

رابطه عوامل و وجوه الگوی پنج‌عاملی شخصیت با شادکامی و سلامت روانی و جسمانی

مهناز مغانلو^۱، دکتر مریم آگیلار- وفایی^۲

Domain and Facets of the Five Factor Model of Personality Correlates of Happiness, Mental Health and Physical Health

Mahnaz Moghanloo^۱, Maryam Aguilar-Vafaie*

Abstract

Objectives: The aim of this study was to examine the relationships between domains and facets of the five factor model of personality and happiness, mental health and physical health. **Method:** In a descriptive study, 359 individuals (177 females and 182 males) were chosen through multi-stage stratified random sampling procedures from the population of undergraduate students from two universities in the city of Tehran (Iran). The subjects completed the Revised NEO Personality Inventory; and three individual rating scales (happiness, mental health and physical health). Data were analyzed using Pearson correlation coefficient and stepwise regression analysis.

Results: Happiness and physical health were positively related to extraversion and conscientiousness and negatively related to neuroticism. Mental health was positively related to extraversion, agreeableness and conscientiousness and negatively related to neuroticism. In addition, happiness was positively associated with mental and physical health. Stepwise Regression analysis showed that happiness and physical health were predicted by neuroticism, openness to experience and extraversion. However, only some facets of each factor were significant predictors of the factors. **Conclusion:** Along with other studies findings, high extraversion and low neuroticism are major predictors of happiness, mental health and physical health.

Key words: happiness; mental health; health

[Received: 2 December 2007; Accepted: 16 June 2008]

چکیده

هدف: بررسی رابطه عوامل و وجوه الگوی پنج‌عاملی شخصیت با شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی. **روش:** در این بررسی توصیفی، ۳۵۹ دانشجوی (۱۸۲ مرد و ۱۷۷ زن) که با روش نمونه‌گیری تصادفی-طبقه‌ای-چندمرحله‌ای از میان دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های تهران و شهید بهشتی انتخاب شدند، به پرسش‌نامه تجدیدنظر شده شخصیت NEO و سه مقیاس درجه‌بندی فردی (شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی) پاسخ دادند. داده‌ها به کمک ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شدند. **یافته‌ها:** شادکامی و سلامت جسمانی با برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی رابطه مثبت و با روان‌رنجورخویی رابطه منفی نشان داد. سلامت روانی با برون‌گرایی، توافق و وظیفه‌شناسی ارتباط مثبت و با روان‌رنجورخویی ارتباط منفی داشت. همچنین شادکامی با سلامت روانی و جسمانی ارتباط مثبت داشت. نتایج تحلیل‌های رگرسیون گام‌به‌گام نیز نشان دادند که متغیرهای روان‌رنجورخویی، گشودگی به تجربه و برون‌گرایی، شادکامی و سلامت جسمانی را پیش‌بینی می‌کنند. سلامت روانی نیز توسط متغیرهای برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، روان‌رنجورخویی و گشودگی به تجربه پیش‌بینی می‌شد. البته تنها تعدادی از وجوه هر عامل قادر به پیش‌بینی معنی‌دار متغیرهای ملاک بودند. **نتیجه‌گیری:** هم‌سو با نتایج سایر پژوهش‌ها، برون‌گرایی بالا و روان‌رنجورخویی پایین از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم شادکامی و سلامتی روانی و جسمانی به‌شمار آمدند.

کلیدواژه: الگوی پنج‌عاملی شخصیت؛ شادکامی؛ سلامت روانی؛ سلامت

[دریافت مقاله: ۱۳۸۶/۹/۱۱؛ پذیرش مقاله: ۱۳۸۷/۳/۲۷]

^۱ کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه تربیت مدرس؛ ^۲ دکترای علوم بوم‌شناختی انسان، دانشیار دانشگاه تربیت مدرس. تهران، بزرگراه جلال آل احمد، دانشگاه تربیت مدرس.

دورنگار: ۰۲۱-۶۶۹۷۳۵۰۰ (نویسنده مسئول). E-mail: vafaiesm@modares.ac.ir

* Corresponding author: PhD. in Human Environmental Sciences, Associate Prof. of Tarbiat Modares University, Jalale Ale Ahmad Exp. way, Tehran, Iran, IR. Fax: +9821-66973500. E-mail: vafaiesm@modares.ac.ir; ^a MS. in Psychology, Tarbiat Modares University.

مقدمه

در دهه گذشته در مورد جنبه‌های مختلف شادکامی^۱ پژوهش‌های زیادی انجام شده است (آرجیل^۲، ۱۹۸۷؛ آیزنک^۳، ۱۹۹۰؛ مایرز^۴، ۱۹۹۲). پژوهشگران شادکامی را به‌زیستی روانشناختی^۵، به‌زیستی روانی^۶ یا به‌زیستی ذهنی^۷ تعریف کرده‌اند (ونهوون^۸، ۱۹۸۴؛ دینر^۹، ۱۹۹۹؛ آیزنک، ۱۹۹۰؛ مایرز، ۱۹۹۲؛ آرجیل، ۲۰۰۱). در سال‌های اخیر برای تبیین علل و پیامدهای شادکامی یا به‌زیستی روانی تلاش‌های زیادی انجام شده است (چنگک^{۱۰} و فارنهام^{۱۱}، ۲۰۰۵). اگرچه بیشتر این بررسی‌ها بر عوامل جمعیت‌شناختی و دیگر متغیرهای اجتماعی-اقتصادی تمرکز کرده‌اند، پژوهش‌های کنونی، شادکامی را برآمده از ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌داند. ادبیات پژوهشی گسترده‌ای در مورد ارتباط صفات شخصیتی و شادکامی وجود دارد (آرجیل، ۲۰۰۱). نخستین پژوهش انجام شده در زمینه ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی (کاستا^{۱۲} و مک کری^{۱۳}، ۱۹۸۰) نشان داد که شادکامی با سطح بالای برون‌گرایی^{۱۴} و سطح پایین روان‌رنجورخویی^{۱۵} مرتبط است. بیشتر پژوهش‌های انجام شده پس از این بررسی (فارنهام و بروین^{۱۶}، ۱۹۹۰؛ لو^{۱۷} و آرجیل، ۱۹۹۱؛ برنسر^{۱۸}، دونالدسون^{۱۹}، کیریای^{۲۰} و وارد^{۲۱}، ۱۹۹۵؛ لو، ۱۹۹۵؛ نور^{۲۲}، ۱۹۹۷؛ فرانسیس^{۲۳}، کاتز^{۲۴}، یالبون^{۲۵} و رایینز^{۲۶}، ۲۰۰۴؛ فرانسیس، ۱۹۹۹؛ فارنهام و چنگک، ۱۹۹۹، ۲۰۰۰؛ چان^{۲۷} و جوزف^{۲۸}، ۲۰۰۰؛ چنگک و فارنهام، ۲۰۰۱؛ هیل^{۲۹} و آرجیل، ۲۰۰۱) نیز هم‌سو بر این ارتباط‌ها مهر تأیید زدند. دو بررسی انجام شده در ایران (گروسی‌فرشی، مانی و بخشی‌پور، ۱۳۸۵؛ مرادی، جعفری و عابدی، ۱۳۸۴) نیز گویای آن است که شادکامی با برون‌گرایی ارتباط مثبت و با روان‌رنجورخویی ارتباط منفی دارد. به اندازه‌ای که در این بررسی‌ها به برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی اهمیت داده شده است، دیگر ابعاد شخصیت مورد توجه قرار نگرفته‌اند. به دنبال قوت گرفتن نظریه پنج‌عاملی شخصیت، مک کری و کاستا (۱۹۹۱)، به نقل از گروسی‌فرشی و همکاران، ابعاد شخصیتی توافق^{۳۰} و وظیفه‌شناسی^{۳۱} را نیز با شادکامی در ارتباط دانستند. به باور آنان این دو ویژگی می‌توانند به‌عنوان عوامل تسهیل‌کننده تجارب مثبت در موقعیت‌های اجتماعی به‌شمار آیند و در نتیجه به افزایش احساس شادکامی بینجامند؛ ولی گشودگی به تجربه^{۳۲}، فرد را هم به سوی تجارب هیجانی مثبت و هم به سوی تجارب هیجانی منفی هدایت می‌کند و بنابراین ارتباط

