

رابطه سنخ‌های شخصیتی با استرس در بین کارکنان یک واحد نظامی

*محمد صالح محسنی^۱، افسانه توحیدی^۲، مسعود باقری^۲

چکیده

مقدمه: بدیهی است که استرس بخش جدایی‌ناپذیر زندگی بشر می باشد. در این مطالعه ارتباط بین سنخ‌های شخصیتی با استرس در میان کارکنان یک واحد نظامی بررسی شد.

روش بررسی: پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. برای این منظور ۲۵۰ نفر از کارکنان یک واحد نظامی به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب و به وسیله پرسشنامه‌های شخصیت نئو و پرسشنامه افسردگی، اضطراب، استرس مورد سنجش و با استفاده از آمار توصیفی نظیر میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی نظیر رگرسیون گام به گام مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج این مطالعه نشان داد که بین سنخ‌های شخصیتی روان رنجوری و استرس کارکنان رابطه معنادار و مثبتی وجود دارد. به‌علاوه بین سنخ‌های شخصیتی برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و وظیفه‌شناسی با استرس کارکنان رابطه معنادار و منفی وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری: هر چه کارکنان از نظر سنخ شخصیتی بیشتر روان رنجور باشند استرس بیشتری دارند و در نتیجه با افزایش برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن و وظیفه‌شناسی میزان استرس آنها کاهش می‌یابد.

کلمات کلیدی: استرس، سنخ‌های شخصیتی، روان رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی، موافق بودن، وظیفه‌شناسی

فصلنامه علمی پژوهشی ابن سینا / اداره بهداشت، امداد و درمان نهاجا(سال شانزدهم، شماره اول و دوم، بهار و تابستان ۱۳۹۳، مسلسل ۴۷-۴۶)
تاریخ دریافت: ۹۳/۳/۲۵ تاریخ پذیرش: ۹۳/۵/۲۰

۱. کارشناس ارشد روانشناسی، کرمان، ایران
(*مؤلف مسئول)

۲. استادیار، کرمان، ایران، دانشگاه شهید باهنر کرمان

مقدمه

بدیهی است که استرس (فشار روانی)^۱ بخش جدایی‌ناپذیر زندگی بشر است و لازم است که تمامی افراد با راهبردهای مقابله با آن آشنا باشند. با شناخت عوامل ایجاد کننده‌ی استرس می‌توان زمینه‌ی مقابله با آن را مهیا کرد. ویژگی شخصیتی^۲ فرد یکی از مهم‌ترین متغیرهایی است که در اتخاذ روش مقابله، ارزیابی و سازگاری فرد با استرس تأثیر دارد، به طوری که گاه دو فرد در مقابل رویداد مشخصی به گونه‌ای متفاوت واکنش نشان می‌دهند [۱].

اخیراً تحقیق در زمینه شخصیت و ارتباط آن با استرس و آسیب‌های روان شناختی توجه بسیاری از محققان را به خود جلب کرده است. شواهد تجربی زیادی مبنی بر این که ویژگی‌های شخصیتی در ایجاد، کاهش یا از بین بردن علائم استرس نقش مهمی را ایفا می‌کنند، نشان داده شده است [۲]. پژوهشگران بر این عقیده‌اند که مدل پنج عاملی شخصیت^۳ می‌تواند دانش روان‌شناسی را درباره شخصیت و مقابله با استرس افزایش دهد. چنان که می‌توان گفت هر یک از پنج عامل اصلی روان رنجوری^۴، برون‌گرایی^۵، گشودگی^۶ موافق بودن^۷ و وظیفه‌شناسی^۸ به عنوان مجموعه‌ای از صفات سازش سازش یافته‌ای هستند که می‌توانند هم به فرد و هم به گروه جهت رسیدن به نیازهای اساسی‌شان کمک نمایند [۲].

