



مقایسه سبک‌های فرزندپروری، احساس تنهایی و مهارت‌های ارتباطی زنان بی‌سرپرست و عادی

دانشجوی کارشناسی ارشد گروه روانشناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
استادیار گروه روانشناسی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
استادیار گروه آموزش پیش دبستانی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران

علی سیاها^{id}
پری نازی سی^{id*}
علیرضا محمدی آریا^{id}

banisiparisa@gmail.com

پذیرش: ۱۴۰۰/۰۴/۱۱ ایمیل نویسنده مسئول:

دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۰۷

فصلنامه علمی پژوهشی
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۷۱۷-۲۴۳۰
<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۲ | پیاپی ۶ | ۳۰۶-۳۲۳
تابستان ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

چکیده

هدف: هدف از انجام این پژوهش مقایسه سبک‌های فرزندپروری، احساس تنهایی و مهارت‌های ارتباطی زنان بی‌سرپرست و عادی بود. روش: جامعه آماری این پژوهش تمامی زنان سرپرست خانوار مراجعه‌کننده به سرای محله شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود که تعداد آن‌ها برابر با ۳۶۰ نفر بوده و تعداد تقریبی حجم نمونه، با توجه به حجم جامعه و مراجعه به جدول کرجسی و مورگان، برابر با ۱۸۶ نفر برآورد شد. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱)، پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک (۲۰۰۴) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل، پیلوا و کورتونا (۱۹۸۰) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها توسط نرم‌افزار SPSS24 صورت گرفت. یافته‌ها: نتایج نشان داد که احساس تنهایی و مهارت‌های ارتباطی در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0/05$)؛ به عبارت دیگر زنان عادی در متغیر مهارت‌های ارتباطی نمرات بیشتر و زنان بی‌سرپرست در متغیر احساس تنهایی نمرات بیشتری کسب کردند و این تفاوت معنادار است؛ با توجه به اندازه اثر این تفاوت در مهارت‌های ارتباطی کمترین تفاوت وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد که بین سبک‌های فرزند پروری زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0/05$)؛ به عبارت دیگر زنان عادی در متغیر سبک‌های فرزند پروری نمرات بیشتری کسب کردند و این تفاوت معنادار است. نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج تحقیق توسعه و گسترش مداخلات روان‌شناختی می‌تواند به ارتقای سبک‌های فرزند پروری، مهارت‌های ارتباطی و کاهش احساس تنهایی در زنان سرپرست خانوار کمک نماید.

کلیدواژه‌ها: سبک‌های فرزند پروری، احساس تنهایی، مهارت‌های ارتباطی، زنان بی‌سرپرست

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:
درون متن:

(سیاها، بنی‌سی، محمدی آریا، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

سیاها، علی، بنی‌سی، پری نازی، و محمدی آریا، علیرضا. (۱۴۰۰). مقایسه سبک‌های فرزندپروری، احساس تنهایی و مهارت‌های ارتباطی زنان بی‌سرپرست و عادی. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۲(۲) پیاپی ۶: ۳۲۳-۳۰۶.

مقدمه

در زندگی امروزی بیش از هر زمان دیگری شاهد تجارب فشارزایی هستیم که بهداشت و سلامت روان^۱ افراد را به مخاطره می‌اندازد و باعث بروز ناراحتی‌های روحی و روانی در انسان می‌گردد (حسن‌پور، سیف‌نراقی، قره‌خانی و جعفری، ۱۳۹۱). زنان سرپرست خانوار^۲ از این امر مستثنا نیستند که در شرایط سختی زندگی می‌کنند که این امر باعث کاهش سلامت روانی آن‌ها می‌گردد (غباری بناب و حدادی کوهسار، ۱۳۹۰). تغییرات ایجاد شده در جوامع در دهه‌های اخیر، باعث تغییرات ساختار خانواده، پذیرش مسئولیت بیش‌تر و استرس مضاعف برای اداره زندگی توسط زنان شده است. مواردی از قبیل فوت همسر، یا جدایی از همسر نیازمند سازگاری مجدد هستند (شهبازی راد، ۱۳۹۰). زنان سرپرست خانواده، به علت وجود مشکلاتی در سرپرستی، جزء اقشار آسیب‌پذیر جامعه محسوب می‌شوند (نازک تبار و علی‌آبادی، ۲۰۱۱). چنانچه نتایج فرا تحلیل شیانی و زارع (۱۳۹۸)، نشان داد که از مشکلات مهم این زنان می‌توان به انواع مشکلات جسمانی و روانی، بی‌سوادی و کم‌سوادی و عدم آموزش، اشتغال در مشاغل حاشیه‌ای و غیررسمی و بی‌ثبات و کم‌درآمد، عدم امنیت در تعاملات اجتماعی، تجربه خشونت در روابط، طرد از سوی شبکه‌های روابط اجتماعی، عدم جامعه‌پذیری اقتصادی، عدم خودباوری، عدم مهارت‌های اجتماعی و شغلی، عدم دسترسی به منابع اشاره نمود همچنین زنان سرپرست خانوار مجبور به ایفای نقش‌های چندگانه‌ای در جامعه هستند که اغلب در تعارض با یکدیگر قرار دارند و این مسئله آنان را با مشکلات جسمانی، روانی، اقتصادی، ارتباطی و ... مواجه می‌سازد، همچنین نتایج پژوهش (مجد آبادی، نیک پیمان، حضرتی گنبد، نوری و نوعی محمدباقر، ۱۳۹۸)، حاکی از پایین بودن نمره کلی کیفیت زندگی زنان سرپرست خانوار و ضرورت انجام اقدامات حمایتی بود. این گروه زنان و فرزندان آن‌ها سطوح بالاتری از آسیب‌پذیری روان‌شناختی را نشان می‌دهند و در مقایسه با زنان دارای همسر و یا فرزندان با حضور پدران، با استرس بیشتری برای اداره زندگی روبرو می‌شوند. شاغل بودن، کار در منزل، مراقبت از فرزندان، نگرانی‌های مالی و عدم برخورداری از منابع حمایتی کافی به‌طور روزانه سبب پریشانی زنان سرپرست خانوار و فرزندان آن‌ها می‌شوند و آن‌ها را با مشکلات جسمی و روحی مواجه می‌کند که در نهایت به‌زیستی خود و خانواده‌شان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (شعبان زاده، زارع بهرام‌آبادی، حاتمی و زهراکار، ۱۳۹۲). یکی از زمینه‌های مهم موردبررسی مهارت‌های ارتباطی^۳ است که یکی از مهارت‌های اصلی ده‌گانه زندگی است. اصطلاح مهارت‌های زندگی^۴، به گروه بزرگی از مهارت‌های روانی-اجتماعی و میان‌فردی گفته می‌شود که می‌تواند به افراد کمک کند تا تصمیماتشان را با آگاهی اتخاذ کنند، به‌طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، مهارت‌های مقابله‌ای و مدیریت شخصی خود را سازمان‌دهی، گسترش دهند و زندگی سالم داشته باشند (یونیسف، ۲۰۰۳). افراد به‌واسطه مهارت‌های ارتباطی می‌توانند درگیر کنش‌های بین‌فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرایندی که افراد در آن اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادله کلامی و غیرکلامی با

1. mental health
2. Female-headed households
3. communication skills
4. life skills

یکدیگر در میان می‌گذارند. یکی از مهارت‌های ارتباطی توانایی گوش دادن فعالانه است که در روابط بین فردی همواره مورد توجه بوده است. این مهارت نوعی مشارکت فعال در یک گفت‌وگو است؛ فعالیتی که گوینده را در انتقال منظور خویش، یاری می‌کند (صاحب‌دل، اسدی و شکوری، ۱۳۹۳). مهار و نظم دهی هیجان‌ها نیز نقش مهمی در برقراری، تداوم و سلامت روابط اجتماعی ایفا می‌کند و به‌طور کلی این مهارت ناظر بر توانایی ابراز احساسات و مهار آن‌ها و نیز کنار آمدن با احساسات و عواطف دیگران است (والتون و ایوب، ۲۰۱۵). یکی از نظریاتی که در مطالعات مهارت‌های ارتباطی زنان سرپرست خانوار باید مورد مطالعه قرار گیرد نظریه طرد اجتماعی^۱ است. مفهوم طرد اجتماعی برخلاف مفهوم فقر، دارای سطوح تحلیل چندبعدی و دامن‌های گسترده است که فراتر از فضای مادی و درآمدی، فقر را مورد توجه قرار می‌دهد. ویژگی مهم دیگر طرد اجتماعی در نظر گرفتن آن به‌عنوان یک پدیده ارتباطی است. در واقع مفهوم طرد اجتماعی معطوف به روابط اجتماعی است که بر رابطه یا عدم رابطه میان افراد محروم و سایر گروه‌های جامعه تأکید دارد (بلیک‌مور، ۲۰۰۶؛ به نقل از قربانی، انصاری و محسنی، ۱۳۹۸). معمولاً در بین زنان سرپرست خانوار دو نوع طرد اجتماعی ایجاد می‌شود: (۱) طرد اجتماعی اجباری (فقر درآمدی، طلاق، اعمال انحرافی، تجرد در سنین بالا و غیره ۲) طرد اجتماعی خودخواسته (بیماری، معلولیت، کم‌رویی، اقدام به خودکشی) لذا چنانچه زنان سرپرست خانوار مطرود شوند و یا مورد طرد اجتماعی قرار گیرند از حداقل حمایت‌های اجتماعی نیز محروم خواهند ماند (قربانی، انصاری و محسنی، ۱۳۹۸). برای مثال در پژوهش قمی و نجیمی (۱۳۹۴) که به بررسی آموزش مهارت‌های ارتباطی در ارتقای سلامت روان زنان سرپرست خانوار پرداختند، بیان شد که تقویت مهارت‌های ارتباطی مؤلفه‌های شکایت جسمانی، اضطراب، عملکرد اجتماعی و افسردگی این گروه از زنان را کاهش داده است.

یکی از مسائل مرتبط با خانواده و کودک مسئله سبک فرزند پروری والدین^۲ است، هر خانواده شیوه‌های خاصی را در تربیت فردی و اجتماعی فرزندان خویش بکار می‌گیرد. این شیوه‌ها که سبک‌های فرزند پروری نامیده می‌شود، متأثر از عوامل مختلفی از جمله عوامل فرهنگی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و غیره است (السعدی، ۱۳۹۱). اصطلاح فرزند پروری از ریشه پریو به معنی "زندگی‌بخش" گرفته شده است. منظور از شیوه‌های فرزند پروری، روش‌هایی است که والدین برای تربیت فرزندان خود به کار می‌گیرند و بیانگر نگرش‌هایی است که آن‌ها نسبت به فرزندان خود دارند و همچنین شامل معیارها و قوانینی است که برای فرزندان خویش وضع می‌کنند. ولی باید پذیرفت که رفتارهای فرزند پروری به‌واسطه فرهنگ، نژاد و گروه‌های اقتصادی تغییر می‌کند (رستمی، ۱۳۹۰). سبک‌های تربیتی متفاوت پیامدهای متفاوتی بر فرزندان دارد. روانشناسان اجتماعی و جامعه‌شناسان متوجه شدند که شیوه‌های فرزند پروری^۳ بر ساختار رشد ذهنی و عقلی کودک، پیشرفت تحصیلی و بسیاری از جنبه‌های روان‌شناختی از جمله سبک تفکر فرزندان، سازگاری اجتماعی، مشکلات رفتاری نوجوانان مانند پرخاشگری روی آوردن به مواد مخدر و الکل و خودارزشی مثبت

1. social exclusion
2. Parenting style
3. Parenting practices

و احساس موفقیت در کارها تأثیر فراوانی دارد. روانشناسان بر روابط کودکان با کسانی که مراقبت از آن‌ها را به عهده‌دارند؛ تأکید نموده و این کنش‌های متقابل را اساس عمده رشد عاطفی، شناختی و اجتماعی قلمداد کرده‌اند. هرگاه اختلالی در این روابط عاطفی ایجاد شود بالطبع امنیت عاطفی کودک مختل می‌شود که آثار آن در رفتار وی منعکس می‌گردد (خانلری، ۱۳۹۵). با توجه به ابعاد رفتاری (گرمی و کنترل)، دوازده سه نوع الگوی رفتاری یا سبک فرزند پروری را برای والدین ارائه نمود، الگوی رفتاری قاطع و اطمینان‌بخش (اقتدار گرایانه^۱)، الگوی رفتاری سخت‌گیر (مستبدانه^۲) و الگوی رفتاری آزاد (سهل‌گیرانه^۳). والدین دارای سبک فرزند پروری مقتدرانه در امر تربیت فرزندان خود، کنترل و گرمی زیاد، والدین مستبد، کنترل زیاد و گرمی کم و والدین سهل‌گیر کنترل کم و گرمی زیاد اعمال می‌نمایند. مهارت‌های فرزند پروری، مهارت‌های لازم برای والدین است که چگونه فرزندان خود را از کودکی تا نوجوانی تربیت کنند تا آنان، علاوه بر احساس خوب و مثبتی که نسبت به خودشان پیدا می‌کنند، به کمال رشدی نیز برسند (رستمی، ۱۳۹۰). نیمروزی ناوخی و محمدی صابر در پژوهش خود در خصوص مقایسه شیوه‌های فرزند پروری در بین زنان شاغل و خانه‌دار سرپرست خانوار به این نتیجه رسیدند که مادران شاغل سرپرست خانوار سبک فرزند پروری مقتدرانه را بیش از زنان خانه‌دار سرپرست خانوار مورد استفاده قرار می‌دهند، همچنین بین تعداد فرزندان و انتخاب سبک فرزند پروری مستبدانه در بین دو گروه رابطه مثبت معنادار وجود داشت (نیمروزی، ۱۳۹۱). مادرانی که خود را در انجام وظایف مادرانه توانمند ارزیابی می‌کنند در مقایسه با آن‌هایی که این باور را ندارند موفقیت بیشتری را تجربه می‌کنند و سبک‌های فرزند پروری مثبتی مانند سبک مقتدرانه و شیوه‌های گرم و پذیرا برای تعامل را ارائه می‌دهند (فینالیسون، ۲۰۱۴).

از آنجا که زنان سرپرست خانوار و فاقد هم‌سر، با مشکل تنهایی، انزوا، طرد و عدم درک از سوی دیگران مواجه‌اند و فقدان حمایت‌های اجتماعی، مهم‌ترین عامل جهت پیش‌بینی پیامدهای منفی وضعیت این زنان است (خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان، ۱۳۹۵). احساس تنهایی^۴ حالتی است که در آن فرد فقدان روابط با دیگران را ادراک یا تجربه می‌کند و شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا از دست دادن همدم، جنبه‌های ناخوشایند و منفی روابط ازدست‌رفته و از دست دادن سطح کیفی روابط با دیگری است (دی یانگ گیرولد، ۱۹۹۸؛ به نقل از اسکویوز، ویلیامز و وایس، ۲۰۱۲). به عبارت دیگر احساس تنهایی، یک تجربه عاطفی ناخوشایند است که در نتیجه عدم انطباق بین روابط میان فردی واقعی و روابط آرمانی شخص به وجود می‌آید (پپلاو و پرلمن، ۱۹۷۹؛ به نقل از کوالتر^۵، ۲۰۱۳). هرچند تعاریف متعددی از احساس تنهایی ارائه شده است؛ اما همگی آن‌ها در سه مؤلفه بنیادی مشترک‌اند: اول اینکه، احساس تنهایی از نبود یا کاستی‌های ادراک شده در دنیای اجتماعی و ارتباطات فرد ناشی می‌شود. دوم اینکه، احساس تنهایی بیشتر یک حالت ذهنی است تا یک وضعیت عینی و آخر این که احساس تنهایی،

