

اضطراب، افسردگی و رضایت زناشویی

غلامرضا رجیبی^۱، کلتوم کریمی نژاد^{۲*}، رضا خجسته‌مهر^۱

^۱عضو هیئت علمی دانشگاه شهید چمران اهواز

^۲کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز kolsoumkariminejad@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه اضطراب و افسردگی در کارمندان متاهل اداره های دولتی شهر خرم آباد با رضایت زناشویی در همسرانشان بوده است. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۵۰ نفر بود. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه اضطراب برنز، پرسشنامه فرم کوتاه افسردگی بک و مقیاس فرم کوتاه رضایت زناشویی بود. یافته ها نشان داد که: ۱- بین تعامل اضطراب (اضطراب مردان و زنان) و تعامل افسردگی (افسردگی مردان و زنان) در مردان با رضایت زناشویی در زنان رابطه چندگانه وجود دارد. ۲- بین تعامل اضطراب (اضطراب مردان و زنان) و تعامل افسردگی (افسردگی مردان و زنان) در زنان با رضایت زناشویی در مردان رابطه چندگانه وجود دارد. اضطراب و افسردگی دو متغیری هستند که با هم همپوشانی دارند. افرادی که دارای علائم اضطراب و افسردگی هستند، رضایت زناشویی پائینی داشته و همین به نوبه خود متقابلاً بر رضایت زناشویی همسر تأثیر می گذارد.

کلید واژه ها: اضطراب؛ افسردگی؛ رضایت زناشویی

مقدمه

خانواده یکی از رکن های اصلی جامعه به شمار می رود. دستیابی به جامعه سالم، آشکارا در گرو سلامت خانواده است و تحقق خانواده سالم، مشروط به برخورداری افراد آن، از سلامت روانی و داشتن رابطه های مطلوب با یکدیگر است (برنشتاین و برنشتاین، ۱۹۹۴، ترجمه پور عابدی نائینی و منشی، ۱۳۸۰). به دلیل این که رضایت از رابطه زناشویی، مورد توجه محققان در زمینه ازدواج است، تعداد زیادی از پژوهش ها در زمینه آسیب شناسی روانی و کارکرد زناشویی، بر رضایت زناشویی متمرکز شده اند و از آن به عنوان "مسیر پایانی مشترک" یا "هدف نهایی زندگی مشترک" تعریف شده است (ویزمن، اوبلکر و وینستاک، ۲۰۰۴).

یکی از عواملی که به نظر می رسد در رضایت زناشویی نقش دارد اضطراب است. اضطراب "نگرانی یا ترس مفرط در مورد حوادث واقعی و یا خیالی و تصویری" است. علائم اضطراب می تواند جسمی، رفتاری و یا شناختی باشد (هابرتی، ۲۰۰۴). عامل دیگری که به نظر می رسد بر رضایت زناشویی اثر می گذارد، افسردگی است. افسردگی یا اختلال خلق رایج ترین اختلال روانی و سرماخوردگی روانی است. سازمان بهداشت جهانی تخمین زده است که تا سال ۲۰۲۰، افسردگی دومین بیماری پس از بیماری های قلبی عروقی خواهد بود که سلامتی و حیات انسان را در سراسر جهان تهدید خواهد کرد (فلن، بنت لوی و وست بروک، ۲۰۰۴؛ به نقل از رضایی، ۱۳۸۷). افراد افسرده سود ناچیزی از ازدواج دریافت می کنند چرا که افسردگی یکی از زوجین روابط بین آن ها را خراب می کند (آدریان و کریستی، ۲۰۰۷). همسرانی که اختلاف داشته و رضایت پائینی دارند، افسرده تر هستند، رفتاری خصمانه تر و خلقی مضطرب تر دارند (سایرز، کوهن، فرسکو، بلاک و سارور، ۲۰۰۱).