مستقیمی با شادکامی ندارد. بازبینی پژوهش‌های انجام شده در زمینه ارتباط شادکامی با ابعاد شخصیتی توافق، وظیفه‌شناسی و گشودگی به تجربه نشان می‌دهد که این ارتباط‌ها ناپایدار هستند. برای نمونه بررسی گروسی‌فرشی و همکاران (۱۳۸۵) درباره ویژگی‌های شخصیتی افراد شادکام نشان داد، اگرچه روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، توافق و وظیفه‌شناسی با شادکامی همبستگی دارند، ولی بر پایه نتایج تحلیل رگرسیون عوامل پنج‌گانه شخصیتی، تنها دو بعد برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی توان پیش‌بینی شادکامی را دارند و گشودگی به تجربه با شادکامی ارتباط ندارد. هم‌چنین فارنهام و چنگک (۱۹۹۷) نشان دادند که نمرات شادکامی با برون‌گرایی، توافق، وظیفه‌شناسی، گشودگی به تجربه و روان‌رنجورخویی همبستگی دارد، ولی نتایج تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان داد تنها سه عامل روان‌رنجورخویی (به‌صورت منفی)، برون‌گرایی و توافق، توان پیش‌بینی شادکامی را دارند، که روی هم رفته ۴۳٪ از واریانس شادکامی را تبیین می‌کنند؛ به بیان دیگر افراد برون‌گرایی که ثبات هیجانی و میزان توافق بالایی دارند، مستعد شادبودن نیز هستند. دنو^{۳۳} و کوپر^{۳۴} (۱۹۹۸) نیز دریافتند در مرحله نخست روان‌رنجورخویی (به‌صورت منفی) و سپس دو بُعد برون‌گرایی و توافق، توان پیش‌بینی شادکامی را دارند. آن‌ها می‌نویسند: «هیجان مثبت^{۳۵} یا شادی الزاماً برابر با برون‌گرایی نیست، بلکه در اصل از روابط ما با دیگران سرچشمه می‌گیرد که این ارتباط هم جنبه‌های کمی روابط (برون‌گرایی) و هم جنبه‌های کیفی روابط (توافق) را دربرمی‌گیرد.»

پایداری بلندمدت ارتباط دو ویژگی برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی با شادکامی یا به‌زیستی ذهنی در

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| 1- happiness | 2- Argyle |
| 3- Eysenck | 4- Myers |
| 5- psychological well- being | 6- mental well- being |
| 7- subjective well- being | 8- Veenhoven |
| 9- Diener | 10- Cheng |
| 11- Furnham | 12- Costa |
| 13- McCrae | 14- extraversion |
| 15- neuroticism | 16- Brewin |
| 17- Lu | 18- Brebner |
| 19- Donaldson | 20- Kirby |
| 21- Ward | 22- Noor |
| 23- Francis | 24- Katz |
| 25- Yalbon | 26- Robbins |
| 27- Chan | 29- Joseph |
| 29- Hill | 30- agreeableness |
| 31- conscientiousness | 32- openness to experience |
| 33- Deneve | 34- Cooper |
| 35- positive affect | |

روش

این پژوهش از نوع توصیفی-مقطعی است و جامعه آماری آن را همه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دو دانشگاه جامع تهران و شهید بهشتی تشکیل می‌دادند. دانشگاه جامع، دانشگاهی است دارای رشته‌های گوناگون فنی-مهندسی، پزشکی، علوم پایه، هنر و علوم انسانی. آزمودنی‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی-طبقه‌ای-چندمرحله‌ای برگزیده شدند. پس از تعیین شمار دانشجویان دو دانشگاه جامع و نسبت دانشجویان در هر دانشگاه و هر یک از دانشکده‌های آن‌ها و مشخص شدن نسبت دانشجویان پسر و دختر، نمونه مورد نظر به تصادف از هر دانشکده انتخاب شد. بنابراین از میان دانشجویان دو دانشگاه تهران (۲۶۳۹۸ دانشجو) و شهید بهشتی (۷۸۹۶ دانشجو)، بر پایه حداقل حجم نمونه در جدول مورگان^۱، ۳۵۹ نفر (۱۸۲ مرد و ۱۷۷ زن) انتخاب شدند. از کل نمونه، ۴۹/۲٪ در زیرگروه علوم انسانی، ۲۵/۶٪ در زیرگروه فنی-مهندسی، ۱۰/۸٪ در زیرگروه علوم پایه، ۷/۷٪ در زیرگروه علوم پزشکی و ۶/۶٪ در زیرگروه هنر مشغول به تحصیل بودند. میانگین سنی کل دانشجویان نمونه ۲۱/۷۷ سال (انحراف معیار ۲/۴۲) و دامنه ۳۱-۱۸، میانگین سنی دانشجویان مرد ۲۲/۵۸ سال (انحراف معیار ۲/۵۶) و دامنه ۳۱-۱۸ و میانگین سنی دانشجویان زن، ۲۰/۹۵ سال (انحراف معیار ۱/۹۴) و دامنه ۲۹-۱۸ بود. از کل گروه نمونه ۱۹٪ زیر ۲۰ سال، ۴۷/۶٪ بین ۲۰ تا ۲۲ سال، ۲۶/۲٪ بین ۲۳ تا ۲۵ سال و ۷/۱٪ از ۲۶ سال به بالا بودند.

