Religion and Health

ORIGINAL ARTICLE

2022, Vol: 10, No: 2, Pages: 1-10.

Prediction of Life Satisfaction Based on Islamic Lifestyle, Patience, and Tolerance of Failure among Women

Mojtaba Aghili[1*], Tayyebeh Nanwa[2], Ensiyeh Babaie[3], Mozhgan Pourshafie[4]

1- Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran
2- M.A. in Pesychology, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran
3- Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran
4- M.A Department of Educational Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

***Corresponding Author:**
Mojtaba Aghili
Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

Email: en.babaee@gmail.com

Received: 06 May 2022
Revised: 03 Jan 2023
Accepted: 17 Jan 2023

Abstract

Background and Purpose: The present study aimed to predict life satisfaction based on Islamic lifestyle, patience, and tolerance of failure among women in Babolsar, Mazandaran province, Iran.

Materials and Methods: This descriptive study utilized an applied research method. The statistical population included all women in Babolsar, and 350 cases were selected by convenience sampling method. The required data were then collected using online surveys through the Satisfaction with Life Scale (Diener et al., 1985), Islamic Lifestyle Questionnaire by Kaviani (2010), as well as Harrington's Failure Tolerance and Evans's (1980) Patience scales. Stepwise regression analysis in SPSS software (version 24) was used for statistical analysis.

Results: The results of the data analysis showed that the Islamic lifestyle and the ability to tolerate failure could predict life satisfaction among women ($P<0.01$). The results of multiple regression analysis also indicate that Islamic lifestyle and ability to tolerate failure predict 28% of life satisfaction ($P<0.05$).

Conclusion: According to the results, the necessity of strengthening the Islamic lifestyle by leading life based on Islamic teachings in various institutions and cultivating positive and constructive character traits, such as patience and tolerance of failure, can be noticed by everyone. Therefore, it seems necessary to strengthen and design programs for educating families based on Islamic culture.

Keywords: Failure tolerance, Islamic lifestyle, Life satisfaction, Patience, Women

▶ **Citation:** Aghili M, Nanwa T, Babaie E, Pourshafie M. Prediction of Life Satisfaction Based on Islamic Lifestyle, Patience, and Tolerance of Failure among Women. Religion and Health, Autumn & Winter 2022; 10(2): 1-10 (Persian).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

دین و سلامت

مقاله پژوهشی اصیل

دوره ۱۰، شماره ۲، سال ۱۴۰۱ صفحه: ۱۰-۱

پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی در بین زنان

مجتبی عقیلی[1*]، طیبه نانوا[2]، انسیه بابایی[3]، مژگان پورشفیع[4]

۱- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
۲- کارشناس ارشد روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
۳- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
۴- کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

* **مؤلف مسئول:**
مجتبی عقیلی
گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

Email: en.babaee@gmail.com

دریافت: ۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۱
اصلاحات: ۱۳ دی ۱۴۰۱
پذیرش: ۲۷ دی ۱۴۰۱

چکیده

سابقه و هدف: پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی در بین زنان شهر بابلسر استان مازندران انجام شده است. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر ماهیت، توصیفی از نوع همبستگی است.

مواد و روش‌ها: جامعه پژوهش شامل تمام زنان شهر بابلسر بود که از میان آن‌ها، ۳۵۰ نفر به روش در دسترس انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات به صورت نظرسنجی اینترنتی بود. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه رضایت از زندگی داینر و همکاران (۱۹۸۵)، سبک زندگی اسلامی کاویانی (۱۳۸۸) و تحمل ناکامی هارینگتون و شکیبایی ایوانز (۱۹۸۰) استفاده شد. برای تجزیه‌وتحلیل آماری از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج تجزیه‌وتحلیل اطلاعات نشان داد متغیرهای ملاک سبک زندگی اسلامی و تحمل ناکامی، توانایی پیش‌بینی رضایت از زندگی را در بین زنان دارند ($P<۰/۰۱$). نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه حاکی از آن است که سبک زندگی اسلامی و تحمل ناکامی توانایی پیش‌بینی ۲۸ درصد از رضایت از زندگی را دارند ($P<۰/۰۵$).

استنتاج: با توجه به نتایج، ضرورت تقویت سبک زندگی اسلامی با گسترش زندگی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی در نهادهای مختلف و پرورش ویژگی‌های شخصیتی مثبت و سازنده مانند شکیبایی و تحمل ناکامی می‌تواند مورد توجه همگان قرار گیرد. لذا، تقویت و طراحی برنامه‌های مبتنی بر فرهنگ اسلامی برای آموزش خانواده‌ها ضروری به نظر می‌رسد.

واژه‌های کلیدی: تحمل ناکامی، رضایت از زندگی، زنان، سبک زندگی اسلامی، شکیبایی

◄ **استناد:** عقیلی، مجتبی؛ نانوا، طیبه؛ بابایی، انسیه؛ پورشفیع، مژگان. پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی در بین زنان. دین و سلامت، پاییز و زمستان ۱۴۰۱؛۱۰(۲): ۱۰-۱ (فارسی).

