اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان، عزت نفس جنسی و رضایت جنسی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان

فروغ ریحانی اصل[1]، فلور خیاطان[2*]

۱- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان، اصفهان، ایران.

۲- استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول)

f.khayatan@yahoo.com ۰۹۱۳۲۲۶۳۸۲۰

تاریخ دریافت: ۹۶/۱۰/۵ **تاریخ پذیرش:** ۹۷/۱/۲۱

چکیده

مقدمه و هدف: آموزش مهارت‌های جنسی و اهمیت یادگیری آن می‌تواند باعث جلوگیری از بروز برخی تعارضات، اختلالات و مشکلات جنسی شود. هدف پژوهش حاضر اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان، عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره‌ی شهر اصفهان بوده است.

مواد و روش‌ها: روش تحقیق در این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. جامعه‌ی آماری پژوهش، زنان مراجعه‌کننده به یکی از مراکز مشاوره‌ی شهر اصفهان بودند که پرونده‌ای در خصوص مشکلات و مسائل جنسی در آن مرکز داشتند و به شیوه‌ی در دسترس، ۳۰ نفر از زنانی که شرایط حضور در پژوهش را داشتند به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) تقسیم شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌های پژوهش حاضر، پرسشنامه های برانگیختگی طرح‌واره‌های شناختی در بافت جنسی (QCSASC)، عزت‌نفس جنسی زنان (SSFIW) و رضایت جنسی زنان (ISS) بوده است. طول مدت اعمال متغیر مستقل (آموزش مهارت‌های جنسی) بر گروه آزمایش ۱۵ ساعت بود که طی شش هفته و به‌صورت هفته‌ای یک جلسه انجام گرفت. در مرحله پس‌آزمون دو گروه (کنترل و آزمایش) جهت بررسی اثربخشی مداخله با استفاده از پرسشنامه‌های فوق، مورد باز آزمایی قرار گرفتند.

یافته‌ها: یافته‌های این پژوهش از طریق آزمون تحلیل کوواریانس نشان دادند که آموزش مهارت‌های جنسی بر عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان تأثیر داشته است ولی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان مؤثر نبوده است.

نتیجه گیری: آموزش مهارت‌های جنسی بر عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان تأثیر دارد.

واژه‌های کلیدی: آموزش مهارت‌های جنسی، طرح‌واره‌های جنسی، عزت‌نفس جنسی، رضایت جنسی

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

مقدمه

زنان رکن اصلی خانواده را تشکیل می‌دهند و سلامت جسم و روان آن‌ها بر سلامت خانواده و تربیت فرزندانشان اثر مستقیمی دارد (۱). بر اساس مطالعات انجام‌شده ۴۰ درصد زنان، اختلالات جنسی را در دوران زندگی زناشویی خود تجربه می‌کنند (۲). این در حالی است که زنان به علت ارگاسم دیررس نسبت به مردان و نیز به علت عدم بیان نارضایتی خود، بیشتر از مردان درگیر مشکلات ناشی از اختلالات جنسی هستند (۳). همچنین، یک‌سوم زنان فقدان یا کمبود تمایل جنسی و یک‌چهارم از عدم تجربه ارگاسم رنج می‌برند (۴). در مطالعات انجام‌شده در ایران نیز شیوع اختلالات جنسی قابل‌توجه است. بیشتر اختلالات در مردان به انزال زودرس، اختلالات نعوظی و در زنان، اختلال در تحریک‌پذیری است (۵). با توجه به اینکه، همواره در طول تاریخ چرخه‌ی چرخش فرهنگی و آموزشی بر عهده‌ی زنان بوده است، به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند باعث استحکام بنیان خانواده شود.

