

بررسی رابطه ی حمایت اجتماعی و عزت نفس با درماندگی آموخته شده در دانش آموزان پسر دوره ی متوسطه ی دوم شهر اهواز

علی راحمی حقیقی^{*}، مجید راحمی حقیقی^۲

۱- علی راحمی حقیقی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز Ali.rahemi.t@gmail.com

۲- مجید راحمی حقیقی کارشناسی ارشد شیمی تجزیه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج majidrahemi747@yahoo.com

خلاصه

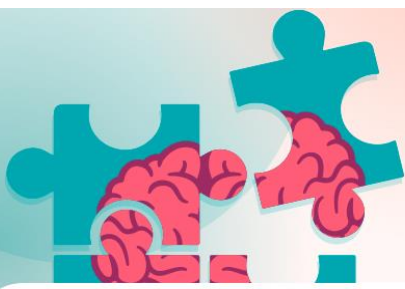
عواقب درماندگی آموخته شده برای دانش آموزان می تواند شامل کاهش عزت نفس و خودکارآمدی، و کاهش کیفیت زندگی باشد. دانش آموزانی که احساس درماندگی می کنند، ممکن است کمتر در فعالیتهای کلاسی شرکت کنند، عملکرد ضعیفی در امتحانات داشته باشند و از تحصیل منصرف شوند. این وضعیت نه تنها بر عملکرد تحصیلی تأثیر منفی می گذارد، بلکه می تواند سلامت روانی و جسمی آنها را نیز به خطر بیندازد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ی حمایت اجتماعی و عزت نفس با درماندگی آموخته شده در دانش آموزان پسر دوره ی متوسطه ی دوم شهر اهواز انجام شده است. روش پژوهش، همبستگی چندگانه است. جامعه آماری این پژوهش عبارت است از کلیه ی دانش آموزان پسر مقطع دوم متوسطه شهر اهواز که در سال ۱۴۰۲-۰۳ مشغول به تحصیل بودند. به این منظور ۲۹۱ نفر به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت (۱۹۸۸) -۰/۷۴-، عزت نفس کوپراسمیت (۱۹۷۵) -۰/۷۸- و درماندگی آموخته شده کوپنلس و نلسون (۱۹۸۸) -۰/۸۳- استفاده شد. از طریق فرمول همبستگی پیرسون، ضریب همبستگی محاسبه شد و مرکزیت و پراکندگی داده ها نیز مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج تحقیق نشان می دهد که رابطه ی بین حمایت اجتماعی و عزت نفس با درماندگی آموخته شده، با سطح معناداری ۰/۰۵ به دست آمده است. این به این معنی است که با احتمال ۵ درصد یا کمتر، می توان گفت که این رابطه معنادار است و نتایج آزمون ها نشان دهنده وجود رابطه ای معنادار بین این متغیرها می باشد.

کلمات کلیدی: درماندگی آموخته شده، حمایت اجتماعی، عزت نفس

مقدمه

در سال های اخیر، پژوهش های بسیاری به بررسی عوامل روان شناختی موثر بر عملکرد و کیفیت زندگی دانش آموزان پرداخته اند. یکی از مفاهیم کلیدی که در این زمینه توجه زیادی به خود جلب کرده، درماندگی آموخته شده است. درماندگی آموخته شده وضعیتی است که در آن فرد پس از تجربه های متعدد ناکامی و شکست، احساس می کند که قادر به تغییر شرایط نیست و هر تلاشی بی فایده است. این احساس بی کفایتی و ناامیدی می تواند عواقب جدی و طولانی مدتی برای دانش آموزان به همراه داشته باشد. (آبرامسون و همکاران، ۱۹۷۸) [۱].



از سوی دیگر، حمایت اجتماعی و عزت نفس از جمله عواملی هستند که می‌توانند نقش مهمی در بهبود وضعیت روانی دانش‌آموزان داشته باشند. حمایت اجتماعی به معنای دریافت کمک و پشتیبانی از سوی خانواده، دوستان و معلمان است که می‌توانند منبعی قوی برای مقابله با مشکلات و چالش‌های زندگی باشند. تحقیقات نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی قوی می‌تواند تأثیرات زیادی بر سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشد. (کارور و همکاران، ۲۰۱۰). [۲]

