

رابطه شادکامی با پنج عامل بزرگ شخصیت

نوع مقاله: پژوهشی
تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۰۸/۰۷
تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۰۹/۱۹

نویسندگان

مسعود سلیمی*
دکتر روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور
اصفهان (هیئت علمی، استادیار)
salimi300@yahoo.com

* نویسنده مسئول

چکیده

مقدمه: احساس شادی نقش مهمی در کیفیت زندگی افراد دارد. به همین دلیل یافتن عوامل همبسته با این احساس اهمیت فراوانی دارد. هدف از انجام این پژوهش بررسی رابطه شادکامی با پنج عامل بزرگ شخصیت بوده است.

روش: به صورت تصادفی، ۱۱۲ دانشجوی دانشگاه پیام نور بهبهان (۳۵ پسر، ۷۷ دختر) انتخاب و به آن‌ها دو پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پنج عاملی شخصیت (فرم ۶۰ سوالی) داده شد.

نتایج: بر اساس تحلیل‌های همبستگی، عوامل روان آزرده‌گی ($r = -0.292$, $p < 0.001$)، برون گرایی ($r = 0.316$, $p = 0$) و وظیفه‌شناسی ($r = 0.198$, $p < 0.018$) رابطه معنی‌داری را با شادکامی نشان دادند. رابطه عوامل باز بودن ($r = 0.138$, $p = 0.074$) و موافق بودن ($r = 0.117$, $p = 0.110$) با شادکامی معنی‌دار نبوده است. بر اساس نتایج تحلیل‌های رگرسیون، از میان عوامل پنج‌گانه، به ترتیب دو عامل برون گرایی ($p < 0.001$) و روان آزرده‌گی ($p < 0.002$) توانسته‌اند بطور معنی‌داری شادکامی را پیش‌بینی کنند. میزان R بدست آمده برابر با ۰/۴۷۸ بوده است که نشان می‌دهد در مجموع ۲۲/۸۴ درصد واریانس شادکامی به وسیله پنج عامل شخصیتی تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان می‌دهند که افراد برون‌گرا و وظیفه‌شناس احساس شادی بیشتر و افراد روان آزرده، احساس شادی کمتری را تجربه می‌کنند.

Association Between Happiness and Essential Five Factors in Personality

Study Type: Original
Received: 29 Oct 2014
Accepted: 10 Dec 2014

Keywords

Happiness
Neuroticism
Extraversion
Openness
Experience
Agreeableness
Conscientiousness

Abstract

Introduction: Feeling of happiness has an important role in the quality of people's lives. Due to this, finding the factors associated with this feeling is very important. The purpose of the present study was to investigate the association between the happiness and essential five factor in personality.

Methodology: By random sampling method, 112 students (35 boys, 77 girls) from Behbahan Payame Noor University were selected to participate in this study. The participants completed the Oxford happiness inventory and five factory inventory of personality.

Results: Using correlation analysis, the results showed that neuroticism ($r=-0.292$, $p<0.001$), extraversion ($r=0.316$, $p=0$) and conscientiousness ($r=0.198$, $p<0.018$) were significantly related to happiness. There was no significantly relationship between openness experience ($r=0.138$, $p=0.074$) and agreeableness ($r=0.117$, $p=0.110$) with the happiness. On the basis of regression analysis, among five factor of personality, extraversion ($p<0.001$) and neuroticism ($p<0.002$) were able to significantly predict happiness respectively. Total regression was found $R=0.478$, these results showed five factor of personality can explain 22.8% of variance of happiness.

Conclusions: The results of this research show that extroverted and conscientious people experience more feeling of happiness compared with neurotic individuals.

Authors

Masoud Salimi *

PhD in educational psychology, Payame Noor University of Isfahan

*Corresponding Author

Please cite this article as follows:

Masoud M. Association between happiness and essential five factors in personality. Quarterly journal of social work. 2014; 3 (2); 41-49

مقدمه

احساس شادی نسبت به موفقیت‌های مادی اهمیت بیشتری دارد (دینر، ۲۰۰۰). این احساس پی‌آمدهای مثبت متعددی دارد؛ از جمله کار، عملکرد و سلامتی (دینر و همکاران، ۱۹۹۹). علاوه بر اینها احساس شادی نه تنها در روند حوادث زندگی بلکه در کسب موفقیت‌ها، یک نقش علی را بازی می‌کند (لیوبومیرسکی، کینگ^۱ و دینر، ۲۰۰۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که شادی می‌تواند بهداشت و سلامتی روانی و جسمی را بهتر کند و بهبود بخشد (پترسون^۴، ۲۰۰۰). اهمیت شادی موجب شده است که کتاب‌های خود یاری زیادی در مورد اینکه چگونه شادتر بشویم، نوشته شود (تکاچ^۵ و لیوبومیرسکی، ۲۰۰۶).

