

**رابطه رضایت از زندگی و عوامل برون‌گرایی  
شخصیت در آزمون‌های نئو و آیزنگ در دانشجویان  
رشته‌های مختلف دانشگاه‌های تهران**

روشنک خدابخش پیر کلانی\*، نیلوفر کلانی<sup>✉</sup> و مهرانگیز پیوسته گر<sup>\*\*\*</sup>

**چکیده**

هدف مطالعه حاضر بررسی تأثیر عوامل شخصیتی برون‌گرایی بر سطح رضایت از زندگی بوده است. نمونه مورد مطالعه شامل ۲۲۴ نفر از دانشجویان دانشگاه تهران و الزهراء بودند. این دانشجویان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از دو آزمون پنج‌عاملی نئو(فرم کوتاه) و شخصیت آیزنگ استفاده شد. این آزمون‌ها مؤلفه‌های متفاوتی از برون‌گرایی را در بر دارند. برای سنجش متغیر رضایت از زندگی از پرسشنامه رضایت از زندگی داینر استفاده شد. نتایج حاصل نشان داد رابطه رضایت از زندگی با برون‌گرایی در آزمون نئو در سطح  $\alpha 1\%$  معنادار بود. اما در آزمون آیزنگ، رابطه رضایت از زندگی و برون‌گرایی معنادار نشد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد رضایت از زندگی با دو مقیاس هیجانات مثبت و فعالیت، از شاخص برون‌گرایی آزمون نئو، رابطه معنادار دارد. احتمالاً رضایت از زندگی با مفهوم کلی برون‌گرایی رابطه ندارد، اما بروز هیجانات مثبت چون شادی و فعالیت در بالا بردن سطح رضایت از زندگی افراد مؤثر است.

**کلید واژه‌ها**

رضایت از زندگی، شخصیت، برون‌گرایی؛ دانشجویان رشته‌های مختلف

\* استادیار گروه روانشناسی دانشگاه الزهراء(س)

<sup>✉</sup> کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

<sup>\*\*\*</sup> دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه الزهراء(س)

تاریخ دریافت: ۱۳۹۱/۱۲/۲۰

## مقدمه

موضوعی که اخیراً مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته، این است که، چرا بعضی افراد از بعضی دیگر راضی‌تر هستند؟ رضایت از زندگی لازمه یک زندگی مفید، مؤثر و رضایت‌بخش فردی است. رضایت از زندگی، شامل ارزیابی شناختی افراد از شرایط زندگی خود است (یادگاری، ۱۳۸۴). در واقع می‌توان رضایت از زندگی را مفهومی کلی و ناشی از نحوه ادراک شناختی و عاطفی شخص از کل زندگی دانست. افراد با احساس رضایت بالا از زندگی هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و از خود، گذشته و آینده خود و نیز از دیگران، رویدادها و حوادث پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند و آن‌ها را خوشایند توصیف می‌کنند. در حالی که افرادی با احساس رضایت پایین از زندگی، خود، گذشته و آینده خود، دیگران و نیز رویدادها و موقعیت‌های زندگی خود را نامطلوب ارزیابی کرده و هیجان‌های منفی مانند اضطراب و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند (یادگاری، ۱۳۸۴). کسب رضایت از زندگی هدف نهایی بشر است و این مهم با عوامل بسیاری ارتباط دارد. به اعتقاد روان‌شناسان رضایت از زندگی در نتیجه تجربه هیجان‌های مثبت در زندگی نشأت می‌گیرد (کییز، شموتکین و ریف<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). از دیدگاه آن‌ها رضایت از زندگی هم از برآیند شرایط محسوس زندگی نظیر تحصیل، زندگی زناشویی، شغل و به طور کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می‌شود و هم متأثر از حالات درونی و ادراکات شخص است که به آن رضایت ذهنی اطلاق می‌شود. شناسایی عوامل مرتبط با رضایت از زندگی کار چندان ساده‌ای نیست (داینر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹). در پنجاه سال گذشته، بیش‌تر تلاش روان‌شناسان بالینی بر درمان کمبودها و رفع ناتوانی‌ها متمرکز بوده است، اما روان‌شناسی مثبت به افزایش شادمانی و سلامت و رضایت از زندگی و مطالعه علمی درباره نقش نیرومندی‌های شخصی و سامانه‌های اجتماعی مثبت در ارتقای سلامت بهینه تأکید دارد (گادلک و کارین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). در این دیدگاه علمی تمرکز بر سلامتی و بهزیستی از جنبه مثبت و نیز توضیح و تبیین ماهیت و بهزیستی روان‌شناختی است (لاورنس و هرینگر<sup>۴</sup>، ۱۹۹۸).

- 
1. Keyes, Shmotkin & Ryff
  2. Diner
  3. Gudelach & kreine
  4. Lawrence & Herrerger

رابطه رضایت از زندگی و عوامل برونگرایی شخصیت در آزمون‌های نئو و آیزنگ در..... ۱۰۳

این رویکرد که روان‌شناسی انسان‌گرایانه نامیده می‌شود، انسان‌های تندرست را نیز به حساب می‌آورد و تنها به بیماری توجه نمی‌کند، بلکه نیاز فردی و جمعی ما را به تحقق بخشیدن به خود، یا متجلی کردن بخش‌های بزرگ‌تری از نیروی بالقوه درون را نیز مد نظر قرار می‌دهد (نجمی، ۱۳۸۲).

