

The Relationship between Personality Characteristics and Life Satisfaction with the Mediating Role of Emotional Intelligence

Article Info

Authors:

Mohammad Reza Mazloomzadeh¹,
Bahram Ali Ghanbari Hashemabadi ^{2*},
Atefeh Jahangiri³

Keywords:

Life Satisfaction, Personality
Characteristics, Emotional
Intelligence

Article History:

Received: 2021-09-18
Accepted: 2022-02-19
Published: 2022-03-02

Correspondence:

Email: ghanbarih@um.ac.ir

Abstract

Purpose: The aim of the current study was to investigate the relationship between personality characteristics and life satisfaction regarding the mediating role of emotional intelligence.

Methodology: The method of this study was descriptive-correlational. The statistical population of this study Included Iranian adults living in Mashhad in 2021 with an age range of 18 to 60, from which 407 people were selected by available sampling method. Data were collected using short form of NEO Personality Questionnaire (Costa & McCrae, 1992), Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (Petrides & Furnham, 2006) and Satisfaction with Life Scale (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985). Data were analyzed by Pearson correlation method and path analysis using SPSS version 26 and AMOS version 24 software.

Findings: The path analysis results showed that the research model had a good fit. Neuroticism, extraversion, openness to experience and conscientiousness had a significant direct effect on life satisfaction and emotional intelligence. Components of emotional intelligence including perception and understanding self and others' emotions, optimism, self-awareness and social skills had a significant direct effect on life satisfaction. In addition, the mediating role of optimism in the relationship between neuroticism, extraversion and conscientiousness and life satisfaction ($p < 0.05$), the mediating role of self-awareness and perception and understanding self and others' emotions in the relationship between neuroticism, extraversion, openness to experience and conscientiousness and life satisfaction ($p < 0.001$) and the mediating role of social skills in the relationship between neuroticism, extraversion and conscientiousness and life satisfaction ($p < 0.001$) was confirmed.

Conclusion: Based on the results of the current study, it can be concluded that personality characteristics affect life satisfaction through the mediating role of emotional intelligence; therefore, increasing people's emotional intelligence according to their personality characteristics is one of the ways to enhance life satisfaction.

-
1. M.A Student, Department of Clinical Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
 2. Professor, Department of Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran (Corresponding Author).
 3. B.A Student, Department of Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
-

رابطه صفات شخصیتی و رضایت از زندگی با نقش میانجی هوش هیجانی

محمد رضا مظلوم زاده^۱، بهرام علی قنبری هاشم آبادی^{۲*}، عاطفه جهانگیری^۳

چکیده

هدف: هدف مطالعه حاضر بررسی رابطه بین صفات شخصیتی و رضایت از زندگی با نقش میانجی‌گری هوش هیجانی بود. روش: طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش، شامل بزرگسالان ایرانی ساکن شهر مشهد در سال ۲۰۲۱ در دامنه سنی ۱۸ تا ۶۰ سال بودند که از این میان ۴۰۷ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از فرم کوتاه پرسشنامه شخصیت نئو (Costa & McCrae, 1992)، پرسشنامه رگه هوش هیجانی - فرم کوتاه (Petrides & Furnham, 2006) و پرسشنامه رضایت از زندگی (Diener et al., 1985) جمع‌آوری شدند. داده‌ها با استفاده از روش‌های همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر از طریق نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل مسیر نشان داد که مدل پژوهش از برازش خوبی برخوردار بود. روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی بر رضایت از زندگی و هوش هیجانی اثر مستقیم معنادار داشتند. همچنین، مولفه‌های هوش هیجانی شامل درک و ارزیابی عواطف خود و دیگران، خوش‌بینی، خودآگاهی و مهارت‌های اجتماعی بر رضایت از زندگی اثر مستقیم معنادار داشتند. علاوه بر این، نقش میانجی خوش‌بینی در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی ($p < 0.05$)، نقش میانجی خودآگاهی، درک و ارزیابی عواطف خود و دیگران در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی ($p < 0.001$) و نقش میانجی مهارت‌های اجتماعی در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی ($p < 0.001$) تایید شدند.

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت که صفات شخصیتی از طریق هوش هیجانی بر رضایت از زندگی اثر می‌گذارد؛ در نتیجه یکی از راه‌های افزایش رضایت از زندگی بالا بردن هوش هیجانی افراد با توجه به صفات شخصیتی آن‌هاست.

کلید واژه‌ها: رضایت از زندگی، صفات شخصیتی، هوش هیجانی.

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

^۲ استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران (نویسنده مسئول).

^۳ دانشجوی کارشناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

مقدمه

رضایت از زندگی^۱ یک ساختار شناختی برای قضاوت‌های مختلف درباره‌ی کل زندگی هر فرد است (Amati, Meggiolaro, Rivellini, & Zaccarin, 2018). هرچه شرایط زندگی با تمایلات و خواسته‌های انسان منطبق‌تر باشد، رضایت بیشتری از زندگی خود خواهد داشت. عوامل متعددی همچون شغل مناسب، ارتباطات سالم، سلامت جسمانی و روانی، درآمد بالا و ... می‌توانند بر رضایت از زندگی تاثیر بگذارند (Raza, Qazi, Umer, & Khan, 2020)، اما در نهایت هر فرد بر اساس مجموعه‌ای از ملاک‌های شخصی زندگی‌اش را ارزیابی می‌کند. رضایت از زندگی یکی از مولفه‌های سلامت روان‌شناختی^۲ است اما لزوماً با آسیب‌شناسی روانی^۳ رابطه معکوس ندارد. برخی از افراد با نشانه‌های زیاد آسیب‌شناسی روانی، رضایت از زندگی بالایی دارند و برخی بدون اینکه سمپتوم‌های آسیب‌شناسی روانی داشته باشند بسیار از زندگی خود ناراضی هستند (Proctor, Linley, & Maltby, 2017). همچنین رضایت از زندگی می‌تواند در بلندمدت تاثیر زیادی بر سلامتی انسان داشته باشد (Garrido, Méndez, & Abellán, 2013). رضایت از زندگی می‌تواند رفتارهای مرتبط با سلامتی از جمله اعتیاد به اینترنت (Bozoglan, Demirer, & Sahin, 2013) را پیش‌بینی کند، بر عملکرد تحصیلی تاثیر بگذارد (Antaramian, 2017) و حتی منجر به درآمد بیشتر در آینده باشد (De Neve & Oswald, 2012). این مولفه در مشکلات روانی مختلف از جمله افسردگی، اضطراب، مصرف مواد و افکار خودکشی نیز نقش زیادی دارد (Fergusson et al., 2015). بنابراین با توجه به تاثیر گسترده و همه‌جانبه‌ای که رضایت از زندگی بر ابعاد مختلف دارد، توجه و رسیدگی به آن برای افراد و جوامع مهم و حیاتی تلقی می‌شود.

صفات شخصیتی^۴ الگوهای نسبتاً ثابت رفتاری و هیجانی هر فرد هستند که نحوه‌ی برخورد با وقایع و افراد مختلف را پیش‌بینی می‌کنند (Anglim, Horwood, Smillie, Marrero, & Wood, 2020). این صفات از جمله عواملی هستند که بر رضایت از زندگی تاثیر می‌گذارند (Anglim, Horwood, et al., 2020). بر اساس نظریه پنج عاملی نئو^۵ صفات شخصیتی افراد را می‌توان در پنج بعد ارزیابی کرد:

۱- روان‌رنجوری^۶: بیانگر گرایش به تجربه‌ی هیجان‌های منفی مثل غم، اضطراب و خصومت است (McCrae & Costa Jr., 2013). در پژوهش‌های اخیر صفت شخصیتی روان‌رنجوری با رضایت از زندگی رابطه داشته است (Anglim, Horwood, et al., 2020; Bond, Lu, Lun, & Smith, 2020; Köse et al., 2021).

