

# ارتباط بین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین و اختلالات روانشناختی

مهسا اسمعیلی راد\*، دکتر فرید احمدی

گروه فناوری اطلاعات، دانشکده مهندسی فناوری اطلاعات و کامپیوتر، دانشگاه صنعتی ارومیه

(تاریخ دریافت: ۹۶/۷/۴، تاریخ پذیرش: ۹۶/۹/۱)

## چکیده

**زمینه:** اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین مانند سایر اعتیادها می‌تواند باعث ایجاد معضلات اخلاقی در کاربر شود و همچنین می‌تواند متأثر از اختلالات روانشناختی کاربر باشد. از این رو هدف از انجام این پژوهش بررسی ارتباط بین میزان افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و ارتباط بین میزان رضایت از زندگی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی است.

**روش:** پژوهش حاضر به صورت توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان رشته فناوری اطلاعات استان آذربایجان غربی بود که شامل ۸۰۰ نفر بودند، حجم نمونه آماری با استفاده از فرمول کوکران محاسبه شد و نمونه‌ای به حجم ۲۶۰ نفر (۱۵۰ زن و ۱۱۰ مرد) با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. مقیاس‌های سنجش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی، افسردگی، اضطراب و رضایت از زندگی به صورت آنلاین برای شرکت‌کنندگان ارسال شدند. برای بررسی فرضیه‌های پژوهش، آزمون همبستگی اسپیرمن با استفاده از نرم‌افزار IBM SPSS Statistics 23 انجام شد و برای تعیین برازش مدل، نرم افزار SPSS Amos استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین افسردگی، اضطراب، مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و رضایت از زندگی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی همبستگی معنی‌دار وجود دارد. همچنین مقادیر مربوط به شاخص‌های برازش نشان از برازش مناسب مدل بود.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌های پژوهش میزان افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مستقیم دارند، از سوی دیگر هر چه میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی افزایش پیدا کند، میزان رضایت از زندگی کاهش می‌یابد.

**کلید واژگان:** اخلاق، بحران اخلاقی، اعتیاد به تکنولوژی، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی

## سر آغاز

بحران‌های اخلاقی در این زمینه است که در این نوع اعتیاد شخص یک رفتار را به طور مدام تکرار می‌کند و نسبت به انجام آن رفتار احساس وابستگی پیدا می‌کند، تکنولوژی به روش‌های مختلف و با توجه به جذابیت‌هایی که برای کاربر دارد می‌تواند موجب ایجاد وابستگی و اعتیاد در کاربر شود به طوری که استفاده از تکنولوژی و اعتیاد به آن می‌تواند منجر به این شود که سایر اهداف شخص، قربانی اعتیاد به تکنولوژی شود و باعث پیدایش معضلات اخلاقی<sup>۱</sup> متعددی در کاربر شود، به طور مثال شخص سایر تعهدات خود را نادیده بگیرد، فعالیت‌های اجتماعی

با پیشرفت‌های اخیر در زمینه فناوری و اطلاعات و با توجه به افزایش روز افزون استفاده از فناوری در زندگی روزمره، بحران‌های اخلاقی<sup>۱</sup> جدیدی در زمینه استفاده از فناوری نیز به وجود آمده‌است. با ظهور و گسترش دسترسی به اینترنت، کاربران با بحران‌های اخلاقی متفاوتی مواجه شدند. دسترسی به محتوای اینترنتی غیراخلاقی<sup>۲</sup>، به مخاطره افتادن حریم خصوصی<sup>۳</sup>، نقض اخلاق در حریم خصوصی و اعتیاد به تکنولوژی<sup>۴</sup> از بحران‌های اخلاقی مهم در زمینه استفاده از اینترنت و تکنولوژی است (۳-۱). مفهوم اعتیاد به تکنولوژی یکی از مهم‌ترین

