

## The Relationship between Hope and Happiness with Marital Satisfaction

Sepehrian-Azar F<sup>1</sup>, Mohammadi N\*<sup>2</sup>, Badalpoor Z<sup>2</sup>, Norozzadeh V<sup>1</sup>

1. Faculty of Literature and Humanities, Education & Psychology Faculty, Urmia University, Urmia, Iran

2. Department of Educational, Faculty Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

\* *Corresponding author.* Tel: +989370971368 E-mail: nasimmohammadi@vatanmail.ir

Received: Oct 25, 2015 Accepted: Mar 20, 2016

### ABSTRACT

**Background & objectives:** The family is a natural social system that in all stages of its development, couples are in the main system and a number of factors such as hope and happiness are involved in their marital satisfaction. This study aimed to investigate the relationship between hope and happiness and marital satisfaction in married students of Ardabil University of Medical Sciences.

**Methods:** The design of this study was a correlational method. Statistical population comprised of all married students of Ardabil University of Medical Sciences in the year 2015. Using convenience-sampling method, 150 married students (80 female and 70 male) were involved in the study. The Schneider's hope scale, oxford happiness questionnaire, and marital satisfaction questionnaire were used to data gathering and data analysis was performed using Pearson correlation coefficient and regression analysis in SPSS v.16.

**Results:** The findings showed positive correlation between hope - happiness with marital satisfaction of students ( $p < 0.01$ ). The results of regression analysis also revealed that 13% of the total variance of marital satisfaction could be explained by two factors of hope and happiness.

**Conclusion:** Hence, we can conclude that with increasing the level of hope and happiness of married students, the marital satisfaction will increase. Therefore, considering the importance of marital satisfaction among married students and the role of hope and happiness in its prediction, attention to married student's awareness about hope and happiness would be necessary.

**Keywords:** Hope, Happiness, Marital Satisfaction

## رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی

فیروزه سپهریان آذر<sup>۱</sup>، نسیم محمدی<sup>۲\*</sup>، زینب بدلیور<sup>۲</sup>، وحید نوروززاده<sup>۱</sup>

۱. گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران

۲. گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

\* نویسنده مسئول. تلفن: ۰۹۳۷۰۹۷۱۳۶۸ ایمیل: nasimmohammadi@vatanmail.ir

### چکیده

**زمینه و هدف:** خانواده یک نظام اجتماعی طبیعی است که در همه مراحل تکوین آن، زوجین خرده نظام اصلی بوده و عوامل متعددی مانند امیدواری و شادکامی در رضایت زناشویی آن‌ها موثر است. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی دانشجویان متاهل دانشگاه علوم پزشکی اردبیل انجام گرفت.

**روش کار:** روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان متاهل دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در سال ۱۳۹۳ تشکیل می‌دادند که ۱۵۰ دانشجوی متاهل (۸۰ زن و ۷۰ مرد) به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس امیدواری شنايدر، پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون در SPSS-16 استفاده گردید.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که بین امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی دانشجویان متاهل همبستگی مثبت معناداری وجود داشت ( $p < 0/01$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون آشکار کرد که ۱۳ درصد از کل واریانس رضایت زناشویی به وسیله متغیرهای امیدواری و شادکامی پیش‌بینی می‌شود.

**نتیجه گیری:** می‌توان نتیجه گرفت که با افزایش امید و شادکامی بر سطح رضایت زناشویی دانشجویان متاهل افزوده می‌شود. بنابراین با توجه به اهمیت رضایت زناشویی دانشجویان متاهل و تعیین نقش امیدواری و شادکامی در پیش‌بینی آن، لزوم توجه به آگاه کردن دانشجویان متاهل در رابطه با امیدواری و شادکامی مطلوب ضرورت می‌یابد.

**واژه‌های کلیدی:** امیدواری، شادکامی، رضایت زناشویی

پذیرش: ۹۵/۱/۲۰

دریافت: ۹۴/۸/۳

### مقدمه

خانواده را موسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده‌اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان وجود تعامل سالم و سازنده میان انسان‌ها و برقرار بودن عشق به همونوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. خانواده محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی، عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضای آنها و تجهیز شدن به تکنیک‌های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکارناپذیر است. رضایت از زندگی

زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه موجب تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت‌های مادی و معنوی جامعه خواهد بود (۱).

