

## الگوی استفاده از تلفن همراه و ارتباط آن با وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران

### چکیده

**زمینه:** تلفن همراه جای خود را بین افراد خانواده به ویژه جوانان در همه جهان از جمله ایران باز کرده است استفاده از تلفن همراه در جهان به طور چشمگیری در حال افزایش است. تعداد استفاده‌کنندگان تلفن همراه خبر از وقوع یک انقلاب ارتباطی را می‌دهد استفاده بیش از حد دارای آثار اخلاقی و اجتماعی مثبت و منفی می‌باشد استفاده ناصحیح از تلفن همراه موجب بروز مشکلات و آسیب‌های جدی اجتماعی و فرهنگی می‌شود. این مطالعه با توجه به توسعه سریع و استفاده گسترده تلفن همراه به بررسی الگوی استفاده از تلفن همراه و ارتباط آن با وضعیت روحی و روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران می‌پردازد.

**روش کار:** در این مطالعه توصیفی از نوع مقطعی همبستگی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران به تعداد ۱۵۰۰ نفر به طور تصادفی از سه دانشگاه علوم پزشکی در تهران انتخاب شدند ابزار گردآوری پرسشنامه چهار قسمتی شامل متغیرهای دموگرافیک، شیوه استفاده از تلفن همراه، پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ و نسخه ۲۸ سؤالی پرسشنامه سلامت روان GHQ بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS ۱۷ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند، آزمون‌های آماری مورد استفاده در تحقیق عبارت بودند از آزمون کای دو، تست آنو و ضریب همبستگی پیرسون.

**یافته‌ها:** نتایج کلی حاکی است، که میانگین و انحراف معیار سلامت روان دانشجویان دانشگاه آزاد، شهید بهشتی و دانشگاه تهران عبارت بود از،  $5/71 \pm 1/21$ ،  $5/47 \pm 1/16$ ،  $5/51 \pm 1/10$ . کسانی که مدت زمان کمتری از تلفن همراه استفاده کرده، تعداد تماس‌های کمتری داشته و کمتر پیامک می‌فرستادند از سلامت روان بالاتری برخوردار بودند. در خصوص شیوه استفاده از تلفن و وضعیت روانی آن در سه دانشگاه ضریب همبستگی پیرسون در مورد اضطراب و بی‌خوابی  $0/82 = r$ ، نتایج معنی‌داری را نشان داد ( $p < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** بدون شک استفاده از تلفن همراه بر ابعاد مختلف زندگی افراد خصوصاً جوانان تأثیر گذاشته و استفاده زیاد از حد آن سبب افزایش اضطراب و اختلالاتی مانند بی‌خوابی می‌گردد لذا توصیه می‌شود که برای پیشگیری از مشکلات استفاده از آن محدود گردد.

**واژگان کلیدی:** الگوی استفاده از تلفن همراه، عزت نفس، سلامت روان، دانشجویان



دکتر صحبایی فایزه ۱

شکری سحر \* ۲

دکتر دائمی محمد ۳

پورزادی محمد ۴

- ۱- استادیار گروه پرستاری و مامائی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران
- ۲- کارشناسی پرستاری، پژوهشگر
- ۳- پزشک عمومی، پژوهشگر
- ۴- کارشناسی ارشد علوم ارتباطات، پژوهشگر

\* نشانی نویسنده مسؤول: تهران- دانشکده پرستاری و مامائی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران

تلفن: ۰۲۱۲۲۶۱۸۴۹۵

نشانی الکترونیکی:

## مقدمه

شد. در سال ۱۳۷۴ تعداد تلفن‌ها به ۱۵۹۰۷ افزایش یافت، هم اکنون شبکه ارتباطات سیار کشور دارای ۸۵۱۰۰۰۰ مشترک، ۹۹۹ شهر و ۲۶ هزار کیلومتر جاده تحت پوشش و بهره‌مندی ۸۵۰۰۰۰۰ مشترک از سرویس پیام کوتاه (SMS) و ۲۲۰ هزار مشترک از سرویس VMS می‌باشد. شرکت‌های خصوصی نیز از جمله شرکت ایرانسل رقابت خوبی با شرکت ارتباطات سیار پیدا نموده‌اند [۳].