۲- برون‌گرایی^۷: بیانگر اجتماعی، صمیمی و فعال بودن، هیجان‌خواهی و جراتمندی است (Watson, Stasik, Ellickson, Larew, & Stanton, 2015). در پژوهش‌های اخیر برون‌گرایی با رضایت از زندگی رابطه داشته است (Anglim, Horwood, et al., 2020; Chatterjee & Fan, 2021).

۳- گشودگی به تجربه^۸: این بعد خلاقیت، زیبایی‌شناسی و پذیرش احساسات، ارزش‌ها و عقاید مختلف را می‌سنجد (Kaufman et al., 2016). در تعدادی از پژوهش‌های اخیر گشودگی به تجربه با رضایت از زندگی رابطه مثبت داشته است (Figueiredo, Daniel, Almeida, & Soares, 2019; Köse et al., 2021). با این حال در برخی پژوهش‌ها رابطه معناداری بین گشودگی به تجربه و رضایت از زندگی گزارش نشده است (Latt, Tun, & Oo, 2019; Szcześniak, Sopińska, & Kroplewski, 2019).

۴- توافق‌پذیری^۹: این بعد بیانگر نوع‌دوستی، اعتماد، همدردی و تواضع است. افراد توافق‌پذیر دغدغه‌ی رفاه دیگران را دارند و بخشنده‌اند (Fong, Zhao, & Smillie, 2021). طبق نتایج تعدادی از پژوهش‌ها توافق‌پذیری با رضایت از زندگی رابطه مثبت داشته است (Bond et al., 2020; Latt et al., 2019).

1. Life satisfaction
2. Subjective well-being
3. Psychopathology
۱۲. Personality traits
5. NEO
6. Neurotism
7. Extraversion
8. Openness to experience
9. Agreeableness

۵ - وجدان‌گرایی یا وظیفه‌شناسی^۱: خودکنترلی، نظم، مسئولیت‌پذیری و محافظه‌کاری از مولفه‌های سازنده این بعد هستند (Hassan, Akhtar, & Yilmaz, 2016). وجدان‌گرایی نیز طبق پژوهش‌های اخیر با رضایت از زندگی رابطه مثبت داشته است (Bond et al., 2020; Chatterjee & Fan, 2021; Köse et al., 2021).

عامل دیگری که می‌تواند در رضایت از زندگی موثر باشد هوش هیجانی است (Delhom, Satorres, & Meléndez, 2020)، که در پژوهش حاضر نقش میانجی آن در رابطه بین صفات شخصیتی با رضایت از زندگی مورد بررسی قرار گرفت. هوش هیجانی مجموعه‌ای از توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و مهارت‌ها برای تشخیص، ارزیابی و مدیریت هیجانات خود و دیگران است (Serrat, 2017). افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند مهربان و انعطاف‌پذیرند، خود و احساسات‌شان را به خوبی می‌شناسند و عواطف دیگران را نیز به خوبی درک می‌کنند. هوش هیجانی به افراد کمک می‌کند در کار و روابط خود موفق‌تر عمل کنند، استرس‌های خود را بهتر مدیریت کنند و تعارضات را حل کنند (Serrat, 2017). نظریه‌پردازان مختلف تعاریف متعددی برای هوش هیجانی ارائه داده‌اند، با این حال اغلب این تعاریف مفاهیم اساسی مشترکی دارند؛ از جمله درک صحیح هیجانات و معنای آن‌ها، استفاده‌ی درست از هیجانات برای هدایت فکر و عمل و همچنین تنظیم هیجانات خود و دیگران (Mayer, Caruso, & Salovey, 2016).

محققان در پژوهشی با اجرای مداخلات وضوح هیجانات و اصلاح هیجانات گروهی از سالمندان را افزایش دادند و بدین وسیله رضایت از زندگی آن‌ها را بهبود بخشیدند (Delhom et al., 2020). در سایر پژوهش‌ها نیز زیرمقیاس‌های اصلاح هیجانات و وضوح هیجانات (Coll, Navarro-Mateu, Giménez-Espert, & Prado-Gascó, 2020)، مهارت‌های اجتماعی و خودآگاهی (Cañero Pérez, Mónaco Gerónimo, & Montoya Castilla, 2019) و درک و مهار هیجانات خود و دیگران (Blasco-Belled, Rogoza, Torrelles-Nadal, & Alsinet, 2019) با رضایت از زندگی رابطه مثبت داشتند. پژوهش‌های دیگر نیز این یافته‌ها را تایید کردند (Estévez, Cañas, & Estévez, 2020; Mascia, Agus, & Penna, 2020; Szcześniak & Tułeczka, 2020).

پژوهش‌های اخیر رابطه بین صفات شخصیتی و هوش هیجانی را نیز مورد بررسی قرار دادند. نتایج نشان دادند که صفات شخصیتی برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری و وجدان‌گرایی رابطه مثبتی با هوش هیجانی داشتند (Anglim, Morse, Dunlop, Minbashian, & Marty, 2020; Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). بین روان‌رنجوری و تمام زیرمقیاس‌های هوش هیجانی نیز رابطه منفی وجود داشت (Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). با این وجود در پژوهشی دیگر رابطه معناداری بین روان‌رنجوری و برون‌گرایی با هوش هیجانی یافت نشد (Kwajaffa, Chidi, Ali, Mukhtar, & Baba, 2020).

تاکنون پژوهش‌های متعدد موفق نشده‌اند نتایجی یکپارچه در زمینه ارتباط بین هر یک از صفات شخصیتی و رضایت از زندگی ارائه دهند و یافته‌های بعضاً متناقضی در این زمینه وجود دارد. از آن جایی که رضایت از زندگی تاثیر گسترده‌ای بر زمینه‌های مختلف شغلی، تحصیلی، اجتماعی و ... زندگی انسان می‌گذارد، جوامع به روش‌هایی برای ارتقای سطح رضایت از زندگی مردم نیاز دارند؛ در نتیجه عوامل موثر بر رضایت از زندگی نیاز به بررسی بیشتری دارند. طبق یافته‌های پژوهشی پیشین، صفات شخصیتی و هوش هیجانی هر دو می‌توانند با رضایت از زندگی در ارتباط باشند اما طبق جست‌وجوی پژوهشگران مطالعه حاضر تاکنون هیچ پژوهشی نقش میانجی هوش هیجانی را در ارتباط بین صفات شخصیتی و رضایت از زندگی بررسی نکرده است. در نتیجه هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی‌گری هوش هیجانی در ارتباط بین صفات شخصیتی افراد و رضایت از زندگی بود.

روش

طرح پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل بزرگسالان ایرانی ساکن مشهد در سال ۲۰۲۱ در دامنه سنی ۱۸ تا ۶۰ سال بودند. بر اساس روش آماری مورد استفاده و احتساب ۲۵٪ ریزش و اندازه اثر ۰/۱۵ و توان آزمون ۰/۹۵ از طریق نرم افزار G-power، حداقل حجم نمونه ۳۰۰ نفر تعیین گردید؛ اما با هدف افزایش شباهت نمونه حاضر با

