

مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی

چکیده

در چارچوب اندیشه اسلامی، خودمهارگری جنسی نه تنها یک فضیلت اخلاقی، بلکه ضرورتی برای رشد معنوی و سلامت فردی و اجتماعی محسوب می‌شود. این پژوهش با بهره‌گیری از دیدگاه خبرگان دینی و متخصصان علوم رفتاری، به تبیین فرآیندی می‌پردازد که ابعاد شناختی را در قالب مدلی منسجم و مبتنی بر آموزه‌های وحیانی ترسیم می‌کند. این پژوهش از حیث هدف، در زمره تحقیقات بنیادی است و از حیث روش، به شیوه آمیخته و در دو بخش کمی و کیفی انجام شد. جامعه آماری این پژوهش در بخش کیفی ۱۱ نفر از خبرگان دانشگاهی و حوزوی روانشناسی و علوم دینی بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری گلوله برفی و نقطه اشباع نظری ۱۱ نفر انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری بخش کیفی اطلاعات مصاحبه نیمه ساختار یافته برگرفته از مبانی نظری است. شیوه تجزیه و تحلیل بخش کیفی با استفاده از روش تحلیل مضمون است. بخش کمی برای اعتبارسنجی مدل کیفی اجرا شد. در بخش کمی پژوهش با استفاده از ابزار پرسش‌نامه محقق ساخته برگرفته از الگوی کیفی پژوهش بعد از تایید روایی و پایایی به اعتبارسنجی مدل پرداخته شد. جامعه آماری بخش کمی تمام دانشجویان دانشگاه آزاد واحد بین‌الملل بود، تعداد نمونه آماری براساس نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای ۲۱۳ نفر برآورد گردید. طبق یافته‌های بخش کیفی، پیشایندهای مدل شامل «ضعف در مدیریت روابط اعضای خانواده، عدم حاکمیت ارزش‌های دینی در خانواده، تضعیف فرهنگ عفاف، تضعیف فرهنگ تشکیل خانواده و ترویج خانه‌های مجردی و ازدواج‌های سفید و ضعف ایمان و دینداری (عدم پایبندی مذهبی و ضعف معنویت)» است. راهبردهای مدل شامل «دوری از محرک‌های ناهنجار، تقویت ایمان، تسهیل و تسریع در امر ازدواج، توانمندسازی و مهارت‌افزایی، تربیت جنسی از منظر قرآن کریم و حدیث، داشتن عفت و حیا و تقوا و خودنظارتی» است. عوامل زمینه‌ای شامل «اعتیاد، فقر، بیکاری و زیاده‌خواهی مالی، بالارفتن سن ازدواج، حجاب و پوشش و هیجان‌خواهی شدید» است. پیامدهای مدل شامل «افزایش خود‌هدایتی، احساس ارزشمندی، کاهش انحرافات جنسی، کاهش رفتارهای جنسی پرخطر، رسیدن به آرامش مطلوب، سلامت و امنیت فرد در اجتماع و افزایش خودنظارتی» است. طبق یافته‌های بخش کمی، مسیرها و روابط علی بین سازه‌های بیرونی و داخلی در مدل ساختاری با روش تحلیل عاملی تاییدی مورد تایید قرار گرفت.

واژگان کلیدی: خودمهارگری جنسی، آموزه عفت، اندیشه اسلامی، تربیت جنسی اسلامی، رویکرد آمیخته

۱. مقدمه

بخشی از زندگی انسان، با میل و رفتار جنسی ارتباط دارد. حکمت الهی به گونه‌ای نقش زندگی انسان را قلم زده است که نسلش تا زمانی که خدا می‌خواهد قطع نشود. از این رو، برای تضمین و تأمین این غرض ساختمان بدن بشر را مجهز به دستگاه تولید مثل کرده و نیرویی به نام میل جنسی در زن و مرد قرار داده است تا هر یک به طرف دیگر متمایل و مجذوب شوند و با ارتباط زناشویی صاحب فرزند گردند (کجیاف، ۱۳۹۴: ۶۹). از این رو، میل جنسی کارکرد لذت‌آوری دارد و البته در معرض آسیب است. برای آنکه به آسیب و آفت دچار نشود عقل را بر آن حاکم کرده است. مجهز بودن به دستگاه تولید مثل، آدمی را به ازدواج کردن دعوت می‌کند (عباسی، ۱۳۹۶: ۴۴). از سوی دیگر، عقل، انسان را به پرهیز از انحراف جنسی فرا می‌خواند؛ انحرافی که ویرانگر اساس خانواده و قطع‌کننده نسل است. اما همان‌گونه که همیشه و دائماً شهوت و میل جنسی ابزار تولید مثل قرار نمی‌گیرد، عقل نیز در همه انسان‌ها و در همه دوره‌های زندگی بر عملکرد غریزه جنسی حاکم نیست، و گرنه انحراف جنسی و فساد اخلاقی دیده نمی‌شد و درباره این مسائل نیز احساس نگرانی وجود نداشت (فیاض صابری و همکاران، ۱۳۹۸: ۶۷).

آسیب‌های جنسی به دوره خاصی از رشد و تحول یا موقعیت خاصی در زندگی انسان محدود نمی‌شود. زیرا هم دستگاه جنسی در مسیر رشد خویش در دوره‌های مختلف سنی فعالیت دارد و هم کسانی هستند که ممکن است در موقعیت‌های مختلف از دیگران سوء استفاده جنسی کنند (هیمنان و گاست^۱، ۲۰۲۴: ۱۰). بر این اساس، رفتارهای جنسی نابهنجار و آسیب‌های آن گونه‌های متنوعی پیدا می‌کند؛ از جمله: تجاوز به عنف^۲، سوء استفاده جنسی از کودکان^۳، سوء استفاده جنسی از نیروهای کار (پلاتیو^۴ و همکاران، ۲۰۲۲: ۷۹)، گرایش جنسی به همجنس^۵، ارتباط جنسی خارج از چارچوب ازدواج^۶ (فیتوچی^۷ و همکاران، ۲۰۲۲: ۹)، زنا با محارم^۸، زنا با محصنه^۹، روسپی‌گری^{۱۰}، تجاوزهای جنسی در پارتی‌ها^{۱۱}، اغفال جنسی^{۱۲}، خودارضایی^{۱۳} (قیاسی و همکاران، ۱۴۰۳: ۱۲) و غیره، که پیامدهای فردی، خانوادگی و اجتماعی متعددی را موجب می‌شوند.

^۱ Himanen, M., & Gunst

^۲ Rape

^۳ Sexual abuse of children

^۴ Platteau

^۵ homosexuality

^۶ Sexual intercourse outside of marriage

^۷ Fitouchi

^۸ fornication

^۹ adultery

^{۱۰} prostitution

^{۱۱} Sexual assaults at parties

^{۱۲} sexual indiscretions

^{۱۳} masturbation

خطر تجربه رفتارهای جنسی برای کودکان و نوجوانان، چه در تجاوزهای جنسی و چه در رفتارهای خودخواسته، سلامت جسمی و روانی آنها را به شدت تهدید می‌کند (مردانی و همکاران، ۱۳۹۸: ۶۷۰).

مانند هر موضوع حیاتی و مهم، کنترل رفتارهای پرخطر جنسی محملی برای رویکردها و دیدگاه‌های متفاوت است. ورود اندیشمندان غربی به این حوزه مهم، با بحث و جدل‌های متعددی در عرصه‌های سیاست، فرهنگ و آموزش و پرورش همراه بوده است (کلی^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۲: ۱۲). مثلاً کسانی هستند که از «آموزش جامع مسائل جنسی» حمایت می‌کنند؛ شامل برنامه‌هایی که رویکرد کاهش آسیب دارد و ضمن ارتقای خویشتنداری جنسی آموزش‌هایی درباره تقویت دانش، مهارت و نگرش افراد برای کاهش آسیب‌های رفتارهای جنسی دارد (دلیسی^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۲: ۱۶). در سوی دیگر، کسانی هستند که راهبرد ((فقط خویشتنداری جنسی)) را انتخاب کرده‌اند و بر توانمندسازی افراد در خویشتنداری در برابر رفتارهای جنسی نابهنجار و خارج از چارچوب ازدواج تأکید دارند (پاور و کاکینن^{۱۶}، ۲۰۲۲: ۱۴۱). البته کسانی هم هستند که از راهبردهای چندگانه حمایت می‌کنند (علیزاده فرد و همکاران، ۱۴۰۰: ۱۰).

نهادهای دینی نیز از ظرفیت مهارگری التزام دینی برای کنترل رفتارهای جنسی پرخطر استفاده کرده‌اند. تحقیقات نشان داده است عقاید و دل‌مشغولی‌های مذهبی بیشتر، در حد وسیعی با کاهش فعالیت جنسی خارج از چارچوب ازدواج ارتباط دارد. مجموعه‌ای از تحقیقات نیز نشان می‌دهد که معیارهای مختلف دین‌داری با کاهش فعالیت جنسی پیش از ازدواج در ارتباط است (خنافره و صفرزاده، ۱۳۹۸: ۳۰).

با ورود نهادهای دینی به این عرصه، مسائل جدیدی به میان آمد. طبق نظر برخی محققان، نهادهای مذهبی مسیحیت کوشیده‌اند فقط رفتار جنسی را مهار کنند، در عین حال، این کوشش‌ها رنج و بدبختی بسیاری را به دلیل افراط‌گری به بار آورده است. عقاید و اعمال جنسی ممکن است بر التزام دینی تأثیر بگذارد؛ چرا که احتمالاً داشتن نگرش‌های سهل‌انگارانه‌تر درباره رفتارهای جنسی باعث می‌شود افراد کمتر در رفتارهای دینی شرکت کنند. بر اساس تحقیقات انجام‌شده دین‌داری نتوانسته است دانش‌آموزان را از مبادرت به رفتارهای جنسی باز دارد. شاید چون بچه‌ها فهم کمتری از عقاید و احکام دینی درباره رفتارهای جنسی دارند (زارع نژاد و همکاران، ۱۳۹۸). اما رویکرد برآمده از منابع اسلامی در موضوع مدیریت رفتارهای جنسی، رویکردی است جامع، و شامل دو راهبرد: ازدواج و خویشتنداری جنسی (شریفیان و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۷۳).

