

پنج عامل بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی: نقش واسطه‌ای حرمت خود

The Big Five Factor Personality and Psychological Well-being: Mediating Role of Self-Esteem

Morteza Moradi PhD Candidate Shahid Chamran University of Ahvaz	Mohsen Alizadeh MA in Psychology Shahid Chamran University of Ahvaz	محسن علیزاده کارشناس ارشد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز	مرتضی مرادی دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز
Sahar Baranian MA in Psychology Shahid Chamran University of Ahvaz	Simin Zeqeibighannad PhD Candidate Shahid Chamran University of Ahvaz	سیمین زغیبی‌قناد دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز	سحر بارانیان کارشناس ارشد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز

چکیده

هدف این پژوهش تعیین رابطه پنج رگه بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی با توجه به نقش واسطه‌گری حرمت خود بود. ۳۲۷ دانشجوی کارشناسی (۱۴۸ پسر، ۱۷۹ دختر) دانشگاه شهید چمران اهواز به روش نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و مقیاس پنج عامل بزرگ شخصیت (گلدبرگ، ۱۹۹۹)، مقیاس حرمت خود (روزنبرگ، ۱۹۶۵) و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (ریف، ۱۹۸۹) را تکمیل کردند. نتایج نشان داد که رگه‌های برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی اثر مستقیم مثبت و نوروزگرایی اثر مستقیم منفی بر بهزیستی روان‌شناختی دارد. همچنین نتایج مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد پنج عامل بزرگ شخصیت به طور غیرمستقیم و از طریق حرمت خود به افزایش بهزیستی روان‌شناختی منجر شده است. بر این اساس می‌توان گفت که حرمت خود نقش واسطه‌ای در رابطه بین پنج عامل بزرگ شخصیت با بهزیستی روان‌شناختی دارد. این یافته‌ها بر اهمیت رگه‌های بزرگ شخصیت در ارتقای نقش حرمت خود در افزایش بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان تأکید می‌کند.

واژه‌های کلیدی: پنج عامل بزرگ شخصیت، بهزیستی روان‌شناختی، حرمت خود

Abstract

This study aimed to examine the mediating role of self-esteem in the relations between big five factor personality traits and psychological well-being. The sample consisted of 327 undergraduate students (148 males, 179 females) of Shahid Chamran University located in Ahvaz. The participants were selected using multi-stage cluster sampling. The participants completed the Big Five Factor Personality Scale (FFPS; Goldberg, 1999), the Self-Esteem Scale (SES; Rosenberg, 1965) and the Psychological Well-Being Scale (PWBS; Ryff, 1989). The results indicated that the traits of extraversion, openness to experience, agreeableness ($P < 0.01$) and conscientiousness ($P < 0.001$) had direct and positive effects on the psychological well-being, and the trait of neuroticism ($P < 0.001$) had direct and negative effect on the psychological well-being. The big five factor personality indirectly related to more psychological well-being through self-esteem. The findings suggest that self-esteem play a mediatory role between big five factor personality and psychological well-being. These findings emphasize the importance of big five personality traits in promoting self-esteem which in turn increases students' psychological well-being.

Keywords: big five factor personality, psychological well-being, self-esteem

مقدمه

استعدادها و توانایی‌های بالقوه او طی زمان و در طول عمر بالفعل می‌شود، داشتن ارتباط مثبت با دیگران^{۱۱} (داشتن ارتباط صمیمانه و ارزشمند با افراد مهم در زندگی)، تسلط بر محیط^{۱۲} (توانایی تنظیم و مدیریت امور زندگی به‌ویژه مسائل روزمره) و استقلال عمل^{۱۳} (توانایی و قدرت پیگیری خواست‌ها و عمل بر اساس اصول شخصی حتی در صورت مخالفت با آداب و رسوم و تقاضاهای اجتماعی)، است (ریف و سینگر، ۲۰۰۶؛ ریف و سینگر، ۱۹۹۸). در این مدل بهزیستی به معنای تلاش برای ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی‌های فرد متجلی می‌شود (ریف، ۱۹۹۵). در مدل ریف بهزیستی روان‌شناختی فرایند رشد همه‌جانبه‌ای است که در طول عمر گسترده است.

اسمات و ریف (۱۹۹۷) و دینر و لوکاس (۱۹۹۹) معتقد بودند بین مدل بهزیستی روان‌شناختی ریف و رگه‌های شخصیت^{۱۴} رابطه وجود دارد، ولی تاکنون تحقیقات چندانی در این زمینه انجام نشده است (بورنز و ماچین، ۲۰۱۰).

در طول دو دهه گذشته مدل پنج عامل بزرگ شخصیت^{۱۵} مشهورترین الگوی شخصیت‌شناسی بوده و پژوهش‌های بسیاری بر اساس آن انجام گرفته است (بولار و روک، ۲۰۱۰). بر اساس این مدل انسان موجودی منطقی است که قادر است رفتار خویش را توضیح دهد، روش زندگی خود را درک کند و به تحلیل کنش‌ها و واکنش‌های خود پردازد (مک‌کری و کاستا، ۱۹۹۶).

مطابق این الگو پنج عامل بزرگ شخصیت شامل نوروزگرایی^{۱۶}، برون‌گردی^{۱۷}، گشودگی به تجربه^{۱۸}، توافق‌جویی^{۱۹} و وظیفه‌شناسی^{۲۰} است. افراد نوروژ یا روان‌آزرده به تجربه عواطف منفی از قبیل اضطراب، گناه، عدم امنیت و خودخوری^{۲۱} تمایل دارند و مستعد پذیرش تنیدگی‌های روان‌شناختی هستند. همچنین خلق و خوی آن‌ها به تغییرات سریع و رفتارهای برانگیخته عادت دارد (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵). این افراد سازش‌یافتگی اندکی با تنیدگی‌ها دارند و

همواره پرسش‌های «زندگی خوب چیست؟» و «خوشبختی کدام است؟»، از اساسی‌ترین پرسش‌های پیش‌روی بشر بوده و ذهن او را به خود مشغول کرده است. ارسطو در روی‌آورد فضیلت‌گرایی^۲ خود، زندگی خوب و خوشبختی واقعی را تلاش فرد برای رسیدن به کمال و تحقق ظرفیت‌های وجودی خود می‌داند (ریان و دسی، ۲۰۰۱).

دیدگاه فلسفی فضیلت‌گرایی ارسطو و ظهور جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر^۳ الهام‌بخش گروهی از روان‌شناسان شد تا به جای اصطلاح سلامت روانی از بهزیستی روان‌شناختی^۴ استفاده کنند، زیرا معتقد بودند این اصطلاح، ابعاد مثبت را بیشتر به ذهن متبادر می‌سازد (ریف و سینگر، ۱۹۹۸؛ ریف، سینگر و لائو، ۲۰۰۴) و ترکیبی از شادی، لذت و یافتن معنا در زندگی (کانیمان، دینر و اسوارز، ۱۹۹۹؛ اسنایدر و لوپز، ۲۰۰۲) و همچنین دربردارنده توانمندی‌های فردی است (ریف، ۱۹۸۹؛ واترمن، ۱۹۹۳) و بر خصوصیات مرتبط با خوشبینی^۵ تأکید می‌کند (بورنز و ماچین، ۲۰۱۰).

بر اساس مدل‌های روان‌شناختی مختلف مانند مدل دسی و ریان (۲۰۰۰)، مدل اریکسون^۶ (۱۹۸۶)، مدل مازلو^۷ (۱۹۶۲) و مدل ریف (۱۹۸۹)، مراحل و ملاک‌های زندگی خوب و بهزیستی روان‌شناختی تعیین و در این میان از مدل ریف (۱۹۸۹) استقبال گسترده‌ای شد (چانگ و چن، ۲۰۰۵) و این مدل ثبات نسبی بیشتری پیدا کرد (ریف و سینگر، ۱۹۹۸)، زیرا در این مدل ارزشمندی انسان و سایر مباحث مرتبط با علل، پیامدها و پویایی بهزیستی به گونه‌ای متفاوت تعریف شده است (اسمات و ریف، ۱۹۹۷).

