



رابطه بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی براساس رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد بوئین زهرا

پریسا وحیدی^۱، ابراهیم احمدی^۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی با رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد بوئین زهرا انجام شد. روش پژوهش مورد استفاده در این مطالعه همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد کلیه رشته‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا که تعداد آن‌ها ۲۱۲۰ میباشد. حجم نمونه که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده حجم نمونه به تعداد ۳۲۲ نفر بر اساس جدول کرجسی مورگان انتخاب شد. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزار پرسشنامه استفاده شد. با توجه به وجود سه متغیر و به منظور بررسی رابطه بین آن‌ها از سه پرسشنامه استاندارد پرسشنامه سبک زندگی LSQ، مقیاس هیجان خواهی آرن特 و پرسشنامه شخصیتی آیزنک استفاده میشود. روایی محتوایی پرسشنامه‌ها به تایید اساتید و کارشناسان رسیده و پایایی آن از طریق ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰.۸۷، ۰.۸۲ و ۰.۷۹ به دست آمده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه معنی داری وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: سبک زندگی، هیجان خواهی، رگه‌های شخصیتی.

^۱ کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا، ایران

^۲ استادیار، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا، ایران (نویسنده مسئول)

مقدمه

سبک زندگی مجموعه تقریبا هماهنگی است از تمامی رفتارها و کنش‌هایی که یک فرد در طول زندگی روزمره از خود نشان می‌دهد، در واقع سبک زندگی نمودی از جهت گیری‌ها و عادات روزانه است، سبکی شدن زندگی با شکل‌گیری فرهنگ مردم رابطه نزدیکی دارد، بنابراین می‌توان شناخت لازم در مورد فرهنگ یک جامعه را از طریق شناخت سبک زندگی آن جامعه به دست آورد (منوچهر آبادی، هاشمی و حصاری، ۱۳۹۲).

زندگی پر از چالش‌ها و استرس‌ها و مشکلاتی است که باید حل شوند، هیجان‌ها بعنوان راه حل‌هایی برای این چالش‌ها، استرس‌ها و مشکلات هستند. از آنجا که هیجان‌ها از روابط فرد جدا نشدنی هستند و در ایجاد، حفظ و قطع روابط میان فردی نقش مهمی ایفا می‌کند و این کار را با تنظیم فاصله بین افراد انجام می‌دهد، زیرا هیجان‌ها ما را به طرف هم می‌کشانند و یا از هم دور می‌کنند. هیجان‌ها چند بعدی هستند. آن‌ها بصورت پدیده‌های ذهنی زیستی هدفمند و اجتماعی وجود دارند. در تبیین و تعریف مفهوم سبک زندگی می‌توان چنین عنوان داشت که سبک زندگی حاصل ترکیب انگیزه‌ها، خصیصه‌ها، علائق و ارزش‌هایی است که در رفتار یک شخص نمایان می‌شود. در دنیای متعدد کنونی همه ما نه فقط از شیوه‌های زندگی معینی پیروی می‌کنیم، بلکه به تعبیری دیگر که اهمیت زیادی دارد، ناچار به این پیروی هستیم در حقیقت ما انتخاب دیگری جز گزینش نداریم، لذا بر این اساس شیوه زندگی را می‌توان به مجموعه‌های کم و بیش جامع از عملکردها تعبیر کرد که فرد آن‌ها را به کار می‌گیرد، چون نه فقط نیازهای جاری او را بر می‌آورند بلکه روایت خاصی را هم که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران متجسم می‌سازد (گیدنزا³، ۱۳۸۳).

یکی دیگر از متغیرهایی که بر سبک زندگی اثر می‌گذارد، ویژگی‌های شخصیتی می‌باشد. شخصیت هر فرد، اصلی‌ترین بعد و ساختار روانشناسی اوست؛ که به شکل‌گیری سبک زندگی او کمک می‌کند (گروسی، ۱۳۸۰). به نظر می‌رسد که شخصیت افراد، سبک زندگی آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سبک زندگی نیز شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین بین شخصیت و سبک زندگی تعامل وجود دارد. این نظریه نیز مطرح شده است که نمی‌توان بین سبک زندگی و شخصیت تمایز قابل شد (اکستین و کرن^۴، ۲۰۱۰؛ به نقل از کلانتری، ۱۳۹۰) و سبک زندگی همان شخصیت است در توسعه و بسط سبک زندگی یک فرد، تمام مولفه‌ها و اجزاء هویت بکار می‌آیند. سبک زندگی متشکل از اعمال و نگرش‌هایی است که نه تنها بر اساس ارزش‌های زیبا شناختی و مادی است، بلکه در کنار آن نگرش‌ها و اعمال متکی بر ارزش‌های اخلاقی و متافیزیکی را نیز در بر می‌گیرد. هر سبک زندگی، شامل یک الگوی معنا دار از روابط میان ارزش‌ها، نگرش‌ها و اعمال احتمالی است و لذا غیر ممکن است و نمی‌توان نقش انواع مختلف ارزش را در هویت و سبک زندگی مجرزا انگاشت. همین موضوع در مورد رابطه میان فرد و جامعه نیز صدق می‌کند. در جوامع غربی کنونی انواع مختلف ارزش‌ها اعم از مادی، زیباشناختی، اخلاقی و متافیزیکی (فرامادی) در کالاهای مصرفی و رسانه‌های جمعی ادغام می‌شوند (منوچهر آبادی و همکاران، ۱۳۹۲).