برادبورن^۶ (۱۹۶۹)، به نقل از پیشین شادی را به صورت تجربه عاطفی مثبت‌تر نسبت به عاطفه منفی تعریف کرده است. آرگایل^۷، مارتین^۸ و کروسلند^۹ (۱۹۸۹)، به نقل از گوپتا^{۱۰} و کومار^{۱۱} (۲۰۱۰) شادی را به عنوان میانگین سطح رضایت در بیش از یک دوره خاص همراه با فراوانی و درجه عاطفه مثبت و فقدان نسبی عاطفه منفی تعریف کرده‌اند. بنا به گفته گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، شادی می‌تواند به عنوان ارزیابی کلی افراد از تجارب عاطفی مثبت/منفی و رضایت از زندگی تعریف شود. به این ترتیب واژه شادی برای موقعیت شخص (شخص خوشبخت است) یا حالتی در ذهن شخص (شخص خوشحال است)، بکار می‌رود. شادی دارای دو مولفه عاطفی و شناختی است. مولفه عاطفی «سطح لذت» نامیده می‌شود که درجه لذت بخش عواطف مختلف یک تجربه شخصی است،

۱ Diener ۲ Lyubomirsky ۳ King
۴ Peterson ۵ Tkach ۶ Bradburn
۷ Argyle ۸ Martin ۹ Crossland
۱۰ Gupta ۱۱ Kumar

در حالیکه مولفه شناختی، «رضایت» نامیده می‌شود که درجه‌ای است که یک فرد خود را به آرزویش رسیده می‌بیند. (برونی^{۱۲}، ۲۰۰۴؛ هی برون^{۱۳}، ۲۰۰۳؛ سیرجی^{۱۴} و همکاران، ۲۰۰۶؛ به نقل از گوپتا و کومار، ۲۰۱۰). عواطف مثبت و عواطف منفی وابسته به هم نیستند (دینر، ۱۹۸۴). به این معنی که وجود یکی به معنی فقدان دیگری نیست و این دو مستقل از یکدیگرند. بنابراین رضایت در غیاب احساسات منفی تولید نمی‌شود. به همین ترتیب نبود عواطف منفی منجر به عواطف مثبت نمی‌شود.

علمای بزرگ یونان باستان چون سقراط، افلاطون و ارسطو، شادکامی را با سلامتی، ثروت و زیر و بم زندگی روزانه همبسته می‌دانستند و به زعم آنان شادکامی مربوط به یک لحظه از زمان نیست بلکه مربوط به کل زندگی و یا جهت زندگی است (نودینگز^{۱۵}، ۲۰۰۵؛ به نقل از لیاقتدار، عابدی و جعفری، ۱۳۸۷).

با توجه به اهمیت شادی در بهزیستی روانی و جسمانی و تاثیر مثبت آن بر روحیه و عملکرد افراد، پژوهشگران علاقمند به این حوزه به جستجوی منابع و همبسته‌های شادکامی پرداخته‌اند. از جمله این منابع و همبسته‌ها که توجه این دسته از پژوهشگران را به خود جلب کرده است ویژگی‌های شخصیتی افراد است. بنا به گفته استیل^{۱۶} و اونز^{۱۷} (۲۰۰۲)، به نقل از علی پور، (۱۳۸۴)، شاد زیستی تحت تاثیر عوامل درونی و بیرونی است اما تاثیر عوامل بیرونی صرفاً کوتاه مدت است و براساس عوامل درونی شادزیستی مجدداً به خط پایه بر می‌گردد. بنابراین شاد زیستی بلند مدت با عوامل پایدار درونی (شخصیت) ارتباط دارد. با توجه به اینکه انسان دارای صفات شخصیتی متعددی است، این سؤال مطرح می‌شود که کدامیک از صفات یا عوامل تشکیل دهنده شخصیت با شادکامی ارتباط بیشتری دارد و یا می‌تواند پیش‌بینی کننده بهتری برای شادکامی باشد.

یکی از نظریه‌هایی که توانسته صفات متعدد شخصیتی را به پنج صفت عمده و اصلی، تقلیل دهد، نظریه پنج عاملی شخصیت است. الگوی پنج عاملی از سه حوزه اصلی حمایت شده است، تحلیل عاملی مجموعه بزرگی از اصطلاحات مربوط به صفات در زبان، تحقیقات بین فرهنگی به منظور آزمون همگانی بودن ابعاد صفات و ارتباط صفات مندرج در پرسشنامه‌ها و مقیاس‌های دیگر (پروین، ۱۳۸۱/۲۰۰۱). پنج عامل عمده که در این مدل معرفی شده‌اند عبارتند از: ۱- روان رنجوری یا روان آزرده‌گی^{۱۸} (N) ۲- برون‌گرایی^{۱۹} (E) ۳- باز بودن، باز بودن برای تجربه یا پذیرا بودن^{۲۰} (O) ۴- موافق بودن یا توافق^{۲۱} (A) ۵- وظیفه‌شناسی یا مسئولیت‌پذیری یا با وجدان بودن^{۲۲} (C).

۱۲ Bruni ۱۳ Hybron ۱۴ Sirgy ۱۵ Nodings ۱۶ Steel
۱۷ Ones ۱۸ Neurotism ۱۹ Extraversion ۲۰ Openness Experience
۲۱ Agreeableness ۲۲ Conscientiousness

رابطه مثبت برونگرایی و باز بودن را با شادکامی نشان داده‌اند.