در مدل ریف (۱۹۸۹) با نگاه تحولی به توانایی‌های انسان، بهزیستی روان‌شناختی متشکل از شش عامل پذیرش خود^۸ (توانایی دیدن و پذیرفتن قوت‌ها و ضعف‌های خود)، هدفمندی در زندگی^۹ (داشتن غایات و هدف‌هایی که به زندگی فرد جهت و معنا بخشد)، رشد شخصی^{۱۰} (احساس فرد در این مورد که

1. good life

2. eudemonia

3. positive psychology

4. psychological well-being

5. optimism

6. Erikson, E.

7. Maslow, A.

8. self-acceptance

9. purpose in life

10. personal growth

11. positive relations with others

12. environmental mastery

13. autonomy

14. personality traits

15. Big Five Factor Personality Model

16. neuroticism

17. extraversion

18. openness to experience

19. agreeableness

20. conscientiousness

21. self-pity

گذاشته‌اند. همچنین فراتحلیل ارتباط شخصیت با بهزیستی نشان داد که گشودگی به تجربه با برخی از ابعاد بهزیستی در تعامل معنادار است (استیل، اسپمید و شولتز، ۲۰۰۸). اختلاف در نتایج به‌دست‌آمده سنجش مجدد رابطه گشودگی به تجربه را با بهزیستی ضروری می‌سازد.

اساس رگه توافق‌جویی روی‌آورد افراد در تعامل‌ها و کیفیت رفتارهای بین‌فردی است (الکساندر، آبرت، جاکوب و گابریل، ۲۰۱۵). افراد توافق‌جو دوست‌داشتنی، گرم، همدل، باادب، قابل اعتماد و دل‌واپس‌آسایش‌دیگران‌اند و به همین دلیل مشارکت‌جو و یاری‌رسان هستند (گزیانو و توبین، ۲۰۰۹). نتایج فراتحلیل کوتو و دیگران (۲۰۱۰) نشان داد که وظیفه‌جویی به طور کلی با علائم افسردگی و اضطراب ارتباط ندارد. البته در برخی تحقیقات، به رابطه توافق‌جویی اندک و خطر ابتلا به افسردگی مزمن اشاره شده است (ویرسما و دیگران، ۲۰۱۱). درمقابل بررسی‌های بسیاری نشان داده است که توافق‌جویی به طور مستقیم و مثبت با بهزیستی مرتبط است (چانگ و فرنهام، ۲۰۱۴؛ دی‌نو و کوپر، ۱۹۹۸؛ ون‌در‌آ و دیگران، ۲۰۰۹؛ کوکو، تولوانن و پالکینن، ۲۰۱۳).

و دست آخر اینکه، افراد وظیفه‌شناس به برنامه‌مند بودن، سازماندهی امور، جهت‌گیری زندگی، به تاخیراندازی لذت و پیروی از هنجارها و قوانین تمایل دارند (روبرتس، جکسون، فایارد، ادموندز و مینتس، ۲۰۰۹؛ چانگ، پان و هسینگ، ۲۰۰۹). وظیفه‌شناسی به تفاوت در کنترل ارادی شناخت و رفتار افراد اشاره دارد. این رگه با موفقیت در رفتارهایی مرتبط است که به تلاش و خودمحدودسازی^۴ احتیاج دارد (الکساندر و دیگران، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد با سطوح بالای وظیفه‌شناسی، سطوح پایینی از افسردگی و اضطراب را گزارش کرده‌اند (جان، کاسپی، روبینز، موفیت و استوچمرلوبر، ۱۹۹۴؛ توپیک، کوواسویک و مالاسیک، ۲۰۱۲). در بررسی الکساندر و دیگران (۲۰۱۵) نیز بین وظیفه‌گرایی و بهزیستی پایین، رابطه منفی گزارش شده است. بنابراین در این بررسی انتظار می‌رود رابطه وظیفه‌شناسی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی مثبت باشد.

حرمت خود نیز از متغیرهای مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی

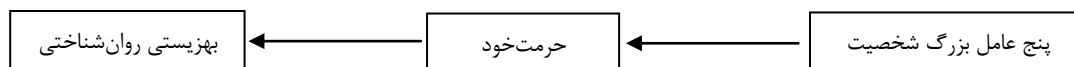
راهبردهایی مثل انکار، کناره‌گیری^۱ و تفکر آرزومندانه^۲ را برای سازش‌یافتگی به کار می‌گیرند (کارور و کانر-اسمیت، ۲۰۱۰). شواهد پژوهشی ارتباط دو طرفه نوروزگرایی و افسردگی را تأیید کرده‌اند (برای مثال هنسل و دیگران، ۲۰۱۲) و نشان داده‌اند که نوروزگرایی پیش‌بین اضطراب است (زینبارگ و دیگران، ۲۰۱۰؛ گریفیت و دیگران، ۲۰۱۰) و در سطوح پایین بهزیستی بروز می‌کند (گاریسا، ۲۰۱۱؛ بوتکاویک، برکویک و برتکو، ۲۰۱۲). بنابراین انتظار می‌رود رابطه نوروزگرایی با بهزیستی روان‌شناختی منفی باشد.

در مقابل افراد برونگرد با عاطفه مثبت، گرمی، انرژی بالا، جرئت‌ورزی و میل به فراروی از نیازهای اولیه خود مشخص می‌شوند. افراد برونگرد از حضور در موقعیت‌های اجتماعی لذت می‌برند (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵) و تمایل به بروز رفتارهای فعال دارند (جان و سربواستاوا، ۱۹۹۹). این رگه شخصیتی به خلق عاطفه مثبت منجر می‌شود و رابطه منفی با افسردگی (کلیمسترا، کورکتی، هال، فرمانی و میوز، ۲۰۱۱) و اضطراب (اولیزک و دیگران، ۲۰۱۰) دارد و پیش‌بین مثبت بهزیستی (گاریسا، ۲۰۱۱؛ سالامی، ۲۰۱۱) و حرمت خود^۳ (روبینز، تراسی، ترزنسویسکی، پوتر و گوسلین، ۲۰۰۱) است. بنابراین فرض بر این است که برونگردی با بهزیستی روان‌شناختی ارتباط مثبت دارد.

افراد گشوده به تجربه، فعالانه به جست‌وجوی تجربه‌های بیرونی می‌پردازند و آمادگی بیشتری دارند که به عقاید دیگران فکر کنند و واکنش نشان دهند. افراد کنجکاو هستند که از فرایند پژوهش و کشف چیزهای تازه لذت می‌برند (مک‌کرا و کاستا، ۱۹۹۷). در برخی پژوهش‌ها به رابطه مثبت و معنادار رگه گشودگی به تجربه و افسردگی اشاره شده است (وولفاستین و ترول، ۱۹۹۷؛ کوریوار و دیگران، ۲۰۱۳)، در حالی که در تحقیقات دیگر روی بیماران افسرده، خلاف این ادعا دیده شده است (تاکاهاشی و دیگران، ۲۰۱۳). در پژوهش‌های مربوط به ارتباط گشودگی به تجربه و اضطراب نیز رابطه معناداری به دست نیامده است (کوتو، گامز، اسمیت و واتسون، ۲۰۱۰؛ کارستنتو دیگران، ۲۰۱۲). درمقابل شواهد پژوهشی متعدد بر ارتباط مثبت گشودگی به تجربه و حرمت خود (دی‌گیانتا و دیگران، ۲۰۱۳)، رضایت از زندگی (استفان، ۲۰۰۹) و شادکامی (کودمیر، سیمیک و دمیر، ۲۰۱۴) صحه

