

پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سرمایه های روانشناختی و ویژگی های شخصیتی معلمان متاهل

زهره شریفی تاش

کارشناس ارشد، گروه روانشناسی تربیتی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران.

نام نویسنده مسئول:

زهره شریفی تاش

چکیده

هدف از پژوهش حاضر پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سرمایه های روانشناختی معلمان متاهل بود. روش پژوهش همبستگی می باشد. جامعه آماری این پژوهش کلیه معلمان متاهل شهر شیراز بود. نمونه شامل ۲۰۰ نفر از معلمان متاهل ناحیه دو شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ بود که به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سرمایه روانشناختی لوتانز و پرسشنامه رضایتمندی زناشویی انریچ بود. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چند متغیره نشان داد که متغیر تاب آوری با ضریب بتای ۰/۲۶ در درجه اول، خوش بینی و امیدواری با ضریب بتای ۰/۱۸ در درجه دوم، خودکارآمدی با ضریب بتای ۰/۱۷ در درجه سوم قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بودند. همچنین نمره کل سرمایه روانشناختی با ضریب بتای ۱/۱۳ قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود.

واژگان کلیدی: سرمایه روانشناختی، رضایت مندی زناشویی، معلمان متاهل.

مقدمه

نقش و اهمیت روابط نزدیک زناشویی در رشد و تکامل افراد به طور گسترده در ادبیات روانشناسی اجتماعی مورد بحث قرار گرفته است (یانگ، جووت و چان^۱، ۲۰۱۵). رضایت زناشویی به عنوان یکی از پیامدهای ازدواج، وضعیتی پایدار از شادمانی است که با تعامل اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، توافق در مورد مسائل گوناگون، رضایت جنسی و ایجاد شرایط مناسب به دست می آید. رضایت زناشویی یک متغیر روانشناختی است و به عنوان یک ویژگی فردی برای زوجین در نظر گرفته می شود (بلوردی، دماوندی و طالبی، ۲۰۱۵).

نتایج پژوهش ها نشان می دهد که مسائل و مشکلات خانوادگی روز به روز در کشور ما در حال افزایش است و رضایتمندی از روابط زناشویی افت پیدا کرده است. در کشور ما زوج ها مشکلات شدید و فراگیری را در حین برقراری رابطه و حفظ آن تجربه می کنند. در واقع مشکل درماندگی زناشویی بیش از هر مقوله دیگری سبب مراجعه دریافت خدمات مشاوره ای و بهداشت روانی می گردد. رضایت زناشویی^۲، یک تجربه ی شخصی در ازدواج است که تنها توسط خود فرد در پاسخ به میزان لذت رابطه ی زناشویی قابل ارزیابی است و عوامل بسیاری هستند که در زندگی مشترک روی رضایت زناشویی تأثیر می گذارند و این احساس نقش مهمی در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می کند (جیانگ^۳ و همکاران، ۲۰۱۵).

عوامل مختلفی بر رضایت زناشویی اثر گذار است. یکی از متغیر های اثر گذار سرمایه روانشناختی می باشد. در سال های اخیر علم روانشناسی گرایش بیشتری به توانایی های انسان نشان داده است. اصطلاح روانشناسی مثبت زاینده این گرایش است و مجموعه پژوهش های انجام گرفته در حیطه توانایی های انسان را در بر می گیرد (لیسکوا^۴، ۲۰۱۲). سرمایه روانشناختی^۵ جنبه مثبت زندگی انسان ها و مبتنی بر درک شخصی خود، داشتن هدف برای رسیدن به موفقیت و پایداری در برابر مشکلات است (سلیگمن^۶، ۲۰۰۲). سرمایه روانشناختی مفهومی است که عمدتاً از تئوری و تحقیق در حیطه روانشناسی مثبت به دست آمده و در محیط کار مورد استفاده قرار گرفته است و عبارت است از مجموعه ای از صفات و توانمندی های مثبت افراد و سازمان ها که می تواند مانند یک منبع قوی در رشد و ارتقاء فرد و سازمان نقش داشته باشد. امید^۷، خوش بینی^۸، خودکارآمدی^۹ و تاب آوری^{۱۰} مؤلفه های سرمایه روانشناختی هستند (آوی، ریچارد و لوتانز^{۱۱}، ۲۰۱۱).

نظریه پردازان سرمایه روانشناختی طی سال های گذشته به دنبال شناسایی و فهم ویژگی های شخصی و ایده آل بوده اند که به بهزیستی روانشناختی و ارتقاء افراد و جامعه کمک می کند (اسنایدر و لوپز، ۲۰۰۲؛ بندورا، ۲۰۰۸؛ آوی، لوتانز و جینسن^{۱۲}، ۲۰۰۹؛ آوی، لوتانز و یوسف^{۱۳}، ۲۰۱۰). تا کنون چهار مؤلفه اصلی سرمایه روانشناختی، شامل خودکارآمدی، خوش بینی، امیدواری و تاب آوری معرفی شده است (حمید، ۱۳۸۹).

پژوهش ها نشان داده اند که مؤلفه های سرمایه روانشناختی، با طیف متنوعی از متغیرهای عملکردی در موقعیت های مختلف، تعهد و رضایت، اضطراب، توانایی مقابله با فشار روانی، شادکامی و بهزیستی رابطه دارند (پترسون و بایرون^{۱۴}، ۲۰۰۷؛ آوی، لوتانز، اسمیت و پالمر^{۱۵}، ۲۰۱۰؛ یوکول-گانیرون^{۱۶}، ۲۰۱۲؛ بایرامی، هاشمی، علی زاده، دانش فر، حشمتی و همکار، ۲۰۱۲). در سالهای اخیر تعداد محدودی پژوهش انجام شده است که رابطه مؤلفه های سرمایه روانشناختی را بر متغیرهای زناشویی بررسی کرده اند. به عنوان مثال عرب (۱۳۹۴) نقش سرمایه روانشناختی را بر سازگاری زناشویی بررسی کرد، نتایج نشان داد بین متغیرهای پژوهش رابطه معنادار وجود دارد و سرمایه روانشناختی و سرمایه اجتماعی نقش مؤثری در سازگاری زناشویی دارد. در نتیجه متغیر های سرمایه اجتماعی و سرمایه روانشناختی به خوبی سازگاری زناشویی را پیش بینی می کنند. پناهی و فاتحی زاده (۱۳۹۴) به بررسی رابطه بین مؤلفه های سرمایه روان شناختی و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان پرداختند. نتایج نشان داد که سرمایه روانشناختی و کیفیت زندگی زناشویی دارای همبستگی معناداری می باشند. گل پرور، قاسمی و مصباحی (۱۳۹۳) در بررسی الگوی نقش مؤلفه های سرمایه روان شناختی در رضایت از زندگی و رضایت زناشویی در

1- Yang, Jowett & Chan

2- Marital Satisfaction

3- Jiang

4- Liskova

5- Psychological capital

6- Seligman

7- Hope

8- Optimism

9- Self-efficacy

10- Resilient

11- Avey, Reichard and Luthans

12- Avey; Luthans & Jensen

13- Youssef

14- Peterson & Byron

15- Smith & Palmer

16- Ucol-Ganiron

همسران ایثارگران شهرکرد، نشان دادند که امیدواری و جهت گیری به زندگی با رضایت از زندگی دارای رابطه مستقیم و خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری، جهت گیری به زندگی همراه با رضایت از زندگی با رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معنادار دارند. نگوی^{۱۷} (۲۰۱۲) در پژوهشی تحت عنوان سرمایه روانشناختی و کیفیت زندگی بازاریان در ویتنام انجام داد. نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین سرمایه روانشناختی با کیفیت زندگی وجود دارد. با توجه به مطالب ذکر شده هدف از پژوهش حاضر پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس سرمایه های روانشناختی معلمان متاهل می باشد.

روش پژوهش

روش و طرح پژوهشی مورد استفاده در این پژوهش روش همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش کلیه معلمان متاهل شهر شیراز در سال ۱۳۹۷-۱۳۹۸ می باشد. نمونه شامل ۲۰۰ نفر از معلمان متاهل ناحیه دو شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ به صورت نمونه گیری در دسترس بر حسب سن (۲۶-۴۰ سال)، تحصیلات فوق دیپلم به بالا انتخاب شدند.