^{۱۴} Kelley

^{۱۵} DeLisi

^{۱۶} Powers, R. A., & Kaukinen

از اینرو مفهوم خودمهارگری مطرح می‌گردد. "خودمهارگری"، مفهومی است که روان‌شناسان درباره کنترل درونی رفتار، عواطف و هیجانات به کار برده‌اند. یکی از مهم‌ترین اهداف خودمهارگری جنسی عبارت است از تبیین ضرورت عفاف برای انسان، دستیابی به چارچوب نظری عفت‌ورزی و خویشنداری جنسی، و سرانجام، ارائه الگوی اسلامی تنظیم رفتار جنسی (کریمی و همکاران، ۱۳۹۶: ۴۲). در آموزه‌های دین اسلام تأکید ویژه‌ای بر مسئله مهار خویشتن در عرصه‌های مختلف فردی و اجتماعی شده است (رفیعی هنر و آیین چ، ۱۳۹۴). عفت در منابع اسلامی فقط بعنوان بازداری جنسی نیست بلکه معنای گسترده دارد، مثلاً عفت کلام، عفت مال و... که به کرات تکرار شده است. شناخت و آگاهی از فواید عفاف و مضرات بی‌عفتی یکی از زمینه‌های رشد عفاف می‌باشد. حضرت علی(ع) فرمود: «مَنْ عَرَفَ كَفَّ» (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۳، ح ۱۶۳۵). هر که آگاه باشد، از انجام گناه باز ایستد.

عفت دو مفهوم دارد؛ یک مفهوم عام که عبارت است از خویشتن‌داری در برابر هرگونه تمایل افراطی نفسانی و مفهوم خاص آن، خودداری از تمایلات افراطی جنسی است. در روایات و کتاب‌های تفسیری، منظور از عفت، خویشتن‌داری در عملکرد، خوردن و امور جنسی است که برترین عبادات شمرده و بر آن بسیار تأکید شده است، چنان‌که امام باقر علیه السلام فرمود: «مَا عَبْدَ اللَّهُ بِشَيْءٍ أَفْضَلَ مِنْ عِفَّةِ بَطْنٍ وَ قَرْجٍ؛ هیچ عبادتی در پیشگاه خداوند، برتر از عفت در برابر شکم و مسائل جنسی نیست.» در روایت دیگری از ایشان آمده است: «عفت شکم و پاک‌دامنی، بهترین عبادت است» (راغب اصفهانی، ۱۳۸۲، ج ۳، ح ۷۴۷).

در حوزه خودمهارگری جنسی، مدل‌های نظری متعددی در ادبیات پژوهش مطرح شده‌اند که هر کدام دارای نقایص قابل توجهی بوده‌اند. مدل‌های نظری مانند ژنگ و لیو^{۱۷} که این مقاله نقش خود ابژه‌سازی^{۱۸} و خودکنترلی را به عنوان متغیرهای میانجی مورد مطالعه قرار داده است. این پژوهش تجربه آزار جنسی را از طریق افزایش خود ابژه‌سازی و کاهش خودکنترلی، به بروز اختلالات جسمانی ارتباط داده است (ژنگ و لیو، ۲۰۲۵: ۱۲). مدل خودمهارگری باومایستر و ایکسلاین^{۱۹}، صرفاً بر تقویت اراده و منابع روانی فردی تأکید دارند و نقش مؤلفه‌های فرهنگی و دینی و زمینه اجتماعی، از جمله آموزه‌های اسلامی و ساختار خانواده را نادیده می‌گیرند (باومایستر و ایکسلاین، ۱۹۹۹: ۱۵). همچنین مدل کنترل اجتماعی لاو^{۲۰} صرفاً به پیوند با نهادهای اجتماعی همچون خانواده و مدرسه پرداخته و عوامل درونی نظیر ایمان، معنویت و ارزش‌های دینی را در خودمهارگری لحاظ نکرده است (لاو، ۲۰۰۶: ۲۵). مدل تنظیم هیجانی کوئین نیلاس و همکاران^{۲۱} نیز عمدتاً مدیریت تکانه و هیجان را راهبرد اصلی کنترل رفتار جنسی می‌داند، بی‌آن‌که مفاهیمی چون عفاف اسلامی را مورد توجه قرار دهد (کوئین نیلاس، ۲۰۱۳: ۱۵).

^{۱۷} Zheng, P., & Lyu

^{۱۸} Self-objectification

^{۱۹} Baumeister & Exline

^{۲۰} Love

^{۲۱} Quinn-Nilas

از سوی دیگر، مدل‌های داخلی مانند مدل عباسی (۱۳۹۶) علی‌رغم ارائه رویکرد اسلامی و تأکید بر نقش دین، بیشتر به صورت توصیفی و کیفی باقی مانده‌اند و کمتر به اعتبارسنجی کمی، مدل‌سازی ساختاری و آزمون تجربی پرداخته‌اند (عباسی، ۱۳۹۶: ۶۶). در اکثر پژوهش‌های داخلی نیز تنها ابعاد محدودی مانند خانواده یا آموزش دینی مورد توجه قرار گرفته و ارتباط علی در قالب مدل، میان پیشایندها، عوامل زمینه‌ای، راهبردها و پیامدها به شکل ساختاری و جامع سنجیده نشده است (نوعلیزاده و میانجی، ۱۳۸۹: ۱۰؛ برزگر خضری و همکاران، ۱۳۹۶: ۷۱). پژوهش حاضر با رفع این نواقص، از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی، برای نخستین بار اقدام به طراحی و آزمون مدل ساختاری خودمهارگری جنسی نموده و با استفاده از روش تحقیق تحلیل عاملی تأییدی، مدل نهایی را اعتبارسنجی کرده است تا ابزاری عینی برای سیاست‌گذاری و مداخلات آموزشی و فرهنگی ارائه کند.

از اینرو مساله اساسی پژوهش حاضر تدوین مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی (یک رویکرد آمیخته) است.

۲. چهارچوب نظری و ادبیات تحقیق

تعریف مفهومی خودمهارگری

انسانها در تمایلات و تکانه‌های زیادی با دیگر حیوانات مشترک‌اند؛ اما نوعی توانایی را در خود رشد داده‌اند که بتوانند آن تمایلات را برای انجام اخلاقی اعمال مهار نمایند. این توانایی خود مهارگری نام دارد در یک نگاه خودمهارگری یک توانایی روان شناختی جهت رساندن رفتار انسان به مرز قواعد و معیارهای معنادار است (رفیعی هنر و همکاران، ۱۳۹۳: ۶۱). حس تسلط بر نفس خود به جای برده هوس بودن از زمان سقراط به عنوان صفتی پسندیده مطرح بوده است. هدف از این تسلط دستیابی به تعادل است نه سرکوب احساسات زیرا هر احساسی در جای خود ارزش و اهمیت دارد. به نظر ارسطو، احساسی که متناسب با موقعیت است، مطلوب بوده و کنترل و یا ابراز افراطی آن سلامت روان را به مخاطره می‌اندازد. مسأله تعارض بین تکانه و مهار خویشتن در بسیاری از منابع تاریخی وجود داشته و در مباحث اولیه فیلسوفان، یونانی تحت عنوان هوای نفس در مقابل «عقل» یافت می‌شود (کرمی و کرمی، ۱۳۹۹: ۶۹). در دهه‌های اخیر پژوهش درباره خود مهارگری افزایش یافته است. پژوهشگران دریافته‌اند خود مهارگری، علاوه بر پیش بینی نتایج مهم زندگی، پیش بینی کننده‌ای معتبر برای رفتارهای مشکل ساز و آسیب شناسانه به شمار می‌رود به همین جهت خود مهارگری در علوم زیادی مانند اقتصاد، سیاست و فلسفه و همچنین روانشناسی مورد توجه قرار گرفته است (لینگز و همکاران^{۲۲}، ۲۰۱۹: ۱۷).

^{۲۲} Lyngs et al.

تعریف مفهومی خودمهارگری جنسی

خودمهارگری جنسی به معنای توانایی فرد در کنترل و مدیریت تمایلات، افکار و رفتارهای جنسی در راستای ارزش‌ها و هنجارهای عقلی، اخلاقی و دینی است؛ به گونه‌ای که فرد بتواند در رویارویی با تحریکات و امیال جنسی، از رفتارهای نامتناسب یا مغایر با آموزه‌های دینی و اجتماعی پرهیز نماید و تصمیم‌گیری‌هایش مبتنی بر عقلانیت، باورهای اخلاقی و دستورات شرع باشد. این توانایی معمولاً در طول فرایند رشد فرد، تحت تأثیر خانواده، جامعه، آموزش‌های دینی و تربیتی، و عوامل فردی تکوین و تقویت می‌شود و تجلی اصلی آن، حفظ عفت و پاکدامنی در عرصه‌های گوناگون زندگی است (عباسی، ۱۳۹۶: ۶۹).

تعریف عملیاتی خودمهارگری

در این پژوهش، خودمهارگری به وسیله پرسش‌نامه محقق‌ساخته، که بر پایه تحلیل مضمون و استخراج کدها و مؤلفه‌ها از مصاحبه‌های کیفی با خبرگان تدوین شده است، سنجیده می‌شود. این پرسش‌نامه شامل گویه‌هایی مرتبط با کنترل افکار، احساسات و رفتار فرد در مواجهه با محرک‌ها و خواسته‌ها بوده و پاسخ‌دهی بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) صورت می‌گیرد. امتیاز کلی حاصل از مجموع پاسخ‌های فرد به این گویه‌ها، شاخص کمی سطح خودمهارگری وی در این مطالعه به شمار می‌آید.

تعریف عملیاتی خودمهارگری جنسی

در این پژوهش، خودمهارگری جنسی به طور عملیاتی بر اساس مؤلفه‌ها و شاخص‌های احصاء شده از مرحله کیفی (همچون دوری از محرک‌های ناهنجار، تقویت ایمان، پابندی به عفاف و حیا، مهارت خودنظارتی، تربیت جنسی اسلامی و...) و از طریق پرسش‌نامه محقق‌ساخته ویژه این مفهوم سنجیده می‌شود. این پرسش‌نامه دارای گویه‌هایی است که هر یک از ابعاد و فرایندهای خودمهارگری جنسی را ارزیابی می‌کند و پاسخ‌ها با طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای ثبت می‌شود. نمره به‌دست‌آمده از مجموع این گویه‌ها، میزان یا شاخص عملیاتی خودمهارگری جنسی هر شرکت‌کننده را نشان می‌دهد؛ نمره بالاتر بیانگر سطح بالاتر توان مدیریت و کنترل رفتار، افکار و امیال جنسی در چارچوب ارزش‌های دینی و اجتماعی مورد نظر پژوهش است.

