

## رابطه بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن

شهره قربان شیرودی<sup>۱\*</sup>

(۱) عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، تنکابن، ایران

\*نویسنده مسوول: shohrehghorbanshirodi@yahoo.com

تاریخ دریافت مقاله ۹۰/۸/۱۷ تاریخ آغاز بررسی مقاله ۹۰/۱۲/۱۵ تاریخ پذیرش مقاله ۹۱/۲/۲۲

### چکیده

زنان به عنوان اساسی ترین عنصر بنیادین جامعه، نقشی بس تعیین کننده در انگیزش ها، خیزش ها و شکل گیری شخصیت و رفتار جامعه خود دارند. این پژوهش به منظور بررسی رابطه بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سرسختی زنان متأهل شهرستان تنکابن انجام گرفته است. پژوهش حاضر یک مطالعه همبستگی است تعداد ۱۲۰ نفر از زنان متأهل تنکابن به روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی چند مرحله ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه ها هوش هیجانی شرینگ، استرس ادراک شده کوهن و رضایت زناشویی انریچ، برای سنجش کیفیت زندگی مقیاس ارزیابی کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی و سرسختی لاگ و گوست مورد استفاده قرار گرفت با روش آماری همبستگی پیرسون - همبستگی کانونی نرم افزارهای آماری SPSS تحلیل شدند. نتیجه نهایی حاکی از آن است که بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد. کلید واژگان: هوش هیجانی، رضایت زناشویی، رابطه، زنان، احساس، زندگی، ادراک.

### مقدمه

کار می رود که ممکن است این نتایج در سه حوزه فیزیولوژی، رفتاری، شناختی انعکاس یابد. بهتر است در تعریف فوق بین اصطلاحات به کار برده شده تمایز قائل شویم:

عوامل فشار زا رویدادهایی هستند که فرد شاهد «دریافت» می کند و سلامت روانی و جسمانی او را به خطر می اندازد. این عوامل ممکن است داخلی (مثل درد) خارجی یا محیطی (مثل تغییرات محیطی چون گرما، ازدحام، سروصدا) یا اجتماعی (مثل ایراد سخنرانی) باشد. واکنش ها یا پاسخ های استرس مربوط به واکنش ها در مقابل عوامل فشارزای فوق است شامل تغییرات بدنی که در اعمال اضطرابی بوجود می آیند (پاسخ جنگ و گریز) واکنش روان شناختی (اضطراب، عصبانیت، خشم، بی تفاوتی، افسردگی و آسیب شناختی).

موضوع هوش هیجانی را نخستین بار توسط پیتر سالووی و جان مایر در سال ۱۹۹۰ مطرح شد. پیتر سالووی از بخش روان شناسی دانشگاه یل می گوید: «در طول چند دهه ی گذشته باورها راجع به هوش و هیجان دچار تغییر شده اند. زمانی هوش را کمال انسان می دانستند و لاجرم افراد باهوش باید دارای زندگی بهتری می بودند اما سالووی و مایر (۱۹۹۰) در مقاله ای بیان دارند که نوع هوش هیجانی در افراد علاوه بر آزمون پذیری و قابل اندازه گیری بودن می تواند رشد نماید (آقایار و شریفی در آمدی، ۱۳۸۵).

استرس اصطلاح مبهمی است که برای توصیف شیء یا شخصی که موجب فشار روانی می شود احساسات پاسخ های جسمانی که در فرد بوجود می آید و نتایج حاصله، به

سازگاری عاطفی یعنی مکانیزم های که توسط آنها، فرد ثبات عاطفی پیدا می کند و سازگاری اجتماعی شامل سازگاری با محیط اجتماعی خود است که این سازگاری ممکن است با تغییر دادن خود و یا محیط به دست آید.

به طور کلی آنچه از متون تحقیقی بر می آید این است که سازگاری موفقیت آمیز افراد بسته به عملکرد یکپارچه توانش های هیجانی دارد. در واقع هوش هیجانی در پرورش سازگاری با تجارب و حوادث استرس زای وقوع یافته، پیش بینی اهداف مطلوب در آینده و نیز سازگاری با استرس های مزمن نقشی اساسی دارد.

توانایی درک، استنباط (تحلیل) و به کارگیری مهارت های هیجانی در افراد متفاوت است و این مجموعه از سطوح هوشیاری، هوش هیجانی فرد را تشکیل می دهد که در عملکرد فرد سهم به سزایی دارد. مدل های نظری متمایز و همپوش متعددی برای هوش هیجانی نشان داده شده است که بیشتر آنها مهارت هایی مثل توانایی ارزیابی و ابراز صحیح هیجان (توانایی های درون شخصی) توانای ارزیابی هیجان ها در دیگران، توانایی های بین شخصی (توانایی تنظیم مؤثر هیجان ها و توانای به کارگیری احساسات برای هدایت رفتار را شامل می شود).

نتایج بسیاری از پژوهش ها نشان می دهد هوش هیجانی، بر خلاف هوش شناختی توانایی ثابت و تغییر ناپذیری نیست، بلکه قابل رشد و تغییر است و می توان از طریق آموزش های ویژه میزان آن را افزایش داد و سطح کمی و کیفی آن را بهبود بخشید؛ زیرا افراد می توانند بر هیجانات خود کنترل داشته باشند و به ویژه می توانند واکنش های هیجانی و نوع نگرش خود را در مورد وقایع تغییر دهند.

از سوی دیگر، هیجان و چگونگی کنار آمدن افراد با آن، بخشی از شخصیت آدمی است و بر عملکرد فرد تأثیر می گذارد.

به طور کلی با نگاه به تعریف های متعدد هوش هیجانی می توان دو راهبرد نظری را در زمینه الگوهای هوش هیجانی مشخص کرد: دیدگاه اولیه (دیدگاه توانمندی مایر

استرس (فشار روانی) حالتی است که وقتی مردم یا رویدادهای مواجه می شوند که آنها را خطرناک و تهدید کننده ی سلامت روانی و جسمانی خود می یابند، رخ می دهد. این نتیجه حاصل میشود که مثلاً یک شخص احساس می کند که نیاز های آن فراتر از توانایی موجود او برای پاسخ گویی مؤثر آن نیازهاست (کورتیس به نقل از سهرابی، ۱۳۸۰).

توجه داشته باشید که استرس برای توضیح مجموعه ای از احساس های منفی به کار می رود. به طور کلی وقتی مردم رویدادی را تهدید کننده می بینند، دچار پریشانی می شوند. وقتی آن را چالش برانگیز می بیند احساس رضایت می کنند. پژوهش ها نشان می دهد که وقتی رویداد چالش انگیز تفسیر می شود، بر سلامتی فرد تأثیر نمی گذارند، اما وقتی رویدادی تهدید آمیز تفسیر می شود، بر سلامتی او تأثیر می گذارد (فرانکلن، به نقل از اسفندآبادی، ۱۳۸۴).

