

بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان □

۱ حسن زارعی متین

۲ صدیقه بحیرایی

۳ ثریا افتخاری غریب دوستی

چکیده

هدف پژوهش حاضر، مطالعه رابطه بین ابعاد شخصیت با شادی در میان دانشجویان است. **روش:** روش تحقیق از نوع پیمایشی بوده است. شخصیت دانشجویان به کمک پرسشنامه‌ای ترکیبی از دو الگوی Big-5 و MBTI مورد سنجش قرار گرفته و تأثیر آن بر شادی دانشجویان بررسی شده است. شادی دانشجویان به کمک مقیاس شادی آکسفورد که روایی آن در ایران بارها مورد تأیید قرار گرفته است، در نمونه‌ای طبقه‌ای و تصادفی از ۳۱۰ آزمودنی به کمک تحلیل رگرسیون مطالعه شد. **یافته‌ها:** یافته‌های تحلیل رگرسیون نشان داد که به ترتیب بین ابعاد روان رنجوری، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، احساسی بودن و قضاوتی بودن، با شادی، رابطه معناداری وجود دارد و سه بُعد سازگاری، گشودگی و حواس‌گرایی از الگوی رگرسیون حذف شده‌اند. همچنین نتایج نشان می‌دهد که تقریباً ۴۵ درصد تغییرات متغیر شادی توسط ابعاد شخصیت، پیش‌بینی می‌شوند. **نتیجه‌گیری:** به منظور توسعه شادی در میان دانشجویان، طبق نظر محققان مختلف می‌توان تأکید داشت که، تا حدی می‌توان در تعدیل ویژگی‌های شخصیتی نفوذ کرد؛ لذا چنانچه توسعه شادی یکی از اهداف مدیران باشد، می‌تواند از طرق مختلف در آن تأثیر بگذارند و به کمک شیوه‌های مدیریتی به توسعه ویژگی‌هایی از قبیل ثبات عاطفی (در مقابل روان‌رنجوری)، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و احساسی بودن بپردازند.

واژگان کلیدی: شادی، شخصیت، دانشجویان.

□ دریافت مقاله: ۸۹/۱۱/۲۰؛ تصویب نهایی: ۹۰/۰۵/۱۳

۱. دکتری مدیریت، استاد دانشگاه تهران، پردیس قم / Email: matin@ut.ac.ir

۲. کارشناس ارشد مدیریت منابع انسانی پردیس قم دانشگاه تهران (نویسنده مسئول) / آدرس: قم، بلوار دانشگاه، جاده قدیم قم - تهران، پردیس قم دانشگاه

تهران / شماره: ۰۲۵۱۶۷۰۱۴۱۷ / Email: bahirae@ut.ac.ir

۳. کارشناس ارشد مدیریت منابع انسانی دانشگاه تهران، پردیس قم / Email: eftekhari.sorayya@yahoo.com

■ مقدمه

طی ۴۰ سال گذشته یا حتی پیش از آن، تلاش‌های متعددی از سوی روان‌شناسان برای تعریف شادی^۱ و توضیح دلایل و پیامدهای آن انجام شده است (Furnham & Cheng, 2003, P.921). نخستین مطالعات علمی در دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ انجام شد. در این دوره، چندین روان‌شناس و جامعه‌شناس برجسته آمریکایی با الهام از عقایدی که در طول انقلاب فرهنگی به حد بلوغ رسیده بود، تلاش کردند شاخصهای شادی را شناسایی کنند. ادبیات تحقیقات صورت گرفته به بررسی موضوعات مختلفی می‌پردازد؛ از شاخصهای جمعیتی پیش‌بینی کننده شادی تا مؤلفه‌های فرهنگی، شخصیت^۲، هیجانات، احساسات و سلامتی (Galati, 2008, P.605). اجماع کلی در پژوهشهای صورت گرفته این است که اگر چه مؤلفه‌های سن، درآمد، سلامتی، ازدواج و غیره بر ادراکات افراد از شادی، مؤثرند؛ اما در نهایت، شادی پدیده‌ای درونی، همراه با احساسات درونی، افکار، ادراکات و ارزیابی‌ها از موفقیت است که بسیار مهم‌تر از خود موفقیت می‌باشد. (Elliott, 2010, P.127) به گفته آرگیل (۲۰۰۱)، تعداد زیادی از مطالعات در این زمینه نشان داده‌اند که ویژگی‌های شخصیتی بیش از هر چیزی با احساسات مثبت و منفی مرتبط‌اند. (Furnham & Cheng, 2003, P.922)

با توجه به سابقه نه چندان طولانی توجه دانشمندان به شادی، این مسئله اهمیت روزافزونی در امر سلامتی روان و خوشبختی افراد دارد؛ همچنین در تقویت قوای روانی انسان برای مقابله با مشکلات دنیای امروز تأثیرگذار است و از آنجا که دانشجویان دانشگاه که از مهم‌ترین اقشار جامعه محسوب می‌شوند، در صورت برخورداری از شادی حقیقی در ذات و شخصیت خود، احتمال موفقیت خود را در تمامی شئون تحصیلی و معنوی در زمان دانشجویی و حتی پس از طی دوران تحصیلی و در زمان اشتغال به کار افزایش خواهند داد، لذا در این مقاله تلاش شده است رابطه بین شخصیت و شادی دانشجویان و ویژگی‌های شخصیتی تأثیرگذار بر آن، بررسی شود.

