

## اثر شخصیت راکدماندگی و پدیدآورندگی بر سبک زندگی: نگاهی تجربی به نظریه روان‌شناسی تحولی اریکسون در گستره عمر

خدا مراد مؤمنی\*، عمران داوری نژاد\*\*، حسن شاهی\*\*\* و  
پریساجانجانی\*\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی راکدماندگی - پدیدآورندگی و سبک زندگی سالم اجرا شد. این پژوهش یک طرح توصیفی و از نوع همبستگی بود. نمونه پژوهش شامل ۳۰۰ نفر (۱۵۴ زن و ۱۴۶ مرد) بودند که از بین کارکنان اداره‌های آموزش و پرورش شهر تهران و با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای سنجش ویژگی‌های شخصیتی راکدماندگی - پدیدآورندگی، از مقیاس راکدماندگی برادلی (BBS)، و مقیاس پدیدآورندگی لویولا (LGS)، و برای سنجش سبک زندگی سالم از نیمرخ سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت (HPLP-II) استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از همبستگی گشتاوری پیرسون و تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی انجام شد. نتایج نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی با سبک زندگی سالم ارتباط داشت. راکدماندگی به صورت منفی و پدیدآورندگی به صورت مثبت با سبک زندگی سالم ارتباط داشت. نمره کل سبک زندگی سالم توسط راکدماندگی (به صورت منفی) و پدیدآورندگی (به صورت مثبت) پیش‌بینی شد. یافته‌های پژوهش در قالب الگوهای ارتقاء سلامت و الگوهای شخصیتی نشان‌دهنده اهمیت رویکرد تحولی در زمینه ابعاد مختلف سبک زندگی، تفسیر شد. در مجموع، ابعاد گوناگون سبک زندگی در بستر تحول روانی - اجتماعی و در ارتباط مستقیم با ویژگی‌های شخصیتی شکل می‌گیرند. پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آینده نقش و اهمیت رویکرد تحولی در شکل‌گیری و تغییرات رفتارهای سبک زندگی بیشتر بررسی شود.

کلیدواژه‌ها: راکدماندگی؛ پدیدآورندگی؛ روان‌شناسی تحولی؛ روان‌شناسی گستره عمر؛ سبک زندگی سالم

\*دانشیار روان‌شناسی دانشگاه رازی، کرمانشاه

\*\*استادیار روان‌پزشکی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه

\*\*\*دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی دانشگاه رازی، کرمانشاه [Hassanshahi84@Gmail.com](mailto:Hassanshahi84@Gmail.com)

\*\*\*\*دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی دانشگاه رازی، کرمانشاه.

## مقدمه

روان‌شناسی تحولی گستره عمر یا روان‌شناسی گستره عمر<sup>۱</sup> با مطالعه و بررسی تحول فردی (پدیدآیی فردی)<sup>۲</sup> از نطفه تا دوره سالمندی سر و کار دارد (دمروتی، بیکر، و لایتر، ۲۰۱۴). مفروضه اصلی روان‌شناسی گستره عمر این است که تحول در بزرگسالی به اتمام نمی‌رسد، بلکه کل مسیر زندگی را تا زمان مرگ در بر می‌گیرد و شامل فرآیندهای انطباقی اکتساب، نگهداری، تغییر شکل، و فرسایش در ساختارها و کنش‌های روان‌شناختی و جسمانی در گستره عمر است (فروند، ۲۰۰۸). هکهاوزن، روش، و شولز<sup>۵</sup> (۲۰۱۰) معتقدند که به صورت کلی دو شیوه برای نظریه‌پردازی در حیطه گستره عمر وجود دارد: فرد محور<sup>۶</sup> و کنش محور<sup>۷</sup>. رویکرد فرد محور تلاش می‌کند تا دوره‌های سنی را به یک الگوی کلی تحول فردی در تمام عمر، ارتباط دهد. نظریه اریکسون (۱۹۶۳)، نمونه‌ای از این رویکرد است. رویکرد کنش محور بر یک مقوله‌ای از رفتار، یا یک مکانیسم؛ مانند ادراک، پردازش اطلاعات، دلبستگی، هویت، صفات شخصیت و غیره، تأکید کرده و تغییرات آن را بررسی می‌کند. الگوی ارتقاء سلامت<sup>۸</sup> (پندر، ۱۹۸۷)<sup>۹</sup> نمونه‌ای از این رویکرد است.

پندر (۱۹۸۷) بین رفتار نگهدارنده سلامت<sup>۱۰</sup> و رفتار ارتقاءدهنده سلامت<sup>۱۱</sup> تمایز قائل می‌شود. به نظر او رفتار نگهدارنده سلامت، بر کاهش احتمال رویارویی با خطر و بیماری دلالت دارد، و رفتار ارتقاءدهنده سلامت بر افزایش سطح بهزیستی و خودشکوفایی فرد دلالت

- 
1. lifespan psychology
  2. ontogenesis
  3. Demerouti, Bakker & Leiter
  4. Freund
  5. Heckhausen, Wrosch & Schulz
  6. person-centered
  7. function-centered
  8. health promotion model
  9. Pender
  10. health protection behavior
  11. health promotion behavior

دارد. وولکر<sup>۱</sup> (وولکر، سکریست<sup>۲</sup>، و پندر، ۱۹۸۷؛ وولکر، کر<sup>۳</sup>، پندر، و سکریست، ۱۹۹۰؛ وولکر و هیل-پولرکی<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶) الگوی ارتقاء سلامت پندر را گسترش داده و معتقد است که سبک زندگی سالم دارای شش مؤلفه است. (۱) تعالی معنوی<sup>۵</sup>: بر تحول منابع درونی تمرکز داشته و از طریق فراروی<sup>۶</sup>، مرتبط بودن<sup>۷</sup>، و تحول یافتن<sup>۸</sup> حاصل می‌شود؛ (۲) مسئولیت‌پذیری درباره سلامت خود (خود مسئولیت‌پذیری)<sup>۹</sup>: شامل یک نگرش فعالانه در زمینه پیگیری بهزیستی خود فرد است؛ (۳) فعالیت جسمانی<sup>۱۰</sup>: شامل مشارکت منظم در فعالیت‌های سبک، ملایم و/یا سنگین است؛ (۴) تغذیه<sup>۱۱</sup>: شامل انتخاب و مصرف هوشمندانه غذاهای ضروری برای معاش، سلامتی و بهزیستی است؛ (۵) روابط میان‌فردی<sup>۱۲</sup>: مشتمل بر بهره‌گیری از ارتباط به منظور دستیابی به حس صمیمیت و نزدیکی، در قالب روابط معنادار و نه اتفاقی، با دیگران است. و (۶) مدیریت استرس<sup>۱۳</sup>: شامل شناسایی و بسیج منابع روان‌شناختی و جسمانی برای کنترل یا کاهش مؤثر تنش است.

