

Original Research

Predictive Role of Demographic and Psychological Factors in Sexual Satisfaction of Women After 40 Years

Mehrdad Hajihhasani¹

Abstract

Sexual satisfaction is a key factor in the quality of married life that is influenced by different factors in different periods. Although sexual satisfaction has been considered in many studies, the role of psychological and demographic variables in maintaining sexual satisfaction in women after the age of 40 is not very clear. Therefore, the present study aimed to investigate the predictive role of demographic and psychological factors affecting sexual satisfaction in women after 40 years. The present study was a cross-sectional descriptive-analytical study. 365 healthy women in the age range of 40 to 65 years completed a battery of validated questionnaires that included demographic questionnaire, Sexual Satisfaction Scale (1981), Mindfulness Scale (2006) and body image concern scale (2005). Pearson correlation, multivariate regression and independent t-test were used to analyze the research data. The results of Pearson correlation showed that the relationship between age ($r = -0.208$, $P < 0.001$), duration of marital life ($r = -0.264$, $P < 0.001$), mindfulness ($r = 0.425$, $P < 0.001$) and concern about body image (r

¹ Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Literature and Humanities, Shahrekord University, Shahrekord, I.R. Iran. dr_hajihhasani@sku.ac.ir
Submit Date: 24/12/2020 Accept Date: 6/5/2021
DOI: 10.22051/JWSPS.2021.34511.2364



= 0.297, $P < 0.001$) is significant with sexual satisfaction. Multiple linear regression results showed that duration of marital life ($B = -0.58$, $P < 0.001$), mindfulness ($B = 0.503$, $P < 0.001$) and body image concern ($B = -0.237$, $P < 0.001$) can predict sexual satisfaction and explain 29.8% of the variance of female sexual satisfaction. Independent t-test also showed that sexual satisfaction in non-postmenopausal women was significantly higher than postmenopausal women ($P < 0.01$). The present study showed that sexual satisfaction in women after 40 years of age has a significant relationship with psychological factors (i.e., mindfulness and body image). It is suggested that counselors and psychologists in the field of sexuality use the findings of this study in designing therapeutic interventions to promote the sexual satisfaction of women after the age of 40.

Keywords

Sexual Satisfaction, Psychological, Demographic, Mindfulness, Body image, Women.

Introduction

One of the important aspects that is often overlooked in the middle-aged and elderly population is sexual satisfaction (Losti-Narsiman and Beard, 2013). Sexual satisfaction is a part of human sexuality that is known as the last stage of the sexual response cycle (Dell Sánchez-Fuentes et al., 2014) and as an emotional response arising from positive and negative mental evaluations of sexual intercourse (Besharat and Rafizadeh, 2016). Women's sexual function changes during periods of life, especially during periods of reproduction and ageing (Clayton and Harsh, 2016). Many studies have shown that sexual function decreases with age (Mernone et al., 2019).

Goals

This study aimed to investigate the role of demographic factors (such as age, menopausal status and duration of marriage), mindfulness and body image in predicting sexual satisfaction of women after the age of 40 in Chaharmahal and Bakhtiari province.

Methods

The present study was a cross-sectional descriptive-analytical study. The study population included married women aged 40 to 60 years living in Chaharmahal and Bakhtiari province. According to Cochran's formula, 384 people were selected as the research sample. The health status reported by the



participants was used as inclusion criteria. Subjects who reported a healthy physical condition and did not currently have a physical illness or a chronic or acute mental disorder were used as a research sample. Data collection tools included a demographic questionnaire, Hudson et al.'s sexual satisfaction scale (1981), Wallach et al.'s (2006) mindfulness questionnaire, and Littleton et al.'s image anxiety questionnaire (2005).

Results

Pearson correlation, multivariate regression and independent t-test were used to analyze the research data. The results of Pearson correlation showed that the relationship between age ($r = -0.208$, $P < 0.001$), Duration of marital life ($r = -0.264$, $P < 0.001$), mindfulness ($r = 0.425$, $P < 0.001$) and concern about body image ($r = 0.297$, $P < 0.001$) is significant with sexual satisfaction. Multiple linear regression results showed that duration of marital life ($B = -0.58$, $P < 0.001$), mindfulness ($B = 0.503$, $P < 0.001$) and body image concern ($0.237 = B$, $P < 0.001$) can predict sexual satisfaction and explain 29.8% of the variance of female sexual satisfaction. Independent t-test also showed that sexual satisfaction in non-postmenopausal women was significantly higher than postmenopausal women ($P < 0.01$).

Discussion and Conclusion

The present study showed that there is an indirect relationship between age and sexual satisfaction. This finding is consistent with many previous studies. Changes in the reproductive system occur with age. With increasing age in women, vaginal symptoms such as vaginal dryness appear as a sign of vaginal atrophy due to decreased mucus production from the glands of the vaginal wall. These changes seem to reduce women's sexual function, which in turn can be a factor in reducing their sexual satisfaction. Regarding menopausal status and its role in sexual satisfaction, the findings showed that postmenopausal women had less sexual satisfaction than non-menopausal women. This finding is consistent with part of the research literature. According to longitudinal studies, menopause is associated with certain aspects of sexual function. This study showed that sexual satisfaction can be predicted based on some psychological factors, namely mindfulness and concern about body image. According to the present study, more mindful people reported more sexual satisfaction. This finding is consistent with previous studies (Brotto & Basson, 2014). Explaining this finding, it can be said that mindful people (especially during sexual intercourse) can create a harmony between the physiological aspects and mental sexual arousal and this



coordination can have a wide positive effect on women's sexual experiences (Arora, & Brotto, 2017). This study showed that the relationship between body image anxiety and sexual satisfaction is negative. This finding is consistent with previous research (Gadassi et al., 2016). Explaining this finding, it can be said that women who have a positive body image are less worried about being viewed from a sexual partner's point of view during unattractive physical intimacy. The absence of these worries can prevent mental conflict about the body that is a barrier to positive sexual experiences and facilitate sexual satisfaction (Carvalho, Godinho, & Costa, 2017). The findings of this study have practical implications. The association between psychological factors such as mindfulness and body image with sexual satisfaction in middle-aged women suggests potential starting points through which they can enhance sexual function. Psychotherapy strategies can help improve women's sexual satisfaction after the age of 40 by targeting these aspects.

References

- Arora, N., & Brotto, L. A. (2017). How does paying attention improve sexual functioning in women? A review of mechanisms. *Sexual Medicine Reviews*, 5(3), 266–274.
- Avis, N. E., Brockwell, S., Randolph Jr, J. F., Shen, S., Cain, V. S., Ory, M., & Greendale, G. A. (2009). Longitudinal changes in sexual functioning as women transition through menopause: Results from the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Menopause (New York, NY)*, 16(3), 442.
- Barton, G. J., Carlos, E. C., & Lentz, A. C. (2019). Sexual quality of life and satisfaction with penile prostheses. *Sexual medicine reviews*, 7(1), 178-188.
- Basson, R., and Gilks, T. (2018). Women's sexual dysfunction associated with psychiatric disorders and their treatment. *Women's Health*, 14(1), 1–16
- Boyes, A. D., Fletcher, G. J., & Latner, J. D. (2007). Male and female body image and dieting in the context of intimate relationships. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 764-768.
- Brody, S., Costa, R. M., Klapilová, K., & Weiss, P. (2018). Specifically penile-vaginal intercourse frequency is associated with better relationship satisfaction: A commentary on Hicks, McNulty, Meltzer, and Olson (2016). *Psychological science*, 29(4), 667-669.
- Brotto, L. A., & Basson, R. (2014). Group mindfulness-based therapy significantly improves sexual desire in women. *Behavior Research and Therapy*, 57(1), 43-54.
- Brotto, L. A., & Heiman, J. R. (2007). Mindfulness in sex therapy: Applications for women with sexual difficulties following gynecologic cancer. *Sexual and relationship therapy*, 22(1), 3-11.
- Brotto, L. A., Basson, R., Chivers, M. L., Graham, C. A., Pollock, P., & Stephenson, K. R. (2017). challenges in designing psychological treatment studies for sexual dysfunction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 43(3), 191–200.



