



مطالعه استفاده اعتیادی دانشجویان از اینستاگرام (مورد مطالعه: دانشگاه آزاد اسلامی تبریز)

رقیه خدایی بیرامی^۱، پونه اروانه^۲

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

۲- کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

چکیده

ورود هر فناوری نوین به جوامع، باعث ایجاد تغییرات مثبت یا منفی در زندگی بشر می‌شود. عوامل متعددی نوع تاثیر فناوری را تعیین می‌کنند؛ از جمله نوع استفاده از آن. شبکه اجتماعی اینستاگرام به عنوان یکی از فناوری‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی قرن حاضر، به علت جذابیت‌ها و قابلیت‌های خاص خود برای برخی از کاربران، مسئله پدیده استفاده اعتیادی از آن را به همراه می‌آورد. این استفاده اعتیادی از اینستاگرام کژکارکردهای بسیاری برای فرد، خانواده و جامعه به همراه داشته است. در همین راستا تلاش می‌شود اعتیاد به اینستاگرام را به عنوان آسیب اجتماعی نوپدید مورد مطالعه قرار دهیم. پژوهش حاضر، به صورت پیمایشی و با استفاده از پرسشنامه‌های دیویس و کاپلان با حجم نمونه ۶۰۰ نفر در بین دانشجویان کاربر شبکه اجتماعی اینستاگرام دانشگاه آزاد اسلامی تبریز انجام شده است. روش نمونه‌گیری، نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای است. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که پدیده استفاده اعتیادی از اینستاگرام در میان دانشجویان وجود دارد، هرچند استفاده اکثر دانشجویان از اینستاگرام به نظر طبیعی می‌رسد. همچنین، براساس نتایج نوشتار حاضر، استفاده اعتیادی از اینستاگرام در بین برخی از دانشجویان، با مسائلی چون عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی، انزوای اجتماعی، فقدان حمایت اجتماعی، افت و ناکارآمدی تحصیلی و کاری ارتباط مستقیم و با احساس خودارزشی ارتباط معکوس دارد.

واژگان کلیدی: شبکه‌های اجتماعی مجازی، اینستاگرام، اعتیاد اینترنتی، اعتیاد مجازی



۱- مقدمه و بیان مسئله

در دهه‌های اخیر شاهد تغییر و تحولات شگرف در عرصه فناوری‌های نوین اطلاعاتی و ارتباطی هستیم که تأثیرات فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی مهمی را در جوامع بجا می‌گذارند. انفجار اطلاعاتی و مسئله جهانی شدن از جمله مهمترین تحولات و چالش برانگیزترین محورهایی است که جامعه بشری با آن رو به رو است. اینترنت از جمله محصولات انقلاب رایانه‌ای است که گستره وسیعی از امکانات و کاربردهای زیادی برای کاربر فراهم می‌سازد که برخی از این امکانات عبارتند از: شبکه گسترده جهانی، موتور جستجوی پایگاه‌های اطلاعاتی و تسهیل جستجوی مطالب، گروه‌های خبری، چت‌روم‌ها، شبکه‌های اجتماعی مجازی، بازی‌های آنلاین، دسترسی به کتابخانه‌های بین‌المللی، برنامه‌ریزی برای تعطیلات، انجام قراردادهای تجاری و تبلیغات در سطح وسیع و غیره که امروزه مورد استفاده قرار می‌گیرند.

ویژگی‌های ارتباط از طریق اینترنت و امکاناتی نظیر شبکه‌های اجتماعی مجازی که شبکه اینترنت برای ایجاد این ارتباط فراهم می‌آورد از یک سو، و افزایش روزافزون کاربران این شبکه‌های مجازی و جذابیت برقراری این نوع ارتباط از سوی دیگر، نشان‌دهنده شکل‌گیری و صورت‌بندی جدیدی از تعامل‌های اجتماعی است. فضای مجازی که به واسطه ایجاد این نوع ارتباطات شکل می‌گیرد، کارکردهایی دارد که به نظر می‌رسد در برخی از آن‌ها همچون ایجاد امکان تماس و رابطه با دیگری، با کارکردهای فضای واقعی هم‌پوشانی داشته باشد. با توجه به توسعه و فراگیر شدن امکان برقراری این گونه جدید ارتباطات اجتماعی و بهره‌گیری روزافزون از آن نزد کاربران اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی، به خصوص در بین نسل نوجوان و جوان، مطالعه و بررسی آن امری ضروری به نظر می‌رسد. در بین کاربران دنیای مجازی، جوانان بیشترین و متنوع‌ترین میزان استفاده از آن را دارند (Zahniser, 2000).