1. authoritarian
2. authoritative
3. uninvolved
4. loneliness
5. Qualter

تجربه‌ای ناخوشایند، حزن‌انگیز، غم‌افزا و مایه نگرانی است (جارمکا و همکاران، ۲۰۱۴؛ به نقل از خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان، ۱۳۹۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین احساس تنهایی با سلامت روان پایین رابطه معناداری وجود دارد، علاوه بر این، احساس تنهایی منجر به مشکلاتی چون استرس، اضطراب و افسردگی می‌شود و نتایج حاکی از آن است که احساس تنهایی همبستگی مثبتی با مشکلات درونی مانند افسردگی دارد (شریفی، ۱۳۹۴). در پژوهش خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان (۱۳۹۵) نیز بر تفاوت میزان احساس تنهایی زنان سرپرست و غیر سرپرست اشاره شده است که زنان سرپرست خانوار بیشتر از زنان عادی احساس تنهایی می‌کنند. لذا لازم به نظر می‌رسد که با مقایسه‌ای بین زنان سرپرست خانوار و عادی از نظر بعضی از مسائل روان‌شناختی اطلاعاتی مفید کسب کنیم. نهایتاً با توجه به آنچه بیان شد، هدف پژوهش حاضر پاسخگویی به سؤالات زیر است:

۱. آیا سبک‌های فرزند پروری زنان بی‌سرپرست و زنان عادی متفاوت است؟
۲. آیا احساس تنهایی زنان بی‌سرپرست و عادی متفاوت است؟
۳. آیا مهارت‌های ارتباطی زنان بی‌سرپرست و عادی متفاوت است؟

روش

این تحقیق برحسب هدف، بنیادی، برحسب موقعیت میدانی و روش تحقیق توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری تحقیق حاضر تمامی زنان سرپرست خانوار مراجعه‌کننده به سراهای محله شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بودند که تعداد آن‌ها برابر با ۳۶۰ نفر بود روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت تصادفی خوشه‌ای بود. چون از نظر هزینه و زمان انجام تحقیق بر روی کلیه زنان سرپرست خانوار کل سراهای محله شهر تهران مقرون به صرفه نیست، از روش خوشه‌ای استفاده شد. برای این منظور، محقق شهر تهران را به ناحیه‌های آن تقسیم خواهد کرد، سپس از کل ناحیه‌های موجود یک ناحیه را به صورت تصادفی در نظر می‌گیرد و سپس از کل سراهای آن ناحیه، یک سرا به طور تصادفی انتخاب شد. تعداد تقریبی حجم نمونه، با توجه به حجم جامعه و مراجعه به جدول کرجسی و مورگان، برابر با ۱۸۶ نفر برآورد شد. ابزار گردآوری داده‌ها در این تحقیق پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند (۱۹۹۱)، مهارت‌های ارتباطی جرابک (۲۰۰۴) و پرسشنامه احساس تنهایی راسل، پیلوا و کورتونا (۱۹۸۰) بود.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری بامریند^۱. این ابزار جهت بررسی شیوه‌های فرزند پروری ساخته شده است و بر اساس نظریه بامریند (۱۹۹۱) از الگوی رفتاری سهل‌گیر، مستبد و قاطع (اطمینان‌بخش) اقتباس شده است که این پرسشنامه شامل ۳۰ ماده است که ۱۰ ماده آن به شیوه سهل‌گیر، ۱۰ ماده به شیوه مستبد و ۱۰ ماده دیگر به شیوه قاطع و اطمینان‌بخش به امر پرورش فرزند مربوط می‌شود. در این پرسشنامه، والدین نظر خود را برحسب مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرتی مشخص می‌کنند. میزان اعتبار این مقیاس در تحقیق اسفندیاری برای شیوه‌های فرزند پروری سهل‌گیرانه،

1. Baumrind Parenting Style Inventory

مستبدانه و قاطعانه به ترتیب ۰/۶۹، ۰/۷۷ و ۰/۷۳ به دست آمد. بامریند میزان اعتبار این پرسشنامه را با روش باز آزمایی برای شیوه‌های فرزند پروری سهل گیرانه، مستبدانه و قاطعانه به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۸۵ و ۰/۹۲ گزارش نمود که مستبد بودن مادر با سهل گیری ۰/۵۰ و اقتدار منطقی او ۰/۵۲ رابطه‌ی معکوس دارد. در پژوهشی که توسط رئیسی (۱۳۸۳) انجام شد، پایایی آزمون بر روی نمونه‌ای از مادران به شیوه‌ی باز آزمایی به ترتیب برای شیوه‌های سهل گیرانه، مستبدانه و قاطعانه ۰/۶۹، ۰/۷۷ و ۰/۷۳ گزارش شد. همچنین بوری در مورد میزان روایی این پرسشنامه این نتایج را گزارش نموده است. مستبد بودن مادر رابطه معکوسی با آزاد گذاری (۰/۳۸-) و اقتدار منطقی او (۰/۴۸-) دارد. مستبد بودن پدر رابطه معکوسی با آزاد گذاری (۰/۵۰-) و اقتدار منطقی (۰/۵۲-) او دارد (حسن‌زاده، فرزانه و خادم‌لو، ۱۳۹۳). در پژوهش مشتاقی، میر هاشمی و پاشا شریفی (۱۳۹۲) پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب برای سبک‌های فرزند پروری مقتدر، سلطه‌جو و سهل گیرانه ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۲ به دست آمده است.

۲. پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک^۱. به منظور سنجش مهارت‌های ارتباطی دانشجویان، از نسخه تجدیدنظر شده پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی که توسط جرابک (۲۰۰۴) ابداع شده استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۳۴ ماده است که پاسخگویی به آن‌ها مستلزم استفاده از مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (۱= هرگز ۲= به ندرت ۳= گهگاهی ۴= اکثر اوقات ۵= همیشه) است. نمره بین ۳۴ تا ۶۸: مهارت‌های ارتباطی ضعیف است. نمره بین ۶۸ تا ۱۰۲: مهارت‌های ارتباطی متوسط است. نمره بالاتر از ۱۰۲: مهارت‌های ارتباطی قوی است. اعتبار این پرسشنامه در پژوهش حسین چاری و فداکار (۱۳۸۴) در نمونه‌ای متشکل از ۷۳۳ دانش‌آموز و دانشجوی ایرانی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و دونیمه کردن برای نمره کل آزمون در نمونه دانشجویان به ترتیب برابر ۰/۷۱ و ۰/۶۹ گزارش شده است. افزون بر این، حسین چاری و فداکار (۱۳۸۴) با به کارگیری روش آماری تحلیل عاملی، روایی سازه پرسشنامه را نیز در پژوهش خود بررسی کرده‌اند و به ۵ عامل «مهارت‌های درک پیام‌های کلامی و غیرکلامی»، «مهارت نظم دهی به هیجان‌ها»، «مهارت گوش دادن»، «مهارت بینش نسبت به فرایند ارتباط» و «قاطعیت در ارتباط» دست یافته‌اند.

۳. پرسشنامه احساس تنهایی راسل، پیلوا و کورتونا^۲. این پرسشنامه توسط راسل و پیلوا و کورتونا در سال ۱۹۸۰ ساخته شد که شامل ۲۰ سؤال و به صورت ۴ گزینه‌ای، ۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت است. شیوه نمره‌گذاری و تفسیر: در این پرسشنامه هرگز امتیاز (۱)، به ندرت امتیاز (۲)، گاهی امتیاز (۳) و همیشه امتیاز (۴) دارد. ولی امتیاز سؤالات ۱، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸۷، ۱۲۸۸، ۱۲۸۹، ۱۲۹۰، ۱۲۹۱، ۱۲۹۲، ۱۲۹۳، ۱۲۹۴، ۱۲۹۵، ۱۲۹۶، ۱۲۹۷، ۱۲۹۸، ۱۲۹۹، ۱۳۰۰، ۱۳۰۱، ۱۳۰۲، ۱۳۰۳، ۱۳۰۴، ۱۳۰۵، ۱۳۰۶، ۱۳۰۷، ۱۳۰۸، ۱۳۰۹، ۱۳۱۰، ۱۳۱۱، ۱۳۱۲، ۱۳۱۳، ۱۳۱۴، ۱۳۱۵، ۱۳۱۶، ۱۳۱۷، ۱۳۱۸، ۱۳۱۹، ۱۳۲۰، ۱۳۲۱، ۱۳۲۲، ۱۳۲۳، ۱۳۲۴، ۱۳۲۵، ۱۳۲۶، ۱۳۲۷، ۱۳۲۸، ۱۳۲۹، ۱۳۳۰، ۱۳۳۱، ۱۳۳۲، ۱۳۳۳، ۱۳۳۴، ۱۳۳۵، ۱۳۳۶، ۱۳۳۷، ۱۳۳۸، ۱۳۳۹، ۱۳۴۰، ۱۳۴۱، ۱۳۴۲، ۱

توسط راسل، پیلوا و فرگوسن (۱۹۷۸) ۸۹٪ گزارش شده است. این مقیاس توسط شکر کن و میردریکوند ترجمه و پس از اجرای مقدماتی و اصلاحات به کار گرفته شد (نادری و حق‌شناس، ۱۳۸۸).
روش اجرا. پس از شناسایی نمونه‌های پژوهش، در مورد شرایط شرکت در پژوهش و اصول اخلاقی نظیر رضایت آگاهانه، رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات شخصی به هر دو گروه زنان توضیح داده شد. برای تحلیل داده‌ها در این پژوهش با توجه به نوع اطلاعات و اهداف موردنظر به منظور تأیید یا رد سؤال‌ها از آزمون تی مستقل استفاده شد؛ همچنین تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز توسط نرم‌افزار SPSS 18 صورت گرفت.

