

بررسی رابطه بین مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی و کیفیت زندگی

زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان

احسان پناهی^{۱*}، مریم السادات فاتحی زاده^۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه‌ی سرمایه‌ی روان‌شناختی و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان انجام شده است. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و ماهیتی، از نوع توصیفی همبستگی است. جامعه‌ی آماری آن شامل کلیه‌ی متاهلان ساکن در شهر اصفهان (۱۳۹۲) بود. این پژوهش با روش نمونه‌گیری در دسترس انجام شد. بدین طریق تعداد ۷۵ زوج از اعضای جامعه انتخاب شدند و به وسیله‌ی پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روان‌شناختی "لوتانز" و همکاران (۲۰۰۷) و پرسشنامه‌ی کیفیت زندگی زناشویی "فلچر" (۲۰۰۰) مورد بررسی قرار گرفتند. داده‌ها در سطح استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه و آزمون t) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که سرمایه‌ی روان‌شناختی و کیفیت زندگی زناشویی، دارای همبستگی منفی ($r = -0.73$) می‌باشند. هم‌چنین بین مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی و کیفیت زندگی زناشویی نیز رابطه‌ی منفی دیده شد. در تحلیل رگرسیون، مؤلفه‌ی خودکارآمدی و تاب‌آوری پیش-بینی کننده‌ی کیفیت زندگی زناشویی بودند. ($p < .05$)

واژه‌های کلیدی: سرمایه‌ی روان‌شناختی، کیفیت زندگی زناشویی، مؤلفه‌ها، زوجین

^۱ - دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تربیتی دانشگاه اصفهان، اصفهان.

^۲ - دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه اصفهان، گروه مشاوره،

*- نویسنده‌ی مسوول مقاله: panahiehsan93@gmail.com

مقدمه

خانواده، در زمره‌ی مهم‌ترین سیستم‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس مخالف شکل می‌گیرد. حفظ و تداوم خانواده از اهمیت زیادی برخوردار است. خانواده به عنوان واحدی اجتماعی، کانون رشد و تکامل، التیام و شفادهندگی و تغییر و تحول آسیب‌ها و عوارض است که هم بستر شکوفایی و هم بستر فروپاشی روابط میان اعضایش می‌باشد. در قرن بیست و یکم، روانشناسی متوجه این امر شده است که انسان باید انرژی عقلانی خود را صرف جنبه‌های مثبت تجربه‌اش کند. در آغاز، روانشناسی بیش‌تر بر هیجانات منفی مانند اضطراب و افسردگی تمرکز داشت تا بر هیجانات مثبتی چون شادکامی و رضایت؛ اما یکی از موضوعاتی که در دهه‌های اخیر توجه بسیاری را به خود جلب کرده است، روان‌شناسی مثبت‌گرا است (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). در یک فرآیند تعلیلی و تبیینی دامنه‌دار، "لوتانز" (Luthans, 1999) بیان داشته است که بهزیستی‌روانی در درجه‌ی اول از عوامل فردی تأثیر می‌پذیرد که در این میان بر نقش سرمایه‌ی روانشناختی تأکید نموده است. از نظر وی، سرمایه‌ی روانشناختی، سازه‌ای ترکیبی و به هم پیوسته است که چهار مؤلفه‌ی ادراکی-شناختی یعنی امید، خوش‌بینی، خودکارآمدی و تاب‌آوری را در بردارد. این مؤلفه‌ها، در یک فرایند تعاملی و ارزشیابانه، به زندگی فرد معنا بخشیده (Wood & Wood, 1996)، تلاش فرد برای تغییر موقعیت‌های فشارزا را تداوم داده، او را برای ورود به صحنه‌ی عمل آماده نموده (Bono, 2001) و مقاومت و سرسختی وی را در تحقق اهداف، تضمین می‌کند (Parker, Baltes, Young, Huff, Altmann, Lacost & Roberts, 2003). از این رو "کرید"، "ماچین" و "هیکس" (Creed, Machin & Hicks, 2008) ادعان نمودند که این چهار منبع در یک نظام به هم پیوسته، به تقویت یک‌دیگر و شکل‌دهی سپری مقاوم در برابر عوامل فشارآفرین عمل می‌کنند. لذا، بر اثرات ضربه‌گیر (Robbinz, Waters, Marsh, Caccioppe & Millet, 1994) این منابع، در موقعیت‌های پر تنش، تأکید شده است. این سازه‌ی مفهومی، زیرمجموعه‌ای است از روانشناسی مثبت‌گرا که با ویژگی‌های زیر مشخص می‌شود: باور فرد به توانایی‌هایش، جهت‌دستیابی به موفقیت در انجام وظایف معین، ایجاد اسنادهای مثبت در مورد موقعیت‌های اکنون و آینده، داشتن پشتکار در دنبال کردن اهداف و پیگیری راه‌های لازم برای رسیدن به موفقیت، تحمل کردن مشکلات و بازگشت به سطح معمولی عملکرد و حتا ارتقاء آن تا دستیابی به موفقیت‌ها، می‌باشد. سرمایه‌ی روانشناختی، در واقع به مفهوم چه کسی هستید (خود واقعی) و چه کسی می‌خواهید بشوید (خود ممکن) بر یک مبنای توسعه‌ای و رشدیابنده باز می‌گردد. سرمایه‌ی روانشناختی، یک قابلیت سطح بالای مثبت با چهار بعد مفهوم خودکارآمدی، خوش‌بینی، امیدواری و تاب‌آوری است (Luthans, 2007).

الف) خودکارآمدی: «اعتقاد راسخ فرد بر توانایی هایش برای بسیج منابع انگیزشی و شناختی و راهکارهای مورد نیاز برای اجرای موفقیت آمیز وظایف خاص در موقعیت های معین» (Bandura, 1997, 49).

ب) امیدواری: «امیداری، وضعیت مثبت انگیزشی مبتنی بر یک سایق کنش گرایانه احساس موفقیت (۱) پویایی (انرژی معطوف به هدف) و (۲) راهکارها (برنامه ریزی جهت دستیابی به اهداف) است» (Schneider, 2001, 287).

ج) خوش بینی: «خوش بینی، سبک تفسیری (توصیفی) است که اتفاقات مثبت را به علل دائمی،^۱ شخصی^۲ و فراگیر و اتفاقات منفی را به علل خارجی، موقتی و شرایط خاص نسبت می دهد. از طرف دیگر، بدبینی سبک تفسیری است که وقایع مثبت را به عوامل خارجی، موقتی و شرایط خاص و وقایع منفی را به عوامل شخصی درونی، پایدار و فراگیر نسبت می دهد» (Seligman, 1998, 87).