در ایران نیز پژوهش‌هایی محدود در این زمینه انجام شده است. علی‌پور (۱۳۸۴)، در یک بررسی با اجرای پرسشنامه‌های شادکامی آکسفورد و شخصیتی آیزنک بر روی ۱۰۱ دانشجوی کارشناسی دانشگاه تهران (۶۵ دختر و ۴۳ پسر) نشان داد که رابطه شادکامی با روان‌آزردگی، برون‌گرایی، درون‌گرایی و روان‌پریشی در سطح آلفای حداقل ۰/۰۵ معنی‌دار است و از بین متغیرهای مذکور به ترتیب روان‌آزردگی (۰/۴۲۱-) و برون‌گرایی (۰/۳۹۳) بیشترین ارتباط را با شادکامی داشته‌اند. رابطه درون‌گرایی (۰/۲۶۷-) و روان‌پریشی (۰/۳۵-) با شادکامی نیز معنی‌دار بوده‌اند.

هادی‌نژاد و زارعی (۱۳۸۸)، به منظور بررسی روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد، پرسشنامه شخصیتی پنج عاملی را نیز اجرا نمودند. نمونه پژوهش که هر دو پرسشنامه را تکمیل کرده بودند متشکل از ۲۱۶ نفر دانش‌آموز دبیرستانی از شهرهای استان زنجان بوده است. محققان همبستگی‌های زیر را بین شادکامی و عوامل اصلی شخصیت گزارش کردند: روان‌آزردگی (۰/۳۰۴-)، برون‌گرایی (۰/۴۳۴)، باز بودن برای تجربه (۰/۲۵۲)، موافق بودن (۰/۱۴۲) و وظیفه‌شناسی (۰/۳۷۲)، که به جز در مورد موافق بودن که در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار بوده، تمامی همبستگی‌ها در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار بوده‌اند.

مومنی و همکاران (۲۰۱۰)، در پژوهشی بر روی ۲۷۴ نفر از دانشجویان پسر و دختر دانشگاه تهران، بین شادکامی و روان‌آزردگی یک همبستگی منفی ۰/۳۴ و بین شادکامی و برون‌گرایی یک همبستگی مثبت ۰/۳۵ را گزارش کردند. همبستگی‌های مشاهده شده بین شادکامی با باز بودن (۰/۰۳-)، موافق بودن (۰/۰۵) و

روان‌آزردگی به صورت بی‌ثبات، نگران و عصبی، برون‌گرایی به صورت اجتماعی، دوستانه، سرزنده، فعال و اهل گفتگو، باز بودن برای تجربه به صورت خلاق، تخیلی، باهوش، کنجکاو، دارای ذهن باز، غیرمتمعارف و ماجراجو، موافق بودن به صورت همکاری‌کننده، مهربان، گرم، دارای قلب رئوف و حس‌همدردی و وظیفه‌شناسی، به صورت سازمان‌یافته، مسئولیت‌پذیر و سخت‌کوش تعریف شده است (ویس^{۳۳}، بیتز^{۲۴} و لوسانیو^{۲۵}، ۲۰۰۸).

در پژوهش‌های انجام شده ارتباط برخی از این عوامل پنج‌گانه شخصیتی با شادکامی نشان داده شده است. گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، در یک نمونه ۴۰ نفری در دامنه سنی ۲۳ تا ۲۸ سال در هندوستان، همبستگی‌های میان شادکامی و پنج عامل اصلی شخصیت را به صورت زیر گزارش کردند: روان‌آزردگی (۰/۵۲-)، برون‌گرایی (۰/۶۶)، باز بودن برای تجربه (۰/۵۱)، موافق بودن (۰/۰۸) و وظیفه‌شناسی (۰/۲۸). در مطالعه دیگری که توسط سینگ^{۲۶} (۲۰۰۹) بر روی دانشجویان انجام شد همبستگی‌های زیر بین شادکامی و عوامل اصلی شخصیت گزارش شد: روان‌آزردگی (۰/۴۴-)، برون‌گرایی (۰/۵۲)، باز بودن برای تجربه (۰/۲۹)، موافق بودن (۰/۰۹) و وظیفه‌شناسی (۰/۴۶). فورنهام^{۲۷} و بروین^{۲۸} (۱۹۹۰)، یک همبستگی مثبت بین شادکامی و برون‌گرایی و یک همبستگی منفی بین شادکامی و روان‌آزردگی گزارش کردند. در پژوهش لو^{۲۹} و هو^{۳۰} (۲۰۰۵) نیز نتایج مشابهی بدست آمد. همچنین چنگ^{۳۱} و فارنهام (۲۰۰۱)، اسپانجلر^{۳۲} و پالرجا^{۳۳} (۲۰۰۴) و اونز (۲۰۰۲)، در پژوهش‌های خود ارتباط مثبت برون‌گرایی و ارتباط منفی روان‌آزردگی با شادکامی را نشان داده‌اند. ارتباط مثبت برون‌گرایی با شادکامی در پژوهش‌های انجام شده توسط آرگایل و لو (۱۹۹۰)، برنر^{۳۴} و همکاران (۱۹۹۵)، لو و آرگایل (۱۹۹۱)، فرانسیس^{۳۵} و همکاران (۱۹۹۸)، فرانسیس (۱۹۹۹)، پاووت^{۳۶}، دینر و فوجیتا^{۳۷} همکاران (۱۹۹۰)، کاستا^{۳۸} و مک کری^{۳۹} (۱۹۸۰) تایید شده است.

