

واکاوی تجارب روانی - اجتماعی دانش‌آموزان کنکوری در قرنطینه خانگی بیماری کووید - ۱۹

دکتر محمدرضا شهابی کاسب^۱ • انسیه سادات عسکری تبار^۲ • محسن تصدیقی‌ثانی^۳

چکیده:

هدف پژوهش حاضر، واکاوی تجارب روانی-اجتماعی دانش‌آموزان کنکوری در قرنطینه خانگی به دلیل شیوع ویروس کرونا بوده است. پژوهش حاضر کیفی و از نوع پدیدارشناسی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان سال دوازدهم شهرستان سبزوار در سال ۱۳۹۹ بودند که تجربه زندگی در قرنطینه خانگی را (در ۲ ماه گذشته) داشتند. تعداد ۲۵ دانش‌آموز با روش نمونه‌گیری هدفمند و تارسییدن به اشباع اطلاعاتی به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. داده‌های پژوهش از طریق مصاحبه نیمه‌ساختار یافته و به‌صورت غیرحضوری گردآوری و با روش هفت مرحله‌ای کلایزی تجزیه و تحلیل شدند. بر اساس تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر، ۲۷ مفهوم از تجربیات و نگرش‌های دانش‌آموزان کنکوری در قالب شش مقوله فرعی مهارت‌های زندگی، هوش معنوی، اضطراب تحصیلی-اقتصادی، ترس از مرگ خود و عزیزان، احساس تنهایی و دل‌تنگی و وسواس‌های فکری-عملی و دو مقوله اصلی رشد مهارت‌های اجتماعی-شناختی و فشارهای روانی-عاطفی طبقه‌بندی شدند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که قرنطینه خانگی به دلیل شیوع بیماری کووید-۱۹ پیامدهای مثبت و منفی برای دانش‌آموزان کنکوری داشته است. از این رو، والدین و مشاوران مدارس لازم است ضمن تأکید بر جنبه‌های مثبت این پدیده، با ارائه راهکارهای علمی و عملی مؤثر دانش‌آموزان کنکوری را در زمینه حل مشکلات‌شان یاری دهند.

کلیدواژگان: کووید-۱۹، قرنطینه خانگی، کنکور، تجارب روانی-اجتماعی، دانش‌آموزان

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۹/۱۰

تاریخ دریافت: ۹۹/۱۲/۱۱

۱. نویسنده مسئول: دانشیار گروه رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

Email: me.shahabi@hsu.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

۳. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان، قوچان، ایران.

Email: Mohsentsani@gmail.com

گسترش بسیار سریع بیماری کووید-۱۹ در بسیاری از کشورهای جهان و عدم وجود دارویی اختصاصی برای درمان این بیماری (فرنوش و همکاران، ۱۳۹۹)، موجب شد که متخصصان بیماریهای عفونی راههای مقابله‌ای غیر دارویی مانند ضدعفونی کردن اماکن پرتردد، جداسازی افراد آلوده و فاصله‌گذاری اجتماعی را برای مبارزه با این بیماری نوظهور توصیه نمایند (افراشته و همکاران، ۱۳۹۹؛ سهرابی و همکاران، ۲۰۲۰؛ کیلینگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). هدف از فاصله‌گذاری اجتماعی که نوعی قرنطینه شدن نیز محسوب می‌شود، کاهش تعاملات اجتماعی اقشار گوناگون مردم از طریق تعطیل کردن مدارس، ادارات و مراکز خرید و همچنین گردهم‌آییهاست (اندرسون^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). در همین زمینه، تیان^۳ و همکاران (۲۰۲۰)، کواک^۴ و همکاران (۲۰۲۰)، کاولینگ^۵ و همکاران (۲۰۲۰) و وینر^۶ و همکاران (۲۰۲۰) بیان داشته‌اند که تعطیلی مدارس به منزله بخشی از اقدامات فاصله‌گذاری اجتماعی و قرنطینه‌خانگی در کنترل و شیوع کووید-۱۹ اثرگذار بوده است.

شاید تعطیلی مدارس و قرنطینه شدن دانش‌آموزان موجب کاهش انتقال زنجیره بیماری کووید-۱۹ شده است، اما نتایج پژوهشهای علمی نشان داده است که تعطیلی مدارس و قرنطینه‌خانگی به دلیل شیوع بیماری عفونی و مسری مانند کووید-۱۹ بر روی سلامت جسمانی و روانی کودکان و نوجوانان اثرات نامطلوب و ناخوشایندی داشته است (وانگ^۷ و همکاران، ۲۰۲۰؛ نصیرزاده و همکاران، ۱۳۹۹). در همین زمینه، نتایج پژوهش شیگمورا^۸ و همکاران (۲۰۲۰)، خدابخشی کولایی (۱۳۹۹)، خاشعی و همکاران (۱۳۹۹) و رابین و وسلی^۹ (۲۰۲۰) نشان دادند که قرنطینه‌خانگی کرونا ویروس موجب افزایش احساس دل‌تنگی و تنهایی و همچنین افزایش رفتارهای وسواس فکری-عملی در نوجوانان و جوانان شده است. همچنین نتایج پژوهشهای بروکس^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۰)، منتی (۱۳۹۹)، گاش^{۱۱} و همکاران (۲۰۲۰)، عزیززاده فرد و صفاری‌نیا (۱۳۹۹) و کائو^{۱۲} و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که قرنطینه‌خانگی کرونا ویروس باعث به‌وجود آمدن محرکهای استرس‌زا در منزل مانند ترس طولانی مدت از مبتلا شدن به کووید-۱۹، افکار ناخوشایند و کسالت، کمبود ارتباط با همکلاسیها، دوستان و معلمان، کمبود فضای مناسب در خانه، اضطراب تحصیلی و در مواردی مشکلات مالی و اقتصادی

1. Keeling
2. Anderson
3. Tian
4. Kwok
5. Cowling
6. Viner
7. Wang
8. Shigemura
9. Rubin & Wessely
10. Brooks
11. Ghosh
12. Cao

والدین شده و سلامت روانی دانش‌آموزان را به مخاطره انداخته است. همچنین ابوالمعالی‌الحسینی (۱۳۹۹) در بخشی از پژوهش خود به مطالعه شناسایی پیامدهای روان‌شناختی بیماری کرونا در دانش‌آموزان پرداخته است. یافته‌های پژوهش او بیانگر این بود که دانش‌آموزان در نتیجه بیماری کرونا و قرنطینه، در بعد فردی مشکلات روان‌شناختی مانند اضطراب، افسردگی، اختلال استرس پس از آسیب، استرس، ناکامی، ترس، خشم، احساس تنهایی و بی‌حوصلگی را تجربه کرده‌اند. اکاتی و عبدخدایی (۱۴۰۰) نیز در پژوهشی به بررسی تجربه‌زیسته نوجوانان (۱۸-۱۲ سال) ناشی از شیوع بیماری کووید-۱۹ و قرنطینه خانگی در پیک اول و دوم پاندمی پرداختند. این مطالعه به روش کیفی و پدیدارشناسی توصیفی انجام شد. ۱۲ شرکت‌کننده به روش نمونه‌گیری هدفمند و دردسترس انتخاب شده و طی دو پیک اول کرونا مورد مصاحبه عمیق قرار گرفتند. داده‌ها با مصاحبه ده نفر به اشباع رسید و برای اطمینان بیشتر مصاحبه تا ۱۲ نفر ادامه یافت. یافته‌ها با روش هفت‌مرحله‌ای کلازی تحلیل شدند. نتایج در ۷ خوشه اصلی و ۱۱ خوشه فرعی که در هر دو پیک مشترک بودند، قرار گرفت. خوشه‌های اصلی شامل رویارویی با کرونا، نگرانیهای تجربه‌شده، باورها دربارهٔ کرونا، تغییرات در روابط خانوادگی، آثار قرنطینه، راهبردهای مقابله‌ای در برخورد با کرونا، سازوکارهای دفاعی و دو خوشه جدید در پیک دوم باورها دربارهٔ آموزش الکترونیک و تجربهٔ ابتلای یکی از نزدیکان بود. همچنان که ملاحظه شد اکثر پژوهش‌ها دربارهٔ تجارب زیسته قرنطینه خانگی کرونا ویروس یا به‌طور مجزا به بررسی هر یک از تجارب روانی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان پرداخته‌اند یا دانش‌آموزان را بر اساس دوره سنی (کودکان، نوجوانان و جوانان) مورد بررسی قرار داده‌اند و پژوهشی یافت نشد که آثار قرنطینه خانگی کرونا ویروس را بر تجارب روانی-اجتماعی دانش‌آموزان پایه دوازدهم مورد بررسی و کنکاش قرار داده باشد.