نویسنده مسئول: نشانی الکترونیکی: mahsa.esmailrad@gmail.com

خود را کم کند و ارتباط با سایر افراد و دوستان و خانواده خود را کم کند و همچنین ممکن است فعالیت‌های فیزیکی شخص نیز در اثر اعتیاد به تکنولوژی کاهش یابد. اعتیاد به اینترنت، اعتیاد به گوشی‌های هوشمند<sup>۷</sup>، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین<sup>۸</sup> از انواع اعتیاد به تکنولوژی هستند (۴). اعتیاد به اینترنت یک نوع اعتیاد به تکنولوژی است و اصطلاح اعتیاد به اینترنت به استفاده بیش از حد و غیر قابل کنترل از اینترنت اطلاق می‌شود. وابستگی به اینترنت به صورتی است که می‌تواند منجر به ایجاد شکست شناختی<sup>۹</sup> در انجام کارهای روزانه می‌شود (۵). اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نیز یکی دیگر از انواع اعتیاد به تکنولوژی است که می‌تواند به عنوان یک رفتار مشکل‌زا در نظر گرفته شود. وابستگی و اعتیاد به گوشی هوشمند می‌تواند تأثیرات منفی روی شخصیت، اخلاق<sup>۱۰</sup> و رفتار فرد داشته باشد. استفاده بیش از اندازه از گوشی‌های هوشمند نیز در طول روز موجب حواس پرتی و عدم تمرکز در کارهای روزانه، افزایش استرس، کاهش عملکرد تحصیلی، کاهش احساس رضایت از زندگی می‌شود (۵-۷). عدم توانایی در کنترل مدت زمان استفاده و عدم توانایی توقف استفاده از گوشی‌های هوشمند، عصبانیت به هنگام دسترسی نداشتن به گوشی‌های هوشمند، اشتغال ذهنی، از مشخصه‌های اعتیاد به گوشی‌های هوشمند هستند (۸).

اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین نیز یکی از انواع اعتیاد به تکنولوژی است که با توجه به رواج شبکه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر روز به روز تعداد کاربرانی که به شبکه‌های اجتماعی اعتیاد دارند، افزایش می‌یابد. اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین که نوعی از اعتیاد رفتاری<sup>۱۱</sup> است می‌تواند بر روی اخلاق و رفتار کاربران تأثیرات مخربی داشته باشد. همچنین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی همانند سایر اعتیادها می‌تواند با عوامل روانشناختی مختلفی ارتباط داشته باشد. اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین دارای هفت معیار است که این معیارها عبارتند از: عدم توانایی تحمل، مشکلات زندگی، سندروم خودداری<sup>۱۲</sup>، وابستگی، رضایت جایگزین<sup>۱۳</sup>، شدت استفاده از طریق اپلیکیشن‌های موبایل شبکه‌های اجتماعی و تغییرات خلق و خو<sup>۱۴</sup> (۹).

نتایج بررسی‌ها نشان داده است که سطح افسردگی با میزان اعتیاد به اینترنت رابطه مستقیم دارد و هرچه احساس افسردگی در فرد بیشتر باشد، احتمال استفاده بیش از حد و اعتیادگونه از اینترنت افزایش پیدا می‌کند (۱۰، ۱۱). مشکلات روانشناختی افراد با میزان استفاده از فیسبوک نیز ارتباط دارند، یکی از خصیصه‌های که منجر به استفاده زیاد از فیسبوک می‌شود میزان افسردگی است، به عبارتی با افزایش میزان افسردگی میزان وابستگی و اعتیاد به شبکه اجتماعی فیسبوک نیز افزایش پیدا می‌کند (۱۲). با توجه به اینکه امروزه بیشتر کاربران اینترنت در حال استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین هستند و تعداد شبکه‌های اجتماعی آنلاین افزایش پیدا کرده‌است و علاوه بر فیسبوک کاربران از سایر شبکه‌های اجتماعی نیز به طور مدام استفاده می‌کنند و همچنین شبکه‌های اجتماعی آنلاین در هر زمان در دسترس کاربران است، می‌تواند پیش‌بینی کرد عواملی روانشناختی که با میزان اعتیاد به اینترنت ارتباط دارند، می‌توانند با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین نیز

ارتباط داشته‌باشند، نتایج بررسی‌های مربوط به نوجوانان چینی نیز نشان داده‌است که میزان افسردگی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مستقیم دارد (۱۳). با توجه به بررسی‌های انجام شده در پژوهش‌های پیشین میزان اضطراب با میزان اعتیاد به گوشی‌های هوشمند رابطه مستقیم دارد و هر چه میزان اضطراب در فرد بیشتر باشد میزان اعتیاد به گوشی‌های هوشمند افزایش پیدا می‌کند و در حالت کلی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند با اختلالات روانشناختی مانند اضطراب و افسردگی رابطه مستقیم دارد (۱۴-۱۶). با توجه به اینکه امروزه بیشتر شبکه‌های اجتماعی آنلاین از طریق گوشی‌های هوشمند در دسترس کاربران هستند و کاربر می‌تواند در هر مکان و زمان به شبکه اجتماعی مورد نظر خود از طریق گوشی هوشمند خود دسترسی داشته باشد می‌تواند پیش‌بینی کرد عوامل روانشناختی مانند اضطراب که با میزان اعتیاد به گوشی هوشمند ارتباط دارد با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین نیز ارتباط داشته‌باشند.

