

## بررسی رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی در میان دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات

سپیده نعمت اله<sup>۱</sup>، مهرناز آزادیکتا<sup>۲\*</sup>

### چکیده

**هدف:** هدف از این پژوهش بررسی رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی در میان دانشجویان دانشگاه علوم و تحقیقات بود. **روش:** پژوهش حاضر مطالعه توصیفی از نوع هم‌بستگی بود و جامعه‌ی مورد مطالعه کلیه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی‌ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات که در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ مشغول به تحصیل بودند؛ می‌باشد. حجم نمونه ۱۹۰ نفر از دانشجویان است که به شیوه غیر تصادفی از نوع در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه (یانگ)، پریشانی روان‌شناختی (کسلر) و احساس تنهایی (دی توماسو، برانن و بست) استفاده شد. نتایج با استفاده از روش‌های آماری ضریب هم‌بستگی پیرسون، رگرسیون دو و چند متغیره و با استفاده از نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. **یافته‌ها:** بررسی نتایج نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی رابطه مثبت و معناداری دارند و از سویی رابطه طرح‌واره‌های محرومیت هیجانی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری و اطاعت، اثر معنادارتری با پریشانی روان‌شناختی داشته و همچنین رابطه طرح‌واره‌ی محرومیت هیجانی با احساس تنهایی برجسته‌تر از سایر طرح‌واره‌ها در افراد بود. **نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌های پژوهش، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی در دانشجویان رابطه دارد. شایسته است متخصصان بالینی به عنوان پیشگیری ثانویه در امور مشاوره و روان درمانی به این یافته توجه داشته باشند.

**واژه های کلیدی:** طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، پریشانی، روان‌شناختی، احساس تنهایی

### مقدمه

اختلال روانی یکی از پنج علت اصلی در به وجود آمدن ناتوانی است که هم‌چنان در حال افزایش است (لوکربول<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). امروزه افسردگی، اضطراب و پریشانی روان‌شناختی به عنوان شایع‌ترین اختلالات روانی در جمعیت عمومی مطرح است. پریشانی روان‌شناختی در سطح فردی، با افت کیفیت زندگی مرتبط می‌باشد و به دلیل اثرات منفی آن بر سلامت، عملکرد و بهره‌وری، به عنوان یک اولویت بهداشت عمومی مطرح می‌باشد (ویتچن<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۱؛ اسپینهاون<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). اکثر ما در دوره‌های از زندگی خود دچار احساس تنهایی<sup>۶</sup> شده‌ایم و تا حدودی پریشانی روان‌شناختی<sup>۷</sup> (اضطراب و افسردگی) را تجربه کرده‌ایم. در این میان احتمالاً باورهای بنیادینی در ما وجود دارد که از کودکی و خانواده ما نشأت گرفته‌اند

<sup>۱</sup> . کارشناس ارشد روان شناسی

Email: sepideh.nematollah@gmail.com

<sup>۲\*</sup> . دانشیار گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اسلامشهر

<sup>۳</sup> Lokkerbol et al

<sup>۴</sup> Wittchen et al

<sup>۵</sup> Spinhoven et al

<sup>۶</sup> Loneliness

<sup>۷</sup> Psychological distress

و ممکن است ما را به این سمت و سوء سوق دهد. از دیدگاه یانگ<sup>۱</sup> (۱۹۹۴) طرح‌واره‌ها<sup>۲</sup> باورهای عمیق و مستحکم فرد در مورد خود و جهان هستند و حاصل آموزه‌های سال‌های نخستین زندگی‌اند. آن‌ها در واقع حاصل گفتگوی والدین با کودک هستند که به تدریج در ذهن او جای گرفته‌اند و اکنون به گونه‌ای نظام‌مند اما ناکارآمد، زندگی فرد را تحت سیطره خود گرفته‌اند. (یانگ، کلاسکو و ویشار<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از حمیدپور ۱۳۹۴). یانگ آن دسته از طرح‌واره‌ها را که منجر به شکل‌گیری مشکلات روان‌شناختی می‌شوند، طرح‌واره‌های ناسازگار می‌نامد. طرح‌واره‌های ناسازگار زمینه یا الگوی نافذی هستند که از خاطرات هیجانات شناخت‌ها و احساسات بدنی، درباره خود و در رابطه با دیگران تشکیل شده و در سراسر عمر فرد تداوم دارند و به شدت ناکارآمد هستند (تیم<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰). مطالعات نشان داده‌اند طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی کننده ناسازگاری بین فردی و تبیین کننده بسیاری از اختلالات روانی و شخصیتی می‌باشند و آسیب‌پذیری خاصی را برای انواع آشفتگی‌های روان‌شناختی و آسیب‌شناسی شخصیتی ایجاد می‌کنند (نودال<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۵). در پژوهشی فریمن<sup>۶</sup> (۱۹۹۹) به این نتیجه رسید که داشتن طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی کننده‌ی ناسازگاری بین فردی و احساس تنهایی می‌باشد (یانگ، کلاسکو و ویشار، ۲۰۰۳، به نقل از حمید پور، ۱۳۸۵). از سوی دیگر احساس تنهایی به عنوان درد اجتماعی تعریف شده است (کاکوپو و پاتریک<sup>۷</sup>، ۲۰۰۹). احساس تنهایی اغلب به عنوان شرایطی مطرح می‌شود که فرد در طی برقرار کردن رابطه با دیگران در شبکه‌ی روابط اجتماعی دچار یک تجربه‌ی ناخوشایند در برقراری رابطه می‌شود (پیتمن و ریچ<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶). سالیوان بر لزوم برقراری رابطه با دیگران به دلیل ریشه داشتن آن در نیازهای اساسی انسانی تأکید می‌کند و بی‌کفایتی در برآورده شدن نیاز به صمیمیت با دیگران یا صمیمیت بین ف؛ د؛ ردی را تحت عنوان تنهایی مطرح می‌نماید (سالیوان<sup>۹</sup>، ۱۹۵۳). احتمالاً یکی از عوامل در به وجود آمدن پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه است، زیرا طرح‌واره‌های ناسازگار به طور معمول از برآورده نشدن نیازهای اولیه به خصوص نیازهای عاطفی در دوران کودکی سرچشمه می‌گیرند، به حرکت خود ادامه می‌دهند و خودشان را به تجارب بعدی زندگی تحمیل می‌کنند (زانگ و هه<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۰). در حوزه شناختی<sup>۱۱</sup> طرح‌واره را به صورت قالبی در نظر می‌گیرند که بر اساس واقعیت یا تجربه شکل می‌گیرند تا به افراد کمک کند تجارب خود را تبیین کنند (یانگ و ویشار، ۲۰۰۳). به علاوه پژوهش‌گران بر این عقیده‌اند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه هم چون یک صافی برای اثبات یا تأیید تجارب کودکی عمل نموده و به نشانه‌های بالینی نظیر اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیت و تنهایی به دلیل روابط بین فردی مخرب و سوء مصرف الکل و مواد مخدر، پراشتهایی یا زخم معده منجر شود (گرین، هاوس، کولینز و شو<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۳؛ سلیگمن، شولمن و ترايون<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۷، تیم، ۲۰۱۰). تغییر طرح‌واره‌ها بسیار سخت است چون افراد به طور ناخود آگاه به سمت رویدادهایی کشیده می‌شوند که با طرح‌واره‌های آن‌ها همخوان می‌باشد. این در واقع تلاشی است که طرح‌واره‌ها برای بقای خودشان انجام می‌دهند افراد به طرح‌واره‌های خود به عنوان حقایقی می‌نگرند که نیاز به آزمایش در صحت و سقم

<sup>1</sup> Young

<sup>2</sup> Scheme

<sup>3</sup> Young, Klosko & Weishaar

<sup>4</sup> Thimm

<sup>5</sup> Nordahl

<sup>6</sup> Freeman

<sup>7</sup> Cacioppo & Patrick

<sup>8</sup> Pittman & Reich

<sup>9</sup> Sullivan

<sup>10</sup> Zhang & He

<sup>11</sup> Cognitive

<sup>12</sup> Greenhaus, Collins & Shaw

<sup>13</sup> Seligman, Schulman, Tryon

آن‌ها ندارند؛ در نتیجه طرحواره‌ها تجارب بعدی را پردازش نموده و نقش عمده‌ای در تفکر، احساس، رفتار و نحوه‌ی برقراری ارتباط با دیگران بازی می‌کنند. در واقع به گونه‌ای اجتناب‌ناپذیر زندگی بزرگ‌سالی تحت تاثیر شرایط ناگوار دوران کودکی قرار می‌گیرد که برای اغلب افراد زیان بخش می‌باشد (جنز و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). تاکنون پژوهش‌های زیادی همبستگی بین طرحواره‌های ناسازگار و بسیاری از آسیب‌های روان‌شناختی را به اثبات رسانده‌اند.

اوهانیان<sup>۲</sup> (۲۰۱۶). در بررسی اثر عملکرد والدین و شکل‌گیری طرحواره‌های تا کار آمد بیان می‌کنند که عملکرد والدین پیش‌بینی‌کننده معناداری برای برخی حیطه‌های طرحواره‌ها مانند قطع ارتباط، طرد و خودگردانی / عملکرد مختل است کریم<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۰) نیز در پژوهشی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و افسردگی را نشان دادند. لطفی و همکاران (۱۳۸۶) رابطه طرحواره‌های ناسازگار و انواع پریشانی‌های روان‌شناختی و آسیب‌شناسی شخصیتی را نشان دادند. در پژوهشی ولی‌زاده (۱۳۹۳) نشان داد طرحواره‌های ناسازگار اولیه با احساس تنهایی رابطه داشته و سردی والدین پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی احساس تنهایی بوده و طرحواره ناسازگار به عنوان عامل درون فردی توانستند احساس تنهایی را در نوجوانان به طور معناداری پیش‌بینی کنند. اسپینهاون و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۱۱) در پژوهشی با هدف بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب نشان دادند که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه‌ی (محرومیت هیجانی، شکست، استحقاق، ترک شدن، نقص / شرم و آسیب‌پذیری به ضرر یا بیماری، معیارهای ناعادلانه یا اضطراب، همبستگی مثبت وجود دارد. موریس<sup>۵</sup> (۲۰۰۶) در پژوهشی با هدف بررسی رابطه‌های ناسازگار اولیه با صفات شخصیتی و مشکلات روان‌شناختی از قبیل اضطراب افسردگی به این نتیجه رسید که رفتارهای پرورشی زیان بخش با حضور طرحواره‌های ناسازگار اولیه ارتباط دارد. کالوت و همکاران<sup>۶</sup> (۲۰۱۳) در پژوهشی نشان دادند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با مدل‌های سلسله‌مراتبی شناختی اضطراب بر سطوح لایه‌های افکار تاثیر گذاشته، متقابلاً این سطوح افکار در تداوم طرحواره‌ها نقش دارند. ساها و گوپتا<sup>۷</sup> (۲۰۱۶) در تحقیقی با عنوان طرحواره‌های ناسازگار، رویدادهای منفی زندگی و ناراحتی‌های روان‌شناختی دریافتند که طرحواره‌ی رویدادهای منفی زندگی باعث ناراحتی‌های روان‌شناختی شدیدی می‌شود. کارون و لیو<sup>۸</sup> (۲۰۱۲) نشان داد که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی رابطه معنادار وجود دارد. با توجه به آن چه گفته شد و در راستای تحقیقات قبلی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند تاثیر شگرف بر ناسازگاری فرد در صحنه‌های مختلف زندگی چون روابط بین فردی، تحصیلی و مراودات اجتماعی بگذارند. هم‌چنین با توجه به رشد روزافزون تعداد دانشجویان در سال‌های اخیر و اهمیت و نقش آن‌ها به عنوان هسته‌ی تحولات علمی و اجتماعی، این قشر به عنوان جامعه مورد مطالعه تحقیق حاضر مورد بررسی قرار گرفتند. لذا پی بردن به طرحواره‌های ناسازگار ایجاد شده در دانشجویان و بررسی نارسایی‌های روانی (پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی) که به سبب شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار به وقوع می‌پیوندند، حائز اهمیت است. در زمینه طرحواره‌های ناسازگار با پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی در دانشجویان پژوهشی صورت نگرفته و اگر هم باشد جزئی به این مسئله پرداخته شده است. لذا این پژوهش در پی پاسخ‌گویی به این سؤال است که آیا طرحواره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی و احساس

<sup>1</sup> Jens

<sup>2</sup> Ohanian

<sup>3</sup> Kuriyama,

<sup>4</sup> Spinhoven

<sup>5</sup> Muris

<sup>6</sup> Calvete et al

<sup>7</sup> Sahu & Gupta

<sup>8</sup> Caron & Liu

تنهایی در دانشجویان رابطه دارد؟

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع هم‌بستگی و به صورت گذشته نگر انجام شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد سال تحصیلی (۹۵-۹۶) دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات بوده است. جهت نمونه‌گیری بدین ترتیب عمل شد که ابتدا از بین دانشکده‌های موجود (کشاورزی، زبان، علوم پایه، علوم انسانی، فنی و...)، دانشکده‌ی علوم انسانی به صورت تصادفی ساده انتخاب گردید، تعداد دانشجویان در حال تحصیل این دانشکده، ۳۰۶۴ نفر می‌باشد. این دانشکده دارای رشته‌های (ادبیات، جغرافیا، روانشناسی، جامعه‌شناسی، تاریخ و غیره) می‌باشد. برای برآورد حجم نمونه از فرمول کوکران استفاده شد، طبق این فرمول تعداد ۱۹۰ نفر برآورد شدند. برای دسترسی به این ۱۹۰ نفر، به روش نمونه‌گیری غیر تصادفی از نوع در دسترس، عمل شد. کلیه دانشجویانی که توافق آگاهانه نسبت به شرکت در پژوهش داشتند؛ مورد بررسی قرار گرفتند. توافق آگاهانه یکی از کدهای اخلاقی است که در پژوهش‌های کمی و کیفی رعایت می‌شود و در آن شرکت کنندگان پس از توضیح اهداف پژوهش، توافق آگاهانه‌ی خود را نسبت به شرکت در پژوهش اعلام می‌کنند (ابولمعالی، ۱۳۹۱).

