فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۴، شماره ۸، بهار سال ۱۳۹۹

مقایسه‌ی ویژگی‌های شخصیتی، سبک زندگی و بلوغ عاطفی در بین زنان و مردان متاهل

مریم صفائی[۱]، مستوره صداقت[۲]

چکیده

این پژوهش باهدف مقایسه ی ویژگی های شخصیتی، سبک زندگی و بلوغ عاطفی در بین زنان و مردان متاهل در سال ۹۸-۱۳۹۷ مشغول به کار در شرکت نفت بودند انجام شد. طرح پژوهش از نوع علی – مقایسه ای است. بدین منظور به روش نمونه گیری در دسترس ۶۰ کارمند (۳۰ زن و ۳۰ مرد) انتخاب گردیدو پس از اجرای پرسشنامه ی شخصیتی نئوکاستا و مک کری(NEO)(۱۹۸۵)، یلوغ عاطفی سینک و بهاوارا (۱۹۸۴) و سبک زندگی میلر و اسمیت (۲۰۰۳) در دو گروه یافته ها از طریق تحلیل واریانس چند متغیره و یک متغیره تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین مردان و زنان در بلوغ عاطفی تفاوتی مشاهده نشد، اما در مولفه ی سبک زندگی مردان نمرات بالایی در این مولفه اخذ کردند که نشان دهنده ی این است که سبک زندگی ناسالم تری نسبت به زنان دارند. همچنین در ویژگی های شخصیتی زنان نمرات بالاتری در مولفه ی روان رنجورخویی، توافق پذیری کسب کرده و مردان نمرات بیشتری در برون گرایی کسب کردند، و در بین دو گروه جنسیتی در مولفه های گشودگی به تجربه و مسئولیت پذیری تفاوت دیده نشد.

کلمات کلیدی: ویژگی‌های شخصیتی، سبک زندگی، بلوغ عاطفی

[۱] کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران
Helen.Safaee@yahoo.com
[۲] استادیار و عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب، تهران، ایران (نویسنده مسئول)
m_sedaghat@azad.ac.ir

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۴، شماره ۸، بهار سال ۱۳۹۹

مقدمه

خانواده اصلی‌ترین هسته‌ی هر جامعه و کانون حفظ سلامت و بهداشت روانی است و نه‌تنها محل تأمین نیازهای عاطفی، مادی، تکاملی و معنوی اعضای خود است بلکه مبدأ بروز عواطف انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین فردی نیز می‌باشد. خانواده واحدی است که بر اساس ازدواج پدید می‌آید و از آغاز پیدایی خود همچون حریمی امن، زندگی انسان را در برمی‌گیرد و روح تازه‌ای در درون شبکه خویشاوندی ایجاد می‌کند که شمار زیادتری از خویشاوندان را نیز به هم پیوند می‌دهد (کافمن[1]، ۲۰۱۱). پدیده ازدواج قادر است بسیاری از نیازهای فردی و اجتماعی زن و مرد را در قالب ارتباطات جسمانی و جنسی، روانی- اجتماعی و دیگر قراردادهای عرفی و اجتماعی برآورده سازد. ازدواج در مقایسه با دیگر ارتباطات انسانی دامنه‌ای وسیع گسترده دارد و دارای ابعاد زیستی، اقتصادی، عاطفی و نیز روانی اجتماعی است (کشاورزافشار و همکاران، ۱۳۹۰). اکثر زوجین در هنگام ازدواج تصویری از همسرشان دارند که با آرمان‌ها و آرزوهای آن‌ها هماهنگ است و همچنین شور و شوق خاصی نسبت به همسرشان دارند ولی هنگامی‌که مدتی از زندگی مشترک می‌گذرد متوجه می‌شوند تمامی تصویرها، آرمان‌ها متفاوت از واقعیت است و لذا ممکن است دچار مشکل شوند. جامعه سالم بدون ، داشتن خانواده‌های سالم نمی‌تواند تحقق یابد .هیچ‌یک از آسیب‌های اجتماعی بی‌تأثیر از خانواده پدید نیامده است .برای داشتن جامعه‌ای سالم باید به‌سلامت نخستین واحد اجتماعی یعنی سلامت خانواده اهمیت داد (پورمیدانی، نوری و شفتی، ۱۳۹۳). یکی از مؤلفه‌هایی که زوجین به آن پی می‌برند ویژگی‌ای شخصیت است. بررسی مختصر نظریه‌ها و مدل‌های مطرح‌شده در حوزه زناشویی روشن‌کننده این مهم‌اند که عوامل مختلفی بر پایداری و ناپایداری ازدواج اثر می‌گذارند. یکی از عوامل بسیار مهم ویژگی‌های شخصیت همسران است (نادری و همکاران، ۱۳۸۹). یکی از مدل‌هایی که در خصوص تأثیر عوامل شخصیتی مطرح می‌شود مدل پنج عاملی شخصیتی[2] است. پژوهشگران با استفاده از این مدل نقش ویژگی‌های شخصیتی را در روابط افراد متأهل بررسی کردند. این مدل پنج ویژگی شخصیتی روان‌نژندی[3]، برون‌گرایی[4]، باز بودن به تجربه[5]، توافق پذیری[6]، وجدانی بودن[7] را بررسی می‌کند. شخصیت از دیدگاه‌های مختلف بررسی می‌شود و دانشمندان آن را بر اساس چارچوب نظریه مربوط تعریف کرده‌اند؛ اما کامل‌ترین تعریف شخصیت را آلپورت[8] این‌چنین بیان کرده است: شخصیت سازمانی پویا از نظام‌های روانی و جسمانی است که در درون فرد قرار دارد و ویژگی‌های فرد ، رفتار و اندیشه او را تعیین می‌کند(پروین، ترجمه‌ی جوادی و کدیور، ۱۳۹۰). شخصیت زیربنای روان‌شناختی روابط پایدار سهیم است و بنابراین پیش‌بینی کننده‌ای کلیدی برای روابط موفق و ناکارآمد است(کوهی، اعتمادی و فاتحی زاده، ۱۳۹۳). شخصیت به‌عنوان مجموعه‌ای از ویژگی‌های متمایز در یک فرد تعریف‌شده است .آگاهی از سبک شخصیت و یا نوع خلق‌وخوی خود، به فرد در شناسایی نقاط قوت و ضعف خود کمک می‌کند .شناخت فرد از شخصیت خویش به وی بینش می‌دهد چگونه پاسخ‌های خاصی به دیگران بدهد و حتی مهم‌تر از آن به درک و شناخت و تفاوت دیگران در ارائه پاسخ، به وی کمک خواهد کرد (نل و آول[9]، ۲۰۱۰)

