

رابطه صفات بزرگ شخصیت و امید به زندگی در دانشجویان

اصغر نوروزی^۱، مهدی غلامی^۲، سیده نسیمه موسوی خورشیدی^۳، مژگان رضانی^۴

^۱عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد سواد کوه

^۲روانشناس و مدرس دانشگاه پیام نور و آزاد

^۳کارشناسی مرکز اورژانس اجتماعی بهشهر

^۴کارشناسی روانشناسی

چکیده

هدف پژوهش تعیین رابطه صفات شخصیتی و مولفه‌های امید به زندگی در دانشجویان بود. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانشجویان دانشگاه پیام‌نور بهشهر می‌باشند که از آن تعداد ۳۰۰ نفر به صورت تصادفی و با جدول مورگان انتخاب شده‌اند. ابزار پژوهش عبارتند از: آزمون فرم کوتاه نئو بود. بر اساس نتایج در حالت کلی از پنج عامل صفات شخصیتی، به ترتیب وظیفه‌شناسی و برون‌گرایی رابطه معنادار با امید به زندگی داشته‌اند. از این رو، دانشجویان به علت مسولیت‌های آینده که پیش رو دارند به طور مشهود فشار زمانی زیادی را تجربه و طرح‌ریزی برای آینده را صورت می‌دهند افراد برون‌گرا به خاطر معاشرتی بودن، افراد، منقطع و وظیفه‌شناس نیز امید به زندگی بالایی را تجربه می‌کنند.

کلید واژه‌ها: صفات شخصیتی؛ امید به زندگی؛ دانشجویان

مقدمه

قران مجید امید را عامل مهمی در حرکت و زندگی بشر بر می‌شمرد و بیان می‌کند که امید است که وی را به کاری سوق می‌دهد به عنوان نمونه بیان می‌کند که امید به استجابات از سوی خداوند علت و انگیزه برای دعا و طلب از او می‌شود. امید به آینده برتر در این دنیا و آخرت است که موجب می‌شود باورها و کنش و واکنش‌های خویش را تصحیح کند و به بازسازی و اصلاح اعمال و رفتارهای خود بپردازد. (سوره یونس، آیه ۷ و ۸). اسنایدر (۱۹۹۱) امید را مجموعه شناخته‌هایی که مبتنی بر احساس موفقیت ناشی از منابع گوناگون (تصمیم‌های هدفمند) و روش‌های انتخاب شده برای رسیدن به اهداف دانسته و دارای ابعاد فشار زمانی، طرح‌ریزی برای آینده، مقیاس ارزش زمانی حال، و مقیاس ارزش زمانی آینده می‌داند (قرزل، ۱۳۸۸).

محققان زیادی به تاثیر امید به زندگی در سلامت جسمی و روانی، زندگی هدفمند و معنادار، پیشرفت تحصیلی، موفقیت شغلی و ورزشی اشاره کرده‌اند (فلدمن و همکاران، ۲۰۰۵). مفهوم سازی، خوش بینی و هیجان‌های منفی محصول جنبی تفکر هدفمند امید و ناامیدی هستند. خوش بینی با پیشرفت رتبه در تحصیلات دانشگاهی، سازگاری شغلی و خانوادگی همراه است. خوش بینی و امید به آینده عملکرد دانشگاه را بهتر و دقیق تر از سنجه‌هایی مثل آزمون استعداد تحصیلی پیش بینی می‌کند (کتر آلن، ۱۳۸۵).

از آنجا که دانشجویان به علت مسولیت‌های آینده ای که پیش رو دارند دارای ترس از آینده شغلی، نبود امنیت اقتصادی، ازدواج، هویت اجتماعی و رشد و پیشرفت علمی و کاری بوده، فشار زمانی زیادی را تجربه کرده و هر چه ارزش ادراک شده آینده در نظر دانشجویان بیشتر باشد شخص محتاط تر شده و احساس مسولیت بیشتر خواهد نمود. در حالی که دانشجویان علاوه بر زمان آینده به عنوان یکی از شاخص‌های امید به

زندگی باید به زمان حال نیز توجه داشته و آنرا مهم و معتنم بدانند چرا که دانشجویانی که برای زمان حال ارزش قائلند برای آینده خود نیز ارزش قائل خواهند بود. احساس لذت در زندگی، شادمانی دوران دانشجویی، تصمیم‌گیری‌های مهم زندگی، احساس شایستگی در انجام امور همه در زمان حال اتفاق می‌افتد این نوع نگرش دانشجو به خود و مسائل مهم دوران دانشجویی در زمان حال همگی در بالا و یا پایین بودن امید به زندگی تاثیرگذار خواهد بود.

