

## مقاله‌ی پژوهشی

# بررسی رابطه‌ی کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز گناباد

### خلاصه

**مقدمه:** این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی کیفیت زندگی و رضایت زناشویی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز گناباد انجام شد.

**روش کار:** در این مطالعه‌ی توصیفی-همبستگی، تعداد ۴۰ نفر از دانشجویان دانشگاه پیام نور به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه کیفیت زندگی ۳۶ سوالی و رضایت زناشویی انریچ استفاده شد. تحلیل داده‌ها با آمار توصیفی و استنباطی (واریانس و آزمون همبستگی پیرسون) انجام شد.

**یافته‌ها:** تحلیل داده‌ها نشان داد که رابطه‌ی سلامت جسمی با رضایت زناشویی معنی‌دار ( $P < 0/001$ ) و همچنین رابطه‌ی سلامت روانی با رضایت زناشویی نیز معنی‌دار است ( $P < 0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** بین کیفیت زندگی دانشجویان و میزان رضایت زناشویی آن‌ها رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد.

**واژه‌های کلیدی:** سلامت، رضایت زناشویی، کیفیت زندگی

\*حسین محرابی

مدیر پژوهشی و مدرس دانشگاه پیام نور

مریم عظیمی

دانشجوی دانشگاه پیام نور

\*مؤلف مسئول:

گروه روان‌شناسی دانشگاه پیام نور، خراسان

رضوی، ایران

mehrabi.h@pnurazavi.ac.ir

تاریخ وصول: ۹۵/۰۶/۰۱

تاریخ تایید: ۹۵/۰۷/۰۸

## مقدمه

خانواده به لحاظ قدمت، ابتدایی ترین و به لحاظ گسترده‌گی، جهان شمول ترین نهاد اجتماعی است. این امر نشان می‌دهد که تشکیل خانواده یکی از اساسی ترین و طبیعی ترین نیازهای انسان محسوب می‌شود. از دیدگاه اسلام، باورهای دینی مهم ترین رکن در تشکیل خانواده و استمرار و پویایی آن است و بدون لحاظ آن خانواده ارزشی ندارد. اصولاً در مکتب‌های آسمانی پیوندهای مادی همیشه تحت الشعاع پیوندهای معنوی است (۶).

در دیدگاه اسلامی، ازدواج از قداست ویژه‌ای برخوردار است و آنچه از خود ازدواج مهم تر به شمار می‌رود، موفقیت در ازدواج و احساس خوشبختی و رضایت زوجین از یکدیگر و بهداشت روانی خانواده است که در سایه معنویت شکل می‌گیرد (۷).

شناخت تعامل‌ها و ویژگی‌های گوناگون رابطه زناشویی عوامل مهمی که بر آن تاثیر می‌گذارند و از آن تاثیر می‌پذیرند و ارائه آن به جوانان از ضرورت و اهمیت خاصی برخوردار است بنابراین در صورت توجه به عوامل موثر در رضایتمندی زناشویی می‌توان از بسیاری از مشکلات خانواده و در نتیجه جامعه پیشگیری کرد، لذا انجام این تحقیق در جهت بررسی تاثیر سطح کیفیت زندگی بر رضایتمندی زناشویی امری لازم و ضروری به نظر رسید.

## روش کار

طرح تحقیق از نوع همبستگی است که پژوهشگر در این تحقیق قصد بررسی رابطه بین کیفیت زندگی و رضایت زناشویی را دارد. هدف تحقیق همبستگی، مطالعه حدود تغییرات یک متغیر در رابطه با تغییرات یک یا چند متغیر دیگر بر اساس ضرایب همبستگی است (۸).

تعداد کل دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز گناباد ۱۲۴۱ نفر هستند که از این تعداد ۴۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند.

## ابزار پژوهش

برای جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز و اندازه‌گیری متغیرهای مورد مطالعه از ابزارهای زیر استفاده شده است.