پیشینه پژوهش

پژوهش‌های داخلی و خارجی در این حوزه انجام شده است که به برخی اشاره می‌گردد.

نورعلیزاده و رحیمی (۱۴۰۰) در مطالعه‌ای اذعان کردند که یافته‌ها حاکی از این سه راهبرد مدیریتی است: ۱) تعدیل و هدایت جنسی فرزندان (شامل شش برنامه: آگاهی‌یابی و آگاهی‌دهی، تقویت ایمان، دین‌داری و ارزش‌های اخلاقی، دمیدن روح ارجمندی و مناعت طبع، نهادینه‌سازی روحیهٔ بسندگی، سبک هوشمندانه و متعادل در مواجهه با مسائل جنسی فرزندان، تنظیم

میل جنسی با تنظیم‌گری زیستی؛ ۲) پرورش و درونی‌سازی عفت‌ورزی (شامل پنج مرحله: تربیت صبرمحور و شکیبایی در برابر تکانه‌ها، آموزش فنون رفتاری زمینه‌های مهار تحریک، تحمل‌افزایی و مبارزه با ناامیدی، تدوین و جایگزین‌سازی، درونی‌سازی و تثبیت)؛ ۳) پیشگیری از ایجاد زمینه‌های انحراف و اختلال جنسی (شامل هشت برنامه: ارزشمندسازی و انگیزه‌بخشی، ایجاد حالت بیدارباش و هشیاری، توانمندسازی و مهارت‌افزایی، بهینه‌سازی زیستی-وراثتی، فراهم‌سازی عوامل محافظت‌کننده، نظارت خانوادگی، حمایت عاطفی، مراقبت‌های خانوادگی و اجتماعی).

دماری و همکاران (۱۴۰۰) مطالعه‌ای با عنوان چالش‌های سلامت جنسی ایران و فرصت‌های بهبود آن از دیدگاه سیاست‌گزاران و صاحب‌نظران، انجام دادند. در این مطالعه پنج مضمون اصلی تابو بودن مسائل جنسی و کمبود آگاهی عموم؛ رفتارهای جنسی غیرمتعارف و آسیب‌های اجتماعی نوپدید؛ انگ و تبعیض؛ عدم تعهد سیاسی حاکمیت؛ فقدان شاخص‌های آماری و عدم بهره‌برداری از ظرفیت‌های موجود به عنوان چالش‌های سلامت جنسی کشور پدیدار شده و فرصت‌ها و راهکارهای رسیدگی به آن‌ها شامل جلب حمایت سیاسی حاکمیت؛ اتخاذ سیاست‌ها و بازنگری قوانین مرتبط متناسب با تغییرات اجتماعی؛ جمع‌آوری شاخص‌ها و طراحی مداخلات با بهره‌برداری از منابع انسانی و ظرفیت‌های موجود؛ آموزش و توانمندسازی عموم با تمرکز ویژه بر نوجوانان و جوانان؛ ترویج اخلاق حرفه‌ای و عدالت جنسیتی شناسایی شد.

ادیب رهنما و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهشی اذعان کردند که بدرفتاری دوران کودکی، پیش‌بینی‌کننده خودمهارگری پایین دوران نوجوانی است. بدرفتاری دوران کودکی، پیش‌بینی‌کننده شفقت بر خود پایین دوران نوجوانی است. نقش تعدیل‌کننده شفقت بر خود در رابطه بدرفتاری دوران کودکی با شفقت بر خود تأیید شد؛ اما نقش تعدیل‌کننده جنسیت در رابطه بدرفتاری دوران کودکی با شفقت بر خود تأیید نشد؛ بنابراین، با کاهش شیوع بدرفتاری با کودکان، شفقت بر خود و خودمهارگری دوران نوجوانی ارتقا می‌یابد. همچنین، پرورش صفت شفقت بر خود در کودکان دختر و پسر دارای تجربه بدرفتاری، مانع از کاهش سطوح خودمهارگری آنان در نوجوانی می‌شود.

مهدوی اصل و قربانی (۱۴۰۲) در پژوهشی اذعان کردند که پژوهش حاضر با هدف تحلیل سازوکار خودمهارگری در سازگاری زوجین بر اساس منابع اسلامی انجام شد. در این پژوهش، حیطه شناختی خودمهارگری شامل مولفه‌های «ایمان به جهان آخرت»، «خودنظارت‌گری» و «عبرت از تجربه‌های گذشته» بوده و حیطه عاطفی شامل مولفه‌های «ترس از نافرمانی خدا»، «امید به پاداش اخروی» و «توجه به خدا و نظارت او بر اعمال فرد حضور»، «محبت به خدا» و «کرامت نفس» بوده است و حیطه رفتاری خودمهارگری نیز شامل مولفه‌های «مهارت کنترل رفتارهای کلامی در خانواده»، «پرهیز از ارضاء ناصحیح نیازهای جنسی» و «پرهیز از نگاه حرام» می‌باشد.

هورانیه و همکاران^{۲۳} (۲۰۲۰)، مطالعه‌ای با عنوان رویکردهای پرهیز در مقابل کاهش آسیب به آموزش بهداشت جنسی در عربستان سعودی، انجام دادند. این مطالعه نظرات شهروندان عربستانی را در مورد نیاز به آموزش جنسی نوجوانان و الگوی مناسب برای اتخاذ در عربستان سعودی جلب کرد. مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته در ریاض، عربستان سعودی، با ۲۸ ذینفع انجام شد. با سیاست گذاران؛ ارائه دهندگان خدمات اجتماعی و بهداشتی؛ معلمان و کارکنان مدرسه؛ و علمای دین مصاحبه‌ها ضبط و کلمه به کلمه رونویسی شد. تحلیل موضوعی برای شناسایی مضامین نوظهور انجام شد. نتایج مطالعه نیاز به ارائه آموزش جنسی را اذعان کرد.

رسول^{۲۴} و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی با عنوان تربیت جنسی از دیدگاه اسلام اذعان کردند که ما در فرهنگی بیش از حد جنسی زندگی می‌کنیم که در آن رابطه جنسی و جنسی بخشی از مالکیت عمومی شده است. این انقلاب جنسی هنجارها و مرزهای یهودی - مسیحی و اسلامی را به چالش می‌کشد. به این ترتیب، آموزش جنسی موضوعی حساس و بسیار مهم است و اجرای فعلی آن در مدارس نگرانی‌های عمومی را برانگیخته است. این مطالعه به بررسی موضوع می‌پردازد و آن را در قالب ماتریس اعتقادات و اعمال اسلامی قرار می‌دهد. اسلام تمایلات جنسی و تربیت جنسی را به یک شبکه اخلاقی با حقوق و تکالیف، عدالت و انصاف پیوند می‌دهد. یک گفتمان و کلیشه غالب در مورد "جنسیت اسلامی" وجود دارد که جنسیت و تمایلات جنسی را به عنوان بزرگترین تابو، مملو از ترس و به ندرت مورد بحث قرار می‌دهد. این مطالعه این گونه افسانه‌ها و باورهای غلط را از بین می‌برد و مروری بر آموزش جنسی در دنیای مدرن و نیاز به چنین آموزش‌هایی ارائه می‌دهد.

واناریت^{۲۵} (۲۰۲۲) در پژوهشی با عنوان «خودمهارگری جنسی به عنوان یک رفتار ارتقا دهنده سلامت باروری برای زنان: یک دیدگاه» اذعان کردند که این پژوهش قصد دارد زمینه مناسبی را برای پذیرش پرهیز جنسی از دیدگاه رفتاری ارتقا دهنده سلامت فراهم کند که می‌تواند برای زنان در سنین باروری در سراسر جهان برای بهبود سلامت باروری، حفظ رفاه و جلوگیری از مشکلات سلامتی در زنان اعمال شود. موضوعات مربوط به وضعیت سلامت زنان، تعاریف پرهیز جنسی، مزایا، و کاربرد، و همچنین استقلال جنسی و کارآیی، از جمله همکاری خانواده، مورد بحث قرار گرفته است. این مقاله به ارائه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی، به ویژه پرستاران و ماماها، ایده‌های جدیدی برای خودمهارگری جنسی در شغل پرستاری و مامایی ارائه می‌دهد.

۳. روش تحقیق

این پژوهش از حیث هدف، در زمره تحقیقات بنیادی است که در دو مرحله کیفی و کمی به اجرا درآمده است. در بخش کیفی، ابتدا به شناسایی و تبیین مدل مفهومی خودمهارگری جنسی پرداخته شد. جامعه آماری این بخش شامل ۱۱ نفر از

^{۲۳} Horanieh et al.

^{۲۴} Rassool

^{۲۵} Wannarit

صاحب‌نظران دانشگاهی در علوم دینی و روان‌شناسی و خبرگان حوزوی بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری گلوله‌برفی تا رسیدن به نقطه اشباع نظری انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته‌ای بود که با محوریت سؤالات باز و مبتنی بر مبانی نظری طراحی شد. داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها پس از پیاده‌سازی به کمک روش تحلیل مضمون^{۲۶} و با استفاده از نرم‌افزار Atlas.ti و طی مراحل کدگذاری شد و منتج به استخراج مقولات و کدهای نظری گردید.

بخش کمی با هدف اعتبارسنجی ساختار مدل کیفی انجام شد. به این منظور یک پرسش‌نامه محقق‌ساخته تدوین شد که گویه‌های آن مبتنی بر ابعاد و مؤلفه‌های به‌دست آمده از مدل کیفی مرحله قبل بود. جامعه آماری در این مرحله، کلیه دانشجویان واحد بین‌الملل (در مقاطع مختلف تحصیلی) بودند که با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای، ۲۱۳ نفر انتخاب شدند. پرسش‌نامه شامل دو بخش بود: بخش اول، داده‌های جمعیت‌شناختی مانند جنسیت، سن، مدرک و رشته تحصیلی را پوشش می‌داد و بخش دوم، به سؤالات اصلی پژوهش با طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) اختصاص داشت. به منظور بررسی پایایی، پرسش‌نامه اولیه روی یک نمونه مقدماتی ۲۰ نفره اجرا و ضریب آلفای کرونباخ برای کل ابزار معادل ۰,۸۳ و نیز برای هر بعد بالاتر از ۰,۷، به‌دست آمد که نشان‌دهنده اعتبار و اعتماد مناسب ابزار پژوهش بود. روایی پرسشنامه با استفاده از نظرسنجی اساتید و به صورت روایی صورتی تأیید شد. در مرحله بعد، تحلیل داده‌های کمی با بهره‌گیری از نرم‌افزارهای SPSS و SMART PLS و روش تحلیل عاملی تأییدی (CFA) و مدلیابی معادلات ساختاری صورت پذیرفت، که برازش مطلوب مدل و معناداری ضرایب مسیرها را نشان داد.

