





دانشگاه پیام نور

دانشکده علوم انسانی

گروه علمی روان‌شناسی

پایان‌نامه

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در رشته روان‌شناسی عمومی

عنوان پایان‌نامه:

رابطه هیجان‌خواهی و سلامت روان با رضایت زناشویی

دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور استان تهران

استاد راهنما:

دکتر احمد علی‌پور

استاد مشاور:

دکتر حسین زارع

نگارش:

افسانه رحیمی

مهر ماه ۱۳۹۰

تقدیم به

بلندتکیه کالانم پدر و مادر که کیوسنید کردنتا روسنید بانم

و توان از کف داند تا توانا کردم

و همراهان سگیایم در حرملال، مهربان خواهران و نازنین برادرم...

## تشکر و قدردانی

پیش از هر سخن بر خود لازم می‌دانم که از جناب آقای دکتر احمد علی پور، استاد راهنمای گرامی اینجانب که در پژوهش و گردآوری این پایان‌نامه از راهنمایی‌های ارزنده ایشان کمال بهره را بردم، قدردانی به عمل بیاورم. همچنین کمال تشکر را از جناب آقای دکتر حسین زارع دارم که مشاور بنده در راستای انجام این تحقیق بودند. ضمناً از جناب آقای دکتر محمد اورکی که داوری این پایان‌نامه را بر عهده گرفتند تقدیر و تشکر می‌کنم. در پایان هم از تمام اساتید و دوستان گرامی که در انجام این پایان‌نامه به اینجانب یاری رساندند، صمیمانه قدردانی می‌نمایم.

## چکیده

با توجه به اهمیت روز افزون مسایل زناشویی و خانوادگی، پژوهش حاضر در پی این است که به بررسی رابطه بین میزان هیجان‌خواهی و سلامت روان با رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور تهران بپردازد. اعضای جامعه این پژوهش را کلیه دانشجویان متأهل که در بهار ۱۳۹۰ در دانشگاه پیام نور استان تهران تحصیل می‌کردند، تشکیل می‌دهند. از بین این افراد، ۳۲۰ نفر شامل ۱۶۰ زن و ۱۶۰ مرد متأهل در رده سنی ۲۰ تا ۴۰ سال به عنوان نمونه انتخاب شده و مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در این بررسی عبارتند از مقیاس هیجان‌خواهی شکل پنجم ماروین زاگرم (۱۹۷۸)، آزمون رضایت زناشویی لوکه (۱۹۵۹) و آزمون سلامت روان (GHQ).

نتایج این پژوهش به این صورت می‌باشد: بین رضایت زناشویی و سلامت روان ( $r = 0/61$ ) رابطه‌ی مثبت و معنادار وجود دارد، سطح معناداری این همبستگی در آزمون دو سویه برابر است با ( $p > 0/01$ )؛ بین هیجان‌خواهی و سلامت روان ( $r = -0/21$ ) رابطه منفی و معنادار وجود دارد. سطح معناداری این همبستگی در آزمون دو سویه برابر است با ( $p > 0/01$ ). بین هیجان‌خواهی و رضایت زناشویی نیز ( $r = 0/19$ ) رابطه‌ی مثبت و معنادار وجود دارد. معناداری این همبستگی در آزمون دو سویه برابر است با ( $p > 0/01$ ). سه فرضیه‌ی اصلی این پژوهش با این نتایج تأیید می‌گردند و هر سه معنی‌دار هستند. نتایج رگرسیون نیز به این صورت می‌باشد: رضایت زناشویی با قدرت تبیین کنندگی  $R^2 = 37\%$  قادر به تبیین واریانس سلامت روان است. با اضافه شدن هیجان‌خواهی بر رضایت زناشویی، این میزان تبیین کنندگی به  $R^2 = 38\%$  می‌رسد.

از یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که در سلامت روان زوجین دو متغیر رضایت زناشویی و هیجان‌خواهی نقش اساسی ایفا می‌کنند. بنابراین لازم است که در کارهای بالینی (ارزیابی، تشخیص و درمان) و پیشگیری بر نقش اساسی رضایتمندی و هیجان‌خواهی زوجین توجه شود. در حقیقت یافته‌های این پژوهش می‌تواند در خدمات خدمات مشاوره زوجین و خانواده درمانی قرار گیرد.

