

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در  
پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان متأهل شهر تهران

**The role of core self-evaluation and loneliness in prediction  
of marital satisfaction and life satisfaction of married  
women in Tehran**

R. Jafari Fazel, M.A.

راضیه جعفری فاضل \*

G. Dehshiri, Ph.D.

دکتر غلامرضا دهشیری \*\*

S.F. Mousavi, Ph.D.

دکتر سیده فاطمه موسوی \*\*\*

**چکیده**

مطالعه نقش تعیین‌کننده‌های شخصیتی و هیجانی در نگرش فرد نسبت به زندگی و رابطه زناشویی به دلیل جایگاه آن در تندرستی و روانشناختی مورد توجه تحقیقات گوناگونی قرار گرفته است. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش خودارزشیابی هسته‌ای به‌عنوان یک رگه شخصیتی و احساس تنهایی به‌عنوان متغیر هیجانی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان متأهل صورت گرفت. روش پژوهش از نوع همبستگی بود. بدین‌منظور ۱۵۰ نفر از زنان متأهل شهر تهران با روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه انتخاب گردید. ابزار پژوهش

---

\*. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه الزهراء (س)

\*\* .استادیار روانشناسی دانشگاه الزهراء (س)

\*\*\*. استادیار روانشناسی پژوهشکده زنان دانشگاه الزهراء (س) (نویسنده مسؤل)

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

شامل مقیاس احساس تنهایی، سنجش رابطه، رضایت از زندگی و خودارزشیابی هسته‌ای بود. نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد میان خودارزشیابی هسته‌ای، رضایت زناشویی و رضایت از زندگی همبستگی مثبت معنی‌دار ( $P \leq 0/001$ ) و بین احساس تنهایی با رضایت زناشویی و رضایت از زندگی رابطه منفی معنی‌داری ( $P \leq 0/001$ ) وجود داشته، خودارزشیابی‌های هسته‌ای و مؤلفه‌های احساس تنهایی قادرند به‌طور معنی‌داری ( $P \leq 0/001$ ) تغییرات رضایت از زندگی و رضایت زناشویی را تبیین نمایند. تقویت مؤلفه‌های مثبت پایدار شخصیتی می‌تواند با اشکال مشاوره، مداخله و درمان در آغاز و تداوم زندگی زناشویی موفق مؤثر واقع شود.

**واژه-کلیدها:** خودارزشیابی‌های هسته‌ای، تنهایی، رضایت زناشویی، رضایت از زندگی.

## Abstract

The investigation of personality and emotional determinants in individual attitudes toward life and marital relationship, due to its key role in physical and psychological well-being, has been the object of various research. This research was conducted with the goal of studying the core self-evaluation as a personality trait, on the one hand, and loneliness as an emotional variable, to predict life satisfaction and marital satisfaction in married women. The research method is correlation. To this end, 150 participants were selected by convenient sampling from Tehran city. The assessment tools include Loneliness Scale, Relationship Assessment Scale, Satisfaction with Life Scale and Core Self-evaluation Questionnaire. The result of administering the Pearson's correlation test and analysis of stepwise regression showed a strong positive correlation between core self-evaluation, life and marital satisfaction, and strong negative correlation between loneliness, life and marital satisfaction in married women ( $P \leq 0.001$ ). Also, the role of core self-evaluation and loneliness in relation with family and friends to predict life and marital satisfaction was confirmed. Strengthening positive stable components of personality in forms of counseling, intervention and treatment is effective in the beginning and continuation of a successful marriage.

