

## بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی در ارتباط بین کمال‌گرایی و

### رضایت جنسی در معلمان زن متأهل شهرستان سیرجان

مجتبی جهانشاهی نسب<sup>۱</sup>

دکتر عشرت کریمی افشار\*<sup>۲</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۹/۱۲/۱۱

تاریخ دریافت: ۹۹/۷/۲۲

#### چکیده

هدف این پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی در ارتباط بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان بود. روش پژوهش بر اساس هدف از نوع همبستگی است و در طرح پژوهش از تحلیل ماتریس کوواریانس (تحلیل مدل معادلات ساختاری) استفاده شد. جامعه آماری کلیه معلمان زن متأهل شهر سیرجان در سال ۱۳۹۹ بود که تعداد ۳۰۰ نفر به صورت تصادفی به عنوان نمونه انتخاب شدند. آزمودنی‌ها پرسش‌نامه‌های اضطراب اجتماعی (جرابک، ۱۹۹۶)، کمال‌گرایی (هامچاک، ۱۹۸۷)، و رضایت جنسی (یاوری کرمانی، ۱۳۸۶) را تکمیل کردند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS 23 و PLS انجام گرفت. یافته‌ها نشان داد بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی با نقش میانجی اضطراب اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد. بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی، کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد و بین اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی رابطه معناداری وجود دارد.

**واژه‌های کلیدی:** اضطراب اجتماعی، کمال‌گرایی، رضایت جنسی، زنان، معلمان.

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی، واحد سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، سیرجان، ایران.

۲. استادیار، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی، واحد سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، سیرجان، ایران. (نویسنده مسئول)

## مقدمه

در بین نیازهای زیستی، غریزه جنسی، آمیختگی عمیقی با نیازهای روانی داشته به طوری که می‌توان تأثیر این خواسته را در بسیاری از ابعاد زندگی مشاهده کرد. این غریزه تأثیر غیرقابل انکاری در زندگی زناشویی و انسجام و پایداری آن دارد. همچنین این غریزه نقش سازنده و پراهمیت و بنیادینی در سیر به سوی سلامت و تعادل روانی دارا است و با داشتن این خصوصیات بارز و قابل توجه است که میل جنسی از سایر نیازهای زیستی فاصله گرفته و به صورت یک نیاز روحی و روانی درمی‌آید (کیزکووسکا، آئوروک و جانوسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶).

یکی از مواردی که اهمیت آن در زندگی زناشویی مورد تأکید پژوهشگران و صاحب نظران حوزه علوم رفتاری و خانواده است، رضایت جنسی است. در بیان نیازهای بیولوژیک، غریزه جنسی، آمیختگی عمیقی با نیازهای روانی داشته به طوری که می‌توان تأثیر این خواسته را در بسیاری از ابعاد زندگی مشاهده کرد (ترائین و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). از لحاظ لغوی واژه رضایت جنسی به احساس خوشایند فرد از نوع روابط جنسی اطلاق می‌گردد. باید اشاره کرد که سطوح بالایی از رضایت جنسی منجر به افزایش کیفیت زندگی زناشویی شده که این منجر به کاهش بی‌ثباتی زناشویی در طی زندگی می‌گردد. در زمینه رضایت جنسی نظریه‌های متفاوتی وجود دارد که می‌توان به نظریه فروید، یونگ، آدلر، اریک فروم، راجرز و مازلو اشاره کرد (توماس، هم، باررو، هس و تورستون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹).

عوامل زیادی می‌تواند بر رضایت جنسی تأثیر بگذارند از میان این عوامل می‌توان به اضطراب اجتماعی (عطایی فر و امیری، ۱۳۹۳) اشاره کرد.

اضطراب اجتماعی یک اختلال بسیار ناتوان کننده است که می‌تواند بسیاری از جنبه‌های زندگی فرد را مختل کند. در موارد شدید، اضطراب اجتماعی می‌تواند کیفیت زندگی فرد را به شکل چشمگیری کاهش دهد. بعضی از مبتلایان ممکن است هفته‌ها از خانه خارج نشوند یا از بسیاری موقعیت‌های اجتماعی مانند موقعیت‌های شغلی و تحصیلی خود صرف نظر کنند. واقعیت مورد قبول همگان این است که زندگی انسان در بدو تولد در میان دیگران آغاز می‌شود و همان ابتدای حیات با آن‌ها ارتباط آغاز می‌کند. همین ارتباط به شکل‌گیری رفتار او می‌انجامد. بدین ترتیب، یادگیری اجتماعی آغاز می‌شود و رفتارهای کودک رنگ اجتماعی پیدا می‌کند. محرومیت کودک از رشد و تکامل باعث می‌شود که با مردم کمتر تماس بگیرد، به زندگی اجتماعی بی‌علاقگی نشان دهد و در طرح نقشه زندگی برای آینده ناتوان جلوه کند (نیسی، شهنی بیلاق و فراشبندی، ۱۳۸۴). بر این اساس رشد فرد در زمینه‌های اجتماعی و سازگاری با دیگر افراد، یکی

1. Czyzkowska, Awruk & Janowski
2. Traeen et al
3. Thomas, Hamm, Barrero, Hess & Thurston

از فاکتورهای مهم در زندگی زناشویی است که کیفیت آن به مهر و موم‌های قبل‌تر زندگی فرد برمی‌گردد. اضطراب اجتماعی که از آن به‌عنوان تجربه ناراحت‌کننده در حضور دیگران تعریف می‌شود و یکی از عواملی است که در روند رشد و تکامل اجتماعی افراد خلل ایجاد می‌کند. فردی که دچار اضطراب اجتماعی است، هیچ‌گونه تمایلی به آغاز ارتباط با دیگران ندارد و با احساسی از ترس و پایداری غیرمعمول از هر موقعیت که ممکن است در معرض داوری دیگران قرار بگیرد، اجتناب می‌ورزد. این افراد ممکن است احساس عدم اعتماد به نفس کنند؛ زیرا تصور می‌کنند که دیگران آنان را دوست ندارند. علاوه بر این، این افراد ترس از انتقاد، اجتناب از تماس چشمی و ترس از ابراز وجود دارند (هرمزی نژاد، ۱۳۸۰).

