





## Development of a causal model of dependence on virtual social networks based on the relationships between social anxiety, perceived social support, and feeling of loneliness with mediation of self-regulation

- Roghieh Sadeghzadeh**  Phd student, Department of Educational psychology, Islamic Azad university, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan , Iran.
- Hasan Ahadi** \* professor, Allameh tabataba'i University, Tehran, Iran.
- Fariborz Dortaj**  professor, Allameh tabataba'i University, Tehran, Iran.
- Golamreza Manshaee**  Department of Educational psychology, Islamic Azad university, Isfahan (Khorasgan) Branch, Isfahan , Iran.

### Abstract

The present study aimed to investigate the relationships between social anxiety, perceived social support, feeling of loneliness, and self-regulation with dependence on virtual social networks in order to develop a structural model for students. 514 high school students were selected as the samples from four districts of northern and southern Tehran by cluster sampling method. Students responded to the social anxiety (Puklek, 2004), perceived social support (Zimet et al, 1988), and loneliness (Russell, 1996) questionnaires as well as the researcher-made questionnaire of dependence on social networks, and self-regulation questionnaire (Brown, Miller, and Lewandowski, 1999). Research data was analyzed using structural equation

This article is based on a Phd Department of Educational psychology Islamic Azad university, Isfahan (Khorasgan).

\* Corresponding Author: drhahadi5@gmail.com

**How to Cite:** Sadeghzadeh, R., Ahadi, H., Dortaj, F., Manshaee, G. (2022). Development of a causal model of dependence on virtual social networks based on the relationships between social anxiety, perceived social support, and feeling of loneliness with mediation of self-regulation, *Journal of New Media Studies*, 8(29), 237-363.


modeling (SEM). The results indicated that the model had a good fit. In direct effects, there was a significant relationship between social anxiety, perceived social support and self-regulation, but in indirect effects, only the loneliness variable had a significant relationship with mediation of self-regulation. Therefore, it can be concluded that the four predictor variables had influence on social network dependency. This issue indicates their special importance.

**Keywords:** dependency, virtual social networks, anxiety; loneliness, Self-regulation, support.




## تدوین مدل علی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس روابط بین اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک شده، احساس تنهایی با میانجی‌گری خودتنظیمی


دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

رقیه صادق‌زاده 


استاد دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

حسن احدی  \*

استاد دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

فریبرز درتاج 

دانشیار دانشکده روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

غلامرضا منشی 

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی روابط بین اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک شده، احساس تنهایی، خودتنظیمی با وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی جهت تدوین مدل ساختاری در دانش‌آموزان است. نمونه‌ای به حجم ۵۱۴ نفر در مقطع متوسطه‌ی دوم به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای از چهار منطقه شمال و جنوب تهران انتخاب شده است. دانش‌آموزان به پرسشنامه‌های اضطراب اجتماعی (Puklek, ۲۰۰۴)، حمایت اجتماعی ادراک شده (Zimet et al, 1988)، تنهایی (Russell, ۱۹۹۶) و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی محقق ساخته و خودتنظیمی (Lawendowski, Miller, Brown, ۱۹۹۹) پاسخ داده‌اند. داده‌های پژوهش با استفاده از معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که مدل دارای پرازش مناسبی است. در اثرات مستقیم متغیرهای اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی و خودتنظیمی معنادار بوده‌اند. همچنین در اثر غیرمستقیم تنها متغیر احساس تنهایی با میانجی‌گری

این مقاله برگرفته از رساله دکتری رشته روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) است.

\* نویسنده مسئول: drhahadi5@gmail.com

خودتنظیمی ارتباط معنادار داشته است؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که چهار متغیر پیش بین در مدل وابستگی به شبکه‌های اجتماعی تأثیرگذار واقع شده‌اند که این امر نشان‌دهنده‌ی اهمیت ویژه آن‌هاست.

**کلیدواژه‌ها:** وابستگی، شبکه‌های اجتماعی مجازی، اضطراب، تنهایی، خودتنظیمی، حمایت.

## مقدمه

امروزه فناوری‌های ارتباطی شکل نوینی به خود گرفته‌اند و در گذر زمان رشد روزافزون داشته و به شکل‌های گوناگون پدید آمده‌اند و تأثیرات متفاوت در بخش‌ها و نهادهای گوناگون جوامع از جمله تجارت، خانواده و آموزش و پرورش داشته است. همچنین شبکه‌های اجتماعی مجازی در زندگی شخصی افراد بسیار نفوذ کرده است. به گونه‌ای که استفاده از آن جزو یکی از ضرورت‌های زندگی شده است و زندگی بدون آن را نمی‌توان به راحتی تصور نمود.

شبکه‌های اجتماعی خدمات آن‌لاین<sup>۱</sup> هستند که به اشخاص این امکان را می‌دهد تا بتوانند در یک چهارچوب معین صفحه شخصی خود را داشته باشند و خودشان را به دیگران معرفی نمایند. بدین وسیله ارتباط خودشان را با افراد دیگر حفظ کرده و علاوه بر این قادر به تشکیل ارتباط‌های اجتماعی جدید و بزرگ‌تر هستند (Boyd & Ellison, ۲۰۰۷). در واقع، شبکه‌ها ساختارهایی گسترده و باز هستند که بدون هیچ محدودیتی گسترش پیدا کرده‌اند و ویژگی‌های جدیدی را درون خود دارا می‌باشند. شبکه‌ها ابزار مناسبی برای فعالیت‌های مختلف هستند (Castells, 2005) به نقل از علیقلیان و همکاران، (۱۳۸۴)

فناوری‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی همچون شبکه‌های اجتماعی مجازی<sup>۲</sup> با رشد و توسعه خود دارای آثار مثبت و منفی می‌باشند و دیدگاه‌های متفاوتی درباره آن به وجود آمده است. پژوهش‌های مختلفی نشانگر ارتباط بین شبکه‌های مجازی و جنبه‌های مختلفی روانی - اجتماعی همچون افسردگی<sup>۴</sup> (Kerant Patterson Lundmark, Kiesler, ۲۰۰۲؛ Davis, 2001؛ Caplan & High, ۲۰۰۷؛ LaRose, Mastro, Eastin, 2001)، باورها و افکار منفی و عزت‌نفس پایین<sup>۳</sup> (Caplan, 1997؛ Mukopadhyay & Scherlis, 1997)؛

<sup>۱</sup> Social network

<sup>۲</sup> On line

<sup>۳</sup> virtual Social network

<sup>۴</sup> Depression

<sup>۵</sup> Low Self esteem

احساس تنهایی<sup>۶</sup> (Caplan, ۲۰۰۲; Nalwa & Anand, ۲۰۰۳)، اضطراب<sup>۷</sup> (Caplan, 2005) و کاهش در مهارت‌های اجتماعی (Caplan, ۲۰۰۵) وجود دارد.

در قلمرو نظری با توجه به این که استفاده‌ی آسیب‌زا از اینترنت و وابستگی افراطی به آن ماهیتی پیچیده دارد، در رابطه با آن نظریه‌های مختلفی شکل گرفته است که هر یک از آن‌ها این نوع استفاده و وابستگی را به جنبه‌های مختلفی از زندگی افراد مرتبط می‌داند (Baran, 2002). نظریه‌ی لذت<sup>۸</sup> دلیل استفاده افراطی از این شبکه‌ها را کسب لذت می‌داند و نظریه‌ی وابستگی<sup>۹</sup> که توسط بالروکیچ<sup>۱۰</sup> و همکاران مطرح شده است، دلیل وابستگی را به تأمین نیازهای مختلف مرتبط می‌داند. از جمله‌ی این نیازها می‌توان نیاز به سرگرمی، نیاز به کسب اطلاعات، نیاز به رهایی از مشکلات روزانه و موارد دیگر اشاره کرد (Okazaki, ۲۰۱۱). نظریه تنظیم برنامه بیان می‌کند که شبکه‌های اجتماعی فرایند فکری افراد را تغییر می‌دهند، بدین صورت که آن‌ها بعد از استفاده از شبکه‌ها به مسائلی بسیار بیشتر و به موضوعاتی بسیار کمتر اهمیت می‌دهند. این تغییر در برنامه‌ی فکری افراد می‌تواند وابستگی به همراه داشته باشد (Brown, 2002)

علاوه بر نظریه‌های گفته‌شده در بالا نظریه‌ی شناختی - رفتاری در این زمینه تلاش می‌کند تا نتایج مربوط به آن را مدل‌سازی کند. در مدل استفاده آسیب‌زای اینترنت<sup>۱۱</sup>، شناخت‌ها و رفتارهایی که موجب پیامدهای منفی در زندگی می‌شود تصور شده است. اساس نظریه بر افکار یا شناخت فرد می‌باشد. در این نظریه بیان شده است که نشانه‌های شناختی استفاده آسیب‌زای اینترنت باعث ایجاد نشانه‌های رفتاری یا عاطفی می‌شوند. نشانه‌های شناختی شامل افکار نشخوارگر<sup>۱۲</sup> خودارزشی پایین<sup>۱۳</sup>، سبک شناختی افسرده،

---

۶Loneliness

۷Anxiety

۸Gratification Theory

۹Dependency Theory

۱۰Ball-Rokeach

۱۱Pathological Internet use

۱۲Ruminant thoughts

۱۳Low Self-worth

عزت‌نفس پایین و اضطراب اجتماعی<sup>۴</sup> است (Davis, 2001).

پژوهش‌ها بین استفاده آسیب‌زای اینترنت و رفتار اجتماعی آنلاین و مشکلاتی همچون فقدان حمایت اجتماعی<sup>۵</sup>، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی همبستگی مثبت را نشان می‌دهند (۲۰۰۵، ۲۰۰۷). (Caplan, 2000, Morahan & Schumacher). پژوهش (Gunuc, Dogan, ۲۰۱۳) درباره ارتباط بین حمایت اجتماعی و اعتیاد به اینترنت در نوجوانان نشان می‌دهد که رابطه معکوس بین این دو وجود دارد. بدین معنا که هراندازه حمایت اجتماعی بیشتر باشد نوجوان گرایش کمتری در استفاده از اینترنت دارد.

همچنین در پژوهش (Caplan, ۲۰۰۵) اشاره شده است که استفاده‌کنندگان از نت جهت تنظیم خلق، آن را به کار می‌برند که راهی برای رهایی از مشکلاتی چون افسردگی، اضطراب، احساس تنهایی می‌باشد. بر اساس مطالعات انجام‌شده در خصوص احساس تنهایی، افرادی که دارای احساسات تنهایی می‌باشند با انتظارات و پیش‌بینی‌های منفی وارد تعاملات اجتماعی می‌شوند و به دلیل نداشتن مهارت‌های اجتماعی کافی در ایجاد و تداوم روابط دوستانه نزدیک شکست می‌خورند. آن‌ها افرادی مضطرب می‌باشند و نسبت به طرد شدن از طرف دوستان و نزدیکان حساس می‌باشند. همچنین از انجام فعالیت‌های اجتماعی طفره رفته و در کنترل محیط با مشکل مواجه می‌شوند. این افراد خود را کم‌ارزش، حقیر، دوست‌نداشتنی و نالایق می‌پندارند و عزت‌نفس کمی دارند (Gunuc & Dogan, ۲۰۱۳).

(Caplan, ۲۰۰۷) نیز بیان می‌کند که افرادی که دارای اضطراب اجتماعی هستند از تعاملات آنلاین به‌عنوان روشی برای کاهش اضطراب خودافشاگری<sup>۶</sup> به‌جای تعاملات چهره به چهره در محیط‌های واقعی استفاده می‌نمایند. همچنین بر اساس پژوهش (Davis, ۲۰۰۱) افراد دارای مشکلاتی همچون تنیدگی، اضطراب، تنهایی یا افسردگی، کمبود حمایت اجتماعی می‌باشند، بیشتر آمادگی بروز رفتارهای ناسازگارانه مرتبط با فضای مجازی را دارا می‌باشند. درواقع مشکلات روانی اجتماعی افراد را مهیا برای ایجاد

---

! Social Anxiety

! Social Support

! Self Disclosure

شناخت‌های غیر انطباقی می‌کنند که منجر به ایجاد خودتنظیمی<sup>۷</sup> ناکارآمد می‌شود که در نتیجه منجر به ایجاد پیام‌های منفی مرتبط به استفاده از شبکه و نت‌ها می‌گردد. (Caplan, 2001, 2005, Davis, 2010). مطالعات نشان می‌دهد که اعتیاد به اینترنت در نتیجه خودتنظیمی پایین رخ می‌دهد. با وجود اینکه کاربران به خوبی از آسیب‌های استفاده بیش از حد اینترنت آگاه می‌باشند، ولی پیامدهای خوشایند رفتار آنلاین بودن تا حدی است که آنان معیارهای درونی خود را کنار گذاشته و این مسئله به مرور منجر به بروز وابستگی می‌شود (Larose, Mastro, Eastin, 2001).

از بین کاربران شبکه‌های مجازی، نوجوانان ممکن است به طور فوق‌العاده‌ای مجذوب کاربرد آن شوند. همان‌طور که در پژوهش‌های مرتبط با اینترنت این موضوع آمده است. متغیرهای مربوط به فشار روانی منجر به استفاده افراطی نوجوانان از اینترنت شده است (Lam, ziwen, Jin – cheng&Jin, 2009).

همچنین نوجوانان از اینترنت به عنوان روشی در دسترس برای حل و فصل مهارت‌های کنار آمدن با مشکلات استفاده می‌کنند. علاوه بر آن می‌توانند خود را بدین طریق ابراز نمایند (Tosun – Lajunen, 2009). در پژوهشی که در سال ۲۰۱۵ توسط وندرسن، بولی، هنگر و کومرز<sup>۸</sup> در رابطه با مدل‌سازی رفتارهای اعتیادگونه به گوشی‌های هوشمند با توجه به متغیرهای هوش هیجانی، استرس اجتماعی، خودتنظیمی و جنسیت صورت گرفته شد. نتایج نشان داد که استفاده از گوشی‌های هوشمند می‌تواند رفتار اعتیادگونه را به همراه داشته باشد. علاوه بر این مورد خودتنظیمی رابطه‌ی نیرومندی با اعتیاد به تلفن همراه داشته به نحوی که شکست در خودتنظیمی، افزایش اعتیاد را به همراه داشت در این پژوهش نشان داده شد که زنان با احتمال بیشتری ممکن است دچار اعتیاد شوند.