بدون شک سلامت افراد جامعه اهمیت بسزایی دارد. جوامع انسانی بدون حفظ سلامت و رعایت بهداشت نمی‌توانند بقا و استمرار خود را حفظ کنند. بیماری و ناتوانی روابط انسانی را مختل و در نتیجه احساس امنیت و همبستگی را از انسان سلب می‌کند، پس طبیعی است که علم طب با هدف دستیابی به اطلاعات جدید همواره در حفظ و بهبود سلامت جامعه تلاش می‌کند. همان‌طور که سلامت جسمانی افراد یک جامعه اهمیت شایانی دارد، حفظ بهداشت و سلامت روانی فرد فرد جامعه نیز باید به‌طور خاص توجه شود (شهیدی و حمدیه، ۱۳۸۱) در دهه‌های اخیر روان‌شناسان برای پاسخگویی به پرسش‌های متعدد درباره تفاوت‌های فردی رضایت از زندگی، ابعاد مختلف شخصیت را بررسی کرده‌اند و افراد را به تیپ‌های شخصیتی متفاوت تقسیم کرده‌اند و در پژوهش‌های متعدد رابطه این تیپ‌های شخصیتی با مقوله‌های متفاوتی سنجیده شده تا در برنامه‌های مختلف اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، آموزشی از این دستاوردها استفاده شود. به عقیده بسیاری از روان‌شناسان ویژگی درون‌گرایی و برون‌گرایی هسته مرکزی شخصیت انسان است (لیندن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۰).

مشهورترین تیپ‌شناسی بی‌شک تیپ‌شناسی یونگ است. پیش از یونگ دانشمندان دیگری هم به این معنی توجه داشته‌اند، ولی یونگ در این باب به‌طور دقیق پژوهش و مطلب را به تفصیل بیان کرده است.

از دیدگاه یونگ ۲ نوع سازمان شخصیت وجود دارد: درون‌گرایی و برون‌گرایی. درون‌گراها بر دنیای درونی، افکار و شهودها، هیجان‌ات و حیات تمرکز می‌کنند. اما افراد برون‌گرا بیش‌تر به دنیای خارج، سایر افراد و مادیات توجه دارند. هر شخص ترکیبی از هر دو این‌هاست (فیض آبادی، ۱۳۸۶)

درون‌گرایی و برون‌گرایی اصطلاحات کلی هستند که در آزمون‌های شخصیت سنجیده

می‌شوند. برون‌گرا متوجه دنیای بیرون، اشخاص و امور بیرونی است، آن‌ها هنگام انجام‌دادن فعالیت‌های گروهی و حضور دیگران شاد هستند. اما در تنهایی احساس کمبود و تنها شدن می‌کنند (فیض‌آبادی، ۱۳۸۶). رویکرد دیگری که در روان‌شناسی برای بررسی شخصیت، ویژگی درون‌گرایی و برون‌گرایی را در نظر می‌گیرد، رویکرد صفات است. در این رویکرد افراد بر حسب صفات طبقه‌بندی می‌شوند (اسکولتز، ۱۳۸۶). از میان نظریه‌پردازان رویکرد صفات، آیزنگ<sup>۱</sup> (۱۹۶۵) به طور مفصل به بررسی تفاوت‌های برون‌گراها و درون‌گراها از جنبه‌های مختلفی چون تفاوت‌های مزاجی و ریخت‌شناسی و رفتار فردی اقدام کرده است. به طور کلی او بر اساس تحلیل‌های عاملی متعدد روی داده‌های شخصیتی که از سراسر دنیا جمع‌آوری شده، سه بعد شخصیت را معرفی می‌کند (برون‌گرایی و درون‌گرایی، روان‌رنجورخویی و روان‌پریش‌خویی)، و برای هر بعد صفتهایی را ذکر می‌کند. به عقیده او صفتهای برون‌گرایی بشرح فوق است: مردم‌آمیزی و سرزنده بودن، فعال و جسور، هیجان‌خواه و بی‌خیال، سلطه‌گر و خطرگو بودن (اسکولتز، ۱۳۸۶).

مک‌کری و کاستا (۱۹۸۷-۱۹۸۵)، نیز در نظریه جدیدتر، پنج عامل اصلی در شخصیت را مشخص کردند. این عوامل عبارت هستند از: روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی و گشودگی و خوشایندی و وظیفه‌شناسی. کاستا و مک‌کری شش جنبه حیطه برون‌گرایی را این‌گونه معرفی می‌کنند: گرم بودن، معاشرتی بودن، ابراز وجود، فعال بودن، هیجان‌خواهی، هیجان مثبت (فتحی آشتیانی، ۱۳۸۸).

زانگ<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) نشان دادند که برون‌گرایی پیش‌بین جالب توجهی در رضایت از زندگی است، اما نمونه او به یک گروه شغلی محدود بود. قبل از آن شای<sup>۳</sup> و همکارانش (۲۰۰۷) در نمونه سنگاپوری و استرالیایی خود رابطه برون‌گرایی را با رضایت از زندگی مثبت ارزیابی کردند، اما در بعضی از پژوهش‌ها رابطه بعضی مؤلفه‌های برون‌گرایی چون عاطفه مثبت با رضایت از زندگی به اثبات رسید نه با مفهوم کلی برون‌گرایی؛ مانند پژوهش میشل<sup>۴</sup> و همکارانش (۲۰۱۰)، در بسیاری از پژوهش‌ها نیز به طور غیر مستقیم رابطه برون‌گرایی با

- 
1. Eysenck
  2. Zhang
  3. Shyh
  4. Michel

رضایت از زندگی به اثبات رسیده است؛ مثلاً سلحشور (۱۳۷۸) نشان داد میزان شادمانی در دانشجویانی که شخصیت برون‌گرایی دارند نسبت به دانشجویانی که شخصیت درون‌گرا دارند به صورت معناداری بیش‌تر است و از آنجایی که بر طبق پژوهش‌ها شادی و بروز هیجانات مثبت در افزایش سطح بهداشت روانی و رضایت از زندگی مؤثر است می‌توان گفت احتمالاً افزایش برون‌گرایی در افزایش سطح رضایت از زندگی مؤثر خواهد بود.

ابزارهای سنجش متفاوت که از نظریه‌های متفاوتی نشأت گرفته‌اند، شاخص‌های متفاوتی از مقیاس برون‌گرایی را می‌سنجند و در واقع پاسخ به این سؤال روشن خواهد شد، که آیا رضایت از زندگی با مفهوم کلی برون‌گرایی ارتباط دارد (پژوهش‌های شای و همکاران، ۲۰۰۷) یا تنها با بعضی از شاخص‌های این مقیاس مرتبط است (پژوهش‌های میشل و همکاران، ۲۰۱۰). با توجه به اینکه بین عامل برون‌گرایی مک کری و کاستا و برون‌گرایی نظریه آیزنگ شباهت‌هایی وجود دارد، اما همه شاخص‌های مقیاس برون‌گرایی این دو نظریه با هم یکسان نیست. لذا از میان نظریه‌پردازان رویکرد صفت، «ایزنگ» و «مک کری و پیل کاستا» انتخاب شدند. رابرت مک کری و پل کاستا در شرح عامل برون‌گرایی شخصیت، صفات معاشرتی، حراف، لذت‌جو و با محبت را مطرح می‌کنند (شولتس و شولتس، ۱۳۸۷)، اما آیزنگ شخص برون‌گرا را فردی معرفی می‌کند که مهمانی را دوست دارد، دوستان زیادی دارد، به حرف زدن با مردم نیاز دارد، مطالعه و نوشتن را در تنهایی دوست ندارد، هیجان‌خواه است و اهل ریسک. اهل مزاح است، خندیدن و شادی را دوست دارد و قبل از فکر کردن دست به عمل می‌زند، خلقش به سرعت تغییر می‌کند، روی احساسات خود کنترل ندارد و اغلب قابل اعتماد نیست (ایزنگ، ۱۹۶۴). تاکنون کم‌تر پژوهشی در کشور به بررسی رابطه شاخص‌های برون‌گرایی با رضایت از زندگی از طریق مقایسه نتایج دو آزمون پرداخته است. بدین ترتیب هدف پژوهش حاضر بررسی اهمیت و تأثیر شاخص‌های برون‌گرایی افراد در رضایت از زندگی آن‌ها بود که در راستای آن سؤال زیر بررسی شد:

آیا رضایت از زندگی با مفهوم کلی برون‌گرایی ارتباط دارد، یا تغییر ابزار آزمایشی به منظور سنجش تأثیر مقیاس‌های متفاوت شاخص برون‌گرایی در این ارتباط مؤثر است؟

## روش

پژوهش حاضر از نوع پس‌رویدادی و همبستگی است، جامعه مورد مطالعه دانشجویان دانشگاه‌های تهران بوده‌اند. این دانشجویان از بین دانشگاه الزهراء (به دلیل در دسترس بودن نمونه برای پژوهشگر) و دانشگاه تهران (به دلیل داشتن جمعیت بیش‌تر و دارا بودن تمام رشته‌های تحصیلی) انتخاب شدند. نمونه مورد مطالعه از ورودی‌های سال‌های ۸۷ و ۸۸ دوره کارشناسی بودند. اعضای نمونه با در نظر گرفتن هم‌تا بودن آن‌ها از نظر سطح تحصیلات و سن انتخاب شدند (برای کنترل تأثیر سنوات) و پرسشنامه‌ها بر آن‌ها اجرا شد.

پژوهش حاضر از انواع پژوهش‌های کاربردی است و جامعه آماری دانشجویان ورودی مقطع کارشناسی سال‌های ۸۷ و ۸۸ از چهار رشته در دانشگاه تهران و الزهراء بودند. این دانشجویان با استفاده از شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. حجم نمونه با در نظر گرفتن تعداد ورودی رشته‌های مورد مطالعه در دو سال (۸۸ و ۸۷) و با توجه به جدول مرگان (حسن زاده، ۱۳۹۲) تعیین شد. در نهایت ۲۲۴ نمونه انتخاب شد. این افراد پرسشنامه‌های شخصیتی آیزنگ، رضایت از زندگی داینر، ابعاد پنج‌گانه شخصیت نئو را تکمیل کردند.

در این پژوهش ابزار گردآوری داده‌ها به شرح زیر بود:

**پرسشنامه شخصیتی آیزنگ:** آزمون بزرگسال آیزنگ ۵۷ سؤال دارد. این آزمون سه بعد برون‌گرایی و درون‌گرایی و روان‌رنجوری را ارزیابی می‌کند. آیزنگ در سال ۱۹۶۳، برای سنجش برخی جنبه‌های شخصیت از جمله درون‌گرایی و برون‌گرایی آزمون را تدوین کرد. این پرسشنامه را براهنی در ایران، در سال ۱۳۴۵، برای اولین بار ترجمه کرده است و در سال ۱۳۷۰، خود او آن را هنجاریابی کرده است، آزمون شامل سه مقیاس است: مقیاس روان‌نژندی (N)، مقیاس درون‌گرایی - برون‌گرایی (E)، و مقیاس دروغ‌سنجی (L). در پرسشنامه آیزنگ به هر پاسخی که شبیه کلید مقیاس E باشد یک نمره تعلق می‌گیرد؛ ۲۴ سؤال از این آزمون مربوط به مقیاس برون‌گرایی است. نمره زیاد در مقیاس برون‌گرایی معرف اجتماعی بودن - تحریک‌پذیری، فعال بودن - شوخ‌طبعی، حاضر جوابی و خوشبینی آزمودنی است، این افراد دارای بازداری‌های کم‌تری بوده و نمی‌توانند احساسات و عواطف خویش را کنترل کنند (پشم‌فروش، ۸۴-۱۳۸۳).

رابطه رضایت از زندگی و عوامل برونگرایی شخصیت در آزمون‌های نئو و آیزنگ در..... ۱۰۷

آیزنگ ضریب اعتبار درونی (آلفای کرونباخ) را برای مردان  $N/78, E/90, p/78$  و برای زنان  $N/85, E/85, p/70$  به دست آورده است (فتیحی آشتیانی، ۱۳۸۸).  
در نمونه ایرانی ضریب اعتبار با روش بازآزمایی به فاصله دو ماه به این شرح گزارش شده است:  $N/89, L/88, E/92, P/72$  که نشان‌دهنده اعتبار بسیار بالا و مقبول این تست است (پشم فروش، ۸۴-۱۳۸۳).

**آزمون NEO-PI-R:** با توجه به پیچیدگی و طولانی بودن NEO-PI-R و از همه مهم‌تر تمایل نداشتن آزمودنی به ابزار طولانی در موقعیت‌های بالینی و پژوهشی، نسخه کوتاهی از NEO-PI-R با عنوان پرسشنامه پنج عاملی (NEO-FFI) طراحی شد. این پرسشنامه شامل ۶۰ سؤال است (کاستا و مک کری ۲۰۰۸). به هر یک از ۵ عامل، ۱۲ سؤال اختصاص داده شده است که به هر سؤال باید در مقیاس لیکرت کاملاً مخالفم، مخالفم، نظری ندارم، موافقم و کاملاً موافقم پاسخ داده شود.

بکر (۲۰۰۶)، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های  $N, E, O, A, C$  را به ترتیب  $0.86, 0.76, 0.71, 0.77, 0.84$  ذکر کرد (بکر ۲۰۰۶). ضریب پایایی بازآزمایی در دانشجویان آمریکایی با فاصله سه ماه  $0.75$  تا  $0.83$  بود. برای خرده مقیاس‌های روان‌رنجورخویی، برونگرایی و تجربه‌پذیری ضریب پایایی با فاصله شش سال  $0.68$  تا  $0.83$  و برای توافق‌پذیری و وجدان‌گرایی با فاصله دو سال به ترتیب  $0.79$  و  $0.63$  گزارش شده است (فتیحی آشتیانی، ۱۳۸۸).

**پرسشنامه رضایت از زندگی داینر:** پرسشنامه رضایت از زندگی در این پژوهش، رضایت فعلی و سطح کلی رضایت و بهزیستی فرد را می‌سنجد. این پرسشنامه را داینر و همکاران تهیه کرده‌اند و بر اساس مقیاس لیکرت طراحی شده است و پاسخ‌ها در دامنه قویاً موافق (۷) تا قویاً مخالف (۱) قرار دارد. و به این ترتیب بیش‌ترین نمره یا سطح رضایت از زندگی ۳۵ و کم‌ترین آن ۵ است. اعتبار و روایی پرسشنامه داینر  $0.87$  بوده است. این پرسشنامه را خسروی (۱۳۸۱) ترجمه کرده است. اعتبار و روایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ  $0.88$  محاسبه شده است (خسروی، ۱۳۸۳).

## یافته‌ها

جدول ۱: مشخصه‌های آماری رضایت از زندگی برون‌گراها و درون‌گراها

جمع	درون‌گرا	برون‌گرا	
۱۵۴	۴۲	۱۱۲	رضایت‌مند از زندگی
۷۰	۲۵	۴۵	ناراضی از زندگی
۲۲۴	۶۷	۱۵۷	جمع

همان‌طور که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، ۱۱۲ (۷۱٪) نفر از افراد نمونه هم برون‌گرا بوده و هم از زندگی راضی هستند، حال آن که ۴۲ (۶۲٪) نفر از افراد درون‌گرا از زندگی خود راضی هستند.

جدول ۲: مشخصه‌های آماری رضایت زندگی و عوامل شخصیتی برون‌گرایی در آزمون نئو و آیزنک در گروه نمونه مورد مطالعه

	رضایت زندگی		عوامل شخصیتی برون‌گرایی		
	میانگین	انحراف استاندارد	آزمون نئو	آزمون آیزنک	
کل گروه نمونه	۷۲/۲۰	۸۶/۵	۷۹/۲۸	۱۸/۷	۶۲/۳
مؤنث	۹۰/۲۰	۱۰/۶	۰۹/۲۹	۲۹/۷	۵۸/۳
مذکر	۳۰/۲۰	۲۷/۵	۹۲/۲۷	۹۲/۶	۷۱/۳
مجرد	۸۶/۲۰	۸۱/۵	۵۴/۲۸	۰۱/۷	۷۲/۳
متاهل	۷۱/۱۹	۱۹/۶	۶۲/۳۰	۴۲/۸	۸۶/۲
دانشگاه الزهراء	۶۷/۲۰	۷۲/۵	۶۱/۲۷	۸۶/۸	۵۶/۳
دانشگاه تهران	۷۳/۲۰	۹۲/۵	۶۷/۳۱	۳۱/۷	۴۶/۳
پزشکی	۷۸/۲۱	۲۱/۷	۳۸/۲۷	۰۴/۵	۴۴/۳
مهندسی	۷۰/۱۹	۱۰/۶	۰۵/۲۸	۰۰/۶	۰۴/۴
علوم انسانی	۴۷/۲۰	۶۵/۵	۳۸/۲۷	۰۴/۵	۴۲/۳
هنر	۲۰/۲۱	۶۰/۴	۰۵/۲۸	۶	۵۱/۳

جدول ۲ اطلاعات توصیفی نمرات رضایت از زندگی و عوامل شخصیتی برون‌گرایی در آزمون نئو و آزمون آیزنک گروه نمونه را نشان می‌دهد.



