

بررسی نقش هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن در رضایت‌مندی زناشویی و مقایسه آن با متغیرهای جمعیت‌شناختی

سیده‌مجتبی حسینی‌سده* / علی فتحی‌آشتیانی**

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی سهم هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی رضایت زناشویی انجام شده است. در این پژوهش، ۲۶۰ نفر از دانش‌پژوهان مرد ۲۰ تا ۴۰ سال به طور تصادفی انتخاب شدند و به پرسش‌نامه هوش هیجانی شرینگ و شاخص رضایت زناشویی هادسون پاسخ دادند. با توجه به توصیفی بودن این پژوهش، برای آزمون فرضیه‌ها، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. همچنین به دلیل مقایسه و تعیین متغیرهای پیش‌بین در بین گروه‌های سنی، تحصیلی، مدت زمان ازدواج، و سن ازدواج از ضریب رگرسیون، تحلیل واریانس و آزمون t استفاده شد. در میان متغیرهای پژوهش، هوش هیجانی و مهارت اجتماعی، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای رضایت زناشویی بودند. افزایش هوش هیجانی با افزایش مدت زمان ازدواج، سن ازدواج و سطح تحصیل، همچنین افزایش رضایت‌مندی زناشویی با افزایش مدت زمان ازدواج، از دیگر نتایج این پژوهش بود. با توجه به ارتباط بالای هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با رضایت‌مندی زناشویی، مدارس، سازمان‌ها و کلینیک‌های خانواده‌درمانی می‌توانند از این متغیر در بهبود رضایت زناشویی بهره ببرند و به بهتر شدن روابط انسانی کمک کنند.

کلید واژه‌ها: هوش هیجانی، خودانگیزی، خودکنترلی، خودآگاهی، مهارت اجتماعی، هوشیاری اجتماعی، رضایت‌مندی زناشویی.

* دانش‌آموخته حوزه و کارشناسی ارشد روان‌شناسی

** استاد دانشگاه علوم پزشکی بقیةالله (عج) دریافت: ۱۳/۵/۸۸ - تأیید: ۲۸/۸/۸۸

مقدمه

در میان موجوداتی که روی کره زمین زندگی می‌کنند، انسان از ویژگی‌های منحصر به فردی برخوردار است. این ویژگی‌ها، او را از سایر موجودات روی کره زمین جدا می‌سازد. احساسات، عواطف، هیجان و توانایی قضاوت درباره رفتارهای خود و دیگران، و تصمیم‌گیری بر اساس این قضاوت‌ها، تنها بخشی از این ویژگی‌های خدادادی است که باعث سنگین شدن مسئولیت انسان شده است. (احزاب: ۷۲) انسان‌ها باید با توجه به ارتباطات چهارگانه^۱ خودشان در جهان هستی، الگوها و سبک‌های ارتباطی مناسب را در خود پرورش دهند. متخصصان علوم مختلف، به‌ویژه روانشناسان، به دنبال ایجاد مفهوم جامعی بودند که در برگیرنده تمام الگوهای ارتباطی و تکنیک‌های پرورش این الگوها در تمام حیطه‌های زندگی بشری- به‌ویژه زندگی زناشویی- باشد و بتواند کارایی و توانایی افراد را بالا برده و به بهداشت روانی ایشان کمک کند. نتیجه این تلاش‌ها، منجر به ابداع مفهوم هوش هیجانی شد. به تدریج با ایجاد مؤلفه‌ها، ابعاد و ابزار سنجش و کشف مراکزى مانند نئوکورتکس، لیمبیک و بادامه مغز که نقش مهمی را در هیجان داشتند، در این مفهوم تحول شگفت‌انگیزی به وجود آمد و در برابر بهره هوشی (IQ)، بهره هیجانی (EQ) مطرح شد. از امتیازهای هوش هیجانی این است که با افزایش سن افزایش پیدا می‌کند؛ در حالی که هوش شناختی چنین امتیازی را ندارد و بخش گسترده‌ای از آن در محدوده سنی خاصی متوقف می‌شود. همچنین هوش هیجانی قابلیت تعلیم و تربیت، ارتقا و مدیریت را دارد و این ویژگی، امتیازهای هوش هیجانی را از هوش شناختی جدا می‌سازد.

تاریخچه هوش هیجانی

هوش هیجانی یکی از مفاهیم ترکیبی است که از دیرباز مورد توجه محققان علوم

روان‌شناختی بوده است. تعریف‌ها و توضیح‌های دانشمندانی چون گیلفورد،^۲ گاردنر،^۳ ثرن‌دایک^۴ به تعریف امروزی هوش هیجانی نزدیک‌تر است، ولی هوش هیجانی همانند تمام مفاهیم مطرح در علوم، به سمت تخصصی شدن و تکامل پیش رفته است. شاید امروزه بتوان تعریف جامعی را که از ترکیب هوش هیجانی به دست می‌آید، ارائه داد؛ در حالی که این تعریف را نمی‌توان در دو واژه به صورت مستقل پیدا کرد. طی سال‌های متمادی، بهره هوشی یا هوش‌بر (IQ) معیاری برای سنجش هوش فردی به شمار می‌آمد و آزمون بهره هوشی تنها شاخصی بود که نشان‌دهنده توانایی یادگیری و میزان موفقیت شخصی محسوب می‌شد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد موفقیت‌های زندگی حرفه‌ای،^{۲۰} درصد به بهره هوشی (IQ) و ۸۰ درصد به هوش هیجانی (EQ) بستگی دارد.^۵

بنابر گفته ای ال ثرن‌دایک، هوشیاری اجتماعی یا توانایی درک دیگران و رفتار معقولانه در روابط انسانی به منزله‌ی بعنوان ابعاد هوش عاطفی، خود یکی از جنبه‌های بهره هوشی افراد محسوب می‌شود. در حالی که دیگر روان‌شناسان آن دوره، در مورد هوشیاری اجتماعی نگاه بدبینانه‌ای داشتند و آن را نوعی مهارت برای فریب دادن دیگران و آلت دست قرار دادن آنها تلقی کردند.^۶

وکسلر^۷ در سال ۱۹۴۰، به عناصر شناختی به خوبی عناصر عقلانی اشاره کرد و منظور او از آنها جنبه‌های عاطفی، شخصی و عوامل اجتماعی بود. در سال ۱۹۴۳ وکسلر به این نکته اشاره کرد که توانایی‌های غیرعقلانی برای پیش‌بینی میزان توانایی فرد در کامیاب شدن، در زندگی او نقش اساسی دارد.^۸

گارنر در سال ۱۹۸۳، هوش را شامل ابعاد گوناگون زبانی، موسیقایی، منطقی، ریاضی، جسمی، میان فردی و درون فردی دانست. او وجوه شناختی مختلفی را با عناصری از هوش غیرشناختی یا به گفته خودش «شخصی» ترکیب کرده است. بعد غیرشناختی مورد نظر گاردنر، دو مؤلفه کلی دارد که وی آن‌ها را با عناوین

«استعدادهای درون روانی» و «مهارت‌های میان‌فردی» معرفی می‌کند؛ به نظر گاردنر، هوش هیجانی نیز دارای دو مؤلفه است:

الف) هوش درون‌فردی: نشان دهنده آگاهی فرد از احساسات و هیجانات خویش، ابراز باورها و احساسات شخصی و احترام به خویش و تشخیص استعداد‌های ذاتی، استقلال عمل در انجام کارهای مورد نظر، و در مجموع میزان کنترل شخص بر هیجان‌ها و احساسات خود است؛

