فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۸، شماره ۱۲، بهار سال ۱۴۰۰

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 آرنت 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)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۸، شماره ۱۲، بهار سال ۱۴۰۰

مقدمه

سبک زندگی مجموعه تقریبا هماهنگی است از تمامی رفتارها و کنش‌هائی که یک فرد در طول زندگی روزمره از خود نشان می‌دهد، در واقع سبک زندگی نمودی از جهت گیری‌ها وعادات 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 ومشکلاتی 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، علایق و ارزش‌هائی است که در رفتار یک شخص نمایان می‌شود. در دنیای متجدد 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 مجموع‌های کم و بیش جامع از عملکردها تعبیرکرد 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 (گیدنز[3]، 1383.)

یکی دیگر از متغیرهایی که بر سبک زندگی اثر می‌گذارد، ویژگی‌های شخصیتی می‌باشد. شخصیت هر فرد، اصلی‌ترین بعد و ساختار روانشناختی اوست؛ که به شکل گیری 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 قایل شد (اکستین و کرن[4]، 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 مجزا 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 برحسب تأثیرات متقابل عوامل محلی و جهانی بازسازی می‌شود، افراد بیشتر ناچار می‌شوند سبک زندگی خود را از میان گزینه‌های مختلف انتخاب کنند. البته عوامل استانداردکننده هم، به ویژه از طریق کالای یکردن بیشتر تولیدات اجتماعی، نقش خاص خود را دارند؛ چر اکه 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

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

تکثر زمینه‌های عمل و تنوع مراجع انتخاب، سبک زندگی بیش از پیش در ساخت هویت شخصی و فعالیت روزمره اهمیت یافته است (گیدنز[5]، ۱۳۸۳)

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 فرصت‌های 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 نابهنجار، عجیب و یا احمقانه دارند. (زاکرمن، ۲۰۰۴).

افراد هیجان خواه، افرادی هستند که دارای خصوصیاتی همچون برونگرایی، خود مختاری، جسارت و ناهماهنگی میباشند. در نگرشهای مذهبی و سیاسی، بیشتر تمایل به آزاد اندیشی دارند، در برابر موفقیتهای مبهم، تحمل بیشتری دارند. در نگرشهای جنسی آنان از سلطه جویی ضعیفتری برخوردارند و پاسخ‌های فیزیولوژیکی آنان به محرک‌های جدید، شدیدتر از گروه‌های دیگر است (شولتز و شولتز[6]، 1383.)

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 کنش های 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[7]، 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، عرصهای 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 انگیخته 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 هیجان های خود بی پروا 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 می دهد. برون گرایان از معاشرت و بودن با دیگران لذت می برند. اما هیجان خواهان بیشتر به ارزش تحریکی که دیگران فراهم می آورند، علاقه مند هستند. هیجان خواه به جای معاشرت به (۱)

[5] Gidenz
[6] Sholtez & Sholtez
[7] Rio

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

جستجوی جدید، (۲) مخاطره جویی، (۳) فعالیت هایی غیرعادی علاقه دارد. (ریو، ۱۳۹۰). با توجه به اینکه هیجان‌خواهی، هیجانات مثبت، رفتارهای خود نمایان و جرأت آمیزی که از ویژگی‌های افراد برونگرا می‌باشد (کوپر و پروین[۸]، .(1998
بنابرآنچه در بیان مسئله ی 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 غریبوند و کوندی (۱۳۹۵) پژوهشی با عنوان رابطهٔ بین ویژگی های شخصیتی و هیجان خواهی با شادکامی در هواداران تیم فوتبال نفت مسجدسلیمان انجام دادند. یافته های پژوهش نشان دادند که بین ویژگی های شخصیتی و هیجان خواهی با شادکامی در هواداران همبستگی های ساده و چندگانه وجود دارد. مؤلفه روان رنجوری با احساس شادکامی رابطهٔ معنی دار منفی و سایر ویژگی های شخصیتی (برون گرایی، گشودگی به تجربه (انعطاف پذیری)، توافق پذیری (سازگاری) و وجدانی بودن (وظیفه شناسی)) با شادکامی رابطهٔ معنی دارمثبت دارد. همچنین،نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای روان رنجور خویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه (انعطاف پذیری)، توافق پذیری، وجدانی بودن و هیجان خواهی پیش بینی کننده ی شادکامی هستند