در پژوهشی بر روی کارکنان شرکت پالایش نفت تبریز نشان داد که ابعاد شخصیتی برون‌گرایی، موافق بودن و وظیفه‌شناسی با عواطف مثبت همبستگی مثبت و معناداری و با عواطف منفی و استرس همبستگی منفی و معناداری دارد؛ همچنین بین روان رنجوری با استرس همبستگی مثبت و

معنی‌داری وجود دارد [۳]. در پژوهشی در بین دانشجویان دانشگاه نشان داد که بین میزان استرس و ویژگی‌های شخصیت روان رنجوری و برون‌گرایی رابطه وجود دارد اما گشودگی، وظیفه‌شناسی و موافق بودن نمی‌توانند پیش‌بینی کننده استرس باشند [۴]. در تحقیقی سطوح بالا و پایین استرس به‌طور معناداری توسط روان رنجوری در دختران و برون‌گرایی و گشودگی در پسران قابل پیش‌بینی بود [۵]. در بررسی رابطه مدل پنج عاملی شخصیت، استرس و عملکرد شغلی بر روی کارکنان دانشگاه بین پنج عامل شخصیت و استرس رابطه معناداری وجود داشت به‌ویژه روان رنجوری و برون‌گرایی رابطه معناداری با استرس داشتند [۶]. در پژوهشی بر روی پرستاران بین ویژگی روان رنجوری با استرس رابطه مثبت و معناداری وجود داشت و بین دیگر ویژگی‌های شخصیتی (برونگرایی، گشودگی و وظیفه‌شناسی) با استرس رابطه منفی و معنی‌داری وجود داشت یعنی هرچه میزان روان رنجوری افزایش می‌یابد، میزان استرس هم نیز افزایش می‌یابد. در مقابل هرچه میزان برون‌گرایی، گشودگی و وظیفه‌شناسی کاهش می‌یابد، میزان استرس افزایش می‌یابد [۷]. در پژوهشی ویژگی‌های شخصیتی به خصوص وظیفه‌شناسی و موافق بودن با استرس رابطه مثبت و معنی‌داری دارد [۸]. فراست و همکارانش^۹ در پژوهشی رابطه بین ویژگی‌های شخصیت و استرس نشان دادند که روان رنجوری و برون‌گرایی با استرس در ارتباط می‌باشند. بدین معنی که روان رنجوری با استرس رابطه مثبت و معناداری دارد و برون‌گرایی با استرس رابطه منفی و معناداری دارد [۹]. ناکانو^{۱۰} نیز نشان داد که افراد برون‌گرا اغلب استرس کمتری دارند و افراد روان رنجور استرس بیشتری دارند [۱۰]. پژوهشگران همچنین نشان دادند که شخصیت به‌ویژه از طریق ابعاد برون‌گرایی و روان رنجوری، یکی از هم‌بسته‌های بسیار مهم با استرس محسوب می‌شود [۱۱]. فریدمن و همکاران در پژوهشی نشان دادند ارتباط

1. Stress
2. Personality trait
3. Five Factor Model
4. Neuroticism (N)
5. Extraversion (E)
6. Openness (O)
7. Agreeableness (A)
8. Conscientiousness (C)

9. Frost

10. Nakano

مطالعه حاکی از آن است که زیر مقیاس‌های همسانی درونی خوبی دارند. به‌عنوان مثال ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۶۸ (برای موافق بودن) تا ۰/۸۶ (برای روان رنجوری) را گزارش کرده‌اند. هاوارد نیز ضریب آلفای این ۵ عامل را در دامنه ۰/۷۶ (برای گشودگی) تا ۰/۸۷ (برای روان رنجوری) گزارش می‌کند [۱۶]. این پرسشنامه در ایران توسط حق شناس هنجاریابی شده است. پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آزمون-آزمون مجدد در مورد ۲۰۸ نفر از دانشجویان به فاصله سه ماه به ترتیب ۰/۷۵/۸۳، ۰/۸۰/۰، ۰/۷۹/۰ و ۰/۷۹/۰ برای عوامل روان رنجوری، برونگرایی، گشودگی، موافق بودن و وظیفه شناسی به‌دست آمده است. در پژوهش حاضر ضریب پایایی آن در عوامل از ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ به‌دست آمده است.

در این پژوهش ۲۵۰ نفر شرکت کردند که از نظر متغیرهای مورد مطالعه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در این پژوهش با توجه به مقیاس‌های اندازه‌گیری و داده‌های موجود برای تجزیه و تحلیل از روش‌های آماری توصیفی نظیر میانگین، انحراف معیار و همبستگی پیرسون و آمار استنباطی نظیر رگرسیون به کمک SPSS نسخه ۱۸ استفاده شد.