راهیایی به دانشگاه و پذیرفته شدن در رشته‌های دلخواه و پرطرفدار، آرزوی بیشتر داوطلبان کنکور و خانواده‌هایشان است. با توجه به اینکه در ایران، کنکور سراسری تا حدود زیادی سرنوشت و آینده شغلی و جایگاه اجتماعی دانش‌آموزان را تعیین می‌کند، دارای اهمیت بسیار برای دانش‌آموزان و خانواده‌هایشان است. مطالعات انجام شده در این زمینه نشان می‌دهند که عواملی مانند عوامل اجتماعی، مذهبی، اقتصادی، آموزشی و خانوادگی (سبحانی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۲)، خودانگیختگی، هدفمندی، راهبردهای یادگیری، محیط آموزشی و ویژگیهای خانوادگی (ولبخانی و یارمحمدی، ۱۳۹۳) در موفقیت داوطلبان کنکور تأثیرگذارند. بنابراین به نظر می‌رسد قرنطینه خانگی در پی شیوع بیماری کووید-۱۹ اثراتی متفاوت بر دانش‌آموزان سال دوازدهم متوسطه دوم داشته باشد. برای درک این پدیده و آگاهی از چگونگی تجربه و دیدگاه دانش‌آموزان کنکوری پیرامون زندگی در قرنطینه خانگی، استفاده از روش پدیدارشناسی می‌تواند کمک‌کننده باشد. این روش در جستجوی عمیق معنا و مفهوم‌سازی شخصی و تجارب زنده افرادی است که این پدیده را از نزدیک درک و لمس کرده‌اند. در روش پدیدارشناسی درک

انتظارات، نگرشها و باورهای افراد از پدیده‌هایی که تجربه کرده‌اند، بسیار بااهمیت‌اند (بازرگان، ۱۳۹۰). از این رو در اینجا این پرسش مطرح می‌شود که دانش‌آموزان پایه دوازدهم که علاوه بر تحصیل دروس پایه دوازدهم درگیر مطالعه و آماده شدن برای کنکور سراسری نیز هستند، در دوران قرنطینه خانگی ناشی از شیوع بیماری کووید-۱۹ چه موضوعات و پدیده‌های روانی و اجتماعی مثبت یا منفی را تجربه کرده‌اند؟

روش

پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و از نوع پدیدارشناسی توصیفی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، دانش‌آموزان پایه تحصیلی دوازدهم (کنکوری) سال ۱۳۹۹ شهرستان سبزوار بودند که تجربه زندگی در قرنطینه خانگی (در ۲ ماه گذشته) را داشتند. روش نمونه‌گیری در پژوهش حاضر هدفمند و به‌صورت داوطلبانه بود. در روش کیفی، حجم نمونه را با قاعده «اشباع نظری» در نظر می‌گیرند. این قاعده بیان می‌کند نمونه‌ها و تحلیل داده‌ها تا جایی ادامه پیدا کنند که محقق دیگر نیاز به اطلاعات جدید نداشته باشد (گلیزر و اشتراوس، ۱۹۶۷؛ به نقل از عریضی، ۱۳۸۹: ۲۹۵). در پژوهش حاضر، اشباع نظری تا ۲۵ مصاحبه عمیق نیمه‌ساختاریافته شکل گرفت که به‌صورت غیرحضوری (تلفنی یا فضای مجازی) انجام شد. سؤالات مطرح شده در این پژوهش عبارت بودند از: قرنطینه خانگی در دوران کرونا چه تجربیات خوشایند و نکات مثبتی را در زمینه درسی و غیردرسی برای شما به ارمغان آورده است؟ قرنطینه خانگی در دوران کرونا چه تجربیات ناخوشایند، مشغله‌های ذهنی و دغدغه‌هایی را در زمینه درسی و غیردرسی برای شما داشته است؟ زمان هر مصاحبه متناسب با ظرفیت و میل آزمودنیها برای پاسخگویی به سؤالات در حدود ۴۵ دقیقه به طول انجامید. مصاحبه‌کنندگان پس از طرح هر سؤال اظهارات هر آزمودنی را می‌نوشتند و همه اصوات او را ضبط می‌کردند و بلافاصله پس از پایان هر مصاحبه مجدداً به سخنان و گفته‌های آزمودنیها گوش می‌دادند و شواهد گفتاری را یادداشت می‌کردند.

یکی از روشهای تجزیه و تحلیل داده‌ها در روش پدیدارشناسی توصیفی، روش هفت مرحله‌ای کلایزی است (لاینینگر و مک‌فارلند، ۲۰۰۲) که در پژوهش حاضر از آن استفاده شده است. بر این اساس، در مرحله اول پژوهشگران توضیحات، اظهارات و توصیفهای هر آزمودنی را (پروتکل) چندین بار مطالعه و مورد بررسی قرار می‌دادند تا زمینه درک متقابل از احساس دانش‌آموزان کنکوری فراهم شود. در مرحله دوم با مراجعه به پروتکل هر دانش‌آموز، جملات و عباراتی را که مستقیماً با پدیده قرنطینه خانگی دوران کرونا مرتبط بود، استخراج شدند (استخراج جملات مهم). در مرحله سوم پژوهشگران با مطالعه مجدد، تأمل و بررسی هریک از جملات مهم و توضیحات دانش‌آموزان سعی کردند تا به

معانی هر یک از جملات پی ببرند (فرموله کردن معانی و مفاهیم). در مرحله چهارم معانی فرموله شده و مرتبط به هم را دسته‌بندی و در قالب مقوله‌های فرعی سازماندهی کردند. در مرحله بعدی مقولات فرعی در یک توصیف جامع به مقولات اصلی دسته‌بندی شدند. در مرحله ششم تصویری کلی از ساختار ذاتی و توصیفی جامع از تجارب دانش‌آموزان کنکوری در قرنطینه خانگی کووید-۱۹ ارائه شد. در نهایت در مرحله هفتم به‌منظور اطمینان از موثق بودن (دقت علمی) داده‌ها از چهار معیار اعتبار، انتقال‌پذیری، اطمینان‌پذیری و تأییدپذیری گوبا و لینکولن^۱ (۱۹۹۴) استفاده شد.

در پژوهش حاضر برای بررسی اعتبار داده‌ها از روش‌های بازبینی از سوی همکاران با به‌کارگیری سؤالات و بحث‌های انتقادی، بازبینی از سوی مشارکت‌کنندگان و به‌کارگرفتن بیش از یک پژوهشگر برای جمع‌آوری، تجزیه، تحلیل و تفسیر داده‌ها (تکنیک مثلث‌سازی محقق) (اسپزیاله^۲ و همکاران، ۲۰۱۱) استفاده شد و برای انتقال‌پذیری داده، جزئیات و مشخصات شرکت‌کنندگان و محیط ارائه شد (باسول و کنون^۳، ۲۰۰۷). همچنین به‌منظور تضمین قابلیت اطمینان‌پذیری و تأییدپذیری داده‌ها در پژوهش حاضر، ضمن بیان عین گفتار مشارکت‌کنندگان (جدول ۱) تلاش شد تا مراحل، فرایندها و تصمیم‌های مربوط به پژوهش به‌طور مستند و واضح در متن پژوهش تشریح شوند (طباطبایی و همکاران، ۱۳۹۲).

یافته‌ها

در جدول شماره ۱ مشخصات فردی شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر ارائه شده است.

جدول ۱. تعداد، سن، رشته تحصیلی و نوع مدرسه شرکت‌کنندگان به تفکیک جنسیت

نوع مدرسه	رشته تحصیلی			سن (سال)	تعداد	جنسیت	
	غیردولتی	دولتی	علوم ریاضی				علوم تجربی
۵	۸	۴	۵	۴	۱۸/۳±۰/۶	۱۳	دختر
۳	۹	۴	۴	۴	۱۸/۴±۰/۵	۱۲	پسر

پس از انجام دادن مصاحبه و تجزیه و تحلیل هفت‌مرحله‌ای کلایزی ۵۲ جمله مهم استخراج و در قالب ۲۷ مفهوم، شش مقوله فرعی و دو مقوله اصلی دسته‌بندی شدند (جدول ۲).

1. Guba & Lincoln
2. Speziale
3. Boswell & Cannon

جدول ۲. مقوله‌های اصلی، مقوله‌های فرعی، مفاهیم و گزیده‌های از جملات مهم استخراج‌شده از مصاحبه‌ها

مقوله‌های اصلی	مقوله‌های فرعی	مفاهیم	گزیده‌های از جملات مهم مصاحبه‌شوندگان
رشد مهارت‌های اجتماعی - شناختی	مهارت‌های زندگی	همکاری و همدلی، مسئولیت‌پذیری، مهارت‌های تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی مؤثر، مهارت‌های حل مسئله، مهارت تفکر و مهارت خودآگاهی، تاب‌آوری	● سعی می‌کنم با اعضای خانواده برای انجام کارهای روزانه همکاری و مشارکت داشته باشم. سعی می‌کنم اصول بهداشتی را رعایت کنم. چون در قبال سلامتی خود، خانواده و حتی دیگران مسئولم. برنامه‌ریزی مؤثری برای استفاده از فرصت‌های آزاد و کارهای عقب‌مانده‌ام داشته‌ام. به آینده خودم بیشتر فکر می‌کنم و برای آن برنامه‌ریزی می‌کنم. در این مدت ویژگی‌های خود را بیشتر شناختم. با درک شرایط کرونایی، فکر می‌کنم محتمل برای کارهای دیگر افزایش پیدا کرده است.
	هوش معنوی	سود بردن از منابع معنوی برای حل مشکلات، تقدس بخشیدن به امور زندگی، ایجاد ظرفیت برای متعالی شدن	● از خدا برای حل مشکلات جامعه، درسی و خانوادگی‌ام کمک می‌خواهم. ارزش واقعی و معنوی زندگی برایم مهم‌تر شده است. حس می‌کنم به خدا نزدیک‌تر شده‌ام.
فشارهای روانی - عاطفی	اضطراب تحصیلی - اقتصادی	تحقیر اجتماعی، هیجان‌پذیری، نگرانی تحصیلی و اقتصادی، کاهش اعتماد به نفس	● نگران کسب نمره کم و آبروریزی بین والدین و دوستانم هستم. از به‌هم‌ریختگی برنامه‌های درسی‌ام ناراحت هستم. از مدرسه، دوستان و رسانه‌ها اطلاعات متناقضی را در مورد کنکور می‌شنوم. نسبت به گذشته احساس می‌کنم زمان امتحان ضریب قلمب بالاتر می‌رود و دست‌هایم می‌لرزد. فکر می‌کنم توانایی لازم را برای درس خواندن و امتحان دادن ندارم. ● نگران وضعیت مالی خانواده‌ام هستم.
	ترس از مرگ خود و عزیزان	ترس از مرگ شخصی، ترس از مرگ اطرافیان، نگرانی‌هایی درباره درد و رنج مرگ، ترس از کوتاهی زندگی	● حس می‌کنم به مرگ نزدیک شده‌ام. نگران مرگ دوستان و آشنایان هستم، شنیده‌ام که افرادی که بر اثر کرونا می‌میرند، تنگی‌نفس و درد زیادی در قفسه سینه دارند، می‌ترسم در این سن کم بمیرم.
	احساس تنهایی و دل‌تنگی	دل‌تنگی، احساس خلأ، رضایت و شادکامی اندک، روابط اجتماعی کم	● دلم برای مدرسه و همکلاسی‌هایم تنگ شده است. دوری از اقوام و آشنایان نزدیک اذیتم می‌کند، احساس می‌کنم روابط صمیمی‌ام با دوستانم کم شده است، حس می‌کنم غمگین‌تر شده‌ام.
	وسواس‌های فکری - عملی	افکار مزاحم، شک‌ها، وسواس فکری، رفتارهای واری، ترس از آلوده شدن و سرایت	● با خودم درگیر هستم که الان من کثیف هستم یا نه؟ در شستن دست‌هایم وسواس پیدا کرده‌ام. می‌ترسم به کرونا مبتلا شوم. می‌ترسم که ناقل بیماری به خانواده‌ام باشم.

رشد اجتماعی - معنوی به‌عنوان یکی از مقوله‌های اصلی در پژوهش حاضر بر جنبه‌های مثبت حضور دانش‌آموزان پایه دوازدهم در قرنطینه خانگی کرونا و بیروس اشاره دارد. این مقوله اصلی از مقوله‌های فرعی «مهارت‌های زندگی» و «هوش معنوی» استنباط شده است.

● **مهارت‌های زندگی:** اوکچ و رول^۱ (۲۰۱۵) مهارت‌های زندگی را به‌منزله توانایی در انجام دادن مسئولیت‌های اجتماعی، تصمیم‌گیری‌های صحیح، حل تعارضها و کشمکشها بدون توسل به اعمالی که به خود یا دیگران صدمه می‌زند تعریف کرده است. در همین راستا یکی از شرکت‌کنندگان (شماره ۱) درباره این مقوله اظهار داشته است: «سعی می‌کنم با اعضای خانواده برای انجام دادن کارهای روزانه همکاری و مشارکت داشته باشم» و همچنین «برنامه‌ریزی مؤثری برای استفاده از فرصت‌های آزاد و کارهای عقب‌مانده‌ام داشته‌ام». یعنی این دانش‌آموز در شرایط قرنطینه توانسته است به تقویت مهارت‌هایی چون تصمیم‌گیری‌های درست، همکاری، مشارکت و برنامه‌ریزی بپردازد. یکی دیگر از شرکت‌کنندگان (شماره ۷) عنوان کرده است: «سعی می‌کنم اصول بهداشتی را رعایت کنم، چون در قبال سلامتی خود، خانواده و حتی دیگران مسئول هستم... در این مدت ویژگی‌های خود را بیشتر شناخته‌ام و با درک شرایط کرونایی، فکر می‌کنم تحملم برای کارهای دیگر افزایش پیدا کرده است». موارد مطرح شده این دانش‌آموز نشان می‌دهد که افزایش حس مسئولیت‌پذیری نسبت به حفظ سلامتی خود و اطرافیان افزایش یافته است.

● **هوش معنوی:** هوش معنوی به معنای کاربرد انطباقی اطلاعات معنوی در زمینه حل مسائل روزانه و فرایند دستیابی به هدف است (امونز، ۲۰۰۰). آمرام^۳ (۲۰۰۷) نیز هوش معنوی را به‌عنوان مجموعه‌ای از تواناییها برای به‌کارگیری ارزشها و ویژگی‌های معنوی به‌منظور افزایش کنش و بهزیستی در زندگی روزمره تعریف کرده است. نمونه‌ای از اظهارات شرکت‌کننده شماره (۲۱) در این زمینه: «از خدا برای حل مشکلات جامعه، درسی و خانوادگی‌ام کمک می‌خواهم» و «حس می‌کنم به خدا نزدیک‌تر شده‌ام». همچنین شرکت‌کننده دیگری (شماره ۱۳) اظهار کرده که «ارزش واقعی و معنوی زندگی برایم مهم‌تر شده است». با توجه به اظهارات شرکت‌کنندگان می‌توان بیان کرد که در آنها، توسل به منابع معنوی برای حل مشکلات و معنویت بخشیدن به امور زندگی در دوران قرنطینه ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ رشد یافته است.

دومین مقوله اصلی که بر پیامدهای منفی قرنطینه خانگی دانش‌آموزان پایه دوازدهم در نتیجه همه‌گیری کووید-۱۹ اشاره دارد، فشارهای روانی - عاطفی نامگذاری شده است. این مقوله اصلی از مقوله‌های فرعی اضطراب تحصیلی - اقتصادی، ترس از مرگ خود و عزیزان، احساس تنهایی و دلتنگی و سواسه‌های فکری - عملی حاصل شده است.

1. Okech & Role
2. Emmons
3. Amram

● **اضطراب تحصیلی - اقتصادی:** اضطراب تحصیلی یک حالت هیجانی نامطلوب است که با پریشانی و تشویش همراه است و منبع اصلی آن ترس از شکست و فقدان اعتماد به نفس است (وفا و همکاران، ۱۳۹۸). همچنین وضعیت اقتصادی یک دانش آموز اغلب با ترکیبی از سطح آموزشی والدین، موقعیت شغلی و سطح درآمد والدین تعیین می شود (جینس^۱، ۲۰۰۲). با توجه به اظهارات مشارکت کنندگان حاضر در پژوهش، موارد و نکاتی مشترک به منزله مفاهیم برداشت شدند که از جمله آنها می توان به «تحقیر اجتماعی، هیجان پذیری، نگرانی تحصیلی و اقتصادی و کاهش اعتماد به نفس» اشاره کرد. در این زمینه، شرکت کننده شماره (۲۰) اظهار داشته است: «نگران کسب نمره کم و آبروریزی بین دوستان و والدین هستم. از به هم ریختگی برنامه های درسی ام ناراحت هستم. از مدرسه، دوستان و رسانه ها اطلاعات متناقضی را در مورد کنکور می شنوم. نسبت به گذشته احساس می کنم زمان امتحان ضریب قلبم بالاتر می رود و دستهایم می لرزد. فکر می کنم توانایی لازم را برای درس خواندن و امتحان دادن ندارم». همچنین وجه اشتراک میان همه شرکت کنندگان در زمینه اضطراب اقتصادی «نگرانی درباره وضعیت مالی خانواده» بود.

● **ترس از مرگ خود و عزیزان:** به احساس ترس و وحشت زیاد از مردن یا قطع ارتباط با دنیا یا آنچه پس از مرگ رخ می دهد، اطلاق می شود، به طوری که ترس ناشی از آن به صورت بخشی از ساختار شناختی در وجود آدمی باقی می ماند (شریف نیا و همکاران، ۱۳۹۵). از نظر ولیخانی و یارمحمدی (۱۳۹۳) منابع ترس از مرگ شامل ترس از مرگ شخصی، ترس از مرگ اطرافیان، نگرانیهایی درباره درد و رنج مرگ، نزدیکی ذهنی به مرگ، ترسهای مرتبط با مرگ و افکار نگران کننده در مورد مرگ است. مفاهیم برگرفته از اظهارات شرکت کنندگان در این پژوهش عبارت بودند از «ترس از مرگ شخصی، ترس از مرگ اطرافیان، نگرانیهایی درباره درد و رنج مرگ و ترس از کوتاهی زندگی». در این زمینه، شرکت کننده شماره (۱۵) در مصاحبه خود این موارد را عنوان کرده است: «حس می کنم به مرگ نزدیک شده ام. نگران مرگ دوستان و آشنایان هستم». همچنین شرکت کننده شماره (۹) نیز اظهارات مشابهی درباره ترس از مرگ بیان کرده است: «می ترسم زندگی کوتاهی داشته باشم و می ترسم در این سن کم بمیرم».

● **احساس تنهایی و دلنگی:** این احساس به صورت «احساس ناشی از عدم حضور افراد در کنار یکدیگر در لحظه دلخواه و نارسایی و ضعف محسوس در روابط میان - فردی» تعریف شده است (لی^۲ و همکاران، ۲۰۰۸؛ ارنست^۳ و همکاران، ۲۰۲۲). آشر و پاکت^۴ (۲۰۰۳) و هاینریش و گولون^۵

1. Jeynes

2. Le

3. Ernst

4. Asher & Paquette

5. Heinrich & Gullone

(۲۰۰۶) تنهایی را آگاهی شناختی فرد از ضعف در روابط فردی و اجتماعی خود توصیف کرده‌اند که فرد را با احساس غمگینی، احساس خلأ و بی‌تعلقی مواجه می‌کند و به شیوه‌های گوناگون بر تعاملات اجتماعی با دیگران، نحوه زندگی و سلامت جسمانی و روانی تأثیر می‌گذارد. «دلم برای مدرسه و همکلاسیهایم تنگ شده است، احساس می‌کنم روابط صمیمی‌ام با دوستانم کم شده است» از جمله اظهارات شرکت‌کننده شماره (۲۳) دربارهٔ احساس تنهایی است. همچنین یکی دیگر از شرکت‌کنندگان (شماره ۱۷) در این زمینه بیان کرده است: «دوری از اقوام و آشنایان نزدیک اذیتم می‌کند و حس می‌کنم غمگین‌تر شده‌ام».

● **اختلال وسواس فکری- عملی:** افکار یا اعمال اجباری عودکننده‌ای هستند که اغلب موجب پریشانی می‌شوند و زندگی روزمره فرد را مختل می‌سازند (استکتی^۱ و همکاران، ۱۹۹۶). بر اساس نتایج به‌دست آمده از مصاحبه با شرکت‌کنندگان دربارهٔ وسواس فکری- عملی به مفاهیمی همچون «افکار مزاحم، شکها، وسواس فکری، رفتارهای وارسی، ترس از آلوده شدن و سرایت» اشاره شده است. در این زمینه، وجه اشتراک اکثر شرکت‌کنندگان در مصاحبه‌ها مواردی بوده است همچون: «با خودم درگیر هستم که الان من کثیف هستم یا نه؟ در شستن دستهایم وسواس پیدا کرده‌ام. می‌ترسم به کرونا مبتلا شوم. می‌ترسم که ناقل بیماری به خانواده‌ام باشم».

■ بحث و نتیجه‌گیری ■

همه‌گیری کرونا که سبب ترس و قرنطینه خودخواسته افراد شده است و می‌تواند به‌عنوان یک بحران فردی و اجتماعی قلمداد شود که در نتیجه باعث ایجاد استرس و اضطراب و فشارهای روانی-عاطفی زیادی بر افراد و اجتماع می‌شود و به طرق گوناگون، سلامت روانی آنها را تهدید می‌کند (نصیرزاده و همکاران، ۱۳۹۹). پژوهش حاضر با هدف واکاوی تجارب روانی-اجتماعی دانش‌آموزان کنکوری در قرنطینه خانگی بیماری کووید-۱۹ انجام شده است. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که تجارب شرکت‌کنندگان در قالب دو مقوله اصلی رشد اجتماعی-معنوی و فشارهای روانی-عاطفی و شش مقوله فرعی مهارت‌های زندگی، هوش معنوی، اضطراب تحصیلی-اقتصادی، ترس از مرگ خود و عزیزان، احساس تنهایی و دل‌تنگی و وسواسهای فکری-عمل قابل تفکیک و دسته‌بندی هستند.

● **مهارت‌های زندگی:** نقص در مهارت‌های زندگی منجر به بروز بیماری‌های دیگر از جمله بیماری‌های جسمی یا حتی افسردگی می‌شود. نداشتن مهارت تصمیم‌گیری سبب تصمیم‌گیری‌های غلط و تغییر مسیر زندگی در بسیاری از نوجوانان و دانش‌آموزان شده است (اوکچ و رول، ۲۰۱۵). شواهد پژوهش نشان می‌دهد که دانش‌آموزان بخشی اعظم از زمان و توانایی‌های هوشی و شناختی خود را صرف امور تحصیلی می‌کنند و به این ترتیب از پرداختن به رشد مهارت‌های زندگی خویش غافل می‌مانند

که از این میان می‌توان به حل مسئله، تفکر نقادانه و یادگیری مهارتهایی عمومی و روزانه اشاره کرد (لیو^۱ و همکاران، ۲۰۱۶). آموزش مهارتهای زندگی فرد را قادر می‌سازد که به‌طور مؤثر با مقتضیات و کشمکشهای زندگی روبه‌رو شود و بتواند درست تصمیم‌گیری کند (ویلبرن و اسمیت^۲، ۲۰۰۵). سان^۳ و همکاران (۲۰۱۵) و دینگرا و چاهان^۴ (۲۰۱۷) در این زمینه اظهار داشته‌اند که آموزش مهارتهای زندگی سبب احساس کفایت، رشد شناختی و هیجانی، تفکر خلاق و حل مسئله، افزایش انگیزه و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان می‌شود. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد که شرایط قرنطینه ناشی از شیوع کووید-۱۹ توانسته است فرصتی مناسب را برای تمرین و آموزش مهارتهای زندگی دانش‌آموزان کنکوری فراهم آورد.

● **هوش معنوی:** پژوهشهای انجام شده نشان می‌دهند که یکی از راهکارهایی که می‌توان برای کاهش مشکلات فردی ناشی از بیماری کووید-۱۹ استفاده کرد، معنویت است. شیوندی و حسونند (۱۳۹۹) و هوشیاری و علی‌پور (۱۳۹۹) در این زمینه اظهار کرده‌اند که معنویت می‌تواند اضطراب ناشی از کرونا را کاهش دهد. بنابراین به نظر می‌رسد دانش‌آموزان کنکوری در پژوهش حاضر، با درک این موضوع که حل این مشکل از دست انسانها خارج شده و تنها راه گشایش برای غلبه بر این بیماری مهلک و رسیدن به آرامش قلبی توجه به معنویت است، با توکل و استعانت از خداوند عظیم و رحمان در پی حل مشکلات موجود در مسائل زندگی روزانه در خانواده و جامعه بوده‌اند. این امر نشان می‌دهد که قرنطینه خانگی ناشی از شیوع کرونا و ویروس جدید با نزدیک‌تر کردن دانش‌آموزان پایه دوازدهم به معنویات فرصتی را برای آموزش مؤلفه‌های هوش معنوی آنها نیز فراهم کرده است.

● **اضطراب تحصیلی - اقتصادی:** یکی از مشکلات دانش‌آموزان در فرایندهای یادگیری، اضطراب تحصیلی است. مطالعات نیز نشان داده‌اند که اضطراب تحصیلی، اثرات و نتایج منفی شامل احساس ضعف در عملکرد، کاهش انگیزه و کاهش تمرکز را در پی دارد (وی^۵ و همکاران، ۲۰۰۵). نتایج پژوهش حاضر در این بخش نشان داد که دانش‌آموزان کنکوری در زمینه روند تحصیلی خود دچار اضطراب‌اند. این یافته همخوان است با نتایج کائو و همکاران (۲۰۲۰) که اظهار داشتند یکی از مهم‌ترین دلایل ایجاد اضطراب در میان دانش‌آموزان، نگرانی از تأثیر ویروس کووید-۱۹ روی آینده تحصیلی‌شان است. به نظر می‌رسد قرنطینه خانگی ناشی از همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ موجب نگرانی دانش‌آموزان کنکوری در زمینه تحصیلی و آینده شغلی‌شان و در نتیجه اضطراب تحصیلی آنها شده است. در زمینه اضطراب اقتصادی، علیزاده فرد و صفاری‌نیا (۱۳۹۹)

1. Liu
2. Wilburn & Smith
3. Sun
4. Dhingra & Chauhan
5. Wei

نیز بیان داشته‌اند که همزمان با شیوع کووید-۱۹، افزایش بیکاری در جامعه از یک‌سو و افزایش هزینه‌های زندگی از سوی دیگر موجب شده است که دهکهای پایین با مشکلات و تنگناهای معیشتی روبه‌رو شوند. رشیدی فکاری و سیمبر^۱ (۲۰۲۰) نیز اظهار داشته‌اند که یکی از عوامل اضطراب در دانش‌آموزان ممکن است ناشی از مشکلات اقتصادی خانواده در تأمین مخارج زندگی و هزینه‌های تحصیلی به دلیل از دست دادن منابع مالی ناشی از بیکاری و از دست دادن شغل والدین باشد. بتل و لوئیس^۲ (۲۰۰۲) نیز در پژوهشی عنوان کرده‌اند که سلامت روان و موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان ارتباطی نزدیک با میزان درآمد والدین و نحوه زندگی آنها دارد. مطالعات مختلف نشان داده‌اند که موقعیت اقتصادی در میزان موفقیت دانش‌آموزان مؤثر است (امون^۳، ۲۰۰۵)، به طوری که دانش‌آموزانی که دارای وضعیت اقتصادی پایین‌تر بوده‌اند میزان موفقیتی کمتر و در مقابل میزان استرس و اضطراب بیشتری را متحمل شده‌اند. افراد با داشتن وضعیت اقتصادی خوب می‌توانند کالاهای فرهنگی بیشتری را در اختیار داشته باشند و از امکانات تحصیلی و آموزشی بیشتری برخوردار شوند و به این ترتیب موفقیت تحصیلی آنها افزایش یابد (امون، ۲۰۰۵؛ هاکس چایلد^۴، ۲۰۰۳). تحقیق منتی (۱۳۹۹) نیز نشان داده که همه‌گیری بیماری کووید-۱۹، اثراتی فراتر از ایمنی انسان و بهداشت عمومی در جهان برجای نهاده است. مهم‌ترین اثر این بیماری، بی‌تردید در زمینه اقتصاد احساس می‌شود که رفته‌رفته تبدیل به یک تهدید اقتصادی شده است. بنابراین به نظر می‌رسد، تأکید مسئولان بهداشتی کشور بر تعطیلی اغلب مشاغل و خانه‌نشین شدن والدین و به‌ویژه پدران، وضعیت مالی و اقتصادی خانواده‌های اغلب دانش‌آموزان سال دوازدهم متوسطه را در پژوهش حاضر به مخاطره انداخته و این امر نیز موجب نگرانی و دلهره دانش‌آموزان از وضعیت اقتصادی خانواده‌هایشان شده است.