ب) هوش میان‌فردی: به توانایی درک و فهم دیگران اشاره دارد به دنبال آن است که بداند چه چیزهایی انسان‌ها را بر می‌انگیزاند و چگونه می‌توان با آنها همکاری داشت. به نظر گاردنر، احتمالاً فروشنندگان، سیاست‌مداران، معلمان، متخصصان بالینی و رهبران مذهبی موفق، هوش میان‌فردی بالایی دارند.^۹

در سال ۱۹۸۰، رون بار-آن^{۱۰} اولین بار مخفف بهره هیجانی یا EQ را برای این دسته از توانایی‌ها به کار برد و اولین آزمون را در این مورد ساخت.^{۱۱} بار-آن، هوش هیجانی را عامل مهمی در شکوفایی توانایی‌های افراد برای کسب موفقیت در زندگی تلقی می‌کند و آن را با سلامت عاطفی و در مجموع، سلامت روانی مرتبط می‌داند. به عقیده بار-آن، هوش شناختی تنها شاخص عمده برای پیش‌بینی موفقیت افراد نیست؛ زیرا بسیاری از افراد هوش شناختی بالایی دارند، ولی در زندگی موفق نیستند.^{۱۲} رون بار-آن، با طرح الگوی چندعاملی برای هوش هیجانی، آن را مجموعه‌ای از استعدادها و توانایی‌هایی می‌داند که افراد را در جهت‌سازی مؤثر با محیط و کسب موفقیت در زندگی آماده می‌کند؛ این توانایی‌ها در طول زمان تغییر و رشد می‌یابد با روش‌های آموزشی قابل اصلاح و بهبود است.^{۱۳}

پیتر سالوی^{۱۴} و جان مایر^{۱۵} در سال ۱۹۹۰، مفهوم اساسی نظریه خود را برای اولین دفعه با عنوان «هوش هیجانی» به چاپ رساندند.^{۱۶} سالوی ضمن اختراع

اصطلاح «سواد هیجانی»^{۱۷} به پنج حیطه اشاره کرد که عبارتند از: خودآگاهی (شناخت حالات هیجانی خویش)، اداره کردن هیجان‌ها (مدیریت هیجان‌ها به روش مناسب)، خود انگیزی، کنترل تکانش‌ها (تأخیر در ارضای خواسته‌ها و توان قرار گرفتن در یک وضعیت روانی مطلوب)، تشخیص دادن وضع هیجانی دیگران، همدلی، برقراری رابطه با دیگران.^{۱۸} با وجود اظهارنظرهای مختلف درباره هوش هیجانی، می‌توان گفت سالوی و مایر نخستین تعریف رسمی از هوش هیجانی را در سال ۱۹۹۰ بدین صورت منتشر کردند: «توانایی شناسایی هیجان‌های خود و دیگران و تمایز بین آنها و استفاده از این اطلاعات برای هدایت تفکر و رفتار فرد».

تعریف هوش هیجانی

تاکنون محققان تعریف‌های متنوع و مختلفی از هوش هیجانی ارائه کرده‌اند که به برخی از آنها به طور اختصار اشاره می‌شود:

۱. هوش هیجانی توانایی کنترل هیجان‌های خود و دیگران، تشخیص و تمایز بین هیجان‌های مختلف و نام‌گذاری مناسب آنها، و همچنین استفاده از اطلاعات هیجانی در جهت هدایت اندیشه و رفتار است.^{۱۹}

۲. هوش هیجانی شکل دیگری از باهوش بودن است. هوش هیجانی آگاهی از احساس و استفاده از آن برای اتخاذ تصمیم‌های مناسب در زندگی و همچنین توانایی تحمل کردن ضربه‌های روحی و مهار آشفتگی‌های روحی است.^{۲۰}

۳. توانایی درک درست محیط پیرامون، خودانگیزی، شناخت و کنترل احساسات خویش؛ به طوری که این فرایند بتواند جریان تفکر و ارتباطات را تسهیل کند.^{۲۱}

۴. هوش هیجانی به منزله زیر مجموعه‌ای از هوش اجتماعی تعریف شده

است؛ یعنی کنار آمدن با مردم، مهار هیجان‌ها در روابط با انسان‌ها و توانایی ترغیب یا راهنمایی دیگران؛^{۲۲}

۵. توانایی درک و فهم عواطف، به منظور ارزیابی افکار، خلق و خو و تنظیم آنها به گونه‌ای که موجب تعالی و رشد شناختی - عاطفی گردد؛^{۲۳}

۶. توجه به هیجان‌ها و کاربرد مناسب آنها در روابط انسانی، درک احوال خود و دیگران، خویش‌داری و تسلط بر خواسته‌های آنی، همدلی با دیگران و استفاده مثبت از هیجان‌ها و شناخت آنها؛^{۲۴}

۷. قابلیت پردازش صحیح اطلاعات هیجانی و کارآمدی در دریافت، جذب، فهمیدن و سر و سامان دادن به هیجان‌ها؛^{۲۵}

هوش هیجانی از دیدگاه اسلام

دین اسلام با ژرف‌نگری، کنترل و مدیریت احساسات و عواطف را مورد توجه قرار داده است. قرآن کریم تحقیر کردن و خوار شمردن را باعث کاهش اعتماد به نفس و ایجاد کمبود در طرف مقابل می‌داند و این صفات را به فرعون و طاغوتیان نسبت می‌دهد که قوم خود را تحقیر و خوار می‌کنند و آنان نیز از او اطاعت می‌کنند. (زخرف: ۵۴) بنابراین، یکی از صفات اهل ایمان، دوست داشتن و عشق ورزیدن به دیگران است. بر اساس روایات، دوست داشتن دیگران، بُعدی از دین و رکن عقل است و موجب آسودگی عقل و قلب می‌گردد.^{۲۶} خداوند در قرآن به پیامبر خطاب می‌کند که اگر سخت‌دل و خشن بودی، مردم از اطراف تو پراکنده می‌شدند. (آل عمران: ۱۵۹) حضرت علی علیه السلام در روایتی ضمن تأکید بر صمیمت و دوست داشتن دیگران می‌فرماید: «خداوند مهربان است و هر مهربانی را دوست دارد؛ مهربانی کن تا مهربانی ببینی».^{۲۷} در روایتی دیگر، امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «در معاشرت با مردم میانه‌رو باش؛ نه خشن و تندخو، که کسی به تو

نزدیک نشود، و نه ضعیف که تو را تحقیر کنند».^{۲۸} با نگاهی به منابع حدیثی شیعه درمی‌یابیم که مؤلفه‌هایی چون مسئولیت‌پذیری اجتماعی، همدلی، تشخیص هیجانات دیگران و ارتباط میان‌فردی، با عناوینی چون صلۀ رحم و آداب معاشرت با دیگران آمده است.^{۲۹} یکی از موضوعات مهم مطرح در نظریه هوش هیجانی، خودآگاهی است؛ در آیات و روایات متعددی به ضرورت خودشناسی و منافع آن اشاره شده است؛ حدیث معروفی از نبی مکرم اسلام نقل شده است که می‌فرماید: «هرکسی نفس خود را بشناسد، خدای خود را خواهد شناخت».^{۳۰} همچنین خداوند متعال می‌فرماید: «به زودی نشانه‌های خود را در اطراف جهان و در درون جانشان به آنها نشان می‌دهیم تا برای آنها آشکار گردد که او حق است» (فصلت: ۵۷). در روایتی دیگر امیرالمومنین علیه السلام می‌فرماید «معرفت و شناخت نفس، سودمندترین شناخت‌هاست». همچنین حضرت درجایی دیگر می‌فرماید: «هر قدر بر دانش شخصی افزوده شود، اهتمامش به خودش بیشتر می‌گردد و در راه تربیت و اصلاح خویش بیشتر می‌کوشد». لازم به ذکر است که در دین اسلام، خودشناسی با شناخت نیازهای انسانی ارتباط تنگاتنگی دارد.^{۳۱}

