

نقش میانجی بهزیستی فاعلی در رابطه بین خوش بینی و کارآمدی خانواده The Mediating Role of Subjective Well-being in the Relationship between Optimism and Family Efficacy

Masoud Aalami¹
Hasan Taghiyan (Corresponding Author)²

مسعود عالمی^۱
حسن تقییان (نویسنده مسئول)^۲

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of subjective well-being in the relationship between optimism and family efficacy. This research employed a descriptive correlational design. The statistical population consisted of all married men and women over 18 years of age residing in Qom in 2024, from which a sample of 132 participants was selected through convenience sampling based on Tabachnick and Fidell's guideline. Data were collected using the Safouraei Parizi Family Efficacy Questionnaire, the Islamic Optimism Questionnaire by Nouri, and the Oxford Happiness Questionnaire. Descriptive statistics were used to describe the data, and Pearson correlation coefficient and linear regression were employed to analyze the results. The findings revealed a significant positive relationship between optimism and family efficacy. Results also indicated a significant positive relationship between subjective well-being and family efficacy. Furthermore, the findings demonstrated that subjective well-being plays a mediating role in the relationship between optimism and family efficacy. These findings emphasize the importance of subjective well-being in enhancing family efficacy based on optimism.

Keywords: Family Efficacy, Optimism, Subjective Well-being.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای بهزیستی فاعلی در ارتباط بین خوش بینی و کارآمدی خانواده است. روش تحقیق در این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش تمام مردان و زنان متأهل بالای ۱۸ ساکن قم در سال ۱۴۰۳ بود که براساس قاعده تاجنیک و فیدل از جامعه یادشده ۱۳۲ نمونه به روش در دسترس انتخاب شد. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های کارآمدی خانواده صفورائی پاریزی خوش بینی اسلامی نوری و شادکامی آکسفورد جمع‌آوری گردید. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی برای توصیف داده‌ها و برای تحلیل نتایج از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی استفاده شد. براساس نتایج به دست آمده، بین خوش بینی و کارآمدی خانواده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. یافته‌ها بیانگر وجود یک رابطه مثبت و معنادار بین بهزیستی فاعلی و کارآمدی خانواده است؛ افزون بر این، یافته‌ها نشان داد که بهزیستی فاعلی به عنوان یک متغیر میانجی در ارتباط میان این دو متغیر خوش بینی و کارآمدی خانواده نقش دارد. این یافته‌ها بر اهمیت بهزیستی فاعلی در تقویت کارآمدی خانواده براساس خوش بینی تأکید می‌کند.

واژه‌های کلیدی: کارآمدی خانواده، خوش بینی، بهزیستی فاعلی

1. M.A. Student in Personality Psychology, Faculty of Islamic humanities and social sciences, Al-Mustafa International University, Qom, Iran

2. Department of Psychology, Faculty of Islamic humanities and social sciences, Al-Mustafa International University, Qom, Iran.

Received: 22 May 2025

Accepted: 31 May 2025

۱. دانش پژوه کارشناسی ارشد روان شناسی شخصیت، مجتمع آموزش عالی علوم انسانی اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران
۲. گروه روان شناسی، مجتمع آموزش عالی علوم انسانی اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران.

Hasan_Taqiyan@miu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۳/۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۳/۱۱

مقدمه

خداوند آفرینش انسان را با پیوند زن و مرد آغاز کرد و حوا را در کانون خانواده سکنا داد و با چنین تدبیری همه فرزندان آدم را به سوی زوجیت دعوت و کمال انسانی را در کانون خانواده ترسیم کرد^۱ (صفورائی، ۱۳۸۸). خانواده به عنوان مهم‌ترین نظام در جوامع بشری منظومه‌ای مناسب برای تأمین نیازهای اعضا و بستر مناسبی برای پرورش نسلی سالم، کارآمد، معتقد به ارزش‌های دینی و اجتماعی و زمینه‌ساز تأمین نیازهای اساسی بشر است. تعاریف فراوانی برای خانواده ذکر شده و هر تعریف نیز به بعدی از ابعاد خانواده نظر داشته است. می‌توان خانواده را با نظر به ویژگی‌های اساسی آن چنین تعریف کرد: خانواده بنایی است که با پیمان زندگی مشترک یک زن و مرد مسلمان برپا می‌شود و براساس آن غالباً زن و مرد با فرزندان و گاهی فرزند، همسر، پدربزرگ و مادر بزرگ در مسکنی واحد و در فضایی همراه با آرامش و محبت تحت مدیریت و تأمین معیشت مرد زندگی می‌کنند؛ زوجین نسبت به نیازهای هم، به‌ویژه نیاز جنسی مسئول و برای سایرین نقش محافظتی و پرورشی دارند (سراقی و صفورائی، ۱۳۹۸)، رابطه و تأثیر اعضای خانواده یک رابطه دوسویه می‌باشد که سلامت آنها زیربنای سلامت و کارآمدی خانواده است (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۳). صفورائی (۱۳۹۲) خانواده کارآمد^۲ را خانواده‌ای می‌داند که با پابندی اعضای آن به باورهای دینی و رعایت حقوق و اخلاق اسلامی، زمینه کشف و پرورش قابلیت‌ها و توانایی‌های آنان را در ابعاد شناختی عاطفی و رفتاری فراهم آورد. کارآمدی خانواده در تحقق وظایف خود شاخص مناسبی برای سنجش کارآمدی افراد جامعه است، ولی در سال‌های اخیر نظام خانواده به علت تحولات فرهنگی، اجتماعی، صنعتی، علمی و ارزشی با مشکلات و چالش‌های فراوانی روبه‌رو شده است. تغییر بسیاری از سنت‌ها، آداب و باورهایی که عامل تقویت استحکام و تعادل خانواده بوده‌اند به صورت جدی کارآمدی خانواده را تهدید می‌کند (همان). سلامت جامعه‌ای که در آن خانواده‌ها دچار اختلال عملکرد هستند در معرض تهدید می‌باشند؛ زیرا اختلال در کارایی خانواده مشکلاتی را در منظومه آن ایجاد می‌کند و در صورت تشدید مشکلات، خانواده را به سمت فروپاشی سوق می‌دهد. در دهه‌های اخیر افزایش میزان طلاق در جوامع مختلف گویای کارایی مختل خانواده‌هاست (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۳)؛ برای مثال در گزارش انجمن روان‌پزشکی آمریکا و پنجمین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات

۱. وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ (روم/ ۲۱).