**الف- پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ:** این پرسشنامه به عنوان یک ابزار دقیق در تحقیقات متعددی برای رضایت زناشویی مورد استفاده قرار گرفته است. اولسون از این پرسشنامه برای بررسی رضایت زناشویی استفاده نموده و معتقد است که این مقیاس مربوط می‌شود به تغییراتی که در طول دوره حیات آدمی رخ می‌دهد و همچنین در این خصوص به تغییراتی که در خانواده به وجود می‌آید حساس است. هر یک از موضوع‌های این پرسشنامه در ارتباط با یکی از زمینه‌های مهم است. ارزیابی این زمینه‌ها در درون یک رابطه زناشویی می‌تواند مشکلات بالقوه زوجین را توصیف کند یا می‌تواند زمینه‌های نیرومندی و تقویت

خانواده اولین و مهم ترین نهاد اجتماعی در تاریخ بشری است و ازدواج حساس ترین تعهد عاطفی است که انسان برای بر خورداری از آرامش روانی و روابط صمیمی آن را می‌پذیرد. کیفیت زندگی مناسب و داشتن روابط زناشویی موفق نه تنها تاثیر بسزایی بر خوشبختی و سعادت فرد و خانواده دارد بلکه فواید بی شماری هم برای جامعه دارد. در واقع حیات و سلامت و سعادت خانواده بر مهم ترین بخش آن یعنی کیفیت زندگی بستگی داشته و استحکام و پویایی جامعه به ثبات و تعادل خانواده بستگی دارد (۱).

خانواده را موسسه یا نهاد اجتماعی تعریف کرده اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان، وجود تعامل سالم و سازنده میان انسانها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. خانواده محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی، عقلانی و عاطفی است داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی، و شناخت چگونگی ارضا آنها و تجهیز شدن به تکنیک‌های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکار ناپذیر می‌باشد. رضایت یک فرد از زندگی زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود، و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه موجب تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت مادی و معنوی جامعه خواهد شد (۲). به عبارت دیگر، یکی از جنبه‌های حیاتی یک سیستم زناشویی، رضایتی است که همسران در رابطه خویش تجربه و احساس می‌کنند (۳).

رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه‌ی زناشویی یا رابطه‌ی عاشقانه کنونی فرد است و می‌تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنود بودن بواسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه‌ی زناشویی باشد. می‌توان رضایت زناشویی را به عنوان یک موقعیت روان شناختی در نظر گرفت که خود به خود به وجود نمی‌آید، بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است. به ویژه در سال‌های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی ثبات است و روابط در معرض بیشترین خطر قرار دارند (۴).

برای چندین دهه است که رضایت زناشویی مورد مطالعه قرار می‌گیرد. محققان به هنگام مطالعه رضایت زناشویی در طول دوران ازدواج دریافتند که این رضایت، تمایل به پیروی از مسیر U شکل دارد. در طی مراحل اولیه ازدواج، رضایت زناشویی افزایش می‌یابد و در طی ۱۰ تا ۲۰ سال بعد رو به کاهش می‌گذارد و بعد از اینکه فرزندان خانه را ترک می‌کنند، زوجین مجال بیشتری برای تقویت رابطه زناشویی و صمیمیت بیشتر می‌یابند (۵).

هر شخص از وضعیت سلامتی خود و میزان رضایت از این وضعیت. سازمان بهداشت جهانی کیفیت زندگی را درک فرد از جایگاهش در زندگی در بافت سیستم فرهنگ و ارزش‌هایی که او در آنها زندگی می‌کند می‌داند که در ارتباط با هدف‌ها، انتظارات، استانداردها و نگرانی‌های اوست (۹). پرسشنامه‌ی کیفیت زندگی ۳۶ سوالی (SF-36) مشهورترین و پر استفاده‌ترین ابزار برای سنجش کیفیت زندگی است. این پرسشنامه دارای ۳۶ سوال و از ۸ مقیاس تشکیل شده است که هر مقیاس متشکل از ۲ تا ۱۰ ماده است. مقیاس فرم کوتاه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی حاوی ۲۶ سوال و ۴ خرده مقیاس شامل سلامت جسمانی، سلامت روانی، روابط اجتماعی و محیط زندگی می‌باشد. روایی و پایایی این مقیاس توسط نصیری (۱۳۸۴) محاسبه گردیده است و در نمونه‌های ایرانی در حد مطلوب گزارش گردیده است (۱۰).

### نتایج

در این جدول ویژگی‌های توصیفی داده‌ها از قبیل میانگین و انحراف معیار ارائه شده است و همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین و انحراف معیار رضایت زناشویی ۱۴۵/۲۰۰ و ۵۰/۶۲۲۸۹ است. میانگین و انحراف معیار سلامت جسمی به ترتیب ۲۲۸/۰۱۲۵ و ۵۱/۴۷۴۷۲ می‌باشد. میانگین و انحراف معیار سلامت روانی هم به ترتیب ۱۸۶/۲۴۱۷ و ۶۲/۳۰۵۷۴ است.

با توجه به داده‌های جدول زیر رابطه‌ی سلامت جسمی با رضایت زناشویی انریج به میزان ۶۰ صدم و با آلفای کمتر از یک هزارم معنی‌دار می‌باشد. همچنین به استناد داده‌های موجود می‌توان گفت که رابطه سلامت روانی با رضایت زناشویی به میزان ۵۸ صدم با آلفای کمتر از یک هزارم معنی‌دار است.

### جدول ۱- رابطه رضایت زناشویی با سلامت جسمی و روانی

دانشجویان		رضایت زناشویی	سلامت جسمی	سلامت روانی
ضریب	رضایت زناشویی	۱/۰۰۰	۰/۶۰۳	۰/۵۸۰
همبستگی	سلامت جسمی	۰/۶۰۳	۱/۰۰۰	۰/۵۲۳
پیرسون	سلامت روانی	۰/۵۸۰	۰/۵۲۳	۱/۰۰۰
معنی‌داری	رضایت زناشویی	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
	سلامت جسمی	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
	سلامت روانی	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

### بحث

رضامندی زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر از ازدواج با یکدیگر و با هم بودن احساس شادمانی و رضایت دارند. این احساس زمانی پدید می‌آید که زن و شوهر بتوانند به میزان قابل توجهی نیازها و

آن‌ها را مشخص نماید. این ابزار همچنین می‌تواند به عنوان یک ابزار تشخیص برای زوج‌هایی که در جستجوی مشاوره زناشویی و به دنبال تقویت رابطه زناشویی‌شان هستند، استفاده شود. این پرسشنامه از ۱۱۵ سوال بسته و ۱۲ مقیاس تشکیل شده است که این مقیاس‌ها شامل: ۱- پاسخ قراردادی، ۲- رضایت زناشویی، ۳- موضوعات شخصیتی، ۴- ارتباط زناشویی، ۵- حل تعارض، ۶- نظارت مالی، ۷- فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، ۸- روابط جنسی ۹- ازدواج و بچه‌ها، ۱۰- بستگان و دوستان، ۱۱- نقش‌های مربوط به برابری زن و مرد و ۱۲- جهت‌گیری عقیدتی است که به جز مقیاس اول که ۵ سوال دارد، بقیه مقیاس‌ها شامل ۱۰ سوال است. پاسخ به سوالات به صورت ۵ گزینه‌ای (کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالف) است. علی‌اکبر سلیمانیان در پژوهشی تحت عنوان بررسی تفکرات غیر منطقی بر رضایت زناشویی درباره روایی و اعتبار این پرسشنامه اظهار می‌دارد که برای استفاده پرسشنامه در تحقیق ابتدا پرسشنامه ترجمه گردد.

پس از ترجمه، سوالات به رویت متخصصین روانشناس، خانم دکتر نوبی و آقای دکتر نادری رسانده شد و روایی محتوایی پرسشنامه مورد تایید قرار گرفت. در مرحله‌ی بعد پرسشنامه بر روی یک گروه ۱۱ نفری اجرا گردید و ضریب اعتبار آن از طریق ضریب آلفا محاسبه شد که عدد ۰/۹۵ به دست آمد. با توجه به زیاد بودن سوال‌های پرسشنامه (۱۱۵ سوال) که موجب خستگی بیش از اندازه آزمودنی‌ها می‌شد، تصمیم گرفته شد فرم کوتاهی از آن تهیه شود. اولسون و همکاران اعتبار این پرسشنامه را با روش ضریب آلفا، ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. برای این منظور ابتدا همبستگی هر یک از سوالات با کل پرسشنامه از طریق ضریب همبستگی محاسبه گردید. سپس ۴۷ سوال که از همبستگی نسبتاً بالایی برخوردار بودند انتخاب شدند. این انتخاب به طور مساوی از مقیاس‌های مختلف پرسشنامه صورت گرفت و بدین ترتیب در مجموع ۴۷ سوال انتخاب شد که مجدداً ضریب اعتبار فرم ۴۷ سوالی بر روی یک گروه ۱۱ نفری با استفاده از ضریب آلفا استفاده گردید که ضریب اعتبار ۰/۹۵ به دست آمد. روش محاسبه اعتبار و روایی پرسشنامه مزبور به استناد راهنمایی پژوهش (پس از بررسی و نگرش کامل) ارائه گردید. پس از بررسی و مطالعه اصل پرسشنامه و از طریق محاسبه اعتبار و روایی آن، روش مذکور از نظر ایشان مورد تایید قرار گرفت و از پرسشنامه جهت برآورد میزان رضایت زناشویی در گروه‌های مطالعه و مقایسه ازدواج‌ها، استفاده شد. این پرسشنامه به صورت ۵ گزینه‌ای (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) در نظر گرفته شده است که به هر گزینه آن از ۱ تا ۵ امتیاز داده می‌شود.

ب- پرسشنامه کیفیت زندگی: کیفیت زندگی عبارت است از برداشت

مشابه نتیجه گیری می شود که یکی از شاخص های اصلی توسعه جوامع بررسی وضعیت خانواده ها از نظر کیفیت کارکرد است. اگر خانواده با مهارت های زندگی آشنا باشد و از انعطاف های لازم در جهت انطباق با وضع موجود برخوردار شود به دوام و بقای خود کمک خواهد کرد. نتایج این تحقیق با تحقیقات صورت گرفته همسو است (۱۰-۱۲).

به منظور ارتقاء کیفیت پژوهش های بعدی پیشنهاد می شود پژوهش حاضر در جامعه وسیع تر و با حجم نمونه بیشتری انجام شود، کنترل برخی از متغیرهای مداخله گر مانند سن، نوع شغل و وضعیت اقتصادی می تواند در پژوهش های بعدی در این زمینه مورد توجه پژوهشگران قرار گیرد.

### نتیجه گیری

بر اساس نتایج، بین کیفیت زندگی دانشجویان و میزان رضایت زناشویی آنها رابطه معنی داری وجود دارد.

انتظارات همسرشان را در رابطه زناشویی برآورده کنند. پس از جمع آوری داده های مورد نیاز، برای بررسی و تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی (میان، میانگین، انحراف معیار، فراوانی درصدی) و آمار استنباطی (واریانس و آزمون همبستگی پیرسون) استفاده شد و در نهایت رابطه بین کیفیت زندگی دانشجویان و میزان رضایت زناشویی مورد تایید قرار گرفت و از نظر آماری مثبت و معنادار بود. به عبارتی می توان گفت با توجه به یافته های پژوهش، کیفیت زندگی در ابعاد مختلف ارتباط مستقیمی با رضایت زوجین داشته و بر میزان رضایتمندی آنان تاثیر می گذارد. حتی بعد روانی نیز با تاثیرگذاری بر جنبه جسمانی می تواند بر میزان رضایت زوجین موثر واقع شود. با تکیه بر ادبیات پژوهش و نتایج پژوهش حاضر می توان مدعی شد که آموزش مهارت های زندگی موجب افزایش کیفیت زندگی و در نتیجه افزایش میزان رضایتمندی از زندگی می شود. از یافته های این مطالعه و پژوهشهای

### References

1. Mehrabi H. [Family and mental health]. Journal of mental health 2010; 34: 34-7. (Persian)
2. Edalati A, Redzuan M. Perception of women towards family values and their marital satisfaction. J Am Sci 2010; 6(4): 132-7.
3. Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, McLarne B. Study of married couples' perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. J Exper Educ 2006; 28(3): 253-6.
4. Ahmadi K, Nabipoor S M, Kimiaee S A, Afzali MH. Effect of family problem solving on marital satisfaction. J Appl Sci 2010; 1(8): 682-7.
5. Huber CH, Navarro RL, Womble MW, Mumme Fl. Family resilience and midlife marital satisfaction. Fam J Couns Ther Couples Fam 2010; 3: 347-456.
6. Heidari R. [The relationship between religious attitude and happiness]. Journal of psychology and religion 2010; 12: 61-72. (Persian)
7. Faghihi A, Rafieemoghadam F. [Study religious teachings affecting spiritual health wives]. Journal of knowledge 2011; 4: 163. (Persian)
8. Delavar A. [Research methods in psychology and educational sciences]. Tehran; 2003. (Persian)
9. Hamidzade S, Ahmadi F, Aslani Y, Etemadifar SH, Salehi K, Kord Yazdi R. The effect of an exercise program on the health-quality of life in older adults. Iran J Aging 2007; 16(1): 81-6.
10. Abolghasemi A, Narimani M. [Psychological tests]. Ardabil: Baghe Rezvan Publication; 2006. (Persian)
11. Abedi Gh, Darvari SH, Nadighara A, Rostami F. [The relationship between quality of life and satisfaction of infertile couples using path analysis]. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences 2014; 24: 184-93. (Persian)
12. Pasdar Y, Izadi N, Safari R. [Effect of physical activity on body composition and quality of life among women staff of Kermanshah University of Medical Sciences]. 2013. (Persian)