ازدواج موفق باعث ارضای بسیاری از نیازهای جسمانی و روانی افراد می‌شود و در صورت شکست، زن و شوهر به ویژه فرزندان آنها با ضربه روانی شدید مواجه می‌شوند. یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی رضایتی است که همسران تجربه می‌کنند (۲). از این رو بررسی رضایتمندی زناشویی و

حل موفقیت‌آمیز بحران اعتماد در برابر بی‌اعتمادی در طول مرحله حسی-حرکتی شکل می‌گیرد (۷). شنایدر امید را مجموعه‌ای شناختی مبنی بر احساس موفقیت ناشی از منابع گوناگون و مسیرها می‌داند. در واقع امید عملی برانگیزاننده است و افراد را قادر می‌سازد مسیری را انتخاب کنند که به نتیجه‌ای مثبت می‌انجامد. امید نمادی از سلامت روحی و توانایی باورداشتن به احساس بهتر در آینده است. اما ناامیدی نقطه مخالف امید و از خصوصیات و مظاهر اصلی افسردگی است (۸). ناامیدی بر سلامتی و ابعاد روانشناختی افراد اثر منفی داشته و عامل خطری برای اختلال در این ابعاد است (۹). ولز<sup>۲</sup> پی برد که ۲۷ درصد واریانس افسردگی توسط امید پایین تبیین می‌شود و آموزش امید منجر به کاهش افسردگی در افراد شده و باعث می‌شود آن‌ها از زندگی خود رضایت بیشتری داشته باشند (۱۰). جورج<sup>۳</sup> در پژوهشی تحت عنوان احساس بهزیستی ذهنی در اواخر عمر نشان داد که رضایت از زندگی می‌تواند سبب افزایش شادی و امید در سال‌های آخر عمر باشد. بنابراین بین امیدواری و رضایت از زندگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد (۱۱).

ویژگی مهم روانی که فرد می‌بایست در زندگی از آن برخوردار باشد احساس بهزیستی یا شادکامی است. مشخصه شادی قدردانی، احساس درونی شاد بودن، احساس رضایت و علاقه به خود در دیگران است (۱۲). شادکامی یک حالت عاطفی مثبت است که با خشنودی، لذت و خرسندی مشخص می‌شود و با خود صفات و علایمی از جمله داشتن باورهای مثبت در مورد زندگی، هیجانانگیز و مثبت و فقدان هیجانانگیز منفی به همراه دارد. به عبارت دیگر، شادکامی آرامش فکری است که نتایج مطلوبی را برای زندگی پیش‌بینی می‌کند و رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد (۱۳). اکثر افراد معتقدند شاد بودن

عواملی که دوام و بقای پیوندهای زناشویی را باعث می‌شود از ارزش به سزایی برخوردار است. به همین ترتیب شناخت انواع روش‌های آموزش کارآمد جهت افزایش رضایتمندی زناشویی می‌تواند گامی مهم در جهت توانمندسازی خانواده باشد. رضایت زناشویی به عنوان میزان ادراک زوج از اینکه شریکشان نیازها و تمایلات آنها را برآورده می‌کند تعریف می‌شود (۳). رضایت زناشویی یک ارزیابی کلی از وضعیت رابطه زناشویی یا رابطه عاشقانه کنونی فرد است و می‌تواند انعکاسی از میزان شادی افراد از روابط زناشویی و یا ترکیبی از خشنودبودن بواسطه بسیاری از عوامل مختص رابطه زناشویی باشد. رضایت زناشویی یک موقعیت روان‌شناختی است که خود به خود به وجود نمی‌آید بلکه مستلزم تلاش هر دو زوج است. به ویژه در سال‌های اولیه، رضایت زناشویی بسیار بی‌ثبات است و روابط در معرض بیشترین خطر قرار دارد (۴). رضایتی که همسران در ازدواج تجربه می‌کنند جنبه اساسی یک نظام زناشویی است (۵). یکی از عواملی که می‌تواند به رضایت زناشویی بیانجامد امید به زندگی است. امید زیادکننده قدرت تطابق و نشانه سلامت روانی است و داشتن برنامه برای زندگی واقعی همراه با هدف و مقصود واقعی نتیجه داشتن امید به زندگی است و یکی از عوامل مهم و اساسی در زندگی انسان‌ها امید به زندگی و تلاش برای کشف متغیرهای موثر نهفته در ورای بهبود امید به زندگی می‌باشد. بعد از فرانکل، صاحب‌نظران دیگری نیز امید به زندگی را تعریف کرده‌اند و جنبه‌های گوناگون آن را مورد مطالعه قرار داده‌اند. لوین و شنایدر<sup>۱</sup> امید را به عنوان یکی از منابع تاب‌آوری در نظر می‌گیرند که در زمان‌هایی که فرد دچار استرس می‌شود می‌تواند تاثیر مثبتی بر سلامت و بهزیستی فرد داشته باشد (۶). نیروی بنیادی امید با