جامعه هدف، بهبود توان آزمون و افزایش میزان تعمیم‌پذیری نتایج، نمونه‌گیری ادامه یافت و با رسیدن به تعداد ۴۰۷ نفر و مشاهده روابط معنادار میان داده‌ها، نمونه‌گیری متوقف شد. در نتیجه ۴۰۷ نفر به روش در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. به علت شیوع ویروس کرونا و استفاده از پرسشنامه‌ی اینترنتی، محدودیت‌هایی برای انتخاب تصادفی افراد جامعه به ویژه کسانی که به اینترنت دسترسی نداشتند وجود داشت و در نتیجه داده‌ها با روش نمونه‌گیری در دسترس جمع‌آوری شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل داشتن حداقل تحصیلات سیکل و تمایل به شرکت در پژوهش بود و معیار خروج نیز بدون پاسخ بودن تعداد زیادی از سوالات پرسشنامه بود. جهت حفظ اصل رازداری، اطلاعات پرسشنامه‌ها بدون نام و نشانی آزمودنی‌ها جمع‌آوری شد و داده‌ها فقط در اختیار دست‌اندرکاران پژوهش قرار گرفت. همچنین جلب اعتماد آزمودنی‌ها برای مشارکت در پژوهش و آزاد بودن در پاسخگویی، ملاحظات دیگری بود که در این مطالعه سعی شد رعایت گردد. داده‌های پژوهش علاوه بر چک‌لیست جمعیت شناختی که شامل سوالاتی درباره جنسیت، سن، تحصیلات و وضعیت تاهل بود، با استفاده از ابزارهای زیر جمع‌آوری شد:

مقیاس رضایت از زندگی^۱: این پرسشنامه توسط داینر و همکاران در سال ۱۹۸۵ برای اندازه‌گیری رضایت از زندگی ساخته شده است. این پرسشنامه پنج سوال دارد که پاسخ‌های آن براساس طیف لیکرت از «کاملاً مخالفم» با نمره ۱، تا «کاملاً موافقم» با نمره ۷ درجه‌بندی شده است و در نهایت یک نمره‌ی کلی ارائه می‌دهد که بین ۵ تا ۳۵ است. نمره‌هایی که در طیف ۵ تا ۱۰ قرار می‌گیرند بیانگر رضایت از زندگی پایین، ۱۰ الی ۱۵ سطوح متوسط و نمرات بیشتر از ۱۵ بیانگر رضایت از زندگی بالا هستند. داینر و همکاران ضریب آلفای کرونباخ ۰,۸۷ و ضریب همبستگی بازآزمایی را پس از دو ماه ۰,۸۲ گزارش کردند (Diener et al., 1985). همچنین روایی همگرایی این پرسشنامه ۰,۵۶ و روایی واگرایی آن ۰,۴۵ گزارش شده است (van Beuningen, 2012). در پژوهش بیانی و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰,۸۳ بود و از طریق بازآزمایی یک ماهه ۰,۶۹ محاسبه شد (Bayani, Koocheky, & Goodarzi, 2007). پایایی پرسشنامه در این پژوهش، به روش آلفای کرونباخ ۰,۷۸ به دست آمد.

فرم کوتاه پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو^۲: پرسشنامه نئو در سال ۱۹۹۲ توسط کاستا و مک‌کری ساخته شد و یکی از معتبرترین پرسشنامه‌ها برای بررسی صفات شخصیت طبق دیدگاه تحلیل عاملی است. زیرمقیاس‌های این پرسشنامه عبارتند از: روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، توافق‌پذیری و وجدان‌گرایی که برای هر یک ۱۲ سوال در نظر گرفته شده است. پاسخ هر سوال در طیف لیکرت، نمره بین صفر تا ۴ را کسب می‌کند و برخی از ماده‌های این فرم نیز به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. اگر نمره نهایی هر بعد بین ۱۲ تا ۲۴ باشد بیانگر سطوح پایین بعد مورد نظر است. همچنین نمرات بین ۲۴ تا ۴۸ بیانگر سطوح متوسط و نمرات ۴۸ تا ۶۰ بیانگر سطوح بالای آن بعد هستند. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را بین ۰,۶۸ برای مولفه توافق‌پذیری تا ۰,۸۶ برای مولفه روان‌رنجوری، گزارش کردند (Costa & McCrae, 1992). در زمینه روایی آزمون نیز مولفه‌های فرم کوتاه بیشتر از ۰,۶۸ با مولفه‌های فرم بلند همبستگی داشته است (Costa Jr & McCrae, 1990). هنجاریابی این ابزار در ایران توسط دلاور و همکاران انجام شده و روایی همگرایی آن از ۰,۷۱ برای وجدان‌گرایی تا ۰,۹۳ برای روان‌رنجوری گزارش شده است. روایی همزمان از ۰,۷۱ برای گشودگی به تجربه تا ۰,۹۳ برای روان‌رنجوری محاسبه شد و روایی سازه نیز با روش تحلیل عاملی تایید شد. ضریب آلفای کرونباخ برای مولفه روان‌رنجوری برابر با ۰,۸۶، برون‌گرایی ۰,۷۱، توافق‌پذیری ۰,۷۸، وجدان‌گرایی ۰,۷۵ و گشودگی به تجربه ۰,۷۰ محاسبه شد (Delavar, Baratian, & Kashef, 2014). پایایی پرسشنامه در این پژوهش، به روش آلفای کرونباخ برای مولفه‌های روان‌رنجوری ۰,۸۳، برون‌گرایی ۰,۷۷، توافق‌پذیری ۰,۶۱، وجدان‌گرایی ۰,۶۰ و گشودگی به تجربه ۰,۸۳ بدست آمد.

فرم کوتاه پرسشنامه رگه هوش هیجانی^۳: این پرسشنامه ۳۰ سوالی توسط پترایدز و فرنهام^۴ در سال ۲۰۰۶ ساخته شد (Petrides & Furnham, 2006). پاسخ هر سوال بر اساس طیف لیکرت از «کاملاً مخالفم» با نمره ۱، تا «کاملاً موافقم» با نمره ۷ درجه‌بندی می‌شود. زیرمقیاس‌های پرسشنامه عبارتند از: درک و ارزیابی عواطف خود و دیگران دارای ۸ گویه، خوش‌بینی

1. Satisfaction with Life Scale: SWLS

2. NEO-Five Factor Inventory: NEO-FFI

3. Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form: TEIQue-SF

4. Petrides, & Furnham

دارای ۲ گویه، خودآگاهی دارای ۱۱ گویه و مهارت‌های اجتماعی دارای ۹ گویه. نمرات نهایی بین ۳۰ تا ۶۰ نشان‌دهنده هوش هیجانی ضعیف، ۶۰ تا ۹۰ متوسط و ۹۰ به بالا نشان‌دهنده هوش هیجانی بالاست. اعتبار همزمان این پرسشنامه با فرم بلند آن برای نمره کلی ۰.۸۳ گزارش شده است (Laborde, Allen, & Guillén, 2016). در پژوهش احمدی ازغندی، فراسات معمار، تقوی و ابوالحسنی نیز پایایی کل مقیاس به روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب ۰.۷۶ و ۰.۷۱ گزارش شد و روایی سازه نیز با میزان ۰.۶۳، مورد تایید قرار گرفت (Ahmadi Azghandi, Ferasat Memar, Taghavi, & Abolhassani, 2007). پایایی پرسشنامه در این پژوهش، به روش آلفای کرونباخ ۰.۸۸ به دست آمد.

