



پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا بر اساس احساس تنهایی، استقلال عاطفی و ابراز وجود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه

معصومه فلاح زاده روشن^۱، فاطمه غلامپورنقارچی^۲

۱-دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی گرایش مثبت گرا دانشگاه پیام نور رامسر

۲-دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی اسلامی گرایش مثبت گرا دانشگاه پیام نورساری

چکیده

هدف از انجام این پژوهش پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا بر اساس احساس تنهایی، استقلال عاطفی و ابراز وجود دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرستانهای بابلسر و فریدونکنار بوده است. روش تحقیق این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بوده که از جامعه آماری مورد مطالعه ۱۴۰ نفر از طریق روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه های ابراز وجود گمبریل و ریجی (۱۹۷۵)، استقلال عاطفی استنبرگ و سیلوربرگ (۱۹۸۶)، احساس تنهایی راسل و همکاران (۱۹۸۰)، اضطراب کرونا علی پور و همکاران (۱۳۹۸) را تکمیل نمودند. داده های آماری از طریق شاخصه های توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری به شیوه گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین احساس تنهایی با اضطراب کرونا رابطه معنادار مثبت و بین ابراز وجود با اضطراب کرونا رابطه معنادار منفی وجود دارد و بین استقلال عاطفی با اضطراب کرونا رابطه ی معناداری یافت نشد. تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام نشان داد هر یک از متغیرهای احساس تنهایی و ابراز وجود به ترتیب وارد معادله رگرسیون شدند و با همدیگر توانسته اند ۱۰/۵ درصد واریانس متغیر اضطراب کرونا را پیش بینی نمایند. بطور کلی این پژوهش نشان داد، ابراز وجود و احساس تنهایی از جمله متغیرهای پیش بینی کننده نسبتاً خوب برای اضطراب کرونا می باشند.

واژه های کلیدی: اضطراب کرونا، احساس تنهایی، استقلال عاطفی، ابراز وجود



۱. مقدمه:

با ظهور ویروس کرونا، زندگی و سلامت میلیونها انسان مورد تهدید قرار گرفته است. این بیماری همه گیر نه تنها میزان بالای مرگ و میر ناشی از عفونت و ویروسی را به همراه دارد، بلکه باعث گسترش مشکلات روانی در کل نقاط جهان شده است. عدم قطعیت و پیش بینی ناپذیری شیوع همه گیری بیماری عفونی، پتانسیل بالایی برای ترس روانی از سرایت بیماری دارد (میرزایی، ۱۳۹۹). تحقیقات دیگری هم نشان داده که تعاملات و ارتباطات اجتماعی افراد با یکدیگر به سلامت روان آنها کمک می کند، ایمنی بدنشان را بالاتر می برد و احتمال ابتلا به بیماری های عفونی را کمتر می کند. احساس انزوا و به حاشیه رانده شدن، عامل مهمی در افسرده شدن افراد به شمار می رود. حتی اعلام می شود که انزوای اجتماعی یکی از عوامل خطر اقدام به خودکشی در افراد است. بنابراین حفظ تعاملات اجتماعی، نقش مهمی در سلامت روان افراد دارد. می توان گفت مشکل عمده سلامت روان در قرن بیست و یکم همین ماجرای افسردگی و احساس تنهایی است. در دوران کرونا اغلب به جای رعایت فاصله فیزیکی میان افراد، شاهد فاصله اجتماعی بودیم. بنابراین با وجود امکانات مجازی برای برقراری ارتباط، جای خالی ارتباطات واقعی کاملاً احساس می شود (مهری، ۱۳۹۹) طبیعی است فردی که نیاز بیشتری به تعاملات اجتماعی دارد در دوران کرونا از نظر روانی، آسیب بیشتری ببیند. همچنین افرادی که قبل از شیوع ویروس کرونا هم مستعد بروز اختلالاتی مانند وسواس یا مشکلاتی ناشی از ترس و اضطراب بودند، با قرار گرفتن در شرایط کرونا آسیب های شدیدتری را تجربه می کنند. مشکلات کرونا در هر طبقه ای به نحوی تأثیر گذاشته است (علوی، ۱۳۹۹). ویروس کرونا بحرانی در تمام روابط اجتماعی افراد به وجود آورده است. تحقیقات نشان داده افرادی که با شبکه های اجتماعی در ارتباط نیستند و دایره دوستی هایشان کوچک است، بیشتر از افرادی که روابط اجتماعی قوی دارند در معرض ابتلا به آسیب هایی مثل افسردگی و خودکشی قرار دارند (حسنی، ۱۳۹۸).

۱.۱- بیان مساله

از پیامدهای احتمالی در طی شیوع بیماری همه گیر کرونا، می توان به اضطراب اشاره کرد. اضطراب به حالتی در فرد اشاره دارد که به موجب آن، بیش از حد معمولش درباره وقوع رخدادی وحشتناک در آینده نگران و ناراحت است (میرزایی، ۱۳۹۹). اضطراب کرونا اضطراب ناشی از مبتلا شدن به ویروس کرونا است که بیشتر به دلیل ناشناخته بودن و ایجاد ابهام شناختی درباره آن می باشد در نتیجه، شیوع کرونا می تواند استرس روانی قابل توجهی داشته باشد که ممکن است منجر به تاثیرات نامطلوبی بر روی یادگیری و بهداشت روانی دانش آموزان و دانشجویان شود (خدیوی، ۱۳۹۹). رفتارهای اضطرابی می تواند واکنش های سازگارانه طبیعی باشد که به فرد کمک کند تا واکنش مناسبی در مقابله با شرایط سخت نشان دهد؛ ولی اضطراب شدید همواره با رویدادها و موقیت های براساس نتایج، نامناسب می تواند سبب بروز مشکل و رفتارهای ناسازگارانه شود (هولکس ۲۰۲۰). عادت کردن به موقعیت های مختلف از ویژگی انسان است. بنابراین افراد در شرایطی که ناچار به کاهش روابط اجتماعی اند، پس از مدتی به وضعیت پیش آمده عادت می کنند. در ابتدا احساس امنیت می کنند اما این تنهایی، آنها را به انزوا می کشاند و در طولانی مدت برایشان کسالت آور و آسیبزا می شود. با این که هم اکنون از شدت سختگیری های