عزت نفس به عنوان یکی از عوامل دیگر روانشناختی، به معنای باور فرد به توانایی‌ها و قابلیت‌های خود است. دانش‌آموزانی که عزت نفس بالایی دارند، در برابر مشکلات، از خود گذشتگی و پشتکار بیشتری نشان می‌دهند. این امر می‌تواند به کاهش درمان و افزایش موفقیت‌های تحصیلی و شخصی کمک کند. (باومایستر، کمپبل، کروگر و وُهِس، ۲۰۰۳). [۳]

به صورت کلی درماندگی آموخته شده، یک پدیده روانشناختی است که با فقدان کنترل ادراک شده بر محیط خود مشخص می‌شود و می‌تواند پیامدهای عمیقی بر سلامت روان و رفاه نوجوانان داشته باشد (آبرامسون و همکاران، ۱۹۷۸). [۴]

نوجوانی یک دوره حیاتی رشدی است که با تغییرات شناختی، عاطفی و اجتماعی قابل توجهی مشخص می‌شود و افراد را به‌ویژه در معرض ابتلا به درماندگی آموخته‌شده قرار می‌دهد (آلیاژ و همکاران، ۲۰۰۶). [۵]

شدت مشکل در پیامدهای منفی بالقوه مرتبط با درماندگی آموخته شده است، از جمله افزایش آسیب‌پذیری در برابر افسردگی، اضطراب، و کاهش انگیزه برای درگیر شدن در رفتارهای سازگارانه (هنکین و همکاران، ۲۰۱۶). [۵]

دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه دوم در اهواز ممکن است با چالش‌ها و استرس‌های منحصربه‌فردی مانند فشارهای تحصیلی، روابط با همسالان و انتظارات فرهنگی مواجه شوند که می‌تواند به ایجاد گرایش‌های درماندگی آموخته‌شده کمک کند. علاوه بر این، فقدان راهبردهای مقابله‌ای مؤثر و سیستم‌های حمایتی ممکن است تأثیر درماندگی آموخته شده بر پیامدهای سلامت روان نوجوانان را تشدید کند.

دامنه این مشکل فراتر از رفاه فردی است و پیامدهای اجتماعی گسترده‌تری را در بر می‌گیرد. نوجوانانی که درماندگی آموخته شده را تجربه می‌کنند ممکن است از نظر تحصیلی، اجتماعی و عاطفی با مشکلاتی مواجه شوند که منجر به پیامدهای بلندمدت برای پیشرفت تحصیلی، آینده شغلی و کیفیت کلی زندگی آنها می‌شود (مایر و سلیگمن، ۲۰۱۶). [۶]

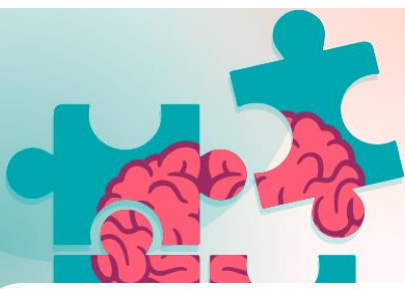
علاوه بر این، درماندگی آموخته شده می‌تواند چرخه‌ای از باورها و رفتارهای منفی را تداوم بخشد و بر نسل‌های آینده تأثیر بگذارد و به تداوم نابرابری‌های سلامت روان در جوامع کمک کند.

اهمیت پرداختن به این موضوع از طریق پژوهش در پتانسیل آن برای اطلاع‌رسانی راهبردهای مداخله‌ای با هدف ارتقای تاب‌آوری و بهزیستی دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم در اهواز است. بنابراین انجام پژوهش‌های مرتبط با زندگی و سلامت نوجوانان نه تنها یک ضرورت است، بلکه یک وظیفه اجتماعی و انسانی است که می‌تواند تأثیرات مثبت و بلندمدتی بر جامعه داشته باشد. این تحقیق با بررسی روابط بین حمایت اجتماعی، عزت نفس، امید به زندگی و درماندگی آموخته شده، می‌تواند عوامل محافظتی و عوامل خطر ساز را که به سازگاری روانی نوجوانان کمک می‌کنند، شناسایی کند. مداخلات با هدف تقویت شبکه‌های حمایت اجتماعی، تقویت عزت نفس و ارتقای جهت‌گیری‌های مثبت آینده ممکن است تأثیر درماندگی آموخته‌شده را کاهش داده و نوجوانان را برای غلبه بر ناملازمات توانمند کند (کارور و همکاران، ۲۰۱۰). [۲]