به‌رغم پژوهش‌های انجام‌شده که بین متغیرها و وابستگی شبکه‌های مجازی، هنوز مشکلاتی در این زمینه وجود دارد؛ به‌عبارت‌دیگر اکثریت پژوهش‌ها به بررسی روابط بر پایه‌ی مدل رگرسیون پرداخته‌اند و در جامعه‌ی مختص دانش‌آموزان ایرانی مدلی جامع در

<sup>۷</sup> Self-Regulation

<sup>۸</sup> Wandeursen, Bolle, Henger & Kommers



این رابطه به چشم نمی‌خورد؛ بنابراین مسئله اصلی پژوهش حاضر تدوین مدلی جامع در رابطه با وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی می‌باشد؛ بنابراین با توجه به مطالب گفته‌شده در مدل پژوهش حاضر متغیرهای برون‌زا (متغیرهایی که تأثیری از سایر متغیرهای موجود در مدل دریافت نمی‌کنند) شامل، اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی و تنهایی و متغیر میانجی خودتنظیمی می‌باشد و متغیر درون‌زا (متغیری که از سایر متغیرهای موجود در مدل تأثیر می‌پذیرد) نیز وابستگی به شبکه‌های اجتماعی می‌باشد.

### روش پژوهش

جامعه‌ی آماری این پژوهش شامل کلیه‌ی دختران مقطع متوسطه‌ی دوم شهر تهران می‌باشد که در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ در مدارس دولتی مشغول به تحصیل بودند. در مجموع به طور تصادفی از جامعه‌ی پژوهشی ۶۰۰ نفر نمونه‌گیری شده است و پرسشنامه توسط دانش‌آموزان تکمیل گردید. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای است. بدین صورت که از بین مناطق بیست و دو گانه تهران ابتدا چهار منطقه به طور تصادفی انتخاب و سپس در مرحله‌ی دوم به طور تصادفی از بین تمامی مدارس موجود در مناطق سه، چهار، هشت، دوازده (حدود ده مدرسه در هر منطقه) سی کلاس از دانش‌آموزان انتخاب گردید. سی و پنج نفر از دانش‌آموزان عضو شبکه‌های اجتماعی نبوده‌اند. پنجاه و یک عدد از پرسشنامه‌ها به دلیل مخدوش بودن کنار گذاشته شد؛ بنابراین آزمون فرضیه‌ها بر اساس اطلاعات به دست آمده از ۵۱۴ دانش‌آموز صورت گرفت.

ابزارهای گردآوری داده‌های پژوهش بدین صورت است:

### مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان

مقیاس اضطراب اجتماعی (Puklek, ۲۰۰۴) شامل ۲۸ گویه است که نگرانی‌ها، ترس‌ها و رفتارهای اجتنابی نوجوانان را در موقعیت‌های اجتماعی مختلف، مانند تعامل با دوستان و تعامل در مدرسه اندازه‌گیری می‌کند. در ایران این مقیاس توسط خدائی و همکاران (۱۳۹۰) مورد هنجاریابی قرار گرفته است و روایی آن تأیید شده است آن‌ها ضریب آلفا

برای زیر مقیاس‌های شناختی، رفتاری و نمره‌ی کل مقیاس را به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۶۸ و ۰/۸۳ به دست آورده‌اند. این مقیاس از دو زیر مقیاس درک و ترس از ارزیابی منفی (بعد شناختی) و تنش و بازداری در برخوردهای اجتماعی (بعد رفتاری) تشکیل شده است. ۱۵ گویه‌ی بعد شناختی این مقیاس، ترس‌ها، نگرانی‌ها و انتظارات ارزیابی‌های منفی احتمالی را از طریق همسالان اندازه‌گیری می‌کند. ۱۳ گویه‌ی بعد رفتاری نیز تنش یا آرامیدگی، بازداری و آمادگی برای مواجهه با موقعیت‌های اجتماعی را اندازه‌گیری می‌کند. سؤال‌ها در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شوند. بدین صورت که کاملاً موافقم نمره ۵، موافقم نمره ۴، بی نظرم نمره ۳، مخالفم نمره ۲ و کاملاً مخالفم نمره ۱ را دریافت می‌کند. لازم به ذکر است نمره‌گذاری سؤال‌های ۳، ۴، ۱۲، ۱۷، ۲۱، ۲۵، ۲۶، ۲۷ و ۳۵ به‌طور معکوس انجام می‌شود. در این مقیاس سؤالات ۲، ۴، ۵، ۷، ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۲۱، ۲۵، ۲۶، ۲۷ مربوط به خرده مقیاس درک و ترس از ارزیابی منفی و سؤالات ۱، ۳، ۶، ۹، ۱۱، ۱۳، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۳، ۲۴ و ۲۸ مربوط به خرده مقیاس تنش و بازداری در برخورد اجتماعی می‌باشد. نمره‌ی بالاتر آزمودنی در خرده مقیاس‌ها و نمره کل نشان‌دهنده ترس از ارزیابی منفی بیشتر، تنش و بازداری در برخورد اجتماعی بیشتر و در مجموع نشان‌دهنده اضطراب اجتماعی بیشتر می‌باشد. مقدار پایایی پرسشنامه در این پژوهش ۰/۷ می‌باشد.

#### مقیاس چندوجهی حمایت اجتماعی ادراک‌شده:

مقیاس چندوجهی حمایت اجتماعی ادراک‌شده (Zimet et al, 1988) مشتمل بر ۱۲ ماده است که برای سنجش میزان حمایت اجتماعی ادراک‌شده به کار می‌رود. خرده مقیاس‌هایی که در پرسشنامه‌ی چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک‌شده مورد سنجش قرار می‌گیرند عبارت‌اند از: حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی دوستان و حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی دیگران. سؤال‌ها در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شوند. بدین صورت که کاملاً موافقم نمره ۵، موافقم نمره ۴، بی نظرم نمره ۳، مخالفم نمره ۲ و

کاملاً مخالفم نمره ۱ را دریافت می‌کند. نمره‌ی بالاتر آزمودنی در خرده‌مقیاس‌ها و نمره‌ی کل نشان‌دهنده‌ی حمایت اجتماعی ادراک‌شده‌ی بیشتر می‌باشد. روایی این پرسشنامه توسط (Zimet et al, 1988) مشخص و در حد مطلوب گزارش شده است. سلیمی، جوکار و نیک پور (۱۳۸۸) پایایی مقیاس را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای خانواده‌دوستان و افراد مهم زندگی ۰/۸۶، ۰/۸۲/۸۶، ۰/۸۲/۸۶ اشاره کرده‌اند. میزان پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸ می‌باشد.

