

## اثربخشی بازی شهر عشق بر دانش، نگرش و سوءپندارهای جنسی در زوجین

### The Effectiveness of the Love City Game on Knowledge, Attitudes and Sexual Myths in Couples

<https://dx.doi.org/10.52547/JFR.19.1.73>

**Z. Alizadeh, M. A.**

Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran

**S. Rajabi, Ph.D.**

Department of Psychology, Persian Gulf University, Bushehr, Iran

**M. K. Najafi, Ph.D.**

Department of Counseling, University of Kharazmi, Tehran, Iran

**زهرا علیزاده**

گروه روان‌شناسی، دانشگاه خلیج فارس



**سوران رجبی**

گروه روان‌شناسی، دانشگاه خلیج فارس

**محمد کاظم نجفی**

گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۹/۱۵

دریافت نسخه اصلاح‌شده: ۱۴۰۲/۱/۱۸

پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۲/۹

#### Abstract

The present study was conducted with the aim of determining the effectiveness of Shahreshgh game on improving sexual knowledge, improving sexual attitudes and sexual myths and couples in Isfahan. This research was applied and semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group. 20 couples were selected based on the inclusion criteria and by purposive sampling from the aforementioned statistical population, and then 10 couples were randomly assigned to the experimental group and 10 couples to the

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی بازی شهر عشق بر افزایش دانش جنسی، بهبود نگرش جنسی و سوءپندارهای جنسی در زوجین شهرستان اصفهان اجرا شد. این پژوهش از نوع کاربردی و نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه بود. در پژوهش حاضر، ۲۰ زوج بر اساس ملاک‌های ورود و به‌شیوه نمونه‌گیری هدفمند، از جامعه آماری مذکور انتخاب شد و سپس به‌صورت تصادفی ۱۰ زوج در گروه آزمایش و ۱۰ زوج در گروه کنترل گمارده شدند و بازی شهر عشق (نجفی، ۱۳۹۵) به‌مدت هشت جلسه برای گروه آزمایش اجرا شد.

✉ Corresponding author: Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Persian Gulf University, Bushehr Iran.  
Email: [sooranrajabi@pgu.ac.ir](mailto:sooranrajabi@pgu.ac.ir)

✉ نویسنده مسئول: بوشهر، دانشگاه خلیج فارس، دانشکده علوم ادبیات و علوم انسانی، گروه روان‌شناسی.  
پست الکترونیکی: [sooranrajabi@pgu.ac.ir](mailto:sooranrajabi@pgu.ac.ir)

control group, and the game ShahrEshgh (Najafi, 2015) was played for 8 sessions for the experimental group and questionnaires of sexual knowledge and attitudes and sexual misconceptions were used to measure in the pre-test and post-test. The results showed that the significance level and the effectiveness for the research variables were 0.001 and 36, respectively. Sexual attitude is 0.066 and 8, sexual misconceptions are 0.001 and 36. The results of this research show that the ShahrEshgh can increase sexual knowledge and correct sexual misconceptions, but it has no effect on correcting sexual attitudes. Considering the importance of sex education couples through various and attractive tools, it is recommended to use this game for sex education aimed at couples.

**Keywords:** love city game, sexual myths, sexual dysfunctional beliefs, sexual awareness, sexual anxiety.

سپس از پرسش‌نامه‌های دانش و نگرش جنسی و سوء‌پندارهای جنسی برای سنجش در پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد. نتایج نشان داد که میزان معناداری و اندازه اثر برای متغیرهای پژوهش، به ترتیب دانش جنسی ۰/۰۰۱ و ۳۶، نگرش جنسی ۰/۰۶۶ و ۸، سوء‌پندارهای جنسی ۰/۰۰۱ و ۳۶ است. نتایج حاصل از این پژوهش نشان می‌دهد بازی شهر عشق می‌تواند باعث افزایش دانش جنسی و اصلاح سوء‌پندارهای جنسی شود؛ اما بر اصلاح نگرش جنسی تأثیری ندارد. با توجه به اهمیت آموزش جنسی به زوجین به وسیله ابزارهای متنوع و جذاب، توصیه می‌شود از این بازی برای آموزش جنسی به زوجین استفاده شود.

**کلیدواژه‌ها:** بازی شهر عشق، سوء‌پندارهای جنسی، باورهای ناکارآمد جنسی، آگاهی جنسی، نگرش جنسی.

## مقدمه

سلامت جنسی<sup>۱</sup> توانایی داشتن یک زندگی جنسی لذت‌بخش و سازگاری و مدیریت آن در مواجهه با چالش‌های اجتماعی، فیزیکی و عاطفی، در مراحل مختلف است (ون لونسن و لان<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). از عوامل تأثیرگذار بر سلامت جنسی می‌توان به دانش و نگرش جنسی اشاره کرد (ژنچائو و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۲۳). دانش جنسی<sup>۴</sup> مجموعه‌ای از اطلاعات است و به دانش و آگاهی فرد درباره جنسیت و رابطه جنسی که شامل جنبه‌های فیزیولوژیکی، تولیدمثل، عملکرد و رفتارهای جنسی است، اشاره دارد (سلیمی و فاتحی‌زاده<sup>۵</sup>، ۱۳۹۱). از طرف دیگر، مردم درباره طیف وسیعی از موضوعات، مانند فعالیت جنسی عادی و طبیعی و سوءاستفاده جنسی، عقاید و نگرش‌های مختلفی دارند. نگرش جنسی<sup>۶</sup> در واقع یک دیدگاه مثبت یا منفی در پیگیری جهت‌گیری جنسی است (سلطانی، عزیزی، صوری‌نژاد و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷). نگرش جنسی می‌تواند به دو شکل کلی آزاداندیشانه و محافظه‌کارانه وجود داشته باشد. افرادی که نگرش آزاداندیشانه دارند، درباره مسائل جنسی مانند نقش‌های جنسی، ارضاشدن و انواع فعالیت جنسی نگرش باز و انعطاف‌پذیر دارند؛ در مقابل، افرادی که محافظه‌کار هستند، تمایل کمتری به پذیرش دیدگاه‌های مرتبط با مسائل جنسی دارند و انعطاف‌پذیری کمتری نشان می‌دهند (لمر، بالجت، سلفیا و بنسون<sup>۸</sup>، ۲۰۱۳). فقدان برخورداری از دانش و

فراگیربودن نگرش‌های اشتباه دربارهٔ این موضوع، از مشکلات چشمگیر خانواده‌های ایرانی است (رحمانی، صادقی، اله‌قلی و همکاران<sup>۹</sup>، ۱۳۸۹). آمارها نشان می‌دهد که ۵۰ درصد از زوجین در مراحل زندگی زناشویی خود اختلال جنسی را تجربه کرده‌اند، ولی تعداد کمی تحت مشاوره و درمان قرار گرفته‌اند. یکی از علل اصلی عدم مشاوره و جست‌وجوی رسمی دربارهٔ مسائل جنسی، فرهنگ شرم و حیای افراطی است (شیرپاک، چینی چیان، ماتیکا تیندل و همکاران ۲۰۰۸). در واقع، زنان و مردان ما در جامعهٔ سنتی، هنوز به وظایف خود دربارهٔ فراهم‌آوردن لذت برای دیگری آگاهی ندارند و معمولاً رابطهٔ جنسی یک‌طرفه انجام می‌شود (بلوریان و گنجلو<sup>۱۱</sup>، ۱۳۸۷). طبق گزارش مطالعات مختلف، دانش و نگرش جنسی با جنبه‌های مختلف رفتار، رضایت و سلامت جنسی رابطه دارد (قربانی و خلیج<sup>۱۲</sup>، ۱۳۹۰). مطالعهٔ شلانی و سیاه‌کمری<sup>۱۳</sup> (۱۳۹۷) نشان داد که بین دانش و نگرش جنسی با عملکرد جنسی رابطهٔ مثبت و معناداری وجود دارد؛ یعنی نگرش جنسی افراد با عملکرد جنسی آن‌ها رابطه داشته و نگرش جنسی ناکافی می‌تواند منجر به بروز مشکلات، نارضایتی و عملکرد جنسی نامطلوب گردد. مؤمنی و آزادی‌فرد<sup>۱۴</sup> (۱۳۹۴) در پژوهشی دریافتند که بین دانش و نگرش جنسی و باورهای ارتباطی با میزان طلاق عاطفی رابطهٔ منفی معناداری برقرار است.

