

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



عضویت در خبرنامه



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی



مباحث پیشرفته یادگیری عمیق؛ شبکه های توجه گرافی (GAN)

مباحث پیشرفته یادگیری عمیق؛
شبکه های توجه گرافی
(Graph Attention Networks)



آموزش استفاده از وب آو ساینس

کارگاه آنلاین آموزش استفاده از
وب آو ساینس



کارگاه آنلاین مقاله روزمره انگلیسی



اثربخشی آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی زوجین مهشید ساسان پور^۱

چکیده

زمینه و هدف: با توجه به اینکه افکار و باورهای ناکارآمد در خصوص مسائل جنسی بر رضایت زناشویی زوجین تاثیر می‌گذارد؛ ارائه راه‌کارهای مناسب می‌تواند رضایت زناشویی زوجین را افزایش دهد. به همین منظور پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان اثربخشی آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی زوجین انجام شد.

روش بررسی: پژوهش حاضر از نوع آزمایشی (طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل و انتساب تصادفی) می‌باشد. نمونه آماری پژوهش شامل ۱۲۰ زوج بود که از میان والدین دانش‌آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر اصفهان در سال ۱۳۹۲ به روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند و پس از تکمیل پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ به طور تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل (۶۰ زوج برای هر گروه) قرار گرفتند. بعد از اتمام دوره ۱۰ جلسه‌ای دو ساعته آموزش بازسازی شناختی جنسی در گروه آزمایشی، مجدداً پرسشنامه رضایت زناشویی به عنوان پس‌آزمون در هر دو گروه اجرا شد. سپس داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون آماری تحلیل کواریانس در نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که آموزش بازسازی شناختی جنسی بر افزایش رضایت زناشویی و مولفه‌های آن در گروه آزمایشی به طور معناداری مؤثر بوده است ($P=0/05$).

نتیجه‌گیری کلی: آموزش بازسازی شناختی جنسی به نظر می‌رسد می‌تواند باعث افزایش رضایت زناشویی زوجین گردد؛ بنابراین این مداخله به عنوان برنامه‌ای مؤثر در جهت ارتقای رضایت زناشویی زوجین توصیه می‌گردد و می‌توان با اجرای آن به استحکام بنیان خانواده کمک کرد.

کلیدواژه‌ها: بازسازی شناختی جنسی، رضایت زناشویی، زوجین

^۱ نویسنده مسؤل: مهشید ساسان پور مدرس موسسه غیر انتفاعی سپاهان اصفهان



مقدمه

یکی از مهم ترین عواملی که بر بقاء، دوام و رشد خانواده اثر می گذارد، روابط سالم و مبتنی بر سازگاری و تفاهم بین اعضاء، به خصوص زن و شوهر است. روابط زناشویی رضایت بخش، زیربنای عملکرد خوب خانواده است و باعث رشد شایستگی و توانایی سازگاری و انطباق در بین اعضای خانواده می شود (۱). رضایت زناشویی به عنوان یکی از مهم ترین شاخصه های تعیین عملکرد خانواده، به حالتی اطلاق می شود که طی آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن احساس شادمانی و رضایت دارند (۲). در این راستا تعدادی از پژوهشگران رضایت زناشویی را احساس عینی خشنودی، رضایت، لذت زن و شوهر از تمامی روابط، انطباق بین همسران و عده دیگری رضایت زناشویی از یک رابطه را ارزیابی ذهنی فرد از آن رابطه و سازگاری درونی و بیرونی زن و مرد می دانند، به طوری که در موقعیت های مختلف زندگی تفاهمی دوجانبه بین آن ها به وجود آید (۳).

روابط جنسی یکی از علل مهم رضایت زناشویی به شما می آید، به طوری که اگر این رابطه راضی کننده نباشد منجر به احساس محرومیت، ناکامی و عدم احساس ایمنی می گردد. (۴). همچنین اطلاعات ناکافی یا غلط، افکار و اعتقادات ناسازگارانه در خصوص مسایل جنسی، از علل شایع مشکلات جنسی است و شناخت های ناسازگارانه و نقص در مهارت های شناختی مرتبط با اختلالات جنسی از قبیل توانایی خیال پردازی جنسی، باعث کاهش رضایت زناشویی زوجین می گردد (۵، ۶). بنابراین به منظور مداخله موثر و افزایش رضایت زناشویی زوجین، برخی از رویکردهای مشاوره، شیوه مداخلاتی خاصی را برای کمک به مراجعین ارائه می دهند. به طوری که یکی از رویکردهای مشاوره ای بر نحوه استفاده از تفکر، قضاوت، تصمیم گیری، عمل و احساس تاکید دارد. این رویکرد به گونه ای طراحی شده است که می تواند امکان افزایش مولفه های مثبت را در رضایت زناشویی فراهم آورد (۷). به عبارت دیگر این رویکرد با این فرض که علت اصلی ایجاد اختلال، شناخت تحریف شده و تفکر غیرمنطقی است، محور فعالیت های درمانی خود را بر اصلاح شناخت و تفکر قرار می دهد. در واقع به نوعی سعی در بازسازی شناختی افراد و زوجها دارد (۸). از این رو در روش بازسازی شناختی، باورها و عقاید جدید در الگوهای تازه تفکر، جایگزین باورهای قدیمی و کهنه می شوند. (۹).

