






تأییدیه اعضای هیأت داوران حاضر در جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

تحت عنوان:

اعضای هیأت داوران نسخه نهایی پایان نامه آقای/ خانم **مهسا مقصودلو**
مقایسه ابواب شخصیت آیزنک در افراد دارای حرفه های صحتی - نگاه های

را از نظر شکل (فرم) و محتوی بررسی نموده و پذیرش آن را برای دریافت درجه کارشناسی ارشد پیشنهاد می کنند.

ردیف	اعضای هیأت داوران	نام و نام خانوادگی	رتبه علمی	امضا
۱	استاد راهنما	دکتر عزیز آزار صبح	دانشیار	
۲	استاد مشاور	دکتر محمدرضا زاده طاهری	دانشیار	
۳	نماینده تحصیلات تکمیلی	عباس الهیاری	استاد	
۴	استاد ناظر	علی فتحی استیانی	استاد	
۵	استاد ناظر	عباس الهیاری	استاد	

آیین نامه چاپ پایان نامه (رساله) های دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس

نظر به اینکه چاپ و انتشار پایان نامه (رساله) های تحصیلی دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس، مبین بخشی از فعالیتهای علمی - پژوهشی دانشگاه است بنابراین به منظور آگاهی و رعایت حقوق دانشگاه، دانش آموختگان این دانشگاه نسبت به رعایت موارد ذیل متعهد می شوند:

ماده ۱: در صورت اقدام به چاپ پایان نامه (رساله) ی خود، مراتب را قبلاً به طور کتبی به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اطلاع دهد.

ماده ۲: در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه) عبارت ذیل را چاپ کند:

«کتاب حاضر، حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد/ رساله دکتری نگارنده در رشته
است که در سال
در دانشکده

دانشگاه تربیت مدرس به راهنمایی سرکار خانم/جناب آقای دکتر ، مشاوره
سرکار خانم/جناب آقای دکتر و مشاوره سرکار خانم/جناب آقای دکتر
از آن دفاع شده است.»

ماده ۳: به منظور جبران بخشی از هزینه های انتشارات دانشگاه، تعداد یک درصد شمارگان کتاب (در هر نوبت چاپ) را به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اهدا کند. دانشگاه می تواند مازاد نیاز خود را به نفع مرکز نشر در معرض فروش قرار دهد.

ماده ۴: در صورت عدم رعایت ماده ۳، ۵۰٪ بهای شمارگان چاپ شده را به عنوان خسارت به دانشگاه تربیت مدرس، تأدیه کند.

ماده ۵: دانشجو تعهد و قبول می کند در صورت خودداری از پرداخت بهای خسارت، دانشگاه می تواند خسارت مذکور را از طریق مراجع قضایی مطالبه و وصول کند؛ به علاوه به دانشگاه حق می دهد به منظور استیفای حقوق خود، از طریق دادگاه، معادل وجه مذکور در ماده ۴ را از محل توقیف کتابهای عرضه شده نگارنده برای فروش، تامین نماید.

ماده ۶: اینجانب *مهین مقصدار* دانشجوی رشته *روانشناسی* مقطع *کارشناسی ارشد*

تعهد فوق و ضمانت اجرایی آن را قبول کرده، به آن ملتزم می شوم.

نام و نام خانوادگی: *مهین مقصدار*



تاریخ و امضا:

۱۳۹۷/۵/۱۹

آیین نامه حق مالکیت مادی و معنوی در مورد نتایج پژوهشهای علمی دانشگاه

تربیت مدرس

مقدمه: با عنایت به سیاست‌های پژوهشی و فناوری دانشگاه در راستای تحقق عدالت و کرامت انسانها که لازمه شکوفایی علمی و فنی است و رعایت حقوق مادی و معنوی دانشگاه و پژوهشگران، لازم است اعضای هیأت علمی، دانشجویان، دانش‌آموختگان و دیگر همکاران طرح، در مورد نتایج پژوهشهای علمی که تحت عناوین پایان‌نامه، رساله و طرحهای تحقیقاتی با هماهنگی دانشگاه انجام شده است، موارد زیر را رعایت نمایند:

ماده ۱- حق نشر و تکثیر پایان‌نامه/ رساله و درآمدهای حاصل از آنها متعلق به دانشگاه می باشد ولی حقوق معنوی پدید آورندگان محفوظ خواهد بود.