2. family efficacy

روانی، مشکلات خانوادگی و ناکارآمدی خانواده یکی از بیشترین علل مراجعه به درمانگاه‌ها و مراکز مشاوره ذکر شده است (صفورائی پاریزی، ۱۳۹۹). خانواده را به لحاظ توان مدیریت تعارض‌ها و مشکلات می‌توان به خانواده کارآمد و ناکارآمد دسته‌بندی کرد (خطیب، ۱۳۹۶).

از دیدگاه اسلام نیز کارآمدی خانواده کانون توجه آموزه‌های دینی است، زیرا با تحکیم و تقویت بنیان خانواده رابطه متقابل دارد؛ به گونه‌ای که هرگاه کارکردهای خانواده در جهت قوانین اسلام تقویت شوند به تحکیم خانواده می‌انجامد (موسی‌زاده، ۱۳۹۳). عوامل مؤثر بر کارآمدی و ناکارآمدی خانواده به قدری زیاد و پیچیده است که برای مقابله با عوامل آسیب‌زا و حفاظت از هویت ملی و اسلامی نظام خانواده معرفی و آموزش شاخصه کارآمدی خانواده ضرورت یافته است. براساس منابع اسلامی شاخص‌های خانواده کارآمد به سه دسته بینشی، اخلاقی و حقوقی تقسیم می‌شود که خوش‌بینی از مصادیق شاخص بینشی است و موجب کارآمدی خانواده خواهد شد (صفورائی و قاسم‌نژاد، ۱۴۰۰).

خوش‌بینی^۱ یا مثبت‌اندیشی از مفاهیم روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌باشد که امروزه به سرعت در حال گسترش است. سلیگمن^۲ (۱۹۹۶) معتقد است خوش‌بینی در چگونگی تفکر و تبیین افراد درباره علل رویدادها و حوادث ریشه دارد. هر فردی برای نسبت دادن پدیده‌ای به علت معین، گرایش‌های خاص خود را دارد که از آن به سبک تبیین یاد می‌شود. براین اساس سلیگمن خوش‌بینی را یک حالت شناختی می‌داند که به نحوه تفکر افراد درباره علت‌ها بازمی‌گردد. شییر و کارور^۳ (۲۰۰۵) در تعریف آن آورده‌اند که خوش‌بینی گرایشی در فرد است که براساس آن انتظار دارد بهترین نتایج برای او در آینده رقم خورد. این دیدگاه سلامت روانی، سلامت جسمانی و سازگاری روان‌شناختی افراد خوش‌بین را ناشی از سبک‌های مقابله‌ای آن می‌داند. خوش‌بینی تمایل به اتخاذ امیدوارانه‌ترین دیدگاه است و به یک پیش‌آمدگی عاطفی و شناختی اشاره دارد. سلیگمن و همکاران (۱۹۹۶) خوش‌بینی را به عنوان یک سبک تبیینی بیان کرده‌اند. براساس این رویکرد هر یک از افراد در نسبت دادن امور به علل مختلف عادت‌های خاصی دارند. این خصلت‌های شخصیتی «سبک تبیین» نام دارد. براساس این نظر سبک تبیین در هر فرد در دوره کودکی شکل می‌گیرد؛ در صورتی که از خارج دخالتی در آن اعمال نشود سراسر عمر پابرجا می‌ماند. بر طبق این دیدگاه افراد در تبیین اینکه چرا هر

1. optimism

2. Seligman

3. Scheier & Carver

رویداد خوب یا بد برای آنها اتفاق می‌افتد، از سه بعد تداوم (موقتی یا دائمی بودن حوادث خوشایند و ناخوشایند)، فراگیر بودن (در حیطه خاص یا کلی) و شخصی سازی (عامل درونی یا بیرونی) استفاده می‌کند (شریفی و همکاران، ۱۳۹۳).

مسئله خوش بینی در اسلام، به ویژه در قرآن بارها به شیوه‌هایی مختلف بیان شده است. در قرآن لفظی برابر با واژه خوش بینی وجود ندارد، اما با تأمل در آیات الهی می‌توان معنای آن را به دست آورد؛ از این رو امید به استجابت دعا و آینده نیکو و سعادت نشانگر خوش بینی در قرآن است.^۱ در روایات نیز پیوسته به این مسئله اشاره شده و ائمه معصومین همواره به خوش بینی و آثار آن در سلامت روان تأکید کرده‌اند. امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: خوش بینی مایه آسایش دل و سلامت دین است (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ح ۴۸۲۳). از دیدگاه روان‌شناسی عموم مردم خوش بینی را در نظر گرفتن نیمه پر لیوان یا عادت به انتظار پایدانی خوش برای هر دردسّر واقعی در نظر می‌گیرند. زاویه تفکر مثبت از مثبت اندیشی و خوش بینی بیانگر این است که خوش بینی مستلزم تکرار عبارت‌هایی تقویت‌کننده با خود است؛ مانند اینکه من هر روز به روش‌های مختلف پیشرفت می‌کنم یا تجسم اینکه همه کارها با موفقیت انجام می‌پذیرد. در همه این موارد تجلیاتی از خوش بینی و مثبت اندیشی وجود دارد؛ با این حال خوش بینی عمیق‌تر از اینهاست. خوش بینی باور عمیق به این عقیده است که با وجود مشکلات و سختی‌های موجود در زندگی، اوضاع سروسامان می‌گیرد؛ در نتیجه فرد را از فروغلتیدن در نومیدی یأس و افسردگی باز می‌دارد. پس در روان‌شناسی مبنای خوش بینی در نحوه تفکر افراد درباره علت‌ها ریشه دارد. این نحوه تفکر است که به عمل می‌انجامد. پیترسون^۲ و همکاران یادآور می‌شوند که خوش بینی مثبت بودن سطحی نیست، بلکه افراد خوش بین مشکل‌گشایند و نقشه‌هایی برای فعالیت طراحی کرده، سپس طبق آن عمل می‌کنند و به اهداف خود دست می‌یابند (شریفی و همکاران، ۱۳۹۳). با توجه به منابع اسلامی و نیز نظریات روان‌شناختی می‌توان گفت خوش بینی و بدبینی دو نوع نگاه متفاوت به جهان هستی زندگی و رویدادهای مربوط به آن است و قلمروهای مختلف زندگی فرد را در برمی‌گیرد که یکی از آنها، قلمرو خانواده است (نوری، ۱۳۸۷). در قلمرو خانواده معمولاً افراد همدیگر را ارزیابی می‌کنند و تصویری از یکدیگر در ذهن خود

۱. وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ (بقره / ۱۸۶)؛ وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ (غافر / ۶۰).