تعریف رضایت‌مندی زناشویی

رضایت‌مندی زناشویی را بیشتر به صورت نگرش‌ها یا احساسات کلی فرد درباره همسر و رابطه‌اش تعریف می‌کنند.^{۳۲} یعنی رضایت‌مندی زناشویی یک پدیده درون‌فردی و یک برداشت فردی از همسر و رابطه است. چنین تعریفی از رضایت‌مندی زناشویی، نشانگر آن است که رضایت‌مندی یک مفهوم تک‌بعدی و بیانگر ارزیابی کلی فرد درباره همسر و رابطه‌اش است.^{۳۳} رضایت‌مندی زناشویی پیامد توافق زناشویی^{۳۴} است و به صورت درونی احساس می‌شود. اصطلاح توافق زناشویی، رابطه مناسب زن و شوهر را توصیف می‌کند. در رابطه با توافق

بالا، هر دو زوج، به گونه‌ای رفتار، تصور و ادراک می‌کنند که گویا نیازها و انتظاراتشان برآورده شده و چیزی وجود ندارد که در روابطشان خلل ایجاد کند. در ازدواج بدون توافق زناشویی، مشکلات موجود میان زوجین به حدی زیاد است که آنها را از احساس برآورده شدن نیازها و انتظارات باز می‌دارد. اغلب زوج‌ها، جایی بین این دو انتها قرار دارند و زمینه‌هایی از توافق و نبود توافق را تجربه می‌کنند.^{۳۵} رضایت‌مندی زناشویی، یک مفهوم کلی است که در وضعیت مطلوب روابط زناشویی احساس می‌شود. از طرفی رضایت‌مندی زمانی اتفاق می‌افتد که روابط زن و شوهر در تمامی حیطه‌ها به‌نجار گزارش شود. بنابراین، محققان برای آسانی در سنجش، همچنین عملیاتی کردن این مفهوم، رضایت‌مندی زناشویی را به چهار بُعد اساسی تقسیم کرده‌اند که عبارتند از:

الف) جاذبه: عبارت است از جنبه‌ای از یک شیء، یک فعالیت یا یک شخص، که برانگیزاننده پاسخ‌های نزدیکی در دیگران باشد؛ تمایلی برای نزدیک شدن به یک شیء، فعالیت یا شخص که در رضایت زناشویی جاذبه‌های بدنی و جنسی انسان مد نظر قرار گرفته است؛^{۳۶}

ب) تفاهم: ارتباطی مبتنی بر پذیرش دوسویه، راحت و بدون تنش و دغدغه خاطر که بین دو نفر برقرار می‌شود؛^{۳۷}

ج) نگرش: نوعی سوگیری عاطفی درونی که عمل یک فرد را تبیین می‌کند. در اصل، این تعریف در برگیرنده قصد و نیت فرد است؛^{۳۸}

د) : سرمایه گذاری: منظور از این عبارت آن است که هر یک از زوج‌ها برای بهتر ساختن رابطه و نیز خوشایندی طرف مقابل، کارهایی را انجام می‌دهند و یا از انجام آن خودداری می‌کنند. به بیان دیگر، مقابله به مثل کردن، هنگامی که رفتار طرف مقابل پاداش‌دهنده است، و خودداری از انجام عمل متقابل، هنگامی که رفتار وی پاداش‌دهنده نیست.^{۳۹}

رضایت‌مندی زناشویی از دیدگاه اسلام

اسلام برای تنظیم روابط زن و شوهر، برای هر یک از آنها توصیه‌هایی دارد که متناسب با ابعاد روان‌شناختی آنهاست. در کلمات اولیای دین، به دو نکته مهم روان‌شناختی درباره زن اشاره شده است؛ اولین نکته، به تفاوت روانی زن با مرد بازمی‌گردد. ویژگی‌های روانی و شخصیتی زن، با مرد متفاوت است. بنابراین، مرد نباید بر اساس ویژگی‌هایی که در خود و سایر مردان می‌بیند، زن را بسنجد و انتظار داشته باشد که از لحاظ روانی کاملاً با او هماهنگ باشد. اگر مرد بر این شیوه، اصرار ورزد، به شخصیت زن ضربه زده و موجب آسیب روانی او می‌شود.^۴ نکته دیگر، توصیف زن در کلمات اولیای دین به ریحانه است. این واژه به لطافت، آسیب‌پذیری، عاطفی و احساسی بودن زن اشاره دارد. در مقابل، صفت قهرمانی از زن نفی شده است. از تقابل این دو کلمه می‌توان برداشت کرد که عناصر زیباشناختی، آرامش‌بخشی و عاطفی، در زن غلبه دارد و کمتر باید از او سخت‌رویی و استواری را انتظار داشت.^۵ یکی از دستورهایی که برای رضایت‌مندی زناشویی می‌توان در آیات و روایات جست‌وجو کرد، اعتقادات و باورهای مذهبی و دینی است. دین اسلام با تأکید بر انجام آموزه‌هایی مانند احکام، آداب و رسوم و اخلاقیات، به‌ویژه در بُعد روابط خانوادگی، این مهم را یکی از روش‌های ایجاد سازگاری و رضایت می‌داند که پژوهش‌ها گسترده‌ای نیز در این باره انجام شده است. برای مثال، نتایج تحقیقی که با هدف بررسی رابطه تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی انجام شد، نشان می‌دهد که تقیدات مذهبی زوجین با سازگاری زناشویی رابطه همبستگی معناداری دارد. میزان رابطه همبستگی تقیدات مذهبی با سازگاری کلی هفتاد درصد بود که در ابعاد گوناگون سازگاری زناشویی بررسی شد. بیشترین میزان رابطه با بعد توانایی حل تعارض با شصت درصد و کمترین میزان با بعد روابط جنسی سی درصد بود. همچنین

نتایج پژوهش نشان داد که میزان سازگاری زناشویی در بین زوجینی بیشتر است که تقیّدات مذهبی آنها پس از ازدواج بیشتر شده است. به این معنا که با افزایش تقیّدات مذهبی، میزان سازگاری زناشویی نیز بیشتر می‌شود و این رابطه احتمالاً دوجانبه است. به عبارت دیگر، افزایش سازگاری زناشویی نیز موجب افزایش تقیّدات مذهبی در بین زوجین می‌شود.^{۴۲} با نگاهی کلی به توصیه‌های اخلاقی اسلام که با هدف کارایی بیشتر خانواده و در نتیجه رضامندی زناشویی مطرح شده است، به مفاهیم زیر دست می‌یابیم:

صداقت: صداقت از صفات مؤثر در روابط خانوادگی است که زمینه اعتماد و برقراری رابطه به شمار می‌رود. عدم صداقت در زن یا شوهر، فضای خانواده را به بی‌اعتمادی و بدبینی می‌کشاند و زمینه اختلاف را فراهم می‌سازد. اولیای دین علیهم‌السلام به دلیل تأثیر دروغ‌گویی در تخریب اعتماد در روابط بین فردی، بر صداقت و دوری از دروغ تأکید دارند^{۴۳} و ملاک ایمان مردم را راست‌گویی اعلام می‌کنند؛ (نحل: ۱۰۵) راست‌گویی زمینه اعتماد متقابل و در نتیجه، رابطه دوستانه و صمیمی را فراهم می‌کند.^{۴۴}

