

## پیش‌بینی رضایت جنسی زنان متأهل براساس سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجانی Prediction of sexual satisfaction of Married Women Based on Marital Adjustment, Communication Patterns and Emotional Regulation

Seyede Zahra seyedi \*

M. A. in General Psychology, Islamic Azad University, Science and Research Branch  
[seyediafsaneh1@gmail.com](mailto:seyediafsaneh1@gmail.com)

Dr. Mehdi Shah Nazari

PhD in Psychology, Islamic Azad University, Karaj Branch

سیده زهرا سیدی (نویسنده مسئول)

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران

دکتر مهدی شاه نظری

دکترای روانشناسی، هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج

### Abstract

The purpose of this study was to predict the sexual satisfaction of married women based on marital adjustment, communication patterns, and emotional regulation. The present research is descriptive-correlational. The statistical population of the study consisted of all married women aged 25 to 50 years in the field of psychology and education at the Azad University of Science and Research Branch in the second semester of 2017-18. Their total number was estimated to be 220. In order to determine the sample size based on the Morgan table, the number of samples was estimated to 136, and selected by using available sampling method and were selected by Hudson's Sexual Satisfaction (1981), Marriage Adjustment by Locke Wallace (1959), Christensen Communication Patterns And Salvi (1984) and the Cognitive Critical Settlement of Craigie et al. (2002). Data were analyzed by SPSS software version 22 using variance analysis and multivariate regression. The findings of the research showed that the components of communication patterns could predict sexual satisfaction in married women; among them, the largest share is related to the elements of the discussion of the problem, the time of creation Problem and debate about the issue. The results also showed that the marital adjustment variable could predict the sexual satisfaction in a significant amount in married women, and the emotional adjustment variable and its components include self-denial, the other blaming (with the highest rate), positive concentration; Adoption and catastrophic (lowest) rates in married women have a significant role in predicting their sexual satisfaction.

**Key words:** Sexual satisfaction, marital adjustment, communication patterns, emotional adjustment, married women

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت جنسی زنان متأهل براساس سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجانی انجام شد. طرح پژوهش حاضر نوع توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل ۲۵ تا ۵۰ سال رشته روان‌شناسی و علوم تربیتی مشغول به تحصیل دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران در نیمسال دوم ۹۶-۹۷ بودند. تعداد کل آنها حدود ۲۲۰ نفر برآورد شد. به منظور تعیین حجم نمونه براساس جدول مورگان تعداد نمونه ۱۳۶ نفر برآورد و به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین آنها انتخاب و به پرسشنامه‌های "رضایت جنسی هادسون (۹۸۱) سازگاری زناشویی لاک والاس (۱۹۵۹)، الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالو (۱۹۸۴) و تنظیم شناختی هیجان کرایچ و همکاران (۲۰۰۲)" پاسخ داد جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل واریانس و رگرسیو چندمتغیره به روش گام به گام به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۲، استفاده شد. یافته‌های حاصل از تحلیل داده‌های پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های الگوهای ارتباطی قادر به پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل است؛ که این بین بیشترین سهم به ترتیب مربوط به مؤلفه‌های بحث در مورد مشکل زمان ایجاد مشکل و بحث در مورد مشکل، می‌باشد. همچنین نتایج نشان دهنده متغیر سازگاری زناشویی می‌تواند رضایت جنسی را به مقدار قابل توجهی زنان متأهل پیش‌بینی کند و متغیر تنظیم هیجانی و مؤلفه‌های آن شامل خودسرزنش‌گری؛ دیگر سرزنش‌گری (با بیشترین میزان)؛ تمرکز مثبت؛ پذیرش و فاجعه‌نمایی (با کمترین میزان) در زنان متأهل سهم معناداری در پیش‌بینی رضایت جنسی آنها دارد.

**واژگان کلیدی:** رضایت جنسی، سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی،

تنظیم هیجانی، زنان متأهل

### مقدمه

آدمی دارای غرایز و نیازهای متعددی است که ارضای به موقع و اندازه‌ی آنها در سلامت جسم و روان وی تأثیر قابل ملاحظه‌ای دارد. یکی از این نیازها، نیاز جنسی است. نیاز جنسی به عنوان یکی از مهمترین ارکان زیربنایی خانواده پذیرفته شده و ارضای آن، بسیار

مهم و ضروری است (پوراکیهان و امین یزدی، ۱۳۹۴). ارتباط جنسی نیازهای زیستی و اجتماعی انسان را ارضا می‌کند و در نتیجه کیفیت زندگی را افزایش می‌دهد (معصومی، رضاییان و حسینیان، ۱۳۹۶). تجربه رضایت جنسی<sup>۱</sup>، صمیمیت را در رابطه افزایش و تنش‌های رابطه را کاهش می‌دهد و بالتبع کاهش تنش و افزایش رضایت‌مندی زناشویی می‌تواند میل به برقراری رابطه جنسی را نیز در زوجین افزایش دهد (ماینام و جونپور<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). شونفیلد، لاونینگ، پاپ، هاستون و استالفور<sup>۳</sup> (۲۰۱۷) در مطالعه‌ای نشان دادند که رضایت از رابطه جنسی به میزان بالایی در زنان متأهل با رضایت زناشویی آنها در ارتباط است و در تحکیم روابط زناشویی آنها اهمیت ویژه‌ای دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کیفیت پایین و نامطلوب رابطه جنسی در زندگی زناشویی با کاهش رضایت زناشویی در ارتباط مستقیم است (طلایی زاده و بختیار پور، ۱۳۹۵؛ جیانگ، وانگ، زانگ، لئو و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). از این رو طبیعتاً بررسی و شناخت عوامل و موارد مرتبط و تأثیرگذار دیگر که بر سطح کیفیت این رابطه بین زوجین اثر می‌گذارد، نیز امری لازم در جهت ارتقای کیفیت رابطه جنسی می‌باشد. یکی از مؤلفه‌های مؤثر بر کیفیت رابطه جنسی سبک‌های تنظیم شناختی هیجان<sup>۵</sup> می‌باشد (میکائیلی، ۱۳۹۲). تنظیم شناختی هیجان فرآیندی است که از طریق آن افراد هیجان‌های خود را به‌صورت هشیار یا ناهشیار تعدیل می‌کنند (باروق و ویلیامز<sup>۶</sup>، ۲۰۰۷)؛ تا به‌طور مناسب به تقاضاهای محیطی متنوع پاسخ دهند (تامیسون<sup>۷</sup>، ۱۹۹۴). تنظیم شناختی هیجان در واقع به شیوه شناخت مدیریت و دست‌کاری ورود اطلاعات فراخواننده هیجان اشاره دارد که می‌تواند کیفیت زندگی زوجین را ارتقا دهد (اوکسندر و گروس<sup>۸</sup>، ۲۰۰۵). به عبارت دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، به‌نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب‌زا برای آنها اطلاق می‌شود (حسینی، آزاد فلاح، رسول‌زاده طباطبایی و عشایری، ۱۳۸۸). بنابراین تنظیم سبک‌های تنظیم شناختی هیجان می‌تواند بر کیفیت روابط زندگی زناشویی اثرگذار باشد و روابط زناشویی را بهبود ببخشد (محمدی، فرنام و محبوبی، ۱۳۹۰). در این رابطه، درعلی و سهرابی (۱۳۹۳) در مطالعه خود نشان دادند که بین رضایت جنسی و سبک‌های تنظیم هیجان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین حیدری (۱۳۹۴) در مطالعه‌ای به بررسی رابطه رضایت جنسی با رضایت زناشویی و تنظیم هیجانی پرداخت که نتایج نشان داد رضایت جنسی با هر دو متغیر رابطه معناداری دارد. از دیگر عوامل بسیار مهم و تأثیرگذار در رضایت جنسی زوجین، کیفیت و چگونگی ارتباط زوجین با یکدیگر است (معصومی و همکاران، ۱۳۹۶). یکی از راه‌های نگرستن به ساختار خانواده‌ها این است که به کانال‌های ارتباطی که از طریق آنها با همدیگر به تعامل می‌پردازند، پرداخته شود. به آن دست از کانال‌های ارتباطی که به وفور در یک خانواده اتفاق می‌افتد، الگوهای ارتباطی<sup>۹</sup> گفته می‌شود. الگوهای ارتباطی می‌توانند میزان رضایت زناشویی را تعیین نمایند تا جایی که بیش از ۹۰ درصد زوجین آشفته، این مشکلات را به عنوان مسئله اصلی خود می‌دانند. مشکلات ارتباطی از مهمترین عوامل بروز ناسازگاری و ناراضی‌تی در زندگی زناشویی به شمار می‌رود، به طوری که شایع‌ترین مشکلی که به وسیله زوج‌های ناراضی مطرح می‌شود، عدم موفقیت در برقراری ارتباط است. هم چنین الگوهای ارتباطی معیوب، درک صحیح زوجین را از یکدیگر کاهش داده، باعث می‌شود همسران نتوانند از یکدیگر حمایت کنند، برای ارضای نیاز یکدیگر تلاش کنند و در مورد مسائل تعارض برانگیز، دیدگاه یکدیگر را درک کنند و سرانجام باعث می‌شود مشکلات زناشویی و ناراضی‌تی ایجاد شود (سودانی، شجاعیان، خجسته مهر، شیرالی نیا، ۱۳۹۶). معصومی و همکاران (۱۳۹۶) در مطالعه‌ای به پیش‌بینی رضایت جنسی بر اساس الگوهای ارتباطی زوجین پرداختند که نتایج مطالعه آنها نشان داد بین الگوی ارتباطی سازنده متقابل و میزان رضایت جنسی زوجین رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین الگوی ارتباطی اجتناب متقابل و میزان رضایت جنسی زوجین رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بیدرام (۱۳۹۳) نیز در مطالعه خود نشان داد که ارتباط معناداری بین الگوهای ارتباطی خانواده و رضایت زناشویی زوجین وجود دارد که این یافته همسو با نتایج مطالعات هاوتون<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۷) و مرادی (۱۳۹۲)، می‌باشد. متغیر دیگری که ممکن است رضایت جنسی را تحت تأثیر قرار دهد، وابستگی عاطفی میان زن و شوهر است که موجب افزایش سازگاری زناشویی<sup>۱۱</sup> زوجین می‌شود (ژبان، نوایی

1. sexual satisfaction

2. Manyam & Junior

3. Schoenfeld, Loving, Pope, Huston & Stulhofer

4. Jiang, Wang, Zhang, Liu & et al

5. cognitive emotion regulation styles

6. Bargh & Williams

7. Thompson

8. Ochsner & Gross

9. communication patterns

10. Hawton

11. marital adjustment

نژاد و عظیمی گروسی، ۱۳۹۴). سازگاری در زندگی زناشویی یک فرآیند مستمر و در حال تغییر است (منی‌ام و جونیور<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). سازگاری زناشویی به معنای نداشتن مشکل در زندگی نیست بلکه به معنای ظرفیت سازگار شدن با مشکلات و توانایی حل آنهاست (ماداتیل و بنسپوف<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). سازگاری زناشویی یک فرآیند فعال است که بر اساس آن زوجین با گذشت زمان و پیدا کردن نقش‌های جدید در خانواده، وظایف مختلف خود را درک می‌کنند و آن را می‌پذیرند (آمبرسون، ویلیامز، پاورز و کمپبل<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ به نقل از بشارت و رفیع زاده، ۱۳۹۵). اسکورن<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) در مطالعه‌ای نشان داد که زنانی که سازگاری زناشویی بالاتری دارند، قادرند تا در روابط خود موقعیت من را اتخاذ نمایند و سطوح بالاتری از رضایت زناشویی را تجربه می‌کنند. زیمرمن<sup>۵</sup> (۲۰۱۷) در پژوهشی که با هدف بررسی رابطه رضایت جنسی با سازگاری زناشویی بر روی ۲۰۰ زوج انجام شد نشان داده که بین رضایت جنسی با سازگاری زناشویی در زوجین رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. سنتیلا<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۸) نیز در پژوهشی با عنوان رضایت جنسی و سازگاری در زوجین نشان دادند که بین رضایت جنسی و سازگاری در زوجین رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. از آنجا که امور جنسی پیچیده می‌باشد، هر تجربه زندگی یا بیماری می‌تواند تمایل، عملکرد و رضایت جنسی را تحت تأثیر قرار دهد. معنای بهداشت جنسی، مراقبت از سلامت جنسی زنان، تشخیص نگرانی‌ها و کمک به آنها برای بهبود عملکرد و رضایت جنسی می‌باشد که در زنان متأهل نیز از اهمیت بسیار زیادی برخوردار است. از این رو متغیرها و رفتارهایی که بتوانند رضایت جنسی را پیش بینی کنند دارای اهمیت پژوهشی و کاربردی می‌باشد زیرا از نتایج این نوع پژوهش‌ها می‌توان در تحکیم بنیان خانواده‌ها، برنامه‌ریزی‌های آموزشی در مراکز مرتبط با خانواده، روان‌شناسان و مشاوران استفاده کرد و به دلیل اینکه پرداختن به مسائل جنسی و آگاهی دادن در مورد آن در کشور ما کمتر مورد توجه بوده می‌تواند نتایج قابل توجهی را ارائه دهد. بنابراین این پژوهش با هدف پیش‌بینی رضایت جنسی براساس سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجانی در بین زنان متأهل، انجام شد.

## روش

طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی- همبستگی به شمار می‌رود که در آن رابطه بین متغیرها برحسب اهداف پژوهش تحلیل می‌شود. جامعه آماری مورد نظر در این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل ۲۵ تا ۵۰ سال رشته روان‌شناسی و علوم تربیتی مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران در نیمسال دوم ۹۷-۹۶ بودند که تعداد کل آنها حدود ۲۲۰ نفر برآورد شد. به منظور تعیین حجم نمونه بر اساس جدول مورگان تعداد نمونه ۱۳۶ نفر برآورد و به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین آنها انتخاب شد. به کلیه شرکت‌کنندگان اطمینان خاطر در مورد محرمانه ماندن اطلاعات داده شد و ابزار پژوهش پس از هماهنگی با معاونت پژوهشی دانشگاه و کسب مجوزات لازم بین نمونه پژوهش توزیع شد. به منظور کنترل اثر خستگی بر نتایج پژوهش در طی فواصل ۱۵ دقیقه‌ای پرسشنامه‌ها بین آنها توزیع شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل واریانس و رگرسیون چندمتغیره به روش گام به گام به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۲، استفاده شد. در مجموع به علت ناقص بودن اطلاعات ۱۷ پرسشنامه، ۱۱۹ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

## ابزار سنجش

طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی- همبستگی به شمار می‌رود که در آن رابطه بین متغیرها برحسب اهداف پژوهش تحلیل می‌شود. جامعه آماری مورد نظر در این پژوهش شامل کلیه زنان متأهل ۲۵ تا ۵۰ سال رشته روان‌شناسی و علوم تربیتی مشغول به تحصیل در دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات تهران در نیمسال دوم ۹۷-۹۶ بودند که تعداد کل آنها حدود ۲۲۰ نفر برآورد شد. به منظور تعیین حجم نمونه بر اساس جدول مورگان تعداد نمونه ۱۳۶ نفر برآورد و به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین آنها انتخاب شد. به کلیه شرکت‌کنندگان اطمینان خاطر در مورد محرمانه ماندن اطلاعات داده شد و ابزار پژوهش پس از هماهنگی با معاونت پژوهشی دانشگاه و کسب مجوزات لازم بین نمونه پژوهش توزیع شد. به منظور کنترل اثر خستگی بر نتایج پژوهش در طی فواصل ۱۵ دقیقه‌ای

1. Manyam & Junior

2. Madathil & Benshoff

3. Umberson, Williams, Powers, Chen & Campbell

4. Skowron

5. Zimmerman

6. Santtila

پرسشنامه‌ها بین آنها توزیع شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های تحلیل واریانس و رگرسیون چندمتغیره به روش گام به گام به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۲، استفاده شد. در مجموع به علت ناقص بودن اطلاعات ۱۷ پرسشنامه، ۱۱۹ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**الف) مقیاس رضایت جنسی هادسون<sup>۱</sup>:** این مقیاس در سال ۱۹۸۱ توسط هادسون - هریسون و کروسکاپ برای ارزیابی سطوح رضایت جنسی زوجین ساخته شد. این ابزار دارای ۲۵ سؤال است و جزء پرسشنامه‌های خود گزارش‌دهی محسوب می‌شود. پاسخ آزمودنی به هر ماده آزمون در سطح یک مقیاس ۷ درجه‌ای بین ۰ تا ۶ مشخص می‌شود. نمره‌ی بالا در این مقیاس منعکس‌کننده‌ی رضایت جنسی است. ثبات درونی این مقیاس توسط طراحان محاسبه و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۱ به دست آمد. اعتبار مقیاس نیز با روش باز آزمایی بافاصله یک هفته محاسبه گردید که برابر ۰/۹۳ شد. این پرسشنامه توسط پورااکبر (۲۰۱۱) به اجرای طرح مجدد به فاصله ۱۵ روز برای بررسی وضعیت هنجاری مقیاس انجام شد. نتایج اجرای آزمون و اجرای مجدد آن به وسیله آزمون همبستگی مورد تحلیل واقع شد. نتایج این آزمون نشانگر میزان همبستگی ۰/۹۵۶ در سطح معناداری ۰/۱ شده است. همچنین برای بررسی دقیق‌تر اعتبار به‌دست‌آمده از روش دونیمه کردن آزمون ۰/۸۸ شده است. ضریب گانمن محاسبه شده نیز ۰/۸۰ است. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش دونیمه کردن ۹۱٪ به دست آمد که تأیید کننده اعتبار بالای پرسشنامه است.

**ب) پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک والاس<sup>۲</sup>:** این ابزار ۱۵ سؤالی توسط لاک و والاس در سال ۱۹۵۹ ساخته شد، نمره ۱۰۰ یا کمتر از آن نمره برش محسوب می‌شود و دلالت بر ناسازگاری در روابط زناشویی دارد. ارزش عددی سؤالات این آزمون متفاوت است. نمره آزمون برابر با حاصل جمع امتیازات هر سؤال و دامنه آن از ۲ تا ۱۵۸ است. به‌طوریکه امتیاز ۸۴-۲ پایین، ۸۵-۹۹ متوسط و ۱۵۸-۱۰۰ امتیاز بالا در این آزمون محسوب می‌شود. آزمون سازگاری زناشویی لاک - والاس برای زوج‌های سازگار و ناسازگار از روایی بالا برخوردار است. نمرات این آزمون با آزمون پیش‌بینی زناشویی لاک - والاس همبستگی بالایی دارد. این نتیجه، نشان دهنده روایی همزمان بالای آن است. آزمون مذکور مقیاسی برای پیش‌بینی سازگار آینده است. این آزمون توسط مظاهری (۱۳۷۹) و ترجمه و روی یک نمونه زوج‌های ایرانی به کار برده شد که ضریب همبستگی بین دو نیمه آن برابر ۰/۹۰ بوده است. در پژوهش حاضر نیز همسانی درونی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به‌دست آمد که تأیید کننده اعتبار بالای پرسشنامه است.

**ج) پرسشنامه الگوهای ارتباطی<sup>۳</sup> (CPQ):** این پرسشنامه توسط کریستنسن و سالووی<sup>۴</sup> (۱۹۸۴) در کالیفرنیا ساخته شده است. این پرسشنامه یک ابزار خودسنجی دارای ۳۵ سؤال است که به منظور برآورد ارتباط زناشویی طراحی شده است و رفتارهای زوجین را در سه مرحله تعارض زناشویی برآورد می‌کند. الف- هنگامی که مشکلی در رابطه زوجین بوجود می‌آید، ب- در طول بحث راجع به مشکل ارتباطی و ج- بعد از بحث راجع به مشکل ارتباطی. زوجین هر رفتار را روی یک مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت که از ۱ (اصلاً امکان ندارد) تا ۹ (خیلی امکان دارد) تنظیم شده، درجه‌بندی می‌کنند. هیوی، لای و کریستنسن<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) روایی ملاکی و روایی‌سازه را برای خرده مقیاس الگوی ارتباط سازنده متقابل هفت سؤالی که در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفت را محاسبه نمودند. آنها به منظور برآورد روایی ملاکی همبستگی بین نمرات این خرده مقیاس را با نمره‌گذاری‌های حاصل از مشاهده زوجین در آزمایشگاه به هنگام بحث درباره مشکل ارتباطی، محاسبه نمودند. ضریب همبستگی به‌دست آمده برابر بود با ۰/۷۲ که در سطح آلفای ۰/۰۰۱ معنی‌دار بود. عبادت پور (۱۳۷۹) نیز برای به‌دست آوردن روایی این خرده مقیاس، همبستگی نمرات آن را با نمرات حاصل از پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ<sup>۶</sup> به‌دست آورد که عبارت از ۰/۷۴ بود. در پژوهش حاضر نیز همسانی درونی سه عامل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۶ به‌دست آمد که تأیید کننده اعتبار بالای پرسشنامه است.

**د) پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان<sup>۷</sup>:** پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در سال ۲۰۰۲ توسط گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون<sup>۸</sup> ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۳۶ ماده و ۹ خرده مقیاس می‌باشد که بر اساس درجه بندی لیکرت در دامنه‌ای از ۱ (هرگز) تا

1. Sexual Satisfaction Hudson Scale

2. Locke - Wallace Marital Adjustment Test (LWMAT)

3. Communication Patterns Questionnaire

4. Christensen & Sullaway

5. Heavey, Layne & Christensen

6. Enrich Marital Satisfaction Scale

7. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire

8. Garnefski, Kraaij & Spinhoven

۵ (همیشه) قرار دارد. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمرات داده شده به هر یک از عبارات تشکیل دهنده آن راهبرد به دست می‌آید و می‌تواند در دامنه‌ای از ۴ تا ۲۰ قرار بگیرد. این پرسشنامه توسط سامانی و صادقی (۱۳۸۹) اعتباریابی شده و آن‌ها ضرایب آلفای کرونباخ برای این عوامل در دامنه ۰/۶۲ تا ۰/۹۱ و ضریب بازآزمایی آن در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۸۸ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز همسانی درونی نه عامل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ به دست آمد که تأیید کننده اعتبار بالای پرسشنامه است.

## یافته‌ها

جدول ۱- شاخصه‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	مؤلفه	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
نظم هیجانی	خودسرزنشگری	۲	۱۰	۶/۱	۲/۲۸	۰/۰۲۹	-۰/۹۴۹
	پذیرش	۲	۱۰	۵/۰۳	۱/۷۶	۰/۲۳۵	-۰/۵۲۱
	نشخوارگری	۲	۸	۴/۵	۱/۷۶	۰/۳۵۲	-۰/۷۱۹
	تمرکز مثبت	۳	۱۰	۷/۰۱	۱/۷۶	-۰/۳۵۷	-۰/۷۹۴
	برنامه‌ریزی	۲	۸	۴/۲	۱/۸۲	۰/۴۹۷	-۰/۵۹۴
	ارزیابی مثبت	۲	۹	۴/۳۱	۱/۹۹	۰/۵۱۵	-۰/۷۳۲
	کم‌اهمیت شماری	۲	۱۰	۶/۹۱	۲/۱۲	۰/۵۱۸	-۰/۳۷۲
	فاجعه‌نمایی	۲	۹	۵/۵۴	۱/۷۲	۰/۰۴۳	-۰/۰۵۸
	دیگر سرزنشگری	۲	۱۰	۷/۳۲	۲/۴۷	-۰/۹۱۳	-۰/۲۴۷
	زمان ایجاد مشکل	۵	۳۰	۱۴/۳۵	۵/۷۵	۰/۶۷۳	-۰/۴۷۶
ارتباط‌گویی	بحث در مورد مشکل	۲۲	۱۴۹	۸۲/۴۹	۴۲/۶۸	۰/۱۴۳	-۰/۶۳۸
	بعد از بحث در مورد مشکل	۱۳	۱۰۰	۵۲/۵۲/۴۹۴۹	۲۱/۳۲	۰/۲۵۶	-۰/۷۰۷
	سازگاری زناشویی	۲۲	۵۹	۴۴/۳۵	۱۰/۲۳	۰/۶۸۱	-۰/۶۸۳
	رضایت جنسی	۹۱	۱۳۰	۱۰۹/۲۷	۹/۱۱	۰/۱۱۲	-۰/۶۳۸

فرضیه اول: سازگاری زناشویی قادر به پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل می‌باشد.

جدول ۲- خلاصه مدل رگرسیونی

R	R <sup>2</sup>	R تعدیل یافته	خطای استاندارد	دوربین واتسون
۰/۳۸۱	۰/۱۴۵	۰/۱۳۸	۸/۴۶	۲/۱۹

با توجه به جدول ۲، می‌توان نتیجه گرفت که متغیر سازگاری زناشویی به میزان ۱۴/۵ درصد از رضایت جنسی در زنان متأهل را پیش‌بینی می‌کنند. در ادامه جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی از روش آماری تحلیل واریانس استفاده شد.

جدول ۳- تحلیل واریانس جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقادیر F	سطح معناداری
رگرسیون	۱۴۳۷/۲۳۷	۱	۱۴۳۷/۲۳۷	۲۰/۰۶۷	۰/۰۰۱
باقی مانده	۸۴۵۱/۴۴۱	۱۱۸	۷۱/۶۲۲		
کل	۹۸۸۸/۶۷۸	۱۱۹			

نتایج حاصل از جدول ۳، معناداری کل مدل را با ۹۹ درصد اطمینان ( $P \leq ۰/۰۱$ ) با  $F(1, 118) = ۲۰/۰۶۷$  مورد تأیید قرار می‌دهد.

جدول ۴- ضرایب استاندارد شده و غیراستاندارد رگرسیون

متغیر	B (استاندارد نشده)	انحراف استاندارد	$\beta$	معناداری
سازگاری زناشویی	۰/۳۳۹	۰/۰۷۶	۰/۳۸۱	۰/۰۰۱



همان‌طور که نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد متغیر سازگاری زناشویی ( $\beta=0/381$ ) در بین زنان متأهل با ۹۹٪ اطمینان سهم معناداری ( $P \leq 0/01$ ) در پیش‌بینی رضایت جنسی آنان دارد.  
**فرضیه دوم:** الگوهای ارتباطی قادر به پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل می‌باشد.

جدول ۵- خلاصه مدل رگرسیونی (به روش گام به گام)

مدل	R	R <sup>2</sup>	R تعدیل یافته	خطای استاندارد	تغییرات R <sup>2</sup>	دوربین واتسون
۱	۰/۸۲۹	۰/۶۸۸	۰/۶۸۵	۵/۱۱	۰/۶۸۸	۱/۸۲۵
۲	۰/۸۷۲	۰/۷۶۰	۰/۷۵۶	۴/۵	۰/۰۷۲	
۳	۰/۸۸۴	۰/۷۸۱	۰/۷۷۶	۴/۳	۰/۰۲۱	

۱- بعد از بحث در مورد مشکل؛ ۲- بعد از بحث در مورد مشکل، زمان ایجاد مشکل؛ ۳- بعد از بحث در مورد مشکل، زمان ایجاد مشکل، بحث در مورد مشکل

با توجه به نتایج جدول ۵، می‌توان نتیجه گرفت که مؤلفه‌های الگوهای ارتباطی روی هم رفته به میزان ۷۸/۱ درصد از رضایت جنسی زنان متأهل را پیش‌بینی می‌کنند؛ که از این میان بیشترین سهم در مرحله اول مربوط به مؤلفه بعد از بحث در مورد مشکل با (۶۸/۸ درصد) و در مرحله دوم با اضافه شدن مؤلفه زمان ایجاد مشکل (۷/۲ درصد) از سهم رضایت جنسی زنان را به خود اختصاص داد و در مرحله آخر نیز بحث در مورد مشکل (۲/۱ درصد) از سهم مؤلفه‌های الگوهای ارتباطی در پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل را به خود اختصاص داد. در ادامه جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی از روش آماری تحلیل واریانس استفاده شد.

جدول ۶- تحلیل واریانس جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقادیر F	سطح معناداری
رگرسیون	۷۷۲۶/۹۲۹	۳	۲۵۷۵/۶۴۳	۱۳۸/۲۱۰	۰/۰۰۱
باقی مانده	۲۱۶۱/۷۵۰	۱۱۶			
کل	۹۸۸۸/۶۷۸	۱۱۹			

نتایج حاصل در جدول ۶، معناداری کل مدل را با ۹۹ درصد اطمینان ( $P \leq 0/01$ ) با  $F(3, 116) = 138/210$  مورد تأیید قرار داد.

جدول ۷- ضرایب استاندارد شده و غیراستاندارد رگرسیون

متغیر	B(استاندارد نشده)	انحراف استاندارد	$\beta$	معناداری	Tolerance	VIF
بعد از بحث در مورد مشکل	۰/۱۵۲	۰/۰۳۶	۰/۳۵۶	۰/۰۰۱	۰/۲۶۹	۳/۷۱۸
زمان ایجاد مشکل	۰/۵۰۵	۰/۱۰۸	۰/۳۱۹	۰/۰۰۱	۰/۴۰۲	۲/۴۸۷
بحث در مورد مشکل	۰/۰۶۱	۰/۰۱۸	۰/۲۸۵	۰/۰۰۱	۰/۲۶۲	۳/۸۱۸

با توجه به نتایج جدول ۷، مؤلفه‌های بعد از بحث در مورد مشکل ( $\beta=0/356$ )؛ زمان ایجاد مشکل ( $\beta=0/319$ ) و بحث در مورد مشکل ( $\beta=0/285$ ) در زنان متأهل با ۹۹٪ اطمینان سهم معناداری ( $P \leq 0/01$ ) در پیش‌بینی رضایت جنسی آنان دارد.  
**فرضیه سوم:** تنظیم هیجانی قادر به پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل می‌باشد.

جدول ۸- خلاصه مدل رگرسیونی (به روش گام به گام)

مدل	R	R <sup>2</sup>	R تعدیل یافته	خطای استاندارد	تغییرات R <sup>2</sup>	دوربین واتسون
۱	۰/۷۳۵	۰/۵۴۰	۰/۵۳۶	۶/۲	۰/۵۴۰	۱/۷۹۱
۲	۰/۸۲۲	۰/۶۷۶	۰/۶۷۱	۵/۲	۰/۱۳۷	
۳	۰/۸۴۴	۰/۷۱۲	۰/۷۰۴	۴/۹	۰/۰۳۶	

۰/۰۱۷	۴/۸	۰/۷۱۹	۰/۷۲۸	۰/۸۵۳	۴
۰/۰۲۰	۴/۷	۰/۷۳۷	۰/۷۴۸	۰/۸۶۵	۵

۱- خودسرزنشگری؛ ۲- خودسرزنشگری، دیگر سرزنشگری؛ ۳- خودسرزنشگری، دیگر سرزنشگری، تمرکز مثبت؛ ۴- خودسرزنشگری، دیگر سرزنشگری، تمرکز مثبت، پذیرش؛ ۵- خودسرزنشگری، دیگر سرزنشگری، تمرکز مثبت، پذیرش، فاجعه نمایی  
با توجه به نتایج جدول ۸، می‌توان نتیجه گرفت که مؤلفه‌های تنظیم هیجانی روی هم رفته به میزان ۷۴/۸ درصد از رضایت جنسی زنان متأهل را پیش‌بینی می‌کنند؛ که از این میان بیشترین سهم در مرحله اول مربوط به مؤلفه خودسرزنشگری با (۵۴ درصد) و در مرحله دوم با اضافه شدن مؤلفه دیگر سرزنشگری (۱۳/۷ درصد)؛ مرحله سوم تمرکز مثبت (۳/۶ درصد)؛ مرحله چهارم پذیرش (۱/۷ درصد) و در مرحله آخر نیز فاجعه‌نمایی (۰/۲ درصد) از سهم مؤلفه‌های تنظیم هیجانی در پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل را به خود اختصاص داد. در ادامه جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی از روش آماری تحلیل واریانس استفاده شد.

جدول ۹- تحلیل واریانس جهت بررسی معناداری مدل رگرسیونی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقادیر F	سطح معناداری
رگرسیون	۷۳۹۵/۲۶۳	۵	۱۴۷۹/۰۵۳	۶۷/۶۲۳	۰/۰۰۱
باقی مانده	۲۴۹۳/۴۱۶	۱۱۴	۲۱/۸۷۲		
کل	۹۸۸۹/۶۷۸	۱۱۹			

نتایج حاصل از جدول ۹، معناداری کل مدل را با ۹۹ درصد اطمینان ( $P \leq 0/01$ ) با  $F(5, 114) = 67/623$  مورد تأیید قرار می‌دهد.

جدول ۱۰- ضرایب استاندارد شده و غیراستاندارد رگرسیون (به روش گام به گام)

متغیر	B(استاندارد نشده)	انحراف استاندارد	$\beta$	معناداری	Tolerance	VIF
خودسرزنشگری	-۱/۵۸۲	۰/۲۳۵	-۰/۳۹۷	۰/۰۰۱	۰/۶۳۵	۱/۵۷۵
دیگر سرزنشگری	-۱/۵۹۷	۰/۱۹۹	-۰/۴۳۳	۰/۰۰۱	۰/۷۶۰	۱/۳۱۶
تمرکز مثبت	۱/۱۱۲	۰/۲۶۰	۰/۲۱۵	۰/۰۰۱	۰/۸۷۴	۱/۱۴۴
پذیرش	۰/۷۹۱	۰/۲۵۶	۰/۱۵۳	۰/۰۰۱	۰/۹۰۳	۱/۱۰۸
فاجعه نمایی	۰/۷۵۱	۰/۲۵۳	-۰/۱۴۲	۰/۰۰۱	۰/۹۶۴	۱/۰۳۷

با توجه به نتیجه حاصل از جدول ۱۰، مؤلفه‌های خودسرزنشگری ( $\beta = -0/397$ )؛ دیگر سرزنشگری ( $\beta = -0/433$ )؛ تمرکز مثبت ( $\beta = 0/215$ )؛ پذیرش ( $\beta = 0/153$ ) و فاجعه نمایی ( $\beta = -0/142$ ) در زنان متأهل با ۹۹٪ اطمینان سهم معناداری ( $P \leq 0/01$ ) در پیش‌بینی رضایت جنسی آنان دارد.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت جنسی براساس سازگاری زناشویی، الگوهای ارتباطی و تنظیم هیجانی در بین زنان متأهل، انجام شد. در بررسی فرضیه اول پژوهش، نتایج تحقیق نشان داد که متغیر سازگاری زناشویی توانایی پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل را دارد. این یافته همسو با نتایج مطالعات معصومی و همکاران (۱۳۹۶)؛ ژیان و همکاران (۱۳۹۴)؛ اسکورن (۲۰۱۸)؛ زیرمن (۲۰۱۷)؛ منی‌ام و همکاران (۲۰۱۴)؛ به و همکاران (۲۰۱۳)؛ بارینتوس (۲۰۰۶)؛ سنتیلا و همکاران (۲۰۰۸)، می‌باشد. یکی از زمینه‌های سازگاری در زندگی انسان موضوع ازدواج است تا آنجا که ازدواج موفق و رضامندانه، مستلزم سطح پایداری از سازگاری زوجین است. در تداوم زندگی زناشویی و پایداری آن، عوامل متعددی دخیل هستند که موقعیت‌های تنش‌زا را کنترل کرده و باعث استحکام روابط شوند. از این رو نتایج را می‌توان این گونه تبیین نمود که پایداری و سازگاری در رابطه زوجین خود می‌تواند عامل رضایت از رابطه جنسی و یا زندگی زناشویی و بالا رفتن کیفیت زندگی افراد شود. مازلو، همچون بسیاری از روان‌شناسان دیگر ارضاء میل جنسی را برای بقاء نسل بشر اساسی می‌داند و نیازهای انسانی را در یک سلسله مراتب قرار می‌دهد که نیاز جنسی بشر جزء نیازهای اولیه محسوب می‌شود و به همین دلیل است که رضایت جنسی در افراد متأهل مورد توجه قرار می‌گیرد که لازمه آن ابتدا داشتن رابطه‌ای سازگار و صمیمی در بین زوجین

است تا به اعتقاد فروید بتوان عشق و لذت حاصل از آن را در این رابطه تجربه نمود. از نظر فروید انسان موجودی لذت طلب است که برای رسیدن به این لذت عوامل مختلفی از جمله استحکام روابط و سازگاری افراد می‌تواند نقش ویژه‌ای در رضایت و لذت از رابطه جنسی دو طرف داشته باشد.

در بررسی فرضیه دوم پژوهش، نتایج نشان داد که متغیر الگوهای ارتباطی توانایی پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل را دارد. این یافته همسو با نتایج مطالعات سودانی و همکاران (۱۳۹۶)؛ وایلی (۲۰۰۰)؛ معصومی و همکاران (۱۳۹۶)؛ بیدارم (۱۳۹۳)؛ هلویتون (۲۰۰۷)؛ مرادی (۱۳۹۲)، می‌باشد. خانواده همواره به عنوان مهم‌ترین سیستم انسانی مورد توجه بوده است. والاتزویک، بیوین و جکسون (۱۹۶۷)، به نقل از کلارک و شیلدز، (۱۹۹۷) خانواده را سیستمی قانون‌گذار تعریف می‌کنند که اعضای آن به طور مداوم در حال تعریف مجدد ماهیت روابط خود بر مبنای الگوی ارتباطاتشان هستند. این الگوها بر مبنای ماهیت خود می‌توانند نشان دهنده نوع ارتباطات افراد در خانواده باشند و هر فرد بنا بر الگوی ارتباطی در خانواده خود میزان رضایت متفاوتی را از روابط زناشویی تجربه کنند. از این رو این الگوها می‌توانند با میزان رضایت جنسی در افراد مرتبط باشند. به عنوان مثال مؤلفه بعد از بحث در مورد مشکل بیشترین میزان رضایت جنسی را پیش‌بینی کرده است که می‌تواند به دلیل نوع ارتباطات افراد پس از زمان بحث و گفتگو در مورد مشکلات خود باشد که بتواند به چه میزان قدرت مدیریت رابطه بعد از این نوع گفتگوها را داشته باشند تا بر رابطه جنسی و زناشویی آن‌ها تأثیر نگذارد. همچنین مؤلفه بحث در مورد مشکل نیز پیش‌بینی کننده رضایت جنسی بوده است که می‌توان گفت نوع الگوی ارتباطی افراد در مواقع حل مساله و ایجاد تعامل می‌تواند در رضایت جنسی آنها نیز مؤثر باشد و تنش و عدم رضایت را در خانواده کاهش دهد که در این صورت قطعاً بر رضایت جنسی مؤثر است.

در بررسی سوم پژوهش، نتایج نشان داد که متغیر تنظیم هیجانی توانایی پیش‌بینی رضایت جنسی در زنان متأهل را دارد. این یافته همسو با نتایج مطالعات حیدری (۱۳۹۴)؛ درعلی و همکاران (۱۳۹۳)؛ میکائیلی (۱۳۹۲)؛ محمدی و همکاران (۱۳۹۰)؛ مک‌نیل (۲۰۰۶)، می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که هیجان نقش مهمی در جنبه‌های مختلف زندگی نظیر سازگاری با تغییرات زندگی و رویدادهای تنیدگی‌زا ایفا می‌کند. اصولاً، هیجان را می‌توان واکنش‌های زیست‌شناختی به موقعیت‌هایی دانست که آن را یک فرصت مهم یا چالش برانگیز ارزیابی می‌کنیم و این واکنش‌های زیستی با پاسخی که به آن رویدادهای محیطی می‌دهیم، همراه می‌شوند (گرنفسکی و کراچی، ۲۰۱۵). از این رو تنظیم و مدیریت به موقع و درست هیجانات مثبت و منفی به بروز دوباره درست آنها کمک خواهد کرد و رابطه جنسی به عنوان یکی از مهم‌ترین ارتباطات دارای هیجانات در زوجین بر اساس نتایج به‌دست آمده می‌تواند از تنظیم هیجانی تأثیر پذیرد. بنابراین نظم‌جویی هیجان، یک اصل اساسی در شروع، ارزیابی و سازماندهی رفتار سازگارانه و همچنین جلوگیری از هیجان‌های منفی و رفتارهای ناسازگارانه محسوب می‌شود که به وسیله آن مدیریت هیجانات به خصوص هیجانات منفی برای داشتن روابط فردی، اجتماعی و خانوادگی سالم لازم است. از آنجایی که نظم‌جویی هیجان نقشی محوری در تحول بهنجار داشته و ضعف در آن، عاملی مهم در ایجاد اختلال‌های روانی به شمار می‌رود، نظریه‌پردازان بر این باورند، افرادی که قادر به مدیریت صحیح هیجاناتشان در برابر رویدادهای روزمره نیستند نمی‌توانند روابط جنسی، خانوادگی و زناشویی خوبی را تجربه کنند و این موضوع تأیید کننده یافته‌های این پژوهش نیز بوده است. از این رو هرچه فرد در تنظیم هیجانات خود بتواند با ارتقاء تمرکز مثبت و پذیرش و از طرفی دیگر با کنترل خود سرزنش‌گری و دیگر سرزنش‌گری در روابط خود گام بردارد، می‌توان گفت رضایت جنسی او به‌عنوان رابطه‌ای دو طرفه که نیازمند کنترل این مؤلفه‌ها می‌باشد، بالاتر خواهد رفت. تحقیق حاضر همانند سایر تحقیقات دارای برخی محدودیت‌ها بود از جمله: جامعه آماری پژوهش محدود به زنان متأهل دانشجو دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات بوده است و قابلیت تعمیم به همه زنان متأهل در سایر نقاط جغرافیایی و سایر دانشگاه‌ها را ندارد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی، پژوهشگران این موضوع را در بین دانشجویان زن متأهل سایر شهرها و دانشگاه‌ها انجام دهند تا نتایج قابل تعمیم تر باشد. همچنین، پیشنهاد می‌شود تا در تحقیقات آتی، پژوهشگران به بررسی عوامل پیش‌بینی کننده رضایت جنسی در مردان متأهل بپردازند تا بتوان بر غنای اطلاعات به‌دست آمده افزود. در مجموع برنامه‌ریزان و مشاوران حوزه زنان می‌توانند از نتایج پژوهش جهت رفع اختلالات جنسی مربوطه با استفاده از تقویت عوامل پیش‌بین مرتبط و در نتیجه بالابردن سطح رضایت جنسی استفاده کنند.



## منابع

- بشارت، محمدعلی و رفیع زاده، بهاره (۱۹۵). پیش‌بینی سطوح رضایت جنسی و سازگاری زناشویی بر اساس متغیرهای شغلی، تعهد، صمیمیت و دانش و نگرش جنسی. *فصلنامه روان‌شناسی خانواده*، ۳(۱): ۳۱-۴۶.
- بیدرام، مریم (۱۳۹۳). *رابطه بین الگوهای ارتباطی و ویژگی‌های شخصیتی زوجین با سازگاری زناشویی و رضایت زناشویی*. وزارت علوم، تحقیقات و فناوری - دانشگاه شهید باهنر کرمان - پژوهشکده ادبیات.
- پورااکبران، الهه و امین یزدی، سیدامیر (۱۳۹۴). بررسی عملکرد جنسی و رضایت‌مندی زناشویی در زنان با و بدون سابقه زایمان. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۷(۴): ۲۰۸-۲۰۲.
- جاویدی، نصیرالدین، سلیمانی، علی اکبر، احمدی، خدابخش و صمدزاده، منا (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر بهبود الگوهای ارتباطی زوجین. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۱(۵): ۴۱۰-۴۰۲.
- حسینی، جعفر، آزاد فلاح، پرویز، رسول زاده طباطبائی، سیدکاظم و عشایری، حسن (۱۳۸۸). تأثیر ارزیابی مجدد و فرونشانی تجارب هیجانی منفی بر نافرینگی EEG پیشانی مغز براساس ابعاد نورزگرایی و برون‌گردی. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۴(۱۳): ۳۷-۷۱.
- دارابی، سعداله، کاظمی اصل، مجید و مسعودی، محمد حسین (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری زناشویی. *پژوهش‌نامه مددکاری اجتماعی*، ۱(۲): ۱۱۴-۱۲۱.
- درعلی، رویا و سهرابی، نادره. (۱۳۹۳). نقش واسطه‌ای تعارض زناشویی در رابطه بین سبک‌های تنظیم شناختی هیجانی و کیفیت رابطه جنسی. *دوفصلنامه مشاوره کاربردی*، ۴(۲): ۴۸-۳۷.
- زارعی، زکیه، پورخشتی، سینا و خدایی، علی (۱۳۹۰). اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر واقعیت درمانی در کاهش دل‌زدگی و افزایش رضامندی زناشویی زنان متأهل. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه فردوسی مشهد.
- ژیان، فرشاد، نوایی نژاد، شکوه و عظیمی گروسی، صمد (۱۳۹۴). بررسی رابطه رضایت جنسی و سازگاری زناشویی در دبیران متأهل با ازدواج فامیلی و غیر فامیلی. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۱۳(۲): ۲۷-۴۰.
- سامانی، سیامک و صادقی، لادن (۱۳۸۹). کفایت شاخص‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم‌شناختی هیجان. *مجله روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۱(۱): ۵۱-۶۲.
- سودانی، منصور، شجاعیان، منصور، خجسته مهر، رضا و شیرالی نیا، خدیجه (۱۳۹۶). اثربخشی زوج درمانی مشارکتی بر الگوهای ارتباطی و صمیمیت زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بهبهان. *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج*، ۲۲(۴): ۵۱۴-۴۹۹.
- طلایی زاده، فخری و بختیارپور، سعید (۱۳۹۵). رابطه‌ی رضایت زناشویی و رضایت جنسی با سلامت روان زوجین. *فصلنامه اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۱۰(۴۰): ۴۶-۳۷.
- عبادت پور، بهناز (۱۳۷۹). *هنجاریابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۱۳۷۸-۱۳۷۹*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت مدرس.
- محمدی، مسعود، فرنام، رابرت و محبوبی، پریسا (۱۳۹۰). رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و دشواری در تنظیم هیجانی با رضایت زناشویی در معلمان جزیره کیش. *فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ*، ۲(۷): ۲۰-۹.
- مرادی، امید (۱۳۹۲). مقایسه خصوصیات جمعیت شناختی، ویژگی‌های شخصیتی و کیفیت زندگی زوج‌های عادی و در آستانه طلاق. *فصلنامه پژوهش‌های مشاوره*، ۱۲(۴۵): ۱۹۰-۱۶۵.
- معصومی، «سمیرا»، رضاییان، حمید و حسینیان، سیمین (۱۳۹۶). پیش‌بینی رضایت جنسی بر اساس الگوهای ارتباطی زوجین. *فصلنامه مطالعات زن و خانواده*، ۱(۱۵): ۱۰۱-۷۹.
- Bargh, J. A., & Williams, L. E. (2007). On the non-conscious of emotion regulation. In J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 429-445). New York: Guilford Press.
- Be, D., Whisman, M. A., & Uebelacker, L. A. (2013). Prospective associations between marital adjustment and life satisfaction. *Personal Relationships*, 20: 728-739.
- Hawton, K. (2007). *Sex therapy: A practical guide*. New York: Oxford University Press.
- Heavey, C.L., Brandon, M., Larson, D.C., Zumtobel, and Christensen, A. (1996). The Communication Patterns Questionnaire: The Reliability and Validity of a Constructive Communication Subscale. *Journal of Marriage and the Family*, 58(3): 796-800.
- Jiang, H., Wang, L., Zhang, Q., Liu, D.X., Ding, J., Lei, Z., Lu, Q., & Pan, F. (2015). Family functioning, marital satisfaction and social support in hemodialysis patients and their spouses. *Stress Health*, 3(2): 166-174
- Koerner AF, Fitzpatrick MA. (2002). Toward a theory of family communication. *Commun Theo*; 12, 70-91.
- Madathil, J., & Benschoff, J. M. (2008). Importance of marital characteristics and marital satisfaction: A comparison of Asian Indians in arranged marriages and Americans in marriages of choice. *Family Journal*, 16: 222-230.

- Manyam, S. B., & Junior, V. Y. (2014). Marital adjustment trend in Asian Indian families. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 13(6), 114-132.
- Maslow, I. N. (1980). *Following article*. Z. Phys. A, 297, 271.
- McLeod, J. & Mchaffee, S.H (1972). The construction of social reality. In J Tedes (Ed), the social Influence Process, (PP.50-59) Chicago: Aldine Atherton.
- Myers, J. E., Madathil, J., & Tingle, L. R. (2005). Marriage satisfaction and wellness in India and the U.S.: A preliminary comparison of arranged marriages and marriages of choice. *Journal of Counseling and Development*, 83: 183-190.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005). The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(5): 242-249.
- Pouurakbar, S. (2011). Surveying the role of personality traits in exhalation of the relationship between sexual satisfactions with marital satisfaction. Master thesis. Unpublished. University of Tarbiat moddares.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2000). Interpersonal flourishing: A positive health agenda for the new millennium. *Personality and Social Psychology Review*, 4: 30-44.
- Santtila, P., Wager, I., Witting, K., Harlaar, N., Jern, P., Johansson, A., & Sandnabba, N. K (2008). Discrepancies between sexual desire and sexual activity: Gender differences and associations with relationship satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 34: 29-42.
- Schoenfeld, E. A., Loving, T. J., Pope, M. T., Huston, T. L., & Štulhofer, A. (2017). Does sex really matter? Examining the connections between spouses' nonsexual behaviors, sexual frequency, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Archives of sexual behavior*, 46(2): 489-501.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. In N. A. Fox (Ed.), The development of emotion regulation and dysregulation: Biological and behavior aspects. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2-3): 25- (Serial no. 240.)
- Trenholm, S., & Jensen, A (1996). *Interpersonal communication (3rd ed.)*. Belmont, CA.
- Wille, S.T (2000). Marital inraction and satissfation: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(1): 47-55.
- Zimmerman, B. J. (2017). Theories of self-regulated learning and academic achievement: An overview and analysis. In *Self-regulated learning and academic achievement* (pp. 10-45). Routledge.