علاوه بر این، درک تأثیر متقابل پیچیده عوامل روانی-اجتماعی که به درماندگی آموخته‌شده کمک می‌کنند، می‌تواند به توسعه برنامه‌های مداخله‌ای حساس فرهنگی و مرتبط با زمینه متناسب با نیازهای دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه دوم در اهواز کمک کند. با پرداختن به این موضوع، محققان می‌توانند به ارتقای سلامت روان و تاب‌آوری در میان نوجوانان و در نهایت تقویت جوامع سالم‌تر کمک کنند. فرخی و همکاران در پژوهشی نشان دادند که القای شکست و موفقیت تأثیر معناداری بر عملکرد و یادداری مهارت‌های حرکتی دارد. [۷]

ظهور پرونده و همکاران در پژوهشی نشان دادند که تاب‌آوری و حمایت اجتماعی با اضطراب اجتماعی و درماندگی روان‌شناختی رابطه مثبت معناداری دارند. [۸]

امیربان و همکاران در



پژوهشی نشان دادند که درماندگی آموخته شده با پیشرفت تحصیلی رابطه منفی و با اهمالکاری تحصیلی و اضطراب امتحان رابطه مثبت دارد [۹].

وطن خواه و همکاران در پژوهشی نشان دادند که آموزش بازسازی شناختی بر کاهش درماندگی آموخته شده و افزایش عزت نفس تأثیر معناداری دارد [۱۰]. صورتی در پژوهشی نشان داد که حمایت اجتماعی کمتر با افزایش تنش و فشار خون اولیه مرتبط است [۱۱]. علی پور در پژوهشی نشان داد که حمایت اجتماعی و هیجان تحصیلی با بهداشت روانی رابطه مثبت و معناداری دارند [۱۲]. کیا و همکاران در پژوهشی نشان دادند که آموزش مهارت ابراز وجود موجب افزایش معنی دار عزت نفس دانش آموزان شد [۱۳]. فتحی و همکاران در پژوهشی نشان دادند که جنسیت تأثیر مستقیم بر نیازهای بنیادین و سازگاری اجتماعی دارد و سازگاری اجتماعی با حمایت اجتماعی رابطه مثبت معناداری دارد [۱۴].

باتوجه به مطالب فوق هدف از انجام این مطالعه بررسی رابطه ی حمایت اجتماعی و عزت نفس با درماندگی آموخته شده در دانش آموزان پسر دوره ی متوسطه ی دوم شهر اهواز بوده است.

روش های پژوهش

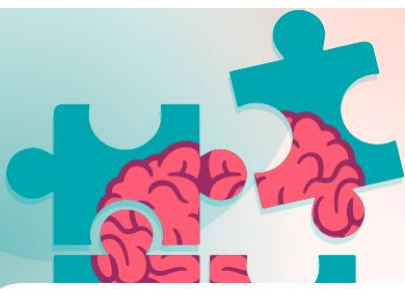
در این پژوهش، از روش پژوهش همبستگی استفاده شد تا رابطه بین حمایت اجتماعی، عزت نفس، و امید به زندگی با درماندگی آموخته شده در دانش آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهر اهواز مورد بررسی قرار گیرد. بنابراین برای نمونه گیری از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای استفاده شد و جمع آوری داده ها به وسیله ی پرسشنامه ها انجام شد. سپس از طریق فرمول همبستگی پیرسون ضریب همبستگی محاسبه شد. مرکزیت و پراکندگی داده ها نیز به وسیله نرم افزار تحلیل آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در پژوهش حاضر پژوهشگر قصد داشت تا به بررسی رابطه ی حمایت اجتماعی، عزت نفس و امید به زندگی با درماندگی آموخته شده در دانش آموزان پسر دوره ی متوسطه ی دوم شهر اهواز بپردازد.

جامعه آماری این پژوهش عبارت است از کلیه ی دانش آموزان پسر مقطع دوم متوسطه شهر اهواز که در سال ۱۴۰۲-۰۳ مشغول به تحصیل بودند. قابل ذکر است که تعداد این دانش آموزان حدود ۶ هزار نفر می باشد. حجم نمونه در این پژوهش با توجه به نوع پژوهش و جدول مورگان ۲۹۱ دانش آموز پسر به روش خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شد.

برای تجزیه و تحلیل داده ها و دستیابی به اهداف پژوهش و پاسخ به سؤال پژوهش از روش های آمار توصیفی محاسبه فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد و آمار استنباطی ضریب همبستگی پیرسون و روش آلفای کرونباخ جهت محاسبه ضرایب پایایی استفاده شد. داده های پژوهش نیز از طریق نرم افزار کامپیوتری SPSS-۲۵ تفسیر شد و سطح معنی داری در این پژوهش نیز، $\alpha < 0/05$ در نظر گرفته شد.