● **ترس از مرگ خود و عزیزان:** نتایج پژوهش حاضر در این بخش نشان داد که دانش‌آموزان کنکوری و همه و نگرانی از مرگ خود و نزدیکان‌شان دارند که همخوان است با نتایج لیو و همکاران (۲۰۲۰) که اظهار داشتند که شرایط همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ منجر به افزایش ترس از مرگ و از دست دادن والدین، دوستان و اطرافیان در کودکان می‌شود. فیشهوف^۵ (۲۰۲۰) و علی‌اکبری و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان دادند که در زمان همه‌گیری بیماری کرونا افراد سالم در کنار آشفته‌گیهای فعالیتهای روزمره خود، ترس از مرگ را نیز تجربه می‌کنند. همچنین کواک و همکاران (۲۰۲۰) بیان داشته‌اند که توجه به اینکه رسانه‌ها و مکالمات اجتماعی تحت تأثیر شیوع بیماری کرونا قرار دارند، کودکان و نوجوانان در معرض مقادیر بسیار زیاد از اطلاعات در این زمینه قرار دارند و این امر می‌تواند

1. Rashidi Fakari & Simbar
2. Battle & Lewis
3. Eamon
4. Hochschild
5. Fischhoff

سبب تجربه آنها درباره ترس از مرگ و ترس از دست دادن عزیزان شود. این نکته قابل تأمل است که مفهوم ترس از مرگ در جوامع گوناگون می‌تواند متفاوت باشد. اضطراب و ترس از مرگ را می‌توان به عوامل محیطی مربوط دانست و شرایط غیرقابل پیش‌بینی می‌تواند بر تجارب مربوط به مرگ اثر بگذارد. بیماریهای تهدیدکننده زندگی ممکن است افکار مربوط به مرگ را تحریک کنند و ترس از مرگ به‌عنوان یک وضعیت حاد روانشناسی بروز یابد (شریف‌نیا و همکاران، ۱۳۹۵). فولر- تامسون^۱ و همکاران (۲۰۱۶) نیز معتقدند که افراد در جریان تحول روانی نگرشهایی متفاوت نسبت به مرگ و فقدان دارند. این تفاوتها ناشی از تفاوت در سطوح تحول شناختی و قدرت درک و فهم آنان از پدیده مرگ در شرایط روانی مختلف است. ونس^۲ (۲۰۱۷) نیز بیان داشت که ترس از مرگ مؤلفه‌های انگیزشی، شناختی و هیجانی را در برمی‌گیرد و تحت تأثیر مراحل رشد و رویدادهای زندگی اجتماعی و فرهنگی تغییر می‌کند. از این رو، به نظر می‌رسد دانش‌آموزان کنکوری در پژوهش حاضر به دلیل شرایط سنی و تحولات شناختی و عاطفی خاص خود، جو ایجاد شده در زمینه گسترش سریع بیماری کووید-۱۹ و شرایط حساس آنها، ترس از مرگ خود و عزیزانشان را تجربه کرده‌اند که این امر فشار روانی نسبتاً زیادی را بر آنها تحمیل کرده است. روسلا^۳ (۲۰۲۰) نیز نشان داده که کودکانی که بر اثر بیماری کرونا و ویروس، یکی از اعضای خانواده را از دست می‌دهند، به علت ناتوانی در سوگواری و غم فروخورده شده، مشکلات هیجانی، شناختی و انگیزشی بیشتری را نشان می‌دهند.

● **احساس تنهایی و دلتنگی:** نتایج پژوهش حاضر در این بخش نشان داد که دانش‌آموزان پایه دوازدهم دچار احساس تنهایی و دلتنگی شده‌اند که همخوان است با نتایج شیگمورا و همکاران (۲۰۲۰) که اظهار داشتند افزایش احساس تنهایی را می‌توان به‌عنوان یکی از نشانه‌ها و اختلالات بالینی ناشی از کووید-۱۹ نام برد. نوجوانی دوره‌ای از زندگی است که در آن تغییرات بسیاری در فرایندهای زیست شناختی، روانی و اجتماعی به‌وقوع می‌پیوندد و تمایل برای برقراری رابطه صمیمانه و خودافشایی افزایش می‌یابد (شهید و محمدی، ۱۳۹۹). بنابراین منطقی به نظر می‌رسد که دانش‌آموزان کنکوری در دوران قرنطینه خانگی ناشی از کرونا و ویروس به دلیل دوری و جدایی از دوستان و همکلاسیه‌های خود، دوری از جو مدرسه و همچنین دوری از معلمان خود احساس تنهایی و دلتنگی را تجربه کنند.

● **اختلال وسواس فکری- عملی:** شیوع ۲۵ درصدی اختلال وسواس فکری- عملی در سنین مختلف و ارتباط آن با اختلالات روانپزشکی، این اختلال را در ردیف یکی از معضلات اصلی

1. Fuller-Thomson

2. Venes

3. Roccella

بهداشت روان در همه جوامع قرار داده است (ریگبر^۱ و همکاران، ۱۹۹۰). نتایج پژوهش حاضر در این بخش نشان داد که دانش‌آموزان کنکوری دچار وسواس فکری-عملی شده‌اند که همخوان است با نتایج خدابخشی کولایی (۱۳۹۹) که نشان داد رفتارهای وسواس فکری-عملی در نتیجه ترس از مبتلا شدن و همچنین جلوگیری از انتقال ویروس کووید-۱۹ به دیگران در شرایط بحرانی و همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ به‌طور چشمگیری افزایش پیدا کرده است. رابین و وسلی (۲۰۲۰) و خاشعی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در پژوهش‌های خود از اختلال وسواس فکری-عملی به‌منزله یکی از نشانه‌ها و اختلالات بالینی ناشی از کووید-۱۹ نام برده‌اند. بنابراین به نظر می‌رسد که دانش‌آموزان کنکوری در پژوهش حاضر به دلیل شیوع سریع کرونا ویروس و مشاهده افرادی که حتی با رعایت نکات بهداشتی باز هم به این بیماری گرفتار شده‌اند، دچار افکار مزاحم، شکها، وسواس فکری، رفتارهای واریسی، ترس از آلوده شدن و سرایت شوند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که قرنطینه خانگی به دلیل شیوع کووید-۱۹ دارای پیامدهای مثبت و منفی برای دانش‌آموزان پایه دوازدهم بوده است. قرنطینه خانگی از یک‌سو سبب رشد مهارت‌های زندگی مانند آشنایی با مسئولیت‌های اجتماعی، مهارت تصمیم‌گیری و حل مسئله و تعارض و همچنین توسل به منابع معنوی برای حل مشکلات و آرامش روانی به‌عنوان هوش معنوی در دانش‌آموزان پایه دوازدهم شده است و از سوی دیگر موجب ایجاد فشارهای روانی-عاطفی مانند اضطراب تحصیلی، اضطراب ناشی از اقتصاد خانواده، ترس از مرگ خود و عزیزان، احساس تنهایی و دل‌تنگی و ایجاد وسواس‌های فکری-عملی شده است. از این رو، والدین، مدیران، معلمان و مشاوران مدارس بایستی ضمن تبیین نکات مثبت و سودمند قرنطینه خانگی برای دانش‌آموزان پایه دوازدهم، با شناخت هرچه بهتر پیامدهای ناخوشایند قرنطینه خانگی کرونا ویروس در صدد کاهش اثرات منفی این پدیده باشند.

پیشنهادهای کاربردی

بر اساس نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌شود که:

۱. والدین دانش‌آموزان کنکوری بر تدوین برنامه منظم روزانه درسی و تفریحی تأکید کنند.
۲. تعامل بیشتر و برقراری ارتباط مؤثرتر والدین با دانش‌آموزان کنکوری (اختصاص زمان بیشتر و گوش دادن به نگرانیها و انتظارات، توجه به آثار مثبت قرنطینه خانگی مثل فرصت بیشتر و مفیدتر برای درس خواندن، انجام دادن کارهای عقب افتاده و حضور بیشتر معنویات در انجام دادن امور زندگی، امید به زندگی پس از کرونا).
۳. لزوم برقراری ارتباط مستمر والدین با معلمان، مدیر و مشاور مدرسه برای همفکری در زمینه شرایط و چگونگی رفتار مناسب با فرزندان کنکوری.

۴. والدین بایستی حقایق را در خصوص بیماری کرونا و چگونگی پیشگیری از آن براساس نظرات متخصصان وزارت بهداشت برای فرزندان کنکوری خود بیان کنند و از بزرگنمایی و سختگیریهایی بیش از حد در محیط خانه پرهیز کنند.
۵. والدین ضمن کنترل رفتارها و هیجانات منفی در محیط خانه کمتر به بیان مشکلات و چالشهای مالی پیش رو خانواده و جامعه بپردازند.
۶. مشاوران مدارس با برگزاری وبینارهای آموزشی برای دانش آموزان، والدین و معلمان به بحث درباره جنبه‌های مثبت و منفی قرنطینه خانگی ناشی از کرونا و ویروس که در این مقاله به آنها اشاره شده است، بپردازند.
۷. به مسئولان مدارس توصیه می‌شود که در صورت مجازی بودن آموزش، امتحانات را به صورت شفاهی یا کتبی برگزار کنند.



- ابوالمعالی الحسینی، زهرا. (۱۳۹۹). پیامدهای روان‌شناختی و آموزشی بیماری کرونا در دانش‌آموزان و راهکارهای مقابله با آنها. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۶ (۵۶)، ۱۵۳-۱۶۶.
- افراشته، سیما؛ علی‌محمدی، یوسف و سپندی، مجتبی. (۱۳۹۹). نقش جداسازی، قرنطینه و فاصله‌گذاری اجتماعی در مهار اپیدمی کووید-۱۹. *مجله طب نظامی*، ۲۲ (۲)، ۲۱۰-۲۱۱.
- اکاتی، نازنین و عبدخدایی، زهرا. (۱۴۰۰). تجربه زیسته نوجوانان از شیوع بیماری کووید-۱۹ و قرنطینه خانگی در پیک اول و دوم پاندمی. *روانشناسی بالینی*، ۱۳ (۲)، ۱۴۷-۱۵۸.
- بازرگان هرندی، عباس. (۱۳۹۰). *مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته: رویکردهای متداول در علوم رفتاری*. چاپ پنجم. تهران: نشر دیدار.
- خاشعی ورنامخواستی، خلیل؛ علی‌پور، مرضیه و قاسمی ورنامخواستی، علیرضا. (۱۳۹۹). بروز وسواس فکری-عملی در بین دانش‌آموزان دبستانی شهرستان لنجان در برخورد با آموزش الکترونیک ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹. *مجله علوم پزشکی رازی*، ۲۷ (۱۲)، ۱۷۵-۱۷۹.
- خدابخشی کولایی، آناهیتا. (۱۳۹۹). زندگی در قرنطینه خانگی: واکاوی تجارب روانشناختی دانشجویان در همه‌گیری کووید-۱۹. *مجله طب نظامی*، ۲۲ (۲)، ۱۳۰-۱۳۸.
- سبحانی‌نژاد، مهدی؛ شاه‌حسینی، نجیبه؛ هاشمی محمدآبادی، مجید و خداینده اوبلی، عباس. (۱۳۹۲). عوامل مؤثر بر موفقیت دانش‌آموزان استان یزد در کسب رتبه نخست ورود به دانشگاه‌های کشور طی سال‌های ۱۳۸۴ الی ۱۳۸۸. *فصلنامه مطالعات برنامه‌ریزی آموزشی*، ۲ (۳)، ۱۹۹-۲۳۴.
- شریف‌نیا، سیدحمید؛ پهلوان شریف، سعید؛ گودرزبان، امیرحسین؛ حق‌دوست، علی‌اکبر؛ عبادی، عباس و سلیمانی، محمدعلی. (۱۳۹۵). ارزیابی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس گسترده شده اضطراب مرگ تمپلر در نمونه‌ای از جانبازان شیمیایی ایران. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران*، ۲۲ (۳)، ۲۲۹-۲۴۴.
- شهباد، شیما و محمدی، محمدتقی. (۱۳۹۹). آثار روان‌شناختی گسترش بیماری کووید-۱۹ بر وضعیت سلامت روان افراد جامعه: مطالعه مروری. *مجله طب نظامی*، ۲۲ (۲)، ۱۸۴-۱۹۲.
- شیوندی، کامران و حسنوند، فضل‌الله. (۱۳۹۹). تدوین مدل پیامدهای روان‌شناختی اضطراب ناشی از اپیدمی کروناویروس و بررسی نقش میانجیگری سلامت معنوی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۱ (۴۲)، ۱-۳۶.
- طباطبایی، امیر؛ حسنی، پرخیده؛ مرتضوی، حامد و طباطبایی‌چهر، محبوبه. (۱۳۹۲). راهبردهایی برای ارتقاء دقت علمی در تحقیقات کیفی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی*، ۵ (۳)، ۶۶۳-۶۷۰.
- عریضی، حمیدرضا. (۱۳۸۹). روند اجرای پژوهش‌های کیفی و نظریه پایه‌ور در روان‌شناسی. *فصلنامه راهبرد*، ۱۹ (۵۴)، ۲۷۹-۳۰۶.
- علی‌اکبری، مهناز؛ عیسی‌زاده، فاطمه و آقاجانگللو، سوسن. (۱۳۹۸). پیامدهای روانی اجتماعی مبتلایان به بیماری کروناویروس جدید کووید-۱۹: یک مطالعه کیفی. *مجله روانشناسی سلامت ایران*، ۲ (۲)، ۹-۲۰.
- علیزاده‌فرد، سوسن و صفاری‌نیا، مجید. (۱۳۹۹). پیش‌بینی سلامت روان بر اساس اضطراب و همبستگی اجتماعی ناشی از بیماری کرونا. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۹ (۳۶)، ۱۲۹-۱۴۱.
- فرنوش، غلامرضا؛ علیشیری، غلامحسین؛ حسینی ذیچود، سیدرضا؛ درستکار، روح‌الله و جلالی‌فراهانی، علیرضا. (۱۳۹۹). شناخت کروناویروس نوین-۱۹ و کووید-۱۹ بر اساس شواهد موجود-مطالعه مروری. *مجله طب نظامی*، ۲۲ (۱)، ۱-۱۱.
- منتی، حسین. (۱۳۹۹). بررسی اثرات ویروس کرونا - کووید-۱۹ بر اقتصاد جهانی. *نشریه ارزیابی تأثیرات اجتماعی*، ۱ (۲)، ۱۶۳-۱۸۱.
- نصیرزاده، مصطفی؛ آخوندی، مریم؛ جمالی‌زاده نوق، احمد و خرم‌نیا، سعید. (۱۳۹۹). بررسی وضعیت استرس، اضطراب،

- افسردگی و تاب‌آوری ناشی از شیوع بیماری کرونا (COVID-19) در خانوارهای شهرستان انار در سال ۱۳۹۹: یک‌گزارش کوتاه. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۹ (۸)، ۸۸۹-۸۹۸.
- وفا، شیماء؛ باقری، نسرین؛ مجتبیایی، مینا و ابوالمعالی، خدیجه. (۱۳۹۸). آزمون روابط علی اضطراب تحصیلی بر اساس ادراک محیط کلاس با میانجی سبک‌های مقابله‌ای در دانش‌آموزان. *نشریه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۳ (۴۴)، ۶۹-۵۳.
- ولیعزایی، احمد و یارمحمدی، واصل مسیب. (۱۳۹۳). رابطه سبک‌های دلبستگی با اضطراب مرگ در بیماران قلبی-عروقی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمان*، ۲۱ (۴)، ۳۶۷-۳۵۵.
- هوشیاری، جعفر و علی‌پور، علی. (۱۳۹۹). نقش میانجی امید در رابطه بین هوش معنوی و اضطراب ناشی از بحران کرونا. *پژوهش‌های روانشناسی اسلامی*، ۳ (۱)، ۷۴-۵۹.

