

تعیین رابطه ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی

مریم ورامش ابلی^۱، ناصرالدین کاظمی حقیقی^۲

^۱ کارشناس ارشد دانشگاه آزاد تهران مرکزی

^۲ دکترای تخصصی روانشناسی، استاد دانشگاه آزاد تهران مرکزی

نویسنده مسئول:

ناصرالدین کاظمی حقیقی

مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی (سال ششم)
شماره ۲۲ / زمستان ۱۳۹۹ / ص ۳۷-۲۷

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی رابطه ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی پرداخته است. تاکنون این سه مفهوم به طور تعاملی مورد پژوهش واقع نشده اند. نمونه گیری به شیوه در دسترس شامل ۱۴۸ نفر از زنان متأهل مراجعه کننده به سرای محلات تحت نظارت شهرداری غرب تهران بود. آزمون تعاملی شخصیت، فهرست حمایت عاطفی زناشویی و فهرست رضایت از زندگی به عنوان ابزارهای تحقیق اجرا شدند. نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد تعهد و وظیفه مندی به عنوان ویژگیهای شخصیت و و پیماننداری، همکاری و همراهی شوهر در زندگی زناشویی با رضایت از زندگی زنان متأهل رابطه دارند. استنباط می شود رضایت از زندگی زنان متأهل بستگی قابل ملاحظه ای به شخصیت و رضایت زناشویی آنها دارد.

واژگان کلیدی: ویژگی های شخصیت، حمایت عاطفی زناشویی، رضایت از زندگی، زنان متأهل

مقدمه

شخصیت یکی از نیرومندترین پدیده های تعاملی است، چه آنکه شخصیت اشاره دارد به الگوهای متمایز اختصاصی تفکر و هیجان و رفتار هر آدمی که شیوه و سبک تعامل او را با محیطش می سازد (کاظمی حقیقی، ۱۳۹۶). پژوهش های مختلف رابطه بین رضایت از زندگی و ویژگی های شخصیتی را تایید کرده اند. مالمیر (۱۳۹۶)، در مدل یابی رضایت از زندگی، ویژگی های شخصیتی، سبک های حل مسئله، بی تابی روانی و نیروی روانی در افراد متاهل، به این نتیجه رسید، متغیر بی تابی روانی ارتباط بین سبک های حل مسئله با رضایت از زندگی را به صورت کامل و ارتباط بین پیوند جویی و رضایت از زندگی را به صورت جزئی میانجی گری می کند. همچنین دو متغیر پیوند جویی و ارزشگذاری با رضایت از زندگی از طریق متغیر نیروی روانی میانجی گری می شود. نتایج نشان داد سطوح رضایت از زندگی فقط یک پدیده ثانویه نیست که محصول تجارب مثبت زندگی یا ویژگی های شخص و غیره باشد و باید با دید تعاملی و همه جانبه به آن نگریست. باودین^۱ و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهش خود بیان کردند که از بین پنج عامل شخصیت، روان رنجورخویی و برون گرایی بهترین پیش بینی کننده رضایت از زندگی است. کیوودو^۲ و آبلآ^۳ (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافتند که از پنج عامل شخصیت روان رنجور خویی، برون گرایی و وجدانی بودن و توافق پذیری با رضایت از زندگی ارتباط معنی داری دارند تمنایی فرد و بهزاد مقدم (۱۳۹۵) در بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی و رضایت از زندگی نشان داد که رضایت از زندگی با روان نژندی، همبستگی منفی و با برون گرایی، انعطاف پذیری و مسئولیت پذیری همبستگی مثبت دارد اما با دلپذیر بودن رابطه معناداری وجود ندارد. یکی از عوامل تعیین کننده سلامت فرد و خانواده که به اهمیت بعد اجتماعی انسان اشاره دارد و در سال های اخیر توجه فزاینده ی را به دست آورده است، حمایت اجتماعی می باشد. حمایت اجتماعی برای هر فرد، یک رابطه امن را بوجود می آورد که در آن احساس صمیمیت و نزدیکی از ویژگی های اصلی آن است. حمایت اجتماعی دارای ابعاد مختلفی است که یکی از ابعاد مهم آن حمایت عاطفی است (لاکاس^۴، ۲۰۱۶). حمایت عاطفی شامل ابراز همدردی، توجه، محبت و علاقه مندی نسبت به فرد است و در این صورت در زمان استرس، احساس آسایش و اطمینان و احساس به جایی تعلق داشتن است (کلخوران و نوری، ۱۳۹۵). بنابراین حمایت عاطفی یکی از ابعاد حمایت اجتماعی است که میتواند نقش مهمی در زندگی زناشویی زوجین داشته باشد (صحراییان، ۱۳۹۳) شرایط محیطی ایمن، گرم، صمیمی و حمایتگر در استحکام و رضایت زناشویی اثر گذارمی باشد. به عبارت دیگر، استواری خانواده ها به ازدواج موفق و رابطه زناشویی بنیادین بستگی دارد. حمایت اجتماعی و حمایت عاطفی در زوجین از تعیین کننده های اصلی استحکام پیوند زناشویی می باشد (کاظمی حقیقی، ۱۳۷۷) که استحکام پیوند زناشویی باعث افزایش رضایت از زندگی در زنان متاهل می گردد. برخی از پژوهشگران خاطر نشان کرده اند که روابط توأم با حمایت عاطفی منبع مهمی برای شادی و رضایت از زندگی است (باتس^۵، ۲۰۱۶، به نقل از خسرو نژاد، ۱۳۹۷). اکثر پژوهش هایی که در کشور ما در زمینه عوامل مرتبط با رضایت از زندگی در زنان متاهل انجام گرفته بر متغیرهایی چون وضعیت اقتصادی، کاهش درآمد خانواده، بیکاری مذهب و سن و چالش های فرهنگی تاکید نموده اند. اکثر پژوهشگران از نقش عوامل دیگری مانند حمایت عاطفی و ویژگی های شخصیت که می تواند به صورت پایدار رضایت از زندگی را تحت تاثیر قرار دهد، غفلت نموده اند. یافتن عواملی که در این میان نقش دارند، می تواند در ارائه راهکارهای مناسب جهت افزایش رضایت از زندگی در حد قابل ملاحظه ای مسیر زندگی زنان متاهل را بهبود بخشد. بنابراین تا کنون پژوهشی با موضوع رابطه ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی زنان متاهل در کشور انجام نشده است. انجام این پژوهش زمینه را برای مطالعه عمیق تر عوامل موثر بر رضایت از زندگی زنان متاهل در خانواده ها بیشتر فراهم می کند که این موارد در سلامت عاطفی خانواده، ثبات خانواده، کاهش تنش روابط، کاهش طلاق و عواملی که احتمالا رضایت از زندگی را افزایش می دهد موثر می باشد. از نتایج این پژوهش روانشناسان، مشاوران خانواده، طلاق و ازدواج، مراکز مشاوره و روان درمانی خانواده و پژوهشگران حوزه علوم انسانی و روانشناسی و مراکز تحقیقاتی و دانشگاهی می توانند در جهت ارائه راهکارهایی به منظور افزایش رضایت از زندگی در زنان متاهل ذی نفع شوند. با توجه به اهمیت عواملی مانند ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی بر رضایت از زندگی و به دلیل فقر پیشینه پژوهشی و خلا که در این رابطه وجود دارد، بنابر این با توجه به مطالب بیان شده و از آنجا که رضایت از زندگی در زنان متاهل در استحکام خانواده نقش اساسی دارد و به دنبال آن باعث جامعه ی موفق می گردد؛ شناخت عوامل اثرگذار بر رضایت از زندگی زنان متاهل قابل توجه می باشد و از آنجایی که تا کنون در پژوهشی به بررسی رابطه ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی در زنان متاهل به طور همزمان پرداخته نشده است و این خلا پژوهشی وجود دارد، در این پژوهش به این سؤال پاسخ داده شده است که آیا ویژگی های شخصیت با رضایت از زندگی در زنان متاهل رابطه دارد؟ آیا حمایت عاطفی زناشویی با رضایت از زندگی در زنان متاهل رابطه دارد؟

