

نقش حرمت خود و مؤلفه‌های تنهایی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی

محمود نجفی^۱

غلامرضا دهشیری^۲

منصوره شیخی^۳

سولماز دبیری^۴

تاریخ پذیرش: ۹۰/۱۰/۱۰

تاریخ وصول: ۹۰/۳/۲۸

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش حرمت خود و مؤلفه‌های تنهایی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان بود. نمونه پژوهش شامل ۲۸۱ نفر (۱۴۱ پسر و ۱۴۰ دختر) بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند و به مقیاس تنهایی و حرمت خود کوپراسمیت پاسخ دادند. نتایج نشان داد که حرمت خود و احساس تنهایی نقش معنی‌داری در پیش بینی پیشرفت تحصیلی دارند. همچنین بین حرمت خود و احساس تنهایی ارتباط منفی و معنی‌داری مشاهده شد. یافته دیگر پژوهش این بود که میانگین نمرات احساس تنهایی و نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی دختران به طور معنی‌داری بیشتر از پسران بود. این یافته‌ها

Najafy2001ir@yahoo.com

۱- استادیار دانشگاه سمنان

۲- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوئین زهرا

۳- دکترای روانشناسی تربیتی

۴- دانشجوی دکترای روانشناسی تربیتی دانشگاه تبریز

بیانگر نقش و اهمیت نیاز حرمت خود به عنوان مسیری بالقوه در کمک به دانش آموزان برای مقابله با تجارب تنهایی اجتماعی - عاطفی و پیشرفت تحصیلی است.

واژگان کلیدی: حرمت خود، احساس تنهایی، پیشرفت تحصیلی.

مقدمه

خود از معدود مفاهیم مورد علاقه تمامی انسان‌هاست و بررسی آن تحت عناوین متفاوتی مانند آگاهی نسبت به خود، هدایت خود^۱، تحقق خود^۲، حرمت خود^۳ انجام شده است. در این بین مفهوم حرمت خود بنیادی‌ترین مفهومی است که زمینه اصلی پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده است (لیندنفیلد^۴، ۱۹۹۹ / ۱۳۸۵). براون^۵ و همکاران (۲۰۰۱) نیز از حرمت خود به عنوان یکی از مهمترین و پرکاربردترین سازه‌های روان‌شناختی مورد توجه روان‌شناسی یاد می‌کنند. پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که خود آگاهی و حرمت خود شاخص‌های اساسی توانمندی‌ها و ضعف‌های هر انسانی است (وولف و همکاران، ۲۰۰۱، به نقل از ترقی جاه، ۱۳۸۶). ارزیابی مثبت از خود یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های مهم سلامت و میزان سازگاری و انطباق هر فرد با محیط اجتماعی و عاملی قدرتمند بر علیه خطرات اجتماعی در جوانان است (فورزی و نات، ۲۰۰۳، به نقل از ترقی جاه، ۱۳۸۶). تفردی و ساوان^۶ (۲۰۰۱) ابعاد اصلی تشکیل دهنده حرمت خود را در چارچوب دو مؤلفه احترام و علاقه‌مندی قابل تمایز می‌دانند. این محققان نشان داده‌اند که حرمت خود کلی در دو سطح صلاحیت خود و علاقه به خود متمایز می‌شود. صلاحیت خود نوعی تجربه شخصی ارزشمند است که در آن فرد خود را عامل عمل احساس می‌کند. علاقه به خود به عنوان بعد دیگر حرمت خود نیز شرایط تجربه مفیدی را برای فرد به

-
1. self- awareness
 2. self- verification
 3. self- esteem
 4. Lindenfield
 5. Brown
 6. Tafarodi & Sawan

عنوان یک موجود اجتماعی فراهم می‌آورد. حرمت خود آسیب دیده تحمل شرایط دشوار زندگی روزمره را غیر ممکن می‌سازد و پیامدهای روانی و جسمانی زیادی به بار می‌آورد. واری‌های انجام شده در مورد حرمت خود نقش ویژه آن را در رفتار آدمی بازگشوده است. این مطالعات گاه زمینه‌های تحصیلی، گاه شغلی، آسیب‌شناختی و گاه مستقیماً مسأله سلامت را در بر گرفته‌اند. مسر^۱ (۲۰۰۱) اشاره دارد که شواهدی از نقصان حرمت خود یا حرمت خود پایین در افرادی که نیازمند یاری روان‌درمانگرند دیده می‌شود. پوپ^۲، مک‌هال و کرای‌هد (ترجمه تجلی، ۱۳۷۳) و همکارانش اشاره دارند که حرمت مثبت عامل مهمی در سازگاری اجتماعی-عاطفی است. افراد با سطوح بالای حرمت خود می‌کوشند تا احساس ارزشمندی خود را به وسیله احراز کیفیت‌های با ارزش اجتماعی حفظ کنند و خواستار موفقیت‌اند (براون و همکاران، ۲۰۰۱). در ادبیات پژوهشی بر ارتباط حرمت خود با عملکرد تحصیلی، موفقیت شغلی، افت تحصیلی، رفتارهای ضد اجتماعی روابط بین فردی و سلامت روانی، افسردگی، خودکشی، تصمیم‌گیری اخلاقی تأکید شده است و پژوهشگران بر تأثیر حرمت خود بر تمامی موارد ذکر شده توافق دارند و به عنوان یک عامل مهم در سلامت روانی افراد خصوصاً جوانان مد نظر قرار می‌دهند (فراقر و همکاران، ۲۰۰۵؛ نلسون و همکاران، ۲۰۰۶؛ هریس و همکاران، ۲۰۰۷؛ پیی، ۲۰۰۶، به نقل از ترقی‌جاه، ۱۳۸۶). در این حوزه یکی از متغیرهایی که اخیراً پژوهش‌های زیادی را به خود اختصاص داده است احساس تنهایی است. تنهایی یکی از تجارب معمول دوره نوجوانی است (بارگ^۳ و همکاران، ۱۹۹۳). میشل^۴ و همکاران (۱۹۸۲) تنهایی را احساس ناخوشایندی می‌دانند که در نتیجه کاستی در شبکه روابط اجتماعی فرد به صورت کمی و کیفی و عدم دسترسی به روابط نزدیک و مطلوب با دیگران به وجود می‌آید. طبق دیدگاه شناختی نگرش‌های بد کارکرد مثل ترس از طرد در روابط میان