- Carcedo, R. J., Fernández-Rouco, N., Fernández-Fuertes, A. A., & Martínez-Álvarez, J. L. (2020). Association between sexual satisfaction and depression and anxiety in adolescents and young adults. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 841.
- Carvalho, A., Godinho, L., & Costa, P. (2017). The impact of body dissatisfaction on distressing sexual difficulties among men and women: The mediator role of cognitive distraction. *Journal of Sex Research*, 54(3), 331-340.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Clayton, A. H., & Harsh, V. (2016). Sexual function across aging. *Current psychiatry reports*, 18(3), 28.
- Crisp, C., Vaccaro, C., Fellner, A., Kleeman, S., & Pauls, R. (2015). The influence of personality and coping on female sexual function: A population survey. *The journal of sexual medicine*, 12(1), 109-115.
- Crowe, K., & McKay, D. (2016). Mindfulness, obsessive-compulsive symptoms, and executive dysfunction. *Cognitive Therapy and Research*, 40(5), 627-644.
- Del Mar Sánchez-Fuentes, M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International journal of clinical and health psychology*, 14(1), 67-75.
- DeLamater, J., & Karraker, A. (2009). Sexual functioning in older adults. *Current psychiatry reports*, 11(1), 6-11.
- Dove, L., & Wiederman, N. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(1), 67-78.
- Flynn, K. E., Lin, L., Bruner, D. W., Cyranowski, J. M., Hahn, E. A., Jeffery, D. D., ... & Weinfurt, K. P. (2016). Sexual satisfaction and the importance of sexual health to quality of life throughout the life course of US adults. *The journal of sexual medicine*, 13(11), 1642-1650.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206.
- Gadassi, R., Bar-Nahum, L. E., Newhouse, S., Anderson, R., Heiman, J. R., Rafaeli, E., & Janssen, E. (2016). Perceived partner responsiveness mediates the association between sexual and marital satisfaction: A daily diary study in newlywed couples. *Archives of sexual behavior*, 45(1), 109-120.
- GhasemiJobaneh, R., Arabzadeh, M., JaliliNikoo, S., MohammadAlipoor, Z., & Mohsenzadeh, F. (2015). Survey the validity and reliability of the Persian version of the short form of Freiburg mindfulness inventory. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 14(2), 137-150. [Text in Persian].
- Goodson, P., Buhi, E. R., & Dunsmore, S. C. (2006). Self-esteem and adolescent sexual behaviors, attitudes, and intentions: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 38(3), 310-319.



- Gracia, C. R., Freeman, E. W., Sammel, M. D., Lin, H., & Mogul, M. (2007). Hormones and sexuality during transition to menopause. *Obstetrics & Gynecology*, *109*(4), 831-840.
- Gray, A. L., & Moore, E. W. (2018). Understanding the relationship between sexual identity, life satisfaction, psychological well-being, and online community use. *Modern Psychological Studies*, *23*(2), 4.
- Haavio-Mannila, E., & Kontula, O. (1997). Correlates of increased sexual satisfaction. *Archives of sexual behavior*, *26*(4), 399-419.
- Hayes, R., & Dennerstein, L. (2005). The impact of aging on sexual function and sexual dysfunction in women: A review of population-based studies. *The journal of sexual medicine*, *2*(3), 317-330.
- Heidari, M., Morovati, Z., Khanbabai, R., Farshchi, N. (2017). The Role of Mindfulness, general self-efficacy and emotional intelligence in Predicting Perceived Stress in female students. *Women's Studies Sociological and Psychological*, *15*(1), 189-212. [Text in Persian].
- Hosseini, F., Alavi Langeroodi, S. (2017). The role of attachment styles and marital satisfaction on sexual satisfaction through the mediation of love among married. *Women's Studies Sociological and Psychological*, *15*(3), 165-188. [Text in Persian].
- Hudson, W. W., Harrison, D. F., & Crosscup, P. C. (1981). A short-form scale to measure sexual discord in dyadic relationships. *Journal of Sex Research*, *17*(2), 157-174.
- Kabat-Zinn, J. (2015). Mindfulness. *Mindfulness*, *6*(6), 1481-1483.
- Kingsberg, S. A. (2002). The impact of aging on sexual function in women and their partners. *Archives of sexual behavior*, *31*(5), 431-437.
- Kuyken, W., Warren, F. C., Taylor, R. S., Whalley, B., Crane, C., Bondolfi, G., Hayes, R., Huijbers, M., Ma, H., Schweizer, & Segal, Z. (2016). Efficacy of mindfulness-based cognitive therapy in prevention of depressive relapse: an individual patient data meta-analysis from randomized trials. *JAMA Psychiatry*, *73*(6), 565-574.
- Lee, D. M., Nazroo, J., O'Connor, D. B., Blake, M., & Pendleton, N. (2016). Sexual health and well-being among older men and women in England: Findings from the English Longitudinal Study of Ageing. *Archives of sexual behavior*, *45*(1), 133-144.
- Lindau, S. T., & Gavrilova, N. (2010). Sex, health, and years of sexually active life gained due to good health: evidence from two US population based cross sectional surveys of ageing. *BMj*, *340*.
- Lindau, S. T., Schumm, L. P., Laumann, E. O., Levinson, W., O'Muirheartaigh, C. A., & Waite, L. J. (2007). A study of sexuality and health among older adults in the United States. *New England Journal of Medicine*, *357*(8), 762-774.
- Littleton, H. L., Axsom, D., & Pury, C. L. (2005). Development of the body image concern inventory. *Behaviour Research and Therapy*, *43*(2), 229-241.
- Liu, C. (2003). Does quality of marital sex decline with duration?. *Archives of Sexual Behavior*, *32*(1), 55-60.



- Lusti-Narasimhan, M., & Beard, J. R. (2013). Sexual health in older women. *Bulletin of the World Health Organization*, 91(9), 707-709.
- Masters, W. & Johnson, V. (1970). *Human sexual inadequacy*. Boston: Little, Brown
- Mernone, L., Fiacco, S., & Ehlert, U. (2019). Psychobiological Factors of Sexual Functioning in Aging Women—Findings from the Women 40+ Healthy Aging Study. *Frontiers in psychology*, 10(1), 546.
- Mohammadi, N., Sajadinejad, M. (2007). The Evaluation of psychometric properties of Body Image Concern Inventory and examination of a model about the relationship between body mass index, body image dissatisfaction and self-esteem in adolescent girls. *Journal of Psychological Studies*, 3(1), 85-101. [Text in Persian].
- Nicolosi, A., Laumann, E. O., Glasser, D. B., Moreira Jr, E. D., Paik, A., & Gingell, C. (2004). Sexual behavior and sexual dysfunctions after age 40: the global study of sexual attitudes and behaviors. *Urology*, 64(5), 991-997.
- Pepping, C. A., Cronin, T. J., Lyons, A., & Caldwell, J. G. (2018). The effects of mindfulness on sexual outcomes: The role of emotion regulation. *Archives of sexual behavior*, 47(6), 1601-1612.
- Rahmani, A., Merghati Khoei, E., & Allahgholi, L. (2011). Relationship between Sexual pleasure and Marital Satisfaction. *Iran Journal of Nursing*, 24 (70), 82-9. [Text in Persian].
- Ratner, E. S., Erekson, E. A., Minkin, M. J., & Foran-Tuller, K. A. (2011). Sexual satisfaction in the elderly female population: A special focus on women with gynecologic pathology. *Maturitas*, 70(3), 210-215.
- Schmiedeberg, C., & Schröder, J. (2016). Does sexual satisfaction change with relationship duration?. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 99-107.
- Schoenfeld, E. A., Loving, T. J., Pope, M. T., Huston, T. L., & Štulhofer, A. (2017). Does sex really matter? Examining the connections between spouses' nonsexual behaviors, sexual frequency, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Archives of sexual behavior*, 46(2), 489-501.
- Shabani, J., & Abdi, H. (2020). The Effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Sexual Disorders and Sexual Satisfaction in Women with spouses' extra-marital relationships. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 18(1), 60-69. [Text in Persian].
- Silverstein, R. G., Brown, A. C. H., Roth, H. D., & Britton, W. B. (2011). Effects of mindfulness training on body awareness to sexual stimuli: implications for female sexual dysfunction. *Psychosomatic medicine*, 73(9), 817.
- Stephenson, K. R., & Kerth, J. (2017). Effects of mindfulness-based therapies for female sexual dysfunction: A meta-analytic review. *The Journal of Sex Research*, 54(7), 832-849.
- Thomas, H. N., and Thurston, R. C. (2016). A biopsychosocial approach to women's sexual function and dysfunction at midlife: a narrative review. *Maturitas*, 87(1), 49-60