^۱ -Baudin
^۲ -Quevedo
^۳ -Abella
^۴ -Lacasse
^۵ -Bates

روش :

پژوهش حاضر از نظر هدف در دسته پژوهش های کاربردی بوده و از نظر روش شناسی از نوع تحقیقات همبستگی بوده است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان متاهل شهر تهران بوده است. به منظور نمونه گیری تعداد ۲۰۰ نفر از زنان متاهل مراجعه کننده به سرای محلات تحت نظارت شهرداری غرب تهران به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند، که تعداد پرسشنامه های قابل بررسی ۱۴۸ نفر بود که به منظور تجزیه و تحلیل وارد نرم افزار گردید.

ابزار:

آزمون شخصیتی شش عاملی: «آزمون تعاملی شخصیت» چنان که ذکر شد بر پایه نظریه هیجان اندیشه پی ریزی شده است و دارای ۷۲ گویه است که در مقیاس لیکرت از ۱ تا ۵ نمره گزاری می شود. این آزمون در سه مقیاس، ده خصیصه شخصیت را می سنجد. در بررسی موجود مؤلفه های تعهد، احساس ارجمندی، بیتابی روانی، ظرفیت تحلیلی، وظیفه مندی و یکپارچگی شناختی مرکب از ۴۸ سؤال مورد مطالعه قرار گرفتند. ضریب پایایی «آزمون تعاملی شخصیت» بر پایه آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۸۱ گزارش شده است. همچنین ضرایب پایایی تعهد، ۰/۷۹۹، بیتابی روانی ۰/۷۰۹، ظرفیت تحلیلی ۰/۷۷۵، وظیفه مندی ۰/۷۲۴، و یکپارچگی شناختی ۰/۶۹۳ حاصل گردید. آزمون تعاملی شخصیت در یک جمعیت ۹۳۴ نفری از زنان و مردان هجده تا چهل ساله، هنجاریابی افتراقی جنسیتی شده است. (عباسقلی زاده، ۱۳۹۸)

فهرست حمایت عاطفی زناشویی: به منظور بررسی حمایت عاطفی زناشویی از پرسشنامه حمایت عاطفی استفاده شده است. این فهرست توسط کاظمی حقیقی (۱۳۹۶) تدوین شده است. این پرسشنامه شامل ۳۸ ماده با پنج خرده مقیاس است. ارزشیابی، پیماننداری، همراهی، همکاری و خشنودی خرده مقیاس های این فهرست است و دارای طیف چهار گزینه ای (۱: بسیار کم، ۲: کم، ۳: متوسط و ۴: بسیار زیاد) می باشد. این عوامل مجموعاً از ۷۰ درصد واریانس برخوردار است. استفاده از تحلیل مولفه های اصلی نشان داد که شاخص کایزر مایر اوکلین برابر با ۰/۸۶۸ و شاخص کروییت بارتلت به لحاظ آماری معنادار بود. ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۴ است که بیانگر همسانی درونی بسیار قابل قبول گویه های هریک از مولفه های استخراج شده است.