مفهوم شیوه یا سبک زندگی در زندگی اجتماعی امروزین معنایی خاص به خود می‌گیرد. هرچه نفوذ و کشش صنعت کمتر می‌شود و هرچه زندگی روزمره بیشتر بر حسب تأثیرات متقابل عوامل محلی و جهانی بازسازی می‌شود، افراد بیشتر ناچار می‌شوند سبک زندگی خود را از میان گزینه‌های مختلف انتخاب کنند. البته عوامل استاندارد کننده هم، به ویژه از طریق کالای یک‌رden بیشتر تولیدات اجتماعی، نقش خاص خود را دارند؛ چراکه فرایندهای تولید و توزیع سرمایه داری در واقع مؤلفه‌های هسته‌ای نهادهای مدرنیته را تشکیل می‌دهند. با این وصف، به دلیل باز بودن زندگی اجتماعی امروزین و همچنین به علت

³ Gidenz

⁴ Oxtin & Keren



تکثر زمینه‌های عمل و تنوع مراجع انتخاب، سبک زندگی بیش از پیش در ساخت هویت شخصی و فعالیت روزمره اهمیت یافته است (گیدنز^۵، ۱۳۸۳^۶)

از طرفی اشخاصی که نمره بالایی در مقیاس هیجان خواهی می‌گیرند به صورت خودکار در اواسط خود با دیگران بسیار با جرأت عمل می‌کنند و سلطه پذیر نیستند و تعجب آور نیست که ریسک‌های را پذیرا شوند. عملکرد این افراد مستقل است به عقاید اجتماع نیازها و نگرش‌های افراد دیگر اصلاً ارتباطی ندارد و اساساً براساس نیازهای خودشان عمل می‌کنند و برای این که به خودشکوفایی و فعالیت‌های مستقلانه است یا جنبه فرسته‌های مناسب را به حداکثر امکان می‌رسانند. هنگامی که دیگران احساس و عمل مشابه آن‌ها را انجام می‌دهند، خوشحال می‌شوند. به اعتقاد زاکرمن داشتن حس هیجان خواهی بالا با انعطاف پذیری در ارتباطات و این توانایی و نگرش مطلوبی را برای پذیرش تجارب و عقاید ناپنهنجار، عجیب و یا احمقانه دارند. (زاکرمن، ۲۰۰۴).

افراد هیجان خواه، افرادی هستند که دارای خصوصیاتی همچون برونوگرایی، خود مختاری، جسارت و ناهمانگی می‌باشند. در نگرش‌های مذهبی و سیاسی، بیشتر تمایل به آزاد اندیشی دارند، در برابر موقیتهای مبهم، تحمل بیشتری دارند. در نگرش‌های جنسی آنان از سلطه جویی ضعیفتری برخوردارند و پاسخ‌های فیزیولوژیکی آنان به محرك‌های جدید، شدیدتر از گروههای دیگر است (شولتز و شولتز⁷، ۱۳۸۳).

هدف این پژوهش، رابطه بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگههای شخصیتی (درونگرا و برونگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا می‌باشد. به عبارت دیگر، مسئله محوری این تحقیق بررسی رابطه بین رگههای شخصیتی (درونگرا و برونگرا) در رابطه با میزان هیجان خواهی و سبک زندگی دانشجویان و تاثیراتی است که بر کنش‌های روزمره، استنباط خود و نیز روابط اجتماعی شان می‌گذارد. بر این اساس ۱۰ بعد سبک زندگی که شامل سلامت جسمانی، ورزش و تندرستی، کنترل وزن و تغذیه، پیشگیری از بیماریها، سلامت روانشناختی، سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، اجتناب از داروها و مواد مخدر و الکلها، پیشگیری از حوادث و سلامت محیطی در نظر گرفته شده است. هیجان خواهی یکی از نیازهای زیستی و اساسی در انسان است و میتواند در تمام مراحل زندگی انسان تاثیر گذارد (ریو^۷، ۱۳۹۰). از این رو هیجان خواهی و سبک زندگی ارتباط نزدیکی با یکدیگر دارند و هیجان خواهی بخشی از سبک زندگی انسان در هر سنی می‌باشد. بدین ترتیب میتوان گفت که سبک زندگی عبارت است از طیف رفتاری‌ای که اصلی انسجام بخش بر آن حاکم است، عرصه‌های از زندگی را تحت پوشش دارد و در میان گروهی از افراد جامعه قابل مشاهده است اما الزاما برای همگان قابل تشخیص نیست (فاضلی، ۱۳۸۲) هیجان خواهی بر اساس توانایی بر انتگریخته شدن قرار دارد و به عنوان جستجوی هیجانها و تجربه‌های متنوع، تازه، پیچیده و پرشور، و میل به خطر کردن بدنی، اجتماعی، قانونی و مالی به خاطر خود این تجربه‌ها تعریف می‌شود (زاکرمن، ۱۹۹۴، به نقل از ارجی ۱۳۸۷).

