

# اثربخشی آموزش تنظیم هیجانی بر نابهنجاری‌های جنسی نوجوانان کاربر سایت‌های هرزه نگاری

سوسن ویسی شینتاب<sup>۱</sup>

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه پیام نور، مرکز نخبوان، جمهوری آذربایجان. (نویسنده مسئول)

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره چهارم، شماره چهاردهم، تابستان ۱۴۰۱، صفحات ۲۲۶-۲۳۷

## چکیده

کودکان و نوجوانان بیشترین قربانیان هرزه نگاری به‌شمار می‌روند. درواقع، زمینه‌های کنجکاوی، تأثیرپذیری و یادگیری کودکان و نوجوانان سبب شده تا نسبت به بزرگسالان بیشتر به مسائل جنسی توجه نموده و از این رهگذر به آثار هرزه نگارانه بیشتر گرایش یابند و بالطبع آسیب بیشتری ببینند. این پژوهش باهدف بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجانی بر نابهنجاری‌های جنسی نوجوانان کاربر سایت‌های هرزه نگاری شهرآبادان پرداخت. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ روش، نیمه آزمایشی که در آن از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه پژوهش حاضر شامل نوجوانان کاربر سایت‌های هرزه نگاری ساکن شهرآبادان بود که به مراکز مشاوره مراجعه نموده بودند. حجم نمونه شامل ۴۰ نفر (۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه کنترل) و با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد. اعضای گروه آزمایش، به‌صورت گروهی تحت آموزش تنظیم هیجان در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای قرار گرفتند که جهت آموزش راهبردهای تنظیم هیجان از محتوای جلسات آموزشی تنظیم هیجان مبتنی بر مدل گراس (۲۰۱۴) استفاده شد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل مقیاس پارافیلیا کورت فرویند (۱۹۶۸) بود. داده‌ها با روش‌های آمار استنباطی تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد آموزش تنظیم هیجانی در نابهنجاری‌های جنسی ( $F=73/205$ ،  $P<0/01$ ) و ابعاد آن مؤثر بوده است؛ اما در مؤلفه یادگار پرستی مؤثر نبوده است؛ بنابراین توجه به آموزش تنظیم هیجان در مدارس اهمیت زیادی دارد و عامل مهمی در کاهش نابهنجاری‌های جنسی نوجوانان به‌شمار می‌رود.

واژه‌های کلیدی: تنظیم هیجانی، نابهنجاری‌های جنسی، هرزه نگاری

## مقدمه

فضای رایانه‌ای پرورشگاهی برای رشد و گسترش ذهن افراد است. این فضا منبع دانش و محل تکامل ایده‌های تازه بوده و مانند منبعی وافر از سرگرمی‌های شگفت‌انگیز در یک جهان مجازی است؛ با وجود همه این‌ها اینترنت محلی برای کج‌روی نیز می‌باشد. ناهنجاری‌های اخلاقی که از طریق سایت‌های غیراخلاقی، برخی ایمیل‌ها، وبلاگ‌های شخصی و چت روم‌ها ایجاد می‌شود، فضای مجازی را ناامن ساخته است. باین‌وجود، دسترسی گسترده به اینترنت پرسرعت و نسبتاً ارزان در هر زمان و مکان منجر به شیوع مشکلات جدی فردی و اجتماعی مانند افزایش اعتیاد به اینترنت، نقض حریم خصوصی کاربران، سهولت دسترسی به محتوای غیراخلاقی و مستهجن و شیوع گسترده صنعت هرزه نگاری اینترنتی در بیشتر جوامع شده است (اشکرافشان، عسکری زاده و باقری، ۱۳۹۶؛ کوپر اسمیت، ۲۰۰۶). سایت‌های پورن به‌عنوان رسانه‌ای برای افزایش برانگیختگی جنسی تعریف می‌شود که معمولاً شامل تصاویر برهنگی و نمایش بی‌پرده رفتارهای جنسی است (مالامو، ۲۰۱۱). بسیاری از محققان، سایت‌های پورن را به‌عنوان خطری بالقوه برای سلامت و بهزیستی فردی و اجتماعی معرفی کرده‌اند. درواقع، سایت‌های پورن به دلایل اخلاقی، شخصی، ارتباطی و اجتماعی می‌تواند مشکل‌آفرین باشد. پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که تماشای سایت‌های پورن با انحراف‌های جنسی، رفتارهای جنسی پرخطر، استمنای مزمن، افسردگی، کناره‌گیری اجتماعی و افزایش احتمال سوء مصرف مواد و الکل رابطه دارد (رایت، توکاناگا، کراوس و کلان، ۲۰۱۷؛ سیمانسکی و استیوارت - ریچاردسون، ۲۰۱۴). همچنین تماشای مکرر این قبیل تصاویر و محتواها منجر به بروز تغییراتی اساسی در نوع نگرش، باورها، رفتارهای انتظارات و خواسته‌های افراد به‌ویژه در حوزه روابط زناشویی می‌شود (موسوی، عاطفی کرجوندانی، رضائی و پرتو، ۱۳۹۶). در پژوهش‌های انجام‌گرفته نیز رابطه بین تماشای هرزه نگاری با خشونت علیه زنان، شیء‌انگاری زنان، پریشانی زناشویی و رضایت جنسی پایین مورد تأیید قرار گرفته است (میلان، رایت و استالهورف، ۲۰۱۹؛ پری، ۲۰۱۹). مطالعات متعددی از جمله پیترو والکنبورگ (۲۰۱۱)، کارواهیراء قراین و استولهافر (۲۰۱۵)، رید، ل، گیلی لند، استن و فونگ (۲۰۱۱) نشان دادند که افراد با احساس منفی مانند استرس یا اضطراب با مشاهده پورنو گرافی می‌تواند به‌طور موقت این احساسات را تسکین دهند. خالقیان، سجادیان، فاتحی زاده و منشئی (۱۳۹۸) طی پژوهشی بیان داشتند که راهبردهای خودکنترلی در موقعیت‌های هیجانی و استرس نقش پیش‌بینی‌کننده‌ای برای میل به هرزه نگاری اینترنتی دارد و پیشنهاد دادند که از راهبردهای خودکنترلی در تدوین برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی در زمینه مقابله با سایت‌های پورنوگرافی استفاده شود.

بیشتر مخاطبان سایت‌های پورنوگرافی دارای اختلالات روانی، انحراف و بیماری‌های جنسی‌اند، به‌صورتی که در بیشتر موارد با هرزه نگارانی روبرو هستیم که از لحاظ شخصیتی «منحرف جنسی» به شمار می‌روند (غفاری چراتی، هادی تبار و قدسی، ۱۴۰۰). انحرافات جنسی یا پارافیلیا، ابراز ناهنجار تمایلات جنسی است. پارافیلیا تحت عنوان هرگونه علاقه جنسی شدید و پایدار، جز علاقه به تحریک دستگاه تناسلی یا نوازش مقدماتی با یک انسان به‌عنوان شریک جنسی که از نظر ظاهری طبیعی و از نظر جسمی بالغ و راضی به این عمل باشند شناخته می‌شود. "پارافیلیا، از نظر اجتماعی، به‌عنوان انحراف از اشکال قابل قبول برانگیختگی جنسی شناخته

می‌شود. این اختلالات مختلف در DSM با عنوان مالش<sup>۱</sup>، تکانه‌های بچه‌بازی<sup>۲</sup>، عورت‌نمایی<sup>۳</sup>، تماشاگری جنسی<sup>۴</sup>، مبدل پوشی<sup>۵</sup>، یادگار خواهی<sup>۶</sup>، آزارگری یا آزار بینی جنسی<sup>۷</sup> و ناهنجاری‌هایی که اختصاصی نیستند مثل خود ارضایی<sup>۸</sup> و حیوان خواهی<sup>۹</sup> معرفی می‌شوند و در صورتی مطرح می‌شوند که فرد بر اساس خیال‌پردازی جنسی خود دست به عمل زده و با این خیال‌پردازی‌ها سبب ناراحتی شدید یا مشکلات بین فردی و یا اختلال در عملکرد اجتماعی، شغلی و یا سایر حوزه‌های مهم عملکردی شود. این تمایلات ممکن است هر از چند گاه بروز کنند یا این‌که تنها روش ابراز تمایلات جنسی باشند. در یادگار خواهی، کانون میل جنسی معطوف به اشیایی نظیر کفش، دستکش، جوراب شلواری، نوار بهداشتی و ... است که ارتباط نزدیکی با بدن آدمی دارند. بچه‌بازی، عبارت است از میل شدید جنسی عودکننده با تحریک جنسی نسبت به کودکان ۱۳ سال به پایین در طول یک دوره حداقل ۶ ماهه، که افراد مبتلا باید حداقل ۱۶ سال سن داشته باشند و دست‌کم ۵ سال از قربانیان بزرگ‌تر باشند.

از آنجاکه به نظر می‌رسد انحراف جنسی در مقایسه با اختلالات روان‌شناختی به‌صورت جداگانه نیازمند توجه بالینی و درمان بیشتر است برای حل این مشکل روزافزون، رویکردهای درمانی مختلفی ابداع شده که از این میان درمان شناختی- رفتاری اثربخشی خود را در درمان افسردگی و اضطراب ثابت کرده است (هامیلتون و همکاران، ۲۰۱۲). در این راستا مهارت‌های تنظیم هیجان به‌عنوان یکی از درمان‌های روان‌شناختی و راهبرد مقابله‌ای هیجان محور در درمان ناپهنجاری‌های جنسی جایگاه ویژه‌ای پیدا کرده است. تنظیم هیجان به معنای تلاش افراد برای تأثیر گذاشتن روی تجربه و چگونگی بیان آن و شدت فرایندهای رفتاری و تجربی هیجان است، همچنین تنظیم هیجان به‌طور خودکار یا کنترل‌شده، از طریق به‌کارگیری راهبردهای تنظیم هیجان صورت می‌گیرد (مایوس و همکاران، ۲۰۰۶). همچنین آموزش تنظیم هیجان، به معنای کاهش و کنترل هیجانات منفی و نحوه استفاده مثبت از هیجان است. نتایج حاکی است که آموزش گروهی تنظیم هیجان بر کاهش آسیب‌رسانی به خود و کاهش نشانه‌های افسردگی، اضطراب و استرس تأثیر دارد (گراتز و گاندرسون، ۲۰۰۶). رویکردهای متفاوتی در آموزش تنظیم هیجان مطرح شده که یکی از آن‌ها، مدلی است که Grass آن را مطرح کرده است (گراس، ۲۰۰۲). مدل گراس شامل ۵ مرحله شروع، موقعیت، توجه، ارزیابی و پاسخ است. به اعتقاد گراس (۲۰۰۲) هر مرحله از فرایند تولید هیجان، هدف تنظیمی بالقوه‌ای دارد و مهارت‌های تنظیم‌کننده هیجان می‌تواند در نقاط مختلف این فرایند اعمال شود. در شروع هیجان یا انتخاب موقعیت عواملی وجود دارد که فرد را در موقعیت برانگیختگی هیجانی قرار می‌دهد و یا او را از آن موقعیت دور می‌کند (مرحله اجتناب)، در مرحله دوم (موقعیت) از طریق اصلاح موقعیت می‌توان در فرایند تولید هیجان تغییراتی ایجاد کرد، در مرحله سوم (توجه) یکی از راه‌های ایجاد تغییر و تنظیم هیجان، تغییر جهت و یا گسترش

1. Frotteurism

2. Pedophilia

3. Exhibitionism

4. Voyeurism

5. Transvestism

6. Fetishism

7. Sexual Sadism or Masochism

8. Masturbation

9. Zoophilia

توجه است. سه شیوه گسترش توجه شامل حواس‌پرتی، تمرکز و نشخوار فکری است. در چهارمین مرحله از مراحل تولید هیجان ارزیابی، وظیفه نظم‌بخشی ایجاد تغییرات شناختی است و یکی از راهبردهای آن، بازاریابی شناختی است. آخرین مرحله از تولید هیجان، مرحله پاسخ‌دهی است و تعدیل پاسخ آخرین بخش از فرایند تنظیم‌کننده هیجان را تشکیل می‌دهد. هر مرحله شامل یک سری راهبردهای سازگار و یک سری راهبردهای ناسازگار است. در این بین افرادی که مشکلات هیجانی دارند، بیشتر از راهبردهای ناسازگار مانند نشخوار فکری، اجتناب و ... استفاده می‌کنند؛ بنابراین لازمه مداخله در مشکلات هیجانی، اصلاح یا حذف راهبردهای ناسازگار و آموزش راهبردهای سازگارانه است.

با توجه به اینکه یکی از مهم‌ترین خطرات استفاده نوجوانان از اینترنت، بازدید از سایت‌های پورنو و خواندن هرزه‌نگاری‌هایی است که به سهولت از طریق اینترنت در دسترس افراد قرار می‌گیرد. تعداد این سایت‌ها در اینترنت که به صورت تخصصی و با نامی مرتبط به مسائل جنسی فعالیت می‌نمایند، حدود چهل هزار مورد است. چنانچه آمار برخی سایت‌ها را که حاوی مطالب و عکس‌های پورنو گرافیک هستند، اما به طور مستقیم به آن نمی‌پردازند، به این آمار اضافه شود، حجم غیرقابل باوری از این هرزه نگاری‌ها در اینترنت به دست خواهد آمد (انجمن تحقیقات ملی آمریکا، ۲۰۱۶) در تحقیقات صورت گرفته در این زمینه در آگوست سال ۲۰۱۵ فقط در یک ماه ۷۱/۹ میلیون نفر از سایت‌های هرزه نگاری بازدید نموده‌اند؛ که متأسفانه بر طبق پژوهش‌های مرکز رسانه‌های ایمن برای خانواده‌ها بیشترین بازدیدکننده از این سایت‌ها را نوجوانان ۱۲ تا ۱۷ ساله تشکیل می‌داده‌اند (گزارش رسانه‌های ایمن برای خانواده‌ها، ۲۰۱۵). به بیان «جاسپر هامیل»، استاد دانشگاه اسکاتلند، دختران نوجوانی که در معرض سایت‌های پورنوگرافی قرار می‌گیرند در سنین پایین‌تری بکارت خویش را از دست می‌دهند. طی تحقیقی که مجله روانشناسی سایبر انجام داده است، نوجوانان ۱۲ تا ۱۷ ساله که این سایت‌ها را بازدید می‌کنند، بسیار زودتر از سایرین ارتباط جنسی برقرار کرده و دچار مشکلات بسیاری از جمله بیماری‌های مقاربتی و حاملگی‌های ناخواسته می‌شوند (هامیل، ۲۰۱۸) کترین هارپر، عضو انجمن زنان ضد پورنوگرافی در اسکاتلند نیز نسبت به عواقب سوء ارتباط جنسی زودرس در نوجوانان هشدار داده و اظهار می‌نماید که این ارتباطات که به نوعی بیماری عروقی و حتی بیماری‌های چشمی منجر می‌شود، در جوانانی که در سنین ۱۱ تا ۱۷ سال تجربه جنسی داشته‌اند، بیشتر دیده (هارپر، ۲۰۱۸) درواقع یکی از دغدغه‌های والدین در خصوص استفاده فرزندان‌شان از اینترنت، تحریکات مستقیم و غیرمستقیم جنسی است که آثار زیان بار روحی و جسمی آنان را در پی خواهد داشت و پیامدهای مخرب، آسیب‌های روانی و مشکلات رفتاری برای آن‌ها در پی دارد، آن‌ها سطح بالاتری از آسیب‌های روانی، پیش‌آگهی بد، مشکلات و پریشانی و اختلال در عملکرد اجتماعی تجربه می‌کنند. آموزش تنظیم هیجان می‌تواند با آگاه کردن فرد از هیجانات مثبت و منفی، پذیرش و ابراز به موقع آن‌ها، نقش مهمی در کاهش علائم جسمی، اضطراب، و اختلال در عملکرد اجتماعی (سطوح سلامت روانی داشته باشد؛ زیرا تحقیقات قبلی از جمله اورناتی و همکاران (۲۰۱۴) و اسپاپرت و همکاران (۲۰۱۲) نشان داده است سطوح بالای هیجان‌های مثبت و کاهش هیجان‌های منفی نقش مهمی در قضاوت و درک مثبت از خود دارد. باین‌همه در این زمینه هنوز پژوهش‌های اندکی انجام شده و به اثربخشی مداخلات شناختی مانند تنظیم هیجان در جامعه مدنظر، کمتر توجه شده است؛ از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش ناپهنجاری‌های جنسی نوجوانان کاربران سایت‌های هرزه نگاری در شهرآبادان بود.