فهرست رضایت از زندگی: این فهرست شامل ۶۲ عبارت می باشد و دارای طیف لیکرت (۱: بسیار کم، ۲: کم، ۳: متوسط، ۴: زیاد، ۵: بسیار زیاد) است. مشخصات روانسنجی مقیاس تعالی فردی فهرست ۶۲ رضایت از زندگی با ۳۷ گویه و شش مولفه استخراجی به شرح جدول ذیل می باشد و میزان پایایی هر کدام از این شش عامل یا مولفه همراه با پایایی کل پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ محاسبه شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:

مولفه ها	استواری	تعالی	پشتیبانی	فردیت	معنویت	تاثیر	کل مقیاس
مقدار آلفای کرونباخ	۰/۸۳۰	۰/۸۰۶	۰/۸۱۵	۰/۶۸۹	۰/۸۵۰	۰/۵۰۳	۰/۸۸۸

بر اساس مقادیر محاسبه شده، مولفه معنویت بیشترین و مولفه تاثیر کمترین میزان آلفای کرونباخ را به خود اختصاص دادند. ضریب آلفای کل مقیاس تعالی فردی نیز ۰/۸۸۸ است. مشخصات روانسنجی مقیاس ارجمندی فهرست ۶۲ رضایت از زندگی با ۱۷ گویه و چهار مولفه استخراجی به شرح ذیل می باشد: میزان پایایی هر کدام از این چهار عامل یا مولفه همراه با پایایی کل مقیاس از طریق آلفای کرونباخ محاسبه شد که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:

درست زیستی	بالندگی	وجاهت	خودکامیابی	کل مقیاس
۰/۸۱۵	۰/۷۶۲	۰/۶۸۶	۰/۵۳۶	۰/۸۵۴

با توجه به نتایج آزمون آلفای کرونباخ، میزان همسانی درونی پرسشنامه در حد مطلوبی (۰/۸۵۴) قرار دارد. در مجموع با توجه به میزان پایایی هر دو مقیاس ۳۷ گویه ای و ۱۷ گویه ای همراه با مولفه های تشکیل دهنده آنها تایید می شود (کریمی، ۱۳۹۸).

یافته ها:

ابتدا به بررسی شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش پرداخته شده است، نتایج نشان داد مقدار دامنه کجی و کشیدگی از سطح ۲- تا ۲+ فراتر نیست، به عبارتی می توان نتیجه گرفت که داده ها دارای و کج و کشیدگی قابل توجه ای نیستن و در آستانه نرمال قرار دارند.

جدول ۱: جدول ویژگی های توصیفی متغیر ها پژوهش

متغیر	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
احساس ارجمندی	2	10	6.59	1.923	-.091	-.628
وظیفه مندی	6	25	16.93	3.873	-.077	-.414
یکپارچگی شناختی	4	15	9.38	2.209	-.015	-.295
تعهد	6	20	13.49	3.419	-.091	-.633
بیتابی	5	18	11.54	3.010	.091	-.426
ظرفیت تحلیلی	4	15	9.98	2.696	.126	-.462
استواری	16	43	31.61	5.553	-1.433	2.669
تعالی	7	34	25.68	4.959	-1.412	2.546
تاثیر	14	20	16.95	1.449	.437	-.739
فردیت	4	19	12.30	2.468	-.934	2.321
پشتیبانی	7	22	15.62	2.565	.368	-.099
معنویت	4	10	5.86	1.325	1.083	.648
درست زیستی	19	26	21.67	1.728	.484	-.937
بالندگی	10	24	19.46	2.287	-.795	2.454
وجاهت	12	18	14.80	1.624	.391	-1.044
خودکامیابی	4	16	10.26	2.405	.630	.709
ارزندگی	11	36	25.54	5.009	-1.550	2.868
پیماننداری	5	11	7.29	1.258	.786	.254
همراهی	6	14	9.28	1.437	.714	.348
همکاری	6	19	11.89	2.980	.068	.124
پشتیبانی	6	28	12.07	4.299	.825	.315

همان طور که داده های جدول ۱ نشان داد می توان استنباط کرد که هیچ کدام یک از متغیر های پژوهش دارای کجی و کشیدگی قابل توجه ای که بتوانند در نتیجه آزمون های آماری تاثیر بگذارند وجود نداشت. همچنین بررسی داده های پرت تک متغیر نشان داد از این مفروضه تخطی نکرده ایم و داده های پرت وجود ندارد. همچنین بررسی ماتریس پراکندگی در رابطه خطی بین متغیر های نشان از آن داشت که بین مولفه های رضایت از زندگی با ویژگی های شخصیت و حمایت عاطفی زناشویی رابطه خطی وجود دارد. به عبارت دیگر رابطه ی خطی بین متغیرها مشاهده می شود که می توان نتیجه گرفت که از مفروضه خطی بودن بین متغیرها تخطی نکرده ایم. برای بررسی فرضیه همبستگی مولفه های رضایت از زندگی و شخصیت با توجه به اینکه داده های پرسشنامه ها نرمال و مقیاس پرسشنامه ها در سطح فاصله ای هستند از روش آماری همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین مولفه های رضایت از زندگی با ویژگی های شخصیت