امروزه تلفن همراه فقط یک وسیله ارتباطی بین کاربران نیست بلکه کاربردهای مختلفی مانند دسترسی به اینترنت، ارسال و دریافت پیامک، عکس و فیلم، مدیریت اطلاعات، مدیریت اطلاعات فردی و پایانه اطلاعاتی و پایگاه سرگرمی و غیره دارد (کاواساکی و همکاران، ۲۰۰۶) تلفن همراه در دهه اخیر جای خود را در بین افراد به ویژه جوانان در سطح جهان و نیز ایران باز کرده است. با در نظر گرفتن کاربردهای فراوان این وسیله ارتباطی از قبیل صرفه‌جویی در وقت و بهبود کیفیت زندگی جنبه‌های منفی آن را نمی‌توان نادیده گرفت [۴] به طوری که عدم استفاده بهینه و صحیح از تلفن همراه موجب بروز آسیب‌های جدی اجتماعی و فرهنگی در جامعه شده و ادغام آن با زندگی نوجوانان و جوانان باعث ایجاد مشکلاتی شده که باید مدیریت و کنترل شوند [۳]. جوانان به عمد یا غیر عمد در مرحله افراط در استفاده از تلفن همراه هستند، به علاوه اپراتورهای مخابراتی نیز آگاهانه یا ناآگاهانه در تبلیغات تلویزیونی و بسته‌های خود پیشنهاد سوء استفاده از تماس صوتی و پیامک در میان جوانان را تشویق می‌کنند [۴]. بسیاری از مدارس از مدت‌ها قبل ممنوعیت استفاده از موبایل را برای فراگیران اعلام کرده‌اند ولی هنوز مدارس زیادی در سراسر جهان نتوانسته‌اند جلوی این کار را بگیرند بر اساس تحقیقات انجام شده، ۴۵ درصد از نوجوانان به ویژه در شهرهای بزرگ از تلفن همراه استفاده می‌کنند این امر می‌تواند تهدیدی برای بروز ناهنجاری‌های رفتاری باشد. همچنین براساس تحقیقات انجام شده، ۳۰ درصد نوجوانان از تلفن همراه به عنوان اسباب‌بازی و ۷۰ درصد دیگر نیز از آن برای مکالمه با دوستان و سرگرمی استفاده می‌کنند. بر اساس نتایج تحقیقات انجام شده این وسیله ارتباطی در تدریس معلم و فراگیری افراد اخلال ایجاد می‌کند استفاده از تلفن همراه در مدارس به بازی و سرگرمی، گوش کردن موسیقی و گرفتن عکس و تصویر محدود شده و مدارس هنوز ظرفیت استفاده علمی از این وسیله ارتباطی را ندارند براساس مطالعه‌ها و بررسی‌های دقیق صورت گرفته، استفاده از تلفن همراه در مدارس مانند سایر

در عصر کنونی کافی است برای دوستی که کیلومترها جدای از شماست با یک تماس و یا یک پیام کوتاه، با کمترین هزینه و در کوتاه‌ترین زمان ممکن تماس حاصل کنید. امروزه تلفن همراه مهم‌ترین تکنولوژی محسوب می‌شوند که ضمن ایجاد خلوت مستقل فردی رابطه اجتماعی فرد را در یک شبکه معنادار کرده است. امکانات تلفن همراه، قابلیت‌های متنوع چند رسانه‌ای و ظرفیت‌هایی مثل صدا برداری، فیلم برداری، عکاسی، اتصال به اینترنت و ماهواره و انطباق پذیری با کامپیوتر و برنامه‌های آن، را ایجاد کرده است به طوری که در کنار تمامی نیازهای فردی و اجتماعی تلفن همراه نیز ضرورت محسوب می‌شود [۱].

تلفن به عنوان یکی از وسایل ارتباطی به دلایل خاص مانند در دسترس و ارزان بودن توجه همگان را جلب نموده است. متحرک کردن تلفن از دهه‌ی ۱۹۶۰ میلادی در مجموعه کشورهای اسکاندیناوی آغاز شد و در اواخر همان دهه، اولین تلفن به کار گرفته شد. این فن‌آوری در سال ۱۹۷۵ میلادی به بازار عرضه شد و اولین شبکه‌ی تلفن متحرک راه‌اندازی گردید. به دنبال آن نسل اول تلفن‌های همراه در سال ۱۹۷۹ میلادی برای مصارف تجاری در آمریکا و ژاپن به کار گرفته شد. بعدها این سیستم ارتقا یافت و نسل دوم تلفن‌های همراه (دیجیتالی) وارد بازار شدند آنچه در کشور ما برخی مواقع موبایل و گاه تلفن همراه نامیده می‌شود در کشورهای کانادا، هند، فیلیپین، پاکستان، آفریقای جنوبی و آمریکا Cell phone در کشورهای برزیل، شیلی، مکزیک و تمامی کشورهای اسپانیایی زبان Cellular در کشورهای آسیایی از جمله کره جنوبی Hand phone در کشورهای آلمان و استرالیا Handy در تمامی کشورهای عربی محمول و در کشور ژاپن Keitai نامیده می‌شود [۲].

تعداد مشترکین تلفن همراه در سراسر جهان از ۱۲/۴ میلیون در سال ۱۹۹۰ به ۵۰۰ میلیون در سال ۲۰۰۰ و به ۳/۳ میلیارد در سال ۲۰۰۸ و همچنین به ۵/۳ میلیارد در سال ۲۰۱۰ رسید و تخمین زده می‌شود نرخ نفوذ این فن‌آوری در انتهای سال ۲۰۱۶ به ۹۵ درصد خواهد رسید [۱]. در ایران تلفن همراه برای اولین بار در سال ۱۳۷۲ در دسترس افراد جامعه قرار گرفت و اکنون ۵۳ تا ۵۵ میلیون کاربر تلفن همراه در کشور ما وجود دارد. در ایران اولین فاز شبکه‌ی تلفن همراه در ۱۳۷۳ در تهران آغاز به کار نمود. به دنبال استقبال مشترکین، شرکت مخابرات درصد گسترش پوشش به کل کشور



ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه‌ای چهار قسمتی بود، قسمت اول شامل متغیرهای دموگرافیک و قسمت دوم سؤالات مربوط به الگوی استفاده از تلفن همراه. قسمت سوم و چهارم پرسشنامه در ارتباط با وضعیت روانی نمونه‌های تحقیق بود که از پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ استفاده شد، این مقیاس شامل ۱۰ ماده خود گزارشی است که احساس کلی ارزش یا پذیرش خود را به صورت مثبت بیان می‌کند آزمودنی براساس یک مقیاس چهار درجه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم با دامنه ۱ تا ۴ به این مقیاس پاسخ می‌دهد کم‌ترین و بیشترین نمره در این مقیاس ۱۰ و ۴۰ می‌باشد، نمره‌های بالاتر بیانگر میزان بالای عزت نفس می‌باشد میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در ایران توسط محمدی و همکاران ۰/۸۴ گزارش گردید [۹]. همچنین پرسشنامه ۲۸ سوالی سلامت روان GHQ استفاده گردید، این پرسشنامه توسط گلدنبرگ و هیلر ابداع گردید و دارای ۴ مقیاس فرعی است و هر مقیاس ۷ سوال دارد. چهار مقیاس فرعی پرسشنامه عبارتند از نشانگان جسمانی، اضطرابی، بی‌خوابی و افسردگی. نمره کلی هر فرد از حاصل جمع نمره‌های چهار مقیاس فرعی به دست می‌آید. میزان پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در ایران توسط تقوی و همکاران ۰/۹۰ گزارش گردید [۱۰]. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها داده‌ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS ۱۷ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### یافته‌ها

نتایج داده‌های اطلاعات دموگرافیکی نمونه‌های پژوهش حاکی از آن است که بیشتر دانشجویان سه دانشگاه دختر بودند (۸۸٫۶٪ دانشگاه آزاد، ۶۷٫۸٪ شهید بهشتی و ۷۷٫۵٪ دانشگاه تهران). بیشترین درصد از دانشجویان مجرد بودند (۸۶٫۹٪ دانشگاه آزاد، ۹۱٪ شهید بهشتی و ۸۸٫۵٪ دانشگاه تهران). بیشتر دانشجویان سه دانشگاه لیسانس بودند و اکثریت آنان در رشته‌های پرستاری و علوم آزمایشگاهی مشغول به تحصیل بودند، محل سکونت بیشتر دانشجویان تهران بود (۸۶٫۶٪ دانشگاه آزاد، ۷۹٫۲٪ شهید بهشتی و ۸۰٫۱٪ دانشگاه تهران). میزان درآمد خانواده اکثریت دانشجویان ۱-۲ میلیون تومان در ماه بود و معدل اکثریت دانشجویان در سه دانشگاه بین ۱۶ تا ۱۷ بود (۴۰٫۸٪).

در مورد اولین هدف ویژه «تعیین شیوه استفاده از تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران» اطلاعات مربوط به شیوه استفاده از تلفن همراه در دانشجویان سه دانشگاه به قرار زیر

تولیدات فناوری اطلاعات و ارتباطات دارای محاسن و معایبی است و این موضوع برای گروه سنی کودکان و نوجوانان حساس‌تر است زیرا آنان در شرایط تحصیل، رشد و تکامل شخصیتی هستند و آسیب‌پذیری آنها نسبت به ناهنجاری‌های موجود در جامعه بیشتر از سایر قشرها است [۵]. انجام جرایم در نوجوانان و جوانان با استفاده از تلفن همراه مرتبط بوده به طوری که استفاده بیش از حد تلفن همراه در میان کسانی که اشکال مختلف انحرافی مانند مصرف مواد مخدر و الکل را نیز دارند بیشتر است [۶]. دارندگان تلفن همراه غیر دانشجو رفتارهای مناسب‌تری نسبت به دانشجویان دارند. نتایج مطالعات نشان می‌دهد دانشجویان با سلامت پایین روانی و اعتماد به نفس پایین بیشترین زمان خود را صرف استفاده از موبایل می‌کنند [۷]. همچنین یافته‌های مطالعات گویای این نکته هستند نوجوانانی که بیشتر از تلفن همراه استفاده می‌کنند از نظر روانی آسیب‌پذیرترند [۸]. با توجه به افزایش روزافزون استفاده از تلفن همراه و در نظر گرفتن آمار بالای این گروه سنی در کشور ایران لازم است تحقیقاتی در این زمینه بر روی این گروه سنی انجام شود. هدف از این مطالعه تعیین الگوی استفاده از تلفن همراه و ارتباط آن با وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران سال ۱۳۹۱ می‌باشد.

### روش کار

این تحقیق با هدف کلی تعیین الگوی استفاده از تلفن همراه و ارتباط آن با وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران در سال ۱۳۹۳ با اهداف ویژه، بررسی الگوی استفاده از تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه‌های تهران، بررسی وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران و همچنین تعیین ارتباط الگوی استفاده از تلفن همراه و وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های تهران انجام شد. فرضیه این تحقیق عبارت بود از این که بین الگوی استفاده از تلفن همراه و وضعیت روانی دانشجویان ارتباط وجود دارد.

نوع مطالعه توصیفی همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه در این تحقیق دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران (تهران، شهید بهشتی، آزاد) بودند. از هر دانشگاه ۵۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری این مطالعه تصادفی ساده بود بدین ترتیب که لیست کلاس‌ها در روز مراجعه از دفتر آموزش دانشکده‌ها گرفته شد و کلاس‌ها به صورت دو در میان انتخاب گردیده و پژوهشگر به همراه تیم خود به کلاس‌ها مراجعه و پرسشنامه‌ها را در میان دانشجویان کلاس توزیع نمودند.

می‌باشند.

معنی‌داری را نشان داد (شهید بهشتی ۲، ۴۴٪، دانشگاه تهران ۳۹،۹٪ و دانشگاه آزاد ۳۹،۴٪). در خصوص موضوع ارتباط تلفنی، دانشجویان دانشگاه آزاد موضوعات وابسته به دوستان و دو دانشگاه تهران و شهید بهشتی خبر گرفتن از خانواده را پاسخ داده بودند نتایج اختلاف معنی‌داری را نشان داد. در زمینه زمان ارسال پیام‌های غیر ضروری بیشترین جواب مربوط به «هر وقت که بخواهم بود» نتایج اختلاف معنی‌داری را بین سه دانشگاه نشان داد. در زمینه محتوای پیام‌های ارسالی و دریافتی، پاسخ دانشجویان سه دانشگاه احوالپرسی بود نتایج نیز اختلاف معنی‌داری را بین دانشگاه‌ها نشان داد. در زمینه زمان خاموش و یا بی‌صدا کردن موبایل بیشترین پاسخ مربوط به زمانی که لازم باشد بود. نتایج اختلاف معنی‌داری را بین سه دانشگاه نشان داد. در خصوص نوع گوشی تفاوت معنی‌داری بین سه دانشگاه وجود داشت و دانشجویان دانشگاه آزاد نسبت به دو دانشگاه دیگر بیشتر از گوشی نوکیا استفاده می‌کردند. پاسخ سوال «متوسط هزینه پرداختی ماهیانه برای تلفن همراه شما چقدر است؟» اکثر دانشجویان کمتر از ۱۵۰۰۰۰ ریال می‌پرداختند، نتایج اختلاف معنی‌داری را بین سه دانشگاه نشان داد به طوری که دانشجویان دانشگاه آزاد مبلغ کمتری در مقایسه با دو دانشگاه دیگر می‌پرداختند. در مورد تعداد دفعات تعویض تلفن همراه نتایج اختلاف معنی‌داری را بین سه دانشگاه نشان داد. در خصوص هدف ویژه دوم تحقیق «تعیین وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران» نتایج حاکی از موارد زیر است: در خصوص سوال «آیا وضعیت روانی دانشجویان تفاوت دارد؟» آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه (آنوا) تفاوت معنی‌داری را نشان داد ( $p < 0/046$ ). در زمینه عزت نفس دانشجویان در سه دانشگاه آزمون آنوا تفاوت معنی‌داری را نشان نداد.

در خصوص رابطه شیوه استفاده و وضعیت روانی و شاخص‌های آن در سه دانشگاه ضریب همبستگی پیرسون در مورد اضطراب

در زمینه مدت زمان استفاده از تلفن همراه، بیشتر دانشجویان سه سال و بیشتر است که از تلفن همراه استفاده می‌نمایند. نتایج آزمون کای دو نشان داد که اختلاف معنی‌داری در سه دانشگاه وجود دارد و دانشجویان دانشگاه آزاد به نسبت دو دانشگاه دیگر مدت زمان بیشتری است که از تلفن استفاده می‌نمایند. در خصوص پرداخت هزینه تلفن توسط افراد، نتایج آزمون اختلاف معنی‌داری را در سه دانشگاه نشان داد به طوری که پدران دانشجویان شهید بهشتی بیشتر از دو دانشگاه دیگر پول تلفن فرزندانشان را پرداخت می‌نمودند. در مورد طول مدت صحبت تلفنی دانشجویان در طول روز، بیشترین پاسخ مربوط به دانشگاه شهید بهشتی ۵-۱۰ دقیقه (۳۲،۲٪) و در مورد دانشگاه آزاد بیشترین پاسخ‌ها مربوط به کمتر از ۵ دقیقه (۲۵،۷٪) و همچنین بیش از ۳۰ دقیقه بود (۲۵ و ۶٪) و نتایج اختلاف معنی‌داری را در سه دانشگاه نشان داد. در مورد سوال «در طول روز چند پیام تلفنی می‌فرستید؟» نتایج نشان داد که اختلاف آماری بین سه دانشگاه وجود دارد، دانشجویان دانشگاه آزاد به نسبت سایر دانشگاه‌ها بیش از ۲۰ پیام در طول روز می‌فرستند. در مورد تعداد تماس تلفنی در طول روز با موبایل بیشترین دانشجویان در سه دانشگاه ۱-۵ تماس داشتند، آزمون آماری کای دو اختلاف معنی‌داری را در سه دانشگاه نشان داد، از بین این سه دانشجویان دانشگاه آزاد بیشترین تماس را برقرار می‌نمودند. در خصوص سوال «ارسال پیام را ترجیح می‌دهید یا تماس صوتی؟» بیشترین دانشجویان در دانشگاه آزاد اس‌ام‌اس را ترجیح می‌دادند، و در دانشجویان شهید بهشتی این ترجیح مربوط به تماس صوتی می‌شد. همچنین آزمون آماری کای دو اختلاف معنی‌داری را در سه دانشگاه نشان داد.

در مورد پاسخ به سوال «به چه دلیلی فرستادن اس‌ام‌اس را ترجیح می‌دهید؟» بیشترین پاسخ مربوط به هزینه کمتر بود. نتایج اختلاف

جدول شماره ۱- میانگین و انحراف معیار سلامت روان در سه دانشگاه

تهران		شهید بهشتی		آزاد		دانشگاه
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	متغیر
۰/۴۹	۱/۷۳	۰/۴۴	۱/۶۴	۰/۵۲	۱/۸۴	نشانه‌های جسمانی
۰/۶۲	۱/۸۴	۰/۵۸	۱/۷۲	۰/۶۴	۱/۹۷	اضطراب و بی‌خوابی
۰/۵۱	۱/۹۳	۰/۴۸	۱/۸۵	۰/۵۱	۲/۰۳	عملکرد بد اجتماعی
۰/۶۲	۱/۴۹	۰/۵۳	۱/۳۸	۰/۶۹	۱/۶۱	افسردگی شدید
۰/۴۷	۱/۷۵	۰/۴۲	۱/۶۶	۰/۵۰	۱/۸۷	سلامت عمومی
۳/۹۱	۲۴/۶۳	۴/۵۳	۲۴/۵۷	۳/۸۷	۲۴/۹۴	عزت نفس



تحلیل واریانس یک طرفه استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد که مدت زمان داشتن موبایل بر عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد و بهشتی تأثیر معناداری نداشت (سطح معناداری  $0/622$  بود). ولی بر وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه تهران تأثیر معناداری داشت (سطح معناداری کمتر از  $0/034$  بود).

سوال چه کسی هزینه موبایل شما را پرداخت می‌کند؟ آیا با عزت نفس دانشجویان سه دانشگاه ارتباط دارد؟ برای پاسخ به این سوال از تحلیل واریانس یک طرفه استفاده شد. نتایج معنادار نبود (سطح معناداری  $0/27$  بود). در زمینه میزان استفاده از تلفن موبایل در طول روز و ارتباط آن بر عزت نفس دانشجویان سه دانشگاه از تحلیل واریانس یک طرفه استفاده شد. نتایج نشان داد که میزان استفاده از تلفن موبایل در طول روز بر عزت نفس دانشجویان دانشگاه تهران و شهید بهشتی تأثیر معناداری نداشت (سطح معناداری  $0/207$  بود). ولی بر عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد رابطه معناداری داشت (سطح معناداری کمتر از  $0/034$  بود). در خصوص تعداد اس‌ام‌اس در یک روز نتایج آزمون آنوا نتایج معنی‌داری را در مورد دانشجویان دانشگاه تهران نشان داد. در مورد میزان صحبت کردن با موبایل نتایج نشان دادند دانشجویان دانشگاه آزادی که کمتر از ۵-۱۰ دقیقه با تلفن صحبت می‌کنند از عزت نفس بالاتری برخوردارند. در زمینه تعداد پیام‌های کوتاه، نتایج معنی‌داری به دست آمد ( $p < 0/001$ ) در مورد ترجیح دادن فرستادن پیام یا تلفن نتایج نشان‌دهنده ارتباط معنی‌داری در دانشجویان دانشگاه آزاد بود ( $p < 0/032$ ). نتایج در مورد سایر سوالات معنی‌دار نبود.

## بحث و نتیجه‌گیری

امروز تلفن همراه به عنوان یکی از مظاهر فناوری ارتباطی نوین در زندگی فردی و اجتماعی انسان جایگاه قدرتمندی دارد. نفوذ کاربردهای تلفن همراه در زندگی پدیده‌ای جهانی است و در جامعه ما استفاده از آن به حدی رسیده است که مضرات جدی و اساسی این فناوری مدرن مشهود گردیده است، مضراتی که در حوزه‌های متنوع اجتماعی، فرهنگی، رفتاری، روانشناسی، پزشکی، قانونی، جزایی و ... به آسیب‌زایی می‌پردازد. نتایج نشان داده‌اند که بیشتر دانشجویان سه دانشگاه سه سال و بیشتر است که صاحب تلفن همراه شده‌اند. در مطالعات مشابه بیشتر دانشجویان در زمان ورود به دانشگاه صاحب تلفن همراه شده بودند [۱۱]. این مطالعه نشان می‌دهد که هزینه تلفن اکثریت دانشجویان سه دانشگاه توسط پدران پرداخت می‌شده، نتایج تحقیق نیز نشان می‌دهد که هزینه

و بی‌خواهی نتیجه معنی‌داری نشان داد  $0/82 = I$  و در زمینه ارتباط افسردگی شیوه استفاده، آزمون آنوا نتایج معنی‌داری را نشان داد  $0/79 = I$ ، در خصوص هدف ویژه سوم پژوهش «تعیین ارتباط شیوه استفاده از تلفن همراه و وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران». سوال چند وقت است که موبایل دارید؟ آیا بر وضعیت روانی دانشجویان سه دانشگاه تأثیر دارد؟ برای پاسخ به این سوال از تحلیل واریانس یک طرفه استفاده شد. نتایج نشان داد که مدت زمان داشتن موبایل بر وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه آزاد تأثیر معناداری نداشت (سطح معناداری بیشتر از  $0/05$  بود) بدین معنی که کلیه دانشجویان این دانشگاه با طول مدت زمان متفاوت داشتن تلفن همراه وضعیت روانی متفاوتی نداشتند و یا به عبارت دیگر طول مدت داشتن تلفن همراه بر وضعیت روانی آنان تأثیری نداشته است. ولی بر وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه بهشتی و تهران تأثیر معناداری داشت (سطح معناداری کمتر از  $0/05$  بود). میانگین به دست آمده از این دو دانشگاه حاکی از آن است که دانشجویانی که کمتر از ۶ ماه است که از موبایل استفاده می‌کنند از سلامت روان بالاتری برخوردارند، بدین معنی که هر چه دانشجویان با طول مدت کمتری از تلفن همراه استفاده می‌کردند وضعیت روانی بهتری داشتند. در مورد سوال شماره ۳ (در طول روز چند دقیقه با موبایل صحبت می‌کنید) آزمون آنوا نتایج معنی‌داری را نشان می‌دهد ( $p < 0/004$ )، میانگین در دو دانشگاه نشان‌دهنده این مطلب است که دانشجویانی که بیش از سی دقیقه از موبایل استفاده می‌کنند از سلامت روان بالاتری برخوردارند.

