

رابطه غنی‌سازی کار - خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۴/۲۱، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۴۰۴/۵/۳، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۶/۷

نوع مقاله: علمی - پژوهشی

ابراهیم نامنی^{۱*} و الهام نصیریان شکیب^۲

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی انسجام خود در رابطه بین غنی‌سازی کار-خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی انجام شد. **روش:** روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه معلمان زن متأهل ناحیه ۴ آموزش و پرورش مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که از میان آن‌ها ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه‌های شادکامی زناشویی، انسجام روانی، غنی‌سازی کار-خانواده و ساختار خانواده بود. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل معادلات ساختاری در نرم‌افزارهای SPSS22 و Amos22 تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد همبستگی خانواده تأثیر مستقیم معناداری بر شادکامی زناشویی دارند، اما انطباق پذیری خانواده و غنی‌سازی کار-خانواده فاقد تأثیر مستقیم معنادار است. همچنین، انسجام خود نقش میانجی معناداری در رابطه میان غنی‌سازی کار-خانواده و همبستگی خانواده با شادکامی زناشویی ایفا کرد، اما در رابطه انطباق‌پذیری خانواده با شادکامی زناشویی نقش میانجی نداشت. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نقش انسجام روانی در ارتقای شادکامی زناشویی، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی برای تقویت مهارت‌های روان‌شناختی و حمایت از همبستگی خانواده و غنی‌سازی کار-خانواده طراحی و اجرا شود.

واژگان کلیدی: انسجام خود، ساختار خانواده، شادکامی زناشویی، غنی‌سازی کار- خانواده، معلمان.

۱. نویسنده مسئول: دانشیار مشاوره گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

a.namani@hsu.ac.ir

<https://orcid.org/0000-0001-8284-0684>

۲. کارشناس ارشد مشاوره خانواده، مؤسسه آموزش عالی بیهق، سبزوار، ایران.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

"The Relationship of Work–Family Enrichment and Family Structure with Marital Happiness in Teachers: The Mediating Role of Sense of Coherence"

Ebrahim Nameni (PhD)^{1*}  & Elham Nasirian Shakib (M.A)²

Abstract

Purpose: This study aimed to investigate the mediating role of sense of coherence (SOC) in the relationship between work–family enrichment and family structure with marital happiness.

Method: The research was descriptive and correlational. The statistical population consisted of all married female teachers in District 4 of the Mashhad Department of Education during the academic year 2023–2024. A total of 300 participants were selected through convenience sampling. Data collection tools included the Marital Happiness Questionnaire (MHQ), Sense of Coherence Scale (SOC), Work–Family Enrichment Questionnaire (WFEQ), and Family Structure Questionnaire (FSQ). Data were analyzed using Pearson correlation and structural equation modeling (SEM) via SPSS 22 and Amos22. **Findings:** The results indicated that family cohesion had a significant direct effect on marital happiness, whereas family adaptability and work–family enrichment did not show any significant direct effect. Furthermore, self-congruence played a significant mediating role in the relationship between work–family enrichment and family cohesion with marital happiness, but it did not mediate the relationship between family adaptability and marital happiness. **Conclusion:** Given the mediating role of SOC, it is recommended that educational policymakers promote personal development and psychological skills programs. Also, supporting family cohesion and work–family enrichment should be prioritized to enhance marital happiness among teachers.

Keywords: self-coherence, family structure, marital happiness work-family enrichment, , teachers.

1. Corresponding Author: Associate Professor of Counseling, Department of Educational Sciences, Faculty of Literature and Humanities, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.

a.namani@hsu.ac.ir

<https://orcid.org/0000-0001-8284-0684>

2. Master of Family Counseling, Beihaq Institute of Higher Education, Sabzevar, Iran.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

مقدمه

شادکامی یکی از عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی در زوجین است که از گذشته تا کنون در زندگی مطرح بوده است، و زوجین همواره در پی دستیابی به این عامل روانشناختی و معنوی مهم هستند (لورنس، راجرز، زاجاکوا و وادورث^۱، ۲۰۱۹). شادکامی، یکی از مؤلفه‌هایی است که تحت تأثیر وضعیت زندگی زناشویی زوجین دستخوش تغییر می‌گردد و نیز بر میزان رضایتمندی زوجین از زندگی زناشویی اثرگذار است؛ به عبارت دیگر بین شادکامی و سازگاری زوجین رابطه متقابل وجود دارد (تامپسون^۲، ۲۰۱۹). در همین راستا، استافورد^۳ (۲۰۲۵) عنوان نمودند، تقویت مثبت‌اندیشی یا شادی می‌تواند به طور مستقیم رضایت زناشویی زوج‌ها را در حالی که با مشکلات سلامت روان دست‌وپنجه نرم می‌کنند، بهبود بخشد. نتایج پژوهش ایردوغان و میرسی^۴ (۲۰۲۵) نیز نشان می‌دهد که تأمین نیازهای روان‌شناختی در سطوح اساسی می‌تواند به کاهش احساس تنهایی و افزایش شادکامی در زندگی کمک کند؛ عاملی که در روابط زناشویی نیز بازتاب می‌یابد. با توجه به اینکه شادکامی با رضایتمندی بیشتر زوجین از زندگی زناشویی توأم است، از این مؤلفه به عنوان مؤلفه ملاک در پژوهش حاضر یاد می‌شود. شادکامی را می‌توان نوعی ارزیابی مثبت در ذهن و روان افراد تلقی نمود که نشان‌دهنده میزان بالای رضایتمندی از زندگی و عواطف مثبت در افراد است (وون، بی، بون و سئو^۵، ۲۰۲۰) و مقدار ارزش مثبتی است که یک فرد برای خود قایل می‌شود (کوویدباخ، تاکت، دسیلس، دی مونتیو و گراس^۶، ۲۰۱۹).

یکی از عواملی که ممکن است با شادکامی زوجها در ارتباط باشد، ساختار خانواده می‌باشد؛ آنچنانکه مدل حلقوی اولسون^۷ نشان داد، خانواده‌هایی که در دو بُعد همبستگی و انطباق پذیری در سطح متعادل قرار دارند، عملکرد سالم‌تری دارند و اعضای آن‌ها از رضایت و شادکامی بیشتری برخوردارند (اولسون، ۱۹۷۹). مطالعه، فو، زینگ، ژاو، چنگ، ژاو و یی^۸ (۲۰۲۴) نشان داد همبستگی و انطباق‌پذیری زوجین بر عملکرد خانوادگی اثرگذار است و همبستگی زوجین یکی از بهترین پیش‌بینی‌کننده‌های حس رضایتمندی از زندگی می‌باشد. همچنین، فیگریبدو و پیریرا^۹ (۲۰۲۵)، این یافته را نشان دادند که همبستگی زناشویی بالا با کاهش استرس در والدین

1. Lawrence, Rogers, Zajacova, & Wadsworth

2. Thompson

3. Stafford

4. Erdoğan & Mersin

5. Won, Bae, Byun & Seo

6. Quoidbach, Taquet, Desseilles, de Montjoye & Gross

7. Olson's Circumplex Model

8. Fu, Zheng, Zhou, Cheng, Zhou & Yi

9. Figueiredo & Pereira

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

مرتبط است و می‌تواند به بهبود پویایی زوجها و در نتیجه افزایش شادکامی زناشویی منجر شود. همبستگی به عنوان پیوند عاطفی در میان اعضای خانواده و احساس نزدیکی توصیف می‌شود که با احساس تعلق و پذیرش در خانواده ابراز می‌شود (نیهوس، کیسیو-ساکارایا و سلکاک^۱، ۲۰۲۰) و سطح سلامت خانواده را نشان می‌دهد (زینگ، یی، ژانگ و یانگ^۲، ۲۰۲۱). انطباق‌پذیری، توانایی خانواده در تغییر ساختار قدرت، نقش‌ها و انضباط برای پاسخگویی به نیازهای خانواده می‌باشد (ژانگ، ژاو، لی، شی، خو^۳ و همکاران، ۲۰۱۹). با عنایت به اهمیت مؤلفه‌ی همبستگی خانواده در افزایش سطح سلامت خانواده و نیز میزان انطباق‌پذیری در حفظ تعادل خانواده (سزینیک و تولسکا^۴، ۲۰۲۰)، مطالعه‌ی ساختار خانواده به عنوان مؤلفه مستقل و اثرگذار بر شادکامی زناشویی حائز اهمیت می‌باشد.

در کنار مؤلفه ساختار خانواده، غنی‌سازی کار-خانواده نیز بر شادکامی زناشویی اثرگذار است؛ آنچنانکه نتایج مطالعه وانگ، سانگ، چن، لی و لی^۵ (۲۰۲۳) نشان داد که غنی‌سازی کار-خانواده با افزایش احساس شایستگی، کاهش فرسودگی و افزایش رضایتمندی از خانواده رابطه دارد. به عبارتی، هنگامی که منابع مثبت و مهارت‌های کسب‌شده در محیط کار به زندگی خانوادگی منتقل می‌شود، افراد احساس توانمندی و انرژی بیشتری در نقش‌های خانوادگی خود خواهند داشت (جینگ، لی، استنلی، گائو و ونجینگ^۶، ۲۰۲۱). همچنین، مطالعه‌ای در کره جنوبی در سال ۲۰۲۴ نشان داد که دستاوردهای مثبت در حوزه کار-خانواده با کاهش استرس والدینی مرتبط هستند و این کاهش استرس به افزایش رضایت زناشویی منجر می‌شود (لی و جونگ^۷، ۲۰۲۴). غنی‌سازی کار-خانواده به‌عنوان فرآیندی دوطرفه تعریف می‌شود که در آن تجربیات مثبت و منابع به‌دست‌آمده از محیط کار می‌توانند به بهبود کیفیت زندگی در حوزه خانوادگی کمک کنند (هامفری، میائو و میلارد^۸، ۲۰۲۴). به عبارت دیگر، غنی‌سازی کار-خانواده هنگامی رخ می‌دهد که تجربه کار، عملکرد خانواده را ارتقاء دهد؛ مانند زمانی که یک کارمند در کار احساس احترام می‌کند و در نتیجه می‌تواند با انرژی بیشتر و توجه کامل‌تر بر نیازهای اعضای خانواده تمرکز کند (وانگ، وانگ، یائو و هسو^۹، ۲۰۱۹).

1. Niehues, Kisbu-Sakarya & Selcuk
2. Zeng, Ye, Zhang, & Yang
3. Zhang, Zhao, Li, Shi, Xu
4. Szcześniak & Tułeczka
5. Wang, Song, Chen, Li & Li
6. Jing, Li, Stanley, Guo & Wenjing
7. Lee & Jung
8. Humphrey, Miao & Silard
9. Wang, Wang, Yao & Hsu

با توجه به تأثیر ساختار خانواده و غنی سازی کار-خانواده بر شادکامی زناشویی، محقق به دنبال عاملی است که بتواند روابط بین عوامل مذکور را میانجی‌گری کند؛ به اعتقاد آنتونوسکی^۱ (۱۹۹۳) نظریه‌پرداز انسجام می‌توان گفت، افراد با انسجام بالا از سازگاری و انعطاف‌پذیری-شناختی بیشتری در رابطه با کنترل و مواجهه با تنش برخوردار هستند و در نتیجه سعی می-کنند در اکثر موقعیت‌ها حتی موقعیت‌های تنش‌زا شادی و رضایتمندی خود را حفظ نمایند. در این زمینه نتیجه‌ی بررسی نخستین‌خیات، برج‌علی، زینعلی، فردی و منتظری (۲۰۲۴) نشان داد، افراد با سطح بالای تنظیم خود و انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی بیشتری در مقابله با استرس دارند و می‌توانند رضایت و شادی خود را حتی در شرایط تنش‌زا حفظ کنند. در همین راستا، هاری، یوشیکاوا، هایاما، ساکاموتا، اوکادا^۲ و همکاران (۲۰۲۲) عنوان نمودند که انسجام خود منجر به کاهش خلق و خوی منفی همچون افسردگی و در نتیجه افزایش شادکامی زوجین می‌گردد. بنابراین با کمک انسجام خود می‌توان خلق و خوی مثبت را در زوجین افزایش داد و زمینه شادکامی و رضایتمندی آنان از زندگی زناشویی را فراهم آورد. انسجام خود، مفهوم اصلی تئوری خاستگاه سلامت^۳ است (اریکسون و لینستروم^۴، ۲۰۰۶) که اولین بار توسط آنتونوسکی در سال ۱۹۸۷ مطرح شد. این مفهوم گرایش کلی است که به‌عنوان یک مفهوم محوری در مدل سلامت مطرح می‌شود و دارای سه بعد است (جاسینسکی، دربیس، روکوزی و ورزسینسکا^۵، ۲۰۲۵): بعد قابل درک^۶ (حرک‌های دریافتی از محیط داخلی و خارجی ساختارمند، قابل پیش‌بینی و قابل توضیح هستند)، بعد قابل مدیریت^۷ (منابع لازم برای مقابله با نیازها و استرس‌های ناشی از این محرک‌ها در دسترس است) و بعد معنی‌داری^۸ (مقابله با نیازها و استرس‌ها معنادار است و چالشی ارزشمند برای تلاش و تعهد محسوب می‌شود) (آنتونوسکی، ۱۹۸۷). انسجام خود، به عنوان آگاهی لحظه به لحظه نسبت به حالات روانشناختی و توان تمایز نهادن و تحلیل محتوای تجارب کنونی و نیز پردازش شناختی فعال در مورد خود و معطوف به رویدادهای گذشته که نتیجه آن ایجاد دید وسیع جهت هدایت رفتار است، تعریف می‌شود (کمپبل^۹، ۲۰۲۱).

-
1. Antonovsky
 2. Hori, Yoshikawa, Hayama, Sakamoto, Okada
 3. theory of the origin of health
 4. Eriksson & Lindstrom
 5. Jasiński, Derbis, Rakoczy & Wrzesińska
 6. Comprehensibility
 7. Manageability
 8. Meaningfulness
 9. Campbell

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

با توجه به اهمیت شادکامی در حفظ رضایت و استحکام زندگی زناشویی (نجفی، دلشاد نوغابی، رجب‌زاده و همکاران، ۱۴۰۳)، شناسایی و تبیین متغیرهای مؤثر بر آن، گامی ضروری در جهت ارتقاء کیفیت روابط زوجین و کاهش آسیب‌های خانواده، به‌ویژه طلاق، محسوب می‌شود. در این راستا، ساختار خانواده و غنی‌سازی کار-خانواده به‌عنوان متغیرهای زمینه‌ای می‌توانند نقش مهمی در تبیین شادکامی زناشویی ایفا کنند. با این حال، آنچه درک دقیق‌تری از سازوکارهای اثرگذاری این عوامل فراهم می‌آورد، بررسی نقش متغیرهای روان‌شناختی میانجی‌گر، از جمله انسجام خود، است. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی انسجام خود در رابطه بین ساختار خانواده و غنی‌سازی کار-خانواده با شادکامی زناشویی انجام می‌شود تا پاسخی علمی به این پرسش ارائه دهد که آیا انسجام خود می‌تواند به‌عنوان مکانیزمی کلیدی، نحوه تأثیرگذاری عوامل بیرونی بر شادکامی زناشویی را تبیین نماید؟

روش

این پژوهش از نظر هدف در زمره‌ی پژوهش‌های بنیادی محسوب می‌شود و به لحاظ روش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه معلمان زن متأهل ناحیه ۴ مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بودند. از معلمان زن متأهل ناحیه ۴ مشهد ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. با استفاده از توصیه‌ی بومسما^۱ (۱۹۸۵) مبنی بر داشتن حداقل ۱۰۰ تا ۲۰۰ نمونه برای پژوهش‌های الگویابی معادلات ساختاری و نیز قاعده‌ی ۱۰ نمونه به ازای هر پارامتر (بنتلر و چو^۲، ۱۹۸۷؛ بollen^۳، ۱۹۸۹)، نمونه‌ی این پژوهش ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد. با توجه به دردسترس نبودن فهرست معلمان، امکان استفاده از روش‌های احتمالی میسر نبود و به همین علت از نمونه‌گیری دردسترس استفاده شد. داده‌های این پژوهش از طریق پرسشنامه‌های کاغذی جمع‌آوری گردید. پس از ارایه‌ی اطلاعاتی درباره‌ی هدف این پژوهش و توضیح مختصری درباره‌ی متغیرها به شرکت‌کنندگان، از آنان خواسته شد که پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند. هرچند برای تکمیل پرسشنامه‌ها زمان خاصی تعیین نشد، اما از شرکت‌کنندگان درخواست شد تا تمام سوالات را به صورت پیوسته و بدون وقفه‌ی زمانی پاسخ دهند. ملاک ورود به این پژوهش، اشتغال بیش از یک سال و تأهل بود و ملاک خروج، ناقص بودن یا خطا در پرکردن پرسشنامه مثل زدن بیش از یک گزینه برای یک سؤال بود. اصول اخلاقی پژوهش مثل محرمانه ماندن پاسخ‌ها، بدون نام بودن پرسشنامه، عدم وجود آسیب احتمالی برای

1. Boomsma
2. Bentler & Chou
3. Bollen

شرکت کنندگان، کسب رضایت آگاهانه، شفافیت در ارایه اهداف، روشها و نتایج پژوهش، رعایت انصاف در برخورد با تمامی شرکت کنندگان، پاسخگویی در برابر سوالات و نگرانی‌های شرکت کنندگان رعایت گردید. داده‌های بدست آمده از نمرات آزمودنی‌های تحقیق توسط نرم افزار آماری Smart pls-3 و spss22 در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل می‌گردد. در سطح توصیفی از شاخص‌هایی همچون میانگین، انحراف معیار و در سطح استنباطی از روش معادلات ساختاری به کمک نرم افزار اسمارت پی ال اس و روش همبستگی پیرسون استفاده گردید.

ابزار پژوهش

پرسشنامه شادکامی زوجین

پرسشنامه شادمانی زناشویی توسط آزرین، ناستر و جونز^۱ (۱۹۷۳) ساخته شده است که از ۱۰ گویه تشکیل شده است که به منظور سنجش میزان شادمانی زناشویی بکار می‌رود. این ابزار ده سوالی ابتدا برای آزمون اثرات مشاهده ای تقابل طراحی شد که یک رویکرد رفتاری در مشاوره زناشویی است. این مقیاس میزان کلی شادمانی زناشویی را در نه محیط متفاوت از روابط زن و شوهر با استفاده از شاخص‌های تک ماده‌ای کلی می‌سنجد. از هر پرسش می‌توان به عنوان یک شاخص مستقل برای شادمانی زناشویی در زمینه‌های خاصی از تعامل زناشویی استفاده کرد. برای به دست آوردن شاخص کلی شادمانی زناشویی می‌توان نمرات کل سوالات را جمع کرد. در مقابل هر گزاره یک طیف از ۱ تا ۱۰ قرار دارد که پاسخ‌دهنده با توجه به گزاره، میزان شادمانی خود را در آن حیطه درجه‌بندی می‌کند. این پرسشنامه، بر اساس طیف لیکرت از کاملاً نارسند تا ۱۰ کاملاً شادمان نمره‌گذاری شده است. با این تفاسیر حداقل امتیاز ممکن ۱۰ و حداکثر ۱۰۰ خواهد بود. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۱۰ تا ۵۰ باشد، میزان شادکامی زناشویی ضعیف می‌باشد. در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۵۰ تا ۷۰ باشد، میزان شادکامی زناشویی در سطح متوسطی می‌باشد و در صورتی که نمرات بالای ۷۰ باشد، میزان شادکامی زناشویی بسیار خوب می‌باشد. هارینگ، هویت و فلت^۲ (۲۰۰۳) در خصوص روایی این پرسشنامه نشان دادند که این مقیاس برای اندازه‌گیری تغییر حساس است و همبستگی معنی‌داری با مقیاس سازگاری زوجی لاک-والاس^۳ دارد. همچنین در پژوهش عیسی‌نژاد، احمدی و اعتمادی (۱۳۸۹) میزان همبستگی شادکامی زناشویی با مقیاس کیفیت روابط زناشویی^۴، ۰/۷۱ به دست آمده است

1. Azrin, Naster & Jones

2. Haring, Hewitt & Flett

3. Lock-Wallace Marital Adjustment Test(LWMAT)

4. Revised Dyadic Adjustment Scale

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

و نتایج تحلیل عاملی تأییدی ساختار تک عاملی آن را با شاخص‌های برازش عاملی برای جامعه ی ایرانی تأیید نموده است. میزان پایایی این پرسشنامه به شیوه‌ی آلفای کرونباخ در پژوهش هارینگ و همکاران (۲۰۰۳) ۰/۹۰ و در پژوهش عیسی نژاد و همکاران (۱۳۸۹) ۰/۹۴ به دست آمده است. در مورد شادکامی زناشویی در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ و پایایی ترکیبی ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه انسجام خود

پرسشنامه انسجام روانی توسط انتونوسکی در سال ۱۹۹۳ ساخته شد و شامل ۲۹ سوال ۷ گزینه‌ای بر اساس طیف لیکرت (۱ = عدم تمایل و ۷ = شدت تمایل) می‌باشد. حداقل امتیاز ممکن ۲۹ و حداکثر ۲۰۳ خواهد بود. نمره بین ۲۹ تا ۵۸ : حس انسجام پایین است. نمره بین ۵۸ تا ۱۱۶ : حس انسجام متوسط است و نمره بالاتر از ۱۱۶ : حس انسجام بالا است. این پرسشنامه دارای سه بعد می‌باشد که عبارتند از قابل درک بودن (سؤالات ۱-۳-۵-۱۰-۱۲-۱۵-۱۷-۱۹-۲۱-۲۴-۲۶)، قابل مدیریت بودن (سؤالات ۲-۶-۹-۱۳-۱۸-۲۰-۲۳-۲۵-۲۷-۲۹) و معنی دار بودن (سؤالات ۴-۷-۸-۱۱-۱۴-۱۶-۲۲-۲۸). در پژوهش انتونوسکی (۱۹۹۳)، اندازه آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ۲۹ سؤالی حس انسجام ۰/۹۵ بدست آمد. انتونوسکی (۱۹۹۳)، نیز در یک بررسی، در مورد قابلیت اعتبار و پایایی پرسشنامه ۲۹ سؤالی با داده‌های بدست آمده از بررسی در ۲۰ کشور مختلف نشان داد که در ۲۶ مطالعه، با توجه به فرایندهای سیستماتیک استفاده شده در ساخت و بررسی‌های نهایی توسط متخصصین، این پرسشنامه دارای سطح بالایی از اعتبار محتوا بوده و نتایج تحلیل عاملی نشان دهنده اعتبار سازه بالای این پرسشنامه می‌باشد. در ایران علی پور و شریف (۱۳۹۱) در پژوهشی نشان دادند که پرسشنامه حس انسجام در دانشجویان، دارای آلفای کرونباخ کل ۰/۹۶ می‌باشد. در نتیجه این پرسشنامه، پایایی بالایی دارد. بررسی همسانی درونی آزمون نشان داد که همه گویه‌ها نقش تقریباً یکسانی در نمره کل دارند و در صورت حذف یک سؤال، آلفا به طور معنی داری افزایش نمی‌یابد. در این پژوهش، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی برای مؤلفه‌ی انسجام خود به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۸۲ به دست آمد.

پرسشنامه غنی سازی کار- خانواده

برای سنجش غنای کار و خانواده می‌توان از پرسش‌نامه‌ی ده سؤال‌ی که توسط رشید، نوردین، عمر^۱ و همکاران (۲۰۱۱) طراحی شده است، استفاده کرد. این پرسش‌نامه دو خرده‌مقیاس غنای خانواده-کار (شش سؤال) و غنای کار- خانواده (چهار سؤال) دارد. مقیاس پاسخگویی به این پرسش‌نامه شش درجه‌ای (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۶) می‌باشد. شماره گویه‌های مربوط به ابعاد این پرسشنامه عبارت است از غنای خانواده-کار: سوالات ۱ تا ۶ و غنای کار-خانواده: سوالات ۷ تا ۱۰. برای سنجش روایی سازه‌ی این پرسش‌نامه در مطالعه‌ی گل پرور و مرادی نیا (۱۳۹۶)، تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش از نوع واریماکس انجام گرفت. نتیجه‌ی این تحلیل عاملی نشان داد که ده سؤال این پرسش‌نامه با بارهای عاملی ۰/۵ به بالا بر همان دو عامل غنای کار- خانواده و غنای خانواده-کار قرار می‌گیرند. علاوه بر بررسی روایی سازه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی به عنوان شواهدی از روایی همگرا، بین امتیازات غنای کار- خانواده (در هر دو بعد) با توجه همدلانه، محبت و همدلی بین فردی، اعتماد بین فردی و خوش‌بینی در محیط کار، رابطه‌ی مثبت و معناداری به دست آمد. در پژوهش گل پرور و مرادی نیا (۱۳۹۶) ضریب پایایی به شیوه‌ی آلفای کرونباخ برای دو عامل غنای کار- خانواده و غنای خانواده-کار به ترتیب برابر با ۰/۹۰ و ۰/۹۵ حاصل شد. در این پژوهش، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی برای مؤلفه‌ی غنی‌سازی کار-خانواده، به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۹۲ محاسبه شد.

پرسشنامه ساختار خانواده

این مقیاس یک ابزار ۲۰ سؤالی است که توسط اولسون، پورتنر و لوی^۲، در سال ۱۹۸۵ برای سنجش دو بعد عمده‌ی عملکرد خانواده یعنی همبستگی و انطباق‌پذیری تدوین شده است. این ابزار برای قرار دادن خانواده‌ها در (الگوی حلقوی پیچیده) تدوین شده است. شیوه نمره‌ی گذاری سوالات به طریقه‌ی لیکرت (تقریباً همیشه=۵ و تقریباً هرگز=۱) می‌باشد. نمره‌ی کل مقیاس، جمع نمره‌ی تمام پرسشها، نمره‌ی همبستگی خانواده با جمع نمره‌ی سوال‌های فرد و نمره‌ی انطباق‌پذیری خانواده با جمع نمره‌ی سوال‌های زوج بدست می‌آید. در پژوهش مؤمنی، کاوسی و امانی (۱۳۹۵)، پایایی این پرسشنامه از طریق

1. Rashid, Nordin, Omar, & et. al
2. Olson, D.H., Portner, J., Lavee, Y
۱۸۱

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

محاسبه‌ی ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس های همبستگی و انطباق‌پذیری به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۷۴ به دست آمد. گالیندز، ایراورگی، مارتینز پامپلیگا^۱ و همکاران (۲۰۰۶) در پژوهشی به بررسی روایی و پایایی مقیاس همبستگی و انطباق‌پذیری السون پرداختند و این یافته را نشان دادند که این ابزار کیفیت روان‌سنجی خوبی را به اثبات رسانده است؛ پایایی مؤلفه‌های همبستگی و انطباق‌پذیری به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۸۷ بدست آمد. روایی سازه این مقیاس از طریق تحلیل عاملی تأییدی تأیید می‌شود، که شاخص‌های مناسبی را در رابطه با ساختار دوبعدی ایجاد شده توسط نویسندگان ارائه می‌کند ($GFI=0.92$ ؛ $NFI=0.89$ ؛ $RMSEA=0.07$). در این پژوهش، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی برای مؤلفه‌ی انطباق‌پذیری به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۷ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌ی همبستگی خانواده برابر با ۰/۸۷ و پایایی ترکیبی آن ۰/۹۰ به دست آمد.

یافته‌ها

بررسی جمعیت‌شناختی

یافته‌های توصیفی جمعیت‌شناختی سن نشان می‌دهد که ۸/۳ درصد از پاسخگویان در دامنه‌ی سنی ۲۰-۳۰ سال، ۳۶/۷ درصد در دامنه‌ی سنی ۳۱-۴۰ سال، ۳۶/۷ درصد در دامنه‌ی سنی ۴۱-۵۰ سال و ۱۸/۳ درصد در دامنه‌ی سنی ۵۱-۶۰ سال قرار داشتند. یافته‌های توصیفی جمعیت‌شناختی سابقه کاری نشان می‌دهد که ۲۷/۳ درصد از پاسخگویان زیر ۵ سال، ۱۵/۷ درصد ۵-۱۰ سال، ۱۰ درصد ۱۱-۱۵ سال، ۹/۷ درصد ۱۶-۲۰ سال و ۳۷/۳ درصد ۲۰ سال بیشتر سابقه کاری داشته‌اند. از لحاظ طول مدت ازدوج نیز باید گفت، ۹/۷ درصد زیر ۵ سال، ۱۷ درصد ۵-۱۰ سال، ۱۹/۳ درصد ۱۱-۱۵ سال، ۱۶/۳ درصد ۱۶-۲۰ سال و ۳۷/۷ درصد ۲۰ سال بیشتر از زندگی مشترکشان گذشته بود. بعد از توصیف جمعیت‌شناختی، داده‌های بدست آمده از نمرات این پژوهش در دو سطح توصیفی و استنباطی تحلیل می‌گردد. برای توصیف داده‌های مربوط به نمونه، ابتدا به محاسبه شاخص‌های مرکزی متغیرهای پژوهش پرداخته شد که به شرح زیر است:

جدول ۱. یافته‌های توصیفی مؤلفه‌های غنی‌سازی کار- خانواده، ساختار خانواده، شادکامی زناشویی، انسجام خود

مؤلفه	ابعاد متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کجی	پیش‌بینی
غنی‌سازی کار- خانواده	غنی‌سازی کار- خانواده	۳۰۰	۲۰/۷۱	۳/۳۴	-۰/۸۳	-۰/۱۵
ساختار خانواده	انطباق‌پذیری همبستگی خانواده	۳۰۰ ۳۰۰	۳۲/۱۱ ۳۹/۰۶	۵/۳۶ ۶/۵۸	-۰/۴۴ -۱/۱۶	۰/۵۴ ۱/۷۸
شادکامی زناشویی	شادکامی زناشویی	۳۰۰	۷۸/۷۱	۱۱/۰۲	-۰/۳۹	-۰/۴۷
انسجام خود	قابل درک بودن قابل مدیریت بودن معنی‌دار بودن نمره کل انسجام خود	۳۰۰ ۳۰۰ ۳۰۰ ۳۰۰	۴۸/۳۲ ۳۷/۸۶ ۳۸/۴۲ ۱۲۲/۶۲	۶/۴۲ ۷/۰۳ ۶/۴۰ ۱۶/۳۷	۰/۴۹ ۰/۲۹ ۰/۶۷ ۰/۴۴	-۰/۰۳ -۰/۳۷ ۱/۰۲ ۰/۲۳

با توجه به یافته‌های جدول شماره ۱ می‌توان گفت، بالاترین میانگین متعلق به نمره کل انسجام خود و پایین‌ترین میانگین متعلق به غنی‌سازی کار- خانواده می‌باشد. نکته‌ای که ذکر آن حائز اهمیت می‌باشد این مطلب است که نمرات پرسشنامه شادکامی زناشویی اگر بین ۱۰ تا ۵۰ باشد، میزان شادکامی ضعیف، در صورتی که نمرات پرسشنامه بین ۵۰ تا ۷۰ باشد، میزان شادکامی در سطح متوسط و در صورتی که نمرات بالای ۷۰ باشد، میزان شادکامی بسیار خوب می‌باشد. با توجه به اینکه میانگین شادکامی زناشویی در پژوهش حاضر ۷۸/۷۱ بدست آمده است نشان‌دهنده‌ی آن است که شرکت‌کنندگان به طور میانگین از شادکامی زناشویی بالایی برخوردارند. همچنین باید اضافه نمود، در تفسیر پرسشنامه انسجام خود نیز آمده است که نمره بین ۲۹ تا ۵۸ حس انسجام پایین، نمره بین ۵۸ تا ۱۱۶ حس انسجام متوسط و نمره بالاتر از ۱۱۶ حس انسجام بالا است. با توجه به اینکه میانگین انسجام خود در پژوهش حاضر ۱۲۲/۶۲ بدست آمده است، نشان‌دهنده‌ی آن است که شرکت‌کنندگان به طور میانگین از انسجام خود بالایی برخوردارند.

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

برای آزمون فرضیات از روش معادلات ساختاری به کمک نرم افزار آموس و روش همبستگی پیرسون استفاده می‌شود. معیارهای انتخاب روش آماری مناسب برای آزمون فرضیات براساس سطح سنجش متغیرها و هدف می‌باشد.

قبل از انجام آزمون فرضیات به بررسی پیش‌فرض‌های آزمون پرداختیم.

۱- بررسی مفروضه‌ی نرمال بودن داده‌ها

جهت بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کجی و کشیدگی استفاده شد. نتایج آزمون کجی و کشیدگی برای سنجش نرمال بودن توزیع متغیرها نشان داد که تمامی مقادیر در بازه‌ی $\pm 1/96$ قرار دارند؛ بنابراین، توزیع داده‌ها از نرمال بودن کافی برخوردار است

۲- ماتریس همبستگی

با توجه با این نکته که ماتریس همبستگی مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌های علی، خصوصاً مدل‌یابی معادلات ساختاری است، لذا قبل از پرداختن به آزمون الگوی نظری، ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش همراه با ضرایب همبستگی آنها در جدول ۲ ارائه شده است تا رابطه بین متغیرها مورد بررسی قرار گیرد.

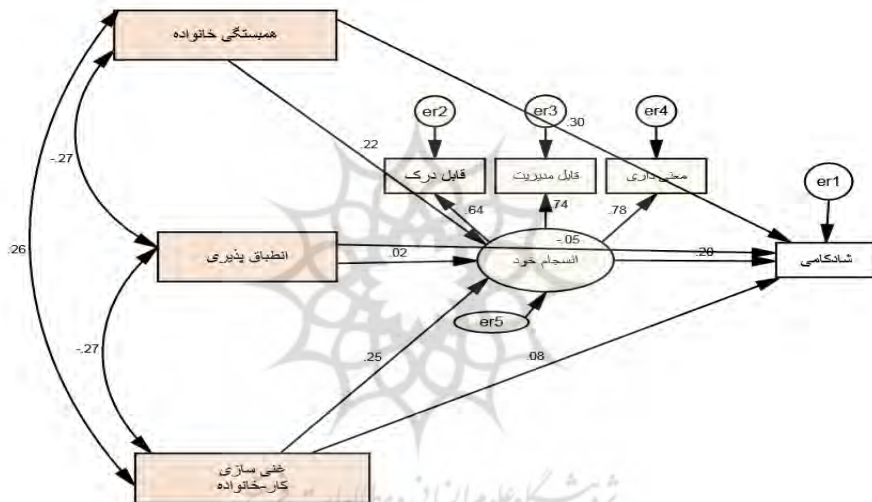
جدول ۲. آزمون همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	غنی‌سازی کار- خانواده	همبستگی	انطباق پذیری	انسجام خود	شادکامی زناشویی
غنی‌سازی کار- خانواده	۱				
همبستگی	۰/۲۶**	۱			
انطباق‌پذیری	-۰/۲۷**	-۰/۲۷**	۱		
انسجام خود	۰/۲۶**	۰/۲۴**	-۰/۰۷	۱	
شادکامی زناشویی	۰/۲۵**	۰/۴۵**	-۰/۱۸**	۰/۲۸**	۱

($P < 0/05$) ** ($P < 0/01$)

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین غنی‌سازی کار-خانواده (۰/۲۶)، همبستگی خانواده (۰/۴۵)، انطباق‌پذیری (۰/۱۷-) و انسجام خود (۰/۲۸) با شادکامی زناشویی رابطه معنی‌داری وجود دارد.

برای تجزیه و تحلیل فرضیه اصلی تحقیق از مدل‌یابی معادلات ساختاری با کمک نرم‌افزار AMOS استفاده شد. در حقیقت جهت ارزیابی نقش میانجی سرمایه روانشناختی لازم است که اثر مستقیم و غیر مستقیم متغیر حمایت سازمانی با فرسودگی شغلی محاسبه گردد. لذا پس از اطمینان یافتن از نرمال بودن متغیرهای وابسته، کلیه روابط میان متغیرها بر اساس مدل مفهومی تحقیق مورد بررسی قرار گرفت.



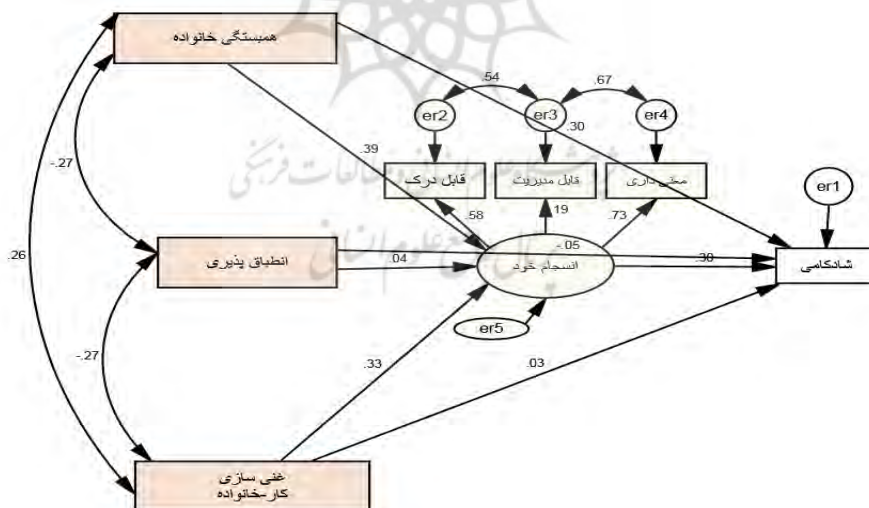
نمودار ۱. نمودار اولیه معادلات ساختاری متناسب با مدل مفهومی و بر روابط بین متغیرها

برازش آماری مدل پیشنهادی با داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار Amos و با بهره‌گیری از شاخص‌های برازش مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۳. نشانگرهای برازش مدل اولیه

نشانگر برازش	مقدار برازش	مقدار رضایت بخش	نتیجه
نسبت کای اسکوتر به درجه آزادی (CMIN/df)	۱۱/۱۱	کوچکتر از ۳	غیر قابل قبول
شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۳	بزرگتر از ۰/۹	غیر قابل قبول
نرم شده برازندگی (NFI)	۰/۸۲	بزرگتر از ۰/۹	غیر قابل قبول
شاخص برازش تطبیقی (CFI)	۰/۸۳	بزرگتر از ۰/۹	غیر قابل قبول
مجدور میانگین مربعات خطای تقریب (RMSEA)	۰/۱۸	بالای ۰/۱۰ ضعیف	برازش ضعیف

نتایج شاخص‌های برازش نشان داد که مدل پژوهش از برازش مناسبی برخوردار نیست. به‌طوری‌که نسبت کای اسکوتر به درجه آزادی (۱۱/۱۱) بسیار بالاتر از حد مطلوب (کمتر از ۳) بوده و شاخص‌های NFI و CFI نیز پایین‌تر از مقدار قابل قبول (بزرگتر از ۰/۹۰) قرار گرفتند. همچنین مقدار RMSEA برابر با ۰/۱۸ بوده که نشان‌دهنده برازش ضعیف مدل است. تنها شاخص GFI با مقدار ۰/۹۳ در حد مطلوب قرار دارد. بنابراین، براساس این نتایج می‌توان گفت مدل نیازمند اصلاح و بازنگری است. در ادامه مدل برازش یافته رسم گردید:



نمودار ۲. نمودار برازش یافته معادلات ساختاری متناسب با مدل مفهومی و بر روابط بین متغیرها

برازش آماری مدل برازش یافته با داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار Amos و با بهره‌گیری از شاخص‌های برازش مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۴. نشانگرهای برازش مدل برازش یافته

نتیجه	مقدار رضایت بخش	مقدار برازش	نشانگر برازش
قابل قبول	کوچکتر از ۳	۲/۳۷	نسبت کای اسکور به درجه آزادی (CMIN/df)
قابل قبول	بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۸	شاخص نیکویی برازش (GFI)
قابل قبول	بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۷	نرم شده برازندگی (NFI)
قابل قبول	بزرگتر از ۰/۹	۰/۹۸	شاخص برازش تطبیقی (CFI)
برازش خوب	بین ۰/۰۵ تا ۰/۰۸	۰/۰۶۸	مجذور میانگین مربعات خطای تقریب (RMSEA)

نتایج شاخص‌های برازش بیانگر آن است که مدل پژوهش از برازش نسبتاً مطلوبی برخوردار است. نسبت کای اسکور به درجه آزادی (۲/۳۷) کمتر از ۳ و در محدوده قابل قبول قرار دارد. همچنین شاخص‌های GFI، NFI و CFI همگی بالاتر از مقدار مرجع ۰/۹۰ بوده و نشان‌دهنده برازش مناسب مدل هستند. مقدار RMSEA برابر با ۰/۰۶۸ به دست آمد که کمتر از ۰/۰۸ بوده و برازش مدل را در سطح قابل قبول تأیید می‌کند. در مجموع می‌توان گفت مدل اصلاح شده از برازش مناسبی برخوردار است و قابلیت تفسیر دارد. بر اساس نمودار شماره ۲ تحلیل مسیر برای اثرات مستقیم و غیر مستقیم نتایج جدول زیر را به همراه دارد.

جدول ۵. ضرایب و معناداری اثر مستقیم و غیر مستقیم

مستقل	میانجی	ملاک	ضریب مسیر	سطح معنی داری
همبستگی خانواده	----	شادکامی زناشویی	۰/۳۰	۰/۰۰۰۱
انطباق پذیری	----	شادکامی زناشویی	-۰/۰۵	۰/۳۷۷
غنی سازی کار-خانواده	----	شادکامی زناشویی	۰/۰۳	۰/۶۰۶
انسجام خود	----	شادکامی زناشویی	۰/۳۰	۰/۰۰۰۱
همبستگی خانواده	----	انسجام خود	۰/۳۹	۰/۰۰۰۱

مستقل	میانجی	ملاک	ضریب مسیر	سطح معنی داری
انطباق پذیری	----	انسجام خود	۰/۰۴	۰/۴۹۶
غنی سازی کار-خانواده	----	انسجام خود	۰/۳۳	۰/۰۰۰۱
همبستگی خانواده	انسجام خود	شادکامی زناشویی	۰/۱۲	۰/۰۰۰۱
انطباق پذیری	انسجام خود	شادکامی زناشویی	۰/۰۱	۰/۵۵۲
غنی سازی کار-خانواده	انسجام خود	شادکامی زناشویی	۰/۱۰	۰/۰۰۰۱

یافته‌های جدول ۵ نشان می‌دهد که همبستگی خانواده به طور مستقیم اثر مثبت و معناداری بر شادکامی زناشویی دارد. همچنین انسجام خود نیز پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار شادکامی زناشویی است. در مقابل، اثر مستقیم انطباق‌پذیری خانواده و غنی‌سازی کار-خانواده بر شادکامی زناشویی معنادار نبود.

از نظر مسیرهای میانجی، همبستگی خانواده اثر غیرمستقیم و معناداری بر شادکامی زناشویی از طریق انسجام خود دارد؛ همچنین غنی‌سازی کار-خانواده نیز با واسطه انسجام خود بر شادکامی زناشویی اثر مثبت و معناداری بر جای گذاشت؛ اما انطباق‌پذیری خانواده چه به صورت مستقیم و چه از طریق انسجام خود، تأثیر معناداری بر شادکامی زناشویی نشان نداد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی نقش میانجی انسجام خود در رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی بود. برای دستیابی به این هدف، ابتدا رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی مورد بررسی قرار گرفت. در ابتدا نتایج نشان داد که غنی‌سازی کار-خانواده بر شادکامی زناشویی اثر مستقیم ندارد. نتایج پژوهش حاضر با نتایج مطالعات جینگ، لی، استنلی، گوآ و وینجینگ^۱ (۲۰۲۱)، وانگ، سانگ، چن، لی و لی^۲ (۲۰۲۳)، سینگ، کشتریا و والک^۳ (۲۰۲۳)، ناهمخوان می‌باشد؛ چرا

1. Jing, Li, Stanley, Guo & Wenjing

2. Wang, Song, Chen, Li & Li

3. Singh, Kshtriya & Valk

که این پژوهشگران در تحقیقات خود غنی‌سازی کار-خانواده را به عنوان عاملی اثرگذار بر حس رضایتمندی و شادی معلمان عنوان نمودند.

