



Relationship between Personality Types and Emotional Intelligence with Students' Mental Health

Hossein Mohiuddin Shaykh al-Islami^{1*}

1 PhD student in General Psychology, Azad University, Central Tehran Branch, Iran, Tehran.
hm.sheikh8086@gmail.com

* **Corresponding author:** PhD student in General Psychology, Azad University, Central Tehran Branch, Iran, Tehran. hm.sheikh8086@gmail.com

Received: 2020-10-12

Accepted: 2020-10-24

Abstract

Objective: The present study was to investigate the relationship between personality traits (extraversion, conscientiousness) and emotional intelligence with mental health in Azad University students.

Method: For this purpose, 360 eligible students entered the study and were selected by convenience sampling and their information was administered by conducting a demographic questionnaire, Myers-Briggs personality traits, its emotional intelligence (1980) and Goldenberg (1979).) it was gathered. Data analysis was performed with SPSS software version 24 and Pearson correlation coefficient and regression simultaneously with a significance level of 0.05.

Results: The results showed that there is a negative and significant correlation between the dimensions of extraversion and conscientiousness of personality and emotional intelligence with mental health. Also, extroversion of 29%, conscientiousness of 0.31% and emotional intelligence of 47% explain the variance related to mental health at a significant level.

Conclusion: The variables of extraversion and conscientiousness and emotional intelligence are able to predict mental health.

Keywords: Mental health, Personality traits , Emotional intelligence



ارتباط تیپ های شخصیتی و هوش هیجانی با سلامت روانی دانشجویان

حسین محی الدین شیخ الاسلامی^{۱*}

^۱ گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز، ایران، تهران
* نویسنده مسئول: گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز، ایران، تهران

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۸/۰۳

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۷/۲۱

چکیده

هدف: پژوهش حاضر، بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی (برون گرایی، وظیفه گرایی) و هوش هیجانی با سلامت روانی در دانشجویان دانشگاه آزاد بود.

روش: بدین منظور ۳۶۰ دانشجو داوطلب واجد شرایط، وارد پژوهش شدند و به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و اطلاعات آنها با اجرای پرسشنامه دموگرافیک، ویژگی های شخصیت مایرز-بریگز، هوش هیجانی بار آن (۱۹۸۰) و سلامت روان گلدنبرگ (۱۹۷۹) جمع آوری شد. و تجزیه و تحلیل داده با نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ و ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون همزمان با سطح معناداری ۰/۰۵ انجام شد.

نتایج: نتایج نشان داد که بین ابعاد برون گرایی و وظیفه گرایی شخصیت و هوش هیجانی با سلامت روانی همبستگی منفی و معناداری وجود دارد. و همچنین برون گرایی ۲۹٪، وظیفه شناسی ۳۱٪ و هوش هیجانی ۴۷٪ واریانس مربوط به سلامت روان را در سطح معناداری تبیین می کنند.

نتیجه گیری: متغیر برون گرایی و وظیفه شناسی و هوش هیجانی قادر به پیش بینی سلامت روانی هستند.

واژگان کلیدی: سلامت روانی، ویژگی های شخصیت، هوش هیجانی

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو در علوم تربیتی محفوظ است.

مقدمه

به گفته سازمان بهداشت جهانی^۱ (۲۰۱۴)، سلامت روان به این صورت تعریف شده است: «وضعیت بهزیستی که در آن هر فرد توانایی های خود را تحقق می بخشد، می تواند با فشارهای عادی زندگی مقابله کند، به طور مثمر ثمر عمل و به خود و جامعه کمک کند». ۱۰ اکتبر به عنوان روز آگاهی از سلامت روان فدراسیون جهانی بهداشت است. سلامت روانی خوب مربوط به بهزیستی ذهنی و روانی است [۱].

مشکلات ناشی از آسیب روانی که اضطراب، افسردگی، علائم جسمانی و اختلال در کارکرد اجتماعی را در پی دارد به عنوان پدیده جهانی مطرح شده است [۲]. مفهوم سلامت روان شامل احساس درونی خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکا به خود، ظرفیت رقابت، وابستگی بین نسلی و خودشکوفایی توانایی های بالقوه فکری و هیجانی و غیره می باشد. [۳]. متغیرهای مختلفی در رابطه با میزان سلامت روان نقش دارند که یکی از آنها ویژگی های شخصیت

که تا چه اندازه هوش و تیپ های شخصیتی با سلامت روان ارتباط دارند.

روش پژوهش

مطالعه حاضر، مقطعی از نوع همبستگی توصیفی است. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان مذکر مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۸-۹۹ شهر تهران و نمونه پژوهش ۳۶۰ نفر بودند. جهت نمونه گیری از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. ملاک های ورود دانشجو بودن در شهر تهران، مذکر بودن، رضایت در پاسخ گویی به سوالات، و ملاک های خروج، عدم پاسخ گویی به تمامی سوالات، عدم رضایت به انجام پژوهش بود. برای اجرای ملاحظات اخلاقی به افراد شرکت کننده توضیح داده شد که اطلاعات آنها کاملاً محرمانه خواهد بود و اسمی از آنها در روند پژوهش آورده نخواهد شد بنابراین با اعلام رضایت وارد پژوهش شدند. ابزارهای اندازه گیری مطالعه عبارت بودند از:

پرسشنامه سلامت عمومی: توسط گلدبرگ و هیلر^۳ (۱۹۷۹) ارایه شده است. دارای ۲۸ سوال و ۴ خرده مقیاس علائم جسمانی، علائم اضطرابی و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی است که براساس طیف پنج درجه ای لیکرت نمره گذاری می شود. پایین بودن نمره در این پرسشنامه نشان دهنده سلامت و بالا بودن نمره، نشانگر عدم سلامت است. این پرسشنامه در سال ۱۳۷۶ توسط دکتر هومن استاندارد و هنجاریابی شده است. ضرایب هماهنگی درونی مقیاس ها بین ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ و برای کل مقیاس ۰/۸۳ برآورده شده است [۱۳]. پرسشنامه هوش هیجانی: توسط بار- آن (۱۹۸۰) ارایه شده است. دارای ۹۰ سوال و ۴ خرده مقیاس مهارت های درون فردی، مقابله با فشار، سازگاری و خلق کار است. به صورت طیف پنج درجه ای لیکرت نمره گذاری می شود. آفایار (۱۳۸۶) [۱۴] روایی همگرا این سازه را هوش هیجانی مایرو سالوی (۰/۸۵) گزارش کرده است. پایایی از طریق آلفای کرونباخ توسط مطلبی و دیگران (۱۳۸۸) [۱۵] ۰/۹۲ گزارش شده است.

پرسشنامه کوتاه (NEO): ۶۰ سوال و ۵ ویژگی اصلی نوروزگرایی، برون گرایی، تجربه پذیری، همسازی، وظیفه شناسی دارد. آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۵۶، ۰/۶۸ و ۰/۸۷ به دست آمده است.

پس از جمع آوری پرسشنامه های تکمیل شده و حذف موارد ناقص، به استخراج داده ها اقدام شد و با استفاده از ضریب همبستگی و ضریب رگرسیون و مفروضه های آن کجی و کشیدگی و آزمون کلروموف - اسمیرنوف به تجزیه و تحلیل داده ها پرداختیم. لازم به توضیح است که کلیه شرکت کنندگان در

است. مطالعات نشان داده اند که بین سلامت روان و شخصیت رابطه وجود دارد. به عنوان مثال در نمونه ای از ۹۷ دانش آموز که پرسشنامه مایرز- بریگر را تکمیل کردند، افراد برون گرا بیش از افراد درون گرا نمرات سلامت عروان را کسب کردند [۴]. تیپ های شخصیتی قادر به پیش بینی سلامت روان را پیش بینی کند [۵]. برون گرایی قویترین پیش بینی کنندگی سلامت روان می باشد [۶]. تیپ های شخصیتی با سلامت روان پرستاران رابطه دارد [۷]. افراد به واسطه عوامل ژنتیکی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و تربیتی دارای ویژگی های خاصی در رفتارشان هستند که مجموع این عوامل شخصیت او را شکل می دهد. به عبارتی می توان گفت که شخصیت افراد بازتاب دهنده خواسته ها، تمایلات، نیازها، توانمندی ها و قابلیت های آنهاست و هر فرد از ویژگی های خاصی برخوردار است که او را از دیگران متمایز می کند [۸]. در واقع درجه بندی های ذهنی از سلامت شخصیت، بیشتر تحت تاثیر صفات شخصیتی چون برون گرایی یا روان نژدی است [۹].

یکی دیگر از عوامل تاثیر گذار بر زندگی شخصی و اجتماعی و کاری افراد هوش است. شناخت، کل فرآیند تفکر است. پنج کارکرد اصلی شناختی که بر مهارت های یادگیری تاثیر می گذارد عبارتند از: هوش، عامل تمرکز، توانایی تصمیم گیری، ظرفیت خلاق و ظرفیت شناختی. هوش توانایی مغز انسان برای درک، فهمیدن و پاسخ گویی به موقعیت ها به روشی موثر و کارآمد است [۳]. هوش و شخصیت از موضوعات بحث برانگیز و جذاب روانشناسی هستند [۱۰]. این مسئله که برخی از تیپ های شخصیتی ممکن است در مقایسه با تیپ های دیگر از هوش بالایی برخوردار باشند از مدت ها پیش به فکر روانشناسان خطور کرده است. آیزنگ روانشناس مشهور افراد درونگرا را دارای هوش بالاتری نسبت به افراد برونگرا می داند. (سیاسی). یونگ نیز افراد درونگرا را از نظر عوامل و عناصر ذهنی، برتر توصیف می کند [۱۱]. افراد مختلف هوش های مختلفی را ارایه داده اند. به عنوان مثال بارآن^۲ (۲۰۱۵) [۱۲] مفهوم هوشبهر هیجانی را مطرح کرد تا بر اساس آن بتواند روش خود را برای ارزیابی هوش عمومی توضیح دهد. او معتقد بود که هوش هیجانی توانایی ما در کنار آمدن موفقیت آمیز با دیگران، توأم با احساسات درونی را منعکس می سازد.

با این حال تحقیقات سیستماتیک و علمی این مورد را مورد بررسی قرار داده باشد، پیدا نشد. از آنجا که به نظر می رسد نوع تیپ های شخصیتی یک فرد و هوش هیجانی اش در نحوه کارکردهای روانی از جمله سلامت بی تاثیر نباشد، لذا تصمیم گرفتیم با انجام یک پژوهش علمی این موضوع را آزمایش کنیم

در جدول شماره ۲، همبستگی بین دو بعد شخصیت (برون گرایی، درون گرایی) و هوش هیجانی با سلامت روان ارایه شده است.

جدول ۲. همبستگی برون گرایی و نورو گرایی و هوش هیجانی با سلامت روان

هوش هیجانی	وظیفه شناسی	برون گرایی	سلامت روان
-۰/۵۸**	-۰/۴۳**	-۰/۵۴**	

** p < ۰/۰۰۱

همانطور که می دانیم نمره گذاری پرسشنامه سلامت روان به این صورت است که افزایش نمره به معنای داشتن سلامت روانی کم و کاهش نمره به معنای داشتن سلامت روانی است. با توجه به نتایج جدول شماره ۲ می توان چنین گفت که عامل های برون گرایی و وظیفه شناسی در بعدهای شخصیت و عامل هوش هیجانی با سلامت روان از نظر آماری رابطه منفی و معنادار دارند. یعنی هر چه قدر که فرد وظیفه شناس تر، برون گرا تر و هوش هیجانی بیشتری داشته باشد از سلامت روان بیشتری برخوردار است.

نتایج به دست آمده از پژوهش مبین آن بود که وظیفه شناسی و برون گرایی از ابعاد شخصیت با سلامت روان و همچنین هوش هیجانی با سلامت روان مرتبط می باشند. با توجه به برقراری رابطه هر سه متغیر وارد تحلیل رگرسیون شدند و نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه در جدول شماره ۳ ارایه شده است.

آزمون مرد بودند و بعد از تحلیل پرسشنامه های شخصیت متوجه شدیم که ۹۰ درصد افراد دارای دو بعد برون گرا و وظیفه شناسی بودند و تعداد بسیار اندکی دارای ویژگی های دیگر بودند به همین خاطر آنها را از نمونه خارج کردیم و فقط دو بعد برون گرا و وظیفه شناسی را مورد بررسی قرار دادیم. برای تجزیه و تحلیل داده از آمار توصیفی و ضریب همبستگی و رگرسیون برای پیش فرض های این روش از (چولگی و کشیدگی) با نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و با سطح معنی داری ۰/۰۵ استفاده شد.

یافته ها

آزمودنی های این پژوهش را مردان تشکیل دادند که ۲۸۸ نفر از آنها تحصیلات لیسانس و ۷۲ نفر دارای تحصیلات فوق لیسانس بودند. همچنین میانگین سنی شرکت کنندگان ۲۵/۱۸ به دست آمد. خلاصه شاخص های آماری مربوط به نمره های آزمودنی ها در متغیرهای مورد مطالعه در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱: شاخص های آماری متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
شخصیت	۳۷/۵۸	۳/۷۰۰	۰/۰۸۳	۰/۳۱۰
سلامت روان	۴۸/۶۰	۳/۵۳۰	-۰/۱۰۵	-۰/۲۹۶
هوش هیجانی	۲۷۸/۴۷	۱۲/۶۳۸	۰/۹۶۸	۱/۱۲۷

جدول ۳: خلاصه نتایج رگرسیون برون گرایی، وظیفه شناسی و هوش هیجانی با سلامت روان

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	R	R2	B	سطح معنی داری
سلامت روان	برون گرایی	۰/۲۹	۰/۱۳	-۰/۳۹	۰/۰۰۰
	وظیفه شناسی	۰/۳۱	۰/۱۰	-۰/۴۴	۰/۰۰۰
	هوش هیجانی	۰/۴۷	۰/۲۱	-۰/۶۱	۰/۰۰۰

نتایج به دست آمده بیانگر این موضوع بود که رابطه معناداری بین عامل های شخصیت برون گرایی و وظیفه شناسی و هوش هیجانی با سلامت روان وجود دارد. و همچنین هر سه متغیر سهم معناداری در پیش بینی و تبیین سلامت روان داشتند. افرادی که دارای وظیفه شناسی بالایی هستند تمایل به قابل اعتماد بودن، مسئولیت پذیر بودن و کارا بودن دارند.

تحقیقات طولی در مورد وظیفه شناسی نشان می دهند اشخاصی که در کودکی نمره بالایی در وظیفه شناسی کسب کردند، در برابر اشخاصی که وظیفه شناسی کمتری دارند از نظر جسمانی

با توجه به اطلاعات جدول ۳ می توان گفت که برون گرایی ۲۹٪، وظیفه شناسی ۳۱٪ و هوش هیجانی ۴۷٪ واریانس مربوط به سلامت روان را در سطح معناداری تبیین می کنند.

بحث

سازمان بهداشت جهانی سلامت عمومی را به معنای توانایی دسترسی به اهداف، ارضای نیازهای شخصی، مقابله بهینه با مسایل و مشکلات زندگی شخصی و تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی به شیوه منطقی تعریف کرده است [۱۶].

واژه نامه

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| 1. World Health Organization | سازمان بهداشت جهانی |
| 2. Bar-on | بارآن |
| 3. Goldberg and Hiller | گلدبرگ و هیلر |
| 4. DeNeve, Cooper | دنو و کوپر |

فهرست منابع

- [1] World Health Organization. Mental health: A state of well-being. 2014. Retrieved from http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/.
- [2] Nikko S, Da Paz J, Wallander L. Interventions that target improvements in mental health for parents of children with autism spectrum disorders: A narrative review. *Clinical Psychology Review*, 2017; 51
- [3] Nanda H, Marwaha S, Nanda G. Impact of Multiple Intelligence Based Intervention on Cognitive Abilities of Students. *European Journal of Behavioral Sciences*, 2018;1(4): 52-66.
- [4] Harrington R, Lofferdo DA. The relationship between life satisfaction, self-consciousness and the Myers-Briggs Type Inventory dimension, *J Psychol*;. 2001; 135: 439-50.
- [5] Kazempour B, Hossein Sabet F. The relationship between Jung personality types with mental health and marital satisfaction in students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 2017; 20(1): 26-38.
- [6] DeNeve K, Cooper H. The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 1998; 124:197-229.
- [7] Tehrani H, Shojayizade D, Hoseiny SM, Alizadegan Sh. Relationship between Mental Health, personality Trait and Life Events in Nurses Working in Tehran Emergency Medical Service (Tehran 115). 2012; 25 (75):52-59
- [8] Schultz D. Personality theories. Translated by Yousefi Karimi. Fifteenth edition. Tehran, Arasbaran Publications. 2012.
- [9] Ahadi H, Lotfikashani F, Bagheri N. the relationship between happiness, personality traits (introversion and extroversion) and mental health. *Jornal of behavioral sciences*. 2012; 3(8): 9-22.

سالم تر بوده و بیشتر عمر طولانی دارند[۸] دنو و کوپر (۱۹۹۸) [۶] معتقد بودند که داشتن تلاش هدفمند در زندگی از اهمیت بسیاری در سلامتی و شادبودن افراد موثر است. این پژوهشگران دریافتند افرادی که وظیفه شناسی بالا دارند قادر به عملکردی موثر در محیط و جامعه هستند و با تلاش هدفمند می توانند به اهداف خود برسند. به بیان دیگر رسیدن به هدف ها با سلامتی جسمانی و روحی بیشتری همراه است.

بررسی صد مرد و زن نشان داده است آنهایی که نمره بالایی در برون گرایی کسب کردند بهتر از آنهایی که نمره پایین تری گرفتند، با استرس های روزمره زندگی بهتر مواجه می شدند [۱۷]. افراد برون گرا به تجارب جدید دست می زنند و روابط اجتماعی خوبی دارند و یکی از عوامل داشتن سلامت روان داشتن پیوندها و روابط اجتماعی است

به طور کلی نتایج پژوهش از دیدگاهی که ویژگی های شخصیتی می توانند آمادگی و زمینه بالقوه موثری برای سلامت روانی در افراد فراهم کند، حمایت می کند.

از دیگر نتایج این تحقیق رابطه هوش هیجانی با سلامت روان است. دلایل تایید این رابطه را می توان بدین صورت بیان کرد که افراد دارای هوش هیجانی بالا، در برابر عوامل فشار زا دارای قدرت کنترل بیشتری هستند و مدیریت کنترل فشار روانی را دارند، این توانایی به آنها کمک می کند تا در روبرویی با مشکلات انعطاف داشته باشند و هیجان های خود را کنترل کنند، پس توانایی کنترل هیجان ها در تعدیل فشار روانی موثر است.

با توجه به نتایج به دست آمده پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی در زمینه شخصیت و سلامت روان به بررسی رابطه دیگر بدهای شخصیت با سلامت روان بپردازیم. علاوه براین پژوهش فقط بر روی دانشجویان مرد انجام شده است توصیه می شود تحقیقات دیگری بر روی هر دو جنس انجام شود تا قابلیت تعمیم پذیری نتایج افزایش یابد.

نتیجه گیری

طبق نتایج حاضر بین هوش هیجانی و ویژگی های شخصیت (برون گرایی و وظیفه شناسی) با سلامت روان رابطه وجود دارد. لذا می توان با افزایش هوش هیجانی و تقویت بدهای برون گرایی و وظیفه شناسی در دانشجویان باعث افزایش و بهبود سلامت روانی در آنها شد.

تشکر و قدردانی

در انتها نویسنده لازم و ضروری می داند از تمامی کسانی که در انجام پژوهش کمک کننده بودند تشکر و قدردانی کند.

- [15] Motalebi F, Foroghi A, Shahtalebi B. The relationship between principals' emotional intelligence and their ability to gain the trust of primary school teachers. Knowledge and research in educational sciences. 2009;6(22).
- [16] Dimatteo, MR, Martin LR. Health Psychology. NewYork. Allyn & Bacon. 2002.
- [17] Schultz D, Schultz SA(undated). Theories of personality translated by Yahya Seyed Mohammadi. Sixth edition, Tehran, edition. 2002.
- [10] Atkinson RL, Atkinson RC, Smith EE, Bem DJ, Hoeksema SN, Smith CD. Hilgrrr''s introccctinn to pyylllll ggy. dddd. New York: Harcourt Inc 2000; 419-483
- [11] Pervin LA. Personality, Theory and Research. 6ed. New York: John Wiley and Sons Inc 1993; 147-149.
- [12] Bar-on R. Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ – I), In Bar-on, R & Parkrr, DA. (Eds). The hand book of emotional intelligence, San Francisco, California, jossey baass. 2015.
- [13] Dadsetan P. Tension and stress. Tehran, Ministry of Culture and Islamic Guidance Publications. 1998.
- [14] Aghayar S. Empowering a new way in a competitive environment. Tehran. Management Group Publications, 2007.