جدول ۱. فراوانی و درصد سن دانش آموزان

سن	فراوانی	درصد
۱۶ سال	۵۰	۱۷/۱۹
۱۷ سال	۱۵۰	۵۱/۵۴
۱۸ سال	۹۱	۳۱/۲۷
مجموع	۲۹۱	۱۰۰



همانطور که در جدول شماره یک مشاهده می‌کنید، تعداد آزمودنی‌ها بر پایه سن از بیشترین به کمترین به ترتیب، ۱۷ سال-۱۸ سال-۱۶ سال بوده است.

جدول ۲. فراوانی و درصد شاخه‌ی تحصیلی دانش‌آموزان

شاخه تحصیلی	فراوانی	درصد
نظری	۳۱	۱۰/۶۵
کار و دانش	۵۰	۱۷/۱۹
فنی و حرفه‌ای	۲۱۰	۷۲/۱۶
مجموع	۲۹۱	۱۰۰

همانطور که در جدول شماره دو مشاهده می‌کنید، تعداد آزمودنی‌ها بر پایه شاخه تحصیلی از بیشترین به کمترین به ترتیب، رشته فنی و حرفه‌ای-کار و دانش و نظری بوده است.

در پژوهش حاضر از سه پرسشنامه استفاده می‌شود که در ادامه به معرفی آنها می‌پردازیم:

۱. پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده در سال ۱۹۸۸ توسط زیمت و همکاران طراحی شد. این پرسشنامه یک ابزار ۱۲ سوالی است که برای ارزیابی حمایت اجتماعی ادراک شده از سه خرده‌مقیاس دوستان، خانواده و دیگران مهم طراحی شده است. هدف اصلی این پرسشنامه سنجش میزان دریافت حمایت اجتماعی ادراک شده از این سه خرده‌مقیاس در شرکت‌کنندگان است. این پرسشنامه معمولاً برای اندازه‌گیری حمایت اجتماعی ادراک شده در مطالعات روان‌شناختی و اجتماعی استفاده می‌شود و دریافت کم حمایت اجتماعی ادراک شده با میزان بالای اضطراب و افسردگی در افراد همراه است. در دهه‌های ۱۹۷۰ تا ۱۹۸۰، مفهوم حمایت اجتماعی با استفاده از اصطلاحات ملموس و عینی برای نشان دادن تعاملات فرد یا ارتباطات استفاده می‌شد. اما در سال‌های بعد، این اصطلاحات بیشتر انتزاعی شدند و ویژگی‌های انتزاعی و غیرمحسوس از حمایت اجتماعی نیز شامل انتظارات، ادراکات، کمیت و کیفیت تعاملات حمایتی و عناصری مانند رفتارها، روابط و سیستم‌های حمایتی را شامل می‌شد. Bruwer و همکارانش در سال ۲۰۰۸، پایایی درونی این ابزار را در یک نمونه ۷۸۸ نفری از جوانان دبیرستان با استفاده از آلفای کرونباخ، ۹۰ تا ۸۶ درصد برای خرده‌مقیاس‌های این ابزار و ۸۶ درصد برای کل ابزار گزارش نموده‌اند (۵۴). سلیمی و همکارانش، ضریب آلفای کرونباخ سه بعد حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی را به ترتیب ۸۹ درصد، ۸۶ درصد و ۸۲ درصد ذکر نموده‌اند. همچنین روایی پرسشنامه‌ی حمایت اجتماعی ادراک شده زیمت در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد که به معنای پایایی و روایی قابل قبول است.

۲. تست عزت نفس کوپر اسمیت در سال ۱۹۷۵ به منظور ارزیابی احساس ارزشمندی دانش‌آموزان و دانشجویان در زمینه‌های اجتماعی و تحصیلی طراحی شد. عزت نفس افراد می‌تواند بر روی مواجه شدن با شکست‌ها، شادمانی در زندگی، مدیریت تعارض، روابط عاطفی، مشکلات زندگی و انتقادپذیری تأثیر بگذارد و در زمان‌های مختلف قابل تغییر است. کوپر اسمیت چهار عامل اصلی رشد عزت نفس را شامل میزان احترام و پذیرش از دیگران، تجربه‌های مرتبط با موفقیت، ارزش‌ها و انتظارات فرد از خودش، و نحوه پاسخ به از دست دادن ارزش‌ها می‌داند. او خویشتن‌پنداری را به عنوان عاملی مهم در ایجاد رفتار می‌داند که از تعامل بین چهار عامل اصلی ایجاد می‌شود. تست عزت نفس کوپر اسمیت برای سنجش نگرش نوجوانان و بزرگسالان نسبت به خود به کار می‌رود و شامل پنج حیطه انجام تکالیف آموزشی، روابط اجتماعی، خانواده، خود و آینده است. این تست از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است و می‌تواند برای اندازه‌گیری عزت نفس در مطالعات



روان‌شناختی و اجتماعی مورد استفاده قرار گیرد. تست عزت نفس کوپر اسمیت شامل ۵۸ سوال است که به خوبی، عقاید، احساسات و نظر هر فردی نسبت به خودش را نشان می‌دهد. امتیاز کل این تست از ۰ تا ۵۰ متغیر است و هر چه نمره بالاتر باشد، نشان‌دهنده عزت نفس بالاتر است. بررسی‌ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. هرز و گولن (۱۹۹۹) ضریب آلفای ۰/۸۸ را برای نمره کلی این آزمون گزارش کرده‌اند. همچنین جهت سنجش روایی بین نمره کل آزمون با خرده مقیاس روان‌آزوده‌گرایی در آزمون شخصیت آیسنک، روایی واگرایی منفی و معنا دار و با خرده مقیاس برون‌گرایی روایی مثبت معنا دار بدست آمده است. آدموندسون و همکاران (۲۰۰۶) نیز ضریب همسانی درونی ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ را برای آزمون عزت نفس کوپر اسمیت گزارش کرده‌اند. کوپر اسمیت و دیگران (۱۹۹۰) ضرایب باز آزمایی را بعد از پنج هفته ۰/۸۸ و بعد از سه سال ۰/۷۷ گزارش کرده‌اند. با روش باز آزمایی ضریب اعتبار این آزمون در ایران با فاصله چهار هفته و دوازده روز به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۸۰ گزارش شده است. ضریب همسانی درونی گزارش شده بین ۰/۸۹ تا ۰/۸۳ در مطالعات مختلف متغیر بوده است. پور شافعی (۱۳۷۰) با روش دو نیمه کردن ضریب ۰/۸۷ را گزارش کرده است. در بررسی روایی آزمون کوپر اسمیت، ثابت (۱۳۷۵) و ناییبی فرد (۱۳۸۲) روایی همگرایی مثبت بین آزمون کوپر اسمیت و آزمون عزت نفس آیسنک به دست آوردند. این میزان در پژوهش ثابت ۰/۸۰ و در پژوهش ناییبی فرد ۰/۷۸ بوده است. همچنین ضرایب اعتبار این آزمون با روش باز آزمایی برای دختران و پسران به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۲ گزارش شده است.

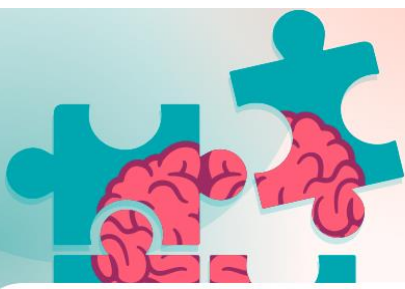
همچنین روایی پرسشنامه‌ی عزت نفس کوپر اسمیت در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد که به معنای پایایی و روایی قابل قبول است.

۳. پرسشنامه درماندگی آموخته شده (LHS)، نتیجه‌گیری است که توسط کوینلس و نلسون در سال ۱۹۸۸ طراحی شده است و شامل ۲۳ آیتم با ۵ گزینه لیکرت است. کوینلس و نلسون اعتبار این پرسشنامه را ۰/۷۹ و پایایی و آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۶ گزارش کرده است. ارزیابی نسخه اصلی LHS با دیگر نتیجه‌های موجود، که ضرب همبستگی با خطر یک ۰/۲۵، نشان دادن عزت نفس اسمیت ۰/۶۲ و پایایی ۰/۸۵ است. با استفاده از چرخش واریماکس و محل اکتشافی، ۵ فاکتور اصلی برای این شناسایی شناسایی شد که شامل ۵ فاکتور درونی بیرونی، ۶ فاکتور ثبات-بی‌ثبات، ۵ فاکتور کلی-خاص، ۱ فاکتور موانعی کنترل ناموانی در کنترل، و نهایتاً ۱ فاکتور شرایط گزینش است. شخصی در موقعیت‌هایی که فرد عمداً در آن شرکت می‌کند، است. در پژوهش‌های مختلف، ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۳ گزارش شده است. همچنین از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی برای اعتبارسنجی استفاده شده و مقدار ضریب شاخص کفایت نمونه‌گیری ۰/۸۵ به دست آمده است.

همچنین روایی پرسشنامه‌ی درماندگی آموخته شده‌ی کوینلس و نلسون در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد که به معنای پایایی و روایی قابل قبول است.

نتایج:

در تحلیل داده‌های پژوهش حاضر، هدف اصلی بررسی ارتباطات بین متغیرهای مختلف و تحلیل تأثیرات آن‌ها بر یکدیگر بود. این تحقیق با بررسی سن، شاخه تحصیلی، و متغیرهای روان‌شناختی نظیر حمایت اجتماعی، عزت نفس، و درماندگی آموخته‌شده، تلاش کرد تا درک بهتری از روابط میان این متغیرها و نحوه تأثیر آن‌ها بر عملکرد و وضعیت روانی دانش‌آموزان به دست آورد. در ادامه، به تفسیر دقیق نتایج و بررسی اهمیت آن‌ها خواهیم پرداخت.



جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمره‌های آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
حمایت اجتماعی	۳۵/۱۴	۴/۶۷
عزت نفس	۴۲/۵	۱۷/۶۱
درماندگی آموخته شده	۸۱/۲۵	۲۷/۵

همانطور که در جدول شماره سه مشاهده می‌کنید، میانگین و انحراف معیار متغیرهای حمایت اجتماعی، عزت نفس، امید به زندگی و درماندگی آموخته شده به ترتیب ۳۵/۱۴، ۴/۶۷، ۴۲/۵، ۱۷/۶۱، ۳۱/۷۵، ۱۵/۳۶، ۸۱/۲۵، ۲۷/۵ می‌باشد.

حمایت اجتماعی: میانگین نمرات حمایت اجتماعی ۳۵/۱۴ با انحراف معیار ۴/۶۷ است، که نشان‌دهنده سطح متوسط حمایت اجتماعی دریافتی توسط دانش‌آموزان می‌باشد.

عزت نفس: میانگین نمرات عزت نفس ۴۲/۵ با انحراف معیار ۱۷/۶۱ است، که نشان‌دهنده تنوع در سطوح عزت نفس بین دانش‌آموزان است.

درماندگی آموخته شده: میانگین نمرات درماندگی آموخته شده ۸۱/۲۵ با انحراف معیار ۲۷/۵ است، که به میزان بالای درماندگی آموخته شده در این گروه اشاره دارد.

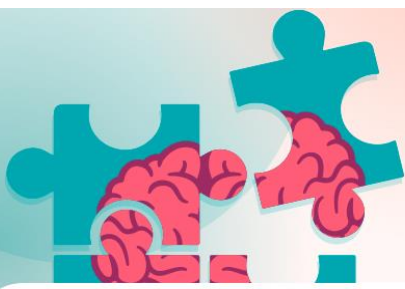
جدول ۴. ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پیش‌بین و ملاک پژوهش

متغیر	حمایت اجتماعی	عزت نفس	درماندگی آموخته شده
حمایت اجتماعی	-	-	-
عزت نفس	*۰/۰۳۹	-	-
درماندگی آموخته شده	*۰/۰۳۳	*۰/۰۱۸	-

$$p < 0.05$$

جدول ۵. ضرایب رگرسیون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	حمایت اجتماعی		عزت نفس		امید به زندگی		درماندگی آموخته شده
	ضریب تعیین r^2		ضریب تعیین r^2		ضریب تعیین r^2		ضریب تعیین r^2
حمایت اجتماعی	۰/۱۰۹	$\beta=۰/۱۳۵$	-	-	-	-	-
عزت نفس	۰/۰۲۳	$\beta=۰/۰۳۳$	-	-	-	-	-
درماندگی آموخته شده	۰/۳۰۲	$\beta=۰/۰۰۰$	۰/۰۱۴	$\beta=۰/۱۳۵$	۰/۰۱۲	$\beta=۰/۰۹۸$	-



با استفاده از تحلیل رگرسیونی که در جدول شماره ۵ آمده، متغیرهای پیش بین و ملاک با یک دیگر ارتباط معناداری نیز دارند (مقدار β بدست آمده برای همه روابط معنی دار می باشد). نتایج ماتریس ضرایب همبستگی نشان می دهد که همه ی متغیرهای پژوهش با یکدیگر در سطح معنی داری ۰/۰۵ همبسته هستند، به این معنا که رابطه های معناداری بین متغیرها وجود دارد.

تحلیل رگرسیونی نشان می دهد که متغیرهای حمایت اجتماعی و عزت نفس به ترتیب با ضرایب β برابر با ۰/۱۳۵ و ۰/۰۳۳ بر درماندگی آموخته شده تأثیر معناداری دارند. این نشان می دهد که حمایت اجتماعی و عزت نفس می توانند پیش بینی کننده های مهمی برای درماندگی آموخته شده باشند. همانطور که مشاهده می کنید همه ی متغیرهای پژوهش با یکدیگر در سطح ۰/۰۵ معنی دار هستند.

الف) آزمون نرمال بودن داده ها

یکی از مفروضه های مهم تحلیل مسیر و تحلیل رگرسیونی، نرمال بودن توزیع متغیرها است. هنگامی که داده ها توزیع نرمال ندارند، مقدار خی دو افزایش یافته و خطای استاندارد کمتر از برآورد واقعی می شوند که این امر منجر به معنی دار شدن شاخص های برآورد شده می شود، در حالی که واقعاً معنی دار نیستند. جهت بررسی نرمال بودن، از ضریب کجی و ضریب کشیدگی استفاده می شود. قدرمطلق ضریب کجی بزرگ تر از ۳ تخطی از نرمال بودن داده ها را نشان می دهد. قدرمطلق ضریب کشیدگی بزرگ تر از ۱۰ در تحلیل داده ها مسئله ساز است و قدرمطلق ضریب کشیدگی بزرگ تر از ۲۰ مشکل جدی ایجاد می کند. در پژوهش حاضر جهت بررسی نرمال بودن متغیرها از کجی و کشیدگی متغیرها استفاده شد. جدول ۴-۳ نتایج آزمون نرمال بودن متغیرها را نشان می دهد.

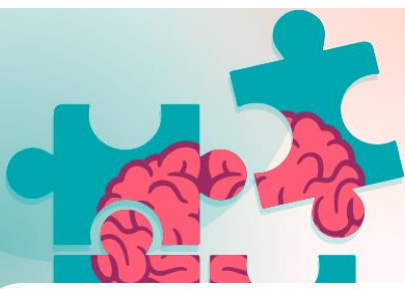
جدول ۶. نرمال بودن داده ها

شاخص توصیفی متغیر	کجی	کشیدگی
حمایت اجتماعی	۰/۱۲۲	-۰/۸۰۷
عزت نفس	۰/۳۰۱	۲/۰۶۹
درماندگی آموخته شده	۰/۱۲۴	۲/۰۳

آزمون های نرمال بودن داده ها با استفاده از کجی و کشیدگی نشان دهنده رعایت مفروضه نرمال بودن داده ها است. همه ی مقادیر کجی و کشیدگی در محدوده های قابل قبول قرار دارند. مقدار دوربین واتسون برابر با ۲/۱۷ است که نشان دهنده رعایت مفروضه استقلال خطاها در مدل رگرسیونی می باشد. همان طوری که در جدول ۴-۳ مشاهده می کنید، کجی همه متغیرها بین ۲+ و ۲- و کشیدگی همه متغیرها بین ۳+ و ۳- می باشد، در نتیجه فرض نرمال بودن داده ها تأیید می گردد.

نتیجه گیری:

همانطور که یافته های توصیفی نشان داد، میانگین نمرات بدست آمده توسط آزمودنی های پژوهش حاضر در مقیاس حمایت اجتماعی، در بازه ی نمره گذاری متوسط بود. به بیان دیگر می توان گفت که آزمودنی های پژوهش حاضر از حمایت اجتماعی متوسطی برخوردار بودند. درباره ی مقدار میانگین نمرات بدست آمده در مقیاس عزت نفس نیز، باتوجه به یافته های توصیفی می توان گفت آزمودنی های پژوهش حاضر بطور میانگین عزت نفس بالایی را از خود اظهار نمودند. در نهایت هم در



مقیاس درماندگی آموخته شده، میانگین نمرات آزمودنی‌های پژوهش حاضر در وضعیت بحرانی گزارش شده زیرا که نمرات بدست آمده بطور میانگین پایین‌تر از نقطه‌ی برش نیز بوده‌اند.
نتایج به وضوح نشان می‌دهد که عزت نفس و حمایت اجتماعی به طور معناداری با درماندگی آموخته‌شده ارتباط دارند. همچنین، تحلیل‌های آماری معتبر و نرمال بودن داده‌ها، دقت و قابل‌اعتماد بودن نتایج تحقیق را تأیید می‌کند.

منابع

- [۱] Abramson, L. Y., Seligman, M. E., & Teasdale, J. D. (1978). *Learned helplessness in humans: Critique and reformulation*. Journal of Abnormal Psychology, 87(1), 49-74.
- [۲] Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). *Optimism*. Clinical Psychology Review, 30(7), 879-889.
- [۳] Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1-44. DOI: 10.1111/1529-1006.01431.
- [۴] Alloy, L. B., & Abramson, L. Y. (2006). *The role of cognitive vulnerability in the onset of depression*. Cognitive Therapy and Research, 30(2), 157-168.
- [۵] Hankin, B. L., & Abela, J. R. (2016). *Development of depression and anxiety*. In Handbook of Depression (3rd ed.), 328-355.
- [۶] Meyer, B., & Seligman, M. E. (2016). *Learned helplessness and its implications*. Annual Review of Clinical Psychology, 12, 413-437.
- [۷] فرخی، احمد و محمد زاده، حسن (۱۳۸۳). بررسی تاثیر شکست (درماندگی آموخته شده) بر یادگیری و عملکرد مهارت حرکتی در دانش جویان تربیت بدنی دانشگاه ارومیه فصلنامه المپیک، سال دوازدهم. شماره ۴ (پیاپی ۲۸) صفحه ی ۳۱ تا ۴۱
- [۸] ظهور پرونده، وجیهه و پاسبان، سعیده (۱۳۹۸). رابطه حمایت اجتماعی و تاب آوری با اضطراب اجتماعی و درماندگی روان شناختی مادران کودکان استثنایی مجله فصلنامه خانواده پژوهی سال پانزدهم شماره ۵۸ تابستان ۱۳۹۸ صفحات ۳۰۱ تا ۲۸۳
- [۹] امیربان، سیده خدیجه و عبد خدایی، محمدسعید و کارشکی، حسین (۱۳۹۶). نقش میانجی گرانه اهمالکاری تحصیلی و اضطراب امتحان در رابطه ی درماندگی آموخته شده با پیشرفت تحصیلی. پژوهش های روانشناسی بالینی و مشاوره مطالعات تربیتی و روانشناسی (دانشگاه فردوسی مشهد دوره (۷) شماره ۲ پاییز وزمستان ۱۳۹۶ صفحه ۵ تا ۲۲
- [۱۰] وطن خواه، حمید رضا و نیک آمال، میترا و نیک شعار، لایلا (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش بازسازی شناختی بر درماندگی آموخته شده و عزت نفس دانشجویان نشریه تحقیقات روانشناختی سال ۱۳۹۰ دوره ۳ شماره ۱۰ صفحات ۵۵ تا ۶۶



[۱۱]صورتی، پوران (۱۴۰۰). نقش میانجیگر درماندگی روان شناختی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده با فشارخون اولیه در معلمان مقاطع ابتدایی و متوسطه . نشریه مطالعات ناتوانی سال ۱۴۰۰ دوره ۱۱ شماره ۱ (۱۹۱ پیاپی)

[۱۲]علی پور، لیلا (۱۴۰۰). بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و هیجان تحصیلی با بهداشت روانی دانش آموزان. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی. مشهد. شماره ۱ فروردین- اردیبهشت ۱۴۰۱، صفحه ۴۲۷-۴۲۰.

[۱۳]کیاء، سیما و شعبانی، حسن و احقر، قدسی و مدانلو، مهناز. تأثیر آموزش مهارت ابراز وجود بر عزت نفس دانش آموزان. نشریه روان پرستاری، دوره ۴، شماره ۱۰ فروردین و اردیبهشت ۱۳۹۵، ۴۶-۳۸

[۱۴]فتحی، آیت اله و رضاپور، یوسف و یاقوتی آذر، شهرام. تعیین رابطه بین نیاز های بنیادین و حمایت اجتماعی با سازگاری اجتماعی در دانش آموزان دختر و پسر. فصلنامه مطالعات امنیت اجتماعی (۱۳۸۹) ۱۴۶-۱۳۱