فارنهام و چنگ (۱۹۹۷)، به نقل از مغانلو و وفایی (۱۳۸۸) نشان داده‌اند که نمره‌های شادکامی با برون‌گرایی، توافق، وظیفه‌شناسی، گشودگی به تجربه و روان‌رنجور خویی همبستگی دارد. ولی نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که تنها سه عامل روان‌رنجور خویی (بصورت منفی)، برون‌گرایی و توافق، توان پیش‌بینی شادکامی را دارند، که روی هم رفته ۴۳ درصد از واریانس شادکامی را تبیین می‌کند. دنو^{۴۰} و کوپر^{۴۱} (۱۹۹۸)، به نقل از پیشین (نیز دریافتند که در مرحله نخست روان‌رنجور خویی (بصورت منفی) و سپس دو بعد برون‌گرایی و توافق، توان پیش‌بینی شادکامی را دارند. همچنین، فارنهام و پتری دس^{۴۲} (۲۰۰۳) رابطه منفی روان‌آزردگی و

- ۲۳ Weiss ۲۴ Bates ۲۵ Luciano ۲۶ Singh ۲۷ Furnhum
۲۸ Brewin ۲۹ Lu ۳۰ Hu ۳۱ Cheng ۳۲ Spangler
۳۳ Palrecha ۳۴ Brbner ۳۵ Francis ۳۶ Pavot ۳۷ Fujita
۳۸ Costa ۳۹ Mccrae ۴۰ DeNeve ۴۱ Cooper ۴۲ Petrides

و وظیفه شناسی (۰/۰۸) جزئی بوده است.

در پژوهش دیگری که توسط مغاللو و وفایی (۱۳۸۸)، در یک نمونه ۳۵۹ نفری شامل ۱۸۲ مرد و ۱۷۷ زن از دانشجویان دانشگاه‌های تهران و شهید بهشتی انجام شد. همبستگی عوامل پنج گانه با شادکامی که از طریق یک مقیاس درجه بندی سنجیده شده است به صورت زیر گزارش شده است: روان‌آزردگی (۰/۴۸-)، برون‌گرایی (۰/۵۰)، گشودگی (باز بودن) (۰/۰۲)، توافق (۰/۰۹) و وظیفه شناسی (۰/۳۴). همبستگی‌های بدست آمده در خصوص برون‌گرایی، روان‌آزردگی و وظیفه شناسی در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار بوده است.

مرور پژوهش‌های انجام شده در خارج و داخل کشور در مورد رابطه شادکامی و عوامل پنج گانه شخصیت، نشان می‌دهد که نتایج در مورد عوامل روان‌آزردگی و برون‌گرایی تقریباً همسو هستند اما میزان همبستگی‌های گزارش شده در این خصوص با یکدیگر تفاوت فاحش داشته‌اند، به عنوان مثال در مورد روان‌آزردگی از ۰/۳۰ تا ۰/۵۲ و در مورد برون‌گرایی از ۰/۳۵ تا ۰/۶۶؛ با وجود تفاوت‌های مذکور، با توجه

به اینکه مقادیر بدست آمده معنی‌دار بوده‌اند چندان بحث برانگیز نیستند، به ویژه اینکه نمونه‌های پژوهش‌های مذکور تفاوت‌هایی با یکدیگر داشته‌اند. اما در مورد سه عامل دیگر، یعنی باز بودن برای تجربه، موافق بودن و وظیفه شناسی، نتایج بدست آمده حتی در نمونه‌های تقریباً مشابه، متفاوت و گاه متضاد بوده است. اهمیت شادکامی و تاثیر آن بر روحیه و عملکرد افراد از یک طرف و نتایج متفاوت و بعضاً متعارض گزارش شده در پژوهش‌های انجام شده قبلی از طرف دیگر، انجام بررسی‌های بیشتر را بین متغیر شادکامی و ویژگی‌های شخصیتی ضروری می‌سازد. پژوهش حاضر نیز با عطف به نکات ذکر شده اجرا شده است.

روش

روش تحقیق: روش اجرای پژوهش حاضر، توصیفی و طرح استفاده شده، همبستگی بوده است.

جامعه آماری: جامعه تحقیق شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز بهبهان بوده است.

نمونه: مشارکت کنندگان ۱۱۲ دانشجوی کارشناسی (۳۵ پسر و ۷۷ دختر) دانشگاه پیام نور بهبهان بوده‌اند که به صورت نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند.

ابزارهای اندازه گیری: برای جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز از پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (NEO-FFI) استفاده شد. پرسشنامه شادکامی آکسفورد در سال ۱۹۸۹ توسط آرگایل و همکاران ساخته شد. این پرسشنامه شامل ۲۹ ماده (سؤال) است که هر ماده آن دارای چهار عبارت است. عبارت‌ها از ۰ تا ۳ نمره گذاری می‌شوند. روایی این مقیاس در مطالعات مختلف از جمله مطالعه آرگایل و لو (۱۹۹۰) و پژوهش علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) تایید شده است.

همبستگی نمره‌های مقیاس شادکامی با نمره‌های عزت نفس ۰/۶۴، خوش‌بینی ۰/۵۱ و سلامت عمومی ۰/۵۶ به دست آمده است (به نقل از حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵). حقیقی و همکاران (۱۳۸۵)، آلفای کرانباخ مقیاس شادکامی را ۰/۹۲ محاسبه کردند. همچنین علی پور و نوربالا (۱۳۸۷)، آلفای کرانباخ ۰/۹۳ را گزارش کردند.

