

فعالية برنامج تدريبي لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية ببورسعيد

أ.د/ سليمان محمد سليمان

أستاذ علم النفس التربوي

كلية التربية جامعة بورسعيد

أ.د/ شيرين محمد دسوقي

أستاذ علم النفس التربوي ووكيل الكلية

لشئون التعليم والطلاب

كلية التربية - جامعة بورسعيد

أ/ هاجر أحمد السيد عيسي

باحثة دكتوراه بقسم علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة بورسعيد

تاريخ استلام البحث : ١ / ٧ / ٢٠٢٠م

تاريخ قبول البحث : ٢٩ / ٧ / ٢٠٢٠م

البريد الالكتروني للباحث : hagar.22@edu.psu.edu.eg

DOI: JFTP-2007-1055

المخلص

استهداف البحث الحالي تنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية ببورسعيد، وتكونت العينة من (٥٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية - جامعة بورسعيد، تم اختيار (٢٥) طالب وطالبة كمجموعة تجريبية، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتم تطبيق أدوات الدراسة (قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية - البرنامج التدريبي) على عينة الدراسة.

وكشفت النتائج عما يلي:

١. وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لصالح التطبيق البعدي.
٢. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب في التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

الكلمات المفتاحية

برنامج تدريبي، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، طلاب كلية التربية.

Effective training program to develop the five major factors of personality to students Of the Faculty of Education in Port Said

ABSTRACT

This research aims to develop the five major factors of personality for university students, The sample consisted of fifty male and female students of the Faculty of Education-Port Said University , Twenty – Five of them were chosen as experimental group, A semi-experimental approach was used , The study tools were applied (List of five major factors of personality) in study sample .

The study reached the following results: -

- The presence of statistically significant differences among average students score in the tribal application and dimension application for a list of five major factors of personality for dimension application.
- No presence of statistically significant differences among average students score in the dimension application and tracking application for a list of five major factors of personality.

KEYWORDS:

Training program, the big five factors of personality, students of the College of Education.

مقدمة:

يهدف علم النفس منذ فترة طويلة إلى تأسيس نموذج مناسب لوصف الشخصية الإنسانية، واستخدام هذا النموذج في تشخيص وعلاج الاضطرابات الشخصية، ويشير ديجمان إلى ظهور عدد ضئيل من النماذج المفسرة للشخصية، أكثرها شهرة وقبولاً ما يعرف بنموذج العوامل الخمسة للشخصية، وذلك النموذج الذي يعد أكبر النماذج العملية والقابلة للتطبيق في مجال علم النفس.

(حصّة محمد السهلي، ٢٧:٢٠١٦)

ويعتبر موضوع الشخصية من المواضيع الهامة في مجال علم النفس الحديث ، حيث اهتم بكثير من علماء النفس بدراساتها ومحاولة وضع أسس نظرية لها تقوم بتفسير سلوك الإنسان في إطار منطقي منظم ، وبالرغم من تعدد الدراسات والبحوث التي تناولت الشخصية إلا أن هذا التنظيم لا يزال مثيراً للجدل ويكتنفه الغموض بحيث اختلف العلماء في تحديد طبيعتها والمكونات الأساسية التي تشتمل عليها العوامل المؤثرة فيها وكيفية قياسها تبعاً لاختلاف منطلقاتهم النظرية ، مما أعاق ظهور نظرية متكاملة للشخصية ، كما اختلفت وجهات علماء نفس الشخصية من حيث عدد العوامل التي يمكن في ضوءها وصف أية شخصية ، فقد بلغ عدد هذه العوامل عند " كاتل " ستة عشر عاملاً اعتبرت سمات ، وعند أيزيك ثلاثة أبعاد ، بينما في نموذج جل دبيريغ وكوستا وماكري خمسة عوامل فقط .

أشارت معظم النماذج النظرية إلى أن الأفراد لديهم خصائص ثابتة نسبياً تؤثر في التفكير والمشاعر والسلوك وتميزهم عن الآخرين ، وقد بنى علماء نفس الشخصية المئات من مقاييس السمات ، كما ان لغة الحياة اليومية تتضمن الآلاف من السمات ، وأصبحت المشكلة الأساسية في علم نفس السمات هي كيفية توجيه هذا التنوع في بنية السمات وتنظيمها في عوامل أو أبعاد، وقدم "ماكدوجال Mcdougall, 1932" حذساً بأن الشخصية يمكن تحليلها إلى خمس عوامل واسعة ومتميزة ومنفصلة هي: الفكر Intellect والشخصية character ، والمزاج Temperament والنزعات Disposition والانفعال Emotion ، وكل منها معقد بشكل كبير وكانت أفكاره بداية التوقع لتنظيم لغة الشخصية في بنية مترابطة ، كما يعتبر نموذج العوامل الخمسة للشخصية تنظيماً لسمات الشخصية من خلال استخدام اللغة الطبيعية واستبيانات الشخصية ويشمل عناصر نظريات الشخصية ، كما يعتبر إطاراً نظرياً لوصف الشخصية يحدد المتغيرات والتصنيفات التي يجب أن تشملها نظرية الشخصية ، وبالتالي يمكن مقارنة النظريات المختلفة من خلال هذا الإطار

(فريال الشنبري، ٢٠٠٧: ٥٤)

كما أن نموذج العوامل الخمسة للشخصية يمثل بنية الشخصية بشكل جيد ويقدم لغة مشتركة لعلماء النفس بمختلف اتجاهاتهم، كما قد يقدم شرحاً وتفسيراً لنظريات الشخصية وإطاراً واضحاً وتنظيماً للبحث، ودليلاً لفهم قياس الأفراد مما سيكون له قيمة كبيرة في التعليم والتحليل النفسي.