- Thomas, H. N., Hamm, M., Borrero, S., Hess, R., & Thurston, R. C. (2019). Body image, attractiveness, and sexual satisfaction among midlife women: a qualitative study. *Journal of Women's Health, 28*(1), 100-106.
- Træen, B., Markovic, A., & Kvalem, I. L. (2016). Sexual satisfaction and body image: A cross-sectional study among Norwegian young adults. *Sexual and Relationship Therapy, 31*(2), 123-137.
- Træen, B., Štulhofer, A., Janssen, E., Carvalheira, A. A., Hald, G. M., Lange, T., & Graham, C. (2019). Sexual activity and sexual satisfaction among older adults in four European countries. *Archives of sexual behavior, 48*(3), 815-829.
- Van den Brink, F., Vollmann, M., Smeets, M. A., Hessen, D. J., & Woertman, L. (2018). Relationships between body image, sexual satisfaction, and relationship quality in romantic couples. *Journal of Family Psychology, 32*(4), 466.
- Velten, J., Margraf, J., Chivers, M. L., & Brotto, L. A. (2018). Effects of a mindfulness task on women's sexual response. *The Journal of Sex Research, 55*(6), 747-757.
- Vowels, L. M., & Mark, K. P. (2020). Relationship and sexual satisfaction: A longitudinal actor-partner interdependence model approach. *Sexual and Relationship Therapy, 35*(1), 46-59.
- Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality and individual differences, 40*(8), 1543-1555.

مقاله پژوهشی

نقش عوامل جمعیت‌شناختی و روان‌شناختی در رضایت جنسی زنان بعد از ۴۰ سالگی

مهرداد حاجی‌حسینی^۱

چکیده

رضایت جنسی عاملی کلیدی در کیفیت زندگی زناشویی است که در دوره‌های مختلف تحت تاثیر عوامل مختلفی قرار دارد. گرچه، رضایت جنسی مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته است اما نقش متغیرهای روان‌شناختی و جمعیت‌شناختی در حفظ رضایت جنسی در زنان بعد از ۴۰ سالگی چندان روشن نیست. لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش پیش‌بینی‌کننده عوامل جمعیت‌شناختی و روان‌شناختی موثر در رضایت جنسی در زنان بعد از ۴۰ سالگی انجام شد. پژوهش حاضر مطالعه‌ای توصیفی تحلیلی از نوع مقطعی بود. تعداد ۳۶۵ زن سالم در محدود سنی ۴۰ تا ۶۵ سال مجموعه پرسش‌نامه‌های اعتباریابی شده را تکمیل کردند که شامل پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی، مقیاس رضایت جنسی (۱۹۸۱)، پرسش‌نامه ذهن‌آگاهی (۲۰۰۶) و پرسش‌نامه نگرانی از تصویر تن (۲۰۰۵) بود. جهت تحلیل داده‌های پژوهش از آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون، رگرسیون چند متغیره و آزمون t مستقل استفاده شد. نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که رابطه سن با رضایت جنسی $r = -0.208$ ، $P < 0.001$ ، رابطه طول مدت زندگی زناشویی با رضایت جنسی $r = -0.264$ ، $P < 0.001$ و ذهن‌آگاهی با رضایت جنسی $r = 0.425$ ، $P < 0.001$ و نگرانی از تصویر تن با رضایت جنسی $r = 0.297$ ، $P < 0.001$ معنادار است. نتایج رگرسیون خطی چندگانه نشان داد که طول مدت زندگی زناشویی $B = -0.588$ ، $P < 0.001$ ، ذهن‌آگاهی $B = 0.503$ ، $P < 0.001$ و نگرانی در مورد تصویر تن $B = -0.237$ ، $P < 0.001$ توان پیش‌بینی رضایت جنسی را دارند و ۲۹/۸ درصد واریانس رضایت جنسی زنان را تبیین می‌کنند.

^۱ استادیار گروه مشاوره، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران.

dr_hajihassani@sku.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۰/۴ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۲/۱۶

آزمون t مستقل نیز نشان داد که رضایت جنسی در زنان غیربائسه به نحو معناداری بیشتر از زنان یائسه است ($P < 0/01$). پژوهش حاضر نشان داد که رضایت جنسی در زنان بعد از ۴۰ سالگی رابطه معناداری با عوامل روان شناختی (یعنی ذهن آگاهی و تصویر تن) دارد. پیشنهاد می شود مشاوران و روان شناسان حیطه جنسی در طراحی مداخلات درمانی ارتقای رضایت جنسی زنان پس از ۴۰ سالگی از یافته‌های این پژوهش استفاده نمایند.

واژگان کلیدی

رضایت جنسی، روان‌شناختی، جمعیت‌شناختی، ذهن‌آگاهی، تصویر تن، زنان

مقدمه و بیان مسئله

یکی از جنبه‌های مهم که اغلب در جمعیت میانسال و سالخورده نادیده گرفته می‌شود و یا به عنوان تابو تلقی می‌گردد، رضایت جنسی است (لوستی - نارسیمان و برد، ۲۰۱۳). رضایت جنسی جزئی مرتبط با تمایلات جنسی انسان است که به عنوان آخرین مرحله از چرخه پاسخ جنسی شناخته شده است (دل مرسانچز - فونتس و همکاران، ۲۰۱۴) و به عنوان پاسخ عاطفی - هیجانی برخاسته از ارزیابی‌های ذهنی مثبت و منفی از رابطه جنسی با فرد دیگر تعریف می‌شود (بشارت و رفیع زاده، ۱۳۹۵).

بسیاری از مطالعات ارتباط مثبت رضایت جنسی با بهزیستی عمومی و کیفیت زندگی را در زنان مورد تأیید قرار داده‌اند. فلین و همکاران^۱ (۲۰۱۶) نشان دادند که رضایت جنسی بر کیفیت زندگی طیف وسیعی از زنان تأثیر مثبت دارد. کارسدو^۲ و همکاران (۲۰۲۰) نیز در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سطوح بالای رضایت جنسی با کمتر شدن اضطراب و افسردگی در زنان بزرگسال در ارتباط است. در ایران نیز پژوهش حسینی و علوی لنگردوی (۱۳۹۶) نشان داد که رضایت جنسی نقش مثبتی در رضایت از زندگی زنان دارد.

¹ Lusti-Narasimhana & Beard

² Sánchez-Fuentes

³ Flynn

⁴ Carcedo



عملکرد جنسی زنان در طی دوره‌های زندگی خصوصاً در زمان‌های تولید مثل و افزایش سن دچار تغییراتی می‌شود (کلایتون و هارش^۱؛ ۲۰۱۶). بسیاری از مطالعات تأیید کرده‌اند که عملکرد جنسی با افزایش سن کاهش می‌یابد (مرنون^۲ و همکاران، ۲۰۱۹؛ لیندا و گاوریلوا^۳؛ ۲۰۱۰؛ لیندا و همکاران، ۲۰۰۷). در یک مطالعه مهم در مورد مسائل جنسی در میان افراد مسن در جامعه ایالات متحده آمریکا، شیوع فعالیت جنسی با افزایش سن کاهش یافته است (لیندا و همکاران، ۲۰۰۷). نارضایتی جنسی در زنان میانسال نسبت به زنان جوانتر بیشتر است و بین ۳۸ تا ۴۹ درصد زنان نداشتن علاقه به رابطه جنسی را گزارش داده‌اند (راتنر^۴ و همکاران، ۲۰۱۱). در ایران نیز، مطالعه قریشی و همکاران (۱۳۹۸) نشان داد که میزان رضایت جنسی در زنان با افزایش سن کاهش یافته است. با توجه به اینکه ادبیات پژوهش به روشنی نشان می‌دهد زنان میانسال به دلایل مختلف رضایت جنسی کمتری دارند و سن عاملی مهم در رضایت جنسی است (هاویو-مانیلا و کونتلا^۵؛ ۱۹۹۷؛ راتنر و همکاران، ۲۰۱۱) لذا یافتن عوامل مرتبط با این پدیده می‌تواند به زنان و نیز درمانگران و مشاوران حوزه جنسی برای طراحی اقدامات مناسب کمک نماید.

