

Comparison of Alexithymia, loneliness and Self-Compassion in the Girls with and Without Sexual Abuse

Hosseinzadeh, R., Taghipuor, *B., Ahad, E., Seraj Mohammadi, P., Abdi, F.

Abstract

Introduction: The experience of sexual abuse in girls has many negative effects in psychological, cultural and social fields and affects their lives in many ways. The present study was conducted with the aim of comparison of alexithymia, loneliness and self-compassion in the girls with and without sexually abused.

Method: The research method is comparative causal type and the statistical population of the research included all girls with sexual abuse who referred to the psychological service centers of Ardabil city in 1401. Thirty girls with sexual abuse were selected using convenience sampling method and with 30 Girls without sexual abuse were compared. Alexithymia Bagby & et al, loneliness Russeel & et al and self-compassion Neff Questionnaire were used. Data were analyzed by MANOVA-ANOVA with SPSS-20 software.

Results: The findings showed that there was a significant difference in alexithymia, loneliness and self-compassion of girls with and without sexual abuse.

Conclusion: These results have important implications in prevention, pathology, therapy intervention and clinical deal women girls with and sexually abused.

Keywords: Alexithymia, Loneliness, Self-compassion, Girls, Sexual abuse.

مقایسه ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران با و بدون آزار جنسی

رزا حسین زاده^۱، بهزاد تقی پور^۲، الهام احدی^۳، پرینا سراج محمدی^۴، فریبا عبدی^۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۰۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۱۹

چکیده

مقدمه: تجربه آزار جنسی در دختران تأثیرات منفی زیادی در حیطه‌های روانشناختی، فرهنگی و اجتماعی داشته و زندگی آن‌ها را در ابعاد زیاد تحت تأثیر قرار می‌دهد. هدف از این پژوهش مقایسه ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران با و بدون آزار جنسی بود.

روش: روش پژوهش علی مقایسه‌ای و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دختران با آزار جنسی بود که به مراکز خدمات روانشناسی شهر اردبیل در سال ۱۴۰۱ مراجعه کرده بودند. ۳۰ دختر با آزار جنسی با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با ۳۰ دختر بدون آزار جنسی هم‌تاسازی شده مقایسه گردیدند، برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های ناگویی هیجانی تورنتو بگی و همکاران احساس تنهایی راسل و همکاران و شفقت به خود نف استفاده شد. داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس تک متغیره و چند متغیره و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۰ تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که تفاوت معنی‌داری در ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران با و بدون آزار جنسی وجود داشت ($P=0/01$).

نتیجه‌گیری: این نتایج تلویحات مهمی در زمینه پیش‌گیری، آسیب‌شناسی، مداخلات درمانی و مقابله بالینی در خصوص دختران با آزار جنسی دارد.

واژه‌های کلیدی: ناگویی هیجانی، احساس تنهایی شفقت به خود، دختران، آزار جنسی.

مقدمه

دختران آزار دیده جنسی از آسیب‌پذیرترین افراد جامعه به شمار می‌آیند و در معرض انواع متفاوتی از مشکلات جسمانی و روانی قرار داشته و نسبت به دختران عادی مشکلات متعددی را در حیطه‌های اجتماعی، هیجان، روانی و فرهنگی تجربه می‌کنند (۱). آزار جنسی از منظر فرهنگی یک مفهوم روانشناختی و اجتماعی است که به صورت علمی از سوی فمینیست‌ها مورد مطالعه زیادی قرار گرفته است. شواهد زیادی نشان می‌دهد که عوامل فرهنگی مرتبط با آزار جنسی را با دیگر عوامل اجتماعی آن همسو می‌دانند، نگاه نژادپرستانه و جنسیتی تجاوز مخصوصاً نسبت به دختران می‌تواند یکی از عوامل مهم تبعیض فرهنگی و جنسیتی نسبت به آزار جنسی باشد (۲). تجربه ناشی از آسیب جنسی و نگاه‌های سنگین فرهنگی و اجتماعی نسبت به فرد مورد سوءاستفاده قرار گرفته آن قدر شدید است که حتی طرحواره‌های اولیه در این دختران نیز تحت تأثیر آزار جنسی قرار گرفته و در بزرگسالی نیز زندگی شخصی و اجتماعی این دختران را دچار مشکل می‌کند. بنابراین آزار جنسی دختران از شدیدترین اشکال تنیدگی به شمار می‌آید که در ابعاد گوناگون روانی، اجتماعی و فرهنگی سلامت روانشناختی و کیفیت زندگی این دختران را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۳). در کودک آزاری، دختران مورد سوءاستفاده، انواع متفاوتی از آزار و اذیت جنسی، روانی و هیجانی را تجربه می‌کنند (۴). مطالعات مختلف حاکی از تأثیر آزار جنسی بر رفتار شناخت دختران نیز دارد. از جمله تأثیرات منفی روانشناختی آزار جنسی، مشکلات روانشناختی، رفتاری و آسیب‌های فرهنگی ناشی از آزار جنسی در طول زندگی است که در طولانی‌مدت باعث ایجاد انواع زیادی از اختلالات روان‌پزشکی و مشکلات مرتبط با سلامت در آن‌ها می‌شود (۵). با توجه به این موارد دختران آزار دیده جنسی در معرض آسیب‌های شناختی و هیجانی متعددی قرار دارند که کانون توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است از جمله آن‌ها می‌توان به ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود اشاره کرد.