همزمان با دسترسی روزافزون و گسترده افراد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی همچون اینستاگرام شاهد نوع جدیدی از اعتیاد یعنی اعتیاد اینترنتی یا مجازی هستیم که موضوع رو به رشد عصر اطلاعات است. همانند تمامی انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به مجازی نیز با علائمی همراه است همچون، اضطراب، افسردگی، کج‌خلقی، بی‌قراری، تفکرهای وسواسی، کناره‌گیری، اختلالات عاطفی، و ازهم گسیختگی روابط اجتماعی. از طرفی، در عین حال که روابط افراد (به‌ویژه کودکان و نوجوانان) در جهان مجازی افزایش می‌یابد، در مقابل از دامنه روابط آنان در جهان واقعی کاسته می‌شود و احتمال افت عملکرد آموزشی آنان نیز می‌رود.

به هر حال، پدیده اعتیاد اینترنتی، همزمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منابع آنلاین شایع‌تر می‌شود. شبکه‌های اجتماعی مجازی، اطلاع‌دهنده، مفید، و دارای منابع غنی و سرگرم‌کننده‌اند. اما برای بسیاری از مردمی که به آن معتادند، این منافع، در حال تبدیل شدن به آسیب‌ها و نابهنجاری‌های روانی و رفتاری است (Fenichel, 2003).



حال با عنایت به ملاحظات بیان شده، به ویژه تبعاتی که درباره اعتیاد مجازی اشاره شد، این مطالعه با این سؤال اصلی آغاز شده که میزان اعتیاد به اینستاگرام در بین نوجوانان و جوانان شهر تبریز، تا چه اندازه می باشد؟ و استفاده اعتیاد آمیز از اینستاگرام، چه تبعاتی برای نوجوانان و جوانان در زمینه های مختلف اجتماعی، فرهنگی و آموزشی دارد؟

۲- مروری بر آثار دیگران

تا کنون در مورد اعتیاد اینترنتی کارهای داخلی و خارجی زیادی صورت گرفته است اما در مورد اعتیاد به شبکه های مجازی و پیامدهای آن با توجه به گسترش روزافزون کاربران آن، تقریباً به جرأت می توان گفت که تحقیقی صورت نگرفته است. از مهمترین پژوهش های داخلی و خارجی انجام شده می توان به موارد زیر اشاره نمود:

برات دستجردی و صیادی (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان «بررسی رابطه بین استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانشجویان دانشگاه های پیام نور اصفهان»، نشان دادند که بین استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری وجود دارد ولی بین استفاده از این شبکه ها و افسردگی رابطه معناداری وجود ندارد. یافته های پژوهش هزارجریبی و صفری شالی (۱۳۹۱) حاکی از آن است که ۵۱ درصد نوجوانان و جوانان استان قم اعتیاد مجازی ندارند و اما ۴۲ درصد از آنان در معرض اعتیاد و ۷ درصد از آنان به صورت بالفعل معتاد می باشند. همچنین با توجه به نتایج به دست آمده از رگرسیون چند متغیره، متغیر «احساس حمایت اجتماعی از طریق کار با اینترنت» بیشترین رابطه را با اعتیاد مجازی دارد.

محسنی تبریزی و همکاران (۱۳۸۹) در پژوهشی در بین کاربران اینترنت در شهر تهران نشان دادند که ۲۹ درصد کاربران، به اینترنت اعتیاد داشتند و همه آنها درجات مختلفی از احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، اجتماع گریزی، تنهایی و انزوای اجتماعی و عدم تمایل به روابط و تعامل بین فردی را از خود نشان دادند. تمایل پسران به اینترنت شدیدتر از دختران بود و تفاوت معناداری بین دختران و پسران در میزان اعتیاد به اینترنت، تنهایی و انزوای اجتماعی وجود داشت. اعتیاد به اینترنت در سن ۲۵ سال در مقایسه با سایر سنین بیشتر بوده است.

یافته های پژوهش قاسمی و ملک احمدی (۱۳۸۹) در بین کاربران کافی نت های شاهین شهر حاکی از آن است که ۲/۳ درصد افراد دارای اعتیاد شدید و ۲۷/۱ درصد دارای اعتیاد متوسط به اینترنت هستند و همچنین ۷۰/۶ درصد در گروه کاربران معمولی قرار دارند.

معیدفر و همکاران (۱۳۸۶) در پژوهشی در بین نوجوانان و جوانان شهر تهران نشان دادند که نتایج حاکی از آن است که پدیده استفاده اعتیادی از اینترنت در ایران نیز وجود دارد هر چند استفاده اکثر نوجوانان و جوانان از اینترنت به نظر طبیعی می رسد.