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

مقدمه

هر انسانی بیشترین زمان عمر خود را در کانون خانواده سپری می‌کند. از این رو، کیفیت روابط و کنش و واکنش مطلوب میان اعضای خانواده، به‌طوری‌که خشنودی اعضا را برآورد سازد، اهمیت بسیاری دارد. به همین سبب، در سال‌های اخیر، رضایت از زندگی به‌طور منظم در مطالعات گوناگون بررسی و به‌عنوان عاملی مهم در زندگی اقشار مختلف جامعه مطالعه شده است (۱). رضایت از زندگی جزء بی‌همتای بهزیستی ذهنی است و در برخی از موارد حتی به‌جای آن نیز به کار رفته است. سطح رضایت از زندگی ممکن است منعکس‌کننده شکاف بین سطح مطلوب و واقعی دستاوردهای زندگی افراد باشد (۲). رضایت از زندگی یک هیجان مثبت، کلی و مربوط به گذشته است که تحت تأثیر ارزیابی شناختی فرد قرار می‌گیرد. کسانی که از زندگی خود رضایت دارند، بیشتر احساسات مثبت را تجربه می‌کنند، از رویدادهای پیرامون خود قدردانی می‌کنند و سلامت روانی بهتری دارند (۳).

Vinhon (۱۹۹۱) معتقد بود که رضایت از زندگی نشان‌دهنده میزان قضاوت مثبت فرد از کیفیت زندگی‌اش به‌مثابه یک کل است. این کل را می‌توان در یک پرسش یا مجموعه‌ای از پرسش‌ها سنجید. بر این اساس، به نظر می‌رسد آنچه در زبان فارسی «احساس خوشبختی» خوانده می‌شود و با یک پرسش در پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌ها طرح شده است، به بعد شناختی نزدیک‌تر است و می‌توان آن را معادل احساس رضایت از زندگی در نظر گرفت (۴). رضایت از زندگی یکی از قدیمی‌ترین و پایدارترین مسائل بررسی‌شده در مطالعات دوران بزرگ‌سالی است که عموماً به‌عنوان بررسی کلی از شرایط موجود، از مقایسه خواسته‌های فرد تا دسترسی واقعی به آن‌ها، بیان می‌شود. Diener معتقد است که رضایت فرد از زندگی، از نگرش و ارزیابی عمومی او نسبت به کلیت زندگی و جنبه‌های خاص مانند وضعیت خانوادگی، شغلی و غیره نشئت می‌گیرد و در واقع، بازتاب فاصله میان ایدئال‌های شخص و وضعیت فعلی او است. هرچه شکاف میان ایدئال‌های شخص و وضعیت فعلی او بیشتر باشد، رضایت‌مندی فرد کاهش می‌یابد (۵).

در این میان، توجه به رضایت زندگی زنان، به‌عنوان ستون نهاد خانواده و منبع پویش و گرمی آن، اهمیتی روزافزون دارد؛ زیرا تجربه تغییرات نقشی در دو دهه اخیر در ایران، زندگی زنان را با دگرگونی‌های جدیدی روبه‌رو کرده است. در حقیقت، حضور جدی زنان در فعالیت‌های اجتماعی و کار بیرون از منزل باعث شده است نقش شغلی به نقش‌های سنگین همسری، مادری و اداره امور خانواده نیز اضافه شود که گاه فشار سنگینی بر زنان وارد می‌کند (۶). بنابراین، در کنار آثار مثبت اشتغال، از قبیل کسب استقلال مالی و اعتمادبه‌نفس، برون‌دادهای منفی و ناخشنودکننده (فشار روحی و جسمی) نیز سربرآورده است. بر همین اساس، تلاش برای شناسایی عوامل اثرگذار بر رضایت از زندگی زنان بسیار اهمیت دارد. در این راستا، پژوهش حاضر به بررسی عواملی همچون سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی پرداخته است.

سبک زندگی (Life Styles)، مجموعه هماهنگی از تمامی رفتارها و کنش‌هایی است که فرد در طول زندگی روزانه از خود نشان می‌دهد و به‌نوعی، نمودی از جهت‌گیری‌ها و عادات روزانه است (۷). در ارتباط با سبک زندگی اسلامی، مهم‌ترین نوآوری این است که در تبیین این مفهوم به تمامیت آموزه‌های اسلامی و کلیت اسلام نگاه شده است (۸). معنویت و دین‌داری از عوامل مهم پیش‌بینی‌کننده مثبت بهزیستی ذهنی هستند و افراد مذهبی و دارای سطح معنویت بیشتر، ارزیابی مثبت‌تری از زندگی خود ارائه می‌دهند (۹). همچنین، یادآوری روزی‌های الهی و پذیرش و خشنود شدن از موهبات درک‌شده در طول زندگی، زمینه ایجاد و گسترش رضایت را موجب می‌شود (۱۰). فرد دارای سبک زندگی اسلامی، پروردگار را همراه خود می‌داند و می‌داند که آفریننده‌ای وجود دارد که از رگ گردن به او نزدیک‌تر است، پس تلاش می‌کند در برخورد با اعضای خانواده و انجام وظایف خود، رضایت آن‌ها را جلب کند. بدین ترتیب، ضمن ایجاد جوّ خانوادگی مثبت، زمینه رضایت دیگران و خشنودی

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

درونی فرد محقق می‌شود (۱۱). دین‌داری و معنویت نقش مهمی در رضایت از زندگی دارند؛ زیرا منابع روانی-اجتماعی به‌طور مثبتی با بهزیستی روان‌شناختی مرتبط هستند (۱۲).

