

بررسی ارتباط هوش هیجانی، سبک اسناد و خودکارآمدی با رضایت از زندگی در زنان شاغل

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر، تعیین ارتباط هوش هیجانی، سبک‌های اسنادات و خودکارآمدی با رضایت از زندگی در زنان شاغل شهرستان بجنورد بود. جامعه این پژوهش کلیه زنان شاغل ۳۰ تا ۴۰ ساله‌ای بود که به‌طور تمام وقت در بخش دولتی شهرستان بجنورد در سال ۱۳۸۴ مشغول به‌کار بودند که از میان آنان، نمونه‌ای به حجم ۱۲۰ نفر به روش تصادفی طبقه‌ای انتخاب گردید. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های هوش هیجانی، خودکارآمدی، سبک‌های اسنادات و رضایت از زندگی استفاده شد. یافته‌ها نشان داد: بین هوش هیجانی و خودکارآمدی با رضایت از زندگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین سبک‌های اسنادات و رضایت از زندگی رابطه معنی‌داری دیده نشد. نتایج رگرسیون نشان داد که خودکارآمدی توان پیش‌بینی رضایت از زندگی را دارد. واژه‌های کلیدی: هوش هیجانی، سبک اسناد، خودکارآمدی، رضایت از زندگی، شاغل

مقدمه

در بررسی تفاوت‌های موجود در میزان سلامت زنان، عده‌ای از جامعه‌شناسان و محققان در چارچوب نقش‌های اجتماعی زنان به امر اشتغال آنها توجه نموده‌اند (سفیری، ۱۳۷۷؛ نوری، ۱۳۸۱). به‌ویژه در عصر حاضر، روی آوردن وسیع زنان به مراکز اشتغال باعث علاقمندی محققان مختلف و از جمله روان‌شناسان به پیامدهای این پدیده شده است و در این راستا شاخص‌های متعدد سلامت روان زنان شاغل مورد توجه قرار

۱- استادیار دانشگاه محقق اردبیلی (bahadi08@gmail.com)

۲- دانشیار دانشگاه محقق اردبیلی

۳- استادیار دانشگاه محقق اردبیلی

۴- کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی

گرفته است. یکی از شاخص‌هایی که علی‌رغم اهمیت آن، کمتر مورد توجه قرار گرفته است، رضایت از زندگی می‌باشد. برخی از مطالعات نشان داده‌اند که رضایت از زندگی زن از تعیین‌کننده‌های اساسی سلامت روان شوهر می‌باشد (پاولا و هازل^۱، ۲۰۰۰، لوسیا و بورل^۲، ۲۰۰۴). البته خود این متغیر به‌عنوان یک شاخص بهزیستی روانی می‌تواند متأثر از مؤلفه‌های زیادی مثل هوش هیجانی، شناخت‌های فرد و از جمله باورهای خودکارآمدی و سبک اسناد باشد.

بر اساس برخی مطالعات، مؤلفه‌های هوش هیجانی یک پیش‌بین عمده برای شاخص‌های بهزیستی روانی (از جمله رضایت از زندگی) و عملکرد بین فردی محسوب می‌شوند (اکسترمررا و فرناندز^۳، ۲۰۰۵). مهانیان، برجعلی و سلیمی‌زاده (۱۳۸۵) در بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی در معلمان زن به این نتیجه رسیدند که بین هوش هیجانی و رضایت زناشویی همبستگی معنادار وجود دارد. از بین مؤلفه‌های هوش هیجانی به ترتیب خود آگاهی مهارت‌های اجتماعی، خود کنترلی و همدلی همبستگی مثبت معنی‌داری با رضایت زناشویی داشتند. بین هوش هیجانی و موفقیت شغلی و نیز بین رضایت زناشویی و موفقیت شغلی همبستگی وجود دارد. و سرانجام اینکه ۱۳ درصد از تغییرات رضایت زناشویی توسط هوش هیجانی تبیین می‌شود.

همچنین، کارادماس^۴ (۲۰۰۶) در پژوهشی دریافت که مؤلفه خوش‌بینی در هوش هیجانی رابطه خودکارآمدی و حمایت اجتماعی ادراک شده با جنبه‌های مختلف بهزیستی روانی از جمله رضایت از زندگی را تعدیل می‌کند و باعث گسترش استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و تنظیم هیجانات می‌شود.

