

اثر بخشی آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر سازگاری تحصیلی دانشجویان

نویسندگان: فیروزه سپهریان آذر^{۱*} و امید فتاحی^۲

۱- دانشیار روانشناسی دانشگاه ارومیه.

۲- کارشناس ارشد روانشناسی دانشگاه ارومیه.

*Email: f.sepehrianazar@urmia.ac.ir

چکیده

مطالعه حاضر در صدد بر آمده است تا تاثیر آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم را بر سازگاری تحصیلی دانشجویان مورد مطالعه قرار دهد. بدین منظور ۱۲۰ دانشجو با استفاده از نمونه‌های در دسترس انتخاب شدند و به شیوه کاملاً تصادفی در گروه‌های آزمایشی (۶۰ دانشجو) و کنترل (۶۰ دانشجو) قرار گرفتند و به آزمون سازگاری تحصیلی بیکر و سیریاک قبل و بعد از مداخله پاسخ دادند. گروه آزمایش به مدت شش جلسه یک و نیم ساعته آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم را دریافت کردند. این طرح از نوع مطالعه نیمه آزمایشی پیش-پس آزمون با گروه کنترل می‌باشد. داده‌های پژوهش به کمک آزمون‌های توصیفی و استنباطی از جمله میانگین، انحراف استاندارد، آلفای کرانباخ، تی برای گروه‌های مستقل و تحلیل کواریانس تحلیل گردیدند. نتایج تحلیل آزمون تی بر تفاضل نمرات پیش و پس آزمون و تحلیل کواریانس نشان داد، بین گروه آزمایش و کنترل در میزان سازگاری تحصیلی تفاوت معنی داری وجود دارد. یافته‌های به دست آمده نشان داد که آموزش تیپ‌های شخصیت در انیه گرم بر سازگاری تحصیلی دانشجویان موثر می‌باشد.

کلید واژه‌ها: انیه گرم، تیپ‌های شخصیت، سازگاری تحصیلی

روان‌شناسی بالینی و شخصیت

دانشور
و نشر

• دریافت مقاله: ۹۱/۱۰/۲

• پذیرش مقاله: ۹۲/۸/۲۵

*Scientific-Research Journal
Of Shahed University
Twenty-first Year, No.10
Spring & Summer
2014*

Clinical Psy. & Personality

دوفصلنامه علمی- پژوهشی

دانشگاه شاهد

سال بیست و یکم - دوره

جدید شماره ۱۰

بهار و تابستان ۱۳۹۳

مقدمه

ورود به دانشگاه مقطعی بسیار حساس به شمار می‌رود که تغییر عمده‌ای در زندگی اجتماعی و فردی به وجود می‌آورد. در این دوره فرد با تغییرات زیادی در روابط انسانی و اجتماعی روبرو می‌شود [۱]. از آن جمله می‌توان به ایجاد روابط جدید، دوری از خانواده، مدیریت مسایل تحصیلی، معیشتی و عاطفی، تغییر در عادات مطالعه، زندگی در شرایط خوابگاه دانشجویی، کافی نبودن امکانات رفاهی و اقتصادی، منابع درسی متعدد اشاره کرد. ناتوانی در رویارویی موفقیت‌آمیز با مسائل یاد شده از عوامل مهم در ناسازگاری و افت تحصیلی دانشجویان می‌باشد [۲]. برخی از محققین معتقدند ورود به دوره دانشگاه یکی از مهم‌ترین دوره‌های گذر در زندگی یک نوجوان یا جوان است [۳]. دانشجویان با چالش‌های جدیدی در تحصیلات، ارتباطات اجتماعی مواجه می‌شوند که به وسیله یک محیط کاملاً جدید به آن‌ها تحمیل می‌گردد. این تغییر و تحولات، منجر به افزایش سطح تنیدگی و شیوع مشکلات سازش‌یافتگی در بین دانشجویان، به خصوص در سال‌های اول و دوم می‌شود [۴ و ۵]. عده‌ای نیز اشاره کردند که این تنیدگی‌ها عملکرد افراد را متاثر می‌سازند [۶]. اگر چه اغلب دانشجویان با محیط جدید به سرعت خو می‌گیرند، اما برای برخی این دوره گذر، استرس‌های شخصی و ناسازگاری‌های هیجانی به دنبال دارد. پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد فشار و استرس‌های مفرط بین دانشجویان اغلب به شکست تحصیلی، ترک تحصیل، افت عملکرد تحصیلی و مشکلات سازگاری منجر می‌شود [۷ و ۸].

دستیابی به موفقیت تحصیلی در دانشگاه نیاز به چالش و سازگاری با شرایط جدید آموزشی دارد و تاثیر این سازگاری برای پیشرفت و تکمیل برنامه‌های آموزشی بسیار مهم می‌باشد. از جمله چالش‌هایی که دانشجویان هنگام ورود به دانشگاه پیش‌رو دارند، تفکر آن‌ها در ارتباط با توانایی کنار آمدن با الزاماتی است که بر سازگاری‌شان تاثیرگذار می‌باشد [۹]. از این رو می‌توان گفت کنار آمدن

با چنین تغییراتی مستلزم آن است که فرد از توانایی سازگاری مناسبی برخوردار باشد [۱۰]. سازگاری عبارت است از برقراری رابطه‌ی رضایت‌بخش بین فرد و محیطی زندگی او که نشانه‌ی آگاهی و توانایی فرد می‌باشد [۱۱]. برخی سازگاری را جریانی می‌دانند که در آن فرد برای وفق دادن خود با فشارهای درونی و بایدهای بیرونی تلاش می‌کند [۱۲]. سازگاری انعکاسی از تعامل شخص با دیگران، رضایت از نقش‌های خود و نحوه عملکرد در نقش‌هاست که به احتمال زیاد تحت تاثیر شخصیت قبلی، فرهنگ و انتظار خانواده قرار دارد. همچنین سازگاری مجموعه کنش‌ها و رفتارهایی است که فرد در موقعیت‌ها و شرایط جدید به منظور ارائه پاسخ‌های مناسب به محرک‌های موجود از خود بروز می‌دهد [۱۳].