ویزمن و همکاران (۲۰۰۴) در پژوهشی با استفاده از مدل خطی سلسله مراتبی، رابطه بین افسردگی، اضطراب و رضایت زناشویی فرد و همسرش را بررسی کردند. آنها نشان دادند که رضایت زناشویی توسط سطوح اضطراب و افسردگی خود فرد و سطوح اضطراب و افسردگی همسرش قابل پیش بینی است. بیهل ۲۰۰۹ در پژوهش خود مدلی برای نشان دادن رابطه اضطراب با رضایت زناشویی ارائه کرد و دریافت بین اضطراب بالا و رضایت زناشویی پایین هم برای زنان و هم شوهرانشان رابطه معناداری وجود دارد. هالیست (۲۰۰۴) در پژوهشی با استفاده از مدل اختلاف زناشویی افسردگی که عنوان می کند اختلاف زناشویی پیشابند مهم افسردگی است و هر دو این عوامل تأثیر منفی بر سلامتی زنان و شوهرانشان دارند، دریافت که افسردگی و رضایت زناشویی پائین با هم ارتباط دارند.

هدف از این پژوهش تعیین رابطه چندگانه تعامل اضطراب و تعامل افسردگی با رضایت زناشویی در زنان و مردان کارمند اداره های دولتی شهر خرم آباد بود. سوال های پژوهش عبارت بودند از: ۱. آیا بین تعامل اضطراب (اضطراب مردان و زنان) و تعامل افسردگی

(افسردگی مردان و زنان) در مردان با رضایت زناشویی در زنان رابطه چندگانه وجود دارد؟ ۲. آیا بین تعامل اضطراب (اضطراب مردان و زنان) و تعامل افسردگی (افسردگی مردان و زنان) در زنان با رضایت زناشویی در مردان رابطه چندگانه وجود دارد؟
رابطه بین افسردگی و رضایت زناشویی به کرات در پژوهش‌های خارجی و داخلی بررسی شده است، اما پژوهش‌های بسیار کمی به بررسی رابطه اضطراب با رضایت زناشویی پرداخته اند و از همه مهم تر این که، بیشتر این پژوهش‌ها به تاثیر افسردگی و اضطراب بر رضایت زناشویی فرد پرداخته اند نه بررسی رابطه افسردگی و اضطراب فرد با رضایت زناشویی همسرش. در نتیجه لزوم بررسی رابطه اضطراب و افسردگی فرد و شریک وی و ارتباط این‌ها با رضایت زناشویی فرد و همسرش احساس می‌شود.

روش

شرکت کنندگان و طرح پژوهش

جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش کلیه زنان و مردان کارمند اداره‌های دولتی شهر خرم‌آباد در سال ۱۳۹۰ بوده که تعداد ۳۵۰ نفر (۱۷۵ زوج) به عنوان نمونه انتخاب گردید. ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای تعداد ۲۷ اداره از کل ادارات شهر خرم‌آباد انتخاب شد و سپس با مراجعه به ادارات و گرفتن لیست افراد متأهل با توجه به تعداد افراد متأهل هر اداره تعدادی از کارمندان هر اداره به عنوان نمونه انتخاب شدند. میانگین و انحراف استاندارد سن کل شرکت‌کنندگان به ترتیب ۳۵/۶۳ و ۶/۲۹ سال، جوان‌ترین و سالمندترین آن‌ها به ترتیب ۲۱ و ۵۶ ساله می‌باشند. میانگین و انحراف استاندارد مدت ازدواج شرکت‌کنندگان ۹/۷۸ و ۶/۴۳ سال و کمترین طول مدت ازدواج ۱ و بیشترین ۳۰ سال می‌باشد، همچنین میانگین و انحراف استاندارد تحصیلات شرکت‌کنندگان به ترتیب ۳/۱۲ و ۰/۸۲، کم‌سوادترین با مدرک دیپلم و باسوادترین با مدرک دکترا است. میانگین تعداد فرزندان ۱/۴۳ و انحراف استاندارد ۱/۰۰ است که بیشترین آن‌ها دارای ۵ فرزند و کمترین آن‌ها بدون فرزند هستند. طرح پژوهش حاضر از نوع پژوهش غیرآزمایشی (همبستگی دو متغیری و تحلیل رگرسیون چند متغیره به روش ورود) است.

