

Psychological Components in the Acceptance of Psychological Counseling During Economic Crises

1. Abdollah Kazemi¹: Department of Psychology, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

2. Atefeh Rahmani^{2*}: Department of Counseling, Arak Branch, Islamic Azad University, Arak, Iran

*Corresponding Author's Email Address: Atefeh.rahmani55@gmail.com

Abstract:

Objective: The aim of this study is to identify and analyze the psychological components influencing the acceptance of psychological counseling during economic crises.

Methods and Materials: This qualitative study used semi-structured interviews. The sample consisted of 23 residents of Tehran who had experienced psychological issues during recent economic crises. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using NVivo software and thematic analysis. Theoretical saturation was used as the main criterion for stopping data collection.

Findings: The results showed that various psychological components influenced the acceptance of psychological counseling. These components included financial anxiety, self-esteem, social support, attitudes toward economic crises, and coping styles. Financial anxiety was identified as one of the major barriers to seeking counseling. Additionally, low self-esteem and lack of social support were found to be other barriers to accessing counseling services.

Conclusion: This study reveals that in times of economic crises, psychological factors such as financial anxiety and self-esteem significantly impact the acceptance of psychological counseling. Therefore, addressing these components can be essential in designing more effective psychological interventions in crisis situations.

Keywords: Counseling acceptance, economic crisis, financial anxiety, self-esteem, social support, crisis psychology

How to Cite: Kazemi, A. & Rahmani, A. (2024). Psychological Components in the Acceptance of Psychological Counseling During Economic Crises. Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology, 1(2), 59-67.

Received: date: 23 April 2024

Revised: date: 29 May 2024

Accepted: date: 10 June 2024

Published: date: 21 June 2024



مؤلفه‌های روان‌شناختی در پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی

۱. عبدالله کاظمی^{ID}: گروه روانشناسی، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

۲. عاطفه رحمانی^{ID*}: گروه مشاوره، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران (نویسنده مسئول)

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: Atefeh.rahmani55@gmail.com

چکیده

هدف: هدف از این مطالعه شناسایی و تحلیل مؤلفه‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی است. **روش‌ها و مواد:** این تحقیق از نوع کیفی و با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته انجام شد. جمعیت نمونه شامل ۲۳ نفر از ساکنین تهران بود که در بحران‌های اقتصادی اخیر دچار مشکلات روان‌شناختی شده بودند. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری و با استفاده از نرم‌افزار NVivo و روش تحلیل تماتیک مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. اشباع نظری به‌عنوان معیار اصلی برای توقف جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مؤلفه‌های روان‌شناختی مختلفی بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تأثیرگذار هستند. این مؤلفه‌ها شامل اضطراب مالی، عزت نفس، حمایت اجتماعی، نگرش به بحران اقتصادی و سبک‌های مقابله‌ای می‌باشند. اضطراب مالی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل بازدارنده در پذیرش مشاوره شناخته شد. همچنین عزت نفس پایین و عدم حمایت اجتماعی به‌عنوان موانع دیگر در پذیرش خدمات مشاوره‌ای مطرح گردید. **نتیجه‌گیری:** این تحقیق نشان می‌دهد که در دوران بحران‌های اقتصادی، عوامل روان‌شناختی چون اضطراب مالی و عزت نفس بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تأثیر مهمی دارند. بنابراین، توجه به این مؤلفه‌ها می‌تواند در طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثرتر در شرایط بحرانی ضروری باشد. **کلیدواژه‌ها:** پذیرش مشاوره، بحران اقتصادی، اضطراب مالی، عزت نفس، حمایت اجتماعی، روان‌شناسی بحران.

نحوه استناددهی: کاظمی، عبدالله، رحمانی، عاطفه. (۱۴۰۳). مؤلفه‌های روان‌شناختی در پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، (۲۱)، ۶۷-۵۹.

