

## **Development of Changes in Virtues and Character Strengths in Adulthood with Regard to Gender Differences**

**Fateme Mahavarpoor<sup>1</sup>, Samane Asadi<sup>2\*</sup>, Ali Reza Bakhshayesh<sup>3</sup>**

1. M.Sc. in General Psychology, Faculty of Psychology and Education, Yazd University, Yazd, Iran

2. Assistance professor of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Education, Yazd University, Yazd, Iran

3. Associate professor of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Education, Yazd University, Yazd, Iran

### **Abstract:**

The purpose of this study was to investigate development of virtues and character strengths in adults during emerging adulthood in women and men of Isfahan. Research was planned in the framework of cross-sectional research in the form of a comparative causal research design. Using available sampling method a sample of 340 (170 females and 170 males) was selected from four age groups (18-29, 30-39, 40- 49 and 50-59 year-olds). The subjects were asked to complete the Valuse in Action Inventory of Strengths (Peterson and Seligman). Findings revealed that mean scores of the majority of character strengths changed over time. In terms of creativity, perceptiveness and love of learning, honesty, perseverance and zest, social intelligence, self-regulation, prudence and humility, hope, humor and gratitude, fairness and citizenship increased in the age group of 30-39, but decreased in the 50-59 year olds. Also, there was a significant difference between men and women; women had higher mean scores. The results showed that in all character strengths, women of all age groups scored higher than men. Independent t-test results in the gender groups showed that there was significant differences in courageous, prosperity and judgment (critical thinking) in 18-29 year olds, self-regulation in 30 to 39 year olds, bravery, perseverance, honesty, love and forgiveness in 40-49 year olds; and mean scores of women were higher than men. Findings were discussed based on related theoretical and empirical literature.

**Keywords:** development, virtues, personality character strengths, adulthood, emerging adulthood, gender

---

\*.s.asadi@yazd.ac.ir

## تحول فضائل و توانمندی‌های شخصیتی در دوره بزرگسالی: با نگاهی بر تفاوت‌های جنسیتی<sup>۱</sup>

فاطمه ماه‌آورپور<sup>۱</sup>، سمانه اسعدی\*<sup>۲</sup>، علیرضا بخشایش<sup>۳</sup>

۱. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

fatememahavarrpoor@gmail.com

۲. استادیار گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

s.asadi@yazd.ac.ir

۳. دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران

abakhshayesh@yazd.ac.ir

### چکیده

هدف این پژوهش، تعیین سیر تحول توانمندی‌های شخصیتی از دوره بزرگسالی در حال پیدایش تا بزرگسالی میانه در زنان و مردان شهر اصفهان بود. پژوهش در چارچوب پژوهش‌های تحولی مقطعی و در قالب طرح علی مقایسه‌ای برنامه‌ریزی شد. نمونه پژوهش ۳۴۰ نفر (۱۷۰ زن و ۱۷۰ مرد) در ۴ گروه سنی ۱۸ تا ۲۹ ساله، ۳۰ تا ۳۹ ساله، ۴۰ تا ۴۹ ساله و ۵۰ تا ۵۹ ساله بودند که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و با استفاده از سیاهه توانمندی‌ها و ارزش‌ها در عمل (پیترسون و سلیگمن) مورد ارزیابی قرار گرفتند. یافته‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس نشان داد میانگین اکثر توانمندی‌های شخصیتی با گذر زمان دچار تغییر شد. به عبارتی خلایق، ژرف‌نگری و عشق به یادگیری، صداقت، پشتکار و سرزندگی، هوش اجتماعی، خودتنظیمی، آینده‌نگری و تواضع، امید، شوخ‌طبعی و قدرشناسی، انصاف و برابری و شهروندی در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ ساله افزایش یافته اما در گروه ۵۰ تا ۵۹ ساله کاهش یافت. همچنین میان توانمندی‌های شخصیتی در زنان و مردان تفاوت معنادار بود و زنان میانگین نمرات بالاتری داشتند. یافته‌ها نشان داد زنان به‌طور کلی در همه گروه‌های سنی نمرات بالاتری نسبت به مردان در توانمندی‌های شخصیتی کسب کردند. نتایج آزمون t مستقل در مقایسه گروه‌های جنسیتی نشان داد توانمندی‌های شخصیتی دلیری، آینده‌نگری و قضاوت (تفکر انتقادی) در گروه ۱۸ تا ۲۹، خودتنظیمی در گروه ۳۰ تا ۳۹ و دلیری، پشتکار، صداقت، عشق و بخشش در گروه ۴۰ تا ۴۹ ساله از لحاظ آماری معنی‌دار بود و میانگین نمرات زنان بیشتر از مردان بود. یافته‌ها با توجه به پیشینه‌های نظری و تجربی مرتبط مورد بحث قرار گرفته است.

**واژه‌های کلیدی:** تحول، فضائل، توانمندی‌های شخصیتی، بزرگسال، بزرگسالی در حال پیدایش، جنسیت

<sup>۱</sup> این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد است.

## مقدمه

از جمله مسائلی که روانشناسان تحولی همواره به آن توجه داشته‌اند، وظایف خاص اشخاص در هر دوره سنی است؛ وظایفی که به منظور دستیابی به هویت و شخصیتی سالم باید به نحوی موفقیت‌آمیز از عهده آنها برآیند. در واقع روانشناسان تحولی در تلاش‌اند تغییراتی را توصیف و تبیین کنند که در طول زمان در تفکر، رفتار، استدلال و کارکرد شخص رخ می‌دهد؛ تغییراتی که نتیجه تعامل عوامل زیستی، فرد و محیط است (برنر، ۲۰۱۷)؛ برای مثال، اریکسون روانشناسی بود که تحول روانی انسان را پیوسته می‌دانست و معتقد بود انسان در هر سنی با تعارض تحولی مواجه می‌شود و پس از حل کردن این بحران به مرحله بعدی تحول گام بر می‌دارد (جوزی، رنجبری، مرادی و زارعی، ۱۳۹۴؛ برک، ۱۳۸۴/۲۰۰۷ ترجمه سیدمحمدی؛ پاپالیا، الدز و فلدمن ۱۳۹۵/۲۰۰۴ ترجمه عرب قهستانی و همکاران). با گسترش جنبش روانشناسی مثبت نگر در دو سه دهه اخیر، روانشناسان به جنبه‌های مثبت روانی انسان بیشتر توجه نشان دادند. پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴)، بنیان‌گذاران روانشناسی مثبت، در راستای اعتقاد خود مبنی بر نقش روانشناسی در دستیابی به زندگی پربارتر و شناخت و پرورش استعدادهای عالی افراد، از جمله اهداف علمی «روانشناسی مثبت» را مطالعه توانمندی‌ها و فضایی می‌دانند که می‌توانند برای بهبود کیفیت زندگی پرورش داده شوند. او و همکارانش براساس مرور کلی از متون مذهبی و فلسفی، طبقه‌ای از فضائل<sup>۱</sup> و توانمندی‌های شخصیتی<sup>۲</sup> را پیشنهاد کردند (راچ، مارتینز - مارتی، پرایر و هارزر، ۲۰۱۴). روانشناسی مثبت بر توانمندی‌های شخصیتی به منزله محور تعهدات، علایق و روند زندگی تمرکز می‌کند (شیمای، اتاک،

پارک، پیترسون و سلیگمن، ۲۰۰۶). در واقع روانشناسی مثبت نگر در عمل به دنبال آن است که به افراد کمک کند توانمندی‌ها و شایستگی‌های خود را پرورش دهند تا به سلامت روانی دست یابند (فرنام و مددی‌زاده، ۱۳۹۶).

توانمندی‌های شخصیتی صفات مثبتی تعریف شده‌اند که در اندیشه‌ها، احساسات و رفتار انعکاس دارند (پارک، پیترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). اگرچه توانمندی‌های شخصیتی به صفات مثبت شبیه‌اند، در عین حال به دلیل تأثیرپذیری از ارزش‌های فرهنگی و اخلاقی از صفات مثبت متمایزند (پیترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). فضائل اصلی بسیاری مانند خرد، شجاعت، انسانیت، عدالت، خویشتن‌داری و تعالی در نوشته‌های مختلف فلاسفه و رهبران مذهبی در چین، آسیای جنوبی و غرب شناسایی شده‌اند (راچ و همکاران، ۲۰۱۰). در واقع فضائل، صفات اساسی واجد ارزش‌اند و توانمندی‌های شخصیتی فرایندها و مکانیسم‌هایی‌اند که به این فضائل منتهی می‌شوند. روانشناسی مثبت ادعا می‌کند توانمندی‌های شخصیتی، صفات مثبتی‌اند که به شکوفایی افراد کمک می‌کنند و آنها را به سوی رفتارهای ارزشمند اخلاقی سوق می‌دهند (پیترسون و پارک، ۲۰۰۶؛ به نقل از کلنی، مکی و عریضی، ۱۳۹۶). آنها مسیرهای قابل تشخیصی برای نشان دادن هر یک از فضائل در نظر گرفته می‌شوند؛ برای مثال، فضیلت خرد می‌تواند از توانمندی‌هایی مثل خلاقیت، کنجکاوی، عشق به یادگیری و روشن‌فکری حاصل شود (پیترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) معتقدند طبقه‌بندی از صفات مثبت شخصیت با سیاهه توانمندی‌ها و ارزش‌های در عمل (VIA-IS) براساس ده ملاک، سنجش‌پذیر است. هر صفت مثبتی توانمندی شخصیت نیست، بلکه صفتی توانمندی شخصیت است که دارای ده ملاک باشد: (۱) رضایت‌بخش باشد؛ (۲)

