

## مقایسه ویژگیهای شخصیتی درونگرا و برونگرا بر کیفیت روابط عاطفی زوجین

سمیه نخعی ۱، فاطمه لکزایی ۲، وحیده خواجه ۳ و رضا ایمانخواه ۴

۱ استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، زابل، ایران. ۷۶۲۸-  
nakhaeisamin@gmail.com ۳۹۲۹-۰۰۰۲-۰۰۰۰

۲ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، زابل،  
ایران. ۷۵۹۹-۶۵۵۰-۰۰۰۱-۰۰۰۰-۰۰۰۰ lakzaee90.f@gmail.com

۳ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، زابل،  
ایران. ۰۰۰۰-۰۰۰۲-۷۵۱۳-۰۰۰۰-۰۰۰۰ و Vahideh.khajeh70@gmail.com

۴ دکتری روانشناسی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی زابل، زابل، ایران ۰۵۴۹-۰۰۰۰-۰۰۰۳-۰۰۰۰-۴۱۳۴  
imankahreza@gmail.com

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی ویژگیهای شخصیت درونگرا و شخصیت برونگرا و تاثیر آن بر کیفیت روابط عاطفی میباشد که به روش پرسشنامه مورد بررسی قرار گرفته است. نمونه آماری در این پژوهش شامل ۱۰۰ نفر از افراد بالای ۱۸ سال متاهل ساکن شهرستانهای زاهدان و زابل، میباشد. در این پژوهش از ۲ پرسشنامه در قالب یک پرسشنامه استفاده شده، پرسشنامه شخصیت شناسی آیزنگ و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ. از افراد شرکت کننده خواسته شده که این پرسشنامه را به دقت تکمیل کنند. نتایج این پژوهش اثرات دو متغیر درونگرایی و برونگرایی را بر متغیر کیفیت (در روابط عاطفی) پیش بینی میکند.

واژگان کلیدی: درونگرایی، برونگرایی، کیفیت، روابط عاطفی

## مقدمه

همه انسانها نیازمند رابطه و برقراری ارتباط با دیگران هستند. رابطه ها یکی از مهم ترین بخش های زندگی ما هستند، به همین دلیل مدیریت کردن آن ها یکی از اصلی ترین کارهایی است که باید انجام دهیم؛ به ویژه رابطه های عاطفی که می توانند تأثیر مستقیمی در سلامت روان یا آسیب روحی ما داشته باشند. یکی از عوامل مهم در بررسی رفتار و روابط آدمی شخصیت او است که به صورت مجموعه ای از ویژگیهای سرشتی و اکتسابی در وی نهادینه شده است. شخصیت ساختار فرضی پیچیده ای است که به صورتهای مختلف تعریف شده است. دامنه تعاریف موجود از شخصیت از مفهوم فرایندهای درونی ارگانیزم تا رفتارهای مشهود ناشی از تعامل افراد در نوسان است (آشتیانی و داستانی، ۱۳۹۲). گرچه همه نظریه پردازان شخصیت با یک تعریف واحد از آن موافق نیستند، اما میتوان گفت که شخصیت عبارت است از الگوی نسبتا پایدار صفات، گرایشها، یا ویژگیهایی که تا اندازه های به رفتار افراد دوام میبخشد (فیست، جس و فیست و همکاران، ۱۳۹۳). در تعریفی دیگر شخصیت را میتوان گرایشها و خصوصیات پایداری دانست که تعیین کننده تشابهات و تفاوتها در ویژگیهای روانشناختی (افکار، عواطف و اعمال) افراد میباشد و این ویژگیها در طول زمان تداوم دارند و به راحتی نمیتوان آنها را تنها پیامد فشارهای اجتماعی و زیستی یک لحظه در نظر گرفت. (خرمایی و فرمانی، ۱۳۹۳)

یکی از موضوعات مورد توجه در بحث شخصیت توجه به ابعاد آن از جمله تیپهای شخصیتی است. در واقع تیپ شخصیتی به طور عمومی یک برجسب برای طبقه بندی ویژگیهای افراد از نظر رفتار میباشد. ویژگیهای شخصیتی سبکهای فراگیر احساس کردن، رفتار کردن و اندیشیدن هستند. (قاصدی مرکیه؛ طالع پسندو رحیمیان بوگر، ۱۳۹۴).

در تقسیم بندی تیپهای شخصیتی، یونگ دو بعد شخصیت افراد را برونگرایی و درونگرایی نامید و معتقد بود که ویژگیهای افراد از نظر روانی در یکی از این دو بعد میگنجد. (عبدلی، بهروز، ۱۳۷۳)

آیزنک بعد شخصیتی درونگرایی و برونگرایی را براساس انگیزتگی مورد توجه قرار میدهد و نقش دستگاه شبکه های صعودی را بر برونگرایی و درونگرایی مهم می شمارد و معتقد است که استعداد برونگرها در مقایسه با درونگرها برای تحریک پذیری بیشتر و سطح انگیزتگی آنها پایینتر است (راس، آلن، ۱۳۸۲). مغز درونگرها نسبت به برونگرها اندیشه ها را سریعتر پردازش میکند زیرا افراد درونگرا بطور مداوم فکر میکنند ولی افراد برونگرا در یک زمان در جهات مختلفی فکر میکنند. (Khalil, R. 2016). برونگرایی دارای خصوصیات مانند اجتماعی بودن، دوستان زیاد داشتن، حاضرجوابی، خوشبینی، بیخیالی، علاقه به شرکت در مجالس، فاقد کنترل احساسات، در جستجوی تنوع و تازگی بودن هستند و درونگرها برعکس دارای ویژگیهای محتاط، آرام، قابلاطمینان و تاحدی بدبین، هیجان طلبی کم، پرخاشگری کم و بروز ندادن احساسات خود هستند (اسدی، باقرزاده و سیدعلیزاده زحمتکش، ۱۳۸۲). افراد درونگرا در تضاد با افراد برونگرا، لذت کمتر و رنج بیشتری را در روابط بین فردی چهره به چهره تجربه میکنند. (Ward, C. C., & Tracey, T. J. G. 2004) در نتیجه افراد برونگرا روابط عاشقانه رضایت بخشتری نسبت به افراد درونگرا دارا میباشد. (Seidman, G. 2013) میتوان گفت که تیپها و صفات شخصیت اولین راهنمای تشخیص وضعیت شناختی و عاطفی افراد هستند و بر نقشهای عاطفی- اجتماعی و رفتارهای بین فردی یا شغلی و حمایت اجتماعی دریافتی و ادراکی توسط افراد تأثیر میگذارند. (Moynihan, L. M., & Peterson, R. S. 2001)

به اعتقاد آیزنک تفاوت واضحی بین درونگرها و برونگرها وجود دارد. نمونه بارز برونگرا کسی است که مردم آمیز است، از مهمانی خوشش میاید، دوستان بسیار دارد، به سخن گفتن با دیگران نیاز دارد، میل ندارد در تنهایی چیزی بخواند یا مطالعه کند، مشتاق تحریک و هیجان است، دل به دریا میزند، فضولی میکند، فضولی نمیکند، ناگهانی و نیندیشیده عمل میکند، فردی تکانشی است، میل دارد دیگران را دست بیندازد، حاضر جواب است، تغییر و دگرگونی را دوست دارد، بیخیال و خوشبین است، دلش میخواهد خوش و خندان باشد، حرکت و کار را بیشتر میپسندد، تمایل به پرخاشگری دارد، زود از کوره در میرود، روی هم رفته احساس هایش را در اختیار ندارد و آدم چندان باثباتی نیست. همچنین از دید او، نمونه بارز درونگرا فردی است کم حرف، و گوشه گیر که

در خود فرو رفته و بیشتر به کتابها علاقه دارد تا به آدمها، آدم توداری است و به جز چند دوست صمیمی از دیگران فاصله میگیرد، به دور اندیشی متمایل است، بی گدار به آب نمیزند، به احساسهای آنی اعتماد نمیکند، تحریک و هیجان را دوست ندارد، مسائل زندگی روزمره را تا حدی که لازم است جدی میگیرد، زندگی منظم و با قاعده را دوست دارد، به احساسهایش کاملاً مسلط است، به نددت از خودش پرخاصگری نشان میدهد، زود از کوره در نمیرود، با ثبات و تا حدودی بدبین است و برای معیارهای اخلاقی ارزش فراوانی قائل است. (Seidman, G 2013)

افراد در آمادگی خود برای تجربه حالات عاطفی مثبت و منفی تفاوت دارند. « شخصیت » مفهوم بسیار وسیعی در روانشناسی است که به تفاوت های فردی در حوزه های متفاوت از جمله در حوزه آمادگی برای تجربه عاطفه غالب می پردازد. آیزنک در نظریه شخصیت خود از بعد « برونگرایی » نام میبرد. آیزنک، ۱۹۶۷؛ به نقل از رفیعی نیا، ۱۳۸۶) روانشناس عصب نگر معروف جفری گری، تبیینی بر این بعد شخصیتی آیزنک قرار میدهد. در نظریه گری از نظام های انگیزشی متفاوتی در مغز بحث می شود که یکی از آنها نظام فعال ساز رفتاری نام دارد (دی یونگ و گری، ۲۰۰۹) این نظام به علت ادراک نشانه های پاداش در محیط فعال شده و رفتار روی آوری را راه اندازی میکند. افراد با برونگرایی بالا از نظر پژوهشگران شبکه فعال ساز رفتاری فعال تری داشته و نسبت به نشانه های پاداش در محیط حساسیت بیشتری دارند. طبیعی است که با این حساب آمادگی بیشتری برای تجربه حالات عاطفی مثبت همچون شادی داشته باشند. بنابراین تفاوت های شخصیتی در میزان برونگرایی افراد میتواند زمینه های متفاوتی برای تجربه عاطفه مثبت در انسان فراهم آورد.

در مطالعات متعددی وجود ارتباط مثبت و معنادار بین بعد شخصیتی برونگرایی و جنبه های سه گانه فراوانی، شدت و مدت زمان تجربه عاطفه مثبت تأیید شده است. از میان این سه جنبه، طول مدت تجربه عاطفه مثبت بهترین پیش بین یک شخصیت برونگرا است. (کوپنس و همکاران، ۲۰۰۷؛ وردوین و برنس، ۲۰۱۲).

در این پژوهش دو هدف مقابل را مورد بررسی قرار میدهم: ۱. آیا برونگرایی بر کیفیت روابط عاطفی تاثیر دارد؟ ۲. آیا درونگرایی بر کیفیت روابط عاطفی تاثیر دارد؟

#### • روش تحقیق

این تحقیق یک تحقیق پیمایشی هست که با استفاده از دو پرسشنامه انجام شده است. جامعه آماری ما شامل افراد بالای ۱۸ سال شهرستانهای زابل و زاهدان هستند که در رابطه عاطفی (ازدواج و یا آشنایی قبل از ازدواج) هستند. ما ۱۰۰ نفر از این افراد را به عنوان نمونه انتخاب کردیم که پرسشنامه های آیزنک و انریچ را تکمیل کردند. همه این افراد میبایست متاهل و یا در رابطه آشنایی قبل از ازدواج باشند. برای بررسی روایی و پایایی پرسشنامه ها از آلفای کرونباخ استفاده کرده ایم.

#### • فرضیه های پژوهش

با توجه به اهداف بیان شده، فرضیه های زیر تدوین گردیدند:

۱. درونگرایی بر کیفیت رابطه عاطفی زوجین رابطه معناداری دارد.

۲. برونگرایی بر کیفیت رابطه عاطفی زوجین رابطه معناداری دارد.

#### • ابزار پژوهش

ابزار این پژوهش پرسشنامه بوده که ما در اینجا از دو پرسشنامه در قالب یک پرسشنامه استفاده کرده ایم، اول پرسشنامه شخصیت شناسی آیزنک که شامل سوالهای ۱ تا ۵۷ پرسشنامه می باشد و برای بررسی نوع شخصیت شرکت کنندگان از نظر درونگرا و یا برونگرا بودن می باشد و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ که شامل سوالهای ۵۸ تا ۹۲ پژوهش می باشد و برای بررسی میزان رضایت شرکت کنندگان از زندگی عاطفی مورد استفاده قرار گرفته است.

### الف) پرسشنامه آیزنگ:

این پرسشنامه توسط آیزنگ و سی بیل در سال ۱۹۶۵ تا ۱۹۷۶ ساخته شده است. پرسشنامه آیزنگ دو بعد شخصیت افراد بزرگسال و سه بعد شخصیت نوجوانان را می‌سنجد. در زیر به دو وجه سنجش شخصیت بزرگسالان اشاره می‌شود:

۱) برون‌گرایی در برابر درون‌گرایی (E) Extraversion versus Introversion

۲) روان‌رنجور خوبی در برابر پایداری هیجانی (EN) Neuroticism versus Emotional stability

درون‌گرایی رفتاری است که با دیدگاه درونی ذهنی همراه بوده و فرد درون‌گرا آمادگی بیشتری برای خودداری و تسلط بر نفس از خود نشان می‌دهد. این افراد کمتر تمایل به حضور در جمع دارند و و بیشتر دقت خود را به مطالعه و فعالیت‌های ذهنی انفرادی می‌گذرانند.

برون‌گرایی رفتاری است که با دیدگاه عینی و خارجی مشخص شده و با فعالیت عملی بالاتری همراه است، افراد برون‌گرا آمادگی کمتری برای تسلط بر نفس خویش برخوردارند.

پرسشنامه شخصیتی آیزنگ بر این مبنای نظری استوار می‌باشند که شخصیت شکل یافته از دو بعد برون‌گرایی/درون‌گرایی و با ثباتی هیجانی/بی‌ثباتی هیجانی است.

### ب) پرسشنامه اینریچ:

برای بررسی میزان رضایت زناشویی، پرسشنامه اینریچ انتخاب شده است. پرسشنامه رضایت زناشویی اینریچ که فرم ۴۷ سؤالی آن توسط اولسون (۱۹۹۸)، تهیه شد شامل ۱۲ مقیاس است که عبارتند از: پاسخ قراردادی، رضایت زناشویی، مسایل شخصیتی، ارتباط زناشویی، حل تعارض، نظارت مالی، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت، روابط جنسی، ازدواج و فرزندان، بستگان و دوستان، نقش‌های مساوات طلبی و جهت‌گیری عقیدتی ساخته شده است.

این ابزار به صورت پنج‌گزینه‌ای (که در اصل یک نگرش سنج از نوع لیکرت است) در نظر گرفته شده است (کاملاً موافق، موافق، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالف)، که به هر یک از یک تا پنج امتیاز داده می‌شود.

### روایی و پایایی:

مقصود از روایی آن است که وسیله اندازه‌گیری بتواند خصیصه و ویژگی مورد نظر را اندازه بگیرد. اهمیت روایی از آن جهت است که اندازه‌گیری‌های نامناسب و ناکافی می‌توانند هر پژوهش علمی را بی‌ارزش سازد. روایی در اصل به صحت و درستی اندازه‌گیری پژوهشگر برمی‌گردد. روایی پرسش‌نامه توسط استاد راهنما و چند نفر از اساتید در این رشته مورد تایید قرار گرفته شد. هدف و منظور از سنجش پایایی و ثبات پرسشنامه این است که در زمان‌ها و مکان‌های مختلف قابلیت استفاده داشته باشد. در تحقیق حاضر که ابزار اصلی اندازه‌گیری داده‌ها پرسشنامه می‌باشد. پایایی ابزار که از آن به اعتبار، دقت و اعتماد پذیری نیز تعبیر می‌شود، عبارت است از اینکه اگر یک وسیله اندازه‌گیری که برای سنجش متغیر و صفتی ساخته شده در شرایط مشابه در زمان یا مکان دیگر مورد استفاده قرار گیرد، نتایج مشابهی از آن حاصل می‌شود؛ به عبارت دیگر، ابزار پایا یا معتبر ابزاری است که از خاصیت تکرار پذیری و سنجش نتایج یکسان برخوردار باشد. پایایی پرسشنامه با قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه شده است. معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از ۰ (عدم پایداری) تا ۱ (پایایی کامل) قرار می‌گیرد. که هرچه مقدار به دست آمده به ۱ نزدیکتر باشد، قابلیت اعتماد پرسشنامه بیشتر است. معمولاً برای آزمون با اهداف پژوهشی، حصول پایایی بین ۰/۶ تا ۰/۸ کافی می‌باشد (مقدار قابل قبول در اکثر منابع ۰/۷ / ۰ میباشد). جهت سنجش پایایی متغیرهای تحقیق از آزمون آلفای کرونباخ استفاده می‌گردد.

## جدول ۱: نتایج آزمون آلفای کرونباخ

متغیرها	ضریب آلفای کرونباخ
درونگرایی	۰,۸۸۵
برونگرایی	۰,۸۳۲
کیفیت رابطه عاطفی	۰,۸۷۰

بدیهی است هر قدر شاخص آلفای کرونباخ به نزدیکتر باشد، همبستگی درونی بین سوالات بیشتر و در نتیجه پرسش ها همگن تر خواهند بود. با توجه به نتایج بدست آمده مشخص شد که برای تمامی متغیرها بیشتر از ۰,۷ بدست آمده است، در نتیجه پرسش نامه یا ابزار پژوهش از پایایی و قابلیت اطمینان کافی برخوردار است.

## • تحلیل داده‌ها:

نوع توزیع داده‌ها، نرم افزار پژوهش را برای انجام آزمون‌ها مشخص و تعیین خواهد کرد. جهت بررسی نرمال بودن داده‌ها از کشیدگی و چولگی سؤالات متغیرهای تحقیق استفاده می‌شود. در این آزمون به دنبال اثبات یکی از فرضیات زیر هستیم.

$H_0$ : متغیرهای تحت بررسی دارای توزیع نرمال هستند.

$H_1$ : متغیرهای تحت بررسی دارای توزیع نرمال نیستند.

## جدول ۲: نتایج حاصل از آزمون نرمال بودن

متغیر	کشیدگی	چولگی	وضعیت
درونگرایی	-۰,۳۶۱	-۰,۱۲۵	نرمال
برونگرایی	-۰,۸۳۵	-۰,۲۵۱	نرمال
کیفیت رابطه عاطفی	-۰,۹۹۳	-۰,۸۴۱	نرمال

هرگاه کشیدگی و چولگی داده ها بین ۲ و ۲- باشد، توزیع نرمال می‌باشد. در این پژوهش همانطور که در جدول بالا مشاهده می شود، کشیدگی و چولگی داده ها بین ۲ و ۲- می‌باشد بنابراین، داده ها نرمال می باشند. در ادامه برای تحلیل داده ها و بررسی فرضیات پژوهش از آزمون رگرسیون استفاده شده است.

## یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

در این بخش جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تکنیک های آمار توصیفی نظیر ایجاد جداول فراوانی برای بررسی چگونگی توزیع نمونه آماری از نظر متغیرهای تحقیق پرداخته شده است. در جدول (۴-۵) آمار توصیفی متغیرهای مستقل و وابسته در قسمت زیر نمایش داده شده است. در آزمون مذکور، در صورتی که مقدار P-Value بزرگتر از ۰,۰۵ باشد، متغیر مورد بررسی با مقدار آزمون (یعنی عدد ۳) تفاوت معناداری ندارد و در نتیجه عامل مورد بررسی در حد متوسط در جامعه آماری وجود دارد؛ و در صورتی که مقدار P-Value کمتر از ۰,۰۵ باشد، متغیر مورد بررسی با مقدار آزمون (یعنی عدد ۳) تفاوت معناداری دارد، در این حالت اگر میانگین عامل مورد بررسی بالاتر از عدد ۳ بود، عامل مورد بررسی به صورت قوی در جامعه آماری وجود دارد، و اگر میانگین عامل مورد بررسی پایین تر از عدد ۳ بود، عامل مورد بررسی به صورت ضعیف در جامعه آماری وجود دارد.

## جدول ۳: نتایج آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	مقدار آماره T	درجه آزادی	معناداری
درونگرایی	۱,۵۸۲	۰,۰۱۴	-۹۵,۲۸۳	۹۹	۰,۰۰۱
برونگرایی	۱,۵۲۷	۰,۰۲۰	-۷۲,۹۳۳	۹۹	۰,۰۰۱
کیفیت رابطه عاطفی	۳,۲۶۷	۰,۰۳۳	۸,۰۳۸	۹۹	۰,۰۰۱

همانطور که مشاهده می‌گردد میانگین درونگرایی و برونگرایی کمتر از ۳ و کیفیت رابطه عاطفی بیشتر از ۳ کسب شده است. آماره تی برای همه متغیر خارج از بازه بحرانی (۱/۹۶ و -۱/۹۶) کسب شده است و مقدار معناداری برای تمامی متغیرها کمتر از ۵ صدم کسب شده است، بنابراین می‌توان گفت مقدار میانگین متغیر مورد نظر با نمره آزموزن تفاوت معناداری دارد. با توجه به میانگین کسب شده برای متغیر کیفیت رابطه عاطفی می‌توان گفت این متغیر در حد مطلوبی قرار دارد.

**فرضیه اول: درونگرایی بر کیفیت رابطه عاطفی زوجین رابطه معناداری دارد.**

## جدول ۴: نتایج فرضیه اول

فرضیه‌ها	(R) ضریب همبستگی	سطح معنی داری (Sig)	(R Square) ضریب تعیین
بررسی فرضیه اول	-۰/۷۶۵	۰/۰۰۱	۰/۵۸۵

همچنان که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، سطح معناداری برابر (Sig= ۰/۰۰۰ و  $r = - ۰/۷۶۵$ ) است. در نتیجه با اطمینان ۰/۹۵ می‌توان گفت بین متغیر مستقل و وابسته ارتباط وجود دارد. از آنجا که علامت ضریب همبستگی منفی و مقدار آنها به مقدار یک نزدیک است می‌توان گفت همبستگی لازم بین متغیرها وجود دارد. به طوری که ایجاد یک واحد تغییر در درونگرایی باعث کاهش ۰/۷۶۵- تغییر منفی و معکوس به کیفیت رابطه عاطفی زوجین خواهد شد. بنابراین فرضیه اول تایید می‌شود. همچنین ضریب تعیین به میزان ۰/۵۸۵ می‌باشد، که نشان می‌دهد، چند درصد از متغیر وابسته توسط متغیر مستقل قابل توضیح است.

**فرضیه دوم: برونگرایی بر کیفیت رابطه عاطفی زوجین رابطه معناداری دارد.**

## جدول ۵: نتایج فرضیه دوم

فرضیه‌ها	(R) ضریب همبستگی	سطح معنی داری (Sig)	(R Square) ضریب تعیین
بررسی فرضیه دوم	۰/۶۵۵	۰/۰۰۱	۰/۴۲۹

همچنان که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، سطح معناداری برابر (Sig= ۰/۰۰۱ و  $r = ۰/۶۵۵$ ) است. در نتیجه با اطمینان ۰/۹۵ می‌توان گفت بین متغیر مستقل و وابسته ارتباط وجود دارد. از آنجا که علامت ضریب همبستگی مثبت و مقدار آنها به مقدار یک نزدیک است می‌توان گفت همبستگی لازم بین متغیرها وجود دارد. به طوری که ایجاد یک واحد تغییر در برونگرایی باعث افزایش ۰/۶۵۵ تغییر مثبت و رو به افزایشی به کیفیت رابطه عاطفی زوجین خواهد شد. بنابراین فرضیه اول تایید می‌شود. همچنین ضریب تعیین به میزان ۰/۴۲۹ می‌باشد، که نشان می‌دهد، چند درصد از متغیر وابسته توسط متغیر مستقل قابل توضیح است.

### • نتیجه گیری

زوج هایی که ویژگی غالب آنها برون گرا و درون گرا باشد، از لحاظ انتخاب سرگرمی و تفریح در اوقات فراغت با هم دچار مشکل خواهند شد. افرادی که ویژگی بارز شخصیتی آنها درونگرایی میباشد از رابطه لذت و رضایت کافی ندارند و با توجه به ویژگیهای افراد درونگرا از تنهایی لذت می برند و گروه ها یا مهمانی های بزرگ را گاهی خسته کننده می شمارند. اما برای افراد برونگرا این شرایط کاملا متفاوت میباشد، آنها مشتاق به آشنایی و ایجاد رابطه با افراد جدید میباشند، در جمعهای دوستانه حضور پررنگی دارند و رضایت بیشتری از رابطه عاطفی خود دارند. با توجه به این نتایج فرضیه اول اینگونه تایید میشود که درونگرایی تاثیر منفی بر رابطه عاطفی دارد. و همچنین فرضیه دوم هم به این صورت تایید میشود که برونگرایی تاثیر مثبتی بر رابطه عاطفی دارد.

پیشنهاد ما این است که زوجهای جوان قبل از ازدواج حتما نوع تیپ شخصیتی خود را با انجام تستهای مربوطه همچون تست شخصیت شناسی آیزنک تشخیص بدهند و با مراجعه به مشاور، به پیشنهادات و توصیه های مشاور قبا از ازدواج دقت و توجه کافی داشته باشند تا بتوانند رضایت کافی از زندگی زناشویی خود داشته باشند.

در آخر از همه کسانی که در این پژوهش ما را یاری کردند، به خصوص استاد راهنمای عزیزمان، خانم دکتر سمیه نخعی، مدیر گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زابل که با راهنمایی هایشان کمک بزرگی به ما در انجام این پژوهش کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

### • منابع

اسدی، حسن؛ باقرزاده، فضالله و سیدعلیزاده زحمتکش، سیدمحمدباقر. (۱۳۸۲) درونگرایی و برونگرایی و ارتباط آن با تنیدگی شغلی در معلمان ورزش منطقه ۱۰ آموزش و پرورش تهران. فصلنامه حرکت، سال ۱۶، شماره ۱، صص ۱۷۷-۱۵۹  
رفیعی نیا پروین، آزادفلاح پرویز، فتحی آشتیانی علی، رسول زاده طباطبایی سید کاظم (۱۳۸۶). نقش برون گرایی، روان آزردهی گرایی و خلق مثبت و منفی در پردازش اطلاعات هیجانی، مجله پژوهشهای نوین ۵۳-۸۱ (۶) روان شناختی (روانشناسی دانشگاه تبریز).

خرمائی، فرهاد و فرمانی، اعظم. (۱۳۹۳). بررسی نقش پنج عامل بزرگ شخصیت در پیش بینی صبر و مؤلفه های آن در دانشجویان. روانشناسی بالینی و شخصیت، سال ۲۱، شماره ۱۱-۱۱، صص ۲۴

عبدلی، بهروز. (۱۳۷۳). بررسی ویژگیهای شخصیتی دانشجویان ورزشکار نخبه. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران: دانشگاه تربیت مدرس. انشگاه تربیت مدرس.

فتحی آشتیانی، علی و داستانی، محبوبه. (۱۳۹۲). آزمون های روانشناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت. تهران: نشر بعثت.

فیست، جس و فیست، گریگوری جی. (۱۳۹۳). نظریه های شخصیت. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: نشر روان.

قاصدی مرکیه، سالومه؛ طالع پسند، سیاوش و رحیمیان بوگر، اسحاق (۱۳۹۴). نقش عوامل شخصیتی و انگیزشی در استفاده از فیسبوک. روانشناسی بالینی و شخصیت، سال ۱۳، شماره ۲، صص ۱۱۴-۱۰۵، بهروز. (۱۳۷۳). بررسی ویژگیهای شخصیتی دانشجویان ورزشکار نخبه. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران.

راس، آلن. (۱۳۸۲). روانشناسی شخصیت (نظریه ها و فرآیندها). ترجمه سیاوش جمالفرد، تهران: نشر روان.

DeYoung, C. G., & Gray, J. R. (2009). Personality neuroscience: Explaining individual differences in affect, behavior, and cognition. *The Cambridge Handbook of Personality Psychology*, 323-346.

Khalil, R. (2016). Influence of extroversion and introversion on decision making ability. *International Journal of Research in Medical Sciences*. vol:4. pp. 1534-1538.

Moynihan, L. M., & Peterson, R. S. (2001). A contingent configuration approach to understanding the role of personality in organizational groups. *Research in Organizational Behavior*. Vol.: 23. pp. 327-378.

- Seidman, G.(2013). Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Personality and Individual Differences*. Vol.: 54. pp. 402–407.
- Verduyn, P., & Brans, K. (2012). The relationship between extraversion, neuroticism and aspects of trait affect. *Personality and Individual Differences*, 52(6), 664-669.
- Ward, C. C., & Tracey, T. J. G. (2004). Relation of Shyness with Aspects of Online Relationship Involvement. *Journal of Social and Personal Relationship*. Vol.: 21 pp.611-623.