**واژگان کلیدی:** هیجان‌خواهی، سلامت روان، رضایت زناشویی، افراد متأهل

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول: کلیات پژوهش.....
۲	۱-۱ مقدمه.....
۴	۲-۱ بیان مسأله.....
۶	۳-۱ ضرورت و اهمیت موضوع.....
۸	۴-۱ اهداف پژوهش.....
۸	۵-۱ فرضیه های پژوهش.....
۹	۶-۱ تعاریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهش.....
۹	۱-۶-۱ هیجان خواهی.....
۹	۱-۱-۶-۱ تعریف نظری.....
۹	۲-۱-۶-۱ تعریف عملیاتی.....
۹	۲-۶-۱ سلامت روان.....
۹	۱-۲-۶-۱ تعریف نظری.....
۱۰	۲-۲-۶-۱ تعریف عملیاتی.....
۱۰	۳-۶-۱ رضایت زناشویی.....
۱۰	۱-۳-۶-۱ تعریف نظری.....
۱۰	۲-۳-۶-۱ تعریف عملیاتی.....
۱۱	فصل دوم: پیشینه پژوهش.....
۱۲	۱-۲ مقدمه.....
۱۲	۲-۲ هیجان خواهی.....
۱۲	۱-۲-۲ تعریف.....
۱۳	۲-۲-۲ ویژگی های افراد هیجان خواه.....
۲۱	۳-۲-۲ ادراک و ارزیابی خطر در هیجان خواهان.....
۲۲	۴-۲-۲ هیجان خواهی و گروه همگنان.....
۲۳	۵-۲-۲ هیجان خواهی و زمان تولد.....
۲۵	۶-۲-۲ اساس وراثتی.....
۲۶	۷-۲-۲ اساس عصبی-زیستی.....
۲۷	۸-۲-۲ مؤلفه های هیجان خواهی.....

۲۸	..... شیوع ۹-۲-۲
۲۹	..... همپسته‌ها ۱۰-۲-۲
۳۳	..... ارزیابی مقیاس‌های مختلف سنجش انگیزش انگیزش ۱۱-۲-۲
۳۴	..... سیر تحولی پرسشنامه هیجان‌خواهی ۱-۱۱-۲-۲
۳۵	..... رضایت زناشویی ۳-۲
۳۵	..... ۱-۳-۲ تعریف
۳۸	..... ۲-۳-۲ عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی
۴۷	..... ۳-۳-۲ جنسیت و سازگاری زناشویی
۴۸	..... ۴-۳-۲ تحقیقات انجام شده
۴۹	..... ۵-۳-۲ نقش رضایت زناشویی در زندگی
۵۰	..... ۴-۲ سلامت روان
۵۰	..... ۱-۴-۲ تعریف روان‌شناسی سلامت
۵۱	..... ۲-۴-۲ تعریف سلامت
۵۳	..... ۳-۴-۲ تعریف سلامت روان
۵۶	..... ۴-۴-۲ جنسیت و سلامت روانی
۵۷	..... ۵-۴-۲ بررسی سلامت روانی از دیدگاه نظریه‌های روان‌شناختی
۶۷	..... ۶-۴-۲ معیارهای سلامت روان یا شخصیت سالم
۶۸	..... ۷-۴-۲ عوامل مؤثر بر سلامت روان و دلایل بروز اختلالات روانی
۷۲	..... ۸-۴-۲ اهداف بهداشت روان
۷۵	..... ۹-۴-۲ سلامت جسمانی، روانی و ارتباط آن با رضایت زناشویی
۷۶	..... ۵-۲ خلاصه
۷۸	..... فصل سوم: روش پژوهش
۷۹	..... ۱-۳ مقدمه
۷۹	..... ۲-۳ طرح کلی پژوهش
۷۹	..... ۱-۲-۳ جامعه آماری
۸۰	..... ۲-۲-۳ نمونه تحقیق و چگونگی گزینش آنها
۸۰	..... ۳-۳ ابزار و روش اجرای پژوهش
۸۰	..... ۱-۳-۳ مقیاس هیجان‌خواهی شکل پنجم ماروین زاگرنمن
۸۱	..... ۱-۱-۳-۳ روش اجرای مقیاس هیجان‌خواهی
۸۱	..... ۲-۱-۳-۳ اعتبار و روایی
۸۳	..... ۳-۱-۳-۳ نحوه تصحیح و نمره‌گذاری
۸۳	..... ۴-۱-۳-۳ شیوه تعبیر و تفسیر نتایج مقیاس

۸۳	.....	۲-۳-۳ آزمون رضایت زناشویی لوکه
۸۴	.....	۱-۲-۳-۳ روش اجرای آزمون رضایت زناشویی
۸۴	.....	۲-۳-۳-۳ اعتبار و روایی
۸۵	.....	۳-۲-۳-۳ نحوه تصحیح و نمره‌گذاری
۸۵	.....	۴-۲-۳-۳ شیوه تعبیر و تفسیر نتایج آزمون
۸۵	.....	۳-۳-۳ آزمون سلامت روان (GHQ)
۸۶	.....	۱-۳-۳-۳ روش اجرای آزمون سلامت روان
۸۶	.....	۲-۳-۳-۳ اعتبار و روایی
۸۷	.....	۳-۳-۳-۳ نحوه تصحیح و نمره‌گذاری
۸۷	.....	۴-۳-۳-۳ شیوه تعبیر و تفسیر نتایج آزمون
۸۷	.....	۴-۳ روش تجزیه تحلیل داده‌ها
۸۹	.....	<b>فصل چهارم: یافته‌های پژوهش</b>
۹۰	.....	۱-۴ مقدمه
۹۰	.....	۲-۴ بررسی اطلاعات جمعیت‌شناختی و تحلیل توصیفی داده‌های پژوهش
۹۶	.....	۳-۴ تجزیه و تحلیل استنباطی متغیرهای پژوهش
۱۱۴	.....	<b>فصل پنجم: بحث، نتیجه‌گیری و پیشنهادات</b>
۱۱۵	.....	۱-۵ مقدمه
۱۱۵	.....	۲-۵ بحث
۱۲۲	.....	۳-۵ کاربرد نتایج
۱۲۳	.....	۴-۵ محدودیت‌های پژوهش
۱۲۴	.....	۵-۵ پیشنهادهای پژوهش
۱۲۵	.....	<b>فهرست منابع</b>
۱۲۵	.....	الف) منابع فارسی
۱۳۰	.....	ب) منابع انگلیسی
۱۳۵	.....	<b>پیوست‌ها</b>
۱۳۶	.....	پیوست الف) پرسشنامه سلامت روان (GHQ)
۱۳۷	.....	پیوست ب) پرسشنامه رضایت زناشویی لوکه
۱۳۹	.....	پیوست ج) مقیاس هیجان‌خواهی شکل پنجم ماروین زاگرن



فصل اول

کلیات پژوهش

## ۱-۱ مقدمه

در واقع، بیشتر امور زندگی روزمره ما با احساسات و هیجانات توأمند. شادی و اندوه، برانگیختگی و ناامیدی، عشق و ترس، شیفتگی و تنفر، امید و ناامیدی همه اینها و خیلی بیشتر از اینها از جمله احساسات و هیجاناتی هستند که ما غالباً در طی یک روز تجربه می‌کنیم. زندگی بدون این قبیل احساسات ملال‌انگیز است. آنها به زندگی رنگ و بو می‌دهند و چاشنی زندگی هستند که به حیات ما لذت و برانگیختگی می‌بخشند. از سوی دیگر وقتی هیجان‌های ما خیلی شدید باشند و به آسانی برانگیخته شوند به راحتی می‌توانند ما را دچار زحمت کنند و قضاوت‌های ما را منحرف سازند، دوستان را به دشمنان تبدیل کنند و ما را چنان بیچاره کنند که گویی بیمار تب‌آلود هستیم (م‌حی‌الدین بناب، ۱۳۸۳).

هیجان‌ها همیشه مورد توجه کامل انسان بوده‌اند. زیرا در هر تلاش و در هر اقدام مهم بشری، هیجان‌ها به طریقی دخالت دارند. تقریباً همه فیلسوفان بزرگ از ارسطو گرفته تا اسپینوزا<sup>۱</sup>، از کانت<sup>۲</sup> گرفته تا دیوئی<sup>۳</sup>، و از برگسون<sup>۴</sup> تا راسل<sup>۵</sup> همگی در مورد ماهیت هیجان‌ها اندیشیده‌اند و در مورد ریشه‌ها و نمودها و اثرات و جایگاه آنها در نظام طبیعی زندگی انسان تفکر کرده‌اند. حکمای الهی به اهمیت بعضی از هیجان‌ها خاص مرتبط با تجربه مذهبی افراد، پی برده‌اند و پرورش این هیجان‌ها را به طور غیرمستقیم در رأس برنامه تربیت مذهبی قرار داده‌اند. نویسندگان، نقاشان و موسیقی‌دان‌ها همواره سعی کرده‌اند برای تحریک احساسات افراد و تأثیر گذاشتن بر آنان از طریق ارتباطات سمبلیک به هیجان‌ها متوسل شوند (روبرت پلاچیک، ترجمه رمضان زاده، ۱۳۸۶).

یکی از ویژگی‌های شخصیتی افراد که می‌تواند از مؤلفه‌های تأثیرگذار در رضایت زناشویی زوجین باشد ساختار هیجان و هیجان‌خواهی افراد است. هیجان‌ها اساساً واکنش‌هایی هستند زیست‌شناختی و تطبیقی که معمولاً حالت گذار و موقت داشته و توسط محرک‌های خارجی ایجاد می‌شوند و هیجان‌خواهی بنا به تعریف زاگرمین<sup>۶</sup> (۱۹۹۴) صفتی است که نیاز به تنوع، نوجویی موقعیت‌ها و تجارب

---

<sup>۱</sup>-Spinoza

<sup>۲</sup>-Kant

<sup>۳</sup>-Dewey,J.

<sup>۴</sup>-Bergson

<sup>۵</sup>-Russel

<sup>۶</sup>-Zuckerman,M.

پیچیده دارد. به اعتقاد ریو<sup>۱</sup> (۲۰۰۱) هیجان خواهی یکی از ویژگی های شخصیتی افراد است و مبنای زیستی دارد بر همین اساس همسانی و ناهمسانی هیجان خواهی افراد، می تواند یکی از عوامل انتخاب همسر باشد (ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۴).

هیجان خواهی به عنوان یک خصیصه شخصیتی در گستره هیجانی، موضوع بسیار قابل ملاحظه‌ای است که دارای آثار مشهود و نتایج غیر قابل انکار در روابط بین فردی است و می تواند گوشه‌ای از مسائل مربوط بر روابط خانوادگی را در قالب روابط عاطفی بین دو فرد که پیمان زناشویی می‌بندند، روشن کند. خانواده یکی از رکن های اصلی جامعه به شمار می رود. دستیابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده آن جامعه است و تحقق خانواده ای سالم مشروط بر برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن رابطه ای مطلوب با یکدیگر است، از این رو سالم سازی اعضای خانواده و رابطه هایشان بی گمان اثرهای مثبتی را در جامعه به دنبال خواهد داشت (برنشتاین و همکاران، ترجمه منشی و همکاران، ۱۳۸۰). از آنجایی که درجه هیجان خواهی در افراد بسیار متفاوت است، به نظر می‌رسد که نظام شناختی و عاطفی هر فرد بر پایه این خصیصه سازماندهی می شود. در این صورت احتمال می رود همبستگی مهمی بین میزان هیجان خواهی زنان و مردانی که پیمان زناشویی می‌بندند وجود داشته باشد تا هر دو بتوانند در یک گستره و یک مسیر حرکت کنند (محمی الدین بناب، ۱۳۸۳). بنا به عقیده بریکر<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) کیفیت هیجانی مهم ترین نیاز برای تداوم رابطه زن و شوهر است. زوج ها باید به جای اینکه یکدیگر را سرزنش کنند بر بیان تفاوت ها تمرکز داشته باشند، آنها نباید احساسات را واپس بزنند بلکه باید با بیان احساس و دیدگاه متفاوت خود، برای یافتن راه حل با یکدیگر به توافق برسند (نظری، ۱۳۸۶).

در واقع شناخت هیجان ها و بررسی میزان هیجان خواهی افراد و بسیاری از موارد مثل انتخاب شغل و انتخاب رشته تحصیلی و حتی انتخاب دوست و همسر و انتخاب فعالیت های مورد علاقه، انتخاب فعالیت های ورزشی و چگونگی گذراندن اوقات فراغت و برنامه ریزی برای ابعاد مختلف زندگی و حتی چگونگی برخورد با موارد و مشکلات زندگی و روش های که افراد برای حل مسئله اتخاذ می کنند، بسیار سودمند و مؤثر است چرا که به افراد کمک می کند تا با شناسایی ویژگی های شخصیتی

---

<sup>۱</sup>-Reeve.J.M.

<sup>۲</sup>-Bricker,D.E.

خود، مسیر درست و نهایی زندگی خود را تعیین کنند و به بیانی دیگر افراد با شناخت واقعی از خود و ویژگی هایشان، انتخاب نتیجه بخش خواهند داشت (چرنی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶).

در این تحقیق به بررسی رابطه بین میزان هیجان خواهی و سلامت روان با رضایت زناشویی پرداخته شده است تا این موارد بررسی شوند: میزان هیجان خواهی و سلامت روان با رضایت زناشویی چه رابطه ای دارد؟ میزان هیجان خواهی و رضایت زناشویی تا چه اندازه سلامت روان را در زوجین پیش بینی می کند؟ هیجان خواهی چه رابطه ای با سلامت روان و رضایت زناشویی دارد؟

