

## بررسی رابطه هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی با سلامت روان و رضایت زوجین شهرستان اندیمشک

آیت اله کریمی باغملک<sup>۱</sup>، زینب محمدی مهر<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد رشته مشاوره و راهنمایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

---

### چکیده

تحقیق حاضر با هدف بررسی رابطه هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی با سلامت روان و رضایت زوجین شهرستان اندیمشک انجام شد. نمونه آماری پژوهش ۵۰ نفر از زوج‌های داوطلب و در دسترس بود. تحلیل داده با استفاده از نرم‌افزار SPSS استفاده شد. یافته‌های حاصل نشان داد که هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی رابطه مثبت و معنی‌داری با سلامت روان و رضایت زوج‌های جوان داشته است.

**واژه‌های کلیدی:** هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی، خوش‌بینی، سلامت روان، رضایت

---

## مقدمه:

ازدواج یکی از بنیادهای جهان شمول است و هیچ بنایی این چنین صمیمانه زندگی بشر را تحت تأثیر قرار نداده است (هالفورد<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴، ترجمه: تبریزی، کاردانی و جعفری، ۱۳۸۷). ازدواج معمولاً به عنوان منبعی از خشنودی و رضایت برای فرد است ولی متأسفانه گاهی اوقات به عنوان منبعی از ناکامی تبدیل می شود. (جلوانی، ۱۳۹۰). ازدواج رضایت بخش سپری در برابر فشارهای روانی و حوادث منفی زندگی است، درحالی که ازدواج های ناپایدار و فشارزا نتایج منفی برای سلامت روانی و جسمانی زوج ها دارد (بلوم، آشر و ویت<sup>۲</sup>، ۱۹۸۷). تحقیقات نشان داده اند که هوش هیجانی<sup>۳</sup> (آگاهی از هیجان ها و چگونگی اثرگذاری این آگاهی در روابط بین فردی) در زندگی زناشویی مؤثر است (لوسین، ۲۰۰۶، به نقل از رحبی، موسویان نژاد و تقی پور، ۱۳۹۳). محققان بر این باورند که توانایی درک و پذیرش افکار، احساس ها و عواطف یکدیگر در زندگی زناشویی با احساس رضایت مندی بیشتری همراه است. از این رو مردان و زنانی که سطح بالایی از رضایت مندی و صمیمیت را در رابطه با ازدواج خود گزارش می کنند در پیش بینی احساس ها و باورهای شریک زندگی خود بسیار دقیق هستند و ارزش ها و باورهای مشابهی درباره میزان نزدیکی و صمیمیت بین خود حفظ می کنند (صادقی، ۱۳۸۰). یکی از عوامل شخصیتی و فردی مرتبط با رضایت زناشویی، سبک دلبستگی است. دلبستگی یکی از متغیرهای مهم شخصی است که بر روابط و صمیمیت زناشویی افراد تأثیر می گذارد (فینی<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶). نظریه دلبستگی یک چارچوب مفید و منسجمی برای مطالعه ی کارکرد و روابط زوج ها ارائه می دهد (هازن و شاور<sup>۵</sup>، ۱۹۸۷). دلبستگی در روش تعاملی زوج ها با یکدیگر نقش مهمی را ایفا می کند. برای مثال، دلبستگی در تنظیم عواطف، صمیمیت و حسادت، نقش ایفا می کند. از طرف دیگر، دلبستگی در زمینه های بسیاری از جمله تعارض، ارتباط و روابط جنسی نیز نقش دارد (خوشابی و ابوحمزه، ۱۳۸۶). عامل مهم دیگری که بر رضایت زناشویی و سلامت روان مؤثر است، خوش بینی است. خوش بینی به عنوان جزئی از روان شناسی مثبت نگر مفهومی فراگیر و گسترده دارد و عبارت است از خلق یا نگرشی که با انتظار یک آینده مطلوب همراه است و فرد آن را از لحاظ اجتماعی موافق درخواست خود ارزیابی می کند (میراحمدی، ۱۳۸۷). سبک دلبستگی و هوش هیجانی و خوش بینی افراد می تواند در سلامت روان آن ها مؤثر باشد. تأمین بهداشت همه افراد جامعه از مهم ترین مسائل اساسی هر کشور است، این امر در سه جنبه جسمانی، روانی و اجتماعی مورد ملاحظه قرار می گیرد، در صورتی که بعد روانی بهداشت به اندازه کافی مورد توجه قرار نگیرد، فراوانی مشکلات روانی و رفتاری رو به فزونی خواهد گذاشت تا حدی که عوارض ناشی از بی توجهی به آن در ابعاد فردی و اجتماعی، خانوادگی و انسانی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی اثرات سوء و غیرقابل جبران را در پی خواهد گذاشت (نوابی نژاد، ۱۳۷۶). در زمینه رضایت و سلامت روان زوجین جوان تحقیقاتی صورت گرفته است که از جمله آن ها می توان به تحقیقات زیر اشاره کرد.