(هشام الحسيني، ٢٠٠٤: ١٤)

مشكلة الدراسة:

من خلال تواصل الباحثة مع الشباب في مرحلة الجامعة من خلال محاضرات وكورسات التنمية البشرية والتحاور والنقاش معهم في مختلف مجالات الحياة ونظرتهم للحاضر الذي يعيشون فيه والمستقبل الذي ينتظرهم في ظل الظروف الصعبة التي تمر بها بلدنا الحبيب مصر، وجدت الباحثة شباب كثيرة تتوافر لديهم سمات إيجابية ولكنهم لا يستطيعون الاستفادة منها وتوجيهها نحو تحقيق الأهداف والنجاح بتفوق بالشكل الذي يحقق لهم السعادة في الحياة، مما سبق قررت الباحثة عمل برنامج قائم على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (المقبولية - الضمير الحي - الانبساطية - العصابية - الانفتاح على الخبرة).

في ضوء ما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية في الاسئلة الآتية:

١- ما فعالية برنامج تدريبي لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية - جامعة بورسعيد؟

٢- ما استمرارية فعالية برنامج تدريبي لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب كلية التربية - جامعة بورسعيد؟

هدف الدراسة:

تصميم برنامج تدريبي لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومعرفة أثره على السعادة لدى طلاب الجامعة.

أهمية الدراسة:

١. تصميم برنامج تدريب لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى شباب الجامعة مما ينعكس إيجابياً على حياتهم في مختلف مجالات الحياة.
٢. حاجة المكتبة العربية بوجه عام والمكتبة المصرية بوجه خاص لإعداد برامج تدريبية في تنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تناسب المرحلة الجامعية.
٣. حاجة المؤسسات والمراكز التدريبية لإعداد برامج تدريبية لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية تناسب مرحلة الشباب.

مصطلحات الدراسة:

❖ العوامل الخمسة الكبرى للشخصية The big five major factors of personality:

- التعريف الإجرائي: "هو نموذج للشخصية حظي بالقبول في السنوات الأخيرة في مجال سيكولوجية الشخصية، وتعتبر قائمة (كوستا، ماكري) للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من خلال مجموعة من البنود (٦٠) بند، وهذا النموذج يقوم على تصور مؤداه أنه يمكن وصف الشخصية وصفاً اقتصادياً كاملاً من خلال خمسة عوامل أساسية" هي:

❖ العصابية Neuroticism:

يقصد بها عدم الثبات الانفعالي أو عدم التوافق، ويتصف هذا العامل بالسمات التالية:

- سمة القلق Anxiety: وتتمثل في (الخوف - النرفزة - الهم - الانشغال وسرعة التهيج).
- سمة الغضب Anger: وهي حالة ناتجة عن الإحباطات والتحديات الصعبة.
- سمة العدائية Hostility: وهي ناتجة عن كبت مشاعر الغضب.
- سمة الاكتئاب Depression: ويكون الفرد انفعالياً منقبض أكثر منه مرحاً ويؤدي ذلك إلى الهم والكرب والقلق والحالة المزاجية القابلة للتغير.
- سمة الشعور بالذات Self-consciousness: أي الشعور ببقظة الضمير أو الشعور بالحرج والإثم والخجل والقلق الاجتماعي الناتج عن عدم الظهور أمام الآخرين في صورة مقبولة.
- سمة الاندفاع Impulsiveness: وهي التسرع وعدم القدرة على ضبط الدوافع والمشاعر والانفعالات.
- سمة الانعصاب Stress: وهو عدم قدرة الفرد على تحمل الضغوط وبالتالي يشعر الفرد باليأس والافتكال وعدم القدرة على اتخاذ القرارات في المواقف الضاغطة.
- وتعرف العصابية إجرائياً في هذه الدراسة على أنها الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في البرنامج.

❖ الانبساطية Extraversion:

وتتصف سمات الشخصية التي تركز على كمية وقوة العلاقات والتفاعلات الشخصية والسيطرة الانفعالية الإيجابية ومستوى الطاقة والبحث عن الإثارة.

ويتصف هذا العامل بالسمات الآتية:

- سمة الدفء أو المودة Warmth: ويعرف صاحب هذه السمة بأنه ودود وحسن المعشر ولطيف ويميل إلى الصداقات.

- سمة الاجتماعية Gregariousness: ويكون الفرد محباً للحفلات وله أصدقاء كثيرون ويستطيع تكوين علاقات جيدة مع الآخرين ويتصرف بسرعة دون تردد.
- سمة تأكيد الذات Assertiveness: ويكون الفرد في هذه السمة محباً للسيطرة والسيادة والخشونة وحب التنافس والزعامة، ويتكلم دون تردد وواثق من نفسه.
- سمة النشاط Activity: ويكون الفرد مفعماً بالحيوية وسرعة الحركة محباً للعمل وسريعاً في إنجازه ويكون أحياناً مندفعاً.
- سمة البحث عن الإثارة Excitement-seeking: ويكون الفرد مغرماً بالبحث عن المواقف المثيرة والاستفزازية ويحب الألوان الساطعة والأماكن المزدحمة أو الصاخبة.
- سمة الانفعالات الإيجابية Positive Emotions: يشعر الفرد بالبهجة والسعادة والحب والمتعة وسرعة الضحك والابتسام والتفاؤل.
- وتعرف الانبساطية إجرائياً على أنها مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في البرنامج.
- ❖ الانفتاح على الخبرة Openness to Experience:
يقصد بها الصفاوة، ويتسم هذا العامل بالسمات التالية:
- سمة الخيال Fantasy: يكون لدى الفرد تصورات قوية وكثيرة ويكون عنده أحلام وطموحات غريبة وكثرة أحلام اليقظة لديه ليست هروباً من الواقع وإنما بهدف توفير بيئة تناسب خيالاته والتي تعتبر جزء مهم في حياته وتساعده على البقاء والاستمتاع بالحياة.
- سمة الجمالية Aesthetics: ويكون الفرد محباً للفن والأدب ولديه اهتمامات بارزة في تذوق جميع أنواع الفنون.
- سمة المشاعر Feelings: فيقوم الفرد بالتعبير عن الحالات النفسية والانفعالات بشكل أقوى من الآخرين ويكون متطرف في هذه الحالة بحيث يشعر بقيمة السعادة ثم ينتقل فجأة إلى قمة الحزن.
- سمة الأفعال Actions: وهي رغبة الفرد في تجديد الأنشطة والاهتمامات والذهاب إلى أماكن لم يسبق زيارتها في السابق ويحب أن يجرب وجبات جديدة وغريبة من الطعام ويكون لديه الرغبة في التخلص من الروتين اليومي والمغامرة.
- سمة الأفكار Ideas: ويكون الفرد متمسماً بالانفتاح العقلي والفتنة وعدم الجمود والتجديد والابتكار في الأفكار والدهاء والتبصر.
- سمة القيم Values: يميل الفرد إلى إعادة النظر في القيم الاجتماعية والسياسية والدينية.
- ويعرف الانفتاح على الخبرة إجرائياً: بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في البرنامج.
- ❖ التفاني / يقظة الضمير Conscientiousness:
يتصف هذا العامل بالسمات التالية:

