

Accepted Manuscript

Accepted Manuscript (Uncorrected Proof)

**Title:** Adaptation and Factorial Structure of Sexual Mindfulness Questionnaire for Iranian Married People in 2022-2023

**Authors:** Mojtaba Tashkeh<sup>1</sup>, Komeil Zahedi Tajrishi<sup>1\*</sup>, Fahimeh Fathali Lavasani<sup>1</sup>, Abbas Ramezani Farani<sup>1</sup>, Hojjatollah Farahani<sup>2</sup>

1. *Department of Clinical Psychology, Faculty of Behavioral Sciences and Mental Health (Tehran Institute of Psychiatry), Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.*
2. *Department of Psychology, Faculty of Humanities Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.*

To appear in: **Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology**

**Received date:** 2024/06/1

**Revised date:** 2024/09/10

**Accepted date:** 2024/10/27

**First Online Published:** 2024/11/13

This is a “Just Accepted” manuscript, which has been examined by the peer-review process and has been accepted for publication. A “Just Accepted” manuscript is published online shortly after its acceptance, which is prior to technical editing and formatting and author proofing. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology provides “Just Accepted” as an optional service which allows authors to make their results available to the research community as soon as possible after acceptance. After a manuscript has been technically edited and formatted, it will be removed from the “Just Accepted” Website and published as a published article. Please note that technical editing may introduce minor changes to the manuscript text and/or graphics which may affect the content, and all legal disclaimers that apply to the journal pertain.

**Please cite this article as:**

Tashkeh M, Zahedi Tajrishi K, Fathali Lavasani F, Ramezani Farani A, Farahani H. [Adaptation and Factorial Structure of Sexual Mindfulness Questionnaire for Iranian Married People in 2022-2023 (Persian)]. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. Forthcoming 2024. Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.1.4971.1>

Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.1.4971.1>

## نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار

عنوان: انطباق و ساختار عاملی پرسشنامه ذهن آگاهی جنسی در افراد متأهل ایرانی در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱

نویسندگان: مجتبی تاشکه<sup>۱</sup>، کمیل زاهدی تجربی<sup>۱\*</sup>، فهیمه فتحعلی لواسانی<sup>۱</sup>، عباس رضانی فرانی<sup>۱</sup>، حجت الله فراهانی<sup>۲</sup>

۱. گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان (انستیتو روانپزشکی تهران)، دانشگاه علوم پزشکی ایران.

۲. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

نشریه: روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران

تاریخ دریافت: 1403/03/12

تاریخ ویرایش: 1403/06/20

تاریخ پذیرش: 1403/08/06

این نسخه «پذیرفته شده پیش از انتشار» مقاله است که پس از طی فرایند داوری، برای چاپ، قابل پذیرش تشخیص داده شده است. این نسخه در مدت کوتاهی پس از اعلام پذیرش به صورت آنلاین و قبل از فرایند ویراستاری منتشر می‌شود. نشریه روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران گزینه «پذیرفته شده پیش از انتشار» را به عنوان خدمتی به نویسندگان ارائه می‌دهد تا نتایج آن‌ها در سریع‌ترین زمان ممکن پس از پذیرش برای جامعه علمی در دسترس باشد. پس از آنکه مقاله‌ای فرایند آماده سازی و انتشار نهایی را طی می‌کند، از نسخه «پذیرفته شده پیش از انتشار» خارج و در یک شماره مشخص در وبسایت نشریه منتشر می‌شود. شایان ذکر است صفحه آرای و ویراستاری فنی باعث ایجاد تغییرات صوری در متن مقاله می‌شود که ممکن است بر محتوای آن تأثیر بگذارد و این امر از حیطة مسئولیت دفتر نشریه خارج است.

لطفا این گونه استناد شود:

Tashkeh M, Zahedi Tajrishi K, Fathali Lavasani F, Ramezani Farani A, Farahani H. [Adaptation and Factorial Structure of Sexual Mindfulness Questionnaire for Iranian Married People in 2022-2023 (Persian)]. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. Forthcoming 2024. Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.1.4971.1>

Doi: <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.30.1.4971.1>

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار

## Abstract

**Objectives:** This research was conducted with the aim of investigating the validity and reliability of the Persian version of the sexual mindfulness questionnaire in the Iranian population. Despite the importance of sexual mindfulness in the sexual satisfaction of couples. There is no suitable tool to measure this component in the Iranian population. Therefore, it seems necessary to have a valid and reliable scale to measure this construct in research.

**Methods:** This cross-sectional study was conducted at 2022-2023 and included 366 married individuals. The Sexual Mindfulness Questionnaire, Trait Mindfulness Questionnaire, and Sexual Functioning Questionnaire were used to achieve the research objectives. Data analysis was performed using SPSS-25 and AMOS software. Descriptive statistics including mean, standard deviation, frequency, and correlation were used in the descriptive statistics section. Additionally, inferential statistics including regression analysis and confirmatory factor analysis were reported.

**Results:** The results indicated that consistent with the original version, this questionnaire consisted of two factors: awareness and non-judgment. The findings of the convergent validity section showed that this questionnaire had a positive and significant correlation with sexual functioning and trait mindfulness. Cronbach's alpha was 0.83 for sexual awareness and 0.71 for non-judgment.

**Conclusion:** The Persian version of the sexual mindfulness questionnaire has suitable psychometric properties. The Persian version of the sexual mindfulness questionnaire can be used in research and clinical fields related to sexual functioning and mindfulness. Also, therapists should pay attention to sexual mindfulness as an important factor to improve the sexual function of clients and they can use this tool for therapeutic purposes.

**Keywords:** Sexual Mindfulness, Psychometrics, Confirmatory Factor Analysis

## **Extended Abstract**

### **Introduction**

Interest in mindfulness has significantly increased in psychology in recent years (1). Mindfulness can be conceptualized as a state, a trait, or a practice (2). Despite past research on trait mindfulness and its associations with sexual and romantic relationships, less attention has been paid to sexual mindfulness as a subset of state mindfulness, which is more closely related to interpersonal relationships (9). The application of sexual mindfulness - defined as being mindful during sexual intercourse in a context that is inherently associated with anxiety - may require greater attention and non-judgment compared to other less stressful situations (10). Because mindfulness during yoga practice is quite different from mindfulness during sexual intercourse (11). Despite the role of sexual mindfulness in predicting sexual satisfaction and the quality of couples' relationships, research attention to the psychometric properties of this tool in Iran has been neglected. Therefore, the present study aimed to investigate the psychometric properties of the Sexual Mindfulness Questionnaire in married individuals and, on the other hand, to predict sexual functioning based on sexual mindfulness.

