

بررسی نقش بهزیستی روانشناختی و تنظیم هیجانی بر تنوع طلبی جنسی مردان متأهل

شهره بانو پرخوا^۱ و مصطفی فروتن^۲

۱ کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ساوه، تهران

۲ دانشجوی دکتری علوم تربیتی دانشگاه علوم تحقیقات تهران

چکیده

مقدمه: با توجه به شیوع بالای روابط فرازناشویی به ویژه در میان مردان ضرورت توجه به این مساله در جهت حفظ کانون خانواده ها مطرح شده است. هدف: این مطالعه باهدف بررسی نقش و همبستگی بهزیستی روان شناختی و راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی در تنوع طلبی جنسی مردان متأهل صورت گرفته است. روش: بدین منظور ۲۰۰ نفر از مردان متأهل بر اساس معیارهای ورود و خروج از مطالعه انتخاب و با پرسشنامه های استاندارد مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده های به دست آمده در نرم افزار SPSS با استفاده از روشهای آماری توصیفی، همبستگی پیرسون و رگرسیون تحت آنالیز قرار گرفتند. یافته ها: نتایج حاصل از آنالیز نشان داد بین بهزیستی روانشناختی و زیر مولفه های آن با تنوع طلبی جنسی مردان رابطه وجود دارد نتایج مشابهی در مورد راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی نیز مشاهده گردید. این دو متغیر توانستند ۲۹ درصد از واریانس تغییرات تنوع طلبی جنسی را پیش بینی کنند و متغیر راهبردهای تنظیم هیجان پیش بینی کننده قوی تری بود. نتیجه گیری: بر اساس یافته های این تحقیق و دیگر تحقیقات به نظر میرسد توجه به هیجانات و آموزش راهبردهای مناسب میتواند در افرادی که با چنین مشکلی مواجه هستند کمک کننده باشد.

واژه های کلیدی: بهزیستی روان شناختی، راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی، تنوع طلبی جنسی مردان

مقدمه:

به طور معمول افرادی که ازدواج میکنند انتظار دارند رابطه ای تک همسری داشته باشند و مخالفتها با روابط جنسی فرا زناشویی شدید است (جانسون^۱ و همکاران، ۲۰۰۲). تعجب آور نیست که بگوییم متنوع طلبی جنسی بر طول دوره زناشویی تاثیر مخربی دارد و همواره یکی از دلایل اصلی طلاق بوده است. به طور ی ۳۱ درصد از مردان و ۴۵ درصد از مردان دلیل طلاق خود را خیانت همسر ذکر کرده اند (آماتو و پرویتی^۲، ۲۰۰۳). از طرفی این تنوع طلبیها موجب گسترش بیماریهایی مانند ایدز، هیپاتیت یا بیماریهای مقاربتی مقاوم به درمان در زوج و دیگر شریکهای جنسی میشود (سیورستان^۳ و همکاران، ۲۰۱۳). آلن^۴ و همکارانش (۲۰۰۵) میگویند اگر بخواهیم به طور کلی در این مورد نظر بدهیم واقعیت این است که اغلب افراد معمولا از قبل برنامه ای برای داشتن چنین رابطه ای ندارند. با توجه به اینکه ارتکاب این عمل در سطح فردی و اجتماعی پیامدهای سنگینی دارد با این وجود افراد مرتکب خیانت میشوند و این سوال پیش می آید که چه چیزی این افراد را آسیب پذیر میکند؟ یکی از دلایل این تمایل که در برخی پژوهشها نیز مد نظر قرار گرفته است مسایل مربوط به هیجان خواهی و اختلالات شخصیتی مانند اختلال شخصیت ضد اجتماعی است. در مبحث اعتیاد جنسی، هیجان وتنظیم هیجان به عنوان عوامل سبب شناسی مطرح و عنوان شده است که اعتیاد جنسی مکانیزمی برای تنظیم خلق می باشد. در پژوهش های متفاوتی به نقش هیجان خواهی در ایجاد روابط متعدد جنسی اشاره شده است (علی پور و همکاران، ۱۳۹۴). سطح پایین تنظیم هیجانی که ناشی از ناتوانی در مقابله مؤثر با هیجان ها و مدیریت آنهاست، در عملکردهایی مانند مصرف مواد یا ارتکاب جرم و تکانه های جنسی نقش دارد (پارکر^۵ و همکاران، ۲۰۰۸). هنگامی که فرد برای انجام عملی مانند نیاز جنسی احساس فشار یا اجبار میکند توانایی مدیریت هیجان ها باعث میشود که فرد در موقعیتهایی که احتمال برانگیختگی بالاست، از راهبردهای مقابله ای مناسب استفاده کند. افرادی که تنظیم هیجانی بالایی دارند، در پیش بینی توانایی بیشتری دارند. آنها فشارهای ناخواسته را درک و هیجان های خود را بهتر مهار می کنند و در نتیجه در برابر محرکها مقاومت بیشتری نشان میدهند ولی در مقابل، کسانی که تنظیم هیجانی پایینی دارند در مقابله با هیجان های منفی خود مشکل دارند (بشرپور و همکاران، ۱۳۹۲).