فرد نه تنها از نظر جسمانی و زیست‌شناختی، بلکه از نظر عاطفی- روانی نیز تحت تأثیر خانواده قرار دارد. چرا که خانواده جایگاهی است که فرد می‌تواند با تکمیل شخصیت خویش، آماده‌ی پذیرش نقش‌های اجتماعی گردد (۶). با وجود اینکه تمایلات جنسی، ذاتی و غیرارادی می‌باشد، رفتارهای جنسی آموختنی هستند و ارضا و اغنای آن‌ها بنابر دین ما اسلام در بطن خانواده و با ازدواج صورت می‌گیرد (۷)؛ بنابراین، فعالیت جنسی نقش تعیین‌کننده در سلامت انسان دارد و به نظر می‌رسد که آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند کیفیت رابطه‌ی زناشویی را بالا ببرد (۸). آموزش مهارت‌های جنسی یک فرآیند طولانی است که افراد از طریق آن اطلاعات و دانش لازم در مورد مسائل جنسی را کسب می‌کنند و نگرش‌ها، عقاید و ارزش‌های خودشان را تشکیل می‌دهند. همچنین آموزش مهارت‌های جنسی فرآیندی است که به رشد جنسی سالم، بهداشت زناشویی، روابط بین فردی، عواطف، نزدیکی، تصور بدنی و نقش‌های جنسیتی کمک می‌کند (۹). یکی از عوامل مهم در فعالیت جنسی، افکار فرد یا شناخت او در مورد عمل جنسی یا توانایی او در مورد کنش‌وری (روابط) جنسی می‌باشد. افکار خودآیند، تصاویر و یا شناخت‌هایی هستند که به عنوان نتیجه‌ای از طرح‌واره‌ی شناختی یا باور بنیادین فرد گزارش می‌شود (۱۰). ارتباطات صحیح جنسی در زندگی زناشویی مانند نحوه بیان احساسات و عواطف به همسر، خود می‌تواند تأثیر متقابلی در روابط زناشویی و عزت‌نفس جنسی داشته باشد؛ بنابراین در یک ازدواج سالم، وجود یک رابطه جنسی مطلوب به نحوی که بتواند موجب تأمین رضایت طرفین شود، نقش بسیار مهم و اساسی در موقعیت و پایداری کانون خانواده را ایفا می‌کند (۱۱). بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، برنامه‌های آموزشی جنسی هم برای افرادی که هنوز فعالیت جنسی خود را آغاز نکرده‌اند و هم برای افرادی که فعالیت جنسی خود را آغاز کرده‌اند، یک نیاز به حساب می‌آید. علی‌رغم سطح سواد نسبتاً بالا در ایران که راه را برای برنامه‌های آموزشی هموار می‌کند، سیستم مراقبت‌های سلامت اولیه‌ی بسیار مؤثر و کارآمد، برنامه‌ی فوق تنظیم خانواده و برنامه‌های ملی برای سلامت باروری جوانان، موضوع آموزش مهارت‌های جنسی به طور کافی مورد عنایت قرار نگرفته است وخلاءهایی در این راستا در نظام مراقبت‌های سلامتی اولیه و نظم سلامت و تنظیم خانواده به چشم می‌خورد. تحقیقات متعددی که در

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

داخل کشور به انجام رسیده است نیز حاکی از نیاز مبرم و روزافزون به این‌گونه آموزش‌ها است (۱۲).

بر اساس مطالب فوق، محور این پژوهش بر روی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان، عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان مراجعه کننده به یکی از مراکز مشاوره شهر اصفهان بوده است و میزان تأثیر این مداخله‌ی آموزشی بر متغیرهای طرح‌واره‌های جنسی زنان، عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان موردبررسی و سنجش قرار گرفت.

مواد و روش‌ها

برای تحلیل داده‌های حاصل از پرسشنامه‌های پژوهش حاضر از نسخه ۲۳ نرم‌افزار SPSS و از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح توصیفی، از جداول و نمودار فراوانی و درصد فراوانی، محاسبه میانگین و انحراف معیار و در سطح استنباطی نیز در راستای سؤالات پژوهش که مبتنی بر مقایسه‌ی نمرات در دو گروه کنترل و آزمایش بوده و بعد از بررسی پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره (MANCOVA) استفاده شد. روش تحقیق در این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون – پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل می‌باشد. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر شامل زنانی است که به یکی از مراکز مشاوره شهر اصفهان مراجعه کرده‌اند و در خصوص مشکلات و مسائل جنسی در آن مرکز پرونده داشته‌اند. شرایط ورود به نمونه شامل تأهل، گذشتن حداقل یک سال از ازدواج، حداقل سن ۱۸ سال، حداکثر ۶۰ سال، داشتن تمایل به شرکت در جلسات آموزشی و دارا بودن سواد خواندن و نوشتن بوده است. همچنین به‌منظور رعایت اصول اخلاقی برای ورود به طرح پژوهش، رضایت همه‌ی افراد شرکت‌کننده کتباً گرفته شد و به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات به‌دست‌آمده از آنان (به‌صورت پرسشنامه‌های بدون نام و صرفاً کدگذاری شده) محرمانه نزد پژوهشگر باقی خواهد ماند. سپس به طور تصادفی ۱۵ زن به گروه آزمایش و ۱۵ زن به گروه کنترل تخصیص داده شدند. مداخله‌ی آموزشی (آموزش مهارت‌های جنسی) بر مبنای گزارش‌های درمان اختلال جنسی کینزی (۱۹۵۰) به مدت ۶ جلسه، هفته‌ای یک‌بار در مرکز مشاوره توحید اصفهان بر روی گروه آزمایش صورت گرفت (۱۳). دوره‌ی اجرای پژوهش دو ماه به طول انجامید و پس‌ازآن، پس‌آزمون بر روی هر دو گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. شرح اجمالی جلسات آموزش مهارت‌های جنسی در جدول (۱) ارائه‌شده است.

