DOI: *10.22122/rbs.v17i2.2302*

اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین

شیرین حاجی‌آدینه[۱]، مریم کلهرنیا گل‌کار[۲]

مقاله پژوهشی

چکیده

زمینه و هدف: سال‌های اول ازدواج، لذت‌بخش‌ترین و درعین‌حال سخت‌ترین و پرمخاطره‌ترین دوران زندگی مشترک زوجین است. ازاین‌رو، پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه‌ی زوجین در سال اول زندگی مشترکشان بود که از مشکلات زناشویی و نارضایتی جنسی رنج می‌بردند و در سال ۱۳۹۵ به کلینیک مشاوره و مددکاری بصیرت در شهر اصفهان مراجعه نمودند. از این جامعه، ۲۰ زوج (۲۰ زن و ۲۰ مرد)، به شیوه‌ی نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب و پس از همتاسازی به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. اعضای گروه آزمایش از هشت جلسه آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب برخوردار گردیدند، بااین‌حال گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکرد. پرسشنامه‌های سازگاری زناشویی Spanier و رضایت جنسی Larson, Anderson, Holman & Niemann، قبل و بعد از مداخلات آموزشی، به‌عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون بر روی کلیه افراد اجرا گردید. یافته‌های حاصل از پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره و نرم‌افزار (SPSS-18) مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که پس از تعدیل اثر همپراش پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری بین میانگین نمرات سازگاری زناشویی ($F=۱۲/۳۲$ و $p<۰/۰۱$) و رضایت جنسی ($F=۸/۶۶$ و $p<۰/۰۱$) در دو گروه کنترل و آزمایش وجود دارد. باوجوداین، بین میانگین نمرات سازگاری زناشویی و رضایت جنسی شرکت‌کنندگان زن و مرد، تفاوت معنی‌داری وجود نداشت ($p>۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری: به نظر می‌رسد آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب، از طریق آگاه‌سازی زوجین از نیازهای اساسی، روانشناسی کنترل بیرونی و به‌کارگیری هفت عادت مهرورزی به‌جای عادت‌های تخریب‌گر، می‌تواند منجر به بهبود سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین شود.

واژه‌های کلیدی: تئوری انتخاب، سازگاری زناشویی، رضایت جنسی، زوجین.

ارجاع: حاجی آدینه شیرین، کلهرنیا گل‌کار مریم. **اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین.** مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۳۹۸؛ ۱۷(۲): ۲۰۴-۱۹۳.

دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۸/۰۵ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۰۵/۳۰

۱- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد بین‌المللی کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران.

۲- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

نویسنده مسئول: شیرین حاجی‌آدینه

Email: adinehshirin@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]

[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

مقدمه

سال‌های اول ازدواج، لذت‌بخش‌ترین و درعین‌حال سخت‌ترین و پرمخاطره‌ترین دوران زندگی مشترک زوجین هست و آغاز آشفتگی رابطه اغلب در این دوران رخ می‌دهد (۱). ازآنجاکه سال اول هر ازدواجی اساس آینده‌ی آن ازدواج را تشکیل می‌دهد (۲)، بروز ناسازگاری، سرخوردگی و رفتارهای منفی در این دوران، می‌تواند زوج‌هایی که به سمت طلاق می‌روند و آن‌هایی که پایه‌ای محکم برای پیوند زناشویی ایجاد می‌کنند را از هم متمایز سازد (۳).

اگرچه زوجین در اغلب موارد با این باور که تنها مرگ می‌تواند ما را از هم جدا کند زندگی مشترکشان را شروع می‌کنند، بااین‌حال ایجاد و حفظ روابط صمیمانه و ارضای نیازهای عاطفی و روانی در جریان ازدواج یک مهارت و هنر است که نیازمند داشتن نگرش‌های منطقی و کسب مهارت‌ها و انجام وظایف خاص است (۴). پس از مدتی از حرارتی که ناشی از شیفتگی و خوشی اولین روزهای ازدواج است کاسته می‌شود و روابط زناشویی تحت تأثیر عوامل متعددی قرار می‌گیرد که پاره‌ای از آن‌ها ممکن است زوجین را به‌طرف اختلاف و درگیری، جدایی عاطفی و حتی طلاق سوق دهد (۵).

مطالعات نشان می‌دهد که اگرچه خطر ابتلا به طلاق در چند ماه اول ازدواج کم است، اما پس‌ازآن افزایش‌یافته و در سال پنجم ازدواج به حداکثر می‌رسد. این روند در سال هفتم ازدواج سیر نزولی یافته؛ اما هرگز متوقف نمی‌شود. محققان از این الگو، تحت عنوان خارش هفت‌ساله (Seven-year itch) یاد می‌کنند (۶).

گزارش‌های آماری در ایران نیز بیانگر روند رو به رشد طلاق به‌ویژه در سال‌های اول ازدواج است. در سال ۱۳۸۸ از هر صد ازدواج، ۱۴ مورد به طلاق ختم شده است، درحالی‌که این میزان، در سال ۱۳۹۲ به حدود ۲۰ طلاق در برابر هر یک‌صد ازدواج رسیده است (۷). ازاین‌رو پژوهشگران بر این باورند که آنچه از خود ازدواج و تشکیل خانواده مهم‌تر به نظر می‌رسد، دوام ازدواج و سازگاری زناشویی (Marital adjustment) است (۸)، حال‌آنکه حفظ یک رابطه زناشویی رضایت‌بخش، دشوارترین نوع حفظ رابطه است (۹).

Whisman (۱۰) سازگاری زناشویی را میزان تفاهم و سهیم شدن در فعالیت‌ها که با خرسندی و موفقیت در زندگی همراه است، تعریف می‌کند. درواقع سازگاری در روابط زناشویی، یک توافق و قصد برای حفظ رابطه در بلندمدت است و بر شرایط پایداری که زوجین را در کنار هم نگه می‌دارد، اشاره دارد (۱۱).

یکی از مهم‌ترین عواملی که در ارزیابی فرد نسبت به زندگی زناشویی و به‌طور اخص سازگاری و تداوم روابط زناشویی نقش دارد، میزان رضایت جنسی (Sexual satisfaction) در زوجین می‌باشد (۱۲). رضایت جنسی به میزان آگاهی زوجین از برآورده شدن انتظارات و نیازهای جنسی خود و همسرانشان اطلاق می‌شود (۱۳). رضایت جنسی مؤلفه‌ای مرتبط با تمایلات جنسی است که به‌عنوان آخرین مرحله از چرخه‌ی پاسخ جنسی در نظر گرفته می‌شود (۱۴).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نارضایتی و مشکلات جنسی در بین زوجین شایع‌تر از آن است که قبلاً تصور می‌شد (۱۵ و ۱۶). بی‌تردید این نارضایتی و به‌تبع آن عملکرد مختل در روابط جنسی می‌تواند زندگی مشترک را با مشکل مواجه سازد (۱۷).