یافته‌ها

یافته‌های جمعیت شناختی نشان داد که ۵۰٪ آزمودنی‌ها زنان عادی و ۵۰٪ را نیز زنان بی‌سرپرست تشکیل داده‌اند و ۴۶٪ آزمودنی‌ها دارای سطح تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم، ۳۸٪ فوق‌دیپلم و لیسانس و ۱۶٪ نیز دارای سطح تحصیلات فوق‌لیسانس و بالاتر می‌باشند.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد سبک‌های فرزندپروری، احساس تنهایی و مهارت‌های ارتباطی در

دو گروه زنان بی‌سرپرست و عادی

متغیرها	گروه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد
سبک فرزندپروری	زنان بی‌سرپرست	۱۷/۸۷	۲/۱۸
سهل‌گیر	زنان عادی	۱۸/۵۴	۲/۱۰
سبک فرزندپروری	زنان بی‌سرپرست	۱۹/۱۶	۱/۴۸
مستبد	زنان عادی	۱۸/۸۴	۱/۱۲
سبک فرزندپروری	زنان بی‌سرپرست	۲۰/۲۰	۳/۴۸
قاطع	زنان عادی	۲۱/۸۱	۳/۷۷
پیام‌های کلامی و غیر کلامی	زنان بی‌سرپرست	۱۸/۱۵	۲/۵۴
کلامی	زنان عادی	۱۹/۲۰	۲/۸۰
مهارت نظم دهی به هیجان‌ها	زنان بی‌سرپرست	۱۸/۱۰	۲/۴۲
هیجان‌ها	زنان عادی	۱۹/۱۳	۲/۸۸
مهارت گوش دادن	زنان بی‌سرپرست	۱۷/۴۱	۲/۳۲
زنان عادی	زنان عادی	۱۹/۲۵	۲/۶۸
مهارت بینش نسبت به فرایند ارتباط	زنان بی‌سرپرست	۲۰/۰۰	۳/۰۰
فرایند ارتباط	زنان عادی	۲۱/۴۶	۳/۱۵
قاطعیت در ارتباط	زنان بی‌سرپرست	۱۸/۲۱	۲/۷۶
زنان عادی	زنان عادی	۲۰/۲۵	۲/۹۱
احساس تنهایی	زنان بی‌سرپرست	۲۸/۱۸	۴/۴۸
زنان عادی	زنان عادی	۲۳/۲۴	۳/۸۸

نتایج جدول ۱ نشان داد که شاخص‌های توصیفی سبک‌های فرزندپروری، مهارت‌های ارتباطی و احساس تنهایی در دو گروه زنان بی‌سرپرست و عادی گزارش شده است که نتایج نشان از تفاوت بین دو گروه است.

جدول ۲. مقایسه احساس تنهایی در زنان بی‌سرپرست و عادی

گروه	تعداد	میانگین پاسخ‌ها	انحراف معیار	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
بی‌سرپرست	۹۳	۲/۸۶	۰/۵۷	۳/۵۶	۱۸۴	۰/۰۰۱
عادی	۹۳	۲/۲۳	۰/۳۷			

با توجه به اینکه در جدول ۲ مقدار سطح معنی‌داری از سطح $\alpha = ۰/۰۵$ کمتر است بنابراین این نتیجه حاصل می‌گردد که بین احساس تنهایی در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که احساس تنهایی در زنان بی‌سرپرست بالاتر از زنان عادی است.

جدول ۳. مقایسه مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی در زنان بی‌سرپرست و عادی

مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی	گروه	تعداد	میانگین پاسخ‌ها	انحراف معیار	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
پیام‌های کلامی و غیرکلامی	عادی	۹۳	۳/۷۳	۰/۶۹	۳/۴۶	۱۸۴	۰/۰۰۳
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۳۲	۰/۴۵			
مهارت نظم دهی به هیجان‌ها	عادی	۹۳	۳/۸۸	۰/۷۳	۳/۴۱	۱۸۴	۰/۰۰۴
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۴۶	۰/۶۲			
مهارت گوش دادن	عادی	۹۳	۳/۶۰	۰/۶۷	۳/۲۸	۱۸۴	۰/۰۰۶
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۲۳	۰/۳۸			
مهارت بینش نسبت به فرایند ارتباط	عادی	۹۳	۳/۵۶	۰/۶۵	۳/۲۴	۱۸۴	۰/۰۰۶
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۲۲	۰/۳۸			
قاطعیت در ارتباط	عادی	۹۳	۳/۵۱	۰/۵۸	۳/۰۳	۱۸۴	۰/۰۰۷
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۳۲	۰/۳۱			

با توجه به اینکه در جدول ۳ مقدار سطح معنی‌داری از سطح $\alpha = ۰/۰۵$ کمتر است؛ بنابراین این نتیجه حاصل می‌گردد که بین مهارت‌های ارتباطی در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که مهارت‌های ارتباطی در زنان عادی بالاتر از زنان بی‌سرپرست است.

جدول ۴. مقایسه مؤلفه‌های سبک‌های فرزند پروری در زنان بی‌سرپرست و عادی

سبک‌های فرزند پروری	گروه	تعداد	میانگین پاسخ‌ها	انحراف معیار	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
سهل‌گیر	عادی	۹۳	۳/۶۸	۰/۴۱	۷/۱۵	۱۸۴	۰/۰۰۱
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۳۸	۰/۶۳			
مستبد	عادی	۹۳	۳/۳۹	۰/۷۷	۶/۱۴	۱۸۴	۰/۰۰۱
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۶۳	۰/۵۵			
قاطع	عادی	۹۳	۳/۶۱	۰/۶۷	۵/۵۱	۱۸۴	۰/۰۰۱
	بی‌سرپرست	۹۳	۳/۴۰	۰/۷۹			

با توجه به اینکه در جدول ۴ مقدار سطح معنی‌داری از سطح $\alpha = ۰/۰۵$ کمتر است بنابراین این نتیجه حاصل می‌گردد که بین سبک‌های فرزند پروری در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که سبک‌های فرزند پروری زنان عادی بالاتر از زنان بی‌سرپرست است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحقیق نشان داد که بین احساس تنهایی در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که احساس تنهایی در زنان بی‌سرپرست بالاتر از زنان عادی است. این نتایج با نتایج خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان (۱۳۹۵)، سالارمحمدی (۱۳۹۵)، همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که زنان بی‌سرپرست به دلیل نبود همسر و همدم زندگی‌شان احساس تنهایی بیشتری نسبت به زنان عادی که دارای همسر هستند دارند. زنان سرپرست خانوار از جمله گروه‌های آسیب‌پذیر اجتماعی هستند که با مشکلات و موانع زیادی مواجه هستند. قرار گرفتن در چنین موقعیت و جایگاه اجتماعی در بخش قابل‌توجهی از حالت‌ها زمینه‌ساز گسترش سایر آسیب‌های اجتماعی نیز می‌شود، ضمن آنکه بعضاً خود به‌عنوان یک آسیب اجتماعی نیز مطرح است. زنان سرپرست خانوار با توجه به چند نقشی بودن نسبت به زنان غیر سرپرست خانوار آسیب‌پذیرتر هستند و با توجه به روند رو به رشد تعداد زنان سرپرست خانوار، مشکلات و موانع زیادی که در زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی آنان وجود دارد. از آنجاکه زنان سرپرست خانوار و فاقد همسر با مشکل تنهایی، انزوا، طرد و عدم درک از سوی دیگران مواجه‌اند و فقدان حمایت‌های اجتماعی مهم‌ترین عامل جهت پیش‌بینی پیامدهای منفی وضعیت این زنان است (خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان، ۱۳۹۵). احساس تنهایی، تجربه‌ای ناخوشایند مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن از دیگران است که با مشکلات رفتاری قابل‌مشاهده مانند اندوه، عصبانیت و افسردگی همراه بوده و ناهمخوانی بین انتظارات و آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می‌دهد و در رفتارهایی نظیر اجتناب از تماس با دیگران نمود می‌یابد. درواقع احساس تنهایی حاصل محروم ماندن از نیاز اساسی