ماده ۲- انتشار مقاله یا مقالات مستخرج از پایان‌نامه/ رساله به صورت چاپ در نشریات علمی و یا ارائه در مجامع علمی باید به نام دانشگاه بوده و با تایید استاد راهنمای اصلی، یکی از اساتید راهنما، مشاور و یا دانشجو مسئول مکاتبات مقاله باشد. ولی مسئولیت علمی مقاله مستخرج از پایان‌نامه و رساله به عهده اساتید راهنما و دانشجو می باشد.

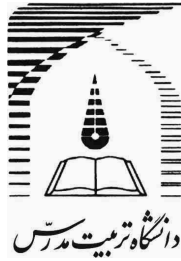
تبصره: در مقالاتی که پس از دانش‌آموختگی بصورت ترکیبی از اطلاعات جدید و نتایج حاصل از پایان‌نامه/ رساله نیز منتشر می‌شود نیز باید نام دانشگاه درج شود.

ماده ۳- انتشار کتاب، نرم افزار و یا آثار ویژه (اثری هنری مانند فیلم، عکس، نقاشی و نمایشنامه) حاصل از نتایج پایان‌نامه/ رساله و تمامی طرحهای تحقیقاتی کلیه واحدهای دانشگاه اعم از دانشکده ها، مراکز تحقیقاتی، پژوهشکده ها، پارک علم و فناوری و دیگر واحدها باید با مجوز کتبی صادره از معاونت پژوهشی دانشگاه و براساس آئین نامه های مصوب انجام شود.

ماده ۴- ثبت اختراع و تدوین دانش فنی و یا ارائه یافته ها در جشنواره‌های ملی، منطقه‌ای و بین‌المللی که حاصل نتایج مستخرج از پایان‌نامه/ رساله و تمامی طرحهای تحقیقاتی دانشگاه می باشد، باید با هماهنگی استاد راهنما یا مجری طرح از طریق معاونت پژوهشی دانشگاه انجام گیرد.

ماده ۵- این آیین‌نامه در ۵ ماده و یک تبصره در تاریخ ۸۷/۴/۱ در شورای پژوهشی و در تاریخ ۸۷/۴/۲۳ در هیأت رئیسه دانشگاه به تایید رسید و در جلسه مورخ ۸۷/۷/۱۵ شورای دانشگاه به تصویب رسیده و از تاریخ تصویب در شورای دانشگاه لازم‌الاجرا است.


۱۳۹۰/۲/۱۹



دانشگاه تربیت مدرس

دانشکده علوم انسانی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی

عنوان:

مقایسه ابعاد شخصیتی آیزنک در افراد دارای چرخه صبحگاهی - شامگاهی

نگارنده:

مهدیس مقصودلو

استاد راهنما:

دکتر پرویز آزاد فلاح

استاد مشاور:

دکتر سید کاظم رسول زاده طباطبائی

فروردین ماه ۱۳۹۰

تقدیم به

دست های مهربانانی که مرا یاری کردند

و

تقدیم به دل های عزیزانی که دعا های آنها انرژی حرکت می داد.

به قلب مهربان مادرم و دست های امن پدرم که مامنی استوار برای روزهای سختم بودند.

تقدیر و سپاس

در پایان وظیفه خود می دانم از استاد ارجمندم، جناب آقای دکتر آزاد فلاح، که در پدید آوردن این رساله مرا یاری دادند، صمیمانه سپاس گذاری کنم چرا که پیمودن این راه دشوار بدون مساعدت های بی دریغ شان امکان پذیر نبود.

همچنین لازم می دانم از راهنمایی های روشننگر و بی دریغ جناب آقای دکتر سید کاظم رسول زاده طباطبائی، مراتب تشکر و تقدیر خود را اعلام نمایم.

چکیده

چرخه های شبانه روزی بسیاری از فرایندهای فیزیولوژیک بدنی را در بر می گیرد. یکی از این چرخه های بدنی، چرخه خواب و بیداری می باشد که بر اساس آن افراد به دو دسته تقسیم می شوند. افراد صبحگاهی در صبح کارایی بیشتری دارند و نقطه اوج فعالیت های فیزیولوژیک آنها در صبح قرار دارد و افراد شامگاهی که در شب کارایی بیشتری دارند و عملکردهای فیزیولوژیک آنها ۱ تا ۳ ساعت دیرتر به نقطه اوج می رسد. این چرخه ها تحت تاثیر عوامل محیطی قرار می گیرند. بررسی ویژگی های شخصیتی افراد در هریک از این چرخه ها به شناخت صحیح تر و بهره گیری بیشتر از توانایی این افراد کمک می کند.