متغیرها	احساس ارجمندی	وظیفه مندی	یکپارچگی شناختی	تعهد	بیتابی	ظرفیت تحلیلی
استواری	.165	.303**	.085	.350**	-.108	.242
تعالی	.172	.226**	.111	.168*	-.169	.176
تاثیر	.237**	.319**	.170*	.261**	-.206*	.190
فردیت	.100	.317**	.137	.366**	-.270**	.327
پشتیبانی	.193*	.362**	.127	.329**	-.211*	.300
معنویت	.189*	.332**	.056	.298**	-.208*	.266
درست زیستی	.209*	.365**	.143	.342**	-.212*	.292
بالندگی	.152	.276**	.098	.273**	-.100	.230
وجاهت	.248**	.423**	.124	.355**	-.175*	.334
خودکامیابی	.155	.263**	.113	.301**	-.075	.271

** معنادار در سطح ۰.۰۱ / * معنادار در سطح ۰.۰۵

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می شود همبستگی بین مولفه های رضایت از زندگی با ویژگی های شخصیت نشان داده شده است. نتایج نشان می دهد که استواری به عنوان یکی از مولفه های رضایت از زندگی با مولفه های ویژگی های شخصیت وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت و با بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد.

مولفه های رضایت از زندگی تعالی با مولفه های شخصیت، وظیفه مندی و تعهد رابطه همبستگی مثبت معنادار را نشان می دهد. مولفه تاثیر با مولفه های شخصیت احساس ارجمندی، وظیفه مندی یکپارچگی شناختی و تعهد همبستگی مثبت و با بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه فردیت با مولفه های شخصیت، وظیفه و تعهد همبستگی مثبت و با روان آوارگی و بیتابی رابطه همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه پشتیبانی با مولفه های شخصیت، احساس ارجمندی، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت و با روان آوارگی و بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه معنویت با مولفه های شخصیت احساس ارجمندی، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت و با روان آوارگی و بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه درست زیستی با مولفه های شخصیت احساس ارجمندی، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت و با بیتابی همبستگی مثبت و با بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه بالندگی با مولفه های شخصیت، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت معنادار را نشان می دهد. مولفه وجاهت با مولفه های شخصیت، احساس ارجمندی، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت و با بیتابی همبستگی منفی معنادار دارد. مولفه خود کامیابی با مولفه های شخصیت احساس ارجمندی، وظیفه مندی و تعهد همبستگی مثبت معنادار دارد. در آخر همانطور که مشاهده می شود قوی ترین همبستگی میان مولفه پشتیبانی با وظیفه مندی ($r=0.362$) و کوچک ترین همبستگی میان تاثیر و یکپارچگی شناختی است. برای بررسی فرضیه رضایت از زندگی و حمایت زناشویی هم با توجه به اینکه داده های پرسشنامه ها نرمال و مقیاس پرسشنامه ها در سطح فاصله ای هستند از روش آماری همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۴: ماتریس همبستگی بین مولفه های رضایت از زندگی با مولفه های حمایت عاطفی زناشویی

متغیرها	ارزندگی	پیماننداری	همراهی	همکاری	پشتیبانی ^۶
استواری	.275**	.282**	.206*	.250**	.119
تعالی	.016	.413**	-.083	.274**	.105
تاثیر	-.057	.661**	.235**	-.086	.207*
فردیت	-.233**	.353**	.446**	.169	.056
پشتیبانی	-.170*	.627**	.645**	.061	.114
معنویت	-.111	.486**	.592**	.218**	-.098
درست زیستی	-.191*	.664**	.643**	.023	.079
بالندگی	-.162*	.292**	.387**	-.081	.081
وجاهت	-.199*	.658**	.662**	.065	.116
خودکامیابی	.030	.522**	.526**	-.123	.058

** معنادار در سطح ۰.۰۱ / * معنادار در سطح ۰.۰۵

همان طور که نتایج در جدول ۳ آمده است، همبستگی بین مولفه های رضایت از زندگی با حمایت عاطفی زناشویی نشان داده شده است. نتایج نشان می دهد که استواری به عنوان یکی از مولفه های رضایت از زندگی با مولفه های حمایت عاطفی زناشویی ارزندگی، پیماننداری، همراهی و همکاری رابطه همبستگی مثبت معنادار را نشان می دهد. مولفه تعالی با مولفه های پیماننداری و همکاری دارای همبستگی مثبت معنادار است. مولفه تاثیر با مولفه های پیماننداری، همراهی و همکاری دارای همبستگی مثبت و با ارزندگی همبستگی منفی معنادار است. مولفه پشتیبانی با مولفه های پیماننداری و همراهی دارای همبستگی مثبت و با ارزندگی همبستگی منفی معنادار است. مولفه های رضایت از زندگی معنویت با مولفه های حمایت عاطفی پیماننداری، همراهی و همکاری دارای همبستگی مثبت معنادار است. مولفه درست زیستی با مولفه های پیماننداری و همراهی دارای همبستگی مثبت معنادار است. مولفه بالندگی با مولفه های پیماننداری، همراهی دارای همبستگی مثبت معنادار است. مولفه وجاهت با مولفه های پیماننداری و همراهی دارای همبستگی مثبت و با ارزندگی همبستگی منفی معنادار است. مولفه وجاهت با مولفه های پیماننداری و همراهی دارای همبستگی مثبت معنادار است. در آخر همانطور که مشاهده می شود قوی ترین همبستگی میان مولفه درست زیستی با پیماننداری ($r=0.664$) و کوچک ترین همبستگی میان استواری و همراهی ($r=0.206$) است.