جدول ۱: خلاصه جلسات آموزش مهارت‌های جنسی

جلسات	عناوین	مدت‌زمان (ساعت)
اول	معارفه، هدف از برگزاری جلسات و قوانین گروه و بیان منطق آموزش	۱:۳۰
دوم	ارائه‌ی اطلاعات و دانش جنسی درباره‌ی آناتومی و فیزیولوژی جنسی زنان	۲:۱۵
سوم	ارائه‌ی اطلاعات و دانش جنسی درباره‌ی آناتومی و فیزیولوژی جنسی مردان	۲:۱۵
چهارم	تعریف مفاهیم مهم در رفتار جنسی، تمایلات جنسی بهنجار، نابهنجار و نگرش‌های پیرامون آن	۲:۱۵
پنجم	طبقه‌بندی کژ کاری‌های و اختلات جنسی بر اساس DSM5	۲:۱۵
ششم	آموزش سبک‌های ازدواج و رفتار جنسی مک کارتی ۱۹۹۴ و ارائه‌ی اطلاعات درباره‌ی شیوه‌های مقاربت جنسی	۲:۱۵
هفتم	جمع‌بندی مطالب و اجرای پس‌آزمون از دو گروه آزمایش و کنترل	۲:۱۵

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

در این پژوهش به‌منظور جمع‌آوری اطلاعات از سه پرسشنامه‌ی برانگیختگی طرح‌واره‌های شناختی در بافت جنسی (QCSASC)، عزت‌نفس جنسی زنان (SSFI-W) و رضایت جنسی زنان (ISS) استفاده گردید. پرسشنامه‌ی برانگیختگی طرح‌واره‌های شناختی در بافت جنسی (QCSASC) ابزاری است با ۲۸ آیتم که طرح‌واره‌های شناختی افراد هنگام قرار گرفتن در موقعیت‌های جنسی را می‌سنجد. قسمت اول پرسشنامه چهار موقعیت جنسی را ارائه می‌دهد که اختلال میل، اختلال برانگیختگی، دشواری‌های رسیدن به ارگاسم و واژینیسموس را اندازه می‌گیرد. نمره‌گذاری پرسشنامه در قسمت اول به‌صورت ۵ درجه‌ای از «هرگز اتفاق نیفتاده» تا «معمولاً اتفاق می‌افتد» است. ضریب آلفای کرونباخ در نمونه ایرانی برابر ۶۸٪ گزارش شده است.

پرسشنامه عزت‌نفس جنسی زنان (SSFI-W) این پرسش‌نامه توسط زینار و اسچوارز (۱۹۹۶) تهیه‌شده و شامل ۸۱ سؤال و ۵ زیرمقیاس است که عکس‌العمل عاطفی زنان را نسبت به ارزیابی‌های ذهنی‌شان درباره‌ی افکار و احساسات و رفتارهای جنسی اندازه‌گیری می‌کند. معیار زینار و اسچوارز دربرگیرنده‌ی جمله یا عبارت است که آزمودنی می‌بایست احساس واقعی خود را درباره‌ی هر یک با انتخاب یکی از شش گزینه‌ی «کاملاً موافقم»، «موافقم»، «تقریباً موافقم»، «تقریباً مخالفم»، «مخالفم» و «کاملاً مخالفم» نشان دهد که گزینه‌های آن به ترتیب از ۱ تا ۶ نمره‌گذاری می‌شود. پنج زیرمقیاس این پرسشنامه عبارت‌اند از مهارت و تجربه، جذابیت، کنترل، قضاوت اخلاقی، انطباق‌پذیری. زینار و اسچوارز دامنه‌ی همسانی درونی (آلفای کرونباخ) پرسشنامه را از ۰/۸۵ تا ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند که حکایت از پایا بودن پرسشنامه دارد. در ایران دانش و همکاران (۱۳۹۰) آلفای کرونباخ را برای زیر مقیاس جذابیت ۰/۹۱، کنترل ۰/۸۹، انطباق‌پذیری ۰/۸۵، قضاوت اخلاقی ۰/۸۲ و مهارت تجربه ۰/۸۹ و مقیاس کلی ۰/۸۸ به دست آوردند.

