



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

گروه روانشناسی

رشته راهنمایی و مشاوره

رساله علمی کارشناسی ارشد

رابطه خوش بینی و آخرت نگرى با رضایت زناشویی

استاد راهنما:

حجت الاسلام دکتر جعفر جدیری

استاد مشاور:

حجت الاسلام دکتر محمد رضا بنیانی

دانش پژوه:

مهدی نورپناه

بهمن ماه ۱۳۹۸

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

بسمه تعالی

صورت جلسه دفاع پایان نامه

بیتائیدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عجل الله تعالی فرجه)

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد جناب آقای مهدی نورپناه رشته: مشاوره و راهنمایی

تحت عنوان: رابطه خوش بینی و آخرت نگری با رضایت زناشویی

باجضور استاد راهنما، استاد مشاور و هیأت داوران در موسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت در تاریخ ۱۳۹۹/۱۱/۱۹ برگزار گردید و پایان نامه

ایشان با کسب نمره به عدد: ۱۹.۸۵ به حروف: نوزده و ۸۵ درصد با درجه عالی پذیرفته شد.

نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
مدیر گروه: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمد رضا احمدی	استاد راهنما	
استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر جعفر جدیری	استاد مشاور	
استاد مشاور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر محمد رضا بنیانی	استاد داور	
استاد داور: حجت الاسلام والمسلمین جناب آقای دکتر عبدالاحد اسلامی	نماینده تحصیلات تکمیلی: جناب آقای مصطفی زارعی	

معاون آموزشی
محمد رضا کریمی



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

گروه روانشناسی

رشته راهنمایی و مشاوره

رساله علمی کارشناسی ارشد

رابطه خوش بینی و آخرت‌نگری با رضایت‌ناشویی

استاد راهنما:

حجت الاسلام دکتر جعفر جدیری

استاد مشاور:

حجت الاسلام دکتر محمدرضا بنیانی

دانش پژوه:

مهدی نورپناه

بهمن ماه ۱۳۹۸

بسمه تعالی

تعهد نامه اصالت پایان نامه

این جانب مهدی نورپناه فرزند تراب متولد ۱۳۶۳/۳/۱ به شماره شناسنامه ۲۳ صادره از میاندوآب به شماره دانش پژوهی ۹۵۱۱۱۰۰۲ رشته راهنمایی و مشاوره متعهد می شوم که مطالب مندرج این پایان نامه حاصل کار پژوهشی این جانب است و دستاوردهای دیگران در این زمینه از آن ها استفاده شده است مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و مآخذ ذکر گردیده است.

این پایان نامه قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارائه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادر شده توسط مؤسسه از اعتبار ساقط خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

امضاء

مهدی نورپناه

حقوق مادی و معنوی پایان نامه

چاپ و انتشار پایان نامه‌های تحصیلی دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت بیانگر بخشی از فعالیت‌های علمی- پژوهشی مؤسسه است.

این جانب مهدی نورپناه دانش پژوه رشته راهنمایی و مشاوره مقطع کارشناسی ارشد متعهد می‌گردم موارد ذیل را در خصوص حقوق مادی و معنوی پایان نامه‌ام با موضوع:

«رابطه خوشبینی و آخرت‌نگری با رضایت زناشویی»

رعایت نمایم و در صورت تخلف از موارد ذیل، کلیه تبعات حقوقی آن بر عهده این جانب خواهد بود:

۱. در صورت اقدام به چاپ پایان نامه، مراتب را قبلاً به صورت کتبی به معاونت پژوهش مؤسسه اطلاع دهم و در صورت تمایل مؤسسه به چاپ پایان نامه به صورت کتاب، اولویت با مؤسسه خواهد بود.

۲. در صورت موافقت معاونت پژوهش با چاپ پایان نامه به صورت کتاب توسط دانش پژوه، در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل چاپ گردد:

« کتاب حاضر حاصل پایان نامه کارشناس ارشد در رشته راهنمایی و مشاوره است که در سال ۹۸ در مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت به راهنمایی آقای دکتر جعفر جدیری و مشاوره آقای دکتر محمدرضا بنیانی از آن دفاع شده است.

۳. به منظور غنی سازی منابع و مآخذ کتابخانه مؤسسه، دو نسخه از آن به کتابخانه و دو نسخه نیز جهت بهره برداری به معاونت پژوهش اهدا خواهد شد.

نام و نام خانوادگی دانش پژوه

امضاء

مهدی نورپناه

تقدیم

تقدیم به ساحت مقدس اولین شهید و مدافع ولایت حضرت فاطمه زهرا سلام الله علیها و تمام شهیدای اسلام و انقلاّب و مدافعین حرم اهل بیت علیهم السلام به خصوص شهید سرافراز و ملک اشتر و علمدار علی زمان، شهید سپهبد سردار حاج قاسم سلیمانی (ره).

تقدیر و تشکر

شکر خداوندی را که توفیق تحصیل علم و دانش و معرفت را به ما عنایت کرد و در سایه هدایت‌گری‌های انبیا و اوصیای خودش هدایت‌مان فرمود. شکر از صاحب و مولا و ولی نعمت‌مان بقیه الله الأعظم حضرت مهدی (عج‌ا...) که با توجهات و دعا‌های خویش توفیق سربازی و ثبات در مسیر حق را برایمان میسر کردند.

تقدیر و تشکر از والدین عزیزم و همسر مهربان و کمک کارم که همیشه پشتیبان بنده بوده و هستند و با به دوش کشیدن مشکلات زندگی زمینه پیشرفت علمی ما را فراهم می‌کنند.

تقدیر و تشکر از همه اساتید بزرگوار که در راه تحصیل علم و دانش و معرفت ما را یاری کردند مخصوصاً اساتید دلسوز و دانشمند، حضرت حجت الاسلام و المسلمین دکتر جعفر جدیری استاد راهنما و حضرت حجت الاسلام المسلمین دکتر محمد رضا بنیانی استاد مشاور، که در تدوین و تکمیل این پایان نامه همیشه کنار ما بوده و از عنایت و علم و تجربیات ارزشمند ایشان نهایت استفاده را برده‌ایم.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه خوش‌بینی اسلامی و آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی اسلامی و پیش‌بینی آن انجام گرفت. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه طلاب متأهل سطوح عالی شهرک مهدیه قم بودند که از بین ایشان، ۱۸۴ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان حجم نمونه، انتخاب شده و به سه پرسش‌نامه خوش‌بینی اسلامی (نوری) و آخرت‌نگری (ابراهیمی) و رضامندی‌زناشویی اسلامی (جدیری) پاسخ دادند. نتایج پژوهش به کمک روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون) تجزیه و تحلیل گردید. یافته‌های بدست‌آمده نشان داد که متغیر رضایت‌زناشویی با متغیرهای آخرت‌نگری و خوش‌بینی همبستگی معناداری دارد. همچنین نتایج آزمون تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای آخرت‌نگری و خوش‌بینی توأمان می‌توانند ۱۹ درصد رضایت‌زناشویی را در نمونه مورد بررسی پیش‌بینی کنند.

بر اساس یافته‌ها از آنجایی که متغیر خوش‌بینی و آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی رابطه دارند، می‌توان با آموزش زوجین در این زمینه رضایت‌زناشویی آنها را افزایش داد.