اگرچه زندگی زناشویی رضایتمند فقط تا حدودی منوط به رابطه‌ی جنسی است، اما اگر این رابطه قانع‌کننده نباشد ممکن است منجر به احساس محرومیت، ناکامی و عدم احساس امنیت و درنتیجه ازهم‌پاشیدگی یک زندگی زناشویی شود (۱۸). در این راستا، قیصری و کریمیان (۱۹) مشاهده کردند که نارضایتی از رابطه جنسی با مشکلات عمیق در روابط زوجین و ایجاد تنفر از همسر، دلخوری، حسادت، رقابت، حس انتقام‌گیری، احساس تحقیر و عدم اعتمادبه‌نفس همراه است؛ درحالی‌که رضایتمندی از رابطه‌ی جنسی می‌تواند منجر به شادمانی بیشتر (۲۰)، تداوم رابطه (۲۱) و افزایش تعهد زناشویی (۲۲) در بین زوجین شود.

بنابراین در یک ازدواج سالم، وجود رابطه‌ی جنسی مطلوب به‌نحوی‌که بتواند موجب تأمین رضایت طرفین شود، نقش بسیار مهم و اساسی در سازگاری زناشویی و تحکیم ثبات خانواده دارد (۲۳). با توجه به این مهم و ازآنجاکه خانواده به‌عنوان بنیادی‌ترین واحد جامعه، در استحکام روابط اجتماعی و رشد تک‌تک افراد جامعه نقش مهمی ایفا می‌کند (۲۴)، مداخله در سطح خانواده به‌منظور افزایش سازگاری زناشویی و به‌تبع آن

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

رضایت جنسی زوجین به‌ویژه در سال‌های اول زندگی مشترک ضروری می‌نماید.

در حال حاضر دیدگاه‌های نظری متعددی با رویکردهای متفاوت به دنبال تبیین و حل ناسازگاری‌های زناشویی هستند. یکی از مؤثرترین دیدگاه‌های نظری برای تغییر در الگوی ارتباطی زوجین، تئوری انتخاب (Choice Theory) است (۲۵). Glasser (۲۶) در تئوری انتخاب، معتقد است ناسازگاری‌ها و تعارضات زناشویی ناشی از انتخاب رفتارهای غیرمسئولانه و غلط در روابط زناشویی است. بنابراین تضاد خواسته‌های زوجین، غیرواقعی بودن خواسته‌ها و ناتوانی در قضاوت صحیح در مورد رفتارهای خود، موجب بروز تعارضات و اختلافات زناشویی می‌شود. عدم انکار واقعیت، مسئولیت‌پذیری و بر این اساس، برنامه‌ریزی جهت دستیابی به اهداف، از اصلی‌ترین نیازهای انسان در جریان زندگی است که در تئوری انتخاب به آن اهمیت داده می‌شود (۲۷). بر اساس این رویکرد، همه انسان‌ها با پنج نیاز ژنتیکی یعنی نیاز به عشق و تعلق (Love and Belonging)، آزادی (Freedom)، قدرت (Power)، تفریح (Fun) و نیاز به بقا (Survival)، متولد می‌شوند. این نیازها در افراد ازنظر شدت متفاوت‌اند و این تفاوت‌ها به بروز مشکلاتی در روابط منجر می‌شود. ناهمخوانی در نیازها به‌صورت مشکل نمایان می‌شود و زوجین را مجبور می‌سازد تا راهی برای این مسئله بیابند، ولی اغلب اوقات زوج‌ها به این مسئله بی‌توجه می‌شوند و از روش‌هایی مانند سرزنش، شکایت، تهدید و تنبیه استفاده می‌کنند (۲۸).

لذا اگر زوجین درک کنند که تحت تأثیر پنج نیاز اساسی خود هستند و از ابتدای زندگی‌شان برای ارضای این نیازها تلاش کنند، در سازگاری زناشویی و به دنبال آن رضایت جنسی آن‌ها پیشرفت چشمگیری ایجاد خواهد شد (۲۹).

یافته‌های پژوهشی نیز حاکی از آن هستند که آموزش مفاهیم نظریه انتخاب و فنون واقعیت‌درمانی، باعث افزایش کیفیت روابط زناشویی و صمیمیت زوج‌ها (۳۰)، بهبود روابط و بهزیستی روان‌شناختی (۳۱)، کاهش تعارضات زناشویی (۳۲)، بهبود عملکرد جنسی (۳۳) و همچنین افزایش امید به زندگی می‌شود (۳۴).

با توجه به چهارچوب نظری مذکور و پیشینه پژوهشی در خصوص تأثیر آموزش مفاهیم تئوری انتخاب در تغییر و بهبود روابط زوجین، پژوهش حاضر درصدد پاسخگویی به این مسئله است که آیا آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب می‌تواند تأثیر معناداری در سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین داشته باشد؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر، یک پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه‌ی آماری این پژوهش شامل تمامی زوجین در سال اول زندگی مشترکشان بود که از مشکلات زناشویی و نارضایتی جنسی رنج می‌بردند و از طریق فراخوان برای دریافت خدمات روان‌شناختی رایگان، در سال ۱۳۹۵ به کلینیک مشاوره و مددکاری بصیرت در شهر اصفهان، مراجعه نمودند.

از این جامعه ۲۰ زوج (۲۰ زن و ۲۰ مرد) که ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند به شیوه نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب گردید و پس از همتاسازی به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. اعضای گروه آزمایش از هشت جلسه آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب به‌صورت متوالی و دو بار در هفته، برخوردار گردیدند، بااین‌حال گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نکردند.

پرسشنامه‌های سازگاری زناشویی و رضایت جنسی قبل و بعد از اتمام مداخلات آموزشی، به‌عنوان پیش‌آزمون و پس‌آزمون بر روی کلیه افراد نمونه اجرا گردید. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت از سطح تحصیلات حداقل دیپلم، قرار داشتن در سال اول زندگی مشترک، دامنه‌ی سنی ۱۸ تا ۳۰ سال برای زنان و ۲۲ تا ۳۵ سال برای مردان، عدم سابقه بیماری‌های روان‌پزشکی و اختلالات شخصیت، وجود شکایت اصلی در زمینه نارضایتی جنسی و مشکلات سازگاری؛ همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم رضایت برای شرکت در پژوهش، غیبت بیش از دو جلسه در فرآیند آموزش، عدم همکاری در انجام تکالیف و تکمیل پرسش‌نامه‌ها و همچنین عدم حضور هم‌زمان زوجین در جلسات درمان بود. در پایان پژوهش به‌منظور رعایت

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

اصول اخلاقی، یک دوره فشرده‌ی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب، برای افراد گروه کنترل اجرا گردید.

شرکت‌کنندگان: بررسی ویژگی‌های جمعیت شناختی نشان داد که از بین ۴۰ شرکت‌کننده در پژوهش، ۲۰ نفر (۵۰٪) مرد و ۲۰ نفر (۵۰٪) زن بودند. همچنین ۲۱ نفر (۵۲/۵٪) از شرکت‌کنندگان را افراد شاغل و ۱۹ نفر (۴۷/۵٪) دیگر را افراد بیکار تشکیل می‌دادند. ازنظر سطح تحصیلات، ۱۲ نفر (۳۰٪) دیپلم، ۷ نفر (۱۷/۵٪) فوق‌دیپلم، ۱۶ نفر (۴۰٪) لیسانس و ۵ نفر (۱۲/۵٪) دارای تحصیلات فوق‌لیسانس و بالاتر بودند. ازلحاظ توزیع سنی نیز ۳ نفر (۷/۵٪) در دامنه‌ی سنی ۱۸ تا ۲۰ سال، ۱۴ نفر (۳۵٪) ۲۱ تا ۲۵ سال، ۱۶ نفر (۴۰٪) ۲۶ تا ۳۰ سال و ۷ نفر (۱۷/۵٪) نیز در دامنه‌ی سنی ۳۱ تا ۳۵ سال قرار داشتند.

جدول ۱. ساختار جلسات آموزش گروهی تئوری انتخاب

ردیف	محتوای جلسات
جلسه اول	معارفه و آشنایی، ایجاد رابطه مبتنی بر اعتماد، ابلاغ قوانین گروه و ایجاد تعهد برای شرکت در جلسات.
جلسه دوم	شناخت و فهرست بندی پنج نیاز اساسی، بررسی نحوه ارضا نیازها از طریق چهار پرسش اصلی در نظریه انتخاب.
جلسه سوم	دریافت بازخورد از جلسه قبل، ارزیابی چگونگی حرکت در جهت خواسته‌ها، بررسی نقشه و عملکرد اعضا در دستیابی به خواسته‌هایشان، بحث در مورد مسئولیت شخصی افراد در پیامدهای ارضای نیاز.
جلسه‌چهارم	مرور جلسه قبل، افزایش مسئولیت‌پذیری اعضاء در قبال انتخاب رفتارهایی که منجر به نارضایتی جنسی و کاهش سازگاری زناشویی می‌شوند.
جلسه پنجم	مرور جلسه قبل، طراحی یک برنامه‌ی قابل‌اجرا و توضیح ویژگی‌های برنامه خوب بر اساس تئوری انتخاب.
جلسه ششم	توضیح در مورد رفتار کلی و مؤلفه‌های آن (عمل، فکر، احساس، فیزیولوژی).
جلسه هفتم	آشنایی با مسائل تغییر و تعهد و ارائه تکالیف برمبنای افزایش رضایت جنسی و سازگاری زناشویی تا جلسه بعد و گرفتن تعهد کتبی از اعضاء برای اجرای آن.
جلسه هشتم	بررسی تکالیف، مرور کلی جلسات و تأکید مجدد بر قبول مسئولیت، جایگزینی کنترل درونی، مواجهه با واقعیت و بودن در اینجا و اکنون و فرایند تغییر که منجر به افزایش رضایت جنسی و سازگاری زناشویی می‌شود.

مقیاس سازگاری زناشویی (Dyadic Adjustment Scale): مقیاس سازگاری زناشویی یک ابزار ۳۲ عبارتی است که در سال ۱۹۷۶ توسط Spanier ساخته‌شده است و میزان سازگاری و ناسازگاری زوجین را می‌سنجد.

تحلیل عامل نشان می‌دهد که این مقیاس چهار بعد را می‌سنجد: رضایت دونفری (Dyadic satisfaction)، همبستگی دونفری (Dyadic cohesion)، توافق دونفری (Dyadic consensus) و ابراز محبت (Affection expression) (۳۵). در این پژوهش از نمره کل این مقیاس استفاده‌شده است. نمره‌ی کل مجموع تمام سؤالات بین ۰ تا ۱۵۱ می‌باشد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده رابطه بهتر و سازگاری بالاتر است (۳۶). Spanier (۳۵) نمره‌ی اعتبار کل مقیاس به روش آلفای کرونباخ را ۰/۹۶ گزارش کرد و همچنین اعتبار هم‌زمان مقیاس را بر اساس همبستگی آن با پرسشنامه سازگاری زناشویی Locke & Wallace ۰/۸۶ به دست آورد.

در ایران، ملازاده (۳۷) ضریب پایایی مقیاس سازگاری را با روش بازآزمایی ۰/۸۶، و با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آورد. همچنین در پژوهش وی، میزان روایی هم‌زمان این مقیاس با پرسشنامه سازگاری زناشویی Locke & Wallace برابر با ۰/۹۰ بود.

در پژوهش سلیمی، نجارپوریان، محمدی و علی‌تبار (۳۸) ضریب پایایی این مقیاس برابر با ۰/۸۶ گزارش‌شده است. در این پژوهش، پایایی پرسشنامه‌ی سازگاری زناشویی به روش آلفای کرونباخ، برابر با ۰/۸۸ به دست آمد.

پرسشنامه‌ی رضایت جنسی لارسون (Larson sexual satisfaction questionnaire): این پرسشنامه‌ی ۲۵ سؤالی توسط Larson, Anderson, Holman & Niemann (۳۹) برای ارزیابی سطوح رضایت جنسی زوجین ساخته شد. پاسخ آزمودنی به هر ماده بر اساس یک طیف پنج‌درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۵) نمره‌گذاری

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

می‌شود. برخی از سؤالات این مقیاس (۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۱، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۲۰، ۲۴، ۲۵) نمره معکوس دارد. نمره بالا در این مقیاس منعکس‌کننده‌ی رضایت جنسی است (۳۹). در پژوهش بهرامی، یعقوب‌زاده، شریف‌نیا، سلیمانی و حق‌دوست (۴۰)، روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه به دو روش کمی و کیفی بررسی و مورد تأیید قرار گرفت. روایی سازه‌ی این پرسشنامه به روش تحلیل عاملی اکتشافی (Exploratory Factor Analysis)، ۰/۷۹ تخمین زده شد. همچنین ثبات درونی پرسشنامه رضایت جنسی به روش آلفای کرونباخ، بیشتر از ۰/۷۰ گزارش شد و برای سؤالات مثبت این پرسشنامه، پایایی ۰/۸۲، و سؤالات منفی پایایی ۰/۷۳ به دست آمد (۴۰). در پژوهش حاضر نیز پایای این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد که ازنظر آماری مطلوب است.

آموزش گروهی تئوری انتخاب: مداخلات آموزشی در این پژوهش، مبتنی بر تئوری انتخاب Glasser (۴۱) و مشتمل بر هشت جلسه‌ی متوالی به‌صورت دو بار در هفته است که در جدول ۱ به‌صورت خلاصه گزارش‌شده است.

یافته‌ها

در این بخش آماره‌های توصیفی متغیرهای وابسته پژوهش، به تفکیک گروه و مرحله ارزیابی، در جدول (۲) ارائه‌شده است.

جدول۲. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه و مرحله‌ی ارزیابی

متغیر وابسته	گروه	مرحله	تعداد	میانگین	انحراف معیار
سازگاری زناشویی	کنترل	پیش‌آزمون	۱۰	۹۶/۹۵	۱۴/۲۹
		پس‌آزمون	۱۰	۹۴/۸۵	۱۵/۹۶
	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۰	۹۸/۱۵	۱۷/۷۰
		پس‌آزمون	۱۰	۱۰۷/۵۵	۱۸/۲۰
	زن	پیش‌آزمون	۱۰	۹۶/۷۵	۱۳/۶۹
		پس‌آزمون	۱۰	۱۰۲	۱۸
	مرد	پیش‌آزمون	۱۰	۹۸/۳۵	۱۸/۱۵
		پس‌آزمون	۱۰	۱۰۰/۴۰	۱۸/۵۹
رضایت جنسی	کنترل	پیش‌آزمون	۱۰	۸۳/۳۵	۶/۵۶
		پس‌آزمون	۱۰	۸۴/۷۰	۶/۵۱
	آزمایش	پیش‌آزمون	۱۰	۸۴/۴۵	۵/۳۰
		پس‌آزمون	۱۰	۹۰/۳۰	۸/۳۹
	زن	پیش‌آزمون	۱۰	۸۴/۰۵	۵/۶۱
		پس‌آزمون	۱۰	۸۶/۴۵	۵/۹۱
	مرد	پیش‌آزمون	۱۰	۸۳/۷۵	۶/۳۴
		پس‌آزمون	۱۰	۸۸/۵۵	۹/۵۹

با توجه به نتایج ارائه‌شده در جدول فوق، میانگین نمرات شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون، در متغیرهای سازگاری زناشویی و رضایت جنسی افزایش‌یافته است. بااین‌حال میانگین نمرات سازگاری زناشویی و رضایت جنسی شرکت‌کنندگان زن و مرد تفاوت محسوسی نسبت به یکدیگر ندارد. به‌منظور اجرای تحلیل کوواریانس جهت تعیین معنی‌داری این تغییرات، ابتدا پیش‌فرض‌های آماری لازم برای استفاده از این آزمون پارامتریک موردبررسی قرار گرفت. نتایج بررسی مفروضه‌ی توزیع نرمال داده‌ها نشان داد که آماره‌ی کولموگروف- اسمیرنوف (Kolmogorov-Smirnov) برای هیچ‌یک از متغیرهای پژوهش معنی‌دار نیست ($p>۰/۰۵$)؛ بنابراین از فرض نرمال بودن توزیع نمرات تخطی نشده است. همچنین نتایج آزمون لوین (Levene's Test) برای متغیرهای سازگاری زناشویی ($F=۰/۹۷$ ،$p=۰/۳۳$) و

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

رضایت جنسی (F= ۲/۲۰ ،p=۰/۱۴) نشان داد که پیش‌فرض تساوی واریانس‌ها رعایت شده است. درنهایت نتایج آزمون باکس (Box's Test) (M=۱/۴۷ ،F= ۰/۴۷ ،p=۰/۷۱) حاکی از برقراری فرض یکسانی ماتریس‌های کوواریانس می‌باشد. با توجه به برقراری مفروضه‌های استفاده از تحلیل کوواریانس، به‌منظور بررسی اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری (MANCOVA) استفاده گردید.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری برای نمرات پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل زوجین با تعدیل اثر همپراش پیش‌آزمون

عامل	نام آزمون	مقدار	df1	df2	F	p	اندازه اثر	توان آماری
آموزش تئوری انتخاب	اثر پیلایی	۰/۴۰	۲	۳۳	۱۱/۰۴	۰/۰۱	۰/۴۰	۰/۹۸
	لامبدای ویلکز	۰/۵۹	۲	۳۳	۱۱/۰۴	۰/۰۱	۰/۴۰	۰/۹۸
	اثر هتلینگ	۰/۶۷	۲	۳۳	۱۱/۰۴	۰/۰۱	۰/۴۰	۰/۹۸
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۶۷	۲	۳۳	۱۱/۰۴	۰/۰۱	۰/۴۰	۰/۹۸
جنسیت	اثر پیلایی	۰/۰۶	۲	۳۳	۱/۱۵	۰/۳۲	۰/۰۶	۰/۲۳
	لامبدای ویلکز	۰/۹۳	۲	۳۳	۱/۱۵	۰/۳۲	۰/۰۶	۰/۲۳
	اثر هتلینگ	۰/۰۷	۲	۳۳	۱/۱۵	۰/۳۲	۰/۰۶	۰/۲۳
	بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۰۷	۲	۳۳	۱/۱۵	۰/۳۲	۰/۰۶	۰/۲۳

نتایج چهار آزمون مختلف تحلیل کوواریانس، حاکی از آن است که پس از تعدیل اثر همپراش پیش‌آزمون، بین نمرات پس‌آزمون اعضای دو گروه آزمایش و کنترل، در سازگاری زناشویی و رضایت جنسی، تفاوت معنی‌داری وجود دارد (p<۰/۰۱ و F=۱۱/۰۴). با توجه به‌اندازه‌ی اثر (۰/۴۰)، می‌توان نتیجه گرفت که ۰/۴۰ درصد تفاوت نمرات پس‌آزمون سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجین، مربوط به تأثیر آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب است. توان آماری نیز در سطح مطلوبی قرار دارد و بیانگر کاهش احتمال خطای نوع دوم می‌باشد. باوجوداین، تأثیر عامل جنسیت در هیچ‌کدام از آزمون‌های تحلیل کوواریانس در سطح معنی‌داری نیست (p=۰/۳۲ و F=۱/۱۵).

جدول٤. نتایج تفکیکی تحلیل کوواریانس برای متغیرهای وابسته پژوهش با تعدیل اثر همپراش پیش‌آزمون

متغیر	منبع تغییرات	SS	df	MS	F	p	اندازه اثر	توان آماری
سازگاری زناشویی	پیش‌آزمون	۲۸۰۸/۲۳	۱	۲۸۰۸/۲۳	۲۹/۲۶	۰/۰۱	۰/۴۶	۰/۹۸
	آموزش	۱۱۸۳/۰۳	۱	۱۱۸۳/۰۳	۱۲/۳۲	۰/۰۱	۰/۲۶	۰/۹۲
	جنسیت	۵۶/۱۸	۱	۵۶/۱۸	۰/۵۸	۰/۴۵	۰/۰۲	۰/۱۱
	خطا	۳۲۶۲/۵۳	۳۴	۹۵/۹۵				
	کل	۴۲۲۴۲۲	۴۰					
رضایت جنسی	پیش‌آزمون	۵۳۳/۸۹	۱	۵۳۳/۸۹	۲۱/۶۰	۰/۰۱	۰/۳۹	۰/۹۸
	آموزش	۲۱۴/۰۸	۱	۲۱۴/۰۸	۸/۶۶	۰/۰۱	۰/۲۰	۰/۸۱
	جنسیت	۴۸/۲۱	۱	۴۸/۲۱	۱/۹۵	۰/۱۷	۰/۰۵	۰/۲۷
	خطا	۸۴۰/۲۱	۳۴	۲۴/۷۱				
	کل	۳۰۸۷۱۰	۴۰					

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

نتـایج تحلیـل کوواریـانس بـرای مقایسـه‌ی جداگانـه‌ی متغیرهای پژوهش، در جدول (۴) ارائه‌شده است. همان‌طـور کـه در جدول (۴) مشاهده می‌شود، نتایج تحلیـل کوواریـانس بـرای متغیر سازگاری زناشویی بیانگر آن است که پـس از تعـدیل اثـر همپراش پیش‌آزمون (۰/۴۶)، بین نمرات پس‌آزمون اعضـای دو گروه آزمایش و کنترل، تفاوت معناداری وجـود دارد ($p<$۰/۰۱ و F=۱۲/۳۲). اندازه اثر نشان می‌دهد که ۲۶ درصد تفاوت نمـرات پس‌آزمون سازگاری زناشویی مربوط به تـأثیر آمـوزش گروهـی مبتنی بر تئوری انتخاب می‌باشد. همچنین نتـایج بـرای متغیـر رضایت جنسی حاکی از آن است که پس از تعدیل اثر همپـراش پیش‌آزمون (۰/۳۹)، بین نمرات اعضای گروه آزمـایش و کنتـرل در مرحله پس‌آزمون، تفـاوت معنـاداری وجـود دارد ($p<$۰/۰۱ و F=۸/۶۶). انـدازه اثـر (۰/۲۰)، بیـانگر آن اسـت کـه ۲۰ درصـد تفاوت نمرات پس‌آزمون رضایت جنسی زوجین، متأثر از آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب است.

توان آماری برای هر دو متغیر، در سطح مطلـوبی قـرار دارد. بااین‌حال نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی اثر عامل جنسیت حاکی از آن است که تفاوت نمرات زنان و مردان در متغیرهـای سـازگاری زناشـویی ($p=$۰/۴۵ و F=۰/۵۸) و رضـایت جنسـی ($p=$۰/۱۷ و F=۱/۹۵)، در سطح معنی‌داری نیست.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی اثربخشی آموزش گروهـی مبتنـی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و رضایت جنسی زوجـین انجام گرفت. یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که آمـوزش گروهی مبتنی بـر تئـوری انتخـاب، اثـر معنـاداری بـر افـزایش سازگاری زناشویی زوجین دارد. بررسـی نقـش جنسـیت در ایـن پژوهش بیانگر آن است که این اثربخشـی نمـی‌توانـد ناشـی از تفاوت‌های جنسی باشد. به‌عبارت‌دیگـر، صـرف‌نظـر از جنسـیت شرکت‌کنندگان، زوجین دریافت‌کننده آموزش گروهی مبتنی بـر تئوری انتخاب، از سازگاری زناشویی بالاتری برخوردار بودند. این نتایج همسو با پژوهش‌های فتح‌الله‌زاده و همکاران (۳۰)، برومنـد و همکـاران (۳۲) مـی‌باشـد. فـتح‌الـه‌زاده و همکـاران (۳۰) در پژوهش خود بر روی ۳۳ زوج مراجعـه‌کننـده بـه مرکـز مشـاوره یارستان شهر اصفهان، به این نتیجـه رسـیدند کـه غنـی‌سـازی زندگی زناشویی بر اسـاس نظریـه‌ی انتخـاب، منجـر بـه بهبـود کیفیت روابط زناشویی و افزایش صمیمیت زوجین می‌شود.

در تبیین این نتایج می‌توان گفت ناسازگاری‌هـای زناشـویی زمـانی ایجـاد مـی‌شـود کـه زوجـین انتظـارات متفـاوت و غیرواقع‌بینانه‌ای درباره نحـوه ارضـای نیازهـای اساسـی‌شـان از یکدیگر داشته باشند و یا شدت میان نیازهای آن‌ها بـا یکـدیگر متفاوت باشد (۲۵). به نظر Glasser (۲۶)، اگـر بـه زوجـین در مورد نیازهای اساسی‌شان آموزش داده شود، این آگاهی از نیازها و تلاش برای تأمین نیازهای همسر می‌تواند بر سازگاری آن‌ها و رضایتشان از ازدواج، اثر شگرفی بگذارد.

همچنـین، یکـی از مباحـث مطـرح در تئـوری انتخـاب، روانشناسی کنترل بیرونی اسـت. منظـور از روانشناسـی کنتـرل بیرونی در نظریه گلاسر، این است که زوجین در روابطشان سعی در کنترل طرف مقابل دارند و از هفت عادت تخریب‌گـر کنتـرل بیرونی استفاده مـی‌کننـد. ایـن هفـت عـادت عبـارت‌انـد از: ۱) عیب‌جویی یا انتقاد، ۲) سرزنش، ۳) شکوه و گلایه، ۴) نق نـق و غرغر، ۵) تهدید، ۶) تنبیه، ۷) حق حساب یا باج دادن برای تحت کنترل درآوردن دیگری (۲۶).

طرفداران تئوری انتخاب بر این باورنـد کـه مـا نمـی‌تـوانیم رفتار دیگران را کنترل کنیم و آن‌هـا را بـه خـاطر زنـدگی خـود سرزنش کنیم، بلکه تنها رفتاری که ما قادر به کنترل آن هستیم، رفتار خودمان است. لذا زنان و شوهرانی کـه بـه دنبـال کنتـرل همدیگر هستند، ممکن است به روش‌هـای سـرزنش‌آمیـز علیـه یکدیگر روی‌آورند و گرفتار ناسازگاری‌هـای زناشـویی شـوند. در جریان آموزش گروهی مبتنی بـر تئـوری انتخـاب، زوجـین یـاد می‌گیرند که دست از عادات تخریب‌گـر بردارنـد و بـه‌جـای آن، هفت عادت مهـرورزی را جـایگزین نماینـد. ایـن هفـت عـادت عبارت‌اند از: ۱) گوش دادن، ۲) حمایت، ۳) تشـویق، ۴) احتـرام، ۵) اعتماد، ۶) پذیرش، ۷) گفتگوی همیشگی بر سـر اختلافـات. تئوری انتخاب با کاهش روانشناسـی کنتـرل بیرونـی و افـزایش روانشناسی کنترل درونی، باعث می‌شود که زوجین کمتر از رفتار یکدیگر ایراد گرفته و انتقاد و عیب‌جویی کنند (۴۲) و درنتیجه از سازگاری زناشویی بالاتری برخوردار شوند.

یافته‌های حاصل از این پژوهش در رابطه با رضایت جنسی، نشان داد که آمـوزش گروهـی مبتنـی بـر تئـوری انتخـاب اثـر

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

معناداری برافزایش رضایت جنسی زوجین دارد. عدم معناداری تفاوت نمرات رضایت جنسی شرکت‌کنندگان زن و مرد، حاکی از آن بود که این اثربخشی نمی‌تواند ناشی از تفاوت‌های جنسی باشد. به‌عبارت‌دیگر، صرف‌نظر از جنسیت شرکت‌کنندگان، آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب می‌تواند میزان رضایت جنسی زوجین در سال اول زندگی را افزایش دهد. این نتایج همسو با پژوهش پیوندی‌نژاد و علی‌اکبری دهکردی (۳۳) می‌باشد. پیوندی‌نژاد و علی‌اکبری دهکردی (۳۳) در پژوهش خود بر روی زنان متأهل افسرده نشان دادند که آموزش واقعیت‌درمانی و مفاهیم تئوری انتخاب به‌صورت گروهی، باعث بهبود عملکرد جنسی زنان می‌شود.

ازنظر Glasser (۴۲) نارضایتی و کاهش اشتیاق جنسی بعد از ازدواج، به علت کاربرد کنترل بیرونی از سوی یک یا هردوی زوجین در مقابل همسر خود می‌باشد. وی معتقد است که هیچ عاملی سریع‌تر و قاطع‌تر از هفت عامل مخرب، رابطه جنسی را نابود نمی‌کند. به‌عنوان‌مثال یکی از بزرگ‌ترین نگرانی‌های شوهری که بخواهد رابطه خود را با همسرش حفظ کند، نگرانی در خصوص عملکرد جنسی است. بسیاری از مردان برای رفع این نگرانی از رابطه‌ی جنسی با همسر اجتناب می‌کنند و یا صبر می‌کنند تا پروستاتشان پر شود تا ازلحاظ جنسی توانایی عملکردشان بهتر شود؛ اما این انتظارات نه‌تنها تعداد دفعات رابطه را کاهش می‌دهد، بلکه به دلیل ایجاد اضطراب، برای مرد انزال زودرس و برای زن، دلسردی را به همراه می‌آورد. این مسئله زمانی فزونی می‌یابد که زن از کنترل بیرونی استفاده کرده و شروع به انتقاد و عیب‌جویی از شوهرش می‌نماید. در این حالت احساس ناتوانی مرد بیشتر می‌شود و حتی ممکن است به روابط فرازناشویی روی آورد چراکه روابط نامشروع و فرازناشویی به دلیل عدم وجود کنترل بیرونی در آن، بر روابط زناشویی در ازدواج برتری دارد. جذابیت روابط نامشروع ازاین‌روست که هیچ‌یک از طرفین، عیب‌جویی، سرزنش و شکوه نمی‌کنند یا نق نمی‌زنند؛ حال‌آنکه اگر در روابط زناشویی زوجین، سرزنش‌ها و دیگر عادات مخرب نباشد، هیچ‌گونه از این اتفاقات رخ نمی‌دهد. چراکه ظهور این عادات صمیمیت را نابود و رابطه را قطع می‌کند (۴۲)؛ بنابراین در فرآیند آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب، زوجین یاد می‌گیرند که اگر بخواهند سال‌های متمادی رابطه جنسی رضایت‌بخش داشته باشند، باید با اتخاذ کنترل درونی و تمرکز بر تغییر رفتار خویش، حمایتی عاشقانه و دلگرم‌کننده نثار یکدیگر کنند و با ابراز خواسته‌های خود در روابط جنسی احتمال هرگونه شکست، اضطراب و دلسردی در رابطه‌ی جنسی را کاهش دهند.

از سوی دیگر در بسیاری از موارد زوجین به دلیل شکست‌های متوالی و ناکامی‌هایی که در رابطه‌ی جنسی قبلی خود داشته‌اند، دچار نوعی اضطراب، ترس و درنتیجه بی‌انگیزگی برای برقراری رابطه جنسی با شریک زندگی خود می‌شوند (۴۳). به نظر می‌رسد که این زوجین کوله‌باری از تجارب منفی ناشی از ناکامی‌های قبلی را با خود حمل کرده و اسیر گذشته خویش می‌شود.

در نظریه Glasser (۲۶) بر رفتار فعلی افراد تأکید می‌شود، زیرا رفتار گذشته‌ی افراد را نمی‌توان تغییر داد. اگرچه تجربیات گذشته می‌تواند بر رفتار فعلی زوجین اثر بگذارد؛ اما آن‌ها قربانی گذشته خود نیستند، مگر اینکه خود این‌گونه انتخاب کنند؛ بنابراین تغییر یا عدم تغییرپذیر به انتخاب خود زوجین بستگی دارد.

در این رویکرد گفته می‌شود که زمان گذشته دقیقاً گذشته است. ما نمی‌توانیم به وقایع گذشته اجازه دهیم که زمان حال ما را تعیین کنند، بلکه ما باید تنها به تثبیت نیازهایمان براثر رفتار جاری‌مان توجه کنیم. همچنین در این رویکرد، به این حقیقت پرداخته می‌شود که افراد برای تغییر رفتار و رویه خود، گنجینه‌ای از رفتارهای خلاقانه را در اختیاردارند که تنها باید آن را انتخاب کنند و این امر برای هر یک از زوجین صدق می‌کند. آن‌ها یاد می‌گیرند که آنچه منجر به تداوم رابطه رضایت‌بخش می‌شود، دوستی و صمیمیت بین زوجین است و بهترین راه برای دستیابی به صمیمیت و نزدیکی در یک رابطه طولانی‌مدت این است که خلاق و دائماً در جستجوی چیزهای جدیدی باشند تا بتوانند برای ازدواج و به‌طور اخص رضایت جنسی‌شان انجام دهند (۴۴).

با توجه به نتایج این پژوهش، پیشنهاد می‌شود آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب به‌عنوان یک مداخله‌ی روان‌شناختی مؤثر و موفق در زمینه سازگاری زناشویی و افزایش رضایت جنسی زوجین، در برنامه‌های آموزشی پیش از ازدواج و

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

مداخلات زوج‌درمانی، به کار گرفته شود. در پایان، اگرچه نتـایج این پژوهش حاکی از اثربخشی آموزش گروهی مبتنی بر تئوری انتخاب بر سازگاری زناشویی و افزایش رضایت جنسـی زوجـین می‌باشد، بااین‌حال این نتایج را بایسـتی یـک یافتـه‌ی مقـدماتی دانست و لذا با به‌کارگیری و آموزش مفاهیم تئـوری انتخـاب در قالب طرح‌های پژوهشی گوناگون و بر روی جوامع آماری متنوع و گسترده‌تر، قابلیت تعمیم‌پذیری نتایج را افزایش داد.

تقدیر و تشکر

پژوهش حاضر بر روی زوجین مراجعه‌کننده به کلینیک مشاوره و مددکاری بصیرت در شهر اصفهان انجام گرفت. بـدین‌وسـیله از مدیریت این مرکز و کلیه‌ی مشاورانی که مـا را در انجـام ایـن پژوهش یاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌نمـاییم. همچنـین از زوجینی که در این پـژوهش صـادقانه بـا مـا همکـاری نمودنـد، قدردانی می‌کنیم.

References

1. Gordon K. C. & Christman J. A. Integrating social information processing and attachment style research with cognitive-behavioral couple therapy. Journal of Contemp Psychother 2008; 38: 129.
2. Mackenzie T. The first year of marriage: A guide to good fortune in marriage. Translated by Azar Kar Agah, Tehran: Publication of Talash 2007. [Persian]
3. The Psychology Month of Happiness and Success. The importance of the first two years of marriage in the durability of common life 2011; 8 (86), 85. [Persian]
4. Shahabi S. & Sanagouye-Moharer G. The Effect of Group Schema Therapy on marital adjustment and marital Intimacy in Couples in Kerman. Salamat Ijtimai (Community Health) 2019; 6(2): 236-243. [Persian]
5. Ramsey Islambouli L., Alipour A., Sepehri Z. & Zare H. Effectiveness of group therapy on the basis of reality therapy approach on reconstructing communication beliefs in working women married in Mashhad. Journal of Family Studies 2014; 10 (40): 509-493. [Persian]
6. Kulu H. Marriage duration and divorce: the seven-year itch or a lifelong itch? Demography 2014; 51 (3):881-93.
7. Demographic Statistical Yearbook of the Civil Registration. Journal of Statistical Yearbook: Marriage and Divorce 2013; 337. [Persian]
8. Humbad M. N., Donnellan M. B., Iacono W. G. & Burt S. A. Externalizing psychopathology and marital adjustment in long-term marriages: results from a large combined sample of married couples. Journal of Abnorm Psychol 2010; 119(1):151-62.
9. Dizjani F. & Kharamin Sh. The Effect of Reality Therapy on Marital Satisfaction and Women's Quality of Life. Journal of Yasuj University of Medical Sciences 2016; 21 (2): 187-199. [Persian]
10. Whisman M. A. Marital adjustment and outcome following treatments for depression. Journal of Consult Clin Psychol 2009; 69(1):125-29.
11. Durğut S. Kısa S. Predictors of marital adjustment among child brides. Arch Psychiatr Nurs. 2018; 32(5):670-676.
12. Sánchez-Fuentes, M. M. & Santos-Iglesias, J. C. A systematic review of sexual satisfaction. International journal of clinical and health psychology 2014; 14(1): 67-75.
13. Yucel D. & Gassanov M. A. Exploring actor and partner correlates of sexual satisfaction among married couples. Social Science Research 2010; 39 (5): 725-738.
14. World Health Organization. Measuring sexual health: Conceptual and practical considerations and related indicators 2010; Available from: http://whqlibdoc.who.int/hq/2010/who_rhr_10.12_eng.pdf [retrieved October 7, 2013].

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

15. Gungor S., Keskin U., Gülsün M., Erdem M., Ceyhan S. T. & Ergün A. Concordance of sexual dysfunction and dissatisfaction by self-report and those by partner's perception in young adult couples. Int J Impot Res 2015; 27(4):133-9.

16. Hendrickx L., Gijs L. & Enzlin P. Sexual Difficulties and Associated Sexual Distress in Flanders (Belgium): A Representative Population-Based Survey Study. Journal of Sex Med 2016; 13(4):650-68.

17. Zhang H., Fan S. & Yip P. S. Sexual dysfunction among reproductive-aged Chinese married women in Hong Kong: prevalence, risk factors, and associated consequences. Journal of Sex Med 2015; 12(3):738-45.

18. Shamloo S. Mental Health. Tehran: Publication of Roshd 2015. [Persian]

19. Qaisari S. & Karimian N. Evaluation of the causal model of sexual satisfaction based on variables of marital quality, satisfaction with relationship, sexual anxiety, sexual intercourse and frequency in female married female students of Bandar Abbas. Journal of Cultural counseling and psychotherapy 2013; 16 (2): 85-106. [Persian]

20. Heiman J. R., Long J. S., Smith S. N., Fisher W.A., Sand M. S. & Rosen, R. C. Sexual satisfaction and relationship happiness in midlife and older couples in five countries. Arch Sex Behav 2011; 40(4):741-53.

21. Fallis E. E., Rehman U. S., Woody E. Z. & Purdon C. The longitudinal association of relationship satisfaction and sexual satisfaction in long-term relationships. Journal of Fam Psychol 2016; 30(7):822-831.

22. Mousavi S. The Relationship between Marital commitment and Sexual Satisfaction in Working Married Women. Master's thesis, University of Tehran 2014; [Persian]

23. Ali Akbari M. The relationship of Female sexual function with marital adjustment. Journal of Behavioral Sciences 2010; 4 (3): 11-12. [Persian]

24. Aneesa A., Najma I. M. & Noreen A. K. Family communication and family system as the predictors of family satisfaction in adolescents. Journal of psychology 2013; 258- 264.

25. Glasser W. Choice theory, a new psychology of personal freedom. New York: Harper Collins Publisher 1998.

26. Glasser W. Counseling with choice theory a new reality therapy. New York. Harper Collins Publisher 2000.

27. Asadi S. & Vakili P. The Effectiveness of Reality Therapy on Anxiety and Increasing Life expectancy in HIV Patients Referring to the Center for Behavioral Diseases in the Shemiranat Health Network. Journal of Research Center for Social Factors Affecting Health 2015; 2 (4): 245-238. [Persian]

28. Markman H. J., Rhoades G. K., Scott M. S., Ragan E. P. & Witton S.W. The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. Journal of Family Psychology 2010; 24(3): 289-298.

29. Shafi Abadi A. & Naseri Gh. Counseling and Psychotherapy Theories, Publication: Academic Publishing Center 2016. [Persian]

30. Fathollahzadeh N., Mirsaififard L. S., Kazemi M., Saadati N. & NavabiNejad Sh. Effectiveness of marital life enrichment based on Choice Theory on quality of marital relationship and couples' intimacy. Journal of Applied Psychology 2017; 3(43):352-372.[Persian]

31. Leon L., Danko B., Marija P., Tvrtko M., Valentina K. & Ankica, B. Reality therapy training efficiency in helping participants to better their relationships and improve their psychological wellbeing. International Journal of Choice Theory and Reality Therapy 2018; 7(1): 111-121.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]

[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

32. Boromand R., Sadeghifard M. & Samavi S. A. The Effectiveness of Group Counseling based on the Choice Theory on Reducing Marital Conflicts. American Journal of Life Science Researches 2013;1 (1):11-19.

33. Peyvandi Nejad N. & Ali Akbari M. The Effectiveness of Glaser Reality Therapy Training on Improving Sexual Function of Depressed Married Women. The first National Congress of Family Psychology: A step in designing a desirable family pattern 2014. [Persian]

34. Law F. M. & Guo G. J. Choice and Hope. National Institutes of Health, Int J Offender Ther Comp Criminol 2017; 61(3):310-333.

35. Spanier G. B. Measuring dyadic adjust ment:New scales for assessing the quality of marriayge and similary. Journal of Marriage and the Family 1976; (38): 15.28.

36. Sanaee B. Family and Marriage Measurement Scales. Tehran: Besat publishing 2009. [Persian]

37. Mollazadeh J. Relationship of marital adjustment with personality factors and coping styles in children of Families with martyrs. PhD thesis of psychology, Tarbiat Modares University of Tehran 2002. [Persian]

38. Salimi H., Najjarpoorian S., Mohammadi C. & Alitabar A. A. Predicting marital adjustment based on decision and problem solving, family cohesion, coping strategies, communication skills and religious beliefs. Journal of Rooyesh-e-Ravanshenasi 2016; 5 (4): 27-46. [Persian]

39. Larson J. H., Anderson S. M., Holman T. B. & Niemann, B. K. A longitudinal study of the effects of pre mental communication, relationship stability and self-esteem on sexual satisfaction in the first year of marriage. Journal of sex marital ther 1998; 24 (3):195-206.

40. Bahrami N., Yagoubzadeh A., Sharifnia S. H., Soleimani M. A. & Haghdoust A. A. Psychometric features of Persian version of Larson's Sexual Satisfaction Questionnaire in a sample of Iranian infertile couples. Iranian Journal of Special-Epidemiology 2016;12 (2): 18-31. [Persian]

41. Jeldkar S., Najafi M. & Sotoudeh N. Effectiveness of group education based on Choice theory on flexibility and marital satisfaction. Consulting Research 2014; 13 (52): 24-36. [Persian]

42. Glaser W. & Glaser C. Unmarried marriage 2000; Translation: Ali Sahebi, Publications: Sayeh Sokhan 2016, Fifth Edition. [Persian]

43. Boddi V., Fanni E., Castellini G., Fisher A. D., Corona G. & Maggi M. Conflicts within the Family and Within the Couple as Contextual Factors in the Determinism of Male Sexual Dysfunction. Journal of Sex Med 2015; 12(12):2425-35.

44. Corey G. Reality Therapy. Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy 2013; 9Th edition, 333-359. Belmont, CA: Brooks/Cole, Cengage Learning.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]

[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]

Effectiveness of Group Training Based on Choice Theory on Marital Adjustment and Sexual Satisfaction of Couples

Shirin Haji Adineh[1], **Maryam Kalhornia Golkar**[2]

Original Article

Abstract

Aim and Background: The first years of marriage are the most enjoyable and, at the same time, the most difficult and most risky periods of Common life of couples. Therefore, the current research was done with the aim of examining the effectiveness of Group training based on choice theory on marital adjustment and sexual satisfaction of couples.

Methods and Materials: This research is a semi-experimental with pretest-posttest design and control group. The statistical population of the research includes all couples in first year of their common life who suffered from marital problems and sexual dissatisfaction and in 2016 they went to the Basirat Clinic of counseling and assisting in Isfahan. From this population, 20 couples (20 women and 20 men) were selected by voluntary sampling method and after matching were randomly assigned to experimental (20 people) and control (20 people) groups. The subjects of experimental group received eight sessions of training based on the theory of choice, however, the control group did not receive any training. The questionnaires of Spanier's marital adjustment (1976) and Larsson's sexual satisfaction (1998) were distributed before and after educational interventions as pretest and posttest on all subjects. The findings of the research were analyzed with Multivariate Analysis of Covariance and SPSS-18 software.

Findings: The findings indicated that there is a significant difference between the mean of posttest scores of the marital adjustment ($F=12.32$, $p<0.01$) and sexual satisfaction ($F=8.66$, $p<0.01$) for experiment and control groups after adjusting the covariate effect of the pretest. However, there was no significant difference between the mean scores of marital adjustment and sexual satisfaction of male and female participants ($p>.05$).

Conclusions: It seems that group training based on choice theory, can help improve marital adjustment and sexual satisfaction of couples by informing couples of basic needs, external control psychology, and the use of seven loving habits instead of destructive habits.

Keywords: Choice Theory, Marital Adjustment, Sexual Satisfaction, Couples.

Citation: Haji Adineh S, Kalhornia Golkar M. **Effectiveness of Group training based on choice theory on marital adjustment and sexual satisfaction of couples.** J Res Behav Sci 2019; 17(2): 193-204.

Received: 2018.10.27 Accepted: 2019.08.21

1- M.A. in general psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Kish International Branch, Islamic Azad University, Kish, Iran.
2- Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psycology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.
Corresponding Author: Shirin Haji Adineh Email: adinehshirin@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.17352029.1398.17.2.3.8]
[DOI: 10.52547/rbs.17.2.193]