تحمل ناکامی عامل دیگری است که در این مطالعه رابطه آن با رضایت از زندگی زنان بررسی شده است. تحمل ناکامی به معنای توانایی مقاومت در برابر موانع و موقعیت‌های استرس‌زا و به‌نوعی، عملکرد اجرایی مطلوب و عدم دشواری خودتنظیمی مفهوم‌سازی شده است که با نداشتن اضطراب، تنش، توجه کم و حفظ وضعیت مشخص می‌شود (۱۳). تحمل ناکامی قابلیت فرد برای مقاومت در برابر ناکامی است، بدون اینکه در سازگاری روان‌شناختی فرد مشکل جدی ایجاد شود؛ یعنی بدون اینکه فرد به شیوه‌های ناپسند رفتاری دست بزند. ناتوانی در تحمل ناکامی به آشفتگی روانی، ناسازگاری و مشکلات در روابط بین اشخاص می‌انجامد (۱۴). ناکامی احساسی است که درنتیجه ایجاد مانع بر سر راه رسیدن به هدف ذهنی یا واقعی در افراد پدید می‌آید (۱۵). ناکامی هنگامی پیش می‌آید که شخص نمی‌تواند به هدف مطلوب برسد و به‌نوعی، شکل پیچیده‌ای از انگیزش به وجود می‌آید (۱۶).

به نظر می‌رسد در این عصر، سبک زندگی غربی جایگزین سبک زندگی اسلامی شده و میزان صبر، شکیبایی، تحمل ناکامی‌ها و رضامندی از زندگی در جامعه کنونی رو به تنزل گراییده است. اگر سبک زندگی اسلامی جایگاه خود را در تحقیقات باز کند، بسیار قابل توجه خواهد بود. در عصر حاضر، بیشتر مردم در مقابل ناکامی‌ها و سختی‌ها، شکیبایی و تحمل خود را از دست داده‌اند. نقد و بررسی خدایاری‌فرد در دانشگاه تهران، Fiuril در دانشگاه لومسا ایتالیا و Villani نشان داده است که معنویت و دین‌داری پیش‌بینی‌کننده‌های مثبت بهزیستی ذهنی هستند. افراد مذهبی که معنویت بسیاری دارند، تمایل دارند ارزیابی مثبت‌تری از زندگی خود ارائه دهند (۱۷).

بر اساس آن چه گفته شد و با توجه به اینکه زنان عالی‌ترین نقش سازنده را در قالب عناوینی همچون همسر و مادر در نظام خانواده دارند (۱۸) و بدین سبب که کمال سلامت و سعادت جامعه در گروِ حضور فعال زنان دارای بهزیستی روانی است، در این مطالعه تلاش شد عوامل مرتبط با پیدایش رضایت در زنان بررسی شود. از این رو، پژوهش حاضر با هدف پاسخ به این پرسش اساسی انجام شد که آیا رضایت از زندگی در زنان بر اساس سبک زندگی اسلامی، تحمل ناکامی و شکیبایی قابل پیش‌بینی است.

مواد و روش‌ها

این پژوهش بر اساس هدف، از نوع کاربردی و بر مبنای ماهیت تحقیق، از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری شامل تمام زنان شهرستان بابلسر بوده است. برای به‌دست آوردن اطلاعات از حجم نمونه، به سبب وجود محدودیت‌های کرونایی، داده‌ها از طریق طراحی پرسش‌نامه‌ها به صورت اینترنتی گردآوری شد. طبق داده‌های اداره ثبت احوال شهرستان بابلسر، جمعیت زنان ۱۵ تا ۶۴ سال در شهرستان بابلسر حدود ۲۲ هزار ۲۴۵ نفر برآورد شده است که تعداد ۳۸۴ پرسش‌نامه در بین جامعه آماری توزیع شد. از این تعداد، ۳۵۰ نفر به سؤالات پرسش‌نامه‌ها به صورت کامل پاسخ دادند و در تحقیق شرکت داده شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل زنان در دامنه سنی ۱۵ تا ۶۴ سال، زندگی در شهرستان بابلسر، توانایی خواندن و رضایت آگاهانه برای ورود به مطالعه بود. علاوه بر آن، پاسخدهی بر اساس الگوی تکراری (برای مثال، ثبت پاسخ الف برای همه سؤالات) و سکونت کمتر از یک سال در شهرستان بابلسر (به دلیل توریستی بودن شهرستان بابلسر، این امکان وجود داشت که بعضی از افراد به صورت موقتی در بعضی از فصول سال در این شهر ساکن باشند) به‌عنوان معیارهای خروج در نظر گرفته شد. به‌منظور تجزیه‌وتحلیل آماری از شاخص‌های توصیفی استفاده و فرضیه‌های تحقیق با استفاده از روش تحلیل رگرسیون چندمتغیره آزموده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ و به روش تحلیل رگرسیون

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

تجزیه‌وتحلیل شدند. روش گردآوری اطلاعات به دو شیوه کتابخانه‌ای و مطالعات میدانی بود.