واژگان کلیدی: خوش‌بینی اسلامی، آخرت‌نگری، رضایت‌زناشویی اسلامی

1- فصل اول: ۱

1- مفاهیم و کلیات ۱

1-1- بیان مسأله: ۲

1-2- ضرورت تحقیق ۶

1-3- اهداف تحقیق ۷

1-4- فرضیه های تحقیق ۷

1-5- تعاریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهش ۸

1-5-1- خوش بینی اسلامی ۸

1-5-1-1- تعریف نظری: ۸

1-5-1-2- تعریف عملیاتی: ۸

1-5-2- آخرت نگری ۸

1-5-2-1- تعریف نظری: ۸

1-5-2-2- تعریف عملیاتی: ۹

1-5-3- رضایت زناشویی اسلامی ۹

1-5-3-1- تعریف نظری: ۹

1-5-3-2- تعریف عملیاتی: ۹

۲- فصل دوم: ۱۱

2-1- خوش بینی ۱۲

2-1-1- تعریف خوش بینی ۱۲

۲-۱-۱-۱- خوش بینی در لغت فارسی و لاتین ۱۲

۲-۱-۱-۲- خوش بینی در اصطلاح ۱۲

۲-۱-۲- وازگان مرتبط با خوش بینی ۱۵

۱۵	2-1-2-1- ارتباط خوش بینی با مثبت اندیشی
۱۶	۲-۱-۲-۲- ارتباط خوش بینی با امید
۱۷	۲-۱-۲-۳- ارتباط خوش بینی با بدبینی و سوء ظن
۱۹	۲-۱-۳- اهمیت خوش بینی در روانشناسی مثبتگرا
۲۰	2-1-4- نظریه های خوش بینی
۲۰	۲-۱-۴-۱- نظریه سبک سرشتی (گرایشی)
۲۰	۲-۱-۴-۲- نظریه خوش بینی آموخته شده
۲۱	۲-۱-۴-۳- نظریه خوش بینی به عنوان خطای ادراکی مثبت
۲۲	۲-۱-۵- مؤلفه های خوش بینی
۲۲	۲-۱-۵-1- مؤلفه های خوش بینی از دیدگاه مکس مور
۲۴	۲-۱-۵-۲- مؤلفه های خوش بینی از دیدگاه سلیگمن
۲۶	۲-۱-۵-3- مؤلفه های خوش بینی از منظر اسلام
۳۰	۲-۱-۶- اقسام خوش بینی در آموزه های اسلامی
۳۰	۲-۱-۶-۱- خوش بینی به خدا
۳۱	۲-۱-۶-۲- خوش بینی به خود
۳۲	2-1-6-3- خوش بینی به دیگران
۳۲	۲-۱-۶-۴- خوش بینی به نظام هستی
۳۳	۲-۱-۷- خوش بینی و رضایت از زندگی
۳۳	۲-۱-8- خوش بینی و سلامت روانی
۳۴	۲-۱-9- خوش بینی و سلامت جسمانی
۳۴	2-2- آخرت نگری
۳۴	۲-۲-۱- تبیین مفهوم آخرت نگری
۳۵	۲-۲-۲- مفهوم آخرت نگری و شاخص های آن
۳۷	۲-۲-3- زندگانی دنیا از دیدگاه اسلام

۳۸	۲-۲-۴- سرای آخرت و زندگی جاوید از دیدگاه اسلام.....
۳۹	۲-۲-۵- مؤلفه های آخرت نگری.....
۳۹	۲-۲-۶- آخرت نگری در ادیان توحیدی.....
۳۹	۲-۲-۶-۱- آخرت نگری در عهد قدیم.....
۴۰	۲-۲-۶-۲- آخرت نگری در عهد جدید.....
۴۲	۲-۲-۶-۳- آخرت نگری در اسلام.....
۴۲	۱- نام های آخرت در قرآن.....
۴۳	۲- اوصاف آخرت در قرآن.....
۴۳	۲-۲-۷- آخرت نگری در آیین های گذشته.....
۴۵	۲-۲-۸- رابطه آخرت نگری و ترس از مرگ.....
۴۵	۲-۲-۸-۱- علل ترس از مرگ.....
۴۷	۲-۲-۹- رابطه دینداری و ترس از مرگ.....
۴۷	۲-۲-۱۰- رابطه معنویت و آخرت نگری با سلامت جسم و روان.....
۴۸	۲-۲-۱۱- آثار ارزشمند آخرت نگری.....
۴۹	۲-۲-۱۱-۱- آخرت نگری و سلامت روان.....
۴۹	۲-۲-۱۱-۲- انگیزه در زندگی و نجات از پوچی.....
۵۰	۲-۲-۱۱-۳- کاهش ترس از مرگ.....
۵۱	۲-۲-۱۱-۴- آرامش در برابر مشکلات.....
۵۲	۲-۳- رضایت زناشویی.....
۵۲	۲-۳-۱- تعریف رضایت زناشویی.....
۵۲	۲-۳-۱-۱- تعریف در روان شناسی.....
۵۲	۲-۳-۱-۲- تعریف اسلامی رضایت زناشویی.....
۵۳	۲-۳-۲- اهمیت رضایت زناشویی در خانواده.....
۵۴	۲-۳-۳- رضایت زناشویی از منظر آموزه های دینی.....

۵۴	۲-۳-۴- رضایت زناشویی از منظر روانشناسی
۵۵	۲-۳-۵- نظریه های رضایت زناشویی
۵۵	۲-۳-۵-۱- نظریه طبقه بندی ازدواج های بادوام
۵۶	۲-۳-۵-۲- نظریه مبادله اجتماعی نای
۵۷	۲-۳-۵-۳- نظریه لیوایز و اسپانیر
۵۸	۲-۳-۵-۴- نظریه عقلانی عاطفی الیس در زمینه نارضایتی زناشویی
۵۸	۲-۳-۵-۵- نارضایتی زناشویی از دیدگاه آرون تی بک
۵۹	۲-۳-۶- عوامل موثر بر رضایت زناشویی
۶۴	۲-۳-۷- عوامل تضعیف رضایت زناشویی
۶۹	۳- فصل سوم:
۶۹	روش شناسی پژوهش
۷۰	۳-۱- روش تحقیق
۷۰	۳-۲- جامعه و نمونه آماری
۷۰	۳-۲-۱- جامعه آماری
۷۱	۳-۲-۲- نمونه تحقیق
۷۱	۳-۳- روش نمونه گیری
۷۱	۳-۴- ابزارهای پژوهش
۷۱	۳-۴-۱- پرسش نامه خوش بینی
۷۶	۳-۴-۲- پرسش نامه آخرت نگری
۷۷	۳-۴-۳- پرسش نامه رضایت زناشویی
۷۹	۳-۵- شیوه اجرا
۷۹	۳-۶- روش گردآوری اطلاعات
۸۰	۳-۷- روش تجزیه و تحلیل داده ها
۸۱	۴- فصل چهارم:

۸۲	۴-۱- اطلاعات جمعیت شناختی
۸۲	4-1-1- جنسیت
۸۲	4-1-2- وضعیت اشتغال
۸۳	۴-۱-۳- نحوه ی آشنایی
۸۴	۴-۱-۴- گروه سنی
۸۶	۴-۱-۵- متغیر جمعیت شناختی سن همسر
۸۷	4-1-6- متغیر جمعیت شناختی سن ازدواج
۸۸	۴-۱-۷- متغیر جمعیت شناختی اختلاف سنی
۹۰	۴-۱-۸- متغیر جمعیت شناختی مدت ازدواج
۹۱	۴-۱-۹- متغیر جمعیت شناختی تحصیلات
۹۲	۴-۱-۱۰- متغیر جمعیت شناختی درآمد
۹۳	۴-۱-11- متغیر میزان جذابیت همسر
۹۴	۴-۱-12- میزان رضایت زناشویی کلی افراد
۹۵	۴-2- آمار توصیفی متغیرهای پژوهش
۹۸	۴-۲-۱- آلفای کرونباخ
۹۸	۴-۳-۴- آمار استنباطی
۹۸	۴-۳-۱- فرضیه های اصلی
۱۰۲	۴-۳-۲- فرضیه های فرعی
۱۰۲	4-3-2-1- بین آخرت نگری و رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد
۱۰۳	۴-۳-۲-۲- بین خوش بینی و رضایت زناشویی رابطه معناداری وجود دارد
۱۰۶	۴-۳-۲-3- بین خوش بینی و آخرت نگری رابطه معناداری وجود دارد
۱۰۹	۵- فصل پنجم:
۱۱۱	۵-۱- نتایج مربوط به فرضیه های پژوهش
۱۱۱	۵-۲- نتایج مربوط به فرضیه اول

۱۱۴.....	نتایج مربوط به فرضیه دوم.....	۳-۵
۱۱۶.....	نتایج مربوط به فرضیه سوم.....	۴-۵
۱۱۷.....	نتایج مربوط به فرضیه چهارم.....	۵-۵
۱۱۸.....	نتایج مربوط به فرضیه پنجم.....	۶-۵
۱۲۰.....	محدودیت های پژوهش.....	۷-۵
۱۲۱.....	پیشنهادهای پژوهش های آتی.....	۸-۵
۱۲۲.....	منابع و مآخذ.....	