در تبیین عدم تأثیر مستقیم غنی‌سازی کار-خانواده با شادکامی زناشوی بر اساس مدل غنی‌سازی کار-خانواده گرینهاوس و پاول (۲۰۰۶) می‌توان گفت، غنی‌سازی کار-خانواده فرآیندی پیچیده و چندمرحله‌ای است که در آن انتقال منابع مثبت مانند مهارت‌ها، انرژی و حمایت‌های اجتماعی از محیط کار به خانواده، مستلزم وجود سازوکارهای روانشناختی و رفتاری می‌باشد. یکی از مهم‌ترین این سازوکارها «انسجام خود» است که به توانایی فرد برای هماهنگی هیجانات، افکار و رفتارهایش در مواجهه با فشارهای کار و خانواده اشاره دارد. بنابراین، منابع و تجربیات مثبت به دست آمده در محیط کار تنها زمانی می‌توانند کیفیت زندگی خانوادگی و شادکامی زناشویی را بهبود بخشند که ابتدا توسط فرد پردازش و تبدیل به رفتارها و نگرش‌های مؤثر شوند. مطالعات جدید در سال ۲۰۲۴ این دیدگاه را تأیید می‌کنند. برای مثال، هومفری و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهشی دریافتند که غنی‌سازی کار-خانواده به طور مستقیم بر رضایت زناشویی تأثیر معناداری ندارد، اما انسجام خود و حمایت اجتماعی نقش میانجی مهمی در تسهیل این رابطه ایفا می‌کنند. با توجه به این مطالعه می‌توان گفت، مهارت‌های مقابله‌ای و توانمندی‌های روانی برای انتقال مثبت تجربیات از محیط کار به خانواده ضروری هستند و بدون وجود این عوامل، غنی‌سازی کار-خانواده نمی‌تواند تأثیر مستقیم و ملموسی بر کیفیت روابط زناشویی داشته باشد. به طور کلی، این یافته‌ها و نظریه‌ها بیان می‌کنند که اثر غنی‌سازی کار-خانواده بر شادکامی زناشویی مسیر غیرمستقیم و وابسته به میانجی‌گری عوامل روانشناختی مانند انسجام خود، مهارت‌های مدیریت هیجان و حمایت اجتماعی دارد و تأثیر مستقیم ندارد.

نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن بود که همبستگی خانواده تأثیر مثبت و مستقیم بر شادکامی زناشویی معلمان دارد؛ بدین معنی که با افزایش همبستگی خانواده نمره شادکامی زناشویی افزایش می‌یابد؛ ولیکن انطباق‌پذیری خانواده فاقد تأثیر معنی‌دار بر شادکامی زناشویی بود.

نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های کایا و سینکسون آندر^۱ (۲۰۲۴)، زینگ و همکاران (۲۰۲۱)، سومالی، امیری، کاکابرائی و عارفی (۱۴۰۰)، نامنی و احسانی کیا (۱۳۹۸)، همخوان می‌باشد؛ چرا که این محققان در پژوهش خود نشان دادند که ساختار خانواده که

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود شامل دو بعد همبستگی و انطباق‌پذیری است با میزان خشنودی و رضایتمندی معلمان از زندگی مشترک رابطه دارد.

با مروری بر پژوهش‌های گذشته همچون بیگم موسوی، نعلبندیان ابهر، ایوبلو و یوسفیان (۱۴۰۰)، این یافته حاصل گردید که زمانی که میزان همبستگی خانواده بالا است، اتفاق‌نظر در خانواده وجود دارد و افراد در خانواده مشارکت بیشتری دارند؛ به همین دلیل این افراد سطح مهارت اجتماعی بالاتری نسبت به سایر افراد دارند؛ به عبارت دیگر می‌توان گفت افرادی که از جانب خانواده حمایت می‌شوند، عزت نفس بالایی داشته و هنگام برخورد با دیگران نیز قادر به ابراز وجود بوده و در مواقع نیاز از حمایت آنان نیز بهره می‌گیرند؛ در نتیجه چنین فردی در موقع تنش و ناراحتی احساس تنهایی نکرده و شادکامی خود را حفظ می‌کند. در تأیید این یافته می‌توان به نتایج پژوهش زینگ و همکاران (۲۰۲۱) اشاره نمود که عنوان نمودند، هر چه همبستگی اعضای خانواده بیشتر باشد، فرد حمایت و کمک بیشتری از سوی خانواده دریافت می‌کند که حمایت خانواده می‌تواند به فرد در کاهش اثرات منفی استرس کمک نموده؛ به گونه‌ای فرد در هنگام مواجهه با استرس دچار غم و اندوه نگردیده و آن را مدیریت نماید. با عنایت به مطالب عنوان شده می‌توان گفت همبستگی خانواده، سطح شادکامی معلمان را افزایش می‌دهد.

یافته‌ی پژوهش نشان می‌دهد که انطباق‌پذیری خانواده تأثیر مستقیمی بر شادکامی زناشویی ندارد. این نتیجه با نظریه سیستم‌های خانواده السون (۲۰۰۰) هم‌خوانی دارد که انطباق‌پذیری را به‌عنوان توانایی خانواده در تغییر ساختار و نقش‌ها برای مقابله با موقعیت‌های تنش‌زا تعریف می‌کند. هرچند انطباق‌پذیری نقش مهمی در بقا و عملکرد خانواده دارد، اما به‌تنهایی نمی‌تواند کیفیت عاطفی رابطه زناشویی و احساس شادکامی را تضمین کند. درواقع، تغییر نقش‌ها و قواعد خانواده بدون وجود انسجام عاطفی و پیوند روانی میان زوجین ممکن است حتی موجب بروز تعارض و احساس بی‌ثباتی شود (السون و همکاران، ۱۹۷۹). در همین راستا، تحقیقات جدید نشان می‌دهند که هماهنگی میان فردی و عاطفی زوجین برای تأثیر مثبت قابلیت تطبیق‌پذیری نظام خانواده ضروری است. مطابق پژوهشی در سال ۲۰۲۵، فقدان همبستگی عاطفی در ساختار خانواده می‌تواند تعارض را تشدید کرده و ساختار خانواده را ناپایدار سازد؛ در واقع، تطبیق‌پذیری بدون پایه احساسی متقابل قادر به ایجاد ثبات در روابط نیست (میرباقری، هزاره، کیانی‌مقدم، غضنفری و مجیدی آرانی، ۲۰۲۵). این یافته‌ها تأکید می‌کنند که انطباق‌پذیری بیشتر به‌عنوان یک ظرفیت زمینه‌ای عمل می‌کند تا عاملی که مستقیماً شادی زناشویی را ارتقا دهد.

نتایج آزمون معادلات ساختاری، حاکی از آن بود که انسجام خود در رابطه غنی‌سازی کار-خانواده و همبستگی خانواده با شادکامی زناشویی نقش میانجی معنی‌داری دارد؛ ولیکن، انسجام خود در رابطه انطباق‌پذیری با شادکامی زناشویی نقش میانجی ندارد.

همخوان با این یافته، نتایج مطالعات کایا و سینکسون آندر^۱ (۲۰۲۴) نشان داد احساس انسجام نقش واسطه‌ای در رابطه بین همبستگی خانواده و بهزیستی داشت. ایمانی، زنگنه مطلق و عباسی (۱۴۰۱)، در پژوهشی با در بین مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم به این یافته رسیدند که انسجام خود در رابطه بین رنج ناشی از احساس تنهایی با آشتی زناشویی نقش میانجی معنی‌داری دارد.

در خصوص تبیین نقش میانجی‌گرانه انسجام خود در رابطه همبستگی خانواده با شادکامی زوجین، مطابق با یافته مانا، بائر، ماگسترتی، ساردو، کانال جووینیا، هاردی^۲ و همکاران (۲۰۲۱) می‌توان اضافه نمود، انسجام خود فرآیندی انطباقی و منسجم است؛ به گونه‌ای که فرد در زمان تجربه یک رویداد جدید با توجه به توانایی‌ها و ویژگی‌های درونی که دارد سعی در تحلیل و درک آن رویداد نموده و انسجام خود را حفظ می‌کند و دچار عواطف منفی همچون غم نخواهد شد؛ به عبارتی، انسجام خود تلاش می‌کند تا این مسئله را تبیین کند که چرا برخی از هنگام مواجهه با موقعیت استرس‌زا می‌توانند شاد بمانند و برخی دیگر در مقابل شرایط استرس‌زا در هم می‌شکنند و دچار غم و اندوه می‌شوند. در همین راستا، خانی و آقایی (۱۴۰۱) استدلال نمودند که زمانی که زن و شوهر از انسجام خود بالایی برخوردار باشند، با مسائل و مشکلاتی که در زندگی برایشان رخ می‌دهد به آسانی نمی‌شکنند و می‌توانند با مسائل و مشکلات به درستی برخورد کنند و نیز با افزایش ارتقای انسجام خود می‌توانند راهبردهای رضایت زناشویی را در خود تقویت کرده و در نتیجه رضایت از زندگی خود را افزایش دهند. به عبارت دیگر، انسجام خود نقش مؤثری در ارتقاء ویژگی‌های مثبت همانند افزایش استفاده از منابع موجود و دردسترس همچون کمک و حمایت‌های همسر در رویارویی با تنش دارد و در نهایت با ارتقاء حفظ همبستگی معلمان، شادکامی و خشنودی را در زندگی معلمان بهبود می‌بخشد.

در خصوص تبیین نقش میانجی انسجام خود در رابطه غنی‌سازی کار-خانواده با شادکامی معلمان مبتنی بر نتایج مطالعه کواتو و هیرانو^۳ (۲۰۲۰) می‌توان گفت، معلمی

1. Kaya & Cenkseven Önder

2. Mana, Bauer, Magistretti, Sardu, Juvinyà-Canal & Hardy

3. Kuwato & Hirano

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

شغل پراسترسی است و معلمان در مقایسه با بسیاری از مشاغل دیگر در معرض خطر ابتلا به اختلالات جسمی و روحی هستند و تنها عاملی که می‌تواند خط ابتلا به اختلالات در معلمان را کاهش دهد، انسجام خود بالاست. در خصوص چگونگی تأثیر انسجام خود بر بهبود شرایط کار و کاهش استرس‌های کاری، نتایج مطالعه ایتو، سئو، مائینو،

و مائینو^۱ (۲۰۱۸) نشان داد که انسجام خود بالا منجر به دسترسی فرد به منابع بیشتر برای مواجهه با استرس، انگیزه و مشارکت بالاتر و الگوهای رفتاری سالم‌تر در محیط کاری می‌شود و رضایت شغلی را ارتقاء می‌دهد. الگوهای رفتاری سالم‌تر در محیط کاری منجر به این می‌شود که فرد باور کند، قادر به حل مشکلات محیط کاری است و در نهایت به این باور می‌رسد که از پس مشکلات زندگی شخصی نیز بر خواهد آمد؛ به عبارتی فرد به غنی‌سازی کار خانواده دست می‌یابد؛ آنچنانکه نتایج مطالعه وانگ و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد حفظ بهزیستی ذهنی که همان حالات مثبت و شادکامی است به غنی‌سازی کار- خانواده وابسته است. برای تبیین دقیق‌تر می‌توان از نظریه انباشت نقش گرینهاوس و پاول (۲۰۰۶) استفاده نمود. نظریه انباشت نقش عنوان می‌کند، که کیفیت زندگی در یک نقش تا چه حد با تجربیات در نقش دیگر بهبود می‌یابد. در پژوهش حاضر نیز می‌توان اینگونه استدلال نمود که اگر معلم در کلاس درس با دانش‌آموزان برخورد خوب و پرنشاطی را داشته باشد و از دانش‌آموزان بازخوردهای مثبت گرفته باشد، در نهایت این نشاط و شادکامی در وی درونی شده و می‌تواند شادی و حس خوب را به محیط خانه و در برخورد با همسر نیز انتقال دهد. با عنایت به مطالب عنوان شده می‌توان گفت، برخورداری از مؤلفه‌های انسجام خود در معلمان همچون درک، مدیریت و معناداری در محیط کار منجر به ارتقاء غنی‌سازی کار- خانواده گردیده و بهبود غنی‌سازی کار- خانواده و تجربه کاری مثبت‌تر ممکن است به کارکنان در ایجاد حس شادی و نشاط کمک نماید؛ بنابراین می‌توان گفت انسجام خود در رابطه غنی‌سازی کار- خانواده نقش میانجی دارد.

در خصوص عدم نقش میانجی انسجام خود در رابطه انطباق‌پذیری با شادکامی معلمان می‌توان گفت، انطباق‌پذیری بسیار بالا و یا بسیار پایین هر دو منجر به آشفتگی در ساختار خانواده می‌شود؛ چرا که انطباق‌پذیری بالا مستلزم تغییر بیش از حد قوانین در خانواده و بالعکس انطباق‌پذیری پایین منجر به ثبات قوانین و عدم تغییر پذیری قوانین حتی در مواقع ضروری می‌گردد. آنچنانکه نتایج پژوهش خانی و آقایی (۱۴۰۱) نشان داد که بین انسجام

خود در معلمان متعارض و معلمانی که زندگی خوب و آرامی داشتند تفاوت وجود دارد، به گونه‌ای که معلمان متعارض که ساختار خانوادگی آشفته‌ای داشتند، انسجام خود پایین‌تری را ادراک نمودند. در تبیین این یافته می‌توان گفت زمانی که ساختار خانواده آشفته باشد و انطباق‌پذیری بالایی در خانواده وجود داشته باشد، معلمان به طور مرتب قوانین و نقش‌های خانواده را تغییر می‌دهند که این تغییر مداوم قوانین منجر می‌شود تا معلمان قادر نشوند مشکل پیش آمده را قابل حل و قابل مدیریت بدانند؛ به عنوان نمونه معلمان یک قانون را برای زندگی خود وضع می‌کنند و زمانی که بخواهند آن قانون را برای خود درونی و به آن متعهد شوند، قانون دیگری وضع می‌گردد که قانون قبلی را نقض می‌کند؛ تغییر مداوم قوانین و نقش‌ها زوج را دچار آشفتگی و سردرگمی می‌کند؛ به گونه‌ای که او دیگر خود را قادر به حل و مدیریت مسائل نمی‌بیند و معنایی در پس این سختی‌ها و گرفتاری‌ها نمی‌یابد. در نتیجه می‌توان گفت، انطباق‌پذیری بالا که منجر به آشفتگی ساختار خانواده می‌گردد، سطح انسجام خود را کاهش داده و کاهش انسجام خود منجر به آن گردیده که این مؤلفه نتواند در رابطه انطباق‌پذیری و شادکامی معلمان نقش میانجی ایفا نماید.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از روش مقطعی بود که امکان بررسی روابط علی میان متغیرها را محدود می‌کند. همچنین، داده‌ها به صورت خودگزارشی جمع‌آوری شدند که ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی یا تمایل به پاسخ‌های اجتماعی پسندانه قرار گرفته باشند. محدود بودن نمونه به معلمان مدارس ناحیه ۴ شهر مشهد نیز می‌تواند تعمیم نتایج به سایر گروه‌های شغلی یا مناطق جغرافیایی دیگر را محدود سازد.

پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های طولی یا تجربی برای بررسی رابطه میان متغیرها استفاده شود تا روابط علی با دقت بیشتری مشخص گردد. همچنین، بررسی نقش انسجام خود در سایر گروه‌های شغلی مانند کارکنان حوزه درمان یا نیروهای خدماتی می‌تواند به تعمیم نتایج کمک کند. انجام پژوهش با نمونه‌های بزرگ‌تر و استفاده از ابزارهای چندمنظوره مانند مشاهده یا مصاحبه نیز توصیه می‌شود.

یافته‌های این پژوهش می‌تواند در برنامه‌ریزی آموزشی و مشاوره‌ای برای معلمان مؤثر باشد. تقویت انسجام خود از طریق کارگاه‌های روان‌شناختی، آموزش خودآگاهی، هدف‌گذاری شخصی و تاب‌آوری روان‌شناختی می‌تواند در ارتقای شادکامی زناشویی آنان مؤثر باشد. همچنین، مدیران و مسئولان نظام آموزشی با فراهم ساختن بسترهای مناسب برای

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود غنی‌سازی تعاملات کار- خانواده و حمایت از ساختار خانوادگی سالم می‌توانند رضایت کلی معلمان از زندگی را افزایش دهند. این مقاله از هیچ سازمان و ارگانی حمایت دریافت نکرده است.

منابع

- ایمانی، زهرا؛ زنگنه مطلق، فیروزه؛ عباسی، مسلم. (۱۴۰۱). نقش واسطه ای انسجام روانی در رابطه بین رنج روانی و سازگاری معنوی با آشفتگی زناشویی در مادران کودکان مبتلا به اوتیسم. *فصلنامه علمی- پژوهشی سبک زندگی/ اسلامی با محوریت سلامت*، ۱۶۳-۱۷۲، (۱)۶.
- بیگم موسوی، زهره؛ نعلبندیان ابهر، مریم؛ ایوبلو، زهرا؛ یوسفیان، فاطمه. (۱۴۰۰). نقش سبک‌های دلبستگی، انسجام خانواده و تبعیض جنسیتی ادراک شده در پیش‌بینی سخت‌رویی روان‌شناختی در زنان دارای ازدواج با فاصله سنی معکوس. *رویش روان‌شناسی*، ۱۳۳-۱۴۴، (۱)۱۰.
- خانی، فریبا؛ آقایی، اصغر. (۱۴۰۱). مقایسه ی بهزیستی معنوی و احساس انسجام روانی زوجین رضایتمند و زوجین دارای تعارض. *مجله پژوهش در دین و سلامت*، ۸(۳)، ۱۰۸-۹۳.
- سومالی، هادی؛ امیری، حسن؛ کاکابرای، کیوان؛ عارفی، مختار. (۱۴۰۰). پیش بین های رضایت جنسی و سازگاری زناشویی، انسجام خانوادگی و سبک دل بستگی ایمن. *نشریه مشاوره کاربردی*، ۵۹-۷۸، (۱)۱۱.
- علی پور، احمد؛ شریف، نسیم. (۱۳۹۱). بررسی روایی و پایایی پرسشنامه حس انسجام در دانشجویان. *مجله پژوهنده*، ۵۶-۵۰، (۱)۱۷.
- عیسی نژاد، امید؛ احمدی، سیداحمد؛ عذرا. (۱۳۸۹). تأثیر غنی سازی روابط بر کیفیت روابط زناشویی. *مجله علوم رفتاری*، ۹-۱۶، (۱)۴.
- گل پرور، محسن؛ مرادی نیا، آیدا. (۱۳۹۶). تأثیر واسطه ای رضایت خانوادگی در رابطه بین غنای کار- خانواده با رضایت از زندگی در مردان. *پژوهشهای علوم شناختی و رفتاری (علمی - پژوهشی)*، ۷(۲)، ۶۷-۵۱.

- نامنی، ابراهیم؛ احسانی کیا، احمد. (۱۳۹۸). نقش تعدیل کننده ی بهزیستی روانشناختی در رابطه انطباق پذیری و همبستگی خانواده در رضایتمندی زناشویی زنان نخست زا. *دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۲۶(۱)، ۱۴۲-۱۳۴.
- نجفی، سمانه؛ دلشاد نوغابی، علی؛ رجب زاده، فاطمه؛ دانشفر، مجید. (۱۴۰۳). تأثیر آموزش شادکامی بر رضایت زناشویی دانشجویان. *مجله تحقیقات نظام سلامت*، ۲۰(۱)،

۳۸-۳۲

- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well* (Jossey-Bass, USA, 1987).
- Antonovsky, A. (1993). The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science & Medicine*, 36 (6), 725-733.
- Azrin, N. H., Naster, B. J., & Jones, R. (1973). Reciprocity counseling: A rapid learning-based procedure for marital counseling. *Behaviour research and therapy*, 11(4), 365-382.
- Bentler, P. M., & Chou, C. P. (1987). Practical issues in structural modeling. *Sociological methods & research*, 16(1), 78-117
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. John Wiley & Sons. -
- Boomsma, A. (1985). Nonconvergence, improper solutions, and starting values in LISREL maximum likelihood estimation. *Psychometrika*, 50, 229-242.
- Campbell, P. (2021). Lay participation with medical expertise in online self-care practices: Social knowledge (co) production in the Running Mania injury forum. *Social Science & Medicine*, 277, 113880.
- Erdoğan EG, Mersin S. The Relationship Between the Level of Satisfaction of Maslow's Hierarchy of Needs and Loneliness, Happiness and Life Satisfaction in Elderly Individuals. *Journal of Clinical Nursing*. 2025.
- Eriksson, M. & Lindstrom, B (2006). Antonovsky Sense of Coherence Scale and the Relatin With Health: A Systematic Review. *Journal Epidemiology Community Health*, 60(5), 376-381.
- Figueiredo, S., & Pereira, R. (2025). Marital Cohesion and Perceived Stress in Parents of Children with Special Educational Needs: A Study of the Impact on Couple Dynamics. *Children*, 12(4), 436.
- Fu, L., Zheng, H., Zhou, Y., Cheng, J., Zhou, T., & Yi, C. (2024). Intergenerational Family Boundaries and Adult Children's Marital Satisfaction: The Roles Of Family Cohesion and Adaptability. *Journal of Child and Family Studies*, 33(5), 1647-1655.
- Galindez, E., Iraurgi, I., Martinez Pampliega, A., & Sanz, M (2006). Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES): desarrollo de una versión de 20 ítems en español. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(2), 317-338.

- Greenhaus, J. H., & Powell, G. N. (2006). When work and family are allies: A theory of work-family enrichment. *Academy of Management Review*, 31(1), 72-92.
- Haga, K. (2020). *Work-family enrichment: A process perspective on psychological mechanisms*. *Journal of Family Psychology*, 34(5), 600-612
- Haring, M., Hewitt, P.L., and G.L. Flett, (2003). Perfectionism, Coping, and Quality of Intimate Relationships, *Journal of Marriage and Family*, 65, 143-158.
- Hori, M., Yoshikawa, E., Hayama, D., Sakamoto, S., Okada, T., Sakai, Y., Fujiwara, H., Takayanagi, K., Murakami, K., & Ohnishi, J., (2022). Sense of Coherence as a Mediator in the Association Between Empathy and Moods in Healthcare Professionals: The Moderating Effect of Age. *Front Psychol*, 13, 847381.
- Humphrey, R. H., Miao, C., & Silard, A. (2024). Work-family enrichment: prospects for enhancing research. *Emotion in Organizations: A Coat of Many Colors*, 155-178.
- Ito, M., Seo, E., Maeno, T., Ogawa, R., & Maeno, T. (2018). Relationship between depression and stress coping ability among residents in Japan: A two-year longitudinal study. *J Clin Med Res*, 10(9), 715-721.
- Jasiński, A. M., Derbis, R., Rakoczy, J., & Wrzeńska, M. (2025). The sense of coherence scale and relationships between sense of coherence, sociodemographic variables and chronic disease. *Scientific Reports*, 15(1), 18289.
- Jing, S., Li, Z., Stanley, DMJJ., Guo, X., & Wenjing, W. (2021). Work-Family Enrichment: Influence of Job Autonomy on Job Satisfaction of Knowledge Employees. *Front Psychol*, 12, 726550.
- Kaya, B., & Cenkseven Önder, F. (2024). Investigation of the mediating role of sense of coherence between family harmony and well-being among high school students in Turkey. *Journal of Family Issues*, 45(9), 2296-2321.
- Kuwato, M., & Hirano, Y. (2020). Sense of coherence, occupational stressors, and mental health among Japanese high school teachers in Nagasaki prefecture: a multiple regression analysis. *BMC Public Health*, 20, 1-8.
- Lawrence, E. M., Rogers, R. G., Zajacova, A., & Wadsworth, T. (2019). Marital happiness, marital status, health, and longevity. *Journal of Happiness Studies*, 20 (5), 1539-1561.
- Lee, S. Y., & Jung, H. S. (2024). Validation of the Mediating Effect of Parenting Stress in the Relationship between Work-Family Strains and Gains and Marital Satisfaction for Fathers in Korea. *Children*, 11(10), 1170.
- Mana, A., Bauer, GF., Magistretti, M., Sardu, CC., Juvinyà-Canal, D., Hardy, LJ., Catz, O., Tušl, M., & Sagyi, S. (2021). Order out of chaos: Sense of coherence and the mediating role of coping resources in explaining mental health during COVID-19 in 7 countries. *SSM Ment Health*, 1, 100001.
- Mirbagheri, A. M., Hazareh, Z., Kianimoghadam, A. S., Ghazanfari, M. J., & Masjidi Arani, A. (2025). Emotional empathy, adaptability, and couple

- functioning in compatible and incompatible young couples: A cross-sectional study. *Journal of Nursing Reports in Clinical Practice*, 3(4), 332-340.
- Nakhostin-Khayyat, M., Borjali, M., Zeinali, M., Fardi, D., & Montazeri, A. (2024). The relationship between self-regulation, cognitive flexibility, and resilience among students: a structural equation modeling. *BMC psychology*, 12(1), 337.
 - Niehues, W., Kisbu-Sakarya, Y., & Selcuk, B (2020). Family cohesion facilitates learning-related behaviors and math competency at the transition to elementary school. *J Early Educ Dev*, 32(2), 134-47.
 - Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of family therapy*, 22(2), 144-167.
 - Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family process*, 18(1), 3-28.
 - Quoidbach, J., Taquet, M., Desseilles, M., de Montjoye, Y.A., & Gross, J.J. (2019). Happiness and social behavior. *Psychol Sci*, 30(8), 1111-22.
 - Rashid, W. E. W., Nordin, M. S., Omar, A., & Ismail, I. (2011). Self-esteem, work-family enrichment and life satisfaction among married nurses in health care service. *International Journal of Trade, Economics and Finance*, 2 (5), 424-429.
 - Singh, S., Kshtriya, S., & Valk, R. (2023). Health, Hope, and Harmony: A Systematic Review of the Determinants of Happiness across Cultures and Countries. *Int J Environ Res Public Health*, 20(4), 3306.
 - Stafford, S. (2025). The Mediating Role of Happiness on Marital Satisfaction in Couples Experiencing Mental Health Challenges (Doctoral dissertation, Walden University).
 - Szcześniak, M., & Tułeczka, M. (2020). Family Functioning and Life Satisfaction: The Mediator Role of Emotional Intelligence. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 223-232.
 - Thompson, B. (2019). *Marital happiness and sexual behaviors of older adults. Annual Symposium on Graduate Research and Scholarly Projects*, Wichita State University, Master's Theses.1:2.
 - Wang, W., Song, T., Chen, SH., Li, Y., & Li, Y. (2023). Work-family enrichment and parental burnout: the mediating effects of parenting sense of competence and parenting stress. *Current Psychology*, 43(8), 1-11
 - Wang, P., Wang, S., Yao, X., & Hsu, I. (2019). John Lawler5, Idiosyncratic deals and work-to-family conflict and enrichment: The mediating roles of fit perceptions and efficacy beliefs. *Human Resource Management Journal*, 29(4), 600-619.
 - Won, D., Bae, J. S., Byun, H., & Seo, K. B. (2020). Enhancing subjective well-being through physical activity for the elderly in Korea: A meta-analysis approach. *International journal of environmental research and public health*, 17(1), 262-273.

رابطه غنی‌سازی کار- خانواده و ساختار خانواده با شادکامی زناشویی در معلمان: نقش میانجی انسجام خود

- Zeng, Y., Ye, B., Zhang, Y & Yang, Q. (2021). Family Cohesion and Stress Consequences Among Chinese College Students During COVID-19 Pandemic: A Moderated Mediation Model. *Frot. Public Health*, 13 (9), 703899.
- Zhang, X., Zhao, M., Li, J., Shi, L., Xu, X., Dai, Q., Zhang, Y., Liu, H., Liu, W., Zhang, X., Li, K., Shi, Z., Ying Lin, S. (2019). Associations between family cohesion, adaptability, and functioning of patients with bipolar disorder with clinical syndromes in Hebei, China. *J Int Med Res*, 47(12), 6004-6015.