کرونا بی کاسته شده و افراد ارتباطات بیشتری نسبت به قبل با هم دارند اما خیلی ها با دور کاری هایی که همچنان برای بسیاری از افراد ادامه دارد و تمایل نداشتن به قرار گرفتن در جمع های چندین نفره، عملا به سمت انزوا پیش رفته اند. برای خارج شدن از چنین وضعیتی، افراد باید حداقل تعاملات را برای خود داشته باشند و فرصتی برای حضور در اجتماع را برای خودشان فراهم کنند: «پاسخ به این نیاز باید مستمر باشد و حتی اگر امکان دیدار مانند قبل هم فراهم نباشد اما وجود آن الزامی است. جسم نیاز به خوردن و آشامیدن دارد و هوای تازه و فعالیت فیزیکی را می طلبد، محرومیت از هر یک از این نیازها، عوارض خودش را دارد، بنابراین تجربه دور شدن از اجتماع، به هر دلیلی، در طولانی مدت افراد را به انزوا می کشاند (کلینا، ۲۰۲۱) در این پژوهش، محقق به دنبال پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا بر اساس احساس تنهایی و استقلال عاطفی و ابراز وجود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرهای فریدونکنار و بابلسر می باشد.

۲.۱- ضرورت تحقیق

بیماری کرونا بدلیل ایجاد معضلات پزشکی- بهداشتی که بر جامعه جهانی تحمیل کرده است، بیشترین تأثیر را بر آموزش و پرورش گذاشته، به طوریکه ۹۸ درصد دانش آموزان جهان تحت تأثیر پیامدهای منفی روانی، اجتماعی و آموزشی ناشی از همه گیری این بیماری مانند، اضطراب، افسردگی، تعطیلی بلندمدت مدارس، کاهش کیفیت آموزش و ترک تحصیل قرار گرفته اند. بحران همه گیری بیماری کرونا، منجر به افزایش اضطراب از این بیماری در همه افراد جامعه شده و آثار منفی روانی بر همه اقشار جامعه و به ویژه دانش آموزان داشته است که بر سلامت روان و انگیزش تحصیلی آنان اثر گذاشته است. استرس و اضطراب میتواند سیستم ایمنی بدن را ضعیف کرده و افراد را در مقابل بیماری های مختلف آسیب پذیر سازد. با توجه به این که انسان موجودی اجتماعی است و تنهایی در طولانی مدت او را افسرده و در او احساس رانده شدن ایجاد می کند، این گونه احساسات منجر به غمگین تر شدنش می شود. یکی از مصادیق مهم انزوا تعطیلی مدارس در دوران کرونا می باشد. در دوران کرونا نه تنها افراد باید به فکر خود مراقبتی باشند، بلکه تعاملات اجتماعی را برای خود و فرزندانشان هم فراهم کنند. با شیوع ویروس تمام کشورها دچار پیامدهای ناشی از آن شدند که یکی از این پیامدها احساس تنهایی و انزواست.

۱۳.۱ ادبیات و پیشینه

اضطراب ناشی از کرونا: بیماری همه گیر کووید-۱۹ تأثیر عمده ای در زندگی ما داشته است. بسیاری از ما با چالش هایی روبرو هستیم که می تواند استرس را و طاقت فرسا باشد و باعث ایجاد احساسات شدید در بزرگسالان و کودکان شود. اقدامات بهداشتی عمومی، مانند فاصله اجتماعی، برای کاهش شیوع کووید-۱۹ ضروری است. اما می تواند احساس انزوا و تنهایی در ما ایجاد کند و باعث افزایش استرس و اضطراب شود. یادگیری کنار آمدن با این استرس به روشی سالم، مقاومت شما و افرادی که به آن ها اهمیت می دهید و اطرافیان شما را بیشتر می کند (حمیدی، ۱۳۹۹)



ابراز وجود: ابراز وجود یعنی حمایت نمودن از حق و عقیده خود، بدون این که به حق و عقیده دیگران تجاوزی شود. ژوزف ولپی ابراز وجود را اینگونه تعریف می کند: ابراز مناسب هرگونه هیجانی نسبت به طرف مقابل بدون احساس اضطراب. بنابراین افرادی که در موقعیت های میان فردی منفعل یا پرخاشگر هستند، موردهای مناسبی برای جرأت آموزی تلقی میشوند (کریمی، ۱۳۹۸).