همه زنان در میانسالی و سنین بالاتر حس کاهش رضایت جنسی ندارند و متغیرهای زیست‌شناختی، جمعیت‌شناختی، روان‌شناختی و بین فردی رضایت جنسی زنان میانسال را تحت تأثیر قرار می‌دهد (توماس و تورستون^۶؛ ۲۰۱۶). شیمدبرگ و شرودر^۷ (۲۰۱۵) نشان دادند که طول زندگی مشترک رابطه منفی معناداری با رضایت جنسی زنان دارد. در پژوهشی دیگر، مرنون و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که وضعیت یائسگی و سن به طور منفی با عملکرد جنسی زنان میانسال و مسن در ارتباط است. همچنین، آنان نشان دادند که هورمون تستوسترون به طور مثبت

¹ Clayton & Harsh

² Mernone

³ Lindau & Gavrilova

⁴ Ratner

⁵ Haavio-Mannila & Kontula

⁶ Thomas & Thurston

⁷ Schmiedeberg & Schröder

با ارگاسم رابطه دارد. بسون و گیلکز^۱ (۲۰۱۸) نشان دادند که اختلالات روان‌پریشی ریسک فاکتور مهمی برای عملکرد جنسی زنان است. مطالعات دیگر نیز نشان دادند که عزت نفس بالا (گودسان^۲ و همکاران، ۲۰۰۶) برون‌گرایی (کریسپ^۳ و همکاران، ۲۰۱۵)، در دسترس بودن همسر مناسب (دلایتر و کاراکر^۴، ۲۰۰۹) و ابرازگری هیجانی، احساس خود ارزشی زنان، عملکرد شناختی، خوشبینی و رضایت از زندگی (راسنر و همکاران، ۲۰۱۱؛ ترن^۵ و همکاران، ۲۰۱۹؛ مرنون و همکاران، ۲۰۱۹) با رضایت و عملکرد جنسی زنان میانسال در ارتباط است. مطالعه حاضر نقش دو عامل روان‌شناختی مهم یعنی ذهن آگاهی و تصویر بدن در رضایت جنسی زنان را مورد مطالعه قرار می‌دهد.

ذهن آگاهی به عنوان آگاهی لحظه به لحظه از تجربه فعلی بدون هر گونه واکنش و قضاوتی تعریف شده است (کابات-زین^۶، ۲۰۱۵). افراد ذهن آگاه در هر لحظه از وضعیت ذهنی خود آگاهی دارند و توجه خود را به حالت‌های مختلف ذهنی خویش متمرکز می‌نمایند که باعث می‌شود به چیزهایی که ارزشمندند و یا اینکه قبلاً نادیده گرفته می‌شدند توجه نمایند (برتو و هیمن^۷، ۲۰۰۷). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که ذهن آگاهی با بسیار از متغیرهای روان‌شناختی در ارتباط است (نظیر کویکن^۸ و همکاران، ۲۰۱۶؛ کرو و مک‌کی^۹، ۲۰۱۶؛ حیدری، مروتی، خانبابایی و فرشچی، ۱۳۹۶). در زمینه جنسی، نقش ذهن آگاهی مورد توجه قرار گرفته است. برخی از صاحب‌نظران معتقدند که اختلالات جنسی با اضطراب، پریشانی، بازداری، خود انتقادی در مورد عملکرد جنسی و توجه نکردن به زمان حال و نیز تحریک جنسی مرتبط است

¹ Basson & Gilks

² Goodson

³ Crisp

⁴ DeLamater & Karraker

⁵ Træen

⁶ Kabat-Zinn

⁷ Brotto & Heiman

⁸ Kuyken

⁹ Crowe & McKay



(داو و ویدرمن؛ ۲۰۰۰؛ مستر و جانسون، ۱۹۷۰). براتو و بسون (۲۰۱۴) به این یافته رسیدند که توجه و پذیرش زمان حال (به عنوان اصل پایه‌ای ذهن آگاهی) خودانتقادی در زمینه عملکرد جنسی، نگرانی از پاسخ‌دهی جنسی و گرایش به افکار مخرب را کاهش می‌دهد که این مؤلفه‌ها می‌توانند در ارتقای رضایت جنسی موثر باشند. مطالعات دیگری نیز نشان داده‌اند که مؤلفه‌های ذهن آگاهی با جنبه‌های مختلف جنسی زنان در ارتباط است (استفان و کرث^۴، ۲۰۱۷؛ سیلورستین^۵ و همکاران، ۲۰۱۱). در ایران نیز، پژوهش‌های محدود انجام شده در زمینه ذهن آگاهی و رضایت جنسی نشان داده‌اند که افزایش ذهن آگاهی موجب رضایت جنسی در زنان می‌گردد (شعبانی و عابدی، ۱۳۹۹). پژوهش‌های انجام شده در زمینه رابطه ذهن آگاهی و رضایت جنسی در ایران بسیار اندک بوده است. پژوهش حاضر با بررسی رابطه ذهن آگاهی و رضایت جنسی در یک نمونه وسیع‌تر می‌تواند قابلیت تعمیم یافته‌ها را افزایش دهد و در صورتی که پژوهش حاضر نشان دهد بین مؤلفه‌های ذهن آگاهی و رضایت جنسی در زنان رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد با اطمینان بیشتری می‌توان به درمان‌گران و مشاوران حوزه جنسی پیشنهاد داد که برای افزایش رضایت جنسی در زنان ایرانی نیز از مؤلفه‌های ذهن آگاهی استفاده بیشتری نمایند.

از آنجایی که بسیاری از زنان و مردان مراجعه‌کننده برای درمان‌های جنسی و زوجی با ظاهر فیزیکی‌شان درگیر هستند (وایدرمن، ۲۰۰۲) تصویر بدنی می‌تواند یکی از عوامل کلیدی اثر گذار در رضایت جنسی و کیفیت رابطه زناشویی باشد. تصویر بدن سازه‌ای چند بعدی است که شامل تصورات از خود، نگرش‌ها، احساسات و رفتارهایی در مورد ظاهر فیزیکی فرد است (کش و پروزینسکی^۶، ۲۰۰۲). نظریه شی انگاری فریدکسون و رابرت^۷ (۱۹۹۷) بر این اساس است که

¹ Dove & Wiederman

² Masters & Johnson

³ Brotto & Basson

⁴ Stephenson & Kerth

⁵ Silverstein

⁶ Cash & Pruzinsky

⁷ Fredrickson, & Roberts

رفتار با زنان و مردان به عنوان اشیای جنسی توسط دیگران و در رسانه‌ها منجر به رفتار با خود به عنوان شیئی می‌گردد که براساس ظاهر بدن ارزیابی می‌شود. خود شی‌سازی به عنوان هوشیاری مداوم از بدن و نظارت مدام بدن آشکار می‌شود. ارزیابی منفی بدن در حین فعالیت جنسی با همسر می‌تواند در تجربه لذت بخش رابطه جنسی تداخل و مانع ایجاد کند (فردیکسون و رابرت، ۱۹۹۷). رابطه معنی‌دار بین خود پنداره بدنی و رضایت جنسی در زنان در بسیاری از مطالعات تأیید شده است (نظیر توماس و همکاران، ۲۰۱۹؛ وندربرینک^۱ و همکاران، ۲۰۱۸؛ تران^۲ و همکاران، ۲۰۱۶؛ فانی و همکاران، ۱۳۹۴).

به‌طور خلاصه می‌توان گفت که رضایت جنسی در زنان تحت تأثیر عوامل مختلف زیستی، روانی و بین فردی قرار دارد و برای زنان میانسال یک مسئله محسوب می‌شود که لازم است پژوهشگران و درمانگران حوزه جنسی در پی شناسایی عوامل موثر بر این پدیده باشند. در ایران، پژوهش‌هایی در زمینه رضایت جنسی زنان انجام شده است؛ اما بیشتر این پژوهش‌ها در نمونه‌های دانشجویی و در دامنه سنی کمتر از ۴۰ سال صورت گرفته‌اند و مسئله رضایت جنسی زنان و شناسایی عوامل مرتبط با آن در زنان میانسال به بالا کمتر مورد مطالعه قرار گرفته شده است. همچنین، از آنجاکه ادبیات پژوهش نقش دو متغیر ذهن آگاهی و تصویر تن را در مؤلفه‌های مختلف سلامتی مورد تأیید قرار داده و برخی از پژوهش‌های داخلی و خارجی نیز نقش آن‌ها را در رضایت جنسی (بیشتر در نمونه‌های زیر ۴۰ سال) برجسته کرده‌اند لذا بررسی این مؤلفه‌ها و تعیین نقش احتمالی آن‌ها در رضایت جنسی زنان میانسال می‌تواند دانش ارزشمندی برای زنان و نیز درمانگران و مشاوران حوزه جنسی برای تدوین مداخلات مؤثر فراهم آورد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر شناسایی نقش عوامل جمعیت شناختی (نظیر سن، وضعیت یائسگی و مدت ازدواج)، ذهن آگاهی و تصویر تن در پیش‌بینی رضایت جنسی زنان بعد از ۴۰ سالگی در استان چهارمحال و بختیاری است.