هدف از تحقیق حاضر، مقایسه ی ابعاد شخصیتی برونگرایی، نوروزگرایی و سایکوزگرایی آیزنک در افراد دارای چرخه های صبحگاهی- شامگاهی می باشد. ۳۱۰ نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس که به صورت تصادفی طبقه ای انتخاب شدند، پرسشنامه ی شخصیت صبحگاهی- شامگاهی و پرسشنامه شخصیت آیزنک EPQ را تکمیل نمودند. تحلیل داده ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس یک راهه ANOVA انجام گرفت. نتایج به دست آمده بیانگر آن است که بین ابعاد برونگرایی و نوروزگرایی با شامگاهی بودن رابطه ای وجود ندارد و بین سایکوزگرایی و شامگاهی بودن رابطه ی معناداری وجود دارد.

نتایج مطالعه حاضر همسو با تحقیقات پیشین رابطه بین سایکوزگرایی و چرخه شامگاهی را تایید می کند و نشان می دهد که افراد دارای چرخه شامگاهی در مقایسه با افراد دارای چرخه صبحگاهی سایکوزگرایی بالاتری دارند اما از لحاظ برونگرایی و نوروزگرایی با یکدیگر تفاوتی ندارند.

کلمات کلیدی: چرخه های شبانه روزی، صبحگاهی، شامگاهی، برونگرایی، نوروزگرایی، سایکوزگرایی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: مقدمه و گستره ی مسئله ی مورد پژوهش

۲	۱-۱-مقدمه
۴	۲-۱-بیان مساله
۱۱	۳-۱-ضرورت پژوهش
۱۳	۴-۱-سوال های پژوهش
۱۳	۵-۱-فرضیه های پژوهش.....
۱۳	۶-۱-هدف پژوهش.....
۱۳	۱-۶-۱-اهداف جزئی.....
۱۴	۷-۱-تعاریف نظری و عملیاتی
۱۴	۱-۷-۱-چرخه های شبانه روزی
۱۴	۲-۷-۱-صبحگاهی - شامگاهی
۱۵	۳-۷-۱-ابعاد شخصیتی آیزنک.....

فصل دوم: گستره ی نظری و پیشینه ی پژوهش

۲۰	۱-۲-تفاوتهای فردی
----	-------------------------

- ۲۲-۲-چرخه های شبانه روزی ۲۲
- ۲۴-۲-۱-مدل مرحله ای چرخه های شبانه روزی ۲۴
- ۲۵-۳-چرخه های صبحگاهی-شامگاهی ۲۵
- ۲۷-۲-۱-ویژگی های فیزیولوژیک و نوع چرخه شبانه روزی ۲۷
- ۲۹-۲-۳-ویژگی های رفتاری و نوع چرخه شبانه روزی ۲۹
- ۳۰-۳-۳-عوامل محیطی و چرخه های شبانه روزی ۳۰
- ۳۲-۲-۴-پارامترهای روانشناختی و نوع چرخه شبانه روزی ۳۲
- ۳۶-۲-۴-نظریه آیزنک ۳۶
- ۳۷-۲-۴-۱-برونگرایی ۳۷
- ۳۹-۲-۴-۲-نوروزگرایی ۳۹
- ۴۱-۲-۴-۳-سایکوزگرایی ۴۱

فصل سوم: روش شناسی

- ۴۴-۳-۱-روش تحقیق..... ۴۴
- ۴۴-۳-۲-جامعه آماری..... ۴۴
- ۴۵-۳-۳-گروه نمونه..... ۴۵
- ۴۷-۳-۴-روش نمونه گیری..... ۴۷
- ۴۸-۳-۵-ابزارهای پژوهش..... ۴۸
- ۴۸-۳-۵-۱- پرسشنامه شخصیت آیزنک..... ۴۸
- ۵۰-۳-۵-۲- پرسشنامه شخصیت صبحگاهی-شامگاهی..... ۵۰
- ۵۲-۳-۶-روند اجرا..... ۵۲
- ۵۲-۳-۷-شیوه تجزیه و تحلیل داده ها..... ۵۲

