

Relationship between emotional intelligence and psychological capital with life satisfaction in elderly



*Mostafaei A¹, Ghaderi D²

1- Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Payame Noor University, Tehran, Iran (**Corresponding Author**)

E-mail: a_mostafaei@pnu.ac.ir

2- Assistant Professor, Department of Psychology, Sarab Branch, Islamic Azad University, Sarab, Iran.

Abstract

Introduction: The world's population is rapidly rising to aging, and in the meantime, factors such as emotional intelligence and psychological capital are linked to life satisfaction in old age; the purpose of this study was to investigate the relationship between emotional intelligence and psychological capital with life satisfaction of elderly people in Mahabad.

Method: The present research is a descriptive and correlational study. The community consisted of all 65 year olds above the city of Mahabad, which were 10800 people. 412 people were selected as the final sample by available sampling method. The instruments for collecting information were the psychological capital questionnaire (Luthans, 2007), emotional intelligence (Bradberry, Greaves, 2006) and life satisfaction (Diener, 1985). The data were analyzed by Pearson correlation coefficient and Inter regression, using SPSS version 23 software.

Results: The results showed that all components of emotional intelligence (including self-awareness, self-management, and social awareness and relationship management) have a positive correlation with life satisfaction ($p < 0.01$). There is a positive correlation between the components of psychological capital (self-efficacy, hope, resilient, optimism) with life satisfaction ($p = 0.01$). Also, the results of regression analysis showed that emotional intelligence and psychological capital can predict life satisfaction and 35.1% of life satisfaction variance is explained by these variables.

Conclusion: Emotional intelligence and psychological capital can be learned and acquired throughout life; therefore, by teaching these two variables, life satisfaction can be increased in old age.

Keywords: Emotional intelligence, Psychological capital, life satisfaction, elderly.

Received: 24 February 2019

Accepted: 17 March 2019

Access this article online



Website:
www.joge.ir

DOI:
[10.29252/joge.3.3.51](https://doi.org/10.29252/joge.3.3.51)

بررسی رابطه بین هوش هیجانی و سرمایه روانشناختی با رضایت از زندگی سالمندان

*علی مصطفائی^۱، داود قادری^۲

۱- استادیار، گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

پست الکترونیکی: a_mostafaei@pnu.ac.ir

۲- استادیار، گروه روان شناسی، واحد سراب، دانشگاه آزاد اسلامی، سراب، ایران.

نشریه سالمندشناسی دوره ۳ شماره ۳ زمستان ۱۳۹۷، ۵۱-۵۸

چکیده

مقدمه: جمعیت دنیا به سرعت در حال سیر به سوی سالخورده شدن است و در این بین عواملی مثل هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی با رضایت از زندگی در سالمندی پیوند دارند؛ هدف این پژوهش بررسی ارتباط بین هوش هیجانی و سرمایه روانشناختی با رضایت از زندگی سالمندان شهر مهاباد انجام شد.

روش: پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه سالمندان ۶۵ سال به بالای شهر مهاباد بود که ۱۰۸۰۰ نفر بودند. تعداد ۴۱۲ نفر، با روش نمونه گیری در دسترس، به عنوان نمونه نهایی پژوهش انتخاب شدند. ابزارهای جمع آوری اطلاعات عبارت بودند از پرسشنامه های هوش هیجانی برادبری- گریوز (۲۰۰۶)، سرمایه روانشناختی لوتانز (۲۰۰۷)، و رضایت از زندگی (دینر، ۱۹۸۵). داده های پژوهش از طریق ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره در نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: نتایج نشان داد که تمامی مولفه های هوش هیجانی (شامل خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه) با رضایت از زندگی رابطه مثبت ($p = 0/01$) وجود دارد. بین مولفه های سرمایه روان شناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری، خوش بینی) با رضایت از زندگی رابطه مثبت ($p = 0/01$) دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی قادر به پیش بینی رضایت از زندگی هستند و ۳۵/۱ درصد واریانس رضایت از زندگی توسط متغیرهای یاد شده تبیین می شود.

نتیجه گیری: هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی قابل یادگیری و اکتساب در طی زندگی هستند؛ بنابراین با آموزش این دو متغیر می توان رضایت از زندگی را در سالمندی افزایش داد.