2. Peterson

می‌سازند که نوع این تصور، نقش مهمی در کیفیت ارتباط دارد. ارزیابی مثبت از اعضای خانواده موجب خوش بینی می‌شود، حالتی از اطمینان و اعتماد را پدید می‌آورد و سبب جذب و استحکام پیوند می‌شود؛ بدین سان انسان احساس آرامش می‌کند و از رابطه خود لذت می‌برد. در آموزه‌های اسلامی نیز یکی از راه‌های جذب محبت دیگران، خوش بین بودن به آنان دانسته شده است.^۱ از سوی دیگر نیز ارزیابی منفی موجب می‌شود که ارتباط بین اعضای خانواده مختل و نتیجه ارزیابی منفی ازدست رفتن شادکامی در خانواده شود (شریفی و همکاران، ۱۳۹۴).

باس^۲ (۲۰۰۰) در تعریف شادکامی یا بهزیستی فاعلی^۳ می‌گوید که شادکامی عبارت از ارزشیابی مثبت فرد از خود و زندگی است. شادکامی از جمله متغیرهای مهم و تأثیرگذار بر سلامت روانی می‌باشد که برای سنجش خوشبختی به کار می‌رود و شامل دو مؤلفه عاطفی (مثبت و منفی) و شناختی (رضایت از زندگی) است؛ از این رو بهزیستی فاعلی را می‌توان دستیابی به تعادل در عواطف مثبت و منفی و رضایت از زندگی یا ارزیابی عاطفی و شناختی افراد از زندگی آنان تعریف کرد که شامل تجربه کردن هیجان‌های دلپذیر، رضایت زندگی بالا و سطح پایین خلق منفی است. موضوع شادکامی در سال‌های گذشته، توجه بسیار زیادی را به خود جلب کرده و بیشتر پیمایش‌های جهانی به این موضوع اختصاص یافته است؛ از این رو کشورها هر سال براساس میزان شادکامی مردمان خود سنجیده می‌شوند.

شادکامی یکی از مؤلفه‌های اساسی زندگی افراد و نیز از جلوه‌های برجسته هیجانات مثبت آدمی به شمار می‌رود؛ از این رو در شادکامی ارزشیابی افراد از زندگی و خود می‌تواند جنبه‌های شناختی مثل قضاوت در مورد خشنودی از زندگی و یا جنبه‌های هیجانی از جمله خلق یا عواطف در واکنش به رویدادهای زندگی را دربرگیرد. شادکامی چندین جزء اساسی دارد: ۱. جزء هیجانی که فرد شادکام از نظر خلقی شاد و خوشحال است؛ ۲. جزء اجتماعی که فرد شادکام از روابط اجتماعی خوبی با دیگران برخوردار است و می‌تواند از آنها حمایت اجتماعی دریافت کند و ۳. جزء شناختی که سبب می‌شود فرد شادکام اطلاعات را به روشی خاص پردازش کرده، مورد تعبیر و تفسیر قرار دهد که در نهایت موجب احساس شادی و خوش بینی در وی گردد (نوربالا و علی‌پور، ۱۳۸۷).

۱. مَنْ حَسَنَ ظَنَّهُ بِالنَّاسِ حَازَ مِنْهُمْ الْمَحَبَّةَ (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ج ۸۸۴).

2. buss

3. subjective well-being

همچنین شادکامی عواملی دارد که سبب تحقق آن می‌شود؛ این عوامل به دو دسته تقسیم می‌شوند: الف) عواملی که به‌طور مستقیم به پایه نظریه شادکامی مربوط می‌شوند و پایه رضامندی (خیر و لذت) را تأمین می‌کنند که به آنها عوامل مستقیم یا اصلی گویند؛ ب) دسته عوامل غیرمستقیم که زمینه رضامندی را پدید می‌آورند. عوامل مستقیم رضامندی خود به دو بخش تقسیم می‌شوند: خیرباوری و خیرآوری. خیرباوری که به معنای باور به خیر بودن تقدیر است؛ فرد باید بداند که در صحنه زندگی چه چیزی خیر است تا براساس آن زندگی خود را ارزیابی کند. خیرآوری نیز نیازمند تلاش فرد در تأمین زندگی خوب در راستای تقدیر خداوند متعال است. بر این اساس سلامت و بهزیستی از اجزای جدایی‌ناپذیر هویت فرد می‌باشد و بر تمام جنبه‌های زندگی اثر می‌گذارد؛ با این حال در رشد و بالندگی خانواده و جامعه نیز مؤثر است. قرآن کریم به‌طور مستقیم به شادکامی نپرداخته، اما آیات فراوانی وجود دارند که به اصول و عواملی اشاره می‌کنند که سبب ایجاد فضایی شاد و آرام در خانواده می‌شوند. پس می‌توان دریافت که شادکامی در خانواده، نتیجه رعایت این اصول آموزه‌هاست.^۱

براساس مبانی نظری و پیشینه‌های موجود «کارآمدی خانواده» و «بهزیستی فاعلی» دارای تعامل دوسویه هستند؛ خانواده نخستین محیط اجتماعی برای انسان است که در آن شخصیت، سلامت و بهزیستی او پی‌ریزی می‌شود و نیز بهزیستی یکی از اجزای جدایی‌ناپذیر هویت فرد است که بر همه جنبه‌های زندگی اثر می‌گذارد و موجب رشد و بالندگی خانواده و جامعه می‌شود (فونل و همکاران، ۲۰۰۵). با توجه به رابطه بین متغیرهای تحقیق و عدم بررسی تعاملی بین متغیرهای یادشده در تحقیقات گذشته، این تحقیق قصد دارد فرضیات زیر را بررسی کند: ۱. بین خوش‌بینی و کارآمدی خانواده رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ ۲. بین خوش‌بینی و بهزیستی فاعلی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ ۳. بین کارآمدی خانواده و بهزیستی فاعلی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و ۴. بهزیستی فاعلی در رابطه بین خوش‌بینی و کارآمدی خانواده نقش میانجی دارد.

۱. آیه ۱۹ سوره نساء می‌فرماید: «و عاشروهن بالمعروف...»؛ این آیه به حسن معاشرت و رفتار نیکو با همسر اشاره دارد. رفتار محبت‌آمیز سبب ایجاد فضایی شاد برای خانواده می‌شود. در بخشی از آیه ۱۵۹ سوره آل عمران آمده است: «ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك» که این آیه به اهمیت نرم‌خویی و گذشت اشاره دارد، گذشت در امور خانوادگی سبب ایجاد فضای صمیمی در خانواده می‌شود.

