
**نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه
ماندن در رابطه بین نشانگان افسردگی و استفاده
مشکل‌زا از تلفن همراه**

سلیمان زارعی^۱

چکیده

پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه ماندن در رابطه بین نشانگان افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر نورآباد در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بود. از این جامعه تعداد ۲۷۶ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس چندبعدی حالت بی‌حوصلگی، ویرایش دوم سیاهه افسردگی بک، مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه و مقیاس ترس از در حاشیه ماندن گردآوری و با استفاده از همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد اثر مستقیم نشانگان افسردگی، اثر مستقیم بی‌حوصلگی و اثر مستقیم ترس از در حاشیه ماندن بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه مثبت و معنادار بود. همچنین، نتایج نشان داد که نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه ماندن در رابطه نشانگان افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه معنادار بود. بر اساس یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که افسردگی، بی‌حوصلگی و ترس دور بودن از اطلاعات و در حاشیه ماندن از رخدادهای اجتماعی از عوامل مهم اثرگذار بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه در بین نوجوانان است. لذا، پیشنهاد می‌شود که متخصصان از طریق آموزش و مداخلات مشاوره‌ای با کاهش بی‌حوصلگی و اضطراب ناشی از در حاشیه بودن به نوجوانان کمک کنند که نشانگان معمول افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را مدیریت کنند.

کلید واژه‌ها: افسردگی، بی‌حوصلگی، ترس از در حاشیه ماندن، تلفن همراه

۱. استادیار مشاوره، گروه روان‌شناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران. Zarei.s@lu.ac.ir

DOI: 10.22051/psy.2020.30742.2189

<https://psychstudies.alzahra.ac.ir/>

مقدمه

تلفن همراه به‌رغم مزایای که دارد سبب برخی مشکلات می‌شود که یکی از آن‌ها به‌عنوان «استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه»^۱ مفهوم‌سازی می‌شود (ژی، دونگ و وانگ^۲، ۲۰۱۸). استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه، به‌عنوان استفاده مکرر و نامناسب از تلفن تعریف می‌شود که نشانه‌های اختلال مصرف مواد از قبیل وسوسه، تحمل، ترک، استفاده مکرر به‌رغم پیامدهای نامطلوب و فقدان کنترل را به همراه دارد (چیون^۳، ۲۰۱۸). مطالعات مختلف نشان می‌دهند که استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه با مسائلی از قبیل اختلالات خواب، شکست و افت تحصیلی و آشفتگی بین فردی همراه است (یانگ، آسبوری و گریفیث^۴، ۲۰۱۹). یک الگوی نظری که در تبیین استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه استفاده قرار می‌شود، «نظریه جبرانی استفاده از اینترنت»^۵ است (کاردفلت-وینتر^۶، ۲۰۱۴). در این نظریه، استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای اجتنابی در نظر گرفته می‌شود که برخی افراد برای تسکین دادن هیجان‌های منفی از آن استفاده می‌کنند (الهای، تیامیو و ویکس^۷، ۲۰۱۸). باوجود این، نظریه جبرانی استفاده از اینترنت به‌جز هیجان منفی و آسیب‌های روانی مفهوم‌سازی سایر عوامل اثرگذار بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را نادیده می‌گیرد.

یک الگوی نظری جامع‌تر در تبیین استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه الگوی «تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا»^۸ است (براند، یونگ، لایئر، ولفلینگ و پوتنزا^۹، ۲۰۱۶). این الگو دسته‌ای از متغیرها را مطرح می‌کند که بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثرگذار هستند. دسته اول، تعیین‌کننده‌های فردی شامل عوامل شخصیتی و آسیب‌های روانی است. دسته دوم، شامل مواردی هستند که در پاسخ به تعیین‌کننده‌های فردی ارائه می‌شوند و به متغیرهای خطر‌ساز و

1. problematic mobile phone use
2. Xie, Dong and Wang
3. Chun
4. Yang, Asbury and Griffiths
5. compensatory internet use
6. Kardefelt-Winther
7. Elhai, Tiamiyu and Weeks
8. interaction of person-affect-cognition-execution(I-PACE)
9. Brand, Young, Laier, Wolfing and Potenza

