



تدوین مدل خودمهارگری جنسی در اندیشه خبرگان بر مبنای آموزه‌های عفت

سیده زینب رضوانی^۱، عباس حبیب زاده^۲، محمدمهدی صفورایی پاریزی^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت به روش کیفی تحلیل مضمون انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل ۱۱ نفر از خبرگان دانشگاهی و حوزوی روانشناسی و علوم دینی بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری گلوله برفی و رسیدن به اشباع نظری داده‌ها در مصاحبه نیمه‌ساختاریافته برای ورود به پژوهش انتخاب شدند. با توجه به نتایج پژوهش، شبکه مضامین پژوهش مشتمل بر ۲۳ مضمون پایه است که در قالب چهار مضمون سازمان‌دهنده اصلی، مرتب شد. مضامین سازمان‌دهنده شامل پیشایندها، راهبردها، عوامل زمینه‌ای و پیامدهاست. پیشایندها شامل پنج مؤلفه سازمان‌دهنده است که عبارتند از: لزوم سلامت رفتار جنسی، آگاهی از آسیب‌ها و بیماری‌های ناشی از رفتار جنسی کنترل نشده، لزوم پایبندی به اخلاق و تقوا، مراقبت‌های تربیتی از سنین کودکی و پیشگیری از ازدواج سفید و بی‌بندوباری در جامعه. راهبردها شامل هفت مؤلفه سازمان‌دهنده است که عبارتند از: آموزش جامع مسائل جنسی، تقویت ایمان و دینداری، تسهیل و تسریع شرایط ازدواج جوانان، صبوری و خویشتن‌داری، لزوم تربیت جنسی جوانان از منظر قرآن کریم و حدیث، داشتن عفاف و حیا و تقوا و خودنظارتی و مراقبه. عوامل زمینه‌ای شامل سه مؤلفه سازمان‌دهنده است که عبارتند از: تداوم و سلامت نسل و حفظ سنت پیامبر ﷺ در امر ازدواج، قوانین شرعی و عرفی و عوامل محیطی و ژنتیکی بود. پیامدها نیز شامل هفت مؤلفه سازمان‌دهنده است که عبارتند از: خویشتن‌داری جنسی در پرتو عفاف، صبوری و تاب‌آوری، کاهش رفتارهای جنسی پرخطر و بدون مسئولیت، پرورش توانمندی‌های عقلی و اخلاقی، رسیدن به آرامش مطلوب، سلامت و امنیت فرد در اجتماع و ارتباط اجتماعی زن و مرد در پرتو عفاف.

واژگان کلیدی: خودمهارگری جنسیتی، اندیشه خبرگان در خودمهارگری، مدل خودمهارگری، آموزه‌های عفت.

نوع مقاله: پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۶/۰۹ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۷/۳۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۲۵
DOI: 10.22034/IJWF.2025.19330.2316

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران.
Email: z.rezvani2022@gmail.com  0000-0003-0120-0752

۲. دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه قم، قم، ایران. (نویسنده مسئول)
Email: habibzade2008@yahoo.com  0000-0002-6589-0708

۳. دانشیار گروه روان‌شناسی، مجتمع آموزش عالی علوم انسانی اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران.
Email: safurayi@gmail.com  0009-0000-8821-3787

Formulating a Model of Sexual Self-Control in the Thoughts of Experts Based on the Teachings Derived from Chastity

Seyedeh Zeinab Rezvani ¹, Abbas Habibzadeh ², Mohammad Mahdi Safouraei Parizi ³

This study aimed to formulate a model of sexual self-control based on the teachings derived from chastity using a qualitative content analysis method. The population included 11 academic and seminary experts in the field of psychology and religious sciences who were selected for reaching theoretical saturation of data in a semi-structured interview by the snowball sampling. According to the results of the study, the research theme network consists of 23 basic themes that were arranged in the form of four main organizing themes. Organizing themes include antecedents, strategies, contextual factors, and consequences. Antecedents include five organizing components, which are: the necessity of healthy sexual behavior, the awareness of the harms and diseases caused by uncontrolled sexual behavior, the necessity of adhering to morality and piety, educational care from childhood, and the prevention of white marriage and promiscuity in society. The strategies include seven organizing components, which are: comprehensive education on sexual issues, strengthening faith and religiosity, facilitating and accelerating the conditions for young people to marry, patience and self-control, the necessity of sexual education of young people from the perspective of the Holy Quran and Hadith, chastity, modesty, piety, self-monitoring and meditation. The contextual factors include three organizing components, which are: continuity and generation health and the preservation of the Prophet Mohammad's tradition in marriage, religious and customary laws, and environmental and genetic factors. The consequences also include seven organizing components, which are: sexual self-control in the light of chastity, patience and resilience, reducing risky and irresponsible sexual behaviors, developing intellectual and moral capabilities, achieving desired peace, health and security of the individual in society, and social communication between men and women in the light of chastity.

Keywords: sexual self-control, thoughts of experts on self-control, model of self-control, teachings derived from chastity.

DOI: 10.22034/IJWF.2025.19330.2316

Paper Type: Research


Data Received: 2024/08/30

Data Revised: 2024/10/21

Data Accepted: 2024/11/10


1. Ph.D. Student in Psychology, Department of Psychology, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran.

Email: z.rezvani2022@gmail.com

 0000-0003-0120-0752

2. Associate Professor, Department of Educational Sciences, University of Qom, Qom, Iran. (Corresponding Author)

Email: habibzade2008@yahoo.com

 0000-0002-6589-0708

3. Associate Professor, Department of Psychology, Humanities-Islamic Higher Education Complex, Al-Mustafa International University, Qom, Iran.

Email: safurayi@gmail.com

 0009-0000-8821-3787

۱. مقدمه

هنجار اخلاقی^۱ به معنای بایسته‌ها و نبایسته‌های برخاسته از یک نظام ارزشی است (مال^۲، ۲۰۲۱). بنابراین، اگرچه عقل در شناخت این هنجارها به تناسب رفتار با هدف (ارزش نهایی) توجه می‌کند، اما به سبب تفاوت نظام‌های ارزش‌گذاری ممکن است اصول اخلاقی در یک سبک اندیشه‌ورزی مانند نظام لیبرال، متفاوت با منظومه فکری اسلامی باشد. از این رو، باید با مراجعه به متون اصیل اسلامی و تحلیل آنها، هنجارهای اخلاقی در زمینه‌های گوناگون از جمله زندگی جنسی انسان بررسی شود. ممکن است عقل با در نظر گرفتن مصالح و مفساد زندگی فردی و اجتماعی به یک سلسله هنجارها دست یابد. در این صورت باید در اصول و تعیین جایگاه آن در نظام فکری اسلام، بازنگری شود (لو، زو، چن و لانگ^۳، ۲۰۲۰). برای شناخت هنجارهای اخلاق جنسی^۴ می‌توان با استناد به آیات و روایات و با استدلال‌های عقل‌پسند به مجموعه‌ای از اصول و هنجارها دست یافت. این اصول، نه تنها منافاتی با عقل و دیدگاه عقلا ندارند بلکه توجیهات عقلانی و عقلایی نیز دارند. در بسیاری از موارد دلیلی که به طور کامل عقلی باشد، یافت نمی‌شود، بلکه با مقدمات غیرعقلی و گاهی ناقص استدلال سامان می‌یابد. از این رو، برای در امان بودن از حکمی برخلاف خواست الهی لازم است با جمع‌آوری مجموعه‌ای از قراین به یک نظام منسجم فکری دست یافت. بر این اساس، با مشاهده آیات و روایات اسلامی و ضمیمه دیدگاه عقل و عقلا، حکم‌بدهای ابتدایی محک می‌خورد و آنچه به حقیقت نزدیک‌تر است و موجب قرب الهی می‌شود، کشف خواهد شد (مقدم، کریمی‌نیا و انصاری مقدم، ۱۴۰۰).

میل جنسی مانند سایر امیال انسان دوره‌های طلوع، اوج و فعالیت دارد که در موعد مناسب خود باید فعال شود. بدون در نظر گرفتن اینها نمی‌توان لذت جنسی را در هر مقطع و دوره‌ای تجویز کرد و سپس نگران سلامت فرد بود. رویکرد برآمده از منابع اسلامی در موضوع مدیریت رفتارهای جنسی، رویکردی جامع و و شامل دو راهبرد ازدواج و

1. moral norm
2. Malle, B. F.
3. Lu, H., Zou, J., Chen, H., & Long, R.
4. sexual morality

خودمهارگری یا خویشستن داری جنسی است. (چونگ و کیم، ۲۰۲۳^۱) یکی از مسائل مهم فرهنگی در عصر حاضر مسئله رفتار جنسی و چگونگی تنظیم آن است که کوتاهی در آن پیامدهای ویرانگر اجتماعی و فردی به همراه دارد. در این مورد از سویی رویکردهای منفعلانه‌ای دیده می‌شود که روزه‌روز به سمت تقلیل و تضعیف عفاف پیش می‌روند و از سوی دیگر، رویکردهای هیجانی دیده می‌شود که به سوی برخوردهای شعاری و احساسی کشیده می‌شوند و این مسئله مهم فرهنگی را در حد رعایت پوشش تنزل می‌دهند. این در حالی است که مواجهه درست با این پدیده در گام نخست، نیازمند حرکتی علمی است تا معارف دین در این حوزه تبیین شوند و زمینه مواجهه عالمانه فراهم آید و در گام دوم نیازمند ترویج و فرهنگ‌سازی است (کیم، و همکاران، ۲۰۲۰^۲).

تحقیقات نشان داده است دخترانی که در نوجوانی بدون ازدواج، مادر می‌شوند دیگر قادر به ادامه تحصیل و برنامه‌های آموزشی-تربیتی نیستند، مسیر زندگی این دختران پس از بارداری دگرگون می‌شود، کودکان آنها سلامت روان کمتری دارند، حمایت‌های آموزشی-تربیتی کمتری دریافت می‌کنند و بسیاری از همین کودکان، خودشان در نوجوانی به مشکلاتی شبیه مشکلات مادرشان مانند بچه‌آوری خارج از چارچوب ازدواج دچار می‌شوند. بی‌تردید، این‌گونه فرزندآوری پیامدهای بسیار ناگواری از نظر روان‌شناختی، تربیتی و اقتصادی به بار می‌آورد. (لوپز، و همکاران، ۲۰۱۹^۳) دبیر مرکز مطالعات راهبردی جمعیت (۱۴۰۱) با بیان اینکه سقط جنین ابعاد مختلفی دارد درباره آمارهای این پدیده گفته است: «به‌طور میانگین سالانه ۳۵۰ هزار تا ۵۳۰ هزار مورد سقط جنین در کشور انجام می‌شود که از این میزان حدود ۱۰ تا ۱۲ هزار مورد مجوزدار است و توسط پزشکی قانونی انجام می‌شود. حدود ۱۰ تا ۱۲ هزار مورد هم سقط غیرارادی است و بقیه آن سقط غیرقانونی و جنایی است که شامل دو دسته می‌شود. از حدود ۹۴ تا ۹۵٪ سقط غیرقانونی ۳ تا ۴٪ ناشی از روابط نامشروع و خارج از عرف و خانواده است، اما ۹۱ تا ۹۲٪ سقط جنین‌ها محصول نهاد خانواده مشروع است و این جای نگرانی بسیاری دارد»^۴.

پیامدهای منفی و خانمان‌سوز بی‌بندوباری جنسی عبارتند از: شیوع بیماری‌های

1. Chung, S., & Kim, E.

2. Kim., & et al

3. Lopez-Alvarado, S., & et al

4. <https://www.hamshahrionline.ir/news/759324>

مقاربتی، افزایش بارداری‌های ناخواسته در نوجوانی، افزایش فرزندان نامشروع و بی‌سرپرست، افزایش نگرانی‌های خانواده‌ها، نوجوانان و جوانان، کاهش ازدواج و تشکیل خانواده، سست شدن بنیان خانواده‌ها و کاهش جمعیت و پیر شدن آن. توجه به این آسیب‌ها سیاست‌مداران و اندیشمندان را به برنامه‌ریزی و اجرای جدی راهبردهای کنترل روابط زنان و مردان تشویق کرده است. جریان فکری که با عفاف بیگانه است و محدودیتی برای ارتباط جنسی قائل نیست همواره در کنار راهبردهای سلامت جنسی خواسته‌های خود را پیگیری می‌کند و تمایل دارد سبک زندگی نوجوانان و جوانان را به سوی روابط جنسی آزاد ببرد. (نصراللهی مولا، بهرامی، کریمی و علیمرادی، ۲۰۲۳^۱). برخی سیاستمداران در آمریکا بر برنامه «فقط خویشتن داری»^۲ تأکید می‌کنند. شعار آنها این است: «فقط خویشتن داری جنسی تا زمان ازدواج یعنی، آموزش ارتباط جنسی سالم برای نوجوانان نمی‌تواند جامعه را از شر بیماری‌های مقاربتی، فرزندان نامشروع و ناخواسته، سقط جنین و مشکلات روانی مربوط نجات دهد. تنها راه نجات از پیامدهای هولناک و زندگی سوز، عفاف، تربیت جنسی یا خویشتن داری جنسی است». راهبرد فقط خویشتن داری راهی برای ترویج عفاف در میان جوانان و نوجوانان آمریکایی به شمار می‌رود. در سال ۱۹۸۱ قانون عفاف در کنگره آمریکا تصویب شد که براساس آن، دولت به حمایت مالی از سازمان‌های غیردولتی فعال در برنامه «فقط خویشتن داری» موظف شد. بودجه‌های قابل توجهی نیز برای اجرایی شدن راهبرد «فقط خویشتن داری» جنسی تصویب شد (درگاه سیاست سلامت زنان)^۳.

تربیت جنسی از آغاز کودکی شروع می‌شود و تا سن جوانی و میانسالی ادامه می‌یابد (الامیرس-فرناندز، و همکاران، ۲۰۲۱)^۴ منظور از تربیت جنسی این است که زمینه‌ها و عوامل مربوط به مسائل جنسی طوری فراهم شود که استعدادها و شخصی برای نیل به کمال اختیاری فرد شکوفا شود و او را برای رسیدن به کمال مطلوب یاری دهد (حاجی‌زاده، ۱۳۹۹). براساس آخرین تعریف سازمان بهداشت جهانی^۵ (۲۰۲۱) تربیت جنسی، تمام اقداماتی است که از دوران اولیه زندگی انسان برای رشد متعادل و مناسب انگیزه جنسی انجام می‌شود. هدف اطلاع‌رسانی

1 . NasrollahiMola, N., Bahrami, N., Ranjbaran, M., & Alimoradi, Z.

2. Abstinence only program

3. www.kff.org/womens-health-policy

4. Lameiras-Fernández, M., & et al

5. world health organization

جنسی، کمک به تکامل رفتارهای جنسی، اجرای وظایف جنسی، تداوم و بقای نسل و رسیدن به رحمت مودت و آرامش در زندگی است (مارک و وو، ۲۰۲۲). نفی تبعیت از هوای نفس، تقبیح دنیاگرایی، تحذیر از وسوسه‌های شیطان و تحذیر از گناهان، چهار حیطه‌ای است که اهمیت مهار نفس در آنها مطرح می‌شود (فریز، و همکاران، ۲۰۱۷). وسوسه شیطان نیز موضوعی است که باید از آن دوری کرد. شیطان با تزئین اعمال زشت و وعده‌های دروغ، ترساندن انسان از آینده و ممانعت از کارهای خیر، انسان را وسوسه می‌کند. دوری از این افکار و القائات نیاز به مهار افکار و رفتار دارد و در منابع اسلامی بر آن تأکید شده است (ر.ک. مؤنون: ۹۷ و ۹۸).

در آموزه‌های اسلامی به دوری از گناهان تأکید شده و با بیان نقش گناهان در شکل‌گیری عذاب الهی به بازداری از انجام دادن رفتارهای ناپذیرفتنی و عمل کردن براساس اعمال مورد نظر خدا سفارش شده است. همچنین برای مهار انسان از گناهان، او را به پاداش‌های والا بشارت داده است. (روح‌افزا و اصغری، ۱۴۰۲) علاوه بر اهمیت مهار خویشتن که در منابع اسلامی آمده است، بررسی این مؤلفه‌ها و حوزه‌هایی را برای خودمهارگری مشخص می‌کند که در این میان، دو مفهوم عقل و تقوا اهمیت ویژه‌ای دارند. به همین دلیل قبل از بررسی و معرفی مؤلفه‌های خودمهارگری، رابطه بین عقل و تقوا تبیین می‌شود (رضاییان بیلندی و میرقادری، ۱۳۹۸). وقتی کشاننده‌های جنسی و نیروهای شهوانی و غریزی از افسارگسیختگی به کنترل انسان درمی‌آید و انسان با استفاده از عقل و شرع و نیروی فطری و الهی از حد افراط و تفریط و از تصرف شیطان و نفس عماره خارج می‌شود یک حالت سکون، آرامش و طمأنینه و یک ملکه اعتدال و میانه‌روی در او پدیدار می‌شود. به نیرو و قوه‌ای که رنگ و بوی الهی می‌گیرد، عفت می‌گویند. مطمئن‌ترین راه برای مصون‌سازی، حفظ عفت و پاکدامنی و کسب مهارت‌های خودمهارگری (خودکنترلی) جنسی است. قرآن برای کسانی که امکان ازدواج و ارضای مشروع جنسی را ندارند توصیه می‌کند که عفت پیشه کنند (ر.ک. نور: ۳۳).

شرط عفت آن است که انسان توانایی انجام فعل حرام در حیطه غریزه جنسی را نداشته باشد، اما با اختیار و انتخاب خود از آن دوری کند. پایبندی به عفت برای هر انسانی که

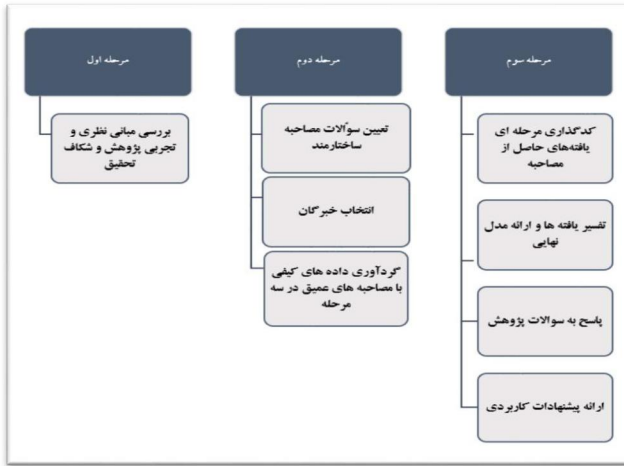
1. Mark, N. D., & Wu, L. L.
2. Friese, M., & et al

سودای تشکیل خانواده را دارد و جویای دستیابی به آرامش واقعی است، اهمیت دارد. حتی فردی که تجربه رابطه با جنس مخالف را دارد نیز در پی ازدواج با کسی است که رابطه با جنس مخالف را تجربه نکرده باشد. (میرخانی و صفایی، ۱۳۹۴) مطالعه حاضر به دنبال تدوین مدل مفهومی خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی است. نتایج پژوهش حاضر برای برنامه‌ریزان و سیاستمداران که در حوزه ازدواج و اشتغال جوانان برنامه‌ریزی می‌کنند، کاربرد دارد. با توجه به آمارهای تکان‌دهنده در داخل و خارج از ایران در حوزه روابط جنس خارج از عرف و نامشروع، نتایج پژوهش حاضر تبیین‌های ارزشمندی در حوزه برنامه‌ریزی‌های دینی و ارزشی دارد.

۲. شیوه اجرای پژوهش

۲-۱. روش پژوهش

پژوهش حاضر به روش کیفی انجام شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون صورت گرفت. تحلیل مضمون، روشی برای شناخت، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده‌های کیفی است. این روش، فرایندی برای تحلیل داده‌های متنی است و داده‌های پراکنده و متنوع را به داده‌هایی غنی و تفصیلی تبدیل می‌کند. تحلیل مضمون، روش کیفی خاصی نیست، بلکه فرایندی است که می‌تواند در بسیاری از روش‌های کیفی به کار رود. مراحل تحلیل مضمون با توجه به معیارهای ارائه شده توسط براون و کلارک^۱ (۲۰۰۶) عبارت بود از: دیدن متن، برداشت و درک مناسب از اطلاعات به ظاهر نامرتبط، تحلیل اطلاعات کیفی، مشاهده نظام‌مند (شخص، تعامل، گروه، موقعیت، سازمان و یا فرهنگ)، تبدیل داده‌های کیفی به داده‌های کمی. در پایان برای حصول اطمینان از روایی و اطمینان از دقیق بودن یافته‌ها، گزارش پژوهش توسط اعضا و همکاران پژوهشی (گروه نمونه) بازبینی و بررسی شد. در پژوهش حاضر از نمودار در قالب روشی برای یکپارچه‌سازی استفاده شد. مقوله‌ها چندین بار تجدیدنظر و برخی از مفاهیم نادر حذف و سازگاری بین نظریه و داده‌ها بررسی شد.



شکل ۱: مراحل انجام پژوهش

۲-۲. جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل خبرگان رشته روان‌شناسی و خبرگان حوزوی بود که تعداد یازده نفر از ایشان با استفاده از روش نمونه‌گیری گلوله برفی و رسیدن به اشباع نظری داده‌های حاصل از مصاحبه نیمه ساختاریافته برای ورود به پژوهش انتخاب شدند.

جدول ۱

مشخصات جامعه آماری پژوهش

ردیف	سمت	سابقه کار	مدرک	سمت	تعداد
۱	اساتید	حداقل ۱۰ سال	دکتر	هیئت علمی دانشگاه آزاد	۳
	دانشگاهی	حداقل ۱۰ سال	دکتر	هیئت علمی دانشگاه سراسری	۳
۲	خبرگان	حداقل ۱۵ سال	دکتر	سابقه اجرایی و تألیفات مرتبط در حوزه خودمهارگری جنسی	۲
	حوزوی	حداقل ۱۵ سال	دکتر	سابقه اجرایی و پژوهشی در حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا	۳
۳				مجموع	۱۱

برای جمع‌آوری داده‌ها با ۱۱ نفر از خبرگان دانشگاهی و علوم دینی و روان‌شناسی مصاحبه شد. براساس یافته‌ها، بیشتر مصاحبه‌شوندگان ۷۳٪ با جنسیت مرد و کمترین آنها ۲۷٪ با جنسیت زن بودند. به تفکیک سابقه کار، افراد ۵-۱۰ سال ۹٪ و ۱۱-۲۰ سال ۶۴٪ و ۲۰ سال به بالا ۲۷٪ را به خود اختصاص داده‌اند. براساس تحصیلات ۹۱٪ دکتری، ۹٪

کارشناسی ارشد هستند. برای تحلیل داده‌های کیفی از تحلیل مضمون و از بین روش‌های مختلف تحلیل مضمون از روش شبکه مضامین استفاده شده است. تحلیل مضمون به روش‌های مختلف صورت می‌گیرد. در پژوهش حاضر از شبکه مضامین برای نشان دادن ارتباط و وابستگی مضامین استفاده شده است.

۳. یافته‌های پژوهش

۳-۱. کدهای نظری اولیه برای کشف مضامین

در این مرحله از پژوهش، مفاهیم و نکات کلیدی به دست آمده در مورد الگوی متأثر از مدل خودمهارگری جنسی برمبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی از داخل فرآیند مصاحبه فهرست شد. بدین منظور عبارات، مفاهیم و گویه‌های مستخرج شده از مصاحبه‌ها با تحلیل‌های دقیق، یکسان‌سازی (انتخاب واژگان صحیح‌تر، حذف مفاهیم مشترک) شد و در مرحله اول ۱۵۹ گویه به دست آمد. مضامین به دست آمده در قالب چک لیستی برای انجام مصاحبه تنظیم و با انجام مصاحبه با خبرگان، برخی از گویه‌های به دست آمده حذف و اصلاح شدند. بعد از اتمام رونوشت مصاحبه‌ها کدگذاری انجام شد. در طول مرحله کدگذاری نظری، داده‌ها به دقت بررسی شد، عبارات و مفاهیم مناسب و مقوله‌های مربوط مشخص ابعاد و ویژگی آنها تعیین و الگو نیز بررسی گردید. واحد اصلی تحلیل برای کدگذاری نظری و شبکه مضامین، مفاهیم مستخرج از مصاحبه بود که مفاهیم از راه عنوان‌گذاری توسط محقق و به طور مستقیم از رونوشت مصاحبه ایجاد شد. براساس کدهای نظری و مضامینی که در این گام حاصل شد مفاهیم اولیه شکل گرفت و ۱۵۹ کد به دست آمد که تمامی این کدها، کدهای صحیحی نخواهند بود.

۳-۲. تحلیل شبکه مضامین

پس از تهیه و تنظیم جداول که بخشی از تحلیل کیفی داده‌های حاصل از انجام مصاحبه است، برای تکمیل تحلیل براساس تحلیل مضمون، مفاهیم حاصله در سطح بالاتر و تجریدی‌تر برای دستیابی به مقولات گروه‌بندی شد. بنابراین، بار دیگر با استفاده از مقایسه مداوم مفاهیم با یکدیگر هر مفهوم با مفاهیم قبل یا بعد خود یا با همه مفاهیم

موجود مقایسه شد تا مقولات کلی استخراج شود. پس از مقایسه مفاهیم استخراج شده، مفاهیم مرتبط در یک مقوله کلی دسته‌بندی و براساس عناوین موجود در نظریه‌هایی مرتبط یا مفاهیم به دست آمده از پژوهش، عناوین کلی برای مقولات در نظر گرفته شد. پس از مقایسه مداوم پاسخ‌های حاصل از مصاحبه، پاسخ‌های مشابه تنظیم و مفاهیم مشابه از آنها استخراج شد. گویه‌های نزدیک به هم نیز ادغام و مضامین در ۴ مقوله اصلی دسته‌بندی شد که عبارتند از:

مقوله اول: پیشایندها در مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی؛ این بخش شامل ۳۲ مضمون سازمان‌دهنده است.

مقوله دوم: عوامل راهبردی در مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی؛ این بخش شامل ۵۷ مضمون سازمان‌دهنده است.

مقوله سوم: عوامل زمینه‌ای در مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی؛ در این مقوله ۲۶ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی شد.

مقوله چهارم: پیامدهای مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی؛ در این مقوله ۴۳ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی شد.

۳-۳. ارائه شبکه مضامین

هدف از شبکه مضامین، ایجاد رابطه بین مقوله‌های تولید شده است. این عمل براساس الگوی پارادایم انجام می‌شود و به نظریه‌پرداز کمک می‌کند تا فرایند نظریه‌پردازی را به سهولت انجام دهد. در جدول ۲ به مضامین پایه و سازمان‌دهنده و فراگیر در سه مقوله اصلی اشاره می‌شود. مضامین غیرمرتبط حذف و برخی مضامین مرتبط به هم ادغام شده و در نهایت ۱۷ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی شد. در مرحله شبکه مضامین پژوهش حاضر، ارتباط مقوله اصلی با سایر مقولات مشخص شد. در این مرحله، طبقات اصلی و فرعی با یکدیگر مرتبط شدند تا مفاهیم نظری به منظور شناخت عوامل مؤثر بر الگوی متأثر از مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت در اندیشه اسلامی جمع‌آوری شود. این اقدامات باعث شد تا پژوهشگر بتواند مفاهیم به دست آمده در مراحل قبلی را یکپارچه کند و از آنها برای ارائه شبکه مضامین استفاده کند.

۳-۴. جست و جوی مضامین

در این مرحله، غربالگری مضامین تولید شده بررسی می شود. برای بررسی اهمیت هریک از مضامین سازمان دهنده هر مضمون پایه با استفاده از نظرسنجی خبرگان انجام و مهمترین مقوله ها انتخاب و در مدل شبکه مضامین جای گذاری شد.

جدول ۲

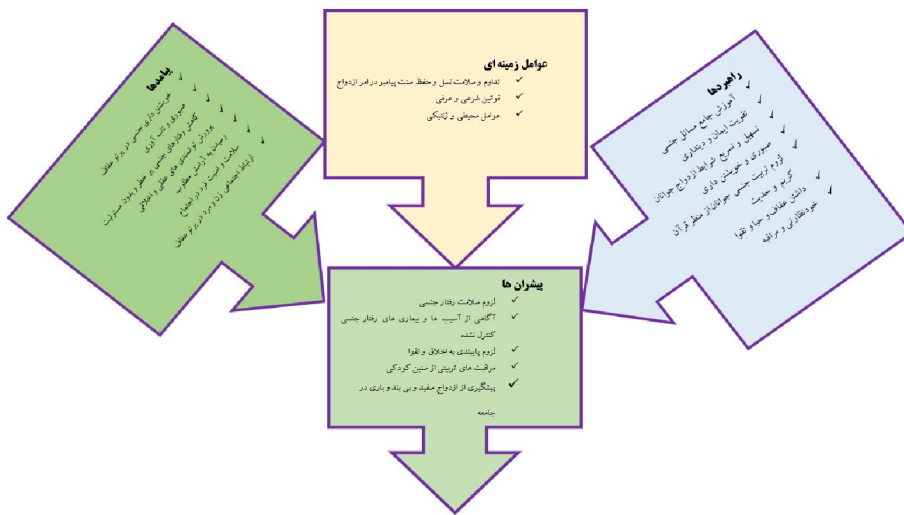
جدول تحلیل مضامین و گزینش نهایی

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه
پیشابندها در مدل خودمهاگری جنسی بر مبنای آموزه های عفت در اندیشه اسلامی	لزوم سلامت رفتار جنسی
	آگاهی از آسیب ها و بیماری های رفتار جنسی کنترل نشده
	لزوم پایبندی به اخلاق و تقوا
	مراقبت های تربیتی از سنین کودکی
	پیشگیری از ازدواج سفید و بی بندوباری در جامعه
عوامل راهبردی در مدل خودمهاگری جنسی بر مبنای آموزه های عفت در اندیشه اسلامی	آموزش جامع مسائل جنسی
	تقویت ایمان و دین داری
	تسهیل و تسریع شرایط ازدواج جوانان
	صبوری و خویشتن داری
	لزوم تربیت جنسی جوانان از منظر قرآن کریم و حدیث
	داشتن عفاف، حیا و تقوا
عوامل زمینه ای در مدل خودمهاگری جنسی بر مبنای آموزه های عفت در اندیشه اسلامی	خودنظارتی و مراقبه
	تداوم و سلامت نسل و حفظ سنت پیامبر در امر ازدواج
	قوانین شرعی و عرفی
پیامدهای مدل خودمهاگری جنسی بر مبنای آموزه های عفت در اندیشه اسلامی	عوامل محیطی و ژنتیکی
	خویشتن داری جنسی در پرتو عفاف
	صبوری و تاب آوری
	کاهش رفتارهای جنسی پرخطر و بدون مسئولیت
	پرورش توانمندی های عقلی و اخلاقی
	رسیدن به آرامش مطلوب
	سلامت و امنیت فرد در اجتماع
	ارتباط اجتماعی زن و مرد در پرتو عفاف

۳-۵. استخراج مدل نهایی از مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر

در این بخش، شیوه تحلیل داده ها و استخراج مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر از

داده‌های خام حاصل از مصاحبه‌ها نمایش داده شد. در جدول ۲ پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، نقل قول‌هایی که به صورت آشکار یا ضمنی به سؤالات پژوهش پاسخ دادند، انتخاب و مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر از آنها استخراج شد. شبکه مضامین شامل ۲۲ مضمون سازمان دهنده است که در قالب چهار مضمون فراگیر اصلی که از ابتدا مشخص بوده‌اند، مرتب شدند. شبکه مضامین در شکل ۲ نمایش داده شده است. در ترسیم شبکه مضامین به مضامین فراگیر و مضامین سازمان دهنده اکتفا شده است که ذیل مضامین فراگیر مرتب شده‌اند.



شکل ۲: شبکه مضامین پژوهش

۴. نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل خودمهارگری جنسی بر مبنای آموزه‌های عفت به روش کیفی تحلیل مضمون انجام شد. مسئله پژوهش حاضر تعیین پیشایندها، راهبردها، عوامل زمینه‌ای و پیامدهای مدل خودمهارگری جنسی بود. در مطالعه حاضر پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، نقل قول‌هایی که به صورت آشکار یا ضمنی مربوط به سؤالات پژوهش بود انتخاب و مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر از آنها استخراج شد. مدل نهایی شبکه مضامین شامل ۲۲ مضمون پایه‌ای است که در قالب ۴ مضمون سازمان دهنده و شبکه مضامین ارائه شد. پیشایندها شامل لزوم سلامت رفتار جنسی، آگاهی از آسیب‌ها و بیماری‌های

رفتار جنسی کنترل نشده، لزوم پایبندی به اخلاق و تقوا، مراقبت‌های تربیتی از سنین کودکی و پیشگیری از ازدواج سفید و بی‌بندوباری در جامعه است. راهبردها شامل آموزش جامع مسائل جنسی، تقویت ایمان و دینداری، تسهیل و تسریع شرایط ازدواج جوانان، صبوری و خویشتن‌داری، لزوم تربیت جنسی جوانان از منظر قرآن و حدیث، داشتن عفاف و حیا و تقوا و خودنظارتی و مراقبه است. عوامل زمینه‌ای شامل تداوم و سلامت نسل و حفظ سنت پیامبر ﷺ در امر ازدواج، قوانین شرعی و عرفی و عوامل محیطی و ژنتیکی است. پیامدها شامل خویشتن‌داری جنسی در پرتو عفاف، صبوری و تاب‌آوری، کاهش رفتارهای جنسی پرخطر و بدون مسئولیت، پرورش توانمندی‌های عقلی و اخلاقی، رسیدن به آرامش مطلوب، سلامت و امنیت فرد در اجتماع و ارتباط اجتماعی زن و مرد در پرتو عفاف است.

پیشایندهای خودمهارگر جنسی به مجموعه‌ای از عوامل و آموزش‌هایی اشاره دارد که موجبات ایجاد خودمهارگری را در جامعه به وجود می‌آورد. رفتارهای جنسی سالم به حفظ سلامت جسمی و روحی افراد کمک می‌کند. این شامل روابط جنسی ایمن و پیشگیری از انتقال بیماری‌های مقاربتی است. آگاهی از روش‌های جلوگیری از بارداری ناخواسته و حفظ حریم خصوصی نیز در این مبحث قرار دارد. رفتارهای جنسی کنترل نشده می‌تواند به انتقال بیماری‌های جنسی مانند ایدز، هیپاتیت و سایر عفونت‌ها منجر شود. این رفتارها ممکن است مشکلات روانی مانند افسردگی و اضطراب را به دنبال داشته باشد. اخلاق و تقوا در رفتارهای جنسی به اصولی اشاره دارد که بر مبنای آنها افراد از رفتارهای نادرست یا بی‌پروا پرهیز و به اصول اعتقادی و اخلاقی پایبند باشند. این می‌تواند به ثبات روابط انسانی و خانواده کمک کند. آموزش و تربیت جنسی باید از سنین پایین آغاز شود تا کودکان با مفاهیم ایمنی، احترام به بدن خود و دیگران و مسئولیت‌پذیری در روابط آشنا شوند. ازدواج سفید و بی‌بندوباری به روابطی اشاره دارد که بدون تعهدات رسمی یا قانونی صورت می‌گیرد. این نوع روابط می‌تواند به بی‌ثباتی اجتماعی و خانوادگی بیانجامد و نیازمند توجه و برنامه‌ریزی مناسب آموزشی و اجتماعی است (رضائیان بیلندی و قادری، ۱۳۹۸).