جدول ۱- داده‌های توصیفی سنخ‌های شخصیتی و استرس

متغیر	میانگین \pm انحراف معیار
استرس	۱۵/۷۳ \pm ۶/۱۰
روان رنجوری	۱۷/۴۰ \pm ۷/۵۸
برون گرایی	۳۹/۸۱ \pm ۵/۲۶
گشودگی	۳۹/۸۲ \pm ۴/۳۷
موافق بودن	۳۰/۹۶ \pm ۴/۳۹
وظیفه شناسی	۳۳/۱۱ \pm ۴/۶۴

یافته‌ها

جدول ۱ نتایج میانگین عوامل استرس، روان رنجوری، برونگرایی، گشودگی، موافق بودن و وظیفه شناسی را نشان می‌دهد.

با در نظر گرفتن متغیرملاک (استرس) و متغیرهای پیش

معاداری بین ویژگی‌های شخصیتی و استرس وجود دارد و روان رنجوری پیش‌بینی کننده خوبی برای استرس و فشار خون می‌باشد [۱۲]. استویر و همکاران^۱ در پژوهشی در مورد ۲۱۴ نوجوان ۱۴ تا ۱۹ ساله که دو بار در طول یک دوره پنج ماهه عامل شخصیتی انجام دادند، نشان دادند که وظیفه شناسی با استرس پایین و روان رنجوری با استرس بالا ارتباط دارد [۱۳]. بنابراین ضرورت دارد تا در حوزه عوامل شخصیتی مؤثر و رابطه آن با استرس کارکنان پژوهشی اجرا شود تا از نتایج آن در کمک به افزایش عملکرد آنها بهره گرفته شود.

روش بررسی

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه کارکنان یک واحد نظامی بودند. حجم نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده با استفاده از جدول مورگان با احتساب ۱۵٪ ریزش احتمالی ۲۵۰ نفر از کارکنان برآورد شد. ابزار پرسشنامه افسردگی، اضطراب، استرس (DASS-42)^۲ بود که در سال ۱۹۹۵ توسط لایبوند^۳ تهیه شد [۱۴]. این مقیاس دارای ۴۲ عبارت است که هر یک از سازه‌های روانی افسردگی، اضطراب و استرس را توسط ۱۴ عبارت متفاوت مورد ارزیابی قرار می‌دهد. در پژوهش اصلی همبستگی مقیاس افسردگی این آزمون با تست افسردگی ۰/۸۴۹ همبستگی مقیاس اضطراب نیز با آزمون زونگ ۰/۸۳۱ و همبستگی مقیاس استرس و سیاهه استرس دانش آموزان نیز ۰/۷۵۷ بود. ضریب آلفای محاسبه شده برای مقیاس افسردگی برابر با ۰/۹۴٪ مقیاس اضطراب برابر ۰/۸۵٪ و مقیاس استرس برابر با ۰/۸۷٪ محاسبه شد [۱۵]. در پژوهش حاضر روایی با استفاده از روش همسانی درونی آلفای کرونباخ (تحلیل عاملی) از روایی مطلوبی برخوردار بود و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ برآورد شد. همچنین در این پژوهش از فرم کوتاه ۶۰ سؤالی پرسشنامه شخصیتی نتو استفاده شده است. در مورد روایی نتایج چندین

1. Stoeber
2. Depression Anxiety Stress Scale
3. Lovibond & Lovibond

جدول ۴- خلاصه نتایج رگرسیون گام به گام تبیین رابطه مقیاس‌ها و ضرایب آنها

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	B	Beta	t	p
استرس روان رنجور خویی		۰/۵۲	۰/۶۵	۱/۵۹	۰/۰۰۱
برون‌گرایی		-۰/۱۷	-۰/۱۵	-۲/۶۲	۰/۰۰۹
گشودگی		-۰/۰۷	-۰/۰۵	-۱/۳۷	۰/۱۷
موافق بودن		-۰/۰۱	-۰/۰۰۸	-۰/۱۹	۰/۸۴
وظیفه‌شناسی		-۰/۰۶	-۰/۰۵	-۱/۱۶	۰/۲۴

بر اساس داده‌های جدول ۴ از بین سنخ‌های شخصیت، روان رنجوری و برون‌گرایی رابطه معنی‌داری با استرس دارند و گشودگی، موافق بودن، وظیفه‌شناسی رابطه معنی‌داری با استرس ندارند.

بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج پژوهش حاضر بین مقیاس‌های روان رنجوری و برون‌گرایی با استرس رابطه قابل ملاحظه‌ای وجود دارد. چون روان رنجوری با افزایش استرس و برون‌گرایی با کاهش استرس رابطه دارد می‌توان تبیین کرد که این دو سنخ شخصیت نسبت به سنخ‌های دیگر در بروز استرس می‌تواند مؤثرتر باشد. و چنین نتیجه گرفته می‌شود که توان پیش‌بینی استرس از روی حداقل یکی از سنخ‌های شخصیتی وجود دارد. روان رنجوری با افزایش استرس و برون‌گرایی با کاهش استرس رابطه دارد و می‌توان تبیین کرد که این دو سنخ شخصیت نسبت به سنخ‌های دیگر در بروز استرس می‌تواند مؤثرتر باشد. این یافته با یافته‌های گروسی و صوفیانی [۱۶]، بشارتی [۱۷]، والراس و تارگرسون^۱ [۱۸]، کاردام و کراپیک^۲ [۱۹] هم‌خوانی دارد.

این پژوهش محدود به کارکنان یک واحد نظامی و محدود به یک شهر است. اصولاً پرسشنامه یک ابزار خود گزارش دهی است بنابراین ممکن است فرد صداقت لازم را جهت پاسخ‌گویی را نداشته باشد این سوگیری یکی دیگر از محدودیت‌های

بین (سنخ‌های شخصیتی) ارتباط بین متغیرهای مورد نظر از طریق محاسبه ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۲ و برای بررسی بیشتر و یافتن سهم هریک از متغیرها در پیش‌بینی استرس، نتایج تحلیل رگرسیون مدل گام به گام در جدول ۳ و ۴ ارائه شده است.

جدول ۲- ماتریس همبستگی سنخ‌های شخصیت با میزان استرس

متغیر	همبستگی	معناداری
روان رنجور خویی	۰/۸۴	۰/۰۱
برون‌گرایی	-۰/۷۴	۰/۰۱
گشودگی	-۰/۵۵	۰/۰۱
موافق بودن	-۰/۵۷	۰/۰۱
وظیفه‌شناسی	-۰/۵۵	۰/۰۱

بر اساس داده‌های به‌دست آمده مندرج در جدول ۲، کلیه همبستگی‌های به‌دست آمده بین سنخ‌های شخصیت و میزان استرس معنادار است.

جدول ۳- رگرسیون چندگانه استرس بر مبنای سنخ‌های شخصیتی در کارکنان

شاخص مدل	انحراف معیار	df	میانگین مجذورات	F	P	R	R ²
رگرسیون	۸۰۶۵/۲۸	۵	۱۶۱۳/۰۵	۱۵۴/۷۸	۰/۰۰۱	۰/۷۲	۰/۷۲
باقیمانده	۳۰۶۳/۸۴	۲۹۴	۱۰/۴۲				
کل	۱۱۱۲۹/۱۳	۲۹۹					

بر اساس داده‌های جدول ۳ مدل رگرسیون معنادار است ($F = 154/78, p = 0/001$). لذا می‌توان نتیجه گرفت که توان پیش‌بینی استرس از روی حداقل یکی از سنخ‌های شخصیتی وجود دارد.

1. Vollrath & Torgerson
2. Kardum & Krapic

تشکر و قدردانی

با سپاس فراوان از تمامی عزیزان به خصوص کارکنان شاغل در واحد نظامی مورد پژوهش که با صبر و شکیبایی ما را در پیشبرد این طرح یاری رساندند.

این پژوهش است. با توجه به نتایج به دست آمده از این پژوهش پیشنهاد می‌گردد که این پژوهش در سایر سازمان‌ها و نهادها از جمله آموزش و پرورش و آموزش عالی انجام شود. برنامه‌های منظم و مدون آموزشی و مشاوره‌های روانشناسی برای کارکنان و نیز خانواده‌های آنها تدوین و اجرا شود. کارگاه‌های آموزشی در جهت افزایش مهارت‌های کنترل استرس در سازمان و گنجاندن این کارگاه‌ها در ریشه برنامه آموزشی کارکنان جهت ارتقاء هر چه بیشتر عملکرد آنها تدوین و اجرا شود.

References

- Haren EG, Mitchell CW. Relationships between the Five-Factor Personality Model and coping styles. *Psychology and Education: An Interdisciplinary Journal*. 2003;40(1):38-47.
- Gomez R, Cooper A, Gomez A. Susceptibility to positive and negative mood states: Test of Eysenck's, Gray's and Newman's theories. *Personality and Individual Differences*. 2000;29(2):351-365.
- Garossi Farshi T, Mani A. Study of stress and its relationship with mental and physical vulnerability by person-environment fit model among personnel of Tabriz oil refining company. *Daneshvar Raftar*. 2005;12(13):61-70. [Persian]
- Jafarnejad P, Farzad V, Moradi AR, Shokri O. The relationship between Big Five Personality factors, coping methods, and mental health among students. *Journal of psychology & education*. 2005;35(1):51-74. [Persian]
- Joshanloo M, Nosratabadi M, Jafari Kandovan Gh. Prediction of well being in the light of the result of five big personality factors and self-esteem. *Journal of Psychological Science*. 2007;21:66-88. [Persian]
- Khakpour A, Yamani M, Pardakhtchi MH. Study of relationship between five factor model personality and guidance school principal's job performance contextual performance - task performance. *Journal of Applied Psychology*. 2008;2(2,3):564-579. [Persian]
- Jahanbakhsh Ganjeh S, Omidi Arjenaki N, Nori A, Oreyzi HR. The relationship of personality characteristics and burnout among nurses. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*. 2009;14(4):190-194.
- Ghasemzadeh A, Seyid Abbaszadeh MM, Hassani M, Hashemi T. Study of the fitness of the causal-structural relations among personality traits, stress and job performance considering the mediating effects of individual accountability. *Iran Occupational Health Journal*. 2013;10(2):54-64. [Persian]
- Frost RO, Marten P, Lahart C, Rosenblate R. The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*. 1990;14(5):449-468.
- Nakano K. Role of personality characteristics in coping behaviors. *Psychological reports*. 1992;71(3):687-690.
- Stumpf H, Parker WD. A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and individual differences*. 2000;28(5):837-852.
- Friedman R, Schwartz JE, Schnall PL, Landsbergis PA, Pieper C, Gerin W, et al. Psychological variables in hypertension: relationship to casual or ambulatory blood pressure in men. *Psychosomatic Medicine*. 2001;63(1):19-31.
- Stoeber J, Otto K, Dalbert C. Perfectionism and the Big Five: Conscientiousness predicts longitudinal increases in self-oriented perfectionism. *Personality and Individual Differences*. 2009;47(4):363-368.
- Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*. 1995;33(3):335-343.
- Afzali A, Delavar A, Borjali A, Mirzamani M. Psychometric properties of DASS-42 as assessed in a sample of Kermanshah high school students *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 2008;5(2):81-91. [Persian]
- Garooosi Farshi T, Soofiani H. Investigation the relationship between personality and general health among Tabriz university students. 2008;9(2):47-63. [Persian]
- Besharat MA. The impact of emotional Intelligence on the quality of social relationships. *Psychological Studies*. 2005;1(2-3):25-38. [Persian]
- Vollrath M, Torgersen S. Personality types and coping. *Personality and Individual Differences*. 2000;29(2):367-378.
- Kardum I, Krapic N. Personality traits, stressful life events, and coping styles in early adolescence. *Personality and individual differences*. 2001;30(3):503-515.

The study examined the relationship between trait personality and stress

*Mohseni M¹, Towhidi A², Bagheri M²

Abstract

Background: Obviously, stress is an integral part of human life. This study was aimed to examine the relationship between personality traits and stress among the employees of the air corps base in Kerman.

Materials and methods: The study was descriptive and the correlational kind. The participants were 250 employees of Kerman air corps base that were selected by simple randomized sampling method and they were measured by the NEO personality trait questionnaire and the inventory of depression, anxiety and stress (DASS) and data by using descriptive statistics such as mean, standard deviation, and inferential statistics such as stepwise regression were analyzed.

Results: The results showed that there is a significant and positive relationship between neuroticism personality trait and the employees' stress. In addition, there is a significant and negative relationship between the extroversion, openness, and conscientiousness types of personality traits and stress.

Conclusion: It is concluded that the employees become more neurotic personality type, they become more stressful and with the increase of extraversion, openness, agreeableness, and conscientiousness their stress is decreased.

Keywords: Stress, Personality Traits, Neuroticism, Extraversion, Openness, Agreeableness, Conscientiousness

1. MSc, Department of psychology, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran (*Correspondence Author) msmtm913@gmail.com

2. Associate professor, Department of clinical psychology, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran