

Loneliness and Early Maladaptive Schemas in Farhangian University Students

احساس تنهایی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۲/۱۸؛ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۷/۱۳)

Ali Abedi, Mohammadali Sepahvandi, Fazlollah Mirdarivand

علی عابدی، محمدعلی سپهوندی، فضل‌الله میردریوند

Abstract

Loneliness is a widespread phenomenon that all individuals experience in a period of their life and a serious risk factor to physical and mental health. This feeling is influenced by various factors, including cognitions and schemas. The purpose of this study was to investigate the role of early maladaptive schemas in loneliness of Farhangian University students. This research is a descriptive correlational study. The research sample, including 334 students (175 girls and 159 boys), were randomly selected from the students of Arak Farhangian University. The research instruments included Young's Early Maladaptive Schema Scale (short form) and the California Loneliness Questionnaire (UCLA). Data were analyzed using correlation coefficient and regression analysis. The results showed that there is a positive relationship between loneliness and all schematic domains as well as all early incompatible schemas, except the schemes of "abandonment / instability" and "self-sacrifice". Regression analysis also showed that the domain of "Disconnection and Rejection" alone predicts 37% of the variance and the combination of three incompatible schemas of "Social Isolation / Alienation", "Emotional Deprivation" and "Vulnerability" also accounted for a total of 53.8% of the variance of loneliness. Overall, the results showed that the feeling of loneliness is related to and strongly influenced by the initial maladaptive schemas, especially the schemas of "Disconnection and Rejection".

Keywords: Loneliness, Early Maladaptive Schemas, Students, Farhangian University.

چکیده

احساس تنهایی پدیده گسترده و شایعی است که همه انسان‌ها در دوره‌ای از زندگی تجربه می‌کنند و تهدیدی جدی برای سلامت جسمی و روانی است. این احساس، تحت تاثیر عوامل مختلفی از جمله شناخت‌ها و طرحواره‌های شناختی می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگارانه اولیه در احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان انجام شده است. این پژوهش یک بررسی توصیفی از نوع همبستگی است. نمونه پژوهش، شامل ۳۳۴ دانشجویان (۱۷۵ دختر و ۱۵۹ پسر)، به روش تصادفی از بین دانشجویان دانشگاه فرهنگیان اراک انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل مقیاس طرحواره‌های ناسازگار اولیه (فرم کوتاه) یانگ و پرسش‌نامه احساس تنهایی کالیفرنیا UCLA بود. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد تمامی حوزه‌های طرحواره‌ای و نیز تمامی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، بجز طرحواره‌های «رهاشدگی/ بی‌ثباتی» و «ایثار»، با احساس تنهایی رابطه معنادار مثبت دارند. تحلیل رگرسیون نیز نشان داد، حوزه «بریدگی و طرد»، به تنهایی ۳۷ درصد و ترکیب سه طرحواره ناسازگار «انزوای اجتماعی/ بیگانگی»، «محرومیت هیجانی» و «آسیب‌پذیری» نیز در مجموع ۵۳/۸ درصد از واریانس احساس تنهایی را پیش‌بینی می‌کنند. در مجموع نتایج نشان داد، احساس تنهایی، در رابطه و زیر نفوذ قوی طرحواره‌های ناسازگار اولیه بویژه طرحواره‌های حوزه طرد و بریدگی قرار دارد.

واژگان کلیدی: تربیت معلم، برنامه درسی تربیت معلم، بررسی تطبیقی، ایران، هند

۱. دانش‌آموخته دکتری روانشناسی عمومی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران. (نویسنده مسئول) abedi.al@fh.ln.ac.ir
۲. استادیار روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.
۳. دانشیار روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

مقدمه

احساس تنهایی^۱ پدیده گسترده و شایعی است که همه انسان‌ها بدون توجه به جنسیت، سن، توانایی، نژاد، مذهب، وضعیت و پایگاه اجتماعی-اقتصادی و... در دوره‌ای از زندگی تجربه می‌کنند (پاکدامن و همکاران، ۲۰۱۶). این احساس ناخوشایند، به معنای تنهایی واقعی یا تنها بودن ساده و صرف نیست، بلکه احساس و تجربه‌ای ذهنی است که می‌تواند باعث شود یک فرد در عین حضور در بین دیگران، باز هم احساس تنهایی کند (علویانی و همکاران، ۲۰۱۷). اگرچه احساس تنهایی با عواملی چون وضعیت تاهل، گستره روابط با دیگران از جمله دوستان و خانواده، حضور در جمع و اجتماعات رابطه دارد اما با این حال قابل تقلیل به این عوامل اجتماعی و یا تنها بودن ساده نیست (سیراکاسانو^۲، ۲۰۱۷). اساساً این احساس، هنگام درک فاصله بین روابط اجتماعی مطلوب و روابط اجتماعی موجود تجربه می‌شود (همان منبع). بنابراین احساس تنهایی یک تجربه ذهنی است که ارتباطی به تنهایی به معنای واقعی آن ندارد (روکاج^۳، ۲۰۰۴). به عبارت دیگر ممکن است فردی روابط اجتماعی محدودی داشته باشد، اما به هیچ وجه احساس تنهایی نکند، برعکس فردی دیگر روابط اجتماعی گسترده‌ای داشته باشد و در عین حال احساس تنهایی کند که علت این ناهمخوانی میزان احساس صمیمیت فرد در روابط اجتماعی می‌باشد (دی‌زانگ گیرولد و هاونس^۴، ۲۰۰۴).

در دهه‌های اخیر، شیوع احساس تنهایی در جمعیت عمومی (غیربالینی)، نگران کننده‌تر از پیش شده است. بررسی بیوتل و همکاران^۵ (۲۰۱۷) نشان داد که ۱۰/۵٪ از افراد، درجاتی از احساس تنهایی را تجربه می‌کنند (۴/۹٪ خفیف، ۳/۹٪ متوسط و ۱/۷٪ شدید). بر اساس بررسی هاوکلی و کاسپو^۶ (۲۰۱۰)، بین ۱۵٪ تا ۳۰٪ جمعیت عمومی، احساس تنهایی را در سطوح مختلف و حالت مزمن تجربه می‌کنند. در مطالعه فراتحلیلی یوبیدو و ساموئل - اسکات^۷ (۲۰۱۴) در ایالات متحده، ۱۲٪ کودکان ۵ تا ۶ سال، ۸٪ کودکان ۸ تا ۱۱ سال و ۵٪ تا ۷٪ افراد میانسال و بزرگسال، دارای احساس تنهایی در سطح شدید و ماندگار هستند. براساس این مطالعه، حدود ۶٪ جمعیت عمومی، ۹٪ افراد زیر ۲۵ سال و نیز ۹٪ افراد بالای ۵۵ سال، تنهایی شدید را احساس می‌کنند. بر حسب بررسی ویکتور و یانگ^۸ (۲۰۱۲)، در انگلستان، ۶٪ افراد بزرگسالان و ۹٪ افراد زیر ۲۵ سال به شدت (همیشه یا اغلب اوقات) احساس تنهایی می‌کنند. در بررسی داورپناه (۱۳۷۳) نیز، ۱۵/۹٪ دانش‌آموزان نوجوان (۱۲ تا ۱۸ سال)، احساس تنهایی بالایی را گزارش کردند. بررسی علویانی و همکاران (۲۰۱۷) بر روی گروهی

1. Loneliness
2. Siracusano
3. Rokach
4. De Jong Gierveld & Havens
5. Beutel et al.
6. Hawkey & Caccioppo
7. Ubido & Scott-Samuel
8. Victor & Yang

از دانشجویان ایرانی (علوم پزشکی) نشان داد که شیوع احساس تنهایی متوسط و شدید (بدون تفاوت معنادار جنسیتی) به ترتیب ۵/۵٪ و ۳۱/۶٪ است. در بررسی بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) نیز، که بر روی جامعه دانشجویی شهر تهران انجام شد، ۶۶٪ دانشجویان تنهایی متوسط، ۱۷/۱٪ تنهایی خفیف یا فقدان احساس تنهایی و ۱۶/۷٪ احساس تنهایی بالا را گزارش کردند.

بررسی‌های کاسیوپو و همکاران^۱ (۲۰۰۲) و هینریچ و گولون^۲ (۲۰۰۶) نشان داده‌اند که احساس تنهایی، تهدیدی جدی برای سلامت جسمی و روانی و خطر مهمی برای سکت‌های قلبی، اضافه وزن و چاقی، گرفتگی و سختی عروق، فشارخون، مرگ زودرس، اختلال خواب، مقاومت اندک نسبت به بیماری‌ها است. همچنین با عوامل روان‌شناختی زیادی از جمله بهزیستی روان‌شناختی (باغچاندانی^۳، ۲۰۱۷)، عزت نفس (بزرگ‌پور و سلیمی، ۲۰۱۲)، رضایت از زندگی (کوچکی و همکاران، ۱۳۹۱؛ سلامی، ۲۰۱۱)، خوش‌بینی و دلبستگی ایمن (معدنی‌پور و همکاران، ۱۳۹۰)، اعتیادها از جمله وابستگی به اینترنت (قدری و همکاران، ۲۰۱۴)، سلامت عمومی و روانی (شیخ‌الاسلامی و همکاران، ۱۳۹۰) و ... رابطه دارد. بررسی راسل^۴ (۱۹۹۶) نیز نشان داده است که تنهایی، با عواملی از جمله خودکشی، افسردگی، اضطراب، کمبود اعتماد به نفس، اسنادهای منفی، بزهکاری، افت و شکست تحصیلی رابطه دارد.

از دهه ۱۹۸۰، پژوهش‌های زیادی در حوزه سبب‌شناسی و عوامل تاثیرگذار بر احساس تنهایی از جمله سن، جنسیت، تاهل و ... صورت گرفته است (بحیرایی و همکاران، ۱۳۸۵). یکی از عواملی که می‌توان در ارتباط با احساس تنهایی مورد بررسی قرار داد و کمتر پژوهشی آن را به عنوان عاملی مرتبط و پیش‌بین در زمینه احساس تنهایی مورد مطالعه قرار داده است، طرحواره‌های شناختی (طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۵) هستند. طرحواره‌ها، ساختارهای بنیادینی هستند که به مانند یک لنز، ادراک افراد از جهان، خود و دیگران را تحت تاثیر قرار می‌دهند. به عبارت دیگر، شیوه تفسیر، انتخاب و ارزیابی افراد نسبت به تجربیات‌شان را شکل می‌دهد (ولی‌زاده، ۲۰۱۶). طرحواره‌ها، از طریق فیلتر کردن تجربه‌ها، از آنها تفسیری منطبق با ساختار خود ارائه می‌دهند و منجر به انتخاب‌های مطابق با خود می‌شوند. البته، طرحواره‌ها، الزاما سازگار و دارای کارکرد طبیعی نیستند؛ یانگ و همکاران^۶ (۲۰۰۳)، هجده طرحواره ناسازگار اولیه را در پنج حوزه^۷ برشمردند که ناسازگارانه و بدکارکرد هستند و شامل موارد زیر می‌باشند: حوزه اول (حوزه بریدگی و طرد^۸)، شامل طرحواره‌های محرومیت هیجانی^۹، رهاشدگی/

1. Cacioppo et al.
2. Heinrich & Gullone
3. Bhagchandani
4. Russell
5. Early Maladaptive Schemas
6. Young et al.
7. Five basic schema domains
8. Disconnection & Rejection
9. Emotional Deprivation

بی‌ثباتی^۱، بی‌اعتمادی/بدرفتاری^۲، انزوای اجتماعی/بیگانگی^۳، نقص/شرم^۴؛ حوزه دوم (خودگردانی و عملکرد مختل^۵)، شامل طرحواره‌های وابستگی/بی‌کفایتی^۶، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر یا بیماری^۷، خود تحول‌نیافته/گرفتار^۸، شکست^۹؛ حوزه سوم (محدودیت‌های مختل^{۱۰})، شامل طرحواره‌های استحقاق/بزرگ‌منشی^{۱۱}، خویش‌داری و خودانضباطی ناکافی^{۱۲}؛ حوزه چهارم (دیگرجهت‌مندی^{۱۳}) شامل طرحواره‌های اطاعت^{۱۴}، ایثار^{۱۵}، پذیرش جویی/جلب توجه^{۱۶}؛ حوزه پنجم (گوش‌بزرگی بیش از حد و بازداری^{۱۷}) شامل طرحواره‌های منفی‌گرایی/بدبینی^{۱۸}، بازداری هیجانی^{۱۹}، معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی^{۲۰}، تنبیه^{۲۱}. به نظر آنها، این طرحواره‌های ناسازگارانه، منتج از ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی و هسته مرکزی بسیاری از اختلالات شخصیت، مشکلات رفتاری و شناختی و دیگر اختلالات هستند. به عبارت دیگر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، عامل آسیب‌پذیری‌های ویژه نسبت به آشفتگی‌ها و اختلالات روان‌شناختی و شخصیتی هستند (ولی‌زاده، ۲۰۱۶).

بررسی‌های زیادی بر رابطه و نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در روابط اجتماعی افراد صحه گذاشته‌اند (عطاری و همکاران، ۲۰۱۲). بر این اساس و با توجه به اینکه احساس تنهایی نیز نوعی ادراک و تفسیر از رابطه فرد با جهان و دیگران است که در دل روابط اجتماعی افراد بروز می‌کند، می‌توان گفت، احتمالاً هر دو سازه (طرحواره‌ها و احساس تنهایی) دارای بنیادهای شناختی و هیجانی نسبتاً مشترکی هستند. بر همین اساس، پژوهش حاضر به دنبال بررسی رابطه و نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در احساس تنهایی است.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر یک بررسی توصیفی-همبستگی است که در آن نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان مورد بررسی قرار گرفت. نمونه مورد بررسی پژوهش حاضر

1. Abandonment/Instability
2. Mistrust/Abuse
3. Social Alienation/Rejection
4. Defectiveness/Shame
5. Impaired Autonomy & Performance
6. Dependence/Incompetence
7. Vulnerability to Harm/Illness
8. Enmeshment/Undeveloped Self
9. Failure
10. Impaired Limits
11. Entitlement/Grandiosity
12. Insufficient Self-Control/Self-Discipline
13. Other-Directedness
14. Subjugation
15. Self-Sacrifice
16. Approval-Seeking/Recognition-Seeking
17. Overvigilance & Inhibition
18. Negativity/Pessimism
19. Emotional Inhibition
20. Unrelenting Standards/Hypercriticalness
21. Punitiveness

شامل ۳۳۴ دانشجوی (۱۵۹ پسر و ۱۷۵ دختر) بود که به صورت تصادفی از بین دانشجویان پردیس‌های دانشگاه فرهنگیان اراک انتخاب شدند. متغیرهای مورد بررسی در این پژوهش (۱) احساس تنهایی و (۲) طرحواره‌های ناسازگار اولیه (طرحواره‌های ناسازگار و حوزه‌های طرحواره) میباشند که هر یک به ترتیب با استفاده از پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ (فرم کوتاه)^۱ و مقیاس احساس تنهایی دانشگاه کالیفرنیا (UCLA)^۲ مورد اندازه‌گیری قرار گرفتند. در تلخیص و تحلیل داده‌ها، شاخص‌های توصیفی فراوانی، میانگین و انحراف معیار محاسبه شدند. آزمون t نیز، جهت بررسی تفاوت‌های جنسیتی در متغیرهای پژوهشی و ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون چندمتغیره برای بررسی رابطه و نقش طرحواره‌های ناسازگار در احساس تنهایی، مورد استفاده قرار گرفتند.

پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ (فرم کوتاه): این پرسش‌نامه شامل ۷۵ آیتم می‌باشد که توسط یانگ (۱۹۹۸) برای ارزیابی ۱۵ طرحواره ناسازگار اولیه ساخته شده است. این طرحواره‌ها دارای ۵ حوزه می‌باشند: حوزه اول: رها شدگی/ بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، محرومیت هیجانی. حوزه دوم: وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به بیماری، خود تحول نیافته/ گرفتار، شکست. حوزه سوم: استحقاق/ بزرگ منشی، خویشن‌داری/ خودکنترلی ناکافی. حوزه چهارم: اطاعت، ایثار. حوزه پنجم: بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/ عیب‌جویی افراطی. هر سوال در یک مقیاس ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود (۱ برای کاملاً نادرست تا ۶ برای کاملاً درست). در این پرسش‌نامه، هر طرحواره بوسیله پنج سوال سنجیده می‌شود. چنانچه میانگین هر خرده مقیاس بالاتر از ۲۵ باشد آن طرحواره ناکارآمد تلقی می‌شود. پایایی و روایی این ابزار در پژوهش‌های متعددی به اثبات رسیده است (اویی و بارانوف^۳، ۲۰۰۷). هنجاریابی این پرسش‌نامه در ایران توسط آهی و همکاران (۱۳۸۶) بر روی دانشجویان دانشگاه‌های تهران انجام گرفته است؛ همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ در جمعیت مونث ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر ۰/۹۸ بدست آمده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش حاضر ۰/۹۴ بود.

آزمون احساس تنهایی دانشگاه کالیفرنیا (UCLA): به عنوان اولین آزمون احساس تنهایی، توسط راسل و همکاران^۴ (۱۹۷۸) ساخته شد. این آزمون، شامل ۲۰ ماده بود که تجارب افراد تنها را توصیف می‌کرد. علیرغم اعتبار و پایایی مناسبی که برای این مقیاس گزارش شده بود، و برای رفع برخی نواقص، در سال ۱۹۸۰، راسل و همکاران نسخه تجدیدنظر شده‌ای از فرم اولیه ارائه دادند (به نقل از راسل^۵، ۱۹۹۶). این مقیاس در سال ۱۹۹۶، برای سومین بار توسط راسل مورد تجدیدنظر قرار گرفت. در نسخه^۵ سوم، عبارت‌های آزمون و نحوه پاسخگویی به آنها ساده‌تر شده و محتوای ماده^۵ چهارم آزمون از منفی به

1. Young Schema Questionnaire -Short Form
 2. University of California, Los Angeles(UCLA) Loneliness Scale
 3. Oei & Baranoff
 4. Russell et al.
 5. Russell as cited in Russell(1996)

مثبت تغییر کرده است. همچنین مواد آزمون به گونه‌ای طراحی شده است که بتوان آن را از طریق مصاحبه نیز اجرا نمود. راسل برای این نسخه ضریب آلفای ۰/۹۴ گزارش نمود. این آزمون از ۲۰ ماده تشکیل شده که دارای یازده عبارت مثبت و نه عبارت منفی است و آزمودنی میزان انطباق هر یک از مواد آزمون را با حالت‌های خود در یک مقیاس چهار گزینه‌ای از نوع لیکرت مشخص می‌کند. در این مقیاس، مواد شماره ۲۰، ۱۹، ۱۶، ۱۵، ۱۰، ۹، ۶، ۵، ۱، به طور معکوس نمره گذاری می‌شوند (برای مثال ۱=۴، ۲=۳، ۳=۲، ۴=۱)، نمره کل آزمودنی، برابر حاصل جمع نمراتی است که از مواد آزمون کسب می‌کند. حداقل نمره که گویای نبود احساس تنهایی است ۲۰ و حداکثر نمره، ۸۰ می‌باشد. در پایان این مقیاس، تک سوالی در مورد گزارش فردی از احساس تنهایی، به منظور بررسی اعتبار همگرا گنجانده است.

یافته‌های پژوهش

جدول ۱، ۲، ۳ و ۴، توزیع فراوانی و شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار متغیر احساس تنهایی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه را به صورت کل و تفکیک جنسیتی نشان می‌دهند.

جدول ۱. توزیع فراوانی سطوح سه گانه احساس تنهایی همراه با آزمون خی دو

احساس تنهایی	فراوانی	درصد	X ²	Sig.	(پژوهش بحیرایی و همکاران، ۱۳۸۵)
احساس تنهایی خفیف	۹	۲۶/۹			۱۷/۱
احساس تنهایی متوسط	۲۰۵	۶۱۴/۴	۱۱۰/۴۳	**۰/۰۰۰	۶۶
احساس تنهایی بالا	۳۹	۱۱/۷			۱۶/۷

** p < ۰/۰۱ p* < ۰/۰۵

جدول ۱، شاخص فراوانی احساس تنهایی را بر حسب نقاط برش گزارش شده توسط بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) در جمعیت دانشجویان، همراه با آزمون خی دو (X²) جهت بررسی تفاوت نسبت‌های به دست آمده (برای سطوح مختلف احساس تنهایی) نشان می‌دهد. جهت مقایسه نسبت‌های بدست آمده در پژوهش حاضر با درصد هنجاری جمعیت دانشجویی که توسط بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) گزارش شده است، توزیع درصدهای بررسی آنها نیز در جدول ۱ آمده است. بر حسب جدول ۱، ۲۶/۹ درصد دانشجویان فاقد احساس تنهایی یا احساس تنهایی در سطح پایین و خفیف هستند، ۶۱/۴ درصد احساس تنهایی متوسط و ۱۱/۷ درصد احساس تنهایی بالا را نشان می‌دهند.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار احساس تنهایی همراه با آزمون t

مقیاس	جنسیت	تعداد	میانگین	sd	t	.Sig.	میانگین کل	SD	همکاران، همکاران، همکاران، همکاران (۱۳۸۵)	ارزش آزمون (پژوهش تجربی و همکاران، همکاران، همکاران، همکاران (۱۳۸۵))	T	.Sig.
احساس تنهایی	پسر	۱۵۹	۳۶/۳	۷/۹۰	۰/۱۰	۰/۹۲	۳۶/۳۹	۹/۶۲	۳۸/۲۵	-۲/۲۳	۰/۰۲۷**	
	دختر	۱۷۵	۳۶/۴	۱۰/۸۳								

p < ۰/۰۱

p* < ۰/۰۵

**

جدول ۲، میانگین و انحراف معیار احساس تنهایی را به صورت کل و تفکیک جنسیتی همراه با آزمون t نشان می‌دهد. بر حسب جدول، مقایسه میانگین احساس تنهایی دختران (sd= ۱۰/۸۳ ، ۳۶/۴) و پسران (sd= ۷/۹۰ ، ۳۶/۳)، تفاوت جنسیتی معنی‌داری را نشان نمی‌دهد (p= ۰/۹۲ ، t= ۰/۱۰). همچنین بر اساس جدول (۲)، مقایسه میانگین کل (بدون تفکیک جنسیتی) احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان (sd= ۹/۶۲ ، ۳۶/۳۹) و میانگین هنجاری جمعیت دانشجویی گزارش شده توسط بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) (sd= ۱۰/۸ و ۳۸/۲۵)، تفاوت معنی‌داری را نشان می‌دهد (t= -۲/۲۳ و p= ۰/۰۲).

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار طرحواره‌های ناسازگار اولیه همراه با آزمون t

طرحواره‌های ناسازگارانه اولیه	جنسیت	تعداد	میانگین	Sd	t	.Sig.	میانگین کل	انحراف معیار کل
محرومیت هیجانی	پسر	۱۵۹	۴/۹۳	۴/۱۸	۱/۳۷	۰/۱۷	۴/۳۸	۴/۰۷
	دختر	۱۷۵	۳/۹۶	۳/۹۶				
رهاشدگی/بیشبانی	پسر	۱۵۹	۷/۴۷	۴/۷۱	-۰/۳۶	۰/۷۱	۷/۶۳	۴/۵۲
	دختر	۱۷۵	۷/۷۶	۴/۳۹				
بیاعتمادی/بدرفتاری	پسر	۱۵۹	۶/۰۷	۳/۹۱	۱/۰۹	۰/۲۷	۵/۶۶	۳/۸۸
	دختر	۱۷۵	۵/۳۴	۳/۸۵				
انزوای اجتماعی/ بیگانگی	پسر	۱۵۹	۴/۶۰	۴/۰۹	۰/۸۲	۰/۴۱	۴/۲۸	۳/۹۱
	دختر	۱۷۵	۴/۰۴	۳/۷۷				
نقص/شرم	پسر	۱۵۹	۲/۸۷	۳/۱۳	۱/۹۲	۰/۰۵*	۲/۳۳	۲/۸۷
	دختر	۱۷۵	۱/۹۲	۲/۵۹				

۳/۸۷	۳/۳۳	۰/۶۹	۰/۳۸	۳/۹۶	۳/۴۸	۱۵۹	پسر	شکست
				۳/۸۳	۳/۲۲	۱۷۵	دختر	
۴/۱۶	۴/۱۷	۰/۱۶	-۱/۳۹	۴/۰۲	۳/۶۱	۱۵۹	پسر	وابستگی/بی کفایتی
				۴/۲۴	۴/۶۲	۱۷۵	دختر	
۴/۷۲	۴/۵۴	۰/۰۶	-۱/۸۸	۴/۲۸	۳/۶۸	۱۵۹	پسر	آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری
				۴/۹۷	۵/۲۲	۱۷۵	دختر	
۳/۸۰	۴/۱۸	۰/۸۵	-۰/۱۸	۳/۵۲	۴/۱۱	۱۵۹	پسر	گرفتار/خویشترن تحول‌نیافته
				۴/۰۲	۴/۲۴	۱۷۵	دختر	
۳/۷۴	۵/۰۱	۰/۲۵	-۱/۱۳	۳/۴۵	۴/۶۰	۱۵۹	پسر	اطاعت
				۳/۹۴	۵/۳۴	۱۷۵	دختر	
۳/۹۵	۱۲/۱۶	۰/۳۷	۰/۸۸	۴/۰۴	۱۲/۵۰	۱۵۹	پسر	ایشار
				۳/۸۹	۱۱/۹۰	۱۷۵	دختر	
۴/۹۸	۶/۰۱	۰/۹۴	-۰/۰۷	۴/۶۶	۵/۹۷	۱۵۹	پسر	بازداری هیجانی
				۵/۲۵	۶/۰۴	۱۷۵	دختر	
۴/۶۸	۱۲/۱۷	۰/۴۳	-۰/۷۸	۴/۶۶	۱۱/۸۲	۱۵۹	پسر	معیارهای سرسختانه
				۴/۷۱	۱۲/۴۶	۱۷۵	دختر	
۴/۳۲	۹/۴۷	۰/۰۱**	۲/۵۵	۴/۷۱	۱۰/۵۲	۱۵۹	پسر	استحقاق/بزرگ‌منشی
				۳/۸۱	۸/۶۴	۱۷۵	دختر	
۴/۱۴	۷/۰۷	۰/۸۱	۰/۲۳	۴/۵۷	۷/۱۶	۱۵۹	پسر	خویشترن داری/ خودانضباطی ناکافی
				۳/۷۹	۷/۰۰	۱۷۵	دختر	

** p < ۰/۰۱ p* < ۰/۰۵

جدول ۳، میانگین و انحراف معیار طرحواره‌های ناسازگار اولیه را به صورت کل و تفکیک جنسیتی نشان می‌دهد. مقدار t محاسبه شده و سطح معنی‌داری آن، نشان می‌دهد، دانشجویان پسر و دختر در دو طرحواره «نقص و شرم» (p < ۰/۰۵) و «استحقاق/بزرگ‌منشی» (p < ۰/۰۱) دارای تفاوت معنادار و در دیگر طرحواره‌ها فاقد تفاوت معنادارند.

جدول ۴. شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار حوزه‌های طرحواره همراه با آزمون t

حوزه‌های طرحواره	جنسیت	تعداد	میانگین	Sd	t	.Sig	میانگین کل	انحراف معیار کل
حوزه ۱ (بریدگی و طرد)	پسر	۱۵۹	۲۵/۹۵	۱۴/۰۱	۱/۲۹	۰/۱۹	۲۴/۳۱	۱۳/۰۳
	دختر	۱۷۵	۲۳/۰۲	۱۲/۱۴				
حوزه ۲ (خودگردانی و عملکرد مختل)	پسر	۱۵۹	۱۴/۸۹	۱۳/۴۴	-۰/۰۲	۰/۳	۱۶/۲۴	۱۳/۴۳
	دختر	۱۷۵	۱۷/۳۰	۱۳/۴۲				
حوزه ۳ (محدودیت‌های مختل)	پسر	۱۵۹	۱۷/۶۹	۷/۶۵	۱/۶۹	۰/۰۹	۱۶/۵۴	۷/۰۰
	دختر	۱۷۵	۱۵/۶۴	۶/۳۵				
حوزه ۴ (دیگرجهت‌مندی)	پسر	۱۵۹	۱۷/۱۱	۵/۹۴	-۰/۱۱	۰/۹۰	۱۷/۱۸	۶/۳۰
	دختر	۱۷۵	۱۷/۲۴	۶/۶۱				
حوزه ۵ (گوش به‌زنگی و بازداری)	پسر	۱۵۹	۱۷/۷۹	۶/۶۹	-۰/۵۲	۰/۶۰	۱۸/۱۹	۷/۶۷
	دختر	۱۷۵	۱۸/۵	۸/۳۹				

** p < ۰/۰۱ p* < ۰/۰۵

جدول ۴، میانگین و انحراف معیار حوزه‌های پنج‌گانه طرحواره‌های ناسازگار اولیه را بصورت کل و تفکیک جنسیتی نشان می‌دهد. مقدار t محاسبه شده و سطح معنی‌داری آن، نشان می‌دهد، بین دانشجویان پسر و دختر در هیچ یک از حوزه‌های پنج‌گانه طرحواره، تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

جدول ۵. ماتریس ضرایب همبستگی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و احساس تنهایی

متغیرهای پیش‌بین	متغیر ملاک	احساس تنهایی
محروریت هیجانی	ره‌شدگی/بی‌ثباتی	۰/۱۵
انزوار اجتماعی/بیگانگی	بیا اعتمادی/بدرفتاری	۰/۴۱**
نفص/شرم		۰/۴۷**
شکست		۰/۵۰**
وابستگی/بیکفایتی		۰/۳۷**
آسپ‌پذیری		۰/۳۲**
گرفتار/خویش‌تولیانفته		۰/۲۹**
اطاعت		۰/۴۷**
اینار		۰/۰۷
بازداری هیجانی		۰/۴۹**
معیارهای سرخسخته		۰/۲۰*
استحقاق/بزرگمشی		۰/۱۷*
خویش‌اندیشی/خودانضباطینا کافی		۰/۴۱**

** p < ۰/۰۱ p* < ۰/۰۵

بر اساس داده‌های جدول ۵، طرحواره‌های ناسازگار «محرومیت هیجانی»، «بی‌اعتمادی/بد رفتاری»، «انزوای اجتماعی/بیگانگی»، «نقص/شرم»، «شکست»، «وابستگی/بی‌کفایتی»، «آسیب پذیری»، «گرفتار/خود تحول‌نیافته»، «اطاعت»، «بازداری هیجانی» (در سطح $p < 0/01$) و «معیارهای سرسختانه»، «استحقاق/بزرگ‌منشی»، «خویش‌داری/خودکنترلی ناکافی» (در سطح $p < 0/05$)، با احساس تنهایی رابطه معنی‌دار مثبتی را نشان می‌دهند و تنها دو طرحواره «رهاشدگی/بی‌ثباتی» و «ایثار»، فاقد رابطه معنی‌دار با احساس تنهایی می‌باشند.

جدول ۶. ماتریس ضرایب همبستگی حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و احساس تنهایی

متغیرهای پیش‌بین	حوزه ۱ (بریدگی و طرد)	حوزه ۲ (خودگردانی و عملکرد مختل)	حوزه ۳ (محدودیت‌های مختل)	حوزه ۴ (محدودیت‌های مختل)	حوزه ۵ (گوشه‌زنگی و بازداری)
متغیر ملاک					
احساس تنهایی	** ۰/۶۱	** ۰/۴۶	** ۰/۳۵	** ۰/۳۲	** ۰/۴۴

** $p < 0/01$ $p < 0/05$

بر اساس جدول ۶، هر پنج حوزه طرحواره‌ای (حوزه بریدگی و طرد، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل، حوزه محدودیت‌های مختل، حوزه دیگر جهت‌مندی و حوزه گوش بزنگی بیش از حد و بازداری)، با احساس تنهایی رابطه معنی‌دار مثبتی را نشان می‌دهند.

جهت بررسی و پاسخ به سوال اصلی پژوهش یعنی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تعیین و تبیین احساس تنهایی، از محاسبه رگرسیون چند متغیره (گام به گام) استفاده شد. جداول ۷ و ۸ نتیجه این تحلیل را بر حسب زیر مقیاس‌های نظام طرحواره‌ای، حوزه‌های طرحواره نشان می‌دهند:

جدول ۷. تحلیل رگرسیون چند متغیره (گام به گام) طرحواره‌های ناسازگار اولیه و احساس تنهایی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	F	Sig.	B	بتا	t	Sig.
۱ احساس تنهایی	انزوای اجتماعی/بیگانگی	۰/۶۷۶	۰/۴۵۷	۱۱۱/۲۵	۰/۰۰۰	۲/۴۹	۰/۶۷	۱۰/۵۴	۰/۰۰۰
۲ احساس تنهایی	انزوای اجتماعی/بیگانگی محرومیت هیجانی	۰/۷۰۷	۰/۵۰۰	۶۵/۵۹	۰/۰۰۰	۲/۲۲	۰/۶۰	۹/۲۳	۰/۰۰۰
۳ احساس تنهایی	انزوای اجتماعی/بیگانگی محرومیت هیجانی آسیب‌پذیری	۰/۷۳۳	۰/۵۳۸	۵۰/۳۷	۰/۰۰۰	۲/۰۳	۰/۵۵	۸/۴۴	۰/۰۰۰
						۰/۸۲	۰/۲۳	۳/۶۷	۰/۰۰۰
						۰/۶۰	۰/۱۹	۳/۲۳	۰/۰۰۲

بر اساس جدول ۷، از بین طرحواره‌های پانزده‌گانه، ترکیب طرحواره‌های «انزوای اجتماعی/بیگانگی»، «محرومیت هیجانی» و «آسیب‌پذیری» در مجموع ۵۳/۸ درصد از واریانس احساس تنهایی را تبیین و پیش‌بینی می‌کنند. مابقی طرحواره‌ها به دلیل رابطه ضعیف با متغیر ملاک خودبه‌خود از مدل حذف شده‌اند.

جدول ۸. تحلیل رگرسیون چند متغیره (گام به گام) حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار و احساس تنهایی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	R	R'	F	Sig	B	بتا	t	Sig
۱ احساس تنهایی	حوزه ۱	۰/۶۱	۰/۳۷	۸۰/۳۷	۰/۰۰۰	۰/۶۸	۰/۶۱	۸/۹۶	۰/۰۰۰

بر اساس داده‌های جدول ۸، از بین حوزه‌های پنج‌گانه طرحواره، تنها حوزه اول یعنی «بریدگی و طرد» به تنهایی ۳۷ درصد از واریانس احساس تنهایی را تبیین و پیش‌بینی می‌کند. دیگر حوزه‌های طرحواره، به دلیل رابطه ضعیف با متغیر ملاک از مدل حذف شده‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

اگرچه پژوهش حاضر به منظور بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در احساس تنهایی دانشجویان انجام شده است، اما بر اساس یافته‌های توصیفی پژوهش (توزیع فراوانی و میانگین متغیرهای پژوهشی)، برخی نتایج قابل توجه و اشاره‌اند. برای مثال، فراوانی سطوح مختلف احساس تنهایی (خفیف، متوسط و بالا) در بین دانشجویان دانشگاه فرهنگیان، نسبت به فراوانی‌های بدست آمده در بررسی‌های دیگر از جمله بررسی بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) که یک بررسی هنجاریابی است و در جمعیت دانشجویی سطح تهران صورت گرفته است متفاوت است (جدول ۱). این تفاوت نشان می‌دهد، فراوانی احساس تنهایی شدید (احساس تنهایی بالا)، در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان کمتر از جامعه دانشجویی (بحیرایی و همکاران، ۱۳۸۵) می‌باشد. به عبارت دیگر، به نظر می‌رسد، در دانشگاه فرهنگیان، نسبت به جامعه دانشجویی، دانشجویان کمتری احساس تنهایی شدید را تجربه می‌کنند. از سوی دیگر، میانگین احساس تنهایی بدست آمده در پژوهش حاضر نیز پایین‌تر از میانگین هنجاری بدست آمده در جمعیت دانشجویی توسط بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵) است (جدول ۲). بنابراین، بر حسب میانگین و فراوانی‌های بدست آمده در پژوهش حاضر، و مقایسه آن با گروه هنجاری بررسی بحیرایی و همکاران (۱۳۸۵)، فراوانی سطوح بالای احساس تنهایی و شدت احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان، به‌طور معناداری پایین‌تر از سطح بهنجار جامعه دانشجویی است.

در تبیین و توضیح این تفاوت، می‌توان به چند عامل اشاره کرد. از یک سو، چنین تفاوتی می‌تواند متأثر از فرایند گزینشی خاص دانشگاه فرهنگیان در پذیرش دانشجویانش باشد. به عبارت دیگر، با توجه به اینکه در دانشگاه فرهنگیان، پذیرش دانشجویی یک مصاحبه روان‌شناختی صورت می‌گیرد که در آن

سعی می‌شود داوطلبان بر اساس برخی ملاک‌ها و شاخص‌های سلامت روان مورد ارزیابی قرار گیرند، لذا به نظر می‌رسد این مصاحبه روان‌شناختی، داوطلبان با سطح بهداشت روان بالاتر و به تبع آن احساس تنهایی کمتر را گزینش می‌کند. البته باید این نکته را بیان کرد که در فرایند مصاحبه و گزینش دانشجویان در این دانشگاه، سابقه و گرایش به فعالیت‌های اجتماعی از جمله تشریک مساعی در انجمن‌ها و گروه‌های مختلف اجتماعی در کنار توانمندی‌ها و مهارت‌های اجتماعی هم از ملاک‌های مورد تاکید و ارزیابی در پذیرش دانشجویان می‌باشد که این به نوبه خود می‌تواند منجر به گزینش دانشجویانی با گرایش‌های جمعی بالاتر و احساس تنهایی کمتر شود. اما عامل دیگری که می‌تواند تبیین‌کننده چنین تفاوتی (احساس تنهایی کمتر دانشجویان دانشگاه فرهنگیان) باشد، ماهیت و نحوه انتخاب رشته و دانشگاه از سوی داوطلبان کنکور است. به بیان دیگر، در فرایند انتخاب رشته و دانشگاه از سوی داوطلبان کنکور، با توجه به ماهیت رشته‌های دانشگاه فرهنگیان (انواع رشته‌های دبیری و آموزگاری که مستلزم تپ و منش اجتماعی هستند)، به گونه‌ای ضمنی و خود به خودی داوطلبانی با گرایش و ترجیحات اجتماعی به سمت انتخاب این دانشگاه و رشته‌های آن سوق پیدا می‌کنند. بنابراین، دانشجویان مورد پذیرش در این دانشگاه، به احتمال بیشتر دارای روحیه‌ای اجتماعی و به تبع آن احساس تنهایی کمتر می‌باشند. در توضیح این تفاوت، شاید بتوان به تعامل نزدیک و تنگاتنگ دانشجویان و اولیای دانشگاه فرهنگیان هم اشاره کرد. در این دانشگاه با توجه به تاکید بر اولویت جذب مدرسان از بدنه آموزش و پرورش (برای مثال تاکید بر به‌کارگیری دبیران رسمی آموزش و پرورش در شیوه‌نامه به‌کارگیری حق‌التدریس)، ترکیب اصلی هیات علمی و مدرسان مدعو را معلمان و دبیران شاغل یا بازنشسته‌ای تشکیل می‌دهد که این به نوبه خود منجر به ارتباط گیری بیشتر بین آنها و دانشجو معلمان در این دانشگاه می‌شود. این ارتباط می‌تواند فاصله معمول بین دانشجو و استاد را تخفیف دهد.

از سوی دیگر، مقایسه میانگین احساس تنهایی دانشجویان دختر و پسر، نشان می‌دهد، تفاوت جنسیتی معنی‌داری در شدت تجربه احساس تنهایی وجود ندارد (جدول ۲). همچنین در زمینه میانگین‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، بررسی و مقایسه آنها با هم نشان می‌دهد، دو طرحواره «ایثار» و «معیارهای سرسختانه»، میانگین‌های بالاتری را نسبت به طرحواره‌های ناسازگار دیگر به دست آورده‌اند (به ترتیب ۱۲/۱۶ و ۱۲/۱۷). این در حالی است که میانگین کل پانزده طرحواره ناسازگار ($sd = ۲/۵۵$) ۶/۱۶ به دست آمده است. بر این اساس، میانگین‌های این دو طرحواره، ۲/۳۵ انحراف معیار بالاتر از میانگین کل به دست آمده‌اند. این اختلاف بالا و فاحش نسبت به میانگین کل، می‌تواند مبین قدرت و شدت بالاتر و نیز برجستگی این دو طرحواره در جامعه مورد بررسی باشد (شاید این سطح از میانگین متأثر از مولفه‌های مشترک فرهنگی باشد که می‌تواند موضوع بررسی‌های مقایسه‌ای و تکمیلی بعدی قرار گیرد).

در زمینه پرسش اصلی پژوهش، نتایج نشان می‌دهد، تمامی حوزه‌های پنجگانه طرحواره‌های و نیز تمامی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، به‌جز طرحواره‌های «رهاشدگی/بی‌ثباتی» و «ایثار»، با احساس تنهایی رابطه

معنادار مثبت دارند. تحلیل رگرسیون نیز، ضمن تایید نقش طرحواره‌های ناسازگارانه در احساس تنهایی، نشان می‌دهد؛ از بین حوزه‌های پنجگانه طرحواره، حوزه «رهاشدگی و طرد» به تنهایی ۳۷٪ از واریانس احساس تنهایی را تبیین و پیش‌بینی می‌کند (جدول ۶). از بین طرحواره‌های پانزده‌گانه نیز، ترکیب سه طرحواره «انزوای اجتماعی/بیگانگی»، «محرومیت هیجانی» و «آسیب‌پذیری» در مجموع ۵۳/۸٪ از واریانس احساس تنهایی را تبیین و پیش‌بینی می‌کنند (جدول ۵).

این یافته‌ها در سطح کلی بیانگر نقش معنی‌دار و تعیین‌کننده نظام طرحواره‌ای (طرحواره‌های ناسازگار اولیه)، در تجربه احساس تنهایی است و با نتایج بررسی‌های ولی‌زاده (۲۰۱۶) و مجلل و همکاران (۲۰۱۵) همسو است. در بررسی ولی‌زاده (۲۰۱۶) که در زمینه رابطه فرزندپروری، طرحواره‌های ناسازگار و احساس تنهایی بر روی گروهی از نوجوانان عادی انجام شده است، طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تجربه احساس تنهایی، رابطه مثبت معنی‌دار نشان داده‌اند. در این بررسی، واریانس متغیر احساس تنهایی، به وسیله طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقص، رهاشدگی، محرومیت هیجانی، بازداری، استحقاق، اطاعت و خودگرفتار، پیش‌بینی و تعیین شده‌اند. در پژوهش مجلل و همکاران (۲۰۱۵) نیز که به بررسی رابطه حوزه‌های پنجگانه طرحواره‌های ناسازگار و مشکلات بین‌فردی از جمله اجتناب و کناره‌گیری اجتماعی پرداخته است، مشخص شد که بین مشکلات بین‌فردی و سبک‌های نامناسب ارتباطی با تمامی حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. بر این اساس، با توجه به اینکه مشکلات بین‌فردی و سبک‌های نامناسب ارتباطی یکی از مهمترین علل احساس تنهایی است و نیز با لحاظ اینکه یکی از زیر مقیاس‌های پرسش‌نامه به کار رفته در این بررسی، اجتناب اجتماعی بوده است، لذا یافته‌های پژوهش ایشان به طور تلویحی، مبین ارتباط نظام طرحواره‌ای و احساس تنهایی است.

چنین یافته‌هایی بیانگر نقش تعیین‌کننده مولفه‌های شناختی به‌ویژه طرحواره‌های شناختی ناسازگار در زیربنا و بنیاد کژکاری‌های روان‌شناختی، از جمله احساس تنهایی است. یانگ و همکاران (۲۰۰۳) معتقدند که بنیاد و هسته اصلی بسیاری از اختلالات و آشفتگی‌های روان‌شناختی، طرحواره‌هایی هستند که در خلال تجارب ناگوار کودکی (از جمله عدم ارضاء نیازهای هیجانی و دلبستگی کودکان نسبت به والدین) به صورت ناسازگارانه تکوین یافته‌اند. طرحواره‌هایی که اساساً وجهی هیجانی-شناختی داشته و در بستر رابطه و تعامل فرد با افراد نزدیک خویش شکل می‌گیرند، در فرایند توجه، پردازش و عمل یا به تعبیر بک^۱ «ارزیابی، رمزگردانی و ارزشیابی محرک‌ها» (به نقل از یانگ و همکاران، ۲۰۰۳)، همچون یک فیلتر عمل می‌کنند و مفسر و تصمیم‌ساز اصلی سازمان روانی هستند. بر این اساس، طرحواره‌ها از جمله طرحواره‌های ناسازگار در پدیدآیی اکثر پدیده‌ها و سازه‌های روان‌شناختی هنجار و نابهنجار نقشی اساسی ایفا می‌کنند. احساس تنهایی نیز که ماهیت و ساختاری هیجانی-شناختی^۲ دارد (ساندربی و واگنر،

1. Beak as cited in Yang et al.
2. Emotive-cognitive-subjective

(۲۰۱۳)، در بستر نقش آفرینی و دخل و تصرف طرحواره‌ها که بر هر درون داد و برون دادی کنترل دارند، تحت تاثیر طرحواره‌ها قرار می‌گیرد. از سوی دیگر، بر حسب رویکرد شناختی به احساس تنهایی (پپلاو و پرلمن^۱، ۱۹۸۲)، احساس تنهایی به عنوان یک ادراک و تفسیر از رابطه فرد با جهان و دیگران، می‌تواند تحت‌الشعاع طرحواره‌ها قرار گیرد. به عبارت دیگر، طرحواره‌ها بر اساس احساسات درونی شده افراد در زمینه روابطشان با افراد مهم زندگی، شکل گرفته و بر تجارب و روابط بین فردی آنها در آینده تاثیر می‌گذارند (مجلل و همکاران، ۲۰۱۵). بررسی‌ها، بر رابطه، نقش و تاثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر روابط اجتماعی افراد صحنه گذاشته‌اند (عطاری و همکاران، ۲۰۱۲؛ پونز و همکاران^۲، ۲۰۰۴)؛ این مکانیزم تکوین و عمل طرحواره‌ها، در زمینه احساس تنهایی نیز که بر حسب رویکرد شناختی به آن (پپلاو و پرلمن، ۱۹۸۲) به عنوان یک ادراک، ارزیابی و تفسیر از رابطه فرد با جهان و دیگران، تلقی میشود؛ میتواند تاثیرگذار باشد. بر همین اساس شاید بتوان گفت، طرحواره انزوای اجتماعی، منعکس‌کننده چنین تاثیری است. به عبارت دیگر، می‌توان احساس تنهایی و طرحواره انزوای اجتماعی را دو روی یک سکه و بدیل‌های هیجانی و شناختی یکدیگر تلقی کرد. لذا بر این اساس، می‌توان گفت که رابطه و نقش پیش‌بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تجربه احساس تنهایی، می‌تواند متاثر از وجه شناختی-هیجانی مشترک آنها در گام نخست، و بنیادی‌تر بودن طرحواره‌ها در شکل‌گیری و نقش آفرینی‌شان در گام بعدی باشد.

با توجه به محدودیت‌های پژوهش حاضر بویژه در زمینه نمونه‌گیری، در پژوهش‌های آتی مناسب‌تر آن است که اولاً نمونه‌گیری به تمام واحدهای دانشگاه فرهنگیان تسری داده شود و دوم، نمونه‌های معرفی را از دیگر دانشگاه‌های کشور جهت مقایسه واقعی‌تر و منطقی‌تر به این ارزیابی اضافه کرد.

بر حسب نتایج و تبیین‌های ارائه شده، به نظر می‌رسد متولیان دانشگاه فرهنگیان می‌توانند با تاکید بر تمامی سازوکارهایی که فرایند پذیرش دانشجو در این دانشگاه را نسبت به سایر دانشگاه‌ها متمایز می‌کند (از جمله مصاحبه‌های روان‌شناختی داوطلبان ورود به این دانشگاه) و پیگیری و اجرای آن، ورود دانشجویانی با صلاحیت‌های روان‌شناختی و حرفه‌ای بیشتر را تضمین کنند؛ چنین تضمینی به تبع، بارآوری دانشجو معلمان را در آینده حرفه‌ای آنها در حوزه آموزش و پرورش نیز تضمین می‌کند. در همین راستا، می‌توان با غنی کردن چنین سازوکارهایی، از جمله تعبیه سنج‌ها و شاخص‌های مفصل‌تر و کامل‌تر صلاحیت‌های روان‌شناختی و حرفه‌ای، در چهارچوب مصاحبه روان‌شناختی، گزینش کم‌نقص‌تر و تبعاً پذیرش دانشجویان دارای سلامت روان بالاتری را رقم زد. همچنین، متولیان دانشگاه فرهنگیان می‌توانند به‌طور ضمنی، محتوای برخی برنامه‌های درسی و فرهنگی این دانشگاه را به سمت کار بر روی طرحواره‌های ناسازگار و اصلاح آن سوق دهند تا بدین گونه مسیر شکل‌گیری هر نوع مشکل و اختلال روانی از جمله احساس تنهایی و تبعات آن را مسدود کنند.

1. Peplau, & Perlman
2. Ponce et al.

منابع

- آهی، قاسم؛ محمدیفر، محمدعلی و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). پایایی و اعتبار فرم کوتاه پرسش‌نامه طرحواره‌های یانگ. *روانشناسی و علوم تربیتی*، ۳۷(۳)، ۵-۲۰.
- بحیرایی، هادی؛ دلاور، علی و احدی، حسن. (۱۳۸۵). *هنجاریابی مقیاس احساس تنهایی UCLA (نسخه سوم) در جامعه دانشجویان مستقر در تهران. روانشناسی کاربردی*، ۱۸-۶.
- داورپناه، فروزنده. (۱۳۷۳). *هنجاریابی نسخه تجدید نظر شده مقیاس احساس تنهایی (UCLA) برای دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله در تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی*.
- شیخ الاسلامی، فرزانه؛ رضا ماسوله، شادمان؛ خدادادی، نعیمه و یزدانی، محمدعلی. (۱۳۹۰). احساس تنهایی و سلامت عمومی سالمندان. *مجله پرستاری و مامایی جامع نگر*، ۲۱(۶۶)، ۲۸-۳۴.
- کوچکی، گلناز؛ حجتی، حمید و ثناگو، اکرم. (۱۳۹۱). ارتباط احساس تنهایی با رضایت از زندگی در سالمندان (شهرهای گرگان و گنبد). *توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی*، ۹(۱)، ۶۸-۶۱.
- معدنی‌پور، کبری؛ حق‌رنجبر، فرخ؛ کاکاوند، علیرضا و ثنایی، ذاکر باقر. (۱۳۹۰). رابطه دل بستگی با خوش‌بینی و احساس تنهایی در دانش‌آموزان ۹-۱۲ سال شهر کرج. *روانشناسی سلامت*، ۱۱(۱)، ۹۳-۱۱۰.
- Alaviani, M., Parvan, R., Karimi, F., Safiri, S., Mahdavi, N. (2017). Prevalence of Loneliness and Associated Factors Among Iranian College Students During 2015J Arch Mil Med, 5(1), 132-134.
- Attari, A., Nemati Yazdi, A., MirDorghi, F., Erfan, Z. & Adabi, R. (2012). The Role of early maladaptive schemas in predicting close relationships experiment in students. The 6th Seminar of College Students Mental Health. Rasht: Guilan University. 646-648
- Beutel, M. E., Klein, E. M., Brähler, E., Reiner, I., Jünger, C., Michal, M., et al. (2017). Loneliness in the general population: prevalence, determinants and relations to mental health. *BMC psychiatry*, 17:97.
- Bhagchandani, R. K. (2017). Effect of Loneliness on the Psychological Well-Being of College Student. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(1), 60-64.
- Bozorgpour, F. & Salimi, A. (2012). State Self-Esteem, Loneliness and Life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 69, 2004-2008
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., Malarkey, W. B., Van Cauter, E. & Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: potential mechanisms. *Psychosom Med*, 64(3), 407-417.
- De Jong Gierveld, J. & Havens, B. (2004). Cross-national comparisons social isolation and loneliness: Introduction and overview. *Can J on Aging*, 23, 109-113.
- Hawkley, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Ann. Behav. Med*, 40, 218-227.
- Heinrich, L. M. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: a litera-

- ture review. *Clin Psychol Rev*, 26(6), 695-718.
- Mojallal, M., Hakim Javadi, M., Mousavi, S. V. A., Hosseinkhanzadeh, A. A. & Gholam Ali Lavasani, M. (2015). Early Maladaptive Schemas and Interpersonal Problems in Iranian University Students. *PCP*, 3 (1), 11-22.
- Oei, T. S. & Baranoff, J. (2007). Young schema questionnaire: Review of psychometric and measurement issues. *Australian Journal of Psychology*, 59(2), 78-86.
- Pakdaman, s., Saadat, S. H., Shahyad, S., Ahmadi, k. & Hosseinialhashemi, M. (2016). The Role of Attachment Styles and Resilience on Loneliness. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5(9S), 268-274.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley Interscience.
- Ponce, N. A., Williams, M. K. & Allen, G. J. (2004). Experience of maltreatment as a child and acceptance of violence in adult intimate relationships: mediating effects of distortions in cognitive schemas. *Violence Victims*, 19(1), 97-108.
- Qadri, H., Esmaili Kurane, A. & Khademi, A. (2014). Prediction of internet addiction based on the identity style, feeling of loneliness and fear of intimacy Helaleh. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*. Special issue, 1(1), 9-17.
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current Psychology (New Brunswick, N. j.)*, 23(1), 24-40.
- Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40
- Russell, D., Peplau, L. A. & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Salami, A. (2011). Social-Emotional Loneliness and Life Satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 292-295.
- Siracusano, A. (2017). Loneliness: a new psychopathological dimension? *Journal of psychopathology*, 23, 1-3.
- Sønderby, L. C. & Wagoner, B. (2013). Loneliness: An integrative approach. *Journal of Integrated Social Sciences*, 3(1), 1-29.
- Ubido, J., Scott-Samuel, A. (2014). "Rapid Evidence Review Series: Loneliness," The prevalence of loneliness, its impact on health and wellbeing and effective interventions that can be used to ameliorate these effects. *Liverpool Public Health Observatory*, 1-7.
- Valizadeh, L. (2016). Investigating the Relationship between the Perceived Parenting Styles and Early Maladaptive Schemas with Loneliness. *Journal of Administrative Management, Education and Training*, 12(3), 347-356.
- Victor, C. R. & Yang, K. (2012). The prevalence of loneliness among adults: a case study of the United Kingdom. *Journal of Psychology*, 146(1-2), 85-104.
- Young, J. E. (1998). The Young Schema Questionnaire-Shortened Inventory. <http://>

www.schematherapy.com. Copyright Jeffrey Young and Gary Brown.

Young, J. E., Klosko, J. S. & Weishoar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. Translated by Hamidpour H, Andooz Z. Tehran, Arjmand Press.