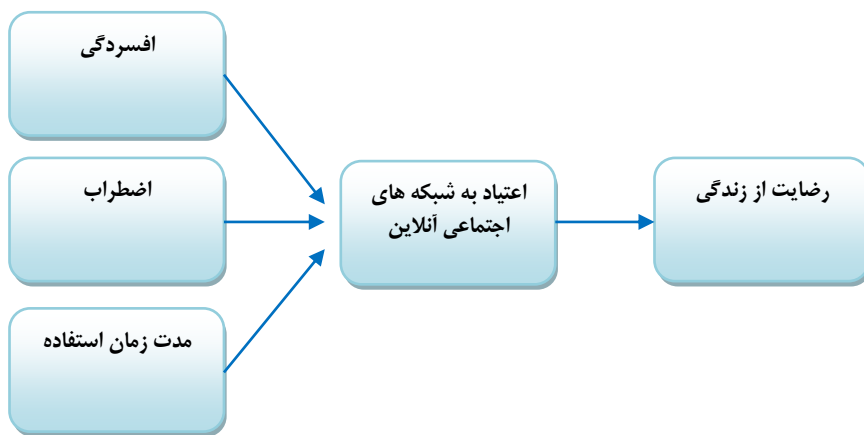
طبق بررسی‌هایی انجام شده بین دانشجویان تایوان به منظور تعیین عوامل تأثیرگذار در اعتیاد به فیسبوک، کاربران شبکه اجتماعی فیسبوک بیشتر برای چک کردن و مرور پست‌های جدید، چت و گفتگو با دوستان و هم‌چنین استفاده از سایر اپلیکیشن‌های فیسبوک از این شبکه اجتماعی استفاده می‌کنند که طبق نتایج این پژوهش استفاده بیش از حد و مکرر از فیسبوک در طول روز منجر به ایجاد وابستگی و اعتیاد به فیسبوک می‌شود، بنابراین میزان مدت زمان استفاده از شبکه اجتماعی فیسبوک در طول روز با میزان اعتیاد به فیسبوک رابطه مستقیم دارد و با افزایش مدت زمان استفاده از فیسبوک میزان اعتیاد به آن نیز افزایش پیدا می‌کند (۱۲). با توجه به نتایج این پژوهش پیش‌بینی می‌شود مدت زمان استفاده از سایر شبکه‌های اجتماعی آنلاین در طول روز نیز با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مستقیم داشته باشد.

یکی از عوامل روانشناختی دیگر که با انواع اعتیاد به تکنولوژی ارتباط دارد و در پژوهش‌های پیشین نیز بررسی شده‌است، میزان رضایت از زندگی است. اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس با احساس خوشبختی و سلامت روانی فرد دارد و با افزایش سطح اعتیاد به اینترنت سطح رضایت از زندگی کاهش می‌یابد و افراد کمتر احساس خوشبختی خواهند داشت (۱۰). اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نیز همانند اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس با میزان رضایت از زندگی دارد و هرچه میزان اعتیاد به گوشی‌های هوشمند افزایش پیدا کند، میزان رضایت از زندگی کاهش پیدا خواهد کرد (۱۷). همچنین میزان اعتیاد به فیسبوک با میزان رضایت از زندگی رابطه معکوس دارد و با افزایش میزان اعتیاد به فیسبوک میزان رضایت از زندگی کاهش می‌یابد (۱۸). نتایج بررسی‌های مربوط به دانشجویان آمریکایی نیز نشان داده‌است که میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی همانند اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند با میزان رضایت از زندگی رابطه معکوس دارد (۱۹).

با توجه به پیشینه پژوهش تاکنون در ایران ارتباط بین مشکلات روانشناختی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین بررسی نشده است و با توجه به این موضوع که میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی

شبکه‌های اجتماعی و میزان رضایت از زندگی با متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین دارای نوآوری است. همچنین به لحاظ ساختار، روش پژوهش و استفاده از ابزار مقایسه اخلاقی سنجش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین برای تعیین میزان اعتیاد نیز دارای نوآوری است. شناخت عوامل و فاکتورهایی که با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین ارتباط دارند، می‌تواند در میزان کنترل و درمان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین تأثیرگذار باشد، یکی از روش‌های درمانی که برای درمان اعتیاد به اینترنت استفاده می‌شود روش درمانی رفتاری-شناختی<sup>۱۵</sup> است که در این روش نیز یکی از مراحل مهم تشخیص و درمان افسردگی و اضطراب است که با درمان این دو فاکتور میزان اعتیاد به اینترنت کاهش می‌یابد. این روش درمانی جز تأثیرگذارترین روش‌های درمان اعتیاد به اینترنت بوده است (۲۰، ۲۱).

آنلاین رو به افزایش است، نیاز به بررسی عوامل و فاکتورهایی که با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین ارتباط دارند احساس می‌شود. هدف از انجام این پژوهش نیز بررسی ارتباط بین متغیرهای افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در طول روز با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است، همچنین با توجه به این موضوع که اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مانند سایر اعتیادهای سنتی می‌تواند بر اخلاق، رفتار و ویژگی‌های روانشناختی کاربر تأثیرگذار باشد، ارتباط بین متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین با متغیر میزان رضایت از زندگی نیز بررسی می‌شود. بنابراین برای پژوهش حاضر یک مدل مفهومی در نظر گرفته شده است که نگاره ۱ این مدل مفهومی را نشان می‌دهد. این پژوهش از نظر موضوع که بررسی ارتباط بین متغیرهای افسردگی، اضطراب، مدت زمان استفاده از



نگاره ۱: مدل مفهومی پژوهش

## روش

درصد (۵۸ نفر) بیشتر از ۶ ساعت در طول روز از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند. مقیاس اخلاقی سنجش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین (۹)، مقیاس سنجش میزان افسردگی (۲۲)، مقیاس سنجش میزان اضطراب (۲۳) و مقیاس سنجش میزان رضایت از زندگی (۲۴) به عنوان ابزار اصلی گردآوری داده‌ها مورد استفاده قرار گرفته شدند. متغیر مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین در طول روز به صورت خودگزارش‌دهی در مقیاس اخلاقی سنجش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین از شرکت‌کنندگان سوال شده است. به منظور بررسی روایی محتوای پرسشنامه‌ها از اساتید حوزه روانشناسی و زبان انگلیسی خواسته شد تا سوالات را مورد بررسی قرار دهند، در نهایت ایرادهای مربوط به ترجمه و محتوا مشخص و برطرف گردید. برای تعیین پایایی پرسشنامه‌ها مقدار آلفای کرونباخ مربوط به هر پرسشنامه توسط نرم افزار IBM SPSS Statistics 23 محاسبه شده است، نتایج مربوط به مقادیر آلفای

پژوهش حاضر به صورت توصیفی-همبستگی است که در نیمه دوم سال ۱۳۹۶ انجام گرفته شده است، جامعه آماری این پژوهش دانشجویان رشته مهندسی فناوری اطلاعات استان آذربایجان غربی است که شامل ۸۰۰ نفر بودند. برای تعیین حجم نمونه آماری از فرمول کوکران استفاده شده است که نمونه‌ای به حجم ۲۶۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده و در دسترس انتخاب شده است. بازه سنی شرکت‌کنندگان بین ۱۸ تا ۳۵ سال بود که شامل ۵۷/۷ درصد (۱۵۰ نفر) زن و ۴۲/۳ درصد (۱۱۰ نفر) مرد بودند. ۶۷/۷ درصد (۱۷۶ نفر) از نمونه آماری، تلگرام را به عنوان شبکه اجتماعی مورد علاقه خود انتخاب کرده‌اند، ۲۹/۲ درصد (۷۶ نفر) اینستاگرام، ۱/۵ درصد (۴ نفر) توئیتر و ۱/۵ درصد (۴ نفر) سایر شبکه‌های اجتماعی را به عنوان شبکه اجتماعی مورد علاقه خود انتخاب کرده‌اند. ۶/۵ درصد (۱۷ نفر) کمتر از ۱ ساعت، ۱۳/۸ درصد (۳۶ نفر) بین ۱ تا ۲ ساعت، ۳۳/۵ درصد (۸۷ نفر) بین ۲ تا ۴ ساعت، ۲۳/۸ درصد (۶۲ نفر) بین ۴ تا ۶ ساعت و ۲۲/۳

**جدول ۱: مقادیر آلفای کرونباخ برای پرسشنامه‌های استفاده**

شده در پژوهش

پرسشنامه	پژوهش	تعداد گویه	آلفای کرونباخ
مقیاس اخلاقی سنجش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین	(۹)	۳۴	۰/۹۶۱
مقیاس سنجش میزان افسردگی	(۲۲)	۲۱	۰/۹۴۷
مقیاس سنجش میزان اضطراب	(۲۳)	۲۱	۰/۹۴۳
مقیاس سنجش میزان رضایت از زندگی	(۲۴)	۵	۰/۸۹۳

کرونباخ پرسشنامه‌ها در جدول ۱ گزارش شده‌است که این نتایج نشان دهنده پایداری قابل قبول پرسشنامه‌ها است. پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین برای شرکت‌کنندگان ارسال شدند و پس از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط شرکت‌کنندگان داده‌های جمع‌آوری شده مورد آزمون قرار گرفته شدند. برای بررسی فرضیه‌ها و تعیین برازش مدل پژوهش از آزمون‌های آماری استفاده شده‌است، برای انتخاب آزمون آماری مناسب باید نوع توزیع داده‌های جمع‌آوری شده تعیین شود که برای این منظور از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شده‌است و با توجه به نوع توزیع داده‌ها، آزمون اسپیرمن برای بررسی همبستگی بین متغیرهای پژوهش با استفاده از نرم افزار IBM SPSS Statistics 23 انجام شده‌است، در نهایت برای تعیین برازش مدل و انجام تحلیل مسیر از نرم افزار IBM SPSS Amos استفاده شد که نتایج این تحلیل‌ها در قالب یافته‌های پژوهش ارائه شده‌است.

**جدول ۲: آماری توصیفی متغیرهای پژوهش**

متغیر	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف از معیار	چولگی	کشدگی
اعتیاد	۲۶۰	۳۴/۰۰	۱۶۷/۰۰	۹۷/۴۰۰	۲۹/۷۱۹۶۹	۰/۰۸۲	-۰/۵۵۲
افسردگی	۲۶۰	۱/۰۰	۶۳/۰۰	۱۸/۰۷۳۱	۱۴/۰۴۲۰۸	۰/۸۹۱	-۰/۲۷۰
اضطراب	۲۶۰	۰/۰۰	۶۳/۰۰	۲۰/۲۲۶۹	۱۴/۱۵۵۴۵	۰/۸۶۷	-۰/۲۸۲
رضایت از زندگی	۲۶۰	۵/۰۰	۳۵/۰۰	۱۸/۰۸۴۶	۷/۶۴۹۷۰	۰/۲۸۶	-۰/۵۰۳
مدت زمان استفاده	۲۶۰	۱/۰۰	۵/۰۰	۳/۴۱۱۵	۱/۱۶۷۳۹	-۰/۲۶۱	-۰/۷۰۶

**یافته‌ها**

برای انجام تحلیل مسیر و بررسی فرضیه‌های پژوهش از نرم‌افزار IBM SPSS Amos استفاده شده‌است. مقدار نسبت بحرانی برابر با ۱/۰۹۴ به دست آمده‌است که این مقدار کمتر از ۲/۵۸ است و نشان از وجود نرمال بودن چند متغیره است، بنابراین پیش‌فرض انجام تحلیل مسیر برقرار است.

**جدول ۳: آزمون نرمال بودن توزیع داده‌ها**

متغیر	آماره کولموگروف-اسمیرنوف	معیار تصمیم‌گیری	توزیع
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین	۰/۰۵۱	۰/۱۰۰	نرمال
افسردگی	۰/۱۱۰	۰/۰۰۰	غیرنرمال
اضطراب	۰/۱۰۸	۰/۰۰۰	غیرنرمال
رضایت از زندگی	۰/۰۵۸	۰/۰۳۳	غیرنرمال
مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی	۰/۱۷۲	۰/۰۰۰	غیرنرمال

جدول ۲ آمار توصیفی مربوط به تمام متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد، در این جدول به ترتیب تعداد شرکت‌کنندگان، کمترین مقدار، بیشترین مقدار، میانگین، انحراف از معیار، چولگی و کشیدگی گزارش شده‌است. ارقام این جدول با استفاده از نرم افزار IBM SPSS Statistics 23 به دست آمده‌اند.

برای بررسی نوع توزیع داده‌ها آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شده‌است و فرض نرمال بودن داده‌ها در سطح معناداری ۵ درصد آزموده شده‌است. جدول ۳ نتایج این آزمون را نشان می‌دهد. فرضیه‌های آماری برای آزمون کولموگروف-اسمیرنوف به صورت زیر در نظر گرفته شده است:

$H_0$ : توزیع داده‌ها نرمال است.

$H_1$ : توزیع داده‌ها نرمال نیست.

با توجه به نتایج به دست آمده متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین دارای توزیع نرمال ( $\text{sig.} = ۱/۰۰۰ > ۰/۰۵$ ) و سایر متغیرها دارای توزیع غیرنرمال هستند.

با توجه به نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای بررسی همبستگی بین متغیرهای پژوهش از آزمون اسپیرمن استفاده شده‌است که نتایج مربوط به این آزمون در جدول ۴ گزارش شده‌است.

در جدول ۵ جدول ۵ شاخص‌های برازش مربوط به تعیین برازش مدل پژوهش گزارش شده‌است. با توجه به نتایج گزارش شده مقدار شاخص  $\chi^2/df$  برابر با ۲/۶۱۷ و کمتر از ۳ است و شاخص‌های GFI،

شبکه‌های اجتماعی آنلاین و میزان افسردگی ارتباط مثبت و معنی‌دار وجود دارد ( $r=0/490$ ،  $\text{Sig.}<0/01$ ) و با توجه به نتایج گزارش شده در جدول ۶ متغیر افسردگی با مقدار ضریب مسیر  $0/24$  و سطح معنی‌داری ( $\text{sig.}=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش‌بینی برای متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است.

فرضیه ۲: اضطراب با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد. با توجه به نتایج گزارش شده در جدول ۴ بین میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین و میزان اضطراب ارتباط مثبت و معنی‌دار وجود دارد ( $r=0/424$ ،  $\text{Sig.}<0/01$ ) و با توجه به نتایج ذکر شده در جدول ۶ متغیر اضطراب با ضریب مسیر برابر با  $0/19$  و سطح معنی‌داری ( $\text{sig.}=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش‌بینی برای متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است.

فرضیه ۳: مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین در طول روز با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد. با توجه به نتایج گزارش شده در جدول ۴ و جدول ۶ بین میزان مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین ارتباط معنی‌داری وجود دارد ( $\text{Sig.}<0/01$ ) و با توجه به مقدار ضریب همبستگی  $r=0/508$  بین مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین همبستگی مثبت وجود دارد و متغیر مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دارای قدرت پیش‌بینی برای متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است ( $\text{sig.}=0/000<0/01$ ).

نتایج این تحلیل نشان می‌دهد که سه متغیر افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در مجموع ۳۵ درصد از واریانس متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین را پیش‌بینی می‌کنند.

فرضیه ۴: میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین با میزان رضایت از زندگی رابطه دارد. با توجه به نتایج به دست آمده بین میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین و میزان رضایت از زندگی نیز ارتباط معنی‌داری وجود دارد ( $\text{Sig.}<0/01$ ) و با توجه به مقدار ضریب همبستگی  $r=-0/301$  این همبستگی از نوع همبستگی منفی است. هم‌چنین نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با ضریب مسیر برابر با  $-0/28$  و سطح معنی‌داری ( $\text{sig.}=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش‌بینی برای متغیر رضایت از زندگی است. و این متغیر  $0/08$  درصد از واریانس متغیر رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند.

#### جدول ۷: نتایج کلی فرضیه‌های پژوهش

وضعیت	فرضیه	نتیجه
تأیید	افسردگی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد.	۱
تأیید	اضطراب با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد.	۲
تأیید	مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در طول روز با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد.	۳

AGFI، CFI، NFI بیشتر از مقدار  $0/90$  و شاخص IFI در بازه  $0/10$  است که تمامی این مقادیر نشان می‌دهد برازش مدل مناسب است، هم‌چنین شاخص RMSEA دارای مقدار کمتر از  $0/08$  است که نشان‌دهنده برازش خوب مدل با داده‌های جمع‌آوری شده است. جدول ۶ نتایج مربوط به تحلیل مسیر برای بررسی فرضیه‌های پژوهش را نشان می‌دهد. در جدول ۷ نیز نتایج کلی فرضیه‌های پژوهش گزارش شده است.

#### جدول ۴: نتایج همبستگی اسپیرمن برای بررسی همبستگی بین اعتیاد با شبکه‌های اجتماعی با متغیرهای پژوهش

متغیر	ضریب همبستگی	Sig.
افسردگی	$0/490$	$0/000$
اضطراب	$0/424$	$0/000$
مدت زمان استفاده	$0/508$	$0/000$
رضایت از زندگی	$-0/301$	$0/000$

N=۲۶۰

#### جدول ۵: شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازش	برازش قابل قبول	مقدار در پژوهش حاضر
$\chi^2/df$	کمتر از ۳	$2/617$
RMSEA	کمتر از $0/08$	$0/07$
GFI	بیشتر از $0/90$	$0/98$
AGFI	بیشتر از $0/90$	$0/94$
CFI	بیشتر از $0/90$	$0/97$
NFI	بیشتر از $0/90$	$0/96$
IFI	بین ۰ و ۱	$0/97$

#### جدول ۶: نتایج تحلیل مسیر

متغیر	ضریب مسیر استاندارد	ضریب مسیر غیر استاندارد	C.R	سطح معنی‌داری	واریانس تبیین شده
افسردگی ← اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی	$0/24$	$0/50$	$4/308$	$0/000$	$0/35$
اضطراب ← اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی	$0/19$	$0/40$	$3/496$	$0/000$	
مدت زمان ← اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی	$0/35$	$9/01$	$6/456$	$0/000$	
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی ← رضایت از زندگی	$-0/28$	$-0/07$	$-4/623$	$0/000$	$0/08$

فرضیه ۱: افسردگی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه دارد. با توجه به نتایج گزارش شده در جدول ۴ بین میزان اعتیاد به

۴	میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین با میزان رضایت از زندگی رابطه دارد.	تأیید
---	---	-------

### بحث

هدف از انجام این پژوهش بررسی ارتباط بین متغیرهای افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و همچنین بررسی ارتباط بین میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با میزان رضایت از زندگی است. نتایج به دست آمده از آزمون همبستگی اسپیرمن نشان داد که بین میزان افسردگی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین ( $r=0/490$ ،  $Sig.<0/01$ )، بین اضطراب و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین ( $r=0/424$ ،  $Sig.<0/01$ ) و مدت زمان استفاده از شبکه‌های با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی ( $r=0/508$ ،  $Sig.<0/01$ ) رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد و بین میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و میزان رضایت از زندگی ( $r=-0/301$ ،  $Sig.<0/01$ ) همبستگی منفی وجود دارد، به عبارتی با افزایش میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی میزان رضایت از زندگی کاهش می‌یابد. نتایج مربوط به ضرایب مسیر نیز نشان داد که میزان افسردگی با ضریب مسیر  $0/24$  سطح معنی داری ( $sig.=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش بینی برای میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است بنابراین فرضیه ۱ پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. در پژوهشی که ارتباط بین افسردگی با اعتیاد به شبکه اجتماعی فیسبوک بررسی شده است نیز نتایج نشان‌دهنده ارتباط مستقیم میزان افسردگی با میزان اعتیاد به فیسبوک بود، بنابراین نتیجه پژوهش حاضر همسو با نتیجه به دست آمده در آن پژوهش است (۱۲). در پژوهش‌هایی که ارتباط بین خصیصه‌های روانشناختی با میزان اعتیاد به گوشی هوشمند بررسی شده است، نتایج نشان‌دهنده ارتباط مستقیم میزان اضطراب با میزان اعتیاد به گوشی هوشمند بود (۱۴-۱۶). بنابراین پیش‌بینی می‌شد که میزان اضطراب با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین نیز رابطه داشته باشد. نتایج نیز نشان داد که میزان اضطراب با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین رابطه مستقیم و معنی دار دارد و میزان اضطراب با ضریب مسیر  $0/19$  و سطح معنی داری ( $sig.=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش‌بینی برای میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین است، لذا فرضیه ۲ نیز مورد تأیید قرار گرفت. مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین با ضریب مسیر  $0/35$  و سطح معنی داری ( $sig.=0/000<0/01$ ) نیز دارای قدرت پیش‌بینی برای میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین هستند، بنابراین فرضیه ۳ نیز مورد تأیید قرار گرفت و این نتیجه نیز همسو با نتیجه پژوهشی است که در آن پژوهش نیز مدت زمان استفاده از شبکه اجتماعی فیسبوک با میزان اعتیاد به فیسبوک دارای رابطه معنی دار و مستقیم بود (۱۲). این سه متغیر در مجموع ۳۵ درصد واریانس متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین را پیش‌بینی می‌کنند. هم‌چنین نتایج نشان داد که متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با ضریب مسیر برابر با  $-0/28$  و سطح معنی داری ( $sig.=0/000<0/01$ ) دارای قدرت پیش‌بینی برای متغیر رضایت از

زندگی است و این متغیر  $0/08$  درصد از واریانس متغیر رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کند بنابراین فرضیه ۴ نیز مورد تأیید قرار گرفت که این نتیجه نیز همسو با نتایج پژوهش‌هایی است که نشان داده بودند، میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با میزان رضایت از زندگی رابطه معکوس دارد (۱۸، ۱۹).

در این پژوهش به بررسی رابطه بین مشکلات روانشناختی و میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی پرداخته شد، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی مانند اعتماد به نفس، عزت نفس، برون‌گرایی یا درون‌گرایی و سایر ویژگی‌های شخصیتی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نیز بررسی شود. یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر انتخاب جامعه آماری محدود به دانشجویان استان آذربایجان غربی بود، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده جامعه آماری شامل تمامی کاربران ایرانی که از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، مورد پژوهش قرار گیرند.

### نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که افسردگی، اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مستقیم دارند و هرچقدر میزان اختلالات افسردگی و اضطراب و مدت زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی افزایش یابد میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نیز افزایش می‌یابد، از سوی دیگر افرادی که میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی در آن‌ها بیشتر است در زندگی احساس ناراضی‌تری دارند و هر چه میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی افزایش یابد میزان رضایت از زندگی کاهش می‌یابد.

### ملاحظه‌های اخلاقی

در این پژوهش با معرفی منابع مورد استفاده، اصل اخلاقی امانت‌داری علمی رعایت و حق معنوی مولفین آثار محترم شمرده شده است و تمامی شرکت‌کنندگان با رضایت کامل به پرسشنامه‌ها پاسخ داده‌اند و سایر اصول اخلاقی همچون رازداری رعایت شده است.

### واژه نامه

- |                                     |                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Ethical Crisis                   | بحران‌های اخلاقی                  |
| 2. Immoral Web Content              | محتوای اینترنتی غیراخلاقی         |
| 3. Privacy                          | حریم خصوصی                        |
| 4. Technology Addiction             | اعتیاد به تکنولوژی                |
| 5. Ethical dilemmas                 | معضلات اخلاقی                     |
| 6. Internet Addiction               | اعتیاد به اینترنت                 |
| 7. Smart phone Addiction            | اعتیاد به گوشی هوشمند             |
| 8. Online Social networks Addiction | اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی آنلاین |

Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public Health*; 1224-1236.

11. Lee JY, Kim SY, Bae KY, Kim JM, Shin IS, Yoon JS, et al. (2017). Prevalence and risk factors for problematic Internet use among rural adolescents in Korea. *Asia-Pacific Psychiatry*; 1-4.
12. Hong F, Huang D, Lin H, Chiu S. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. . *Telematics and Informatics*.
13. Wang P, Wang X, Wu Y, Xie X, Wang X, Zhao F, et al. (2018). Social networking sites addiction and adolescent depression: A moderated mediation model of rumination and self-esteem. *Personality and Individual Differences*; 127:162-167.
14. Hong FY, Chiu, SI, Huang, DH. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*; 28: 2152-2159.
15. Elhai JD, Dvorak RC, Levine JJ, Hall B. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*; 207: 251-259.
16. Vahedi Z, Saiphoo A. (2018). The association between smartphone use, stress, and anxiety: A meta analytic review. *Stress and Health*; 1-12.
17. Samaha M, Hawi NS. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*; 57: 321-325.
18. Blachino A, Przepiorka A, Pantic I. (2016). Association between Facebook addiction, self-esteem and life satisfaction: A cross-sectional study. *Computers in Human Behavior*; 55: 701-705.
19. Longstreet P, Brooks S. (2017). Life satisfaction: A key to managing internet & social media addiction. *Technology in Society*.
20. Young KS. (2013). Treatment outcomes using CBT-IA with Internet-addicted patients. *Behavioral Addictions*; 2(4): 209-215.
21. Winkler A, Dörsing B, Rief W, Shen YA, Glombiewski J. (2013). Treatment of internet addiction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*; 33: 317-329.
22. Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J, Erbaugh J. (1961). An inventory for measuring depression. . *Archives of General Psychiatry*; 4: 561-571.

9. Cognitive failure شکست شناختی
10. Ethics اخلاق
11. Behavioral Addiction اعتیاد رفتاری
12. Abstinence syndrome سندروم خودداری
13. Substitute satisfaction رضایت جایگزین
14. Mood Modification تغییرات خلق و خو
15. Cognitive Behavioral Therapy درمان رفتاری شناختی

## References

1. Atashak M. (2013). Protection mechanisms of teenagers from exposure of internet pornographic content. *Ethics in Science and Technology*; 8(3): 81-93(In Persian).
2. Rabieyi A, Rezania A. (2013). Internet pathology and moral crisis in contemporary societies. *Ethics in Science and Technology*; 7(4): 65-73(In Persian).
3. Hamidi H. (2016). Women's view points in the field of ethics and privacy in social networks. *Ethics in Science and Technology*; 11(1): 39-50. (In Persian).
4. Salehan M, Negahban A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*; 29: 2632-2639.
5. Hadlington LJ. (2015). Cognitive failures in daily life: Exploring the link with Internet addiction and problematic mobile phone use. *Computers in Human Behavior*; 51: 75-81.
6. Lee Y, Chang C, Lin Y, Cheng Z. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*; 31: 373-383.
7. Lepp AE, Barkley JC, Karpinski A. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*; 31: 343-350.
8. Lopez-Fernandez O. (2015). Short version of the smartphone addiction scale adapted to spanish and French: Towards a cross-cultural research in problematic mobile phone use. *Addictive Behaviors*.
9. Esmaili Rad M, Ahmadi F. (2017). Presenting an ethical scale to measure the online social networks addiction. *Ethics in Science and Technology*; 12(3): 45-54.
10. Lai CM, Mak KK, Watanabe H, Jeong J, Kim D, Bahar N, et al. (2015). The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six



23. Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. *Journal of Clinical Psychology*; 56: 893-897.
24. Diener E, Emmons RA, Larson RJ, Griffin S. (1985) The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*; 49: 71-75.