- شکل (۴-۱) آمار توصیفی وضعیت اشتغال..... ۸۲
- شکل (۴-۲) جدول آمار توصیفی متغیر نحوه ی آشنایی..... ۸۳
- شکل (۴-۳) جدول آمار توصیفی گروه های سنی..... ۸۴
- شکل (۴-۴) جدول آمار توصیفی سن همسر..... ۸۶
- شکل (۴-۵) جدول آمارتوصیفی متغیر سن ازدواج شرکت کننده..... ۸۷
- شکل (۴-۶) جدول آمار توصیفی متغیر اختلاف سنی..... ۸۸
- شکل (۴-۷) جدول آمار توصیفی متغیر مدت ازدواج..... ۹۰
- شکل (۴-۸) جدول آمار توصیفی تحصیلات..... ۹۱
- شکل (۴-۹) جدول آمار توصیفی متغیر درآمد..... ۹۲
- شکل (۴-۱۰) جدول میزان جذابیت همسر..... ۹۳
- شکل (۴-۱۱) جدول آمار توصیفی متغیر میزان رضایت زناشویی..... ۹۴
- شکل (۴-۱۲) جدول آمار توصیفی متغیرهای پژوهش..... ۹۵
- شکل (۴-۱۳) آلفای کرونباخ..... ۹۸
- شکل (۴-۱۴) جدول همبستگی متغیر رضایت زناشویی، آخرت نگری و خوش بینی..... ۹۸
- شکل (۴-۱۵) جدول واریانس تبیین شده و تبیین نشده..... ۱۰۰
- شکل (۴-۱۶) جدول تحلیل واریانس..... ۱۰۱
- شکل (۴-۱۷) جدول ضرایب مدل رگرسیونی..... ۱۰۱
- شکل (۴-۱۸) جدول ضرایب همبستگی آخرت نگری و رضایت زناشویی..... ۱۰۲
- شکل (۴-۱۹) جدول همبستگی مولفه های متغیر رضایت زناشویی و متغیر آخرت نگری..... ۱۰۳
- شکل (۴-۲۰) جدول ضرایب همبستگی رضایت زناشویی و خوش بینی..... ۱۰۴
- شکل (۴-۲۱) جدول همبستگی متغیر خوش بینی و مولفه های رضایت زناشویی..... ۱۰۵
- شکل (۴-۲۲) جدول ضرایب همبستگی دو متغیر آخرت نگری و خوش بینی..... ۱۰۶
- شکل (۴-۲۳) جدول همبستگی بین مولفه های متغیر آخرت نگری متغیر خوش بینی..... ۱۰۷
- شکل (۴-۱) نمودار دایره ای متغیر وضعیت اشتغال..... ۸۳
- شکل (۴-۲) نمودار دایره ای نحوه ی آشنایی..... ۸۴
- شکل (۴-۳) نمودار میله ای گروه های سن..... ۸۵
- شکل (۴-۴) نمودار میله ای سن همسر..... ۸۷

- شکل (۴-۵) نمودار میله ای سن ازدواج ۸۸
- شکل (۴-۶) نمودار میله ای اختلاف سنی ۸۹
- شکل (۴-۷) نمودار میله ای مدت ازدواج ۹۱
- شکل (۴-۸) نمودار میله ای تحصیلات ۹۲
- شکل (۴-۹) نمودار میله ای متغیر درآمد ۹۳
- شکل (۴-۱۰) نمودار میله ای میزان جذابیت همسر ۹۴
- شکل (۴-۱۱) نمودار میله ای رضایت زناشویی ۹۵

فصل اول:
مفاهيم و کلیات

۱-۱- بیان مسأله:

خانواده، به عنوان یکی از از نهادهای مهم در هر جامعه‌ای به خصوص در جامعه ایران، محسوب می‌شود. در صورتی که خانواده از عملکرد مناسبی برخوردار باشد، اعضای خانواده نیز از سلامت و بهزیستی مطلوبی برخوردار خواهد بود (روستیت، چایکس و چاوین، ۲۰۰۰)^۱. استواری و استحکام خانواده به ازدواج و رابطه زناشویی پایدار و بنیادین بستگی دارد؛ یعنی، هرگونه تزلزل و سستی در رابطه زناشویی و یا عدم وجود یک ازدواج موفق علاوه بر آن که آرامش روانی زوج‌ها را مختل می‌کند، بقاء و دوام خانواده را نیز در معرض خطر قرار می‌دهد (نجاتی، ۱۳۸۳؛ مظاهری، ۱۳۷۹). یکی از عوامل تعیین‌کننده سلامت خانواده، رضایت زناشویی^۲ می‌باشد و رضایت زناشویی نقش مهمی در کارکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند (جیانگ و همکاران، ۲۰۱۵). رضایت زناشویی، نشانگر استحکام و کارایی نظام خانواده است. سعادت و سلامت خانواده به وجود ارتباطات سالم و بالنده زوجین بستگی دارد و چنانچه پایه خانواده از استحکام لازم برخوردار نباشد، پیامد منفی آن انواع مشکلات جسمی و روانی است (ستیر،^۳ ترجمه بیرشک؛ ۱۳۹۳).

رضایت زناشویی را می‌توان احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه‌شده توسط زن و شوهر زمانی که تمام جوانب ازدواجشان را در نظر می‌گیرند، دانست و در واقع نگرش مثبت و لذت‌بخشی است که زن و شوهر از جنبه‌های مختلف روابط زناشویی خود دارند (وینچ^۴، ۱۹۶۴). از نگاه رویکرد اسلامی می‌توان گفت رضایت زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر مسلمان از با هم بودن احساس طمأنینه و آرامش دارند و این وضعیت هنگامی به دست می‌آید که هر دوی آنها از لحاظ مسائل شخصیتی (روان‌آزده خویی، همراهی و توافق، بدبین یا پارانویاگونه) سالم، پخته و بهنجار بوده و دارای مهارت‌های مختلف مرتبط با زندگی زناشویی (مهارت ارتباطی کلامی و غیرکلامی، مهارت ارتباط جنسی، مهارت مدیریت امور مالی، مهارت مدیریت ارتباط فامیلی) بوده و دارای پایبندی مذهبی بالخصوص در امور مرتبط با حیا و عفاف باشند (جدیری، ۱۳۹۵).

^۱ Rozette, Chick and Chavin

^۲ Marital satisfaction

^۳ . Satir

^۴ Winch

تحقیقات نشان داده‌اند که عوامل متعددی از جمله مسائل شخصیتی، مدیریت مالی، فعالیت‌های اوقات فراغت، رابطه جنسی، فرزندپروری، نقش‌های مساوات‌طلبی و جهت‌گیری مذهبی، شیوه‌های ارتباطی مؤثر در حل تعارضات زناشویی، احترام متقابل، روابط قبل از ازدواج، همخوانی باورهای زوج، سن ازدواج، فاصله سنی زوجین، همسان همسری قومی و مذهبی، مدت زمان زندگی مشترک، تعداد فرزندان خانواده و ترکیبی از عوامل فوق در رضایت‌مندی زناشویی مؤثر است (کاستا و کار^۱، ۱۹۹۲؛ محمودیان، ۱۳۸۵).

علاوه بر علل مطرح شده در رضایت‌زناشویی به نظر می‌رسد که دو عامل خوش‌بینی^۲ (نوری، ۱۳۸۸؛ مردانی، حموله، حیدری، ۱۳۸۹) و آخرت‌نگری (آزادخانی، ۱۳۹۲) تأثیر خاصی در رضایت زناشویی داشته باشند که اولی ناظر به چگونگی تعامل زوجین نسبت به هم و دومی مربوط به جهت دهی رفتارها و اعمال و تعامل‌های آنهاست.

از دیدگاه روان‌شناسی، خوش‌بینی انتظار کلی وقوع امور خوشایند و مطلوب فراوان و امور نا-مطلوب کم در آینده است و به این باور مربوط می‌شود که آینده، پیامدهای مطلوبی خواهد داشت، بدون اینکه توانایی فرد برای کنترل و مواجهه با این پیامدها در نظر گرفته شود (لیونز، استورت، آرکیلود و کارتر^۳، ۲۰۰۹). نتایج پژوهش شریفی و همکاران (۱۳۹۶)، نشان دهنده این است که خوش‌بینی بر مبنای توجه به جنبه‌های مثبت زندگی، ارائه تفسیرهای صحیح از رفتار دیگران و انتظار نتایج خوشایند، بر پایه توجه و تفسیرهای مثبت مبتنی است.

انسان‌های خوش‌بین از تعادل و سلامت روانی برخوردار بوده و در مناسبات با دیگران، تمایل دارند که به افکار، عملکردها و رفتارهای آنان از دریچه مثبت بنگرند و تحقق این معنا در روابط خانوادگی، به ویژه روابط همسران از اهمیت بسیاری برخوردار است (پناهی، ۱۳۸۸).

داشتن نگاه مثبت نسبت به مسائل زندگی و تبیین‌های خوش‌بینانه از حوادث ناخوشایند، بر توانایی رویارویی با مشکلات تأثیر می‌گذارد. فرد با تلاش و چاره‌جویی، انتظار دارد امور غالباً مطابق نظر او پیش روند و همین امر کوشش او را مضاعف می‌کند. بنابراین، می‌توان گفت: نگاه مثبت نسبت

^۱ Casta & Mc Care, 1992

^۲ optimism

^۳ Lyons, Stewart, Archblod & Carter

به مشکلات و ناگواری‌هایی که در زندگی پیش می‌آید، بر حالات عاطفی و بهبود روابط زوجین تأثیر می‌گذارد و موجب افزایش رضایت‌زناشویی می‌گردد (صفورایی پاریزی، ۱۳۸۸).

نتایج پژوهش ایمانی و همکاران (۱۳۹۴) نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و رضایت‌زناشویی رابطه معناداری وجود دارد و زوجین خوش‌بین با اسنادهای درست نسبت به همدیگر در تعاملات زناشویی باعث افزایش رضایت‌زناشویی می‌شوند. شریفی و همکاران (۱۳۹۶) در تحقیق خود به این نتیجه رسیده‌اند که زوجین خوش‌بین، افرادی حمایت‌گر هستند. روابط مسالمت‌آمیزی با یکدیگر برقرار می‌کنند، ویژگی‌های مثبت همدیگر را می‌بینند و خطاهای همدیگر را می‌بخشند و به دنبال برطرف کردن مشکلات یکدیگر و تلاش در جهت شکوفا شدن استعدادهای هم می‌باشند.

یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار در ایجاد و افزایش رضایت‌زناشویی، آخرت‌نگری می‌باشد. از حیث نظری، آخرت‌نگری وضعیتی است که در آن فرد زندگی را محدود در این دنیا نمی‌بیند، بین دنیا و آخرت، آخرت را اصل قرار می‌دهد و در فکر و عمل و عواطف، جهت‌گیری آخرتی داشته و دنیا را مقدمه آخرت می‌داند (ابراهیمی، ۱۳۹۱). باورهای آخرت‌نگرانه برگرفته شده از اصل ایمان به معاد و حیات پس از مرگ است. این باورها نه تنها در حوزه بینش و شناخت تأثیر دارند، بلکه بر عملکرد و رفتارهای فردی و گروهی نیز فوق‌العاده مؤثرند (طوبایی، ۱۳۸۵). در این اندیشه، نگاه استقلالی به دنیا و جهت‌گیری رفتارها در این جهت، نمی‌توانند بشر را به سرمنزل مقصود برسانند، بلکه هنگامی سعادت انسان دست یافتنی خواهد بود که جهت‌گیری تمام افکار و اندیشه‌ها و رفتارها و عواطف او در این دنیا در جهت رسیدن به تکامل اخروی باشد (ابراهیمی، ۱۳۹۱). این نوع طرز فکر و جهت‌گیری در بین زوجین باعث ارتقای کمی و کیفی تعاملات زناشویی شده و رضایت‌زناشویی را به دنبال خواهد داشت چنانچه نتایج به‌دست‌آمده از تحقیق آزادخانی (۱۳۹۲) مؤید وجود رابطه معنادار بین آخرت‌نگری با رضایت‌مندی زناشویی و امیدواری می‌باشد. البته محققان موفق شدند فقط این تحقیق را در ارتباط با رابطه آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی پیدا کنند از این رو به تحقیقاتی اشاره می‌شود که در آنها رابطه رضایت‌زناشویی با متغیرهای مرتبط و نزدیک با آخرت-نگری مورد بررسی قرار گرفته است. چنانچه یافته‌های تحقیق نایینی و شفیع آبادی (۱۳۹۶)، نقش مثبت مذهب را در افزایش رضایت‌زناشویی نشان می‌دهد و عدم رضایت برخی از زوجین را به

علت عمل نکردن و عدم تعهد به آموزه‌های مذهبی بیان می‌کند. بنابراین تعهد مذهبی و عمل به این آموزه‌های مذهبی نقش عمده‌ای را در افزایش رضایت‌زناشویی زوجین ایفا می‌کند. تحلیل داده‌های تحقیق احمدی (۱۳۹۲) نشان داده است که بین پایبندی مذهبی و رضامندی‌زناشویی رابطه‌ای معنادار و مثبت وجود دارد و پایبندی مذهبی نقش پیش‌بینی کننده در رضایت‌زناشویی دارد. و با افزایش پایبندی مذهبی میزان رضایت‌زناشویی افزایش یافته است. همچنین گفته شده است بین جهت‌گیری مذهبی با رضایت‌مندی‌زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود داشته و براساس جهت‌گیری مذهبی فرد می‌توان میزان رضایت‌مندی‌زناشویی را نیز پیش‌بینی کرد، هر چه افراد جهت‌گیری مذهبی بیشتری داشته باشند رضایت آنها از زندگی زناشویی بیشتر خواهد بود (موقوفه‌ای، ۱۳۹۴). بنابراین باورهای آخرت‌نگرانه در دادن معنا و مفهوم به زندگی زوجین و نجات آنها از احساس پوچی، افزایش صبر بر مشکلات، ایجاد آرامش روحی، جهت‌دهی به رفتارها و انجام رفتارهای صحیح، بتواند در رضایت‌مندی زناشویی آنان نقش مؤثری داشته باشد.

نتایج برخی از پژوهش‌ها درباره خوش‌بینی با برخی از متغیرها در حوزه مفاهیم دینی حاکی از ارتباط معنادار بین این دو است. به طور مثال نتایج مطالعه ذوقی‌پایدار، نبی زاده و زنده‌بود (۱۳۹۵) نشان داد که عمل به باورهای دینی و خوش‌بینی با یکدیگر رابطه معنادار دارند. همچنین مطالعه حمید، گلستانی‌پور و کریم‌نژاد (۱۳۹۲) نشان داد که بین خوش‌بینی و هویت‌دینی رابطه معنادار وجود دارد. این نتایج نشان می‌دهد که احتمالاً افرادی که از آخرت نگری برخوردارند، خوش‌بین‌تر از بقیه باشند و احتمالاً رضایت‌زناشویی بالاتری هم داشته باشند.

