

## نقش حرمت خود و مؤلفه‌های تنهایی در پیش بینی پیشرفت تحصیلی

محمود نجفی<sup>۱</sup>

غلامرضا دهشیری<sup>۲</sup>

منصوره شیخی<sup>۳</sup>

سولماز دبیری<sup>۴</sup>

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 نمونه گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند و به مقیاس تنهایی و حرمت خود کوپر اسمیت پاسخ دادند. نتایج نشان داد که حرمت خود و احساس تنهایی نقش معنی داری در پیش بینی پیشرفت تحصیلی دارند. همچنین بین حرمت خود و احساس تنهایی ارتباط منفی و معنی داری مشاهده شد. یافته دیگر پژوهش این بود که میانگین نمرات احساس تنهایی و نشانه‌های عاطفی احساس تنهایی دختران به طور معنی داری 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<sup>۱</sup>، تحقق خود<sup>۲</sup>، حرمت خود<sup>۳</sup> انجام شده است. در این بین مفهوم حرمت خود بنیادی‌ترین مفهومی است که زمینه اصلی پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده است (لیندنفیلد<sup>۴</sup>، ۱۹۹۹ / ۱۳۸۵). براون<sup>۵</sup> 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<sup>۶</sup> (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



فردی، احساس عدم اطمینان از خود و در تنهایی نقش دارند (مور<sup>۱</sup> 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<sup>۲</sup> 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<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۰). مک وایت<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۰۲) بین حرمت خود پایین با تنهایی اجتماعی و عاطفی در نوجوانان در معرض مشکلات روانشناختی رابطه معنادار یافتند. چانی<sup>۵</sup> (۲۰۰۸)، هرمان (۲۰۰۱)، مک‌وایت<sup>۶</sup> (۱۹۹۷) هاینز<sup>۷</sup> 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 ارون<sup>۷</sup> (۱۹۹۷)، به نقل از هرمن<sup>۸</sup>، (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



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<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱) و البته همه این‌ها مویید این نکته‌اند که سلامت روان بیشتر با حرمت خود بالا و تنهایی کمتر مرتبط است (آگلی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۱).

### روش

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان پیش‌دانشگاهی شهر تهران بود که در سال تحصیلی ۸۶-۸۷ 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



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.



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.



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<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۰؛ چیپور<sup>۲</sup>، 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 حبیبی 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



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 میرلاشاری‌زیلا. (۱۳۸۶). همبستگی عزت نفس و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان توان بخشی دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران. *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱(۷) صص ۱۴۲-۱۳۷



## 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.
- Chioppo, J. T., Ernest, J. M., Burleson, M. H., McClintock, M. K., Malarkey, W. B., Hawley, 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.,Rris- 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 depression.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* (pp. 30-8). Cambridge, England: Cambridge university press.
- Rotenberg, K. J., & Morrison, J. (1993). Loneliness and college achievement: Do loneliness scale scores predict college drop-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.