پرسشنامه رضایت جنسی هادسون (ISS) رضایت جنسی به عنوان یک ارزیابی ذهنی، شامل واکنش‌های تأثیرگذاری است که از ارزیابی روابط جنسی به‌طورکلی نشات می‌گیرد و سلامت عمومی فرد را از جنبه‌های گوناگون تحت تأثیر قرار می‌دهد. میزان رضایت جنسی با نمره‌ای مشخص می‌شود که هر آزمودنی در مقیاس ۲۵ سؤالی رضایت جنسی هادسون، هریسون و کروسکاپ کسب می‌کند. نمره گذاری پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای انجام می‌شود. روایی ابزار به‌وسیله‌ی روش اعتبار محتوا (پانل متخصصین) بررسی و تأیید شد. همچنین جهت تعیین پایایی این ابزار از روش آزمون مجدد استفاده گردید و r = ۰/۸۹ برای این پرسشنامه به دست آمد.

یافته‌ها

نتایج این جداول بیانگر اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان مراجعه کننده به یکی از مراکز مشاوره‌ی شهر اصفهان بوده است اما بر طرح‌واره‌های جنسی آنان اثر نداشته است. یافته‌های فوق نشان می‌دهد که میزان این مداخله در مرحله‌ی پس‌آزمون بین گروه آزمایش و کنترل به لحاظ میانگین متغیر عزت‌نفس جنسی و خرده مقیاس‌های (مهارت و تجربه، کنترل، قضاوت اخلاقی و انطباق‌پذیری) تفاوت معناداری وجود دارد؛ اما بین گروه آزمایش و کنترل به لحاظ میانگین خرده مقیاس جذابیت، تفاوت معناداری وجود ندارد.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

جدول ۲: توصیف متغیرهای طرح‌واره‌های جنسی و رضایت جنسی در بین گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	مرحله	میانگین	انحراف معیار
طرح‌واره‌های جنسی	آزمایش	پیش‌آزمون	۶۴/۸۷	۱۳/۶۸
		پس‌آزمون	۵۶/۶۷	۱۷/۴۱
	کنترل	پیش‌آزمون	۵۳/۹۳	۱۱/۹۵
		پس‌آزمون	۵۴/۵۳	۱۰/۳۶
رضایت جنسی	آزمایش	پیش‌آزمون	۹۶/۷۳	۱۸/۲۱
		پس‌آزمون	۱۱۲/۹۳	۱۵/۸۱
	کنترل	پیش‌آزمون	۱۰۷/۰۷	۲۴/۴۴
		پس‌آزمون	۱۰۶/۷۳	۲۱/۸۰

جدول ۳: توصیف متغیر عزت‌نفس جنسی و خرده مقیاس‌های آن در بین گروه آزمایش و کنترل

گروه	متغیر	مرحله	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	مهارت و تجربه	پیش‌آزمون	۶۷/۲۶	۱۰/۶۶
		پس‌آزمون	۷۴/۹۳	۹/۵۴
	جذابیت	پیش‌آزمون	۶۴/۸۰	۸/۸۰
		پس‌آزمون	۶۹/۱۳	۸/۵۰
	کنترل	پیش‌آزمون	۵۸/۲۰	۷/۸۰
		پس‌آزمون	۶۶/۲۰	۸/۴۹
	قضاوت اخلاقی	پیش‌آزمون	۶۱/۰۷	۷/۴۸
		پس‌آزمون	۷۲/۴۰	۶/۰۶
	انطباق‌پذیری	پیش‌آزمون	۵۹/۹۳	۱۱/۶۰
		پس‌آزمون	۶۵/۶۰	۱۲/۱۰
	عزت‌نفس جنسی	پیش‌آزمون	۳۱۱/۲۷	۳۶/۸۲
		پس‌آزمون	۳۴۸/۲۷	۳۴/۳۳
کنترل	مهارت و تجربه	پیش‌آزمون	۷۱/۵۳	۱۰/۷۰
		پس‌آزمون	۷۱/۰۷	۱۰/۱۲
	جذابیت	پیش‌آزمون	۶۵/۷۳	۸/۰۵
		پس‌آزمون	۶۵/۶۷	۸/۱۱
	کنترل	پیش‌آزمون	۶۴/۳۳	۸/۲۵
		پس‌آزمون	۶۴/۱۳	۷/۸۵
	قضاوت اخلاقی	پیش‌آزمون	۶۷/۹۳	۷/۸۷
		پس‌آزمون	۶۶/۸۷	۸/۱۵
	انطباق‌پذیری	پیش‌آزمون	۶۳/۲۷	۱۱/۴۶
		پس‌آزمون	۶۲/۶۰	۱۰/۶۱
	عزت‌نفس جنسی	پیش‌آزمون	۳۳۲/۸۰	۳۷/۴۳
		پس‌آزمون	۳۳۰/۳۳	۳۵/۳۲