1. Messer
2. Pope
3. Barge
4. Michela

فردی، احساس عدم اطمینان از خود و در تنهایی نقش دارند (مور^۱ و همکاران، ۲۰۰۴). گزارش‌ها حاکی از آن است که بیش از ۶۶ درصد از دانش‌آموزان راهنمایی و دبیرستانی از تنهایی به عنوان مشکلی مهم یاد کرده‌اند (کلب و همکاران، ۱۹۹۵). برای بسیاری از نوجوانان تنهایی ناشی از مشکلات مربوط به مدرسه، دوستان و همسالان، و خانواده می‌تواند به مشکلات جدی تری نظیر افسردگی، ایده خودکشی و خشونت منجر شود (کوئینگ^۲ و همکاران، ۱۹۹۴؛ کلب و همکاران، ۱۹۹۵). بررسی‌ها نشان داده نوجوانانی که دارای حرمت خود بالاتری بوده‌اند الکل کمتری مصرف می‌کرده‌اند و این امر در طی دوره زمانی نیز مشاهده شده است (گراد^۳ و همکاران، ۲۰۰۰). مک و وایتر^۴ و همکاران (۲۰۰۲) بین حرمت خود پایین با تنهایی اجتماعی و عاطفی در نوجوانان در معرض مشکلات روانشناختی رابطه معنادار یافتند. چانی^۵ (۲۰۰۸)، هرمان (۲۰۰۱)، مک‌کوایتر (۱۹۹۷) هاینز^۶ و همکاران (۱۹۹۳) و جکسون و کوران (۱۹۹۱) نیز بین حرمت خود و تنهایی رابطه منفی معنادار یافتند. به عبارتی سطوح بالاتر حرمت خود با سطوح بالای تنهایی مرتبط بود. آرو و ارونن^۷ (۱۹۹۷)، به نقل از هرمن^۸، (۲۰۰۵) در یک مطالعه طولی در یافتند که حرمت خود پیش‌بینی‌کننده قوی تنهایی است و رابطه این دو متغیر در طول زمان ثابت است. مهمتر این که بین این دو رابطه علی وجود دارد یعنی زمانی که آزمودنی‌ها روابط دوستانه خود را محدود کردند حرمت خود پیش‌بینی‌کننده تنهایی بود.

همچنین تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که احساس تنهایی با عملکرد تحصیلی ضعیف مرتبط است به عبارتی هر چه سطح تنهایی افزایش یابد پیشرفت تحصیل کاهش می‌یابد

-
1. Moor
 2. Koeing
 3. Gerrard
 4. McWhirter
 5. Chaney
 6. Haines
 7. Aro & Eronen
 8. Herman

(آشر و پاکویت^۱، ۲۰۰۳؛ دمیر و تاران^۲، ۲۰۰۱؛ روتنبرگ^۳، ۱۹۹۹؛ روتنبرگ و موريسن^۴، ۱۹۹۳). برخی تحقیقات نیز حاکی از رابطه معنادار تنهایی، انزوای اجتماعی و خطر ترک تحصیل به خصوص برای نوجوانانی است که در مدرسه و اجتماع حس تعلق پذیری ندارند (لویت^۵ و همکاران، ۱۹۹۴؛ پرتی^۶ و همکاران، ۱۹۹۴). دانش‌آموزانی که احساس تنهایی می‌کنند کمتر احتمال دارد که در جستجو و دریافت راهنمایی در مدارس باشند و در نتیجه دچار افت تحصیلی می‌شوند (پاترسون^۷ و همکاران ۱۹۸۹). در مجموع تنهایی با مشکلات روانی-اجتماعی (نظیر حرمت خود پایین، شایستگی پایین، تعاملات اجتماعی ضعیف)، سلامت روانی (نظیر اضطراب، افسردگی، رفتارهای خودکشی)، سلامت جسمانی (نظیر عملکرد ایمنی و مشکلات خواب) و پیشرفت تحصیلی مرتبط است (هنریچ و گالونی^۸، ۲۰۰۶).

