

بررسی نقش خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی در احساس تنهایی نوجوانان

فاطمه خاکشور^۱، پریسا مصدق^۲

۱. استاد تمام، دکترای روانشناسی سلامت، مدیر گروه روانشناسی دانشگاه آزاد فردوس، خراسان جنوبی، ایران.
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد فردوس، خراسان جنوبی، ایران. (نویسنده

مسئول)

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره چهارم، شماره چهاردهم، تابستان ۱۴۰۱، صفحات ۱۹۳-۱۸۲

چکیده

احساس تنهایی، تجربه‌ای شایع در نوجوانان است اما وقتی این احساس به‌طور مکرر اتفاق افتد، اثرات مخربی بر سلامت جسمی، روانی و عاطفی آنان می‌گذارد. هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی نقش خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی در احساس تنهایی نوجوانان بود. پژوهش حاضر توصیفی از نوع طرح‌های همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش عبارت بود از کلیه نوجوانان ۱۵-۱۸ ساله منطقه ۷ شهر مشهد که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل بوده به تعداد ۲۵۵۰ نفر که حجم نمونه به شیوه نمونه‌گیری در دسترس و بر اساس جدول کرجسی و مورگان ۳۳۴ نفر انتخاب شد. پرسشنامه مورداستفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه خودشناسی انسجامی قربانی و همکاران (۲۰۰۸)، پرسشنامه نگرش سنج مذهبی خدایاری فرد و همکاران (۱۳۹۲) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل، پیلوا و کورتونا (۱۹۸۰) بود. به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری‌شده از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چندمتغیره و نرم‌افزار SPSS-21 استفاده شد.

نتایج نشان داد که خودشناسی انسجامی اثر غیر معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان دارد ($P > 0/05$) ولی باورهای مذهبی توانایی پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان را دارد ($P < 0/05$). همچنین بین خودشناسی انسجامی و احساس تنهایی نوجوانان با اطمینان ۰/۹۹ همبستگی منفی معنادار وجود دارد و این متغیر توانست احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کند. بین مؤلفه‌های باورهای مذهبی (باور مذهبی، عواطف مذهبی، رفتار مذهبی، وانمود اجتماعی) نیز با احساس تنهایی نوجوانان رابطه منفی و معناداری وجود دارد، ولی از بین این مؤلفه‌ها فقط عواطف مذهبی و رفتار مذهبی اثر معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان دارد. پژوهش نشان داد خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی پیش‌بینی کننده احساس تنهایی در نوجوانان هستند؛ بنابراین، پرداختن به متغیرهای خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی می‌تواند به‌مثابه پرتاب نوری در حل مسئله احساس تنهایی نوجوانان باشد.

واژه‌های کلیدی: خودشناسی انسجامی، باورهای مذهبی، احساس تنهایی.

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای حیاتی از تحول انسان است که در آن گذار از دوره کودکی به بزرگسالی، همراه با تغییراتی در حوزه‌های مختلف جسمی، شناختی، اجتماعی و هیجانی اتفاق می‌افتد (دال آلن، ویلبرت و سولیمن^۱، ۲۰۱۸). انتخاب ارزش‌ها، باورها و اهداف زندگی مهم‌ترین مشخصه‌های اصلی در دوران نوجوانی هستند (رحیم خانلی، علی مهدی، فهیمی، بیرامی و مجتبابی، ۱۳۹۴). نوجوانی علاوه بر جنبه‌های فردی از زمینه اجتماعی (مثل تعاملات بین اعضای خانواده و همسالان) نیز تأثیر می‌پذیرد و این تأثیر برای سال‌ها ادامه یافته و حتی در ایجاد تغییرات تازه نیز تأثیرگذار است (شولتز و شولتز^۲، ۲۰۱۳). دوره نوجوانی با نوسانات بسیاری در زمینه‌های جسمی و روانی همراه است. از جمله بی‌ثباتی‌هایی که یک نوجوان تجربه می‌کند، تغییرپذیری و نوسانات هیجانی است (اتکین، باسل و گراس^۳، ۲۰۱۵). احساس تنهایی یکی از بی‌ثباتی‌هایی است که برخی از نوجوانان ممکن است آن را تجربه کنند. تاریخچه مطالعات احساس تنهایی (تیکه^۴، ۲۰۰۹) بیانگر آن است که این سازه در گذشته با مشکلات دیگری مانند افسردگی، کمرویی، خشم، رفتار خودانزواطلبانه و مانند این‌ها مفهوم‌سازی شده بود؛ اما در تعارف و مفهوم‌سازی‌هایی که به تازگی انجام شده است (کاسیوپو، هوگز، ویت، هاوکل و تیسند^۵، ۲۰۰۶) احساس تنهایی یک سازه روان‌شناختی مستقل از دیگر مشکلات در نظر گرفته می‌شود که خطرات منحصر به فرد خود را دارد. احساس تنهایی تجربه ناخوشایندی است که در پاسخ به نارسایی‌های کمی یا کیفی در روابط اجتماعی ظاهر می‌شود و نمایانگر ارزیابی فرد از کیفیت نامطلوب روابط اجتماعی و صمیمانه‌اش می‌باشد (حسینی زاده آرانی، ۱۳۹۲). احساس بی‌نظمی، خجالت، احساسات منفی، کیفیت زندگی پایین، ناتوانی، استفاده بیشتر از خدمات اجتماعی و بهداشتی و حتی مرگ‌ومیر نیز از عوارض تنهایی می‌باشد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند نوجوانانی که احساس تنهایی دارند، الگوی متفاوتی از واکنش اجتماعی و همچنین تهدید بیشتری در رویارویی‌های اجتماعی احساس می‌کنند (کالتر و همکاران^۶، ۲۰۱۳). احساس تنهایی، تجربه‌ای شایع در نوجوانان است اما وقتی این احساس به‌طور مکرر اتفاق افتد، اثرات مخربی بر سلامت جسمی، روانی و عاطفی آنان می‌گذارد. احساس تنهایی موجب افزایش تنیدگی و اضطراب، رفتارهای پرخطر مانند کشیدن سیگار و سوء مصرف مواد، گریز از مدرسه، افسردگی، کمرویی و کاهش اعتماد به نفس شده و خطر خودکشی در نوجوانان را افزایش می‌دهد (صادقیان، کوشا و گرجی، ۲۰۱۰). همچنین پژوهش‌های انجام شده در خصوص ارتباط احساس تنهایی و سلامت جسمی و روانی نشان می‌دهند که احساس تنهایی جنبه‌های گوناگون زندگی اجتماعی نوجوانان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ماسی، چن، هاکل و کاسیوپو^۷، ۲۰۱۰). از طرفی دین حقیقتی است که در جنبه‌ها و ابعاد گوناگون زندگی انسان حضور قابل توجهی دارد و به عنوان یکی از پنج نهاد اصلی هر اجتماعی، جایگاهی خاص در تقسیم‌بندی جامعه شناسان به خود اختصاص داده است. دین‌داری جلوه و مصداق دین است و