هوش هیجانی، جدیدترین تحول در زمینه فهم رابطه میان تعقل و هیجان است و از آن به عنوان ماشه چکان یک انقلاب بزرگ در زمینه ارتقای بهداشت روانی یاد می شود. در واقع مفهوم هوش هیجانی، یک حیطة چند عاملی از مجموعه مهارتها و صلاحیت های اجتماعی است که بر تواناییهای فرد برای تشخیص درک و مدیریت هیجان، حل مسأله و سازگاری تأثیر می گذارد و به طرز مؤثری فرد را با نیازها، فشارها و چالشهای زندگی سازگار می کند. ریشه های تاریخی این مفهوم را می توان در قرن ۱۹ جستجو کرد. در اوین در سال ۱۸۷۲ میلادی، اولین اثر معروف خود را در این زمینه منتشر نمود. او اثبات کرد که ابراز عواطف در رفتارهای سازگاران افراد، نقشی اساسی ایفا می کند. این یافته به عنوان یک اصل مهم هوش هیجانی تا امروز مورد قبول صاحب نظران بوده است. در مطالعه Sjöberg Engelberg و هوش هیجانی به عنوان یک توانایی کلی جهت سازگاری عاطفی و اجتماعی مطرح شده است. سازگاری عاطفی را می توان شامل سلامت روانی خوب، رضایت از زندگی شخصی و هماهنگی میان احساسات، فعالیتها و افکار دانست. به عبارت دیگر،

آیا بین هوش هیجانی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

آیا بین هوش هیجانی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

آیا بین استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

آیا بین استرس ادراک شده، با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

آیا بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

آیا بین رضایت زناشویی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد؟

### فرضیه های تحقیق

#### فرضیه اصلی:

۱- آیا بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سخت رویی زنان متأهل ارتباط دارد؟

#### فرضیه های فرعی:

۱- بین هوش هیجانی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

۲- بین هوش هیجانی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

۳- بین استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

۴- بین استرس ادراک شده، با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

۵- بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

۶- بین رضایت زناشویی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

#### روش پژوهش:

با توجه به موضوع پژوهش و در تلاش به پاسخگویی به فرضیه های آن، طرح تحقیق همبستگی می باشد. که در

وسالووی، (۱۹۹۷) هوش هیجانی را نوعی از هوش تعریف می کند که در بر گیرنده عاطفه و هیجان است و دارای چهار مؤلفه ادراک هیجانی، استفاده از هیجان ها برای تسهیل تفکر، فهم هیجانی، مدیریت هیجان در ارتباط با خود و دیگران است و دیدگاه دوم ( رویکرد مختلط یا ترکیبی بار-ان، ۲۰۰۰) هوش هیجانی را توانایی های غیر شناختی ای تعریف می کند که به مراتب گسترده تر از دیدگاه اولیه است و شامل مؤلفه مهارتهای درون فردی ( خودآگاهی، جرأت، حرمت نفس، خودشکوفایی، استقلال) مهارتهای میان فردی (روابط میان فردی، تعهد اجتماعی، همدلی) سازگاری (آزمون واقعیت، مسئله گشایی، انعطاف پذیری) کنترل استرس (توانایی تحمل فشارهای روانی و کنترل تکانه) خلق عمومی (شادی و خوش بینی) است.

بین هوش هیجانی با کیفیت زندگی رابطه مثبت و معنادار (رجبی و همکاران ۱۳۹۰، یوسفی ۱۳۸۸، فول فورد ۲۰۱۱) اکسترمر و پروکال ۲۰۰۹) وجود دارد.

بین سرسختی با رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معنادار (شیورانی و همکاران ۱۳۹۰، شاکری نیا ۱۳۸۹) وجود دارد و بین سرسختی و میزان استرس درک شده رابطه (هیگ و بورنی ۲۰۰۶، سودر استروم ۲۰۰۰) وجود دارد.

### اهداف تحقیق

اهداف کلی در این تحقیق عبارت است از کشف رابطه و قواعد بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سخت رویی زنان متأهل و همچنین افزودن بر گنجینه ی دانش مربوط به بهداشت و سلامت روان زنان متأهل و ارائه پیشنهادات و نظرات در این زمینه می باشد.

#### اهداف فرعی:

آیا بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سخت رویی زنان متأهل ارتباط دارد؟

بررسی «روایی» این آزمون به علت عدم دسترسی به آزمونهای دیگر (در آن زمان) از سویی، وجود همبستگی میان هوش هیجانی و «حرمت خود» از سویی دیگر، از روش همبستگی نمرات افراد در این آزمون «آزمون حرمت خود کوپراسمیت» استفاده نموده است و همچنین در رابطه یا سویی سازه، همبستگی بین نمرات آزمون هوش هیجانی با سن آزمودنی محاسبه شده است. زیرا بنا به پیشنهاد نظریه پردازان هوش هیجانی با افزایش سن افراد افزایش پیدا میکند.

برای بررسی میزان «اعتبار» این آزمون نیز از روش های آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان همسانی درون آزمون ۸۵٪ می باشد، این آزمون ۳۳ سوال دارد که مربوط به مولفه های هوش هیجانی می باشند و نمره هریک جداگانه محاسبه می شوند. این مولفه ها عبارتند از: «خودآگاهی»، «خودمهارگری»، «خودانگیزی»، «همدلی» و «مهارت اجتماعی» که هر آزمودنی ۶ نمره جداگانه کسب می کند که ۵ نمره، مربوط به مولفه ها و نمره کل مربوطه به مجموع آزمون است. که شماره مربوط به هر مولفه عبارتند از:

۱- خودانگیزی: ۱-۹-۵-۲۰-۲۶-۳۱-۲۱  
۲- خودآگاهی: ۶-۱۰-۱۴-۲۴-۳۲-۳۳-۲۷-

۱۲

خودکنترلی: ۲-۱۱-۱۶-۱۸-۲۳-۳۰-۱۷-۲۲-  
۲۵-۲۹-۴-۳-

مهارت اجتماعی: ۷-۸-۱۹-۲۸-۱۳-

پاسخها به صورت ۵ درجه ای و ترتیبی می باشند (خامنه و همکاران، ۱۳۸۵).

#### پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن (pss)

مقیاس اصلی شامل ۱۴ پرسش است. البته نسخه های چهارسوالی (۴ pss) و ده سوالی (۱۰ pss) مقیاس نیز روانسازی شده اند. سوال های pss درباره احساسات و افکاری طرح شده اند که یک فرد در طول ماه گذشته داشته است. سوال های ۴، ۱۳، ۱۰، ۹، ۸، ۷، ۶، ۵ برعکس نمره گذاری می شوند (هیچی=۴، خیلی کم=۳، تا حدودی=۲،

این تحقیق رابطه میان متغیرها بر اساس هدف تحقیق تعیین شده است. جامعه آماری حاضر شامل کلیه زنان متأهل سنین ۵۰ - ۲۰ سال شهرستان تنکابن می باشد. در این پژوهش ۱۲۰ نفر از زنان متأهل تنکابن، که در حال حاضر با همسران خود زندگی می کنند نمونه انتخاب شدند. برای انتخاب از روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی چندمرحله ای استفاده شد. بدین صورت که ابتدا از بین مناطق، یک منطقه به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس این منطقه (۱) خیابانها به صورت تصادفی انتخاب شدند. در هر یک از خیابانها از روی شماره منازل (پلاک های فرد) نمونه ها انتخاب شدند.

#### روش جمع آوری داده ها

روش جمع آوری داده ها در این پژوهش از طریق پرسشنامه صورت گرفته است، به این صورت که پس از انتخاب پرسشنامه ها به منازل نمونه گیری شده مراجعه و پس از بیان توضیحات کامل در مورد هدف پژوهش و نحوه تکمیل پرسشنامه از او درخواست شد که به پرسشنامه پاسخ گویند. توزیع پرسشنامه به صورت انفرادی بوده و پس از پاسخ دادن پرسشنامه آنها را جمع آوری کرده و برای تجزیه و تحلیل آماده شدند.