باورها و نظام اعتقادی مانند یک صافی است که رویدادهای فعال‌کننده از طریق آن‌ها ارزیابی می‌شوند (معنوی‌پور، پیرخائفی، روحانی و دیباجی<sup>۱۵</sup>، ۱۳۸۸). در زندگی زناشویی باورهایی وجود دارد که حقیقت ندارند و شواهدی برای حمایت از آن‌ها وجود ندارد؛ این باورهای مطلق، انتظاراتی را فراهم می‌کنند که مانع تحقق اهداف همسران می‌شود، سلامت جنسی آن‌ها را به مخاطره می‌اندازد و به‌عنوان باورهای ناکارآمد، به علت اصلی بسیاری اختلاف‌ها، به‌ویژه اختلاف‌های بین زوجین بدل می‌شود (دشتسان‌نژاد، عشقی و افخمی<sup>۱۶</sup>، ۱۳۹۳). باورهای ناکارآمد در سیر زندگی تداوم دارند و ساختارهایی عمیق و غیرقابل‌انکار دارند؛ لذا رفتار یک فرد بخشی از این باورها محسوب نمی‌شود، بلکه رفتارهای ناسازگار در پاسخ به باورهای ناکارآمد به وجود می‌آید. زمانی که باورهای فرد فعال می‌شود، مغز فرد تبدیل به اتاق فرمان افکار خودآیند منفی می‌گردد و به‌طور منفی موجب سوگیری در اطلاعات می‌شود (نوبره و پینتو گویویا<sup>۱۷</sup>، ۲۰۰۶). بسیاری از باورهای اغراق‌آمیز، غلط و ناقص افراد در حوزهٔ مسائل جنسی، به منابع اطلاعاتی‌ای برمی‌گردد که افراد تحت‌تأثیر آن هستند؛ این منابع شامل دوستان، محیط، رسانه‌هایی مانند روزنامه‌ها، مجلات، به‌ویژه مجلات پورنوگرافی می‌شود (یتکین و گورگن<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۴). یکی از شایع‌ترین تبعات این اطلاعات غلط در افراد، شکل‌گیری سوءپندارهای جنسی در آن‌هاست (اوزمن<sup>۱۹</sup>، ۱۹۹۹). سوءپندارهای جنسی<sup>۲۰</sup> باورهای غلط در حوزهٔ مسائل جنسی است که اغلب اغراق‌شده، غلط و غیرعلمی می‌باشد، اما افراد معتقدند این پندارها درست‌اند. این باورها و مفاهیم نادرست روی نگرش افراد و رفتار آن‌ها در حوزهٔ امر جنسی تأثیرگذار است (نوبر، گوویا و گومز<sup>۲۱</sup>، ۲۰۰۳). برخی سوءپندارهای جنسی شامل چنین مواردی است: زن هنگام تجربهٔ ارگاسم مانند مرد انزال می‌شود، خودارضایی باعث بیماری روانی می‌شود، مایع منی جوهرهٔ زندگی است و ازدست‌دادن آن به سلامت فرد آسیب می‌رساند، آمیزش جنسی در دوران بارداری به سلامت زن آسیب می‌رساند، زیاده‌روی در رابطهٔ جنسی باعث پیری زودرس می‌شود، ترشحات شبانه نشانهٔ ضعف جنسی است و پردهٔ بکارت سالم دلیل باکره‌بودن زن محسوب می‌شود (میاح و همکاران<sup>۲۲</sup>، ۲۰۱۵). سوءپندارهای جنسی ممکن است روی امر جنسی و به‌دنبال آن روی سلامت عمومی جامعه تأثیرگذار باشد. باورهای مرسوم ممکن است در فرهنگ‌ها و

نیز در مناطق مختلف متفاوت باشد. فراتر از این، باورها و نگرش‌ها ممکن است در هر فرد، با توجه به سن، جنسیت، میزان تحصیلات و نوع خانواده ناهمگون باشد (ویسدان<sup>۲۳</sup>، ۱۹۹۵). از این جهت، تغییر باورهای ناکارآمد و ناسازگار به‌منظور عملکرد بهتر، تغییر الگوهای زندگی و سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار و فراهم کردن محیطی برای یادگیری مهارت‌های انطباقی است (نوبر و همکاران، ۲۰۰۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که باورها به‌عنوان نگرش شخصی افراد، نقش تعیین‌کننده‌ای در بدکاری جنسی افراد دارد (امان‌الهی، جزینی و رجبی<sup>۲۴</sup>، ۱۳۹۶).

آموزش جنسی<sup>۲۵</sup> فرایندی است که به رشد جنسی سالم، بهداشت زناشویی، روابط بین فردی، عاطفه، نزدیکی، تصور بدنی و نقش‌های جنسیتی کمک می‌کند. آموزش جنسی به همه ابعاد جنسیت، مانند ابعاد زیستی، فرهنگی-اجتماعی، روان‌شناختی و مذهبی توجه می‌کند (نورگیتس، پاچکو، سن و هویدن<sup>۲۶</sup>، ۲۰۲۱). بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، برنامه‌های آموزش 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 (ون، والش، هند، موران و فرنچ<sup>۲۷</sup>، ۲۰۲۳). همچنین مطالعات نشان می‌دهد که آموزش جنسی بر افزایش سطح دانش، نگرش، بهبود رفتارهای جنسی (ژنچاؤ و همکاران، ۲۰۲۳) و سلامت جنسی مؤثر است (چی، هاوک، وینتر و میوس<sup>۲۸</sup>، ۲۰۱۵). با وجود این، در ایران زمینه‌های لازم جهت آموزش روابط جنسی صحیح، قبل و حتی بعد از ازدواج، به نحو مطلوب و مناسبی فراهم نیست (نوحی، آذر، شفیع‌کنندجانی و تاجیک<sup>۲۹</sup>، ۱۳۸۶). علاوه بر این، یکی از چالش‌های مهم در آموزش جنسی به بزرگسالان استفاده از روش‌هایی است که به‌روز و جذاب باشد و یادگیری عمیق‌تری ایجاد کند (نجفی<sup>۳۰</sup>، ۱۳۹۸).

بازی‌درمانی یکی از روش‌های نوین در زمینه آموزش، بهبود و ارتقای سلامت روان در حوزه کودکان و بزرگسالان است که می‌توان از آن در حیطه‌های گوناگونی مانند آموزش مسائل جنسی بهره برد؛ ولی تاکنون، پژوهشی در این موضوع انجام نشده است. در ایران، بازی شهر عشق توسط نجفی (۱۳۹۵)، در زمینه درمان و افزایش کیفیت ارتباطی میان زوجین طراحی و اجرا شده است (برمه<sup>۳۱</sup>، ۱۳۹۶). شهر عشق اولین بازی آموزشی-تفریحی در حوزه بزرگسالان در ایران می‌باشد که برای همسران، به‌خصوص زوجین جوان طراحی شده و در یک فضای شاد و مفرح، باعث بهبود هرچه بیشتر رابطه زوجین می‌شود. شهر عشق یک بازی «جدی» است که با هدف بهبود روابط زوجین، ارتقای صمیمیت به‌خصوص در حوزه جنسی و ابرازگری هیجانی زوجین نسبت به یکدیگر ساخته شده است. این بازی با استفاده از جدیدترین تکنیک‌های روان‌شناسی مدرن در حوزه مشاوره خانواده، با رویکردهای درمان هیجان‌مدار (EFT) و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) و ترکیب آن با درمان‌های سنتی، اما موفق در حوزه درمان شناختی-رفتاری (CBT)، گام‌به‌گام تأثیر درمانی خود را اعمال می‌کند (نجفی، ۱۳۹۸). این بازی با استفاده از مؤلفه‌های نه‌گانه صمیمیت باگاروزی، شناخت ارزش‌ها، نظریه زبان عشق و شناخت و ابراز هیجانات در بخش‌های مختلف طراحی شده است. در این بازی، بر اساس رویکرد رفتاری، در ازای رفتارهای خوشایند، هریک از زوجین تقویت مثبت دریافت کرده و در ازای رفتارهای نامطلوب، تقویت منفی دریافت می‌کنند. کارت‌های «بگو ببینم!» نیز بر اساس رویکرد هیجان‌مدار، به‌منظور شناخت و ابراز هیجانات، سبب شکل‌گرفتن

گفت‌وگوی دل‌بسته‌مدار میان زوجین و اصلاح چرخه تعاملی می‌شود. یکی دیگر از رویکردهای اصلی بازی ایجاد فضای مناسب برای گفت‌وگو بر اساس رویکرد روایت‌درمانی و رفتاری است (نجفی<sup>۳۲</sup>، ۱۳۹۷).