کلید واژه ها: هوش هیجانی، سرمایه روان شناختی، رضایت از زندگی، سالمندی.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۱۲/۲۷

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۲/۵

مقدمه

جمعیت دنیا و به تبع آن جمعیت ایران، در حال پیر شدن است. بر اساس سرشماری سال ۱۳۹۵ جمعیت سالمند ایران در حدود ۹ درصد است و پیش بینی می شود این رقم تا سال ۱۴۳۰ به ۳۰ درصد برسد (۱). بر این اساس، در سال ۱۴۳۰ درصد جمعیت سالمند در ایران از میانگین جهان و آسیا بیشتر خواهد بود (۲) از نظر جسمی، بالا رفتن سن خطر ابتلا به بیماری‌های غیرواگیر مانند بالارفتن فشارخون، قندخون، آلزایمر، پارکینسون، بیماری‌های عضلانی یا پوکی استخوان را افزایش می دهد. تغذیه نامناسب، نداشتن فعالیت فیزیکی، استعمال دخانیات و استفاده از الکل می تواند خطر ابتلا به بیماری‌های غیرواگیر را با بالارفتن سن افزایش دهند. اما علاوه بر تغییرات جسمی، به لحاظ روانی نیز تغییراتی در سالمندان ایجاد می شود؛ از جمله احساس تنهایی، افسردگی، اضطراب مرگ، سربار بودن و حسرت خوردن است که به واسطه از دست دادن دوستان، بستگان و هم سن و سالان و افراد هم دوره فرد حاصل می شود (۳).

دوره سالمندی به طور طبیعی مشکلات جسمی و روان شناختی به همراه دارد. سالمندانی که قادر به برقراری روابط بین فردی هستند و نسبت به احساسات خود شناخت دارند، رضایت بیشتری از زندگی خود دارند. یکی از فاکتورهای مرتبط با رضایت زندگی، هوش هیجانی است. هوش هیجانی شامل شناخت و کنترل عواطف و هیجان‌های خود است. گلن هوش هیجانی را استعداد، مهارت یا قابلیت می داند که عمیقاً تمامی توانایی‌های فردی را در دایره خود دارد. از نظر وی، هوش هیجانی به تفاوت‌های افراد در ادراک، پردازش، تنظیم و به کارگیری اطلاعات هیجانی اشاره دارد و چهار مؤلفه خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه را شامل می شود (۴). از نظر گلن (۵) خودآگاهی ریشه و اساس دیگر مؤلفه‌های هوش هیجانی می باشد و تا زمانی که از سطح خودآگاهی پائینی برخورداریم، در انتخاب هدف، برنامه ریزی برای رسیدن به هدف، مدیریت و کنترل احساسات خود، برانگیختگی خود، به کارگیری نظمی که بتوان براساس آن با احساسات دیگران هماهنگ شد، رشد مهارت‌های اجتماعی متناسب با هدف و عمل (مهارت‌هایی که برای مدیریت رفتار خود و اطرافیان لازم می باشد) با مشکل مواجه می شویم.

گلن (۵) معتقد است افرادی که می خواهند در ایجاد رابطه با دیگران مؤثر واقع شوند، باید توانایی تشخیص، تفکیک و کنترل احساسات خود را داشته باشند. بعد، از طریق همدلی، یک رابطه مناسب برقرار کنند. حتی خودانگیزی هم در میزان مهارت‌های اجتماعی تأثیر می گذارد. براساس تجربه، همه ما این را می پذیریم

که افرادی که در جهت پیشرفت برانگیخته می شوند خوش بینی آنها نسبت به آینده حتی مواقعی که با شکست مواجه می شوند زیاد می باشد. در پژوهشی (۹) مشخص شد که هوش هیجانی و جهت گیری مذهبی با اضطراب مرگ رابطه منفی دارد. مولفه‌های هوش هیجانی و مهارت‌های اجتماعی، پیش بین مثبت بهزیستی روان شناختی در سالمندی هستند (۱۰).

متغیر دیگر مرتبط با پژوهش، سرمایه روان شناختی است (۱۱). طبق تعریف، سرمایه روانشناختی یک حالت قابل توسعه و مثبت روانشناختی با مشخصه‌ها و مولفه‌های زیر است: متعهد شدن و انجام تلاش الزم برای موفقیت در کارها و وظایف چالش برانگیز (اعتماد به نفس / خودکار آمدی)، داشتن اسناد مثبت درباره موفقیت‌های حال و آینده (خوشبینی)، پایداری در راه هدف، و در صورت لزوم تغییر مسیر رسیدن به هدف، برای دستیابی به موفقیت (امیدواری) و پایداری هنگام مواجهه با سختیها و مشکلات برای دستیابی به موفقیت (انعطاف پذیری) (۹). یکی از ویژگی‌های مهم سرمایه روانشناختی این است که جزو حالت‌های روانشناختی محسوب میشود و برخلاف صفات و ویژگی‌های شخصیتی که ثابت و غیرقابل مداخله و تغییر هستند، از قابلیت تغییر و توسعه برخوردار است (۱۰). سازه امید، توانایی شخص برای هدفگذاری، تجسم مسیرهای الزم برای رسیدن به هدفها و داشتن انگیزه الزم در جهت رسیدن به آن هدفها است. خوشبینی، به اسنادهای علی مثبت اشاره میکند و روشی است که در آن افراد وقایع مثبت و منفی را تبیین می کنند و انتظار نتیجه مثبت دارند. تاب آوری، ظرفیت فرد برای پاسخ دادن و حتی شکوفا شدن در شرایط فشارزای مثبت یا منفی است و خودکارآمدی به اطمینانی که افراد به توانایی‌های خود برای انجام یک تکلیف خاص دارند، اشاره می کند (۹).