^۶ مولفه پشتیبانی در حمایت عاطفی زناشویی متفاوت با پشتیبانی در رضایت از زندگی است.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به بررسی یافته‌ها می‌توان نتیجه‌گیری کرد همبستگی بین مؤلفه‌های رضایت از زندگی با ویژگی‌های شخصیت وجود دارد. تأثیر، فردیت، پشتیبانی، درست زیستی و خودکامیابی از مؤلفه‌های رضایت از زندگی نیز به‌صورت کامل با ویژگی‌های شخصیت رابطه معنادار را نشان می‌دادند.

منظور از رضایت زندگی نگرش فرد، از ارزیابی عمومی نسبت به کلیت زندگی خود و یا برخی از جنبه‌های زندگی همچون زندگی خانوادگی و تجربه آموزشی است (زکی، ۱۳۹۵). به‌طور کلی احساس خرسندی کلی فرد از زندگی می‌باشد (مکینتاش^۷، ۲۰۰۱). رضایت زندگی یک مفهوم ذهنی و منحصر به فرد برای هر انسانی و عنصر اصلی بهزیستی ذهنی است. این پدیده شامل ارزیابی کلی از زندگی و مبتنی بر قضاوت فردی است که طی آن بین ملاک‌های شخص با شرایط زندگی واقعی مقایسه انجام می‌شود. هرچه واقعیت زندگی با ملاک‌های فرضی فرد به هم نزدیک باشند شخص از زندگی خود احساس رضایت بیشتری می‌کند. رضایت از زندگی می‌تواند سبب شکل‌گیری شخصیت سالم در زنان شده و شخصیت سالم نیز به رضایت از زندگی در زنان منجر می‌شود (فاضلی، ۱۳۸۹؛ به نقل از بی‌تا و جعفری هرنی، ۱۳۹۸). عوامل شخصیتی بیشتر از عوامل موقعیتی تأثیر بر روی هیجانات مثبت و منفی و همچنین بر روی رضایت از زندگی دارند (لیبمرزی^۸ و همکاران، ۲۰۰۵). در تبیین این نتایج می‌توان اشاره کرد که هرچه ارزش و منزلت ازدواج تعالی می‌یابد، نگرش مثبت نسبت به آن نیز افزونی نشان می‌دهد و نیز جذابیت جسمانی همسر در تقویت نگرش مزبور تأثیر و نقش فراوانی خواهد داشت (کاظمی حقیقی، ۱۳۷۷). افراد با احساس رضایت بالا از زندگی هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و از خود، گذشته، آینده‌شان و حوادث پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند و آن‌ها را خوشایند توصیف می‌کنند. رضایت از زندگی یک مفهوم ذهنی و منحصر به فرد برای هر انسان است که جزء اساسی بهزیستی ذهنی را تشکیل می‌دهد و عموماً به ارزیابی شناختی از زندگی خود اشاره دارد. این مفهوم شامل ارزیابی کلی از زندگی بوده و فرایندی مبتنی بر قضاوت فردی است. برای تعیین میزان رضایت از زندگی، مقایسه‌ای بین ملاک‌های فرضی شخص با زندگی واقعی‌اش صورت گرفته و هر چه واقعیت زندگی با این ملاک‌های فرضی به هم نزدیک باشد و شخص احساس رضایت بیشتری از زندگی می‌کند (دلاهیج، گیلارد و ون دم^۹، ۲۰۱۰).

نتایج پژوهش‌ها بیان‌کننده آن است که افراد با رضایت از زندگی پایین در معرض مشکلات روانی، اجتماعی و عاطفی از قبیل افسردگی، خودپنداره پایین و تعاملات اجتماعی نامناسب قرار دارند (کرمی جویانی، سروقد و بقلی، ۱۳۹۴). رضایت از زندگی پایین با افزایش تحریک‌پذیری و پرخاشگری به تعاملات اجتماعی به فرد آسیب می‌زند. افراد با رضایت پایین از زندگی، در مقابل ناامیدی، کاهش عملکرد و مشکلات جدی روان‌شناختی آسیب‌پذیرند. افراد با احساس رضایت پایین خود، گذشته و آینده‌شان و همچنین رویدادها و موقعیت‌های زندگی خود را نامطلوب ارزیابی کرده و هیجان‌های منفی مانند اضطراب و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند (نقوی، ۱۳۹۵).