### ابزار سنجش

- پرسش‌نامه‌ی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه (فرم کوتاه مدت)، توسط یانگ در سال (۱۹۹۸) تهیه و تنظیم شده است. این پرسش‌نامه دارای ۷۵ گویه برای شناسایی ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه شامل محرومیت هیجانی، طرد/بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی / بدرفتاری، انزوای اجتماعی / بیگانگی، نقص / شرم، شکست، وابستگی / بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری، خود تحول نیافته/گرفتار، اطاعت، ایثار، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/بیش انتقادی، استحقاق/بزرگ‌منشی و خویش‌تن داری/خودانضباطی ناکافی می‌باشد. هر یک از ۷۵ سؤال آن بر اساس یک مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. در این پرسش‌نامه هر ۵ پرسش یک طرح‌واره را می‌سنجد و برای به دست آوردن نمره طرح‌واره‌ها، میانگین نمره در هر پنج سؤال محاسبه می‌گردد. اولین پژوهش جامع در مورد ویژگی‌های روان‌سنجی این طرح‌واره‌ها را اسمیت، جونز و یانگوتلج<sup>۱</sup> (۱۹۹۵)، به نقل از لطفی، (۱۳۹۲)، انجام دادند و ضریب آلفای کرونباخ در جمعیت غیربالینی برای خرده مقیاس‌های این پرسش‌نامه را بین ۰/۵ تا ۰/۸۲ به دست آوردند. هم‌چنین این پژوهشگران نشان دادند، پرسش‌نامه طرح‌واره‌های ناسازگار با مقیاس‌های پریشانی روان‌شناختی و اختلالات شخصیت هم‌بستگی بالایی دارند و بنابراین از روایی مطلوبی برخوردار است. پایایی و روایی این ابزار در پژوهش‌های متعددی به اثبات رسیده است. هنجاریابی این پرسش‌نامه در ایران توسط آهی (۱۳۸۴) در دانشگاه تهران انجام گرفته است. همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ در جمعیت مونث ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر ۰/۹۸ به دست آمده است.

- پرسش‌نامه‌ی پریشانی روان‌شناختی (k10) توسط کسلر و همکارانش<sup>۲</sup> در سال ۲۰۰۲ تدوین شده است. برای ارزیابی پریشانی روان‌شناختی، از پرسش‌نامه پریشانی روان‌شناختی کسلر (k10) استفاده شد. این پرسش‌نامه شامل ۱۰ سؤال می‌باشد، که وضعیت روانی بیمار را طی یک ماه اخیر بررسی می‌کند، به ویژه برای شناسایی اختلالات روانی در جمعیت عمومی است. پاسخ به سؤالات آن به صورت ۵ گزینه‌ای می‌باشد. شیوه‌ی نمره‌گذاری آن بین (۰ تا ۴) می‌باشد و حداکثر نمره

<sup>1</sup> Smith, Jones & Yungoothlech

<sup>2</sup> Kessler

آن در هر آزمودنی برابر ۴۰ است (فوروکاوا، کسلر، اسلید و آندروز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳). از پرسش‌نامه پریشانی روان‌شناختی (کسلر) در مطالعات مختلف استفاده شده است، برای مثال کسلر در یک مطالعه‌ی کشوری پرسش‌نامه k10 را مورد اعتباریابی و مقایسه قرار دادند و نتیجه گرفتند برای شناسایی اختلالات خلقی و اضطرابی این فرم کارایی بالایی دارد. وزیری و لطفی کاشانی (۱۳۹۰) در یک مطالعه پژوهشی پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آوردند.

- پرسش‌نامه احساس تنهایی (Selsa-S) ویژه بزرگسالان به وسیله دی توماسو، برانل و پست در سال ۲۰۰۴ تهیه و تدوین شده است. این پرسش‌نامه دارای ۱۵ گویه است (در فرم ایرانی به ۱۴ گویه تقلیل یافته است). پاسخ به سؤالات آن بر روی یک طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای شامل: (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق)، قرار دارد.

در این پرسش‌نامه کسب نمره بالا نشان دهنده احساس تنهایی و نمره پایین نشان دهنده این است که فرد تجربه احساس تنهایی را ندارد. مولفان ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۰ گزارش کردند که از همسانی درونی مناسب این مقیاس حکایت دارد. جوکار و سلیمی (۱۳۹۰) در یک مطالعه‌ی پژوهشی پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آوردند.

در این پژوهش نیز به روش آلفای کرونباخ اعتبار به معنای همسانی درونی پرسش‌نامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، پریشانی روان‌شناختی و احساس تنهایی محاسبه شد که به ترتیب برابر ۰/۹۶، ۰/۸۹ و ۰/۸۶ است.

#### فرایند اجرای پژوهش

به منظور اجرای پژوهش بعد از انتخاب و محاسبه نسبی تعداد افراد نمونه به دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، مراجعه شد و پرسش‌نامه‌ها توزیع گردید، توضیحات لازم درباره هدف پژوهش و مواد مطرح شده در پرسش‌نامه‌ها و پاسخ به سؤالات احتمالی دانشجویان در رابطه با پرسش‌نامه‌ها داده شد. بعد از تکمیل پرسش‌نامه‌ها به جمع‌آوری آن‌ها و نمره‌گذاری و در نهایت تجزیه و تحلیل داده‌ها پرداخته شد.

#### تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای رسیدن به اهداف پژوهش و تایید یا رد فرضیه‌های پژوهش از روش‌های آمار توصیفی شامل: (جدول توزیع فراوانی، نمایش هندسی داده‌ها، شاخص‌های مرکزی و پراکندگی)، بررسی بهنجار بودن توزیع فراوانی داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنف، و برای استنباط آماری از آزمون پارامتری تحلیل رگرسیون دو و چند متغیره (به دلیل بهنجار بودن توزیع فراوانی نمره‌ها، فاصله‌ای بودن مقیاس اندازه‌گیری متغیرها، تعیین معنادار بودن پیش‌بینی به عمل آمده) استفاده به عمل آمد. لازم به ذکر است که برای انجام محاسبات آماری پژوهش حاضر، از برنامه کامپیوتری SPSS استفاده شده است.

<sup>1</sup> Furukawa, Kessler, Slade & Andrews

## یافته ها

### ویژگی های جمعیت شناختی

آن چه به عنوان ویژگی های جمعیت شناختی مورد توصیف قرار گرفته است شامل جنسیت (مرد-زن)، شغل (غیر شاغل-شاغل) و وضعیت تأهل (مجرد-متاهل-مطلقه) می شود.

