

اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرحواره جنسی و رضایتمندی زناشویی زنان متأهل

فرشته صانعی^۱، حمیدمهرابی^{۲*}، مستوره صداقت^۳، فرشته زرندی^۴

۱- گروه روانشناسی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. ۲- گروه روانشناسی، دانشگاه لیون، فرانسه (نویسنده مسئول) ۳- گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، سمنان، ایران. ۴- گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.

چکیده	اطلاعات مقاله
مقدمه: این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرحواره جنسی و رضایتمندی زناشویی زنان متأهل انجام شد.	نوع مقاله پژوهشی
روش کار: این پژوهش نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون و با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری این پژوهش را زنان متأهل شهر تهران تشکیل دادند که ۴۰ نفر نمونه با توجه به ملاک‌های ورود این پژوهش انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش و کنترل به صورت تصادفی گمارده شدند و با ابزارهای این پژوهش که شامل: پرسشنامه طرحواره جنسی زنان (سیروانوسکی و اندرسون) و پرسشنامه رضایتمندی زناشویی اتریچ بود، داده‌ها جمع‌آوری شد و ابتدا روی دو گروه پیش‌آزمون اجرا گردید و سپس مداخله آموزشی طی ۶ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت یک جلسه در هفته برای گروه آزمایش اجرا شد و پس از اتمام برنامه آموزشی، پس‌آزمون برای هر دو گروه اجرا شد.	تاریخچه مقاله دریافت: ۱۳۹۸/۳/۳ پذیرش: ۱۳۹۸/۶/۶
یافته: نتایج تحلیل فرضیه‌ها با استفاده از روش تحلیل ضریب همبستگی و تحلیل کوریانانس نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایتمندی زناشویی اثربخش است و آموزش جنسی بر طرحواره جنسی اثربخش است و بین طرحواره جنسی با رضایت زناشویی در بین زنان متأهل رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.	کلید واژگان اثربخشی آموزش‌های جنسی، طرح‌واره جنسی، رضایتمندی زناشویی.
نتیجه‌گیری: نتایج این مطالعه نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی بر بهبود طرح‌واره جنسی و رضایت زناشویی زنان متأهل اثربخش است.	نویسنده مسئول Email: Hamid.mehrabi@uni-lyon1.fr

مقدمه

خانواده در زمره مهم‌ترین سیستم‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس مخالف شکل می‌گیرد. حفظ و تداوم خانواده از اهمیت زیادی برخوردار است. خانواده به عنوان واحدی اجتماعی، کانون رشد و تکامل، التیام و شفا دهندگی و تغییر و تحول آسیب‌ها و عوارض است که هم بستر شکوفایی و هم بستر فروپاشی روابط میان اعضایش می‌باشد (۱). گذر جوامع از وضعیت سنتی به مدرن و ضرورت تغییر ساختارها و ارزش‌های کهن و باز تعریف هویت انسانی زنان و مردان نیازمند بررسی‌های جامعه‌شناسان و صاحب‌نظران علوم اجتماعی است. نابرابری‌هایی که روزگاری ذاتی و طبیعی تلقی می‌شد پایگاه خود را در فکر و ذهن زنان از دست داده است و مشروعیت آن حتی در دور افتاده‌ترین نقاط در حال فرو ریختن است. این پدیده با تاثیر متقابل به تحول در الگوی جامعه‌پذیری نقش‌های جنسیتی منجر می‌شود که تا امروز استحکام بخش تبعیض جنسیتی در جوامع بوده است، چراکه جامعه‌پذیری

جنسیتی با نهادینه کردن نابرابری‌ها از یک سو و تداوم بخشیدن به آن در نسل آینده از سوی دیگر می‌تواند در حکم بستر اصلی نابرابری جنسیتی شناخته شود. طبق الگوی جامعه-پذیری جنسیتی که در آن مردگونی ارزش محسوب می‌شود زنان موجوداتی تابع و مطیع در ساختار مرد سالار خانواده‌اند و در حوزه‌های خصوصی خانواده محصورند و مردان در دنیای عمومی حضور و اشتغال دارند (۲).

جامعه‌پذیری جنسیتی از خانواده شروع می‌شود و با عوامل دیگری چون نظام آموزشی، رسانه‌ها و گروه همسالان بسط می‌یابد. نحوه برخورد والدین با فرزندان باعث می‌شود ویژگی‌هایی همچون پرخاشگری، موفقیت، رقابت، اتکالی به نفس و استقلال بیشتر از پسرها انتظار برود همچنین بیشتر به آنها توصیه می‌شود که برای احقاق حق خود ایستادگی کنند. در عوض از دختران انتظار می‌رود سازش کنند، صلح‌جو باشند، اختلافات را نه با جدل بلکه با صحبت حل و فصل کنند و مهربان و مراقبت‌کننده باشند. با وجود تمام دگرگونی‌های گسترده نهادی و فرهنگی در