محافظ اشاره دارد که شامل سوگیری شناختی و توجه، انتظارات در استفاده از تلفن همراه، راهبردهای مقابله‌ای و وسوسه است (وگمان، اوبرست، استودت و براند^۱، ۲۰۱۷). از این رو، متغیرهای پاسخ در الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا به‌عنوان واسطه بین متغیرهای فردی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه مفهوم‌سازی می‌شوند (براند و همکاران، ۲۰۱۶؛ اوبرست، وگمن، استودت، براند و چاماررو^۲، ۲۰۱۷). در الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا نشانگان افسردگی به‌عنوان یکی از عوامل آسیب‌شناسی فردی مفهوم‌سازی می‌شود که می‌تواند بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثرگذار باشد (دمیرسی، اگگونول و آکپینار^۳، ۲۰۱۵) و با مشکلاتی در زندگی نوجوانان از قبیل مشکلات شناختی و رفتارهای از جمله مصرف مواد و مخصوصاً استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه در ارتباط است (روزگونجک، لوین، هال و الهای^۴، ۲۰۱۷). در کنار موارد مطرح‌شده، افسردگی ممکن است مستقیماً بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثرگذار نباشد (الهای، دوراک، لوین و هال^۵، ۲۰۱۷) و متغیرهای زیادی این رابطه را میانجی‌گری کنند که در بین آن‌ها می‌توان به بی‌حوصلگی اشاره کرد (الهای، وازکوز، لاستگارتن، لوین و هال^۶، ۲۰۱۸) که در الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا به‌عنوان یک عامل فردی اثرگذار بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه مفهوم‌سازی شده است.

بی‌حوصلگی یک پدیده روان‌شناختی است که به‌عنوان یک حالت تنفر یا ناسازگاری با هر نوع تجربه تکراری مانند کار روزانه و بی‌قراری زیاد در شرایطی تعریف می‌شود که رهایی از یکنواختی امکان‌پذیر نیست (ایساکسکو، استراک و دانکرت^۷، ۲۰۱۷). عواطف منفی (از جمله افسردگی) به‌عنوان یک عامل مهم مفهوم‌سازی می‌شود که باعث می‌شود افراد بی‌حوصلگی را تجربه کنند و بی‌حوصلگی به‌عنوان یک وضعیت منفی خلقی سبب می‌شود که بسیاری از افراد سعی کنند با استفاده بیش‌ازحد از تلفن همراه آن را تسکین دهند (استراک، کاریتز، چئین و

1. Wegmann, Oberst, Stodt and Brand
2. Oberst, Wegmann, Stodt, Brand and Chamarrro
3. Demirci, Akgonul and Akpınar
4. Rozgonjuk, Levine, Hall and Elhai
5. Elhai, Dvorak, Levine and Hall
6. Elhai, Vasquez, Lustgarten, Levine and Hall
7. Isacescu, Struk and Danckert

دانکرت^۱، (۲۰۱۷) در کنار موارد مطرح شده، لپ، بارکلی و لی^۲ (۲۰۱۷) دریافتند که بی‌حوصلگی ناشی از اوقات فراغت با استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه در ارتباط است. همچنین، مطالعات اخیر نیز نشان می‌دهند که بی‌حوصلگی به‌طور معناداری رابطه بین افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را میانجی‌گری می‌کند (الهای و همکاران، ۲۰۱۸؛ و گمان، استندورف و براند، ۲۰۱۸).

متغیر دیگری که می‌تواند محرک استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه باشد، ترس از در حاشیه ماندن^۳ است (چوتپیتایاسونوند و داگلاس^۴، ۲۰۱۶). در واقع بر اساس الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا، ترس از در حاشیه ماندن به معنای درک این است که دیگران تجارب لذت‌بخش و پاداش‌دهنده‌ای دارند که فرد در آن‌ها حضور ندارد و در نتیجه تمایل دارد به‌طور مداوم با دیگران در ارتباط باشد (پرزبیلسکی، مارایاما، دهان و گلاودول^۵، ۲۰۱۳). ترس از در حاشیه ماندن یک حالت هیجانی منفی شدید دارد که با نشانگان افسردگی ارتباط مثبت دارد (الهای و همکاران، ۲۰۱۸؛ اوبرست و همکاران، ۲۰۱۸). علاوه بر این، مطالعات نشان می‌دهند که ترس از در حاشیه ماندن با استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه در ارتباط است (ولنیوچ، تیامیو، ویکس و الهای^۶، ۲۰۱۸). همچنین، مطالعات نشان می‌دهند که ترس از در حاشیه ماندن رابطه بین نشانگان افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را میانجی‌گری می‌کند (الهای و کونترکتور^۷، ۲۰۱۸؛ کیم، سئو و داوید^۸، ۲۰۱۵). بنابر موارد مطرح شده، ترس از در حاشیه ماندن در الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا به‌عنوان یک سوگیری شناختی در نظر گرفته می‌شود که رابطه بین آسیب‌های روانی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را میانجی‌گری می‌کند (وگمان، اوبرست، استودت و براند، ۲۰۱۷). در مجموع اینکه، مطالعات روابط بین افسردگی، بی‌حوصلگی، ترس از در حاشیه ماندن و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را نشان

1. Struk, Carriere, Cheyne and Danckert
2. Lepp, Barkley and Li
3. fear of missing out
4. Chotpitayasunondh and Douglas
5. Przybylski, Murayama, DeHaan and Gladwell
6. Wolniewicz, Tiamiyu, Weeks and Elhai
7. Contractor
8. Kim, Seo and David