### مقیاس احساس تنهایی

مقیاس احساس تنهایی (Russell, ۱۹۹۶) شناخته‌شده‌ترین مقیاس استاندارد است و مقیاسی معتبر در میان مقیاس‌های دیگر می‌باشد. مقیاس احساس تنهایی دارای بیست سؤال (ده جمله با مضمون مثبت و ده جمله با مضمون منفی) است که خواننده باید به هر یک از سؤالات روی مقیاس لیکرت چهاردرجه‌ای پاسخ دهد. این مقیاس توسط شکرکن و میردریکوند ترجمه و پس از اجرای مقدماتی و اصلاحات بکار گرفته شده است. در این پرسشنامه هرگز امتیاز (۱)، به‌ندرت امتیاز (۲)، گاهی امتیاز (۳) و همیشه امتیاز (۴) دارد. ولی امتیاز سؤالات ۱، ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰ معکوس نمره‌گذاری می‌شوند دامنه نمرات آزمون از بیست تا هشتاد است و نمره‌ی بیشتر نشان‌دهنده احساس تنهایی بیشتر است. ضریب همسانی درونی این مقیاس در فرم اصلی برابر ۰/۷۸ می‌باشد. همچنین این ضریب در پژوهش داورپناه (۱۳۷۳) برابر ۰/۷۸ به دست آمد. در پژوهش حاضر میزان پایایی ۰/۹ محاسبه شده است.

### مقیاس خودتنظیمی

پرسشنامه خودتنظیمی را (Brown, Miller, & Lawendowski, ۱۹۹۹) جهت ارزیابی فرایندهای خودتنظیمی طراحی و ساخته‌اند. این پرسشنامه دارای ۶۳ سؤال می‌باشد و از هفت خرده‌مقیاس بنام‌های پذیرش - ارزیابی - راه‌اندازی - بررسی - برنامه‌ریزی - اجرا - سنجش تشکیل می‌شود که جهت سنجش توانایی کلی در تنظیم رفتار طراحی شده است.

این پرسش‌نامه بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت پاسخ داده می‌شود و در آن کاملاً مخالفم امتیاز (۱)، مخالفم امتیاز (۲)، نظری ندارم (۳) موافقم امتیاز (۴) و کاملاً موافقم امتیاز (۵) دارد. گویه‌های ۱۰، ۸، ۶، ۵، ۴، ۳، ۲، ۱۳، ۱۲، ۱۵، ۲۰، ۱۹، ۲۶، ۲۴، ۲۱، ۳۱، ۲۹، ۳۳، ۳۷، ۴۳، ۴۰، ۴۵، ۶۲، ۵۵، ۵۰، ۶۳ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره بالاتر در هر خرده مقیاس نشان‌دهنده‌ی عملکرد بهتر در آن خرده مقیاس می‌باشد. این پرسش‌نامه در جامعه دانشجویان توسط رضائی و برزگر (۱۳۹۳) مورد هنجاریابی قرار گرفته است. آن‌ها روائی همگرایی این پرسش‌نامه را ۰/۷۴ و ضریب همسانی درونی را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند. همچنین سیفی (۱۳۹۶) از این ابزار در جامعه‌ی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه استفاده کرده و ضرایب همسانی خرده مقیاس‌ها را به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۸، ۰/۹۱، ۰/۷۴، ۰/۷۴، ۰/۸۸ و ۰/۷۱ گزارش کرده است. میزان پایایی محاسبه‌شده در پژوهش حاضر برای نمره‌ی کلی مقیاس ۰/۸ می‌باشد.

### مقیاس وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی

جهت سنجش میزان وابستگی به شبکه‌های اجتماعی از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شده است. ابتدا جهت تدوین پرسشنامه، منابع مختلف همچون کتب، مقالات و ابزارهایی که جهت وابستگی و اعتیاد به اینترنت ساخته شده‌اند، مطالعات انجام شده است. سپس با الگو و اساس قرار دادن پرسشنامه‌هایی همچون (Young, ۱۹۹۷) و (Caplan, 2010) گویه‌های جدید تدوین گشت. نسخه‌ی اولیه پرسشنامه شامل سی و پنج سؤال بود. جهت تعیین روائی صوری پرسشنامه برای ده نفر از متخصصین و اساتید روان‌شناسی و روان‌سنجی فرستاده شده است. سپس دو گویه به دلیل نامناسب بودن و ناهماهنگی با اهداف پرسشنامه حذف گردید. این ابزار ابتدا به صورت آزمایشی و مقدماتی بر روی چهل نفر از دانش‌آموزان اجرا گردید. در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه‌ی اولیه ابزار شاخص اعتبار با استفاده از آلفای کرونباخ، ۰/۸۶ محاسبه شد. یک گویه به دلیل عدم همبستگی درونی با سایر گویه‌ها حذف شد. بنابراین پرسشنامه نهایی با سی و دو گویه تدوین شده است که در مقیاس لیکرتی با چهار طیف (همیشه، گاهی، به ندرت، هرگز) است. در این

پرسشنامه هرگز امتیاز (۱)، به ندرت امتیاز (۲)، گاهی امتیاز (۳) و همیشه امتیاز (۴) دارد. نمره‌ی بالاتر آزمودنی نشان‌دهنده‌ی وابستگی بیشتر به شبکه‌های اجتماعی مجازی می‌باشد. در این مقیاس، آزمودنی‌هایی که نمره‌ی ۶۸ تا ۸۳ کسب می‌کنند دارای وابستگی خفیف، آزمودنی‌هایی که نمره‌ی ۸۳ تا ۹۷ کسب می‌کنند، دارای وابستگی متوسط و آزمودنی‌هایی که نمره‌ی ۹۷ به بالا کسب می‌کنند دارای وابستگی شدید در نظر گرفته می‌شوند. به منظور بررسی روایی سازه پرسشنامه بر روی ۵۰۰ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای اجرا گردید. بدین منظور از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی استفاده شده است. مقدار آزمون کرویت بارتلت<sup>۱۹</sup> برابر ۴۲۳۱,۱۲ بود که در سطح معناداری ۹۹ درصد معنادار بوده و ضریب کمو برای این تحلیل برابر ۰/۹۴ بود.

### یافته‌های پژوهش

در ابتدا شاخص‌های آماری جمعیت شناختی پژوهش به صورت جدول و نمودار گزارش شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیر رشته تحصیلی

تحصیلات	فراوانی	درصد	درصد تراکمی
تجربی	۲۰۳	۳۹,۴۹	۳۹,۴۹
ریاضی	۱۰۵	۲۰,۴۲	۵۹,۹۱
انسانی	۲۰۶	۳۹,۹۹	۹۹,۷۹
کل	۵۱۴	۱۰۰	-

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود بیشترین افراد گروه نمونه از افراد با رشته تحصیلی انسانی (۳۹,۹۹ درصد) است.

<sup>۱</sup> Bartlett's test

<sup>۲</sup> Kaiser-Meyer-olkin

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیر استفاده از شبکه اجتماعی تلگرام

استفاده	فراوانی	درصد	درصد تراکمی
بله	۴۹۶	۹۶,۵	۹۶,۵
خیر	۱۸	۳,۵	۱۰۰
کل	۵۱۴	۱۰۰	-

با توجه به جدول ۲ حدود ۹۷ درصد افراد گروه نمونه از شبکه اجتماعی تلگرام استفاده می‌کنند و تنها ۳ درصد از دانش‌آموزان کاربر تلگرام نمی‌باشند که این مطلب نشان‌دهنده گستردگی و اهمیت تلگرام می‌باشد.

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی متغیر استفاده از شبکه اجتماعی اینستاگرام

استفاده	فراوانی	درصد	درصد تراکمی
بله	۳۵۴	۶۸,۹	۶۸,۹
خیر	۱۶۰	۳۱,۱	۱۰۰
کل	۵۱۴	۱۰۰	-

همان‌طور که جدول ۳ نشان می‌دهد حدود ۶۹ درصد افراد از شبکه اجتماعی اینستاگرام استفاده می‌کنند. بیشتر از نیمی از نمونه موردنظر از این رسانه استفاده می‌کنند که این موضوع نشان از علاقه و گستردگی استفاده‌ی دانش‌آموزان دارد.

جدول ۴. شاخص‌های توصیفی متغیر استفاده از شبکه اجتماعی فیس‌بوک

استفاده	فراوانی	درصد	درصد تراکمی
بله	۴۷۵	۹۲,۴	۹۲,۴
خیر	۳۹	۷,۶	۱۰۰
کل	۵۱۴	۱۰۰	-

همان‌طور که جدول ۴ نشان می‌دهد ۴۷۵ نفر (۹۲,۴ درصد) از شبکه اجتماعی فیس‌بوک استفاده می‌کنند و تنها ۷,۶ درصد افراد از شبکه اجتماعی فیس‌بوک استفاده نمی‌کنند.

مقایسه درصد فراوانی استفاده شبکه‌های اجتماعی مجازی نشان می‌دهد که بیشترین کاربر دانش‌آموز را به ترتیب تلگرام، فیس‌بوک و اینستاگرام دارد. هر سه سایت بیش از نیمی از افراد را به خود اختصاص داده است.

در جدول ۵ میانگین، انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۵. میانگین، انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

انحراف استاندارد	میانگین	بیشترین	کمترین	N	
۸/۴۹۴۰۶	۴۴/۱۸۸۳	۶۰/۰۰	۱۳/۰۰	۵۱۴	حمایت اجتماعی
۳/۸۸۸۷۰	۱۵/۰۳۰۲	۲۰/۰۰	۴/۰۰	۵۱۴	حمایت اجتماعی (خانواده)
۳/۸۶۹۷۹	۱۴/۲۹۲۶	۲۰/۰۰	۴/۰۰	۵۱۴	حمایت اجتماعی (دوستان)
۳/۹۸۲۹۳	۱۴/۶۷۱۶	۲۰/۰۰	۴/۰۰	۵۱۴	حمایت اجتماعی (دیگران)
۸/۹۸۷۴۷	۹۹/۶۱۱۷	۱۳۶/۰۰	۶۶/۰۰	۵۱۴	اضطراب اجتماعی
۱۰/۳۰۴۷۳	۴۵/۷۱۶۹	۷۵/۰۰	۱۵/۰۰	۵۱۴	اضطراب اجتماعی (ارزیابی منفی)
۴/۴۴۷۰۲	۳۶/۹۲۸۴	۵۵/۰۰	۲۱/۰۰	۵۱۴	اضطراب اجتماعی (برخورد اجتماعی)
۱۰/۴۳۷۸۴	۴۲/۸۵۸۳	۸۰/۰۰	۲۰/۰۰	۵۱۴	تنهایی
۱۳/۶۹۷۳۰	۲۳۶/۳۹۷۷	۲۹۲/۰۰	۱۶۱/۰۰	۵۱۴	خودتنظیمی
۱۴/۶۷۸۵۵	۶۸/۳۹۹۳	۱۱۸/۰۰	۳۱/۰۰	۵۱۴	وابستگی به شبکه‌ها

در ادامه به بررسی و آزمودن فرضیه‌های پژوهش پرداخته می‌شود. این فرضیه‌ها در ذیل ارائه شده‌اند:

فرضیه اول: آزمون مدل اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی، تنهایی و خودتنظیمی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر ارزش قابل قبولی دارد.

فرضیه دوم: اضطراب اجتماعی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند.

فرضیه سوم: حمایت اجتماعی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند.

فرضیه چهارم: تنهایی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند.  
فرضیه پنجم: خودتنظیمی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند.

فرضیه ششم: اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی، تنهایی از طریق خودتنظیمی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند.

به‌منظور بررسی الگوی پیشنهادی پژوهش روش مدل یابی معادلات ساختاری از طریق نرم‌افزار آمار استفاده شده است. در جدول ۶ شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی پژوهش ارائه شده است.

جدول ۶. شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازش نرمال	شاخص برازش مقایسه	شاخص نیکویی برازش انطباقی	شاخص نیکویی برازش	خطای ریشه مجذور میانگین تقریب	درجه آزادی	مجذور خی
۰/۹۶	۰/۹۷	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۷۴	۱۸	۶۹/۱۵

با توجه به نتایج جدول ۶ مدل از برازش مناسبی برخوردار است. در نتیجه فرضیه اصلی پژوهش درباره برازش مدل با داده‌ها تأیید می‌شود.

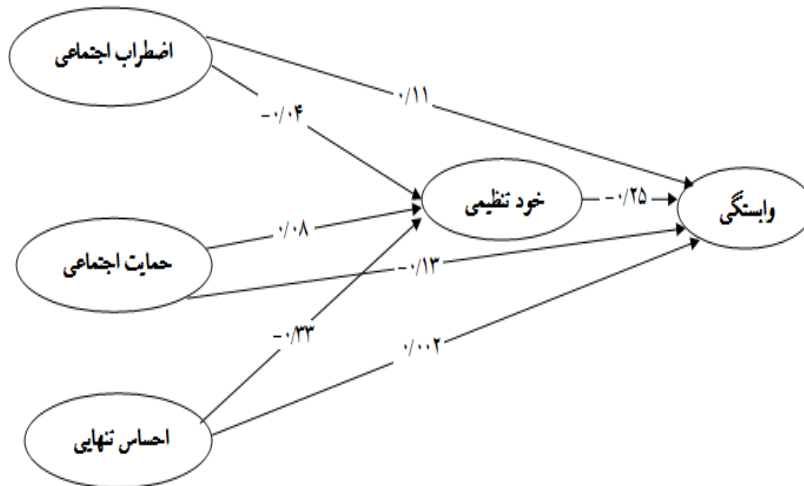
با توجه به نتایج جدول مدل از برازش مناسبی برخوردار است. یکی از شاخص‌ها، شاخص برازندگی می‌باشد که این شاخص مستلزم مفروضه‌های مجذور کای نیست و تحت تأثیر حجم نمونه می‌باشد. مقادیر برابر یا بزرگ‌تر از ۰/۹ را به‌عنوان شاخص خوبی



برای برازندگی مدل توصیه کرده‌اند (هومن، ۱۳۹۳). شاخص برازندگی در این پژوهش برابر ۰/۹۶ به دست آمده است که نشان‌دهنده قابل قبول بودن آن می‌باشد.

شاخص نیکویی برازش و شاخص نیکویی برازش انطباقی از دیگر شاخص‌هایی است که بستگی به حجم نمونه ندارد و بیانگر این موضوع است که مدل تا چه حد نسبت به عدم وجود آن، برازندگی بهتر دارد. پژوهشگران مقادیر بالای ۰/۹ را بیانگر برازش خوب مدل با داده‌ها اظهار کرده‌اند و مقادیر بالای ۰/۸ را نیز بیانگر برازش قابل قبول مدل با داده‌ها می‌دانند (هومن، ۱۳۹۳). شاخص نیکویی برازش و شاخص نیکویی برازش انطباقی در این پژوهش بالاتر از ۰/۹ بوده است که بیانگر برازش خوب مدل با داده‌ها می‌باشد.

شاخص جذر برآورد واریانس خطای تقریب به عنوان اندازه تفاوت برای هر درجه آزادی بیان شده است. مقدار آن برای مدل‌هایی که برازندگی خوبی داشته باشد کمتر از ۰/۵ است. مقادیر بالاتر از ۰/۰۸ بیانگر خطاهای معقول برای تقریب در جامعه است. برخی دیگر از پژوهشگران نقطه برش برازندگی خوب مدل را مقدار کوچک‌تر یا مساوی ۰/۶ بیان کرده‌اند. این شاخص از جمله شاخص‌های مطلوب برازندگی به حساب می‌آید زیرا که کمتر تحت تأثیر مقدار گروه نمونه قرار می‌گیرد و همچنین در ارتباط با توزیع غیر مرکزی مجذور کای است و نیازی به احتساب فاصله اعتماد ندارد. البته برخی فاصله اعتماد را نیز بیان می‌کنند (هومن، ۱۳۹۳). مقدار شاخص جذر برآورد واریانس خطای تقریب در پژوهش حاضر ۰/۰۷ است که نشان از برازش قابل قبول مدل با داده‌ها دارد. شکل ۱ مدل تأثیر متغیرهای، اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک شده، احساس تنهایی و متغیر میانجی خودتنظیمی بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل پژوهش

جدول شماره ۷. اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرها بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی

اثر کل	اثر غیرمستقیم	اثر مستقیم	متغیر		
			مقدار تی	ملاک	پیش‌بین
		۰.۱۰۷	۱.۴۶۱ *	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	اضطراب اجتماعی
۰.۱۱۸	۰.۰۱۱		۰.۶۲۰	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	اضطراب اجتماعی
		-۰.۱۳۹	-۱.۶۴۳ *	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	حمایت اجتماعی
-۰.۱۵۹	-۰.۰۲۰		-۰.۹۷۲	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	حمایت اجتماعی
		۰.۰۰۲	۰.۰۲۷	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	احساس تنهایی
۰.۰۸۶	۰.۰۸۴		۳.۶۲۰ *	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	احساس تنهایی
-۰.۲۵۴		-۰.۲۵۴	-۵.۳۵۱ *	وابستگی به شبکه‌ها اجتماعی	خودتنظیمی

در جدول شماره ۷ ضرایب اثر مستقیم، غیرمستقیم و اثر کل متغیرها بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی نشان داده شده است. در ادامه آزمون فرضیه‌های پژوهش به صورت اثرات مستقیم، غیرمستقیم و آماره‌ی t ارائه شده است.

با توجه جدول شماره ۷ می‌توان گفت که متغیر اضطراب اجتماعی به صورت مستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی اثرگذار است. در نتیجه فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه اضطراب اجتماعی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، تأیید می‌شود ( $t=1/46$ ،  $P>0/14$ ). همچنین این فرضیه که متغیر اضطراب اجتماعی با میانجی‌گری خودتنظیمی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، رد می‌شود ( $t=0/62$ ،  $P>0/53$ ). همان‌طور که در جدول آمده است، متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده به صورت مستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی اثرگذار است، بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه حمایت اجتماعی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، تأیید می‌شود ( $t=-1/64$ ،  $P>0/10$ ). ولی متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده به صورت غیرمستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی اثرگذار نمی‌باشد از این رو فرضیه‌ای که متغیر حمایت اجتماعی با میانجی‌گری خودتنظیمی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، رد می‌شود ( $t=-$ ،  $P>0/33$ ). (۰/۹۷).

بر اساس یافته‌های جدول شماره ۷ مشاهده می‌شود که متغیر احساس تنهایی به صورت مستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار نیست؛ بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اینکه احساس تنهایی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، رد می‌شود ( $t=-0/027$ ،  $P>0/97$ ). ولی بررسی اثر غیرمستقیم نشان می‌دهد که متغیر احساس تنهایی با میانجی‌گری خودتنظیمی بر متغیر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار است؛ بنابراین فرضیه پژوهش مربوط به اینکه احساس تنهایی از طریق میانجی‌گری خودتنظیمی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، تأیید می‌شود ( $t=3/620$ ،  $P>0/00$ ).

علاوه بر این با توجه به نتایج جدول شماره ۷ نتیجه‌گیری می‌شود که خودتنظیمی به صورت مستقیم بر وابستگی بر شبکه‌های اجتماعی اثرگذار است. پس این فرضیه پژوهش

که خودتنظیمی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند، تأیید می‌شود ( $t=5/351, P>0/00$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

جهانی‌شدن و تغییر در تکنولوژی نه تنها در فرایندهای ارتباطی ایجاد تغییر کرده است بلکه در نگرش‌ها و رفتارهای انسان‌ها موجب تغییرات شگرفی شده است. این تغییر در نگرش و رفتار که در نوجوانان عمومیت بیشتری دارد می‌تواند موجب مشکلاتی نظیر وابستگی شود (Narula, 2006). به‌منظور درک بهتر و تبیین دقیق‌تر عوامل مؤثر بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی استفاده از مدل‌های ساختاری ضرورت دارد. مدل‌ها سیستمی از مفاهیم هستند که چهارچوبی برای سازمان‌دهی و تفسیر مشاهدات و اطلاعات به‌دست آمده فراهم می‌آورند. از طریق مدل‌ها می‌توان درستی تأثیرات احتمالی و روابط موجود بین متغیرهای تأثیرگذار را تعیین کرد (Newsman & Newsman, 1986).

پژوهش حاضر باهدف تدوین مدل ساختاری وابستگی به شبکه‌های اجتماعی بر پایه ارتباط بین اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده، احساس تنهایی، و خودتنظیمی در دانش‌آموزان دوره‌ی متوسطه تهران انجام شد. نتایج تحلیل مدل معادلات ساختاری نشان داد که مدل مفهومی پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است. علاوه بر این مورد نتایج پژوهش حاضر نشان داد که متغیرهای اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده به‌صورت مستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار است. متغیر احساس تنهایی به‌صورت مستقیم بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار نیست بلکه متغیر احساس تنهایی با میانجی‌گری خودتنظیمی بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار است. علاوه بر این خودتنظیمی نیز بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی اثرگذار است.

این یافته پژوهش که اضطراب اجتماعی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را پیش‌بینی می‌کند با نتایج پژوهش‌های (Caplan, 2007; Morahan & Schumacher, 2000; Weidman, 2000) همسو می‌باشد. درواقع کاپلان، (۲۰۰۷) اشاره کرده است که

افرادی که دارای اضطراب اجتماعی می‌باشند با توسل جستن به روابط آنلاین اضطراب خود را کاهش می‌دهند. تصور می‌شود که نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی، در مقایسه با نوجوانان عادی، ساعات بیشتری از وقتشان را در رسانه‌های اجتماعی می‌گذرانند، وابستگی بیشتری به رسانه‌های اجتماعی دارند و دیدگاه مثبتی نسبت به رسانه‌های اجتماعی دارند (Moreno & Pumper, 2012).

نتایج پژوهش حاضر نشان داده است که ارتباط بین حمایت اجتماعی ادراک شده و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی رابطه‌ای منفی وجود دارد. این یافته با یافته‌های پژوهش‌های دیگر همچون (Caplan, 2007; Morahan & Schumacher, 2000; Gunuce & Dogan, 2012) و سلیمی، جوکار و نیک پور (۱۳۸۸) همخوان می‌باشد. در این رابطه می‌توان گفت حمایت اجتماعی نوعی احساس ذهنی از تعلق، پذیرش و دوست داشته شدن توسط دیگران است به گونه‌ای این موارد نوعی ارتباط ایمن برای فرد ایجاد می‌کند. در واقع حمایت اجتماعی یک نوع منبع حمایتی برای فرد است که می‌تواند او را از آسیب‌های مختلف روان‌شناختی ایمن نگه دارد. یکی از این آسیب‌ها وابستگی افراطی به شبکه‌های اجتماعی است. فردی که از حمایت اجتماعی دوستان، خانواده و سایر افراد برخوردار است، بسیاری از نیازهایش تأمین می‌شود و او در پی این نیازها در محیط مجازی نمی‌رود. این امر همان‌گونه که پژوهش حاضر نشان داد موجب می‌شود که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی نوعی ارتباط منفی معنادار شکل بگیرد.

یکی دیگر از نتایج پژوهش در رابطه با خودتنظیمی است که تأثیر معناداری در وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی دارد که با نتایج پژوهش‌های متعددی همچون (Caplan, 2001; Larose, Mastro & Eastin, 2010; Larose, Kim & Peng, 2015; vanDeursen, Bolle, Hegner & Kommers, 2005) همخوانی دارد. مدل شناختی اجتماعی (Larose, Lin & Eastin, 2003) بیان می‌کند اعتیاد به رسانه‌ها در نتیجه نوعی نقص یا کمبود در خودتنظیمی است. افراد از طریق خودتنظیمی رفتار خود را بررسی

می‌کنند و سپس آن را با ملاک‌های فردی و اجتماعی سنجش کرده و رفتار خود را شکل می‌دهند. طبق این رویکرد فقدان یا کمبود خودتنظیمی در اثر عدم شناخت رفتار خود و عدم تطبیق رفتار خود با محیط رخ می‌دهد (سرنکو، تورل و گیس ۲۰۰۹). به نقل از، (Thadani & Cheung, 2011) و بدین طریق می‌تواند وابستگی به شبکه‌های اجتماعی را به همراه داشته باشد زیرا افرادی که دارای خودتنظیمی ضعیفی می‌باشند در به تأخیر انداختن خواسته‌ها، هیجان‌ها و نیازهای لحظه‌ای خود ناتوان هستند و نمی‌توانند آن‌ها را مدیریت کنند.

از نتایج پژوهش حاضر در مورد ارتباط غیرمستقیم و معنادار احساس تنهایی از طریق میانجی‌گری خودتنظیمی بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی است. این یافته با جنبه‌هایی از پژوهش (Kraut, 1998; Martin, 2009) همخوان می‌باشد. در رابطه با این یافته می‌توان گفت که تنهایی صرفاً اشاره به تنها بودن فیزیکی ندارد و فرد ممکن است دقیقاً زمانی که در کنار سایر افراد است احساس تنهایی کند. در واقع احساس تنهایی ریشه در کمبودهای کمی و کیفی شبکه‌های اجتماعی فرد دارد و فرد را لحظه‌به‌لحظه از زندگی حقیقی دورتر می‌کند. پرواضح است که دورشدن از دنیای واقعی می‌تواند موجب کاهش مهارت‌های خودتنظیمی شود و به تبع آن موجب وابستگی افراطی به اینترنت شود زیرا که فضای مجازی قابلیت پر کردن کمبودها و نیازهای فرد را به صورت گذرا و در مواردی جعلی دارد.

بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان بیان کرد که متغیرهای اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و خودتنظیمی نقش بسیار مهمی در ایجاد وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی را دارا می‌باشند. پژوهش‌ها بیان داشته‌اند که اعتیاد به اینترنت به صورت اپیدمی قرن بیست‌ویکم (Christakis, ۲۰۱۰) نامیده شده است. علاوه بر این استفاده بیمارگونه از اینترنت در میان دختران شیوع گسترده‌ای دارد و تأثیرات زیان‌آوری در زندگی آنان بر جای می‌گذارد؛ بنابراین شناخت عوامل و انجام مداخلات پیشگیرانه

اولیه می‌توان از بروز پیامدهای منفی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی جلوگیری کرد.

در قلمرو پژوهشی، سایر پژوهشگران می‌توانند از یافته‌های پژوهش حاضر استفاده کرده و با پیچیده‌تر ساختن مدل حاضر تبیین بیشتر و دقیق‌تر از وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی فراهم سازند. در حیطه‌ی کاربردی، نتایج پژوهش حاضر به اولیا و سیاست‌گذاران کمک می‌کند تا با عوامل مؤثر بر وابستگی آشنا شوند و درصدد کاهش این عوامل برآیند. پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبرو بوده است. نمونه‌ی پژوهش حاضر فقط دختران و دانش‌آموزان دبیرستان بودند که هنگام تعمیم دهی به سایر جامعه‌ها این نکته باید مورد توجه قرار بگیرد. همچنین پژوهش حاضر مبتنی بر پرسش‌نامه‌های خودگزارشی بوده که در مواردی می‌تواند توأم با سوگیری باشد؛ بنابراین سایر پژوهشگران می‌توانند با استفاده از سایر رویکردهای پژوهشی نظیر رویکردهای کیفی و آمیخته یافته‌های پژوهشی را مستندتر سازند.

### تشکر و سپاسگزاری

بر خود لازم می‌دانیم از همه‌ی زحمات و همکاری‌های مسئولین آموزش و پرورش، مدیران، آموزگاران و دانش‌آموزان که با صبر و حوصله به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند، نهایت قدردانی و سپاسگزاری را داشته باشیم.

## منابع

- خدائی، علی؛ شکری، امید؛ پاکلک، ملیتا؛ گراوند، فریبرز؛ طولابی، سعید. (۱۳۹۰). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان، *مجله علوم رفتاری*، ۳ (۵): ۲۰۹-۲۱۶.
- سیفی، عذرا. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش آموزه‌های دینی بر مهارت‌های خودتنظیمی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه، *فصلنامه علمی تخصصی روان‌شناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی*، ۱ (۱): ۱-۱۱.
- رضوی نعمت‌اللهی، ویدا، حسینی فرد، سید مهدی لری شمس‌الدین (۱۳۹۱). مقایسه افراد وابسته به مواد افیونی مواد محرک و افراد عادی در میزان خودکارآمدی و خودتنظیمی رفتاری. *فصلنامه تحقیقات روان‌شناختی* ۴ (۱۵): ۸۱-۹۳.
- رمضانی، زهرا؛ برزگر، مجید. (۱۳۹۳). بررسی کفایت روان‌سنجی پرسشنامه میلر و براون (SRQ) در بین دانشجویان دانشگاه آزاد واحد مرودشت. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت - دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد.
- سلیمی، عظیمه، جوکار، بهرام و نیک پور، روشنگر. (۱۳۸۵). بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۵ (۳): ۸۱-۱۰۲.
- کاستلز، مانوئل. (۱۳۸۴). *عصر اطلاعات، اقتصاد، جامعه و فرهنگ*، جلد ۱، (ترجمه احمد علیقلیان، افشین خاکباز و حسن چاوشیان). چاپ چهارم، تهران: طرح نو.
- منصوری، احمد؛ فرنام، علیرضا؛ بخشی پور رودسری، عباس؛ محمودعلیلو، مجید. (۱۳۸۹). مقایسه نشخوار فکری در بیماران مبتلا به اختلال افسردگی عمده، اختلال وسواس - اجبار، اختلال اضطراب فراگیر و افراد بهنجار، *مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار*، ۱۷ (۳): ۱۹۵-۱۸۹.
- Baran, S.J. (2002). "Introduction to Mass Communication: Media literacy and Culture" (2nd Ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Boyd, M., Ellison, N.B. (2007). "Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship". *Journal of computer - Mediated Communication*, 13 (1), 210 - 230.



- Brown, J. M., Miller, W. R., & Lawendowski, L. A. (1999). "The Self-Regulation Questionnaire". In L. VandeCreek, & T. L. Jackson (Eds.), *Innovations in clinical practice: A sourcebook*, vol. 17 (pp. 281–292).
- Brown, J.D. (2002). "Mass Media Influences on Sexuality". *Journal of Sex Research*, 39(1), 42-45.
- Caplan, S.E. (2002). "Problematic Internet Use and Psychological Well - Being: Development of a Theory – Based Cognitive- Behavioral Measurement Instrument". *Computers in Human Behavior*, 18 (5): ۵۵۳ – ۵۵۷.
- Caplan, S.E. (2005). "A Social Skill Account of Problematic Internet Use". *Journal of communication*, 55 (4): 721 – 736.
- Caplan, S, E., & High, A. C. (2007). "Beyond Excessive Use: The Interaction between Cognitive and Behavioral Symptoms of Problematic Internet Use". *Communication Research Report*, 23 (4): ۲۶۵ – ۲۷۱.
- Caplan, S.E (2007). "Relations among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use". *Cyber psychology & Behavior*, 10 (2): 234 –۲۴۱.
- Caplan, S. E. (2010). "Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A Two-Step Approach". *Computers in Human Behavior*, ۲۶(۵), ۱۰۸۹–۱۰۹۷.
- Christakis, D.A. (2010). "Internet Addiction: a 21<sup>st</sup> Century Epidemic?" *BMC Medicin*,8(61): 1- 3.
- Davis,R.A. (2001). "A Cognitive – Behavioral model of pathological internet use". *Computers in Human Behavior*, 17 (2): 187-1۹۵.
- Giorgio, J. M. Sanflippo, J. Kleiman, E. Reilly, D. Bender, R. E. Wagner, C.A. Liu, R, T. Alloy, L. B. (2010). "An Experiential Avoidance Conceptualization of Depressive Rumination: Three Tests of the Model". *Behavior Research and Therapy* 48 (10): 1021-1۰۳۱.
- Gunuce,S.,Dogan,A. (2013). "The Relationship between Turkish Adolescents Internet Addiction, their Perceived Social Support and Family Activities". *Computers in Human Behavior*, 29(6):2197-2۲۰۴.
- Hilberman, J. (2009). "Young People Are Social Networking In Droves". Available At: [Http://www.iipdigital.usembassy.gov/St](http://www.iipdigital.usembassy.gov/St).
- Heinrich,L.M&Gullone,E (2006). "The Clinical Significance of Loneliness: A Literature Review". *Clinical Psychology review*,26(6):695-718.

- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). "Internet Paradox: A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?" *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
- LaRose, R., Mastro, D., & Eastin, M.S. (2001). "Understanding Internet Usage; A Social Cognitive Approach to Uses and Gratification". *Social Science computer review*, 19(4): 395-413.
- LaRose, R., Lin, C.A., & Eastin (2003). "Unregulated Internet Usage: Addiction, Habit, or Deficient Self-Regulation?" *Media Psychology*, ۵ (۳): ۲۲۵-۲۵۳.
- LaRose, R., Kim, J.H., & Peng, W. (2010). "Social Networking: Addictive, Compulsive Problematic, or just another Media Habit?" In Z. Pappacharissi (Ed.), *the networked self*. New York: Routledge.
- Lam, L. T., Zi-wen, P., Jin-cheng, M., & Jin, J. (2009). "Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents". *Cyberpsychology & Behavior*, 12(5), 551-555.
- Martin, J.M. (2009). "The Relationship Between Loneliness and Internet Use and Abuse". *CyberPsychology & Behavior*, 2 (5): 1 - 15.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). "Incidence and Correlates of Pathological Internet Use among College Students". *Computer in Human Behavior*, 16(1): 13-29.
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). "Internet Addiction in Students: A Cause of Concern". *Cyber Psychology & Behavior*, 6 (6): 653-656.
- Narula, U. (2006). *Handbook of Communication Models, Perspectives, Strategies*. New Delhi: Atlantic Publishers & Dist.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). "A Prospective Study of Depression and Posttraumatic Stress Symptoms after a Natural Disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake". *Journal of Personality and Social Psychology*, 61 (1): 115-121.
- Okazaki, S. (2011). "Advances in Advertising" *Research* (Vol. 2): Breaking New Ground in Theory and Practice, Germany: Springer Science & Business Media.
- Puklek, M. (2004). "Development of the Two Forms of Social Anxiety in Adolescence". *Horizons of Psychology*, 13 (3): 27-40.
- Pumper, M. & Moreno, M. (2012). "Perception, Influence, and Social Anxiety among Adolescent Facebook Users". *Journal of Adolescent Health*, 50 (2): S52-S53
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). "The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and Discriminate Validity Evidence". *Journal of Personality and Social Psychology*, 39 (3): 472-480.

- Thadani, D.R., Cheung, C.M.K. (2011). "Exploring the Role of Online Social Network Dependency in Habit Formation". Thirty second international conference on information system. Shanghai.
- Tosun, L. P., & Lajunen, T. (2009). "Why Do Young Adults Develop a Passion for Internet Activities? The Associations among Personality, Revealing "True Self" on the Internet, and Passion for the Internet". *CyberPsychology and Behavior*, 12(4), ۴۰۱-۴۰۶.
- Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. M. (2015). "Modeling Habitual and Addictive Smartphone Behavior: The Role of Smartphone Usage Types, Emotional Intelligence, Social Stress, Self-Regulation, Age, and Gender". *Computers in Human Behavior*, 45 (3): 411-420.
- Weidman, A.C., Fernandez, K.C., Levinson, C.A., Augustine, A.A., Larsen, R.J., & Rodebaugh, T.L. (2012). "Compensatory Internet Use among Individuals Higher in Social Anxiety and its Implications for Well-Being". *Personality and Individual Differences* 53 (3): 191-195
- Young, K.S., Rodgers, R. (1997). "The Relationship between Depression and Internet Addiction". *Cyber Psychology & Behavior*, 1(1), 25-28.
- Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G., and Farley, G.K. (1988). "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support", *Journal of Personality Assessment*, 52 (1): 30-41

**استناد به این مقاله:** صادق‌زاده، رقیه، احدی، حسن، درتاج، فریبرز، منشی، غلامرضا. (۱۴۰۱). تدوین مدل علی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس روابط بین اضطراب اجتماعی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده، احساس تنهایی با میانجی‌گری خودتنظیمی، فصلنامه مطالعات رسانه‌های نوین، ۸(۲۹)، ۳۳۷-۳۶۳.

DOI: 10.22054/NMS.2022.31968.478



New Media Studies is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License..