<sup>1</sup> Virtues

<sup>2</sup> Character strengths

بررسی لینلی و همکاران (۲۰۰۷) در نمونه‌ای متشکل از ۱۷۰۵۶ شرکت‌کننده آمریکایی نشان داد به‌طور کلی زنان نمرات بالاتری نسبت به مردان، تقریباً در همه توانمندی‌ها به استثنای خلاقیت دارند. نتایج پژوهش دیگری نشان دادند در سوئیس، زنان نمره متوسطی در توانمندی انسانیت و مردان نمرات بالاتری در خلاقیت، ذهن آگاهی، ژرف‌نگری و رهبری دارند (راج، پرویر و ویر، ۲۰۱۰). کریس و کاریگد (۲۰۱۲) در پژوهش خود دریافتند زنان نمرات بالاتری در مهربانی، عشق، قدرشناسی، بخشش، درک زیبایی و تعالی، آینده‌نگری، انصاف و برابری و رهبری دارند؛ در حالی که مردان نمرات بالاتری در خلاقیت، دلیری و خودتنظیمی کسب کردند. پژوهش شیمای و همکاران (۲۰۰۶) با شرکت‌کنندگان ژاپنی و آمریکایی حاکی از آن بود که در میان جوانان، دختران جوان نمرات بالاتری نسبت به پسران جوان در تعدادی از توانمندی‌ها از جمله قدردانی از زیبایی، روشنفکری، قدردانی، عشق، چشم‌انداز و معنویت داشتند. به‌طور مشابهی فرام و لستر (۲۰۱۲) نیز با استفاده از پرسشنامه کوتاهی براساس VIA-IS دریافتند زنان نمرات بالاتری در مهربانی، عشق، قدرشناسی و سرزندگی و مردان نمرات بالاتری در بازانده‌پیشی و دلیری دارند. پارک، پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) به غیر از جنسیت، بین دیگر متغیرهای جمعیت‌شناختی و توانمندی‌های شخصیتی رابطه‌ای پیدا نکردند. علاوه بر پژوهش‌های یادشده، پژوهش‌های دیگری در حوزه فضائل و توانمندی‌های شخصیتی صورت گرفته‌اند. پژوهش‌هایی نظیر لینلی و همکاران (۲۰۰۷) و طبائیان، امیری و مولوی (۱۳۹۶) به همبستگی بالایی با سن برای توانمندی‌های کنجکاوی، عشق به یادگیری، انصاف و برابری، خویش‌داری، بخشش و تعالی اشاره داشته‌اند. پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۳) تعدادی از شرکت‌کنندگان آمریکایی را بعد از حملات

به‌خودی‌خود از لحاظ اخلاقی با ارزش باشد؛ (۳) نشان‌دادن یک توانمندی از سوی فرد باعث کاهش آن توانمندی در اطرافیان نمی‌شود؛ (۴) متضاد آن نباید به صورت مثبت بیان‌شدنی باشد؛ (۵) توانمندی باید مانند یک صفت شخصیتی باشد؛ (۶) از سایر توانمندی‌های شخصیتی متمایز است؛ (۷) در الگوهای واقعی از افراد عینیت می‌یابد؛ (۸) در بسیاری از کودکان و بزرگسالان باهوش نشان داده شده است؛ (۹) در برخی از افراد به‌طور کامل بروز نمی‌یابد؛ (۱۰) تعمداً باید هدفی باشد که مؤسسات و آداب و رسوم اجتماعی در تلاش برای پرورش آن باشند. این طبقه‌بندی شامل بیست‌وچهار توانمندی شناخته‌شده است که زیر شش فضیلت اصلی یا جهانی سازمان‌یافته است (آزاندیو، اباسکال و باراکا، ۲۰۱۴). فهرست فضائل و توانمندی‌های شخصیتی در پیوست ارائه شده است.

توانمندی‌های شخصیتی با توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی متفاوت‌اند. در حال حاضر مشخص شده است عوامل فردی بسیاری از جمله جنسیت، سن، سطح تحصیلات و وضعیت اقتصادی، تجربه‌های هیجانی، جهت‌گیری هدف، چالش‌های اجتماعی و هویتی بر توانمندی‌های شخصیتی تأثیر می‌گذارد (برای نمونه، مراجعه شود به سفیری و کلانسی، ۱۳۹۵، جهانشاهی و ابراهیم قوام، ۱۳۸۵، فرحبخش و شفیع‌آبادی، ۱۳۸۵، رحمانزاده، ۱۳۸۱، تایمرز، فیسچر و مانستد، ۱۹۹۸ و قائم مقامی، المنند و مارتین، ۲۰۱۱، کراسن و گنزی، ۲۰۰۹، سجودی، معصومی‌راد، آوردیده و عبیدی، ۱۳۹۴، رضوی‌الهاشم، ۱۳۸۸، دربر و یوهانسون، ۲۰۰۸ و کارستنسن، پاسوپاتی، مایر و نسل رود، ۲۰۰۰). با توجه به تفاوت‌های جنسیتی، پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) و پارک، پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) گزارش دادند زنان نمرات بالاتری نسبت به مردان در توانمندی انسانیت مانند عشق و مهربانی دارند. نتایج

اخلاقی پرداخته‌اند (برای نمونه، مراجعه شود به نادری، پورشهریار و شکری، ۱۳۹۴ و کریمی‌زاده، شفیع‌آبادی و فرحبخش، ۱۳۹۵).

پژوهش‌های درخور توجهی در گسترهٔ عمر بر تغییرات شخصیت توجه داشته‌اند (برای نمونه، مراجعه شود به مک کرا و همکاران، ۱۹۹۹؛ رابرتز و مروچک، ۲۰۰۸ و چوپیک و کیتایاما، ۲۰۱۸)؛ برای مثال، پژوهشی نشان داد مفاهیم انسانگرایی نظیر خودشکوفایی با سن همراه است و توانمندی‌های شخصیتی نشان‌دهندهٔ نوعی از صفات‌اند که انتظار می‌رود به‌منزلهٔ نتیجه‌ای از فرایندهای خودشکوفایی تغییر کنند (اریکسون، ۱۹۵۹ و مزلو، ۱۹۷۰ به نقل از لینلی و همکاران، ۲۰۰۷). در واقع رویکرد اریکسون حاکی از آن است که توانمندی‌ها یک خط سیر تحولی دارند و حل رضایت بخش تعارض یک مرحله به یک توانمندی شخصیتی منجر می‌شود و امکان ورود به مرحلهٔ بعد ایجاد می‌شود. مزلو نیز همانند اریکسون، طرح جدیدی از فهرست فضایل و توانمندی‌ها ارائه کرده است (پیترسون و سلیگمن، ۱۳۹۵/۲۰۰۴ ترجمهٔ نامداری، آیتی، امساک و موحد ابطحی). علاوه بر این، تفاوت‌های جنسیتی به‌عنوان نتیجه‌ای از تعاملات بیولوژیکی و محیطی زنان و مردان را مستعد انجام نقش‌های خاصی می‌کند. آیا زنان توانمندی‌های شخصیتی مانند مهربانی و عشق را بیشتر پرورش می‌دهند زیرا ممکن است با نقش تکاملی و محیطی‌شان در پرورش نسل بعدی مرتبط باشد؟ یا مردان توانمندی‌های شخصیتی مانند شجاعت و پشتکار را بیشتر دارا هستند زیرا ممکن است با نقش تکاملی و محیطی آنها برای شکار کردن، امرار معاش و حمایت از خانواده مرتبط باشد؟ (وود و ایگلی، ۲۰۰۲).

برخی پژوهشگران خارجی (برای نمونه، مراجعه شود به هاینز، کرام و راج، ۲۰۱۷) و نیز پژوهشگران این

تروریستی ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ مقایسه کردند و نشان دادند قدرشناسی، امید، مهربانی، رهبری، عشق، معنویت و کار گروهی به‌طور چشمگیری یک ماه پس از ۱۱ سپتامبر افزایش یافت و این روند دو ماه بعد نیز ادامه داشت. توانمندی‌های شخصیتی ممکن است بعد از چندین تروما مانند حمله‌های فیزیکی یا جسمی افزایش یابند (کوزنتینو و سالانو، ۲۰۱۲). سلیگمن، رشید و پارک (۲۰۰۶) دریافتند توانمندی‌های شخصیتی امید، قدرشناسی و اعتمادبه‌نفس با افسردگی افراد در ارتباط است (گو، ژانگ و ژانگ، ۲۰۱۵) و خوداتکایی ارتباط قوی با خوش‌بینی و شادی دارد (پوزادسکی، استوکل، موسوندا و تسوروفلی، ۲۰۱۰). همچنین سه فضیلت (انسانیت، عدالت و تعالی) رابطهٔ معناداری با بهزیستی روانشناختی و روابط بین‌فردی دارند (براون و همکاران، ۲۰۱۷).

