

رابطه احساس تنهایی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان دکتر وحیده باباخانی^۱، کیوان سامانی پور^۲

چکیده:

این پژوهش با هدف تعیین رابطه احساس تنهایی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان انجام شد. روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. بر این اساس از بین تمامی دانش آموزان پسر پایه دهم دوره متوسطه دوم (۶۲۵ نفر) که در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ در دبیرستان های دولتی شهر هشتگرد مشغول به تحصیل بودند، ۲۳۵ دانش آموزان با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای مرحله ای به عنوان نمونه انتخاب شدند؛ و مقیاس احساس تنهایی تجدید نظر شده (UCLA) پرسشنامه بلوغ عاطفی (EMS) و پرسشنامه سازگاری اجتماعی به عنوان ابزار پژوهش در مورد هر یک از آنها اجرا شد. در پایان داده های جمع آوری شده با آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون و بوسیله نرم افزار SPSS مورد

Vahideh_Babakhan@yahoo.com

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر، گروه مشاوره

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر

keyvan_samani56@yahoo.com

۱۰ / رابطه احساس تنهایی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان

تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته های به دست آمده نشان داد بین احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی رابطه منفی معناداری ($P < 0/05$) و بین بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی رابطه مثبت معناداری ($P < 0/01$) وجود دارد. همچنین نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون نشان داد بلوغ عاطفی قادر به پیش بینی سازگاری اجتماعی دانش آموزان است؛ اما احساس تنهایی سازگاری اجتماعی دانش آموزان را پیش بینی نمی کند.

واژه های کلیدی: احساس تنهایی، بلوغ عاطفی، سازگاری اجتماعی

مقدمه:

از جنبه های مهم رشد انسان، فرآیند اجتماعی شدن اوست. ذاتی بودن زندگی جمعی در انسان ها، ضرورت تماس با دیگران را به عنوان امری گریزناپذیر جلوه می دهد. رشد اجتماعی در بردارنده ارتباط سالم و منطبق با موقعیت در افراد است. اگر به دنبال پرورش انسان های رشد یافته باشیم، به ناچار باید مسأله رشد اجتماعی را به عنوان یکی از زمینه های فعالیت خود، مورد ملاحظه قرار دهیم. نوجوانی به پهنه سال هایی اطلاق می شود که کودکی را به بزرگسالی می پیوندد. شروع نوجوانی با تغییرات بدنی همزمان می شود و در نتیجه ردیابی ظاهری آن آسانتر است. در حالی که پایان آن بر حسب شکل گیری ساخت های عقلی و تغییرات عاطفی و اجتماعی نوسانی تر در نظر گرفته شده است. به همین دلیل برای کسانی که به ضابطه های ظاهری تکیه کرده اند، شروع نوجوانی رازی است شناختی و پایان آن را فرهنگی دانسته اند (کانجر و پیترسن، ۱۹۸۴؛ به نقل از منصور، ۱۳۸۱).

مرور پژوهش ها نشان می دهد طی گذر از این دوره، نوجوان با چالش ها و مشکلات بسیاری همچون سازگاری جسمی، هیجانی و اجتماعی رو به رو می شود (دیتاوی، ایشاک، تامنه، غریابه و ربابا، ۲۰۱۱). برخی صاحب نظران، سازگاری اجتماعی را در رأس سایر ابعاد تلقی می کنند (امانی، اعتمادی، فاتحی زاده و بهرامی، ۱۳۹۱). سازگاری به توانایی فرد در تطابق با محیط اطرافش اشاره دارد (پونیا و سانگوان، ۲۰۱۱).

به عبارت دیگر، سازگاری مجموعه کنش ها و رفتارهایی است که فرد در موقعیت ها و شرایط جدید به منظور ارائه پاسخ های مناسب به محرک های موجود بروز می دهد (آقامحمدیان، ۱۳۷۳؛ نقل از امانی و همکاران، ۱۳۹۱). سازگاری اجتماعی به معنای تطابق با مقتضیات اجتماعی، رعایت اصول و قوانین جامعه و کارآیی در تماس های اجتماعی است (آبراهام و ورگس، ۱۹۸۶). سازگاری اجتماعی در نوجوانان به عنوان مهم ترین نشانه سلامت روان، در دهه های اخیر توجه بسیاری از جامعه شناسان، روان شناسان و مربیان را به خود جلب کرده است. زیرا

نوجوانی دوره حساسی است و سازگاری اجتماعی نوجوان در پایان این دوره دستخوش تحولات عاطفی، جسمانی و ذهنی بسیار شدیدی می‌شود (یارمحمدیان و شرفی راد، ۱۳۹۰). با توجه به ویژگی‌های دوره نوجوانی، از جمله مفاهیم و متغیرهای مرتبط با این دوره می‌توان به احساس تنهایی و بلوغ عاطفی^۱ اشاره کرد.

