

بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش رضایت زناشویی زنان

شهناز محمدی^۱ - مهرناز عضوخوبان^۲ - فریبا گودرزی^۳

چکیده

تاریخ دریافت: ۹۲/۳/۵ - تاریخ پذیرش: ۹۳/۱۲/۱۷

پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش رضایت زناشویی زنان زیر ۴۰ سال انجام شده است. جامعه آماری شامل زنان مراجعه‌کننده به کلینیک ها و مراکز خصوصی شهر کرج می‌باشد؛ که ۳۶ نفر از آنها با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب و در دو گروه آزمایشی و گواه جایگزین شدند. بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش رضایت زناشویی زنان زیر ۴۰ سال فرضیه اصلی پژوهش حاضر بود. بدین منظور برای بررسی اثربخشی مهارت‌های جنسی، گروه آزمایشی طی ۶ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت آموزش قرار گرفتند و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ به عنوان ابزار پژوهش در هر دو گروه در جلسه اول، جلسه آخر و ۱ ماه پس از اتمام دوره آموزشی مورد استفاده قرار گرفت. در پایان اطلاعات بدست آمده با توجه به فرضیه‌های تحقیق و با روش تحلیل کواریانس یک راهه (انوا) و تحلیل کواریانس چند متغیری (مانوا) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج بدست آمده نشان داد آموزش مهارت‌های جنسی موجب افزایش رضایت زناشویی زنان می‌گردد.

کلیدواژه‌ها: آموزش جنسی، مهارت‌های جنسی، رضایت زناشویی، زنان

۱. استادیار گروه روانشناسی بالینی دانشگاه خوارزمی. Smohammadi777@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علوم تحقیقات واحد خوزستان

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد مطالعات زنان، دانشگاه خوارزمی تهران

مقدمه

اساس خانواده برغریزه جنسی تکیه دارد (قربان شیرودی، شفتی و رشیدی، ۲۰۱۴) و هویت جنسی فرد بخشی از شخصیت اوست که ابعاد بیولوژیکی، روانشناختی و اجتماعی فرهنگی او را در بر می‌گیرد (گرین برگ^۱، بروس^۲ و کانکلین^۳، ۲۰۱۱). در طی قرن بیستم تا زمان فراگیر شدن آموزش مهارت‌های جنسی، در برخورد با مشکلات جنسی، یا سخنی در خصوص آن گفته نمی‌شد و یا در حیطه‌ی مذهب و فلسفه به آن پرداخته می‌شد، هر ایده‌ای در این خصوص مطرح می‌شد به باورها و ارزش‌های آن دوره بستگی داشت و هیچ‌گونه مبنای سکسولوژیکی (بررسی علمی هویت جنسی) نداشت، در اواخر دهه‌ی ۱۹۴۰ و اوایل دهه‌ی ۱۹۵۰ مطالعات آلفرد کینزی و همکارانش سبب انقلابی در این امر گردید، مبنی بر اینکه سکسولوژست می‌تواند به مقوله بندی و توصیف حیطه‌ی رفتار جنسی نرمال پردازد. پس از آن ویلیام مسترو ویرجینیا جانسون چرخه‌ی پاسخ جنسی انسان را در چهار سطح برانگیختگی، برانگیختگی ممتد و یکنواخت، اوج لذت جنسی و خاتمه، مقوله بندی کردند (هرتلین^۴، ویکز^۵ و گامبزکا^۶، ۲۰۱۰). آموزش مهارت‌های جنسی مانند اکثر شیوه‌های درمانی به گونه‌ای تعریف شده که دو فرایند درمان و رشد را دربرگیرد. گرچه در آموزش مهارت‌های جنسی، مراجع فقط درصدد درمانی برای مشکلات جنسی‌اش است، ولی باید توجه داشت آموزش مهارت‌های جنسی صرفاً بر روی مسئله جنسی تمرکز ندارد (فولی^۷، کوپ^۸ و شوگرو^۹، ۲۰۱۲). زیرا هویت جنسی فرد مساله‌ای تک بعدی نیست. از اینرو انجمن آموزش و اطلاعات هویت

1. Greenberg

2. Bruess

3. Conklin

4. Hertlein

5. Weeks

6. Gambescia

7. Foley

8. Kope

9. Sugrue

جنسی امریکا^۱ هویت جنسی را دانش جنسی در حوزه روابط، باورها، گرایش‌ها و رفتارهای فردی تعریف کرده است (گرین برگ و همکاران، ۲۰۱۱). از اینرو کسب دانش در خصوص تاریخچه جنسی خود، شناخت و درک بدن خود، برقراری رابطه صلح آمیز با بدن خود، خلق رابطه جنسی بهتر، گسترش آسایش، اعتماد و رضایت جنسی نیز عواملی موثر در حمایت جنسی افراد هستند (فولی و همکاران، ۲۰۱۲).

پرواضح است فعالیت‌های جنسی بر عملکرد ذهنی و جسمی تاثیر دارند (قربان شیرودی و همکاران، ۲۰۱۴). و از آنجا که رضایت جنسی با پایداری رابطه‌ی زناشویی در طول زمان رابطه دارد (هاروی^۲، ونزل^۳ و اسپرچر^۴، ۲۰۰۴). می‌توان گفت ارگاسم یکی از تاثیرگذارترین تجربیات انسانی است (قربان شیرودی و همکاران، ۲۰۱۴). در واقع باید توجه داشت مجاورت بدون صمیمیت همیشه مخرب است. هنگامی که ارتباط متوقف می‌شود، انرژی عشق به آزدگی و خشم تبدیل می‌شود و در نتیجه، منازعه‌های فراوان، طعنه‌های خجل کننده، انتقادهای مکرر، عدم علائق جنسی و یا پناه بردن به سکوتی یخ‌گونه را موجب می‌شود (بولتون ۱۹۸۶، ترجمه سهرابی، ۱۳۸۱). از اینرو آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند در کسب اطلاعات، اندیشه‌ها و مهارت‌ها به افراد کمک کند؛ و فرصت یادگیری مسائل جنسی و جلوگیری از بروز برخی مشکلات را فراهم آورد (فقیهی و نعیم آبادی، ۱۳۸۸). از سوی دیگر احساس ناراضایتی از امور جنسی ریشه بسیاری از ناراحتی‌ها و مشکلات روانی و اجتماعی بوده و بصورت صفات خطرناک از قبیل خیانت، حسادت، احساس پوچی و ناسازگاری و فساد اجتماعی تجلی می‌نماید (هنرپروران و خوشخو، ۱۳۸۸). در واقع اهمیت این مسایل در خانواده و اجتماع، بیانگر ضرورت تحقیق در این زمینه می‌باشد.

1. SIECUS
2. Harvey
3. Wenzel
4. Sprecher

آموزش جنسی^۱: از نظر راجر (۱۹۸۷) عبارت است از روشی در درمان اختلالات جنسی که آگاهی فرد را در زمینه تمایلات جنسی، نگرش‌ها و ارزش‌های فرهنگی مربوط به آن، افزایش می‌دهد، همچنین موجب بهبودی و ارتقا ارتباطات مؤثر در موضوعات جنسی می‌شود. رضایت زناشویی: از نظر اسپانیر^۲ و لیوایس^۳ (۱۹۸۰) رضایت زناشویی "حالتی از رضایت مندی در ازدواج است که به وسیله ادراک درون فردی (واکنش تجربه شده درونی) یا یک ادراک بین شخصی (سازش بین انتظارات یکی و رفتار دیگری) تعریف می‌شود" (تبریزی و همکاران، ۱۳۸۵).

کتاب‌ها و پژوهش‌های بسیاری در خصوص نیاز به آموزش و پیشبرد روابط سالم جنسی در امر زناشویی (قربان شیرودی و همکاران، ۲۰۱۴) بررسی سیستماتیک آموزش مهارت‌های جنسی (هرتلین و همکاران، ۲۰۱۰)، بررسی ابعاد جنسی بشر (گرین برگ و همکاران، ۲۰۱۱)، زمینه فرهنگی رضایت و نارضایتی جنسی زوجین (گراهام و همکاران، ۲۰۱۲) آموزش مسایل جنسی به زنان (فولی و همکاران، ۲۰۱۲) وجود دارد و همانطور که سابقه پژوهش‌های اثربخشی آموزش "جعفری (۱۳۸۵)، حجت پناه و رنجبر کهن (۱۳۹۲)، پور حیدری، سپیده؛ باقریان، فاطمه؛ دوستکام، محسن و جواد بهادر خان (۱۳۹۲)، نیکخواه و آقامحمدیان (۱۳۸۳)، اعتمادی (۱۳۸۶)، محبی کیا (۱۳۸۷) و شاه سیاه و همکاران (۱۳۸۸)، نبی پور (۱۳۸۴)، و دیگران نشان می‌دهند آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند بر افزایش میزان رضایت زناشویی تاثیرگذار باشد. در تحقیقات دیگری مثل غنی سازی ازدواج یا آموزش مهارت‌های ارتباطی و یا آموزش مهارت‌های پس از ازدواج، به طور غیر مستقیم تاثیرگذاری آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت زناشویی مورد بررسی قرار گرفته است. اما همانطور که پژوهش‌های ذکر شده در بخش تحقیقات انجام شده در داخل و خارج از کشور نشان می‌دهند، پژوهش‌هایی که

1. Sexuality education
2. Spanier
3. Lewis

مستقیماً به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت زناشویی بپردازند، تعداد بالایی را به خود اختصاص نمی‌دهند و از سویی دیگر آموزش مهارت‌های جنسی مقوله‌ای نوپا در ایران است که نیاز به گسترش تحقیق در این زمینه را می‌طلبد تا بتوان به بومی سازی آن و درک بهتر کارکرد آن نایل آمد.

این پژوهش با هدف تعیین میزان اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت زناشویی زنان زیر ۴۰ سال مراجعه کننده به کلینک‌ها و مراکز خصوصی شهر کرج، با تاکید بر مسایل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزند پروری، خانواده و دوستان و جهت‌گیری مذهبی با مشاهده دو گروه آزمایشی و گواه و با استفاده از پرسشنامه کوتاه رضایت زناشویی انریچ انجام گرفته است.

روش

طرح تحقیق مورد استفاده طرح نیمه آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه است. این پژوهش با استفاده از این طرح سعی دارد تا اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی را در افزایش رضایت زناشویی زنان زیر ۴۰ سال بررسی نماید. بدین منظور ۳۶ زن که به دلیل مشکلات جنسی دچار نارضایتی زناشویی شده بودند از کلینیک‌ها و مراکز خصوصی شهر کرج به طور تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایش و گواه قرار گرفتند. سپس در هر دو گروه پیش‌آزمون اجرا گردید و گروه آزمایش در طول ۶ جلسه تحت آموزش مهارت‌های جنسی قرار گرفتند و گروه گواه تحت هیچ متغیری قرار نگرفتند.

پس از پایان دوره آموزشی و همچنین یک ماه پس از آن پس‌آزمون نیز در هر دو گروه اجرا گردید. سپس برای بررسی معنادار بودن تفاوت میزان رضایت زناشویی بین دو گروه، میانگین نمرات پس‌آزمون از طریق آزمون آماری مناسب به وسیله نرم افزار SPSS نسخه ۱۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

پرسشنامه رضایتمندی زناشویی انریچ

در این پژوهش برای بررسی اثربخشی مهارت‌های جنسی از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ^۱ (فرم کوتاه) استفاده می‌شود که فرم بلند آن اولین بار توسط اولسون و همکاران در سال ۱۹۸۹ تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۴۷ سؤال و ۹ مقیاس است. ۵ سؤال مقیاس موضوعات شخصیتی، ۷ سؤال مقیاس ارتباط زناشویی، ۵ سؤال مقیاس حل تعارض سؤال‌های، ۵ سؤال مقیاس مدیریت مالی، ۵ سؤال مقیاس فعالیت‌های اوقات فراغت، ۵ سؤال مقیاس روابط جنسی، ۵ سؤال مقیاس فرزند و فرزند پروری، ۵ سؤال مقیاس خانواده و دوستان، ۵ سؤال مقیاس جهت‌گیری مذهبی می‌باشد. اعتبار فرم ۴۷ سؤالی انریچ با استفاده از روش ضریب آلفا ۰/۹۲ گزارش شده است و در کشور ما همبستگی درونی آزمون برای فرم کوتاه پرسشنامه انریچ ۰/۹۵ محاسبه و گزارش شده است (اولسون^۲، ۱۹۹۴؛ سلیمانان، ۱۳۷۶). گزینه‌های پاسخگویی به سؤالهای پرسشنامه براساس مقیاس لیکرتی و به صورت ۵ گزینه‌ای (کاملاً موافق - موافق - نه موافق و نه مخالف - مخالف - کاملاً مخالف) تنظیم شده است، به این صورت که به گزینه کاملاً موافق بیشترین نمره (۵) و به گزینه کاملاً مخالف کمترین نمره (یک) داده می‌شود. دامنه نمره هر آزمودنی در این پرسشنامه از ۴۷ تا ۲۳۵ امتیاز می‌باشد.

یافته‌های پژوهش

یافته‌های توصیفی که شامل شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار و تعداد آزمودنی‌های نمونه برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه می‌باشد در جدول ۱ ارائه شده است.

1. enriching and nurturing relationship issue, communication and happiness

2. Olsen

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های رضایت زناشویی گروه آزمایش و گواه در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و آزمون پیگیری

متغیر	مرحله	شاخص آماری گروه	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
کل رضایت زناشویی	پیش	آزمایش	۱۷۵/۱۴	۱۹/۲۲	۱۰/۸	۲۲۲	۱۸
	آزمون	گواه	۱۴۶/۱۱	۴۰/۳۷	۴۳	۲۲۱	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۱۹۵/۱۷	۲۲/۵	۱۴۲	۲۳۲	۱۸
		گواه	۱۵۰/۷۲	۴۳/۹۱	۵۲	۲۱۲	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۱۹۸/۲۴	۱۹/۵۲	۱۲۳	۲۴۷	۱۸
		گواه	۱۵۱/۶۴	۳۳/۶۴	۶۵	۲۲۸	۱۸
مولفه مسایل شخصیتی	پیش	آزمایش	۱۶/۱۲	۴/۴۳	۱۰	۱۸	۱۸
	آزمون	گواه	۱۴/۱۴	۲/۶۷	۹	۱۸	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۰/۲۰	۴/۰۰	۱۰	۲۵	۱۸
		گواه	۱۵/۱۰	۳/۷۲	۱۱	۲۱	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۵/۶۸	۳/۳۴	۱۲	۲۲	۱۸
		گواه	۱۵/۵۶	۳/۳۳	۱۰	۱۷	۱۸
مولفه ارتباط زناشویی	پیش	آزمایش	۱۴/۳۲	۳/۸۸	۹	۱۷	۱۸
	آزمون	گواه	۱۳/۲۱	۴/۲۳	۱۰	۱۹	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۰/۹۰	۲/۶۰	۱۰	۲۴	۱۸
		گواه	۱۷/۷۵	۲/۰۴	۱۰	۲۳	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۳/۶۹	۳/۳۶	۱۲	۲۴	۱۸
		گواه	۱۶/۷۷	۳/۲۳	۱۱	۲۴	۱۸
مولفه حل تعارض	پیش	آزمایش	۱۸/۱۶	۲/۲۱	۱۰	۲۲	۱۸
	آزمون	گواه	۱۳/۳۲	۲/۳۴	۱۴	۲۰	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۱/۲۲	۲/۷۶	۱۳	۱۹	۱۸
		گواه	۱۴/۳۸	۳/۳۱	۱۰	۱۹	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۳/۸۹	۲/۲۶	۱۲	۲۵	۱۸
		گواه	۱۴/۴۵	۲/۳۶	۹	۱۹	۱۸

متغیر	مرحله	شاخص آماری گروه	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
مولفه مدیریت مالی	پیش	آزمایش	۱۸/۴۳	۲/۹۸	۹	۲۲	۱۸
	آزمون	گواه	۱۵/۳۴	۳/۶۵	۹	۲۱	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۱/۳۳	۲/۴۵	۱۱	۲۱	۱۸
		گواه	۱۵/۱۳	۳/۳۳	۱۰	۲۲	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۳/۳۴	۲/۲۱	۱۲	۲۳	۱۸
		گواه	۱۶/۵۵	۳/۳۱	۱۱	۲۰	۱۸
مولفه فعالیت‌های اوقات فراغت	پیش	آزمایش	۱۳/۶۶	۳/۷۶	۱۱	۲۱	۱۸
	آزمون	گواه	۱۲/۳۲	۳/۵۶	۹	۱۷	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۱۷/۸۵	۴/۶۹	۱۰	۲۵	۱۸
		گواه	۱۳/۲۰	۲/۸۳	۱۰	۱۹	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۱۹/۸۸	۲/۳۲	۱۵	۲۵	۱۸
		گواه	۱۳/۳۲	۲/۳۱	۱۰	۱۸	۱۸
مولفه روابط جنسی	پیش	آزمایش	۱۶/۱۷	۳/۰۹	۱۰	۲۳	۱۸
	آزمون	گواه	۱۵/۵۴	۲/۹۸	۱۱	۲۱	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۰/۴۰	۳/۰۱	۱۱	۲۴	۱۸
		گواه	۱۶/۶۵	۳/۷۰	۱۰	۲۳	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۳/۶۶	۴/۹۲	۸	۲۴	۱۸
		گواه	۱۶/۶۶	۳/۸۷	۷	۲۲	۱۸
مولفه فرزند و فرزند پروری	پیش	آزمایش	۱۶/۱۴	۳/۳۳	۱۰	۲۱	۱۸
	آزمون	گواه	۱۱/۵۴	۲/۲۸	۱۰	۲۲	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۲/۲۳	۲/۴۵	۱۰	۲۳	۱۸
		گواه	۱۲/۲۳	۲/۵۴	۹	۱۸	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۴/۲۳	۲/۱۳	۱۴	۲۴	۱۸
		گواه	۱۴/۲۵	۳/۳۲	۱۱	۲۲	۱۸
مولفه خانواده و دوستان	پیش	آزمایش	۱۹/۱۸	۳/۴۸	۱۳	۱۹	۱۸
	آزمون	گواه	۱۷/۱۹	۲/۳۴	۱۰	۲۰	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۲۰/۵۵	۲/۹۶	۱۴	۲۴	۱۸
		گواه	۱۸/۱۲	۳/۹۵	۱۰	۲۳	۱۸

متغیر	مرحله	شاخص آماری گروه	میانگین	انحراف معیار	حداقل	حداکثر	تعداد
مؤلفه مهارت‌های جنسی	پیگیری	آزمایش	۲۰/۴۳	۳/۸۸	۱۰	۲۲	۱۸
		گواه	۱۸/۲۳	۳/۶۶	۹	۲۱	۱۸
	پیش آزمون	آزمایش	۱۱/۱۰	۲/۲۹	۹	۲۰	۱۸
		گواه	۱۴/۱۴	۲/۳۴	۱۰	۲۱	۱۸
	پس آزمون	آزمایش	۱۸/۲۳	۲/۵۴	۱۰	۲۲	۱۸
		گواه	۱۶/۲۱	۳/۳۴	۱۱	۱۹	۱۸
	پیگیری	آزمایش	۲۲/۴۵	۲/۶۷	۹	۲۴	۱۸
		گواه	۱۷/۴۳	۲/۵۴	۱۰	۲۱	۱۸

همانطور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود رضایت زناشویی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۷۵/۱۴ و ۱۹/۲۲، گروه کنترل ۱۴۶/۱۱ و ۴۰/۳۷، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۱۹۵/۱۷ و ۲۲/۵، گروه کنترل ۱۵۰/۷۲ و ۴۳/۹۱، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۱۹۸/۲۴ و ۱۹/۵۲، گروه کنترل ۱۵۱/۶۴ و ۳۳/۶۳ است. مسایل شخصیتی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۶/۱۲ و ۴/۴۳، گروه کنترل ۱۴/۱۴ و ۲/۶۷، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۰/۲۰ و ۴/۰۰، گروه کنترل ۱۵/۱۰ و ۳/۷۲، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۶۸/۲۵ و ۳/۳۴، گروه کنترل ۱۵/۵۶ و ۳/۳۳ است. ارتباط زناشویی هریک از گروه‌ها در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار به ترتیب گروه آزمایش ۱۴/۳۲ و ۳/۸۸، گروه کنترل ۱۳/۲۱ و ۴/۲۳، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۰/۹۰ و ۲/۶۰، گروه کنترل ۱۷/۷۵ و ۲/۰۴، و در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۳/۶۹ و ۳/۳۶، گروه کنترل ۱۶/۷۷ و ۳/۲۳ است. حل تعارض در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۸/۱۶ و ۲/۲۱، گروه کنترل ۱۳/۳۲ و

۲/۳۴، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۱/۲۲ و ۲/۷۶، گروه کنترل ۱۴/۳۸ و ۳/۳۱، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۳/۸۹ و ۲/۲۶، گروه کنترل ۱۴/۴۵ و ۲/۳۶ است. مدیریت مالی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۸/۴۳ و ۲/۹۸، گروه کنترل ۱۵/۳۴ و ۳/۶۵، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۱/۳۳ و ۲/۴۵، گروه کنترل ۱۵/۱۳ و ۳/۳۳، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۳/۳۴ و ۲/۲۱، گروه کنترل ۱۶/۵۵ و ۳/۳۱ است. فعالیت‌های اوقات فراغت در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۳/۶۶ و ۳/۷۶، گروه کنترل ۱۲/۳۲ و ۳/۵۶، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۱۷/۸۵ و ۴/۶۹، گروه کنترل ۱۳/۲۰ و ۲/۸۳، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۱۹/۸۸ و ۲/۳۲، گروه کنترل ۱۳/۳۲ و ۲/۳۱ است. روابط جنسی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۶/۱۷ و ۳/۰۹، گروه کنترل ۱۵/۵۴ و ۲/۹۸، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۰/۴۰ و ۳/۰۱، گروه کنترل ۱۶/۶۵ و ۳/۷۰، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۳/۶۶ و ۴/۹۲، گروه کنترل ۱۶/۶۶ و ۳/۸۷ است. فرزند و فرزندپروری در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۶/۱۴ و ۳/۳۳، گروه کنترل ۱۱/۵۴ و ۲/۲۸، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۲/۲۳ و ۲/۴۵، گروه کنترل ۱۲/۲۳ و ۲/۵۴، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۴/۲۳ و ۲/۱۳، گروه کنترل ۱۴/۲۵ و ۳/۳۲ است. خانواده و دوستان در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هریک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۹/۱۸ و ۳/۴۸، گروه کنترل ۱۷/۱۹ و ۲/۳۴، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۲۰/۵۵ و ۲/۹۶، گروه کنترل ۱۸/۱۲ و ۳/۹۵، در مرحله پیگیری میانگین و

انحراف معیار گروه آزمایش ۲۰/۴۳ و ۳/۸۸، گروه کنترل ۱۸/۲۳ و ۳/۶۶ است. جهت گیری مذهبی در مرحله پیش آزمون میانگین و انحراف معیار هر یک از گروه‌ها به ترتیب گروه آزمایش ۱۱/۱۰ و ۲/۲۹، گروه کنترل ۱۴/۱۴ و ۲/۳۴، در مرحله پس آزمون میانگین و انحراف معیار، گروه آزمایش ۱۸/۲۳ و ۲/۵۴، گروه کنترل ۱۶/۲۱ و ۳/۳۴، در مرحله پیگیری میانگین و انحراف معیار گروه آزمایش ۲۲/۴۵ و ۲/۶۷، گروه کنترل ۱۷/۴۳ و ۲/۵۴ است.

تحلیل فرضیه

- آموزش مهارت‌های جنسی برافزایش رضایت زناشویی زنان زیر ۴۰ سال مؤثر است.

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس یک راهه (انوا) مقایسه پس آزمون رضایت زناشویی گروههای آزمایش و

کنترل با کنترل پیش آزمون

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	مجذور اتا	توان آزمون
پیش آزمون	۱۸۰۸/۹۵	۱	۱۸۰۸/۹۵	۸۵/۸۳	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲	۱/۰۰
گروه	۲۰۲۰/۷۳	۱	۲۰۲۰/۷۳	۹۵/۹۴	۰/۰۰۰۱	۰/۶۳	۱/۰۰
خطا	۷۱۲/۱۷	۳۴	۲۰/۴۷				

همانطور که در جدول ۲ آمده است، با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$) و $F = ۸۵/۸۳$.. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، باعث افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش گردیده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۶۳ است. یعنی ۶۳ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، یعنی امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس چند متغیره بر روی میانگین پس آزمون نمرات مؤلفه‌های رضایت زناشویی گروه آزمایش و کنترل با کنترل پیش آزمون

نام آزمون	مقدار	DF فرضیه	DF خطا	F	سطح معنی داری	مجذور اتا	توان آماری
آزمون اثر پیلائی	۰/۴۶۵	۹	۲۱	۱۱/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲	۱/۰۰
آزمون لامبدای ویلکز	۰/۳۳۳	۹	۲۱	۱۱/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲	۱/۰۰
آزمون اثر هتلینگ	۰/۸۹۶	۹	۲۱	۱۱/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲	۱/۰۰
آزمون بزرگترین ریشه روی	۱/۱۸۹	۹	۲۱	۱۱/۱۲	۰/۰۰۰۱	۰/۷۲	۱/۰۰

همانطوری که در جدول ۳ مشاهده می‌شود با کنترل پیش آزمون سطوح معنی داری همه آزمون‌ها، بیانگر آن هستند که بین آزمودنی‌های گروه‌های آزمایش و گواه حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته (مؤلفه‌های رضایت زناشویی) تفاوت معنی داری وجود دارد ($F = 11/12$ و $P < 0/0001$). برای پی بردن به این مسئله که از لحاظ کدام متغیر بین دو گروه تفاوت وجود دارد، ۹ تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانوا انجام گرفت که نتایج حاصل در جدول ۴ ارائه شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر با ۰/۷۲ است، یعنی ۷۲ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون مؤلفه‌های رضایت زناشویی مربوط به تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر افزایش رضایت زناشویی است. توان آماری برابر با ۱ است بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

جدول ۴: نتایج تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانوا بر روی پس آزمون میانگین نمرات مؤلفه‌های رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل با کنترل پس آزمون

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذو رات	توان آماری
مسائل شخصی	پیش آزمون	۳۴/۲۵	۱	۳۴/۲۵	۶/۵۴	۰/۰۲۳	۰/۴۳	۱/۰۰
	گروه	۱۰/۳۸	۱	۱۰/۳۸	۱/۹۸	۰/۰۰۰۱	۰/۶۷	۱/۰۰
	خطا	۱۷۸/۱۲	۳۴	۵/۲۳				

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذو رات	توان آماری
ارتباط زناشویی	پیش آزمون	۳۹/۷۰	۱	۳۹/۷۰	۹/۴۲	۰/۰۰۱	۰/۶۶	۱/۰۰
	گروه	۳۲/۱۹	۱	۳۲/۱۹	۷/۶۴	۰/۰۰۰۱	۰/۶۹	۱/۰۰
	خطا	۱۴۳/۲۳	۳۴	۴/۲۱				
حل تعارض	پیش آزمون	۴۷/۹۰	۱	۴۷/۹۰	۱۶/۲۳	۰/۰۴۵	۰/۴۴	۱/۰۰
	گروه	۱۳/۱۶	۱	۱۳/۱۶	۴/۴۶	۰/۰۰۰۱	۰/۸۱	۱/۰۰
	خطا	۱۰۰/۳۳	۳۴	۲/۹۵				
مدیریت مالی	پیش آزمون	۵۴/۶۴	۱	۵۴/۶۴	۱۷/۶۸	۰/۰۰۴	۰/۴۶	۱/۰۰
	گروه	۱۱/۲۳	۱	۱۱/۲۳	۳/۶۳	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹	۱/۰۰
	خطا	۱۰۵/۱۰	۳۴	۳/۰۹				
اوقات فراغت	پیش آزمون	۴۰/۱۰	۱	۴۰/۱۰	۱۱/۵۲	۰/۰۰۵	۰/۵۵	۱/۰۰
	گروه	۶۳/۱۹	۱	۶۳/۱۹	۱۸/۱۵	۰/۰۰۰۱	۰/۸۵	۱/۰۰
	خطا	۱۱۸/۳۳	۳۴	۳/۴۸				
روابط جنسی	پیش آزمون	۳۲/۰۹	۱	۳۲/۰۹	۵/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۳۴	۱/۰۰
	گروه	۱۲/۴۴	۱	۱۲/۴۴	۱/۹۵	۰/۰۰۰۱	۰/۴۵	۱/۰۰
	خطا	۲۱۶/۲۸	۳۴	۲/۳۶				
فرزندو فرزندپروری	پیش آزمون	۳۹/۲۱	۱	۳۹/۲۱	۷/۱۲	۰/۰۰۵	۰/۳۵	۱/۰۰
	گروه	۶۳/۲۹	۱	۶۳/۲۹	۱۱/۵۱	۰/۰۰۰۱	۰/۳۲	۱/۰۰
	خطا	۱۸۷/۳۳	۳۴	۵/۵۰				
خانواده و دوستان	پیش آزمون	۴۸/۹۰	۱	۴۸/۹۰	۸/۳۸	۰/۰۰۵	۰/۳۴	۱/۰۰
	گروه	۱۱/۱۵	۱	۱۱/۱۵	۱/۹۸	۰/۳۳۷	۰/۱۳	۱/۰۰
	خطا	۱۹۸/۳۳	۳۴	۵/۸۳				
جهت گیری مذهبی	پیش آزمون	۵۴/۱۱	۱	۵۴/۱۱	۱۹/۶۷	۰/۰۰۱	۰/۴۲	۱/۰۰
	گروه	۳۳/۱۹	۱	۳۳/۱۹	۱۲/۰۷	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱	۱/۰۰
	خطا	۹۳/۶۵	۳۴	۲/۷۵				

همانطور که در جدول ۴ ارائه شده است با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی تفاوت معنی داری وجود دارد ($F = 1/98$ و $p = 0/0001$). بنابراین فرضیه تأیید می‌گردد. به عبارتی، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/67$ است. یعنی 67 درصد

تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۷/۶۴$). بنابراین فرضیه تأیید می‌شود. یعنی، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $۰/۶۹$ است. یعنی ۶۹ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۴/۶۴$). بنابراین فرضیه تأیید می‌شود. یعنی، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $۰/۸۱$ است. یعنی ۸۱ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است و توان آزمون برابر ۱ است، یعنی امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه مدیریت مالی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۳/۶۳$). بنابراین فرضیه تأیید می‌گردد. به بیانی دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه مدیریت مالی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه

گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۵۹ می‌باشد؛ یعنی ۵۹ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه مدیریت مالی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۱۸/۱۵$). بنابراین فرضیه تأیید می‌گردد. به عبارتی، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۸۵ است. یعنی ۸۵ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۱/۹۵$). بنابراین فرضیه تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۴۵ است. یعنی ۴۵ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس آزمون رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه فرزندپروری و فرزندپروری تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۱۱/۵۱$). بنابراین فرضیه تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی

با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه فرزند و فرزندپروری گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۳۲ است. یعنی ۳۲ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه فرزند و فرزندپروری مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان تفاوت معنی داری وجود ندارد ($p = ۰/۳۳۷$) و $(F = ۱/۹۸)$. بنابراین تأثیر آموزش جنسی در زمینه خانواده و دوستان تأیید نمی‌شود. به بیانی دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش نشده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۱۳ است. یعنی ۱۳ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، یعنی امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$) و $(F = ۱۲/۰۷)$. بنابراین فرضیه تأیید می‌شود. به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۷۱ است. یعنی ۷۱ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های پس از ازدواج است. توان آزمون برابر ۱ است، یعنی امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

جدول ۵: نتایج تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانوا بر روی پیگیری میانگین نمرات مؤلفه‌های رضایت

زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل با کنترل پیش‌آزمون

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
شخصیتی مسائل	پیش‌آزمون	۵۴/۲۵	۱	۵۴/۲۵	۱۲/۴۷	۰/۰۲۳	۰/۵۵	۱/۰۰
	گروه	۱۰/۱۸	۱	۱۰/۱۸	۲/۳۴	۰/۰۰۰۱	۰/۷۱	۱/۰۰
	خطا	۱۴۸/۱۲	۳۴	۴/۳۵				
آزاد ظرف زناشویی	پیش‌آزمون	۳۶/۷۶	۱	۳۶/۷۶	۸/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۲۳	۱/۰۰
	گروه	۳۹/۱۹	۱	۳۹/۱۹	۹/۳۱	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱	۱/۰۰
	خطا	۱۴۳/۲۳	۳۴	۴/۲۱				
حل تعارض	پیش‌آزمون	۴۳/۶۶	۱	۴۳/۶۶	۱۳/۲۷	۰/۰۴۵	۰/۵۶	۱/۰۰
	گروه	۱۳/۸۱	۱	۱۳/۸۱	۴/۱۹	۰/۰۰۰۱	۰/۶۷	۱/۰۰
	خطا	۱۱۱/۸۳	۳۴	۳/۲۹				
مدیریت مالی	پیش‌آزمون	۵۴/۳۴	۱	۵۴/۳۴	۱۸/۶۷	۰/۰۰۴	۰/۶۶	۱/۰۰
	گروه	۱۵/۲۳	۱	۱۵/۲۳	۵/۲۳	۰/۰۰۰۱	۰/۶۱	۱/۰۰
	خطا	۹۹/۱۰	۳۴	۲/۹۱				
اوقات فراغت	پیش‌آزمون	۳۹/۱۰	۱	۳۹/۱۰	۱۳/۱۲	۰/۰۰۵	۰/۲۳	۱/۰۰
	گروه	۳۳/۲۱	۱	۳۳/۲۱	۱۱/۱۴	۰/۰۰۰۱	۰/۴۳	۱/۰۰
	خطا	۱۰۱/۳۸	۳۴	۲/۹۸				
رابطه جنسی	پیش‌آزمون	۴۴/۶۹	۱	۴۴/۶۹	۱۲/۰۴	۰/۰۰۱	۰/۴۵	۱/۰۰
	گروه	۱۱/۴۴	۱	۱۱/۴۴	۲/۰۸	۰/۰۰۰	۰/۸۲	۱/۰۰
	خطا	۱۲۶/۲۸	۳۴	۳/۷۱				
فرزندپروری فرزند و	پیش‌آزمون	۳۷/۲۷	۱	۳۷/۲۷	۱۰/۸۰	۰/۰۰۵	۰/۷۷	۱/۰۰
	گروه	۶۰/۲۹	۱	۶۰/۲۹	۱۷/۴۸	۰/۰۰۰۱	۰/۵۴	۱/۰۰
	خطا	۱۱۷/۳۳	۳۴	۳/۴۵				
خانواده و دوستان	پیش‌آزمون	۶۸/۴۴	۱	۶۸/۴۴	۲۱/۵۲	۰/۰۰۵	۰/۶۴	۱/۰۰
	گروه	۱۱/۱۵	۱	۱۱/۱۵	۳/۵۱	۰/۰۰۰۱	۰/۷۶	۱/۰۰
	خطا	۱۰۸/۳۳	۳۴	۳/۱۸				
جهت‌گیری مذهبی	پیش‌آزمون	۵۹/۱۱	۱	۵۹/۱۱	۲۱/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۶۵	۱/۰۰
	گروه	۲۳/۱۲	۱	۲۳/۱۲	۸/۴۰	۰/۰۰۰۱	۰/۶۱	۱/۰۰
	خطا	۶۵/۹۳	۳۴	۲/۷۵				

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود با کنترل پیش‌آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = ۰/۰۰۰۱$ و $F = ۲/۳۴$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با

توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۷۱ است. یعنی ۷۱ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه مسائل شخصیتی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = 0/0001$ و $F = 9/31$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۴۱ است. یعنی ۴۱ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه ارتباط زناشویی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = 0/0001$ و $F = 4/19$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۶۷ است. یعنی ۶۷ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه حل تعارض مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش آزمون بین آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت

زناشویی در زمینه مدیریت مالی تفاوت معنی داری وجود دارد ($F = 5/23$ و $p = 0/0001$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه مدیریت مالی گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/61$ است. یعنی 61 درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه مدیریت مالی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر 1 است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش‌آزمون بین‌آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت تفاوت معنی داری وجود دارد ($p = 0/0001$ و $F = 14/11$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/43$ است. یعنی 43 درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه فعالیت‌های اوقات فراغت مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر 1 است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش‌آزمون بین‌آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی تفاوت معنی داری وجود دارد ($F = 3/08$ و $p = 0/0001$). به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/82$ است. یعنی 82 درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس از آزمون رضایت زناشویی در زمینه روابط جنسی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر 1 است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش‌آزمون بین‌آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه فرزند و فرزند پروری تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p = 0/0001$) و $F = 17/48$. به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه فرزند و فرزند پروری گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/54$ است. یعنی ۵۴ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس‌آزمون رضایت زناشویی در زمینه فرزند و فرزند پروری مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان‌آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش‌آزمون بین‌آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان تفاوت معنی‌داری وجود ندارد ($p = 0/0001$) و $F = 3/51$. به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش نشده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/76$ است. یعنی ۷۶ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس‌آزمون رضایت زناشویی در زمینه خانواده و دوستان مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان‌آزمون برابر ۱ است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

با کنترل پیش‌آزمون بین‌آزمودنی‌های گروه آزمایش و گروه گواه از لحاظ رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p = 0/0001$) و $F = 8/40$. به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های جنسی با توجه به میانگین رضایت زناشویی در زمینه جهت‌گیری مذهبی گروه آزمایش در مرحله پیگیری (یک ماهه) نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش رضایت زناشویی گروه آزمایش شده است. میزان تأثیر یا تفاوت برابر $0/61$ است. یعنی ۶۱ درصد تفاوت‌های فردی در نمرات پس‌آزمون رضایت زناشویی

در زمینه جهت‌گیری مذهبی مربوط به تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های جنسی است. توان آزمون برابر است، بدین معنی که امکان خطای نوع دوم وجود نداشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتیجه حاصل از این پژوهش حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های جنسی به زنان باعث سبب افزایش رضایت جنسی گروه آزمایشی در مقایسه با گروه گواه می‌شود. نتایج تحلیل کواریانس یک راهه (انوا) مقایسه پس آزمون رضایت زناشویی گروه‌های آزمایش و کنترل با کنترل پیش آزمون بیانگر این بود که آموزش‌های مهارت‌های جنسی به طور معناداری رضایت زناشویی زنان گروه آزمایشی را نسبت به گروه گواه افزایش داده است. که با پژوهش حجت پناه ورنجبر کهن (۱۳۹۲)، پورحیدری و همکاران (۱۳۹۲)، شاه سیاه (۱۳۸۷) قربان شیرودی و همکاران (۲۰۱۴) و پژوهش نیکخواه و آقا محمدیان (۱۳۸۳) همخوانی دارد.

همچنین نتایج تحلیل کواریانس یک راهه در متن مانوا بر روی پیگیری میانگین نمرات مؤلفه‌های رضایت زناشویی آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل با کنترل پیش آزمون حاکی از آن است که آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند با ایجاد صمیمیت و احساس نزدیکی بیشتر بین زن و شوهر و باعث تأثیر مثبت بردرک زن از شوهرش با توجه به رفتارها و ویژگی‌ها در مسائل شخصیتی شود. همچنین رابطه بین زن و مرد را مستحکم کرده و در کنار ایجاد جو صمیمی، احساسات، اعتقادات و نگرش‌های زن را نسبت به نقشش در زندگی را مثبت نموده و روابط زناشویی را تداوم بخشد، و با کاهش تعارض‌ها و استرس‌ها و در کنار آن با ارتقای سطح رضایت از زندگی، همچنین باعث تصمیم‌گیری‌های بهتر در زمینه مالی در خانواده شود و با ایجاد تفاهم، همدلی، و بالا بردن درک زنان از شوهرانشان، سبب اتفاق نظر در امور مختلف همچون نحوه گذراندن اوقات فراغت گردد. از سوی دیگر آموزش مهارت‌های جنسی می‌تواند باعث رضایت از رابطه جنسی زنان در رابطه با همسرانشان 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 زمینه ساز ایجاد احساس توافق در بین زن و مرد گردد، داشتن فرزند و توافق بر سر امور مربوط به فرزند و فرزند پروری زمانی تحقق می‌یابد که زن و شوهر در امور مربوط به زندگی‌شان مخصوصاً خصوصی‌ترین این امور که همان امور جنسی است با یکدیگر رابطه خوب و مناسب داشته باشند و فرزند و فرزند پروری را برای تداوم و استحکام رابطه زناشویی شان مد نظر قرار دهند. در ضمن آموزش مهارت‌های جنسی با کاهش اضطراب‌ها، سبب ایجاد آرامش در فرد، ایجاد نگرش مثبت فرد نسبت به اطرافیان و زندگی می‌گردد که این امر خود می‌تواند بر جهت‌گیری مذهبی فرد نیز تاثیر گذار باشد. پس می‌توان گفت افرادی که از زندگی خود در کنار همسرشان احساس رضایت دارند دیدشان به مذهب نیز مثبت‌تر است. البته باید توجه داشت آموزش مهارت‌های جنسی بر خانواده و دوستان تأثیری ندارد و موجب افزایش آن نمی‌گردد اما می‌تواند رضایت فرد در سطوح ذکر شده را تأمین کرده و در نتیجه سلامت روانی افراد در نتیجه روابط سالم را فراهم آورد. از آنجا که دسترسی به اطلاعات نامناسب و غلط از طریق فضای مجازی سبب ایجاد فرهنگی شده که توجه بیش از حد به حیطة تمایزگذاری بین تفریح جنسی و آسیب جنسی جهت طبقه بندی تجربی و بالینی مفید را می‌طلبد (بالن^۱ و سیگریوز^۲، ۲۰۰۵). چنین آموزش‌هایی می‌تواند هرچه بیشتر در ارتقای آگاهی صحیح و در جهت تقویت بنیان خانواده عمل نماید.

منابع

- اعتمادی، عذرا (۱۳۸۶)، امین جعفری، بتول، تأثیر آموزش مهارت‌های شناختی، ارتباطی، رفتاری و حل تعارض بر صمیمیت زوجین شاهد و ایثارگر، طرح پژوهشی، بنیاد شهید اصفهان، ۱۳۸۶.

- بولتون، رابرت، *روانشناسی روابط انسانی*، ترجمه: حمیدرضا سهرابی (۱۳۸۱)، تهران: انتشارات رشد.
- تبریزی، مصطفی؛ دیبائیان، شهرزاد؛ کاردانی، مژده؛ جعفری، فروغ (۱۳۸۵)، *فرهنگ توصیفی خانواده و خانواده درمانی*، تهران: انتشارات فراوان.
- پور حیدری، سپیده؛ باقریان، فاطمه؛ دوستکام، محسن و جواد بهادر خان (۱۳۹۲). *تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی در زوج‌های جوان. نشریه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، سال چهارم، شماره ۱، بهار ۱۳۹۲، صص ۱۴-۲۲
- جعفری، علیرضا (۱۳۸۵)، *بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی زوجین پیش از ازدواج بر افزایش رضایت زناشویی پس از ازدواج*، طرح پژوهشی، دانشگاه آزاد اسلامی اهر.
- حجت پناه، مینا؛ رنجبرکهن، زهره (۱۳۹۲). *رابطه رضایت جنسی، رضایت زناشویی و رضایت زندگی زوجین*.
- *نشریه چشم‌انداز امین در روانشناسی کاربردی*، سال اول، شماره ۱.
- سلیمانیان، اکبر، (۱۳۷۶). *بررسی تفکرات غیرمنطقی بر رضایت زناشویی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی دانشگاه تربیت معلم، تهران.
- شاه سیاه، مرضیه؛ بهرامی، فاطمه؛ اعتمادی، عذرا و محبی، سیامک (۱۳۸۸)، *تأثیر آموزش جنسی بر بهبود رضایت زناشویی زوجین شهر اصفهان*، خلاصه مقالات چهارمین کنگره سراسری خانواده و سلامت جنسی، دانشگاه شاهد، گروه پژوهش خانواده و سلامت جنسی فقیهی، سمانه؛ نعیم آبادی، الهام (۱۳۸۸)، *بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر رضایت زناشویی دانشجویان دختر متأهل دانشگاه فردوسی مشهد*، خلاصه مقالات چهارمین کنگره سراسری خانواده و سلامت جنسی، دانشگاه شاهد، گروه پژوهش خانواده و سلامت جنسی.
- محبی کیا، راضیه (۱۳۸۷)، *تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد شناختی-رفتاری بر سازگاری زناشویی زنان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.
- نبی پور، افسانه (۱۳۸۴)، *تأثیر آموزش مهارت‌های زناشویی (جنسی) بر افزایش رضایت زناشویی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد رودهن.
- نیکخواه، زهرا؛ آقامحمدیان (۱۳۸۳)، *بررسی میزان اثربخشی آموزش گروهی مهارت‌های ارتباطی با رویکرد شناختی-رفتاری بر رضامندی زناشویی، نخستین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده*، تهران: دانشگاه شهید بهشتی.
- هنرپوران، نازنین؛ خوشخو، فاطمه (۱۳۸۸)، *بررسی میزان رضایت جنسی زوجین و ارتباط آن با برخی از مشخصات دموگرافیکی*، خلاصه مقالات چهارمین کنگره سراسری خانواده و سلامت

جنسی، دانشگاه شاهد، گروه پژوهش خانواده و سلامت جنسی.

- Balon, Richard; Segraves, R. Taylor (2005). *Handbook of Sexual Dysfunction*. United States: Taylor & Francis Group.
- Foley, Sallie; Kope, Sally A.; Dennis P. Sugrue(2012). *Sex Matters for Women: A Complete Guide to Taking Care of Your Sexual Self*. New York: Guliford press, 2end edition, p.p 2, 3, 4.
- Ghorbanshiroudi, Shohreh; Shafti, Vida; Rashidi, Sahar(2014). *the effectiveness of sexthrapy with Kegal Practices on Orgasm Perception in Marrid Women Who Refer to Tonekabon Obstetrics and Gynecology Specialized Clinic*. Journal of Social Issues & Humanities, kindle edition, Volume 2, Issue 9, September 2014.
- Greenberg, Jerrold; Bruess, Clint; Conklin, Sarah(2011). *Exploring the Dimensions of Human Sexuality*.
- Canada: Jones and Bartlett publishers. Kindle edition, 4th edition Harvey, John H.; Wenzel, Amy; Susan Sprecher(2004). *The Handbook of Sexuality in Close Relationships*. New Jersey: Erlbaum, first edition.
- Hertlein M., Katherine; (Editor). Weeks, Gerald R; (Editor) Gambescia, Nancy (Editor) (2010). *Systemic Sex Therapy*. New York: Routledge, kindle Edition.
- Olsen, DH, (1994). The relationship between communication skills and marital satisfaction. *J Marriage family*, vol. 59,884-919.