استاد ینگر، فلیسون و بالتس^۵ (۱۹۹۹) با انجام پژوهشی نشان دادند که احساس کنترل داشتن بر وقایع (از ابعاد اسناد) موجب بالا رفتن سطح رضایت از زندگی می‌شود (به نقل از برک^۶، ۱۳۸۳).

پژوهش توماس و متیو^۷ (۱۹۹۴) بر روی دانش‌آموزان نشان داد که اسنادهای موقت/پایدار رابطه پیشرفت کلی و خودکارآمدی با رضایتمندی را تعدیل می‌کند.

- 1- Paula & Hazel
- 2- Lucia & Borrel
- 3- Extremera & Fernandez
- 4- Karademas
- 5- Stadinger, Felson & Balts
- 6- Berk
- 7- Thomas & Mathieu

کیم و پارک^۱ (۱۹۹۹) در پژوهشی نشان دادند که خودکارآمدی با رضایت از زندگی رابطه مستقیم دارد. به بیان دیگر، کسانی که خود را کارآمدتر می‌پندارند، علاوه بر کسب موفقیت بیشتر از نظر عملکرد، احساس رضایت بیشتری از زندگی نیز می‌کنند (به نقل از مرتضوی، ۱۳۸۳).

یانگ^۲ (۱۹۹۲) در مطالعه‌ای روی نمونه‌ای متشکل از ۱۴۲ نفر در سانفرانسیسکو در رابطه با متغیرهای پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی دریافت که متغیرهای دموگرافیک از قبیل شغل، سلامتی، وضعیت تأهل، دوستی و فرهنگ چندگانه، ۳۷ درصد واریانس در رضایت از زندگی را تبیین می‌کنند. اما نقش شغل از سایر متغیرها برجسته‌تر بود.

از سوی دیگر، تحقیقاتی هم انجام شده‌اند که به پیامدهای منفی اشتغال زنان اشاره نموده‌اند. فورکما و لایفبروئر^۳ (۲۰۰۴) در پژوهشی به بررسی رابطه اشتغال زن و طلاق پرداختند. فرضیه مورد آزمون در این پژوهش این بود که با افزایش سطح تحصیلات زن و استقلال مالی او (به دلیل اشتغال)، احتمال طلاق بالا می‌رود. نتایج پژوهش حاکی از تأیید فرضیه بود.

لذا در راستای تحقیقات قبلی و با توجه به پاره‌ای عوامل تأثیر گذار بر شاخص‌های رضایت از زندگی در پژوهش حاضر از میان عوامل مختلف مرتبط با رضایت از زندگی، رابطه متغیرهای هوش هیجانی، سبک اسناد و خودکارآمدی با رضایت از زندگی مورد بررسی قرار گرفته است. در زمینه متغیرهای پژوهش فرضیه‌های زیر بررسی شده‌اند:

- ۱- بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
 - ۲- بین خودکارآمدی و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
 - ۳- بین سبک اسناد و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
 - ۳-۱- بین سبک اسناد درونی / بیرونی و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
 - ۳-۲- بین سبک اسناد موقت / پایدار و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
 - ۳-۳- بین سبک اسناد کلی / اختصاصی و رضایت از زندگی زنان شاغل رابطه وجود دارد.
- سؤال پژوهش عبارت بود از اینکه کدام یک از متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و سبک‌های اسنادات می‌توانند رضایت از زندگی را پیش‌بینی کنند؟

1- Keim & Park
2- Ying
3- Forkema & Liefbroer

روش

روش تحقیق در پژوهش حاضر همبستگی است.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه زنان شاغل (۳۰-۴۰ ساله) در بخش دولتی شهرستان بجنورد در سال ۱۳۸۴ بود. دلاور (۱۳۸۲) برای پژوهش از نوع همبستگی حداقل حجم نمونه را ۵۰ نفر ذکر کرده است که در پژوهش حاضر برای افزایش اعتبار بیرونی ۱۲۰ زن شاغل به روش تصادفی طبقه‌ای (در سه طبقه آموزشی، خدمات بهداشتی و تأمین اجتماعی) انتخاب شدند.