به‌عبارت‌دیگر آگاهی از ویژگی‌های شخصیتی عمیقاً در نحوه ادراک و تفسیر و واکنش فرد به رویدادها مرتبط است، طبیعی است که برخی از ویژگی‌های شخصیتی از ویژگی‌های دیگر انعطاف‌پذیرتر است. افرادی که دارای ویژگی‌های شخصیتی انعطاف‌ناپذیر می‌باشند و کسانی که نمی‌توانند پاسخ‌های خود را با تقاضای یک موقعیت خاص منطبق سازند فاقد مهارت‌های

[1] Kaufman
[2] - five-factor model of personality
[3] neuroticism
[4] extraversion
[5] openness
[6] agreeableness
[7] conscientiousness
[8] Allport
[9] Nall, Aull

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

زندگی بوده و بدترین واکنش‌ها را به زندگی نشان می‌دهند ، لذا می‌توان متصور شد که ویژگی‌های شخصیت تا چه اندازه بر زندگی متأهلی و شغل می‌تواند مؤثر باشد. پژوهش‌های انجام‌شده نشان دادند که ویژگی‌های شخصیت با رضایت زندگی(اسچیماک[1] و همکاران، ۲۰۰۹)، سبک‌های هویتی (کرمی جویانی، سروقد، بقولی، ۱۳۹۴) و سبک زندگی (ادموند[2]، ۲۰۱۱) رابطه دارد.

از میان مؤلفه‌های یادشده سبک زندگی موردتوجه پژوهش حاضر است. همان‌طور که در مطالعه پلاسکر[3](۲۰۱۴) نشان داده شد که ویژگی‌های شخصیت ازجمله عوامل تأثیرگذار بر سبک زندگی افراد متأهل است. سبک زندگی نشان‌دهنده‌ی باورها و کنش‌های هر فرد است، به‌عبارت‌دیگر سبک زندگی بر نحوه‌ی تعاملات و کنش‌های هر فرد در زندگی متأهلی در مقابل همسر و شغل تأثیر می‌گذارد. با توجه به اینکه سبک زندگی به عنوان مجموعه اعتقادات فرد تلقی می‌شود که در سال‌های اولیه‌ی زندگی خود کسب می‌کند، به‌عنوان یک الگوی مداوم و جهت‌دار است که متأثر از دو عامل مهم یعنی شخصیت و ویژگی‌های محیطی است. به‌عنوان‌مثال افرادی که دارای ویژگی‌های شخصیتی درون‌گرا و برون‌گرا هستند، سبک‌های متفاوتی در زندگی دارند. همان‌گونه که پژوهش ادموند (۲۰۱۱) نشان داد که ویژگی‌های شخصیت روان رنجور با سبک زندگی سالم رابطه عکس دارد. همچنین پژوهش هم استفان[4](۲۰۱۴) حاکی از این بود که افرادی که ویژگی‌های شخصیتی هیجان‌طلبی دارند گرایش بیشتری به رفتارهای مخاطره‌آمیز در سبک زندگی دارند، درنهایت لورنگ[5] و همکاران (۲۰۱۵) نشان دادند که مؤلفه‌های روانی روانی نظیر انعطاف‌پذیری بالاتر، مسئولیت‌پذیری، سرسختی روان‌شناختی با سلامت جسمانی و انتخاب سبک زندگی سالم رابطه دارند. با ارزیابی شیوهٔ سبک زندگی سالم می‌توان در موقعیت‌های بهتری برای پیشرفت و موفقیت شخصی و تخصصی قرار گرفت .با توجه به اینکه سبک زندگی بر روی سلامت روانی و جسمانی افراد متأهل تأثیر می‌گذارد، بررسی آن به‌صورت یکی از مسائل مهم روان‌شناسی درآمده است. انتخاب یک سبک زندگی چه آگاهانه و چه ناآگاهانه زندگی فرد را باقدرت رقم می‌زند.

عامل دیگر که می‌تواند موردتوجه قرار گیرد بلوغ عاطفی[6] است. نظریه‌پردازانی همچون کریستوفر[7](۱۹۸۰) بلوغ عاطفی را به توانایی کنترل خود در مقابل ناکام‌ها، احساس مسئولیت در قبال تصمیمات و اعمال شخصی و سطح مطلوبی از آگاهی نسبت به عواطف خود توصیف نموده‌اند. همچنین موای[8](۱۹۷۷) بلوغ عاطفی را به توانایی عشق دادن و عشق گرفتن ، توانایی روبه‌رو شدن با واقعیات زندگی و تجزیه‌وتحلیل جزییات آن وقایع، توانایی تعبیر مثبت داشتن از رویدادها و تجربیات ناگوار زندگی، توانایی یادگیری از شکست‌ها و تجارب تلخ زندگی، توانایی پذیرش شکست‌ها و ناکامی‌ها، توانایی کنترل خشم و رهایی از رفتارهای تکانشی توصیف کرده است(قادری، دهکردی، احمدی و قاسمی، (۱۳۹۲). لذا بلوغ عاطفی نیز برای مردان و زنان متأهل از اهمیت برخوردار است زیرا می‌تواند به بهبود رابطه زناشویی و گرم شدن کانون خانواده کمک کند.همچنین بلوغ عاطفی می‌تواند هم به‌عنوان یک فرآیند و هم به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی تلقی شود .فرآیند بلوغ عاطفی فرد از خانواده اصلی‌اش ایجاب می‌کند که او خود را از نظام خانوادگی چند نسلی که به‌وسیله سطوح متفاوت دلبستگی های عاطفی و فرافکنی اضطراب توصیف می‌شود، متمایز کند .پس، بلوغ عاطفی مستلزم آن است که فرد خودش را از اعضای خانواده‌اش بدون گسلش عاطفی از آن‌ها جدا نماید. افرادی که به بلوغ عاطفی دست‌یافته‌اند قادرند تا خود را از دلبستگی های عاطفی در خانواده‌شان بدون قطع رابطه با آن‌ها جدا کنند .برعکس، کسانی که نابالغ‌اند مایل‌اند تا در روابط با والدین خود ذوب شوند و