### جنسیت

جدول ۱- توزیع فراوانی دانشجویان مورد مطالعه به تفکیک جنسیت

ردیف	جنسیت	فراوانی	درصد فراوانی
۱	مرد	۵۴	۲۸/۴٪
۲	زن	۱۳۶	۷۱/۶٪
۳	کل	۱۹۰	۱۰۰٪

همان طور که ملاحظه می شود از ۱۹۰ دانشجوی مورد مطالعه، ۷۱/۶٪ زن و ۲۸/۴٪ مرد هستند.

جدول ۲- توزیع فراوانی دانشجویان مورد مطالعه بر حسب شغل

ردیف	شغل	فراوانی	درصد فراوانی
۱	غیر شاغل	۱۱۳	۵۹/۵٪
۲	شاغل	۷۷	۴۰/۵٪
۳	کل	۱۹۰	۱۰۰٪

اطلاعات جمع آوری شده حاکی از این است که اکثریت (۵۹/۵٪) دانشجویان مورد مطالعه، غیر شاغل هستند.

جدول ۳- توزیع فراوانی دانشجویان مورد مطالعه بر حسب وضعیت تأهل

ردیف	شغل	فراوانی	درصد فراوانی
۱	مجرد	۱۱۸	۶۲/۱٪
۲	متاهل	۶۷	۳۵/۳٪
۳	مطلقه	۵	۲/۶٪
۴	کل	۱۹۰	۱۰۰٪

بر پایه اطلاعات می توان اظهار داشت اکثریت (۶۲/۱٪) دانشجویان مورد مطالعه مجرد هستند.

به منظور استنباط آماری از آزمون پارامتری تحلیل رگرسیون دو و چند متغیره (به دلیل بهنجار بودن توزیع فراوانی نمره ها، فاصله ای بودن مقیاس اندازه گیری متغیرها، تعیین معنادار بودن پیش بینی به عمل آمده) استفاده به عمل آمد که به تفکیک هر یک از فرضیه های پژوهش به شرح ذیل است:

فرضیه‌ی اول پژوهش: طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی دانشجویان رابطه دارد.

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، بین دو متغیره طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و پریشانی روان‌شناختی به میزان ۰/۵۰ هم‌بستگی مثبت معنادار وجود دارد. به این معنا که با افزایش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، پریشانی روان‌شناختی نیز افزایش می‌یابد و برعکس. یعنی تغییر در متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار منجر به تغییر در پریشانی روان‌شناختی می‌شود. در واقع، می‌توان  $100 \times (0.50)^2 \approx 25$  درصد از تغییرات روان‌شناختی را از روی واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی کرد.

جدول ۴- خلاصه شاخص‌های محاسبه شده مربوط به رگرسیون پریشانی روان‌شناختی از روی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	تعداد	میزان هم‌بستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده	خطای معیار برآورد
۱	۱۹۰	۰/۵۰	۰/۲۵	۰/۲۴۶	۶/۷۳۶

جدول ۵- شاخص‌های تحلیل رگرسیون پریشانی روان‌شناختی از روی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	منابع تغییرات	مجدورات نمره‌ها	درجه آزادی	میانگین مجموع مجدورات نمره‌ها	مقدار F	سطح معنادار بودن
۱	رگرسیون	۲۸۳۶/۳۴۴	۱	۲۸۳۶/۳۴۴	۶۲/۵۱	$P < ۰/۰۰۱$
۲	باقی مانده	۸۵۳۰/۳۷۱	۱۸۸	۴۵/۳۷۴		
۳	کل	۱۳۶۶/۷۱۶	۱۸۹			

لذا برای آزمون معنادار بودن پیش‌بینی به عمل آمده از آزمون تحلیل رگرسیون استفاده به عمل آمد و نتیجه نشان داد چون مقدار F محاسبه شده بزرگ‌تر از مقدار F مبین در سطح اطمینان ۹۹/۹ درصد در درجه‌های آزادی ۱ و ۱۸۸ (۶/۶۳)  $\frac{1}{188} F_{0.001}$  است، می‌توان نتیجه گرفت رگرسیون به عمل آمده معنادار است و می‌توان اظهار داشت بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه‌ی با پریشانی روان‌شناختی دانشجویان مورد مطالعه رابطه‌ی معنادار وجود دارد. لذا بر همین پایه می‌توان ۲۵ درصد از تغییرات پریشانی روان‌شناختی آنان را از روی تغییرات طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه‌شان به‌طور معنادار پیش‌بینی نمود. نکته قابل توجه این است که پرسش‌نامه سنجش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دارای پانزده خرده مقیاس است. بنابراین ضرورت دارد میزان اثر هر یک از پانزده خرده مقیاس بر پریشانی روان‌شناختی محاسبه شود. لذا، بدین منظور از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده به عمل آمد که شاخص‌های مربوط به آن به شرح ذیل است.

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، از میان پانزده خرده مقیاس مربوط به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنها سه خرده مقیاس محرومیت هیجانی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری و اطاعت اثر معنی دار بر پریشانی روان‌شناختی دانشجویان مورد مطالعه دارند که میزان اثر آن به ترتیب برابر ۰/۱۵۴، ۰/۱۶۳ و ۰/۱۵۳ است که می‌توان به

جدول ۶- خلاصه شاخص‌های محاسبه شده مربوط به رگرسیون پریشانی روان‌شناختی از روی پانزده خرده مقیاس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	تعداد	میزان هم‌بستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده	خطای معیار برآورد
۱	۱۹۰	۰/۵۹	۰/۳۴۴	۰/۲۸۷	۶/۵۴۸

جدول ۷- شاخص‌های تحلیل رگرسیون پریشانی روان‌شناختی از روی پانزده خرده مقیاس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	منابع تغییرات	مجموع مجذورات نمره‌ها	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات نمره‌ها	مقدار F	سطح معنادار بودن
۱	رگرسیون	۳۹۰۶/۷۵۵	۱۵	۲۶۰/۴۵	۶/۰۷۵	$P < ۰/۰۰۱$
	باقی مانده	۷۴۵۹/۹۶۱	۱۷۴	۴۲/۸۷۳		
	کل	۱۱۳۶۶/۷۱۶	۱۸۹			

جدول ۸- ضرایب هم‌بستگی پیرسون، نیمه پاره‌ای و پاره‌ای مربوط به پانزده خرده مقیاس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با پریشانی روان‌شناختی