در ایران، پژوهش‌های مختلفی اثربخشی بازی شهر عشق را بر متغیرهای مختلفی، از جمله رضایت زناشویی، ناگویی هیجانی، صمیمیت جنسی (برمه، ۱۳۹۶)، صمیمیت زوجی، احساسات مثبت نسبت به همسر (نجفی، ۱۳۹۷)، هوش هیجانی (نجفی، ۱۳۹۸)، وضعیت زناشویی و ابرازگری هیجان (رحیمی<sup>۳۳</sup>، ۱۳۹۹) در زوجین و بهبود سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و سبک زندگی زنان (مالوردی<sup>۳۴</sup>، ۱۳۹۹) را مورد بررسی قرار داده‌اند؛ اما تا به امروز، در داخل و خارج از کشور، در پژوهش‌های محدودی از بازی‌های جدی به شکل ویژه برای کار با زوجین استفاده شده است.

حال با توجه به اهمیت آموزش جنسی به زوجین برای بهبود روابط زناشویی و استحکام بنیان خانواده، و همچنین استفاده روبه‌افزایش بازی در سراسر دنیا در گروه‌های سنی مختلف و نبود پژوهش‌های متمرکز در زمینه استفاده از بازی‌های جدی برای آموزش جنسی به زوجین، سؤال اساسی در این پژوهش این است که آیا استفاده از بازی شهر عشق بر دانش، نگرش و سوءپندارهای جنسی مؤثر است یا خیر؟

## روش

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر از لحاظ هدف جزء پژوهش‌های کاربردی، به روش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه زوجین اصفهانی مراجعه‌کننده به کلینیک مهر خانواده در سال ۱۴۰۱ تشکیل دادند. با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند، با توجه به حداقل حجم نمونه در تحقیقات آزمایشی و بر اساس فرمول کوکران، ۲۰ زوج از داوطلبان واجد شرایط (زوجین داوطلب در فرم اولیه اظهار کردند ملاک‌های ورود به پژوهش را دارا هستند) انتخاب و بدون همتاسازی و به‌صورت کاملاً تصادفی، ۱۰ زوج در گروه آزمایش و ۱۰ زوج در گروه کنترل جای‌گذاری شدند. قابل‌ذکر است که با توجه به داوطلب‌بودن افراد نمونه، ریزشی در حجم نمونه رخ نداد. ملاک‌های ورود به پژوهش به شرح زیر بود: زوجین ۲۰ تا ۴۰ سال داشته باشند، بیش از یک سال از ازدواج زوجین گذشته باشد، هر دو زوج تحصیلات حداقل دیپلم داشته باشند، زوجین قصد طلاق نداشته یا در پروسه طلاق نباشند، زوجین فرم رضایت برای شرکت در پژوهش را تکمیل کنند، زوجین هم‌زمان با پژوهش در جای دیگر تحت درمان نباشند. ملاک‌های خروج از پژوهش عبارت بود از اینکه زوجین بیش از دو جلسه از بازی استفاده نکنند یا در جلسات آموزشی و بازخوردی شرکت نکنند و نیز زوجین در طول دوره درمان دچار اختلاف یا طلاق می‌شدند. به‌منظور رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش، به تمامی افراد نمونه اطمینان داده شد که اسامی آن‌ها در هیچ قسمتی از پژوهش فاش نخواهد شد و فقط از نتایج داده‌ها استفاده می‌شود. ابتدای پژوهش یک جلسه توجیهی برگزار شد و فرم رضایت آگاهانه توسط شرکت‌کنندگان پر شد. با هدف حفظ حریم شخصی شرکت‌کنندگان و ناشناس‌ماندن اسامی آنان، به هر زوج کد متناسب اختصاص داده شد. پس از انتخاب و گمارش آزمودنی‌ها و قبل از اجرای جلسات بازی، شرکت‌کنندگان هر دو گروه، از طریق پرسش‌نامه دانش و

نگرش جنسی فرج‌نیا و همکاران و سوءپندارهای جنسی نجفی مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس گروه آزمایشی بازی شهر عشق را به مدت هشت جلسه، هر جلسه نود دقیقه، هر هفته انجام دادند. اما گروه کنترل تحت مداخله قرار نگرفتند. پس از پایان جلسات بازی، شرکت‌کنندگان هر دو گروه مجدداً با ابزار پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند. داده‌های حاصل از پژوهش با استفاده از SPSS، ویراست ۲۳ و روش آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## ابزار

**پرسش‌نامه دانش و نگرش جنسی (SKAS):** پرسش‌نامه دانش و نگرش جنسی در سال ۱۳۹۳ توسط فرج‌نیا، حسینیان، شهیدی و صادقی<sup>۳۵</sup> در ایران، در پژوهشی با عنوان «تهیه و ارزیابی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عملکرد جنسی زناشویی» ساخته شد و مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس دارای ۲۰ ماده است که در ۲ مؤلفه دانش و نگرش جنسی طبقه‌بندی می‌شود. این پرسش‌نامه بر اساس پرسش‌نامه‌های جهت‌گیری رابطه جنسی اسنل (۱۹۹۰)، پرسش‌نامه دانش و نگرش جنسی بشارت (۱۳۸۴)، پرسش‌نامه دانش و نگرش جنسی آن هوپر (۱۹۹۲) و پرسش‌نامه نگرش جنسی خوشابی و والایی (۱۳۷۹) ساخته شده است. در پژوهش یادشده فرج‌نیا، حسینیان، شهیدی و صادقی (۱۳۹۳)، روایی صوری و محتوایی سؤالات با نظرخواهی از شش نفر از استادان متخصص مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است. همچنین در پژوهش شلانی و همکاران (۱۳۹۷)، پایایی پرسش‌نامه از طریق ضریب همسانی، برای خرده‌مقیاس دانش جنسی ۰/۹۳ و نگرش جنسی ۰/۷۵ گزارش شد.

**پرسش‌نامه سوءپندارهای جنسی:** پرسش‌نامه سوءپندارهای جنسی در سال ۱۳۹۸ توسط نجفی تهیه و ارائه شد. برای ساخت این پرسش‌نامه، ابتدا همه پرسش‌نامه‌های مرتبط با سوءپندارهای جنسی در پژوهش‌های انجام‌گرفته داخلی و خارجی گردآوری شد. سپس سؤالات به فارسی برگردانده و بعد سؤالات مشابه و سؤالاتی که نامفهوم یا نامرتب با فرهنگ ایرانی بود، حذف شد. در قدم بعدی، سؤالاتی که در پرسش‌نامه‌های پیشین نبود، با مشورت متخصصان سکس‌تراپی اضافه گردید. در نهایت، همه سؤالات پرسش‌نامه توسط متخصصان روان‌شناسی و سکسولوژی مورد تأیید قرار گرفت. این پرسش‌نامه شامل ۵۲ سؤال پرسشگر ۵۲ باور نادرست درباره ارتباط جنسی است. این پرسش‌نامه دارای ۶ خرده‌مقیاس، شامل سوءپنداره جنسی در زمینه ارتباط جنسی پیش از ازدواج، ازدواج، صمیمیت جنسی، رضایت جنسی، خیانت جنسی و زمان، مکان و شرایط رابطه جنسی هست.

## شیوه اجرای پژوهش

برای شروع پژوهش، ابتدا در کلینک مهر خانواده از زوجین دعوت به همکاری در پژوهش شد. پس از جذب داوطلبان و بررسی ملاک‌های ورود در آن‌ها، یک جلسه توجیهی برای هریک از زوجین (حضور و مجازی) برگزار شد و درباره بازی شهر عشق و نحوه اجرای پژوهش نیز توضیحات لازم ارائه شد. سپس از بین زوج‌های داوطلب، به صورت تصادفی ۲۰ زوج انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل، به صورت تصادفی

گمارده شدند. پس از جلسه توجیهی، زوجین داوطلب رضایت‌نامه کتبی خود را همراه با امضا برای پژوهشگر فرستادند؛ سپس هر کدام از آن‌ها پرسش‌نامه‌های پژوهش (پیش‌آزمون) را پر کردند. در ادامه، بازی شهر عشق به همراه توضیحات مکتوب جلسه ابتدایی در اختیار گروه آزمایش قرار گرفت و گروه آزمایش به مدت هشت جلسه، هر هفته یک جلسه نود دقیقه‌ای، از بازی استفاده کردند. بعد از هر بار بازی، زوجین در یک جلسه مجازی با پژوهشگر، بازخورد دادند و پژوهشگر نیز نکات آموزشی مورد نیاز را مطرح و به سؤالات آن‌ها پاسخ داد. همچنین برای رعایت مسائل اخلاقی، گروه کنترل تا انتهای پژوهش در لیست انتظار باقی ماند. در انتهای پژوهش، پس از هشت جلسه استفاده گروه آزمایش از بازی شهر عشق، از دو گروه آزمایش و کنترل به‌طور هم‌زمان پس‌آزمون گرفته شد و برای قدردانی از همکاری زوجین، به گروه آزمایش پکیج بازی اهدا شد و برای گروه کنترل مداخله انجام گرفت.