تمهیدات یاد شده در عبارت‌های پیشین، هم در گستره‌های نظری و هم در جنبه‌های پژوهشی، بیانگر نقش و ارتباط حرمت خود با دیگر متغیرهای عاطفی و شناختی است. از طرفی وضعیت زندگی اجتماعی امروزی که در جهت فردیت هر چه بیشتر است، افراد را در معرض احساس تنهایی بیشتری قرار داده و به این حالت روانی می‌افزاید و به ویژه در جوامع رو به رشد اهمیت بیشتری می‌یابد. این امر و تأثیر عمیق حرمت خود بر شخصیت و روابط اجتماعی و به تبع آن سلامت روانی، دلمشغولی‌های پژوهش کنونی را رقم زده و بدین خاطر به واریسی ارتباط و مقایسه متغیرهای حرمت خود، احساس تنهایی و پیشرفت تحصیلی با توجه به جنس و نقش حرمت خود و مؤلفه‌های احساس تنهایی پرداخته‌ایم. زیرا حرمت خود به شکل بالقوه متغیر مهمی برای سرند کردن مشکلات سازش یافتگی اجتماعی است که آنها نیز به نوبه خود

-
1. Asher & Paquette
 2. Demir & Tarhan.
 3. Rotenberg
 4. Morrisson
 5. Levitt
 6. Pretty
 7. Patterson
 8. Henrich & Gullone

زاییده مشکلات سلامت روان هستند و بررسی تغییرات حرمت خود به خاطر جنبه‌های متنوع و نیز طراحی برنامه‌های درمانی از اهمیت برخوردار است (باگلی و مالیک^۱، ۲۰۰۱) و البته همه این‌ها موید این نکته‌اند که سلامت روان بیشتر با حرمت خود بالا و تنهایی کمتر مرتبط است (آگلی^۲ و همکاران، ۲۰۰۱).

روش

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی شهر تهران بود که در سال تحصیلی ۸۷-۸۶ در یکی از مراکز پیش‌دانشگاهی این شهر مشغول به تحصیل بودند. از جامعه فوق نمونه‌ای به حجم ۲۸۱ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند که از بین آنها ۱۴۱ نفر پسر و ۱۴۰ نفر دختر بودند. بدین صورت که ابتدا از مناطق آموزش و پرورش شهر تهران به طور تصادفی ۴ منطقه انتخاب شد. سپس از بین مراکز پیش‌دانشگاهی هر منطقه به طور تصادفی یک مرکز دخترانه و یک مرکز پسرانه انتخاب شد (جمعاً ۸ مرکز). در مرحله بعد از بین کلاس‌های موجود در هر مرکز به طور تصادفی ۲ کلاس انتخاب شد (جمعاً ۱۶ کلاس) و از بین دانش‌آموزان هر کلاس به طور تصادفی ۱۸ نفر انتخاب شدند. دامنه سنی آزمودنی‌ها بین ۱۶ تا ۱۹ سال با میانگین ۱۷/۳۳ و انحراف استاندارد ۰/۹۲ بود.

ابزار

۱- مقیاس احساس تنهایی: این مقیاس توسط دهشیری و همکاران (۱۳۸۶) ساخته شده است و شامل ۳۸ سؤال با مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای خیلی زیاد تا خیلی کم است. ضریب پایایی مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب برابر با ۰/۹۱ و ۰/۸۳ گزارش شده است. همچنین ضریب روایی همگرای مقیاس از طریق همبستگی با مقیاس احساس تنهایی UCLA و پرسشنامه افسردگی بک برابر با ۰/۶۰ و ۰/۵۶ بود. روایی سازه مقیاس نیز از طریق

1. Bagley & Mallick

2. Augelli

تحلیل عاملی اکتشافی مورد تایید قرار گرفته است. پایایی کلی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/90$ به دست آمد. همچنین پایایی خرده مقیاس‌های تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان و نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی به ترتیب برابر با $0/88$ ، $0/86$ و $0/78$ محاسبه شد.

۲- پرسشنامه حرمت خود کوپر اسمیت: این پرسشنامه دارای ۵۸ ماده است و به صورت صفر و یک نمره گذاری می‌شود. به این صورت که ماده‌های دارای پاسخ منفی، صفر می‌گیرند و بقیه ماده‌ها به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود. یعنی پاسخ منفی نمره یک و پاسخ مثبت صفر می‌گیرد. بدیهی است که حداقل نمره‌ای که یک فرد ممکن است اخذ کند صفر و حداکثر ۵۰ خواهد بود. بر اساس تحقیقات متعدد ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه تایید شده است (فیشر و ببر، ۱۹۹۰؛ کوپر اسمیت، ۱۹۹۰؛ هر دو به نقل از سلیمی، ۱۳۷۶). پایایی آن در دانشجویان $0/85$ و در دانش آموزان بیش از $0/85$ گزارش شده است. بنابراین این پرسشنامه از خصوصیات روانسنجی بالایی برخوردار است (عبدالله، نژاد، ۱۳۷۵، به نقل از شریفی در آمدی، ۱۳۸۴). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این مقیاس $0/88$ به دست آمده است. از معدل کتبی به عنوان شاخص پیشرفت تحصیلی استفاده شد.