روش پژوهش

با توجه به آنکه تحقیق پیش رو قصد دارد روابط دویه دوی متغیرهای «خوش بینی»، «بهبودی فاعلی» و «کارآمدی خانواده» را بررسی کند و به نقش میانجی «بهبودی فاعلی» در رابطه بین خوش بینی و کارآمدی خانواده بپردازد؛ روش تحقیق در این پژوهش، «توصیفی» از نوع همبستگی است.

برای گردآوری داده‌ها در این پژوهش از آزمون‌های کارآمدی خانواده، خوش بینی و بهبودی فاعلی استفاده شده است.

پرسشنامه کارآمدی خانواده (S.FEQI): صفورائی پاریزی این پرسشنامه را در سال ۱۳۸۸ برای سنجش میزان کارآمدی خانواده تهیه و اعتباریابی کرد که براساس شاخص‌ها و ویژگی‌های به دست آمده از منابع معتبر اسلامی ساخته شد. این پرسشنامه با شصت گویه طراحی و پس از تأیید ساختار و محتوا از سوی کارشناسان خانواده در نمونه ۲۳۸ نفری اجرا شد. اعتبار پرسشنامه با روش ثبات درونی محاسبه شد. آلفای کرونباخ کل پرسشنامه، شاخص بینشی ۰/۸۵، شاخص اخلاقی ۰/۸۹ و حقوقی ۰/۷۶ است؛ همچنین اعتبار پرسشنامه از راه دونیمه کردن با روش اسپیرمن براون (۰/۸۳۴) و گاتمن (۰/۸۳۳) به دست آمد. این پرسشنامه سه شاخص بینشی، اخلاقی و حقوقی دارد که هر یک دارای مؤلفه‌هایی هستند که در مجموع ده مؤلفه را تشکیل می‌دهند؛ این مؤلفه‌ها عبارتند از: ۱. ازدواج و رضایت جنسی؛ ۲. خوش بینی رضایت مندی؛ ۳. نقش‌ها و مرزها؛ ۴. مدیریت مالی؛ ۵. فرزند و فرزندپروری؛ ۶. واقع بینی و اعتماد متقابل؛ ۷. تعهد و مسئولیت‌پذیری؛ ۸. کنترل رفتار؛ ۹. جهت‌گیری مذهبی و ۱۰. صمیمیت، همدلی و همفکری. شاخص‌های بینشی، ۲۴ سؤال؛ حقوقی، ۲۰ سؤال و اخلاقی، ۳۵ سؤال دارند که به صورت لیکرت چهار درجه‌ای از «بسیار کم» تا «بسیار زیاد» نمره‌گذاری می‌شوند و حداقل نمره ۷۹ و حداکثر ۳۱۶ است. صفورائی پاریزی (۱۳۸۸) در هنجاریابی مجدد این پرسشنامه، نوزده گویه از آن را به علت عدم تمییز و میزان آگاهی حذف کرد که در نهایت به شصت گویه رسید و نیز لیکرت پرسشنامه به سه درجه‌ای اصلاح شد و گزینه «کم» و «بسیار کم» به علت جدا نشدن پاسخگویان از یکدیگر درهم ادغام شدند (هوشیاری و همکاران، ۱۳۹۵).

پرسشنامه خوش بینی، نوری این پرسشنامه را با استفاده از منابع اسلامی ارائه کرده است. این پرسشنامه در فرم کوتاه دارای سی گویه و لیکرت پنج گزینه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً

موافقم» می‌باشد. حداقل نمره ۳۰ و حداکثر نمره ۱۵۰ است. این آزمون سه مؤلفه و ۲۱ زیر مؤلفه دارد: مؤلفه اول، توجه به جنبه‌های مثبت زندگی است و ده زیرمؤلفه دارد که عبارتند از: ۱. توجه به ویژگی‌های خداوند؛ ۲. توجه به زیبایی‌های جهان و اسرار خلقت؛ ۳. توجه به امکانات و فرصت‌های موجود؛ ۴. توجه به استعدادها و توانایی‌های خود؛ ۵. توجه به موفقیت‌های خود در زندگی؛ ۶. توجه به خصلت‌های مثبت دیگران؛ ۷. توجه به اعمال و رفتار مثبت دیگران؛ ۸. توجه به ساخت سخنان و گفتار مثبت دیگران؛ ۹. توجه به تصورات و افکار مثبت خود و ۱۰. توجه به پیامد کارها. مؤلفه دوم تفسیر مشکلات و رویدادها است که ریزمؤلفه‌های آن عبارتند از: ۱. دانستن سختی‌ها و گرفتاری‌ها؛ ۲. موقت دانستن مشکلات؛ ۳. قابل حل دانستن مشکلات؛ ۴. مؤثر دانستن خدا خود و دیگران در وقوع رویدادها؛ ۵. سپاسگزاری از خدا و دیگران و ۶. شکایت نداشتن از مشکلات و مؤلفه سوم نیز انتظار مثبت است که ریزمؤلفه‌های آن عبارتند از: ۱. انتظار کمک از سوی خداوند؛ ۲. انتظار وقوع رویدادهای خوشایند؛ ۳. انتظار کار درست از سوی دیگران؛ ۴. اعتماد به دیگران و ۵. کمک به دیگران. این مقیاس دارای ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و ضریب دونیمه‌سازی گاتمن ۰/۸۰ می‌باشد و روایی محتوایی خبرگانی ضریب تطابق کندال ۰/۲۶ و روایی وابسته به ملاک خوش‌بین سرشتی از ضریب همبستگی ۰/۴۴ برخوردار است.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد در سال ۱۹۹۰ با معکوس کردن مواد مقیاس افسردگی بک به وسیله ارگایل ولو ساخته شد. این مقیاس ۲۹ ماده دارد که براساس طیف چهار درجه‌ای از ۱ تا ۴ نمره‌گذاری می‌شود؛ بنابراین حداقل نمره هر آزمودنی ۲۹ و حداکثر آن ۱۱۶ است و هرچه نمره آزمودنی بالاتر باشد نشانگر شادکامی بالاتر وی خواهد بود و برعکس. روایی این مقیاس در مطالعات مختلف از جمله علی‌پور و نوربالا (۱۳۸۵) تأیید شده است، آرجیل ولو (۱۹۹۸) ضریب آلفای ۹۰ درصد را با ۳۴۷ آزمودنی فارنهایم و برونیک (۱۹۹۹) ضریب آلفای ۸۷ درصد را با ۱۰۱ آزمودنی و نوری (۱۳۸۱) با ۱۸۰ آزمودنی آلفای کرونباخ ۸۴ درصد را به دست آورده‌اند. در ایران علی‌پور و نوربالا (۱۳۸۵) با ۱۰۱ آزمودنی آلفای ۹۳ درصد را به دست آورده‌اند.