### **Methods**

This study employed a cross-sectional design. The sample size consisted of 366 individuals, including 74 males and 292 females. Questionnaires were used to assess the outcomes. The Marital Sexual Functioning Scale (MSFS), developed by Farajinia et al. in 2014, was used to measure sexual functioning. The questionnaire is scored on a 5-point Likert scale (1=strongly disagree to 5=strongly agree). The Cronbach's alpha coefficient was 0.95 for the total scale and ranged from 0.75 to 0.93 for the seven subscales, indicating satisfactory internal consistency of the scale. Moreover, correlations of 0.72 to 0.85 with similar scales demonstrated the convergent validity of this scale. The Five Facet Mindfulness Questionnaire is a 39-item questionnaire designed by Baer et al. in 2006. It measures five facets of mindfulness: observing, describing, acting with awareness, non-judgmental acceptance of inner experiences, and non-reactivity to inner experiences. The Sexual Mindfulness Scale was developed by Lovett et al. in 2019. This questionnaire consists of

7 items (4 items for awareness and 3 items for non-judgment of experience) and is scored on a 5-point Likert scale. Data analysis was performed using SPSS-25 and AMOS software.

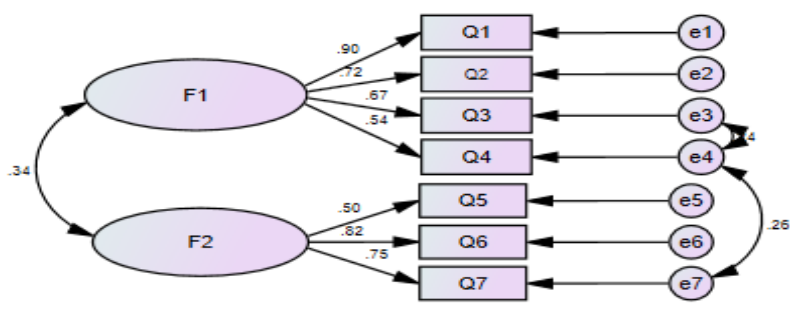
## Results

To assess internal consistency, Cronbach's alpha was calculated, resulting in Cronbach's alpha values of 0.83 for awareness and 0.71 for non-judgment. Confirmatory factor analysis (CFA) was conducted to examine the factor structure of the questionnaire, revealing a two-factor structure comprising awareness and non-judgment (see Figure 1). The fit indices have presented table 1.

**Table 1.** Fit indices of the two-factor structure of the Persian sexual mindfulness

Fit indices	CFI	GFI	AGFI	IFI	CMIN/DF	NFI	TLI	RMSEA	SRMR
Value	0/95	0/95	0/91	0/95	2/14	0/93	0/91	0/06	0/04

The factor loadings for all items exceeded 0.40, indicating an adequate factor loading for all items. Figure 1 presents the results of confirmatory factor analysis and factor loadings for the items. Criterion validity was assessed using the Trait Mindfulness Questionnaire and sexual functioning. The results indicated significant correlations between both awareness and non-judgment dimensions of the Sexual Mindfulness Questionnaire with trait mindfulness and various dimensions of sexual functioning, including overall sexual functioning score. However, the correlations for both dimensions of sexual mindfulness with sexual functioning were higher than those with trait mindfulness. Regression analysis was employed to test predictive validity. The results of the analysis of variance showed that this model was significant and could predict 55% of the variance in sexual functioning. The results are reported in Table 2.



**Figure 1.** Results of Confirmatory Factor Analysis of the Iranian Version of the Sexual Mindfulness Questionnaire

**Table 2.** Results of Standardized Beta Coefficients of Research Variables on Sexual Functioning

Model	Non-standardized Beta	Standardized Beta	T	P-Value
Marital Sexual Functioning	5.75	0.60	16.69	0.00
Interpersonal Mindfulness	3.51	0.30	8.28	0.00

### Conclusion

The results of confirmatory factor analysis were consistent with the original study and the French version, indicating that this questionnaire consists of two factors: non-judgment and awareness. The correlation results between these two variables showed a low correlation, indicating the distinctiveness of these two components and their relationship with sexual mindfulness during sexual intercourse. Additionally, Cronbach's alpha results indicated high internal consistency of this questionnaire in both dimensions. Furthermore, the results demonstrated a significant association between sexual functioning, both overall score and its dimensions, with sexual mindfulness and non-judgmental sexual attitudes. Regression analysis results also showed that sexual functioning was significantly predicted by sexual mindfulness and non-judgmental sexual



attitudes. Therapists are advised to consider sexual mindfulness as an important factor for improving sexual functioning in clients, and this tool can be utilized for research and therapeutic purposes.

### **Funding**

This study was funded by the Student Research Committee of Iran University of Medical Sciences.

### **Conflicts of interest**

The author declared no conflict of interest.

### **Acknowledgments**

The author would like to thank all the participants for their cooperation in this study.

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار

## چکیده

**اهداف:** این پژوهش با هدف بررسی روایی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی در جمعیت ایرانی انجام گرفت. با وجود اهمیتی که ذهن‌آگاهی جنسی در رابطه رضایت بخش جنسی زوجین ایجاد می‌کند، ابزار مناسبی برای جهت‌سنجش این مولفه در جمعیت ایرانی وجود ندارد. از این‌رو بر خورداری از مقیاسی روا و معتبر برای سنجش این سازه در پژوهش‌ها ضروری به نظر می‌رسد.

**مواد و روش‌ها:** این پژوهش از نوع مقطعی بود که در سال ۱۴۰۲-۱۴۰۱ و شامل ۳۶۶ فرد متاهل بود. برای بررسی اهداف پژوهش از پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی، ذهن‌آگاهی صفتی و پرسشنامه کارکرد جنسی استفاده شد. رای تحلیل داده از SPSS-25 و نرم‌افزار AMOS استفاده شد. در بخش آمار توصیفی میانگین، انحراف استاندارد، فراوانی و همبستگی استفاده شد. همچنین در بخش آمار استنباطی از تحلیل رگرسیون تحلیل عاملی تاییدی گزارش شد.

**یافته‌ها:** نتایج تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که همسو با نسخه اصلی این پرسشنامه از دو عامل آگاهی و عدم قضاوت تشکیل شده است. یافته‌های بخش روایی همگرا نشان داد که این پرسشنامه با کارکرد جنسی و ذهن‌آگاهی صفتی همبستگی مثبت و معنادار داشت. میزان آلفای کرونباخ برای آگاهی جنسی برابر با ۰/۸۳ و برای عدم قضاوت برابر با ۰/۷۱ بود.

**نتیجه‌گیری:** نسخه فارسی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی از ویژگی‌های روانسنجی مناسبی برخوردار است. نسخه فارسی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی را می‌توان در زمینه‌های تحقیقاتی و بالینی مربوط به کارکرد جنسی و ذهن‌آگاهی به کار برد. همچنین، درمان‌گران برای بهبود کارکرد جنسی مراجعین بهتر است به ذهن‌آگاهی جنسی به عنوان یک عامل مهم توجه کنند و برای اهداف درمانی می‌توانند از این ابزار استفاده کنند.

**کلیدواژه:** ذهن‌آگاهی جنسی، روانسنجی، تحلیل عاملی تاییدی

علاقه به ذهن‌آگاهی در سال‌های اخیر در روانشناسی افزایش چشم‌گیری داشته است (۱). ذهن‌آگاهی را می‌توان به عنوان یک حالت<sup>۱</sup>، آمایه<sup>۲</sup> (استعداد) یا یک تمرین مفهوم‌بندی کرد (۲). ذهن‌آگاهی آمایه‌ای به عنوان یک آگاهی تعریف می‌شود که زمانی هویدا می‌شود که فرد توجه به زمان حال دارد و یک دید پذیراگونه و غیرقضاوتی دارد (۳). ذهن‌آگاهی آمایه‌ای با سطوح بالاتر رضایت ارتباطی (۴) و رضایت جنسی (۵) و سطوح بالاتر کارکرد جنسی از طریق پذیرش و آگاهی بهتر اندیشه‌ها، همچنین احساسات فیزیکی و هیجانات همراه است (۶). ذهن‌آگاهی حالتی به حضور در زمان حال در یک تعامل ویژه در زندگی روزانه بر می‌گردد (۷). پژوهش‌ها نشان داده است که ذهن‌آگاهی حالتی ممکن است بهزیستی روانی جنسی شامل صمیمیت با پارتنر و رضایت جنسی و کارکرد جنسی را بهبود ببخشد (۴، ۸). با وجود پژوهش‌های گذشته در زمینه ذهن‌آگاهی صفتی و روابط جنسی و رومان‌تیک توجه کم‌تری به ذهن‌آگاهی جنسی به عنوان یک زیر مجموعه‌ای از ذهن‌آگاهی حالتی که بیش‌تر با روابط بین‌فردی ارتباط دارد، پرداخته شده است (۹). کاربرد ذهن‌آگاهی جنسی - که به معنای ذهن‌آگاه بودن در طول رابطه جنسی در یک بافتی است که اساساً با اضطراب همراه است - ممکن است نسبت به دیگر موقعیت‌های اضطرابی که کم‌تر استرس‌زاست نیاز به توجه و غیر قضاوتی بودن بیش‌تری داشته باشد (۱۰). زیرا ذهن‌آگاه بودن در هنگام کاربرد یوگا کاملاً متفاوت از ذهن‌آگاه بودن در رابطه جنسی است (۱۱). افرادی که در طول روز ذهن‌آگاه هستند ممکن است موانعی را در ذهن‌آگاهی در حین تجربه‌های جنسی از جمله خودانتقادی و اضطراب جنسی تجربه کنند (۱۰، ۱۲). ذهن‌آگاهی صفتی و ذهن‌آگاهی جنسی ممکن است با همدیگر ارتباط داشته باشند اما آن‌ها سازه‌های جدایی هستند. با این حال بسیاری از پژوهش‌ها همچنان برای بررسی تاثیر ذهن‌آگاهی بر رابطه جنسی تمرکزشان بر ذهن‌آگاهی صفتی است (۱۳). اگرچه بررسی ذهن‌آگاهی صفتی ممکن است ضروری باشد و بر پیامدهای روانی جنسی تاثیر داشته باشند اما کافی نیست و بررسی خود ذهن‌آگاهی جنسی از اهمیت ویژه‌ای

---

<sup>1</sup> State

<sup>2</sup> Disposition

برخوردار است (۴). از طرف دیگر یافته‌های درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی نشان داده شده است که این درمان‌ها با بهبود کارکرد جنسی در ابعاد گوناگون همراه بوده‌اند (۱۴، ۱۵). با این حال یک چالش مهم برای این درمان‌ها اطمینان از این است که این بهبودی به دلیل آموزش مولفه اصلی این درمان یعنی ذهن‌آگاهی رخ داده باشد (۱۶). به همین دلیل پژوهشگران ابزارهایی برای سنجش ذهن‌آگاهی جنسی به صورت اختصاصی طراحی کرده‌اند. زیرا ذهن‌آگاه بودن در طول رابطه جنسی با بهبود کارکرد جنسی، رضایت جنسی و بهبود رابطه زوجین همراه است که فهم این ارتباط می‌تواند به درمانگران برای بهبود روابط زوجین کمک کند. یافته‌های لویت و همکاران نشان داد که ذهن‌آگاهی جنسی با بهبود رضایت جنسی، رضایت ارتباطی و اعتماد به نفس در زوجین همراه بود. این ارتباط همچنان پس از کنترل ذهن‌آگاهی صفتی معنادار بود (۴). همچنین نتایج پژوهش دوسالت و همکاران نشان دادند که ذهن‌آگاهی جنسی توانست به شکل معناداری سلامت روانی جنسی را در افراد پیش‌بینی کند (۸). تا جایی که پژوهشگران این پژوهش آگاهی دارند در سال‌های اخیر چندین پرسشنامه برای ذهن‌آگاهی جنسی طراحی شده است که مهم‌ترین آن‌ها پرسشنامه پنج بعد ذهن‌آگاهی جنسی (۱۶) و پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی لویت و همکاران است (۴). با این حال پرسشنامه پنج بعد ذهن‌آگاهی جنسی دارای محدودیت عمده‌ایست که آن هم این است که این پرسشنامه صرفاً برای زنان کاربرد دارد. این پرسشنامه در کشورهایی از جمله آمریکا و فرانسه هنجاریابی شده است و یافته‌های پژوهشی نشان دهنده کفایت ویژگی‌های روانسنجی آن بوده است. با وجود نقش ذهن‌آگاهی جنسی در پیش‌بینی رضایت جنسی و کیفیت روابط زوجین همچنان توجه پژوهشی به بررسی ویژگی‌های روانسنجی این ابزار در ایران مورد غفلت قرار گرفته است. از این رو پژوهش حاضر از یک سو با هدف بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی در افراد متأهل و از سوی دیگر با هدف پیش‌بینی کارکرد جنسی براساس ذهن‌آگاهی جنسی انجام گرفته است.

## روش کار

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع مقطعی بود که پس از دریافت کد اخلاق از دانشگاه علوم پزشکی ایران آغاز شد. جامعه آماری شامل کلیه افراد متاهل ایرانی در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که به صورت در دسترس نمونه‌ای به تعداد ۳۶۶ نفر از آن‌ها انتخاب شدند که ۷۴ نفر آن‌ها مرد و ۲۹۲ نفر آن‌ها زن بودند. تکمیل پرسشنامه‌ها در این پژوهش به صورت آنلاین انجام گرفت به این صورت که پس از بارگزاری پرسشنامه‌ها در سایت و ارائه توضیحاتی در مورد پرسشنامه، لینک آن به همراه توضیحاتی در مورد پژوهش در فضای مجازی از جمله اینستاگرام، واتساپ، تلگرام و ایتا به اشتراک گذاشته شد و از افراد متاهل درخواست شد که در صورت رضایت آن را تکمیل کنند. برای تعیین حجم نمونه از روش‌های گوناگونی استفاده می‌شود که یکی از مهم‌ترین آن‌ها این است که به ازای هر گویه ۵ تا ۲۰ نفر محاسبه شود (۱۷). این پرسشنامه شامل ۷ گویه بود که حجم نمونه بر حسب تعداد گویه‌ها برابر با ۱۴۰ نفر می‌شد. اما برای جبران افت آزمودنی‌ها و چون در هنجاریابی پرسشنامه از دو روش تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی استفاده می‌شود حجم نمونه به ۳۶۶ نفر افزایش یافت. از نظر تحصیلات ۱۰ نفر سیکل (۲/۷)، ۵۰ نفر دیپلم (۱۳/۷)، ۲۷ نفر کاردانی (۷/۴)، ۱۳۱ نفر کارشناسی (۳۵/۸)، ۱۰۷ نفر کارشناسی ارشد (۲۹/۲) و ۴۱ نفر دکتری (۱۱/۲) بودند. میانگین سنی شرکت‌کننده‌ها ۳۴/۸۳ سال بود. از نظر شغلی ۱۰ نفر بیکار، ۲۶۲ نفر شاغل و ۹۴ نفر از زنان خانه‌دار بودند.

مقیاس عملکرد جنسی زناشویی (MSFS): فرج‌نیا و همکاران در سال ۲۰۱۴ این مقیاس را برای سنجش جامع عملکرد جنسی در زوجین طراحی کردند. مطالعه آنان هفت مقیاس را به دست داد: مشارکت جنسی، ابراز جنسی، هیجان و احساس جنسی، تمایل جنسی، تحقق جنسی، نگرش جنسی و آگاهی جنسی. پرسشنامه براساس مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=کاملاً مخالفم تا ۵=کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ برای کل آزمون و بین ۰/۷۵ تا ۰/۹۳ برای عوامل هفت‌گانه بیانگر همسانی درونی مناسب مقیاس بود. در نهایت همبستگی های ۰/۷۲ و ۰/۸۵ با مقیاس‌های مشابه بیانگر روایی همگرایی مناسب این مقیاس بود (۱۸).

پرسشنامه پنج‌وجهی ذهن‌آگاهی<sup>۳</sup> (FFMQ): این ابزار یک پرسش‌نامه‌ی ۳۹ سؤالی در مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای است که بائر و دیگران در سال ۲۰۰۶ آن را طراحی کرده‌اند و پنج مؤلفه ذهن‌آگاهی را می‌سنجد: مشاهده‌گری، توصیف، عمل توأم با آگاهی، پذیرش بی‌قضاوت تجارب درونی و عدم واکنش به تجارب درونی. این مقیاس دارای ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی بوده است به طوری که همسانی دورنی ۰/۹۰ برای کل آن گزارش شده است (۱۹). بررسی این مقیاس در ایران نیز نشان‌دهنده همسانی دورنی ۰/۸۵ برای نمره کل بود و برای مؤلفه‌های پنج‌گانه بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ قرار داشت. همچنین پایایی بازآزمایی بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۶ گزارش شد (۲۰).

سنجۀ ذهن‌آگاهی جنسی<sup>۴</sup> (SMM): لویت و همکاران (۲۰۱۹) بر اساس مقیاس پنج‌وجهی ذهن‌آگاهی و وام‌گیری عبارات و گویه‌های آن دست به طراحی سنجۀ ذهن‌آگاهی جنسی زدند. این سنجه بر ذهن‌آگاهی در تجربه جنسی تمرکز دارد و در قالب دو زیرمقیاس آگاهی و قضاوت نکردن تجربه می‌سنجد. این پرسشنامه دارای ۷ گویه (۴ گویه برای آگاهی و ۳ گویه برای قضاوت نکردن تجربه) و بر مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. همسانی درونی مقیاس در گروه‌های مختلف بین ۰/۶۹ تا ۰/۸۱ به دست آمد و بررسی همبستگی پرسشنامه به ذهن‌آگاهی صفتی بیانگر اعتبار همگرایی مناسب بود (۲۱).

<sup>3</sup> Five Facets Mindfulness Questionnaire

<sup>4</sup> Sexual Mindfulness Measure



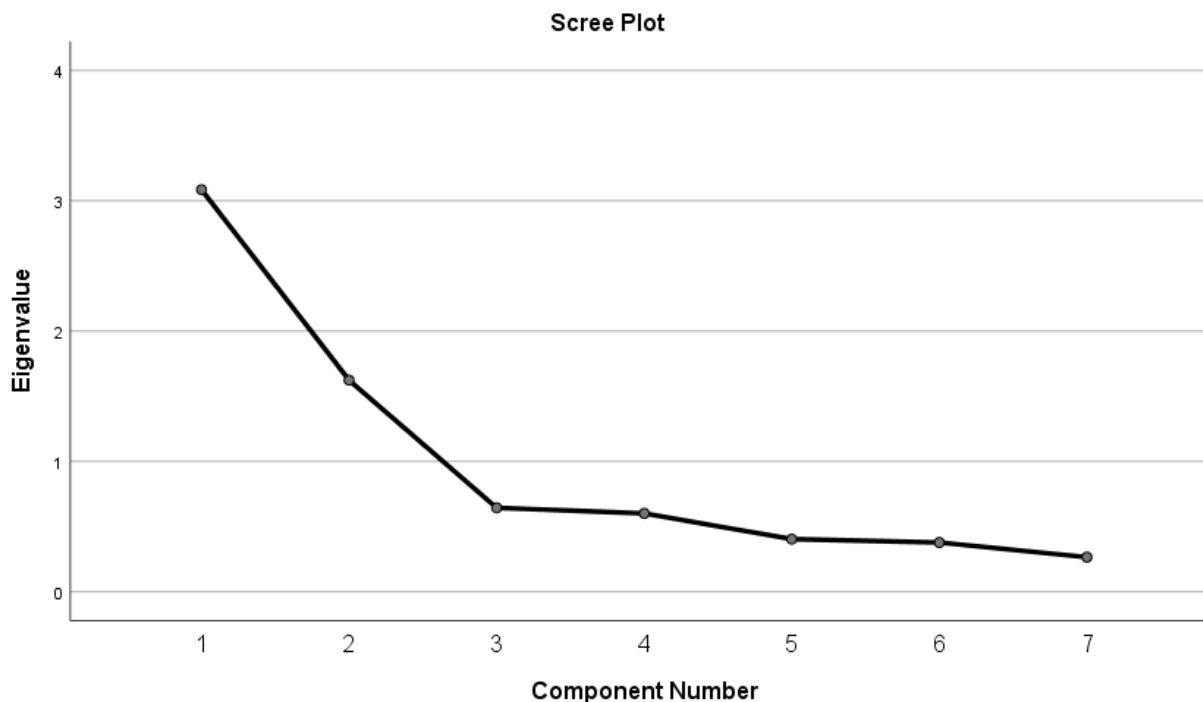
### مناسب بودن داده‌ها

برای مناسب بودن داده‌ها و کفایت نمونه‌گیری از آزمون کفایت نمونه‌گیری کیزر-میر-اولکین استفاده شد. مقدار کومو بین ۰ تا ۱ است. اگر عدد به دست آمده بالاتر از ۰/۷۰ باشد، می‌توان تحلیل عاملی را انجام داد و از کفایت نمونه‌بردار برخوردار است. در پژوهش حاضر مقدار KMO به دست آمده برابر با ۰/۷۶ بود که نشان دهنده کفایت حجم نمونه است.

### نتایج تحلیل عاملی اکتشافی

یکی از مهم‌ترین روش‌ها برای تعیین تعداد عامل‌های یک پرسشنامه استفاده از نمودار سنگ‌ریزه‌ای می‌باشد که چنانچه ارزش یک عامل بیش از ۱ باشد نشان دهنده نقش آن عامل در پرسشنامه است. همان‌گونه که نتایج نمودار ۱ نشان می‌دهد در این پرسشنامه دو عامل بالاتر از ارزش ۱ وجود دارد که این دو عامل حدود ۶۲/۲۷ واریانس کل پرسشنامه را تبیین می‌کردند. این دو عامل همسو با یافته‌های نسخه اصلی پرسشنامه بود.





شکل ۱. مقادیر ویژه مربوط به مولفه‌های استخراج شده در تحلیل عاملی اکتشافی

#### ثبات درونی

برای بررسی ثبات درونی از آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان آلفای کرونباخ برای آگاهی برابر با  $0/83$  و برای عدم قضاوت برابر با  $0/71$  بود که نشان دهنده این بود پرسشنامه در هر دو بعد از ثبات درونی مناسبی برخوردار است.

#### بار عاملی سوالات

مقدار بار عاملی به عنوان یک معیار تجربی برای تفسیر عامل‌ها استفاده می‌شود و اگر بار عاملی  $0/4$  و یا بیشتر باشد می‌توان آن را معنادار فرض کرد. پس از اجرای تحلیل عاملی اکتشافی مشخص شد که سوالات ۱ تا چهار یک عامل و سوالات ۵ تا ۷ عامل را تشکیل می‌دهند که این یافته همسو با پژوهش اصلی بود. هر چه بار عاملی یک سوال زیاده‌تر باشد، نفوذ آن سوال در تبیین ماهیت عامل مورد نظر بیشتر است. نتایج ماتریس چرخش یافته

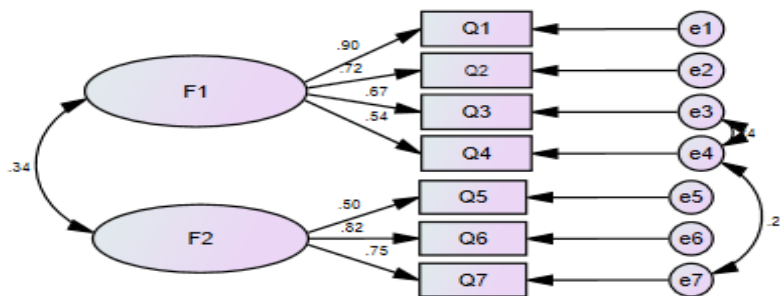
با شیوه واریماکس در جدول ۱ ارائه شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود بارعاملی سوالات بر روی دو عامل پرسشنامه مناسب است.

جدول ۱. محتوا و بارعاملی مقیاس ذهن‌آگاهی جنسی

سوالات	عدم قضاوت جنسی	آگاهی جنسی
به حس های جنسی توجه می‌کنم		۰/۸۵
به این نکته توجه می‌کنم که رابطه جنسی چطور بر افکار و رفتارم تأثیر می‌گذارد		۰/۸۶
اغلب می‌توانم با جزئیات توضیح دهم که در لحظه، چه حس جنسی دارم.		۰/۸۴
هنگام رابطه جنسی به هیجان‌های خودم توجه می‌کنم.		۰/۷۳
گاهی میل به ارزیابی کردن خودم یا پارتنرم (همسر) به هنگام رابطه جنسی باعث حواس پرتی می‌شود.	۰/۷۵	
موقع رابطه جنسی اگر این فکر به ذهنم خطور کند که انگار راحت نیستم، دچار تنش می‌شوم.	۰/۸۱	
گاهی اوقات یک فکر می‌تواند کل رابطه جنسی را برایم خراب کند.	۰/۸۴	

برای تایید عوامل استخراج شده از تحلیل عاملی اکتشافی از روش تحلیل عاملی تاییدی با استفاده از نرم‌افزار AMOS استفاده شد. و شاخص‌های برازش نشان دهنده تایید مدل بود. برای بررسی ساختار عاملی پرسشنامه از تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد که نتایج نشان داد که در این پژوهش همانند نسخه اصلی پرسشنامه از دو عامل آگاهی و عدم قضاوت تشکیل شده است. میزان شاخص‌های برازش به دست آمده برای شاخص برازندگی

تطبیقی ۵، شاخص نیکویی برازش ۶، شاخص نیکویی برازش تعدیل یافته ۷، شاخص تناسب فزاینده ۸، کای بهنجار شده درجه آزادی، شاخص تناسب بهنجار ۹، شاخص برازش توکر-لویس ۱۰، شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد ۱۱، شاخص ریشه میانگین مربعات باقیمانده ۱۲، به ترتیب برابر با ۰/۹۵، ۰/۹۱، ۰/۹۵، ۰/۹۵، ۲/۱۴، ۰/۹۳، ۰/۹۱، ۰/۰۶ و ۰/۰۴ به دست آمد. بار عاملی برای همه پرسشنامه بالاتر از ۰/۴۰ به دست آمد که نشان دهنده بار عاملی مناسب همه آن‌هاست. در شکل ۲. نتایج تحلیل عاملی تاییدی و بار عاملی پرسش‌ها گزارش شده است.



شکل ۲. نتیجه تحلیل عاملی تاییدی نسخه ایرانی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی

<sup>5</sup> Comparative Fit Index (CFI)

<sup>6</sup> Goodness of fit index (GFI)

<sup>7</sup> Adjusted Goodness of fit index (AGFI)

<sup>8</sup> Incremental Fit Index (IFI)

<sup>9</sup> Normed Fit Index (NFI)

<sup>10</sup> Tucker-Lewis index (TLI)

<sup>11</sup> Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

<sup>12</sup> Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)

## روایی

برای بررسی روایی از پرسشنامه ذهن‌آگاهی صفتی و کارکرد جنسی استفاده شد که نتایج در جدول ۱ نشان داده شده است. همان‌گونه که نتایج نشان می‌دهد هم‌آگاهی و هم‌عدم قضاوت در پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی با ذهن‌آگاهی صفتی و ابعاد گوناگون کارکرد جنسی و نمره کلی آن همبستگی داشته‌اند. اما میزان همبستگی برای هر دو بعد ذهن‌آگاهی جنسی با کارکرد جنسی بیش‌تر از ذهن‌آگاهی صفتی بوده است.

جدول ۲. نتایج همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
آگاهی جنسی											
عدم قضاوت	۰/۲۸**										
ذهن‌آگاهی صفتی	۰/۳۱**	۰/۴۱**									
کارکرد جنسی	۰/۶۹**	۰/۴۷**	۰/۳۶**								
مشارکت	۰/۴۹**	۰/۳۸**	۰/۱۶**	۰/۸۲**							
ابرازگری جنسی	۰/۲۷**	۰/۳۴**	۰/۹۰**	۰/۲۸**	۰/۰۹**						
هیجان جنسی	۰/۶۲**	۰/۴۵**	۰/۴۲**	۰/۸۲**	۰/۵۷**	۰/۳۳**					
تمایل جنسی	۰/۶۵**	۰/۴۱**	۰/۲۲**	۰/۸۰**	۰/۶۵**	۰/۱۵**	۰/۶۲**				
تحقق جنسی	۰/۵۸**	۰/۴۸**	۰/۳۴**	۰/۸۸**	۰/۸۰**	۰/۲۵**	۰/۶۹**	۰/۷۱**			
نگرش جنسی	۰/۳۹**	۰/۱۳**	۰/۱۸**	۰/۶۱**	۰/۴۳**	۰/۱۷**	۰/۴۲**	۰/۴۲**	۰/۳۶**		
آگاهی جنسی	۰/۵۴**	۰/۳۴**	۰/۳۵**	۰/۷۹**	۰/۵۴**	۰/۲۸**	۰/۶۲**	۰/۵۰**	۰/۶۰**	۰/۵۲**	
میانگین	۱۳/۵۹	۹/۷۴	۱۲۴/۰۰	۲۳۵/۴۳	۳۱/۲۱	۲۵/۳۵	۲۰/۷۹	۲۲/۶۰	۳۵/۸۸	۵۰/۴۹	۴۵/۰۹
انحراف استاندارد	۳/۷۵	۳/۰۴	۱۷/۶۷	۳۵/۶۵	۵/۸۶	۴/۶۶	۳/۷۶	۵/۵۲	۸/۹۵	۵/۳۴	۷/۳۷

همچنین آزمودنی‌ها از نظر جنسیت در متغیرهای پژوهش مورد ارزیابی و مقایسه قرار گرفتند که نتایج نشان داد بین دو گروه تفاوت معناداری وجود ندارد (جدول ۳).

### جدول ۳. نتایج میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش به تفکیک جنسیت

متغیر											
۴۵/۱۰	۵۰/۶۵	۳۵/۵۳	۲۲/۲۹	۲۰/۷۵	۲۵/۵۴	۳۱/۰۳	۲۳۴/۵۵	۱۲۴/۲۳	۹/۸۰	۱۳/۳۳	میانگین (زنان)
۷/۲۸	۵/۰۲	۹/۱۳	۵/۷۲	۳/۸۴	۴/۵۶	۵/۹۲	۳۵/۹۷	۱۷/۶۵	۳/۱۱	۳/۷۹	انحراف استاندارد
۴۵/۰۸	۴۹/۸۶	۳۷/۲۹	۲۳/۸۱	۲۰/۹۸	۲۴/۶۰	۳۱/۹۳	۲۳۸/۹۱	۱۲۳/۰۶	۹/۴۷	۱۴/۶۳	میانگین (مردان)
۷/۷۴	۶/۴۴	۸/۱۳	۴/۴۷	۳/۴۵	۵/۰۲	۵/۵۹	۳۴/۳۷	۱۷/۸۴	۲/۷۵	۳/۴۳	انحراف استاندارد
۰/۹۸	۰/۲۵	۰/۱۳	۰/۰۶	۰/۶۳	۰/۱۲	۰/۲۳	۰/۳۴	۰/۶۱	۰/۳۹	۰/۱۷	P-value

برای آزمون روایی پیش‌بین از تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج جدول تحلیل واریانس نشان داد که این مدل معنادار بود ( $F=231/694$ ,  $df=2$ ) و توانست  $0/55$  واریانس کارکرد جنسی را پیش‌بینی کند. نتایج جدول ضرایب بتای استاندارد نشان داد که آگاهی جنسی با  $0/60$  و عدم قضاوت با  $0/30$  درصد توانستند به شکل معناداری کارکرد جنسی را پیش‌بینی کنند. نتایج ضرایب بتای استاندارد در جدول ۴ ارائه شده است.

### جدول ۴. نتایج ضرایب بتای استاندارد متغیرهای پژوهش بر کارکرد جنسی

مدل	بتای غیراستاندارد	بتای استاندارد	T	P-value
آگاهی جنسی	۵/۷۵	۰/۶۰	۱۶/۶۹	$> 0/001$
عدم قضاوت	۳/۵۱	۰/۳۰	۸/۲۸	$> 0/001$

### بحث و نتیجه‌گیری

با وجود نقش ذهن‌آگاهی در کارکرد جنسی و پژوهش‌های گوناگون همچنان پژوهش‌های اندکی به بررسی ویژگی‌های اختصاصی ذهن‌آگاهی جنسی (عدم قضاوت و آگاهی در هنگام تجربه رابطه جنسی) و ارتباط آن با کارکرد جنسی پرداخته‌اند. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه ذهن‌آگاهی جنسی و ارتباط آن با کارکرد جنسی در زنان انجام گرفته است. نتایج تحلیل عاملی تاییدی همسو با پژوهش اصلی و نسخه هنجاریابی شده در کشور فرانسه بود که نتایج پژوهش آن‌ها نشان داد این پرسشنامه از دو عامل بی‌قضاوتی و آگاهی تشکیل شده است (۴، ۲۲). نتایج همبستگی بین این دو متغیر نشان داد که این دو متغیر همبستگی خیلی

بالایی با یکدیگر نداشتند که نشان دهنده مجزا بودن این دو مولفه و ارتباط آن‌ها با ذهن آگاه بودن در طول رابطه جنسی است (۴، ۲۳). همچنین این دو مولفه با تعریف پایه‌ای ذهن آگاهی که حاوی دو مفهوم آگاهی از نوع مشاهده‌گری و عدم قضاوت است همسو است (۹). اما مهم‌ترین تفاوت ذهن آگاهی جنسی با ذهن آگاهی صفتی و مراقبه در این است که این موضوع در یک بافت ارتباطی جنسی و در ارتباط با دیگری شکل می‌گیرد. همان‌گونه که ذهن آگاهی به صورت کلی با سلامت روان مرتبط است ذهن آگاهی جنسی نیز با بهبود سلامت جنسی همراه است. در واقع استفاده از عمل ذهن آگاهانه و غیرقضاوتی در رابطه جنسی ممکن است به همسران برای اجتناب از تعارضات و بدفهمی‌های رایج در رابطه جنسی کمک کند (۶). با عدم قضاوت تجارب جنسی افراد می‌توانند از ارزیابی منفی کارکرد جنسی که یکی از دلایل اصلی مشکلات جنسی است اجتناب کنند (۶، ۹). همچنین نتایج آلفای کروناخ بیانگر ثبات درونی بالای این پرسشنامه در هر دو بعد است. در نتیجه این پرسشنامه روایی سازه و ثبات درونی مناسبی از خود نشان داده است. این پرسشنامه به دلیل کوتاه و مفید بودن ابزاری گزینشی برای سنجش ذهن آگاهی جنسی در بافت‌های بالینی و پژوهشی در ایران است.

نتایج در مورد ارتباط بین کارکرد جنسی زناشویی و ذهن آگاهی جنسی نشان داد که کارکرد جنسی زناشویی چه در نمره کلی و چه ابعاد آن با آگاهی جنسی و عدم قضاوت جنسی به شکل معناداری ارتباط داشت. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که کارکرد جنسی به شکل معناداری به وسیله آگاهی جنسی و عدم قضاوت جنسی پیش‌بینی شد. این یافته همسو با یافته پژوهش نسخه اصلی این پرسشنامه بود که نتایج آن نشان داد بین ذهن آگاهی جنسی و رضایت از کارکرد جنسی همبستگی معناداری وجود دارد (۴). همچنین همسو با یافته نسخه هنجاریابی شده در جامعه فرانسه بود که نتایج آن نشان داد ذهن آگاهی جنسی با ارتباط جنسی رابطه معناداری دارد (۲۲). در واقع ارتباط جنسی سالم نیازمند این است که فرد به میزانی از آگاهی و غیرقضاوتی بودن رسیده باشد که بتواند در حین رابطه جنسی تمرکز خود را بر زمان حال و رابطه جنسی بگذارد که بتواند هیجانات گوناگون از جمله اضطراب و استرس را که مخل رابطه جنسی مثبت است مدیریت کند تا کارکرد جنسی سالمی داشته باشد (۱۱). در صورتی که در حالت قضاوت منفی و عدم آگاهی نسبت به رابطه جنسی معمولاً هیجانات از حد طبیعی خود خارج و به صورت یک هیجان ناکارآمد عمل می‌کنند و به جای این که رابطه جنسی را تسهیل کنند معمولاً رابطه جنسی را از روند طبیعی خارج و به صورت مشکلات جنسی گوناگون از جمله رابطه ناکامل، اختلال در نعوظ، زود انزالی و ... بروز می‌کند که خود این مشکلات علاوه بر ناکارآمدی جنسی فردی میزان نارضایتی جنسی زوجین را افزایش می‌دهد (۲۴). همچنین کارکرد جنسی رضایت بخش به معنای یک لذت مشترک از سوی دو طرف است. در بسیاری از زوجین معمولاً به لذت همسر توجه بیشتری می‌کنند، در صورتی

که در ذهن آگاهی جنسی افراد می آموزند که بر لذت جنسی و تحریک جنسی متمرکز می شوند که رضایت جنسی را افزایش می دهد (۶). یکی دیگر از مهم ترین منابع تعیین کننده کیفیت رابطه جنسی تصویر بدن است که نگرانی در این مورد با رضایت و کارکرد جنسی ضعیف همراه است (۲۵). در صورتی که در ذهن آگاهی جنسی این گونه قضاوت ها تعدیل و کاهش می یابد، در نتیجه فرد کارکرد جنسی سالم تری را تجربه می کند.

چه از نظر کیفیت رابطه با شریک جنسی و چه از نظر از نظر روانی رابطه جنسی رضایت بخش نیاز به این توانایی دارد که فرد از قضاوت خود و شریک جنسی که با سلامت جنسی و کارکرد جنسی ارتباط دارد، اجتناب کند. بنابراین درمان گران می توانند از ذهن آگاهی جنسی به عنوان روشی برای بهبود رضایت و کارکرد جنسی افراد استفاده کنند. همچنین باید به این نکته توجه داشت که ذهن آگاهی جنسی متفاوت از تمرکز احساس است. زیرا در تمرکز احساس نیاز به حضور پارتنر است اما در ذهن آگاهی جنسی نیاز به حضور پارتنر نیست (۲۲). بنابراین افراد می توانند از ذهن آگاهی جنسی برای تمرکز بر تنفس در حین رابطه جنسی، آگاهی از احساسات جنسی و گذر از خود-قضاوتی بدون این که نیاز به یک پارتنر باشد استفاده کنند. ذهن آگاهی جنسی توانایی برای فرد ایجاد می کند تا به صورت مستقل تجارب جنسی اش را هدف قرار دهد که به نوبه خود یک احساس خود کارامدی برای فرد ایجاد می کند.

#### نتیجه گیری

با توجه به این یافته ها و اهمیت مساله ذهن آگاهی جنسی در ارتباط با رضایت از عملکرد جنسی زناشویی، این گونه می توان گفت که اولاً استفاده از ابزار حاضر یعنی پرسشنامه ذهن آگاهی جنسی به دلیل کوتاه بودن برای سنجش ذهن آگاهی جنسی در افراد از اهمیت ویژه ای برخوردار است. همچنین درمان گران برای بهبود کارکرد جنسی در بیماران خود بهتر است به این مولفه یعنی ذهن آگاهی جنسی توجه ویژه ای داشته باشند که برای ارزیابی کارایی مداخله می توانند از این ابزار استفاده کنند.

## محدودیت‌ها و پیشنهادهای پژوهش

با این وجود پژوهش حاضر دارای محدودیت‌های عمده‌ای بود که در تعمیم یافته‌ها باید به آن دقت کرد. از نظر جنسیت بیش‌تر آزمودنی‌های این پژوهش زنان بودند. پژوهش حاضر از نظر نوع پژوهش مقطعی بود که در نتیجه استنباط‌های علی در این زمینه دشوار است. یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش این بود که نمونه این پژوهش به صورت آنلاین پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند، در صورتی که بسیاری از افراد متاهل جامعه ممکن است به دلیل مشکلات اجتماعی-اقتصادی دسترسی به تلفن هوشمند نداشته باشند. از این‌رو در تعمیم این یافته‌ها به افراد با جایگاه اجتماعی-اقتصادی ضعیف باید احتیاط کرد. همچنین نمونه این پژوهش جمعیت عمومی بود نه جامعه بالینی، از این‌رو پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده بر روی نمونه با توازن جنسیتی، پایگاه‌های اجتماعی اقتصادی گوناگون، در برگرفتن جمعیت بالینی و در قالب طولی انجام دهند.

## ملاحظات اخلاقی

این پژوهش با کد اخلاق IR.IUMS.REC.1402.232 انجام شد. همه شرکت‌کنندگان از محرمانه بودن اطلاعات و تمایل به همکاری در پژوهش یا خروج از آن آگاهی داشتند.

## تعارض منافع

نویسندگان این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی با یکدیگر ندارند.

## سپاس‌گزاری

نویسندگان این پژوهش از تمامی افرادی که در این پژوهش همکاری کردند نهایت سپاس‌گزاری را دارند و برای آن‌ها آرزوی تندرستی و موفقیت دارند.



## References

1. Brown KW, Creswell JD, Ryan RM. Handbook of mindfulness: Theory, research, and practice. 2015.
2. Stevenson JC, Emerson L-M, Millings A. The relationship between adult attachment orientation and mindfulness: A systematic review and meta-analysis. *Mindfulness*. 2017;8:1438-55.
3. Kabat-Zinn J. The liberative potential of mindfulness. *Mindfulness*. 2021;12(6):1555-63.
4. Leavitt CE, Lefkowitz ES, Waterman EA. The role of sexual mindfulness in sexual wellbeing, Relational wellbeing, and self-esteem. *Journal of sex & marital therapy*. 2019;45(6):497-509.
5. Godbout N, Bakhos G, Dussault É, Hébert M. Childhood interpersonal trauma and sexual satisfaction in patients seeing sex therapy: Examining mindfulness and psychological distress as mediators. *Journal of Sex & Marital Therapy*. 2020;46(1):43-56.
6. Kharaju ZG, Hosseinian S, Taheri A, Adam F. Psychometric properties of the sexual five-facet mindfulness questionnaire (FFMQ-S): validation among a community sample of Persian-speaking women. 2023.
7. Brown KW, Ryan RM. The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*. 2003;84(4):822.
8. Dussault É, Fernet M, Godbout N. A metasynthesis of qualitative studies on mindfulness, sexuality, and relationality. *Mindfulness*. 2020;11:2682-94.
9. Leavitt CE, Whiting JB, Hawkins AJ. The sexual mindfulness project: An initial presentation of the sexual and relational associations of sexual mindfulness. *Journal of Couple & Relationship Therapy*. 2021; 20(1): 32-49.
10. Barnes S, Brown KW, Krusemark E, Campbell WK, Rogge RD. The role of mindfulness in romantic relationship satisfaction and responses to relationship stress. *Journal of marital and family therapy*. 2007;33(4):482-500.
11. Kleinplatz PJ, Paradis N, Charest M, Lawless S, Neufeld M, Neufeld R, et al. From sexual desire discrepancies to desirable sex: Creating the optimal connection. *Journal of Sex & Marital Therapy*. 2018;44(5):438-49.
12. Rowland DL, Cempel LM, Tempel AR. Women's attributions regarding why they have difficulty reaching orgasm. *Journal of Sex & Marital Therapy*. 2018;44(5):475-84.

13. Atkinson BJ. Mindfulness training and the cultivation of secure, satisfying couple relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*. 2013;2(2):73.
14. Dawson SJ, Jang GE, Goldberg SY. A brief psychoeducational sexual mindfulness intervention to bolster sexual well-being. *Mindfulness*. 2022;13(11):2827-44.
15. Jaderek I, Lew-Starowicz M. A systematic review on mindfulness meditation–based interventions for sexual dysfunctions. *The journal of sexual medicine*. 2019;16(10):1581-96.
16. Adam F, Heeren A, Day J, de Sutter P. Development of the Sexual Five-Facet Mindfulness Questionnaire (FFMQ-S): Validation among a community sample of French-speaking women. *The Journal of Sex Research*. 2015;52(6):617-26.
17. Anthoine E, Moret L, Regnault A, Sébille V, Hardouin J-B. Sample size used to validate a scale: a review of publications on newly-developed patient reported outcomes measures. *Health and quality of life outcomes*. 2014;12:1-10.
18. Farajnia S, Hosseinian S, Shahidi H, Sadeghi AS. Codifying and examine psychometric properties of Marital Sexual Function Scale (MSFS). *Biannual Journal of Applied Counseling*. 2014;4(1):85-102.
19. Baer RA, Smith GT, Allen KB. Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*. 2006;11:230-41.
20. Shima T, Asgharnejad A-A, Mirzaee M, Soleimani M. Psychometric properties of five factor mindfulness questionnaire. *Developmental psychology: Iranian psychologists*. 2016;12(47):321-9.
21. Leavitt CE, Lefkowitz ES, Waterman E, A. The Role of Sexual Mindfulness in Sexual Wellbeing, Relational Wellbeing, and Self-esteem. *Journal of Sex and Marital Therapy*. 2019;45(6):497-509.
22. Dussault E, Lafortune D, Canivet C, Boislard M-A, Leavitt CE, Godbout N. Validation of the French sexual mindfulness measure and its links with psychosexual well-being. *Sexual and Relationship Therapy*. 2021:1-17.
23. Leavitt CE, Allsop DB, Busby DM, Driggs SM, Johnson HM, Saxey MT. Associations of mindfulness with adolescent outcomes and sexuality. *Journal of Adolescence*. 2020;81:73-86.
24. Fischer VJ, Andersson G, Billieux J, Vögele C. The relationship between emotion regulation and sexual function and satisfaction: a scoping review. *Sexual medicine reviews*. 2022;10(2):195-208.

25. Becker CB, Verzijl CL, Kilpela LS, Wilfred SA, Stewart T. Body image in adult women: Associations with health behaviors, quality of life, and functional impairment. *Journal of health psychology*. 2019;24(11):1536-47.

نسخه پذیرفته شده پیش از انتشار