تأثیر می‌گذارند و رفتار جنسی را هدایت می‌کنند. طرحواره‌های جنسی شامل دو بعد است: ۱- بعد مثبت، شامل طرح‌واره پرشور-عاشقانه^۶ و طرح‌واره صریح-باز^۷، ۲- بعد منفی، طرح‌واره خجالتی-محتاط^۸ (۷). افرادی که طرحواره‌های جنسی مثبت یا منفی، دارند، متناسب با طرحواره‌های خود، تمایلات جنسی متفاوتی نشان می‌دهند. افرادی که طرح‌واره مثبت دارند، تمایل دارند که در نگرش‌های جنسی راحت باشند و به طور کلی از بازداری‌های اجتماعی مانند خودآگاهی یا خجالت رها هستند و طیف گسترده‌تری از فعالیت‌های جنسی را در طول زندگی جنسی خود گزارش می‌کنند. برای زنان دارای طرح‌واره جنسی مثبت، روابط عاشقانه مرکزیت دارند. زنان دارای طرح‌واره صریح-باز، تمایلات و رفتارهای جنسیشان را - مانند زنان دارای طرح‌واره پرشور-عاشقانه گزارش می‌کنند، اما این افراد، تعهد ضعیف‌تر و پیوندهای کمتر پایایی دارند و ممکن است در روابط جنسی تعهد کمتری داشته باشند؛ بنابراین بازنمایی طرح‌واره‌ای یک زن جنسی‌گرا^۹ هم عناصر انگیزشی (برانگیختگی جنسی) و هم شامل عناصر دلبستگی (روابط عاشقانه) را در پی دارد (۸). برعکس، زنانی که طرحواره‌های منفی از تمایلات جنسی دارند، خودشان را از نظر عاطفی سرد و غیرعاشقانه می‌دانند و اذعان دارند که در رفتار جنسی و روابط عاشقانه، به شیوه‌های بازدارنده عمل می‌کنند. این زنان تمایل دارند که در مسائل جنسی محافظه‌کار باشند و نگرش‌ها و ارزش‌های منفی در خصوص موضوعات جنسی داشته باشند و ممکن است خود را به عنوان افراد خودآگاه، خجالتی، یا غیرمطمئن در انواع رفتارهای جنسی و اجتماعی توصیف کنند (۹).

در مطالعه‌ای بازنمایی‌های شناختی را در زنان و مردانی که اولین آمیزش جنسی را تجربه کرده‌اند و افرادی که تاکنون آمیزش جنسی نداشته‌اند، مقایسه کردند. زنانی که تجربه اولین آمیزش را پشت سر گذاشته‌اند، طرحواره‌های جنسی پرشور-عاشقانه و صریح - باز دارند و زنانی که هیچ‌گاه آمیزش جنسی نداشته‌اند، طرح‌واره خجالتی - محتاط دارند. تمایلات جنسی مردان نیز با بازنمایی‌های شناختی آنها مطابق بود اما این تطابق در زنان بیشتر مشهود بود. از آنجایی که دیدگاه زنان دارای طرحواره‌های منفی دیگران را تحت تأثیر قرار می‌دهد، روابط جنسی آنها، به طور بالقوه آسیب‌پذیر است. دیدگاه جنسی

عصر جدید خانواده هنوز از قدرت بالایی در اجتماعی کردن کودکان برخوردار است. این قدرت در سطوح مختلف جامعه-شناسی جنسیتی نمود بیشتری می‌یابد چراکه خانواده با محدود کردن نقش‌های جنسیتی دختران نه تنها باعث پذیرش جنس دوم بودن دختران می‌شود بلکه با محدود کردن خلاقیت‌ها، عرصه‌ها و ابعاد زندگی، عملاً شکل‌گیری شخصیت دختران را مطابق با الگوهای مورد نظر طراحی می‌کند (۳) و این چنین طرحواره‌های فرد شکل می‌گیرد حتی طرحواره‌های جنسی آنها.

در واقع بک و آلفورد^۱ در اولین نوشته‌های خود به مفهوم طرحواره‌های جنسی اشاره کرده‌اند. طرحواره‌ها سازه‌هایی هستند که بر اساس واقعیت یا تجربه شکل می‌گیرند و به عنوان واسطه، پاسخ‌های رفتاری افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهند و در ساختار روان‌درمانی، طرح‌واره به عنوان یک عامل سازمان‌بخش در نظر گرفته می‌شود که برای درک تجارب زندگی فردی ضروری است. وی معتقد است که اغلب مشکلات بین فردی که افراد تجربه می‌کنند تحت تأثیر شیوه تصور آنها می‌باشد که او آن را طرح‌واره می‌نامد (۴). سیرانوسکی و اندرسون^۲ پیشنهاد نمودند زمانی که افراد الگوها و تعاملات عاطفی و رفتاری خود را مشاهده نموده و در مورد جنبه‌های شخصی خود به نتیجه دست می‌یابند، می‌توانند خودپنداره خود را توسعه و اصلاح نمایند. خودپنداره‌ها یا طرحواره‌هایی که به شکل خوب بیان می‌شوند^۳، بر نحوه پردازش و پاسخ‌دهی افراد به علائم اجتماعی مربوط تأثیر می‌گذارند. طرح‌واره جنسی، به ویژه مربوط به مرزهای روان‌شناسی و رفتاری تمایلات جنسی شناخته شده است.

بنابراین، طرح‌واره جنسی افراد ممکن است به دلیل تغییرات مشاهده شده در تأثیرات و رفتارهای جنسی آنها در طول زمان تغییر کند. طرح‌واره جنسی به عنوان یک دیدگاه شناختی در مورد جنبه‌های جنسی فردی تعریف شده است. محققان دریافتند که طرح‌واره جنسی فرد می‌تواند بر پردازش شناختی تأثیر بگذارد و عامل موثری بر قوانین مربوط به پاسخ به اطلاعات جنسی باشد. علاوه بر این، فرایند درون فردی ممکن است فرایندهای میان فردی، تفاسیر و تعاملات را هدایت نماید (۵). یانگ نیز معتقد است بعضی از افراد به خاطر تجارب کودکی منفی طرحواره‌های ناسازگاری را ایجاد می‌کنند که به شیوه تفکر، رفتار و احساس آنها از روابط صمیمانه و زندگی زناشویی آنها تأثیر می‌گذارد. طرح‌واره‌های مربوط به رابطه زناشویی در برگزیده باورهای اساسی درباره ماهیت انسان و نحوه روابط آنها می‌باشند (۶). اندرسون و سیرانوسکی^۴، طرح‌واره‌های جنسی^۵ را به عنوان باورهای اساسی و هسته‌ای ابعاد جنسی فرد تعریف کرده‌اند که از تجارب گذشته نشأت گرفته‌اند و در تجربه‌های حال نمود پیدا می‌کنند و در پردازش اطلاعات جنسی افراد