<sup>2</sup> Wells<sup>3</sup> George<sup>1</sup> Levin & Snyder

### روش کار

پژوهش حاضر از لحاظ روش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان متاهل دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در سال ۱۳۹۳ بود که از میان آنها بعد از برآورد حجم نمونه با مراجعه به جدول کرجسی و مورگان و با روش نمونه‌گیری در دسترس ۱۵۰ دانشجوی متاهل (۸۰ زن و ۷۰ مرد) به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده گردید:

#### پرسشنامه جمعیت‌شناختی

برای جمع‌آوری داده‌های جمعیت‌شناختی از قبیل سن، میزان تحصیلات از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد.

#### مقیاس امیدواری شنایدر<sup>۳</sup>

مقیاس ۱۲ سوالی امید را شنایدر (۱۸) برای ۱۵ سال به بالا طرح‌ریزی کرده و شامل دو خرده مقیاس گذرگاه و انگیزش است. برای پاسخ دادن به هر پرسش پیوستاری از نمره ۱ (کاملاً غلط) تا ۴ (کاملاً درست) در نظر گرفته شده و محدوده نمره بین ۱۲ تا ۴۸ قرار دارد. نمره پایین به معنای امیدواری کم و نمرات بالا نشانگر امیدواری زیاد است. در پژوهشی که گلزاری بر روی ۶۶۰ دانش‌آموز دختر در تهران انجام داد پایایی مقیاس امید شنایدر با روش همسانی درونی مورد بررسی قرار گرفت و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد (۱۹). مقیاس امید با مقیاس‌هایی که فرایندهای روانشناختی مشابهی را می‌سنجند همبستگی بالایی دارد. به عنوان مثال نمرات مقیاس امید به میزان ۰/۵۰ تا ۰/۶۰ با مقیاس خوش بینی شییر و کارور همبستگی دارد. همچنین نمرات این مقیاس با نمرات سیاهه افسردگی بک همبستگی منفی دارد (۰/۵۱- و ۰/۴۲-). (۱۸). در پژوهش حاضر نیز با استفاده از ضریب

نقش مهمی در زندگی انسان دارد. مهم این است که شادکامی از خصیصه‌های لازم برای بهره بردن از زندگی و ارتقای رضایت زندگی است. شادی از جمله هیجان‌های خوشایند و مثبت و اضطراب و افسردگی از هیجان‌های منفی هستند. سلیگمن، روان‌شناس معروف آمریکایی شادی را حق مسلم و طبیعی هر انسان می‌داند و معتقد است که برای رسیدن به آن باید تلاش و برنامه‌ریزی کرد. او شادی واقعی را قابل حصول و در دسترس می‌داند و آن را به عنوان واقعیتی می‌داند که زندگی را شیرین‌تر و روابط انسانی را سرشار و غنی می‌کند (۱۴). به نظر می‌رسد یکی از عوامل موثر در میزان شادی انسان، برقراری و حفظ روابط بین فردی منسجم و داشتن تماس اجتماعی مداوم و پایدار است.

