

به نام خدا

رابطه شخصیت و راهبردهای شناختی و تنظیم هیجان در دانش آموزان

مولفان :

ماهرخ زرافشان

فرشته التیامیان

فاطمه حصار

مرضیه آزادی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: زرافشان، ماهرخ، ۱۳۶۶
عنوان و نام پدیدآور: رابطه شخصیت و راهبردهای شناختی و تنظیم هیجان در دانش آموزان/
مولفان ماهرخ زرافشان، فرشته التیامیان، فاطمه حصار، مرضیه آزادی.
مشخصات نشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری: ۱۳۰ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۹۱۰-۷-۷
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: کتابنامه: ص ۱۳۰-۱۰۹.
موضوع: دانش آموزان - شخصیت - راهبردهای شناختی - تنظیم هیجان
شناسه افزوده: التیامیان، فرشته، ۱۳۶۶
شناسه افزوده: حصار، فاطمه، ۱۳۶۲
شناسه افزوده: آزادی، مرضیه، ۱۳۵۵
رده بندی کنگره: LC۴۷۱۴
رده بندی دیویی: ۳۷۱/۹۰۷۱۴
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۲۳۱۱۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

نام کتاب: رابطه شخصیت و راهبردهای شناختی و تنظیم هیجان در دانش آموزان
مولفان: ماهرخ زرافشان - فرشته التیامیان - فاطمه حصار - مرضیه آزادی
ناشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲
چاپ: زبرجد
قیمت: ۱۳۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۹۱۰-۷-۷
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



انتشارات ارسطو



فهرست مطالب

۵	فصل اول: مقدمه
۹	بیان رابطه شخصیت و تنظیم هیجان
۱۴	اهمیت و ضرورت جنبه های صفات شخصیتی و تنظیم هیجان
۱۹	فصل دوم: پیشینه و مبانی تنظیم هیجان
۱۹	پیشینه نظری
۱۹	تنظیم هیجان
۱۹	مبانی هیجان
۲۰	تعاریف هیجان و نظریات مرتبط با آن
۲۱	ابعاد هیجان
۲۲	تعاریف مختلف تنظیم هیجان
۲۴	انواع روش های تنظیم هیجان
۲۶	فرایند های مؤثر در تنظیم هیجانات
۳۶	انواع استراتژی های تنظیم هیجان از نظر سایر نظریه پردازان
۴۰	نظریه های تنظیم هیجان
۴۱	تنظیم هیجان و تمایز آن با سبک های مقابله
۴۲	پیامد تنظیم موفق هیجانات
۴۳	پیامد تنظیم نا موفق هیجانات
۴۶	تعریف شخصیت
۴۸	عوامل تعیین کننده ی شخصیت
۴۹	رویکردهای اصلی شخصیت
۴۹	رویکرد روان تحلیل گری
۵۲	رویکرد رفتارگرایی
۵۲	رویکرد شناختی
۵۳	رویکرد انسان گرایی
۵۳	رویکرد صفات
۵۴	نظریه های شخصیت

۶۰	نظریه رابرت مک کری و پل کاستا: الگوی پنج عاملی
۶۲	تاریخچه ای از پنج عامل بزرگ
۶۵	تفسیر ابعاد نظریه شخصیتی مک کری و کاستا
۷۰	دل بستگی
۷۰	تعاریف دل بستگی
۷۴	تفاوت دل بستگی با وابستگی
۷۴	اصول نظریه دل بستگی
۷۵	مراحل دل بستگی
۷۵	مبنای نظری دل بستگی
۷۶	نظریه های دل بستگی
۹۰	انواع سبک های دل بستگی (سه گانه) در کودکان
۹۲	دل بستگی نوجوانان
۹۴	دل بستگی بزرگسالان
۹۶	سبک های سه گانه دل بستگی بزرگسالان
۹۸	تفاوت دل بستگی بزرگسال و کودک
۱۰۰	الگوهای فعال درونی
۱۰۲	الگوی چهار گروهی دل بستگی بزرگسال
۱۰۵	تغییر در دل بستگی
۱۰۹	فهرست منابع و مأخذ

فصل اول:

مقدمه

مقدمه

امروزه جهان با تحولات عظیم و پی در پی روبرو است، تحولاتی که دانش ها و نیازهای جدیدی می آفریند. نیازهایی که از یک طرفی به رفاه بیشتر جوامع کمک می کند و از طرف دیگر به مشکلات آنها می افزاید که موجب بروز برخی بیماریها و ناراحتی های روانی و تضعیف روابط و ارزشهای انسانی گردیده است. در واقع مشکلات انسانها پیچیده تر و متنوع تر شده است، همه انسانها هیجانها^۱ و عواطف را در زندگی خود تجربه می کنند و این کاملاً طبیعی است که در مواجهه با موقعیت های گوناگون، هیجانها و عواطف متفاوت از خود نشان دهند. اما هیجانها و عواطف منفی شدید، غیر عادی است و نه تنها سازنده نیست، بلکه آثار مخرب و زیان باری دارد (کاوپان پور، ۱۳۹۱).

هیجان همانا یکی از اجزای زندگی روانی و پدیده ای اصلی در کارکردهای انسان است و نقش به سزایی در بقا و انطباق گونه انسان دارد (گراس و تامپسون^۲، ۲۰۰۷؛ نس و الزورث^۳، ۲۰۰۹). از نظر پاسر و اسمیت^۴ (۲۰۰۱)، هیجانها حالت عاطفی مثبت یا منفی هستند که از الگوی شناختی، فیزیولوژیکی و واکنش های رفتار نسبت به رویداد ها ناشی می شوند (به نقل از صیادی، ۱۳۸۹). لوئیس و هاویلند^۵ (۲۰۰۰)، هیجان را نخستین علت ایجاد کننده شناخت، تصمیم و عمل می دانند، موضوعی که می تواند در حل و پدید آیی مشکلات و تجارب بین فردی و درون فردی نقش بی بدیل داشته باشد. هیجان ها در سطح بین فردی به شخص کمک می کنند تا از حالت های درونی و مقصودهای رفتاری دیگران آگاه شود (فrijda^۶، ۱۹۸۶؛ به نقل از زارع، لطیفیان و فولاد چنگ، ۱۳۹۲)، تبادل چنین اطلاعاتی

¹ -emotions

² - Gross&Tompson

³ - Nesse & Ellsworth

⁴ - Passer &Smith

⁵ - Lewis & Haviland

⁶-Frijda

برای روابط انسانی، ضروری و تعیین کننده مهمی در بهکامی روان شناختی و اجتماعی است. علاوه بر این، هیجان دارای کارکردهای درون فردی نظیر یافتن بینش در مورد ارزش های شخصی است (بچارا، داماسیو و داماسیو^۱، ۲۰۰۰). به طور کلی، توانایی های هیجانی برای تشخیص پاسخ های هیجانی مناسب در مواجهه با رویدادهای روزمره، گسترش دامنه ی بینش و ایجاد نگرش درباره وقایع و هیجانات نقش مؤثری دارند. بنابراین کسانی که توانایی تشخیص، کنترل و استفاده از این توانش های هیجانی را دارند از حمایت اجتماعی، احساس رضایتمندی و سلامت روانی بیشتری برخوردار خواهند شد (تاج دهقانی، ۱۳۹۱). لازم به ذکر است که اگرچه هیجان بسیار کمک کننده است، اما می تواند آسیبزا نیز باشد؛ مثلاً هنگامی که در زمان نامناسب ابراز شود. هم چنین پاسخ های نامناسب هیجانی در بسیاری از شکل های آسیب شناسی روانی (کمپل - سیلز و بارلو^۲، ۲۰۰۷)، مشکلات اجتماعی (ایزنبرگ، هوفر و واگان^۳؛ ۲۰۰۷، شیور و میکالینسر^۴، ۲۰۰۷) و حتی بیماری های جسمی نقش دارند.

تنظیم هیجان^۵ موفق در زندگی انسان نقش اساسی ایفا می کند (گراس، ۲۰۰۷). کارکردهای متعدد روانی، شناختی، فیزیولوژیکی و رفتاری به موفقیت افراد در تنظیم هیجانات وابسته است (گراس و تامپسون، ۲۰۰۷؛ علاقبند و همکاران، ۱۳۹۱). تنظیم هیجان از ویژگی های فطری است که در نوزادان هم دیده می شود و تأثیر زیادی از محیط و به ویژه شیوه های تربیتی و فرزند پروری والدین می گیرد. تنظیم هیجان در محیط رشد دهنده تکوین می یابد و در غیر این صورت به شکل غیر انطباقی عمل می کند (زارع و همکاران، ۱۳۹۲).

حال عوامل متعددی می توانند بر کنترل و تنظیم هیجانات اثر بگذارند؛ عواملی که یا نشأت گرفته از درون فرد، شخصیت و ویژگی های فردی است و یا این که در نتیجه محیطی که فرد در آن قرار گرفته است به وجود آمده اند. از جمله این عوامل می توان به

1-Bechara, Damasio&Damasio

2-Campell- Sills&Barlow

3-Eisenberg,Hofer&Vaghan

4- Shaver & Mikulincer

5-emotion regulation

صفات شخصیت^۱، سبک‌ها و ابعاد دلبستگی^۲ اشاره نمود. در واقع با با در نظر داشتن این دو نظریه می‌توان به نقش ژنتیک و عوامل اجتماعی در کنترل و تنظیم هیجان توجه داشت. نظریه دلبستگی به طور کلی بر علل اجتماعی سبک‌های دلبستگی تأکید دارد در حالی که نظریه پنج عامل بزرگ شخصیت عمدتاً بر ژنتیک، مبانی خلق و خو یا علل صفات شخصیتی متمرکز است (نیلفروشان، ۱۳۸۹).

ویژگی‌های شخصیتی به عنوان مجموعه سازمان یافته و واحدی متشکل از خصوصیات نسبتاً پایدار در افراد که بر روی هم، یک فرد را از فرد یا افراد دیگر متمایز می‌سازد (شاملو، ۱۳۸۲) می‌تواند بر کنترل و تنظیم هیجان تأثیر بگذارد. در واقع بر اساس یافته‌های پژوهشی می‌توان گفت که صفات شخصیتی نقش مهمی در انتخاب راهبرد‌های تنظیم هیجان ایفا می‌کنند و نوع راهبرد‌های تنظیم هیجان متناسب با صفات شخصیتی مسلط در فرد می‌باشد.

بنا بر این آگاهی از ویژگی‌های شخصیتی، برای مقابله با مشکلات زندگی مفید و سودمند است. از آنجا که ویژگی‌های شخصیتی عمیقاً با نحوه ادراک و تفسیر فرد از جهان و واکنش او به رویداد‌های استرس‌زا مرتبط است، طبیعی است که برخی ویژگی‌های شخصیتی از ویژگی‌های دیگر انعطاف پذیرتر است. افرادی که دارای ویژگی‌های شخصیتی انعطاف‌ناپذیری می‌باشند و همچنین کسانی که نمی‌توانند پاسخ‌های خود را با تقاضای یک موقعیت خاص منطبق سازند فاقد مهارت‌های زندگی بوده و بدترین واکنش‌ها را به زندگی نشان می‌دهند. در واقع خصوصیات شخصیتی انسان را مستعد انجام رفتار‌های مختلف در موقعیت‌های خاص می‌نماید. مطالعه خاص رفتار فرد، یک نوع تعیین شخصیت او می‌باشد و از این رو با شناخت رفتار فرد، می‌توان پیش‌بینی کرد که از این شخص با این نوع شخصیت در موقعیت‌های مختلف چه نوع رفتاری بروز خواهد کرد (تاج‌دهقانی، ۱۳۹۱).

1-personality traits

2- attachment and dimensions styles

همانطور که گفته شد یکی دیگر از عواملی که می تواند بر تنظیم هیجان مؤثر باشد، سبک های دلبستگی است. دلبستگی پیوند عاطفی نیرومندی است که هر فرد در زندگی اش برای افراد خاصی ایجاد می کند (بالبی^۱، ۱۹۶۹). تجارب دلبستگی اولیه با مراقبان، احساسات، افکار و رفتار را در روابط بعدی هدایت می کند. نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹) بیان می دارد که روابط کودک با مراقبان (مادر یا جانشین مادر) در سالهای اولیه زندگی منجر به تشکیل الگوهای روانی خاصی می شود که مبنای بیشتر روابط بین فردی در بزرگسالی است. نظریه دلبستگی بزرگسال (هازان^۲ و شیور، ۱۹۸۷) که از نظریه دلبستگی بالبی و آینسورث^۳ نشأت گرفته است، برای تبیین تفاوت های فردی در شناخت ها، احساسات و رفتارهایی که در زمینه روابط نزدیک و صمیمی در دوره نوجوانی رخ می دهد، مطرح شده است. بر طبق این نظریه تفاوت های فردی در سبک دلبستگی، از تجربیات افراد از روابط نزدیک قبلی شان نشأت می گیرد که این تجربیات با رابطه دلبستگی بین کودک و مراقب اولیه اش (معمولاً مادر) شروع می شود (میکالینسر و شیور، ۲۰۰۷).

نظریه دلبستگی مبنای نظری مهمی را برای درک وجود مشکلات رفتاری و هیجانی در نوجوانی در اختیار محققان قرار داده است. در نظریه دلبستگی همواره بر دو نکته تأکید شده است: اول این که رابطه گرم، نزدیک و پیوسته مادر (جانشین دائم وی) با کودک برای سلامت روانی اش ضروری است و دوم این که جدایی از مادر و طرد شدگی از سوی وی در اغلب مشکلات رفتاری و اضطراب^۴ کودکان تأثیر دارد. مطالعات مختلف نشان داده اند که سبک دلبستگی نوجوان با الگوهای رفتاری سازش نایافته و کنش وری روانی - هیجانی در سال های بعدی زندگی مرتبط می باشد (کاسیدی^۵، ۲۰۰۱؛ براون فیلد^۶ و تامپسون، ۲۰۰۳).

1 -Bowlby

2 _Hazan

3 -Ainsworth

4 -anxiety

5- Cassidy

6- Brown Field

هم چنین مطالعات پژوهشی در مورد سبک‌های دلبستگی در کودکی (بالبی، ۱۹۶۹؛ دی وایت^۱ و همکاران، ۲۰۱۰؛ روک و وریسیمو^۲، ۲۰۱۱) نیز نشان داده اند که حساسیت^۳ و پاسخ دهی^۴ مراقب اولیه به حالت های هیجانی کودک، تعیین کننده اصلی یادگیری روش تنظیم عواطف درمانده ساز^۵ و رابطه با دیگران است و هم چنین تعیین کننده مهم شیوه ای است که کودک یاد می گیرد تا هیجانات خود را تنظیم و آنها را به دیگران نشان دهد (وردن^۶، لوسی^۷ و واگان، ۲۰۰۳). تجربه‌های کودکی با مراقبانی که هیجان‌هایشان را نشان نمی‌دهند و ابراز نمی‌کنند، یا کسانی که هیجان‌های در حال تحول و شکل‌گیری کودک را به رسمیت نمی‌شناسند و با هیجان‌های کودک خوب رفتار نمی‌کنند، می‌تواند تأثیری عمیق بر تنظیم عاطفه در مراحل بعدی زندگی داشته باشد (دی وایت و همکاران، ۲۰۱۰؛ روک و وریسیمو ۲۰۱۱؛ گرشام و گولان^۸، ۲۰۱۲). بنابراین آنچه ما در مورد هیجان‌های خود و توانایی بازشناسی، توصیف و تنظیم عواطف خودمان می‌دانیم تا حدود زیادی تحت تأثیر تعامل‌های اولیه با مراقب است.

با عنایت به موارد فوق پژوهش حاضر سعی در تعیین رابطه صفات شخصیت، سبک‌ها و ابعاد دلبستگی با راهبردهای شناختی تنظیم هیجان دارد.

بیان رابطه شخصیت و تنظیم هیجان

انسان عصر حاضر با توجه به پیچیدگی‌ها و دشواری‌های زندگی جهت رسیدن به رشد و پیشرفت در جنبه‌های گوناگون می‌بایست از توانایی لازم و کافی جهت مقابله با موقعیت‌های دشوار زندگی برخوردار باشد. یکی از مهمترین این توانایی‌ها، توانایی تنظیم و کنترل هیجانها در زمینه‌های مختلف می‌باشد.

1- Dewitte
 2- Roque & Verssimo
 3- sensitivity
 4- responsiveness
 5- distressing affects
 6- Wearden
 7- Lucy
 8- Gresham & Gullone

در سالهای اخیر توجه متخصصان به موضوع تنظیم هیجان در سازگاری با رویداد های استرسزا در زندگی باعث گردیده تا برخی پژوهشگران به مطالعه ی راهکارهای شناختی مؤثر بر کنترل و تنظیم هیجان بپردازند (برای مثال گلمن^۱، ۱۹۹۵؛ مایر، کاروسو و سالووی^۲، ۲۰۰۰؛ به نقل از بهرامی، ۱۳۹۰). شواهد زیادی نشان می دهد که تنظیم هیجان با موفقیت یا عدم موفقیت در حوزه های مختلف زندگی مرتبط است (شاته^۳ و همکاران، ۲۰۰۷).

علی رغم گذشته، امروزه نظریه های جدید در قلمرو هیجان بر نقش مثبت و انطباقی هیجان تأکید دارند (مثلاً لازاروس^۴، ۱۹۹۱؛ توبی و کاسمیدز^۵، ۱۹۹۰؛ فردریکسون^۶، ۲۰۰۱) و نشان می دهند که هیجان می تواند نقش سازنده ای در حل مسئله، پردازش اطلاعات (پالفای و سالووی^۷، ۱۹۹۳)، فرایند تصمیم گیری (آیزن، روزن زویگ و یونگ^۸، ۱۹۹۱)، نوآوری و خلاقیت (استردا^۹، یونگ و آیزن، ۱۹۹۷) و افزایش یادگیری (کاهیل^{۱۰} و همکاران، ۱۹۹۴) داشته باشد. با این حال نباید فراموش کرد که هیجان ها همواره سودمند نیستند و در بیشتر اوقات باید آنها را تنظیم و مدیریت کرد.

فقدان توانایی تنظیم هیجان می تواند منجر به برانگیختگی های هیجانی زیان آور، ناسازگاری و عدم هدایت هیجان شود و بدین ترتیب مانع از داشتن توانایی عملکرد سازش یافته و شایسته گردد (مولائی، ۱۳۸۹). افرادی که در تنظیم هیجان های خود مهارت ندارند قادر نخواهند بود از خود در مقابل تنیدگی محافظت نمایند. چنین افرادی، افسردگی، ناامیدی و اندیشه پردازی خودکشی بیشتری را گزارش می دهند (تاج دهقانی، ۱۳۹۱).

1- Golman

2- Mayer, Caruso & Salovey

3- Schutte

4- Lazarus

5- Tooby & Cosmides

6- Fredrickson

7- Palfai & Saolovey

8- Isen, Rosenzweig & Young

9- Estrada

10- Cahill

بنابراین مدیریت و سازماندهی هیجانها به فرد کمک می کند تا در شرایط استرس زا از راهبردهای سازش یافته، کار آمد و مثبت تنظیم هیجان استفاده کند و بر عکس، هر چه مدیریت و سازماندهی هیجانی ضعیف تر باشد، احتمال بروز بحران های هیجانی در شرایط استرس زا و استفاده از راهبرد های سازش نا یافته تر و نا کار آمد تر مثل راهبرد های هیجان مدار منفی، افزایش می یابد.

به باور گارنفسکی و کرایچ^۱ (۲۰۰۶)، استراتژی های تنظیم شناختی هیجان، کنش هایی هستند که نشانگر راه های کنار آمدن فرد با شرایط استرس زا و یا اتفاقات ناگوار است یا به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب زا اطلاق می گردد. از جمله رایج ترین این راهکارهای شناختی می توان به سرزنش خود^۲، سرزنش دیگران^۳، نشخوار فکری^۴، تلقی فاجعه آمیز^۵، توسعه ی چشم انداز^۶ (دیدگاه گیری)، تمرکز مجدد مثبت^۷، ارزیابی مجدد مثبت^۸، پذیرش شرایط^۹ و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی^{۱۰} اشاره نمود (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۹).

به لحاظ نظری راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری، تلقی فاجعه آمیز به عنوان راهبردهای سازش نایافته تنظیم شناختی هیجان در نظر گرفته می شوند، در حالی که راهبردهای پذیرش شرایط، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و توسعه ی چشم انداز، تحت عنوان راهبردهای سازش یافته تنظیم شناختی هیجان مطرح می شوند (گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون^{۱۱}، ۲۰۰۱).

به نظر می رسد مانند هر مقوله روان شناختی، هیجان و تنظیم آن هم، از عوامل موقعیتی و عوامل فردی تأثیر می پذیرد. علیرغم این که ظرفیت شناختی تنظیم هیجان، کلی و جهان شمول است اما نمی توان تفاوت های فردی را در افکار و روش هایی که هر فرد در

1-Garnefski & Kraaij

2- self-blame

3- other-blame

4- rumination

5-costastrophizing

6- putting in to perspective

7-postive reappraisal

8-postive refocusing

9- acceptance

10- refocus on planing

11- Spinhoven

هیجان، خود را تنظیم می کند نادیده گرفت. صفات شخصیت، سبک ها و ابعاد دلبستگی در چارچوب عوامل فردی از جمله عناصری هستند که در پژوهش حاضر در کنترل و تنظیم هیجان مورد توجه قرار گرفته اند.

شخصیت را شاید بتوان اساسی ترین موضوع علم روان شناسی دانست، زیرا محور اساسی بحث در زمینه هایی مانند یادگیری، انگیزه، ادراک، تفکر، عواطف، احساسات، هوش و مواردی از این قبیل است (شاملو، ۱۳۸۲). شخصیت، یک سازه ی کلی است که از مجموعه ویژگی های فردی تشکیل می شود و به سه عامل تفکر، عواطف و رفتارهای بیرونی قابل مشاهده که در تعامل با عناصر محیط ایفای نقش می نماید، اشاره دارد (نجمی و حسن زاده، ۱۳۸۹).

در سال های گذشته، تحقیقات شخصیت فاقد یک چهارچوب قابل قبول در جهت توصیف ساختار و ذات شخصیت بوده و در خصوص خصیصه های شخصیتی میان محققین اختلاف نظر وجود داشته است. با این وجود امروزه توافق حاصل شده است که مدل پنج عاملی شخصیت که اغلب «پنج بزرگ»^۱ نامیده می شود می تواند برای توصیف بیشتر جنبه های برجسته شخصیت افراد مورد استفاده قرار گیرد (نیک بخش، جوادی و مظفری، ۱۳۸۶). مک کری و کاستا^۲ (۱۹۸۷) با استفاده از تحلیل عاملی به این نتیجه رسیدند که می توان بین تفاوت های فردی در خصوصیات شخصیتی پنج بعد عمده را منظور نمود. روان رنجور خوئی^۳ (N) به تمایل فرد برای تجربه اضطراب، تنش، ترحم جوئی، خصومت، تکانشوری، افسردگی و عزت نفس پایین بر می گردد. در حالیکه برون گرایی^۴ (E) به تمایل فرد برای مثبت بودن، جرات طلبی، پر انرژی بودن و صمیمی بودن اطلاق می گردد. تجربه پذیری^۵ (O) به تمایل فرد برای کنجکاوی، عشق به هنر، هنرمندی، انعطاف پذیری و خردورزی اشاره دارد. در حالیکه توافق پذیری^۶ (A) با تمایل

1- big five

2-Mccare & Costa

3- neuroticism

4-extraversion

5-opennessto experience

6-agreeableness