

## Research Paper

## The Relationship Between Emotional Maturity With Life Satisfaction of Students of Ferdowsi University of Mashhad

Mohammad Javad Asghari Ebrahim Abad<sup>1</sup>, \*Iman Seyyed Moharrami<sup>2</sup>, Seyed Mahdi Moshirian Farahi<sup>3</sup>, Amirhossein Kayzouri<sup>4</sup>, Nasrin Mircholi<sup>5</sup>, Azam Borabadi<sup>6</sup>

1. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
2. MSc, Department of Educational Sciences, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
3. MSc, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
4. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.
5. MSc Student, Research Deputy, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran.
6. MSc, Department of Psychiatry, School of Medicine, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran.

**Citation:** Asghari Ebrahim Abad MJ, Seyyed Moharrami I, Moshirian Farahi SM, Kayzouri A, Mircholi N, Borabadi A. [The Relationship Between Emotional Maturity With Life Satisfaction of Students of Ferdowsi University of Mashhad (Persian)]. Journal of Sabzevar University of Medical Sciences. 2016; 23(4):570-577.



Received: 9 Apr. 2016

Accepted: 7 Aug. 2016

**ABSTRACT**

**Backgrounds** Emotional maturity and life satisfaction are among the important concepts affecting individual lives that have been studied little. This study aimed to determine the relationship between emotional maturity and life satisfaction of students of Ferdowsi University of Mashhad in 2014.

**Methods & Materials** This study was a descriptive-analytical study. The study population consisted of students of Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, which out of them, 140 were selected by convenience sampling method. Study tools in the current study included questionnaires of Diener life satisfaction, Bhargava emotional maturity, and demographic information. Data analysis was performed using descriptive and inferential statistics.

**Results** In this study, mean (SD) of emotional maturity and life satisfaction participants was 27.2(20.9) and 20.31(6.101). There is a significant relationship between emotional maturity and life satisfaction ( $r=0.32$ ,  $P<0.000$ ).

**Conclusion** Strong correlation was observed between emotional maturity and life satisfaction units. Emotional instability could predict life satisfaction and the general emotional maturity could be a good predictor of life satisfaction.

**Keywords:**

Student, Maturity,  
Emotional maturity,  
Life satisfaction

**\* Corresponding Author:**

Iman Seyyed Moharrami, MSc.

Address: Department of Educational Sciences, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

Tel: +98 (915) 1363751

E-mail: iman\_moharrami@yahoo.com

## رابطه بلوغ عاطفی با رضایت از زندگی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد

محمدجواد اصغری ابراهیم‌آباد<sup>۱</sup>، ایمان سیدمحریمی<sup>۲</sup>، سید مهدی مشیریان فراخی<sup>۳</sup>، امیرحسین کینوری<sup>۴</sup>، نسرین میرچولی<sup>۵</sup>، اعظم برآبادی<sup>۶</sup>

- ۱- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
- ۲- کارشناس ارشد گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
- ۳- کارشناس ارشد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
- ۴- استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.
- ۵- دانشجوی کارشناسی ارشد معاونت پژوهشی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار، سبزوار، ایران.
- ۶- کارشناسی ارشد، گروه روان‌پزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار، سبزوار، ایران.

### چکیده

تاریخ دریافت: ۲۱ فروردین ۱۳۹۵  
تاریخ پذیرش: ۱۷ مرداد ۱۳۹۵

**هدف:** بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی از جمله مفاهیم مهم و تأثیرگذار در زندگی فردی است. در این زمینه مطالعات اندکی انجام شده است. پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد در سال ۱۳۹۲ انجام شد.

**براد و روش‌ها:** این مطالعه به روش توصیفی-تحلیلی انجام شد. جامعه آماری شامل دانشجویان دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد بود. ۱۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار مطالعه شامل پرسش‌نامه رضایت از زندگی، دینر، بلوغ عاطفی بهار گایا و اطلاعات جمعیت‌شناختی بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آمار توصیفی و استنباطی انجام شد.

**یافته‌ها:** میانگین و انحراف معیار بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی در شرکت‌کنندگان به ترتیب  $2.772 \pm 0.9$  و  $2.031 \pm 0.1$  بود. بین بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد ( $r = 0.32, P < 0.001$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج این مطالعه نشان داد بین بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی در شرکت‌کنندگان رابطه نسبتاً خوبی وجود دارد. نبود ثبات عاطفی توانست رضایت از زندگی را پیش‌بینی کند. بلوغ عاطفی کلی با میانجیگری بازگشت عاطفی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی باشد.

