

## اثر مستقیم و غیرمستقیم خوداثرمندی اجتماعی در احساس تنهایی نوجوانان

### Direct and indirect impact of social self-efficacy on adolescents loneliness

تاریخ پذیرش: ۸۸/۴/۳

تاریخ دریافت: ۸۷/۵/۲

Tahmasian K. *PhD*<sup>✉</sup>, Anari A. *MA*,  
Saleh Sedghpour B. *PhD*

کارینه طهماسیان<sup>✉</sup>، آسیه اناری<sup>۱</sup>،  
بهرام صالح صدق‌پور<sup>۲</sup>

#### Abstract

**Introduction:** This project studied the direct and indirect impact of social self-efficacy on loneliness of adolescents.

**Method:** In this descriptive and cross-sectional study the selected samples were 946 students (471 girls and 475 boys) of high schools from north, east, west and central regions of Tehran. Participants completed children self-efficacy questionnaire, social avoidance scale, Peer rejection questionnaire and child social support questionnaire. Data analyzed by SPSS AMOS software.

**Results:** Direct impact of social self-efficacy on loneliness was significance and indirect impact of social self-efficacy on loneliness was significant by social anxiety and social support.

**Conclusion:** Social anxiety and social support affect the social self-efficacy on loneliness directly and indirectly. So, in prevention of damage of loneliness in adolescents, social self-efficacy and its dependent variables are important.

**Keywords:** Loneliness, Social Self-Efficacy, Adolescents

#### چکیده

**مقدمه:** این پژوهش با هدف بررسی و مدل‌یابی تاثیر مستقیم و غیرمستقیم خوداثرمندی اجتماعی بر احساس تنهایی نوجوانان انجام شد.

**روش:** آزمودنی‌های این پژوهش، ۹۴۶ نفر از دانش‌آموزان مقطع دبیرستان و پیش‌دانشگاهی شهر تهران بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسش‌نامه اجتناب اجتماعی، پرسش‌نامه حمایت اجتماعی کودکان و نوجوانان، پرسش‌نامه طرد هم‌سالان و پرسش‌نامه خوداثرمندی کودکان و نوجوانان بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS AMOS استفاده شد.

**یافته‌ها:** تاثیر مستقیم خوداثرمندی اجتماعی بر احساس تنهایی نوجوانان معنی‌دار بود و تاثیر غیرمستقیم آن، از طریق اثر معنی‌دار در اجتناب اجتماعی و حمایت اجتماعی تایید شد.

**نتیجه‌گیری:** خوداثرمندی اجتماعی از طریق اجتناب اجتماعی و حمایت اجتماعی در احساس تنهایی نوجوانان تاثیر مستقیم و غیرمستقیم دارد. از این رو در بحث پیشگیری از آسیب‌های ناشی از احساس تنهایی در نوجوانان، خوداثرمندی اجتماعی و متغیرهای وابسته به آن می‌توانند مورد توجه قرار گیرند.

**کلیدواژه‌ها:** احساس تنهایی، خوداثرمندی اجتماعی، نوجوانان

<sup>✉</sup> **Corresponding Author:** Family Research Institute, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran  
Email: ktahmassian@yahoo.com

<sup>✉</sup> پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران  
<sup>۱</sup> دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران  
<sup>۲</sup> دانشگاه شهید رجایی، تهران، ایران

## مقدمه

تجربه تنهایی، مسئله‌ای جهانی است که همه انسان‌ها کم و بیش آن را تجربه کرده و با زندگی آنها همراه شده است. افراد مختلف در همه فرهنگ‌ها، نژادها، طبقات اجتماعی، سنین و زمان‌ها تنهایی را تجربه می‌کنند. با این حال در ادبیات روان‌شناختی به این مسئله توجه زیادی نشده است [۱]. احساس تنهایی را می‌توان نارسایی و ضعف محسوس در روابط بین فردی دانست که به نارضایتی از روابط اجتماعی منجر می‌شود [۲]. اشر و پاکبوتی [۳] تنهایی را هوشیاری شناختی فرد از ضعف در روابط فردی و اجتماعی خود توصیف می‌کنند که به احساس غمگینی، پوچی یا تاسف و حسرت منتهی می‌شود. قبل از آن، میر و هاست [۴] تنهایی را به عنوان احساس ناراحتی از انزوا و طرد توسط دیگران تعریف کرده بودند. تنهایی در کودکان و نوجوانان، نشان‌دهنده نارسایی و ضعف ارتباط‌های بین فردی با همسالان است که به نارضایتی از روابط اجتماعی با کودکان دیگر منجر می‌شود [۵].

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مشکلات هیجانی و روان‌شناختی فراوانی در کودکان و نوجوانان مبتلا به احساس تنهایی مشاهده می‌شود. تجربه تنیدگی و اضطراب، رفتارهای پرخطر مانند سیگار کشیدن و استفاده از مواد مخدر [۶]، گریز از مدرسه، افسردگی و الکلیسم [۳]، کم‌رویی و جرات‌ورزی پایین [۲]، اطمینان و حرمت به خود پایین [۷] در کودکان و نوجوانان دارای احساس تنهایی گزارش شده است. پژوهشگران بر این عقیده‌اند که عوامل بسیاری در ایجاد احساس تنهایی در کودکان و نوجوانان دخالت دارند. این عوامل را می‌توان به دو دسته عوامل خارج و داخل از محیط مدرسه تقسیم نمود. برخی از عوامل خارج از محیط مدرسه شامل مشکلات خانوادگی، انتقال به مدرسه جدید، از دست دادن یکی از والدین یا در ارتباط با موضوع‌هایی همچون عشق هستند. از جمله عوامل مربوط به محیط مدرسه نیز شامل طردشدن توسط همسالان به دلیل ضعف در مهارت‌های اجتماعی و مشکل در دوست‌یابی هستند و همچنین ویژگی‌های شخصیتی مانند کم‌رویی، اضطراب و حرمت به خود پایین نیز می‌توانند منجر به احساس تنهایی در کودکان و نوجوانان شوند [۸].

در این میان، خودآزمندگی را نیز می‌توان به عنوان عامل مهم ایجاد احساس تنهایی در کودکان و به ویژه نوجوانان مطرح کرد [۷]. در مکانیزم عاملیت انسانی، هیچ مفهومی محوری‌تر از مفهوم خودآزمندگی نیست. خودآزمندگی به معنی باور فرد به توانایی خود در انجام یک فعالیت، ایجاد پیامد، مقابله با موقعیت‌های خاص و به طور کلی اثرگذاری بر شرایط است [۹، ۱۰]. نظر به اینکه در احساس تنهایی، مؤلفه اجتماعی بارزی نهفته است، بسیاری از متغیرهای اجتماعی می‌توانند با احساس تنهایی در ارتباط قرار گیرند و بدون شک یکی از این مؤلفه‌ها، خودآزمندگی اجتماعی است [۱۱]. خودآزمندگی اجتماعی به معنی ادراک فرد از توانمندی خود در

رسیدن به معیارهای اجتماعی و ارتباطات اجتماعی است [۱۲]. از طریق خودآزمندگی اجتماعی است که فرد می‌تواند ارتباطات اجتماعی خود را رشد دهد تا زندگی خود را لذت‌بخش نماید و فشارهای محیطی را اداره نماید. حسی قوی از خودآزمندگی اجتماعی باعث ایجاد ارتباطات مثبت می‌شود. در حالیکه عدم خودآزمندگی اجتماعی فرد را به سوی کناره‌گیری و بیگانگی اجتماعی سوق می‌دهد [۱۳]. خودآزمندگی اجتماعی فراتر از توانمندی یا مهارت اجتماعی است و بر جنبه‌های شناختی و باورهای فرد در مورد اثرمندی اجتماعی خود تأکید دارد [۱۴].

یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که سطوح بالای خودآزمندگی اجتماعی می‌تواند از بروز احساس تنهایی پیشگیری کند [۱۱] و رابطه معنی‌داری بین سطح خودآزمندگی اجتماعی و احساس تنهایی در نوجوانان وجود دارد [۷]. به علاوه، استرونی [۱۵] به تأثیر خودآزمندگی اجتماعی بر احساس تنهایی اشاره نموده است. بنابراین، پژوهش در زمینه تأثیر خودآزمندگی اجتماعی و بررسی مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم آن و نحوه تأثیر آن بر احساس تنهایی نوجوانان، ضروری به نظر می‌رسد.

به این منظور، پژوهش حاضر به بررسی و مدل‌یابی تأثیر مستقیم خودآزمندگی اجتماعی و تأثیر غیرمستقیم آن از طریق اجتناب اجتماعی و حمایت اجتماعی می‌پردازد. این پژوهش برای اولین بار خودآزمندگی اجتماعی را به عنوان یکی از مسیرهای مهم احساس تنهایی مدل‌یابی کرده و از این لحاظ پژوهشی بدیع در ایران است.

## روش

نمونه پژوهش حاضر، شامل ۹۴۶ نفر از دانش‌آموزان گروه سنی ۱۴ تا ۱۹ سال مقطع متوسطه شهر تهران بود. حجم نمونه بر اساس تعداد متغیرهای نهفته ۱۰۰۰ نفر تعیین شد که تعداد ۱۰۳۰ نفر مورد بررسی قرار گرفتند و از این تعداد ۸۴ نفر به دلیل عدم تکمیل کامل پرسش‌نامه‌ها از مطالعه کنار گذاشته شدند. روش نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چند مرحله‌ای است. از مناطق نوزده‌گانه آموزش و پرورش شهر تهران مناطقی از شمال ( $n=212$ )، جنوب ( $n=185$ )، شرق ( $n=212$ )، غرب ( $n=173$ ) و مرکز ( $n=124$ ) به طور تصادفی انتخاب شدند. سپس از هر منطقه مدرسی در مقطع متوسطه به طور تصادفی انتخاب شده و در هر مدرسه از کلاس‌های موجود هر پایه، چند کلاس به طور تصادفی انتخاب و دانش‌آموزان آن به صورت گروهی مورد آزمون قرار گرفتند. به این ترتیب، نمونه‌ها از بین پنج منطقه آموزش و پرورش و از ۲۰ مدرسه و ۴۰ کلاس (۲۰ کلاس دخترانه و ۲۰ کلاس پسرانه) انتخاب شدند. نمونه‌ها با دامنه سنی ۱۴ تا ۱۹ سال، در پایه‌های اول، دوم، سوم و یا پیش‌دانشگاهی مشغول به تحصیل بودند. مشخصات جمعیت‌شناختی گروه نمونه در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱) مشخصات جمعیت‌شناختی گروه نمونه

پایه‌های تحصیلی	جنس		کل
	دختر	پسر	
اول دبیرستان	۱۴۵	۱۲۰	۲۶۵
دوم دبیرستان	۱۲۱	۱۱۰	۲۳۱
سوم دبیرستان	۱۱۵	۱۲۴	۲۳۹
پیش‌دانشگاهی	۹۰	۱۲۱	۲۱۱
کل	۴۷۱	۴۷۵	۲۴۶

آزمون - بازآزمون به فاصله دو هفته در ۴۳ دانش‌آموز تهرانی مقطع دبیرستان برابر ۰/۷۸ و ثبات درونی آن ۰/۶۵ محاسبه شد [۱۷].  
 (د) پرسش‌نامه خودآزمندی کودکان و نوجوانان: این پرسش‌نامه توسط موریس [۲۰] برای ارزیابی خودآزمندی کودکان و نوجوانان تهیه شده است که دارای سه خرده‌آزمون در سه حیطه خودآزمندی اجتماعی، تحصیلی و هیجانی است. خرده‌آزمون خودآزمندی اجتماعی شامل هشت ماده اول پرسش‌نامه است که توانمندی ارتباط با همسالان و رسیدن به معیارهای اجتماعی را می‌سنجد و پایایی آن ۰/۷۸ گزارش شده است. پایایی آزمون در ایران از طریق آزمون - بازآزمون به فاصله دو هفته در ۴۳ نفر از دانش‌آموزان تهرانی برابر ۰/۸۷ و آلفای کرونباخ آن ۰/۷۴ محاسبه شده است [۱۷]. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها و مدل‌یابی از نرم‌افزار SPSS 7 استفاده شد.

### یافته‌ها

جدول ۲ نشان‌دهنده میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در آزمودنی‌های دختر و پسر است و نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل مسیر در مدل‌یابی احساس تنهایی با استفاده از خودآزمندی اجتماعی در شکل ۱ (در انتهای مقاله) نشان داده شده است.

جدول ۲) آماره‌های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش

جنسیت ←	دختر		پسر		متغیرها ↓
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
احساس تنهایی	۳۲/۱۴	۹/۱۸	۳۶/۰۸	۹/۷۴	
اجتناب اجتماعی	۲۵/۷۲	۵/۵۷	۲۷/۸۱	۵/۴۷	
حمایت اجتماعی	۴۷/۷۶	۶/۷۶	۴۶/۰۳	۶/۷۵	
خودآزمندی اجتماعی	۲۹/۵	۴/۵۸	۲۸/۹۷	۴/۶۳	

همان‌گونه که مشاهده می‌شود مسیر مستقیمی با معنی‌داری منفی از خودآزمندی اجتماعی به احساس تنهایی برقرار است (ضریب مسیر = -۰/۲۹،  $p < ۰/۵$ ). در مسیرهای غیرمستقیم، مسیر معنی‌دار منفی از خودآزمندی اجتماعی از طریق اجتناب اجتماعی (ضریب مسیر = -۰/۲۲) به احساس تنهایی (ضریب مسیر = -۰/۲۷) معنی‌دار است. همچنین مسیر غیرمستقیم معنی‌دار از خودآزمندی اجتماعی از طریق حمایت اجتماعی (ضریب مسیر = -۰/۲) به احساس تنهایی (ضریب مسیر = -۰/۳) برقرار است.

در جدول ۳ نمرات استاندارد مجموع تأثیرات در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار است. در این مدل، مجذورکای برابر با ۱/۰۸ با درجه آزادی ۱ و سطح معنی‌داری ۰/۰۰۱ و  $RMSEA = ۰/۰۰۹$  و  $NPAR = ۱۹$  است. همچنین شاخص‌های برازش این مدل به این شرح است:

$$\text{شاخص برازش هنجار شده (NFI)} = ۰/۹۹$$

$$\text{شاخص برازش تطبیقی (CFI)} = ۱$$

$$\text{شاخص برازش افزایشی (IFI)} = ۱$$

$$\text{شاخص برازش نسبی (RFI)} = ۰/۹۸$$

ابزارهای به کار برده شده برای گردآوری داده‌های پژوهش شامل: الف) مقیاس اجتناب اجتماعی: مقیاس اجتناب و فشار اجتماعی توسط واتسون و فرند به منظور تشخیص و ارزیابی اضطراب اجتماعی ساخته شد. این مقیاس از دو خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی و فشار اجتماعی تشکیل شده است. خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی، دوری‌گزینی از جمع و پرهیز از آمیختن با مردم را می‌سنجد. این خرده‌مقیاس دارای ۱۶ ماده است که ارزش‌گزینه‌ها با نمرات صفر، یک و دو تعیین می‌شوند [۱۶]. آلفای [۱۶] ضریب پایایی این مقیاس را برابر با ۰/۸۳ محاسبه نموده است. طهماسیان [۱۷] نیز پایایی آزمون را از طریق آزمون - بازآزمون به فاصله دو هفته در ۴۳ نفر از دانش‌آموزان تهرانی مقطع دبیرستان برابر با ۰/۹۲ و ثبات درونی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۷ به‌دست آورد.

ب) پرسش‌نامه طرد همسالان: این پرسش‌نامه توسط طهماسیان [۱۷] برای سنجش طرد همسالان و احساس تنهایی ساخته شد. جهت ساخت این پرسش‌نامه، ابتدا ادبیات مربوط به موضوع بررسی شد [۱۴، ۱۸]. سپس توسط چند معلم، فهرستی از موقعیت‌هایی که در آن دانش‌آموزان گردهم آمده و گروه تشکیل می‌دهند، فراهم شد. همچنین آزمون‌های گروه‌سنجی مؤسسه مطالعات کودکان دانشگاه تورنتو [۱۹] مطالعه و بررسی شد و فهرستی از موقعیت‌ها استخراج گردید. در نهایت، گروه متمرکزی شامل چند دانشجوی دکترای روان‌شناسی تشکیل شد و فهرست استخراج شده توسط یک فرم لیکرت مورد ارزیابی گروه متمرکز قرار گرفت و از میان این فهرست، ۱۵ ماده انتخاب شد. پایایی این آزمون از طریق آزمون - بازآزمون به فاصله دو هفته در ۴۳ دانش‌آموز دبیرستانی برابر با ۰/۹۳ و ثبات درونی آن با آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه شد و ضریب تنصیف آن ۰/۹۳ به‌دست آمد. در مورد اعتبار این آزمون، قضاوت گروه متمرکز و آزمون گروه‌سنجی به عنوان ملاک اعتبار هم‌نوایی تلقی گردید [۱۷].

ج) پرسش‌نامه حمایت اجتماعی کودکان و نوجوانان: طهماسیان [۱۷] این پرسش‌نامه را جهت سنجش میزان حمایت اجتماعی ادراک شده توسط کودکان و نوجوانان ساخت. با توجه به منابع، فهرستی ابتدایی تهیه شد. سپس برای سنجش روایی محتوایی از طریق گروه متمرکز این فهرست مورد ارزیابی قرار گرفته و در نهایت ۱۹ ماده از میان فهرست انتخاب شد. پایایی آزمون از طریق دوره ۳، شماره ۲، تابستان ۱۳۸۸

جدول ۳) نمرات استاندارد مجموع تاثیرات

مجموع تاثیرات	خوداثرمندی اجتماعی
-۰/۳۷	اجتناب اجتماعی
۰/۳	حمایت اجتماعی
۰/۴۶	احساس تنهایی

گالاناکي و کالانتري- ايزري [۷] و استروني [۱۵] است. در مدل ساختاری ارائه شده در این پژوهش، تاثیر خوداثرمندی اجتماعی بر احساس تنهایی هم مستقیم و هم از طریق اضطراب اجتماعی و حمایت اجتماعی است. /هرنبرگ [۲۱]، بندورا و همکاران [۱۳] بیان می کنند که یکی از مهم ترین مسایل نوجوانان، کارکردهای اجتماعی آنان است. فرد برای رشد یک ارتباط اجتماعی مثبت که زندگی اش را لذت بخش می نماید، نیازمند یک حس قوی از اثرمندی اجتماعی است. عدم اثرمندی اجتماعی، فرد را به سوی رفتارهای اجتنابی و انزوای اجتماعی می کشاند و این امر آنان را به سوی احساس تنهایی سوق می دهد. این مسیر در مدل ساختاری پژوهش حاضر تایید شد. به عبارت دیگر، آزمودنی هایی که دارای خوداثرمندی اجتماعی ضعیف هستند، به طور معنی داری دارای اضطراب و اجتناب در روابط خود بوده و با احساس تنهایی نیز رابطه معنی داری دارند.

مسیر دوم از خوداثرمندی اجتماعی مربوط به احساس تنهایی از طریق حمایت اجتماعی است که این مسیر نیز مورد تایید قرار گرفت. در واقع قسمت مهمی از تاثیر خوداثرمندی اجتماعی بر احساس تنهایی به واسطه حمایت اجتماعی است [۱۵]. نقش حمایت اجتماعی در احساس تنهایی نمایان است. یک شبکه حمایت اجتماعی، آسیب پذیری فرد را نسبت به استرس ها و انواع آسیب های روانی و اجتماعی کاهش می دهد. اما فرد برای داشتن یک شبکه حمایت اجتماعی نیازمند یک حس قوی از توانمندی اجتماعی است زیرا حمایت اجتماعی ماهیت خودشکل گیرنده نداشته و برای ایجاد آن فرد می بایست مجهز به یکسری توانمندی ها و خوداثرمندی اجتماعی باشد. در این پژوهش نیز نقش خوداثرمندی اجتماعی در ایجاد حمایت اجتماعی و احساس تنهایی تایید شد.

### نتیجه گیری

خوداثرمندی اجتماعی، از طریق اجتناب اجتماعی و حمایت اجتماعی، در احساس تنهایی نوجوانان تاثیر مستقیم و غیرمستقیم دارد. از این رو، در بحث پیشگیری از آسیب های ناشی از احساس تنهایی در نوجوانان، خوداثرمندی اجتماعی و متغیرهای وابسته به آن می توانند مورد توجه قرار گیرند.

بر اساس این شاخص ها، مدل به دست آمده در این پژوهش دارای اطمینان آماری و برازش بالایی است. شاخص RMSEA به تنهایی برای تعیین حد برازش یک مدل کافی است که در اینجا ۰/۰۰۹ به دست آمده است.

جدول ۴) میزان همبستگی بین متغیرهای اصلی پژوهش

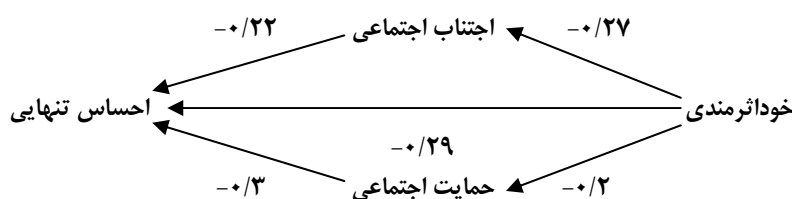
متغیرهای پژوهش	خوداثرمندی اجتماعی	اجتناب اجتماعی	احساس تنهایی	حمایت اجتماعی
خوداثرمندی اجتماعی	۱			
اجتناب اجتماعی	همبستگی معنی داری	۱		
احساس تنهایی	همبستگی معنی داری	همبستگی معنی داری	۱	
حمایت اجتماعی	همبستگی معنی داری	همبستگی معنی داری	همبستگی معنی داری	۱

\* همبستگی در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنی دار است.

به نظر می رسد جدول همبستگی بین متغیرهای اصلی پژوهش جهت تبیین داده ها الزامی است. از این رو در جدول ۴ میزان همبستگی بین نمرات احساس تنهایی، اجتناب اجتماعی، حمایت اجتماعی و خوداثرمندی اجتماعی انعکاس یافته است.

### بحث

همان گونه که ذکر شد، در این پژوهش تاثیر مستقیم و غیرمستقیم خوداثرمندی اجتماعی در احساس تنهایی نوجوانان ایرانی مورد بررسی و مدل یابی قرار گرفت. طبق مدل هرمن [۱۱] یکی از مهمترین مسیرهای احساس تنهایی، خوداثرمندی اجتماعی است. نتایج این پژوهش نیز نشان داد که خوداثرمندی اجتماعی تاثیر مستقیم و معنی داری در احساس تنهایی نوجوانان دارد. از این رو، یافته های این مطالعه مطابق پژوهش های هرمن [۱۱]،



شکل ۱) تحلیل مسیر در مدل یابی احساس تنهایی در نوجوانان

- 12- Muris P, Schmidt H, Lambrichs R, Meesters C. Protective and vulnerability factors of depression in normal adolescents. *Behavior Research & Therapy*. 2001;39:555-65.
- 13- Bandura A, Pastorelli C, Caprara, GV. Self-efficacy pathways to childhood depression. *Journal of Personality & Social Psychology*. 1999;76:258-69.
- 14- Bandura A, Barbaranelli C, Caprara GV, Pastorelli C. Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development*. 1996;67:1206-22.
- 15- Stoiner KM. The role of instrumentality and expressiveness in the link between social self-efficacy, shyness, and depression [dissertation]. In press 2002.
- ۱۶- آمالی خامنه شهره. بررسی و مقایسه میزان کارایی روش جرات‌آموزی و جرات‌آموزی توام با بازسازی شناختی بر روی برخی از نوجوانان مضطرب اجتماعی [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. تهران: انستیتو روان‌پزشکی تهران؛ ۱۳۷۲.
- ۱۷- طهماسیان کاربنه. مدل‌یابی خودآزمندی در افسردگی نوجوانان بر مبنای مدل عاملیتی بندورا از افسردگی [رساله دکتری]. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی؛ ۱۳۸۴.
- ۱۸- ورت نری. درآمدی بر گروه‌سنجی و پویایی گروهی. توسلی غلام‌علی، مترجم. تهران: انتشارات دانشگاه تهران؛ ۱۳۶۵.
- 19- Cohen S, Wills TA. Stress, social support and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*. 1985;98(2):310-57.
- 20- Muris P. Relationship between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality & Individual Differences*. 2002;32:337-48.
- 21- Ehrenberg MF, Cox DN, Koopman RF. The relationship between self-efficacy and depression in adolescents. *Adolescence*. 1991;26:361-74.
- 1-Berguno G, Leroux P, McAinish K, Shaikh S. Experience of loneliness at school and its relation to bullying and quality of teacher interventions. *The Qualitative Report*. 2004;9(3):483-99.
- 2- Ponzetti JJ. Loneliness among college students. *Family Relations*. 1990;22(2):336-40.
- 3- Asher SR, Paquette JA. Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*. 2003;12(3):75-8.
- 4- Parkhurst JT, Hopmeyer A. Developmental change in the source of loneliness in childhood: Constructing a theoretical model. In: Rotenberg J, Hymel S, editors. *New York: Cambridge University Press*; 1999.
- 5- Dunn JC, Dunn JG, Bayduza A. Perceived athletic competence, sociometric status and loneliness in elementary school children. *Journal of Sport Behavior*. 2007;30(3):249-69.
- 6- Page RM. Loneliness and adolescent health behavior. *Health Education*. 1990;21(5):14-7.
- 7- Galanski EP, Kalantzi-Azizi A. Loneliness and social dissatisfaction: Its relation with children's self-efficacy for peer interaction. *Child Study Journal*. 1999;29(1):1-22.
- 8- Kochenderfer BJ, Ladd GW. Peer victimization: Manifestations and relation to school adjustment kindergarten. *Journal of School Psychology*. 1996;34(3):267-83.
- 9- Bandura A. *Self-efficacy: The exercises of control*. New York: W. H. Freeman & Company; 1997.
- 10- Bandura A. The primacy of self regulation in health promotion transformative main stream. *Applied Psychology & International Review*. 2005:245-54.
- 11- Herman KS. The influence of social self-efficacy, self-esteem and personality differences on loneliness and depression [dissertation]. In press 2005.