¹ Van den Brink

² Træen



روش پژوهش

پژوهش حاضر مطالعه‌ای توصیفی تحلیلی از نوع مقطعی است. جامعه پژوهش شامل زنان متأهل ۴۰ تا ۶۰ سال ساکن در استان چهارمحال و بختیاری بود. با توجه به فرمول کوکران تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. از وضعیت سلامت گزارش شده توسط شرکت‌کنندگان به عنوان معیارهای ورود استفاده شد. آزمودنی‌هایی که شرایط جسمی سالمی را گزارش داده بودند و در حال حاضر بیماری جسمانی و یا اختلال روانی مزمن و حادی نداشتند به عنوان نمونه پژوهش استفاده شد. همچنین، لازم بود که هیچ کدام از اعضای نمونه در ۶ ماه اخیر روان درمانی دریافت نکرده باشند. معیارهای اضافی خروج در مورد ارزیابی هورمون‌ها اعمال شد: حاملگی در ۶ ماه اخیر، یائسگی زود رس (یائسگی قبل از ۴۰ سالگی)، یا وضعیت یائسگی به دلیل برداشتن تخمدان یا رحم از طریق جراحی، استفاده فعلی از داروهای ضد بارداری یا استفاده از هورمون درمانی در ۶ ماه گذشته، مبتلا بودن به دیابت شیرین.

مدت زمان اجرای پژوهش ۸ ماه به طول انجامد. دسترسی به اعضای گروه نمونه از طریق حضور پژوهشگر و یا دستیار پژوهشگر در منازل، مکان‌های عمومی، مدارس (معلمان) و دانشگاه‌ها بود. ویژگی‌های دموگرافیکی ثبت شده شامل سن، سابقه تاهل و تعداد فرزندان بود. قبل از اجرای پرسش‌نامه‌ها، معیارهای ورود و خروج توسط پژوهشگر و در طی مصاحبه ۱۰ دقیقه‌ای بررسی می‌شد و به افرادی که شرایط تکمیل پرسش‌نامه را داشتند برای رعایت اصل رضایت آگاهانه، در مورد اهداف پژوهش، نحوه انتشار یافته‌ها و دسترسی به پرسش‌نامه‌ها توضیحات لازم ارائه و به سؤالات و نگرانی‌های احتمالی شرکت‌کنندگان، پاسخ داده شد. برای رعایت اصل محرمانه بودن اطلاعات، به شرکت‌کنندگان گفته شد که نیازی به نوشتن نام بر روی پرسش‌نامه‌ها نیست و تاکید گردید که فقط پژوهشگر به داده‌ها و پرسش‌نامه‌ها دسترسی دارد و نتایج صرفاً به صورت یافته‌های کلی گزارش خواهد شد. برای تحلیل‌های آماری از نرم افزار spss نسخه ۲۳ استفاده شد. در سطح آماری توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. برای بررسی رابطه بین متغیرهای اصلی پژوهش (ذهن آگاهی و تصویر بدن) با رضایت

جنسی در مرحله اول از همبستگی پیرسون استفاده شد. در مرحله دوم برای بررسی قدرت این روابط و بررسی امکان پیش‌بینی رضایت جنسی، رگرسیون خطی چندگانه به کار گرفته شد. برای بررسی نقش و نیز رابطه متغیرهای جمعیت شناختی (سن، سابقه تاهل، یائسگی یا یائسه نبودن) با رضایت جنسی از همبستگی پیرسون و آزمون t مستقل استفاده شد. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های زیر استفاده گردید:

پرسش‌نامه رضایت جنسی: این پرسش‌نامه را هادسون^۱ و همکاران (۱۹۸۱) برای ارزیابی سطوح رضایت جنسی زوجین ساختند و دارای ۲۵ سوال است و جزء پرسش‌نامه‌های خودگزارش‌دهی محسوب می‌شود. پاسخ آزمودنی به هر ماده آزمون در سطح یک مقیاس ۷ درجه‌ای بین ۰ تا ۶ مشخص می‌شود و در مجموع نمره کل آزمودنی‌ها بین ۰ تا ۱۵۰ در نوسان است. همچنین برخی از ماده‌های مقیاس، نمره‌گذاری معکوس دارد. نمره‌گذاری معکوس شامل سوالات ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۲۰، ۲۴ و ۲۵ است. نمره بالا در این مقیاس منعکس‌کننده رضایت جنسی است. ثبات درونی این مقیاس توسط طراحان محاسبه شده و آلفای کرونباخ آن ۰/۹۱ به دست آمده است. اعتبار مقیاس نیز با روش باز آزمایی با فاصله یک هفته محاسبه گردید که برابر ۰/۹۳ شد. روایی مقیاس از طریق روایی تفکیکی محاسبه گردید که نتایج نشان داد مقیاس توانایی تشخیص زوجین دارا و فاقد مشکلات جنسی را دارد (رحمانی، صادقی و الله قلی، ۱۳۹۲).

پرسش‌نامه ذهن آگاهی فرایبورگ: این پرسش‌نامه را والچ^۲ و همکاران (۲۰۰۶) ساخته‌اند و شامل ۱۴ سوال است که به صورت لیکرتی در یک مقیاس چهار درجه‌ای (به ندرت: ۱ تا تقریباً همیشه: ۴) نمره گذاری می‌شود. حداقل نمره در این پرسش‌نامه ۱۴ و حداکثر ۵۶ است. نمره بیشتر نشانه ذهن آگاهی بالاتر است. در ایران این پرسش‌نامه را قاسمی و همکاران (۱۳۹۴)

¹ Index of Sexual Satisfaction (ISS)

² Hudson

³ Freiburg Mindfulness Inventory (FMI)

⁴ Wallach



مورد اعتباریابی قرار دادند. روایی همزمان این پرسش‌نامه تایید شد و ضریب پایایی به روش بازآزمایی ۰/۸۳ محاسبه شد.

پرسش‌نامه نگرانی از تصویر تن! این پرسش‌نامه را لیتلتون^۲ و همکاران (۲۰۰۵) ساخته‌اند که نارضایتی و نگرانی فرد درباره ظاهر خویش را مورد سنجش قرار می‌دهد. پرسش‌نامه نگرانی از تصویر تنی را محمدی و سجادی نژاد (۱۳۸۴) مورد هنجاریابی قرار دادند. پرسش‌نامه دارای ۱۹ سوال است که بر اساس یک مقیاس لیکرتی ۵ درجه‌ای (۱: کاملاً مخالفم، ۲: مخالفم، ۳: نظری ندارم، ۴: موافقم و ۵ کاملاً موافقم) نمره گذاری می‌شود. کمینه و بیشینه نمره‌های این پرسش‌نامه به ترتیب ۱۹ و ۹۵ است که نمره بالاتر نشان دهنده نارضایتی بیشتر از تصویر تنی یا ظاهر فرد است. ضریب پایایی پرسش‌نامه را لیتلتون و همکاران ۰/۹۳ گزارش کردند. محمدی و سجادی نژاد (۱۳۸۶) نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه را ۰/۸۶ گزارش دادند.

یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف معیار سن نمونه پژوهش به ترتیب ۴۹/۶۰۰ و ۵/۶۸۲ سال بود که در دامنه سنی ۴۰ تا ۶۵ سال قرار داشتند. میانگین و انحراف استاندارد مدت ازدواج شرکت‌کنندگان پژوهش به ترتیب ۹/۱۵۰ و ۵/۱۶۵ بود. میانگین و انحراف معیار برای رضایت جنسی به ترتیب ۵۷/۴۵۱ و ۱۶/۴۹۵، برای ذهن آگاهی به ترتیب ۳۸/۳۸۱، ۹/۵۹۵ و برای تصویر بدن ۴۱/۶۲۸ و ۱۹/۰۸۴ بود (جدول ۱).

¹ The Body Image Concern Inventory (BICI)

² Littleton

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای اصلی پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
رضایت جنسی	۳۸۵	۵۷/۴۵۱	۱۶/۴۹۵
ذهن آگاهی	۳۸۵	۳۸/۳۸۱	۹/۵۹۵
نگرانی در مورد بدن	۳۸۵	۴۱/۶۲۸	۱۹/۰۸۴
سن	۳۸۵	۴۹/۶۰۰	۵/۶۸۲
سابقه تأهل	۳۸۵	۹/۱۵۰	۵/۱۶۵

آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که رابطه ذهن آگاهی با رضایت جنسی مستقیم و معنادار است ($P=0/001$, $r=0/425$) و نگرانی از تصویر تن به صورت غیرمستقیم و معنادار با رضایت جنسی ($P=0/001$, $r=-0/397$) در رابطه است. در ارتباط با متغیرهای جمعیت‌شناختی، همبستگی پیرسون نشان داد که رابطه سن ($P=0/001$, $r=-0/208$) با رضایت جنسی غیرمستقیم و معنادار است. بین مدت ازدواج و رضایت جنسی نیز رابطه غیرمستقیم معنادار وجود داشت ($P=0/001$, $r=-0/264$). (جدول ۲).

جدول ۲. ماتریس ضریب همبستگی متغیرهای پیش‌بین با رضایت جنسی زنان

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵
رضایت جنسی	۱				
ذهن آگاهی	** $0/425$	۱			
نگرانی در مورد بدن	** $-0/397$	** $-0/306$	۱		
سن	** $-0/208$	** $-0/183$	** $0/240$	۱	
سابقه تأهل	** $-0/264$	** $-0/185$	$0/080$	$0/042$	۱

** $P < 0/01$



همچنین، نتایج آزمون t مستقل در جدول ۳ نشان داد که میزان رضایت جنسی در زنان غیر یائسه به طور معناداری بیشتر از زنان یائسه است ($P=0/008$, $t=2/67$).

جدول ۳. نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه رضایت جنسی در زنان یائسه و غیر یائسه

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	sig
یائسه	۲۷۱	۵۶/۲۸۰	۱۶/۱۶۳	-۲/۶۷۷	۰/۰۰۸
غیر یائسه	۱۰۷	۶۱/۲۶۱	۱۱/۶۲۹		

نتایج آزمون تحلیل واریانس نشان داد که مدل رگرسیون معنادار بوده ($R^2=29/8$)؛ $F=40/409$ ؛ $P<0/001$ و $29/8$ درصد از واریانس رضایت جنسی بر اساس متغیرهای پیش‌بین، تبیین می‌شود. ضرایب رگرسیونی حکایت از آن دارند که ذهن آگاهی ($P=0/001$, $t=6/349$)، نگرانی در مورد تصویر بدن ($P=0/001$, $t=-5/945$) و سابقه تاهل ($P=0/001$, $t=-4/208$) قادر به پیش‌بینی واریانس رضایت جنسی در زنان متاهل است (جدول ۴).

جدول ۴. برآورد ضرایب رگرسیون رضایت جنسی بر اساس متغیرهای پیش‌بین در دانشجویان زن متاهل دانشگاه شهرکرد

مدل	ضرایب غیر استاندارد	خطای استاندارد	β	t	sig
ذهن آگاهی	۰/۵۰۳	۰/۰۷۹	۰/۲۹۳	۶/۳۴۹	۰/۰۰۱
نگرانی از تصویر تن	-۰/۲۳۷	۰/۰۴۰	-۰/۲۷۴	۵/۹۴۵	۰/۰۰۱
سابقه تاهل	-۰/۵۸۸	۰/۱۴۰	-۰/۱۸۴	-۴/۲۰۸	۰/۰۰۱
سن	-۰/۲۳۴	۰/۱۲۹	۰/۰۸۱	-۱/۸۰۹	۰/۰۷۱

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش عوامل جمعیت‌شناختی و روان‌شناختی موثر در رضایت جنسی زنان بعد از ۴۰ سالگی انجام گرفت. بدین منظور، رابطه سن، وضعیت یائسگی، سابقه ازدواج و نیز عواملی روان‌شناختی (در این پژوهش ذهن آگاهی و نگرانی در مورد تصویر تن) با رضایت جنسی زنان مورد بررسی قرار گرفت. مطالعه حاضر نشان داد که سن، سابقه تاهل و یائسگی رابطه منفی با رضایت جنسی دارند اما ذهن آگاهی به طور مثبت و نگرانی در مورد بدن به طور منفی با رضایت جنسی زنان در ارتباط بود.

پژوهش حاضر نشان داد که بین سن و رضایت جنسی رابطه غیرمستقیم وجود دارد. این یافته با بسیاری از مطالعات پیشین همخوان است (برای مثال، نیکولسی^۱ و همکاران، ۲۰۰۴؛ هیز و دنرستین^۲، ۲۰۰۵؛ لی^۳ و همکاران، ۲۰۱۶). همراه با افزایش سن تغییراتی در سیستم تناسلی به وجود می‌آید. با افزایش سن در زنان، علائم واژن مانند خشکی واژن به دلیل کاهش تولید مخاط از غدد دیواره واژن به عنوان نشانه‌ای از آتروفی واژن ظاهر می‌شود (مرنان و همکاران، ۲۰۱۹). به نظر می‌رسد این تغییرات باعث کاهش عملکرد جنسی زنان می‌گردد که در نتیجه می‌تواند عاملی در جهت کاهش رضایت جنسی‌شان باشد.

در ارتباط با وضعیت یائسگی و نقش آن در رضایت جنسی یافته‌ها نشان داد که زنان یائسه رضایت جنسی کمتری نسبت به زنان غیر یائسه داشتند. این یافته با بخشی از ادبیات پژوهش سازگار است (گارسیا^۴ و همکاران، ۲۰۰۷). بر طبق مطالعات طولی، یائسگی با برخی از جنبه‌های عملکرد جنسی در ارتباط است. برای نمونه، اویس^۵ و همکاران (۲۰۰۰) به این نتیجه رسیدند که یائسگی با میل کمتر جنسی و برانگیختگی در ارتباط است. سایر یافته‌ها نشان دادند که در

¹ Nicolosi

² Hayes & Dennerstein

³ Lee

⁴ Gracia

⁵ Avis



دوره یائسگی، درد هنگام دخول افزایش می‌یابد و میل جنسی در این دوره رو به کاهش می‌رود (اویس و همکاران، ۲۰۰۹).

طبق یافته‌های پژوهش حاضر، سابقه تاهل با رضایت جنسی زنان ارتباط منفی داشت. این یافته با ادبیات پژوهش سازگار است (رحمانی و همکاران، ۱۳۹۰، لیو، ۲۰۰۳؛ شیمدبرگ و همکاران، ۲۰۱۵). در تبیین این یافته می‌توان به تازگی شریک جنسی اشاره کرد. زمانی که عمر کمتری از رابطه زناشویی گذشته باشد جذابیت جنسی عامل مهمی در میل و رفتار جنسی است که می‌تواند رضایت بیشتر را به همراه داشته باشد.

این مطالعه نشان داد که رضایت جنسی بر مبنای برخی از عوامل روان‌شناختی یعنی ذهن آگاهی و نگرانی از تصویر بدن قابل پیش‌بینی است. طبق یافته‌های پژوهش حاضر افرادی که ذهن آگاه‌تر بودند رضایت جنسی بیشتری را گزارش دادند. این یافته با مطالعات پیشین همخوان است (براتو و باسون، ۲۰۱۴؛ استفان و کرث، ۲۰۱۷؛ پپینگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد ذهن آگاه (خصوصاً حین رابطه جنسی) می‌توانند بین جنبه‌های فیزیولوژیکی و تحریک جنسی ذهنی هماهنگی ایجاد کنند (ولتن و همکاران، ۲۰۱۸) و این ایجاد هماهنگی می‌تواند به طور وسیعی بر تجارب جنسی زنان تاثیر مثبت داشته باشد (آرورا و براتو،^۲ ۲۰۱۷).

این مطالعه نشان داد که رابطه بین نگرانی از تصویر بدن و رضایت جنسی منفی است. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همخوان است (گادسی^۳ و همکاران، ۲۰۱۶؛ بویز^۴ و همکاران، ۲۰۰۷؛ فردیکسون و رابرتز، ۱۹۹۷). در تبیین این نتایج می‌توان گفت زنانی که تصویر تن مثبت دارند در مورد اینکه از دیدگاه شریک جنسی در حین صمیمیت فیزیکی غیرجذاب نگریسته شوند کمتر نگران‌اند. فقدان این نگرانی‌ها می‌تواند از درگیری فکری در مورد بدن که

^۱ Pepping

^۲ Arora & Brotto

^۳ Gadassi

^۴ Boyes

^۳ Carvalheira, Godinho, & Costa

مانعی برای تجارب جنسی مثبت است جلوگیری و رضایت جنسی را تسهیل نماید (کاروالیرا، گودینو و کاستا، ۲۰۱۷).