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

**Keywords:** core self-evaluation, loneliness, marital satisfaction, life satisfaction.

**Contact information:** f.mousavi@alzahra.ac.ir

\*\*\*

## مقدمه

رضایت از زندگی فرآیند مقایسه‌ای است که در آن فرد با تأثر از تجارب مختلف زندگی، کیفیت زندگی خود را بر اساس استانداردهای خودتحمیل‌شده مورد ارزیابی قرار داده (داینر، ۱۹۸۴)، که طبق مدل هیوینر (۱۹۹۴)، به نقل از کاپکران، (۲۰۱۳) از پنج حوزه شامل دوستان، مدرسه، محیط زندگی، خانواده و خود حاصل می‌شود. طبق دیدگاه داینر (۱۹۸۴) تغییرات رضایت‌مندی در حوزه‌های خاص چون رضایت زناشویی باعث تغییرات رضایت‌مندی کلی زندگی می‌شود، تحقیقات بیانگر رابطه مثبت رضایت زناشویی با سطح کلی رضایت از زندگی و رواندروستی بوده (فرودیگر، ۱۹۸۳؛ پرولکس، هلمز و بوهرلر، ۲۰۰۷)، هردو حاوی مؤلفه شناختی هستند. رضایت زناشویی به‌عنوان بُعد اختصاصی رضایت از زندگی، تجربه ذهنی شادکامی در روابط زناشویی (هندریک، دایک و هندریک، ۱۹۹۸) و حالتی ذهنی است که مزایای ادراک‌شده و ارزش‌های حاصل از ازدواج با یک فرد را منعکس می‌سازد (بامیستر، ۲۰۰۷)، مطالعات مختلف، رابطه آن‌ها را با گستره‌ای از فرآیندها و برآیندهای روانشناختی، اجتماعی، بین‌فردی و درون‌فردی مورد بررسی قرار داده، به نقش پیش‌بین رگه‌ها شخصیتی چون خودارزشیابی هسته‌ای<sup>۱</sup> در رضایت از زندگی و رضایت زناشویی (جاج، بونو، ارز و لاک، ۲۰۰۵) پرداخته‌اند، خودارزشیابی هسته‌ای، رگه شخصیتی ناهشیار و پایداری است که به ارزشیابی‌های اساسی فرد در مورد خود، توانایی‌ها و مهارش بر محیط اشاره داشته (جاج، لاک، دورهام و کلاگر، ۱۹۹۸)، منطبق با نظریه رگه‌های/ امیال آلپورت شامل چهار مؤلفه حرمت خود، خودکارآمدپنداری تعمیم‌یافته<sup>۲</sup>، منبع مهار و نوروزگرایی (بونو و جاج، ۲۰۰۳) است. مفهوم خودارزشیابی‌های هسته‌ای با سابقه مطالعاتی در بستر سازمانی، در سال‌های اخیر با سازه‌های روانشناختی چون افزایش حرمت خود، خودکارآمدپنداری کلی، منبع درونی مهار در فرد، سطوح پایین روان‌نژندی و رضایت از ابعاد مختلف زندگی (جاج، لاک و دورهام، ۱۹۹۷)، رضایت از زندگی و شادکامی (پیکولو و دیگران، ۲۰۰۵)، نقش واسطه‌ای تعاملات

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

زناشویی در رابطه خودارزشیابی هسته‌ای و موفقیت زناشویی (آرنولد، اونیل و برابانت، ۲۰۱۱) نقش تعدیل‌کننده خودارزشیابی هسته‌ای در رابطه رواندرستی ذهنی و کارکردهای جسمی، نقش میانجی‌گری آن بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی (تسائوسیس و دیگران، ۲۰۰۷؛ سان، ونگ و کونگ، ۲۰۱۳) مورد بررسی قرار گرفته است، ملاحظه می‌شود که این سازه از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم رواندرستی، میزان سازش‌یافتگی هر فرد با محیط اجتماعی وی محسوب شده (نجفی و دیگران، ۱۳۹۰)، با رگه‌هایی چون مثبت‌اندیشی، اعتمادبه‌خود، خودمهارگری، برخورداری از شبکه گسترده حمایتی، شادکامی و توانایی در برقراری روابط صمیمی ارتباط نیرومندی دارد. زوجین با خودارزشیابی منفی ناتوان از برقراری روابط صمیمانه، با درگیر شدن در چرخه ناسازگاری و تجربه مکرر کناره‌گیری و تعارض، دچار احساس تنهایی و افسردگی و در نتیجه کاهش حرمت خود و خوداثربخشی می‌گردند (علیپور، رحیمی و زارع، ۱۳۹۲). احساس تنهایی تجربه شایع، منفی و آزارنده روانشناختی در دو بخش تنهایی عاطفی<sup>۳</sup> و تنهایی اجتماعی<sup>۴</sup> (ویس، ۱۹۷۳) به مثابه شاخص مهم رضایت از زندگی، به تجربه «نارضایتی از روابط اجتماعی» منجر گردیده (رحیم‌زاده و دیگران، ۱۳۸۸)، با مشکلات جسمی و روانی- اجتماعی (نظیر حرمت خود پایین، احساس شایستگی خود ضعیف، تعاملات اجتماعی ناپخته) (نجفی و دیگران، ۱۳۹۰) همراه است. احساس تنهایی، به‌عنوان بازتابی از نقصان کمی و کیفی در شبکه روابط اجتماعی فرد و اختلاف بین روابط ایده‌آل و روابط واقعی (موجود) فرد، با سطوح پایین رضایت از زندگی (گودوین، کوک و یانگ، ۲۰۱۱)، رضایت زناشویی (جوآنمرد و دیگران، ۲۰۱۴) و نقش میانجی‌گری آن در رابطه بین نیاز به تعلق و رضایت از زندگی (ملور و دیگران، ۲۰۰۸)، و رابطه بین حرمت خود و حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی (کاپکران، ۲۰۱۳) مورد مطالعه قرار گرفته است. با توجه به آنچه گفته شد، این پژوهش درصدد است تا نقش پیش‌بین خودارزشیابی‌های هسته‌ای به‌عنوان یک مولفه شخصیتی و احساس تنهایی به مثابه یک سازه عاطفی را در رضایت از زندگی و رضایت زناشویی زنان متأهل مورد بررسی قرار دهد.

## روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش: روش این پژوهش توصیفی و از نوع

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان متأهل شهر تهران بوده که از آن میان، نمونه‌ای به حجم ۱۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری دردسترس و داوطلبانه از مراکز مراجعه عمومی چون مطب پزشکان، سالن‌های زیبایی، سرای محله و... در دامنه سنی بین ۲۱ تا ۶۲ سال با میانگین ۳۸/۷۱ و طول مدت ازدواج بین ۱ تا ۵۴ سال انتخاب شدند. پرسشنامه‌ها به صورت انفرادی تکمیل گردید.

**ابزار پژوهش: مقیاس رضایت از زندگی:** این مقیاس توسط داینر، امونس، لارسن و گریفین (۱۹۸۵) برای اندازه‌گیری سطح رضایت از زندگی کلی افراد در ۵ سوال با مقیاس پاسخگویی لیکرت ۷ درجه‌ای (کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) طراحی شده است. ضرایب همسانی درونی و بازآزمایی مقیاس در بین دانشجویان به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۲ گزارش شده است (داینر و دیگران، ۱۹۸۵). همسانی درونی آن در جامعه ایرانی ۰/۸۵ (شیخی، هومن، احدی و سپاه منصور، ۱۳۹۰) و در پژوهش حاضر ۰/۸۹ به دست آمد.

**مقیاس سنجش رابطه<sup>۵</sup>:** این مقیاس به منظور ارزیابی میزان رضایت کلی افراد از روابط زناشویی توسط هندریک (۱۹۸۸) در هفت سؤال با طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (رضایت کم «۱» تا رضایت بالا «۵») تنظیم شده است. نمره کل (۷ تا ۳۵) هر فرد شاخصی از میزان رضایت وی از رابطه است. ضرایب همسانی درونی مقیاس در مطالعه سازنده آن بین ۰/۸۵ تا ۰/۹۱ گزارش شده است. همسانی درونی این مقیاس در نمونه ایرانی برابر با ۰/۸۸ و همبستگی آن با نمرات مقیاس رضایت زناشویی کانزاس در حد مناسبی گزارش شده است (دهشیری و موسوی، ۱۳۹۵). ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۶ به دست آمد.

**مقیاس احساس تنهایی:** این مقیاس توسط دهشیری، برجعلی، شیخی، عسکرآباد (۱۳۸۷) ساخته شد و دارای ۳۸ سؤال با مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از خیلی زیاد تا خیلی کم و سه خرده‌مقیاس شامل تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده، تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان و نشانگان عاطفی تنهایی است. ضرایب قابلیت اعتماد همسانی درونی و بازآزمایی کل مقیاس به ترتیب برابر با ۰/۹۱ و ۰/۸۳ بود (دهشیری و دیگران، ۱۳۸۷). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۱ به دست آمد.

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

پرسشنامه خودارزشیابی‌های هسته‌ای: این پرسشنامه توسط جاج و دیگران (۲۰۰۵) به منظور ارزیابی ارزشیابی از خود ارزشمندی، مهار محیط، برخورداری از قابلیت و شایستگی برای کسب موفقیت و سازش‌یافتگی هیجانی ابتدا در ۶۵ گویه و سپس در ۱۲ گویه براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای با لیکرت (از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم) تنظیم گردید. ضریب همسانی درونی آن توسط سازندگان آن بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۵ و در نمونه ایرانی ۰/۷۳ گزارش شده است (تابع تبار و آقایی، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۷۵ محاسبه شد.