ردیف	خرده مقیاس	ضریب هم‌بستگی پیرسون	ضریب هم‌بستگی پاره‌ای	ضریب هم‌بستگی نیمه پاره‌ای	سطح معنادار بودن
۱	محرومیت هیجانی	۰/۴۰۵	۰/۱۵۴	۰/۱۲۶	۰/۰۴۱
۲	رهاشگی/ بی‌ثباتی	۰/۳۳۷	۰/۴۴	۰/۰۳۶	۰/۵۶۰
۳	بی‌اعتمادی/ بد رفتاری	۰/۴۷۰	۰/۱۶۳	۰/۱۳۴	۰/۰۳۱
۴	انزوای اجتماعی/ بیگانگی	۰/۴۳۰	- ۰/۰۲۵	- ۰/۰۲۰	۰/۷۴۳
۵	نقص/ شرم	۰/۳۷۵	۰/۰۰۷	۰/۰۰۶	۰/۹۲۶
۶	شکست	۰/۳۲۰	- ۰/۰۲۴	- ۰/۰۲۸	۰/۶۵۱
۷	وابستگی/ بی‌کفایتی	۰/۳۷۰	- ۰/۰۰۲	- ۰/۰۰۲	۰/۰۹۸۰
۸	آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری	۰/۴۱۷	۰/۱۱۶	۰/۰۹۵	۰/۱۲۴
۹	خود تحول نیافته/ گرفتار	۰/۴۰۷	۰/۱۰۱	۰/۰۸۳	۰/۱۸۰



۰/۰۴۲	۰/۱۲۶	۰/۱۵۳	۰/۴۶۶	اطاعت	۱۰
۰/۰۶۱	- ۰/۱۱۶	- ۰/۱۴۲	۰/۰۹۰۵	ایثار	۱۱
۰/۴۱۵	- ۰/۵۰	- ۰/۰۶۲	۰/۲۶۲	بازداری هیجانی	۱۲
۰/۷۷۲	- ۰/۰۱۸	- ۰/۰۲۲	۰/۱۷۳	معیارهای سرسختانه	۱۳
۰/۲۳۹	۰/۰۷۳	۰/۰۸۹	۰/۲۹۰	استحقاق / بزرگمنش	۱۴
۰/۸۳۸	- ۰/۰۱۳	- ۰/۰۱۶	۰/۳۴۸	خویشتن داری/خود انضباطی ناکافی	۱۵

ترتیب بر پایه‌ی این سه مقیاس ۲/۳۷٪، ۲/۶۵٪ و ۲/۳۴٪ از واریانس پریشانی روان‌شناختی دانشجویان از روی آن‌ها پیش‌بینی نمود.

فرضیه دوم پژوهش: طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با احساس تنهایی دانشجویان رابطه دارد.

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، بین دو متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و احساس تنهایی به میزان ۰/۳۷ هم‌بستگی مثبت معنادار وجود دارد. بدین معنا که با افزایش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، احساس تنهایی نیز افزایش می‌یابد و برعکس. یعنی تغییر در متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه منجر به تغییر در احساس تنهایی می‌شود.

جدول ۹- خلاصه شاخص‌های محاسبه شده مربوط به رگرسیون احساس تنهایی از روی طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	تعداد	میزان هم‌بستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده	خطای معیار برآورد
۱	۱۹۰	۰/۳۶۶	۰/۱۳۴	۰/۱۲۹	۹/۵۰۲

جدول ۱۰- شاخص‌های تحلیل رگرسیون احساس تنهایی از روی پانزده طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	منابع تغییرات	مجموع مجذورات نمره‌ها	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات نمره‌ها	مقدار F	سطح معنادار بودن
۱	رگرسیون	۲۶۲۶/۰۱	۱	۲۶۲۶/۰۱	۲۹/۰۸۲	$P < ۰/۰۰۱$
۲	باقی مانده	۱۶۹۷۵/۵۶۹	۱۸۸	۹۰/۲۹۶		
۳	کل	۱۹۶۰۱/۵۷۹	۱۸۹			

در واقع می‌توان  $(0.366)^2 \times 100 \Leftarrow 13.4$  درصد از تغییرات احساس تنهایی را از روی واریانس طرح‌واره‌های

ناسازگار اولیه پیش‌بینی نمود. لذا برای آزمون معنادار بودن پیش‌بینی ه عمل آمده از آزمون تحلیل رگرسیون استفاده شد و نتیجه نشان داد از آن‌جا که مقدار  $F$  محاسبه شده بزرگ‌تر از مقدار  $F$  مبین در سطح اطمینان ۹۹/۹ درصد در درجه‌های آزادی ۱ و ۱۸۸ ( $F_{0.001 \frac{1}{188}} = ۶/۶۳$ ) است، می‌توان نتیجه گرفت رگرسیون به عمل آمده معنادار است و می‌توان اظهار داشت بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با احساس تنهایی دانشجویان مورد مطالعه رابطه‌ی معنادار وجود دارد. لذا بر همین پایه می‌توان ۱۳/۴ درصد از تغییرات احساس تنهایی آنان را از روی تغییرات طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه‌شان به طور معنادار پیش‌بینی نمود.

نکته قابل توجه این است که پرسش‌نامه سنجش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دارای پانزده خرده مقیاس است. بنابراین ضرورت دارد میزان اثر هر یک از پانزده خرده مقیاس بر احساس تنهایی محاسبه شود. لذا بدین منظور از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده به عمل آمد که شاخص‌های مربوط به آن به شرح ذیل است.

جدول ۱۱- خلاصه شاخص‌های محاسبه شده مربوط به رگرسیون احساس تنهایی از روی پانزده خرده مقیاس

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	تعداد	میزان هم‌بستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین اصلاح شده	خطای معیار برآورد
۱	۱۹۰	۰/۵۴	۰/۲۹۴	۰/۲۳۴	۸/۹۱۵

جدول ۱۲- شاخص‌های تحلیل رگرسیون احساس تنهایی از روی پانزده خرده مقیاس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

ردیف	منابع تغییرات	مجموع مجذورات نمره‌ها	درجه آزادی	میانگین مجموع مجذورات نمره‌ها	مقدار $F$	سطح معنادار بودن
۱	رگرسیون	۵۷۷۱/۰۹۸	۱۵	۳۸۴/۷۴	۴/۸۴	$P < ۰/۰۰۱$
۲	باقی مانده	۱۳۸۳۰/۴۸۱	۱۷۴	۷۹/۴۸۶		
۳	کل	۱۹۶۰۱/۵۷۹	۱۸۹			

همان‌طور که ملاحظه می‌شود، از میان پانزده خرده مقیاس مربوط به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنها یک خرده مقیاس به نام محرومیت هیجانی اثر معنادار بر احساس تنهایی دانشجویان مورد مطالعه دارد که میزان اثر آن برابر ۰/۳۰- است که می‌توان ۹٪ از واریانس احساس تنهایی دانشجویان از روی آن پیش‌بینی نمود.