دادند. با وجود این، بیشتر این مطالعات انحصاراً در نمونه‌های غربی و موارد محدودی هم در چین انجام شده است. لذا، با توجه به فقدان مطالعه در جامعه نوجوانان ایرانی و بر اساس الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا در این پژوهش سعی شده است، در قالب یک مدل نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه ماندن در رابطه بین نشانگان افسردگی با استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه به محک آزمون گذاشته شود. مدل مفهومی پژوهش حاضر در شکل (۱) ارائه شده است. بر اساس الگوی مفهومی پژوهش فرضیه‌های زیر تدوین شده است:

۱. نشانگان افسردگی بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت مستقیم دارد.
۲. نشانگان افسردگی از طریق بی‌حوصلگی بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت غیرمستقیم دارد.
۳. نشانگان افسردگی از طریق ترس از در حاشیه ماندن بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت غیرمستقیم دارد.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود که با استفاده از تحلیل مسیر انجام شد. جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهرستان نورآباد در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود. برای تعیین حجم نمونه بر اساس تعداد گویه‌های پرسشنامه‌ها مبنی بر دیدگاه کلاین^۱ (۲۰۰۷) تعداد ۳۱۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به‌عنوان نمونه نهایی انتخاب شد. در این روش نمونه‌گیری ابتدا از میان مدارس دوره دوم متوسطه

1. Kline

(جمعاً ۸ مدرسه) به تصادف تعداد ۴ مدرسه انتخاب شدند و سپس از هر مدرسه تعداد ۲ کلاس در پایه‌ها و رشته‌های مختلف به روش تصادفی انتخاب و سپس از بین همه دانش‌آموزان کلاس‌ها نمونه‌نهایی انتخاب شد. پس از اجرای پرسشنامه‌ها تعداد ۳۴ پرسشنامه به علت مخدوش بودن از روند پژوهش حذف شد و داده‌های مربوط به ۲۷۶ دانش‌آموز تحلیل شد. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه^۱ (COUS): این مقیاس را جنارو، فلورس، گومزولا و گونزالز-گیل^۲ در سال ۲۰۰۷ طراحی کردند. شامل ۲۳ گویه است. نمره‌گذاری هر گویه بر روی یک پیوستار لیکرت شش درجه‌ای (از هرگز=۱ تا همیشه=۶) تنظیم شده است. دامنه نمرات بین ۲۳ تا ۱۳۸ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده مشکل‌زای بیشتر تلفن همراه است. جنارو و همکاران (۲۰۰۷) همسانی درونی مقیاس به روش آلفای کرونباخ را برای نمونه‌ای از دانش‌آموزان دختر و پسر ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند. در ایران روایی این مقیاس در هنجاریابی آن روی نمونه‌ای از دانشجویان توسط گل محمدیان و یاسمی‌نژاد (۱۳۹۰) تایید شده است و همسانی درونی پرسشنامه را با استفاده از روش باز آزمایی برابر با ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۶ به دست آمد.

مقیاس چندبعدی حالت بی‌حوصلگی^۳ (MSBS): این مقیاس را فالمن، مرسر-لین، فلورا و استوود^۴ (۲۰۱۱) به منظور اندازه‌گیری حالت بی‌حوصلگی طراحی کرده‌اند. این فرم ۲۹ گویه دارد که برای نمره‌گذاری هر گویه نمره‌ها به صورت طیف لیکرت هفت درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) بررسی می‌شود. دامنه نمرات بین ۲۹ تا ۲۰۳ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده سطح بیشتر حالت بی‌حوصلگی در افراد است. فالمن و همکاران (۲۰۱۱) همسانی درونی نسخه اصلی مقیاس به شیوه ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس را برابر با ۰/۹۶ گزارش کرده‌اند. در ایران در پژوهش محسنی‌اژی و قمرانی (۱۳۹۵) ساختار مقیاس با

1. Cell-phone Over- Use Scale
2. Jenaro, Flores, GomezVela and Gonzalez-Gil
3. Multidimensional State Boredom Scale
4. Fahlman, Mercer-Lynn, Flora and Eastwood

استفاده از تحلیل عاملی تأییدی، تأیید و میزان پایایی مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۲ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز میزان پایایی مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۹ به دست آمد.

مقیاس ترس از در حاشیه ماندن^۱ (FOMOS): این مقیاس را پرزیبیلسکی، مارایاما، دهان و گلا دول در سال ۲۰۱۳ ساخته‌اند که ۱۰ گویه دارد و به گویه‌ها بر اساس مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (اصلاً در مورد من درست نیست «۱» تا کاملاً در مورد من درست است «۵») پاسخ داده شد. دامنه نمرات بین ۱۰ تا ۵۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده ترس بیشتر از دور ماندن از رخدادهای و اطلاعات پیرامون است. پرزیبیلسکی و همکاران (۲۰۱۳) روایی همگرایی این مقیاس با مقیاس اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی (SMAS) را تأیید و پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ در نمونه‌ای از دانشجویان برابر ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. در ایران این مقیاس توسط بایرامی، مقدم، طالبی و ابراهیمی (۱۳۹۸) ترجمه و در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ارومیه هنجاریابی شده است که روایی محتوایی آن توسط متخصصان تأیید شده است و پایایی آن با ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی مقیاس با استفاده روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵ به دست آمد.

سیاهه افسردگی بک، ویرایش دوم^۲ (BDI-II): این سیاهه را نخستین بار در سال ۱۹۶۱ بک، وارد، مندلسون، موک و اریاق^۳ معرفی کرده‌اند و در سال ۱۹۷۱ تجدیدنظر شد. این آزمون از ۲۱ گویه برای بررسی نشانگان مختلف افسردگی تشکیل شده است و پاسخگویی به گویه‌ها بر اساس مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای از صفر تا ۳ انجام می‌شود. دامنه نمره کل بین صفر تا ۶۳ است. بک، استیر و بروان^۴ (۲۰۰۰) پایایی بازآزمایی این ابزار را از ۰/۴۸ تا ۰/۸۶ با میانگین ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. در ایران، فتی، بیرشک، عاطف و دابسون (۲۰۰۵)، در یک فراتحلیل برای تعیین همسانی درونی سیاهه، دامنه این ضریب را بین ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ و همبستگی بین دو فرم بازنگری شده و اصلی را برابر با ۰/۸۹ گزارش کرده است (نقل از زارع، تقی‌لو و کاکاوند،

1. Fear of Missing Out Scale
2. Beck Depression Inventory-Second Edition
3. Beck, Ward, Mendelson, Moock and Erbaugh
4. Steer and Brown

۱۳۹۵). در پژوهش حاضر مقدار ضریب آلفای کرومباخ، ۰/۹۲ به دست آمده است.

یافته‌ها

جدول (۱) در کنار پرداختن به میانگین و انحراف استاندارد نمرات شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد که کجی توزیع نمره‌ها در دامنه (۱ و -۱) و کشیدگی در دامنه (۲ و -۲) قرار دارد و همچنین، نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف نیز نشان می‌دهد که سطح معناداری آماره Z بزرگ‌تر از $p > 0/05$ است؛ بنابراین، بر اساس این آماره‌ها نرمال بودن توزیع نمرات تأیید می‌شود.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی و بررسی نرمال بودن توزیع نمره‌های متغیرهای پژوهش در نوجوانان

شاخص‌ها متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی	کولموگروف-اسمیرنف	
					آماره Z	سطح معناداری
افسردگی	۲۰/۶۲	۵/۲۱	۰/۲۵	۰/۳۵	۰/۰۸	۰/۰۵
بی‌حوصلگی	۱۱۲/۸۴	۱۰/۰۷	-۰/۴۸	-۰/۶۴	۰/۰۷	۰/۰۶
ترس از در حاشیه ماندن	۳۲/۰۹	۶/۱۴	-۰/۶۰	-۰/۷۷	۰/۰۶	۰/۰۹
استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه	۷۸/۵۳	۸/۰۲	۰/۷۹	۰/۸۰	۰/۰۷	۰/۰۸

در جدول (۲) ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش مشاهده می‌شود، نتایج نشان می‌دهد که بین متغیرهای همبستگی وجود دارد که با توجه به تأیید معنادار بودن این همبستگی، امکان بررسی نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه ماندن در رابطه بین نشانگان افسردگی و استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه فراهم است. در ادامه به منظور بررسی مدل پژوهش از تحلیل مسیر استفاده شد. پیش از اجرای این آزمون از برقراری مفروضه‌های اساسی آن از قبیل حجم نمونه، بهنجاری توزیع داده‌ها و هم خطی چندگانه اطمینان حاصل شد.

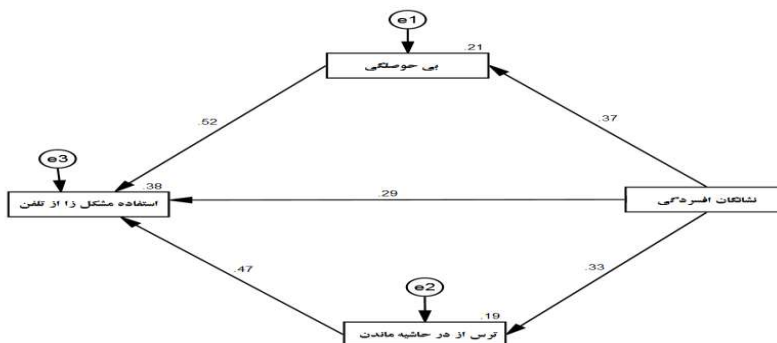
جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرها و بررسی هم خطی چندگانه متغیرهای پیش‌بین

شاخص‌های آماری متغیرها	ضرایب همبستگی				شاخص‌های هم خطی چندگانه	
	(۱)	(۲)	(۳)	(۴)	آماره	عامل تورم
(۱) افسردگی	۱				۰/۴۲	۳/۹۲
(۲) بی‌حوصلگی	۰/۵۸**	۱			۰/۵۹	۳/۱۴
(۳) ترس از در حاشیه ماندن	۰/۴۵**	۰/۳۶**	۱		۰/۶۰	۳/۰۱
(۴) استفاده مشکل‌زا از تلفن	۰/۳۱**	۰/۴۴**	۰/۳۹**	۱	-	-

هماره

** $p < 0.01$

شکل (۲) مدل پژوهش بر اساس ضرایب استانداردشده (β) را نشان می‌دهد و در جدول (۳) شاخص‌های برازش مدل گزارش شده‌اند.



شکل ۲: مدل نهایی تحلیل مسیر

در بررسی شاخص‌های برازش مدل در جدول (۳) مشاهده می‌شود که تمامی شاخص‌های برازش به‌دست‌آمده از مطلوبیت بالایی برخوردارند.

جدول ۳: برآورد شاخص‌های برازش مدل تحلیل مسیر

شاخص‌ها	شاخص‌های برآورد مطلق		شاخص‌های برآورد تطبیقی		شاخص‌های برآورد مقتصد	
	GFI	AGFI	CFI	NFI	CMIN/DF	RMSEA
مقادیر الگو	۰/۹۲	۰/۸۸	۰/۹۱	۰/۹۲	۲/۷۹	۰/۰۴

بر اساس مسیرهای آزمون شده در مدل (شکل ۲) و نتایج جدول (۴) مشاهده می‌شود که اثر مستقیم نشانگان افسردگی بر بی‌حوصلگی ($\beta=0/37$, $C.R=5/24$ و $P<0/001$) مثبت معنادار است و این متغیر قادر به پیش‌بینی ۲۱ درصد از واریانس بی‌حوصلگی است. اثر مستقیم نشانگان افسردگی بر ترس از در حاشیه ماندن ($\beta=0/33$, $C.R=4/80$ و $P<0/001$) مثبت معنادار است و این متغیر قادر به پیش‌بینی ۱۹ درصد از واریانس ترس از در حاشیه ماندن است. اثر مستقیم نشانگان افسردگی ($\beta=0/29$, $C.R=3/62$ و $P<0/001$)، اثر مستقیم بی‌حوصلگی ($\beta=0/52$, $C.R=7/94$ و $P<0/001$) و اثر مستقیم ترس از در حاشیه ماندن ($\beta=0/47$, $C.R=6/30$ و $P<0/001$) بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه مثبت معنادار است و این سه متغیر در مجموع توانایی تبیین ۳۸ درصد از واریانس استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را دارند. همچنین، نتایج (جدول ۴) نشان می‌دهد که اثر غیرمستقیم نشانگان افسردگی از طریق نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی ($\beta=0/19$) و نقش واسطه‌ای ترس از در حاشیه ماندن ($\beta=0/15$) بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه مثبت است و هر دو مسیر غیرمستقیم و در سطح $P<0/01$ معنادار هستند.

جدول ۴: اثرات مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس تبیین شده متغیرها

مسیرها	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
بر بی‌حوصلگی از: نشانگان افسردگی	0/37**	-	0/37	0/21
بر ترس از در حاشیه ماندن از: نشانگان افسردگی	0/33**	-	0/33	0/19
بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه از: نشانگان افسردگی	0/29**	-	0/29	0/38
بی‌حوصلگی	0/52**	0/19*	0/71	
ترس از در حاشیه ماندن	0/47**	0/15*	0/62	

$P<0/001$ ** * $P<0/01$ *

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی و ترس از در حاشیه ماندن در

رابطه بین نشانگان افسردگی با استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه انجام شد. نتایج بررسی فرضیه اول نشان داد که نشانگان افسردگی بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت مستقیم دارد. نتایج این بخش از پژوهش با مطالعه روزگونیک و همکاران (۲۰۱۷) همسو است که نشانگان افسردگی را یک عامل محرک در استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه می‌داند. در تبیین این یافته براساس نظریه جبرانی استفاده از اینترنت (کاردفلت-ویتتر، ۲۰۱۴) می‌توان بیان داشت که افسردگی به‌عنوان یک هیجان منفی باعث می‌شود که افراد برای اجتناب از آن دست به راهبردهای مقابله‌ای بزنند و در این بین مطابق با مطالعه چوون (۲۰۱۸) استفاده مفرط و مشکل‌زا از تلفن همراه به‌عنوان روشی برای تسکین دادن هیجان منفی استفاده می‌شود. همچنین، براساس فرضیه خوددرمانی (الهای و همکاران، ۲۰۱۸) می‌توان بیان داشت نوجوانانی که از آشفتگی‌های هیجانی به‌مانند افسردگی رنج می‌برند، تمایل زیادی به استفاده از روش‌های خود تسکینی از قبیل تعامل با تلفن همراه به‌عنوان یک درمان موقت دارند و به‌محض اینکه می‌توانند از طریق این تعامل با تلفن همراه تسکین بیابند، به استفاده از تلفن همراه به‌عنوان یک راهبرد مؤثر روی می‌آورند که می‌تواند به‌طور خودکار استفاده مشکل‌زا و مفرط از تلفن همراه را باعث شود. نتایج بررسی فرضیه دوم نشان داد که نشانگان افسردگی از طریق بی‌حوصلگی بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت غیرمستقیم دارد. نتایج این بخش از پژوهش با نتایج مطالعات وگمان و همکاران (۲۰۱۸) و الهای و همکاران (۲۰۱۸) همخوان است که عنوان می‌کنند بی‌حوصلگی به‌عنوان یک وضعیت خلقی منفی از افسردگی ناشی می‌شود و سبب می‌شود که بسیاری از افراد سعی کنند این خلق منفی را با استفاده بیش از حد از تلفن همراه تسکین دهند. در تبیین این یافته براساس الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا می‌توان بیان کرد که بی‌حوصلگی به‌عنوان یک آسیب روانی یا ویژگی شخصیتی هسته‌ای از افسردگی اثر می‌پذیرد و به مرور زمان باعث می‌شود که خودکنترلی نوجوانان کاهش یابد و آن‌ها در مواجهه با استرس‌های ناشی از مدرسه و سایر حوزه‌های زندگی به دلیل ناتوانی در تعدیل احساسی و شناختی خود به برخی رفتارهای تکانشی به‌منظور مقابله با بی‌حوصلگی دست بزنند. یکی از این رفتارها جستجوی لذت فوری در زمان حال به‌جای پاداش‌های بزرگ‌تر در آینده است (استراک و همکاران، ۲۰۱۷)؛ بنابراین، به نظر می‌رسد که نوجوانان با سطح بی‌حوصلگی بالا هنگام تجربه خلق منفی بالا به‌منظور تعدیل بی‌حوصلگی و رهایی از ملالت و یکنواختی ناشی