تحقیقات آرگین<sup>۱</sup> بیانگر آن است که رابطه زناشویی موفق باعث شادمانی و ایجاد خلق مثبت در فرد می‌شود (۱۵). خدایاری به نقل از لونیزل و گاتمن<sup>۲</sup>، بیان می‌کند که میزان عاطفه مثبت و الگوهای معین تبادل عاطفی منفی، پیش‌بینی‌کننده سطوح تغییر رضایت ازدواج است (۱۶). نتایج تحقیق امیری مجد و مقدم بیانگر آن است که مولفه‌های عزت نفس و خلق مثبت شادکامی توانسته سهم زیادی در تبیین رضایتمندی زناشویی داشته باشد (۱۷). رضایت زناشویی به جهت تأثیری که بر بهداشت روانی افراد دارد از اهمیت زیادی برخوردار است و با توجه به اینکه نقش اساسی در حفظ تعادل روانی-اجتماعی خانواده بر عهده همسران است و ایجاد تنش و فشار در آنها بر سایر اعضای خانواده اثر می‌گذارد و به دلیل اینکه چنین مطالعاتی در گروه افراد تحصیل کرده انجام نشده لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی دانشجویان متاهل دانشگاه علوم پزشکی اردبیل انجام شد.

<sup>1</sup> Argyle

<sup>2</sup> Lonizel & Gatman

<sup>3</sup> Snyder Hope Scale

آلفای کرونباخ پایایی مقیاس امید شنایدر ۰/۷۰ به دست آمد.

### پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۱</sup>

پرسشنامه شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است و میزان شادکامی فردی را می‌سنجد که برای گزینه‌ها همیشه، گاهی، کم و اصلاً به ترتیب نمرات ۴، ۳، ۲ و ۱ در نظر گرفته شده است. محدوده نمره این پرسشنامه بین ۰ تا ۸۷ قرار دارد که نمره بالاتر بیانگر شادکامی بالاتر است. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگایل و کراسلند از شادکامی است (آن‌ها به منظور ارایه یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را سازه‌ای دارای سه بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی). این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگایل و براساس پرسشنامه افسردگی بک ساخته شده است. ۲۱ ماده از عبارات این پرسشنامه از پرسشنامه افسردگی بک گرفته شده و معکوس گردیده و یازده پرسش به آن اضافه شده است تا سایر جوانب سلامت روان را پوشش دهد. هر گویه پرسشنامه شادکامی مانند آزمون افسردگی بک دارای چهار گزینه است که آزمودنی باید بر طبق وضعیت فعلی خودش یکی از آن‌ها را انتخاب نماید. امروزه به طور گسترده‌ای از این آزمون در پژوهش‌های مربوط به شادکامی استفاده می‌شود. نتایج تحلیل عاملی، ۷ عامل شناخت مثبت، تعهد اجتماعی، خلق مثبت، احساس کنترل زندگی، سلامت جسمی، رضایت از خویشتن و هوشیاری روانی را به دست آورده است. امتیاز هر ماده بین ۰ تا ۳ و حداقل امتیاز کلی ۰ و حداکثر آن ۸۷ می‌باشد. آرگایل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی باز آزمایی آن را طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند (۱۵). در پژوهش حاضر نیز پایایی این

پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

### پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ<sup>۲</sup>

برای بررسی رضایت زناشویی از پرسشنامه انریچ استفاده گردید. در این پرسشنامه پاسخ به سوالات به صورت طیف لیکرت ۵ درجه ای از ۵=کاملاً موافقم تا ۱=کاملاً مخالف بوده، کمترین نمره ۴۷ و بیشترین نمره ۲۳۵ است و افرادی که نمرات آنها زیر ۱۵۰ است دارای میزانی از ناسازگاری زناشویی هستند. اولسون و همکاران اعتبار این پرسشنامه را با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ درصد گزارش کردند. روایی و اعتبار این پرسشنامه در پژوهشی توسط سلیمانان برآورد گردید (۲۰). ضریب اعتبار آن از طریق ضریب آلفا ۰/۹۳ محاسبه شد.