خوش‌بینی: خوش‌بینی به مسائل زندگی و تبیین‌های خوش‌بینانه از حوادث ناخوشایند، بر توانایی رویارویی با مشکلات تأثیر می‌گذارد. در متون دینی، بر خوش‌بینی به برادران دینی و تفسیر و تعبیر رفتار آنها به بهترین وجه تأکید شده است.^{۴۵}

خوش‌زبانی: اسلام درباره رابطه کلامی سفارش‌های زیادی به زن و شوهر کرده است. در حدیثی امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرماید: «در هر حال با زنان سازش و مدارا کنید؛ با آنها گفتار خوش نشان دهید، باشد که آنان نیز کردار خوش نشان دهند»^{۴۶} همچنین در حدیث دیگری، امام سجاد علیه‌السلام می‌فرماید: «گفتار خوش، مال را زیاد و رزق را فراوان می‌کند؛ موجب محبوبیت در خانواده و ورود به بهشت

است»^{۴۷} در مورد رابطه کلامی مناسب، اسلام به زنان نیز سفارش کرده است و نمونه آن در سخنان حکیمانه پیغمبر اسلام ﷺ آمده است؛ حضرت می‌فرماید «زنی که شوهرش را بیازارد، نماز و هیچ‌یک از اعمال خیرش پذیرفته درگاه خدا نیست، تا او را راضی کند؛ هر چند شب و روز به نماز و روزه بگذراند و برده آزاد کند و مال‌ها در راه خدا انفاق نماید و این شخص سرانجام وارد آتش می‌شود».^{۴۸}

گذشت و عفو: زن و شوهر ممکن است گاهی دربارهٔ یکدیگر مرتکب خطا و اشتباه شوند؛ چه بسازن در مسئلهٔ خانه‌داری، پخت‌وپز، توجه به فرزندان و رعایت حق شوهر دچار خطا گردد. مرد نیز ممکن است در رفتار و کردار، اخلاق و روش، کارگردانی منزل و قضاوت در حق زن دچار اشتباه شود؛ اشتباه و خطایی که از هر دو طرف قابل گذشت و اغماض و عفو است. گذشت از موارد احسان احسان و آراسته به احسان، به تعبیر قرآن محبوب خداست. در حدیثی از امام صادق ﷺ آمده است که سه چیز از مکرمات‌های دنیا و آخرت است: «گذشت از کسی که بر تو ستم کرده، صلّه رحم با رحمی که با تو بریده و بردباری نسبت به آن‌که در حق تو به نادانی رفتار کرده است».^{۴۹}

مهرورزی و محبت: از وظایف مردان نسبت به زنان، دوست‌داشتن و مهرورزی به اوست. امام صادق ﷺ فرمودند: «کوشش دربارهٔ زیاد کردن محبت نسبت به همسر، به حقیقت کوششی برای افزودن مراتب ایمان است».^{۵۰} همچنین در ابراز احساسات و عواطف، اسلام سفارش‌های زیادی کرده است. رسول گرامی اسلام ﷺ فرمودند: «سخن مرد به زن که تو را دوست دارم، هرگز از دل بیرون نمی‌رود».^{۵۱}

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش حاضر، همه دانش‌پژوهان مرد مؤسسه آموزشی و پژوهشی

امام خمینی^ع بود که در سه مقطع تحصیلی لیسانس، فوق لیسانس و دکتری مشغول به تحصیل بودند.

روش نمونه‌گیری

در این پژوهش، ابتدا با استفاده از اطلاعات کامپیوتری قسمت آموزش، افرادی که در دامنه سنی ۲۰ تا ۴۰ قرار داشتند، و تعداد کل آنها ۸۰۰ نفر بود، انتخاب شدند در مرحله بعد، با استفاده از جدول برآورد حجم نمونه بر اساس حجم جامعه آماری^{۵۲} ۲۶۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و به پرسش‌ها پاسخ دادند.

ابزارهای سنجش

هوش هیجانی

در این تحقیق، برای سنجش هوش هیجانی آزمودنی‌ها، از پرسش‌نامه هوش هیجانی شرینگ^{۵۳} استفاده شد؛ این پرسش‌نامه ۳۳ سؤال دارد و دارای خرده مقیاس‌هایی است که عبارتند از: ۱. خودانگیزی؛ ۲. خودآگاهی؛ ۳. خودکنترلی؛ ۴. مهارت‌های اجتماعی؛ ۵. هوشیاری اجتماعی.

الف) شیوه نمره‌گذاری

قسمت اول، پرسش‌های مربوط به ابعاد هوش هیجانی است که نمره هر کدام از آنها جداگانه محاسبه می‌شود. این ابعاد عبارتند از: خودآگاهی، خودکنترلی، خودانگیزی، هوشیاری اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی. هر آزمودنی شش نمره جداگانه دریافت می‌کند که پنج نمره آن مربوط به ریز مقیاس‌ها و یک نمره به صورت نمره کل می‌باشد. پاسخ‌ها به صورت پنج درجه‌ای و ترتیبی تدوین شده است. در بعضی از پرسش‌ها، چنانچه آزمودنی گزینه «الف» را انتخاب کند، نمره یک و چنانچه گزینه «ه» را انتخاب کند، نمره پنج می‌گیرد و بالعکس. اگر

آزمودنی در پرسش‌های ۹، ۱، ۲۸، ۲۲، ۱۸، ۳۳، ۳۱، ۱۴، ۲۰، ۱۲، ۱۰، گزینه الف را انتخاب کند، نمره پنج می‌گیرد. چنانچه آزمودنی گزینه ب، ج، د و ه را انتخاب کند، نمره کمتر می‌گیرد. نمره‌گذاری دیگر پرسش‌ها برعکس می‌باشد.^{۵۴}

ب) اعتبار^{۵۵}

برای بررسی میزان اعتبار این آزمون، از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان همسانی درونی آزمون ۰/۸۵ است.^{۵۶} فرم اصلی این آزمون، هفتاد پرسش دارد و از دو قسمت تشکیل می‌شود؛ قسمت اول دارای چهل و قسمت دوم دارای سی پرسش دارد. در قسمت اول، هر سؤال حاکی از یک موقعیت زندگی می‌باشد. آزمودنی باید خود را در موقعیت قرار دهد و یکی از گزینه‌ها را که با حالات روحی او تطابق بیشتری دارد، انتخاب کند. در قسمت دوم، در ابتدای هر سؤال یک داستان ساختگی آورده شده است؛ از آزمودنی خواسته شد تا پاسخ خود را با توجه به داستان انتخاب کند.^{۵۷}

در اجرای مقدماتی این آزمون، از قسمت اول که شامل چهل پرسش بود، استفاده و تعداد هفت سؤال به علت همبستگی کم با نمره کل آزمون حذف شد. پرسش‌های که برای اجرای نهایی در نظر گرفته شد، به ۳۳ سوال تقلیل یافت. میزان همسانی درونی آزمون ۳۳ سؤالی در اجرای مقدماتی که بر روی یک نمونه ۴۰۰ نفری اجرا شد، به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بوده است.^{۵۸}

ج) روایی^{۵۹}

این آزمون بر اساس نظریه هوش هیجانی گلمن (۱۹۹۵) تنظیم و در ایران توسط منصور (۱۳۸۰) ترجمه و هنجاریابی شده است. منظوری برای بررسی روایی این آزمون، به علت عدم دسترسی به آزمون‌های دیگر و وجود همبستگی میان هوش هیجانی و حرمت خود، از روش همبستگی نمرات افراد در این آزمون با

آزمون حرمت خود کوپر اسمیت^{۶۰} استفاده کرده است. اطلاعات به دست آمده، روایی ۰/۶۳ را در مورد آزمون ترجمه شده هوش هیجانی شرینگ تأیید کرد.^{۶۱}

رضایت‌مندی زناشویی

در این پژوهش، برای سنجش رضایت زناشویی و نحوه تعامل زوجین، از شاخص رضایت‌مندی زناشویی ۲۵ سؤالی هادسون^{۶۲} استفاده شده است.