کسانی که هیجان خواهی زیادی دارند، از نظر خود محوری بیشتر برون گرا، خودمختار، جسور ناهمرنگ یا ناپیرو در ابراز هیجان‌های خود بی‌پروا هستند. کسانی که هیجان خواهی کمتری دارند درونگرا هستند و افراد افسرده، گوشه گیر و انزواطلب هستند (شولتز، ۱۳۸۱). علاوه بر اینکه افراد هیجان خواه بالا برخی از صفات برون گرایی را دارند ولی ماروین زاکرمن (۱۹۹۴) تفاوت بین این دو ساختار را هم شرح می‌دهد. برون گرایان از معاشرت و بودن با دیگران لذت می‌برند. اما هیجان خواهان بیشتر به ارزش تحریکی که دیگران فراهم می‌آورند، علاقه مند هستند. هیجان خواه به جای معاشرت به (۱)

⁵ Gidenz

⁶ Sholtez & Sholtez

⁷ Rio

جستجوی جدید، (۲) مخاطره جویی، (۳) فعالیت هایی غیرعادی علاقه دارد. (ربو، ۱۳۹۰). با توجه به اینکه هیجان خواهی، هیجانات مشتبه، رفتارهای خود نمایان و جرأت آمیزی که از ویژگی‌های افراد برونقرا می‌باشد (کوپر و پروین^۱، ۱۹۹۸) بنابرآنچه در بیان مسئله‌ی موضوع ذکر گردیده سوال اصلی تحقیق بدین صورت ارائه می‌شود که رابطه بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگههای شخصیتی (درونگرا و برونگر) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا چه میزان است؟

در این بخش به بررسی برخی از پژوهش‌هایی که پیرامون موضوع انجام شده است پرداخته می‌شود. حاتمی غربیوند و کوندی (۱۳۹۵) پژوهشی با عنوان رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و هیجان خواهی با شادکامی در هوداران تیم فوتbal نفت مسجدسلیمان انجام دادند. یافته‌های پژوهش نشان دادند که بین ویژگی‌های شخصیتی و هیجان خواهی با شادکامی در هوداران همبستگی‌های ساده و چندگانه وجود دارد. مؤلفه روان رنجوری با احساس شادکامی رابطه معنی دار منفی و سایر ویژگی‌های شخصیتی (برون گرایی، گشودگی به تجربه (انعطاف پذیری)، توافق پذیری (سازگاری) و وجودانی بودن (وظیفه شناسی)) با شادکامی رابطه معنی دارمثبت دارد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای روان رنجور خوبی، برون گرایی، گشودگی به تجربه (انعطاف پذیری)، توافق پذیری، وجودانی بودن و هیجان خواهی پیش‌بینی کننده‌ی شادکامی هستند.

رحمانی و همکاران (۱۳۹۴) پژوهشی با عنوان تفاوت‌های جنسیتی در شخصیت و هیجان خواهی دانشجویان دانشگاه تهران انجام دادند. تفاوت معناداری میان دختران و پسران در پنج عامل بزرگ شخصیت وجود داشت. دختران نمرات معنادار بالاتری در گشودگی به تجربیات و توافق پذیری نسبت به پسران کسب کردند. همچنین، تفاوت معناداری در هیجان خواهی دختران و پسران به دست آمد. پسران به طور معناداری نمرات بالاتری در زیر مقیاس‌های هیجان طلبی و ماجراجویی، نیازداری و حساسیت به ملالت، نسبت به دختران کسب کردند.