این یافته‌ها همسو با نتایج پژوهش (مرعشی و همکاران، ۱۳۹۵) می‌باشد با این تفاوت که در این پژوهش ویژگی شخصیتی و رضایت از زندگی در کارکنان یک شرکت صنعتی مورد بررسی قرار گرفت. همچنین همسو با نتایج پژوهش (کرمی جویانی و همکاران، ۱۳۹۴) می‌باشد با این تفاوت که در این پژوهش ویژگی شخصیتی و رضایت از زندگی دانش آموزان بررسی شد. همچنین همسو با نتایج پژوهش (کلانتر و همکاران، ۱۳۹۷)؛ (بی‌تا و جعفری هرنی، ۱۳۹۷) می‌باشد. از جمله پژوهش‌های غیرهمسو با این نتایج می‌توان به نتایج پژوهش صادقی و همکاران (۱۳۹۴) اشاره کرد که در این پژوهش به بررسی همزمان ویژگی شخصیتی در زوجین پرداخته شده است و نتایج نشان داد که شباهت ویژگی‌های شخصیتی به‌تنهایی باعث افزایش رضایت زناشویی نمی‌شود. از دلایل احتمالی این تفاوت در نتایج را می‌توان در تفاوت در جامعه آماری و بررسی ویژگی‌های شخصیتی با استفاده از پرسشنامه‌های متفاوت است.

همچنین، بررسی یافته‌ها نشان داد بین مؤلفه‌های رضایت از زندگی و حمایت عاطفی زناشویی همبستگی وجود دارد. مؤلفه‌های پشتیبانی، معنویت، وجاهت، بالندگی و خودکامیابی نیز به‌صورت کامل با حمایت عاطفی زناشویی رابطه مثبت معنادار دارند. در مورد مؤلفه‌های تعالی، تأثیر، فردیت و درست زیستی به‌جز روابط بین تعالی با همکاری، تعالی با پشتیبانی زناشویی و همچنین تأثیر با پشتیبانی زناشویی، فردیت با پشتیبانی زناشویی، درست زیستی با پشتیبانی زناشویی که غیر معنادار هستند، بقیه روابط بین این متغیرها نیز مثبت و معنادار است. به این مفهوم که در زندگی زناشویی زنان هرچه رضایت بالاتری داشته باشند حمایت عاطفی بیشتری از خود بروز می‌دهند. رضایت از زندگی عبارت از ارزیابی شناختی-عاطفی از زندگی خود است. این ارزیابی‌ها از واکنش‌های احساسی نسبت به وقایع به‌علاوه تفاوت‌های شناختی از رضایت و برآورده شدن خواسته‌ها تشکیل شده‌اند. رضایت از زندگی به‌عنوان نشانه‌ای بارز از سازگاری در ابعاد مختلف است (مرعشی، محرابیان و مسلمان، ۱۳۹۵). انسان نیازمند محبت است و آن را نزد خانواده، دوستان، آشنایان و همکاران جستجو می‌کند، همچنین اگر

^۷ McIntosh

^۸ Lyubomirsky

^۹ Delahaij, Gaillard & Van Dam

نیازهای عاطفی و روانی پاسخ داده شود، می‌تواند موجبات رشد و تکامل افراد را فراهم آورد. تقویت حمایت همسران از زنان و ارضای نیازهای خودتعیین‌گری در رابطه زوجین می‌تواند زمینه تعاملات مثبت و کاهش تعارض زناشویی در رابطه زناشویی را فراهم نماید (موسوی و قلی نسب، ۱۳۹۸). با توجه به اینکه حمایت عاطفی شامل ابراز همدردی، توجه، محبت و علاقه‌مندی نسبت به فرد است می‌توان گفت هرچقدر رضایت‌مندی در زنان افزایش یابد ارزیابی وی از زندگی نتیجه مثبت‌تری دارد و به همسر خود بهتر و بیشتر توجه، محبت و علاقه‌مندی نشان می‌دهد. نظام ارزشی زوجین نسبت به ازدواج و رابطه زناشویی، پایه نگرشی و ارزشی رضایت زناشویی را تشکیل می‌دهد و هرچه این نظام در زندگی محکم‌تر باشد بروز حمایت عاطفی افزایش می‌یابد. روابط اجتماعی در زمینه رضایت از زندگی خیلی مهم هستند داشتن دوستان و روابط حمایتی با رضایت‌مندی اثر مستقیم دارد. میزان عشق و علاقه زوجین به یکدیگر، ارزش‌های مشترک، حمایت و پشتیبانی زوجین از همدیگر با میزان رضایت آن‌ها از زندگی زناشویی رابطه معنادار دارد (روزن-گاردن، ایرز و هایت^{۱۰}، ۲۰۰۴). افزایش رضایت زناشویی، باعث ایجاد یک رابطه دوستانه منطقی، تفاهم، درک یکدیگر و ارضای نیازهای مادی و معنوی در زنان است. زنانی که در زندگی رضایت دارند به دلیل کم شدن از میزان استرس آن‌ها در بروز احساسات و عواطف خود بهتر عمل می‌کنند و حمایت بالاتری از خود نشان می‌دهند. هرچه رضایت از زندگی در زنان افزایش می‌یابد میزان احساس ارزشمندی در آن‌ها افزایش می‌یابد زیرا نقش خود را در زندگی مثبت ارزیابی کرده و بیشتر حس همراهی، همکاری و پشتیبانی از خود نشان می‌دهند. رضایت از زندگی در زنان باعث بروز بیشتر عاطفه و عشق می‌شود و میزان حمایت عاطفی را افزایش می‌دهد.