دختران که مورد آزار جنسی قرار گرفته‌اند در تشخیص، بیان و ادراک احساسات دچار نقص و مشکل هستند. ناگویی هیجانی یکی از متغیرهای مرتبط با دختران آزار دیده جنسی

است (۶). این سازه، دربرگیرنده دشواری در شناخت عواطف و هیجان‌ها، توصیف و تعریف و جهت‌گیری فکری بیرونی این هیجان‌ها، احساسات و عواطف است. این ویژگی باعث می‌شود تا دختران آزار دیده جنسی که دچار نقص در ناگویی هیجانی هستند در تنظیم هیجان‌های خود دچار مشکل شده و به دنبال آن توانایی سازگاری خود با محیط بیرون را از دست می‌دهند (۷). ناگویی هیجانی سازه‌ای است که از سه مؤلفه دشواری در شناسایی احساسات با ویژگی‌هایی از قبیل ناتوانی در بازشناسی و بیان کلامی هیجان‌های فردی، فقر شدید تفکر که آشکارسازی احساسات، برخوردها، تمایلات و سائق‌ها را محدود می‌کند، عدم توانایی در استفاده از احساسات به عنوان نشانه‌های از مشکلات هیجانی، تفکر انتزاعی در خصوص واقعیت‌های نه چندان مهم بیرونی، کاهش توانایی در به خاطر آوردن روایاها، دشواری در تمایز بین حالت‌های مختلف هیجانی و بدنی، فقر جلوه‌های هیجانی چهره، ظرفیت کم در خصوص همدلی و خودآگاهی مشخص می‌گردد (۸). این سازه در دختران با آزار جنسی بالا بوده و مشکلات ناشی از این وضعیت منجر به پریشانی روانشناختی، و عاطفی در این دختران می‌گردد (۹). مطالعه پیشینه تحقیقاتی نشان می‌دهد که کودکان آسیب دیده از یک رخداد تروماتیک در بیان هیجانی و عواطف دچار مشکل بوده و در مقایسه با دختران عادی از سلامت روانی و هیجانی کمتری برخوردار می‌باشند (۶-۷-۹).

از دیگر متغیرهای مرتبط با دختران آزار دیده جنسی احساس تنهایی است. با توجه به این که ماهیت آزار جنسی به گونه ای است که افراد مورد آزار قرار گرفته از بازگو کردن اتفاق رخ داده اجتناب می‌کنند بنابراین دچار انزوای اجتماعی می‌شوند، به طور معمول دختران آسیب دیده از آزار جنسی مشکلاتی از جمله احساس تنهایی را به شدت تجربه می‌کنند (۱۰). احساس تنهایی به حالتی اطلاق می‌شود که در آن افراد، فقر روابط با دیگران را، احساس یا تجربه می‌کند، احساس تنهایی دربرگیرنده عناصر اصلی و اساسی مانند حس نامطلوب از دست دادن یک فرد مهم، جنبه‌های منفی روابط از دست رفته و از فقدان سطح کیفی روابط احساسی و عاطفی با دیگری است. این وضعیت زمانی رخ می‌دهد که میان روابط میان فردی خوشایند و روابطی که افراد در حال حاضر دارند، شکاف وجود داشته و در فرآیند ارتباط با

شفقت به خود یک مؤلفه روانشناختی مثبت در افراد ایجاد می‌کند که در صورت بالا بودن این سازه می‌توان کیفیت زندگی بهتر را در افراد پیش‌بینی کرد (۱۸). بحران‌های زندگی مانند سوء استفاده جنسی می‌تواند متغیرهای مرتبط با سلامت روانی مانند شفقت به خود را تحت تأثیر قرار داده و باعث تضعیف این سازه محافظتی گردد (۱۹).

