

ارتباط تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی در زوجین

The relationship of body image and friendliness behavior
with marital satisfaction in couples

Abbas Abolghasemi
Azar Kiamarsi
Zohreh Sohrabi

دکتر عباس ابوالقاسمی*
آذر کیامرثی**
زهره سهرابی***

Abstract

Marital satisfaction is considered as one of the important factors that influence the mental health and life quality of couples. The purpose of this study is to determine the relationship of body image and friendliness behavior with marital satisfaction in couples. The research convenient sample consisted of 205 couples living in Ardebil. The participants completed the Multidimensional Body Self Relation Questionnaire (MBSRQ), the Friendliness Behavior Scale (SACRAL) and the Salehi Marital Satisfaction Questionnaire (SMSQ). The results showed that body image and friendliness behavior had a significantly positive correlation with marital satisfaction. Also, the results of multivariate regression analysis showed that variables of body image and friendliness behavior could explain 42 per cent of marital satisfaction in couples. It is concluded that the body image and friendliness behavior have an influence on couples' marital satisfaction.

Key words: body image, friendliness behavior, marital satisfaction

چکیده

رضایت زناشویی، یکی از عوامل مهمی است که بر سلامت روانی و کیفیت زندگی زوجین تأثیر می‌گذارد. هدف این پژوهش تعیین نقش تصویر بدن و رفتار دوستانه در پیش‌بینی رضایت زناشویی زوجین می‌باشد. این پژوهش از نوع همبستگی است. نمونه پژوهش ۲۰۵ زوج ساکن شهر اردبیل بودند که به صورت تصادفی در دسترس انتخاب شدند. شرکت کنندگان پرسشنامه چند بعدی خود بدنی (MBSRQ)، مقیاس رفتار دوستانه (SACRAL) و پرسشنامه رضامندی زناشویی (SMSQ) را تکمیل کردند. نتایج پژوهش نشان داد که تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی همبستگی مثبت معنی‌داری دارند. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری نیز نشان داد که متغیرهای تصویر بدن و رفتار دوستانه ۴۲ درصد از واریانس رضایت زناشویی زوجین را تبیین می‌کنند. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که متغیرهای تصویر بدن و رفتار دوستانه، رضایت زناشویی زوجین را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

واژه‌های کلیدی: تصویر بدن، رفتار دوستانه، رضایت زناشویی

مقدمه

رضایت از عوامل بسیار مهم در زندگی زناشویی است، رضایت زناشویی^۱ باعث می‌شود زوجین آرامش را در زندگی احساس کرده و با آرامش و رضایت آنها، فرزندان نیز در خانواده به خوبی تربیت شوند (بنی فاطمه، طاهری تیمورلویی، ۱۳۸۸). گلیس (۱۹۹۵) رضایت زناشویی را معادل ارزیابی کلی ذهنی فرد از رابطه زناشویی و میزان برآورده شدن نیازها، خواسته‌ها و آرزوهای شخصی زوجین در این رابطه تعریف کرده است (بشارت، ۱۳۹۱). رضایت درونی^۲ انسانها، از رشد فردی و اجتماعی و منابع سازشی نشأت می‌گیرد (فانک، هبئر و والویس، ۲۰۰۶). عوامل زیادی در موفقیت و رضایت زناشویی نقش دارند؛ شخصیت طرفین، میزان درک متقابل، بلوغ فکری و تعادل روانی به حد کافی، عوامل اقتصادی و سازگاری^۳، رضایت جنسی^۴ و عشق از مهمترین عوامل به وجود آورنده یک زندگی رضایت بخش و خوشایند هستند (شاملو، ۱۳۸۱). پژوهشهای متعددی به ارتباط بین رضایت جنسی و رضایت زناشویی اشاره کرده اند (سلوسارز، ۲۰۰۰؛ برزنیاک و ویسمن، ۲۰۰۴؛ بایرز، ۲۰۰۵؛ گیو و هانگ، ۲۰۰۵؛ نیکولز، ۲۰۰۵؛ بخشایش، مرتضوی، ۱۳۸۸؛ رحمانی، مرقاتی، صادقی و الله قلی، ۱۳۹۰). از طرفی، مطالعه جان و ماسود (۲۰۰۸) نشان داد که نارضایتی از تصور بدن^۵ با رضایت پایین از روابط رماتیک و جنسی و سازش کلی روان شناختی مرتبط است. کالوگرو و تامسون (۲۰۰۹) نشان دادند که تصویر بدن و شرمساری از بدن مستقیماً رضایت جنسی را پیش بینی می‌کنند. ساتینسکی، ریک، دنیس، ساندرز و باردزل (۲۰۱۲) بعد از کنترل مؤلفه‌های گرایش و شریک جنسی و سن، دریافتند که ادراک بدنی می‌تواند برانگیختگی، ارگاسم و جنبه‌های رضایت از عملکرد جنسی را پیش بینی کند. همچنین داشتن رابطه مطلوب، در ایجاد احساس امنیت زوجین نقش تعیین کننده دارد (استنلی، مارکمن و ویتون، ۲۰۰۲؛ به نقل از بشارت، ۱۳۹۱). شیوه ارتباطی^۶ بر حل موفقیت آمیز تعارضات زوجین تاثیر زیادی دارد. زوجیهایی که به آسانی افکار و احساسات خود را با یکدیگر در میان می‌گذارند، رضایت زناشویی بیشتری دارند. زن و شوهرهایی که توانایی برقراری ارتباط مناسب را دارا هستند، از روابط زناشویی رضایت بیشتری دارند (سلیمی، آزاد مرز آبادی، امیری و تقوی، ۱۳۸۷). مالتبای، دی، مک کوتچون، گیلت، هوران و اشی (۲۰۰۴) دریافتند افرادی که رضایت از زندگی بالاتری دارند از سبک‌های مقابله ای^۷ مؤثرتر و مناسب تر استفاده می‌کنند، عواطف و احساسات مثبت عمیق تری را تجربه می‌کنند و از سلامت عمومی^۸ بالاتری برخوردارند.

تصویر بدنی یکی از سازه‌های روان‌شناختی و یک مفهوم محوری برای روان‌شناسان سلامت است.

1. marital satisfaction
2. internal satisfaction
3. adjustment
4. sexual satisfaction
5. body image
6. cominicational procedure
7. coping styles
8. general health

تصویر بدنی در برگیرنده اطلاعات، احساسات و ادراکات آگاهانه و غیر آگاهانه شخص در مورد بدن می‌باشد (ایگ ناتویکوس و مارلییل، ۱۹۹۱). تصویر ذهنی غالباً به صورت درجه‌ای از رضایت از ظاهر فیزیکی تعریف شده است (جونر، کارلوس و دیان، ۲۰۰۱). تغییر تصویر ذهنی بدن در پی تغییرات قابل مشاهده در بدن می‌تواند تأثیر زیادی روی شخصیت و رفتار فرد داشته باشد (سالتر، ۱۹۹۷). این تصویر ذهنی عامل اساسی در تعیین چگونگی تعامل فرد با دیگران محسوب می‌شود (بادی، ۲۰۰۲). تصور منفی از بدن می‌تواند منجر به احساسات منفی درباره شکل بدن شود (کاش، فلمینگ، استیدمن و وایت هد، ۲۰۰۲) و به عنوان یک عامل خطر و نگهدارنده در آسیب شناسی روانی ذکر شده است (ادمان، یتس، آرگوت و دی برد، ۲۰۰۵؛ استیک و شاو، ۲۰۰۲). برخی از مطالعات نشان داده اند که احساسات منفی درباره بدن با عاطفه منفی، عزت نفس پایین و آسیب پذیری به افسردگی مرتبط می‌باشند (کونینگ و وزرمن، ۱۹۹۵؛ ریردان و کوف، ۱۹۹۷؛ تیجمن، ۱۹۹۴). کیفیت و رضایت زناشویی می‌توانند عوامل حمایت کننده در سلامتی زنان باشند، در صورتی که میزان بالای انتقاد با پیامدهای سلامتی ضعیفتری همراه است (پل، کروسر و اسکل، ۲۰۰۴). دوناگو (۲۰۰۹) در مطالعه‌ای نشان داد که احساس ذهنی زنان درباره رضایت از زندگی و تجاربشان از اثرات منفی و مثبت با رضایت از بدنشان مرتبط است. احساسات زنان درباره خود و رضایت از زندگی، از جنبه‌های بدنی آنها تأثیر می‌پذیرد (فریدریکسون و همکاران، ۱۹۹۸).

یکی دیگر از متغیرهای دیگری که رضایت از زندگی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، رفتار دوستانه^۱ است. رفتار دوستانه به عنوان یکی از جنبه‌های عواطف مثبت، رضایت زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و زوجین را مستعد تجربه عواطف و احساسات مثبت می‌کند (مایر و داینر، ۱۹۹۵). ریزمن (۱۹۸۳) معتقد است که رفتار دوستانه از اوایل کودکی شکل می‌گیرد. برخی از افراد به راحتی دیگران را جذب می‌کنند، درحالی که بعضی دیگر به دلایل مختلف دائماً طرد می‌شوند. این افراد بعداً در تعامل با دیگران احساس می‌کنند چیزی برای عرضه کردن ندارند و دوست داشتنی نیستند. این افراد در تعامل گرم و رضایت بخش با دیگران مشکل خواهند داشت. ریزمن (۱۹۸۳) در تحقیقی نشان داد افرادی که نمره پایینی در مقیاس رفتار دوستانه کسب می‌کنند با افرادی که نمره بالایی کسب می‌کنند، تعداد دوستان یکسانی دارند؛ ولی افراد دسته اول از روابط دوستانه خود رضایت کمتری داشته و علی‌رغم داشتن دوستان متعدد، خود را در موقعیت‌های اجتماعی، کم رو، عصبی و اغلب تنها توصیف می‌نمایند. وینستد، درگا، لوییس و سانجهاکلس (۱۹۹۲) دریافتند هنگامی که بزرگسالان در موقعیتی استرس زا با دوستان خود تعامل داشته اند در مقایسه با زمانی که در کنار یک فرد غریبه قرار گرفته بودند، میزان افسردگی و خصومت آنان به صورت معنی‌داری کاهش یافته بود. حجازی و ظهره وند (۱۳۷۹) در پژوهشی نشان دادند که بین کیفیت دوستی و روشهای مقابله با استرس رابطه معنی‌داری وجود دارد. حمایت اجتماعی از طریق دوستان می‌تواند فرد را در سازگاری بیشتر یاری داده و محرک بسیاری از رفتارهای انطباقی در

1. Friendliness behavior

وی باشد. وجود دوستان در بحران‌های گوناگون زندگی بزرگسالان مؤثر می‌باشد. با توجه به یافته‌های پژوهشی بسیار محدود در زمینه روابط بین تصویر بدن و روابط فردی و همچنین اهمیت نقش رضایت زناشویی در کارکردهای زناشویی و خانوادگی، هدف پژوهش حاضر تعیین ارتباط تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت از زندگی زوجین بود. بر این اساس فرضیه‌های پژوهش به این شرح بررسی می‌شوند: (۱) تصویر بدن (و ابعاد آن) با رضایت زناشویی زوجین رابطه مثبت دارد. (۲) رفتار دوستانه (و ابعاد آن) با رضایت زناشویی زوجین رابطه مثبت دارد.

روش

این پژوهش از نوع همبستگی است. در این پژوهش تصویر بدن و رفتار دوستانه به عنوان متغیرهای پیش بین و رضایت زناشویی زوجین به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده اند. جامعه آماری این پژوهش، زوجین متأهل شهر اردبیل در سال ۱۳۹۰ بودند. تعداد ۴۲۰ زن و مرد (۲۱۰ زوج) اردبیلی از جمعیت عمومی به صورت داوطلب در دسترس در این پژوهش شرکت کردند. رضایت داوطلبانه برای شرکت در پژوهش، حداقل ۵ سال زندگی مشترک، با سواد بودن، نداشتن بیماری روانی و یا جسمی ملزم به مصرف دارو از شرایط لازم برای شرکت در پژوهش بودند. بعد از توضیح اهداف پژوهش، جهت جمع آوری داده‌ها، پرسشنامه چند بعدی خود بدنی^۱ (کش، ۱۹۹۷)، مقیاس رفتار دوستانه^۲ (ریزمن، ۱۹۸۳) و پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی صالحی^۳ (صالحی فوردی، ۱۳۷۸) در اختیار آنها قرار گرفت. هر آزمودنی حدود ۲۰ تا ۲۵ دقیقه به صورت انفرادی پرسشنامه‌های تحقیق را تکمیل نمود. به منظور کنترل اثر ترتیب و خستگی، مقیاس‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارائه شدند. تعداد ۱۰ زوج به دلیل پاسخ ناقص به مقیاسها از تحلیل‌های آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه‌ی پژوهش به ۴۱۰ نفر (۲۰۵ مرد، ۲۰۵ زن) تقلیل یافت. میانگین (و انحراف استاندارد) سنی زنان ۳۵/۰۵ (۷/۰۷) با دامنه ۲۵-۵۰ است. همچنین میانگین (و انحراف استاندارد) سن مردان، ۳۸/۷۰ (۷/۰۳) با دامنه ۲۸-۵۰ است. در گروه زنان ۱۰ درصد دارای مدرک سیکل، ۳۸/۵ درصد دیپلم، ۲۶ درصد فوق دیپلم، ۲۵/۵ درصد لیسانس و بالاتر هستند. در گروه مردان ۲۲/۵ درصد دارای مدرک سیکل، ۲۰ درصد دیپلم، ۳۲/۵ درصد مدرک فوق دیپلم و ۲۵ درصد لیسانس و بالاتر می‌باشند.

ابزار سنجش

پرسشنامه چند بعدی خود بدنی (MBSPQ). پرسشنامه چند بعدی خود بدنی (کش، ۱۹۹۷، ۱۹۸۶) ۴۶ ماده دارد که به صورت ۵ درجه‌ای از بسیار ناراضی (۱) تا بسیار راضی (۵) پاسخ داده

1. Multidimensional Body Self Relation Questionnaire
2. The Friendliness Behavior Scale
3. The Salehi Marital Satisfaction Questionnaire

می‌شوند. این مقیاس در کل دارای سه زیر مقیاس نگرشی شامل ارزیابی، توجه و رفتار است که مقیاس ارزیابی ظاهر فیزیکی آن عمدتاً در تحقیقات انجام شده در زمینه تصویر بدنی به کار برده شده است. این پرسشنامه ۶ مؤلفه ارزشیابی وضع ظاهری^۱، گرایش به ظاهر^۲، ارزشیابی تناسب اندام^۳، گرایش به تناسب اندام^۴، وزن ذهنی^۵ و رضایت از نواحی بدنی^۶ را اندازه‌گیری می‌کند. مشخصه‌های روانسنجی پرسشنامه روابط چند بعدی بدن-خود در پژوهشهای خارجی و داخلی مورد تأیید قرار گرفته است. از جمله در مطالعه‌ای توسط کش (۱۹۹۴) همسانی درونی زیر مقیاسهای رضامندی از نواحی بدنی ۰/۷۷ بود و زیر مقیاس ارزیابی از وضع ظاهری دارای اعتبار ۰/۸۱ و زیر مقیاس رضامندی از نواحی بدنی دارای اعتبار ۰/۸۶ بود (ماکینان، اسکندری، برجلی و قدسی، ۱۳۸۹). همچنین ضریب پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۸۰ بدست آمد.

مقیاس رفتار دوستانه (SACRAL). مقیاس رفتار دوستانه توسط ریزمن (۱۹۸۳) ساخته شده است. این مقیاس ۴۰ ماده دارد که آزمودنی به صورت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافق (۵) تا کاملاً مخالف (۰) به آنها پاسخ می‌دهد. این مقیاس چهار مؤلفه خودانگاره، پذیرندگی، پاداش بخشی و بیگانگی را اندازه‌گیری می‌کند. بررسی این مقیاس توسط ریزمن (۱۹۸۳) در نمونه دانشجویان و کودکان حاکی از همسانی درونی، پایایی بازآزمایی آزمون، روایی همزمان، روایی سازه و روایی افتراقی مقیاس مذکور بود. همچنین ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۹ بدست آمد.

پرسشنامه رضامندی زناشویی (SMSQ). پرسشنامه رضایت‌مندی زناشویی در ایران توسط صالحی فوردی (۱۳۷۸) تدوین و هنجاریابی شده است. این پرسشنامه ۴۹ سؤال دارد که به صورت چهارگزینه‌ای از مخالفم (۰) تا کاملاً موافقم (۴) پاسخ داده می‌شود. ضریب پایایی همسانی درونی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ بدست آمد. ضریب همبستگی بین خرده مقیاس‌ها در دامنه‌ای از ۰/۶۰ تا ۰/۹۱ گزارش شده است ($P < ۰/۰۵$). همچنین بین دو گروه دارای نمره بالا و پایین در چک لیست تفکرات غیرمنطقی الیس تفاوت معنی‌داری در پرسشنامه رضامندی زناشویی بدست آمد ($P < ۰/۰۰۱$). به عبارت دیگر، گروه دارای تفکرات غیرمنطقی بالا به‌طور معنی‌داری رضامندی زناشویی کمتری داشتند ($P < ۰/۰۰۱$). در پژوهش ابوالقاسمی و کیامرثی (۱۳۸۹) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش شده است.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نمره‌های مربوط به تصویر بدن، رفتار دوستانه و رضایت زناشویی را در مردان و زنان (کل نمونه) نشان می‌دهد.

1. Appearance Evaluation
2. Appearance Orientation
3. Fitness Evaluation
4. Fitness Orientation
5. Subjective Weight
6. Body Areas Satisfaction

جدول ۱

میانگین و انحراف معیار نمره‌های شرکت کنندگان در مورد تصویر بدن، رفتار دوستانه و رضایت زناشویی زوجین (کل نمونه)

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
ارزشیابی وضع ظاهر	۲۳/۸۲	۳/۶۱
گرایش به ظاهر	۳۹/۸۸	۳/۸۸
ارزشیابی تناسب اندام،	۹/۴۶	۲/۳۱
گرایش به تناسب اندام	۳۸/۷۴	۴/۳۵
وزن ذهنی،	۱/۲۸	۱/۲۸
رضایت از نواحی بدنی	۴/۳۶	۴/۳۶
کل	۱۴۸۱/۲۴	۱۲/۵۲
خود انگاره	۲۸/۹۲	۳/۶۹
پذیرندگی	۲۶/۶۰	۳/۶۲
پاداش بخشی	۳۰/۷۰	۳/۲۶
بیگانگی	۲۵/۳۱	۳/۹۴
کل	۱۱۱۱/۷۶	۹/۵۳
رضایت زناشویی	۴/۱۰	۴/۸۸

جدول ۲

ضرایب همبستگی بین تصویر بدن، رفتار دوستانه و رضایت زناشویی زوجین (کل نمونه)

متغیر	رضایت زناشویی	P
ارزشیابی وضع ظاهر	۰/۴۵	۰/۰۰۱
گرایش به ظاهر	۰/۱۶	۰/۰۵
ارزشیابی تناسب اندام،	۰/۲۷	۰/۰۱
گرایش به تناسب اندام	۰/۱۴	۰/۰۵
وزن ذهنی،	۰/۰۲	۰/۸۳۲
رضایت از نواحی بدنی	۰/۷۴	۰/۰۰۱
کل	۰/۵۹	۰/۰۰۱
خود انگاره	۰/۳۸	۰/۰۰۱
پذیرندگی	۰/۰۳	۰/۸۱۲
پاداش بخشی	۰/۲۰	۰/۰۱
بیگانگی	۰/۱۴	۰/۰۵
کل	۰/۲۶	۰/۰۰۱

نتایج مندرج در جدول ۲ نشان می‌دهد که ضرایب همبستگی پیرسون بین تصور از بدن ($r=0/59$) و رفتار دوستانه ($r=0/26$) با رضایت زناشویی رابطه معنی‌داری دارند. همچنین رضایت از نواحی بدنی، تصویر بدن، ارزشیابی وضع ظاهری، خودانگاره، رفتار دوستانه، ارزشیابی تناسب اندام، پاداش بخشی،

گرایش به ظاهر، بیگانگی و گرایش به تناسب اندام به ترتیب بیشترین تا کمترین ضریب همبستگی را با رضایت زناشویی زوجین دارند.

برای تعیین تاثیر ابعاد هر یک از متغیرهای تصویر بدن (نمره کل) و رفتار دوستانه (نمره کل) بر رضایت زناشویی، از تحلیل رگرسیون چند گانه به روش ورود استفاده شد. بر اساس نتایج جدول ۳، میزان F مشاهده شده معنادار است ($P < 0.001$) و حدود ۴۲ درصد از واریانس رضایت زناشویی را متغیرهای تصویر بدن و رفتار دوستانه تبیین می کنند. همانطور که ملاحظه می شود با توجه به مقادیر بتا فقط تصویر بدن ($Beta = 0.590$) می تواند تغییرات مربوط به رضایت زناشویی زوجین را پیش بینی کند.

جدول ۳

خلاصه نتایج رگرسیون چند متغیری برای پیش بینی رضایت زناشویی از طریق تصویر بدن و رفتار دوستانه

متغیر پیش بین	ضرایب غیر استاندارد			t (p)
	Beta	B	SE	
Constant	-	۸/۷۹	۲/۶۱	۳/۳۶(۰/۰۰۱)
تصویر بدن	۰/۵۹۰	۰/۲۵۳	۰/۰۱۵	۱۷/۲۸(۰/۰۰۰۱)
رفتار دوستانه	۰/۰۵۰	۰/۰۲۵	۰/۰۲۱	۱/۲۳(۰/۲۲۱)
F = ۱۵۰/۲۹ P = ۰/۰۰۰۱, R = ۰/۶۵۲ = R ² = ۰/۴۲۳				

جدول ۴

خلاصه نتایج رگرسیون چند متغیری برای پیش بینی رضایت زناشویی از طریق ابعاد تصویر بدن

متغیر پیش بین	P	t	ضرایب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد	
				B	SE
Constant	۰/۰۰۰۱	۹/۳۵	-	۲۰/۲۵۴	۲/۱۶۷
ارزشیابی وضع ظاهر	۰/۰۰۰۱	۱۰/۳۰	۰/۴۵۴	۰/۶۱۰	۰/۰۵۹
گرایش به ظاهر	۰/۲۵۵	۱/۱۴	۰/۰۵۲	۰/۰۶۵	۰/۰۵۷
ارزشیابی تناسب اندام	۰/۱۷	۱/۳۸	۰/۰۷۰	۰/۱۴۳	۰/۱۰۴
گرایش به تناسب اندام	۰/۰۶	-۱/۹۷	-۰/۱۰۰	-۰/۱۱۳	۰/۰۵۸
وزن ذهنی	۰/۰۴	-۲/۰۴	-۰/۰۹۱	-۰/۳۴۴	۰/۱۶۹
رضایت از نواحی بدنی	۰/۰۰۰۱	۲۰/۱۷	۰/۶۷۶	۰/۷۵۲	۰/۰۳۷
F = ۱۰۷/۶۶ P = ۰/۰۰۰۱ R = ۰/۷۸۵ = R ² = ۰/۶۱۶					

برای تعیین تاثیر هر یک از مؤلفه های تصویر بدن بر رضایت زناشویی، از تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش ورود استفاده شد. بر اساس نتایج جدول ۴، میزان F مشاهده شده معنادار است

($P < 0/001$) و ۶۲ درصد از واریانس رضایت زناشویی را ابعاد تصویر بدن تبیین می‌کنند. همانطور که ملاحظه می‌شود با توجه به مقادیر بتا به ترتیب ارزشیابی وضع ظاهر ($Beta = 0/454$)، گرایش به تناسب اندام ($Beta = -0/100$)، رضایت از نواحی بدن ($Beta = 0/676$) و وزن ذهنی ($Beta = -0/091$) می‌توانند تغییرات مربوط به رضایت زناشویی زوجین را پیش بینی کنند.

جدول ۵

خلاصه نتایج رگرسیون چند متغیری برای پیش بینی رضایت زناشویی از طریق ابعاد رفتار دوستانه

P	t	ضرایب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد		متغیر پیش‌بین
			B	SE	
0/0001	10/333	-	30/112	2/916	Constant
0/0001	8/73	0/397	0/530	0/061	خود انگاره
0/284	1/60	-0/075	-0/103	-0/064	پذیرندگی
0/001	3/29	0/158	0/239	0/073	پاداش بخشی
0/078	0/19	-0/091	-0/011	-0/059	بیگانگی
$F=22/93$ $P=0/0001$, $R=0/430 = R^2 0/185$					

برای تعیین تاثیر هر یک مؤلفه‌های رفتار دوستانه بر رضایت زناشویی، از تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش ورود استفاده شد. بر اساس نتایج جدول ۵، میزان F مشاهده شده معنادار است ($P < 0/001$) و حدود ۱۹ درصد از واریانس رضایت زناشویی را مؤلفه‌های رفتار دوستانه تبیین می‌کنند. همانطور که ملاحظه می‌شود با توجه به مقادیر بتا فقط مؤلفه‌های خود انگاره ($Beta = 0/397$) و پاداش بخشی ($Beta = 0/158$) می‌توانند تغییرات مربوط به رضایت زناشویی زوجین را پیش‌بینی کنند.

بحث

هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی در زوجین بود. نتایج نشان داد که تصویر بدن با رضایت زناشویی در زوجین رابطه مثبت معنی‌داری دارد. با توجه به این نتیجه، فرضیه ۱ تایید می‌شود. همچنین مؤلفه‌های ارزشیابی وضع ظاهری، گرایش به ظاهر، ارزشیابی تناسب اندام، گرایش به تناسب اندام و رضایت از نواحی بدنی با رضایت زناشویی رابطه معنی‌داری داشته اما مؤلفه‌ی وزن ذهنی با رضایت زناشویی در زوجین رابطه معنی‌داری نداشت. این یافته در راستای یافته‌های فریدریکسون و همکاران (۱۹۹۸)، فریدمن و همکاران (۱۹۹۹)، جان و ماسود (۲۰۰۸)، دوناگو (۲۰۰۹)، کالوگرو و تامسون (۲۰۰۹)، ملترز و جیمز (۲۰۱۰) و ساتینسکی و همکاران (۲۰۱۲) است. نتایج این مطالعات مشخص نمود که احساسات منفی درباره بدن منجر به تجربه عواطف منفی و عزت نفس پایین می‌شود. همچنین شواهد بیانگر حساسیت بسیار بالا و آسیب زای زنان نسبت به تصویر ذهنی بدنی

است (تامسون و همکاران، ۱۹۹۴). میزان رضایت از بدن در ارزیابی رضایت زناشویی اهمیت زیادی دارد چرا که بر اساس مطالعات فریدمن و همکاران (۱۹۹۹)، جان و ماسود (۲۰۰۸)، کالوگرو و تامسون (۲۰۰۹) و ساتینسکی و همکاران (۲۰۱۲) تصویر بدن با رضایت زناشویی ارتباط دارد. مطالعه ملتزر و جیمز (۲۰۱۰) حاکی از این بود که تصویر بدن مطلوب می‌تواند منجر به افزایش رضایت زناشویی و جنسی زوجین شود. همچنین آنها بعد از کنترل مؤلفه‌های شاخص توده بدنی، عزت نفس کلی، روان رنجوری در زنان، دریافتند که ادراک زنان از جذابیت جنسی شان به طور مثبتی رضایت زناشویی زوجین را پیش بینی می‌کند. می‌توان بیان کرد که اگر رضایت از تصویر بدنی بیشتر باشد در کنار افزایش اعتماد به نفس، سلامت روان و دید مثبت به زندگی، منجر به افزایش رضایت زناشویی نیز می‌شود. در پژوهش حاضر رابطه معنی‌داری بین وزن ذهنی با رضایت زناشویی به دست نیامد. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که این مقوله بیشتر نسبی و متغیر است و تصویر بدن در افراد از زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی نیز تأثیر می‌پذیرد، چرا که جوامع بیشتر به سوی غربی شدن تصویر بدنی که ایده آل غرب می‌باشد، کشیده می‌شوند و افراد جامعه کنونی ما به خصوص زنان نیز آنرا پذیرفته و به سوی آن کشیده می‌شوند، این موضوع بیانگر فشارهای هنجاری و ارزشی در جامعه است. چنانکه کش (۱۹۹۷) در پژوهش خود نشان داد که تصویر ذهنی زنان از بدن خود هیچ رابطه‌ای با واقعیت ندارد، زیرا حتی زنانی که زیبایی شگفت‌انگیزی داشتند و به عنوان مانکن موفق و صاحب درآمد بودند، از قیافه خود ناراضی بودند. در کل می‌توان این نتایج را چنین تبیین کرد که تصویر بدنی یکی از عناصر تأثیر گذار در داشتن رضایت زوجین بوده و داشتن احساس مثبت در مورد تصویر بدن باعث افزایش اعتماد به نفس، احساس آرامش و رضایت زناشویی می‌شود.

همچنین نتایج نشان داد که رفتار دوستانه با رضایت زناشویی زوجین رابطه مثبت معنی‌داری دارد. با توجه به این نتیجه، فرضیه ۲ تایید می‌شود. مؤلفه‌های خودانگاره، پاداش بخشی و بیگانگی با رضایت زناشویی در زوجین رابطه مثبت معنی‌داری داشته اما مؤلفه پذیرندگی با رضایت زناشویی در زوجین رابطه معنی‌داری نداشت. این یافته در راستای یافته‌های مایر و داینر (۱۹۹۵)، هاستون و چاروسن (۱۹۹۹)، مالتبای و همکاران (۲۰۰۴) و هنری، برگ، اسمیت و فلورشمیم (۲۰۰۷) است. مایر و داینر (۱۹۹۵) نتیجه گیری کردند که احساس خرسندی و رضایت از جنبه‌های زندگی، از مؤلفه‌های نگرش مثبت افراد نسبت به جهانی است که در آن زندگی می‌کنند. هر قدر میزان رضایت بالاتر باشد افراد عواطف مثبتی را تجربه خواهند کرد. این نتیجه را می‌توان این گونه تبیین کرد که رفتار دوستانه باعث می‌شود که افراد با اطرافیان رابطه عاطفی برقرار نمایند و رابطه عاطفی باعث تجربه عواطف مثبت می‌شود. همچنین این اطرافیان می‌توانند به عنوان یک حمایت‌گر در شرایط پراسترس عمل کنند و این عوامل منجر به احساس بیشتر رضایت کلی از زندگی می‌شود. مطالعه هاستون و چاروسن (۱۹۹۹) نشان داد که رضایت زناشویی زنان نسبت به منفی‌گرایی همسرانشان، زمانی که همسران آنها ابراز عاطفی بالایی از خود نشان می‌دادند، کاهش کمتری داشت. هنری و همکاران (۲۰۰۷) به این نتیجه رسیدند که نحوه ادراک

رفتار مثبت و منفی همسر در امور غیر توافقی، به میزان زیادی رضایت زناشویی زوجین را پیش بینی می‌کند. رفتار دوستانه باعث گسترش روابط عاطفی و صمیمانه می‌شود و این نیز به نوبه خود چه مستقیم چه غیر مستقیم در روحیه و زندگی شخصی تأثیر می‌گذارد و باعث ایجاد آرامش روحی می‌شود.

