

پرسشنامه احساس تنهایی ایرانی: روش اجرا و نمره‌گذاری

Iranian Loneliness Questionnaire: Instruction and Scoring

Susan Rahimzadeh, PhD
Islamic Azad University
South Tehran Branch, Tehran, Iran

سوسن رحیم‌زاده
استادیار دانشگاه آزاد اسلامی
واحد تهران جنوب، تهران، ایران

مقدمه

به منظور اندازه‌گیری و تعیین ساختار عاملی احساس تنهایی در دانشجویان ایرانی و بر پایه یک پژوهش اکتشافی پرسشنامه احساس تنهایی ایرانی در دو فرم موازی براساس روش تحلیل عاملی گسترش یافت. با تحلیل چهار منبع مصاحبه با متخصصان، مصاحبه و اجرای پرسشنامه بازپاسخ با دانشجویان، مبانی نظری و تجربی و نیز مقیاس‌های احساس تنهایی، نخست مؤلفه‌های زیربنایی و عوامل تشکیل‌دهنده احساس تنهایی شناسایی (رحیم‌زاده، پوراعتماد، عسگری و حجت، ۱۳۹۰) و در مرحله بعد پرسشنامه اولیه با ۹۷ ماده ساخته و در گروه نمونه‌ای به حجم ۵۰۸ دانشجو (۲۶۵ دختر و ۲۴۳ پسر) اجرا شد و از طریق رواسازی عاملی (اکتشافی و تأییدی) پنج عامل خانواده، دوستان/ همگنان، هیجانی/ عاطفی، فردیت/ فاصله با دیگران و معنوی/ مذهبی به دست آمد. همه ضرایب همبستگی بین نمره‌های دو فرم پرسشنامه با سایر مقیاس‌ها و اندازه‌های این سازه قابل ملاحظه و از لحاظ آماری معنادار بود. ضرایب همبستگی عامل‌های دو فرم در دامنه ۰/۷۳ تا ۰/۹۱، ضرایب هم‌انگهی درونی در دامنه ۰/۶۴ تا ۰/۹۰ و ضرایب بازآزمایی آنها در دامنه ۰/۷۲ تا ۰/۷۹ به دست آمد. روایی هم‌گرای دو فرم نیز از طریق همبستگی با مقیاس احساس تنهایی^۱ UCLA^۲ (راسل، پیلو و کاترونا، ۱۹۸۰)، مقیاس احساس تنهایی هیجانی و اجتماعی برای بزرگسالان^۳ (دیتوماسو، برانن و بست، ۲۰۰۴)، پرسشنامه احساس تنهایی هستی‌گرا^۴ (مایرز، خو و سوارتبرگ، ۲۰۰۲)، احساس تنهایی دی‌یانگ‌گرولد^۵ (دی‌یانگ‌گرولد و کمفونیس، ۱۹۸۵) و مقیاس تک‌سؤالی احساس تنهایی (در دامنه ۰/۵۶ تا ۰/۷۸) تأیید شد. به گونه کلی، پرسشنامه احساس تنهایی ایرانی از روایی و اعتبار قابل قبولی برخوردار است (رحیم‌زاده، ۱۳۹۰).

1. UCLA Loneliness Scale
2. University of California at Los Angeles
3. Social and Emotional Loneliness Scale for Adults
4. Existential Loneliness Questionnaire
5. De Jong Gierveld Loneliness

پاسخ‌دهنده گرامی

پرسشنامه‌ای که پیش رو دارید مربوط به یک پژوهش دانشگاهی است که توجه دقیق به جمله‌ها و پاسخ صادقانه شما بر ارزش آن خواهد افزود. لطفاً (بدون ذکر نام) به پرسش‌ها پاسخ دهید. از اینکه پژوهشگران را در اجرای این پژوهش یاری می‌دهید صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

فرم الف

لطفاً از خود بپرسید که نسبت به هر عبارت تا چه حد موافقت دارید. اگر جمله‌ای درباره شما کاملاً درست است گزینه (کاملاً موافقم) و اگر جمله‌ای درباره شما اصلاً درست نیست گزینه (کاملاً مخالفم) را انتخاب کنید.

ردیف	عبارت‌ها	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	در میان خانواده احساس تنهایی می‌کنم.				
۲	مجبورم مسئولیت‌های زندگی‌ام را به تنهایی انجام دهم.				
۳	در خانواده‌ام کسی را ندارم که خواسته‌هایم را برآورده کند.				
۴	وقتی به خدا فکر می‌کنم کمتر احساس تنهایی می‌کنم.				
۵	زودرنج هستم.				
۶	زندگی بی‌هوده و بی‌هدف است.				
۷	حس می‌کنم عقاید و باورهایم با دیگران تفاوت دارد.				
۸	می‌توانم احساس صمیمیت را از دیگران دریافت کنم.				
۹	کسی را در زندگی ندارم که با او درد دل کنم.				
۱۰	ناامیدم.				
۱۱	فکر می‌کنم دیگران برایم اهمیت زیادی قائلند.				
۱۲	اعتماد را به دیگران از دست داده‌ام.				
۱۳	احساساتم را به سادگی ابراز می‌کنم.				
۱۴	دیگران نمی‌توانند مرا درک کنند.				
۱۵	احساس می‌کنم در زندگی مهم هستم.				
۱۶	بیشترین حمایت و پشتیبانی در زندگی‌ام را از خداوند می‌گیرم.				
۱۷	دوستانم خیلی خوب مرا می‌فهمند.				
۱۸	خانواده‌ام به من اعتماد دارند.				
۱۹	فکر می‌کنم که خیلی با دوستانم تفاوت می‌کنم.				
۲۰	کسی را در خانواده‌ام ندارم که مشکلاتم را با او در میان بگذارم.				
۲۱	از زندگی ناراضی‌ام.				
۲۲	خیلی وقت است که به خدا احساس نزدیکی می‌کنم.				
۲۳	برقراری ارتباط با دیگران برایم مشکل است.				
۲۴	کسی را ندارم که خوشی‌ها و ناخوشی‌هایم را با او تقسیم کنم.				
۲۵	فکر می‌کنم که با دوستانم رغبت‌های مشابه دارم.				
۲۶	احساس درماندگی می‌کنم.				
۲۷	از روابط اجتماعی‌ام راضی هستم.				
۲۸	کسی را در خانواده‌ام ندارم که غم‌ها و شادی‌هایم را با او شریک شوم.				
۲۹	موقع راز و نیاز با خدا احساس آرامش می‌کنم.				
۳۰	احساس می‌کنم کسی را ندارم که همراه من باشد.				

ردیف	عبارت‌ها	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم
۳۱	کسی را ندارم تا در باره موضوع‌های غیر روزمره با او صحبت کنم.				
۳۲	دوستان زیادی دارم که با آنها در فعالیت‌های اجتماعی شرکت می‌کنم.				
۳۳	هر وقت احتیاج داشته باشم خانواده‌ام از من پشتیبانی می‌کنند.				
۳۴	کسی را ندارم که دوستش داشته باشم.				
۳۵	احساس می‌کنم بی‌هدف هستم.				
۳۶	رابطه‌ام با اطرافیانم سطحی است.				
۳۷	کسی را ندارم که واقعاً دوست و همدم باشد.				
۳۸	اعتقاد به خدا مانع از احساس تنهایی می‌شود.				
۳۹	به راحتی می‌توانم با همکلاسی‌هایم ارتباط برقرار کنم.				
۴۰	خانواده‌ام مرا درک می‌کنند.				
۴۱	به‌ندرت در فعالیت‌های اجتماعی یا گروهی شرکت می‌کنم.				
۴۲	کاری ندارم که از انجام آن لذت ببرم.				
۴۳	بین همکلاسی‌هایم احساس غریبگی می‌کنم.				

فرم ب

لطفاً از خود پرسید که نسبت به هر عبارت تا چه حد موافقت دارید. اگر جمله‌ای درباره شما کاملاً درست است گزینه (کاملاً موافقم) و اگر جمله‌ای درباره شما اصلاً درست نیست گزینه (کاملاً مخالفم) را انتخاب کنید.

ردیف	عبارت‌ها	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم
۱	حرف‌هایم را به راحتی بیان می‌کنم.				
۲	وقتی به خدا فکر می‌کنم کمتر احساس تنهایی می‌کنم.				
۳	دوستانم کمتر مرا تحویل می‌گیرند.				
۴	دوستانم احساس‌هایم را خیلی خوب درک می‌کنند.				
۵	کسی را ندارم که دوستم داشته باشد.				
۶	به‌ندرت کسی را همفکر خودم پیدا می‌کنم.				
۷	همکلاسی‌هایم به من اهمیت می‌دهند.				
۸	در اطرافیانم کمتر صداقت و صمیمیت می‌بینم.				
۹	زندگی لذت‌بخش است.				
۱۰	خانواده‌ام به عقاید و نظرات من اهمیت می‌دهند.				
۱۱	دیگران به‌ندرت انتظاراتم را برآورده می‌کنند.				
۱۲	کسی را ندارم که خواسته‌هایم را در زندگی برآورده کند.				
۱۳	احساس می‌کنم از خدا دور شده‌ام.				
۱۴	فکر می‌کنم خانواده‌ام مرا کنار گذاشته‌اند.				
۱۵	اعتمادم را به دیگران از دست داده‌ام.				
۱۶	احساس سرخوردگی و ناکامی می‌کنم.				
۱۷	به نظر من زندگی بن‌بست است.				
۱۸	بار همه چیز را در زندگی شخصاً به دوش می‌کشم.				
۱۹	بیشترین حمایت و پشتیبانی در زندگی‌ام را از خداوند می‌گیرم.				

ردیف	عبارت‌ها	کاملاً موافقم	نسبتاً موافقم	نسبتاً مخالفم	کاملاً مخالفم
۲۰	خانواده‌ام به من اعتماد دارند.				
۲۱	فعالیت‌هایی دارم که از انجام آنها احساس لذت می‌کنم.				
۲۲	خیلی وقت است که به خدا احساس نزدیکی می‌کنم.				
۲۳	در خانواده‌ام کسی نیست که با او مشورت کنم.				
۲۴	احساس دل‌تنگی می‌کنم.				
۲۵	هر وقت لازم باشد دوستانم از من حمایت می‌کنند.				
۲۶	می‌توانم با دیگران به‌خوبی رابطه برقرار کنم و آن را حفظ کنم.				
۲۷	خانواده‌ام به‌خوبی حرف‌های مرا می‌فهمند.				
۲۸	از روابط اجتماعی‌ام راضی هستم.				
۲۹	از انجام کارهای گروهی در محل کار استقبال می‌کنم.				
۳۰	احساس می‌کنم که خیلی با اطرافیانم فرق دارم.				
۳۱	موقع راز و نیاز با خدا احساس آرامش می‌کنم.				
۳۲	احساس می‌کنم خانواده‌ام مرا کنار گذاشته‌اند.				
۳۳	احساس می‌کنم عضوی از خانواده‌ام هستم.				
۳۴	اعتقاد به خدا مانع از احساس تنهایی می‌شود.				
۳۵	کسی را در خانواده‌ام ندارم که همراه من باشد.				
۳۶	کسی را ندارم تا از من حمایت کند.				
۳۷	احساس می‌کنم عضوی از گروه دوستانم هستم.				
۳۸	احساس می‌کنم دوستان کمی دارم.				
۳۹	در مواقع ضروری خانواده‌ام پشتیبان من هستند.				
۴۰	احساس می‌کنم عضوی از جامعه هستم.				
۴۱	زندگی من هدف دارد.				
۴۲	در خانواده‌ام کسی را ندارم که با او درد دل کنم.				
۴۳	فکر می‌کنم در جامعه کارکنان عضو فعالی هستم.				

روش نمره‌گذاری

این پرسشنامه در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت احساس تنهایی را می‌سنجد. هرچه نمره بیشتر باشد احساس تنهایی کمتر و هرچه نمره کمتر باشد احساس تنهایی بیشتر است. فرم الف: کاملاً موافقم (۱)، نسبتاً موافقم (۲)، نسبتاً مخالفم (۳) و کاملاً مخالفم (۴). فرم ب: کاملاً موافقم (۴)، نسبتاً موافقم (۳)، نسبتاً مخالفم (۲) و کاملاً مخالفم (۱). در فرم الف نمره ماده‌های ۴، ۸، ۱۱، ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۲، ۲۵، ۲۷، ۲۹، ۳۲، ۳۳، ۳۸، ۳۹ و ۴۰ و در فرم ب نمره ماده‌های ۳، ۵، ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۲۳، ۲۴، ۳۰، ۳۲، ۳۵، ۳۶، ۳۸ و ۴۲ معکوس می‌شوند.

عوامل	ماده‌ها در فرم الف	ماده‌ها در فرم ب	تعداد
۱. خانواده	۱،۲،۳،۹،۱۸،۲۰،۲۴،۲۸،۳۰،۳۱،۳۳،۳۴،۳۷،۴۰	۵،۱۰،۱۲،۱۴،۱۸،۲۰،۲۳،۲۷،۳۲،۳۳،۳۵،۳۶،۳۹،۴۲	۱۴
۲. دوستان/همگنان	۸،۱۱،۱۳،۱۵،۱۷،۲۳،۲۷،۳۲،۳۶،۳۹،۴۱،۴۳	۱،۳،۴،۷،۲۵،۲۶،۲۸،۲۹،۳۷،۳۸،۴۰،۴۳	۱۲
۳. هیجانی/عاطفی	۵،۶،۱۰،۱۲،۲۱،۲۶،۳۵،۴۲	۹،۱۳،۱۵،۱۶،۱۷،۲۱،۲۴،۴۱	۸
۴. فردیت/فاصله با دیگران	۷،۱۴،۱۹،۲۵	۶،۸،۱۱،۳۰	۴
۵. معنوی/مذهبی	۴،۱۶،۲۲،۲۹،۳۸	۲،۱۹،۲۲،۳۱،۳۴	۵

رحیم‌زاده، س. (۱۳۹۰). ساختار عاملی و مدلی برای احساس تنهایی در دانشجویان. رساله دکتری، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی.
 رحیم‌زاده، س.، پوراعتماد، ح. ر.، عسگری، ع. و حجت، م. ر. (۱۳۹۰). مبانی مفهومی احساس تنهایی. فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۸(۳۰)، ۱۴۱-۱۲۳.

De Jong Gierveld, J., & Kamphuis, F. (1985). The development of a Rasch-type Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 289-299.

Ditomaso, E., Brannen, C., & Best, L. (2004). Measurement and validity characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults. *Educational & Psychological Measurement*, 64 (1), 99-119.

Mayers, A. M., Khoo, S. T., & Svartberg, M. (2002). The Existential Loneliness Questionnaire: Background, development, and preliminary findings. *Journal of Clinical Psychology*, 58 (9), 1183-1193.

بهره‌برداری از نسخه‌های فارسی مقیاس‌هایی که در «آزمون‌های روانی» این فصلنامه ارائه می‌شوند، برای پژوهشگران و دانشجویان (برای پایان‌نامه‌های کارشناسی ارشد و دکتری) با ذکر منبع بلامانع است. در سایر موارد کلیه حقوق مربوط به نسخه‌های فارسی مقیاس‌ها متعلق به «مؤلف» است و چاپ، تکثیر و فروش تمامی مقیاس‌ها یا قسمتی از آن‌ها تحت هر عنوان ممنوع است.