بر این اساس رویکرد مورد نظر در این پژوهش زوج درمانی شناختی - رفتاری جنسی می باشد که علاوه بر کاربرد تکنیک های رفتاری و زوجی مسترز و جانسون همچون تمرکز حسی، درمان های شناختی را نیز



در درمان مشکلات جنسی مورد استفاده قرار می‌دهد. در واقع به جای تمرکز صرف بر جنبه‌های آشکار کارکرد جنسی، عوامل شناختی را نیز در جریان ارزیابی و درمان مورد توجه قرار می‌دهند (۱۰). برخی مطالعات تاثیر آموزش درمان شناختی - رفتاری را بر مولفه‌های رضایت زناشویی برجسته ساخته‌اند. به عنوان مثال باباپور و همکاران نشان دادند که درمان شناختی - رفتاری بر افزایش رضایت زناشویی موثر است (۵).

با توجه به اینکه باورهای غلط و غیرواقع‌بینانه می‌تواند بر رضایت زناشویی زوجین تاثیر بگذارد و ارتقای رضایت زناشویی از طریق آموزش بازسازی شناختی جنسی به زوجها یکی از راه‌کارهای مقابله با مشکلات ناشی از نارضایتی در روابط زناشویی است و با در نظر گرفتن اینکه تاکنون در خصوص موضوع مورد بحث در کشور ما مستقیماً مطالعه‌ای صورت نگرفته است و نقص عمیقی در مفاهیم تجربی موجود دیده می‌شود، انجام مطالعات بیشتر ضروری به نظر می‌رسد؛ به همین منظور پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان اثربخشی آموزش بازسازی شناختی جنسی بر رضایت زناشویی زوجین انجام شد.

روش بررسی

پژوهش حاضر از نوع آزمایشی بود که با استفاده از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل با انتساب تصادفی انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین (والدین دانش‌آموزان دختر مقطع ابتدایی) شهر اصفهان در سال ۱۳۹۲ بود. تعداد نمونه دربرگیرنده ۱۲۰ زوج (۲۴۰ نفر) بودند که به شیوه تصادفی از بین جامعه آماری انتخاب شدند. دلیل انتخاب نمونه از والدین دانش‌آموزان دبستانی این بود که با توجه به حجم بالای نمونه و گردآوری این تعداد افراد نیاز به محلی بود که بتوان افراد زیادتری که نمایانگر جامعه باشد را جمع‌آوری کرد و یا محلی که بتوان به صورت همزمان آموزش‌ها را انجام داد و با توجه به اینکه زوجها در این مقطع جوان‌تر هستند؛ آموزش‌ها بر روی آنها تأثیر بیشتری دارد و تمایل به همکاری در آنها بیشتر است.

روش نمونه‌گیری از نوع تصادفی چندمرحله‌ای بود که از بین ۵ ناحیه آموزش و پرورش شهر اصفهان، ناحیه ۳ به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و سپس از بین مدارس ناحیه برگزیده، یک دبستان دخترانه به روش تصادفی برگزیده شد. تعداد دانش‌آموزان این مدرسه ۳۶۰ نفر بودند. با استفاده از لیست ثبت‌نام دانش‌آموزان به طور تصادفی برای اولیای ۱۴۰ دانش‌آموز دعوتنامه فرستاده شد و پس از حضور از بین آنها ۱۲۰ زوج (۲۴۰ نفر) که شرایط ورود به پژوهش را داشتند انتخاب شدند. این افراد مجدداً به طور



تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۶۰ زوج) تقسیم شدند و هر دو گروه در ابتدا و انتهای پژوهش به پرسشنامه سلامت روان پاسخ دادند. برای گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۲ ساعته آموزش بازسازی شناختی جنسی برگزار شد، در گروه کنترل، آموزشی انجام نگرفت.