الف) شیوه نمره‌گذاری

شاخص رضایت زناشویی^{۶۳} (ش ر ز) مانند بیشتر ابزارهای اندازه‌گیری والیمر، ابتدا با معکوس و جمع کردن نمرات پرسش‌های شماره ۱، ۳، ۵، ۸، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۱ و ۲۳ محاسبه می‌شود؛ سپس این نمرات با نمرات باقی مانده سؤال‌ها جمع می‌شود، شماره سؤالات کامل شده کسر می‌گردد؛ این رقم در ۱۰۰ ضرب می‌شود و بر ۶ برابر رقم پرسش‌های پاسخ داده شده تقسیم می‌شود. دامنه رقم به دست آمده، بین ۰ تا ۱۰۰ است. نمرات بالاتر آن، نشانه وسعت یا شدت مشکلات است.^{۶۴}

ب) اعتبار

شاخص رضایت زناشویی که توسط هودسن^{۶۵} (۱۹۹۲) تهیه شده است، یک ابزار ۲۵ سؤالی است که میزان، شدت یا دامنه مشکلات زن یا شوهر درباره زناشویی را ارزیابی می‌کند. این شاخص، ویژگی رابطه را یک کل واحد تلقی نمی‌کند، بلکه دامنه مشکلات رابطه را از نظر زن یا مرد اندازه‌گیری می‌کند. شاخص رضایت زناشویی، میزان سازگاری زناشویی را نمی‌سنجد؛ زیرا ممکن است یک زن و مرد به رغم اختلاف یا نارضایتی شدید، سازگاری خوبی داشته باشند. این شاخص، دو نمره برش دارد؛ یکی نمره 30 ± 5 ، که نمرات کمتر از ۳۰ تقریباً

نشانهٔ عدم مشکلات مهم بالینی رابطه است و نمرات بیش از ۳۰، بر وجود مشکلات بالینی قابل ملاحظه دلالت دارد. نمرات بالاتر از ۷۰، تقریباً همیشه نشانهٔ آن است که مراجع دچار استرس شدید است و احتمال تصور یا استفاده از نوعی خشونت برای حل مشکلات را می‌توان صریحاً ملحوظ داشت.^{۶۶} میانگین آلفای شاخص رضایت زناشویی ۰/۹۶ است که نشان‌دهندهٔ همسانی درونی عالی است. شاخص رضایت زناشویی با ضریب همبستگی ۰/۹۶ در بازآزمایی دوساعته از یک اعتبار کوتاه‌مدت عالی برخوردار است. پاسخ‌دهندگان شاخص رضایت زناشویی که برای ساختن این ابزار مورد استفاده قرار گرفته‌اند، عبارتند از: افراد مجرد و متأهل، مراجعان مراکز مشاوره و روان‌درمانی و مانند آنها، محصلان دبیرستانی و دانشگاهی و اقشار غیرمحصل. پاسخ‌دهندگان، بیشتر نژاد قفقازی بودند؛ اما در بین آنها ژاپنی، آمریکایی‌های چینی‌تبار، و تعداد معدودی از سایر گروه‌های نژادی وجود داشت.^{۶۷}

ج) روایی^{۶۸}

شاخص رضایت زناشویی از، یک روایی همزمان خوبی برخوردار است و با آزمون سازگاری زناشویی لاک - والاس^{۶۹} همبستگی معناداری نشان می‌دهد. همچنین، این شاخص از روایی بسیار خوب و بامعنایی برای متمایز کردن زوج‌های مشکل‌دار و زوج‌های ظاهراً بدون مشکل برخوردار است. روایی این آزمون، از طریق روش دونیمه کردن ۰/۹۸ است. افزون بر این، شاخص رضایت زناشویی دارای روایی سازه‌ای خوبی است و با مقیاس‌هایی که نباید همبستگی داشته باشد، همبستگی ضعیفی دارد. همچنین با چندین مقیاس که باید همبستگی خوبی داشته باشد، مانند مقیاس رضایت جنسی و مشکلات زناشویی همبستگی معناداری نشان می‌دهد.^{۷۰}

شیوه اجرا

در این پژوهش، پس از توضیحات لازم به دانش پژوهان درباره اهداف پرسش‌نامه‌ها و توصیه به عدم دقت بیش از حد نسبت به پرسش‌ها و ثبت اولین جوابی که به ذهن می‌رسد، پرسش‌نامه‌ها پخش شد. گرچه مشکلاتی چون عدم گرایش و میل به پاسخ‌گویی دانش پژوهان به دلیل حجم کارهای شخصی و وجود پرسش‌نامه‌های موازی، کار با مشکل روبه‌رو شد و محقق در بعضی موارد به دلیل عدم ارسال پرسش‌نامه توسط داوطلب، مجبور به تکثیر و پخش دوباره پرسش‌نامه شد. با وجود، این پرسش‌نامه‌ها جمع‌آوری شد و در مرحله بعد وارد برنامه SPSS_14 گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. توصیف داده‌ها شامل جدول‌های توزیع فراوانی، رسم نمودار، محاسبه شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و هیستوگرام بود و در بخش استنباطی، برای آزمون فرضیه‌ها از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس ضریب توکی و رگرسیون استفاده شد.

یافته‌ها

به منظور آزمون این فرضیه که عبارت است از «هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن پیش‌بینی‌کننده مناسب‌تری نسبت به سایر متغیرهای جمعیت‌شناختی هستند»، همچنین به منظور پیش‌بینی سهم متغیرهای پژوهشی و جمعیت‌شناختی در نمرات شاخص رضایت زناشویی، از روش تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد. در این تحلیل، اولین متغیر مستقلی که دارای بیشترین رابطه با نمره شاخص رضایت زناشویی داشت، وارد معادله شد. پس از آن، متغیرهای مستقل بعدی به ترتیب بر اساس بیشترین ارتباط، به صورت تک تک وارد معادله شدند. در این محاسبات، اگر میزان معناداری یکی از متغیرهای وارد شده بیشتر از

۰/۰۱ باشد، این متغیر از معادله خارج می‌شود (ملاک ورود متغیرها، میزان معناداری مساوی یا کمتر از ۰/۰۵ و ملاک خروج، میزان معناداری مساوی یا بیشتر از ۰/۰۱ است).

جدول شماره (۱): نتیجه رگرسیون گام‌به‌گام همراه با تعیین عوامل پیش‌بینی‌کننده

الگو	همبستگی	مجذور رگرسیون	مجذور رگرسیون اصلاح‌شده	خطای استاندارد از برآورد
نمره هوش هیجانی (۱)	۰/۸۳ (a)	۰/۷۱	۰/۷۱	۸/۳۷
نمره هوش هیجانی مهارت اجتماعی (۲)	۰/۸۵ (b)	۰/۷۳	۰/۷۳	۸/۱۶

a نمره هوش هیجانی (مقدار ثابت): پیش‌بینی‌کننده‌ها

b نمره هوش هیجانی و مهارت اجتماعی (مقدار ثابت): پیش‌بینی‌کننده‌ها.