#### ابزار پژوهش

در این پژوهش از پنج آزمون استفاده شده است که عبارتند از:

- ۱- پرسشنامه هوش هیجانی شرینگ
- ۲- پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن
- ۳- پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ
- ۴- پرسشنامه سرسختی لانگ و گوست
- ۵- پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی

#### پرسشنامه هوش هیجانی سیبریاشرینگ

این آزمون بر اساس نظریه هوش هیجانی گلمن (۱۹۹۵)، تنظیم شده است. در ایران توسط منصوری (۱۳۸۰)، ترجمه و هنجاریابی شده است. منصوری، برای

۴۴-۳۶-۳۴-۳۰-۲۹-۲۸-۲۸-۲۷-۲۶-۲۵-۱۷-۱۰-۹-۷-  
۱-۲-۳-۵

### پرسشنامه سرسختی لانگ و گولت (LGHS)

این پرسشنامه یک مقیاس خود گزارش (self-report) که در بر گیرنده ۴۵ سوال می باشد و بر پایه تعریف مفهومی از سازه سرسختی روان شناختی و به منظور ارزیابی این متغیر در موقعیت ها و شرایط خاص و تنیدگی زا لانگ و گولت ساخته شده است. این پرسشنامه به تبع تعریف سه مفهوم سرسختی شامل خرده مقیاس کنترل (۱۶ سوال)، تعهد (۱۶ سوال و چالش جویی (۱۳ سوال) می گردد. که سوالهای شماره ۷ و ۱۳ به دلیل دارا بودن بار عاملی کمتر از ۰.۳۰۵ از فهرست نهایی سوالات حذف می گردد. در ادامه پرسشنامه سرسختی لانگ و گولت با ۴۲ سوال مورد روایی و پایایی قرار گرفت. سوالات مربوط به هر عامل بدین ترتیب توسط روشن و شاکرمی (۱۳۸۹) شناسایی شدند:

عامل اول یا خرده مقیاس کنترل با ۱۶ سوال (۳۸، ۴۱، ۴، ۵، ۷، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۱، ۳۳، ۳۱، ۳۳) ؛  
عامل دوم یا خرده مقیاس با ۱۵ سوال ( سوالهای ۶، ۱۰، ۱۳، ۱۵، ۱۸، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۷، ۳، ۲، ۳۶، ۲۹، ۴۲، ۳۹) و عامل سوم یا خرده مقیاس چالش جویی با ۱۱ سوال ( سوالهای ۳۷، ۴۰، ۱، ۱۴، ۲۲، ۲۳، ۲۶، ۲۸، ۳۲، ۳۴، ۳۵). شیوه نمره گذاری در این پرسشنامه بر مبنای سیکرت ۵ جوابی که نمره که در نمره ۱ به منزله کاملاً مخالف نمره ۲ = مخالف ؛ ۳ = نه مخالف نه موافق ؛ ۴ = موافق و نمره ۵ به منزله کاملاً موافق می باشد نمره کل فرد در پرسشنامه سرسختی (LGHS) از مجموع کل نمرات وی در پرسشنامه و خرده مقیاس های آن ؛ از مجموع نمرات وی در هر کدام از سوالهای خرده مقیاس مربوط به دست می آید. در این میان سوالهای شماره ۲، ۳، ۱۰، ۱۵، ۲۷، ۲۱، ۲۶، ۲۸، ۳۰، ۳۱، ۳۳) به صورت معکوس نمره گذاری می شوند (روشن و شاکری، ۱۳۸۹).

برای ارزیابی همسانی درونی پرسشنامه سرسختی لانگ و گولت (LGHS)، ضریب آلفای کرونباخ داده های به

نسبتاً=۱، خیلی زیاد=۰) و مجموع آنها با جمع نمرات سایر سوالهای مقیاس به حساب می آیند. کوهن و دیگران (۱۹۸۳)، دریافتند که PSS پیش بینی های بهتری را در مقایسه با «مقیاس های رویدادهای زندگی» در مورد نشانه های روانی - نشانه های جسمی، استفاده از صدمات بهداشتی در اختیار می گذارد و امین یزدی (۱۳۷۷) طی پژوهشی در این مقیاس ضریب آلفای کرونباخ ۰.۸۰ را گزارش نموده است.

### پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ

پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ توسط السون (۱۹۸۹) به نقل از سلیمانیان (۱۳۷۳) تدوین شده است. فرم اصلی آن ۱۱۵ ماده و فرم کوتاه آن از ۴۷ ماده تشکیل شده است. این پرسشنامه به منظور ارزیابی زمینه های بالقوه مشکل زا یل شناسایی زمینه های قوت و پرباری رابطه زناشویی به کار می رود. همچنین از این پرسشنامه برای تشخیص زوج هایی که نیاز به مشاوره و تقویت رابطه خود دارند، استفاده می شود (ثنایی و علاقه بند، ۱۳۷۹).

سلیمانیان (۱۳۷۳) روایی همزمان پرسشنامه ۴۷ ماده ای رضایت زناشویی را با فرم اصلی آن ۹۵٪ به دست آمده و پایایی مقیاس انریچ را از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰.۶۵٪ محاسبه کرد مهدویان (۱۳۷۷) به نقل از ثنایی (۱۳۷۹). پایایی این پرسشنامه را به روش بازآزمایی برای گروه مردان ۹۴٪، برای گروه زنان ۹٪ و برای کل نمونه ۹۴٪ و برای خرده مقیاس های آن دامنه ای بین ۵۰٪ تا ۸۷٪ محاسبه کرد در پژوهش حاضر از فرم ۴۷ سوالی این پرسشنامه استفاده شده است. که ۱۰ عامل رضایت زناشویی، مسائل شخصی، ارتباط، حق تعارض، مدیریت مالی، فعالیت های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندان و فرزند پروری، خانواده و دوستان، نقش های مساوات طلبی و جهت گیری مذهبی را می سنجد.

نمره گذاری سوالات این پرسشنامه به صورت ۱ (کاملاً مخالفم)، ۲ (مخالفم)، ۳ (نه موافق و نه مخالف)، ۴ (موافقم)، ۵ (کاملاً موافقم) است که نمره گذاری تعدادی از ماده های این پرسشنامه به صورت معکوس انجام می گیرد.

ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۹، برای خرده مقیاس های چهارگانه وکل مقیاس گزارش شده است (نصیری، ۱۳۸۵).

در ایران نیز نصیری (۱۳۸۵) برای پایایی مقیاس از سه روش بازآزمایی (با فاصله ۳ هفته ای) تنصیفی و آلفای کرونباخ استفاده کرد که به ترتیب با ۰/۶۷ و ۰/۸۷ و ۰/۸۴ بود. همچنین پایایی مقیاس کیفیت زندگی رارحیمی (۱۳۸۶) سنجیده و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۸ برای سلامت جسمی ۰/۷۰ کرده است.

نصیری (۱۳۸۵) به منظور تعیین روایی مقیاس از روش روایی همزمان استفاده کرده و رابطه نمره کل آزمون و خرده مقیاس های آن را با نمره کل و خرده مقیاس های پرسشنامه سلامت عمومی از طریق ضریب همبستگی سنجید.

