

بررسی رابطه بین عزت نفس و افسردگی جوانان در دوران کرونا

Investigating the relationship between self-esteem and youth depression in the corona

Parvaneh Hashemi

Master student of general psychology at Garmsar University.

پروانه هاشمی*

دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه گرمسار.

Abstract

The aim of this study was to investigate the relationship between self-esteem and depression in young people during the corona. The method of this study was quantitative and correlational. They were selected by non-random sampling method. The research tool of Beck Depression Inventory was Coopersmith Self-Esteem. The data analysis method was performed using Pearson correlation coefficient. The results showed that between depression and youth self-esteem during There is a corona (0.000) that the value obtained in the present study is lower than the significance level which is equal to 0.05, which indicates the existence of a relationship, so the research hypothesis is confirmed and the null hypothesis is rejected.

Keywords: self-esteem, depression, mood, corona

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین عزت نفس با افسردگی جوانان در دوران کرونا بوده است. روش این پژوهش کمی و از نوع همبستگی بوده است به روش نمونه‌گیری غیرتصادفی و در دسترس انتخاب شدند، بر روی قشر جوانان منطقه ۱۹ شهر تهران با جامعه آماری ۱۰۰ نفر که در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹ اجرا گردیده است، ابزار پژوهش پرسشنامه‌های افسردگی بک، عزت نفس کوپرسمیت بوده است، روش تحلیل داده‌ها با کمک ضریب همبستگی پیرسون اجرا گردیده است، نتایج نشان داد که بین افسردگی و عزت نفس جوانان در دوران کرونا رابطه وجود دارد (۰.۰۰۰) که میزان بدست آمده در پژوهش حاضر از سطح معناداری که برابر با ۰/۰۵ است، پایین‌تر می‌باشد که نمایانگر وجود رابطه است که بنابراین فرضیه پژوهش تایید و فرضیه صفر رد می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: عزت نفس، افسردگی، خلق، کرونا

پذیرش: شهریور ۱۴۰۰

دریافت: تیر ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

افسردگی، رایج‌ترین اختلال روانی است که اخیراً با شدت رو به افزایش نهاده است. افسردگی را سرما خوردگی بیماری روانی نیز می‌نامند. تقریباً همه، حداقل بصورت خفیف احساس افسردگی کرده‌اند. احساس دمقی، بی‌حوصلگی، غمگینی، ناامیدی، دل‌سردی و ناخشنودی همگی از تجربیات افسردگی رایج هستند. این حالت را افسردگی بهنجار می‌گویند. فرد افسرده، تقریباً در تمام ساعات بیداری خود گریه می‌کند. همراه با احساس غم، اضطراب نیز نمایان می‌شود. فقدان حسرت، از بین رفتن شادی زندگی بی‌تفاوتی در برابر حوادث چه خوشایند و چه ناخوشایند، بی‌علاقگی نسبت به انجام کارها، کاهش لذت ناشی از تفریحات، سرگرمی و خانواده، دوری از اجتماع و بالاخره کاهش اشتها و میل جنسی از دیگر علائم هیجانی در فرد افسرده می‌باشند (میلانی، ۱۳۸۴). افسردگی: نشانه‌گانی است که تحت سلطه خلق افسرده است و براساس بیان لفظی یا غیر لفظی عواطف غمگین، اضطرابی و یا حالت‌های برانگیختگی نشان داده می‌شودافت گذرا یا مداوم تنود عصبی- روانی که بصورت یک مؤلفه بدنی مانند سردرد، بی‌اشتهایی، یبوست و کاهش فشار خون و یک مؤلفه روانی مانند غمگینی، ناتوانی و احساس به پایان رسیدن نیز و

نمایان می‌شود. سقوط غیر قابل توجیه تنود حیاتی: این حالت در حیطه بدنی یا خستگی دائم آشکار می‌شود. در حیطه شناختی بصورت پراکندگی دقت و مشکل کوشش فکری و در حیطه عاطفی به شکل حالتی مالیخولیایی که با هشیاری فرد نسبت به ناتوانمندی واکنش همراه است، آشکار می‌شود. حالت روانی ناخوش که با دل زدگی، یأس و خستگی‌پذیری مشخص می‌شود و در بیشتر مواقع با اضطرابی کم و بیش شدید همراه است (سلحشور، ۱۳۸۴).