نتایج این پژوهش همسو با نتایج پژوهش (حیدر خانی و همکاران، ۱۳۹۶)؛ توکلی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی بر روی کارکنان زن دانشگاه علوم پزشکی دریافتند حمایت اجتماعی (حمایت عاطفی) بهترین پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی می‌باشد. معتمدی شملزاری و همکاران (۱۳۸۱) و ریماز و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی بر روی سالمندان دریافتند حمایت عاطفی بر رضایت‌مندی از زندگی به‌طور معنی‌داری بیش از حمایت ابزاری بر زنان سالمند مؤثر است. همچنین حسین زاده و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی بر روی نوجوانان نشان دادند رضایت از زندگی در نوجوانان رابطه مثبت معنادار با حمایت اجتماعی (عاطفی) دارد. رضایت زنان متأهل از زندگی به معنای ارضای انتظارات آنها از زندگی است؛ به گونه ای که منجر به تعالی فردی و احساس ارجمندی در آنها شود. در میان یازده عامل مورد بررسی یعنی شش خصیصه شخصیت (تعهد، وظیفه‌مندی، ظرفیت تحلیلی، یکپارچگی شناختی، بی‌تابی روانی و احساس ارجمندی) و پنج مؤلفه حمایت عاطفی زناشویی (پیماننداری، همراهی، همکاری، ارزشمندی و پشتیبانی) فقط ظرفیت تحلیلی یک عامل مستقل از رضایت زنان متأهل در زندگی بود. به تعبیر دیگر، ده خصیصه و مؤلفه کم و بیش با رضایت زنان متأهل در زندگی رابطه دارند. در واقع رضایت این زنان به آمادگی آنها برای فهم، دریافت و گنجینه‌سازی در محوریابی، ریشه‌یابی ساده، مفاهیم، تجزیه و تحلیل مطالب، طبقه‌بندی راحت مفاهیم به شیوه‌های نوین، آرایه آسان دسته‌بندی‌های جدید از مفاهیم سازماندهی ساده‌ی مباحث بستگی ندارد. بلکه رضایت زنان متأهل از زندگی به ویژه متأثر از سه خصیصه شخصیتی (تعهد، وظیفه‌مندی، فقدان بی‌تابی) و سه مؤلفه حمایت عاطفی زناشویی (پیماننداری شوهر، همراهی و همکاری وی) است. به بیان دیگر، احساس ارجمندی و تعالی فردی زنان متأهل در زندگی بستگی به عوامل زیر دارد:

۱) رعایت‌مندی زنان متأهل در قبال موازین، مقررات، قوانین و آداب محیط، وقت شناسی، انضباط در امور و مسؤولیت پذیری آنها دارد به گونه ای که مورد اعتماد دیگران قرار گیرند

۲) انجام کارهایشان بر اساس عقل و منطق، سنجش همه جوانب هنگام تصمیم‌گیری و انجام بهترین راه با استفاده از هوش و درک خود

۳) پرهیز آنها از ناامیدی از خود، احساس دایمی خستگی و ناتوانی و احساس دل‌نگرانی دائمی در هنگام رویارویی با یک مسأله جدی در زندگی، هیجان‌پذیری و رفتارهای نامتعادل

۴) صداقت، وفاداری و قابلیت اعتماد شوهر

۵) آرامش خاطر ناشی از اعتماد و همراهی شوهر در زندگی

۶) ارزش‌گذاری شوهر به همسر، مسؤولیت‌پذیری و اهمیت وی به رابطه زناشویی

در پایان از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به جامعه آماری این پژوهش که شامل کلیه زنان متأهل شهر تهران بوده اشاره کرد، نتایج این پژوهش محدود به اجرای ابزارهای شش عاملی شخصیت، حمایت عاطفی زناشویی و رضایت از زندگی است، اجرای سایر ابزارهای شخصیت، رضایت زناشویی و رضایت از زندگی ممکن است دستاوردهای متفاوتی داشته باشد. این پژوهش یک بررسی پس‌رویدادی است لذا از تعمیم نتایج به مطالعات تجربی و علیتی باید خودداری ورزید. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های دیگر به بررسی موضوع در میان مردان متأهل پرداخته شود. در مطالعات دیگر از ابزارهای شخصیتی نظیر نئو، برژه و رضایت زناشویی انریچ بهره‌برداری شود. و نیز به مشاوران خانواده توصیه می‌شود با استفاده از نتایج این پژوهش در هنگام مشاوره قبل از ازدواج به زوج‌های جوان در مورد اهمیت ویژگی‌های شخصیتی در انتخاب همسر اطلاع‌رسانی کرده و آن‌ها را نسبت به این موضوع مهم آگاه سازند. همچنین به دختران که زنان

فردای جامعه هستند توصیه می‌شود که به حمایت عاطفی خود در زندگی زناشویی رضایت از زندگی را به خود، همسر و فرزندان هدیه دهند و به انسجام و وحدت در زندگی دست یابند.