[1] Schimac
[2] Edmonds
[3] Plasker
[4] Stephan
[5] Lovering
[6] emotional maturity
[7] Keristofer
[8] murray

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

یا ازنظر عاطفی از این روابط ببرند. .به‌عبارت‌دیگر، افراد نابالغ ازنظر عاطفی به دیگران وابسته‌اند و به‌دشواری می‌توانند برای خودشان فکر ، احساس و عمل کنند (جینکینز، ۲۰۱۱). بلوغ عاطفی جریانی است که طی آن شخصیت فرد به‌طور مداوم برای احراز بیش‌ازپیش سلامت عاطفی، ازلحاظ روانی و فردی می‌کوشد (منصوری‌نژاد، ۱۳۹۲). بلوغ صرفاً به معنای قابلیت نگرش و عمل خاص نیست، بلکه توانایی لذت کامل از آن‌ها را نیز شامل می‌شود. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است .بلوغ عاطفی در زندگی متأهلین به‌صورت توانایی تحمل تنش، توانایی عشق دادن و عشق گرفتن، توانایی روبه‌رو شدن با واقعیات زندگی و تجزیه‌وتحلیل جزئیات آن وقایع ، توانایی تعبیر مثبت داشتن از تجربیات ناگوار، پذیرش شکست، توانایی کنترل خشم متبلور می‌گردد. لذا بلوغ عاطفی می‌تواند به زندگی افراد متأهل و موفقیت آن‌ها در زندگی کمک شایانی کند.

سبک زندگی مجموعه تقریباً هماهنگی است از تمامی رفتارها و کنش‌هایی که هر فرد در طول زندگی روزمره از خود نشان می‌دهد .درواقع سبک زندگی نمودی از جهت‌گیری و عادات روزانه است .ازنظر آدلر نیز چگونگی تلاش فرد برای کنار آمدن با احساسات حقارت آمیز بخشی از خاص وی می‌شود؛ یعنی به‌صورت یک جنبه از کارکردهای شخصیتی وی در « سبک زندگی » می‌آید .سبک زندگی خلاقیتی است حاصل از کنار آمدن با محیط و محدودیت‌های آن و به این سبب افراد از این حیث مختلف‌اند؛ زیرا علاوه بر احساس حقارت و برتری‌طلبی، که میان همه آدمیان مشترک است، سه عامل بدنی، روانی و اجتماعی، که به ترتیب در ساختمان بدنی و عمل اعضای آن صفات و استعدادهای روانی و ارتباطات اجتماعی نهفته است در میان آدمیان متفاوت است. همین امر شیوه خاص هر فرد را برای جبران احساس حقارت و برتری‌طلبی تعیین می‌کند (برزگر، ۱۳۹۵). با توجه به نقش مؤلفه‌های ویژگی‌های شخصیت، سبک زندگی و بلوغ عاطفی در زندگی مشترک زوجین و نیز در ارتباطات اجتماعی و حرفه‌ای، خلأ پژوهشی موجود ، پژوهش حاضر در پاسخ به این سؤال انجام گردید که آیا بین ویژگی‌های شخصیت، سبک زندگی و بلوغ عاطفی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد؟

روش

پژوهش حاضر تلفیقی از پژوهش علی – مقایسه ای است. در پژوهش حاضر متغیر مستقل گروه‌بندی کارمندان متأهل بر اساس جنسیت(زن و مرد) و متغیر وابسته سبک زندگی، ویژگی‌های شخصیتی و بلوغ عاطفی است و جامعه موردپژوهش ، شامل کلیه کارمندان مرد و زن متأهل ۲۶-۴۸ ساله می‌باشد که در سال ۹۸-۱۳۹۷در شرکت نفت شهر تهران مشغول به کار بود. نمونه پژوهش، شامل ۳۰ کارمند زن متأهل و ۳۰ کارمند مرد متأهل دامنه سنی بین ۲۶ تا ۴۸ سال می‌باشند. حجم از طریق نمونه‌گیری در دسترس از بین کارمندان مرد و زن متأهل شاغل در ادارات دولتی شهر تهران انتخاب شدند. .سپس ازنظر سن، مدت تا هل ، مدت خدمت و سطح تحصیلات همتا سازی گروهی شدند.

ابزار پژوهش

پرسشنامه‌ی شخصیتی نئو اف اف آی[1]:این پرسشنامه ابتدا در سال ۱۹۸۵ با عنوان نئو با ۱۸۵ پرسش به‌وسیله‌ی کاستا و مک کری تهیه شد . پس‌ازآن، بر اساس همین پرسشنامه، فرم‌های ۲۴۰ و ۶۰ پرسشی آن نیز به‌وسیله‌ی همین پژوهشگران ساخته شد . در این پژوهش از آزمون نئو،اف اف آی که دارای شصت پرسش استفاده می‌شود، که در ایران به‌وسیله‌ی حق‌شناس (۱۳۸۷) مورداستفاده قرارگرفته است و برای ارزیابی مختصر و سریع پنج عامل اصلی(بی‌ثباتی هیجانی،برون‌گرایی، باز بودن، وجدانی بودن و توافق) طراحی‌شده است . این آزمون از پنج مجموعه‌ی ۱۲ جمله‌ای مربوط به هر یک از شاخص‌ها تشکیل‌شده است و می‌توان آن ر ا به‌صورت فردی و گروهی اجرا کرد. نمره‌گذاری آن بر اساس یک طیف لیکرت پنج‌قسمتی(کاملاً مخالفم= ۵، مخالفم=۴، نظری ندارم=۳، موافقم=۲، کاملاً موافقم= ۱) درجه‌بندی می‌شود. طیف نمرات بین ۶۰ و ۳۰۰ است. نئو اف اف آی به‌منظور ارائه‌ی فرم کوتاهی ازنئو پی آی آر ساخته شده و با این‌که هنجار جدیدی برای آن ارا یه شده، اما دارای همان شکل اولیه است . گزینش عبارت‌های آزمون بر اساس محاسبات اعتبار یابی واکاوی عوامل از روی آزمون نئو