احساس تنهایی: تنهایی نوعی احساس تهی بودن و خلاء درونی است. شما احساس انزوا کرده و از دنیا جدا می شوید، از کسانی که دلتان می خواست با آنها رابطه داشته باشید می برید. انواع و درجات مختلفی از احساس تنهایی وجود دارد. شاید تنهایی را به صورت یک احساس مبهم از درست نبودن امور تجربه کنید. این حالت نوع خفیف احساس تهی بودن است. شاید هم تنهایی را به صورت محرومیت و درد بسیار شدید تجربه نمایید (جان بک، ۲۰۱۹).

استقلال عاطفی: شخصی که دارای استقلال عاطفی است، در زندگی و روابط خود برای رسیدن به شادی، به دیگران و رضایت آن ها هیچ گونه وابستگی ندارد و در حقیقت به خود اطمینانی بالا دارد و علائق و خواسته های خود را به خوبی می شناسد و با داشتن خودشناسی بسیار زیاد و قوی می تواند سیستم عاطفی خود را به عنوان یک انسان اجتماعی به درستی هدایت نماید. استقلال عاطفی یک فاکتور بسیار اساسی برای داشتن روابط سالمی با دیگران است که البته برخی افراد به صورت ذاتی از آن برخوردارند. اما این گونه نیست که نتوان این ویژگی را در بقیه افراد نیز بالا برد. همه انسان ها می توانند با آموزش و تمرین و ممارست این ویژگی را نیز در خود بسیار تقویت کنند و با داشتن این خصوصیت روابطی بهتر و محکم تر و موثر تر را با سایر افراد داشته باشند (وارتر، ۲۰۱۰).

نتایج پژوهش ها نشان داده است که سازنده های استقلال عاطفی و راهبرد مقابله هیجان مدار و معنویت بعنوان متغیرهای پیش بین ۳۸ درصد واریانس متغیر ملاک را یعنی امید به زندگی را تبیین کردند اما سبک مقابله ای مسئله مدار قادر به پیش بینی واریانس زندگی نبود درخصوص رابطه بین متغیرها باید اشاره کرد که بین استقلال عاطفی و امید به زندگی رابطه مثبت معنا داری وجود داشت به نحوی که با افزایش میزان استقلال عاطفی امید به زندگی هم افزایش می یافت. استقلال عاطفی افراد را عامل توانمندی آنان در راستای تغییر نتایج ناگوار درجهت مثبت و کمک به حفظ سلامتی شخص می داند (مومنی و همکاران، ۱۳۹۸).

همچنین آلبرتی معتقد است عوامل خانوادگی یکی دیگر از علل ناتوانی در ابراز وجود مربوط به تربیت اولیه کودک است. اگر در تربیت اولیه کودک تأکید بیش از حد بر وظایف و هنجارهای اجتماعی گذارده شود. این احساس در فرد به وجود می آید که حقوق دیگران از حقوق فردی بسیار مهم تر است بنابراین چگونگی تربیت فرد در خانواده نقش بسیار مهمی در بروز رفتارهای جرأت مندانه دارد. همچنین جرأت مندی رفتاری است که متأثر از شرایط محیطی و وابسته به یادگیری است. از آنجا که بخش اعظم یادگیری افراد خصوصاً در دوران کودکی در محیط خانواده صورت می گیرد، لذا والدین می توانند نقش بسیار مهمی در آموزش این مهارت ها به فرزندان خود ایفا کنند (آلبرتی، ۱۳۹۹).



عوامل فرهنگی - اجتماعی نیز از نظر آمیس یکی دیگر از عوامل ناتوانی در ابراز وجود مربوط به فرهنگ است در فرهنگهای فرد گرایانه و از نظر کلامی بیانگر و نیز برونگرایانه، ابراز وجود مهارتی بسیار مهم و با ارزش تلقی می شود. در این فرهنگها آموزش ابراز وجود که مشتمل بر طیفی از مهارت های اجتماعی عمومی است برای افراد کمرو، گوشه گیر یا سلطه پذیر به کار می رود (آمیس، ۲۰۱۹).

حمیدی و همکاران (۱۴۰۰) معتقدند با توجه به نرخ مرگ و میر و انتقال بالای بیماری کرونا ویروس در بیماران مبتلا، میزان اضطراب ناشی از ابتلای به این ویروس در افراد و جوامع بسیار بالا و نگران کننده است. بر این اساس، پژوهشی با عنوان بررسی نقش سلامت عمومی و سبک های مقابله بر اضطراب کرونا در دانش آموزان دختر انجام دادند. نتایج این پژوهش نشان داد که به ترتیب بین سلامت عمومی با اضطراب کرونا و همچنین، بین راهبرد مقابله مساله محور و راهبرد مقابله هیجان محور با اضطراب کرونا همبستگی معکوس و معناداری وجود دارد. همچنین، تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای پیش بین توان تبیین تغییرات نمره در اضطراب کرونا را دارند. از آنجایی که سلامت عمومی و سبک مقابله می توانند تغییرات مربوط به اضطراب کرونا را تبیین و پیش بینی نماید؛ بنابراین، می توان با پرورش و ارتقای چنین ویژگی های روانشناختی ای میزان اضطراب کرونا و پیامدهای آنرا کاهش داد.

صادقی و همکاران (۱۳۹۹) پژوهشی با هدف بررسی تأثیر آموزش ابراز وجود بر احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش آموزان دختر با اختلال فوبی تلفن همراه انجام دادند که یافته ها نشان داد تفاوت معناداری در میانگین نمرات مؤلفه های احساس تنهایی (شامل: تنهایی رمانتیک، تنهایی عاطفی و تنهایی اجتماعی) و مؤلفه های اضطراب اجتماعی (شامل: ترس، اجتناب، ناراحتی فیزیولوژیک) افراد گروه های آزمایش و کنترل در مرحله پس از آزمون وجود داشت.