## بحث و نتیجه گیری

فرضیه ی اول: طرحواره های ناسازگار اولیه با پریشانی روان شناختی دانشجویان رابطه دارند. یافته های فوق با نتایج پژوهش های موریس<sup>۱</sup> (۲۰۰۶)، داناوان و کاگلین<sup>۲</sup> (۲۰۱۲)، کالوت و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۱۳)، علیزاده و همکاران (۱۳۸۹)، دژکام و همکاران (۱۳۹۲)، وزیری و لطفی کاشاتی (۱۳۹۰)، استیری (۱۳۹۱)، محمد بیگی و همکاران (۱۳۹۱) هم سو می باشد. در جهت تایید رابطه طرحواره ها، پژوهشگران بر این عقیده اند که طرحواره های ناسازگار اولیه هم چون یک صافی برای اثبات و تأیید تجارب کودکی عمل نموده و به نشانه های بالینی نظیر اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیت منجر می شود (لوکربول<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳؛ سلیگمن، شولمن و تریون<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷).

در فرضیه اول با توجه به یافته های به دست آمده به این نتیجه رسیدیم که طرحواره های ناسازگار با پریشانی روان شناختی در دانشجویان رابطه دارد. در این میان طرحواره های محرومیت هیجانی، بی اعتمادی/ بد رفتاری و اطاعت با پریشانی روان شناختی در میان دانشجویان مورد مطالعه ارتباط معنادار داشتند. همان گونه که پیش تر هم اشاره شد طرحواره های ناسازگار اولیه در طول زندگی ثابت و پا برجا هستند و اساس ساخت های شناختی فرد را تشکیل می دهند. **طرحواره ی محرومیت هیجانی** زیرمجموعه ی حوزه ی بریدگی / طرد می باشد. به طور کلی افرادی که طرحواره هایشان در این حوزه قرار دارد نمی توانند دل بستگی ایمن و رضایت بخشی با دیگران برقرار کنند و به طور اختصاصی افراد با طرحواره محرومیت هیجانی انتظار ندارند مورد محبت قرار گیرند و درک یا حمایت شوند. آن ها احساس می کنند از نظر هیجانی با محرومیت مواجه اند و به قدر کافی، محبت، صمیمیت و توجه دریافت نکرده اند. سه نوع محرومیت وجود دارد: **محرومیت از محبت**، که افراد احساس می کنند هیچ کس نیست از آن ها محافظت و به آن ها توجه کند. علاوه بر این، چنین افرادی احساس می کنند از محبت هایی مثل لمس شدن و در آغوش گرفته شدن محرومند. **محرومیت از همدلی**؛ که بیماران احساس می کنند هیچ کس نیست به حرف دل آن ها گوش بدهد یا تلاش کند بداند آن ها کی هستند و چه احساسی دارند. **محرومیت از حمایت**؛ که بیماران احساس می کنند هیچ کس نیست آن ها را تحت حمایت خود قرار دهد و راهنمایی کند. افرادی که طرحواره محرومیت هیجانی در ذهن شان شکل گرفته است، رفتارهای خاصی انجام می دهند مانند عدم ابراز تمایل به محبت، عدم درخواست از افراد مهم زندگی برای رفع نیازهای هیجانی شان، سوال کردن از دیگران و کم تر راجع به خود حرف زدن، انجام رفتارهایی بر خلاف احساس زیر بنایی، عدم بیان احساسات و سایر رفتارهایی که منجر به محرومیت آن ها شده و باعث می شود نیازهای هیجانی شان ارضا نشود. از آن جایی که این بیماران، انتظار حمایت هیجانی ندارند و چنین چیزی را در خواست نمی کنند، به طبع آن را دریافت نمی کنند. بر اساس آنچه گفته شد و طبق یافته پژوهش حاضر دانشجویان با داشتن طرحواره محرومیت هیجانی، دچار پریشانی روان شناختی می باشند. از سوی دیگر می توان بیان داشت، افراد مورد مطالعه این پژوهش با داشتن طرحواره ی محرومیت هیجانی با توجه به نقش و ثباتی که طرحواره ها در گذر زمان دارند با وقوع شرایط بحرانی و استرس زا؛ مواقعی که شرایط فرد از ثبات خارج می شود و اوضاع ناخوشایند است یعنی زمانی که ممکن است هر فردی دچار پریشانی شود سریع تر و با احتمال بیش تری دچار پریشانی روان شناختی خواهند شد. با در نظر داشتن این که در این گونه مواقع نیاز انسان به محبت، همدلی و حمایت و درک شدن از سوی دیگران بیش تر می شود. افراد دارای این طرحواره این حمایت را دریافت

<sup>1</sup> Muris

<sup>2</sup> Donovan & Caughlin

<sup>3</sup> Calvete, Esther et. al.

<sup>4</sup> Lokkerbol

<sup>5</sup> Seligman, Schulman, Tryon

نمی‌کنند و پریشانی روان‌شناختی را تجربه می‌کنند. **طرح‌واره بی‌اعتمادی/بدرفتاری** نیز همانند محرومیت هیجانی در حوزه‌ی بریدگی و طرد قرار دارد. افرادی که طرح‌واره بی‌اعتمادی/بدرفتاری دارند بر این باورند که اطرافیان آن‌ها به زودی می‌میرند، آن‌ها را دست می‌اندازند، اموالشان را می‌دزدند، به آن‌ها آسیب می‌زنند، دروغ می‌گویند، فریب‌شان می‌دهند و در بدترین شکل، دیگران در پی سو استفاده و تحقیر کردن‌شان هستند. افراد مورد مطالعه این پژوهش با داشتن طرح‌واره بی‌اعتمادی/بدرفتاری به سبب احساس‌هایی که این طرح‌واره در آن‌ها ایجاد کرده با دیگران بدرفتاری می‌کنند و از صمیمیت و در میان گذاشتن افکار و احساسات خود با دیگران اجتناب می‌کنند. این رفتار سبب می‌شود دیگران نیز از آن‌ها فاصله بگیرند. داشتن احساسات منفی در مورد دیگران به تدریج باعث، اضطراب، تشویش، نگرانی خاطر و در نهایت پریشانی روان‌شناختی شده است. در مورد **طرح‌واره‌ی اطاعت** که در پژوهش حاضر رابطه معناداری با پریشانی روان‌شناختی دارد، باید بیان کرد که اطاعت در حوزه دیگر جهت‌مندی جای دارد به طور کلی افرادی که در این حوزه قرار می‌گیرند، غالباً به جای رسیدگی به نیازهای خود به دنبال ارضای نیازهای دیگران هستند. آن‌ها این کار را برای دستیابی به تایید، تداوم رابطه عاطفی، دریافت عشق و پذیرش انجام می‌دهند. در این طرح‌واره‌ها فرد معمولاً هیجانانگیز و تمایلات طبیعی خود را واپس می‌زند یا نسبت به آن‌ها ناآگاه است. طرح‌واره‌های این حوزه به طور معمول در خانواده‌هایی به وجود می‌آید که کودک را با قید و شرط پذیرفته‌اند، کودک به منظور دستیابی به توجه و تایید باید جنبه‌های مهم شخصیت خود را نادیده بگیرد. به صورت اختصاصی افراد دارای طرح‌واره اطاعت به دیگران اجازه می‌دهند بر آن‌ها سلطه پیدا کنند آن‌ها تسلیم کنترل دیگران می‌شوند، چون احساس می‌کنند در غیر این صورت از طریق تنبیه یا رها شدن، تحت فشار قرار می‌گیرند. دو شکل از این طرح‌واره وجود دارد: اطاعت از نیازها، که بیماران تمایلات و آرزوهای خود را واپس‌زنی می‌کنند و در عوض از توقعات دیگران پیروی می‌کنند و اطاعت از هیجان‌ها، که بیماران به دلیل ترس از انتقام‌گیری دیگران، احساسات خود (به ویژه خشم) را واپس‌زنی می‌کنند. افراد دارای این طرح‌واره، ادراک‌شان این است که نیازها و احساسات‌شان برای دیگران ارزشی ندارد و مهم تلقی نمی‌شود. این طرح‌واره تقریباً همیشه منجر به افزایش خشم می‌شود و به صورت علایم ناسازگاری، علایم روان-تنی، کناره‌گیری از مهر و محبت، سو مصرف بروز می‌کند. همان‌طور که گفته شد افراد مورد مطالعه پژوهش، با داشتن طرح‌واره اطاعت، از برون‌ریزی هیجانی جلوگیری کرده و نیازهای طبیعی خود را نادیده گرفته و سرکوب می‌کنند به همین دلیل همواره احساس نارضایتی و خشم درونی دارند. آن‌ها نارضایتی و خشم خود را به سبب ابراز نکردن درونی کرده و دچار علایم اضطراب افسردگی و پریشانی روان‌شناختی شده‌اند.

در فرضیه دوم پژوهش حاضر با توجه به یافته‌های به دست آمده به این نتیجه رسیدیم که طرح‌واره‌های ناسازگار با احساس تنهایی در دانشجویان رابطه دارد. در این میان طرح‌واره محرومیت هیجانی با احساس تنهایی در میان دانشجویان مورد مطالعه ارتباط معنادار داشت. یافته‌های تحقیق، با یافته‌های اسچیمان و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۱)، بومبر و مک ماهن<sup>۲</sup> (۲۰۱۲)، پیتمن<sup>۳</sup> (۲۰۱۶)، ونهالست<sup>۴</sup> (۲۰۱۳) رنجبر و همکاران (۱۳۹۴)، ولی زاده (۱۳۹۳) و چشمه‌علایی و همکاران (۱۳۹۴) همسو می‌باشد. همان‌گونه که پیش‌تر هم اشاره شد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در طول زندگی ثابت و پا برجا هستند و اساس ساخت‌های شناختی فرد را تشکیل می‌دهند. این طرح‌واره‌ها به شخص کمک می‌کند تا تجارب خود را راجع به جهان پیرامون سازمان دهد

<sup>1</sup> Schieman

<sup>2</sup> Bomber & McMahon

<sup>3</sup> pittman

<sup>4</sup> Vanhalst

و اطلاعات دریافتی را پردازش کنند چنان‌چه بومبر و مک ماهن (۲۰۱۲) در بررسی نقش طرح‌واره‌های ناسازگار به این نتیجه رسیدند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه موجب افزایش مشکلات بین فردی، نارضایتی از محیط کار و عدم کارایی مناسب فرد در محیط کار می‌شود و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در به وجود آمدن روابط بین فردی مخرب و در نهایت ایجاد احساس تنهایی در افراد موثر است. هم‌چنین در جهت تایید رابطه طرح‌واره‌ها با احساس تنهایی در افراد با توجه به عقیده نوردال و نایستر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵)، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه پیش‌بینی‌کننده ناسازگاری بین فردی و تبیین‌کننده بسیاری از اختلالات روانی و شخصیتی می‌باشد. همان‌طور که گفته شد **طرح‌واره محرومیت هیجانی** جزو حوزه‌ی طرد و بریدگی به حساب می‌آید. افرادی که دارای طرح‌واره محرومیت هیجانی هستند با وجود اینکه این طرح‌واره شایع‌ترین طرح‌واره‌ای است که در کارهای بالینی مشاهده می‌شود اغلب به عنوان احساس تنهایی، غمگینی و افسردگی برای درمان مراجعه می‌کنند آن‌ها انتظار ندارند، مورد محبت فرار گیرند و درک یا حمایت شوند و از نظر هیجانی با محرومیت مواجه شده‌اند و به قدر کافی محبت، صمیمیت و توجه دریافت نکرده‌اند و ممکن است احساس کنند که هیچ کس نیست آن‌ها را راهنمایی و درک کند و تنها هستند. با در نظر گرفتن یافته‌های پژوهش حاضر و در جهت همسو بودن با آن‌چه گفته شد، می‌توان اظهار داشت دانشجویان مورد مطالعه، با داشتن طرح‌واره **محرومیت هیجانی** دارای احساس تنهایی هستند و با توجه به معنای احساس تنهایی ممکن است احساس پوچی، بی‌معنایی و محرومیت از محبت کنند. این پژوهش با محدودیت‌هایی نیز مواجهه بوده است. با توجه به این که برای جمع‌آوری داده‌ها از روش خودگزارش دهی استفاده شد، امکان تحریف پاسخ‌ها توسط آزمودنی‌ها (دانشجویان) به منظور موجه جلوه دادن خود، ممکن است اثر گذاشته باشد. عدم کنترل متغییر مداخله‌گری نظیر خستگی دانشجویان، که ممکن است روی نحوه پاسخ‌دهی آن‌ها به سؤالات تاثیر داشته باشد. علی‌رغم تلاش پژوهش‌گر در همسان نمودن شرکت‌کنندگان از نظر متغیر جنسیت، دانشجویان پسر نسبت به دانشجویان دختر تمایل کم‌تری جهت پاسخ‌دهی به پرسش‌نامه‌ها داشتند.

---

<sup>1</sup> Nordahl & Nysæter

## منابع

- ابوالمعالی، خدیجه. ۱۳۹۱. پژوهش کیفی از نظریه تا عمل. تهران: نشر علم.
- استیری، راهله. ۱۳۹۱. مقایسه رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با میزان رضایت زناشویی در مبتلایان به اختلال افسردگی و اختلال وسواس فکری-عملی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی
- آهی، قاسم. ۱۳۸۴. هنجاریابی فرم کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ (بررسی ساختار عاملی) بین دانشجویان دانشگاه‌های تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبایی.
- دژکام، محمود. الهامی اصل، مینا. بخشی‌پور رودسری، عباس. غضنفری، هادی. ۱۳۹۲. مدل‌یابی نشانه‌های اختلال‌های هیجانی طیف ترس و پریشانی. مجله روانپزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، شماره ۱۹، صفحات ۱۳۳-۱۲۱.
- رنجبر، جبار. ترخان، مرتضی. طاهر، محبوبه. حسین‌خانزاده، عباسعلی. عیسی‌پور، مهدی. ۱۳۹۴. اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر خودپنداره و احساس تنهایی دانش‌آموزان با آسیب شنوایی. نشریه روان‌شناسی مدرسه، مقاله ۳، دوره ۴، شماره ۲، صفحات ۳۹-۵۴
- علیزاده، حمید. نصیری فرد، نفیسه. کرمی، ابوالفضل. ۱۳۸۹. تاثیر آموزش دلگرمی مبتنی بر رویکرد آدلر بر روی خودکارآمدی، عزت نفس دختران نوجوان. مجله مطالعات اجتماعی-روان‌شناختی زنان، دوره هشتم، شماره ۴ (پیاپی ۲۶)، صفحات ۱۴۳-۱۶۸.
- علی چشمه‌علایی، مریم. فتح‌آبادی، جلیل. طهماسیان، کارینه. دهقان فر، حمید. ۱۳۹۴. اثر بخشی و مقایسه آموزش مهارت‌های اجتماعی به دو گروه کودکان و کودکان و مادران‌شان در کاهش احساس تنهایی و افزایش پذیرش همسالان. نشریه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، دوره ۶، شماره ۱۹، صفحات ۶۱ تا ۸۰.
- لطفی کاشانی، فرح. وزیری، شهرام. زین‌العابدینی، سیده نرگس. زین‌العابدینی، سیده نیلوفر. ۱۳۹۲. اثربخشی امید‌درمانی گروهی در کاهش پریشانی روان‌شناختی زنان دچار سرطان پستان. نشریه روان‌شناسی کاربردی، سال هفتم، شماره ۲۸، صفحات ۴۵ تا ۵۸.
- محمدبیگی، علی. بختیاری، مریم. محمدخانی، شهرام. صادقی، زهره. ۱۳۹۱. بررسی رابطه بین طرح‌واره‌های ناکارآمد با اهمال‌کاری و سلامت روان دانشجویان پزشکی و غیرپزشکی دانشگاه

- علوم پزشکی شهید بهشتی. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران (نامه دانشگاه)، دوره ۲۲، شماره ۹۷، صفحات ۱ تا ۹.
- وزیری، شهرام. لطفی کاشانی، فرح. ۱۳۹۰. آموزش مهارت‌های کنترل خشم: مهارت‌های بنیادی مدرسه و زندگی. فصل‌نامه‌ی تعلیم و تربیت.
- ولیزاده، لیلا. ۱۳۹۳. بررسی رابطه سبک‌های فرزندپروری ادراک شده، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با احساس تنهایی در نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- یانگ، جفری. کلوسکو، ژانت. ویشار، مارجوری. ۱۹۹۴. طرح‌واره درمانی. ترجمه حسن حمید پور و همکاران. ۱۳۹۴، تهران: انتشارات ارجمند.

- Bomber, M., & McMahon, R. (2012). The role of maladaptive schemas at work. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 96-112.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2009). *Loneliness: Human Nature and the Need for Social Connection*: W. W. Norton & Company.
- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: The mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of anxiety disorders*, 27(3), 278-288.
- Caron, J., & Liu, A. (2011). Factors associated with psychological distress in the Canadian population: a comparison of low-income and non low-income sub-groups. *Community mental health journal*, 47(3), 318-330.
- Ditommaso, E., Brannen, C., & Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 99-119.
- Donovan-Kicken, E., & Caughlin, J. P. (2012). Breast cancer patients' topic avoidance and psychological distress: The mediating role of coping. *Journal of Health Psychology*, 16(4), 596-606.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of*

- Vocational Behavior, 63, 510–531.
- Heilemann, M. V., Pieters, H. C., Kehoe, P., & Yang, Q. (2011). Schema therapy, motivational interviewing, and collaborative-mapping as treatment for depression among low income, second generation Latinas. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 42(4), 473-480.
- Jaremka, L. M., Fagundes, C. P., Peng, J., Bennett, J. M., Glaser, R., Malarkey, W. B., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2013). Loneliness promotes inflammation during acute stress. *Psychological Science*, 24(7), 1089-1097. doi:doi:10.1177/0956797612464059
- Jens, C., Sansavio, E., Aguilar, G., Sica, C., Hatzichristou, C., & Eisemann, M. (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. 27, 613-628.
- Kuriyama, S., Nakaya, N., Ohmori-Matsuda, K., Shimazu, T., Kikuchi, N., Kakizaki, M., . . . Sugawara, Y. (2010). Factors associated with psychological distress in a community-dwelling Japanese population: the Ohsaki Cohort 2006 Study. *Journal of epidemiology*, 19(6), 294-302.
- Lokkerbol, J., Adema, D., de Graaf, R., Ten Have, M., Cuijpers, P., Beekman, A., & Smit, F. (2013). Non-fatal burden of disease due to mental disorders in the Netherlands. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 48(10), 1591-1599.
- Muris, P. (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clinical psychology & psychotherapy*, 13(6), 405-413.
- Nordahl, H. M., & Nysæter, T. E. (2005). Schema therapy for patients with borderline personality disorder: a single case series. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 36(3), 254-264.
- Ohanian, V. (2016). Schema Therapy with Eating Disorders.
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in human behavior*, 62, 155-167.
- Sahu, K., & Gupta, D. (2016). Perceived loneliness among elderly people.



- Indian Journal of Health and Wellbeing, 7(5).
- Schieman, S., Van Gundy, K., & Taylor, J. (2001). Status, role, and resource explanations for age patterns in psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 80-96.
- Seligman, M. E. P., Schulman, P., & Tryon, A. M. (2007). Group prevention of depression and anxiety symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 45(6), 1111-1126. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2006.09.010>
- Spinhoven, P., Elzinga, B., Hovens, J., Roelofs, K., Van Oppen, P., Zitman, F., & Penninx, B. (2011). Positive and negative life events and personality traits in predicting course of depression and anxiety. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 124(6), 462-473.
- Sullivan, H. S. (1953). *The Interpersonal theory of psychology*. New York: Norton.
- Thimm, J. C. (2010a). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 41(1), 52-59.
- Thimm, J. C. (2010b). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of behavior therapy and experimental psychiatry*, 41(4), 373-380.
- Vanhalst, J., Goossens, L., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., & Engels, R. C. M. E. (2013). The development of loneliness from mid- to late adolescence: Trajectory classes, personality traits, and psychosocial functioning. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1305-1312. doi:<http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.002>
- Wittchen, H.-U., Jacobi, F., Rehm, J., Gustavsson, A., Svensson, M., Jönsson, B., . . . Faravelli, C. (2011). The size and burden of mental disorders and other disorders of the brain in Europe 2010. *European Neuropsychopharmacology*, 21(9), 655-679.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*, Rev: Professional Resource Press/Professional Resource Exchange.
- Young, J. E. (1998). *The young schema questionnaire: short form*. Available in electronic form at

<http://www.schematherapy.com/id351.htm> Retrieved from  
Available in electronic form at  
<http://www.schematherapy.com/id351.htm>

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*: Guilford Press.

Zhang, D., & He, H. (2010). Personality traits and life satisfaction: A Chinese case study. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 38(8), 1119-1122.