

۱۴۰۱/۴/۳۴

دکتر فریبا پروا پرست پنا

زندگے زیبا

دکتر وحید کاظمی نژاد

دکتر داوران نجفی



انتشارات آثار فکر

تهران - ۱۳۹۵



کافلی نژاد، مجید، ۱۳۵۵ -	سرشناسه
ذهن زیبا برابر است با زندگی زیبا / مجید کافلی نژاد، کامران گنجی.	عنوان و نام پدیدآور
تهران: آثار فکر، ۱۳۹۵.	مختصات نشر
۱۵۳ص	مختصات ظاهری
978-600-7492-45-1	شابک
فبا	مفید فهرست نویسی
دانشجویان - ایران - تهران - بهداشت روانی - نمونه پژوهی / باب آوری - ایران - تهران - نمونه پژوهی	موضوع
Case studies -- Resilient therapy -- Iran -- Tehran	موضوع
هوش هیجانی -- ایران -- تهران -- نمونه پژوهی	موضوع
Case studies -- Emotional intelligence -- Iran -- Tehran	موضوع
کیفیت زندگی -- ایران -- تهران -- نمونه پژوهی	موضوع
studies Quality of life -- Iran -- Tehran -- Case	موضوع
مجموعه: کامران، ۱۳۴۵ -	شماره افزوده
۱۳۹۵/۰۴/۰۲	ردیف بندی کتبی
۶۱۶۸۹۰۰۸۱۰۵۵۱۲۲	ردیف بندی دیویدی
۱۳۴۳۴	شماره کتابشناسی ملی

تهران، میدان انقلاب، خیابان افشار، پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶۶۴۷۰۵۵ / نمایه: ۶۶۴۸۰۸۸۲



ذهن زیبا برابر است با زندگی زیبا

تالیف: دکتر مجید کاظمی نژاد - دکتر کاران گنجی

ناشر: انتشارات آثار فکر

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸ ۶۰۰ ۷۴۹۲ ۴۵ ۱

قیمت ۹۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات تحقیق.....	۱۳
۱- بیان مساله.....	۱۳
۱-۱ ضرورت و اهمیت تحقیق.....	۱۸
۱-۲ اهداف تحقیق.....	۲۰
۱-۳-۱ اهداف کلی.....	۲۰
۱-۳-۲ اهداف جزئی.....	۲۰
۴-۱ مدل مفهومی پژوهش.....	۲۰
۱-۵ فرضیه‌های تحقیق.....	۲۱
۱-۶-۱ تعریف مفهومی و عملیاتی متغیرها.....	۲۲
۱-۶-۱-۱ تعریف مفهومی متغیرها.....	۲۲
۱-۶-۱-۲ تعاریف عملیاتی متغیرها.....	۲۳
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق.....	۲۵
۱-۲ رضایت از زندگی.....	۲۶
۱-۲-۱ مفهوم رضایت و تعریف آن.....	۲۶
۱-۲-۲ رضایت از زندگی.....	۲۸
۱-۲-۳ رضایت و مفاهیم مشابه.....	۲۹
۱-۲-۴ مبانی نظری رضایت از زندگی.....	۳۳
۲-۲ تعادل عاطفی.....	۳۸
۱-۲-۲ تعریف تعادل عاطفی.....	۳۸
۲-۲-۲ ساختار عاطفی.....	۴۰

۴۳	۲-۳-۳- تفاوت‌های فردی در حیطه‌ی عواطف
۴۴	۲-۳-۴- تعادل عاطفی و پریشانی روانی
۴۷	۲-۳-۵- تاب‌آوری
۴۷	۲-۳-۱- تعریف تاب‌آوری
۴۹	۲-۳-۲- سیر تاریخی و فرایند تحولی مفهوم تاب‌آوری
۵۱	۲-۳-۳- مبانی نظری
۵۵	۲-۳-۴- تنوری شناختی و تاب‌آوری
۵۷	۲-۳-۵- مدل ۵ بخشی تاب‌آوری
۵۸	۲-۳-۶- اجزای روانی و بیرونی مدل ۵ بخشی
۶۱	۲-۳-۷- عامل مرتبط با تاب‌آوری
۶۲	۲-۳-۸- ویژگی‌های تاب‌آور
۶۴	۲-۴-۱- هوش هیجانی
۶۵	۲-۴-۲- برجسته شدن هوش هیجانی
۶۶	۲-۴-۳- تعریف هوش هیجانی
۶۹	۲-۴-۴- پیدایش هوش هیجانی
۷۴	۲-۴-۵- مدل‌های هوش هیجانی
۸۱	۲-۵-۱- پیشینه‌ی پژوهش
۸۱	۲-۵-۲- پیشینه‌ی داخلی
۸۵	۲-۵-۳- پیشینه‌ی خارجی
۸۷	۲-۶- جمع بندی

فصل سوم: روش تحقیق..... ۸۹

۸۹	۳-۱- مراحل اجرایی تحقیق
۹۱	۳-۲- روش و طرح تحقیق

۳-۳	جامعه آماری نمونه و نحوه نمونه گیری	۹۱
۳-۴	نمونه آماری و روش نمونه گیری	۹۲
۳-۵	روشهای جمع آوری اطلاعات	۹۲
۳-۶	معرفی ابزارهای پژوهش	۹۳
۳-۷	پایایی پرسشنامه	۹۵
۳-۸	روایی ابزار اندازه گیری	۹۷
۳-۹	روشهای تجزیه و تحلیل داده ها	۹۷
۳-۱۰-۱	تحلیل عاملی تاییدی	۹۸
۳-۹-۲	الگوی معادلات ساختاری	۹۹
۳-۹-۳	شاخصهای برازش در الگوی معادلات ساختاری	۱۰۰
۳-۱۰	ملاحظات اخلاق	۱۰۲
فصل چهارم: تجزیه تحلیل داده ها		
۴-۱	تحلیل عاملی تاییدی داده ها	۱۰۳
۴-۱-۱	تحلیل عاملی تاییدی مرتبه دوم هوش هیجانی	۱۰۴
۴-۱-۲	تحلیل عاملی تاییدی تاب آوری	۱۰۷
۴-۱-۳	تحلیل عاملی تاییدی تعادل عاطفی	۱۱۰
۴-۱-۴	تحلیل عاملی تاییدی رضایت زندگی	۱۱۲
۴-۲	شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش	۱۱۴
۴-۳	بررسی نرمال بودن داده ها	۱۱۴
۴-۴	ضریب همبستگی بین متغیرها	۱۱۵
۴-۵	آزمون فرضیه های تحقیق	۱۲۰
فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری		
۵-۱	خلاصه موضوع و روشها	۱۲۳

۱۲۴..... ۲-۵ یافته‌های تحقیق

۱۳۲..... ۳-۵ محدودیت‌های تحقیق

۱۳۲..... ۴-۵ پیشنهادهای کاربردی

۱۳۴..... ۵-۵ پیشنهادهایی جهت تحقیقات آتی

۱۳۵..... منابع و مراجع

۱۴۷..... پیوست

www.ketab.ir

فهرست جداول

- جدول ۱-۲: خلاصه‌ای از پنج دوره رشد هیجان‌ها و هوش (مایر، ۲۰۰۱)..... ۷۰
- جدول ۲-۲: مقایسه‌ی دو مفهوم سازی از هوش هیجانی..... ۷۵
- جدول ۳-۱: ضرایب آلفای کرونباخ متغیرهای پژوهش..... ۹۶
- جدول ۱-۴: بارهای عاملی ابعاد هوش هیجانی..... ۱۰۶
- جدول ۲-۴: شاخص‌های برازش کلی مدل آزمون شده پژوهش حاضر... ۱۰۶
- جدول ۳-۴: بارهای عاملی ابعاد هوش هیجانی..... ۱۰۹
- جدول ۴-۴: شاخص‌های برازش کلی مدل آزمون شده پژوهش حاضر... ۱۰۹
- جدول ۵-۴: بارهای عاملی و واریانس تبیین شده گویه‌های تعادل عاطفی..... ۱۱۱
- جدول ۶-۴: شاخص‌های برازش ریشه نه تعادل عاطفی..... ۱۱۱
- جدول ۷-۴: بارهای عاملی، واریانس تبیین شده گویه‌های رضایت از زندگی..... ۱۱۳
- جدول ۸-۴: شاخص‌های برازش مؤلفه مدیریت حمایت از زندگی..... ۱۱۳
- جدول ۹-۴: شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش..... ۱۱۴
- جدول ۱۰-۴: آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش..... ۱۱۵
- جدول ۱۱-۴: ماتریس همبستگی سازه‌های پژوهش..... ۱۱۶
- جدول ۱۲-۴: نتایج ضرایب اثر مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس تبیین شده..... ۱۱۹
- جدول ۱۳-۴: مشخصه‌های برازندگی مدل برازش شده..... ۱۲۰

فهرست شکل‌ها

- شکل ۱-۱: مدل مفهومی تحقیق..... ۲۱
- شکل ۱-۲: مدل ۵ بخشی ارائه شده توسط تروت، بکر و استفان (۲۰۰۹)..... ۲۲
- شکل ۱-۳: رباره تاب‌آوری..... ۵۶
- شکل ۲-۱: مدل توانایی هوش هیجانی میر و سالووی (۱۹۹۷)..... ۷۷
- شکل ۲-۲: مدل باران (۱۹۹۷) مدل شخصیتی سلسله مراتبی آمیخته..... ۸۰
- شکل ۲-۳: مدل هوش هیجانی آمیخته..... ۸۱
- شکل ۳-۱: نقشه علمی..... ۹۰
- شکل ۳-۲: خروجی لیزرل برای مرتبه دوم برای سازه هوش هیجانی..... ۱۰۵
- شکل ۳-۳: خروجی لیزرل برای سازه تاب‌آوری..... ۱۰۸
- شکل ۳-۴: خروجی لیزرل برای متغیر تبادلی عاطفی..... ۱۱۰
- شکل ۴-۱: خروجی لیزرل برای متغیر رضایت از زندگی..... ۱۱۲
- شکل ۴-۲: مدل آزمون شده پژوهش ($P < 0.01$ * $P < 0.05$)..... ۱۱۷
- شکل ۴-۳: ضرایب تی مدل آزمون شده پژوهش ($P < 0.01$ * $P < 0.05$)..... ۱۱۸

مقدمه

در سال‌های قبل و بعد از جنگ جهانی دوم، تمرکز روان‌شناسان بیشتر بر شرایط مرضی و روان نادرستی بوده است. اما با ظهور مکتب انسان‌گرایی و نظریه مازلو در سال ۱۹۶۰ تمایل به تحقیقات درباره جنبه‌های مثبت وجودی انسان رو به رونی گرفت. محققان زیادی سعی کردند این جنبه‌های مثبت را مورد بررسی قرار دهند، به خصوص از زمانی که سلیگمن ریاست انجمن روانشناسی آمریکا را به عهده گرفت. پژوهش در زمینه جنبه‌های مثبت وجودی انسان بیشتر مورد توجه واقع شد (سلیگمن و همکاران، ۱۹۸۸؛ پنتل از سلیگمن، ۲۰۱۲). از اهداف مهم مکتب "روانشناسی مثبت‌گرا" کمک به شکوفاسازی قابلیت‌های انسانی بوده است (کشاورزی و یوسفی، ۱۳۹۱).

یکی از سازه‌های مهم در روانشناسی مثبت‌گرا سازه سلامت روانشناختی است. سلامت روانشناختی دارای دو مؤلفه اصلی "عاطفی" و "شناختی" می‌باشد. مؤلفه عاطفی شامل دو بعد "داشتن عواطف مثبت" و "نداشتن عواطف منفی" است و مؤلفه شناختی، "رضایت‌مندی از زندگی" را شامل می‌شود. رضایت از زندگی به عنوان قضاوت شناختی در مورد کیفیت زندگی فرد به طور عام و خاص تعریف شده است (دینر، ۲۰۰۰؛ ملتفت و خیر، ۱۳۹۱). به عبارت دیگر، رضایت از زندگی قضاوت کلی فرد از زندگی است که از نظر برخی پژوهشگران (زکی، ۱۳۸۶)

بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت عینی فعلی او است. هرچه شکاف میان سطح آرزوهای فرد و وضعیت عینی وی بیشتر شود، رضایت او کاهش می‌یابد. رضایت درونی انسان‌ها از رشد فردی، اجتماعی و منابع سازشی نشأت می‌گیرد (فانک، هوبنر و الویس، ۲۰۰۶) و میزان آن در فرهنگ‌های مختلف متفاوت است (پارک و هوبنر، ۲۰۰۵). عوامل متعددی با رضایت از زندگی رابطه دارد که از آن جمله می‌توان به ویژگی‌های شخصیتی (آقابابایی و بلچینو، ۱۳۹۳)، وضعیت اجتماعی-اقتصادی، دامه‌د و اسپوسیتو، ۲۰۱۴)، تاب‌آوری و هوش هیجانی (جوکار، ۱۳۹۱) اشاره کرد. لذا پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی با تأکید بر نقش واسطه‌ای تعادل عاطفی و تاب‌آوری می‌پردازد.