

## مفهوم‌سازیها و اندازه‌های احساس تنهایی: مقایسه زیرمقیاسها

### Conceptualizations and Measures of Loneliness:

#### A Comparison of Subscales

Cramer, K. M., & Barry, J. E. (1999). *Personality and Individual differences*, 27,491-502

Susan Rahimzadeh

Islamic Azad University

South Tehran Branch

سوسن رحیم‌زاده

دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران جنوب

پژوهشهای تجربی، نظری و مفهوم‌سازی پدیده احساس تنهایی در ۳۵ سال گذشته گسترش چشمگیری یافته‌اند. پژوهشگران توانسته‌اند فراوانی احساس تنهایی در جمعیت عمومی و دانشجویی را نشان دهند، ارتباط بین تنهایی با انواع پیش‌بینی‌کننده‌های اجتماعی (مانند وضعیت و تماس خانوادگی) و نیز طیفی از حالت‌های روانی (مانند افسردگی و سطح پایین حرمت خود) را برجسته سازند. همراه با هر تعریف مفهومی از احساس تنهایی، یک ابزار اندازه‌گیری نیز طراحی شده است. در پژوهشی که برای این شماره در نظر گرفته شده است، ۲۳۱ دانشجوی، هفت مقیاس احساس تنهایی را تکمیل کردند. مقیاسهایی که هم امکان مقایسه بین ابزارها را فراهم می‌ساخت و هم تداخل سازه‌ای اندازه‌گیری شده را ارزیابی می‌کرد. به عبارت دیگر، در این پژوهش به بررسی شباهتها و تفاوت‌های مقیاسهای مختلف و رایج احساس تنهایی پرداخته شد تا تک بعدی یا چند بعدی بودن آن مشخص شود. چنین روشی می‌تواند به مبانی زیربنایی هر ابزاری انسجام بخشد.

#### مفهوم‌سازیهای احساس تنهایی

در ادبیات پژوهشی، احساس تنهایی به دو صورت تک بعدی و چند بعدی در نظر گرفته شده است. انهایی که احساس تنهایی را تک بعدی می‌دانند و شرایط و علل یکسان را برای آن در نظر می‌گیرند بر این باورند که این احساس پدیده واحدی است و می‌توان آن را با یک ابزار کلی سنجید. (به طور مثال، احساس تنهایی سرباز دور از خانه برای نزدیکانش هم‌ارز احساس تنهایی فرد غمگینی است که رابطه صمیمانه‌اش را از دست داده است). اما پژوهشگرانی که احساس تنهایی را چند بعدی می‌دانند به ساختن ابزارهایی پرداخته‌اند که امکان سنجش ابعاد مختلف را فراهم آورد (برای مثال، احساس تنهایی زنی که به تازگی بیوه شده با احساس تنهایی تازه‌عروسی که در ماه غسل برای خانواده و دوستانش دل‌تنگ شده، متفاوت است). طرفداران این دیدگاه معتقدند که احساس تنهایی، هیجانی یا اجتماعی است. در حالی که، احساس تنهایی اجتماعی ناشی از شبکه‌های روابط اجتماعی نامناسب است و احساس تنهایی هیجانی از فقدان روابط دلبستگی صمیمانه نشئت می‌گیرد.

#### ابزارهای اندازه‌گیری احساس تنهایی

برای مفاهیم تک بعدی و چند بعدی احساس تنهایی مقیاسهای متعددی طراحی شده‌اند که به یکدیگر شباهتهایی نیز

دارند.

**مقیاس احساس تنهایی دی‌یانگ‌گرولد** (دی‌یانگ‌گرولد، ۱۹۸۷): یک مقیاس چند بعدی احساس تنهایی است که با ۲۸ گویه براساس درک، تجربه و ارزیابی افراد از انزوایلیبیهای خویش و فقدان روابط با دیگران طراحی شده است. سه بعد احساس تنهایی، شدت (مانند ماهیت و گستره انزوای اجتماعی)، نمای زمانی (مانند نوسانهای احساس تنهایی) و ویژگیهای هیجانی (مانند فقدان احساسهای مثبت) به کمک ۵ زیرمقیاس محرومیت شدید، رهاشدگی، فقدان هم‌نشین و همدم، فقدان جامعه‌طلبی و فقدان روابط بامعنا سنجیده می‌شود.

**مقیاس احساس تنهایی افتراقی (DLS)** (اشمیت و سرمت، ۱۹۸۳): با ۶۰ گویه دو ارزشی و براساس رضایت و عدم رضایت فرد از روابط اجتماعی خود، در چهار زیرمقیاس احساس تنهایی جنسی - احساساتی، دوستانه، خانوادگی و در گروههای بزرگتر ساخته شد.

**مقیاس احساس تنهایی اجتماعی و هیجانی راسل** (راسل، کاترونا، رز و یورکو، ۱۹۸۴): با استفاده از دو گویه، هر دو مفهوم اجتماعی و هیجانی احساس تنهایی را بررسی می‌کند.

**مقیاس احساس تنهایی اجتماعی در مقابل هیجانی ویتنبرگ** (ویتنبرگ، ۱۹۸۶): این مقیاس با ۱۰ گویه، هر دو بعد اجتماعی و هیجانی احساس تنهایی را اندازه‌گیری می‌کند.

**مقیاس درجه‌بندی احساس تنهایی (LRS)**؛ اسکالیس، گینتر و گرتین، ۱۹۸۴): یک مقیاس ۴۰ گویه‌ای با چهار بعد عاطفی احساس تنهایی: بی‌قراری، اندوهگینی، دوری‌گزینی و انزوایلیبی است.

**مقیاس احساس تنهایی هیجانی و اجتماعی در بزرگسالان (SELSA)**؛ دیتوماسو و اسپینر، ۱۹۹۳ و ۱۹۹۷): این مقیاس ۳۷ گویه دارد و برای اندازه‌گیری سه بعد احساس تنهایی احساساتی، خانوادگی و اجتماعی طراحی شده است.

**مقیاس احساس تنهایی UCLA** (ویرایش سوم ULS؛ راسل، ۱۹۹۶): با ۲۰ گویه تنها مقیاس تک‌بعدی احساس تنهایی است.

بنابراین در این بررسی هفت مقیاس و ۲۱ زیرمقیاس با یکدیگر مقایسه شدند. یافته‌ها مفهوم تک بعدی احساس تنهایی را در نمونه دانشجویی تأیید نکردند. همچنین نتایج تحلیل عاملی، چهار عامل / احساس تنهایی / اجتماعی، هیجانی، خانوادگی و عاطفه منفی را آشکار ساختند و تقریباً ۵۰ درصد واریانس مشترک را تبیین کردند. ویژگیهای مشترک چندین زیرمقیاس (مانند ULS و زیرمقیاس محرومیت دی‌یانگ‌گرولد) به اندازه‌ای است که می‌توان از آنها برای ارزشیابی کلی احساس تنهایی سود جست. SELSA و DLS ابزارهایی چند بعدی هستند که می‌توانند هر یک از سه بعد احساس تنهایی را به گونه‌ای مؤثر بسنجند و مورد استفاده پژوهشگران و متخصصان بالینی قرار گیرند.

### مقایسه ابزارهای احساس تنهایی

ارزشیابی هر یک از مقیاسهای احساس تنهایی براساس میزان مشارکت آنها در اندازه‌گیری چهار نوع احساس تنهایی می‌تواند مفید باشد. برای مثال، زیرمقیاسهای ابزار دی‌یانگ‌گرولد به طور عمده / احساس تنهایی / اجتماعی را با ضرایب اعتبار بالا می‌سنجند، در حالی که زیرمقیاس جامعه‌طلبی کمترین میزان اعتبار را به خود اختصاص داده است. تنها زیر-مقیاسی که تا حدی هر چهار بعد احساس تنهایی را اندازه می‌گیرد، زیرمقیاس محرومیت است که با ۷ گویه و اعتبار بالای ۰/۸۴، شاخص کلی قابل توجهی از احساس تنهایی را ارائه می‌دهد.

چهار زیرمقیاس DLS (اسکالیس و دیگران، ۱۹۸۴) در سه عامل از چهار عامل احساس تنهایی بار عاملی دارند. به عبارت

دیگر، روابط با دوستان و گروهها در احساس تنهایی/اجتماعی، روابط احساساتی - جنسی در احساس تنهایی هیجانی و روابط خانوادگی در احساس تنهایی خانوادگی مشارکت عمده دارند. زیرمقیاسهای اجتماعی و هیجانی احساس تنهایی راسل (راسل و دیگران، ۱۹۸۴) و ویتنبرگ (۱۹۸۶) اساساً از بار عاملهای مورد نظر خود تشکیل شده‌اند. لازم به ذکر است که زیرمقیاسهای ویتنبرگ به دلیل اعتبار بالاتر از مقیاس راسل تعریف بهتری از هر دو عامل احساس تنهایی است. LRS (اشمیت و سرمت، ۱۹۸۳) احساس تنهایی را فقط با عناصر عاطفی که اختصاصاً عاطفه منفی تعریف می‌شود، ارزیابی می‌کند. با اینکه پژوهشگران و متخصصان بالینی در همراه بودن احساس تنهایی با هزاران هیجان منفی هم رأی هستند اما استدلال معکوس را نمی‌پذیرند. برای مثال فردی که احساس بی‌قراری، اندوهگینی، طردشدگی و انزوا می‌کند ممکن است دستخوش احساس افسردگی، اضطراب و عدم درک از سوی دیگران شود اما لزوماً احساس تنهایی نمی‌کند. در نتیجه LRS ابزار مناسبی برای اندازه‌گیری احساس تنهایی نیست، چون از گویه‌هایی تشکیل شده که معرف نوززگرایی و افسردگی است؛ عواملی که بدون شک با احساس تنهایی همپوشی دارند اما محدود به آن نیستند. سه زیرمقیاس SELAS (دیتوماسو و اسپینر، ۱۹۹۳) هر کدام به تنهایی هماهنگی درونی بالایی نشان می‌دهند و در تمام عاملها به جز عاطفه منفی بار دارند. بنابراین این ابزار برای پژوهشگران و متخصصانی که در پی ارزیابی معتبر ابعاد تجربه احساس تنهایی هستند، بسیار مناسب است.

در بین تمام زیرمقیاسها، ULS (راسل، ۱۹۹۶) بالاترین میزان هماهنگی درونی را (با ۲۰ گویه) دارد و می‌توان به آسانی دریافت که چرا پژوهشگران بی‌شماری این مقیاس را انتخاب می‌کنند. معهدا، پژوهش حاضر نشان داد که ULS اصولاً از احساس تنهایی/اجتماعی اشباع شده است که بار عاملی متوسطی در دو زیرمقیاس احساس تنهایی و عاطفه منفی دارد. بنابراین، با آنکه این مقیاس، یک شاخص کلی و سودمند برای احساس تنهایی است اما با تأکید بر احساس تنهایی اجتماعی، احساس تنهایی خانوادگی را نادیده می‌گیرد. بنابراین، مطلوب بودن ULS به تنهایی کفایت نمی‌کند و ضرورت گردآوری شواهد بیشتر در مورد ابزاری که برخی از جنبه‌های بالقوه احساس تنهایی را نادیده می‌گیرند، الزامی می‌سازد. در یک جمع‌بندی کلی و با مقایسه بین چهار ابزار می‌توان نتیجه گرفت:

- مقیاس راسل (راسل و دیگران، ۱۹۸۴)، با یک گویه برای هر بعد، ساده‌ترین و سریعترین ابزار اندازه‌گیری احساس تنهایی است. اما در دسترس نبودن داده‌های معتبر و بارهای عاملی پایین از معایب آن به حساب می‌آید.
- مقیاس ۱۰ گویه‌ای ویتنبرگ (ویتنبرگ، ۱۹۸۶) را به رغم زمان اجرای طولانی‌تر در مقایسه با مقیاس راسل، به دلیل اعتبار و بارهای عاملی بالاتر می‌توان مورد توجه قرار داد.
- DLS (اشمیت و سرمت، ۱۹۸۳) با ۶۰ گویه، طولانی‌تر از دو ابزار دیگر است، اما به رغم افزایش گویه‌ها، اعتبار بالاتری ندارد. این مقیاس براساس الگوی بارهای عاملی، احساس تنهایی هیجانی را مناسب‌تر از احساس تنهایی اجتماعی اندازه‌گیری می‌کند. اما به دلیل ارزیابی احساس تنهایی خانوادگی جامع‌تر از آنست.
- مقیاس ۳۷ گویه‌ای SELSA (دیتوماسو و اسپینر، ۱۹۹۳) با آنکه بالاترین ضرایب اعتبار و بارهای عاملی را دارد، زمان اجرای آن به ترتیب ۴ و ۲۰ برابر طولانی‌تر از مقیاس ویتنبرگ و راسل و ۴۰ درصد کوتاهتر از DLS است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که مقیاس SELSA به دلیل ارزیابی جامع هر سه بعد احساس تنهایی، ضرایب اعتبار بالاتر و بارهای عاملی قابل‌ملاحظه، مناسب‌ترین ابزار برای دو بعد احساس تنهایی اجتماعی و هیجانی است. هر چند در صورت محدود بودن زمان و امکانات، مقیاس ۱۰ گویه‌ای ویتنبرگ ارجحیت دارد.