### کلیدواژه‌ها:

دانشجو، بلوغ، بلوغ عاطفی، رضایت از زندگی

### مقدمه

ارزیابی‌های فردی از زندگی کنونی و سال‌های قبل را نیز دربر می‌گیرد. این ارزیابی‌ها شامل واکنش هیجانی افراد به حوادث، حالات روانی و قضاوت‌های آن‌ها در خصوص میزان رضایتشان از کمال و زمینه‌های خاص زندگی مانند ازدواج و کار است [۲].

افرادی که رضایت از زندگی بالاتری دارند از سبک‌های مقابله‌ای مؤثرتر و مناسب‌تر استفاده می‌کنند، عواطف و احساسات عمیق‌تری را تجربه می‌کنند و از سلامت عمومی بالاتری برخوردارند. نارضایتی از زندگی با وضعیت سلامتی ضعیف‌تر، علائم افسردگی، مشکلات شخصیتی، رفتارهای نامناسب بهداشتی و وضعیت ضعیف اجتماعی همبسته است [۳].

محققان در مطالعات خود عوامل متعددی را در افزایش رضایت از زندگی دخیل دانسته‌اند و آن‌ها را در دو دسته عوامل زیستی (آمدگی ژنتیکی و سلامت جسمانی) و عوامل روانی-اجتماعی

رشد و پیشرفت هر جامعه‌ای نیازمند نیروی کارآمد و متخصص است. مراکز علمی و دانشگاه‌ها که به تربیت دانشجو می‌پردازند می‌توانند چنین بستری را فراهم کنند. یکی از مؤلفه‌هایی که در پرورش و تربیت نیروی انسانی و متخصص نقش دارد، رضایت از زندگی است. رضایت از زندگی یک مفهوم کلی است که نحوه ادراکات شناختی و هیجانی فرد را نسبت به کل زندگی نشان می‌دهد. به گونه‌ای که اگر رضایت از زندگی فرد زیاد باشد به همان اندازه هیجانات مثبتی را تجربه می‌کند و اگر رضایت از زندگی فرد کم باشد هیجانات منفی را تجربه می‌کند [۱].

اصطلاح رضایت از زندگی را می‌توان به عنوان تمام حیطه‌های زندگی فرد در مقطع خاصی از زمان یا به عنوان قضاوتی یکپارچه درباره زندگی شخصی از بدو تولد تعریف کرد، به‌طوری‌که

\* نویسنده مسئول:

ایمان سیدمحریمی

نشانی: مشهد، دانشگاه فردوسی مشهد، گروه روانشناسی.

تلفن: ۱۳۳۳۷۵۱ (۹۱۵) ۰۹۸

پست الکترونیکی: iman\_moharrami@yahoo.com

از آمار توصیفی و آمار استنباطی شامل آزمون همبستگی و روش تحلیل مسیر استفاده شد. برای تحلیل مسیر ابتدا عوامل مربوطه به رضایت از زندگی بر اساس همبستگی پیرسون مشخص شد، سپس با توجه به آزمون تحلیل واریانس سطح ممناداری آن برای پیش‌بینی رضایت از زندگی محاسبه شد. در نهایت اثر مستقیم و غیرمستقیم آن بررسی شد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل دو پرسش‌نامه بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی بود.

برای سنجش بلوغ عاطفی از مقیاس بلوغ عاطفی سینک و بهارگلو<sup>۱</sup> (۱۹۹۰) استفاده شد. این ابزار حاوی ۴۸ سؤال و ۵ زیرمقیاس عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و نبود استقلال است [۱۲]. بلوغ عاطفی در تمام سؤالات با مقیاس پنج نقطه‌ای لیکرت (۱= هرگز، ۲= احتمالاً، ۳= نامشخص، ۴= زیاد، ۵= خیلی زیاد) اندازه‌گیری می‌شود. در این مقیاس نمره ۵۰ تا ۸۰ بلوغ عاطفی بسیار پایت، نمره ۸۱ تا ۸۸ بلوغ عاطفی نسبتاً پایت، نمره ۸۹ تا ۱۰۶ بلوغ عاطفی بی‌ثبات و نمره ۱۰۷ تا ۱۴۰ بلوغ عاطفی بسیار بی‌ثبات منظور می‌شود. صفارپور در ایران این ابزار را هنجارهایی کرده است و همسانی درونی آن ۰/۸۵ به دست آمد [۱۳]. حافظ‌آبادی و بافتی همبستگی گشتاوری حاصل بین کل نمره‌های پرسش‌نامه بلوغ عاطفی را ۰/۶۴ به دست آوردند [۱۴].

در مطالعه حاضر روایی ابزار پژوهش از طریق روایی محتوا و پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد. برای سنجش رضایت از زندگی از مقیاس رضایت از زندگی دینر و همکاران (۱۹۸۵) استفاده شد. این ابزار حاوی پنج سؤال است و رضایت کلی از زندگی را می‌سنجد. مقیاس رضایت از زندگی در تمام سؤال‌ها از کاملاً مخالف با نمره یک تا کاملاً موافق با نمره هفت نمره‌گذاری شده است. محدوده نمره کلی مقیاس رضایت از زندگی دینر از ۵ تا ۳۵ است. نمره ۵ نشان‌دهنده رضایت کم از زندگی و نمره ۳۵ نشان‌دهنده بالاترین حد رضایت از زندگی است [۱۵]. روایی و پایایی این پرسش‌نامه در بسیاری از مطالعات تأیید شده است [۱۶، ۱۷]. در مطالعه حاضر پایایی پرسش‌نامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

### یافته‌ها

اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش بدین شرح است: تعداد کل دانشجویان ۱۴۰ نفر بود. از این تعداد ۷۰ نفر زن و ۷۰ نفر مرد بودند. ۱۱۱ نفر از شرکت‌کنندگان مجرد و ۲۹ نفر متأهل بودند.

اطلاعات توصیفی پژوهش حاضر بدین شرح است: میانگین و انحراف‌معیار مردان در رضایت از زندگی ۱۹/۶۷ و ۶/۶۱

(روابط مطلوب و نیازهای روانی) قرار داده‌اند [۴]. دوران بلوغ یکی از حساس‌ترین مراحل رشد است و نوجوانان باید تغییرات زیست‌شناختی و اجتماعی را که در مفهوم خود تجربه کرده‌اند کامل کنند و تعارضات و شک‌های خود را حل کنند تا بنای شخصیتی بالغ پی‌ریزی و در نهایت بلوغ حاصل شود [۵]. بلوغ جنبه‌های مختلفی دارد. یکی از جنبه‌های آن بلوغ عاطفی است. پژوهش‌ها نشان داده است برخی افراد اگر چه از نظر جسمی بالغ می‌شوند اما از نظر عاطفی به بلوغ نمی‌رسند [۶].

عواطف یکی از جنبه‌های زیستی‌روانی بلوغ است و نقش مهمی در زندگی و بقای انسان دارد. عواطف و هیجانات فعالیت‌های انسان را به سوی هدف متوجه می‌سازد و انسان را وادار به کارهایی می‌کند که برای او مفید است و او را از انجام کارهایی که برایش مضر است آگاه می‌سازد [۷]. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است. افراد بالغ از نظر عاطفی به برخی از محرکاتی که بر کودکان یا نوجوانان اثر می‌گذارد و آن‌ها را بی‌حوصله یا دستخوش احساسات می‌کند بی‌تفاوت هستند و از نظر عاطفی پیوسته ظرفیت شادی و تفریح دارند و از کار و تفریح با هم لذت می‌برند [۸]. بلوغ عاطفی ناشی از تحقق این درک است که هیچ‌چیز یا هیچ‌کس دیگری نتواند فرد را بیازارد و تحریک یا عصبانی کند، مگر اینکه فرد این اجازه را به آن چیز یا آن فرد بدهد [۹].

پیلچر در پژوهشی به منظور شناسایی تأثیر عواطف و هیجانات مثبت و منفی بر رضایت از زندگی دریافت که رضایت از زندگی با احساس افسردگی، خشم، عواطف مثبت و منفی و کیفیت خواب رابطه معناداری دارد [۱۰]. آدلر و فالگی نیز طی پژوهشی نشان دادند رضایت از زندگی متأثر از خودآگاهی و خوش‌بینی و معنویت‌گرایی است [۱۱].

با توجه به اهمیت بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی و نقش تأثیرگذار آن‌ها بر دیگر جنبه‌های زندگی و کمبود اطلاعات پژوهشی در این زمینه، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد در سال ۱۳۹۳ انجام شد.

### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر به روش توصیفی-تحلیلی انجام شد. جامعه پژوهش را تمام دانشجویان دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد که در سال ۱۳۹۳ مشغول به تحصیل بودند تشکیل دادند. حجم نمونه پژوهش با استفاده از جدول مورگان و بر اساس حجم جامعه منظر محاسبه و ۱۴۰ نفر به دست آمد. نمونه‌ها به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها از طریق پرسش‌نامه جمع‌آوری و با استفاده از نسخه ۱۶ نرم‌افزار آماری SPSS تحلیل شدند. برای تحلیل داده‌ها

جدول ۱. مرحله اول تحلیل: میانگین و انحراف معیار و همبستگی بین بلوغ عاطفی و خرده‌مقیاس‌های آن با رضایت از زندگی.

MSD							
عدم ثبات عاطفی	۲۲/۴۸	۶	۱				
بازگشت عاطفی	۲۷/۰۵	۶/۵۸	-۰/۲۳*	۱			
ناسازگاری اجتماعی	۲۰/۵۴	۲/۵۷	-۰/۳۳*	-۰/۳۸*	۱		
فروپاشی شخصیت	۱۸/۱	۵/۳۶	-۰/۴۴*	-۰/۶۹*	-۰/۶۲*	۱	
فقدان استقلال	۱۸/۰۴	۲/۶۴	-۰/۳۱*	-۰/۳۳*	-۰/۵۰*	-۰/۵۱	۱
بلوغ عاطفی کلی	۱۰/۱۲	۲۰/۹	-۰/۸۲*	-۰/۸۴*	-۰/۸۳*	-۰/۸۸	-۰/۶۰*
رضایت از زندگی	۲۰/۳۱	۶/۲۷	-۰/۲۴*	-۰/۲۸*	-۰/۲۹*	-۰/۲۹*	-۰/۱۰۵

www.sid.ir

در تحلیل واریانس بیشترین معناداری را به عنوان پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی دارد و در سطح معناداری  $+/0007$  معنادار است. پس از آن عدم ثبات عاطفی و بلوغ عاطفی کل بیشترین تأثیر معنادار را به عنوان پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی دارند. از طرفی عامل فروپاشی شخصیت به دلیل معنادار نبودن از میان عوامل تأثیرگذار بر رضایت از زندگی حذف شد.

با توجه به یافته‌های جدول شماره ۳ نتایج مرحله سوم برای بررسی تحلیل مسیر نشان داد عدم ثبات عاطفی پیش‌بینی‌کننده واریانس بازگشت عاطفی نیست. بنابراین عدم ثبات عاطفی فقط اثر مستقیمی بر رضایت از زندگی دارد. بلوغ عاطفی کلی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده واریانس بازگشت عاطفی باشد و در سطح  $+/0000$  معنادار است. بنابراین بلوغ عاطفی کلی علاوه بر اثر مستقیم بر رضایت از زندگی اثر غیرمستقیم هم دارد.

بر اساس یافته‌های جدول شماره ۴ نتایج نهایی تحلیل مسیر

و در بلوغ عاطفی  $۱۷۹/۹۴$  و  $۲۲/۳$  به دست آمد. میانگین و انحراف معیار زنان در رضایت از زندگی  $۲۰/۸۱$  و  $۵/۹۳$  و در بلوغ عاطفی  $۱۸۷/۷$  و  $۲۳/۷۹$  به دست آمد. بین افراد مجرد میانگین و انحراف معیار مقیاس رضایت از زندگی  $۱۹/۷۷$  و  $۶/۴$  و در مقیاس بلوغ عاطفی  $۱۸۴/۶۳$ ،  $۲۳/۳۵$  به دست آمد. بین افراد متأهل میانگین و انحراف معیار رضایت از زندگی  $۲۲/۰۳$  و  $۵/۵۹$  و بلوغ عاطفی  $۱۸۰/۷$  و  $۲۵/۵۸$  به دست آمد (جدول شماره ۱).

با توجه به بررسی ضریب همبستگی نتایج که در جدول شماره ۱ آمده است تحلیل عوامل اکتشافی نشان داد بازگشت عاطفی، عدم ثبات عاطفی، بلوغ عاطفی کل و فروپاشی شخصیت در سطح  $+/0001$  معنادار است. از سوی دیگر متغیرهای ناسازگاری اجتماعی و فقدان استقلال به منظور اعمال آزمون تحلیل واریانس و در نهایت ترسیم تحلیل مسیر از جریان ادامه بررسی یافته‌ها حذف شدند.

همان‌طور که جدول شماره ۲ نشان می‌دهد بازگشت عاطفی

جدول ۲. مرحله دوم تحلیل: تحلیل واریانس عوامل اکتشافی با رضایت از زندگی.

متغیر	Beta	R <sup>2</sup>	Sig.
بازگشت عاطفی	-۰/۲۴		+/0007
عدم ثبات عاطفی	-۰/۳۴	+/18	+/01
بلوغ عاطفی کلی	+/10		+/05
فروپاشی شخصیت	-۰/۲۹		+/11

www.sid.ir

جدول ۳. مرحله سوم تحلیل: تحلیل واریانس عوامل غیر مستقیم اکتشافی با عامل مستقیم.

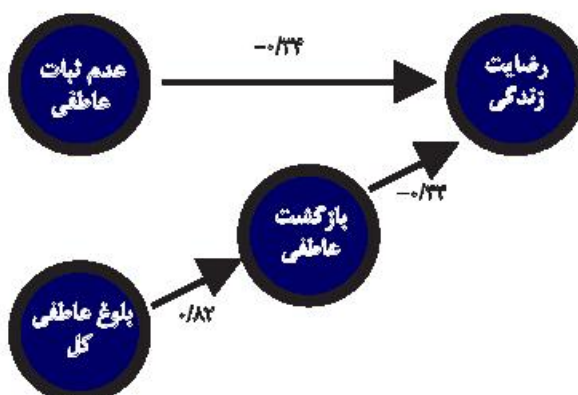
متغیر	Beta	R <sup>2</sup>	Sig.
عدم ثبات عاطفی	+/04	+/74	+/54
بلوغ عاطفی کلی	+/82		+/000

www.sid.ir

جدول ۴. مرحله آخر تحلیل: نتایج نهایی تحلیل مسیر اثرات مستقیم و غیرمستقیم بر رضایت از زندگی.

متغیر مستقل	تأثیر مستقیم	تأثیر غیرمستقیم	تأثیرات کل
بازگشت عاطفی	-۰/۴۴	-	-۰/۴۴
عدم ثبات عاطفی	-۰/۴۴	-	-۰/۴۴
بلوغ عاطفی کل	۰/۶۰	۰/۸۲	۱/۴۲

دانشگاه تهران، مرکز پژوهش‌های روانشناختی و مشاوره‌ای



دانشگاه تهران، مرکز پژوهش‌های روانشناختی و مشاوره‌ای

تصویر ۱. مدل تحلیل مسیر.

و تحلیل مسیر یافته‌های پژوهش نشان داد عدم ثبات عاطفی پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی است و بلوغ عاطفی کل با میانجیگری بازگشت عاطفی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی باشد. نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر با پژوهش سلطانی‌زاده و همکاران رابطه عاطفه مثبت و منفی با رضایت از زندگی بررسی شد و نتایج حاصل نشان داد با افزایش عاطفه مثبت رضایت از زندگی افزایش می‌یابد. این رابطه در عاطفه منفی و رضایت از زندگی معکوس بود [۱۷].

نتایج این پژوهش با مطالعه صفارپور نیز همسو است. صفارپور در تحقیق خود به بررسی رابطه بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی زوجی پرداخته. نتایج مطالعه او نشان می‌دهد بین بلوغ عاطفی و مؤلفه‌های رضایتمندی زوجین رابطه معناداری وجود دارد [۱۳]. در تبیین نتیجه پژوهش حاضر احتمالاتی فرض می‌شود. بلوغ عاطفی نشان‌دهنده چگونگی تنظیم کردن هیجانات، صمیمیت، همدلی، ثبات روانی و استقلال است [۱۸]. فردی که بتواند هیجاناتش را به‌درستی و با راهبردهای معین تنظیم کند، به استقلال عاطفی رسیده باشد، در خلق و هیجانات خود ثبات روانی داشته باشد و در صمیمیت و همدلی به درستی عمل کند، از نظر عاطفی بالغ است.

برخی از نشانه‌های بلوغ عاطفی مثل تنظیم هیجانات، ثبات روانی و استقلال در زندگی فردی و صمیمیت و همدلی و در زندگی بین‌فردی تأثیر خود را نشان می‌دهد. فردی که در ابعاد فردی و

نشان داد بازگشت عاطفی به طور مستقیم  $-0.44$  بر رضایت از زندگی اثر مستقیم دارد. همچنین مؤلفه عدم ثبات عاطفی  $-0.44$  بر رضایت از زندگی اثر مستقیم دارد. علاوه بر آن بلوغ عاطفی کلی  $1.42$  بر رضایت از زندگی اثرگذار است. نتایج حاصل از اثربخشی بلوغ عاطفی کلی بر رضایت از زندگی نشان داد بلوغ عاطفی کلی به صورت غیرمستقیم و با میانجیگری بازگشت عاطفی اثر مطلوب‌تری بر رضایت از زندگی دارد. با توجه به یافته‌های ذکرشده مدل تحلیل مسیر به شکل تصویر شماره ۱ است.

### بحث

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی دانشجویان انجام شد. ابتدا فرض بر این بود که یکی از مؤلفه‌های اساسی برای پیش‌بینی رضایت از زندگی بلوغ عاطفی است. بر اساس نتایج بین بلوغ عاطفی کلی و رضایت از زندگی دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد همبستگی مثبت و معنادار اما در حد متوسط وجود دارد. همچنین رابطه منفی و معناداری بین رضایت از زندگی و برخی از زیرمقیاس‌های بلوغ عاطفی به دست آمد. به‌طوری‌که بین رضایت از زندگی با زیرمقیاس عدم ثبات عاطفی و بازگشت عاطفی در بلوغ عاطفی رابطه منفی و معنادار به دست آمد که این رابطه نیز در حد متوسط به بالا بود. چنانچه عدم ثبات عاطفی و بازگشت عاطفی افراد گاهش پیدا کند رضایت از زندگی آن‌ها بالا می‌رود.

با توجه به بررسی و تعیین عوامل مرتبط با رضایت از زندگی

## References

- [1] Thumm JC. Personality and early maladaptive schema: A five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry*. 2010; 41(4):373-80. doi: 10.1016/j.jbtep.2010.03.009
- [2] Myers DG. *The American paradox: Spiritual hunger in an age of plenty*. Yale: Yale University Press, 2001.
- [3] Maltby J, Day L, McCutcheon LE, Gillett R, Houran J, Ashe DD. Personality and coping: A context for examining celebrity worship and mental health. *British Journal of Psychology*. 2004; 95(4):411-28. doi: 10.1348/0007126042369794
- [4] Wright TA, Cropanzano R. Psychological well-being and job satisfaction as predictors of job performance. *Journal of Occupational Health Psychology*. 2000; 5(1):84-94. doi: 10.1037/1076-8998.5.1.84
- [5] Mody SN, Munthy VN. The study of mental health of children of working mothers. *Journal of Personality & Clinical Studies*. 1988; 4:161-164.
- [6] Pастey GS, Aminbhavi VA. Impact of emotional maturity on stress and self confidence of adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2006; 32(1):66-70.
- [7] Lott Abadi H. *Emotions and identity adolescents and young adults*. Tehran: Nasl-e Sevvom Publications; 2001.
- [8] Cole DA, Rehm LP. Family interaction patterns and childhood depression. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 1986; 14(2):297-314. doi: 10.1007/bf00915448
- [9] Live J. What is emotional maturity? [Internet]. 2007 [Cited 2008 May 16]. Available from: <http://www.JonathanLive.com/jpg-HTML>
- [10] Pilcher JJ. Affective and daily event predictors of life satisfaction in college students. *Social Indicators Research*. 1998; 43(3):291-306. doi:10.1023/a:1006883231707
- [11] Adler MG, Fagley NS. Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of Personality*. 2005; 73(1):79-114. doi: 10.1111/j.1467-6494.2004.00305.x
- [12] Singh Y, Bhargava M. *Manual for emotional maturity scale*. Agra: National Psychological Corporation; 1990.
- [13] Safarpour A. [Investigate the relationship between emotional maturity and marital adjustment of married men working in oil pipelines Tehran area (Persian)] [MA thesis]. Tehran: Shahid Beheshti University; 2006.
- [14] Hafezabadi F. [The difference of emotional maturity between single and married women 18 to 30 years old (Persian)] [MA thesis]. Zahedan: University of Sistan and Baluchestan. 2007.
- [15] Diener ED, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*. 1985; 49(1):71-5. doi: 10.1207/s15327752pa4901\_13
- [16] Bayani A. A., Kouchaki A. M., Goudarzi H. [Reliability and validity of Satisfaction with Life Scale (Persian)]. *Developmental Psychology*. 2007; 3(11):259-265.
- [17] Soltanizadeh M, Malekpour M, Neshat doost HT. [The relationship between positive and negative affection and student's life

بین فردی درست عمل می‌کند از زندگی خود در این حیطه‌ها راضی است. همچنین انسانی که به رشد و بلوغ عاطفی دست یافته باشد قادر به درک خود و مسائل دینی و اجتماعی است و می‌تواند در برابر به تأخیر انداختن نیازهای خود مقاومت کند [۱۹].

افراد با رضایت بالا هیجانات مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و ارزیابی مثبت بیشتری از پیرامون خود دارند. افرادی که رضایت مطلوبی از زندگی ندارند ارزیابی نامطلوبی از خود و دیگران و رویدادها دارند و هیجانات منفی بیشتری را تجربه می‌کنند [۱]. بر این اساس می‌توان فرض کرد عدم ثبات عاطفی به عنوان یکی از مؤلفه‌های بلوغ عاطفی می‌تواند در ارزیابی نامطلوب از رویدادها و عدم رضایت از زندگی نقش داشته باشد.

یافته‌های مالتبی و همکاران نشان داد افرادی که رضایت بیشتری از زندگی دارند از سبک‌های مقابله‌ای مؤثرتر و مناسب‌تر استفاده می‌کنند، عواطف و احساسات عمیق‌تری را تجربه می‌کنند و از سلامت عمومی بالاتری برخوردارند. نارضایتی از زندگی با وضعیت سلامتی ضعیف‌تر، علائم افسردگی، مشکلات شخصیتی، رفتارهای نامناسب بهداشتی و وضعیت ضعیف اجتماعی همبسته است [۳].

انسانی که به بلوغ عاطفی رسیده باشد فلسفه زندگی معینی دارد که براساس آن می‌تواند از بهران‌های دائمی زندگی جلوگیری کند. چنین فردی به پیشرفت‌های فعلی خود متکی است و به گذشته خود هرچند هم باشکوه بوده باشد، اتکالی ندارد و به کارهایی از قبیل امور جنسی، عشق، ازدواج و تربیت کودک با روشن‌فکری می‌نگرد. چنین شخصی قدرت کنترل احساسات و عواطف خود را دارد [۲۰]. بنابراین بلوغ عاطفی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی باشد.

بر اساس یافته‌های مطالعه حاضر بین بلوغ عاطفی و رضایت از زندگی رابطه نسبتاً خوبی وجود دارد. عدم ثبات عاطفی می‌تواند رضایت از زندگی را پیش‌بینی کند و بلوغ عاطفی کلی با میانجیگری بازگشت عاطفی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی باشد. پیشنهاد می‌شود رابطه رضایت از زندگی و بلوغ عاطفی در افراد دیگر نیز بررسی شود.

تشکر و قدردانی

این مقاله حامی مالی نداشته است. در پایان از دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد که در انجام مطالعه حاضر نهایت همکاری را داشتند صمیمانه سپاسگزاری می‌کنیم.

satisfaction in university of Isfahan (Persian)]. *Journal of Clinical Psychology & Personality*. 2012; 19(7):53-64.

- [18] Mansoumejad Z, Poorseyyed SR, Kiani F, Khodabakhsh MR. [Effectiveness of communication skills training on emotional maturity evolution of female students on the eve of marriage (Persian)]. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2013; 15(59):70-158.
- [19] Ghaderi dehkordi Z, Ahmadi R, Ghasemipirbaloti M. [Examine the relationship between self-knowledge, emotional maturity with social security of Shahrekord students (Persian)]. *Journal of Danesh-e-Entezami*. 2013; 1(2):39-50.
- [20] Shamloo S. [The use of psychotherapy (Persian)]. 3<sup>rd</sup> ed. Tehran: Roshd Publications; 2001.