یافته‌ها

به منظور بررسی رابطه حرمت خود و احساس تنهایی با پیشرفت تحصیلی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد و جهت تعیین نقش حرمت خود و احساس تنهایی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. در جدول ۱ ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

| متغیرها | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ |
|---|---------|---------|---------|---------|---------|---|
| ۱- حرمت خود | ۱ | | | | | |
| ۲- احساس تنهایی کل | * -۰/۵۳ | ۱ | | | | |
| ۳- احساس تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان | * -۰/۴۷ | * ۰/۷۱ | ۱ | | | |
| ۴- احساس تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده | * -۰/۴۸ | * ۰/۸۸ | ۰/۴۱ | ۱ | | |
| ۵- نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی | * -۰/۲۳ | * ۰/۶۶ | ۰/۳۰ | * ۰/۴۰ | ۱ | |
| ۶- پیشرفت تحصیلی | * -۰/۴۲ | * -۰/۳۷ | * -۰/۲۰ | * -۰/۳۴ | * -۰/۲۹ | ۱ |

* $P < ۰/۰۰۱$

چنانچه از جدول مشاهده می‌شود بین حرمت خود و پیشرفت تحصیلی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($r = ۰/۴۲, P < ۰/۰۰۱$). بین نمره کل احساس تنهایی با پیشرفت تحصیلی نیز ارتباط منفی و معناداری وجود دارد ($r = -۰/۳۷, P < ۰/۰۰۱$). همچنین ارتباط پیشرفت تحصیلی با مؤلفه‌های احساس تنهایی شامل احساس تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان ($r = -۰/۲۰, P < ۰/۰۰۱$)، احساس تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده ($r = -۰/۳۴, P < ۰/۰۰۱$) نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی ($r = -۰/۲۹, P < ۰/۰۰۱$) منفی و معنی دار است.

به منظور تعیین نقش حرمت خود و نمره کل احساس تنهایی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی از رگرسیون گام به گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. نتایج رگرسیون گام به گام پیشرفت تحصیلی از روی حرمت خود و احساس تنهایی

| گام | متغیرها | B | β | R | R^2 | خطای استاندارد برآورد |
|-----|--------------|---------|---------|-------|-------|-----------------------|
| اول | حرمت خود | ۰/۱۱ * | ۰/۴۲ | ۰/۴۲* | ۰/۱۸ | ۱/۷۱ |
| | احساس تنهایی | -۰/۰۲ * | -۰/۲۰ | | | |
| دوم | حرمت خود | ۰/۰۸ * | ۰/۳۲ | ۰/۴۵* | ۰/۲۱ | ۱/۶۸ |
| | احساس تنهایی | -۰/۰۲ * | -۰/۲۰ | | | |

$P < ۰/۰۰۱ *$

چنانچه از جدول مشاهده می‌شود در گام اول متغیر حرمت خود وارد معادله رگرسیون شده است. این متغیر به تنهایی ۱۸ درصد از واریانس پیشرفت تحصیلی را تبیین می‌کند ($R=۰/۴۲$). در گام دوم متغیر احساس تنهایی نیز وارد معادله شده است. با ورود این متغیر ضریب تعیین ۳ درصد افزایش یافته است و این دو متغیر در مجموع ۲۱ درصد از واریانس پیشرفت تحصیلی را تبیین می‌کنند. همان‌گونه که مشاهده شد احساس تنهایی نیز نقش معنی داری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دارد.

در جدول ۳ نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای بررسی نقش مؤلفه‌های احساس تنهایی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج رگرسیون گام به گام پیشرفت تحصیلی از روی مؤلفه‌های احساس تنهایی

| گام | متغیرها | B | β | R | R^2 | خطای استاندارد برآورد |
|-----|--|---------|---------|-------|-------|-----------------------|
| اول | احساس تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده | ۰/۰۶ * | -۰/۳۴ | ۰/۳۴* | ۰/۱۲ | ۱/۷۷ |
| | نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی | -۰/۰۶ * | -۰/۱۷ | | | |
| دوم | احساس تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده | ۰/۰۴* | -۰/۲۶ | ۰/۳۷* | ۰/۱۴ | ۱/۷۵ |
| | نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی | -۰/۰۶ * | -۰/۱۷ | | | |

$P < ۰/۰۰۱ *$

چنانچه از جدول مشاهده می‌شود در گام اول متغیر احساس تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده وارد معادله رگرسیون شده است به طوری که ۱۲ درصد از واریانس متغیر پیشرفت تحصیلی را تبیین می‌کند ($R=۰/۳۴$) در گام دوم با وارد شدن متغیر نشانه‌های عاطفی احساس

تنهایی ضریب تعیین ۲ درصد افزایش یافته است ($R=0/14$) متغیر احساس تنهایی ناشی از روابط با دوستان نقش معنی داری در پیش بینی پیشرفت تحصیلی نداشته است و بنابراین وارد معادله نشده است.

به منظور مقایسه نمرات احساس تنهایی و حرمت خود در بین دختران و پسران از آزمون t مستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون t برای مقایسه احساس تنهایی و حرمت خود بین دو جنس

| متغیرها | جنسیت | میانگین | انحراف استاندارد | t | df | سطح معنی داری |
|---------------------------------------|-------|---------|------------------|------|-----|---------------|
| احساس تنهایی کل | پسر | ۵۵/۵۱ | ۱۷/۶۴ | ۱/۹۷ | ۲۷۹ | ۰/۰۵ |
| | دختر | ۵۹/۸۷ | ۱۹/۵۲ | | | |
| احساس تنهایی ناشی از خانواده | پسر | ۱۹/۷۶ | ۱۰/۲۱ | ۱/۰۱ | ۲۷۹ | ۰/۳۱ |
| | دختر | ۲۱/۰۹ | ۱۱/۶۴ | | | |
| احساس تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان | پسر | ۲۳/۲۳ | ۶/۸۱ | ۱/۸۵ | ۲۷۹ | ۰/۰۷ |
| | دختر | ۲۴/۷۷ | ۷/۰۹ | | | |
| نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی | پسر | ۱۲/۵۵ | ۵/۶۳ | ۲/۰۵ | ۲۷۹ | ۰/۰۴ |
| | دختر | ۱۳/۹۴ | ۵/۹۳ | | | |
| حرمت خود | پسر | ۳۳/۲۲ | ۶/۵۲ | ۱/۳۳ | ۲۷۹ | ۰/۱۹ |
| | دختر | ۳۲/۰۸ | ۷/۸۵ | | | |

چنانچه از جدول مشاهده می‌شود بین دختران و پسران در نمره کل احساس تنهایی تفاوت معنی داری وجود دارد [$T(279) = 1/97, P < 0/05$]. بدین صورت که میانگین احساس تنهایی دختران بیشتر از پسران است. همچنین در مؤلفه نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی میانگین نمرات دختران به طور معنی داری بیشتر از پسران است [$T(279) = 1/97, P < 0/05$]. در سایر متغیرها تفاوت معنی داری بین دو جنس وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه حرمت خود با احساس تنهایی و پیشرفت تحصیلی انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که حرمت خود با احساس تنهایی رابطه منفی معنادار و با پیشرفت تحصیلی رابطه مثبت معنادار دارد. همچنین بین احساس تنهایی و مؤلفه‌های آن با پیشرفت تحصیلی ارتباط منفی و معناداری مشاهده شد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که حرمت خود و احساس تنهایی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دارند. این یافته که حرمت خود نقش مهمی در پیشرفت تحصیلی دارد با تحقیقات حسینی و همکاران (۱۳۸۶)، غباری بناب و حجازی (۱۳۸۶) و آلوز^۱ و همکاران (۲۰۰۶) همسو است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که حرمت خود عامل مهمی در پیشرفت تحصیلی است. به نظر می‌رسد ارتباط حرمت خود و پیشرفت تحصیلی دو طرفه باشد. یعنی از طرفی داشتن حرمت خود موجب پیشرفت تحصیلی می‌شود، زیرا باور داشتن خود و برداشت مثبت از خویش بر یادگیری و انگیزه برای تحصیل اثر می‌گذارد و سبب موفقیت تحصیلی می‌شود. از طرف دیگر موفقیت‌های تحصیلی موجب ارتقای حرمت خود می‌شود.

وجود همبستگی منفی معنادار بین حرمت خود و احساس تنهایی در این تحقیق با یافته‌های مک وایترو و همکاران (۲۰۰۲)، چانی (۲۰۰۸)، هرمان (۲۰۰۱)، مک‌وایترو (۱۹۹۷) همخوانی دارد. پالوتزین و الیسون^{۱۵} (۱۹۸۲) دریافتند که نمره‌های تنهایی به طور قوی با احساس بی‌ارزشی و طرد مرتبط است (به نقل از داورپناه، ۱۳۷۳) در افرادی که برای خود به صورت مشروط ارزش قایل می‌شوند و حالت تحقیرآمیزی نسبت به خود دارند نیاز به وابستگی عاطفی به جانب گروه متمایل می‌شود و در صورتی که آنان از جانب گروه یا دیگران احساس مورد توجه بودن یا تحسین نکنند، دچار احساس تنهایی می‌شوند و در واقع زیر بنای این احساس تحقیر نفس، نفرت از خویش و بی‌ارزش شماری خویش است. در نتیجه نارزنده سازی خود روابط

1. Alves

اجتماعی را به صورت منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد و به تبع آن شخص دچار انزوا و تنهایی می‌شود. بدین ترتیب با توجه به این که تنهایی به عنوان نشانگر مهم نقص در روابط اجتماعی به شمار می‌آید (کاسیپو^۱ و همکاران، ۲۰۰۰؛ چیپور^۲، ۲۰۰۱) می‌توان گفت دانش‌آموزان دارای حرمت خود پایین کمک‌خواهی را تهدیدی به توانایی خود درک می‌کنند که این تهدید بر برداشت آنان از خودشان تأثیر گذاشته و باعث می‌شود از کمک گرفتن به هنگام نیاز اجتناب کنند. آنها کمک‌خواهی را به کمبود توانایی نسبت می‌دهند که این اسناد بر ارزیابی فرد از خودشان تأثیر می‌گذارد. طبق فرضیه آسیب‌پذیری دانش‌آموزانی که از حرمت خود پایین تری برخوردارند به هنگام نیاز کمتر کمک می‌گیرند. نتایج حیسی کلیسر و سرمد (۱۳۸۵) نیز این مساله را مورد تأیید قرار داده است. بر این اساس شاید بتوان گفت اجتناب از رفتارهای کمک‌خواهی در حیطه‌های گوناگون به خصوص تحصیل باعث انزوا، ضعف تحصیلی و در نتیجه احساس تنهایی شود و متعاقباً مشکلات روانی دیگری را در پی دارد.

یافته دیگر پژوهش حاضر این بود که آشکار شد از بین مؤلفه‌های احساس تنهایی، احساس تنهایی ناشی از خانواده و نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دارند. این یافته با سایر تحقیقات انجام شده همسو است (روتنبرگ، ۱۹۹۹؛ روتنبرگ و موريسن، ۱۹۹۳؛ دمیر و تاران، ۲۰۰۱؛ آشر و پاکویت، ۲۰۰۳). تحقیق دهشیری و همکاران (۱۳۸۶) نیز نشان داد که احساس تنهایی بالا با پیشرفت تحصیلی ضعیف‌تر و احساس تنهایی پایین با سطح تحصیلی بالاتر مرتبط است. به دلیل اینکه احساس تنهایی شاخص مشخصی از ادراکات دانش‌آموزان از آشفتگی و نارضایتی در گروه همسالان محسوب می‌شود، این احتمال وجود دارد که این احساسات ممکن است مستقیم یا غیرمستقیم با توانایی اثربخش در برنامه‌های تحصیلی تداخل ایجاد کند در نتیجه ممکن است به قدری با این احساسات تنهایی مشغولیت فکری داشته باشند که حتی قادر به تمرکز بر انجام تکالیف حیطه

1. Cacippo
2. Chipuer

تحصیلی خود نباشند. عامل مهم دیگر در این مورد احساس رضایت مندی از روابط با سایر همسالان است. افرادی که احساس تنهایی می‌کنند از روابط اجتماعی خود با همسالان رضایت مندی ندارند. این احساس تنهایی و نارضایتی اجتماعی ممکن است در ابتدا با پیشرفت تحصیلی تداخل کند و به تدریج باعث کناره‌گیری و ترک تحصیل می‌شود. نقص در مهارت‌های اجتماعی نیز عامل میانجی‌گر مهم دیگر محسوب می‌شود، بدین صورت که افراد تنها به دلیل نقایص مهارت‌های اجتماعی ممکن است ایجاد و حفظ روابط رضایت‌مند را مشکل یابند و بنابراین ممکن است فرصت‌های یادگیری دو طرفه را به تدریج از دست بدهند و در حیطه‌های تحصیلی عملکرد خوبی نداشته باشند. از طرف دیگر خانواده به عنوان نهاد اولیه نقش مهمی در تربیت فرزندان دارد به طوری که اگر سبک فرزند پروری مناسب در خانواده حاکم باشد و فرد از طرف خانواده مورد حمایت و پذیرش قرار گیرد احساس انزوا نخواهد کرد و همین تأیید و پذیرش از طرف خانواده در حرمت خود نقش بسیار مهمی دارد. اما اگر فرد از طرف خانواده مورد پذیرش قرار نگیرد و از طرف دوستان نیز طرد شود هر دو نوع حمایت را از دست می‌دهد در نتیجه احساس تنهایی بر وی غلبه می‌کند.

در پژوهش حاضر مشخص شد که بین دختران و پسران از لحاظ احساس تنهایی تفاوت معنی داری وجود دارد. و میانگین احساس تنهایی به صورت کلی و نشانه‌های عاطفی تنهایی دختران بیشتر از پسران است. در تحقیق کالیوپوسکا و لای تین^۱ (۱۹۹۱) نیز احساس تنهایی در زنان به طور معناداری بیشتر از مردان بود (به نقل از کاسیو، ۲۰۰۵). نتایج تحقیقات انجام شده بوریز و پرلمان (۱۹۸۵) نشان داد که زنان در مقایسه با مردان با احتمال بیشتری بیان می‌کنند که تنها هستند. بوریز و پرلمان (۱۹۸۵) متوجه شدند در مطالعاتی که از ابزارهای سنجش تنهایی خود برچسب زنی استفاده می‌کنند (مقیاس‌هایی که افراد به جملاتی از قبیل من شخصی تنها هستم پاسخ می‌دهند) زنان خودشان را تنها تر از مردان معرفی می‌کنند. با وجود این زمانی که از مقیاس‌های تنهایی استفاده شود که شامل کلمه تنها نیست یا لازم نیست که افراد خودشان را به