جدول ۱. ضریب آلفای کرونباخ برای متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	آلفای کرونباخ
کل سؤالات	۰,۸۳
پیشایندها	۰,۸۶
عوامل زمینه‌ای	۰,۷۷
عوامل راهبردی	۰,۸۹
پیامدها	۰,۷۴

^{۲۶} Thematic Analysis

۴. یافته ها

• یافته های بخش کیفی

ابتدا به بررسی آمار توصیفی خبرگان شرکت کننده در پژوهش حاضر پرداخته می شود.

جدول ۱. ویژگی های جمعیت شناختی مصاحبه شوندگان

خبرگان و اساتید							
تحصیلات		سابقه کار			جنسیت		تعداد مصاحبه شوندگان
دکتری و بالاتر	کارشناسی ارشد	بالای ۲۰	۱۱-۲۰	۱۰-۵	مرد	زن	۱۱
۱۰	۱	۳	۷	۱	۸	۳	
استان تهران							مکان مصاحبه

در این قسمت، مصاحبه شوندگان را، بر اساس سطح تحصیلات، سابقه کار و جنسیت طبقه بندی شده اند و فراوانی مربوط به هر دسته به همراه درصد آن نمایش داده می شود. بر اساس اطلاعات جدول ۱، مصاحبه شوندگان مرد ۷۳٪ است و کمترین زنان با حجم ۲۷٪ است. همچنین به تفکیک سابقه کار افراد ۱۰-۵ سال ۹٪ و ۱۱-۲۰ سال ۶۴٪ و ۲۰ سال به بالا ۲۷٪ را به خود اختصاص داده اند و بر اساس تحصیلات ۹۱٪ دکتري، ۹٪ کارشناسی ارشد را تشکیل می دهند.

کدهای نظری اولیه برای کشف مضامین

در این مرحله از پژوهش، مفاهیم و نکات کلیدی به دست آمده در مورد الگوی متأثر از مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی، از داخل فرآیند مصاحبه فهرست شد. بدین منظور عبارات، مفاهیم و گویه های مستخرج شده از مصاحبه ها با تحلیل های دقیق، یکسان سازی (انتخاب واژگان صحیح تر، 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 به‌دست 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 به‌طور مستقیم از رونوشت مصاحبه ایجاد شد. براساس کدهای نظری و مضامینی که در این گام حاصل شد مفاهیم اولیه شکل گرفت و ۱۵۹ کد به‌دست آمد که تمامی این کدهای، کدهای صحیحی نخواهند بود.

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 به‌دست 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 مضامین در ۴ مقوله اصلی دسته‌بندی شد که عبارتند از:

- **مقوله اول: پیشایندها در مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی؛** این بخش شامل ۳۲ مضمون سازمان‌دهنده است.
- **مقوله دوم: عوامل راهبردی در مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی؛** این بخش شامل ۵۷ مضمون سازمان‌دهنده است.
- **مقوله سوم: عوامل زمینه‌ای در مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی؛** در این مقوله ۲۶ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی شد.
- **مقوله چهارم: پیامدهای مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی؛** در این مقوله ۴۳ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی شد.

شبکه مضامین داده‌ها

در این بخش نحوه تحلیل داده‌ها و استخراج مضامین پایه، سازمان‌دهنده و فراگیر از داده‌های خام حاصل از مصاحبه‌ها نمایش داده شده در جدول ۲، پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، نقل قول‌هایی که به صورت آشکار یا ضمنی به سؤالات پژوهش، انتخاب شدند و سپس مضامین پایه، سازمان‌دهنده و فراگیر از آنها استخراج شدند. شکل شبکه مضامین مشتمل بر ۲۳ مضمون سازمان‌دهنده است که در قالب چهار مضمون فراگیر اصلی که از ابتدا مشخص بوده‌اند، مرتب گردیده‌اند.

جدول ۲. مقوله‌های نهایی مدل کیفی

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه
پیشایندها در مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	ضعف در مدیریت روابط اعضای خانواده
	عدم حاکمیت ارزش های دینی در خانواده
	تضعیف فرهنگ عفاف
	تضعیف فرهنگ تشکیل خانواده و ترویج خانه های مجردی و ازدواج های سفید
	ضعف ایمان و دینداری (عدم پابندی مذهبی و ضعف معنویت)
عوامل راهبردی در مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	دوری از محرک های ناهنجار
	تقویت ایمان
	تسهیل و تسریع در امر ازدواج
	توانمندسازی و مهارت افزایی
	تربیت جنسی از منظر قرآن کریم و حدیث
	داشتن عفت و حیا و تقوا
	خودنظارتی که معادل مراقبه در اسلام است
	اعتیاد، فقر، بیکاری و زیاده خواهی مالی
عوامل زمینه ای در مدل خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	بالارفتن سن ازدواج
	حجاب و پوشش
	هیجان خواهی شدید
	احساس ارزشمندی
پیامدهای مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه	کاهش انحرافات جنسی

کاهش رفتارهای جنسی پر خطر	
کاهش رفتارهای جنسی بدون مسئولیت	
رسیدن به آرامش مطلوب	
سلامت و امنیت فرد در اجتماع	
افزایش خود نظارتی	

۱. پیشایندها در مدل خودمهارگری جنسی

پیشایندها^{۲۷} در این مدل، به عوامل و شرایطی اطلاق می‌شود که قبل از ظهور یا تقویت مهارت خودمهارگری جنسی نقش زیربنایی و زمینه‌ساز دارند؛ یعنی آن دسته از متغیرهای فردی، خانوادگی و فرهنگی که زمینه ضعف یا قدرت کنترل رفتار جنسی را در افراد به وجود می‌آورند.

کدهای مرتبط:

کدهایی مانند ضعف در مدیریت روابط اعضای خانواده، عدم حاکمیت ارزش‌های دینی در خانواده، تضعیف فرهنگ عفاف، تضعیف فرهنگ تشکیل خانواده و ترویج خانه‌های مجردی و ازدواج‌های سفید، و ضعف ایمان و دینداری (عدم پابندی مذهبی و ضعف معنویت) دقیقاً به شناسایی بسترها و ریشه‌های ضعف یا قوت مهارگری جنسی می‌پردازند و مرحله خاستگاه شکل‌گیری مشکل یا ظرفیت خودمهارگری را پوشش می‌دهند.

۲. عوامل راهبردی

عوامل راهبردی^{۲۸} به شیوه‌ها، مهارت‌ها و مداخلاتی گفته می‌شود که می‌توانند مستقیماً خودمهارگری جنسی را تقویت کنند یا موجب مدیریت صحیح میل جنسی در چارچوب آموزه‌های عفت شوند.

کدهای مرتبط:

کدهایی مانند دوری از محرک‌های ناهنجار، تقویت ایمان، تسهیل و تسریع ازدواج، توانمندسازی و مهارت‌افزایی، تربیت جنسی از منظر قرآن و حدیث، داشتن عفت و حیا و تقوا، و خودنظارتی (مراقبه) در اسلام، دقیقاً راهبردهای مؤثر و اجرایی

^{۲۷} Antecedents

^{۲۸} Strategic Factors

پیشنهادی از دید اسلام برای پیشگیری از رفتارهای پرخطر جنسی و تقویت کنترل فردی را منعکس می کنند، یعنی نحوه مواجهه و مسیر عمل در مقابل تهدیدها.

۳. عوامل زمینه‌ای

عوامل زمینه‌ای^{۲۹} به متغیرهای محیطی و اجتماعی اشاره دارند که می توانند زمینه و بستر بروز یا شدت گرفتن مشکلات مربوط به مهارگری جنسی را فراهم کنند، اما الزاماً علت مستقیم نیستند؛ نقش واسطه‌ای یا تشدیدکننده دارند.

کدهای مرتبط:

کدهایی همچون اعتیاد، فقر، بیکاری و زیاده‌خواهی مالی، بالا رفتن سن ازدواج، حجاب و پوشش، و هیجان‌خواهی شدید، به خوبی شرایط اجتماعی و محیطی مؤثر بر مهار یا عدم مهار رفتار جنسی را در بستر زندگی ایرانی - اسلامی نمایان می کند.

۴. پیامدها

پیامدها^{۳۰} در مدل، نتایج مثبت یا منفی مهار یا عدم مهارگری جنسی هستند. این دسته به آن چیزی اشاره دارد که فرد یا جامعه، بعد از تحقق یا عدم تحقق کنترل جنسی تجربه می کند.

کدهای مرتبط:

کدهایی مانند احساس ارزشمندی، کاهش انحرافات جنسی، کاهش رفتارهای جنسی پرخطر و بدون مسئولیت، رسیدن به آرامش مطلوب، سلامت و امنیت فرد در جامعه، و افزایش خودنظارتی، کاملاً پیامدهای تحقق یک مدل موفق عفت‌محور و مهارگری را پوشش می دهد.

• یافته های بخش کمی

در این بخش برای اعتبارسنجی بخش کیفی، با استفاده از اطلاعات گرد آوری شده از طریق پرسشنامه ای که بر اساس شاخص های شناسایی شده طراحی شد و در بین نمونه آماری از جامعه مورد مطالعه توزیع گردید، شاخص های مربوط به مؤلفه ها از لحاظ کمی مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند که نتایج در ادامه آمده است.