با توجه نکات گفته شده و با عنایت به خلأ پژوهشی درباره آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی و رابطه توأمان دو متغیر خوش‌بینی و آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی، این سؤال مطرح می‌شود که آیا بین خوش‌بینی و آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی رابطه معناداری وجود دارد؟ و سؤال اساسی‌تر اینکه سهم این دو متغیر از پیش‌بینی رضایت‌زناشویی چقدر است؟

۲-۱- ضرورت تحقیق

خانواده کانونی است که باید برای حفظ حرمت و کرامت انسان و تأمین سلامت جسمانی و روانی و رشد معنوی او استحکام یابد و قوام خانواده به منظور تداوم انسجام جامعه و تأمین محیطی سالم برای زیستن انسان ها، ضرورتی انکار ناپذیر است (احمدی، ۱۳۸۱). در سال های اخیر، در بیشتر کشورهای جهان و از جمله ایران، ساختار خانواده ها تغییر کرده و همین امر روابط موجود میان زوجین را دچار دگرگونی ساخته است و در پی این دگرگونی بخاطر دلایل متعددی مشکلات و تعارض های خانوادگی و زناشویی، افزایش چشمگیری یافته اند و شواهد فراوانی گویای آن هستند که زوج ها در جامعه امروزی برای برقراری و حفظ روابط صمیمی و دوستانه، به مشکلات شدید و فراگیری دچارند (ترکان، کلاتری و مولوی، ۱۳۸۵، ص ۳۸۳-۴۰۳). آمار طلاق که معتبرترین شاخص آشفتگی زناشویی است، نشان دهنده آن است که مهمترین عامل بروز این مشکلات در چنین خانواده هایی، نبود یا کاهش رضایت زناشویی بین زوجین می باشد که موجب نارضایتی زن و شوهر از یکدیگر و نیز از هم گسیختگی کانون های گرم بسیاری از خانواده ها و تأثیرات سوء این جدایی بر افراد خانواده می باشد (جدیری و جان بزرگی، ۱۳۸۸). افزون بر این، بسیاری از زوج ها در خانواده ای زندگی می کنند که طلاق روانی در آن حکم فرماست؛ بدین معنا که هیچ گونه رابطه عاطفی و جسمانی بین زن و شوهر وجود ندارد و زندگی به صورت اجباری و با کمترین تعامل به پیش می رود (باستانی، گلزاری، روشنی، ۱۳۸۹). طلاق و یا اختلاف شدید زناشویی ضمن بر هم زدن تعادل روانی - عاطفی زوجین و افراد خانواده، می تواند موجبات بزهکاری فرزندان را فراهم آورد و در نهایت، به بروز بسیاری از آسیب های اجتماعی نیز منجر گردد. با توجه به افزایش آمار طلاق در جامعه، نظام مقدس و ریشه دار خانواده در معرض خطر جدی قرار می گیرد. لذا توجه به این امر مهم از طرف متخصصین و محققین و انجام پژوهش های مرتبط با متغیرهای مرتبط با خانواده و کشف عوامل یا پیش بینی کننده های رضایت یا طلاق ضروری است. به همین خاطر از دهه ۱۹۹۰ به بعد، مطالعات علمی پیرامون رضایت زناشویی افزایش یافته و در مقایسه با یافته های علمی دهه های گذشته، حجم زیادی از این تحقیقات به جنبه های گوناگون رضایت زناشویی

اختصاص یافته است (برادبری^۱، فینچمن^۲ و بیچ^۳، ۱۹۹۹). در زمینه شناسایی و تبیین عوامل افزایش رضایت زناشویی، تحقیقات متعددی صورت گرفته است (زارع، صفیاری جعفرآباد، ۱۳۹۴) که محققان از جنبه‌های مختلف این مسأله را مورد بررسی قرار داده‌اند. برخی از پژوهش‌ها به ارتباط دو متغیر خوش‌بینی و آخرت‌نگری همراه متغیرهای دیگر با رضایت زناشویی به صورت جداگانه اشاره کرده‌اند ولی در این پژوهش محقق به دنبال این است تا دو متغیر خوش‌بینی و آخرت‌نگری را در ارتباط با رضایت زناشویی مورد بررسی قرار دهد و تا به حال این دو متغیر آنهم از نوع اسلامی که متناسب با فرهنگ اسلامی ایرانی بوده، مورد بررسی قرار نگرفته است. پژوهش حاضر می‌تواند به سهم هر یک از متغیرها در پیش‌بینی رضایت زناشویی کمک کند. به نظر می‌رسد با توجه به پیامدهای ازدواج ناموفق بر بهداشت روانی و جسمانی زوجین، فرزندان و جامعه و همچنین جهت تقویت پایه‌های دینداری و رشد معنوی خانواده و تربیت نسل سالم، لزوم بررسی وضعیت رضایت زناشویی و ابعاد گوناگون آن و همچنین عوامل تأثیرگذار بر رضایت‌مندی، بیش از پیش ضرورت می‌یابد.

۳-۱- اهداف تحقیق

اهداف کلی و اصلی

هدف اصلی از انجام این پژوهش تعیین رابطه بین متغیرهای خوش‌بینی و آخرت‌نگری با رضایت زناشویی است و هدف بعدی تعیین میزان پیش‌بینی کنندگی دو متغیر بر رضایت زناشویی می‌باشد.

اهداف جزئی و فرعی

اهداف جزئی این پژوهش تعیین میزان معنی‌داری رابطه بین خوش‌بینی با رضایت زناشویی و تعیین میزان معنی‌داری رابطه بین آخرت‌نگری با رضایت زناشویی می‌باشد. با توجه به اینکه متغیر خوش‌بینی می‌تواند با متغیر آخرت‌نگری رابطه داشته باشد، هدف جزئی دیگر این پژوهش بررسی میزان رابطه بین این دو متغیر می‌باشد.

۴-۱- فرضیه‌های تحقیق

^۱ . Bradbury
^۲ . Finch man
^۳ . Beach

فرضیه اصلی

بین خوش‌بینی و آخرت‌نگری با رضایت‌زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.
خوش‌بینی و آخرت‌نگری می‌توانند رضایت‌زناشویی را پیش‌بینی کنند.

فرضیه‌های فرعی

بین آخرت‌نگری و رضایت‌زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.
بین خوش‌بینی و رضایت‌زناشویی رابطه معناداری وجود دارد.
بین خوش‌بینی و آخرت‌نگری رابطه معناداری وجود دارد.

۵-۱- تعاریف نظری و عملیاتی متغیرهای پژوهش

۵-۱-۱- خوش‌بینی اسلامی

۵-۱-۱-۱- تعریف نظری:

خوش‌بینی از دیدگاه اسلام، توجه شناختی و عاطفی مثبت نسبت به خدا، جهان، افراد، خود، افکار، رفتارها و رویدادهاست که فرد بر اساس آن، رویدادها را تفسیر مثبت نموده، و انتظار دارد که با تلاش خودش اوضاع بر وفق مراد پیش‌رفته و نتایج دلخواه به دست آید (نوری، ۱۳۸۷، ص ۳۳).

۵-۱-۱-۲- تعریف عملیاتی:

منظور از خوش‌بینی در این پژوهش نمره‌ایست که فرد در آزمون خوش‌بینی نوری (۱۳۸۸) بدست می‌آورد. این آزمون از از سه مؤلفه توجه به جنبه‌های مثبت زندگی، تفسیر مشکلات و رویدادها و انتظار مثبت تشکیل شده است.

۵-۱-۲- آخرت‌نگری

۵-۱-۲-۱- تعریف نظری:

از حیث نظری، آخرت‌نگری وضعیتی است که در آن فرد آخرت‌نگر زندگی را محدود در این دنیا نمی‌بیند، بین دنیا و آخرت، آخرت را اصل قرار می‌دهد و در فکر و عمل و عواطف، جهت‌گیری آخرتی داشته و دنیا را مقدمه آخرت می‌داند (ابراهیمی، ۱۳۹۰).

۲-۵-۱- تعریف عملیاتی:

منظور از آخرت نگری در این پژوهش نمره ایست که فرد در آزمون آخرت نگری ابراهیمی (۱۳۹۰) به دست می آورد. این آزمون دارای پنج زیر مقیاس تکلیف گریزی، آمادگی، آخرت محوری، تعالی و لذت جویی می باشد.

۳-۵-۱- رضایت زناشویی اسلامی

۱-۵-۳-۱- تعریف نظری:

رضایت زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر مسلمان از با هم بودن احساس طمأنینه و آرامش دارند و این وضعیت هنگامی به دست می آید که هر دوی آنها از لحاظ مسائل شخصیتی (روان آزاده خوئی، همراهی و توافق، بدبین یا پارانویا گونه) سالم، پخته و بهنجار بوده و دارای مهارت های مختلف مرتبط با زندگی زناشویی (مهارت ارتباطی کلامی و غیر کلامی، مهارت ارتباط جنسی، مهارت مدیریت امور مالی، مهارت مدیریت ارتباط فامیلی) بوده و دارای پایبندی مذهبی بالخصوص در امور مرتبط با حیا و عفاف باشند (جدیری، ۱۳۹۵).

۲-۵-۳-۱- تعریف عملیاتی:

منظور از رضایت مندی زناشویی در این پژوهش نمره ای است که فرد در پرسش نامه رضایت زناشویی جدیری (۱۳۹۵) بدست می آورد. این پرسش نامه از نه عامل ارتباط کلامی و غیر کلامی مثبت، ارتباط کلامی و غیر کلامی منفی، پایبندی های مذهبی، مدیریت امور مالی، روابط جنسی، رفت و آمد فامیلی، روان آزاده خوئی، همراه یا موافق، بدبین یا پارانویا تشکیل شده است.

فصل دوم:

مبانی نظری و پیشینه تحقیق

با توجه به اینکه پژوهش حاضر از سه متغیر تشکیل شده است در این فصل ابتدا در مورد خوش‌بینی (مفهوم‌شناسی در لغت و اصطلاح اسلامی و روانشناسی، اهمیت، واژگان مرتبط با خوش‌بینی، مؤلفه‌ها و آثار و اقسام خوش‌بینی) بحث می‌شود و سپس به آخرت‌نگری (مفهوم‌شناسی، مؤلفه‌ها، آخرت‌نگری در ادیان و آثار آخرت‌نگری) پرداخت می‌شود و در پایان مباحث مربوط به رضایت زناشویی (تعریف روان‌شناسی و اسلامی، اهمیت، مؤلفه‌ها، آثار و عوامل مؤثر بر رضایت‌زناشویی و نظریه‌ها) ارائه می‌گردد.

۲-۱- خوش‌بینی

۲-۱-۱- تعریف خوش‌بینی

۲-۱-۱-۱- خوش‌بینی در لغت فارسی و لاتین

خوش‌بینی در فرهنگ لغت دهخدا این گونه معنا شده است: «با حالت خوب به امری به نگرستن» (دهخدا، ۱۳۷۶، ج ۳، ص ۲۳۲)، همچنین خوش‌بینی در فرهنگ لغات به صورت «تمایل به پیش‌بینی و چشم داشت بهترین پیامدهای ممکن» تعریف شده است (معین، عمید، واژه خوش‌بینی). خوش‌بینی معادل واژه Optimism است که در اصل از کلمه لاتین optimum به معنای حالت مطلوب، حد مطلوب و حد متناسب گرفته شده است. خوش‌بینی در لغت به امیدوار بودن و اطمینان داشتن نسبت به آینده یا نتیجه موفقیت‌آمیز هر چیز تعریف شده است؛ یعنی گرایش به اتخاذ دیدگاه امیدوارانه و رضایت‌بخش نسبت به آینده و پیامد امور (سوزان^۱، ۲۰۰۰، ص ۴).

۲-۱-۱-۲- خوش‌بینی در اصطلاح

۲-۱-۱-۲-۱- خوش‌بینی در اصطلاح روانشناسی

خوش‌بینی یکی از خصوصیات مثبت انسان است که طی دو دهه‌ی گذشته توجه ویژه‌ای را در روانشناسی و علوم اجتماعی به خود جلب کرده است، خوش‌بینی به جهت‌گزینی اشاره دارد که در

^۱ Susan.C

آن معمولاً پیامدهای مثبت مورد انتظارند و این پیامدها به عنوان عامل ثابت، کلی و درونی در نظر گرفته می‌شوند (پترسون و استون^۱، ۲۰۰۲).

رابرت اورنشتاین و دیوید سوبل^۲ خوش‌بینی را از دیدگاه روانشناسی چنین تعریف کرده‌اند: «تمایل به جستجو، به خاطر آوردن و انتظار کسب تجارت لذت‌بخش». این تمایل یکی از اولویت‌های فعالانه فرد است، نه صرفاً نوعی واکنش انفعالی که او را به توجه به جنبه‌های روشن و نورانی زندگی تشویق کند (قاهری، ۱۳۷۲؛ قربانی، ۱۳۸۷). خوش‌بینی، باور عمیق به این عقیده است که علیرغم مشکلات و سختی‌های موجود در زندگی، اوضاع سر و سامان می‌گیرد. در نتیجه، فرد را از فروغلتیدن در ناامیدی، یأس و افسردگی برحذر می‌دارد (رمضانعلی، ۱۳۹۰، ص ۳۲).

در دیدگاه سلیگمن^۳ خوش‌بینی عبارت است از: «سبک تبیین خوش‌بینانه نسبت به رویدادهای زندگی که در این نوع سبک تبیین رویدادهای منفی به علل بیرونی، موقت و خاص نسبت داده می‌شود اما رویدادهای مثبت به عوامل درونی، همیشگی و فراگیر منتسب می‌شود» (سلیگمن و همکاران، ۱۹۹۵؛ به نقل از داور پناه، ۱۳۸۳، ص ۷۲-۷۳).

«خوش‌بینی یک مفهوم شناختی و مشتمل بر باورهای فرد درباره تجربیات و آینده اوست. افراد خوش‌بین انتظارات مثبتی درباره آینده دارند. این انتظارات، از تفسیر و تبیین‌های خوش‌بینانه نسبت به رویدادهای زندگی ناشی می‌شود و از تصور آنان نسبت به معنا و تصمیمشان، اهداف آنان و ظرفیت‌های ادراک شده آنان برای تحقیق آن هدف نشأت می‌گیرد» (فریزر^۴ و گلهم^۵، ۲۰۰۶، ص ۵۰).

۲-۲-۱-۱-۲-۲ خوش‌بینی در اصطلاح اسلامی

با توجه به اهمیت خوش‌بینی از نظر فردی و خانوادگی و اجتماعی و ضرورت آن، در منابع اسلامی از جمله قرآن و نهج‌البلاغه و دیگر منابع اسلامی به این مسئله پرداخته شده است. دین اسلام خوش-بینانه‌ترین نگرش و نگاه به خدا، انسان، جهان هستی و زندگی را فراروی بشر قرار می‌دهد. خداوند متعال در آیات متعدد قرآن کریم انسان را به تدبر، تفکر و تعقل در مورد نشانه‌های انفسی و آفاقی، دعوت کرده و از او می‌خواهد که به یادآوری و توجه به نعمت‌ها و زیبایی‌های وجودی پی برده به او

¹ Peterson & Stone

² Robert Ornstein and David Subl

³ Seligman

⁴ Fraser

⁵ Gilham

ایمان آورده سر تسلیم و بندگی به درگاه پاکش ساییده و شکرگزار نعمت‌های او باشد (حسنی و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۷۸).

در منابع اسلامی شواهد زیادی نشان می‌دهند که سه مؤلفه می‌توانند شکل‌دهنده مفهوم خوش‌بینی باشند. این سه مؤلفه عبارتند از: الف) توجه به جنبه‌های مثبت، ب) تفسیر مثبت رویدادها، ج) انتظار مثبت نسبت به آینده. مؤلفه اول می‌تواند شامل ده زیر مؤلفه باشد که عبارتند از: توجه به ویژگی‌های خداوند، توجه به زیبایی‌های جهان؛ توجه به امکانات و فرصت‌ها؛ توجه به استعدادها و توانایی‌های خود؛ توجه به موفقیت‌های گذشته خود؛ توجه به صفات مثبت دیگران؛ توجه به رفتار مثبت دیگران؛ توجه به گفتار مثبت دیگران؛ توجه به اندیشه‌های مثبت و توجه به پیامد اعمال. مؤلفه دوم نیز دارای شش زیر مؤلفه است که عبارتند از: حکمت دانستن سختی‌ها، موقت دانستن مشکلات، قابل حل دانستن مشکلات، نقش خدا، خود و دیگران در وقوع رویدادها، سپاسگذاری از خداوند و دیگران و عدم شکایت از مشکلات. مؤلفه سوم نیز دارای پنج زیر مؤلفه می‌باشد که عبارتند از: انتظار کمک از خداوند، انتظار وقوع رویدادهای خوشایند، انتظار کار درست از سوی دیگران، اعتماد به دیگران و کمک به دیگران. بنابراین می‌توان این سه مؤلفه و ۲۱ زیر مؤلفه را تشکیل دهنده مفهوم خوش‌بینی اسلامی تلقی کرد (نوری، ۱۳۸۷، ص ۴۶).

خوش‌بینی از منظر برخی از محققین، عمل خالصانه جنبه رفتاری، و امید حالت عاطفی دارد که هر دو، مستلزم نوعی شناخت نسبت به خداوند است. بنابراین، خوش‌بینی در دیدگاه اسلامی شامل شناخت، عاطفه و رفتار است. از این رو، می‌توان خوش‌بینی را چنین تعریف کرد: خوش‌بینی، توجه شناختی و عاطفی مثبت نسبت به خدا، جهان، افراد، خود، افکار، رفتارها و رویدادهاست که فرد بر اساس آن، رویدادها را تفسیر مثبت نموده، و انتظار دارد که با تلاش خودش اوضاع بر وفق مراد پیش رفته و نتایج دلخواه به دست آید (همان، ص ۳۳).

با توجه به منابع اسلامی می‌توان گفت: خوش‌بینی و بدبینی دو نوع نگاه متفاوت به جهان هستی، زندگی و رویدادهای مربوط به آن است و قلمروهای مختلف زندگی فرد را در بر می‌گیرد و اختصاص به کوشش‌هایی ندارد که فرد در آنها شکست خورده، یا موفق شده است. این دو نوع نگاه، در دو بعد کلی از یکدیگر متمایز می‌شوند: بعد اول، به توجه و انتخاب فرد برمی‌گردد و اینکه فرد از

میان محرک‌های گوناگون در جهان به کدام یک از آنها توجه نموده و متمرکز شود. بعد دوم، به تفسیر فرد از زندگی، فعالیت‌ها و مشکلات آن برمی‌گردد (حسنی، ۱۳۹۰، ص ۱۷).

۲-۱-۲- واژگان مرتبط با خوش‌بینی

۲-۱-۲-۱- ارتباط خوش‌بینی با مثبت‌اندیشی

مثبت‌اندیشی هم معنی با ینی تلقی می‌شود و مثل خوش‌بینی یکی از الگوهای رفتاری سالم در جامعه است (فرزندوحی و جوشن، ۱۳۹۲). با توجه به اینکه آینده هر شخص تا حد بالایی به نگرش او بستگی دارد مثبت‌اندیشیدن می‌تواند مقدمات موفقیت و کامیابی را برای او فراهم کند. البته لازم به ذکر است که تنها مثبت‌اندیشی لازمه کار نیست بلکه به این معنی می‌باشد که نگرش مثبت در زندگی می‌تواند انسان را به سمت کامیابی سوق دهد. یکی دیگر از بازخوردهای مثبت‌اندیشی داشتن روان سالم است. یکی از مهمترین اقدامات برای اصلاح تفکرات نادرست و منفی، مرور و مشخص کردن واقعیات و تحریفات است. ممکن است بخشی یا بسیاری از نگرش‌های ما نسبت به محیط اشتباه باشد که با تصحیح خطاهای شناختی و تعمیم دادن آنها می‌توان قدمی بزرگی در این زمینه برداشت (سولسو^۱، ۱۹۳۳، ترجمه قاهر، ۱۳۸۱، ص ۱۶۴).

خوش‌بینی نگرشی مثبت به جهان پیرامون است و فرد خوش‌بین با چنین نگرشی در تلاش است که دنیا را به صورت بهتری ببیند. افراد خوش‌بین می‌دانند که جهان کامل و ایده آل نیست و هیچ کس نمی‌تواند همه صفات خوب و عالی را دارا باشد، اما آنها در تلاش هستند که بخش‌ها و وجوه مثبت قضایا را ببینند و امیدوار باشند که جهان به سمت خوبی و خیر حرکت کند (سلیگمن، رابویچ، کاکس، ۱۹۹۵^۲؛ ترجمه حق پناه، ۱۳۸۳، ص ۵۶). خوش‌بینی یکی از موضوعات روان‌شناسی مثبت گرا است که هدف آن ایجاد تغییر در روان‌شناسی است و قصد آن فراتر از ترمیم آسیب‌ها است. در واقع روان‌شناسی مثبت‌گرا به سمت بهینه کردن کیفیت زندگی است و هدف از این دیدگاه آن است که از نقاط قوت انسان‌ها به عنوان سپری در برابر بیماری‌های روانی استفاده کند. در واقع لازمه

^۱ Solso

^۲ Rabwich, Cox

خوش‌بینی تکرار جمله‌ها و عبارت‌های مثبت، نیرودهنده و انگیزه‌بخش است. پس خوش‌بینی و مثبت‌اندیشی قوه محرک و زمینه یکدیگرند (سلیگمن و سیگزنر میهالی^۱، ۲۰۰۰، ص ۵).

۲-۱-۲-۲- ارتباط خوش‌بینی با امید

هرچند امید مفهوم متفاوت از خوش‌بینی است، اما در زمینه امید نظریه‌ای وجود دارد که هم‌گرایی بالایی با نظریه‌های خوش‌بینی دارد به همین دلیل در کنار نظریات خوش‌بینی مورد بررسی قرار می‌گیرد (کار^۲، ۲۰۰۴، ترجمه شریفی و نجفی زند، ۱۳۸۷).

در حقیقت چشم‌انداز فرد خوش‌بین با امید ترسیم می‌شود خوش‌بینی با امید گرچه متفاوت است ولی به هیچ وجه از هم بی‌ارتباط و جدا نیستند (نجاتی، ۱۳۸۷، ص ۹۰). روان‌شناسان تاکنون چندین تعریف از امید به دست داده‌اند. در تعریفی قدیمی‌تر امید چنین توصیف شده است: داشتن انتظار مثبت برای رسیدن به هدف. بر اساس این تعریف فرد امیدوار، کسی است که در زندگی هدف یا اهدافی دارد و انتظار دارد تا به این هدف (یا اهداف) برسد (عبادی و فقیهی، ۱۳۸۸، ص ۶۲).

ریک اسنایدر^۳ و همکاران او در دانشگاه کانزاس به تعریفی از امید دست یافته‌اند: «حالت انگیزشی مثبتی که از احساس موفقیت ناشی از رابطه متقابل بین عامل و مسیرهای دستیابی به هدف به وجود می‌آید». در این تعریف عامل، فردی است که انرژی و اراده لازم را برای رسیدن به هدف هایش صرف می‌کند، و مسیرهای دستیابی هم عبارتند از برنامه‌ریزی‌هایی که برای تأمین و دستیابی به اهداف صورت می‌گیرند (فروم، ۱۹۳۴^۴، ص ۱۳).

خوش‌بینی با امید از این نظر که هر دو مفاهیم معطوف به آینده‌اند اشتراک دارد. نظریه امید رابطه بین سه مفهوم انتخاب هدف، انتظارات و مفهوم خودکارآمدی بندورا را برجسته کرده است (براندون، ۲۰۰۶، ص ۳۳). امید و خوش‌بینی به این صورت با هم مرتبط می‌شوند که هر دو شرایط مثبت می‌باشند و برانگیزاننده‌های بزرگی هستند، اما آنها در مکانیزمی که از آن طریق کسب می‌شوند با هم تفاوت دارند و پذیرفته شده که آنها (حداقل) هیجان اساسی نیستند. همچنین امید و خوش‌بینی در

^۱ Csicszent mihalyi

^۲ Alan Carr

^۳ Rick Snyder

^۴ forum

اینکه امید به شرایط ویژه اختصاص دارد و مشروط به توانایی‌های خود فرد می‌باشد (شرایط درونی) و خوش‌بینی یک سبک تبیینی کلی (شرایط کلی) است که چیزهای مثبت مستقل از توانایی‌های فرد اتفاق خواهد افتاد (شرایط بیرونی) با هم تفاوت دارند (پاتون^۱ و همکاران، ۲۰۰۴، ص ۲۰۱).

۳-۲-۱-۲- ارتباط خوش‌بینی با بدبینی و سوء ظن

خوش‌بینی و بدبینی دو مفهوم متفاوت و جدا از هم هستند و اینگونه نیست که بدبینی متضاد ساده خوش‌بینی باشد به این معنا که فقدان خوش‌بینی به معنای بدبینی باشد (نوری، ۱۳۸۸، ص ۱۹). یکی از بیماری‌های روانی که تأثیر زیانباری بر شخصیت و رفتارهای فردی و اجتماعی بجا می‌گذارد، بدبینی یا سوءظن است. با نگاهی به آثار زیانبار بدبینی به روشنی دانسته می‌شود که بسیاری از مشکلات فردی و اجتماعی و حتی اختلالات شناختی و بیماری‌های روانی چون اضطراب و تشویش و افسردگی می‌تواند با خاستگاه بدگمانی باشد (حسینی زاده، ۱۳۸۲).

خوش‌بینی به شکل صحیح آن اصولاً از نظر روان‌شناختی سبب پیشرفت می‌شود و انسان را به جلو سوق می‌دهد. بدبینی و سوءظن ذاتاً خودناکام ساز است و فرد را از موفقیت باز می‌دارد. زیرا افراد بدبین تمرکز زیاد بر روی کاستی‌ها و معایب دارند، فرصت‌ها، توانمندی‌ها و جنبه‌های مثبت قضایا را نمی‌بینند، فقط مشکلات را می‌بینند، به راه حل نمی‌اندیشند، پیوسته اعتراض می‌کنند بدون اینکه در جهت حل مشکل تصمیم عاقلانه اتخاذ کنند. اما افراد خوش‌بین بعد از درک مشکل از آن عبور کرده و به راه حل متمرکز می‌شوند. لذا افراد خوش‌بین جهان را سرشار از امکانات، چالش‌ها و فرصت برای پیشرفت می‌دانند و افراد بدبین جهان را مملو از دردسر و مشکلات می‌بینند (کارلس کارور^۲ و همکاران، ۲۰۱۰).

خوش‌بینی تفسیر مثبت از زندگی ارائه کرده و توجیه صحیح و درستی از رفتارهای خود و دیگران دارد و اجازه نمی‌دهد تا سرزنش درونی و برخی از جنبه‌های منفی، تشدید و غیرقابل مهار و کنترل شود. وجود شرور و بدی‌ها را عنصر اصلی و اصل حاکم بر جهان هستی نمی‌داند، بلکه آن را طفیلی وجود و خیر می‌داند و اصالتی برای آن قایل نیست؛ از این رو، جنگ، کشتار، خیانت، بی‌وفایی، دروغ و مانند آنها را امری عارضی دانسته و حرکت کلی جهان را به سوی خیر و صلح ارزیابی می‌کند و

¹ Patton

² Carles Carver

امید به تغییرات مثبت در جهان، جامعه و جان دارد و بدان امید زندگی می‌کند و حرکت‌های منفی و شرور را موردی می‌داند و در همین چارچوب با آن تعامل می‌کند. بر همین اساس نه تنها به هستی و زندگی و جامعه خوش‌بین است، بلکه نسبت به رفتار دیگران هم خوش‌بین بوده و آن را مثبت ارزیابی می‌کند اما بدبینی، نگرشی منفی نسبت به هستی و زندگی است و انسان بدبین همانند بدگمان نسبت به همه چیز نگرشی منفی دارد. لذا در زندگی گرفتار درماندگی است. شخص بدبین، نگاه بدبینانه خود را به همه زندگی و به تبع آن درماندگی را به همه جنبه‌های آن گسترش می‌دهد و این گونه از نظر روانی و روحی درهم ریخته و دچار اضطراب و پریشان حالی است و به کسی اعتماد ندارد و هیچ گاه احساس امنیت نمی‌کند و همواره دلهره دارد که اتفاقات ناخوشایند و بدی روی دهد. چنین افرادی رفتار دیگران را نادرست، کینه توزانه و خطرناک می‌دانند و این گونه خود را در موقعیت‌های نادرست قرار می‌دهند (عسگری و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۲۶).

خوش‌بین‌ها نگاه مثبتی به زندگی دارند، در حالیکه باور دارند که تمامی حوادث و رویدادها و همه‌ی مردم به‌طور کلی خوب هستند. به همین دلیل آنها، هم در کوتاه مدت و هم در میان مدت و درازمدت کارکرد بهتری دارند. اگر چیزی به خوبی پیش نرود، زندگی را رها نمی‌کنند و منتظر می‌مانند تا بهترین نتیجه را به دست آورند. در مقابل، بدبین‌ها تمایل دارند که زندگی را با نگاهی منفی ببینند. اگر چیز بدی اتفاق بیفتد آن‌ها می‌ترسند که به زودی ورق برگردد و اوضاع بدتر از آن چیزی شود که فکرش را می‌کردند. البته گاهی اوقات خوش‌بین‌ها با بدبین‌ها می‌توانند دست در دست هم کار کنند و با یکدیگر رابطه داشته باشند. مثلاً زمانی که یک پروژه‌ی جدیدی، برنامه‌ریزی می‌شود، خوش‌بین‌ها به احتمال زیاد هیجان‌زده و خوشحال می‌شوند، اما بدبین‌ها درباره‌ی جزئیات کار و خطرات آن هشدار می‌دهند که به دلیل دقت بدبین‌ها و سرعت خوش‌بین‌ها، انجام پروژه را می‌توان با احتیاط معقول و به کمک آن‌ها به نتیجه رسانید. در افرادی که خوش‌بینی کمتری دارند، ممکن است در برخی ابعاد خاص زندگی نسبت به جهان و حوادث مربوط به آن، نگاهی بدبینانه وجود داشته باشد، اما کسانی که خوش‌بینی متعادل دارند، تصویر مثبتی را در ابعاد خاصی را از زندگی و جهان پیرامون ترسیم می‌کنند (لوتانس^۱ و همکاران، ۱۳۹۲).

^۱ Lotans