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

جدول ٤: نتایج تحلیل کوواریانس جهت مقایسه طرح‌واره‌های جنسی در بین گروه آزمایش و کنترل

گروه	میانگین حاشیه‌ای	مجموع مربعات	df	میانگین مربعات	آماره F	p	مجذورات
آزمایش	۵۳/۱۸	۱۴۶/۸۵	۱	۱۴۶/۸۵	۱/۰۲	۰/۳۲۰	۰/۰۴
کنترل	۵۸/۰۲						

جدول ۵: نتایج تحلیل کوواریانس جهت مقایسه میانگین متغیر عزت‌نفس جنسی و خرده مقیاس‌های آن در بین گروه آزمایش و کنترل

متغیر وابسته	گروه	میانگین حاشیه‌ای	خطای معیار	مجموع مربعات	df	میانگین مربعات	آماره F	p	مجذور اتا
مهارت‌و تجربه	آزمایش	۷۶/۷۲	۱/۴۲	۲۸۴/۱۶	۱	۲۸۴/۱۶	۱۱/۵۰	۰/۰۰۳	۰/۳۳
	کنترل	۶۹/۲۸	۱/۴۲						
جذابیت	آزمایش	۶۹/۵۸	۱/۷۸	۹۷/۷۴	۱	۹۷/۷۴	۲/۵۲	۰/۱۲۶	۰/۱۰
	کنترل	۶۵/۲۲	۱/۷۸						
کنترل	آزمایش	۶۸/۷۱	۱/۳۹	۲۵۷/۷۲	۱	۲۵۷/۷۲	۱۰/۹۶	۰/۰۰۳	۰/۳۲
	کنترل	۶۱/۶۲	۱/۳۹						
قضاوت اخلاقی	آزمایش	۷۵/۵۵	۱/۰۸	۷۱۸/۱۴	۱	۷۱۸/۱۴	۵۰/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۶۹
	کنترل	۶۳/۷۲	۱/۰۸						
انطباق‌پذیری	آزمایش	۶۸/۱۹	۲/۱۷	۳۴۲/۶۵	۱	۳۴۲/۶۵	۵/۹۸	۰/۰۲۳	۰/۲۱
	کنترل	۶۰/۰۱	۲/۱۷						
عزت‌نفس جنسی	آزمایش	۳۵۸/۷۵	۵/۷۸	۷۷۶۲/۶۶	۱	۷۷۶۲/۶۶	۲۰/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۴۷
	کنترل	۳۱۹/۸۵	۵/۷۸						

جدول ٦: نتایج تحلیل کوواریانس جهت مقایسه رضایت جنسی در بین گروه آزمایش و کنترل

گروه	میانگین حاشیه‌ای	مجموع مربعات	df	میانگین مربعات	آماره F	p	مجذور اتا
آزمایش	۱۱۶/۹۵	۱۴۳۱/۵۱	۱	۱۴۳۱/۵۱	۱۶/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۳۸
کنترل	۱۰۲/۷۲						

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل آماری پژوهش حاضر نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی بر عزت‌نفس جنسی و رضایت جنسی زنان تأثیر داشته است ولی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان تأثیر نداشته است. توضیح اینکه طرح‌واره، بازنمایی انتزاعی، خصوصیات متمایزکننده‌ی یک واقعه است. به‌عبارت‌دیگر، طرحی کلی از عناصر برجسته‌ی یک واقعه را طرح‌واره می گویند؛ بنابراین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی خود آسیب‌رسانی هستند که در ابتدای رشد و تحول، در ذهن شکل‌گرفته‌اند و در سیر زندگی تکرار می‌شوند. طبق این توصیف رفتار یک فرد بخشی از طرح‌واره محسوب نمی‌شود، زیرا