در پژوهشی (۱۱) مشخص شد سرمایه روان شناختی پیش بینی کننده سلامت روان در همه ابعاد نشانگان بالینی سالمندان بوده و روی هم رفته سرمایه روان شناختی ۳۴ درصد از واریانس سلامت روان سالمندان را تبیین می کند؛ و از چهار مؤلفه آن به ترتیب امید، خوش بینی و تاب آوری پیش بینی کننده سلامت روان بوده که در مجموع ۳۳ درصد از واریانس سلامت روان را تبیین می کنند. در پژوهشی دیگر (۱۲) محققین به این نتیجه رسیدند که آموزش تاب آوری امید به زندگی را افزایش می دهد.

بهزیستی ذهنی و رضایت از زندگی با سرمایه روان شناختی، مرتبط هستند (۱۳). سازه‌های بهزیستی و به تبع آن رضایت از زندگی به عنوان یکی از سازه‌های روانشناسی مثبت که هم به لحاظ رابطه با دیگر سازه‌ها و هم به لحاظ نقشی که در تبیین بسیاری از پیامدهای

رفتاری هیجانی دارد از اهمیت زیادی برخوردار است (۸). در پژوهشی (۱۴) این نتیجه حاصل شد که سطح رضایت از زندگی، سازگاری اجتماعی و خوش بینی سالمندان ساکن منزل بیشتر از سالمندان ساکن در سرای سالمندان است. رضایت از زندگی به جز اثرات فردی، اثرات اجتماعی مهمی نیز به همراه دارد؛ برای نمونه چنین احساسی به سلامتی فرد و جامعه کمک می کند، امید و خوش بینی را افزایش می دهد و احساس ضعف و انزوا و بدبینی در بین مردم را افزایش می دهد. این موارد با هم احساس تعلق و تعهد اجتماعی را ارتقا می دهند. مفهوم رضایت از زندگی، هرچند که با مفاهیم دیگری مانند خوش بینی و شادکامی نزدیک است، اما تعریف خاص خود را دارد. رضایت از زندگی به معنی احساس فرد در مورد عملکرد و شرایط زندگی اش و یا به عبارت دیگر ارزیابی سلامت و بهزیستی اش است. رضایت از زندگی مرگ و میر رابطه معکوس و با افزایش طول عمر در افراد سالمند رابطه مثبت دارد. به طور کلی، عوامل متعددی اعم از عوامل محیطی، اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی در ایجاد رضایت از زندگی مؤثر هستند. هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی نیز از عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی هستند (۱۵).

انتظار می رود هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی با رضایت از زندگی رابطه مثبت داشته باشند. هوش هیجانی جدیدترین تحول در زمینه فهم رابطه میان فکر و هیجان است که فرد را به طور مؤثری با نیازها فشارها و چالش های زندگی سازگار می کند.

از آنجا که افراد سالمند، درصد قابل توجهی از جمعیت جامعه را به خود اختصاص داده و با توجه به پیر شدن جمعیت، تعدادشان روز به روز در حال افزایش است، و از طرف دیگر، به لحاظ جسمی (کاهش قدرت بینایی و شنوایی، تحلیل بافت ماهیچه ای، بروز بیماریهای مزمن وابسته به سن) و روانی (احساس تنهایی، افسردگی، اضطراب مرگ، بازنشستگی شغلی، از دست دادن عزیزان، و مواردی نظیر آن) مشکلات فراوانی را تجربه می کنند؛ این گروه سنی، به لحاظ تجربه و جایگاهی که در طول زمان کسب کرده اند، برای جامعه سرمایه گرانقدری به حساب می آیند و وضعیت روان شناختی آنها با رضایت از زندگی رابطه مستقیمی دارد. مرور پیشینه پژوهش نشان داد که در زمینه رضایت از زندگی سالمندان پژوهش هایی صورت گرفته است، اما خلاء احساس می شود. پژوهش حاضر در صدد این است بداند، چه رابطه ای هوش هیجانی، سرمایه روان شناختی و رضایت از زندگی سالمندان وجود دارد؟ و آیا می توان از روی هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی، رضایت زندگی سالمندان را پیش بینی کرد؟