یافته‌های این پژوهش واجد تلویحات کاربردی است. به دلیل ارتباط بین عوامل روان‌شناختی نظیر ذهن آگاهی و تصویر تن با رضایت جنسی زنان در میانسالی می‌توان نقاط شروع بالقوه‌ای را پیشنهاد کرد که از این طریق عملکرد جنسی تقویت شود. استراتژی‌های روان‌درمانی با هدف قرار دادن این جنبه‌ها می‌توانند به بهبود رضایت جنسی زنان بعد از ۴۰ سالگی کمک نمایند. پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی بود که بر استنباط از یافته‌ها و نتیجه‌گیری از آن اثر می‌گذارد و می‌تواند پیامدهای کاربرد این مطالعه را محدود سازد. با توجه به مقطعی بودن طرح پژوهش، امکان تعیین روابط علی بین رضایت جنسی و عوامل پیش‌بین آن میسر نیست. همچنین، پژوهش حاضر بر روی زنان در استان چهارمحال و بختیاری انجام شده است که تعمیم‌پذیری نتایج به سایر زنان در دیگر استان‌ها را با محدودیت مواجه می‌نماید. استفاده از سایر رویکردهای پژوهشی (نظیر طرح‌های ترکیبی)، شیوه‌های سنجش جامع و بررسی سایر متغیرهای مهم در رضایت جنسی پیشنهادهای برخاسته از این پژوهش برای رفع این محدودیت‌ها در مطالعات آینده است. همچنین، انجام مطالعات آزمایشی در آینده با هدف تدوین برنامه افزایش رضایت جنسی زنان بعد از ۴۰ سالگی که در آن به نقش ذهن آگاهی و تصویر تن توجه شده باشد، مفید است.



منابع

- حسینی، فخرالسادات و علوی لنگرودی، سید کاظم. (۱۳۹۶). نقش سبک‌های دلبستگی و رضایت جنسی در رضایت زناشویی با واسطه‌گری عشق ورزی. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۵(۳)، ۱۶۵-۱۸۸.
- حیدری، مهنوش؛ مروتی، ذکراه؛ خانبابایی، رقیه و فرشچی، نگار. (۱۳۹۶). نقش ذهن آگاهی، خودکارآمدی عمومی و هوش هیجانی در پیش‌بینی تئیدگی ادراک شده دانشجویان دختر. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۵(۱)، ۱۸۹-۲۱۲.
- رحمانی، اعظم؛ مرقات، عفت السادات؛ صادقی، نرجس و الله‌قلی، لیلا. (۱۳۹۰). ارتباط رضایت جنسی و رضایت از رابطه زناشویی. *نشریه پرستاری ایران*، ۲۴(۷)، ۸۲-۹۰.
- شعبانی، جعفر و عبدی، حسن. (۱۳۹۹). اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر اختلالات جنسی و رضایت جنسی زنان دارای همسران با روابط فرازناشویی. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۸(۱)، ۶۰-۶۹.
- قاسمی‌جوینه، رضا؛ عرب‌زاده، مهدی؛ جلیلی‌نیکو، سعید؛ محمد علی پور، زینب و محسن‌زاده، فرشاد. (۱۳۹۴). بررسی روایی و پایایی نسخه فارسی فرم کوتاه پرسش‌نامه ذهن‌آگاهی فرایبورگ. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۴(۲)، ۱۳۷-۱۵۰.
- محمدی، نورالله و سجادی‌نژاد، مرضیه السادات. (۱۳۸۶). ارزیابی شاخص‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه‌ی نگرانی درباره تصویر بدنی و آزمون‌ی مدل ارتباطی شاخص توده‌ی بدنی، نارضایتی از تصویر بدنی و عزت نفس در دختران نوجوان. *مطالعات روان‌شناختی*، ۳(۱)، ۸۵-۱۰۵.
- Arora, N., & Brotto, L. A. (2017). How does paying attention improve sexual functioning in women? A review of mechanisms. *Sexual Medicine Reviews*, 5(3), 266-274.
- Avis, N. E., Brockwell, S., Randolph Jr, J. F., Shen, S., Cain, V. S., Ory, M., & Greendale, G. A. (2009). Longitudinal changes in sexual functioning as women transition through menopause: Results from the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Menopause (New York, NY)*, 16(3), 442.

- Barton, G. J., Carlos, E. C., & Lentz, A. C. (2019). Sexual quality of life and satisfaction with penile prostheses. *Sexual medicine reviews*, 7(1), 178-188.
- Basson, R., and Gilks, T. (2018). Women's sexual dysfunction associated with psychiatric disorders and their treatment. *Women's Health*, 14(1), 1-16
- Boyes, A. D., Fletcher, G. J., & Latner, J. D. (2007). Male and female body image and dieting in the context of intimate relationships. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 764-768.
- Brody, S., Costa, R. M., Klapilová, K., & Weiss, P. (2018). Specifically penile-vaginal intercourse frequency is associated with better relationship satisfaction: A commentary on Hicks, McNulty, Meltzer, and Olson (2016). *Psychological science*, 29(4), 667-669.
- Brotto, L. A., & Basson, R. (2014). Group mindfulness-based therapy significantly improves sexual desire in women. *Behavior Research and Therapy*, 57(1), 43-54.
- Brotto, L. A., & Heiman, J. R. (2007). Mindfulness in sex therapy: Applications for women with sexual difficulties following gynecologic cancer. *Sexual and relationship therapy*, 22(1), 3-11.
- Brotto, L. A., Basson, R., Chivers, M. L., Graham, C. A., Pollock, P., & Stephenson, K. R. (2017). challenges in designing psychological treatment studies for sexual dysfunction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 43(3), 191-200.
- Carcedo, R. J., Fernández-Rouco, N., Fernández-Fuertes, A. A., & Martínez-Álvarez, J. L. (2020). Association between sexual satisfaction and depression and anxiety in adolescents and young adults. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 841.
- Carvalho, A., Godinho, L., & Costa, P. (2017). The impact of body dissatisfaction on distressing sexual difficulties among men and women: The mediator role of cognitive distraction. *Journal of Sex Research*, 54(3), 331-340.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Clayton, A. H., & Harsh, V. (2016). Sexual function across aging. *Current psychiatry reports*, 18(3), 28.
- Crisp, C., Vaccaro, C., Fellner, A., Kleeman, S., & Pauls, R. (2015). The influence of personality and coping on female sexual function: A population survey. *The journal of sexual medicine*, 12(1), 109-115.
- Crowe, K., & McKay, D. (2016). Mindfulness, obsessive-compulsive symptoms, and executive dysfunction. *Cognitive Therapy and Research*, 40(5), 627-644.



- Del Mar Sánchez-Fuentes, M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International journal of clinical and health psychology, 14*(1), 67-75.
- DeLamater, J., & Karraker, A. (2009). Sexual functioning in older adults. *Current psychiatry reports, 11*(1), 6-11.
- Dove, L., & Wiederman, N. (2000). Cognitive distraction and women's sexual functioning. *Journal of Sex & Marital Therapy, 26*(1), 67-78.
- Flynn, K. E., Lin, L., Bruner, D. W., Cyranowski, J. M., Hahn, E. A., Jeffery, D. D., ... & Weinfurt, K. P. (2016). Sexual satisfaction and the importance of sexual health to quality of life throughout the life course of US adults. *The journal of sexual medicine, 13*(11), 1642-1650.
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly, 21*(2), 173-206.
- Gadassi, R., Bar-Nahum, L. E., Newhouse, S., Anderson, R., Heiman, J. R., Rafaeli, E., & Janssen, E. (2016). Perceived partner responsiveness mediates the association between sexual and marital satisfaction: A daily diary study in newlywed couples. *Archives of sexual behavior, 45*(1), 109-120.
- GhasemiJobaneh, R., Arabzadeh, M., JaliliNikoo, S., MohammadAlipoor, Z., & Mohsenzadeh, F. (2015). Survey the validity and reliability of the Persian version of the short form of Freiburg mindfulness inventory. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences, 14*(2), 137-150. [Text in Persian].
- Goodson, P., Buhi, E. R., & Dunsmore, S. C. (2006). Self-esteem and adolescent sexual behaviors, attitudes, and intentions: A systematic review. *Journal of Adolescent Health, 38*(3), 310-319.
- Gracia, C. R., Freeman, E. W., Sammel, M. D., Lin, H., & Mogul, M. (2007). Hormones and sexuality during transition to menopause. *Obstetrics & Gynecology, 109*(4), 831-840.
- Gray, A. L., & Moore, E. W. (2018). Understanding the relationship between sexual identity, life satisfaction, psychological well-being, and online community use. *Modern Psychological Studies, 23*(2), 4.
- Haavio-Mannila, E., & Kontula, O. (1997). Correlates of increased sexual satisfaction. *Archives of sexual behavior, 26*(4), 399-419.

- Hayes, R., & Dennerstein, L. (2005). The impact of aging on sexual function and sexual dysfunction in women: A review of population-based studies. *The journal of sexual medicine*, 2(3), 317-330.
- Heidari, M., Morovati, Z., Khanbabai, R., Farshchi, N. (2017). The Role of Mindfulness, general self-efficacy and emotional intelligence in Predicting Perceived Stress in female students. *Women's Studies Sociological and Psychological*, 15(1), 189-212. [Text in Persian].
- Hosseini, F., Alavi Langeroodi, S. (2017). The role of attachment styles and marital satisfaction on sexual satisfaction through the mediation of love among married. *Women's Studies Sociological and Psychological*, 15(3), 165-188. [Text in Persian].
- Hudson, W. W., Harrison, D. F., & Crosscup, P. C. (1981). A short-form scale to measure sexual discord in dyadic relationships. *Journal of Sex Research*, 17(2), 157-174.
- Kabat-Zinn, J. (2015). Mindfulness. *Mindfulness*, 6(6), 1481-1483.
- Kingsberg, S. A. (2002). The impact of aging on sexual function in women and their partners. *Archives of sexual behavior*, 31(5), 431-437.
- Kuyken, W., Warren, F. C., Taylor, R. S., Whalley, B., Crane, C., Bondolfi, G., Hayes, R., Huijbers, M., Ma, H., Schweizer, & Segal, Z. (2016). Efficacy of mindfulness-based cognitive therapy in prevention of depressive relapse: an individual patient data meta-analysis from randomized trials. *JAMA Psychiatry*, 73(6), 565-574.
- Lee, D. M., Nazroo, J., O'Connor, D. B., Blake, M., & Pendleton, N. (2016). Sexual health and well-being among older men and women in England: Findings from the English Longitudinal Study of Ageing. *Archives of sexual behavior*, 45(1), 133-144.
- Lindau, S. T., & Gavrilova, N. (2010). Sex, health, and years of sexually active life gained due to good health: evidence from two US population based cross sectional surveys of ageing. *BMj*, 340.
- Lindau, S. T., Schumm, L. P., Laumann, E. O., Levinson, W., O'Muirheartaigh, C. A., & Waite, L. J. (2007). A study of sexuality and health among older adults in the United States. *New England Journal of Medicine*, 357(8), 762-774.
- Littleton, H. L., Axsom, D., & Pury, C. L. (2005). Development of the body image concern inventory. *Behaviour Research and Therapy*, 43(2), 229-241.
- Liu, C. (2003). Does quality of marital sex decline with duration?. *Archives of Sexual Behavior*, 32(1), 55-60.



- Lusti-Narasimhan, M., & Beard, J. R. (2013). Sexual health in older women. *Bulletin of the World Health Organization*, 91(9), 707-709.
- Masters, W. & Johnson, V. (1970). *Human sexual inadequacy*. Boston: Little, Brown
- Mernone, L., Fiacco, S., & Ehlert, U. (2019). Psychobiological Factors of Sexual Functioning in Aging Women—Findings from the Women 40+ Healthy Aging Study. *Frontiers in psychology*, 10(1), 546.
- Mohammadi, N., Sajadinejad, M. (2007). The Evaluation of psychometric properties of Body Image Concern Inventory and examination of a model about the relationship between body mass index, body image dissatisfaction and self-esteem in adolescent girls. *Journal of Psychological Studies*, 3(1), 85-101. [Text in Persian].
- Nicolosi, A., Laumann, E. O., Glasser, D. B., Moreira Jr, E. D., Paik, A., & Gingell, C. (2004). Sexual behavior and sexual dysfunctions after age 40: the global study of sexual attitudes and behaviors. *Urology*, 64(5), 991-997.
- Pepping, C. A., Cronin, T. J., Lyons, A., & Caldwell, J. G. (2018). The effects of mindfulness on sexual outcomes: The role of emotion regulation. *Archives of sexual behavior*, 47(6), 1601-1612.
- Rahmani, A., Merghati Khoei, E., & Allahgholi, L. (2011). Relationship between Sexual pleasure and Marital Satisfaction. *Iran Journal of Nursing*, 24 (70), 82-9. [Text in Persian].
- Ratner, E. S., Erekson, E. A., Minkin, M. J., & Foran-Tuller, K. A. (2011). Sexual satisfaction in the elderly female population: A special focus on women with gynecologic pathology. *Maturitas*, 70(3), 210-215.
- Schmiedeberg, C., & Schröder, J. (2016). Does sexual satisfaction change with relationship duration?. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 99-107.
- Schoenfeld, E. A., Loving, T. J., Pope, M. T., Huston, T. L., & Štulhofer, A. (2017). Does sex really matter? Examining the connections between spouses' nonsexual behaviors, sexual frequency, sexual satisfaction, and marital satisfaction. *Archives of sexual behavior*, 46(2), 489-501.
- Shabani, J., & Abdi, H. (2020). The Effectiveness of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Sexual Disorders and Sexual Satisfaction in Women with spouses' extra-marital relationships. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 18(1), 60-69. [Text in Persian].

- Silverstein, R. G., Brown, A. C. H., Roth, H. D., & Britton, W. B. (2011). Effects of mindfulness training on body awareness to sexual stimuli: implications for female sexual dysfunction. *Psychosomatic medicine*, 73(9), 817.
- Stephenson, K. R., & Kerth, J. (2017). Effects of mindfulness-based therapies for female sexual dysfunction: A meta-analytic review. *The Journal of Sex Research*, 54(7), 832-849.
- Thomas, H. N., and Thurston, R. C. (2016). A biopsychosocial approach to women's sexual function and dysfunction at midlife: a narrative review. *Maturitas*, 87(1), 49-60
- Thomas, H. N., Hamm, M., Borrero, S., Hess, R., & Thurston, R. C. (2019). Body image, attractiveness, and sexual satisfaction among midlife women: a qualitative study. *Journal of Women's Health*, 28(1), 100-106.
- Træen, B., Markovic, A., & Kvaem, I. L. (2016). Sexual satisfaction and body image: A cross-sectional study among Norwegian young adults. *Sexual and Relationship Therapy*, 31(2), 123-137.
- Træen, B., Štulhofer, A., Janssen, E., Carvalheira, A. A., Hald, G. M., Lange, T., & Graham, C. (2019). Sexual activity and sexual satisfaction among older adults in four European countries. *Archives of sexual behavior*, 48(3), 815-829.
- Van den Brink, F., Vollmann, M., Smeets, M. A., Hessen, D. J., & Woertman, L. (2018). Relationships between body image, sexual satisfaction, and relationship quality in romantic couples. *Journal of Family Psychology*, 32(4), 466.
- Velten, J., Margraf, J., Chivers, M. L., & Brotto, L. A. (2018). Effects of a mindfulness task on women's sexual response. *The Journal of Sex Research*, 55(6), 747-757.
- Vowels, L. M., & Mark, K. P. (2020). Relationship and sexual satisfaction: A longitudinal actor-partner interdependence model approach. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(1), 46-59.
- Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). Measuring mindfulness—the Freiburg mindfulness inventory (FMI). *Personality and individual differences*, 40(8), 1543-1555.

**نویسندگان****dr_hajihassani@sku.ac.ir****مهرداد حاجی‌حسینی**

استادیار گروه مشاوره دانشگاه شهرکرد، مدرس، پژوهشگر و مؤلف مقالات متعدد در مجلات داخلی و خارجی در زمینه روان‌شناسی و مشاوره.