رحمانی و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و هیجان خواهی رانندگان تصادف کرده با رانندگان عادی به این نتیجه رسیدند که تفاوت میانگین نمره‌های رانندگان درگیر و غیردرگیر در تصادف‌های رانندگی در عامل ادواری خوبی متھورانه، بی‌اعتمادی اضطراب آمیز، عدم کنترل بر اراده و تنفس عصبی معنادار است. همچنین در متغیر هیجان خواهی تفاوت معناداری در دو گروه مشاهده شد.

مفهوم هیجان خواهی بعنوان یکی از رگههای شخصیتی، اولین بار در سال ۱۹۶۴ توسط زاکرمن مطرح گردید افراد هیجان خواه کسانی هستند که در زندگی به دنبال هیجان، تنوع، تازگی و تجربه‌های جدید می‌روند و از خطرات استقبال می‌کنند. تحریک جویی را می‌توان به عنوان نیاز به تنوع جویی برای دریافت‌های حسی و شورانگیز و تمایل به پذیرش خطرات جسمانی و اجتماعی به منظور کسب تجارب مشابه تعریف کرد. (زاکرمن، ۱۹۷۹)

پارک (۲۰۰۵) به بررسی رابطه بین فعالیت‌های ورزشی غیرحرفه‌ای و سبک زندگی زنان جوان در اولسان پرداخت. نتایج نشان داد که بین نوع فعالیت‌های ورزشی غیرحرفه‌ای زنان و سبک زندگی آنان رابطه معنی داری وجود دارد به طوری که در افراد دارای سبک زندگی بالاتر، مدت زمان و تعداد دفعات ورزش در هفته افزایش می‌یابد. وی بیان کرد که زنان به انجام فعالیت‌های ورزشی با شدت کمتر، علاقه بیشتری نشان می‌دهند چرا که این گونه فعالیت‌ها در واقع باعث خودشناسی مثبت، مدیریت سلامت و رضایت از کیفیت زندگی در آنان می‌شود.

روزن بلوم (۲۰۰۳) طی بررسی خود نشان داد که فرد دارای هیجان خواهی زیاد بر عکس افراد دارای هیجان خواهی کم، بیشتر دست به رفتارهای پر خطر می‌زنند و کمتر رفتارهای پر خطر خود را مخاطره آمیز ارزیابی می‌کنند.

^۱ kopper and Parvin

جنسون^۹ و همکاران (۲۰۰۶)، به نقل از حسینی و همکاران، (۱۳۹۲) در تحقیقی که به رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و پرخاشگری پرداختند، به این نتیجه رسیدند که بین مشخصه هوشیاری و پرخاشگری رابطه منفی معنی داری وجود دارد. همچنین بین دلپذیری و پرخاشگری در زمانی که سطح هوشیاری پایین باشد، رابطه مثبتی دیده می‌شود.

پژوهش طولی کاست، مک‌کری و نوریس (به نقل از آرگایل، ۱۳۸۲) نتیجه قابل توجهی به دست می‌دهد که بروونگرایی بهترین پیش‌بینی کننده شادمانی و درونگرایی بهترین پیش‌بینی کننده عاطفه منفی و ناشادی است. همبستگی شادی با بروونگرایی آقدرمسلم و قوی است که برخی صاحبنظران تعریف شادی را بدون درنظر گرفتن بروونگرایی صحیح نمی‌دانند. افراد برون گرا بیشتر وسريع تر روابط اجتماعی خود را کنترل می‌کنند و احساسات مثبت خود را بیش از احساسات منفی پذیرفته، تعییم و گسترش می‌دهند (میرشاه جعفری، عابدی و دریکوندی، ۱۳۸۱).

اهداف پژوهش

تعیین رابطه بین سبک زندگی با رگه‌های شخصیتی (دروونگرا و برنگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا تعیین رابطه میزان هیجان خواهی با رگه‌های شخصیتی (دروونگرا و برنگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا فرضیه‌های پژوهش

بین سبک زندگی با رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه وجود دارد.
بین میزان هیجان خواهی با رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه وجود دارد.

روش پژوهش

روش پژوهش انتخاب شده در این تحقیق از حیث هدف کاربردی و از نظر نوع آن توصیفی-همبستگی می‌باشد. ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش، مطالعات میدانی و سه پرسشنامه استاندارد پرسشنامه سبک زندگی LSQ، پرسشنامه هیجان خواهی آرنت و پرسشنامه شخصیت آیزنک (EPI) می‌باشد که بر مبنای طیف لیکرت تهیه و تنظیم شده است. پرسشنامه سبک زندگی LSQ

پرسشنامه‌های این پژوهش عبارتند از پرسشنامه سبک زندگی LSQ که سبک زندگی و ابعاد آن را مورد سنجش قرار میدهد. در پژوهش لعلی و همکاران (۱۳۹۱) با استفاده از آزمون تحلیل عاملی روابی سازه پرسشنامه سبک زندگی را به منزله ابزاری چند بعدی برای ارزیابی و اندازه گیری سبک زندگی مورد تأیید قرار دادند. همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد.

پرسشنامه هیجان خواهی آرنت

مقیاس هیجان خواهی آرنت، با اجتناب از محدودیت‌های نسخه پنجم زاکرمن در پی کشف رابطه هیجان خواهی با انواع گوناگون رفتار (آرنت، ۱۹۹۲). ساخته شده است. مقیاس آرنت با مفهومی از هیجان خواهی با نیاز به تازگی و شدت محرك به عنوان دو محور فرعی مشخص شده است. همچنین به جای تاکید بر هر گونه پایه ژنتیک و زیست‌شناسختی که در نسخه پنجم زاکرمن مد نظر بود، این مقیاس به نقش جامعه پذیری و تعامل اجتماعی در هدایت رفتار توجه دارد (کارتزو دیوس و سالیناس، ۲۰۰۸).

نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۴ نقطه‌ای می‌باشد. این مقیاس از ۲۰ ماده و ۲ خرده مقیاس تازگی (۱۰ سوال) و شدت (۱۰ سوال) تشکیل شده است که به منظور سنجش میزان هیجان خواهی در افراد بکار می‌رود. نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۴ نقطه‌ای می‌باشد که برای گزینه‌های «هرگز»، «خیلی کم»، «تاحدی» و «خیلی زیاد» به ترتیب امتیازات ۱، ۲، ۳ و ۴ در نظر گرفته می‌شود. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰.۸۲ به دست آمده است.



در مطالعه کارتزو-دیوس و سالیناس (۲۰۰۸) همبستگی زیرمقیاسهای این آزمون با زیرمقیاس‌های آزمون هیجان خواهی زاکرمن بین ۰/۵۴ تا ۰/۲۰ بود و ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های تازگی و شدت به ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۶۹ به دست آمد. مطالعه دیسریچارد، وس، بووارد، دانترر، پیگنان (۲۰۰۸) نیز نشان داد که مقیاس آرنت علاوه بر این که از پایایی متوسطی برخوردار است اعتبار پیش بین بالایی نیز دارد و با مقیاس هیجان خواهی زاکرمن همبستگی خوبی دارد.

ضریب آلفای کرونباخ به دست آمده این آزمون در مطالعه رجبی و همکاران (۱۳۹۲)، ۰/۶۷ بود.

در پژوهش عسگری و همکاران (۱۳۹۰)، ضریب پایایی پرسشنامه‌ی هیجان خواهی با دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه شد که به ترتیب برابر با ۰/۴۰ و ۰/۳۵ به دست آمد.

پرسشنامه شخصیت آیزنک (EPI)

در تحقیق حاضر از پرسشنامه شخصیتی آیزنک (EPI) برای جمع آوری اطلاعات استفاده شده است که ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۹ به دست آمده است. این پرسشنامه توسط ا.ج. آیزنک و سیبل.ب. آیزنک (۱۹۷۵) در ارتباط با سنجش گونه‌ها و صفاتی از مجموعه شخصیتی افراد شکل گرفته است (ازخوش، ۱۳۸۲).

این آزمون دو بعد درونگرایی/ بروونگرایی و ثبات/ عدم ثبات احساسات (روان رنجوری) را اندازه گیری می‌کند. آزمون مذکور دارای ۵۷ ماده است که شامل ۲۴ ماده سطوح روان رنجوری، ۲۴ ماده سطوح درونگرایی/ بروونگرایی و ۹ ماده دروغ سنج است. به هر ماده با پاسخهای «بلی» یا «خیر» جواب داده می‌شود و هر کدام بر حسب مورد، نمره یک یا صفر می‌گیرد. نمرات بالا در مقیاس بروونگرایی/ درونگرایی نشانه بروونگرایی و نمرات بالا در مقیاس نوروزگرایی، نشانه عدم ثبات هیجانی یا نوروزگرایی می‌باشد.

در تحقیقی که توسط ندا محمدی (۱۳۷۷)، در رابطه با هنجاریابی و بررسی اعتبار و روایی پرسشنامه شخصیت آیزنک و ارزیابی قدرت آن در تمایز و پیش‌بینی گروهی از دانش‌آموزان عادی و دارای مشکل انجام شد، نتایج حاصل از آزمونهای کجی و بلندی و کلموگروف اسمایرنف نشان داد که توزیع نمرات مقیاسها به صورت نرمال است. اعتبار مقیاس $E = 0/6311$ ، مقیاس $N = 0/7835$ و مقیاس $L = 0/5664$ محاسبه شد. تمامی مقیاسها از نظر روایی محتوا تایید شدند. میزان اعتبار محاسبه شده برای هر یک از متغیرهای E و N و L نشان دهنده این است که پرسشنامه شخصیت آیزنک در سنجش هر یک از ویژگیهای فوق دارای اعتبار مناسب است (ازخوش، ۱۳۸۲).