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

رفتارهای ناسازگار در پاسخ به طرح‌واره‌ها به وجود می‌آیند؛ بنابراین، رفتارها از طرح‌واره‌ها نشأت می‌گیرند، ولی بخشی از طرح‌واره‌ها محسوب نمی‌شوند. طرح‌واره‌ها بر نقش عواطف در فرایند تغییر، به‌کارگیری تکنیک‌های تجربی، دل‌بستگی‌های اولیه و رفتارهای بین فردی تأکید دارد و طرح‌واره‌ها حاصل گفتگوی والدین با کودک هستند که به‌تدریج در ذهن او جای می‌گیرند و هم‌اکنون به‌گونه‌ای نظام‌مند، اما ناکارآمد، زندگی وی را زیر سیطره‌ی خود می‌گیرند (۱۴)؛ بنابراین به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌های جنسی بر طرح‌واره‌های جنسی زنان شرکت‌کننده در پژوهش تأثیر نداشته است. همچنین تحقیق کاملاً مشابهی در این زمینه یافت نشد، ولی می‌توان از پژوهش‌های دیگر خارجی و مرتبط با این پژوهش، به پژوهش راندهیر و همکاران (۱۵)، لیموو همکاران (۱۶)، گابریون (۱۸)، هالی (۱۹) و داشل (۲۰) اشاره کرد. بنابر یافته‌های پژوهش راندهیر و همکاران، تدوین برنامه‌ی درسی در مدارس، برای تدریس مهارت‌های جنسی به نوجوانان ضروری به نظر می‌رسد. پژوهش لیمو و همکاران نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی بر روابط پیش از ازدواج (روابط جنسی متعدد و بچه‌دار شدن جوانان) تأثیر داشته است، بنابراین پژوهشگران به مسئولین آموزش‌وپرورش توصیه می کنند که ارزش‌های معنوی، فعالیت‌های فرهنگی، ورزشی و آموزشی را در بین جوانان افزایش دهند. همچنین پژوهش گابریون اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی در دانشجویان آمریکایی و دانش جنسی، رفتار و باورهای جنسی آنان را بررسی کرده است. تحلیل همبستگی داده‌ها نشان داده است که همبستگی بین متغیرهای دانش جنسی، تاریخچه‌ی جنسی شریک جنسی، تاریخچه‌ی سرایت به بیماری های مقاربتی، استفاده از کاندوم، ارتباط جنسی و باورهای جنسی وجود داشته است. به‌گونه‌ای که منابع اطلاعاتی همبستگی منفی با منابع تاریخچه‌ی جنسی شریک جنسی و استفاده از کاندوم داشته است. پژوهش هالی با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر نوجوانان دختری که پیش‌زمینه‌ی ذهنی از مهارت‌های جنسی در خانواده داشته یا نداشته‌اند نشان داد که هیچ مدرکی دال بر تعادل بین دانش جنسی و ذهنیت نوجوانان زیر بیست سال که خانواده به آن‌ها اطلاعات درباره‌ی مسائل جنسی داده بودند، مشاهده نشده است. بااین‌حال در مطالعه‌ی داده‌ها مشخص‌شده است که نمی‌توان تاریخچه‌ی دانش جنسی خانواده را نادیده گرفت. در پژوهش دیگری، داشل اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی را بر دانش آموزان پایه‌ی هشتم دبیرستان سنجیده است. داده‌ها نشان می‌دهد که بیشتر دانش آموزان تمایل به پرهیز از رابطه‌ی جنسی تا پیش از رابطه‌ی پایدار و بلندمدت داشته‌اند و آموزش مهارت‌های جنسی دانش آن‌ها را درباره‌ی روش‌های جلوگیری از بارداری، روش‌های جنسی سالم و بیماری های مقاربتی بالابرده است.

از نتایج پژوهش‌های داخلی مرتبط با این پژوهش می‌توان مواردی ازجمله پژوهش فرهادیان (۱۳۹۵) با عنوان اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت زناشویی و صمیمیت جنسی زنان را نام برد. یافته‌های این پژوهش حاکی از آن است که این آموزش‌ها برافزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تأثیر معناداری داشته و همچنین در صمیمیت جنسی زنان مؤثر بوده است (۲۰). همچنین پژوهش دشتستان نژاد (۱۳۹۳) بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر باورهای ناکارآمد جنسی زوجین در شرف ازدواج شهر اصفهان بوده است. یافته‌های این پژوهش از طریق تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی پیش از ازدواج بر باورهای