در سبب شناسی اعتیاد جنسی، اختلال در تنظیم هیجان، اختلال در بازداری رفتاری و انحراف سیستم حساسیت به پاداش مطرح شده است (لیسچ^۶ و همکاران، ۱۹۹۶). تنوع طلبی جنسی افراطی علاوه بر تهدید کانون خانواده سلامت خود فرد را نیز ممکن است تحت تاثیر قرار دهد. بهزیستی روان شناختی را می توان واکنشهای عاطفی و شناختی به ادراک ویژگیها و توانمندیهای مشخصی پیشرفت بسنده، تعامل کارآمد و مؤثر با جهان پیوند رابطه مطلوب با جمع و اجتماع و پیشرفت مثبت در طول زمان تعریف کرد. این حالت می تواند مولفه هایی مانند رضایت از زندگی، انرژی و خلق مثبت را نیز در بر گیرد (کارادماس^۷، ۲۰۰۷).

از طرفی یکی از مفاهیم اصلی الگوی سلامت بهزیستی است اصولاً از دیرباز دورویکرد اصلی در تعریف بهزیستی وجود داشته است. رویکرد مبتنی بر لذت گرایی که معتقد است بهزیستی به معنی به حداکثر رساندن لذت و به حداقل رساندن درد است (ریان ودسی^۸، ۲۰۰۱). با توجه به اینکه یکی از انگیزه های اصلی افراد تنوع طلب رسیدن به لذت بالا است. از طرفی نابهنجاریها و مشکلات جنسی با بهزیستی و سلامت روانی رابطه متقابل دارند و یکدیگر را به طرز قابل توجهی تحت تاثیر قرار میدهند. این

¹ Johnson

² Amato PR, Previti

³ Syvertsen, J

⁴ Allen

⁵ Parker

⁶ Lesch

⁷ Karademas

⁸ Ryan, R. M., & Deci

عوامل موجب میشود که بین میل جنسی و عملکرد جنسی رابطه تنگاتنگی با بهزیستی روانشناختی ایجاد شود (دانکان^۹ و همکاران، ۲۰۰۹).

در کشورهای مختلف درباره عوامل و دلایل وجود پدیده رابطه خارج از محدوده زناشویی و تنوع طلبی جنسی روش های درمان و پیشگیری آن تحقیقات و نظریات مختلفی بیان شده است؛ اما در کشورمان هنوز پژوهش علمی و چشمگیری در این زمینه نشده است (شیردل، ۱۳۸۵). بنابراین با توجه به نتایج مرور تحقیقات قبلی و نبود تحقیقات بومی در زمینه رابطه راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی و بهزیستی روانی در مردان متاهلی که تنوع طلبی جنسی دارند، محقق در صدد بر آمد تا به این سوال پاسخ دهد که آیا بین راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی و بهزیستی روانشناختی با تنوع طلبی جنسی مردان متاهل رابطه وجود دارد؟

۲. روش

این پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی پیش بینی است. در این تحقیق متغیرهای پیش بین بهزیستی روانشناختی، نظم جویی هیجانی متغیر پیش بین و تنوع طلبی جنسی مردان متاهل متغیر ملاک یا وابسته این پژوهش هستند.

۱-۲. جامعه آماری، نمونه گیری

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مردان متاهلی میشد که در طی سال ۱۳۹۴ به کلینیک های خانواده دانشگاه شهید بهشتی مراجعه کردند.

نمونه گیری به روش مبتنی بر هدف و بر اساس معیارهای ورود و خروج از مطالعه صورت گرفت و از میان مراجعه کنندگان مرد متاهلی که تشخیص تنوع طلبی جنسی دریافت کرده بودند ۲۰۰ نفر به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند. معیارهای خروج و ورود به مطالعه شامل موارد زیر میشدند: ملاک ورود و خروج از مطالعه؛ عدم اعتیاد به مواد مخدر یا الکل؛ زندگی مشترک بیش از یک سال؛ تاهل؛ نداشتن بیماری مزمن جسمی؛ داشتن تحصیلات حداقل متوسطه؛ سن بین ۲۰-۵۰ سال

۲-۲. ابزار

۱) پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف

این پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ توسط کارل ریف و بر اساس رابطه صفات شخصیتی با شاخص های بهزیستی روانشناختی موجود در سنجه هایی مانند مقیاس تعادل عاطفی برادپورن رضایت زناشویی نیو گارتن و حرمت خود روزنبرگ ساخته شد. مقیاس های به زیستی روانشناختی دارای شش خرده مقیاس پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خود مختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط است. در فرم ۸۴ سؤالی هر عامل دارای ۱۴ پرسش است. از آزمودنی در خواست می شود پرسش ها را خوانده و نظر خود را بر روی یکی از گزینه های شش گانه کاملاً مخالف تا کاملاً موافق نشان دهد. برای هر پرسش نمره های یک تا شش داده می شود. نمره بالاتر بیانگر بهزیستی روانشناختی بهتر است. مولفه ۱: زیر مقیاس پذیرش خود؛ مولفه ۲: زیر مقیاس روابط مثبت با دیگران؛ مولفه ۳: زیر مقیاس خود مختاری؛ مولفه ۴: زیر مقیاس تسلط بر محیط؛ مولفه ۵: زیر مقیاس زندگی هدفمند؛ مولفه ۶: زیر مقیاس رشد فردی. روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف توسط دکتر علی اصغر بیایی، عاشور محمد کوچکی، علی بیایی (۱۳۸۷) انجام شد. ضریب پایایی به روش بازآزمایی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف ۰/۸۲ و خرده مقیاس های پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خود مختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۷، ۰/۷۸، ۰/۷۷، ۰/۷۰ و ۰/۷۸ به دست آمد که از نظر آماری معنی دار بود. همبستگی مقیاس بهزیستی روانشناختی با مقیاس رضایت از زندگی، پرسش نامه شادکامی آکسفورد و پرسش نامه عزت نفس روزنبرگ به ترتیب ۰/۴۷، ۰/۵۸ و ۰/۴۶ به دست آمد (ریف، ۱۹۸۶).

۲) پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان^{۱۰}

این پرسش نامه توسط گارنفسکی^{۱۱} و همکاران در سال ۲۰۰۱ در کشور هلند به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی که هر فرد بعد از تجربه رخداد‌های تهدید کننده یا استرس های زندگی به کار میبرد ابداع شده است. دارای ۳۶ سوال بوده و هدف آن سنجش خرده مقیاس های نظم جویی هیجان (ملاط خویش، پذیرش، نشخوار گری، تمرکز مجدد مثبت؛ تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه گیری، فاجعه سازی، ملاط دیگران) است. خرده مقیاس نسخه ی فارسی پرسشنامه ی نظم جویی شناختی هیجان همسانی درونی خوبی داشتند (دامنه ی آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ بود). نمره های ماده و نمره های کلی خرده مقیاس های مطابق به صورت معنادار همبسته بودند (۲=۴۶ تا ۲=۷۵) و ارزش ضرایب همبستگی بازآزمایی (۰/۵۱ تا ۰/۷۷) بیانگر ثبات مقیاس بود. نتایج تحلیل مؤلفه ی اصلی از الگوی ۹ عاملی اصلی پرسشنامه ی نظم جویی شناختی هیجان حمایت کرد که ۷۴ درصد واریانس را تبیین می کرد. درجه ی روابط درونی بین خرده مقیاس ها نسبتاً بالا بود (۰/۳۲ تا ۰/۶۷). در نهایت، با مد نظر قرار دادن روایی ملاکی، خرده مقیاس های نسخه ی فارسی پرسشنامه ی نظم جویی شناختی هیجان (CERQ-P) به صورت خاص با علائم افسردگی همبسته بودند. اعتبار و روایی آن در سال ۱۳۸۹ توسط حسنی صورت پذیرفته است (بیانی، ۱۳۸۷).

۳) پرسشنامه تنوع طلبی جنسی^{۱۲}

در ابتدا نویسنندگان این پرسش نامه را با پنج خرده مقیاس تنظیم کردند. سپس بعد از بررسی های مداوم اعتبار و روایی، این پرسشنامه با سه خرده مقیاس: تنوع طلبی جنسی، صمیمیت جویی و جهت گیری اخلاقی نظری ویرایش شد (عارف نظری و همکاران، ۲۰۱۱).

۱- خرده مقیاس صمیمیت^{۱۳} با ۱۳،۱۹٪ از واریانس کل با اعتبار = ۰،۹۴. بنابراین اندازه گیری یک نوع از تمایلات جنسی که در آن هدف اول ایجاد رابطه عاشقانه می باشد.

۲- خرده مقیاس جهت گیری اخلاقی^{۱۴} ۲۳،۴۷٪ از واریانس کل با اعتبار = ۰،۸۳. تمایل فرد به بررسی معیارهای اخلاقی فرد در روابط جنسی خود و اهمیت آن را نشان می دهد.

۳- خرده مقیاس رفتاری تنوع جنسی^{۱۵} به دنبال ۱۱،۱۵٪ از واریانس کل با اعتبار = ۰،۸۴. تمایل فرد به داشتن رابطه جنسی با شرکای مختلف و یا به شیوه های مختلف برقراری رابطه را نشان می دهد.

۲-۳: روش های آماری تحلیل داده ها

بعد از پایان یافتن کار جمع آوری اطلاعات و حذف پرسشنامه های ناقص و مشکل دار، داده های ۲۰۰ پرسشنامه باقیمانده ثبت گردید. بر این اساس، پرسشنامه ها مجدداً شماره گذاری شده و اطلاعات هر کدام از آن ها کدگذاری گردید. کدهای داده شده به سؤالات پرسشنامه ها وارد کامپیوتر شده و با استفاده از بسته نرم افزار کامپیوتری (SPSS-20) در محیط ویندوز تحلیل شد. در تحلیل داده ها، ابتدا با استفاده از روش های آمار توصیفی مانند جداول توافقی توزیع فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد و رگرسیون چند متغیری و مورد بررسی قرار گرفتند.

۳. نتایج

سوال اصلی: آیا بهزیستی روانشناختی و راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی تنوع طلبی جنسی را در مردان متأهل پیش بینی میکنند؟

10 CERQ-P
11 Garnefski
12 sexual variety seeking scale
13 Seeking Intimacy
14 Moral Orientation
15 Sexual Variety Seeking

جدول ۱: نتایج مربوط به ضرایب تبیین رگرسیون جهت پیش بینی تنوع طلبی جنسی مردان بر اساس بهزیستی روانشناختی و راهبردهای تنظیم هیجان

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	R	R2	ضریب تعیین تصحیح شده	خطای معیار
تنوع طلبی جنسی	راهبردهای تنظیم هیجان	a. ۰/۱۹۳	۰/۳۷	۰/۰۳۳	۱۱/۴۰
	بهزیستی روانشناختی	b. ۰/۲۶۱	۰/۰۶۸	۰/۰۵۹	۱۱/۲۵

نتایج جدول نشان می‌دهد که میزان ضریب همبستگی راهبردهای تنظیم هیجان (R) با متغیر اضطراب ۰/۱۹۳ به دست آمده است. در این مرحله میزان ضریب تعیین برابر با $R^2=۰/۳۷$ و ضریب تعیین تعدیل شده برابر با ۰/۰۳۳ می‌باشد. به عبارت دیگر بر اساس ضریب تعیین محاسبه شده ۰/۰۳۳ درصد از تغییرات تنوع طلبی جنسی توسط راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی تبیین می‌شود. در مرحله بعد با اضافه شدن بهزیستی روانشناختی همبستگی به ۰/۲۶۱، $R^2=۰/۰۶۸$ و ضریب تعیین تعدیل شده به ۰/۰۵۹ ارتقا می‌یابد. این به این معناست که بهزیستی روانشناختی و راهبردهای تنظیم هیجان شناختی رفتاری در این مطالعه توانسته‌اند ۰/۰۵۹ درصد از تغییرات تنوع طلبی جنسی مردان متاهل را تبیین کنند.

جدول ۲: تحلیل واریانس رگرسیون جهت پیش بینی تنوع طلبی جنسی

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی	اثر رگرسیون	۱۰۰۲/۰۱۲	۱	۱۰۰۲/۰۱۲	۷/۷۰۲	*۰/۰۰۶
	باقیمانده	۲۵۷۵۹/۷۴۳	۱۹۸	۱۳۰/۱۰۰		
	کل	۲۶۷۶۱/۷۵۵	۱۹۹			
بهزیستی روانشناختی	اثر رگرسیون	۱۸۲۷/۳۶۹	۱	۶۸۴/۹۱۳	۷/۲۱۹	**۰/۰۰۱
	باقیمانده	۲۴۹۳۴/۳۸۶	۱۹۷			
	کل	۷۵۵/۲۶۷۶۱	۱۹۹			

همان گونه که در جدول ملاحظه می‌شود راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی با مقدار $F(۱,۱۹۸)=۷/۷۰۲$ در سطح ۹۵ درصد ($sig=۰/۰۰۶$) معنی دار می‌باشند. علاوه بر آن بهزیستی روانشناختی نیز با مقدار $F(۱,۱۹۷)=۷/۲۱۹$ در سطح ۹۹ درصد ($sig=۰/۰۰۱$) معنی دار می‌باشند.

جدول ۳: نتایج مربوط به ضریب همبستگی رگرسیون

مرحل	B	SE	Beta	t	sig
مقدار ثابت	۱۴۵/۵۴۹	۹/۰۳۹		۱۶/۱۰۲	۰/۰۰۰
راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی	۰/۲۵۱	۰/۰۹۱	۰/۱۹۳	۲/۷۷۵	۰/۰۰۶
مقدار ثابت	۱۶۷/۱۲۷	۱۲/۲۸۴		۱۳/۶۰۶	۰/۰۰۰
راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی	۰/۲۷۷	۰/۰۹۰	۰/۲۱۳	۳/۰۷۸	۰/۰۰۲
بهزیستی روانشناختی	-۰/۰۷۹	۰/۰۳۱	-۰/۱۷۷	-۲/۵۵۴	۰/۰۱۱

بر اساس مقدار بتا (B) ضریب راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی (۰/۲۵۱) است. بر اساس بتای به دست آمده برای راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی به ازای هر واحد تغییر در انحراف معیار در تنظیم راهبردها به اندازه ۰/۱۹۳ واحد تغییر در تنوع طلبی جنسی مردان متاهل شرکت کننده در این مطالعه ایجاد می‌شود. در مرحله دوم با افزوده شدن بهزیستی روانشناختی این مقدار به ۰/۲۱۳ تغییر می‌کند البته میزان تاثیر بهزیستی روانشناختی نسبت به راهبردهای تنظیم هیجانی شناختی کمتر است و تنها ۰/۱۷۷ مقدار تغییر به ازای هر انحراف معیار تغییر می‌تواند در نمرات تنوع طلبی جنسی تغییر ایجاد کند.

۴. بحث و نتیجه گیری

بررسی سؤال اصلی این تحقیق مبنی بر اینکه آیا بهزیستی روان‌شناختی و راهبردهای تنظیم هیجانی با تنوع‌طلبی جنسی مردان متأهل در ارتباط است و می‌تواند آن‌ها را پیش‌بینی کند در نتایج تحلیل رگرسیون حاکی از این بود که راهبردهای تنظیم هیجانی نسبت به بهزیستی روان‌شناختی پیش‌بینی کننده قوی‌تری است. در این میان بزرگ‌ترین تفاوت، مربوط به مؤلفه‌های متغیر دشواری تنظیم هیجانی در گروه‌ها به دشواری‌های کنترل تکانه برمی‌گردد. به عبارتی کسانی که دست به اعمال جنسی پرخطر می‌زنند بیش از دیگران دست به واکنش سریع و بدون تفکر و آینده‌نگری می‌زنند که ممکن است نتایج ناخوشایندی برای آنان به دنبال داشته باشد. این یافته در مطالعات مختلف تکرار شده است.

دکمان^{۱۶} و همکاران در مطالعه خود، به‌عنوان مثال دریافته‌اند که افراد عجول، بی‌احتیاط و بی‌پروا بیش از سایرین در رفتارهای جنسی پرخطر درگیر می‌شوند. از نظر این محققان سطوح مختل تکانش‌گری می‌تواند پیش‌بینی کننده مناسبی برای دست زدن به اعمال غیر عرفی مانند تنوع‌طلبی و خیانت به همسر باشد.

همچنین بررسی رابطه بین سن و مدت ازدواج با تنوع‌طلبی جنسی و زیرمقیاس‌های آن نشان می‌داد در گروه شرکت‌کننده با افزایش سن و مدت ازدواج نمرات تنوع‌طلبی کاهش می‌یافت. دی ماریس^{۱۷} (۲۰۰۹) نیز نتایج مشابهی گزارش کرده است. اگرچه این یافته در خصوص تحصیلات صادق نبود و بین تحصیلات و تنوع‌طلبی جنسی مردان رابطه معناداری مشاهده نشد. به نظر می‌رسد افراد در هر سطح تحصیلاتی ممکن است درگیر روابط ارج زناشویی شوند هرچند با توجه به اینکه ۵۶ درصد از افراد در سطح کاردانی و کارشناسی بودند و تنها ۶ درصد تحصیلات دکتری داشتند و توزیع شرکت‌کنندگان در این خصوص نابرابر بود در این مورد نمی‌توان اظهار نظر جدی کرد.

شیردل (۱۳۸۵) نیز گزارش می‌کند که در مطالعه میزان تنوع‌طلبی افراد نتایج نشان داد که مردان تنوع‌طلب بوده و مردانی که مدت ۱ تا ۱۰ سال از زمان ازدواجشان می‌گذرد، تنوع‌طلب‌تر از مردانی هستند که مدت ۱۱ تا ۲۰ سال می‌گذرد احتمال می‌رود مردان جوان‌تر هنوز تعهد لازم را نسبت به زندگی مشترک ندارند و در مقابل، مردان میان‌سال مدت‌زمان بیشتری را صرف ارتقاء شغلی و برآورده کردن نیازهای اعضای خانواده می‌کنند و شاید همین امر موجب شده است که در پژوهش حاضر مردان جوان‌تر از میزان تنوع‌طلبی در روابط جنسی نمرات بالاتری کسب کنند.

در کل به نظر می‌رسد مطالعه عوامل مرتبط با تنوع‌طلبی جنسی که هیجان و شناخت بخش مهمی از آن را می‌تواند شکل دهد از اهمیت بالایی برخوردار است به‌ویژه که نتایج حاکی از ارتباط معکوس با راهبردهای مثبت بود؛ بنابراین به نظر می‌رسد طراحی نمایش و دوره‌های آموزشی بر مبنای تنظیم هیجان، خودکنترلی، آموزش ارتباطات می‌تواند در این زمینه مثر تر باشد.

منابع

- بشر پور، سجاد (۱۳۹۲)، ارتباط نظ مجویی شناختی هیجان و کنترل هوشمند با شدت وابستگی و ولع مصرف در افراد با وابستگی به مواد. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد، سال هفتم، شماره بیست و هشتم، ۱۳۱-۱۴۶
- بیانی، علی اصغر، گودرزی، حسنیه، کوچکی عاشور، محمد (۱۳۸۶)، رابطه ابعاد بهزیستی روان‌شناختی و سلامت عمومی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد آزاد شهر، دانش و پژوهش در روان‌شناسی، شماره سی و پنجم و سی و ششم، بهار و تابستان ۱۳۸۷ ص ۱۶۴ - ۱۵۳
- شیردل، ملیحه (۱۳۸۵)، عوامل گرایش زنان و مردان متأهل به رابطه نامشروع جنسی، فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، سال ششم، شماره ۲۲، ص ۱۳۸-۱۴۸
- علی پور فرشید، سعیدپور صابر، حسنی جعفر. (۱۳۹۴). بررسی هیجان خواهی در افراد مبتلا به اعتیاد جنسی، اعتیاد به محرک‌ها، اعتیاد به مواد افیونی و افراد بهنجار. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۲۵ (۱۲۵): ۱۳۵-۱۳۸

- میکاییلی منیع فرزانه.(۱۳۸۹). بررسی ساختار عاملی مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف در بین دانشجویان دانشگاه ارومیه. پژوهش های نوین روانشناختی (روانشناسی دانشگاه تبریز) : ۵ (۱۸):۱۴۳- ۱۶۵ .
- Allen ES, Atkins DC, Baucom DH, Snyder DK, Gordon KC, Glass SP.(2005). Intrapersonal, interpersonal, and contextual factors in engaging in and responding to extramarital involvement. *Clinical Psychology: Science and Practice*.12:101– 30
- Amato PR, Previti D. (2003). People's reasons for divorcing: Gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues* 24:602–626.
- Arefnazari, M., Ahmadi, M., Bakht, S., Peyvandi, P., RafatMah, A., Shahnazari, M., & Nasrollahi, B. (2011). The Sexual Variety Seeking Scale. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 412-415.
- Deckman T, DeWall NC.(2011). Negative urgency and risky sexual behaviors: A clarification of the relationship between impulsivity and risky sexual behavior. *Pers Individ Differ* ,51(5): 674-678.
- DeMaris, A. (2009). Distal and proximal influences on the risk of extramarital sex: A prospective study of longer duration marriages. *Journal of sex research*, 46(6), 597-607.
- Duncan, S., Talbot, A., Sheldrick, R., & Caswell, H. (2009). Erectile function, sexual desire, and psychological well-being in men with epilepsy. *Epilepsy & Behavior*, 15(3), 351-357.
- Johnson, C. A., Stanley, S. M., Glenn, N. D., Amato, P. R., Nock, S. L., Markman, H. J., & Dion, M. R. (2002). Marriage in Oklahoma: 2001 baseline statewide survey on marriage and divorce. Bureau for Social research, Oklahoma State University.
- Karadmas, E. (2007). Positive and negative aspects of well being: Common and specific predictors. *Personality and Individual Differences*, 43, 277– 284
- Lesch, K. P., Bengel, D., Heils, A., Sabol, S. Z., Greenberg, B. D., Petri, S., ... & Murphy, D. L. (1996). Association of anxiety-related traits with a polymorphism in the serotonin transporter gene regulatory region. *Science*, 274(5292), 1527-1531.
- Parker JD, Bagby RM, Taylor GJ.(1991). Alexithymia and depression: distinct or overlapping constructs? *Comprehensive Psychiatry*,32:387–394
- Ryan, R. M.,&Deci, E. L. (2001). On happiness and human potential:A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *AnnualReview of Psychology* ۱۶۶-۱۴۱ ,۵۲ ,
- Ryff, CD., & Singer, B. (1996) . Psychological well – being: Meaning measurement and implication for psychotherapy. *Psychotherapy Psychosomatics*. 65,14 – 23
- Syvertsen, J. L., Robertson, A. M., Palinkas, L. A., Rangel, M. G., Martinez, G., & Strathdee, S. A. (2013). ‘Where sex ends and emotions begin’: love and HIV risk among female sex workers and their intimate, non-commercial partners along the Mexico-US border. *Culture, health &sexuality*, 15(5), 540-554.