جدول شماره (۲): تحلیل واریانس و شاخص‌های رگرسیون رضایت زناشویی برای تعیین متغیرهای پیش‌بین

الگو	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F نسبت	معناداری
۱	رگرسیون	۱	۴۶۱/۴۶۰۵۳	۴۲۳۶/۶۵	۰/۰۰۰۱ (a)
	باقی‌مانده	۲۵۸	۷۰/۱۵۸		۰/۰۰۰۱
	کل	۲۵۸	۷۰/۱۵۸		
۲	رگرسیون	۲	۴۷۰۲۱/۰۶	۳۵۲/۶۶۰	۰/۰۰۰۱ (b)
	باقی‌مانده	۲۵۷	۱۷۱۳۳/۲۲۳		
	کل	۲۵۹	۶۴۱۵۴/۲۸۳		

a. نمره، هوش هیجانی (مقدار ثابت): پیش‌بینی‌کننده‌ها

b نمره، هوش هیجانی (مقدار ثابت): پیش‌بینی‌کننده‌ها

جدول (۳): جدول ضرایب تأثیر β و t رگرسیون گام به گام متغیرهای پیش بین رضایت زناشویی

معنا داری	t	ضرایب استاندارد β	ضرایب غیر استاندارد		الگو
			خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۰۱	۳۱/۳		۴/۰۵۱	۸۳/۱۲۶	مقدار ثابت
۰/۰۰۰۱	-۲۵/۶۲	-۰/۸۴	۰/۰۳۵	-۰/۸۸	نمره هوش هیجانی
۰/۰۰۰۱	۲۷/۸۶		۴/۳۱	۱۲۰/۲۱	مقدار ثابت
۰/۰۰۰۱	-۶۶/۹	-۰/۶۳۱	۰/۰۶۸	-۰/۶۶	هوش هیجانی
۰/۰۰۰۱	-۸۱/۳	-۰/۲۴۹	۰/۲۸	-۱/۰۹	مهارت اجتماعی

متغیر وابسته: نمره شاخص رضایت زناشویی

بر اساس جدول‌های ۱، ۲ و ۳ که نتیجه رگرسیون گام به گام و مقدار مجذور R نشان می‌دهد، می‌توان معنادار بودن دو مدل را تأیید کرد. در مرحله اول، نمره هوش هیجانی با همبستگی ۰/۸۴ با نمرات شاخص رضایت زناشویی و احتمال خطای $p < ۰/۰۱$ وارد معادله شده است. مجذور رگرسیون یا توان ۲ آن برابر با ۰/۷۱ می‌باشد؛ به عبارتی دیگر، حدود ۷۱ درصد واریانس نمره شاخص رضایت زناشویی، ناشی از نمره هوش هیجانی است $p < ۰/۰۱$. در مرحله دوم، در کنار نمره هوش هیجانی، متغیر مهارت اجتماعی وارد معادله شد که مجذور رگرسیون آن با نمره هوش هیجانی برابر با ۰/۷۳ است. به عبارت دیگر، ۰/۷۳ واریانس نمرات شاخص رضایت زناشویی، ناشی از دو عامل نمره هوش هیجانی و مهارت اجتماعی است. بنابراین، درصد باقیمانده، مربوط به سایر عوامل خواهد بود. مؤلفه مهارت اجتماعی، تنها ۰/۰۲ از واریانس مربوط به نمرات رضایت‌مندی زناشویی را پیش‌بینی می‌کند و با تعاملی که با هوش هیجانی دارد، در الگوی دوم

آمده است. بنابراین، می‌توان گفت در بین متغیرهای پژوهشی و جمعیت‌شناختی، متغیر هوش هیجانی و مهارت اجتماعی توان پیش‌بینی متغیر ملاک را دارند؛ اما سایر متغیرها به دلیل اینکه توان پیش‌بینی کافی را نداشتند، از معادله رگرسیون خارج شدند. براساس نتایج به دست آمده از جدول‌های مزبور و میزان f مشاهده شده، معنا دار بودن پیش‌بینی متغیر هوش هیجانی در سطح $p < 0/001$ تأیید می‌شود. همچنین در الگوی دوم که دو متغیر هوش هیجانی و مهارت اجتماعی به منزله متغیر پیش‌بین مطرح شده است، با توجه به میزان f مشاهده شده، توانایی پیش‌بینی این دو متغیر در سطح $p < 0/001$ معنا دار بود.

جدول ۴: متغیرهای خارج شده از معادله رگرسیون

معناداری	t	β	الگو
0/254	-1/14	-0/089(a)	خودآگاهی
0/004	2/92	0/017(a)	خودکنترل
0/289	1/063	0/03(a)	خودانگیزی
0/764	0/3	0/022(a)	هوشیاری اجتماعی
0/001	-3/81	-0/249(a)	مهارت اجتماعی
0/933	-0/084	-0/003(a)	مدت ازدواج
0/017	2/39	0/08(a)	سن ازدواج
0/058	-1/9	-0/147(b)	خودآگاهی
0/136	1/49	0/099(b)	خودکنترلی
0/641	0/46	0/016(b)	خودانگیزی
0/0958	-0/02	-0/001(b)	هوشیاری اجتماعی
0/78	0/27	-0/009(b)	سنوات تأهل
0/065	1/85	0/061(b)	سن ازدواج

a نمره هوش هیجانی (ثابت): پیش‌بین‌کننده.

b مهارت اجتماعی هوش هیجانی (ثابت): پیش‌بین‌کننده.

جدول ۴ نشان می‌دهد که پس از دو مرحله ورود متغیرهای مختلف به معادله رگرسیون، متغیرهای خودآگاهی، خودکنترلی، خودانگیزی، هوشیاری اجتماعی، مهارت اجتماعی، سن خام، سنوات تأهل، سن ازدواج همبستگی جزئی با نمرات شاخص رضایت زناشویی دارند که پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای رضایت زناشویی نخواهند بود. با توجه به نتایج رگرسیون گام‌به‌گام و ضرایب β و t و متغیرهای خروجی، به این نتیجه می‌رسیم که فرضیه سوم مبنی بر قدرت پیش‌بینی هوش هیجانی و ریز مقیاس‌های آن در رضایت زناشویی به طور کلی تأیید شد؛ اما در بین مؤلفه‌های هوش هیجانی، تنها مؤلفه مهارت اجتماعی به صورت ترکیبی و تعاملی با نمره هوش هیجانی کل در پیش‌بینی رضایت زناشویی سهم عمده‌ای را به خود اختصاص داده است، ولی سایر متغیرها (جمعیت‌شناختی و پژوهشی) پیش‌بینی‌کننده مناسب برای نمرات شاخص رضایت زناشویی نبودند ($p < 0/001$).