نحوه اجرا: خود اجرا

نحوه نمره گذاری:

حیطه جسمی: ۱۸ - ۱۷ - ۱۶ - ۱۵ - ۱۰ - ۴ - ۳

حیطه روانشناختی کیفیت زندگی جمع نمرات سوال های ۵ - ۶ - ۷ - ۱۱ - ۱۹ - ۶ - ۲

حیطه روابط اجتماعی جمع نمرات سوال های ۲۰ - ۲۱ - ۲۲

حیطه محیط و وضعیت زندگی جمع نمرات a - ۹ - ۱۲ - ۱۳ - ۱۴ - ۲۳ - ۲۴ - ۲۵

سوال ۲۶ به صورت معکوس نمره گذاری می شود. نمره بالا در هر یک از خرده مقیاس و بالا بودن نمره کل مقیاس بیانگر کیفیت زندگی مطلوب است (نجات و همکاران، ۱۳۸۵ - استاندارد گرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی)

### روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در این بخش برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شده است. در بخش آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار، ترسیم نمودار و در بخش آمار استنباطی و برای بررسی تاثیر ابعاد متغیر پیش بین بر متغیرهای ملاک از رگرسیون چندمتغیره (بنیادی)

دست آمده از ۵۵۰ نفر از دانشجویان مورد مطالعه در کل مقیاس پرسشنامه و خرده مقیاس های آن محاسبه گردید. ضرایب به دست آمده برای کل نمونه و نیز آزمودنی های دختر و پسر به تفکیک ارائه شده شاخص همگی آیتم ها یا همان ضریب همسانی درونی برای کل مقیاس ۰/۸۲ و خرده مقیاس های کنترل ۰/۸۳؛ تعهد ۰/۳۳؛ وچالش جوئی ۰/۶۹؛ بدست آمده در گروه پسران برای کل مقیاس ۰/۸۳ خرده مقیاس کنترل ۰/۸۴، خرده مقیاس تعهد ۰/۳۹ و خرده مقیاس چالش جوئی ۰/۶۹ بود. در گروه دختران نیز برای کل مقیاس ضریب آلفا عبارت بود از ۰/۸۲؛ با مقیاس کنترل ۰/۸۲؛ تعهد ۰/۲۶ وچالش جوئی ۰/۶۹؛ ضریب روایی مقیاس سرسختی (LGHS) با پرسشنامه سرسختی بارتون نمره کل برابر بود با ۰/۶۴ که در سطح  $p = 0/00$  معنادار می باشد (روشنی و شاکری، ۱۳۸۹)

### مقیاس کیفیت زندگی

برای سنجش کیفیت زندگی از فرم کوتاه مقیاس ارزیابی زندگی سازمان بهداشت جهانی (۱۹۹۸) استفاده شد که در اصل حاوی ۲۶ سوال است و به ارزیابی چهار بلا تکلیف زندگی افراد می پردازد، عبارتند از: سلامت جسم، سلامت روانشناختی، روابط اجتماعی و محیط اجتماعی، حیطه جسمی شامل جمع نمرات شامل جمع نمرات سئالهای ۱۸-۱۷-۱۶-۱۵-۱۰-۴-۳ و حیطه روابط اجتماعی جمع نمرات سوالهای ۲۰-۲۱-۲۲، حیطه روان شناختی کیفیت زندگی جمع نمرات سوالهای ۵-۶-۷-۱۱-۱۹-۲۶، حیطه محیط و وضعیت زندگی جمع نمرات ۸-۹-۱۲-۱۳-۲۳-۲۴-۲۵ می باشد. سوالهای ۳-۴-۲۶ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند نمره بالا در هر یک از خرده مقیاس و بالا بودن نمره کل مقیاس بیانگر کیفیت زندگی مطلوب است (نجات و همکاران، ۱۳۸۵).

این مقیاس به ۱۹ زبان مختلف ترجمه شده توسط گروه سازندگان مقیاس کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی که در ۱۵ مرکز بین المللی این سازمان انجام شده

دار وجود دارد ( $p < 0/05$ ). بین مولفه های هوش هیجانی (خود آگاهی، خودکنترلی، همدلی، مهارت های اجتماعی) با سرسختی روان شناختی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بین استرس ادراک شده با کیفیت زندگی رابطه معنی دار منفی وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بین استرس ادراک شده با سرسختی روان شناختی رابطه معنی دار منفی وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بین رضایت زناشویی با سرسختی روان شناختی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < 0/01$ ).

رگرسیون چندگانه (گام به گام) آزمون همبستگی پیرسون استفاده شده است.

### یافته های پژوهش:

فرضیه اصلی:

بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سخت رویی زنان متأهل ارتباط دارد

نتایج جدول ۲ نشان می دهند بین مولفه های هوش هیجانی (خود آگاهی هیجانی، خودتنظیمی) با کیفیت زندگی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < 0/01$ ). بین مولفه های هوش هیجانی (همدلی) با کیفیت زندگی رابطه معنی

جدول ۱: میانگین انحراف معیار متغیرهای هوش هیجانی، استرس ادراک شده، رضایت زناشویی، سرسختی روان شناختی، کیفیت زندگی

M	n	مولفه	متغیر
۲/۷۶۳	۲۲/۲۵	۱۲۰	خود انگیزشی
۵/۵۳۴	۲۷/۱۷	۱۲۰	خود آگاهی
۳/۹۵۸	۲۲/۵۲	۱۲۰	مولفه های خود تنظیمی
۳/۳۹۳	۲۰/۹۱	۱۲۰	هوش هیجانی همدلی
۳/۲۳۷	۱۶/۸۰	۱۲۰	مهارت های اجتماعی
۵/۴۳۸	۲۳/۱۱	۱۲۰	استرس ادراک شده
۲۰/۷۶۵	۱۷۳/۴۰	۱۲۰	رضایت زناشویی

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پیش بین وملاک

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱. خود انگیزشی	-	۰/۰۴۹	-۰/۱۱۶	-۰/۰۸۷	۰/۰۹۶	۰/۱۱۳	-۰/۰۶۲	۰/۱۰۱	۰/۱۳۶
۲. خود آگاهی	-	-	۰/۳۳۹**	۰/۱۰۵	۰/۲۲۳**	-۰/۰۸۵	۰/۱۱۷	۰/۳۶۷**	۰/۳۰۵**
۳. خود تنظیمی	-	-	-	۰/۴۷۲**	۰/۲۰۹*	-۰/۲۱۰*	۰/۴۴۲**	۰/۴۸۷**	۰/۳۱۲**
۴. همدلی	-	-	-	-	-	-	۰/۳۱۵**	-۰/۲۱۹*	۰/۱۶۵
۵. مهارت های اجتماعی	-	-	-	-	-	-۰/۰۱۵	۰/۰۲۸	۰/۱۶۲	۰/۲۴۰**
۶. استرس ادراک شده	-	-	-	-	-	-	-۰/۳۴۶**	-۰/۲۹۰**	-۰/۲۶۶**
۷. رضایت زناشویی	-	-	-	-	-	-	۰/۵۳۶**	۰/۳۸۸**	-
۸- سرسختی زناشویی	-	-	-	-	-	-	-	۰/۴۳۵**	-
۹- کیفیت زندگی	-	-	-	-	-	-	-	-	-

\*\* p < 0/01

\*\* p < 0/05

جدول ۳: خلاصه تحلیل واریانس چند متغیر، بررسی مجموعه متغیرهای پیش بین

F	df <sub>2</sub>	df <sub>1</sub>	مقدار آماره	آزمون چندمتغیره
۶/۷۹۳	۱۱۱	۲	۰/۱۰۹	۱. اثر پیلایی
۴/۷۴۳	۱۱۱	۲	۰/۸۹۱	۲. لامبدای ویلکز
۳/۷۶۶	۱۱۱	۲	۰/۱۲۲	۳. اثر هتلینگ

جدول: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای خود تنظیمی، خود آگاهی

