

رابطه خودپنداره جنسی با بهداشت روانی در دانشجویان

مهدی غلامی^{۱*}، سید حسن‌هاشمی کنتی^۲، اصغر نوروزی^۳، سیده نسبیبه موسوی خورشیدی^۴

^۱مدرس دانشگاه پیام نور و آزاد mahdigholami582yahoo.com

^۲دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

^۳عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد سوادکوه

^۴کارشناسی مرکز اورژانس اجتماعی مازندران

چکیده

هدف اصلی از اجرای این تحقیق تعیین رابطه خودپنداره با بهداشت روانی بود. تحقیق از نوع توصیفی - همبستگی و جامعه مورد بررسی، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا بود. از این جامعه تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه مورد بررسی قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش شامل: ۱- مقیاس بهداشت روانی (ام اچ سی). ۲- مقیاس مردانگی - زنانگی میشل گوکلن. نتایج نشان داد بین صفت زنانگی آزمودنیها با بهداشت روانی در سطح ۰/۰۵ رابطه معناداری به دست آمد که جهت این رابطه، مثبت بود. همچنین به تفکیک وضعیت جسمی و روانی بین صفت زنانه با وضعیت روانی (۲۱۵/۰+) و وضعیت جسمی رابطه معناداری به دست آمد. از این رو صفات زنانه در زنان با بهداشت روان آنها در ارتباط است و گرایش به ویژگیها و نقش‌های مردانه در زنان به عنوان یک عامل آسیب زای روانی قابل توجه است.

کلید واژه‌ها: خودپنداره جنسی؛ بهداشت روانی؛ دانشجویان

مقدمه

کودکان در ابتدا با توجه نمودن به بدن و اندام‌های جنسی خود مفهوم هویت جنسی را درک می‌کنند و در طی مراحل رشد خصوصاً در دوره نوجوانی که فرد بیشترین تغییرات جسمی و روانی را تجربه می‌کند بیشترین مشکلات در رابطه با تصویر ذهنی از بدن بوجود می‌آید در کنار آن، عوامل فرهنگی و اجتماعی و خانوادگی نیز در نوع نگرش فرد به تن و خصوصاً میزان رضایتی که از تن و بدن خود دارد نقش مهمی را ایفا می‌کند؛ به گونه‌ای که برخورداری از زیبایی جسمانی و داشتن اندام زنانه و مردانه یکی از فاکتورهای مهم در کسب رضایت از خود و نیز پذیرش اجتماعی است که می‌تواند در بزرگسالی در رفتار و عملکرد دانشجویان حائز اهمیت باشد. تصویر ذهنی شامل عقاید آگاهانه و غیر آگاهانه در مورد بدن است به عبارتی دیگر تصویر ذهنی مفهومی متشکل از احساسات فردی در مورد اندازه بدن، جنس، عملکرد و توانایی بدن جهت رسیدن به اهداف می‌باشد (کوشان، ۱۳۷۸) و عزت تن، میزان ارزش و پذیرشی است که فرد برای تناسب و زیبایی اندامهای بدنی خود قائل است. عدم رضایت از ظاهر خود و تمایل به ایجاد تغییرات در آن بین افراد بسیار شایع است. مطالعات نشان دادند که عده زیادی از مردم دوست دارند تغییراتی در ظاهر آنان ایجاد شود. در یک کار پژوهشی که پروفیسور توماس کش و همکاران در دانشگاه دومس نیون قدیم در نورفولک ویرجینیا بر روی ۲۰۰ نفر از خوانندگان یک نشریه انجام دادند ۲۷٪ از مردان و ۹۳٪ از زنان بر این باور بودند که از قیافه خود راضی نیستند بیشترین علل این باور در مورد وزن خود این افراد بود؛ ۴۱٪ از مردان و ۵۵٪ از خانم‌ها از وزن خود شاکی بودند. قسمتی از بدن آنان که تعداد کمی از مردم از آن راضی بودند ناحیه سینه میانی را تشکیل می‌داد و قسمتی دیگر که بیش از نیمی از افراد مورد تحقیق از آن ناراضی بودند

شکم یا محل اتصال دو پا بوده؛ گاهی اوقات چنین ناراحتی‌هایی می‌تواند منجر به ناراحتی دائمی افراد شود. تقریباً نیمی از آنان که در سنین نوجوانی از ظاهر خود ناراضی بوده‌اند در بزرگسالی نیز این نارضایتی را داشتند؛ از طرف دیگر ۸۷٪ از مردان و ۷۸٪ از زنان که در دوران ۱۳ تا ۱۹ سالگی از قیافه خود راضی بودند تا آخر عمر بر عقیده خود استوار ماندند (لویس، ۱۳۸۵).

برخی مطالعات دیگر نیز نشان داده‌اند ارتباط زیادی بین تصویر ذهنی نامناسب از بدن و مشکلات روانی وجود دارد (جمشیدی، ۱۳۷۹). بنابراین داشتن خودپنداره مثبت از ویژگیهای زنانه و مردانه و یا گرایش به سمت ویژگیهای جنس مخالف خود بر رفتار و سلامت دانشجویان تاثیر گذارمی‌باشد. بنابراین هدف از این پژوهش تعیین رابطه خودپنداره جنسی با بهداشت روانی در دانشجویان بود.

روش

شرکت‌کنندگان و طرح پژوهش

طرح تحقیق توصیفی - همبستگی است. جامعه مورد بررسی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا می‌باشند. از این جامعه تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه با روش تصادفی و به شکل داوطلبانه انتخاب شدند. که این نمونه‌ها دارای میانگین سنی تقریبی ۲۲ سال و به نسبت برابر انتخاب شده‌اند.

ابزار

مقیاس بهداشت روانی (ام‌اچ‌سی): برای سنجش بهداشت روانی از ۱۱ گویه این پرسشنامه استفاده شده است که پاسخ‌های آن باید در چهار گزینه بندرت، گاه‌گاهی، اغلب، همیشه علامتگذاری شود. و به هر یک از گزینه‌ها نمره بین ۰ تا ۳ تعلق می‌گیرد و سوالات آن در دو بخش بهداشت جسمانی (سوالات ۱ تا ۶) و بهداشت روانی (سوالات ۷ تا ۱۱) را مورد سنجش قرار می‌دهد. آلفای کرونباخ این آزمون ۰/۶۰ درصد با محاسبه گردید.

مقیاس مردانگی / زنانگی میشل گوکلن: این پرسشنامه دارای ۵۰ گویه دو گزینه‌ای به صورت بلی و خیر است که به هر گزینه به با توجه به سوال نمره صفر و یک داده می‌شود و این امتیازدهی برای برخی سوالات معکوس می‌باشد. دارای ۴۵ سوال مشترک برای مردان و زنان برای سنجش صفات مردانگی و زنانگی است و ۵ سوال مخصوص برای هر جنس به تفکیک دارد. اعتبار آن با روش بازآزمایی ۰/۷۵ به دست آمد و روایی آن نیز مورد تایید قرار گرفت.

روش اجرا

پژوهشگر با حضور در دانشگاه و پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها پرسشنامه‌ها برای پاسخدهی به شکل فردی در اختیار آنان قرار داده شد. در طی مدت ۳ ماه تعداد موردنیاز جهت تجزیه و تحلیل به دست آمد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS از همبستگی پیرسون و تی برای گروه‌های مستقل استفاده گردید.

نتایج

جدول ۱. ضریب همبستگی بین خودپنداره جنسی و بهداشت روانی در دانشجویان

متغیرها	خود پنداره جنسی	سطح معناداری
بهداشت روانی و جسمانی	۰/۲۷۰	۰/۰۵
بهداشت روانی	۰/۲۱۵	۰/۰۵
بهداشت جسمانی	۰/۲۹۵	۰/۰۵

در حالت کلی بین خود پنداره زنانگی دانشجویان دختر با بهداشت روانی رابطه معنی داری وجود دارد که جهت این رابطه مثبت است ($r=+0/270$) نتایج حاصله به تفکیک جنسیت نیز قابل تامل است. بین صفت انیمایی (ویژگی‌های زنانه در مردان) با بهداشت روان رابطه ای بدست نیامده است اما در زنان بین صفت زنانگی آزمودنیها با بهداشت روانی آنها رابطه معنی دار ($r=+0/398$) به دست آمد همچنین به تفکیک وضعیت جسمی و روانی، بین صفت زنانه با بهداشت روانی زنان ($r=+0/316$) و وضعیت جسمی ($r=+0/415$) رابطه معناداری حاصل گردید.

بحث

ارزشهای فرهنگی و اجتماعی و تاکید زیاد جامعه بر جذابیت ظاهری و مقایسه کردن افراد از لحاظ ظاهری و ارزش قائل شدن برای افراد زیبا و تسهیل امور برای آنان و از طرفی ایجاد احساس کمتری به دلیل ظاهر بد و یا تجربه تمسخر از سوی دیگران می تواند فرد را در مقابل تصویر بدنی خود حساس نماید و اعتماد به نفس آنان را خدشه دار کرده و در نتیجه روابط اجتماعی را کاهش داده و به احساس حمایت اجتماعی پایین تر و طرد شدگی در فرد منجر گردد. و خیم تر شدن چنین نگرشهای روانشناختی، احتمال بالا بردن اختلالات روانی و جسمانی را افزایش می دهد (ویستر و تری گری، ۲۰۰۳). با توجه به اینکه غالباً دانشجویان در حال گذر از دوران بحران هویت هستند و همچنین یک محیط تغییر یافته جغرافیایی و فرهنگی را به دلیل سکونت در خوابگاههای دانشجویی و دور از خانواده تجربه می کنند. بنابراین خود پنداره دانشجویان دچار تزلزل شده و گاهی ناهمسو با ارزشهای خانوادگی به دلیل جو دانشگاهی و فشار همسالان قرار گرفته و این تضاد به نوبه خود سبب تشدید بحران گشته و در صورت عدم حل به موقع و یا برخورد هیجان مدارانه با آن باید شاهد بروز انواع ناراحتیها و تنشها در این قشر مهم جامعه باشیم. نبود قوه شناخت و اکتشاف صحیح، نداشتن خودشناسی و خودآگاهی، داشتن باورهای مذهبی ضعیف، نبود تفکر حل مسئله و شیوه‌های تربیتی نامناسب و غیره همگی در تشدید این ناراحتیها و بحران موثر می باشد به گونه ای که امروزه بی توجهی به رشد سالم خودپنداره جنسی و هویت ظاهری سبب تغییر نگرش خانواده‌ها و مسئولین نسبت به جایگاه این قشر فرهنگ ساز شده و طرح مبارزه با بد حجابی و مبدل پوشی دلیلی بر این مدعاست. نتایج این تحقیق در ارتباط همسو با دیگر تحقیقات صورت گرفته نشان می دهد افرادی که تصور بدنی و عزت بدنی پایینی برای خود قائل بوده اند غالباً خود را منزوی کرده و از کار کردن و یا انجام دیگر فعالیتها در خارج از منزل امتناع کرده اند (دادستان، ۱۳۸۴). تلاش برای مبدل پوشی، و طرد لباسهای مرتبط با هویت جنسی، و فقدان رفتار و امیال مرتبط با جنسیت نیز از مظاهر ناراضیاتی از ویژگیهای مردانه و زنانه می باشد. همچنین خانم پریخ دادستان (۱۳۸۴) معتقد است به طور کلی ترک تحصیل، اجتناب از هر مصاحبه شغلی، کار کردن کمتر از ظرفیت، داشتن دوستان معدود و خصوصاً وجود مشکلات زناشویی از پیامدهای داشتن تصور بدنی نامناسب از خود و دلمشغولی شدید نسبت به آن است. تغییرات خودپنداره و عزت نفس زمینه را برای پرورش هویت شخصی یکپارچه آماده می کند. به گونه ای که داشتن تصویر مطلوب از خود به عنوان یک مرد یا زن سبب شایستگی تحصیلی، احساس ارزشمندی اجتماعی و توانایی جسمانی و افزایش شادابی و نشاط در آنان می گردد. و دانشجویان را برای پذیرش مسوولیت‌های مهم آینده منجمله از دواج موفق و با صمیمیت و پذیرش نقش شغلی و دیگر

موضوعات آماده می‌نماید. محدود بودن تحقیق به یک محیط فرهنگی و جغرافیایی خاص و خلاء یک پرسشنامه بومی که هنجار شده با باورهای فرهنگی و عرفی مناطق خاص ایرانی درباره ویژگیهای مردانه و زنانه باشد احساس می‌گردد همچنین توصیه می‌گردد در پژوهشهای آتی علاوه بر رفع محدودیتهای بیان شده، تاثیر خود پنداره جنسی در دانشجویان متاهل و نقش آن در رضایت زناشویی و جنسی آنان مورد بررسی قرار گیرد.

منابع

- کوشان، محسن؛ واقعی، سعید. (۱۳۷۸). *روانپرستاری*، سبزواری، نشر انتظار.
- لوئیس، دیوید. (۱۳۸۵). *زبان بدن راز موفقیت*. ترجمه: جالینوس کرمی. مشهد، نشر دانشگاه فردوسی مشهد.
- سایپینگتون، اندروا. (۱۳۷۹). *بهداشت روانی*، ترجمه حمید رضا حسین شاهی برواتی، تهران: روان.
- دادستان، پریخ. (۱۳۸۳). *روانشناسی مرضی تحولی*. تهران: سمت.

Webster, j., & triggerman, m. (2003).the relationships between womens body stasisfaction and self-image across the life span. the role of cognitive control. *journal of genetic psychology*.241-253.