## داده‌ها یافته‌ها

جدول ۱: رابطه همبستگی بین خودارزشیابی هسته‌ای، مؤلفه‌های احساس تنهایی با رضایت زناشویی و رضایت از زندگی

متغیرها	رضایت زناشویی	رضایت از زندگی	خودارزشیابی مرکزی	احساس تنهایی	تنهایی در روابط خانوادگی	تنهایی در روابط دوستان	نشانه‌های عاطفی تنهایی
رضایت زناشویی	-	۰/۵۹°	۰/۴۳°	-۰/۴۲°	-۰/۳۷°	-۰/۲۱°	-۰/۳۲°
رضایت از زندگی	۰/۵۹°	-	۰/۳۳°	-۰/۴۷°	-۰/۴۲°	-۰/۳۹°	-۰/۱۳
میانگین	۲۴/۶۲	۲۱/۰۳	۴۱/۱۹	۶۰/۵۶	۲۱/۲۳°	۲۵/۲۳	۱۱/۹۸
انحراف استاندارد	۵/۳۱	۶/۲۱	۶/۹۱	۱۷/۰۱	۹/۳۱	۸/۰۹	۵/۷۵

\*  $P < 0.001$

چنان‌چه از جدول شماره (۱) مشاهده می‌شود بین خودارزشیابی‌های هسته‌ای با رضایت زناشویی [ $r(150) = 0.43, P < 0.001$ ] و رضایت از زندگی [ $r(150) = 0.33, P < 0.001$ ] رابطه مثبت و معنی‌دار و بین احساس تنهایی با رضایت زناشویی [ $r(150) = -0.42, P < 0.001$ ] و رضایت از زندگی [ $r(150) = -0.47, P < 0.001$ ] و خودارزشیابی‌های هسته‌ای [ $r(150) = -0.41, P < 0.001$ ] همبستگی منفی و معنی‌دار وجود دارد.

نقش خود ارزشیابی های هسته ای و احساس تنهایی در پیش بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

### جدول ۲: نتایج تحلیل رگرسیون و پیش بینی رضایت زناشویی بر اساس خودارزشیابی های هسته ای و مؤلفه های احساس تنهایی

$\Delta R^2$	$R^2$	R	$\beta$	خطای استاندارد	B	متغیر
۰/۰۹	۰/۱۹°	۰/۴۴	۰/۴۴	۰/۰۶	۰/۳۳°	۱ خودارزشیابی های مرکزی
	۰/۲۸°	۰/۵۳	۰/۳۵	۰/۰۶	۰/۲۷°	۲ خودارزشیابی های مرکزی
			-۰/۳۱	۰/۰۴	-۰/۱۸°	احساس تنهایی در روابط خانوادگی

\*  $P < ۰/۰۰۱$

چنانچه از جدول شماره (۲) مشاهده می شود مدل نهایی پژوهش با دو متغیر پیش بین خودارزشیابی های هسته ای و احساس تنهایی در روابط خانوادگی به طور معنی داری ۲۸ درصد از تغییرات رضایت زناشویی را تبیین می کند [ $R^2 = ۰/۲۸$ ,  $F(۲) = ۱۴۷$ ,  $۲۸/۵۵$ ,  $P < ۰/۰۰۱$ ]. از بین متغیرهای پیش بین دو متغیر خودارزشیابی های هسته ای ( $\beta = ۰/۳۵$ ,  $t = ۴/۸۴$ ,  $P < ۰/۰۰۱$ ) و احساس تنهایی در روابط خانوادگی ( $\beta = -۰/۳۱$ ,  $t = -۴/۳۱$ ,  $P < ۰/۰۰۱$ ) به طور معنی داری در پیش بینی رضایت زناشویی نقش داشتند.

### جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون و پیش بینی رضایت از زندگی بر اساس خودارزشیابی های هسته ای و مؤلفه های احساس تنهایی

$\Delta R^2$	$R^2$	R	$\beta$	خطای استاندارد	B	متغیر
۰/۰۸	۰/۱۹°	۰/۴۳	-۰/۴۳	۰/۰۵	-۰/۲۹°	۱ احساس تنهایی در روابط خانوادگی
	۰/۲۷°	۰/۵۲	-۰/۳۵	۰/۰۵	-۰/۲۴°	۲ احساس تنهایی در روابط خانوادگی
			-۰/۳۰	۰/۰۶	-۰/۲۳°	احساس تنهایی در روابط با دوستان
۰/۰۳	۰/۳۰°	۰/۵۵	-۰/۳۱	۰/۰۵	-۰/۲۱°	۳ احساس تنهایی در روابط خانوادگی
			-۰/۲۷	۰/۰۶	-۰/۲۰°	احساس تنهایی در روابط با دوستان
			-۰/۱۸	۰/۰۷	-۰/۱۶°	خودارزشیابی های مرکزی

\*  $P < ۰/۰۰۱$

چنانچه از جدول شماره (۳) مشاهده می شود مدل نهایی پژوهش با سه متغیر پیش بین احساس تنهایی در روابط خانوادگی، احساس تنهایی در روابط با دوستان و خودارزشیابی های هسته ای به طور معنی داری ۳۰ درصد از تغییرات رضایت از زندگی را تبیین می کند

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

[ $R^2 = 0/30$ ,  $F(146,3) = 21/09$ ,  $P < 0/001$ ]. از بین متغیرهای پیش‌بین احساس تنهایی در روابط خانوادگی ( $\beta = -0/31$ ,  $t = 4/27$ ,  $P < 0/001$ ) و احساس تنهایی در روابط با دوستان ( $\beta = 0/18$ ,  $t = 2/5$ ,  $P < 0/001$ ) و خودارزشیابی‌های هسته‌ای ( $\beta = -0/27$ ,  $t = 3/63$ ,  $P < 0/001$ ) نقش معنی‌داری در پیش‌بینی رضایت از زندگی داشتند.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مطالعه نقش خودارزشیابی‌های هسته‌ای و تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی در نمونه‌ای از زنان متأهل شهر تهران صورت گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که نقش خودارزشیابی‌های هسته‌ای در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان مثبت و معنی‌دار بوده، همراه با دو مؤلفه احساس تنهایی در روابط خانوادگی و احساس تنهایی در روابط با دوستان، قادر بود ۳۰ درصد تغییرات رضایت از زندگی را در زنان متأهل تبیین نماید. مؤلفه احساس تنهایی در روابط خانوادگی نیز قادر بود همراه با خودارزشیابی‌های هسته‌ای به میزان ۲۸ درصد تغییرات رضایت زناشویی را پیش‌بینی نماید. مطابق با یافته‌های نعمت‌طاوسی (۱۳۹۲) و تحلیل جاج و دیگران (۲۰۰۵) افراد با خودارزشیابی‌های هسته‌ای منفی، خود را در مقایسه با دیگران کم‌ارزش دانسته، بر شکست‌ها و کاستی‌های خود متمرکز می‌شوند و خود را قربانی محیط خویش می‌دانند. مطابق با یافته ملور و دیگران (۲۰۰۸) افرادی که به تنهایی زندگی می‌کنند و یا احساس تنهایی بیش‌تری دارند، در مقایسه با افراد دارای روابط عاطفی و اجتماعی متعدد، نیاز به تعلق کم‌تری به دیگران احساس نموده و رضایت کم‌تری از روابط شخصی دارند. تنهایی به‌عنوان تجربه نارضایتی فرد از روابط عاطفی- اجتماعی و ناتوانی فرد در برقراری شبکه‌ای از روابط صمیمانه و حمایت‌کننده با سطح پایین رضایت وی از زندگی ارتباط معناداری دارد که نتایج مطالعات گودوین و دیگران (۲۰۱۱) مؤید این یافته است. می‌توان گفت افراد دارای خودارزشیابی‌های هسته‌ای بالا، احساس تنهایی کم‌تری را تجربه نموده، رضایت بیش‌تری از زندگی زناشویی و به تبع آن، رضایت از زندگی بالایی دارند. به باور فردریکسون (۲۰۰۱) تجارب خوشایند منجر به ساخت گستره



نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

وسیع‌تری از منابع شخصی (چون حمایت اجتماعی، وجود هدف در زندگی و...) در فرد گردیده که به زندگی فرد جهت داده، رضایت وی را در ابعاد مختلف زندگی افزایش می‌دهد، برعکس، افرادی که احساس حرمت خود و خودکارآمدپنداری پایینی را تجربه می‌کنند، به کرات عواطف ناخوشایندی چون احساس تنهایی را تجربه می‌کنند، بدین ترتیب، خود را از منابع درون‌فردی و بین‌فردی موجود در تعاملات اجتماعی چون حمایت دیگران به‌ویژه همسر، محروم نموده، در نتیجه احساس نامطبوعی در خصوص زندگی با همسر و به‌طور کلی زندگی تجربه می‌کنند، خودارزشیابی‌های هسته‌ای به‌عنوان یکی از رگه‌های شخصیتی پنهان، به‌عنوان ارزیابی‌های بنیادین فرد از خود، نقش مؤثری در احساس تنهایی فرد داشته، قادر است نقش مؤثری در ارزیابی فرد نسبت به رابطه با همسر و احساس کلی وی به زندگی ایفا نماید. این نتایج همسو با یافته‌های جاج و دیگران (۱۹۹۷)؛ پیکولو و دیگران، ۲۰۰۵؛ جاج و دیگران، ۲۰۰۵؛ آرنولد و دیگران، ۲۰۱۱؛ سان و دیگران، ۲۰۱۳) مؤید این موضوع است که احساس خودارزشمندی پائین با نشانگان سازش‌نا یافتگی، عدم صمیمیت در روابط بین‌فردی، کناره‌گیری و انزوا در روابط زناشویی جلوه می‌کند، در حالی که افراد دارای ارزیابی‌های مثبت نسبت به خویش، با باور به توانایی‌های خود در برقراری روابط صمیمانه، احساس مهار بیش‌تری بر محیط داشته، لذت بیش‌تری از زندگی می‌برند. بنابراین، ادراکات و باورهای هسته‌ای فرد در مورد خود، قادر است احساسات وی از زندگی به‌صورت کلی و نوع ارزیابی وی از نوع رابطه با همسر را تحت تأثیر قرار دهد. در این میان احساس تنهایی به‌عنوان یک مؤلفه هیجانی متأثر از ارزیابی‌های فردی، نقشی مؤثر در برقراری روابط صمیمانه و ایجاد پیوندی رضایت‌بخش، صمیمی و حمایت‌کننده خواهد داشت. بررسی مقطعی نقش این دو مؤلفه در پیش‌بینی رضایت از زندگی و رضایت زناشویی زنان متأهل، و انتخاب غیراحتمالی نمونه پژوهش از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود که پیشنهاد می‌گردد اثربخشی مستقیم، میانجی‌گرانه و یا تعدیل‌کننده این دو متغیر به‌صورت مقایسه‌ای و طولی در دو گروه زنان و مردان متأهل مورد مطالعه قرار گیرد، تا در خصوص تعمیم نتایج به گروه‌های مختلف نظر قاطع‌تری ارائه نمود.

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

## پی‌نوشت‌ها:

- |                                  |                              |
|----------------------------------|------------------------------|
| 1- core self-evaluation          | 2- generalized Self-efficacy |
| 3- emotional Loneliness          | 4- social Loneliness         |
| 5- relationship assessment scale |                              |

## منابع و مآخذ فارسی:

- تابع‌تبار، فریبا و آقایی، مریم. (۱۳۹۳). نقش خودارزیابی در پیش‌بینی توانمندسازی و تعهد سازمانی کارکنان. *رهیافتی‌نو در مدیریت آموزشی*، ۵(۲)، صص. ۵۹-۷۲.
- دهشیری، غلامرضا؛ برجعلی، احمد؛ شیخی، منصوره؛ و حبیبی‌عسکرآباد، مجتبی. (۱۳۸۷). ساخت و اعتباریابی مقیاس احساس تنهایی در بین دانشجویان. *روانشناسی تربیتی*، ۱۲(۳)، صص. ۹۶-۸۲.
- دهشیری، غلامرضا؛ موسوی، سیده‌فاطمه. (۱۳۹۵). بررسی خصوصیات روانسنجی نسخه فارسی مقیاس رضایت از رابطه. *خانواده‌پژوهی*، ۱۲(۴۵)، صص. ۱۵۴-۱۴۱.
- رحیم‌زاده، سوسن؛ بیات، مریم؛ و اناری، آسیه. (۱۳۸۸). احساس تنهایی و خوداثربخشی اجتماعی در نوجوانان. *روانشناسی تحولی*، ۲(۲۲)، صص. ۹۶-۸۷.
- شیخی، منصوره؛ هومن، حیدرعلی؛ احدی، حسن؛ و سپاه‌منصور، مژگان. (۱۳۹۰). مشخصه‌های روانسنجی مقیاس رضایت از زندگی. *اندیشه و رفتار*، ۵(۱۹)، صص. ۱۵-۲۶.
- نجفی، محمود؛ دهشیری، غلامرضا؛ شیخی، منصوره و دبیری، سولماز. (۱۳۹۰). نقش حرمت خود و مؤلفه‌های تنهایی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی. *روانشناسی تربیتی*، ۷(۲۲)، صص. ۱۷۱-۱۵۵.
- نعمت‌طاوسی، محترم. (۱۳۹۲). هسته ارزشیابی‌های خود و راه‌های مقابله. *روانشناسی معاصر*، ۱(۱)، صص. ۶۸-۵۷.

## منابع و مأخذ خارجی:

- Arnold, A.L., O'Neal, C.W., & Bryant, C. (2011). *Influences of Intra- and Inter-personal Factors on Marital Success: A dyadic Model*. Department of Child and Family Development.
- Baumeister, M. (2007). *Marital satisfaction Definition*. (Encyc)-45348.qxd. Retrieved from www.indabook.org.
- Bono, J.E., & Judge, T.A. (2003). Self-concordance at work: Toward understanding the motivational effects of transformational leaders. *Academy of Management Journal*, 46(5), 554-571.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575
- Diener, E.D., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: the broaden and build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Freudiger, P. (1983). Life satisfaction among three categories of married women. *Journal of Marriage and the Family*, 213-219.
- Goodwin, R., Cook, O., & Yung, Y. (2001). Loneliness and life satisfaction among three cultural groups. *Personal Relationships*, 8, 225-230.
- Hendrick, S.S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93-98.
- Hendrick, S.S., Dicke, A., & Hendrick, C. (1998). The relationship assessment scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(1), 137-142.
- Javanmard, Z., Barkhordari, N., Javanmard, F., Mostafavi, M., & Pirjali, S. (2014). The relationship marital satisfaction with depression and loneliness in middle aged women. *Reef Resources Assessment and Management Technical Paper*, 40 (4), 716-724.
- Judge, T.A., Bono, J.E., Erez, A., & Locke, E.A. (2005). Core Self-Evaluations and Job and Life Satisfaction: The Role of Self-Concordance and Goal Attainment. *Journal of Applied Psychology*, 90(2), 257-268.
- Judge, T.A., Locke, E.A., & Durham, C. C. (1997). The dispositional causes of job satisfaction: A core evaluations approach. *Research in Organizational Behavior*, 19, 151-188.
- Judge, T.A., Locke, E.A., Durham, C.C., & Kluger, A.N. (1998). Dispositional effects on job and life satisfaction: The role of core evaluations. *Journal of Applied Psychology*, 83(1), 17-34.

نقش خود ارزشیابی‌های هسته‌ای و احساس تنهایی در پیش‌بینی رضایت زناشویی و رضایت از زندگی زنان...

- Kapıkıran, Ş. (2013). Loneliness and life satisfaction in Turkish early adolescents: The mediating role of self-esteem and social support. *Social Indicators Research, 111* (2), 617-632.
- Mellor, D., Stokes, M., Firth, L., Hayashi, Y., & Cummins, R. (2008). Need for belonging, relationship satisfaction, loneliness, and life satisfaction. *Personality and Individual Differences, 45*(3), 213-218.
- Piccolo, R.F., Judge, T.A., Takahashi, K., Watanabe, N., & Locke, E.A. (2005). Core self-evaluations in Japan: relative effects on job satisfaction, life satisfaction, and happiness. *Journal of Organizational Behavior, 26*, 965-984.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 69*, 576-593.
- Sun, P., Wang, S., and Kong, F. (2013). Core Self-evaluations as Mediator and Moderator of the Relationship between Emotional Intelligence and Life Satisfaction. *Social indicators research*, DOI 10.1007/s11205-013-0413-9.
- Tsaousis, I., Nikolaou, I., Serdaris, N., & Judge, T.A. (2007). Do the core self-evaluations moderate the relationship between subjective well-being and physical and psychological health?. *Personality and Individual Differences, 42*(8), 1441-1452.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Press.