معیارهای ورود به مطالعه شامل متأهل بودن، نداشتن بیماری جسمی خاص و حاد، نداشتن اختلالات روانی، دارا نبودن مشکلات جنسی ناشی از بیماری‌های جسمی مثل دیابت و اعمال جراحی‌های لگنی بود و معیارهای خروج از مطالعه شامل والدین مجرد، مطلقه، تنها و بدون همسر و در حال جدایی، داشتن بیماری‌های جسمی و روحی شدید و یا داشتن افسردگی و اضطراب، دارا بودن ناتوانی جنسی ارگانیک ناشی از بیماری‌ها و صدمات جسمی، سوءمصرف مواد مخدر و الکل، اختلالات هورمونی، عدم همکاری و تمایل در شرکت در پژوهش، عدم حضور در ۳ جلسه پیاپی برای گروه آزمایش و عدم پاسخ به سوالات پرسشنامه بود.

ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه رضایت زناشویی و برنامه آموزشی بازسازی شناختی جنسی بود. پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی اینریچ توسط Olson و همکاران در سال ۱۹۹۲ ساخته شد و برای ارزیابی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا و شناسایی زمینه‌های قوت و ضعف رابطه زناشویی به کار می‌رود. همچنین از این پرسشنامه برای تشخیص زوج‌هایی استفاده می‌شود که نیاز به مشاوره و تقویت رابطه خود دارند. این پرسشنامه از ۳۵ سؤال و ۴ خرده مقیاس تشکیل شده است و براساس مقیاس پنج درجه‌ای (خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم، خیلی کم) نمره‌گذاری می‌شود. نمره بالاتر نشانه رضایت‌مندی زناشویی و نمره پایین‌تر بیانگر رضایت‌مندی زناشویی پایین است. خرده مقیاس‌های این پرسشنامه به شرح زیر است: تحریف آرمانی، رضایت زناشویی، ارتباط و حل تعارض (۱۱). ضرایب آلفای کرونباخ پرسشنامه اینریچ در مطالعه Olson و همکاران برای خرده مقیاس‌های فوق به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۱، ۰/۶۸، ۰/۷۵ محاسبه شد (۱۱). اعتبار بازآزمایی پرسشنامه در فاصله ۴ هفته بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۲ با میانگین ۰/۸۶ بوده است. عبادت‌پور در مطالعه‌ای پایایی این پرسشنامه را براساس آلفای کرونباخ ۰/۹۵ برآورد کرد (۱۲).

در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه رضایت زناشویی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ برآورد گردید. اعتبار پرسشنامه رضایت زناشویی با نظر ۸ نفر از اساتید دانشگاه روان‌شناسی دانشگاه ایروان مورد مطالعه و پس از انجام اصلاحات لازم مورد تأیید قرار گرفت.

برنامه آموزش بازسازی شناختی جنسی در این پژوهش توسط پژوهشگر ساخته شده است و به وسیله وی



در ۱۰ جلسه ۲ ساعته به صورت هفتگی در سالن اجتماعات مدرسه حافظ اصفهان با حضور زوج‌های گروه آزمایش با استفاده از پمفلت و فیلم‌های آموزشی، پاورپوینت و عکس، اجرا شد. محتوای جلسات آموزش بازسازی شناختی جنسی در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول شماره ۱: پروتکل درمانی مبنی بر آموزش بازسازی شناختی جنسی

عنوان جلسه	اهداف و روش
جلسه اول: (آشنائی و معارفه)	هدف: برقراری ارتباط - توضیح روش و اهداف جلسات - انجام پیش‌آزمون.
جلسه دوم: (نقش عوامل شناختی در روابط زناشویی)	هدف: شناسایی باورها و انتظارات غیرواقع بینانه زوجین - آموزش اصول A-B-C روش: بررسی انتظارات، باورها و تصورات زوجین در مورد صمیمیت و سازگاری زناشویی - نشان دادن تأثیر باورها بر احساسات و رفتارها
جلسه سوم: (افکار غیر منطقی و شناخت‌های ناسازگارانه جنسی)	روش: توضیح خطاهای شناختی - انواع تفکرات غیر منطقی و شناخت‌های ناسازگارانه جنسی - آشنائی با انواع تفکرات غیرمنطقی جنسی - تبیین اهداف و انتظارات واقع‌بینانه - آشنائی با انتظارات متقابل و توجه به ویژگی‌های مثبت یکدیگر
جلسه چهارم: (آموزش چهارچوب‌دهی مجدد شناختی)	روش: رفع سوء تفاهم ناشی از برداشت‌های غلط یا متفاوت از یکدیگر - روش‌های مقابله با باورهای غیرمنطقی، آموزش روش مجادله برای اصلاح باورهای غیرمنطقی.
جلسه پنجم: (مهارت‌های ارتباطی)	هدف: ایجاد مهارت‌های درک همدلانه و گوش دادن روش: ارزیابی الگوها و موانع ارتباطی زوجین - تمرین و آموزش مهارت‌های ارتباط کارآمد
جلسه ششم: (آموزش صمیمیت)	هدف: آموزش مهارت‌های افزایش صمیمیت روش: تعریف صمیمیت و ابعاد آن، آموزش چگونگی برقراری صمیمیت، تمرین شیوه‌های صمیمیت.
جلسه هفتم: (آموزش بهبود روابط جنسی - آشنائی با اختلالات شایع جنسی و راه‌های درمان آن)	هدف: آشنائی با فیزیولوژی جنسی و رفتار جنسی روش: بیان اهمیت رابطه جنسی - آشنائی با مراحل رشد، بلوغ و رشد جنسی - آشنائی با آناتومی دستگاه تناسلی زنان و مردان - آشنائی با چرخه پاسخ جنسی زنان و مردان - آشنائی با اختلالات جنسی زنان و مردان و راه‌های درمان آن
جلسه هشتم: (آموزش بازسازی شناختی افکار ناکارآمد جنسی زوجین، اصلاح باورهای جنسی)	هدف: کاهش مشکلات جنسی روش: عوامل بازدارنده رابطه صحیح جنسی، تشخیص اسطوره‌های جنسی غلط - از بین بردن باورها و اسطوره‌های منفی جنسی - آشنائی با نگرش‌های صحیح و غلط زوج درباره مسائل جنسی - تشریح تأثیر افکار و نگرش‌های منفی بر تثبیت ارتباط جنسی - بازسازی شناختی افکار ناکارآمد جنسی زوجین
جلسه نهم: (آموزش تکنیک‌های صحیح روابط جنسی)	هدف: چگونگی برقراری صمیمیت جنسی و آموزش تکنیک‌های صحیح روابط جنسی روش: آموزش چگونگی برقراری صمیمیت جنسی - آموزش هنر جنسی صحبت کردن - آشنائی با پیش‌نیازهای رفتار جنسی بررسی چرخه سیکل جنسی و رفتار جنسی - آشنائی با تکنیک‌های صحیح روابط جنسی و فواید کاربردهای هر تکنیک - آشنائی با بهداشت جنسی
جلسه دهم	پاسخگویی به سوالات - بازخورد در مورد آموزش‌ها - انجام پس‌آزمون.

در پژوهش حاضر اعتبار محتوای جلسات آموزش بازسازی شناختی جنسی در دو مرحله توسط ۸ نفر از اساتید دانشگاه روانشناسی دانشگاه ایروان مورد مطالعه و پس از انجام اصلاحات لازم مورد تأیید قرار گرفت. سپس داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از روش‌های آماری توصیفی شامل میانگین، انحراف



معیار و روش‌های آمار استنباطی شامل آزمون تحلیل کواریانس، در نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

پس از اجرای آموزش بازسازی شناختی جنسی، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد و سپس داده‌های مرتبط با پیش‌آزمون و پس‌آزمون استخراج شد. در پژوهش حاضر ۱۲۰ زوج شرکت کردند که میانگین سنی آنها در گروه آزمایش ۳۷/۵۵ سال (دامنه ۲۸ تا ۵۲ سال) و در گروه کنترل ۳۸/۵ سال (دامنه ۳۱ تا ۴۹ سال) بود. همچنین میانگین مدت زمان ازدواج در دو گروه آزمایش و کنترل به ترتیب ۱۳/۸۱ سال (دامنه ۷ تا ۲۵ سال) و ۱۲/۵۸ سال (دامنه ۸ تا ۲۶ سال) بود. میزان تحصیلات در گروه آزمایش شامل ۱۰ نفر زیر دیپلم، ۳۳ نفر دیپلم، ۱۲ نفر لیسانس، ۵۰ نفر فوق لیسانس، ۱۵ نفر دکتری و در گروه کنترل؛ ۱۳ نفر زیر دیپلم، ۲۶ نفر دیپلم، ۹ نفر لیسانس، ۵۸ نفر فوق لیسانس، ۱۴ نفر دکتری بودند. در جدول شماره ۲ آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) دو گروه کنترل و آزمایش در شرایط پیش‌آزمون و پس‌آزمون درج شده است.

جدول شماره ۲: آماره‌های توصیفی نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون رضایت زناشویی و مؤلفه‌های آن در دو گروه کنترل و آزمایش

پس‌آزمون		پیش‌آزمون		آزمون	مؤلفه‌های رضایت زناشویی
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	شاخص آماری	
۴/۲۶	۴۴/۸۵	۵/۳۵	۳۵/۷۵	آزمایش	رضایت زناشویی
۶/۰۴	۳۳/۶۰	۶/۱۴	۳۴/۵۵	کنترل	
۴/۵۵	۴۳/۹۵	۷/۲۰	۳۱/۱۵	آزمایش	ارتباط
۷/۶۵	۳۰/۸۰	۷/۴۵	۳۰/۴۰	کنترل	
۱/۸۴	۴۳/۲۰	۵/۱۸	۲۹/۷۰	آزمایش	حل تعارض
۸/۱۵	۲۷/۹۰	۵/۶۴	۲۷/۵۰	کنترل	
۰/۷۵	۰/۶۰	۳/۹۳	۱۷/۷۵	آزمایش	تحریف آرمانی
۴/۰۱	۱۶/۷۵	۴/۲۶	۱۶/۴۰	کنترل	

برای نشان دادن معناداری تفاوت بین نمرات فوق از تحلیل کواریانس استفاده شد. جهت بررسی پیش‌فرض‌های تحلیل کواریانس از آزمون لون برای بررسی تساوی واریانس خطای دو گروه استفاده شد



۰/۰۵ است. با توجه به این امر، پیش‌فرض همگنی واریانس‌های خطا در گروه‌های مورد مطالعه محقق شده است. بررسی همگنی شیب خط رگرسیون نیز از معنادار نبودن تعامل شرایط و پیش‌آزمون حمایت می‌کند. بنابراین هر دو پیش‌فرض در مرحله پس‌آزمون برقرار هستند. به این ترتیب می‌توان از تحلیل کواریانس برای تحلیل نمرات آزمون‌ها استفاده کرد.

نتایج تحلیل کواریانس برای مقایسه رضایت زناشویی مولفه‌های آن در گروه‌های مورد مطالعه در مرحله پس‌آزمون و پس از کنترل اثر پیش‌آزمون در جدول شماره ۳ ارائه شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه کنترل تفاوت معنی‌داری در رضایت زناشویی و مولفه‌های آن دیده می‌شود ($P=0/05$)؛ به طوری که پس از آموزش بازسازی شناختی جنسی در گروه آزمایش رضایت زناشویی زوجین افزایش یافته است (جدول ۳).

جدول شماره ۳: نتایج تحلیل کواریانس برای رضایت زناشویی و مولفه‌های آن

منابع	متغیر وابسته	مجموع تغییرات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
رضایت زناشویی	پیش آزمون	۲۱۱/۱۳۰	۱	۲۱۱/۱۳۰	۹/۳۲۳	۰/۰۰۴
	گروه	۱۱۰/۱۸۷۳	۲	۵۵۰/۹۳۷	۲۴/۳۲۸	۰/۰۵
	خطا	۱۲۰۰/۳۷۲	۵۳	۲۲/۶۴۷		
	کل	۱۰۱۹۱۴/۰۰	۶۰			
ارتباط	پیش آزمون	۴۶/۲۳۰	۱	۴۶/۲۳۰	۱/۵۸۴	۰/۲۱۴
	گروه	۱۵۲۳/۹۳۹	۲	۷۶۱/۹۷۰	۲۶/۱۰۳	۰/۰۵
	خطا	۲۰۸/۰۹	۵۳	۳/۹۳		
	کل	۹۵۲۱۹/۰۰	۶۰			
حل تعارض	پیش آزمون	۳۹۶/۰۵۰	۱	۳۹۶/۰۵۰	۱۰/۱۹۳	۰/۰۲
	گروه	۱۹۲۴/۴۸۳	۲	۹۶۲/۲۴۲	۲۴/۷۶۵	۰/۰۵
	خطا	۲۰۵۹/۳۲۹	۵۳	۳۸/۸۵۵		
	کل	۹۰۰۲۶/۰۰	۶۰			
تحریف آرمانی	پیش آزمون	۱۶/۵۹۰	۱	۱۶/۵۹۰	۱/۹۴۵	۰/۱۶۹
	گروه	۲۳۰/۸۱۴	۲	۱۱۵/۴۰۷	۱۳/۵۲۹	۰/۰۵
	خطا	۴۵۲/۰۹۹	۵۳	۸/۵۳۰		
	کل	۲۵۶۲۷/۰۰	۶۰			



بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش بازسازی شناختی جنسی باعث ارتقای رضایت زناشویی زوجین شده است. با توجه به اینکه تاکنون هیچ‌یک از مطالعات به بررسی موضوع مورد بحث در پژوهش حاضر نپرداخته‌اند، بنابراین پژوهشگر تلاش را بر آن داشته است که به ارائه تبیین یافته‌های پژوهش خود و مقایسه آن با نتایج مطالعات مشابه و همسو بپردازد. براساس یافته‌ها آموزش بازسازی شناختی جنسی، " تحریف آرمانی " زوجین متقاضی طلاق را افزایش می‌دهد. این یافته با مطالعات یونسی و همکاران همسو می‌باشد (۱۳)؛ بنابراین آموزش بازسازی شناختی جنسی از طریق تغییر باورهای غیرمنطقی و غلط باعث کاهش رابطه غیرواقعی بینانه زناشویی و افزایش رفتارهای پسندیده اجتماعی شده است.

یافته‌ها نشان داد که آموزش بازسازی شناختی جنسی، " رضایت زناشویی " زوجین متقاضی طلاق را افزایش می‌دهد. این یافته با مطالعات باباپور و همکاران همسو می‌باشد؛ این پژوهشگران نشان دادند که درمان شناختی - رفتاری بر افزایش رضایت زناشویی موثر است (۵). رضایت زناشویی به معنای رضایت و انطباق افراد با دو جنبه از رابطه زناشویی شامل ارتباط زناشویی و حل تعارض می‌شود (۱۴). در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که با توجه به اینکه رضایت زناشویی مجموعه درک، احساسات و اعتقادات، نگرش‌ها، پاسخ‌ها، توافق‌ها و علائق شخصی در زندگی زناشویی و رضایت از آن است؛ در این رابطه استفاده از برنامه‌های آموزشی بازسازی شناختی جنسی از طریق جایگزین کردن باورها و عقاید جدید در الگوهای تازه تفکر، رضایت‌مندی از زندگی زناشویی را افزایش می‌دهد.

براساس یافته‌ها آموزش بازسازی شناختی جنسی، " ارتباط " زوجین متقاضی طلاق را افزایش می‌دهد. این یافته با مطالعات فرقانی همسو می‌باشد (۱۵)؛ همچنین حسینی در پژوهشی نتیجه گرفت که آموزش درمان شناختی - رفتاری بر ارتقای ارتباط بین همسران مؤثر بوده است (۱۶). در تبیین یافته‌های حاصل می‌توان بیان داشت که با آموزش بازسازی شناختی جنسی بر نحوه ارتباط مؤثر زوجین نیز تاثیر می‌گذارد و این امر به بهبود تعاملات زوجین کمک می‌کند؛ به عبارت دیگر آموزش شیوه‌های کارآمد مهارت‌های درک همدلانه و گوش دادن، چهارچوب‌دهی مجدد شناختی و افزایش آگاهی و شناسایی افکار تحریف‌شده و تغییر باورهای غلط جنسی، به زوجین کمک می‌کند تا از احساسات،



نگرش‌ها و اعتقادات خود نسبت به میزان و چگونگی روابط زناشویی آگاه شوند و مهارت‌های تعاملی و ارتباطی خود را ارتقاء بخشند (۱۷).

همچنین یافته‌ها نشان داد که آموزش بازسازی شناختی جنسی، "حل تعارض" زوجین متقاضی طلاق را افزایش می‌دهد. این یافته با مطالعات باباپور و همکاران مطابقت دارد؛ این پژوهشگران در مطالعات خود دریافتند که آموزش بازسازی شناختی می‌تواند باعث احساسات مثبت، نزدیکی و صمیمیت به همسر، افزایش ارتباط زناشویی و در نتیجه تداوم آن، توان حل تعارض زوجین افزایش می‌یابد (۵)؛ به طوری که آموزش بازسازی شناختی جنسی باعث می‌شود که زوجین نگرش‌های واقع‌گرایانه‌ای درباره تعارضات موجود در روابط زناشویی داشته باشند (۱۷).

در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان بیان داشت که براساس رویکرد بازسازی شناختی این حوادث و رویدادها نیستند که فرد را ناراحت می‌سازند بلکه این طرز تفکر فرد است که حاصل باورها، طرحواره‌ها و نگرش اوست و بر شیوه پردازش اطلاعات تاثیر می‌گذارد و سبب بروز هیجانات و واکنش‌های وی می‌گردد (۱۸). لذا براساس این نظریه به نظر می‌رسد که باورها و طرز تفکرات زوجین، نوع و شدت واکنش‌های آنها را شکل می‌دهد. پس منطقی است که بتوان با بهره‌گیری از اصول و فنون این رویکرد به ارتقای شیوه تفکر و باورهای غیرمنطقی زوجین و در نهایت ارتقای رضایت زناشویی آنها امید داشت.

آموزش بازسازی شناختی جنسی به نظر می‌رسد می‌تواند باعث افزایش رضایت زناشویی زوجین گردد؛ بنابراین این مداخله به عنوان برنامه‌ای موثر در جهت ارتقای رضایت زناشویی زوجین توصیه می‌گردد و می‌توان با اجرای آن به استحکام بنیان خانواده کمک کرد. این پژوهش با محدودیت‌هایی نیز روبه‌رو بود از جمله؛ امکان صادق نبودن بعضی از آزمودنی‌ها در پاسخ به سوالات پرسشنامه، آموزش‌ها به صورت منسجم و گروهی در ایران انجام نشده بود و به خاطر مشکلات فرهنگی و شرم و خجالت در به کار بردن بعضی کلمات و تکنیک‌ها با احتیاط انجام شد، که شاید در رساندن حق مطلب اشکال ایجاد می‌کرد. بسیاری از زوجها واقعاً به مشاوره فردی (زوج درمانی) نیاز داشتند و این گروه‌ها (۱۰ جلسه آموزشی) کمک زیادی به آنها نمی‌کرد (لازم به ذکر است که افراد نیازمند به مشاوره فردی و زوجی بعد از دوره آموزشی تحت درمان و مشاوره قرار گرفتند). به دلیل آموزش گروهی و عمومی این آموزش‌ها مهارت‌های مورد نیاز



هر فرد و هر زوج را مدنظر قرار نمی‌دهد. به دلیل محدودیت زمانی پژوهش، پیگیری طولانی‌مدت نتایج امکان‌پذیر نبود. بنابراین جهت بالا بردن اعتبار بیرونی یافته‌ها به محققان علاقمند به این حوزه پیشنهاد می‌گردد که آموزش بازسازی شناختی جنسی را در جلسات و دفعات متعدد مورد بررسی قرار دهند و مطالعات پیگیری را در دوره‌های طولانی (حداقل یک سال) دنبال نمایند. عدم اطمینان از اینکه گروه آزمایش به درستی و به موقع به آموزش‌ها توجه کرده باشند. عدم وجود تحقیقات داخلی و خارجی مرتبط با موضوع پژوهش حاضر، ناتوانی در کنترل کامل متغیرهای مداخله‌گر، هماهنگی برای حضور زوجها و مسئولان نیز از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر به شمار می‌روند. همچنین از دیگر کاستی‌های این پژوهش، به کارگیری آموزش بازسازی شناختی جنسی و نادیده گرفتن سایر مداخلات مؤثر در ارتقای رضایت زناشویی زوجین می‌باشد. لذا پیشنهاد می‌شود اثربخشی این نوع مداخلات در مقایسه با سایر برنامه‌های آموزشی مورد بررسی قرار گیرد.

تقدیر و تشکر

پژوهش حاضر حاصل پایان‌نامه دکتری تخصصی روانشناسی بالینی می‌باشد. در اینجا بر خود لازم می‌بینم از اساتید محترم، کلیه آموزگاران، آموزش و پرورش استان اصفهان و کادر اجرایی مدرسه حافظ تقدیر و تشکر به عمل آورم.



فهرست منابع

1. Edalati A, Redzuan MR. Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science*, 2010;6(4): 132-7.
2. Labakhsh, P. Sudani, M & Shafiabady, A. Effectiveness of education after marriage on marital satisfaction, *Journal of Behavioural Sciences*, 2012. 11(4): 130-105.
3. Pourheydari. S. Bagherian. F. Doustkam. M. Bahadorkhan. J. The Effects of Life Skills Training on Marital and Sexual Satisfaction of Young Couples. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2013;14(1), 14-22. (Persian).
4. Jahanfar S, Molaenezhad M. Textbook of sexual disorders. 2th ed. Tehran: Nashr-e-Salemi: Bijeh Prss; 2005; 7-9. (Persian).
5. Babapour Kheirodin, J., Nazari, M.A., & Rashidzadeh, L, the effectiveness of cognitive-behavioral Therapy on intimacy and on marital satisfaction in chemical Veteran Couples. *Journal of Psychology*. 2011;24(6). 8-25. (Persian).
6. Etemadi, O, Evaluate and compare the effectiveness of psycho-educational approach based cognitivebehavioral and Relationship Therapy on intimacy of couples. Ph.D Thesis: Teacher Training University, 2005. (persian).
7. Toozande Jani M, Mohammadi J, Tavakolizade M. Translated: Sexual disorders therapy (behavioral-cognitive view). Spense H(editor). Tehran: Peike Farhang Prss; 2005; 189-310.
8. Cory G. Theory and practice of counseling and psychotherapy (7th Ed). New York: Cengage Learning :2012.
9. Firoz bakht M. Translated: Textbook of rational emotional Cognitive behavioral therapy. Elice, A. (Auther). 7th ed. Tehran: Roshd Prss; 2011; 38-89.
10. Kaplan, B.J. & Sadock, V.A. Synopsis of Psychiatry Bahavioural Science, Updated with DSM-5: 11th ed copyright. 2015.
11. Olson, D.H. Fournier, D.G. & Druckman, J. M. ENRICH: Enriching and nurturing relationship issues, communication, and happiness. Family inventories, Minneapolis. 1992.
12. Ebadatpour M, Standardization questionnaire marital communication patterns in Tehran, counseling psychology master's thesis, Tarbiat Modarres University, 2001, (Persian).
13. Younesi SJ and et al, Re-documentary style and marital satisfaction of spouses documents, The first congress of family pathology, Tehran, Beheshti University, 2005 (Persian).



14. Pourheydari. S. Bagherian.F. Doustkam. M. Bahadorkhan.J. The Effects of Life Skills Training on Marital and Sexual Satisfaction of Young Couples. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2013:14(1), 14-22. (Persian).
15. Forghani M, Evaluation of cognitive - behavioral therapy on marital satisfaction, Master's thesis, Isfahan, Faculty of Psychology and Educational Sciences, 2002. (Persian).
16. Hosseini Z, Evaluate the effectiveness of cognitive - behavioral therapy on marital satisfaction, Tehran, Allameh Tabatabai University master's thesis, 2004.(Persian).
17. Sasanpour M, Shahverdyan G, Ahmadi SA, The impact of Sexual Cognitive Reconstruction on reducing Sexual Problems and increasing sexual satisfaction of couples (elementary students Parents), Armaghane-danesh, Yasuj University of Medical Sciences Journal ,2014:19(11): 994-1007. (Persian).
18. Trip, S., Vernon, A., & McMahon, Effectiveness of rational-emotive education: a quantitative meta-analytical study. Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies, 2007:7(1), 81-93.



The effectiveness of cognitive restructuring sex marital satisfaction

Abstract

Background & aim: Given that the thoughts and dysfunctional beliefs about sexual issues have an impact on marital satisfaction ; Therefore, this study aimed to investigate the effectiveness of cognitive restructuring marital sex was consensual.

Material & Methods: Experimental study (pretest and posttest control group and random assignment) is. The sample consisted of 120 pairs of parents whose elementary school students in Isfahan in 2013 were selected by multistage random sampling method and after completing Enrich marital satisfaction questionnaire randomly assigned to two experimental and control groups (60 pairs for each group). After a two-hour 10-session cognitive restructuring sex in groups, marital satisfaction questionnaire as post-test in both groups. The data collected using covariance were analyzed in SPSS version 19.

Results: The results of analysis showed that cognitive restructuring sex education on marital satisfaction and its components in the experimental group was significantly more effective ($P = 0.05$).

Conclusion: Cognitive restructuring sex education seems to be the increase in marital satisfaction; So this intervention as effective programs to improve marital satisfaction and can be recommended for implementation helped to strengthen family bonds.

Key words: Cognitive restructuring sexual, Marital satisfaction, Couples

SID



سرویس های
ویژه



سرویس ترجمه
تخصصی



کارگاه های
آموزشی



بلاگ
مرکز اطلاعات علمی



عضویت در
خبرنامه



فیلم های
آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی



مباحث پیشرفته یادگیری عمیق؛
شبکه های توجه گرافی
(Graph Attention Networks)



کارگاه آنلاین آموزش استفاده از
وب آوساینس



کارگاه آنلاین مقاله روزمره انگلیسی