■ مبانی نظری

○ چرا برخی افراد نسبت به دیگران شادترند؟

در کنار دلایل آشکار مبتنی بر روابط اجتماعی، وضعیت تأهل، سن، فراغت، کار، سبک زندگی، امنیت سیاسی و رشد فردی (Argyle, 1997, P.770)، شواهد محکمی وجود دارد که بیان می‌دارد تفاوت‌های فردی می‌توانند در میزان ناراحتی و شادی، به عنوان مشخصه‌های درونی پایدار برای پیش‌بینی، مورد استفاده قرار

1. Happiness

2. Personality

۵ ♦ بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان

گیرند. مطالعات متعدد نشان داده‌اند افرادی هستند که صرف نظر از شرایط زندگی، نسبت به دیگران راضی‌تر و خوشحال‌ترند. (Rammstedt, 2007, P.162)

این واقعیت که به طور باثباتی برخی از افراد نسبت به برخی دیگر شادترند، نشان می‌دهد که عوامل شخصیتی باعث تداوم و متضمن تجربه شادی است (Duncan, 2010, P.87). امروزه این نظر وجود دارد که صفات شخصیتی، ۴۵ تا ۵۰ درصد شادی را پیش‌بینی می‌کند؛ یعنی ۴۵ تا ۵۰ درصد صفات شخصیتی، پایه ژنتیکی دارند. مطالعه میان هزاران دوقلو، این عقیده را ثابت کرده است. (Hosie, 2009, P.151)

▪ شادی چیست؟

نظریه پردازان در تعریف شادی و تحلیل مفهوم آن، بیشتر بر بُعد هیجانی^۱ و شناختی^۲ تأکید دارند (Gong, 2007, P.182). شادی، ارزیابی شناختی و هیجانی فرد از زندگی خویش است. (Demir & Ozdemir, 2010, P.244). نظریه هیجانی بیشتر بر حالتها و هیجانان تأکید دارد. شش هیجان اصلی توسط ایکنمن^۳ (۱۹۹۲) تعریف و شناسایی شده است که عبارتند از: خشم، نفرت، شادی غمگینی، تعجب و شگفتی. در نظریه شناختی نیز بیشتر بر جنبه رضایت از زندگی تأکید می‌شود (Stewart & Watson, 2010, P.845). در این نظریه، عقیده بر این است که افراد شاد نسبت به دیگران، پدیده‌ها را دلیزیرتر و مطلوب‌تر تجربه می‌کنند؛ به این معنا که آنها حتی پدیده‌های خنثی را هم خیلی مثبت در نظر می‌گیرند. در واقع؛ افراد قادرند با کنترل افکار خود، شادی را افزایش دهند. (Bagheri & Akbarizadeh, 2010, P.1558)

به طور کلی، شادی از سه جزء اصلی تشکیل شده است: ادراک رضایت از زندگی، وجود احساسات مثبت و نبود احساسات منفی (Vilterso, 2001, P.904). جزء اول شادی به بُعد شناختی اشاره دارد و دو جزء دیگر بر جنبه‌های هیجانی شادی تأکید دارند.

با توجه به اجزای شادی، دینر و همکارانش در سال ۱۹۹۱ بیان کردند که شادی شامل رضایت کلی از زندگی، وجود احساسات مثبت و نبود احساسات منفی است (Lyubomirsky, 2006, p.365). بر این اساس، شادی به عنوان برتری احساس مثبت بر احساس منفی تعریف می‌شود. (Demir & Ozdemir, 2010, P.244)

▪ شادی از دیدگاه اسلام

اسلام دین کامل و جامعی است که به تمام نیازهای فطری انسان توجه کامل داشته و برای تمام نیازهای جسمی و روحی، ابعاد مختلف، زوایای پیدا و پنهان زندگی بشر، برنامه و شیوه کار ارائه کرده است. انسان

1. Affect

2. Cognition

3. Ekman

به طور فطری از غم گریزان و به سوی شادی در حرکت است. شادی و نشاط نه تنها بر روح و روان انسان، بلکه بر جسم او نیز تأثیر می‌گذارد. شادی‌های نشاط برانگیز در ارتباطات فردی و اجتماعی نیز زمینه‌ساز گفتگوهای سالم و نشست و برخاستهای فرح‌انگیز است تا در مراحل مختلف زندگی، حیاتی همراه با سعادت و سلامت پدید آید. (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۱۰)

دین مبین اسلام که به تمام نیازهای روحی و جسمی انسان توجه داشته، این موضوع را نیز مورد توجه قرار داده است. وجود آیات متعدد در قرآن کریم، سخنان پیامبر (صلی الله و علیه و آله و سلم) و احادیث و روایات منقول از ائمه معصومین و به طور کلی متون دینی، حاکی از اهمیت این موضوع در اسلام است. درباره اهمیت شور و نشاط و سرور و جایگاه آن در تعالیم دینی، همین بس که مفهوم شادی ۲۵ بار با الفاظ مختلف در قرآن کریم آمده و از کسانی که موجبات دلخوشی و شادکامی بندگان را فراهم می‌آورند، ستایش شده است.

▪ شادی در قرآن

شادی و نشاط در قرآن کریم اغلب با الفاظی همچون: فرح، فرحوا، تفرح، تفرحوا، تفرحون، یفرح، فرحون و فرحین آمده است. فرح مخالف حزن و اندوه و معادل سرور است و سرور محصول اندیشه و تفکر انسان بوده و هیچ صفت ناپسندی به دنبال نخواهد داشت (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۲۰). با این تعبیر، شادی در قرآن، جایگاه خاصی دارد و به گونه‌های مختلف، مورد تأیید و توجه قرار گرفته است؛ اما نه شادی بیهوده و عبث، بلکه شادی توأم با اهداف الهی و انسانی. به همین دلیل، برخی از آیات قرآن، مؤمنان را به شادی دعوت کرده است؛ مانند آیه «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ» (یونس، آیه ۵۸). بدین ترتیب مشاهده می‌کنیم که قرآن کریم به دفعات، شادی را به صورت مثبت مورد توجه قرار داده است و مؤمنان را به خوشحالی و شادمانی دعوت می‌کند.

