



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی گیلان

بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان



کلیات روابط زناشویی

دکتر مروارید قصاب شیرازی

معاون آموزشی بیمارستان دکتر پیروز لاهیجان و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی گیلان

رضایت زناشویی

- ❖ رضایت از رابطه، ارزیابی ذهنی رابطه فرد است.
- ❖ رضایت از رابطه ویژگی یک رابطه نیست. این یک تجربه و نظر ذهنی است.
- ❖ رضایت زناشویی به نگرش فرد نسبت به ازدواج خود اشاره دارد که برای ارزیابی شادی و ثبات زناشویی در مورد همه جنبه های ازدواج به کار می رود

رضایت زناشویی

- ❖ رضایت زناشویی حاصل از رضایت جنسی و عاطفی معیاری برای سنجش کیفیت رابطه زوجین است که ارزیابی ذهنی آنها را از کیفیت رابطه نشان می دهد
- ❖ رضایت زناشویی مفهومی چند بعدی است که از جنبه های مختلف رابطه زناشویی تشکیل شده است
- ❖ رضایت زناشویی مفهومی چند بعدی است که از جنبه های مختلف روابط زناشویی شامل سازگاری، شادی، صداقت و تعهد تشکیل شده است.

❖ یک زوج زمانی رضایت زناشویی را تجربه می کنند که رابطه زناشویی آنها با آنچه که انتظار داشتند مطابقت داشته باشد

❖ عوامل مختلفی مانند وضعیت اجتماعی-اقتصادی، تحصیلات، سن، قومیت، اعتقادات مذهبی، جذابیت جسمانی، ضریب هوش و ارزش ها و نگرش های شخصی بر رضایت زناشویی تأثیر می گذارند و می توانند سطوح بالاتری از رضایت زناشویی را در زوجها پیش بینی کنند

کیفیت رضایت زناشویی

❖ کیفیت رابطه و رضایت زناشویی در عرصه های مختلف زندگی زوجین در دو بعد مهم مورد توجه قرار می گیرد: عشق و عملکرد زناشویی.

❖ عملکرد زناشویی به نحوه سازماندهی و مدیریت روابط در داخل ارتباط زناشویی اشاره دارد که جنبه هایی مانند نقش ها و عملکردها، اوقات فراغت، استقلال/حریم خصوصی، ارتباطات و درگیری ها و روابط خارج از خانواده را پوشش می دهد.

❖ عشق مربوط به احساساتی است که هر یک از اعضای زوج نسبت به یکدیگر یا رابطه خود دارند. عشق جنبه هایی مانند احساسات و بیان عاطفی، تمایلات جنسی، صمیمیت عاطفی، احساس تداوم رابطه، و نظر در مورد ویژگی های جسمی و روانی شریک زندگی را پوشش می دهد

رضایت زناشویی و جنسیت

- ❖ مردان در مقایسه با زنان در هر دو فرهنگ غربی و غیر غربی از ازدواج خود رضایت بیشتری دارند.
- ❖ تفاوت‌های بین زن و مرد در بیان و برخورد با احساسات، مدیریت تعارضات و مشکلات می‌تواند بر چگونگی تأثیرگذاری تأثیر بگذارد.
- ❖ با این حال، تفاوت‌های جنسیتی در رضایت زناشویی ممکن است در فرهنگ‌ها به دلیل نقش‌های جنسی سنتی و متغیرهای فرهنگی در مقیاس بزرگ‌تر، مانند برابری گرای جنسی، باشد.

رضایت زناشویی و سن

- ❖ مطالعات اندکی به صراحت اثرات سن را بر گزارش های رضایت زناشویی بررسی کرده اند .
- ❖ با این حال، در برخی از مطالعات مشخص شد که سن با رضایت زناشویی رابطه منفی .
- ❖ نکته مهم این است که سن باید به عنوان پیش بینی کننده رضایت زناشویی با توجه به مدت زمان ازدواج بررسی شود.
- ❖ یکی از دوره های بحرانی برای رابطه زناشویی در **میانسالی** در نظر گرفته می شود این دوره با بحران وجودی زوجین همراه خواهد بود، به طوری که هر یک از زوجین احتمالاً ۴۰ تا ۵۰ ساله هستند، زندگی خود را مورد ارزیابی مجدد قرار می دهند و معنای آن را دوباره تعریف می کنند و در عین حال با پیری والدین خود نیز سروکار دارند.

رضایت زناشویی و طول مدت ازدواج

❖ زمانی که شرکا با هم سپری کرده اند با رضایت زناشویی مرتبط است بدین شکل که تأثیر طول ازدواج بر رضایت زناشویی منفی است (با طول رابطه کاهش می یابد) یا L شکل (در ابتدا کاهش می یابد و پس از مدتی افزایش می یابد)

❖ در طول آخرین مراحل چرخه زندگی دوباره افزایش می یابد

❖ می توان پیش بینی کرد که این متغیر ممکن است در فرهنگ ها متفاوت باشد، به عنوان مثال، در ازدواج های ترتیب داده شده، رضایت از رابطه ممکن است در مراحل اولیه ازدواج کمتر باشد.

رضایت زناشویی و مذهب

- ❖ برای بسیاری از فرهنگ‌ها، مذهب به شدت به ارزش‌ها و هنجارهای مرتبط با روابط مرتبط است و بنابراین ممکن است با رضایت زناشویی همبستگی داشته باشد
- ❖ ارتباط مثبت بین دینداری و رضایت زناشویی در گروه‌های مذهبی مختلف مانند مسیحیان، یهودیان، مورمون‌ها و مسلمانان یافت شده است.

رضایت زناشویی و فرزند

❖ تولد اولین فرزند منجر به انتقال پیچیده می شود. این انتقال را می توان به دو صورت دید: منفی – زوجها خستگی، کمبود وقت برای خود و اختلاف نظر بیشتر را تجربه می کنند – و در جنبه مثبت – احساس رضایت و شادی در این مرحله، روابط عاشقانه معمولاً به رتبه دوم تنزل می یابد، و اولین مشکلات جنسی ممکن است ظاهر شود.

❖ اگر اختلافات بین شرکا حل نشده باقی بماند، ممکن است زمانی که کودکان به سن بلوغ می رسند، این اختلافات افزایش یابد.

رضایت زناشویی و فرزند

❖ مرحله ضروری دیگر مربوط به خروج فرزندان و سازگاری مجدد با زندگی مشترک به عنوان یک زوج است. این مرحله می تواند همزمان با تلاش زوجین برای مدیریت مرگ و بازنشستگی والدینشان رخ دهد هنگامی که زوجها با افزایش سن و خروج فرزندان از خانه، بهبودی را در روابط خود تجربه می کنند، کاهش رضایت از رابطه آنها در نهایت معکوس می شود

رضایت زناشویی و عوامل اجتماعی-اقتصادی

- ❖ برخی دریافتند که زنان با تحصیلات بالا نرخ بالاتری از ازدواج های ناپایدار دارند. برخی نتایج متضادی را ارائه کرد، که در آن انحلال زناشویی در میان زنانی که تحصیلات بیشتری داشتند کمتر بود.
- ❖ درآمد کم یا مشکلات مادی با یک تهدید جدی برای کیفیت و ثبات زناشویی همراه است
- ❖ با این حال، برخی از مطالعات تفاوت های بین فرهنگی را در قدرت این ارتباط نشان داد

رضایت زناشویی و فرهنگ

❖ فرهنگ‌های جمع‌گرا و فردگرا دارای هنجارها، ارزش‌ها و تعهدات خانوادگی متفاوتی هستند

❖ انجام وظایف خانوادگی ممکن است برای رضایت زناشویی در ازدواج سنتی مفید باشد در حالی که به نظر می‌رسد تحقق اهداف لذت جویانه زن و شوهر، رضایت زناشویی را در کشورهای غربی پیش‌بینی می‌کند

رضایت زناشویی و شخصیت

- ❖ ویژگی های شخصیتی از جمله عوامل موثر بر رضایت زناشویی است.
- ❖ با توجه به اینکه افراد با ویژگی های شخصیتی متفاوتی وارد ازدواج می شوند، می توان گفت که رابطه زناشویی پیوندی بین دو شخصیت متفاوت است
- ❖ از سوی دیگر، افراد تمایل دارند ویژگی های رفتاری و عملکردی خود را به شریک زندگی خود تحمیل کنند. بنابراین، شخصیت آنها می تواند یک عامل استرس زا در روابط زناشویی آنها باشد

رضایت زناشویی و شخصیت

- ❖ مدل پنج عاملی تعریف شخصیت
- ❖ بر اساس این مدل، شخصیت دارای پنج بعد است: روان رنجوری، برونگرایی، گشودگی، توافق پذیری و وظیفه شناسی .
- ❖ روان رنجورخویی (Neuroticism) به تمایل فرد به تجربه احساساتی مانند اضطراب، خصومت، تکانشگری، افسردگی و عزت نفس پایین اشاره دارد.
- ❖ برونگراها (Extraverts) به احتمال زیاد مثبت، قاطع و متشخص هستند.
- ❖ گشاده رویی (Openness) با ویژگی هایی مانند کنجکاوی، هنر دوست داشتنی و خرد مرتبط است.
- ❖ توافق پذیری (Agreeableness) با ویژگی هایی مانند مهربانی، سخاوت، همدلی و نوع دوستی مرتبط است.
- ❖ افراد وظیفه شناس (Conscientious) تمایل دارند قابل اعتماد و منضبط باشند و هدف خود را برای موفقیت نشان می دهند



رضایت زناشویی و شخصیت

❖ افراد مبتلا به روان رنجورخویی غالباً احساساتی مانند غم و اندوه، خشم و نارضایتی از خود را تجربه می کنند، احساساتی که می تواند شادی کلی آنها را در زندگی کاهش دهد. از آنجایی که این افراد به احتمال زیاد بدخلق و تحریک پذیر هستند، انتظار نمی رود سطوح بالاتری از رضایت زناشویی را تجربه کنند

❖ سایر دلایل کاهش سطح رضایت زناشویی در افراد مبتلا به روان رنجوری بالا عبارتند از: تفسیر منفی از رویدادهای مبهم، تعاملات منفی با شریک زندگی، رفتار بین فردی منفی در طول تعارض و بیرونی پرخاشگرانه بالاتر و سطوح پایین رضایت جنسی

رضایت زناشویی و شخصیت

❖ در حالی که زوج‌های دارای وظیفه‌شناسی بالا از رابطه زناشویی خود رضایت بیشتری داشتند.

❖ از آنجایی که ویژگی‌های شخصیتی در طول زمان نسبتاً پایدار هستند، می‌توان از آنها برای پیش‌بینی رفتارهای فرد در موقعیت‌های مختلف زندگی از جمله روابط زناشویی استفاده کرد..

عامل مهم

❖ اینکه چگونه زوجها تفاوت‌ها و مشکلات خود را در طول چرخه زندگی‌شان مدیریت می‌کنند ممکن است یک عامل مرتبط برای تمایز بین زوج‌های راضی و ناراضی باشد، که ما را به در نظر گرفتن تأثیر مؤلفه‌های مهم بر موفقیت روابط هدایت می‌کنند

رضایت زناشویی و روابط جنسی

❖ روابط جنسی در رتبه اول زندگی زناشویی قرار دارد و رضایت جنسی می تواند ازدواجی مطلوب و راحت را به همراه داشته باشد

❖ رضایت جنسی به عنوان "یک پاسخ موثر ناشی از ارزیابی ذهنی فرد از ابعاد مثبت و منفی مرتبط با رابطه جنسی" تعریف شده است

❖ جنبه هایی مانند نزدیکی عاطفی در طول رابطه جنسی، سازگاری بین شرکا از نظر علایق جنسی و ترجیحات در تعریف یک زندگی جنسی رضایت بخش در نظر گرفته می شوند

❖ ناراضایتی جنسی زیربنای بیشترین علت ناراضایتی زناشویی در ایران (۷۰٪) است

رضایت زناشویی و رابطه جنسی

❖ رفتار جنسی مردان و زنان متفاوت است، عمدتاً با ایده‌های فرهنگی توضیح داده می‌شود که زنان بیشتر حمایتگر، عاطفی و واکنش‌گرا هستند، در حالی که مردان کمتر عاطفی، مستقل‌تر و فعال‌تر هستند، که هنجارهای رفتاری جنسیتی را شکل می‌دهد

❖ برای زنان، هدف از کنش جنسی **پیوند زوجی** است

❖ مردان رابطه جنسی را بیشتر یک **نیاز**، بدون تاکید بر احساسات توصیف می‌کنند

تفاوت زنان و مردان

❖ برای زنان، بهترین زمینه برای رضایت از رابطه جنسی، یک رابطه طولانی مدت و تک همسری است، زیرا آنها در مقایسه با احساسی که در رابطه جنسی معمولی (یا کمتر متعهد) با همسر خود احساس امنیت، راحتی، آشنایی و ارتباط عاطفی دارند.

رضایت زناشویی و رابطه جنسی

- ❖ سن تجربه تمایلات جنسی را شکل می دهد. پیش‌بینی‌کننده اصلی کاهش میل جنسی است
- ❖ دیدگاه دوره زندگی نشان می دهد که تجربه رابطه جنسی زناشویی **پویا** است و احتمالاً با افزایش سن زوج ها تغییر می کند. به عنوان مثال، افزایش سن و سطوح پایین تر میل جنسی ممکن است منجر به تعارضات زناشویی کمتر در مورد رابطه جنسی برای زوج های اواسط و اواخر زندگی شود.