نتایج تحقیقات حافظی و جامعی نژاد (۱۳۸۹) و مردانی، حموله و حیدری (۱۳۸۹) مبین این امر است که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت و معنادار و سبک های دلبستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا و رضایت زناشویی رابطه منفی و معناداری وجود دارد.

<sup>1</sup> Halford

<sup>2</sup> Bloom, Asher, & With

<sup>3</sup> emotional intelligence

<sup>4</sup> Feeny

<sup>5</sup> Hazan, & Shaver

موسوی و ایروانی (۲۰۱۱) نشان دادند که مؤلفه‌های بی‌ثباتی هیجانی<sup>۶</sup> و بازگشت هیجانی<sup>۷</sup> از هوش هیجانی با رضایت زناشویی رابطه منفی دارند. کوچک انتظار و همکاران (۲۰۱۱) و لوالیکار و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که بین هوش هیجانی و رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد.

بررسی لوپز و همکاران (۲۰۱۱) نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معنادار وجود دارد. پژوهش باتزر و کمپیل (۲۰۰۸) حاکی از این بود که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار و بین سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی با رضایت زناشویی رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. مطالعات بلو و همکاران (۲۰۰۸) و لمنز و همکاران (۲۰۰۷) نشان‌دهنده‌ی این امر است که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. کریستینا و همکاران (۲۰۰۶) دریافتند که بین سبک دلبستگی ایمن و رضایت زناشویی رابطه مثبت معنی‌دار و بین سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی و رضایت زناشویی رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. بنابراین با توجه به مطالب بیان شده هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی با سلامت روان و رضایت زوجین شهرستان اندیمشک می‌باشد.

