بررسی رابطه بین تیپ شخصیتی با میزان اعتماد به نفس در بین دانشجویان دختر خوابگاه زینب دانشگاه لرستان

فروزان نظرزاده[1*]، شهرام مامی[1]، مسعود نظرزاده[1]

1) گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات ایلام

تاریخ دریافت: ۹۲/۴/۲۰ تاریخ پذیرش: ۹۲/۱۱/۷

چکیده

مقدمه: یکی از مباحث مهم در امر بهداشت روانی اعتماد به نفس می باشد. اعتماد به نفس همیشه یک نیاز شخصی ضروری بوده که در دهه آخر قرن حاضر اهمیت آن بیشتر آشکار شده است. از عوامل تأثیرگذار بر اعتماد به نفس، تیپ شخصیتی فرد است. هدف این پژوهش بررسی رابطه تیپ شخصیتی با میزان اعتماد به نفس دانشجویان دختر خوابگاه زینب دانشگاه لرستان بوده است.

مواد و روش ها: در این تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی، نمونه آماری شامل ۱۰۰ دانشجوی دختر خوابگاه زینب لرستان در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ بود. انتخاب نمونه ها به صورت خوشه ای از ۷ بلوک خوابگاهی انجام گرفت، که ۴ بلوک و از ۴۰ اتاق موجود در ۴ بلوک، ۲۵ اتاق ۴ نفره انتخاب شده و روی هم رفته ۱۰۰ نفر در این مطالعه شرکت داده شد.

یافته های پژوهش: نتایج نشان داد که بین تیپ شخصیتی برونگرا و میزان اعتماد به نفس و همین طور بین اعتماد به نفس و سن رابطه معنادار وجود داشت.($P=0.001$)

بحث و نتیجه گیری: نتایج نشان داد که تیپ شخصیتی دانشجویان دختر و هم چنین متغیرهایی چون سن و وضعیت تاهل می تواند بر میزان اعتماد به نفس آن ها تاثیرگذار باشد.

واژه های کلیدی: بهداشت روانی، اعتماد به نفس، درونگرا، برونگرا

* **نویسنده مسئول:** گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات ایلام

Email:f nazar zadeh2012@gmail.com

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]

مقدمه

یکی از مباحث مهم در امر بهداشت روانی اعتماد به نفس می باشد که یکی از خصوصیات مهم و اساسی شخصیت هر فردی را تشکیل می دهد و به طور حتم روی سایر جنبه های شخصی انسان اثر می گذارد،(۱). اعتماد به نفس(Self confidence) را نوعی نگرش تعریف کرده اند که به فرد اجازه می دهد دیدگاه واقعی و مثبتی نسبت به خود داشته باشد و سبب می شود فرد به توانایی های خود اعتماد کند و احساس کنترل بر زندگی داشته باشد. بنا بر این یکی از نیازهای اساسی انسان ها در تمام مراحل زندگی داشتن میزان معینی از اعتماد به نفس است،(۲). هر قدر عمل انجام شده با معیارهای فردی و اجتماعی مطابقت بیشتری داشته باشد، احساس اعتماد به نفس بیشتری فراهم خواهد شد.

اعتماد به نفس هر فرد، بر روی کیفیت زندگی او تاثیر به سزایی دارد. افرادی که احساس می کنند از نظر دیگران دوست داشتنی و دل نشین هستند، قطعاً روابط اجتماعی بهتری دارند، در مواقع نیاز به دوستان و خانواده کمک و حمایت می رسانند و همین حمایت از دیگران، آن ها را به این باور می رساند که می توانند مشکلات را از سر راه بردارند و اهداف شان را تحقق بخشند. اعتماد به نفس همیشه یک نیاز شخصی ضروری بوده که در دهه آخر قرن حاضر اهمیت آن بیشتر آشکار شده است. از عوامل تأثیرگذار بر اعتماد به نفس، تیپ شخصیتی فرد است.