رابطه رضایت از زندگی و عوامل برون‌گرایی شخصیت در آزمون‌های نئو و آیزنگ در..... ۱۰۹

به منظور بررسی رابطه رضایت از زندگی با برخی از مؤلفه‌های برون‌گرایی از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، بر اساس آزمون نئو رابطه رضایت از زندگی با برون‌گرایی معنادار بوده است، اما این رابطه با آزمون آیزنگ معنادار نبوده است.

جدول ۳: نتایج آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه مقیاس رضایت زندگی داینر و مقیاس برون‌گرایی نئو و آیزنگ

آزمون	تعداد	میانگین	انحراف‌استاندارد	r	p
رضایت از زندگی داینر	۱۰۷	۲۴/۲۰	۰۹/۶	۴۱۶/۰	۰۰۰/۰
خرده مقیاس برون‌گرایی نئو	۱۰۷	۷۹/۲۸	۱۸/۷		
خرده مقیاس برون‌گرایی آیزنگ	۱۱۶	۷۱/۱۳	۶۲/۳	-۰۴۴/۰	۶۴/۰

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد رابطه مقیاس رضایت زندگی داینر و مقیاس برون‌گرایی نئو در سطح ۰/۰۱ معنادار است. همچنین نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد رابطه مقیاس رضایت زندگی داینر و مقیاس برون‌گرایی آیزنگ در هیچ یک از سطوح آماری معنادار نیست.

### نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی رضایت از زندگی از روی مقیاس برون‌گرایی نئو

جدول ۴: جدول ضریب همبستگی، ضریب تعیین و ضریب تعیین تعدیل شده برای رضایت از زندگی و برون‌گرایی نئو

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> تعدیل شده
	۴۱۶/۰	۱۷۳/۰	۱۶۵/۰

همان‌طور که از جدول ۴ پیداست ۱۷٪ تغییرات متغیر رضایت از زندگی با توجه به متغیر برون‌گرایی تبیین پذیر است.

جدول ۵: جدول ضراب رگرسیون برای رضایت از زندگی و برون‌گرایی نئو

B	خطای استاندارد	$\beta$	t	p
مقدار ثابت ۰۸۲/۱۰	۲۳۴/۲		۵۱۳/۴	۰۰۰/۰
نئو ۳۵۳/۰	۰۷۵/۰	۴۱۶/۰	۶۸۶/۴	۰۰۰/۰

$$\leftarrow X583/0 + 0.82/10 = \text{معادله رگرسیون}$$

بعد از به‌دست آوردن نتایج درباره رابطه رضایت از زندگی با برون‌گرایی از آنجا که این رابطه تنها با از موم نئو معنادار بود، تأثیر هر یک از شاخص‌های مقیاس برون‌گرایی آزمون نئو بر رضایت از زندگی بررسی شد؛ طبق نتایج مندرج در جدول ۵ این رابطه با عاطفه مثبت و فعالیت معنادار، اما با جامعه‌پذیری معنادار نبود.

جدول ۶: ماتریس همبستگی چند متغیری بین مقیاس رضایت از زندگی داینر و شاخص‌های مقیاس برون‌گرایی نئو

رضایت از زندگی داینر	جامعه‌پذیری	عاطفه مثبت	فعالیت
رضایت از زندگی داینر	۰۰۰/۱		
جامعه‌پذیری	۰۹۵/۰	۰۰۰/۱	
عاطفه مثبت	**۵۲۰/۰	**۴۶۸/۰	۰۰۰/۱
فعالیت	**۴۳۶/۰	*۲۳۲/۰	*۵۶۶/۰

\*\* $p < 0.001$  \*  $P < 0.05$

جدول ۷: نتایج آزمون t برای مقایسه رضایت زندگی در دانشجویان مؤنث و مذکر و مجرد و متأهل

جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	p
مؤنث	۱۵۶	۹۰/۲۰	۱۰/۶		
مذکر	۶۷	۳۰/۲۰	۲۷/۵	۷۴/۰	۴۶/۰
مجرد	۱۹۵	۸۶/۲۰	۸۱/۵		
متأهل	۲۸	۷۱/۱۹	۱۹/۶	۹۲/۰	۳۶/۰

همان‌طور که از جدول ۷ پیداست میان افراد مجرد با متأهل همین‌طور مؤنث با مذکر در سطح رضایت از زندگی تفاوت معناداری دیده نشد.

جدول ۸: نتایج تحلیل واریانس یکراهه برای مقایسه رضایت زندگی بر حسب رشته تحصیلی

منبع پراش	درجه آزادی	مجموع مجزورات	میانگین مجزورات	F	p
بین گروه‌ها	۳	۰۷۴/۹۹	۰۲۵/۳۳		
درون گروه‌ها	۱۶۵	۹۴۴/۵۷۸۵	۰۶۶/۳۵	۹۴۲/۰	۴۲۲/۰
کل	۱۶۸	۰۱۸/۵۸۸۵			

به منظور مقایسه رضایت از زندگی در دانشجویان رشته‌های مختلف از تحلیل واریانس یک راهه استفاده شد که نتایج جدول ۸ نشان می‌دهد در هیچ یک از سطوح از لحاظ آماری تفاوت معنادار نیست.

جدول ۹: بررسی خطی بودن توزیع متغیرهای آزمون داینر

متغیرها	مجموع مجزورات	میزان	سطح معناداری
جامعه‌پذیری	۲۸۱/۴۴۴	۳/۶۴۷	/۰۰۰۶
عاطفه مثبت	۷۲۳/۴۲۹	۶/۴۸۹	/۰۰۰۰
فعالیت	۳۳۵/۹۶۹	۳/۹۱۸	/۰۰۰۴

بر طبق نتایج جدول ۹، سطح معناداری به دست آمده از اجرای آزمون از ۵٪ کم‌تر است. این موضوع نشان می‌دهد بین متغیرهای مورد مطالعه رابطه خطی برقرار است و از آنجا که نمره بالاتر و پایین‌تر از ۳ انحراف معیار وجود ندارد، لذا نمره پرت وجود نداشت.

### بحث و نتیجه‌گیری

رسیدن به رضایت از زندگی هدف نهایی بشر است، به همین دلیل محققان در پی آن هستند که دریابند رضایت از زندگی چگونه حاصل می‌شود و چه چیزهایی بر آن اثر می‌گذارد. مؤلفه‌های زیادی با سطح رضایت از زندگی گره خورده است؛ به همین دلیل رابطه رضایت از زندگی با بسیاری از متغیرها سنجیده شده است، مثلاً کشاورز (۱۳۸۸) نشان داد بین دوستی و بندگی خدا با رضایت از زندگی همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. احدی و همکاران (۱۳۸۸) نشان داد بین هوش هیجانی با رضایت از زندگی رابطه وجود دارد. نصیری و جوکار،

(۱۳۸۷) نشان دادند رضایت از زندگی همبستگی مثبت معنادار با امید، شادی و معناداری زندگی دارد. در پژوهش‌های متعدد تأثیر عوامل دیگری چون: معنویت، سبک‌های دلبستگی، جنسیت، وضعیت تأهل و رفاه اقتصادی سنجیده شده است. پژوهش حاضر در صدد پاسخ‌گویی به این سؤال بود که آیا رضایت از زندگی با مفهوم کلی برون‌گرایی ارتباط دارد و آیا تغییر ابزار آزمایشی به منظور سنجش تأثیر مقیاس‌های متفاوت شاخص برون‌گرایی در این ارتباط مؤثر است؟ به منظور پاسخ به این سؤال از دو آزمون نئو و آیزنگ استفاده شد که شاخص‌های متفاوت از برون‌گرایی را می‌سنجیدند. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد ۱۷٪ واریانس رضایت از زندگی را رگه شخصیتی برون‌گرایی تبیین می‌کند. شایان ذکر است، برخی مطالعات نشان داده‌اند که احتمالاً بیش از ۸۰٪ تفاوت‌های موجود در رضایت از زندگی توسط ترکیب ژنتیکی افراد توجیه‌پذیر است. البته، تحقیقات بی‌شماری این موضوع را نشان داده‌اند که برخی ویژگی‌های شخصیت به‌طور غیر مستقیم با رضایت از زندگی در ارتباط هستند. مثلاً رضائیان (۱۳۸۸) نشان داد سطح رضایت شغلی برون‌گراها بالاتر است و آتش‌افروز نشان داد پیشرفت تحصیلی با برون‌گرایی همبستگی مثبت دارد. ساری صراف و همکاران (۱۳۸۱) و سلحشور بناب (۱۳۸۷) نشان دادند بین شادی و برون‌گرایی همبستگی مثبت وجود دارد. چگونه می‌توان رابطه برون‌گرایی را با رضایت از زندگی تبیین کرد؟ برون‌گرایی نشانه اثرات سبک‌های عاطفی مثبت، ظرفیت روابط صمیمی بین فردی و درجه بالای تعاملات اجتماعی و فعالیت‌هایی است که افراد در اجتماع از خود نشان می‌دهند. به‌ویژه اثرات مثبت حاصل از برون‌گرایی به افراد کمک می‌کند تا در برابر تجارب استرس‌زای درونی و روان‌شناختی انعطاف‌پذیر شوند و میان تاب‌آوری و برون‌گرایی رابطه مثبتی وجود داشته‌باشد (توگاد و فردریکسون، ۲۰۰۴).

گرونبرگ معتقد بود رضایت از یک بخش از زندگی بر رضایت از دیگر بخش‌ها مؤثر است. مثلاً کسانی که از عملکرد خانواده خود راضی هستند ناملايمات محیط کار را راحت‌تر تحمل می‌کنند (یوسف نژاد شیروانی و پیوسته‌گر، ۱۳۹۰). پس اگر در برون‌گراها رضایت شغلی بالاتر است می‌توان حدس زد رضایت کلی آن‌ها از زندگی نیز بالاتر باشد یا ابراز شادی که در برون‌گراها بیش‌تر است به عنوان یک هیجان مثبت می‌تواند در رضایت از زندگی مؤثر باشد و بسیاری از پژوهش‌های دیگر غیر مستقیم این رابطه را تأیید می‌کنند. این نتایج با نتایج حاصل از پژوهش حاضر هماهنگ است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد، بر اساس آزمون نئو رضایت

از زندگی با مفهوم کلی برونگرایی رابطه دارد. این نتایج با پژوهش محققان خارجی نیز هماهنگ است. به‌عنوان مثال، شای و همکاران (۲۰۰۷) نشان داد، در نمونه استرالیایی و سنگاپوری رضایت از زندگی، ارتباط مستقیم با برونگرایی دارد و همچنین پژوهش زانگ (۲۰۱۰)، نشان داد برونگرایی پیش‌بین جالب توجهی در رضایت از زندگی است.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد رابطه رضایت از زندگی و برونگرایی با آزمون آیزنگ معنادار نیست. بدین ترتیب فقط برخی از مقیاس‌های شاخص برونگرایی در سطح رضایت از زندگی مؤثر هستند و رضایت از زندگی مثبت با مفهوم کلی برونگرایی ارتباط ندارد. بلکه، پژوهش حاضر نشان می‌دهد مقیاس‌های هیجانات مثبت و فعالیت از شاخص برونگرایی آزمون نئو، به ترتیب با سطح رضایت از زندگی ارتباط معنادار دارند. این نتایج با پژوهش زانگ (۲۰۱۰) هماهنگ است. او نشان داد رابطه مثبت رضایت از زندگی با برونگرایی، منعکس کننده فعالیت، ابتکار مثبت، طبیعت بی‌قید و سهولت در ارتباطات و همچنین خلق و خوی شاد و مثبت است. همین‌طور لاورنس و هرینگر (۱۹۹۸) نشان داد رضایت از زندگی با بالا رفتن خوش‌بینی و عاطفه مثبت افزایش می‌یابد. همین‌طور این نتیجه با نتیجه پژوهش هرینگر (۱۹۹۸) هم‌خوان است که رابطه هیجانات مثبت را با رضایت از زندگی به اثبات رساند.

برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهند که به‌طور کلی زنان شادتر از مردان هستند. زیرا هیجانات مثبت با سطح رضایت از زندگی ارتباط معنادار دارد و ابراز شادمانی یکی از هیجانات مثبت اصلی است، اما پژوهش حاضر این موضوع را تأیید نکرد. این نتیجه با داده‌های فتاح مقدم طالعی (۱۳۸۲) هماهنگ است. او نشان داده است که جنسیت فقط با برخی از ابعاد کیفیت زندگی ارتباط دارد، در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که آزمون داینر سطح کلی رضایت از زندگی را می‌سنجد نه ابعاد متفاوتی از رضایت از زندگی. بدین ترتیب بر اساس آن نتایج می‌توان گفت جنسیت در میزان سطح رضایت از زندگی دانشجویان مؤثر نبوده است.

داینر (۱۹۹۹) نشان داده است، افراد متأهل شادتر از کسانی هستند که هرگز ازدواج نکرده‌اند، بر اساس نتایج این پژوهش تفاوت معناداری در سطح رضایت از زندگی دانشجویان مجرد و متأهل دیده نشد. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد، سطح رضایت از زندگی با رشته تحصیلی ارتباط معناداری ندارد. به نظر می‌رسد عوامل با اهمیت‌تری در رابطه رضایت از زندگی با رشته تحصیلی دخیل باشند مثل علاقه به رشته تحصیلی هر چند که منزلت اجتماعی بالا یا درآمد بالایی

حاصل نکند.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد در مجموع سطح رضایت از زندگی با مفهوم کلی برون‌گرایی رابطه ندارد، اما رضایت از زندگی با مقیاس‌های هیجانات مثبت و فعالیت رابطه معنادار دارد. به‌علاوه جنسیت، وضعیت تأهل و رشته تحصیلی دانشگاه نیز با مفهوم کلی رضایت از زندگی رابطه معنادار نشان نداد.

نمونه‌گیری پژوهش حاضر به شیوه در دسترس بود و تنها عامل سن کنترل شده بود (همه آزمودنی‌ها در دهه سوم زندگی خود بودند) حال آنکه بر اساس دیدگاه محققان، عوامل متعددی در سطح رضایت‌مندی از زندگی تأثیرگذار هستند. نظیر، ویژگی‌های ژنتیکی، وضعیت اقتصادی و... این موضوع حیطة و دامنه تعمیم‌پذیری نتایج پژوهش را محدود می‌کند.

نکته دیگر استفاده از فرم کوتاه آزمون نئو بود. در صورت استفاده از فرم ۲۴۰ سؤالی این آزمون این امکان فراهم می‌شد که ۶ مقیاس از عامل یا شاخص‌های برون‌گرایی با هم مقایسه شوند.

به منظور بررسی سایر مقیاس‌های برون‌گرایی و تأثیرگذاری آن‌ها در میزان رضایت‌مندی از زندگی، تکرار این پژوهش با پرسشنامه ۲۴۰ سؤالی نئو یا سایر آزمون‌های قوی در زمینه حاضر پیشنهاد می‌شود.

با توجه به تعداد اندک مطالعات انجام شده در این موضوع در ایران، تکرار این پژوهش در سایر رده‌های سنی و گروه‌ها برای افزایش دامنه تعمیم‌پذیری نتایج سودمند است.

این پژوهش با آزمونی تکرار شود که ابعاد خاص‌تری از سطح رضایت از زندگی را می‌سنجد، شاید جنسیت و وضعیت تأهل و رشته تحصیلی با ابعاد خاصی از رضایت از زندگی مثبت ارتباط معنادار داشته باشد.

با توجه به نتایج به‌دست آمده از بررسی حاضر و همچنین سایر پژوهش‌ها مبنی بر اینکه شادمانی و میزان رضایت از زندگی رابطه دارند و همچنین هیجان‌های مثبت بیش از همه با پیش‌بینی شادمانی ارتباط دارد، می‌توان با تقویت ویژگی‌هایی چون بروز هیجانات مثبت و افزایش فعالیت به افزایش شادی و در پی آن، افزایش سطح رضایت از زندگی افراد کمک کرد.

## منابع

- الن اسکولتز (۱۳۸۶). *تنوری‌های شخصیت*. ترجمه سید محمدی، یحیی. تهران: پارسیان.
- احدی، بتول،، نریمانی، محمد،، ابوالقاسمی، عباس و آسیایی، مریم (۱۳۸۸). بررسی ارتباط بین هوش هیجانی، سبک اسناد و خود کار آمدی با رضایت از زندگی در زنان شاغل. دانشگاه محقق اردبیلی. *مجله مطالعات تربیتی و روان‌شناسی*. شماره ۱۰، ۱۲۷-۱۱۷
- پشم فروش، مریم (۱۳۸۳-۸۴). *سنجش و مقایسه هوش هیجانی با ویژگی‌های شخصیتی افراد درون‌گرا و برون‌گرا*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز. حسن‌زاده، رمضان (۱۳۸۲). *روش‌های تحقیق در علوم رفتاری*. تهران: ساوالان.
- خسروی، زهره (۱۳۸۳). *باور به عادلانه بودن دنیا، رضایت از زندگی و حمایت اجتماعی در ارتباط با افسردگی در دانشجویان ایرانی و هندی*. گزارش فرصت مطالعاتی.
- رضائیان، علی و نایب‌چی، محمد رضا (۱۳۸۸). *اثرات هیجان‌پذیری و شخصیت بر رضایت شغلی، مطالعه‌ای در صنعت نفت ایران*. دانشکده مدیریت و حسابداری دانشگاه شهید بهشتی. *مجله چشم‌انداز مدیریت*، شماره ۹، ۶۶-۴۹.
- سلحشور بناب، بهنام (۱۳۸۷). *رابطه ویژگی‌های دموگرافیک و شخصیتی با احساس شادمانی در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد رودهن.
- ساری صراف، وحید،، علوی نامدار، پروانه،، حسینی نسب، سید داوود و کوشافر، علی اصغر (۱۳۸۱). *بررسی رابطه شادی با شخصیت در دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار در دانشگاه تبریز*. *پژوهش در علوم ورزشی*. مجله شماره ۱۱۰، ۱-۹۵.
- شهیدی، شهریار و حمدیه، مصطفی (۱۳۸۱). *اصول و مبانی بهداشت روانی (چاپ اول)* تهران: سمت.
- شولتز، روان و شولتز، سیدنی الن. (۱۳۸۸). *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران، ویرایش.
- فتاح مقدم طالعی، لادن (۱۳۸۲). *بررسی رابطه کیفیت زندگی و عوامل مرتبط با آن در پرستاران بخش‌های روان‌پزشکی دانشگاه‌های علوم پزشکی*.

فتحی‌آشتیانی، علی (۱۳۸۸). آزمون‌های روان‌شناختی، ارزشیابی شخصیت و سلامت روان، تهران: بعثت.

فیض‌آبادی، سلیمه (۱۳۸۶). بررسی سبک‌های دلبستگی و نوع تصور از خدا و ارتباط آن با رضایت از زندگی در بین زنان خواهان طلاق و غیر خواهان طلاق شهرستان کاشان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهراء.

کشاوری، محبوبه (۱۳۸۸). مقایسه پنج عامل بزرگ شخصیت و منع کنترل در مبتلایان به میگرن و فشار خون (بیماران روان‌تنی) و افراد سالم، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء.

نجمی، رابرت الیاس (۱۳۸۲). روان‌شناسی شادی، ترجمه رویا منجم، تهران: علم.  
نصیری، حبیب و جوکار، بهرام (۱۳۸۷). معناداری، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان شاغل فرهنگی. مجله زن در توسعه و سیاست. شماره ۶، ۱۷۶-۱۵۷.

یادگاری، هاجر (۱۳۸۴). بررسی رابطه میزان گذشت و رضایت از زندگی در میان پرستاران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه الزهراء.

یوسف نژاد شیروانی، مائده و پیوسته‌گر، مهرانگیز (۱۳۹۰). رابطه رضایت از زندگی با طرحواره‌های ناسازگار دردانشجویان. مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی. دوره ۱۲. شماره ۴۴، ۴۵-۶۵.

Eysenck TH.J. Eysenck sybil TB.G. (1964). manual of the Eysenck personalhty inventory.

Diner. E.D. (1999). Subjective well being tree decades of progress. *psychological bulleting*, vol:802. pp:260-298.

Gudelach, p. kreine, S. (2004) Happiness and life satisfaction", *Cross cultural research*.

Herringer, L. G. (1997). "Facets of extraversion related to life satisfation". *Journal of Personality and Individual Differences*. Volume 24. Issue 5. Pages 731-733.

Keyes CLM., Shmotkin. D., Ryff .CD. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *J Pers Soc Psychol*; 82(2):1007-22.

Lawrence G. & Herringer (1998). Facets of extraversion related of life satisfaction. *Personality and individual Difference* (24),. 731 – 733.

Shyh shin wong-Tian p.s.oei-Rebeccap. Ang. Boon ooi Lee-Aik Kwang Ng (2007). veronica leng curr psychol. *Springer science Business Media*, 26:109-120

Michel j.larson; Daniel A. Good & Joseph E. Fair. (2010). Ihe relationship between performance moitoring satisfaction with life and positive personality



traits. *Biological psychology*, volume 83, Issue 3.

Tugade, M. & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotion to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.

Van der Linden, D., Nijenhuis, J.T. & Bakker, A.B. (2010). The General Factor of Personality: A meta-analysis of Big Five intercorrelations and a criterion-related validity study. *Journal of Research in Personality*, 44, 315-327.

Van der Linden, D., Tsaousis, L. & Petrides, K.V. (2012). Overlap between General Factors of Personality in the Big Five, Big Three, and Trait Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. Available online.

Zhang, D. (2010). Personality traits and life satisfaction: A Chinese Case Study. *Social Behavior and Personality*, 38, 1119, 1122.