در ایران نیز پژوهش‌هایی در حوزهٔ فضایل و توانمندی‌های شخصیتی انجام شده‌اند که به‌طور کلی در سه دسته جای می‌گیرند؛ دسته‌ای از این پژوهش‌ها رابطهٔ توانمندی‌های شخصیتی با عملکرد و ارتقای فردی، اجتماعی، علمی و شغلی را بررسی کرده‌اند (برای نمونه، مراجعه شود به نامداری و کلنی، ۱۳۹۳؛ کلنی، نامداری و عریضی، ۱۳۹۱؛ بی‌باک، بخشایش و برزگر بفرویی، ۱۳۹۵؛ قادری، کجباف و شکراللهی، ۱۳۹۶؛ کلنی، ۱۳۹۶؛ کلتی و همکاران، ۱۳۹۶ و حکیمی، طالع‌پسند و ساجدی، ۱۳۹۷). دستهٔ دوم پژوهش‌هایی‌اند که ارتباط توانمندی‌ها را با افزایش سلامت روان و کاهش افسردگی و بیماری‌های مزمن نشان دادند (برای نمونه، مراجعه شود به نامداری، مولوی، ملک‌پور و کلانتری، ۱۳۸۹ و خدابخش، خسروی و شاهنگیان، ۱۳۹۳) و در نهایت برخی از پژوهش‌ها به اهمیت توانمندی‌های شخصیتی در ارائهٔ الگوهای مناسب برای سبک زندگی و تصحیح سیستم

کارکنان فرهنگسرای شهرداری باغ غدیر و مرکز تحقیقات فرهنگیان اصفهان و همچنین شرکت کنندگان در کلاس‌های هنری، ورزشی، علمی یا قرآنی شهر اصفهان انجام شد. نمونه گروه ۳۰ تا ۳۹ ساله و ۴۰ تا ۴۹ ساله نیز از شاغلان یا غیرشاغلان مانند نمونه قبل انتخاب شدند. نمونه گروه ۵۰ تا ۵۹ ساله از میان بازنشستگان ادارات دولتی از قبیل کانون‌های بازنشستگی جهاد کشاورزی، کلاس‌های قرآن و کلاس‌های هنری بودند. بدین ترتیب در نمونه نهایی به جز گروه ۱۸ تا ۲۹ ساله (۱۰۰ نفر؛ ۵۰ نفر مرد و ۵۰ نفر زن)، در هر کدام از گروه‌های دیگر، ۸۰ نفر (۴۰ نفر مرد و ۴۰ نفر زن) جای گرفتند.

*ابزار سنجش:* در این پژوهش از سیاهه توانمندی‌ها و ارزش‌ها در عمل (VIA-IS)<sup>۱</sup> استفاده شد که پیترسون و سلیگمن در سال ۲۰۰۳ ارائه کردند. VIA-IS سیاهه خودسنجی و دارای ۲۴۰ عبارت است که ۲۴ توانمندی مختلف شخصیتی را می‌سنجد که از شش فضیلت عمومی جهانی منتج شده‌اند. در این پژوهش به دلیل طولانی بودن نسخه اصلی، از فرم کوتاه‌تر ۱۲۰ سؤال آن استفاده شد که هر توانمندی با ۵ سؤال، سنجش می‌شود. سؤالات طبق طیف لیکرت از ۱ (کاملاً برعکس من) تا ۵ (کاملاً مثل من) نمره گذاری می‌شوند. نامداری (۱۳۸۹)، این سیاهه را برای نخستین بار در ایران هنجاریابی و اعتباریابی کرده است. او برای بررسی روایی این آزمون از روایی سازه، روش تحلیل عوامل، روایی ملاکی از نوع هم‌زمان و روایی تشخیصی و برای تعیین پایایی این آزمون از روش بازآزمایی و برای همسانی درونی آن از روش آلفای کرونباخ استفاده کرد. در پژوهش او، پایایی زیرمقیاس‌های آزمون به روش بازآزمایی بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۶ و آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۶ تا ۰/۹۶ به دست

پژوهش دریافتند ظاهراً در بیشتر پژوهش‌های این حوزه، تفاوت‌های مرتبط با سن و جنسیت، کمتر شایان توجه بوده‌اند؛ بنابراین در این پژوهش با رویکردی تحولی به تغییرات در فضائل و توانمندی‌های شخصیتی در گذر زمان توجه، و در کنار آن به تفاوت‌های جنسیتی نیز پرداخته شده است. این پژوهش بر آن است بداند روند تحولی توانمندی‌های شخصیتی بزرگسالان به چه نحو است و آیا تفاوت‌های جنسیتی مشاهده شده در پژوهش‌های پیشین، در این پژوهش تکرار می‌شوند و اینکه آیا روند تحولی توانمندی‌های شخصیتی در زنان و مردان مشابه است.

## روش

*روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه:* این پژوهش از نوع تحولی مقطعی و از دسته طرح‌های علی مقایسه‌ای بود. جامعه آماری آن شامل زنان و مردان ۱۸ تا ۶۰ ساله ساکن شهر اصفهان در سال ۹۷-۹۶ بود که تعداد ۳۴۰ نفر از گروه‌های سنی ۱۸ تا ۵۹ سال به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. با توجه به مقطعی بودن نوع پژوهش و هدف بررسی تحولی، ۴ گروه سنی با توجه به متغیرهای جمعیت‌شناختی جنسیت، تحصیلات، شغل و نظایر اینها برای حضور در این پژوهش تعیین شدند. براساس پژوهش‌های آرنت (۲۰۰۰) بزرگسالی در حال پیدایش از اواخر نوجوانی تا دهه بیست زندگی و با تمرکز بر سن ۱۸ تا ۲۹ سالگی است. با انتخاب این گروه سنی، گروه‌های بعدی به فاصله ۱۰ سال و به صورت ۱۸ تا ۲۹ ساله، ۳۰ تا ۳۹ ساله، ۴۰ تا ۴۹ ساله و ۵۰ تا ۵۹ ساله جایگذاری شدند. با توجه به اینکه گروه نمونه ۱۸ تا ۲۹ ساله شامل دانشجویان، شاغلان (ادارات دولتی و مراکز خصوصی) یا غیرشاغلان بودند، نمونه‌گیری از دانشگاهها (دانشگاه اصفهان)، کارکنان مراکز دولتی و خصوصی شهر اصفهان نظیر کارکنان دانشگاه اصفهان،

<sup>۱</sup>. Valuse In Action Inventory of Strengths

t مستقل با استفاده از نرم‌افزار آماری 22 spss استفاده شد.

### یافته‌ها

از شاخص‌های توصیفی (میانگین، انحراف معیار و ...) و آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره و آزمون‌های تعقیبی توکی برای تحلیل داده‌های حاصل از سیاهه پژوهشی استفاده شد. پیش‌فرض نرمال‌بودن توزیع نمرات گروه‌های نمونه در جامعه با توجه به اینکه تعداد اعضای هر گروه بیش از ۴۰ نفر بود، با بررسی نمودار ستونی و آزمون کولموگروف اسمیرنوف برقرار بود (مولوی، ۱۳۹۵). علاوه بر این، پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها نیز با استفاده از آزمون لوین برای تحلیل واریانس چندمتغیره، بررسی و تأیید شد. میانگین و انحراف معیار توانمندی‌های شخصیتی به تفکیک گروه سنی و جنسیت و در کل گروه نمونه در جدول ۱ آورده شده است.

آمد. در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۹۷ و برای زیرمقیاس‌های خرد، شجاعت، انسانیت، عدالت، خویشتن‌داری و تعالی به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۲، ۰/۸۲، ۰/۸۳ و ۰/۷۸ و ۰/۸۳ به دست آمد. علاوه بر ابزار یادشده، اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان از جمله شغل، میزان تحصیلات و وضعیت اقتصادی آنها جمع‌آوری شدند.

**روش اجرا و تحلیل:** قبل از اجرای پژوهش، برای کسب رضایت شرکت‌کنندگان، هدف از اجرای پژوهش برای شرکت‌کنندگان شفاف‌سازی شد و با ارائه توضیحات کوتاهی درباره آزمون و نحوه تکمیل پرسشنامه در اختیار آنها گذاشته شد. به هنگام توزیع پرسشنامه‌ها، به پاسخ‌دهندگان تعهد داده شد اطلاعات جمع‌آوری شده صرفاً برای انجام این پژوهش استفاده می‌شوند و کاملاً محرمانه خواهند بود. پرسشنامه‌های جمع‌آوری شده بررسی شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها، برای بیان شاخص‌های توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از تحلیل واریانس چندمتغیره، مقایسه‌های زوجی توکی و آزمون

جدول ۱. میانگین و (انحراف معیار) توانمندی‌های شخصیتی به تفکیک گروه سنی و جنسیت

شاخص‌ها متغیرها	میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)	
	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان
خلاصیت	۱۰/۸ (۳/۱)	۱۱/۵	۱۱/۳	۱۱/۳	۱۰/۱	۱۰/۳	۱۰/۱	۱۰/۳	۱۱/۳	۱۱/۵
دلیری	۱۱/۲ (۲/۷)	۱۲/۳	۱۱/۵	۱۱/۵	۱۰/۶	۱۰/۶	۱۰/۶	۱۰/۶	۱۱/۵	۱۲/۳
پشتکار	۱۰/۸ (۳/۹)	۱۱/۱	۱۱/۵	۱۱/۵	۱۰/۷	۱۰/۷	۱۰/۷	۱۰/۷	۱۱/۵	۱۱/۱
صداقت	۹/۱ (۲/۷)	۸/۸	۹/۹	۹/۹	۸/۶	۸/۶	۸/۶	۸/۶	۹/۹	۸/۸
خود تنظیمی	۱۱/۷ (۳/۲)	۱۱/۶	۱۱/۶	۱۱/۶	۹/۸	۹/۸	۹/۸	۹/۸	۱۱/۶	۱۱/۶
امید	۱۱/۱ (۳/۶)	۱۱/۵	۱۱/۷	۱۱/۷	۱۰/۵	۱۰/۵	۱۰/۵	۱۰/۵	۱۱/۷	۱۱/۵