عوامل زیادی می‌تواند بر اضطراب اجتماعی تأثیر بگذارد از میان این عوامل می‌توان به کمال‌گرایی (نگین، خیر و هاشمی، ۱۳۹۲) و کمال‌گرایی (نظری و ابوالمعالی، ۱۳۹۴) اشاره کرد. کمال‌گرایی ساختاری است که ارتباط متفاوت با موفقیت و کامیابی دارد. بین کمال‌گرایی طبیعی و نوریتیک تفاوت مهمی وجود دارد. کمال‌گرایی طبیعی در بردارند. تمایل به دستیابی برای کمال با برانگیختگی مثبت است (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۸). در کمال‌گرایی نوروتیک تلاش مزمنی برای دستیابی به اهداف غیرواقعی و تمرکز بر کاستی‌ها در دستیابی به آن اهداف دیده می‌شود (پارک، هپنر و لی، ۲۰۱۰). با توجه به نقش قابل توجه معلمان در جامعه، و وجود ریشه بسیاری از مشکلات رفتاری در سیستم آموزشی، دور از ذهن نیست که انجام پژوهش در مورد این قشر از جامعه بتواند تا حدی از مشکلات گره‌گشایی کند. معلمانی که روابط قابل قبول و صمیمانه اجتماعی با دیگران و همچنین روابط مناسب و رضایتمندانه با همسر خود دارند و دارای هویتی مستحکم می‌باشند و در نتیجه از کیفیت زندگی بالایی برخوردار هستند قادر خواهند بود افرادی با رفتارهای شایسته، با استعدادهای شکوفا شده و پرورش یافته و دارای کمترین میزان نا بهنجاری‌های رفتاری تربیت نمایند (بودنمن، اتکینز، اسپچار و پوفت، ۲۰۱۰).

نظری و ابوالمعالی (۱۳۹۴)، در تحقیقی پژوهش خود نشان دادند کمال‌گرایی و عزت نفس در پیش‌بینی رضایت جنسی زنان متأهل نقش دارند. اسلمی نگین و هاشمی (۱۳۹۲) در مطالعه خود نشان دادند که کمال‌گرایی جامعه مدار پیش‌بینی کننده مثبت و معنی‌دار اضطراب اجتماعی است. کمال‌گرایی جامعه مدار پیش‌بینی کننده منفی و کمال‌گرایی خودمدار پیش‌بینی کننده مثبت عزت نفس است و عزت نفس نقش واسطه‌ای در ارتباط کمال‌گرایی جامعه مدار و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کند.

- 
1. Smith et al
  2. Park, Happner & Lee
  3. Bodenmann, Atkins, Schar & Poffet



متغیره با استفاده از شاخص‌های کجی و کشیدگی پیرسون و پیش‌فرض نرمالیتی چندمتغیره نیز با استفاده از ضریب کشیدگی مردیا مورد بررسی قرار گرفت. شاخص‌های کجی و کشیدگی با قدر مطلق کوچک‌تر از 1 و ضریب کشیدگی مردیا با مقدار کوچکتر از ۱/۹۶ در مجموع نرمالیتی تک متغیره و چندمتغیره را مورد تأیید قرار داد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی معلمان زن متأهل شهر سیرجان که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ مشغول به تدریس در مقطع دبستان بودند. مطابق با نظر رایکوف و مارکونلیدز<sup>(۲۰۰۶)</sup>، که در کتاب مدل‌سازی معادلات ساختاری مدعی هستند، حداقل حجم نمونه برای مدل‌سازی معادلات ساختاری، چنانچه تعداد محاسبات برحسب خرده‌مقیاس‌ها از وضعیت سادگی خارج شود، بایستی حداقل 260 نفر باشد، نمونه‌ای به تعداد ۳۰۰ نفر تعیین گردید که به صورت تصادفی سهم مدارس و معلمان مربوطه مشخص شد. جهت تدوین مدل علی، ماتریس همبستگی کلیه متغیرهای مورد پژوهش تهیه و تنظیم گردید و برای برآزش مدل از نرم‌افزارهای SPSS 23 و PLS استفاده شد.

داده‌های پژوهش به کمک ابزارهای زیر گردآوری شد:

**پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی<sup>۲</sup>:** این پرسش‌نامه توسط ایلینا جرابک در سال ۱۹۹۶ با هدف سنجش میزان اضطراب اجتماعی طراحی شد. پرسش‌نامه شامل ۲۵ سؤال و ۵ خرده‌مقیاس ترس از بیگانگان (سؤالات ۳، ۴، ۱۷، ۱۵، ۱۳، ۵)، ترس از ارزیابی توسط دیگران (سؤالات ۲۱، ۲۲، ۱۹، ۱۶)، ترس از صحبت کردن در جمع (سؤالات ۲۳، ۱۸، ۱، ۲۴)، ترس از انزوای اجتماعی (سؤالات ۲، ۷، ۹، ۲۰، ۲۵) و ترس از آشکار شدن علائم اضطراب (۱۱، ۱۰، ۶، ۱۴) است. پاسخ‌دهندگان در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافقم، موافقم، نسبتاً موافقم، مخالفم، کاملاً مخالفم پاسخ دادند. میزان پایایی در نسخه اصلی پرسش‌نامه ۰/۸۰ و روایی آن نیز مطلوب گزارش شد. در ایران پایایی پرسش‌نامه در پژوهش اسلمی، خیر و لادن (۱۳۹۲)، ۰/۷۷ به دست آورد و روایی آن را مناسب گزارش کرد.

**پرسش‌نامه کمال‌گرایی<sup>۳</sup>:** این پرسش‌نامه توسط هامچاک در سال ۱۹۸۷ با هدف سنجش میزان کمال‌گرایی طراحی شد. پرسش‌نامه شامل ۱۸ سؤال و دو خرده‌مقیاس کمال‌گرایی نابهنجار، سؤالات ۱ تا ۹ و کمال‌گرایی بهنجار، سؤالات ۱۰ تا ۱۸ است. پاسخ‌دهندگان در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافقم، موافقم، نسبتاً موافقم، مخالفم، کاملاً مخالفم پاسخ دادند. پایایی مقیاس در پژوهش بیگی هرچگانی، حقایق و بشتام (۱۳۹۸)، در کمال‌گرایی بهنجار ۰/۸۳ و در کمال‌گرایی نابهنجار ۰/۸۱ گزارش شد. روایی مقیاس از طریق محاسبه ضریب همبستگی بین زیرمقیاس‌های آن باز زیرمقیاس‌های

1. Raykov & Marconlides  
2. Social anxiety questionnaire  
3. Perfectionism questionnaire

پرسش‌نامه سلامت عمومی و مقیاس عزت نفس و با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی آزمون در پژوهش تأیید شد.

**پرسش‌نامه رضایت جنسی<sup>۱</sup>:** این پرسش‌نامه احساسات و نگرانی‌های شخصی را درباره محبت و رابطه جنسی با همسر ارزیابی می‌کند که توسط یآوری کرمانی (۱۳۸۶) ساخته شده است. این پرسش‌نامه دارای ۱۷ سؤال است و یک نگرش‌سنج از نوع لیکرت پنج‌درجه‌ای از خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم، خیلی کم است که به هر گزینه از یک تا پنج امتیاز داده می‌شود. نمرات بالا رضایت از ابراز محبت و گرایش مثبتی را درباره نقش جنسیت در ازدواج نشان می‌دهد. یآوری (۱۳۸۶)، روایی این ابزار را مطلوب و پایایی آن را به روش دو نیمه کردن ۰/۷۵ گزارش کرد. در پژوهش جماعتی و همکاران (۱۳۹۹)، میزان پایایی به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد.

#### یافته‌ها

در این پژوهش ابتدا اطلاعات آمار توصیفی ارائه شده و سپس اطلاعات آمار استنباطی بیان گردید. افراد شرکت در بررسی اطلاعات جمعیت شناختی از ۳۰۰ زن متأهل و معلم شهر سیرجان مشخص شد، ۹/۹ درصد آزمودنی‌ها کمتر از ۳۰ سال، ۵۹/۹ درصد آزمودنی‌ها بین ۳۱-۴۰ سال، ۲۶/۸ درصد آزمودنی‌ها بین ۴۱-۵۰ سال و ۳/۳ درصد ۵۱ سال و بیشتر سن داشتند. در گروه مورد بررسی ۷۰/۲ درصد لیسانس، ۲۹/۸ درصد فوق‌لیسانس بودند. ۶۰/۳ درصد آزمودنی‌ها بین ۶-۱۰ سال، ۳۴/۶ درصد آزمودنی‌ها بین ۱۱-۱۵ سال، ۵/۱ درصد آزمودنی‌ها بین ۱۶-۲۰ سال سابقه خدمت داشتند.

#### جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات نمونه‌های مورد مطالعه در متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
رضایت جنسی	۳/۶۸	۱/۰۸
کمال‌گرایی	۳/۷۴	۱/۱۷
اضطراب اجتماعی	۳/۸۹	۱/۰۰

1. Sexual satisfaction questionnaire

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
رضایت جنسی	۰/۸۰۳**									
کمال‌گرایی	۰/۲۹۲*	۰/۷۷۱**								
کمال‌گرایی ناپه‌نچار	۰/۰۵۷	۰/۳۶۶*	۰/۹۲۳**							
کمال‌گرایی په‌نچار	۰/۱۷۹	۰/۴۰۱**	۰/۴۷۰**	۰/۸۲۸**						
اضطراب اجتماعی	-۰/۵۱۵**	۰/۴۳۱**	-۰/۱۶۲	۰/۳۷۹*	۰/۸۴۴**					
ترس از بیگانگان	۰/۱۸۸	۰/۲۵۷*	-۰/۳۲۳*	۰/۰۸۵	۰/۱۱۳	۰/۸۵۷**				
ترس از ارزیابی توسط دیگران	۰/۳۳۴*	۰/۲۴۸*	۰/۳۷۶*	-۰/۱۴۹	۰/۱۷۷	۰/۵۸۰**	۰/۸۲۰**			
ترس از صحبت کردن در جمع	۰/۱۳۹	۰/۳۳۶*	۰/۳۶۸*	۰/۴۶۵**	۰/۲۷۶*	۰/۰۵	۰/۱۰۱	۰/۸۵۵**		
ترس از انزوا	۰/۵۱۷**	۰/۴۷۰**	۰/۱۱۳	-۰/۲۹۴*	۰/۷۸۹**	۰/۱۱۳	۰/۱۵۳	۰/۳۹۲*	۰/۷۹۶**	

ترس از آشکار شدن علایم اضطراب	۰/۴۴۵***	۰/۳۲۹*	۰/۳۱۷*	۰/۲۰۰*	۰/۵۲۸***	۰/۱۸۷	۰/۱۸۰	۰/۰۱۲	۰/۱۱۰	۰/۲۱۸*
-------------------------------	----------	--------	--------	--------	----------	-------	-------	-------	-------	--------

\*\*p < ۰/۰۵ \* p < ۰/۰۵

بر اساس یافته‌های جدول ۲، بین کمال‌گرایی با رضایت جنسی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی رابطه منفی و معکوس وجود دارد. همچنین بین رضایت جنسی و اضطراب اجتماعی رابطه منفی و معکوس وجود دارد.