منابع

- بی‌تا، محدثه و جعفری هرندی، رضا (۱۳۹۷). پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و مکانیسم‌های دفاعی. فصلنامه مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان، (۱۶)، ۱، ۱۱۱-۱۴۹.
- تمنایی فر، محمدرضا، بهزاد مقدم، راضیه. (۱۳۹۵). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رضایت از زندگی. کنفرانس سراسری پژوهش‌های نوین در روانشناسی و علوم اجتماعی
- توکلی، محمدرضا؛ مکوندی، بهنام و حیدری، علیرضا (۱۳۹۳). رابطه حمایت اجتماعی و سازگاری فردی با رضایت از زندگی در کارکنان زن دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان بوشهر، اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران، موسسه آموزش عالی مهر اروند، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار.
- حق‌ی کلخوران، اسماعیل، نوری، زهرا. (۱۳۹۵). پیش‌بینی طلاق عاطفی زوجین براساس حمایت اجتماعی ادراک شده از سوی خانواده و مزاج‌های عاطفی. اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران
- حیدرخانی، هابیل؛ قنبری، نوذر و سیروس، محبی (۱۳۹۶). بررسی نقش ابعاد حمایت اجتماعی بر رضایت از کیفیت زندگی شهری (مورد مطالعه: شهروندان شهر کرمانشاه). مطالعات جامعه‌شناختی شهری، (۷)، ۲۳، ۱۰۵-۱۳۲.
- خسرو نژاد، ا. (۱۳۹۶). رابطه حمایت عاطفی و رضایت زناشویی با میانجی‌گری حرمت خود و کمال‌گرایی، کارشناسی ارشد. رشته روانشناسی شخصیت. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب.
- ریماز، شهناز؛ غریب نواز، حسن؛ ابوالقاسمی، جمیل و سراجی، شیرین (۱۳۹۴). تعیین ارتباط ابعاد مختلف حمایت اجتماعی با کیفیت زندگی سالمندان منطقه ۸ شهر تهران در سال ۹۲. مجله آموزش و سلامت جامعه، (۱۲)، ۲۹-۳۷.
- زکی، محمد علی (۱۳۹۵). اعتبار یابی مقیاس چند بعدی رضایت از زندگی دانش‌آموزان. مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران. سال سیزدهم، شماره ۱، ص ۵۷-۴۹.
- کاظمی حقیقی، ناصرالدین (۱۳۹۷). روانشناسی کار و مدیریت، انتشارات زبان آفرین، تهران، صفحات ۱۴۱-۱۴۶.
- کاظمی حقیقی، ناصرالدین. (۱۳۷۷). خودباوری و سازگاری تیزهوش. استعداد‌های درخشان. ۲۶.
- کاظمی حقیقی، ناصرالدین. (۱۳۹۶). زمینه روانشناسی تعاملی. تربیت تعاملی سپهر، ۹۷-۱۰۱.
- کاظمی حقیقی، ناصرالدین؛ ابراهیمی، مرضیه سادات (۱۳۹۶). رابطه هیجان‌اندیشه با سرسختی روان‌شناختی و ویژگی‌های شخصیت، فصلنامه روانشناسی مثبت، سال سوم، شماره ۸، صفحات ۴۷-۶۲.
- کرمی جویانی، فاطمه؛ سروقد، سیروس و بقولی، حسین (۱۳۹۴). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های هویت با رضایت از زندگی دانش‌آموزان دوره متوسطه. فصلنامه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی (۶)، ۲۴، ۱۱۵-۱۲۸.
- کریمی، شهین. (۱۳۹۸). اعتبار سنجی و هنجاریابی فهرست رضایت از زندگی بر پایه نظریه تعاملی انتظار. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهر قدس.
- مالمیر، طیب. (۱۳۹۶). تدوین الگوی رضایت از زندگی بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های حل مسئله با میانجی‌گری بی‌تابی روانی و نیروی روانی در افراد متاهل. دکترای تخصصی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
- مرعشی، سید علی؛ محرابیان، طاهره و مسلمان مهسا (۱۳۹۵). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و هوش معنوی با رضایت از زندگی در کارکنان یک شرکت صنعتی در استان ایلام. مجله علوم مراقبتی نظامی، (۳)، ۱، ۴۸-۵۴.
- معتمدی شملزاری، عبدالله؛ اژه‌ای، جواد؛ آزادفلاح، پرویز و کیامنش، علیرضا (۱۳۸۱). بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی، سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال. مجله روانشناسی، (۶)، ۲، ۱۱۵-۱۳۳.
- موسوی، سیده فاطمه و قلی‌نسب، رقیه (۱۳۹۸). نقش حمایت عاطفی و خودتعیین‌گری در پیش‌بینی تعارضات زناشویی زنان متاهل. نشریه مطالعات زن و خانواده، (۷)، ۱، ۳-۴.
- نقوی، راضیه (۱۳۹۵). پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس عامل‌های شخصیتی و فرآیندهای خانواده. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. رشته روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد.

- Baudin, N., Aluja, A., Rolland, J. P., & Blanch, A. (2011). The role of personality in satisfaction with life and sport. *Behavioral Psychology/Psychologies Conduction*, 19(2), 333-346.
- Delahaij, A., Gaillard, C., & Van Dam, P. (2010). Hope and Hardiness as related to life satisfaction.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological bulletin*, 131(6), 803.
- McIntosh, C. N. (2001). Report on the construct validity of the temporal satisfaction with life scale. *Social indicators research*, 54(1), 37-56
- Rosen-Grandon, J. R., Myers, J. E., & Hattie, J. A. (2004). The relationship between marital characteristics, marital interaction processes, and marital satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 82(1), 58-68.