از سلامت و بهزیستی بیشتر در فرد پدیدار می‌شود (اسکینگولا و موری، ۲۰۰۹؛ اورث، روبینز و ویدمن، ۲۰۱۲).
 به‌رغم تناقض‌های مطرح‌شده در روابط پنج عامل بزرگ شخصیت با بهزیستی روان‌شناختی که سنجش مجدد این رابطه را ضروری می‌سازد، برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که رگه‌های شخصیت با واسطه‌گری حرمت خود از یک‌سو به کاهش پریشانی روان‌شناختی و از سوی دیگر به افزایش رضایت از زندگی می‌انجامد؛ برای مثال منگ، لی، یی و لیو (۲۰۱۵) گزارش کردند که حرمت خود بین رگه‌های بزرگ شخصیت و علائم افسردگی نقش واسطه ایفا می‌کند. همچنین یا و دیگران (۲۰۱۴)، یو و ژانگ (۲۰۰۷) و بنتی و کامبوروپولوس، (۲۰۰۶) گزارش کردند که رگه‌های شخصیتی موجب ارتقای حرمت خود افراد می‌شود و حرمت خود به شکل منفی با پریشانی روان‌شناختی شامل اضطراب، افسردگی و مشکلات بین فردی (مارکوسن، ۲۰۰۶؛ پارک، هیپنر و لی، ۲۰۱۰) و به شکل مثبت با رضایت از زندگی در ارتباط است (کوان و دیگران، ۱۹۹۷؛ یا و دیگران، ۲۰۱۴). هرچند یافته‌های مطرح‌شده به طور ضمنی بر امکان تدوین مدلی علی از متغیرهای پژوهش دلالت دارد، با توجه به وارسی نشدن تجربی این مدل در پژوهش‌های پیشین، بررسی آن ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس، هدف این پژوهش تعیین چگونگی رابطه رگه‌های بزرگ شخصیت با بهزیستی روان‌شناختی، با توجه به نقش واسطه‌گری حرمت خود، در قالب مدل پژوهشی است (شکل ۱).

است که ارتباط نزدیک با رگه‌های شخصیت دارد (مک‌کری و کاستا، ۱۹۹۹). طبق نظریه مسند مهارگری سلامت^۱ (راتر، ۱۹۶۶)، حرمت خود بر ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و کاهش نشانه‌های افسردگی تأثیر می‌گذارد (هانتیسینگر و لوکن، ۲۰۰۴؛ والس‌تون، ۲۰۰۵؛ مالکارن، دروتا و همیلتون، ۲۰۰۵؛ کوپراسمیت، ۱۹۶۷). روزنبرگ (۱۹۶۵) ضمن تعریف حرمت خود به عنوان بازخورد مطلوب یا نامطلوب از خود، یادآور می‌شود که حفظ احساس سلامت و بهزیستی در گرو حفظ حرمت خود است. برخی محققان (برای مثال یا، ژن‌هونگ، چانجیانگ و تانگ، ۲۰۱۴) حرمت خود را جزو نیازهای بنیادین روان‌شناختی^۲ می‌دانند و معتقدند کنش‌سازش‌یافته^۳ مهمی در بهزیستی افراد دارد. دینر و دینر (۱۹۹۵)، کوان، بوند و سینگلز (۱۹۹۷) و فیلیپ، دانیال، کتی، مارک و آرلن (۲۰۱۴) نیز بیان داشتند حرمت خود از قوی‌ترین متغیرهای پیش‌بین رضایت از زندگی است. علاوه بر این، در پژوهش‌های دیگر نیز به رابطه مثبت بین حرمت خود با سازگاری روان‌شناختی^۴ (زیگلر-هیل و والس، ۲۰۱۲؛ یا و دیگران، ۲۰۱۴)، سبک‌های تعامل بین فردی (زیگلر-هیل، کلارک و بیکن، ۲۰۱۱)، کیفیت تعامل (هانگ، ۲۰۱۰) و بهزیستی روان‌شناختی (مرادی، ۱۳۹۱؛ مرادی و چراغی، ۱۳۹۴) اشاره شده است. در مجموع با افزایش حرمت خود، احساس توانمندی و ارزشمندی و تغییرات مثبتی همچون پیشرفت تحصیلی، افزایش تلاش برای کسب موفقیت، اعتماد به خویش^۵، بلندهمتی^۶ و تمایل به برخورداری



شکل ۱. نمودار علی فرضی پژوهش

با توجه به الگوی مفهومی شکل ۱، فرضیه‌های زیر تدوین شده است:

۱. بهزیستی روان‌شناختی با برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی رابطه مثبت و با نوروگرایی رابطه منفی دارد.
۲. حرمت خود با برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی رابطه مثبت و با نوروگرایی رابطه

۳. حرمت خود بین پنج عامل بزرگ شخصیت با بهزیستی روان‌شناختی نقش واسطه را ایفا می‌کند.

روش

این پژوهش از نوع همبستگی و جامعه آماری آن شامل دانشجویان پسر و دختر کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز

1. health locus of control

2. fundamental psychological need

3. adaptive function

4. psychological adjustment

5. self- confidence

6. magnanimity

۳۲۷ نفر شامل ۱۴۸ پسر (میانگین سنی ۲۱/۸۲ و انحراف استاندارد ۲/۰۴) و ۱۷۹ دختر (میانگین سنی ۲۱/۶۵ و انحراف استاندارد ۲/۰۶) به دست آمد. سایر ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه به تفکیک جنس و مقطع تحصیلی در جدول ۱ آمده است.

در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ بود. مشارکت‌کنندگان پژوهش با استفاده از روش نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای بر اساس سه واحد نمونه‌برداری دانشکده، رشته و کلاس درس انتخاب شدند. پس از حذف ۱۵ فرم مخدوش، نمونه‌ای به حجم

جدول ۱

ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه به تفکیک جنس و رشته تحصیلی

مقطع تحصیلی	جنس		دختر		کل	
	پسر	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی
علوم انسانی	۸۱	۲۴/۷۸	۸۹	۲۷/۲۱	۱۷۰	۵۱/۹۹
علوم پایه	۳۲	۹/۷۸	۵۰	۱۵/۲۹	۸۲	۲۵/۰۸
فنی-مهندسی	۳۵	۱۰/۷۱	۴۰	۱۲/۲۳	۷۵	۲۲/۹۳
کل	۱۴۸	۴۵/۲۷	۱۷۹	۵۴/۷۳	۳۲۷	۱۰۰/۰

برای نمره کل ۰/۸۲ و برای عوامل شش‌گانه پذیرش خود، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، داشتن ارتباط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و استقلال عمل به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۱، ۰/۷۸، ۰/۷۷، ۰/۷۷ و ۰/۷۸ گزارش کردند. همچنین برای بررسی روانی، ضریب همبستگی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی با مقیاس رضایت از زندگی^۲ (دینر، امانس، لارسن و گریفین، ۱۹۸۵)، پرسشنامه شادکامی آکسفورد^۳ (آرگیل، ۲۰۰۱) و پرسشنامه حرمت خود^۴ (روزنبرگ، ۱۹۶۵) محاسبه شد و به ترتیب ضرایب ۰/۴۷، ۰/۵۸ و ۰/۴۶ به دست آمد. در بررسی دیگری، مکاتیلی منبع (۱۳۸۹) ضمن تأیید ساختار شش عاملی نسخه ۸۴ ماده‌ای در نمونه ایرانی، اعتبار این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ گزارش و روایی آن را نیز به شیوه تحلیل عامل تأییدی مطلوب ارزیابی کرد. در این پژوهش، اعتبار مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. شاخص‌های برازش به‌دست‌آمده از تحلیل عامل تأییدی (RMSEA=۰/۰۵، CFI=۰/۹۵، AGFI=۰/۹۳، GFI=۰/۹۶) نیز نشان‌دهنده برازندگی مناسب الگو با داده‌هاست.

پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت^۵ (گلدبرگ، ۱۹۹۹). این پرسشنامه شامل ۲۱ ماده است که پنج رگه بزرگ شخصیت یعنی نوروگرایی، برونگردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی را ارزیابی می‌کند. خرمایی و فرمانی (۱۳۹۳)، بر اساس این مقیاس، فرم ۲۵ ماده‌ای آن را

در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی^۱ (ریف، ۱۹۸۹). این مقیاس خودگزارش‌دهی و ۸۴ ماده‌ای برای ارزیابی شش بعد پذیرش خود، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، داشتن ارتباط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و استقلال عمل استفاده می‌شود. ماده‌های مقیاس بر اساس طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای از کاملاً مخالف «یک» تا کاملاً موافق «هفت» تنظیم شده است. ریف (۱۹۸۹) معتقد است قابلیت نسخه ۸۴ ماده‌ای مقیاس برای تعیین وضعیت بهزیستی روان‌شناختی از سایر نسخه‌ها بیشتر است. در این نسخه ۱۴ ماده برای سنجش هر عامل، اختصاص یافته است (ریف و سینگر، ۱۹۹۸). در بررسی‌های مختلف، این مقیاس اعتبار مناسبی داشته است. برای مثال دایرونک (۲۰۰۵) همسانی درونی زیرمقیاس‌ها را مناسب و ضرایب آلفای کرونباخ آن‌ها را بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۰ گزارش کرده است. ریف (۱۹۸۹) بر اساس بررسی آزمودنی‌های میانسال، اعتبار ابعاد بهزیستی روان‌شناختی را ۰/۸۶ تا ۰/۹۳ گزارش کرد. لیندفورس، برنتسون و لوندبرگ (۲۰۰۶) ضمن تأیید ساختار شش‌عاملی مقیاس، مقدار آلفای کرونباخ عوامل شش‌گانه را ۰/۶۵ تا ۰/۷۰ و شاخص‌های برازش روانی مقیاس را نیز مطلوب و شاخص‌های برازش روانی مقیاس را نیز مطلوب (NFI=۰/۹۳، AGFI=۰/۹۵، GFI=۰/۹۷) گزارش کردند. در ایران بیانی، محمدکوچکی و بیانی (۱۳۸۷)، ضرایب اعتبار را

1. Psychological Well-Being Scale 3. Oxford Happiness Questionnaire 5. Big Five Factor Personality Questionnaire
2. Satisfaction with Life Scale 4. Self-Esteem Questionnaire

تهیه و در بافت فرهنگی ایران هنجاریابی کردند. در فرم خرمائی و فرمانی (۱۳۹۳) به هر رگه شخصیتی پنج ماده اختصاص یافته که نظر مشارکت‌کنندگان را در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از یک (کاملاً درست) تا پنج (کاملاً نادرست) می‌سنجد. در پژوهش آنان، ساختار پنج‌عاملی مقیاس تأیید، اما چهار ماده به دلیل عدم بارگذاری عاملی مناسب روی عامل مورد نظر حذف و در نهایت فرم ۲۱ ماده‌ای آن تأیید شد. بار عاملی ماده‌ها در عامل نوروزگرایی ۰/۷۱ تا ۰/۸۱، در عامل برون‌گردی ۰/۴۷ تا ۰/۷۸، در عامل گشودگی به تجربه ۰/۶۲ تا ۰/۷۱، در عامل توافق‌جویی ۰/۷۲ تا ۰/۸۴ و در عامل وظیفه‌شناسی ۰/۷۲ تا ۰/۷۹ به دست آمد. همچنین در این بررسی ضرایب اعتبار پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ برای ابعاد نوروزگرایی، برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۲، ۰/۶۹، ۰/۸۳ و ۰/۸۱ گزارش شد. در مجموع مشخص شد فرم کوتاه پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت در ایران از روایی و اعتبار مناسبی برخوردار است و می‌توان از آن در فعالیتهای پژوهشی استفاده کرد (خرمائی و فرمانی، ۱۳۹۳). در این بررسی اعتبار مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه شد و برای نوروزگرایی، برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی، به ترتیب ضرایب ۰/۸۷، ۰/۸۴، ۰/۸۶، ۰/۷۹ و ۰/۸۱ به دست آمد. همچنین شاخص‌های به دست آمده از تحلیل عامل تأییدی (GFI=۰/۹۵، AGFI=۰/۹۲، RMSEA=۰/۰۶، CFI=۰/۹۵) نشان‌دهنده برازندگی مناسب الگو با داده‌هاست.

مقیاس حرمت خود (روزنبرگ، ۱۹۶۵). این مقیاس با ۱۰

جدول ۲

ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	<u>M</u>	<u>SD</u>	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. نوروزگرایی	۱۱/۸۲	۱/۹۶	-					
۲. برون‌گردی	۱۲/۳۲	۳/۱۸	-۰/۲۷**	-				
۳. گشودگی به تجربه	۶/۸۰	۱/۷۰	-۰/۲۱**	۰/۱۱**	-			
۴. توافق‌جویی	۱۲/۷۵	۱/۹۱	-۰/۲۰**	۰/۱۶**	۰/۱۹**	-		
۵. وظیفه‌شناسی	۹/۳۷	۱/۹۵	-۰/۱۲**	۰/۱۲**	۰/۱۳**	۰/۲۳**	-	
۶. حرمت خود	۳۷/۴۹	۷/۴۱	-۰/۰۷	۰/۲۶**	۰/۳۰**	۰/۱۸**	۰/۱۴**	-
۷. بهزیستی روان‌شناختی	۵۸/۱۴	۶/۶۶	-۰/۱۹**	۰/۲۹**	۰/۲۸**	۰/۱۳*	۰/۲۱**	۰/۳۱**

*P<۰/۰۱ **P<۰/۰۰۱

ماده متشکل از دو بعد تصور مثبت^۱ و تصور منفی^۲ از خود است. وایلی (۱۹۸۹) در بررسی مروری خود از پژوهش‌های انجام شده با استفاده از این مقیاس، دریافت که در هفت پژوهش مقادیر ضرایب آلفای کرونباخ از ۰/۷۲ تا ۰/۸۷ به دست آمده است. گرین‌برگر، چن، دمیتریوا و فراگیا (۲۰۰۳)، همسانی درونی این مقیاس را ۰/۸۴ و ضرایب بازآزمایی آن را با فاصله زمانی دوهفته، پنج ماه و یکسال به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۶۷ و ۰/۶۲ گزارش کردند. در ایران رجبی و بهلول (۱۳۸۶) اعتبار مقیاس را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن در دانشجویان ۰/۸۴ به دست آوردند. ضرایب همبستگی بین هر یک از ماده‌های مقیاس با نمره کل از ۰/۵۶ تا ۰/۷۲ متغیر بود. ضریب روایی واگرایی مقیاس حرمت خود روزنبرگ با استفاده از مقیاس وسواس مرگ^۳ (عبدالخالق، ۱۹۹۸) در کل نمونه ۰/۳۴- به دست آمد. در این بررسی اعتبار مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمده و شاخص‌های به دست آمده از تحلیل عامل تأییدی (GFI=۰/۹۵، AGFI=۰/۹۳، CFI=۰/۹۶، RMSEA=۰/۰۴) برازندگی مناسب الگو را با داده‌ها نشان می‌دهد.

برای تحلیل داده‌ها از آزمون همبستگی پیرسون و برای آزمون الگوی پیشنهادی نیز از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد بین متغیرهای برون‌زا، واسطه‌ای و درون‌زا ارتباط وجود دارد و مجوز لازم را برای انجام تحلیل مسیر فراهم می‌سازد.

معنادار وجود دارد، اما بین نوروزگرایی و حرمت خود رابطه معنادار به دست نیامد ($r = -0.07, P < 0.09$).

برای واری فرضیه سوم پژوهش مبنی بر نقش واسطه‌ای حرمت خود در ارتباط بین پنج عامل بزرگ شخصیت با بهزیستی روان‌شناختی، یک الگوی مفهومی تدوین و با روش تحلیل مسیر آزمون شد. شاخص‌های برازش به‌دست‌آمده از اجرای مدل‌سازی معادلات ساختاری با روش بیشینه احتمال، نشان‌دهنده برازش مناسب الگو با داده‌هاست ($GFI = 0.94$, $CFI = 0.93$, $AGFI = 0.91$, $IFI = 0.93$, $RMSEA = 0.06$). این یافته‌ها نشان دادند حرمت خود بین برخی از رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. در جدول ۳ ضرایب اثر مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس تبیین‌شده متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

در بررسی فرضیه اول پژوهش، مبنی بر ارتباط بین رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی، یافته‌ها نشان دادند که بین برون‌گردی ($r = 0.29, P < 0.001$)، گشودگی به تجربه ($r = 0.28, P < 0.001$)، توافق‌جویی ($r = 0.13, P < 0.001$) و وظیفه‌شناسی ($r = 0.21, P < 0.001$) و بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و بین نوروزگرایی و بهزیستی روان‌شناختی ارتباط منفی وجود دارد ($P < 0.001$, $r = -0.19$).