راهبردهای خودمهارگری جنسی، مجموعه‌ای از رویکردها و شیوه‌هایی است که به

افراد کمک می‌کند تا بر رفتارهای جنسی خود نظارت داشته باشند و از بروز مشکلات ناشی از عدم کنترل جلوگیری کنند. آموزش جامع مسائل جنسی شامل اطلاعات دقیق درباره فیزیولوژی جنسی، روابط سالم، روش‌های جلوگیری از بارداری و بیماری‌های مقاربتی است. این آموزش‌ها به افراد کمک می‌کند که تصمیمات آگاهانه و مسئولانه‌تری بگیرند (زنگنه و خاتمی، ۱۴۰۰). ایمان و دینداری می‌تواند در قالب یک مکانیسم داخلی برای تقویت اصول اخلاقی و پایبندی به رفتارهای درست عمل می‌کند. باورها و ارزش‌های دینی بیشتر افراد را به حفظ عفت و حیا تشویق می‌کند (نورعلیزاده میانجی، ۱۳۸۸). فراهم کردن شرایط مناسب برای ازدواج مانند اشتغال، مسکن و حمایت اجتماعی به کاهش رفتارهای جنسی بی‌بندوبار کمک می‌کند. ازدواج به صورت یک ساختار حمایتی اجتماعی و عاطفی عمل می‌کند. آموزش صبوری و خویشتن‌داری به افراد کمک می‌کند تا در برابر تحریکات و موقعیت‌های خطرناک مقاومت کنند و تصمیمات بهتری بگیرند. این مهارت‌ها می‌تواند بخشی از برنامه‌های خودشناسی و توسعه فردی باشد. آموزه‌های دین اسلام و تفسیر آموزه‌های قرآنی و روایات اسلامی می‌تواند به تربیت جنسی سالم جوانان کمک کند. این آموزه‌ها بر اهمیت احترام به بدن، عفت و مسئولیت‌پذیری تأکید دارند (خدادادی و کردوانی، ۱۴۰۰). عفاف و حیا از ویژگی‌هایی است که در بسیاری از فرهنگ‌ها و ادیان به آن تأکید شده و به حفظ روابط اجتماعی سالم و حفظ کرامت انسانی کمک می‌کند. تقوانیز به صورت نیروی بازدارنده از رفتارهای نادرست عمل می‌کند. این راهبرد شامل فرایند آگاهانه رصد کردن افکار و رفتارها و تلاش برای بهبود و هدایت آنها در مسیر صحیح است. خودنظارتی به افراد کمک می‌کند تا قبل از بروز رفتارهای ناپسند آنها را شناسایی و کنترل کنند (سعیدی غلامی و رضوانی، ۱۴۰۲). عوامل زمینه‌ای خودمهارگری جنسی، شرایط و بسترهایی هستند که به تقویت توانایی افراد در مدیریت و کنترل بر رفتارهای جنسی کمک می‌کنند. یکی از اهداف مهم ازدواج در بسیاری از فرهنگ‌ها به‌ویژه در دیدگاه اسلامی تداوم نسل و پرورش فرزندان سالم است. ازدواج، سنت پیامبر ﷺ است و در اسلام به آن توصیه شده است (نورعلیزاده میانجی، ۱۳۸۸). ازدواج، چارچوبی مشروع و سالم برای تنظیم روابط جنسی و تشکیل خانواده فراهم می‌کند. قوانین شرعی و عرفی نقش کلیدی در تعیین و تنظیم رفتارهای جنسی در جوامع

ایفا می‌کنند. این قوانین مجموعه‌ای از احکام و مقررات دینی و اجتماعی هستند که مرزهای قابل قبول رفتارهای جنسی را مشخص و از بروز رفتار بی‌پروا جلوگیری می‌کنند (سالاری فر، ۱۳۹۶). محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند شامل خانواده، رسانه‌ها، مدارس و جامعه تأثیر زیادی بر افزایش یا کاهش خودمهارگری جنسی دارد. محیط‌های سالم و حمایتی، ارزش‌های اخلاقی و رفتارهای مسئولانه را تقویت می‌کنند. محیط‌های پرخطر ممکن است فرد را به سمت رفتارهای نادرست سوق دهند. مطالعات نشان می‌دهد که برخی ویژگی‌های شخصیتی و گرایش‌های رفتاری ممکن است تا حدی متأثر از عوامل ژنتیکی باشند. هرچند ژنتیک تنها عامل تعیین‌کننده نیست و با تربیت و محیط قابل تعدیل است، اما می‌تواند در توانایی‌ها و گرایش‌های فرد در مدیریت رفتارهای خود تأثیرگذار باشد (زنگنه و خاتمی، ۱۴۰۰).

خودمهارگری جنسی، رویکردی اخلاقی و تربیتی است که پیامدهای مثبت متعددی برای فرد و جامعه دارد. خویشتن‌داری و کنترل بر تمایلات جنسی به افراد کمک می‌کند تا در چارچوب معیارهای اخلاقی و اجتماعی رفتار کنند (سالاری فر و رضوی، ۱۳۹۵). عفاف، ارزشی فرهنگی و دینی است که به تقویت این خویشتن‌داری کمک می‌کند و زمینه‌ساز ایجاد ثبات در روابط انسانی است. خودمهارگری جنسی به فرد صبوری و تاب‌آوری در مواجهه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز را می‌آموزد (محمدی‌آشنانی و عزیز، ۱۴۰۰). این ویژگی‌ها می‌توانند به رشد مهارت‌های شخصی و اجتماعی کمک کنند و فرد را در مواجهه با استرس‌های زندگی یاری دهند. با تقویت خودمهارگری، افراد کمتر درگیر رفتارهای جنسی مخاطره‌آمیز و بدون مسئولیت می‌شوند. این مسئله به طور مستقیم به کاهش میزان ابتلا به بیماری‌های مقاربتی و بارداری ناخواسته کمک می‌کند (خدادای و کاردوانی، ۱۴۰۰). خودمهارگری جنسی به تقویت قدرت تفکر منطقی و تصمیم‌گیری اخلاقی کمک می‌کند. افراد می‌توانند روی اهداف بلندمدت و رشد شخصی تمرکز کنند که این امر می‌تواند به ارتقای سطح اخلاقی جامعه نیز منتهی شود.

نگه داشتن رفتارهای جنسی در چارچوب‌های معقول و مسئولانه به کاهش اضطراب و استرس مرتبط با روابط پیچیده یا مخاطره‌آمیز کمک می‌کند (سالاری فر، ۱۳۹۶). این آرامش به

بهبود کیفیت زندگی و رضایت از خود می‌انجامد. رفتارهای جنسی مسئولانه باعث افزایش احساس امنیت فردی و اجتماعی می‌شود. این رفتارها به تقویت روابط سالم و پایدار کمک کرده و از بروز مشکلات اجتماعی و خانوادگی پیشگیری می‌کند. عفاف در تعاملات اجتماعی به ارتقای احترام متقابل و رعایت حد و مرزها کمک می‌کند. این امر همچنین به شکل‌گیری روابط اجتماعی سالم‌تر و کم‌تر رقابتی و پرتنش یاری می‌رساند (محمدی‌آشنائی و عزیز، ۱۴۰۰).

فهرست منابع

- * قرآن کریم (۱۳۹۲). مترجم: مکارم شیرازی، ناصر. قم: انتشارات شریعت.
۱. حاجی‌زاده، مینا (۱۳۹۹). تربیت جنسی. تهران: انتشارات مدیر فلاح.
 ۲. خدادادی، صالحه. و کاردوانی، راحله (۱۴۰۰). بررسی میزان همگرایی عفت جنسی در دیدگاه نخبگان حوزوی و مردم. *نشریه اسلام و مطالعات اجتماعی*، (۲)، ۱۸۹-۲۱۷.
 ۳. ذکی‌زاد، سامره (۱۳۹۸). رابطه حرمت خود با خودپنداشت بدنی دانشجویان. *دومین همایش ملی آسیب‌های اجتماعی*. اردبیل. مشاهده شده در <https://civilica.com/doc/1035706>
 ۴. رضاییان بیلندی، حسین.، و میرفادری، فاطمه سادات (۱۳۹۸). سبک‌های دلبستگی و صمیمیت زناشویی: نقش میانجی خودمهارگری اسلامی. *نشریه مطالعات جنسیت و خانواده*، (۲)، ۱۲۵-۱۴۷.
 ۵. روح‌افزا، امید. و اصغری، آرزو (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی رفتار درمانی دیالکتیک و تحلیل رفتار متقابل بر واکنش‌پذیری بین‌فردی، خودمهارگری و نظم‌جویی شناختی هیجان نوجوانان پرخاشگر. *نشریه پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، (۳)، ۴۷-۵۹.
 ۶. رویان حسینی، سید محمود.، جنتی، سید محمد باقر.، ایروانی، جواد.، و نگهبان، حمیدرضا (۱۳۹۹). *جوان و تربیت جنسی*. مشهد: دانشگاه علوم اسلامی رضوی.
 ۷. زنگنه، فیروزه.، و خاتمی، فاطمه السادات (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری بر رویکرد اسلامی بر خودمهارگری و دیدگاه فهمی همسر در زنان متأهل دانشجوی. *نشریه مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، (۲۹)، ۱۰۳-۱۲۱. doi: 10.30471/psy.2021.7539.1839
 ۸. سالاری فر، محمدرضا (۱۳۹۶). مبانی روان‌شناختی حجاب و عفاف با تأکید بر متون اسلامی. *نشریه مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، (۲۱)، ۷۷-۱۰۶.
 - doi: 10.30471/psy.2018.1425
 ۹. سالاری فر، محمدرضا.، رضوی، سیدجمال‌الدین (۱۳۹۵). روش‌های درونی‌سازی عفاف براساس متون اسلامی. *نشریه مطالعات اسلامی زنان و خانواده*، ۳، ۵۱-۷۴.
 ۱۰. سرمدی‌نیا، محسن.، نارویی‌نصرتی، رحیم.، و رفیعی‌هنر، حمید (۱۳۹۷). راهکارهای تقویت خودمهارگری در کودکان براساس منابع اسلامی. *نشریه اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*، (۱)، ۷-۲۷.
 ۱۱. سعیدی‌رضوانی، محمود.، و غلامی، فاطمه (۱۴۰۲). واکاوی تجارب زیسته مربیان عفاف‌گرایی: پیش‌برنده‌ها و بازدارنده‌ها. *نشریه علوم تربیتی از دیدگاه اسلام*، (۲۱)، ۵-۳۴.
 - doi: 10.30497/esi.2023.245233.1681
 ۱۲. محمدی‌آشنائی، علی.، و عزیز، ربابه (۱۴۰۰). بررسی و تحلیل رویکردهای روان‌شناختی اثبات‌گرایانه به حیا، عفاف و حجاب زنان براساس آموزه‌های قرآن کریم و روایات. *نشریه پلیس زن*، (۳۴)، ۱۳۲-۱۵۷. magiran.com/p2314323
 ۱۳. مقدم، آمنه.، کریمی‌نیا، محمدمهدی.، و انصاری‌مقدم، مجتبی (۱۴۰۰). تحلیل مسئله عفت کلام در آموزه‌های قرآن کریم. *نشریه پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*، (۳۸)، ۴۱-۵۷.
 ۱۴. میرخانی، عزت‌السادات.، و صفایی، سعیده (۱۳۹۴). تجویز رفتارهای جنسی در نظام بین‌المللی و تعدی به حق عفت جنسی. *نشریه تعالی حقوق*، (۳۷)، ۳۷-۶۵.
 ۱۵. نورعلیزاده میانجی، مسعود (۱۳۸۸). مدل اسلامی مصون‌سازی رفتار جنسی با تأکید بر پیشگیری و درمان

16. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77- 101.
17. Chung, S., & Kim, E. (2023). How Ethical Ideology Influences Mask-Wearing Intention in a Pandemic: The Mediating Role of Moral Norms and Threat to Freedom. *Journal of Health Communication*, 28(5), 312- 320.
18. Friese, M., Frankenbach, J., Job, V., & Loschelder, D. D. (2017). Does self-control training improve self-control? *A meta-analysis. Perspectives on Psychological Science*, 12(6), 1077- 1099.
19. Kim, J. J., Muise, A., Sakaluk, J. K., Rosen, N. O., & Impett, E. A. (2020). When tonight is not the night: Sexual rejection behaviors and satisfaction in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 46(10), 1476- 1490.
20. Lameiras-Fernández, M., Martínez-Román, R., Carrera-Fernández, M. V., & Rodríguez-Castro, Y. (2021). Sex education in the spotlight: what is working? Systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 25- 55.
21. Leung, H., Shek, D. T., Leung, E., & Shek, E. Y. (2019). Development of contextually-relevant sexuality education: Lessons from a comprehensive review of adolescent sexuality education across cultures. *International journal of environmental research and public health*, 16(4), 6- 21.
22. Lopez-Alvarado, S., Van Parys, H., Cevallos-Neira, A., & Enlin, P (2019). Latin American women's beliefs. view and ideas about sexual assertiveness: A focus group study in Cuenca (Ecuador). *The Journal of sex Research*, 57(34), 1- 15.
23. Lu, H., Zou, J., Chen, H., & Long, R. (2020). Promotion or inhibition? Moral norms, anticipated emotion and employee's pro-environmental behavior. *Journal of Cleaner Production*, 258, 120858.
24. Malle, B. F. (2021). Moral judgments. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 293-318.
25. Mark, N. D., & Wu, L. L. (2022). More comprehensive sex education reduced teen births: Quasi-experimental evidence. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 119(8), e2113144119.
26. NasrollahiMola, N., Bahrami, N., Ranjbaran, M., & Alimoradi, Z. (2023). Predictors of sexual assertiveness in a sample of Iranian married women of reproductive age. *Sexual and Relationship Therapy*, 38(1), 74-86.