رحمانی و همکاران (۱۳۹۴) پژوهشی با عنوان تفاوت‌های جنسیّتی 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 مقیاس های هیجان طلبی و ماجراجویی، نابازداری و حساسیت به ملالت، نسبت به دختران کسب کردند

رجبی و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان مقایسه ویژگی های شخصیتی و هیجان خواهی رانندگان تصادف کرده با رانندگان عادی به این نتیجه رسیدند که تفاوت میانگین نمره های رانندگان درگیر و غیردرگیر در تصادف های رانندگی در عامل ادواری خویی متهورانه، بی اعتمادی اضطراب آمیز، عدم کنترل بر اراده و تنش 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 هیجان‌خواه 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 فعالیت های ورزشی غیرحرفه ای و سبک زندگی زنان جوان در اولسان پرداخت. نتایج نشان داد که بین نوع فعالیت های ورزشی غیرحرفه ای 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 می یابد. وی بیان کرد که زنان به انجام فعالیت های ورزشی با شدت کمتر، علاقه بیشتری نشان می دهند چرا که این گونه فعالیت ها در واقع باعث خودشناسی مثبت، مدیریت سلامت و رضایت از کیفیت زندگی در آنان می شود.

روزن بلاوم (۲۰۰۳) طی بررسی خود نشان داد که فرد دارای هیجان‌خواهی زیاد برعکس افراد دارای هیجان‌خواهی کم، بیشتر دست به رفتارهای پر خطر می‌زنند و کمتر رفتارهای پرخطر خود را مخاطره آمیز ارزیابی می‌کنند.

[۸] kopper and Parvin

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

جنسون[۹] و همکاران (۲۰۰۶، به نقل از حسینی و همکاران، ۱۳۹۲) در تحقیقی که به رابطهٔ بین ویژگی های شخصیتی و پرخاشگری پرداختند، به این نتیجه رسیدند که بین مشخصهٔ هوشیاری و پرخاشگری رابطهٔ منفی معنی داری وجود دارد. همچنین بین دلپذیری و پرخاشگری در زمانی که سطح هوشیاری پایین باشد، رابطهٔ مثبتی دیده می شود.

پژوهش طولی کاستا، مک کری و نوریس (به نقل از آرگایل، ۱۳۸۲) نتیجه قابل توجهی به دست می دهد که برونگرایی بهترین پیش بینی کننده شادمانی و درونگرایی بهترین پیش بینی کننده عاطفه منفی و ناشادی است. همبستگی شادی با برونگرایی آنقدرمسلم و قوی است که برخی صاحبنظران تعریف شادی را بدون درنظر گرفتن برونگرایی صحیح نمی دانند. افراد برون گرا بیشتر وسریع تر روابط اجتماعی خود را کنترل می کنند واحساسات مثبت خود را بیش از احساسات منفی پذیرفته، تعمیم و گسترش می دهند (میرشاه جعفری، عابدی ودریکوندی، ۱۳۸۱).

اهداف پژوهش

تعیین رابطه بین سبک زندگی با رگه‌های شخصیتی (درونگرا و برنگرا) دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا

تعیین رابطه میزان هیجان خواهی با رگه‌های شخصیتی (درونگرا 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 روایی سازه پرسشنامه سبک زندگی را به منزلهٔ ابزاری چند بعدی برای ارزیابی و اندازه گیری سبک زندگی مورد تأیید قرار دادند. همچنین پایائی 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 محدودیت های 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 محرک به عنوان دو محور فرعی مشخص شده است. همچنین به جای تاکید بر هر گونه پایه ژنتیک و زیست شناختی که در نسخه پنجم زاکرمن مد نظر بود، این مقیاس به نقش جامعه پذیری و تعامل اجتماعی در هدایت رفتار توجه دارد (کارترو دیوس و سالیناس، ۲۰۰۸).

نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۴ نقطه ای می باشد.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 می رود. نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۴ نقطه ای می باشد که برای گزینه های «هرگز»، «خیلی کم»، «تاحدی» و «خیلی زیاد» به ترتیب امتیازات ۱، ۲، ۳ و ۴ در نظر گرفته می شود.

در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰.۸۲ به دست آمده است.