جامعه آماری این پژوهش دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد کلیه رشته‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا که تعداد آنها ۲۱۲۰ می‌باشد. حجم نمونه به تعداد ۳۲۲ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بر اساس جدول کرجسی مورگان انتخاب شد.

به منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها در این پژوهش از آزمون کولموگروف-اسمایرنف استفاده شده است، که نتایج همانگونه که در جدول ۱ ملاحظه می‌گردد مشخص می‌کند که توزیع داده‌ها نرمال است. بنابراین از آزمون پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون به منظور بررسی فرضیه پژوهش استفاده می‌شود.

جدول (۱): بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای تحقیق به کمک آزمون کولموگوف اسمایرنف

سطح معنی داری	نمره کولموگوف-اسمایرنف	شاخص
0.092	1.241	سبک زندگی
0.084	1.258	هیجان خواهی
0.103	1.218	رگه‌های شخصیتی

یافته‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در تحقیق حاضر، پرسشنامه پژوهش کدگذاری شده و وارد نرم افزار SPSS شده است. بعد از بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها به وسیله آزمون کولموگروف-امیرنف و مشخص شدن نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون به منظور بررسی فرضیه تحقیق استفاده شده است.

فرضیه‌های پژوهش:

بین میزان هیجان خواهی با رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه وجود دارد.

جدول ۲. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در ارتباط با فرضیه پژوهش

متغیر مستقل	متغیر وابسته	هیجان خواهی
ضریب همبستگی	رگه‌های شخصیتی	0.246
سطح معنی داری		0.000
تعداد		322

بر اساس نتایج جدول فوق همانطور که مشاهده می‌شود، سطح معنیداری آزمون کوچکتر مساوی ۰.۰۵ است. بنابراین نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد، بین میزان هیجان خواهی بر اساس رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین با توجه به مقدار ضریب همبستگی میتوان گفت که رابطه مثبت و معنی دار باشد تی ضعیف وجود دارد.

بین سبک زندگی با رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه وجود دارد.

جدول ۳. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در ارتباط با فرضیه پژوهش

متغیر مستقل	متغیر وابسته	سبک زندگی
ضریب همبستگی	رگه‌های شخصیتی	0.246
سطح معنی داری		0.000
تعداد		322

بر اساس نتایج جدول فوق همانطور که مشاهده می‌شود، سطح معنیداری آزمون کوچکتر مساوی ۰.۰۵ است. بنابراین نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد، بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگه‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین با توجه به مقدار ضریب همبستگی میتوان گفت که رابطه مثبت و معنی دار باشد تی ضعیف وجود دارد.

نتیجه‌گیری

هدف اصلی مقاله حاضر حاضر تعیین رابطه بین میزان هیجان خواهی و سبک زندگی با رگههای شخصیتی (درونگرا و برنگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا است. نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی پیرسون بیانگر آن است که بین میزان هیجان خواهی و سبک زندگی با رگههای شخصیتی (درونگرا و برنگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه معنی داری وجود دارد. نتایج این تحقیق با یافتههای پژوهش‌های حاتمی غربی‌بندی و کوندی (۱۳۹۵)، خلجمی و همکاران (۱۳۹۲)، کافی و همکاران (۱۳۹۲) و فاضل و همکاران (۱۳۹۲) و جنسون و همکاران (۲۰۰۶) مطابقت دارد.

شخصیت هر فرد اصلیترین بعد و ساختار روانشناختی اوست؛ که به شکل گیری سبک زندگی وی کمک می‌کند. لذا پژوهش حاضر به منظور تعیین رابطه میان سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگههای شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا انجام پذیرفت. جامعه آماری این تحقیق دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد کلیه رشته‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا و تعداد آنها ۲۱۲۰ که در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۳۹۵-۹۶ مشغول به تحصیل می‌باشند. حجم نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی به تعداد ۳۲۲ نفر بر اساس جدول کرجسی مورگان انتخاب شد.

روش گردآوری داده‌ها در این تحقیق مطالعات استنادی و کتابخانه‌ای است. بدین صورت که اطلاعات مرتبط با مفاهیم و تئوری‌های تحقیق، از بررسیهای کتابخانه‌ای و مطالعات متون فارسی و انگلیسی موجود و استناد موجود در کتابخانه‌ها تهیه خواهد شد.

نتایج نشان داد که بین سبک زندگی و میزان هیجان خواهی بر اساس رگههای شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا رابطه معنی داری وجود دارد. شخصیت هر فرد اصلیترین بعد و ساختار روانشناختی اوست؛ که به شکل گیری سبک زندگی وی کمک می‌کند.

هیجان خواهان اغلب افرادی خلاق، هنرمند، پرورشکار، دارای احساسات خیر خواهانه، دانشمند، حادثه جو و بی پروا می‌شوند و در بسیاری از رشته‌ها دارای توانایی رهبری هستند. یکی از ویژگیهایی که این افراد را قادر می‌سازد بیشتر از حدود توانایی خود، پیشرفت کنند خلاقیت آنهاست که از سبک زندگی آنها ناشی می‌شود.

لازم داشتن سبک زندگی سالم آن است که انسان بتواند امور را به سبک جدیدی که بر اساس ویژگیهای شخصیتی خود است مورد توجه قرار دهد و یا از جنبه متفاوتی در نظر بگیرد، در امور دیگر باید امکانات جدیدی به وجود آورد یا راههای جدیدی انتخاب کند. وقتی افراد فراتر از زندگی شخصی با جامعه تعامل پیدا می‌کنند، همراه خود، سبک زندگی را در جامعه وارد می‌کنند که ناشی از روان‌شناسی رشد آنهاست و می‌تواند معرف تفاوت آنها در صبر، مدارا، قانون گرایی و... باشد که ریشه در جمع‌بندی آن‌ها از رشدشان و تلقی آن‌ها از دنیا و سبکی از زندگی است که آگاهانه و یا ناگاهانه انتخاب می‌کنند. اشخاصی که هیجان خواهی بالاتری دارند، در مقایسه با کسانی که هیجان خواهی آنان کمتر است، بیشتر مایل به ترک محیط‌های آشنا و رفتن به جاهای جدید و مسافرت به مکان‌های نا‌آشنا هستند، حتی در شرایطی که مسافرت، خطرهایی را به همراه داشته باشد. زاکرمن^{۱۰} به این نتیجه رسید که اشخاصی که هیجان خواهی زیادی دارند، از نظر خود محوری، برون گرا هستند، به عبارت دیگر، آنها تنها به سایر اشخاص به عنوان منبع تحریک توجه دارند آن‌ها با سایر اشخاص به شیوه‌ی وابسته یا مهرآمیز ارتباط برقرار نمی‌کنند.

هیجان خواهی یکی از چند صفت بنیادی تعیین کننده ماهیت انسان است و بر اساس عوامل ارثی در تعیین ویژگی هیجان خواهی نقش مهمی دارد. برای درک بهتر عوامل اجتماعی می‌توان یکی از مباحث مطرح در خصوص نقش شرایط اجتماعی را تحت عنوان کنترل نظارت اجتماعی در نظر گرفت. بر این اساس وقتی ما تنها هستیم با زمانی که در حضور دیگران قرار



داریم، رفتاری متفاوت از خود بروز می دهیم زیرا جمع، ما را نظارت و کنترل می کنند و پذیرش و یا طرد آن باعث می شود که رفتار ما تغییر کند. هر چند افراد متناسب با عوامل فردی به این عامل اجتماعی پاسخهای متفاوتی می دهند اما این عامل در تنظیم رفتار و سبک زندگی ما تاثیر می گذارد.

منابع و فرصت هایی که افراد برای گذران زندگی انتخاب می کنند، از دیگر عوامل اجتماعی مؤثر در سبک زندگی است. در هر جامعه ای، انسان ها در معرض فرصت های مصرف مختلفی مانند پوشاش، خوارک، نحوه گفت و گو در اجتماع، تعامل، خوابیدن و دیگر لذت های زندگی قرار می گیرند که به شرایط اجتماعی آن جامعه اختصاص دارد. بدین معنا که در شرایط اجتماعی جامعه ایران، ظرفیت هایی به افراد جامعه ارائه می شود که مثلا در آمریکا ارائه نمی شود و یا بالعکس. همچنین امکانات و شرایطی که در شهرهای بزرگ وجود دارد در روستاهای نیست و هر کدام وضعیت و موقعیت متفاوتی نسبت به دیگری دارد از این رو ما مجبور هستیم انتخاب هایی داشته باشیم که در یک جامعه ارائه می شود.

کسانی که هیجان خواهی زیادی دارند، از نظر خود محوری بیشتر برون گرا، خود مختار، جسور ناهمرنگ یا ناپیرو در ابراز هیجان های خود بی پروا هستند. کسانی که هیجان خواهی کمتری دارند درونگرا هستند و افراد افسرده، گوشه گیر و انزواطلب هستند. علاوه بر این، افراد هیجان خواه بالا برخی از صفات برون گرایی را دارند، درواقع هیجان خوهی به عنوان یکی از مولفه های مهم در برخوردهای اجتماعی میتواند تحت تاثیر ویژگی های شخصیتی، سبک زندگی دانش آموزان را دستخوش تغییرات مثبتی کند.

منابع

- ارجی، اکرم. (۱۳۸۷). مقایسه‌ی هیجان خواهی دانشجویان دختر دارای روابط متعدد با دوست پسر با دانشجویان فاقد دوست پسر در دانشگاه تربیت معلم تهران. مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روان.
- حاتمی غربیوند، آرین و بهنام مکوندی، ۱۳۹۴، رابطه چندگانه مولفه‌های ویژگی شخصیتی (روان رنجور خوبی، برون گرایی، گشودگی به تجربه، توافق پذیری، وجودی بودن) و هیجان خواهی با شادکامی در هواداران تیم فوتیال نفت مسجد سلیمان، چهارمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، همایشگران مهر اشراق، http://www.civilica.com/Paper-RAFCON04-RAFCON04_182.html
- رجی، سوران و همکاران. (۱۳۹۲). مقایسه ویژگیهای شخصیتی و هیجان خواهی رانندگان تصادف کرده با رانندگان عادی. قصنامه روانشناسی کاربردی. دوره ۷. شماره ۱.
- رحمانی، سوده و همکاران. (۱۳۹۴). تفاوت‌های جنسیتی در شخصیت و هیجان خواهی دانشجویان دانشگاه تهران. قصنامه مطالعات اجتماعی روانشناسی زنان (مطالعات زنان سابق). دوره سیزدهم. شماره ۳ (پیاپی ۴۴).
- ریو، جان. (۱۳۹۰). انگیزش و هیجان. (ویرایش سوم). ترجمه: یحیی سید محمدی. تهران: نشر ویرایش.
- شولتز، دوان و شولتز، سیدنی آن. (۱۳۸۳). نظریه‌های شخصیت. ترجمه: یحیی سیدمحمدی. تهران: موسسه نشر و ویرایش. چاپ پنجم.
- فضل، امین الله و همکاران. (۱۳۹۰). قدرت پیش‌بینی ویژگیهای شخصیتی و سبک زندگی بر رضایت مندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز. قصنامه جامعه شناسی زنان دانشگاه آزاد واحد مرودشت سال دوم. شماره ۳ (پیاپی ۷).
- کافی، سید موسی و همکاران. (۱۳۹۲). پیش‌بینی سبک زندگی و پنج رگه اصلی شخصیتی بر اساس ترتیب تولد و حجم خانواده در دانشجویان. قصنامه مشاوره و روان درمانی خانواده. دوره سوم. شماره ۱.
- کلانتری، مهرداد (۱۳۹۰)، مجموعه مقالات کارگاه سبک زندگی و سلامت از دیدگاه اسلام، روانشناسی و طب. اصفهان. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- گروسی فرشی، میرتقی. (۱۳۸۰). رویکردهای نوین در ارزیابی شخصیت و کاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت. تبریز: انتشارات جامعه پژوه، نشر دانیال.
- گیدنز، آنтонی. (۱۳۸۳). تجدد و تشخّص؛ جامعه و هویت شخصی در عصر جدید، ترجمه ناصر موقیان، تهران: نشر نی.
- منوچهرآبادی، افشین؛ هاشمی، محمود؛ حصاری، فراهاد. (۱۳۹۲). بررسی تاثیر پایگاه اجتماعی – اقتصادی خانواده بر سبک زندگی (مطالعه موردی جوانان ۱۵ تا ۲۹ ساله شهرستان کرمانشاه).
- Carretero-Dios, H., & Salinas, J. M. (2008). Using a structural equation model to assess the equivalence between assessment instruments: the dimension of sensation seeking as measured by zuckerman's SSS-V and arnett's AISS. *Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (1).
- Zuckerman, M. (2004). The shaping of personality: Genes, environments, and chance encounters. In R. M. Stelmack



The relationship between lifestyles and the degree of sensation-seeking (excitement-seeking) based on personality traits among Islamic Azad University-Buin Zahra Branch

Abstract

The present research intended to examine the relationship between lifestyles and the degree of sensation-seeking (excitement-seeking) based on personality traits among Islamic Azad University-Buin Zahra Branch. A *descriptive correlation design* was employed in this study in which the statistical population consisted of 2120 Master students from all disciplines at Islamic Azad University-Buin Zahra Branch, Iran. Through random sampling, the sample size was determined and then using Krejcie and Morgan Table, a sample of 322 subjects were selected as the participants in the study. The results revealed that there was a significant relationship between lifestyles and the degree of sensation-seeking (excitement-seeking) based on personality traits among the participants at $P<0.01$.

Key words: lifestyle, sensation-seeking, personality traits.