ابزار پژوهش

مقیاس هوش هیجانی شاته^۱: این مقیاس شامل ۳۳ سؤال است و توسط شاته و همکاران (۱۹۹۸) به منظور سنجش مؤلفه‌های هوش هیجانی بر اساس مدل سالوی و مایر^۲ (۱۹۹۰) تهیه شده است. پایایی و روایی مقیاس توسط سازندگان آن احراز گردیده است. در پژوهش حاضر، برای تعیین پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب ۰/۸۹ به دست آمد.

پرسشنامه سبک اسناد^۳: این پرسشنامه محتوای اسنادهای علی افراد برای پیامدهای مثبت و منفی را در ابعاد کانون علیت، ثبات و کلی بودن ارزیابی می‌کند. شکل اصلی این پرسشنامه که به دنبال الگوی تجدیدنظر شده درماندگی آموخته شده برای اندازه‌گیری اسنادهای دانشجویان به وسیله سلینگمن و همکاران (۱۹۹۸، به نقل از تقی پور، ۱۳۷۸) تهیه شده، شامل ده موقعیت فرضی است که شامل پنج موقعیت برای ارزیابی اسنادهای علی فرد مورد پیامدهای مثبت (موفقیت) و پنج موقعیت نیز برای ارزیابی اسنادهای علی وی در مورد پیامدهای منفی (شکست) می‌باشد. این پرسشنامه توسط قاسمی و اسلامی شهر بابکی (۱۳۶۹، به نقل از تقی پور، ۱۳۷۸) اقتباس و تدوین شده است. آنها در بررسی پایایی درونی این پرسشنامه، ضریب آلفای گروه‌های فرعی را محاسبه نموده و به این نتایج دست یافتند: پیامد بد درونی ۰/۷۵، پیامد خوب درونی ۰/۷۴، پیامد بد با ثبات ۰/۴۳، پیامد خوب با ثبات ۰/۵۶، پیامد بد کلی ۰/۷۳، و پیامد خوب کلی ۰/۷۶. در پژوهش حاضر نیز برای تعیین پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب ۰/۷۸ به دست آمد.

- 1- Schutte Self- Report Emotional Intelligence
- 2- Salovey & Mayer
- 3- Attributional Style Questionnaire (ASQ)

مقیاس خودکارآمدی: این مقیاس ۱۷ آیتمی توسط شرر^۱ و همکاران (۱۹۹۸)، به نقل از وقری، (۱۳۷۹) ساخته شده است. اعتبار این مقیاس در پژوهش براتی (۱۳۷۶) با استفاده از روش محاسبه همبستگی بین مقیاس خودکارآمدی و مقیاس کنترل درونی-بیرونی ۰/۷۹ به دست آمد (به نقل از وقری، ۱۳۷۹). در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی ۰/۸۱ به روش آلفای کرونباخ به دست آمد.

پرسشنامه رضایت از زندگی: این مقیاس پنج سوالی توسط داینر^۲ و همکاران (۱۹۸۵) جهت سنجش میزان رضایت کلی از زندگی تهیه شده است. داینر و همکاران (۱۹۸۵) اعتبار با شیوه همگرا و افتراقی و پایایی (آلفا کرونباخ = ۰/۸۹) مطلوبی برای مقیاس گزارش نموده اند. در مقابل هر سؤال طیف لیکرت پنج نمره‌ای در نظر گرفته شده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این آزمون به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمده است.

روش اجرا

شیوه جمع‌آوری اطلاعات انفرادی بوده و در محل سکونت و یا اشتغال آزمودنی‌ها صورت گرفته است و در تحلیل آماری داده‌ها نیز از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری با شیوه همزمان استفاده شده است.

نتایج

جدول شماره ۱ مشخصه‌های آماری آزمودنی‌ها را بر حسب نمره‌های هوش هیجانی، خودکارآمدی، رضایت از زندگی و سبک‌های اسنادات به تفکیک در مورد زنان شاغل در سه طبقه شغلی آموزشی، بهداشتی و تأمین اجتماعی (و سایر خدمات) نشان می‌دهد.

همان‌طور که در این جدول ملاحظه می‌شود، میانگین نمرات زنان شاغل در طبقه بهداشتی در هوش هیجانی و اسناد موقت/ پایدار بیشتر از میانگین نمرات زنان شاغل دیگر است، میانگین نمرات زنان شاغل در طبقه تأمین اجتماعی و خدمات در رضایت از زندگی و خودکارآمدی بیشتر از میانگین نمرات زنان شاغل دیگر است و میانگین نمرات زنان در طبقه آموزشی در سبک‌های اسنادات بیشتر از زنان شاغل دیگر است.

1 - Scheerer
2 - Diener

جدول ۱: آماره‌های توصیفی هوش هیجانی، سبک‌های اسنادات، خودکارآمدی و رضایت از زندگی

متغیر	آموزشی		بهداشتی		تأمین اجتماعی و سایر خدمات		کل
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
هوش هیجانی	۱۱۹/۲۰	۱۲/۸۰	۱۲۳/۱۵	۹/۵۳	۱۲۲/۴۹	۸/۹۱	۱۱۵/۳۵
خودکارآمدی	۶۰/۹۷	۱۰/۶۰	۶۳/۲۶	۶/۱۹	۶۴/۳۵	۸/۸۹	۶۰/۸۶
رضایت از زندگی	۲۴/۱۲	۶/۶۳	۲۴/۲۶	۷/۴۳	۲۴/۶۶	۶/۱۹	۲۳/۱۲
اسناد درونی/ بیرونی	۳۳/۵۴	۳/۳۷	۳۲/۹۴	۲/۵۴	۳۲/۶۹	۳/۲۰	۳۲/۷۹
اسناد موقت/ پایدار	۳۸/۵۲	۵/۴۸	۳۹/۲۱	۲/۸۳	۳۹/۰۹	۴/۳۸	۳۷/۶۹
اسناد کلی/ اختصاصی	۳۲/۸۳	۴/۳۷	۳۳/۱۵	۴/۶۲	۳۳/۹۸	۴/۵۱	۳۲/۵۷

برای تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌های پژوهش، ابتدا ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش انجام شد. نتایج آزمون پیرسون در جدول شماره ۲ ارائه شده است. این یافته‌ها، فرضیه‌های اول و دوم پژوهش در مورد همبستگی مثبت رضایت از زندگی با هوش هیجانی و خودکارآمدی را تأیید می‌کنند. بر اساس نتایج به دست آمده، همبستگی بین رضایت از زندگی و سبک‌های اسنادات (درونی/ بیرونی، موقت/ پایدار، کلی/ اختصاصی) معنی دار نیست و فرضیه سوم پژوهش تأیید نمی‌شود.

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین هوش هیجانی، خودکارآمدی، سبک اسنادات با رضایت از زندگی

متغیر	رضایت از زندگی
هوش هیجانی	*۰/۳۴
خودکارآمدی	*۰/۳۷
اسناد درونی/ بیرونی	۰/۱۳
اسناد موقت/ پایدار	۰/۱۱
اسناد کلی/ اختصاصی	۰/۱۲

* $P < 0.05$

برای پاسخ‌گویی به سؤال پژوهش که کدام یک از متغیرهای هوش هیجانی، خودکارآمدی و سبک‌های اسنادات، رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند، از رگرسیون چندگانه با روش همزمان استفاده شد. از آنجایی که بین سبک‌های اسنادات و رضایت از زندگی رابطه معناداری به دست نیامد، سبک‌های

اسنادات (اسناد درونی/ بیرونی، اسناد موقت/ پایدار، اسناد کلی/ اختصاصی) در معادله رگرسیون وارد نشدند. از این رو، هوش هیجانی و خود کارآمدی به عنوان متغیرهای پیش بین و رضایت از زندگی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون با روش همزمان تحلیل شدند. ضرایب رگرسیون با توجه به آماره های t نشان داد که خود کارآمدی سهم معناداری در پیش بینی رضایت از زندگی دارد ($P = 0.04$ ، $t = 2.43$ ، $\beta = 0.19$ ، $(2.117) = 19.42$). اما هوش هیجانی نمی تواند واریانس رضایت از زندگی را به صورت معنادار تبیین کند.

بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه هوش هیجانی، سبک های اسنادات و خود کارآمدی با رضایت از زندگی در زنان شاغل بود. یافته های پژوهش نشان داد که هوش هیجانی سهم معناداری در پیش بینی رضایت از زندگی در زنان شاغل ندارد. در زمینه رابطه هوش هیجانی و رضایت از زندگی تحقیقات پیشین چندان هماهنگ نیستند و طیفی از همبستگی ضعیف تا متوسط بین این دو سازه گزارش کرده اند (گانون و رنزیجن^۱، ۲۰۰۵؛ اکسترمر و فرناندز، ۲۰۰۵). به همین جهت وجود این رابطه همواره مورد تردید و کنکاش قرار گرفته است (پالمر، دونالدسون و استاگ^۲، ۲۰۰۲). در خصوص تناقضات موجود عمدتاً به دو عامل تناقضات ناشی از نوع ابزارهای به کار گرفته شده و تعامل یا واسطه گری متغیرهای دیگر نظیر ویژگی های شخصیتی یا جمعیت شناختی در رابطه هوش هیجانی با رضایت از زندگی اشاره شده است. از آنجایی که نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر زنان شاغل بودند، در تبیین یافته فوق می توان به سنگینی یا گرانباری نقش ها^۳ اشاره کرد. به عبارت دیگر، حجم زیاد مسئولیت های زنان شاغل در منزل و محیط کار ممکن است رابطه میان هوش هیجانی و رضایت از زندگی را تحت تأثیر قرار دهد.

یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که رابطه معنادار بین سبک های اسنادات و رضایت از زندگی در زنان شاغل تأیید نشد. بررسی پیشینه تحقیق حاکی از آن است که در زمینه رابطه بین سبک های اسنادات و رضایت از زندگی و همچنین، درباره رابطه بین سبک های اسنادات و سلامتی عمومی تحقیقی صورت نگرفته است. اما در زمینه رابطه سبک های اسنادات و متغیرهای مربوط به حرفه و شغل مطالعات اندکی انجام شده است. این یافته ها مبین آن است که سبک های اسنادات رابطه مستقیمی با متغیرهای مربوط به

1- Ganon & Ranzijn

2- Palmer, Donalason & Stough

3- Role overload

شغل ندارد و حذف تأثیر متغیرهای دیگر (مانند سبک‌های مقابله‌ای) می‌تواند رابطه بین سبک‌های اسنادات و متغیرهای مربوط به شغل را تضعیف کند. مثلاً ولبورن، اگرت، هارتلی و آندرو^۱ (۲۰۰۷) با استفاده از پرسشنامه سبک‌های اسنادی حرفه‌ای^۲ رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای، سبک‌های اسنادات شغلی و رضایت شغلی را در میان ۱۹۰ پرستار بررسی کردند. این پژوهش نشان داد که سبک‌های مقابله‌ای در رابطه بین سبک‌های اسنادات و رضایت شغلی نقش واسطه‌ای دارد. از این‌رو، نتیجه‌گیری دقیق در باره رابطه بین سبک‌های اسنادات و رضایت از زندگی در محیط‌های شغلی و دستیابی به شناخت و آگاهی از فرایندهای زیربنایی تأثیرگذار بر این رابطه مستلزم انجام تحقیقات بیشتر است.

در پژوهش حاضر، همخوان با تحقیقات انجام شده در زمینه نقش خودکارآمدی در بهزیستی افراد شاغل، رابطه مثبت معناداری بین خودکارآمدی و رضایت از زندگی در زنان شاغل به‌دست آمد. همچنین، در پژوهش حاضر تحلیل رگرسیون مبین آن بود که خودکارآمدی سهم معناداری در پیش‌بینی رضایت از زندگی زنان شاغل دارد. تحقیقاتی که در زمینه خودکارآمدی و متغیرهای مربوط به شغل انجام شده است، حیطه‌های مختلفی را شامل می‌شود. برخی پژوهش‌ها به بررسی رابطه خودکارآمدی و رفتارهای مربوط به حرفه و شغل قبل از اشتغال پرداخته‌اند، از جمله لنت و هاکت^۳ (۱۹۸۷) با پژوهشی در زمینه خودکارآمدی حرفه‌ای بدین نتیجه دست یافتند که افرادی با خودکارآمدی بالا در مقایسه با افرادی با خودکارآمدی پایین در دانشکده عملکرد تحصیلی بالاتر، تلاش‌های تحصیلی بیشتر و انتخاب‌های سطح بالاتری در موقعیت‌های تحصیلی نشان می‌دهند. این پژوهش‌گران معتقدند که خودکارآمدی زمینه‌ساز افزایش رفتارهای مربوط به حرفه و شغل در دوران تحصیل و قبل از اشتغال می‌شود. عده‌ای دیگر از پژوهش‌گران که به بررسی رابطه خودکارآمدی و متغیرهای مربوط به شغل علاقمندند، به بررسی نقش خودکارآمدی در کاهش استرس شغلی پرداخته‌اند. متسویی و انگلاتکو^۴ (۱۹۹۲) با انجام پژوهشی به بررسی نقش خودکارآمدی حرفه‌ای در رابطه بین استرس شغلی و فشار شغلی پرداختند. این پژوهش‌گران با بررسی ۴۳۵ زن ژاپنی بدین نتیجه دست یافتند که خودکارآمدی رابطه بین فشارهای شغلی (حرفه‌ای، بین فردی، روانی- فیزیکی) و استرس‌های شغلی (سنگینی نقش‌ها، مسئولیت‌پذیری و عدم کفایت) را تعدیل می‌کند. بدین ترتیب که افرادی با خودکارآمدی پایین نسبت به افرادی با خودکارآمدی بالا فشارهای شغلی بیشتری

1- Welbourne, Eggert, Hartley & Andrew

2- Occupational Attribution Style Questionnaire

3- Lent & Hackett

4- Matsui & Onglatco

خصوصاً زمانی که سنگینی نقش‌ها و مسئولیت‌پذیری بالاتر می‌رود، گزارش می‌دهند. حیطة دیگر پژوهش‌های انجام شده در زمینه خودکارآمدی شامل پژوهش‌هایی می‌شود که رابطه خودکارآمدی و سلامتی را بررسی کردند. وچیسو، گرینو، پاسترولی و دلبو^۱ (۲۰۰۷) با انجام پژوهشی در زمینه خودکارآمدی و رضایت از زندگی دریافتند که عقاید خودکارآمدی در زمینه‌های تحصیلی و اجتماعی قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی تا پنج سال بعد می‌باشد. شوردفگر، کرمین و شونهوفن^۲ (۲۰۰۸) پژوهشی در زمینه خودکارآمدی و سلامتی در زنان معلم انجام دادند. این پژوهش نشان داد که خودکارآمدی می‌تواند به‌عنوان یک عامل حمایت‌کننده برای بهزیستی روانی باشد. در این پژوهش، پس از کنترل متغیر سبک زندگی و متغیرهای جمعیت‌شناختی بین خودکارآمدی و شکایات قلبی همبستگی معنادار به‌دست آمد. نتایج تحقیق حاضر حامی این عقیده بود که خودکارآمدی می‌تواند به مانند یک سپر فیزیولوژیایی از معلمین در برابر بیماری‌های قلبی حمایت کند و با پیامدهای مطلوب سلامتی همراه باشد. بنابراین، بر اساس یافته‌های فوق، یافته پژوهش حاضر مبنی بر رابطه معنادار بین خودکارآمدی و رضایت از زندگی در زنان شاغل را می‌توان چنین تبیین کرد: خودکارآمدی با افزایش رفتارهای مربوط به حرفه و شغل در قبل از اشتغال زمینه عملکرد شغلی موفقیت‌آمیز را فراهم می‌کند و سپس با کاهش استرس شغلی، رضایت از زندگی و بهزیستی بیشتری برای افراد شاغل تدارک می‌بیند. در پژوهش حاضر نیز زنان شاغل با خودکارآمدی بالا، رضایت از زندگی بیشتری گزارش دادند.

از آنجایی که در پژوهش حاضر فقط زنان شاغل مورد مطالعه قرار گرفته بودند، استفاده از نمونه‌های مختلف شامل زنان خانه‌دار امکان مقایسه متغیرهای مورد مطالعه را فراهم می‌کند و بدین ترتیب، رابطه میان هوش هیجانی، خودکارآمدی و سبک‌های اسنادات با رضایت از زندگی دقیق‌تر مورد بررسی قرار می‌گیرد. محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شود.

منابع

- برک، لورا. ای. (۱۳۸۳). روانشناسی رشد. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: انتشارات ارسباران.
- تقی‌پور، ابوالفضل (۱۳۷۸). بررسی تأثیر بازآموزی اسنادی بر سبک اسنادی عزت‌نفس، عملکرد و استقامت در آن پس از شکست در یک آزمون مهارتی فوتبال. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه

1-Vecchio, Gerbino, Pastorelli, & Delbove

2- Schwerdfeger, Konermann, & Schonhofen

فردوسی مشهد: دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.

دلاور، علی (۱۳۸۲). مبانی نظری و علمی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. تهران: انتشارات رشد.

سفیری، خدیجه (۱۳۷۷). جامعه‌شناسی اشتغال زنان. تهران: مؤسسه فرهنگی-اجتماعی تبیان.

مرتضوی، شهناز (۱۳۸۳). روابط متقابل بین خودکارآمدی پنداری و ادراک حمایت از سوی خانواده، معلمان و دوستان نزدیک. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، سال سوم، شماره ۸.

مهانیان خامنه، مهری؛ برجعلی، احمد و سلیمی‌زاده، محمد کاظم (۱۳۸۵). بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی. مجله روانشناسی. ۱۰ (۳)، ۳۰۸-۳۲۰.

نوری، جعفر (۱۳۸۱). مقایسه وضعیت سلامت جسمانی، روانی و کنش اجتماعی مادران شاغل و خانه‌دار شهر تهران و رابطه آن با کارکرد خانواده. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.

وقری، عزت‌ا... (۱۳۷۹). بررسی رابطه بین خودکارآمدی و سبکهای مقابله با بحران در زوجهای جوان دانشجویان دانشگاههای تهران در سال تحصیلی ۷۹-۷۸. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.

Corr, P.J., & Gray, J.A. (1995). Attributional styles, socialization and cognitive ability as predictor of sales success: A predictive validity study. *Personality and Individual Differences*, 18(2), 241-252.

Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffen, S. (1985). The satisfaction with life satisfaction scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Extremera, N., & Fernandez, P. (2005). Perceived emotional Intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the trait meta- mood scale. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.

Forkema, T., & Liefbroer, A.C. (2004). Employment and divorce among Dutch women born between 1903 and 1937. *The history of the Family*, 9(4) 425-442.

Ganon, N., & Ranzijn, R. (2005). Does emotional intelligence predict unique variance in life satisfaction beyond IQ and personality? *Personality and Individual Differences*, 38, 1353- 1364.

Karademas, E.C. (2006). Self – efficacy, social support and well- being. The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40, 1281-1290.

Lent, R.W., & Hackett, G. (1987). Career self- efficacy: Empirical status and future directions. *Journal of Vocational behavior*, 30(30), 347-382.

Lucia, A., & Borrel, C. (2004). Women, family demands and health: The importance of employment status and socio-economic position. *Social Science & Medicine*, 59, 263-274.

Matsui, T., & Onglatco, M.L. (1992). Career self- efficacy as a moderator of the relation between occupational stress and strain. *Journal of Vocational behavior*, 41(1), 79-88.

Palmer, B., Donaldson, C., & Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-1100.

Paula, R., Hazel, M. (2000). The relationship of employment to self-perception and well-being in women. *Journal of Happiness Studies*, 3, 373-392.

Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185- 211.

Schutte, N.S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, C.J., & Dornheim, F. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.

Schwerdfeger, A., Konermann, L., & Schonhofen, K. (2008). Self- efficacy as a health protective resource in teacher? A biopsychological approach. *Health Psychology*, 27(3), 358-563.

Thomas, K.M. & Mathieu, J.E. (1994). Role of causal attributions in dynamic self-regulation and goal process. *Journal of Applied Psychology*, 79, 812-818.

Vecchio, G.M., Gerbino, M., Pastorelli, C., & Delbove, G. (2007). Multi- faceted self- efficacy belief as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1807-1818.

Welbourne, J.L., Eggerth, D., Hartley, T.A., & Andrew, M.E. (2007). Coping strategies in the workplace: relationship with attribution style and job satisfaction. *Journal of Vocational behavior*, 70(2), 312-325.

Ying, Y.W. (1992). Life satisfaction among San Francisco Chinese- American . *Social Indicator Research*. (Historical Archive). 26, 1-22.