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

ناکارآمد جنسی زنان و مردان مؤثر بوده است (۹). پژوهش رحیمی (۱۳۸۸) بررسی اثربخشی آموزش شناختی رفتاری بر دانش، نگرش و اعتمادبه‌نفس جنسی زنان شیراز نشان داد که مشاوره شناختی رفتاری باعث افزایش دانش، نگرش و اعتمادبه‌نفس جنسی در زنان گروه آزمایش‌شده است. همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت جنسی زنان شرکت‌کننده در پژوهش تأثیر داشته است. میزان این تأثیر در مرحله پس‌آزمون بین گروه آزمایش و کنترل به لحاظ میانگین متغیر رضایت جنسی زنان تفاوت معناداری وجود دارد. به این معنی که میانگین متغیر رضایت جنسی در بین گروه آزمایش به‌طور معناداری بالاتر از گروه کنترل برآورد شده است (۲۱). همچنین پژوهش فهیمی (۱۳۹۱) تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش میزان رضایت جنسی، زناشویی و کاهش میزان افسردگی و اضطراب در زنان نشان داده است که افراد شرکت‌کننده در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل پس از دریافت آموزش مهارت‌های جنسی، افزایش در رضایت جنسی و زناشویی و کاهش در اضطراب و افسردگی را گزارش نموده‌اند (۲۲). همچنین نتایج پژوهش طلایی زاده (۱۳۹۵) رابطه‌ی رضایت زناشویی و رضایت جنسی با سلامت روان زوجین نشان داد ارتباط مثبت و معناداری بین رضایت‌مندی زناشویی و رضایت‌مندی جنسی با سلامت روان‌شناختی زوج‌ها وجود دارد (۲۳). نتایج پژوهش ده سرخی (۱۳۹۴) مطالعه برخی همبسته‌های رضایت جنسی و رضایت زناشویی در زنان متأهل شهر اصفهان نشان داد که بین رضایت زناشویی و رضایت جنسی، میزان تجربه ارگاسم، دفعات تجربه‌ی جنسی در هفته و مدت‌زمان رابطه‌ی جنسی و متغیرهای زمینه‌ای (غیرجنسی) چون سن، طول مدت ازدواج و تحصیلات، رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد (۲۴).

مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، اندک بودن حجم نمونه به دلیل عدم دسترسی به همه‌ی زنانی بود که در مراکز مشاوره‌ی دیگر شهر اصفهان پرونده‌ی روان‌شناختی در خصوص مسائل و مشکلات جنسی داشتند؛ بنابراین تعمیم‌پذیری نتایج حاصل، مستلزم تحقیقات بیشتر با نمونه‌ی بزرگ‌تر می‌باشد. ازاین‌رو پیشنهاد می‌شود که نمونه‌ی بیشتری از زنانی که نیاز به مداخله‌ی آموزش مهارت‌های جنسی دارند، موردبررسی قرار گیرند و به‌منظور حصول اطمینان از تداوم نتایج آموزش، پیگیری نیز صورت گیرد. همچنین مقایسه‌ی نتایج بر روی زنان تحصیل‌کرده و نکرده، روستایی و شهرنشین و طبقات مختلف اقتصادی می‌تواند نتایج قابل‌ملاحظه‌ای را به دنبال داشته باشد.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اصفهان واحد خوراسگان پژوهشگر می‌باشد. در اینجا بر خود لازم می‌بینم تا از استاد راهنمای محترم و کلیه شرکت‌کنندگان در پژوهش تقدیر و تشکر عمل آورم.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

References

1. Ghorbani A, Golchin M. Investigation the mental health status of women in Qazvin province (2008). Qazvin university of medical sciences.2008;15(1): 59-62. [Persian]
2. Basson R, Berman J, Whipple B, Robert of the international consensus development conference on female dysgunction. J uorology. 2000;163(7):88-93.
3. Geer JH, Fuhr R. cognitive factors in sexul arousal: the role of distraction. G consult clinic psychol. 1976; 44(5):43-238.
4. Dove NL, Wiederman M. W, cognitive distraction and women's sexual functioning. sex marital ther. 2000; 26(4):67-78.
5. Khosroshaahy Z. Determination of prevalence of cognitive factors in sexual disorders. First family conference and sexual problems 2004: Tehran. [Persian]
6. Reiahi M, Aliverdi Nia A, Bahrami Kakavand S. The Sociological Analysis of Gravitation To Divorce. Quarterly Woman in Development and Politics (Women's Research). 2007;5(3):109-140. [Persian]
7. Movahed M, Azizi T. The Study of Relationship Between Women Sexual Satisfaction And Conflicts of Couples. Woman in Development and Politics (Women's Research). 2011;9(2):191-217. [Persian]
8. Ziaee P, Sepehri Sh Z, Mashhadi A. The effectiveness of sexual education focused on cognitive schema, on the improvement of sexual functioning among female married students. Moraghebat mobtani bar shavahed.2014; 4(11):72-80. [Persian]
9. Dashtestannejad A, Eshghi R, Afkhami E. Effectiveness of premarital sex education on sexual dysfunctional beliefs of couples, Isfahan. Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal. 2014;4(2):14-22. [Persian]
10. Beck JS. Cognitive therapy: basic & beyond. New York: Guilford press: 2011.
11. Rahimi E, Shafiabadi A, Yunesi F. The effect of sexual cognitive behavior therapy on females' sexual knowledge, sexual attitude, and sexual self-confidence. A case study in Shiraz Iran. Armaghane danesh. 2009;14(3):103-111. [Persian]
12. Tabrizi M. Effectiveness compilation becks cognitive coupels therapy, book thrapy, and family therapy on marital satisfaction. Tehran: psychology, allame tabatabaeie. 2006. [Persian]
13. Reinisch JM, Beasley R. Kinsey institute new report on sex. Amazon pub. August 15; 2012.
14. Schema therapy: a practitioner,s guid. Young J, Klosko J, Weishaar M, 1950. Arjmand pub, 2007.
15. Kumar R, Goyal A, Singh P, Bhardwaj A, Mittal A, and Yadav SS. Knowledge Attitude and Perception of Sex Education Among School Going Adolescents in Ambala District, Haryana, India: A Cross-Sectional Study. J Clin Diagn Res. 2017; 11(3): 1-4.
16. Lyimo WJ, Masinde JM, Chege KG. The influence of sex education on adolescents' involvement in premarital sex and adolescent pregnancies in Arusha City, Tanzania. International Journal of Educational Policy Research and Review. 2017; 4(6):113-124.
17. Garbion E. The Effects of Sexual Education on American Students: Sexual Knoelege, Sexual Behaviors, and Sexual Opinions. [dissertation]. Texas A&M University-Corpus Christiand is hereby approved for the partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts: Graduate Program in Psycholog; 2016.
18. Holly P. The Effectiveness of Sexual Education Programs on Teen Births Among Females with and Without Family History of Teen Births. [dissertation]. Master of Public Health (M.P.H.): University of Kentucky;2014.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