روشی مطالعه

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه سالمندان بالای ۶۵ سال شهر مهاباد می باشد که در مجموع بر اساس آخرین سرشماری انجام گرفته ۱۰۸۰۰ نفر می باشند. در این پژوهش از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شده است. حجم نمونه بر اساس جامعه آماری و بر اساس جدول مورگان ۴۵۰ نفر انتخاب شدند. ملاک ورود آزمودنی ها به پژوهش: (۱) سن بالاتر از ۶۵ سال، (۲) مدرک تحصیلی حداقل پنجم ابتدایی، (۳) تمایل به مشارکت در پژوهش، (۴) نداشتن سابقه بستری در بیمارستان روانی، (۵) سالم بودن بینایی و شنوایی و ملاک خروج هم شامل: (۱) سن کمتر از ۶۵ سال، (۲) سواد پایین تر از پنجم ابتدایی، (۳) عدم تمایل به شرکت در پژوهش، (۴) سابقه بستری داشتن در بیمارستان روانی، (۵) نابینا و ناشنوا بودن، (۶) ناقص پرکردن پرسشنامه ها. پس از آماده سازی پرسشنامه ها به شرکت کننده گان پژوهش در موقعیت های مختلف اجتماعی و مکان های عمومی (پارکها، محل تجمع سالمندان، مساجد و کانون بازنشستگان) مراجعه شد و پس از ارتباط با شرکت کننده گان و ارائه راهنمایی لازم، از آنها خواسته شد به مجموعه پرسشنامه های پژوهش به صورت مداد-کاغذی پاسخ دهند. به شرکت کننده گان درباره حفظ حریم و مشخصات آنها اطمینان داده شد و پژوهش به صورت بی نام انجام شد تا گمنامی شرکت کننده گان تضمین شود.

از بین ۴۵۰ پرسشنامه های توزیع شده، تعداد ۳۸ پرسشنامه به دلیل نقص در پاسخدهی، از روند بررسی حذف شدند. در نهایت ۴۱۲ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه هوش هیجانی برادبری-گریوز، پرسشنامه سرمایه روان شناختی لوتانز و پرسشنامه رضایت از زندگی دینر بود.

پرسشنامه هوش هیجانی برادبری - گریوز. به منظور اندازه گیری هوش هیجانی از پرسشنامه هوش هیجانی برادبری-گریوز (۱۶) استفاده شده است. این مقیاس دارای ۲۸ ماده است و دارای ۴ خرده مقیاس خودآگاهی، خود مدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت روابط است. آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه ای (هرگز تا همیشه) پاسخ می دهد. نمره بین ۲۸ تا ۷۸ نشانگر هوش هیجانی پایین و نمره بین ۱۲۸ تا ۱۶۸ نشانگر هوش هیجانی بالا است. در هنجاریابی آزمون (۱۷) در یک نمونه ۶۰۰ نفری، بین ۲ نوبت اجرا و برای ۴ مهارت تشکیل دهنده هوش هیجانی و جمع کل نمرات (هوش هیجانی) به ضرایب پایایی خودآگاهی (۰/۷۳)، خود مدیریتی (۰/۸۷)، آگاهی اجتماعی (۰/۷۸)، مدیریت روابط (۰/۷۶) و هوش هیجانی (۰/۹۰) دست یافتند که همه ضرایب به دست آمده

شده است. ۱۰ سؤال آن با رضایت از زندگی مرتبط بود که پس از بررسی‌های متعدد در نهایت به ۵ سؤال کاهش یافت و به‌عنوان یک مقیاس مجزا مورد استفاده قرار گرفت. طیف مورد استفاده در پرسشنامه رضایت از زندگی بر اساس طیف هفت گزینه‌ای لیکرت می‌باشد (کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم). نمره ۵ تا ۹ نشانگر عدم رضایت شدید و نمره ۲۵ تا ۳۵ نشانگر رضایت بسیار زیاد است. در ایران (۱۹) پایایی مقیاس رضایت از زندگی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و با روش بازآزمایی ۰/۶۹ به دست آمد. روایی سازه مقیاس رضایت از زندگی از طریق روایی همگرا با استفاده از فهرست شادکامی آکسفورد و فهرست افسردگی بک برآورد شد. این مقیاس همبستگی مثبت با فهرست شادکامی آکسفورد، و همبستگی منفی با فهرست افسردگی بک نشان داد.

تجزیه و تحلیل نتایج حاصل از این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام شد. برای تجزیه و تحلیل توصیفی داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون، و برای پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس هوش هیجانی و سرمایه روان‌شناختی از تحلیل رگرسیون به روش اینتر (همزمان) استفاده شده است.