از این احساس به سمت لذت‌های آنی مانند استفاده از تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی روی می‌آورند. همچنین، در کنار موارد مطرح شده می‌توان بیان داشت نوجوانانی که برخی نشانگان خاص افسردگی از قبیل بی‌علاقگی، فقدان لذت و اشکال در تمرکز دارند، نمی‌توانند به درستی از اوقات فراغت خود لذت ببرند و سطح بالایی از بی‌حوصلگی ناشی از اوقات فراغت را تجربه می‌کنند که در این حالت بیشترین گرایش را به استفاده مفرط و مشکل‌زا از تلفن همراه و اینترنت دارند. نتایج بررسی فرضیه سوم نشان داد که نشانگان افسردگی از طریق ترس از در حاشیه ماندن بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر مثبت غیرمستقیم دارد. نتایج این بخش از پژوهش با نتایج مطالعات وگمان و همکاران (۲۰۱۷) و الهای و کونترکتور (۲۰۱۸) همخوان است که مطرح می‌کنند برخی شناخت‌های معیوب و ناکارآمد ناشی از افسردگی بر استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه اثر می‌گذارند. در تبیین این یافته می‌توان براساس الگوی تعامل شخص-عاطفه-شناخت-اجرا بیان کرد که آسیب‌های روانی از قبیل افسردگی باعث ایجاد سوگیری‌های شناختی از قبیل ترس از در حاشیه ماندن می‌شود و افراد به دلیل این ترس تلاش می‌کنند که در جستجوی اطلاعات بیشتر بوده و از رخداد‌های اجتماعی اطلاعات بیشتری داشته باشند که مطابق با نتایج مطالعه و لنیویچ و همکاران (۲۰۱۸) می‌توان تبیین کرد افراد زمانی درک کنند که از اطلاعات و رخداد‌های اجتماعی دورمانده‌اند، گرایش به استفاده بیش‌ازحد و مشکل‌زا از تلفن همراه دارند تا این ترس و اضطراب دور بودن و درحاشیه ماندن از لذت‌های اجتماعی و اطلاعاتی را مدیریت کنند. همچنین، بر اساس نظریه جبرانی استفاده از اینترنت (کاردفلت-وینتر، ۲۰۱۴) می‌توان مطرح کرد که ترس از در حاشیه ماندن یک مؤلفه هیجانی منفی به مانند احساس تنهایی دارد که از افسردگی ناشی می‌شود و افراد به جهت مهار این مؤلفه هیجانی منفی و ترس از در حاشیه ماندن ناشی از آن به استفاده از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی روی می‌آورند که این مورد با استفاده از تلفن همراه می‌تواند رخ دهد و زمانی که بیش‌ازحد و مفرط از آن استفاده شود، می‌تواند سبب استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه شود.

شایان ذکر است که هر پژوهشی دارای محدودیت است و در خصوص پژوهش حاضر می‌توان بیان داشت که تفاوت‌های فردی شرکت‌کنندگان مانند تفاوت در انگیزه و علاقه به موضوع می‌تواند نتایج این پژوهش را با محدودیت مواجه کند. همچنین، این پژوهش صرفاً بر

روی دانش‌آموزان پسر نوجوان مقطع دوم متوسطه شهر نورآباد انجام شده است که تعمیم نتایج به کل دانش‌آموزان و دانش‌آموزان دختر باید با احتیاط انجام شود. لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های با نمونه‌های دختر و در تمام مقاطع مختلف انجام شود که به غنای اطلاعات کمک شود. در نهایت اینکه، نتایج این مطالعه برای نوجوانان و متخصصان حوزه نوجوانان چندین پیشنهاد کاربردی دارد. ابتدا اینکه براساس یافته‌ها می‌توان بیان کرد که متخصصان می‌توانند از طریق آموزش و مداخلات مشاوره‌ای با کاهش بی‌حوصلگی و اضطراب ناشی از دور ماندن از رخدادهای اجتماعی و در حاشیه بودن به نوجوانان کمک کنند که نشانگان معمول افسردگی را مدیریت کنند و کم‌تر به سمت رفتارهای ناسالم از قبیل استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه گرایش داشته باشند. دوم اینکه، نتایج مطرح می‌کنند نوجوانانی که دارای افسردگی و بی‌حوصلگی هستند بیشتر در معرض خطر ابتلا به استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه هستند. لذا باید بیشتر به آن‌ها توجه شود و آموزش‌های لازم از قبیل خودشناسی، برقراری روابط اجتماعی سالم برای مقابله مؤثر با مشکلات زندگی و آشفته‌گی‌های روان‌شناختی به آن‌ها ارائه شود.

تشکر و قدردانی

این پژوهش به طور مستقل انجام شده است. مجوز اجرای آن از سوی آموزش و پرورش شهر نورآباد صادر شده است. بدین وسیله از مسئولان اداره آموزش و پرورش، دانش‌آموزان شرکت‌کننده در مطالعه و همچنین مدیران و معلمان مدارس تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

منابع

- بایرامی، رقیه، مقدم، فاطمه، طالبی، عرفانه و ابراهیمی، سمیرا (۱۳۹۸). بررسی ارتباط ترس از در حاشیه ماندن و استفاده از شبکه‌های اجتماعی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ارومیه. *مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه*، ۱۷(۵): ۳۶۲-۳۵۵.
- زارع، معصومه، تقی‌لو، صادق و کاکاوند، علیرضا (۱۳۹۵). رابطه بین اضطراب و افسردگی با میانجی‌گری تفکر ارتجاعی و کمال‌گرایی به روش معادلات ساختاری. *مجله بهداشت روانی (ویژه‌نامه)*، ۱۸: ۴۶۴-۴۵۵.
- گل‌محمدیان، محسن و یاسمی‌نژاد، پریسا (۱۳۹۰). هنجاریابی، روایی و پایایی مقیاس استفاده

- آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان. یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۶(۱۹): ۳۷-۵۲.
- محسنی‌اژی، علیرضا و قمرانی، امیر (۱۳۹۵). ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس چندبعدی حالت بی‌حوصلگی در مادران دارای فرزند مبتلابه اختلال طیف اوتیسم. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۵(۹): ۸۳۴-۸۲۱.
- Bayrami, R., Moghaddam, F., Talebi, E. and Ebrahimi, S. (2019). A Survey on relation between fear of missing out and social media use among students in Uromia University of Medical Sciences. *Nursing and Midwifery Journal*, 17(5): 355-362 (Text in Persian).
- Beck, A. T., Steer, R. A. and Brown, G. K. (2000). *Manual for the Beck Depression Inventory II*. San Antonio, TX: The psychological Corporation, USA.
- Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wolfling, K. and Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific internet-use disorders: An interaction of person-affect-cognition-execution (I-PACE) model. *Neuroscience and Bio behavioral Reviews*, 71: 252-266. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033>
- Chotpitayasunondh, V. and Douglas, K. M. (2016). How “pubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63: 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chun, J. (2018). Conceptualizing effective interventions for smartphone addiction among Korean female adolescents. *Children and Youth Services Review*, 84: 35-39. DOI: 10.1016/j.chilyouth.2017.11.013
- Demirci, K., Akgonul, M. and Akpinar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2): 85-92
- Elhai, J. D. and Contractor, A. A. (2018). Examining latent classes of smartphone users: Relations with psychopathology and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 82: 159-166. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.010>
- Elhai, J. D., Dvorak, R. D., Levine, J. C. and Hall, B. J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207: 251-259. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D. and Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63: 509-516. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Elhai, J. D., Tiamiyu, M. F. and Weeks, J. W. (2018). Depression and social anxiety in relation to problematic smartphone use: The prominent role of rumination. *Internet Research*, 28(2): 315-332.

- Elhai, J. D., Vasquez, J. K., Lustgarten, S. D., Levine, J. C. and Hall, B. J. (2018). Prone to boredom mediates relationships between problematic smartphone use with depression and anxiety severity. *Social Science Computer Review*, 36(6): 707–720.
- Fahlman, S. A., Mercer-Lynn, K. B., Flora, D. B. and Eastwood, J. D. (2011). Development and validation of the multidimensional state boredom scale. *Assessment Journal*, 20(1): 68-85
- Golmohammadian, M. and Yaseminejad, P. (2011). Normalization, Validity and Reliability of Cell-phone over-use scale among students. *Journal of Psychology New Ideas*, 6(19): 37-52 (Text in Persian).
- Isacescu, J., Struk, A. A. and Danckert, J. (2017). Cognitive and affective predictors of boredom proneness. *Cognition and Emotion*, 31(8):1741–1748.
- Jenaro, C., Flores, N., GomezVela, M. and Gonzalez-Gil, F. (2007). Problematic internet and cell- phone use: psychological, behavioral and health concerns. *Addiction Research and Theory*, 15(3): 309- 320.
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet ad- diction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31: 351–354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>
- Kim, J., Seo, M. and David, P. (2015). Alleviating depression only to become problematic mobile phone users: Can face-to-face communication be the antidote? *Computers in Human Behavior*, 51: 440–447. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.030>
- Lepp, A., Barkley, J. E. and Li, J. (2017). Motivations and experiential outcomes associated with leisure time cell phone use: Results from two independent studies. *Leisure Sciences*, 39(2): 144–162.
- Mohseni-Ezhiyeh, A. and Ghamarani, A. (2017). Psychometric characteristics of the Persian version of the multidimensional state boredom scale (MSBS-PV) in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Rafsanjan University Medical Sciences*, 15(9):821-834 (Text in Persian).
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M. and Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. and Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4): 1841–1848.
- Rozgonjuk, D., Levine, J. C., Hall, B. J. and Elhai, J. D. (2018). The association between problematic smartphone use, depression and anxiety symptom severity, and objectively measured smartphone use over one week. *Computers in Human Behavior*, 87: 10–17. DOI: 10.1016/j.chb.2018.05.019
- Struk, A. A., Carriere, J. S. A., Cheyne, J. A. and Danckert, J. (2017). A short Boredom Proneness Scale: Development and psychometric proper- ties. *Assessment Journal*, 24(3): 346–359.

- Stubbs, B., Vancampfort, D., Veronese, N., Kahl, K. G., Mitchell, A. J., Lin, P. Y., Tseng, P. T., Mugisha, J., Solmi, M., Carvalho, A. F. and Koyanagi, A. (2017). Depression and physical health multi morbidity: primary data and country- wide meta-analysis of population data from 190 593 people across 43 low- and middle-income countries. *Psychological Medicine*, 47(12): 2107–2117.
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B. and Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and internet-use expectancies contribute to symptoms of internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5: 33–42. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2017.04.001>
- Wegmann, E., Ostendorf, S. and Brand, M. (2018). Is it beneficial to use internet-communication for escaping from boredom? Boredom proneness interacts with cue-induced craving and avoidance expectancies in explaining symptoms of internet-communication disorder. *PLoS One*, 13(4): e0195742.
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W. and Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, 262: 618–623. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>
- Xie, X., Dong, Y. and Wang, J. (2018). Sleep quality as a mediator of problematic smartphone use and clinical health symptoms. *Journal of Behavior Addiction*, 7(2): 466–472.
- Yang, Z., Asbury, K. and Griffiths, M. D. (2019). An exploration of problematic smartphone user among Chinese university students: associations with academic anxiety, academic procrastination, self-regulation and subjective wellbeing. *International Journal of Mental Health Addiction*, 117: 596–614. <https://dx.doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Zare M., Taghiloo, S. and Kakavand, A. (2016). The relationship between the anxiety and depression with the mediation of referential thinking and perfectionism: Structural equation method. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18(Special Issue), 455-464 (Text in Persian).

Abstracts

Psychological Studies
Research Article
Submit Date: 2020-03-23

Vol.16, No.2, Summer 2020
page: 109-124
Accept Date: 2020-09-08

The Mediating Role of Boredom and Fear of Missing Out in the Relationship between Depression Symptoms and Problematic Cell-phone Use

Salman Zarei¹

Abstract

The aim of current study was to investigate the mediating role of boredom and fear of missing out in the relationship between depression symptoms and problematic cell-phone use. The research design was descriptive-correlational. From the male adolescents' population in academic year of 2019-2020, a total of 276 high school students selected via multistage cluster sampling method and were examined by Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Multidimensional State Boredom Scale (MSBS), Cell-phone Over Use Scale (COUS), and Fear of Missing Out Scale (FOMOS). To analyze the collected data Pearson correlation coefficient and path analysis were conducted. The results of path analysis showed that direct effect of depression symptoms, direct effect of psychological boredom, and the direct effect of fear of missing out on problematic cell-phone use were significantly positive. Also, results showed that the mediating role of psychological boredom and fear of missing out in the relationship between depression symptoms and problematic cell-phone use was significant. Based on the findings, it can be concluded that depression, boredom and fear of missing out information and social events were important factors affecting adolescents' problematic cell-phone use. Therefore, it is suggested that specialists by reducing boredom and anxiety caused by fear of missing out through training and counseling interventions help adolescents to manage the symptoms of depression and problematic cell-phone use.

Keywords: *Boredom, cell-phone, depression, fear of missing out*

1. Assistant professor, Psychology department, Lorestan University, Khorramabad, Iran. Zarei.s@lu.ac.ir
DOI: 10.22051/psy.2020.30742.2189
<https://psychstudies.alzahra.ac.ir/>