### روش تحقیق

تحقیق حاضر با توجه به هدف کاربردی بوده و با توجه به روش تحقیق توصیفی و همبستگی بوده است. جامعه آماری این پژوهش کلیه افراد متأهل شهرستان اندیمشک با نداشتن سابقه بیماری‌های جسمانی و روانی و بر اساس رعایت اصول اخلاق پژوهش و تعهد شفاهی خواهند بود که به روش نمونه‌گیری داوطلب- در دسترس ۵۰ نفر از میان آن‌ها انتخاب خواهند شد. به‌منظور سنجش متغیر هوش هیجانی از مقیاس هوش هیجانی<sup>۸</sup> (EIS) استفاده گردید. این مقیاس برای ارزیابی تفاوت‌های فردی در توانایی شناسایی و تنظیم عواطف خود و دیگران توسط ونگ و لو (۲۰۰۲) ساخته شده که شامل ۱۶ ماده و در یک طیف ۵ گزینه‌ای (۱=کاملاً مخالفم تا ۵=کاملاً موافقم) درجه‌بندی می‌شود. نمره‌های بالا نشان‌دهنده هوش هیجانی بالا است. آلفای کرونباخ این مقیاس توسط ونگ و لو (۲۰۰۲) ۰/۹۴ گزارش شده است. همچنین برای سنجش دلبستگی از مقیاس دلبستگی بزرگسالان<sup>۹</sup> (AAS) استفاده گردید. این مقیاس شامل خود ارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل‌دهی روابط دلبستگی نسبت به پیکره‌های دلبستگی نزدیک است که توسط کولینز و رید در سال ۱۹۹۰ تهیه شد و شامل ۱۸ ماده و در یک طیف ۵ درجه‌ای (از به‌هیچ‌وجه با خصوصیات من تطابق ندارد = ۱ تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد = ۵) نمره‌گذاری می‌شود. کولینز و رید (۱۹۹۰، برگرفته از پاکدامن، ۱۳۸۰) ضریب آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۸ و ۰/۸۵ گزارش نمودند. از پرسشنامه خوش‌بینی زوجها نیز برای سنجش خوش‌بینی زوجها استفاده گردید. مقیاس ۱۴ ماده‌ای خوش‌بینی زوجی بر اساس ادبیات خوش‌بینی در روابط زوجها تدوین گردید (رجبی، چاپ‌نشده). ماده‌های این مقیاس در یک طیف لیکرتی ۵ رتبه‌ای از خیلی زیاد = ۴ تا خیلی کم = ۰ تنظیم شده است که نمره بالاتر نشان‌دهنده خوش‌بینی بالاتر زوجها به یکدیگر است. همچنین پرسشنامه ۲۸ سؤالی سلامت عمومی گلدبرگ برای سنجش سلامت روانی استفاده گردید. مقیاس فرم کوتاه رضایت زناشویی برای ارزیابی و شناسایی زمینه‌های بالقوه مشکل‌زا و شناسایی زمینه‌های قوت و پرباری رضایت زناشویی ساخته شده و دارای ۱۳ ماده است. شیوه نمره‌گذاری آن

<sup>۶</sup> emotional instability

<sup>۷</sup> return emotional

<sup>۸</sup> Emotional Intelligence Scale

<sup>۹</sup> Adult Attachment Scale

به صورت لیکرت در یک طیف ۵ گزینه‌ای (۱= کاملاً مخالفم تا ۵= کاملاً موافقم) درجه‌بندی می‌شود. در این مطالعه ابتدا از روش‌های آمار توصیفی مانند میانگین و انحراف معیار و سپس از آمار استنباطی مانند ضریب همبستگی پیرسون و برای پیش‌بینی متغیر ملاک از تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شد.

### یافته‌ها

یافته‌های حاصل از تحلیل توصیفی متغیرهای هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی، خوش‌بینی، سلامت روان و رضایت زوج‌های جوان نشان داد که متغیر هوش هیجانی دارای میانگین ۴/۰۲ و انحراف معیار ۰/۴۹، سبک‌های دلبستگی به ترتیب دارای میانگین و انحراف معیار ۴/۰۷، ۰/۸۲ می‌باشند. همچنین متغیر خوش‌بینی دارای میانگین ۴/۰۹ و انحراف معیار ۰/۲۶ و متغیر سلامت روان نیز دارای میانگین ۴/۲۷ و انحراف معیار ۰/۳۲ می‌باشند. علاوه بر این متغیر رضایت نیز دارای میانگین و انحراف معیار ۴/۱۹، ۰/۴۵ می‌باشند.

#### • بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سلامت روان

برای توصیف میزان همبستگی بین متغیرها از الگوی دیویس (۱۹۷۱)، استفاده شده است. بر اساس این الگو ضرایب همبستگی بین ۰/۰۹ - ۰/۰۱ = جزئی، ۰/۲۹ - ۰/۱ = پایین، ۰/۴۹ - ۰/۳ = متوسط، ۰/۶۹ تا ۰/۵ = بالا، ۰/۷ - ۰/۹۹ = خیلی بالا و ۱ = کامل توصیف می‌شوند. به منظور بررسی رابطه بین متغیرها از همبستگی پیرسون استفاده گردید. بررسی ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین هوش هیجانی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه معنی‌داری در سطح ۱ درصد وجود دارد؛ بنابراین با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت که بین متغیرهای هوش هیجانی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. به عبارتی دیگر با افزایش میزان هوش هیجانی در زوج‌های جوان سلامت روان نیز در آن‌ها نیز افزایش می‌یابد.

#### جدول ۱. همبستگی بین هوش هیجانی و سلامت روان زوج‌های جوان

متغیر	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
هوش هیجانی	۰/۰۰۹	۰/۲۲۸**	پایین

\*\*P ≤ 0.01      \*P ≤ 0.05

#### • بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان در زوج‌های جوان

با توجه به جدول ۲، بررسی ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و سلامت روان در زوج‌های جوان رابطه مثبت و معنی‌داری در سطح ۱٪ وجود دارد؛ بنابراین می‌توان گفت که با سبک‌های دلبستگی ایمن در افراد باعث می‌شود تا افراد سلامت روان بهتری در زندگی خود داشته باشند.

#### جدول ۲. همبستگی بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان زوج‌های جوان

متغیر	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
سبک‌های دلبستگی	۰/۰۳	۰/۱۸*	پایین

\*\*P ≤ 0.01      \*P ≤ 0.05

• بررسی رابطه بین خوش‌بینی و سلامت روان زوج‌های جوان

یافته‌های حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که ضریب همبستگی پیرسون برای این دو متغیر برابر با  $r = 0/1$  و سطح معنی‌داری برابر  $P = 0/015$  می‌باشد. لذا با ضریب اطمینان  $0/99$  می‌توان گفت که فرض صفر رد می‌شود در نتیجه بین خوش‌بینی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه معنی‌داری وجود دارد؛ یعنی هرچه افراد خوش‌بین‌تر باشند، سلامت روان در آن‌ها نیز افزایش خواهد یافت.

جدول ۳. همبستگی بین خوش‌بینی و سلامت روان زوج‌های جوان

متغیر	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
خوش‌بینی	0/015	0/1	پایین

\*\* $P \leq 0.01$  \* $P \leq 0.05$

• بررسی رابطه بین هوش هیجانی و رضایت زوجین

یافته‌های حاصل از جدول ۴. نشان‌دهنده وجود رابطه معنی‌دار بین هوش هیجانی و رضایت زوجین می‌باشد. ضریب همبستگی پیرسون برابر  $r = 0/318$  و سطح معنی‌داری برابر با  $P = 0/006$  می‌باشد. لذا با ضریب اطمینان  $0/99$  می‌توان گفت که رابطه معناداری بین این دو متغیر وجود دارد. پس بین هوش هیجانی و رضایت زوجین رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که هر چه هوش هیجانی برای افراد بیشتر شود افراد رضایت بیشتری خواهند داشت.

جدول ۴. همبستگی بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی زوج‌های جوان

متغیر	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
رضایت از زندگی <sup>^</sup>	0/006	0/318**	متوسط

• بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و رضایت زوجین

با توجه به نتایج این آزمون که در جدول ۵- نشان داده شده است، ضریب همبستگی پیرسون برابر  $r = 0/168$  و سطح معنی‌داری برابر با  $P = 0/04$  می‌باشد. لذا با ضریب اطمینان  $0/99$  می‌توان گفت که بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. به عبارت دیگر با بهبود سبک‌های دلبستگی در افراد رضایت آن‌ها نیز افزایش خواهد یافت.

جدول ۵. همبستگی بین سبک‌های دلبستگی و رضایت از زندگی زوج‌های جوان

متغیر	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
سبک‌های دلبستگی	0/04	0/168*	پایین

• بررسی رابطه بین خوش‌بینی و رضایت زوجین

بررسی ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. نتایج آزمون نشان‌دهنده ضریب همبستگی  $0/331$  برای این دو متغیر بوده است. سطح معناداری بین دو متغیر بین خوش‌بینی و رضایت زوجین ۱ درصد بوده است؛ بنابراین با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت که بین خوش‌بینی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان خوش‌بینی در افراد رضایت آن‌ها نیز افزایش می‌یابد.

## جدول ۶. همبستگی بین خوش بینی و رضایت از زندگی زوج های جوان

متغیر	سطح معنی داری	ضریب همبستگی	توصیف همبستگی
خوش بینی	۰/۰۰۰	۰/۳۳۱**	متوسط

## بررسی عوامل مؤثر بر سلامت روان در زوج های جوان با استفاده از رگرسیون چندگانه

ضریب تعیین تعدیل شده نشان می دهد که متغیرهای مستقل هوش هیجانی، سبک های دل بستگی و خوش بینی توانایی تبیین ۲۳/۸ درصد از واریانس متغیر وابسته را دارا می باشند. فزون بر این، مقدار  $F$  محاسبه شده، در سطح ۹۹ درصد ( $F_{12/12} = ۰/۰۰۰۱$ ) معنی دار شده است که نشان دهنده معنی دار بودن رگرسیون می باشد. ضریب همبستگی چندگانه بین متغیر-های مستقل و وابسته ( $R = ۰/۵۰$ ) می باشد. از طرفی بررسی ضرایب رگرسیون نشان می دهد که متغیر خوش بینی ( $B = ۰/۳۱۲$ ) نسبت به سایر متغیرها سهم و نقش بیشتری در تبیین متغیر وابسته دارد و پس از آن متغیرهای توسعه سبک های دل بستگی ( $B = ۰/۱۶۶$ ) و هوش هیجانی ( $B = ۰/۱۲۷$ ) قرار می گیرند. به عبارتی به ازاء یک واحد تغییر در متغیرهای خوش بینی، سبک های دل بستگی و هوش هیجانی به ترتیب  $۰/۳۱۲$ ،  $۰/۱۶۶$ ،  $۰/۱۲۷$ ، واحد در متغیر وابسته (سلامت روان زوجین) تغییر ایجاد می گردد. مقادیر مثبت این ضرایب نشان می دهند که با افزایش میزان خوش بینی، سبک های دل بستگی و هوش هیجانی، سلامت روان در زوجین بیشتری خواهد شد.

بر اساس مقادیر  $B$  معادله ای که می توان برای تخمین میزان سلامت روان در نظر گرفت، به صورت زیر می باشد:

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2 + b_3x_3$$

$$۰/۳۱۲ \text{ (هوش هیجانی)} + ۰/۱۲۷ \text{ (سبک های دل بستگی)} + ۰/۱۶۶ \text{ (خوش بینی)} + ۰/۰۸۴ = \text{سلامت روان زوجین } ۰/۳۱۲$$

## جدول ۷. نتایج حاصل تحلیل رگرسیونی اثر متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته (سلامت روان زوجین)

متغیر	B	Beta	t	P
عدد ثابت	۰/۸۴	-	۳/۷۱	۰/۰۰۱
خوش بینی ( $x_1$ )	۰/۳۱۲	۰/۲۵۴	۲/۹۷	۰/۰۴
سبک های دل بستگی ( $x_2$ )	۰/۱۶۶	۰/۲۵۵	۲/۰۲۲	۰/۰۰۰۱
هوش هیجانی ( $x_3$ )	۰/۱۲۷	۰/۳۲۲	۳/۷۷	۰/۰۰۳
Sig= ۰/۰۰۰۱	F= ۱۲/۱۲	R= ۰/۵	$R^2$ تعدیل شده = ۰/۲۳۸	$R^2 = ۰/۲۵۹$

منبع: یافته های پژوهش

## بررسی عوامل مؤثر بر رضایت زوج های جوان با استفاده از رگرسیون چندگانه

ضریب تعیین تعدیل شده نشان می دهد که متغیرهای مستقل هوش هیجانی، سبک های دل بستگی و خوش بینی توانایی تبیین ۲۷/۹ درصد از واریانس متغیر وابسته را دارا می باشند. فزون بر این، مقدار  $F$  محاسبه شده، در سطح ۹۹ درصد ( $F_{14/8} = ۰/۰۰۰۱$ ) معنی دار شده است که نشان دهنده معنی دار بودن رگرسیون می باشد. ضریب همبستگی چندگانه بین متغیر-های مستقل و وابسته ( $R = ۰/۵۴$ ) می باشد. از طرفی بررسی ضرایب رگرسیون نشان می دهد که متغیر خوش بینی ( $B = ۰/۳۸۸$ )

(B) نسبت به سایر متغیرها سهم و نقش بیشتری در تبیین متغیر وابسته دارد و پس از آن متغیرهای توسعه هوش هیجانی (B = ۰/۲۲) و سبک‌های دلبستگی (B = ۰/۲۱) قرار می‌گیرند. به عبارتی به ازاء یک واحد تغییر در متغیرهای خوش‌بینی، هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی به ترتیب ۰/۳۸۸، ۰/۲۲، ۰/۲۱، واحد در متغیر وابسته (رضایت زوجین) تغییر ایجاد می‌گردد. مقادیر مثبت این ضرایب نشان می‌دهند که با افزایش میزان خوش‌بینی، سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی، رضایت در زوجین بیشتر خواهد شد.

بر اساس مقادیر B معادله‌ای که می‌توان برای تخمین میزان رضایت در نظر گرفت، به صورت زیر می‌باشد:

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2 + b_3x_3$$

(سبک‌های دلبستگی) ۰/۲۱ + (هوش هیجانی) ۰/۲۲ + (خوش‌بینی) = رضایت زوجین ۰/۳۸۸

#### جدول ۸. نتایج حاصل تحلیل رگرسیونی اثر متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته (سلامت روان زوجین)

متغیر	B	Beta	t	P
عدد ثابت	۰/۸۴	-	۱/۲۷	۰/۲
خوش‌بینی (x <sub>1</sub> )	۰/۳۸۸	۰/۲۲	۲/۷۳	۰/۰۰۷
هوش هیجانی (x <sub>2</sub> )	۰/۲۲	۰/۲۳	۴/۸۸	۰/۰۰۰۱
سبک‌های دلبستگی (x <sub>3</sub> )	۰/۲۱	۰/۴۵	۲/۸۸	۰/۰۰۵
	F= ۱۴/۸	R= ۰/۵۴	R <sup>2</sup> = ۰/۲۷۹ = تعدیل شده R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> = ۰/۳
	Sig= ۰/۰۰۰۱			

منبع: یافته‌های پژوهش

#### نتیجه‌گیری

بررسی ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین هوش هیجانی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه معنی‌داری در سطح ۱ درصد وجود دارد؛ بنابراین با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت که بین متغیرهای هوش هیجانی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. به عبارتی دیگر با افزایش میزان هوش هیجانی در زوج‌های جوان سلامت روان نیز در آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. همچنین، با توجه به یافته‌ها بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و سلامت روان در زوج‌های جوان رابطه مثبت و معنی‌داری در سطح ۱٪ وجود دارد؛ بنابراین می‌توان گفت که با سبک‌های دلبستگی ایمن در افراد باعث می‌شود تا افراد سلامت روان بهتری در زندگی خود داشته باشند.

یافته‌های حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که ضریب همبستگی پیرسون برای دو متغیر خوش‌بینی و سلامت روان زوج‌های جوان برابر با  $r = ۰/۱$  و سطح معنی‌داری برابر  $P = ۰/۰۱۵$  می‌باشد. لذا با ضریب اطمینان ۰/۹۹ می‌توان بین خوش‌بینی و سلامت روان زوج‌های جوان رابطه معنی‌داری وجود دارد؛ یعنی هرچه افراد خوش‌بین‌تر باشند، سلامت روان در آن‌ها نیز افزایش خواهد یافت.

یافته‌های حاصل از جدول ۴. نشان‌دهنده وجود رابطه معنی‌دار بین هوش هیجانی و رضایت زوجین می‌باشد. پس بین هوش هیجانی و رضایت زوجین رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که هر چه هوش هیجانی برای افراد بیشتر شود افراد رضایت بیشتری خواهند داشت. همچنین یافته‌ها نشان داد که بین متغیرهای سبک‌های دلبستگی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. به عبارت دیگر با بهبود سبک‌های دلبستگی در افراد رضایت آن‌ها نیز افزایش خواهد یافت. بررسی ضریب همبستگی نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. نتایج آزمون نشان‌دهنده ضریب

همبستگی ۰/۳۳۱ برای این دو متغیر بوده است. سطح معناداری بین دو متغیر بین خوش‌بینی و رضایت زوجین ۱ درصد بوده است؛ بنابراین با اطمینان ۹۹ درصد می‌توان گفت که بین خوش‌بینی و رضایت زوجین رابطه معناداری دارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان خوش‌بینی در افراد رضایت آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. یافته‌های حاصل از بررسی عوامل مؤثر بر سلامت روان نشان داد که متغیرهای مستقل هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی توانایی تبیین ۲۳/۸ درصد از واریانس متغیر وابسته را دارا می‌باشند. همچنین یافته‌ها نشان داد که متغیرهای مستقل هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی و خوش‌بینی توانایی تبیین ۲۷/۹ درصد از واریانس متغیر وابسته را دارا می‌باشند.

## منابع

۱. جلوانی، راضیه (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش شناختی رفتاری بر خوش‌بینی و بهزیستی ذهنی زنان مراجعه‌کننده به مرکز مشاوره. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی دانشگاه تهران.
۲. حافظی، فریبا؛ جامعی‌نژاد، فرحناز. (۱۳۸۹). رابطه بین عشق، عاطفه مثبت، عاطفه منفی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان شرکت ملی حفاری خوزستان. یافته‌های نو در روان‌شناسی، سال چهارم، شماره دهم، صص. ۵۲-۴۱.
۳. خوشایبی، کتایون؛ ابوحمزه، الهام. (۱۳۸۶). جان‌بالی (نظریه دلبستگی). تهران: نشر دانژه.
۴. رجبی، غلامرضا (۱۳۸۸). ساختار عاملی مقیاس رضایت زناشویی در کارکنان متأهل دانشگاه شهید چمران. مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال پانزدهم، شماره ۴، صص ۳۵۸-۳۵۱.
۵. مردانی حموله، مرجان؛ حیدری، هایده. (۱۳۸۹). ارتباط خوش‌بینی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در کارکنان بیمارستان. فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، دوره هشتم، شماره اول، صص. ۴۶-۵۲.
۶. میراحمدی، سیده لیلا (۱۳۸۷). تأثیر زوج‌درمانی کوتاه‌مدت به شیوه خودتنظیمی بر خوش‌بینی و شادی زوجین شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه اصفهان.
۷. هالفورد، کیم (۲۰۰۴). زوج‌درمانی کوتاه‌مدت. ترجمه دکتر مصطفی تبریزی، مؤده کاردانی و فروغ جعفری. (۱۳۸۷). تهران. انتشارات فراروان.
8. Bello, R., Brandau, A., Brown, F., & Ragsdale, J. D. (2008). Attachment style, marital satisfaction, commitment, and communal strength effects on relational repair message interpretation among remarried. *Journal of Communication Quarterly*, 56 (1), 1-16.
9. Bloom, B. L., Asher, S. J., & With, S. W. (1978). Marital disruption as a stressor. *Journal of psychology*, 85, 867- 891.
10. Feeny, A. (1996). Attachment, caregiving and marital satisfaction. *Journal of personal relationship*, 3, 401-416.
11. Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and psychology*, 52, 511-524.
12. Kristiina, M, C., Philip Hwang, F., Birgitta, G., & Wickberg, D. (2006). Romantic attachment, parenthood and marital. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24, 3, 233-240.
13. Lopez, J. L., Riggs, S. A., Pollard, S. E., & Hook, J. N. (2011). Religious commitment, adult attachment, and marital adjustment in newly married couples. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 301-309.

14. Mosavi, S. E., & Iravani. M. R. (2011). A study on relationship between emotional maturity and marital satisfaction. *Management Science Letters*, 2, 1-6.