از آنجا که هر کس شخصیتی دارد شخصیت هر فرد نیز در مشخص کردن میزان موفقیت، خوشنودی و رضایت خاطر در زندگی کمک می‌کند (سید محمدی، ۱۳۸۶). با توجه به این که در زمینه امید به زندگی بیشتر پژوهش‌ها آن را از دیدگاه بهداشتی و جمعیت‌شناختی بررسی و کمتر به مولفه‌های روانشناختی توجه نموده‌اند. بنابراین پژوهش در این زمینه می‌تواند تضمینی برای سلامت عمومی دانشجویان و افزایش عملکرد آنها در زندگی می‌باشد. بر این اساس در ارتباط قرار دادن مولفه‌های بزرگ شخصیتی با شاخص‌های امید به زندگی در دانشجویان حائز اهمیت و قابل بررسی می‌باشد، به همین منظور مسئله زیر در جهت پژوهش مطرح شد چه ارتباطی بین صفات شخصیتی با امید به زندگی وجود دارد؟

روش

شرکت کنندگان و طرح پژوهش

طرح پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است که در آن قصد بررسی ارتباط بین دو متغیر را داریم تا بر مبنای آن به پیش بینی نوع ارتباط دو متغیر بپردازیم. جامعه پژوهش کل دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی سواد کوه می‌باشد که از آن تعداد ۳۰۰ نفر نمونه به شکل داوطلبانه بر اساس جدول نمونه‌گیری مورگان انتخاب شده‌اند. که به شیوه تصادفی و ساده نمونه‌گیری شده است. این صورت که از بین روزهای هفته دو روز در طی دو ماه انتخابی بر اساس روش تصادفی انتخاب و کل دانشجویان مراجعه کننده در این ایام به عنوان نمونه انتخاب شده‌اند. جهت کنترل اربب نیز سعی شده تمام شرکت کنندگان دانشجو بوده و حداقل یکسال از زمان ورود به دانشگاه گذشته باشد.

ابزار

مقیاس NEO: این مقیاس دارای ۶۰ سؤال است که در ۵ طیف لیکرتی کاملاً مخالفم، مخالفم، نظری ندارم، موافقم و کاملاً موافقم درجه بندی شده است. و به هر سؤال شرکت کننده نمره صفر تا چهار را احراز می‌کند و هر یک از سؤالات نشان دهنده‌ی یک از ۵ عامل بزرگ شخصیت مک کراو کاستا به ترتیب عامل N (روان آزرده‌گرایی)، E (برنگرایی)، O (گشودگی)، A (موافق بودن) و C (با وجدان بودن) است. هر یک از عوامل ۱۲ سؤال مقیاس را پوشش می‌دهند در کل شرکت کننده در هر مقیاس نمره‌ای از صفر تا ۴۸ کسب می‌کند در خصوص اعتبار NEO-FFI نتایج چندین مطالعه حاکی از آن است که زیر مقیاس‌های NEO-FFI همسانی درونی خوبی دارند بعنوان مثال کاستا و مک کر (۱۹۹۲) ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۶۸٪ (برای موفق بودن) تا ۰/۸۶٪ (برای روان آزرده‌گرایی) را گزارش کردند. هلدن (۱۹۹۹) نیز ضریب آلفای این پنج عامل را در دامنه‌ی ۰/۷۶٪ (برای گشودگی) تا ۰/۸۷٪ (برای روان آزرده‌گرایی) گزارش می‌کند.

پرسشنامه امید به زندگی: این پرسشنامه مشتمل بر ۳۳ ماده است که آزمودنی‌ها براساس طیف لیکرت (کاملاً، تقریباً، هرگز) به آن پاسخ می‌گویند. حداکثر نمره در این آزمون ۹۹ است هر چه فرد نمره بالاتری کسب کند نشانه امید به زندگی بیشتر است. همسانی درونی، برای سنجش همسانی درونی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. بر اساس نتایج حاصله ضریب آلفا برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر به ترتیب (۰/۸۹، ۰/۹۴، ۰/۹۲) است. روایی با روش باز آزمایی، برای سنجش روایی مقیاس این آزمون مجدداً پس از ۴ تا ۶ هفته به ۹۵ آزمودنی دختر و ۹۱ آزمودنی پسر که در مرحله اول شرکت داشتند داده شد.

شیوه اجرا

تمامی شرکت کنندگان در پژوهش را بعد از انتخاب در یکی از مکان‌های دانشگاه جمع نموده و در زمینه چگونگی انتخاب آنها و هدف پژوهش توضیح ارائه شد سپس پرسشنامه‌ها در اختیار آنها قرار داده شد و هر یک به شکل فردی به آن پاسخ دادند سپس نتایج جهت تجزیه و تحلیل دسته بندی گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها با توجه به اینکه قصد بررسی ارتباط بین دو متغیر فاصله ای را داریم که متغیرها نیز دارای شاخص‌های پارامتریک می‌باشند ابزار آماری همبستگی پیرسون را مورد توجه قرار داده و برای بررسی مقایسه دو جنس در متغیر امید به زندگی از تی برای گروه‌های مستقل استفاده می‌گردد.