یافته‌ها

از مجموع ۴۱۲ پرسشنامه که مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت، ۲۲۵ نفر مرد (معادل ۵۴/۶۱) و ۱۸۷ نفر (معادل ۴۵/۳۹) درصد زن بودند. از نظر سطح تحصیلات، ۲۵۶ نفر (معادل ۶۱/۶۴) دیپلم و زیر دیپلم، ۸۴ نفر (معادل ۲۰/۳۹) کاردانی، ۶۷ نفر (معادل ۱۶/۲۶) کارشناسی، ۵ نفر (معادل ۱/۲۱) کارشناس ارشد بودند. آماره توصیفی متغیرهای هوش هیجانی، سرمایه روان‌شناختی و رضایت از زندگی ارائه شده است (جدول ۱).

در سطح ۰/۹۹ معنی‌دار بود. برای تعیین روایی، این آزمون به همراه آزمون هوش هیجانی بار-ان در یک گروه ۹۷ نفری اجرا شده، و ضریب همبستگی بین آن‌ها ۰/۶۸ به دست آمد، و در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز. برای سنجش سرمایه روانی، از پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز (۱۰) استفاده شد. این پرسشنامه ۲۴ سؤالی و شامل چهار خرده مقیاس امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی است که در آن هر خرده مقیاس شامل ۶ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) لیکرت پاسخ می‌دهد. برای محاسبه نمره سرمایه روان‌شناختی ابتدا نمره هر خرده مقیاس محاسبه می‌شود و از جمع نمرات خرده مقیاس‌ها نمره سرمایه روان‌شناختی حاصل می‌گردد. برای به دست آوردن نمره سرمایه روانی ابتدا نمره هر خرده مقیاس به صورت جداگانه به دست آمد و سپس مجموع آن‌ها به عنوان نمره کل سرمایه روان‌شناختی محسوب شد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی حاکی از این بود که این آزمون دارای عوامل و سازه‌های مورد نظر سازندگان آزمون است. لوتانز (۱۰) با استفاده از تحلیل عاملی و معادلات ساختاری نسبت‌خیز دو این آزمون را ۲۴/۶ و آماره‌های CFI و RMSEA این مدل را ۰/۹۷ و ۰/۰۸ گزارش کرده است که روایی عاملی آزمون مورد تأیید قرار گرفته است. پایایی پرسشنامه در ایران (۱۸) بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش شده است.

پرسشنامه رضایت از زندگی (SWLS). این مقیاس توسط دینر (۱۹) تهیه و از ۵ گزاره که مؤلفه شناختی بهزیستی فاعلی را اندازه‌گیری می‌کند، تشکیل شده است. دینر و پات (۱۹) مقیاس رضایت از زندگی را برای همه گروه‌های سنی تهیه کردند. این مقیاس متشکل از ۴۸ سؤال بود که میزان رضایت از زندگی و بهزیستی را منعکس می‌کرد و تحلیل عاملی نشان داد که از سه عامل تشکیل

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار خرده مقیاس‌های هوش هیجانی، سرمایه روان‌شناختی و رضایت از زندگی

متغیر	خرده مقیاسها	انحراف معیار \pm میانگین
هوش هیجانی	خودآگاهی	۲۴/۵۷ \pm ۳/۵۷
	خودمدیریتی	۳۳/۳۳ \pm ۴/۲۶
	آگاهی اجتماعی	۲۰/۱۷ \pm ۳/۶۶
	مدیریت ارتباط	۳۳/۱۷ \pm ۴/۳۹
	تعداد کل	۴۱۲
سرمایه روان‌شناختی	خودکارآمدی	۲۷/۰۰ \pm ۴/۳۹
	امیدواری	۲۷/۵۶ \pm ۴/۱۲
	تاب‌آوری	۲۷/۰۵ \pm ۳/۵۷
	خوش‌بینی	۲۴/۲۹ \pm ۳/۷۱
	تعداد کل	۴۱۲
رضایت از زندگی	رضایت از زندگی	۲۳/۸۹ \pm ۶/۱۷

مدیریت ارتباط) با رضایت از زندگی رابطه مثبت ($p < 0/01$) دارند.

جدول ۳: ضریب همبستگی خرده مقیاس های سرمایه روان شناختی با رضایت از زندگی

خرده مقیاس	رضایت از زندگی
خودکارآمدی	۰/۴۴**
امیدواری	۰/۴۱**
تاب آوری	۰/۳۵**
خوش بینی	۰/۳۵**

همان طور که در (جدول ۳) مشاهده می شود هر چهار خرده مقیاس سرمایه روان شناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی) با رضایت از زندگی رابطه مثبت ($p < 0/01$) دارند.

به منظور بررسی نقش هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی در پیش بینی رضایت از زندگی از تحلیل رگرسیون به روش اینتر (همزمان) استفاده شد و متغیرهای هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی به عنوان متغیر پیش بین و رضایت از زندگی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شدند. همان طور که در (جدول ۴) ملاحظه می شود، میزان F مشاهده شده معنادار است ($P < 0/01$) و $1/35\%$ واریانس مربوط به رضایت از زندگی به وسیله هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی ($R^2 = 0/338$) تبیین می شود. چون رابطه متغیرهای پیش بین (جدول ۲) و (جدول ۳) با متغیر وابسته مثبت است، بدین معناست که هرچه هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی افزایش یابد میزان رضایت از زندگی نیز افزایش می یابد.

جدول ۴: ضریب همبستگی چندگانه و ضریب تعیین خرده مقیاس های هوش هیجانی و سرمایه روان شناختی با رضایت از زندگی

مدل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	معنی داری	R	R^2
رگرسیون	۵۴۸۵/۶۲۴	۸	۶۸۵/۷۰۳	۲۷/۲۲	۰/۰۰۰۱	۰/۵۹۲	۰/۳۵۱
باقیمانده	۱۰۱۵۲/۰۱۴	۴۰۳	۲۵/۱۹۱				
کل	۱۵۶۳۷/۶۳۸	۴۱۱					

متغیر پیش بین: خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی، مدیریت ارتباط، خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری، خوش بینی
متغیر وابسته: رضایت از زندگی

بحث

رابطه مثبتی وجود دارد (۲۱) فوستر و مکنزی (۲۲) این افراد را دارای شخصیت مبتکر دانسته که از چیره شدن بر مشکلات لذت می برند. در پژوهشی دیگر (۲۳) که به بررسی رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با رضایت زندگی سالمندان شهر اراک پرداخته بود. نتایج نشان داد که بین هوش معنوی و هوش هیجانی با رضایت از زندگی رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای هوش معنوی و هوش هیجانی به ترتیب پیش بینی کننده رضایت زندگی بودند. بین واسطه های خود ارزشمندی و نگاه به دنیای عادلانه با رضایت از زندگی سالمندان ارتباط مثبت وجود دارد (۲۴).

یکی دیگر از نتایج این پژوهش این بود که هوش هیجانی

چنانچه در (جدول ۱) مشاهده می شود در بین خرده مقیاس های هوش هیجانی، میانگین خودمدیریتی از همه بیشتر، و میانگین آگاهی اجتماعی از همه کمتر است؛ بیشترین پراکندگی مربوط به مدیریت ارتباط، و کمترین پراکندگی مربوط به خودآگاهی است. در بین خرده مقیاس های سرمایه روان شناختی، میانگین امیدواری از همه بیشتر، و میانگین خوش بینی از همه کمتر است. بیشترین پراکندگی مربوط به خودکارآمدی، و کمترین پراکندگی مربوط به تاب آوری است.

نرمال بودن توزیع نمرات با بررسی چولگی و کشیدگی نمرات مورد تایید قرار گرفت. مقدار آن بین $-1/85$ و $0/67$ متغیر بود. با توجه به این که این مقدار کمتر از $2 \pm$ است، پس داده ها نرمال هستند و می توان از آزمونهای پارامتریک برای تحلیل داده ها استفاده کرد.

جدول ۲: ضریب همبستگی خرده مقیاس های هوش هیجانی با رضایت از زندگی

خرده مقیاس	رضایت از زندگی
خودآگاهی	۰/۳۴**
خودمدیریتی	۰/۲۷**
آگاهی اجتماعی	۰/۴۱**
مدیریت ارتباط	۰/۴۸**

همان طور که در (جدول ۲) مشاهده می شود هر چهار خرده مقیاس هوش هیجانی (خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه هوش هیجانی و سرمایه روانشناختی با رضایت از زندگی صورت گرفت. نتایج نشان داد که متغیر هوش هیجانی و سرمایه روانشناختی با رضایت از زندگی رابطه معنادار داشته و قادر به پیش بینی رضایت از زندگی سالمندان می باشند. در تبیین این نتایج طبق تحقیق (۲۰) افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند از شادابی، نشاط، سرزندگی و استقلال بیشتری برخوردار بوده و عملکرد بهتری دارند همچنین نسبت به زندگی خوشبین تر و در برابر استرس مقاومتر و از پیشرفت بیشتری در زندگی برخوردار بوده اند. بین سلامت روان و هوش هیجانی نیز

رضایت جنسی زنان سالمند نقش دارد (۲۹). زنان شاغل بازنشسته در مقایسه با زنان غیر شاغل، خودپنداره مثبت و رضایت از زندگی بیشتری در دوره سالمندی داشتند (۳۰). لوتانز (۱۰) معتقد است که سرمایه روان‌شناختی با مشخصه‌های متعهد شدن و انجام تلاش لازم برای موفقیت در کارها و وظایف چالش برانگیز (اعتماد به نفس/خودکارآمدی) داشتن استنباط مثبت درباره موفقیت‌های حال و آینده (خوش‌بینی) پایداری در راه هدف و در صورت لزوم تغییر مسیر رسیدن به هدف برای دستیابی به موفقیت (امیدواری) و پایداری هنگام مواجهه با سختی‌ها و مشکلات برای دستیابی به موفقیت (انعطاف‌پذیری)، می‌تواند بر رضایت از زندگی تأثیر بگذارد.

مهمترین محدودیت این پژوهش روش نمونه‌گیری آن است؛ بر حسب موضوع پژوهش امکان استفاده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی نبود و به ناچار از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. همچنین محدود شدن نمونه پژوهش به سالمندان ۶۵ سال به بالا امکان مقایسه مدل پژوهش را در گروه‌های سنی مختلف از بین می‌برد.

نتیجه‌گیری نهایی

با توجه به این که تمامی خرده‌مقیاس‌های هوش هیجانی و سرمایه روان‌شناختی با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنادار داشتند، لذا توصیه می‌شود با آموزش هوش هیجانی و ارتقای سرمایه روان‌شناختی سالمندان، رضایت از زندگی را افزایش داد.

References

1. Statistical Center of Iran. The goals of census. I.R. Iran. 2019. <https://www.amar.org.ir>
2. World Health Organization: World population ageing. Geneva: world health Organization. 2019
3. Berk LR. Development through the Lifespan. New York: Pearson. 2014.
4. Goleman D. HBR Emotional Intelligence Series. Boston, Massachusetts: Harvard Business Review Press. 2018.
5. Mostafaei A, Mohammadkhani M, Abdi A. Emotional intelligence. Tehran: Payam e Noor University press. 2018.
6. Salaripour SM, Maktabi G, Alipour S. Relationship between emotional intelligence and religious orientation with death anxiety in retired male employees of Khuzestan Steel Industries of Ahvaz. Culture counseling. 2018; 9 (33): 99-117. DOI: 10.22054/QCCPC.2018.27614.1686

و سرمایه روان‌شناختی پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی سالمندان هستند. نتایج با یافته‌های قبلی همخوان است برای مثال در پژوهشی (۲۵) که به بررسی رابطه عمل به باورهای دینی و رضایت از زندگی در بین سالمندان رضایت از زندگی در بین سالمندانی که عمل به باورهای دینی دارند، بیشتر است همچنین، بخشی از تغییرات رضایت از زندگی سالمندان به کمک ابعاد هوش معنوی و سرمایه روان‌شناختی قابل پیش‌بینی است. بنابراین به منظور افزایش سطح رضایت از زندگی سالمندان پیشنهاد می‌شود که زمینه ارتقای سطح هوش معنوی و سرمایه روان‌شناختی آنان فراهم شود (۲۶). در پژوهشی (۲۲) که به بررسی الگوی ساختاری رابطه مؤلف‌های سرمایه روان‌شناختی با رضایت از زندگی و رضایت زناشویی در همسران ایثارگران شهرکرد پرداخته بود نتایج تحقیق نشان داد که امیدواری و جهت‌گیری به زندگی با رضایت از زندگی دارای رابطه مستقیم و خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری، جهت‌گیری به زندگی همراه با رضایت از زندگی با رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معنادار دارند.

نتایج پژوهش سلم آبادی، رجبی و صف آرا (۲۷) نشان داد آموزش مرور زندگی بر میزان رضایت زندگی و احساس انسجام سالمندان است. لذا می‌تواند به عنوان رویکرد درمانی جایگزین یا روش مکمل در کنار درمان‌های موجود برای بهبود زندگی در میان سالمندان مورد توجه قرار بگیرد. علاوه بر این، فعالیت‌های بدنی ویژه سالمندان نیز بر کیفیت، امید و رضایت از زندگی سالمندان اثرگذار است (۲۸) سبک‌های شوخ طبعی و حمایت اجتماعی نیز در

7. Akhavan Tafti M, Mofradnezhad N. the relationship of emotional intelligence and social skills with psychological well-being in the elderly. 2018; 13 (3): 334 - 345.
8. Luthans F, Youssef CM, Avolio B J. Psychological capital: Developing the human competitive edge (Vol. 198). Oxford: Oxford University Press. 2007.
9. Luthans F, Avolio B J, Avey JB, Norman SM. Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. Personnel psychology. 2007; 60 (3), 541-572.
10. Luthans F. Psychological capital: Implications for HRD, retrospective analysis, and future directions. Human resource development quarterly. 2012; 23 (1), 1-8.
11. Salehi R, Mohammadi M. The Relationship between Psychological, Spiritual and Social Capital with Clinical Symptoms of the Elderly. Journal of ageing psychology. 2017; 3 (1): 69-83.

12. Ghamari M, Mir A. The Effectiveness of Teaching Tolerance on Anxiety of Death and Life Expectancy of Aged Women Residing in Nursing Homes. *Journal of ageing psychology*. 2018; 3 (4): 253-262.
13. Steel P, Schmidt J, Shultz J. Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin*. 2008; 134 (1), 138.
14. Ebrahimpour G. Comparison of satisfaction with life, Social Adjustment and Optimism in the Elderly at Home and Nursing Homes. *Journal of ageing psychology*. 2018; 3 (3): 219-228.
15. Guven C, Saloumidis R. Life satisfaction and longevity: longitudinal evidence from the German socio-economic panel. *German economic review*. 2014; 15 (4), 453-472.
16. Bradberry T, Greaves J. *The emotional intelligence quick book: Everything you need to know to put your EQ to work*. Simon and Schuster. 2006.
17. Ganji H, Mirhashemi M, Sabet M. Standardization of the Bradbury-Graves Emotional Intelligence questionnaire. 2007; 2 (5): 23-35.
18. Ghorbani Zadeh V, Alizadeh H, Khani S, Mohamadi A. A Structural Model for the Effect of Psychological Capital on Organizational Citizenship Behavior. 2016; 5 (10):95-106. URL: <http://jrsm.khu.ac.ir/article-1-2366-en.html>
19. Bayani AA, Koocheky AM, Goodarzi H. The reliability and validity of the satisfaction with life scale. *Journal of developmental psychology*. 2007; 3 (11): 259-265.
20. Nightingale S, Spiby H, Sheen K, Slade P. The impact of emotional intelligence in health care professionals on caring behaviour towards patients in clinical and long-term care settings: Findings from an integrative review. *International journal of nursing studies*. 2018; 80, 106-117.
21. Ghaderi M, Shamsi A. The correlation between emotional intelligence and mental health among students of Jiroft city. *JHPM*. 2015; 5 (1): 62-72. URL: <http://jhpm.ir/article-1-546-fa.htm>
22. Foster K, Mckenzie H. Educational approaches and activities to enhance emotional intelligence. In *Emotional intelligence in health and social care* (pp. 127-145). Routledge. 2018 .
23. Gomsheh M, Shafiee Tabar M. Relationship between spiritual intelligence and loneliness with life satisfaction in the elderly in Arak. *Second International Conference on Psychology, Education and Lifestyle*. 2015. https://www.civilica.com/Paper-ICPE02-ICPE02_850.html.
24. Yamini M, Sadidi M. Relationships between The self-worth and Beliefs in a just world with life satisfaction of elderly People. *Joge*. 2019; 3 (2): 40-48. URL: <http://joge.ir/article-1-268-fa.html>.
25. Hadjizadeh Meimandi M, Barghamadi M. The Study of the Relationship between Religious Beliefs Performance and Life Satisfaction among the Elderly. *Sija*. 2010; 5 (1). URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-297-fa.htm>.
26. Jafari A, Hesampour F. Predicting Life Satisfaction Based On Spiritual Intelligence and Psychological Capital in Older People. *Sija*. 2017; 12 (1): 90-103. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1223-fa.html>.
27. Salmabadi M, Rajabi M J, Safara M. Effectiveness of Training the Review of Life on Life Satisfaction and Sense of Coherence Middle-aged women and elderly nursing home residents in Qazvin. *Sija*. 2018; 13 (2):198-209. URL: <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1229-fa.html>.
28. Rezaei S, Esmaeili M. The effect of physical activities on the quality of life, hope and life satisfaction among the elderly in Ilam city. *joge*. 2017; 2 (1):29-40. URL: <http://joge.ir/article-1-131-fa.html>.
29. Khodabakhshi-Koolae A, MirAfzal N. Relationship between Humor and Social Support with Sex Satisfaction in Elderly Married Women. *joge*. 2017; 2 (1) :1-10. URL: <http://joge.ir/article-1-141-fa.html>.
30. JahangiriZadeh P, Khodabakhshi Koolae A. The relationship between self-concept, life satisfaction and hope among retired and housewife older adults' women. *joge*. 2016; 1 (1): 19-28. URL: <http://joge.ir/article-1-68-fa.html>.