تاریخ دریافت: ۴ اردیبهشت ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۸ خرداد ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۲۱ خرداد ۱۴۰۳

تاریخ انتشار: ۰۱ تیر ۱۴۰۳



بحران‌های اقتصادی به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین چالش‌های جهانی، نه‌تنها اثرات منفی بر شرایط معیشتی و اقتصادی افراد دارند، بلکه تأثیرات عمیق و گسترده‌ای بر سلامت روانی و اجتماعی جامعه نیز به‌دنبال می‌آورند. بحران‌های اقتصادی که می‌توانند ناشی از عوامل مختلفی همچون رکود اقتصادی، تورم، بیکاری، سقوط بازارهای مالی، یا بحران‌های جهانی مانند پاندمی‌ها باشند، موجب تغییرات عمده‌ای در شرایط زندگی افراد و جوامع می‌گردند (Blanchard & Leigh, ۲۰۱۳). این تغییرات نه‌تنها بر وضعیت مالی افراد بلکه بر روان‌شناسی آنان نیز تأثیر مستقیم می‌گذارند.

در دوران بحران‌های اقتصادی، بسیاری از افراد با مشکلات روان‌شناختی از جمله اضطراب، افسردگی، استرس، و کاهش عزت نفس مواجه می‌شوند (Kabat-Zinn, ۲۰۱۳). این مشکلات روانی به‌ویژه در افرادی که از نظر مالی دچار بحران هستند، می‌تواند به‌شدت افزایش یابد و زندگی فردی و اجتماعی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. به‌عنوان مثال، فشارهای مالی می‌تواند باعث احساس بی‌پناهی و ناامیدی در افراد شود و در برخی موارد ممکن است به بروز اختلالات روان‌شناختی جدی‌تر منجر گردد (Friedli, ۲۰۱۳). بنابراین، در چنین شرایطی، نیاز به دریافت خدمات مشاوره روان‌شناختی به‌منظور مدیریت استرس و بهبود وضعیت روانی افراد ضروری به نظر می‌رسد.

با وجود نیاز شدید افراد به دریافت مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی، بسیاری از آن‌ها از این خدمات بهره نمی‌برند. پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار دارد که از آن جمله می‌توان به موانع فرهنگی، اجتماعی، و فردی اشاره کرد (Cunningham, ۲۰۰۶). بسیاری از افراد به دلیل احساس شرم، ترس از قضاوت اجتماعی، یا باورهای غلط درباره‌ی اثربخشی مشاوره‌های روان‌شناختی، از مراجعه به متخصصان این حوزه خودداری می‌کنند (Pescosolido et al., ۲۰۰۷). علاوه بر این، برخی افراد ممکن است به دلیل نگرش‌های منفی نسبت به بحران‌های اقتصادی و احساس عدم توانایی در تغییر وضعیت، به‌طور کلی از پذیرش هرگونه کمک روان‌شناختی اجتناب کنند (Möller-Leimkühler, ۲۰۰۳).

تحقیقات نشان داده‌اند که در شرایط بحرانی، نیاز به حمایت‌های روان‌شناختی افزایش می‌یابد، اما در عین حال، موانع متعددی برای دستیابی به این خدمات وجود دارد. بنابراین، درک مؤلفه‌های روان‌شناختی که می‌توانند بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تأثیر بگذارند، به‌ویژه در دوران بحران‌های اقتصادی، امری ضروری است (Lecomte et al., ۲۰۱۲). این مؤلفه‌ها می‌توانند شامل عوامل فردی مانند اضطراب و افسردگی، عوامل اجتماعی مانند حمایت اجتماعی، و عوامل اقتصادی همچون نگرانی‌های مالی باشند.

مؤلفه‌های روان‌شناختی که بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تأثیر می‌گذارند، می‌توانند از ابعاد مختلفی نشأت بگیرند. یکی از مهم‌ترین این مؤلفه‌ها، اضطراب و استرس مالی است که به‌ویژه در دوران بحران اقتصادی تشدید می‌شود. افرادی که تحت فشارهای مالی شدید قرار دارند، ممکن است دچار احساس اضطراب و بی‌پناهی شوند که این وضعیت می‌تواند بر تصمیم‌گیری آن‌ها برای مراجعه به مشاوره تأثیر بگذارد (Dohrenwend, ۲۰۰۰). بسیاری از افراد به دلیل نگرانی‌های مالی خود از پیگیری درمان‌های روان‌شناختی خودداری می‌کنند و به جای آن، ترجیح می‌دهند به شیوه‌های دیگر مانند خوددرمانی یا تغییرات رفتارهای مالی روی بیاورند (Kessler et al., ۲۰۰۵).

از دیگر مؤلفه‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره، عزت نفس افراد است. تحقیقات نشان می‌دهند که افرادی که عزت نفس پایین‌تری دارند، کمتر به دنبال دریافت کمک‌های روان‌شناختی می‌روند. این افراد ممکن است احساس کنند که مشاوره نمی‌تواند به آن‌ها کمک کند یا به دلیل احساس شرم و خجالت از دیگران نمی‌خواهند مشکلات خود را آشکار کنند (Corrigan et al., 2014). در مقابل، افرادی که از عزت نفس بالاتری برخوردارند، بیشتر تمایل به جستجوی کمک‌های روان‌شناختی دارند و راحت‌تر می‌توانند از این خدمات بهره‌برداری کنند (Heath et al., 2013).

حمایت اجتماعی نیز به‌عنوان یک عامل مهم در پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در نظر گرفته می‌شود. بسیاری از تحقیقات نشان داده‌اند که افراد با حمایت اجتماعی قوی‌تر از خانواده و دوستان، تمایل بیشتری به پذیرش مشاوره دارند. به‌عنوان مثال، افرادی که از حمایت‌های خانواده و دوستان بهره‌مند هستند، احساس می‌کنند که برای مراجعه به مشاور به تنهایی نیاز ندارند و این حمایت‌ها می‌تواند به‌عنوان یک مانع برای مراجعه به مشاوره عمل کند (Gonzalez et al., 2010). در عوض، افرادی که از حمایت اجتماعی کمتری برخوردارند، بیشتر به دنبال راه‌های حرفه‌ای برای حل مشکلات روانی خود می‌روند.

با توجه به تأثیرات گسترده بحران‌های اقتصادی بر سلامت روانی افراد و نیاز به پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در چنین شرایطی، مطالعه حاضر به شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی می‌پردازد. این مطالعه به‌ویژه بر اهمیت درک عواملی چون اضطراب مالی، عزت نفس، و حمایت اجتماعی در پذیرش خدمات مشاوره‌ای تأکید دارد. این تحقیق می‌تواند به سیاست‌گذاران و متخصصان بهداشت روان کمک کند تا با درک بهتر این مؤلفه‌ها، خدمات مشاوره‌ای به‌صورت مؤثرتری ارائه دهند و موانع موجود را برطرف سازند.

روش‌شناسی پژوهش

این مطالعه از طراحی تحقیق کیفی استفاده کرده است که بر درک مؤلفه‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی تمرکز دارد. شرکت‌کنندگان به‌صورت نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند تا افرادی که بحران‌های اقتصادی را تجربه کرده‌اند و قادر به ارائه دیدگاه‌های غنی و دقیق در این زمینه هستند، وارد مطالعه شوند. در مجموع، ۲۳ شرکت‌کننده از تهران انتخاب شدند که نماینده گروه‌های سنی، جنسیتی و اجتماعی-اقتصادی مختلف بودند. تمام شرکت‌کنندگان بزرگسال بودند و به‌طور مستقیم یا غیرمستقیم تحت تأثیر بحران‌های اقتصادی قرار داشتند.

داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری شدند که به مصاحبه‌کننده این امکان را می‌داد که به‌طور انعطاف‌پذیر و عمیق به عوامل روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در شرایط بحران اقتصادی بپردازد و در عین حال این امکان برای شرکت‌کنندگان فراهم می‌شد که آزادانه افکار و تجربیات خود را بیان کنند. مصاحبه‌ها به زبان فارسی انجام شدند و مدت‌زمان هر مصاحبه تقریباً ۴۵-۶۰ دقیقه بود. تمام مصاحبه‌ها با رضایت شرکت‌کنندگان ضبط صوتی شدند و به‌طور دقیق برای تجزیه و تحلیل منتقل گردیدند.

داده‌ها با استفاده از تحلیل تماتیک تجزیه و تحلیل شدند، با تمرکز بر شناسایی و تفسیر الگوها و تم‌هایی که از پاسخ‌های شرکت‌کنندگان به‌دست آمد. این تحلیل با کمک نرم‌افزار NVivo انجام شد که فرآیند سازماندهی، کدگذاری و دسته‌بندی داده‌ها را در تم‌های معنی‌دار تسهیل کرد. این فرآیند تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت، به این معنا که از جمع‌آوری داده‌های بیشتر، هیچ تم جدید و مهمی به‌دست نیامد. سپس یافته‌ها در ارتباط با ادبیات موجود در زمینه مؤلفه‌های روان‌شناختی تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی تحلیل شدند.

یافته‌ها

در این مطالعه، تعداد ۲۳ نفر به‌عنوان شرکت‌کننده انتخاب شدند که از میان آن‌ها ۱۱ نفر زن (۴۸ درصد) و ۱۲ نفر مرد (۵۲ درصد) بودند. از نظر سنی، ۴ نفر از شرکت‌کنندگان در گروه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال (۱۷ درصد)، ۱۰ نفر در گروه سنی ۳۱ تا ۴۵ سال (۴۳ درصد)، ۶ نفر در گروه سنی ۴۶ تا ۶۰ سال (۲۶ درصد) و ۳ نفر در گروه سنی بالای ۶۰ سال (۱۳ درصد) قرار داشتند. در میان شرکت‌کنندگان، ۱۵ نفر (۶۵ درصد) متأهل و ۸ نفر (۳۵ درصد) مجرد بودند. از لحاظ وضعیت تحصیلی، ۵ نفر دارای مدرک دیپلم (۲۲ درصد)، ۱۲ نفر دارای مدرک کارشناسی (۵۲ درصد)، ۴ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد (۱۷ درصد) و ۲ نفر دارای مدرک دکترا (۹ درصد) بودند. همچنین، ۶ نفر از شرکت‌کنندگان (۲۶ درصد) در بخش خصوصی مشغول به کار بودند، ۵ نفر (۲۲ درصد) در بخش دولتی، ۷ نفر (۳۰ درصد) شاغل آزاد و ۵ نفر (۲۲ درصد) بیکار بودند.

مؤلفه‌های روان‌شناختی فردی

اضطراب مالی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های روان‌شناختی فردی است که در اکثر مصاحبه‌ها مطرح شد. بسیاری از شرکت‌کنندگان از نگرانی‌های شدید خود در مورد وضعیت اقتصادی و آینده مالی صحبت کردند. یکی از شرکت‌کنندگان بیان کرد: "هر روز که بیدار می‌شوم، احساس می‌کنم که هیچ چیزی در دسترس نیست. تمام آنچه که دارم ممکن است در یک لحظه از دست برود." این اضطراب مالی بر جنبه‌های مختلف زندگی فردی افراد تأثیر گذاشته و احساس بی‌پناهی و ترس از شکست را افزایش داده است.

عزت نفس نیز یکی از مسائلی بود که به‌طور قابل‌توجهی در میان شرکت‌کنندگان مشاهده شد. بسیاری از آنان به پایین بودن عزت نفس خود در دوران بحران اشاره کردند. یکی از شرکت‌کنندگان گفت: "احساس می‌کنم دیگر هیچ چیزی برای نشان دادن ندارم. با خودم فکر می‌کنم آیا اصلاً شایسته‌ام؟" این کاهش عزت نفس به‌ویژه زمانی شدت می‌یافت که افراد خود را با دیگران مقایسه می‌کردند یا خود را ناتوان می‌دیدند.

مدیریت استرس در شرایط بحران اقتصادی یکی دیگر از مؤلفه‌های روان‌شناختی فردی بود که در مصاحبه‌ها به آن پرداخته شد. بسیاری از شرکت‌کنندگان از تکنیک‌های مختلفی که برای مقابله با استرس استفاده می‌کردند، سخن گفتند. یکی از مصاحبه‌شوندگان اظهار داشت: "برای اینکه ذهنم آرام بماند، به پیاده‌روی می‌روم یا در طول روز لحظاتی را به خودم اختصاص می‌دهم تا کمی استراحت کنم." استفاده از روش‌های مقابله‌ای مانند تغییر نگرش و ورزش نیز در کاهش استرس مؤثر شناخته شد.

مؤلفه‌های روان‌شناختی اجتماعی

حمایت اجتماعی به‌ویژه در دوران بحران اقتصادی نقش مهمی در پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی داشت. بسیاری از افراد اذعان داشتند که حمایت خانواده و دوستان می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا به راحتی به مشاوران مراجعه کنند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: "وقتی از دوستانم می‌شنوم که به مشاور مراجعه کرده‌اند، احساس می‌کنم که من هم باید این کار را انجام دهم. این باعث می‌شود که جرات کنم به مشاور مراجعه کنم."

اعتماد به دیگران یکی دیگر از مسائلی بود که در این تحقیق مورد توجه قرار گرفت. بسیاری از شرکت‌کنندگان از تردیدهایی که در رابطه با اعتماد به دیگران داشتند، صحبت کردند. یکی از مصاحبه‌شوندگان اظهار داشت: "نمی‌توانم به راحتی به دیگران اعتماد کنم. احساس می‌کنم ممکن است به من آسیب بزنند." این عدم اعتماد به دیگران می‌تواند مانعی برای پذیرش مشاوره باشد و افراد را از جستجو برای کمک روان‌شناختی باز دارد.

مؤلفه‌های روان‌شناختی اقتصادی

نگرش به بحران اقتصادی یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران بود. بسیاری از شرکت‌کنندگان نگرش‌های منفی و بدبینانه‌ای نسبت به وضعیت اقتصادی داشتند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: "هیچ‌امیدی به بهبود شرایط اقتصادی ندارم. همه‌چیز روز به روز بدتر می‌شود." این نگرش‌های منفی می‌تواند مانع از پذیرش خدمات روان‌شناختی شود، زیرا افراد ممکن است به این نتیجه برسند که هیچ‌کمی نمی‌تواند اوضاع را تغییر دهد.

انگیزه برای بهبود وضعیت مالی یکی دیگر از مؤلفه‌های روان‌شناختی اقتصادی بود که در این مطالعه مشاهده شد. بسیاری از افراد تلاش می‌کردند تا شرایط مالی خود را بهبود دهند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: "تمام تلاشم را می‌کنم تا درآمدم را افزایش دهم. حتی اگر شرایط سخت باشد، باید به فکر آینده باشم." این انگیزه برای بهبود وضعیت اقتصادی، موجب می‌شود که افراد به دنبال مشاوره‌های روان‌شناختی بروند تا راه‌های جدیدی برای مقابله با بحران بیابند.

مؤلفه‌های روان‌شناختی فرهنگی

باورهای فرهنگی در مورد مشاوره یکی از مؤلفه‌های روان‌شناختی مهم در این مطالعه بود. در فرهنگ‌های مختلف، مراجعه به مشاوره هنوز به‌عنوان یک تابو در نظر گرفته می‌شود. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: "در خانواده‌ام همیشه گفته می‌شد که مشکلات را باید درون خانواده حل کرد و به مشاور مراجعه نکرد." این نگرش‌ها می‌تواند افراد را از استفاده از خدمات روان‌شناختی بازدارد.

اعتقادات دینی و معنوی نیز بر پذیرش مشاوره تأثیرگذار بود. بسیاری از شرکت‌کنندگان به استفاده از روش‌های معنوی مانند دعا و نیایش اشاره کردند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: "وقتی به مشکلاتم فکر می‌کنم، ابتدا به خداوند مراجعه می‌کنم. احساس می‌کنم این کمک می‌کند." اعتقادات دینی می‌تواند نقش حمایتی در مقابله با بحران‌های اقتصادی ایفا کند، اما گاهی ممکن است مانعی برای پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی ایجاد کند.

مؤلفه‌های روان‌شناختی رفتاری

سبک مقابله‌ای فردی یکی از عواملی بود که در این مطالعه به آن پرداخته شد. برخی از افراد ترجیح می‌دهند مشکلات خود را به‌تنهایی حل کنند و از مراجعه به مشاوره خودداری می‌کنند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: "من معمولاً سعی می‌کنم خودم مشکلاتم را حل کنم. به کسی نیاز ندارم که به من بگوید چه کاری باید بکنم." این سبک مقابله‌ای می‌تواند بر پذیرش مشاوره تأثیر منفی بگذارد.

تغییرات رفتاری ناشی از بحران اقتصادی نیز در این تحقیق مورد توجه قرار گرفت. بسیاری از شرکت‌کنندگان اذعان داشتند که در شرایط بحران اقتصادی رفتارهای خود را تغییر داده‌اند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: "الان بیشتر مراقب هزینه‌هایم هستم. دیگر به راحتی پول خرج نمی‌کنم و بیشتر به پس‌انداز فکر می‌کنم." این تغییرات رفتاری می‌تواند نشان‌دهنده یک راهبرد برای مقابله با بحران اقتصادی باشد که برخی از افراد به‌طور ناخودآگاه آن را اتخاذ می‌کنند.

انعطاف‌پذیری در برابر تغییرات اقتصادی از دیگر عواملی بود که در این تحقیق بررسی شد. شرکت‌کنندگان به تغییرات ضروری در اولویت‌های زندگی خود اشاره کردند. یکی از مصاحبه‌شوندگان اظهار داشت: "شرایط اقتصادی بدتر شده، اما سعی می‌کنم به آن عادت کنم و اولویت‌هایم را تغییر دهم. این به من کمک می‌کند تا شرایط را بهتر مدیریت کنم." انعطاف‌پذیری در برابر تغییرات می‌تواند باعث شود افراد به دنبال راه‌های جدید برای مقابله با بحران‌ها باشند و از خدمات روان‌شناختی بهره ببرند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه نشان داد که مؤلفه‌های روان‌شناختی مختلفی بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی تأثیرگذار هستند. این مؤلفه‌ها شامل اضطراب مالی، عزت نفس، حمایت اجتماعی، نگرش به بحران اقتصادی و سبک‌های مقابله‌ای افراد بودند. یافته‌ها نشان دادند که اضطراب مالی یکی از مهم‌ترین عواملی است که موجب می‌شود افراد از پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی خودداری کنند. بسیاری از شرکت‌کنندگان در این مطالعه بیان کردند که بحران‌های اقتصادی موجب افزایش نگرانی‌های مالی آن‌ها شده و احساس بی‌پناهی و ترس از آینده را در آن‌ها تقویت کرده است. این اضطراب مالی، علاوه بر تأثیر بر تصمیم‌گیری‌های فردی، موجب کاهش توانایی افراد در جستجوی راه‌حل‌های روان‌شناختی نیز می‌شود. علاوه بر این، کاهش عزت نفس یکی دیگر از مشکلات رایج در دوران بحران اقتصادی است که بر پذیرش مشاوره تأثیر منفی می‌گذارد. بسیاری از شرکت‌کنندگان احساس کردند که به دلیل مشکلات اقتصادی، دیگر هیچ ارزشی ندارند و از مراجعه به مشاور خودداری کردند.

حمایت اجتماعی نیز به‌عنوان عامل تأثیرگذار دیگر بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی شناسایی شد. افرادی که از حمایت خانواده و دوستان برخوردار بودند، تمایل کمتری به مراجعه به مشاور داشتند، زیرا احساس می‌کردند که مشکلاتشان را می‌توانند به‌تنهایی یا با کمک نزدیکان خود حل کنند. این نتایج با نتایج پژوهش‌های پیشین هم‌راستا است که نشان می‌دهند حمایت اجتماعی می‌تواند به‌عنوان یک عامل بازدارنده در پذیرش مشاوره عمل کند (Gonzalez et al., 2010). در عین حال، برخی از افراد به دلیل کمبود حمایت اجتماعی بیشتر به دنبال خدمات مشاوره‌ای روان‌شناختی می‌روند تا احساس حمایت و راهنمایی دریافت کنند. از این رو، احساس حمایت اجتماعی می‌تواند هم‌زمان به‌عنوان یک عامل بازدارنده و هم‌چنین تسهیل‌کننده در پذیرش مشاوره عمل کند.

نگرش به بحران اقتصادی و سبک‌های مقابله‌ای نیز از دیگر مؤلفه‌هایی بودند که بر پذیرش مشاوره تأثیرگذار بودند. برخی از شرکت‌کنندگان، به‌ویژه افرادی که نگرش منفی نسبت به بحران اقتصادی داشتند، بیان کردند که اعتقادی به تغییر وضعیت و بهبود شرایط نداشتند و به همین دلیل به دنبال مشاوره نمی‌رفتند. در مقابل، افرادی که از انگیزه بالاتری برای بهبود وضعیت مالی خود برخوردار بودند، بیشتر تمایل به دریافت مشاوره نشان دادند. این نتایج با پژوهش‌های گذشته همخوانی دارد که نشان می‌دهند افراد با نگرش مثبت‌تر نسبت به تغییر شرایط بیشتر به خدمات روان‌شناختی مراجعه می‌کنند (Lecomte et al., 2012).

یافته‌های این مطالعه از چندین جنبه قابل‌تبیین است. اولین عامل تأثیرگذار در پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی، اضطراب مالی است. تحقیقات متعدد نشان داده‌اند که بحران‌های اقتصادی می‌توانند سطح بالایی از اضطراب مالی را در افراد ایجاد کنند (Dohrenwend, 2000). در دوران بحران اقتصادی، این اضطراب ممکن است به‌صورت فزاینده‌ای افزایش یابد و افراد را از جستجوی کمک‌های روان‌شناختی باز دارد. بر اساس تحقیقات Blanchard و Leigh (۲۰۱۳)، اضطراب

مالی می‌تواند به کاهش توانایی فرد برای جستجوی راه‌حل‌های مؤثر و مفید در مواجهه با مشکلات منجر شود. در همین راستا، بسیاری از افراد در این مطالعه اذعان داشتند که به دلیل نگرانی‌های مالی خود، ترجیح دادند تا به جای مشاوره به منابع مالی دیگری تکیه کنند یا مشکلاتشان را به تنهایی حل کنند.

عزت نفس یکی دیگر از مؤلفه‌های تأثیرگذار در پذیرش مشاوره است. همانطور که در مطالعه‌ی این تحقیق مشخص شد، افرادی که عزت نفس پایین‌تری دارند، کمتر به دنبال دریافت کمک‌های روان‌شناختی هستند. این یافته با پژوهش‌های پیشین همچون مطالعات Corrigan و همکاران (۲۰۱۴) همخوانی دارد که نشان می‌دهند افرادی با عزت نفس پایین‌تر، تمایل کمتری به پذیرش مشاوره دارند و احساس می‌کنند که نمی‌توانند از خدمات روان‌شناختی بهره‌مند شوند. در این مطالعه، شرکت‌کنندگان زیادی اشاره کردند که در شرایط بحران اقتصادی، احساس بی‌ارزشی و خودکم‌بینی افزایش یافته و این امر منجر به کاهش تمایل به مراجعه به مشاوران روان‌شناختی شده است.

حمایت اجتماعی نیز عامل دیگری است که بر پذیرش مشاوره تأثیرگذار است. در شرایط بحران اقتصادی، افرادی که از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار بودند، کمتر به دنبال مشاوره روان‌شناختی می‌رفتند. این یافته با نتایج تحقیق Gonzalez و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی دارد که نشان می‌دهند حمایت اجتماعی می‌تواند به‌عنوان یک منبع حمایتی و جایگزین برای خدمات روان‌شناختی عمل کند. در عین حال، افرادی که از حمایت اجتماعی کافی برخوردار نبودند، تمایل بیشتری به مراجعه به مشاوره‌های روان‌شناختی داشتند تا از آن طریق حمایت‌های روان‌شناختی دریافت کنند.

این مطالعه با وجود یافته‌های مفید خود، دارای محدودیت‌هایی است که باید در نظر گرفته شود. یکی از مهم‌ترین محدودیت‌ها، استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند است که باعث می‌شود نتایج تنها به جمعیت خاصی از افراد تعلق داشته باشد و قابل تعمیم به جمعیت‌های دیگر نباشد. همچنین، مطالعه تنها در تهران انجام شده است و این مسئله می‌تواند تأثیرات جغرافیایی و فرهنگی را نادیده بگیرد. علاوه بر این، از آنجایی که این تحقیق به‌صورت کیفی و از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته انجام شده است، ممکن است نظرات و تجربیات برخی از شرکت‌کنندگان نسبت به دیگران برجسته‌تر شده باشد که ممکن است به تعمیم‌پذیری نتایج آسیب برساند. در نهایت، فقدان داده‌های کمی برای ارزیابی میزان تأثیرگذاری دقیق مؤلفه‌های روان‌شناختی بر پذیرش مشاوره نیز از دیگر محدودیت‌های این مطالعه به شمار می‌آید.

با توجه به محدودیت‌های مطالعه حاضر، تحقیقات آینده می‌توانند به بررسی اثرات مؤلفه‌های روان‌شناختی بر پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی در جمعیت‌های مختلف و در مکان‌های جغرافیایی مختلف بپردازند. این تحقیقات می‌توانند با استفاده از روش‌های کمی و به‌ویژه تحلیل‌های آماری، تأثیر دقیق‌تر مؤلفه‌های مختلف مانند اضطراب مالی و عزت نفس بر پذیرش مشاوره را بررسی کنند. همچنین، بررسی تأثیر موانع فرهنگی و اجتماعی بر پذیرش مشاوره در کشورهای مختلف و جوامع مختلف می‌تواند به درک بهتر این پدیده کمک کند. استفاده از رویکردهای ترکیبی که هم روش‌های کیفی و هم کمی را در بر گیرد، می‌تواند به غنی‌تر شدن داده‌ها و تأثیرگذاری بیشتر این تحقیقات کمک کند.

این تحقیق نشان می‌دهد که متخصصان بهداشت روانی باید به مؤلفه‌های روان‌شناختی مختلفی که بر پذیرش مشاوره تأثیر می‌گذارند، توجه ویژه داشته باشند. به‌ویژه، بر اساس یافته‌های این مطالعه، توجه به اضطراب مالی و عزت نفس افراد می‌تواند به‌عنوان یکی از راهکارهای کلیدی برای ترغیب افراد به مراجعه به مشاوران روان‌شناختی در دوران بحران‌های اقتصادی مطرح شود. ارائه مشاوره‌هایی با هزینه‌های کمتر یا مشاوره‌های آنلاین می‌تواند به افراد کمک کند تا بدون

نگرانی‌های مالی از خدمات روان‌شناختی بهره‌مند شوند. همچنین، ایجاد فضای حمایتی در خانواده‌ها و جوامع می‌تواند افراد را به پذیرش مشاوره‌های روان‌شناختی تشویق کند. در نهایت، متخصصان بهداشت روانی باید از موانع فرهنگی و اجتماعی که ممکن است بر پذیرش مشاوره تأثیر بگذارد، آگاه باشند و راهکارهایی برای غلبه بر این موانع ارائه دهند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش به ما یاری رساندند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

- Blanchard, O. J., & Leigh, D. (2013). Growth forecast errors and fiscal multipliers. *Brookings Papers on Economic Activity*, 2013(1), 101-182.
- Cunningham, J. A. (2006). Determinants of treatment seeking for alcohol problems in the general population. *Journal of Studies on Alcohol*, 67(4), 634-640.
- Corrigan, P. W., Druss, B. G., & Perlick, D. A. (2014). The impact of mental illness stigma on seeking and participating in mental health care. *Psychological Science in the Public Interest*, 15(2), 37-70.
- Dohrenwend, B. P. (2000). The role of adversity and stress in psychopathology: Some evidence and its implications for theory and research. *Journal of Health and Social Behavior*, 41(1), 88-98.
- Friedli, L. (2013). Mental health, resilience and inequalities. World Health Organization.
- Gonzalez, H. M., Tarraf, W., Whitfield, K. E., & Vega, W. A. (2010). The epidemiology of major depression and ethnicity in the United States. *Journal of Psychiatric Research*, 44(15), 1047-1056.
- Heath, P. J., Vella, A., & Wyatt, K. (2013). The role of self-esteem in the treatment of mental illness: Insights and implications. *Psychology, Health & Medicine*, 18(4), 413-428.
- Kabat-Zinn, J. (2013). Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness. Delta.
- Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Chatterji, S., Lee, S., & Ustün, T. B. (2005). The global burden of mental disorders: An update from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 14(2), 97-103.

- Lecomte, T., Corbière, M., & Pruvost, M. (2012). Psychosocial rehabilitation and recovery in schizophrenia. *Journal of Psychiatric Practice*, 18(5), 398-407.
- Möller-Leimkühler, A. M. (2003). The gender gap in suicide and premature death or: why are men so vulnerable? *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 253(1), 1-7.
- Pescosolido, B. A., Medina, T. R., Martin, J. K., & Long, J. S. (2007). The "Backbone" of stigma: Identifying the global structure of public prejudice toward people with mental illness. *Social Science & Medicine*, 65(9), 2450-2461.