1. Dahl & Allen & Wilbrecht & Suleiman

2. Schultz & Schultz

3. Etkin & Büchel & Gross

4. Theeke

5. Cacioppo & Hughes & Waite & Hawkley & Thisted

6. Qualter et al

7. Masi & Chen & Hawkley & Cacioppo

باورهای مذهبی هر فرد، عاملی است که به هر فرد که ارزش‌ها و نشانه‌های دینی در آن متجلی باشد، اطلاق می‌شود. به عبارتی باورهای مذهبی اعتقادات منسجم یکپارچه توحیدی است که خداوند را محور امور دانسته و ارزش‌های اخلاقیات و آداب و رسوم و رفتارهای انسان را با یکدیگر و طبیعت خویش تنظیم می‌نماید که دارای چهار مؤلفه باور دینی، عواطف دینی، رفتار دینی و وانمود اجتماعی می‌باشد (خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۹۲). دین و باورهای مذهبی یکی از متغیرهای مؤثر بر احساس تنهایی تلقی می‌گردد. روکیچ و ونگاس^۱ (۲۰۱۲) در این باره بیان می‌کنند که دین‌داری، الگوی مقابله با احساس تنهایی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و می‌تواند دیدگاه فرد به زندگی، رفتارها و تعاملات اجتماعی را تغییر دهد. همچنین دین‌داری می‌تواند دیدگاه فرد به زندگی، رفتارها و تعاملات اجتماعی را تغییر می‌دهد. درواقع از آنجاکه از یکسو گرایش‌های مذهبی با سطوح بالاتر یکپارچگی و حمایت اجتماعی در ارتباط است و از سوی دیگر، حمایت اجتماعی با سطوح پایین‌تر احساس تنهایی در نتیجه اعتقادات و باورهای مذهبی می‌تواند از فرد در برابر احساس تنهایی محافظت کند (روت، هیل و الیسون^۲، ۲۰۱۲).

اما افزون بر نقش باورهای مذهبی، عامل دیگری که می‌تواند در تعیین میزان احساس تنهایی فرد نقش مهمی داشته باشد، خودشناسی انسجامی است. خودشناسی انسجامی به تلاش فرد در یکپارچه کردن تجربه خود در گذشته، حال و آینده در جهت سازش و ارتقاء خود اشاره دارد (قربانی، کریستوفر، کانینگهام و واتسون^۳، ۲۰۱۰). همچنین خودشناسی انسجامی نوعی آگاهی لحظه‌به‌لحظه از حالات روان‌شناختی خود و توان تمایز تحلیل محتوای تجارب کنونی محسوب می‌گردد. به بیان دیگر، خودشناسی انسجامی به تلاش‌های فعال فرد برای یکپارچه نمودن تجربه خود در گذشته، حال و آینده در جهت سازش و ارتقاء خود اشاره می‌کند (قربانی، واتسون و هارگیس^۴، ۲۰۰۸). صورت‌بندی میان فرهنگی سازه خودشناسی انسجامی از سال ۱۹۹۸ آغاز شده است. خودشناسی دو بعد اصلی دارد. خودشناسی تجربه‌ای که بر توجه لحظه‌به‌لحظه به تغییراتی که در ما رخ می‌دهد، متمرکز است که ذهن آگاهی نیز یکی از جنبه‌های خودشناسی تجربه‌ای می‌باشد و خودشناسی تأملی که تحلیل تجربه خود از طریق کارکردهای شناختی پیچیده‌تر و منظم‌تر است و بر مقایسه لحظه حال با استانداردهای درونی عملکرد که بر اساس تجربه خود در گذشته و آینده مطلوب نباشده، تمرکز دارد (قربانی و همکاران، ۲۰۱۰). خودشناسی انسجامی، تلفیق خودشناسی تجربه‌ای و تأملی با یکدیگر است. این دو فرآیند از طریق خود نظم دهی، همسانی درونی را ارتقاء می‌دهند (مهری، قربانی و سبزه آرای لنگرودی، ۱۳۹۱). باین‌حال، خودشناسی تجربه‌ای باید در شرایط چالش‌برانگیز که نیازمند توجه روشن به خود در لحظه حال است، غلبه داشته باشد. در چنین موقعیتی ممکن است تکیه فزاینده به سطوح اولیه خودشناسی تأملی پاسخ‌های عادت‌واری را که با واقعیت پیش رو تناسبی ندارند، تسهیل کند. در مقابل، خودشناسی تجربه‌ای که بی‌بهره از خودشناسی تأملی می‌باشد نمی‌تواند از تجربه گذشته در تجربه جاری استفاده نماید. خودشناسی تجربه‌ای تحت تأثیر طرح‌های ذهنی جاری از خود و گرایش به جذب تجربه در آن‌ها است. در عین حال، اطلاعاتی که خودشناسی تجربه‌ای فراهم می‌کند، برای انطباق با تجربه جدید ضروری می‌باشد (قربانی و همکاران، ۲۰۰۳).

