



دانشگاه الزهراء (س)

دانشکده ی روانشناسی و علوم تربیتی

جهت اخذ درجه ی کارشناسی ارشد

رشته ی مشاوره و راهنمایی

عنوان:

"بررسی اثربخشی آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی (ان.ال.پی) بر رضایت  
زناشویی، رضایت جنسی و مهارت های ارتباطی زوجین جوان"

استاد راهنما: سرکار خانم دکتر طیبه زندی پور

استاد مشاور: سرکار خانم دکتر نعیمه بزمی

دانشجو: معصومه آشوری

شهریور ماه 1389

Email: [a786mahdiyeashouri@yahoo.com](mailto:a786mahdiyeashouri@yahoo.com)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ الْأَوَّلِ بِبَلَاءِ الْأَوَّلِ كَمَا كَانَ قَبْلَهُ وَالْآخِرِ بِبَلَاءِ الْآخِرِ يَكُونُ بَعْدَهُ الَّذِي قَصُرَتْ عَنْ

ذُؤَيْتِهِ أَبْصَارُ النَّاطِرِينَ وَعَجَزَتْ عَنْ نَعْتِهِ أَوْهَامُ الْوَاصِفِينَ

سپاس و ستایش خدایی را سزااست که اول است و اولی پیش از او نبوده و آخر است و آخری پس از او نخواهد بود- خدایی که چشم های بیننده ها از دیدن او نارسا و خیال وصف کننده ها از وصف او ناتوان است.

صَحِيفَةُ السَّجَّادِيَّةِ

باسپاس از "جهان" که با آگاهی و شعور عظیم خود مسیر تازه ای همچون  
ان.ال.پی را به رویم گشود و مرا در این مسیر رهنمون ساخت، که در آن، نه  
فقط علم، که زندگی برایم معنا می شود.

با سپاس از "ض.ن" بهترین دوست و یار همیشگی ام؛ که آشنا شدن با او  
بزرگترین افتخار من است.

## تقدیم به مادرم و پدرم؛

که همه ی مهربانی خود را زلال، عظیم، دانا، بی ریا، بی دروغ به من ارزانی داشتند. حضور سبزشان را می ستایم و امیدوارم که با یاری پروردگار مهربان بتوانم حق ایشان را به شیوه ای نیکو ادا کنم.

و

## تقدیم به جناب آقای مهندس امیرحسین غروی یکتا؛

که هیچ کس مانند ایشان اندیشه ی نیمه خواب و نیمه بیدار مرا با دست های مهربان دانایی اش هشیار ساخت، روحم را طعام و تن پوش نداد، سرود زندگی را برایم ننواخت و مرا به میهمانی دانش و خانه ی خرد خویش نبرد.

در سایه سار رحمت الهی برای ایشان سلامتی، شادمانی و "عمری طولانی" آرزو می کنم.

و

تقدیم به جناب آقای مهران آشوری؛ برای وجود سراسر سخاوت، آرامش و بزرگی، که همیشه از او می آموزم؛ سخاوت، آرامش و بزرگی را.

تقدیر و تشکر از سرکار خانم دکتر زندی پور و سرکار خانم دکتر بزومی به خاطر تمام زحماتی که برای من کشیدند و برای تمام ثانیه هایی که به من اختصاص دادند.

تشکر از جناب آقای دکتر اصغر نژاد و سرکار خانم دکتر حسینیان که داوری این پروژه را پذیرفتند.

و

با تشکر از آقای مهران آشوری و خانم بهارک حسینی به خاطر همه ی کمک هایی که دوستانه در حق من داشته اند.

## چکیده

هدف اصلی از پژوهش حاضر، بررسی تاثیر آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی بر رضایت زناشویی، رضایت جنسی و مهارت های ارتباطی زوجین جوان بود. روش پژوهش حاضر شبه آزمایشی و از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. در پژوهش حاضر، جامعه آماری شامل کلیه ی زوج های جوان مراجعه کننده به خانه ی سلامت شهرداری منطقه ی 10 تهران بود. نمونه ی پژوهش شامل 16زوج (16زن و 16 مرد) که به عنوان گروه نمونه به طور تصادفی انتخاب شدند و در دو گروه آزمایش ( 8 زن و 8 مرد) و گروه کنترل ( 8 زن و 8 مرد) جایگزین شدند. داده ها با استفاده از سه ابزار رضایت زناشویی (هودسون، 1992)، رضایت جنسی (دیوبند، 1387) و مهارت های ارتباطی (عطارها، 1386) جمع آوری و از طریق نرم افزار Spss تحلیل شد. مقایسه ی نمره های دو گروه در قبل و بعد از آموزش تفاوت معناداری را نشان داد. نتایج نشان داد که آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی بر افزایش رضایت زناشویی، رضایت جنسی و مهارت های ارتباطی زوجین در پس آزمون موثر بوده است. اما میان مردان و زنان تفاوتی در اثربخشی آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی مشاهده نشد.

**کلید واژه ها:** آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی، رضایت زناشویی، مهارت های ارتباطی، زوجین جوان.

فصل اول (کلیات پژوهش)

مقدمه 16

بیان مسئله 19

اهمیت و ضرورت 24

اهداف پژوهش 25

سوال پژوهش 26

فرضیات پژوهش 26

تعریف واژگان 27

تعاریف نظری مفاهیم 27

تعاریف عملیاتی مفاهیم 28

فصل دوم (پیشینه ی پژوهش)

مقدمه 30

برنامه ریزی عصبی- کلامی 30

برنامه ریزی عصبی- کلامی چیست؟ 30

هدف و کاربرد برنامه ریزی عصبی- کلامی 32

ریشه های نظری برنامه ریزی عصبی- کلامی 35

سایکو سایبرنتیک- روانشناسی تصویر ذهنی 44

پیش فرض های برنامه ریزی عصبی- کلامی 45

اصول برنامه ریزی عصبی- کلامی 46

مفاهیم و تکنیک های برنامه ریزی عصبی- کلامی 48

دیاگرام تجربی 48

تجربه ی ذهنی و ادراک جهان از طریق نظام های بازنمایی 49

تشخیص سیستم حسی ترجیحی 52

اولین راه تشخیص سیستم حسی ترجیحی- الگوها و حرکات چشمی 52

دومین راه تشخیص سیستم حسی ترجیحی- گزاره ها و شاخص ها 54





82	نارضایتی زناشویی از دیدگاه آرون تی بک
82	نظریه چرخه زندگی زناشویی
83	عوامل موثر در رضایت زناشویی و پژوهش های انجام شده در این زمینه
88	رضایت زناشویی و برخی عوامل دموگرافیک
90	شخصیت و رضایت زناشویی
94	برخی پژوهش های انجام شده در داخل کشور
98	برخی پژوهش های انجام شده در خارج از کشور
101	رضایت جنسی
103	عصب- زیست شناختی و عصب- روان شناختی رفتار جنسی
104	نظریه های رضایت جنسی
104	نظام فروید
104	روان شناسی یونگ
104	روانشناسی فردی آدلر
105	معنی درمانی فرانکل
105	رویکرد مزلو
105	نظریه فرد مدار راجرز
105	نظریه گشتالتی پرلز
106	رویکرد شناختی
106	مراحل واکنش جنسی
107	عوامل موثر بر رضایت جنسی و پژوهش های مربوط در این زمینه
113	برخی پژوهش های انجام شده در داخل کشور
117	برخی پژوهش های انجام شده در خارج از کشور
123	مهارت های ارتباطی
125	اجزای فرایند ارتباط
125	انواع ارتباط
126	ارتباط کلامی
126	ارتباط غیر کلامی





170	جدول 4-4 _ توصیف آماری نمرات خام رضایت زناشویی
172	جدول 4-5 _ توصیف آماری نمرات خام رضایت جنسی و مؤلفه های آن
174	جدول 4-6 _ توصیف آماری نمرات خام مهارت های ارتباطی و مؤلفه های آن
176	جدول 4-7 _ نتایج تی اختلافی رضایت زناشویی زوجین
177	جدول 4-8 _ نتایج تی اختلافی رضایت جنسی زوجین
177	جدول 4-9 _ نتایج تی مستقل مهارت های ارتباطی زوجین
178	جدول 4-10 _ نتایج تی اختلافی آمادگی اولیه زوجین
179	جدول 4-11 _ نتایج تی اختلافی تعامل کلامی زوجین
180	جدول 4-12 _ نتایج تی اختلافی شناسایی نقاط حساس بدن در زوجین
180	جدول 4-13 _ نتایج تی اختلافی کنترل هیجانات زوجین
181	جدول 4-14 _ نتایج تی اختلافی ادراک دیگران در زوجین
182	جدول 4-15 _ نتایج تی اختلافی ابراز وجود زوجین
182	جدول 4-16 _ نتایج تی اختلافی رضایت زناشویی بین زنان و مردان
183	جدول 4-17 _ نتایج تی اختلافی رضایت جنسی بین زنان و مردان
184	جدول 4-18 _ نتایج تی اختلافی مهارت های ارتباطی بین زنان و مردان

**شماره ی صفحه**

**فهرست نمودارها و شکل ها**

85	نمودار 1-2 عوامل تاثیر گذار بر رضایت زناشویی رزن
87	نمودار 2-2 عوامل موثر بر رضایت زناشویی
92	نمودار 3-2 تیپ های شخصیتی نه گانه (انگرام)
111	نمودار 4-2 عوامل تاثیر گذار بر رضایت جنسی
167	نمودار 4-1 _ هیستو گرام توزیع سن کل آزمودنی ها
168	نمودار 4-2 _ وضعیت تحصیلی آمو دنی ها
169	نمودار 4-3 _ تعداد فرزندان آمو دنی ها
171	نمودار 4-4 _ هیستوگرام نمرات رضایت زناشویی گروه آزمایشی در پیش آزمون و پس آزمون
173	نمودار 4-5 _ هیستوگرام نمرات رضایت جنسی گروه آزمایشی در پیش آزمون و پس آزمون



# فصل اول: کلیات پژوهش

بنابر اظهار نظر تامپسون<sup>۱</sup>، خانواده به عنوان اولین کانونی که فرد در آن قرار می‌گیرد، دارای اهمیت شایان توجهی است. اولین تاثیرات محیطی که فرد دریافت می‌کند، از محیط خانواده است و حتی تاثیر پذیری فرد از سایر محیط‌ها می‌تواند نشأت گرفته از همین محیط خانواده باشد (بهاری، ۱۳۸۶). مزینانی (۱۳۸۹)؛ به نقل از وود، (۱۹۹۶) خانواده را به عنوان یک سیستم اجتماعی، شامل گروهی از افراد می‌داند که از طریق ازدواج، تولید مثل و پرورش فرزندان با هم زندگی می‌کنند. این سیستم و سازمان اجتماعی در طول تاریخ، نقش حیاتی برای رشد و پیشرفت و اجتماعی شدن انسان ایفا کرده است. تبریزی (۱۳۸۵) در رابطه با خانواده می‌گوید: ... در این نظام، افراد توسط علایق و دلبستگی‌های عاطفی نیرومند، دیرپا و متقابل با یکدیگر پیوند دارند. خانواده معرف نظامی است که اعضای آن به صورت گروه، سازمان دهی شده‌اند و کلی را ساخته‌اند که از مجموع یکایک اجزای آن، فراتر است. از سوی دیگر او ازدواج را مجموعه‌ای از رسوم تعریف می‌کند که بر رابطه‌ی بین یک جفت بزرگسال که رابطه‌ی جنسی دارند، تمرکز می‌کند. همچنین بیان می‌کند ازدواج، روش برقراری و خاتمه بخشیدن به رابطه‌ی زناشویی، رفتارهای هنجار و مسئولیت‌های متقابل در روابط و محدودیت‌های پذیرفته شده‌ی محلی را برای زوجین تعریف می‌کند.

اما آنچه در ازدواج مهم است موفق و رضایت بخش بودن آن است. ازدواج موفق باعث ارضای بسیاری از نیازهای جسمانی و روانی افراد می‌شود و در صورت شکست، زن و شوهر و به ویژه فرزند آن‌ها با ضربه‌ی روانی شدید مواجه می‌شوند، از سوی دیگر افزایش سرسام آور میزان طلاق و کم شدن متوسط مدت ازدواج یا زندگی اجباری و تحمیلی، بررسی این موضوع را ضروری می‌کند که رضایت زناشویی چیست و از چه عواملی تاثیر می‌پذیرد (اولیاء، ۱۳۸۵). گلدنبرگ و گلدنبرگ<sup>۲</sup> (۲۰۰۰)؛ ترجمه‌ی شاه‌برآواتی و همکاران، (۱۳۸۷)، در تعریف رضایت زناشویی این چنین می‌گویند که: رضایت زناشویی احساس خشنودی و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر است، به هنگامی که همه‌ی جنبه‌های ازدواج‌شان را مدنظر قرار می‌دهند. ستیر<sup>۳</sup> (ترجمه‌ی بیرشک، ۱۳۸۴)، نیز عقیده دارد رضایت زناشویی، نشانگر استحکام و کارایی نظام خانواده است و سعادت و سلامت خانواده به وجود ارتباطات سالم بین همسران بستگی دارد و اگر خانواده از ثبات کافی و لازم برخوردار نباشد با پیامدهای منفی همچون مشکلات جسمانی و روانی روبرو خواهد شد. روف<sup>۴</sup> به نقل از اولیاء (۱۳۸۵)، برای رضایت زناشویی چند جنبه در نظر می‌گیرد، ولی رضایت زناشویی را به طور کلی احساسات مثبت، دوست داشتن، رضایت جنسی، توافق در امور اقتصادی، خانه‌داری و تربیت کودکان و کیفیت ارتباط میان زوجین می‌داند. بنابراین یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی، رضایتی

<sup>۱</sup> Thompson

<sup>۲</sup> Goldenberg & Goldenberg

<sup>۳</sup> Satir

<sup>۴</sup> Rofe



است که همسران در ازدواج تجربه می کنند (تانی گوجی<sup>۱</sup>، 2006). ولیکن آمار طلاق که معتبرترین شاخص آشفستگی زناشویی است نشانه ی آن است که رضایت زناشویی به آسانی دست یافتنی نیست (رزن گراندن<sup>۲</sup> و همکاران، 2004). در همان هفته ها و ماه های اول ازدواج، نبود توافق های جدی و مکرری ایجاد می شود که چنانچه حل نشوند، می توانند رضایت و ثبات خانواده را تهدید کنند (تالمن و هسیا<sup>۳</sup>، 2004).

عموما زوج هایی که مهارت های ارتباطی مناسبی با یکدیگر دارند، علاوه بر این که با دارا بودن توانایی حل مسئله با تعارض های زناشویی کمتری مواجه می شوند، رضایت زناشویی بالاتری را نیز دارند و از روابط جنسی خود نیز احساس لذت بیشتری می کنند (جعفری، 1384). شفر<sup>۴</sup> به نقل از عطارها (1386)، بیان می کند ارتباط موثر شامل ارئه ی پیام های واضح، دریافت آن ها به همان صورتی که ارسال شده اند، شنیدن فعال آن ها و ارائه ی عکس العمل طبیعی و ممتد تا ارضای مطلوب طرفین است.

از سوی دیگر رضایت جنسی نیز به عنوان یکی از عوامل تاثیرگذار در رضایت زناشویی است و میان رابطه ی جنسی و رضایت زناشویی ارتباط زیادی وجود دارد (دیوبند، 1387). تمایلات جنسی به عنوان بعدی از شخصیت انسان مطرح است و تقریباً هیچ مرد یا زنی نیست که در طول عمر خود با نگرانی های ناشی از تنش جنسی روبرو نشده باشد. بنابراین نمی توان اجازه داد که این وجه از زندگی که همانند خوردن و آشامیدن جزئی از نیازهای زندگی همه ی انسان ها است و لازمه ی یک زندگی مشترک سالم است، از تحلیل عینی و علمی بهره ای نبرد. یونگ<sup>۵</sup> و همکاران (1998؛ به نقل از علیایی زند، 1382)، در مطالعه ای که به بررسی کیفیت رابطه ی زناشویی با رضایت جنسی پرداختند، نشان دادند که سطح رضایت جنسی با کل کیفیت رابطه زناشویی ارتباط دارد. استنلی و مارکمن<sup>۶</sup> (2002)، بیان می کنند مشکلات رابطه ای و کیفیت رابطه ی زوجین فراوان ترین علل بدکاری های جنسی برآورد شده است. متقابلاً مشکلات جنسی نیز می تواند به معضلات رابطه ای جدید دامن بزند (دیوبند، 1387). مشکلات جنسی و عدم تفاهم زناشویی همراه هم آشکار می شوند، در حقیقت اکثر همسرانی که مشکلات جنسی دارند، عدم رضایت زناشویی را نیز گزارش کرده اند و بیشتر مراجعینی که به درمان زناشویی ارجاع داده می شوند، نارضایتی در روابط جنسی شان را نیز گزارش می کنند (زیمر<sup>۷</sup>؛ به نقل از یوسفی، 1384).

1. Taniguchi

2. Rosen- Grandon

3. Tallman & Hsiao

4. Shefer

5. Young

6. Stanly & Marckman

7. Zimmer

به طور کلی، زنان و مردان در این دوره و برهه از زمان در قالب زندگی زناشویی، توافق، تعامل فکری، مهر و محبت، حمایت و همدلی را در یکدیگر جست و جو می کنند، این در حالی است که برای برآورده شدن این نیازهای تازه تولد یافته، ابزار و راهکارهای لازم را نیاموخته اند. این است که از یکدیگر دلگیر و گاه رویگردان می شوند. مردان و زنانی که این روزها می خواهند در یکدیگر افق هایی را جستجو کنند که پیشینیان حتی به موجودیت آن نیز نیاندیشیده بودند، پیش از هر زمان دیگری نیازمند به آموزش، همراهی و برخورداری از راهکارهای سازنده اند (علیایی زند، 1382).

در همین راستا این پژوهش که جهت کاربردی تر نمودن مطالعات روان شناسی و ارائه ی دستورالعملی برای ارتقاء میزان رضایتمندی زناشویی و کیفیت ارتباط آن می باشد به آموزش یکی از کمتر شناخته شده ترین رویکردهای مدرن روانشناسی (به خصوص در ایران)، با عنوان **برنامه ریزی عصبی- کلامی**<sup>1</sup> در میان زوجین می پردازد و می تواند در صورت کارآمدی، در محیط های مشاوره و درمان برای تعلیم و تمرین بیشتر مورد استفاده قرار گیرد.

توسی، متیسون و مایکل<sup>2</sup> (2005)، می گویند برنامه ریزی عصبی- کلامی (ان.ال.پی)، یک مدل ارتباطی و درباره ی بازنمایی درونی افراد از تجربه و چگونگی برقراری ارتباط باخودشان و نیز با دیگران است. آن همچنین روی تجارب ذهنی افراد و مفهوم واقعیت متمرکز است. دیلتز<sup>3</sup> (2003)، به نقل از توسی، متیسون و مایکل (2005)، هم ان.ال.پی را چنین تعریف می کند: مطالعه ی ساختار تجربیات ذهنی.

هریس<sup>4</sup> (1999)، توضیح می دهد ان.ال.پی با ارائه ی روش هایی به انسان کمک می کند تا با کنترل افکار، احساسات و اعمال خود در انجام کارها تواناتر و نسبت به زندگی خوش بین تر باشد تا بهتر بتواند به نتایج مثبت دست یابد. اگر افراد در درون خود دانش آنچه را می خواهند نداشته باشند ان.ال.پی این امکان را برای آن ها به وجود می آورد تا مهارت ها و روش های تفکر خود را تعدیل کنند و آن ها را در زندگی برای موفقیت بیشتر به کار بندند. ان.ال.پی، مهارت های گوناگونی در زمینه ی برقراری ارتباط بین فردی بین تک تک افراد ایجاد می کند (آلدر و هیتز<sup>5</sup>، ترجمه ی شادروح، 1380).

<sup>1</sup>. Neuro- Linguistic Programmikg

<sup>2</sup>. Tosey, P. Mathison, J and Michelli, D

<sup>3</sup>. Dilts

<sup>4</sup>. Harris

<sup>5</sup>. Alder and Hiter

در برنامه ریزی عصبی- کلامی به ارتباط موثر اهمیت ویژه ای داده می شود. سانتانگل<sup>۱</sup> (2007)، ارتباط موثر (راپورت<sup>۲</sup>) را پایه و اساسی برای تعامل معنادار بین دو یا چند نفر دانسته و بیان می کند راپورت برقراری و ایجاد فضایی از اعتماد، اطمینان و درک، احترام و ارج نهادن به اشخاص دیگر است. از طرفی بندلر و گریندر (1979؛ به نقل از دیلتز، 2003)، تاکید می کنند که آموزه های ان.ال.پی به شادکامی و احساس رضایت فردی و بین فردی منتهی می شوند.

در پژوهش حاضر نیز، با استفاده از سه پرسشنامه ی رضایت جنسی هودسون<sup>۳</sup> (1992)، رضایت زناشویی (دیویند، 1387) و مهارت های ارتباطی (عطارها، 1386)، این سه متغیر قبل و بعد از اجرای برنامه ی آموزشی اندازه گیری شد و نتایج نشان داد که آموزش برنامه ریزی عصبی- کلامی سبب افزایش هر سه مقوله ی رضایت زناشویی، رضایت جنسی و مهارت های ارتباطی زوجین می شود، چگونگی این پژوهش پیش روی آمده است.

## 1-2 بیان مسئله

ازدواج یکی از قدیمی ترین پیوند های انسانی است که ارضاء کننده و رشد دهنده ی شخصیت آدمی بوده است. اغلب افراد که قصد دارند زندگی زناشویی خود را آغاز کنند، می خواهند زندگی آنها چیزی متفاوت از زندگی اطرافیان و دیگران باشد و تصور می کنند اشتباهاتی را که پدر و مادرشان، دوستان و اقوامشان در زندگی زناشویی داشته اند مرتکب نخواهد شد و از یک زندگی سرشار از شادی و رضایت برخوردار خواهند بود. اما اغلب این زوج ها می بینند که برای برخورد با آنچه که به تدریج در زندگیشان بوجود می آید از آمادگی لازم بی بهره اند. هنگامی که در برابر نا ملایمات نمی دانند که مشکل آنها در کجاست و از کجا سرچشمه می گیرد به این نتیجه می رسند که ازدواجشان اشتباه بوده و فردی که همه ی آرزوها و امید های خود را در او شکوفا می دیدند دیگر همان فرد ابتدای ازدواج نیست و تغییر کرده است (بک<sup>۴</sup>، ترجمه فراچه داغی، 1384).

بنابراین شروع یک زندگی زناشویی در اغلب موارد با شادی و رضایت همراه است، در حالیکه تداوم این رضایت به عوامل زیادی بستگی دارد. آگاه شدن از این عوامل می تواند ما را نسبت به عوامل خطر آفرین،

<sup>1</sup> Santangelo

<sup>2</sup> Raport

<sup>3</sup> Hudson

<sup>4</sup> Iron.T.Beck

هشیار سازد و تلاشها را در جهت حفظ و افزایش رضایت زناشویی و پایداری خانواده سازماندهی کند (مزینانی، 1386).

رضایت زناشویی به میزان تطابق میان خواسته های فرد از زندگی زناشویی و آنچه که در دوران زندگی اش تجربه می کند، بستگی دارد. یعنی در واقع رضایت زناشویی مانند معامله ای است که یک طرف آن آرزوها و خواسته های فرد است و طرف دیگر آن دستیابی به خواسته است که اگر برابر باشند رضایت از زندگی هم بالا خواهد بود. لذا لازم است که زندگی و ازدواج زوجین را به منظور افزایش کارایی و رضایت از آن مورد بررسی قرار داد (اکتی<sup>۱</sup>، 1989؛ به نقل از ویسی، 1385).

رضایت زناشویی حالتی از رضایت و خشنودی در ازدواج است که از جنبه ی درون فردی، تجارب ذهنی خوشایند و از جنبه میان فردی هماهنگی میان انتظارات یک طرف با رفتارهای طرف مقابل است که در زمینه های گوناگونی چون سبک زندگی، ارتباط، رابطه جنسی، درآمد، تصمیم گیری، وقت آزاد با دوستان، وجود دارد (دیبائیان، 1384 به نقل از اسپانیر و لویس<sup>۲</sup>، 1988).

رضایت زناشویی متأثر از عوامل مختلفی است که از آن میان می توان به عوامل اقتصادی، اعتقادات مذهبی، آداب و سنن اجتماعی، عوامل جسمانی، تفاهم فکری، ارضای عاطفی و ارضای جنسی اشاره کرد (موسوی، 1374). رضایت جنسی<sup>۳</sup> نیز به لحاظ ارتباط تنگاتنگی که با رضایت زناشویی دارد از اهمیت ویژه ای برخوردار است. این رابطه معمولاً دوسویه است که در آن ممکن است مشکلات رابطه ای زوجین به موقعیت های جنسی کشانده شود و یا بالعکس، نارضایتی از رابطه ی جنسی به زندگی کلی زناشویی لطمه بزند و زوجین را وارد بن بست ارتباطی عاطفی کند (مات<sup>۴</sup>، 1993، فورتر<sup>۵</sup>، 2001؛ به نقل از ترودل<sup>۶</sup>، 2002).

رضایت جنسی تنها عامل تعیین کننده نیست و فعالیت جنسی تنها یک نمونه از رفتارهای متقابل زن و شوهر است، ولی براساس پژوهش های انجام گرفته توسط فوتن (به نقل از میرخشتی، 1375)، 30% علت نارضایتی همسران ناشی از روابط جنسی میان آن هاست. ژانت و لوتر نیز در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که هر چند همسران خوشبخت، روابط رضایت بخش جنسی را به عنوان بهترین دلیل خوشبختی خود عنوان نکردند، ولی در عین حال بیشتر آنان به طور کلی از روابط جنسی خود راضی بوده اند. همچنین این

- 1.Ochetti
- 2.Spanier & Louis
- 3.Sexual satisfaction
- 4.Mat
- 5.Furteer
- 6.Trudel