به منظور رعایت نکات اخلاقی، قبل از جمع‌آوری داده‌ها به شرکت‌کنندگان در رابطه با اهداف پژوهش آگاهی داده شد و با رضایت آگاهانه در پژوهش شرکت کردند. همچنین به شرکت‌کنندگان از لحاظ محفوظ ماندن اطلاعات شخصی نزد پژوهشگران و استفاده از آنها صرفاً در راستای اهداف پژوهش اطمینان داده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از SPSS-16 استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از گزارش فراوانی، میانگین و انحراف معیار و در بخش آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده گردید.

### یافته‌ها

تعداد ۱۵۰ دانشجوی متاهل (۸۰ زن و ۷۰ مرد) با میانگین سنی ۲۵/۳۲ و انحراف معیار ۴/۹۳ در این پژوهش شرکت نمودند که ۹۲ نفر از آنها (۶۱/۳٪) مدرک لیسانس و ۵۸ نفر از آنها (۳۸/۷٪) مدرک فوق لیسانس داشتند.

<sup>2</sup> ENRICH Couple Scales

<sup>1</sup> Oxford Happiness Inventory

زناشویی نیز همبستگی مثبت معناداری ( $p < 0/01$ ) وجود داشت (یعنی با افزایش امیدواری و شادکامی بر میزان رضایت زناشویی افزوده می‌شود).

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان جهت پیش‌بینی رضایت زناشویی

مدل	R	R2	F	Sig
1	0/368	0/135	23/968	0/0001

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود تقریباً ۱۳ درصد از واریانس رضایت زناشویی دانشجویان متأهل بر اساس امیدواری و شادکامی قابل پیش‌بینی است. نسبت F نیز بیانگر این است که رگرسیون متغیر رضایت زناشویی بر اساس امیدواری و شادکامی معنادار بود. یعنی رضایت زناشویی به طور معناداری بر روی متغیرهای امیدواری و شادکامی تاثیر معناداری دارد و با افزایش میزان رضایت زناشویی به همان ترتیب بر امیدواری و شادکامی افزوده می‌شود.

جدول ۴. ضرایب بتا و آزمون معناداری T برای متغیرهای پیش‌بین

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	B	STE	T	Sig
مقدار ثابت		30/093	4/897	6/145	0/0001
رضایت زناشویی	امیدواری	0/239	0/083	0/868	0/005
	شادکامی	0/411	0/106	3/889	0/001

و شادکامی با رضایت زناشویی دانشجویان متأهل همبستگی مثبت معناداری وجود داشت ( $p < 0/01$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نیز آشکار کرد که ۱۳ درصد از کل واریانس رضایت زناشویی به وسیله متغیرهای شادکامی و امیدواری پیش‌بینی می‌شود. یافته اول پژوهش مبنی بر رابطه مثبت و معنادار امیدواری با رضایت زناشویی دانشجویان متأهل با یافته‌های بلاغت و همکاران (۲۱) و جورج<sup>۱</sup> (۱۱) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که امید موجب افزایش رضایت از زندگی می‌شود.

<sup>1</sup> George

جدول ۱. آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
امیدواری	61/61	8/55
شادکامی	37/10	6/75
رضایت زناشویی	61/28	8/51

جدول ۱ آماره‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش حاضر را نشان می‌دهد. بالاترین میانگین مربوط به امیدواری ( $61/61 \pm 8/55$ ) و پائین‌ترین میانگین مربوط به متغیر شادکامی ( $37/10 \pm 6/75$ ) بود.

جدول ۲. ضرایب همبستگی بین متغیرهای امیدواری، شادکامی و رضایت زناشویی

متغیرها	شادکامی	امیدواری	رضایت زناشویی
امیدواری	1		
شادکامی	0/42*	1	
رضایت زناشویی	0/31*	0/55*	1

\* $p < 0.01$

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود بین امیدواری با رضایت زناشویی همبستگی مثبت معنادار ( $r = 0/55, p < 0/01$ ) و بین شادکامی با رضایت

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که هم متغیر امیدواری ( $T = 0/868, p < 0/01$ ) و هم متغیر شادکامی ( $T = 3/889, p < 0/01$ ) می‌توانند بطور معناداری رضایت زناشویی دانشجویان متأهل را پیش‌بینی کنند.

### بحث

با توجه به اهمیت رضایت زناشویی بخصوص برای دانشجویان متأهل، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه شادکامی و امیدواری با رضایت زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه علوم پزشکی اردبیل انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین امیدواری

توسط دیگران از خود مقاومت نشان می‌دهد. از سوی دیگر یکی از رایج‌ترین ابزارهای پژوهش در علوم انسانی پرسشنامه است و با توجه به اینکه تکمیل پرسشنامه توسط آزمودنی‌ها منجر به احساس خود فاش‌سازی برای دیگران می‌شود و خود فاش‌سازی نیز موجب احساس زخم‌پذیری می‌گردد، بنابراین ارائه اطلاعات غیرواقعی در هنگام تکمیل پرسشنامه از سوی آزمودنی‌ها امری بدیهی است. به همین دلیل یکی از مشکلات این پژوهش و دیگر پژوهش‌هایی که از پرسشنامه استفاده می‌کنند عدم اطمینان کافی از اطلاعاتی است که آزمودنی‌ها به واسطه تکمیل پرسشنامه ارائه کرده‌اند.

### نتیجه‌گیری

در کل نتایج حاصل از پژوهش حاضر نشان داد که با افزایش امیدواری و شادکامی میزان رضایت از زندگی دانشجویان متاهل بالا می‌رود و این دو متغیر می‌توانند به طور معناداری رضایت از زندگی را پیش‌بینی کنند. بنابراین پیشنهاد می‌شود که برنامه‌ها و آموزش‌های مناسب جهت بهبود و تقویت عواملی از قبیل امیدواری و شادکامی به منظور افزایش رضایت از زندگی دانشجویان متاهل ارائه شود.

### تشکر و قدردانی

محققین از شرکت کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در پژوهش حاضر کمال تشکر و قدردانی را دارند.

انتونی<sup>۱</sup> و همکاران، نشان دادند که امید از طریق حفظ عاطفه منفی در سطح پایین فایده‌حمایتی برای افراد دارد و به بهبود سازگاران فرد منجر می‌شود. همچنین یک ارتباط پویا بین امید و استرس و هیجان‌ها وجود دارد که در افراد با امید بالا استرس‌ها تقلیل می‌یابد. آن‌ها به گونه موثرتری از مشکلات و تاثیرات هیجانی بهبود می‌یابند و در نتیجه رضایت زناشویی افزایش می‌یابد (۲۲).

یافته دوم پژوهش مبنی بر رابطه مثبت و معنادار بین شادکامی با رضایت زناشویی با یافته‌های امیری‌مجد و همکاران (۱۷)، والاینکام (۲۳)، اسچون (۲۴) و آرگایل (۱۵) همسو می‌باشد. در تبیین یافته‌های فوق می‌توان بیان کرد که هر قدر شادکامی بیشتر باشد به همان اندازه میزان رضایت زناشویی دانشجویان متاهل بیشتر است. این ممکن است به این دلیل باشد که با افزایش شادکامی در زندگی، هیجانات مثبت در زوجین بیشتر شده و باعث می‌شود که مشکلات را به عنوان یک پدیده مثبت ارزیابی کنند. در این صورت با ارتباط متقابل مناسب که ریشه در هیجانات مثبت دارد مشکلات را حل می‌کنند و به رضایت زناشویی می‌انجامد.

بدون شک دشوارترین پژوهش‌ها، پژوهش‌هایی است که در حیطه علوم انسانی انجام می‌گیرد. علت دشواری چنین تحقیقاتی موضوع پژوهش، یعنی انسان است. انسان موجودی است که هر قدر هم انعطاف‌پذیر باشد در هنگام مواجهه با ارزشیابی

<sup>1</sup> Anthony

### References

- 1- Edalati A, Redzuan M. Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science* 2010; 6(4): 132-137.
- 2- Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, Malcarne B. Study of married couple's perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of experimental education* 2006; 28(3): 253-254.
- 3- Pelege O. The relation between differentiation of self and marital satisfaction: What can be learned from married people over the course of life? *The American Journal of Family Therapy* 2012; 36: 388-401.
- 4- Ahmadi K, Nabipoor SM, Kimiaee SA, Afzali MH. Effect of family problem solving on marital satisfaction. *Journal of Applied Science* 2010; 1(8): 682-687. [Persian]