همچنین نتایج رگرسیون چند متغیری نشان داد که متغیرهای تصویر بدن و رفتار دوستانه حدود ۴۲ درصد از واریانس رضایت زناشویی در زوجین را تبیین می‌کنند. از این میان مؤلفه‌های این متغیرها، ارزشیابی وضع ظاهر، گرایش به تناسب اندام، رضایت از نواحی بدن خود و انگاره و پاداش بخشی برای رضایت زناشویی آزمودنیها دارای توان پیش بین معنا داری بودند. این نتیجه نشان می‌دهد که ۵۸ درصد واریانس و عوامل باقیمانده توسط متغیرهای دیگر موثر بر رضایت زناشویی (نظیر عوامل شناختی، اجتماعی، فرهنگی و انگیزشی) تبیین می‌شود. همچنین با توجه به عدم وجود یافته‌های متناظر در پیشینه، از این یافته می‌توان استنباط کرد که تصویر بدن و رفتار دوستانه تأثیرشان بر رضایت زناشویی زوجین قابل ملاحظه بوده است. لذا برای روشن شدن این نکته لازم است که تحقیقات بیشتری در این زمینه صورت گیرد. با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان بیان کرد که تصویر بدن و رفتار دوستانه بر رضایت زناشویی تأثیر مثبت می‌گذارد و از این طریق می‌توان از بسیاری نابسامانیهای خانوادگی که منجر به هدر رفتن نیروهای عظیم انسانی می‌شود، جلوگیری کرد. این یافته در راستای یافته‌های دیگر فریدریکسون و همکاران (۱۹۹۸) است. به نظر می‌رسد رضایت زناشویی از عوامل گوناگون شناختی تأثیر می‌پذیرد. تصویر مثبت از بدن و همچنین رفتار دوستانه داشتن با دوستان، خانواده و حتی اجتماع منجر به ایجاد احساسات مثبت می‌شود و افراد می‌توانند از زندگی خود لذت ببرند و نهایتاً باعث افزایش رضایت زناشویی می‌شوند. تصور مثبت از بدن باعث می‌شود افراد و به خصوص زنان تحت فشارهای اجتماعی لاغر شدن نباشند و با اعتماد به نفس بیشتری به فعالیت پردازند و از زندگی لذت ببرند. همچنین رفتار دوستانه نیز باعث می‌شود افراد دیگر اعتماد بیشتری به شخص داشته باشند. همچنین در روابط شخصی و خانوادگی رضایت بیشتری جلب می‌کند و زندگی موفق و رضایت بخشی خواهد داشت.

نتیجه‌گیری

در سطح نظری یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند نتایج پژوهش‌های پیشین مربوط به رابطه تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی را تایید کند و پرسش‌های جدیدی مبنی بر اینکه آیا رضایت جنسی می‌تواند نقش واسطه‌ای در رابطه تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی داشته باشد، مطرح کند. در سطح پیامدهای عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند مبنای تجربی مناسب برای تدوین برنامه‌های آموزشی و بهداشتی زوجین، برنامه‌های مداخله و برنامه‌های درمانی مبتنی بر تقویت و پایداری روابط مطلوب زوجین قرار گیرد. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن نمونه به ساکنین شهر اردبیل اشاره کرد و در نتیجه باید در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها احتیاط شود. برای بررسی دقیق تر رابطه‌ی تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی

در زمینه‌ی بررسی نقش تعدیل کننده و واسطه‌ای متغیرهای مهم دیگر، مثل مدت زمان زندگی مشترک، در رابطه‌ی تصویر بدن و رفتار دوستانه با رضایت زناشویی انجام شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود به منظور تعمیم مطمئن تر نتایج، پژوهش حاضر در نمونه‌هایی با دامنه تغییرات سنی بالاتر و در مناطق جغرافیایی مختلف انجام شود.

منابع

- ابوالقاسمی، عباس؛ کیامرثی، آذر (۱۳۸۹). نقش رابطه رمانتیک و رفتارهای غیرکلامی در پیش بینی رضامندی زناشویی در زنان. *مجله مطالعات زنان*، ۸(۲)، ۹۷-۱۰۷.
- بخشایش، علیرضا؛ مرتضوی، مهناز (۱۳۸۸). رابطه رضایت جنسی، سلامت عمومی و رضایت زناشویی در زوجین. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۴(۱۲)، ۷۳-۸۵.
- بشارت، محمد علی (۱۳۹۱). رابطه ترس از صمیمیت و رضایت زناشویی در نمونه‌ای از زوجین ایرانی: نقش تعدیل کننده سبکهای دلبستگی. *دو فصلنامه مشاوره کاربردی*، ۱(۲)، ۱-۱۸.
- بنی فاطمه، حسین؛ طاهری تیمورلویی، طاهره (۱۳۸۸). تعیین عوامل اجتماعی - فرهنگی مرتبط با میزان رضایت از زندگی زناشویی در میان زنان متأهل شهر آذر شهر. *جامعه شناسی*، ۱(۲)، ۲۹-۷.
- رحمانی، اعظم؛ مرقاتی خوبی، عفت السادات؛ صادقی، نرجس؛ الله قلی، لیلا (۱۳۹۰). ارتباط رضایت جنسی و رضایت از زندگی زناشویی. *نشریه مرکز تحقیقات مراقبتهای پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران (نشریه پرستاری ایران)*، ۷(۲۴)، ۸۲-۹۰.
- حجازی، الهه؛ ظهیر وند، راضیه (۱۳۷۹). رابطه بین کیفیت دوستی و روش مقابله با فشارهای روانی در کودکان و نوجوانان دختر. *پژوهشهای روان شناختی*، ۶(۱)، ۲.
- سلیمی، سید حسین؛ آزاد مرزآبادی، اسفندیار؛ امیری، ماندانا؛ تقوی، سید محمد رضا (۱۳۸۷). ابعاد رضایت زناشویی در همسران جانباز. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۴(۴)، ۷۲-۵۵.
- شاملو، سعید (۱۳۸۱). *سلامت روانی*. چاپ اول، تهران، انتشارات رشد.
- صالحی فوردی، جواد. ۱۳۷۸. رضامندی زناشویی. *فصلنامه تازه‌های روان درمانی* ۴(۱۴ و ۱۳)، ۱۰۸-۸۴.
- ماکیان، سمیه سادات؛ اسکندری، حسین؛ برجلی، احمد؛ قدسی، دل آرام (۱۳۸۹). مقایسه تاثیر روایت درمانی و رژیم درمانی بر شاخص تصویر بدنی زنان مبتلا به اضافه وزن و چاقی، پژوهنده، ۵(۷۷)، ۲۲۵-۲۳۲.

Body, M, A. (2002). *Psychiatric nursing*. New York. Lippincott, 586-587.

- Brezsnyak, M. & Whisman, M. (2004). Sexual desire and relationship functioning: Its effect of marital satisfaction and power. *Journal of Sex and Marital therapy*, 30, 199-217.
- Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction. A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research*, 42, 113-118.
- Calogero, R. M. & Thompson, J. K. (2009). Potential implications of the objectification of women's bodies for women's sexual satisfaction. *Body Image*, 2, 145-148.
- Cash, J. (1997). *The body image work book: An 8 step program for learning to live your looks*. New Harbinger: Oakland.
- Cash, T. F., Fleming, E. C., Alindogan, J., Steadman, L. & Whitehead, A. (2002). Beyond body image as a trait: The development and validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders*, 10, 103-113.
- Donaghue, N. (2009). Body satisfaction, sexual self-schemas and subjective well-being in women. *Body Image*, 6, 37-42.
- Edman, J. L., Yeates, A., Aruguete, M. S. & DeBored, K. A. (2005). Negative emotion and disordered eating among obese college students. *Eating Behaviors*, 6, 308-317.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T. M., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 269-284.
- Friedman, M. A., Dixon, A. E., Brownell, K. D., Whisman, M. A. & Wilfley, D. E. (1999). Marital status, marital satisfaction, and body image dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 26, 81-85.
- Funk, B., Hubner, S. & Valios, R. (2006) Reliability and validity of a brief life satisfaction scale with a high school sample. *Journal of Happiness Studies*, Springer, 41- 54.
- Gue, B. & Huang, J. (2005). Marital and sexual satisfaction in Chinese families: exploring the moderating effects. *Journal of Sex and Marital therapy*, 31(1), 9-21.
- Henry, N. J., Berg, C. A., Smith, T. W. & Florsheim, P. (2007). Positive and negative characteristics of marital interaction and their association with marital satisfaction in middle-aged and older couples. *Psychology and Aging*, 22, 428-441.
- Huston, T. L., Chorost, A. F. (1994). Behavioral buffers on the effect of negativity on marital satisfaction: A longitudinal study. *Personal Relationships*, 1, 223-239.

- Ignatvicius D, D. & Marilyl V, B. (1991). *Medical surgical nursing-A nursing process approach*. 2nd ed. Philadelphia, W.B. Saunders company, p:61.
- Jan, M. Masood, T. (2008). An Assessment of Life Satisfaction among Women. *Stud. Home Comm. Sci.*, 2(1), 33-42.
- Janetius, T. (2004). Marriage and marital adjustment. Available online at: www.homestead.com/Psycho-religion/files/adjustment.
- Jones, A., Carlso, N. & Diane, L. (2001). Social comparison and body image: attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *A Journal of Research*, 39, 256.
- Koenig, L. J. & Wasserman, E. L. (1995). Body image and dieting failure in college men and women: Examining links between depression and eating problems. *Sex Roles*, 32, 225–249.
- Maltaby, J., Day, L., Mccutcheon, L.E., Gillett, R., Houran, J. & Ashe, D, D. (2004). Personality and coping: A context for examining celebrity worship and mental health. *British Journal of Psychology*, 95, 411-428.
- Meltzer, A, L. & James, M, K. (2010). Body image and marital satisfaction: Evidence for the mediating role of sexual frequency and sexual satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 24, 156-164.
- Myers, D, G. & Diener, E, D. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Nichols, M. P. (2005). Concurrent discriminate validity of the Kansas marital satisfaction scale. *Journal of Marriage and the Family*, 48, 381-387.
- Pole, M., Crowther, J, H. & Schell, J. (2004). Body dissatisfaction in married women: The role of spousal influence and marital communication patterns. *Body Image*, 1, 267-278.
- Reisman, J. M. (۱۹۸۳). SACRAL: toward the meaning and measurement of friendliness. *Journal of Personality Assessment*, 47, 405-413.
- Rierdan, J. & Koff, E. (1997) Weight, weight-related aspects of body image, and depression in early adolescent girls. *Adolescence*, 32, 615–624.
- Rust, J., Bennun, I., Crow, M., & Golombok, S. (1986). The Golombok-Rust Inventory of Marital State Questionnaire. *Sexual and Marital Therapy*, 1, 55-60.
- Salter M. (1997) *Altered body image. The nurse's role*. 2nd Edition. Louis Mosby Co. 290.

- Satinsky, S., Reece, M., Dennis, B., Sanders, S. & Bardzell, S. (2012). An assessment of body appreciation and its relationship to sexual function in women. *Body Image*, 1, 137-144.
- Slosarz, W, J. (2000). Relationship between lifestyle and factors affecting sexual life. *Journal of Sexual and Relationship Therapy*, 15, 367-380.
- Stice, E. & Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology a synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research*, 53, 985–993.
- Tiggemann, M. (1994). Gender differences in the interrelationships between weight dissatisfaction, restraint, and self esteem. *Sex Roles*, 30, 319–330.
- Thomson K, J., Heinberg, L.J.& Altabe, M. (1994). Factor analysis of multiple measuring of body image disturbance: are we all measuring the same construct? *International Journal of Eating Disorders*, 16, 311-315.
- Winstead, B, A., Derlega, V, J., Lewis, R, J. & Sanchez-hucles, J. (1992). Friendship, social interaction and coping with stress. *Communication Research* , 19, 193-211.