خطای استاندارد	$\Delta R^2$	$R^2$	R	متغیرهای پیش بینی کننده	مدل
۱۱/۱۰۵	۰/۲۳۱	۰/۲۳۷	۰/۴۸	خود تنظیمی	اول
۱۰/۸۱۲	۰/۲۷۱	۰/۲۸۳	۰/۵۳۲	خود آگاهی	دوم

جدول ۵: آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معنی دار بودن رگرسیون

سطح معناداری	F آزمون	میانگین مجذورات ms	درجه آزادی df	مجموع مجذورات SS	شاخص آماری منبع تغییرات
۰/۰۰۰	۳۶/۶۸۰	۴۵۲۳/۴۰۴	۱	۴۵۲۳/۴۰۴	رگرسیون متغیر خود تنظیمی
		۱۲۳/۳۲۱	۱۱۸	۱۴۵۵۱/۸۹۶	باقی مانده
		-	۱۱۹	۱۹۰۷۵/۳۰۰	جمع کل
۰/۰۰۰	۲۳/۰۸۵	۲۶۹۸/۷۱۸	۲	۵۳۹۷/۴۳۶	رگرسیون متغیرهای خود تنظیمی، خود آگاهی
		۱۱۶/۹۰۵	۱۱۷	۱۳۶۷۷/۸۶۴	باقیمانده
		-	۱۱۹	۱۹۰۷۵/۳۰۰	جمع کل

خود تنظیمی، خود آگاهی وارد معادله شده است نتایج حاصل در جدول ۴ ارائه شده است. نتایج جدول شماره ۶.۴ نمایانگر این است که متغیر خود تنظیمی قادر به توجیه ۲۳/۱ درصد واریانس کیفیت زندگی ( $\Delta R^2 = ۰/۲۳۱$ ) شده است. و با اضافه شدن متغیر با خود آگاهی به متغیر خود تنظیمی در مدل دوم باعث اضافه شدن ۴ درصد واریانس کیفیت زندگی شده است ( $\Delta R^2 = ۰/۲۷۱$ ) و متغیرهای خود تنظیمی، خود آگاهی توانسته است حدود ۲۷/۱ درصد واریانس کیفیت زندگی را توجیه کند.

نتایج جدول ۳ نشان می دهد که مقدار آماره لامبدای ویلکز ۰/۸۹۱ است که این مقدار آماره در سطح  $\alpha = ۰/۰۱$  معنی دار است و می توان گفت که بین مولفه های هوش هیجانی، استرس ادراک شده، رضایت زناشویی (متغیرهای پیش بین) با سرسختی روان شناختی، کیفیت زندگی (متغیر ملاک) با احتمال ۰/۹۹ رابطه معنی دار وجود دارد.

#### فرضیه فرعی اول

بین هوش هیجانی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

جهت تعیین بهترین پیش بینی کننده کیفیت زندگی از بین متغیرهای پیش بینی کننده از مدل رگرسیون با روش گام به گام استفاده شده است. قابل ذکر است که متغیرهای



### فرضیه فرعی دوم

بین هوش هیجانی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

جهت تعیین بهترین پیش بینی کننده سرسختی از بین متغیرهای پیش بینی کننده از مدل رگرسیون با روش گام به گام استفاده شده است. قابل ذکر است که متغیرهای همدمی، خود آگاهی وارد معادله شده است نتایج حاصل در جدول ۶ ارائه شده است.

با توجه به نتایج جدول شماره ۵ چون  $F$  محاسبه شده متغیر خود تنظیمی در سطح  $0/01$  معنادار است ( $p < 0/01$ )،  $f(118, 1) = 36/680$  بنابراین با ۹۹ درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیر خود تنظیمی و کیفیت زندگی رابطه وجود دارد و متغیر خود تنظیمی قدرت پیش بینی متغیر ملاک کیفیت زندگی را دارد. و در مدل دوم همانطور که دیده می شود  $F$  بدست آمده متغیرهای خود تنظیمی، خود آگاهی  $0/01$  معنی دار است.

( $p < 0/01$ )  $f(2, 117) = 23/085$  بنابراین با ۹۹ درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیرهای خود تنظیمی، خود آگاهی با متغیر کیفیت زندگی رابطه وجود دارد و متغیرهای پیش بینی کننده خود تنظیمی، خود آگاهی نیز قدرت پیش بینی متغیر ملاک کیفیت زندگی را دارند.

جدول ۶: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای همدمی، خود آگاهی

خطای استاندارد	$\Delta R^2$	$R^2$	R	متغیرهای پیش بینی کننده	مدل
۱۲/۹۸۸	۰/۱۳۲	۰/۱۳۹	۰/۳۷۳	همدمی	اول
۱۲/۴۹۲	۰/۱۹۷	۰/۲۱۰	۰/۴۵۹	همدمی، خود آگاهی	دوم

جدول ۷: آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معنی دار بودن رگرسیون

شاخص آماری منبع تغییرات	مجموع مجزورات SS	درجه آزادی df	میانگین مجزورات ms	آزمون F	سطح معناداری
رگرسیون متغیر همدمی	۳۲۱۶/۷۷۵	۱	۳۲۱۶/۷۷۵		
باقی مانده	۱۹۹۰۶/۱۵۰	۱۱۸	۱۶۸/۶۹۶	۱۹/۰۶۸	۰/۰۰۰
جمع کل	۲۳۱۲۲/۹۲۵	۱۱۹	-		
رگرسیون متغیرهای همدمی، خود آگاهی	۴۸۶۴/۰۰۷	۲	۲۴۳۲/۰۰۴		
باقیمانده	۱۸۲۵۸/۹۱۸	۱۱۷	۱۵۶/۰۵۹	۱۵/۵۸۴	۰/۰۰۰
جمع کل	۱۹۰۷۵/۳۰۰	۱۱۹	-		

جدول ۸: همبستگی های متقابل متغیرهای استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی

متغیر	n	p	r	df	$\beta$	SE
استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی	۱۲۰	۰/۰۰۰	۰/۲۹۰**	۱۱۸	۰/۲۹۰	۰/۲۰۵

\*\*  $p < 0/01$

جدول ۹: همبستگی های متقابل متغیرهای استرس ادراک شده، با سرسختی

متغیر	n	p	r	df	$\beta$	SE
استرس ادراک شده، با سرسختی	۱۲۰	۰/۰۰۰	۰/۲۶۶**	۱۱۸	۰/۲۶۶	۰/۲۲۷

\*\*  $p < 0/01$

نتایج جدول شماره ۶ نمایانگر این است که متغیر همدمی قادر به توجیه ۱۳/۲ درصد واریانس سرسختی (۰/۱۳۲) ( $\Delta R^2 =$  ) شده است. و با اضافه شدن متغیر خود آگاهی به متغیر همدمی در مدل دوم باعث اضافه شدن ۷ درصد واریانس سرسختی شده است ( $\Delta R^2 = ۰/۱۹۷$ ) و متغیرهای همدمی، خود آگاهی توانسته است حدود ۱۹/۷ درصد واریانس سرسختی را توجیه کنند.

با توجه به نتایج جدول شماره ۷ چون F محاسبه شده متغیر همدمی در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

( $p < ۰/۰۱$ )،  $f(۱۱۸ و ۱) = ۱۹/۰۶۸$  بنابراین با ۹۹ درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیر همدمی و سرسختی رابطه وجود دارد و متغیر همدمی قدرت پیش بینی متغیر ملاک سرسختی را دارد. و در مدل دوم همانطور که دیده می شود F بدست آمده متغیرهای همدمی، خود آگاهی ۰/۰۱ معنی دار است.