در زمینه تعداد پیام‌های روزانه نتایج در دو دانشگاه تهران و شهید بهشتی معنی‌دار بود ( $p < 0/03$ )، میانگین در دو دانشگاه نشان‌دهنده این مطلب است که دانشجویانی که کمتر از ۲۰ پیام می‌فرستند از لحاظ روانی سالم‌ترند. دانشجویانی که فرستادن پیام را در مقایسه با تماس صوتی ترجیح می‌دهند در دانشگاه شهید بهشتی نتایج معنی‌داری را به دست آورده‌اند ( $p < 0/001$ ) میانگین  $1,70$  می‌باشد. سوال ۸ موضوع ارتباط تلفنی نتایج معنی‌داری را در دو دانشگاه تهران و بهشتی نشان می‌دهد ( $p < 0/001$ ) نشان داد. زمان ارسال پیام‌های غیر ضروری در دانشگاه‌های بهشتی و تهران نتایج معنی‌دار داشت ( $p < 0/046$ ) همچنین در زمینه دو سوال محتوای پیام‌ها و زمان خاموش یا بی‌صدا نمودن موبایل نتایج معنی‌دار بود ( $p < 0/001$ )، نتایج در مورد سایر سوالات معنی‌دار نبود. سوال چند وقت است که موبایل دارید؟ آیا بر عزت نفس دانشجویان سه دانشگاه تأثیر دارد؟ برای پاسخ به این سوال از



ترتیب ۳ درصد و ۸ درصد کاهش یافته و ارتباط با دوستان به ترتیب بیش از ۶ درصد و ۱۱ درصد افزایش یافته است [۱۶]. نتایج تحقیق حاضر گویای این نکته است که اکثریت دانشجویان ذکر نموده‌اند زمانی که لازم بدانند گوشی خود را خاموش و یا بی‌صدا می‌نمایند، ذکر این نکته لازم است که آنان پاسخ در کلاس و مجامع عمومی را در اولویت قرار نداده‌اند در مطالعه مشابه ۷۰ درصد از هندی‌ها و ۶۶ درصد از آمریکایی‌ها گوشی خود را در کلاس درس بی‌صدا کرده و فقط ۳۰ درصد از آمریکایی‌ها و ۱۰ درصد از هندی‌ها گوشی خود را خاموش می‌کنند. براساس آمار در سال ۲۰۱۱ نوکیا پر فروش‌ترین کمپانی بوده است. مطالعه حاضر نیز نشان می‌دهد که ۴۴,۳٪ دانشجویان دانشگاه آزاد ۲۸,۵٪ دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی و ۳۵,۳٪ دانشجویان دانشگاه تهران تلفن همراه خود را از کمپانی نوکیا خریداری کرده‌اند [۱۶]. در مورد تعداد دفعات تعویض تلفن نتایج ارتباط معنی‌داری را در سه دانشگاه نشان می‌دهند ( $p < 0.05$ ) محققان بیان می‌کنند جوانان مدل‌های جدید گوشی را ترجیح می‌دهند و اغلب ایده خرید جدیدترین گوشی را در ذهن دارند [۱۳]. در خصوص فرضیه پژوهش «بین شیوه استفاده از تلفن همراه و سلامت روان دانشجویان ارتباط وجود دارد» نتایج آزمون آنوا گویای این مطلب است که بین شیوه استفاده از تلفن، سلامت روان و عزت نفس ارتباط وجود دارد. نتایج بررسی‌ها نیز نشان داد که بین ابعاد سلامت عمومی دانشجویان و میزان استفاده از تلفن همراه رابطه مثبت و معناداری وجود دارد [۱۵].

در زمینه «ارتباط طول مدت استفاده از تلفن همراه با وضعیت روانی دانشجویان» نتایج نشان‌دهنده این مطلب است که دانشجویانی که به میزان کمتری از تلفن استفاده می‌کنند، و تعداد کمتری پیام می‌فرستادند عزت نفس بالاتری داشتند. دانشمندان در مطالعات دریافته‌اند که استفاده زیاد از تلفن همراه، با برون‌گرایی و اعتماد به نفس پایین همراه است [۱۳]. نتایج این تحقیق نیز گویای این مطلب است که افراد هر چه مدت زمان کمتری از داشتن تلفن همراه آنان می‌گذرد سلامت روانی بالاتری دارند، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت داشتن تلفن همراه به مدت طولانی سبب استفاده بیشتر آنان از تلفن شده و به نوعی تلفن جایگزینی برای دیدارهای آنان با خانواده و دوستان می‌گردد و در نتیجه عدم ارتباط چهره به چهره سبب کاهش سلامت روان در آنان می‌گردد.

در زمینه سلامت روان و شیوه استفاده از تلفن نتایج کلی حاکی است کسانی که مدت زمان کمتری است از تلفن استفاده می‌کنند.

تلفن همراه بیش از ۸۳ درصد از دختران و ۵۰ درصد پسران دانشجویان را خانواده‌شان تأمین می‌کنند [۱۲]. افراط در استفاده از تلفن همراه و مکالمات ممکن است بر وضعیت اقتصادی افراد و خانواده‌ها تأثیر منفی داشته باشد، برخی والدین مجبور هستند ماهانه مبالغ زیادی را صرف هزینه‌های تلفن همراه خود و فرزندان کنند [۱۳]. نتایج نشان می‌دهند که دانشجویان هر سه دانشگاه در هر تماس حداقل ۵-۱۰ دقیقه صحبت می‌کنند و بیشترین زمان مربوط به دانشجویان دانشگاه آزاد بود که بیش از ۳۰ دقیقه در طول روز مکالمه داشتند، تعداد زیادی از دانشجویان اظهار می‌داشتند که اگر تلفن همراه نداشتند راحت‌تر و بدون دغدغه زندگی می‌کردند و استفاده طولانی از تلفن سبب مشغله ذهنی بیشتری در آنان می‌گردد. نتایج مطالعه مشابه [۱۲] نیز نشان می‌دهند که فراگیران، در حد متوسط زمان خود را صرف تلفن همراه می‌نمایند. نتایج تحقیق نشان‌دهنده این مطلب است که همه دانشجویان از ارسال پیام بیشتر استفاده می‌کنند. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که اولویت اول تا سوم دانشجویان به ترتیب تماس صوتی، پیامک و امکانات جانبی گوشی است. همچنین نتایج نشان می‌دهند همه دانشجویان از تماس صوتی استفاده می‌کنند و دانشجویان دانشگاه آزاد بیشتر این کار را انجام می‌دهند (۶۵,۱٪)، افراد وقتی به ۲۰ سالگی می‌رسند بیشتر به تماس صوتی علاقه‌مند می‌شوند تا به پیامک، همچنین تحقیقات مختلفی نشان می‌دهند که میزان استفاده از تماس صوتی بیشتر از پیامک است [۱۴].

نتایج نشان می‌دهند دانشجویان سه دانشگاه فرستادن پیام را در مقایسه با تماس صوتی ترجیح می‌دهند و علت را مربوط به کم بودن هزینه پیامک دانسته‌اند (شهید بهشتی ۴۴,۲٪ دانشگاه تهران ۳۹,۹٪ و دانشگاه آزاد ۳۹,۴٪). محققان دریافته‌اند که نوجوانان تایوانی از تلفن‌های همراه جهت ارسال پیام‌های کوتاه، بازی‌های الکترونیکی، گرفتن عکس و دسترسی به اینترنت استفاده بیش از اندازه می‌کنند [۱۵]. کلیه دانشجویان موضوع ارتباطی را در وهله اول خبر گرفتن از دوستان (دانشگاه آزاد)، و در نوبت بعدی تماس با اقوام و خانواده ذکر کرده‌اند، هر چه میزان استفاده از فن‌آوری بیشتر می‌شود ارتباط با دوستان نسبت به ارتباط با خانواده بیشتر می‌شود [۱۶]. در یک مطالعه ۶۴ درصد از دختران و ۴۷ درصد از پسران، ارتباط با خانواده را مهم‌ترین دلیل احساس نیاز به تلفن همراه نام برده‌اند و ۱۸ درصد از دختران و ۳۳ درصد از پسران، برای ارتباط با دوستان احساس نیاز به تلفن همراه کرده‌اند [۱۷]. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که ارتباط با خانواده در بین دختران و پسران به

تغییری نخواهد داشت. ولی این تأثیر بر وضعیت روانی دانشجویان دانشگاه تهران تأثیر معناداری داشت (سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ بود) شاید علت این باشد که دانشجویانی که به میزان بیشتری از تلفن استفاده می‌کنند به دلیل کمبود وقت و مشغله‌های مربوط به تحصیل از خانواده و دوستان غافل مانده و تلفن را جایگزینی مناسب برای ملاقات با افراد می‌دانند و همین نکته دغدغه‌ها را از آنان دور ساخته و آنان را دارای عزت نفس می‌نماید.

در کل با نگاهی به پیشینه پژوهش و تأثیرات جسمی و روانشناختی استفاده از تلفن همراه در جامعه لزوم پژوهش برای موارد آسیب‌زا ضروری است. بدون شک امروزه تکنولوژی و به خصوص تلفن همراه بر ابعاد مختلف زندگی افراد تأثیر گذاشته است، لزوم شناخت این تأثیرات منوط به انجام تحقیقاتی در زمینه آسیب استفاده از تکنولوژی‌های جدید همچون تلفن همراه است. با توجه به نتایج به دست آمده از این مطالعه پیشنهاد می‌شود برای آشنایی دانشجویان با مزایا و معایب تلفن همراه از رادیو تلویزیون و سایر رسانه‌ها استفاده شود و همچنین دفاتر مرکز خدمات ارتباطی و دفاتر فروش تلفن همراه، بسته‌های آموزشی مبنی بر اختلالات ناشی از استفاده زیان‌آور بین خریداران توزیع کنند که می‌تواند موجب گسترش فرهنگ صحیح استفاده از این تلفن شود. نتایج حاصل از این پژوهش می‌تواند در مراکز مشاوره دانشجویی نیز استفاده شود و لازم است که مشاوران به رویکردهای مشاوره‌ای در کاهش استفاده مفرط از تلفن همراه بپردازند.

در طول روز تعداد تماس‌های کمتری دارند و کمتر پیامک می‌فرستند و از سلامت روان بالاتری برخوردارند. در خصوص شیوه استفاده از تلفن و وضعیت روانی آن در سه دانشگاه ضریب همبستگی پیرسون در مورد اضطراب و بی‌خوابی  $r=0.82$ ، نتایج معنی‌داری را نشان داد، نتایج تحقیقات یاسمی نژاد و همکاران نشان داد که بین اضطراب دانشجویان و میزان استفاده از تلفن همراه رابطه معناداری وجود دارد. یعنی با افزایش استفاده از تلفن همراه میزان اضطراب دانشجویان نیز بیشتر می‌شود [۹]. همچنین در زمینه ارتباط افسردگی و شیوه استفاده از تلفن نیز آزمون نتایج معنی‌داری را نشان داد ( $r=0.79$ ) محققان بیان می‌کنند افرادی که استفاده بالایی از تلفن دارند نشانه‌های افسردگی بیشتری دارند. افسردگی به عنوان پدیده‌ای رایج در نوجوانان با استفاده افراطی از ابزار تکنولوژیکی افزایش می‌یابد [۲۱-۱۹] گزارش نموده‌اند که افسردگی با اعتیاد به استفاده از تکنولوژی رایج در نوجوانان رابطه دارد. به طور کلی شکایت بهداشتی مانند خستگی، استرس، اضطراب و اختلال خواب در کسانی که به طور مرتب از تلفن همراه استفاده می‌کنند بیشتر از کسانی است که کمتر استفاده می‌کنند. [۲۱ و ۱۹]

در زمینه «میزان استفاده از تلفن همراه و ارتباط آن با عزت نفس» نتایج تحلیل واریانس نشان داد مدت زمان داشتن تلفن موبایل بر عزت نفس دانشجویان دانشگاه آزاد و بهشتی تأثیر معناداری نداشت (سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ بود) این بدان معنی است که با میزان‌های متفاوت استفاده از تلفن وضعیت عزت نفس

## مراجع

- 1- Abdullah, M. Y. H. (2004). Adoption of cellular phone among young adults: A study among youths in the Klang Valley, Malaysia. . Paper presented at the The Mobile Communication and Social Change.
- 2- Baron, N.S., Hård af Segerstad, Y (2010), "Cross-cultural patterns in mobile phone use: Public space and reachability in Sweden, the USA, and Japan", In *New Media & Society* 12(1): 13-34.
- 3- Bianchi, A., & Phillips, J.G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*. Volume 8, Number 1, 2005.
- 3- Campbell, S. W. (2007). A cross-cultural comparison of perceptions and uses of mobile telephony. *New Media & Society*, 9(2), 343 – 363.
- 4- Chakraborty, S. (2006), "Mobile phone usage patterns amongst university students: A comparative study between India and USA", A Masters Paper for the M.S.
- 5- Cilliers, M. J. & Parker, M. B. (2008), "The social impact of mobile phones on teenagers", In 10th Annual Conference, Available from: <http://marlonparker.co.za/WWW2008CillersParker.pdf>.
- 6- Elliott, A. & Lemert, C. (2006). The New

- Individualism: The Emotional Costs of Globalization. London & New York: Routledge
- 7- Geser, H. (2006), "Are Girls (Even) More Addicted? Some Gender Patterns of Cell Phone Usage" In *Sociology in Switzerland: Sociology of the Mobile Phone*. Online Publications.
- 8- Ishfaq Ahmed .(2011)An Investigation of Mobile Phone Consumption Patterns among Students and Professionals; is There any Difference? *European Journal of Economics, Finance and Administrative Sciences Issue 39*
- 9- Mohamadi N. Studying of validity and reliability of Rosenberg self esteem scale. *Iranian psychologists*. 2005; 1(4):300-13. [Persian]
- 10- Taghavi,seyed mohamad reza. (2009) Screening for psychiatric illness in general practice: the general practitioner versus the screening questionnaire, *Iran Journal of Psychiatry*, 28(15), 1-13.
- 11- Jee Hyun Ha, Bumsu Chin, Doo-Heum Park, Seung-Ho Ryu, Jaehak Yu.(2008) Characteristics of Excessive Cellular Phone Use in Korean Students. *CyberPsychology & Behavior*. 11(6): 783-784. doi:10.1089/.
- 12- Kamran, S. (2010), "Mobile Phone: Calling and Texting Patterns of College Students in Pakistan", In: *International Journal of Business and Management*,
- 13- Kawasaki, N., Tanei, S., Ogata, F., Burapadaja, S., Loetkham, C., Nakamura, T., et al. (2006). Survey on cellular phone usage on students in Thailand. *Journal of Physiological Anthropology*, 25, 377-382.
- 14- Kumjonmenukul Prasan .(2011)The Behavior of Young People when Using Mobile Phones Impact on Thai Culture and Lifestyle: A Case Study of Kalasin Municipality in Kalasin Province *American Journal of Scientific Research*, pp.57-64
- 13- Matanhelia Priyanka. (2010) 15-MOBILE PHONE USE BY YOUNG ADULTS ININDIA: A CASE STUDY *European Journal of Cultural Studies*, 6(3), 327 - 343
- 16- Moore, M., Kirchner, HI., Drotar, D., Johnson, N., Rosen, C., Ancoli-Israel, S. & Redline, S.(2009). Relationships among Sleepiness, Sleep Time, and Psychological Functioning inAdolescents. *J Pediatr Psychol*, June 3, 2009 .
- 17- Zulkefly Sheereen N. (2009)Mobile Phone use Amongst Students in a University inMalaysia: Its Correlates and Relationship toPsychological Health *European Journal of Scientific Research Vol.37 No.2* (2009), pp.206-218 Internet References
- 18- [http://th.wikipedia.org/wiki/ Karasin](http://th.wikipedia.org/wiki/Karasin)
- 19- [http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/theme\\_5-1-3.html](http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/theme_5-1-3.html)
- 20- <http://www.thaicyberpoint.com/ford/blog/id/182/>
- 21- <http://www.zibaweb.com>