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج رگرسیون گام‌به‌گام برای تعیین متغیرهای پیش‌بین، به این نتیجه رسیدیم که هوش هیجانی کلی $0/71$ و ترکیب هوش هیجانی کلی و ریز مقیاس مهارت اجتماعی $0/73$ تعیین‌کننده مناسب‌تری نسبت به سایر متغیرها در رضایت زناشویی است ($p < 0/01$). به عبارت دیگر، $0/73$ از واریانس نمرات، نمره رضایت زناشویی مربوط به متغیر هوش هیجانی و مهارت اجتماعی است. گفتنی است که مهارت اجتماعی تنها $0/2$ از واریانس نمره رضایت‌مندی زناشویی را پیش‌بینی می‌کند. به همین دلیل، جز و متغیرهای خروجی نیز آمده است. این پژوهش با تحقیق خامنه و همکاران (۱۳۸۵) از این نظر که متغیر مهارت اجتماعی را به عنوان تعیین‌کننده معرفی کرده است، همخوانی دارد. اما با توجه به نتایج رگرسیون و تحلیل واریانس، در تحقیق حاضر نمره کلی هوش هیجانی

به منزله متغیر پیش‌بین تأیید شد که در تحقیق خامنه و همکاران (۱۳۸۵) هوش کلی به عنوان تعیین‌کننده مطرح نشد. همچنین در پژوهش جعفر یزدی (۱۳۸۴) هوش کلی یکی از متغیرهای پیش‌بین بوده است که با این پژوهش همخوانی دارد. در تحقیق خامنه با توجه به اینکه هوش هیجانی کلی نسبت به زیر مقیاس‌ها بیشترین میزان همبستگی را به خود اختصاص داده است، اما قدرت پیش‌بینی کمی برای رضایت زناشویی دارد که از معادله خارج شده است، نیاز به تبیین خاص خود دارد. اما همان‌طور که در میزان همبستگی در مؤلفه‌ها مطرح شد، هماهنگی بین میزان همبستگی و قدرت پیش‌بینی در تحقیق جعفر یزدی (۱۳۸۴) و پژوهش حاضر مشاهده شد. در پژوهش جعفر یزدی (۱۳۸۴)، هوش هیجان کلی و هوش هیجانی بین‌فردی به منزله متغیر پیش‌بین بودند که در پژوهش حاضر نیز هوش هیجانی کلی و مهارت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای رضایت‌مندی زناشویی بود که این هماهنگی می‌تواند دلیلی بر منطقی بودن توانایی پیش‌بینی این دو متغیر باشد.

پی‌نوشت‌ها

۱. ارتباط انسان با خدا، خود، دیگران و طبیعت.
2. J.P.Gilford.
3. Gardner.
4. Thorndike.
۵. حسین کاظمی، «نقش هوش هیجانی در موفقیت‌های زندگی»، *نشریه پیوند*، ش ۳۱۸، ص ۱.
۶. نسرين پارسا، به نقل از دانیل گلمن، *هوش هیجانی توانایی محبت کردن و محبت دیدن*، ص ۷۲.
7. Wechsler.
۸. ابوالفضل کرمی، *آشنایی با آزمون‌سازی و آزمون‌های روانی*، ص ۸.
۹. احمد جلالی، «هوش هیجانی»، فصلنامه‌ی تعلیم و تربیت، ویژه‌نامه‌ی ارزش‌یابی تحصیلی، ش ۶۹ و ۷۰، ص ۹۵.
10. Reuven Bar-on.
۱۱. نسرين اکبرزاده، *هوش هیجانی در دیدگاه سالوی و دیگران*، ص ۶.
۱۲. احمد جلالی، «هوش هیجانی»، فصل‌نامه‌ی *تعلیم و تربیت*، ویژه‌نامه‌ی *ارزش‌یابی تحصیلی*، ش ۶۹ و ۷۰، ص ۱.
۱۳. خامنه‌ی مہیان، مہری و همکاران، «بررسی رابطه‌ی هوش هیجانی و رضایت زناشویی»، فصل‌نامه‌ی *روان‌شناسی*، سال دهم، ش ۳، ص ۳۱۰.
14. Peter Salovy.
15. Mayer John.
۱۶. نسرين اکبرزاده، *هوش هیجانی در دیدگاه سالوی و دیگران*، ص ۶.
17. emotional litresy.
۱۸. احمد جلالی، «هوش هیجانی»، فصل‌نامه‌ی *تعلیم و تربیت*، ویژه‌نامه‌ی ارزش‌یابی تحصیلی، ش ۶۹ و ۷۰، ص ۵.
19. Andrew M. Colman, *dictionary of psychology*, p. 241.
۲۰. صغری دژگاهی، «مصاحبه با دانیل گلمن درباره‌ی هوش هیجانی»، *نشریه رشد تکنولوژی آموزشی*، شماره ۷، سال ۱۴، ص ۱.
۲۱. بهزاد منصوری، به نقل از مایر و سالوی، ترجمه و هنجاریابی تست سبیریا شرینگ در دانشجویان دانشگاه‌های دولتی، ص ۲۹.
۲۲. دانیل گلمن، *هوش هیجانی*، توانایی‌های محبت کردن و محبت دیدن، ترجمه‌ی نسرين پشا، ص ۲۲۶.
23. Mayer.j, Carus.D, D, sallovey.P, *Selecting a Mesure of Emotional Intelligence*, P 252
۲۴. نسرين اکبر زاده، *هوش هیجانی در دیدگاه سالوی و دیگران*، ص ۲۳.
۲۵. مایر و کوب، به نقل از قمرانی و همکار، ص ۲۶۶.
۲۶. فلسفی، *اخلاق از نظر همزیستی و ارزش‌های انسانی*، ص ۱۰۳.
۲۷. مرتضی مطهری، *انسان کامل*، ص ۱۶۱.
۲۸. همان، ص ۱۶۲.

۲۹. برای اطلاع بیشتر ر.ک: اصول کافی، ج ۲، ص ۱۵۰، حدیث ۴ و مستدرک الوسائل، ج ۷، ص ۱۸۱، باب ۱۱.

۳۰. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۲، ص ۳۲.

۳۱. محمدتقی مصباح یزدی، خودشناسی برای خودسازی، ص ۱۰.

۳۲. فرشته فرخ دوست و همکاران، «بررسی روابط درون خانواده با تکیه به موقعیت‌های اجتماعی و فرهنگی در انسجام خانواده‌های تهران در سال ۸۴»، مجموعه مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن، ص ۲۹۶.

۳۳. همان، ص ۲۹۶.

34. marital compatibility.

۳۵. مجتبی حیدری، دین‌داری و رضایتمندی خانوادگی، ص ۱۹۳.

۳۶. جواد صالحی فردی، «رضایت‌مندی زناشویی»، فصل‌نامه تازه‌های روان‌درمانی، ش ۱۳ و ۱۴، ص ۸۴.

۳۷. علیرضا میراحمدی‌زاده، و همکاران، «رضایت‌مندی زناشویی و تعیین عوامل تأثیرگذار بر آن در شیراز»، مجله اندیشه و رفتار، ش ۴، ص ۵۸.

۳۸. همان، ص ۵۸.

۳۹. جواد صالحی فردی، «رضایت‌مندی زناشویی»، فصل‌نامه تازه‌های روان‌درمانی، ش ۱۳ و ۱۴، ص ۱۰۸.

۴۰. محمدرضا سالاری‌فر، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، ص ۵۲.

۴۱. همان، ص ۵۲.

۴۲. احمدی و همکاران، بررسی اثر بخش شده زوج درمانی ارتباط شئی کوتاه مدت بر الگوهای ارتباطی زوجین، ص ۲۷۰.

۴۳. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۹، ص ۲۵۴.

۴۴. محمدرضا سالاری‌فر، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، ص ۵۲.

۴۵. همان، ص ۵۲.

۴۶. وسائل، ابواب مقدمات النکاح، ج ۹۴، خ ۷.

۴۷. علی مشکینی اردبیلی، ازدواج در اسلام، ترجمه احمد جنتی، ص ۲۰۵.

۴۸. همان، ص ۱۸۹.

۴۹. ر.ک: حسین انصاریان، نظام خانواده در اسلام، ص ۲۲۴.

۵۰. علی قائمی، تشکیل خانواده در اسلام، ص ۱۷۴.

۵۱. ر.ک: مصطفی کاشفی، ازدواج در اسلام، ص ۱۳.

۵۲. ر.ک: حیدرعلی هومن، آمار توصیفی در علوم رفتاری، ص ۲۲۸-۲۲۹.

53. Shrink Emotional Intelligence Inventory.

۵۴. بهزاد منصوری، ترجمه و هنجاریابی تست سبیریا شرینگ در دانشجویان دانشگاه‌های دولتی، ص ۴۲.

55. validity.

۵۶ ر.ک: مهانیان خامنه و همکاران، «بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی»، فصل‌نامه روانشناسی، سال دهم، ش ۳، ص ۳۱۰.

۵۷. همان.

۵۸. همان، ص ۴۳.

⁵⁹ Reliability

60. Coopersmith self- steam.

۶۱. همان، ص ۴۴.

62. Index of Marital Satisfaction(IMS).

63. Index of Marital Satisfaction(IMS).

64. validity.

65. Walter W. Hudson.

۶۶. باقر ثنایی، مقیاس سنجش خانواده و ازدواج، ص ۴۵.

۶۷. همان، ص ۴۶.

68. reliability.

69. Lock-Wallace Marital Adjustment Test.

۷۰. باقر ثنایی، مقیاس سنجش خانواده و ازدواج، ص ۴۶.

منابع

- قرآن کریم، ترجمه مهدی الهی‌قمشه‌ای، تهران، انتشارات مؤسسه کیهان، ۱۳۷۶.
- احمدی، خدابخش و همکاران، «بررسی تقیدات مذهبی و سازگاری زناشویی»، *مجموعه مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن*، ج ۱، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۶.
- احمدی، زهرا و همکاران، «بررسی اثربخشی شیوه زوج‌درمانی ارتباط‌شئ کوتاه‌مدت بر الگوهای ارتباطی زوجین»، *فصل‌نامه خانواده‌پژوهی* ش ۶، دور دوم، ۱۳۸۵.
- اکبر زاده، نسرین، *هوش هیجانی در دیدگاه سالوی و دیگران*، تهران، فارابی، ۱۳۸۳.
- انصاریان، حسین، *نظام خانواده در اسلام*، تهران، ام ایبها، ۱۳۸۰.
- ثنائی، باقر، *مقیاس سنجش خانواده و ازدواج*، تهران، بعثت، ۱۳۷۹.
- یزدی جعفر، حمیده و محمود گلزاری هرسینی، «هوش هیجانی و سازگاری زناشویی در زنان متأهل شاغل آموزش و پرورش»، *فصل‌نامه خانواده‌پژوهی*، ش ۴، دوره اول، زمستان ۱۳۸۴.
- جلالی، احمد، «هوش هیجانی»، *فصل‌نامه تعلیم و تربیت*، ویژه‌نامه ارزش‌یابی تحصیلی ش ۶۹ و ۷۰، ۱۳۸۵.
- حیدری، مجتبی، *دینداری و رضامندی خانوادگی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۵.
- دژگاهی، صغری، «مصاحبه با دانیل گلمن درباره هوش هیجانی»، *نشریه رشد تکنولوژی آموزشی*، ش ۷، سال ۱۴، فروردین ۱۳۷۹-۱۳۷۸.
- سالاری فر، محمدرضا، *خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی*، تهران، سمت، ۱۳۸۵.
- سالاری فر، محمدرضا، *درآمدی بر نظام خانواده در اسلام*، قم، هاجر، ۱۳۸۵.
- صالحی فدری، جواد، «رضایت‌مندی زناشویی»، *فصل‌نامه تازه‌های روان‌درمانی*، سال ۴، شماره ۱۳ و ۱۴، ۱۳۷۸.
- فرح‌دوست، فرشته و همکار، «بررسی روابط درون خانواده با تکیه بر موقعیت اجتماعی و فرهنگی در انسجام خانواده‌های شهر تهران در سال ۱۳۸۴»، *مجموعه مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن*، ج ۱، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۶.
- فلسفی، محمدتقی، *اخلاق از نظر همزیستی و ارزش‌های انسانی*، تهران، هیئت نشر معارف اسلامی، ۱۳۵۹.
- قائمی، علی، *تشکیل خانواده در اسلام*، تهران، امیری، ۱۳۷۲.
- قمرانی، امیر و همکاران، «درآمدی بر هوش هیجانی و ناینایی»، *نشریه تعلیم و تربیت استثنایی*، ش ۳۱، تیرماه ۱۳۸۳.

- قنبری، نیکزاد و همکاران، «رابطه هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی با احساس غربت»، *تازه‌های علوم شناختی*، سال ۸، شماره ۱، ۱۳۸۵.
- کاشفی، مصطفی، *ازدواج در اسلام*، تهران، کتابخانه طهوری، ۱۳۸۰.
- کاظمی، حسین، «نقش هوش هیجانی در موفقیت‌های زندگی»، *نشریه پیوند*، ش ۳۱۸، ۱۳۸۵.
- کرمی، ابوالفضل، *آشنایی با آزمون‌سازی و آزمون‌های روانی*، تهران، روان‌سنجی، ۱۳۸۲.
- گلמן، دانیل، *هوش هیجانی، توانایی‌های محبت کردن و محبت دیدن*، ترجمه نسرين پارسا، تهران، رشد، ۱۳۸۲.
- مشکینی اردبیلی، علی، *ازدواج در اسلام*، ترجمه احمد جنتی، قم، چاپخانه مهر استوار، ۱۳۵۲.
- مصباح یزدی، محمدتقی، *خودشناسی برای خودسازی*، قم، مؤسسه در راه حق، ۱۳۷۰.
- مطهری، مرتضی، *انسان کامل*، قم، صدرا، ۱۳۷۰.
- منصوری، بهزاد، *ترجمه و هنجاریابی تست سیبریا شرینگ در دانشجویان دانشگاه‌ها دولتی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی تهران، ۱۳۸۰.
- مهرانیان خامنه، مهری و همکاران، «بررسی رابطه هوش هیجانی و رضایت زناشویی»، *فصل‌نامه روان‌شناسی*، سال دهم، ش ۳، پاییز، ۱۳۸۵.
- میراحمدی‌زاده، علیرضا و همکاران، «رضایت‌مندی زناشویی و تعیین عوامل تأثیرگذار بر آن در شیراز»، *مجله اندیشه و رفتار*، سال هشتم، ش ۴، ۱۳۸۲.
- هومن، حیدرعلی، *آمار توصیفی در علوم رفتاری*، تهران، پارسا، ۱۳۷۵.
- هومن، حیدرعلی، *شناخت روش علمی در علوم رفتاری*، تهران، پارسا، ۱۳۸۲.
- یارمحمدیان، احمد، «رابطه هوش هیجانی و رضایت‌مندی زناشویی»، *مجموعه مقالات همایش تقویت نظام خانواده و آسیب‌شناسی آن*، ج ۱، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۶.
- Colman, Anderw.M, *Dictionary of Psychology*, Oxford University press, 2003.
- Goleman, Daniel, *Emotional Intelligence, why it than EQ?* London, Bloomsbury publishing 1996.
- www.parsei.com.
- Lewis, Michael, Jeanet, M, Haviland, Jones, *Handbook of Emotion*, London, Gilford Preesnewyork, 2000.
- Mayer.j, carus.D, D, sallovey.P, *Selecting a Mesure of Emotional Intelligence*, Hand book of emotionalintelligence, Newyork, Jossey- Bass, 2004.
- Schute, N, & Malouff, j, "Emotional intelligence, and interpersonal relation", *The Journal of Social Sychology*. N20, P. 443, 2001.