از دیدگاه روان‌پویایی فروید، هرگاه بین نهاد، خود و فراخود تعادل برقرار شود، شخص سازگار می‌باشد [۱۴]. تئوری تحلیل ارتباط متقابل فرد سازگار را کسی می‌داند که در او سه ساخت شخصیت با یکدیگر هماهنگ و دم‌سازند و مرزهای شخصیت مشخص و نفوذپذیر می‌باشند [۱۵]. راجرز معتقد است زمانی که ارگانیزم تجارب حسی و درونی خود را به صورت منظم و کامل جزء ساخت «خود» قرار دهد و بپذیرد، سازگاری روانی حاصل می‌شود و از نظر ویلیام گلاسر^۱ شخصیت سازگار برابر است با هویت موفق [۱۲].

نتایج تحقیقات در ایران و خارج از ایران نشان داد که بین سازگاری و پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار وجود دارد. [۱۶، ۱۷ و ۱۸]. یکی از زیر مجموعه‌های سازگاری، سازگاری تحصیلی می‌باشد. سازگاری تحصیلی ناظر بر توانمندی فراگیران در انطباق با شرایط و الزامات تحصیل و نقش‌هایی است که محیط آموزشی، به عنوان یک نهاد اجتماعی فرا روی آن‌ها قرار می‌دهد [۱۹]. امروزه سازگاری تحصیلی تنها بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان تاکید نمی‌کند بلکه مفهوم آن گسترش یافته و شامل انگیزه یادگیری، توانایی برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های

1. William Glasser

مزاجی متفاوتی هستند، مایل‌اند که خود را با افراد و موضوعات مخصوصی احاطه کنند و در جستجوی مسائلی هستند که با علائق، صلاحیت‌ها و طرز تفکرشان نسبت به جهان متجانس باشد [۲۹]. مدلی که در مطالعه حاضر برای تعیین تیپ‌های شخصیتی به کار گرفته شده و راهبردهای مرتبط با آن، انیه گرم نامیده می‌شود. در زبان یونانی کلمه "انیه"^۳ به معنای «نُه» و "گرم"^۴ به معنای «کشیدن» است [۳۰]. انیه گرم سیستمی از نه تیپ شخصیتی است که قدرت‌ها و استعدادها و به همان اندازه مشکلات هر تیپ شخصیت را توصیف می‌کند و یک زبان جهانی فراهم می‌کند که کمک می‌کند تا خود و دیگران سریع تر درک شوند. هر کدام از نه تیپ شخصیتی انیه گرم تفاوت، راهبردهای مقابله‌ای خوب رشد یافته برای ارتباط با خود، دیگران و محیط دارد [۳۱]. برتری‌ها و ضعف‌های رشد انسان می‌تواند در هر تیپ یافت شود. به علت شرایط بیوشیمیایی، ژنتیکی، فیزیولوژیکی و محیطی هر فرد در یکی از این تیپ‌ها قرار می‌گیرد. انیه گرم توسط یک شخص یا موسسه پویا نیافته بلکه نتیجه تحقیقات و تحلیل‌های فراوانی است از ترکیب روش‌های متعدد اسطوره‌ای و روانشناسی امروزی سرچشمه گرفته است. برخی معتقدند ریشه در صوفی‌گری دارد و برخی دیگر زیر مبنای آن را ایدئولوژی فیثاغورثی، افلاطونی و نئوافلاطونی می‌دانند [۳۲]. علاقه اولیه به انیه گرم از درک و استنباط عدد سوتیک^۵ به وجود آمده است. در مشاهده طرح انیه گرم (شکل ۱)، نکته‌ای که بلافاصله مورد توجه قرار می‌گیرد، مثلثی است که از سه عدد ۹،۶،۳ تشکیل شده و نماد واحدی که از اعداد ۱،۴،۲،۸،۵،۷، شکل گرفته است [۳۳]. معرفی انیه گرم به جامعه غرب به گرجیف^۶

علمی، احساس تعهد، پشتکار در امور آموزشی و یادگیری، رضایت از فضا و محیطی آموزشی می‌باشد. بنابراین سازگاری تحصیلی شامل عوامل شناختی مانند شیوه‌های یادگیری، فرایند حافظه و عوامل روانی مانند اضطراب، افسردگی می‌باشد که می‌تواند بر سلامت روان، مهارت‌های اجتماعی، سازگاری تحصیلی، شخصی، اجتماعی و تصمیم‌گیری تاثیر منفی داشته باشد [۲۰ و ۲۱]. برخی از مطالعات نشان دادند که دانشجویان برخوردار از سازگاری تحصیلی انگیزه پیشرفت و پشتکار بالایی دارند [۲۲]. و برخی نیز معتقدند دانشجویانی که در امر سازگاری تحصیلی با مشکل روبه‌رو می‌شوند، به احتمال زیاد در سایر ابعاد زندگی نیز دچار مشکل خواهند شد [۲۳]. سازگاری تحصیلی با ورود نوجوان به دانشگاه اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. عوامل زیادی به عنوان فاکتورهای تاثیرگذار بر سازگاری تحصیلی پیشنهاد شده است. که می‌توان به رابطه بین معلم و دانش‌آموز و تعداد دوستان هم‌سال در آغاز سال تحصیلی جنس و پایگاه اجتماعی شخصیت و خصوصیات فردی مانند: شناخت، توانش کلامی، هماهنگی دیداری-حرکتی^۱ و خلق و خو^۲ روابط خانوادگی اشاره کرد [۲۴، ۲۵، ۲۶ و ۲۷].

یکی از راه‌هایی که به سازگاری انسان کمک می‌کند "خودشناسی است" و در این مسیر یکی از مهمترین ابزارهایی که انسان را به این هدف می‌رساند، شناخت "تیپ شخصیتی" اوست. زیرا بدین وسیله، فرد به توانایی‌ها و نقصان‌های خود پی می‌برد و می‌تواند با محیط و دیگران بیشتر سازگار شود. مشاهده می‌شود افراد هرچه به خودآگاهی بالاتری می‌رسند با نقاط ضعف و قوت خود بیشتر آشنا شده و با توجه به نقاط قوت، نقاط ضعف خود را در محدوده تیپ شخصیتی تعدیل داده سازگاری بالاتری هم نشان می‌دهند [۲۸]. هر تیپ شخصیتی، ذخایر خاصی از نگرش‌ها و مهارت‌هایی در جهت غلبه بر مشکلات و وظایف محیطی دارد. تیپ‌های شخصیت مختلف دارای علائق، صلاحیت‌ها و حالات

3. Ennea

4. Gram

5. Sothic number

تقویم سوتیک، سالنمایی است که با استفاده از حرکت سیارگان در

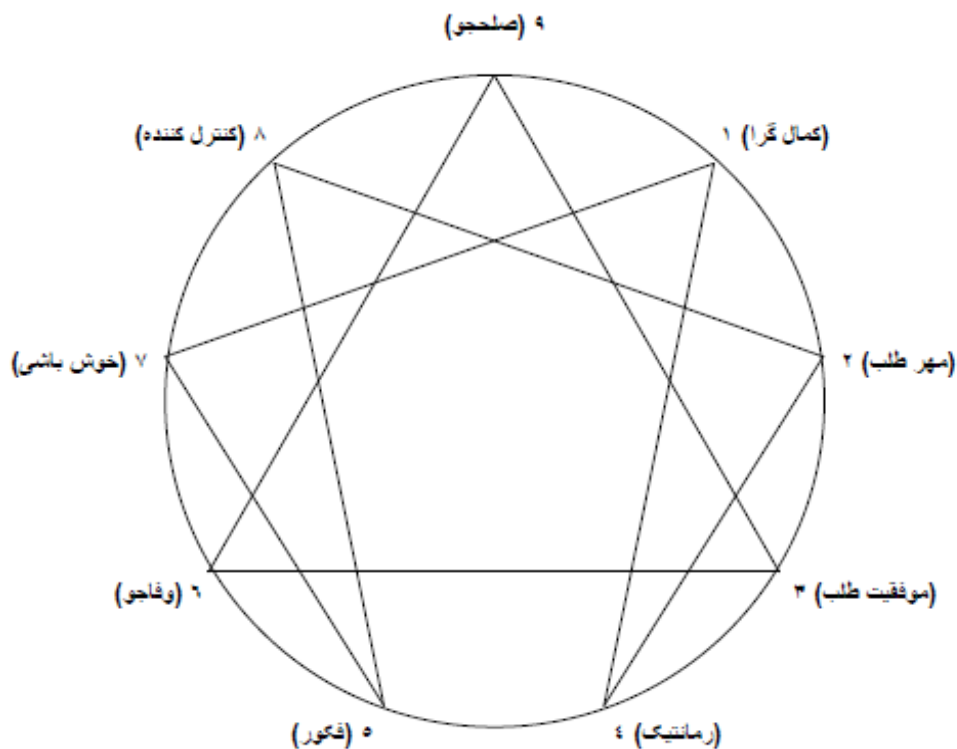
آسمان تنظیم می‌شد. مصریان باستان برای پیش بینی طغیان رود نیل از

این سالنامه استفاده می‌کردند.

6 Gurdijeff

1. visual-motor coordination

2. temperament



شکل ۱: طرح تیپ‌های نه گانه شخصیت در انیه گرم [۲۸]

گسترش داد [۲۸].
 یک روانشناس شناختی اشاره می‌کند که از دیدگاه شناختی، نه تیپ شخصیت، نه فیلتر ادراکی شناختی هستند که تصویر ذهنی بلند مدت از جهان، ادراک جاری از محیط و ثبات احساسی را شکل می‌دهد. بر اساس این دیدگاه، تیپ‌های شخصیت انیه گرم کمک می‌کند تا بالقوه به درک بهتر فرآیند‌های احساس، ادراک، شناخت و تصمیم‌گیری دست یابیم [۲۸].
 عده‌ای از محققین رابطه بین سطوح سازگاری و رگه‌های شخصیتی را در ۴۵۶ دانش‌آموز سوم متوسطه مطالعه کردند و گزارش کردند که هویت جنسی، اشتراک، انعطاف‌پذیری، اجتماعی‌شدن و سلطه‌گری در مقایسه با سایر ترکیب‌ها بیشترین توان را در پیش‌بینی سطوح سازگاری دارند [۳۵]. مطالعه‌ای جهت بررسی اثربخشی آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر کاهش تعارضات

نسبت داده می‌شود [۳۴]. گفته می‌شود، اُسکار ایچازو^۱ اولین نویسنده معاصر است که متوجه رابطه بین شکل هندسی و تیپ‌های شخصیت انیه گرم شد و در سال ۱۹۵۰ نماد انیه گرم را با آموزش تیپ‌های نه گانه متحد کرد و در سال ۱۹۶۰ موسسه اریکا را در کشور شیلی تاسیس نمود، که طی دوره‌های فشرده چهار روزه، خودشناسی شخصیتی را به شاگردانش که اکثراً روانشناسان و روانپزشکان و پژوهشگران کنجکاو بودند، آموخت. یکی از شاگردان او به نام کلودیو نارانجو^۲ نویسنده و روانشناس آمریکایی بعد از آموزش از شیلی به کالیفرنیا بازگشت و به تدریس انیه گرم پرداخت و سپس با همکاری دان ریچارد ریزو^۳ و راس هادسون^۴ این کار را

1. Oscar Ichazo
 2. Claudio Naranjo
 3. Don Richard Riso
 4. Russ Hadson

منظور ۱۲۰ دانشجو به عنوان نمونه‌های مورد مطالعه انتخاب شدند و صورت کاملاً تصادفی در گروه‌های آزمایش (۶۰ نفر) و کنترل (۶۰ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش ۶ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای، در کلاس‌های آموزش انیه گرم شرکت کردند. آزمودنی‌ها با خصوصیات و راهبردهای حمایتی، برگزیده و مورد غفلت قرار گرفته مربوط به هر تیپ و خصوصیتی که در محدوده تیپ شخصیت قابل تغییر است، آگاهی یافتند.