- Amram, Y. (2007). *The seven dimensions of spiritual intelligence: An ecumenical, grounded theory*. Paper presented at the 115th Annual Conference of the American Psychological Association, San Francisco, CA (pp. 1-8).
- Anderson, R. M., Heesterbeek, H., Klinkenberg, D., & Hollingsworth, T. D. (2020). How will country-based mitigation measures influence the course of the COVID-19 epidemic? *The Lancet*, 395(10228), 931-934.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78.
- Battle, J., & Lewis, M. (2002). The increasing significance of class: The relative effects of race and socioeconomic status on academic achievement. *Journal of Poverty*, 6(2), 21-35.
- Boswell, C., & Cannon, S. (Eds.). (2007). *Introduction to nursing research: Incorporating evidence-based practice*. Sudbury, Mass.: Jones and Bartlett Publishers.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287, 112934.
- Cowling, B. J., Ali, S. T., Ng, T. W., Y. Tsang, T. K., Li, J. C. M., Fong, M. W., ..., Leung, G. M. (2020). Impact assessment of non-pharmaceutical interventions against coronavirus disease 2019 and influenza in Hong Kong: An observational study. *The Lancet Public Health*, 5(5), e279-e288.
- Dhingra, R., & Chauhan, K. S. (2017). Assessment of life-skills of adolescents in relation to selected variables. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 7(8), 201-212.
- Eamon, M. K. (2005). Social-demographic, school, neighborhood, and parenting influences on the academic achievement of Latino young adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(2), 163-174.
- Emmons, R. A. (2000). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 10(1), 3-26.
- Ernst, M., Niederer, D., Werner, A. M., Czaja, S. J., Mikton, C., Ong, A. D., ... Beutel, M. E. (2022). Loneliness before and during the COVID-19 pandemic: A systematic review with meta-analysis. *American Psychologist*, 77(5), 660-677.
- Fischhoff, B. (2020). *Speaking of psychology: Coronavirus anxiety*. Available at: <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/coronavirus-anxiety-part-2>
- Fuller-Thomson, E., Baird, S. L., Dhrodia, R., & Brennenstuhl, S. (2016). The association between adverse childhood experiences (ACEs) and suicide attempts in a population-based study. *Child:*

- Care, Health and Development, 42(5), 725-734.
- Ghosh, R., Dubey, M. J., Chatterjee, S., & Dubey, S. (2020). Impact of COVID-19 on children: Special focus on psychosocial aspect. *Minerva Pediatrica*, 72(3), 226-235.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1994). Competing paradigms in qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research*, (pp. 105-117). Sage Publications, Inc.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718.
- Hochschild, J. L. (2003). Social class in public schools. *Journal of Social Issues*, 59(4), 821-840.
- Jeynes, W. H. (2002). Examining the effects of parental absence on the academic achievement of adolescents: The challenge of controlling for family income. *Journal of Family and Economic Issues*, 23(2), 189-210.
- Keeling, M. J., Hollingsworth, T. D., & Read, J. M. (2020). The efficacy of contact tracing for the containment of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *Journal of Epidemiology and Community Health*, 74(10), 861-866.
- Kwok, K. O., Li, K. K., Chan, H. H., Yi, Y. Y., Tang, A., Wei, W. I., & Wong, Y. S. (2020). Community responses during the early phase of the COVID-19 epidemic in Hong Kong: Risk perception, information exposure and preventive measures. *Emerging Infectious Diseases*, 26(7), 1575-1579.
- Le, B., Loving, T. J., Lewandowski, G. W., Jr., Feinberg, E. G., Johnson, K. C., Fiorentino, R., & Ing, J. (2008). Missing a romantic partner: A prototype analysis. *Personal Relationships*, 15(4), 511-532.
- Leininger, M., & McFarland M. R. (2002), *Transcultural Nursing: Concepts, Theories, Research & Practice* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., & Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *The Lancet. Child & Adolescent Health*, 4(5), 347-349.
- Liu, J., Liu, S., Yan, J., Lee, E., & Mayes, L. (2016). The impact of life skills training on behavior problems in left-behind children in rural China: A pilot study. *School Psychology International*, 37(1), 73-84.
- Okech, D. O., & Role, E. M. (2015). Implications of life skills education on character development in children: A case of Hill School. *Baraton Interdisciplinary Research Journal*, 1-18.
- Rashidi Fakari, F., & Simbar, M. (2020). Coronavirus pandemic and worries during pregnancy: A letter to editor. *Archives of Academic Emergency Medicine*, 8(1), e21.
- Regier, D. A., Narrow, W. E., & Rae, D. S. (1990). The epidemiology of anxiety disorders: The epidemiologic catchment area (ECA) experience. *Journal of Psychiatric Research*, 24, 3-14.
- Roccella, M. (2020). Children and coronavirus infection (Covid-19): What to tell children to avoid post-traumatic stress disorder (PTSD). *The Open Pediatric Medicine Journal*, 10, 1-2.
- Rubin, G. J., & Wessely, S. (2020). The psychological effects of quarantining a city. *BMJ (Clinical research ed.)*, 368, m313.
- Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020). Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 74(4), 281-282.
- Sohrabi, C., Alsafi, Z., O'Neill, N., Khan, M., Kerwan, A., Al-Jabir, A., ... Agha, R. (2020). World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19). *International Journal of Surgery*, 76, 71-76.
- Speziale, H. S., Streubert, H. J., & Carpenter, D. R. (2011). *Qualitative research in nursing: Advancing the humanistic imperative*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Steketee, G., Frost, R., & Bogart, K. (1996). The Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale: Interview

- versus self-report. *Behaviour Research and Therapy*, 34(8), 675-684.
- Sun, X. J., Tian, Y., Zhang, Y., Xie, X., Health, M. A., & Zhou, Z. (2015). Psychological development and educational problems of left-behind children in rural areas. *School Psychology International*, 36(3), 227-252.
- Tian, H., Liu, Y., Li, Y., Wu, C. H., Chen, B., Kraemer, M. U., ... Dye, C. (2020). The impact of transmission control measures during the first 50 days of the COVID-19 epidemic in China. *Science*, 368(6491), 638-642.
- Venes, D. (2017). *Taber's cyclopedic medical dictionary*. FA Davis.
- Viner, R. M., Russell, S. J., Croker, H., Packer, J., Ward, J., Stansfield, C., ... Booy, R. (2020). School closure and management practices during coronavirus outbreaks including COVID-19: A rapid systematic review. *The Lancet. Child & Adolescent Health*, 4(5), 397-404.
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614.
- Wilburn, V. R., & Smith, D. E. (2005). Stress, self-esteem, and suicidal ideation in late adolescents. *Adolescence*, 40(157), 33-45.



Exploring the Psychosocial Experiences of Students Preparing for the University Entrance Exam while Home Quarantined for COVID-19

© M. R. ShahaabiKaaseb, Ph.D.¹ © E. S. AskariTabaar² © M. TasdighiSaani³

Abstract

To explore the psychosocial experiences of students preparing for the university entrance exam while home quarantined during the COVID-19 pandemic, a group of 25 Sabzevari 12th graders who had been quarantined during the previous two months was selected through saturation method and interviewed individually over the phone or online. The qualitative analyses of the data yielded 27 concepts within two main categories of socio-cognitive skills development and psychological stress and six sub-categories of life skills, moral intelligence, academic and economic anxiety, fear of death of oneself/relatives, feelings of loneliness and missing friends, and obsession. These findings show that the home quarantine has had both positive and negative consequences for the 12th graders. Hence, both the parents and school counsellors need to give effective guidance to these students while emphasizing the positive aspects of their experiences.

Keywords: COVID-19, home quarantine, university entrance exam, psychosocial experiences, students

Date Received: March 1, 2021

Date Accepted: Dec. 1, 2021

1. **Corresponding Author:** Associate Professor of Sports Sciences, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.
E-mail: me.shahabi@hsu.ac.ir
2. Doctoral Student in Sports sciences, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
E-mail: en.askaritarabar@mail.um.ac.ir
3. M.A. in Counselling, Islamic Azad University, Quchan Branch, Quchan, Iran.
E-mail: Mohsentsani@gmail.com