- 1- Beck & Alford
- 2- Cyranowski and Andersen
- 3- Well-articulated
- 4- Andersen & Cyranowski
- 5- Sexual Self - Schema
- 6- Passionate – Romantic
- 7- Open - Direct
- 8- Embarrassed - Conservation
- 9- Sexual Women

ارتباط زوجین اثر می‌گذارد (۱۵). با توجه به مطالب ذکر شده مطالعه حاضر به منظور پاسخ به این سوال پرداخته است که آیا آموزش‌های جنسی بر طرحواره‌های جنسی و رضایتمندی زناشویی زنان تأثیر دارند؟

روش کار

مطالعه حاضر از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون و با گروه کنترل بود. جامعه آماری تحقیق حاضر خانم‌های متاهل ساکن شهر تهران بودند. تعداد ۴۰ نفر با روش در دسترس انتخاب شدند. و ابراز مورد استفاده در این پژوهش عبارت بودند از:

۱- **مقیاس طرحواره جنسی:** مقیاس طرحواره‌های جنسی زنان در سال ۱۹۹۴ توسط سیروانوسکی و اندرسن برای اندازه‌گیری طرحواره‌های جنسی تدوین شده است. ۵۰ صفت در این آزمون مشخص شده که آزمودنی در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه ای (از اصلاً=۰ تا خیلی زیاد =۶) مشخص می‌سازد که هر کدام از این صفات تا چه حد وی را توصیف می‌کند. از آنجا که افراد به طور آزادانه در مورد مسائل جنسی خود صحبت نمی‌کنند، ۲۴ صفت به عنوان ماده‌های پرکننده در این آزمون به کار رفته‌اند تا ماهیت اصلی مورد ارزیابی از دید آزمودنی پنهان بماند. این آزمون دارای ۲۶ ماده اصلی و ۳ خرده مقیاس: پرشور - عاشقانه، صریح - راحت و خجالتی - محتاط است. سایر آیت‌ها پرکننده هستند و به منظور پوشاندن ماهیت اصلی آزمون مورد استفاده قرار گرفته‌اند و در نمره‌گذاری محاسبه نمی‌شود. اعتبار و روایی توسط اندرسن و سیرانوسکی محاسبه شده، ضریب آلفای کرونباخ در خرده‌مقیاس عاشقانه ۰/۸۱، در خرده‌مقیاس صریح راحت ۰/۷۷، در خرده‌مقیاس خجالتی - محتاط ۰/۶۶ و در مقیاس کل ۰/۸۲ بوده است که نشان‌دهنده پایایی مطلوب است. ضریب اعتبار (همگونی) داخلی مقیاس طرحواره جنسی زنان توسط پژوهشگران در نمونه ۱۹۰ نفری از پرستاران محاسبه شد که ضریب اعتبار نمره کل، برابر با ۰/۷۸ است. اعتبار خرده مقیاس‌های پرشور - عاشقانه، ۰/۷۰/۱۴، خرده‌مقیاس صریح - راحت ۰/۶۶/۱۴ و خرده‌مقیاس خجالتی - محتاط ۰/۵۶/۳۹ محاسبه شده است. نمرات ۲۵ و ۲۸ به دلیل همبستگی بسیار ضعیف با نمره کلی حذف شدند (۱۶).

۲- **پرسشنامه رضایتمندی زناشویی:** این پرسشنامه توسط اولسون، فورنیر و درانگمن در سال ۱۹۸۹ طراحی شده که به منظور ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا یا شناسایی زمینه‌های قدرت و پربارسازی روابط زناشویی به کار می‌رود. نسخه اصلی آزمون ۱۱۵ سوال دارد که شامل ۱۲ خرده‌مقیاس است (۱۷).

ضعیف و منفی می‌تواند یک عامل حساس برای رشد کژکاری و مشکلات جنسی، منجمله کم کاری میل جنسی، مشکلات برانگیختگی و در نهایت بی‌زاری جنسی باشد و در برابر فشارزاهای مربوط به مسائل جنسی که راه‌انداز مشکلات یا کژکاری‌های جنسی هستند، آسیب‌پذیرترند (۱۰).

چند پژوهش هم به بررسی نقش طرحواره‌های جنسی و تصویر بدنی در کارکرد جنسی پرداخته‌اند؛ مانند کار ریزینگ و همکاران^۱ که نقش طرحواره‌های جنسی، کارآمدی جنسی، بی‌زاری جنسی و تصویر بدنی بر سازگاری جنسی بررسی کرد. در این مطالعه ۱۰۷ زن در فاصله سنی ۱۹ تا ۲۹ سال شرکت کردند. نتایج نشان داد بی‌زاری جنسی می‌تواند به طور معناداری با سازگاری جنسی ضعیف مرتبط باشد. بی‌زاری جنسی با ترس مزمن و اجتناب از همه یا بعضی از فعالیت‌های جنسی و یا موضوعات مرتبط به مسائل جنسی همراه است. کارآمدی جنسی^۲ بیشتر با سازگاری جنسی بهتر و فراوانی بیشتر فعالیت‌های جنسی، همراه بود. ارتباط محکمی بین اجتناب جنسی و خودآگاهی و تصویر بدنی، گزارش شد. همچنین کارآمدی جنسی اثر طرحواره جنسی و نگرش بدنی را بر سازگاری جنسی^۳ تحت تأثیر قرار می‌دهد. این یافته‌ها، از این فرض که بی‌زاری جنسی به طور بالقوه، متغیر مداخله‌گری در رابطه با تصویر بدنی، طرحواره‌های جنسی و سازگاری جنسی است، حمایت می‌کنند (۱۱).

مسائل جنسی و رضایت زناشویی به طور پیچیده ای با یکدیگر رابطه دارند. رضایت زناشویی، نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی مثل ارتباط، مسائل شخصیتی، حل تعارض، روابط جنسی و فرزند دارند (۲). آمار طلاق که معتبرترین شاخص آشفتگی زناشویی است نشان می‌دهد که رضایت زناشویی به آسانی قابل دستیابی نیست زنان نسبت به مردان احساس نارضایتی بیشتری در کمبودهای عاطفی دارند و هنگام صحبت درباره‌ی مسائل و مشکلات ارتباطی با هیجان بیشتری صحبت می‌کنند و به مشکلاتی که در جزئیات رابطه‌ی جنسی دارند، اهمیت بیشتری می‌دهند (۱۳). یکی از وظایف روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی آن است که به افراد در مورد مسائل جنسی اطلاعات لازم را ارائه کنند. افزایش کمیت و کیفیت آموزش جنسی در افزایش دانش افراد نسبت به پدیده‌های مربوط به جنسیت تأثیر می‌گذارد (۴). ناگفته نماند که عدم رضایتمندی زناشویی زوجین و ناسازگاری‌های خانوادگی گاهی اوقات می‌تواند بر رفتار فرزندان تأثیر بگذارد. مشاهده شده که ۵۰٪ فرزندان که در خانواده‌هایی با ناسازگاری‌های زناشویی پرورش یافته‌اند در آینده ناهماهنگی‌های در ازدواج و زندگی زناشویی خویش تجربه خواهند کرد از طرفی مشکلات جنسی در بین زوجین موجب واکنش‌های بیمارگونه در فرد شده و به عنوان عامل استرس‌زا به کل سیستم

1- Rensing, Laliberet & Davis
2- Sexual Self-Efficacy
3- Sexual Adjustment

نتایج حاصل از پژوهش با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی شامل فروانی، میانگین و درصد، تحلیل ضریب همبستگی و تحلیل کوواریانس در نسخه ۲۴ نرم‌افزار آماري SPSS تحلیل شد.

یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون طرح‌واره جنسی در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود. همانطور که در جدول شماره ۱ نشان داده شده است؛ میانگین نمره کل طرح‌واره جنسی گروه آزمایش در مرحله پیش‌آزمون برابر با ۷۸/۵۴ بوده است و این میانگین در گروه کنترل برابر با ۷۳/۷۲ است در حالی که، پس از آزمون میانگین نمرات کل طرح‌واره جنسی گروه آزمایش، ۸۴/۶۵ و در گروه کنترل این میانگین معادل با ۷۳/۱۳ است.

همچنین، نتایج جدول شماره ۱ نشان داد که در مشارکت-کنندگان گروه آزمایش میانگین نمرات متغیرهای پژوهش به ترتیب از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون برای زیرمقیاس پرشور-مانتیک (۲۷/۱۱ به ۳۴/۴۴)، صریح-راحت (۲۳/۱۴ به ۲۸/۱۹)، و خجالتی-محتاط (۲۰/۱۴ به ۲۳/۰۷) بهبود داشته است اما در افراد گروه کنترل میانگین این نمرات از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون تغییر محسوسی نداشته است.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار نمرات طرح‌واره‌های جنسی در دو گروه آزمایش و کنترل، در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

خرده‌مقیاس	گروه	تعداد	پیش‌آزمون		پس‌آزمون
			میانگین	انحراف استاندارد	انحراف استاندارد
پرشور-مانتیک	آزمایش	۲۰	۲۷/۱۱	۴/۱۶	۵/۴۰
	کنترل	۲۰	۲۶/۶۶	۳/۲۱	۳/۱۹
صریح-راحت	آزمایش	۲۰	۲۳/۱۴	۳/۸۳	۵/۰۲
	کنترل	۲۰	۲۵/۰۱	۴/۵۲	۴/۴۹
خجالتی-محتاط	آزمایش	۲۰	۲۰/۱۴	۳/۰۲	۴/۰۵
	کنترل	۲۰	۲۲/۰۰	۲/۴۲	۲/۲۲
طرح‌واره جنسی	آزمایش	۲۰	۷۸/۵۴	۹/۸۱	۱۰/۶۶
	کنترل	۲۰	۷۳/۷۲	۸/۴۶	۸/۰۰

نشان می‌دهد که در افراد گروه آزمایش میانگین زیرمقیاس‌های رضایت زناشویی در مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون به ترتیب برای مسائل شخصیتی (۱۶/۲۳ به ۱۹/۰۰)، ارتباطات (۱۸/۰۹ به ۲۱/۹۳)، حل تعارض (۱۶/۴۴ به ۱۹/۰۶)، مدیریت مالی (۲۱/۱۰ به ۲۴/۸۱)، فعالیت اوقات فراغت (۱۷/۵۷ به ۱۹/۰۰) و رابطه جنسی (۱۹/۴۳ به ۲۱/۰۰) افزایش داشته است اما میانگین این زیرمقیاس‌ها در مشارکت‌کنندگان گروه کنترل همانطور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون تغییر محسوسی نشان نداده است.

سلیمانی در پژوهشی تحت عنوان "بررسی تاثیر تفکرات غیر منطقی بر اساس رویکرد شناختی بر نارضایتی زناشویی" فرم کوتاهی از این پرسشنامه را تهیه کرد که دارای ۴۷ سوال بود. در فرم اصلی پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ پایایی پرسشنامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش شده است. پایایی فرم کوتاه پرسشنامه را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده (۱۸). در پژوهش حاضر از فرم کوتاه این پرسشنامه استفاده شده است. در زمینه روایی و اعتبار آزمون تحقیقات گسترده‌ای انجام شده است، به طوری که میزان پایایی آزمون به روش بازآزمایی بین ۰/۶۵ تا ۰/۹۴ و قدرت تمیز آن را ۰/۹۰ گزارش شده است. بررسی‌های انجام شده به کمک این مقیاس روی زوج‌های خوشبخت، پایدار، طلاق گرفته و در حال طلاق، روایی این مقیاس را تأیید نموده‌اند.

این پژوهش طی مراحل زیر اجرا گردید: تهیه و تصویب طرح پژوهش، تهیه ابزارهای اندازه‌گیری متغیر وابسته (طرح‌واره جنسی، رضایتمندی زناشویی) تهیه ساختار اجرای پژوهش، هماهنگی‌های لازم با مراکز مشاوره در خصوص برگزاری جلسات آموزش‌های مهارت‌های جنسی در راستای انجام پژوهش، مصاحبه اولیه با مشارکت‌کنندگان بالقوه و اجرای پیش‌آزمون، شروع جلسات آموزش برای مشارکت‌کنندگان و پایان آموزش و اجرای پس‌آزمون روی گروه کنترل و آزمایش.

شاخص‌های توصیفی مربوط به نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود.

همانطور که در جدول شماره ۲ نشان داده شده است؛ میانگین نمره کل رضایت زناشویی گروه آزمایش در مرحله پیش‌آزمون برابر با ۸۴/۶۶ بوده است و این میانگین در گروه کنترل برابر با ۸۲/۲۱ است در حالی که، پس از آزمون میانگین نمرات کل رضایت زناشویی گروه آزمایش، ۹۶/۱۵ و در گروه کنترل این میانگین معادل با ۸۲/۰۷ است. همچنین، نتایج جدول شماره ۲

جدول ۲- میانگین و انحراف معیار نمرات رضایت زناشویی در دو گروه آزمایش و کنترل، در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون

پس‌آزمون	پیش‌آزمون		تعداد	گروه	خرده‌مقیاس	
	انحراف استاندارد	میانگین				انحراف استاندارد
۵/۵۶	۱۹/۰۰	۴/۳۴	۱۶/۲۳	۲۰	آزمایش	مسائل شخصیتی
۴/۱۷	۱۶/۵۰	۴/۲۹	۱۶/۶۳	۲۰	کنترل	
۷/۰۰	۲۱/۹۳	۵/۴۳	۱۸/۰۹	۲۰	آزمایش	ارتباطات
۵/۰۱	۱۷/۴۲	۵/۱۷	۱۷/۵۶	۲۰	کنترل	
۵/۶۳	۱۹/۰۶	۴/۶۹	۱۶/۴۴	۲۰	آزمایش	حل تعارض
۴/۸۸	۱۶/۶۰	۵/۰۳	۱۶/۶۲	۲۰	کنترل	
۷/۱۱	۲۴/۸۱	۶/۵۵	۲۱/۱۰	۲۰	آزمایش	مدیریت مالی
۵/۶۴	۲۰/۵۳	۵/۸۹	۲۰/۵۶	۲۰	کنترل	
۴/۵۳	۱۹/۰۰	۳/۱۸	۱۷/۵۷	۲۰	آزمایش	فعالیت اوقات فراغت
۳/۱۶	۱۷/۸۰	۳/۳۸	۱۷/۸۴	۲۰	کنترل	
۴/۱۶	۲۱/۰۰	۳/۱۵	۱۹/۴۳	۲۰	آزمایش	رابطه جنسی
۳/۷۲	۱۸/۱۵	۳/۸۸	۱۸/۳۱	۲۰	کنترل	
۴/۵۶	۲۱/۱۴	۳/۳۱	۱۸/۴۵	۲۰	آزمایش	فرزندان و فرزندپروری
۲/۴۲	۱۸/۶۰	۲/۴۴	۱۸/۶۶	۲۰	کنترل	
۴/۷۷	۱۹/۰۰	۳/۸۲	۱۶/۵۹	۲۰	آزمایش	خانواده و دوستان
۳/۰۰	۱۶/۹۶	۳/۱۷	۱۷/۰۴	۲۰	کنترل	
۶/۲۴	۲۲/۳۴	۵/۱۹	۲۰/۸۵	۲۰	آزمایش	نقش مساوات‌طلبی
۴/۸۸	۲۰/۰۰	۵/۰۲	۲۰/۰۶	۲۰	کنترل	
۵/۰۰	۲۱/۹۳	۳/۵۵	۱۸/۲۸	۲۰	آزمایش	جهت‌گیری مذهبی
۳/۲۸	۱۸/۴۰	۳/۳۱	۱۸/۴۴	۲۰	کنترل	
۱۱/۰۰	۹۶/۱۵	۹/۵۴	۸۴/۶۶	۲۰	آزمایش	رضایت زناشویی
۸/۴۱	۸۲/۰۷	۸/۶۶	۸۲/۲۱	۲۰	کنترل	

جدول ۳- نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض همگنی خطای واریانس‌ها

معناداری	درجه آزادی ۲	درجه آزادی ۱	آماره F	متغیرهای وابسته
۰/۱۸۱	۳۸	۱	۱/۸۷۹	طرح‌واره جنسی
۰/۵۷۰	۳۸	۱	۰/۳۳۱	رضایت زناشویی

یافته‌های تحلیل کوواریانس جدول شماره ۴ حاکی از آن است که تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات طرح‌واره جنسی و رضایت زناشویی برحسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون معنادار بوده است ($P < 0/05$). به این ترتیب در مرحله پس‌آزمون باعث بهبود ۰/۶۶ طرح‌واره جنسی و ۰/۶۸ رضایت زناشویی در مشارکت‌کنندگان گروه آزمایش شده است. بنابراین، مداخله به روش آموزش جنسی در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات این متغیرها از پژوهش داشته است ($P < 0/05$).

جدول شماره ۳ نتایج آزمون لوین را نشان می‌دهد و چون سطح معناداری به دست آمده بزرگ‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد، بنابراین شرط همگنی واریانس خطاها رعایت شده است. از آنجایی که خطای واریانس‌های بین گروهی دارای همگنی می‌باشد می‌توان از آزمون پارامتریک تحلیل کوواریانس در این پژوهش استفاده کرد. همان گونه که در جدول شماره ۴ ملاحظه می‌شود آزمون‌های چهارگانه تحلیل کوواریانس مربوط به تفاضل متغیرهای پژوهش از لحاظ آماری معنادار می‌باشند. بنابراین دوگروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از متغیرهای مورد مقایسه دارای تفاوت معنادار می‌باشند.

جدول ۴- نتایج کلی تحلیل کوواریانس در دو گروه آزمایش و کنترل از لحاظ نمرات پیش آزمون و پس آزمون در مؤلفه‌های پژوهش

نام آزمون	مقدار	F	DF فرضیه	DF خطا	معناداری (P)	مجذور اتا	توان آماری
آزمون اثر پیلای ^۱	۱/۰۰۰	۷/۶۷۹	۵	۱/۰۰۰	۰/۰۲۷	۱/۰۰۰	۰/۹۳۲
آزمون لامبدای ویلکز ^۲	۰/۰۰۹	۷/۶۷۹	۵	۱/۰۰۰	۰/۰۲۷	۱/۰۰۰	۰/۹۳۲
آزمون اثر هتلینگ ^۳	۳/۸۴۰	۷/۶۷۹	۵	۱/۰۰۰	۰/۰۲۷	۱/۰۰۰	۰/۹۳۲
آزمون بزرگترین ریشه روی ^۴	۳/۸۴۰	۷/۶۷۹	۵	۱/۰۰۰	۰/۰۲۷	۱/۰۰۰	۰/۹۳۲

جدول ۵- تحلیل کوواریانس آموزش جنسی بر طرح‌واره جنسی و رضایت جنسی در گروه‌های آزمایش و کنترل بعد از کنترل متغیر مداخله‌گر (پیش‌آزمون)، در مرحله پس‌آزمون

مقیاس	متغیر شاخص	Df	میانگین مجذورات	ضریب F	P-value	میزان تأثیر	توان آماری
طرح‌واره جنسی	پیش آزمون	۱	۲۱۱/۷۳	۱۸/۴۵	۰/۰۳۴	۰/۵۴۰	۰/۵۱۹
	عضویت گروهی	۱	۲۱۵/۵۶	۲۲/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۶۶۲	۰/۶۸۰
رضایت زناشویی	پیش آزمون	۱	۹۷/۷۵	۳۱/۱۴	۰/۰۳۴	۰/۵۲۳	۰/۴۴۸
	عضویت گروهی	۱	۱۰۵/۶۹	۳۴/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۶۸۳	۰/۷۵۴

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس نشان داد که تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات طرح‌واره جنسی بر حسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون معنادار بوده است ($P < 0.05$). بنابراین، مداخله به روش آموزش طرح‌واره جنسی در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات این متغیرها از پژوهش داشته است. نتیجه کلی گویای آن است که، مداخله به روش آموزش بر طرح‌واره جنسی اثربخش بوده است.

این یافته از پژوهش با نتایج مطالعات پیشین از جمله نتایج مطالعه نوبر^۵ (۱۹)، ، جدیدیان (۲۰)، ضیایی، شاملو و مشهدی (۲۱)، و دارینی، شفیع‌آبادی، نوابی‌نژاد و دلاور (۲۲) همسو می‌باشد.

در توجیه اثربخشی آموزش جنسی بر بهبود طرح‌واره جنسی مشارکت‌کنندگان چندین احتمال شایان ذکر است: تمرینات تجویز شده برای افراد با نارساکنش وری جنسی، فقط اعمال مکانیکی و فیزیکی صرف نیست بلکه این تمرینات جنسی می‌تواند به بروز واکنش‌های روانی پیچیده‌ای در افراد منجر شود. مثلاً با تمرینات تمرکز حسی در جلسات آموزشی از یک طرف واکنش‌های لذتبخش تقویت می‌شود و از سوی دیگر، مانع از بروز تنش‌های جنسی ناخواسته می‌شود. تعارضات درونی نیز به نحوی تحت تأثیر این تمرینات قرار می‌گیرد. این تمرینات در اغلب موارد نیز باعث کاهش تنش‌های جنسی پیش‌بینی نشده در طرفین می‌شود. ارتباط عاطفی زوج به طور خاص در طی این تمرینات افزایش می‌یابد و باعث می‌شود که بیشتر به هم ابراز محبت کنند. همچنین، در طی جلسات آموزشی به افراد اجازه داده می‌شود تا هیجانات خود را ابراز و آزادانه صحبت

کنند؛ که این ارتباط راحت و آزادانه معمولاً حالت اضطرابی را کاهش می‌دهد و تسهیل احساسات هر فرد در ارتباط را موجب می‌شود. جایگزین شدن اطلاعات حاصل از آموزش مهارت‌های جنسی مبتنی بر رویکردهای به روز علمی به جای اطلاعات جنسی محدود و در اکثر موارد نادرست شرکت‌کنندگان، می‌تواند دلیلی دیگر بر اثربخشی این مداخله باشد. یافته دیگر پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس نشان داد که تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات رضایت زناشویی بر حسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون معنادار بوده است. بنابراین، مداخله به روش آموزش جنسی در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات این متغیرها از پژوهش داشته است. نتیجه کلی گویای آن است که مداخله به روش آموزش جنسی بر رضایت زناشویی اثربخش بوده است. این یافته از پژوهش با نتایج مطالعات پیشین از جمله نتایج مطالعه لاک و لوک^۶ (۲۳)، گایو و هانگ^۷ (۲۴)الن^۸ و همکاران (۲۵)، گرافر، براتیان، زهراکار، شاکرمی و داورنیا (۲۶)، راستگو، گلزاری و براتی سده (۲۷)، نورانی پور، بشارت و یوسفی (۲۸)، رحمانی، مرقاتی خویی و صادقی (۲۹) همسو می‌باشد.

- 1- Pillai, s Trace
- 2- Wilk, s Lambda
- 3- Hotelling Trace
- 4- Roy, s Largest Root
- 5- Nobre PJ
- 6- Luk & Loke
- 7- Guo & Huang
- 8- Allen

مشکلات جنسی ناآگاهی از روش های جنسی نیست بلکه منع-هایی است که عشق را غیرممکن می‌سازد، مغایرت دارد. در تبیین این یافته می توان گفت که همانطور که بسیاری از مطالعات نشان داده‌اند که رضایت جنسی نقش بسیار مهمی در رضایت افراد از زندگی زناشویی شان دارد، بسیاری از افراد مخصوصاً در کشور ایران با اطلاعات ناقص و گاه حتی اشتباه وارد رابطه زناشویی می‌شوند که نتیجه آن رابطه‌ای با کیفیت پایین می‌باشد. ارائه اطلاعات صحیح در زمینه چرخه پاسخ جنسی، و تفاوت‌های زن و مرد در این زمینه و در ابراز عشق نه تنها احتمال بهبود مهارت‌های عملی زناشویی و رضایت زناشویی را افزایش می‌دهد بلکه باعث اصلاح بسیاری از باورهای اشتباه زوجین می‌گردد که این مسئله مخصوصاً در خانم‌ها بسیار حائز اهمیت می‌باشد زیرا همانطور که می‌دانیم مکانیزم راه‌اندازی میل جنسی در زنان به مقدار زیادی تحت تاثیر افکار و باورهای قرار دارد که در این زمینه و روابط زناشویی دارند؛ برخلاف مردان که به راحتی و خیلی زود از طریق حس بینایی و یا بویایی برانگیخته می‌شوند. بنابراین می‌توان گفت وقتی رضایت جنسی زوجین با کسب مهارت جنسی در رابطه زناشویی افزایش می‌یابد، به دنبال آن چون اغلب باورهای ناکارآمد نیز با چالش مواجه می‌شوند، و تعامل رضایت‌بخش‌تری بین زوج شکل می‌گیرد و میزان محبت و تفاهم احساس شده بین زوجین افزایش می‌یابد در نهایت رضایت زناشویی نیز افزایش می‌یابد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان این مقاله بر خود لازم می‌دانند که از تمامی مشارکت‌کنندگان در این مطالعه کمال تشکر و قدردانی را به عمل آورند.

رضایت‌مندی جنسی بعد مرکزی مطالعات در کیفیت رابطه است و به عنوان شاخصی برای کیفیت رابطه دسته‌بندی می‌شود. از این رو درک معنای رضایت‌مندی جنسی در چارچوب مفهوم رابطه‌های دو عضوی که در آن اعضا متعهد به جنس مخالف هستند، بسیار حائز اهمیت است (۳۰) میزان خرسندی از روابط جنسی و توانایی فرد در ایجاد لذت دو طرفه را رضایت جنسی می‌نامند. امروزه توجه به روابط جنسی مناسب میان زن و شوهر یکی از راه‌های دستیابی به آرامش و امنیت روانی شخص است که منجر به هدفمند شدن زندگی می‌شود. همچنین، زمینه داشتن احساسات مثبت نسبت به زندگی را فراهم می‌کند. فعالیت جنسی بخش مهمی از زندگی زناشویی است. بسیاری از زوجین در رابطه جنسی احساس راحتی و رضایت روانی می‌کنند. در زمان اضطراب و تنش، فعالیت‌های جنسی به زنان و مردان کمک می‌کند تا به طرز مناسبی با فشارها مقابله کنند و اثرات مضر آن‌ها را کاهش دهند. زوج‌هایی که از نوع فعالیت جنسی خود راضی نیستند، با مشکلات جنسی مواجه می‌شوند که عدم رضایت جنسی، نارضایتی زناشویی و اختلالات نابرابری و تعارضات زناشویی از جمله آن‌ها می‌باشد.

آموزش جنسی با بهبود رضایت جنسی زوجین می‌تواند نقش مهمی در سلامت خانواده، کاهش اختلافات زناشویی و افزایش تجارب لذتبخش جنسی داشته باشد. نتیجه به دست آمده با نظریه‌هایی چون روان‌کاوی، گشتالتی و مازلو که بیان می‌کنند نیاز جنسی یکی از نیازهای مهم بشر است که برانگیزاننده بسیاری از رفتارهای آدمی است و عشق و تمایلات جنسی در اغلب افراد با یکدیگر آمیخته‌اند و جدا از هم نیستند، همپوشانی دارد. اما چنین نتیجه‌ای با دیدگاه‌های آدلر، فروم، و هورنای که بیان می‌کنند رابطه محبت و تمایل جنسی یک رابطه حتمی و ضروری نیست، عشق نتیجه رضایت جنسی نیست و علت

References

1. Alayi M, Faridi A. Investigating Marital Infidelity from the Perspective of Payame Noor and Azad Universities' Students in Bileh Savar County in 2015. *Modern Applied Science*, [internet]. Canadian Center Of Science and Education ;2017 Jul 31; 11(8), 124.
2. Olson DH. Circumplex model of marital and family systems. *Journal of family therapy*. 2000 May; 22(2):144-67.
3. Nakhla Amroodi N, Tabatabai SH, SHafieian R. Marital Satisfaction and Related Determining Effectual Factors in Shiraz. *Iranian Journal Of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2003; 8(4(32)):56-63
4. Beck AT, Alford BA. *Depression: Causes and treatment*. University of Pennsylvania Press; 2009 Mar 25
5. Young JE. *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. 3. Sarasota, FL.
6. Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press; 2006 Nov 1.
7. Levin AO, Andersen BL. Sexual Self-Schema Scale—Women's Version. *Handbook of Sexuality-Related Measures*. 2013 Sep 13:287.
8. Pulverman CS, Boyd RL, Stanton AM, Mes-ton CM. Changes in the sexual self-schema of women with a history of childhood sexual abuse following expressive writing treatment. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2017 Mar;9(2):181.
9. Nouri M, Dolatshahi B, Dadkhah A, Falahatdoost M. The role of personality factors and sexual self-schema in body image dissatisfaction. *Practice in Clinical Psychology*. 2014 Apr 10; 2(2):127-34.
10. Lindgren KP, Schacht RL, Mullins PM, Blayney JA. Cognitive representations of sexual self-differ as a function of gender and sexual debut. *Archives of sexual behavior*. 2011 Feb 1;40(1):111-20.
11. Reissing ED, Laliberté GM, Davis HJ. Young women's sexual adjustment: The role of sexual self-schema, sexual self-efficacy, sexual aversion and body attitudes. *The Canadian Journal of Human Sexuality*. 2005 Jul 1; 14(3/4):77.
12. Bakhtiari S, Amari Z. The Relationship Between Relationship Between Relationship Between Sexuality and Marital Engagement among Married Teachers of Shahvaz. *Quarterly Journal of Noderology*, pp.2013 54-60.
13. Lieser ML, Tambling RB, Bischof GH, Murrey N. Inclusion of sexuality in relationship education programs. *the family JOUR*-[internet]. SAGE Publications; 2007 Oct; 15(4):374-80
14. Brown T, Swenson S. Identifying Basic Needs: The Contextual Needs Assessment. *International Journal of reality therapy*. 2005 May 1;24(2)
15. Laumann EO, Paik A, Glasser DB, Kang JH, Wang T, Levinson B, Moreira ED, Nicolosi A, Gingell C. A cross-national study of subjective sexual well-being among older women and men: findings from the Global Study of Sexual Attitudes and Behaviors. *Archives of sexual behavior*. 2006 Apr 1;35(2):143-59.
16. Mojtaba M, Saberi H, Alizadeh A. Women's sexual function: The Role Of Sexual-self Schema And Body Image. *Quarterly Journal of Health Psychology*. 2014,3(1)(9)60-52
17. Salimi M, Fatehizadeh M. The effect of sex education on sexual knowledge, self-expression and intimacy in married women of Mobarakeh city. *Psychological New Researchs Journal*. 2012;7(12):111-28.
18. Salimi M, Fatehizadeh M. The effect of sex education on sexual knowledge, self-expression and intimacy in married women of Mobarakeh city. *Psychological New Researchs Journal*. 2012;7(12):111-28.
19. Nobre PJ. Psychological determinants of erectile dysfunction: Testing a cognitive-emotional model. *The journal of sexual medicine*. 2010 Apr;7(4pt1):1429-37.
20. AhmadAli j, Maryam B. The Effect of Cognitive Behavioral Training on the Sexuality of Married Women in Hamedan. *Third International Conference on Psychology, Tehran*. 2016
21. Ziaee P, Sepehri Shamlou Z, Mashhadi A. The effectiveness of Sexual Education focused on cognitive schemas, on the Improvement of Sexual functioning among female married students. *Evidence Based Care*. 2014 Jul 1; 4(2):73-82.
22. Daryini M, ShafiAbadi A, Navabinejad S, Delavar A. The Effectiveness of Schema Therapy on Increase of woman Sexual Satisfaction. *Educational Administration Research Quarterly*. 2013; 4(3(15)).
23. Luk BH, Loke AY. The impact of infertility on the psychological well-being, marital relationships, sexual relationships, and quality of life of couples: a systematic review. *Journal of sex & marital therapy*. 2015 Nov 2;41(6):610-25.
24. Guo B, Huang J. Marital and sexual satisfaction in Chinese families: Exploring the moderating effects. *Journal of sex & marital therapy*. 2005 Jan 1; 31(1):21-9
25. Allen ES, Rhoades GK, Stanley SM, Loew B, Markman HJ. The effects of marriage education for army couples with a history of infidelity. *Journal of Family Psychology*. 2012 Feb;26(1):26.
26. Graffar A, Golzari M, Barati Sedeh F. The

Effect of Sex Education on Sexual Satisfaction of Married Women in Bojnourd City. Zanko Journal of Medical Sciences .2017;18(56):33-46

27.Rastgo N, Gozzari, Mahmoud, and Barati A, Sadeh F. The Effectiveness of Sexual Knowledge and Attitude With Marital Satisfaction Women sex. Clinical Psychology Studies.2015; 5 (17).

28.Nourenipour R, Basharat MA, and Yousefi E.An. Investigation of The Correlation between Sexual Knowledge and Sexual Attitude with Marital Satisfaction. Among Sarried Couples inhabiting in Married Students Dormitory at Shahid Beheshti University. Counseling Re-

search And Development.2008;6(24).27-39

29. Rahmani A, Merghati KE. Sexual satisfaction and its relation to marital happiness in Iranians.

30.Gerafar A, Baratian A, Zaharakar K, Shakrami M, and Davarniya R. The Impact of Sexual Education on the Sexual Satisfaction of Married Women in Bojnourd. Zanko Journal of Medical Sciences.2017;18(56#Go 0433):33-46.

The Effectiveness of Sexual Education on Sexual Schema and Marital Satisfaction in Married Women.

Sanei F (MA), Mehrabi KoliBiki H (Ph.D)*, Sedaghat M (Ph.D), Zarandi F (MA).

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to investigate the effect of sexual skills training on women's sexual schemas and marital satisfaction of married women.

Methods: The statistical population of this study was married women in Tehran. 40 subjects were selected according to the criteria for entering the research. They were randomly assigned to the experimental and control groups and the instruments of this research included: Female Sex Scheme Questionnaire (Chernavsky Anderson) and Enrique's marital satisfaction questionnaire, the data were collected. The present research project is a pre-test semi-experimental type and post-test with control group. At first, two groups were tested and then educational intervention was performed on 6 sessions of 90minutes in one session per week for the experimental group. After completing the educational program, a post-test was performed for both groups

Results: The results of the analysis of hypotheses by using correlation coefficient analysis and covariance analysis showed that sexual skills training is effective on marital satisfaction and sexual education is effective on sexual planning and there is a positive relationship between marital satisfaction and marital satisfaction. There is significant meaning.

Conclusion: The results of this study showed that the training of sexual Education is effective in improving the sexual orientation and marital satisfaction of married women.

Keywords: Effectiveness of Sexual Education, Sex Scheme, Marital Satisfaction.

*Correspondent Address: Teacher-researcher in PS2 Laboratoire, University of Lyon