پژوهشگران مختلف به بررسی سبک زندگی در پهنه گستره عمر (بویژه میانسالی) اقدام کرده‌اند. به عنوان مثال، اندروز، کلارک، و لوژ<sup>۱۴</sup> (۲۰۰۲)، به این نتیجه رسیدند که سبک زندگی سالم به صورت نسبی، بهزیستی دوره سالمندی را افزایش می‌دهد. آلمیدا، نورمن، هنکی<sup>۱۵</sup> و همکاران (۲۰۰۶) نشان دادند که تغییر دادن سبک زندگی، از طریق افزایش

- 
1. Walker
  2. Sechrist
  3. Kerr
  4. Hill-Polerecky
  5. spiritual growth
  6. transcending
  7. connecting
  8. developing
  9. health responsibility (self responsibility)
  10. physical activity
  11. nutrition
  12. interpersonal relations
  13. stress management
  14. Andrews, Clark & Luszcz
  15. Almeida, Norman & Hankey

فعالیت‌های جسمانی و کاهش وعده‌های غذایی چاق‌کننده، ممکن است راهبردهایی باشند که زمینه را برای به حداکثر رساندن سلامت در جامعه فراهم کنند. پولادفر و احمدی (۱۳۸۴) نشان دادند که سبک زندگی می‌تواند در بروز و عدم بروز تمام اختلالات روان‌شناختی نقشی تعیین‌کننده ایفا کند. از سوئی دیگر، پیسینگر، تافت، آدال، گلومر، و یورگسنس<sup>۱</sup> (۲۰۰۹)، به تأثیرهای مثبت مداخله در سبک زندگی افراد، بر وضعیت سلامتی جسمانی و روانی آن‌ها اشاره کرده‌اند. در همین راستا، قربانعلی پور، فراهانی، برجعلی و مقدس (۱۳۸۷) تأکید کردند که آموزش تغییر در سبک زندگی موجب افزایش رضایت زناشویی در زوجین می‌شود. دسته دیگری از پژوهشگران (داهانی، درامه، محمودی، نوولا<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵) کیفیت زندگی مرتبط با سلامت<sup>۳</sup> را به عنوان معیار سبک زندگی سالم مفهوم‌سازی کرده‌اند و بر نقش بهزیستی روان‌شناختی و جسمانی تأکید کرده‌اند. در مسیری مشابه، لی، لین، لیو<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۴) نیز بر اهمیت کیفیت زندگی تأکید کرده و سبک زندگی سالم را از طریق حمایت رونی اجتماعی<sup>۵</sup> و رویارویی با بیماری‌های مزمن تعریف کرده‌اند.

اما آن‌گونه اسمدسلوند<sup>۶</sup> (۱۹۹۵) اشاره کرده‌اند، سبک زندگی در پهنه شخصیت فرد به صورت سازمان‌یافته شکل می‌گیرد. در ارتباط با عوامل شخصیتی، اریکسون با اتخاذ اصل زیست‌شناختی پدیدآیی جمعی<sup>۷</sup>، یک چهارچوب مرحله‌ای متوالی را برای تحول من<sup>۸</sup> ترسیم کرده است که در آن هر دوره نمودار<sup>۹</sup> به صورت نظام‌دار با سایر مراحل در ارتباط است. بر اساس دیدگاه اریکسون، پدیدآورندگی در درجه اول عبارت است از نگرانی و توجه برای بنیانگذاری و راهنمایی نسل آینده (مک‌آدامز و دی‌سانت. آوبین<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۲). تکلیف بحرانی

- 
1. Pisinger, Toft, Aadahl, Glumer & Jorgensen
  2. Dahany, Dramé, Mahmoudi & Novella
  3. health-related quality of life
  4. Li, Lin, Lin & Liu
  5. psychosocial support
  6. Smedslund
  7. epigenesis
  8. ego development
  9. growth period
  10. McAdams & de St Aubin

روان‌شناختی این مرحله، دستیابی به یک تعادل بین پدیدآوردگی و راکدماندگی است. نیروی مرکزی پرورش یافته به وسیله پدیدآوردگی، مراقبت<sup>۱</sup> است؛ از قبیل مراقبت کردن از چیزی، مراقبت کردن از کسی، مراقبت کردن از آنچه نیازمند محافظت و توجه است و مراقبت کردن از آنچه مخرب و ویرانگر است (ساوچوک<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵). راکدماندگی - قطب مخالف پدیدآوردگی - بیان‌کننده یک موضع‌گیری نادیده‌انگارانه<sup>۳</sup> نسبت به جهان است. در این مفهوم، راکدماندگی، همچنین به عنوان جذب خود شدن<sup>۴</sup> تعبیر شده است که نشان‌دهنده عدم مراقبت از دیگران و فقط تمرکز بر خود و مراقبت از خود است. سطح افراطی راکدماندگی به طرد<sup>۵</sup> منجر می‌شود، که به صورت عدم تمایل به سهیم کردن افراد یا گروه‌های خاص در توجه پدیدآورنده خود تعریف شده است. بنابراین، حل تعارض پدیدآوردگی - راکدماندگی نیازمند یکپارچه‌سازی ویژگی‌های مراقبت و طرد است (شوکلش و باومن<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲).

بر اساس تحولات نوین برادلی و مارشیا<sup>۷</sup> (۱۹۹۸)، برجسته‌ترین ویژگی‌های راکدماندگی و پدیدآوردگی عبارتند از درگیری<sup>۸</sup> و فراگیری<sup>۹</sup>. درگیری عبارت است از نگرانی و توجه فعالانه برای رشد و تحول خود و دیگران یا به عبارت دیگر یک حس مسئولیت‌پذیری برای گسترش دادن و به اشتراک گذاشتن دانش خود و احساس تعهد نسبت به دیگران. فراگیری به این اشاره دارد که نگرانی پدیدآورنده فرد چه کسی یا چه چیزی را در بر می‌گیرد یا مستثنی می‌کند (در بر نمی‌گیرد). این مؤلفان با ترکیب کردن معیارهای درگیری و فراگیری، و بر حسب اینکه این معیارها خود یا دیگران یا هر دو را در بر بگیرند به پنج وضعیت<sup>۱۰</sup> پدیدآوردگی و راکدماندگی دست یافتند که نشان‌دهنده چگونگی حل و فصل تعارض این مرحله روانی اجتماعی است.

- 
1. care
  2. Sawchuk
  3. lethargic stance
  4. self - absorption
  5. rejectivity
  6. Schoklitsch & Baumann
  7. Bradley & Marcia
  8. involvement
  9. inclusivity
  10. status

این وضعیت‌ها عبارت هستند از: (۱) وضعیت پدیدآورنده<sup>۱</sup>؛ درگیری و فراگیری بالا، هم با خود و هم با دیگران. (۲) وضعیت قراردادی<sup>۲</sup>؛ درگیری بالا با خود و دیگران، اما فراگیری پایین با خود و دیگران. (۳) وضعیت مستقلانه<sup>۳</sup>؛ درگیری و فراگیری بالا با خود، و درگیری و فراگیری پایین با دیگران. (۴) وضعیت اشتراکی<sup>۴</sup>؛ درگیری و فراگیری بالا با دیگران، و درگیری و فراگیری پایین با خود و (۵) وضعیت راکدمانده<sup>۵</sup>؛ درگیری و فراگیری پایین، هم با خود و هم با دیگران.

گسترده‌ترین پیشرفت‌ها در مفهوم پدیدآورندگی را مک‌آدامز به وجود آورده است (آدلر، واگنر، و مک‌آدامز، ۲۰۰۷؛ مک‌آدامز، ۲۰۱۱). بر اساس این دیدگاه، پدیدآورندگی از هفت ویژگی روانی اجتماعی تشکیل یافته است که ترکیبی از عوامل فردی و اجتماعی را نشان می‌دهد. این ویژگی‌ها به ترتیب عبارتند از: (۱) مطالبات فرهنگی<sup>۶</sup>؛ شامل دو دسته ویژگی است. *الف) انتظارات تحولی*<sup>۷</sup>؛ یعنی همان‌طور که افراد به دهه‌های ۳۰ و ۴۰ زندگی وارد می‌شوند، جامعه از آن‌ها انتظار دارد که برای نسل آینده احساس مسئولیت کنند؛ *ب) فرصت‌های اجتماعی*<sup>۸</sup>؛ یعنی جامعه منابع و فرصت‌های شغلی و ایدئولوژیکی و سبک زندگی را در اختیار آن‌ها قرار می‌دهد؛ (۲) تمایل درونی<sup>۹</sup>؛ دو دسته تمایل شناسایی شده‌اند. *الف) میل برای نامیرایی نمادین*<sup>۱۰</sup>؛ که نشان‌دهنده بعد فردی پدیدآورندگی است؛ یعنی افراد بزرگسال از طریق ایجاد میراثی جاودان سعی می‌کنند مرگ را به مبارزه بطلبند؛ *ب) میل به مورد نیاز بودن توسط دیگران*<sup>۱۱</sup>؛ میل به تربیت، یاری رساندن، و ارشاد دیگران، در واقع نشان‌دهنده بعد میان فردی پدیدآورندگی است؛ (۳) توجه به مسائل نسل آینده<sup>۱۲</sup>؛ مطالبات فرهنگی و تمایلات درونی با

- 
1. generative
  2. conventional
  3. agentic orientation
  4. communal style
  5. stagnant
  6. cultural demand
  7. developmental expectations
  8. societal opportunities
  9. inner desire
  10. symbolic immortality (agency)
  11. need to be needed (communion)
  12. concern for the next generation

هم ترکیب شده و در فرد بزرگسال یک نگرانی و توجه هشیارانه را نسبت به نسل آینده به وجود می آورد؛<sup>۴</sup> باور به نوع بشر<sup>۱</sup>، یعنی اعتماد داشتن به انسان و امیدوار بودن به اینکه گونه انسان می تواند به پیشرفت های بهتری دست یابد و جهان بهتری را بسازد؛<sup>۵</sup> تعهد<sup>۲</sup>، از دو طریق انجام می شود: الف) اتخاذ یک مجموعه تصمیم هایی برای نسل آینده، و ب) بنا نهادن یک سری اهداف برای نسل آینده. تعهد به صورت مستقیم تحت تأثیر نگرانی و باور به نوع بشر قرار دارد و آن ها نیز به مطالبات فرهنگی و تمایل درونی وابسته هستند. ۶) عمل<sup>۳</sup>، احساس تعهد فرد را به سمت انجام دادن اعمال پدیدآورنده سوق می دهد. فرد بزرگسال این کار را از سه طریق انجام می دهد: الف) ایجاد کردن<sup>۴</sup>، شامل ایجاد کردن یک محصول یا یک میراث برای نسل آینده است که نشان دهنده گسترش دادن خود است؛ ب) حفظ کردن<sup>۵</sup>، نگهداری، بازپروردن یا حفظ آنچه به تصور ارزشمند را شامل می شود. مانند پرورش فرزندان، ایفای نقش در مدرسه، خانه و اماکن مذهبی. ج) اهدا کردن<sup>۶</sup>، عبارت است از اهدا و ایشار آنچه ایجاد و حفظ شده است به نسل آینده. و ۷) روایت<sup>۷</sup>، یک داستان ذهنی که فرد درباره پدیدآوردگی خودش در تعامل با دنیای اجتماعی ایجاد می کند، که برای زندگی خود یک هدف و معنا ایجاد می کند. هر فرد بزرگسال خاص، در درون یک بافت ویژه تاریخی و اجتماعی قرار گرفته است و این امر باعث می شود که هفت ویژگی پدیدآوردگی به صورت یگانه برای هر فرد ترکیب شوند. لازمه درک کاملی از پدیدآوردگی، در نظر گرفتن هر هفت ویژگی به صورت یکپارچه است.

در مسیر شناسایی عوامل جمعیت شناختی مؤثر بر پدیدآوردگی و راکدماندگی، مک آدامز و دی. سانت آوین (۱۹۹۲) نشان داده اند که پدیدآوردگی و راکدماندگی در مردان و زنان از الگوهای متفاوتی پیروی می کند. بدین صورت که؛ در صورت وجود فرزند، میانگین پدیدآوردگی در مردان به صورت معناداری بالاتر از زنان است. اما در صورت نداشتن فرزند،

- 
1. belief in species
  2. commitment
  3. actions
  4. creating
  5. maintaining
  6. offering
  7. narration

میانگین پدیدآورندگی در زنان به صورت معناداری بالاتر از مردان است. همچنین، با افزایش سطح تحصیلات، رفتارهای پدیدآورنده تنوع بیشتری می‌یابد و لزوماً فقط به صورت پرورش فرزندان خود را نمایان نمی‌کند. در این مفهوم‌سازی، پدیدآورندگی و راکدماندگی به عنوان دو ویژگی شخصیتی در نظر گرفته شده‌اند که ممکن است به صورت همزمان و با مقادارهای متفاوت در یک فرد وجود داشته باشند. در همین راستا، این پژوهشگران (مک‌آدامز و دی. سانت‌آوبین، ۱۹۹۲) به این نتیجه رسیدند که مردانی که فرزندی ندارند، میانگین راکدماندگی بالاتری را در مقایسه با زنان بدون فرزند نمایان می‌کنند. و در مقابل، احساس راکدماندگی در افراد دارای سطح تحصیلات بالاتر ممکن است خود را در حیطه‌های مختلف زندگی نشان دهد، نه صرفاً ناشی از نداشتن فرزند باشد.

پژوهشگران مختلف نقش متغیرهای گوناگون را در افراد پدیدآورنده بررسی کردند. این متغیرها عبارت هستند از؛ تحول من (کووک و کوو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶)، بهزیستی درونی<sup>۲</sup> (ارلیخ و بیپ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶)، رضایت زندگی (مک‌گریگور<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۶)، و معنویت‌گرایی (جیمز و فاین<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵). در مجموع، مطالعات نشان می‌دهند که افراد پدیدآورنده علاقه بیشتری به اجتماعی کردن افراد جوان دارند، بیشتر با سایر افراد جامعه در ارتباط هستند، و سلامت روان‌شناختی بهتری را نشان می‌دهند (فرنچ، پرت، و نوریس، ۲۰۰۷).

با توجه به پیشینه پژوهشی می‌توان چنین فرض کرد که پدیدآورندگی زمینه را برای استقرار یک سبک زندگی سالم فراهم می‌آورد، و راکدماندگی زمینه‌ساز سبک زندگی ناسالم<sup>۶</sup> است. در این پژوهش قصد بر این است که ارتباط بین پدیدآورندگی (مک‌آدامز و دی سانت‌آوبین، ۱۹۹۲) و راکدماندگی (برادلی، ۱۹۹۷) با سبک زندگی سالم (وولکر و هیل - پولرکی، ۱۹۹۶) بررسی شود. بنابراین، پنج فرضیه زیر تنظیم شدند:

۱- بین جنسیت و سطح تحصیلات با ویژگی‌های شخصیتی راکدماندگی و پدیدآورندگی

1 Kwok & Ku

2 subjective well-being

3 Ehrlich & Bipp

4 McGregor

5 James & Fine

6. unhealthy lifestyle



رابطه وجود دارد.

- ۲- بین جنسیت و سطح تحصیلات با مؤلفه‌های سبک زندگی سالم رابطه وجود دارد.
- ۳- بین ویژگی شخصیتی پدیدآوردگی و مؤلفه‌های سبک زندگی سالم رابطه مثبت وجود دارد.
- ۴- بین ویژگی شخصیتی راکدماندگی و مؤلفه‌های سبک زندگی سالم رابطه منفی وجود دارد.
- ۵- بین ویژگی شخصیتی پدیدآوردگی و ویژگی شخصیتی راکدماندگی رابطه منفی وجود دارد.

## روش

پژوهش حاضر از پژوهش‌های توصیفی و از نوع همبستگی بود. یعنی هدف اصلی عبارت بود از دستیابی به رابطه بین متغیرهای پیش‌بین (پدیدآوردگی و راکدماندگی)، با متغیر ملاک (سبک زندگی سالم)، و همچنین رابطه بین پدیدآوردگی و راکدماندگی نیز بررسی شد. رابطه بین متغیرها با استفاده از روش همبستگی سنجیده شد.

جامعه هدف، شامل کلیه افراد میانسال (۳۰ تا ۵۰ سال- مطابق با جدول‌بندی زمانی اریکسون) بود که در مناطق ۲۰ گانه آموزش و پرورش تهران مشغول به کار بودند. ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای ۱۰ منطقه از مناطق بیست‌گانه آموزش و پرورش شهر تهران انتخاب شد. از آنجا که جنس و سطح تحصیلات مورد نظر است (مک‌آدامز و دی سانت آوبین، ۱۹۹۲) از روش نمونه‌گیری سهمیه‌ای استفاده شد. بدین گونه که جنس در دو طبقه (زن و مرد) و سطح تحصیلات در سه طبقه (دیپلم و زیر دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و بالاتر) به صورت سهمیه قرار گرفتند. و در درون هر سازمان با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، اقدام به نمونه‌گیری شد تا اینکه هر سهمیه پر شود. با استفاده از این روش ۳۰۰ آزمودنی شامل ۱۵۴ زن (۵۱/۳٪) و ۱۴۶ مرد (۴۸/۷٪) انتخاب شدند. میانگین سن افراد نمونه ۴۱/۲۵ بود. میانگین سن گروه زنان، ۴۲/۶۷ و میانگین سن گروه مردان، ۳۹/۸۴ بوده است.

در این پژوهش از مقیاس‌های زیر استفاده شد:

مقیاس پدیدآوردگی لویولا (LGS)<sup>۱</sup>: این مقیاس را مک‌آدامز و دی سانت آوبین

(۱۹۹۲) ساخته شدند. دارای ۲۰ سؤال است که در آن همه سؤال‌ها در یک مقیاس لیکرت ۴ درجه ای از ۰ (هرگز) تا ۳ (همیشه)، سنجیده می‌شوند. سؤال‌های ۲، ۵، ۹، ۱۳، ۱۴، و ۱۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات بین ۰ تا ۶۰ است. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده این است که فرد به میزان بیشتری از عهده تکالیف پدیدآورندگی برآمده است. *روایی سازه* مقیاس، از طریق همگرایی با زیرمقیاس پدیدآورندگی اوچس و پلاگ<sup>۱</sup> (۱۹۸۶)، حمایت شده است. *روایی وابسته* به ملاک مقیاس از طریق همبستگی معنادار با اندازه‌های همزمان اعمال پدیدآورنده به دست آمده است. در دو بررسی که با استفاده از این مقیاس انجام شده است، اعتبارهای ۰/۸۳ و ۰/۸۴ برای آن به دست آمد. آلفای کرونباخ برای ۲۰ سؤال ۰/۸۲ گزارش شده است (مک آدامز و دی سانت. آوبین، ۱۹۹۲). در این پژوهش از نمره کل مقیاس استفاده شده است.

**مقیاس راکدماندگی برادلی (BBS):** این مقیاس را برادلی (۱۹۹۷) ارائه کرده است. ۳۲ سؤال دارد. این مقیاس به صورت لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۵ (کاملاً موافق) است. دامنه نمرات بین ۳۲ تا ۱۶۰ است. نمرات بالا نشان‌دهنده این است که فرد به خوبی از عهده تکالیف مرحله هفت تحول روانی اجتماعی بر نیامده است و به سمت راکدماندگی گرایش دارد. *روایی وابسته* به ملاک این مقیاس از طریق همبستگی‌های معنادار با اندازه‌های همزمان مقیاس رفتار والدینی گنت<sup>۳</sup> (ون لیوون و ورمولست<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴) تأیید شده است. آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۶ گزارش شده است (برادلی، ۱۹۹۷).

**نیمرخ سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت (HPLP-II):** این ابزار را وولکر و هیل-پولرکی (۱۹۹۶) ارائه کرده‌اند. یک ابزار ۵۲ سؤالی است که فراوانی خودگزارشی رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت را اندازه‌گیری می‌کند. این ابزار از یک مقیاس لیکرت چهار درجه‌ای استفاده می‌کند، که شامل چهار پاسخ ممکن است: «۱ = هرگز»، «۲ = گاهگاهی»، «۳ = اغلب»، و «۴ = همیشه». یک نمره کلی برای ابزار به دست می‌آید. نمره‌های شش زیرمقیاس نیز به همان

- 
1. Ochse & Plug
  2. Bradley Based Stagnation Scale (BBS)
  3. Ghent Parental Behavior Scale (GPBS)
  4. Van Leeuwen & Vermulst
  5. Health – Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II)

صورت و از طریق محاسبه پاسخهای فرد به هر زیرمقیاس به دست می آید. نمرات بالا نشان دهنده این است که فرد به سبک زندگی سالمی مشغول است. این مقیاس شش بعد سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت را اندازه گیری می کند. این شش بعد عبارت هستند از: *تعالی* معنوی؛ شامل سؤال های ۶، ۱۲، ۱۸، ۲۴، ۳۰، ۳۶، ۴۲، ۴۸، ۵۲. *روابط میان فردی*؛ شامل سؤال های ۱، ۷، ۱۳، ۱۹، ۲۵، ۳۱، ۳۷، ۴۳، ۴۹. *تغذیه*؛ شامل سؤال های ۲، ۸، ۱۴، ۲۰، ۲۶، ۳۲، ۳۸، ۴۴، ۵۰. *فعالیت جسمانی*؛ شامل سؤال های ۴، ۱۰، ۱۶، ۲۲، ۲۸، ۳۴، ۴۰، ۴۶. *مسئولیت پذیری نسبت به سلامت خود*؛ شامل سؤال های ۳، ۹، ۱۵، ۲۱، ۲۷، ۳۳، ۳۹، ۴۵، ۵۱. و *مدیریت استرس*؛ شامل سؤال های ۵، ۱۱، ۱۷، ۲۳، ۲۹، ۳۵، ۴۱، ۴۷. *روائی سازه* مقیاس، از طریق تحلیل عاملی حمایت شد که ساختار شش بعدی سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت را تأیید کرد. *روایی وابسته به ملاک*، از طریق همبستگی های معنادار با اندازه های همزمان کیفیت زندگی<sup>۱</sup> نشان داده شد. همسانی درونی برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای زیر مقیاس ها دارای دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ بود. (وولکر و هیل - پولرکی، ۱۹۹۶). مروتی (۱۳۸۴) از این پرسشنامه در میان نمونه ای از جامعه ایرانی استفاده کرد و ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰/۸۷ و اعتبار درونی زیرمقیاس ها را نیز بین ۰/۶۰ تا ۰/۷۴ گزارش کرد.

## یافته ها

با توجه به تأکید پیشینه پژوهشی (مک آدامز و دی. سانت آوبین، ۱۹۹۲) بر اهمیت متغیرهای جمعیت شناختی، برای مقایسه تفاوت میانگین مردان و زنان در تمام متغیرهای پژوهش، از آزمون *t* استفاده شد. نتایج نشان می دهد که در متغیرهای *فعالیت جسمانی*، *مدیریت استرس* و *راکدماندگی کل* میانگین مردان به صورت معناداری بیشتر از زنان بود. در مجموع نتایج نشان دهنده این است که نمره کل راکدماندگی در گروه مردان به صورت معناداری بیشتر از زنان بود، اما در متغیرهای پدیدآوردگی و نمره کل سبک زندگی میان مردان و زنان تفاوت معناداری وجود نداشت. برای مقایسه تفاوت میانگین متغیرهای پژوهش بر حسب سطوح مختلف تحصیلی (دیپلم و زیر دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و بالاتر)، از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد. نتایج نشان می دهد که در متغیرهای *تعالی معنوی* و *مدیریت*

استرس، میانگین گروه فوق لیسانس و بالاتر به صورت معناداری بیشتر از گروه لیسانس بود. و در متغیر پدیدآورندگی، میانگین گروه فوق لیسانس و بالاتر به صورت معناداری بیشتر از گروه دیپلم و پایین‌تر بود.

نتایج نشان‌دهنده این است که عوامل جنس و سطح تحصیلات بر متغیرهای اصلی پژوهش تأثیرگذار هستند. به منظور کنترل آماری آن‌ها، پس از انجام دادن کدگذاری تصنعی<sup>۱</sup> جنس و کدگذاری اثر<sup>۲</sup> سطح تحصیلات (سرمد، بازرگان، و حجازی، ۱۳۸۵) در گام اول تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی وارد شدند. در گام دوم نیز متغیرهای اصلی پژوهش وارد شدند. مطابق جدول ۱، بین پدیدآورندگی و همه زیرگروه‌های سبک‌زندگی سالم رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

جدول ۱: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

ردیف متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱ تعالی معنوی	۱								
۲ روابط میانفردي	۰/۵۷**	۱							
۳ تغذیه	۰/۳۹**	۰/۳۵**	۱						
۴ فعالیت جسمانی	۰/۴۰**	۰/۲۷**	۰/۴۱**	۱					
۵ خود مسئولیت پذیری	۰/۵۲**	۰/۴۳**	۰/۵۲**	۰/۴۸**	۱				
۶ مدیریت استرس	۰/۵۷**	۰/۴۲**	۰/۴۵**	۰/۵۷**	۰/۶۱**	۱			
۷ سبک زندگی کل	۰/۷۸**	۰/۶۷**	۰/۷۰**	۰/۷۱**	۰/۸۰**	۰/۸۰**	۱		
۸ پدیدآورندگی کل	۰/۴۷**	۰/۳۶**	۰/۲۸**	۰/۱۷**	۰/۳۴**	۰/۲۵**	۰/۴۲**	۱	
۹ راکد ماندگی کل	-۰/۲۸**	-۰/۱۳*	-۰/۱۲*	-۰/۱۵**	-۰/۱۳**	-۰/۲۱**	-۰/۳۲**	-۰/۲۱**	۱

به منظور بررسی رابطه خطی بین پدیدآورندگی و نمره کل سبک زندگی (فرضیه اول)، و نیز بررسی سهم متغیر پیش‌بین (پدیدآورندگی) در واریانس متغیر ملاک (نمره کل سبک‌زندگی)، از تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد. پیش‌فرض‌های رگرسیون عبارت هستند از: الف) نرمال بودن داده‌ها؛<sup>۳</sup> برای بررسی این فرض از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف استفاده شد و نتایج آن نشان داد که فرض نرمال بودن داده‌ها از نظر آماری رد نمی‌شود؛ ب) خطی بودن: منظور از خطی بودن این است که رابطه تک تک متغیرهای مستقل با متغیر وابسته الگوی خطی باشد. از آنجا که برای تشخیص خطی بودن هیچ ملاک عددی ساده‌ای وجود

1. dummy coding
2. effect coding
3. normalization

ندارد، از روش ترسیم نمودار پراکنندگی<sup>۱</sup> استفاده می‌شود. در این پژوهش نیز با استفاده از روش نمودارهای پراکنندگی، مفروضه خطی بودن تأیید شد؛ ج) نبود داده‌های پرت<sup>۲</sup>: در این پژوهش، از نمودار شاخ و برگ<sup>۳</sup> برای شناسایی داده‌های پرت استفاده شد. داده‌های پرت در نهایت از داده‌های مربوط به تحلیل نهایی حذف شدند؛ د) نبود هم‌خطی چندگانه<sup>۴</sup>: برای بررسی نبود هم‌خطی چندگانه از آماره تحمل<sup>۵</sup> و عامل افزایش واریانس<sup>۶</sup> (VIF) استفاده می‌شود. مقدار تحمل یک پیش‌بین بیان‌کننده نسبتی از واریانس استاندارد کل است که از فرمول  $R^2 - 1$  به دست می‌آید. عامل افزایش واریانس نیز بیان‌کننده نسبت واریانس استاندارد کل به واریانس اختصاصی (یا مقدار تحمل) است ( $1/R^2 - 1$ ). مقدار تحمل کمتر از ۰/۱ بیان‌کننده هم‌خطی چندگانه بین متغیرها است. همچنین در صورتی که عامل افزایش واریانس بزرگتر از ۱۰ باشد هم‌خطی چندگانه بین متغیرها را تأیید می‌کند. در پژوهش حاضر آماره‌های تحمل و عامل افزایش واریانس برای هیچ‌کدام از متغیرها به ترتیب از ۰/۱ کوچک‌تر و از ۱۰ بزرگ‌تر نبود.

جدول ۲ تحلیل رگرسیون نمره کل سبک زندگی بر پدیدآوردگی را پس از کنترل متغیرهای جمعیت شناختی نشان می‌دهد. با ورود نمره پدیدآوردگی در مرحله دوم تحلیل رگرسیون، ضریب تبیین افزایش می‌یابد ( $R^2 = 0/188$ )، که این تغییر معنادار است ( $P < 0/01$ ),  $F = 22/872$ ). ضریب  $\beta$  مربوط به نمره پدیدآوردگی نیز معنادار است ( $P < 0/01$ ,  $t = 8/216$ ), و  $\beta = 0/440$ ). به این ترتیب، نمره پدیدآوردگی، پیش‌بینی‌کننده نمره کل سبک زندگی است.

- 
1. scatter plot
  2. outliers
  3. stem & leaf
  4. multicollinearity
  5. tolerance
  6. variance inflation factor (VIF)

جدول ۲: تحلیل رگرسیون نمره کل سبک زندگی بر پدیدآورندگی کل، پس از کنترل متغیرهای جمعیتی شناختی

گام	متغیر	منبع تغییرات	SS	df	MS	F	P	R	R <sup>2</sup>
۱	جنسیت سطح تحصیلات	رگرسیون باقیمانده	۳۴۶/۴۰۴ ۱۱۷۰۲۴/۲۶۳	۲ ۲۹۷	۱۷۳/۲۰۲ ۳۹۴/۰۲۱	۰/۴۴۰ ۰/۶۴۵	۰/۰۵۴ ۰/۰۰۰۳		
۲	پدیدآورندگی کل	رگرسیون باقیمانده	۲۲۰۸۷/۳۰۶ ۹۵۲۸۳/۳۶۱	۳ ۲۹۶	۷۳۶۲/۴۳۵ ۳۲۱/۹۰۳	۲۲/۸۷۲ ۰/۰۰۰۱	۰/۴۳۴ ۰/۱۸۸		

به منظور بررسی رابطه خطی میان نمره کل راکدماندگی و نمره کل سبک زندگی (فرضیه دوم)، و نیز بررسی سهم متغیر پیش‌بین (نمره کل راکدماندگی) در واریانس متغیر ملاک (نمره کل سبک زندگی)، از تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد. بر اساس جدول ۳، با ورود نمره کل راکدماندگی در مرحله دوم تحلیل رگرسیون، ضریب تبیین افزایش می‌یابد (۰/۰۵۲ = R<sup>2</sup>)، که این تغییر معنادار است (F = ۵/۴۲۳, P < ۰/۰۱). ضریب  $\beta$  مربوط به نمره کل راکدماندگی نیز معنادار است (t = -۳/۹۱۸, P < ۰/۰۱) و  $\beta = -۰/۲۲۳$ . پس، نمره کل راکدماندگی، پیش‌بینی‌کننده نمره کل سبک زندگی است.

جدول ۳: تحلیل رگرسیون نمره کل سبک زندگی بر راکدماندگی کل، پس از کنترل متغیرهای جمعیتی شناختی

گام	متغیر	منبع تغییرات	SS	df	MS	F	P	R	R <sup>2</sup>
۱	جنسیت سطح تحصیلات	رگرسیون باقیمانده	۳۴۶/۴۰۴ ۱۱۷۰۲۴/۲۶۳	۲ ۲۹۷	۱۷۳/۲۰۲ ۳۹۴/۰۲۱	۰/۴۴۰ ۰/۶۴۵	۰/۰۵۴ ۰/۰۰۰۳		
۲	راکدماندگی کل	رگرسیون باقیمانده	۶۱۱۵/۳۹۵ ۱۱۱۲۵۵/۲۷۲	۳ ۲۹۶	۲۰۳۸/۴۶۵ ۳۷۵/۸۶۲	۵/۴۲۳ ۰/۰۰۰۱	۰/۲۲۸ ۰/۰۵۲		

بر اساس جدول ۱، بین پدیدآورندگی و راکدماندگی کل، رابطه منفی معناداری وجود دارد. این نتیجه با دیدگاه پایه اریکسون هماهنگ است. در این قسمت سعی شده است تا دریابیم که آیا پدیدآورندگی بهتر نمره‌های راکدماندگی را پیش‌بینی می‌کند (جدول ۴) یا اینکه

راکدماندگی به نحو بهتری نمره‌های پدیدآورندگی را پیش‌بینی می‌کند (جدول ۵). بر اساس جدول ۴، با ورود نمره پدیدآورندگی در مرحله دوم تحلیل رگرسیون، ضریب تبیین افزایش می‌یابد ( $R^2 = 0/117$ )، که این تغییر معنادار است ( $F = 13/116, P < 0/01$ ). ضریب  $\beta$  مربوط به نمره پدیدآورندگی نیز معنادار است ( $t = -5/849, P < 0/01$  و  $\beta = -0/327$ ). به این ترتیب، نمره کل پدیدآورندگی، پیش‌بینی‌کننده راکدماندگی کل است.

جدول ۴: تحلیل رگرسیون نمره کل راکدماندگی بر پدیدآورندگی کل، پس از کنترل متغیرهای جمعیت شناختی

گام	متغیر	منبع تغییرات	SS	df	MS	F	P	R	R <sup>2</sup>
۱	جنسیت	رگرسیون	۱۴۹۹/۱۹	۲	۷۴۹/۵۹	۲/۳۱۲	۰/۱۰۱	۰/۱۲۴	۰/۰۱۵
	سطح تحصیلات	باقیمانده	۹۶۲۸۴/۸۴	۲۹۷	۳۲۴/۵۹				
۲	پدیدآورندگی کل	رگرسیون	۱۱۴۷۳/۶۶	۳	۳۸۲۴/۵۵	۱۳/۱۱۶	۰/۰۰۱	۰/۳۴۳	۰/۱۱۷
	باقیمانده	باقیمانده	۸۶۳۱۰/۳۷	۲۹۶	۲۹۱/۵۸				

مطابق جدول ۵، با ورود نمره کل راکدماندگی در مرحله دوم تحلیل رگرسیون، ضریب تبیین افزایش می‌یابد ( $R^2 = 0/129$ )، که این تغییر معنادار است ( $F = 14/631, P < 0/01$ ). ضریب  $\beta$  مربوط به نمره پدیدآورندگی نیز معنادار است ( $t = -5/872, P < 0/01$  و  $\beta = -0/321$ ). به این ترتیب، پس از کنترل آماری متغیرهای جمعیت شناختی، نمره کل راکدماندگی، پیش‌بینی‌کننده پدیدآورندگی است.

جدول ۵: تحلیل رگرسیون نمره کل پدیدآورندگی بر راکدماندگی کل، پس از کنترل متغیرهای جمعیت‌شناختی

گام	متغیر	منبع تغییرات	SS	df	MS	F	P	R	R <sup>2</sup>
۱	جنسیت	رگرسیون	۵۴۹/۶۲	۲	۲۷۴/۸۱	۴/۲۲	۰/۰۱۵	۰/۱۲۴	۰/۰۱۵
	سطح تحصیلات	باقیمانده	۱۹۳۰۹/۶۱	۲۹۷	۶۵/۰۱				
۲	راکدماندگی کل	رگرسیون	۲۵۶۴/۵۰۳	۳	۸۵۴/۸۳۴	۱۴/۶۳۱	۰/۰۰۱	۰/۳۴۳	۰/۱۱۷
	باقیمانده	باقیمانده	۱۷۲۹۴/۷۳۳	۲۹۶	۵۸/۴۲۸				

جداول ۴ و ۵ نشان می‌دهند که راکدماندگی به صورت نیرومندتری به پیش‌بینی نمره پدیدآورندگی قادر است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با اتخاذ پیشرفت‌های نوین در مرحله هفتم نظریه شخصیت اریکسون، و بررسی نقش تحولات شخصیتی در سبک زندگی، به خوبی رویکرد گستره عمر را در حیطه شخصیت و اجتماع نمایان کرده است. نتایج ارائه شده نشان‌دهنده این است که بین پدیدآورندگی و همه زیرگروه‌های سبک زندگی سالم رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در تبیین این یافته می‌توان از پژوهش‌های مک‌آدامز (۲۰۰۱؛ ۲۰۰۶) بهره برد؛ که نشان داده است که افراد پدیدآورنده، دارای اعتماد به نفس بالا، مسئولیت‌پذیری، خویشننداری، خودمختاری و بالیدگی روانی اجتماعی هستند. این ویژگی‌ها را می‌توان به زیرگروه‌های سبک زندگی سالم مرتبط ساخت. اعتماد به نفس بالا لازمه روابط میان‌فردی نیرومند، پذیرش مسئولیت درباره سلامتی خود، اداره کردن رویدادهای استرس‌زای زندگی، طراحی و پیگیری هرگونه برنامه ورزشی یا تغذیه‌ای است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که پژوهش حاضر با پژوهش‌های مک‌آدامز و همکاران (مک‌آدامز و دی. سانت آوبین، ۱۹۹۲؛ مک‌آدامز، ۲۰۰۱؛ ۲۰۰۶) همسو است. این پژوهشگران تحول من و تعالی معنوی را هماهنگ با عنصر معنویت‌گرایی بررسی کرده‌اند و نشان داده‌اند که پدیدآورندگی می‌تواند به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی و در مقام عاملی پیش‌بین برای عناصر تحول من و معنویت‌گرایی ایفای نقش کند. پدیدآورندگی رابطه معناداری با تعالی معنوی نشان می‌دهد. همچنین پژوهش حاضر به صورت غیر مستقیم با پژوهش جیمز و فاین (۲۰۱۵) همسو است، چرا که زیرگروه خود مسئولیت‌پذیری نشان‌دهنده درگیری و توجه به خود و جامعه است. از سوئی دیگر، وولکر و هیل-پولرکی (۱۹۹۶) نشان داده‌اند که بین داشتن سبک زندگی سالم و بهزیستی درونی و به صورت کلی رضایت از زندگی رابطه معنادار وجود دارد.

به صورت کلی، پژوهش حاضر نشان داد که رفتارهایی که در قالب سبک زندگی تعریف می‌شوند، در چهارچوب شخصیتی فرد به صورت واضح‌تری قابل فهم هستند. به این معنا که رفتارهایی که از هر فردی سر می‌زند؛ و توسط متخصصان سلامت به عنوان سبک زندگی ویژه



آن فرد قلمداد می‌شود، ریشه در شخصیت ویژه هر فرد دارد و بدون در نظر گرفتن ویژگی‌های شخصیتی، نمی‌توان به درک کاملی از سبک زندگی فرد دست یافت و تغییرپذیری سبک زندگی یک فرد نیز به ویژگی‌های شخصیتی او بستگی دارد. در مجموع، همبسته‌های مثبت ذکر شده برای پدیدآوردگی در پژوهش‌های انجام شده در حیطه گستره عمر، شامل فرآیندهای متفاوتی است که چنانچه به صورت یک کل منسجم در نظر گرفته شوند می‌توانند نشان‌دهنده تمام مؤلفه‌های یک سبک زندگی موفقیت‌آمیز و سالم باشند. بدین ترتیب آن‌گونه که این پژوهش نشان داده است؛ پدیدآوردگی بالا همواره پیشاینده مثبتی برای فراهم شدن انواع سبک زندگی سلامت‌مدار است.

نتایج ارائه شده نشان‌دهنده این است که بین راکدماندگی و زیرگروه‌های سبک زندگی سالم (و نمره کل سبک زندگی سالم) رابطه منفی و معناداری وجود دارد. اریلیخ و بیپ (۲۰۱۶) ضمن بیان ویژگی‌های مثبت پدیدآوردگی، به سطوح پایین بهزیستی درونی در افراد راکدمانده نیز اشاره کرده‌اند. بهزیستی درونی شامل ویژگی‌هایی مانند رضایت‌مندی از زندگی، میانگین بالای هیجان‌های مثبت و میانگین پایین هیجان‌های منفی است. در اینجا می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که راکدماندگی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی به رویکردی منفعل و نادیده‌نگر در همه ابعاد زندگی منجر می‌شود. نتایج پژوهش حاضر نیز نشان‌دهنده تأثیر مهم نقش راکدماندگی در انفعال‌گری و عدم پیگیری رفتارهای دربرگیرنده سبک زندگی سالم بوده است. شوکلیش و باومن (۲۰۱۲) بین پدیدآوردگی و ابعاد برونگرایی، تجربه‌پذیری و وظیفه‌شناسی روابط مثبت و معناداری را گزارش کردند. از طرفی دیگر، همین پژوهشگران، رابطه منفی معناداری را بین راکدماندگی و برونگرایی و وظیفه‌شناسی گزارش کرده‌اند. پژوهش حاضر نیز تکمیل‌کننده سطور بالا است، یعنی رابطه منفی بین راکدماندگی و برونگرایی و وظیفه‌شناسی نشان‌دهنده این است که راکدماندگی به صورت کلی یک عامل شخصیتی منفی است و انتظار می‌رود که با زیرگروه‌های سبک زندگی سالم رابطه منفی داشته باشد. همچنین، ون هیل و همکاران (۲۰۰۶) نشان دادند که راکدماندگی با ویژگی‌های شخصیتی روان‌رنجورخویی، رابطه مثبت و با برونگرایی و تجربه‌پذیری رابطه منفی دارد.

از سوی دیگر ون هیل و همکاران (۲۰۰۶) نشان داده‌اند که پدیدآوردگی و راکدماندگی رابطه منفی معناداری (مانند این پژوهش) با یکدیگر دارند. در نتیجه چون پدیدآوردگی رابطه

مثبت و معناداری با زیرگروه‌های سبک زندگی دارد، منطقی به نظر می‌رسد که راکدماندگی با زیرمقیاس‌های سبک زندگی رابطه منفی معناداری داشته باشد، که این‌گونه نیز بود. اما توسعه‌های اخیر دیدگاه اریکسون، به‌ویژه توسعه‌هایی که مک‌آدامز (۲۰۰۸؛ ۲۰۱۱) انجام داده، به خوبی نشان داده است که راکدماندگی و پدیدآورندگی به صورت دو قطب کاملاً متضاد نمایان نمی‌شوند، بلکه به صورت دو سوی یک پیوستار هستند. ممکن است نمره بالا در یکی همراه با نمره پایین در دیگری باشد. در این مفهوم‌سازی، راکدماندگی و پدیدآورندگی به صورت دو ویژگی شخصیتی در نظر گرفته شده‌اند. به همان سبکی که پنج عامل بزرگ شخصیتی در نظر گرفته شده‌اند. نتایج ارائه شده در این پژوهش نیز نشان داد که راکدماندگی به صورت قوی‌تری می‌تواند پدیدآورندگی را به صورت منفی پیش‌بینی کند. می‌توان چنین بیان کرد که از بین این دو ویژگی شخصیتی مخصوص دوره میانسالی، راکدماندگی از اهمیت بیشتری بهره‌مند است و این احتمال می‌رود که راکدماندگی بالا به مجموعه‌ای از رفتارهای نشان‌دهنده سبک زندگی ناسالم منجر شود.

**سطح تحصیلات:** در این پژوهش سطح تحصیلات شرکت‌کنندگان نیز اعمال شده است و سعی بر آن بوده است که میانگین‌های گروه‌های تحصیلی در متغیرهای پژوهش مقایسه شوند. نتایج نشان می‌دهد که در متغیرهای تعالی معنوی و مدیریت استرس، میانگین گروه فوق لیسانس و بالاتر به صورت معناداری بیشتر از گروه لیسانس است و در متغیر پدیدآورندگی، میانگین گروه فوق لیسانس و بالاتر به صورت معناداری بیشتر از گروه دیپلم و پایین‌تر است، این نتایج با پژوهش‌های کیز و رایف (۱۹۹۸) همسویی ندارد.

در حد خطوط کلی، همان‌گونه که این پژوهش نیز همسو با دیدگاه‌های نوین مک‌آدامز (۲۰۰۸) و برادلی (۱۹۹۷) نشان داده است، راکدماندگی و پدیدآورندگی می‌توانند به‌عنوان دو ویژگی شخصیتی و به صورت همزمان در فرد نمایان شوند. در این بین می‌توان یک پیشنهاد پژوهشی چالش‌برانگیز ارائه کرد. می‌توان به یک ریخت‌شناسی<sup>۱</sup> درباره انواع ترکیبی راکدماندگی و پدیدآورندگی دست یافت. بدین صورت که به شیوه همزمان مقیاس‌های BBS و LGS را بر روی نمونه گسترده‌ای از میانسالان اجرا شوند و سپس چهار گروه متمایز به دست

آید؛ گروه اول: (پدیدآوردگی بالا - راکدماندگی پایین)؛ گروه دوم: (پدیدآوردگی بالا - راکدماندگی بالا)؛ گروه سوم: (پدیدآوردگی پایین - راکدماندگی بالا) و گروه چهارم: (پدیدآوردگی پایین - راکدماندگی پایین). سپس به توصیف ویژگی‌های گروه‌های چهارگانه بر حسب ابعاد مختلف سبک زندگی سالم اقدام شود.

### **تشکر و قدردانی**

در خاتمه از کلیه شرکت‌کنندگان پژوهش که کارکنان ادارات آموزش و پرورش تهران بودند و در اجرای پژوهش حاضر با ما همکاری کرده و در تکمیل پرسشنامه‌ها وقت گذاشته و دقت لازم به عمل آوردند، تشکر و سپاسگزاری می‌کنیم.

## منابع

- پولادفر، راضیه، احمدی، سید احمد (۱۳۸۵). رابطه بین سبک زندگی و اختلالات روان‌شناختی دبیران دوره متوسطه شهر اصفهان. *مطالعات روان‌شناختی*، ۲ (۱ و ۲): ۷-۱۸.
- سرمد، زهره، حجازی، الهه و بازرگان، عباس (۱۳۹۰). روش‌های تحقیق در علوم رفتاری. تهران: آگه.
- قربانعلی پور، مسعود، فراهانی، حجت‌الله، برجعلی، احمد و مقدس، لیلا (۱۳۸۷). تعیین اثربخشی آموزش تغییر سبک زندگی به شیوه گروهی بر افزایش رضایت زناشویی. *مطالعات روان‌شناختی*، ۴ (۳): ۵۷-۷۲.
- مروتی شریف آباد، محمدعلی (۱۳۸۴). بهینه‌سازی الگوی ارتقاء سلامت و ارزیابی به‌کارگیری آن همراه با تئوری آموزش بزرگسالان در تغییر رفتارهای ارتقاءدهنده سلامتی در سالمندان شهر یزد. رساله دکترا برای آموزش بهداشت. دانشکده علوم پزشکی، دانشگاه تربیت مدرس.
- Adler, J. M., Wagner, J. W. & McAdams, D. P. (2007). Personality and the coherence of psychotherapy narratives. *Journal of Research in Personality*, 41(6): 1179-1198.
- Almeida, O. P., Norman, P., Hankey, G., Jamrozik, K., & Flicker, L. (2006). Successful mental health aging: Results from a longitudinal study of older Australian men. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 14(1): 27-35.
- Andrews, G., Clark, M. & Luszcz, M. (2002). Successful aging in the Australian longitudinal study of aging: Applying the MacArthur model cross-nationality. *Journal of social issues*, 58(4): 749-765.
- Bradley, C. L. (1997). Generativity–stagnation: Development of a status model. *Developmental Review*, 17(3): 262-290.
- Bradley, C. L. & Marcia, J. E. (1998). Generativity-stagnation: A five-category model. *Journal of Personality*, 66(1): 39-64.
- Dahany, M. M., Dramé, M., Mahmoudi, R., Novella, J. L., Ciocan, D., Kanagaratnam, L., Morrone, I., Blanchard, F., Nazeyrollas, P., Barbe, C. & Jolly, D. (2015). Factors associated with successful aging in persons aged 65 to 75 years, *European Geriatric Medicine*, 5(6): 365-370.
- De Young, C. G. & Gray, J. R. (2009). Personality Neuroscience: Explaining

- Individual Differences in Affect, Behavior, and Cognition. In Corr, P. J., & Matthews, G. (Eds.). *The Cambridge handbook of personality psychology* (PP. 323–346). New York: Cambridge University Press.
- Demerouti, E., Bakker, A. B. & Leiter, M. (2014). Burnout and Job Performance: The Moderating Role of Selection, Optimization, and Compensation Strategies. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19(1): 96-107.
- Ehrlich, C. & Bipp, T. (2016). Goals and subjective well-being: Further evidence for goal-striving reasons as an additional level of goal analysis. *Personality and Individual Differences*, 89(2): 92-99.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: W. W. Norton & Company. (Original work published 1950)
- Freund, A. (2008). Successful Aging as Management of Resources: The Role of Selection, Optimization, and Compensation. *Research in Human Development*, 5(2): 94–106.
- Ghorbanalipour, M., Farahani, H., Borjali, A. & Moghaddas, L. (2008). Determine the effectiveness of group lifestyle changes on marital satisfaction. *Psychological Studies*, 4(3): 57-72 (Text in Persian).
- Heckhausen, J., Wrosch, C. & Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review*, 117(1) :32–60.
- James, A. G. & Fine, M. A. (2015). Relations between youths' conceptions of spirituality and their developmental outcomes. *Journal of Adolescence*, 43(3): 171-180.
- Keyes, C. L. M. & Ryff, C. D. (1998). Generativity in adult lives: Social structural contours and quality of life consequences. In D. P. McAdams & E. de St. Aubin (Eds.), *Generativity and adult development* (PP. 227–263). Washington, DC: American Psychological Association.
- Kwok, J. Y. C. & Ku, B. H. B. (2016). Elderly people as “apocalyptic demography” ? A study of the life stories of older people in Hong Kong born in the 1930s. *Journal of Aging Studies*, 36(1): 1-9.
- Li, C-I., Lin, C-h., Lin, W-Y., Liu, C-S., Chang, C-K., Meng, N-H., Lee, Y-D., Li, T-C. & Lin, C-C. (2014). Successful aging defined by health-related quality of life and its determinants in community dwelling elders. *BMC Public Health*, 14:1013.
- McAdams, D. P. (2001). Generativity in Midlife. In M. Lachman (Ed.), *Handbook of Midlife Development* (PP. 395-447). New York: John Wiley & Sons, Inc.
- McAdams, D. P. (2006). The redemptive self: Stories Americans live by. *Research in Human Development*, 3(2 & 3): 81-100.
- McAdams, D. P. (2008). Personal narratives and the life story. In O. P. John, R. R. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*

- (3rd ed., pp. 241–261). New York: Guilford Press.
- McAdams, D. P. (2011). *George W. Bush and the redemptive dream: A psychological portrait*. New York: Oxford University Press.
- McAdams, D. P. & de St. Aubin, E. (1992). A theory of Generativity and its assessment through self-report, behavioral acts, and narrative themes in autobiography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(6): 1003-1015.
- McGregor, I., McAdams, D. P. & Little, B. R. (2006). Personal projects, life stories, and happiness: On being true to traits. *Journal of Research in Personality*, 40(5): 551-572.
- Morowatisharifabad, M. A. (2005). Optimization of health promotion model and evaluate its use with adult learning theory helps to promote behavior change in health in the elderly in the city of Yazd. Health Education doctoral dissertation. Faculty of Medical Sciences, Tarbiat Modares University (Text in Persian).
- Ochse, R. & Plug, C. (1986). Cross-cultural investigation of the validity of Erikson's theory of personality development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(6): 1240-1252.
- Pender, N. J. (1987). *Health Promotion in Nursing Practice* 2nd ed. Appleton and Lange, Norwalk, CT.
- Pisinger, C., Toft, U., Aadahl, M., Glumer, C. & Jorgensen, T. (2009). The relationship between lifestyle and self-reported health in a general population The Inter99 study. , *Preventive Medicine*, 49(5): 418–423
- Pouladfar, R. & Ahmadi, S. A. (5006). The relationship between lifestyle and psychological disorders in secondary school teachers in Isfahan. *Psychological Studies*, 2(1 & 2): 7-18 (Text in Persian).
- Sarmad, Z., Hejazi, E. & Bazargan, A. (2011). *Research methods in the behavioral sciences*. Tehran: Agah (Text in Persian).
- Sawchuk, D. (2015). Aging and older adults in three Roman Catholic magazines: Successful aging and the Third and Fourth Ages reframed. *Journal of Aging Studies*, 35(4): 221-228.
- Schoklitsch, A. & Baumann, U. (2012). Generativity and aging: A promising future research topic? *Journal of Aging Studies*, 26(3): 262-272.
- Smedslund, G. (1995). Personality and vulnerability to cancer and heart disease: Relations to demographic and lifestyle variables. *Person. Individ. Diff*, 19(5): 691-697.
- Van Hiel, A., Mervielde, I. & De Fruyt, F. (2006). Stagnation and Generativity: Structure, Validity, and Differential Relationships with Adaptive and Maladaptive Personality. *Journal of Personality*, 74(2): 543-574.
- Van Leeuwen, K. G. & Vermulst, A. A. (2004). Some psychometric properties of the Ghent Parental Behavior Scale. *European Journal of Psychological*

*Assessment*, 20(4): 283–298.

Walker, S. N. & Hill-Polerecky, D. M. (1996). *Psychometric evaluation of the Health-Promoting Lifestyle Profile II*. Unpublished manuscript, University of Nebraska Medical Center.

Walker, S. N., Kerr, M. J., Pender, N. J. & Sechrist, K. R. (1990). A Spanish version of the Health-Promoting Lifestyle Profile. *Nursing Research*, 38(5): 268-273.

Walker, S. N., Sechrist, K. R. & Pender, N. J. (1987). The health-promoting lifestyle profile: Development and psychometric characteristics. *Nursing Research*, 36(2): 76-81.

---

**The Impact of Personality of Stagnation and  
Generativity on Lifestyle: An Empirical View to  
Erikson's Developmental Psychology Theory In  
Lifespan Psychology**

---

Khodamorad Mo'meni\*, Omran Davarinejad\*\* ,

Hassan Shahi\*\*\* & Parisa Janjani\*\*\*\*

**Abstract**

The current study aimed to investigate the relationship between personality characteristics of stagnation and generativity, and healthy lifestyle. Descriptive study of correlation type has been implemented. The sample consisted of 300 staff (154 females, and 146 males) of education ministry offices in Tehran who were selected by cluster sampling. To evaluate personality characteristics and healthy lifestyle, Bradley Based Stagnation Scale (BBS), Loyola Generativity Scale (LGS), and Health Promoting Lifestyle Profile (HPLP-II) were used. To analyze data, Pearson correlation and hierarchical regression analysis were run. The results showed that there was a significant relationship between personality characteristics and healthy lifestyle. Stagnation had a negative relationship and generativity had a positive relationship with healthy lifestyle. Total score of healthy lifestyle were predicted by stagnation (negatively) and generativity (positively). The results of the study in the grounds of health promoting models and personality characteristics models emphasized the importance of developmental approach in lifestyle's elements had been

---

\* Associate Professor of Psychology at Razi University, Kermanshah

\*\* Assistant Professor of Kermanshah University of Medical Sciences

\*\*\* Psychology PhD student at Razi University, Kermanshah

\*\*\*\* Psychology PhD student, University of Kermanshah

DOI: 10.22051/psy.2017.6299

Reseived:2013/5/23

Accepted:2017/2/18



interpreted. In summary, different elements of lifestyle were constructed in the ground of psychosocial development and in the direct relation with personality characteristics. Future researches can study the role and importance of developmental approach in constructing and changing of the behaviors of lifestyle.

*Keywords: Stagnation; Generativity; Developmental Psychology; Lifespan Psychology; Healthy Lifestyle*