

تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر دانش و نگرش جنسی زنان متأهل

Effectiveness of sexual skills education on sexual attitude and knowledge in married women □

Esmacil Sadri Damirchi

Parviz Poorzor

Fariba Esmaili Ghazivaloii

اسماعیل صدری دمیرچی*

پرویز پرزور**

فریبا اسماعیلی قاضی‌ولونی***

Abstract

The aim of this study was to investigate the effectiveness of sexual skills education on sexual attitude and knowledge in married women. The study adopted a semi-experimental design with pretest-posttest with control group. Statistical population included all married women referred to counseling centers and mental health in Uremia City in 2016. Thirty-six participants were randomly selected and divided into experimental (n=18) and control (n=18) groups. The Sexual Attitude and Knowledge scale used to collect the required data. After implementing the pretest, the experimental group received sexual skills education program for 1 hour in 8 sessions, once a week. After the training, the posttest repeated for two groups, and data analyzed by using the covariance analysis. Results show that the mean difference between the two groups in Sexual Attitude and Sexual Knowledge on the post-test and follow-up test ($P < 0.01$). Based on the results of the study, it concluded that sexual skills education could significantly enhance the sexual knowledge and attitude in married women. With the rapid increase in the number of married women, sexual skills education is highly recommended.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر روی دانش و نگرش جنسی زنان متأهل شهر ارومیه به انجام رسید. پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش را زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و سلامت روانی شهر ارومیه در سال ۱۳۹۵ تشکیل می‌دادند، از میان آن‌ها ۳۶ نفر که دارای شرایط ورود به نمونه بودند و نمرات پایینی در مقیاس رضایت زناشویی کسب کرده بودند، به صورت نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۸ نفر) و گواه (۱۸ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش مهارت‌های جنسی دریافت کردند، ولی گروه گواه هیچ آموزشی دریافت نکردند، برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ (ENRICH) و دانش و نگرش جنسی (SKAS) بشارت استفاده شد و برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس به کار برده شد. برآمدهای پژوهش نشان داد آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش دانش و نگرش جنسی مؤثر بوده است و میانگین نمرات دانش و نگرش جنسی پس‌آزمون گروه آزمایش در سنجش با گروه گواه تفاوت معنی‌داری داشت ($p < 0.01$)؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت آموزش مهارت‌های جنسی مایه افزایش دانش و نگرش جنسی در زنان شده است؛ بنابراین آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند در بهبود روابط جنسی متعادل و پیشگیری از آسیب‌های وابسته به این گستره در خانواده‌ها نقش بسزایی داشته باشد.

Keywords: sexual attitude and knowledge, sexual skills education, married women

واژگان کلیدی: دانش و نگرش جنسی، آموزش مهارت‌های جنسی، زنان.

مقدمه

غریزه جنسی^۱ در زمره بنیادی‌ترین عوامل برپایی و تحول خانواده قرار دارد (قربان شیروودی، شفتی و رشیدی، ۲۰۱۴). کنشگری جنسی و جنسیت بخش برجسته‌ای از زندگی زناشویی است (دهقانی، محمدخانی و یونسی، ۱۳۸۵). دانش و نگرش جنسی چگونگی دیدگاه همسران را در موقعیت‌های جنسی متأثر ساخته و در آشکار ساختن چگونگی آموخته‌های آن‌ها در میل، برانگیختگی و انزال بسیار کارساز است. برخورداری از مهارت‌های ارتباطی و جنسی بایسته می‌تواند فرد را در دستیابی به شناخت فراخور درباره مسائل جنسی یاری داده و آگاهی جنسی او را گسترش دهد (اسپنس، ۲۰۱۰؛ ترجمه توزنده‌جانی و همکاران، ۱۳۸۹). دانش و آگاهی درباره مسائل جنسی زندگی را تغییر داده و آن را بهتر می‌کند و نبود آگاهی و ندانستن شیوه‌های پسندیده برپایی رابطه جنسی می‌تواند تعاملات میان‌فردی را به خطر بیندازد و زندگی زناشویی آن‌ها را متأثر سازد (بلوریان و گنجلو، ۱۳۸۷). فقدان برخورداری از دانش کافی درباره مهارت‌های جنسی و فراگیر بودن نگرش‌های اشتباه درباره این موضوع از مشکلات چشمگیر خانواده‌های ایرانی است (رحمانی، صادقی، اله‌قلی، میرقاسمی و خوئی، ۱۳۸۹). همچنین وجود کج‌فهمی‌ها و موانع اجتماعی و فرهنگی در راه آموزش مفاهیم و آشکارسازی درست آنچه به نام رویدادهای جنسی شناخته می‌شود، مایه نبود یا سطح پایین اندازه و چگونگی خدمات وابسته به بهداشت جنسی و مسائل وابسته به آن شده است (جهان‌فر و مولایی‌نژاد، ۱۳۸۴). زنان و مردان ما در جامعه سنتی هنوز به وظایف خود درباره فراهم آوردن لذت برای دیگری آگاهی ندارند و معمولاً رابطه جنسی یک‌طرفه انجام می‌شود. با نگرستن به زمینه‌های فرهنگی موجود درباره رابطه جنسی و به‌خصوص نقش زنان در این رابطه می‌توان گفت زنان با دشواری‌های بیشتری روبرو هستند (بلوریان و گنجلو، ۱۳۸۷). می‌توان گفت علی‌رغم اینکه گرایش‌های جنسی ذاتی و غیرارادی می‌باشند، نگرش و رفتارهای جنسی آموختنی هستند (کلیتون^۲، ۲۰۱۰).

1. sexual instinct

2. Clayton

هنگام سده بیستم تا هنگام فراگیر شدن آموزش مهارت جنسی^۳، در برخورد با مشکلات جنسی، یا سخنی درباره آن گفته نمی‌شد و یا در حیطه مذهب و فلسفه به آن پرداخته می‌شد، هر انگاره‌ای که در این باره پیش کشیده می‌شد به باورها و ارزش‌های آن دوره بستگی داشت. این انگاره‌ها بر یافته‌های دانش جنس‌شناسی استوار نبود. در اواخر دهه ۱۹۴۰ و آغاز دهه ۱۹۵۰ پژوهش‌های آلفرد کینزی و همکارانش مایه دگرگونی‌ای در این امر گردید، بر پایه اینکه جنس‌شناس می‌تواند به مقوله‌بندی و توصیف حیطه رفتار جنسی بهنجار پردازد. پس از آن ویلیام مستر و ویرجینیا جانسون چرخه پاسخ جنسی انسان را در چهار سطح برانگیختگی، برانگیختگی ممتد و یکنواخت، اوج لذت جنسی و سرانجام، مقوله‌بندی کردند (هرتلین، ویکز و گامبزکا^۴، ۲۰۱۰). آموزش مهارت‌های جنسی مانند بیشتر شیوه‌های درمانی به گونه‌ایی تعریف شده که دو فرایند درمان و رشد را در برگیرد. گرچه در آموزش مهارت‌های جنسی، مراجع تنها خواهان درمانی برای مشکلات جنسی‌اش است، ولی باید توجه داشت آموزش‌های جنسی تنها بر روی مسئله جنسی تمرکز ندارد (فولی، کوپ و اسوات^۵، ۲۰۱۱)؛ زیرا هویت جنسی فرد مسئله‌ای تک‌بعدی نیست. از این رو انجمن آموزش و اطلاعات هویت جنسی آمریکا، هویت جنسی را دانش جنسی در گستره روابط، باورها، گرایش‌ها و رفتارهای فردی تعریف کرده است (گرین برگ و همکاران، ۲۰۱۳). آموزش مهارت جنسی روشی است که آگاهی فرد را در زمینه گرایش‌های جنسی، نگرش‌ها و ارزش‌های فرهنگی وابسته به آن افزایش می‌دهد و مایه بهبود و پیشرفت ارتباطات کارآمد در زمینه‌های جنسی می‌شود (محمودی، حسن‌زاده و حیدری، ۱۳۸۶). همچنین این آموزه‌ها می‌توانند مایه آشکار شدن صمیمیت بیشتر میان همسران، افزایش رضایت جنسی و کاهش پدیدار شدن این مشکلات و در نهایت افزایش رضایت زناشویی و رضایت از زندگی شوند (کریمی، دادگر، عافیت و رحیمی، ۱۳۹۱). از این رو کسب دانش درباره تاریخچه جنسی خود، شناخت و درک بدن خود، برپایی رابطه صلح‌آمیز با بدن خود، برپاداشتن رابطه جنسی بهتر، گسترش آسایش،

³. Sexual Skills Training

⁴. Hertlein, Katherine

⁵. Foley, Kope, Swart

اعتماد و رضایت جنسی نیز از عوامل کارساز در حمایت جنسی افراد هستند (فولی و همکاران، ۲۰۱۲).

نوشتارهای فراوانی درباره ارزشمندی آموزش و پیشبرد روابط جنسی سالم در زندگی زناشویی (قربان‌شیرودی و همکاران، ۲۰۱۴)، بررسی ابعاد جنسی انسان (گرین برگ و همکاران، ۲۰۱۳)، زمینه فرهنگی رضایت و نارضایتی جنسی (گراهام و همکاران، ۲۰۱۲)، نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۳)، آموزش موضوعات جنسی به زنان (فولی و همکاران، ۲۰۱۲) وجود دارد. بازبینی پیشینه پژوهش نیز روشن‌گر تأثیر آموزش مهارت جنسی بر ابعاد گوناگون زندگی همسران است. برآمدهای پژوهش‌های شاه‌سیاه و همکاران (۲۰۱۰)، کرمی و همکاران (۲۰۱۲)، حجت‌پناه و رنجبر کهن (۱۳۹۲)، پور حیدری و همکاران (۱۳۹۲) و محمدی و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که آموزش جنسی، تأثیر معنی‌داری بر افزایش رضایت زناشویی همسران دارد. برآمدهای پژوهش شمس‌مفرحه و همکاران (۲۰۱۰) نشان داد که مشاوره زناشویی، رضایت جنسی همسران را افزایش می‌دهد. دشتستان‌نژاد و همکاران (۱۳۹۳) نشان دادند که آموزش مهارت‌های جنسی پیش از ازدواج بر بهبود باورهای ناکارآمد جنسی همسران در شرف ازدواج کارآمد بوده است. راستگو، گلزاری و براتی سده (۱۳۹۳) نشان دادند که افزایش دانش جنسی مایه افزایش رضایت زناشویی زنان می‌شود. سلیمی و فاتحی زاده (۱۳۹۱) نشان دادند که آموزش جنسی به شیوه رفتاری-شناختی بر دانش، خود ابرازی و صمیمیت جنسی زنان متأهل تأثیر معنی‌داری داشت. دهقانی و همکاران (۱۳۸۵) در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های جنسی تأثیر معنی‌دار بر نگرش جنسی افراد دارد. آگنج و همکاران (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان دادند که میان آگاهی جنسی با رضایت از زندگی رابطه معنی‌دار وجود دارد. به‌نحوی که زنان آگاه از مسائل جنسی از زندگی خود رضایت بیشتری گزارش نمودند. همان‌طور که در بالا نام‌برده شد پژوهش ویژه‌ای در داخل و خارج از کشور به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش دانش و نگرش جنسی پرداخته نشده است که نیاز به گسترش پژوهش در این زمینه را می‌طلبد. از سویی دیگر به نظر می‌رسد که یادگیری درست مسائل و مهارت‌های جنسی همسران از پدیدار شدن اختلالات جنسی جلوگیری کرده و کمک می‌کند تا افزون بر افزایش خود کارآمدی جنسی،

در رویارویی با مسائل جنسی، برخورد پسندیده‌تری اتخاذ کنند که این امر در نوبه خود مایه افزایش رضایت از زندگی و به دنبال آن کمک به کاهش آمار طلاق (عوامل وابسته به مسائل جنسی) می‌گردد. چراکه پژوهشی در کشور نشان داده است که در میان همسران خواهان طلاق، ۱۱ درصد نبود تمکین و ۲ درصد سردمزاجی یا ناتوانی جنسی را عامل درخواست طلاق اعلام نموده‌اند. خانواده‌هایی که مشکلات جنسی دارند، در تربیت فرزندان هم ناکام‌اند و فرزندان این خانواده‌ها آماده انحرافات اخلاقی و فرهنگی هستند (کرمانی، ۱۳۹۰). با توجه به مطالب ارائه‌شده و پژوهش‌های انجام گرفته، بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر بالا بردن دانش و نگرش جنسی همسران بایسته به نظر می‌رسد. از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر روی دانش و نگرش جنسی متأهل شهر ارومیه است.

روش

پژوهش حاضر از دید هدف کاربردی و از دید شیوه گردآوری اطلاعات، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون همراه با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش را زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و سلامت روانی شهر ارومیه در سال ۱۳۹۵ تشکیل می‌دادند. برای گزینش نمونه گروه نخست با کسب مجوزهای لازم به مراکز مشاوره و سلامت روانی سطح شهر ارومیه مراجعه شد. ۳۶ نفر از میان زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره و سلامت روانی شهر ارومیه که شرایط ورود به نمونه را داشتند، به صورت تصادفی گزینش و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۸ نفر) و گواه (۱۸ نفر) جایگزین گشتند و درباره متغیرهای سن، اشتغال، تحصیلات هم‌تاسازی کمابیش شدند. با برگزاری جلسه‌ای افزون بر بیان اهداف و محرمانه بودن اطلاعات، آزمون مقیاس دانش و نگرش جنسی به عنوان پیش‌آزمون برگزار شد. ملاک ورود افراد به نمونه دربرگیرنده: تحصیلات دست کم سیکل، دریافت نمره پایین در مؤلفه جنسی رضایت زناشویی، دامنه سنی میان ۲۰-۴۵ بود و ملاک خروج از آزمون نبود رضایت به ادامه همکاری، گرفتن طلاق و مسافرت است. برآمدهای آمار توصیفی نشان می‌دهد ۵۵/۵۶ درصد از افراد گروه گواه و ۵۰ درصد افراد گروه آزمایش خانه‌دار، ۴۴/۴۴ درصد گروه گواه، ۵۰ درصد گروه آزمایش شاغل‌اند. همچنین برآمدها نشان می‌دهد، ۵۵/۵۶

درصد گروه گواه، ۵۵/۵۵ درصد گروه آزمایش دیپلم و زیر دیپلم با و ۴۴/۴۵ درصد گروه گواه، ۴۷/۵۴ درصد گروه آزمایش فوق‌دیپلم و بالاتر هستند.

ابزارها

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ (*ENRICH*). پرسشنامه انریچ به دست اولسون، فورنیر، جوئن و درانکمن در سال ۱۹۸۹ در آمریکا با هدف ارزیابی و شناسایی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا و شناسایی زمینه‌های قوت و پربراری روابط زناشویی ساخته شده است (ثنایی، ۱۳۸۸). فرم کوتاه این پرسشنامه دارای ۴۷ پرسش است که به وسیله سلیمانیان (۱۳۷۳) اعتباریابی شده است. برای هر یک از گزاره‌های این پرسشنامه پنج گزینه (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) به صورت طرح لیکرت منظور شده است که به ترتیب ۰، ۱، ۲، ۳، ۴ نمره‌گذاری می‌شوند. خرده‌مقیاس آن عبارت‌اند از: ۱- تحریف آرمانی ۲- رضایت زناشویی ۳- مسائل شخصیتی ۴- ارتباط ۵- حل تعارض ۶- مدیریت مالی ۷- اوقات آسایش ۸- رابطه جنسی ۹- فرزندان ۱۰- خانواده و دوستان ۱۱- نقش‌های مساوات‌طلبی ۱۲- جهت‌گیری مذهبی؛ که برخی از مؤلفه‌ها در فرم کوتاه حذف شده است. در این پژوهش از فرم ۴۷ پرسشی استفاده خواهد شد. همبستگی درونی این پرسشنامه با برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش شده است (سلیمانیان، ۱۳۷۳). در پژوهش دیگر اعتبار آزمون انریچ با به کارگیری ضریب همبستگی پیرسان و با روش باز آزمایی (به فاصله یک هفته) برای مردان ۰/۹۳۷ و برای زنان ۰/۹۴۴ به دست آمده است (مهدویان، ۱۳۷۶). همچنین عبدالله‌زاده (۱۳۸۲) در پژوهش خود آلفای کرون باخ پرسشنامه انریچ را ۰/۹۳ گزارش کرده است و این آزمون را بر روی ۳۵ زوج به فاصله ۱۲ روز دوباره اجرا کرد، همبستگی اجرای نخست با اجرای دوباره این آزمون ۰/۷۸ برای مردان و ۰/۸۳ برای زنان بوده است (ایرانی پور، ۱۳۹۱).

مقیاس دانش و نگرش جنسی (*SKAS*). برای سنجش این متغیر از مقیاس دانش و نگرش جنسی استفاده شد. این مقیاس به دست بشارت (۱۳۸۴) ساخته شد که دانش فرد درباره مسائل جنسی در روابط زناشویی و نگرش وی به آن را می‌سنجد. این مقیاس ۳۰ پرسش دارد که دو متغیر دانش و نگرش جنسی را در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت در دامنه ۱ تا ۵ می‌سنجد. هر کدام از دو خرده‌مقیاس دربرگیرنده ۱۵ پرسش که کمترین و بیشترین نمره ۱۵ تا ۷۵ است. پایایی

این مقیاس با روش آلفای کرون باخ برای خرده مقیاس دانش ۰/۹۱ و برای خرده مقیاس نگرش ۰/۸۸ به دست آمده است. همچنین در پژوهش بشارت و رنجبر کلاگری (۱۳۹۲) ضریب آلفای کرون باخ برای دانش جنسی، نگرش جنسی و نمره کل دانش و نگرش جنسی به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۷ و ۰/۹۱ گزارش شده است. ضریب آلفای کرون باخ در این پژوهش برای نمره کل ۰/۸۸، برای مؤلفه دانش جنسی ۰/۸۶ و مؤلفه نگرش جنسی ۰/۸۴ به دست آمد.

مداخله

گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای آموزش مهارت‌های جنسی را دریافت کرد. منظور از آموزش مهارت‌های جنسی در این پژوهش آموزش برقراری ارتباط جنسی درست و بایسته (بهداشتی) بر پایه روش آموزش مهارت‌های جنسی برگرفته از کتاب سلامت جنسی رافعی (نقل از کریمی و همکاران، ۱۳۹۱) است که همانند با گزارش زیر است:

جلسه نخست

هدف: خوشامدگویی - معارفه، بیان اهداف، ارزیابی تراز آگاهی و نگرش کنونی آزمودنی‌ها درباره مهارت‌های جنسی و بیان منطق آموزش، گفتگو درباره میل جنسی و تاریخچه نگرش درباره آن.

روش/اجرا: ایجاد حساسیت و جلب توجه اعضا به محتوای کلی جلسات، به کارگیری پرسش و پاسخ در راستای ارزیابی آزمودنی‌ها، بررسی همه پیشنهادها و طبقه‌بندی و راهبرد آن در جهت برنامه. اجرای پیش‌آزمون.

جلسه دوم

هدف: آشنایی آزمودنی‌ها با اهمیت تعامل‌های کلامی و غیر کلامی در برقراری رابطه جنسی، آشنایی با شرایط و ویژگی‌های یک رابطه جنسی مناسب (با الهام از تعریف جهانی رابطه جنسی خوب).

روش/اجرا: آموزش مهارت‌های برقراری یک ارتباط خوب (دربگیرنده مهرورزی‌های کلامی، عاطفی و نوازش‌ها) پیش از آغاز رابطه جنسی و طی مراحل آن و بایستگی وجود چنی ارتباطی، آموزش شیوه به کارگیری کلام برای نیازها و انتقاداتها.

جلسه سوم

هدف: آشنایی با نقاط حساس بدن، علائق جنسی زن و مرد و بررسی باورهای نادرست درباره رابطه جنسی.

روش/اجرا: آشناسازی گرایش‌ها و ترجیحات جنسی مردان و زنان، حالات گوناگون در رابطه جنسی. گفتگو و بررسی درباره باورها و دیدگاه‌های نادرست.

جلسه چهارم

هدف: افزایش دانش و نگرش جنسی از راه آموزش تن‌شناسی دستگاه تناسلی (زن و مرد) و چرخه پاسخ جنسی در زن.

روش/اجرا: روشن‌گری دستگاه تناسلی زن و مرد.

جلسه پنجم

هدف: آشنایی با اختلالات کارکرد، آشنایی با اختلال‌های جنسی در زنان، آشناسازی و شناخت بیماری‌های آمیزشی

روش/اجرا: روشن‌گری اختلالات جنسی، علائم، علل و راه‌های آغازین درمان، شناسایی بیماری‌های آمیزشی، آموزش راه‌های پیشگیری و راه‌های آغازین برای درمان و همچنین شناسایی موقعیت‌های تشدیدکننده بیماری‌های آمیزشی.

جلسه ششم

هدف: آشنایی با فن‌های تمرکز حسی و علائم آن، آشنایی با مهارت‌های ابراز هیجان و برقراری صمیمیت جنسی.

روش/اجرا: آشناسازی افسانه‌های جنسی، آموزش مهارت‌های تمرکز- توجه و آگاهی از علائم حسی، آموزش بیان هیجان و خود ابرازی جنسی، آموزش برقراری صمیمیت جنسی.

جلسه هفتم

هدف: آشنایی با سردکننده‌های جنسی و استانداردهای جذابیت

روش/اجرا: آموزش سردکننده‌های جنسی و آشکارسازی استاندارهای جذابیت،

جلسه هشتم

جمع‌بندی و چکیده کردن جلسه، پرسش و پاسخ، اجرای پس‌آزمون

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

پس از آموزش، از هر دو گروه دوباره پس‌آزمون به عمل آمد. سپس به منظور تحلیل داده‌ها، افزون بر شاخص‌های توصیفی، از روش آمار استنباطی دربرگیرنده تحلیل واریانس یک‌راهه (MANOVA) برای آزمون فرضیه‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار دانش و نگرش جنسی گروه‌ها

متغیر گروه	آزمون	میانگین	انحراف معیار
دانش جنسی	پیش‌آزمون	۲۲/۴۵۸۴	۲/۲۵۴۸۷
	پس‌آزمون	۲۳/۷۵۳۴	۲/۳۴۷۸۲
	پیش‌آزمون	۲۴/۵۴۱۷	۲/۳۸۲۱۱
	پس‌آزمون	۶۹/۴۶۶۴	۳/۸۷۴۲
نگرش جنسی	پیش‌آزمون	۱۸/۵۳۱۱	۲/۳۱۱۴۷
	پس‌آزمون	۱۷/۷۹۸۸	۲/۳۲۲۱۲
	پیش‌آزمون	۱۹/۱۱۲۴	۲/۲۴۷۱۲
	پس‌آزمون	۵۲/۲۴۴۵	۳/۴۵۵۴

همان‌طور که در جدول (۱) مشاهده می‌شود میانگین دانش جنسی پیش‌آزمون گروه گواه ۲۲/۴۵ و پس‌آزمون گروه ۲۳/۷۵ و پیش‌آزمون گروه مهارت‌های جنسی ۲۴/۵۴ و پس‌آزمون گروه مهارت‌های جنسی ۶۹/۴۶ است. افزون بر آن میانگین نگرش جنسی پیش‌آزمون گروه گواه ۱۸/۵۳ و پس‌آزمون گروه ۱۷/۷۹ و پیش‌آزمون گروه مهارت‌های جنسی ۱۹/۱۱ و پس‌آزمون گروه مهارت‌های جنسی ۵۲/۲۴ است.

با توجه به طرح پژوهش که از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون بود، برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. یکی از مفروضه‌های آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره، بررسی همسانی ماتریس‌های واریانس کوواریانس است که بدین

منظور، از آزمون باکس استفاده شده است. برای پس‌آزمون $F=0/696$ ، $P=0/6 > 0/05$ و $F=0/696$ و $Box\ s\ m=5$ و 110 . با توجه به اینکه میزان معنی‌داری آزمون باکس از $0/05$ بیشتر است، پس می‌توان نتیجه گرفت ماتریس واریانس کوواریانس‌ها همگن است. برای بررسی همگونی واریانس دو گروه از آزمون لوین استفاده شد؛ که در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. برآمدهای آزمون لوین جهت آشکار کردن برابری واریانس‌ها

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
دانش جنسی	۱/۲۶۹	۳	۵۶	۰/۰۸۷
نگرش جنسی	۰/۹۵۷	۳	۵۶	۰/۱۱۶

بر پایه برآمدهای جدول (۲)، آزمون لوین محاسبه شده درباره هیچ‌یک از متغیرهای موردبررسی از لحاظ آماری معنی‌دار نبود؛ بنابراین مفروضه همگونی واریانس‌ها نیز تأیید می‌گردد.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	P	مجذور تا
اثر پیلایی	۰/۹۹۰	۲۵۹۴/۷۷۱	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰
لامبدا ویلکز	۰/۰۱۰	۲۵۹۴/۷۷۱	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰
اثر هتلینگ	۹۴/۳۵۵	۲۵۹۴/۷۷۱	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۹۴/۳۵۵	۲۵۹۴/۷۷۱	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۹۹۰
اثر پیلایی	۰/۲۹۹	۱۱/۷۱۴	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۹۹
لامبدا ویلکز	۰/۷۰۱	۱۱/۷۱۴	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۹۹
اثر هتلینگ	۰/۴۲۶	۱۱/۷۱۴	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۹۹
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۰/۴۲۶	۱۱/۷۱۴	۲/۰۰۰	۵۵/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۲۹۹

همان‌طور که جدول (۳) نشان می‌دهد سطوح معنی‌دار همه آزمون‌ها سزاواری به کارگیری تحلیل واریانس چند متغیره را روا می‌سازد. این نتایج نشان می‌دهد که میان گروه آزمایش و گواه دست کم در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0/01$)، $11/71$

$F=0/70$ ، لامبدای ویلکز). مجذور اتا نشان می‌دهد تفاوت میان گروه‌ها با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنی‌دار است و میزان این تفاوت بر پایه آزمون لامبدا ویلکز $0/29$ است، یعنی ۲۹ درصد واریانس وابسته به ناسازگاری میان گروه‌ها برآمده از تأثیر متقابل متغیرهای وابسته است.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس آموزش مهارت‌های جنسی بر دانش و نگرش جنسی زنان متأهل

منبع تغییرات	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P	تا
مدل	دانش جنسی	۲۲۴۹۷۱/۲۶۷	۱	۲۲۴۹۷۱/۲۶۷	۴۹۷۰/۹۵۶	۰/۰۰۰	۰/۹۸۹
	نگرش جنسی	۲۱۷۸۰۳/۷۵۰	۱	۲۱۷۸۰۳/۷۵۰	۳۶۹۶/۰۶۴	۰/۰۰۰	۰/۹۸۵
پیش‌آزمون- پس‌آزمون	دانش جنسی	۲۴۶/۶۶۷	۱	۲۴۶/۶۶۷	۹/۴۲۸	۰/۰۰۳	۰/۱۴۴
	نگرش جنسی	۴۴۲/۸۱۷	۱	۴۴۲/۸۱۷	۷/۵۱۴	۰/۰۰۸	۰/۱۱۸
گروه	دانش جنسی	۱۱۹۷/۰۶۷	۱	۱۱۹۷/۰۶۷	۲۶/۴۵۰	۰/۰۰۰	۰/۳۲۱
	نگرش جنسی	۸۱۴/۰۱۷	۱	۸۱۴/۰۱۷	۱۴/۸۱۴	۰/۰۰۰	۰/۱۹۸
گروه* پیش‌آزمون- پس‌آزمون	دانش جنسی	۱۰۰۸/۶۰۰	۱	۱۰۰۸/۶۰۰	۲۲/۲۸۶	۰/۰۰۰	۰/۲۵۸
	نگرش جنسی	۱۰۰۰/۴۱۷	۱	۱۰۰۰/۴۱۷	۱۶/۹۹۷	۰/۰۰۰	۰/۲۳۳

بر پایه نتایج جدول (۴) میان شناخت مثبت و منفی جنسی پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0/01$) و میزان شناخت مثبت و منفی جنسی زنان متأهلی که دوره آموزش مهارت‌های جنسی را گذرانده‌اند بیشتر از زنان متأهلی است که در این دوره‌ها شرکت داده نشده‌اند. بنابراین آموزش مهارت‌های جنسی بر شناخت مثبت و منفی جنسی زنان متأهل تأثیر معنی‌دار دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر روی دانش و نگرش جنسی زنان متأهل شهر ارومیه بود. بر پایه نتایج به‌دست آمده میان دانش جنسی پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/01$). این نتایج در راستای یافته‌های شاه‌سیاه و همکاران (۲۰۱۰)، کرمی و همکاران (۲۰۱۲)، آگنج و همکاران (۱۳۸۸) و سلیمی و فاتحی زاده (۱۳۹۱) قرار داشت. کنشگری جنسی و جنسیت یک بخش مهم زندگی زناشویی است. درزمینه رابطه جنسی می‌توان گفت اگرچه زندگی سعادت‌مندانه تنها تاندازه‌ای

وابسته به رابطه جنسی است ولی این رابطه ممکن است از برجسته‌ترین علل خوشبختی یا نبود خوشبختی در زندگی زناشویی باشد، زیرا اگر این رابطه قانع‌کننده نباشد منجر به احساس محرومیت، ناکامی و به خطر افتادن سلامت روانی و سرانجام ازهم‌پاشیدگی خانواده می‌شود. شاید در گذشته چنین رفتاری بر پایه کوشش و خطا و نه بر پایه اطلاعات و دانش درست رخ می‌داد ولی آموزش جنسی یک تعیین‌کننده با ارزش در موفقیت ازدواج شمرده می‌شود. در این بین وجود آموزش‌های برای شناخت این مسائل جنسی بسیار دارای اهمیت است. آموزش جنسی یک فرآیند دائمی است که اگر به‌طور مناسب و به‌موقع داده شوند، به رشد جنسی سالم، بهداشت زناشویی، روابط زناشویی و نقش‌های جنسی کمک می‌کند. آموزش مهارت‌های جنسی در این جلسات، با دادن آگاهی به زنان درباره مسائل جنسی در مهارت‌های نایب‌جای جنسی، برپاداشتن رفتار سالم جنسی، کاهش مشکلات جنسی و پیشگیری از بیماری‌های جنسی کارآمد بوده است.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد میان نگرش جنسی پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0/01$). نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های شاه‌سیاه و همکاران (۲۰۱۰)، کرمی و همکاران (۲۰۱۲)، حجت‌پناه و رنجبر کهن (۱۳۹۲)، پور حیدری و همکاران (۱۳۹۲)، دشتستان‌نژاد و همکاران (۱۳۹۳) و دهقانی و همکاران (۱۳۸۵) همسو است. مسائل جنسی به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین نیازهای انسانی همواره مورد توجه بوده است. ماهیت پیچیده دوجانبه تعامل‌های جنسی مایه‌گردیده است تا بسیاری از کارآزمودگان اظهار دارند که به‌طور کلی مشکلات جنسی باید به‌عنوان مشکلی که از آن زن و شوهر است در نظر گرفته شوند نه به‌عنوان مشکلی که از آن هر یک از آن‌ها است (اسپینس، ۲۰۱۰؛ ترجمه توزنده جانی، ۱۳۸۹). نتایج آزمون نشان‌گر آن است که آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند صمیمیت و احساس نزدیکی بیشتری میان زن و شوهر و مایه تأثیر مثبت بر درک زن از شوهر با توجه به رفتارها و ویژگی‌ها در مسائل شخصیتی شود. همچنین رابطه میان زن و مرد را استوار کرده و در کنار برپایی جو صمیمی، احساسات، باورها و نگرش‌های زن را درباره نقشش در زندگی را مثبت کرده و روابط زناشویی را ماندگاری بخشد؛ و با کاهش تعارضات و تنیدگی‌ها مایه بالا بردن سطح رضایت از زندگی و همدلی و تفاهم گردد. از سوی دیگر آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند مایه رضایت از رابطه جنسی زنان در رابطه همسرشان

گردد. با داشتن رابطه جنسی مناسب و به دنبال آن کسب آرامش و مثبت بودن احساسات به این رابطه، نگرانی‌ها و دل‌مشغولی‌های زنان نسبت به رابطه جنسی کاهش یافته و جای آن را رضایت از موضوعات جنسی و آمیزش جنسی می‌گیرد و زمینه‌ساز برپایی احساس توافق در میان زن و مرد گردد.

نبود وجود مرحله پیگیری برای اطمینان از نتایج بلندمدت این آموزش و محدود بودن آن به جنس مؤنث از محدودیت‌های این پژوهش است. از این رو پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های بعدی مرحله پیگیری وجود صورت گرفته و چنین پژوهش در هر دو جنس صورت گیرد. همچنین با توجه به نتایج پیشنهاد می‌گردد سازمان بهزیستی کشور و دیگر سازمان‌های وابسته آموزش‌های به‌طور گسترده (آموزش‌های پیش از ازدواج و آموزش‌های پس از ازدواج) برای مسائل جنسی بر روی افراد برگزار گردد تا افراد با آگاهی از مسائل جنسی بتوانند از مشکلات پیوسته به مسائل جنسی و به دنبال آن کاهش رضایت زناشویی پیشگیری نمایند.

منابع

- اسپنس، سوزان (۲۰۱۰). *درمان اختلالات جنسی*. مترجم حسن توزنده‌جانی، مسعود محمدی، جهانشیر توکلی زاده، محمد دهگان‌پور. (۱۳۸۹). تهران: پیک فرهنگ.
- ایرانپور، رقیه (۱۳۹۰). *بررسی رضایت زناشویی با توجه به پنج عامل بزرگ شخصیتی*. دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر پایان‌نامه جهت دریافت مدرک کارشناسی ارشد رشته مشاوره.
- آگنج، نجمه، خسروی، صدرالله؛ و اسماعیلی، مریم (۱۳۸۸). *اثربخشی روابط جنسی بر رضایت از زندگی و پیشگیری از طلاق*. چهارمین کنگره سراسری خانواده و سلامت جنسی، آبان ماه، تهران.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۴ الف). *ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس دانش و نگرش جنسی*. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.
- بشارت، محمدعلی و رنجبر کلاگری، الهه (۱۳۹۲ ب). *ساخت و اعتباریابی مقیاس دانش و نگرش جنسی*. *روان‌شناسی معاصر*، ۸(۱): ۲۱-۳۲.
- بلوریان، زهره و گنجی، جواد (۱۳۸۶). *اختلال کارکرد جنسی و برخی عوامل مرتبط با آن در زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهر سبزوار*. *فصلنامه باروری و ناباروری*. ۸(۲): ۱۶۳-۱۷۰.

پور حیدری، سپیده، باقریان، فاطمه، دوستکام، محسن و بهادرخان، جواد (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی در زوج‌های جوان. *نشریه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۴(۱): ۲۲-۱۴.

ثنایی، باقر. (۱۳۸۸). *مقیاس خاتواده و ازدواج*. چاپ نخست، تهران: انتشارات بعث.

جهانفر، شایسته و مولایی‌نژاد، میترا (۱۳۸۴). *درس‌نامه اختلالات جنسی*. تهران: بیژن. ۵۷-۴۵.

حجت‌پناه، مینا و رنجبر کهن، زهره (۱۳۹۲). رابطه رضایت جنسی، رضایت زناشویی و رضایت زندگی همسران. *نشریه چشم‌انداز در روان‌شناسی کاربردی*، ۱(۱).

دشتستان‌نژاد، آمنه، عشقی، روناک و افخمی، ایمانه (۱۳۹۳). تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر باورهای ناکارآمد جنسی همسران در شرف ازدواج اصفهان. *مراقبت‌های پیشگیرانه در پرستاری و مامایی*، ۴(۲): ۱۴-۲۲.

دهقانی، اکرم، محمدخانی، پروانه و یونسی، سید جلال (۱۳۸۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر نگرش جنسی زوج‌های در شرف ازدواج. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، شماره ۳۰: ۳۸-۲۱.

راستگو، ناهید، گلزاری، محمود و براتی‌سده، فرید (۱۳۹۳). اثربخشی افزایش دانش جنسی بر رضایت زناشویی زنان متأهل. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۵(۱۷): ۳۵-۴۸.

رحمانی، اعظم، صادقی، نرجس، الله‌قلی، لیلا و عفت‌السادات، مراقاتی خوبی (۱۳۸۹). ارتباط رضایت جنسی با عوامل فردی در همسران. *نشریه پرستاری مامایی*. ۲۳(۶۶): ۱۴-۲۲.

سلیمی، مرجان و فاتحی‌زاده، مریم (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش جنسی به شیوه رفتاری-شناختی بر دانش، خود ابرازی و صمیمیت جنسی زنان متأهل شهرستان مبارکه. *فصلنامه پژوهش‌های نوین*، ۷(۲۸): ۱-۱۸.

کرمانی، زهرا و دانش، عصمت (۱۳۹۰). تأثیر نگرش مذهبی و هیجان‌خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران شهرستان پاکدشت. *مطالعات روان‌شناختی*. ۷(۲): ۱۲۹-۱۵۴.

کریمی، اقدس، دادگر، سلمه، عافیت، ملیحه و رحیمی، نفیسه (۱۳۹۱). بررسی تأثیر آموزش بهداشت جنسی بر رضایت جنسی همسران. *مجله زنان، مامایی و نازایی*، ۱۵(۴۲): ۳۰-۲۳.

محمدی، شهناز، عضوخربان، مهرناز و گودرزی، فریبا (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش رضایت زناشویی زنان. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۳(۵۰): ۱۳۹-۱۶۴.

محمودی، قهرمان، حسن‌زاده، رمضان و نیاز آذری، کیومرث (۱۳۸۶). تأثیر آموزش جنسی بر سلامت خانواده در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران. فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد، ۱۳(۲): ۶۴-۷۰.

مهدویان، فهیمه (۱۳۷۶). بررسی تأثیر آموزش و ارتباط بر رضایت مندی زناشویی و سلامت روانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، انستیتو روان‌پزشکی تهران.

Clayton, A. (2010). The pathophysiology of hypoactive sexual desire disorder in women. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 110(1):7-11.

Foley, S., Kope, S. A., & Sugrue, D. P. (2011). *Sex matters for women: A complete guide to taking care of your sexual self*. Guilford Press.

Ghorbanshiroudi, S., Shafti, V., & Rashidi, S. (2014). the effectiveness of sexthrapy with Kegal Practices on Orgasm Perception in Marred Women Who Refer to Tonekabon Obstetrics and Gynecology Specialized Clinic. *Journal of Social Issues & Humanities*, kindle edition, Volume 2, Issue 9, September 2014.

Greenberg, J. S., Bruess, C. E., & Oswalt, S. B. (2013). *Exploring the dimensions of human sexuality*. Jones & Bartlett Publishers.

Hertlein M., Katherine; (Editor). Weeks, Gerald R; (Editor) Gambescia, Nancy (Editor) (2010). *Systemic Sex Therapy*. New York: Routledge, kindle Edition.

Karami, F, Arian H, Soltani K, Khanabadi M. (2012). Exploring the Effectiveness of Group Training Based on Lazarus Multifaceted approach on Women's Marital Satisfaction. *Journal of Woman & Society*; (1): 21-37.

Shahsiyah, M., Bahrami, F., Etemadi, O & Mohebi, S. (2010). Effect of sex education on improving couples martial satisfaction in Isfahan. Article in Persian. *Journal Health Sys Res*; 6(4):69-97.

Shams Mofaraheh, Z., Shahsiyah, M & Mohebi, S. (2010). The Effect of martial counseling on sexual satisfaction of couples in Shiraz city. *Journal health system*; 6(3): 417- 424.