---

[۹]- Jenson

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

در مطالعه کارترو-دیوس و سالیناس (۲۰۰۸) همبستگی زیرمقیاسهای این آزمون با زیرمقیاس های آزمون هیجان خواهی زاکرمن بین ۰/۲۰ تا ۰/۵۴ بود و ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس های تازگی و شدت به ترتیب ۰/۶۵ و ۰/۶۹ به دست آمد. مطالعه دیسریچارد، وس، بووارد، دانتزر، 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 پرسشنامه ی 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 اچ.ج. آیزنک و سیبل.ب. آیزنک (۱۹۷۵) در ارتباط با سنجش گونه ها و صفاتی از مجموعه شخصیتی افراد شکل گرفته است (ازخوش، ۱۳۸۲).

این آزمون دو بعد درونگرایی/ برونگرایی و ثبات/ عدم ثبات احساسات (روان رنجوری) را اندازه گیری می کند . آزمون مذکور دارای ۵۷ ماده است که شامل ۲۴ ماده سطوح روان رنجوری ، ۲۴ ماده سطوح درونگرایی/ برونگرایی و ۹ ماده دروغ سنج است . به هر ماده با پاسخهای « بلی » یا « خیر » جواب داده می شود و هر کدام برحسب مورد ، نمره یک یا صفر می گیرد . نمرات بالا در مقیاس برونگرایی/ درونگرایی نشانه برونگرایی و نمرات بالا در مقیاس نوروزگرایی ، نشانه عدم ثبات هیجانی یا نوروزگرایی می باشد.

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 پیش بینی گروهی از دانش آموزان عادی و دارای مشکل انجام شد، نتایج حاصل از آزمونهای کجی و بلندی و کلموگروف اسمیرنف نشان داد که توزیع نمرات مقیاسها به صورت نرمال است . اعتبار مقیاس E = ۰/۶۳۱۱ ، مقیاس N = ۰/۷۸۳۵ و مقیاس L = ۰/۵۶۶۴ محاسبه شد. تمامی مقیاسها از نظر روایی محتوا تایید شدند. میزان اعتبار محاسبه شده برای هر یک از متغیرهای Eو 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-اسمیرنف 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 کولموگرف اسمیرنف

شاخص	نمره کولموگروف-اسمیرنف	سطح معنی داری
سبک زندگی	*1.241*	*0.092*
هیجان خواهی	*1.258*	*0.084*
رگه‌های شخصیتی	*1.218*	*0.103*

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

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

بر اساس نتایج جدول فوق همانطور که مشاهده میشود، سطح معنیداری آزمون کوچکترمساوی 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 با شدتی 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		سبک زندگی
متغیر وابسته		
رگه‌های شخصیتی	ضریب همبستگی	0.246
	سطح معنی داری	0.000
	تعداد	322

بر اساس نتایج جدول فوق همانطور که مشاهده میشود، سطح معنیداری آزمون کوچکترمساوی 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 با شدتی ضعیف وجود دارد.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

نتیجه‌گیری

هدف اصلی مقاله حاضر تعیین رابطه 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 غریبوندی و کوندی (۱۳۹۵)، خلجی 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 ۹۶-۱۳۹۵ 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 اسنادی و کتابخانه ای است. بدین صورت که اطلاعات مرتبط با مفاهیم و تئوری های تحقیق، از بررسیهای کتابخانه ای و مطالعات متون فارسی و انگلیسی موجود و اسناد 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 می شوند و در بسیاری از رشته ها دارای توانایی رهبری هستند. یکی از ویژگیهایی که این افراد را قادر می سازد بیشتر از حدود توانایی خود، پیشرفت کنند خلاقیت آنهاست که از سبک زندگی آنها ناشی می شود.

لازمه 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 ناآگاهانه انتخاب می‌کنند. اشخاصی که هیجان خواهی بالاتری دارند، در مقایسه با کسانی که هیجان خواهی آنان کمتر است، بیشتر مایل به ترک محیط های آشنا و رفتن به جاهای جدید و مسافرت به مکان های نا آشنا هستند، حتی در شرایطی که مسافرت، خطرهایی را به همراه داشته باشد. زاکرمن[10] 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 نمی کنند.