- سمة الاقتداء والكفاءة **Competence**: يكون الفرد بارعاً وكفءاً ومدركاً ومستبصراً أو حكيماً يتصرف بحكمة مع المواقف الحياتية المختلفة.
- سمة التنظيم **Order**: الفرد هنا مرتب ومهذب وأنيق يضع الأمور في مواضعها الصحيحة.
- سمة الالتزام بالواجبات **Dutifulness**: يكون الفرد ملتزماً لما يمليه عليه ضميره ويتقيد بالقيم الأخلاقية بصرامة.
- سمة النضال في سبيل الانجاز **Achievement Striving**: يكون الفرد هنا مكافحاً - طموحاً - مثابراً - مجتهداً - ذو أهداف محددة في الحياة - مخططاً - جاداً.
- سمة ضبط الذات **Discipline**: وهي القدرة على البدء في عمل ما أو مهمة ومن ثم الاستمرار حتى إنجازها دون الإصابة بالكل أو الملل والقدرة على تدعيم الذات من أجل انجاز الأعمال دون الحاجة إلى التشجيع من قبل الآخرين.
- سمة التأني أو الروية **Deliberation**: وهي النزعة للتفكير قبل القيام بأي فعل ولذلك يتسم الفرد بالحذر والحرص واليقظة والتروي قبل اتخاذ القرار أو القيام بأي فعل
- ويعرف التفاني إجرائياً: بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في البرنامج.
- ❖ **الوداعة / الطيبة Agreeableness**:
يتضمن سمات الشخصية التي تركز على نوعية العلاقات الينشخصية، ويتصف هذا العامل بالسمات التالية:
 - سمة الثقة **Trust**: ويشعر الفرد بالثقة تجاه الآخرين، وهو واثق في نفسه ويشعر بالكفاءة - جذاب من الناحية الاجتماعية - غير متمركز حول ذاته - ويثق في نوايا الآخرين.
 - سمة الاستقامة **Straightforwardness**: ويكون الفرد ملخصاً - مباشراً وصريحاً - ومبدعاً - وجذاباً.
 - سمة الإيثار **Altruism**: يحب الفرد الآخرين - متعاون - يقوم بالمشاركة الوجدانية في السراء والضراء مع الآخرين.
 - سمة الإذعان أو القبول **Compliance**: يقمع الفرد المشاعر العدوانية - ويميل للعفو والنسيان تجاه المعتدين - والاعتداد أو اللطف والتروي في المعاملة مع الغير أثناء الصراعات.
 - سمة التواضع **Modesty**: يكون الفرد متواضعاً غير متكبر ولا يتنافس مع الآخرين.
 - سمة اعتدال الرأي **Tender-Mindedness**: يكون الفرد متعاطفاً مع الآخرين وبالذات الحقوق الاجتماعية والسياسية.
 - وتعرف الوداعة الوجدانية إجرائياً: بأنها مجموعة الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في البرنامج.

– وتعرف الباحثة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إجرائياً بأنها الدرجة الكلية لكل عامل فرعي التي يحصل عليها المفحوص على برنامج لتنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وهي كالتالي: (العصابية – الانبساطية – الانفتاح على الخبرة – يقظة الضمير – الوداعة).

الإطار النظري والدراسات السابقة:

العوامل الخمسة الكبرى للشخصية NEOAC:

– تعد الشخصية احدي الموضوعات الهامة في مجال علم النفس ، وتمثل الشخصية نقطة البداية ، وايضا خط النهاية للعديد من الدراسات النفسية ، وقد دارت حول الشخصية العديد من الدراسات والنظريات التي لها ماضي طويل، إلا إنه لا توجد حتي الان نظرية محورية ، فمنهم من ركز علي وصف الشخصية من خلال السمات، ومنهم من حاول تنميط الناس في فئات ، بينما اتجه الان فريق ثالث يحاول اختيار وانتقاء أفضل الأفكار والمفاهيم في كل نظرية ، ويدمجها في نسق متكامل، ومن ثم ظهر نموذج العوامل الخمسة للشخصية ليشمل عناصر نظريات الشخصية ، ويعتبر في نفس الوقت اطارا نظريا لوصف الشخصية، يحدد المتغيرات والتصنيفات التي يجب أن تشملها نظرية الشخصية .

– ويعرف (أحمد عبد الخالق، ٢٠٠٠) الشخصية بانها نمط سلوكي مركب ثابت ودائم الي حد كبير، ويميز الفرد عن غيره، وتتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معا، تضم القدرات العقلية، والوجدان، والنزوع، وتركيب الجسم والوظائف الفيزيولوجية، ويحدد هذا النمط طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة، وأسلوبه الفريد في التوافق مع البيئة.