چمنی (۱۳۸۵) طی پژوهشی در یزد به این نتیجه رسید که شایع ترین سن اعتیاد به اینترنت را سنین ۱۵ تا ۲۰ سال تشکیل می دهند و از بین دو هزار دانش آموز دبیرستانی ۳/۸ درصد به اینترنت اعتیاد دارند. کمردرد، کم خوابی، سوزش چشم، تغییر عادات غذایی و خواب، کاهش وزن، تنش عصبی، خواب آلودگی روزانه و تحریک پذیری از علائم جسمی این پدیده است. پرسه زدن بدون طرح و برنامه در وبسایت ها، اعتیاد به بازی های اینترنتی، چت و خرید اینترنتی از علائم رفتاری اعتیاد به اینترنت می باشند.

یافته های پژوهش برناردیس (۲۰۰۵) در یکی از دبیرستان های فلورانس ایتالیا حاکی از آن بود که ۵/۴ درصد دانش آموزان به اینترنت معتاد بودند و ناتوانی ناشی از این اعتیاد وابستگی شدیدی با معیار اعتیاد به الکل، سگس، قمار، اشتیاق به غذا، خرید و ورزش داشت.

لی و همکاران (۲۰۰۸) به بررسی رابطه بین سن، جنس، پشتوانه خانوادگی و اعتیاد اینترنتی پرداختند. آن ها ۱۸۰ دانش آموز دبیرستانی را در این پژوهش مورد آزمون قرار دادند. نتایج نشان داد که بین سن دانش آموزان و اعتیاد اینترنتی آنها رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. پسرانی که سن آنها نسبت به همسالان شان بیشتر بود، به اعتیاد اینترنتی شدیدتری دچار بودند. اعتیاد اینترنتی پسران بیش از دختران گزارش شد.

یافته های کاس و گریفیس (۲۰۱۱) در پژوهشی با عنوان «شبکه های اجتماعی مجازی و اعتیاد»، حاکی از آن است که افراد عمدتاً برای افزایش تعاملات و ارتقاء اجتماعی از شبکه های اجتماعی مجازی استفاده می کنند. آن ها در تحلیل اثرات منفی این شبکه های اینترنتی معتقدند که اعتیاد به شبکه های مجازی باعث کاهش مشارکت اجتماعی، موفقیت تحصیلی و افزایش مشکلات ارتباطی در خانواده ها می شود.

۳- چارچوب مفهومی

۳-۱. شبکه های اجتماعی مجازی

شبکه های اجتماعی اینترنتی پایگاه یا مجموعه پایگاه هایی هستند که امکانی فراهم می آورد تا کاربران بتوانند علاقه مندی ها، افکار و فعالیت های خودشان را با دیگران به اشتراک بگذارند و دیگران هم این افکار و فعالیت ها را با آنان سهیم شوند. یک شبکه اجتماعی، مجموعه ای از سرویس های مبتنی بر وب است که این امکان را برای اشخاص فراهم می آورد که توصیفات عمومی یا خصوصی برای خود ایجاد کنند، یا با دیگر اعضای شبکه ارتباط برقرار کنند، منابع خود را با آن ها به اشتراک بگذارند و از میان توصیفات عمومی دیگر افراد، برای یافتن اتصالات جدید استفاده کنند (Boyd & Ellison, 2007).

در واقع شبکه های اجتماعی برای افزایش و تقویت تعاملات اجتماعی در فضای مجازی طراحی شده اند. به طور کلی از طریق اطلاعاتی که بر روی پروفایل افراد قرار می گیرد مانند عکس کاربر، اطلاعات شخصی و علایق (که همه این ها اطلاعاتی را



در خصوص هویت فرد فراهم می آورد) برقراری ارتباط تسهیل می گردد. کاربران می توانند پروفایل های دیگران را ببینند و از طریق برنامه های کاربردی مختلف مانند ایمیل و چت با یکدیگر ارتباط برقرار کنند (Pempek et al, 2009).

در ادامه به معرفی شبکه اجتماعی اینستاگرام که از جمله پرکارترین سایت ها در زمینه ترکیب و ارتقای ارتباطات اجتماعی موجود و همچنین تشکیل گروه های اجتماعی جدید هست، پرداخته می شود. در این شبکه اجتماعی مجازی می توان با دوستانی که دارای حساب کاربری هستند، عکس، فیلم یا پیغام به اشتراک گذاشت. محیط اینستاگرام در واقع محفلی از دوستان و آشنایان یک کاربر به شمار می آید. این پایگاه با ارائه امکان عضوگیری در تعداد بالا، به کاربران اجازه می دهد تا در هر لحظه دوستان جدیدی را به مجموعه خود اضافه کنند. کاربران در شبکه اجتماعی اینستاگرام به عنوان یک عضو، می - توانند عکس های خود را به اشتراک بگذارند، پیغام بفرستند، عکس ها را برای خود و دیگران علامت گذاری کنند، عضو گروه ها شوند، گروه جدیدی ایجاد کنند، ایده های خود را در بحث های گروهی به اشتراک بگذارند، انواع درخواست ها را بدهند و بپذیرند و در اینستاگرام بازی کنند.