شاخص‌ها	میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)		میانگین و (انحراف معیار)	
	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان	مردان	زنان
معنویت	۱۱/۴ (۳/۹)	۱۱/۱ (۳/۶)	۱۰/۸ (۳/۳)	۱۱/۸ (۳/۶)	۱۰/۷ (۲/۹)	۱۰/۱ (۴/۲)	۱۱/۸ (۳/۶)	۱۰/۸ (۳/۳)	۱۱/۱ (۳/۶)	۱۰/۷ (۳/۸)
هوش اجتماعی	۱۰/۴ (۲/۸)	۱۱/۳ (۲/۹)	۱۱/۵ (۳/۲)	۱۱/۵ (۳/۲)	۱۰/۶ (۲/۵)	۱۰/۵ (۲/۶)	۱۱/۶ (۳/۵)	۱۱/۵ (۳/۲)	۱۰/۷ (۲/۹)	۱۰/۱ (۲/۴)
مهربانی	۹/۲ (۲/۹)	۹/۲ (۲/۸)	۱۰ (۳/۴)	۸/۵ (۲/۸)	۸/۵ (۲/۳)	۸/۹ (۲/۳)	۹/۲ (۳/۵)	۸/۵ (۲/۸)	۸/۶ (۲/۶)	۸/۶ (۲/۵)
عشق	۱۰/۸ (۳/۴)	۱۰ (۳/۶)	۱۰/۹ (۳/۷)	۱۰/۹ (۳/۶)	۱۱/۱ (۲/۸)	۹/۶ (۲/۹)	۱۱/۱ (۳/۴)	۱۰/۹ (۳/۷)	۱۰/۴ (۲/۹)	۱۰ (۲/۷)
رهبری	۱۱/۸ (۳/۱)	۱۲ (۲/۶)	۱۱/۹ (۳/۴)	۱۱/۹ (۳/۴)	۱۱/۸ (۲/۶)	۱۱/۴ (۳/۱)	۱۲ (۳/۱)	۱۱/۹ (۳/۴)	۱۱/۵ (۲/۹)	۱۱/۵ (۳/۲)
بخشش	۱۰/۵ (۳/۹)	۱۱/۵ (۳/۵)	۱۱/۴ (۴)	۱۱/۴ (۴)	۱۰ (۳/۲)	۱۰ (۳/۱)	۱۱/۲ (۳/۷)	۱۱/۴ (۴)	۱۰/۹ (۳/۳)	۱۰/۴ (۳/۱)
کنجکاوی	۱۱ (۳/۱)	۱۱ (۳/۱)	۱۱/۷ (۳/۵)	۱۱/۷ (۳/۵)	۱۰/۶ (۲/۹)	۱۰/۶ (۲/۹)	۱۲/۷ (۰/۴)	۱۱/۷ (۳/۵)	۱۱/۹ (۳/۱)	۱۱ (۳/۱)
عشق یادگیری	۱۲/۱ (۳/۶)	۱۲/۴ (۳)	۱۲/۸ (۳/۵)	۱۲/۴ (۳/۵)	۱۲ (۲/۹)	۱۲ (۲/۹)	۱۳/۱ (۳/۶)	۱۲/۸ (۳/۵)	۱۲/۳ (۲/۷)	۱۱/۴ (۳/۲)
انصاف	۱۱/۲ (۳/۱)	۱۱/۴ (۳/۲)	۱۱/۳ (۳/۷)	۱۱/۳ (۳/۷)	۱۰/۴ (۳/۱)	۱۰/۴ (۳/۱)	۱۰/۷ (۳/۱)	۱۱/۳ (۳/۷)	۱۱/۴ (۲/۸)	۹/۹ (۲/۶)
آینده‌نگری	۱۰/۱ (۲/۷)	۱۱/۹ (۳/۳)	۱۱/۳ (۴/۱)	۱۱/۳ (۴/۱)	۱۰/۹ (۲/۶)	۱۰/۹ (۲/۶)	۱۲/۹ (۳/۳)	۱۱/۳ (۴/۱)	۱۱/۹ (۳/۳)	۹/۹ (۳/۱)
درک زیبایی	۱۰/۵ (۳/۳)	۱۰/۳ (۲/۵)	۱۰/۶ (۲/۸)	۱۰/۶ (۲/۸)	۱۱/۱ (۳/۸)	۱۰/۴ (۲/۶)	۱۰/۵ (۳/۱)	۱۰/۶ (۲/۸)	۱۰/۸ (۲/۷)	۹/۸ (۳)
قدرشناسی	۱۰/۷ (۳/۷)	۱۱/۵ (۲/۹)	۱۱/۶ (۳/۷)	۱۱/۶ (۳/۷)	۱۰/۹ (۲/۱)	۹/۸ (۳/۱)	۱۱/۲ (۳/۱)	۱۱/۶ (۳/۷)	۹/۲ (۲/۷)	۹/۲ (۲/۷)
تواضع	۱۱/۴ (۳/۱)	۱۱/۹ (۳/۱)	۱۲/۲ (۳/۶)	۱۲/۲ (۳/۶)	۱۱ (۲/۹)	۱۱ (۲/۹)	۱۲/۱ (۳)	۱۲/۲ (۳/۶)	۹/۲ (۲/۷)	۹/۲ (۲/۶)
شوخ طبعی	۱۰/۳ (۳/۶)	۱۱/۳ (۴/۸)	۱۱/۴ (۳/۷)	۱۱/۴ (۳/۷)	۱۰/۵ (۲/۵)	۱۰/۵ (۲/۵)	۱۱/۷ (۳/۸)	۱۱/۴ (۳/۷)	۱۱/۳ (۲/۸)	۱۱/۳ (۳/۶)
شهروندی	۱۰/۷ (۳/۴)	۱۱/۳ (۴/۱)	۱۱/۴ (۳/۹)	۱۱/۴ (۳/۹)	۱۱/۲ (۳/۷)	۱۰/۵ (۳/۷)	۱۱ (۳/۱)	۱۱/۴ (۳/۹)	۹/۶ (۲/۷)	۹/۶ (۳/۳)
سرزندگی	۱۰/۹ (۳/۲)	۱۱/۸ (۳/۲)	۱۲/۱ (۴)	۱۱/۳ (۳/۴)	۱۰/۴ (۳)	۱۱/۶ (۳)	۱۲/۱ (۴)	۱۲/۱ (۳/۹)	۱۰/۵ (۲/۹)	۱۰/۵ (۳/۲)
زُرف‌نگری	۱۱/۲ (۳/۴)	۱۲ (۳/۱)	۱۲/۲ (۳/۱)	۱۲/۲ (۳/۱)	۱۱/۵ (۲/۹)	۱۱/۵ (۲/۹)	۱۳/۴ (۳/۸)	۱۲/۲ (۳/۱)	۱۱/۴ (۲/۷)	۱۱/۴ (۲/۷)
قضاوت	۹/۸ (۲/۷)	۱۱/۴ (۳/۳)	۱۱/۱ (۳/۹)	۱۱/۴ (۳/۹)	۱۱ (۲/۷)	۱۰/۲ (۲/۶)	۱۲ (۵/۳/۶)	۱۱/۱ (۳/۹)	۱۱/۶ (۲/۷)	۱۰/۵ (۳/۲)

توانمندی‌های شخصیتی در گروه‌های سنی در جدول ۲ ارائه شده‌اند.

به منظور بررسی سؤالات مدنظر پژوهش، از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای بررسی تغییرات



جدول ۲. نتایج تحلیل واریانس تأثیر گروه‌های سنی بر ابعاد توانمندی‌های شخصیتی

متغیرها شاخص‌ها	مجموع مجدورات	درجه آزادی	میانگین مجدورات	F	سطح معناداری	مجدور اتا
خلاقیت	۹۴/۶۷	۳	۳۱/۵۵	۳/۱۷	۰/۰۲۴	۰/۰۲۸
دلیری	۱۷/۶۷	۳	۵/۸۸	۰/۵۸	۰/۶۲۹	۰/۰۰۵
پشتکار	۲۶۱/۷۷	۳	۸۷/۲۵	۶/۸۱	۰/۰۰۰۱	۰/۰۵۸
صداقت	۷۳/۵۶	۳	۲۴/۵۲	۶/۸۱	۰/۰۳۳	۰/۰۲۶
خودتنظیمی	۱۲۲/۸۳	۳	۴۰/۹۴	۲/۹۵	۰/۰۰۵	۰/۰۳۸
امید	۱۶۱/۷۷	۳	۵۳/۹۲	۴/۴۰	۰/۰۰۵	۰/۰۳۸
معنویت	۱۰۳/۵۶	۳	۳۴/۵۲	۲/۷۰	۰/۰۴۶	۰/۰۲۴
هوش اجتماعی	۷۸/۶۶	۳	۲۶/۲۲	۳/۱۷	۰/۰۲۴	۰/۰۲۸
مهربانی	۵۵/۱۲	۳	۱۸/۳۷	۲/۱۳	۰/۰۹۶	۰/۰۱۹
عشق	۱۹/۱۹	۳	۶/۳۹	۰/۶۰	۰/۶۱۴	۰/۰۰۵
رهبری	۱۴/۹۸	۳	۴/۹۹	۰/۵۲	۰/۶۶۴	۰/۰۰۵
بخشش	۶۱/۸۳	۳	۲۰/۶۱	۱/۶۲	۰/۱۷۷	۰/۰۱۵
کنجکاوی	۵۸/۷۰	۳	۱۹/۵۷	۱/۸۱	۰/۱۴۴	۰/۰۱۶
عشق به یادگیری	۹۵/۴۵	۳	۳۱/۸۱	۲/۹۸	۰/۰۳۱	۰/۰۲۶
انصاف	۸۴/۱۸	۳	۲۸/۰۶	۳/۰۲	۰/۰۳۰	۰/۰۲۶
آینده‌نگری	۱۹۰/۲۱	۳	۶۳/۴۰	۵/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۰۴۹
درک زیبایی	۳۵/۳۱	۳	۱۱/۷۷	۱/۳۶	۰/۰۵۵	۰/۰۱۲
شکر	۲۲۴/۱۶	۳	۷۴/۷۲	۷/۶۹	۰/۰۰۰۱	۰/۰۶۵
تواضع	۲۲۴/۱۶	۳	۳۸/۶۴	۴/۴۶	۰/۰۰۴	۰/۰۳۹
شوخ طبعی	۲۸/۰۴	۳	۹/۳۴	۰/۷۲	۰/۵۳	۰/۰۰۶
شهروندی	۱۱۱/۴۶	۳	۳۷/۱۵	۳/۵۴	۰/۰۱۵	۰/۰۳۱
سرزندگی	۹۹/۸۳	۳	۳۳/۲۷	۲/۷۸	۰/۰۴۱	۰/۰۲۴
ژرف‌نگری	۸۸/۹۷	۳	۲۹/۶۵	۳/۰۰	۰/۰۳۱	۰/۰۲۶
قضاوت	۹۲/۷۰	۳	۳۰/۹۰	۲/۸۷	۰/۰۳۷	۰/۰۲۵

به منظور بررسی بیشتر و تعیین اینکه تفاوت‌های معنادار دقیقاً در بین کدام گروه‌های سنی بروز کرده است، از مقایسه‌های زوجی استفاده شد. نتایج آزمون مقایسه‌های زوجی توکی در جدول ۳ آورده شده‌اند. درخور ذکر است با توجه به حجم اطلاعات، مقایسه‌های دارای تفاوت معنی‌دار در جدول ۳ ارائه شده‌اند.

با توجه به جدول ۲، نمرات خلاقیت، پشتکار، صداقت، خودتنظیمی، امید، معنویت، هوش اجتماعی، عشق به یادگیری، انصاف و برابری، آینده‌نگری، درک زیبایی، قدرشناسی، تواضع، شهروندی، سرزندگی، روشن‌بینی و قضاوت در چهار گروه به صورت معناداری در سطح  $P < ۰/۰۵$  متفاوت بود. به عبارتی میانگین نمره‌های این توانمندی‌ها با افزایش سن تغییر معناداری پیدا کرده است.

جدول ۳. مقایسه‌های زوجی توکی گروه‌های سنی بر توانمندی‌های شخصیتی

متغیر وابسته	گروه مبنا	گروه مقایسه شده	تفاوت میانگین	سطح معناداری
خلایقت	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۴۵	۰/۰۲
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۳۵	۰/۰۵
پشتکار	۳۰-۳۹	۴۰-۴۹	۱/۹۸	۰/۰۰۳
		۵۰-۵۹	۲/۲۶	۰/۰۰۰۱
صداقت	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۲۳	۰/۰۳۲
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۳۱	۰/۰۲۴
خودتنظیمی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۶۲	۰/۰۰۵
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۳۸	۰/۰۴۴
امید	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۹۳	۰/۰۰۳
	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۳۹	۰/۰۱۳
هوش اجتماعی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۵۴	۰/۰۱۶
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۳۴	۰/۰۱۹
عشق به یادگیری	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۲/۱۳	۰/۰۰۰۱
	۴۰-۴۹	۵۰-۵۹	۱/۴۲	۰/۰۳۸
انصاف و برابری	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۸۵	۰/۰۰۱
	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۲/۱۴	۰/۰۰۰۱
آینده‌نگری	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۱۵	۰/۰۴۹
	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۶۵	۰/۰۰۲
قدرشناسی	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	۱/۳۱	۰/۰۳۷
	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۵۱	۰/۰۱۸
تواضع و فروتنی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۵۲	۰/۰۲۸
	۱۸-۲۹	۳۰-۳۹	-۱/۲۳	۰/۰۴۹
شهروندی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۱/۳۰	۰/۰۴۵
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹	-۰/۵۲	۰/۰۳۷
سرزندگی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹	۰/۲۲	۰/۰۱۸
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹		
ژرف‌نگری	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹		
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹		
شوخی طبیعی	۳۰-۳۹	۵۰-۵۹		
	۱۸-۲۹	۵۰-۵۹		

چهار گروه سنی، میانگین نمرات شرکت کنندگان در سه نمودار در پیوست نشان داده شده است. به منظور بررسی تفاوت نمرات توانمندی‌های شخصیتی بین زنان و مردان این پژوهش، ابتدا آزمون t مستقل به تفکیک در چهار گروه سنی انجام شد، سپس این آزمون در کل گروه نمونه گرفته شد. نتایج این آزمون در جدول ۴ آورده شده‌اند.

با توجه به جدول ۳، نتایج نشان دادند توانمندی‌های خلاقیت، پشتکار، خودتنظیمی، امید، هوش اجتماعی، عشق به یادگیری، آینده‌نگری، تواضع، شهروندی، سرزندگی، ژرف‌نگری، شوخ‌طبعی و قدرشناسی در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ با ۵۰ تا ۵۹ ساله، تفاوت معناداری در سطح  $P < 0/05$  دارد. صداقت و انصاف و برابری در گروه سنی ۱۸ تا ۲۹ ساله با ۵۰ تا ۵۹ ساله به طور معناداری در سطح  $P < 0/05$  متفاوت بود. به منظور نمایش بهتر روند تحولی توانمندی‌های شخصیتی در

جدول ۴. نتایج آزمون t مستقل توانمندی‌های شخصیتی زنان و مردان در گروه‌های سنی و کل نمونه

گروه‌ها	مؤلفه‌ها	درجه آزادی	Sig	تفاوت میانگین
۱۸-۲۹	دلیری	۹۸	۰/۰۵۶	۱/۰۶
	آینده‌نگری	۹۸	۰/۰۰۴	-۱/۸۲
	قضاوت	۹۸	۰/۰۱	-۱/۶۰
۳۰-۳۹	خودتنظیمی	۹۸	۰/۰۵۶	-۱/۰۶
	دلیری	۷۸	۰/۰۱	-۱/۸۰
	پشتکار	۷۸	۰/۰۱	-۱/۷۰
۴۰-۴۹	صدافت	۷۸	۰/۰۱	-۱/۷۰
	عشق	۰/۷۸	۰/۰۲	-۱/۴۵
	بخشش	۰/۷۸	۰/۰۱	-۱/۷۷
کل گروه نمونه	دلیری	۳۳۸	۰/۰۱	-۱/۰۳
	پشتکار	۳۳۸	۰/۰۱	-۰/۹۲
	آینده‌نگری	۳۳۸	۰/۰۰۰۱	-۱/۳۶
	ژرف‌نگری	۳۳۸	۰/۰۴	-۰/۷۰
	قضاوت	۳۳۷	۰/۰۰۱	-۱/۱۹

نوجوانی یا فاصله بین اوایل دهه سوم تا اوایل دهه چهارم زندگی)، دیگر اطلاعات و مهارت‌ها را با انگیزه شخصی فرا نمی‌گیرند، بلکه از آنچه می‌دانند برای دنبال کردن اهدافی مانند اهداف شغلی و خانوادگی سود می‌جویند. این در حالی است که در مرحله مسئولیت‌پذیری (اواخر دهه چهارم تا اوایل دهه هفتم زندگی)، افراد میانسال ذهن خود را برای حل کردن مشکلات و مسائل عملی مرتبط با مسئولیت‌هایشان در قبال سایرین، از جمله خانواده و کارمندانشان به کار می‌گیرند (شای ۱۹۷۷ و ۱۹۷۸؛ شای و ویلیس، ۲۰۰۷ به نقل از عرب قهستانی و همکاران، ۱۳۹۵). پس شاید بتوان گفت جوانان به علت اهدافی که برای خود تعیین کرده‌اند، نسبت به میانسالان، در توانمندی‌های هوش اجتماعی، خلاقیت، پشتکار، عشق به یادگیری، آینده‌نگری، سرزندگی در بزرگسالی در حال پیدایش، افزایش نشان می‌دهند.

با توجه به جدول ۴، نمرات زنان و مردان در مؤلفه‌های دلیری، آینده‌نگری و قضاوت در گروه سنی ۱۸ تا ۲۹ ساله و خودتنظیمی در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ ساله و صداقت، پشتکار، بخشش، عشق و دلیری در گروه سنی ۴۰ تا ۴۹ ساله متفاوت بود و این تفاوت در سطح  $P < 0/05$  معنادار بود. در کل گروه نمونه بین دو جنس در دلیری، پشتکار، آینده‌نگری، ژرف‌نگری و قضاوت، تفاوت معناداری در سطح  $P < 0/05$  وجود داشت.

## بحث

روند تحولی توانمندی‌های هوش اجتماعی، خلاقیت، پشتکار، عشق به یادگیری، آینده‌نگری، سرزندگی از گروه سنی اول (۱۸ تا ۲۹ ساله) نسبت به گروه دوم و سوم (۴۰ تا ۴۹ ساله و ۵۰ تا ۵۹ ساله) افزایش داشته است. جوانان طبق مرحله پیشرفت (اواخر

نتایج نشان دادند خودتنظیمی در گروه سنی اول و دوم (۱۸ تا ۲۹ و ۳۰ تا ۳۹ ساله) با افزایش سن بیشتر شده است؛ ولی به سمت گروه چهارم (۵۰ تا ۵۹ ساله) کاهش یافته است؛ با توجه به یافته‌های عرب قهستانی و همکاران (۱۳۹۵)، وقتی از افراد بزرگسال با سنین مختلف خواسته شد به مدت یک هفته حالات هیجانی خود را در طول روز گزارش کنند، فراوانی احساسات منفی در دوران میانسالی کاهش یافت. افزون بر این، هیجان‌ها پیچیده‌تر یا تلخ و شیرین نیز شدند. ظاهراً افراد در میانسالی یاد می‌گیرند مسائل پیش آمده را بپذیرند. سن و تجربه به‌طور جدانشدنی درهم‌تنیده است و با توجه به نقش مهم تجربه و دانش در تنظیم احساسات، پیری با پختگی یا بلوغ هیجانی همراه است؛ بنابراین با افزایش سن، افراد خودتنظیمی هیجانی بیشتر و تجربه هیجانی مثبت‌تری را نشان می‌دهند (کارستنسن و همکاران، ۲۰۰۰). پس شاید بتوان گفت کاهش خودتنظیمی در میانسالی به این دلیل است که پختگی یا بلوغ هیجانی که خودتنظیمی هم وجهی از آن است، با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد و به شکل مهارت در می‌آید؛ به همین دلیل است که به نظر می‌رسد با افزایش سن، کاهش می‌یابد؛ ولی درحقیقت چون فرد در آن ماهر شده است به تلاش زیاد نیاز ندارد.

نتایج نشان دادند فضیلت تعالی (توانمندی ژرف‌نگری) از گروه سنی دوم (۳۰ تا ۳۹ ساله) به سمت گروه سنی چهارم (۵۰ تا ۵۹ ساله) کاهش یافته است؛ یونگ معتقد است تغییرات عمده‌ای در شخصیت در محدوده ۳۵ و ۴۰ سالگی رخ می‌دهد و گرایشی فطری به سمت فردبودن یعنی تحقق کامل خود وجود دارد. زمانی که ساختارهای روان، فردیت یافتند، مرحله بعدی یعنی حرکت به سوی تعالی رخ می‌دهد (طبائیان و همکاران، ۱۳۹۶)؛ البته به نظر می‌رسد این بدان معنا نیست که حتماً در میانسالی پدیده تعالی معنوی، رخ

روند تحولی توانمندی شهروندی، قدرشناسی، انصاف و برابری، تواضع، شوخ‌طبعی از گروه سنی اول (۱۸ تا ۲۹ ساله) به سمت گروه چهارم (۵۰ تا ۵۹ ساله) کاهش می‌یابد. انسان، موجودی هدفمند، همواره در پی ارزیابی از وضعیت زندگی خود برای تحقق اهداف و آرزوهایش است؛ البته سطح اهداف و آرزو در شرایطی ریشه دارد که فرد در کنش متقابل با دیگران و وضعیت موجود به دست می‌آورد. رضایت افراد با توسعه اجتماعی و اقتصادی هم‌خوانی و همبستگی زیادی دارد (سجودی و همکاران، ۱۳۹۴). این در حالی است که در جوامع در حال توسعه، از جمله ایران، به علت شدت نابرابری اجتماعی اقتصادی فعلی، امکان رشد اقتصادی مستمر عملاً وجود ندارد یا درصد کمی از اعضای جامعه امکان فعالیت‌های اقتصادی مستمر را دارند؛ در نتیجه امکان بروز نارضایتی بیشتر فراهم می‌آید. شاید بتوان گفت با توجه به اینکه دوره میانسالی دوره ارزیابی مجدد است و فرد میانسال در حال مقایسه زمان حال با گذشته است، این نابرابری‌های اقتصادی اجتماعی و نارضایتی از زندگی باعث کاهش توانمندی‌های مثل امید و قدرشناسی می‌شود.

نتایج نشان دادند تحول امید در گروه سنی اول (۱۸ تا ۲۹ ساله) و دوم (۳۰ تا ۳۹ ساله)، افزایشی و در اواخر میانسالی، کاهش است؛ می‌توان استدلال کرد چون امید عامل مهمی در انگیزه، تحرک و رشد بزرگسالان جوان در طول زندگی‌شان است، در بزرگسالی در حال پیدایش، شیب افزایشی دارد. کاهش امید در میانسالی با مرحله کمال‌یابی در برابر نومییدی اریکسون تبیین‌پذیر است. در این دوره، انسان در پایان عمر به گذشته خود نگاهی می‌افکند و از موفقیت‌ها و نیکوکاری‌هایش، شادمان و از ناکامی‌هایش دل‌آزرده می‌شود (برک، ۱۳۸۴/۲۰۰۷، ترجمه سیدمحمدی).

زنان کمتر از مردان است و دسترسی به شغل، به‌ویژه مشاغل خوب و انتخاب شغل برای زنان، بسیار محدودتر است (رحمانزاده، ۱۳۸۱). پس شاید بتوان گفت دلیل افزایش آینده‌نگری در زنان نسبت به مردان، بیشتر به دلیل حمایت اقتصادی ضعیف و نایمی اجتماعی است که در جامعه نسبت به زنان وجود دارد.

یافته‌ها نشان دادند توانمندی عشق در زنان و مردان گروه سنی سوم (۴۰ تا ۴۹ ساله) متفاوت بود: مشابه پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴)، پارک و همکاران (۲۰۰۴) و فرهام و لستر (۲۰۱۲) نمره زنان در توانمندی عشق، بالاتر از مردان بود. عشق فرایندی است که زوج‌ها به وجود می‌آورند. تا زمانی که زوج‌ها هر دو خود را متعهد به ادامه رابطه بدانند و دارای این اعتقاد باشند که عشق انتخاب‌شده خودشان است، رابطه عاشقانه ادامه خواهد یافت. عشق حالتی روانشناختی است که دارای سه جزء شوریدگی، صمیمیت و تصمیم - تعهد است. استرنبرگ و بارنس (۱۹۸۵) معتقدند این اجزا در همه روابط عاشقانه به‌طور مساوی وجود ندارد و موفقیت در عشق‌ورزی به توانایی افراد در تغییر هماهنگی اجزا بستگی دارد. نتیجه پژوهش‌ها نشان می‌دهند زنان در شوریدگی، صمیمیت و تعهد، نمرات بالاتری نسبت به مردان دارند و به‌طور کلی عشق‌ورزی در زنان در مقایسه با مردان از ثبات بیشتری برخوردار است (فرحبخش و شفیع‌آبادی، ۱۳۸۵). پس شاید بتوان گفت دلیل افزایش عشق در زنان نسبت به مردان این است که برای زنان سعی در حفظ زندگی زناشویی نسبت به مردان مهم‌تر است.

توانمندی پشتکار، دلیری و صداقت (فضیلت شجاعت) به ترتیب در زنان و مردان (۴۰ تا ۴۹ ساله) متفاوت بود: مشابه کراسن و گنزی (۲۰۰۹) میانگین این توانمندی‌ها در زنان، بیشتر از مردان بود. طی چند دهه گذشته، جامعه زنان تحولاتی را از سر گذرانده است. با افزایش آگاهی و گسترش آموزش عالی، آنان توانمندی‌های خود را ارتقا داده‌اند و دیگر در حاشیه

می‌دهد یا در سنین پایین‌تر امکان دستیابی به سطوح بالای تعالی معنوی وجود ندارد، بلکه نشان می‌دهد گرایش اساسی در تمام انسان‌ها در جهت تعالی جستن در زندگی وجود دارد (سفیری و کلانی، ۱۳۹۵). پس شاید بتوان گفت تا زمانی که در تمام سنین تمایل به سمت تعالی وجود داشته باشد، این فضیلت (توانمندی ژرف‌نگری) به وجود می‌آید.

توانمندی (قضاوت یا تفکر انتقادی) در گروه‌های سنی ۱۸ تا ۲۹ ساله، ۳۰ تا ۳۹ ساله و ۴۰ تا ۴۹ ساله تفاوت جنسیتی نشان داد. ویژگی تفکر انتقادی، توانایی فکر کردن به موضوعات و آزمودن آنها به‌صورت همه‌جانبه است (پیترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴). مشابه لینلی و همکاران (۲۰۰۷) و پیترسون و سلیگمن (۲۰۰۴) نمرات زنان در توانمندی قضاوت، بالاتر از مردان بود که شاید بتوان گفت زنان به دلیل توانایی در جزئی‌نگری و بررسی مسائل از جوانب مختلف (جهانشاهی و ابراهیمی قوام، ۱۳۸۵) امکان تفکر انتقادی بیشتری دارند.

توانمندی خودتنظیمی، بخشش و آینده‌نگری به ترتیب بین زنان و مردان ۳۰ تا ۳۹ ساله، ۴۰ تا ۴۹ ساله و ۱۸ تا ۲۹ ساله متفاوت بود: مشابه لینلی و همکاران (۲۰۰۷) و کاریس و کریگد (۲۰۱۲) نمرات زنان در هر سه توانمندی بالاتر از مردان بود. زنان بیشتر نگران روابط خودند و کمتر تمایلی به بروز هیجانات بی‌ثبات‌کننده دارند (تایمرز و همکاران، ۱۹۹۸). شاید اهمیت رابطه در نظر زنان باعث تفاوت در خودتنظیمی آنها نسبت به مردان شده باشد. در تبیین توانمندی بخشش نیز حس همدلی بیشتر و مذهبی‌تر بودن زنان (قائم مقامی و همکاران، ۲۰۱۱)، توانایی بالاتری در تشخیص افکار و احساسات دیگران و بخشش بیشتر را به آنها می‌دهد. در تبیین توانمندی آینده‌نگری می‌توان این‌گونه استدلال داشت که در بسیاری از کشورهای در حال توسعه از جمله ایران، نرخ دستمزد و درآمد برای

آموزشی و توانمندی فردی در نگرش به حرفه معلمی دانشجو معلمان. فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات آموزشی و آموزشگاهی، (۹)، ۳، ۳۱-۹. پاپالیا، د.، الدز، س.، فلدمن، ر. (۱۳۹۵). روانشناسی رشد و تحول انسان. ترجمه د.، عرب قهستانی، ۰۵، آوادیانس، ح. ر.، سهرابی، ف.، داورپناه، ا.، حیات روشنایی و س.، نقشبندی. تهران: انتشارات رشد. (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۴).

پیترسون، ک. و سلیگمن، م. (۱۳۹۵). فضایل و توانمندی‌های شخصیت کتاب راهنما و طبقه‌بندی. ترجمه ک.، نامداری، م.، آیتی، گ.، امساک و م.، موحد ابطحی. اصفهان: انتشارات یارمانا (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۴).

جوزی، پ.، رنجبری، م.، مرادی، ا. و زارعی، ف. (۱۳۹۴). مقایسه عاطفه مثبت، خلاقیت و بهزیستی روانشناختی در مرحله تحولی نوجوانی با میانسالی. مجله روانشناسی پیری، (۳)، ۱، ۱۹۹-۱۸۷.

جهانشاهی، ن و ابراهیمی قوام، ص. (۱۳۸۵). بررسی تطبیقی رابطه بین سبک تفکر با سن، جنسیت، رشته تحصیلی و میزان تحصیلات در معلمان مقاطع سه گانه ابتدایی، راهنمایی و متوسطه. فصلنامه روانشناسی تربیتی، (۵)، ۲، ۵۸-۳۷.

حکیمی، ث.، طالع پسند، س. و ساجدی، ز. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی مداخله آموزش مثبت بر بهزیستی (شکوفایی)، ابعاد مختلف توانمندی‌های شخصیتی و خوش بینی دانش آموزان. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، (۶۶)، ۱۷، ۱۲۸-۱۱۳.

خدابخش، ر.، خسروی، ز. و شاهنگیان، ش. (۱۳۹۴). تأثیر روان درمانی مثبت‌نگر بر علائم افسردگی و توانمندی‌های منش در بیماران مبتلا به سرطان. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، (۱)، ۱، ۴۹-۳۵.

مناسبات سیاسی اجتماعی نیستند و خواهان موقعیت‌های بهتری در جامعه‌اند (رضوی الهاشم، ۱۳۸۸). پس زنان برای افزایش مشارکت خود در جامعه نیازمند پشتکار، جسارت و دلیری در رسیدن به اهداف‌اند. مشابه نتایج پژوهشی نظیر کراسن و گنزی (۲۰۰۹)، زنان در توانمندی صداقت، نمرات بالاتری نسبت به مردان نشان دادند. در تبیین این یافته اشاره می‌شود زنان نسبت به مردان از نوع دوستی، ریسک‌پذیری و رقابت‌طلبی کمتری برخوردارند (دربیر و یوهانسون، ۲۰۰۸). پس شاید بتوان گفت مردان به دلیل رقابت‌طلبی بیشتر و کسب منافع کمتر، صداقت نشان می‌دهند.

در پایان شایان ذکر است این پژوهش نیز مانند هر پژوهشی دارای محدودیت‌هایی بوده است؛ از جمله اینکه در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه خودگزارشی استفاده شد که محدودیت‌های خاص خود را دارد. علاوه بر این، با توجه به اجرا شدن این پژوهش روی افراد ۱۸ تا ۶۰ ساله شهر اصفهان، تعمیم نتایج آن به سایر جوامع آماری، به دلیل متفاوت بودن شرایط می‌باید با رعایت جوانب احتیاط صورت پذیرد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی مطالعات مشابهی درباره جمعیت‌های آماری متفاوت صورت گیرد تا نتایج، قابلیت تعمیم‌پذیری بیشتری داشته باشند و با نتایج این پژوهش مقایسه شوند. علاوه بر این، نقش متغیرهای میانجی مانند عوامل اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و سایر متغیرهای روانشناختی بر توانمندی‌های شخصیتهای زنان و مردان بررسی شود.

## منابع

برک، ل. (۱۳۸۴). روانشناسی رشد، جلد دوم. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: ارسباران (سال انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۷).

بی‌باک، ۰۱، بخشایش، ع. و برزگر بفرویی، ک. (۱۳۹۶). نقش ویژگی‌های شخصیتهای کیفیت

دبیرستانی. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، (۱) ۳، ۶۱-۷۵.

قادری، ف.، کجیاف، م. و شکرالهی، م. (۱۳۹۶). الگوی ساختاری روابط فضیلت‌های شخصیتی، اصالت شخصیت و اقدام برای رشد شخصی با کسب خرد در دانشجویان. فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی، (۴) ۱۱، ۱-۱۵.

کریمی‌زاده، ف.، شفیق‌آبادی، ع. و فرحبخش، ک. (۱۳۹۵). بررسی ارتباط توانمندی‌های شخصیتی و بنیان‌های اخلاقی جوانان بزه‌کار. فصلنامه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، (۲) ۲، ۱۱-۲۱.

کلنی، س. (۱۳۹۶). نقش توانمندی‌های هیجانی و شهروندی در پیش‌بینی عملکرد شغلی و وظیفه‌ای پرستاری. مجله روانشناسی، ۱۳ (۳)، ۲۱-۲۶۸-۲۵۶.

کلنی، س.، ملکی، ز. و عربی، ح. (۱۳۹۶). مقایسه توانمندی‌های مثبت شخصیتی در کارکنان دارای سبک‌های متفاوت مقابله با استرس شغلی.

پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، (۱) ۳، ۱-۱۸. کلنی، س.، نامداری، ک. و عربی، ح. (۱۳۹۱). رابطه بین توانمندی‌های شخصیتی با عملکرد وظیفه‌ای و زمینه‌ای. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، (۱۴) ۴، ۷۵-۹۷.

مولوی، ح. (۱۳۹۵). راهنمای عملی *spss*، *amos* در علوم رفتاری: تحلیل توصیفی و استنباطی داده‌ها، تحلیل مسیر و برازش مدل. اصفهان: انتشارات پویش اندیشه.

نادری، ح.، پورشهریار، ح. و شکری، ا. (۱۳۹۴). میانجی‌گری سبک‌های کنترل تعارض، در رابطه فضائل و رضایت زناشویی. فصلنامه خانواده‌پژوهی، (۴۴) ۱۱، ۴۳۸-۴۱۷.

رحمانزاده، ر. (۱۳۸۱). مسائل جنسیتی در تأمین و حمایت اجتماعی. مجله زن در توسعه و سیاست، (۴) ۲۱۹-۲۰۱.

رضوی‌الهاشم، ب. (۱۳۸۸). تحلیل جایگاه مشارکت زنان در فرایند توسعه سیاسی اجتماعی انقلاب اسلامی ایران. مجله کتاب ماه علوم اجتماعی، (۲۱) ۱، ۶۰-۷۳.

سجودی، ع.، معصومی‌راد، ر.، آوریده، س. و عبدی، ف. (۱۳۹۴). بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر رضایت از زندگی (مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه پیام‌نور واحد شفت). مجله رویش روانشناسی، (۱۲) ۴، ۱۹-۳۰.

سفیری، خ. و کلانی، س. (۱۳۹۵). تجربه زیستی جوانان در مواجهه با چالش‌های هویتی جامعه گذار (مطالعه کیفی جوانان ۲۰-۳۰ سال شهر اصفهان). مجله بررسی مسائل اجتماعی ایران، (۱) ۷، ۹۹-۱۲۴.

طبائیان، ر.، امیری، ش. و مولوی، ح. (۱۳۹۶). رابطه تحولی ابعاد ارزش‌های انسانی بنیادی و ویژگی‌های شخصیتی در سه دوره بزرگسالی در زنان و مردان بررسی تحولی تعالی معنوی از نوجوانی تا پیری: مطالعه مقطعی. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، (۲) ۷، ۱۳-۲۲.

فرحبخش، ک. و شفیق‌آبادی، ع. (۱۳۸۵). ابعاد عشق‌ورزی براساس نظریه سه‌بعدی عشق در چهار گروه زوج‌های در مرحله نامزدی، ازدواج و دارای فرزند. دانش و پژوهش در روانشناسی، (۳۰) ۲۰-۱.

فرنام، ع. و مددی‌زاده، ط. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری بر حالت‌های روانشناختی مثبت (توانمندی‌های منش) دانش‌آموزان دختر



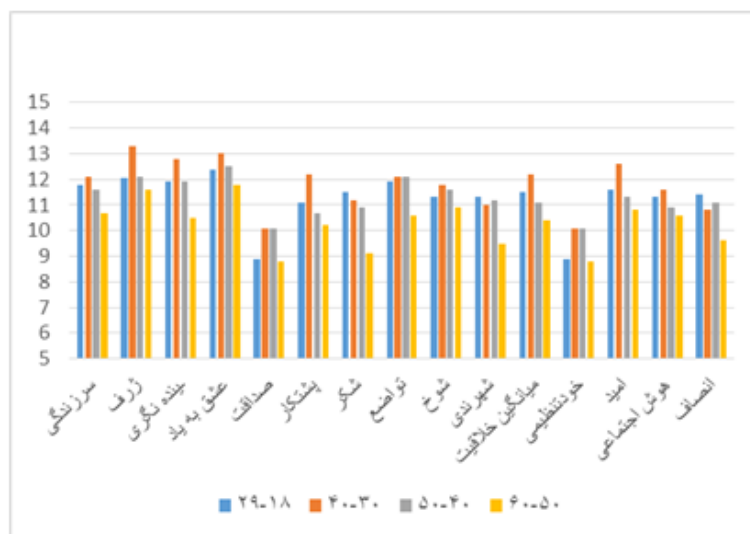
- Croson, R., & Gneezy, U. (2009). Gender differences in preferences. *Journal of Economic literature*, 47(2), 448-474.
- Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Mayr, U., & Nesselrode, J. R. (2000). Emotional experience in everyday life across the adult life span. *Journal of personality and social psychology*, 79(4), 644-655.
- Dreber, A., & Johannesson, M. (2008). Gender differences in deception. *Economics Letters*, 99(1), 197-199.
- Furnham, A., & Lester, D. (2012). The development of a short measure of character strength. *European Journal of Psychological Assessment*, 28(2), 95-101.
- Ghaemmaghami, P., Allemand, M., & Martin, M. (2011). Forgiveness in younger, middle-aged and older adults: Age and gender matters. *Journal of Adult Development*, 18(4), 192-203.
- Guo, Y., Zhang, J., & Zhang, N. (2015). Character strengths and their influencing factors among nursing students in Changsha, China: the only-child versus non-only-child. *Archives of psychiatric nursing*, 29(6), 365-371.
- Heintz, S., Kramm, C., & Ruch, W. (2017). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 103-112.
- Karris, M. A., & Craighead, W. E. (2012). Differences in Character Among US College Students. *Individual Differences Research*, 10(2), 69-80.
- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2007). Character strengths in the United Kingdom: The VIA inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 43(2), 341-351.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., de Lima, M. P., Simões, A., Ostendorf, F., Angleitner, A., & Chae, J. H. (1999). Age differences in personality across the adult life span: parallels in five cultures. *Developmental Psychology*, 35(2), 466-477.
- نامداری، ک. (۱۳۸۹). *هنجاریابی آزمون توانمندی‌ها و ارزش‌ها در عمل (IS-VIA) و اثربخشی آموزش شناختی ارتقای امید بر سطح توانمندی‌های شخصیتی مراجعین افسرده‌خو. پایان‌نامه دکتري، دانشگاه اصفهان.*
- نامداری، ک. و کلنی، س. (۱۳۹۳). *نقش توانمندی‌های مذهبی در پیش‌بینی عملکرد شغلی و وظیفه‌ای و زمینه‌ای. مجله روانشناسی ۶۹، ۱۸ (۱)، ۷۷-۹۴.*
- نامداری، ک.، مولوی، ح.، ملک‌پور، م. و کلانتری، م. (۱۳۸۸). *تأثیر آموزش شناختی ارتقای امید بر توانمندی‌های شخصیتی مراجعین افسرده‌خو. مجله روانشناسی بالینی، ۳ (۳)، ۲۱-۳۴.*
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469-480.
- Azañedo, C. M., Fernández-Abascal, E. G., & Barraca, J. (2014). Character strengths in Spain: Validation of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS) in a Spanish sample. *Clínica y Salud*, 25(2), 123-130.
- Bremner, J. G. (2017). *An introduction to developmental psychology*. John Wiley & Sons.
- Browne, J., Estroff, S. E., Ludwig, K., Merritt, C., Meyer-Kalos, P., Mueser, K. T., & Penn, D. L. (2018). Character strengths of individuals with first episode psychosis in Individual Resiliency Training. *Schizophrenia Research*, 195(2), 448-454.
- Chopik, W. J., & Kitayama, S. (2018). Personality change across the life span: Insights from a cross-cultural, longitudinal study. *Journal of Personality*, 86(3), 508-521.
- Cosentino, A. C., & Solano, A. C. (2012). Character strengths: A study of Argentinean soldiers. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(1), 199-215.