د) تاب آوری: «طبقه‌ای از پدیده‌هاست که با الگویی از انطباق پذیری مثبت در زمینه‌ی مشکلات و مخاطرات قابل ملاحظه، مشخص شده است» (Mastan & Reed, 2002, 77).

هرچند ممکن است از نظر لغوی این مؤلفه‌ها بسیار به هم شبیه و قابل جایگزینی به چشم بیایند، اما ادبیات سرمایه‌ی روانشناختی و رفتار سازمانی مثبت‌گرا، بین مفاهیم یادشده تمایز قائل می شود و تحلیل‌های تجربی نیز از وجود اختلاف معنادار بین این مفاهیم حکایت دارند (Cvengros & Brayant, 2002). جدول (۱) به طور دقیق تری به بیان تفاوت‌ها و شباهت‌های مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی می پردازد:

جدول (۱) تفاوت‌ها و شباهت‌های مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی

مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی	جهت زمان	خواص
خودکارآمدی	تمرکز از زمان حال به آینده	امکان استقبال از چالش‌ها و اشتیاق برای افزایش تلاش جهت تعقیب اهداف را افزایش می دهد. (شاید به جهت انتظار بازگشت این سرمایه گذاری)
امیدواری	تمرکز بر آینده	امکان هدف گذاری (ایجاد انگیزش) و برنامه ریزی با استفاده از راهکارها را جهت تحقق اهداف، فراهم سازد.
خوش بینی	تمرکز از زمان گذشته به زمان حال	سپر محافظ در مقابل تأثیر وقایع ناخواسته (مقاومت مثبت)، چشم امید داشتن به آینده و تقویت یا سرمایه گذاری بر روی تأثیر وقایع مثبت.
تاب آوری (انعطاف پذیری)	تمرکز از زمان گذشته به زمان حال	امکان بازیابی خود در مقابل وقایع نامطلوب و ناخواسته یا استرس‌زای حال یا گذشته و حفظ وضعیت ثبات موجود و حتی پیشرفت و ترقی را فراهم می سازد.

(Page & Donohue, 2006)

¹ - Permanent

² - Personal

هم‌چنین نتایج برخی از تحقیقات نشان می‌دهد که جمع این چهار مؤلفه، پیش‌بینی‌کننده‌ی بهتری از نتایج مطلوب مرتبط با کار است، یا به عبارت دیگر، کل سرمایه‌ی روان‌شناختی از مجموعه‌ی اعضایش یعنی خودکارآمدی، خوش‌بینی، امیدواری و انعطاف‌پذیری، بزرگ‌تر است (Luthans, 2007). برخی از نتایج تحقیقات سازمانی صورت گرفته حاکی از آن است که سرمایه‌ی روان‌شناختی، اثرات قابل ملاحظه‌ای بر روی عملکرد کارکنان و سازمان دارد. به عنوان مثال بر روی سطح استرس کارکنان اثر می‌گذارد (Avey, 2009)؛ هم‌چنین فرایند تحول سازمانی را تسهیل می‌کند (Avey, 2008) و به عنوان متغیر میانجی، نقش تعیین‌کننده‌ای در رابطه بین حمایت سازمانی و عملکرد شغلی دارد (Luthans, 2008). هم‌چنین "هادگز" (Hodgez, 2010) در یک تحقیق همراه با گروه‌های آزمایشی نشان داد که دوره‌های آموزش سرمایه‌ی روان‌شناختی، تأثیر قابل ملاحظه‌ای بر روی مشارکت و عملکرد سازمانی دارد و "ولمبوا" (Walumbwa, 2010) در تحقیق خود نشان داد که سطح بالای سرمایه‌ی روان‌شناختی رهبران سازمانی، بر روی عملکرد کارکنان اثر قابل ملاحظه‌ای بر جای می‌گذارد. علاوه بر اثبات وجود رابطه‌ی مثبت بین سرمایه‌ی روان‌شناختی و متغیرهای مطلوب سازمانی، نتایج تحقیقات تجربی نشان می‌دهد که سرمایه‌ی روان‌شناختی از طریق اجرای برنامه‌ی مداخلاتی موسوم به (PCI^۱)، از لحاظ نظری و تجربی، قابلیت رشد و توسعه را دارد (Luthans, 2006).

کیفیت زندگی مفهومی چندوجهی، نسبی، متأثر از زمان و ارزش‌های فردی و اجتماعی است. عوامل موثر بر آن با دوره‌های زمانی، مکان جغرافیایی و شرایط فرهنگی تغییر می‌کند. شکی نیست که واقعیت‌ها و شرایط عینی و وضعیت مادی زندگی فرد نیز در آن نقش تعیین‌کننده دارند (Gholamalain, 2007). یکی از حیطه‌های کیفیت زندگی، کیفیت زندگی زناشویی است. اگرچه در طول دهه‌ی اخیر مفهوم کیفیت زندگی زناشویی به طور روزافزونی در پژوهش‌های زناشویی استفاده شده و مطالعات بسیاری در این باره انجام شده است، اما اتفاق نظر اندکی در باره‌ی مفهوم‌سازی و اندازه‌گیری آن وجود دارد (Isanejad, 2008). جامعه‌شناسان، ابتدایی‌ترین مطالعات منظم در زمینه‌ی کیفیت زندگی زناشویی را در دهه‌ی ۱۹۲۰ انجام داده‌اند؛ آن‌ها تحقیقاتی را در نمونه‌ی بزرگ، در زمینه‌ی ارتباط رضایت زناشویی با انواع متغیرهای جمعیت‌شناسی شخصیتی و خانوادگی انجام داده‌اند. (شاه سیاه، ۱۳۸۷) "جانسون" (Johnson, 1998) و همکارانش ادعا کرده‌اند که مقیاس‌های گوناگون سنجش کیفیت زندگی زناشویی، صرفاً به سنجش دو مؤلفه‌ی مجزا در خصوص کیفیت زندگی زناشویی می‌پردازند: (۱) ابعاد مثبت و (۲) ابعاد منفی. این دو بعد اصلی، در کل انعکاس‌دهنده‌ی الگوهای مجزاتر، بسته به جنسیت و گذشت زمان، هستند

^۱ - Psychological Capital Intervention

(Ayles, 2004). ابعاد مثبت شامل: الف) دلبستگی زیاد، ب) انگیزه‌های بسیار برای بودن در رابطه، ج) رضایت بالا از حمایت اجتماعی و د) برآشفتگی روانی اندک، همه و همه از پیش‌بینی‌های کیفیت زناشویی مثبت هستند. در مورد ابعاد منفی نیز می‌توان گفت: مشاهدات مربوط به تعاملات زناشویی تعارض‌آمیز، نشان می‌دهد که زوجین ناشاد در قیاس با زوجین شادمان، منفی‌گراتر هستند (Ayles, 2004). بنابراین چنین می‌نماید که عوامل تعیین‌گر عدم رضایت زناشویی، با استفاده از وجود و غیاب نسبی عوامل مثبت و منفی تعیین می‌شود (Bradbury, 2000).

اگرچه در طول دهه‌ی اخیر، مفهوم کیفیت زندگی زناشویی به طور روزافزونی در پژوهش‌های زناشویی استفاده و مطالعات بسیاری درباره آن انجام شده است، اما اتفاق نظر اندکی درباره‌ی مفهوم‌سازی و اندازه‌گیری آن وجود دارد. مفاهیم بسیاری نیز از قبیل سازگاری، شادمانی، یکپارچگی و تعهد برای کیفیت زندگی زناشویی به کار رفته است (Lewis & Spanier, 1979). با این وجود، در مورد معنای هر یک از این مفاهیم نیز توافق وجود ندارد. علت آن به نبود یک نظریه‌ی واحد در مورد چیستی کیفیت زندگی زناشویی باز می‌گردد (Ayles, 2004). "کل" (Cole, 1976) کیفیت زندگی زناشویی را به عنوان موفقیت و عملکرد یک ازدواج توصیف کرده است. "جانسون" (Johnson, 1999) بیان داشت که مقیاس‌های گوناگون سنجش کیفیت زندگی زناشویی، صرفاً به سنجش دو مؤلفه‌ی مجزا در خصوص کیفیت زندگی زناشویی می‌پردازند: ۱) ابعاد مثبت و ۲) ابعاد منفی. این دو بعد اصلی، در کل انعکاس‌گر الگوهای مجزاتر، بسته به جنسیت و گذشت زمان، هستند. (Fincham, 1997)

ابعاد مثبت شامل: الف) دلبستگی زیاد، ب) انگیزه‌های بسیار برای بودن در رابطه، ج) رضایت بالا از حمایت اجتماعی و د) برآشفتگی روانی اندک. همه و همه از پیش‌بینی‌های کیفیت زناشویی مثبت هستند (Kurdek, 1991). در مورد ابعاد منفی نیز می‌توان گفت: مشاهدات مربوط به تعاملات زناشویی تعارض‌آمیز نشان می‌دهد که زوجین ناشاد، در قیاس با زوجی شادمان، منفی‌گراتر هستند (Gottman, 1994). بنابراین، چنین می‌نماید که عوامل تعیین‌گر عدم رضایت زناشویی با استفاده از وجود و غیاب نسبی عوامل مثبت و منفی تعیین می‌شود (Bradbury, 2000). "لارسون" و "هولمان" (Larson & Holman, 1974) بیان کردند که کیفیت زناشویی یک مفهوم پویا است، زیرا ماهیت و کیفیت روابط میان افراد در خلال زمان تغییر می‌یابد که این مطلب امکان شناسایی عوامل تأثیرگذار بر کیفیت یک رابطه را فراهم می‌نماید؛ هرچند ممکن است که این قبیل روابط پیچیده بوده و حاوی تعاملات، میان متغیرهای بسیار باشند. از عوامل مؤثر در کیفیت زندگی زناشویی می‌توان به عوامل فردی، عوامل ارتباطی و عوامل خارجی اشاره کرد.

¹ - Johnson

اول عوامل فردی که عبارتند از

- ۱- جنسیت. ۲- سلامتی. ۳- نحوه‌ی فرزندپروری. ۴- وضعیت اقتصادی - اجتماعی و استخدام.
- ۵- نگرش‌های مربوط به ازدواج و طلاق.

دوم عوامل ارتباطی

- ۱- مدت ازدواج. ۲- تعاملات. ۳- روابط قبل از ازدواج. ۴- حضور کودکان. ۵- تقسیم وظایف.
- ۶- کیفیت زناشویی همسر.

سوم عوامل خارجی شامل

- ۱- ویژگی‌های والدین. ۲- افراد مهم دیگر مانند خانواده و دوستان. ۳- رویدادهای استرس‌آور.
- کیفیت زندگی زناشویی، از مهم‌ترین مقوله‌ها و دغدغه‌های فعالان در زمینه‌ی مسائل خانواده به شمار می‌رود، چرا که موفقیت و شادکامی زندگی زناشویی و دست یافتن خانواده به اهداف والا و متعالی، خود در سایه‌ی کیفیت مناسب زندگی زناشویی است. به عبارت دیگر، تحقق یک زندگی رضایتمندانه و موفق، بدون توجه به موضوع کیفیت زندگی زناشویی و تلاش در جهت بهبود و اعتلای آن، میسر نخواهد شد. در این راستا، به نظر می‌رسد سرمایه‌ی روانشناختی و ارتباطی که این نوع از سرمایه با کیفیت زندگی زناشویی می‌تواند داشته باشد، شناسایی این رابطه و چگونگی بهره‌برداری از آن، تاثیر مهمی بر کیفیت زندگی زوجین داشته باشد؛ لذا این پژوهش کوششی است به منظور بررسی رابطه میان کیفیت زندگی کاری و تک تک مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی اعم از تاب‌آوری، خوش‌بینی، خودکارآمدی و امید در میان زوجین شهر اصفهان، تا بتواند از این طریق، خدمتی به دست اندرکاران مسائل خانواده از جمله مشاوران و روانشناسان این حوزه نموده، آنان را در راستای کمک رساندن هرچه بیش‌تر به خانواده، یاری نماید.

در این پژوهش، از نظریه‌ی "فلچر" در زمینه‌ی کیفیت زندگی زناشویی و از نظریه‌ی "لوتانز" (Luthans, 2007) به منظور بررسی و مطالعه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی، استفاده خواهد شد. فرضیه‌های این تحقیق عبارتند از: ۱- بین سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی، در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد. ۲- بین خوش‌بینی و کیفیت زندگی زناشویی، در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد. ۳- بین امیدواری و کیفیت زندگی زناشویی، در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد. ۴- بین تاب‌آوری و کیفیت زندگی زناشویی، در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد. ۵- بین خودکارآمدی و کیفیت زندگی زناشویی، در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد. ۶- بین نظرات مردان و زنان در مورد کیفیت زندگی زناشویی و سرمایه‌ی روانشناختی، اختلاف نظر وجود دارد.

"هاشمی" (Hashemi, 2012) تحقیق را با عنوان: «نقش سرمایه‌ی روانشناختی در به‌زیستی روانی، با توجه به اثرات تعدیلی سرمایه اجتماعی» انجام داد. روش این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بود. تعداد ۴۰۰ نفر (۲۰۰ پسر و ۲۰۰ دختر) بر اساس جدول "مورگان" و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها، از پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی "لوتانز" (۲۰۰۷)، مقیاس به‌زیستی روانشناختی "ریف" (۱۹۸۹) و مقیاس سرمایه‌ی اجتماعی "دلایز" (۱۳۸۴) استفاده شد. داده‌های به دست آمده، با استفاده از روشهای آماری ضریب همبستگی "پیرسون"، تحلیل رگرسیون همزمان، گام به گام و سلسله مراتبی، مورد بررسی قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که سرمایه‌ی روانشناختی و مؤلفه‌های آن، با به‌زیستی روانشناختی و سرمایه‌ی اجتماعی از یک سو و به‌زیستی روانشناختی با سرمایه‌ی اجتماعی، رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بر اساس داده‌ها، افرادی که بر اساس داده‌ها سرمایه‌ی روانشناختی مطلوب‌تری داشته و از سرمایه‌ی اجتماعی بالاتری بهره‌مند هستند، از به‌زیستی روانشناختی بهتر و بالاتری نیز برخوردارند.

"خسروشاهی" (Khosroshahi, 2011) و همکاران، پژوهشی را تحت عنوان «رابطه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی و ویژگی‌های شخصیتی با رضایت شغلی در کتابداران کتابخانه‌های عمومی شهر تبریز» انجام دادند. هدف از این مطالعه، تعیین همبستگی سرمایه‌ی روانشناختی و ویژگی‌های شخصیتی با رضایت شغلی در کتابداران کتابخانه‌های عمومی شهر تبریز بود. یافته‌ها حاکی از آن بود که سرمایه‌ی روانشناختی و مؤلفه‌های آن با رضایت شغلی همبستگی مثبت و معنی‌داری دارند. همچنین بین ویژگی‌های شخصیتی برون‌گرایی، همسازی و وظیفه‌شناسی با رضایت شغلی، همبستگی مثبت و بین ویژگی‌های شخصیتی روان‌زندگی و تجربه‌پذیری با رضایت شغلی، همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد. از سویی، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که خودکارآمدی، روان‌زندگی، تجربه‌پذیری، وظیفه‌شناسی و سرمایه‌ی روانشناختی، به ترتیب قادرند تغییرات رضایت شغلی را پیش‌بینی کنند. آن‌ها نتیجه گرفتند که با توجه به نتایج به دست آمده، توجه و دقت بیش‌تر در خصوص سرمایه‌ی روانشناختی و ویژگی‌های شخصیتی افراد برای استخدام کتابداران مناسب و شایسته و همچنین تشکیل کارگروه‌هایی جهت بالا بردن رضایت شغلی در این زمینه، احساس می‌شود.

"جاوید" (Javid, 2011) و همکاران، پژوهشی را با عنوان «بررسی تاثیر روان‌درمانی زوجین بر بهبود کیفیت زندگی زوجین آسیب‌دیده از خیانت‌های زناشویی» انجام دادند. یافته‌های آنان حاکی از تفاوت معنادار در متغیر کیفیت زندگی شرکت‌کنندگان بین دو مرحله‌ی قبل و بعد از مداخله

بود. به نظر می‌رسد جلسات روان‌درمانی، احتمالاً می‌توانند بر بهبود کیفیت زندگی زوجین آسیب‌دیده از خیانت‌های زناشویی، تاثیرگذار باشند.

"شاه‌سیاه" (Shahsiah, 2011) و همکاران، به بررسی همبستگی بین به‌زیستی ذهنی با کیفیت زندگی زناشویی زوجین پرداختند. این پژوهش که به صورت توصیفی از نوع همبستگی بود، به این نتیجه دست یافت که بین رضایت از زندگی با کیفیت زندگی زناشویی و عاطفه‌ی مثبت، رابطه‌ی مثبت و بین کیفیت زندگی زناشویی و عاطفه‌ی منفی، همبستگی منفی وجود دارد.

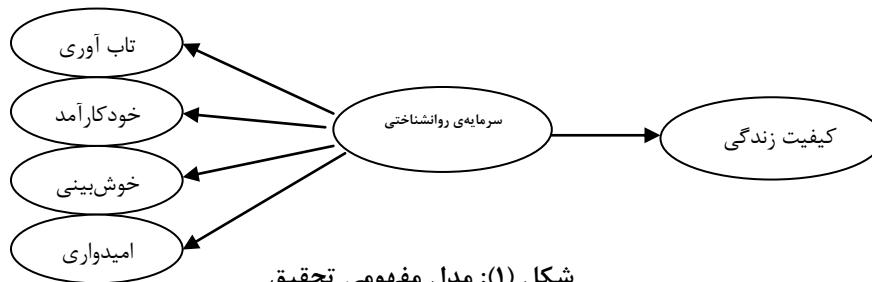
"علویان" (Alavian, 2006) و همکاران، در پژوهش خود با عنوان «ارتباط کیفیت زندگی و روابط زناشویی در مبتلایان به هیپاتیت مزمن ویروسی» به مطالعه‌ی رابطه بین کیفیت روابط زناشویی و کیفیت زندگی مرتبط با سلامت، در مبتلایان به هیپاتیت‌های مزمن ویروسی پرداخته و به این نتیجه دست می‌یابد که ارتباط بین کیفیت زندگی مرتبط با سلامت، با جنبه‌های متعددی از سازگاری زناشویی در مبتلایان به هیپاتیت‌های مزمن ویروسی، نشان از نقش ویژه‌ی خانواده در مبتلایان به هیپاتیت ویروسی بوده و بهره‌گیری از مشاوره‌های روانشناسی و روانپزشکی، در جهت ارتقای روابط بین زوجین، به عنوان بخشی از رویکرد به این بیماری، توصیه می‌گردد.

"انگوی" (Nguy, 2011) و همکاران، پژوهشی را تحت عنوان «سرمایه‌ی روانشناختی، کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری بازاریابان بازار حمل و نقل در ویتنام» انجام دادند. هدف از انجام این تحقیق، بررسی نقش سرمایه‌ی روانشناختی بر عملکرد شغلی و کیفیت زندگی کاری بازاریابان بازار حمل و نقل در کشور ویتنام بود. او یک نمونه‌ی ۳۶۴ نفری را که به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شده بودند، براساس پرسشنامه‌های استاندارد که در این زمینه‌ها وجود دارند، مورد تجزیه و تحلیل قرار داد که طی آن به رابطه‌ی مثبت بین سرمایه‌ی روانشناختی با عملکرد شغلی و کیفیت زندگی کاری پی برده و همچنین تأثیر این سرمایه را بر زندگی و کار بازاریابان تایید کرد.

"یانگ هان" (Yang Hon, 2011) و همکاران، تحقیقی را تحت عنوان «بررسی بنیادین سرمایه‌ی روانشناختی کارکنان چینی» به اجرا در آورند. در این مطالعه‌ی تجربی، به بررسی تفاوت بین مؤلفه‌های این سرمایه - در بین فرهنگ چین و فرهنگ غرب - پرداخته و ابعاد قابل توجه شباهت و تفاوت بین این دو را مشخص می‌سازد. آن‌ها به این نتیجه می‌رسند که وجوهی از سرمایه‌ی روانشناختی از قبیل خوش‌بینی، امید، تاب‌آوری، اعتماد به نفس، گذشت و قدردانی در هر دو فرهنگ یکسان بوده و وجوه دیگری مانند ادب، تواضع، خودداری و خلوص نیت متفاوت هستند.

مدل مفهومی پژوهش

چارچوب نظری، الگویی است مبتنی بر روابط تئوریک میان شماری از عواملی که در مورد مسائل مورد پژوهش، با اهمیت تشخیص داده شده‌اند. این چارچوب نظری، با بررسی سوابق پژوهشی در قلمرو مسأله، به گونه‌ای منطقی جریان پیدا می‌کند و مدل مفهومی تحقیق نیز برگرفته از همین چارچوب است.



شکل (۱): مدل مفهومی تحقیق

همانگونه که شکل (۱) نشان می‌دهد، مفهوم سرمایه‌ی روانشناختی دارای چهار بعد تاب‌آوری، خودکارآمدی، خوش‌بینی و امیدواری م باشد. فرض پژوهش این است که هر یک از ابعاد سرمایه‌ی روانشناختی، رابطه‌ای معنی‌دار به صورت مستقیم یا معکوس با کیفیت زندگی زناشویی دارد.

روش پژوهش

جامعه‌ی آماری در این تحقیق شامل کلیه‌ی زوجین ساکن در سال ۱۳۹۲ در شهر اصفهان بود. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. بدین ترتیب تعداد ۷۵ زوج انتخاب شدند. این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. برای سنجش سرمایه‌ی روانشناختی، از پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی "لوتانز" (۲۰۰۷) استفاده شد. این پرسشنامه از مقادیر استاندارد شده، که به طور وسیعی برای ساختارهایی که امید، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی را می‌سنجند، مورد استفاده قرار گرفته است و قابلیت اعتبار و پایایی این خرده‌مقیاس‌ها نیز تایید شده است. این پرسشنامه شامل ۲۴ سوال است که هر خرده‌مقیاس شامل ۶ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) "لیکرت" پاسخ می‌دهد. برای به دست آوردن نمره‌ی سرمایه‌ی روانشناختی، ابتدا نمره‌ی هر خرده‌مقیاس به صورت جداگانه به دست آمد و سپس مجموع آن‌ها به عنوان نمره‌ی کل سرمایه‌ی روانشناختی محسوب شد. به منظور سنجش کیفیت زندگی زناشویی، از پرسشنامه‌ی کیفیت زندگی زناشویی "فلچر" (Fletcher, 2000) و همکاران استفاده گردید. این پرسشنامه دارای ۱۸ سؤال است که هر ۳ سؤال آن یک بعد را می‌-

سنجد و در مجموع شش بعد دارد که عبارتند از: رضایت، تعهد، صمیمیت، اعتماد، شور و هیجان جنسی و کیفیت عشق. در این پژوهش، با توجه به هدف تحقیق که بررسی رابطه بین مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی می‌باشد، نمره‌ی کلی حاصل از این پرسشنامه، برای سنجش کیفیت زندگی زناشویی مد نظر قرار گرفت. روایی صوری و محتوایی دو پرسشنامه، بعد از اجرای آزمایشی و اظهار نظر صاحب نظران، مورد تایید قرار گرفت. جهت سنجش پایایی دو پرسشنامه، از "آلفای کرونباخ" استفاده گردید که آلفای کرونباخ پرسشنامه‌ی کیفیت زندگی زناشویی ۰/۹۵ و آلفای کرونباخ پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی نیز ۰/۸۷ برآورد شد. داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها به وسیله‌ی نرم‌افزار SPSS20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. جدول (۱) مؤلفه‌های مختلف سرمایه‌ی روانشناختی را همراه با تعداد و شماره‌ی سؤال‌های مربوط به آن مؤلفه، نشان می‌دهد:

جدول (۲): سؤال‌های مرتبط با هر یک از مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی و تعداد سؤال‌های هر مؤلفه

مؤلفه‌ها	شماره‌ی سؤال‌ها	تعداد گویه
خودکارآمدی	۱-۶	۶
امیدواری	۷-۱۲	۶
خوش‌بینی	۱۳-۱۸	۶
تاب‌آوری	۱۹-۲۴	۶

آزمون فرضیات پژوهش

فرضیه‌ی اول: بین کیفیت زندگی زناشویی و سرمایه‌ی روانشناختی در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد.

جدول (۳): ضریب همبستگی مربوط به سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی

منبع	فراوانی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معناداری
سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی	۱۵۰	۰/۷۳	۰/۰۱

همانگونه که در جدول (۳) دیده می‌شود، رابطه بین سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی (r=۰/۷۳) در سطح آلفای (α = ۰/۰۵) معنادار بوده و جهت آن نیز به صورت مستقیم و مثبت است، بدین معنی که هر چه سرمایه‌ی روانشناختی افزایش یابد کیفیت زندگی زناشویی نیز افزایش می‌یابد.

فرضیه دوم: بین خوش‌بینی و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد.

جدول (۴): ضریب همبستگی مربوط به خوش‌بینی و کیفیت زندگی زناشویی

همانگونه که در جدول (۴) دیده می‌شود، رابطه بین کیفیت زندگی زناشویی و خوش‌بینی ($r=0.68$) در سطح آلفای ($\alpha = 0.05$) معنادار بوده و جهت آن نیز به صورت مستقیم و مثبت است، بدین معنی که هر چه خوش‌بینی افزایش یابد، کیفیت زندگی زناشویی نیز افزایش یافته و بالعکس.

فرضیه‌ی سوم: بین امیدواری و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد.

جدول (۵): ضریب همبستگی مربوط به امیدواری و کیفیت زندگی زناشویی

منبع	فراوانی	همبستگی پیرسون (۲)	سطح معناداری
امیدواری و کیفیت زندگی زناشویی	۱۵۰	.۶۱	.۰۱
منبع	فراوانی	همبستگی پیرسون (۲)	سطح معناداری
خوش‌بینی و کیفیت زندگی زناشویی	۱۵۰	.۶۸	.۰۱

همانگونه که در جدول (۵) دیده می‌شود، رابطه بین کیفیت زندگی زناشویی و امیدواری ($r=0.61$) در سطح آلفای ($\alpha = 0.05$) معنادار بوده و جهت آن نیز به صورت مستقیم و مثبت است، بدین معنی که هر چه امیدواری افزایش یابد، کیفیت زندگی زناشویی نیز افزایش یافته و بالعکس.

فرضیه‌ی چهارم: بین تاب‌آوری کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد.

جدول (۶): ضریب همبستگی مربوط به تاب‌آوری و کیفیت زندگی زناشویی

منبع	فراوانی	همبستگی پیرسون (۲)	سطح معناداری
تاب‌آوری و کیفیت زندگی زناشویی	۱۵۰	.۶۹	.۰۱

همانگونه که جدول (۶) نیز نشان می‌دهد، رابطه بین کیفیت زندگی زناشویی و تاب‌آوری ($r=0.69$) در سطح آلفای ($\alpha = 0.05$) معنادار بوده و جهت آن نیز به صورت مستقیم و مثبت است، بدین معنی که هر چه تاب‌آوری افزایش یابد، کیفیت زندگی زناشویی نیز افزایش یافته و بالعکس.

فرضیه‌ی پنجم: بین خودکارآمدی و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه وجود دارد.

جدول (۷): ضریب همبستگی مربوط به خودکارآمدی و کیفیت زندگی ناشویی

منبع	فراوانی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معناداری
خودکارآمدی و کیفیت زندگی کاری	۱۵۰	.۷۰	.۰۱

همانگونه که در جدول (۷) دیده می‌شود، رابطه بین کیفیت زندگی ناشویی و خودکارآمدی در سطح آلفای ($\alpha = ۰/۰۵$) معنادار بوده و جهت آن نیز به صورت مستقیم و مثبت است، بدین معنی که هر چه خودکارآمدی افزایش یابد، کیفیت زندگی ناشویی نیز افزایش یافته و بالعکس.

فرضیه‌ی ششم: بین کیفیت زندگی ناشویی و مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی (خودکارآمدی، امیدواری، خوش‌بینی و تاب‌آوری) در بین زوجین شهر اصفهان، رابطه‌ی چندگانه وجود دارد.

جدول (۸): تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی کیفیت زندگی ناشویی از طریق متغیرهای پیش‌بین

سطح معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه‌ی آزادی	مجموع مجذورات	شاخص‌های آماری		R ²
					منبع تغییرات	مجموع مجذورات	
۰/۰۱	۱۵۹/۸۳۴	۷۹۹۵۳/۱۱	۱	۶۹۹۵۳/۱۱	رگرسیون	۶۹۹۵۳/۱۱	۰/۵۳۲
					باقیمانده	۸۴۵۳۳/۷۶۴	
					کل	۱۵۴۴۸۶/۸۷۴	
		R = ۰/۷۳	و			R ² = ۰/۵۳۲	

تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می‌دهد که ضریب تعیین اصلاح شده، مقدار ۰/۵۳۲ می‌باشد. این بدان معناست که تقریباً ۵۳ درصد از تغییرات و واریانس نمرات مربوط به کیفیت زندگی ناشویی، به وسیله‌ی ترکیبی از متغیرهای پیش‌بین یعنی امیدواری، خودکارآمدی، تاب‌آوری و خوش‌بینی، قابل توضیح می‌باشد. هم‌چنین مقدار F به دست آمده‌ای که در جدول قابل مشاهده است، با درجه‌ی آزادی ۱۴۹ و در سطح $\alpha = ۰/۰۵$ معنادار بوده، لذا می‌توان ضریب تعیین به دست آمده را به جامعه تعمیم داد.

جدول (۹): ضرایب استاندارد و غیراستاندارد رگرسیون همزمان برای پیش‌بینی کیفیت زندگی ناشویی

سطح معناداری	t	ضریب استاندارد بتا	ضرایب غیر استاندارد		شاخص‌های آماری	R ²
			خطای استاندارد	بتا		
۰/۰۱	۷/۶۷	-----	۵/۸۱	۴۴/۶	مقدار ثابت	۰/۵۳۲
۰/۶۹	۰/۳۹۶	---	---	۰/۰۹۲	امیدواری	
۰/۰۲	۱۲/۶۴	۰/۷۲	۰/۲۹	۳/۲۶	خودکارآمدی	
۰/۰۳	۱۹/۱	---	---	۱/۸۳	تاب‌آوری	
۰/۱۷	۳۹/۱	---	---	۰/۱۳۷	خوش‌بینی	

هر چند در کل، مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی، پیش‌بینی کننده‌ی کیفیت زندگی زناشویی است، اما با توجه به سطح معناداری هریک از مؤلفه‌ها و مقدار $\alpha = 0/05$ صرفاً مؤلفه‌های پیش‌بینی کننده‌ی کیفیت زندگی زناشویی خودکارآمدی و تاب‌آوری می‌باشد؛ لذا با در نظر گرفتن مقادیر موجود در جدول، می‌توان معادله‌ی رگرسیون خطی دو متغیره‌ای را به منظور پیش‌بینی کیفیت زندگی زناشویی، به صورت زیر در نظر گرفت:

$$Q = 44/6 + 3/26S + 1/83R$$

که در این معادله، رگرسیون Q نماینده‌ی کیفیت زندگی زناشویی، S نماینده‌ی خودکارآمدی و R نماینده‌ی تاب‌آوری می‌باشد.

فرضیه‌ی پنجم: بین نظرات مردان و زنان در مورد سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی، تفاوت وجود دارد.

جدول (۱۰): نتایج آزمون لوین برای پیش‌فرض همسانی واریانس‌های میانگین متغیرهای پژوهش با توجه به

متغیر جنسیت

مؤلفه		آزمون		آزمون لوین جهت همگنی واریانس‌ها		آزمون t جهت برابری میانگین‌ها					
		f		سطح معناداری		t					
						تفاوت میانگین‌ها		درجه‌ی آزادی		فاصله‌ی اطمینان	
						سطح بالاتر		سطح پایین‌تر			
کیفیت زندگی زناشویی	نابرابری واریانس‌ها	۷/۲۹	۰/۰۰۸	۱/۱۵	۱۴۹	۰/۲۵۱	۷/۶۵۷	۵/۴۷۵	-۲۰/۷۶		
	برابری واریانس‌ها			۱/۳۹	۴۴/۴	۰/۱۵۶	۷/۶۵۷	۳/۰۱۹	-۱۸/۳۳۴		
سرمایه‌ی روانشناختی	نابرابری واریانس‌ها	۶/۵۱	۰/۰۱۲	۱/۱۸	۱۴۸	۰/۲۳۹	۵/۵۰۷	۳/۷۰۳	-۱۴/۷۱۶		
	برابری واریانس‌ها			۱/۳۹	۴۸/۵	۰/۱۶۹	۵/۵۰۷	۲/۴۳۲	-۱۳/۴۶۶		

همانگونه که جدول (۱۰) بیانگر آن است، پیش‌فرض تساوی واریانس‌های دو گروه جنسیت در دو متغیر پژوهش با توجه به $\alpha = 0/05$ تایید نشده است، لذا به آماره‌ی t ، با فرض عدم تساوی واریانس‌ها، رجوع می‌گردد. طبق نتایج به دست آمده و با پیش‌فرض نابرابری واریانس‌ها و با توجه

به مقدار $\alpha = 0/05$ ، نتیجه گرفته می‌شود که بین جنسیت، سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی، اختلاف معناداری وجود نداشته و میانگین کیفیت زندگی زناشویی و سرمایه‌ی روانشناختی در هر دو گروه یکسان می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

تجزیه و تحلیل یافته‌های مربوط به فرضیه‌ی کلی پژوهش، حاکی از آن بود که سرمایه‌ی روانشناختی با سطح معناداری کم‌تر از $0/05$ ، توانایی پیش‌بینی کیفیت زندگی کاری را دارد. میزان رابطه بین دو متغیر $r = 0/73$ بوده که بیانگر همبستگی متوسط و مستقیم بین دو متغیر مذکور است. هم‌چنین ضریب تعیین نشان داد که حدود ۵۳ درصد از واریانس نمرات مربوط به کیفیت زندگی کاری و سرمایه‌ی روانشناختی، مشترک می‌باشد. نتایجی مشابه این رابطه را می‌توان در مورد تایید رابطه‌ی سرمایه‌ی روانشناختی و کیفیت زندگی کاری، مشاهده نمود. "انگوی" (Nguy, 2011) و همکاران، در پژوهشی با عنوان «سرمایه‌ی روانشناختی، کیفیت زندگی و کیفیت زندگی کاری بازاریابان بازار حمل و نقل در ویتنام» به رابطه‌ی مثبت بین سرمایه‌ی روانشناختی با عملکرد شغلی و کیفیت زندگی کاری پی برده، هم‌چنین تأثیر این سرمایه را بر زندگی و کار بازاریابان تایید کرد. در تبیین رابطه‌ی کیفیت زندگی کاری و سرمایه‌ی روانشناختی، می‌توان گفت که سرمایه‌ی روانشناختی، سازه‌ای ترکیبی و به هم پیوسته است که چهار مؤلفه‌ی ادراکی-شناختی یعنی امید، خوش‌بینی، خودکارآمدی و تاب‌آوری را در بردارد. این مؤلفه‌ها در یک فرایند تعاملی و ارزشیابانه، به زندگی فرد معنا بخشیده (Wood & Wood, 1996)، تلاش فرد را برای تغییر موقعیت‌های فشارزا، تداوم داده (Erez & Judge, 2011)، او را برای ورود به صحنه‌ی عمل آماده نموده (Bono, 2001) و مقاومت و سرسختی وی را در تحقق اهداف، تضمین می‌کند (Baltes, 2003)؛ از این رو "کرید"، "ماچین" و "هیکس" ادعان نمودند که این چهار منبع در یک نظام به هم پیوسته، به تقویت یک‌دیگر و شکل‌دهی سپری مقاوم در برابر عوامل فشارآفرین، عمل می‌کنند. لذا، بر اثرات ضربه‌گیر (Robbinz, Waters, 1994) Marsh, Caccioppe & Millet) این منابع در موقعیت‌های پرتنش، تأکید شده است. از طرف دیگر، کیفیت زندگی زناشویی به عنوان موفقیت و عملکرد یک ازدواج و هم‌چنین به عنوان یک مفهوم پویا (Larson & Holman, 1974) که بیانگر تغییر ماهیت و کیفیت روابط میان افراد در خلال زمان می‌باشد، مطرح بوده و تحت تأثیر عواملی هم‌چون سلامتی، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، رویدادهای استرس‌آور و نظیر آن می‌باشد. همان‌گونه که عنوان گردید، سرمایه‌ی روانشناختی، مجموعه‌ای از مؤلفه‌های امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی است. از طرف دیگر، بهبود و تقویت هر یک از این مؤلفه‌ها می‌تواند به نوبه‌ی خود بر کیفیت روابط فرد با دیگران تأثیرات

سازنده‌ای داشته بیاشد. این امر در محیط خانواده، که سرشار از روابط پیچیده بین افراد تشکیل دهنده‌ی آن، مخصوصاً زوجین می‌باشد، می‌تواند نمود بیش‌تری داشته باشد. به عبارت دیگر، تقویت سرمایه‌ی روانشناختی و ارتقاء روزافزون آن، می‌تواند تحمل سختی‌ها و ناملایمات زندگی فردی، به ویژه زناشویی را برای افراد میسر نموده، آنان را در حرکت به سوی رابطه‌ای موفق و همراه با رضایت، یاری رساند. این مطلب، با توجه به نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون نیز قابل تامل می‌باشد، چرا که طبق نتایج حاصله، دو مؤلفه‌ی خودکارآمدی و تاب‌آوری، پیش‌بینی‌کننده‌های کیفیت زندگی زناشویی بوده و تغییر در آن‌ها، به طور مستقیم باعث تغییر در کیفیت زندگی زناشویی خواهد شد. با توجه به این نتایج، هر گونه اقدامی که در راستای تقویت و ارتقاء سرمایه‌ی روانشناختی در بین زوجین صورت پذیرد، تاثیر قابل ملاحظه‌ای بر کیفیت زندگی زوجین و به دنبال آن، بر کیفیت زندگی کل خانواده خواهد داشت. در این زمینه، با توجه به تحقیقات صورت گرفته، پیشنهادهای زیر می‌تواند در بهبود روابط زوجین تاثیر مثبت داشته باشد:

ایجاد فرصت‌های تجربه‌ی موفقیت‌آمیز/ مهارت‌آموزی در محیط خانواده، یادگیری جانشینی/الگوگیری، ترغیب و تشویق، ارائه‌ی بازخورد مثبت و به موقع از طرف هر کدام از زوجین، شرکت در برنامه‌های آموزشی مناسب در زمینه‌ی ارتقاء خودکارآمدی و تاب‌آوری، تعیین اهداف مثبت مشترک، شناسایی منابع بالقوه‌ی موجود در خانواده و برنامه‌ریزی و بهره‌برداری از این منابع و ظرفیت‌ها.

References

1. Alavian, S,M(2006). Ashtiani,A. Farahani,M. Lankarani,M. *The relation between life quality and Marital relations*. Journal of Behavioral researches. 2,(2):13-20. (Persian).
2. Amato, P. R., & DeBoer, D. D. (2001). *The transmission of marital instability across generations: Relationship skills or commitment to marriage?* Journal of Marriage and Family, 63, 1038–1051.
3. Avey, J. B.,Luthans, F. & Youssef. C. M. (2010). *The additive value of positive psychological capital in predicting work attitudes and behaviors*. Journal of Management,21 (36), 430-452.
4. Ayles, C. (2004). *Biographical determinates of marital quality*. www. Onplusone. Org. uk. GlasserW. Marriage without fail: Integration.
5. Bandura, A.(1977) *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. Psychol Rev; 84(2):191-215.
6. Bandura, A (2001). *An agentic perspective on positive psychology*. In Lopez SJ, ed. *Positive Psychology: Exploring the best in people*. Westport, 2008, Greenwood Publishing Company, p:167-196.

7. Bono, J. *Relationship of Core Self-Evaluations Traits – Self-Esteem, Generalized Self-Efficacy, Locus of Control, and Emotional Stability – With Job Satisfaction and Job Performance: A Meta-Analysis*. Journal of Applied Psychology, 86(4):80-92.
8. Booth, A., Johnson, D., Amato, P., & Rogers, S. (2003). *Marital instability over the life course: A six-wave panel study, 1980, 1983, 1988, 1992-1994, 1997, 2000*. (Version 1) [Data file]. Ann Arbor, MI: Inter-university Consortium for Political and Social Research.
9. Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). *Research on the nature and determinants of marital atisfaction: A decade in review*. Journal of Marriage and the Family, 62, 964–980.
10. Fincham, F. D., & Bradbury, T. N. (1987). *The assessment of marital quality: A reevaluation*. Journal of Marriage and the Family, 49, 797–809.
11. Fincham, F. D., Beach, S. R. H., Harold, G. T., & Osborne, L. N. (1997). *Martial satisfaction and depression*.
12. Fletcher, G, J, Simpson, J, A. & Thomas, G(2000). *The measurmnt of perceived relationship quality components: a factor analytic approach*, Personality and Social psychology Bulletin, 26,340-354.
13. Hashemi Nosrat Abad, T. *Studying the role of psychological capital in psychological health*, socio- psychological researches, 2011.4(1):p. 75-78.(Persian)
14. Hodges, D. (2010). *An experimental study of the impact of psychological capital on performance engagement and the contagion effect*. A Dissertations and Theses from the College of Business Administration. University of Nebraska – Lincoln 2010.
15. Javid,M & Kazemi, M(2011). *The effect of marital psychotherapy on damaged couples quality life*. Journal of health researches. 1(1). pp: 12-14. (Persian).
16. Johnson, D. R., & Booth, A. (1990). *Rural economic decline and marital quality: A panel study of farm marriages*. Family Relations, 39, 159 – 165.
17. Khosroshahi,j(2011). Hashemi,T. Beyrami,M. *The relation between psychological capital and personal characteristics*, Journal of Shahid Beheshti University, 17(6):312-318. (Persian).
18. Larson JH, Holman TB. *Premarital Predictors of Marital Quality and Stability*. Fam Relations 1994;43(2):228-237.
19. Lewis, R. A., & Spanier, G. B. (1982). *Marital quality, marital stability, and social exchange*. In F. I. Nye (Ed.), Family relationships: Rewards and costs (pp. 49 – 65). Beverly Hills, CA: Sage.
20. Luthans, F.(1999). *The need for and meaning of positive organizational behavior*. Journal of organizational behavior,. 3 (23): p.695-706.

21. Luthans, F., Youssef, C., Avolio, B. J. *Psychological Capital: investment and developing Positive Organizational Behavior* 2007, California: Positive Organizational Behavior. SAGE Publications. p:9-24.
22. Masten, A. S., and Marie-Gabrielle J. Reed (2002), “*Resilience in Development,*” in *Handbook of Positive Psychology*, C. R. Snyder and Shane J. Lopez, eds. Oxford, K: Oxford University Press, 74-88.
23. Nguy, D. N., *Psychological Capital, Quality of Work Life, and Quality of Life of Marketers: Evidence from Vietnam*, *Journal of Macromarketing*, 2012.14(2):32: 87.
24. Page, L & Donohue, G (2004). *Positive Psychological Capital: A Preliminary Exploration of The Construct*. *Journal of Management Business and Economics*.45: 1-14.
25. Parker, C., Baltes, B., Young, S., Huff, J., Altmann, R., Lacost, H., Roberts, J. (2003). *Relationships between psychological climate perceptions and work outcomes: a meta-analytic review*. *Journal of Organizational Behavior*, 24 (1): 389-416.
26. Robbins, S., Waters-Marsh, T., Caccioppe, R., Millet, B. (1994). *Organisational Behaviour*. Prentice Hall. Australia.
27. Schneider, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P.. *The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope*. *Journal of personality and social psychology*, 1991. (60): p.570-585.
28. Seligman, M. E. P.(2000).,Csikszentmihalyi, M.. *Positive psychology:An introduction*.*American Psychologist*,. (55): p.5-14.
29. Shahsiah, M(2011), Bahrami, F & Mohebbi, S & Tabraie, Y. *Studying the relationship between mental welfare and marital life*. *Journal of Qom medical sciences University*. (4) pp: 61-67. (Persian).
30. Spanier, G. B. (1976). *Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads*. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
31. Wood, S. Wood, E. (1996). *The World of Psychology* (2 nd Edn.), Allyn and Bacon, USA.