با توجه به این موارد و اهمیت متغیرهای مرتبط با سلامت روانشناختی مانند ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران آسیب دیده از آزار جنسی، و با توجه به اینکه تحقیق مشابهی در جهت مقایسه متغیرهای تحقیق در دختران با و بدون آزار جنسی در داخل کشور صورت نگرفته است هدف از انجام این تحقیق پاسخ‌گویی به این سؤال اساسی است که آیا میان ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران آسیب دیده از آزار جنسی و عادی تفاوت وجود دارد؟

روش

طرح پژوهش: طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع علی مقایسه‌ای بود.

آزمودنی‌ها: جامعه آماری شامل کلیه دختران آسیب دیده از آزار جنسی بود (۱۳ الی ۱۵ سال) بود که به مراکز اورژانس اجتماعی و مرکز خدمات روانشناسی شهر اردبیل در سال ۱۴۰۱ مراجعه کرده بودند. از جامعه مذکور تعداد ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و تعداد ۳۰ نفر از بستگان گروه نمونه که فاقد تجربه تروماتیک بودند نیز به عنوان گروه نمونه بدون سابقه تجربه مورد آزار جنسی انتخاب شدند. دو گروه بر اساس اطلاعات جمعیت شناختی (تحصیلات، سن) هم‌تاسازی شدند همه شرکت‌کنندگان بعد از دریافت توضیحات لازم در خصوص فرآیند پژوهش و ارائه رضایت کتبی از والدین در مطالعه شرکت کردند. نداشتن اختلال‌های روان‌پزشکی بر اساس مصاحبه بالینی توسط دکتر روانشناس، عدم دریافت درمان‌های روانشناختی یا دارویی، معیارهای ورود شرکت‌کنندگان به مطالعه حاضر بود. ملاک خروج نیز شامل تمایل نداشتن افراد شرکت‌کننده به ادامه همکاری در هر زمان از اجرای پژوهش بود. بعد از انتخاب آزمودنی‌ها، شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌های ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود پاسخ دادند. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شده است.

دیگران، رابطه حقیقی و احساسی نداشته، باشد (۱۱). از این رو احساس تنهایی تجربه‌ای ذهنی و بسیار آزار دهنده است که نشان دهنده کاستی‌ها و کمبودهایی در روابط عاطفی و اجتماعی بین فردی است. افراد دچار احساس تنهایی، بیشتر اوقات فرصت ارتباط‌های اجتماعی را از دست داده و گرایش به انجام این کار ندارند (۱۲). انزوای اجتماعی دختران آزار دیده جنسی، معاشرت بسیار کم با محیط بیرون از خانه، دسترسی کم و محدود به سیستم‌های حمایتی وجود فشارهای روانی ناشی از مورد سوءاستفاده قرار گرفتن و مشکلات فراوان در سلامت روانشناختی آن‌ها را به شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۳). مطالعه پیشینه تحقیقاتی نشان می‌دهد که کودکان آسیب دیده از آزار جنسی در مقایسه با کودکان عادی از سلامت عمومی کمتری برخوردار بوده و انزوای اجتماعی و تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند (۱۰-۱۲).

از دیگر متغیرهای مرتبط با دختران آزار دیده جنسی، سازه شفقت به خود است (۱۴). این سازه یکی از مهمترین عوامل در خصوص بهداشت روان و رضایت از زندگی در دختران آزار دیده جنسی به شمار می‌آید، شفقت به خود به عنوان یک سازه حفاظتی در دختران با آسیب جنسی بوده و این دختران در معرض خطر شفقت به خود قرار دارند (۱۵). شفقت به خود دارای سه مؤلفه اصلی: مهربانی با خود در برابر خود قضاوتی، خصوصیات مشترک انسانی در برابر انزوا و تنهایی و همچنین ذهن‌آگاهی در مقابل همانندسازی بالینی می‌باشد، که بر همدیگر تأثیر می‌گذارند (۱۶). مؤلفه مهربانی با خود در برابر قضاوت نسبت به خود اشاره به این مسئله دارد که، فردی که شفقت به خود بالایی دارد، این توانایی را کسب می‌کند، زمانی که در زندگی دچار شکست می‌شود نسبت به خود با مهربانی و لطافت برخورد کند و از قضاوت کردن منفی نسبت به خود اجتناب بکند. ویژگی مشترک انسانی در برابر تنهایی، اشاره به این مسئله دارد که همه انسان‌ها در زندگی دچار شکست می‌شوند و این وضعیتی است که کلیه انسان‌ها آن را در شرایط مختلف تجربه می‌کنند. و ذهن آگاهی در مقابل همانندسازی بالینی اشاره به این مسئله دارد که همه انسان‌ها نسبت به احساسات و هیجان‌های خود، بدون اینکه از آن‌ها اجتناب و یا تحت تسلط آن‌ها باشند نسبت به آن‌ها شناخت کاملی را داشته باشند (۱۷) سازه

ابزار

۱. مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (TAS): مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو توسط باگی، تیلور و پارکر^۱ در سال ۱۹۹۳ طراحی شده است (۲۰). این یک پرسشنامه ۲۰ سؤالی است که احساسات و تفکر عینی در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره‌ی یک کاملاً مخالف تا نمره ۵ کاملاً موافق مورد سنجش قرار می‌دهد. مجموع نمرات حاصل نمره‌ی ناگویی هیجانی کل را نشان می‌دهد. در پژوهش تیلور و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۴ گزارش شده است (۲۱). پایایی این سازه در نسخه ایرانی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش شده است (۲۲). پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ بدست آمد.

۲. پرسشنامه احساس تنهایی: این پرسشنامه توسط راسل، پیلاو و کورتونا^۲ در سال ۱۹۸۰ ساخته شده است (۲۳). پرسشنامه احساس تنهایی شامل ۲۰ سؤال در طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای طراحی شده است. دامنه نمرات بین ۲۰ (حداقل)، ۵۰ (میانگین) و ۸۰ (حداکثر) می‌باشد. نمرات بالاتر از میانگین نشان‌دهنده بیشتر تنهایی است. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۹ گزارش شده است (۲۴). همچنین پایایی این پرسشنامه در نسخه ایرانی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش شده است (۲۵). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بدست آمد.

۳. پرسشنامه فرم کوتاه شفقت به خود: مقیاس ۱۲ ماده‌های شفقت به خود توسط نف در سال ۲۰۰۳ طراحی شده است. ماده‌های این مقیاس دارای طیف لیکرت ۵ رتبه‌ای (هرگز = ۱، تقریباً هرگز = ۲، نظری ندارم = ۳، تقریباً همیشه = ۴، و همیشه = ۵) است و حداقل و حداکثر نمره این ابزار به ترتیب ۱۲ تا ۶۰ است. ضمناً سؤال‌های ۱، ۴، ۸، ۹، ۱۱ و ۱۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره‌های بالاتر در این ابزار میزان خوددلسوزی بالا و نمره پایین، میزان خوددلسوزی پایین شرکت‌کننده‌ها را نشان می‌دهد (۲۶). ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۶ گزارش شده است (۲۷). همچنین پایایی این پرسشنامه در ایران به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش شده است (۱۸). پایایی این

پرسشنامه در این پژوهش به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

روند اجرای پژوهش: روند پژوهش به این صورت بود که در سال ۱۴۰۱ پس از مشخص شدن جامعه آماری و نمونه، پرسشنامه‌های پژوهش با هماهنگی عوامل مربوطه و والدین در دی ماه همان سال بین اعضای نمونه توزیع شد تا نسبت به تکمیل پرسشنامه‌ها اقدام کنند. قبل از توزیع پرسشنامه‌ها راجع به اهمیت پژوهش علمی و وابسته بودن آن به صحت و صداقت در تکمیل پرسشنامه‌ها اطلاعات کامل داده شد، همچنین در مورد محرمانه بودن اطلاعات شخصی توضیحات کاملی ارائه شد، برای جمع‌آوری داده‌ها از روش تحلیل واریانس و نرم افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

در این پژوهش برای تحلیل استنباطی نتایج از تحلیل واریانس استفاده شد. از این رو ابتدا پیش‌فرض‌های تحلیل واریانس (نرمال بودن توزیع نمرات، همگنی واریانس در گروه‌ها و همگنی شیب رگرسیون) مورد بررسی قرار گرفت. از آزمون کولموگراف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات استفاده شد که نتایج نشان داد تفاوت معنی داری بین توزیع نمرات با توزیع نرمال وجود ندارد (sig = ۰/۳۲). از این رو فرض نرمال بودن توزیع نمرات تأیید شد. علاوه بر این برای بررسی همسانی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد که نتایج نشان داد که ناگویی هیجانی (sig = ۰/۳۸، F = ۱/۶۴)، احساس تنهایی (sig = ۰/۲۹، F = ۱/۸۱)، و شفقت به خود (sig = ۰/۳۴، F = ۱/۴۹) پیش فرض برابری واریانس‌ها در متغیرهای پژوهش مورد تأیید است. همچنین از سطح معنی‌داری تعامل گروه برای بررسی همگنی شیب رگرسیون استفاده شد که با توجه به نتایج به دست آمده مفروضه‌های همگنی شیب رگرسیون رد نشد. با تأیید این فرضیه‌ها امکان تحلیل واریانس فراهم شد، در جدول یک نتایج تحلیل توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد)، جدول دو نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره و در جدول سه نتایج تحلیل واریانس تک متغیری ارائه شده است.

1. Bagby, Taylor & Parker
2. Russell, Peplau & Cutrona

جدول (۱) میانگین و انحراف معیار ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود

گروه دختران بدون آزار جنسی		گروه دختران آزار دیده جنسی		ناگویی هیجانی
میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
۳/۹۱	۴۱/۴۸	۴/۰۲	۷۱/۳۲	ناگویی هیجانی
۴/۶۷	۳۳/۴۱	۴/۸۴	۵۹/۴۱	احساس تنهایی
۵/۸۹	۶۹/۱۴	۵/۱۸	۵۳/۴۱	شفقت به خود

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در گروه دختران آزار دیده جنسی به ترتیب ۷۱/۳۲، ۵۹/۴۱ و ۵۳/۴۱ و در گروه دختران بدون آزار جنسی به ترتیب ۴۱/۴۸، ۳۳/۴۱ و ۶۹/۱۴ است. که نشان‌دهنده تفاوت در میانگین ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دو گروه است.

جدول (۲) آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود

آزمون	ارزش	F	Df	P	Eta
لامبدای ویلکز	۰/۴۴	۴۹/۲۵	۲	۰/۰۰۱	۰/۶۸

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، که لامبدای ویلکز معنادار است. $(F=۴۵/۶۴, P<۰/۰۱)$ این نتیجه نشان می‌دهد که تفاوت معنی‌داری بین گروه‌ها وجود دارد. بنابراین با استفاده از تحلیل واریانس تک متغیره به بررسی این نکته پرداخته می‌شود که تفاوت مشاهده شده در ترکیب خطی کجاست.

جدول (۳) آزمون تحلیل واریانس تک متغیره برای ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود

متغیر	SS	DF	Ms	F	Sig	Eta
ناگویی هیجانی	۴۲۸/۱۸	۱	۴۲۸/۱۸	۳۰/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۶۹
احساس تنهایی	۳۶۵/۱۵	۱	۳۶۵/۱۵	۲۶/۰۹	۰/۰۰۱	۰/۶۷
شفقت به خود	۷۴۰/۵۴	۱	۷۴۰/۵۴	۲۵/۱۹	۰/۰۰۱	۰/۶۵

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، تفاوت معنی‌داری بین نمرات ناگویی هیجانی ($F=۳۰/۰۲$)، احساس تنهایی ($F=۲۶/۰۹$)، شفقت به خود ($F=۲۵/۱۹$) وجود دارد ($P=۰/۰۱$) که نشان‌دهنده تفاوت معنادار متغیرهای ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دو گروه می‌باشد. بنابراین فرضیه‌های پژوهش مبنی تفاوت ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران با و بدون تجربه آزار جنسی مورد تأیید است.

بحث

هدف از این پژوهش مقایسه ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران با و بدون آزار جنسی بود. نتایج حاصل از تحلیل واریانس نشان داد که بین ناگویی هیجانی دختران با و بدون آزار جنسی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. بدین ترتیب که دختران آزار دیده جنسی نسبت به دختران عادی ناگویی هیجانی بالاتری را گزارش کردند. این نتیجه همسو با نتایج پیشین می‌باشد (۹-۶)، در تبیین این

در اثر تجربه آزار جنسی، باعث می‌گردد تا این دختران بیشتر غرق در افکار نشخواری گشته و احساس تنهایی بیشتری را نسبت به دختران بدون تجربه آزار جنسی تجربه کنند. در تبیین دیگر می‌توان گفت که یکی از مشخصه‌های اصلی احساس تنهایی کردن وجود استرس و نگرانی شدید در زندگی افراد است، دخترانی که در معرض استرس شدید قرار دارند (آشفستگی و استرس ناشی از آزار جنسی) احساس تنهایی بیشتری را نسبت به دخترانی که تجربه چنین استرس و نگرانی را در زندگی شخصی ندارند تجربه می‌کنند. بنابراین با توجه به این مسئله در اینجا نیز می‌توان گفت که دختران با تجربه آزار جنسی به سبب استرس ناشی از مورد آزار جسمی و عاطفی قرار گرفتن احساس تنهایی بیشتری را نسبت به دختران بدون تجربه آزار جنسی تجربه می‌کنند.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که بین شفقت به خود در دختران با و بدون تجربه آزار جنسی تفاوت وجود دارد. نتایج حاصل از تحلیل واریانس نشان داد که بین شفقت به خود در دختران با و بدون تجربه آزار جنسی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. بدین ترتیب که دختران آسیب دیده از آزار جنسی نسبت به دختران بدون تجربه آسیب دیده از آزار جنسی شفقت به خود پایین‌تری را گزارش کردند. این نتیجه همسو با نتایج پیشین است (۱۸-۱۴). در تبیین این نتایج می‌توان گفت که شفقت به خود به معنی پذیرش عاطفی چیزی است که در این لحظه در درون ما رخ می‌دهد. شفقت به خود نیازمند یک دیدگاه متعادل به احساسات منفی می‌باشد تا این احساسات نه به طور اغراق‌آمیز مورد توجه قرار گیرد و نه سرکوب شوند. این حالت متعادل ریشه در فرآیندی دارد که فرد تجربیات شخصی خود را با تجربه سایر افرادی مرتبط می‌داند که آن‌ها نیز آسیب دیده‌اند و از این طریق موقعیت خود را در یک دید وسیع‌تر مورد بررسی قرار می‌دهند. سازه شفقت به خود یک مؤلفه روانشناختی مثبت در افراد ایجاد می‌کند که در صورت بالا بودن این سازه می‌توان کیفیت زندگی بهتر را در افراد پیش‌بینی کرد. انسان‌های که نسبت به خود دلسوزی دارند درک می‌نمایند که کامل نبودن، شکست خوردن و تجربه سختی‌های زندگی غیر قابل اجتناب است بنابراین آن‌ها زمانی که با تجارب سخت زندگی مواجه می‌شوند به جای آنکه از نرسیدن به ایده‌آل‌هایشان

هیجانی دشواری‌های زیادی را تجربه می‌کنند بر اساس این دیدگاه دختران آسیب دیده از آزار جنسی به دلیل ضربه عاطفی شدید ناشی از مورد سوء استفاده قرار گرفتن و به دنبال آن سردی روابط عاطفی در داخل و عدم ابراز آن نسبت به محیط، باعث می‌گردد تا این عدم ابراز و احساس هیجانی شکل عمومی‌تر و تعمیم‌یافته‌تری پیدا کرده و در نتیجه ناگویی و عدم بیان عاطفی و هیجانی در این دختران نسبت به دختران عادی از سطح بالاتری برخوردار باشد. بنابراین می‌توان بیان کرد که وجود هرگونه ناهنجاری‌ها و مشکلات در بیان عاطفی و هیجانی محیطی یا ضربه‌های سنگین عاطفی (آشفستگی ناشی از آزار جنسی) منجر به ناگویی هیجانی بالاتر در این دختران گردد.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که بین احساس تنهایی در دختران با و بدون آزار جنسی تفاوت وجود دارد. نتایج حاصل از تحلیل واریانس نشان داد که بین احساس تنهایی در دختران با و بدون آزار جنسی تفاوت معنی‌دار وجود دارد. بدین ترتیب که دختران آزار دیده جنسی نسبت به دختران بدون آزار جنسی احساس تنهایی بالاتری را گزارش کردند. این نتیجه همسو با نتایج پیشین است (۱۲-۱۰). در تبیین این نتیجه می‌توان بیان کرد که تنهایی رابطه معنی‌داری با انواع بسیاری از اختلالات روانی دارد، دختران با تجربه آزار جنسی به سبب آسیب جسمانی و عاطفی، مشکلات روانشناختی متعددی را در کنار احساس تنهایی خود تجربه می‌کنند، چنین وضعیتی منجر به این رخداد می‌شود که آن‌ها بیش از دختران عادی در کیفیت روابط بین‌فردی خود در محیط‌های خارج از خانه دچار مشکل شوند و حتی ارتباط با محیط بیرون نداشته باشند. چنین وضعیتی یعنی عدم تمایل به برقراری ارتباط با محیط بیرون می‌تواند ناشی از نگاه ترحم‌آمیز سایر افراد به آن‌ها به سبب قربانی خشونت جنسی بودن یا از سویی نگرانی از آشکار شدن تجربه آزار جنسی به سبب شرایط فرهنگی باشد. همچنین دختران آزار دیده جنسی با شرایط دلهره‌آمیز و استرس‌زای مستمر ناشی از ترس دوباره از تجربه آزار جنسی قرار دارند، و چنین وضعیتی افسردگی و اضطراب را در آن‌ها تشدید می‌کند و همانطور که گفته شد تجربه چنین شرایطی منجر به اجتناب از محیط و تشدید احساس تنهایی در این دختران می‌گردد. تجربه روابط میان فردی ضعیف و تهی شدن روابط اجتماعی بهینه و مطلوب

پیروی از اصول اخلاقی: اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت‌کنندگان اجازه داشتند که هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت‌کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی: این تحقیق هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

تعارض منافع: بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منابع ندارد.

منابع

1. Ramaswamy S, Devgun M, Seshadri S, Bunders-Aelen J. Balancing the law with children's rights to participation and decision-making: Practice guidelines for mandatory reporting processes in child sexual abuse. *Asian Journal of Psychiatry*. 2023 Mar 1;81:103464.
2. Stern DM. Embodied interventions: Feminist communication pedagogy and rape culture. *Women's Studies in Communication*. 2018 Apr 3;41(2):108-12.
3. Warrington C, Beckett H, Allnock D, Soares C. Children's perspectives on family members' needs and support after child sexual abuse. *Children and Youth Services Review*. 2023 Jun 1;149:106925.
4. Tenkorang EY. Physical, sexual, and psychosocial health impacts of child abuse: Evidence from Ghana. *Advances in life course research*. 2023 Sep 1;57:100559.
5. Lavoie J, Williams S, Lyon TD, Quas JA. Do children unintentionally report maltreatment? Comparison of disclosures of neglect versus sexual abuse. *Child abuse & neglect*. 2022 Nov 1;133:105824.
6. Khan AN, Jaffee SR. Alexithymia in individuals maltreated as children and adolescents: a meta-analysis. *Journal of child psychology and psychiatry*. 2022 Sep;63(9):963-72.
7. Pei C, Fan C, Luo H, Bai A, Ni S, Luo M, Huang J, Zhou Y, Huo L. Sleep problems in adolescents with depression: Role of childhood trauma, alexithymia, rumination, and self-esteem. *Journal of Affective Disorders*. 2023 Oct 1;338:83-91.
8. Boisjoli C, Hébert M, Gauthier-Duchesne A, Caron PO. A mediational model linking perceptions of security, alexithymia and behavior problems of sexually abused children. *Child abuse & neglect*. 2019 Jun 1;92:66-76.
9. Boisjoli C, Hébert M. Importance of telling the unutterable: Alexithymia among sexually abused children. *Psychiatry research*. 2020 Sep 1;291:113238.

عصبانی شوند، تمایل دارند که با خود با مهربانی رفتار نمایند انسان‌ها همیشه نمی‌توانند چیزی که به نظرشان ایده‌آل است، باشند یا چیزی را که می‌خواهند به دست بیاورند زمانی که این واقعیت نادیده گرفته می‌شود رنج ناشی از ناکامی به شکل استرس، ناامیدی و از خود انتقادی افزایش پیدا می‌کند. زمانی که این واقعیت با مهربانی و همدلی پذیرفته شود فرد آرامش روانی بیشتری را تجربه می‌کند. شخصی که شفقت به خود بالایی دارد قادر است حتی هنگام مواجهه با ناکامی و بدبختی نگرش توأم با ملایمت و مهربانی نسبت به خود داشته باشد، چنین فردی درک می‌کند که تمام انسان‌ها شکست می‌خورند و درد را تجربه می‌کنند، داشتن چنین ویژگی‌هایی فرد را قادر می‌سازد احساسات و هیجانات خود را به طور مناسب تجربه نماید، بدون آنکه آن‌ها را از خود دور رانده یا کاملاً در سیطره‌ی آن‌ها قرار بگیرد (۱۸). دختران آزار دیده جنسی به تبع حقیقت تلخ مورد سوء رفتار جسمی و عاطفی همواره خود را در این مشکل تنها دیده و احساس می‌کنند که آن‌ها قربانی شرایط تلخ زندگی هستند و به نوعی خود را در انزوای مطلق می‌بینند که نقطه مقابل شفقت به خود است، بنابراین می‌توان بیان کرد که دختران آزار دیده جنسی به سبب انزوا، و تنها دانستن افراطی خود در مورد سوء آزار جسمی و عاطفی قرار گرفتن که با خصلت‌های شفقت به خود متعارض است در نتیجه شفقت به خود پابینی را نسبت به دختران عادی تجربه می‌کنند.

از محدودیت‌های این تحقیق استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس، محدودیت در تعمیم‌یافته‌ها و ابزار خودگزارشی بود. بنابراین در جهت افزایش روایی بیرونی پیشنهاد می‌شود که این تحقیق با جامعه متفاوت و به روش نمونه‌گیری تصادفی صورت گیرد. در تحقیقات آتی (وضعیت اجتماعی و اقتصادی دختران) کنترل گردد. در بخش پیشنهاد کاربردی نیز با توجه به نتایج پژوهش و تفاوت در ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود دختران با و بدون آسیب دیده از آزار جنسی پیشنهاد می‌شود که در مراکز بهداشتی، درمانی و روانشناسی کارگاه‌های در جهت بهبود ناگویی هیجانی، احساس تنهایی و شفقت به خود در دختران آسیب دیده از آزار جنسی اقدام گردد.

ملاحظات اخلاقی

22. Nasrolahi B, Aghaee V. Comparison of Alexithymia and cognitive emotion regulation strategies in individuals with symptoms of generalized anxiety disorder, social anxiety disorder and substance abuse with healthy individuals. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022 Jul 10;11(4):217-28.
23. Russell D, Peplau LA, Cutrona CE. The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of personality and social psychology*. 1980 Sep;39(3):472.
24. Russell D, Peplau LA, Ferguson ML. Developing a measure of loneliness. *Journal of personality assessment*. 1978 Jun 1;42(3):290-4.
25. Ebrahimi E, Hajebi MZ, Navabinejad S. The role of loneliness, sexual satisfaction and forgiveness in predicting depression in women affected by infidelity. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*. 2023 Mar 1;4(1):134-56.
26. Neff KD. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*. 2003 Jul 1;2(3):223-50.
27. Odou N, Brinker J. Exploring the relationship between rumination, self-compassion, and mood. *Self and Identity*. 2014 Jul 4;13(4):449-59.
10. Reingold OH, Goldner L. "It was wrapped in a kind of normalcy": The lived experience and consequences in adulthood of survivors of female child sexual abuse. *Child abuse & neglect*. 2023 May 1;139:106125.
11. Akhter-Khan SC, Van Es W, Prina M, Lawrence V, Piri I, Rokach A, Heu LC, Mayston R. Experiences of loneliness in lower-and middle-income countries: A systematic review of qualitative studies. *Social Science & Medicine*. 2023 Nov 22:116438.
12. Neves BB, Sanders A, Kokanović R. "It's the worst bloody feeling in the world": Experiences of loneliness and social isolation among older people living in care homes. *Journal of aging studies*. 2019 Jun 1;49:74-84.
13. Attrash-Najjar A, Katz C. "The story of the abuse as the story of my life": Narrative analysis of the stories of survivors of prolonged child sexual abuse. *Children and Youth Services Review*. 2023 Feb 1;145:106774.
14. Joseph M, Bance LO. A pilot study of compassion-focused visual art therapy for sexually abused children and the potential role of self-compassion in reducing trauma-related shame. *Indian Journal of Health & Wellbeing*. 2019 Oct 10(10-12), 368-372.
15. Wekerle C, Kim K, Wong N. Child sexual abuse victimization: focus on self-compassion. *Frontiers in Psychiatry*. 2022 Mar 2;13:818774.
16. Luo X, Che X, Lei Y. Characterizing the effects of self-compassion interventions on anxiety: Meta-analytic evidence from randomized controlled studies. *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2023. 30, 132-141. URL
17. Kuchar A, Neff KD & Mosewich AD. Resilience and Enhancement in Sport, Exercise, & Training (RESET): A brief self-compassion intervention with NCAA student-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 2023; 67, 102426. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102426>
18. Taghipour B, Barzegaran R. The effectiveness of group existencetherapy on self-compassion and resilience of mothers with children with intellectual disability. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2019 Jun 22;20(2):100-9.
19. Collins S, Orth T, Brunton R, Dryer R. Child abuse and wellbeing: Examining the roles of self-compassion and fear of self. *Child Abuse & Neglect*. 2023 Apr 1;138:106089.
20. Bagby RM, Taylor GJ, Parker JD. The twenty-item Toronto Alexithymia Scale—II. Convergent, discriminant, and concurrent validity. *Journal of psychosomatic research*. 1994 Jan 1;38(1):33-40.
21. Taylor GJ, Bagby RM, Parker JD. Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness. Cambridge University Press; 1999 Oct 7.