بشر به صمیمیت نتیجه بیگانگی از جامعه و از خود اوست و همچنین تجربه عاطفی دردناک، ترس‌آور، عام و خطیری است که پیامدهای آسیب‌شناختی روانی گسترده‌ای دارد (سالارمحمدی، ۱۳۹۵). زنان سرپرست خانوار احساس تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند در مقایسه با زنان عادی. در حقیقت زنان سرپرست خانوار احساس انزوای بیشتری را تجربه می‌کنند با اطرافیان گفت‌وگوی سازنده کمتری را تجربه کرده و خود را کمتر عضوی از گروه‌های اجتماعی همچون گروه‌های دوستی می‌دانند.

نتایج تحقیق نشان داد بین مهارت‌های ارتباطی در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که مهارت‌های ارتباطی در زنان عادی بالاتر از زنان بی‌سرپرست است. این نتایج با نتایج شاه‌محمدی و نریمانی (۱۳۹۴)، خسروی، صباحی و ناظری (۱۳۹۳)، شهریاری، سعادت‌مند، فاتحی زاده و محققیان (۱۳۹۲)، فالکونر (۲۰۱۵)، لی (۲۰۱۲)، ساده، تیکوزکی و اسپر (۲۰۱۰) همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که زنان سرپرست خانوار به دلیل وجود مسائل گوناگون تنش‌زا در زندگی مهارت‌های ارتباطی ضعیفی با دیگران دارند. در واقع تصمیم‌گیری برای مقابله با مسائل و مشکلات شخصی، روانی، اجتماعی، عاطفی، اقتصادی خانوادگی، تحصیلی و رفتاری فرزندان در آینده بر عهده سرپرست خانوار (مادر) است و اوست که باید کاری کند که نظام روابط عاطفی موجود در خانواده حفظ شود و از ایجاد حداقل تنش‌ها در خانواده جلوگیری نماید و از لحاظ مادی و معنوی فرزندان را حمایت کند. زنان سرپرست خانوار به خاطر برجستگی‌های متفاوت و گاه مشابهی که از اطرافیان دریافت می‌کنند کمتر تمایل دارند ارتباطی با این افراد داشته باشند. این زنان تنهایی و انزوا را از بودن با آدم‌هایی که دغدغه‌ای به دغدغه‌های آنان اضافه می‌کنند دوری می‌کنند. معایب این رفتار این است که این زنان از مهارت‌های ارتباطی و از فوایدی که ارتباط با دیگری برایشان دارند بی‌بهره می‌مانند. بنا بر نتیجه تحقیق خسروی، صباحی و ناظری (۱۳۹۳)، کلیشه‌های منفی نسبت به زنان سرپرست خانوار، عرصه را برای زندگی آرام آنان تنگ می‌کند و از آنجایی که این زنان احساس می‌کنند با نگرش منفی زنان و مردان جامعه روبه‌رو هستند، بنابراین در دایره محدود خانواده خود محبوس می‌شوند. محدودیت روابط اجتماعی، شبکه اجتماعی محدود و گاه ناکارآمد و طردشدگی از سوی شبکه اجتماعی، زنان سرپرست خانوار را در برابر آسیب‌های اجتماعی ضربه‌پذیر می‌کند. این زنان اغلب عزت‌نفس پایینی دارند و مهارت‌های ارتباطی را بلد نیستند و همین مسئله موجب می‌شود سرمایه اجتماعی آنان پایین آید و در نتیجه آسیب بیشتری می‌بینند، از بازار کار طرد می‌شوند، فقر و سرمایه آنان بازتولید می‌شود و امکان بهبود شرایط برایشان سخت‌تر می‌شود.

نتایج تحقیق نشان داد که بین سبک‌های فرزند پروری در زنان بی‌سرپرست و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین پاسخ‌ها این نتیجه حاصل می‌گردد که سبک‌های فرزند پروری زنان عادی بالاتر از زنان بی‌سرپرست است. این نتایج با نتایج عبدی و عبدی (۱۳۹۹)، خونی نژاد، رجایی و محبراد (۱۳۹۶)، خان احمدی، اتفاقی و قادری بگه جان (۱۳۹۴)، هان (۲۰۱۹)، مارچاند و هوک (۲۰۱۸)، جنسن (۲۰۱۸) همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که زنان بی‌سرپرست به دلیل تنش‌هایی که تجربه می‌کنند در زندگی با فرزندان‌شان و بدون همسر و اینکه باید هم نقش مادر و هم پدر را داشته باشند، این مسئله

تاب‌آوری این زنان را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و آن‌طور که باید نمی‌توانند سبک فرزند پروری مطلوبی را به فرزندانشان ارائه دهند. درواقع مهم‌ترین عامل پایه و اساس سبک فرزند پروری، بیان‌گر تلاش‌های والدین جهت کنترل و اجتماعی کردن فرزندانشان است درواقع سبک‌های فرزند پروری ترکیب‌هایی از رفتارهای والدین است که در موقعیت‌های گسترده‌ای روی می‌دهند. سبک مستبدانه از نظر پذیرش و روابط نزدیک پایین، از نظر کنترل اجباری بالا و از نظر استقلال دادن پایین است. والدین با سبک فرزند پروری سهل‌گیرانه روشی مهرورز و پذیرا نشان داده، متوقع نیستند و کنترل کمی بر رفتار فرزندان خود اعمال می‌کنند. این والدین به فرزندان خود اجازه می‌دهند در هر سنی که باشند خودشان تصمیم‌گیری کنند حتی اگر و هنوز قادر به انجام این کار نباشند که منجر به شکست فرزندان می‌شود؛ بنابراین وجود شرایط تنش‌زا در زندگی بر تعامل میان مادر و فرزندان تأثیر می‌گذارد. معیشت و مسائل اقتصادی زنان سرپرست خانوار یکی از بارزترین مسائل این قشر از جامعه است. از سویی درگیر زنان سرپرست خانوار دارای فرزند یا فرزندان هستند که آسیب‌هایی مانند افت تحصیلی، نافرمانی از مادر و ترک تحصیل همواره این افراد را تهدید می‌نماید. این گروه از زنان به دلیل مشغله‌ها و دغدغه‌های متفاوتی مانند هزینه مسکن، خوراک، پوشاک، مدرسه فرزندان و... که دارند در معرض مشکلات جسمی و روانی بسیاری می‌باشند. این در حالی است که زنان عادی درگیر مسائل این‌چنینی نیستند.

زنان عادی از حمایت روانی از طرف همسر خود برخوردارند ولی زنان بی‌سرپرست فاقد این حمایت هستند. زنان عادی مسئولیت‌های مهمی مانند تأمین هزینه‌های مسکن، خوراک، پوشاک و... را ندارند و بنابراین از مشغولیت‌های ذهنی و سلامت روان بیشتری برخوردارند. به دلیل شرایط فعلی و مجازی شدن آموزش، پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین جمع‌آوری شده است که از محدودیت‌های این تحقیق بود. همچنین این تحقیق مربوط به سراهای محله تهران است و نتایج قابل‌تعمیم به جوامع آماری دیگر نیست. به روانشناسان و مددکاران اجتماعی توصیه می‌گردد با انجام پژوهش‌های مختلف در این حوزه و توسعه و گسترش مداخلات روان‌شناختی مختلف برای کاهش احساس تنهایی در زنان سرپرست خانوار تلاش نمایند. سیاست‌گذاران اجتماعی با کمک به ارتقای روحیه مشارکت و همکاری و احساس هرچه بیشتر شهروندی و همچنین احساس تعلق هرچه بیشتر در زنان سرپرست خانوار از طریق جذب آنان در تشکلهای مدنی یا تشکلهای غیردولتی، با توجه به تقاضای خودشان نقش مؤثری را ایفا کنند و منجر به افزایش مهارت‌های ارتباطی این قشر از زنان آسیب‌پذیر گردند. پیشنهاد می‌گردد مقایسه اضطراب اجتماعی و افسردگی اساسی در زنان بی‌سرپرست و عادی موردبررسی قرار گیرد. جهت تأیید بیشتر و بهتر نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌گردد تا متغیرهای پژوهش در جوامع آماری دیگری با شرایط زندگی متفاوت با جامعه پژوهش حاضر تکرار گردد.

موازین اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

سیاسگزاری

از همه شرکت‌کنندگان در پژوهش و همه افرادی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند؛ تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

هیچ‌گونه تضاد منفعی بین نویسندگان وجود ندارد و تمامی منابع مالی این پژوهش توسط نویسندگان تأمین شده است

منابع

- حسن پور، امین، سیف نراقی، مریم، قره خانی، احمد، و جعفری، مسعود. (۱۳۹۱). بررسی رابطه دلبستگی به خدا و سلامت روان در والدین کودکان استثنایی و عادی شهر همدان سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۷، فصلنامه افراد استثنایی، ۲(۶): ۲۲-۱.
- پور شریفی، حمید، بهرامی، احسانه، و طایف تبریزی، رقیه. (۱۳۹۰). بررسی اثربخشی آموزش کوتاه‌مدت مهارت‌های زندگی در میان دانش‌آموزان دختر سال اول دبیرستان‌های منطقه ۸ تهران، روانشناسی معاصر، ۱(۱): ۴۷-۴۰.
- خان احمدی، عثمان، اتفاقی، مهناز، و قادری بگه جان، کاوه. (۱۳۹۵). مقایسه احساس تنهایی و منبع کنترل در بین زنان سرپرست خانوار و زنان غیر سرپرست، سومین کنفرانس بین‌المللی پژوهش در علوم و تکنولوژی برلین، آلمان تیرماه ۱۳۹۵.
- خانلری، لیدا، و مکوندی، بهنام. (۱۳۹۵). رابطه سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های ارتباطی و ویژگی‌های شخصیتی با احساس تنهایی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی دوره اول شهر اهواز، دومین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی.
- خسروی، معصومه، صباحی، پرویز، و ناظری، امیر. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی در کاهش احساس تنهایی و افسردگی زنان مطلقه، نشریه دانشور پزشکی، ۲۱(۱۱۲): ۱۲-۱.
- خونی نژاد، غلامرضا، رجایی، علیرضا، و محب راد، تکتم. (۱۳۹۶). رابطه سبک‌های فرزند پروری ادراک شده با احساس تنهایی نوجوانان دختر، فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، ۳۴: ۹۲-۷۵.
- سالار محمدی، طاهره. (۱۳۹۵). مقایسه سبک فرزند پروری و سبک دلبستگی در بین زنان سرپرست خانوار و زنان عادی شهرستان بوشهر، سومین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی، مشهد.
- شاه‌محمدی، سلمان، و نریمانی، محمد. (۱۳۹۴). مقایسه شیوه‌های فرزند پروری در زنان سرپرست خانواده با زنان غیر سرپرست تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی (ره)، اولین کنگره بین‌المللی روانشناسی و علوم تربیتی با رویکرد اسلامی، اردبیل.

شعبان زاده، افسانه، زارع بهرام‌آبادی، مهدی، حاتمی، حمیدرضا، و زهراکار، کیانوش. (۱۳۹۲). بررسی رابطه میان سبک‌های مقابله با استرس و حمایت اجتماعی باکیفیت زندگی زنان سرپرست خانوار شهر تهران، *فصلنامه علمی پژوهشی زن و جامعه*، ۴ (۴): ۲۰-۱.

شهبازی راد، افسانه. (۱۳۹۰). *رابطه معنویت، تاب‌آوری و راهبرد مقابله‌ای با بهزیستی و کیفیت زندگی در دانشجویان دانشگاه رازی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه رازی کرمانشاه، دانشکده علوم اجتماعی، گروه روانشناسی.

شهریاری، عزت، سعادت‌مند، زهره، فاتحی زاده، مریم، و محققیان، شهناز. (۱۳۹۲). بررسی نیازهای آموزشی زنان سرپرست خانوار شاغل فرهنگی آموزش و پرورش. *فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه*، ۴ (۳): ۴۶-۲۹. شیانی، ملیحه، زارع، حنان. (۱۳۹۸). فراتحلیل مطالعات زنان سرپرست خانوار در ایران، مطالعات جامعه‌شناختی، ۲۶ (۲): ۹۷-۶۷.

صاحب‌دل، حسین، اسدی، مسعود، و شکوری، زینب. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی به مادران بر کاهش رفتارهای پرخطر فرزندان معتاد، *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۳ (۲): ۸۰-۶۵.

غباری بناب، باقر، و حدادی کوهسار، علی‌اکبر. (۱۳۹۰). دل‌بستگی به خدا در بافت فرهنگ اسلامی: پایه‌های نظری، ساخت و رواسازی ابزار اندازه‌گیری، روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۱ (۴): ۹۶-۷۳. قمی، میلاد؛ و نجیمی، مرتضی. (۱۳۹۴). آموزش مهارت‌های ارتباطی در ارتقای سلامت روان زنان سرپرست خانوار. *روانشناسی معاصر*، ۱۰: ۱۱۹۶-۱۱۹۴.

قربانی، فریدون، انصاری، حمید، و محسنی، رضاعلی. (۱۳۹۸). فراتحلیل نیازها و اولویت‌های زندگی زنان سرپرست خانوار با رویکرد جامعه‌شناختی. *فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی*، ۱۹ (۷۲): ۹۶-۵۵. اسعدی، سید محمد. (۱۳۹۱). رابطه بین زمینه اجتماعی فرهنگی با شیوه تربیتی والدین موفقیت تحصیلی و سبک یادگیری فرزندان. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، ۱۲ (۱): ۲۸-۲۱.

رستمی، مرضیه. (۱۳۹۰). *بررسی رابطه بین شیوه‌های فرزند پروری باهوش هیجانی در بین دانش‌آموزان اول متوسطه شهر گنبد*. پایان‌نامه کارشناسی روانشناسی، دانشگاه پیام نور گنبد. رضایی، اکبر، و خداخواه، شبنم. (۱۳۹۰). رابطه بین سبک‌های فرزند پروری و باورهای معرفت‌شناختی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه. *مجلد علوم تربیتی*، ۲ (۵): ۱۲۶.

عبدی، کبری، و عبدی، فرهاد. (۱۳۹۹). *ارتباط سبک‌های فرزند پروری ادراک‌شده با احساس تنهایی نوجوانان دختر شهر کرمانشاه ۹۸-۹۹*، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی.

غباری بناب، باقر، و حدادی کوهسار، علی‌اکبر. (۱۳۹۰). دل‌بستگی به خدا در بافت فرهنگ اسلامی: پایه‌های نظری، ساخت و رواسازی ابزار اندازه‌گیری. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۱ (۴): ۹۶-۷۳. مجد آبادی، زهرا، نیک پیمان، نسرین، حضرتی گنبد، سارا، نوری، فاطمه، و نوعی محمدباقر، الهام. (۱۳۹۸). کیفیت زندگی زنان سرپرست خانوار در ایران: یک مطالعه مروری، پژوهش پرستاری، ۱۴ (۵): ۶۵-۵۸. نیمروزی ناوخی، نورو، و محمدی صابر، محبوبه. (۱۳۹۱). مقایسه شیوه‌های فرزند پروری در بین زنان شاغل و خانه‌دار سرپرست خانوار، ششمین کنگره ملی آسیب‌شناسی خانواده.

References

- Finlayson, T.L., Siefert, K., ISMAIL, L.A., Woosung, S. (2014). Maternal self-efficacy and 1-5 year old children brushing habits. *Community Dent Oral Epidemiol*, 35, 272-281.
- Falconier, M. K. (2015). Together—A couples' program to improve communication, coping, and financial management skills: Development and initial pilot-testing. *Journal of marital and family therapy*, 41(2), 236-250.
- Han, G. (2019). Determining the correlation between quality of life and self-concept in children with attention deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 21 (7), 601-608.
- Jensen, S. (2018). *Social Media Usage: The Impact on Feelings of Depression or Loneliness*.
- Le, E. (2012). Relationships Among Depressive Symptoms, Spiritual Well-being, and Quality of Life in Primary Liver Cancer Patients in Korea. *Case Western Reserve University, Nursing*.
- Marchand, J. F., Hock, E. (2018). Avoidance and attacking conflict resolution strategies among married couple: Relations to depressive symptoms and marital satisfaction. *Family Relations*, 49, 201 – 206.
- Nazoktabar, H., N.Aliabadi., A (2011). «International Conference on Social Science and Humanity», *IPEDR* vol.5, IACSIT Press, Singapore.
- Sadeh, A., Tikotzky, L., Scher, A. (2010). *Parenting and infant sleep*, *Sleep med rev*, 14(20), 89-96.
- Qualter, E.P. (2013). The nature of creativity as manifest in its testing weis C, Singer B. Psychological wellbeing meaning measurement, and implications for psychotherapy research. *Journal of Psychotherapy and Psychosomatics.*; 65: 14-23
- Vallotton, C., Ayoub, C. (2015). *Use your words: The role of language in the development of toddlers' selfregulation*. Available online at www.sciencedirect.com
- Young, M., Denny, G., Young, T., & Luquis, R. (2018). *Sexual Married Women Satisfaction Among*. *Am J Health Stud*, 16, 73-84.

پرسشنامه احساس تنهایی

سؤالات	هرگز	به ندرت	گاهی	همیشه
۱- آیا احساس می‌کنید با افراد اطرافتان سازگار هستید؟	۱	۲	۳	۴
۲- آیا احساس می‌کنید رفیق و همدمی ندارید؟	۱	۲	۳	۴
۳- آیا احساس می‌کنید که کسی را ندارید تا به او، رو بیاورید؟	۱	۲	۳	۴
۴- آیا احساس می‌کنید که تنها هستید؟	۱	۲	۳	۴
۵- آیا خود را جزئی از گروه دوستان احساس می‌کنید؟	۱	۲	۳	۴
۶- آیا احساس می‌کنید با افراد اطرافتان مسائل و علائق مشترک زیادی دارید؟	۱	۲	۳	۴
۷- آیا احساس می‌کنید که به هیچ‌کس نزدیک نیستید؟	۱	۲	۳	۴
۸- آیا احساس می‌کنید با افراد اطرافتان علائق و افکار مشترکی ندارید؟	۱	۲	۳	۴
۹- آیا با دیگران راحت می‌جوشید؟	۱	۲	۳	۴
۱۰- آیا خودتان را به مردم نزدیک احساس می‌کنید؟	۱	۲	۳	۴
۱۱- آیا احساس می‌کنید که کنار گذاشته شده‌اید؟	۱	۲	۳	۴
۱۲- آیا احساس می‌کنید که روابطتان با دیگران بی‌معنی است؟	۱	۲	۳	۴
۱۳- آیا احساس می‌کنید که هیچ‌کس واقعاً از شما شناخت درستی ندارد؟	۱	۲	۳	۴
۱۴- آیا احساس می‌کنید که از دیگران منزوی شده‌اید؟	۱	۲	۳	۴

۴	۳	۲	۱	۱۵- آیا احساس می‌کنید که هر وقت که بخواهید می‌توانید برای خود هم‌صحبتی پیدا کنید؟
۴	۳	۲	۱	۱۶- آیا احساس می‌کنید که کسانی هستند که واقعاً شمارا درک می‌کنند؟
۴	۳	۲	۱	۱۷- آیا احساس کم‌رویی می‌کنید؟
۴	۳	۲	۱	۱۸- آیا احساس می‌کنید که اطرافتان پر از آدم است ولی هیچ‌کس با شما نیست؟
۴	۳	۲	۱	۱۹- آیا احساس می‌کنید که کسانی هستند که بتوانید با آن‌ها صحبت کنید؟
۴	۳	۲	۱	۲۰- آیا احساس می‌کنید افرادی هستند که به آن‌ها رو بیاورید؟

پرسشنامه سبک‌های فرزند پروری

ردیف	سؤال	کاملاً مخالفم	مخالفم	تقریباً مخالفم	موافقم	کاملاً موافقم
۱	والدین باید به بچه‌های خود اجازه دهند تا هر آنچه را که می‌خواهند، انجام دهند	۱	۲	۳	۴	۵
۲	بچه‌ها باید فقط از آنچه والدینشان می‌گویند، پیروی کنند، در غیر این صورت باید آن‌ها را تنبیه کرد	۱	۲	۳	۴	۵
۳	اگر به مشکلات بچه‌ها توجه شود، این در دسر را به دنبال دارد که آن‌ها گستاخ‌تر شده و انتظارات بیشتری از والدین خواهند داشت	۱	۲	۳	۴	۵
۴	هرگاه والدین تصمیمی برای بچه‌ها بگیرند، باید دلایل آن را به آن‌ها بگویند	۱	۲	۳	۴	۵
۵	اگر بچه‌ها نسبت به محدودیت‌های ایجادشده در خانواده اعتراضی داشتند، والدین باید با صحبت کردن، آن‌ها را قانع کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۶	والدین نباید در کارهای مربوط به بچه‌ها دخالت کنند، چون بچه‌ها به‌طور ذاتی راه خودشان را پیدا می‌کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۷	اگر بچه‌ها کاملاً مطابق میل والدین خود رفتار کنند، در آینده افراد موفق خواهند شد	۱	۲	۳	۴	۵
۸	بچه‌ها باید کاری را که والدین از آن‌ها انتظار دارند، انجام دهند؛ اما اگر انتظارات والدین غیرقابل قبول بود، باید بتوانند آن را آزادانه با والدین خود مطرح کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۹	وقتی والدین از بچه‌ها می‌خواهند تا کاری را انجام دهند، بچه‌ها باید بدون چون‌وچرا آن را انجام دهند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۰	والدین نباید بچه‌ها را در منزل محدود کنند، بلکه باید آن‌ها را آزاد بگذارند تا تمام لوازم اطراف خود را دست‌کاری کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۱	هرگاه بچه‌ها برخلاف میل والدین رفتار کردند، والدین باید به‌جای تنبیه آن‌ها را راهنمایی کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۲	والدین خیلی زود باید به بچه‌ها بفهمانند که رئیس خانواده کیست	۱	۲	۳	۴	۵
۱۳	والدین باید در تصمیم‌گیری‌های مربوط به خانواده فقط آنچه را که خواست بچه‌ها است، انجام دهند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۴	اگر والدین رفتار و خواست‌های بچه‌ها را محدود نکنند، بیشتر مشکلات حل می‌شود	۱	۲	۳	۴	۵
۱۵	والدین باید هنگام تصمیم‌گیری در مورد مسائل و برنامه‌های خانواده نظر بچه‌ها را دخالت دهند و از آن‌ها نیز نظرخواهی کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۶	والدین باید با بچه‌هایی که با نظر آن‌ها مخالفت می‌کنند، به‌شدت برخورد نمایند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۷	والدین باید به بچه‌ها اجازه دهند تا خودشان در کارها تصمیم‌گیرنده باشند	۱	۲	۳	۴	۵
۱۸	شوخی و بازی کردن بچه‌ها در حضور والدین، توهین به آن‌هاست	۱	۲	۳	۴	۵

۱۹	بچه‌ها به بازی و تفریح نیاز دارند، برای این کار والدین باید به آن‌ها اجازه دهند تا هر وقت که دلشان خواست از منزل خارج شوند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۰	باید به بچه‌ها اجازه داده شود که اگر فکر می‌کنند نظرشان از نظرات والدین خود بهتر است، آن را ابراز کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۱	وقتی بچه‌ها مرتکب اشتباهی می‌شوند، هیچ‌گاه نباید آن‌ها را سرزنش کرد	۱	۲	۳	۴	۵
۲۲	اگر والدین تصمیمی برخلاف میل بچه‌ها گرفتند، باید با بچه‌ها گفتگو کنند و حتی اگر در تصمیم خود اشتباه کرده بودند، آن را بپذیرند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۳	گاهی اوقات والدین باید با بچه‌ها سازش کنند، نه این‌که همیشه انتظار داشته باشند که بچه‌ها با آن‌ها سازش نمایند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۴	بچه‌ها را باید آزاد گذاشت تا خودشان تجربه کنند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۵	بعضی از بچه‌ها ذاتاً بد هستند و باید طوری تربیت شوند که از والدین خود بترسند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۶	بچه‌ها وقتی بزرگ شوند، از سخت‌گیری والدین خود سپاسگزاری خواهند کرد	۱	۲	۳	۴	۵
۲۷	وقتی بچه‌ها دچار مشکل و دردمس می‌شوند (کار خطایی انجام می‌دهند) باید بدانند که با مطرح کردن آن مشکل برای والدین خود، تنبیه نمی‌شوند	۱	۲	۳	۴	۵
۲۸	در مجالس و میهمانی‌ها باید بچه‌ها را آزاد گذاشت تا محیط اطراف خود را دست‌کاری کنند تا حس کنجکاوی آن‌ها ارضا شود	۱	۲	۳	۴	۵
۲۹	بچه‌ها جدی و کوشا نخواهند بود، مگر این‌که درباره کارهای آن‌ها سخت‌گیری کنیم	۱	۲	۳	۴	۵
۳۰	هرچند بچه‌ها تجربه کمی دارند، اما گاهی اوقات نظر آن‌ها بهتر از نظر والدین است	۱	۲	۳	۴	۵

پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی جرابک

ردیف	سؤالات	۹ بندرت	گهگاهی	اکثر اوقات	همیشه	
۱	وقتی که چیزی را برای دیگران توضیح می‌دهم، از آن‌ها می‌پرسم که آیا تا اینجا حرفم را فهمیده‌اند.	۱	۲	۳	۴	۵
۲	دیگران متوجه صحبت‌های من نمی‌شوند.	۱	۲	۳	۴	۵
۳	من سعی می‌کنم نظراتم را به روشنی بیان کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۴	وقتی دیگران در جریان موضوع صحبت من نیستند، بیان عقایدم برایم دشوار می‌شود.	۱	۲	۳	۴	۵
۵	وقتی متوجه سؤالی نمی‌شوم، درخواست می‌کنم که سؤال را روشن‌تر بیان کنند.	۱	۲	۳	۴	۵
۶	متوجه منظور صحبت دیگران نمی‌شوم.	۱	۲	۳	۴	۵
۷	اینکه از دیدگاه دیگران به موضوع نگاه کنم، برایم آسان‌تر است.	۱	۲	۳	۴	۵
۸	حتی وقتی که حواسم جای دیگر است، وانمود می‌کنم که دارم گوش می‌دهم.	۱	۲	۳	۴	۵
۹	ابزار احساسات برایم دشوار است.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۰	وقتی که حرفی مربوط به موضوع برای گفتن داشته باشم، قطع کردن صحبت دیگران برایم مسئله‌ای نیست.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۱	وقتی با دیگران حرف می‌زنم، می‌توانم از چهره آن‌ها احساساتشان را بخوانم.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۲	وقتی که می‌دانم دیگران قصد دارند چه مطلبی را بگویند، زودتر از اینکه تمام کنند جوابشان را می‌دهم.	۱	۲	۳	۴	۵

۱۳	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که مجبورم چیزی بگویم که از برداشتها و واکنش‌های مخاطبم آگاه نیستم، به شدت به هم می‌ریزم.
۱۴	۱	۲	۳	۴	۵	می‌توانم نقاط ضعفم را چنان مخفی کنم که بهانه‌ای به دست دیگران ندهم.
۱۵	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که اشتباه کردم، از اینکه اشتباه خود را بپذیرم، نمی‌ترسم.
۱۶	۱	۲	۳	۴	۵	بهترین راه برای اینکه به دیگران کمک کنم تا مرا درک کنند آن است که احساسات، افکار و عقایدم را به آنان بگویم.
۱۷	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی صحبت‌ها احساسی می‌شوند، میل دارم موضوع را عوض کنم.
۱۸	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که می‌فهمم احساسات کسی را جریحه‌دار کرده‌ام، از او معذرت‌خواهی می‌کنم.
۱۹	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی از من انتقاد می‌شود، ناراحت می‌شوم و مقاومت می‌کنم.
۲۰	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی ناراحت هستم و کسی از من می‌پرسد که «ناراحت هستی؟» پنهان نمی‌کنم.
۲۱	۱	۲	۳	۴	۵	دوست دارم هرچه زودتر به اصل مطلب بپردازم.
۲۲	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که با کسی صحبت می‌کنم، سعی می‌کنم خودم را جای او بگذارم.
۲۳	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی که کسی در پیدا کردن کلمات مناسب مشکل دارد، باکمال میل آنچه فکر می‌کنم او می‌خواهد بگویم، پیشنهاد می‌کنم.
۲۴	۱	۲	۳	۴	۵	دیگران می‌گویند که من صدایم را بلند می‌کنم (بلند صحبت می‌کنم)، اگرچه خودم از این موضوع آگاه نیستم.
۲۵	۱	۲	۳	۴	۵	به‌طور طبیعی چنین است که در مکالمات، من بیشتر صحبت می‌کنم.
۲۶	۱	۲	۳	۴	۵	این‌طور می‌کنم که با حضور من مجلس صمیمی‌تر می‌شود.
۲۷	۱	۲	۳	۴	۵	به آنچه دیگران می‌گویند علاقه مند می‌شوم.
۲۸	۱	۲	۳	۴	۵	اگر کسی با من مخالفت کند، احساس ناراحتی می‌کنم به‌ویژه اینکه آن شخص تجربه مرا هم نداشته باشد.
۲۹	۱	۲	۳	۴	۵	وقتی از کسی انتقاد می‌کنم، مطمئنم که منظورم عمل و رفتار اوست نه خود او، مثلاً به‌جای این که بگویم «تو دوست خوبی نیستی» می‌گویم: «من با این برخورد تو موافق نیستم».
۳۰	۱	۲	۳	۴	۵	من قادرم مشکلات را بدون از دست دادن کنترل عواطفم حل کنم.
۳۱	۱	۲	۳	۴	۵	به هنگام صحبت با دیگران از واکنش عاطفی خودم به آنچه گفته می‌شود، آگاهم.
۳۲	۱	۲	۳	۴	۵	تمایل دارم بحث بر سر موضوعات رنجش آور را به تأخیر بیندازم.
۳۳	۱	۲	۳	۴	۵	قادرم با کسی که احساساتم را جریحه‌دار کرده، مقابله‌به‌مثل کنم.
۳۴	۱	۲	۳	۴	۵	از بیان مخالفتم با دیگران اجتناب می‌کنم، چون ممکن است از من ناراحت شوند.

Comparison of Parenting Styles, Loneliness, and Communication Skills of Unaccompanied and Normal Women

Ali Siahah¹, parenaz banisi^{*2} & Alireza Mohammadiarya³

Abstract

Aim: The present study aimed to compare parenting styles, loneliness, and communication skills of unaccompanied and normal women. **Method:** The statistical population consisted of all 360 female household heads who visited the Neighborhood House of Tehran in 2020, and the approximate sample size was 186 according to the sample size and Krejcie and Morgan table. The data collection tool included Baumrind's parenting style questionnaire (1991), Jerabek's communication skill questionnaire (2004), and the Loneliness Scale by Russell, Peplau, and Cutrona (1980) respectively. We analyzed data by SPSS24. **Results:** According to the results, there was a significant difference between loneliness and communication skills in unaccompanied and normal women ($P=0.05$). In other words, normal women scored higher in communication skills and unaccompanied women scored higher in the loneliness variable, and the difference was significant. Given the effect size of the difference, there was the least difference in communication skills. The results also indicated that there was a significant difference between the parenting styles of unaccompanied and normal women ($P=0.05$); in other words, normal women scored higher in parenting styles, and the difference was significant. **Conclusion:** Based on the results, the development of psychological interventions could improve parenting styles and communication skills, and help reduce loneliness in female household heads.

Keywords: Parenting styles; Loneliness; Communication skills; Unaccompanied women

1. M.A student of Psychology Department, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. ***Corresponding Author:** Assistant Professor, Department of Psychology, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
banisiparisa@gmail.com

3. Department of Preschool Education, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran