

بررسی رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت با گرمی و سردی مزاج دختران جوان

محمد امین صفری^{الف}، مریم کوشکی جهرمی^ب، عبدالصالح زرعی^{ج*}، فرهاد خرمایی^د

^{الف} دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش، بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران
^ب دانشیار، دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزش، بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران
^ج دانشیار، دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزش، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه جهرم، ایران
^د دانشیار، دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

چکیده

سابقه و هدف: از دیدگاه طب سنتی هر فرد دارای مزاج منحصر به فردی است و هرگز نمی‌توان دو نفر را علیرغم شباهت ظاهری آنها، مشابه هم در نظر گرفت. لذا شاید بتوان مزاج فرد را در زمره تفاوت‌های فردی در نظر گرفت. از اینرو، پژوهش حاضر به بررسی ارتباط بین ۵ عامل بزرگ شخصیت و مزاج در صدد پاسخ به این سوال است که گرمی و سردی مزاج با کدام یک از ۵ عامل بزرگ شخصیت در دانشجویان دختر غیرورزشکار ارتباط معنادار دارد؟

مواد و روش‌ها: در پژوهش حاضر که از نوع توصیفی-همبستگی است تعداد ۱۱۹ نفر از دانشجویان دختر در سن 22.3 ± 2 با روش تصادفی ساده به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. حجم نمونه براساس جدول مورگان تعیین گردید. به منظور تشخیص مزاج از پرسشنامه استاندارد مزاج و همچنین به منظور تعیین پنج عامل بزرگ شخصیت از پرسشنامه گلدبرگ استفاده گردید. به منظور تجربه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ استفاده گردید همچنین سطح معنی-داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: براساس اطلاعات ضریب مربوط به برون‌گرایی ($p=0.012$ و $t=2.056$ و $\beta=0.251$) با گرمی و سردی مزاج دانشجویان دختر غیرورزشکار ارتباط معنی-داری وجود دارد. اما توافق‌پذیری، وظیفه‌مداری، روان‌رنجورخویی و انعطاف‌پذیری با سردی و گرمی مزاج از لحاظ آماری ارتباط معناداری نشان نداد ($p>0.05$).
نتیجه‌گیری: بنظر می‌رسد که وظیفه‌مداری در دانشجویان دختر غیرورزشکار گرم‌مزاج نمود بیشتری دارد البته به منظور اظهار نظر قطعی در این زمینه نیاز به تحقیقات بیشتری می‌باشد.

تاریخ دریافت: بهمن ۹۴
تاریخ پذیرش: خرداد ۹۶

کلیدواژه‌ها: مزاج، پنج عامل بزرگ شخصیت، دختران جوان.

مقدمه:

توافق‌پذیری (A)، و وظیفه‌گرایی (C) معرفی می‌شوند. برای تبیین برون‌گرایی، کاستا و مک کری (۱۹۹۲) رگه‌های گرمی، گروه-گرایی، قاطع بودن، فعالیت، هیجان‌خواهی و هیجان‌های مثبت را مورد توجه قرار می‌دهند (۳). توافق‌پذیری به وسیله از خود گذشتگی مشخص می‌شود، افراد دارای این ویژگی متواضع، گرم، همدل و نیک‌اندیش هستند و در مواجهه با رویدادهای زندگی سازش‌پذیر و منعطفند. فرد وظیفه‌مدار، کارآمد، مرتب و مسئول است، نظم و دقت زیادی در انجام امور دارد، قابل اطمینان است و در انجام تکالیفی که به او محول می‌شوند، از هیچ تلاشی فروگذاری نمی‌کند. شخص دارای ویژگی روان-رنجورخویی، ناراحت، دارای مزاج منفی و مستعد ابتلا به افسردگی است (۱).

از دیدگاه طب سنتی هر فردی دارای مزاج منحصر به فردی است و هرگز نمی‌توان دو نفر را علیرغم شباهت ظاهری آنها، مشابه هم در نظر گرفت (۱، ۲). مدل پنج عامل بزرگ شخصیت در سال‌های اخیر به عنوان روی‌آوردی پرتطرفدار و قدرتمند برای مطالعه ویژگی‌های شخصیتی، مورد توجه بسیاری از روان‌شناسان قرار گرفته است. این مدل بر این باور است که انسان موجودی منطقی است که می‌تواند شخصیت و رفتار خویش را توجیه کند (۳) بر طبق این دیدگاه توصیف شخصیت را می‌توان به وسیله پنج عامل قوی توضیح داد. این پنج عامل اغلب با عناوین روان‌رنجورخویی (N)، برون-گرایی (E)، باز بودن در تجربه، انعطاف‌پذیری یا گشودگی (O)،

نموده بودند. تعداد ۱۱۹ نفر از دانشجویان با میانگین سنی $22/29 \pm 2/02$ به روش تصادفی طبقه‌ای به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. حجم نمونه براساس جدول مورگان تعیین گردید.

ابزار اندازه گیری

استفاده از پرسشنامه تشخیص مزاج به منظور تشخیص مزاج آزمودنی‌ها: این پرسشنامه اولین پرسشنامه خود اظهاری معتبر به منظور تشخیص مزاج و دارای ۱۰ سوال ۳ گزینه‌ای می‌باشد که مزاج افراد را با توجه به مواردی همچون ملمس بودن، سرعت تاثیر پذیری از سرما و گرما، چگونگی ادا کردن کلمات، سرعت خشم و عصبانیت، سرعت تاثیرپذیری از غذا-های با طبع گرم و یا طبع سرد، قوت صدا، سرعت حرکات جسمی، وضعیت چاقی و لاغری و نرمی و خشکی پوست راتعیین می‌کند. همچنین این پرسشنامه دارای ضریب آلفای کرونباخ $\alpha=0.71$ درصد می‌باشد که نشان دهنده سازگاری و انسجام داخلی بالاست و علاوه بر این ویژگی و حساسیت نقاط برش پرسشنامه جهت گروه گرم، ۶۵ درصد و ۹۳ درصد، برای گروه سرد، ۵۲ درصد و ۹۷ درصد، برای گروه خشک، ۵۳ درصد و ۶۷ درصد و در آخر برای گروه مرطوب، ۵۳ درصد و ۷۶ درصد بود (۱۵). سپس از آزمودنی‌ها خواسته شد پرسشنامه معتبر شناخت ۵ عامل بزرگ شخصیت ۲۱ سوالی را پر کنند که دارای ضریب آلفای کرونباخ از ۰.۶۹ تا ۰.۸۳ می‌باشد (۱۶).

روش اجرا

پس از توجیه آزمودنی‌ها با شرایط و نحوه انجام تحقیق، ابتدا داوطلبین فرم رضایت نامه کتبی را امضا نمودند. محقق به آزمودنی‌ها اطمینان داد که اطلاعات نزد محقق به صورت محرمانه باقی می‌ماند و در صورت نیاز داوطلبین در اختیار آن‌ها گذاشته می‌شود. پس از آن پرسشنامه مشخصات عمومی توسط داوطلبین تکمیل گردید. افراد سیگاری و افرادی که دارای بیماری‌های اندوکراین، دیابت، ناراحتی‌های قلبی مزمن بودند که ممکن است بر نتایج تحقیق تاثیر بگذارند از مطالعه حذف گردیدند. در مرحله بعدی از داوطلبین خواسته شد پرسشنامه استاندارد مزاج را که به منظور تشخیص مزاج افراد بکار می‌رود، تکمیل نمایند. سپس از آزمودنی‌ها خواسته شد

تا به امروز رابطه بین پنج عامل بزرگ شخصیت و عوامل مختلفی بررسی شده است که در این میان، طبیعت یا مزاج فرد تاکنون مورد توجه قرار نگرفته است. مزاج در طب سنتی ایران، مفهومی کلیدی در تعریف سلامتی و بیماری انسان و نقطه عطف فیزیوپاتولوژی بیماری‌هاست (۴) که نتیجه تاثیر کیفیت-های عناصر چهارگانه یعنی گرمی، سردی، خشکی و تری بر یکدیگر است (۵،۶). مزاج در لغت به معنی در هم آمیختن و در طب سنتی ایران به مفهوم کیفیت یکسان و جدیدی است که در نتیجه آمیختن ارکان به یکدیگر و فعل و انفعال آن‌ها به وجود می‌آید (۷) مزاج کیفیت جسم مرکب است که در نتیجه فعل و انفعال کیفیات چهارگانه و متضاد گرمی، سردی، تری و خشکی موجود در ارکان ایجاد می‌گردد (۷-۱۲). براساس مطالعات محققین، تاکنون ارتباط مزاج با پنج عامل بزرگ شخصیت مورد بررسی قرار نگرفته است. اما نتایج مطالعات متعدد نشان می‌دهد بین نگرش‌ها و حالت‌های روانی افراد که براساس نظریات طب سنتی به مزاج فرد وابسته است، با سطح فعالیت بدنی آن‌ها ارتباط وجود دارد (۱۳،۱۴). همانطور که گفته شد از دیدگاه طب سنتی هر فردی دارای مزاج منحصر به فردی است و هرگز نمی‌توان دو نفر را علیرغم شباهت ظاهری آن‌ها، مشابه هم در نظر گرفت (۱،۲) لذا می‌توان دریافت که رفتارها و تمایلاتی که تحت تاثیر مزاج فردی قرار دارند، در افراد مختلف متفاوت است و شاید بتوان مزاج فرد را در زمره تفاوت‌های فردی در نظر گرفت. از اینرو، پژوهش حاضر به بررسی ارتباط بین ۵ عامل بزرگ شخصیت و مزاج در صدد پاسخ به این سوال است که گرمی و سردی مزاج با کدام یک از ۵ عامل بزرگ شخصیت در دانشجویان دختر غیرورزشکار ارتباط معنادار دارد؟

مواد و روش‌ها:

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است در سال ۱۳۹۳ در دانشگاه شیراز انجام شد.

جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر غیرورزشکار شاغل به تحصیل در دانشگاه شیراز بودند که درس تربیت بدنی عمومی را در نیم‌سال اول سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴ اخذ

ترتیب برابر با ۰/۲۱۳، (۰/۰۱۴)، ۰/۰۹۹، ۰/۰۶۷ و ۰/۰۱۹ می- باشد. بر اساس مدل رگرسیون، سردی و گرمی مزاج دانشجویان دختر غیرورزشکار براساس ۵ عامل بزرگ شخصیت از لحاظ آماری معنادار است ($R^2=0.040$ و $f(5,113)=1.98$ ، $P=0.05$). لذا می توان گفت که ۵ عامل بزرگ شخصیت قادر به پیش بینی گرمی و سردی مزاج دانشجویان دختر غیرورزشکار می باشد. نتایج آزمون معنی داری ضرایب معادله رگرسیون گرمی و سردی مزاج در جدول (۲) آمده است. براساس اطلاعات جدول (۲) ضریب مربوط به برون- گرای ($\beta=0.251$ ، $t=2.56$ ، $P=0.012$) با گرمی و سردی مزاج دانشجویان دختر غیرورزشکار ارتباط معنی داری وجود دارد. اما سازگاری، وظیفه مداری، روان رنجورخویی و انعطاف پذیری با سردی و گرمی مزاج از لحاظ آماری معناداری نشان نداد ($p>0.05$). نتایج بدست آمده نشان می دهد که در پیش بینی گرمی و سردی در دانشجویان دختر غیرورزشکار، برون گرای نقش پیش بین دارد یعنی هر چه نمره برون گرای بالاتر باشد مزاج فرد نیز گرم تر است.

پرسشنامه معتبر شناخت ۵ عامل بزرگ شخصیت ۲۱ سوالی را تکمیل نمایند.

تجزیه و تحلیل آماری

به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار spss نسخه ۱۹ استفاده گردید. همچنین برای تعیین میانگین و انحراف معیار از آمار توصیفی و برای بررسی همبستگی نمرات از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. سطح معنی داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته ها:

ویژگی های فردی آزمودنی ها در جدول (۱) ارائه شده است. در تحقیق حاضر ۱۱۹ نفر آزمودنی حضور داشتند. دامنه سنی پاسخ دهندگان از ۲۰ تا ۲۹ سال بود. میانگین و انحراف معیار برون گرای، سازگاری، وظیفه مداری، روان رنجورخویی و انعطاف پذیری نیز به ترتیب برابر با $16/70 \pm 2/68$ ، $12/93 \pm 2/16$ ، $13/02 \pm 2/10$ ، $14/27 \pm 2/44$ و $16/21 \pm 2/68$ بود. همبستگی بین گرمی و سردی مزاج با برون گرای، سازگاری، وظیفه مداری، روان رنجورخویی و انعطاف پذیری به

جدول ۱. ویژگی های فردی آزمودنی ها

تعداد	سن	قد	وزن	شاخص توده بدنی (BMI)	نمره سردی و گرمی	نمره تری و خشکی
۱۱۹	۲۳/۳±۲	۱۶۸/۳±۶/۴	۶۵/۱±۷/۸	۲۳±۳/۱	۱۶/۴±۲/۴	۴±۰/۹۲

بحث و نتیجه گیری:

تحقیق نشان داد بین مزاج فرد و ۵ عامل بزرگ شخصیت در دانشجویان دختر غیرورزشکار از نظر آماری ارتباط معنا- داری وجود دارد. یعنی هر چه مزاج فرد گرم تر باشد برون- گرای نیز بیشتر است البته تا حدودی هم وظیفه مداری نیز بیشتر است. تحقیقات انجام شده در زمینه برون گرای نشان می دهد که افراد با سطح بالای برون گرای، آماده پذیرش شناخت ها و عواطف مثبت هستند (۱۷). افرادی که روان- رنجورخویی بالایی دارند، از خود نگرش منفی نشان می دهند و به دفاعی شدن تمایل دارند (۱۸) همچنین وظیفه گرای با

جدول (۲). نتایج آزمون تحلیل رگرسیون در خصوص ارتباط سردی و گرمی مزاج با نوع شخصیت

ضرایب	B(S.E)	β	T	P
برون گرای (E)	۰/۲۱۶±۰/۰۸۴	۰/۲۵۱	۲/۵۶	۰/۰۱۲
توافق پذیری (A)	۰/۱۰۷±۰/۰۹۲	-۰/۱۱۹	۱/۱۶	۰/۲۴۶
وظیفه گرای (C)	۰/۱۷۸±۰/۱۰۳	۰/۱۸۰	۱/۷۳	۰/۰۸۶
روان رنجورخویی (N)	۰/۱۵۵±۰/۱۱۳	۰/۱۳۵	۱/۳۶	۰/۱۷۴
گشودگی در تجربه (O)	۰/۰۸۹±۰/۱۱۰	-۰/۰۷۹	۰/۸۱۱	۰/۴۱۹

ویژگی‌هایی مانند سخت‌کوشی و سماجت در ارتباط است (۱۹). علاوه بر این باز بودن نسبت به تجربه یا انعطاف‌پذیری، با نیاز به فهمیدن موقعیت‌های بدیع و خلاقیت در ارتباط است (۲۰) افرادی که توافق‌پذیری دارند در مواجهه با رویدادهای زندگی سازش‌پذیر و منعطف هستند و همکاری و اعتماد زیادی از خود نشان می‌دهند (۲۱). روان‌رنجورخویی با خشم، اضطراب و افسردگی همراه است و عامل گشودگی نسبت به تجربه با خردمندی، گشودگی در مقابل افکار جدید، رغبت‌های فرهنگی، بازخوردهای تربیتی و خلاقیت مرتبط است. فرد دارای این ویژگی درباره جهان درون و برون کنجکاو است. زندگی وی از تجربه غنی است و تمایل پذیرش عقاید جدید و ارزش‌های غیر متعارف دارد (۱).

گرچه تحقیقی که ارتباط مستقیم با موضوع تحقیق حاضر داشته باشد یافت نشد اما در تحقیقی که کاستا و همکاران (2001) در بررسی الگوی تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیت نشان دادند، مردان در برخی وجوه عامل پذیرش مانند پذیرش عقاید جدید و زنان در وجوه پذیرش زیبایی شناسی و احساسات از عامل پذیرش نمره بیشتری کسب می‌کنند. علاوه بر این، مردان در وجه هیجان‌خواهی در عامل برون‌گرایی و زنان در وجه گرم‌بودن از بین وجوه عامل برون‌گرایی نمره بیشتری کسب کردند (۲۲) علاوه بر این نتایج تحقیق شکرری و همکاران (۱۳۸۶) با هدف بررسی نقش تفاوت‌های جنسیتی با استفاده از تحلیل واریانس متغیری نشان داد که دانشجویان پسر در مقایسه با دانشجویان دختر در عوامل روان‌رنجورخویی و سازگاری و دانشجویان پسر در مقایسه با دانشجویان دختر عامل‌های برون‌گرایی و وظیفه شناسی و پذیرش به‌طور معنی‌داری نمره‌های بیشتری گزارش کرده‌اند (۲۳). همچنین لطیفیان در سال ۱۳۸۴، رابطه عوامل پنج‌گانه شخصیتی و راهبردهای کارآمدن را در میان دانشجویان دانشگاه الزهراء (س) بررسی کرد. در بررسی ویژگی‌های شخصیتی افراد، جنسیت و صفات جسمانی آنها همیشه مورد توجه بوده است (۲۴). نتایج پژوهش‌های کاستا و همکاران^۱

(۱۹۹۲) نشان داد که زنان در مقایسه با مردان در صفات روان‌رنجورخویی و سازگاری نمره‌های بیشتری به دست می‌آورند (۲۵). الگوی تفاوت‌های جنسیتی مشاهده شده در پنج عامل بزرگ شخصیت در تحقیق مک‌کری و تراسینو و همکاران^۲ (۲۰۰۵) (۲۲) با یافته‌های کاستا و همکاران (۱۹۹۲) (۲۵) همسو بود. نتایج مطالعات گودوین و گاتلیب^۳ (۲۰۰۴) (۲۶) و گلدبرگ و همکاران^۴ (۱۹۹۸) (۲۷) درباره الگوی تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیتی روان‌رنجورخویی و سازگاری، یافته‌های کاستا و همکاران (۱۹۹۲) (۲۵) و مک کری و همکاران (۲۰۰۵) (۲۸) را تکرار کرد. فیگولد^۵ (۱۹۹۴) خاطر نشان کرد یافته‌های بدست آمده در پژوهش‌های مختلف درباره تفاوت‌های جنسیتی در عوامل برون‌گرایی و توافق‌پذیری ناهماهنگ بوده است. یافته‌های پژوهش او حاکی از آن بود که بین عوامل شخصیتی و راهبردهای مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی ارتباط وجود دارد. یعنی بین عامل روان‌نژدگرایی و انعطاف‌پذیری با راهبرد مسئله‌مداری اجتنابی رابطه منفی و با راهبرد هیجان‌مدار رابطه مثبت وجود دارد. همچنین بین عامل برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با راهبرد هیجان‌مدار رابطه منفی و با راهبرد مساله‌مدار رابطه مثبت وجود دارد. بین عامل دلپذیر بودن و راهبرد مسئله‌مدار و اجتنابی رابطه مثبت وجود دارد (۲۹). جعفر زاده در سال تحصیلی ۸۲-۸۱ رابطه بین عوامل پنج‌گانه شخصیتی، سبک‌های کنار آمدن و سلامت روان-شناختی دانشجویان دانشگاه خوارزمی را بررسی کرد. نتایج پژوهش نشان داد: ۱- بین عامل روان‌نژندگرایی، پذیرش و برون‌گرایی با سلامت روانی رابطه معنادار وجود ندارد؛ ۲- بین راهبردهای کنار آمدن مسئله‌مدار و هیجان‌مدار با سلامت روانی رابطه وجود دارد، اما بین سبک اجتنابی و سلامت روانی رابطه وجود ندارد؛ ۳- بین عامل‌های شخصیتی و راهبردهای کنار آمدن نیز رابطه معنادار وجود دارد (۳۰). با توجه به ویژگی‌های افراد گرم‌مزاج که پراثری، پرکار، فعال و برون‌گرا هستند و احساسات خود را سریع بروز می‌دهند و تحریک‌پذیری فوق

² - McCrae, R. R and Terracciano et al

³ - Goodwin, R.D and Gotlib, I.H

⁴ - Goldberg et al

⁵ - Feigold

¹ - Costa et al

نتیجه گیری:

به طور کلی نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین مولفه‌های شناخت شخصیت و مزاج فردی رابطه وجود دارد و می‌توان دریافت که رفتارها و تمایلاتی که تحت تاثیر مزاج فردی قرار دارند، در افراد مختلف متفاوت است و شاید بتوان مزاج فرد را در زمره تفاوت‌های فردی در نظر گرفت. البته به منظور اظهار نظر قطعی در این زمینه نیاز به تحقیقات بیشتری می‌باشد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله از زحمات دانشجویانی که محققین را در امر جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز در این مطالعه یاری رساندند سپاسگزاری می‌شود.

العاده‌ای دارند و بسیار زود خشمگین می‌شوند (۳۱-۳۷) و ویژگی‌های افراد سرد مزاج که سستی و ناتوانی، کمبود انرژی و احساس ضعف در آن‌ها شایع است و بی‌حوصله و کند هستند و تمایل چندانی به انجام کار ندارند (۳۱-۳۷) و همچنین ویژگی افراد برون‌گرا که کاستا و مک کری (۱۱۹۲) رگه‌های گرمی، گروه‌گرایی، قاطع بودن، فعالیت، هیجان‌خواهی و هیجان‌های مثبت را برای آنها ذکر کردند (۱). می‌توان نتیجه‌گیری کرد که ویژگی‌هایی همچون برون‌گرایی و تا حدودی وظیفه‌مداری در افراد گرم‌مزاج نمود بیشتری دارد.

References:

1. Howard, O. J., & Howard, K. J. M. An introduction to five factor model personality for human resource professionals. Retrieved June 7, 1999 from www.centacs.com/quik-pt3.htm. 1998.
2. Naseri, M. Traditional Iranian medicine and its development using the WHO guidelines: *Daneshvar Medical Journal*. 11,52; 2004: 53-68.
3. McCrae, R. R., & Costa, P. T. Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the Five- Factor Model In J. S. Wiggins (Ed): *The Five- Factor Model of personality: Theoretical perspectives*, New York: Guilford Press; 1996: 51-87.
4. Naseri M, Rezaeiazdeh H, Taheripanah T, Naseri V. Temperament theory in the Iranian traditional medicine and variation in therapeutic responsiveness, based on pharmacogenetics. *Journal of Islamic and Iranian Traditional Medicine*. 2010; 1 (3): 237-42.
5. Jakson WA. A short guide to humoral medicine. *Trends in pharmacological sciences*. 2001; 22(9): 19-22.
6. Kord Afshari GH, Mohhamdi Kenri H, Esmaili S. Nutrition in Iranian Islamic Medicine. *NaslNikan* 2008; 17th ED: 19.
7. Naseri M, Rezai Zadeh H, Choopani R. General overview of Traditional Medicine. Tehran: Nashre Shahr, 2010: 914-27. [In persian].
8. Shah Arzani MA. Mofarrah Alghloob. Tehran: Lithography.1882: 25-32.
9. Mahmoud b, Muhammad al-Jaghminl. Qanunche in tibb [dissertation]. Tehran: Tehran university of medical sciences.1988: 65-76. [In persian].
10. Qanbar J. Prevention science and art of healthy livin. Tehran: Donyaye No Press. 2010: 23-40. [In persian].
11. Avicenna. The Canon of Medicine. Tehran: Ministry of Health and Medical Education.1997: 190-93. [In persian].
12. Ali ibn Abbas magician Ahwazi. Kamell Alsanah Tibbyeh. Tehran: Institute of Islamic Studies, Tehran University. 2010:38-46. [In persian].
13. Dastjerdi R, Eftekhar Ardebili H, Poorreza A, Assasi N, Golestan B. Assessment of the stage of change in physical activity among high school girls. *Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Research*. 2004; 2 (2):25-34.
14. Moeini B , Jalilian F , Jalilian M, Barati M. Predicting factors associated with regular physical activity among college students applying Basnef model. *Scientific Journal of Hamadan University Medical Science*. 2011; 18 (3): 70-76.
15. Mojahedi M; Naseri M; Majdzadeh R; Keshavarz M; Ebadini M; Nazem E; Saberi Isfeedvajani M. Reliability and Validity Assessment of Mizaj Questionnaire: A Novel Self-report Scale in Iranian Traditional Medicine: *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2014; 16(3): e15924.

16. Khormae F, Farmani A. Psychometric Evaluation of the Big Five Personality Questionnaire. *Journal of Materials and psychological models*. 2014; 4(16): 29-33. [In persian].
17. Eysenk, HJ. Learning, memory, and personality. In: Eyaenk, H. J, Editor, 1981, A model for personality, Springer- verlag, NewYor.1981.
18. Clark, L. A & Watson, D. General affective disposition in physical and psychological health. In: Snyder, C. R & Forsyth, D. R, editors, 1991. *Handbook of Social and Clinical Psychology*. pegamon, NewYork; 1991: 241- 45.
19. Barrick, M. R & Mount, M. K. The big five personality dimensions and job performance: a meta- analysis. *Personal Psychology*. 1991; 44: 1-26.
20. Mowen, J. C. *The 3M model of motivation and personality: theory and empirical applications to consumer behavior*, Boston, Kluwer; 2000.
21. Khormae F. Evaluation Model of personality traits, motivational orientation and cognitive style. PhD thesis, Shiraz, Shiraz University. 2006. [In persian].
22. Costa, P.T., Terracciano, A., and McCrae, R.R. Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings. *Journal of personality and social psychology*. 2001; 81(2):322-31.
23. Shokri, A and et all. Gender differences in academic performance: the role of personality traits: *Behavioral Sciences journal*. 2, 2; 2008: 127-141.[In persian].
24. Latifian, M. Comparison of the five personality factors and coping strategies used by different groups of students at universities Zahra. Master's thesis in General Psychology. University Zahra. 2005. [In persian].
25. Costa, P.T. and McCrae, R.R. Revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five factor inventory (NEO-FFI) professional manual. *Psychological assessment resources*, Odessa, F; 1992.
26. Goodwin, R.D., and Gotlib, I.H. Gender differences in depression: the role of personality factors. *Psychiatry research*. 2004; 126:135-42.
27. Goldberg, L.R., Sweeney, D., Merenda, P.F., Hughes, J.E. Demographic variables and personality: the effect of gender, age, education and ethnic / racial status on self – descriptions of personality attributes. *Personality and individual difference*. 1998; 24: 393-403.
28. McCrae, R.R., Terracciano, A. e t al. Universal feature of personality traits from the observer's perspective: data from 50 cultures. *Journal of personality and social psychology*. 2005; 88: 547-61.
29. Feigold, A. Gender differences in personality methaanalysis. *Psychological bulletin*. 1994; 116: 426-56.
30. Jafarzadeh, P. Investigate the relationship between Big Five Personality, coping style and psychological health teacher training university students in the academic year 81-82. Master's thesis in psychology. Teacher Training University. 2003.[In persian].

31. Gore, DQ. The four humours, or a noteworthy blip in the (admittedly short) history of modernmedicine- July 2005 <http://www.daingore.blogspot.com> [visited oct. 2006]. 2006.
32. Khosravi M. Traditional medicine Sinai. Tehran: Mohammad Publication. 1997. Vol. 4. [In persian].
33. Akhvinybokhari A. Hdayh Almtlmyn on Medicine. Mashhad: Academic press. 1965. [In persian].
34. Institute for Cultural Studies of the Ministry of Culture and Higher Education. Iranian Traditional Medicine. Tehran: Proceedings of Iranian Traditional Medicine. 1971. [In persian].
35. Jorjani A. Remember Kharazmshahi. Tehran: Academy of Medical Sciences, Iran. 2001. Vol. 1. [In persian].
36. Ott J, editor. Pharmacophilia, or the Natural Paradise. Kennewick: The Natural Products Co. 1997: 47-62.
37. Chiappelli F, Prolo P, Cajulis OS. Evidence- based Research in Complementary and Alternative Medicine. I: History. Evid Based Complement Alternat Med. 2005: 2453-458.