هیجان خواهی یکی از چند صفت بنیادی تعیین کننده ماهیت انسان است و بر اساس عوامل ارثی در تعیین ویژگی هیجان خواهی نقش مهمی دارند. 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

[10] Zakerman

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

داریم، رفتاری متفاوت از خود بروز می‌دهیم زیرا جمع، ما را نظارت و کنترل می‌کنند و پذیرش و یا طرد آن باعث می‌شود که رفتار ما تغییر کند. هرچند افراد متناسب با عوامل فردی به این عامل اجتماعی پاسخهای متفاوتی می‌دهند اما این عامل در تنظیم رفتار و سبک زندگی ما تاثیر می‌گذارد.

منابع و فرصت‌هایی که افراد برای گذران زندگی انتخاب می‌کنند، از دیگر عوامل اجتماعی مؤثر در سبک زندگی است. در هر جامعه‌ای، انسان‌ها در معرض فرصت‌های مصرف مختلفی مانند پوشاک، خوراک، نحوه گفت‌وگو در اجتماع، تعامل، خوابیدن و دیگر لذت‌های زندگی قرار می‌گیرند که به شرایط اجتماعی آن جامعه اختصاص دارد. بدین معنا که در شرایط اجتماعی جامعه ایران، ظرفیت‌هایی به افراد جامعه ارائه می‌شود که مثلا در آمریکا ارائه نمی‌شود و یا بالعکس. همچنین امکانات و شرایطی که در شهرهای بزرگ وجود دارد در روستاها نیست و هر کدام وضعیت و موقعیت متفاوتی نسبت به دیگری دارند از این رو ما مجبور هستیم انتخاب‌هایی داشته باشیم که در یک جامعه ارائه می‌شود.

کسانی که هیجان خواهی زیادی دارند، از نظر خود محوری بیشتر برون گرا، خودمختار، 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 مولفه‌های مهم در برخوردهای اجتماعی میتواند تحت تاثیر ویژگی‌های شخصیتی، سبک زندگی دانش‌آموزان را دستخوش تغییرات مثبتی کند.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

منابع

ارجی، اکرم. (۱۳۸۷). مقایسه ی 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 غریبوند, آرین و بهنام مکوندی، ۱۳۹۴، رابطه چندگانه مولفه های ویژکی شخصیتی(روان رنجور خویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه ، توافق پذیری، وجدانی بودن) و هیجان خواهی با شادکامی در هواداران تیم فوتبال نفت مسجد سلیمان، چهارمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، همایشگران مهر اشراق، *http://www.civilica.com/Paper-RAFCON04-RAFCON04_182.html*

رجبی، سوران و همکاران. (۱۳۹۲). مقایسه ویژگیهای شخصیتی و هیجان خواهی رانندگان تصادف کرده با رانندگان عادی. فصلنامه روانشناسی کاربردی. دوره ۷. شماره ۱.

رحمانی، سوده و همکاران. (۱۳۹۴). تفاوتهای جنسیتی در شخصیت و هیجان خواهی دانشجویان دانشگاه تهران. قصلنامه مطالعات اجتماعی روانشناختی 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 آلن. (۱۳۸۳). نظریههای شخصیت. ترجمه: یحیی سیدمحمدی. تهران: موسسه نشر و یرایش. چاپ پنجم.

فاضل، امین الله و همکاران. (۱۳۹۰). قدرت پیش بینی ویژگیهای شخصیتی و سبک زندگی بر رضایت مندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز. فصلنامه جامعه شناسی زنان دانشگاه آزاد واحد مرودشت سال دوم. شماره ۳ (پیاپی ۷.)

کافی، سید موسی و همکاران. (۱۳۹۲). پیش بینی سبک زندگی و پنج رگه اصلی شخصیتی بر اساس ترتیب تولد و حجم خانواده در دانشجویان. فصلنامه 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 وکاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت. تبریز: انتشارات جامعه پژوه، نشر دانیال.

گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۳). تجدد و تشخص؛ جامعه و هویت شخصی در عصر جدید، ترجمه ناصر موفقیان، تهران: نشر نی.

منوچهرآبادی، افشین؛ هاشمی، محمود؛ حصاری، فرهاد. (۱۳۹۲). بررسی تاثیر پایگاه اجتماعی – اقتصادی خانواده بر سبک زندگی (مطالعه موردی جوانان۱۵ 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

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۸، شماره ۱۲، بهار سال ۱۴۰۰

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.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-10-17]