پرسشنامه پنج عاملی شخصیت، فرم کوتاه ۶۰ سؤالی پرسشنامه NEO است. این پرسشنامه در سال ۱۹۸۵ توسط کاستا و مک کری تهیه شده است. در خصوص روایی این پرسشنامه، مک کری و کاستا (۱۹۸۹)، به نقل از فتحی آشتیانی و داستانی (۱۳۸۸)، اظهار می‌دارند که ابزار کوتاه شده NEO با فرم کامل آن (NEO-PI) مطابقت دقیقی دارد به گونه‌ای که مقیاس‌های فرم کوتاه، همبستگی بالاتر از ۰/۶۸ را با مقیاس‌های فرم‌های کامل دارا می‌باشند. کیامهر (۱۳۸۱)، ضرایب همبستگی این آزمون را با فرم کامل پرسشنامه نئو ۲۴۰ سؤالی برای پنج عامل روان‌آزردگی ۰/۷۵، برون‌گرایی ۰/۹۱، باز بودن ۰/۷۱، موافق بودن (۰/۷۸) و وجدانی بودن (۰/۷۵) به دست آورده است.

پایایی این مقیاس در پژوهش گروسی فرشی (۱۳۷۷)، با روش بازآزمایی با فاصله زمانی ۳ ماه برای روان‌آزردگی، برون‌گرایی، باز بودن، موافق بودن و وظیفه شناسی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۷۹ و ۰/۷۹ گزارش شده است. در پژوهش ملازاده (۱۳۸۱) آلفای کرانباخ برای روان‌آزردگی ۰/۸۶، برون‌گرایی ۰/۸۳، باز بودن ۰/۷۴، موافق بودن ۰/۷۶ و وظیفه‌شناسی ۰/۸۷ به دست آمده است.

یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی متغیرهای شادکامی و پنج عامل عمده شخصیت در جدول شماره ۱ آمده است.

جدول شماره ۲ میزان همبستگی‌های متغیرهای شخصیتی را با متغیر شادکامی و سطح معنی‌داری آن‌ها نشان می‌دهد.

نتایج مندرج در جدول شماره ۲ نشان می‌دهد که برون‌گرایی، روان‌آزردگی و وظیفه‌شناسی به ترتیب بیشترین میزان همبستگی معنی‌دار را با شادکامی دارند. متغیرهای باز بودن و موافق بودن نیز با شادکامی همبستگی مثبتی را نشان داده‌اند، اما میزان همبستگی آن‌ها در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی‌دار نیست.

جدول (۱) شاخص‌های توصیفی متغیرها			
متغیرها	تعداد نمونه	میانگین	انحراف استاندارد
شادکامی (H)	۱۱۲	۴۱/۸۴	۱۲/۷۴
روان‌آزردگی (N)	۱۱۲	۲۴/۵۹	۴/۷۴
برونگرایی (E)	۱۱۲	۲۷/۸۵	۳/۹۸
باز بودن (O)	۱۱۲	۲۷/۹۵	۳/۲۸
موافق بودن (A)	۱۱۲	۲۷/۸۱	۳/۲۹
وظیفه‌شناسی (C)	۱۱۲	۲۸/۱۵	۴/۷۱

جدول (۲) همبستگی متغیرهای شخصیتی با

شادکامی و سطح معنی‌داری آن‌ها

متغیر	r	p	N
روان‌آزردگی (N)	-۰/۲۹۲	۰/۰۰۱	۱۱۲
برونگرایی (E)	۰/۳۱۶	۰۰۰	۱۱۲
باز بودن (O)	۰/۱۳۸	۰/۰۷۴	۱۱۲
موافق بودن (A)	۰/۱۱۷	۰/۱۱۰	۱۱۲
وظیفه‌شناسی (C)	۰/۱۹۸	۰/۰۱۸	۱۱۲

جدول (۳) تحلیل رگرسیون متغیر وابسته شادکامی و متغیرهای پیش بین شخصیتی

متغیر پیش‌بینی	B	خطای معیار	بتا	T	سطح معنی‌داری
روان‌آزردگی (N)	-۰/۷۴۰	۰/۲۳۲	-۲۷۵	-۳/۱۹۲	۰/۰۰۲
برونگرایی (E)	۰/۹۷۱	۰/۲۷۸	۰/۳۰۴	۳/۴۹۴	۰/۰۰۱
باز بودن (O)	۰/۵۱۵	۰/۳۳۵	۰/۱۳۳	۱/۵۳	۰/۱۲۷
موافق بودن (A)	۰/۲۴۱	۰/۳۳۵	۰/۰۶۲	۰/۷۱۹	۰/۴۷۴

جدول (۵) نتایج تحلیل واریانس متغیرها

مدل	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	معنی‌داری
رگرسیون باقی‌مانده	۴۱۰۸/۴۵۰	۵	۸۲۱/۶۹۰	۶/۲۶۹	۰/۰۰۰
	۱۳۸۹۴/۶۵۷	۱۰۶	۱۳۱/۰۸۲		
جمع	۱۸۰۰۳/۱۰۷	۱۱۱			

جدول (۴) ضریب همبستگی چندگانه و مجذور آن

مدل	R	R ²	خطای معیار تخمین
۱	۰/۴۷۸	۰/۲۲۸	۱۱/۴۵

تحلیل رگرسیون متغیر ملاک شادکامی و پنج متغیر پیش بین صفات شخصیتی در جدول شماره ۳ آمده است. نتایج مندرج در جدول شماره ۳ نشان می‌دهند که تنها دو متغیر روان‌آزردگی و برون‌گرایی می‌توانند بطور معنی‌داری شادکامی را پیش‌بینی کنند.