موضوع شخصیت از جنبه های مختلف مورد پژوهش و ارزیابی قرار گرفته است. ماهیت رشد، سلامت، بیماری و تیپ های شخصیت از مهم ترین این جنبه ها هستند. در مورد انواع تیپ ها، متفکران نظریات مختلفی ابراز کرده و بر اساس این نظریات، وسایل سنجش متفاوتی را پیشنهاد داده اند. تیپ شخصیت در سنین جوانی شکل می گیرد. در این دوره معمولاً استقلال کامل از والدین و تصمیم گیری شخصی برای قبول مسئولیت زندگی حاصل می شود. توانایی جوانان برای در نظر گرفتن تمام جوانب مسایل و یافتن دانش نسبتاً وسیع درباره هنجارهای اخلاقی و اجتماعی و آگاهی از ضرورت یکپارچه بودن شخصیت بزرگسالی، زمینه های لازم را برای آنان فراهم آورده، تا به تثبیت شخصیت برسند.(۳)

انسان ها از حیث داشتن شخصیت، به معنی وسیع کلمه روان شناسی، با یکدیگر همانندند؛ یعنی هر کسی شخصیتی دارد. این شخصیت در هر کسی به صورت خاصی می باشد که او را از دیگران متمایز می سازد. تفاوت هایی که افراد با یکدیگر دارند، به حدی است که نمی توان از میان آن ها حتی دو نفر را یافت که از هر لحاظ شبیه به هم باشند. هر انسان و رویدادی در نوع خود منحصر به فرد است. با وجود این، بین انسان ها و رویدادهای زندگی آن ها آن قدر شباهت وجود دارد که بتوان نکات مشترکی را در نظر گرفت و درست همین الگوهای رفتاری است که مورد توجه روان شناسی شخصیت است. افراد بر اساس الگوهای شخصیتی خود، نیازها، انتظارات، انگیزه ها، توقعات و اهداف خاصی دارند.(۴)

شخصیت به عنوان عاملی تاثیرگذار در سلامت عمومی و سازگاری عبارت است از مجموعه سازمان یافته، واحد و متشکل از خصوصیات نسبتاً ثابت و مداوم که بر روی هم، یک شخص را از شخص یا اشخاص دیگر متمایز می سازد،(۵). شخصیت به مجموعه ای از صفات، ویژگی ها و کیفیت های پایداری گفته می شود که یک فرد را از دیگران متمایز می کند. بنا بر این، مجموعه ای از جنبه های بدنی، عادات، تمایلات، حالات، افکار و رفتارهایی است که در فرد به صورت خصوصیات و صفاتی نسبتاً پایدار در آمده است و به صورت یک کل واحد عمل می کند،(۶،۱۱). بی تردید، شخصیت در چهارچوب روابط به گونه ای چشمگیر تحت تاثیر عوامل شناختی قرار دارد. باورهای ناکارآمد، علت اصلی بسیاری از اختلاف های اجتماعی به ویژه روابط زوج هاست،(۷)، منظور از چنین باورهایی در واقع وجود افکار نادرست و نامنطبق با واقعیت درباره خود و جهان است. به اعتقاد آلیس(۲۰۰۱)، هیچ رویدادی ذاتاً نمی تواند در انسان ایجاد آشفتگی روانی کند؛ زیرا تمام محرک ها و رویداده در ذهن معنا و تفسیر می شوند و بر این اساس، سازش نایافتگی ها و مشکلات هیجانی در واقع ناشی از نحوه تعبیر و تفسیر و پردازش اطلاعات حاصل از محرک ها و رویدادهایی هستند که افکار و باورهای ناکارآمد در زیر بنای آن ها قرار دارند.(۷)

یونگ معتقد بود دلیلی که می توان ما را بر اساس تیپ یا ترجیح خاص طبقه بندی کند، این است که این ها خصوصیات طبیعی اولیه ما هستند. کاترین بریگز نظریه ای درباره ی تیپ شخصیتی ارائه داده که او هم به یونگ رجوع کرده است و به همراه دخترش ایزابل مایرز، پرسش نامه ای را با هدف شناخت تیپ شخصیتی اشخاص مختلف، تهیه کرده اند.(۸)

تیپ شخصیتی مدلی است که بدان وسیله می توانیم شخص واقعی را ارزیابی کنیم. هر تیپ محصول تعامل خاصی بین چندین نیروی فرهنگی و شخصی مانند گروه همسالان، عوامل ارثی و ژنتیکی، والدین، طبقه اجتماعی، فرهنگ و محیط زندگی است. از آن جا که تیپ های مختلف دارای علائق و صلاحیت های متفاوتی هستند، مایل اند که خود را با افراد و موضوعات مخصوصی احاطه کنند و در جست و جوی مسائلی هستند که با علائق، صلاحیت ها و طرز تفکرشان نسبت به جهان متجانس باشد.(۹)

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]

یکی از متداول ترین طبقه بندی هایی که روان شناسان برای شخصیت به کار می برند درون گرایی و برون گرایی می باشد که برای اولین بار توسط کارل یونگ به کار رفته است. درون گرایان در مقایسه با برون گرایان از بروز احساسات بیشتر جلوگیری می کنند. شواهد نشان می دهد که درون گرایان در یادگیری بیشتر تحت تأثیر تنبیه قرار می گیرند در حالی که برون گرایان بیشتر از پاداش تأثیر می پذیرند،(۱۰). برون گرایان نسبت به سر و صدا واکنش بیشتری نشان می دهند. برون گرایی بر ارزیابی شخص از اهمیت خود اثر مستقیم دارد. یکی از توضیحاتی که برای این الگو وجود دارد این است که تمایلات برون گرایانه در فرهنگ غربی از رفتارهای درون گرایانه ارزش بیشتری دارد. بنا بر این ممکن است افراد برون گرا نسبت به افراد درون گرا توجه مثبت بیشتری دریافت کنند و این اعتماد به نفس آن ها را بالا ببرد.(۱۱)

گلاسردوسینی در مورد روابط متقابل اعتماد به نفس و شخصیت می‌نویسند: «چگونگی برداشت ها و نظریات دیگران نسبت به ما در روشن کردن شخصیت ما نقش عمده ای بر عهده دارد. ارزشیابی های ما از خودمان در ارتباط با شرایط زندگی، اوضاع اجتماعی و اقتصادی نیز مبین شخصیت ماست و هم چنین تصورات ما درباره وضع جسمانی و شیوه لباس پوشیدن، نوع شخصیت ما را در مقایسه با دیگران نشان می دهد».(۱۲)

نتایج مطالعه پژهشگران نشان داد که حمایت اجتماعی و عاطفه مثبت به طور مشخص ارتباط بین برون گرایی و اعتماد به نفس بالا را میانجی گری می کنند، ولی در مورد عاطفه منفی و خوش بینی به نظر می رسید که اثر برون گرایی بر اعتماد به نفس یک اثر مستقیم باشد. نتایج این مطالعه نشان داد که همراهی برون گرایی با اعتماد به نفس بالا پیچیده تر از آن است که تاکنون تصور می شد و به نظر می رسد عاطفه مثبت و احساس حمایت اجتماعی دست کم تا حدودی در ارتباط بین برون گرایی و اعتماد به نفس بالا نقش داشته باشند.(۱۱)

بر اساس مطالعاتی که قبلاً انجام گرفته است، اعتماد به نفس با خوش بینی(optimism)، عاطفه مثبت(positive affect)، و احساس حمایت اجتماعی(perceived social support) رابطه مثبت دارد.

با توجه به اهمیت موضوع یعنی اعتماد به نفس و نقش آن در زندگی و کار انسان، باید به شناسایی عواملی که موجب افزایش اعتماد به نفس یا کاهش آن می شود، پرداخت. با توجه به اهمیت مسأله شخصیت، در این پژوهش میزان اعتماد به نفس دانشجویان دختر خوابگاه زینب(سال ۱۳۸۸)، با توجه به تیپ شخصیتی آن ها بررسی شد.

مواد و روش ها

در این تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی، جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان دختر خوابگاه زینب دانشگاه لرستان بود. نمونه آماری تحقیق حاضر تعداد ۱۰۰ دانشجوی دختر خوابگاه زینب لرستان در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ بوده است. که با روش نمونه گیری خوشه ای از ۷ بلوک خوابگاهی، ۴ بلوک انتخاب و از ۴۰ اتاق موجود در ۴ بلوک، ۲۵ اتاق ۴ نفره منتخب شدند که روی هم رفته ۱۰۰ نفر دانشجو در مطالعه شرکت داده شده و پرسش نامه بین آن ها توزیع شد. پایایی پرسش نامه با ضریب ۰/۷۵ تایید شد.

تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از SPSS vol.19 انجام شد. از آمار توصیفی(فراوانی) و آمار استنباطی(همبستگی پیرسون) در تعیین ارتباط بین متغیرها استفاده شده و سطح معنی داری برای آزمون ها $P<0.05$ در نظر گرفته شد.

یافته های پژوهش

نتایج نشان داد که بین تیپ شخصیتی برون گرا و میزان اعتماد به نفس و نیز بین سن و میزان اعتماد به نفس رابطه معنادار وجود داشت.($P=0.001$)(جدول شماره ۱) با توجه به نتایج به دست آمده و بررسی میزان همبستگی بین داده ها از طریق ضریب همبستگی پیرسون، می توان نتیجه گرفت که بین این دو متغییر رابطه معناداری وجود دارد. یعنی فرضیه صفر پذیرفته شده است.

بین سن و تیپ شخصیتی برون گرا و همین طور بین وضعیت تاهل و اعتماد به نفس رابطه معنادار وجود دارد.($P=0.001$)(جدول شماره ۲) به عبارتی نتایج نشان داد که بین رفتار درون گرا با اعتماد به نفس، همبستگی وجود دارد.

بین سن و تیپ شخصیتی درون گرا رابطه وجود دارد، ولی این رابطه معنی دار نیست، یعنی سن بر تیپ شخصیت موثر نیست. اما در مورد تیپ شخصیتی برون گرا بین این دو متغییر همبستگی و رابطه معنی داری وجود دارد، یعنی سن می تواند بر رفتار برون گرایی تاثیر داشته باشد و همین طور بین وضعیت تاهل و اعتماد به نفس رابطه معنی داری وجود دارد، یعنی فرضیه صفر پذیرفته شده است. بدین معنی که بین میزان اعتماد به نفس افراد متاهل و مجرد می تواند تفاوت وجود داشته باشد، یعنی افراد

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]

مجرد اعتماد به نفس کمتری دارند. بین وضعیت تاهل و تیپ شخصیتی درون گرا رابطه معنی داری وجود ندارد. بنا بر این فرضیه صفر رد می شود.($P<0.05$)(جدول شماره ۱ و ۲)

جدول شماره ۱. همبستگی بین تیپ های شخصیتی، سن، وضعیت تاهل و میزان اعتماد به نفس

متغیر	تعداد	همبستگی	P
تیپ شخصیتی برونگرا و میزان اعتماد به نفس	۱۰۰	-۰/۳۷۸**	0.001
تیپ شخصیتی درون گرا و میزان اعتماد به نفس	۱۰۰	-۰/۵۴۳**	0.001
اعتماد به نفس و سن	۱۰۰	-۰/۷۶۵**	0.001
وضعیت تاهل و اعتماد به نفس	۱۰۰	-۰/۶۵۴**	0.001

جدول شماره ۲. همبستگی بین سن، وضعیت تاهل و تیپ شخصیتی برون گرا

متغیر	تعداد	همبستگی	P
سن و تیپ شخصیتی برون گرا	۱۰۰	-۰/۵۶۷**	0.001
سن و تیپ شخصیتی درون گرا	۱۰۰	-۰/۲۸۷**	0.09
وضعیت تاهل و تیپ شخصیتی درون گرا	۱۰۰	-۰/۲۳۲**	0.093
وضعیت تاهل و تیپ شخصیتی برون گر	۱۰۰	-۰/۲۴۳**	0.099

بحث و نتیجه گیری

با توجه به نتایج این بررسی می توان بیان کرد که افرادی که دارای شخصیت درون گرا هستند، پس از ازدواج در شخصیت آن ها تغییر ایجاد می شود و به طرف شخصیت برون گرایی کشیده می شوند. در بررسی حاضر افراد دارای تیپ شخصیتی برون گرا، اعتماد به نفس بیشتری داشتند و می توان انتظار داشت که پیشرفت تحصیلی بیشتری نیز داشته باشند که این نتایج با مطالعه بارتو هم خوانی داشت؛ بارتو در پژوهشی به بررسی رابطه بین تیپ های شخصیتی معلمان دبیرستان با میزان پیشرفت تحصیلی دانش آموزان در نیوجرسی پرداخت. نتایج نشان دادند که معلمان ریاضی که بیشتر تیپ شخصیتی برون گرا، حسی و عقلانی دارند، نسبت به معلمان هنر و زبان خارجی، که بیشتر دارای تیپ شخصیتی درون گرا هستند، در پیشرفت دانش آموزان موفق تر عمل می کنند و اعتماد به نفس بالاتری دارند،(۹). اما، تارپ در مطالعه ای در مورد رابطه بین تیپ شخصیتی و پیشرفت تحصیلی نشان داد که در بین دانشجویان رشته فیزیولوژی انسانی نمرات بالا را دانشجویانی به دست آوردند که صفت درون گرایی و ساختار ذهنی قوی تری داشتند. در حالی که برون گراها و تیپ های منعطف، کمترین نمرات را به دست آوردند. این یافته ها هم چنین حاکی از آن است که رجحان حسی اگر با ساختار ذهنی قوی یا درون گرایی همراه باشد، موفقیت تحصیلی بیشتری را ایجاد می کند.(۱۲)

جنتری و همکاران، آن دسته از ویژگی ها و ترجیحات شخصیتی را که در کارهای مدیریتی اختلال ایجاد می کنند، بررسی کردند. آن ها نشان دادند که مدیران برون گرا بسیار اجتماعی هستند و به محیط کار و کارکنان توجه بیشتری دارند. در مقابل، مدیرانی که درون گرا هستند، ممکن است بی اعتنا و فاقد حساسیت به نظر برسند و توانایی هدایت کارکنان و سازمان را با دیگران نداشته باشند.(۱۳)

در انجام این مطالعه با توجه به برخی محدودیت های تحقیق، نمی توان به طور کامل به این نتایج اکتفا کرد از جمله این محدودیت ها عبارت بود از:

- پاسخ دهی ناقص برخی از شرکت کنندگان به سوالات پرسش نامه.

-وجود برخی متغیرهای مداخله گر که بر نتایج تاثیر داشته اما از کنترل محقق خارج بودند.(عوامل موثر در شخصیت افراد)

-کمبود یا نبود برخی منابع و اطلاعات کافی برای انجام پژوهش.

در نهایت، می توان بیان کرد که بین اعتماد به نفس و تیپ شخصیتی رابطه معنی داری وجود دارد و دانشجویان دختر

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]

خوابگاه زینب اکثراً دارای تیپ شخصیتی برون گرا و میزان اعتماد به نفس بالایی هستند که البته عوامل متعددی شامل خانواده، محیط دانشگاه، تحصیلات و غیره نیز می تواند باعث افزایش میزان اعتماد به نفس شود.

سپاسگزاری

از تمامی اساتید گروه روان شناسی به جهت کمک در اجرای این مطالعه سپاسگزاریم.

References

1.Biabangard A. Methods for elevation of self-estimation among adolescents and children. Parents and Teachers publication: Tehran; 1999. (Persian)

2.Champing counseling center. Copyright by the Beard of truste of Illinois University of lliinosi at urbanall. River press: USA; 1996.

3.Seyaci AI. [Personality theories]. Tehran publication; 1999. (Persian)

4.Gharabaghi H. Assessment of relationship between Personality factors and personel satisfaction in Iran track factory. J Psychology. 2008; 5:461-8.

5. Hussein S. Vocational burnout in health workers and its preventive methods. J Fundament Ment Health 2008; 1: 65-79. (Persian)

6.Bakhshayesh AR. General Psychology. 2th ed. Yazd Publication: Yazd; 2012.P. 313. (Persian)

7.Ellis A. Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors. Amherst, NY: Prometheus Books: 2001.

8.Barron R. What is my personality type? Tehran publication; 2001.

9.Barto VA. The relationship between personality traits of selected New Jersey high school educators and successful academic achievement of at-risk students. Seton Hall University;1998.

10.Chen ZI, Tanako NO, Masayo U, Hiramura H, Shika F, Fujihara T, et al. The role of personalities in the marital adjustmentof Japanese couples. Soc Behav Personal 2007; 35: 561-72.

11.Swickert R, Hittner JB, Kitos N, Fuenzalida LE. Direct or indirect, that is the question: A reevaluation of extraversion's influence on self – esteem. Personal Individual Differ 2004; 36: 207-17.

12.Tharp GD. Relationship between personality type and achievement in an undergraduate physiology course. Am J Physiol 1992; 11: 32-8.

13.Gentry WA, Mondore SP, Cox BD. A study of managerial derailment characteristics and personality preferences. J Personal 2007; 5: 637-72.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]

The relationship between personality type and level of confidence among female students in Zainab dormitary of Lorestan University

Nazarzade F[1], Mami Sh[1],Nazarzadeh M[1]*

(Recived: July 11, 2013 Accepted: January 27, 2014)

Abstract:

Introduction: Self-confidence is one of the most important topics in the field of mental health. Self-confidence has been always an essential individual need that has gained particular importance in the last decade of present century. Personality type is one of the factors influencing self confidence in individuals. The researchers' purpose is using the questionnaire to investigate the relationship between personality type and level of confidence among female students in Zainab dormitary of Lorestan University.

Materials & Methods: This research has a descriptive method with a correlational design. The population of this research is 100 female students in Zainab dormitary of Lorestan University studying in 2012-2013. Information was collected through cluster method from 7 blocks, 4 blocks in 40 rooms from 4 blocks, which are 25 rooms having 4 persons in each room. The overall number of participants was 100.

Findings: Results showed that there is a significant relationship between the extroverted personality type and level of confidence (P=0.001). There is a significant relationship between self-esteem and age (P=0.001).

Discussion & Conclosion: Results showed that there are relation between the extroverted and introverted personality types and levels of self-confidence. There is a significant relation between self-confidence and age and also between self-confidence and marital status

Keywords: Mental health, self-confidence, extroverted, introverted

.1.Dept of Psychology, Research Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran

** (Corresponding author*

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-04]