ابزار پژوهش

به منظور گردآوری داده‌های مورد نیاز از پرسشنامه سازگاری دانشجویان با دانشگاه سربیک و بیکر (SACQ) استفاده شد. این آزمون در دانشگاه کلارک آمریکا ساخته شده و به شکل گسترده‌ای در آمریکا، اروپا، چین و ژاپن به کار گرفته شده است [۳۹] [۴۰]. پرسشنامه مذکور دارای چهار زیر مقیاس سازگاری تحصیلی (۲۴ سوال)، سازگاری اجتماعی (۲۰ سوال)، سازگاری شخصی-هیجانی (۱۵ سوال) و دلبستگی به موسسه/دانشگاه (۸ سوال) می‌باشد. آزمودنی در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه ای از "کاملاً درباره من صدق می‌کند" تا "اصلاً درباره من صدق نمی‌کند" به سوال‌های آزمون پاسخ می‌دهد. ۴ نمره برای خرده مقیاس‌ها و یک نمره کل محاسبه می‌شود. در مطالعات سازندگان آزمون ضریب آلفای کرانباخ تمام خرده مولفه‌ها و نمره کل، بالای ۰/۸۰ بود [۳۹]. در ایران نیز پایایی آزمون به تفکیک جنسیت پسر و دختر به ترتیب ۰/۸۴۷ و ۰/۸۹۵. گزارش شده است [۴۱]. محققین دیگر نیز در مطالعه خود ضرایب ثبات درونی برای مولفه‌ها را بین ۰/۸۶۰ تا ۰/۹۵ محاسبه کرده‌اند [۴۲]. در مطالعه حاضر آلفای کرانباخ برای زیر مقیاس‌های آزمون سازگاری با دانشگاه از ۰/۸۹ تا ۰/۹۲ به دست آمد.

شیوه انجام پژوهش

مبنای آموزش کلاس‌ها، برنامه‌های آموزش تخصصی

زناشویی زوجین در شهرستان ارومیه انجام گرفت، نتایج این مطالعه نشان داد که میزان تعارضات زناشویی زوجینی که در کلاس‌های آشنایی با تیپ‌های شخصیت انیه گرم شرکت کرده بودند، در مقایسه با گروه کنترل به طور معناداری کاهش داشت [۳۶]. برخی مطالعات نیز گزارش کردند که آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر افزایش عزت نفس دانشجویان تاثیر معناداری داشته است [۲۹]. محقق کره‌ای نیز کلاس‌های آموزش انیه گرم را برای گروهی از پرستاران کره ای برگذار کرد، نتایج مطالعه او نشان داد که آموزشی تیپ‌های شخصیت انیه گرم تاثیر معناداری بر عزت نفس نمونه‌های مورد مطالعه او داشته است [۳۷].

سازگاری و ابعاد مختلف آن از مباحث بنیادی و بسیار گسترده در روان شناسی محسوب می‌شود. به همین جهت شناسایی عوامل تاثیر گذار بر آن، ضمن افزایش حیطه دانش، می‌تواند کاربردهای زیادی در کاهش مشکلات فردی و بین فردی داشته باشد. آموزش انیه گرم را نیز می‌توان مسیری مطمئن برای خود شناسی و افزایش سازگاری دانشجویان دانست. در این راستا، هدف پژوهش حاضر تعیین تاثیر آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر سازگاری تحصیلی دانشجویان می‌باشد.

با توجه به هدف و پیشینه پژوهش، مساله اساسی تحقیق اینست که آیا دانشجویانی که دوره‌های آموزش تیپ شناسی انیه گرم را می‌گذرانند در مقایسه با دانشجویانی که چنین دوره ای را نمی‌گذرانند، سازگاری تحصیلی بالاتری دارند.

روش

نوع تحقیق: طرح تحقیق حاضر از نوع مطالعه شبه آزمایشی پیش- پس آزمون با گروه کنترل می‌باشد.
 آزمودنی: جامعه آماری مورد مطالعه، کلیه دانشجویان رشته مقطع کارشناسی دانشگاه‌های ارومیه در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ بودند. جهت اطمینان از این که نمونه‌های مورد مطالعه قبلاً هیچ گونه آشنایی با تیپ‌شناسی انیه گرم نداشته باشند از نمونه‌های در دسترس استفاده شد. بدین

شیوه تحلیل داده ها

در این تحقیق علاوه بر آمار توصیفی، از تحلیل کواریانس استفاده شده است.

نتایج

یافته توصیفی نمرات زیر مقیاس‌های سازگاری تحصیلی به تفکیک برای گروه‌های آزمایش و کنترل در پیش آزمون و پس آزمون در جدول ۱ آمده است.

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین کل پس آزمون در گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل می‌باشد. جهت کنترل اثر پیش آزمون و بررسی دقیق تر تاثیر متغیر مستقل بر گروه آزمایشی و کنترل از تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل مقدماتی برای ارزیابی همگنی بین شیب‌های رگرسیون نشان داد که اثر متقابل بین متغیر کواریانس (پیش آزمون) و عامل معنادار نمی باشد ($p = 0.06$ ، $F = 1116/25$ ، $MSE = 3/76$ ، $F(1, 116) = 1/47$) و بر اساس نتایج آزمون لوین ($F = 1/47$ ، $P = 0/23$) مبنی بر برقراری پیش فرض‌های مربوط به نرمال بودن تقریبی و همسانی واریانس‌ها، تحلیل کواریانس دنبال شد (جدول ۲).

با توجه به نتایج جدول ۲، تحلیل کواریانس ($F(1, 116) = 34/97$ ، $MSE = 34/97$ ، $p = 0/001$ ، $\eta^2 = 0/23$) معنی دار بود. با توجه به ضریب آتا ارزیابی شده، دخالت‌های آموزشی موجب ۲۳ درصد تغییرات متغیر وابسته شده است و این به معنای آن است که آشنایی دانشجویان با خصوصیات مربوط به تیپ خود و دیگران در سازگاری آنان موثر بوده است. نتایج نشانگر آن است که عوامل دیگری نیز در سازگاری تحصیلی دخالت دارند که مطالعه حاضر به آن‌ها نپرداخته است. میانگین‌های اصلاح شده (جدول ۳) نشان می‌دهد که میانگین سازگاری گروه آزمایش بیشتر از گروه میانگین می‌باشد.

اینه گرم هلن پالمر^۱ بود، که توسط نویسنده مقاله حاضر اجرا گردید. [۳۸].

در جلسه اول بعد از اجرای پیش آزمون، در مورد تیپ‌های شخصیت و به خصوص تیپ شخصیت در اینه گرم، تیپ اصلی، بال قوی و ضعیف تیپ‌های شخصیت اینه گرم توضیح داده شد. جلسه دوم با مثالی از یک فرد با تیپ شخصیت کمال‌گرا (تیپ ۱) و یک شخصیت مهرطلب (تیپ ۲) شروع شد و افراد مشهور در جهان که دارای تیپ ۱ و ۲ بودند، معرفی گردیدند. در ادامه به ویژگی اصلی تیپ ۱ و ۲ و راهبرد برگزیده آن‌ها اشاره شد و سپس در مورد راهبردهای حمایتی و مورد غفلت قرار گرفته مربوط تیپ‌های ۱ و ۲ توضیحاتی داده شد. دانشجویان در مورد سبک صحبت، سبک کار، رویکرد به حل مسئله، نوع سالم و بیمار هر تیپ، نقطه کور این دو تیپ، خصوصیات که آن‌ها در دیگران می‌پسندند، نگاه دیگران به آن‌ها و خصوصیات افراد کمال‌گرا با بال قوی تیپ ۹ یا تیپ ۲ و خصوصیات افراد مهرطلب با بال قوی تیپ ۳ یا تیپ ۱ مطالبی را آموختند. جلسه سوم نیز کاملاً مشابه جلسه دوم، برای تیپ‌های ۳ و ۴ اجرا گردید، اشاره می‌شود که بال قوی تیپ موفقیت طلب (تیپ ۳)، تیپ ۲ و یا تیپ ۴ می‌باشد و بال قوی تیپ رمانتیک (تیپ ۴) تیپ ۳ و یا ۵ است. در جلسه چهارم نیز کاملاً مشابه جلسات قبل، برای تیپ‌های شماره ۵ یعنی شخصیت فکور (با بال قوی تیپ ۴ و یا تیپ ۶) و تیپ شخصیت شماره ۶ (وفاجو) با بال قوی تیپ ۵ و یا تیپ ۷، اجرا گردید. جلسه پنجم به تیپ‌های خوش‌خو (شماره ۷) و کنترل‌کننده (شماره ۸) و بال‌های قوی آن‌ها و جلسه ششم به تیپ شخصیت صلحجو (شماره ۹) اختصاص یافت. و در ادامه جلسه ششم به سوالات آزمودنی‌ها در مورد تیپ خودشان، پاسخ داده شد.

آزمون سازگاری تحصیلی قبل و بعد از تمام کلاس‌های آموزشی برای هر دو گروه مورد مطالعه اجرا شد.

اثربخشی آموزش تیپ‌های شخصیت انیسه گرم بر سازگاری تحصیلی دانشجویان

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی زیر مقیاس‌های سازگاری با دانشگاه در گروه‌های آزمایش و کنترل

تعداد	پس آزمون				پیش آزمون				گروه‌ها	شاخص متغیر
	بیشترین	کمترین	انحراف استاندارد	میانگین	بیشترین	کمترین	انحراف استاندارد	میانگین		
۶۰	۱۰۹	۴۹	۹/۴۹	۷۷/۳۲	۱۰۹	۴۹	۱۳/۶۵	۸۰/۸۷	کنترل	سازگاری تحصیلی
۶۰	۱۱۶	۶۱	۱۰/۷۵	۸۳/۰۵	۱۱۲	۵۷	۱۰/۴۳	۸۰/۳۷	آزمایش	
۱۲۰	۱۱۶	۵۳	۱۰/۵۰	۸۰/۱۸	۱۱۲	۴۹	۱۲/۱۰	۸۰/۶۲	کل	
۶۰	۸۸	۴۵	۸/۶۸	۶۴/۸۵	۸۸	۴۵	۱۰/۷۹	۶۸/۰۷	کنترل	سازگاری اجتماعی
۶۰	۸۹	۵۰	۹/۳۲	۶۹/۲۷	۸۹	۳۹	۱۰/۴۶	۶۷/۱۲	آزمایش	
۱۲۰	۸۹	۴۵	۹/۲۴	۶۷/۰۶	۸۹	۳۹	۱۰/۵۹	۶۷/۵۹	کل	
۶۰	۶۵	۳۲	۷/۸۱	۵۰/۳۰	۷۵	۳۲	۱۰/۳۳	۵۳/۸۷	کنترل	سازگاری عاطفی-شخصی
۶۰	۷۲	۳۳	۸/۷۴	۵۳/۴۲	۷۲	۳۳	۸/۹۴	۵۳/۱۵	آزمایش	
۱۲۰	۳۷	۳۲	۸/۴۰	۵۱/۸۶	۷۲	۳۲	۹/۶۳	۵۳/۵۱	کل	
۶۰	۴۰	۱۶	۶/۱۳	۲۸/۳۸	۴۰	۲۰	۴/۷۳	۳۲/۶۲	کنترل	دلبستگی به-دانشگاه
۶۰	۴۰	۲۴	۴/۵۰	۳۱/۹۸	۴۰	۱۹	۴/۴۷	۳۱/۷۸	آزمایش	
۱۲۰	۴۰	۱۶	۵/۶۵	۳۰/۱۸	۴۰	۱۶	۴/۶۰	۳۲/۲۰	کل	
۶۰	۲۷۵	۱۵۵	۲۵/۹۴	۲۲۰/۸۵	۲۹۹	۱۵۵	۳۰/۹۷	۲۳۵/۴۱	کنترل	نمره کل سازگاری تحصیلی
۶۰	۳۰۳	۱۸۷	۲۶/۴۱	۲۳۷/۷۲	۳۰۶	۱۷۵	۲۸/۱۸	۲۳۲/۴۲	آزمایش	

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های مورد مطالعه در نمره کل سازگاری با دانشگاه

شاخص	SS	df	MS	F	P	n
منبع تغییر						
مقدار ثابت	۱۰۳۲۳/۴۷۹	۱	۱۰۳۲۳/۴۷۹	۳۳/۵۹۵	۰/۰۰۰	۰/۲۲۵
گروه	۱۰۶۳۴/۰۷	۱	۱۰۶۳۴/۰۷	۳۴/۹۷	۰/۰۰۰	۰/۲۳۰
هم متغیر	۴۵۲۸۳/۹۸	۱	۴۵۲۸۳/۹۸	۱۴۸/۹۰	۰/۰۰۰	۰/۵۶۰
مقدار خطا	۳۵۵۸۱/۸۵	۱۱۷	۳۰۴/۱۲			
جمع	۶۳۹۷۹۰۲	۱۲۰				

$$R = ۰/۶۰۲, R^2 = ۰/۵۹۵$$

جدول ۳: میانگین تعدیل شده متغیر سازگاری در پس آزمون

گروه	میانگین	خطای استاندارد	حد پایین	حد بالا
آزمایش	۲۳۸/۷۱	۲/۲۵	۲۳۴/۲۵	۲۳۴/۱۷
کنترل	۲۱۹/۸۶	۲/۲۵	۲۱۵/۴۰	۲۲۴/۳۲

جدول ۴: نتایج تحلیل کواریانس دو گروه کنترل و آزمایش در زیر مقیاس‌های سازگاری با دانشگاه

مجدور انا	معنی داری	F	میانگین مجدورات	مجموع مجدورات	شاخص منبع تغییر	زیر مقیاس
۰/۱۲۳	۰/۰۰۰	۱۶/۴۰	۱۰۷۴/۶۹	۱۰۷۴/۶۹	گروه	سازگاری تحصیلی*
۰/۳۶۸	۰/۰۰۰	۶۸/۱۵	۴۴۶۴/۹۲	۴۴۶۴/۹۲	هم متغیر	
۰/۱۰۵	۰/۰۰۰	۱۳/۷۹	۷۱۹/۲۱	۷۱۹/۲۱	گروه	سازگاری اجتماعی**
۰/۳۶۲	۰/۰۰۰	۶۶/۵۰	۳۴۶۸/۶۲	۳۴۶۸/۶۲	هم متغیر	
۰/۰۶	۰/۰۰۷	۷/۴۷	۳۵۸/۱۲	۳۵۸/۱۲	گروه	سازگاری عاطفی- شخصی***
۰/۳۰۷	۰/۰۰۰	۵۱/۹۴	۲۴۹۰/۱۱	۲۴۹۰/۱۱	هم متغیر	
۰/۱۳۶	۰/۰۰۰	۱۸/۴۰	۴۶۵/۴۲	۴۶۵/۴۲	گروه	دلبستگی به دانشگاه****
۰/۱۳۳	۰/۰۰۰	۱۷/۹۷	۴۵۴/۱۴	۴۵۴/۱۴	هم متغیر	

** $R = ۰/۳۹۹$ ، $R^2 = ۰/۳۸۹$ * $R = ۰/۴۱۶$ ، $R^2 = ۰/۴۰۶$

**** $R = ۰/۲۲۲$ ، $R^2 = ۰/۲۰۲$ *** $R = ۰/۳۳۲$ ، $R^2 = ۰/۳۲۰$

تحقیق مبادرت شد که در این قسمت به بحث و تحلیل یافته‌های مطالعه حاضر پرداخته می‌شود. با توجه به یافته‌های آماری حاصل از تحلیل کواریانس مشخص شد که آشنایی با تیپ‌های شخصیتی انیه گرم راهبرد کمکی نسبتاً موثر در زمینه سازگاری تحصیلی می‌باشد. یافته‌های مطالعه حاضر با تحقیقات یاد شده همسو می‌باشد [۳۷، ۳۶، ۲۹]. در مطالعات ذکر شده آموزش انیه گرم بر سازگاری زوجین و افزایش عزت نفس تاثیر داشته است [۳۳] [۳۷، ۳۸]. و در مطالعه حاضر نیز آشنایی با تیپ‌های نه گانه انیه گرم در افزایش سازگاری تحصیلی آزمودنی‌های مورد مطالعه موثر بوده است.

در تبیین این یافته می‌توان اشاره کرد که اگر فردی با خصوصیات، نقاط ضعف و قوت تیپ شخصیت خود آشنا می‌شود می‌تواند با تکیه بر نقاط قوت، نقاط ضعف خود را تعدیل دهد، و در مورد سختی‌ها و ناهمواری‌های زندگی واقع‌گرا شود. هدف از خودشناسی این است که افراد تیپ خود را تشخیص دهند، ابعاد سالم و ناسالم تیپ خود را بشناسند و به قسمت میانه و بالاخره به بعد سالم نزدیک شوند. زمانی که شخص درک می‌کند که دیگران چگونه فکر و احساس می‌کنند، بیشتر صبور می‌شود و نیز تحمل، پذیرش و درک دیگران برای او

در نهایت تحلیل کواریانس برای زیر مقیاس‌های آزمون سازگاری تحصیلی محاسبه شد. نتایج در جدول شماره ۴ آمده است.

با توجه به نتایج حاصل از آماره‌های توصیفی، معناداری ضریب F، و در نهایت آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که شرکت در کلاس‌های انیه گرم بر گروه آزمایش موثر بوده و تفاوت معنی‌داری بین میانگین‌های دو گروه وجود دارد. شرکت در کلاس‌های آشنایی با تیپ‌های شخصیت انیه گرم توانست باعث افزایش میانگین در همه زیرمقیاس‌های سازگاری با دانشگاه در گروه آزمایش شود.

در مطالعه حاضر، سازگاری با دانشگاه در دانشجویان دختر و پسر مورد مقایسه قرار گرفت. یافته‌های حاصل از آزمون t بر اساس تفاضل نمرات پیش‌آزمون از پس آزمون نشان داد که در هیچ یک از زیر مقیاس‌های آزمون سازگاری با دانشگاه تفاوت معناداری بین دو گروه دانشجویان دختر و پسر وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

برای دست یابی به اهداف پژوهش و پاسخ علمی به سوالی که برای پژوهشگر مطرح بود به آزمون فرضیه

امکان پیگیری تاثیر آموزش بعد از چند ماه مقدور نشد، که محدودیت دیگر مطالعه حاضر بود. علی‌رغم محدودیت ذکر شده، با عنایت به نتایج تحقیق، پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آینده رابطه متغیرهای دیگر با تیپ‌های شخصیتی انیه گرم بررسی شود. همچنین با توجه به این که در نتیجه آشنایی دانشجویان با تیپ‌های انیه گرم، سازگاری تحصیلی در گروه آزمایش افزایش یافت. لذا پیشنهاد می‌شود برنامه‌هایی جهت آموزش تیپ‌های انیه گرم برای دانشجویان طرح‌ریزی و اجرا شود. چرا که جوانان امروز سرمایه و سازندگان آینده کشور هستند. بنابراین توانمندساختن آنان برای زندگی آینده گامی مهم خواهد بود.

منابع

- 1-Schmidt C K, Welsh A C. (2011). College Adjustment and Subjective Well-Being When Coping With a Family Member's Illness. *Journal of Counseling & Development*. Volume 88, Issue 4, pp 397-406.
- ۲- خجسته مهر، رضا. (۱۳۸۷). بررسی روابط مهارت‌های اجتماعی با سازگاری تحصیلی دانشجویان دانشگاهی در دانشجویان دختر دانشگاه شهید بهشتی. چمران. چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. صص ۱۴-۱۶
- 3- Tao, S., Dong, Q., Pratt, M. W., Hunsberger, B., & Pancer, S. M. (2000). Social support: Relations to coping and adjustment during the transition to university in the Peoples' Republic of China. *Journal of Adolescent Research*, 15, 123-144.
- 4- Scher, K. J., Wood, P" K., & Gotham, H. J. (1996). The course of psychological distress in college: A prospective high-risk study. *Journal of College student Development*. 37, 42- 50.
- 5- Mccarthy, c. J., Brack, c. J., Hsin-tine, T. L., & carlson, M. H. (1998). Relationship of college students-' current attachment to appraisals of parental conflict. *Journal of College Counseling*, 1, 135-154.

آسانتر می‌شود. بنابراین با تشخیص دفاع‌های روانی و هیجانی مخصوص هر تیپ، شرکت کنندگان فرصت‌هایی را برای رشد و سلامت شخصی به دست می‌آورند [۳۱]. در مطالعه حاضر پس از اتمام جلسات آموزشی، افراد شرکت کننده اظهار کردند که با شناخت هرچه بیشتر خود و خواسته‌هایشان بهتر می‌توانند فشارها و استرس‌های محیط آموزشی را تحمل کنند که این خود می‌تواند به عنوان نوعی بهبود در سازگاری با دانشگاه مدنظر قرار گیرد. از آنجاییکه سازگاری با محیط و کنار آمدن با واقعیت‌های زندگی از مهمترین دغدغه‌های انسان امروزی است و روند فعلی آموزش عالی در ایران بر اهمیت چگونگی سازگاری دانشجویان با محیط دانشگاه تأکید دارد. لذا نتایج مطالعه حاضر نشان داد که آشنا شدن دانشجویان با لایه‌های رشد فردی در تیپ خود به آنان کمک می‌کند تا انتظارات و باورهای ناسازگار خود را تغییر دهند و به جای سرزنش خود و دیگران در جهت رشد خود و چگونگی سازگاری با محیط قدم بردارند. نتایج مطالعه حاضر برای مشاوران آموزشی اهمیت زیادی دارد و در مداخلاتی که برای سازگاری دانشجویان صورت می‌گیرد باید اهمیت متغیر خودشناسی در نظر گرفته شود.

لازم به ذکر است که پژوهش‌های مداخله‌ای اندکی در رابطه با سازگاری تحصیلی انجام شده است. با وجود توجه به جایگاه تیپ‌شناسی انیه گرم در جهان، و اهمیتی که در جهان به برگزاری کلاس‌ها و ایجاد انیسیتوهای خودشناسی داده می‌شود، در ایران هنوز این تیپ‌شناسی جایگاه خود را در تحقیقات پیدا نکرده است. مطالعات اندکی در ارتباط با تیپ‌های شخصیتی انیه گرم در فرهنگ ایرانی وجود دارد. مطالعه ای حاضر، برای نخستین بار در ایران به بررسی تاثیر آموزش انیه گرم بر افزایش سازگاری تحصیلی پرداخته است. بنابراین امکان مقایسه نتایج با سایر مطالعات در فرهنگ ایران وجود نداشت، که این مسئله از جمله محدودیت‌های مطالعه حاضر می‌باشد. از آنجاییکه اتمام جلسات با تعطیلی دانشگاه برای امتحانات و سپس تعطیلات تابستان مصادف بود، لذا

- ۱۵- شفیق آبادی، عبدالله؛ ناصری، غلامرضا. (۱۳۸۸). نظریه های مشاوره و روان درمانی. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- ۱۶- شکری، امید؛ کدیور، پروین؛ غنایی، زهرا؛ دانشورپور، زیبا؛ مولایی، محمد. (۱۳۸۶). تاثیر صفات شخصیت، استرس تحصیلی را بر عملکرد تحصیلی دانشجویان. مجله‌ی مطالعات روانشناختی. دوره‌ی ۳ شماره‌ی ۳، صص ۳۶-۴۶.
- ۱۷- عیدیان، مریم. (۱۳۸۴). بررسی و مقایسه رابطه بین سازگاری و عزت نفس و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانهای دولتی شهرستان اسفراین در سال تحصیلی ۸۵-۱۳۸۴. پایان نامه دروه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشگاه شهید بهشتی.
- 18- Joussemet, M., Koestner, R., Lokes, N., Landry, R. (2005). A Longitudinal Study of the Relationship of Maternal Autonomy Support to Children's Adjustment and Achievement in School. *Journal of Personality*. 73:5, 1215-1236.
- 19- Bart, O., Hajami, D., & Bar-Haim, Y. (2007). Predicting school adjustment from motor abilities in kindergarten. *Journal of Infant and Child Development*, 16, 597-615.
- 20- Blustein, D.L., Judd, T. P., Krom, J., Viniar, B. (1986). Identifying predictors of academic performance of community college students. *Journal of college student personal*. 27, 242-249.
- 21- Gerdes, H.; Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college student: A longitudinal study of retention. *Journal of counseling and development*, 72, 281- 288.
- ۲۲- کافی، موسی. (۱۳۸۷). بررسی تطبیقی سازگاری تحصیلی در دانشجویان روزانه و شبانه دانشگاه گیلان. چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. شیراز: معاونت فرهنگی و مشاوره دانشگاه شیراز.
- ۶- روشن، رسول؛ شعیری، محمد رضا؛ یعقوبی، حمید. (۱۳۸۲). تاثیر رابط مشاوران همسان در ارتقای سلامت روانی و سازگاری دانشجویان جدیدالورود غیر بومی. دانشور رفتار (روانشناسی بالینی و شخصیت). سال ۱۲، شماره ۱۰، صص ۳۵.
- 7- Hwang, K., & Wang, M. K. (2011). The effect of Stressors, Living Support, And Adjustment on Learning Performance of International Students in Taiwan. *The journal of social Behavior and Personality*. 6, 51-63.
- 8- Hibbard, D. R. & Davies K. L. (2011). Perfectionism and Psychological Adjustment among College Students: Does Educational Context Matter? *North American Journal of Psychology*, Vol. 13, No. 2, 187-200.
- 9- Dilekmen M. (2007). Orientation program and adaptation of university students. *Journal of Psychological Report*. 101(3 Pt 2):1141-4.
- 10- Spear, L.P. (2000). The adolescent brain and age related behavioral manifestations. *Journal of Neuroscience and behavioral Reviews*, 24, 417 – 463.
- 11- Berzonsky, M. D., & Kuk, L. (2005). Identity style, psychosocial maturity and academic Performance, personality and individual different, *European Journal of Personality*. 39 (1), 235-247.
- 12- Shah K J, Jambheshwar G. (2012). A study on social maturity, school adjustment and academic achievement among residential school girls. *Journal of Education and Practice*. Vol: 3, No 7, 2012. www.iiste.org
- ۱۳- امامی، رزیتا؛ اعتمادی، عذرا. (۱۳۹۱). رابطه میان سبک دلپتگی و سازگاری اجتماعی. دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت. سال ۱۹، شماره ۶، صص ۱۶.
- ۱۴- شولتز، دوان پی. (۱۳۸۱). نظریه های شخصیت. [ترجمه: یوسف کریمی، فرهاد جمهری، سیامک نقشبندی، بهزاد گودرزی، هادی بحیرایی، محمدرضا نیکخواه]. تهران: انتشارات ارسباران.

- 33- Jahnson. C.W. (2004). The Enneagram. Science in ancient artwork. www.earthmatrix.com. P,1-22.
- 34- Sudhir H. Kale.& Sangita, De.(2006). Using the enneagram for internal marketing in service establishments. Jornal of business papers. http://works.bepress.com/sudhir_kale.
- ۳۵- حسین پور، شهریار؛ رسول‌زاده طباطبایی، کاظم؛ خداپناهی، محمدکریم؛ کاظم‌نژاد، انوشیروان؛ خصری، ثریا.(۱۳۸۷). رابطه بین سطوح سازگاری و رگه‌های شخصیتی نوجوانان دانش‌آموز پایه‌ی سوم متوسطه‌ی منطقه ۳ شهر تهران. مجله علوم رفتاری. دوره ۲، شماره ۲، صص ۶۳-۷۴.
- ۳۶- سپهریان، فیروزه؛ قلاوندی، حسن. (۱۳۹۰). تاثیر آموزش تیپ‌های شخصیت انیه گرم بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. سال اول، شماره ۲، صص ۱۶۱-۱۷۰.
- 37- K J L. (2002). The application of enneagram on psychological dimension in nursing Korean medical database. Retrieved from http:// www.kmbase.medric.or.kr.
- 38- Palmer H. (2011). Enneagram professional training program. Public workshops with Helen Palmer.
- 39- Beyers, W & Goossens, L, (2003). Psychological separation and adjustment to university: Moderating effects of gender, age, and perceived parenting style, Journal of Adolescent Research, 18, 363-382.
- 40- Brook, Judith S.; Balka, Elinor S.; Zhang, Chenshu S.; Pahl, Kerstin S.; Brook, David W. (2011). Adolescent academic adjustment factors and the trajectories of cigarette smoking from adolescence to the mid-thirties. International Journal of Mental Health, Volume 40 (1). P7
- 23- Pettas , K.R .(2006) . The relationship of parental monitoring to community college student adjustment and achievement Differences by gender, ethnicity, parental education level and student residence unpublished PN.D. Thesis, Carolina University.
- 24- Goodman, S. H., Brumley, H., Schwartz, K. R., & Purcell, D. W. (1993). Gender and age in the relation between stress and children's school adjustment. Journal of Early Adolescence .13, 329-345.
- 25- Alexander, K. L., Entwisle, D. R., & Olson, L. S. (2001). Schools, achievement, and inequality: A seasonal perspective. Journal of Educational Evaluation and Policy Analysis, 23, 171-191.
- 26- Pianta, R. C., & Stuhlman, M. W. (2004). Teacher – child relationships and children's success in the first years of school. Journal of School Psychology Review, 33, 444-458.
- 27- McDermott, P. A. (1995). Sex, race, class, and other demographics as explanations for children's ability and adjustment: A national appraisal. Journal of School Psychology, 33, 75-91.
- ۲۸- سپهریان آذر، فیروزه. (۱۳۹۱). روانشناسی تیپ‌های شخصیت انیه گرم: هوش هیجانی در تیپ‌های نه گانه انیه گرم. تهران: انتشارات رشد فرهنگ.
- ۲۹- عظیمی پور، پریسا؛ حسینیان، سیمین.(۱۳۸۹). توانمندسازی دانشجویان نسبت به شناخت ویژگی‌های شخصیتی خود و اثر آن بر حرمت نفس. پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. تهران: دانشگاه شاهد. ص ۲۳۸.
- 30- Tallon R.& Sikora, M. (2006).Awareness to action. Chicago: The university of Scranton center.
- 31- Palmer, H. (1995). Enneagram in love and work. USA: Harper San Francisco.
- ۳۲- دقیقیان، پروین. (۱۳۸۷). روانشناسی تیپ‌های شخصیتی نه گانه انیه گرم. تهران: انتشارات آشیانه کتاب.

42- Lanthier, R. P & Windham, R. C, (2004).
Internet use and college adjustment: The
moderating role of gender, Computers in
Human Behavior, 20(5), p 591-606.

۴۱- زکی ، محمدعلی.(۱۳۸۹). سازگاری جوانان با
دانشگاه و رابطه آن با حمایت اجتماعی و بررسی
موردی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه اصفهان .
پژوهش جوانان، فرهنگ و جامعه. شماره ۴، ص
۱۰۷-۱۳۰.