ضریب همبستگی چندگانه و مجذور آن در جدول شماره ۴ آمده است.

همچنانکه در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود مقدار R برابر است با ۰/۴۷۸ و مجذور آن برابر با ۰/۲۲۸ است. به این معنی که در مجموع ۲۲/۸ درصد واریانس شادکامی توسط متغیرهای پنج‌گانه شخصیتی تبیین می‌شود.

نتایج جدول شماره ۵ نشان می‌دهند که روابط چندگانه متغیرهای شخصیتی با شادکامی معنی‌دار است ($p=0$). به عبارت دیگر متغیرهای پنج‌گانه شخصیتی می‌توانند به میزان قابل توجهی واریانس شادکامی را پیش‌بینی کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان دادند که از میان پنج عامل اصلی شخصیت، به ترتیب برون‌گرایی (۰/۳۱۶)، روان‌آزردگی (۰/۲۹۲-) و وظیفه‌شناسی (۰/۱۹۸) رابطه معنی‌داری با شادکامی دارند. همبستگی‌های مشاهده شده بین عوامل باز بودن (۰/۱۳۸) و موافق بودن (۰/۱۱۷) با شادکامی از لحاظ آماری در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی‌دار نبوده‌اند. با وجود این تحلیل رگرسیون نشان داد که تنها دو متغیر برون‌گرایی و روان‌آزردگی قدرت پیش‌بینی شادکامی را به صورت معنی‌دار دارند. در مجموع متغیرهای پنج‌گانه شخصیت ۲۲/۸ درصد واریانس شادکامی را توانسته‌اند تبیین نمایند. مقدار F روابط چندگانه متغیرها با شادکامی معنی‌دار بوده است ($P=0$).

نتایج بدست آمده در این پژوهش در خصوص رابطه معنی‌دار برون‌گرایی و روان‌آزردگی با شادکامی، با نتایج بدست آمده در پژوهش‌های انجام شده قبلی همسو می‌باشد. همچنین رابطه مثبت معنی‌دار وظیفه‌شناسی با شادکامی که در این

پژوهش بدست آمده است، با تحقیقات انجام شده به وسیله گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، سینگ (۲۰۰۹)، هادی نژاد و زارعی (۱۳۸۸)، مغاللو و وفایی (۱۳۸۸) همسو است، اما با تحقیقات انجام شده توسط مومنی و همکاران (۲۰۱۰)، فارنهام و پتری دس (۲۰۰۳)، فارنهام و چنگ (۱۹۹۷)، به نقل از مغاللو و وفایی، (۱۳۸۸) و دنو و کوپر (۱۹۹۸)، به نقل از پیشین) همسویی ندارد.

همبستگی مشاهده شده در این پژوهش در خصوص رابطه عامل موافق بودن با شادکامی نیز با پژوهش‌های انجام شده توسط گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، سینگ (۲۰۰۹)، مومنی و همکاران (۲۰۱۰) و مغاللو و وفایی (۱۳۸۸) همسو و با پژوهش‌های انجام شده توسط هادی نژاد و زارعی (۱۳۸۸)، فارنهام و پتری دس (۲۰۰۳)، فارنهام و چنگ (۱۹۹۷)، به نقل از مغاللو و وفایی، (۱۳۸۸) و دنو و کوپر (۱۹۹۸)، به نقل از پیشین) ناهمسو است. همچنین رابطه مشاهده شده در این پژوهش در خصوص عامل گشودگی به تجربه با شادکامی با تحقیقات انجام شده توسط مومنی و همکاران (۲۰۱۰)، مغاللو و وفایی (۱۳۸۸) همسو و با پژوهش‌های انجام شده توسط گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، سینگ (۲۰۰۹)، هادی نژاد و زارعی (۱۳۸۸) و فارنهام و پتری دس (۲۰۰۳) ناهمسو است.

همچنانکه مشاهده شده همسو با تحقیقات انجام شده قبلی، نتایج این پژوهش نیز نشان داده است که برون‌گرایی رابطه مثبت و معنی‌داری با شادکامی دارد و می‌تواند پیش‌بینی‌کننده خوبی برای شادکامی باشد. افراد برون‌گرا صفاتی دارند که این صفات به خوشحالی و شادکامی بیشتر آن‌ها کمک می‌کند. بنا به گفته گوپتا و کومار (۲۰۱۰)، برون‌گرایی به لذت بردن و مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی منجر می‌شود. بنابراین می‌توان فرض کرد که افراد برون‌گرا شادتر هستند زیرا احساسات درونی‌شان را با دیگران در میان می‌گذارند و می‌توانند ذهنشان را روی چیزهای مختلف ببرند نه اینکه تنها روی تجارب منفی تمرکز نمایند. لارسون^۱ و کترلار^۲ (۱۹۹۱) نیز بیان می‌کنند که افراد برون‌گرا در مقایسه با افراد درون‌گرا به محرک‌های مثبت پاسخ‌های قوی‌تر می‌دهند. بهمین دلیل وقتی که این افراد در موقعیت‌های لذت بخش قرار بگیرند احساسات مثبت بیشتری را ابراز می‌کنند. هیلز^۳ و آرگایل (۲۰۰۱) در مورد رابطه شادی و برون‌گرایی اظهار داشته‌اند که افراد برون‌گرا همیشه به همراهی با دیگران توجه دارند. به آسانی ارتباط برقرار می‌کنند، هم روی دیگران تاثیر می‌گذارند و هم از دیگران تاثیر می‌پذیرند، نیازمند صحبت با دیگران هستند، علاقمند به فعالیت‌های فیزیکی و شادی بخش هستند و در بسیاری از فعالیت‌های گروهی شرکت می‌کنند، همه این عوامل می‌تواند

