosky
2. Reier, Kaysrv and Carlo
3. Guus and Willie
4. Cella , Swan, Medin, Reeder and Wykes

1. آگاهی فراشناختی و ابعاد آن به طور معناداری قادر به پیش‌بینی عزت نفس جنسی می‌باشند.

2. تمایز یافتگی و ابعاد آن به طور معناداری قادر به پیش‌بینی عزت نفس جنسی می‌باشند.

## ابزار و روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی زنان متاهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر شیراز بودند که تعداد 200 نفر از آنها به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. بدین ترتیب که از میان مراکز مشاوره شهر شیراز 3 مرکز به تصادف انتخاب و کلیه زنان متاهل مراجعه کننده به این مرکز در شیفت صبح و بمدت 3 ماه بعنوان آزمودنی پژوهش انتخاب گردیدند.

پرسشنامه آگاهی فراشناختی (MAI)<sup>1</sup> : مقیاس آگاهی فراشناختی در سال 1944 توسط شر او و دنیسون به منظور بررسی فراشناخت یادگیرندگان نوجوان و بزرگسال ابداع گردید. این مقیاس شامل 52 گویه است و عوامل متمایزی شامل دو بعد فراشناخت یعنی دانش شناخت و تنظیم شناخت و 8 فرآیند فرعی فراشناخت را می‌سنجد. عامل دانش شناختی شامل دو بُعد فراشناخت یعنی دانش شناخت و تنظیم شناخت و 8 فرآیند فرعی فراشناخت را می‌سنجد. دانش شناخت توسط 17 گویه سنجیده می‌شود و شامل سه فرآیند فرعی دانش بیانی، دانش روشی، و دانش موقعیتی است. تنظیم شناخت توسط 35 گویه سنجیده می‌شود و شامل پنج فرآیند فرعی برنامه ریزی<sup>2</sup>، راهبردهای مدیریت اطلاعات<sup>3</sup>، واری ادراک<sup>4</sup>، راهبردهای عیب‌زدایی<sup>5</sup> و ارزیابی فرآیند یادگیری<sup>6</sup> است. پاسخ‌ها در این پرسشنامه براساس یک مقیاس 5 درجه‌ای از نوع لیکرت محاسبه می‌شود. شر او و دنیسون (1994) ضریب همسانی درونی مقیاس مذکور را بین 88/ تا 93/ و ضریب پایایی پرسشنامه را، به روش آلفای کرونباخ 93/ گزارش کرده‌اند. دلاورپور (2007) ضریب همبستگی بین مولفه‌ها را برای کل مقیاس 95/ و ضریب پایایی 90/ را برای کل مقیاس به دست آورد. متحدی (2008) نیز ضریب همبستگی بین دو بعد کلی

1. metacognitive awareness inventory (MAI)

2. planning

3. information management strategies

4. comprehension monitoring

5. debugging strategies

6. evaluation of learning processes

فراشناختی و کنترل فراشناختی را به ترتیب 0/91 و 0/98. محاسبه نمود و ضریب پایایی پرسش نامه را 0/82. گزارش نمود.

پرسشنامه تمایز یافتگی (DSI)<sup>1</sup>: نسخه اولیه این پرسشنامه 45 گویه‌ای ابتدا توسط اسکورن و فریدلندر (1998) ساخته شد و سپس توسط اسکورن و اشمیت (2003) مورد تجدیدنظر قرار گرفت. خرده مقیاس‌های واکنش عاطفی، حالت من کناره گیری عاطفی و آمیختگی با دیگران را می‌سنجد. اسکورن و فریدلندر ضریب آلفای 0/88 را بدست آوردند و برای خرده مقیاس‌های واکنش پذیری عاطفی 0/83، جایگاه من 0/80، هم آمیختگی با دیگران 0/82 و جدایی عاطفی 0/80 به دست آوردند. شکیبایی (1385) با محاسبه آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه معادل با 0/81 و برای واکنش عاطفی 0/81، جایگاه من 0/69، کناره گیری عاطفی 0/65 و برای آمیختگی با دیگران 0/60 گزارش شده است.

پرسشنامه عزت نفس جنسی زنان (SSEI-W): این پرسشنامه توسط زینا و اسپوارز در سال 1996 ساخته شده است. این پرسشنامه دارای 81 سوال می‌باشد که دارای پنج زیرمقیاس: 1) مهارت تجربه<sup>2</sup> (2) جذابیت<sup>3</sup> (3) کنترل<sup>4</sup> (4) قضاوت اخلاقی<sup>5</sup> (5) انطباق پذیری<sup>6</sup> می‌باشد. دانش و همکاران (1390) نیز آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس جذابیت 0/91، کنترل 0/89، انطباق پذیری 0/85، قضاوت اخلاقی 0/82، مهارت و تجربه 0/89 و مقیاس کلی 0/89 به دست آوردند.

## روش تجزیه و تحلیل

در پژوهش حاضر، داده‌ها جمع آوری شده توسط نرم افزار SPSS در دو سطح آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند گانه به شیوه گام به گام) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

1. Differentiation of Self Inventory
2. skills and experince
3. attraction
4. control
5. moral judgment
6. adaptability

یافته‌ها

جدول شماره 1- میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	M	SD
عزت نفس جنسی	3/84	0/61
تمایز یافتگی	3/56	0/77
واکنش پذیری هیجانی	3/50	1/07
جایگاه من	3/52	0/68
گریز عاطفی	3/54	0/95
هم آمیختگی با دیگران	3/60	1/03
آگاهی فراشناختی	0/756	0/16
دانش شناخت	0/751	0/19
تنظیم شناخت	0/751	0/17

جدول 1 نشان می‌دهد در بین ابعاد تمایز یافتگی، بیشترین و کمترین میانگین به ترتیب مربوط به هم آمیختگی با دیگران (3/60) و واکنش پذیری هیجانی (3/50) می‌باشد و میانگین ابعاد آگاهی فراشناختی بطور شهودی تفاوت معنی‌دار ندارند.

جدول شماره 2- پیش فرض رگرسیون عزت نفس جنسی زنان بر حسب ابعاد آگاهی

فراشناختی		
آگاهی فراشناختی	دانش شناخت	تنظیم شناخت
0/26**	0/29**	0/21**
عزت نفس جنسی		

جدول 2 نشان می‌دهد که بین آگاهی فراشناختی و ابعاد آن با عزت نفس جنسی زنان رابطه مستقیم معنادار در سطح کمتر از 0/01 وجود دارد.

جدول شماره 3 - نتایج تحلیل رگرسیون عزت نفس جنسی زنان بر حسب ابعاد آگاهی

فراشناختی									
متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	بتا	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	df	p
عزت نفس جنسی	دانش شناخت	0/29	4/32	0/001	0/29	0/08	18/66	1/195	0/001

طبق جدول 3 می توان استنباط کرد که مجذور ضریب همبستگی چندگانه برابر با 0/08 است. این بدان معناست که حدود هشت درصد واریانس عزت نفس جنسی توسط بعد دانش شناخت قابل پیش بینی است. چون بعد تنظیم شناخت تغییر معنی داری در ضریب تعیین ایجاد نمی کند، وارد مدل نمی شود.

#### جدول شماره 4 - پیش فرض رگرسیون عزت نفس جنسی زنان بر حسب ابعاد تمایز یافتگی

خود تمایز یافتگی	واکنش پذیری هیجانی	جایگاه من	گریز عاطفی	هم آمیختگی با دیگران	عزت نفس جنسی
0/08	-0/03	0/22**	-0/10	-0/08	

جدول 4 نشان می دهد که از بین تمایز یافتگی و ابعاد آن تنها بعد جایگاه من با عزت نفس جنسی رابطه معکوس معنادار در سطح کمتر از 0/01 دارد.

#### جدول شماره 5- نتایج تحلیل رگرسیون عزت نفس جنسی زنان بر حسب ابعاد تمایز یافتگی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	بتا	t	p	R	R <sup>2</sup>	F	df	p
عزت نفس جنسی	جایگاه من	0/22	3/26	0/001	0/22	0/05	10/62	1/195	0/001

طبق جدول 5 می توان استنباط کرد که مجذور ضریب همبستگی چندگانه برابر با 0/05 است. این بدان معناست که حدود پنج درصد واریانس عزت نفس جنسی توسط بعد جایگاه من قابل پیش بینی است. سایر ابعاد تمایز یافتگی چون تغییر معنی داری در ضریب تعیین ایجاد نمی کنند، وارد مدل نمی شوند.

## بحث

در رابطه با فرضیه اول پژوهش مبنی بر اینکه آگاهی فراشناختی و ابعاد آن بطور معنی داری قادر به پیش بینی عزت نفس جنسی زنان می باشد. نتایج جدول 3 نشان داد بین دانش شناخت و عزت نفس جنسی رابطه خطی معنی دار وجود دارد و بعد دانش شناخت به طور معنی دار قادر به پیش بینی مثبت عزت نفس جنسی می باشد. از طرفی



مجذور ضریب همبستگی چندگانه برابر با 0/08 است، این بدان معنی است که حدود هشت درصد واریانس عزت نفس جنسی توسط بعد دانش شناخت قابل پیش‌بینی است. بنابراین می‌توان پیش‌بینی کرد زنانی که در بعد دانش شناخت از ابعاد آگاهی فراشناختی نمره بالاتری دارند از عزت نفس جنسی بالاتری برخوردار باشند. نتایج مربوطه با نتایج پژوهش‌های مشابه سلا، اسون، مدیان، ریدر و ویکز (2014)؛ متحدی (2008) و صادقیان (2013) هماهنگ و همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت رفتار جنسی قسمتی از شخصیت فرد و مجموعه‌ای از باورها، نگرش‌ها و عملکردهایی است که شخص در ارتباط با جنس مخالف و امور مرتبط با آن دارد. یکی از نکات مهمی که در حفظ بهداشت، رفتار و عملکرد جنسی از اهمیت زیادی برخوردار است، موضوع تحت کنترل بودن آن است. شواهد نشان می‌دهد زمانی که رفتار جنسی تحت نظارت و کنترل فرایندهای ذهنی است و احاطه لازم نسبت به آن وجود دارد، فرد از سلامت و عملکرد جنسی بهتری برخوردار است و برعکس چنانچه فرد بر رفتار جنسی خود تسلط و احاطه لازم را نداشته باشد به نحوی که عملکرد جنسی از کنترل او خارج شود، نه تنها بهداشت روانی جنسی، بلکه همراه آن بهداشت جسمی شخص به مخاطره خواهد بنابراین نظارت و کنترل داشتن بر رفتار جنسی نقش چشمگیری در سلامت روانی، جسمی و رفتار جنسی ایفا می‌کند و طبق یافته این پژوهش این امر در پرتو آگاهی فراشناخت میسر می‌شود. در واقع می‌توان گفت گرچه انسان موجودی متفکر است و تفکر بعد تمایزگر انسان از حیوان است، اما تفکر و شناخت به تنهایی عرصه‌های موفقیت و آرامش را برای فرد به ارمغان نمی‌آورد لذا وجود بعدی به نام فراشناخت به غنی‌سازی جریان ذهنی و شناختی فرد کمک می‌کند. افرادی که به دانش شناخت مجهزاند، نسبت به فرایندهای ذهنی خود، آگاهی و شناخت دارند و در تمام موقعیت‌های زندگی زناشویی از این ابزار به شیوه‌ای سودمند استفاده می‌کنند. در واقع دانش شناخت به این افراد کمک می‌کند تا در شیوه همسررداری به رضایت دست یابند. این مهارت به آنها کمک می‌کند تا بهتر به ابراز محبت بپردازند، عشق واقعی را در وجود خود تجربه کنند، از الگوی ارتباطی صحیحی استفاده کنند، صمیمیت، رفاقت، رافت، محبت و گرمی بیشتری با همسر خود داشته باشند و مهمتر از همه اینها در روابط جنسی خود از رضایت برخوردار شوند. بنابراین به طور کلی دانش شناخت (آگاهی فراشناختی) در عزت نفس جنسی موثر است به طوری که افراد برخوردار از دانش شناخت در بعد مهارت و تجربه، می‌توانند از

از شریک جنسی خود لذت ببرند؛ در بعد کنترل توانایی مدیریت افکار احساسات و رفتارهای جنسی خود را دارند؛ در بعد جذابیت، به زیبایی و جذابیت خود باور قلبی دارند؛ در بعد قضاوت اخلاقی می‌توانند به ارزشیابی افکار، احساسات، رفتارهای جنسی و معیارهای اخلاقی بپردازند و در زمینه انطباق‌پذیری می‌توانند تجارب رفتار جنسی خود را با اهداف شخصی دیگران سازگار سازند. به طوری که می‌توان گفت آگاهی فراشناختی و به خصوص دانش شناخت در زنان سبب می‌شود تا با آگاهی نسبت به فرایندهای ذهنی خود در خصوص روابط جنسی با همسر بتوانند با شناخت کامل از خود و نیز پتانسیل‌ها و توانایی‌های جنسی خود، درصدد برداشتن موانع جنسی خود برآیند و لذت واقعی و ارگاسم کامل و ارضای دو جانبه را تقدیم خود و همسر خود نمایند و بدین واسطه روابط جنسی رضایت‌بخشی را تجربه نمایند. تجربه روابط جنسی رضایت‌بخش ناشی از دانش شناخت جنسی در این زنان از طرفی موجب شکل‌گیری حسی از غرور، افتخار، خودباوری و اعتماد به نفس در این افراد می‌شود و از طرفی دیگر موجب بازخوردهای مثبت جنسی از جانب همسر می‌شود که نتیجتاً موجب تقویت عزت نفس جنسی در این زنان می‌شود.

در رابطه با فرضیه دوم پژوهش مبنی بر اینکه تمایز یافتگی و ابعاد آن بطور معنی‌داری قادر به پیش‌بینی عزت نفس جنسی زنان می‌باشد نتایج جدول 5 نشان داد بین جایگاه من و عزت نفس جنسی رابطه خطی معنی‌دار وجود دارد و بعد جایگاه من به طور معنی‌دار قادر به پیش‌بینی منفی عزت نفس جنسی می‌باشد. از طرفی مجذور ضریب همبستگی چندگانه برابر با 0/05 است، این بدان معنی است که حدود پنج درصد واریانس عزت نفس جنسی توسط بعد جایگاه من قابل پیش‌بینی است. بنابراین می‌توان پیش‌بینی کرد زنانی که در ابعاد تمایز یافتگی جایگاه من قدرتمندی دارند از عزت نفس جنسی بالاتری برخوردار باشند و بالعکس زنانی که جایگاه من ضعیفی دارند از عزت نفس جنسی پایین‌تری برخوردار باشند. نتایج مربوطه با نتایج پژوهش‌های مشابه فردیناند (2001)؛ پایکو (2004) و شیخ زاده (2012) هماهنگ و همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت تمایز یافتگی فرایندی است که طی مراحل رشد فردی حاصل می‌شود و افراد مختلف با توجه به شرایط مختلف فردی و اجتماعی خود می‌توانند به تمایز یافتگی برسند، دیر برسند و یا حتی هرگز نرسند. طبق نتایج پژوهش حاضر نقش مولفه جایگاه من، پررنگ‌تر از سایر مولفه‌هاست. یعنی جایگاه من در ایجاد عزت نفس

جنسی بیشتر نقش دارد. در این خصوص می‌توان گفت زنانی که از جایگاه من قدرتمندی برخوردارند بیشتر، از اسنادهای درونی استفاده می‌کنند، و نقش خود در زندگی را کم رنگ جلوه نمی‌دهند، که این مهم، با مسئولیت پذیری و تعهد فردی همراه است. این افراد همچنین ارزش وجودی خود را درک می‌کنند و برای هویت و شخصیت خود ارزش قائلند، این افراد همچنین به احساسات درونی خود اهمیت می‌دهند و عبارات "عقیده من، دیدگاه من، احساس من، رفتار من، کار من و ..." جزئی جدای ناپذیر از مکالمات و تعاملات بین فردی آنها است. بنابراین جایگاه من در تمام ابعاد زندگی درون فردی و بین فردی آنها چه در برخورد با اعضای خانواده همچون برخورد با خانواده اصلی، برخورد با فرزندان و برخورد با همسر و چه در تعاملات اجتماعی همچون کار، تحصیل، زد و خورد های اجتماعی و... طنین انداز شده است. مهمترین مسأله‌ای که در زندگی این زنان نقش جایگاه من پرتالو است، مربوط به هم‌خوابگی، یا روابط جنسی است. زنانی که جایگاه من قدرتمندی دارند، برخورداری از رابطه جنسی با کیفیت دوجانبه را حق مسلم خود می‌دانند، لذا با رضایت کامل به استقبال این رابطه می‌روند، این افراد رابطه جنسی خود را مبتنی بر اجبار، تهدید و ترس از جانب همسر نمی‌دانند بلکه رابطه‌ای کاملاً اختیاراته می‌دانند که در جهت رفع نیازهای آنها و کسب آرامش است، و در این رابطه به جای اینکه فاعل-مفعول باشند، فاعل-فاعل هستند. این زنان به احساسات خود اهمیت می‌دهند و در مواقع نیاز به شیوه‌ای غیر مستقیم نیاز جنسی خود را مطرح می‌نمایند، بنابراین طبیعی است که برخورداری از جایگاه من قوی به ایجاد عزت نفس جنسی کمک می‌نماید.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به محدود بودن به زنان متأهل شهر شیراز اشاره کرد که در تعمیم نتایج به جوامع دیگر باید جانب احتیاط رعایت کرد. و پیشنهاد می‌شود کارگاه‌های مهارت خودآگاهی در جهت افزایش خودآگاهی زنان برگزار گردد.

## References

- Abedi, H, Mirshah E Jafari , N A, Ghasemi N(2014), The relationship between metacognitive awareness and education faculty members to students' higher order thinking. Department of Education, Curriculum, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran, (in person).
- Atar khameneh, F , Saif, A(2009), The Effects of cognitive training on motivation, learning strategies and academic achievement of students. *Educational Psychology Studies*,6 (9):57-74(in person)
- Beth, A.V., Julien, B., Anthony, F.B. & Michael, C.A. (2010), Psychopathy, sexual behavior and self-esteem, it's different for girls. *Journal personality and individual differences*,48(7):833-838
- Cella,M., Swan,S., Medin,E., Reeder,C., Wykes, T.(2014), Metacognitive awareness of cognitive problems in schizophrenia: exploring the role of symptoms and self-esteem. *Psychological Medicine*,44, 469-476
- Delavarpour, Mohammad Agha(2007), predict it based on achievement goal orientation and academic achievement, Master's thesis of psychology. Shiraz university, (in person ).
- Gelso, C.&Fretz, B.(2001), Family therapy, an overview. Wadsworth, advision of the mas learning.
- Hacker, D.J, & Dunlosky, J. (2003), Not all metacognition is created equal. *New Directons for Teaching And Learning*, 95, 73-79
- Goldenberg, Irene.Goldenberg, Herbert (2008), Family Therapy (Translated by shahibaravati, H & Naghshbandi,S).Tehran:ravan Publisher(in person )
- Kaveh, s (2008), Sexual Behavior Mental Health. Tehran, Sokhan Publishers (in person ).
- Kristel Oattes, Melanie & offman, Alia (2007), Global Self-Esteem and Sexual Self-Esteem as Predictors of Sexual Communication

- in Intimate relationships. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 16 (3-4). 123-134.
- Likcani, A. (2013), Differentiation and intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- Motahedi, A (2008), A comparative study of metacognition and academic motivation in boys and girls, urban and rural. Master's thesis of psychology, Department of Psychology, University of shiraz. (in persion).
- Pease, K. (2013), Differentiation of self and anxiety as a function of culture. A thesis for the degree of Master of Science California State University, Stanislaus.
- Papero, D. V.(2000), Bowen systems theory. NY:Springer Publishing.
- Sadeghian, esmat(2013), Compared the relationship between metacognition and its relationship with self-esteem in children with and without learning disabilities first base Yazd city guide. Master's thesis of psychology, University of Yazd.
- Sheikh zadeh, A (2012), The effectiveness of self-differentiation on marital conflict and differentiation couples in Ahwaz, Master's thesis of psychology, Ahwaz shahid chamran university (in persion).
- Zeanah, P. D., & Schwarz, J. C. (1996), Reliability and validity of the sexual self- esteem inventory women. *Assessment*. 3: 1-15.