۲-۳. اعتیاد اینترنتی

اعتیاد اینترنتی به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری و کنترل انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد. اعتیاد اینترنتی به عنوان یک رفتار وسواسی، یا آرزوی برقراری پیوند، یا شاید حتی نمودی از انتقال و یا بازتاب روابط، و یا رفع نیاز قلمداد می شود.

یانگ (۱۹۹۹) نیز اشاره می کند که فرد معتاد کسی است که حداقل ۳۸ ساعت در هفته و یا ۸ ساعت در روز، وقت خود را صرف استفاده از اینترنت می کند. متخصصان در زمینه آسیب شناسی، محدودترین تعریف را برای طبقه بندی استفاده از اینترنت ارائه می دهند. به طوری که چنانچه فرد در هفته ۲ تا ۳ ساعت از اینترنت استفاده کند، یک کاربر معمولی، و چنانچه میزان استفاده وی از اینترنت به ۸/۵ ساعت و یا بیشتر برسد، کاربری است که باید مورد بررسی های آسیب شناسانه قرار گیرد.

این اختلال با عناوین متفاوتی از قبیل «وابستگی رفتاری به اینترنت»، «استفاده مرضی از اینترنت»، «استفاده مشکل زا از اینترنت»، «استفاده بیش از اندازه از اینترنت»، «سوء استفاده از اینترنت» و «اختلال اعتیاد به اینترنت» معرفی می شود. علی رغم پژوهش های گسترده در این زمینه، هنوز توافقی در بین روان شناسان در زمینه تعریف و اندازه گیری این اختلال حاصل نشده است. به طور کلی این اختلال را می توان به عنوان نوعی استفاده از اینترنت که بتواند مشکلات روان شناختی، اجتماعی، درسی یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند تعریف کرد. رایج ترین اصطلاح «اعتیاد به اینترنت» است که نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد می کند و با ویژگی های زیر تعیین می شود:

الف) هزینه روزافزون برای اینترنت و موضوعات مربوط به آن؛

ب) احساس هیجانی ناخوشایند (مانند اضطراب، افسردگی و مانند آن در زمانی که فرد در تماس با اینترنت نیست)؛



ج) قابلیت تحمل و عادت کردن به اثرات در اینترنت بودن و
د) انکار رفتارهای مشکل‌زا (امیدوار و صارمی، ۱۳۸۱).

۳-۲-۱. رویکردها و نظریه‌های تبیین اعتیاد اینترنتی

الف) نظریه پویایی روانی و شخصیت: این نظریه ریشه‌های اعتیاد فرد به اینترنت را مرتبط با شوک‌های روحی یا کمبودهای عاطفی دوران کودکی، ویژگی‌های شخصیتی و یا سایر اختلالات، و خلق و خواها یا شرایط روحی موروثی می‌داند. طبق این دیدگاه، بسته به حوادث دوران کودکی و یا ویژگی‌های شخصیتی مکسب در سن بلوغ، فرد برای توسعه یک رفتار اعتیادآمیز و یا هر رفتار دیگری مستعد می‌شود. در این حالت، آن‌چه که اهمیت دارد، موضوع یا فعالیت نیست، بلکه فرد و مبنایی است که وی تحت آن، معتاد می‌شود (Duran, 2003).

ب) نظریه کنترل اجتماعی: براساس نظریه کنترل اجتماعی هیرشی، ابعاد اصلی پیوند اجتماعی عبارتند از: ۱) دلبستگی و علاقه به دیگران، ۲) تعهد به خانواده، شغل، دوستان، ۳) مشغولیت و مشارکت مداوم در فعالیت‌های زندگی، کار و خانوادگی و ۴) اعتقاد به ارزش‌ها و اصول اخلاقی گروه یا جامعه. ضعف هر یک از این چهار بعد پیوند اجتماعی در فرد می‌تواند موجب بروز رفتارهای انحرافی در او شود (امیدوار و صارمی، ۱۳۸۱). اگر اعتیاد به اینترنت را نیز در زمره رفتارهای انحرافی در نظر گیریم، می‌توان در تحلیل این پدیده، از نظریه کنترل اجتماعی هیرشی نیز استفاده کرد.

ج) تبیین رفتاری: این تبیین بر پایه مطالعات اسکینر راجع به شرطی شدن عامل یا کنشگر می‌باشد. براساس این دیدگاه فرد برای دریافت پاداش وارد اینترنت می‌شود. پاداش‌هایی که وی از این رفتار می‌گیرد، فرار از واقعیت، رسیدن به عشق و سرگرمی‌های زیاد می‌باشد و چنان‌چه فرد در زمان‌های آتی نیز به این پاداش‌ها احساس نیاز کند، احتمالاً به اینترنت روی خواهد آورد و در نتیجه، این روند تقویت شده و چرخه همچنان ادامه پیدا می‌کند (Duran, 2003).

د) تبیین بیوپزشکی: بر پایه تبیین بیوپزشکی، عوامل ارثی و مادرزادی و یا اختلالات شیمیایی در مغز و فرارسان‌ها، دلایل اصلی روی آوردن فرد به اعتیاد می‌باشند. از نظر این دیدگاه، وجود برخی کروموزوم‌ها، هورمون‌ها، و مواد زائد و یا فقدان مواد شیمیایی لازم و مشخص و فرارسان‌هایی که فعالیت مغز و سایر عناصر دستگاه عصبی را تنظیم می‌کنند، در بروز اعتیاد در فرد موثرند (Fenichel, 2003). از این دیدگاه، روش‌های چندی وجود دارد که طی آن، استفاده از اینترنت احتمالاً باعث تحریک این فرایند عصبی بیولوژیکی می‌شود. روش‌های مورد نظر عبارتند از: ۱) تجربه بالقوه شدید قدرت، هیجان، خوشحالی، تحریک، تحقق اهداف و رضایت، که در نتیجه آن، فرد قادر خواهد بود در یک آن به منبع گسترده اطلاعات و جهان لایتناهی منابع راجع به هر چیزی، متصل شود. ۲) احساس مخاطره‌جویی و ریسک‌پذیری همراه با ناشناخته ماندن چیزی که ممکن است در اتصال بعدی به اینترنت بتوان آن را مشخص کرد. این امر ناشناخته



ممکن است کسب اطلاعات جدید و جالب و یا فرصت‌های تعاملی همچون ارتباط صرف با یک دوست، رفتن به اتا ق‌های چت، هرزه‌نگاری، سایبر سکس و جز این‌ها باشد. (۳) اثر خویش‌داری رضایت‌بخشی که گمنامی کاربر در نت به وی می‌دهد. این امر هم باعث تسریع روند صمیمیت و پیوند اجتماعی می‌شود که ظاهراً صداقت آن از ارتباط شفاهی بیشتر است و هم موجب می‌شود که فرد دچار رویا و خواب و خیال شود و یا یک هویت کلی جدیدی برای خود ایجاد کند که ممکن است بسیار لذت‌بخش هم باشد. (۵) جذابیت چندرسانه‌ای همانند رنگ، صدای موزیک یا استریو، سرعت و غیره.

ه) تبیین شناختی: همانند دیدگاه روان‌کاوی، دیدگاه شناختی متوجه فرایندهای درونی است. البته این دیدگاه بیش از آن که بر امیال، نیازها، و انگیزش‌ها تأکید کند، بر این که افراد چگونه اطلاعات را کسب کرده و تفسیر می‌کنند و آن‌ها را در حل مشکلات به کار می‌گیرند، تأکید دارد. اصولاً دیدگاه شناختی بیشتر به افکار کنونی و شیوه‌های حل مسئله توجه دارد تا تاریخچه شخصی. در این دیدگاه، اعتیاد به اینترنت برآمده از شناخت‌های معیوب و یا پردازش معیوب شناختی است و درمان آن مبتنی بر تصحیح فرایند شناخت‌های معیوب است (امیدوار و صارمی، ۱۳۸۱).

خ) تبیین شناختی - رفتاری: رشد اعتیاد به اینترنت با شرایط روانشناختی قبلی به وجود می‌آید. در اکثر مواقع، این آسیب‌شناسی شامل افسردگی، اضطراب اجتماعی و انواع روان‌پریشی‌ها است. وقتی فرد در معرض استفاده از اینترنت قرار می‌گیرد، فرایند کاربرد مشکل‌زای اینترنت شروع می‌شود. این آسیب‌شناسی زمینه‌ای، نوعی آمادگی و تمایل است و موجب شروع استرس می‌شود. البته چندین عامل دیگر نیز در ایجاد و یا حفظ اختلال دخالت دارند: اولاً، بعضی از تقویت‌کننده‌های رفتاری وجود دارند که به‌عنوان عامل شرطی عمل می‌کنند. اتاق، صندلی، دست زدن به صفحه کلید، موس، صدای شروع رایانه، بوق یا صدای زنگ آن از این عوامل هستند. ثانیاً، بدکاری شناختی نیز در این جا عمل می‌کند. زیرا شناخت غیرسازشی در زمینه خود و دنیا، شاخص‌های اولیه این اختلال هستند. باورهایی همچون این موضوع که فرد فقط در اینترنت قدرت کنترل دارد، فقط در آن جا برای خود کسی و فقط در آن جا قابل احترام است و مانند آن، افکار شناختی مشکل‌زا در زمینه «خود» هستند. همچنین باورهایی مانند هیچ کس در بیرون از اینترنت از من خوشش نمی‌آید، یا اینترنت تنها جایی است که واقعاً می‌شود مردم را شناخت، و هر کسی به نوعی به اینترنت آلوده است و مانند آن افکار شناختی مشکل‌زا در زمینه «دنیا» هستند.

ثالثاً، بیان کیفی کاربری اینترنت بستگی به شبکه حمایتی اجتماعی فرد دارد. اگر تمام عوامل در فرد وجود داشته باشد و حمایت اجتماعی نشود، احتمال دارد به اعتیاد اینترنتی عمومی روی بیاورد که با رفتارهای جلب توجه اجتماعی، غیرشخصی و غفلت‌کاری مشخص می‌شود. اما اگر جهات اجتماعی داشته باشد، اعتیاد به اینترنت ویژه در او ایجاد خواهد شد که فقط در بخش ویژه‌ای از تکنولوژی مانند بازی یا هرزه‌نگاری جنسی است. از دیدگاه رفتاری - شناختی، نشانه‌های



اختلال شامل افکار وسواسی درباره اینترنت، کنترل تکانه ضعیف، ناتوانی در متوقف کردن استفاده از اینترنت و مهمتر از همه، این باور که اینترنت تنها دوست فرد است. علاوه بر این، در موقعی که تماس برقرار نیست، به فکر اینترنت بودن پیشینی تماس بعدی با آن و صرف مخارج زیاد درباره اینترنت و کارهای مربوط به آن نیز نشانه‌های دیگر این اختلال هستند. مشکل عمده دیگر، جد کردن فرد از دوستان خود به نفع دوستان اینترنتی است و در نهایت نوعی احساس گناه درباره استفاده از اینترنت و دروغ گفتن به دوستان درباره وقت صرف شده و به صورت سری نگهداشتن آن، نشانه‌های دیگر این اختلال هستند. این افراد درحالی که می‌دانند کارشان از نظر اجتماعی موردپسند نیست، نمی‌توانند آن را متوقف کنند. چرا که به خودارزشی کمتر و در نتیجه نشانه‌های بیشتر می‌انجامد.

۴- چارچوب نظری

چارچوب نظری پژوهش حاضر، تلفیقی از برخی دیدگاه‌های مذکور و مطالعات پیشین است. در مطالعه ارتباط متغیرهای عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی و اعتیاد به اینترنت، از نظریه کنترل اجتماعی هیرشی، استفاده شده است. بر این اساس، هر چه فرد تعهد کمتری نسبت به دیگران داشته باشد، گرایش و رفتار انحرافی او از جمله رفتار اعتیادی وی به اینستاگرام بیشتر می‌شود. برای مطالعه ارتباط متغیرهای احساس خودارزشی و اعتیاد به اینستاگرام، از تبیین شناختی- رفتاری استفاده شده است. اعتقاد فرد به این که فقط در اینستاگرام از قدرت برخوردار است و برای خود کسی است و فقط در آنجا قابل احترام است، باعث گرایش اعتیادی فرد به اینستاگرام می‌شوند. در مطالعه ارتباط متغیرهای فقدان حمایت اجتماعی و اعتیاد به اینستاگرام نیز از تبیین شناختی- رفتاری استفاده شده است. اعتقاد فرد به این که هیچکس در بیرون از اینستاگرام از او خوشش نمی‌آید و به لحاظ اجتماعی مورد حمایت قرار نمی‌گیرد، باعث گرایش اعتیادی فرد به اینستاگرام می‌شوند. در مطالعه ارتباط متغیرهای احساس انزوای اجتماعی و اعتیاد به اینستاگرام نیز از تبیین شناختی- رفتاری استفاده شده است. اعتقاد فرد به این که اینستاگرام تنها دوست مخصوص و صمیمی اوست، موجب افزایش علاقه به دوستان مجازی و کاهش گرایش وی به دوستان واقعی و انزوای اجتماعی می‌شود. پدیده استفاده اعتیادی از اینستاگرام رابطه دو سویه‌ای با هر یک از متغیرهای احساس خودارزشی، فقدان حمایت اجتماعی، انزوای اجتماعی، ناکامی تحصیلی و کاری و عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی دارد. در واقع، این متغیرها ضمن آن که بر پدیده اعتیاد به اینستاگرام اثر می‌گذارند، در عین حال به‌عنوان پیامدهای اعتیاد اینترنتی نیز شناخته می‌شوند. در نظریه‌ها و پیشینه تجربی تحقیق نیز این رابطه دو سویه ملاحظه می‌شود. با عنایت به این چارچوب نظری، مدل مورد استفاده در پژوهش حاضر جهت تبیین پدیده استفاده اعتیادی از شبکه اجتماعی اینستاگرام به شکل زیر می‌باشد:

در مجموع با تکیه بر چارچوب نظری و پیشینه پژوهش می‌توان فرضیه‌های زیر را طرح نمود:



- ❖ بین اعتیاد به اینستاگرام و مسئولیت‌پذیری اجتماعی رابطه وجود دارد.
- ❖ بین اعتیاد به اینستاگرام و انزوای اجتماعی رابطه وجود دارد.
- ❖ بین اعتیاد به اینستاگرام و ناکامی تحصیلی و شغلی رابطه وجود دارد.
- ❖ بین اعتیاد به اینستاگرام و فقدان حمایت اجتماعی رابطه وجود دارد.
- ❖ بین اعتیاد به اینستاگرام و احساس خودارزشی رابطه وجود دارد.