ابزارهای پژوهش

۱) پرسشنامه استاندارد سرمایه روانشناختی لوتانز (۲۰۰۷)

پرسشنامه سرمایه روانشناختی، لوتانز (۲۰۰۷) طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۲۴ سوال و ۴ مؤلفه امیدواری، تاب آوری، خوش بینی و خودکارآمدی می باشد و بر اساس طیف شش گزینه ای لیکرت با سوالاتی مانند (با اعتماد یک مساله طولانی را بررسی می کنم تا یک راه حل بیابم). به سنجش سرمایه روانشناختی می پردازد. این پرسشنامه دارای ۴ مؤلفه (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی) می باشد. روایی پرسشنامه در پژوهش (بهادری خسروشاهی و همکاران، ۱۳۹۱) سنجیده شده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش (بهادری خسروشاهی و همکاران، ۱۳۹۱) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷۰ برآورد شد.

۲) پرسشنامه رضایتمندی زناشویی انریچ (۱۹۹۸)

این پرسشنامه توسط انریچ (۱۹۹۸) ساخته شده که شامل ۴۷ گویه می باشد و به عنوان یک ابزار تحقیقی مهم و معتبر در بررسی های متعددی جهت اندازه گیری رضایت زناشویی، مورد استفاده قرار گرفته است. پاسخ به سوالات به صورت ۵ گزینه ای (کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف و کاملاً مخالف) می باشد. در این پرسشنامه به هر گزینه از ۱ تا ۵ امتیاز داده می شود و در نهایت پس از پاسخگویی، نمرات با هم جمع می شوند. سلیمانیان (۱۳۷۶) در پژوهشی تحت عنوان بررسی تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی درباره روایی و اعتبار این پرسشنامه اظهار می دارد؛ ابتدا پرسشنامه ترجمه گردید؛ پس از ترجمه سوالات به رویت متخصصان روانشناسی، نوایی نژاد و نادری رسانده شد و روایی محتوایی پرسشنامه مورد تایید قرار گرفت. در مرحله بعد، ضریب اعتبار آن از طریق ضریب آلفا محاسبه شد که عدد ۰/۹۳ به دست آمد (ساعتچی و همکاران، ۱۳۸۹). اولسون^{۱۸} و همکاران (۱۹۸۳) پایایی این پرسشنامه را به روش ضریب آلفا، ۰/۹۵ گزارش کرده اند. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاس رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰ و با مقیاس رضایت از زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی سازه آن است. عبادت پور (۱۳۷۹) پایایی پرسشنامه را در فرم کوتاه از طریق محاسبه ضریب آلفا ۰/۹۵ گزارش کردند. کلیه خرده مقیاس های پرسشنامه انریچ، زوجهای راضی و ناراضی را متمایز می کند و این نشان می دهد که این پرسشنامه از روایی خوبی برخوردار است.

یافته های پژوهش

یافته های توصیفی

در این قسمت به میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش پرداخته می شود.

17- Nguy

18- Olson

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد سرمایه روانشناختی و مؤلفه های آن

یافته های توصیفی			
انحراف استاندارد	میانگین	کل	
۴/۱۵۰۵۶	۲۰/۸۴۵۰	۲۰۰	خودکارآمدی
۳/۹۴۰۹۹	۲۱/۰۳۵۰	۲۰۰	امیدواری
۴/۶۵۴۳۸	۲۰/۷۵۵۰	۲۰۰	تاب آوری
۴/۷۵۵۱۰	۲۴/۱۱۰۰	۲۰۰	خوش بینی
۱۳/۹۴۲۹۵	۸۳/۳۱۰۰	۲۰۰	سرمایه روانشناختی

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد سرمایه روانشناختی و مؤلفه های آن را نشان می دهد.

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد رضامندی زناشویی

یافته های توصیفی			
انحراف استاندارد	میانگین	کل	
۱۵/۶۷۵۸۶	۱۴۲/۱۹۰۰	۲۰۰	رضامندی زناشویی

جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد رضامندی زناشویی را نشان می دهد.

جدول ۳ ضریب همبستگی بین سرمایه های روانشناختی و رضایت زناشویی

رضایت زناشویی	سرمایه روانشناختی	خوش بینی	تاب آوری	امیدواری	خودکارآمدی	
.۲۹۹**	.۵۲۳**	.۲۵۱**	.۱۸۰*	.۱۵۴*	۱	خودکارآمدی
.۲۷۶**	.۴۹۷**	.۳۳۹**	.۰/۰۷۴	۱	.۱۵۴*	امیدواری
.۳۲۰**	.۵۹۰**	.۲۳۱**	۱	.۰/۰۷۴	.۱۸۰*	تاب آوری
.۴۵۳**	.۷۰۵**	۱	.۲۳۱**	.۳۳۹**	.۲۵۱**	خوش بینی
.۶۷۱**	۱	.۷۰۵**	.۵۹۰**	.۴۹۷**	.۵۲۳**	سرمایه روانشناختی
۱	.۶۷۱**	.۴۵۳**	.۳۲۰**	.۲۷۶**	.۲۹۹**	رضایت زناشویی

با توجه به جدول فوق بین سرمایه های روانشناختی و مؤلفه های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوشبینی) با رضایت زناشویی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد.

بخش تحلیل استنباطی

جدول ۴ بررسی نرمال بودن داده ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

سرمایه روانشناختی	خوش بینی	تاب آوری	امیدواری	خودکارآمدی	
۲۰۰	۲۰۰	۲۰۰	۲۰۰	۲۰۰	کل
۰/۱۶۳	۰/۰۷۴	۰/۱۵۹	۰/۰۶۱	۰/۱۶۸	آماره کلموگروف-اسمیرنوف
۰/۱۴۹ ^c	۰/۰۹ ^c	۰/۱۸۳ ^c	۰/۱۶۸ ^c	۰/۱۲۳ ^c	سطح معناداری

بر اساس یافته های جدول ۴، آماره کلموگروف-اسمیرنوف در سطح $p < 0.05$ برای همه ی متغیرها معنادار نبوده بنابراین توزیع متغیرهای تحقیق از توزیع نرمال پیروی می کنند.

سرمایه های روانشناختی به طور معناداری رضایت زناشویی را پیش بینی می کنند.

به منظور بررسی این فرضیه در پیش بینی رضایت مندی زناشویی بر اساس سرمایه های روانشناختی از رگرسیون چندگانه با ورود همزمان داده ها استفاده گردید که نتایج در ادامه ذکر شده است.

جدول ۵ خلاصه مدل فرضیه اصلی در پیش بینی رضایت مندی زناشویی بر اساس سرمایه های روانشناختی و مؤلفه های آن

مدل	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	R	R ^۲	مربع تعدیل شده	خطا
رگرسیون	۲۴۱۳۸/۷۵۲	۵	۴۸۲۷/۷۵۰	۳۷/۸۲۳	۰/۰۰۰ ^b	۰/۷۰۳ ^a	۰/۴۹۴	۰/۴۸۱	۱۱/۲۹۷۷۶
باقی مانده	۲۴۷۶۲/۰۲۸	۱۹۴	۱۲۷/۶۳۹						
کل	۴۸۹۰۰/۷۸۰	۱۹۹							

همانگونه که در جدول ۵ مشاهده می شود، نتایج حاصل از رگرسیون حاکی از آن بود که مؤلفه های سرمایه های روانشناختی توانستند ۰/۲۹ درصد از واریانس رضایت مندی زناشویی را پیش بینی کنند.

جدول ۶ نتایج حاصل از رگرسیون چندگانه با ورود همزمان برای بررسی پیش بینی رضایت زناشویی

بر اساس مؤلفه های سرمایه روانشناختی

سطح معناداری	t	استاندارد نشده	استاندارد نشده		مدل
		بتا	خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۹	۲/۶۴۷	۰/۱۷۴	۰/۲۴۹	۰/۶۵۹	خودکارآمدی
۰/۰۰۶	۲/۷۹۴	۰/۱۸۱	۰/۲۵۸	۰/۷۲۲	امیدواری
۰/۰۰۱	۳/۴۹۴	۰/۲۶۵	۰/۲۵۵	۰/۸۹۲	تاب آوری
۰/۰۲۶	۲/۲۴۷	۰/۱۸۲	۰/۲۶۷	۰/۶۰۰	خوش بینی
۰/۰۰۰	۸/۷۰۹	۱/۱۳۷	۰/۱۴۷	۱/۲۷۸	سرمایه روانشناختی

با توجه به جدول ۶ نتایج حاصل از رگرسیون چند متغیره نشان داد که متغیر تاب آوری با ضریب بتای ۰/۲۶ در درجه اول، خوش بینی و امیدواری با ضریب بتای ۰/۱۸ در درجه دوم، خودکارآمدی با ضریب بتای ۰/۱۷ در درجه سوم قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بودند. همچنین نمره کل سرمایه روانشناختی با ضریب بتای ۱/۱۳ قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود.

بحث و نتیجه گیری

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که مؤلفه های سرمایه های روانشناختی قادر به پیش بینی رضایت مندی زناشویی بودند. این یافته با پژوهش های دهقانی جم پیری و دهقانی (۱۳۹۶)، عبدی، خوشبازان و آخوندی نیا (۱۳۹۵)، پناهی و فاتحی زاده (۱۳۹۴)، مؤمنی (۱۳۹۴)، طاهری (۱۳۹۴)، گل پرور، قاسمی و مصباحی (۱۳۹۳)، نگوی (۲۰۱۲) همسو می باشد.

نظریه پردازان مطرح در عرصه سرمایه روانشناختی و مرلفه های آن (لارسن و لوتانز^{۱۹}، ۲۰۰۶؛ نلسون و کوپر^{۲۰}، ۲۰۰۸) با تأکید بر روی آوری انسان به اندوخته ها و ظرفیت های بالقوه ای که در صورت تمرکز بر آن ها به صورت بالفعل در خواهند آمد، نگرشی انسان گرایانه را برای بهبود و تعالی زندگی انسان، وجهه تلاش های خود قرار داده اند. از این چشم انداز یافته های حاصل از این پژوهش نشان می دهد که چنین نگرش مثبتی به ظرفیت های روانشناختی انسان دارای نقش شایان توجهی برای زندگی مشترک و رضایت زناشویی است. به بیانی دیگر سرمایه های روانشناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی) هر یک دارای کارکردهای عاطفی و شناختی متعددی هستند، که یکی از این کارکردها تقویت مستقیم رضایت زناشویی است. گستره وسیعی از مطالعات بر روی خانواده ها و افراد نشان داده که افراد دارای سرمایه روانشناختی بالا نه تنها در برابر مشکلات مقاومت و پشت کار بیشتری به خرج می دهند، بلکه به دلیل یک فضای عاطفی-شناختی مثبت ذهنی، اغلب راه حل های سازنده تری را نیز برای حل مشکلات پی جویی و به مرحله اجرا در می آورند آن ها همچنین نسبت به آنچه در اثر تلاش نصیب آن ها شده دیدگاه مثبتی دارند.

از بین مؤلفه های سرمایه های روانشناختی تاب آوری در درجه اول اهمیت قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود. تاب آوری در اصطلاح چنین تعریف می شود: "نوعی حالت قابل توسعه در فرد که بر اساس آن قادر است در رویارویی با ناکامی ها، مصیبت ها و تعارض های زندگی و حتی رویدادهای مثبت، پیشرفت ها و مسئولیت بیشتر به تلاش افزون تر ادامه دهد و برای دستیابی به موفقیت بیشتر، از پای ننشیند." پژوهش های انجام شده حاکی از آن است که برخی افراد تاب آور، پس از رویارویی با موقعیت های دشوار زندگی، دوباره به سطح معمولی عملکرد باز می گردند، حال آنکه عملکرد برخی دیگر از این افراد، پس از رویارویی با ناکامی ها، مصیبت ها و دشواری ها نسبت به گذشته ارتقا پیدا می کند. نظریه تاب آوری به طور گسترده نشأت گرفته از کار روانشناختی بالینی با نوجوانان می باشد که به رغم بدبختی های مهم و بزرگ به موفقیت رسیده بودند. تاب آوری مجموعه ای از پدیده هاست که اغلب با مقابله مثبت و سازگاری در مواجهه با بدبختی با مخاطره مهم توصیف می شود (لوتانز، ۲۰۱۲). خوش بینی در درجه دوم اهمیت قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود. خوش بینی و بد بینی بر چگونگی سازگاری افراد با حوادث زندگی و بر انتظارات ذهنی افراد در هنگام مواجهه با مشکلات و بر رفتار آن ها هنگام غلبه بر مشکلات تأثیر می گذارند (مک گی^{۲۱}، ۲۰۱۱). از آنجایی که خوش بینی و بدبینی به عنوان انتظار نتایج فراگیر مثبت و منفی تلقی می شوند، می توانند از تعیین کننده های مهم رضایت از زندگی باشند (بایرامی^{۲۲} و همکاران، ۲۰۱۲).

امیدواری در درجه دوم قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود. در تبیین این یافته می توان گفت که امیدواری یک سازه شناختی- انگیزشی است که از تعامل سه مرلفه اصلی هدف گذاری، کارگزاری (عاملیت) و گذرگاه (توانایی چاره جویی) تشکیل شده و با موفقیت دارای رابطه است. به گونه ای که موفقیت در دست یابی به اهداف، هیجان های مثبت و شکست در آن، هیجان های منفی ایجاد می کند. این نکته نیز لازم به ذکر است که نقش امیدواری و خوش بینی برای رضایت از زندگی با این ایده و نظر که رضایت از زندگی بخشی مبتنی بر هیجانات مثبت مرتبط با بهزیستی است، همسو می باشد (داینر^{۲۳} و همکاران، ۱۹۸۵). سازه های مثبت منبعی پایه، محوری و بسط پذیر هستند که در تمامی لحظات با فرد برای عمل در موقعیت های مختلف همراهی می کنند و سپس احساس شادکامی، رضایت و موفقیت را در افراد شکل می دهند (هابوفول^{۲۴}، ۲۰۰۲). بسیار احتمال می رود منابع روانشناختی مثبت گرای کلان نظیر خوش بینی از اصل سرریز شدگی اثر به حیطه های خرد یا جزئی تر پیروی کنند. همچنین وقتی امیدواری در کنار خوش بینی در همسران در حد بالایی باشد، رضایت زناشویی ارتقاء خواهد یافت.

خودکارآمدی در درجه سوم قادر به پیش بینی رضایت زناشویی بود. خودکارآمدی که منشأ پیدایش آن پژوهش و نظریه شناختی- اجتماعی بندورا است می توان به سادگی آن را اعتماد به نفس نامید و به این ترتیب تعریف می شود: باور (اطمینان) فرد به توانایی هایش برای دستیابی به موفقیت در انجام وظیفه ای معین از راه ایجاد انگیزه در خود، تأمین منابع شناختی برای خود و نیز ایفای اقدامات لازم. وقتی خودکارآمدی در فرد در سطح بالایی است به دلیل احساس توانمندی و انتظار نتایج و پیامدهای مثبت، رضایت زناشویی به نحو مطلوب تری خواهد یافت.

19- Larson & Luthans

20- Nelson & Cooper

21- Mac Gee

22- Bayrami

23- Diener

24- Hobfoll

در روابط همسران پدیدار خواهد شد. با توجه به اینکه این پژوهش بر روی معلمان شهر شیراز صورت گرفته، لذا تعمیم آن به سایر جوامع با محدودیت هایی همراه می باشد. همچنین با توجه به یافته های تحقیق به دست اندر کاران مراکز مشاوره مدارس، دانشگاه ها، مربیان خانواده پیشنهاد می شود به منظور کسب نتایج بهتر در مداخلات روانشناسی و کارگاه های آموزشی به سرمایه های روانشناختی به عنوان عامل مؤثر در رضایت مندی زناشویی توجه شود.

منابع و مراجع

- [۱] بهادری خسروشاهی، جعفر؛ هاشمی نصرت اباد، تورج و باباپور خیرالدین، جلیل.(۱۳۹۱). رابطه سرمایه روانشناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان دانشگاه تبریز، رابطه سرمایه روانشناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان، دوره ۲، شماره ۱: ۱۴۵-۱۵۳.
- [۲] پناهی، احسان و فاتحی زاده، مریم السادات.(۱۳۹۴). بررسی رابطه بین مرلفه های سرمایه روان شناختی و کیفیت زندگی زناشویی در بین زوجین شهر اصفهان. فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه، ۶(۳): ۴۱-۵۸.
- [۳] حمید، نجمه.(۱۳۸۹). رابطه میان سخت رویی روانشناختی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر پیش دانشگاهی، روانشناسی کاربردی، ۴، ۱۶: ۱۰۱-۱۱۶.
- [۴] دهقانی جم پیری، فریده و دهقانی، اکرم.(۱۳۹۶). بررسی رابطه بین سرمایه روانشناختی و رضایت جنسی زنان مرکز شهر اصفهان. کنفرانس ملی پژوهش های نوین در مدیریت، اقتصاد و علوم انسانی، کازرون، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کازرون.
- [۵] سلیمانیان، علی اکبر.(۱۳۷۶). بررسی تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه تربیت معلم، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- [۶] ساعتچی، محمود؛ کامکاری، کامبیز و عسکریان، مهناز.(۱۳۸۹). آزمونهای روانشناختی، تهران: نشر ویرایش.
- [۷] طاهری، سارا.(۱۳۹۴). بررسی ارتباط سرمایه روان شناختی با شادکامی ذهنی و عملکرد جنسی پرستاران زن بیمارستان های دولتی شهر قزوین. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه الزهراء(س).
- [۸] عرب، سعیده .(۱۳۹۴). بررسی نقش سرمایه اجتماعی و سرمایه روانشناختی بر سازگاری زناشویی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی ، دانشگاه فردوسی مشهد.
- [۹] عبادت پور، بهناز.(۱۳۷۹). هنجاریابی پرسشنامه الگوهای ارتباطی زناشویی در شهر تهران در سال ۷۸-۷۹. پایان نمه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- [۱۰] عبدی، الهام؛ خوشبازان، علی و آخوندی نیا، نیلا.(۱۳۹۵). تبیین نقش سرمایه های روانشناختی بر رضایت جنسی زوجین، کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و رفتاری، ۳(۴): ۱۵-۲۴.
- [۱۱] گل پرور، محسن؛ قاسمی، مریم و مصباحی، محمد رضا.(۱۳۹۳). بررسی الگوی نقش مؤلفه های سرمایه روان شناختی در رضایت از زندگی و رضایت زناشویی در همسران ایثارگران شهرکرد، مطالعات اجتماعی-روانشناختی زنان، سال ۱۲، شماره ۱: ۱۱۹-۱۴۰.
- [۱۲] مؤمنی، لیلا.(۱۳۹۴). رابطه سبک های هویت و سرمایه های روانشناختی با رضایت زناشویی در ددانشجویان متأهل دانشگاه آزاد مروتدشت. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی مروتدشت، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- [13] Avey, J.B., Reichard, R.J and Luthans, F. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. Human resource development quarterly, 22(2): 127-152.
- [14] Avey, J.B., Luthans, F., Smith, R.M. & Palmer, N.F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. Journal of Occupational Health Psychology, 15(1): 17-28.
- [15] 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, 36: 430-452.
- [16] Avey, J.M., Luthans, F., & Jensen, S.M. (2009). Psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. Human Resource Management. 48: 677-693.
- [17] Bandura, A. (2008). An agentic perspective on positive psychology. In S. J. Lopez (Ed.), Positive psychology: Exploring the best in people, (Vol. 1, pp. 167-196).
- [18] Bayrami, M. , Hashemi, N. A. T., Alizadeh, G. J., Daneshfar, S.h., Heshmati, Moslemifar, M.(2012).The role of positive and negative affectivity, optimism, pessimism, and information processing styles in student psychological adjustment. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 46: 306-310.

- [19] Bolvardi A, Damavandian A, Talebi M. (2015). The Relation between Personality Traits and Marital Satisfaction in Couples Who Refer to Tehran's Family Judicial Complexes. *JHealth Educ Health Promot*;5:1249-55.
- [20] Luthans, F., Avolio, B.J. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction, *Personnel Psychology*, 60:34-46.
- [21] Liskova, B. (2012). Character strengths as one of the determinants of classroom climate's quality. *Practice and Theory in Systems of Education*, 7 (2), 159-164.
- [22] Jiang, H., Wang, L., Zhang, Q., Liu, D.X., Ding, J., Lei, Z., Lu, Q., & Pan, F. (2015). Family functioning, marital satisfaction and social support in hemodialysis patients and their spouses. *Stress Health*, 31(2), 166-74.
- [23] Nguy, D. N. (2012). Psychological Capital, Quality of Work Life, and Quality of Life of Marketers: Evidence from Vietnam, *Journal of Macromarketing*, 14(2):32: 87.
- [24] Olson, D. H. Fournier, D. G. & Druckman. J. M. (1989). *Families colifornia*. Sage publication. Inc
- [25] Peterson, S. J., & Byron, K. (2007). Exploring the role of hope in job performance: Results from.
- [26] Seligman, M. E.P. (2002). *Authentic happiness*. New York: Free Press.
- [27] Snyder, C. R., & Lopez, S. (2002). *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- [28] Ucol-Ganiron, T. (2012). The additive value of psychological capital in predicting structural project success and life satisfaction of structural engineers. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2): 291-295.
- [29] Yang SX, Jowett S, Chan D. (2015). Effects of big five personality traits on the quality of relationship and satisfaction in Chinese coach-athlete dyads. *Scand J Med Sci Sports*;25:568-80.