یکی از سازه‌های پیچیده روان شناختی که از زمان فلاسفه مورد بحث بوده، احساس تنهایی^۲ است. تعامل با افراد دیگر از نیازهای اصلی انسان به عنوان موجودی اجتماعی است. تجربه تنهایی، مسئله‌ای جهانی است که همه انسان‌ها کم و بیش آن را تجربه کرده‌اند. افراد در همه فرهنگ‌ها، نژادها، طبقات اجتماعی، سنین و زمان‌ها احساس تنهایی را تجربه می‌کنند. با این حال در متون علمی و تحقیقاتی روانشناسی به این سازه کمتر توجه شده است (برگونو، لیروکس، مک آینیش و شیخ^۳، ۲۰۰۴). احساس تنهایی از لحاظ کیفیت با تنهایی یا کناره‌گیری اجتماعی اختیاری و بدون تعارض متفاوت است (استوکل^۴، ۲۰۱۰).

احساس تنهایی، تجربه‌ای ناخوشایند مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن از دیگران است که با مشکلات رفتاری قابل مشاهده مانند اندوه، عصبانیت و افسردگی همراه بوده و ناهمخوانی بین انتظارات و آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می‌دهد و در رفتارهایی نظیر اجتناب از تماس با دیگران نمود می‌یابد (اشر و پاکت، ۲۰۰۳). بنابراین احساس تنهایی هنگام برخی از تغییرات سریع و ناگهانی امری عادی و رایج است و به ناسازگاری تعبیر نمی‌گردد، اما هنگامی که به طور مزمن، مانع موفقیت در تکالیف و کارکردهای طبیعی زندگی می‌شود، می‌تواند پیامدهای عاطفی، اجتماعی و حتی جسمانی زیانباری را به دنبال داشته باشد (بلک^۵، ۲۰۰۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مشکلات هیجانی و روان‌شناختی

1. Emotional maturity
2. Loneliness
3. Bruno, Lyrics, Mac Yash, & Sheikh
4. Stoeckel
5. Black

بسیاری در کودکان و نوجوانان مبتلا به احساس تنهایی مشاهده می‌شود. تجربه تنیدگی^۱ و اضطراب، رفتارهای پرخطر مانند سیگار کشیدن و استفاده از مواد مخدر (پیچ، ۱۹۹۰)، گریز از مدرسه^۲، افسردگی^۳ و اعتیاد به الکل^۴ (اشر و پاکت، ۲۰۰۳)، کمرویی و جرأت ورزی^۵ پایین (پونزتی و هو مه یر، ۱۹۹۹) و سطوح پایین خوداثربخشی^۶، اطمینان به خود^۷ و حرمت خود^۸ (گالانسکی و کالانتزی - ایزی، ۱۹۹۹) را در کودکان دارای احساس تنهایی گزارش کرده‌اند (به نقل از اناری، ۱۳۸۶). بنابر پژوهش‌های انجام شده می‌توان گفت احساس تنهایی، تهدیدی برای سلامت روان و کارکرد روانی اجتماعی به شمار می‌آید (هنریچ و گالون، ۲۰۰۶). بلوغ عاطفی^۹ به عنوان یکی از پیچیده‌ترین و مسئله‌سازترین جنبه‌های تکاملی در زندگی انسان و یکی از مؤلفه‌های مهم زندگی؛ توانایی افراد برای پذیرش اشخاص و مسائل به همان شکلی که هست تعریف شده است (ماهیار، ۱۳۸۳؛ به نقل از روحانی، ۱۳۹۱). به عبارت دیگر، بلوغ عاطفی جریانی است که طی آن شخصیت فرد به طور مداوم برای احراز بیش از پیش سلامت عاطفی، از لحاظ روانی و فردی می‌کوشد (صفرپور، ۲۰۰۷؛ به نقل از منصورنژاد، پورسید، کیانی، و خدابخش، ۱۳۹۲). به اعتقاد لیو (۲۰۰۷) بلوغ عاطفی ناشی از تحقق این درک است که هیچ چیز یا هیچ کس دیگری نتواند فرد را بیازارد، تحریک کند و یا عصبانی نماید، مگر این که خود فرد این اجازه را به آن چیز یا آن کس بدهد. اما بلوغ صرفاً به معنای قابلیت نگرش و عمل خاص نیست، بلکه توانایی لذت کامل از آن‌ها را هم شامل می‌شود. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است و یک علامت دیگر، بی تفاوتی به برخی از انواع محرک‌ها است که بر فرد، اثر می‌گذارد و او را بی حوصله یا دستخوش احساسات می‌نماید

-
1. tension
 2. school drop out
 3. depression
 4. alcoholism
 5. shyness
 6. assertiveness
 7. self-efficacy
 8. self-confidence
 9. Emotional maturity

(کول و رهم، ۱۹۹۴). به علاوه شخص بالغ از نظر عاطفی پیوسته دارای گنجایش شادی و تفریح است. او از کار و تفریح، هر دو لذت می برد و توازن بین آن ها را حفظ می نماید (سینگ و بهارگاوا، ۱۹۹۹؛ به نقل از منصورنژاد و همکاران، ۱۳۹۲). ون کارت^۱ می گوید: از آنجایی که خودپذیری جنبه عمده ای از بلوغ است باید بعد از پذیرش طرف دیگران بیاید.

در واقع بلوغ عاطفی نه فقط از عوامل مؤثر در الگوی شخصیت است بلکه به کنترل رشد نوجوان کمک می کند. مفهوم رفتار عاطفی بالغ در هر سطحی حاصل رشد طبیعی عاطفی است. شخص قادر به کنترل عواطف خویش است که تأثیر در ارضاء را تحمل کند، بدون اینکه تأسف بخورد و رنج بکشد. هنوز ممکن است که از لحاظ عاطفی چون کودکان سراسیمه باشد. کودکی که از لحاظ عاطفی بالغ است توان سازگاری مؤثر با خود، خانواده، همدرسان، جامعه و فرهنگ خویش را دارد (بهزادی و روحانی، ۱۳۸۹). طبق نظر برنارد (۱۹۵۴) معیارهای رفتار عاطفی بالغ شامل بازداری مستقیم عواطف منفی، پرورش عواطف مثبت و پیشرو، تکامل تحمل در شرایط نامطلوب، افزایش رضایت از پاسخ های اجتماعی مطلوب، رهایی از ترس نامعقول، درک و عمق مطابق محدودیت ها، آگاهی از توان و پیشرفت دیگران، توانایی انجام اشتباه بدون احساس رسوائی، توانایی کسب پیروزی و حیثیت با متانت، توانایی تأخیر ارضای تکانش ها، لذت از زندگی روزمره است (یاوری، ۱۳۹۲). نتایج پژوهش ها (ملکی علویان، ۱۳۹۴؛ بهامین، ۱۳۹۳؛ لیث و تمنائی فر، ۱۳۹۳؛ صبری، خوشبخت و گلزار، ۱۳۹۳؛ یارمحمدیان و شرفی راد، ۱۳۹۰؛ رحیم زاده و همکاران، ۱۳۸۸؛ عرفان اکرم و همکاران، ۲۰۱۰؛ فورگاس و همکاران، ۲۰۰۹؛ ایلهاوی، ۲۰۰۸؛ اوزدمیر و تانسی، ۲۰۰۸؛ رانور، ۲۰۰۷؛ و هرمن، ۲۰۰۵) نشان می دهد بین متغیرهایی چون احساس تنهایی، حالات خلقی، مهارت های اجتماعی، هوش هیجانی، سبک های دلبستگی، خلق منفی در جوامع آماری مختلف همچون جامعه نوجوانان در معرض خطر و عادی، دانشجویان و دانش آموزان در گروه های سنی متفاوت، و براساس جنسیت رابطه معناداری وجود دارد. همچنین استفان و میکلا (۲۰۱۰) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که رفتارهای ناسازگارانه از قبیل نافرمانی و پرخاشگری که در طول سال های پیش دبستانی آشکار می شوند، موجب ایجاد

1. Wen kart

خلل رشد بلوغ عاطفی در دوره نوجوانی می شود. با توجه به به اهمیت دوره نوجوانی از یک سو، و از سویی دیگر با توجه به پیشینه نظری مطرح شده و پیشینه پژوهش می توان گفت هر یک از متغیرهای احساس تنهائی و بلوغ عاطفی، به گونه ای سازگاری اجتماعی نوجوانان را تحت تأثیر قرار می دهند؛ و تاکنون پژوهشی در این زمینه صورت نگرفته است. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف «تعیین رابطه ی بین احساس تنهائی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر» انجام شد.

روش پژوهش

روش پژوهش توصیفی- همبستگی بود. بمنظور دستیابی به هدف، از بین تمامی دانش آموزان پسر پایه دهم دوره متوسطه دوم (۱۵۰۰ نفر) که در سال تحصیلی ۹۶-۹۵ در دبیرستان های دولتی شهر هشتگرد مشغول به تحصیل بودند؛ ۳۰۶ دانش آموز با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای مرحله ای به عنوان نمونه انتخاب شدند؛ به این صورت که، پس از مراجعه به اداره آموزش و پرورش شهر هشتگرد و دریافت مجوز و آمار دانش آموزان، با استفاده از جدول مورگان حجم نمونه ۳۰۶ نفر تعیین شد. سپس به منظور انتخاب گروه نمونه، ابتدا از بین مدارس دوره متوسطه دوم، ۶ مدرسه بصورت تصادفی انتخاب شد سپس از هر مدرسه ۳ کلاس و از هر کلاس ۱۸-۱۷ دانش آموز بصورت تصادفی به عنوان نمونه انتخاب و پرسشنامه های مورد نظر در مورد هر یک از آنها اجرا شد. در پایان پس از جمع آوری رشننامه ها و حذف پرسشنامه های مخدوش، پرسشنامه ۳۰۱ دانش آموز مورد بررسی قرار گرفت.

ابزار

به منظور تعیین رابطه احساس تنهائی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان، از مقیاس احساس تنهائی تجدید نظر شده (UCLA)^۱ پرسشنامه بلوغ عاطفی (EMS)^۲ و پرسشنامه سازگاری اجتماعی استفاده شد.

1. Revised University of California at Los Angeles Loneliness Scale
2. Emotional maturity Scale

مقیاس احساس تنهایی تجدید نظر شده (UCLA):

مقیاس احساس تنهایی که توسط راسل پیلو و کاترونا^۱، ۱۹۸۰ تهیه شده است، و دارای ۲۰ سوال (۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت) است که براساس مقیاس لیکرت چهار درجه ای (هرگز = ۱، به ندرت = ۲، گاهی = ۳ همیشه = ۴) تنظیم شده است. برخی سوال ها به صورت معکوس نمره گذاری می شود. دامنه نمره بین ۲۰ تا ۸۰ است؛ بنابراین میانگین نمره ۵۰ است و نمره بالاتر از میانگین بیانگر شدت احساس تنهایی است. پایایی این آزمون در نسخه جدید تجدید نظر شده ۷۸٪ گزارش شده است. پایایی آزمون به روش بازآزمایی توسط راسل، پیلو و فرگوسن (۱۹۷۸) ۸۹٪ گزارش شده است. این مقیاس توسط شکر کن و میردریکوند ترجمه و پس از اجرای مقدماتی و اصلاحات به کار گرفته شد (نادری و حق شناس، ۱۳۸۸).

پرسشنامه بلوغ عاطفی (EMS):

این پرسشنامه توسط سینگ و بهار گاوا (۱۹۷۴) طراحی شده، که دارای ۴۵ سؤال است که پنج حیطة عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، سازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت، و فقدان استقلال را اندازه گیری می کند. پاسخگویی به سؤالات بصورت پنج گزینه ای (خیلی زیاد، زیاد، نامشخص، احتمالاً و هرگز) براساس مقیاس لیکرت تنظیم شده است و به هر سؤال ۱ تا ۵ نمره (خیلی زیاد = ۵، هرگز = ۱) تعلق می گیرد. این پرسشنامه بر روی ۱۵۰ دانشجوی دختر و پسر ۲۴-۲۰ ساله جهت محاسبه پایایی آزمون- آزمون مجدد اجرا شده و همبستگی گشتاوری بین دو اجرا ۰/۷۵ گزارش شده است. همسانی درونی پرسشنامه با محاسبه ضریب همبستگی بین کل نمرات هر یک از ۵ خرده مقیاس محاسبه شده و به ترتیب برای مقیاس عدم ثبات عاطفی ۰/۷۵، بازگشت عاطفی ۰/۶۳، ناسازگاری عاطفی ۰/۵۸، فروپاشی شخصیت ۰/۸۶ و فقدان استقلال ۰/۴۲ تعیین شده است. روایی پرسشنامه نیز در برابر معیارهای برونی پرسشنامه سازگاری حوزه "گها" برای دانشجویان کالج توسط

سینها و سینگ تعیین شده است (به نقل از یآوری، ۱۳۹۲). همچنین در پژوهش (یآوری، ۱۳۹۲) پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۷۸ گزارش شده است.

پرسشنامه سازگاری اجتماعی سینها و سینگ:

این پرسشنامه در سال ۱۹۹۳ توسط سینها و سینگ به منظور تعیین سازگاری اجتماعی، هیجانی و تحصیلی دانش آموزان ساخته شده است. در ایران قدسی احقر فرم ۵۵ سوالی این مقیاس را در نمونه ۳۰۰۰ نفری از دانش آموزان مقاطع مختلف تحصیلی مورد بررسی قرار داده است. پرسشنامه حاضر ۵۵ گویه دارد و نمره گذاری آن به صورت صفر و یک می باشد. سازندگان آزمون ضریب پایایی این آزمون را با روش های دو نیمه کردن، بازآزمایی و کودر ریچاردسون به دست آورده اند. همچنین روایی محتوایی این آزمون را ۲۰ نفر از متخصصان روانشناسی تایید کرده اند. در پژوهش خانجانی زاده و باقری (۱۳۹۱) پایایی خرده مقیاس سازگاری اجتماعی باروش آلفای کرونباخ به دست آمد. داده ها با استفاده از روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری و بوسیله نرم افزار SPSS ویرایش ۱۹ تحلیل شدند

یافته ها

جدول ۱: شاخص های توصیفی نمرات احساس تنهایی، بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی

خطای کشیدگی	خطای کجی	کجی	حداکثر	حداقل	انحراف استاندارد	میانگین	آزمون
۰/۲۸۰	-۰/۵۴۹	۰/۲۴۰	۰/۳۹۵	۸۰	۲۰	۱۴/۵۶	۴۳/۷۶
	۰/۵۲۹		۰/۰۵۲	۱۹۳	۱۶	۳۱/۱۲	۱۰۰/۰۷
	۰/۴۱۱		۰/۳۸۸	۷۰	۸	۱۱/۵	۳۲/۵۱

n=۳۰۱

همانگونه که جدول ۱ مشاهده می شود میانگین \pm انحراف استاندارد متغیرهای احساس

تنهایی $۴۳/۷۶ \pm ۱۴/۵۶$ ، بلوغ عاطفی $۳۱/۱۲ \pm ۱۰۰/۰۷$ و سازگاری اجتماعی $۳۲/۵۱ \pm ۱۱/۵$ دانش

۱۸ / رابطه احساس تنهایی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان

آموزان پسر است و توزیع نرمال در گروه مورد مطالعه با توزیع نرمال تفاوت محسوسی ندارد. بدین معنا که توزیع نمرات متغیرهای احساس تنهایی، بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی نرمال است. به منظور تعیین رابطه احساس تنهایی، بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان ابتدا مفروضه های رگرسیون (نرمال بودن عبارت خطا) و رابطه خطی بررسی شد. یافته ها نشان داد بین توزیع داده ها با توزیع نرمال تفاوت انحراف شدیدی وجود ندارد؛ و توزیع نمره ها در مرکز و در امتداد نقطه صفر قرار دارند. بر این اساس برای برای به دست آوردن ضریب همبستگی بین مقیاس ها، ضرایب همبستگی بین دو مقیاس احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی، و مقیاس بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی بررسی شد، که نتایج در جدول ۲ و ۳ ارائه شده است.

جدول ۲: همبستگی پیرسون بین احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی

متغیر	سازگاری اجتماعی همبستگی
احساس تنهایی	*-۰/۱۴۵
	*P<۰/۰۵ **P<۰/۰۱

با توجه به جدول فوق، ملاحظه می شود که همبستگی (پیرسون) بین احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی برابر $r = -0/145$ و در سطح $P < 0/05$ رابطه منفی معنادار وجود دارد. بدین معنا که با افزایش احساس تنهایی دانش آموزان پسر سازگاری اجتماعی آنان کاهش می یابد.

جدول ۳: همبستگی پیرسون بین بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی

متغیر	سازگاری اجتماعی همبستگی
احساس تنهایی	**۰/۲۷۸
	*P<۰/۰۵ **P<۰/۰۱

همان گونه که ملاحظه می شود، همبستگی (پیرسون) بین بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی برابر $r = 0/278$ و در سطح $P < 0/01$ رابطه مثبت معنادار وجود دارد، بدین معنا با افزایش بلوغ عاطفی دانش آموزان پسر سازگاری اجتماعی آنان افزایش می یابد.

به منظور پیش بینی سازگاری اجتماعی دانش آموزان پسر براساس احساس تنهایی و بلوغ عاطفی از روش همزمان تحلیل رگرسیون چندمتغیری استفاده شد. خلاصه نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل رگرسیون چندمتغیری با استفاده از روش همزمان در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: خلاصه نتایج معنی داری مدل رگرسیون برای پیش بینی سازگاری اجتماعی

مدل	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	R	R ²	Durbin-Watson	F
همزمان	رگرسیون	۳۲۸۲/۷۱۹	۲	۰/۲۸۷	۰/۰۸۳	۱/۸۶۴	۱۳/۴۱۷
سازگاری	باقیمانده	۳۶۴۵۶/۴۶۴	۲۹۸				
اجتماعی	جمع	۳۹۷۳۹/۱۸۳	۳۰۰				

**P<۰/۰۱ *P<۰/۰۵

نتایج نشان می دهد R² محاسبه شده برابر ۰/۰۸۳ است به بیان دیگر ۸ درصد واریانس سازگاری اجتماعی توسط احساس تنهایی و بلوغ عاطفی قابل پیش بینی است. مقدار دوربین واتسون ۱/۸۶۴ نشان از استقلال نسبی متغیرهای مستقل و به عبارت دیگر عدم ارتباط نمره های خطای متغیرهای مستقل با یکدیگر است. و نسبت $F=۱۳/۴۱۷$ ، $P=۰/۰۰۰۱$ محاسبه شده در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. به منظور مشخص نمودن سهم متغیرهای پیش بین ضرایب رگرسیون محاسبه شد که نتایج آن در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵: خلاصه جدول ضرایب رگرسیون برای پیش بینی سازگاری اجتماعی

مدل	متغیر	B	انحراف معیار	Beta	آماره t	Tolerance	VIF
همزمان	ثابت	۲۵/۵۵	۳/۳۵۱		۷/۶۲۵**		
سازگاری اجتماعی	احساس تنهایی	-۰/۰۵۹	۰/۰۴۶	-۰/۰۷۵	-۱/۲۹۷	۰/۹۲۷	۱/۰۷۹
	بلوغ عاطفی	۰/۰۹۵	۰/۰۲۱	۰/۲۵۸	۴/۴۷۷**	۰/۹۲۷	۱/۰۷۹

**P<۰/۰۰۱ *P<۰/۰۵

نتایج نشان می دهد که با مقدار Tolerance و VIF محاسبه شده ، مفروضه هم خطی چندمتغیره رعایت شده است بدین معنا که متغیرهای پیش بین همبستگی های بالاتر از ۰/۸ ندارند. متغیر پیش بینی بلوغ عاطفی قادر به پیش بینی سازگاری اجتماعی است. آزمون معنا داری t در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. تاثیر بلوغ عاطفی (۰/۲۵۸) بر سازگاری اجتماعی است. لازم به ذکر است در این مدل

احساس تنهایی قادر به پیش بینی سازگاری اجتماعی نیست.

معادله خط

(بلوغ عاطفی) $0/258 + 25/55 =$ سازگاری اجتماعی

نتیجه گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه احساس تنهایی و بلوغ عاطفی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان انجام شد. نتایج به دست آمده از تحلیل داده های پژوهش نشان داد که بین احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی رابطه منفی معناداری وجود دارد.

بدین معنا که با افزایش احساس تنهایی دانش آموزان پسر سازگاری اجتماعی آنان کاهش می یابد. یافته های به دست آمده از فرضیه فوق با نتایج پژوهش ملکی علویان (۱۳۹۴)، بهامین (۱۳۹۳)، رحیم زاده و همکاران (۱۳۸۸)، اوزدمیر و تانسی (۲۰۰۸)، هرمن (۲۰۰۵) هماهنگ و همسو است. انسان موجودی اجتماعی است و نیازمند برقراری ارتباط با دیگران. بسیاری از نیازهای عالی انسانی و شکوفا شدن استعدادها و خلاقیت هایش فقط از طریق تعامل بین فردی و ارتباطات اجتماعی می تواند فعلیت یابد (نقل از کریمی، ۱۳۸۷). سازگاری اجتماعی رفتار مفید و مؤثر آدمی در تطابق با محیط فیزیکی و روانی به گونه ای است که تنها با تغییرات محیط هم رنگی نکرده و به پیروی ناهشیار از آن بسنده نمی کند بلکه خود نیز می تواند در محیط تأثیر گذاشته و آن را به گونه ای مناسب تغییر دهد. بنابراین می تواند موجب کاهش فشارهای روانی وارده بر فرد شود. تحقیقات نشان داده است این مقوله بر سلامت روانی، اجتماعی و جسمی افراد اثر می گذارد و افراد دارای سازگاری اجتماعی بالا از سلامت جسمی، روانی و اجتماعی بالاتری برخوردارند و در مقابله تنش های زندگی سازگاری بهتری را از خود نشان می دهند، و همچنین این که وجود سازگاری اجتماعی مناسب سبب کاهش میزان احساس تنهایی می شود و یکی از پیش بینی کننده های سلامت است (شاهینی، آسایش، قبادی و صادقی اله آبادی، ۱۳۹۱). یافته های به دست آمده از تحلیل فرضیه دوم نشان داد بین بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. بدین معنا با افزایش بلوغ عاطفی دانش آموزان پسر سازگاری اجتماعی آنان افزایش می یابد. یافته های فوق در راستای پژوهش های استفان و میکلا (۲۰۱۰)، ایلهاوی (۲۰۰۸) می باشد، و با نتایج این پژوهش ها هماهنگ و همسو است. براساس دیدگاه آدولفز و داماسیو^۱ (۲۰۰۱) پردازش عاطفی شکل پیچیده تر و عالی تر پردازش اطلاعات شناختی است و کسب شناخت های عالی تر، مستلزم راهنمایی فراهم شده از طریق پردازش عاطفی است.

بنابراین بلوغ عاطفی به عنوان یکی از مؤلفه های اساسی سازگار شدن با شرایط تلقی می شود و کمبود یا عدم بلوغ عاطفی می تواند به عنوان عامل مخرب و تهدید کننده تفکر منطقی که موجب بروز خطا در قضاوت شده و واکنش های ناسازگارانه را ایجاد می کند تلقی شود. آدرینا (۲۰۱۲) بلوغ عاطفی تسهیل کننده سازگاری اجتماعی است چراکه اگر عاطفه خوشایند شکل بگیرد، فرد به تلاش خاص و زیادی برای سازگار شدن نیاز ندارد، اما عاطفه ناخوشایند هشدار می دهد است مبنی بر اینکه بایستی دقیق و مراقب بود زیرا این عاطفه تفکر معطوف به بیرون را ایجاد می کند که موجب انطباق با خواسته ها و شرایط دنیای خارجی می شود که این امر خود مقدمه ایده ها و باورهای بیرونی محسوب می شود و زمینه ناسازگاری را فراهم می نماید (نقل از یوری، ۱۳۹۲).

همچنین نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون نشان داد بلوغ عاطفی قادر به پیش بینی سازگاری اجتماعی دانش آموزان است؛ اما احساس تنهایی سازگاری اجتماعی دانش آموزان را پیش بینی نمی کند. این یافته ها با نتایج پژوهش استفان و میکلا (۲۰۱۰)، ایلهاوی (۲۰۰۸) هماهنگ و همسو است، و با نتایج پژوهش اوزدمیر و تانس (۲۰۰۸)، هرمن (۲۰۰۵) ناهمسو می باشد. براساس تحقیقات رانور (۲۰۰۷) و عرفان اکرم و همکاران (۲۰۱۰) می توان گفت که افراد دارای سازگاری اجتماعی و بلوغ عاطفی از توانایی و قدرت انطباق با تمام جلوه های روابط بین فردی، توانایی و استعداد زندگی کردن و ابراز وجود طبق محدودیت های جامعه و خواست های فرهنگی و همچنین هماهنگ ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که اغلب مستلزم کنترل هیجان ها و نگرش ها است. بنابراین با توجه به بررسی های صورت گرفته توسط محققین و همچنین پژوهش حاضر می توان نتیجه گرفت که بلوغ عاطفی می تواند پیش بینی کننده میزان سازگاری اجتماعی باشد.

پژوهش حاضر با محدودیت هایی مواجه بود از جمله جامعه مورد مطالعه پژوهش محدود به دانش آموزان و یک جنس بوده، بنابراین امکان تعمیم نتایج به گروه های دیگر وجود ندارد. نحوه پاسخ دهی دانش آموزان به پرسشنامه ها (میزان جدیت، شرایط بیرونی و درونی پاسخ دهنده، میزان دقت و...) از محدودیت های احتمالی پژوهش حاضر بود.

براین اساس پیشنهاد می شود پژوهش هایی در سطح وسیع تر (استان) و یا در گروه های دیگر جامعه (دانشجویان) انجام شود. پژوهشی در این زمینه بر روی دوجنس انجام شود و تفاوت میان دو جنس نیز مورد بررسی قرار گیرد. با توجه به تفاوت های فرهنگی موجود در کشور، پیشنهاد می شود پژوهش هایی در شهر های دیگر صورت گیرد تا امکان نتیجه گیری کلی از پژوهش ها وجود داشته باشد. با توجه به اینکه متغیرهای بلوغ عاطفی و سازگاری اجتماعی قابل آموزش هستند و محیط های آموزشی نقش مؤثری در شکل دادن به آنها دارد. پیشنهاد می شود در محیط های آموزشی آموزش و تقویت این متغیرها را در نظر

بگیرند، چراکه علاوه بر تقویت متغیرهای فوق، این امر می‌تواند در کاهش احساس تنهایی دانش آموزان بویژه در دوره نوجوانی - کمک کند. با توجه به نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر، سازمان‌های دولتی و غیردولتی دست‌اندر کار در امور نوجوانان و جوانان در جهت‌گیری پژوهش‌های خود به این امر توجه ویژه‌ای مبذول دارند. مسلماً با بهره‌گیری از حمایت‌های انسانی و مالی بیشتر می‌توان این موضوع را از ابعاد مختلف مورد توجه قرار داد و بسیاری از محدودیت‌ها را رفع نمود. همچنین انجام پژوهش‌هایی از طرف سازمان‌ها می‌تواند کاربرد یافته‌ها را در سطحی گسترده ممکن سازد.

منابع

- امانی، رزیتا. اعتمادی، عذرا. فاتحی زاده، مریم‌السادات. بهرامی، فاطمه. (۱۳۹۱). رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی. *روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، ۱۹(۶)، ۱۵-۲۶.
- اناری، آسیه. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی نمایش درمانگری در کاهش نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی کودکان. *بیان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.*
- بهامین، معصومه. (۱۳۹۳). *بررسی رابطه بین مهارت‌های اجتماعی و سازگاری اجتماعی با واسطه‌گری احساس تنهایی در نوجوانان.* پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد مرودشت.
- بهزادی بهناز، روحانی احمد. (۱۳۸۹). بررسی رابطه خلاقیت و بلوغ عاطفی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز. *مجموعه مقالات سومین کنفرانس ملی خلاقیت‌شناسی، مهندسی و مدیریت نوآوری.* تهران. برگرفته از :
- http://www.civilica.com/Paper-ICIC03-ICIC03_026.html
- شاهینی، نجمه. آسایش، حمید. قبادی، مهرداد. صادقی اله آبادی، جواد. (۱۳۹۱). بررسی همبستگی حمایت اجتماعی، احساس تنهایی و رضایت از زندگی در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان در سال ۱۳۸۹. *پژوهنده*، ۹۰، ۳۰۶-۳۰۲.
- خانخانی زاده، هنگامه. باقری، سحر. (۱۳۹۱). اثربخشی خودآموزی کلامی بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش آموزان با ناتوانی‌های یادگیری. *ناتوانی‌های یادگیری*، ۲(۱)، ۴۳-۵۲.