۵- روش‌شناسی

پژوهش حاضر به صورت پیمایشی انجام گرفته و برای جمع‌آوری داده‌ها و سنجش میزان و ابعاد اعتیاد به اینستاگرام از پرسشنامه ترکیبی کاپلان و دیویس استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش دانشجویان کاربر شبکه اجتماعی اینستاگرام دانشگاه آزاد اسلامی تبریز است. حجم نمونه با استفاده از جدول لین محاسبه شد. نمونه‌گزینی با ضریب پایایی ± 0.05 ضریب اطمینان ۹۵ درصد و واریانس جمعیت ۵۰-۵۰ درصد (فرض بالاترین حد واریانس در جمعیت) برابر با ۶۰۰ نفر بود. روش نمونه‌گیری، نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای توأم با تصادفی ساده و سیستماتیک است.

۶- یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش حاضر در دو بخش قابل‌ارائه است: بخش توصیفی که به معرفی سیمای پاسخگویان می‌پردازد و بخش استنباطی که به آزمون فرضیات تحقیق اختصاص دارد. یافته‌های توصیفی پژوهش حاکی از آن است که از نظر جنس، ۵۵ درصد پاسخگویان زن و ۴۵ درصد مرد می‌باشند. میانگین سن پاسخگویان ۲۰ سال است. ۲۱ درصد پاسخگویان دانش‌آموز، ۴۴ درصد دانشجو، ۱۰ درصد خانه‌دار، ۱۵ درصد بیکار و ۱۰ درصد شاغل بودند. از نظر وضعیت تأهل ۳۱ درصد پاسخگویان متأهل و ۶۹ درصد مجرد بودند.

از نظر مدت زمان عضویت در اینستاگرام، ۲۴ درصد پاسخگویان کمتر از یکسال، ۳۱ درصد بین یک تا کمتر از دو سال، ۲۵ درصد بین دو تا کمتر از سه سال و ۲۰ درصد بیش از سه سال عضو اینستاگرام بودند. ۶۸ درصد پاسخگویان هر روز به اینستاگرام سر می‌زنند. از نظر میزان مواجهه با اینستاگرام (مدت زمان استفاده در هر بار متصل شدن به اینستاگرام) ۷۱ درصد پاسخگویان کمتر از ۲ ساعت در هر ارتباط به اینستاگرام متصل می‌شوند. ۳۰ درصد پاسخگویان از اینستاگرام بیشتر برای پیدا کردن دوست دوران کودکی و مدرسه و همچنین دوست‌یابی، ۲۹ درصد برای تفریح، وقت‌گذرانی و فرار از مشکلات زندگی روزمره، ۲۱ درصد برقراری ارتباط با دوستان، آشنایان و همکلاسی‌ها، ۱۱ درصد برای کسب اطلاعات و اخبار و ۹ درصد نیز برای تشکیل گروه و شرکت در بحث‌ها و امکانات دیگر، استفاده می‌کنند.



در مورد توزیع فراوانی پاسخگویان برحسب اعتیاد به اینستاگرام، از آنجایی که در پژوهش حاضر اعتیاد به اینستاگرام از سه بعد عاطفی، رفتاری و شناختی تشکیل شده است، در این جا تنها به شرح نتایج حاصل از سنجش شاخص ترکیبی هر یک از این سه بعد اشاره شده است. همچنان که اطلاعات جدول ۱ نشان می‌دهد، ۳۸ درصد پاسخگویان از اعتیاد عاطفی متوسط یا بینابین، ۳۴ درصد عدم اعتیاد و ۲۸ درصد از اعتیاد عاطفی به اینستاگرام برخوردارند. ۴۵ درصد از پاسخگویان دارای اعتیاد رفتاری بینابین، ۲۱ درصد عدم اعتیاد رفتاری و ۴۴ درصد نیز دارای اعتیاد رفتاری به اینستاگرام هستند. همچنین ۳۳ درصد پاسخگویان اعتیاد شناختی بینابین، ۴۲ درصد عدم اعتیاد و ۲۶ درصد از اعتیاد شناختی به اینستاگرام برخوردارند. در مورد شاخص ترکیبی اعتیاد به اینستاگرام، نتایج گویای آن است که استفاده ۴۸ درصد پاسخگویان از اینستاگرام در دسته استفاده اعتیادی قرار نگرفته، ۲۷ درصد آن‌ها استفاده اعتیادی از اینستاگرام داشته و میزان اعتیاد به اینستاگرام در بین ۲۵ درصد از آن‌ها نیز در حد بینابین بوده است.