به امید آن که بتوان از نتایج این پژوهش جهت هدایت و راهنمایی افراد در انتخاب همسرو شریک زندگی و سایر انتخاب های مهم در زندگی سود برد و اگر تفاوت هایی در زوجین وجود داشت، با صبر و آموزش دیدن مهارت های زندگی و عمل به آنها انسجام خانواده را حفظ کرد تا از هم پاشیده نشوند. هنر این نیست که دو فرد مشابه با هم خوشبخت زندگی کنند بلکه هنر آنست که دو فرد نامشابه با وجود عدم تشابه و سختی های آن کانون خانواده را گرم نگهدارد و از فروپاشی آن جلوگیری کنند یعنی منیت ها و خواسته های خود را تعدیل بخشند و اگر فرزندان نیز داشتند، از نیازهای خود چشم پوشی و اغماض کنند زیرا حداقل ثمره این صبر و شکیبایی، چندین نکته اند که عبارتند از:

الف- برخورداری از احترام و امنیت در خانواده و جامعه

ب- داشتن فرزندان سالم و شاداب که جبران مافات می کنند و بالأخره

ج- رضایت خاطر یافتن یعنی همان دست مریزاد خداوند که در سوره والفجر می فرمایند "رضی الله عنهم و رضوا عنه" خداوند از آنها راضی است و آنها از خداوند راضی هستند (سوره المجادلۃ، آیه ۲۲).

## ۱-۲ بیان مسأله<sup>۲</sup>

افراد با هیجان خواهی بالا ممکن است افراد با هیجان خواهی پایین را آدم های کسل کننده ای بدانند که زندگی محدودی دارند یا بر عکس، افراد با هیجان خواهی پایین ممکن است احساس کنند که افراد با هیجان خواهی بالا دست به فعالیت های بی ثمر و ماجراجویانه ای می زنند (ساندرمن<sup>۳</sup>، پری<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱).

---

<sup>۱</sup>-Charania,M.R.

<sup>۲</sup>- Statement of the Problem

<sup>۳</sup>-Sanderman,B.

<sup>۴</sup>-Perry,M.

این نگرش ها می توانند درانتخاب شغل و رشته تحصیلی و فعالیت ها و برنامه های تفریحی و ورزشی و انتخاب همسر و شریک زندگی اهمیت زیادی داشته باشند (چرنی، ۲۰۰۶).

افراد با هیجان خواهی بالا معمولاً شغل ها و رشته های تحصیلی هیجانی و پرتحرک تر و پرشور و حال تر را انتخاب می کنند و قطعاً برنامه های تفریحی و فعالیت های ورزشی پرتحرک تر و پرهیجان و پرجنب و جوش تر را مورد پذیرش قرار می دهند و حتی افراد با هیجان خواهی بالا، افرادی را به عنوان شریک زندگی خود انتخاب می کنند که از نظر هیجان خواهی در سطح بالاتری از سطح معمول هیجان خواهی، قرار داشته باشند. و نیز افرادی که هیجان خواهی بالایی دارند معمولاً با افرادی دوستی و صمیمیت برقرار می کنند که آنها هم هیجان خواه باشند چرا که علایق و سرگرمی های مشترک و یکسانی خواهند داشت (سوان<sup>۱</sup>، ویلمن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵).

یکی از متغیرهای مؤثر بر میزان رضایت زناشویی سطح هیجان خواهی زوجین است. چنان چه از نظر فیشر، زاکرمن و نیب (۱۹۹۸) همگونی زن و مرد از لحاظ هیجان خواهی می تواند رضایت زناشویی را پیش بینی کند (اتکینسون و همکاران، ترجمه رفیعی، ۱۳۸۵). یکی دیگر از متغیرهایی که تأثیر مهمی بر رضایت زناشویی زوجین دارد سلامت روان می باشد که نتایج تحقیقات نشان داده اند که میان رضایت زناشویی و سلامت روانی رابطه وجود داشته و فشارهای زناشویی با آسیب های روانی به ویژه افسردگی و اختلالات اضطرابی در ارتباط است (دیبائیان و همکاران، ۱۳۸۴). تحقیقات پردیت<sup>۳</sup> در سال ۲۰۰۴ نشان داده اند که میزان بالای افسردگی و اضطراب در یکی از همسران، رضایت زناشویی زوجین را کاهش می دهد (دیبائیان و همکاران، ۱۳۸۴).

با توجه به اهمیت روز افزون مسایل زناشویی و خانوادگی پژوهش حاضر در پی این است که به بررسی رابطه بین میزان هیجان خواهی و سلامت روان با رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور بپردازد. سؤاها و پرسش های اساسی پژوهش حاضر عبارتند از :

(۱) آیا بین سطح هیجان خواهی و میزان رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد؟

(۲) آیا بین سطح هیجان خواهی و سلامت روان در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد؟

---

<sup>۱</sup>-Soane,E.

<sup>۲</sup>-Willman,P.

<sup>۳</sup>-Predite,J.

- ۳) آیا بین سلامت روان و رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد؟
- ۴) آیا سلامت روانی به رضایت زناشویی و عدم سلامت روانی به نارضایتی زناشویی می انجامد؟
- ۵) آیا بین وضعیت تحصیلی متفاوت در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان تفاوت هست؟
- ۶) آیا بین وضعیت شغلی در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان تفاوت هست؟

### ۱-۳ ضرورت و اهمیت موضوع<sup>۱</sup>

با توجه به درگیری های درازمدت زندگی زناشویی، واقعاً تعجب آور است که اغلب زوجها قبل از ازدواجشان، درباره تصمیم ازدواج چندان تأمل نمی کنند. درس هایی در زمینه زندگی زناشویی در دبیرستانها و دانشگاهها می تواند به زدودن افسانه زناشویی و همسرگزینی بهتر، کمک کند و مشاوره قبل از ازدواج می تواند به زوجها کمک کند بی پرده درباره خواسته هایشان بحث کنند. با بررسی رابطه هیجان خواهی و سلامت روان با میزان رضایت زناشویی در دانشجویان متاهل دانشگاه پیام نور می توان در جهت تعیین رابطه این سه مؤلفه (هیجان خواهی و سلامت روان و میزان رضایت زناشویی) با تحصیلات و وضعیت شغلی گام برداشت و این امر نه تنها به گستره علمی در سطح محلی می افزاید، بلکه زمینه را برای پژوهش های تطبیقی در سطح بین المللی هموار می سازد. با توجه به اینکه هیجان خواهی به عنوان یک رگه شخصیتی تحت تأثیر مؤلفه های ژنتیکی، تجربه زمان تولد و پرورش های نخستین می باشد، لذا نمی توان از پیش تفاوت های بین افراد را تعیین کرد و یا موضع گیری های مطالعات دیگر را بدون واریسی تعمیم پذیر دانست، بنابراین بررسی علمی آن ضروری است.

هیجان خواهی یکی از ویژگی شخصیتی است که از نظر زاکرمن پایه و اساس فیزیولوژیک دارد. اگرچه افراد بیشتر با افراد مشابه خود از نظر این ویژگی ازدواج می کنند، اما با توجه به نتایج این پژوهش می توان سطوح هیجان خواهی افراد را قبل از ازدواج تعیین کرد و اطلاعات لازم را در این زمینه به زوجین داد. پژوهش های انجام شده توسط محققان نشان داده اند که رفتارهای پرمخاطره ای همچون اعتیاد و سوء مصرف مواد مختلف (میلیچ<sup>۲</sup> و لینام<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ مک موران<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵؛ کنراد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ بیزار<sup>۱</sup>،

---

<sup>۱</sup> - Importance of the Study

<sup>۲</sup> -Milich,R.

روکی<sup>۵</sup>، مسی<sup>۶</sup> و دوریا<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷) و داشتن رابطه جنسی نامشروع و محافظت نشده (لیونز<sup>۸</sup>، ۲۰۰۵؛ پری<sup>۹</sup>، ۲۰۰۷) با هیجان خواهی بالا ارتباط دارند. بنا بر این اگر قبل از ازدواج این ویژگی شناخته شود می توان شریک زندگی را آگاه کرد، به طوری که تصمیم عاقلانه ای را اتخاذ کند. یافته هایی که بدین ترتیب بدست می آیند راهبردهای مهمی را برای مراکز آموزشی، پژوهشی، حقوقی، کلینیک های خانواده درمانی و مشاوره خانواده و ازدواج، دادگاههای مدنی و خانواده و سایر مؤسسات و سازمانهایی که به نحوی با مسایل و مشکلات خانواده ها در ارتباط هستند، خواهند داشت. انجام این پژوهش ضروری است چون شناخت در زمینه تأثیر ابعاد هیجان خواهی می تواند نقش مهمی را در جهت تحکیم روابط زناشویی و در نتیجه ثبات و استواری نهاد خانواده که بخشی به عامل سازندگی جسمی، روانی و عاطفی افراد بشمار می رود و در زمینه سلامت روان زوجین و پرورش و تکوین شخصیت کودکان حائز اهمیت است و خطوط اصلی و اساسی رفتار کودکان را پدید می آورد، ایفا کند و می تواند اطلاعات مفیدی را در اختیار همه کسانی که به نحوی با مسائل خانواده سروکار دارند، قرار دهد.

حاصل این حرکت علمی تأمین بهداشت و سلامت روانی در خانواده است و می توان بر اساس یافته های این بررسی پیشنهادهای علمی به مراجع قضایی، به روان درمانگران و مشاوران خانواده ارائه داد تا از تنزل خانواده و انحراف آن از مسیر تعادل و توازن جلوگیری به عمل آید و با ارائه روش هایی، ناسازگاری و درگیری های زوجین را به حداقل رسانده و تا حد امکان از بروز متارکه و طلاق جلوگیری به عمل آورند، چرا که تأمین و حفظ خانواده برای تربیت سالم کودکان از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

---

<sup>۱</sup>-Lynam,D.  
<sup>۲</sup>-McMurrin,M.  
<sup>۳</sup>-Conrod,P.  
<sup>۴</sup>-Bizzarri,J.V.  
<sup>۵</sup>-Rucci,P.  
<sup>۶</sup>-Massei,G.L.  
<sup>۷</sup>-Doria,M.R.  
<sup>۸</sup>-Lyons,M.A.  
<sup>۹</sup>-Perry,M.

## ۱-۴ اهداف پژوهش

هدف کلی این پژوهش تعیین رابطه میان هیجان خواهی و سلامت روان با میزان رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور استان تهران می باشد.

اهداف جزئی این پژوهش عبارتند از :

- ۱- دستیابی به رابطه بین سطح هیجان خواهی و میزان رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور
- ۲- دستیابی به رابطه بین سطح هیجان خواهی و سلامت روان دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور
- ۳- دستیابی به رابطه بین سلامت روان و رضایت زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور
- ۴- دستیابی به تفاوت بین وضعیت تحصیلی متفاوت در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان
- ۵- دستیابی به تفاوت بین وضعیت شغلی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان

## ۱-۵ فرضیه های پژوهش

فرضیه های اصلی:

- ۱- بین میزان رضایت زناشویی و سلامت روان در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد.
- ۲- بین سطح هیجان خواهی و میزان سلامت روان در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد.
- ۳- بین هیجان خواهی و رضایت زناشویی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور رابطه وجود دارد.

فرضیه های فرعی:

- ۴- بین وضعیت تحصیلی متفاوت در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان تفاوت وجود دارد.
- ۵- بین وضعیت شغلی در دانشجویان متأهل دانشگاه پیام نور در متغیر رضایت زناشویی و سلامت روان تفاوت وجود دارد.



## ۱-۶ تعاریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهش

### ۱-۶-۱ هیجان خواهی<sup>۱</sup>

#### ۱-۱-۶-۱ تعریف نظری

زاکرمن (۱۹۹۴) هیجان خواهی را به صورت صفتی که ویژگی آن جستجوی هیجان ها و تجربه های متنوع، تازه، پیچیده و شدید و میل اقدام به خطرهای جسمانی، اجتماعی و قانونی و مالی به خاطر خود این تجربه ها تعریف کرده است (شولتز و شولتز، ترجمه: سید محمدی، ۱۳۸۷).

#### ۱-۱-۶-۲ تعریف عملیاتی

در این پژوهش منظور از میزان هیجان خواهی، نمره فرد در مقیاس هیجان خواهی (SSS)<sup>۲</sup> فرم پنجم ۴۰ ماده‌ای آن است. کسانی در سطح هیجان خواهی شدید قرار دارند که نمره آنان در مقیاس هیجان خواهی یک یا بیشتر از یک انحراف معیار بالاتر از میانگین افراد هم جنس خودشان باشند. برعکس افرادی که نمره آنان در مقیاس هیجان خواهی یک یا کمتر از یک انحراف معیار از میانگین افراد هم جنس خودشان کمتر باشند، در سطح هیجان خواهی خفیف قرار دارند.

### ۱-۶-۲ سلامت روان

#### ۱-۲-۶-۱ تعریف نظری

سلامت روان به صورت گوناگون تعریف شده است ولی تعریف زیر می تواند کامل ترین آنها باشد: سلامت روانی فرد عبارت است از: قابلیت فرد در ایجاد ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران و توانایی در تغییر و اصلاح محیط اجتماعی خویش و حل مناسب و منطقی تعارض های هیجانی و تمایلات شخصی خود (سارافینو، ترجمه میرزایی، ۱۳۸۷).

---

<sup>۱</sup>-sensation seeking

<sup>۲</sup>- sensation seeking scale (SSS) Form V

### ۱-۶-۲-۲ تعریف عملیاتی

در این پژوهش، میزان سلامت روان با آزمون پرسشنامه ی سلامت عمومی (GHQ) سنجیده می شود. در این پرسشنامه نمره کمتر بیانگر سلامت روان بهتر می باشد. دارای ۴ زیر مقیاس است. می توان گفت نمره ۱۷ به بالا در هر زیر مقیاس و نمره ۴۱ به بالا در مقیاس کلی وخامت وضع آزمودنی را نشان می دهد.

### ۱-۶-۳ رضایت زناشویی

#### ۱-۶-۳-۱ تعریف نظری

به اعتقاد هیمن<sup>۱</sup> در سال ۱۹۹۴، رضایت زناشویی به رویدادهای مثبت یا منفی کلی که زوجین در مورد رابطه شان احساس می کنند اشاره دارد، که این رویدادهای مثبت یا منفی را با عناوین مختلفی نظیر خشنودی رابطه، سازگاری رابطه، و احساسات رابطه می نامند (هالفورد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۱؛ ترجمه تبریزی و همکاران، ۱۳۸۴).

### ۱-۶-۳-۲ تعریف عملیاتی

در این پژوهش، میزان رضایت زناشویی با آزمون رضایت زناشویی لوکه (MAT<sup>۳</sup>) سنجیده می شود. کسانی در سطح رضامندی زناشویی قرار دارند که نمره آنان در آزمون رضایت زناشویی لوکه بالای نمره برش ۱۰۰ قرار دارد و بر عکس افرادی که نمره آنان زیر حد برش قرار دارد، افراد ناراضی از زندگی زناشویی نامیده می شوند.

---

<sup>۱</sup>-Heyman,R.

<sup>۲</sup>-Halford,W.K.

<sup>۳</sup>-Marital Adjustment Test

## فصل دوم

### پیشینه پژوهش

## ۲-۱ مقدمه

یکی از مشکلات ما در زندگی زناشوئی و ارتباطات اجتماعی این است که ما چندان یکدیگر را نمی‌شناسیم، به ویژه دو جنس زن و مرد چندان از ابعاد روان‌شناختی و حتی اندام شناختی یکدیگر خبری ندارند. انسان‌ها با یکدیگر تفاوت دارند و وقتی این مسئله در جنسیت مطرح می‌شوند، اهمیت این تفاوت‌ها بیشتر است. تفاوت در میزان هیجان‌خواهی و تجربه هیجانات یکی از زمینه‌های تفاوت‌های فردی است.

در زندگی زناشوئی، لزوم توجه به تفاوت‌های فردی برای ایجاد رابطه مناسب بین زوجین سال‌هاست که دست‌مایه پژوهش‌های زیادی قرار گرفته است. زندگی زناشوئی زیباترین الگوی زندگی است که در آن دو انسان که ظاهراً به یکدیگر شبیه‌اند ولی از دیدگاه روانشناسی چنان از هم دورند که گاه هیچ شباهتی به هم ندارند، با هم یک مسیر طولانی را به نام زندگی زناشوئی طی می‌کنند. لذا در این فصل موضع هیجان و هیجان‌خواهی و نقش آن در زندگی انسان و تعاریف و مدل‌های رضایت زناشوئی مورد بررسی قرار می‌گیرد و سپس به بحث سلامت روان پرداخته می‌شود.

## ۲-۲ هیجان‌خواهی<sup>۱</sup>

### ۲-۲-۱ تعریف

هیجان‌خواهی صفت شخصیتی است که ابتدا توسط آیزنگ<sup>۲</sup> (۱۹۱۶) توصیف گردید. به نظر آیزنگ فرد برونگرا، فردی علاقمند به تعامل اجتماعی است، دوستان فراوانی دارد هیجان طلب است و به صورت تکانشی عمل می‌کند. زاگرن<sup>۳</sup> (۱۹۷۰) معتقد بود که یکی از نیازهای آدمی، تنوع جویی در احساسات و تجارب می‌باشد و برخی از افراد برای تجربه کردن چنین هیجان‌آفرینی‌هایی حتی اقدام به کارهای خطرناک نیز می‌کنند. هیجان‌خواهی از زمان زاگرن و همکاران (۱۹۷۰) توجه تحقیقات قابل ملاحظه‌ای را جلب کرده است (شولتز و شولتز، ترجمه سیدمحمدی ۱۳۷۸). زاگرن هیجان‌خواهی را اینگونه تعریف می‌کند: "هیجان‌خواهی به عنوان نیاز به احساسات پیچیده، تازه و گوناگون و میل به پذیرفتن خطرات جسمی و اجتماعی به این تجربیات، توصیف می‌شود." بعلاوه از نظر زاگرن، شدت این هیجان‌ها به

<sup>۱</sup>-Sensation Seeking

<sup>۲</sup>- Eysenck,H.J.

<sup>۳</sup>- Zucherman,M