موجب شادی در افراد برون‌گرا شود. برخی از محققین (مانند کارور^۴ و اسپیر^۵، ۱۹۹۰) در توضیح رابطه برون‌گرایی و شادکامی، بر پاداش‌ها تکیه دارند. بر این اساس افراد برون‌گرا، هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند چون نظام پاداش فعال‌تری دارند.

در این پژوهش همانند پژوهش‌های انجام شده قبلی یک رابطه منفی و معنی‌دار بین روان‌آزردگی و شادکامی مشاهده شده است. بنا به گفته گری^۶ (۱۹۸۲)، به نقل از مومنی و همکاران، (۲۰۱۰) افراد روان‌آزرده بیشتر به تنبیه‌ها پاسخ می‌دهند و بدین ترتیب در معرض احساسات منفی قرار می‌گیرند. افراد روان‌آزرده دارای احساسات منفی مانند ترس، خشم، شرم، احساس گناه هستند. روان‌آزردگی همچنین با اضطراب و افسردگی همراه است. مجموعه این عوامل می‌تواند موجب عدم احساس شادی در افراد روان‌آزرده شود.

در توضیح رابطه هر دو متغیر فوق (برون‌گرایی و روان‌آزردگی) با شادکامی مک‌کری و کاستا (۱۹۹۱)، به نقل از تکاچ و لیوبومیرسکی، (۲۰۰۶) به روش‌های خلق و خویی و وسیله‌ای اشاره می‌کنند که ممکن است روی شادی تاثیر بگذارند. به عنوان مثال در روش خلقی می‌توان گفت که برون‌گرایی به عاطفه مثبت و روان‌آزردگی به عاطفه منفی منجر می‌شود و این به نوبه خود به شادی یا عدم شادی منجر می‌شود. لارسن و کترلار (۱۹۸۹) نیز برای زنجیره علی-خلقی شادی و برون‌گرایی و روان‌آزردگی شواهد تجربی ارائه کرده‌اند. راستینگ^۷ (۱۹۹۸)، بیان می‌کند که صفات، افراد را برای پردازش اطلاعات سازگار با خلق آماده می‌کنند. زنجیره علی وسیله‌ای به وسیله صفاتی مشخص می‌شود که شرایط را برای شاد شدن یا عدم شادی ایجاد می‌کنند. برای مثال برون‌گراها ممکن است بطور

Gray^۶ Rusting^۷ Carver^۴ Scheier^۵

Hills^۳ Keterlaar^۲ Larson^۱

برای شادکامی نیست. همچنانکه گفته شد یافته‌های بدست آمده در مورد ارتباط سه عامل باز بودن برای تجربه، موافق بودن و وظیفه‌شناسی در پژوهش‌های انجام شده داخلی و خارجی متفاوت است. بهمین دلیل بنظر می‌رسد که جهت اظهار نظر دقیق‌تر به شواهد پژوهشی بیشتری نیاز هست.

از یافته‌های این پژوهش می‌توان از طریق آگاهی دادن در خصوص رابطه عوامل شخصیت با شادکامی برای گسترش شادی و نشاط در جامعه و زیر مجموعه‌های آن استفاده کرد. این نتایج همچنین ممکن است برای گزینش کارکنان در مشاغل خاص و مشاوره پیش از ازدواج کاربردهایی داشته باشند.

مکرر در جستجوی فعالیت‌ها و رفتارهای اجتماعی باشند که خلق مثبت و در نهایت شادی کلی را در آن‌ها ایجاد کند (تک‌اچ و لیوبومیرسکی، ۲۰۰۶).

در این پژوهش همچنین بین شادکامی و وظیفه‌شناسی همبستگی مثبت معنی‌داری بدست آمده است اما بین شادکامی و متغیرهای شخصیتی موافق بودن، باز بودن برای تجربه، رابطه معنی‌داری مشاهده نشده است. با وجود این، تحلیل رگرسیون نشان داد که وظیفه‌شناسی پیش‌بینی کننده معنی‌داری

منابع

- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Alipour, A. (2005). The relationship between happiness with personality. *Journal of Psychological Science*, vol. 4, no. 14, 123-136.
- Alipour, A., & Nourbala, AA. (1999). A preliminary study of reliability and validity of Oxford happiness questionnaire in students of universities of Tehran. *Andisheh va Raftar Quarterly*, vol. 5, numbers 1 and 2, 55-64.
- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N., & Ward, L. (1995). Relationships between happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 19, 251-258.
- Carver, C.S., & Scheier, M.F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*, 97, 19-35.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2001). Attribution style and personality as predictors of happiness and mental health. *Journal of Happiness Studies*, 2, 307-327.
- Cohen, B.H. (1996). *Explaining psychological statistic*. California: Books/Co/Eco.
- Costa, p., & McCrae, R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness, and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Francis, L. J. (1999). Happiness is a thing called stable extraversion: a further examination of the relationship between the Oxford Happiness Inventory and Eysenck's dimensional model of personality and gender. *Personality and Individual Differences*, 26, 5-11.
- Francis, L. J., Brown, L. B., Lester, D., & Philipchalk, R. (1998). Happiness as stable extraversion: a cross-cultural examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the UK, USA, Australia and Canada. *Personality and Individual Differences*, 24, 167-171.
- Fathi Ashtiani, A., & Dastani, M. (2009). *Psychological tests: evaluation of personality and mental health*, Tehran: Be'ast.
- Furnham, A., & Brewin, C. R. (1990). Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 1093-1096.
- Furnham, A., & Petrides, K. V. (2003). Trait emotional intelligence and happiness. *Social Behavior and Personality*, 31, 815-823.
- Garousi Farshi, MT. (1998). Standardization of NEO new personality test and a study of the analyzing its features and factor structure between the students of Iran universities. PhD thesis, University of Tarbiat Modares.
- Gupta, S.D., & Kumar, D. (2010). Psychological correlates of happiness. *Indian Journal of Social Science*

Researches, 7 (1) ,60-64.

- Hadinejad, H., & Zeraei, H. (2009). Reliability, validity and standardization of Oxford Questionnaire, psychological research, vol. 12, no. 1 and 2, 62-77.

- Haghighi, J., Khoshkonesh, A., Shokrkon, H.; Shahani Yeylagh, M., & Nisi, AK. (2006). The relationship between a five factor model of personality and happiness in undergraduate students of Shahid Chamran University. Journal of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, vol. 3, 13th year, no. 3, 163-188.

- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. Personality and Individual Differences, 30, 595-608.

- Kiyamehr, J. (2002). Short form standardization of NEO five-factor inventory and a study of its factor structure between the human sciences students of Tehran universities. Master's thesis of evaluation and measurement, Allameh Tabatabai University in Tehran, Faculty of Education and Psychology.

- Larsen, R.J., & Ketelaar, T. (1989). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative mood induction procedures. Personality and Individual Differences 10, 1221-1228.

- Larsen, R. J., & Ketelaar, T. (1991). Personality and susceptibility to positive and negative emotional states. Journal of personality and social psychology, 61, 132-140.

- Liyaghatdar, MJ; Abedi MR., & Jafari, I. (2008). Standardization of Isfahan - Fordyce Happiness Inventory – in students. Journal of Psychology, 46, vol. 12, no. 2, 183-196.

- Lu, L., & Argyle, M. (1991). Happiness and cooperation. Personality and Individual Differences, 12, 1019-1030.

- Lu, L., & Hu, C.H.(2005). Personality, leisure experience and happiness. Journal of Happiness Studies. 6(3), 325-242.

- Lyubomirsky, S., King, L.A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? Psychological Bulletin, 131, 803-855.

- Moghanlou, M., & Aguilar Vafaei, M. (2009). The relationship between factors and aspects of the five factor model of personality with happiness and mental and physical health. Journal of Iran clinical psychology and psychiatry, vol. 15, no. 3, 290-299.

- Mollahzadeh, J. (2002). The relationship between marital adjustment with personality factors and coping styles in martyrs' children. PhD thesis, Tarbiat Modares University.

- Momeni, M., Akhavan Anvari, M.R., Seyed Kalal.N., Raoof.Z., & Zarrineh.A.(2010). The effect of personality on happiness: A study in the University of Tehran. Reserch Report. JEL Codes: I31, I29, Z13, L89.

- Ones, D.S.(2002). Personality and happiness :A national analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 83(3), 767-781.

- Pavot, W., Diener, E., & Fujita, F.(1990). Extraversion and happiness. Personality and Individual Differences 11, 1299-1306.

- Pervin, L., & John, O. (2002). Personality: Theory and Research. 8th edition, Translated by Mohammad Jafar Javadi and Parvin Kadivar. Tehran: Aeizh publication.

- Peterson, C. (2000). The future of optimism. American Psychologist, 55(1) ,44-55.

- Rusting, C.L.(1998). Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: Three conceptual frameworks. Psychological Bulletin, 124, 165-196.

- Singh, K.(2009). NEO-PI-R factor structure in college students. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 35(1), 17-25.

- Spangler, W. E., & Palrecha, R. (2004). The relative contributions of extraversion, neuroticism, and personal strivings to happiness. Personality and Individual Differences, 37, 1193-1203.

- Tkach, C., & Lyubomirsky.S.(2006). How do people pursue happiness?: relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. Journal of Happiness Studies, 7, 183-225. DOI 10.1007/s10902-005-4754-1

- Weiss, A., Bates, T. C., & Luciano, M.(2008). Happiness is a personal(ity) thing: The genetics of personality and well-being in a representative sample. the University of Edinborg and Genetic Epidemiology Unit, Queensland Institute of Medical Research. ,Brisbane Australia Research Report, vol 19, No 3, 205-210.