ابزارهای پژوهش

ابزارهای اندازه‌گیری در پژوهش حاضر شامل ابزارهای ذیل بود:

پرسش‌نامه سبک زندگی اسلامی: این ابزار دو فرم بلند و کوتاه دارد که در این مطالعه، از فرم کوتاه با ۷۹ گویه استفاده شد. این ابزار شامل ۱۰ مؤلفه اجتماعی، عبادی، باورها، اخلاقی، مالی، خانواده، سلامت، تفکر و علم، دفاعی- امنیتی و زمان‌شناسی است. بر اساس روش تحلیل عاملی و آلفای کرونباخ (۰/۷۹) روایی و پایایی این ابزار تأیید شد (۸). پایایی این مطالعه ۰/۸۰ محاسبه شد (۸).

پرسش‌نامه رضایت از زندگی: روایی و پایایی این ابزار بر اساس آلفای کرونباخ و بازآزمایی نشان داده شده است (۱۹). روایی فرم ایرانی مقیاس رضایت از زندگی به کمک مقایسه آن با آزمون عاطفه مثبت و منفی تأیید و پایایی آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ بیشتر از ۰/۷ نشان داده شده است (۲۰). در این مطالعه نیز پایایی آن ۰/۸۱ محاسبه شد. این پرسش‌نامه شامل ۵ سؤال است که جواب هر سؤال با طیف لیکرت ۷ گزینه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق نمره‌دهی می‌شود. گزینه کاملاً مخالف، معادل نمره ۱ و گزینه کاملاً موافق، معادل نمره ۷ است. دامنه نمره‌های این مقیاس از ۵ تا ۳۵ نوسان دارد. نمرات بیشتر نشان‌دهنده رضایت بیشتر از زندگی است.

پرسش‌نامه تحمل ناکامی: این مقیاس سنجش میزان تحمل ناکامی فرد از ۳۵ سؤال تشکیل شده است و ۴ مؤلفه دارد که عبارت‌اند از: عدم تحمل عاطفی، عدم تحمل ناراحتی، عدم تحمل اهداف پیشرفت و عدم تحمل بی‌عدالتی (۲۱). این مقیاس به صورت طیف لیکرت پنج بخشی (۵= کاملاً موافقم، ۴= موافقم، ۳= نظری ندارم، ۲= مخالفم، ۱= کاملاً مخالفم) نمره‌گذاری می‌شود. مجموع نمرات کمتر نشان‌دهنده تحمل ناکامی زیاد آزمودنی و مجموع نمرات بیشتر نشان‌دهنده تحمل ناکامی کم آزمودنی است. در ایران پایایی این ابزار بر اساس ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶ گزارش و روایی آن تأیید شده است (۲۲). در این مطالعه نیز پایایی آن ۰/۷۹ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه شکیبایی: این ابزار ۲۹ گویه دارد که بر اساس مقیاس سه‌بخشی نمره‌گذاری می‌شود (بله، خیر و نمی‌دانم). برای نمره‌گذاری مقیاس، به گزینه‌های انتخاب‌شده که نشان‌دهنده نگرش مثبت هستند صفر امتیاز، به گزینه‌های بینابین دو امتیاز و به گزینه‌هایی که گویای نگرش منفی هستند چهار امتیاز داده می‌شود. نمره کم در این مقیاس بیانگر شکیبایی زیاد است. همبستگی نمرات این آزمون با پرسش‌نامه پرخاشگری اهواز تأیید شده است. ضرایب پایایی این آزمون با استفاده از روش آلفای کرونباخ بیشتر از ۰/۷ محاسبه شد (۲۳). در این مطالعه پایایی آن ۰/۸۰ به‌دست آمد.

یافته‌ها

در بخش توصیفی مشخص شد که بر اساس سن، ۷۲ نفر از افراد نمونه کمتر از ۳۱ سال (۲۰/۶ درصد)، ۱۲۵ نفر در دامنه سنی ۳۱ تا ۴۰ سال (۳۵/۷ درصد)، ۱۰۷ نفر (۳۰/۶ درصد) در دامنه سنی ۴۱ تا ۵۰ سال و ۴۶ نفر (۱۳/۱ درصد) در دامنه سنی بیشتر از ۵۰ سال بودند. بر اساس میزان تحصیلات، ۲۶ نفر (۷/۴ درصد) زیردیپلم، ۶۹ نفر (۱۹/۷ درصد) دیپلم، ۱۸ نفر (۵/۱ درصد) کاردانی، ۱۳۵ نفر (۳۸/۶ درصد) کارشناسی، ۹۶ نفر (۲۷/۴ درصد) کارشناسی ارشد و ۶ نفر (۱/۷ درصد) تحصیلات دکتری داشتند. از نظر نوع شغل، ۱۷۱ نفر از افراد نمونه خانه‌دار (۴۸/۹ درصد)، ۳۱ نفر دانشجو (۸/۹ درصد)، ۷۰ نفر معلم (۲۰ درصد)، ۱۴ نفر بازنشسته (۴ درصد)، ۲۹ نفر کارمند (۸/۳ درصد)، ۲۶ نفر دارای شغل آزاد (۷/۴ درصد) و ۹ نفر بیکار (۲/۶ درصد) بودند.

میانگین رضایت از زندگی، شکیبایی، تحمل ناکامی و سبک زندگی اسلامی به ترتیب برابر با ۲۳/۱۶، ۵۰/۰۳، ۱۰۱/۲۶ و ۲۳۱/۴۶ و انحراف استاندارد آن‌ها برابر با ۶/۱۶، ۹/۷۲، ۲۱/۸۲ و ۳۱/۹۶ بود. در ادامه، بر اساس تحلیل

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

رگرسیون گام‌به‌گام به آزمون فرضیه‌های پژوهشی پرداخته و پیش‌فرض‌های آن بررسی شد. در بررسی نرمال بودن مشخص شد که چون قدر مطلق چولگی و کشیدگی متغیرها به ترتیب از ۳ و ۱۰ کمتر بود، پیش‌فرض نرمال بودن تک‌متغیری برقرار بود. برای بررسی هم‌خطی بودن چندمتغیری از عامل تورم واریانس (VIF) و ضریب تحمل (Tolerance) استفاده شد و چون عامل تورم واریانس برای تمام متغبرها کمتر از ۱۰ و ضریب تحمل کمتر از ۰/۱ بود، هم‌خطی بودن تأیید شد. این دو شاخص به ترتیب برای متغیرهای سبک زندگی اسلامی ۱/۲۷ و ۰/۷۹، تحمل ناکامی ۱/۳۰ و ۰/۷۷ و شکیبایی ۱/۰۴ و ۰/۹۹ گزارش شد. همچنین داده‌های پرت بررسی شد و شاخص‌های مانده‌های استانداردشده، فاصله‌های کوک و لورژ تأیید شدند. درنهایت، با توجه به اینکه نقاط مربوط به مقادیر نرمال مانده‌ها در اطراف خط مرجع قرار داشت، انحراف از پیش‌فرض نرمال برای مانده‌ها در مدل متغیر گرایش به فضای مجازی مشاهده نشد. همچنین، پیش‌فرض همگنی واریانس مانده‌ها در مدل مشاهده نشد.

بر اساس جدول ۱، به‌منظور بررسی فرضیه کلی، یعنی توان پیش‌بینی‌کنندگی شکیبایی، تحمل ناکامی و سبک زندگی اسلامی در برآورد میزان رضایت از زندگی در زنان شهر بابلسر، از روش تحلیل رگرسیون چندمتغیره گام‌به‌گام استفاده شد. بررسی معناداری این پیش‌بینی بر اساس آزمون ANOVA نشان داد مدل رگرسیونی محاسبه‌شده رضایت از زندگی بر اساس شکیبایی، تحمل ناکامی و سبک زندگی اسلامی معنادار است. در این تحلیل، میزان R2 برابر با ۰/۲۸ به‌دست آمد که نشان می‌دهد ۲۸ درصد از تغییرات متغیر رضایت از زندگی بر اساس متغیرهای واردشده به مدل رگرسیونی قابل تبیین است.

بر اساس جدول ۲، نتایج پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس تحمل ناکامی، سبک زندگی اسلامی و شکیبایی در زنان نشان داد تحمل ناکامی با ضریب بتای ۰/۳۳ در سطح ۰/۰۰۱ و سبک زندگی اسلامی با ضریب بتای ۰/۳۰ در سطح ۰/۰۰۱ بر رضایت از زندگی اثر مثبت و معنی‌داری دارند، ولی شکیبایی با ضریب بتای ۰/۰۰۹ در سطح ۰/۸۵ تأثیر معناداری بر رضایت از زندگی ندارد. بر این اساس، نتایج پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس تحمل ناکامی در زنان نشان داد تحمل ناکامی با ضریب بتای ۰/۳۳+ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ بر رضایت از زندگی اثر مثبت و معنی‌داری داشته است و این فرضیه تأیید شد. نتایج پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس سبک زندگی اسلامی در زنان شهر بابلسر نشان داد سبک زندگی اسلامی با ضریب بتای ۰/۳۰+ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ بر رضایت از زندگی اثر مثبت و معنی‌دار داشت و این فرضیه نیز تأیید شد. نتایج پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس شکیبایی در زنان شهر بابلسر نشان داد شکیبایی با ضریب بتای ۰/۰۰۹+ در سطح معناداری ۰/۸۵ بر رضایت از زندگی اثر مثبت و معنی‌دار ندارد و نشان‌دهنده عدم تأیید این فرضیه است.

جدول۱: تحلیل رگرسیون پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس متغیرهای پیش‌بین

شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig	R2	R2 adjusted
رگرسیون	۳۷۲۸/۸۵۰	۳	۱۲۴۲/۹۵۰	۴۵/۱۶۱	۰/۰۰۱	۰/۲۸۵	۰/۲۸
باقی‌مانده	۹۵۲۲/۸۶۷	۳۴۶	۲۷/۵۲۳				
کل	۱۳۲۵۱/۷۱۷	۳۴۹					

جدول۲: تحلیل رگرسیون پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس متغیرهای پیش‌بین

شاخص / متغیر	ضرایب غیراستاندارد B	ضرایب غیراستاندارد S.E	ضرایب استاندارد (بتا)	T	Sig
مقدار ثابت	۰/۲۹۶	۲/۶۱۹		۰/۱۱۳	۰/۹۱
تحمل ناکامی	۰/۰۹۲	۰/۰۱۵	۰/۳۳	۶/۲۵۷	۰/۰۰۱
سبک زندگی اسلامی	۰/۰۵۷	۰/۰۱۰	۰/۳۰	۵/۸۱۲	۰/۰۰۱
شکیبایی	۰/۰۰۵	۰/۰۲۹	۰/۰۰۹	۰/۱۸۶	۰/۸۵

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

بحث

زنان، بنیان و اساس نهاد خانواده هستند و رضایت از زندگی آنان سرچشمه شکل‌گیری برون‌دادهای مثبت در فضای خانواده است. بر این اساس، این تحقیق با هدف پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی در زنان شهر بابلسر انجام شد.

در بررسی فرضیه نخست این پژوهش مبنی بر رابطه رضایت از زندگی و سبک زندگی اسلامی، مشخص شد داشتن سبک زندگی اسلامی با رضایت از زندگی رابطه مثبتی دارد. این بدان معناست که هرگاه زنان در زندگی خود به سبک زندگی اسلامی، به‌خصوص عبادت پروردگار (نماز و دعا) نگاه ویژه‌ای داشته باشند، در امور زندگی به خدا توکل کنند، امور اخلاقی را رعایت کنند، زندگی خود را بر بنیان ارزش‌های معنوی استوار سازند، دنیا را معبری برای داشتن زندگی نیک اخروی در نظر بگیرند و در تنگناها بر عهد و پیمان الهی تکیه کنند، به حکمت الهی خشنود می‌شوند و رضایت خود را در آینه رضایت پروردگار جست‌وجو می‌کنند.

نتایج حاصل از آزمودن این فرضیه با پژوهش قاسمی و اسدی (۲۴)، برجعلی و همکاران (۲۵)، درب اصفهانی و همکاران (۲۶)، سبزواری و همکاران (۲۷) و فرسادنیا و رمضانی (۲۸) همخوان و با پژوهش نصر اصفهانی و همکاران (۴) ناهمسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که سبک زندگی اسلامی با شمول یافتن مسائلی مانند تکیه بر خداوند در تنگناها و احساس وجودی برتر به‌عنوان کمکی پایدار، زمینه‌ساز نوعی حس اعتماد است که موجب تلاش بیشتر برای حرکت به سوی اهداف فردی می‌شود و این اعتماد زمینه‌ساز نوعی حس مثبت عاطفی است که شادی و خوشبختی را به ارمغان می‌آورد. همچنین، بعد مذهبی زندگی برای بسیاری از مردم منبع مهمی از قدرت، معنا و مقابله انسانی فراهم می‌آورد که موجب اعتماد بیشتر به خداوند و سطح بیشتری از رضایت از زندگی می‌شود. همچنین، رابطه قوی انسان با خداوند و قدردانی فرد، رابطه بین آسایش مذهبی، عواطف مثبت نسبت به خدا و تعاملات اجتماعی مثبت را با رضایت از زندگی واسطه‌گری می‌کند (۲۹). معنویت و باور به وجود خدا یکی از ارکان محوری در زندگی فرد است که سطح تحمل فرد را افزایش می‌دهد و سلامت روان را به ارمغان می‌آورد (۳۰).

در بررسی فرضیه دوم این پژوهش مبنی بر رابطه شکیبایی و رضایت از زندگی مشخص شد که داشتن شکیبایی رابطه معنادار مستقیمی با رضایت از زندگی ندارد. نتایج حاصل از آزمودن این فرضیه با نتایج پژوهش فرهوش و همکاران (۳۱)، مرحمتی و یوسفی (۳۲)، سردرای زرندی و مهدی‌پور رابری (۳۳) و فرمانی و همکاران (۳۴) ناهمخوان است. این بدان معناست که نمی‌توان گفت که شکیبا بودن به صورت مستقیم سطح رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که شکیبایی، عنصری است که به صورت غیرمستقیم بذر امید را در دل می‌کارد. امید نیز زمینه‌ساز افزایش رضایت از زندگی و تلاش برای رسیدن به اهداف زندگی فردی و خانوادگی است (۳۵). همچنین، موجب درک این مهم می‌شود که تحمل سختی‌های زندگی امروز بنیانی برای رشد بیشتر و آینده بهتر است و به صورت غیرمستقیم اثرات شکیبایی را بر رضایت از زندگی بازگو می‌کند.

در بررسی فرضیه سوم این پژوهش مبنی بر رابطه تحمل ناکامی و رضایت از زندگی مشخص شد بین تحمل ناکامی و رضایت از زندگی زنان شهرستان بابلسر رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این بدان معناست که هرگاه انسان تحمل زیادی در رویارویی با حوادث مبهم داشته باشد، در برابر ناملایمات پایداری نشان دهد، برای سازگاری خود با برخی شرایط غیرمنتظره آمادگی داشته باشد، فوریت‌های زمانی را رنج‌آور تصور نکند، تحمل برخی احساسات آشفته ناگهانی را داشته باشد، شکست‌های زندگی را پلی برای عبور به موفقیت تصور کند و به‌جای مقایسه با دیگران، خود را با گذشته خود مقایسه کند، زمینه مناسبی برای داشتن رضایت زندگی خواهد داشت. نتایج به‌دست‌آمده از این فرضیه با نتایج مطالعات عباسی و همکاران (۱۶) و ملک‌زاده و نظری‌فر هم‌راستا است (۳۶). در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که تحمل ناکامی موجب می‌شود فرد، رضایت از زندگی را در برآوردن تمام خواست‌ها و نیازهای

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

زندگی تصور نکند، بلکه زندگی را کلیتی یکپارچه تصور کند که در آن موفقیت‌ها در کنار شکست‌ها و خوبی‌ها در کنار بدی‌ها قابل تصور هستند. بدین‌ترتیب، ناکامی‌ها و نتوانستن‌ها نمی‌توانند فرد را از کلیت زندگی ناخرسند کنند.

ازجمله محدودیت‌های این پژوهش نبود امکان مراجعه حضوری به افراد نمونه به علت وجود شرایط گسترش همه‌گیری کووید ۱۹ بود که به سبب آن، تحقیق به صورت مجازی انجام شد. همچنین، ضعیف بودن اینترنت و علاقه نداشتن برخی زنان به امور پژوهشی موجب شد برخی از پرسش‌نامه‌ها به صورت ناقص پر شوند که از تحلیل کنار گذاشته شدند.

نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه نشان داد سبک زندگی اسلامی با توجه به اینکه آموزه‌های اسلامی و کلیت اسلام روش نو و جدیدی را ارائه داده است، نظام و ساختارهای اجتماعی معناداری دارد و رفتار را تنظیم می‌کند. ازآنجاکه سبک زندگی اسلامی، شکیبایی و تحمل ناکامی قابل آموزش هستند، لذا برای ارتقای رضایت از زندگی، به برنامه‌ریزان حوزه سلامت و متولیان آموزش عمومی توصیه می‌شود به‌منظور افزایش رضایت از زندگی، این متغیرها را در کانون توجه آموزش‌های خود قرار دهند.

پیشنهادات

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، پیشنهاد می‌شود مراکز مشاوره و نهادهای فرهنگی با برنامه‌ریزی و برگزاری کارگاه‌هایی برای ارتقای سطح رضایت از زندگی زنان (به‌ویژه مادران)، تمرینات عملی را برای یادگیری راهبردهای تحمل ناکامی در اختیار زنان قرار دهد. به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود دیگر متغیرهای اثرگذار بر رضایت زناشویی را به‌تفکیک در حوزه فردی، خانوادگی، فرهنگی و غیره مطالعه کنند تا درک روشنی را از مدل رضایت برای پیش‌بینی رضایت زناشویی زنان فراهم سازند.

حمایت مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلفان انجام شده است.

ملاحظات اخلاقی

تمامی اصول اخلاقی مرتبط ازجمله محرمانه بودن پرسش‌نامه‌ها و رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان در این پژوهش رعایت شده است.

تعارض منافع

نویسندگان اذعان می‌دارند در این تحقیق، تضاد منافع وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله بر خود لازم می‌دانند از تمامی افرادی که در این پژوهش همکاری کردند، صمیمانه تشکر و قدردانی کنند.

References

1. Singh L, Singh PK. Social network and life satisfaction among older adults in rural Uttar Pradesh, India: an application of structural equation modelling. Journal of Public Health. 2020; 28(5): 491–502.
2. Refaeli T, Weiss-Dagan S, Levy D, Itzhaky H. We are young, we run free: predicting factors of life satisfaction among young backpackers. International Journal of Environment Research: Public Health. 2020; 19(1):14-29.
3. Ghasemi N, Kajbaf M, Rabiee M. The effectiveness of psychotherapy based on the quality of life on subjective well-being and mental health. Journal of Clinical Psychology. 2010; 3(2):23-34 (Persian).
4. Nasr Isfahani A, Roozkhosh M, Driss D. Religiosity and life satisfaction in Iran. Social Studies and Research in Iran. 2010; 7(4):627-48 (Persian).
5. Mirfarhadi N, Mousavi S, Tabari R, Kazemnezhad L. The role of individual factors on life satisfaction in nurses working in hospitals affiliated to Rasht University of Medical Sciences. Journal of Nursing and Midwifery. 2011; 65:52-8 (Persian).
6. Ebrahimi J, Salehi F. A comparative study of

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

life satisfaction of working women and housewives. Sociological Studies. 2013; 4(13):60-47.
7. Berdi Haghnia H, Dordi Kor R, Khalili M. Analysis of language development stages in children based on four theories (learning, institutionalism, cognitive and interactive). The second national conference on strategies for the development and promotion of science education in Iran; 2018.
8. Kaviani M. Quantification and measurement of Islamic lifestyle. Psychology and Religion. 2011; 4(2):27-44 (Persian).
9. Vishkin A, Ben-Nun Bloom P, Schwartz SH, Solak N, Tamir M. Religiosity and emotion regulation. Journal of Cross-Cultural Psychology. 2019; 50(9):1050-74.
10. Kianpour SH, Sabbaghi A, Rahimi A. Study and analysis of the concept of life satisfaction in Rumi's Masnavi using positivist psychology. Research in Mystical Literature. 2020; 14(1): 74-45 (Persian).
11. Fazeli H. Principles and characteristics of Quranic lifestyle (case study of each family member). Islamic Research and Studies. 2021; 7(1):106-91 (Persian).
12. Barreto P, Fombuena M, Diego R, Galiana L, Oliver A, Benito E. Emotional and spiritual well-being at the end of life. Medicina Paliativa. 2015; 22(1):25–32.
13. Chand L. A study of frustration tolerance in relation to achievement motivation and sports achievements. International Journal of Applied Research. 2015; 1(6):92-4.
14. McLaurin-Jiang S, Hannon EA, Seashore C, Orr CJ, Ritter V, Flower KB. Recent trends in infant car seat tolerance screening failure within a large health care system, 2014–2018. Hospital Pediatrics. 2019; 9(10):813-7.
15. Samei Fard M. Effectiveness of Cognitive Bias - Interpretation Program on Negative Interpretation Bias against Failure and Indicators of Substance Abuse. [Master Thesis]. Ferdowsi University of Mashhad; 2014.
16. Abbasi H, Karimi B, Jafari D. The effectiveness of education based on acceptance and commitment on tolerance of failure and ineffective attitudes of mothers of students with mental disabilities. Psychological Quarterly of Exceptional People. 2017; 6 (429):81-108
17. Khodayari Fard M, Ghobari Bonab M, Shakohi Yekta M. The scope of psychological researches in the field of religion. Thought and Behavior Quarterly. 2010; 4:53-43.
18. Kuhsari M, Amini S, Saroni H, Mansouri Razi M. Injuries and consequences of satellite networks on iranian families. The First National Conference on Social Injuries; 2017.
19. Diener E, Emmons RA, Larsan RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. Journal of Personality Assessment. 1985; 49(1):71-5.
20. Mozaffari SH. Personality correlations of mental happiness based on a five-factor model among students of Shiraz University. [Master Thesis].Shiraz University; 2003.
21. Harington N. The frustration discomfort scale: development and psychometric properties. Journal of clinical Psychology and Psychotherapy. 2005; 12(5):374 -87.
22. Babaraisi M, Alimahdi M. Validation of failure. Azmonyare pooya Institute; 2014.
23. Sharifi T, Mehrabizadeh M, Shokrkan H. Religious attitude and general health and patience in students of Islamic Azad University, Ahvaz Branch. Iranian Clinical Psychology. 2006; 11(1):89-99.
24. Ghasemi H, Asadi Gandmani R. The Relationship between life satisfaction and islamic lifestyle in teachers. Fourth International Conference on Humanities, Social Sciences and Lifestyle; 2021.
25. Borjali A, Sohrabi F, Eskandari H, Motamedi A, Fallah A. Investigating the relationship between "Islamic lifestyle" and "marital satisfaction" mediated by optimism. Seminary and University Research Institute. 2019; 12(22): 43-66.
26. Darb Esfahani F, Motaghedi Fard M, Arfai F, Shekari A, Abbasi Moghadam M. Correlation between Islamic lifestyle and life satisfaction and mental health. Islamic Lifestyle with a Focus on Health. 2019; 2(3):131-5.
27. Sabzevari MA, Keramati M, Nasimi SA. Correlation between religious orientation and life expectancy with life satisfaction. Islamic Lifestyle with a Focus on Health. 2019; 3(2):91-7.
28. Farsadnia A, Ramezani F. Islamic lifestyle and life satisfaction in couples. 2nd International Conference on Psychology, Educational Sciences and Lifestyle, Mashhad; 2016.
29. Szcześniak M, Bielecka G, Bajkowska I, Czaprowska A, Madej D. Religious struggle and life satisfaction among adult Christians: Self-esteem as a mediator. Journal of religion and health. 2019; 59(6):2833-56.
30. Adineh Salarvand R, Rezaei Jamaloui H. Gratitude to God and spiritual intelligence are factors influencing the increase in tolerance of Iranian students' failure. Journal of Islam and Health. 2021; 5(1):27-34.
31. Farhush M, Radmard H, MirMuhammadian SM, Palangi Z. The mediational role of family endurance in the relation of islamic lifestyle to the satisfaction with life. Journal of Lifestyle. 2018; 3(2):79-97.
32. Marhamati Z, Yousefi F. The relationship between the dimensions of Islamic lifestyle and

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]

psychological well-being in students. Applied Psychology. 2018; 10(3):329-46.
33. Sardrai Zarandi MS, Mehdipour Raberi E. Investigating the relationship between self-fulfillment and types of patience with life satisfaction in students of Islamic Azad University, Kerman Branch. Second National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies: Tehran; 2017.
34. Farmani A, khormaei F, Dokuhaki N. Investigating the role of patience and its components in predicting marital satisfaction of parents of primary school students in Shiraz. National Congress of Family Pathology (and National Festival of Family Studies), Payame Noor University; 2016.
35. Khormaei F, Zareie F, Mahdiyar M, Farmani A. Patience and the role of its components in predicting hope among university students. Journal of Medical Ethics and History of Medicine. 2014; 7(3):58-68.
36. Malekzadeh, M., and Nazarifar, M. The effectiveness of emotion-oriented couple therapy on coping with failure and improving marital satisfaction of couples referring to counseling centers in Ahvaz. The Third International Conference on Innovation And Research In Educational Sciences, Management And Psychology, Tehran; 2018.

[Downloaded from jrh.mazums.ac.ir on 2026-11-17]