چگونگی اجرای جلسات هفتگی و محتوای آن در جدول زیر شرح داده شده است.

جدول ۱: پروتکل جلسات

عنوان جلسه	تکنیک‌ها	اهداف
جلسه اول	آشنایی کلی با بازی شهر عشق و پژوهش	آشنایی آزمودنی‌ها با بازی شهر عشق، روش انجام بازی و پروتکل کلی انجام پژوهش
جلسه دوم	آشنایی با آموزش جنسی و تأثیرات آن	افزایش آگاهی زوجین در زمینه آموزش جنسی، اهمیت و ضرورت آن و تأثیرات آن بر رضایت جنسی، صمیمیت جنسی و ...
جلسه سوم	آموزش در زمینه دانش جنسی	آشنایی آزمودنی‌ها با مفهوم دانش جنسی، اهمیت و ارتباط آن با سایر متغیرهای تأثیرگذار در روابط زوجین
جلسه چهارم	آموزش در زمینه انواع نگرش جنسی و تفکیک نگرش‌های مثبت و منفی	آشنایی آزمودنی‌ها با مفهوم نگرش جنسی، انواع نگرش‌های جنسی، اهمیت و ارتباط آن با سایر متغیرهای تأثیرگذار در روابط زوجین
جلسه پنجم	آموزش در زمینه سوء پندارهای جنسی (مفهوم سوء پندارهای جنسی)	آشنایی آزمودنی‌ها با مفهوم سوء پندارهای جنسی، اهمیت و ارتباط آن با سایر متغیرهای تأثیرگذار در روابط زوجین
جلسه ششم	آموزش در زمینه معرفی انواع سوء پندارهای جنسی	درک انواع سوء پندارهای جنسی
جلسه هفتم	شبیه‌سازی شهر عشق و زندگی زوجی، رسیدن به الگوی مشترک زوج	آگاهی از الگوهای مشترک بین بازی و زندگی زوجی، درک چگونگی تعمیم این الگو و تبادل نظر جهت رسیدن به الگوی مشترک زوجی
جلسه هشتم	تعیین ادامه روند آموزش جنسی، بازی و پس‌آزمون	آگاهی از ادامه روند بازی و آموزش جنسی و پاسخ به پس‌آزمون

## بیان یافته‌ها

جدول ۲: فراوانی و درصد فراوانی برای متغیرهای جمعیت‌شناختی پژوهش،  
به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل

گروه کنترل		گروه آزمایش		متغیر
درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	
۱۰	۲	۱۵	۳	دیپلم
۵۵	۱۱	۴۰	۸	لیسانس
۳۵	۷	۴۵	۹	فوق لیسانس
۵	۱	۵	۱	خیلی مذهبی هستم
۵	۱	۱۵	۳	باور مذهبی اندکی دارم
۵۵	۱۱	۶۵	۱۳	باور مذهبی متوسطی دارم
۳۵	۷	۱۵	۳	باور مذهبی ندارم
۷۰	۱۴	۸۰	۱۶	مدرن
۳۰	۶	۲۰	۴	سنتی
۷۰	۱۴	۸۰	۱۶	سابقه ازدواج قبلی ندارم
۳۰	۶	۲۰	۴	سابقه ازدواج قبلی دارم
۷۰	۱۴	۶۰	۱۲	کمتر از ۵ سال
۳۰	۶	۳۰	۶	۱۱ تا ۱۵ سال
۰	۰	۱۰	۲	بالاتر از ۲۰ سال
۶۵	۱۳	۳۰	۶	۱ فرزند
۱۰	۲	۱۵	۳	۲ فرزند
۲۵	۵	۵۵	۱۱	فرزندی ندارم
۵	۱	۵	۱	خانواده و خویشاوندان
۵۰	۱۰	۶۵	۱۳	دوستان
۳۵	۷	۲۰	۴	فضای مجازی
۱۰	۲	۱۰	۲	سایر موارد
۱۵	۳	۱۰	۲	دوستان
۴۵	۹	۶۵	۱۳	فضای مجازی
۴۰	۸	۲۵	۵	سایر موارد

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در گروه آزمایش ۴۵ درصد از پاسخ‌دهندگان سطح تحصیلات فوق لیسانس، ۴۰ درصد لیسانس و ۱۵ درصد دیپلم داشتند. اما در گروه کنترل، این آمار به ترتیب، فوق لیسانس ۳۵ درصد، لیسانس ۵۵ درصد و دیپلم ۱۰ درصد بود. از نظر سطح باورهای مذهبی، در گروه آزمایش ۶۵ درصد اعلام کردند که سطح باورهای مذهبی متوسطی دارند، ۱۵ درصد باورهای مذهبی اندکی دارند، ۱۵ درصد باورهای مذهبی ندارند و فقط ۵ درصد اعلام کردند که خیلی مذهبی هستند. در گروه کنترل، به ترتیب باورهای مذهبی متوسط ۵۵ درصد، باورهای مذهبی اندک ۳۵ درصد، بدون باورهای مذهبی ۵ درصد و خیلی مذهبی ۵ درصد بود؛ یعنی به‌طور کلی ۲۴ نفر از ۴۰ پاسخ‌دهنده سطح باورهای مذهبی



متوسطی داشتند. نوع ازدواج در اکثر زوجین پژوهش به شکل مدرن بود، به طوری که در گروه آزمایش ۸ زوج و در گروه کنترل ۷ زوج ازدواج به شکل مدرن داشتند. در زمینه سابقه ازدواج قبلی، ۲ زوج در گروه آزمایش و ۳ زوج در گروه کنترل، سابقه ازدواج قبلی داشتند. اکثر زوجین در هر دو گروه ۱ تا ۱۵ سال از ازدواجشان می‌گذشت؛ به طوری که در گروه آزمایش فقط ۱ زوج بودند که مدت ازدواج آن‌ها بالای ۱۵ سال بود. این آمار در گروه کنترل صفر بود. از جهت تعداد فرزند، ۵۵ درصد از زوجین گروه آزمایش فرزندی نداشتند، اما در گروه کنترل ۶۵ درصد دارای یک فرزند بودند. ۶۵ درصد گروه آزمایش و ۵۰ درصد گروه کنترل اعلام کردند که اولین منبع کسب اطلاعات جنسی آن‌ها دوستان بوده است، ولی منبع فعلی کسب اطلاعات جنسی آن‌ها، گروه آزمایش ۶۵ درصد و گروه آزمایش ۴۵ درصد، فضای مجازی است.

در این پژوهش، پیش از استفاده از تحلیل کوواریانس برای بررسی داده‌ها، پیش‌فرض‌های زیربنایی استفاده از تحلیل کوواریانس انجام شد. نتایج آزمون شاپیروویلک برای همه متغیرها بی‌معنا بود ( $sig > 0/05$ ). این نشان می‌دهد که توزیع نمرات در همه متغیرها نرمال بوده و پیش فرض توزیع نرمال نمرات تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر توزیع نمرات نمونه نرمال و همسان با جامعه است. همچنین پیش‌فرض برابری واریانس‌ها در تمامی متغیرها به وسیله آزمون لوین در مرحله پس‌آزمون تأیید شد.

## آزمون فرضیات

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس روی نمرات پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در

دو گروه آزمایش و کنترل، با کنترل پیش‌آزمون

متغیر شاخص	متغیرهای پژوهش	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری	اندازه اثر	توان آماری
پیش‌آزمون	دانش جنسی	۳۷۰/۴۲	۱	۳۷۰/۴۲	۱۱/۲۲	۰/۰۰	۰/۲۳	۰/۹۰
	نگرش جنسی	۴۳۴/۴۲	۱	۴۳۴/۴۲	۱۳/۲۸	۰/۰۰	۰/۲۶۴	۰/۹۴
	سوءپندارهای جنسی	۱۳۸۱/۷۰	۱	۱۳۸۱/۷۰	۱۲/۶۳	۰/۰۰	۰/۲۵۵	۰/۹۳
عضویت گروهی	دانش جنسی	۷۰۴/۸۰	۱	۷۰۴/۸۰	۲۳/۶۴۷	۰/۰۰	۰/۳۶۶	۰/۹۹
	نگرش جنسی	۱۱۶/۹۴	۱	۱۱۶/۹۴	۳/۵۷۶	۰/۰۶	۰/۰۸	۰/۸۱
	سوءپندارهای جنسی	۲۵۹۸/۶۲	۱	۲۵۹۸/۶۲	۲۳/۷۵	۰/۰۰	۰/۳۹	۰/۹۹
خطا	دانش جنسی	۱۲۲۱/۰۸	۳۷	۳۳/۰۰				
	نگرش جنسی	۱۲۰۹/۹۲	۳۷	۳۲/۷۰				
	سوءپندارهای جنسی	۴۰۴۷/۲۴	۳۷	۱۰۹/۳۸				

یافته‌های تحلیل کوواریانس در جدول ۳ حاکی از آن است که تفاوت مشاهده‌شده بین میانگین نمرات دانش جنسی و سوءپندارهای جنسی، برحسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایش و کنترل) در مرحله پس‌آزمون معنادار بوده است ( $sig < 0/05$ ). بنابراین، بازی شهر عشق در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات متغیرهای پژوهش داشته و باعث بهبود ۰/۳۶ در دانش جنسی و ۰/۳۶ در سوءپندارهای جنسی شده است. علاوه بر این، یافته‌ها نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده‌شده بین میانگین نمرات نگرش جنسی، برحسب عضویت گروهی (دو گروه آزمایش و کنترل)، در مرحله پس‌آزمون معنادار نبوده است.

( $sig > 0/05$ )؛ یعنی بازی شهر عشق در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات متغیر نگرش جنسی نداشته است.



شکل ۱: اندازه اثر متغیرهای پژوهش

همان‌گونه که در شکل ۱ مشاهده می‌شود، اندازه اثر برای متغیرهای پژوهش، به ترتیب دانش جنسی ۳۶، سوءپندارهای جنسی ۳۹ و نگرش جنسی ۸ بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان اثربخشی بازی شهر عشق بر افزایش دانش جنسی، بهبود نگرش جنسی و اصلاح سوءپندارهای جنسی در زوجین شهرستان اصفهان صورت گرفت. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین شهر اصفهان در سال ۱۴۰۱ بود و نمونه آماری شامل ۲۰ زوج (۲۰ زن و ۲۰ مرد) که به صورت داوطلبانه و با توجه به ملاک‌های ورود در این پژوهش شرکت کردند. داده‌های موردنیاز این پژوهش از طریق پرسش‌نامه دانش و نگرش جنسی و سوءپندارهای جنسی جمع‌آوری شد. سپس بازی شهر عشق در هشت جلسه برای گروه آزمایش اجرا شد. در ادامه، یافته‌های پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌های به دست آمده از تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات دانش جنسی در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون، معنادار بوده است؛ بنابراین، بازی شهر عشق در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش، تأثیر معناداری بر نمرات این متغیر از پژوهش داشته و باعث بهبود ۰/۳۶ دانش جنسی زوجین شده است. پژوهش‌های فیروزی، لطفی کاشانی و وزیری<sup>۳۶</sup> (۱۴۰۱)، سلیمی و فاتحی‌زاده (۱۳۹۱)، چو و همکاران<sup>۳۷</sup> (۲۰۱۵)، لیندبرگ و مادو - زیمت<sup>۳۸</sup> (۲۰۱۲)، رضایی<sup>۳۹</sup> (۱۳۹۰) و رحیمی، یونسی و شفیع‌آبادی<sup>۴۰</sup> (۱۳۸۸) با این یافته از پژوهش به‌طور غیرمستقیم همسو بودند و تفاوت‌هایی میان پژوهش حاضر و پژوهش‌های انجام گرفته وجود داشت؛ به‌عنوان مثال پژوهش سلیمی و فاتحی‌زاده (۱۳۹۱) نشان داد که آموزش جنسی به‌شیوه شناختی-رفتاری بر دانش جنسی اثربخش است. چو و

همکاران (۲۰۱۵) نیز در پژوهش خود نشان دادند که آموزش دانش جنسی سبب افزایش دانش جنسی مثبت نسبت به رابطه جنسی نوجوانان می‌شود. در تبیین این یافته می‌توان گفت یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر زندگی زناشویی و به‌ویژه کیفیت رابطه جنسی، آگاهی و دانش نسبت به امور جنسی است. دانش جنسی شامل مجموعه‌ای از اطلاعات، معلومات و آگاهی درباره مسائل جنسی و جنسیت است و فقدان این اطلاعات یا اطلاعات نادرست سبب بروز کژکاری‌های جنسی می‌شود (محمدی، ازگلی، علیزاده، برومندیا و مسجیدی آرانی<sup>۴۱</sup>، ۱۳۹۶). به همین خاطر، برخورداری از مجموعه‌ای از اطلاعات و دانش در این حوزه لازم و ضروری می‌باشد. بررسی پژوهش‌ها نشان داده است که افزایش دانش و اطلاعات جنسی سبب افزایش رضایت جنسی و بهبود کیفیت زندگی زوجین می‌شود (ابولیان<sup>۴۲</sup>، ۱۳۹۸)؛ در این خصوص، درمان‌ها و مداخلات بسیاری جهت افزایش دانش جنسی صورت گرفته است که یکی از این مداخلات رفتاردرمانی می‌باشد که در بازی شهر عشق از آن به شکل‌های گوناگون استفاده شده است؛ به‌طور مثال «تقویت ژتونی» که جزء اساسی‌ترین مفاهیم بازی شهر عشق است، سبب می‌شود رفتار زوجین ابتدا در بازی و سپس در زندگی واقعی تقویت شود. استفاده از مفاهیم رفتاردرمانی در این بخش از بازی شهر عشق، جهت آموزش مهارت‌های ارتباطی و تبادل رفتار به کار رفته است. در قسمت تبادل رفتار، فرد رفتاری را که دوست دارد از طرف همسرش دریافت می‌کند و دیگری ژتون دریافت می‌کند تا برنده شود. همچنین قسمت مهارت‌های ارتباط فضایی برای آموزش گفت‌وگو در زوجین طراحی شده تا با گفت‌وگو و تبادل نظر با یکدیگر اطلاعات و دانش لازم برای بهبود روابط جنسی خود را با یکدیگر به اشتراک بگذارند و از این طریق موجب افزایش دانش جنسی خود درباره تفاوت‌های جنسیتی و شناخت نیازهای همسر خود شوند.

اما تفاوت مشاهده‌شده بین میانگین نمرات نگرش جنسی در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون، معنادار نبوده است؛ بنابراین، بازی شهر عشق در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات این متغیر از پژوهش نداشته است. به‌عبارت دیگر بازی شهر عشق باعث بهبود نگرش جنسی در زوجین نشده است. این یافته به‌صورت غیرمستقیم با نتایج مطالعات فیروزی و همکاران (۱۴۰۱)، نوری<sup>۴۳</sup> (۱۳۹۸) و کدیور<sup>۴۴</sup> (۱۳۹۶) ناهمسو می‌باشد و پژوهشی همسو با این یافته یافت نشد. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که بسیاری از نگرش‌های جنسی برگرفته از فرهنگ حاکم بر جامعه و مسائل مذهبی است. بسیاری از این باورها و نگرش‌ها نادرست و غلط است، اما افراد به‌دلیل ارتباط عمیق با فرهنگ و سنت غالب جامعه، قادر به تغییر نگرش خود نیستند و نسبت به تغییر مقاومت دارند. این امر نیازمند اختصاص زمان بیشتر، آگاهی‌بخشی و آموزش مسائل جنسی صحیح به زوجین است که در بازی شهر عشق به‌دلیل جلسات محدود رخ نداد. برای همین بازی شهر عشق نتوانسته نگرش جنسی زوجین را بهبود بخشد.

همچنین یافته‌های به‌دست‌آمده از تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده شده بین میانگین نمرات سوءپنداره‌های جنسی در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس‌آزمون معنادار بوده است. داده‌ها نشان می‌دهد که بازی شهر عشق در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش تأثیر معناداری بر نمرات این متغیر از پژوهش داشته است و باعث بهبود ۰/۳۹ در سوءپنداره‌های جنسی در زوجین شده است. این یافته از پژوهش با پژوهش‌های تقی‌یار و پهلوان‌زاده<sup>۴۵</sup> (۱۳۹۸)، رجبی و عباسی<sup>۴۶</sup> (۱۳۹۷)، سرابی، پرویزی و کاکابرابی<sup>۴۷</sup> (۱۳۹۸)، دشتستان‌نژاد و همکاران (۱۳۹۳)، نجفی (۱۳۹۷)، ساسان‌پور<sup>۴۸</sup> (۱۳۹۶)، تورین، تورین و اوزایدین<sup>۴۹</sup>

(۲۰۱۱)، آپای، ناگورسکا، آکپینار، چلیک و بینکووسکا - بوری<sup>۵۰</sup> (۲۰۱۳) به‌طور غیرمستقیم همسو می‌باشد. از آنجایی که بازی‌درمانی یکی از روش‌های نوین در بحث زوج‌درمانی است، تفاوت‌هایی در پژوهش‌های پیشین و پژوهش حاضر وجود داشت؛ به‌عنوان نمونه، پژوهش رجبی و همکاران (۱۳۹۷) نشان داد که آموزش قبل از ازدواج منجر به کاهش باورهای ناکارآمد دانشجویان مجرد می‌شود. همچنین پژوهش سرابی و همکاران نیز به اثربخش بودن روان‌درمانگری شناختی-رفتاری بر باورهای ناکارآمد و عملکرد جنسی زنان مبتلا به اختلالات جنسی اشاره داشت. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که سوءپندارهای جنسی ایده‌ها، باورها، احساسات اغراق‌آمیز، غیرعلمی و غلطی است که افراد دربارهٔ مسائل جنسی دارند. این مفاهیم و باورهای نادرست، اغلب برگرفته از مسائل فرهنگی، اجتماعی، مذهبی و منابع اطلاعاتی غلط هستند که بر تمایلات جنسی و زندگی جنسی افراد تأثیر منفی می‌گذارند و موجب افزایش مشکلات جنسی می‌شوند (میاح و همکاران، ۲۰۱۵). همچنین سوءپندارهای جنسی سبب ایجاد احساس گناه، ترس، بی‌کفایتی و عدم‌براز انتظارات جنسی افراد شود (ایلماز و کاراتاس<sup>۵۱</sup>، ۲۰۱۸). به همین دلیل اصلاح و تغییر سوءپندارها و باورهای ناکارآمد جنسی سبب بهبود و تقویت فعالیت‌ها و مهارت‌های جنسی می‌شود (دشتستان‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۳).

بررسی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که آموزش مسائل جنسی سبب اصلاح سوءپندارهای جنسی و بهبود باورهای ناکارآمد جنسی می‌شود (محمدی و همکاران، ۱۳۹۶)؛ یکی از روش‌های آموزش استفاده از بازی درمانی است. بازی شهر عشق با تکیه بر مفاهیم جنسی و به‌کارگیری رویکردهای مختلف درمانی سعی در بهبود رضایت زناشویی و افزایش صمیمیت جنسی داشته است؛ به‌ویژه بخش صمیمیت جنسی که بر اساس مقیاس صمیمیت باگروزی طراحی شده است که یکی از زیرمقیاس‌های آن صمیمیت عقلانی می‌باشد. در بازی شهر عشق زوجین با استفاده از کارت‌های بگو ببینم...! به این بعد از صمیمیت می‌پردازند و عقاید و باورها و افکار خود را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند که سبب بهبود بیان باورها و اعتقادات جنسی در زوجین می‌شود. از سوی دیگر، یکی از مفاهیم دیگر در بازی شهر عشق، «شناخت ارزش‌ها» می‌باشد که در آن زوجین می‌توانند با دراختیارداشتن فضای گفت‌وگو، به بیان ارزش‌ها، دیدگاه‌ها و نیازهای خود اقدام کنند. در این راستا، پژوهش نجفی (۱۳۹۷) نشان داد که قسمت‌های مختلف بازی شهر عشق با تشویق زوجین به گفت‌وگو، بیان ویژگی‌های شخصیتی و روحيات سبب کاهش باورهای غیرمنطقی آن‌ها نسبت به رابطهٔ جنسی می‌شود. از همین رو، کارت‌های مختلف بازی سبب شناخت زوجین نسبت به تفاوت‌های جنسیتی و تغییر باورهای ناکارآمد در زمینهٔ روابط جنسی می‌شود.

با توجه به محدودیت‌های پژوهش، از جمله جامعهٔ محدود، بررسی ملاک‌های ورود به‌وسیلهٔ فرم خوداظهاری، حساسیت موضوع و ناآشنایی افراد با این روش، توصیه می‌شود پژوهشگران، پژوهش‌هایی را در سایر جوامع اجرا کنند و اثربخشی بازی شهر عشق بر سایر متغیرهای جنسی را بررسی و نیز اثربخشی آن را با سایر روش‌های درمانی - آموزشی مقایسه کنند.

## تقدیر و تشکر

نویسندگان این پژوهش از تمامی زوجین گروه آزمایش و کنترل و شرکت خلاق شادرام کمال تشکر و قدردانی را دارند.

## پی‌نوشت‌ها

1. Sexual health
2. Van Lunsen & Laan
3. Zhenchao & et al.
4. Sexual knowledge
5. Salimi & Fatehizadeh
6. Sexual attitude
7. Soltani, Azizi, Sourinegad, Shayan, Mohammadi & Khodakarami
8. Lemer, Blodgett, Salafia & Benson
9. Rahmani, Sadeghi, Allah Qoli & Markhani Khoi
10. Shirpak, Chinichian, Maticka-Tyndale, Ardebili, Pourreza & Ramenzankhani
11. Bulurian & Ganji
12. Qurbani & Khalaj
13. Shelani & Siah Kamari
14. Momeni & Azadifard
15. Manavipour, Pirkhafi, Rouhani, & Dibaji
16. Dashtsan Nejad, Eshghi & Afkhami
17. Nobre & Pinto-Gouveia
18. Yasan & Gurgun
19. Ozman
20. Sexual myths
21. Nobre, Gouveia & Gomes
22. Miah & et al.
23. Vicdan
24. Aman Elahi, Jezini & Rajabi
25. Sex Education
26. Nurgitz, Pacheco, Senn & Hobden
27. van Leent, Walsh, Moran, Hand & Fr-ench
28. Chi, Hawk, Winter & Meeus
29. Nohi, Azar, Shafiei Kandjani & Tajik
30. Najafi
31. Burma
32. Najafi
33. Rahimi
34. Malverdi
35. Farajnia, Hosseinian, Shahidi & Sade-ghi
36. Firouzi, Lotfi Kashani & Waziri Chu-& et al.
37. Lindberg & Maddow-Zimet,
38. Rezaei
39. Rezaei
40. Rahimi, Youncey & Shafiabadi
41. Mohammadi, Ezgoli, Alizadeh, Brom-andenia & Masjidi Arani
42. Abulian
43. Nouri
44. Kadivar
45. Taghiyar & Pahlavanzadeh
46. Rajabi & Abbasi
47. Sarabi, Parvizi & Kakabrai
48. Sasanpour
49. Torun, Torun & Özaydın
50. Apay, Nagorska, Akpınar, Celik & Binkowska-Bury
51. Yılmaz & Karataş

## منابع

- ابولیان، ل. (۱۳۹۸). آزمون مدل رابطه بین باورهای ارتباطی و دانش و نگرش جنسی بر رضایت زناشویی با میانجی‌گری رضایت جنسی در زنان متأهل شهر اهواز، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- امان‌الهی، ع، جزینی، ش، و رجیبی، غ (۱۳۹۶). پیش‌بینی بدکاری جنسی بر اساس باورهای جنسی در دانشجویان زن متأهل شهر اهواز، تحقیقات علوم رفتاری، ۱۵(۱)، ۱۲-۶.
- برمه، ش. (۱۳۹۶). تأثیر استفاده از بازی شهر عشق بر روی بهبود رضایت زناشویی، ناگویی هیجانی، صمیمیت جنسی زوجین معلول طیف بینایی بهزیستی شهرستان اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی‌شهر.
- بلوریان، ز، و گنجی، ج. (۱۳۸۶). اختلال کارکرد جنسی و برخی عوامل مرتبط با آن در زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی‌درمانی شهر سبزوار، فصلنامه باروری و ناباروری، ۸(۲)، ۱۷۰-۱۶۳.

- تقی‌یار، ز. و پهلوان‌زاده، ف. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی رویکرد روایت‌درمانی بر تعهد زناشویی و رضایت جنسی زنان، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۲۰(۲)، ۱۲۰-۱۱۰.
- دشتستان‌نژاد، آ.، عشقی، ر.، و افخمی، ا. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های جنسی بر باورهای ناکارآمد جنسی زوجین در شرف ازدواج شهر اصفهان، مراقبت‌های پیشگیرانه در پرستاری و مامایی، ۴(۲)، ۲۲-۱۴.
- رجبی، غ.، و عباسی، ق. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش قبل از ازدواج مبتنی بر برنامه آموزش ارتباط بر کاهش باورهای ارتباطی ناکارآمد دانشجویان مجرد، فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، ۹(۲)، ۱۵-۱.
- رحمانی، ا.، و صادقی، ن.، الله‌قلی، ل.، و مرقانی خوئی، ع. ا. (۱۳۸۹). ارتباط رضایت جنسی با عوامل فردی در همسران، پرستاری مامایی، ۲۳(۱۶)، ۱۴-۲۲.
- رحیمی، ا.، یونسی، ف.، و شفیع‌آبادی، ع. (۱۳۸۸). بررسی تأثیر آموزش شناختی-رفتاری بر دانش، نگرش و اعتمادبه‌نفس جنسی زنان شیراز، ارمغان دانش، ۱۴(۳)، ۱۱۱-۱۰۳.
- رحیمی، غ. (۱۳۹۹). بررسی اثربخشی اجرای بازی شهر عشق بر وضعیت زناشویی و ابرازگری هیجانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان.
- رضایی، ا. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش رویکرد شناختی-رفتاری بر تغییر باورهای غیرمنطقی زناشویی و دانش جنسی زنان متأهل شهرستان گناوه، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- ساسان‌پور، م. (۱۳۹۶). تأثیر برنامه مشاوره گروهی بر باورهای ناکارآمد جنسی زنان یائسه خور و بیابانک اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه علوم پزشکی قزوین.
- سرابی، پ.، پرویزی، ف.، و کاکابایی، ک. (۱۳۹۸). اثربخشی روان‌درمانگری شناختی-رفتاری جنسی بر عملکرد جنسی، باورهای ناکارآمد، دانش و اعتمادبه‌نفس جنسی زنان مبتلا به اختلالات جنسی، فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی-شناختی، ۱۰(۳۷)، ۲۷-۹.
- سلیمی، م.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش جنسی به‌شیوه رفتاری-شناختی بر دانش، خودابرازی و صمیمیت جنسی زنان متأهل شهرستان مبارکه. پژوهش‌های نوین روان‌شناختی، ۷(۲۸)، ۱۲۸-۱۱۱.
- شلانی، ب.، و سیاه‌کمری، ر. (۱۳۹۷). همبستگی دانش و نگرش جنسی با عملکرد جنسی در پرستاران زن، دانشگاه علوم پزشکی قم، ۱۲(۹)، ۶۶-۷۴.
- فرج‌نیا، س.، حسینیان، س.، شهیدی، ش.، و صادقی، م. (۱۳۹۳). تهیه و ارزیابی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عملکرد جنسی زناشویی. دوفصلنامه مشاوره کاربردی، ۴(۱)، ۱۰۲-۸۵.
- فیروزی، آ.، لطفی‌کاشانی، ف.، و وزیر، ش. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی روایت‌درمانی و استفاده از یک مدل آموزشی بر نگرش و رضایت جنسی متأهلین ناباور، پایش، ۲۱(۴)، ۳۹۸-۳۸۵.
- قربانی، ص.، و خلیج، م. (۱۳۹۰). بررسی تأثیر آموزش و مشاوره در ارتباط با مسائل زناشویی در نحوه نگرش به روابط جنسی دختران بدو ازدواج در مرکز مشاوره ازدواج شهرستان قزوین، نشریه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی البرز، ۱(۱)، ۳۰-۲۳.
- کدیور، ر. (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی آموزش پیش از ازدواج به روش SYMBIS بر بهبود فردیت‌یافتگی، تاکتیک‌های تعارض و افزایش دانش و نگرش جنسی دختران، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.
- ملاوردی، ز. (۱۳۹۹). تأثیر استفاده از بازی شهر عشق بر روی بهبود سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و سبک زندگی زنان متأهل مراجعه‌کننده به فرهنگسراهای شهر اصفهان، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور واحد زرین‌شهر.
- محمدی، س.، ازگلی، گ.، علیزاده، ش.، برومندیا، ن.، و مسجدی‌آرانی، ع. (۱۳۹۶). تأثیر اصلاح باورهای ناکارآمد جنسی بر ارتقای کیفیت زندگی جنسی زنان باردار مراجعه‌کننده به بیمارستان بعثت سمنان، پژوهش در پزشکی، ۴۱(۳)، ۱۷۴-۱۶۶.

معنوی‌پور، د.، پیرخانفی، ع.، روحانی، ع.، و دیباجی، ز. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش سردکننده‌های جنسی در ارتقای سلامت جنسی، اندیشه و رفتار، ۳(۱۱)، ۸۶-۷۷.

مؤمنی، خ.، و آزادی‌فرد، ص. (۱۳۹۴). رابطه دانش و نگرش جنسی و باورهای ارتباطی با طلاق عاطفی، *دوفصلنامه علمی آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده*، ۱(۲)، ۴۵-۳۴.

نجفی، ز. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی اجرای بازی شهر عشق بر روی هوش هیجانی زوجین. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی اسلامی، گرایش مثبت‌گرا. دانشگاه معارف قرآن و عترت اصفهان.

نجفی، م. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی اجرای بازی شهر عشق بر بهبود صمیمیت زوجی و احساسات مثبت نسبت به همسر، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه خوارزمی.

نوحی، س.، آذر، م.، شفیع‌ی کندجانی، ع.، و تاجیک، ع. (۱۳۸۶). آگاهی و نگرش زوج‌های مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره ازدواج در مورد روابط جنسی صحیح، *دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران (حیات)*، ۱۳(۳)، ۸۳-۷۷.

نوری، م. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های جنسی بر دانش جنسی، نگرش جنسی و رضایت زناشویی زنان متأهل شهر بندرعباس، پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.

- Abulian, L. (2019). *Testing the model of the relationship between communication beliefs and sexual knowledge and attitude on marital satisfaction with the mediation of sexual satisfaction in married women of Ahvaz city*. Master's thesis. Chamran martyr of Ahvaz University [in Persian].
- Aman Elahi, A., Jezini, Sh., & Rajabi, G. (2017). Prediction of sexual misconduct based on sexual beliefs in married female students of Ahvaz city. *Behavioral Science Research*, 15(1). 6-12 [in Persian].
- Apay, S. E., Nagorska, M., Akpınar, R. B., Celik, A. S., & Binkowska-Bury, M. (2013). Student comparison of sexual myths: two-country case. *Sexuality and Disability*, 31(3), 249-262.
- Bulurian, Z., & Ganji, J. (2008). Sexual dysfunction and some factors related to it in women referring to Sabzevar health centers, *Fertility and Infertility Quarterly*, 8(2), 163-170 [in Persian].
- Burma, Sh. (2017). *The effect of the game "Shahr Eshgh" on the improvement of marital satisfaction, emotional distress, and sexual intimacy of the couples of the family of visionary welfare in Isfahan city*. Master's thesis in clinical psychology. Islamic Azad University, Khomeini Shahr branch [in Persian].
- Chi, X., Hawk, S. T., Winter, S., & Meeus, W. (2015). The effect of comprehensive sexual education program on sexual health knowledge and sexual attitude among college students in Southwest China. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 27(2), NP2049-NP2066.
- Chu, S. K. W., Kwan, A. C., Reynolds, R., Mellecker, R. R., Tam, F., Lee, G., ... & Leung, C. Y. (2015). Promoting sex education among teenagers through an interactive game: Reasons for success and implications. *Games for health journal*, 4(3), 168-174.
- Dashtsan Nejad, A., Eshghi, R., & Afkhami, A. (2014). Investigating the effect of sexual skills training on the sexual dysfunctional beliefs of couples about to get married in Isfahan. *Journal of Preventive Care in Nursing and Midwifery*, 4(2), 14-22 [in Persian].
- Farajnia, S., Hosseinian, S., Shahidi, Sh., & Sadeghi, M. (2014). Preparing and evaluating the psychometric properties of the Marital Sexual Function Scale. *Applied Counseling Quarterly*, 4(1), 85-102 [in Persian].

- Firouzi, A., Lotfi Kashani, F., & Waziri, Sh. (2023). Comparing the effectiveness of narrative therapy and the use of an educational model on the attitude and sexual satisfaction of infertile married couples. *Monitoring*, 21(4), 398-385 [in Persian].
- HE, Ö. (1999). Cinsel mitler ve cinsel işlev bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 2(1), 49-53.
- Hu, Z., Fu, Y., Wang, X., Zhang, H., Guo, F., Hee, J., & Tang, K. (2023). Effects of Sexuality Education on Sexual Knowledge, Sexual Attitudes, and Sexual Behaviors of Youths in China: A Cluster-Randomized Controlled Trial. *Journal of Adolescent Health*, 8(10), 885-893.
- Kadivar, R. (2016). *Investigating the effectiveness of pre-marriage training using the SYMBIS method on improving individuality, conflict tactics and increasing girls' sexual knowledge and attitudes*. Master's thesis. Mashhad Ferdowsi University [in Persian].
- Lemer, J. L., Blodgett Salafia, E. H., & Benson, K. E. (2013). The relationship between college women's sexual attitudes and sexual activity: The mediating role of body image. *International Journal of Sexual Health*, 25(2), 104-114.
- Lindberg, L. D., & Maddow-Zimet, I. (2012). Consequences of sex education on teen and young adult sexual behaviors and outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 51(4), 332-338.
- Malverdi, Z. (2021). *The effect of using Shahr Eshgh game on the improvement of marital compatibility, communication patterns and lifestyle of married women referring to culture centers in Isfahan city*. Master's thesis in general psychology. Payam Noor University, Zarinshahr branch [in Persian].
- Manavipour, D., Pirkhafi, A., Rouhani, A., & Dibaji, Z. (2010). The effect of sexual cooler education in promoting sexual health. *Thought and Behavior*, 3(11), 77-86 [in Persian].
- Miah, M. A. A., Al-Mamun, M. A., Khan, S., & Mozumder, M. K. (2015). Sexual Myths and Behavior of Male Patients with Psychosexual Dysfunction in Bangladesh. *Dhaka University Journal of Psychology*, 39(1), 89-100.
- Mohammadi, S., Ezgoli, G., Alizadeh, Sh., Bromandenia, N., & Masjidi Arani, A. (2017). The effect of correcting ineffective sexual beliefs on improving the quality of sexual life of pregnant women referring to Ba'ath Hospital in Sanandaj. *Research in Medicine*, 41(3), 166-174 [in Persian].
- Momeni, Kh., & Azadifard, p. (2015). The relationship between knowledge and sexual attitude and relationship beliefs with emotional divorce. *Two scientific quarterly journals of pathology, counseling and family enrichment*, 1(2), 34-45 [in Persian].
- Najafi, M. (2018). *Investigating the effectiveness of playing the love city game on improving marital intimacy and positive feelings towards the spouse*. Family Counseling Master's Thesis. kharazmi University [in Persian].
- Najafi, Z. (2019). *Investigating the effectiveness of playing the Love City game on the emotional intelligence of couples*. Master's thesis in Islamic psychology with a positivist orientation. Isfahan Quran and Atrat University [in Persian].
- Nobre, P., Gouveia, J. P., & Gomes, F. A. (2003). Sexual dysfunctional beliefs questionnaire: An instrument to assess sexual dysfunctional beliefs as vulnerability factors to sexual problems. *Sexual and Relationship therapy*, 18(2), 171-204.
- Nobre, P. J., & Pinto-Gouveia, J. (2006). Dysfunctional sexual beliefs as vulnerability factors for sexual dysfunction. *Journal of sex research*, 43(1), 68-75.
- Nohi, S., Azar, M., Shafiei Kandjani, A., & Tajik, A. (1386). Knowledge and attitude of couples referring to marriage counseling centers in correct sexual relations. *Journal of Nursing and Midwifery of Tehran University of Medical Sciences (Hayat)*, 13(3), 77-83 [in Persian].



- Nouri, M. (2018). *The effectiveness of sexual skills training on sexual knowledge, sexual attitude and marital satisfaction of married women in Bandar Abbas city*. Master's thesis. Bandar Abbas Islamic Azad University [in Persian].
- Nurgitz, R., Pacheco, R. A., Senn, C. Y., & Hobden, K. L. (2021). The impact of sexual education and socialization on sexual satisfaction, attitudes, and self-efficacy. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 30(2), 265-277.
- Qurbani, p., & Khalaj, M. (2011). Investigating the effect of education and counseling related to marital issues on the attitude towards sexual relations of newly married girls in marriage counseling center of Qazvin city. *Scientific Research Journal of Alborz University of Medical Sciences*, 1(1), 23-30 [in Persian].
- Rahimi, A., Youncey, F., & Shaffiabadi, A. (2009). Investigating the effect of cognitive-behavioral training on knowledge, attitude and sexual self-confidence of Shiraz women. *Armaghane Danesh*, 14(3), 103-111 [in Persian].
- Rahimi, G. (1399). *Investigating the effectiveness of playing Shahreshgh game on marital status and emotional expression*. Isfahan University of Medical Sciences [in Persian].
- Rahmani, A., Sadeghi, N., Allah Qoli, L., & Markhani Khoi, A. (2020). Relationship between sexual satisfaction and individual factors in spouses. *Journal of Midwifery Nursing*, 23(16), 14-22 [in Persian].
- Rajabi, G., & Abbasi, Q. (2018). Effectiveness of premarital education based on communication training program on reducing dysfunctional communication beliefs of unmarried students. *Quarterly Journal of Applied Psychological Research*, 9(2), 1-15 [in Persian].
- Rezaei, A. (1390). *The effectiveness of cognitive-behavioral approach training on changing irrational marital beliefs and sexual knowledge of married women in Ganaveh city*. Master's thesis. Islamic Azad University Marodasht branch [in Persian].
- Salimi, M., & Fatehizadeh, M. (2012). Investigating the effectiveness of sex education in a cognitive-behavioral way on knowledge, self-expression and sexual intimacy of married women in Mobarakeh. *New Psychological Research*, 7(28), 111-128 [in Persian].
- Sarabi, P., Parvizi, F., & Kakabrai, K. (2019). The effectiveness of sexual cognitive behavioral psychotherapy on sexual performance, dysfunctional beliefs, knowledge and sexual self-confidence of women with sexual disorders. *Quarterly Journal of Analytical-Cognitive Psychology*, 10(37), 9-27 [in Persian].
- Sasanpour, M. (2017). *The effect of a group counseling program on the sexual dysfunctional beliefs of postmenopausal women in Isfahan*. Master's thesis. Qazvin University of Medical Sciences [in Persian].
- Shelani, B., & Siah Kamari, R. (2018). Correlation of sexual knowledge and attitude with sexual performance in female nurses. *Journal of Qom University of Medical Sciences*, 12(9), 66-74 [in Persian].
- Shirpak, K. R., Chinichian, M., Maticka-Tyndale, E., Ardebili, H. E., Pourreza, A., & Ramenzankhani, A. (2008). A qualitative assessment of the sex education needs of married Iranian women. *Sexuality & Culture*, 12(3), 133-150.
- Soltani, F., Azizi, R., Sourinegad, H., Shayan, A., Mohammadi, Y., & Khodakarami, B. (2017). Sexual knowledge and attitude as predictors of female sexual satisfaction. *Biomedical Research and Therapy*, 4(12), 1874-1884.
- Taghiyar, Z., & Pahlavanzadeh, F. (2019). Investigating the effectiveness of narrative therapy approach on marital commitment and sexual satisfaction of women. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 20 (2), 110-120 [in Persian].
- Torun, F., Torun, S. D., & Özaydin, A. N. (2011). Men's belief in sexual myths and factors effecting these myths. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24(1), 24.

- van Leent, L., Walsh, K., Moran, C., Hand, K., & French, S. (2023). Effectiveness of relationships and sex education: A systematic review of terminology, content, pedagogy, and outcomes. *Educational Research Review*, 100527.
- Van Lunsen, R.H.W. , & Laan, E.T.M. (2019). *Textbook of Obstetrics Gynaecology: A Life Course Approach*. Netherlands : Bohn Stafleu van Loghum.
- Vicdan, K. (1995). Üreme sağlığı ve gençlerin cinsel eğitim sorunları (Reproductive health and young people's sex education problems). *Gençlik cinsel eğitim ve üreme sağlığı kitabı, İnsan Sağlığını Gelistirme Vakfı, İstanbul*, 13-18.
- Yas,an, A., Gu ̇rger, F.: Comparison of prevalence of sexual myths and methods of acquiring sexual information in a group of nurses with and without sexual partners. *New Symp.* 42(2), 72–74.
- Yılmaz, M, & Karataş, B. (2018). Opinions of student nurses on sexual myths; a phenomenological study. *Sexuality and Disability*, 36(3), 277-289.