نتایج

جدول ۱. ضریب همبستگی بین متغیرهای صفات شخصیتی با امید به زندگی

متغیرها	امید به زندگی
وظیفه شناسی	+۲۱
برونگرایی	+۱۸

بر اساس تجزیه و تحلیل صورت گرفته در حالت کلی از پنج عامل صفات شخصیتی، به ترتیب وظیفه شناسی با $(+ ۰/۲۱)$ و برون گرایی با $(+ ۰/۱۸)$ رابطه معنی دار در سطح با امید به زندگی در سطح $۰/۰۱$ داشته اند.

جدول ۲. ضریب همبستگی بین صفات شخصیتی به تفکیک متغیرهای امید به زندگی

نوروتیسم	انعطاف پذیری	برونگرایی	توافق پذیری	وظیفه شناسی
فشار زمانی	+۰/۲۹۵	-	-۰/۲۰۴	-
طرحریزی برای آینده	-۰/۱۹۵	-	+۰/۱۶۰	+۰/۳۶۷
ارزش زمانی آینده	-۰/۲۴۶	-	+۰/۳۰۲	+۰/۳۹۳
ارزش زمانی حال	-	-	-	-

همچنین نتایج به تفکیک شاخصه‌های امید به زندگی جالب توجه می‌باشد به این صورت که در دانشجویان، بین ارزش زمانی آینده با وظیفه شناسی $(+۰/۳۹۳)$ ، توافق پذیری $(+۰/۲۳۶)$ ، برون‌گرایی $(+۰/۳۰۲)$ ، نوروتیسم $(-۰/۲۴۶)$ رابطه معنی داری در سطح $۰/۰۱$ بدست آمد. بین دیگر مولفه امید به زندگی یعنی طرحریزی برای آینده با وظیفه شناسی $(+۰/۳۶۷)$ ، توافق پذیری $(+۰/۱۶۰)$ و نوروتیسم $(-۰/۱۹۵)$ رابطه معنی دار در سطح $۰/۰۱$ وجود دارد. بین فشار زمانی به عنوان یکی دیگر از شاخص‌های امید به زندگی با توافق پذیری رابطه $(-۰/۲۰۴)$ و با نوروتیسم رابطه $(+۰/۲۹۵)$ در سطح $۰/۰۱$ حاصل گردید. بین آخرین فاکتور امید به زندگی یعنی ارزش زمانی حال با هیچ یک از فاکتورهای شخصیتی رابطه ای به دست نیامد. لازم به ذکر است که تفاوت معنی داری نیز در میزان امید به زندگی دختران و پسران دانشجو مشاهده نگردید

بحث

امید داشتن در زندگی نقطه عطفی است که هر انسانی را در حل کردن مشکلات و مسائل زندگی کمک می‌کند و همچنین باعث تحرک بخشی و تلاش زایی در انسان و در جلوگیری از افسردگی و خودکشی نقش مهمی ایفا می‌کند. وجود امید باعث افزایش اعتماد به نفس در انسان شده و در جهت پیشرفت و کارایی افراد در نهادها و سازمانهای دولتی در جامعه نقش بسزایی دارد افراد با آشنا شدن نسبت به دنیای درون خود و شناخت خود و حل تعارض‌های درونی خود به رشد کامل شخصیت خود کمک می‌کنند. افراد برونگرا به خاطر معاشرتی بودن، جور بودن و خوشحال بودن با افراد زیادی ارتباط برقرار می‌کنند و اگر در یک موقعیت استرس‌زا قرار گیرند به سرعت از مکانیزم‌هایی برای کنترل و اداره کردن خود به کار می‌برند و بر آن وضعیت فایق می‌آیند. و در آن هنگام یک حس خوشایندی به این افراد دست می‌دهد اعتماد به نفس آن‌ها افزایش پیدا کرد و به این باور می‌رسند که می‌توانند خود را با توجه به استعداد و توانایی‌هایی را که برای حل مشکلات دارند برای داشتن یک زندگی سالم و شاد افزایش می‌یابد و به زندگی لبخند می‌زنند.

از سوی دیگر افراد وظیفه شناس نیز امید به زندگی بالایی را تجربه می‌کنند زیرا این افراد به امور اخلاقی و مذهبی پای‌بندتر هستند و زندگی موفق‌تر و ملایم‌تری دارند. و راه سعادتشان از مسیر خوبی می‌گذرد و هم چنین به خاطر وظیفه شناسی و این‌که هدف‌هایی را که برای آینده خودشان در نظر گرفتند به طور دقیق و منظم برای رسیدن به آن‌ها برنامه‌ریزی کرده تا زندگی سالم و آینده روشنی را در پیش روی خود ایجاد نمایند محققان دانشگاه راش در شیکاگو آمریکا به این نتیجه دست یافتند که افراد با صفت شخصیتی وظیفه شناس تنش‌های و استرس‌های کمتری در زندگی‌شان دارند. نه این‌که مشکلی نداشته باشند بلکه مهارت‌های حل مسئله و نیز تطابق‌شان با این مشکل‌ها بیشتر است. ضمن این‌که رابطه‌ی آن‌ها با خداوند، به آن‌ها در تحمل سختی‌های زندگی کمک می‌کند که با یافته‌های این تحقیق هم‌خوانی دارد. داشتن صفات شخصیتی چون انعطاف پذیری سبب می‌گردد که افرادی که در زندگی شکست می‌خورند این باور را پرورش می‌دهند که می‌توانند با چالش‌های پیش آمده خود را سازگار کنند و با آن کنار بیایند علت این امر در این است که چنین افرادی با داشتن چنین صفت شخصیتی در هنگام روبه رویی با موانع برای حل آن مسیرهای جایگزین را انتخاب و یا با انعطاف پذیری هدف‌های قابل دسترس تر را بر می‌گزینند. به همین شکل دیگر صفات نیز می‌توانند چنین تاثیر گذارنده‌ی مثبت و یا منفی را در زندگی افراد داشته باشند. داشتن خصایص نوروتیکی تهدیدی جدی برای بهداشت روانی و امید به زندگی در این قشر است بنابراین اتخاذ راهکارهای کنترل آن باید مد نظر باشد و در نهایت خصیصه وظیفه شناسی یکی از مهمترین ویژگی‌های دانشجویان برای داشتن امید به آیند و زندگی شاداب تلقی می‌گردد.

افراد با صفت شخصیتی روان رنجور خوبی سبک ناسازگارانه دارند که با افسردگی، اضطراب، خود تحقیر، سلامت روانی، ضعیف، بد بینی، عزت نفس پایین، خشم و ناخشنودگی از زندگی همراه است. این افراد به خاطر داشتن تجربه‌های منفی در طول زندگی‌شان نمی‌توانند تصمیم درست و منطقی اتخاذ کنند و در بیش‌تر موقعیت‌ها شکست می‌خورند و امید و اراده آن‌ها برای داشتن یک زندگی بهتر و سالم کم‌رنگ می‌شود امید در انسان به میزان زیادی معلول ارتباط با واقعیت‌ها و سازگاری با محیط اطراف است. چون این افراد از سبک‌های مقابله‌ای غیر انطباقی مانند سرزنش بیش‌تر استفاده می‌کنند قدرت انطباق با تغییرات و دگرگونی‌های زندگی را نداشته، مسائل برایش حل نشده باقی می‌ماند و این عوامل خود به خود نگرش فرا را نسبت به داشتن جنبه‌های مثبت خود تحت تأثیر قرار داده و دچار سردگمی می‌شوند و اگر این تجربه‌های سنتی در فرد کاهش یابد چشم‌انداز او نسبت به دنیا و مهم‌تر از آن خود به جهت منفی تغییر می‌کند. (حسینی، ۱۳۸۸)

بدون تردید نامیدی در دانشجویان به عنوان قشری تاثیر گذار بر جامعه عواقب ناگواری دارد و توجه به این شاخص‌ها در امید به زندگی این قشر قابل توجه می‌باشد. محدود بودن پژوهش به یک محیط خاص جغرافیایی و یک قشر خاص جمعیتی همچنین و نبود یک پرسشنامه امید به زندگی هنجار یابی شده با فرهنگ مذهبی و عرفی ایرانی از جمله محدودیت‌های پژوهش بوده است. بنابراین توصیه می‌گردد پژوهشی مشابه در دیگر مناطق جغرافیایی و دیگر قشرها صورت پذیرد.

منابع

- حسینی، فریده سادات و لطیفیان، مرتضی (۱۳۸۸). پنج عامل بزرگ شخصیت و نیاز به شناخت. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*، ۶، ۲۱.
- کار، آلن، ۱۹۵۷ م. (۱۳۸۵)، *روانشناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان*، ترجمه حسن پاشا شریفی، جعفر نجفی زند با همکاری باقر ثنایی. تهران: سخن.
- قلز، زبیده/گری، قبيله. (۱۳۸۸). *بررسی امید به زندگی در بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور بهشهر*، پایان نامه تحصیلی کارشناسی در رشته روانشناسی عمومی بهشهر، (منتشر نشده) دانشگاه پیام نور.
- شولتر، دوآن (۱۳۸۶) *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: ویرایش.
- شاملو، سعید (۱۳۸۰) *مکاتب و نظریه‌های شخصیت*. تهران: انتشارات رشد.
- قران مجید. (سوره یونس، آیه ۷ و ۸).