19. Daschel R. The effectiveness of sex education programs in the schools. 6th ed. 2012.p.56.
20. Farhadi F. Effectiveness of sex education on marital satisfaction and women intimacy. [dissertation]. M.A: Mashhad university;2016. [Persian]
21. Rahimi E, Shafiabadi A, Yunesi F. The effect of sexual cognitive behavior therapy on females' sexual knowledge, sexual attitude, and sexual self-confidence. A case study in Shiraz Iran. Armaghane danesh.2009; 14(3): 103-111. [Persian]
22. Fahimi Z. The effect of sexual skills training (cognitive behavior) on sexual satisfaction, marriage satisfaction, anxiety and depression in women. [dissertation]. M.A. Mashhad: Ferdowsi university; 2010. [Persian]
23. TalaiZadeh F, Bakhtiyarpour S. The relationship between marital satisfaction and sexual satisfaction with couple mental health. Thought and behavior in clinical psychology.2016; 9(40):37-46. [Persian]
24. Dehsorkhi R, Mousavi SF. The study of some correlative of sexual satisfaction in married women of Esfahan city. Rouyesh Ravanshenasi. 2015; 4(11):137-152.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]

Effectiveness of Sexual skills Training on Women's Sexual Schemas, Sexual Self-Esteem and Sexual Satisfaction of Women Referring to Isfahan Counseling Centers

Foroogh Reihani Asl[1], Felor Khayatan[2*]

1- MA in General Psychology, Department of Psychology, Scholar Educational Science and Psychology, Islamic Azad University. Esfahan Branch
(Khorasgan). Esfahan. Iran.
2- Assitant Professor, Department of Psychology, Scholar Educational Science and Psychology. Islamic Azad University. Esfahan Branch (Khorasgan). Esfahan. Iran. **(Corresponding Author)**
Tel: +989132263820 **Email:** F. Khayatan@yahoo.com

Received: 26 Dec 2017 **Accepted:**10 Apr 2018

Abstract

Background & Aim: sexual skills training and the importance of learning it can prevent conflicts, disorders and sexual problems. The purpose of this study was to investigate the effectiveness of sexual skills training on women's sexual schemas, sexual self-esteem and sexual satisfaction referring to Isfahan counseling centers.

Methods & **Materials:** The research method was a semi-experimental design with pre-test, post-test design and control and experimental group. The statistical population of the study consisted of women referring to the one of the counseling centers in Isfahan who had a case about sexual problems in the center. Using convenience sampling, 30 women who had the conditions of the study were randomly assigned into two experimental (15) and control (15) groups. The data collection tool was Questionnaire of cognitive schema activation in sexual context (QCSASC), Sexual Self-Esteem (SSFIW), and Inventory of Sexual Satisfaction (ISS). Duration of applying the independent variable (sexual skills training) on the experimental group was 15 hours, which was performed in a weekly format and one session per week. In the post-test part, the two groups (control and experimental) were tested for the effectiveness of the intervention using the questionnaires.

Results: Using the covariance analysis, the findings of this study showed that the training of sexual skills was effective on sexual self-esteem and sexual satisfaction of women, but it was not effective on women's sexual schemas.

Conclusion: training of sexual skills was effective on sexual self-esteem and sexual satisfaction

Key Words: Sexual Training, Sexual Schemas, Sexual Self-Esteem, Sexual Satisfaction.

[Downloaded from sjnmp.muk.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjnmp.2.4.45]