فصل چهارم: یافته های پژوهش

- ۱-۴-۱- داده های توصیفی..... ۵۵
- ۱-۴-۱-۱- شاخص های توصیفی متغیرهای شخصیت..... ۵۵
- ۱-۴-۲- بررسی توزیع درصد افراد نمونه بر اساس چرخه صبحگاهی-شامگاهی..... ۵۵
- ۲-۴-۲- تحلیل آماری فرضیه ها..... ۵۷
- ۲-۴-۱- بررسی فرضیه اول: شامگاهی بودن با برونگرایی رابطه مستقیم دارد..... ۵۷
- ۲-۴-۲- بررسی فرضیه دوم: شامگاهی بودن با نوروزگرایی رابطه مستقیم دارد..... ۵۹
- ۲-۴-۳- بررسی فرضیه سوم: شامگاهی بودن با سایکوزگرایی رابطه مستقیم دارد..... ۶۱
- ۳-۴-۳- بررسی ارتباط میان عوامل جمعیت شناختی و چرخه شامگاهی..... ۶۴

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

- ۱-۵-۱- بحث کلی..... ۶۶
- ۲-۵-۲- بحث در چهارچوب فرضیه ها..... ۷۱
- ۲-۵-۱-۲- رابطه برونگرایی با چرخه شامگاهی..... ۷۱
- ۲-۵-۲-۲- رابطه نوروزگرایی با چرخه شامگاهی..... ۷۳
- ۲-۵-۳-۲- رابطه سایکوزگرایی با چرخه شامگاهی..... ۷۵
- ۳-۵-۳- محدودیت ها..... ۷۸
- ۴-۵-۴- پیشنهادها..... ۷۹
- منابع و ماخذ..... ۸۰

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۳-۱ توزیع فراوانی افراد در جامعه آماری بر حسب خوابگاه.....	۴۵
جدول ۳-۲ توزیع فراوانی افراد گروه نمونه بر حسب تعداد افراد هر خوابگاه	۴۷
جدول ۴-۱ مقایسه شاخص های آماری ابعاد شخصیت در گروه نمونه.....	۵۵
جدول ۴-۲ توزیع فراوانی افراد نمونه در هر یک از چرخه های شبانه روزی.....	۵۶
جدول ۴-۳ شاخص های آماری چرخه های صبحگاهی-شامگاهی.....	۵۶
جدول ۴-۴ همبستگی پیرسون بین شخصیت صبحگاهی-شامگاهی و برونگرایی.....	۵۷
جدول ۴-۵ بررسی میزان برونگرایی در چرخه های شبانه روزی.....	۵۸
جدول ۴-۶ خلاصه آزمون مجذور خی و فای کرامر در بررسی رابطه بین برونگرایی و چرخه شامگاهی.....	۵۹
جدول ۴-۷ همبستگی پیرسون بین شخصیت صبحگاهی-شامگاهی و نوروزگرایی.....	۵۹
جدول ۴-۸ بررسی میزان نوروزگرایی در چرخه های شبانه روزی.....	۶۰
جدول ۴-۹ خلاصه آزمون مجذور خی و فای کرامر در بررسی رابطه بین نوروزگرایی و چرخه شامگاهی.....	۶۱
جدول ۴-۱۰ همبستگی پیرسون بین شخصیت صبحگاهی-شامگاهی و سایکوزگرایی.....	۶۱
جدول ۴-۱۱ بررسی میزان سایکوزگرایی در چرخه های شبانه روزی.....	۶۲
جدول ۴-۱۲ خلاصه آزمون مجذور خی و فای کرامر در بررسی رابطه بین سایکوزگرایی و چرخه شامگاهی... ..	۶۳
جدول ۴-۱۳ رابطه عوامل جمعیت شناختی و چرخه شامگاهی.....	۶۴

فصل اول

مقدمه و گستره ی
مسئله ی مورد پژوهش

۱ - مقدمه :

قرن ها، دانشمندان رشته های مختلف با پیشینه های گوناگون درباره آنچه انسان را بر می انگیزد، گمان پردازی کرده اند. دامنه توضیحات ارائه شده درباره این موضوع، از این استدلال که رفتار انسان تماماً از پیش تعیین می شود مثلاً از روی ساختار ژنتیک، تا این استدلال که انسان مهار سرنوشت خود را به طور کامل در دست دارد، گسترش داشت. در آغاز قرن بیستم بسیاری از تبیین های گوناگون مورد ژرف نگری علمی قرار گرفت. در نتیجه، امروز درک بسیار روشن تری از آنچه انسان را بر می انگیزد، داریم. ما زاده نشده ایم که نقشی از پیش تعیین شده را در این جهان ایفا کنیم یا آزادی کامل داشته باشیم تا هر آنچه می خواهیم انجام دهیم. در اولین نگاه، ساختار زیستی بدن، ما را محدود می سازد و در نگاهی کلی تر، محیط نیز می تواند مانع از رشد بسیاری از ویژگی هایی که به صورت نهفته در ما وجود دارد، شود. از طرف دیگر، گاه با ایجاد تغییراتی جزئی در محیط نه تنها شیوه رفتار خود، بلکه حداقل تا اندازه ای، شیوه رفتار دیگران را نیز می توانیم تغییر دهیم (رابرتز^۱، ۲۰۰۱).

از منظر دینی تفاوت های فردی^۲، آثار حکمت و تدبیر الهی است تا افراد و اجتماع را به سوی تکامل سوق داده، در پرتو آن حس پیشرفت را که در نهاد او قرار داده شده به فعلیت در آورد، دستیابی به تمدن انسانی را امکان پذیر سازد و در نتیجه آن انسان بر سایر مخلوقات برتری یابد. در این رابطه

^۱ Roberts, W.

^۲ Individual Differences

قرآن می فرماید، ((كُلُّ يَعْملُ عَلٰى شَاكِلَتِهٖ)) بگو که، هرکس بر اساس روش و خلق و خوی خود عمل می کند. «اسرا/ ۸۳» (احمدی، ۱۳۷۳).

کشف این مطلب اساسی که افراد بشر با یکدیگر فرق دارند، قسمتی از میراث روان شناسی جدید است. اگر چه فیلسوفان گذشته درباره اینکه آیا تفاوت‌های فردی در رفتار و استعداد، فطری است یا اکتسابی، بحث نموده‌اند ولی بر همه مسلم است که بین افراد بشر تفاوت وجود دارد. فیلسوفان و علما تا به امروز همواره در جستجوی مجموعه‌ای از قوانین کلی بوده‌اند که بوسیله آن بتوان رفتار بشر را توجیه نمود. آنها به اختلاف‌های موجود در افراد کمتر علاقه و توجه نشان داده‌اند. متأسفانه قوانین کلی هم قادر به توجیه واضح و کامل رفتار انسان نبودند و پیشرفت واقعی هنگامی میسر شد که این قوانین کلی خصوصیات متمایز افراد را در نظر گرفت. با توجه به عقاید فیلسوفان و پیشرفتهایی که در این زمینه به عمل آمد، توجه واقعی به اختلاف‌های فردی در اوایل قرن نوزدهم شکل گرفت. برای شناخت واقعی انسان باید متغیرهای شخصیت^۱ و خصوصیات منحصر به فرد جسمانی و اجتماعی که در تاریخچه زندگی هر فرد موجود است را مورد بررسی و تحلیل قرار داد (شمس اسفند آباد، ۱۳۸۷). در این پژوهش نیز، پژوهشگر به زعم خود تلاش نموده است تا یکی از ابعاد این تفاوت‌ها را، یعنی مقایسه ابعاد شخصیتی آیزنک^۲ در افراد دارای چرخه‌های صبحگاهی- شامگاهی، مورد بررسی و تحلیل علمی قرار دهد.

^۱ Personality

^۲ Eysenck, H. J.

۴ ۱ بیان مسأله :

بشر همیشه از اختلافات موجود بین افراد آگاه بوده است. در بعضی از نوشته‌های قدما این آگاهی به خوبی دیده می‌شود. برای مثال افلاطون معتقد بود که تفویض حرفه به افراد باید بر حسب قابلیت و شایستگی آنها صورت گیرد. او در کتاب جمهوریت پیشنهاد می‌کند که از داوطلبان استخدام در ارتش آزمایش استعداد سربازی به عمل آید و آنها را بر اساس این آزمایش انتخاب کنند (هولبو^۱ و وارینگ^۲، ۲۰۰۲). ارسطو درباره اختلافات موجود در جوامع مختلف مطالبی نوشته و به تفاوت های نژادی، جنسی و اجتماعی اهمیت داده است. در قرون وسطی شناسایی اختلافات فردی جای خود را به قوانین کلی فلسفی درباره رفتار بشر داد (دسلاویر^۳، ۲۰۰۹). در قرن هجدهم افرادی مانند روسو و هربارت توجه مجدد به این مطلب را برانگیختند ولی با این وجود حتی در قرن نوزدهم نیز توجه واقعی به این امر آن طور که باید، مبذول نشد. تفاوت‌های فردی برای اولین بار بر اثر یک تصادف جالب توسط علوم نجومی اندازه گیری شد. در سال ۱۷۹۶ ستاره شناسی به نام ماسلکین همکار خود را به این دلیل که مشاهدات او از حرکات ستارگان با مشاهدات خودش یک ثانیه اختلاف داشت، اخراج کرد. در سال ۱۸۱۶ بیس که او نیز ستاره شناس بود به این نتیجه رسید که معمولاً در مشاهدات افراد اختلافاتی وجود دارد (کیبل وایت^۴، ۱۸۷۶). او برای اثبات این عقیده شواهد زیادی جمع آوری کرد. این کشف علم نجوم در تحقیقاتی که بعدها در زمینه روان شناسی تجربی راجع به سرعت عکس‌العمل افراد انجام شد، تاثیر بسزایی داشت. اما عده ای معتقدند که مطالعه علمی تفاوت‌های فردی، توسط نظریه تکاملی داروین شروع شده است. داروین در کتاب خود با صراحت به تفاوت های فردی اشاره می‌کند و می‌گوید: افراد یک نوع جاندار، خصوصیات فردی متفاوتی دارند و خصوصیات فردی مساعد موجب بقا می‌شود و آن را انتخاب طبیعی نامید (داروین، ۱۹۸۵ به نقل از میکالسکی^۵

¹ Holbo, J.

² Waring, B.

³ Deslauriers, M.

⁴ Kibblewhite, E.J.

⁵ Michalski, R.

و شاکلفورد^۱، ۲۰۰۹). علاوه بر این، افراد دیگری نیز موجب گسترش علم تفاوت های فردی شدند. یکی از این افراد فرانسیس گالتون^۲ بود که امروزه وی را پدر روانشناسی تفاوت های فردی می دانند. گالتون با مطالعه افراد نابغه، معتقد بود که نبوغ در بین انسان ها ارثی است. مردان نامی اغلب اجدادی نامی داشته اند؛ البته او دو عامل وراثت و محیط را در بوجود آمدن تفاوت های فردی موثر می داند. آلفرد بینه^۳، اولین آزمون هوش را تهیه کرد و از آن زمان به بعد بود که دیگران توانستند تفاوت های فردی را به طور علمی و دقیق مورد بررسی قرار دهند (پاشا شریفی، ۱۳۸۴). از سوی دیگر، انسان ها از لحاظ درجه انگیزش نیز متفاوت از یکدیگر هستند. برخی افراد از لحاظ سطح انگیزش بالتر هستند، یعنی میزان انگیزش آنها بالاتر از دیگران است و برخی افراد برعکس، همچنین از لحاظ انواع انگیزش نیز افراد می توانند تفاوت هایی با یکدیگر داشته باشند. برخی افراد از انگیزش پیشرفت بالایی برخوردارند، برخی از انگیزش پیوند جویی بالا و برخی از انگیزش قدرت در سطح بالاتری نسبت به سایر هم نوعان خود برخوردارند (ریو، ۱۳۸۵). تفاوت های فردی فقط به بحث هوش، سرعت عکس العمل و انگیزش محدود نمی شود، افراد از لحاظ ویژگی های شخصیتی نیز از یکدیگر متفاوت هستند. بررسی تفاوت های افراد در زمینه ویژگی های شخصیتی توسط روان شناسان شخصیت انجام گرفته است. افراد از لحاظ ویژگی هایی چون درونگرایی یا برونگرایی، انعطاف پذیری و ... با یکدیگر تفاوت دارند. از دیدگاه انطباقی، افراد رفتار خود را با موقعیت حاضر، که حالت درونی فرد را نیز شامل می شود، منطبق می کنند که این منجر به تفاوت های فردی در رفتار می شود. در حقیقت مردم از هر جنس و سنی در گرایش به برونگرایی، هم رنگ بودن، نوروگرایی و ... با یکدیگر تفاوت های پایداری دارند. آنها این تفاوت های فردی را نه تنها در انسان بلکه در سایر موجودات زنده مشاهده کردند (سیه^۴ و همکاران، ۲۰۰۴). برای مثال انسان ها در گرایش به پرخاشگری با یکدیگر تفاوت دارند. اگرچه انسان ها سطوح پرخاشگری خود را با توجه به بافت موقعیت تغییر می دهند اما همیشه عده ای پرخاشگر تر

¹ Shackelford, T.

² Galton, F.

³ Binet, A.

⁴ Sih, A.

از دیگران هستند. این تفاوت های فردی در انسان ها، تیپ های شخصیتی نامیده می شود (سیه، ۲۰۰۴، گوسلین^۱، ۲۰۰۱).

علاقه به کشف همین تفاوت های موجود در شخصیت افراد، زمینه ایجاد انواع آزمون های شخصیت سنج و سیاهه های مختلف، برای ارزیابی و مقایسه شخصیت ها و گاهی اختلالات شخصیت شده است (نتل^۲، ۲۰۰۵).

اما آنچه که بدون شک در این زمان ذهن را به تکاپو می کشاند پاسخ به این سؤال است که تفاوت های فردی از چه چیزی ناشی می شوند؟ پژوهشگران سه عامل اصلی را، علت بروز و تداوم تفاوت های فردی قلمداد می کنند؛ این ۳ عامل محیط^۳، خود^۴ و وراثت^۵ فرد هستند. محیطی که ما در آن به دنیا می آییم و به زندگی در آن ادامه می دهیم تأثیر زیادی بر ما دارد. تأثیرات محیطی آن دسته از عوامل هستند که بر ارگانیسم، چه در مراحل اولیه رشد که جنین داخل رحم مادر است و چه در خارج از رحم و از بدو تولد، اثر می گذارند. جنین به وسیله مایعی در محیط اطراف خود محافظت می شود. همچنین مادر برای جنین مواد غذایی فراهم می کند که این ها نشان دهنده تاثیر عوامل محیطی بر جنین است. محیط اجتماعی روانی که کودک در آن به دنیا می آید نیز بر او تاثیر گذار است. وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده، تعامل بین اعضا، محیط خانوادگی و محیط مدرسه شرایط مختلفی را برای رشد تفاوت های فردی ایجاد می کند. تفاوت های فردی همچنین با ساخت خود در فرد نیز مرتبط است. اعضای هر خانواده دوستان متفاوتی دارند، فکرها و علایق متفاوتی دارند و هر عضو خانواده شخصیت و هوش متفاوتی دارد. عامل دیگری که نقش مهمی در ایجاد تفاوت بین فردی دارد، وراثت است. در زمان حاملگی و مراحل اولیه جنینی، همه فتوس ها تقریباً یکسان به نظر می آیند. همانطور که رشد ادامه می یابد، تفاوتها به تدریج آشکار می شود. حتی نوزادان تازه به دنیا آمده تفاوت های مشخصی را در رفتارشان نشان می دهند. بعضی ها بیشتر گریه می کنند، بعضی ها کمتر، بعضی ها

¹ Goslin, S.

² Nettle, D.

³ Environment

⁴ Self

⁵ Genetic

فعال تر هستند و بعضی اشتباهی بیشتری دارند. این موارد نشانگر تاثیر عوامل وراثتی بر فرد می باشند (استملر^۱ و واکر^۲، ۲۰۰۹).

وراثت و محیط دو منبع عمده ایجاد تفاوتها هستند. تعامل مداوم آنها در تفاوتهای اعضای یک خانواده قابل مشاهده است. پایه وراثتی تفاوتهای فردی در دامنه نامحدودی از ترکیب های ژنی ممکن، قرار می گیرد. حتی دوقلو ها هم وراثت یکسانی ندارند چون ژن های یکسانی از والدین نمی گیرند. دوقلو های دوتخمکی با این وجود که والدین یکسانی دارند و در یک زمان متولد می شوند به دلیل اینکه جرم های سلولی مشابهی ندارند، از یکدیگر متفاوت هستند. اما دوقلوهای یک تخمکی چون مجموعه ژنی یکسانی دارند با هم شباهت بیشتری دارند.

این تفاوتهای زیستی در بدن انسان نه تنها در ژن ها بلکه در ساختار و عملکرد قسمت های مختلف بدن از جمله چرخه های درونی بدن نیز قابل مشاهده است و منجر به ایجاد چرخه های بدنی مختلف می شود (رایت^۳ و همکاران، ۲۰۰۶). یکی از این چرخه ها، چرخه های شبانه روزی^۴ است. چرخه های شبانه روزی بر ساعات خواب و بیداری در افراد مختلف تاثیر می گذارد و دو ویژگی صبحگاهی^۵ و شامگاهی^۶ بودن را ایجاد می کند. چرخه های صبحگاهی - شامگاهی از لحاظ جنبه های های فیزیولوژیک و شخصیتی با هم تفاوت دارند. با توجه به تغییرات فیزیولوژیکی که در شبانه روز در بدن اتفاق می افتد، می توان گفت که افراد ممکن است از لحاظ نقاط اوج فعالیت های فیزیولوژیک با هم تفاوت داشته باشند. اشخاص صبحگاهی زودتر می خوابند و زودتر از خواب بیدار می شوند و در اوایل روز در مقایسه با افراد شامگاهی کارایی بیشتری دارند. افراد شامگاهی به سختی بیدار می شوند و وقتی بیدار می شوند، خسته هستند و تا دیر وقت در شب بیدار می مانند (کوالرا^۷ و گیودیسی^۸، ۲۰۰۶).

¹ Stemmler, G.

² Wacker, J.

³ Wright, C.

⁴ Circadian Rhythm

⁵ Morningness

⁶ Eveningness

⁷ Cavallera, G.

⁸ Giudici, S.

چرخه های صبحگاهی - شامگاهی از ابعاد فیزیولوژیک شخصیت هستند و با در نظر گرفتن تاثیری که مسایل فیزیولوژیک بر ابعاد شخصیت دارند، جهت تعیین نوع بعد شخصیتی در هر یک از چرخه های صبحگاهی - شامگاهی، به بررسی آن دسته از ابعاد شخصیتی می پردازیم که آنها نیز دارای پایه های فیزیولوژیک باشند. بررسی ها نشان داده که ابعاد شخصیتی آیزنک نیز ریشه در پایه های فیزیولوژیک شخصیت دارد. آنها پایه های فیزیولوژیک در ابعادی مثل ژنتیکی بودن یا جنبه های زیستی شیمیایی دارند. تحقیقات نشان داده اند که درونگراها دمای بدنشان زودتر از برونگراها در صبح بالا می رود و در عصر پایین می آید (بلیک^۱، ۱۹۶۷). در افراد صبحگاهی نیز دمای بدن ۲ تا ۳ ساعت زودتر از افراد شامگاهی بالا می رود (ناتالی^۲ و آلزانی^۳، ۲۰۰۱). همچنین بلیک (۱۹۶۷) بیان می کند که چون درونگراها در صبح برانگیختگی بیشتری دارند بهتر از برونگراها عمل می کنند و این با نتایج تحقیقات سونگ^۴ و استوگ^۵ (۲۰۰۰) درباره برانگیختگی بیشتر افراد صبحگاهی در صبح همخوان همخوان است. هور^۶ (۲۰۰۷) ۵۰٪ تغییر پذیری چرخه های صبحگاهی - شامگاهی را قابل استناد به عوامل ژنتیکی می داند که این با بحث آیزنک پیرامون ژنتیکی بودن ابعادی که مطرح کرده است، همخوانی دارد (گیلپسی^۷ و همکاران، ۲۰۰۴).

همانطور که بیان شد ویژگی های شخصیتی افراد در چرخه های شبانه روزی متفاوت است. چندین تحقیق بر رابطه بین صبحگاهی - شامگاهی بودن و ابعاد شخصیتی آیزنک صورت گرفته، ولی نتایج تحقیقات مختلف بوده است. در یک بازبینی ۳۰ ساله از تحقیق های انجام گرفته بر تفاوت های فردی در چرخه های صبحگاهی - شامگاهی، تانکوا^۸ و همکارانش (۱۹۹۴) ۱۵ تحقیق را که برونگرایی، برونگرایی، ۱۱ تحقیق را که نوروزگرایی و ۲ تحقیق را که سایکوزگرایی را مطالعه کرده بودند، مورد بررسی قرار دادند. در ۹ تحقیق درباره برونگرایی، این ویژگی با شامگاهی بودن ارتباط داشت. در ۴

¹ Blake, M.

² Natale, V.

³ Alzani, A.

⁴ Song, J.

⁵ Stough, C.

⁶ Hur, Y.

⁷ Gillipsie, N.

⁸ Tankova, I.