ابزار

پرسشنامه اضطراب برنز (BAI): یک پرسشنامه خود-گزارشی که سه خرده‌مقیاس احساس‌های اضطرابی، افکار اضطرابی و علائم جسمانی اضطرابی را اندازه می‌گیرد. گرین، والکی، مک کورمیک و تایلر (۱۹۸۸)، به نقل از کوکس، بیل و بریتین، (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۹۴ به دست آوردند. در پژوهش‌های انجام شده، بین پرسشنامه اضطراب بک و پرسشنامه اضطراب برنز همبستگی بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۳ گزارش شده است.

پرسشنامه فرم کوتاه افسردگی بک (BDI-13): شامل ۱۳ ماده است لایت فوت و الیور (۱۹۸۵)، به نقل از رجبی، (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ فرم کوتاه بک را ۰/۸۷ و قابلیت‌بازآزمایی را به فاصله دو هفته ۰/۹۰ گزارش کردند. همچنین، رجبی (۱۳۸۴) به بررسی همسانی درونی و اعتبار ماده‌های فرم کوتاه این پرسشنامه پرداخت. بر اساس تحلیل مولفه‌های اصلی، دو عامل عاطفه منفی نسبت به خود ۴۳/۹٪ واریانس و بی‌لذتی ۸/۶٪ واریانس ماده‌های پرسشنامه را تبیین کرد. ضریب آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن برای کل پرسشنامه ۰/۸۹ و ۰/۸۲ و ضریب همبستگی بین فرم کوتاه و فرم ۲۱ سوالی پرسشنامه افسردگی بک ۰/۶۷ بودند.

مقیاس فرم کوتاه رضایت زناشویی: این پرسشنامه دارای ۱۳ ماده می‌باشد. رجبی (۱۳۸۸) با استفاده از تحلیل عاملی به روش چرخش مایل بر روی این پرسشنامه به دو عامل رضایت از ازدواج و نارضایتی از ازدواج دست یافت. وی روایی همزمان این مقیاس را با پرسشنامه ۴۷ ماده‌ای انریچ بر روی کارمندان دانشگاه چمران ۰/۸۳ ($p < 0.001$)، برای مردان ۰/۸۴ و برای زنان ۰/۸۱ ($p < 0.001$) بدست آورد و آلفای کرونباخ کل نمونه را ۰/۹۰، زنان ۰/۹۱ و مردان ۰/۸۹ به دست آورد.

نتایج

میانگین و انحراف معیار نمونه کارمندان مرد در متغیر اضطراب به ترتیب ۵۱/۸۱ و ۱۵/۲۰، در متغیر افسردگی به ترتیب ۴۸/۸۲ و ۵/۳۰ و در متغیر رضایت زناشویی به ترتیب ۳۱/۷۳ و ۶/۹۸ می‌باشد و میانگین و انحراف معیار نمونه کارمندان زن در متغیر اضطراب به ترتیب ۴۹/۲۶ و ۱۳/۵۱، در متغیر افسردگی به ترتیب ۴۸/۹۷ و ۴/۲۵ و در متغیر رضایت زناشویی به ترتیب ۳۰/۱۶ و ۶ به دست آمده است.
نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه با روش ورود مکرر، ضریب همبستگی چندگانه مربوط به تعادل اضطراب و تعامل افسردگی در مردان و رضایت زناشویی در زنان برای ترکیب خطی تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در مردان با رضایت زناشویی در زنان $MR = 0.45$ و ضریب تعیین برابر $RS = 0.21$ می‌باشد که در سطح $p < 0.001$ معنی‌دار است. این یافته به سؤال ۱ پژوهش پاسخ می‌دهد.

دهد. با توجه به ضریب تعیین حدود ۲۱ درصد واریانس متغیر رضایت زناشویی در زنان توسط متغیرهای پیش‌بین تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در مردان پیش‌بینی می‌شود. یعنی سهم متغیرهای تعامل اضطراب مردان و زنان ($\beta=0/46$, $t=-3/91$, $p<0/001$) و تعامل افسردگی مردان و زنان ($\beta=-0/06$, $t=-3/53$, $p<0/001$) معنا دار است.

در جدول ۲ نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه مربوط به تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در زنان با رضایت زناشویی در مردان به روش ورود مکرر نشان داده شده است.

بر اساس نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه مربوط به تعامل اضطراب و تعادل افسردگی در زنان و رضایت زناشویی در مردان با روش ورود مکرر، ضریب همبستگی چندگانه برای ترکیب خطی تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در زنان با رضایت زناشویی در مردان $MR=0/45$ و ضریب تعیین برابر $RS=0/20$ می‌باشد که در سطح $p<0/001$ معنی دار است. این یافته به سؤال ۲ پژوهش پاسخ می‌دهد. با توجه به ضریب تعیین حدود ۲۰ درصد واریانس متغیر رضایت زناشویی در مردان توسط متغیرهای پیش‌بین تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در زنان پیش‌بینی می‌شود. یعنی سهم متغیرهای تعامل اضطراب مردان و زنان ($\beta=0/24$, $t=-2/09$, $p<0/038$) و تعامل افسردگی مردان و زنان ($\beta=-0/43$, $t=-4/27$, $p<0/001$) معنا دار است.

بحث

هدف از این پژوهش تعیین رابطه چندگانه تعامل اضطراب و تعامل افسردگی با رضایت زناشویی در زنان و مردان کارمند اداره های دولتی شهر خرم آباد بود. همانطور که قبلاً ذکر شد بین تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در مردان با رضایت زناشویی در زنان رابطه چندگانه وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های بیهل (۲۰۰۹)، ویزمن و همکاران (۲۰۰۴) و هالیست (۲۰۰۴) همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که افسردگی و اضطراب با کاهش قابل توجه در کیفیت زندگی همراهند آشفتگی رابطه بین زن و شوهر موجب اضطراب و افسردگی در یکی یا هر دو آن‌ها می‌شود و در موارد دیگر بر شدت مشکلات موجود در خانواده‌ها می‌افزاید. همسرانی که اختلاف داشته و رضایت پائینی دارند، افسرده تر هستند، رفتاری خصمانه تر و خلقی مضطرب تر دارند.

همچنین، همان‌طور که مشاهده شد، بین تعامل اضطراب و تعامل افسردگی در زنان با رضایت زناشویی در مردان رابطه چندگانه وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های بیهل (۲۰۰۹)، ویزمن و همکاران (۲۰۰۴) و هولیست (۲۰۰۴) همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که در دهه‌های گذشته مشکلات اقتصادی و تغییر در انتظارات خانواده‌ها از زندگی، درآمد بیشتر را برای بقای خانواده ضروری ساخته است. امروزه در اغلب کشورها سبک زندگی از خانواده‌های با یک نان آور به سمت خانواده‌های با دو نفر شاغل تغییر کرده است. علت اضطراب زنان کارمند به دلیل بار مسئولیت کارهای خانه و خانواده و جامعه از یک سوی، و مسئولیت‌های شغلی از سوی دیگر است. از وقایعی که در فرد اضطراب ایجاد می‌کنند استرسورهای زناشویی و اختلاف زناشویی و آشفتگی زناشویی است. زوجینی که گرفتار آشفتگی زناشویی هستند گزارش کرده‌اند که از بودن با خانواده حداقل احساس رضایت را دارند، اضطراب زیادی دارند و احساس می‌کنند که توانایی کنار آمدن با مشکلات استرس‌زا در زندگی را ندارند. ازدواج‌هایی که در آن زوجین دارای اختلال‌هایی همچون افسردگی، اضطراب، اسکیزوفرنی و یا الکلیسم هستند، زوجین با رضایت زناشویی پائین تری توصیف می‌شوند که این رابطه خصوصاً در مورد افسردگی به خوبی تایید شده است.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش به این که پژوهش حاضر بر روی جامعه آماری زوجین کارمند شهر خرم آباد انجام شده است لذا در تعمیم نتایج باید احتیاط صورت گیرد. ۲. در این پژوهش مدت ازدواج و نقش جنسیت، برای بررسی رابطه آن با متغیرها کنترل نشده است. پیشنهاد می‌شود این پژوهش بر روی جامعه‌های آماری دیگر (مانند معلمان، افراد دارای شغل آزاد، دانشجویان و ...) و در دیگر مناطق کشور و سایر قومیت‌ها انجام شود. ۳. از دیگر روش‌های جمع‌آوری اطلاعات مثل مصاحبه استفاده شود. ۴. نقش دیگر متغیرها در ایجاد اضطراب، افسردگی و رضایت زناشویی بررسی شود.

همان‌طور که یافته‌های پژوهش نشان داد (و مطالعات انجام گرفته در حوزه اضطراب و افسردگی نیز آن را تأیید نمود) اضطراب و افسردگی دو متغیری هستند که مکرراً با هم اتفاق می‌افتند یعنی افراد مضطرب معمولاً دچار افسردگی بوده و نیز افراد افسرده دارای نشانه‌های اضطراب می‌باشند. همچنین این مطالعات حکایت از این دارد که افرادی که دارای علائم اضطراب و افسردگی هستند، رضایت زناشویی پائینی داشته و همین به نوبه خود متقابلاً بر رضایت زناشویی همسر تأثیر می‌گذارد. از کلیه کارمندان فهمیدی که با بردباری در این پژوهش شرکت کردند قدردانی می‌شود.

منابع

- برنشتاین، فیلیپ؛ برنشتاین، مارس اچ. (۱۹۹۴). زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری ارتباطی. ترجمه سید حسن پور عابدی نائینی و غلامرضا منشی (۱۳۸۴). تهران: رشد.
- رجبی، غلامرضا (۱۳۸۸). ساختار عاملی مقیاس رضایت زناشویی در کارکنان متاهل دانشگاه شهید چمران. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران ۱۵، ۴، ۳۵۸-۳۵۱.
- رضایی، فاطمه (۱۳۸۷). بررسی اثر بخشی درمان شناختی رفتاری بر کاهش اضطراب، افسردگی و بهبود کیفیت زندگی بیماران مبتلا به آسم شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان.
- Adrienne, F., & Kristi, W. (2007). Depression and the Psychological Benefits of Entering Mariage. *Journal of Health and Social Behavior*. 148, 149-163.
- Biehle, N. S. (2009). *Preparing for Parenthood: Individual and couples Models of Anxiety and Marital satisfaction*. Thesis for The Master of Art, Kent State University.
- Cox, T., Beal, D. G., & Brittain, S. (2003). *The Concurrent Validation of the Mind Over Mood Inventory Using the Beck Anxiety Inventory and the Burns Anxiety Inventory*. Unpublished manuscript, Eastern Kentucky University, Richmond, Kentucky, United States.
- Hollist, C. S. (2004). *Marital Satisfaction and Depression in A Study of Brazilian Women: A Cross-Cultural Test of the Marital Discord Model of Depression*. to the faculty of Brigham Young University for the degree of Doctor of Philosophy Department of Marriage and Family Therapy.
- Huberty, J. T. (2004). Anxiety and Anxiety disorders in children: Information for Parents. *National Association of School Psychologists*, 43,40-50.
- Sayers, S. L., Kohen, c., Fresco, D. M., Bellack, A. & Sarwer, D. B. (2001). Marital congition and depression in the context of marital discord. *Journal of Cognitive Therapy and Research*, 25, 713-732.
- Whisman A. M., Uebelacker A. L., & Weinstock M. L. (2004). Psychopathology and Marital Satisfaction: The Importance of Evaluating Both Partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72, 830-838.