1. Kalliopuska & Laitinen

عنوان فردی تنها برچسب بزنند تفاوت‌های جنسیتی خیلی کم می‌شود. این یافته‌ها نشان می‌دهد که برتری زنان در نمرات تنهایی ممکن است ناشی از شیوه اندازه‌گیری تنهایی باشد (هنریچ و گالونی، ۲۰۰۶). از طرف دیگر شاید بتوان گفت با توجه به این که روابط بین فردی و حمایت اجتماعی برای زنان از اهمیتی خاص برخوردار است، هنگامی که نقصان در روابط اجتماعی و حمایت اجتماعی به وجود آید. زنان سریع‌تر تحت تأثیر قرار می‌گیرند و در نتیجه احساس انزوا و تنهایی می‌کنند.

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن است که با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و تأثیر عمیق ویژگی‌های دیرپای شخصیت-حرمت خود-در سازش یافتگی عاطفی و اجتماعی، پیشگیری و کاهش پیامدهای آسیب‌زا و شدید احساس تنهایی، مداخله و آموزش مهارت‌های بین فردی و تقویت حرمت خود امری ضروری تلقی می‌شود. بدین ترتیب این یافته‌ها بیانگر نقش و اهمیت نیازهای حرمت خود به عنوان مسیری بالقوه در کمک به دانش‌آموزان برای مقابله با تجارب تنهایی اجتماعی و عاطفی است و آموزش در جهت افزایش حرمت خود و در نتیجه تسکین و کاهش احساس تنهایی و به تبع آن سازش یافتگی بهتر باید تمرکز کلیدی مهمی برای سازمان‌های بهداشت روانی، مشاوران و متخصصان بالینی باشد.

منابع فارسی

- پوپ، الیس؛ مک‌هال، موژان و کرای‌هد، ادوارد. (۱۳۷۳). *افزایش احترام به خود در کودکان و نوجوانان*. ترجمه پریسا تجلی. تهران: انتشارات رشد.
- ترقی‌جاه، عذرا. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر عزت نفس دانشجویان. *مجموعه مقالات چهارمین سمینار بهداشت روانی دانشجویان*.
- حسینی، محمدعلی؛ دژکام، محمود و میرلاشاری ژیلا. (۱۳۸۶). همبستگی عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان توان‌بخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی تهران. *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱(۷) صص ۱۴۲-۱۳۷

حبیبی کلیر، رامین و سرمد، زهره. (۱۳۸۵). نقش عزت نفس در رفتار کمک‌خواهی و فعالیت‌های مرتبط با پیشرفت تحصیلی نوجوانان شهر تبریز. فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه تبریز، سال اول، شماره ۱، صص ۷۸-۴۹.

داورپناه، فروزنده. (۱۳۷۳). هنجاریابی نسخه تجدیدنظر شده مقیاس احساس تنهایی UCLA برای دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله در تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی. دانشگاه علامه طباطبائی.

دهشیری، غلامرضا؛ نجفی، محمود؛ برجعلی، احمد و شیخی، منصوره. (زیر چاپ). مقایسه سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان برحسب میزان احساس تنهایی، مجله روان‌شناسی. دهشیری، غلامرضا؛ برجعلی، احمد؛ شیخی، منصوره؛ حبیبی، مجتبی. (زیر چاپ). ساخت و اعتباریابی مقیاس احساس تنهایی در بین دانشجویان دانشگاه‌های تهران. مجله روان‌شناسی. سلیمی، سید حسن. (۱۳۷۶). بررسی عزت نفس در نوجوانان دارای مشکلات رفتاری، مجله روان‌شناسی، سال اول شماره ۲.

شریفی در آمدی، پرویز. (۱۳۸۴). تأثیر آموزش سبک حل مساله بر میزان عزت نفس دانش‌آموزان ۱۲ تا ۱۳ ساله دارای مشکلات رفتاری ارتباطی در دوره راهنمایی تحصیلی. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، شماره ۱۴، صص ۶۳-۳۹.

غباری بناب، باقر و حجازی، مسعود. (۱۳۸۶). رابطه جرات‌ورزی و عزت نفس با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان تیزهوش و عادی. پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، ۷(۳) پیاپی ۲۵. ۳۱۶-۲۹۹

لینفیلد، گ. (۱۳۸۵). عزت نفس، ترجمه زهره صیادپور، تهران: نشر طراوت (تاریخ انتشار به زبان اصلی) (۱۹۹۹).

چکیده انگلیسی

- Alves-Martins M, Peixoto F, Gouveia-Pereira M, Amaral V, Pedro I.(2002). Self-esteem and academic achievement among adolescents. *Educational psychology* , 22(1): 51-62.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and Peer relations in childhood. *Current Directions in psychological Science*, 12, 75-78.
- Augelli, A.R.,Grossman, A.,H., Hershberger,S.L., Connell, T.S.(2001).aspects of mental health among older lesbian, gay and bisexual adults.*aging and mental health*.vol 5(2):149-158.
- Bagley,C.,Mallick,K.(2001).normative data and mental health construct validity for the Rosenberg self esteem scale in british adolescents. *International journal of adolescence and youth*.vol9(2-3):117-126.
- Brage, D., Meredith, W. &Woodward, J. (1993)Correlates of loneliness among Midwestern adolescents, *Adolescence* , 28, pp. 685–693.
- Brown, J. D., Dutton, K. A., & Cook, K. E.(2001). From the top down: Self-esteem and self-evaluation. *Cognition & Emotion*, 15 (5), 615–631.
- Chaney,M.P.(2008). Muscle Dysmorphia, Self-esteem, and Loneliness among Gay and Bisexual Men. *International Journal of Men's Health*, Vol 7(2) PP. 157-170.
- Cacioppo, J. T., Ernest, J. M., Burlison, M. H., McClintock, M. K., Malarkey, W. B., Hawkley, L. C. et al. (2000). Lonely traits and concomitant Physiological Processes: The MacArthur social neuroscience. Studies. *International journal of Psychophysiology*. 35, 143-154.
- Chipuer, H. M. (2001). Dyadic attachments and community connectdness: Links with youths, loneliness experiences. *Journal of Community Psychology*, 29. 429-446.
- Culb, A.M., Clyman, M.M. & Culb, R.E. (1995) Adolescent depressed mood, reports of suicide attempts, and asking for help, *Adolescence*, 30, pp. 827–837
- Demir. A & Tarhan. N. (2001). Loneliness and social dissatisfaction in Turkish adolescent. *The journal of psychology*. 135(1), 113-123.
- Gerrad,M., Gibbons,f.x.,Ris- Bergan,M.,Russel,D.W.(200). Self esteem, self servingcognitions and health risk behavior. *Journal of personality*. Vol68(6):1177-1201.
- Haines, D. A., Scalise, J. J., & Ginter, E. J. (1993). Relationship of loneliness and its affective elements to self-esteem. *Psychological Reports*, 73, 479-482. ,
- Henrich, L. M & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*. 26. 695-718.
- Hermann,K.S.(2005). The influence of social self- efficacy,self esteem, and personality differenceson loneliness and depresstion.Dissertation ,The Ohio State University.
- Jackson, J., & Cochran, S. D. (1991). Loneliness and psychological distress. *Journal of Psychology*, 125, 257-262.
- Koenig, L. J., Isaacs, A. M., & Schwartz, J. A. J. (1994). Sex differences in adolescent depression and loneliness: Why are boys lonelier in girls are more depressed? *Journal of Research in Personality*, 28, 27-43.

- Kalliopuska, M., & Laitinen, M. (1991). Loneliness related to self- concept. *Psychological Reports*, 69, 27-34.
- Levitt, M.J., Guacci-Franco, N., Levitt, J.L. (1994) Social support and achievement in childhood and early adolescence: a multicultural study, *Journal of Applied Developmental Psychology*, 15, pp. 207-222.
- McWhirter, B. T. (1997). Loneliness, learned resourcefulness, and self-esteem in college students. *Journal of Counseling and Development*, 75, 460-469.
- McWhirter, B. T., Trica M. Besett, A., Jarrett. H & Irit. G. (2002). Loneliness in High Risk Adolescents: The Role of Coping, Self-Esteem, and Empathy. *Journal of Youth Studies*, Vol. 5(1) PP, 69-84.
- Michela, J. L., Peplau, L. A., & Weeks, D. G. (1982). Perceived dimensions of attribution for loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 43, 929-936.
- Messer, S. B. (2000). empirically supported treatments. In Slife, B. B. et al (2001), clinical Issues in psychotherapy. sage publications. pp. 3-19.
- Moore, M & et al. (2004). The effect of loneliness: a review of the literature. *Comprehensive Psychiatry*. 27, 351-363.
- Patterson, G.R., Debaryshe, B.D. & Ramsey, E. (1989) A developmental perspective on antisocial behavior, *American Psychologist*, 44(2), pp. 329-335.
- Pretty, G.M., Andrewes, L. & Collett, C. (1994) Exploring adolescence sense of community and its relationship to loneliness, *Journal of Community Psychology*, 22, pp. 346-358.
- Rotenberg, K. J. (1999). Childhood and adolescent loneliness: An Introduction. In K. J. Rotenberg & S. Hymel (Eds), loneliness in childhood and adolescence (pp30-8). Cambridge, England: Cambridge university press.
- Rotenberg, K. J., & Morrisson, J. (1993). Loneliness and college achievement: Do loneliness scale scores predict college droop-out? *Psychological Reports*, 73, 1283-1288.
- Tafarodi RW, Sawan WB. Two dimensional self-esteem: theory and measurement. *Personality and Individual Differences* 2001; 31: 653-73.