▪ اهمیت شادی و تفریح در آموزه‌های دینی

دین اسلام که به همه شئون حیاتی انسان، ژرف نگریسته و متناسب با نیازهای واقعی و برای تعالی هر چه بیشتر او برنامه‌هایی ارائه کرده، شادی و نشاط و عوامل نشاط‌انگیز را که لازمه یک زندگی موفق است، به انسان معرفی و توصیه کرده است (دانش، ۱۳۸۴، ص ۴۸). چنانچه امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: شادی، باعث انبساط روح و ایجاد وجد و نشاط می‌شود. (محمدی ری شهری، ۱۳۶۲، ص ۴۳۶)

به طور کلی درباره اهمیت شور و نشاط و سرور و جایگاه آن در تعالیم دینی، همین بس که یکی از فصول کتابهای روایی به باب «ادخال السرور» اختصاص داده شده و از کسانی که موجبات دلخوشی و شادکامی

۷ ❖ بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان

بندگان خدا را فراهم می‌آورند، ستایش شده است (کلینی، ۱۳۷۵، ص ۲۰۴)؛ از جمله، حدیث زیبایی که از رسول اکرم (صلی الله و علیه و آله وسلم) نقل است که فرمودند: در بهشت جایی است که به آن خانه شادی گفته می‌شود. هیچ کس به آن خانه وارد نمی‌شود مگر آنکه یتیمان را خرسند و کودکان را شاد کرده باشد (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۵۳). بنابر این، بین شاد کردن مؤمن و پاداش بهشت، رابطه معنی‌داری وجود دارد و خداوند برای کسانی که موجبات فرح و شادی بندگانش را فراهم می‌آورند، امتیاز ویژه‌ای قائل است.

▪ عوامل مؤثر بر شادی ماندگار

در دستورهای آسمانی اسلام، نکته‌های ارزشمندی در خصوص ایجاد شادی و نشاط آمده است. این شادی‌ها گاهی برای خود آدمی است و زمانی برای دیگران. آن همه ثواب که برای تبسم کردن به روی دیگران ذکر شده و سفارشهایی که برای پوشیدن لباسهای شاد و روشن، بوی خوش، نظافت و نظم و پاکیزگی، مسافرت و تفریح، حضور در طبیعت و نگریستن به سبزه و آب، مهربانی و محبت، زدودن کینه و حسد، شوخی و مزاح و خلاصه، ایجاد سرور در قلب مردم شده است، همه برای ایجاد فضای شادی و راندن غم و اندوه و در نتیجه، تجدید قوا برای ادامه حرکت تکاملی است. (طریقه‌دار، ۱۳۸۳، ص ۲۰)

بر اساس تعالیم دینی می‌توان به برخی از عوامل مهم شادی ماندگار اشاره کرد؛ از جمله:

۱. **اطاعت خداوند:** شادی، وقتی ایجاد می‌شود که انسان توفیق طاعت خداوند را پیدا کرده باشد و از گناه دوری گزیند؛ چنانچه حضرت علی (علیه السلام) می‌فرمایند: شادی مؤمن، به طاعت پروردگارش و حزنش بر گناه و عصیان است. (محمدی ری‌شهری، ۱۳۶۲، ص ۴۳۷)

۲. **بصیرت و بینایی، واقع‌نگری و حقیقت‌گرایی:** حضرت علی (علیه السلام) شادمانه زیستن را در بصیرتی ستودنی دانسته تا سختی‌ها و حوادث، آدمی را غافلگیر یا رفاه و راحتی امروز، شادی کاذب و ناپایدار را برای او ایجاد نکند (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۱۳۹)؛ زیرا از نگاه ایشان، شادی مطلق و بدون رنج در دنیا، آرزویی محال است و زندگی دنیا، آمیزه‌ای از شادی و رنج است.

۳. **خودشناسی و خودسازی:** شناخت خود و آگاهی نسبت به ارزشهای انسانی و الهی خویش، چونان مشعلی شعله‌ور در مسیر زندگی است که آدمی را از احساسات سطحی و زودگذر دور کرده، حقایق زندگی را در برابر او ترسیم می‌کند و سرانجام، انسان را به شادی واقعی رهنمون می‌کند. (همان، ص ۱۴۶)

۴. **شاد کردن دیگران:** از دیگر عواملی است که از دیدگاه عترت، باعث شادی انسان می‌شود. امام رضا (علیه السلام) می‌فرمایند: کسی که از مؤمنی دلجویی کرده، قلب او را شادمان کند، پروردگار بزرگ در روز قیامت او را از اندوه، راحت می‌سازد. (مجلسی، ۱۴۰۳، ص ۳۲۱) بنابر این، اگر انسان با چهره گشاده و

نیت نیک، غم و ناراحتی را از بندگان خدا دور کند، عبادت خدا را بجا آورده است و خود نیز از این شادمانی، خرسند خواهد بود.

۵. شناخت شیوه‌های ارتباط با مردم و آگاهی از خصوصیات آنان: از آنجا که دستیابی به شادی و استفاده از لذات زندگی در محیط پیرامون ما و عرصه‌های مختلف کار و تلاش در جامعه، خانه و خانواده فراهم می‌شود، لذا پیامد آگاهی نسبت به اطرافیان و انسانهای مخاطب ما در صحنه‌های گوناگون زندگی، نگاه دقیق به حوادث و استفاده به جا از فرصتها خواهد بود. امام علی (علیه السلام)، محبت به مردم را کلید شادمان بودن در عرصه‌های اجتماعی معرفی کرده، می‌فرماید: با مردم آن‌گونه معاشرت کنید که اگر مُردید، بر شما اشک بریزند و اگر زنده ماندید، با اشتیاق به سوی شما آیند. (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۱۴۸-۱۴۷)

۶. رعایت اعتدال و دوری از افراط و تفریط در زندگی: امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: بخشنده باش، اما زیاده‌روی نکن؛ در زندگی حسابگر باش، اما سختگیر نباش؛ چون خردمند و عاقل، فردی است که با شناخت صحیح و نگاه هوشمندانه، هر چیزی را در جای خود می‌نهد. (همان، ص ۱۵۶)

▪ الگوهای شادی

سه الگوی مفهومی برای عوامل تعیین‌کننده شادی پیشنهاد شده که عبارتند از: الگوی شخصیتی؛ الگوی مبتنی بر ارزیابی تأثیر رویدادهای زندگی و الگوی انطباقی با محیط.

۱- الگوی شخصیتی، شادی را به عنوان یک صفت پایدار در نظر می‌گیرد و آن را مبتنی بر شخصیت افراد می‌داند و بر همین اساس، صفات متعددی را به عنوان پیش‌بینی‌کننده شادی معرفی می‌کند. ۲- الگوی رویدادهای زندگی، مطرح می‌کند که میزان شادی افراد در طول زمان می‌تواند در مورد برخی از افراد متغیر باشد. بنابر این، هم رویدادهای مثبت و هم رویدادهای منفی زندگی در ایجاد تغییرات شادی، نقش اساسی را ایفا می‌کنند. ۳- الگوی انطباقی، ادعا می‌کند که افراد خیلی سریع خود را با شرایط وفق می‌دهند، (Lu & Shih, 1997, P.250) حتی با رویدادهای فاجعه‌آمیز زندگی که بر شادی تأثیر می‌گذارند.

سؤالی که مطرح است این است که کدامیک از الگوهای پیش‌گفته، بهترین تعیین‌کننده شادی محسوب می‌شوند؟ تحقیقات، نشان‌دهنده سهم بسزای الگوی شخصیتی است؛ حتی در دو الگوی رویدادهای زندگی و الگوی انطباقی، شخصیت افراد، میانجی بسیار مهمی است.

در تشریح نقش شخصیت در الگوی رویدادهای زندگی، یونگ^۱ (۱۹۲۳) معتقد است افراد در مورد اینکه چگونه اولویتهای رفتاری متفاوتی در تعامل خود و محیط اطرافشان به کار گیرند، با هم فرق دارند. این

۹ ♦ بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان

تفاوتها در مجموع، شخصیت افراد را شکل می‌دهند (Courtenay, 2009, P.26). در واقع؛ شواهد نشان می‌دهد که رویدادهای مشابه، تنها برای برخی افراد شادی‌آفرین‌اند. همچنین در خصوص الگوی انطباقی، بیان می‌شود که سازگاری به عنوان یکی از ابعاد الگوی شخصیت Big-5 مطرح شده است و افراد سازگار با مشخصاتی همچون: نوع دوستی، سازش‌پذیری، همدلی، تمایل به اعتماد و اجتناب از درگیری (Tallman, 2008, P.963) که بسترهای فعالیت شادی‌اند، معرفی می‌شوند.

▪ شخصیت و شادی

شواهد زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد می‌توان تمام ابعاد شخصیت را تحت عوامل پنج‌گانه به نام «Big-5» طبقه‌بندی کرد که عبارتند از: روان‌رنجوری^۱، برون‌گرایی^۲، گشودگی^۳، سازگاری^۴ و وظیفه‌شناسی^۵ (Burke, 2006, P.465). کاستا و مک‌کری^۶ (۱۹۸۶) اشاره می‌کنند که این مؤلفه‌ها در مطالعات متعددی مورد استفاده قرار گرفته، به عنوان مقیاسی گسترده معرفی می‌شوند. (Brebner, 2001, P.317)

در کنار الگوی «Big-5»، «MBTI»^۷ یکی از پرکاربردترین ابزارهای مورد استفاده برای توصیف شخصیت است که ریشه در روان‌شناسی یونگ دارد. کارل گوستاو یونگ، روان‌شناسی سوئیسی، در اواسط قرن بیستم فعالیت می‌کرد و نظریه کهن الگوی روان‌شناختی را که مدعی است افراد با یکدیگر متفاوتند، ایجاد کرد. نظریه یونگ توجه تیم دو نفره مایرز و بریجز^۸ را به خود جلب کرد. (Brown, 2008, P.918)

با ایجاد MBTI، مایرز و بریجز (۱۹۶۲) به طور خلاصه چهار مقیاس را در زمینه شخصیت مطرح کردند که عبارت بودند از: ۱. برون‌گرایی در برابر درون‌گرایی؛ ۲. حواس‌گرایی در مقابل شهودگرایی؛ ۳. تحلیل‌گرایی در مقابل احساسی؛ ۴. قضاوتی در مقابل ادراکی. (Courtenay, 2009, P.31)

1. Neuroticism
2. Extraversion
3. Openness to Experience
4. Agreeableness
5. Conscientiousness
6. Costa, McCrae
7. Myers-briggst type indicator.
8. Myers, briggs.
9. Intuition
10. Feeling

همان طور که گفته شد، شخصیت به عنوان یکی از قوی ترین پیش بینی کننده های شادی معرفی می شود. دانشمندان با انجام تحقیقات گسترده ای به دنبال این بوده اند که دریابند چگونه و چه میزان شخصیت، شادی افراد را تحت تأثیر قرار می دهد. تحقیقات متعدد^۲ نشان می دهد که برون گرایی و روان رنجوری، دو صفت شخصیتی هستند که می توانند در مورد شادی، واریانس معنی داری ایجاد کنند.

آرگیل، مارتین و لو (۱۹۹۵) بعد از بازنگری شواهد موجود، نتیجه گرفتند که برون گرایان از دیگران شادترند (Lu & Shih, 1997, P.250)؛ افراد برون گرا بیشتر و سریع تر روابط اجتماعی خود را کنترل می کنند و احساسات مثبت خود را بیش از احساسات منفی پذیرفته، تعمیم و گسترش می دهند (Brebner, 2001, P.371). تحقیقات نشان داده است روان رنجوری نیز شادی را از طریق افزایش احساسات منفی کاهش می دهد. همچنین یافته ها بیانگر آن است که روان رنجوری با کاهش سلامت روانی مرتبط است؛ در حالی که برون گرایی با افزایش سلامت مرتبط می شود. (Lu & Shih, 1997, P.253)

همچنین در مطالعاتی که در آن برون گرایی و ثبات عاطفی^۳ (در مقابل روان رنجوری) به عنوان متغیر مستقل پیش بینی کننده شادی مطرح شده، نقش ثبات عاطفی، مهم تر از برون گرایی بوده است. برای نمونه، کاستا و مک کری (۱۹۸۰) در مقاله خود، الگویی را در زمینه رابطه احساسات مثبت و منفی با صفات شخصیتی برون گرایی و روان رنجوری پیشنهاد کردند. تحقیقات آنها نشان داد بعد از ۱۰ سال روان رنجوری همبستگی بالایی با احساسات منفی نشان می دهد؛ حال آنکه برون گرایی، همبستگی متوسطی با احساسات مثبت بیان می کند. (Vilterso, 2001, P.904)

همان طور که بررسی پیشینه تحقیقات پیرامون شخصیت و شادی نشان می دهد، پژوهشهای صورت گرفته تاکنون مبتنی بر الگوی Big-5 بوده است. در تحقیق حاضر تلاش شده است به کمک مقیاس ترکیبی از الگوی ذکر شده و الگوی مایرز و بریجز، الگوی کامل تری در ارزیابی شخصیت دانشجویان به عنوان پیش بینی کننده قوی شادی در ایشان ارائه شود. در ادامه مطالب، مؤلفه های این دو الگو به اختصار شرح داده شده اند.

1. *Perceiving*

2. *Wilson, 1967; McCrae & Norice, 1981; Costa, McCrae, 1980, 1984; Izenc, 1993; Lyubomirsky, 2005, 2008; Farnham & Bennett, 2007.*

3. *Emotional stability.*

▪ الگوی شخصیتی Big-5

با توجه به مطالب مطرح شده، می‌توان پنج ویژگی شخصیتی الگوی Big-5 را به طور خلاصه در جدول ۱ مشاهده کرد.

جدول ۱

ویژگی‌های شخصیتی Big-5
روان‌رنجوری
برون‌گرایی
گشودگی
سازگاری
وظیفه‌شناسی

در این الگو؛ ویژگی روان‌رنجوری، مخالف ثبات عاطفی است. افراد روان‌رنجور، متمایل به تجربه احساسات منفی مثل خجالت، احساس گناه، بدبینی، عزت نفس پایین و اضطراب اجتماعی هستند. برون‌گرایی، به عنوان تمایل فرد به معاشرتی بودن، جسور بودن، اجتماعی بودن، اعتماد به نفس داشتن، پرحرفی و بشاش بودن، سلطه‌گری، فعال بودن و هیجان‌خواهی تعریف می‌شود. برون‌گرایان از لحاظ مزاجی، خونگرم هستند و همین مسئله باعث تمرکز آنها بر جنبه‌های خوب و مثبت تجربیاتشان می‌شود. (Bakker & et.al, 2006, P.34)

گشودگی، منعکس‌کننده ویژگی‌هایی چون: انعطاف‌پذیری، خلاقیت، زیرکی و بینش کنجکاوانه است. علاوه بر این، افراد تجربه‌اندوز از شوخ‌طبعی و خوش‌بینی به عنوان شیوه‌ای برای رویارویی با استرس استفاده می‌کنند. (Ibid, P.37)

افراد سازگار، افرادی اهل همکاری، سازش و کمک به دیگران بوده، توانایی دوست داشتن دیگران را دارند (Burke, 2006, P.465). چنین افرادی با ویژگی‌هایی چون: نوع دوستی، مهرورزی، عدم خصومت و دشمنی و خون سردی شناخته می‌شوند.

وظیفه‌شناسی با نظم، تلاش برای رسیدن به موفقیت، مسئولیت‌پذیر بودن و رقابت در ارتباط است (Bakker & et.al, 2006, P.36). افراد واجد این ویژگی، افرادی هدفمند، مسئول، با اراده، قابل اعتماد و دقیق هستند.

▪ الگوی شخصیتی مایرز-بریجز (MBTI)

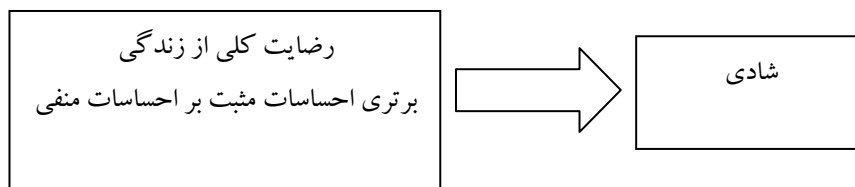
مفهوم اصلی الگوی مایرز-بریجز این است که افراد بر حسب شیوه‌هایی که ترجیح می‌دهند بر انرژی روانی (ذهنی) خود متمرکز شوند (درونی یا بیرونی)، به جمع‌آوری و تفسیر اطلاعات پردازند (از طریق منطق یا شهود)؛ به تصمیم‌گیری از طریق کاربرد اصول و روشها یا از طریق کاربرد ارزشها پردازند (تحلیلی یا احساسی-عاطفی)؛ خودشان را با یک ساختار ذهنی قبلی یا بر اساس شواهد موجود، با محیط بیرون تطبیق دهند (قضاوتی یا ادراکی) به چهار دسته کلی تقسیم‌بندی می‌شوند (جدول ۲). (Golden, & et.al, 2009, P.27)

جدول ۲

ویژگی‌های شخصیتی MBTI
برون‌گرایی
احساسی بودن
قضاوتی بودن
حواس‌گرایی

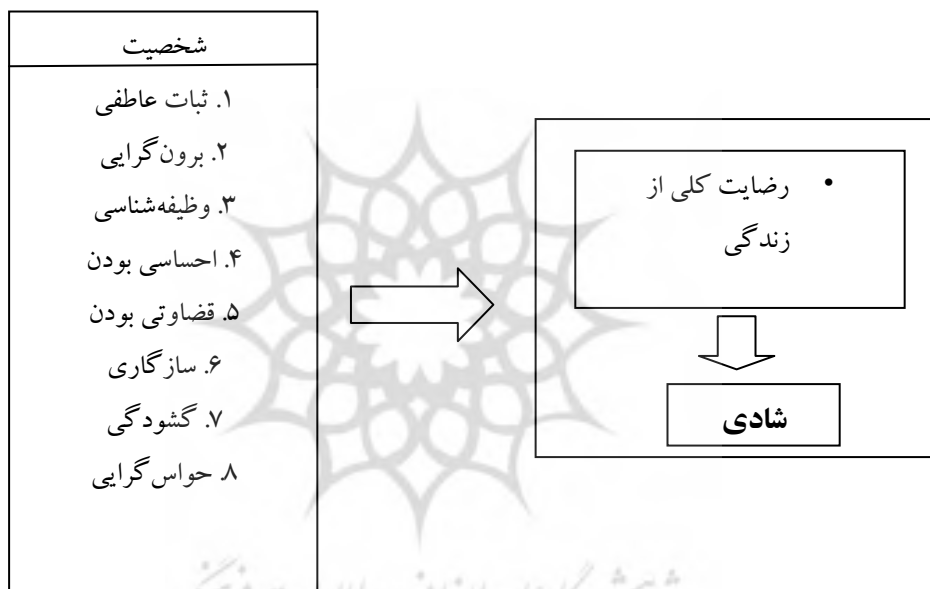
▪ الگوی شادی

چنانچه گفته شد، در این تحقیق از نظریه شناختی به عنوان زیربنای شناخت شادی استفاده شده است. بر اساس این نظریه، شادی از سه جزء اصلی تشکیل شده است: ادراک رضایت از زندگی، وجود احساسات مثبت و عدم وجود احساسات منفی. با توجه به اجزای شادی، دینر و همکارانش، شادی را شامل رضایت کلی از زندگی و برتری احساس مثبت بر احساس منفی تعریف کردند.



شکل ۱: الگوی شادی

▪ الگوی مفهومی



شکل ۳: الگوی مفهومی رابطه بین شخصیت و شادی

▪ روش پژوهش

این پژوهش، از نوع مقطعی و نوع تحقیق از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی و از شاخه پیمایشی است.

جامعه آماری پژوهش، شامل تمامی دانشجویان کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه تهران - پردیس قم در پنج گروه آموزشی حقوق، مدیریت، الهیات، زبان و ادبیات عرب و فلسفه است که در سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ در این دانشگاه تحصیل می‌کرده‌اند؛ لذا آزمودنی‌های پژوهش را ۳۱۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پردیس قم که حجم آن به کمک الگوی تصمیم‌گیری حجم نمونه

کوهن^۱ و کرجسی و مورگان^۲ تعیین و با روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای متناسب، بین مقاطع تحصیلی کارشناسی، ارشد و دکتری انتخاب شده اند، تشکیل می دهند.

جدول ۳: توزیع فراوانی نمونه بر حسب تحصیلات و جنسیت

جمع	مرد	زن	جنسیت
			مقطع تحصیلی
۲۰۷	۷۰	۱۳۷	کارشناسی
۷۸	۴۴	۳۴	کارشناسی ارشد
۲۵	۲۱	۴	دکتری
۳۱۰	۱۳۵	۱۷۵	جمع

ابزار پژوهش: به منظور بررسی جنبه های شخصیت، از مقیاس ترکیبی دو الگوی Big-5 و MBTI که ابعاد مختلف روان رنجوری، برون گرایی، وظیفه شناسی، سازگاری، گشودگی به پذیرش تجربه، احساسی و عاطفی، حواس گرایی و قضاوتی را مورد سنجش قرار می دهد، استفاده شده است.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

1. Cohen

2. Krejcie & Margan

جدول ۴: نمایش متغیر مستقل تحقیق

شماره سؤالات پرسشنامه	ابعاد	متغیر مستقل
۱،۲،۳،۴	روان رنجوری	شخصیت (ترکیبی از الگوی MBTI و BIG-5)
۱۰،۹،۸،۷،۶،۵	برون گرایی	
۱۵،۱۴،۱۳،۱۲،۱۱	وظیفه شناسی	
۲۰،۱۹،۱۸،۱۷،۱۶	سازگاری	
۲۴،۲۳،۲۲،۲۱	گشودگی به پذیرش تجربه	
۲۹،۲۸،۲۷،۲۶،۲۵	احساسی - عاطفی	
۳۴،۳۳،۳۲،۳۱،۳۰	حواس گرایی	
۴۰،۳۹،۳۸،۳۷،۳۶،۳۵	قضاوتی	

روایی پرسشنامه با استفاده از نظرات ۱۲ نفر از خبرگان، تأیید و با توجه به نقطه نظرات آنها به اصلاح آن پرداخته شد. برخی از سؤالات حذف، سؤالات مبهم، رفع و سنجش پایانی پرسشنامه به کمک آزمون آلفا از طریق توزیع پرسشنامه میان ۳۰ نفر از دانشجویان، ۸۵٪ ارزیابی شد. در ضمن، برای بررسی میزان شادی، از پرسشنامه شادی آکسفورد استفاده شده و پاسخها در مقیاس لیکرت از درجه بندی های ۱ تا ۵، از کمی شاد تا خیلی شاد اندازه گیری شده است. پرسشنامه آکسفورد برای سنجش کلی شادی افراد طراحی شده و از پرسشنامه افسردگی بک^۱ پشتیبانی می کند؛ بدین شکل که از چند گویه آن به طور معکوس استفاده می کند و گویه های تکمیلی، جنبه هایی از سرخوشی روانی و شادی درونی را می سنجند. نمرات بالا در این پرسشنامه، نشان دهنده شادی بیشتر است. این پرسشنامه به

طور وسیع در انگلستان و آمریکا به صورت مقایسه میان فرهنگی مورد استفاده قرار گرفته و ترجمه‌های مختلفی از آن وجود دارد. نتایج حاکی از روایی و پایایی بالای این پرسشنامه است. (Stawrt, 2010, P.846)

جدول ۵: نمایش متغیر وابسته تحقیق

متغیر وابسته	ابعاد	شماره سؤالات پرسشنامه
شادی	رضایت کلی از زندگی	۲۹،۲۶،۲۴،۱۹،۱۴،۱۲،۹،۸،۵،۳،۱
	برتری احساسات مثبت بر احساسات منفی	۲۷،۲۵،۲۳،۲۲،۲۱،۲۰،۱۸،۱۷،۱۶،۱۵،۱۳،۱۱،۱۰،۷،۶،۴،۲

در این پژوهش برای سنجش روایی پرسشنامه شادی، از نظرات ۱۲ تن از خبرگان بهره‌مند شدیم که نتایج، روایی بالای پرسشنامه را نشان می‌دهد. همچنین برای تعیین پایایی، پرسشنامه در میان ۳۰ نفر از دانشجویان مقاطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری اجرا شد که آلفای کرونباخ آن ۰.۹۰٪ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی بالای پرسشنامه است.

▪ یافته‌ها

هدف پژوهش حاضر، بررسی تأثیر ابعاد مختلف شخصیت بر شادی دانشجویان است که به کمک تحلیل رگرسیون با استفاده از نرم افزار SPSS16 انجام پذیرفت. با توجه به نتایج به دست آمده، از میان هشت فرضیه فرعی مطرح شده، پنج فرضیه تأیید می‌شود. به گونه‌ای که نتایج نشان داد، به ترتیب بین ابعاد ثبات عاطفی (در مقابل روان‌رنجوری)، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، احساسی بودن و قضاوتی بودن با شادی در سطح $\alpha < 5\%$ رابطه معنی‌دار است.

طبق جدول ۳ نتایج نشان داد که تقریباً ۴۵ درصد تغییرات متغیر شادی توسط ابعاد شخصیت که در تحقیق آمده پیش‌بینی می‌شود و ۵۵ درصد باقیمانده متأثر از عواملی چون: سلامتی، سن، روابط اجتماعی، وضعیت تأهل، امنیت سیاسی، رشد فردی و سایر عواملی است که در ادبیات پژوهش ذکر

۱۷ **◆** بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان

شده، اما بیرون از معادله رگرسیون ما قرار دارد. بر اساس نتایج حاصل، فرضیه اصلی تحقیق مبنی بر وجود رابطه معنی دار میان ابعاد مختلف شخصیت با شادی، تأیید می شود.

جدول ۶: توصیف الگو

الگو	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب همبستگی تعدیل شده	Std Error of Estimate
۱	۰/۶۶۹	۰/۴۴۷	۰/۴۳۰	۰/۴۰۰۸۶

جدول ANOVA به منظور بررسی قطعیت وجود رابطه خطی بین شخصیت و شادی است و همان طور که جدول ۵ نشان می دهد، مقدار Sig به دست آمده کمتر از ۵ درصد است. پس فرض خطی بودن رابطه متغیرهای شخصیت و شادی تأیید می شود و این نشان دهنده آن است که الگوی رگرسیون، توانسته است تغییرات در متغیر وابسته شادی را توضیح دهد. بر این اساس، با توجه به تحلیل‌های انجام شده توسط آزمون، فرض صفر رد و فرضیه اصلی تحقیق تأیید می شود؛ بدین معنی که بین شخصیت و تحلیل رفتگی در میان دانشجویان رابطه معنی داری وجود دارد.

جدول ۷: ANOVA

الگو	مجموع مربعات	میانگین مربعات	F	Sig
رگرسیون	۳۳/۲۹۴	۴/۱۶۲	۲۵/۹۰۰	۰/۰۰۰
باقیمانده	۴۱/۱۳۶	۰/۱۶۱		
کل	۷۴/۴۳۰			

جدول ضریب نشان می دهد که بر اساس سطح معنی داری آزمون t متغیرهای سازگاری، گشودگی و حواس گرایی رابط معنی داری با متغیر وابسته ندارند و از معادله حذف می شوند. همان گونه که جدول ۶

نشان می‌دهد، ثبات عاطفی در مقابل روان‌رنجوری، بیشترین تأثیر را در پیش‌بینی شادی دانشجویان دارد و بعد از آن، به ترتیب: برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، احساسی بودن و قضاوتی بودن قرار دارند.

جدول ۸: آزمون T یک نمونه‌ای شخصیت

الگوی	تغییرات غیر استاندارد شده		تغییرات استاندارد شده	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
Constant	۰/۶۱۸	۰/۱۵۱		۴/۰۸۴	۰/۰۰۰
روان رنجوری	۰/۲۱۲	۰/۰۳۲	-۰/۳۴۰	۶/۶۱۳	۰/۰۰۰
وظیفه‌شناسی	۰/۱۴۷	۰/۰۴۴	۰/۱۸۴	۳/۳۳۰	۰/۰۰۱
سازگاری	-۰/۰۲۲	۰/۰۵۵	-۰/۰۲۲	-۰/۴۰۳	۰/۶۸۷
گشودگی به پذیرش تجربه	-۰/۰۱۶	۰/۰۳۸	-۰/۰۲۴	-۰/۴۲۹	۰/۶۶۸
احساسی و عاطفی	۰/۱۳۱	۰/۰۵۱	۰/۱۳۰	۲/۵۹۲	۰/۰۱۰
حواس‌گرایی	۰/۰۶۲	۰/۰۴۹	۰/۰۷۰	۱/۲۸۰	۰/۲۰۲
قضاوتی	۰/۰۹۱	۰/۰۴۱	۰/۱۱۶	۲/۲۳۹	۰/۰۲۶
برون‌گرایی	۰/۱۸۴	۰/۰۴۸	۰/۲۴۱	۳/۸۵۹	۰/۰۰۰

نتیجه‌گیری و پیشنهاد

نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که تقریباً ۴۵ درصد تغییرات متغیر شادی توسط ابعاد شخصیت که در تحقیق آمده است، پیش‌بینی می‌شود. این نتیجه با نتایج مطالعات پیشین کاملاً همخوانی دارد. در الگوی

۱۹ ◆ بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان

رگزیون، معنی دارترین پیش‌بینی‌کننده‌های شادی: ثبات عاطفی (در مقابل روان‌رنجوری) و بعد از آن به ترتیب: برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، احساسی بودن و قضاوتی بودن قرار دارند. سازگاری، گشودگی به پذیرش تجربه و حواس‌گرایی، پیش‌بینی‌کننده‌های چندان معنی‌داری برای شادی نبودند. با توجه به نتایج، به منظور توسعه شادی در میان دانشجویان، طبق نظر محققان مختلف می‌توان تأکید کرد که تا حدی می‌توان در تعدیل ویژگی‌های شخصیتی نفوذ کرد؛ لذا چنانچه توسعه شادی یکی از اهداف مدیران باشد، می‌توانند از طرق مختلف در آن تأثیر بگذارند و به کمک شیوه‌های مدیریتی به توسعه ویژگی‌هایی از قبیل ثبات عاطفی (در مقابل روان‌رنجوری)، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و احساسی بودن پردازند. توسعه این ویژگی‌ها و چگونگی آن می‌تواند موضوع جالبی برای تحقیقات بعدی باشد؛ لذا پیشنهاد می‌شود که محققان علاوه بر سنجش موضوع در محیط‌های دیگر به منظور کسب اعتبار بیشتر، در مورد نوع شخصیت مؤثر در شادی، مطالعه و تحقیق کنند.



منابع

- قرآن کریم.
- دانش، شکرالله (۱۳۸۴)؛ **شادی و نشاط در متون اسلامی**، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- زارعی متین، حسن؛ مریم احمدی زهرانی و زلفا حق‌گویان (۱۳۸۸)؛ «**نقش دانشگاه در ایجاد عوامل مؤثر بر شادی**»، فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، سال سیزدهم، ش ۲ (پیاپی ۴۲)، ص ۲۷-۴.
- طریقه‌دار، ابوالفضل (۱۳۸۳)؛ **شرع و شادی**، [بی‌جا]، حضور.
- کلینی، محمدبن یعقوب (۱۳۷۵)؛ **اصول کافی**، ترجمه سید جواد مصطفوی، [بی‌جا]، ولیعصر.
- لقمانی، احمد (۱۳۸۶)؛ **نگاهی نو در آئینه معارف به: خنده، شوخی، شادمانی، قم، بهشت**، بینش.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق)؛ **بحارالانوار**، بیروت، موسسه الوفاء.
- محمدی ری‌شهری، محمد (۱۳۶۲)، **میزان الحکمه**، قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه.
- Argyle, M. (1997). "Is Happiness a Cause of Health?", *Psychology & Health*, 12 (6), P.769-781.
- Bagheri, B & F. Akbarizadeh (2010). "The Relationship between Nurses' Spiritual Intelligence and Happiness in Iran", *Procedia Social and Behavioral Sciences*, P.1556-1561.
- Bakker, A.B.; K.I. Van der zee & Kerry A. Levig (2006). "The Relationship between the Big Five Personality Factors and Burnout: a Study Among Volunteer Counselors", *The Journal of Social Psychology*, Vol.146, No.1, P.31-50.
- Boehm, J. & S. Lyubomirsky (2007). "Does Happiness Promote Career Success?", *Journal of Career Assessment*, 16, P.101.
- Brebner, J. (1998). "Happiness and Personality", *Personality and Individual Differences*, 25, P.279-296.
- Brebner, J. (2001). "Personality and Stress Coping", *Personality and Individual Differences*, 31, P.317-327.

- Brown, F.W. (2008). "The Myers-Briggs Type Indicator and Transformational Leadership", *Journal of Management Development*, Vol.28, No.10, P.916-932.
- Burke, R.J. (2006). "Workaholism, Organizational Life and well-being of Norwegian Nursing Staff", *Career Development International*, Vol.11, No.5, P.463-47.
- Chamorro-Premuzic, T. & E. Bennett (2007). "The Happy Personality: Meditational Role of Trait Emotional Intelligence", *Personality and Individual Differences*, 42, P.1633-1639.
- Furnham, A. & H. Cheng (2003). "Personality, Self-Esteem, and Demographic Predictions of Happiness and Depression", *Personality and Individual Differences*, 34, P.921-942.
- Demir, M. & M. Ozdemir (2010). "Friendship, Need Satisfaction and Happiness", *J. Happiness Stud*, 11, P.243-259.
- Duncan, G. (2010). "After Happiness", *Journal of Political Ideologies*, 12:1, P.85-108.
- Elliott, J. & S. Coker (2010). "Independent Self-Construal, Self-Reflection, and Self-Rumination: A Path Model for Predicting Happiness", *Australian Journal of Psychology*.
- Galati, D. & M. Manzano (2008). *The Subjective Components of Happiness and their Attainment: a Cross-Cultural Comparison between Italy and Cuba Social Science Information SAGE Publications*, London, Thousand Oaks, CA and New Delhi, Vol.45 (4), P.601-630.
- 15-GAVIN.J.H, MASON.R.O.(2004). The Virtuous Organization: Gong, L. (2007). "Is Happy Better than Sad Even if they are both Non-Adaptive? Effects of Emotional Expressions of Talking-Head Interface Agents", *Int. J. Human, Computer Studies*, 65, P.183-191.
- Hosie, P.J. (2009). "Does the "Happy-Productive Worker" thesis Apply to Managers?", *International Journal of Workplace Health Management*, Vol.2, No.2, P.131-160.
- Lu, L. & J.B. Shih (1997). "Personality and Happiness: is Mental Health a Mediator?", *Personality and Individual Differences*, Vol.22, No.2, P.249-256.
- Lu, L.; R. Gilmour & S. Kao (2001). "Two Ways to Achieve Happiness", *Personality and Individual Differences*, 30, P.1161-1174.
- Lyubomirsky.S, King.L, Diener.ED.(2005). **The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?** *Psychological Bulletin*, Vol. 131, No. 6, 803-855.
- Lyubomirsky, S.; C. Tkach & M.R. Dimatteo (2006). "What are the Differences between Happiness & Self-Esteem?", *Social Indicators Research*, 78, P.363-404.

- Rammstedt, B. (2007). "Who Worries and who is Happy? Explaining Individual Differences in Worries and Satisfaction by Personality", *Personality and Individual Differences*, 43, P.1626-1634.
- Stewart, M.E.; K.P. Ebmeier & I.J. Deary (2005). "Personality Correlates of Happiness and Sadness: EPQ-R and TPQ Compared", *Personality and Individual Differences*, 38, P.1085-1096.
- Stewart, M.E. & R. Watson (2010). "A Hierarchy of Happiness? Mokken Scaling Analysis of the Oxford Happiness Inventory", *Personality and Individual Differences*, 48, P.845-848.
- Tallman, R.J. (2008). "Relating Employees' Psychological Contracts to their Personality", *Journal of Managerial Psychology*, Vol.23, No.6, P.688-712.
- Vilterso, J. (2001). "Personality Traits and Subjective well-being", *Personality and Individual Differences*, 31, P.903-914.
- Zhang, L. (2003). "Does The Big Five Predict Learning Approaches?", *Journal of Personality and Individual Differences*, Vol.34, P.1431-1446.