(أبو زيد الشويقي، ٢٠٠٨: ٦١-٦٠)

– ويذكر هشام حبيب (٢٠٠٤: ١٤) أن نموذج العوامل الخمسة للشخصية قد استمد بنيته وأصوله النظرية من خلال المراجعات النظرية الأميركية للنظريات التي تناولت عوامل الشخصية مثل نظرية جيلفورد، وكاتل وايزنك. فمحاولات جيلفورد من أولي المحاولات لتحديد أبعاد الشخصية على أساس التحليل العاملي، وقد توصل جيلفورد إلي ثلاثة عشر عاملاً مرتبطاً من الدرجة الأولى هي: –

– النشاط العام general active

– السيطرة ascendance

– الذكورة مقابل الأنوثة Masculinity vs. Feminists

– الثقة بالنفس مقابل مشاعر النقص Self-confidences vs. inferiority felling

– الهدوء (راحة البال) مقابل العصبية nervousness vs Calmness Composure

– الاجتماعية Sociability

– التأملية Reflective ness

– الاكتئاب Depression

– الاستقرار مقابل النزعات الدورية Stability vs. Cycloid disposition

– الكبح مقابل الانطلاق والتهوينية Restraint vs. Rhythmic

– الموضوعية Objectivity

– الموافقة Agreeableness

– التعاون Cooperativeness

بينما رأي كاتل أن السمات هي البناء الرئيسي للشخصية، واعتقد أن السمات هي تشكيل لبنية الشخصية، ومسئولة بشكل أساسي عما يقوم به الفرد في موقف معين، وتوصل كاتل إلى عدة فئات للسمات.

ومن السمات التي توصل إليها كاتلي:

- الاستبشار / التحفظ
- البسالة / الانسحاب
- الاكتفاء الذاتي / التقيد بالجماعة
- الانطلاق / التقيد
- الحساسية / العناد
- قوة الذات المرتفعة / قوة الذات المنخفضة
- التوتر العصبي المرتفع / الوتر
- السيطرة / الخضوع
- العصبي المنخفض
- التحرر / المحافظة
- قوة الاعتبار الذات / ضعف الاعتبار الذات (جابر عبد الحميد، -١٩٨٦: ٢٩٠-٢٩٢)
- بينما يفضل ايزنك التعامل مع العوامل الذاتية الراقية وهي: -
- عامل الانبساط / الانطواء - عامل العصابية / عامل الذهانية.

(أحمد عبد الخالق، ١٩٧٨: ١٨٠)

وقد لخص أحمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (١٩٩٦: ٦-١٩) أسماء العوامل الخمسة الكبرى منذ اكتشافها، وحتى عام ١٩٩٣ في الجدول الآتي:

جدول رقم (١)

الباحث	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
فيسك (١٩٤٩)	منبسط	المسايرة	الرغبة في الانجاز	الضبط الانفعالي	العقل الباحث
تيوس، كريستال (١٩٦١)	الانبساط	الطيبة	الاتكالية	الاتزان الانفعالي	الثقافة الأم
برورجاتا ١٩٦٤	الانبساط الاجتماعي	المحبة	الاهتمام بالعمل	الانفعالية	الذكاء
نورمان ١٩٦٣	الاندماج التفاعلي	الطيبة	يقظة الضمير	الاتزان الانفعالي	الثقافة الرقيقة
كاتل ١٩٥٧	القوة	المودة	قوة الأنا الأعلى	القلق	الذكاء
ديجمان ١٩٨٨	الانبساط	المطاوعة / الصداقة	الرغبة في الانجاز	العصابية	الذكاء / الفطنة
هوجان ١٩٨٦	الاجتماعية، الطموح	الملاءمة	الاندفاعية	التوافق	الذكاء
كوستاما كرى ١٩٨٥	الانبساط	الطيبة	يقظة الضمير	العصابية	التفتح
بيبودي، جولد بيرج ١٩٨٩	الانبساط	المحبة	العمل	الوجدان	الذكاء
لورا ١٩٨٦	الاستبشار	مستوى التطبيع الاجتماعي	التحكم الذاتي	الاتزان الانفعالي	الاستقلال
كونلى ١٩٨٥	التوكيدية	الطيبة	ضبط الدوافع	العصابية	الاهتمامات العقلية
دى راد ١٩٨٨	الاستبثار	الطيبة	يقظة الضمير	عد الاتزان الانفعالي	الثقافة الراقية
بوتوين، باص ١٩٨٩	التكيف الاجتماعي	طيب / متزن	ذو ضمير يقظ	مسيطر	ذكي / ومنقظ

وتشير العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إلى أن أبعاد الشخصية تتحدد في خمسة عوامل رئيسية هي:

(الانبساط Extraversion) - (العصابية Neuroticism) - (يقظة الضمير conscientiousness)

- (الموافقة Agreeableness) - (والتفتح للخبرات Openness Experience).

(هشام الحسيني، ٢٠٠٤: ١)

وقد نشأت العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (العصاب - الانبساط - الانفتاح - القبول - يقظة

الضمير) كإطار عمل تجريب يحدد الفروق الكبرى بين الأفراد في الشخصية. (Erik E. & phillipr,

2006: 180).

ووضعت قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في عام ١٩٩٢م في صيغتها الأولية المكونة من (٢٤٠) مفردة، وتدعى بقائمة الشخصية للعصابية والانبساطية والانفتاح على الخبرة (NEO - PI) ثم اختزلت إلى (٦٠ بنداً) واضيف سمتين هما: يقظة الضمير (c) والمجارة (A) وأطلق عليها القائمة المعدلة للشخصية NEO-PI-R، ويمكن ايجاز هذه العوامل كما يعرفها كوستا وماكري Costa & Mccrae فيما يلي:

❖ العصابية Neuroticism:

الأفراد مرتفعي المستوى على هذا البعد معرضين للأفكار غير المنطقية ولا يستطيعون اتخاذ القرار أو السيطرة على دوافعهم، أما الذين يحصلون على درجات منخفضة فهم مستقرين انفعالياً هادئين وقادرين على مواجهة الضغوط.