جامعه آماری، گروه نمونه و اجرای این پژوهش عبارت است از تمامی مردان و زنان متأهل ساکن قم در سال ۱۴۰۳. از جامعه یادشده براساس قاعده تاباچنیک و فیدل تعداد ۱۳۲ نمونه با روش در دسترس انتخاب شد.

یافته‌های پژوهش

از تعداد ۱۳۲ پاسخگو، ۶۵ نفر (۴۹/۲ درصد) مرد و ۶۷ نفر (۵۰/۸ درصد) زن بودند. از تعداد ۱۳۲ پاسخگو، ۱۳ نفر در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۲ سال (۹/۸ درصد)، ۲۱ نفر در محدوده سنی ۲۳ تا ۲۷ سال (۱۵/۹ درصد)، ۳۳ نفر در محدوده ۲۸ تا ۳۲ سال (۲۵/۰ درصد)، ۲۳ نفر در محدوده سنی ۳۳ تا ۳۷ سال (۱۷/۴ درصد)، ۱۷ نفر در محدوده ۳۸ تا ۴۲ سال (۱۲/۹ درصد)، ۱۵ نفر در محدوده ۴۳ تا ۴۷ سال (۱۱/۴ درصد)، ۷ نفر در محدوده سنی ۴۸ تا ۵۲ سال (۵/۳ درصد) و ۳ نفر در محدوده سنی ۵۳ تا ۵۷ سال (۲/۳ درصد) بودند؛ همچنین از تعداد ۱۳۲ پاسخگو، مدرک تحصیلی ۳۴ نفر (۲۵/۸ درصد) دیپلم و کمتر، ۳۶ نفر (۲۷/۳ درصد) کاردانی و کارشناسی، ۲۹ نفر (۲۲/۰ درصد) کارشناسی ارشد، ۹ نفر (۶/۸ درصد) دکتری و ۲۴ نفر (۱۸/۲ درصد) حوزوی بودند.

جدول ۱، آمارهای توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش را ارائه می‌دهد.

جدول ۱: آمارهای توصیفی و ضرایب همبستگی

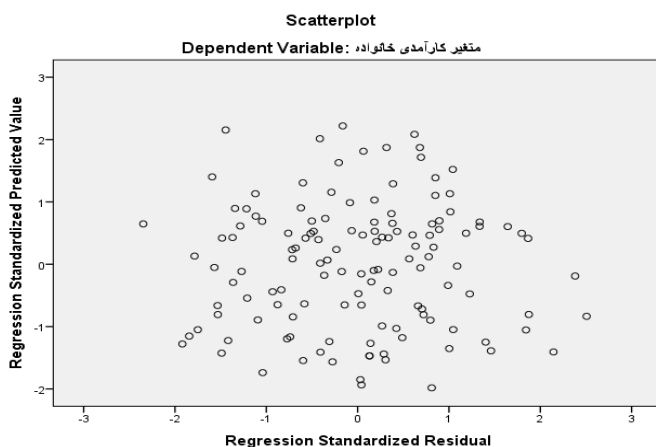
متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	خوش‌بینی	شادکامی
خوش‌بینی	۱۲۱/۴	۱۳/۸۱	-۰/۷	-۰/۴۹۸	۱	
شادکامی	۶۹/۰۹	۱۴/۹۸	۰/۴۶	-۰/۷۱۶	۰/۵۷۱	۱
کارآمدی خانواده	۱۳۹/۵	۲۱/۵۲	-۰/۱۳۷	-۰/۶۷۱	۰/۴۷۱	۰/۶۴۰

میزان کجی و کشیدگی متغیرهای تحقیق بین ۲+ و ۲- است؛ بنابراین می‌توان گفت: توزیع متغیرهای تحقیق متقارن است. ضریب همبستگی خوش‌بینی و شادکامی مثبت و معنادار است ($r = 0/571$). پس فرضیه فرعی نخست تحقیق تأیید شد. ضریب همبستگی بین خوش‌بینی و کارآمدی خانواده مثبت و معنادار است ($r = 0/471$)؛ بنابراین دومین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد. ضریب همبستگی بین شادکامی و کارآمدی خانواده مثبت و معنادار است ($r = 0/640$)؛ بنابراین سومین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد.

به منظور بررسی نقش میانجی شادکامی در رابطه با خوش‌بینی و کارآمدی خانواده از روش چهار مرحله‌ای بارون و کنی استفاده شد؛ براساس این روش در صورتی که ارتباط بین متغیر پیش‌بین (خوش‌بینی) و ملاک (کارآمدی خانواده) و ارتباط بین متغیر پیش‌بین و میانجی (شادکامی) و ارتباط بین متغیر میانجی و ملاک معنادار باشد و با ورود متغیر میانجی به

مدل، ضریب رگرسیون متغیر پیش بین غیرمعمول شود، می‌توان نقش واسطه‌ای کامل متغیر میانجی را نتیجه گرفت.

با توجه به اینکه روش بارون و کنی نیازمند استفاده از رگرسیون خطی است؛ نخست پیش فرض‌های رگرسیون بررسی شد. نتیجه آزمون کلموگروف-اسمیرنوف نشان داد توزیع باقیمانده رگرسیون نرمال است ($P=0.2=k-s$). به منظور بررسی ثابت بودن واریانس باقیمانده‌ها از نمودار پراکندگی باقیمانده‌های استاندارد در برابر مقادیر استاندارد برآورد شده استفاده شده است.



نمودار: پراکندگی باقیمانده‌های استاندارد شده در برابر مقادیر برآورد شده استاندارد رگرسیون

از آنجا که نمودار روند خاصی را نشان نمی‌دهد، می‌توان گفت: دومین مفروضه مناسب بودن رگرسیون (ثابت بودن واریانس) نیز برقرار است. به منظور بررسی شرط سوم (هم خطی) مقدار تلورانس یا سطح تحمل باید از مقدار 0.10 بزرگ‌تر و عامل تورم واریانس (VIF) از 10 کمتر باشد.

جدول ۲: شاخص سطح تحمل و عامل تورم واریانس

متغیرها	عامل تورم واریانس	سطح تحمل
خوش بینی	۱/۴۸۴	۰/۶۷۴
شادکامی	۱/۴۸۴	۰/۶۷۴

در جدول ۲ عدم وجود چندخطی تأیید می‌شود. با برقراری پیش فرض‌های رگرسیون می‌توان به نتایج رگرسیون اعتماد کرد. پس به تحلیل نتایج به دست آمده می‌پردازیم.

جدول ۳

مدل	متغیر ملاک	متغیر (های) پیش‌بین	ضریب بتا	T	سطح معنی‌داری
۱	کارآمدی خانواده	خوش‌بینی	۰/۴۷۱	۱۱/۳۷	۰/۰۰۰۱
۲	شادکامی	خوش‌بینی	۰/۵۷۱	۷/۹۱	۰/۰۰۰۱
۳	کارآمدی خانواده	شادکامی	۰/۶۴	۹/۶۴	۰/۰۰۰۱
۴	کارآمدی خانواده	شادکامی	۰/۵۵	۶/۷۶	۰/۰۰۰۱
		خوش‌بینی	۰/۱۵۷	۱/۹۳	۰/۰۵۵

نتایج رگرسیون‌ها نشان می‌دهد:

- بین متغیر پیش‌بین (خوش‌بینی) و متغیر ملاک (کارآمدی خانواده) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ بنابراین فرضیه نخست تحقیق تأیید شد.

- بین متغیر میانجی (شادکامی) و متغیر پیش‌بین (خوش‌بینی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که تأییدکننده دومین فرضیه پژوهش است.

- بین متغیر ملاک (کارآمدی خانواده) و متغیر میانجی (شادکامی) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که بدین ترتیب سومین فرضیه تحقیق نیز تأیید می‌شود.

- با در نظر گرفتن متغیر شادکامی به عنوان متغیر میانجی در رابطه بین متغیرهای خوش‌بینی و کارآمدی خانواده، معناداری ارتباط بین خوش‌بینی و کارآمدی خانواده از بین رفته است؛ بنابراین می‌توان گفت متغیر خوش‌بینی و کارآمدی خانواده به عنوان متغیر میانجی نقش داشته است. پس چهارمین فرضیه تحقیق نیز تأیید می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت بین دو متغیر خوش‌بینی و کارآمدی خانواده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته پژوهش با یافته‌های مطالعات صمدی (۱۴۰۰)، قاسم شریفی (۱۴۰۰)، شریفی و همکاران (۱۳۹۶)، حسینی و خسروی (۱۳۹۹)، نوری (۱۳۸۸)، مطلق‌زاده و اکبری (۱۳۹۹) همسو است. در تبیین ارتباط بین خوش‌بینی و کارآمدی خانواده می‌توان بیان کرد: با توجه به آنکه خوش‌بینی دارای سه مؤلفه توجه به جنبه‌های مثبت زندگی، تفسیر خوب مشکلات و انتظار مثبت است (نوری و جان‌بزرگی، ۱۳۸۷)، خانواده با دارا شدن این سه مؤلفه می‌تواند در بخش‌های مختلف زندگی کارآمد شود. توجه به جنبه‌های مثبت زندگی رضایت از زندگی

را بالا می‌برد، نقاط منفی زندگی را می‌پوشاند و انگیزه کافی برای ارتقا، حل و پذیرش نقص‌ها را به اعضای خانواده می‌دهد، مؤلفه «تفسیر درست و خوش‌بینانه از مشکلات زندگی نیز می‌تواند تحمل افراد خانواده را افزایش دهد و زمینه حل یا پذیرش مشکلات را فراهم آورد. مؤلفه «انتظار مثبت» نیز در خانواده می‌تواند انتظار بهبود شرایط را ایجاد کند که این ویژگی نیز به ارتقای وضعیت موجود، انگیزش برای رفع نقص‌ها و در نتیجه به کارآمدی خانواده بینجامد. اگر اعضای خانواده از صفت شخصیتی مثبت‌اندیشی برخوردار باشند، خانواده پایدارتر و محکم‌تر خواهد بود؛ زیرا مثبت‌اندیشی رابطه بین افراد درون خانواده را مستحکم می‌سازد. زوج‌های مثبت‌اندیش همسران خود را حمایت‌گر می‌دانند، رضایت زناشویی بیشتری را احساس می‌کنند، ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری یکدیگر را بیشتر مثبت می‌دانند و امکانات موجود را به خوبی درک می‌کنند. مثبت‌اندیشی سبب ایجاد محبت بین افراد خانواده می‌شود؛ زیرا سلامت روانی افراد مثبت‌اندیش بیشتر است و طبیعتاً از استحکام خانوادگی بیشتری برخوردارند (نوری، ۱۳۸۸).

براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت که بین دو متغیر خوش‌بینی و کارآمدی خانواده رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در تبیین این یافته، فرهادیان و مرادی (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند که سلامت معنوی به‌طور معناداری بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند، اما افزودن هریک از متغیرهای «خوش‌بینی» و «بخشش» به متغیر سلامت معنوی موجب افزایش معناداری قدرت پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان نمی‌شود؛ همچنین محمدی و همکاران (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان دادند بین «خوش‌بینی» با «سلامت روان‌شناختی» رابطه منفی و معناداری وجود دارد و نیز امید، ۸/۱۹ درصد از واریانس سلامت روان‌شناختی کارکنان را تبیین می‌کند. براساس نتایج ارتقای خوش‌بینی و احساسات مثبت یکی از راه‌های مهم افزایش سلامت روان‌شناختی کارکنان است؛ همچنین مرکولا و جوزف در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که افراد خوش‌بین نسبت به افراد بدبین اجتماعی‌تر هستند؛ آنها بیشتر ورزش می‌کنند، از مهارت‌های بین‌فردی مطلوب‌تری برخوردارند، معاشرتی هستند، دید مثبت‌تری به زندگی دارند و بهزیستی روانی بالاتری دارند (بولیر و همکاران، ۲۰۱۳: ۱۵)؛ همچنین مطالعه بر روی ۶۷ مادر بزرگ آفریقایی نشان داد خوش‌بینی سرشتی سلامت روان نشانگان وسواس بی‌اختیاری افسردگی و خصومت و سلامت جسمانی اختلال‌های

خواب و پرتنش را پیش‌بینی می‌کند (کوهن و همکاران، ۲۰۰۸: ۱۴ و ۱۵؛ به نقل از شریفی و صفورائی، ۱۴۰۰). براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت بین دو متغیر کارآمدی خانواده و بهزیستی فاعلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته پژوهش با یافته‌های تحقیقات صفورائی پاریزی و هوشیاری (۱۳۹۷) همسو است. صفورائی پاریزی و هوشیاری (۱۳۹۷) در پژوهشی نشان دادند بین «کارآمدی خانواده اسلامی» با «بهزیستی روانی» همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. پیش‌بینی کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها براساس مؤلفه‌های بهزیستی روانی زیرمقیاس‌های تسلط بر محیط و روابط مثبت با دیگران معنادار است و این دو متغیر در مجموع ۹/۲۴ درصد از کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها را پیش‌بینی می‌کنند؛ همچنین چابکی و همکاران (۱۴۰۰) رابطه بین کارایی خانواده و سلامت عمومی دانش‌آموزان را بررسی کردند که نتایج نشان داد بین کارایی خانواده و سلامت روانی فرزندان رابطه معناداری است. هوشیاری و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی نشان دادند بین «کارآمدی خانواده» با «بهزیستی معنوی» همبستگی مثبت معناداری وجود دارد؛ همچنین نتایج نشان داد پیش‌بینی کارآمدی خانواده آزمودنی‌ها براساس «مؤلفه‌های بهزیستی معنوی» تنها در مورد زیرمقیاس‌های «رابطه با خود»، «رابطه با خدا» و «رابطه با دیگران» معنادار است؛ همچنین اخباراتی و بشردوست (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان «پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی براساس عملکرد خانواده و نیازهای بنیادی روان‌شناختی دانش‌آموزان نشان دادند بین متغیرهای «عملکرد خانواده» و نیازهای بنیادین روان‌شناختی با متغیر بهزیستی روان‌شناختی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد (قاسم‌شریفی و صفورائی، ۱۴۰۰).

این پژوهش به بررسی پیچیدگی‌های روابط میان خوش‌بینی، شادکامی و کارآمدی خانواده می‌پردازد و نشان می‌دهد که شادکامی می‌تواند به عنوان یک متغیر میانجی در این رابطه عمل کند؛ براساس نتایج به دست آمده، خوش‌بینی نه تنها به عنوان یک ویژگی شخصی بلکه به عنوان یک عامل کلیدی در تقویت شادکامی در اعضای خانواده شناخته می‌شود؛ به عبارت دیگر هرگاه اعضای خانواده نسبت به آینده و شرایط زندگی خود خوش‌بین هستند، این احساس مثبت می‌تواند به افزایش شادکامی در آنها بینجامد. این شادکامی در نهایت می‌تواند به بهبود کارآمدی و عملکرد خانواده کمک کند.

از دیدگاه عملی، تقویت خوش‌بینی و شادکامی در بین اعضای خانواده می‌تواند به عنوان

یک راهبرد مؤثر برای ارتقای کیفیت زندگی خانوادگی به شمار آید. با توجه به چالش‌های امروزی در زندگی روزمره از جمله فشارهای اقتصادی و اجتماعی، ایجاد فضایی مثبت و خوش‌بینانه در خانواده‌ها می‌تواند به اعضای آنها کمک کند تا با چالش‌ها و مشکلات بهتر کنار آیند و از تعاملات مثبت و سازنده بهره‌مند شوند.

یافته‌های این تحقیق با نظریه‌های روان‌شناسی، به‌ویژه نظریه خوش‌بینی یادگرفته‌شده^۱ از مارتین سلیگمن همخوانی دارد. سلیگمن در نظریه‌اش بر این باور است که افراد می‌توانند با تغییر نگرش‌ها و تفکرات خود به خوش‌بینی، کیفیت زندگی و بهبود روابط خویش را افزایش دهند. او معتقد است که خوش‌بینی یادگرفته‌شده می‌تواند به افزایش تاب‌آوری و بهبود سلامت روانی کمک کند که به نوبه خود تأثیر مثبتی بر روابط فرد با خانواده و دیگران دارد؛ افزون بر این، نظریه شادکامی مثبت^۲ سلیگمن و دیگران، تأکید زیادی بر اهمیت شادکامی به عنوان یک هدف اساسی زندگی دارد. این نظریه نشان می‌دهد که شادکامی نه تنها یک احساس گذرا، بلکه یک جزء ضروری از سلامت روان و کیفیت روابط اجتماعی است؛ به همین سبب، توجه به روش‌هایی که می‌تواند شادکامی را در خانواده افزایش دهد، از اهمیت بالایی برخوردار است. نظریه سیستم‌های خانواده^۳ موری بوئن^۴ نیز بر تعاملات میان اعضای خانواده و تأثیر آن بر کارآمدی خانواده تمرکز دارد. این نظریه تأکید می‌کند که روابط مثبت و حمایت‌گرایانه میان اعضای خانواده می‌تواند به تقویت کارآمدی خانواده کمک کند. شادکامی و خوش‌بینی به عنوان عوامل مؤثر در بهبود این روابط شناخته می‌شوند و می‌توانند به پیشرفت مشترک خانواده بینجامند. این تحقیق تأکید می‌کند که خوش‌بینی و شادکامی نه تنها ویژگی‌های فردی مهم هستند، بلکه به عنوان عوامل کلیدی در پیشبرد کارآمدی خانواده نیز عمل می‌کنند. با توجه به چالش‌های همیشگی زندگی مدرن، تقویت این عوامل می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی و روابط خانوادگی کمک کند.

پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده به این موضوعات پرداخته شود: ۱. بررسی چالش‌ها و موانع موجود در راستای ایجاد خوش‌بینی و شادکامی در میان اعضای خانواده؛ ۲. تأثیر اوضاع اجتماعی و اقتصادی و فشارهای روانی بر فضای خوش‌بینانه خانواده؛ ۳. بررسی

1. learned optimism
2. positive psychology
3. family systems theory
4. Murray bowen

تأثیرات خوش بینی و شادکامی بر کارآمدی خانواده در طول زمان.

منابع

۱. قرآن کریم.
۲. اخباراتی، فرزانه و بشردوست، سیمین. (۱۳۹۵). «پیش بینی بهزیستی روان شناختی براساس عملکرد خانواده و نیازهای بنیادی روان شناختی دانش آموزان»، اصول بهداشت روانی، سال هجدهم، شماره ۱، صص: ۵۱-۵۸.
۳. اصلانی، خالد؛ ابراهیمی پور، ثریا و امان اللهی، عباس. (۱۳۹۳). «بررسی بهزیستی روان شناختی و شادکامی در طول چرخه های مختلف زندگی». دوفصلنامه آسیب شناسی، مشاوره و غنی سازی خانواده. دوره اول. شماره ۱. صص: ۳۲-۴۵.
۴. تمیمی آمدی، عبدالواحد. (۱۴۱۰). غررال حکم و دررال کلم. قم: دارالکتاب الاسلامی.
۵. جعفری، زهرا؛ شریفی، فاطمه و هوشیاری، جعفر. (۱۳۹۷). «رابطه هوش هیجانی و کارآمدی بینشی، اخلاقی و حقوقی خانواده در طلاب خواهر متأهل جامعه المصطفی علیه السلام العالمیه». پژوهش نامه روان شناسی اسلامی. دوره دوم. شماره ۲. صص: ۴۹-۶۶.
۶. رحمتی، امین؛ براتی زاده، فرید و تبیک، محمدتقی. (۱۳۹۸). «رابطه سبک زندگی اسلامی و عوامل شخصیت با شادکامی و بهپاشی روان شناختی». روان شناسی و دین. دوره ۵۳. شماره ۱. صص: ۹۷-۱۱۳.
۷. رحیم زاده، سوسن و میرزاصادقی، آتوسا. (۱۴۰۰). «نقش واسطه ای خودشفقت و رزی در رابطه کمال گرایی و بهزیستی فاعلی»، پژوهش های روان شناسی مثبت. دوره ۳۲. شماره ۴. صص: ۵۵-۷۴.
۸. رضائیان بیلندی، حسین؛ اسماعیلی، معصومه و بیات، علی. (۱۴۰۱). «نقش خوش بینی اسلامی، عزت نفس و رضایت از زندگی در پیش بینی شادکامی». روان شناسی و دین، سال ۱۵، شماره ۵۷، صص: ۹۷-۱۱۲.
۹. سراقی، همایون و صفورائی پاریزی، محمد مهدی. (۱۳۹۸). «بازتعریف خانواده براساس قرآن و منابع روایی»، پژوهش های روان شناسی اسلامی. شماره ۲. صص: ۶۷-۹۵.
۱۰. شریفی، منیره؛ پرچی، اعظم و فاتحی زاده، مریم السادات. (۱۳۹۶). «بررسی خوش بینی و تبیین جایگاه آن در استحکام خانواده». روان شناسی و دین. دوره دهم. شماره ۳۸، صص: ۶۱-۸۴.
۱۱. صفورائی پاریزی، محمد مهدی و هوشیاری، جعفر. (۱۳۹۷). «تحلیل فقهی و کارکردهای روان شناختی صله رحم». پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده. شماره ۱۲، صص: ۱۲۹-۱۵۰.
۱۲. صفورائی پاریزی، محمد مهدی. (۱۳۹۲). «شاخص های خانواده کارآمد». پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده. شماره ۱۶. صص: ۲۹-۵۸.
۱۳. ----- (۱۴۰۰). «نقش میانجی خودمهارگری در رابطه بین خوش بینی و کارآمدی خانواده». پژوهش های روان شناسی اسلامی. دوره چهارم. شماره ۲. صص: ۳۱-۴۵.
۱۴. ----- (۱۳۸۸). «شاخص های خانواده کارآمد از دیدگاه اسلام و ساخت پرسشنامه آن». رساله دکتری. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۱۵. قاسم شریفی، نرگس و صفورائی پاریزی، محمد مهدی. (۱۴۰۰). «نقش میانجی بهزیستی روانی در رابطه بین خوش بینی و کارآمدی خانواده». روان شناسی دین. دوره سوم. شماره ۶۳. صص: ۱۴۹-۱۶۱.
۱۶. قاسم شریفی، نرگس. (۱۴۰۰). «نقش میانجی بهزیستی روانی و رابطه بین خوش بینی و کارآمدی خانواده». پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی. دانشکده علوم انسانی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم.
۱۷. مرشدی، ابوالفضل. (۱۳۹۸). «شاخص های سنجش شادکامی: بررسی تطبیقی مدل شادکامی آکسفورد و مدل شادکامی اسلامی». پژوهش نامه روان شناسی اسلامی. سال پنجم. شماره ۱۱.
۱۸. موسی زاده، زهره. (۱۳۹۳). خانواده پژوهی: از منظر جامعه شناسی، روان شناسی و تربیت با رویکرد معارف اسلامی. تهران: دانشگاه امام صادق علیه السلام.
۱۹. نوربالا، احمد و علی پور، احمد. (۱۳۸۷). «بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه های تهران». فصلنامه اندیشه و رفتار. دوره اول. شماره ۵. صص: ۵۵-۶۴.

۲۰. نورپناه، مهدی؛ جدیری، جعفر و بنیانی، محمدرضا. (۱۳۹۹). «رابطه خوش‌بینی اسلامی و آخرت‌نگری با رضایت زناشویی اسلامی». اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی. دوره اول. شماره ۱۳. صص: ۶۳-۸۴.
۲۱. نوری، نجیب‌الله. (۱۳۸۸). «نقش مثبت‌اندیشی در استحکام خانواده». مطالعات فقه تربیتی. دوره پنجم. شماره ۹. صص: ۷۳-۹۰.
۲۲. ----- (۱۳۸۷). «بررسی رابطه بین خوش‌بینی سرشتی، خوش‌بینی از دیدگاه اسلام و رضایتمندی از زندگی». پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۲۳. نوری، نجیب‌الله و جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۷). «بررسی رابطه میان انگیزه پیشرفت و خوش‌بینی». فصلنامه روان‌شناسی در تعامل با دین، سال اول، شماره ۲. صص: ۹۵-۷۶.
۲۴. هوشیاری، جعفر و حلیمی، معصومه. (۱۳۹۸). «نقش واسطه‌ای سبک زندگی اسلامی در رابطه بین خوش‌بینی و شادکامی». پژوهش‌نامه روان‌شناسی اسلامی. سال دوم، شماره ۳، صص: ۷۷-۱۰۲.
۲۵. هوشیاری، جعفر و صفورائی پاریزی، محمد مهدی و نیوشا، بهشته. (۱۳۹۳). «رابطه کارآمدی خانواده با بهزیستی معنوی در دانشجویان و طلاب». مطالعات اسلام و روان‌شناسی، سال هشتم. شماره ۱۵. صص: ۸۷-۱۰۲.
۲۶. ----- (۱۳۹۴). «مقایسه بهزیستی معنوی، بهزیستی روان‌شناختی و کارآمدی خانواده در میان دانشجویان و طلاب»، روان‌شناسی و دین، سال هشتم. شماره ۳. صص: ۷۱-۹۲.
۲۷. هوشیاری، جعفر؛ تقییان، حسن و صفورائی پاریزی، محمد مهدی. (۱۳۹۵). «هنجاریابی مجدد پرسشنامه سنجش کارآمدی خانواده با استفاده از نظریه پرسش پاسخ». مطالعات اسلام و روان‌شناسی. ش ۱۹. صص: ۹۹-۱۱۷.