[1] NEO-FFI Personality Inventory

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

پی آی آر انجام‌گرفته است(کاستا و مک کری، ۱۹۸۷). پایایی این آزمون به‌وسیله‌ی کاستا و مک کری با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای عصبی بودن، برون‌گرایی، باز بودن، توافق و وجدانی بودن به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۷۵، ۰/۶۹، ۰/۷۹ و به وسیله‌ی حق‌شناس (۱۳۸۷) ۰/۸۶، ۰/۷۷، ۰/۷۳، ۰/۶۸ و ۰/۸۱ گزارش‌شده است. همچنین روشن چلسی (۱۳۸۵؛ به نقل از قربانی و همکاران، ۱۳۹۳) نیز در یک تحقیق دیگر ضرایب الفای کرونباخ را برای روان جوری ۰/۸۳، برون‌گرایی ۰/۵۸، گشودگی ۰/۳۵، توافق پذیری ۰/۵۵، مسئولیت ۰/۶۸ و اعتبار آزمون مجدد در فاصله یک هفته برابر ۰/۸۰ ، روان رنجوری ۰/۸۲، برون‌گرایی ۰/۶۱، گشودگی ۰/۷۰، توافق پذیری ۰/۷۰ و مسئولیت ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه بلوغ عاطفی[1]: این پرسشنامه توسط سینگ و بهارگاوا [2] در سال ۱۹۸۴ ساخته شد و شامل ۴۸ سؤال است که ۱۰ سؤال اول آن معیار عدم ثبات عاطفی، ۱۰ سؤال دوم معیار بازگشت عاطفی، ۱۰ سؤال سوم معیار ناسازگاری اجتماعی، ۱۰ سؤال چهارم فروپاشی شخصیت و ۸ سؤال آخر فقدان استقلال را می‌سنجد. پرسشنامه‌ی بلوغ عاطفی یک مقیاس گزارش شخصی پنج گزینه‌ای است (خیلی زیاد، زیاد، نامشخص، احتمالاً و هرگز). سؤالات طوری بیان‌شده است که اگر جواب مثبت، خیلی زیاد باشد نمره‌ی ۵، زیاد باشد نمره‌ی ۴، پاسخ نامشخص باشد نمره‌ی ۳ ، پاسخ احتمالاباشد نمره‌ی ۲ و به پاسخ منفی هرگز، نمره‌ی ۱تعلق می‌گیرد .بنابراین هر چه نمره بالاتر باشد درجه‌ی بالاتری از عدم بلوغ عاطفی وجود دارد و برعکس . بیشترین امتیاز یعنی۲۴۰ معرف بی‌ثبات‌ترین وضعیت عاطفی و کمترین امتیاز ۵۰ معرف باثبات‌ترین وضعیت عاطفی می‌باشد. این پرسشنامه توسط صفار پور در سال ۱۳۸۵ جهت انجام پژوهش، هنجار شده است .در پژوهش او، جهت بررسی همسانی درونی آزمون، پرسشنامه بر روی ۵۰ نفر اجرا شد و بین سؤالات ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد. باز آزمایی انجام‌شده بر روی نمونه‌ای به حجم ۳۰ نفر، ضریب همبستگی بین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون معادل ۰/۶۲ محاسبه شد. در پژوهش منصوری‌نژاد (۱۳۹۲) پایایی این مقیاس توسط روش باز آزمون و همسانی درونی تعیین‌شده است . پایایی باز آزمون این مقیاس با اجرای آن بر روی دانشجویان (تعداد ۱۵۰ نفر) اندازه‌گیری شد. فاصله‌ی زمانی بین دو اجرا ۰/۷۵ بود . همسانی درونی این مقیاس با محاسبه‌ی ضریب همبستگی‌های بین کل نمرات و نمرات هر یک از ۵ به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۳، ۰/۵۸، ۰/۸۶ و ۰/۴۲ به دست آمد.

سبک زندگی میلر و اسمیت[3]: این پرسشنامه دارای بیست پرسش است که از روی پرسشنامه‌ی اصلی به فارسی و سپس به انگلیسی برگردانده شده است (در هر نوبت به‌وسیله‌ی ۳ نفر) و هر پرسش دارای پنج پاسخ (همیشه = ۱، اغلب =۲، گاهی اوقات =۳، به‌ندرت =۴، و هرگز=۵) می‌باشد . نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده‌ی سبک زندگی ناخوشایند و ناسالم است . روایی پرسشنامه‌ی یادشده پس از ترجمه به روش باز ترجمه به‌وسیله‌ی اعضای هیئت‌علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان تأییدشده و پایایی آن در یک مطالعه پایلوت در مورد ۲۰ بیمار مبتلابه بیماری ریه ۰/۸۶ و آلفای کرونباخ تک‌تک پرسش‌ها بالاتر از ۰/۵ به دست آمد. در مطالعه‌ی فاضل، حق‌شناس و کشاورز(۱۳۹۰) الفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۷ به دست آمد

یافته ها

۵۰ درصد آزمودنی ها ۳۰ نفر زن و ۵۰ درصد ۳۰ نفر مرد بودند که به عنوان زوج با هم زندگی می کردند . بیشترین فراوانی با مدرک لیسانس در هر دو گروه (۵۰ درصد مردان و ۵۳/۳ درصد زنان) وجود دارد. بیشترین رده‌بندی سنی نیز در هر دو گروه برای طبقه سنی ۳۲ تا ۳۷ سال (۳۶/۷ درصد هر دو گروه) است.

فرضیه اول: بین ویژگی‌های شخصیتی، زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد.

[1] Emotional maturity scale
[2] Singh, Bhargava
[3] -Miller, Smith Life Style Inventory

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

جدول ۱: نتایج آزمون‌های چند متغیری ویژگی‌های شخصیتی

اثر درون‌گروهی		ارزش	F	سطح معنی‌داری	ضریب اتا
گروه	آزمون اثر پیلایی	۰/۴۲۳	۷/۹۲۲	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
	آزمون لامبدای ویلکز	۰/۵۷۷	۷/۹۲۲	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
	آزمون اثر هتلینگ	۰/۷۳۴	۷/۹۲۲	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳
	آزمون بزرگترین ریشه روی	۰/۷۳۴	۷/۹۲۲	۰/۰۰۱	۰/۴۲۳

با توجه به مقادیر F، نتایج جدول بالا نشان می‌دهد بین گروه‌ها در ترکیب خطی متغیرهای وابسته تفاوت معنی‌داری وجود دارد. به این معنی که نشان می‌دهد شاخص‌های آماره ملاک آزمون بین دو گروه در سطح معناداری P<۰/۰۱ تفاوت وجود دارد. زیرا میزان احتمال آزمون F از ۰/۰۱ کمتر است {P<۰/۰۰۱ ,F=۷/۹۲۲؛ ۰/۴۲۳= مجذور اتای تفکیکی}. این یافته به این معناست که فرض صفر پژوهش رد شده و فرضیه اول می‌شود. و می‌توان گفت بین حداقل یکی از ویژگی‌های شخصیتی موردمطالعه در دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد. ضریب اتای تفکیکی نشان می‌دهد ۴۲/۳ درصد از واریانس ویژگی‌های شخصیتی به‌وسیله متغیر گروه‌بندی تبیین می‌شود.

فرضیه دوم: بین سبک زندگی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد.

جدول ۲: نتایج آزمون تحلیل واریانس برای نمره سبک زندگی

شاخص / منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضرایب اتا
اثر گروه	۱۱۷۹/۲۶۷	۱	۱۱۷۹/۲۶۷	۱۸/۱۸۴	۰/۰۰۱	۰/۲۳۹
خطا	۳۷۶۱/۴۶۷	۵۸	۶۴/۸۵۳			
جمع	۱۸۲۷۲۰۰	۶۰				
جمع کل تصحیح‌شده	۴۹۴۰/۷۳۳	۵۹				

بر اساس نتایج جدول بالا و با توجه به اینکه سطح معنی‌داری خطای آزمون سبک زندگی {F(۱،۵۹)=۱/۱۸۴ ,P<۰/۰۰۱} برای سطح اطمینان ۰/۹۹ کمتر از ۰/۰۱ است می‌توان گفت فرض صفر رد شده و فرضیه دوم پژوهش تأیید می‌شود و بین سبک زندگی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد. ضریب اتای تفکیکی نشان می‌دهد به ۲۳/۹ درصد از واریانس سبک زندگی به‌وسیله متغیر گروه‌بندی تبیین می‌شود.

فرضیه سوم: بین بلوغ عاطفی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد.

جدول ۳- نتایج آزمون تحلیل واریانس برای نمره بلوغ عاطفی

شاخص / منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	ضرایب اتا
اثر گروه	۷۲۱/۰۶۷	۱	۷۲۱/۰۶۷	۲/۵۰۱	۰/۱۱۹	۰/۰۴۱
خطا	۱۶۷۱۹/۶۶۷	۵۸	۲۸۸/۲۷۰			

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

جمع	۲۲۷۰۱۷۲/۰۰۰	۶۰
جمع کل تصحیح‌شده	۱۷۴۴۰/۷۳۳	۵۹

بر اساس نتایج جدول بالا و با توجه به اینکه سطح معنی‌داری خطای آزمون بلوغ عاطفی {F(۱،۵۹)=۲/۵۰۱ ,P>۰/۰۰۱} برای سطح اطمینان ۰/۹۹ بیشتر از ۰/۰۱ است می‌توان گفت فرض صفر تأییدشده و فرضیه سوم پژوهش رد می‌شود و بین بلوغ عاطفی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود ندارد.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی تفاوت ویژگی‌های شخصیتی، سبک زندگی و بلوغ در بین زنان و مردان متأهل انجام شد. بر این اساس ۶۰ کارمند (مرد و زن) متأهل ۲۶-۴۸ ساله که در سال ۹۸-۱۳۹۷در شرکت نفت شهر تهران مشغول به کار بودند، در پژوهش شرکت کردند و نتایج مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت در سطور زیر به تبیین هر یک از فرضیه‌ها پرداخته گردید:

فرضیه اول: بین ویژگی‌های شخصیتی، زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد. نتیجه‌ی حاصل از تجزیه و تحلیل نشان داد که بین گروه‌های موردبررسی (زنان و مردان) در ویژگی‌های شخصیت تفاوتی وجود دارد. به‌عبارت‌دیگر زنان درروان رنجور خویی، سازگاری نمرات بالاتری نسبت به مردان دریافت کردند و عامل برون‌گرایی نیز در مردان بالاتر بود ، اما در دو مؤلفه‌ی دیگر گشودگی و مسئولیت‌پذیری تفاوتی بین گروه‌های جنسیتی دیده نشد. این یافته با نتایج پژوهش مرادی (۱۳۹۴)؛ مهرابی، فتحی آشتیانی و کرمی نیا (۱۳۹۴)، مرادی، کرمی نیا، حاتمی و ابوالمعالی الحسینی (۱۳۹۷)؛ شیوتا و لوینسون[1](۲۰۱۵) همسو بود.

شخصیت به‌عنوان عاملی تعیین‌کننده می‌تواند تمامی رفتارهای انسان را در عرصه زندگی شخصی و اجتماعی تحت تأثیر قرار داده و گاهی در اثر صفات و ویژگی‌های ناسازگارانه فرد و اطرافیان وی را با مشکل جدی مواجه کند. عوامل شخصیتی جزء مهم‌ترین ویژگی‌هایی است که اهمیت کاربر روی آن‌ها ملموس است (مهرابی و همکاران، ۱۳۹۴).

احساساتی نظیر ترس، غم، احساس گناه در زنان بیشتر است و لذا در مواجهه با شرایط استرس‌زا و آسیب زنان بیشتر دچار مشکلات روان‌شناختی نظیر افسردگی و اضطراب می‌شوند. لذا ممکن است در محیط کار و منزل مشکلات درزمینه ی رضایتمندی، حل مسئله، انزوا و احساس بی‌کفایتی را تجربه کنند. یافته‌های پژوهش بر اساس تفاوت‌های جنسیتی ناشی از ترکیب پایه‌های زیستی، زمینه‌های خلقی و جامعه‌پذیری مردان و زنان قابل تبیین است به بیان دیگر تفاوت‌های جنسیتی اولیه به‌احتمال زیاد متأثر از عوامل بیولوژیکی است مانند تفاوت‌های جنسیتی در بروز ژن و تأثیر هورمون‌های جنسیتی (مثل تستوسترون) در رحم مادر که تفاوت‌های مغزی و بدنی بین زن و مرد را ایجاد می‌کنند. برای مثال نوزادان پسر سطوح بالاتری از پرخاشگری و انگیختگی را نمایش می‌دهند و دختران احساسات درونی بیشتری را از خود بروز می‌دهند که به‌احتمال زیاد همه‌ی آن‌ها بیولوژیکی است. به‌عبارت‌دیگر نقش جنسیت در بروز رفتارهایی که مبنای شخصیت دارد محرز است، بر این اساس فرهنگ جامعه هم به‌گونه‌ای است زنان از مردان در نشان دادن همدلی، سازگاری و عواطف پیشی گیرند و در مقابل مردان نسبت به زنان احساسات کمتری از خود بروز دهند و به آن‌ها اجازه داده می‌شود هیجانات بیرونی مانند خشم، جسارت و نفرت بیشتری را ابراز کنند. بنابراین ابراز هیجانات، برون‌گرایی که در مردان بیشتر است و سبب می‌شود رفتارهایی در جهت استقلال، متکی‌به‌خود بودن و اعتمادبه‌نفس انجام دهند که با نقشی که جامعه نیز برای آن‌ها تعریف کرده است که شامل محافظت از خانواده است هماهنگ است. ازآنجاکه برونگرایی نشان‌دهنده‌ی رویکردی پرانرژی به جهان مادی و اجتماعی در فرد است که ویژگی‌هایی چون قاطعیت و جرئت مندی و فعال بودن را در برمی‌گیرد که این ویژگی در مردان بالاتر است ، هم به دلیل تفاوت‌های بیولوژیکی و هم به دلیل فرهنگ و سوق مردان از طریق جامعه برای تقویت این ویژگی که سبب محافظت از خانواده و پیشرفت در شغل می‌گردد. از سوی دیگر ویژگی توافق پذیری در زنان بالاتر است .با توجه به تعریف توافق پذیری

[1] Shiota & levinson

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

که جهت‌گیری اجتماعی و جامعه پسند نسبت به دیگران داشته و شامل ویژگی‌هایی همچون نوع‌دوستی و خوش‌قلبی می‌شود، در زنان بیشتر ابراز می‌شود و از جانب جامعه و سنت نیز ترغیب و تشویق می‌شود زیرا به‌عنوان ویژگی‌هایی است که سبب ایجاد کانون گرم خانواده، رابطه‌ی خوب با همسر و فرزندان و فرزند پروری است. این یافته با پژوهش‌های شکری و همکاران (۱۳۸۶)؛ اشمیت[1] و همکاران (۲۰۰۸) همسو است، این یافته می‌تواند از طریق نظریه‌های تکاملی و نقش اجتماعی تفسیر شود در تبیین تکاملی توافق پذیری بالای زنان به مزیت‌های انطباقی برای تولیدمثل، و نگهداری فرزندان نسبت داده می‌شود که دربرگیرنده ویژگی‌هایی چون مهربانی، دلسوزی؛ همکاری، اعتماد ، هم‌حسی و سازگاری زنان است (باس[2]، ۱۹۹۵). در تبیین از طریق نظریه نقش اجتماعی رفتارهای پرورش و توافق پذیری بالاتر زنان به فرایند اجتماعی شدن با نقش جنسیتی زنانه نسبت داده می‌شود که جامعه‌پذیری متفاوت زنان بر اساس نقش‌های مورد انتظار جامعه منجر می‌شود(رحمانی و همکاران، ۱۳۹۴). در گروه‌های زنان و مردان در مسئولیت‌پذیری و گشودگی به تجربه تفاوت دیده نشد که به نظر می‌رسد به‌واسطه‌ی آموزش ، نزدیک شدن نقش‌های جنسیتی برای بر عهده گرفتن مسئولیت‌های کاری و اجتماعی در مقایسه با گذشته تفاوتی مشاهده نمی‌شود.

فرضیه دوم: بین سبک زندگی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین سبک زندگی مردان و زنان تفاوت وجود دارد. به‌عبارت‌دیگر مردان نمره‌ی بالاتری در سبک زندگی کسب کردند و هر چه مقدار نمره‌ی سبک زندگی بالاتر باشد به‌منزله‌ی سبک زندگی ناخوشایندتر و ناسالم‌تر است. این یافته با پژوهش قربانی و همکاران (۱۳۹۳)، فاضل و همکاران (۱۳۹۰)؛ ابراهیمی و بهنویی گدنه (۱۳۸۹)، ادموند[3] (۲۰۱۱) ؛ پینکـارت و اسشـیندلر[4] (۲۰۰۷) همسو است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که ازآنجاکه سبک زندگی یک اصطلاح ریشه‌ای است که مطابق با حوزه‌های تحقیقی گوناگون با جنبه‌های متفاوت زندگی اجتماعی و فرهنگی بشری سروکار دارد. سبک زندگی مربوط به انتخاب‌های رفتاری افراد است به‌طور مثال رفتارهایی نظیر شیوه پوشش، مد، آرایش، گذراندن اوقات فراغت، رسیدگی به‌سلامت ، تغذیه، رفتارهای پرمخاطره و غیره، همگی در نوع انتخاب سبک زندگی خلاصه می‌شود. یکی از این حوزه‌ها جایی که سبک زندگی بسیار مرسوم به نظر می‌رسد، تحقیقات مرتبط با سلامتی و خطراست. به‌عبارت‌دیگر، سبک زندگی دارای دو جنبه‌ی اساسی سالم و ناسالم است که عامل بسیار مهمی در تعیین مثبت(سالم) و منفی(ناسالم و خطرناک) بودن شیوه‌های زندگی افراد است. یافته‌های جسر[5](۲۰۰۹) نشان می‌دهد سبک زندگی ناسالم ارتباط قوی با مصرف دخانیات، الکل، رانندگی پرخطر، تعارضات بین فردی، کم‌تحرکی و بیماری‌های جسمانی دارد. به‌عبارت‌دیگر بررسی‌ها نشان می‌دهد سبک زندگی در بین مردان وزنان متفاوت است. زنان رفتارهای پرخطر و ناسالم مرتبط با سبک زندگی ناسالم نظیر رانندگی پرخطر، نزاع، کمتری را مرتکب می‌شوند و لذا سبک زندگی سالم‌تری دارند.این در حالی است که رفتارهایی نظیر مصرف دخانیات، الکل، نزاع، تعارضات بین فردی، رانندگی پرخطر در مردان بیشتر است و مشکلاتی نظیر آمار تلفات رانندگی، بیماری‌های قلبی و عروقی مبین سبک زندگی ناسالم مردان است (شارع پور و همکاران، ۱۳۸۹).

به‌عبارت‌دیگر سبک زندگی روشی است که فرد در طول زندگی انتخاب کرده و بازتابی کامل از ارزش‌های اجتماعی، طرز برخـورد، فعالیت‌ها، الگوهـای رفتـاری و عادات فردی چون تغذیه، خواب، فعالیت‌های بدنی، شرکت در مجـامع و فعالیت‌های اجتمـاعی و برنامه‌ریزی مربوط به فرزندان و خانواده می‌باشد. هنگامی‌که انجام این امور در حد مطلوب باشـد، افراد از سلامت

[1] Schmitt
[2] Buss
[3] Edmonds
[4] Pincuoart & Schindler
[5] Jessor

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

جسمانی و روانی برخوردار می‌شوند و درنتیجه، این عامل باعث می‌شود که خانواده کمتر دچار مشکل شود و در پی آن ناسازگاری در خانواده کمتر پیش بیاید و خانواده کمتر دچار آسیب گردد. ازاین‌رو منطقی به نظر می‌رسد، زنان که دارای سبک زندگی مطلوب می‌باشند، رضایتمندی بیشتری را تجربه کنند و در محیط خانواده و نیز کار رفتارهای سازگارانه تری را نظیر مشارکت، تعامل با همکاران، نظم در پیش می‌گیرند و از تعارضات جلوگیری می‌کنند و برعکس سبک زندگی نامطلوب مردان ، کاهش رضایتمندی را در محیط منزل به دلیل تعارضات با همسر، ناسازگاری، رفتارهای تکانشی و عدم کنترل خشم و در محیط کار به‌صورت مشاجرات با همکاران، به تعویق انداختن کارها به دنبال داشته باشد.

فرضیه سوم: بین بلوغ عاطفی زنان و مردان متأهل تفاوت وجود دارد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین بلوغ عاطفی در گروه‌های مردان و زنان تفاوتی وجود ندارد . این یافته با پژوهش‌های منصوبی فر و ناهید پور (۱۳۹۱)؛ مرادی (۱۳۹۴)؛ منصوریان و همکاران (۱۳۸۵) ناهمسو است. لازم به ذکر است پژوهش‌های انجام‌شده رابطه‌ی بلوغ جنسی را با ویژگی‌های شخصیتی، سلامت روانی، کیفیت زندگی و رضایت زناشویی زنان و مردان موردبررسی قرار داده‌اند و به‌صورت مجزا مؤلفه‌ی جنسیت وارد پژوهش نشده است. بر این اساس می‌توان گفت افراد دارای بلوغ عاطفی بر این باورند که قابلیت تأخیر در ارضای نیازها را داشته و توان تحمل میزان معقول ناکامی رادارند، آن‌ها به طرح و نقشه درازمدت معتقدند و می‌توانند توقعات خویش را بر مبنای اقتضای موقعیت به تعویق اندازند و یا آن را مورد تجدیدنظر قرار دهند. در حقیقت این افراد برای ارضای نیازهای روحی و روانی کمتر وارد روابطی می‌شوند که ناپایدار و آسیب‌رسان است، آن‌ها پیش از ورود به رابطه و ایجاد وابستگی عمیق ، در مورد تمامی مسائل مربوط به این رابطه می‌اندیشند و درصورتی‌که این رابطه با احساسات ، افکار و فلسفه زندگی او در تضاد باشد وارد آن رابطه نخواهند شد. برعکس ، افرادی که بلوغ عاطفی کمتری برخوردارند، به دلیل مشکلات هیجانی، و خانوادگی و نیز ارضای نیازهای روحی و روانی بدون تفکر صحیح و اندیشیدن وارد هر رابطه‌ای می وند و توان کنترل شرایط و مقتضیات زمانی را از خود سلب می‌کنند. از سوی دیگر فردی که بلوغ عاطفی دارد در شرایط مختلف زندگی زیر فشار عاقلانه برخورد می‌کند و در رفع آن‌ها می‌کوشد؛ درباره‌ی مسائل و مشکلات مشورت و بحث می‌کند و انتقادات منصفانه را می‌پذیرد، بدون اینکه افسرده و عصبی شود با مسائل ناراحت‌کننده و تلخ‌رو به رو می‌شود، بی‌آنکه از آن‌ها فرار کند و از نگرانی‌ها و ترس‌ها غیرمنطقی مصون است. با توجه به آنچه بیان شد، امروزه زنان و مردان به دلیل آموزش‌ها، فرایند اجتماعی شدن، آگاهی‌ها و دانش، رشد یافته هستند و به همین دلیل تفاوتی در بلوغ عاطفی در بین زنان و مردان مشاهده نشده است.

منابع

ابراهیمی،قربانعلی، بهنوئی گدنه، عباس.(۱۳۸۹). سبک زندگی جوانان: بررسی جامعه شناختی سبک زندگی و مولفه های آن در بین پسران و دختران شهر بابلسر. مطالعات فرهنگی، ۶(۱۸): ۱۴۹-۱۶۱

برزگر، ابراهیم .(۱۳۹۵). روانشناسی سیاسی. تهران: سمت

پورمیدانی، سمیه؛ نوری، ابوالقاسم و شفتی، سیدعباس .(۱۳۹۳). رابطه سبک زندگی با رضایت زناشویی، خانواده‌پژوهی، ۱۰(۳۹)

پروین، لارسن. (۱۹۹۰). روان شناسی شخصیت نظریه و تحقیق. ترجمه: جوادی، محمد جعفر ؛ کدیور، پروین (۱۳۸۶). تهران: رسا

رحمانی، سوده؛ لواسانی، مسعودغلامعلی و تنها، زهرا .(۱۳۹۴). تفاوت‌های جنسیتی در شخصیت و هیجان‌خواهی دانشجویان دانشگاه تهران، مطالعات زنان، ۱۳(۳): ۱۵۳-۱۷۴

شارع‌پور، محمود؛ رازقی، نادر و غلام‌زاده، خلیل .(۱۳۸۹). بررسی رابطه انواع اعتماد با اعتماد اجتماعی در بین دانشجویان دانشگاه مازندران، مطالعات اجتماعی ایران، ۴(۳)

شکری، امید.، کدیور، پروین.، و دانشورپور، زهره (۱۳۸۶). تفاوت‌های جنسیّتی در بهزیستی ذهنی: نقش ویژگی‌های شخصیت، روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، ۱۳ (۳): ۲۸۰-۲۸۹.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

فاضل،امین الله، حق شناس، حسن؛ کشاورز، زهرا.(۱۳۹۰). قدرت پیش بینی ویژگیهای شخصیتی و سبک زندگی بر رضایتمندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز، زنان، ۲(۳): ۱۳۹-۱۴۹

قادری دهکردی، زهرا؛ احمدی، رضا و قاسمی پیربلوطی، محمد .(۱۳۹۲). بررسی رابطه خودشناسی، بلوغ عاطفی با امنیت اجتماعی دانش‌آموزان شهرکرد، دانش انتظامی چهارمحال و بختیاری، ۲: ۳۹-۵۰

قربانی، محبوبه؛ اظهری، صدیقه؛ اسماعیلی، حبیب الله؛ قنبری هاشم آبادی، بهرامعلی.(۱۳۹۳). بررسی ارتباط ویژگیهای شخصیتی با سبک زندگی در زنان یائسه مراجعه کننده به درمانگاههای زنان مراکز آموزشی شهر مشهد، سلامت جامعه، ۸(۳): ۱۱۷-۱۲۹

کرمی جویانی، فاطمه؛ سروقد، سیروس؛ بقولی، حسین(۱۳۹۴). رابطه ویژگیهای شخصیتی و سبکهای هویت با رضایت از زندگی دانش-آموزان دوره متوسطه، رهفیاتی نو در مدیریت آموزشی، ۶(۴): ۱۱۵-۱۲۸

کشاورزافشار، حسین؛ جهانبخشی، زهرا؛ نوابی‌نژاد، شکوه و ثنائی ذاکر، باقر .(۱۳۹۰). اثربخشی مشاوره گروهی با روش حل مسئله با تاکید بر نیازهای بنیادین نظریه انتخاب در بهبود روابط زوجین، مشاوره شغلی و سازمانی، ۷: ۴۱-۵۳

کوهی، سمانه؛ اعتمادی ،عذرا و فاتحی‌زاده، مریم .(۱۳۹۳). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روانی با سرخوردگی زناشویی در زوجین، پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۴(۱): ۷۱-۸۳

منصوریان، مرتضی؛ بهنام پور، ناصر؛ کارگر، مهدی و رحیم زاده، هادی .(۱۳۸۵). کیفیت زندگی مرتبط با سلامت دانشجویان دانشگاه گیلان، توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی،۱۰

مرادی، محبوبه؛ کرمی نیا، رضا؛ حاتمی، حمیدرضا و ابوالمعالی الحسینی، خدیجه .(۱۳۹۷). بررسی رابطه متغیرهای سبک زندگی و ویژگیهای شخصیتی با رضایت زناشویی زنان، زنان و خانواده، ۱۳(۴۴): ۱۰۹-۱۳۰

مرادی، نفیسه. (۱۳۹۴). رابطه بین ویژگی های شخصیتی و بلوغ عاطفی با صمیمیت زناشویی. پایان نامه کارشناسی ارشد، روانشناسی بالینی، دانشگاه شهید بهشتی

منصوبی فر، محسن و ناهیدپور، فرزانه.(۱۳۹۱). بررسی نقش شباهت زوج ها از نظر ویژگی های شخصیتی و بلوغ عاطفی در رضایت زناشویی، روانشناسی کاربردی، ۲: ۴۳-۶۱

منصوری نژاد، زهرا؛ پورسید، رضا، کیانی، فریبا، خدابخش، محمدرضا .(۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان دختر در آستانه ی ازدواج، بهداشت روانی، ۱۵(۲): ۱۵۸-۱۷۰

مهرابی، حسینعلی، میرزایی، غلامرضا، فتحی اشتهائی، علی و کرمی نیا، رضا. (۱۳۹۴). نقش ویژگی های شخصیتی در سبک زندگی نیروهای نظامی، روانشناسی نظامی، ۶(۲۱): ۲۹-۳۸

نادری، مریم. (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و کیفیت زندگی در بین دانش آموزان دختر مدارس دولتی و غیر انتفاعی تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

Buss, D. M. (1995). Evolutionary psychology - a new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry*, 6, 1–30.

Edmonds G. W. (2011). Personality and the healthy lifestyle as predictors of physical heath: can the healthy lifestyle be explained? PhD dissertation of Philosophy in Psychology, University of Illinois at Urbana-Champaign: Graduate College

Jenkins, Steve.M., Buboltz Jr, Walter.C., Schwartz, Jonathan,P., & Johenson, Patrick. (2011). Differentiation of self and psychosocial development. Contemporary Family Therapy, 27(2), 251-261.

Lovering, M. E.; Heaton, K. J.; Banderet, L. E.; Neises, K. ; Andrews, J. & Cohen, B. S. (2015). Psychological and physical characteristics of U.S. Marine recruits. Military Psychology, 27(5): 261-275.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]

Plasker, E (2014). The 100-Year lifestyle. Adams Media, an F. Wpublications company. U.S.A.

Kaufman, A. (2011). Personality, partner similarity and couple satisfaction: Do opposites attract or birds of a feather flock together. Retrieved by https://www.prepare-enrich.com,

Nall, M., Aull, M. (2010). The Influence of personal characteristics: personality, culture and environment. CLD1-9-4H: 4.

Pinquart, M., Schindler, I. (2007). Changes of Life Satisfaction to Retirement A latent-class Approch. Journal of American Psychological Associtions, 22, 442-445.

Schimmack, U, Oishi, S, Furr, R, M, Funder, D, C. (2009). Personality and life satisfaction: A facet-level analysis, University of Edinburgh on November 5, pp 1062-1075

Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94 (1), pp: 168–182

Suitor, J- & levinson, S. (2015). Family care giving and marital satisfaction. Journal of Marriage and the Family.VOL,5(3).3-446.

Stephen R. McDaniel (2014), "An Examination of Demographic, Lifestyle and Personality Influences on Consumer Preferences For Participating in Promotional Games", in NA - Advances in Consumer Research, 28: 19-31.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-09-07]