ابزارهای گردآوری داده‌ها عبارت بودند از:

پرسش‌نامه تجدیدنظر شده شخصیت NEO^{۱۱} (NEOPI-R): پنج عامل اصلی شخصیت و در هر عامل، شش وجه (روی هم ۳۰ وجه) را اندازه‌گیری می‌کند (کاستا و مک کری، ۱۹۹۲). این پرسش‌نامه ارزیابی جامع شخصیت بزرگسالان را امکان‌پذیر می‌سازد (گروسی‌فرشی، ۱۳۷۷). ۲۴۰ پرسش این پرسش‌نامه به کمک پنج گزینه (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) پاسخ داده شده، بعضی از آن‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسش‌نامه در گروه‌های سنی و

طول ۱۰ سال بعد، به تأیید رسیده است (کاستا و مک کری، ۱۹۸۰). هم‌چنین کاستا، مک کری و نوریس^۱ (۱۹۸۱) نشان دادند که برون‌گرایی می‌تواند طی یک دوره ۱۷ ساله شادکامی را پیش‌بینی کند. بنابراین همه بررسی‌های انجام‌شده بر پایه الگوی پنج‌عاملی شخصیت، نشان می‌دهند که دو عامل برون‌گرایی و ثبات هیجانی پیش‌بینی‌کننده شادکامی به‌شمار می‌روند، درحالی‌که ارتباط توافق، وظیفه‌شناسی و گشودگی به تجربه با شادکامی ناپایدار است.

بیشتر بررسی‌های انجام‌شده در زمینه ارتباط عوامل الگوی پنج‌عاملی شخصیت و سلامت روان (کاستا و مک کری، ۱۹۸۰؛ دنو و کوپر، ۱۹۹۸؛ هارن^۲ و میشل^۳، ۲۰۰۳؛ هایس^۴ و جوزف^۵، ۲۰۰۳؛ جعفرنژاد، فرزاد، مرادی و شکری؛ ۱۳۸۴) نشان داده‌اند که روان‌رنجورخویی با سلامت روانی ارتباط معکوس دارد. در دیگر بررسی‌ها (دنو و کوپر، ۱۹۹۸؛ پتلی^۶ و توماکا^۷، ۲۰۰۲؛ هایس و جوزف، ۲۰۰۳)، میان سلامت روان و دو بُعد برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی ارتباط مثبت به‌دست آمده است و تنها یک پژوهش (هایس و جوزف، ۲۰۰۳) میان توافق و سلامت روان ارتباط نشان داده است.

تعداد پژوهش‌هایی که به‌طور مستقیم به بررسی ارتباط میان عوامل پنج‌گانه شخصیتی و سلامت جسمانی پرداخته‌اند اندک است، ولی از آن‌جا که یکی از عوامل شادکامی یا به‌زیستی ذهنی، سلامت جسمانی است، انتظار می‌رود میان ویژگی‌های شخصیتی افراد شادکام و ویژگی‌های شخصیتی افرادی که احساس سلامت جسمانی بهینه می‌کنند، نقاط مشترکی وجود داشته باشد. از سوی دیگر و هماهنگ با باور آرجیل (۱۹۸۷) ممکن است ویژگی‌های شخصیت به‌گونه متفاوتی با شادکامی و به‌زیستی ذهنی (سلامت روانی و جسمانی) ارتباط داشته باشند (فارنهام و چنگ، ۲۰۰۰). بنابراین هدف این پژوهش بررسی ارتباط هر یک از عوامل پنج‌گانه شخصیتی با سه متغیر شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی است. هر یک از عوامل پنج‌گانه شخصیت، از شش صفت ثانویه^۸ یا وجه (رویه)^۹، تشکیل شده است. فرضیه‌های این پژوهش عبارتند از: ۱- عامل برون‌گرایی با شادکامی و سلامت روانی ارتباط مستقیم دارد، ۲- عامل روان‌رنجورخویی با شادکامی و سلامت روانی، ارتباط معکوس دارد، ۳- عامل وظیفه‌شناسی با سلامت روانی ارتباط مستقیم دارد و ۴- میان شادکامی و سلامت روانی و جسمانی ارتباط مستقیم وجود دارد.

1- Norris
2- Haren
3- Mitchel
4- Hayes
5- Joseph
6- Penley
7- Tomaka
8- secondary trait
9- facet
10- Morgan
11- NEO Personality Inventory- Revised

خود را در نظر بگیرید، نه احساساتی را که در حال حاضر دارید. ۲- در نظر داشته باشید که عدد صفر، به عنوان کمترین مقدار و عدد ۱۰ به عنوان بیشترین مقدار در نظر گرفته شده است. ۳- در پاسخ گویی به هر پرسش، بکوشید عددی را برگزینید که توصیف کننده کامل احساسات واقعی شما باشد. مقیاس های درجه بندی فردی با موفقیت در بررسی های پیشین (عبدالخالک^{۱۴}، ۲۰۰۲، ۲۰۰۶ a، ۲۰۰۶ b) به کار رفته اند. عبدالخالک (۲۰۰۶ a، ۲۰۰۶ b) روایی^{۱۵} این سه مقیاس را به روش ضریب همبستگی پیرسون میان این مقیاس ها و دیگر مقیاس های سنجش شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی ۰/۸۴، ۰/۷۹ و ۰/۷۰ گزارش کرده است.

در این پژوهش پایایی^{۱۶} این سه مقیاس به روش بازآزمایی^{۱۷} بررسی و ضریب همبستگی برای سه مقیاس شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی به ترتیب ۰/۵۴، ۰/۴۲ و ۰/۲۰ به دست آمد.

پس از انتخاب آزمودنی ها، تشریح هدف های پژوهش و جلب همکاری آن ها، پرسش نامه ها توزیع شدند. برای جلب همکاری و ایجاد انگیزه به آزمودنی ها گفته شد که نتایج فردی به نشانی پست الکترونیکی آن ها فرستاده خواهد شد. برای پاسخ دادن به پرسش نامه، محدودیت زمانی وجود نداشت و برای خنثی کردن اثرات سوگیری جنس، برای آزمودنی های مرد و زن به ترتیب پرسشگر مرد (دستیار پژوهشگر) و پرسشگر زن (پژوهشگر) در نظر گرفته شدند. داده ها به روش ضریب همبستگی گشتاوری پیرسون و تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی با روش گام به گام تحلیل شدند.

یافته ها

۷۲/۱٪ آزمودنی ها از دانشگاه تهران و ۲۷/۹٪ از دانشگاه شهید بهشتی، ۴۹/۳٪ مرد و ۵۰/۷٪ زن و دامنه سنی آن ها بین ۱۸-۳۱ سال بود که ۴۷/۹٪ آن ها بین ۲۰-۲۲ سال داشتند (جدول ۱). میانگین و انحراف معیار پنج ویژگی شخصیتی (روان رنجورخویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه، توافق و وظیفه شناسی)، شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی

نژادی گوناگون از روایی عاملی خوبی برخوردار بوده (کاستا و مک کری، ۱۹۹۲) و در ایران نیز توسط گروهی فرشی (۱۳۷۷)، بر روی نمونه ای از دانشجویان دانشگاه های دولتی هنجاریابی شده است. در بررسی اخیر، همسانی درونی بر پایه آلفای کرونباخ برای عوامل O، E، N، A و C به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۵۶، ۰/۶۸ و ۰/۸۷ گزارش شده است. روایی ملاک^۱ این پرسش نامه به روش همبستگی بین دو فرم S^۲ (برای گزارش های شخصی) و R^۳ (برای ارزیابی مشاهده گر) محاسبه شده است، که در بین عوامل اصلی، برون گرایی بیشترین میزان (۰/۶۶) و توافق کمترین میزان (۰/۴۵) همبستگی را دارا بودند.

در این پژوهش از تحلیل عاملی اکتشافی با روش تحلیل مؤلفه اصلی^۴ (PCA) بهره گرفته شد. پس از بررسی راه حل های پنج و شش عاملی با چرخش واریماکس^۵ و آبلیمین^۶، بر پایه تحلیل نمودار اسکری^۷ همراه با بررسی قابلیت تفسیرپذیری آن ها، یک راه حل پنج عاملی همراه با ۳۰ وجه به دست آمد، که روی هم رفته ۵۶/۳۲٪ از واریانس کل را تبیین می کرد. میزان اشتراک نهایی برای این راه حل عاملی ۰/۳۵ تا ۰/۷۵ (MD=۰/۵۶) به دست آمد. اندازه کفایت نمونه برداری برابر با ۰/۸۸ و آزمون کرویت بارلت^۹ معنی دار بود (df=۴۳۵ p<۰/۰۱). بنابراین روش تحلیل مؤلفه اصلی، به تکرار پنج عامل و ۳۰ وجه با روش نمره گذاری استاندارد انجامید (ساولا^{۱۰}، دیوی^{۱۱}، کاستا و وایت فیلد^{۱۲}، ۲۰۰۷). بار عاملی شماری از این ۳۰ وجه در عوامل اولیه، بالای ۰/۴۰ و در عوامل ثانویه پایین ۰/۳۵ بود. محاسبه ضریب های همسانی درونی برای عوامل O، E، N، A و C برای بررسی روایی، به ترتیب اعداد ۰/۸۶، ۰/۷۸، ۰/۶۵، ۰/۶۱ و ۰/۸۳ را به دست داد.

مقیاس های درجه بندی فردی^{۱۳}: در این بررسی مقیاس های درجه بندی فردی برای ارزیابی سه متغیر شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی به کار برده شد. هر یک از این مقیاس های سه گانه به صورت تک پرسش و به شرح زیر بود: ۱- «به طور کلی تا چه حد در زندگی خود احساس شادمانی می کنید؟» ۲- «به طور کلی میزان سلامت روانی خود را در یک دامنه صفر تا ۱۰ چه قدر ارزیابی می کنید؟» ۳- «به طور کلی میزان سلامت جسمانی خود را در یک دامنه صفر تا ۱۰ چه قدر ارزیابی می کنید؟»

آزمودنی روی یک دامنه ۱۱ درجه ای به هر پرسش پاسخ می دهد. پیش از پاسخ گویی توجه آزمودنی ها به این نکته ها جلب می شود: «۱- در پاسخ به هر پرسش، احساسات کلی

- | | |
|---------------------------------|----------------------|
| 1- criterion validity | 2- self-reports |
| 3- observer-rating | |
| 4- Principal Component Analysis | |
| 5- varimax rotation | 6- oblimine rotation |
| 7- scree plot | 8- median |
| 9- Koraviat Bartlett's Test | 10- Savla |
| 11- Davey | 12- Whitfield |
| 13- self- rating scales | 14- Abdel-Khalek |
| 15- validity | 16- reliability |
| 17- test- retest | |

جدول ۱- فراوانی گروه نمونه به تفکیک دانشگاه محل تحصیل، رشته تحصیلی و جنسیت

ردیف	دانشگاه محل تحصیل	فراوانی (%)	رشته تحصیلی	مرد فراوانی (%)	زن فراوانی (%)	کل فراوانی (%)	
۱	تهران	۲۵۹ (۷۲/۱)	علوم انسانی	۵۱ (۱۳/۸۱)	۶۱ (۱۷/۱۸)	۱۱۲ (۳۱/۱۹)	
			علوم پایه	۸ (۱۲/۱۶)	۱۳ (۳/۷۲)	۲۱ (۵/۸۴)	
			فنی - مهندسی	۵۵ (۱۴/۸۹)	۲۱ (۶/۰۱)	۷۶ (۲۱/۱۶)	
			علوم پزشکی	۱۵ (۴/۰۶)	۱۳ (۳/۷۲)	۲۸ (۷/۷۹)	
			هنر	۹ (۲/۴۳)	۱۳ (۳/۷۲)	۲۲ (۶/۱۲)	
۲	شهید بهشتی	۱۰۰ (۲۷/۹)	علوم انسانی	۲۶ (۷/۰۴)	۴۲ (۱۲/۰۳)	۶۸ (۱۸/۹۴)	
			علوم پایه	۴ (۱/۰۸)	۱۳ (۳/۷۲)	۱۷ (۴/۷۳)	
			فنی - مهندسی	۸ (۲/۱۶)	۷ (۱/۸۵)	۱۵ (۴/۱۷)	
			جمع کل	۳۵۹ (۱۰۰)	۱۸۲ (۴۹/۳)	۱۷۷ (۵۰/۷)	۳۵۹ (۱۰۰)

برای بررسی خطی بودن ارتباطات معنی دار دیده شده، تحلیل رگرسیون گام به گام به کار برده شد و پنج صفت شخصیتی به عنوان متغیر پیش‌بین و شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شدند (جدول ۳). در مرحله بعدی هر یک از متغیرهای ملاک، همه وجوه (هر عامل دارای شش وجه است) عواملی که پیش‌بینی کننده معنی دار آن متغیر ملاک بودند، وارد معادله تحلیل رگرسیون چندمتغیری گام به گام شدند، تا روشن شود که از میان وجوه هر عامل، کدام یک در تبیین واریانس متغیر ملاک مورد نظر سهم دارد (جدول ۴).