جدول ۳. نتایج اثرات مستقیم متغیرها

روابط متغیرهای تحقیق	ارزش t	اثر مستقیم (R)
کمال‌گرایی و رضایت جنسی	۱۰/۰۲۷	۰/۷۴۹
کمال‌گرایی و اضطراب	-۶/۷۱۳	-۰/۵۴۱
اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی	-۹/۱۳۴	-۰/۶۸۳

با توجه به نتایج جدول ۳، با توجه به ضریب مسیر متغیر کمال‌گرایی و رضایت جنسی که به مقدار ۰/۷۴۹ و همچنین آماره t به مقدار ۱۰/۰۲۷ است می‌توان گفت: بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه مثبت و قوی و معناداری وجود دارد با توجه به ضریب مسیر متغیر کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی که به مقدار ۰/۵۴۱- و همچنین آماره t به مقدار ۶/۷۱۳- است می‌توان گفت: بین کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه منفی و معکوس و معناداری وجود دارد. با توجه به ضریب مسیر متغیر اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی که به مقدار ۰/۶۸۳- و همچنین آماره t به مقدار ۹/۱۳۴- است می‌توان گفت: بین اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه منفی و معکوس و معناداری وجود دارد.

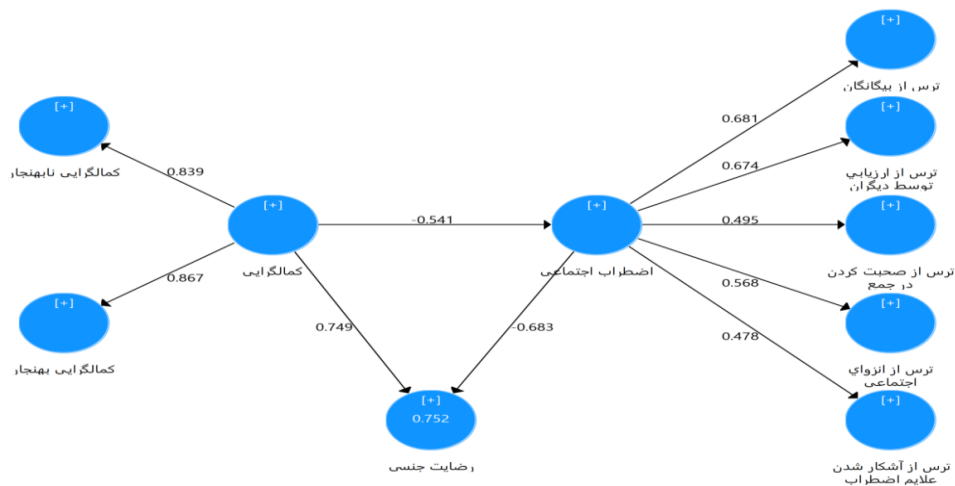
جدول ۴. نتایج بوت استرپ برای مسیرهای غیرمستقیم

مسیر	داده	بوت	سوگیری	خطای استاندارد	حد پایین	حد بالا
کمال‌گرایی بر رضایت جنسی با نقش	۰/۴۹۰۰	۰/۴۹۹۰	۰/۰۰۹۰	۰/۰۴۳۴	۰/۱۵۴۵	۰/۳۷۶۵



## واسطه‌ای اضطراب اجتماعی

با توجه به جدول ۴، حد بالا و پایین فاصله اطمینان برای کمال‌گرایی بر رضایت جنسی با نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی، صفر را در بر نمی‌گیرد. سطح اطمینان این فاصله اطمینان ۰/۹۵ درصد و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استراپ ۱۰۰۰ است. با توجه به این که صفر بیرون از این فاصله قرار می‌گیرد، رابطه غیرمستقیم متغیرها معنی‌دار است.



شکل ۲. ضرایب مسیر در مدل

## بحث

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی در ارتباط بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان بود. نتایج نشان داد بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج این آزمون با یافته‌های تحقیق نظری و ابوالمعالی (۱۳۹۴) دیویس، آبنی پرکسلیس، اشون و دیون<sup>(۲۰۱۸)</sup> هم راستا بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد با افکار کمال‌گرایان مثبت و منفی به دلیل توقعات غیرمنطقی از دیگران و انتظارات بیش‌ازحد از خود، در جهت تخریب شناخت و تفکرات خود نسبت به مقوله روابط جنسی پیش می‌روند. لذا چنین انتظارات و توقعات غیرمنطقی، کسب لذات جنسی را با مشکلات گوناگون همراه می‌سازند و به صورت غیرمستقیم منجر به افزایش رضایت یا عدم رضایت جنسی می‌شود (نظری و ابوالمعالی، ۱۳۹۴).

اگر شخصی دارای صفاتی باشد که آن چیزهایی که به دست می‌آورد، ارضاکننده نیست یا به عبارت دیگر زیاده‌خواه باشد و برای کسب موفقیت بسیار جدی تلاش کند این تلاش و جدیت و بی‌اهمیت ندانستن امور می‌تواند باعث بهبود رضایت جنسی گردد (بودنمن و همکاران، ۲۰۱۰).

در روابط زناشویی، وجود انتظارات سطح بالا همراه با ارزیابی دائمی کمال‌گرایانه نسبت به رفتار و عمل همسر، فشارهای متعدد و مختلفی را به وی وارد می‌کند. این فشار، به‌مرور زمان هیجان‌های منفی نظیر خشم، رنجش و نگرانی را به وجود آورده و به‌این‌ترتیب میزان رضایت جنسی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (گل پرور و ستایش منش، ۱۳۹۳). افراد کمال‌گرا انتظار کامل بودن از خود، همسر و اطرافیان‌شان دارند و این انتظار غیرواقعی تقریباً برآورده نمی‌شود. لذا دائماً در ارتباط با همسر خود دچار مشکل هستند. کمال‌گرایی باعث کاهش در اعتماد و صمیمیت بین فردی و رضایت زناشویی و جنسی آنان می‌شود. الگوی نابهنجار کمال‌گرایی منجر به مشکلات زناشویی و عدم رضایت از روابط زناشویی می‌گردد و کمال‌گرایان میزان بالایی از عاطفه منفی و همچنین بازداری در پیشرفت را تجربه می‌کنند و در ابراز صمیمیت در روابط زناشویی مشکل دارند و در نتیجه رضایت جنسی پایین‌تری را تجربه می‌کنند (احتشام زاده، مکوندی و باقری، ۱۳۸۸).

دیگر یافته این مطالعه نشان داد، بین کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه معناداری وجود دارد. نتایج این یافته با مطالعه استو-فائوبل، آپاریسیو-فولرز، وایسنز، گنزوالز، سن مارتین و گارسیا-فرناندز (۲۰۲۰) و تیلر، مو، مک کان، بل لی و اسنانی (۲۰۲۰) و اسلمی و همکاران (۱۳۹۴)، همخوان بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که نبود استانداردهای برتر، همراه با مشکل ادراک شده از دستیابی به استانداردها، با کژکارکردی روان‌شناختی در شکل اضطراب اجتماعی ارتباط دارد. اضطراب اجتماعی همیشه به دلیل استانداردهای برتر شخصی نیست، بلکه گاهی توقعات جامعه منجر به ایجاد این اضطراب می‌شود. کمال‌گرایان همیشه در تلاش برای رسیدن به اهدافی هستند که از طرف جامعه برای آن‌ها مشخص شده است و در تلاش هستند تا از انتقاد والدین و دیگران دور باشند. آن‌ها به دلیل این‌که در اهدافی که از سوی دیگران برای آن‌ها انتخاب شده، با اشتباه یا شکست مواجه شوند، نگرانی زیادی را تجربه می‌کنند که این امر منجر به ایجاد اضطراب اجتماعی در آن‌ها می‌شود (اسلمی و همکاران، ۱۳۹۲). کمال‌گرایی مثبت همبستگی معناداری با معیارهای شخصی، عملکرد مطلوب، سازگاری مثبت واقع‌بینی و پذیرش محدودیت‌های شخصی دارد. درحالی‌که افراد با کمال‌گرایی منفی مرتکب اشتباهات اساسی می‌شوند و دارای سطوح بالایی از خود تردیدی و خود انتقادی می‌باشند.

1. Esteve-Faubel, Aparicio Folders, Vicent, Gonzalveaz, Sanmartin & Garcia-Fernandez
2. Tayler, MU, McCann, Belli & Asnaani

معیارهای بالا و دست‌نیافتنی برای خود وضع می‌کنند. تمایل دارند امور به بهترین وجه انجام گیرد و نتایج امور برایشان رضایت‌بخش نیست، که این عوامل پیامدهای منفی روان‌شناختی از جمله اضطراب اجتماعی و افسردگی دارد (جمشیدی و هاشمی، ۱۳۹۸). اگر معلمین دارای صفات کمال‌گرایی باشند یعنی این‌که اگر از کارهای سخت و طاقت‌فرسا لذت می‌برند، با هدف رسیدن به موفقیت برانگیخته می‌شوند بدین معنا که با اعتمادبه‌نفس بالا کارهای خود را انجام دهند و تلاش کنند همیشه بهترین باشند، این می‌تواند باعث کاهش اضطراب اجتماعی گردد (تیلر و همکاران، ۲۰۲۰). کمال‌گرایی مثبت کارکردی مثبت و در جهت افزایش سازگاری فرد با محیط اجتماعی داراست و کمال‌گرایی منفی نقشی مخرب در سلامت و بهداشت روانی دارد و زمینه را برای مشکلات روان‌شناختی از جمله اضطراب اجتماعی فراهم می‌آورد. کمال‌گرایی منفی برحسب معیارهای دست‌نیافتنی، عدم رضایت و انتقاد دائمی از عملکرد شخصی تعیین می‌گردد. که این امر احتمال موفقیت و رضایت‌مندی را محدود می‌کند و نوعی احساس عدم کفایت و شایستگی را رقم می‌زند. بدین ترتیب این افراد از ارزیابی منفی دیگران که همان مشخصه اضطراب اجتماعی است هراسانند (نیکوئی، ۱۳۸۹).

همچنین این یافته‌ها نشان داد که بین اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی در معلمین زن متأهل سیرجان رابطه معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش وان د گریفت، کوهن-کتنیس، د وریس و کریوکلس<sup>۱</sup> (۲۰۱۸) و دی-ماتورو، رنشائو و بلائیس<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) همخوان بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که زوج‌های مشکل‌دار در زمینه اضطراب و برقراری ارتباط اجتماعی در بیان افکار و احساسات، مهارت‌های گوش فرا دادن و حل مسأله، از الگوهای منفی و غیرمؤثر برقراری ارتباط استفاده کنند و بیشتر تمایل دارند از یکدیگر اجتناب کنند در نتیجه رضایت جنسی پایینی را تجربه می‌کنند (عطایی فر و امیری، ۱۳۹۳). نارضایتی جنسی با افزایش تنش و شکاف در خانواده همراه است. رضایت جنسی صرفاً به لذت جسمانی محدود نمی‌شود، بلکه فرد باید نوعی رضایت روان‌شناختی و هیجانی داشته باشد. رضایت جنسی می‌تواند یکی از پایه‌های اصلی سلامت خانواده و بقاء آن باشد. رضایت جنسی ناشی از ارزیابی مثبتی است که افراد درگیر در آن از ارضای نیازها و برآورده شدن انتظارات یکدیگر دارند. افراد دارای اضطراب اجتماعی که طرح‌واره مثبتی از برقراری روابط جنسی ندارند، لذا در این زمینه با مشکل مواجه می‌شوند که این مسأله موجب نارضایتی زناشویی و جنسی می‌شود (جماعتی اردکانی و همکاران، ۱۳۹۹).

1. Van de Grift, Cohen-Kettenis, De Vries & Kreukels

2. DiMauro, Renshaw & Blais

عدم رضایت جنسی بر روی سلامتی زوجین تأثیر می‌گذارد و این تعارض در روابط زناشویی باعث برانگیختگی روانی به‌ویژه برانگیختگی دستگاه عصبی مرکزی می‌شود. برانگیختگی مداوم و مزمن دستگاه عصبی مرکزی موجب کاهش سیستم ایمنی بدن می‌شود که این مسأله شرایط را برای بروز اضطراب آماده می‌کند. زوجین مضطرب در ارتباطات خود دچار مشکل شده و اضطراب اجتماعی را نیز تجربه می‌کنند (آقاجانی افجندی و سعیدی، ۱۳۹۴).

دیگر یافته این پژوهش نشان داد بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی با نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی در معلمین زن متأهل سیرجان رابطه معناداری وجود دارد. کمال‌گرایی از طریق کاهش اضطراب اجتماعی می‌تواند باعث بهبود رضایت جنسی گردد. یعنی با افزایش کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی کاهش یافته و به تبع گفت که آن رضایت جنسی افزایش می‌یابد. در تبیین این یافته می‌توان فردی که دچار اضطراب اجتماعی است، هیچ‌گونه تمایلی به آغاز ارتباط با دیگران ندارد. این افراد در هنگام صحبت کردن با دیگران احساس خجالت و عصبانیت می‌کنند. نگران این هستند که اشخاص دیگر درباره آنان چگونه فکر می‌کنند و در هنگام آشنایی با افراد جدید مضطرب می‌شوند. این افراد اغلب درباره اشتباه کردن، نادانی و حرف‌های احمقانه فکر می‌کنند، ترس دارند که دیگران آن‌ها را ضعیف پندارند و به آنان بازخورد منفی دهند. این افراد ممکن است احساس عدم اعتماد به نفس کنند. به تبع آن رضایت جنسی کاهش می‌یابد (بارانی، استفان و رودنهاوسلر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). رضایت جنسی با توجه به ماهیتش که اساساً زاده رابطه هست و تأثیرپذیری‌اش از روابط اجتماعی فرد و بخصوص رابطه اجتماعی فرد با همسرش، با اضطراب اجتماعی می‌تواند در ارتباط تنگاتنگی باشد. اضطراب اجتماعی یا هراس اجتماعی، ترس معنادار و دائمی از یک یا چند موقعیت اجتماعی است که باعث تعاملات اجتماعی می‌شود (مثل محاوره با افراد دیگر) یا تحت نظر قرار گرفتن را ممکن می‌کند (مانند در معرض دید قرار گرفتن هنگام غذا خوردن در رستوران) و فرد از این که به خاطر نشان دادن اضطرابش رفتاری را بروز دهد که باعث قضاوت منفی دیگران شود، می‌ترسد (وان د گریفت و همکاران، ۲۰۱۸). افراد مبتلا به هراس اجتماعی از موقعیت‌های اجتماعی و در معرض دید قرار گرفتن می‌ترسند. رابطه جنسی می‌تواند هردوی این ترس‌ها را بیرون بکشد. اختلال اضطراب اجتماعی و بدکاری در عملکرد جنسی مرتبط هستند. از سوی دیگر کمال‌گرایی از صفاتی است که شخص دارای آن چیزهایی که به دست می‌آورد، ارضاکننده نیست یا به عبارت دیگر هیچ‌وقت راضی نخواهد بود. درواقع از آن جایی که هیچ‌چیزی نمی‌تواند از همه نظر کامل و کافی باشد کمال‌گرایی باعث می‌شود هرچه افراد به دست می‌آورند کم و ناکامل بوده و در نتیجه احساس رضایتمندی نداشته باشند و تلاش بیشتری نماید (و دی-ماتورو و همکاران، ۲۰۱۸).

1. Baranyi, Stepan & Rothenhausler

### نتیجه‌گیری

نتایج یافته‌های تحقیق نشان داد، بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه مثبت و قوی و معناداری وجود دارد. بین کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه منفی و معکوس و معناداری وجود دارد. با افزایش کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی در معلمان زن متأهل سیرجان کاهش می‌یابد و بالعکس. بین اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه منفی و معکوس و معناداری وجود دارد. با افزایش متغیر اضطراب اجتماعی، رضایت جنسی در معلمان زن متأهل سیرجان کاهش می‌یابد و بالعکس. بنابراین بین کمال‌گرایی و رضایت جنسی با نقش واسطه‌ای اضطراب اجتماعی در معلمان زن متأهل سیرجان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین حدود ۵۱ درصد از اثر کل کمال‌گرایی بر رضایت جنسی با نقش غیرمستقیم اضطراب اجتماعی تبیین می‌شود.

### محدودیت‌ها

از آن جایی که رابطه کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و رضایت جنسی در زنان، یک پدیده بسیار گسترده و کلی است و عوامل متعددی بر آن تأثیر می‌گذارد، مطالعه همه عوامل برای محقق امکان‌پذیر نبوده است. همچنین با توجه به این‌که تحقیق پرسش‌نامه‌ای است، می‌توان به محدودیت‌هایی از جمله، احتمال عدم فهم و برداشت یکسان آزمودنی‌ها از سؤالات پرسش‌نامه و همچنین عدم آزادی عمل و اختیار پاسخگو و بالا بودن هزینه این روش، اشاره نمود.

### پیشنهادها

با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهادهای زیر جهت بهبود کمال‌گرایی، کاهش اضطراب اجتماعی و بهبود رضایت جنسی ارائه می‌گردد:

- معلمان را تشویق کنند تا کسب موفقیت بسیار جدی‌تر کار کنند و با آموزش‌های لازم کارکنان را توانمند کنند تا انگیزه آنان بالا رود.
- مدیران شرایطی را فراهم آورند تا یک حس رقابت در بین کارکنان ایجاد شود تا در رقابت با دیگران بخواهند بهترین باشند.
- پیشنهاد می‌شود سیاست‌گذاران آموزش و پرورش، کارگاه‌ها و دوره‌های ضمن خدمتی را برگزار نمایند که در آن متخصصین مشاوره آموزش‌هایی را برای کاهش اضطراب اجتماعی در راستای بهبود رضایت جنسی معلمان متأهل ارائه دهند.

- پیشنهاد می‌شود مدیران مدارس مشاورین، روانشناسان و بخصوص مشاورین فعال در حوزه خانواده را به مدارس دعوت نمایند تا در راستای بهبود رضایت جنسی و کاهش اضطراب اجتماعی به معلمان کمک شود.

بررسی کمال‌گرایی در سایر سازمان‌ها نیز جهت تحقیقات آتی پیشنهاد می‌گردد.

- با توجه به این که نمونه‌های این پژوهش معلمان زن متأهل بودند، پیشنهاد می‌گردد مطالعات بعدی بر روی مردان متأهل و معلم اجرا شود.

- با توجه به این که تحقیق حاضر در مدارس ابتدایی آموزش و پرورش سیرجان انجام گرفته است، پیشنهاد می‌گردد همین موضوع در سازمان‌های دیگر انجام گیرد و بعداً نتایج تحقیق به دست آمده با یکدیگر مقایسه گردد.

- پیشنهاد می‌گردد اجرای این تحقیق بر طبق مدل و الگوی دیگری به منظور مطالعه تأثیر متغیرهای مؤثر بر رضایت جنسی انجام گیرد

### منابع

- آقاچانی افجدی، اعظم؛ سعیدی، راضیه. (۱۳۹۴). رضایت زناشویی، رضایت جنسی، افسردگی و اضطراب. مجله روانشناسی معاصر، دوره ۱۰، ۱۷-۱۴.
- احتشام زاده، پروین؛ مکوندی، بهنام؛ باقری، اشرف. (۱۳۸۸). رابطه میان بخشودگی و کمال‌گرایی با رضایت زناشویی در همسران جانبازان شهر اهواز. نشریه زن و فرهنگ، دوره ۱، شماره ۲، صص ۳۲-۲۳.
- اسلمی، نگین؛ خیر، محمد؛ هاشمی، لادن. (۱۳۹۲). ارتباط بین کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی با توجه به نقش واسطه‌ای عزت نفس در میان دانش‌آموزان پایه سوم دبیرستان‌های شیراز. فصلنامه آموزش و ارزشیابی، دوره ۶، شماره ۳۳، صص ۱۲۱-۱۰۵.
- بیگی هرچگانی، نیلوفر؛ حقایق، سید عباس؛ بشتام، محسن. (۱۳۹۸). نقش تعدیل کننده نشخوار فکری در رابطه بین کمال‌گرایی و ناتوانی ناشی از سردرد تنشی در بیماران شهرستان شاهین شهر در سال ۱۳۹۶: یک مطالعه توصیفی، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، دوره ۱۸، شماره ۴، صص ۳۳۸-۳۲۵.
- جماعتی اردکانی، راضیه؛ برزگری، رؤیا؛ نصیریپور، نجمه؛ سلیمانی، مجید. (۱۳۹۹). طرحواره جنسی و رضایت جنسی در زنان بارور و نابارور، فصلنامه زن و مطالعات خانواده، دوره ۱۲، شماره ۴۵، صص ۱۰۷-۹۳.

- جمشیدی، مهرانوش؛ هاشمی، سارا. (۱۳۹۸). رابطه کمال‌گرایی و افسردگی با تصویر بدنی در دختران داوطلب جراحی زیبایی. پوست و زیبایی، دوره ۱۰، شماره ۱، صص ۱۱-۳.
- عطایی فر، ربابه؛ امیری، شعله. (۱۳۹۳). آزمون مدل علی رابطه بین سبک دلبستگی، مهارت ارتباطی، ویژگی‌های شخصیتی، رضایت جنسی همسران، ارتباط مؤثر همسران و رابطه مادر-فرزندی در کودکان. فصلنامه زن و مطالعات خانواده، دوره ۷، شماره ۲۵، صص ۱۲۵-۹۳.
- گل پروز، محسن؛ ستایش منش، ساناز. (۱۳۹۳). پیش بینی پذیری مؤلفه‌های رضایت زناشویی بر اساس مؤلفه‌های کمال‌گرایی زنان متأهل دانشجوی. مجله مطالعات راهبردی زنان، دوره ۱۷، شماره ۶۵، صص ۲۴۷-۲۱۵.
- نظری، سوسن، ابوالعالی، خدیجه. (۱۳۹۴). بررسی ارتباط کمال‌گرایی و عزت نفس با رضایت جنسی زنان متأهل، نشریه پرستاری ایران. دوره ۲۸، شماره ۹۵، صص ۲۸-۱۱.
- نیسی، عبدالکازم؛ شهنی بیلاق، منیژه، فراشبندی، افسانه. (۱۳۸۴). بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس، اضطراب عمومی، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی دختران دانش آموز پایه اول دبیرستان‌های شهرستان آبادان، مجله علوم تربیتی و روانشناسی، دوره ۳، شماره ۳.
- نیکوئی، فاطمه. (۱۳۸۹). کمال‌گرایی و ترس از ارزیابی دیگران در تبیین اضطراب اجتماعی. مطالعات روانشناسی تربیتی، شماره ۱۲، ۹۳-۱۱۱.
- هرمزی نژاد، معصومه (۱۳۸۰). رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس، کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی با ابراز وجود دانشجویان دانشگاه شهید چمران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- یاوری کرمانی، مریم (۱۳۸۶). رابطه بین رضایت جنسی و رضایتمندی زندگانی در زنان متأهل، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بیرجند.

Baranyi, A., Stepan, A., & Rothenhausler, H. (2009). Sexual dysfunction in remittent depressive women. *Der Nervenarzt*, 80, 9, 1093-1102.

Bodenmann, G., Atkins, D.C., Schar, M., Poffet, V. (2010). The association between daily stress and sexual activity. *Journal of Family Psychology*. 24 (3): 271-279.

Czyzkowska, A., Awruk, K., Janowski, K. (2016). Sexual satisfaction and sexual reactivity in infertile women: the contribution of the dyadic functioning and clinical variables. *International journal of fertility & sterility*. 9 (4), 465-476.

Davis, W.E., Abney, S., Perekslis, S., Eshun, S.L., Dunn, R. (2018). Multidimensional perfectionism and perceptions of potential relationship partners. *Personality and Individual Differences*, 127, 31-38.

DIMauro, j., Renshaw, K.D., Blais, R.K. (2018). Sexual vs. non-sexual trauma, sexual satisfaction and function, and mental health in female veterans. *Journal of Trauma and Dissociation*, 19(4), 403-416.

Esteve-Faubel, J.M., Aparicio Folders, M.P., Vicent, M., Gonzalveaz, C., Sanmartin, R., Garcia-Fernandez, J.M. (2020). Validation of Spanish version of the perfectionism cognitions inventory: profiles of automatic perfectionism thoughts and their associations with social anxiety. *Professional Psychology: Research and Practice*, 51(3), 268-279.

Hamachek, D.E. (2009). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology* 1978; 15: 27-33.

Park, H.J., Heppner, P.P., & D.G. (2010). Maladaptive coping and self-esteem as mediators between perfectionism and psychological distress. *Personality and Individual Differences*, 48(2), 469-474.

Raykov, T., & Marconlides G.A. (2006), *A first course in structural equation modeling*, 2nd Edition, Mahwah, N.J: Erlbaum.

Smith, M.M., Sherry, S.B., Chen, S., Saklofske, D.H. Mushquash, C., Flett, G.L., Hewitt, P.L. (2018). The perniciousness of perfectionism: a meta-analytic review of the perfectionism- suicide relationship. *Journal of Personality*, 86(3), 522-542.

Stapinska-Synic, A., Grabowska, K., Szpotanska-Sikorska, M., Pietrzka, B. (2018). Depression, sexual satisfaction, and other psychological issues in women with polycystic ovary syndrome. *Gynecological Endocrinology*, 34(7), 597-600.

Taylor, J., MU, W., McCann J., Belli, G., Asnaani, A. (2020). The unique contribution of perfectionistic cognitions to anxiety disorder symptoms in a treatment-seeking sample. *Cognitive Behavioral Therapy*. 1-17.

Thomas, H.N., Hamm, M., Barrero, S., Hess, R., Thurston, R.C. (2019). Body image, attractiveness, and sexual satisfaction among midlife women: a qualitative study. *Journal of Womens Health*, 28(1), 100-106.

Traeen, B., Stulhofer, A., Janssen, E., Carvalheria, A.A., Hald, G.M., Lamge T., Graham, C. (2019). Sexual activity and sexual satisfaction among



older adult in four European countries. *Archives of Sexual Behavior*, 48(3), 815-829.

Van de Grift, T.C., Cohen-Kettenis, P.T., De Vries, AL., Kreukels, B.P. (2018). Body image and self-esteem in disorders of sex development: a european multicenter study. *Health Psychology*, 37(4), 334-345.

**The mediating role of social anxiety in the relationship between perfectionism and sexual satisfaction in married female teachers in Sirjan**

*Mojtaba Jahanshahi Nasab*<sup>1</sup>

*Dr. Eshrat Karimi Afshar*<sup>\*2</sup>

**Abstract**

The aim of this study was to investigate the mediating role of social anxiety in the relationship between perfectionism and sexual satisfaction in married female teachers in Sirjan. The research method was correlation based on the purpose and in the research design, analysis of covariance matrix (structural equation model analysis) was used. The statistical population included all married female teachers in Sirjan in 2020 among which 300 people were selected as a sample by stratified random sampling. Subjects completed the questionnaires of social anxiety (Jarabak, 1996), perfectionism (Hamchak,

<sup>1</sup> . Master of General Psychology, Faculty of Humanities, Department of Psychology, Islamic Azad University, Sirjan, Iran.

<sup>2</sup> . Assistant Professor, Faculty of Humanities, Department of Psychology, Islamic Azad University, Sirjan Branch, Sirjan, Iran. Responsible author  
karimi\_afshar@iausrjan.ac.ir

1987), and sexual satisfaction (Yavari Kermani, 2007). Data analysis was performed using Pearson correlation test and structural equation modeling using SPSS 23 and PLS software. The results showed that there was a significant relationship between perfectionism and sexual satisfaction with the mediating role of social anxiety. There was also a significant relationship between perfectionism and sexual satisfaction, perfectionism and social anxiety and likewise, there was is a significant relationship between social anxiety and sexual satisfaction.

**Keywords:** Social Anxiety, Perfectionism, Sexual Satisfaction, Women, Teachers.