تعداد شرکت کنندگان در بخش کمی ۲۱۳ نفر بودند که ۷۷ درصد از پاسخ دهندگان را مردان و ۲۳ درصد را زنان تشکیل می دهند. در این میان، ۲۸ درصد از پاسخ دهندگان دارای سن ۲۰ تا ۳۰ سال، ۵۱ درصد دارای سن ۳۱ تا ۳۵ سال و ۲۱ درصد دارای سن بالای ۳۵ سال هستند. بیشترین حجم نمونه را افراد ۴۱-۵۰ سال و کمترین حجم نمونه را افراد ۵۱ سال به بالا تشکیل

^{۲۹} Contextual Factors

^{۳۰} Outcomes

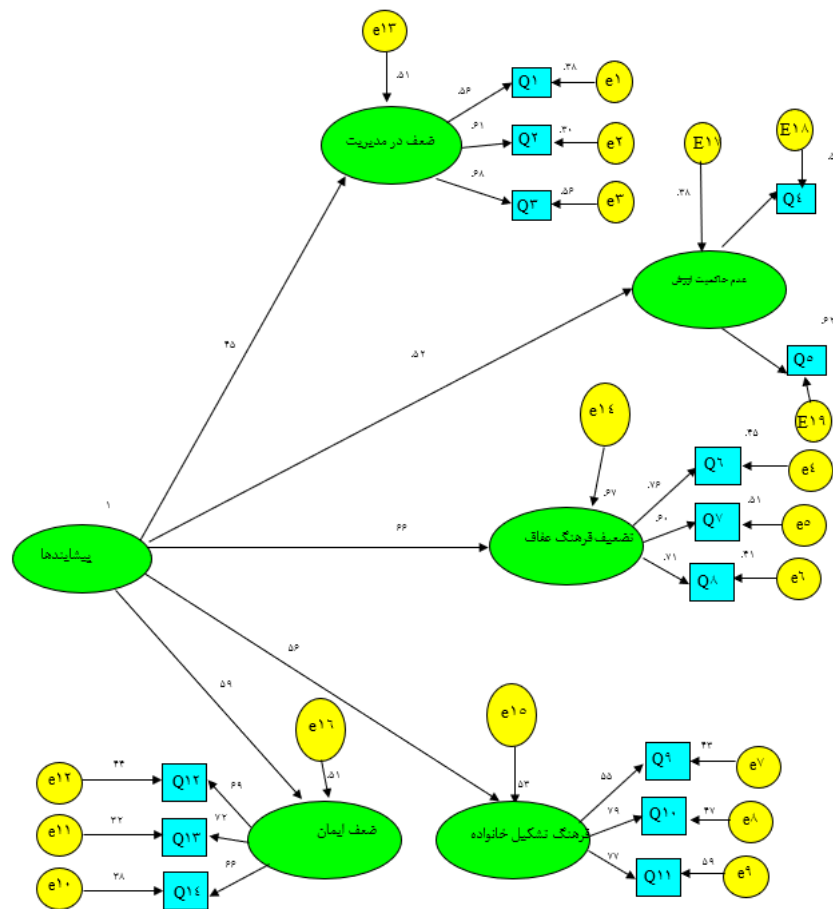
می دهند. همچنین، ۶ درصد از پاسخ دهندگان دارای تحصیلات کارشناسی، ۳۳ درصد دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و ۶۱ درصد دارای تحصیلات دکتری می باشند. بیشترین حجم نمونه دارای تحصیلات دکتری و کمترین حجم نمونه دارای تحصیلات کارشناسی هستند.

- تحلیل عاملی تأییدی داده‌ها

ابتدا برای ورود به معادلات ساختاری باید ابزارهای پژوهش جهت تعیین اعتبار سازه مورد تحلیل تأییدی قرار گیرد. در این بخش پس از توضیح مختصری در مورد شاخص های برازش تحلیل عاملی تأییدی مربوط به هر یک از عاملهای عنوان شده در مدل مفهومی، مورد تجزیه و تحلیل قرار می گیرد. لازم به ذکر است جهت آزمون مدل پژوهش از شاخص های اصلاح جهت تدوین مدل های نهایی استفاده شد علاوه بر این سؤال های با بارهای عاملی پایین حذف شدند.

- تحلیل عاملی تأییدی مقوله پیشایندها

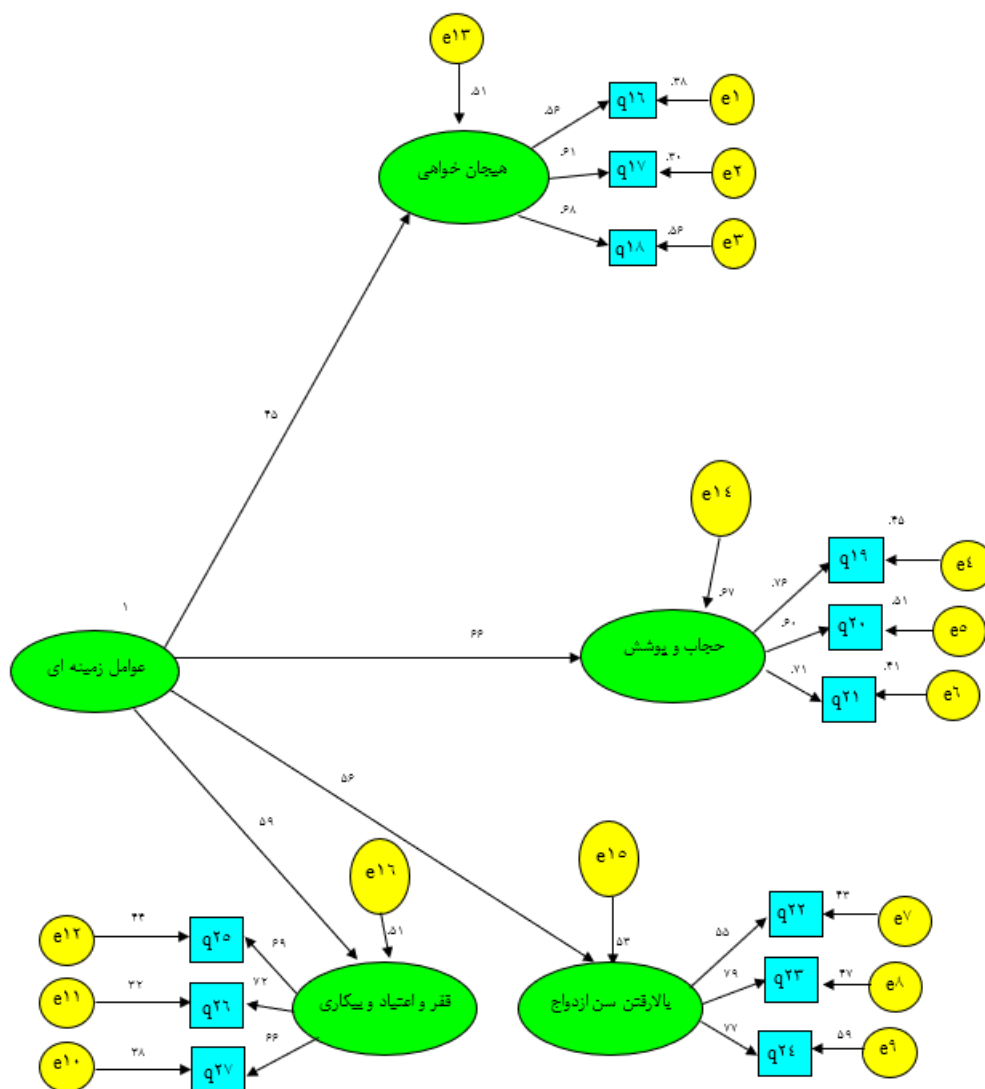
به منظور تعیین اعتبار متغیرهای مقوله پیشایندها از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. خروجی نرم افزار ایموس نشان میدهد تمام بارهای عاملی بالاتر از ۰/۶ هستند. با توجه به خروجی ایموس مقدار χ^2/df محاسبه شده ۲/۰۷ است، وجود χ^2/df کوچکتر از ۵ نشان دهنده برازش مناسب مدل می باشد همچنین جذر برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA) می بایستی کمتر از ۰/۰۸ باشد که در مدل ارائه شده این مقدار برابر ۰/۰۶۶ است. میزان شاخص های $AGFI$ ، GFI ، CFI و NFI نیز باید بیشتر از ۰/۹ باشد که در مدل تحت بررسی به ترتیب بالاتر از میزان تعیین شده است. بنابراین داده های این پژوهش با ساختار عاملی این مقیاس برازش مناسبی دارد و این بیانگر همسویی سؤالات با متغیرهای مقوله اول است.



نمودار ۱. تحلیل مسیر عوامل مقوله پیشایندها

- تحلیل عاملی تأییدی مقوله عوامل زمینه ای

به منظور تعیین اعتبار مقوله عوامل زمینه ای از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. تمام بارهای عاملی بالاتر از ۰/۶ هستند. مقدار χ^2/df محاسبه شده ۱/۸۰ است، وجود χ^2/df کوچکتر از ۵ نشان دهنده برازش مناسب مدل می باشد همچنین جذر برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA) می بایستی کمتر از ۰/۰۸ باشد که در مدل ارائه شده این مقدار برابر ۰/۰۵۷ است. میزان شاخص های $AGFI$ ، GFI ، CFI و NFI نیز باید بیشتر از ۰/۹ باشد که در مدل تحت بررسی به ترتیب بالاتر از میزان تعیین شده است. بنابراین داده های این پژوهش با ساختار عاملی این مقیاس برازش مناسبی دارد و این بیانگر همسویی سؤالات با متغیرهای مقوله دوم است.



نمودار ۲. تحلیل مسیر عوامل مقوله عوامل زمینه ای

- تحلیل عاملی تأییدی متغیرهای مقوله عوامل راهبردی

اعداد روی مسیرها بارهای عاملی هستند تمام بارهای عاملی بالاتر از ۰/۶ هستند. با توجه به خروجی ایموس مقدار χ^2/df محاسبه شده ۱/۵۴ است، وجود χ^2/df کوچکتر از ۵ نشان دهنده برازش مناسب مدل می باشد همچنین جذر برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA) می بایستی کمتر از ۰/۰۸ باشد که در مدل ارائه شده این مقدار برابر ۰/۰۴۷ است. میزان شاخص های GFI ، $AGFI$ ، CFI و NFI نیز باید بیشتر از ۰/۹ باشد که در مدل تحت بررسی به ترتیب بالاتر از میزان تعیین شده است.

Figure 3 is a path diagram illustrating the relationships between latent variables (ovals) and observed variables (squares and circles). The diagram includes paths from 'عوامل راهبردی' to other latent variables and observed variables, with standardized coefficients and error terms.