( $p < ۰/۰۱$ )،  $f(۱۱۷ و ۲) = ۱۵/۵۸۴$  بنابراین با ۹۹ درصد اطمینان نتیجه می گیریم که بین متغیرهای همدمی، خود آگاهی با متغیر سرسختی رابطه وجود دارد و متغیرهای پیش بینی کننده همدمی، خود آگاهی نیز قدرت پیش بینی متغیر ملاک سرسختی را دارند.

#### فرضیه فرعی سوم

بین استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

نتایج جدول ۸ نشان می دهد که بین استرس ادراک شده با کیفیت زندگی رابطه معناداری از لحاظ آماری وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ )،  $r = - ۰/۲۹۰$  همچنین البته این همبستگی منفی است. یعنی با افزایش نمره استرس ادراک شده، نمره کیفیت زندگی کاهش می یابد. چون سطح معناداری  $p = ۰/۰۰۰$  از  $p = ۰/۰۱$  کوچکتر است بنابراین ضریب همبستگی محاسبه شده از لحاظ آماری در سطح ۰/۰۱ معنادار است. با توجه میزان  $\beta$  در مدل همزمان در

معادله رگرسیون متغیر پرخاشگری ۲۹ درصد تغییرات متغیر ملاک (کیفیت زندگی) را پیش بینی کند و در حالی که یک واحد تغییر در انحراف استاندارد متغیر استرس ادراک شده باعث می شود تا انحراف استاندارد متغیر ملاک کیفیت زندگی به میزان ۰/۲۰۵ تغییر نماید.

بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه بین استرس ادراک شده، با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد، تایید می شود.

#### فرضیه فرعی چهارم

بین استرس ادراک شده، با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

نتایج جدول ۹ نشان می دهد که بین استرس ادراک شده با سرسختی رابطه معناداری از لحاظ آماری وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ )،  $r = - ۰/۲۶۶$  همچنین البته این همبستگی منفی است. یعنی با افزایش نمره استرس ادراک شده، نمره سرسختی کاهش می یابد. چون سطح معناداری  $p = ۰/۰۰۰$  از  $p = ۰/۰۱$  کوچکتر است بنابراین ضریب همبستگی محاسبه شده از لحاظ آماری در سطح ۰/۰۱ معنادار است. با توجه میزان  $\beta$  در مدل همزمان در معادله رگرسیون متغیر استرس ادراک شده ۲۶/۶ درصد تغییرات متغیر ملاک (سرسختی) را پیش بینی کند و در حالی که یک واحد تغییر در انحراف استاندارد متغیر استرس ادراک شده باعث می شود تا انحراف استاندارد متغیر ملاک سرسختی به میزان ۰/۲۲۷ تغییر نماید.

بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه بین استرس ادراک شده، با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد، تایید می شود.

#### فرضیه فرعی پنجم

بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

جدول ۱۰ همبستگی های متقابل متغیر های رضایت زناشویی با کیفیت زندگی

متغیر	n	p	r	df	$\beta$	SE
رضایت زناشویی با کیفیت زندگی	۱۲۰	۰/۰۰۰	۰/۵۳۶**	۱۱۸	۰/۵۳۶	۰/۰۴۷

\*\* p < ۰/۰۱

جدول ۱۱: همبستگی های متقابل متغیر های رضایت زناشویی با سرسختی

متغیر	n	p	r	df	$\beta$	SE
رضایت زناشویی با سرسختی	۱۲۰	۰/۰۰۰	۰/۳۸۸**	۱۹۸	۰/۳۸۸	۰/۰۵۷

\*\* p < ۰/۰۱

۰/۰۱ معنادار است. با توجه میزان  $\beta$  در مدل همزمان در معادله رگرسیون متغیر رضایت زناشویی ۳۸/۸ درصد تغییرات متغیر ملاک (سرسختی) را پیش بینی کند و در حالی که یک واحد تغییر در انحراف استاندارد متغیر رضایت زناشویی باعث می شود تا انحراف استاندارد متغیر ملاک سرسختی به میزان ۰/۰۵۷ تغییر نماید. بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه بین رضایت زناشویی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد، تایید می شود.

### بحث و نتیجه گیری

فرضیه اصلی: «بین هوش هیجانی، استرس ادراک شده و رضایت زناشویی با کیفیت زندگی و سخت رویی زنان متأهل ارتباط وجود دارد»

با توجه به نتایج جدول ۲ نشان می دهد بین مؤلفه های هوش هیجانی (خودآگاهی هیجانی، خودتنظیمی) با کیفیت زندگی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ ). بین مؤلفه های هوش هیجانی (هولی) با کیفیت زندگی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < ۰/۰۵$ ). بین مؤلفه های هوش هیجانی (خودآگاهی، خودکنترلی، همدلی، مهارت های اجتماعی) با سرسختی روان شناختی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ ). بین استرس ادراک شده با کیفیت زندگی رابطه معنی دار منفی وجود دارد. ( $p < ۰/۰۱$ ). بین استرس ادراک شده با سرسختی روان شناختی رابطه معنی دار منفی وجود دارد. ( $p < ۰/۰۱$ ). بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی رابطه معنی دار وجود دارد ( $p < ۰/۰۱$ ). و نتایج جدول ۵.۴ نشان می دهد که دو همبستگی

نتایج جدول ۱۰ نشان می دهد که بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی رابطه معناداری از لحاظ آماری وجود دارد ( $r = ۰/۵۳۶$ ,  $p < ۰/۰۱$ ) همچنین البته این همبستگی مثبت است. یعنی با افزایش نمره رضایت زناشویی نمره کیفیت زندگی افزایش می یابد. چون سطح معناداری  $p = ۰/۰۰۰$  از  $p = ۰/۰۱$  کوچکتر است بنا براین ضریب همبستگی محاسبه شده از لحاظ آماری در سطح ۰/۰۱ معنادار است. با توجه میزان  $\beta$  در مدل همزمان در معادله رگرسیون متغیر رضایت زناشویی ۵۳/۶ درصد تغییرات متغیر ملاک (کیفیت زندگی) را پیش بینی کند و در حالی که یک واحد تغییر در انحراف استاندارد متغیر رضایت زناشویی باعث می شود تا انحراف استاندارد متغیر ملاک کیفیت زندگی به میزان ۰/۰۴۷ تغییر نماید.

بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد، تایید می شود.

### فرضیه فرعی ششم

بین رضایت زناشویی با سرسختی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.

نتایج جدول ۱۱ نشان می دهد که بین رضایت زناشویی با سرسختی رابطه معناداری از لحاظ آماری وجود دارد ( $r = ۰/۳۸۸$ ,  $p < ۰/۰۱$ ) همچنین البته این همبستگی مثبت است. یعنی با افزایش نمره رضایت زناشویی، نمره سرسختی افزایش می یابد. چون سطح معناداری  $p = ۰/۰۰۰$  از  $p = ۰/۰۱$  کوچکتر است بنا براین ضریب همبستگی محاسبه شده از لحاظ آماری در سطح

بالایی هستند دارای مؤلفه های شخصیتی از جمله اعتماد به نفس - قدرت مدیریت استرس -، انعطاف پذیری شخصیتی و توانایی همدلی، استقلال، خود آگاهی و توانایی حل مسئله هستند که این مؤلفه های شخصیتی به نوبه خود باعث بالا رفتن کیفیت زندگی که شامل مؤلفه های سلامت جسمانی و روانی و انتخاب های شغلی مناسب و سطح اقتصادی بالا و ارتباطات اجتماعی مناسب با دیگران می شود.

این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: شاه و همکاران (۲۰۱۰)، نانس و همکاران (۲۰۱۰)، میر و ناگاراچان (۲۰۱۱)، ویور و همکاران (۲۰۰۶)، مارشال و همکاران (۲۰۰۸)، نقی زاده (۱۳۷۹)، رضایی و همکاران (۱۳۸۸)، شاکری نیا و همکاران (۱۳۸۹) در تبیین این امر می توان چنین گفت که مؤلفه های هوش هیجانی که شامل ادراک، ارزیابی و بیان هیجان - تسهیل هیجانی تفکرات - شناخت تحلیل عاطفی و بکار گیری دانش هیجانی - تنظیم هیجان و در هوش هیجانی می توان چنین اشاره کرد.

#### فرضیه فرعی دوم

بین هوش هیجانی با سرسختی متأهل رابطه وجود دارد. جهت تعیین بهترین پیش بینی کننده برای متغیر ملاک سرسختی از بین متغیرهای پیش بینی کننده از مدل رگرسیون با روش گام به گام استفاده شده است که متغیرهای همدلی و خودآگاهی وارد معادله شده است که متغیر همدلی به طور مستقیم بر سر سختی اثر دارد و متغیر خودآگاهی نیز به طور مستقیم بر متغیر سر سختی اثر دارد میزان اثر متغیر همدلی ۰/۳۷۳ است و میزان اثر متغیر خودآگاهی ۰/۲۶۸ است.

یافته های این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: هیگ و بورنی (۲۰۰۶)، استروم (۲۰۰۲) ناگاراچان (۲۰۱۱)، سولمون و همکاران به نقل از نقی زاده (۱۳۷۹)، شیورانی و همکاران (۱۳۹۰).

در تبیین این امر می توان گفت عنوان کرد که بین مؤلفه های هوش هیجانی و سرسختی رابطه معناداری

کانونی اول استرس ادراک شده در جهت معکوس پیش بینی را نشان می دهد و بیشترین تأثیر این متغیرها بر متغیر های ملاک به ترتیب کیفیت زندگی، رضایت زناشویی، سرسختی روان شناختی، خود تنظیمی، خود آگاهی، همدلی، مهارت اجتماعی را مورد پیش بینی قرار می دهند و بطور کلی می توان گفت قدرت پیش بینی متغیرهای پیش بین برای کیفیت زندگی و سر سختی روان شناختی ۵۶ درصد است.

این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: شاه و همکاران (۲۰۱۰)، نانس و همکاران (۲۰۱۰)، میر و ناگاراچان (۲۰۱۱)، ویور و همکاران (۲۰۰۶)، مارشال و همکاران (۲۰۰۸)، نقی زاده (۱۳۷۹)، رضایی و همکاران (۱۳۸۸)، شاکری نیا و همکاران (۱۳۸۹) در تبیین این امر می توان چنین گفت که مؤلفه های هوش هیجانی که شامل ادراک، ارزیابی و بیان هیجان - تسهیل هیجانی تفکرات - شناخت تحلیل عاطفی و بکار گیری دانش هیجانی - تنظیم هیجان و در هوش هیجانی می توان چنین اشاره کرد.

#### فرضیه فرعی اول

بین هوش هیجانی با کیفیت زندگی زنان متأهل رابطه وجود دارد. جهت تعیین بهترین پیش بینی کننده برای متغیر ملاک کیفیت زندگی از بین متغیرهای پیش بینی کننده از مدل رگرسیون با روش گام به گام استفاده شده است که متغیر های خودتنظیمی، خودآگاهی وارد معادله شده است. و متغیر خودتنظیمی به طور مستقیم بر کیفیت زندگی اثر دارد و میزان اثر متغیر خودتنظیمی ۰/۴۸۷ و متغیر خودآگاهی نیز بطور مستقیم بر کیفیت زندگی اثر دارد و میزان اثر متغیر خودآگاهی ۰/۲۲۸ است.

این پژوهش همسو موازی است با پژوهش های: مارشال و همکاران (۲۰۰۸)، ویو و همکاران (۲۰۰۶)، میر و ناگاراچان (۲۰۱۱)، شاکری نیا (۱۳۸۹)، اسمعیل خانی (۱۳۸۹).

در تبیین این امر می توان عنوان کرد که همانطور که در فرضیه قبل عنوان شد افرادی که دارای هوش هیجانی

وجود دارد. به عنوان مثال مؤلفه های بین فردی هوش هیجانی که شامل (همدلی، مسئولیت پذیری اجتماعی و روابط بین فردی است با مؤلفه تعهد که مربوط به سخت رویی است رابطه دارد یعنی افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند (در مؤلفه روابط بین فردی) دارای تعهد (مؤلفه سخت رویی) هستند.

#### فرضیه فرعی سوم

« بین اسرس ادراک شده، با کیفیت زندگی زنان متأهل رابطه وجود دارد. نتایج جدول ۱۱.۴ نشان می دهد که بین اسرس ادراک شده با کیفیت زندگی رابط معنی داری در جهت منفی وجود دارد ( $p < 0/01$ ).

یافته های این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: مارشال (۲۰۰۸)، ویور (۲۰۰۸)، میر و ناگارجان (۲۰۱۱)، رضایی (۱۳۸۸)، رجبی و همکاران (۱۳۹۰).

در تبیین این امر می توان عنوان کرد که زنان متأهلی که دارای کیفیت زندگی بالایی هستند دارای مؤلفه های سلامت جسمانی، شرایط اقتصادی مناسب و ارتباطات اجتماعی مناسب و انتخابات شغلی و حرفه ای مناسب هستند که تمام این مؤلفه ها می تواند باعث برخورد مناسب و منطقی با موقعیت استرس زا شده، به عنوان مثال موقعیت و منزلت اجتماعی اقتصادی مناسب باعث بالا رفتن صفات شخصیتی از جمله اعتماد به نفس خودآگاهی و توانایی حل مسئله شده که تمامی آنها جزء مؤلفه های هوش هیجانی اند و این صفات شخصیتی باعث شده فرد در برخورد با موقعیت استرس زا بتواند از تحلیلی منطقی و مناسب و راهبردهای حل مسئله و منابع حمایتی مناسبی استفاده نماید.

#### فرضیه فرعی چهارم

« بین اسرس ادراک شده، با سرسختی زنان متدهل رابطه وجود دارد.»

نتایج جدول ۱۲.۴ نشان می دهد که بین اسرس ادراک شده با سرسختی رابطه منفی معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ). یافته های این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: هیگ و بورنی (۲۰۰۶)، استروم (۲۰۰۰)، مارشال و همکاران (۲۰۰۶)، نقی زاده (۱۳۷۹)، شیورانی و همکاران (۱۳۹۰).

در تبیین این امر می توان عنوان کرد که سخت رویی بر اساس دیدگاه کوباسو، کوباسو نوعی سبک شخصیتی است که مؤلفه های تعهد، کنترل و مبارزه جویی جزئی از مؤلفه های آن می باشد.

#### فرضیه فرعی پنجم

« بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی زنان متأهل ارتباط وجود دارد.»

نتایج جدول ۱۳.۴ نشان می دهد که بین رضایت زناشویی با کیفیت زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد ( $p < 0/01$ ).

یافته های این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های: مارشال و همکاران (۲۰۰۸)، ویور و همکاران (۲۰۰۶)، نانس و همکاران (۲۰۱۰)، رضایی و همکاران (۱۳۸۸)، شیورانی و همکاران (۱۳۹۰).

در تبیین این امر می توان عنوان کرد در تعریفی که از رضایت وجود دارد عنوان می شود انطباق سلیقه ها شناخت صفات شخصیتی - ایجاد قواعد رفتاری و شکل گیری الگوی مروده ای و همچنین مؤلفه های رضایت زناشویی را بطور خلاصه می توان چنین عنوان کرد شناخت، سلامت جسمانی زوجین، تعامل زوجین، حمایت اجتماعی و کمبود روابط خشونت آمیز بین زوجین که بدون شک این مؤلفه ها با مؤلفه های کیفیت زندگی که شامل سلامت جسمانی، شرایط اقتصادی اجتماعی مناسب، انتخاب های مناسب شغلی رابطه وجود دارد

#### فرضیه فرعی ششم

« بین رضایت زناشویی با سرسختی زنان متأهل رابطه وجود دارد.»

- کورتیس، روان شناسی سلامت ، ترجمه فرامرز سهرابی (۱۳۸۰)، تهران : انتشارات طلوع دانش.

- فرانکن، انگیزش و هیجان ، ترجمه حسن شمس آبادی ؛ اسفند آباد وهمکاران (۱۳۸۴) ، تهران ؛ نشر نی .

- رجبی ، غلامرضا . قربانی ، فردین . خجسته مهر، رضا (۱۳۹۰). بررسی رابطه ایدئولوژی جنینی، نقش های زناشویی ، هوش هیجانی و کیفیت زندگی. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، سال اول، شماره ۱، صص ۳۹۰-۵۳.

- یوسفی، فریده، صفری، هاجر (۱۳۸۸). بررسی رابطه هوش عاطفی با کیفیت زندگی و ابعاد آن مطالعات روان شناختی ، دوره ۵ شماره ۴.

- شیورانی، منا. آزاد فلاح ، پرویز. الهیاری ، عباسعلی (۱۳۹۰). رابطه سرسختی و رضایت زناشویی در زوج های جوان ایرانی. فصلنامه خانواده پژوهی ، سال هفتم ، شماره ۲۷، صص ۲۸۱-۲۹۲.

- شاکرنیا ، ایرج (۱۳۸۹). بررسی رابطه میزان ادراک صدا ، سرسختی روان شناختی و سلامت روان با کیفیت زندگی در ساکنین پر سروصدای رشت ، مجله سلامت و محیط ، فصلنامه علمی پژوهشی انجمن علمی بهداشت محیط . سال سوم، شماره ۴، صص ۴۷۵-۴۸۴.

- اسمعیل خانی ، فرشته. احدی، حسن . مظاهری ، محمد مهدی . مهرابی زاده هنرمند ، مهناز عسگری، پرویز (۱۳۸۹)، بررسی رابطه ساده و چندگانه هوش هیجانی ، خودکارآمدی و سرسختی روان شناختی با سبک مدیریت تعارض سازش در دانشجویان ، یافته های نو در روان شناسی ، پاییز ۱۳۸۹، صص ۱۰۹-۱۲۳.

- نجات ، سحرناز . منتظری ، علی . هلاکویی، نائینی ، کوروش، محمد، کاظم، مجدزاده، رضا (۱۳۸۵) استاندارد سازی پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت ، دوره ۴، شماره ۴، صص ۱-۲.

نتایج جدول ۱۴.۴ نشان می دهد که بین رضایت زناشویی و کیفیت زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد . ( ۰/۰۱ < p )

یافته های این پژوهش همسو و موازی است با پژوهش های هیگ و همکاران (۲۰۰۶) ، استروم و همکاران (۲۰۰۰)، ویورو همکاران (۲۰۰۶) ، نانس (۲۰۱۰)، نقی زاده (۱۳۷۹)، شیورانی و همکاران (۱۳۹۰) ، اسمعیل خانی و همکاران (۱۳۸۹).

در تبیین این امر می توان عنوان کرد زنانی که دارای صفت شخصیتی سخت رویی هستند که شامل : کنترل ، تعهد و مبارزه طلبی است دارای رضایت زناشویی بالا که شامل مؤلفه های شناخت ، سلامت جسمانی و تعامل مناسب و حمایت از یکدیگر و خشونت کم هستند.

محدودیت ها

عدم همکاری برخی از زنان متأهل با پژوهشگر عدم اطمینان از میزان صداقت زنان در پاسخگویی به سوالات پرسشنامه عدم توانایی کنترل کامل متغیرهای مزاحم از جمله متغیرهای شخصیتی (حافظه ، استعداد، رقبت وانگیزه ) و متغیرهای عاطفی (خلق و خو و هیجانات).

پیشنهادات

پیشنهاد می شود در پژوهش های بعدی رابطه متغیرهای دیگر با هوش هیجانی پرداخته شود

از جمله : سلامت روان

پیشنهاد می شود در پژوهش های بعدی به بررسی اثر بخشی آموزش هوش هیجانی بر میزان رضایت و کیفیت زندگی زنان

پیشنهاد می شود در پژوهش های بعدی این پژوهش روی جامعه دیگر (مردان متأهل ) انجام گیرد .

منابع

- آقایار ، س. شریفی درآدمی ، پ. (۱۳۸۵)، هوش هیجانی ، کاربرد هوش در قلمرو هیجان ، اصفهان : انتشارات سپاهان.

- Mayer, J.D . Dipaolo, M.T., and salvey,P (1990).*Derceiving affective content in ambiguous visual stimulus : A compoment of emotional intelligence*.Journal of nersonolity Assessment ,54,772,781.
- ۳-Bar- on, R. (2000),*Bar- on Emotional quotient inventory (Eq- I)*: technical manual.Toronto,Canada:multi-Health systems.
- ۴Bar- on, R.(1997), *Bar- on Emotional Quotient inventory (EQ- i)*: Technical manual.Toronto,Canada:Multi- Health systems.
- Golman, D.(1995). , *Emotional intelligence*, New york : Bnatana Books.
- Cohen , S ,. Kamarck, T., and mermelstein, R . (1983). *A global measure of perceived stress*. Journal of health and social Behavior,24,358-396.
- Folford , Danial C .,the *Rple of emotional intelligence in the quality of life of individuals with Bipolar I Disorder*.(2011). Open Access Dissertations. Paper591.

---

Quarterly Journal of Educational Psychology

Islamic Azad University Tonekabon Branch

Vol. 3, No. 2, summer 2011, No 10



Journal of Educational  
Psychology

---

## The Relationship between Social Conformity and Independence in Judgment

Shohreh Ghorban Shiroodi<sup>1\*</sup>

1) Assistant professor, Islamic Azad University. Tonekabon Branch, Tonekabon, Iran.

\*Corresponding author: shohrehghorbanshirodi@yahoo.com

---

### Abstract

Women as the basic and original elements of society, have very determine roles in motivation, jumpings and personality formation and social behavior in their own society. The search has been done for studing the relation between exciting intelligence, understanding sress and satisfaction of marriage with the quality of life and the obstinacy of married women in tonekaboon small province. Present search is a correlation study and 120 members of married women have been selected with the method of multi-stage random duster sampling. The instruments of seach consist of shrink's exciting intelligence questionnaires, kohn's understanding stress and Intich's satisfaction of marriage. These ins truments are used for assessing the quality of life with assessment scale, the quality of life in universal health organization ad obstinacy of log and Goust and they all are analyzed cvith statistical method of pearsonioan correlation – focal correlation with Spss statistical softwares, and final result is shown that there is a relationship between exciting intelligence, understanding sress and obstinacy of married women.

**Key words:** exciting intelligence, satisfaction of marriage, relation, Women, Feeling, Life, Understanding

---