- strengths. *Personality and Individual Differences*, 68, 53-58.
- Ruch, W., Proyer, R. T., & Weber, M. (2010). Humor as a character strength among the elderly. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 43(1), 8-12.
- Ruch, W., Proyer, R. T., Harzer, C., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2010). Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS): Adaptation and validation of the German version and the development of a peer-rating form. *Journal of Individual Differences*, 31(3), 138-149.
- Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American psychologist*, 61(8), 774-788.
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2006). Convergence of character strengths in American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 311-322.
- Sternberg, R. J., & Barnes, M. L. (1985). Real and ideal others in romantic relationships: Is four a crowd?. *Journal of personality and social psychology*, 49(6), 1586-1608.
- Timmers, M., Fischer, A. H., & Manstead, A. S. (1998). Gender differences in motives for regulating emotions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(9), 974-985.
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2002). A cross-cultural analysis of the behavior of women and men: Implications for the origins of sex differences. *Psychological bulletin*, 128(5), 699-727.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2003). Character strengths before and after September 11. *Psychological Science*, 14(4), 381-384.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington: American Psychological Association.
- Peterson, C., Park, N., Pole, N., D'Andrea, W., & Seligman, M. E. (2008). Strengths of character and posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 21(2), 214-217.
- Posadzki, P., Stockl, A., Musonda, P., & Tsouroufli, M. (2010). A mixed-method approach to sense of coherence, health behaviors, self-efficacy and optimism: Towards the operationalization of positive health attitudes. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(3), 246-252.
- Roberts, B. W., & Mroczek, D. (2008). Personality trait change in adulthood. *Current Directions in Psychological Science*, 17(1), 31-35.
- Ruch, W., Martínez-Martí, M. L., Proyer, R. T., & Harzer, C. (2014). The character strengths rating form (CSRF): development and initial assessment of a 24-Item rating scale to assess character

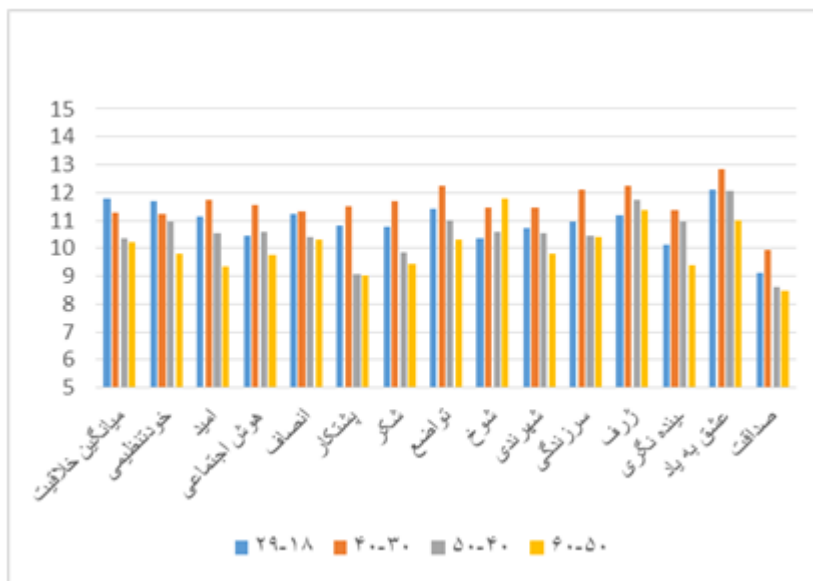
پیوست‌ها

طبقه‌بندی فضائل و توانمندی‌های شخصیتی برگرفته از براون و همکاران (۲۰۱۸) و طبائیان و همکاران (۱۳۹۶).

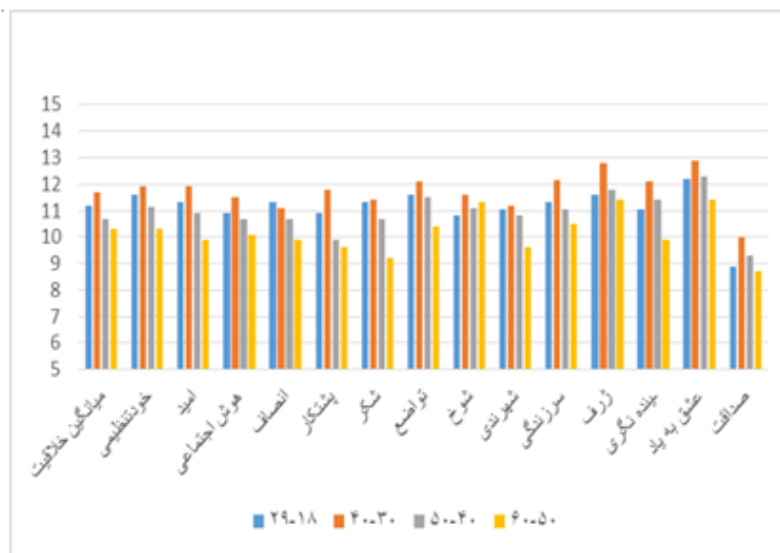
۱. فضیلت خرد و دانش: خلاقیت: نوآوری و ابتکار  
کنجکاوی: علاقه، جستجوی تازگی و بازبودن نسبت به تجربه  
آزاداندیشی: قضاوت و تفکر انتقادی  
عشق به یادگیری: تبحر در مهارت‌های جدید  
ژرف‌نگری: خرد، ارائه مشاوره خردمندانه به دیگران
۲. فضیلت شجاعت: دلیری: نترسیدن از تهدید  
پشتکار: پافشاری، ابتکار، تمام کردن آنچه فرد آغاز می‌کند.  
صداقت: اصالت، درستی  
سرزندگی: شور و شوق، اشتیاق، قدرت، توان و احساس سرزندگی و فعال‌بودن
۳. فضیلت انسانیت: عشق: ارزش قائل شدن برای روابط نزدیک با دیگران  
مهربانی: گذشت، مهرورزی، مراقبت، دلسوزی، نوع‌دوستی  
هوش اجتماعی: آگاه‌بودن از احساسات خود و دیگران
۴. فضیلت عدالت: شهروندی: مسئولیت اجتماعی و وفاداری  
عدل و انصاف: به همه فرصت برابر دادن  
رهبری: سازمان دادن فعالیت گروهی و نظارت بر چگونگی وقوع آنها
۵. فضیلت خویش‌داری: بخشش: شفقت، پذیرش کوتاهی دیگران و فرصت دوباره دادن به افراد  
تواضع: اجازه‌دادن به اینکه مهارت‌های افراد همه‌چیز را بیان کند  
آینده‌نگری: دقت، احتیاط و خطرپذیری بیجا نکردن  
خودتنظیمی: تنظیم کردن آنچه فرد احساس می‌کند و انجام می‌دهد.
۶. فضیلت تعالی: یکی از ظرفیت‌های بنیادی فرد است؛ منبعی از انگیزه درونی که رفتارها را انتخاب و حرکت می‌دهد.  
قدرشناسی: شکر‌گزاری برای چیزهای خوب  
امید: خوش‌بینی، جهت‌گیری آینده و آینده‌نگری  
شوخ‌طبعی: دوست داشتن خندیدن و خنداندن، لبخند بر لب دیگران آوردن  
معنویت: داشتن باورهای منسجم درباره هدف بالاتر و معنای زندگی



شکل ۱. میانگین نمرات توانمندی‌های شخصیتی گروه‌های سنی در زنان



شکل ۲. میانگین نمرات توانمندی‌های شخصیتی گروه‌های سنی در مردان



شکل ۳. میانگین نمرات توانمندی‌های شخصیتی گروه‌های سنی در کل گروه نمونه