



رابطه بین عوامل حمایت کننده فردی با احساس غربت دانشجویان دانشگاه پیام نور

حسن امین پور^۱، حوریه بایرام نژاد^۲، محمد رضا دهقان^۳

۱- دانشگاه پیام نور - گروه علمی روان شناسی - تهران صندوق پستی ۳۶۹۷ - ۱۹۳۹۵ تهران، ایران

Email: h_aminpoor@pnu.ac.ir

۲- دانشگاه پیام نور - گروه علمی روان شناسی - تهران صندوق پستی ۳۶۹۷ - ۱۹۳۹۵ تهران، ایران

Email: Horve.bnejad@yahoo.com

۳- دبیر آموزش و پرورش ناحیه ۱ همدان

Email: dehghani311@gmail.com

چکیده

بیان مسأله: دوران دانشجویی، دوره‌ای مهیج و پر چالش برای دانشجویان است. با توجه به این که هر ساله دانشجویان زیادی خانه را به قصد ورود به دانشگاه ترک می‌کنند. این امر به همان اندازه که برای فرد فرصت‌های جدید به همراه می‌آورد، وی را با چالش‌ها و عوامل تنش‌زا نیز روبرو می‌کند که یکی از آن‌ها احساس غربت نسبت به دیار، خانواده و دوستانی است که در اثر نقل مکان ترک شده‌اند، این احساس می‌تواند بر روی عزت نفس و خود پنداره اثر داشته باشد. **روش پژوهش:** این تحقیق از نوع زمینه‌یابی است. به منظور بررسی رابطه بین متغیرهای مورد مطالعه براساس روش نمونه‌گیری در دسترس ۷۰۸ دانشجوی غیر بومی ساکن در شهرستان‌های محل تحصیل انتخاب گردیدند و پرسش‌نامه‌های عوامل حمایت کننده فردی (خودپنداره و عزت نفس) و احساس غربت بر روی آن‌ها اجرا گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد. داده‌ها به وسیله برنامه کامپیوتری SPSS16 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. **یافته‌های پژوهش:** نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که بیشترین ضرایب همبستگی به دست آمده بین خود پنداره با عامل احساس تنهایی و سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید و عزت نفس نیز با احساس تنهایی و سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید بود. بر اساس نتایج رگرسیون گام به گام در گام اول عزت نفس ۴/۴ درصد و در گام دوم عزت نفس و خودپنداره ۵/۵ درصد از احساس غربت دانشجویان را تبیین می‌کنند. دانشجویان دختر احساس غربت بیشتری نسبت به دانشجویان پسر دارند و دانشجویان ترم های ۱ و ۲ تحصیلی احساس غربت بیشتری نسبت به سایر دانشجویان دارند. **بحث و تفسیر:** می‌توان گفت که دانشجویانی که از عزت نفس و خود پنداره بالاتری برخوردارند از احساس غربت کمتری به نسبت دیگران خواهند داشت. به طور کلی پرورش خود پنداره و تقویت آن باعث سازگاری بهتر با موقعیت‌های جدید خواهد شد و حتی پیشرفت تحصیلی بهتر را به دنبال خواهد داشت. با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان پیشنهادهایی ارائه شد.

کلمات کلیدی: عوامل حمایت کننده، عزت نفس، خود پنداره، احساس غربت، دانشگاه پیام نور

بیان مسأله

جوانان سرمایه‌های اصلی هر کشوری بوده و با ورود به دانشگاه تغییری مهم در زندگی آنان ایجاد می‌گردد (دیباچ نیا، ۱۳۸۱). این جمعیت جوان نقش عظیمی در بنای جامعه سالم در آینده دارد و از طرفی به لحاظ مشکلات و استرس‌های متنوعی که در این دوره متحمل می‌شوند در معرض ابتلا به بسیاری از مشکلات روانی - اجتماعی قرار دارند. تحقیقات نشان داده که شیوع مشکلات روانپزشکی در دانشجویان قبل از ورود به دانشگاه مشابه جمعیت هم سن و سال در جامعه است ولی بعد از ورود به دانشگاه به دلیل استرس‌های متعدد افزایش می‌یابد (دیربی^۱ و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین دوران دانشجویی، دوره‌ای مهیج و پر چالش برای دانشجویان است (زارع و همکاران، ۱۳۸۶). بخصوص دانشجویان غیر بومی که مجبورند برای ادامه

^۱. Dyrbye, LN



تحصیل در شهری غیر از شهر محل سکونت خود سکونت داشته باشند، یکی از مسایل خاص در این دوره برای دانشجویان غیر بومی احساس غربت است غم غربت، نوعی حس طبیعی تنهایی یا سردرگمی است که هنگامی که فردی از خانواده، امور روزمره و محیط جدا می شود بروز می کند. غم غربت در هر سنی ممکن است پیش آید، کسانی که دچار غم غربت هستند معمولاً غمگین و یا حتی افسرده می باشند. احساس غربت می تواند روی عزت نفس و خود پنداره و کارآمدی شخص تأثیر منفی داشته باشد.

با توجه به این که هر ساله دانشجویان زیادی خانه را به قصد ورود به دانشگاه ترک می کنند. این امر به همان اندازه که برای فرد فرصت های جدید به همراه می آورد، وی را با چالش ها و عوامل تنش زا نیز روبرو می کند که به نحوی اجتناب ناپذیر با چنین انتقالی همراهند. به طور اخص عوامل به سته آورنده هیجانی، تیدگی زهای اجتماعی^۱ نامیده می شوند که یکی از آن ها احساس غربت نسبت به دیار، خانواده و دوستانی است که در اثر نقل مکان ترک شده اند (وان تیلورگ^۲ و همکاران، ۱۹۹۶). چنان که گفته شد احساس غربت بر روی عزت نفس و خود پنداره می تواند اثرات منفی داشته باشد.