ریکنا و همکاران (۲۰۲۱) عنوان می کنند گسترش کووید ۱۹ و ناشناخته بودن آن، منجر به بروز برخی اختلالات روانشناختی در افراد شده است با توجه به اهمیت این بحران و ایجاد اضطراب ناشی از آن، شناسایی و کنترل متغیرهایی که در تداوم آن موثرند ضروری است. بنابراین هدف از انجام این مطالعه، بررسی رابطه بین احساس تنهایی عاطفی - اجتماعی و اجتناب شناختی با اضطراب ناشی از کرونا در دانشجویان بوده است. بر اساس نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون رابطه مثبت و معناداری بین احساس تنهایی و اضطراب کرونا وجود دارد همچنین نتایج حاصل از ضریب همبستگی نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین اضطراب کرونا و اجتناب شناختی در بین افراد شرکت کننده در پژوهش وجود دارد. می توان اینگونه نتیجه گرفت که گسترش شیوع کرونا، علاوه بر افزایش سطح اضطراب، موجب آسیب های دیگری مانند ایجاد احساس تنهایی یا اجتناب شناختی شده است.

گلمن و همکاران (۲۰۲۰) با توجه به نو ظهور بودن بیماری کرونا ویروس و اهمیت اضطراب این بیماری بر سلامت روانی دانش آموزان دختر، پژوهشی را انجام دادند که هدف آن بررسی پیش بینی اضطراب کرونا بر اساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، حساسیت اضطرابی و سرسختی روانشناختی در دانش آموزان دختر بود. که نتایج نشان داد که بین راهبردهای تنظیم شناختی



هیجان ناسازگارانه و حساسیت اضطرابی با اضطراب کرونا رابطه مثبت و معنادار وجود دارد بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازگارانه و سرسختی روانشناختی با اضطراب کرونا رابطه منفی و معنادار وجود دارد. همچنین در مورد اینکه احساس تنهایی چگونه می تواند موجب پیش بینی اضطراب کرونا در دانش آموزان شود، بسیاری از اندیشمندان از جمله دیوریو (۲۰۱۳) و واحدی و همکاران (۱۳۹۹) برای این باورند، احساس تنهایی بعنوان یک نشانگان افسردگی و نیز به عنوان یک عامل مستقل در ایجاد آسیب های روان شناختی نقش بسیار تعیین کننده دارد. چرا اینکه احساس تنهایی گویای کاستی ها، کمبودها و فقدان مهارت های اجتماعی در برقراری پیوندهای عاطفی و مناسبات اجتماعی است

۴.۱ اهداف تحقیق

هدف اصلی: پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا بر اساس احساس تنهایی و استقلال عاطفی و ابراز وجود در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرهای فریدونکنار و بابلسر

۱. تعیین رابطه بین احساس تنهایی در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا
۲. تعیین رابطه بین استقلال عاطفی در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا
۳. تعیین رابطه بین ابراز وجود در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا
۴. تعیین نقش احساس تنهایی در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا
۵. تعیین نقش استقلال عاطفی در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا
۶. تعیین نقش ابراز وجود در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا



۵.۱ فرضیه های تحقیق

فرضیه اصلی: احساس تنهایی و استقلال عاطفی و ابراز وجود در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرهای فریدونکنار و بابلسر نقش معنی دار دارد.
فرضیه های فرعی:

۱. بین احساس تنهایی در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.
۲. بین استقلال عاطفی در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.
۳. بین ابراز وجود در دانش آموزان دختر و اضطراب ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.
۴. احساس تنهایی در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان دختر نقش معنی دار دارد.
۵. استقلال عاطفی در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان دختر نقش معنی دار دارد.
۶. ابراز وجود در پیش بینی اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان دختر نقش معنی دار دارد.

۶.۱- متغیرهای تحقیق

-متغیر ملاک: اضطراب ناشی از کرونا

-متغیر پیش بین: احساس تنهایی، ابراز وجود، استقلال عاطفی

روش تحقیق 2

۲.۱ شیوه تحقیق

پژوهش حاضر از نوع کاربردی و همچنین با توجه به موضوع پژوهش و اهداف در نظر گرفته برای آن، این پژوهش از نظر ماهیت و روش از نوع همبستگی می باشد، چرا که محقق به دنبال روابط بین متغیرهای تحقیق می باشد.



۲.۲ جامعه آماری

جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرهای فریدونکنار و بابلسر می باشد که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۴۰۱ مشغول به تحصیل می باشند. .

۳.۲ نمونه آماری

در پژوهش حاضر جهت در دسترس بودن نمونه ها، با توجه به اینکه در این پژوهش ۴ متغیر مدنظر می باشد برای هر متغیر تعداد ۳۵ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در شهرهای فریدونکنار و بابلسر انتخاب شد که حجم نمونه عبارتی تعداد ۱۴۰ دانش آموز دختر می باشد.

۴.۲ روش نمونه گیری

در پژوهش حاضر جهت در دسترس بودن نمونه ها، با توجه به تعداد متغیر ها که در این پژوهش به تعداد ۴ متغیر است؛ برای هر متغیر ۳۵ نفر در نظر گرفته شد که در نهایت تعداد نمونه حاضر ۱۴۰ نفر از دانش آموزان دختر مدنظر قرار گرفت. برای انتخاب نمونه آماری، از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. بدین صورت که با دریافت مجوزهای لازم از دانشگاه و مراجعه به مدارس مربوطه با هماهنگی های لازم با مدیریت محترم و وقت زمان قبلی از معلمان کلاس های منتخب، دانش آموزان مورد نظر از ۲ شهر (فریدونکنار و بابلسر) که در هر شهر بصورت در دسترس دانش آموزان دختر انتخاب شدند، جهت اجرای جلسات توجیهی با آنان و همچنین تشریح کامل اهداف پژوهش انتخاب می شوند و سپس پرسشنامه های مورد نظر بین دانش آموزان توزیع شده، از آنان خواسته شد که در زمان مقرر و با نهایت صحت و دقت به سوالات پاسخ دهند.

۵.۲ ابزارهای پژوهش

جهت گرد آوری اطلاعات از روش میدانی استفاده گردید که از یک سو جهت جمع آوری اطلاعات از اطلاعات کتابخانه بهره برده ایم و از سوی دیگر داده های مورد نظر با استفاده از پرسشنامه ها جمع آوری گردید. لذا ابزار مورد مطالعه به شرح زیر می باشد:

پرسشنامه اضطراب ناشی از کرونا: علی پور، قدمی، علی پور و عبدالله زاده (۱۳۹۸)

این ابزار جهت سنجش اضطراب ناشی از شیوع ویروس کرونا در کشور ایران تهیه و اعتبار یابی شده است.

پرسشنامه احساس تنهایی: پرسش نامه احساس تنهایی توسط راسل و پیلوا و کورتونا در سال ۱۹۸۰ ساخته شد. روایی و پایایی این آزمون در نسخه جدید تجدید نظر شده ۷۸٪ گزارش شد. پایایی آزمون به روش باز آزمایی توسط راسل، پیلوا و فرگوسن (۱۹۷۸) ۸۹٪ گزارش شده است.



پرسشنامه استقلال عاطفی: این مقیاس توسط استنبرگ و سیلوربرگ (۱۹۸۶) به منظور ارزیابی میزان استقلال در نوجوانان و بر اساس مقیاس استقلال عاطفی (EAS) ساخته شده است. نتایج مطالعه سامانی (۱۳۹۸) در ایران حاکی از کفایت این مقیاس برای استفاده در ایران بود.

پرسشنامه ابراز وجود:

این پرسشنامه توسط گمبریل و ریچی (۱۹۷۵) ساخته شده است. روایی این آزمون را متخصصان دانشگاه علوم تربیتی و روان شناسی علامه طباطبایی و دانشگاه اصفهان در سال ۷۴-۷۵ بررسی و روایی محتوای آن را تایید کردند.

۲-۶- روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

در این پژوهش جهت توصیف داده‌ها از شاخص‌های توصیفی مانند میانگین و انحراف استاندارد و جهت آزمون فرضیه‌ها از آزمون تحلیل آزمون تحلیل رگرسیون گام به گام به کمک نرم افزار SPSS ویراست ۲۳ تجزیه و تحلیل صورت گرفت

۳. یافته‌های پژوهش

اول داده‌های خام توسط شاخص‌های توصیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند و برای آزمون فرضیه‌های آماری از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون هفتگانه به روش گام به گام استفاده شده است.

***فرضیه اصلی:** بین اضطراب ناشی از کرونا بر احساس تنهایی و استقلال عاطفی و ابراز وجود رابطه وجود دارد.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی و ضریب همبستگی پیرسون

متغیرها	تعداد	میانگین	نمرات استاندارد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اضطراب کرونا	۱۴۰	۱۷.۸۴	۷.۴۱	-	-
احساس تنهایی	۱۴۰	۳۱.۴۰	۸.۶۵	۰.۳۰۳	۰.۰۰۱
استقلال عاطفی	۱۴۰	۲۸.۳۰	۲.۶۳	۰.۰۷۱	۰.۲۰۲
ابراز وجود	۱۴۰	۱۲۴.۴۱	۲۷.۹۶	-۰.۲۴۳	۰.۰۰۲

در جدول فوق دیده می‌شود بین احساس تنهایی با اضطراب ناشی از کرونا رابطه مثبت معناداری وجود دارد یعنی دانش آموزان دختر احساس تنهایی بالاتری داشته باشند بیشتر دچار اضطراب ناشی از کرونا می‌شوند و همچنین بین ابراز وجود با اضطراب ناشی از کرونا رابطه معنادار منفی وجود دارد یعنی هر چه ابراز وجود دانش آموزان دختر کمتر باشد بیشتر اضطراب ناشی از کرونا را تجربه می‌کنند اما بین استقلال عاطفی با اضطراب ناشی از کرونا رابطه معناداری یافت نشد. برای اینکه مشاهده شود متغیرهای احساس تنهایی و ابراز وجود چند درصد واریانس اضطراب ناشی از کرونا را پیش بینی می‌کنند از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شده است.



جدول ۲: خلاصه تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش گام به گام

مدل متغیر	ضریب همبستگی	ضریب همبستگی	مجدور ضریب همبستگی	مجدور ضریب تعدیل شده	F	Sig
۱ احساس تنهایی	۰.۳۰۳	۰.۰۹۲	۰.۰۸۵	۱۲.۹۹	۰.۰۰۱	
۲ ابراز وجود	۰.۳۴۳	۰.۱۱۸	۰.۱۰۵	۳.۹۷	۰.۰۴۸	

همانطوری که خلاصه تحلیل رگرسیون نشان می دهد احساس تنهایی از گام اول وارد معادله رگرسیون شده و توانسته ۸.۵ درصد واریانس متغیر اضطراب کرونا را پیش بینی نماید در گام دوم ابراز وجود وارد معادله رگرسیون شده و توانسته ۲ درصد واریانس متغیر اضطراب کرونا را پیش بینی نماید و در مجموع ۲ متغیر فوق توانسته اند ۱۰.۵ درصد واریانس متغیر اضطراب کرونا را پیش بینی نمایند. و همچنین متغیر استقلال عاطفی جدول رابطه معناداری با اضطراب کرونا نداشت نتوانست وارد معادله شود و قدرت پیش بینی خود را از دست داده است.

جدول ۳: تحلیل واریانس برای معنی دار جدول تحلیل رگرسیون چند گانه

تغییرات	Ss	d.f	Ms	F	Sig
رگرسیون احساس تنهایی	۷۰۴.۰۵۵	۱	۷۰۴.۰۵۵	۱۳.۹۹۴	۰.۰۰۱
باقی مانده	۶۹۴۳.۱۶۶	۱۳۸	۵۰.۲۱۳		
کل	۷۶۴۷.۲۲۱	۱۳۹			
رگرسیون ابراز وجود	۸۹۹.۶۴۲	۲	۴۴۹.۸۲۱	۹.۱۳۳	۰.۰۰۱
باقی مانده	۶۷۴۷.۵۷۹	۱۳۷	۴۹.۲۵۲		
کل	۷۶۴۷.۲۱	۱۳۹			

جدول ۳ نشان می دهد f محاسبه شده هم برای احساس تنهایی (۱۳.۹۹۴) و هم برای ابراز وجود (۹.۱۳۳) در سطح ۰.۰۱ معنادار است. بنابراین با اطمینان می توانیم ادعا کنیم متغیرهای احساس تنهایی و ابراز وجود قدرت پیش بینی اضطراب کرونا را دارا می باشند.

جدول ۴: ضرایب چند گانه تحلیل رگرسیون برای پیش بینی اضطراب کرونا

متغیر ملاک	مدل	متغیرهای پیش بینی	پیش ضرایب غیر استاندارد	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد بتا	F	Sig
۱	عدد ثابت		۹.۶۷	۲.۲۶			
احساس تنهایی			۰.۲۶۰	۰.۰۷۰	۰.۳۰۳	۳.۷۲	۰.۰۰۱



اضطراب	۲	عدد ثابت	۱۶.۵۵	۴.۱۱		
کرونا						
احساس تنهایی			۰.۲۱۷	۰.۰۷۲	۰.۲۵۳	۳.۰۱
ابراز وجود			-۰.۰۴۴	۰.۰۲۲	-۰.۱۶۸	-۱.۹۹

مدل اول: $y + a + b_1x_2$

با قرار دادن ضرایب در فرمول فوق، معادله پیش بینی اضطراب کرونا از روی مقدار متغیر احساس تنهایی به شکل زیر است:

$$(\text{احساس تنهایی}) \times 0.260 + 9.67 = \text{پیش بینی اضطراب کرونا}$$

مشاهده می شود با توجه به مقدار شیب، هر چه احساس تنهایی بیشتر شود، اضطراب کرونا هم نیز بیشتر می شود.

مدل دوم: $y + a + b_1x_1 + b_2x_2$

با قرار دادن ضرایب در فرمول فوق، معادله پیش بینی اضطراب کرونا از روی مقدار متغیر احساس تنهایی و ابراز وجود به شکل

زیر است:

$$(\text{ابراز وجود}) \times (-0.044) + (\text{احساس تنهایی}) \times 0.217 + 16.55 = \text{پیش بینی اضطراب کرونا}$$

با توجه به فرمول دوم هر چه مقدار احساس تنهایی بیشتر شود اضطراب کرونا هم نیز بیشتر می شود و هم چنین هر چه ابراز

وجود دانش آموزان دختر کمتر شود، اضطراب کرونا هم نیز بیشتر می شود.

همچنین بتای بدست آمده نشان می دهد، احساس تنهایی (۳۰.۳) درصد و ابراز وجود (۱۹.۹) درصد قادر به پیش بینی معنادار

اضطراب کرونا دانش آموزان دختر می باشند.

فرضیه های فرعی

* **فرضیه فرعی اول:** بین احساس تنهایی با اضطراب کرونا رابطه وجود دارد.

جدول ۵: ضریب همبستگی پیرسون فرضیه فرعی اول

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اضطراب کرونا و احساس تنهایی	۰.۳۰۲	۰.۰۰۱

مشاهده می شود در جدول ۵ رابطه معنادار مثبت بین احساس تنهایی با اضطراب کرونا وجود دارد، یعنی هر چه دانش آموزان

دختر احساس تنهایی بیشتری کنند، بیشتر اضطراب کرونا را تجربه می کنند.

* **فرضیه فرعی دوم:** بین استقلال عاطفی با اضطراب کرونا رابطه وجود دارد.

جدول ۶: ضریب همبستگی پیرسون فرضیه فرعی دوم

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اضطراب کرونا و استقلال تنهایی	۰.۰۷۱	۰.۲۰۲

**10th International conference ON
PSYCHOLOGY
OF EDUCATION SCIENCES AND
LIFESTYLE**

Tbilisi - Georgia

September 21, 2022



جدول ۶ مشاهده می شود بین استقلال عاطفی با اضطراب کرونا رابطه معناداری وجود ندارد.

***فرضیه فرعی سوم:** بین ابراز وجود با اضطراب کرونا رابطه وجود دارد.

جدول ۷: ضریب همبستگی پیرسون فرضیه فرعی سوم

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معناداری
اضطراب کرونا و ابراز وجود	-۰.۲۴۳	۰.۰۰۲

در جدول ۷ نشان داده می شود بین ابراز وجود با اضطراب کرونا رابطه معنادار منفی وجود دارد یعنی هر چه دانش آموزان

دختر ابراز وجود کمتری نشان دهند از اضطراب کرونای بیشتری برخوردار هستند.



۴. بحث و نتیجه گیری

۱.۴ فرضیه اصلی: فرضیه اصلی این پژوهش که بیان می دارد بین احساس تنهایی، استقلال عاطفی و ابراز وجود با اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه ارتباط وجود دارد، در این پژوهش مورد تایید قرار گرفته است. تحلیل رگرسیون چندمتغیری به روش گام به گام نشان داد، احساس تنهایی و ابراز وجود به ترتیب وارد معادله رگرسیون شدند و توانسته اند ۱۰/۵ درصد از واریانس متغیر اضطراب کرونا را پیش بینی نمایند. اما متغیر استقلال عاطفی چون رابطه معنادار نداشت نتوانسته وارد معامله رگرسیون شود، لذا قدرت پیش بینی خود را از دست داده است. این یافته با نتایج تحقیقات محققانی چون گلמן و همکاران (۲۰۲۰)، ریکتا و همکاران (۲۰۲۱)، صادقی و همکاران (۱۳۹۹) همخوانی دارد.

۲.۴ فرضیه فرعی اول: فرضیه فرعی اول دال بر اینکه بین احساس تنهایی و اضطراب ناشی از کرونا دانش آموزان دختر مقطع متوسطه رابطه وجود دارد، در این پژوهش مورد تایید قرار گرفته است. به عبارت دیگر ضریب همبستگی پیرسون نشان داده است بین احساس تنهایی و اضطراب کرونا رابطه معنادار مثبت وجود دارد. بطوریکه هرچه احساس تنهایی بیشتر باشد، اضطراب کرونا بیشتر است. این یافته با یافته های محققانی چون دیوریو (۲۰۱۳) و واحدی و همکاران (۱۳۹۹) حمیدی (۱۳۹۹) همخوانی دارد.

۳.۴ فرضیه فرعی دوم: فرضیه فرعی دوم مبنی بر اینکه بین ابراز وجود و اضطراب ناشی از کرونا دانش آموزان دختر رابطه وجود دارد، در این پژوهش مورد تایید قرار گرفته است. در واقع ضریب همبستگی پیرسون نشان داده است، رابطه معنادار منفی بین ابراز وجود و اضطراب ناشی از کرونا در دانش آموزان وجود دارد. بطوریکه هرچه دانش آموزان از ابراز وجود بالاتر برخوردار باشد از اضطراب کرونا کمتری برخوردارند. این یافته با نتایج تحقیقات محققانی مانند آلبرتی و آمیس (۲۰۰۱) همسوئی دارد.

۴.۴ فرضیه فرعی سوم: فرضیه فرعی سوم این پژوهش که اشاره دارد بین استقلال عاطفی و اضطراب ناشی از کرونا دانش آموزان دختر رابطه وجود دارد، در این پژوهش مورد تایید قرار نگرفت.

در واقع ضریب همبستگی پیرسون رابطه معناداری را در مورد این دو متغیر نشان نداده است. گرچه ادبیات تحقیقاتی در این زمینه مانند تحقیقات استکونور (۲۰۰۶)، کامپنر (۲۰۰۷) نشان می دهد، افرادی که از استقلال عاطفی بالایی برخوردار باشند، معمولاً از اضطراب کمتری در روابط درون فردی و بین فردی برخوردارند. اما این مهم در این پژوهش مورد تایید قرار نگرفت که ممکن است بخاطر وجود متغیرهای مزاحم، حجم نمونه، نوع نمونه آماری و ویژگیهای شخصیتی نمونه آماری باشد.



پیشنهادات:

پیشنهاد می شود پژوهشگران این پژوهش را در نمونه آماری دیگر مثلا کادر بهداشت درمان، پرستاران و کارکنان بخش کرونا انجام دهند.

همچنین پیشنهاد می شود در کنار این متغیرها، متغیرهای دیگر در اضطراب کرونا نقش دارند مثل سخت کوشی ، نگرش مذهبی ، تاب آوری ، احساس گناه ، انعطاف پذیری شناختی و احساس انسجام نیز مورد مطالعه قرار گیرد تا قوی ترین متغیر پیش بینی کننده اضطراب کرونا مشخص گردد.

به درمانگران و مشاوران پیشنهاد می شود از روش های درمانی مختلف برای کاهش احساس تنهایی و افزایش ابراز وجود جهت کاهش اضطراب کرونا در نمونه آماری این پژوهش و دیگر نمونه های آماری استفاده کنند.

باتوجه به اینکه این پژوهش بر روی دانش آموزان مقطع متوسطه انجام گرفت در تعمیم آن به دیگر سطوح آموزشی یادانشجویان باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

همچنین باتوجه به اینکه روش تحقیق این پژوهش همبستگی بوده ، یافتن استنباط های علت شناختی ممکن نیست و برای یافتن یافته های علت شناختی بهتر است تحقیقی با طرح آزمایشی یا نیمه آزمایشی انجام گیرد.

به علت وجود کرونا در کشور موجب گردید روش نمونه گیری این پژوهش ، روش نمونه گیری در دسترس باشد ، لذا در تعمیم یافته های این پژوهش باید قدری جانب احتیاط را رعایت نمود.



منابع :

- میرزایی، شیماء و محمدی، محمدتقی (۱۳۹۹). آثار روان‌شناختی گسترش بیماری کووید-۱۹ بر وضعیت سلامت روان افراد جامعه: مطالعه مروری. *مجله طب نظامی*، ۲۲(۲): ۱۹۲-۱۸۴.
- خدییوی، احمد؛ قدمی، ابوالفضل، علی‌پور، زهرا و عبدالله‌زاده، حسن (۱۳۹۹). اعتباریابی مقدماتی اضطراب بیماری کرونا. (CDAS) در نمونه ایرانی، ۸(۳۲): ۱۷۵-۱۶۳.
- صادقی، کتابون؛ علیاری، شهلا (۱۴۰۰). کرونا ویروس (سندرم تنفسی خاورمیانه). *مجله دانشکده پرستاری ارتش ۱۵* (۱) حمیدی راد، زیبا؛ رضایی، علی‌محمد و محمدی‌فر، محمدعلی (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر کاهش احساس تنهایی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دبیرستان. *روانشناسی بالینی*، ۱۰(۲): ۴۰-۲۹.
- حسینی، کتابون؛ علیاری، شهلا (۱۴۰۰). کرونا ویروس (سندرم تنفسی خاورمیانه). *مجله دانشکده پرستاری ارتش ۱۵* (۱). علوی، احمد؛ قدمی، ابوالفضل، علی‌پور، زهرا و عبدالله‌زاده، حسن (۱۳۹۹). اعتباریابی مقدماتی اضطراب بیماری کرونا. (CDAS) در نمونه ایرانی، ۸(۳۲).
- کریمی، کامران و حسونند، فضل‌الله (۱۳۹۸). تدوین مدل پیامدهای روان‌شناختی اضطراب ناشی از اپیدمی کرونا ویروس و بررسی نقش میانجی‌گری سلامت معنوی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۱۱(۴۲): ۳۶-۱.
- مهری، شیماء و محمدی، محمدتقی (۱۳۹۹). آثار روان‌شناختی گسترش بیماری کووید-۱۹ بر وضعیت سلامت روان افراد جامعه: مطالعه مروری. *مجله طب نظامی*، ۲۲(۲): ۱۹۲-۱۸۴.
- واحدی، احمد؛ قدمی، ابوالفضل؛ علیپور، زهرا و عبدالله‌زاده، حسن (۱۳۹۹). اعتباریابی مقدماتی اضطراب بیماری کرونا. (CDAS) در نمونه ایرانی. *روانشناسی سلامت*، ۸(۳۲): ۱۶۳-۱۷۵.
- Alberti, R., & Emmons, M. (1975). *Standup, speak out, talk back: the key to assertive behavior*. California: Impact, San Luis Obispo.
- Amise-Puertasa, L., Verónica, V., Márquez-Hernández, L., Romão Pretoc, S., Granados-Gámez, G., Gutiérrez-Puertasa, V. & Aguilera-Manrique, G. (2019). Comparative study of nomophobia among Spanish and Portuguese nursing students. *Nurse Education in Practice Journal*, 34(9): 79-84.
- Gelmem Timuri, N. (2020). The effectiveness of expression training on girl students' loneliness. *Third Conference on Psychological Science, Technology, Educational Sciences and Sociology of Iran, Tehran* (Text in Persian)
- Holkes, K. M., Davidson, L., Churchil, E., Sherwood, A., Weisler, R. H. & Foa, E. (2020). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory-New self-rating scale. *The British journal of psychiatry*, 176(4): 399-386
- Jaon bak, H., Susanti., H., & Putri., D. E. (2019). The influence of assertiveness training on depression level of high school students in Bengkulu, Indonesia. *Enfermería Clínica Journal*, 28(1): 300-303.



- . Kelina E, Brannen, C, Best L. A.(2021). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. Educational and Psychological Measurement Journal, 64(1): 99-119.
- . Rikta Amouzadeh, M., Bagheri, A., & Shaeiri, M. R.(2021). The validity and reliability of social phobia log in Iranian non-clinical sample. Fifth Seminar of Students' Mental Health. Shahed University and Student Counseling Office of Ministry of Science, Research and Technology(Text in Persian).
- . Stekonoure, B. A., Tololiu, T. A., Daulima, N. H. C., & Erawati, E.(2006). Effectiveness assertive training of bullying prevention among adolescents in West Java Indonesia. International Journal of Nursing, 2(1): 128–134.
- Warter, D. M., Şahin, Y. L., & Yıldırım, S.(2010). Sosyal ağ kullanıcıları arasında nomofobi yaygınlığının çeşitli faktörler açısından incelenmesi [The investigation of social network users' nomophobia levels regarding to various factors]. Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama, 7(1): 1–17.
- . Kampeze, R., & Malik, F.(2017). Bullying behavior of Pakistani pre-adolescents: Findings based on Olweus bully/victim questionnaire(OBVQ). Pakistan Journal of Psychological Research, 31(1): 23–43.
- . Diverive, B., & Park, N.(2012). Mobile voice communication and loneliness: Cell phone use and the social skills deficit hypothesis. New Media & Society Journal, 15(7): 1094-1111.