در بررسی فرضیه دوم پژوهش، مبنی بر ارتباط بین رگه‌های بزرگ شخصیت با حرمت خود، یافته‌ها نشان دادند که بین برون‌گردی ($r = 0.26, P < 0.001$)، گشودگی به تجربه ($r = 0.30, P < 0.001$)، توافق‌جویی ($r = 0.18, P < 0.001$) و وظیفه‌شناسی ($r = 0.14, P < 0.001$) و حرمت خود رابطه مثبت

جدول ۳

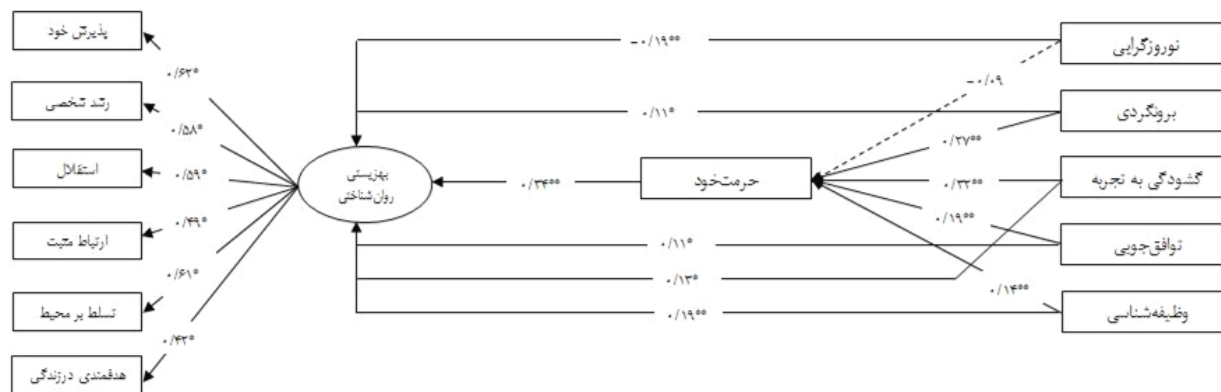
اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای برون‌زا بر متغیرهای درون‌زا در الگوی نهایی

متغیر	نوروزگرایی	برون‌گردی	گشودگی به تجربه	توافق‌جویی	وظیفه‌شناسی
اثر مستقیم متغیر برون‌زا بر متغیرهای درون‌زا					
بهزیستی روان‌شناختی	-0.19**	0.11*	0.13*	0.11*	0.19**
حرمت خود	-0.09	0.27**	0.32**	0.19**	0.14**
اثر غیرمستقیم متغیر برون‌زا بر متغیر درون‌زا با میانجی‌گری حرمت خود					
بهزیستی روان‌شناختی	-0.06	0.22**	0.19**	0.08	0.10
اثر کل متغیرهای برون‌زا بر متغیر درون‌زا					
بهزیستی روان‌شناختی	-0.27**	0.33**	0.32**	0.19**	0.29**

* $P < 0.01$ ** $P < 0.001$

استاندارد متغیرهای الگو در شکل ۲ نمایش داده شده است. مسیرهای خط‌چین به لحاظ آماری معنادار نیستند.

برای درک روشن‌تر روابط بین متغیرهای الگو، مسیرهای مدل برازش‌یافته به همراه ضرایب استاندارد شده و خطای



شکل ۲. مدل نهایی پژوهش همراه با مسیرهای مدل برازش‌یافته با ضرایب استاندارد

* $P < 0.01$ ** $P < 0.001$

بحث

هدف این پژوهش شناخت رابطه رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی، با در نظر گرفتن نقش واسطه‌گری حرمت خود، بود. در ادامه یافته‌های به‌دست‌آمده با توجه به نظریه فضیلت‌گرایی ارسطو (ریان و دسی، ۲۰۰۱) و نظریه مسندمهارگری سلامت (راتر، ۱۹۶۶) و سایر پژوهش‌های مرتبط مورد بحث قرار می‌گیرد.

یافته‌ها با تأیید فرضیه اول پژوهش نشان داد که رگه‌های بزرگ شخصیت حس بهزیستی روان‌شناختی را به صورت معنادار پیش‌بینی می‌کند. در واقع شخصیت نیرومندترین و پایدارترین پیش‌بین بهزیستی روان‌شناختی فرد است (دینر و لوکاس، ۱۹۹۹). همسو با مطالب بیان‌شده، یافته‌های پژوهش نشان داد که برون‌گردی، گشودگی به تجربه، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و نوروگرایی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه منفی دارد.

مطابق روی‌آورد فضیلت‌گرایی ارسطو و سایر پژوهش‌ها، خوشبختی و بهزیستی واقعی در گرو رسیدن به کمال، تلاش مستمر و بالفعل کردن توانایی‌ها (ریان و دسی، ۲۰۰۱)، داشتن ارتباطات اجتماعی (مرادی و چراغی، ۱۳۹۴)، مثبت‌اندیشی (ریف و دیگران، ۲۰۰۴)، خوشبین بودن (بورنز و ماچین، ۲۰۱۰) و وجود ترکیبی از شادی، لذت و معنایابی در زندگی است (کانیمان و دیگران، ۱۹۹۹؛ ریف و دیگران، ۲۰۰۴). بر این اساس، افراد برون‌گرد به دلیل عاطفه مثبت، گرمی رابطه، انرژی‌بخشی بالا و لذت از حضور در موقعیت‌های اجتماعی (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵)، تمایل به بروز رفتارهای فعال و قاطع (جان و سریواستاوا، ۱۹۹۹) و جرئت‌ورزی و مردم‌آمیزی (جان و سریواستاوا، ۱۹۹۹) از احساس بهزیستی روان‌شناختی برخوردارند و با همین سرمایه برای ارتقای بیشتر وضعیت روانی خود می‌کوشند. این یافته با نتایج پژوهش گارسیا (۲۰۱۱) و سالامی (۲۰۱۱) هماهنگ است.

در خصوص ارتباط رگه گشودگی به تجربه و بهزیستی روان‌شناختی، بین پژوهشگران اختلاف نظر وجود دارد، ولی در این پژوهش این رابطه مثبت معنادار بوده است؛ برای مثال در برخی از پژوهش‌ها به رابطه مثبت معنادار گشودگی به تجربه

با افسردگی اشاره شده (وولفاستین و ترول، ۱۹۹۷؛ کوریوار و دیگران، ۲۰۱۳)، در حالی که تحقیقات انجام‌گرفته روی بیماران افسرده، خلاف این ادعا را نشان می‌دهد (تاکاهاشی و دیگران، ۲۰۱۳). در پژوهش‌های مربوط به گشودگی به تجربه رابطه معنادار با اضطراب نیز به دست نیامده است (کوتو و دیگران، ۲۰۱۰؛ کارستن و دیگران، ۲۰۱۲). در مقابل شواهد پژوهشی متعدد بر ارتباط مثبت گشودگی به تجربه و رضایت از زندگی (استفان، ۲۰۰۹) و شادکامی (کودمیر و دیگران، ۲۰۱۴) صحه گذاشته‌اند. همچنین فراتحلیل ارتباط شخصیت با بهزیستی نیز نشان داد که گشودگی به تجربه با برخی از ابعاد بهزیستی در تعامل معنادار است (استیل و دیگران، ۲۰۰۸)؛ بنابراین می‌توان گفت افراد گشوده به تجربه با جست‌وجوی فعالانه تجارب بیرونی به قصد تسلط بر محیط، نقد عقاید دیگران و واکنش به آن‌ها، کنجکاو و لذت از اکتشاف تازه‌ها (مک‌کرا و کاستا، ۱۹۹۷) و خلاقیت گسترده (جان و سریواستاوا، ۱۹۹۹) به سمت بهزیستی روان‌شناختی در حرکت‌اند. این یافته با نتایج پژوهش استیل و دیگران (۲۰۰۸)، استفان (۲۰۰۹)، کودمیر و دیگران (۲۰۱۴) همسوست.