Latent Variables (Ovals):

- عوامل راهبردی (Strategic Factors)
- عزت و حیاء (Dignity and Honor)
- قوان (Laws)
- ازدواج ایسان (Isan Marriage)
- توسعه‌یابی و مهارت (Development and Skill)
- دوری از محرک (Distance from Stimulus)
- تقویت ایسان (Strengthening Isan)
- موسیقی و هنرهای نمایشی (Music and Performing Arts)

Observed Variables (Squares and Circles):

- Q10, Q11, Q12 (from عزت و حیاء)
- Q20, Q21, Q22 (from قوان)
- Q30, Q31, Q32 (from ازدواج ایسان)
- Q40, Q41, Q42 (from توسعه‌یابی و مهارت)
- Q50, Q51, Q52 (from دوری از محرک)
- Q60, Q61, Q62 (from تقویت ایسان)
- Q70, Q71, Q72 (from موسیقی و هنرهای نمایشی)

Standardized Coefficients (Path Weights):

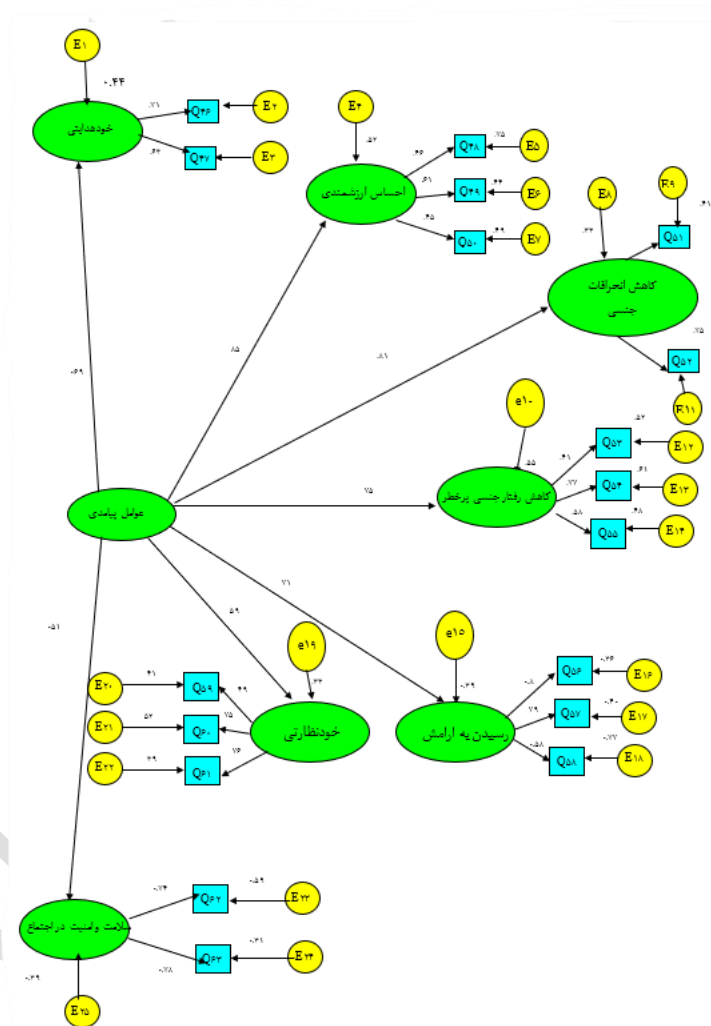
- عوامل راهبردی to عزت و حیاء: 0.55
- عوامل راهبردی to قوان: 0.75
- عوامل راهبردی to ازدواج ایسان: 0.52
- عوامل راهبردی to توسعه‌یابی و مهارت: 0.66
- عوامل راهبردی to دوری از محرک: 0.58
- عوامل راهبردی to تقویت ایسان: 0.58
- عوامل راهبردی to موسیقی و هنرهای نمایشی: 0.75

Error Terms (Circles):

- E1, E2, E3 (for Q10, Q11, Q12)
- E4, E5, E6 (for Q20, Q21, Q22)
- E7, E8, E9 (for Q30, Q31, Q32)
- E10, E11, E12 (for Q40, Q41, Q42)
- E13, E14, E15 (for Q50, Q51, Q52)
- E16, E17, E18 (for Q60, Q61, Q62)
- E19, E20, E21 (for Q70, Q71, Q72)

به منظور تعیین اعتبار عوامل پیامدی از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. تمام بارهای عاملی بالاتر از ۰/۶ هستند. یافته های مربوط به شاخص های برازش عوامل محوری، نتایج حاکی از آن است که شاخص CFI، GFI، NFI، RMR و

RMSEA از سطح قابل قبولی برخوردار بوده و این مشخصه های نکویی برازش نشان می دهد. داده های این پژوهش با ساختار عاملی این مقیاس برازش مناسبی دارد و این بیانگر همسویی سؤالات با سازه های عوامل محوری است.



مدل سازی معادلات ساختاری است. این معیارها برای پاسخ بدین پرسش است که آیا مدل بازنمایی شده توسط داده‌ها، مدل اندازه‌گیری پژوهش را تأیید می‌کند یا خیر؟ برای پاسخگویی به این پرسش، معیارهای برازش زیادی در روش‌شناسی مدل سازی معادلات ساختاری معرفی شده است. جدول ۳ وضعیت این شاخص‌ها را نشان می‌دهد.

جدول ۳. نتایج شاخص‌های برازش مدل تحقیق

RMSEA	RMR	CFI	NFI	AGFI	GFI	$\frac{\chi^2}{df}$
۰/۰۹۰	۰/۱۳۳	۰/۸۴۵	۰/۸۸۷	۰/۸۴۱	۰/۸۳۵	۲/۸۵۸

نتایج نشان از برازش مناسب مدل پیشنهادی است. پس از آزمون مدل‌های اندازه‌گیری اکنون لازم است تا مدل ساختاری ای که نشان دهنده ارتباط بین متغیرهای مکنون تحقیق است، ارائه شود. با استفاده از مدل ساختاری می‌توان به بررسی فرضیه‌های تحقیق پرداخت.

با توجه به میزان ضرایب معناداری، از آنجا که برای رد یا تایید روابط مقدار CR (نسبت بحرانی) باید بیشتر از ۱/۹۶ یا کمتر از ۱/۹۶- باشد، مقدار پارامتر بین دو دامنه در الگو مهم شمرده نمی‌شود، همچنین مقادیر بین این دو مقدار حاکی از عدم وجود تفاوت معنادار مقدار محاسبه شده برای وزن‌ها رگرسیونی با مقدار صفر در سطح ۹۵ درصد دارد. نتایج آزمون مدل در جدول ۴ ارائه شده است :

جدول ۴. نتایج اجرای مدل ساختاری خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی

روابط	برآورد استاندارد	خطای معیار	نسبت بحرانی	سطح معنی داری
پیشران‌ها ← مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	۰/۴۲۰	۰/۰۵۶	۴/۰۱۸	۰/۰۰۰*
راهبردها ← مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	۰/۶۸	۰/۰۴۵	۳/۸۱۳	۰/۰۰۰*
عوامل زمینه‌ای ← مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	۰/۴۴	۰/۰۴۲	۲/۹۵۸	۰/۰۰۰*
پیامدها ← مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی	۰/۴۴	۰/۰۴۲	۲/۹۵۸	۰/۰۰۰*

بر این اساس مدل تحقیق با استفاده از نرم افزار اسمارت پی ال اس، مورد سنجش نهایی قرار گرفت و همانطور که مشاهده می شود تمامی روابط و با توجه به مقدار ضرایب مسیر در سطح اطمینان ۹۵ درصد تایید می شوند. ارائه مدل فرآیندی خودمهارگری جنسی از منظر خبرگان در چارچوب اندیشه اسلامی در نمودار و جدول فوق ارائه شده است. بر اساس نتایج بدست آمده مولفه های موثر در مدل نهایی پژوهش تأثیرگذار بوده است.

۵. بحث و نتیجه گیری

در این مطالعه، مدل نهایی تدوین شده با استفاده از پرسشنامه محقق ساخته اعتبارسنجی و تایید شد.

خودمهارگری جنسی، از دیدگاه اندیشه اسلامی، جایگاهی اساسی در نظام اخلاق فردی و اجتماعی دارد و از مهم ترین معیارهای رشد معنوی و سلامت روان انسان به شمار می آید. در قرآن کریم، خداوند بارها مؤمنان را به حفظ عفت و کنترل رفتارهای جنسی توصیه می کند؛ از جمله در آیه ۳۰ و ۳۱ سوره نور می فرماید: «قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ...»؛ یعنی: «به مؤمنان بگو دیدگان خود را فروبندند و دامان خود را حفظ کنند.» در ادامه، زنان مؤمن نیز به همین رفتار فراخوانده می شوند. این تأکید قرآن بر کنترل نگاه و حفظ امیال، بر پایه تربیت نفس و اراده انسان است تا از نزدیک شدن به گناه و فساد مصون بماند. در آیه ۳۲ سوره اسرا نیز آمده: «وَلَا تَقْرَبُوا الزَّانَا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا» (و به زنا نزدیک مشوید که آن کاری زشت و راهی ناپسند است)، که وجود مرز روشن در رفتارهای جنسی و دوری از هرگونه تحریک و زمینه ساز گناه را می طلبد. در روایات معصومین علیهم السلام نیز، خودمهارگری جنسی به عنوان یک فضیلت کلیدی معرفی شده است. امام علی (ع) فرمود: «أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ الْعِفَافُ» (برترین عبادت، پاکدامنی است) (مجلسی، ۱۴۰۳: ۴۷۴). همچنین ایشان می فرمایند: «مَنْ عَرَفَ كَفَّ»؛ هر کس (ضرر گناه را) بشناسد، دستان خود را بازمی دارد (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۳، ص ۱۶۳۵). در روایتی دیگر آمده است که پیامبر اکرم (ص) فرمود: «هر کسی برای خدا عفت بورزد، خداوند او را کفایت می کند» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۱۲). این آموزش ها نشان می دهد که خودمهارگری جنسی نه تنها یک دستور فردی برای سلامت روان و جسم، بلکه یک مسئولیت دینی و عاملی برای حفظ بنیاد خانواده و سلامت جامعه نیز هست. بدین ترتیب، از نظر آموزه های دینی، خودمهارگری جنسی، تمرین عملی صبر، عفاف و تقوا در برابر امیال غریزی است و راه رشد و تعالی انسان در جهت قرب الهی تلقی می شود.

از منظر تاریخی، با ظهور انقلاب اسلامی این روابط به طور کلی نفی شد. انقلاب سعی در ایجاد باورها و نگرش های جدید در حوزه های مختلف و همچنین اصلاح برخی رفتارهای اجتماعی و جایگزینی آنها با نگرش ها و رفتارهای قبل از آن داشت. هنجارآوران و فرهنگ سازان پس از انقلاب به ویژه دهه ۶۰، صرفاً از شیوه ها و ابزار کنترل اجتماعی درونی در این راه بهره نبرده و علاوه بر آن، به استفاده از ابزارهای کنترل بیرونی نیز روی آورند. بر این اساس، در آموزش های رسمی پیش دبستانی،

دبستانی و راهنمایی، حتی قبل از بلوغ دختران و پسران طرح جداسازی اجرا شد تا به این وسیله کودکان و نوجوانان به لحاظ فکری و رفتاری آمادگی این نوع نگرش‌ها و رفتارها را درمورد افراد غیرهمجنس پیدا کنند. این نوع رفتار و نگرش توسط مردم تا حد زیادی پذیرفته شد و تا حد زیادی با رضایت خاطر، مطابق آن رفتار می‌کردند. اما تغییرات فرهنگی به تدریج نظام اجتماعی را تحت تأثیر خود قرار داد؛ به ویژه افرادی که در پایان دهه ۷۰ و اوایل دهه ۸۰ دوران نوجوانی و جوانی خود را طی می‌کردند. به نظر می‌رسد که این نسل یا جمعیتی که پدیده‌های متفاوتی را نسبت به نسل قبل از خود تجربه کرده بودند، هماهنگی بالایی با عناصر فرهنگی دهه ۶۰ ندارد. اکنون ضد ارزش تلقی شدن روابط دختر و پسر جوان در قالب ازدواج سفید، همچون گذشته ارزیابی نمی‌شود. با این حال، این تغییر فرهنگی برای نسل انقلاب به راحتی مورد پذیرش قرار نگرفته و نخواهد گرفت و ایشان به این پدیده، احتمالاً بیشتر به عنوان نوعی استحاله فرهنگی و نتیجه تهاجم فرهنگی غرب می‌نگرند.

یکی از عوامل مهم احصاء شده، خویشنداری است. خویشنداری نوعی توانمندی روان‌شناختی است که پرورش آن، از دوران کودکی و به تدریج در انسان پدید می‌آید. درباره خویشنداری جنسی هم چنین مطلبی درست است. زیرا همان‌گونه که قبلاً تبیین شد، تنظیم رفتار در حوزه میل جنسی قلمروی از خویشنداری محسوب می‌شود. به هر حال، همچنان که افراد بزرگ‌تر می‌شوند توانمندی فزاینده‌ای را در برخی ابعاد خویشنداری، از جمله تأخیر کامرواسازی، نشان می‌دهند. به عبارت دیگر، هر چه کودکان بزرگ‌تر می‌شوند در تأخیر ارضا راحت‌تر عمل می‌کنند. طبق نتایج برخی از تحقیقات، ویژگی‌های سرپرستی و راهبردهای پرورش کودک می‌تواند کنترل‌نکردن تکانه‌ها را پیش‌بینی کند. این یافته‌ها از اهمیت پرورش اخلاقی در ابعاد مختلف حکایت می‌کنند و یکی از این ابعاد، خویشنداری جنسی است؛ توانمندی مثبتی که بیشترین کاربرد خود را در کنترل و تنظیم رفتارهای جنسی، به‌ویژه بعد از بلوغ، نشان می‌دهد. شکوفایی این توانمندی، از دوران کودکی و به تدریج در انسان پدید می‌آید که شکوفایی آن به زمینه‌های مختلفی از جمله زمینه‌های یادگیری، تربیتی، پرورش توانمندی‌های عقلی و اخلاقی وابسته است.

یکی از عوامل کاهش تحریکات جنسی در محیط اجتماعی، پوشش مناسب آحاد جامعه است. پوشش مناسب حریم زن و مرد را از نگاه نامحرم حفظ می‌کند. همین‌طور پوشش مناسب نگاه را از برانگیختگی و تحریک رها می‌کند. در نتیجه، آرامش روانی مردان نیز تأمین می‌شود. بدین صورت «حجاب» معنا می‌یابد و حکمتش تبیین می‌شود. جلوگیری از آلودگی بصری محیط به واسطه استفاده از حجاب و پوشش مناسب، از اولین اقدامات پیش‌گیرانه و یاریگرانه برای عفاف جنسی به حساب می‌آید. وقتی زنان مسلمان در معرض آزار و اذیت هوسبازان قرار گرفتند و عفت و پاکی آنان در معرض تهدید قرار گرفت، قرآن کریم کریم سازوکار دفاعی حجاب را معرفی کرد تا موجب ایمنی زنان شود: «ای پیامبر! به همسران و دخترانت و به زنان مؤمن بگو: جلباب‌های [روسری‌های بلند] خود را بر خود فروتر گیرند. این برای آنکه شناخته شوند و مورد آزار قرار

نگیرند؛ این [به احتیاط] نزدیک تر است» (احزاب: ۵۹).

از عوامل مهم دیگر شرایط سخت ازدواج است، ارزش‌ها، آداب و رسوم پذیرفته شده در جامعه، مجموعه‌ای از بایسته‌های ازدواج، از جمله سن مناسب آن، را تعیین می‌کنند. آداب و رسوم و تشریفات دست و پاگیری که گاه در میان مردم رواج دارد، از جمله موانع ازدواج آسان و مناسب به حساب می‌آید. برای مثال در جامعه‌ای مانند ایران، مهریه و شیربهای سنگین، جهیزیه‌های کمرشکن، مراسم عروسی پرهزینه، توقعات فراوان از داماد درباره شغل، خانه، ماشین و مانند اینها معمولاً موجب می‌شود زوج‌های جوان نتوانند در زمان مناسب ازدواج کنند. زیرا خود آنها و چه بسا والدینشان ناگزیرند مدتی طولانی را صرف کار و تلاش کنند تا بتوانند از عهده این مخارج برآیند. در حالی که منابع اسلامی پر است از توصیه‌هایی درباره تسهیل ازدواج. عامل بعدی خودکنترلی و خود هدایتی است. از دیدگاه روان‌شناسی، توانمندی خویشتن داری و تشخیص در فرآیند تغییر مثبت به واسطه افزایش آگاهی تقویت می‌شود. بنا بر نظریه تغییر مثبت، فرآیند افزایش آگاهی مبتنی بر نیرومندی‌های شخصی است. هوش، خلاقیت، خرد، و انگیزه‌های مثبت از جمله این نیرومندی‌های شخصی است که استفاده می‌شود تا راهبرد فرد برای مدیریت موقعیت‌های زندگی برای مواجهه با دشواری‌ها و فرصت‌ها عملیاتی شود. برای اینکه پاسخ مؤثری به محیط زندگی و محرک‌ها بدهیم باید اطلاعات کافی را پردازش کنیم تا به سوی پاسخ مناسب هدایت شویم. در درمان‌هایی که شامل افزایش آگاهی است، این فرض وجود دارد که اطلاعات مناسب در دسترس افراد قرار می‌گیرد تا بتوانند کارآمدترین پاسخ‌ها را به موقعیت‌های مختلف زندگی بدهند. وقتی فرد اطلاعاتی پیدا می‌کند که به اعمال و تجربه‌های خودش مربوط است بازخورد نامیده می‌شود؛ مثلاً متوجه می‌شویم از دید دیگران فرد عصبانی و بدخلقی هستیم. اگر اطلاعات داده شده به فرد مربوط به رویدادهای محیطی باشد، آموزش نامیده می‌شود.

از عوامل بسیار مهم و جدی بعدی بحث هم خانگی و ازدواج سفید است. به طور کلی آنچه که امروز ازدواج سفید را در جامعه ایرانی به مسئله اجتماعی تبدیل کرده است تقابل میان نگرش‌های مذهبی و سستی که سعی در محدود نگه داشتن روابط دو جنس در قالب خارج از ازدواج دارند با دیدگاه‌های جدید و نویی است که حاصل تماس با فرهنگ‌های دیگر به ویژه فرهنگ-های غربی است که عمدتاً روابط خارج از ازدواج دختر و پسر را از طریق رسانه‌هایی چون اینترنت و ماهواره ترویج می‌دهند و معمولاً حساسیت زیادی در خصوص حدود و مرزهای دوستی ندارند.

هرچند این روابط به عنوان مسئله اجتماعی شناخته می‌شوند، اما از سوی دیگر جوانان با این چالش روبرو هستند که چگونه با جنس مخالف خود رابطه برقرار کنند؟ چه حدودی را در این زمینه رعایت نمایند؟ و چه هزینه‌ایی را بایستی در این روابط پردازند؟ که این امر باعث شده است که معاشرت و ازدواج سفید میان دختر و پسر به عنوان یک مسئله‌ی شخصی نیز طرح گردد.

همچنین با توجه به ساختار مردسالارانه حاکم بر جامعه، قبح چنین روابطی برای دختران بیشتر از پسران است و بنابراین عواقب و پیامدهای این دوستی‌ها بیشتر دامن گیر آنان خواهد شد.

عامل دیگری که بر پیچیدگی این مسئله افزوده است، تضاد بین نسلی است که خود ناشی از شرایط اجتماعی-فرهنگی جامعه در حال گذار و گسترش وسایل ارتباط جمعی است.

۶. پیشنهادات مطالعه

- آموزش مسائل جنسی از سنین کودکی و آشنا کردن کودکان با این خطرات
- تسهیل کردن شرایط ازدواج برای جوانان و حمایت عاطفی و مالی خانواده ها
- برنامه ریزی و سیاست گذاری دولت برای حمایت از ازدواج آسان برای جوانان
- تحکیم بنیان خانواده برای جذب فرزندان به خانه و جلوگیری از رفتارهای خانه گریزی و پرخطر

۷. منابع

- ادیب رهنما، فاطمه، افشاری، افروز & فرح بیجاری، اعظم. (۱۴۰۲). نقش بدرفتاری دوران کودکی بر خودمهارگری نوجوانان: نقش تعدیل کننده جنسیت و شفقت بر خود. پژوهش نامه روانشناسی مثبت: doi: ۶۴-۶۷, ۹(۱), ۱۰, ۲۲۱۰۸/ppls.۲۰۲۳, ۱۳۵۰۲۶, ۲۳۵۶
- امیری، سهراب و حسنی، جعفر. (۱۳۹۵). ارزیابی ویژگی های روان سنجی مقیاس فعال سازی رفتاری (BAS) و بازداری رفتاری (BIS) مرتبط با تکانشگری واضطراب. مجله علوم پزشکی رازی، ۲۳(۱۴۴)، ۸۰-۶۸.
- برزگر خضری، رسول، و خدابخشی کولایی، آناهیتا. (۱۳۹۶). رابطه ی خود کنترلی و جهت گیری مذهبی با نگرش به روابط قبل از ازدواج در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رباط کریم. پژوهش در دین و سلامت، ۳(۴)، ۵-۱۸. SID. <https://sid.ir/paper/fa258610>
- خنافره، نعیم و سحر، صفرزاده. (۱۳۹۸). پیش بینی خود کارآمدی کنش وری جنسی بر اساس سبک های دلبستگی، رضایتمندی جنسی و عملکرد جنسی در دانشجویان پرستاری زن متأهل. روان پرستاری. ۷(۵): ۳۵-۲۹.
- دماری بهزاد، اکرمی فروزان. چالش های سلامت جنسی ایران و فرصت های بهبود آن از دیدگاه سیاست گزاران و صاحب نظران. مجله روان پزشکی و روانشناسی بالینی ایران ۱۴۰۰؛ ۲۷(۲): ۲۳۳-۲۱۶
- راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن کریم، تحقیق صفوان عدنان داوودی، انتشارات ذوی القربی ۱۴۲۴هـ ق، ۱۳۸۲ش، چاپ سوم، ص ۷۴۷.

رفیعی هنر، حمید، جان بزرگی، مسعود، پسندیده، عباس، رسول زاده طباطبایی، کاظم. (۱۳۹۳). تبیین سازه خودمهارگری بر اساس اندیشه اسلامی. روان شناسی و دین ۳. ۵.

زارع نژاد، حمیده؛ حسینی، سیدمحمد رضا و رحمتی، عباس. (۱۳۹۸). رابطه احقاق جنسی و نارضایتی جنسی با بی رمقی زناشویی: نقش واسطه ای تعارض زناشویی. مشاوره و روان درمانی خانواده، ۹ (۲۷): ۱۹۷-۲۱۶.

زارعی توپخانه، محمد. چراغیان، حدیث. (۱۳۹۸). انقلاب جنسی و نهضت خودمهارگری در غرب. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چاپ دوم.

شریفیان، مهناز؛ صفاری نیا، مجید و علیزاده فرد، سوسن. (۱۳۹۷). نقش طرحواره های جنسی با میانجی گری سبک انصاف در پیش بینی اختلال درد جنسی: بررسی مدل معادلات ساختاری. روانشناسی سلامت. ۷ (۲۷): ۱۹۰-۱۶۹.

عباسی، مهدی، پسندیده، عباس، صالحی ساداتی، سیده زینب. (۱۳۹۷). الگوی تنظیم رفتار جنسی با رویکرد اسلامی. قم: دارالحدیث، چاپ سوم.

عباسی، مهدی (۱۳۹۶). الگوی تنظیم رفتار جنسی با رویکرد اسلامی. قم: موسسه فرهنگی دارالحدیث.

علیزاده فرد، سوسن و رسول، سهیلا سادات. (۱۴۰۰). پیش بینی قلدری در محیط کار پرستاران براساس سبک های تبادل اجتماعی. پژوهش های روان شناسی اجتماعی ۱۱ (۴۱): ۱-۱۶. <https://doi.org/10.22034/spr.2021.263610.1610>

فیاض صابری، محمدحسن؛ توزنده جانی، حسن؛ ثمری، علی اکبر و نجات، حمید. (۱۳۹۸). پیش بینی پایداری ازدواج براساس سازگاری زناشویی و خودابرازی جنسی با میانجی گری هوش. پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، ۹ (۲)، ۷۰-۵۶.

قیاسی، جلال الدین، اژدری کوشا. (۱۴۰۳). مطالعه تطبیقی جرم زنا و زنا ی به عنف در قوانین کیفری کشورهای مسلمان (مطالعه موردی: ایران، پاکستان و یمن). پژوهش های حقوقی میان رشته ای، ۱۷ (۵)، ۴۸-۶۰.

کاظمی مجرد، ملحیه، خلعتبری، جواد، معاضدیان، آمنه، ستوده اصل، نعمت. (۱۴۰۱). تدوین مدل ساختاری عوامل روان شناختی موثر بر عملکرد جنسی زنان متاهل. خانواده درمانی کاربردی، شماره (۵): ۳۳۱-۳۵۵. doi.aftj.2022.305456, 1205/10, 22034

کجباف، محمدباقر. (۱۳۹۴). روان شناسی رفتار جنسی. چاپ هشتم. تهران: انتشارات روان.

کریمی، محمد، کریمی، عصمت. (۱۳۹۹). کنترل غریزه جنسی. ناشر: آذرین مهر، چاپ اول.

کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۳۶۵). اصول کافی. (ترجمه سید جواد مصطفوی)، تهران: کتابفروشی علمیه اسلامی. جلد ۳، حدیث ۱۶۳۵

مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳ق). بحار الانوار. ج ۷۰، ص ۱۱.

مردانی و لندانی، زهرا؛ صفاری‌نیا، مجید؛ علی‌پور، احمد و آقاییوسفی، علیرضا. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی آموزش خوددلسوزی‌شناختی بر تغییر سبک‌های تبادل اجتماعی زوجین متقاضی طلاق. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۷(۴)، ۶۸۳-۶۶۷.

مهدوی‌اصل، قاسم، قربانی، محمدرضا. (۱۴۰۲). تحلیل سازوکار خودمهارگری در سازگاری زوجین بر اساس منابع اسلامی. *پژوهش و مطالعات اسلامی*، ۴۶(۵)، ۴۰-۵۵.

نورعلیزاده میانجی، مسعود. (۱۳۸۹). مدل اسلامی «مصون‌سازی» رفتار جنسی با تأکید بر پیشگیری و درمان انحراف‌ها و مشکلات جنسی. *مطالعات اسلام و روانشناسی*، ۳(۵)، ۱۰۷-۱۴۲.

رفیعی‌هنر، حمید، آینه‌چی، عباس. (۱۳۹۴). رابطه حرمت خود با خودمهارگری اسلامی؛ با توجه به جنسیت و وضعیت تأهل. *اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*. ۱۲۵-۱۱۳، ۱(۱)، ۱.

نورعلیزاده میانجی، مسعود، و رحیمی، عبدالله. (۱۴۰۰). مدیریت جنسی خانواده و نقش آن در اخلاق مداری و سلامت جنسی فرزندان. *مطالعات اخلاق کاربردی (اخلاق)*، ۱۱(۴۳) (پیاپی ۶۵)، ۴۵-۸۰. <https://sid.ir/paper/fa953074SID>.

Barnett, M. D., Fleck, L. K., Marsden III, A. D., & Martin, K. J. (۲۰۱۷). Sexual semantics: The meanings of sex, virginity, and abstinence for university students. *Personality and Individual Differences*, ۱۰۶, ۲۰۳-۲۰۸.

Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (۱۹۹۹). Virtue, personality, and self-control: Self-denial as a self-presentation strategy. *Basic and Applied Social Psychology*, ۲۱(۳), ۲۵۱-۲۶۵.

DeLisi, M., Bouffard, J. A., & Miller, H. A. (۲۰۲۲). Another look at the self-control vs. psychopathy debate: A study assessing sexual aggression, aggression, and substance abuse. *American journal of criminal justice*, 47(۱), ۲۳-۴۰.

Fitouchi, L., André, J. B., Baumard, N., & Nettle, D. (۲۰۲۲). Harmless bodily pleasures are moralized because they are perceived as reducing self-control and cooperativeness.

Himanen, M., & Gunst, A. (۲۰۲۴). Sexual compliance in Finnish committed relationships: Sexual self-control, relationship power, and experienced consequences. *The Journal of Sex Research*, 61(۳), ۵۱۵-۵۲۷.

Horanieh ,N. ,Macdowall ,W. , & Wellings ,K. (٢٠٢٠). Abstinence versus harm reduction approaches to sexual health education: views of key stakeholders in Saudi Arabia. *Sex Education* ,٢٠(٤) ,٤٢٥-٤٤٠.

Kelley, T. M., Hollows, J., Pransky, J., Kryvanos, A., & Bowen, S. (٢٠٢٢). The efficacy of principle-based Correctional counseling for improving the self-control and mental health of people incarcerated for sexual violence. *Violence against women*, 28(٢), ٥٧٣-٥٩٢.

Love, S. R. (٢٠٠٦). Illicit sexual behavior: A test of self-control theory. *Deviant Behavior*, ٢١(٥), ٥٠٥-٥٣٦.

Lyngs, U., Lukoff, K., Slovak, P., Binns, R., Slack, A., Inzlicht, M., ... & Shadbolt, N. (٢٠١٩, May). Self-control in cyberspace: Applying dual systems theory to a review of digital self-control tools. In proceedings of the ٢٠١٩ CHI conference on human factors in computing systems (pp. ١-١٨).

Platteau, T., Florence, E., & de Wit, J. B. (٢٠٢٢). Self-control as conceptual framework to understand and support people who use drugs during sex. *Frontiers in Public Health*, 10, ٨٩٤٤١٥.

Powers, R. A., & Kaukinen, C. E. (٢٠٢٢). Gender differences in the relationship between sexual activity and dating violence: The role of satisfaction, jealousy, and self-control. *Journal of interpersonal violence*, 37(١١-١٢), NP٩٤٢٠-NP٩٤٤٥.

Quinn-Nilas, C., Kennett, D. J., & Humphreys, T. P. (٢٠١٣). Does the sexual self-control model for women apply to undergraduate men?. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, ٢٢(٣), ١٣٤-١٤١.

Rassool, G. H., Khan, M. A., Mabud, S. A., & Ahsan, M. (٢٠٢٠). *Sexuality education from an Islamic perspective*. Cambridge scholars publishing.

Rassool, G. H., Khan, M. A., Mabud, S. A., & Ahsan, M. (٢٠٢٠). *Sexuality education from an Islamic perspective*. Cambridge scholars publishing.

Wannarit, L. O. (٢٠٢٢). Sexual abstinence as a reproductive health-promoting behavior for women: A perspective. *Belitung Nursing Journal*, 8(٤), ٣٧٢-٣٧٧.

Zheng, P., & Lyu, Z. (٢٠٢٥). Sexual harassment and binge eating among Chinese female undergraduates: A mediation model of self-objectification and self-control. *Journal of Interpersonal Violence*, 40(٩-١٠), ٢٤٠٥-٢٤٢٣.