عزت نفس و اعتماد به نفس میزان ارزش و اعتباری است که یک فرد در زمینه‌های مختلف زندگی به ویژه در زندگی‌های خانوادگی، اجتماعی، تحصیلی، جسمانی و هوش برای خود قائل است. عزت نفس عبارت است از قضاوت و نگرشی که شخص بطور مداوم و پیوسته از ارزشهای خودش انجام داده و معمولاً حفظ می‌نماید. به اعتقاد کوپر، این نگرش معمولاً از دوران کودکی آغاز می‌شود و تحت تاثیر فرهنگ، جامعه و خانواده تقویت می‌شود. این احساس به ما توانایی می‌دهد که خود را علیرغم اشتباهات و شکست‌هایمان با اهمیت دانسته و مورد قبول و تأیید قرار دهیم. (طلائیان و همکاران، ۱۳۹۴). عزت نفس عبارت است از ارزشی که اطلاعات و اعتقادات خود فرد در مورد تمام یا چیزهایی که از او ناشی می‌شود بدست می‌دهد. (شاملو، ۱۳۷۵) عزت نفس ویژگی مهمی است در وجود شخصیتی هر فرد که نمایانگر میزان توانایی و مهارت‌های فرد و برداشت شخصی وی از خود اوست و افسردگی نیز از جهتی دیگر بر روی عملکرد و روحیات فردی اثر گذار است که می‌توان بیان کرد که عامل افسردگی می‌تواند شرایط محیطی، ارثی باشد، که هر دو مورد بیان شده در قشر جوانان بسیار حائز اهمیت می‌باشد در دوران کنونی که بیماری کرونا همه‌گیر شده است بر روی روحیات و عملکرد افراد تاثیر زیادی را بر جای می‌گذارد که منجر بدین گردید که پژوهش حاضر انجام گردد که انگیزه پژوهشگر افزایش دانش عملی در زمینه عزت نفس در ارتباط با مسائل دیگر از جمله افسردگی در شرایط فعلی بیماری کرونا می‌باشد، از جهتی که پژوهش بر روی جامعه نوجوانان منطقه ۱۹ شهر تهران در دوران بیماری کرونا صورت گرفته شده است بدیع و تازگی دارد و هدف پژوهشگر آن است آیا بین عزت نفس و افسردگی جوانان در دوران کرونا رابطه وجود دارد؟

اسدی گندمانی و همکاران ۱۳۹۳ در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی با رضایت تن انگاره در دانش آموزان نوجوان دختر بدین نتیجه دست یافته‌اند که بین عزت نفس و افسردگی با رایت از تن انگاره رابطه وجود دارد که در جنس دختر نگرش مثبت درباره تصویر بدن به ایجاد احساس ارزشمندی می‌انجامد. رحمانی و همکاران ۱۳۹۱ در پژوهشی با عنوان بررسی مقایسه‌ای عزت نفس و افسردگی در فرزندان جانبازان و غیر جانبازان مدارس راهنمایی شاهد شهرستان ساری سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بدین نتیجه دست یافته‌اند که فرزندان جانباز نسبت به فرزندان غیر جانباز عزت نفس بالاتری دارند و از نظر علائم افسردگی تفاوت معنی داری بین دو گروه وجود ندارد. شریفی و همکاران ۱۳۹۰ در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه عزت نفس مادران و دختران نوجوان آن‌ها بدین نتایج دست یافته‌اند که رابطه معناداری بین متغیرهای حاضر وجود دارد که نمایانگر آن است که مطالعات حاضر عزت نفس نوجوانان دختر با عزت نفس و میزان صمیمیت با مادران دارای رابطه معنادار می‌باشد.

روش

روش پژوهش حاضر کمی و از نوع همبستگی می‌باشد که جامعه آماری در این پژوهش شامل جوانان منطقه ۱۹ در سال تحصیلی (۹۸-۹۹) که مشغول به تحصیل بوده‌اند با حجم نمونه ۱۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری غیر تصادفی و در دسترس استفاده شده است.

ابزار اندازه‌گیری مورد پژوهش مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت می‌باشد که این پرسش‌نامه برای اندازه‌گیری و سنجش عزت نفس کلی به کار می‌رود. در این پژوهش از آزمون عزت نفس (کوپر اسمیت) مقیاس عزت نفس خود را بر اساس تجدید نظری که بر روی مقیاس راجرز و دیاموند، انجام داد تهیه و تدوین کرد. این مقیاس دارای ۵۸ ماده است. ۸ ماده آن یعنی شماره‌های ۵۵-۴۸-۴۱-۳۴-۲۷-۲۰-۱۳-۶ در مجموع ۵۰ ماده آن به ۴ خرده مقیاس عزت نفس کلی و عزت نفس

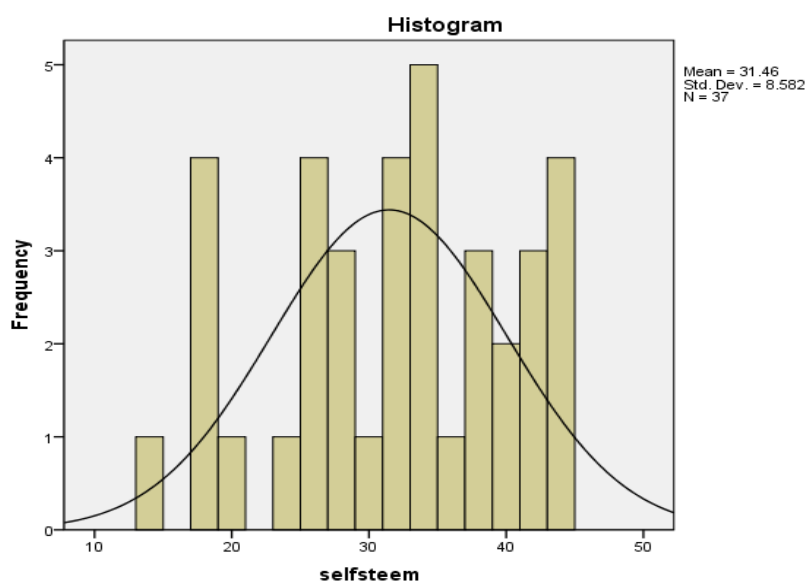
تقسیم شده است. در ایران ضرایب پایانی و ثبات درونی مقیاس مزبور توسط خانم صغری ابراهی قوام، ۱۳۶۹ بروی یک نمونه از دانشجویان و یک نمونه از دانش آموزان محاسبه گردیده ضریب پایانی محاسبه حدود ۰/۹۲ می باشد که نشان دهنده ثبات و تکرارپذیری و دقت مقیاس مزبور می باشد، روایی و پایایی: پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت با توجه به سیر تکاملی آزمون و تحقیقاتی که در روی آن انجام شده است مورد تأیید می باشد (توکلی و همکاران، ۱۳۷۴). مقیاس افسردگی نیز این مقیاس توسط پرسش نامه یا آزمودنی بک سنجیده می شود که در نهایت مشخص می شود فرد چه مقدار افسردگی دارد، روایی و پایایی: پرسشنامه افسردگی بک با توجه به سیر تکاملی آزمون و تحقیقاتی که در روی آن انجام شده است مورد تأیید می باشد. جهت تحلیل و تجزیه داده ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است که آمار توصیفی شامل میانگین، میانه، نما، انحراف معیار، واریانس، دامنه تغییرات می باشد و در آمار استنباطی نیز به بررسی رابطه متغیرهای حاضر در پژوهش پرداخته می شود، که با توجه به نوع فرضیه و داده های بدست آمده برای بررسی فرضیه از آزمون همبستگی پیرسون با بهره گیری از نرم افزار SPSS۱۶ استفاده شده است.

نتایج

جدول شماره یک: خلاصه شاخص های توصیفی نمره های شرکت کنندگان در آزمون عزت نفس

شاخص های توصیفی	متغیر	میانگین	میانه	نما	انحراف معیار	واریانس	کجی	کشیدگی
عزت نفس		۳۱/۴۶	۳۲	۱۸	۸/۵۸۲	۷۳/۶۴۴	-۰/۳۱۸	-۰/۸۲۳

براساس اطلاعات جدول و نمودار شماره ۱ توزیع نمره های آزمودنی ها در آزمون عزت نفس، شاخص های مختلف توصیفی اعم از میانگین، میانه، نما، انحراف معیار، واریانس، شاخص های کجی و کشیدگی نشان می دهد که توزیع نمره های گروه نمونه در متغیرهای اندازه گیری شده به توزیع نرمال میل دارد.

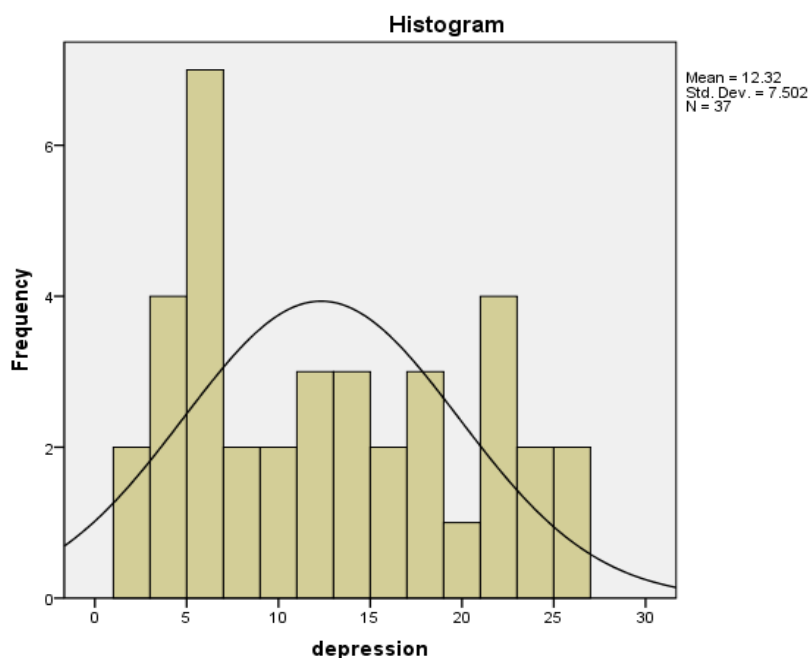


نمودار ۱ هیستوگرام نمره های شرکت کنندگان در آزمون عزت نفس

جدول شماره ۲ خلاصه شاخص‌های توصیفی نمره‌های شرکت کنندگان در آزمون افسردگی

متغیر	شاخص‌های توصیفی	میانگین	میانه	نما	انحراف معیار	واریانس	کجی	کشیدگی
افسردگی		۱۲/۳۲	۱۱	۶	۷/۵۰۲	۵۲/۲۸۱	۰/۳۳۹	-۱/۲۴۲

براساس اطلاعات جدول و نمودار شماره ۲ (توزیع نمره‌های آزمودنی‌ها در آزمون افسردگی، شاخص‌های مختلف توصیفی اعم از میانگین، میانه، نما، انحراف معیار، واریانس، شاخص‌های کجی و کشیدگی نشان می‌دهد که توزیع نمره‌های گروه نمونه در متغیرهای اندازه‌گیری شده به توزیع نرمال میل دارد.



نمودار ۲ هیستوگرام نمره‌های شرکت کنندگان در آزمون افسردگی

جدول شماره ۳ جدول تقاطعی مربوط به ضریب همبستگی پیرسون در خصوص رابطه بین میزان عزت نفس و افسردگی

افسردگی	عزت نفس	
-۰.۵۵۹** .۰۰۰ ۳۷	۱	ضریب همبستگی پیرسون عزت نفس سطح معنی داری (دو دامنه) تعداد
	۳۷	
۱	-۰.۵۵۹** .۰۰۰ ۳۷	ضریب همبستگی پیرسون افسردگی سطح معنی داری (دو دامنه) تعداد
۳۷		

فرضیه اصلی: همان گونه که از جدول شماره ۳ برمیآید، سطح معناداری بدست آمده برابر است با ۰.۰۰۰ که میزان فوق از ۰/۰۵ که نمایانگر سطح معناداری می باشد پایین تر است که بنابراین فرضیه پژوهش تایید و فرضیه صفر رد می گردد. یعنی هرچه میزان عزت نفس در افراد بالاتر باشد میزان افسردگی در آنها پایین تر است که نمایانگر آن است که بین افسردگی و عزت نفس رابطه وجود دارد که می توان بیان کرد با ۹۹ درصد اطمینان فرض صفر تایید و فرض خلاف رد می گردد.

جدول شماره ۴ متغیرهای وارد شده / حذف شده

روش	متغیرهای حذف شده	متغیرهای وارد شده	مدل
همزمان	۰	عزت نفس	۱

برای پیش بینی متغیر وابسته (افسردگی) متغیر مستقل (عزت نفس) وارد معادله شد.

جدول شماره ۵: خلاصه مدل

خطای استاندارد برآورد	ضریب تعیین تعدیل	ضریب تعدیل	ضریب همبستگی چندگانه	مدل
6,311	.292	.312	.559a	1

با توجه به جدول ۵-۴ ضریب همبستگی چندگانه ($R=0/559$) بیانگر رابطه بین متغیر مستقل و افسردگی است. ضریب تعدیل (R^2) در این مطالعه برابر ۰/۳۱۲ گزارش شده است. این یافته بدین معناست که متغیر وارد شده در معادله توانسته ۳۱/۲ درصد واریانس متغیر وابسته را تبیین کنند. در مجموع مطابق این جدول متغیر مستقل می تواند به طور معناداری افسردگی را پیش بینی کند.

جدول شماره ۶

مدل	ضریب استاندارد نشده		ضریب استاندارد شده	T	sig
	B	Std. Error	Beta		
مقدار ثابت	27.685	3.993		6.933	.000
عزت نفس	-.488	.123	-.559	-3.984	.000

با توجه به جدول شماره ۷ متغیرهای عزت نفس سهم معناداری در پیش بینی افسردگی دارد بنابراین وارد معادله می شود، معادله خط رگرسیون با توجه به ضرایب غیراستاندارد: افسردگی $= 27.685 + (-0.488) \times \text{عزت نفس}$ این معادله نشان می دهد که به ازای هر واحد افزایش در متغیر عزت نفس متغیر افسردگی ۰/۴۸۸- افزایش می یابد.

بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر به دنبال بررسی رابطه بین عزت نفس با افسردگی جوانان بوده ایم که نمره حاصل شده در تمام موارد که در جداول بالا قابل مشاهده است حال به بررسی فرضیه های پژوهش می پردازیم:

در میان نمونه مورد بررسی ۹۳/۹ درصد از نشانگان افسردگی خفیف تا شدید رنج می بردند. بین عزت نفس و افسردگی همبستگی معنی داری مشاهده شد ($p=0/001$). نتایج نشان داد عزت نفس یکی از عوامل پیش بینی کننده افسردگی در جوانان می باشد، با توجه به منفی بودن مقدار ضریب همبستگی محاسبه شده به میزان ۰/۵۵۹- نشانگر رابطه معکوس (منفی) و

متوسط بین میزان عزت نفس افراد و افسردگی آنان است که میزان فوق در سطح ۰/۰۵ و پایین تر معنی دار بوده است و بنابراین فرضیه پژوهش تایید و فرضیه صفر رد می گردد. یعنی هرچه میزان عزت نفس در افراد پایین باشد میزان افسردگی در آنها بالاتر است و برعکس، هرچه میزان عزت نفس دانش آموزان بالا باشد، کمتر مستعد بیماری افسردگی هستند. گروسی و همکاران ۱۳۹۲ در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه افسردگی و عزت نفس با تصور از بدن در زنان باردار بدین نتایج دست یافته اند که با توجه به تاثیر عوامل روانی-اجتماعی بر تصور از بدن توصیه می شود در برنامه ریزی های بهداشتی به منظور ارتقا سلامت زنان باردار به این مساله که می تواند با سلامت مادر و کودک در ارتباط باشد توجه جدی معطوف شود، پژوهش حاضر با پژوهش مورد بررسی از جهتی که به بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی پرداخته است همسو می باشد و از جهاتی دیگر با پژوهش حاضر مغایرت دارد. امینی منش و همکاران ۱۳۹۳ در پژوهشی با عنوان اعتیاد نوجوانان به بازی های آنلاین: نقش عزت نفس، اضطراب، افسردگی بدین نتایج دست یافته اند که ضرورت توجه به نقش متغیرهای اضطراب، افسردگی، عزت نفس در بروز اعتیاد به بازی های رایانه ای را خاطر نشان می سازد، پژوهش حاضر با پژوهش مورد بررسی از جهتی که به بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی در قشر نوجوانان پرداخته است همسو می باشد و از جهاتی دیگر با پژوهش حاضر مغایرت دارد. لطفی کاشانی و همکاران ۱۳۹۱ در پژوهشی با عنوان رابطه حمایت اجتماعی، عزت نفس با افسردگی و اضطراب بیماران مبتلا به سرطان بدین نتایج دست یافته اند که حمایت اجتماعی و عزت نفس با افسردگی و اضطراب در بیماران زن و مرد مبتلا به سرطان رابطه وجود دارد، پژوهش حاضر با پژوهش مورد بررسی از جهتی که به بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی پرداخته است همسو می باشد و از جهاتی دیگر با پژوهش حاضر مغایرت دارد. طلاییان زیرک و همکاران ۱۳۹۴ در پژوهشی با عنوان رابطه افسردگی و عزت نفس در دانش آموزان دبیرستانی بدین نتایج دست یافته اند که بین عزت نفس و افسردگی بین دختر و پسر رابطه معناداری وجود دارد و بین هر دو جنسیت تفاوت معناداری وجود داشته و بررسی علل افسردگی در این پژوهش را پژوهشگر حائز اهمیت می داند، پژوهش حاضر با پژوهش مورد بررسی از جهتی که به بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی پرداخته است همسو می باشد و از جهاتی دیگر با پژوهش حاضر مغایرت دارد.

منابع

- [۱] امینی منش، س.، نظری، ع.، مرادی، ع.، ولی اله، ف. (۱۳۹۳)، اعتیاد جوانان به بازی های آنلاین: نقش عزت نفس، اضطراب و افسردگی، مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، دوره ۱۳، شماره ۲۵.
- [۲] اسدی گندمانی، ر.، تیمورزاده مل. (۱۳۹۳). بررسی رابطه عزت نفس و افسردگی با رضایت از تن انگاره در دانش آموزان نوجوان دختر، آینده پژوهی مدیریت (پژوهش های مدیریت)، دوره ۲۵، شماره ۱۰۰، صص ۱۳-۲۱.
- [۳] توکلی، غ. (۱۳۸۳). نقش خود واقعی و خود آرمانی در تکوین عزت نفس، تهران.
- [۴] رحمانی، ن.، اکبرناتج بیشه، ک.، علی پور، ح. (۱۳۹۱). بررسی مقایسه ای عزت نفس و افسردگی در فرزندان جانبازان و غیر جانبازان مدارس راهنمایی شاهد شهرستان ساری سال ۱۳۸۹-۱۳۹۰، طب جانباز، دوره ۴، شماره ۱۶، صص ۲۹-۳۴.
- [۵] سلحشور، م. (۱۳۸۴). افسردگی در کودکان و نوجوانان، پرتال جامع علوم انسانی، شماره ۳۱۷.
- [۶] شریفی، خ.، مسعودی علوی، ن.، تقریبی، ز.، سوکی، ز.، عسگریان، ف.، اکبری، ح. (۱۳۹۰). بررسی رابطه عزت نفس مادران و دختران نوجوان آن ها، دوره ۱۵، شماره ۴، پی در پی ۶۰، صص ۳۵۳-۳۵۸.
- [۷] ۷ پلائیان زیرک، ز.، کاظم زاده، م. (۱۳۹۴). رابطه افسردگی و عزت نفس در دانش آموزان دبیرستانی، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی.
- [۸] ۸ گروسی، ب.، رضوی نعمت الهی، و.، اطمینان رفسنجانی، ع. (۱۳۹۲). بررسی رابطه افسردگی و عزت نفس با تصور از زنان باردار، بهداشت و توسعه، دوره ۲، شماره ۲، صص ۱۱۷-۱۲۷.
- [۹] لطفی کاشانی، ف.، طاهری، آ.، میرزایی، ح.، مسعودی مقدم، ز. (۱۳۹۱). رابطه حمایت اجتماعی و عزت نفس با افسردگی و اضطراب بیماران مبتلا به سرطان، یافته های نو در روان شناسی (روان شناسی اجتماعی)، دوره ۸، شماره ۲۵، صص ۱۰۱-۱۱۵.
- [۱۰] شاملو، س. (۱۳۷۵). بهداشت روانی، چاپ نهم، انتشارات رشد،