❖ الانبساط Extroversion:

تتضمن حب الآخرين والاجتماع بهم والميل إلى المرح والتفاؤل والبحث عن الاثارة، أما الطرف الآخر من البعد فالميل إلى الانطوائية، والشعور بالراحة مع العزلة.

❖ الانفتاح على الخبرة Openness to-experience:

تعكس حب الاستطلاع والتزود بالخبرات والميل إلى التجديد والابتكار والتعبير عن الانفعالات بشكل واضح، وفي الطرف الآخر للبعد الميل إلى التحفظ، وقلة الاهتمامات، والتمسك بالتقاليد.

❖ المقبولية والمسايرة Agreeableness:

تشير إلى التفاعلات البينشخصية حيث الطيبة والثقة والمودة والتعاطف مع الآخرين والمبادرة إلى مساعدتهم، ويقابل هذا البعد الفظاظة والشك وعدم التعاون والتفاعل مع الآخرين.

❖ يقظة الضمير Conscientiousness:

وتتضمن النزاهة والإرادة القوية والدافعية للإنجاز، ويقابل هذا البعد اللامبالاة وعدم الجدية. (Costa & Mccrae, 1992)

وقد اثبتت نتائج الدراسات التي أجريت توافر بناء عام لأبعاد الشخصية على المقاييس الخاصة بهذه العوامل والتي تميزت بدرجة كبيرة من الصدق والثبات (Digman, 1990)، كما انها اعتمدت في بناءها على لغة مبسطة ومفهومة لدى الناس عامة بغض النظر عن الزمان والمكان (أحمد عبد الخالق وبدر الانصاري، ١٩٩٦)، كما أنها أكثر شمولاً مقارنة بالطرق المستخدمة في قياس الشخصية، وتتفق مع نظريات أولبورت وكاتل وايزنك في تأكيدها على وجود السمات الشخصية.

(بدر الأنصاري، ١٩٩٧)

وتوجد دراسات أخرى حاولت تحديد عوامل الشخصية الكبرى مثل دراسة ماكري (Mccrae, 1999: 1209 - 1218) التي توصل إلى أن عوامل الشخصية الكبرى تكمن في الملائمة، والاتزان الوجداني والاتكالية. ويذكر فريخ عويد (١٩٩٩: ٤١٧ - ٤٤٧) أن فيسك وتيوس وكريستال قد استخرجوا خمسة

عوامل للشخصية باستخدام التحليل العاملي لقائمة كاتل وهي: الانبساط أو الاستبشار - Surgency - الطيبة Agreeableness - الاتزان الانفعالي Emotional stability - التحضر أو الثقافة .Culture

والعوامل الخمسة الكبرى - وفقاً لهذه الدراسة - والتي توصل إليها كوستا وماكري (١٩٨٥) هي: العصابية - الانبساط - التفتح على الخبرات - الطيبة أو الموافقة - يقظة الضمير.

وتعد قائمة كوستا وماكري (NEO - FF, -s) أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس العوامل الكبرى للشخصية. من وجهة نظر العديد من الباحثين والدارسين (أحمد عبد الخالق وبدر الأنصاري ١٩٩٦، ١٩-٦، عادل هريدي وطريف شوقي، ٢٠٠٢: ٤٦ - ٧٨، Brody & Ehrlichman, 1998: 58- 84, Goldberg, 1993: 26 - 34)

وقد قام جون John , 1989 بذكر السمات النموذج لكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى وفقاً للجدول الآتي:

جدول رقم (٢)

العامل	السمات النموذجية التي تقيسه
الانبساط	كثير الكلام، نشيط، اجتماعي، مسيطر، متحمس
الطيبة، الايثار	ضون، كريم، ودي، متسامح، مفيد
يقظة الضمير	منظم، متمكن، مؤثر، موثوق به، يعتمد عليه
العصابية	قلق، عصبي، متقلب، مهموم، انفعالي
الأصالة، التفتح العقلي	ذكي، مبتكر، واسع الخيال، محب الاستطلاع، محنك

(أحمد عبد الخالق، بدر الأنصاري، ١٩٩٦: ٦ - ١٩)

ويشير أحمد عبد الخالق، بدر الأنصاري (١٩٩٦: ٦ - ١٩) أن نموذج العوامل الخمسة الكبرى أكثر النماذج قبولاً في الوقت الراهن. وقد ترجمت إلى العديد من اللغات والثقافات العالمية. ويذكر عادل هريدي، وطريف شوقي (٢٠٠٢: ٤٦ - ٧٨) أن قائمة العوامل الخمسة الكبرى استخدمت كأداة رئيسية في عشرات الدراسات. وترجمت لغير الإنجليزية عبر ثقافات، ودراسات مختلفة منها الثقافة العربية.

كما تم استخدام العوامل الخمسة الكبرى في دراسات على عينات تعاني من الاضطرابات والأمراض النفسية والسلوكية، فقد حاول كل من شيدلر وويستن (Shedler & Westen , 2004) دراسة سمات الشخصية المرضية على ضوء العوامل الخمسة الكبرى (العصابية - الانبساطية - الطيبة - يقظة الضمير)، وذلك على عينات مضطربة الشخصية تعاني من العدوانية والقلق والصراع الجنسي

والجنسية المثلية والوساوس والعصاب واضطرابات التفكير، وقد أسهمت هذه العوامل الخمسة الكبرى بقدر ما في تشخيص أبعاد الشخصية المريضة.

وقد حاول عادل هريدي وشوقي طريف (٢٠٠٢: ٤٦ - ٧٨) تحديد مصادر السعادة على ضوء العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، بينما اهتم ميشيل وآخرون (Michael, et. al, 2001) بدراسة التسامح والهوية لدى نزعة الأخذ بالتأثر على ضوء العوامل الخمسة الكبرى للشخصية. وفي محاولة من ريتشارد وزملائه (et al, Richard, ٢٠٠٤) لوضع نماذج تدريبية لتنظيم الذات على خلفية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

وقد أكدت معظم نتائج الدراسات أن الشخصية ثابتة لا تتغير، فقد انتهت نتائج الدراسات الآتية: فايديا وآخرون (Vaidya,et al., 2001) إلى أن حوالي ٢٠% - ٣٠% من العينة التي أجريت عليها الدراسة حدث فيها تغير ملحوظ في معظم سمات الشخصية خلال عامين ونصف العام. روبنس وآخرون (Robins,et al., 2001) أوضحت أن ٦٤% من العينة التي أجريت عليها الدراسة حدث فيها تغير جوهري في إحدى أبعاد الشخصية خلال فترة زمنية تجاوزت أربع سنوات.

روبرتس وآخرون (Roberts, et al. , 2001) إلى أن ٨٤% من العينة تغيرت في إحدى سمات الشخصية الأربعة عشر، وأن ١٦% لا يطرأ عليهم تغير في إحدى السمات في المرحلة العمرية الممتدة من ١٨-٢٦ سنة. أما نتائج دراسة ماكري وآخرون (McCrae, et al., 2002) فقد انتهت إلى سمات الشخصية الخمس ثابتة بدرجة معقولة خلال دراسة طويلة لمدة أربع سنوات وأن العصابية تزداد في عينة الإناث، والانفتاح على الخبرة تزداد لدى الإناث والذكور وثبات المتوسطات في أبعاد الانبساطية والمقبولية والضمير الحي. فالشخصية وجدت بمعزل عن التأثيرات المباشرة للبيئة وتكون مقصورة على الجانب البيولوجي في الأساس، وتنمو السمات خلال مرحلة الطفولة، وتصل إلى مستوى النضج في مرحلة الرشد. (McCrae & Costa , 1999, 144 - 145) وتتباين سمات الشخصية لدى الإناث والذكور، فقد أشارت نتائج برانج وآخرون (Branje, et al., 2007) إلى أن الانبساطية والانفتاح على الخبرة ينخفضان في عينة الذكور، وتزداد الانبساطية والمقبولية والضمير الحي والانفتاح على الخبرة في عينة الإناث، ويزداد الثبات الانفعالي والضمير الحي في عينة الأمهات، أما الانبساطية والمقبولية والثبات الانفعالي فتتخفف في عينة الآباء.

* ومما سبق توصلت الباحثة إلى:

أن المقاييس الخاصة بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية تميزت بدرجة كبيرة من الصدق والثبات، كما أنها اعتمدت في بنائها على لغة مبسطة ومفهومة لدى الناس عامة، كما أنها أكثر شمولاً مقارنة بالطرق المستخدمة في قياس الشخصية، وتتفق مع نظريات أولبرت وكاتل وإيزينك في تأكيدها على

وجود السمات الشخصية ... وقد أكد على ذلك كل من: بدر الأنصاري (١٩٩٧) - أحمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (١٩٩٦) - (Digman, 1990).

وجود خمسة عوامل كبرى في الشخصية وهي: (العصابية - الانبساطية - الطيبة - يقظة الضمير - الانفتاح على الخبرة). وقد أكد على ذلك كل من: أحمد محمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (١٩٩٦) - فريح عويدة (١٩٩٩) - (McCrae, 1999) - عادل هريدي وشوقي طريف (٢٠٠٢) - (Richard, et al., 2004).

اسهمت العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية بقدر ما في تشخيص ابعاد الشخصية المريضة نفسياً وسلوكياً، وأكد على ذلك ... (Shedler & Westen (2004).

هناك علاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكل من (السعادة - التسامح - الهوية - تنظيم الذات)، وقد أكد على ذلك كل مرة عادل هريدي وشوقي فريق (٢٠٠٢). Michael, et al, (2001 - Richard (2004)

العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية ثابتة بدرجة معقولة ولا تتغير، وقد أكد على ذلك كل من: (Vaidya. Et al, 2002) - (Robins, et al, 2001) - (Roberts, et al, 2001) - (McCrae & Costa, 1999) - (McCrae, et al, 2002).

تتباين سمات الشخصية لدى الاناث والذكور، وقد أكد على ذلك كل من Branje, et al, ٢٠٠٧.

اجراءات البحث:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة الدراسة الحالية باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة تجريبية، كما استخدمت بعض الأدوات السيكمترية لقياس متغيرات الدراسة وهي قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (إعداد الباحثة) البرنامج التدريبي (إعداد الباحثة).

واستخدمت الباحثة في هذه الدراسة الأساليب الإحصائية الآتية من خلال حزمة البرامج الإحصائية المعروفة اختصاراً باسم SPSS واختبار T Test والتحليل العاملي Factorial Analysis.

وتكونت العينة من (٥٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية - جامعة بورسعيد، تم اختيار منهم (٢٥) طالب وطالبة كمجموعة تجريبية.

وللتحقق من صحة الفروض احصائياً تم استخدام T Test، والعدد والمتوسطات، والانحراف المعياري، وقيمة (ت)، ومستوى الدلالة.

فروض البحث ومناقشتها:

الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه:

توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة في التطبيق القبلي والتطبيق البعدي على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) (T test) لتوضيح دلالة الفروق بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي والجدول رقم (٢٣) يوضح العدد والمتوسط والانحراف المعياري وقيمة (ت)، ومستوى الدلالة.

الجدول رقم (٣)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المتوسطات			العدد			التطبيق الأبعاد
		٢ع	٢م	٢ن	١ع	١م	١ن	
٠.٠١	٨.١٦١	٢.٦٠٩٦٠	٥٣.٣٢٠٠	٢٥	٣.٧٠٧٢٠	٤٥.٩٢٠٠	٢٥	العصابية N
٠.٠١	٤.٨٣٤	٢.٢٦٧٨٩	٤٩.٣٢٠٠	٢٥	٤.١٣٦.٢	٤٤.٧٦٠٠	٢٥	الانبساطية E
٠.٠١	١٠.٤٣٤	٢.٢٠٠٠٠	٥٢.٥٦٠٠	٢٥	٣.٧٣١٨٤	٤٣.٥٢٠٠	٢٥	الانفتاح على الخبرة O
٠.٠١	١٤.٢٩٠	٢.١١١٠٨	٤٦.٩٦٠٠	٢٥	٢.٢٦٠٥٣	٣٨.١٢٠٠	٢٥	يقظة الضمير
٠.٣٤٧ غير دالة	٠.٩٥٠	٣.٨٧١٦٩	٣٩.٦٤٠٠	٢٥	٤.١٦٤١٣	٣٨.٥٦٠٠	٢٥	التقبل A
غير دالة								الدرجة الكلية

- يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين التطبيق القبلي والتطبيق البعدي عند مستوى دلالة ٠.٠١، ما عدا البعد الخامس (غير دال) لأبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لصالح التطبيق البعدي
- وعليه تتضح صحة الفرض الأول، مما يدل على فعالية البرنامج التدريبي في تنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بأبعاده الخمسة والدرجة الكلية للقائمة لدى طلاب العينة التجريبية بعد القياس البعدي، وذلك بسبب تناول البرنامج لتدريبات ومشكلات من واقع حياتهم تعمل على ضرورة التفكير بشكل واقعي وفعال وصحيح.
- وكذلك احتواء البرنامج على أنشطة وأساليب متنوعة من القصص والمواقف والمشكلات الحياتية والمحاضرات والعروض مساعدتهم على إعطاء الاستجابات المختلفة وتنوع فئاتها، الأمر الذي أدى إلى زيادة ظهور المزيد من الاستجابات الأصيلة، وفي بعض الأحيان الغير متوقعة.
- مما ساعد على الارتقاء بشخصياتهم وتقويم أفكارهم الخاطئة، وتعزيز سلوكياتهم الصحيحة.
- كما تتفق تلك النتيجة مع دراسة أحمد (٢٠٠٩)، دراسة أمري العنزي (٢٠١٠)، رانيا عبد القوي (٢٠١٠) دراسة هاري أندي (hari andi, 2010)، دراسة فوقية رضوان، إبريني غبريال

(٢٠١٧)، دراسة صالح (saleh, 2010) دراسة فتون خرنوب (٢٠١٥)، دراسة صفاء وآخرون

(٢٠١٨)، دراسة ساندرين هلال، فدوى الحلبية (٢٠١٨).

- حيث اتفقت نتائج هذه الدراسات على مدى فعالية وتأثير تطبيق قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على طلاب الجامعة وقدرة تنمية تلك العوامل على إمكانية التنبؤ بكل من (أساليب التفكير والتحصيل الأكاديمي - الذكاء الوجداني - الصلابة النفسية - اتخاذ القرار المهني - التفكير الإبداعي- تقدير الذات - تطوير شخصية الفرد)

❖ الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه:

لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة في التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي على قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار ت (T test) والجدول رقم (٢٧) يوضح العدد والمتوسط والانحراف المعياري والخطأ المعياري.

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار ت (T test) لتوضيح دلالة الفروق بين التطبيق البعدي والتتبعي، والجدول رقم (٢٧) يوضح العدد والمتوسط والانحراف المعياري وقيمة (ت) ومستوى الدلالة.

الجدول رقم (٤)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	المتوسطات			العدد			التطبيق الأبعاد
		٢ع	٢م	٢ن	١ع	١م	١ن	
٠.٢٢٤ غير دالة	١.٢٣٣	٢.٤٣٣٧٩	٥٢.٤٤٠٠	٢٥	٢.٦٠٩٦٠	٥٣.٣٢٠٠	٢٥	العصابية N
٠.٥٦٨ غير دالة	٥.٠٧٥	٣.٥٠٠٠٠	٤٩.٨٠٠٠	٢٥	٢.٢٦٧٨٩	٤٩.٣٢٠٠	٢٥	الانبساطية E
١.٠٠٠	-	٢.٨١٤١٨	٥٢.٥٦٠٠	٢٥	٢.٢٠٠٠٠	٥٢.٥٦٠٠	٢٥	الانفتاح على الخبرة O
٠.٥٤٣	٠.٦١٣	٢.٤٨٤٦٢	٤٦.٥٦٠٠	٢٥	٢.١١١٠٨	٤٦.٥٦٠٠	٢٥	يقظة الضمير
٠.٤٤٣	٠.٧٧٤	٣.٧٩٢٥	٤٠.٤٨٠٠	٢٥	٣.٨٧١٦٩	٣٩.٦٤٠٠	٢٥	التقبل A

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين التطبيق البعدي والتطبيق التتبعي (غير دال) لأبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لصالح التطبيق التتبعي.

- وعليه تتضح صحة الفرض الثاني، مما يدل على أن فعالية تطبيق البرنامج عالية وذلك بسبب استمرار الطلاب في استخدام وتطبيق أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية في طريقة تفكيرهم وحياتهم وعلاقاتهم مع الآخرين ودراساتهم، رغم انتهاء البرنامج بمدة كافية مما يدل على تنمية العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بدرجة مكنتهم في الاستمرار في الاحتفاظ به في حياتهم

الخالية من الجلسات، ورغم عدم وجود من يدرّبهم أو يوجههم على ذلك، وهذا يؤكد ثبات البرنامج وفاعليته لدى الطالبات رغم انتهائه.

- وتتفق هذه النتيجة مع دراسة فايديا وآخرون (Vaidya, et al , 2001) التي تؤكد أن حوالي ٢٠% - ٣٠% من العينة التي أجريت عليها الدراسة حدث فيها تغير ملحوظ في معظم سمات الشخصية خلال عامين ونصف العام.
- دراسة روبنس وآخرون (Robins, et al.,2001) أوضحت أن ٦٤% من العينة التي أجريت عليها الدراسة حدث فيها تتغير جوهري في إحدى أبعاد الشخصية خلال فترة زمنية تجاوزت أربع سنوات.
- ودراسة روبرتس وآخرون (Roberts, et al., 2001) إلى أن ٨٤% من العينة تغيرت في إحدى سمات الشخصية الأربعة عشر، وأن ١٦% لا يطرأ عليهم تغير في إحدى السمات في المرحلة العمرية الممتدة من ١٨-٢٦ سنة.
- ودراسة ماكري وآخرون (McCrae, et al., 2002) فقد انتهت إلى أن سمات الشخصية الخمس ثابتة بدرجة معقولة خلال دراسة طويلة لمدة أربع سنوات وأن العصابية تزداد في عينة الإناث، والانفتاح على الخبرة تزداد لدى الإناث والذكور وثبات المتوسطات في أبعاد الانبساطية والمقبولية والضمير الحي.
- فالشخصية وجدت بمعزل عن التأثيرات المباشرة للبيئة وتكون مقصورة على الجانب البيولوجي في الأساس، وتنمو السمات خلال مرحلة الطفولة وتصل إلى مستوى النضج في مرحلة الرشد.

المراجع

المراجع العربية:

- أبو زيد سعيد الشويقي (٢٠٠٨): "الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الإلكسيثيميا والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج (١٨)، ع (٦١)، أكتوبر، ٦٠-٦١.
- أحمد محمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (١٩٩٦): "العوامل الخمسة الكبرى في مجال الشخصية (عرض نظري)"، مجلة علم النفس، ع (٣٨)، القاهرة، الهيئة العامة للكتاب، ٦-١٩.
- أحمد محمود جبر (٢٠١٢): "العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة الأزهر، غزة، ١-١٩.
- السيد كامل الشربيني (٢٠٠٧): "جودة الحياة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وسمة ما وراء المزاج والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والقلق"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج (١٧)، ع (٥٧)، أكتوبر، ١-٨٠.
- السيد محمد أبو هاشم (٢٠١٠): "النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة"، مجلة كلية التربية - جامعة بنها، مج (٢٠)، ع (٨١)، يناير، ٢٧١-٢٧٢.
- السيد محمد عبد المجيد عبد العال (٢٠٠٦): "بعض متغيرات الذات والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية لدى مضطربي الهوية من طلاب الجامعة"، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ع (٦١)، مايو، ٢٤-٢٥.
- رشا محمد علي مبروك (٢٠٠٨): "إدارة الحياة والسعادة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قناة السويس - كلية التربية ببورسعيد، ٤٥-٦١.
- سميرة أبو غزالة (٢٠٠٩): "مقياس كفاءة المواجهة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية"، مجلة العلوم التربوية، ع (٢)، ٢٠٥-٢٠٦.
- عبد الله ابن عبد العزيز مناحي المناحي (٢٠١٣): "العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسياً في المرحلة الثانوية (دراسة مقارنة)"، المجلة المصرية للدراسات النفسية تصدرها الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مج (٢٣)، ع (٧٩)، ١٦٦-٢٠٧.
- فريح عويد العنزي (٢٠٠١): "الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية"، دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث، دراسات نفسية، مج ١١، ع ٤٤، يوليو، ٣٥١-٣٥٣.

- فؤاد حلمي الموافي وفوقية محمد راضي (٢٠٠٦): "الخصائص السيكومترية لاستبيان العوامل الخمسة الكبرى للأطفال"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج (١٦)، ع (٥٣)، ٢٥-١.
- هشام حبيب الحسيني (٢٠٠٤): "تموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، التحليل النظري والقياس"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، ٦٩-٩.

المراجع الأجنبية:

- Branje. S. J. Lieshout. C.F & Gerri's, J, R. (2007): "Big five personality development in adolescence and adulthood", Europe Journal of personality, 21(1), 45-62.
- Costa, P. & McCrae, R. (1992): "Revised NEO personality inventory (NEO PI-R) and NEO five- Factors or Inventory (NE) FF1), professional mammal. Florida: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Duru, E (2007). RE- Examinationn of The Psychometric Characteristics of The Multidimensional Scale of Perceived Social Support Among Turkish University Students, Social Behavior and personality, 35(4), 443-452.
- Erik, E. & Philip, R. (2006): "Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and Comparative ability to predict relationship quality. Journal of Research in personality, vol. (40), pp. 179-208.
- Hegberg, M, Hegbera, B & Saveman, B(2002). The significances of personality Factor for Various Dimensions of Life Quality Among Older People, Aging & Mental Health, 6(2), 178-185.
- McCrae.R. (1999): "Main stream personality and study of Religion", Journal of personality, 67, 6, 1209-1218.
- Richard, H, etal (2004): "pattern of self-Reglation and the big five- Europe, Journal of personality. 18(5): 367-385.
- Riobins, R. W. Fraley. R.C. Poberts, B. W, Trezeshiewski, K. H. (2001) a longitudinal study of personality changes.
- Tafarodi, R & Milne, A (2002). Decomposing Global Self-Esteem, Journal of personality, 70, 443-483.
- Veenhoven .R.(2001b): What we know about happiness. Presented At the dialogue on "gross national happiness: Woudschoten, Zeist", The Netherlands, January 14-15