به ترتیب ۱۴۰/۷۱، ۱۵۶/۲۸، ۱۵۹/۰۰، ۱۵۹/۶۳، ۱۶۲/۱۰، ۶/۴۰، ۷/۳۰ و ۷/۸۵ و انحراف معیار مقیاس‌ها به همین ترتیب برابر با ۲۲/۷۶، ۱۹/۵۶، ۱۵/۴۸، ۱۴/۳۳، ۱۹/۳۵، ۲/۳۳، ۲/۱۷ و ۱/۷۵ بود.

همان گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، ارتباط برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی با شادکامی و سلامت روانی مستقیم است، بنابراین فرضیه اول و سوم پژوهش تأیید می‌شود. هم‌چنین روان‌رنجورخویی با شادکامی و سلامت روانی ارتباط معکوس دارد، بنابراین فرضیه دوم پژوهش نیز تأیید می‌شود. ارتباط مستقیم شادکامی با دو شاخص سلامت روانی و سلامت جسمانی نیز تأیید کننده فرضیه چهارم پژوهش است.

جدول ۲- همبستگی میان پنج صفت شخصیتی، شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی

متغیر	شادکامی	سلامت روانی	سلامت جسمانی	روان‌رنجورخویی	برون‌گرایی	گشودگی به تجربه	توافق
وظیفه‌شناسی	۰/۳۴*	۰/۴۲*	۰/۲۴*	-۰/۵۸*	۰/۳۹*	۰/۰۳	۰/۲۰*
توافق	۰/۰۹	۰/۱۸*	۰/۰۹	-۰/۲۷*	۰/۱۰	۰/۰۹	۱
گشودگی به تجربه	۰/۰۲	-۰/۰۲	-۰/۰۴	۰/۰۰	۰/۳۰*	۱	
برون‌گرایی	۰/۵۰*	۰/۴۳*	۰/۲۷*	-۰/۴۶*	۱		
روان‌رنجورخویی	-۰/۴۸*	-۰/۵۴*	-۰/۲۶*	۱			
سلامت جسمانی	۰/۴۱*	۰/۴۶*	۱				
سلامت روانی	۰/۶۲*	۱					

* p < ۰/۰۱

جدول ۳- تحلیل رگرسیون با سه متغیر ملاک شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی و پنج متغیر پیش‌بین صفات شخصیتی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	R ²	B	بتا	t	سطح معنی‌داری
شادکامی	برون‌گرایی	۰/۲۵۵	۰/۰۶	۰/۵۰	۱۱/۰۴	۰/۰۰۱
	روان‌رنجورخویی	۰/۳۳۶	-۰/۰۳	-۰/۳۲	-۶/۶۲	۰/۰۰۱
	گشودگی به تجربه	۰/۳۴۵	-۰/۱۰	-۰/۱۰	-۲/۱۸	۰/۰۳
سلامت روانی	روان‌رنجورخویی	۰/۲۷۵	-۰/۰۵	-۰/۰۵	-۱۱/۶۴	۰/۰۰۱
	برون‌گرایی	۰/۳۲۲	۰/۰۲	۰/۲۴	۴/۵۹	۰/۰۰۱
سلامت جسمانی	وظیفه‌شناسی	۰/۳۳	۰/۱۰	۰/۱۳	۲/۴۱	۰/۰۱
	گشودگی به تجربه	۰/۳۴۳	-۰/۰۱	-۰/۱۰	-۲/۹۳	۰/۰۲
	برون‌گرایی	۰/۰۷۳	۰/۰۲	۰/۲۷	۵/۳۱	۰/۰۰۱
	روان‌رنجورخویی	۰/۰۹۹	-۰/۰۱	-۰/۱۸	۳/۱۷	۰/۰۰۲
	گشودگی به تجربه	۰/۱۱۰	-۰/۰۱	-۰/۱۱	۲/۱۲	۰/۰۳

جدول ۴- تحلیل رگرسیون با سه متغیر ملاک شادکامی، سلامت روانی و سلامت جسمانی و سی متغیر پیش‌بین وجوه شخصیتی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	R ²	B	بتا	t	سطح معنی‌داری
شادکامی	N3 افسردگی	۰/۲۹۵	-۰/۲۲	-۰/۵۴	-۱۲/۳۴	۰/۰۰۱
	N2 پرخاشگری	۰/۳۰۵	-۰/۰۶	-۰/۱۲	-۲/۲۶	۰/۰۲
	E6 هیجان‌های مثبت	۰/۵۶۱	۰/۲۵	۰/۵۶	۱۲/۸۰	۰/۰۰۱
	E3 جرأت‌مندی	۰/۵۶۸	۰/۰۵	۰/۰۹	۲	۰/۰۴
	O4 اعمال	۰/۰۳۲	۰/۱۱	۰/۱۸	۳/۴۵	۰/۰۰۱
سلامت روانی	O1 تخیل	۰/۰۶۱	-۰/۰۷	-۰/۱۷	-۳/۲۹	۰/۰۰۱
	O5 ایده‌ها	۰/۰۷۱	۰/۰۵	۰/۱۰	۱/۹۷	۰/۰۴
	N3 افسردگی	۰/۳۱۳	-۰/۲۱	-۰/۵۶	-۱۲/۷۶	۰/۰۰۱
	N6 آسیب‌پذیری	۰/۳۳۱	-۰/۰۷	-۰/۱۷	-۳/۰۲	۰/۰۰۳
	E6 هیجان‌های مثبت	۰/۲۱۹	۰/۱۹	۰/۴۶	۱۰	۰/۰۰۱
	E3 جرأت‌مندی	۰/۲۳۱	۰/۰۵	۰/۱۲	۲/۳۴	۰/۰۲
	C1 کفایت	۰/۱۵۳	۰/۲۱	۰/۳۹	۸/۰۲	۰/۰۰۱
	C4 تلاش برای موفقیت	۰/۲۰۰	۰/۱۱	۰/۲۵	۴/۵۷	۰/۰۰۱
	O1 تخیل	۰/۰۲۱	-۰/۰۶	-۰/۱۴	-۲/۷۴	۰/۰۰۶
	O4 اعمال	۰/۰۴۵	۰/۰۹	۰/۱۵	۲/۹۷	۰/۰۰۳
سلامت جسمانی	E4 فعالیت	۰/۰۸۴	۰/۱۱	۰/۲۹	۵/۷۱	۰/۰۰۱
	E6 هیجان‌های مثبت	۰/۱۱۱	۰/۰۶	۰/۱۹	۳/۳۰	۰/۰۰۱
	N3 افسردگی	۰/۰۹۳	-۰/۰۹	-۰/۳۰	-۶/۰۶	۰/۰۰۱
	O1 تخیل	۰/۰۲۲	-۰/۰۵	-۰/۱۵	-۲/۸۶	۰/۰۰۴
	O4 اعمال	۰/۰۳۵	۰/۰۵	۰/۱۱	۲/۱۹	۰/۰۲

پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روان بودند. بنابراین سه فرضیه اول با تحلیل رگرسیون نیز تأیید شدند. افزون بر این سلامت جسمانی نیز توسط برون‌گرایی (به‌صورت مستقیم)، روان‌رنجورخویی و گشودگی به تجربه (به‌صورت معکوس) پیش‌بینی‌پذیر بود.

جدول ۳ نشان می‌دهد که متغیر برون‌گرایی (به‌صورت مستقیم) و دو متغیر روان‌رنجورخویی و گشودگی به تجربه (به‌صورت معکوس) پیش‌بینی‌کننده‌های شادکامی، روان‌رنجورخویی، گشودگی به تجربه (به‌صورت معکوس)، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی (به‌صورت مستقیم)

در فعالیت‌های اجتماعی و لذت‌بردن از آن‌ها ارتباط مثبت دارد. هیل و آرجیل (۲۰۰۱) نیز نشان دادند برون‌گرایی بهترین پیش‌بین شرکت در فعالیت‌های سرگرم‌کننده است که همین امر به شادکامی می‌انجامد. هدی^{۱۷} و ویرینگ^{۱۸} (۱۹۹۱) در سه بررسی پی‌درپی روی ۶۰۰ استرالیایی در سال‌های ۱۹۸۱، ۱۹۸۳ و ۱۹۸۵ دریافتند که نمره بالا در برون‌گرایی پیش‌بینی‌کننده شرکت در فعالیت‌های لذت‌بخش و مورد علاقه در آینده است و این فعالیت‌ها نیز به نوبه خود پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی و شادکامی در فرد است (فارنهام و چنگ، ۱۹۹۷). به هر حال هنوز تبیین درست و روشنی برای این مسأله که چرا برون‌گراها به چنین فعالیت‌هایی روی می‌آورند، در دست نیست. دینر و همکاران (۱۹۹۲) بر پایه اطلاعاتی که به کمک مقیاس به‌زیستی از یک نمونه ملی تصادفی (N=۶۹۱۳) در آمریکا گردآوری کردند، پی بردند که افراد برون‌گرا صرف‌نظر از این که تنها یا در جمع باشند، احساس شادکامی می‌کنند. افزون بر این، برون‌گراها پس از کنترل عواملی مانند نژاد، جنس و گروه سنی، شادکام‌تر از سایر افراد هستند و سلامت روانی بیشتری احساس می‌کنند (فارنهام و چنگ، ۲۰۰۰).

در تبیین ارتباط روان‌رنجورخویی پایین (ثبات هیجانی) با شادکامی و سلامت روانی نیز شاید بتوان گفت، افسردگی و اضطراب از وجوه عامل روان‌رنجورخویی و از تظاهرات اصلی شادنبودن هستند (بک^{۱۹}، ۱۹۶۷؛ سلیگمن^{۲۰}، ۱۹۹۱؛ به‌نقل از فارنهام و چنگ، ۱۹۹۷). افزون بر این روان‌رنجورخویی با اضطراب و هیجان‌های منفی همراه است (فارنهام و چنگ، ۱۹۹۷). در واقع برون‌گرایی با هیجان‌های مثبت و روان‌رنجورخویی با هیجان‌های منفی همراه است. از دگرسو روان‌رنجورخویی با رضایت از زندگی و سلامت روانی که یکی از مؤلفه‌های شادکام‌بودن است، ارتباط معکوس دارد (برینر، ۱۹۹۸). تورسکی^{۲۱} و گریفین^{۲۲} (۱۹۹۱) بر این باورند که هیجان مثبت و رضایت از زندگی با ویژگی‌های شخصیت

تحلیل رگرسیون نشان داد که وجوه هیجان‌طلبی^۱ و جرأت‌مندی^۲ (مرتبط با عامل برون‌گرایی)، پیش‌بین مستقیم؛ و وجوه افسردگی^۳، خشم/خصومت^۴ و آسیب‌پذیری^۵ (مرتبط با عامل روان‌رنجورخویی)، پیش‌بین معکوس شادکامی هستند. در زمینه متغیر سلامت روانی، وجوه هیجان‌های مثبت و جرأت‌مندی (مرتبط با عامل برون‌گرایی) و کفایت^۶ و تلاش برای موفقیت^۷ (مرتبط با عامل وظیفه‌شناسی) پیش‌بین مستقیم؛ و افسردگی و آسیب‌پذیری (مرتبط با عامل روان‌رنجورخویی) پیش‌بین معکوس سلامت روانی بودند. هم‌چنین فعالیت^۸ و هیجان‌های مثبت (مرتبط با عامل برون‌گرایی) و گرایش به اعمال تازه (مرتبط با عامل گشودگی به تجربه) پیش‌بین مستقیم و افسردگی (مرتبط با عامل روان‌رنجورخویی) و تخیل فعال^۹ (مرتبط با عامل گشودگی به تجربه)، پیش‌بین معکوس سلامت جسمانی بودند.