برای تحلیل داده‌ها از میانگین، فراوانی، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره، همبستگی پیرسون و همچنین برای تحلیل فرضیه‌های پژوهش از تحلیل مسیر استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

شرکت کنندگان در پژوهش، ۱۸۷ نفر را مردان (۴۵/۹۴ درصد) و ۲۲۰ نفر را زنان (۵۴/۰۵ درصد) تشکیل می دادند. ۳۵۳ نفر مجرد (۸۶/۷۳ درصد) و ۵۴ نفر متأهل (۱۳/۲۷ درصد) بودند. ۵۷ نفر (۱۴ درصد) کمتر از ۲۰ سال، ۲۸۷ نفر (۷۰/۵۲ درصد) بین ۲۰ تا ۳۰ سال، ۴۰ نفر (۹/۸۳ درصد) بین ۳۰ تا ۴۰ سال، ۱۵ نفر (۳/۶۹ درصد) بین ۴۰ تا ۵۰ سال و ۸ نفر (۱/۹۷ درصد) بیشتر از ۵۰ سال سن داشتند. ۱۱۷ نفر (۲۸/۷۵ درصد) تحصیلات دیپلم، ۲۲۲ نفر (۵۴/۵۵ درصد) کارشناسی، ۵۲ نفر (۱۲/۷۸ درصد) کاردانی و ۱۶ نفر (۳/۹۳ درصد) آن‌ها دارای تحصیلات دکتری بودند. ماتریس ضریب همبستگی و میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱	
روان- رنجوری	۱										۸/۱۴	۲۰/۵۷
برون- گرابی	۰/۴۷**	۱									۸/۳۵	۲۳/۲۷
گشودگی به تجربه	-۰/۰۲	۰/۰۹*	۱								۵/۸۶	۱۷/۲۶
توافق- پذیری	-۰/۱۰*	۰/۱۳**	۰/۰۷	۱							۵/۹۵	۲۰/۹۲
وجدان- گرابی	۰/۳۴**	۰/۳۲**	۰/۰۵	۰/۱۸**	۱						۸/۱۱	۱۷/۶۱
خوش‌بینی	۰/۳۰**	۰/۲۸**	۰/۰۱	۰/۰۷	۰/۰۸	۱					۲/۷۵	۹/۲۲
خودآگاهی	۰/۱۵**	۰/۱۶**	۰/۱۱*	۰/۱۴**	۰/۱۴**	۰/۵۵**	۱				۹/۵۴	۴۷/۴۸
مهار	۰/۲۳**	۰/۲۵**	۰/۰۸	۰/۱۲*	۰/۰۳	۰/۵۳**	۰/۶۱**	۱			۶/۵۸	۳۶/۲۴

مهارت‌ها	۱/۹۷	۰/۱۹**	۰/۲۶**	۰/۰۳	۰/۰۵	۰/۰۹	۰/۱۶**	۰/۱۵۷**	۱
ی	۳۷/۵۹	-
اجتماعی	۲/۵۱	۰/۲۳**	۰/۲۷**	۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۱۱*	۰/۱۷۱**	۰/۱۹۰**	۱
هوش	۵	-
هیجانی	۱۴/۳۹	۴/۱۸	۰/۳۶**	۰/۱۰*	۰/۰۷	۰/۱۴**	۰/۱۵۴**	۰/۱۵۱**	۱
(نمره	۱۴/۳۹	-
کل)									
رضایت از									
زندگی									
(نمره									
کل)									

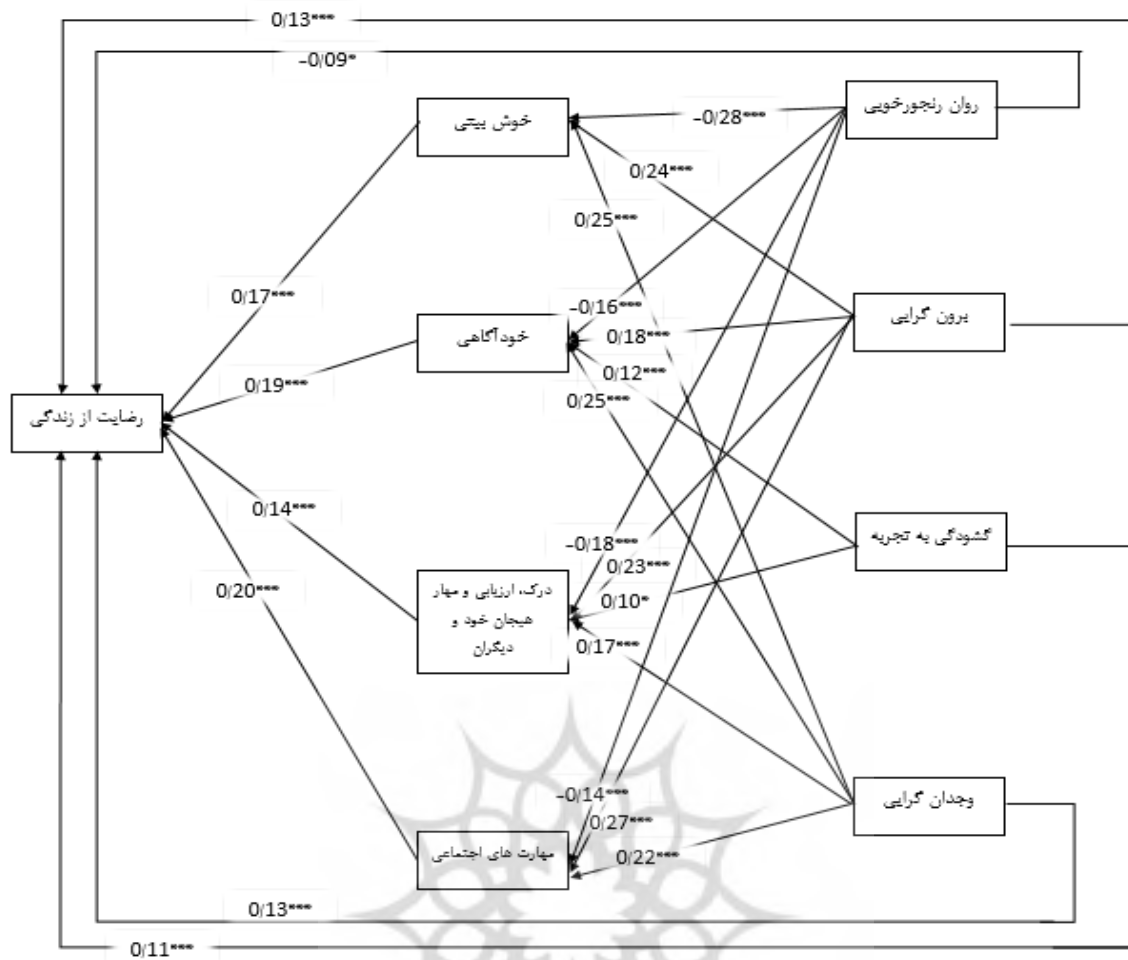
**P<0.01 *P<0.05

طبق جدول ۱، بین رضایت از زندگی با روان‌رنجوری همبستگی منفی و با برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی همبستگی مثبت و معناداری وجود داشت. همچنین بین زیرمقیاس‌های هوش هیجانی یعنی خوش‌بینی، خودآگاهی، درک، ارزیابی و مهار هیجان‌های خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی با رضایت از زندگی همبستگی مثبت و معناداری وجود داشت. پیش از تحلیل داده‌ها، ابتدا مفروضه‌های تحلیل مسیر مورد ارزیابی قرار گرفتند که در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی و مفروضه‌های تحلیل مسیر

متغیرها	کجی	کشیدگی	میزان تحمل	عامل واریانس (VIF)	تورم دوربین واتسون
روان‌رنجورخویی	-۰/۱۷	-۰/۵۷	۰/۶۸	۱/۴۶	۰/۵۲
برون‌گرایی	۰/۰۹	-۰/۳۵	۰/۶۸	۱/۴۶	
گشودگی به تجربه	۰/۱۵	-۰/۵۴	۰/۹۵	۱/۰۴	
انعطاف‌پذیری	۰/۳۰	-۰/۵۷	۰/۸۷	۱/۱۴	
وظیفه‌شناسی	۰/۲۵	-۰/۵۳	۰/۷۶	۱/۳۰	
خوش‌بینی	-۰/۱۲	-۰/۷۰	۰/۵۲	۱/۹۱	
خودآگاهی	-۰/۳۶	۰/۲۹	۰/۴۰	۲/۴۶	
درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	-۰/۱۲	-۰/۰۴	۰/۵۱	۱/۹۵	
مهارت‌های اجتماعی	-۰/۴۲	-۰/۱۱	۰/۴۳	۲/۳۲	
رضایت از زندگی (نمره کل)	۰/۰۳	-۰/۵۱	-	-	

همان‌طور که جدول ۲ نشان می‌دهد، نرمال بودن توزیع تک‌متغیری از طریق مقادیر کجی و کشیدگی و مفروضه هم‌خطی چندگانه متغیرها با استفاده از آماره تحمل و عامل تورم واریانس مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد که بین متغیرها، هم‌خطی چندگانه وجود ندارد و مفروضه نرمال بودن به سبب اینکه هیچ‌یک از متغیرها خارج از محدود ± 1 نیست، می‌توان گفت که این مفروضه برقرار است. آزمون دوربین واتسون به منظور بررسی استقلال خطاها بررسی شد و $0/52$ بدست آمد که نشان می‌دهد خطاها مستقل از یکدیگر هستند. فاصله ماکس‌لیکول نیز به منظور بررسی توزیع نرمال چندمتغیری نیز نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها بود. در نهایت، باتوجه به معناداری ضرایب همبستگی بین صفات شخصیتی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی و با رعایت مفروضه‌ها، از تحلیل مسیر استفاده شد. شکل ۱، مدل نهایی و جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل نهایی را در نمونه مورد نظر نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل پژوهش همراه با ضرایب استاندارد

نکته. کلیه ضرایب در سطح $p < 0.001$ و $p < 0.05$ معنادار هستند

جدول ۳. شاخص های برازندگی مدل نهایی

شاخص	χ^2	Df	χ^2/df	RMSEA	GFI	AGFI	IFI	TLI	CFI	NFI
حد مطلوب			≤ 3	≤ 0.08	≥ 0.9	≥ 0.9	≥ 0.9	≥ 0.9	≥ 0.9	≥ 0.9
مدل نهایی	۴/۷۴	۳	۱/۵۸	۰/۰۳	۰/۹۹	۰/۹۶	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۹۹

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می شود، شاخص ها حاکی از برازش مناسب مدل صفات شخصیتی با رضایت از زندگی با میانجی گری هوش هیجانی هستند.

به منظور تعیین اینکه آیا خرده مقیاس های هوش هیجانی نقش میانجی در رابطه ویژگی های شخصیتی با رضایت از زندگی دارد، از روش بوت استراپ با تعیین اثرات غیرمستقیم استفاده شده است. در جدول ۴ و ۵ اثرات مستقیم و غیرمستقیم هر یک از مسیرهای مدل ارائه شده است.

جدول ۴. پارامترهای اندازه گیری روابط مستقیم

مسیرها	برآورد غیراستاندارد	برآورد استاندارد	خطای معیار t	سطح معناداری
روان رنجوری به خوش بینی	-۱/۱۳	-۰/۲۸	۰/۲۱	۰/۰۰۱
برون گرایی به خوش بینی	۰/۹۴	۰/۲۴	۰/۲۰	۰/۰۰۱
وجدان گرایی به خوش بینی	۱/۰۴	۰/۲۵	۰/۲۰	۰/۰۰۱
روان رنجورخویی به خودآگاهی	-۲/۲۴	-۰/۱۶	۰/۷۷	۰/۰۰۴
برون گرایی به خودآگاهی	۲/۴۷	۰/۱۸	۰/۷۴	۰/۰۰۱
گشودگی به تجربه به خودآگاهی	۲/۴۲	۰/۱۲	۰/۹۱	۰/۰۰۸
وجدان گرایی به خودآگاهی	۳/۵۳	۰/۲۵	۰/۷۲	۰/۰۰۱
روان رنجورخویی به درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	-۱/۷۹	-۰/۱۸	۰/۵۲	۰/۰۰۱
برون گرایی به درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	۲/۲۰	۰/۲۳	۰/۵۱	۰/۰۰۱
گشودگی به تجربه به درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	۱/۳۵	۰/۱۰	۰/۶۲	۰/۰۳
وجدان گرایی به درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	۱/۶۹	۰/۱۷	۰/۴۹	۰/۰۰۱
روان رنجورخویی به مهارت‌های اجتماعی	-۲/۳۱	-۰/۱۴	۰/۸۷	۰/۰۰۸
برون گرایی به مهارت‌های اجتماعی	۴/۲۸	۰/۲۷	۰/۸۴	۰/۰۰۱
وجدان گرایی به مهارت‌های اجتماعی	۳/۷۱	۰/۲۲	۰/۸۲	۰/۰۰۱
روان رنجوری به رضایت از زندگی	-۰/۶۰	-۰/۰۹	۰/۲۶	۰/۰۲
برون گرایی به رضایت از زندگی	۰/۷۷	۰/۱۳	۰/۲۵	۰/۰۰۲
گشودگی به تجربه به رضایت از زندگی	۱	۰/۱۱	۰/۳۰	۰/۰۰۱
وجدان گرایی به رضایت از زندگی	۰/۸۰	۰/۱۳	۰/۲۴	۰/۰۰۱
خوش بینی به رضایت از زندگی	۰/۲۷	۰/۱۷	۰/۰۷	۰/۰۰۱
خودآگاهی به رضایت از زندگی	۰/۰۸	۰/۱۹	۰/۰۲	۰/۰۰۱
درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران به رضایت از زندگی	۰/۰۹	۰/۱۴	۰/۰۳	۰/۰۰۲
مهارت‌های اجتماعی به رضایت از زندگی	۰/۰۷	۰/۲۰	۰/۰۲	۰/۰۰۱

همان گونه که در جدول ۴ مشاهده می شود، صفات شخصیتی روان رنجوری، برون گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان گرایی و نیز مولفه های هوش هیجانی بر رضایت از زندگی تاثیر مستقیم و معنادار و نیز صفات شخصیتی روان رنجوری، برون گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان گرایی بر مولفه های هوش هیجانی تأثیر مستقیم و معنادار داشت ($p < 0/05$). به منظور برآورد و تعیین معناداری اثرات غیرمستقیم از بوت استرپ در نرم افزار آموس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج بوت استراپ برای آزمون روابط غیرمستقیم

متغیر مستقل	میانجی	متغیر وابسته	مقدار استاندارد	حد پایین	حد بالا	سطح معناداری
روان رنجوری	خوش بینی	رضایت از زندگی	-۰/۰۵	-۰/۵۴	-۰/۱۵	۰/۰۰۱
روان رنجوری	خودآگاهی	رضایت از زندگی	-۰/۰۳	-۰/۳۷	-۰/۰۶	۰/۰۰۲
روان رنجوری	درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	رضایت از زندگی	-۰/۰۲	-۰/۳۲	-۰/۰۷	۰/۰۰۱
روان رنجوری	مهارت های اجتماعی	رضایت از زندگی	-۰/۰۲	-۰/۳۹	-۰/۰۴	۰/۰۰۹
برون گرایی	خوش بینی	رضایت از زندگی	۰/۰۴	۰/۱۲	۰/۴۶	۰/۰۰۱
برون گرایی	خودآگاهی	رضایت از زندگی	۰/۰۳	۰/۰۷	۰/۴۰	۰/۰۰۱
برون گرایی	درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	رضایت از زندگی	۰/۰۳	۰/۰۹	۰/۴۰	۰/۰۰۱
برون گرایی	مهارت های اجتماعی	رضایت از زندگی	۰/۰۵	۰/۱۵	۰/۵۸	۰/۰۰۱
گشودگی به تجربه	خودآگاهی	رضایت از زندگی	۰/۰۲	۰/۰۶	۰/۴۳	۰/۰۰۷
گشودگی به تجربه	درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	رضایت از زندگی	۰/۰۱	۰/۰۳	۰/۲۹	۰/۰۲
وجدان گرایی	خوش بینی	رضایت از زندگی	۰/۰۴	۰/۱۴	۰/۴۷	۰/۰۰۱
وجدان گرایی	خودآگاهی	رضایت از زندگی	۰/۰۴	۰/۱۴	۰/۵۲	۰/۰۰۱
وجدان گرایی	درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران	رضایت از زندگی	۰/۰۲	۰/۰۶	۰/۳۱	۰/۰۰۲
وجدان گرایی	مهارت های اجتماعی	رضایت از زندگی	۰/۰۴	۰/۱۴	۰/۵۱	۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۵ آمده است، مدل صفات شخصیتی روان رنجوری، برون گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان گرایی بر رضایت از زندگی با میانجی گری مولفه های هوش هیجانی یعنی خوش بینی، خودآگاهی، درک و ارزیابی عواطف خود و دیگران و مهارت های اجتماعی، معنادار بود ($p < ۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری

هدف از مطالعه حاضر بررسی نقش میانجی‌گری هوش هیجانی در رابطه میان صفات شخصیتی و رضایت از زندگی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که صفات شخصیتی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی رابطه داشتند و مولفه‌های هوش هیجانی در این رابطه نقش میانجی داشتند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اثر مستقیم روان‌رنجوری بر رضایت از زندگی منفی بود. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Horwood, et al., 2020; Bond et al., 2020; Köse et al., 2021). در تبیین این اثر می‌توان گفت افراد روان‌رنجور هیجانات منفی زیادی تجربه می‌کنند و پیامدهای منفی رفتارهای تکانشی‌شان برای آن‌ها مشکلاتی را به وجود می‌آورند. همچنین این افراد مستعد ناسازگاری‌های روانی از جمله افسردگی و اضطراب هستند و ممکن است دچار رنج هیجانی و نقص عملکرد شوند که همه‌ی این موارد در کاهش رضایت از زندگی موثر است (Bond et al., 2020). برعکس، افرادی که نمره‌ی کمتری در روان‌رنجوری کسب می‌کنند رفتارهای تکانشی، غم، اضطراب و احساس خصومت کمتر و ثبات هیجانی بیشتری دارند و این عوامل در رضایت از زندگی بیشتر این افراد موثر خواهند بود (Bond et al., 2020).

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم برون‌گرایی بر رضایت از زندگی مثبت بود. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Horwood, et al., 2020; Chatterjee & Fan, 2021; Köse et al., 2021). در تبیین این اثر می‌توان گفت برون‌گرایی دربردارنده‌ی مجموعه‌ای از صفات، نگرش‌ها و رفتارهای سازنده مثل خوش‌بینی، هیجان‌خواهی و خودابرازی است که این موارد باعث می‌شود برون‌گرایان اغلب هیجانات مثبت و خوشایندی را تجربه کنند و احساس رضایت از زندگی بیشتری داشته باشند (Anglim, Horwood, et al., 2020). برون‌گرایان با شبکه اجتماعی بزرگ و روابط گسترده‌ای که دارند، هنگام پریشانی از حمایت دیگران بیشتر به‌رمند می‌شوند و این مساله به کاهش نارضایتی‌ها و پریشانی‌شان کمک می‌کند و در نهایت تاثیر مثبتی بر سلامت روان‌شناختی و رضایت از زندگی‌شان می‌گذارد (Anglim, Horwood, et al., 2020).

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم گشودگی به تجربه بر رضایت از زندگی مثبت بود. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Horwood, et al., 2020; Figueiredo et al., 2019; Köse et al., 2021). در تبیین این اثر می‌توان گفت گفت‌افزایی که با رویکردی گشوده به تجربیات جدید روی می‌آورند و با خلاقیت و علایق هنری خود از فعالیت‌ها و موضوعات مختلف لذت می‌برند، در نهایت زندگی پربرتری خواهند داشت. این تجربیات خوشایند و همچنین رویکرد پذیرنده‌ای که این افراد در برابر زندگی و اتفاقات مختلف آن دارند، تاثیر مثبتی بر رضایت از زندگی می‌گذارد (Köse et al., 2021). همچنین یافته حاضر با برخی پژوهش‌ها ناهمسو است (Latt et al., 2019; Szcześniak et al., 2019). در تبیین این موضوع می‌توان گفت احتمالاً کنجکاو و گشودگی به تجربیات جدید گاهی شامل تجربیات ناسالم و حتی پرمخاطره نیز می‌شود که باعث ایجاد مشکلاتی برای افراد می‌شوند و اثر مثبتی بر رضایت از زندگی ندارند (Latt et al., 2019).

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم وجدان‌گرایی بر رضایت از زندگی مثبت بود. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Bond et al., 2020; Chatterjee & Fan, 2021; Köse et al., 2021). در تبیین این اثر می‌توان گفت وجدان‌گرایی بیش از هر چیز در بردارنده‌ی سطوح بالای خودکنترلی و خودتنظیمی برای رسیدن به اهداف است. وجدان‌گرایان پایداری و تلاش زیادی برای رسیدن به اهداف از خود نشان می‌دهند و عموماً عملکرد شغلی و تحصیلی بهتری نسبت به دیگران دارند؛ در نتیجه موفقیت‌ها و دستاوردهایشان می‌تواند تاثیر مثبتی بر رضایت از زندگی بگذارد. از سوی دیگر افرادی که نمره پایینی در وجدان‌گرایی کسب می‌کنند خودکنترلی زیادی ندارند، اغلب به صورت تکانشی عمل می‌کنند و در پیگیری اهداف خود ناپایدارترند. این مساله می‌تواند منجر به شکست و سرخوردگی و متعاقباً احساس رضایت از زندگی کمتر شود (Bond et al., 2020).

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم روان‌رنجوری بر هوش هیجانی منفی بود. این یافته با پژوهش‌های مختلفی همسو است (Anglim, Morse, et al., 2020; Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). در تبیین این اثر می‌توان گفت افرادی که روان‌رنجوری بالایی دارند، مستعد تجربه هیجانات منفی بیشتر و شدیدتری

از جمله افسردگی و اضطراب هستند که مدیریت این هیجانات شدید دشوارتر است. در نتیجه هرچه نمره‌ی افراد در روان‌رنجوری بالاتر باشد، هیجانات منفی بیشتر و شدیدتری تجربه می‌کنند اما ظرفیت کمتری برای مدیریت هیجانات خود دارند. این افراد نمی‌توانند درک درستی از هیجاناتشان داشته باشند و اغلب از راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه استفاده می‌کنند و بدین ترتیب روان‌رنجوری بر هوش هیجانی اثر منفی می‌گذارد (Hjalmarsson & Dåderman, 2020). همچنین یافته حاضر با یافته پژوهش دیگری ناهمسو است (Kwajaffa et al., 2020). در تبیین این موضوع می‌توان گفت احتمالاً استفاده از ابزارهای متفاوت برای سنجش ویژگی‌های شخصیتی در پژوهش مذکور، تعداد کم افراد نمونه آن‌ها و یا ویژگی‌های خاص نمونه‌ی آن‌ها (که شامل متخصصین مراقبت‌های بهداشتی بوده است) منجر به این تفاوت در یافته‌ها شده باشد.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم برون‌گرایی بر هوش هیجانی مثبت بود و میزان بالای برون‌گرایی، اثر مثبتی بر مولفه‌های خوش‌بینی، خودآگاهی، درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی داشت. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Morse, et al., 2020; Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). در تبیین این اثر می‌توان گفت برون‌گرایان اغلب از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند و ویژگی‌هایی همچون مثبت‌نگری و خود ابرازی دارند که به آن‌ها کمک می‌کند راحت‌تر و با دیدگاهی مثبت‌تر هیجانات خود را درک و بیان کنند و هنگام پریشانی از حمایت دیگران به‌رمند شوند تا شدت هیجانات نامطلوب خود را کاهش دهند. این گونه رفتارها به عنوان راهبردهای سازگارانه و کارآمد تنظیم هیجان به آنان کمک می‌کند هیجانات خود را بهتر مدیریت کنند و در نتیجه برون‌گرایی تاثیر مثبتی بر هوش هیجانی می‌گذارد (Hjalmarsson & Dåderman, 2020) همچنین یافته حاضر با یافته پژوهش دیگری (Kwajaffa et al., 2020) ناهمسو است که در پاراگراف قبلی به علل احتمالی تفاوت در یافته‌ها اشاره شد. نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اثر مستقیم گشودگی به تجربه بر مولفه‌های خودآگاهی و درک، ارزیابی و مهار هیجانات خود و دیگران معنادار بود. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Morse, et al., 2020; Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). در تبیین این اثر می‌توان گفت افرادی که با رویکردی گشوده به تجربیات جدید روی می‌آورند، هیجانات خود را نیز با نگرش پذیراتر و بازتری در نظر می‌گیرند و نسبت به هیجانات خود کنجکاو و بیشتری نشان می‌دهند. آن‌ها همچنین هنگام پریشانی می‌توانند خود را با فعالیت‌ها و علایق هنری‌شان سرگرم کنند که به تسکین هیجانات منفی و پریشانی آن‌ها کمک می‌کنند. مجموع این ویژگی‌ها به افراد گشوده به تجربه کمک می‌کند هیجانات خود را بهتر درک و مدیریت کنند و تاثیر مثبتی بر هوش هیجانی آن‌ها می‌گذارد (Hjalmarsson & Dåderman, 2020).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اثر مستقیم وجدان‌گرایی بر مولفه‌های هوش هیجانی مثبت بود و میزان بالای وجدان‌گرایی، اثر مثبتی بر خوش‌بینی، خودآگاهی، درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی داشت. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Anglim, Morse, et al., 2020; Chen & Lai, 2015; Hjalmarsson & Dåderman, 2020). در تبیین این اثر می‌توان گفت از آنجایی که وجدان‌گرایی در بردارنده‌ی سطوح بالای خودکنترلی و خودتنظیمی است، افرادی که نمرات بالایی در وجدان‌گرایی کسب می‌کنند، بر عموم رفتارها و هیجانات خود، از جمله هیجانات نامطلوب کنترل بهتری دارند و می‌توانند برای رسیدن به هدفی خاص هیجانات منفی خود را تنظیم کنند. این افراد هیجانات خود را خارج از حیطه کنترل‌شان تلقی نمی‌کنند و به توانایی خود در تنظیم آن‌ها باور دارند؛ بنابراین مدیریت هیجانات برای این افراد مشکل نیست و این موضوع تاثیر مثبتی بر هوش هیجانی آن‌ها دارد (Hjalmarsson & Dåderman, 2020).

همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اثر مستقیم هوش هیجانی بر رضایت از زندگی مثبت بود و میزان بالای هریک از مولفه‌های آن از جمله، خوش‌بینی، خودآگاهی، درک، ارزیابی و مهار هیجان خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی، اثر مثبتی بر رضایت از زندگی داشت. این یافته با پژوهش‌های متعددی همسو است (Coll et al., 2020; Delhom et al., 2020; Estévez et al., 2020; Mascia et al., 2020; Szcześniak & Tułeczka, 2020). در تبیین این اثر می‌توان گفت افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، در تنظیم و مدیریت هیجاناتشان به شکلی کارآمد عمل می‌کنند، یعنی بیشتر مستعد تجربه هیجانات مثبت هستند و حتی هنگامی که هیجانات منفی را تجربه می‌کنند، بهتر می‌توانند این هیجانات را مدیریت و تنظیم کنند و کمتر آشفته می‌شوند. این ویژگی‌ها به آن‌ها کمک می‌کند در روابط بین فردی، عملکرد شغلی، تحصیل، پیگیری

اهداف و ... به نحوی کارآمد عمل کنند و مشکلات کمتری داشته باشند؛ در نتیجه احساس بهتر و رضایت از زندگی بیشتری دارند (Coll et al., 2020; Szcześniak & Tułeczka, 2020).

همچنین یافته اصلی و مهم مطالعه حاضر بررسی اثر غیر مستقیم هریک از صفات شخصیتی بر رضایت از زندگی از طریق هوش هیجانی بود. در واقع، نقش میانجی خوش بینی در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی، نقش میانجی خودآگاهی در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی، نقش میانجی درک و ارزیابی هیجانات خود و دیگران در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی و نقش میانجی مهارت‌های اجتماعی در رابطه بین روان‌رنجوری، برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با رضایت از زندگی مورد تأیید قرار گرفت.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که روان‌رنجوری با میانجی‌گری هوش هیجانی تأثیر منفی بر رضایت از زندگی داشت. همانطور که ذکر شد افراد روان‌رنجور مستعد هیجانات منفی و افسردگی و اضطراب بیشتری هستند و از طرفی هوش هیجانی پایینی دارند که باعث می‌شود در مدیریت هیجانات خود ضعیف عمل کنند؛ در نتیجه اغلب در حال تجربه هیجانات منفی ناخوشایند هستند که این عوامل منجر به کاهش رضایت از زندگی آن‌ها می‌شود. برون‌گرایی با میانجی‌گری هوش هیجانی تأثیر مثبتی بر رضایت از زندگی داشت. برون‌گرایان مثبت‌نگرترند، بیشتر مستعد تجربه هیجانات مثبت هستند، از حمایت اجتماعی بالایی برخوردارند و هوش هیجانی بالاتری نیز دارند؛ در نتیجه رضایت از زندگی بیشتری دارند. گشودگی به تجربه با میانجی‌گری هوش هیجانی تأثیر مثبتی بر رضایت از زندگی داشت. افراد گشوده به تجربه نسبت به زندگی و اتفاقات آن پذیرش بیشتری دارند و همچنین با هوش هیجانی بالای خود بهتر می‌توانند احساسات‌شان را شناسایی و مدیریت کنند بنابراین رضایت از زندگی بیشتری دارند. در نهایت وجدان‌گرایی با میانجی‌گری هوش هیجانی تأثیر مثبتی بر رضایت از زندگی داشت. وجدان‌گرایان توانایی کنترل تکانه بیشتری دارند، نسبت به دیگران در عملکرد شغلی، تحصیلی و ... موفق‌ترند، هوش هیجانی بالاتری نیز دارند و بر هیجانات خود کنترل بیشتری دارند؛ در نتیجه از رضایت از زندگی بالاتری برخوردارند.

پژوهش حاضر اثر غیرمستقیم صفات شخصیتی بر رضایت از زندگی را با میانجی‌گری هوش هیجانی نشان داد. بنابراین می‌توان انتظار داشت اجرای مداخلات درمانی مبتنی بر افزایش هوش هیجانی با توجه به صفات شخصیتی افراد، رضایت از زندگی را بهبود ببخشد. همچنین کمک به تعدیل صفت شخصیتی روان‌رنجوری و ارتقای صفات برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان‌گرایی می‌تواند در افزایش رضایت از زندگی موثر باشد. علاوه بر این آگاهی بخشی نسبت به اهمیت این موضوع، کمک می‌کند سازمان‌ها نیز آموزش و مداخلاتی را برای افزایش هوش هیجانی افراد، با توجه به صفات شخصیتی‌شان در نظر گیرند تا رضایت از زندگی آن‌ها را افزایش دهند.

References

- Ahmadi Azghandi A, Taghavi Sh, Farasat Memar F, & Abolhasani A. (2007). The validity and reliability of Petrides and Furnhum's trait emotional intelligence questionnaire. *Developmental Psychology (Journal of Iranian Psychologists)*; 3(10): 157-168. [\[Link\]](#)
- Amati V, Meggiolaro S, Rivellini G, & Zaccarin SJG. (2018). Social relations and life satisfaction: the role of friends. *Genus*; 74(1): 1-18. [\[Link\]](#)
- Anglim J, Horwood S, Smillie L, D. Marrero RJ, & Wood JK. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality; a meta-analysis. *Psychological Bulletin*; 146(4): 279-323. [\[Link\]](#)
- Anglim J, Morse G, Dunlop PD, Minbashian A, & Marty A. (2020). Predicting trait emotional intelligence from HEXACO personality; domains facets and the general factor of personality. *Journal of personality*; 88(2): 324-338. [\[Link\]](#)
- Antaramian S. (2017). The importance of very high life satisfaction for students' academic success. *Cogent Education*; 4(1); 1307622. [\[Link\]](#)
- Bayani AA, Koochaki AM, & Goodarzi H. (2007). The reliability and validity of the satisfaction with life scale. *Developmental Psychology (Journal of Iranian Psychologists)*; 3(11): 259-260. [\[Link\]](#)
- Bond MH, Lu Q, Lun VMC, & Smith PB. (2020). The wealth and competitiveness of national economic systems moderates the importance of big five personality dimensions for life satisfaction of employed persons in 18 nations. *Journal of cross-cultural psychology*; 51(5): 267-282. [\[Link\]](#)
- Bozoglan B, Demirer V, & Sahin I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian journal of psychology*; 54(4): 313-319. [\[Link\]](#)
- Cañero Pérez M, Mónaco Gerónimo E, & Montoya Castilla I. (2019). Emotional intelligence and empathy as predictors of subjective well-being in university students. *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education*; 9(1): 19-29. [\[Link\]](#)
- Chatterjee S, Fan L. (2021). Older adults' life satisfaction: the roles of seeking financial advice and personality traits. *Journal of Financial Therapy*; 12(1): 51-78. [\[Link\]](#)
- Chen YT, Lai CS. (2015). Personality traits emotional intelligence and academic achievements of university students. *American Journal of Applied Psychology*; 4(3-1): 39-44. [\[Link\]](#)
- Coll MG, Navarro-Mateu D, Giménez-Espert MDC, & Prado-Gascó VJ. (2020). Emotional intelligence, empathy, self-esteem, and life satisfaction in Spanish adolescents: regression vs. QCA models. *Frontiers in Psychology*; (11): 1629. [\[Link\]](#)
- Costa PT, McCrae RR. (1990). Personality disorders and the five-factor model of personality. *Journal of personality disorders*; 4(4): 362-371. [\[Link\]](#)
- Costa PT, McCrae RR. (1992). Normal personality assessment in clinical practice; The NEO personality inventory. *Psychological assessment*; 4(1): 5-13. [\[Link\]](#)
- De Neve JE, & Oswald AJ. (2012). Estimating the influence of life satisfaction and positive affect on later income using sibling fixed effects. *Proceedings of the National Academy of Sciences*; 109(49): 19953-19958.
- Delavar A, Baratian M, Kashef HR. (2014). Standardization of NEO-five factor inventory for selection of the candidates to enter the Amin military science university. *Quarterly Scientific Naja Human Resources*; 5(35): 105-122. [\[Link\]](#)
- Delhom I, Satorres E, & Meléndez JC. (2020). Can we improve emotional skills in older adults? emotional intelligence, life satisfaction, and resilience. *Psychosocial Intervention*; 29(3): 133-139. [\[Link\]](#)
- Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, & Griffin S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*; 49(1): 71-75. [\[Link\]](#)

- Estévez JF, Cañas E, & Estévez E. (2020). The impact of cybervictimization on psychological adjustment in adolescence; analyzing the role of emotional intelligence. *International journal of environmental research and public health*; 17(10): 3693. [\[Link\]](#)
- Fergusson DM, McLeod GFH, Horwood LJ, Swain NR, Chapple S, & Poulton R. (2015). Life satisfaction and mental health problems (18 to 35 years). *Psychological medicine*; 45(11): 2427-2436. [\[Link\]](#)
- Figueiredo C, Daniel AD, Almeida J, & Soares SC. (2019). Subjective well-being of Portuguese employees; the role of personality and organizational context. *European Journal of Behavioral Sciences*; 2(2): 1-8. [\[Link\]](#)
- Fong M, Zhao K, & Smillie LD. (2021). Personality and competitiveness: extraversion, agreeableness, and their aspects, predict self-reported competitiveness and competitive bidding in experimental auctions. *Personality and Individual Differences*; (169): 109907. [\[Link\]](#)
- Garrido S, Méndez I, & Abellán JM. (2013). Analysing the simultaneous relationship between life satisfaction and health-related quality of life. *Journal of happiness studies*; 14(6): 1813-1838. [\[Link\]](#)
- Hassan S, Akhtar N, & Yılmaz AK. (2016). Impact of the conscientiousness as personality trait on both job and organizational performance. *Journal of Managerial Sciences*; 10(1). 1-14. [\[Link\]](#)
- Hjalmarsson AK, & Dåderman AM. (2020). Relationship between emotional intelligence, personality, and self-perceived individual work performance: a cross-sectional study on the Swedish version of TEIQue-SF. *Current Psychology*; 1-16. [\[Link\]](#)
- Kaufman SB, Quilty LC, Grazioplene RG, Hirsh JB, Gray JR, Peterson JB, & DeYoung CG. (2016). Openness to experience and intellect differentially predict creative achievement in the arts and sciences. *Journal of personality*; 84(2): 248-258. [\[Link\]](#)
- Köse S, Baykal B, Köse S, Çuhadar SG, Turgay F, & Bayat IK. (2021). Role of personality traits in work-life balance and life satisfaction. *Eurasian Economic Perspectives (Springer, Cham)*; 279-295. [\[Link\]](#)
- Kwajaffa PS, Chidi OV, Ali MA, Mukhtar YM, & Baba MU. (2020). Personality traits and emotional intelligence among health care professionals in a tertiary hospital. *International Journal of Psychology and Counselling*; 12(2): 31-37. [\[Link\]](#)
- Laborde S, Allen MS, & Guillén F. (2016). Construct and concurrent validity of the short-and long-form versions of the trait emotional intelligence questionnaire. *Personality and Individual Differences*; (101): 232-235. [\[Link\]](#)
- Latt NLL, Tun WPP, & Oo KM. (2019). The Influence of psychosocial factors on life satisfaction of adolescents. (11): 90-97. [\[Link\]](#)
- Mascia ML, Agus M, & Penna MP. (2020). Emotional intelligence self-regulation smartphone addiction; which relationship with student well-being and quality of life? *Frontiers in Psychology*; (11): 375. [\[Link\]](#)
- McCrae RR, Costa Jr PT. (2013). Introduction to the empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits. *Personality disorders and the five-factor model of personality*; 15-27. [\[Link\]](#)
- Petrides KV, Furnham A. (2006). The role of trait emotional intelligence in a gender-specific model of organizational variables 1. *Journal of Applied Social Psychology*; 36(2): 552-569. [\[Link\]](#)
- Proctor C, Linley PA, & Maltby J. (2017). Life satisfaction. *Encyclopedia of adolescence*; 1-12. [\[Link\]](#)

- Raza SA, Qazi W, Umer B, & Khan KA. (2020). Influence of social networking sites on life satisfaction among university students; a mediating role of social benefit and social overload. *Health Education*. 120(2): 141-164. [\[Link\]](#)
- Serrat O. (2017). Understanding and developing emotional intelligence. *Knowledge solutions*, Springer; 329-339. [\[Link\]](#)
- Szcześniak M, Sopińska B, & Kroplewski Z. (2019). Big five personality traits and life satisfaction; the mediating role of religiosity. *Religions*; 10(7): 437. [\[Link\]](#)
- Szcześniak M, Tułeczka M. (2020). Family functioning and life satisfaction; the mediatory role of emotional intelligence. *Psychology research and behavior management*; (13): 223-232. [\[Link\]](#)
- Van Beuningen J. (2012). The satisfaction with life scale examining construct validity. Den Haag/Heerlen: Statistics Netherlands. [\[Link\]](#)
- Watson D, Stasik SM, Ellickson-Larew S, & Stanton K. (2015). Extraversion and psychopathology: a facet-level analysis. *Journal of abnormal psychology*; 124(2): 432-446. [\[Link\]](#)