## روش پژوهش

طرح پژوهش حاضر، نیمه تجربی و از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه‌ی آماری در پژوهش حاضر عبارت است از کلیه‌ی نوجوانان ۱۴ تا ۱۸ ساله شهرآبادان که طبق پرسشنامه کاربر سایت‌های هرزه‌نگاری بودند و به مراکز مشاوره مراجعه کرده بودند. شیوه‌ی انتخاب نمونه‌ی موردنظر تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود، بدین‌صورت که از بین تعداد مراجعان به مراکز مشاوره شهرآبادان، ۳ مرکز، از هر مرکز چند نفر به‌صورت تصادفی انتخاب شدند. از این افراد خواسته شد تا پرسشنامه انحراف جنسی را تکمیل کنند. درمجموع ۴۰ نفر از نوجوانان این پرسشنامه را تکمیل کردند. سپس از نوجوانانی که نمره کل آن‌ها در پرسشنامه‌ی انحراف جنسی بالاتر از ۳۹، بالینی مصاحبه به عمل آمد. سپس از میان این افراد کسانی که تشخیص انحراف جنسی ۴۰ نفر به‌صورت تصادفی انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. به دلیل افت آزمودنی در مرحله‌ی پس‌آزمون، تعداد افراد گروه به ۴۰ نفر تقلیل یافت.

## ابزار پژوهش

**مقیاس‌های پارافیلیا:**<sup>۱</sup> این مقیاس توسط کورت فرویند<sup>۲</sup> در سال ۱۹۶۸ برای سنجش ترجیحات شهوانی و هویت جنسی در مردان ساخته شده است. سپس در سال‌های ۱۹۷۱، ۱۹۷۴ و ۱۹۸۰ مورد بازبینی قرار گرفت و مقیاس‌های پارافیلیای بیشتری به آن اضافه شد. درنهایت یک مجموعه کامل توسط بلنچارد<sup>۳</sup> (۲۰۰۹) ارائه گردید. این آزمون نه بعد آزارخواهی جنسی، آزارگری جنسی، یادگار پرستی جنسی، مبدل پوشی جنسی، خود زن‌خواهی جنسی، کودک‌خواهی جنسی، نوجوان‌خواهی جنسی، تماشاگری جنسی و عورت‌نمایی جنسی را موردسنجش قرار داده و دارای ۱۰۴ ماده است. ضرایب پایایی آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های مازوخیسم جنسی، سادیسم جنسی، یادگار پرستی جنسی، مبدل پوشی جنسی، خودزن‌خواهی جنسی، کودک‌خواهی جنسی، نوجوان‌خواهی جنسی، تماشاگری جنسی و عورت‌نمایی جنسی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۷، ۰/۹۱، ۰/۹۵، ۰/۹۵، ۰/۹۲، ۰/۷۴، ۰/۸۳ و ۰/۹۸ گزارش شده است (بلنچارد، ۲۰۰۹).

## یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سن اعضای گروه آزمایش ۱۶/۷۴ و ۱/۶۹ و میانگین و انحراف استاندارد سن اعضای گروه کنترل ۱۷/۲۵ و ۱/۷۸ بود. ۳۳/۳ درصد (۱۲ نفر) از گروه آزمایش پسر و ۶۶/۷ درصد (۸ نفر) از آن‌ها دختر بودند. ۴۱/۷ درصد از گروه کنترل نیز پسر (۱۵ نفر) و ۵۸/۳ درصد (۵ نفر) از آن‌ها دختر بودند. جدول ۲، میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های انحراف جنسی مؤلفه‌های آن را در پیش‌آزمون، پس‌آزمون نشان می‌دهد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیر انحرافات جنسی (میانگین و انحراف معیار) گروه‌های مورد مطالعه در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون

گروه	متغیر	دوره آزمون	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
کنترل	تماشاگری جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۱/۵۵	۱/۳۷
		پس‌آزمون	۲۰	۱۱/۴۵	۱/۵۱
	نمایشگری	پیش‌آزمون	۲۰	۱۱/۳۰	۱/۱۳
		پس‌آزمون	۲۰	۱۱/۴۰	۱/۲۰
	آزار خواهی جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۲۵	۱/۳۶
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۲۰	۱/۳۹
	آزار گری جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۳۰	۱/۵۵
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۱۵	۱/۳۵
	بچه‌بازی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۵۵	۱/۵۱
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۴۰	۱/۴۵
	یادگار خواهی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۵۰	۱/۳۱
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۵۵	۱/۰۸
	مبدل پوشی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۸۰	۱/۴۲
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۷۵	۱/۳
	میانگین کلی	پیش‌آزمون	۲۰	۷۵/۲۵	۳/۱۶
		پس‌آزمون	۲۰	۷۴/۹۰	۴/۱۱
آزمایش	تماشاگری جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۱/۳	۱/۴۱
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۶۰	۱/۶۳
	نمایشگری	پیش‌آزمون	۲۰	۱۱/۲۵	۱/۰۶
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۵۵	۱/۲۳
	آزار خواهی جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۱۵	۱/۲۶
		پس‌آزمون	۲۰	۹/۶۰	۱/۳۵
	آزار گری جنسی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۳۵	۱/۳۸
		پس‌آزمون	۲۰	۹/۳	۰/۹۷۸
	بچه‌بازی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۷	۱/۴۱
		پس‌آزمون	۲۰	۹/۷۵	۱/۲۵
	یادگار خواهی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۰/۸	۱/۱۵
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۳۰	۰/۸۶۴
	مبدل پوشی	پیش‌آزمون	۲۰	۱۱/۲۵	۱/۲۹
		پس‌آزمون	۲۰	۱۰/۳۰	۱/۲۶
	میانگین کلی	پیش‌آزمون	۲۰	۷۵/۸۰	۳/۱۵
		پس‌آزمون	۲۰	۷۰/۴۰	۳/۱۶۸

برای بررسی تفاوت بین دو گروه از لحاظ انحراف جنسی و مؤلفه‌های آن از تحلیل کوواریانس تک متغیری و چندمتغیری استفاده شد. بدین صورت که نمره‌های پیش‌آزمون آزمودنی‌های گروه آزمایش و گواه، کنترل شد و تحلیل بر روی نمره‌های پس‌آزمون گروه‌ها

انجام گرفت. پیش از بیان نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس، لازم است مفروضه‌های مربوط به این روش تحلیل آورده شود. مفروضه‌های تحلیل کوواریانس چند متغیره شامل برابری ماتریس کوواریانس (آزمون باکس)، همگنی واریانس‌ها (آزمون لون)، بود که نتایج آن در جداول ۲ و ۳ آمده است.

برای بررسی اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجانی بر انحراف جنسی از آزمون مانکوا استفاده شد. پیش فرض تحلیل مانکوا برابری ماتریس کوواریانس‌هاست. نتایج آزمون باکس حکایت از برقراری این پیش شرط داشت ( $F=0/947$ ,  $P>0/05$ ),  $M=33/130$  (باکس).

جدول ۲. آزمون همگنی ماتریس‌های کوواریانس

معناداری	Df2	Df1	f	Mbox
0/545	5031/72	28	0/947	33/130

همگنی واریانس‌ها یکی از مهم‌ترین مفروضه‌های تحلیل کوواریانس است که توسط آزمون لوین انجام می‌شود. بدین منظور مقدار آماره‌ی  $F$  لوین در دو گروه کنترل و آزمایش و برای مؤلفه‌های انحراف جنسی محاسبه شد. با توجه به جدول ۳ مفروضه‌ی همگنی واریانس‌های متغیر وابسته نیز برای هر کدام از متغیرها برقرار است.

جدول ۳. آزمون لوین به منظور بررسی فرض همگنی واریانس‌ها

متغیر	F	Df1	Df2	Sig
تماشاگری	13/045	1	38	0/09
نمایشگری	13/965	1	38	0/085
آزارخواهی	10/641	1	38	0/25
آزارگری	1/852	1	38	0/182
بچه‌بازی	6/734	1	38	0/093
یادگارپرستی	0/657	1	38	0/423
مبدل پوشی	6/047	1	38	0/094

نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره (MANCOVA) برای مقایسه‌ی میانگین ۷ مؤلفه موردنظر در پیش آزمون و پس آزمون با حذف اثر پیش آزمون در جدول ۴ نشان داده شده است.

جدول ۴. آماره‌های چندمتغیری برای بررسی اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجانی بر مؤلفه‌های انحراف جنسی

نوع اثر	نام آزمون	مقدار	f	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	معناداری
گروه	اثر پیلایی	0/636	6/239	7	25	0/0001
	لامبدای ویلکز	0/364	6/239	7	25	0/0001
	اثر هتلینگ	1/747	6/239	7	25	0/0001
	بزرگ‌ترین ریشه روی	1/747	6/239	7	25	0/0001

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، یافته‌های حاصل از تحلیل کوواریانس چندمتغیری (MANCOVA) حاکی از این است که مقدار  $F$  چندمتغیری در سطح 0/05 و نیز 0/01 از لحاظ آماری معنادار است. لذا می‌توان گفت که بین میانگین نمرات اعضای

نمونه گروه آزمایش و کنترل در پس آزمون با تعدیل اثر پیش آزمون حداقل در یکی از مؤلفه های انحراف جنسی تفاوت معنادار وجود دارد. برای بررسی الگوهای تفاوت از آزمون انکوا به شرح زیر استفاده شده است.

جدول ۵. آماره های استنباطی تحلیل کوواریانس برای بررسی آموزش تنظیم هیجانی بر مؤلفه های انحراف جنسی

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	معناداری	اندازه اثر
تماشاگری	۳/۳۱۲	۱	۳/۳۱۲	۶/۰۷۲	۰/۱۹	۰/۱۶۴
نمایشگری	۶/۱۴۲	۱	۶/۱۴۲	۱۷/۲۱۰	۰/۰۰۱	۰/۳۵۷
آزارخواهی	۲/۰۱۳	۱	۲/۰۱۳	۷/۳۶۴	۰/۰۱۱	۰/۱۹۲
آزارگری	۷/۹۵۶	۱	۷/۹۵۶	۸/۳۱۰	۰/۰۰۷	۰/۲۱۱
بچه بازی	۶/۳۵۳	۱	۶/۳۵۳	۸/۲۸۴	۰/۰۰۷	۰/۲۱۱
یادگارپرستی	۱/۷۰۶	۱	۱/۷۰۶	۴/۰۰۷	۰/۰۵۴	۰/۱۱۴
مبدل پوشی	۶/۳۲۹	۱	۶/۳۲۹	۶/۶۲۳	۰/۰۱۵	۰/۱۷۶

همان طور که در جدول مشاهده می شود آموزش تنظیم هیجانی در مؤلفه تماشاگری ( $F=6/072, P<0/01$ )، نمایشگری ( $F=17/21, P<0/01$ )، آزارخواهی ( $F=7/36, P<0/01$ )، آزارگری ( $F=8/31, P<0/01$ )، بچه بازی ( $F=8/24, P<0/01$ )، مبدل پوشی ( $F=4/007, P>0/05$ )، مؤثر بوده است؛ اما در یادگارپرستی تفاوت معناداری بین دو گروه ایجاد نشده است ( $F=6/623, P<0/05$ )؛ بنابراین آموزش تنظیم هیجانی نمرات مؤلفه های تماشاگری، نمایشگری، آزارخواهی، آزارگری، بچه بازی و مبدل پوشی ( $P<0/05$ )،  $F=6/623$  را کاهش داده است لذا فرضیه پژوهش تأیید می گردد.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی تنظیم هیجانی بر انحراف جنسی کاربران سایت های هرزه نگاری پرداخت. نتایج نشان داد آموزش راهبردهای تنظیم هیجانی بر ناپهنجاری های جنسی کاربران سایت های هرزه نگاری مؤثر است. به این معنا که آموزش تنظیم هیجانی باعث کاهش انحراف جنسی شده است. همخوان با یافته های پژوهش حاضر، کابر و همکاران (۲۰۰۹)، فاکتو و همکاران (۲۰۱۰) و سزار، سرنتاگوتا و هافمن (۲۰۱۰) مشاهده نمودند که تنظیم هیجان می تواند بر وسوسه ای استفاده از سایت های پورنوگرافی و هیجان منفی اثرگذار باشد. بین تنظیم هیجان و تکانش گری رابطه ای معنی دار وجود دارد. فاکتو و همکاران (۲۰۱۰) دریافتند که ارزیابی مجدد شناختی که از مهارت هایی است که با تنظیم هیجان همراه است. سزار، سرنتاگوتا و هافمن (۲۰۱۰) به این نتیجه رسیدند که افرادی که از راهبردهای تنظیم هیجان بیشتری استفاده می کنند وسوسه کمتر، هیجان منفی کمتر و سوگیری توجه کمتری را در برابر نشانه های استفاده از سایت های پورنوگرافی نشان می دهند. بعلاوه، پژوهش های داخلی از جمله برجعلی، اعظمی و چوپان (۱۳۹۵) نشان دادند که آموزش تنظیم هیجانی به روش گراس بر کاهش مشکلات هیجانی در افراد وابسته به مواد مخدر تأثیر دارد. اعظمی؛ سهرابی؛ برجعلی و چوپان (۱۳۹۳) نشان دادند که آموزش تنظیم هیجانی به روش گراس بر کاهش تکانش گری در افراد وابسته به مواد مخدر مؤثر است. اعظمی؛ سهرابی؛ برجعلی و چوپان، احمد (۱۳۹۲) نشان دادند که آموزش تنظیم هیجانی به روش گراس بر کاهش خشم در افراد وابسته به مواد مخدر تأثیر معنی دار دارد. در تبیین یافته های پژوهش حاضر می توان گفت که کاربران سایت های پورنوگرافی در موقعیت های مختلف به احتمال بیشتری به صورت تکانشی عمل می کنند و استعمال سیگار هم بر میزان



تکانشی بودن آن‌ها می‌افزاید. در نتیجه این افراد کمتر بر هیجانات خود کنترل دارند، لذا آموزش تنظیم هیجان به این افراد می‌تواند نقش مؤثری در کنترل و بازداری تکانه در این افراد ایفاء نماید که این موضوع در این پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. همسو با پیشینه نظری تحقیقات رفتار انحراف جنسی است که فرض کرده بودند انحراف جنسی یک رفتار جبرانی است که در تلاش برای کاهش یا تسکین علائم پریشانی مرتبط با مشکلات تنظیم هیجانی بروز می‌یابد (آدامز و رایبسون، ۲۰۰۱). رید و همکارانش (۲۰۰۸) در مطالعه خود بر روی افراد مراجعه‌کننده برای کمک به رفتار انحراف جنسی، گزارش دادند که بی‌ثباتی هیجانی، آسیب‌پذیری به استرس و آلکسی تایمیا - ناتوانی در شناسایی و توصیف هیجانات - با رفتار فزون کنشی جنسی رابطه دارند و جنبه‌های خاصی از آلکسی تایمیا ارتباط قوی‌تری با این اختلال داشت. همچنین رید و همکاران (۲۰۱۴) که ذهن‌آگاهی، تنظیم هیجان، تکانش‌گری و احتمال ابتلا به استرس را در افراد منحرف جنسی و عادی بررسی کرده بودند، برای افراد منحرف جنسی نمرات بالاتری در مشکلات تنظیم هیجانی نسبت به گروه عادی گزارش دادند. به‌طور کلی تحقیقات جدید با تشریح جنبه‌های مختلف اختلال انحراف جنسی، بر روی مشکلات هیجانی تمرکز کرده اند و آن را یک عامل تعیین‌کننده در این اختلال گزارش کرده اند که همسو با نتایج پژوهش حاضر است (رید و همکاران، ۲۰۱۴). افراد با مشکلات تنظیم هیجانی بیشتر، به احتمال زیاد بر استراتژی‌های ناسازگارانه و تکانشی (از قبیل رفتارهای جنسی پرخطر و مصرف مواد) برای تنظیم هیجانات منفی خود تکیه می‌کنند. در زمینه اینکه آموزش تنظیم هیجانی بر یادگارپرستی مؤثر نبود باید اذعان نمود که در یادگارپرستی **Fetishism** کانون میل جنسی معطوف به اشیایی نظیر کفش و جوراب و دستکش و جوراب شلواری و شورت و سوتین و چکمه است که ارتباط نزدیکی با بدن آدمی دارد. این اختلال با توجه به اینکه در دوره نوجوانی شروع می‌شود و پس از استقرار معمولاً به‌صورت مزمن در دوره‌های سنی دیگر درمی‌آید چندان در نوجوانان دیده نشد که آموزش‌های تنظیم هیجانی بر آن اثربخش باشد؛ بنابراین ممکن است این اختلال در سنین بالاتر که اکثر در مردها دیده می‌شود و فعالیت جنسی ممکن است مستقیماً معطوف به خود یادگار باشد (خود ارضایی با شورت) و یا ممکن است در رابطه جنسی بکار گرفته شود. هنگامی که فرد برای استفاده از سایت‌های پورنوگرافی تحت فشار قرار می‌گیرد، مدیریت ضعیف هیجان‌ها خطر انحراف جنسی را افزایش می‌دهد، بالعکس، مدیریت مؤثر هیجان‌ها خطر انحراف جنسی کاهش می‌دهد. همچنین افرادی که تنظیم هیجانی مثبت بالایی دارند، در پیش‌بینی خواسته‌های دیگران توانایی بیشتری دارند. آن‌ها فشارهای ناخواسته دیگران را درک و هیجان‌های خود را بهتر مهار می‌کنند و در نتیجه در برابر انحراف جنسی مقاومت بیشتری نشان می‌دهند. در مقابل کسانی که تنظیم هیجانی مثبت پایینی دارند برای مقابله با هیجان‌های منفی خود عموماً به‌سوی انحراف جنسی کشیده می‌شوند. به نظر می‌رسد که افراد وابسته به سایت‌های پورنوگرافی در مؤلفه‌های مدیریت هیجانی، تصمیم‌گیری، کنترل عواطف خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی توانایی کافی و مناسبی برای از میان برداشتن کمبودهای یادشده و خودداری از انحراف جنسی ندارند. غربالگری کودکان و نوجوانان برای مشاهده پورنوگرافی باید یک جنبه معمول از مراقبت‌های بهداشتی کودکان باشد. برای کودکان کمتر از ۱۲ سال، معاینه آنوزیتال، که باید بخشی از تمام معاینات کودک خوب باشد، فرصت مناسبی برای پرسیدن چند سوال غربالگری ارائه می‌دهد. معاینات تناسلی باید شامل آموزش در مورد مفهوم قسمت‌های خصوصی و اینکه کودک در صورت لمس اندام‌های خصوصی چه کاری باید انجام دهد و پرسیدن اینکه آیا چنین چیزی تابه‌حال برای آن‌ها اتفاق افتاده است باشد (هورنور،

۲۰۱۳). همچنین از آن‌ها بپرسید که آیا تابه‌حال عکس، فیلم یا فیلم افرادی را بدون لباس دیده‌اند یا خیر. اگر پاسخ مثبت است، کاوش کنید. بپرسید که آن‌ها تصاویر را کجا مشاهده کردند، افرادی که لباسشان را پوشیده بودند چه کار می‌کردند، آیا کسی تصاویر را به آن‌ها نشان می‌دهد، و آیا آن‌ها تصاویر را یک‌بار یا بیش از یک‌بار مشاهده کرده‌اند. کودکان کمتر از ۱۲ سال که به‌طور مکرر به دنبال تماشای پورنوگرافی هستند نیاز به ارجاع به یک ارائه‌دهنده سلامت روان برای کاوش بیشتر در مورد رفتار دارند. برای نوجوانان ۱۲ ساله و بالاتر، بحث در مورد فعالیت جنسی باید شامل ارزیابی مشاهده احتمالی پورنوگرافی باشد. در صورت مثبت بودن مشاهده، سعی کنید تعداد دفعات مشاهده را تعیین کنید. مهم است که در مورد صمیمیت جنسی سالم با نوجوانان مستهجن صحبت کنیم و تأکید کنیم که آنچه آن‌ها در پورنوگرافی مشاهده می‌کنند روابط صمیمانه معمولی در زندگی واقعی را به تصویر نمی‌کشد. نوجوانانی که مشاهده مشکل‌ساز پورنوگرافی (بیش‌ازحد، مختل کردن زندگی مدرسه، اجتماعی یا خانوادگی) را فاش می‌کنند نیز نیاز به مداخله با یک متخصص سلامت روان دارند که در رسیدگی به این نگرانی مهارت داشته باشد. پورنوگرافی آنلاین به‌راحتی در دسترس کودکان و نوجوانان آمریکایی است. تماشای پورنوگرافی می‌تواند منجر به انواع پیامدهای نامطلوب سلامتی شود. روان‌شناسان‌ها باید مدارس را ترغیب کنند تا برنامه‌های آموزش جنسی جامعی را ارائه دهند که شامل اصول روابط صمیمانه سالم و نیز اصول اولیه سواد اینترنتی باشد (شورای ارتباطات و رسانه، ۲۰۱۰). روان‌شناسان همچنین باید تحقیق در مورد تأثیر تماس جنسی در رسانه‌های آنلاین بر کودکان و نوجوانان را تشویق کنند و در آن شرکت کنند. با مشارکت در حمایت دولتی، روان‌شناسان می‌توانند برای اجرای مقررات سخت‌گیرانه اینترنت برای کنترل بهتر دسترسی کودکان و نوجوانان به پورنوگرافی آنلاین لابی کنند. درنهایت، روان‌شناسان می‌توانند با ترکیب رفتارهای تمرینی برای ارزیابی بهتر قرار گرفتن در معرض پورنوگرافی و ارائه مداخلات مناسب در صورت لزوم، تفاوت‌های فوری در زندگی کودکان و نوجوانان ایجاد کنند. مشاهده پورنوگرافی درواقع یک مشکل مراقبت‌های بهداشتی کودکان است و روان‌شناسان باید در رسیدگی به این مشکل احساس راحتی و اطمینان داشته باشند. این پژوهش همانند سایر پژوهش‌ها دارای محدودیت‌هایی نیز بود عدم برخورداری کافی از منابع علمی داخلی و خارجی، به‌ویژه عدم نظریه‌های مشخصی در رابطه با برخی متغیرهای پژوهش و دشواری همکاری پاسخگویان و جلب رضایت آنان جهت تکمیل پرسشنامه‌ی پژوهش پیشنهاد می‌شود از نمونه‌هایی با حجم بزرگ‌تر برای دستیابی به‌اندازه اثر واقعی برنامه استفاده شود. ازآنجا که در پژوهش حاضر، صرفاً از روش درمان گروهی استفاده شد، توصیه می‌شود مقایسه اثربخشی‌های انفرادی در درمان مذکور نیز موردبررسی قرار گیرد و نتایج فردی و گروهی با یکدیگر مقایسه شوند. با توجه به یافته‌های این پژوهش مبنی بر تأثیر آموزش تنظیم هیجان بر کاهش انحراف جنسی پیشنهاد می‌شود دست‌اندرکاران و برنامه‌ریزان مسائل آموزش و پرورش آموزش تنظیم هیجان را در برنامه تحصیلی دانش‌آموزان وارد کنند. همچنین با توجه به اینکه اکثر نوجوانان امروزی در فضای مجازی و اینترنت به سر می‌برند ناخودآگاه کنجکاوی به‌طرف سایت‌های هرزه نگاری و پورن دور از انتظار نیست که لازم است قبل از ورود به فضای مجازی آموزش تنظیم هیجانی توسط والدین یا مدارس به نوجوانان داده شود.

## منابع

- خالقیان، آرزو؛ سجادیان، ایلناز؛ فاتحی‌زاده، مریم و منشی، غلامرضا (۱۳۹۸). بررسی نقش میانجی نگرش به هرزه نگاری و خود کنترلی در رابطه بین پایبندی مذهبی و میل به هرزه نگاری اینترنتی. پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۹(۳۶)، ۷۲-۵۵.
- خیاط، ابراهیم؛ عطاری، یوسفعلی؛ کرابی، امین (۱۳۹۷). پیش‌بینی گرایش به خیانت بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی در افراد متاهل. پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۸(۳۱)، ۸۷-۱۰۲.
- درویش ملا، مهدی؛ نیک منش، زهرا. (۱۳۹۶). بررسی ویژگی‌های روانشناسی نسخه فارسی مقیاس استفاده مشکل‌زا از هرزه نگاری (اعتیاد به هرزه نگاری). روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۸(۲۷)، ۶۴-۴۹.
- رافضی، زهره و یگانه، پوریا (۱۳۹۸). پیش‌بینی تمایل به خرید اینترنتی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی: مدل صفات هگزاکو. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۹(۳۵)، ۲۱-۳۲.
- سادوک و سادوک (۱۳۸۷). خلاصه روانپزشکی علوم رفتاری. روانپزشکی بالینی. ترجمه فرزین رضاعی، جلد دوم، چاپ پنجم، ویراست دهم: تهران، انتشارات ارجمند.
- شرافشان، ناهید؛ عسکری‌زاده، قاسم؛ باقری، مسعود (۱۳۹۶). رابطه بین هراس اجتماعی، سلامت معنوی و رضایت از زندگی با اعتیاد به اینترنت. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۷(۲۵)، ۷۷-۹۴.
- موسوی، سید ولی‌الله؛ عاطفی کرجوندانی، ستاره؛ رضائی، سجاد پرتو، زهرا (۱۳۹۶). مقایسه رضایت زناشویی، سازگاری و صمیمیت زناشویی در دانشجویان متاهل با و بدون استفاده از شبکه‌های تلویزیونی مستقر در خارج از کشور (ماهواره). پژوهش‌های روان‌شناختی اجتماعی، ۷(۲۸)، ۸۳-۱۰۰.
- Babchishin, K. M., Hanson, R. K., & Hermann, C. A. (2011). The characteristics of online sex offenders: A meta-analysis. *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, 23 (1), 92-123.
- Clevenger, S.L., Navarro, J.N., & Jasinski, J.L. (2016). A Matter of Low Self-control? Exploring Differences between child pornography possessors and child pornography producers /distributers using self-control theory. *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment*, 28(6), 555-571.
- Davison, G.C., Neale, J.M., Kring, A.M. (2004). *Abnormal Psychology* (9 th. ed) New York: John Wiley And Sons.
- Gratz, K.L, Gunderson, J.G. (2009). Preliminary data on an acceptance-based emotion regulation group intervention for deliberate self-harm among women with borderline personality disorder. *Behav Ther*.
- Hamilton, K.E., Wershler, J.L., Macrodimitris, S.D., Backs-Dermott, B.J., Ching, L.E., Mothersill, KJ. E. (2012). xploring the effectiveness of a mixed-diagnosis group cognitive behavioral therapy intervention across diverse populations. *Cogn Behav Pract*, 19(3), 472-82.
- Hofeman, S. (2006). Perception of Control Over Anxiety Mediates the Relation Between Catastrophic Thinking and Social Anxiety in Social Phobia. *Behavior Research and Therapy*, 43,885-895.
- Kashdan, T.B. (2002). Social Anxiety Dimensions, Neuroticism And The Contours Of Positive Psychological Functioning. *Cognitive Therapy And Research*, 26, 789-810.
- Malamuth, N. (2011). Pornography, in N.J. Smelser and P.B. Baltes (ed.) *International Encyclopedia of Social and Behavioral Sciences*, 17, Elsevier: Amsterdam, New York.
- Mauss, I.B., Evers, C., Wilhelm, F.H., Gross, J.J. (2016). How to bite your tongue without blowing your top: Implicit evaluation of emotion regulation predicts affective responding to anger provocation. *Pers Soc Psychol Bull*, 32(5), 589-602.

- Milas, G., Wright, P., Štulhofer, A. (2019). Longitudinal assessment of the association between pornography use and sexual satisfaction in adolescence. *The Journal of Sex Research*, 1, 1-13.
- Rezvan, S., Bahrami, F., Abedi, MR. (2009). The effect of emotional regulation on students' happiness and intellectual rumination. *Iranian Journal of Psychiatry & Clinical Psychology*, 13, 251-7.
- Stravynski, A., Boncl, S., Amado, D. (2004). Cognitive Causes of Social Phobia: Acriticalappraisal. *ClinpsycholRev*, 24(2), 421-440.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Tulbure, B.T. (2011). The Efficacy of Internet Supported Interrention for Social Anxiety Disorder: A Breif Meta: Analytic Review. *Journal Sociality Behavior Science*, 30, 552-557.
- Wittchen, H., Fueetsch, M., Sonntag, H., Mueller, N., Liebowitz, M. (2000). Disability And Quality Of Life In Pure And Comorbid Social Phobia: Finding From A Controlled Study. *Europe Psychiatry*, 15, 58-46.
- Wright, P. J., Tokunaga, R.S., Kraus, A., Klann, E. (2017). Pornography consumption and satisfaction: A meta-analysis. *Human Communication Research*, 43(3), 315-343.