امروزه توجه به خود و خود پنداره^۳ یکی از موضوعات مهم قابل بحث در روان شناسی (کاظمی و همکاران، ۱۳۸۲). و یکی از مفاهیم اصلی نظریه راجرز است. خود پنداره شامل مجموعه ویژگی هایی است که شخص به عنوان یک موجود منحصر به فرد از خود ادراک می کند (اتکینسون و اتکینسون، ۱۳۸۰). خود پنداره یک ساختار دانش سازمان یافته است که شامل صفات، ارزشیابی ها، حافظه معنایی و دوره های در مورد خود می باشد و پردازش اطلاعات مرتبط با خود را کنترل می کند (کیل استروم^۴ و همکاران، ۱۹۹۸). مارش^۵ و همکاران (۱۹۹۹) آن را در سه سطح خود پنداره کلی، خود پنداره تحصیلی و خود پنداره غیر تحصیلی تقسیم می کنند. در نظریه خود پنداره، شخصیت هر فرد از سه جزء خودانگاره^۶، خود آرمانی^۷ و عزت نفس^۸ تشکیل شده است (داویس^۹ و برمبر^{۱۰}، ۱۹۹۹ به نقل از شاطرلو، ۱۳۸۶).

عزت نفس^{۱۱} اشاره به سطوح ارزشمندی دارد که فرد برای خود قابل است و به معنی درک و دریافت جایگاه و منزلت خود می باشد و اهمیت آن همواره مورد توجه روان شناسان و محققان آموزش و پرورش بوده است (فلوری^{۱۲}، ۲۰۰۶). مزلو^{۱۳} آن را عبارت از شایستگی، توانمندی، کفایت، اطمینان، استقلال و آزادی می داند که اگر ارضا شود افراد احساس ارزشمند بودن، توانا بودن، ثمر بخش بودن و اعتماد به نفس و در غیر این صورت احساس حقارت، درماندگی و ضعف می کنند (مدی^{۱۴}، ۱۹۷۶). رابسون^{۱۵} عزت نفس را عبارت از حس رضامندی و خویشتن پذیری^{۱۶} که از ارزیابی شخص درباره ارزشمندی، قدر و منزلت، جذابیت، شایستگی و کفایت و توانایی برای ارضای تمایلات و خواسته های خود منتج می شود (سیلوراستون^{۱۷}، ۱۹۹۱). با عزت نفس زیاد با احتمال بیشتری در برابر مشکلات خواهیم ایستاد (ناتانیل، ۱۳۸۲). عزت نفس درجه تصویب، تأیید، پذیرش و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس می کند (بیابانگرد، ۱۳۷۲). همچنین دانلی^{۱۸} (۲۰۰۱) عزت نفس را به عنوان اعتقاد ما و نیز دیگران از این که چقدر رقابتی موفق، مؤثر و با ارزش بوده تعریف کرده است. منظور از میزان هماهنگی و نزدیکی خود ایده آل و خود واقعی آنان چقدر است (برای^{۱۹}، ۲۰۰۷). همچنین رابطه تنگاتنگی بین عزت نفس و خود پنداره شخص وجود دارد (کلمز و دیگران، ۱۳۸۰).

1. Social stressors
2. Van Tilburg, M
3. self concept
4. Kihlstrom, J.F
5. Marsh, H
6. Self - Image
7. Self - Ideal
8. Self - Esteem
9. Davies, J.
10. Brember, I.
11. Self-esteem
12. Flouri E
13. Maslow
14. Maddi, R. S
15. Robson
16. Self - Acceptance
17. Silverstone, H. P
18. Donnelly, J.W
19. Bray BM



دانشگاه به منزله محیط جامعه پذیری دانشجویان، نقش مهمی در شکل دهی به شخصیت آن‌ها دارد و به نوبه خود فشار روانی بسیاری را برای دانشجویان ایجاد می‌کند و در این دوران با عنصر بنیادی نظام فرهنگی و سمت گیری هنجاری در زندگی اجتماعی یعنی ارزش‌ها روبه‌رو می‌شوند که رفتارهای بعدی و ارزیابی‌های آن‌ها را از وقایع اطراف خود تحت تأثیر قرار می‌دهد و واکنش‌های آن‌ها را تبیین می‌نماید (شواری^۱، ۱۹۹۹). فیشر و فن فلیت اظهار می‌دارند که در مجموع ۵۰ الی ۷۰ درصد افراد حداقل یک‌بار در عمر خویش احساس غربت را تجربه کرده‌اند. بین ۳۰ الی ۶۰ درصد دختران و پسران دانشجوی انگلیسی در طول سال اول در دانشگاه دچار احساس غربت می‌شوند. پژوهشگران این پدیده را در گروهی از دانشجویان سال اول استرالیایی و چینی بررسی کردند و دریافتند که همگی به درجاتی از احساس غربت مبتلا بودند.

سپس لی بیان می‌دارد که آشنا نبودن بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه در بدو ورود، جدائی و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی، ناسازگاری با سایر افراد در محیط زندگی و کافی نبودن امکانات رفاهی و اقتصادی و مشکلاتی نظیر آن از جمله شرایطی هستند که می‌توانند مشکلات و ناراحتی‌های روانی را به وجود آورده و باعث افت عملکرد فرد گردند (علی مددی و لواسانی، ۱۳۸۰). امین پور و همکاران (۱۳۸۹) در مطالعه‌ای با عنوان ساخت و اعتبار یابی آزمون سلامت روانی برای دانشجویان جدید الورد دانشگاه پیام نور نقره به این نتیجه رسیدند که تقریباً ۲۲ درصد دانشجویان جدیدالورود با مشکلات سلامت روانی مواجه بودند. همچنین بین سلامت روانی دانشجویان براساس رشته قبولی در کنکور و جنسیت تفاوت معناداری وجود داشت و نمره عملکرد اجتماعی دانشجویان پسر به طور معناداری بیشتر از دانشجویان دختر بود.

با توجه به این امر افرادی که خود پنداره و عزت نفس و خودآگاهی عمومی دارند، از دیدگاه دیگران نسبت به خودشان آگاه بوده و از احساسات درونی خود آگاه هستند و می‌توانند خود را به خوبی تحلیل کنند. چنین تصویری می‌تواند با افزایش سطح خودآگاهی فرد نسبت به توانایی‌هایش، به تصویری مثبت و کارآمد تبدیل شود و در پی آن رضایت و لذت او افزایش یابد (فرگوسن و مازین، ۱۳۸۲). بنابر این توجه به پدیده احساس غربت و بررسی عوامل تأثیر گذار بر آن می‌تواند در پیشگیری از ناهنجاری‌های رفتاری در دوران دانشجویی و توجه بیشتر به سلامت و بهداشت روانی آنان مؤثر واقع گردد و در پژوهش حاضر سعی بر آن شده تا این تفاوت در تجربه نمودن این احساس را در عوامل شخصیتی چون خودپنداره و عزت نفس در جامعه دانشجویی دانشگاه پیام نور استان آذربایجان غربی بررسی نماییم.

روش پژوهش: این تحقیق از نوع زمینه‌یابی است و قصد آن است که رابطه بین عوامل حمایت کننده فردی (خود پنداره و عزت نفس) بر احساس غربت دانشجویان مورد شناسایی قرار گیرد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی (میانگین، میانه، مد، انحراف استاندارد) و از شاخص‌های استنباطی همچون آزمون t مستقل، آزمون تجزیه و تحلیل واریانس یکراهه (F) و رگرسیون گام به گام استفاده شد. داده‌ها به وسیله برنامه کامپیوتری SPSS16 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جامعه آماری و نمونه مورد مطالعه: از بین تمام دانشجویان دانشگاه پیام نور استان آذربایجان غربی است که در یکی از مراکز یا واحدهای دانشگاه این دانشگاه مشغول به تحصیل بوده و در شهری غیر از شهر محل سکونت منزل گرفته‌اند یا در خوابگاه سکونت دارند براساس روش نمونه گیری در دسترس ۷۰۸ دانشجوی غیر بومی ساکن در شهرستان‌های محل تحصیل انتخاب گردیدند و پرسش‌نامه‌های عوامل حمایت کننده فردی (خودپنداره و عزت نفس) و احساس غربت بر روی آن‌ها اجرا گردید. نمونه مورد مطالعه شامل ۳۹۳ دختر (۵۶ درصد) و ۳۱۴ پسر (۴۴ درصد) بود. میانگین سنی دختران ۲۱/۱۵ سال و میانگین سنی پسران ۲۱/۹۷ سال بود. از نظر رشته تحصیلی ۶۴ درصد شرکت کنندگان دانشجویان رشته علوم انسانی بودند این نسبت برای دانشجویان دختر ۶۱/۱ درصد و برای دانشجویان پسر ۶۷/۵ درصد بود. ۵۱/۴ درصد دانشجویان در دو سال تحصیل مشغول به تحصیل بودند. این نسبت برای دانشجویان دختر ۵۸/۳ درصد و برای دانشجویان پسر ۴۳/۰۰ درصد بود.

^۱. Schwartz,S. H

ابزار پژوهش: برای اندازه گیری متغیرهای مورد مطالعه از پرسش نامه های زیر استفاده گردید. **الف: پرسش نامه احساس غربت:** برای اندازه گیری احساس غربت دانشجویان از پرسشنامه احساس غربت مقیاس ۴۵ ماده ای که شامل ۵ عامل می باشد و توسط فن فلیت (۲۰۰۱) ساخته شده است، استفاده گردید. این پنج عامل عبارتند از ۱- دلتنگی برای خانواده ۲- احساس تنهایی ۳- دلتنگی برای دوستان ۴- مشکلات در سازش و ۵- نشخوار فکری در مورد خانه. ضریب آلفای کرونباخ توسط فن فلیت (۲۰۰۱) برای هر یک از عوامل بالا به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۵، ۰/۸۷، ۰/۸۸ و ۰/۸۰ به دست آمد که همگی نشان دهنده ثبات درونی این آزمون هستند. این پرسش نامه در سال ۱۳۸۷ توسط ازهای و همکاران بر روی دانشجویان جدید الورود دانشگاه شهید بهشتی هنجاریابی شد. در این پژوهش از فرم هنجاریابی شده ازهای و همکاران (۱۳۸۷) استفاده شد که شامل ۴۱ سؤال بوده و از اعتبار بالایی برخوردار است. آزمون ۵ گزینه ای بوده و به هر یک از گزینه های هرگز، کمی، متوسط، زیاد و خیلی زیاد به ترتیب نمره ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ داده می شود. نمره کلی احساس غربت آزمودنی ها از جمع جبری امتیازات داده شده به سؤال ها به دست می آید. نمره های بالا در این آزمون معرف احساس غربت بالای فرد و نمره های پایین آن نشان دهنده احساس غربت پایین است. **ب: پرسش نامه عوامل حمایت کننده فردی:** فهرست عوامل حمایت کننده فردی یک، پرسشنامه خود گزارشی ۷۱ عبارتی است که به منظور ارزیابی میزان انعطاف پذیر جوانان تهیه شده است. این پرسشنامه دارای سه زیر مقیاس تعهد اجتماعی، شایستگی فردی و شایستگی اجتماعی است. فرم کوتاه شاخص عوامل حمایت کننده فردی که از نسخه اصلی گرفته شده دارای شده ۱۲ عبارت و دو زیر مقیاس (خود پنداره و عزت نفس) است. در این پرسشنامه ۶ عبارت اول مربوط به خود پنداره و ۶ عبارت بعدی مربوط به عزت نفس است. آزمونی باید در مقیاس لیکرت ۴ درجه ای میزان موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از عبارت مشخص کند (فیلیس و اسپرینگر، ۱۹۹۲). اعتبار به دست آمده برای این آزمون با روش همسانی درونی بر روی نمونه ای از نوجوانان و جوانان پایه هفتم تا یازدهم مدرسه که به تحصیل اشتغال داشتند برای مقیاس خود پنداره ۰/۵۸ و برای مقیاس عزت نفس ۰/۵۹ گزارش شده است. در این مقیاس به گزینه کاملاً موافق ۴ نمره، موافق ۳ نمره، مخالف ۲ نمره و کاملاً مخالف ۱ نمره تعلق می گیرد. در عبارات ۴ و ۱۰ و ۱۲ نمره گذاری به صورت معکوس انجام می شود. دامنه نمرات کل برای هر مقیاس خود پنداره و عزت نفس ۶ الی ۲۴ است. نمره بالای فرد در این مقیاس ها نشان دهنده خود پنداره عزت نفس قوی و بالا است.

یافته های پژوهش

فرضیه ۱: بین عوامل حمایت کننده فردی (خود پنداره و عزت نفس) با احساس غربت و عامل های تشکیل دهنده آن رابطه وجود دارد. برای پاسخ به این فرضیه از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج در جدول های ۱ (ضرایب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه در پسران) و ۲ (ضرایب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه در دختران) را به تفکیک جنسیت نشان می دهد.

جدول ۱ ضریب همبستگی متغیرهای عوامل حمایت کننده فردی با احساس غربت در پسران

| تعداد | متغیر وابسته | | | | | | ضریب همبستگی پیرسون |
|-------|--------------------|--------------------------------------|--------------------------|--------------------|--------------------|---------------------|---------------------|
| | احساس غربت | سردرگمی و ناسازگاری با محیط های جدید | دلتنگی برای دوستان صمیمی | احساس تنهایی | میل برگشت به موطن | دلتنگی برای خانواده | |
| ۳۱۴ | ۰/۲۳ ^{°°} | ۰/۴۴ ^{°°} | ۰/۰۸ | ۰/۴۸ ^{°°} | ۰/۱۸ ^{°°} | ۰/۱۲ [°] | خود پنداره |
| ۳۱۴ | ۰/۱۹ ^{°°} | ۰/۴۱ ^{°°} | ۰/۱۲ [°] | ۰/۴۵ ^{°°} | ۰/۱۲ [°] | ۰/۱۰ | عزت نفس |

جدول ۲ ضریب همبستگی متغیرهای عوامل حمایت کننده فردی با احساس غربت در دختران

| تعداد | متغیر وابسته | | | | | | ضریب همبستگی پیرسون |
|-------|---------------------|--------------------------------------|--------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| | احساس غربت | سردرگمی و ناسازگاری با محیط های جدید | دلتنگی برای دوستان صمیمی | احساس تنهایی | میل برگشت به موطن | دلتنگی برای خانواده | |
| ۳۹۲ | -۰/۱۶ ^{oo} | -۰/۲۳ ^{oo} | ۰/۰۶ | -۰/۴۴ ^{oo} | -۰/۱۱ ^{oo} | ۰/۱۳ ^{oo} | خود پنداره |
| ۳۹۲ | -۰/۱۷ ^{oo} | -۰/۲۵ ^{oo} | ۰/۱۰ ^{oo} | -۰/۳۷ ^{oo} | -۰/۱۲ ^{oo} | ۰/۰۸ | عزت نفس |

*. ضریب همبستگی در سطح آلفا ۰/۰۵ و دوسویه معنادار است. ** ضریب همبستگی در سطح آلفا ۰/۰۱ و دو سویه معنادار است.

نتایج به دست آمده از جدول های ۱ و ۲ نشان می دهد که بیشترین ضرایب همبستگی به دست آمده بین خود پنداره با عامل احساس تنهایی ۰/۴۴- و سردرگمی و ناسازگاری با محیط های جدید ۰/۲۳- و عزت نفس نیز با احساس تنهایی ۰/۳۷- و سردرگمی و ناسازگاری با محیط های جدید ۰/۲۵- بود.

فرضیه ۲: خود پنداره و عزت نفس توانایی پیش بینی احساس غربت در دانشجویان را دارند.

برای پاسخ به این فرضیه از آزمون رگرسیون گام به گام استفاده شد نتایج برای آزمودنی های پسر در جدول های ۳ و ۴ نشان داده شده است.

جدول ۳ مراحل متغیرهای پیش بینی کننده متغیر وابسته (ملاک) دلتنگی برای خانواده در پسران

| متغیر ملاک (مستقل) | ضریب همبستگی | ضریب تعیین | خطای استاندارد برآورد | نسبت F | سطح معناداری |
|--------------------|--------------|------------|-----------------------|--------|--------------|
| مرحله ۱ | ۰/۲۱۱ | ۰/۰۴۴ | ۱۸/۴۶۸ | ۲۳/۷۱۲ | ۰/۰۰۱ |
| مرحله ۲ | ۰/۲۳۴ | ۰/۰۵۵ | ۱۸/۳۸۸ | ۵/۴۵۱ | ۰/۰۲۰ |

متغیر مستقل: مرحله ۱: عزت نفس مرحله ۲: عزت نفس و خود پنداره متغیر وابسته: احساس غربت

جدول ۴ ضرایب همبستگی استاندارد و غیر استاندارد در آزمودنی های پسر

| Sig | F | سطح معناداری | t | ضریب همبستگی استاندارد | | ضریب همبستگی غیر استاندارد | | مدل | |
|-------|--------|--------------|--------|------------------------|------------|----------------------------|------------|------------|---------|
| | | | | Beta | Std. Error | B | Std. Error | Constant | مرحله |
| ۰/۰۰۱ | ۲۳/۷۱۲ | ۰/۰۰۱ | ۲۴/۱۱۶ | -۰/۲۱۱ | ۰/۲۹۱ | ۱۳۱/۹۹۵ | ۵/۴۷۳ | (Constant) | مرحله ۱ |
| | | | | | | -۱/۴۱۷ | ۰/۲۹۱ | عزت نفس | |
| ۰/۰۰۱ | ۱۴/۶۸۵ | ۰/۰۰۱ | ۲۱/۲۸۶ | -۰/۱۵۱ | ۰/۳۳۷ | ۱۴۰/۷۳۶ | ۶/۶۱۲ | (Constant) | مرحله ۲ |
| | | | | | | -۱/۰۱۸ | ۰/۳۳۷ | عزت نفس | |
| | | | | | | -۰/۸۵۲ | ۰/۳۶۵ | خود پنداره | |

متغیر وابسته: احساس غربت

نتایج جانبی پژوهش

دانشجویان دختر احساس غربت بیشتری نسبت به دانشجویان پسر دارند.

دانشجویان ترم های ۱ و ۲ تحصیلی احساس غربت بیشتری نسبت به سایر دانشجویان دارند.

بحث و تفسیر

نتایج فرضیه‌ها نشان می‌دهد که بیشترین ضرایب همبستگی بین متغیرهای مستقل با متغیرهای وابسته در بین پسران بین خود پنداره و احساس تنهایی (۰/۴۸-)، با سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید (۰/۴۴-)، با احساس غربت (۰/۲۳-) و با میل برگشت به موطن (۰/۱۸-) به دست آمد. همچنین بین خود پنداره و دلتنگی برای خانواده ضریب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین ضریب همبستگی بین عزت نفس با احساس تنهایی (۰/۴۵-)، با سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید (۰/۴۱-)، با احساس غربت (۰/۱۹-) و با میل برگشت به موطن (۰/۱۲-) به دست آمد. همچنین بین عزت نفس و دلتنگی برای دوستان صمیمی ضریب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.

و همچنین بیشترین ضرایب همبستگی بین متغیرهای مستقل با متغیرهای وابسته در بین دختران بین خود پنداره با احساس تنهایی (۰/۴۴-)، با سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید (۰/۲۳-)، با احساس غربت (۰/۱۶-)، با میل برگشت به موطن (۰/۱۱-) به دست آمد. همچنین بین خود پنداره و دلتنگی برای خانواده ضریب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. و ضریب همبستگی بین عزت نفس با احساس تنهایی (۰/۳۷-)، با سردرگمی و ناسازگاری با محیط‌های جدید (۰/۲۵-)، با احساس غربت (۰/۱۷-) و با میل برگشت به موطن (۰/۱۲-) به دست آمد. همچنین بین عزت نفس و دلتنگی برای دوستان صمیمی ضریب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.

در مرحله اول عزت نفس ۴/۴ درصد و در مرحله دوم عزت نفس و خود پنداره ۵/۵ درصد احساس غربت در دانشجویان دانشگاه پیام نور تبیین می‌کردند. با توجه به اینکه ضرایب همبستگی به دست آمده منفی هستند می‌توان گفت که دانشجویانی که از عزت نفس و خود پنداره بالاتری برخوردارند از احساس غربت کمتری به نسبت دیگران خواهند داشت.

در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که افرادی که از حس پایین‌تری از احترام برخوردارند، کمتر می‌توانند استرس‌ها و فشارها را تحمل نموده و به زندگی با آرامش و تعادل ادامه دهند. این افراد نسبت به دیگران بی‌کفایت‌ترند، ضعف در تصمیم‌گیری دارند، از قابلیت سازگاری ضعیفی برخوردارند، مشکلاتشان را به سختی حل و رفع می‌کنند، در زندگی فاقد معنا هستند و روابط اجتماعی ضعیفی با دیگران دارند و در کل، از سلامت روانی کمتری برخوردار بوده (بیابانگرد، ۱۳۷۶) و احساس غربت بیشتری به نسبت سایرین خواهند داشت. خود پنداره میدان فعالیت ما در زندگی را مشخص خواهد کرد (کاظمی و همکاران، ۱۳۸۲) و خود پنداره‌ای از کارکرد لازم و مفید برخوردار خواهد بود که منطبق بر واقعیت باشد (فرگوسن، مازین، ۱۳۸۲)، بین خود پنداره با دوستی‌های دو جانبه، پذیرش همسالان و سازگاری اجتماعی ضریب همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد (بار محمدیان و همکاران، ۱۳۸۱). دانشجویانی از خود پنداره ضعیف‌تری برخوردارند بیشتر احساس بیگانگی می‌کردند (آسامن^۱ و بری^۲، ۱۹۸۷)، به طور کلی پرورش خود پنداره و تقویت آن باعث سازگاری بهتر با موقعیت‌های جدید خواهد شد و حتی پیشرفت تحصیلی بهتر را به دنبال خواهد داشت. عزت نفس نیز رابطه بسیار نزدیکی با شیوه سازگاری دارد (پریس^۳، ۱۹۹۰). بهره‌مندی از عزت نفس، جزئی از سلامت روانی محسوب شده و اکثر نظریه پردازان برخوردار از عزت نفس (ارزیابی مثبت از خود) را به عنوان عامل مرکزی و اساسی سازگاری عاطفی - اجتماعی افراد می‌دانند (علیایی و همکاران، ۱۳۸۴). و سپر محافظ در مقابله با فشارهای روانی است که از فرد در مقابل وقایع فشارآور منفی زندگی، حمایت می‌کند (کلور^۴ و ساندلر^۵، ۱۹۹۲). افراد دارای عزت نفس پایین از ارزش خود کمتر مطمئن هستند و بیشتر تحت تأثیر ارزیابی‌های اجتماعی قرار می‌گیرند و به ارزیابی‌ها بیشتر توجه می‌کنند (مدی^۶، ۱۹۷۶). عزت نفس پایین منجر به ناسازگاری، ناراضی، عدم صلاحیت، موفقیت، قدرت، لیاقت، استقلال و آزادی می‌شود و شخص تلاش برای خود شکوفایی خویش را متوقف می‌سازد (سودمند، ۱۳۸۳). عزت نفس بالا باعث افزایش عملکرد فرد در

¹. Asamen, JK

². Berry, GL

³. Price, R

⁴. Kliwer, W

⁵. Sandler, LN

⁶. Maddi, R. S



موقعیت‌های اجتماعی شده و به راحتی در برابر عقاید گروه تسلیم نمی‌شوند (غضنفری و ریاحی، ۱۳۸۳). کوپر اسمیت (۱۹۶۷) در تحقیقات خود به این نتیجه رسید که افرادی که از عزت نفس بالایی برخوردارند از احساس اعتماد به نفس بیشتری برخوردارند، از استعداد و خلاقیت خود بهره‌گیری کرده و ابراز وجود می‌پردازد و به راحتی تحت تأثیر عوامل محیطی قرار نمی‌گیرند. یافته‌های پژوهشی براتوند (۱۳۷۶) نشان می‌دهد که مقبولیت گروهی با شاخص‌های سازگاری فردی، اجتماعی و کلی عزت نفس رابطه مثبت دارد، عزت نفس نیز با شاخص‌های مقبولیت گروهی، سازگاری اجتماعی، فردی و کلی رابطه مثبت دارد. اغلب پژوهشگران معتقدند که عزت نفس بر سایر متغیرهای شخصیتی و فعالیت‌های فرد تأثیر می‌گذارد و عزت نفس پایین منجر به آسیب‌های روانی خواهد شد. عزت نفس با سلامت روانی ضریب همبستگی منفی دارد (درانی و غلامعلی لواسانی، ۱۳۷۹). حالت کمبود عزت نفس به احساس بی‌کفایتی، منفی‌گری، مقاومت و حالت ارضای آن به اطمینان به خود، احساس غلبه، خود ارزشی مثبت منجر خواهد شد (امین پور، ۱۳۸۹). ویژگی عزت نفس پایین، احساس فقدان مهارت و توانایی و نوسیدی از رسیدن به معیارهای ارزشمند اجتماعی است (فرانکن^۱، ۱۹۹۸. به نقل از مهرابی زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۸۴). اما افرادی از عزت نفس بیشتری برخوردارند در مقایسه با اشخاص با عزت نفس کم در برابر مسایل زندگی و مشکلات مقاومت بیشتری کرده و در نتیجه احتمال موفقیتشان بیشتر است (آلویز و همکاران، ۲۰۰۲). به طور کلی عزت نفس از اساسی‌ترین عوامل رشد مطلوب شخصیت محسوب می‌شود. افرادی که عزت نفس بالایی داشته باشند در درس و زندگی موفقیت بیشتری را کسب می‌کند (لورای برگ، ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۸، ص ۷۰).

با توجه به مطالب گفته شده می‌توان گفت که دانشجویان بومی نسبت به دانشجویان غیر بومی از سلامت روانی بهتری برخوردارند (دادخواه و همکاران، ۱۳۸۵، فلاحی، ۱۳۷۲ و کافی و پیروی، ۱۳۷۷) و زندگی در خوابگاه می‌تواند باعث افسردگی گردد (حسینی و موسوی، ۱۳۷۵). افسردگی در بین دانشجویان غیر بومی بیشتر از دانشجویان بومی است (جزایری و قماری، ۱۳۸۲ و باقری یزدی و بوالهروی، ۱۳۷۴). لاپس لی^۲ و همکاران (۲۰۰۱) معتقدند پذیرش در دانشگاه برای دانشجویان غیر بومی با دوری از خانواده، دوستان و آشنایان همراه است و متضمن سازگاری مجدد با تغییرات حاصله در زندگی جدید است. این تفاوت همچنین می‌تواند ناشی از دوری دانشجویان شهرستانی از محیط خانواده، وجود مشکلات اقتصادی و نگرانی از تأمین مسکن باشد. باید به این نکته اشاره کرد که ورود به دانشگاه منشاء یک تحول در زندگی است که به طور منطقی با مسایل اقتصادی خانواده و برداشت ذهنی دانشجو به عنوان عنصری از این مجموعه ارتباط دارد. تأمین هزینه‌های رفت و آمد، خرید کتاب، شهریه دانشجویان شبانه و اداره یک زندگی به صورت مستقل و جدا از خانواده فشار اضافی بر تأمین هزینه‌های خانواده دارد که این امر می‌تواند منجر به افزایش فشار روانی در دانشجو گردد. این که چگونه و از کجا این هزینه تأمین خواهد شد نکته‌ای نیست که بتوان نادیده گرفت، به ویژه آن که با توجه به سن و ویژگی‌های این دوره از زندگی، جوان می‌خواهد و آرزو می‌کند بین همکلاسی و یا هم اتاقی به همان طریق رفتار کند، لباس بپوشد، غذا بخورد و از امکانات استفاده کند که سایر دوستانش در سطح بالاتر اقتصادی از آن بهره‌مند می‌باشند.

بنابراین می‌توان گفت غم غربت نوعی حس طبیعی تنهایی با سردرگمی است که هنگامی که فردی از خانواده، امور روزمره و محیط جدا می‌شود بروز می‌کند. غم غربت در هر سنی ممکن است پیش آید. نوجوانان و جوانان نیز ممکن است به هنگام شروع مدرسه یا دانشگاه خود در یک شهر یا کشور دیگر، دچار غم غربت شوند. کسانی که دچار غم غربت هستند معمولاً غمگین و یا حتی افسرده می‌باشند. غم غربت در هنگامی که فرد وقت آزاد دارد مثلاً صبح زود، قبل از رفتن به رختخواب در شب، یا اوقات استراحت، شدیدتر می‌شود. افرادی که دچار آسیب‌های دیگری مانند طلاق یا از دست دادن فرد مورد علاقه خود شده باشند، بیشتر در مقابل غم غربت آسیب پذیرند. کسانی که دچار غم غربت شده باشند به ندرت نیاز به مراجعه به پزشک یا درمان‌های پزشکی دارند. معمولاً غم غربت با گذشت زمان، و با آشنا شدن تدریجی فرد با محیط جدید از میان می‌رود. اما گاهی اوقات، غم غربت ممکن است آن قدر شدید و جدی باشد که فرد به کمک متخصص برای کنار آمدن با هیجانات وابسته به آن نیازمند گردد. غم غربت

^۱. Franken
^۲. Lapsley DK



همیشه قابل پیشگیری نیست. با این وجود، افراد می‌توانند گام‌هایی به منظور آماده‌سازی بردارند تا به آن در این دوران گذرا کمک کند. به ویژه، پدر و مادرها می‌توانند اقداماتی انجام دهند که یاری رسان کودکشان در مقایسه با غم غربت باشد (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۵). با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان پیشنهادهای زیر را ارائه داد:

۱- ارتقای وضعیت خودپنداره و عزت نفس در دانشجویان خوابگاهی و غیربومی علی‌الخصوص در دانشجویان دختر و ورودیهای جدید (دانشجویان نیمسال اول و دوم تحصیلی)

۲- اجرای این طرح در نمونه‌های گسترده‌تر دانشجویی و همچنین بررسی آن در اقشار مختلف اعم از دانش‌آموزان مدارس شبانه روزی، کارمندان و معلمان دور از خانه و منزل در جوامع مختلف.

۳- توجه به مسایل مرتبط با احساس غربت و عوامل تأثیر گذار در آن

۴- توجه به مسایل ورزش و تقویت اراده و عزت نفس از این طریق

۵- برگزاری کلاس‌های مشاوره و آمادگی برای مقابله با استرس در شرایط مختلف بخصوص در سال‌های اول دانشجویی

۶- آموزش مهارت‌های اجتماعی

۷- ارائه خدمات روان‌شناسی و مشاوره به دانشجویان خوابگاهی

۸- دادن آگاهی در مورد وضعیت تحصیلی و آموزشی و کلاس مهارت‌های زندگی

۹- به کارگیری روش‌هایی برای کاهش نگرانی دانشجویان، از جمله تأمین شغلی و مالی، ضروری می‌نماید تا از این طریق، ضمن کاهش عوارض مستقیم ناشی از نگرانی، سطح کیفیت زندگی آن‌ها هم ارتقا یابد.

مراجع

۱. دیباج نیا، پ و بختیاری، م. (سال اجرا ۱۳۸۱). وضعیت سلامت روانی دانشجویان دانشکده توان بخشی دانشگاه شهید بهشتی در سال ۱۳۸۱. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل. سال ۱. شماره ۴. صص ۳۲-۲۷.
2. Dyrbye, LN, Thomas, MR, and Shanafelt, TD, (2005). Medical student distress: causes, consequences, and proposed solutions. Mayo Clin Proc. 80(12): pp1613-1622.
۳. زارع، ن و همکاران. (۱۳۸۶). رابطه وضعیت تحصیلی با سلامت عمومی و عزت نفس در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی. سال ۷. شماره ۱. صص ۶۷-۵۹.
4. Van Tilburg, M. A., L. et al. (1996). Homesickness: A review of the literature. Psychological Medicine. 26: 899-912.
۵. کاظمی، ا و همکاران. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین خود پنداره و سازگاری اجتماعی کارکنان اداره کل فرهنگ و ارشاد اسلامی. فصل نامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان. شماره ۱۷. صص ۱۱۸-۱۰۱.
۶. اتکینسون، ر و اتکینسون، ر. (۱۳۸۰). زمینه روان‌شناسی. ترجمه محمد نقی براهنی و سعید شاملو. تهران: انتشارات رشد: چاپ ۹.
7. Kihlstrom, J.F., Albright, J.S., Klein, S.B., Cantor, N., Chew, B.R., & Neidenthal, P.M. (1988). Information processing and the study of the self. Advances in Experimental Social Psychology. 21. pp 145 - 180.
8. Marsh, H., et al. (1999). Longitudinal multilevel methods of the big fish little pond effect on academic self concept. Educational Information with the personal touch, eric Issue: RIEDEC 2000.



۹. شاطرلو، ع. (۱۳۸۶). افزایش عزت نفس دانش آموزان کم توان ذهنی از راه توجه به مؤلفه‌های خودپنداره. نشریه تعلیم و تربیت. شماره ۷۴.
10. Flouri, E., (2006). Parental interest in children's education, children's self- esteem and locus of control, and later educational attainment: twenty-six year follow-up of the 1970 British birth cohort. *British Journal of Educational Psychology*. 76 (1): 41-55.
11. Maddi. R. S., (1976). *Personality theories*. Third edition. Dorsey press.
12. Silverstone. H. P. (1991). Low self – esteem in different psychoactive conditions. *British journal of clinical psychology*. VOL: 30: 183 – 188.
۱۳. ناتانیل، ب. (۱۳۸۲). قدرت عزت نفس. ترجمه مینا اعطامی. تهران: انتشارات پیوند.
۱۴. ناتانیل، ب. (۱۳۸۲). روان‌شناسی حرمت نفس. ترجمه جمال هاشمی. تهران: انتشارات: شرکت سهامی انتشارات.
۱۵. بیابانگرد، ا. (۱۳۷۲). روش‌های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان. تهران: چاپ اول. انتشارات انجمن اولیا و مربیان.
16. Donnelly, J.W., et al. (2001). *Mental health: Dimension of self – esteem and emotional well – being*. Boston: apllyn and Bacon.
17. Bray BM. The influence of academic achievement on a college student's self- esteem. [cited 17 Mar 2007]. Available from: <http://clearinghouse.missouriwestern.edu/manuscripts/225.asp?logon=&code>
۱۸. کلمز، ه، و دیگران. (۱۳۸۰). روش‌های تقویت عزت نفس در نوجوانان. ترجمه پروین علیپور. مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی. چاپ ۳.
19. Schwartz, S. H. (1999). A Theory of cultural values and some implications for work. *Applied psychology: An International Review*, 48(1), 23-47.
۲۰. علی مددی، ع و لواسانی، ف. (۱۳۸۰). بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی زنجان و ارتباط آن با سبک مقابله‌ای و ویژگی‌های جمعیت شناختی. طب و تزکیه ویژه نامه همایش دانشجوی و بهداشت روانی. ص ۴۴.
۲۱. امین پور، ح. (۱۳۸۹). امنیت روانی و سنجش آن. ارومیه: انتشارات شاهد دانشگاه علوم پزشکی ارومیه. چاپ اول.
۲۲. فرگوسن، ش و مازین، ل. (۱۳۸۲). قدرت والدین (برنامه‌ای برای کمک به موفقیت تحصیلی فرزندان‌تان). ترجمه نسرين پارسا. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان، چاپ ۵.
23. Van Vliet, T. (2001). *Homesickness: Antecedents, consequences, and mediating processes*. Wageningen. The Netherlands: Ponsens & Looijen.
۲۴. اژه‌ای، ج و همکاران. (۱۳۸۷). اعتبار یابی پرسش‌نامه احساس غربت در دانشجویان. مجله علوم رفتاری. دوره ۲، شماره، صص ۱۲ – ۱.
۲۵. بیابانگرد، ا. (۱۳۷۶). روش‌های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان. چاپ ۴.
۲۶. یار محمدیان، محمد حسین و همکاران. (۱۳۸۱). بررسی رابطه بین دوستی‌های دو جانبه، پذیرش همسالان، خود پنداره و سازگاری اجتماعی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر سال سوم راهنمایی شهر اصفهان. فصل‌نامه مطالعات تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد.
27. Asamen, JK., Berry, GL., (1987). Self concept, alienation, and perceived prejudice: implication for counseling asian Americans. *Journal of multicultural counseling & Development*. 15: 149 – 160.
28. Price, R., (1990). A model for body image care. *Journal of Advanced Nursing*. 15: 585-593.
۲۹. علیایی، ن و همکاران. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر گروه رشد خصوصیات فردی بر عزت نفس دانشجویان پرستاری. نشریه دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی. سال ۱۵. شماره ۴۹. صص ۱۱ – ۳.
30. Kliwer, W., & Sandler, I.N. (1992). Locas of control and self-esteem as moderators of stressor symptom relation in children and adolescents. *Journal of Abnormal child psychology*, 20(4), PP.393-413.
۳۱. سودمند، پ. (۱۳۸۳). بررسی مقایسه‌ای خود واقعی با خود ایده‌آل و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی در دانشجویان پرستاری و مامایی مشهد. اسرار، مجله دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار. سال ۱۱. شماره ۱. صص ۷۴ – ۶۸.



۳۲. غضنفری، ا و ریاحی، ح. (۱۳۸۳). تأثیر تنبیه بر عزت نفس دانش آموزان. فصل نامه دانش و پژوهش در روان شناسی. دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان. شماره ۳. صص ۱۳ - ۱.

33. Coopersmith, S., (1967). The antecedent of self-esteem. Sanfrancisco: Freeman. Cooper, C. L., & Pervin, L. A., (1998). Personality :Critical concepts in psychology. New York: Routledge.

۳۴. براتوند، م. (۱۳۷۶). بررسی رابطه ساده و چند متغییری مقبولیت گروهی و عزت نفس با پیشرفت تحصیلی و سازگاری فردی - اجتماعی دانش آموزان سال سوم راهنمایی شهر اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی. دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز.

۳۵. درانی، ک و غلامعلی لواسانی، م. (۱۳۷۹). رابطه رضایت شغلی، عزت نفس و سلامت روانی: یک مطالعه موردی از مریبان مرکز پیش دبستانی دانشگاه تهران. مجله روان شناسی و علوم تربیتی. سال ۵. شماره ۱. صص ۹۸ - ۷۶.

۳۶. امین پور، ح و همکاران. (۱۳۸۹). ساخت و اعتباریابی آزمون سلامت روانی برای دانشجویان جدیدالورود دانشگاه پیام نور. اولین همایش ملی روان شناسی دانشگاه پیام نور.

۳۷. هنرمند، م و همکاران. (۱۳۸۴). بررسی روابط ساده و چند گانه ترس از موفقیت، عزت نفس، کمال گرایی و ترس از ارزیابی منفی با نشانگان وانمود گرایی در دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز. دوره ۳. سال ۱۲. شماره ۳. صص ۲۴ - ۱.

38. Alves-Martins M., Peixoto, F., Gouveia-Pereira, M., Amaral, V., Pedro, I., (2002). Self-esteem and academic achievement among adolescents. Educational psychology. 22(1): pp 51 - 62.

۳۹. برگ، ل. (۱۳۸۸). روانشناسی رشد از لقاچ تا کودکی. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: انتشارات ارسباران. چاپ ۱۴.

۴۰. دادخواه، ب و همکاران. (۱۳۸۵). وضعیت سلامت روانی دانشجویان در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در سال ۱۳۸۳. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل. دوره ۶. شماره ۱. صص ۳۶ - ۳۱.

۴۱. فلاحی، م. (۱۳۷۲). بررسی میزان شیوع افسردگی در دانشجویان مقیم خوابگاه‌های دانشجویی دانشگاه‌های تهران. خلاصه مقالات چهارمین کنگره پژوهش‌های روان پزشکی و روان شناسی بالینی در ایران، تهران: دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، سال ۱۳۷۲-۷۳.

۴۲. کافی، س و پیروی، ح. (۱۳۷۷). بررسی وضعیت تحصیلی و سلامت روانی دانشجویان. فصلنامه اندیشه و رفتار، سال ۳. شماره ۴، صص ۵۹ تا ۶۷.

۴۳. حسینی، س. ح و موسوی، س. ا. (۱۳۷۹). بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان ورودی سال تحصیلی ۷۹ - ۱۳۷۸ دانشگاه علوم پزشکی مازندران. سال دهم. شماره ۲۸. صص ۳۲ - ۲۳.

۴۴. جزایری، ع و قماری، ش. (۱۳۸۲). رویکردی اساسی در بررسی سلامت روانی دانشجویان (مدلی برای مداخله). فصل نامه پژوهش و برنامه ریزی در آموزش عالی. شماره ۲۷ و ۲۸. صص ۱۵۵ - ۱۲۷.

۴۵. باقری، س. ع و بوالهروی، ج. (۱۳۷۴). بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان ورودی سال تحصیلی ۷۴ - ۱۳۷۳ دانشگاه تهران. فصل نامه اندیشه و رفتار. سال ۱. شماره ۴. صص ۳۹ - ۳۰.

46. Lapsley DK, Aslisma MC, Varshney NM. (2001). A factor analytic and psychometric examination of pathology of separation-individuation. J Clin Psychol. 57(7):915-32.

۴۷. مظاهری، ا و همکاران. (۱۳۸۵). تأثیر آموزش گروهی عزت نفس بر میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان. ماهنامه علمی - پژوهش دانشگاه شاهد. شماره ۱۶ (اردیبهشت ماه)، صص ۴۹ تا ۵۵.