بحث

بر پایه یافته‌های به‌دست آمده، برون‌گرایی به صورت مثبت و روان‌رنجورخویی به صورت منفی با شادکامی و سلامت روانی ذهنی ارتباط داشتند. این یافته با یافته‌های به‌دست آمده از پژوهش‌های پیشین هم‌سو است. بنابراین می‌توان گفت افراد برون‌گرای دارای ثبات هیجانی، احساس شادکامی بیشتری دارند. دینر^۱، ساندویک^{۱۱}، پاووت^{۱۲} و فوجیتا^{۱۳} (۱۹۹۲) در تبیین ارتباط برون‌گرایی و شادکامی چند فرضیه مطرح کردند: بر پایه فرضیه نخست، افراد برون‌گرا زمان بیشتری را با دیگران می‌گذرانند و در جمع بودن بیش از تنها ماندن، برای آن‌ها شادی آور است (دینر، لارسون^{۱۴} و امانز^{۱۵}، ۱۹۸۴). دومین فرضیه بیان می‌کند افراد برون‌گرا به دلیل داشتن سیستم پاداش فعال‌تر، هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند. بنابراین شادکامی آن‌ها به اجتماعی‌تر بودن آن‌ها ارتباطی ندارد. بر پایه فرضیه سوم، افراد در جوامع پیشرفته ناگزیرند زمان بیشتری را در اجتماع بگذرانند. از این رو تعامل فرد-موقعیت^{۱۶} برای افراد برون‌گرا به شادکامی بیشتر می‌انجامد، در حالی که برای افراد درون‌گرا این گونه نیست. فرضیه چهارم نیز بیان می‌کند، افراد برون‌گرا بیشتر از افراد درون‌گرا هیجان‌های مثبت را تجربه می‌کنند. جست‌وجوی پاسخ برای پرسش «آیا تعامل اجتماعی بیشتر، علت شادکامی افراد برون‌گراست؟»، یافته‌های پیچیده‌ای به‌دست داده است. آرجیل و لو (۱۹۹۰) دریافتند شادکامی با برون‌گرایی، شرکت

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1- excitement-seeking | 2- assertiveness |
| 3- depression | 4- angry/ hostility |
| 5- vulnerability | 6- competence |
| 7- achievement striving | 8- activity |
| 9- fantasy | 10- Diener |
| 11- Sandvik | 12- Pavot |
| 13- Fujita | 14- Larson |
| 15- Emmons | 16- person- situation |
| 17- Headey | 18- Wearing |
| 19- Beck | 20- Seligman |
| 21- Tversky | 22- Griffin |

این سه متغیر را دارند که شناسایی آن‌ها به آشکارشدن بیشتر جزئیات ارتباط میان ویژگی‌های شخصیت و به‌زیستی ذهنی کمک می‌کند.

در نهایت باید گفت شادکامی به ویژگی‌های شخصیت مربوط می‌شود و پایه زیست‌شناختی دارد. به بیان دیگر شادکامی یک حالت موقتی نیست که متغیرهای محیطی، آن را پدید آورند و بنابراین در میزان شادکامی و رضایت از زندگی تفاوت‌های فردی پایدار و چشم‌گیر دیده می‌شود (برینر، ۱۹۹۸). هم‌چنان که لایکن و تلگان (۱۹۹۶) نیز بیان می‌کنند، ژنتیک در مقایسه با فرهنگ در تعیین میزان شادکامی مؤثرتر است. نتایج بررسی‌های میان فرهنگی و هم‌سوی بودن نتایج بررسی‌های انجام‌شده در فرهنگ‌های گوناگون نشان‌دهنده آن است که همبستگی ویژگی‌های اصلی شخصیت (برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی) با شادکامی بیشتر به ویژگی‌های پایدار فرد مربوط می‌شود و جدا از فرهنگ است.

در پژوهش حاضر، گروه نمونه دانشجویان ایرانی ۳۱-۱۸ ساله را دربرمی‌گرفت که این امر تعمیم نتایج را به دیگر گروه‌های سنی دشوار می‌کند. بنابراین انجام پژوهش با نمونه‌های معرف‌تر و غیردانشجویی می‌تواند سودمند باشد. محدودیت دیگر این پژوهش، به نوع ابزار سنجش مربوط است. با توجه به ماهیت مقیاس‌های خودگزارش‌دهی، پیشنهاد می‌شود این شیوه سنجش، با دیگر روش‌های ارزیابی مانند گزارش همسالان و بستگان و بررسی‌های آزمایشی کنترل‌شده (مانند القای خلق در آزمایشگاه توسط دادن پسخوراند اشتباه در حین انجام یک تکلیف عملکرد) تکمیل گردد تا از علل و همبسته‌های شادکامی، به‌زیستی روانشناختی و سلامت روانی افراد جوان تصویر کامل‌تری به‌دست آید.

سپاسگزاری

این پژوهش با همکاری صمیمانه دانشجویان کارشناسی دانشگاه تهران و شهید بهشتی انجام شده است. بدین وسیله از این عزیزان قدردانی می‌کنیم.

منابع

جعفرنژاد، پروین؛ فرزاد، ولی...؛ مرادی، علیرضا؛ شکری، امید (۱۳۸۴). بررسی رابطه میان پنج‌عامل بزرگ شخصیت، سبک‌های مقابله‌ای و سلامت روانی

ارتباط دارد و گروهی به دلیل برخی ویژگی‌های شخصیتی مانند برون‌گرایی، بر رویدادهای مثبت زندگی بیشتر تأکید می‌کنند و در نتیجه شادکام‌تر از سایرین بوده، سلامت روانی بالاتری دارند. در حالی که افراد دارای ویژگی روان‌رنجورخویی بر رویدادهای منفی زندگی بیشتر تأکید نموده، در نتیجه کمتر احساس شادکامی و سلامت روانی می‌کنند. این باور به دیدگاه گری^۱ (۱۹۷۲) نزدیک است؛ افرادی که پاداش‌ها را برجسته‌تر می‌کنند، بیشتر برون‌گراهای دارای ثبات هیجانی هستند، در حالی که گروه دیگر که تنبیه‌ها را برجسته می‌کنند، درون‌گراهای مضطرب هستند. به‌نظر می‌رسد این تفاوت بنیان زیست‌شناختی داشته باشد (برینر، ۱۹۹۸). لایکن^۲ و تلگان^۳ (۱۹۹۶) نیز در بررسی دوقلوهای همسان، دریافتند که ۴۴ تا ۵۲ درصد از واریانس به‌زیستی فردی یا شادکامی را تفاوت‌های ژنتیکی تبیین می‌کنند.

هم‌چنین یافته‌های پژوهش حاضر هم‌سو با یافته‌های دیگر پژوهش‌ها (فارنهام و چنگک، ۱۹۹۷؛ دنو و کوپر، ۱۹۹۸؛ پنلی و توماکا، ۲۰۰۲؛ هایس و جوزف، ۲۰۰۳) و وظیفه‌شناسی را با شادکامی، سلامت روانی و جسمانی دارای ارتباط مثبت نشان داد. در تبیین این ارتباط باید گفت وظیفه‌شناسی با فراهم آوردن زمینه موفقیت، افزایش احساس شادکامی را به‌دنبال دارد (مک‌کری و کاستا، ۱۹۹۱، به‌نقل از گروهی فرشی و همکاران، ۱۳۸۵). هم‌چنین این افراد به‌سبب داشتن ویژگی‌هایی مانند خویشتن‌داری، کفایت و تلاش برای موفقیت، سلامت روانی بیشتر و بیماری‌های جسمانی کمتری نیز دارند (دنو و کوپر، ۱۹۹۸؛ پنلی و توماکا، ۲۰۰۲). در مجموع باید گفت دو متغیر احساس سلامتی روانی و جسمانی، در ارتباط با ویژگی‌های شخصیتی، الگویی شبیه به شادکامی دارند و همبستگی نیرومند و مثبت میان شادکامی، سلامت روانی و جسمانی دیده می‌شود. با توجه به این که سلامت روانی و جسمانی دو جنبه به‌زیستی ذهنی یا شادکامی هستند (مایرز، ۲۰۰۴)، این یافته دور از انتظار نیست. هم‌سو با این یافته، نور (۱۹۹۵ و ۱۹۹۷) نیز میان شادکامی و شاخص‌های سلامت عمومی، و هم‌چنین میان شاخص‌های سلامت عمومی و برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی همبستگی بالا گزارش کرده است.

بررسی ارتباط عوامل الگوی پنج‌عاملی شخصیت با سه متغیر شادکامی، سلامت روانی و جسمانی، در سطح وجوه عوامل، نشان داد تنها برخی از وجوه هر عامل توان پیش‌بینی

- Costa, P. T., McCrae, R., & Norris, A. (1981). Personal adjustment to aging: Longitudinal prediction from neuroticism and extraversion. *Journal of Gerontology*, 36, 78-85.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Deneve, K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Diener, E., Larson, R. J., & Emmons, R. A. (1984). Person×situation interaction: Choice of situations and congruence response models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 580-592.
- Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W., & Fujita, F. (1992). Extraversion and subjective well-being in a US national probability sample. *Journal of Research in Personality*, 26, 205-215.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-572.
- Diener, E. (1999). Subjective well-being.: Three decade of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Eysenck, H. J. (1990). *Happiness, fact and myths*. London: Lawrence Erlbaum.
- 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., Katz, Y. J., Yalbon, Y., & Robbins, M. (2004). Religiosity, personality, and happiness: A study among Israeli male undergraduates. *Journal of Happiness Studies*, 5, 315-333.
- Furnham, A., & Brewin, C. J. (1990). Personality and happiness. *Personality and Individual Differences*, 11, 761-762.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1997). Personality and happiness. *Psychological Reports*, 80, 761-762.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1999). Personality as predictor of mental health and happiness in the east and west. *Personality and Individual Differences*, 27, 395-403.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000). Perceived parental behavior, self esteem, and happiness. *Social Psychiatry* در دانشجویان کارشناسی. *مجله روانشناسی و علوم تربیتی*، سال سی و پنجم، شماره ۱، ۷۴-۵۱.
- گروسی فرشی، میر تقی (۱۳۷۷). *هنجاریابی پرسش‌نامه پنج‌عاملی شخصیت*. پایان‌نامه دکترای تخصصی روانشناسی عمومی، دانشگاه تربیت مدرس.
- گروسی فرشی، میر تقی؛ مانی، آرش؛ بخشی پور، عباس (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز. *فصلنامه علمی- پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز*، سال اول، شماره ۱، ۱۵۸-۱۴۲.
- مرادی، مریم؛ جعفری، سیدابراهیم؛ عابدی، محمدرضا (۱۳۸۴). شادکامی و شخصیت: بررسی مروری. *تازه‌های علوم شناختی*، سال هفتم، شماره ۲، ۷۱-۶۰.
- Abdel-Khalek, A. M. (2002). Age and sex differences for anxiety in relation to family size, birth order, and religiosity among Kuwaiti adolescents. *Psychological Reports*, 90, 1031- 1036.
- Abdel-Khalek, A. M. (2006a). Happiness, health and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religious and Culture*, 9, 85-97.
- Abdel-Khalek, A. M. (2006b). Measuring happiness with a single item scale. *Journal of Social Behavior and Personality*, 34, 139-149.
- Argyle, M. (1987). *The Psychology of Happiness*. London: Methuen.
- Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extroverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (2nd. ed.). London: Routledge.
- Berbnor, J., Donaldson, J., Kirby, N., & Ward, L. (1995). Relationship between happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 19, 251-258.
- Berbnor, J. (1998). Happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 279-296.
- Chan, R., & Joseph, S. (2000). Dimensions of personality, domain of aspiration, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 28, 347-354.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2001). Attribution style and personality as predictors of happiness and mental health. *Journal of Happiness Studies*, 2, 307-327.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2005). Personality, peer relations and self-confidences as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 46, 445-517.
- Costa, P. T., & McCrae, R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 338, 668-678.

- and *Psychiatric Epidemiology*, 35, 463-470.
- Gray, J. A. (1972). The psychological nature of introversion-extraversion: A modification of Eysenck theory. In V. D. Nebylitsyn, & J. A. Gray (Eds.), *Biological Bases of Individual Behavior*. London: Academic Press.
- Haren, E. G., & Mitchell, C. W. (2003). Relationship between the five factor model of personality and coping styles. *Psychology and Education*, 40, 38-49.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 correlate of three measures of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727.
- Headey, B., & Wearing, A. (1991). Subjective well-being a stocks and flows framework. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwartz (Eds.), *Subjective well-being*. Oxford: Pergamon.
- Hill, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30, 595-608.
- Lu, L. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *Journal of Social Psychology*, 135, 351-357.
- Lu, L., & Argyle, M. (1991). Happiness and cooperation. *Personality and Individual Differences*, 12, 1019-1030.
- Lykken, D., & Tellegan, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Myers, D. G. (1992). *The pursuit of happiness*. New York: Avon Books.
- Myers, D. G. (2004). *Happiness, excerpted from psychology* (7th. ed.). New York: Worth Publishers.
- Noor, N. M. (1995). Work and family roles in relation to women's well-being: A longitudinal study. *British Journal of Social Psychology*, 34, 87-106.
- Noor, N. M. (1997). Work and family roles in relation to women's well-being: The role of negative affectivity. *Personality and Individual Differences*, 23, 487-499.
- Penley, J. A., & Tomaka, J. (2002). Associations among the big five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*, 32, 1215-1228.
- Savla, J., Davey, P. T., Costa, P. T., & Whitfield, K. E. (2007). Replicating the NEO PI-R factor structure in African-American older adults. *Personality and Individual Differences*, 43, 1279-1288.
- Tversky, A., & Griffin, D. (1991). Endowment and contrast in judgment of well-being. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwartz (Eds.), *Subjective well-being*. Oxford: Pergamon.
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht: D. Reidel Publishing Company.