¹. Rokach & Venegas

². Rote & Hill & Ellison

³. Ghorbani & Christopher & Cunningham & Watson

⁴. Ghorbani & Watson & Hargis

مروری بر پژوهش‌های انجام‌شده در مورد نقش خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی بر احساس تنهایی افراد نشان می‌دهد که زیارت به‌عنوان یک رفتار دینی از طریق برقراری پیوندهای عاطفی و مذهبی میان زائران و اولیاء الهی در افرادی که جهت‌گیری مذهبی پایین‌تری داشتند، موجب کاهش ابعاد منفی احساس تنهایی گردید. به‌علاوه زیارت در سطوح بالای جهت‌گیری مذهبی، موجب افزایش بعد مثبت تنهایی در زنان و کاهش آن در مردان شد (قابضی و همکاران، ۱۳۹۵). ون روکل و همکاران^۱ (۲۰۱۵) در مطالعه‌ای نشان دادند دانش‌آموزانی که احساس تنهایی دارند، وقتی باهم کلاسی‌های خود هستند، اضطراب اجتماعی بالایی را تجربه می‌کنند و به‌طور منفی به این اضطراب واکنش نشان می‌دهند. همچنین روکیچ و ونگاس (۲۰۱۲) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که دین‌داری، الگوی مقابله با احساس تنهایی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و موجب کاهش احساس تنهایی افراد می‌شود. یافته‌های تحقیق قربانی، واتسون، فرهادی و چن^۲ (۲۰۱۴) نیز نشان دادند که خودشناسی انسجامی با استرس ادراک‌شده، افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی همبستگی منفی دارد.

بنابراین، از آنجاکه در سالیان اخیر، احساس تنهایی به‌عنوان یکی از موضوعات مهم روان‌شناختی و اجتماعی در تمام جوامع و گروه‌ها و به‌طور خاص در میان نوجوانان مطرح شده است (خصوصاً در جامعه ایران که در حال گذار به سمت فردگرایی می‌باشد و این به‌نوبه خود موجب افزایش فردیت و احساس تنهایی در نوجوانان می‌شود) و تأثیر و اهمیتی که برقراری یک رابطه مثبت با خداوند در این زمینه دارد و از آنجایی که تاکنون نقش متغیرهای خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی در میزان احساس تنهایی نوجوانان بررسی نشده است، پژوهش حاضر بر آن است تا بر اساس خودشناسی انسجامی و کیفیت باورهای مذهبی در نوجوانان، میزان احساس تنهایی را در آنان موردبررسی قرار دهد.

روش پژوهش

طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری آن شامل کلیه نوجوانان ۱۵-۱۸ ساله منطقه ۷ شهر مشهد است که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بوده و تعداد آن‌ها برابر ۲۵۵۰ نفر می‌باشد که ۳۳۴ نفر به شیوه غیر احتمالی در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ۲۱۵ نفر پسر (۴/۶۴ درصد) و ۱۱۹ نفر دختر (۶/۳۵ درصد) بودند. معیار ورود افراد به پژوهش، فاصله سنی بین ۱۵ تا ۱۸ سال، داشتن شرایط روحی مناسب برای پاسخ‌گویی به سؤالات و تمایل به شرکت در پژوهش بود. با در نظر گرفتن احتمال ریزش، تعداد ۳۵۰ پرسشنامه برای آزمودنی‌ها آماده شد. سپس به چندین مدرسه دوره دوم دبیرستان مراجعه شد. پس از کسب تأیید از سوی بعضی از مدیران مدارس، پرسشنامه‌ها را برای دانش‌آموزان داوطلب به‌صورت مجازی ارسال نموده و شیوه پاسخ‌گویی به پرسشنامه‌ها نیز داخل فایل پرسشنامه توضیح داده شد. متأسفانه به دلیل شرایط بحرانی ناشی از کرونا، دانش‌آموزان در مدارس حاضر نیستند و تعداد پرسشنامه‌های برگشتی کم بود. به همین دلیل تعدادی از پرسشنامه‌ها در خارج از مدارس اجرا شدند.

^۱. VanRoekel et al

^۲. Ghorbani & Watson & Farhadi & Chen

ابزار

الف) پرسشنامه خودشناسی انسجامی قربانی و همکاران (۲۰۰۸): مقیاس خودشناسی انسجامی^۱ (ISK) توسط قربانی، واتسون و هارگیس در سال ۲۰۰۸ ساخته شده است. این مقیاس شامل ۱۲ ماده است. نمره گذاری پرسشنامه مذکور به شرح ذیل می باشد: پاسخ دادن به هر عبارت در یک طیف ۵ درجه ای قرار می گیرد: ۱-عمدتاً نادرست؛ ۲-تا حدودی نادرست؛ ۳-نه درست و نه نادرست؛ ۴-تا حدودی درست؛ ۵-عمدتاً درست. نمرات بر اساس مقیاس صفر تا ۴ نمره گذاری می شود. دامنه نمرات این پرسشنامه نیز بین ۰ تا ۴۰ در نوسان می باشد.

طی چندین مطالعه، روایی و پایایی این مقیاس به تأیید رسیده است. قربانی و همکاران (۲۰۰۸) در مطالعه خود پایایی این مقیاس را به روش آلفای کرونباخ بر روی دانشجویان ایرانی ۰/۸۱ و بر روی دانشجویان آمریکایی ۰/۸۳ گزارش کرده اند که نشانه همسانی درونی بالای مواد این مقیاس است. همسانی درونی، روایی ملاک و همگرایی این مقیاس در ایران و آمریکا مطلوب گزارش شده است (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین پایایی این پرسشنامه در یک گروه ۲۳۰ نفری از دانشجویان دانشگاه تهران چنین بود: ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه خودشناسی تجربه ای ۰/۹۰ و برای خودشناسی تأملی ۰/۸۴ بوده، افزون بر این همبستگی میان دو وجه نیز برابر بود ($r=0/74$, $p<0/000$) (قربانی و همکاران، ۲۰۰۳). پایایی بازآزمایی این آزمون پس از ۷ تا ۸ هفته فاصله زمانی با یک نمونه ۴۴ نفری سنجیده شد. آلفای کرونباخ این مقیاس در مطالعه صدری دمیچی، منصوری و خدایی خیای (۱۳۹۶) ۰/۷۷ به دست آمد که نشانه همسانی درونی بالای مواد این مقیاس است.

ب) پرسشنامه نگرش مذهبی^۲: پرسشنامه سنجش نگرش مذهبی (مقیاس دینداری) توسط خدایاری فرد، شکوهی یکتا، غباری بناب، اکبری زردخانه و پاک نژاد در سال ۱۳۹۲ طی اجرای طرحی در دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران تهیه شده است. این پرسشنامه شامل ۴۰ سؤال و ۴ خرده مقیاس باور دینی، عواطف دینی، رفتار دینی و وانمود اجتماعی است. سؤالات این پرسشنامه بر مبنای طیف لیکرت شش درجه ای نمره گذاری می شود که نمرات آزمودنی به هر سؤال بر روی یک مقیاس شش درجه ای لیکرت از همیشه (نمره ۵) تا هرگز (نمره ۰) مشخص می شود. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۴۰ تا ۲۰۰ در نوسان می باشد. شایان توضیح است که نمره بالا در هر یک از خرده مقیاس ها به معنای بالاتر بودن گرایش های دینداری گزارش شده است.

خدایاری فرد و همکاران شاخص های پایایی و روایی پرسشنامه را در دو مطالعه ۰/۹۶ و ۰/۹۴ گزارش کرده اند. ضریب پایایی از روش باز آزمون ۰/۹۱ و به روش دونیمه کردن به روش اسپیرمن - براون برای کل پرسشنامه ۰/۸۲ و به روش گاتمن ۰/۸۰ به دست آمده است (به نقل از خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۹۲). تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی نشان دادند که مقیاس دارای ساختار عاملی سه مؤلفه ای باور، عواطف و رفتار دینی است. ضرایب اعتبار مؤلفه های آن ۰/۹۲ برای باور دینی، ۰/۸۱ برای عواطف دینی و ۰/۹۱ برای رفتار دینی گزارش شده اند. در ساخت مقیاس از هر دو نوع روایی محتوایی استفاده شده است. روایی ملاکی پرسشنامه نیز مورد بررسی قرار گرفت. بدین منظور ضریب همبستگی بین پرسشنامه و آزمون جهت گیری مذهبی بهرامی (۱۳۸۳) که دارای

^۱. Integrative self-knowledge Scale

^۲. religious attitude test

روایی و پایایی مناسبی بوده و از چهار خرده مقیاس تشکیل شده است، محاسبه گردید. بین مؤلفه‌های دینداری در فرم الف مقیاس دینداری با زیرمقیاس‌های جهت‌گیری مذهبی و ارزش‌ها سازگی مذهبی همبستگی‌های مثبت و معناداری وجود دارد و بین مؤلفه‌های دینداری با زیرمقیاس‌های سازمان‌نیافتگی و کامجویی همبستگی‌های منفی و معناداری مشاهده می‌شود. این یافته‌ها بیانگر آن است که پرسشنامه سنجش دینداری تهیه‌شده در پژوهش خدایاری فرد و همکاران (۱۳۹۲) و آزمون جهت‌گیری مذهبی هر دو یک پدیده را مورداندازه‌گیری قرار می‌دهند. به عبارت دیگر این پرسشنامه دارای روایی ملاکی است. روایی سازه پرسشنامه دینداری دانشجویان نیز با استفاده از روش تحلیل عاملی با مؤلفه‌های اصلی موردبررسی قرار گرفت و مشاهده شد که پرسشنامه دارای چهار عامل است که همگی ۴۹/۳۴ درصد از واریانس کل آزمون را تبیین می‌کردند.

(ج) پرسشنامه احساس تنهایی راسل، پیلو و کاترونا (۱۹۸۰)^۱: پرسشنامه احساس تنهایی توسط راسل و پیلو و کاترونا در سال ۱۹۸۰ ساخته شد و در سال ۱۹۹۳ برای بار دوم توسط راسل مورد تجدیدنظر قرار گرفت. این آزمون شامل ۲۰ سؤال و به صورت ۴ گزینه‌ای، ۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت است. در این پرسشنامه هرگز، امتیاز (۱)، به ندرت، امتیاز (۲)، گاهی، امتیاز (۳) و همیشه، امتیاز (۴) دارد. ولی امتیاز سؤالات ۲۰، ۱۹، ۱۶، ۱۵، ۱۰، ۹، ۵، ۱ برعکس است. دامنه نمره‌ها بین ۲۰ (حداقل) و ۸۰ (حداکثر) است؛ بنابراین میانگین نمرات ۵۰ می‌باشد. نمره بالاتر از میانگین بیانگر شدت بیشتر تنهایی است.

پایایی این آزمون در نسخه جدید تجدیدنظر شده ۷۸٪ گزارش شد. پایایی آزمون به روش بازآزمایی توسط راسل، پیلو و فرگوسن (۱۹۷۸) ۸۹٪ گزارش شده است. راسل و دیگران (۱۹۸۰) ضریب همسانی درونی این ابزار را ۰/۹۴ گزارش کردند. این مقیاس توسط شکرکن و میردریکوند (۱۹۹۱) ترجمه و پس از اجرای مقدماتی و اصلاحات به کار گرفته شد (پاشا و اسماعیلی، ۲۰۰۷). در مطالعه‌ای که توسط میردریکوند (۱۹۹۹) انجام گرفت، همبستگی میان مقیاس‌های جدید و مقیاس اصلی ۰/۹۱ گزارش شد که اعتبار بالای این مقیاس جدید را نشان می‌دهد. در پژوهش مهراندیش، سلیمی بجستانی و اسماعیلی (۱۳۹۸) به منظور تعیین پایایی آزمون از آلفای کرونباخ استفاده شد که برابر ۰/۸۱ به دست آمد. در پژوهش نادری، فیروززاده پاشا و کارگر (۱۳۹۵) پایایی این پرسشنامه با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ محاسبه شده و ۰/۷۹ به دست آمد.

یافته‌ها

پس از گردآوری اطلاعات موردنظر، با استفاده از نرم‌افزار spss 21 این داده‌ها در دو بخش توصیفی و استنباطی مورد تحلیل قرار گرفتند. از ویژگی‌های توصیفی مهم نمونه‌های مورد مطالعه، توزیع فراوانی متغیرها، میانگین، میانه، مد، انحراف معیار، کجی و کشیدگی می‌باشد که نتایج آن‌ها در جداول ۱ و ۲ آمده است.

¹. Russel, Pepulau and Cutrona Loneliness Scale

جدول ۱. شاخص‌های آماری تحلیل توصیفی متغیر باورهای مذهبی در کل و مؤلفه‌های آن

متغیرهای تحقیق	میان	مد	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
باور دینی	۲۸	۱۸	۳۱/۲۵	۱/۶۸	۰/۱۲	-۱/۴۱
عواطف دینی	۲۴	۱۸	۲۹/۴۲	۱/۶۰	۰/۱۹	-۱/۳۴
رفتار دینی	۲۵	۵۰	۲۸/۳۷	۱/۵۷	۰/۲۲	-۱/۲۶
وانمود اجتماعی	۱۰	۱۰	۱۰/۱۷	۵/۳۹	۰/۳۸	-۰/۳۴
نگرش مذهبی	۸۷	۶۶	۹۷/۹۹	۵/۲۱	۰/۱۹	-۱/۳۱

در جدول (۱) شاخص‌های آمار توصیفی در خصوص متغیرهای پژوهش معرف آن است که بیشترین میانگین متغیر نگرش مذهبی مربوط به مؤلفه باور دینی ($31/25 \pm 1/68$) حکم‌ترین میانگین مربوط به مؤلفه وانمود اجتماعی ($10/17 \pm 5/39$) می‌باشد. این بدان معناست که بین گویه‌های نگرش مذهبی (باور دینی، عواطف دینی، رفتار دینی و وانمود اجتماعی) نوجوانان از احساس پایین وانمود اجتماعی برخوردارند ولی باورهای دینی نوجوانان این منطقه نسبتاً بالاست. با توجه به این که ضرایب کجی و کشیدگی برای متغیر باورهای دینی در کل و مؤلفه‌های آن در بازه (۲، -۲) می‌باشد، نتیجه گرفته می‌شود که متغیرهای مذکور از توزیع نرمال برخوردار می‌باشند.

جدول ۲. شاخص‌های آماری تحلیل توصیفی متغیرهای خودشناسی انسجامی و احساس تنهایی

متغیرهای تحقیق	میان	مد	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
خودشناسی انسجامی	۲۱/۰۰	۲۱/۰۰	۲۲/۰۵	۹/۲۲	۰/۲۶	-۰/۸۵
احساس تنهایی	۵۱/۰۰	۶۸/۰۰	۴۸/۰۰	۱/۸۷	-۰/۲۷	-۱/۲۳

بررسی آماره‌های توصیفی متغیرهای خودشناسی انسجامی و احساس تنهایی در جدول (۲) نشان می‌دهد بیشترین میانگین بین این دو متغیر مربوط به مؤلفه احساس تنهایی ($48/00 \pm 1/87$) است. میانگین خودشناسی انسجامی در کل نوجوانان مورد مطالعه $22/05 \pm 9/22$ به دست آمد. با توجه به این که ضرایب کجی و کشیدگی برای متغیرهای خودشناسی انسجامی و احساس تنهایی در بازه (۲، -۲) می‌باشد، نتیجه گرفته می‌شود که متغیرهای مذکور از توزیع نرمال برخوردار می‌باشند.

به منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. لازم به ذکر است که پیش از تحلیل رگرسیون چندگانه، با انجام آزمون‌های کجی و کشیدگی، آزمون هم خطی و آزمون دوربین واتسون از وجود پیش فرض‌های تحلیل رگرسیون چندگانه مانند توزیع نرمال بودن داده‌ها، عدم همبستگی بین متغیرهای مستقل و استقلال مقادیر خطاها اطمینان حاصل شد. نتایج تحلیل فرضیات در ذیل آمده است.

فرضیه اصلی (خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی در احساس تنهایی نوجوانان نقش دارد).

جدول ۳. همبستگی بین خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی با احساس تنهایی نوجوانان

متغیر پیش بین / متغیر ملاک	احساس تنهایی	معناداری
خودشناسی انسجامی	-۰/۴۷۲	۰/۰۰۰
باورهای مذهبی	-۰/۷۶۶	۰/۰۰۰

نتیجه ضریب همبستگی پیرسون در جدول (۳) نشان می‌دهد که بین خودشناسی انسجامی با احساس تنهایی نوجوانان و همچنین بین باورهای مذهبی با احساس تنهایی نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد ($P \leq 0/01$).

برای تعیین این‌که متغیرهای خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی به چه میزانی می‌توانند احساس تنهایی نوجوانان مورد مطالعه را پیش‌بینی کنند، از آزمون رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد که متغیر احساس تنهایی به‌عنوان متغیر ملاک و متغیرهای خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله شدند.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون پیش‌بینی متغیر احساس تنهایی با اثر متغیرهای خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی نوجوانان

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار			
Constant	۷۳/۴۴۸	۱/۷۲۹		۴۲/۴۹۰	۰/۰۰۰
خودشناسی انسجامی	۰/۱۵۰	۰/۰۹۶	۰/۰۷۴	۱/۵۵۳	۰/۱۲
باورهای مذهبی	-۰/۲۹۳	۰/۰۱۷	۰/۸۱۶	-۱۷/۲۳۳	۰/۰۰۰

نتایج ضریب رگرسیون در جدول (۴) نشان می‌دهد که خودشناسی انسجامی اثر غیر معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان دارد ($\beta = 0/074, P > 0/05$). ولی باورهای مذهبی توانایی پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان ($\beta = 0/816, P < 0/05$) و نقش مثبت و معناداری دارد. همچنین این متغیر توانست $-0/293$ درصد از تغییرات احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کند. فرضیه اول) خودشناسی انسجامی پیش‌بینی کننده احساس تنهایی نوجوانان می‌باشد.

جدول ۵. همبستگی بین خودشناسی انسجامی با احساس تنهایی نوجوانان

متغیر پیش‌بین / متغیر ملاک	احساس تنهایی	معناداری
خودشناسی انسجامی	-۰/۴۷۲	۰/۰۰۰

نتیجه ضریب همبستگی پیرسون در جدول (۵) نشان می‌دهد که بین خودشناسی انسجامی و احساس تنهایی با اطمینان $0/99$ همبستگی منفی معنادار وجود دارد ($P = 0/000$ و $n = 334$ و $r = -0/47$); به عبارت دیگر با افزایش خودشناسی انسجامی نوجوانان، احساس تنهایی آن‌ها کاهش و بالعکس با کاهش خودشناسی انسجامی نوجوانان، احساس تنهایی آن‌ها افزایش می‌یابد. برای این‌که متغیر خودشناسی انسجامی به چه میزانی می‌تواند احساس تنهایی نوجوانان مورد مطالعه را پیش‌بینی کند، از آزمون رگرسیون استفاده شد که متغیر احساس تنهایی به‌عنوان متغیر ملاک و متغیر خودشناسی انسجامی به‌عنوان متغیر پیش‌بین وارد معادله شدند.

جدول ۶. ضرایب رگرسیون پیش‌بینی متغیر احساس تنهایی با اثر متغیر خودشناسی انسجامی نوجوانان

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	سطح معناداری
	B	خطای معیار			
Constant	۶۲/۲	۲/۳۵۳		۲۹/۴۰۸	۰/۰۰۰
خودشناسی انسجامی	۰/۹۶۱	۰/۰۹۸	-۰/۴۷۲	-۹/۷۵۹	۰/۰۰۰

طبق جدول (۶) مشاهده می‌شود که متغیر خودشناسی انسجامی توانایی پیش‌بینی معنادار احساس تنهایی نوجوانان را دارد. با توجه به بتای استاندارد نتایج نشان داد که خودشناسی انسجامی ($\beta = -0/472, P \leq 0/05$) اثر منفی و معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی

نوجوانان دارد و این متغیر توانست ۰/۹۶۱ درصد از تغییرات احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کند.

جدول ۷. همبستگی بین مؤلفه‌های باورهای مذهبی با احساس تنهایی نوجوانان

معناداری	احساس تنهایی	متغیر پیش‌بین / متغیر ملاک
۰/۰۰۰	-۰/۷۸۱	باور مذهبی
۰/۰۰۰	-۰/۷۸۶	عواطف مذهبی
۰/۰۰۰	-۰/۷۶۱	رفتار مذهبی
۰/۰۰۰	-۰/۶۵۶	وانمود اجتماعی

نتیجه ضریب همبستگی پیرسون در جدول (۷) نشان می‌دهد که بین مؤلفه‌های باورهای مذهبی با احساس تنهایی نوجوانان مورد مطالعه رابطه منفی و معناداری وجود دارد ($P \leq ۰/۰۱$).

برای تعیین این که مؤلفه‌های باورهای مذهبی به چه میزانی می‌توانند احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کنند، از آزمون رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد که متغیر احساس تنهایی به عنوان متغیر ملاک و مؤلفه‌های باورهای مذهبی به عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله شدند.

جدول ۸. ضرایب رگرسیون پیش‌بینی متغیر احساس تنهایی با اثر مؤلفه‌های باورهای مذهبی نوجوانان

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد		مدل
		Beta	خطای معیار	B	
۰/۰۰۰	۵۴/۴۴۱		۱/۳۹۳	۷۵/۸۱۱	Constant
۰/۱۱	-۱/۵۹۰	-۰/۳۰۴	۰/۲۱۳	-۰/۳۳۹	باور مذهبی
۰/۰۰۰	-۴/۰۴۹	-۱/۰۳۲	۰/۲۹۸	-۱/۲۰۸	عواطف مذهبی
۰/۰۰۴	۲/۸۷۱	۰/۵۹۲	۰/۲۴۶	۰/۷۰۵	رفتار مذهبی
۰/۴۲	۰/۷۹۴	-۰/۰۴۷	۰/۲۰۷	۰/۱۶۴	وانمود اجتماعی

نتایج ضرایب رگرسیون در جدول (۸) نشان می‌دهد که باورهای مذهبی در مؤلفه‌های عواطف مذهبی و رفتار مذهبی در احساس تنهایی نوجوانان مورد مطالعه نقش معناداری دارد. با توجه به بتای استاندارد نتایج نشان داد که عواطف مذهبی ($P \leq ۰/۰۵$ ، $\beta = -۱/۰۳۲$) اثر منفی و معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان دارد و این متغیر توانست $-۱/۲۰۸$ درصد از تغییرات احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کند. همچنین رفتار مذهبی ($P \leq ۰/۰۵$ ، $\beta = ۰/۵۹۲$) اثر مثبت و معناداری در پیش‌بینی احساس تنهایی نوجوانان دارد و این متغیر توانست $۰/۷۰۵$ درصد از تغییرات احساس تنهایی نوجوانان را پیش‌بینی کند.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی نقش خودشناسی انسجامی و باورهای مذهبی در احساس تنهایی نوجوانان انجام شد. یافته‌های پژوهش در فرضیه اصلی به روشنی مؤثر بودن نقش باورهای مذهبی را در احساس تنهایی نوجوانان تأیید می‌کند ولی خودشناسی انسجامی هنگامی که به طور همزمان با باورهای مذهبی وارد معادله شدند هیچ تأثیری در احساس تنهایی نوجوانان ندارد؛ همسو با این یافته می‌توان به نتایج مطالعات نصیری نژاد (۱۳۹۸)، قابضی و همکاران (۱۳۹۶)، قابضی و همکاران (۱۳۹۵)، نادری و همکاران (۱۳۹۵)، کلانتری و حسینی زاده آرنی (۱۳۹۴)، قابضی و همکاران (۱۳۹۴)، رویچ و ونگاس (۲۰۱۲) و روت و همکاران (۲۰۱۲) اشاره

کرد. ولی با نتایج مطالعه شفيعی و قمرانی (۱۳۹۶) ناهم‌سو است که گفته‌اند عدم درک خود بیشترین نقش را در پیش‌بینی احساس تنهایی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت یکی از عوامل مؤثر در کاهش احساس تنهایی، استفاده از مذهب و باورهای مذهبی است؛ چراکه مذهب و باورهای مذهبی می‌تواند دارای ارزش مثبتی در پر کردن فضای خالی زندگی، حمایت اجتماعی، مواجهه با استرس و سازگاری مناسب برای موقعیت و معنادهی زندگی باشد (مکینتاش، گیلاندرز و راجرز، ۲۰۱۰). ژانگ، دانان و لیندا (۲۰۱۱) در پژوهش خود نشان دادند که بین باورهای مذهبی با عوامل مرتبط با احساس تنهایی، از جمله بهزیستی و سلامت روانی، اضطراب و افسردگی، ارتباط وجود دارد. طبق نتایج این فرضیه به‌نظر می‌رسد نوجوانان در شرایط رویارویی با فقدان و احساس تنهایی با اتخاذ باورهای مذهبی با احساس تنهایی، سازگاری بیشتری پیدا می‌کنند؛ بنابراین استفاده از باورها و نگرش‌های مذهبی در نوجوانان باعث سازگاری بیشتر، افسردگی کمتر، احساس شادی و نشاط، امید به زندگی، رضایت کامل از زندگی، نوع‌دوستی و در نتیجه بهزیستی روانی آنان می‌شود و در نتیجه احساس تنهایی کمتری می‌کنند.

همچنین نتایج تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که خودشناسی انسجامی پیش‌بینی کننده احساس تنهایی نوجوانان است. همسو با این یافته می‌توان به نتایج مطالعات روبن زاده و همکاران (۱۳۹۸)، نادری و همکاران (۱۳۹۵)، لمستر و همکاران (۲۰۱۷)، دمیر و کوتلا (۲۰۱۶)، کالی و همکاران (۲۰۱۵) اشاره کرد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که دارای خودشناسی انسجامی بیشتری هستند، بر اساس ویژگی‌هایی که دارند دائماً در احوالات خود تأمل می‌کنند و اصطلاحاً خودکاوشگرترند، آن‌ها فهم بیشتری از خود داشته و بر تمام جنبه‌های روانی خویش آگاهی کامل دارند (بابایی، ۱۳۹۳). فهم خود و رسیدن به خودشناسی یک فرآیند روان‌شناختی سازش یافته، پویا و انسجامی است که به‌صورت زمان‌مند عمل می‌کند (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین منیرپور و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهش خود بیان کردند پذیرش و فهم خود و درک مفهوم خویشتن، نگرش فرد را درباره توانایی‌ها، ویژگی‌ها و شایستگی‌های خود مثبت‌تر می‌کند و همچنین قدرت پذیرش خود می‌تواند سلامت روان و بهزیستی فرد را تحت تأثیر قرار دهد و در تعامل با مفهومی مانند احساس تنهایی نقش داشته باشد. علاوه بر این یافته‌ها نشان داد که از خودبیگانگی و عدم درک خود بیشترین نقش را در پیش‌بینی احساس تنهایی دارد (شفيعی و قمرانی، ۱۳۹۶)؛ بنابراین هر چه خودشناسی در افراد بالاتر باشد، مشکلات روان‌شناختی از جمله احساس تنهایی کمتر خواهد بود.

همان‌طور که نتایج نشان داد باورهای مذهبی پیش‌بینی کننده احساس تنهایی نوجوانان است. همسو با این یافته می‌توان به نتایج مطالعات نصیری نژاد (۱۳۹۸)، قابضی و همکاران (۱۳۹۶)، قابضی و همکاران (۱۳۹۵)، کلانتری و حسینی زاده آرانی (۱۳۹۴)، سروش و ادیبی پارسا (۱۳۹۴)، قابضی و همکاران (۱۳۹۴)، روکیچ و ونگاس (۲۰۱۲) و روت و همکاران (۲۰۱۲) اشاره کرد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت نوجوانانی که در سطح نگرش مذهبی قوی قرار دارند به‌طور معناداری نسبت به نوجوانانی که از لحاظ مذهبی متوسط یا ضعیف هستند، احساس تنهایی کمتری دارند. به‌عنوان مثال هروی و همکاران (۲۰۱۰) طی پژوهشی که تجربیات افراد از پدیده احساس تنهایی را مورد بررسی قرار می‌داد، نشان دادند که از نظر آنان احساس تنهایی یک پدیده رنج‌آور و دردناک است که در نتیجه فقدان‌های موجود در زندگی بروز می‌کند و افراد با ایجاد ارتباط با خدا، با یادآوری خاطرات گذشته تلاش

می‌کنند که با این پدیده رویارویی کنند. رفتارها و نگرش‌های مذهبی، تأثیر مثبتی در معنادار کردن زندگی دارند. رفتارهایی از قبیل توکل به خدا، عبادت، زیارت و ... می‌توانند امید به زندگی و آرامش درونی را برای افراد فراهم کنند. طبق نظر آرگیل (به نقل از روحانی و معنوی پور، ۲۰۰۸) ارتباط با خدا باعث شادمانی و ایجاد خلقی مثبت در فرد می‌شود. از آنجاکه نتایج پژوهش حاضر و پژوهش‌های پیشین اثر مثبت مذهب و باورهای مذهبی را نشان داده است، می‌توان بر مذهب به مثابه یک عامل برای تعدیل مشکلات در دوره حساس نوجوانی تمرکز کرد. مذهب می‌تواند هم به عنوان یک نهاد اجتماعی و هم به منزله یک منبع معنابخش، به ویژه برای نوجوان، مفید باشد. نقش مذهب در ارائه خدمات و دوستی‌ها و ابزارهای روانی که برای مقابله و تطابق با موضوعات زندگی روزانه، همچون تغییرات، فقدان و ناکامی‌ها فراهم می‌سازد، دارای اهمیت ویژه‌ای می‌باشد (معمدی شلمزاری، ۱۳۸۱).

مطابق نتایج پژوهش، باورهای مذهبی به طور مستقیم بر کاهش احساس تنهایی نوجوانان تأثیر معناداری دارد، لذا رجوع به دین و تقویت باورهای مذهبی در نوجوانان باید در صدر برنامه‌های آموزشی مدارس قرار گیرد. همچنین تولید برنامه‌هایی در رابطه با آگاهی دادن در خصوص مثبت بودن نگرش‌های مذهبی در کاهش احساس تنهایی و ایجاد ادراک مثبت در نوجوانان پیشنهاد می‌شود. همچنین با توجه به این که خودشناسی انسجامی از طریق یکپارچه کردن خود و افزایش خودآگاهی و اجتناب تجربی از طریق جلوگیری از مواجه سازنده با رویدادهای عادی که تا حدی نیز استرس‌آور هستند بر احساس تنهایی اثر دارد، والدین و مسئولین مدارس بایستی به این متغیر سازنده بیشتر توجه کرده و از طریق تقویت نگرش مثبت نوجوان به خود و این باور که هرکسی ممکن است از مشکلاتی رنج ببرد، موجب افزایش نگرش واقع‌بینانه به مسائل مختلف در زندگی آنان شوند و در نتیجه از واکنش‌های غیرمنطقی و غیر سازنده که به دلیل احساس تنهایی رخ می‌دهند، بکاهند.

منابع

- حسینی زاده آرانی، سعید (۱۳۹۲). بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر احساس تنهایی (مطالعه موردی: جمعیت بالغ شهر تهران). پایان‌نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه تهران.
- خدایاری فرد، محمد؛ شکوهی یکتا، محسن؛ غباری بناب، باقر؛ اکبری زردخانه، سعید؛ پاک نژاد، محسن (۱۳۹۲). ساخت فرم کوتاه مقیاس دینداری برای جمعیت دانشجویی (گزارش پژوهشی). تهران: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- رحیم خانی، معصومه؛ علی مهدی، منصور؛ فهیمی، صمد؛ بیرامی، منصور؛ مجتبیایی، مینا (۱۳۹۴). سبک‌های هویت و محیط‌های اولیه تحول: با تأکید بر سبک‌های دل‌بستگی، تمایز یافتگی خود و حوزه‌های طرح‌واره. مجله روان‌شناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)، ۱۳(۲)، ۸۵-۹۶.
- قابضی، فاطمه؛ پاکدامن، شهلا؛ فتح آبادی، جلیل؛ و حسن زاده توکلی، محمدرضا (۱۳۹۵). تأثیر زیارت بر ابعاد مثبت و منفی احساس تنهایی دانشجویان. راهبرد فرهنگ، ۳۳، ۱۵۳-۱۱۸.
- مهری، یدالله؛ قربانی، نیما؛ سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۳۹۱). رابطه بین نیازهای بنیادین روان‌شناختی، خودشناسی انسجامی، بهوشیاری، شفقت خود، خودمهارگری و شاخص‌های سلامت روان با عملکرد شغلی معلمان. فصلنامه مطالعات روان‌شناختی، ۳(۱۱)، ۹-۲۰.

- Cacioppo, J.T., Hughes, M.E., Waite, L.J., Hawkley, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a specific risk factor for depressive symptoms: Cross sectional and longitudinal analyses. *Psychology and Aging*, 21, 140-151.
- Dahl, R. E., Allen, N. B., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. B. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441-450.
- Etkin, A., Büchel, C., & Gross, J. J. (2015). The neural bases of emotion regulation. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(11), 693.
- Ghorbani, N., Watson, P.J., Farhadi, M., & Chen, Z. (2014). Multi-process model of selfregulation: influences of mindfulness, integrative self- knowledge and self control in Iran. *International journal of psychology*, 49(2), 115-122.
- Ghorbani, N., Christopher, J., Cunningham, C. J. L., & Watson, P. J. (2010). Comparative analysis of integrative selfknowledge, mindfulness, and private selfconsciousness in predicting responses to stress in Iran. *International Jorنال of Psychology*, 42(2), 147-154.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Hargis, M. B. (2008). Integrative self-knowledge scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and United States. *The Journal of Psychology*, 142, 395-412.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Hargis, M. B. (2008). Integrative self-knowledge scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and United States. *The Journal of Psychology*, 142, 395-412.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Bing, M. N., Davison, H. K., & LeBreton, D. L. (2003). Two faces of self-knowledge: Cross-cultural development of measures in Iran and United States. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129, 238-268.
- Masi Christopher M., Chen, Hsi-Yuan., Hawkley, Louise C. and Cacioppo, John T. (2010). A Meta-Analysis of Interventions to Reduce Loneliness. *Pers Soc Psychol Rev*, 15(3), 219-266.
- 15. Qualter P, Rotenberg KJ, Barrett L, Henzi P, Barlow A, Stylianou MS. (2013). Investigating hypervigilance for social threat of lonely children. *Journal Abnormal Child Psychol*, 41, 38-325.
- Rokach, A., & Venegas, G. (2012). Can religiosity affect How We Cope with loneliness? *European Psychiatry*, 27(1).
- Rote, S., Hill, T.D., & Ellison, C.G. (2012). Religious Attendance and Loneliness in Later Life. *The Gerontologist (Oxford Journals)*, 53(1), 39-50.
- Russell, D. W., Peplau, L. A., & Cutrona, C. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Sadeghian, E., Kosha, MM., & Gorji, S. (2010). The Study of Mental Health Status in High School Female Students in Hamadan City. *Scientific journal of Hamadan university of medical sciences and health services*, 17(3), 39-45. (Persian)
- Theeke, L. A. (2009), *Predictors of loneliness in U. S. adults over age sixty-five*. Retrieved January 22, 2009, from www.sciencedirect.com.
- Schultz, D.P., & Schultz, S. (2013). *Theories of Personality*. Florida, University of South Florida.
- VanRoekel, E., Ha, T., Verhagen, M., Kuntsche, E., Scholte, R.H.J., Engels, R.C.M.E. (2015). Social stress in early adolescents' daily lives: Associations with affect and loneliness. *Journal of Adolescence*, 45, 274-283.