یافته‌ها همچنین نشان داد که توافق‌جویی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت معنادار دارد. در فراتحلیل کوتو و دیگران (۲۰۱۰) بر پژوهش‌های قبلی مشخص شد وظیفه‌شناسی به طور کلی با علائم افسردگی و اضطراب ارتباط ندارد. البته در برخی تحقیقات به رابطه توافق‌جویی اندک با خطر ابتلا به افسردگی مزمن اشاره شده است (ویرسما و دیگران، ۲۰۱۱). در عوض بررسی‌های متعدد نشان می‌دهد که توافق‌جویی به طور مستقیم و مثبت با بهزیستی مرتبط است (چانگ و فرنهام، ۲۰۱۴؛ دی‌نو و کوپر، ۱۹۹۸؛ کوککو و دیگران، ۲۰۱۳). اساس رگه توافق‌جویی روی‌آورد افراد در تعامل‌های بین فردی است. افراد توافق‌جو با برقراری روابط گرم و همدلانه با دیگران، ارتباطات مثبت اجتماعی ایجاد می‌کنند. همچنین به دلیل توجه به آسایش دیگران و تلاش برای تأمین آن، اعتماد آنان را جلب می‌کنند (گرزبانو و توبین، ۲۰۰۹) و به همین دلیل دیگران، هنگام بروز ناملایمات زندگی، از آن‌ها بیشتر حمایت می‌کنند (چانگ، پان و هسینگ،

جای پذیرش خود، که از عوامل ضروری بهزیستی روان‌شناختی است، مستعد پذیرش تنیدگی‌های روان‌شناختی هستند (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵). همچنین افراد روان‌آزرده خلق و خوی متغیر و رفتارهای برانگیخته دارند (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵)، و همین مسئله عاملی برای انزوی بیشتر آنان و پراکنده شدن دوستانی است که به حمایتشان در ناملاپمات زندگی نیاز دارند. همچنین قدرت سازگاری این افراد با تنیدگی‌ها اندک است و آنان راهبردهایی مثل انکار، پس کشیدن و افکار آرزومندانه را برای سازگاری به کار می‌گیرند (کارور و کانر-اسمیت، ۲۰۱۰). راهبردهایی که با سرکوب برانگیختگی به ناهشیار، زمینه بروز آن در رفتار را به شکل دیگر فراهم می‌کند، یعنی به جای حل مسئله بیشتر به پاک کردن صورت مسئله می‌پردازند. این یافته با نتایج پژوهش تامارا و بنیت (۲۰۱۵) و کارور و کانر-اسمیت (۲۰۱۰) هماهنگی دارد.

در بررسی فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر نقش واسطه‌گری حرمت خود در رابطه بین رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی، یافته‌ها نشان داد که حرمت خود به عنوان واسطه رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی ایفای نقش می‌کند. مطابق الگوی پژوهشی منگ و دیگران (۲۰۱۵)، یا و دیگران (۲۰۱۴)، یو و ژانگ (۲۰۰۷) و بنتی و کامبوروپولوس (۲۰۰۶) رگه‌های شخصیتی سالم موجب ارتقای حرمت خود افراد می‌شود و حرمت خود به شکل منفی با پریشانی روان‌شناختی شامل اضطراب، افسردگی و مشکلات بین فردی (مارکوسن، ۲۰۰۶؛ پارک و دیگران، ۲۰۱۰) و به شکل مثبت با رضایت از زندگی در ارتباط است (کوان و دیگران، ۱۹۹۷؛ یا و دیگران، ۲۰۱۴). لذا در توجیه این یافته می‌توان گفت رگه‌های شخصیتی سالم افراد همراه با بازخوردهای آن رگه‌ها در اجتماع، بر ادراک و عواطف آنان تأثیر می‌گذارد و بدین وسیله بر سلامت، رضایت از زندگی و بهزیستی‌شان مؤثر واقع می‌افتد (کوان و دیگران، ۱۹۹۷؛ یا و دیگران، ۲۰۱۴). بنابراین در ادامه به نقش حرمت خود بر بهزیستی روان‌شناختی اشاره می‌شود.

حرمت خود عامل روان‌شناختی مهم و اثرگذار بر سلامت و

۲۰۰۹). علاوه بر این، اساس رگه توافق‌جویی کیفیت رفتارهای بین فردی است (الکساندر و دیگران، ۲۰۱۵)؛ یعنی افراد توافق‌جو با دیگران به‌گونه‌ای رفتار می‌کنند که از پیامد آن رفتارها احساس شرم و گناه نکنند و نداشتن حس گناه از ملزومات حس بهزیستی روان‌شناختی است. این یافته با نتایج پژوهش‌های بسیاری از جمله چانگ و فرنهام (۲۰۱۴) و کوکو و دیگران (۲۰۱۳) همخوانی دارد.

همچنین یافته‌های پژوهش رابطه مثبت معنادار رگه وظیفه‌شناسی و بهزیستی روان‌شناختی را نشان می‌دهد. اساس این رگه موفقیت در رفتارهایی است که نیازمند تلاش و خودمهاری است (الکساندر و دیگران، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد با سطوح بالای وظیفه‌شناسی، سطوح پایین افسردگی و اضطراب را گزارش کرده‌اند (جان و دیگران، ۱۹۹۴؛ توپیک و دیگران، ۲۰۱۲). در پژوهش الکساندر و دیگران (۲۰۱۵) نیز بین رگه وظیفه‌جویی و بهزیستی پایین رابطه منفی گزارش شد. افراد وظیفه‌جو با برنامه‌ریزی مستمر، سازماندهی امور به قصد فراخوانی نتایج دلخواه، گزینش سبک زندگی مطلوب، احترام به هنجارها و حقوق دیگران (قانون‌مداری) و خودمهارگری شخصیتی و به تأخیراندازی لذت‌های زودگذر، موفق می‌شوند فعالیت‌های پرثمر، پایدار و عام‌المنفعه انجام دهند و علاوه بر کسب عواطف مثبت به بهزیستی روان‌شناختی دست یابند (روبرتس و دیگران، ۲۰۰۹). این یافته با نتایج پژوهش الکساندر و دیگران (۲۰۱۵)، جان و دیگران (۱۹۹۴) و توپیک و دیگران (۲۰۱۲) هماهنگی دارد.

و درنهایت اینکه یافته‌های پژوهش نشان داد رابطه نوروزگرایی و بهزیستی روان‌شناختی منفی است. شواهد پژوهشی از ارتباط دوطرفه نوروزگرایی و افسردگی حمایت می‌کند (برای مثال؛ هنسل و دیگران، ۲۰۱۲) و نشان می‌دهد که نوروزگرایی پیش‌بین اضطراب (زینبارگ و دیگران، ۲۰۱۰؛ کیفیت و دیگران، ۲۰۱۰) و با سطوح پایین بهزیستی مرتبط است (گارسیا، ۲۰۱۱؛ بوتکاوویک و دیگران، ۲۰۱۲). در این زمینه باید گفت افراد روان‌آزرده دچار عواطف ناسالمی چون اضطراب و گناه‌اند که زمینه‌ساز افسردگی می‌شود (تامارا و بنیت، ۲۰۱۵). همچنین به ناامنی روانی مبتلا هستند و به

کیفیت زندگی و از نیرومندترین پیش‌بین‌های رضایت از زندگی است (دینر و دینر، ۱۹۹۵؛ فیلیپ و دیگران، ۲۰۱۴) که با مسندمهارگری سلامت و سازگاری روان‌شناختی ارتباط دارد (هانتیسینگر و لوکن، ۲۰۰۴). مسندمهارگری درونی سلامت با آگاهی و بازخورد مثبت، وضعیت روان‌شناختی رشدیافته و رفتارهای بهداشتی و بهزیستی روانی همراه است. درمقابل، مسند بیرونی مهارگری سلامت با رفتارهای بهداشتی منفی و وضعیت روان‌شناختی تنیده و افسردگی ارتباط دارد (مالکارن و دیگران، ۲۰۰۵؛ والستون، ۲۰۰۵). بنابراین با افزایش حرمت خود، باور فرد مبنی بر در اختیار داشتن مهار درونی سلامت خود افزایش می‌یابد و بالطبع به بروز رفتارهای سازش‌یافته با بهزیستی و دوری از رفتارهای تنیده می‌انجامد (مرادی، ۱۳۹۱؛ مرادی و چراغی، ۱۳۹۴). داشتن سطوح بالای حرمت خود، ارزشمندی و توانمندی، با تلاش برای کسب موفقیت، داشتن اعتماد به نفس بالا و بلندهمتی همراه است، امری که فرد را به سوی رشد، بالندگی، تبدیل توانایی‌های بالقوه به بالفعل و رضایتمندی از زندگی سوق می‌دهد (اسکینگولا و موری، ۲۰۰۹؛ اورث و دیگران، ۲۰۱۲).

الگوی به‌دست‌آمده در این پژوهش از نقش واسطه‌گری حرمت خود در رابطه رگه‌های بزرگ شخصیت و بهزیستی روان‌شناختی حمایت و به پر کردن خلأ نظری و پژوهشی در این زمینه کمک کرد. تذکر این نکته مهم است که تربیت افراد برونگرد، گشوده به تجربه، توافق‌جو و وظیفه‌شناس باید در اولویت کار خانواده‌ها و دستگاه آموزش و پرورش قرار بگیرد، زیرا پرورش این رگه‌های شخصیت، زمینه را برای شکل‌دهی حرمت خود بالا و بروز رفتارهای سالم و بهزیسته فراهم می‌کند که تضمین‌کننده پویایی جامعه است.

یافته‌های این پژوهش را باید با در نظر گرفتن محدودیت‌های آن تفسیر کرد. اجرای پژوهش در میان دانشجویان باعث می‌شود تعمیم‌دهی آن به سایر گروه‌های جمعیتی محل تردید قرار گیرد. همچنین استفاده صرف از ابزارهای خودگزارشی به جای بررسی رفتار واقعی، این احتمال را مطرح می‌کند که آزمودنی خود را بهتر از آنچه هست نشان داده است. به علاوه کمبود پژوهش‌های انجام‌شده یا حداقل

گزارش‌شده به‌خصوص در مورد بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان، باعث محدودیت بیشتر در زمینه بهره‌گیری از نظریه‌ها و پژوهش‌های تجربی می‌شود. در مجموع، این مطالعه با توجه به تحقیقات اندک در زمینه سازه بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان، به‌عنوان یک تایید پژوهشی تلقی و پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی به بررسی بیشتر عوامل پیش‌آیند اثرگذار بر آن و نیز پیامدهای این سازه در زندگی تحصیلی دانشجویان پرداخته شود. مثلاً به نظر می‌رسد در کنار بهزیستی روانی دانشجویان، بهزیستی آنان در محیط تحصیلی دانشگاه نیز باید به طور دقیق و با به کارگیری ابزارهای خاص بررسی شود تا یافته‌های باثبات‌تری از بهزیستی دانشجویان به دست آید.

منابع

- خرمائی، ف. و فرمانی، ا. (۱۳۹۳). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پنج عامل بزرگ شخصیت. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۴(۱۶)، ۲۹-۴۰.
- بیانی، ع. ا.، محمدکوچکی، ع. و بیانی، ع. (۱۳۸۷). روایی و اعتبار مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ۱۴(۲)، ۱۵۱-۱۴۶.
- رجبی، غ. و بهلول، ن. (۱۳۸۶). سنجش اعتبار و روایی مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. *پژوهش‌های تربیتی و روان‌شناختی*، ۸(۴۸-۳۳)، ۳۳-۴۸.
- مرادی، م. (۱۳۹۱). *رابطه ابعاد سبک دلبستگی و عزت‌نفس با بهزیستی روان‌شناختی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شیراز.
- مرادی، م. و چراغی، ا. (۱۳۹۴). رابطه حمایت‌های اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی و افسردگی: نقش واسطه‌ای حرمت خود و نیازهای اساسی روان‌شناختی. *فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱۱(۴۳)، ۳۱۲-۲۹۷.
- میکائیلی‌منیع، ف. (۱۳۸۹). بررسی ساختار عاملی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در بین دانشجویان دانشگاه ارومیه. *فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، ۵(۱۸)، ۱۶۵-۱۴۳.
- Abdul-Khalegh, A. M. (1998). The structure and measurement of death obsession. *Personality and*

- social status and mental well-being. *Social Indicators Research*, 117, 653-664.
- Chung, L., Pan, A., & Hsiung, P. (2009). QOL for patients with major depression in Taiwan: A model based study of predictive factors. *Psychiatry Research Journal*, 168, 153-162.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124, 197-229.
- Di Giunta, L., Alessandri, G., Gerbino, M., LuengoKanacri, P., Zuffiano, A., & Caprara, G. V. (2013). The determinants of scholastic achievement: The contribution of personality traits, self-esteem, and academic self-efficacy. *Learning and Individual Differences*, 27, 102-108.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Individual Differences*, 24, 159-165.
- Alexander, T. V., Albert, K., Jakub, M., & Gabriela, J. (2015). The Big Five and adolescent adjustment: An empirical test across six Cultures. *Personality and Individual Differences*, 83, 234-244.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of happiness*. London: Routledge.
- Benetti, C., & Kambouropoulos, N. (2006). Affect-regulated indirect effects of trait anxiety and trait resilience on self-esteem. *Journal of Personality and Individual Differences*, 41, 341-352.
- Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2010). The five factor model of personality and relationship satisfaction of intimate partners: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 44 (1), 124-127.
- Burns, R. A., & Machin, M. A. (2010). Identifying gender differences in the independent effects of personality and psychological well-being on two broad affect components of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 48, 22-27.
- Butkovic, A., Brkovic, I., & Bratko, D. (2012). Predicting well-being from personality in adolescents and older adults. *Journal of Happiness Studies*, 13, 455-467.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.
- Chang, S., & Chan, A. (2005). Measuring Psychological well-being in the Chinese. *Journal of Personality and Individual Differences*, 38, 1307-1316.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2014). The associations between parental socio-economic conditions, childhood intelligence, adult personality traits,

- young adult twins. *Psychological Medicine*, 42, 1249–1260.
- Hintsinger, E. T., & Leucken, L. J. (2004). Attachment relationships and health behavior: The mediation infant- mother attachment: A longitudinal study. *Merill-Palmer Quarterly*, 41, 91-103.
- Huang, C. (2010). Mean-level change in self-esteem from childhood through adulthood: Meta-analysis of longitudinal studies. *Review of General Psychology*, 14(3), 251-260.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford Press.
- John, O. P., Caspi, A., Robins, R. W., Moffitt, T. E., & Stouthamer-Loeber, M. (1994). The “Little Five”: Exploring the nomological network of the Five-Factor model of personality in adolescent boys. *Child Development*, 65, 160-178.
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Karsten, J., Penninx, B. W., Riese, H., Ormel, J., Nolen, W. A., & Hartman, C. A. (2012). The state effect of depressive and anxiety disorders on big five personality traits. *Journal of Psychiatric Research*, 46, 644-650.
- Klimstra, T. A., Crocetti, E., Hale, W. W., Fermani, A., & Meeus, W. H. (2011). Big Five personality dimensions in Italian and Dutch adolescents: A cross-cultural comparison of mean-levels, sex differences, and associations with internalizing symptoms. *Journal of Research in Personality*, 45, 1125-1136.
- Dierendonck, D. (2005). The construct validity of Ryff Scale of psychological well-being its extension with spiritual well-being. *Journal of Personality and Individual Differences*, 36, 629-643.
- Garcia, D. (2011). Two models of personality and well-being among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50, 1208-1212.
- Goldberg, L. R. (1999). A broad-bandwidth, public-domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. In I. Mervielde, I. Deary, F. D. Fruyt & F. Ostendorf (Eds.), *Personality psychology in Europe* (Vol. 7, pp. 1- 28). Tilburg, the Netherlands: Tilburg University Press.
- Graziano, W. G., & Tobin, R. M. (2009). Agreeableness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 46–61). New York, NY, US: Guilford Press.
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item wording and dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: Do they matter? *Journal of Personality and Individually Differences*, 35 (6), 1241-1254.
- Griffith, J. W., Zinbarg, R. E., Craske, M. G., Mineka, S., Rose, R. D., Waters, A. M., et al. (2010). Neuroticism as a common dimension in the internalizing disorders. *Psychological Medicine*, 40, 1125-1136.
- Hansell, N. K., Wright, M. J., Medland, S. E., Davenport, T. A., Wray, N. R., Martin, N. G., et al. (2012). Genetic co-morbidity between neuroticism, anxiety/depression and somatic distress in a population sample of adolescent and

- Child health care*, 34, 47-59.
- Marcussen, K. (2006). Identities, self-esteem, and psychological distress: An application of identity-discrepancy theory. *Sociological Perspectives*, 49, 1-24.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1996). Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the Five- Factor Model. In J. S. Wiggins (Ed.), *The Five- Factor Model of personality: Theoretical perspectives* (pp. 51-87). New York: Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr. (1999). *A five factor theory of personality*. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 139-153). New York: Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. Jr., (1997). Conceptions and correlates of openness to experience. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 825-847). San Diego: Academic Press.
- Meng, S., Li, L., Yi, L., & Lie, W. (2015). The mediating role of self-esteem in the relationship between big five personality traits and depressive symptoms among Chinese undergraduate medical students. *Personality and Individual Differences*, 83, 55-59.
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271-1288.
- Park, H., Heppner, P. P., & Lee, D. (2010). Maladaptive coping and self-esteem as mediators between perfectionism and psychological distress. *Personality and Individual Differences*, 285-296.
- Kokko, K., Tolvanen, A., & Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well-being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality*, 47, 748-756.
- Koorevaar, A. M. L., Comijs, H. C., Dhondt, A. D. F., van Marwijk, H. W. J., van der Mast, R. C., Naarding, P., et al. (2013). Big five personality and depression diagnosis, severity and age of onset in older adults. *Journal of Affective Disorders*, 151, 178-185.
- Kotov, R., Gamez, W., Schmidt, F., & Watson, D. (2010). Linking “big” personality traits to anxiety, depressive, and substance use disorders: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 136, 768-821.
- Koydemir, S., Simsek, O. F., & Demir, M. (2014). Pathways from personality to happiness: Sense of uniqueness as a mediator. *Journal of Humanistic Psychology*, 54, 314-335.
- Kwan, V. S. Y., Bond, M. H., & Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1038-1051.
- Lindfors, P., Berntsson, L., & Lundberg, U. (2006). Factor Structure of Ryff’s Psychological Well-being Scales in Swedish Female and Male White Collar Workers. *Journal of Personality and Individual Differences*, 40, 1213-1222.
- Malcarne, V. L., Drahota, A., & Hamilton, N. A. (2005). Children’s health-related locus of control beliefs: ethnicity, gender, and family income.

- Ryff, C. D., & Singer, B., (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Ryff, C. D., Singer, B. H., & Love, G. D. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London*, 359, 1383-1394.
- Salami, S. O. (2011). Personality and psychological well-being of adolescents: The moderating role of emotional intelligence. *Social Behavior and Personality*, 39, 785-794.
- Schmutte, P. S., & Ryff, C. D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 549-559.
- Sciangula, A., & Morry, M. M. (2009). Self-esteem and perceived regard: How I see myself affects my relationship satisfaction. *Journal of Social Psychology*, 149, 143-158.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. L. (2002). *The handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Stephan, Y. (2009). Openness to experience and active older adults' life satisfaction: A trait and facet-level analysis. *Personality and Individual Differences*, 47, 637-641.
- Takahashi, M., Shirayama, Y., Muneoka, K., Suzuki, M., Sato, K., & Hashimoto, K. (2013). Low openness on the revised NEO personality inventory as a risk factor for treatment-resistant depression. *PloS ONE*, 8 (9), e71964.
- Tamara, L. G., & Bennett, E. P. (2015). Big five 48, 469-474.
- Philip, H., Daniel, B., Katie, D., Mark, S., & Arlene, E. (2014). A big factor approach to modeling the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Journal of Personality and Individual Differences*, 66, 188-192.
- Ratter, J. B. (1966). "Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement". *Psychological Monographs: General and Applied*. 80 (1), 1-28.
- Roberts, B. W., Jackson, J. J., Fayard, J. V., Edmonds, G. W., & Meints, J. (2009). Conscientiousness. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of individual differences in social behavior* (pp. 369-381). New York: Guilford Press.
- Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., Potter, J., & Gosling, S. D. (2001). Personality correlates of self-esteem. *Journal of Research in Personality*, 35, 463-482.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-esteem*. Princeton University, Princeton.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new direction. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4, 99-104.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35, 1103-1119.

- Clinical Psychiatry, 72, 288-294.
- Wolfstein, M., & Trull, T. J. (1997). Depression and openness to experience. *Journal of Personality Assessment, 69*, 614-632.
- Wylie, R. C., (1989). *Measures of self-concept*. University of Nebraska press.
- Ya, L., Zhenhong, W., Changjiang, Z., & Tong, L. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Journal of Personality and Individual Differences, 66*, 92-97.
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in Chinese people. *Social Behavior and Personality, 35*, 19-30.
- Zeigler-Hill, V., & Wallace, M. T. (2012). Self-esteem instability and psychological adjustment. *Self and Identity, 11*, 317-342.
- Zeigler-Hill, V., Clark, C. B., & Beckman, T. E. (2011). Fragile self-esteem and the interpersonal circumflex: Are feelings of self-worth associated with interpersonal style? *Self and Identity, 10*, 509-536.
- Zinbarg, R. E., Mineka, S., Craske, M. G., Griffith, J. W., Sutton, J., Rose, R. D., et al. (2010). The Northwestern-UCLA youth emotion project: Associations of cognitive vulnerabilities, neuroticism and gender with past diagnoses of emotional disorders in adolescents. *Behaviour Research and Therapy, 48*, 347-358.
- personality and academic dishonesty: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences, 72*, 59-67.
- Topic, M. K., Kovac'evic', M. P., & Mlac'ic', B. (2012). Relations of the Big-Five personality dimensions to autodestructive behavior in clinical and non-clinical adolescent populations. *Croatian Medical Journal, 53*, 450-460.
- Uliaszek, A. A., Zinbarg, R. E., Mineka, S., Craske, M. G., Sutton, J. M., Griffith, J. W., et al. (2010). The role of neuroticism and extraversion in the stress-anxiety and stress-depression relationships. *Anxiety, Stress, & Coping, 23*, 363-381.
- van der Aa, N., Overbeek, G., Engels, R. C., Scholte, R. H., Meerkerk, G. J., & van den Eijnden, R. J. (2009). Daily and compulsive internet use and well-being in adolescence: A diathesis-stress model based on big five personality traits. *Journal of Youth and Adolescence, 38*, 765-776.
- Wallston, K. A. (2005). The validity of the multidimensional health locus of control scales. *Journal Health Psychology, 10* (5), 623-31.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudemonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 678-691.
- Wiersma, J. E., Van Oppen, P., Van Schaik, D. J., van der Does, A. J., Beekman, A. T., & Penninx, B. W. (2011). Psychological characteristics of chronic depression: A longitudinal cohort study. *Journal of*