- 5- Isanejad O. Effectiveness of relationship enhancement on marital quality of couples. [Master thesis]. Faculty of Psychology and Educational Sciences. Isfahan, Iran. 2008. [Persian]
- 6- Grunert S. The relationship between adult attachment and resilience factor of hope and positive affect. *Journal of Gerontology: Social Sciences* 2008; 65(3): 331-339.
- 7- Sholtz DP, Sholtz A. *Personality Theory*. [Trans: Yahya S]. Tehran: Virayesh Pub. 2007.
- 8- Snyder CR. *Hope and Optimism: Encyclopedia of Human Behavior*. Orlando, FL: Academic Press. 1994.
- 9- Shorey H, Snyder C. The role of hope as a mediator in recollected parenting, adult attachment and mental health. *Journal of Consulting and clinical psychology* 2003;22: 77-85.
- 10- Wells M. *The effects of Gender, Age, And Anxiety on Hope Differences in the Expression of Pathway and Agency Thought*. Texas: Texas University A & B press (2005).
- 11- George LK. Still happy after all these years: Research frontiers on subjective well-being in later life. *Journal of Gerontology: Social sciences* 2010.65(3):331-339.
- 12- Khaleghi A, Basabadi S. The effectiveness of reality therapy on increasing happiness and mental health. [MS Dissertation], Faculty of Psychology. Shahid Beheshti University, Tehran. 2009. [Persian]
- 13- Cohen D, Yoon DP, Johnston B. Differentiating the impact of spiritual experiences, religious practices and congregational support on the mental health of individuals with heterogeneous medical disorders. *International Journal for the Psychology of Religion* 2009; 19(1): 121-138
- 14- Shahidi SH. *The Psychology of Happiness. Meet the Latest Theories and Scientific Research*. Tehran: Qatreh Pub. 2009. [Persian]
- 15- Argyle M. *Psychology and Religion: An Introduction*. London: Routledge. 2000.
- 16- Khodayari L. Happiness predicted by attribution styles in students couples. A Master's Thesis of educational Science and psychology Degree, University of Shahid Beheshti. Tehran. 2008. [Persian]
- 17- Amiri-Majd M, Razi-Moghadam F. The relationship between happiness and marital satisfaction among cultural workers and housewives women in Arak city. *Behavioral Sciences* 2010; 2(4): 9-21. [Persian]
- 18- Bijari H, Ghanbari Hashemabadi B, Aghamohammadian- Sherbaf H, Homae-Shandiz F. The effectiveness of hope therapy-based approach to increasing the life expectancy of women with breast cancer. *Psychology studies* 2010; 10(1): 184-171. [Persian]
- 19- Golzari M. Snyder Hope Scale Validation. A Master's Thesis of educational Science and psychology Degree, University of Allameh-Tabatabaye. 2008. [Persian]
- 20- Solymaniyan A. Effect of irrational thinking on marital dissatisfaction. A Master's Thesis of educational Science and psychology Degree, University of Tarbiat Moaalem. 1995. [Persian]
- 21- Belaghat SR, Ebrahimzadeh-Asmin H, Mousavinezhad, SJ, Khazaei Z, Mahmoudvand M. A study of the relationship between happiness and marital satisfaction among the families in zahak town. *Journal of cultural - education of women and the family* 2013; 7(22): 83-102. [Persian]
- 22- Anthony D, Ong L, Bergeman E. Hope as a source of resilience in later adulthood. *Personality and Individual Differences* 2006; 41(2): 1263-1273.
- 23- Vanlaningham J, Johnson D, Amato P. Marital happiness, marital duration and the u-shaped curve social forces. *Journal of Marriage and Family* 2001; 12(4): 1313-1341
- 24- Schoen R, Nan Marie A, Kendra Ruther N. Woman's employment, marital happiness, and divorce. *Social Forces* 2002; 81(2):643-662.