جدول ۱: توزیع فراوانی پاسخگویان برحسب اعتیاد به اینستاگرام

| انحراف استاندارد | میانگین | درصد | فراوانی | مقوله‌ها | ابعاد اعتیاد به اینستاگرام |
|------------------|---------|------|---------|------------|----------------------------|
| ۵/۲۸ | ۱۴/۱۱ | ۳۴ | ۲۰۴ | عدم اعتیاد | اعتیاد عاطفی |
| | | ۳۸ | ۲۲۸ | بینابین | |
| | | ۲۸ | ۱۶۸ | اعتیاد | |
| ۵/۵۴ | ۱۸/۳۰ | ۲۱ | ۱۲۶ | عدم اعتیاد | اعتیاد رفتاری |
| | | ۴۵ | ۲۷۰ | بینابین | |
| | | ۴۴ | ۲۶۴ | اعتیاد | |
| ۵/۲۳ | ۱۴/۱۹ | ۴۲ | ۲۵۲ | عدم اعتیاد | اعتیاد شناختی |
| | | ۳۳ | ۱۹۸ | بینابین | |
| | | ۲۶ | ۱۵۶ | اعتیاد | |



| | | | | | |
|-------|-------|----|-----|---------------|-------------------------------------|
| ۱۲/۱۳ | ۱۴/۳۰ | ۴۸ | ۲۸۸ | عدم اعتیاد | شاخص کلی اعتیاد به اینستاگرام |
| | | ۲۵ | ۱۵۰ | بینابین | |
| | | ۲۷ | ۱۶۲ | اعتیاد | |

پدیده استفاده اعتیادی از اینستاگرام حامل متغیرهای تأثیرگذار و پیامدهای اجتماعی گوناگونی است که در پژوهش حاضر سعی گردید تا مهم‌ترین این متغیرها سنجش و مورد مطالعه قرار گیرند. این پیامدها شامل: عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی، انزوای اجتماعی، ناکامی تحصیلی و کاری، فقدان حمایت اجتماعی، و احساس خودارزشی بوده‌اند، که نتایج حاصل از مطالعه هر یک در جدول شماره ۲، مورد بررسی قرار گرفته است. ۵۹ درصد پاسخگویان از عدم مسئولیت‌پذیری پایین، ۲۲ درصد متوسط و ۱۹ درصد نیز از میزان بالایی برخوردارند. در متغیر انزوای اجتماعی ۷۰ درصد پاسخگویان از انزوای اجتماعی پایین، ۱۹ درصد متوسط و ۱۱ درصد نیز از میزان بالایی برخوردار هستند. ناکامی تحصیلی و شغلی در ۷۱ درصد پاسخگویان پایین بوده، ۱۸ درصد متوسط و ۱۱ درصد نیز بالا بوده است. در متغیر فقدان حمایت اجتماعی ۶۳ درصد پاسخگویان از میزان پایین فقدان حمایت اجتماعی، ۱۹ درصد متوسط و ۱۸ درصد نیز از میزان بالایی برخوردارند. متغیر احساس خودارزشی در ۲۰ درصد پاسخگویان پایین، ۲۲ درصد متوسط و ۵۶ درصد نیز بالا بوده است.

جدول ۲: توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب متغیرهای تأثیرگذار و تبعات استفاده از اینستاگرام

| متغیرها | مقوله‌ها | فراوانی | درصد | میانگین | انحراف استاندارد |
|-------------------------|----------|---------|------|---------|---------------------|
| عدم مسئولیت‌پذیری | پایین | ۳۵۴ | ۵۹ | ۱۲/۱۹ | ۵/۲۰ |
| | متوسط | ۱۳۲ | ۲۲ | | |
| | بالا | ۱۱۴ | ۱۹ | | |
| انزوای اجتماعی | پایین | ۴۲۰ | ۷۰ | ۱۲/۳۵ | ۵/۵۹ |
| | متوسط | ۱۱۴ | ۱۹ | | |
| | بالا | ۶۶ | ۱۱ | | |
| ناکامی تحصیلی و کاری | پایین | ۴۲۶ | ۷۱ | ۸/۱۵ | ۴/۲۰ |
| | متوسط | ۱۰۸ | ۱۸ | | |



| | | | | | |
|------|-------|----|-----|-------|---------------------|
| | | ۱۱ | ۶۶ | بالا | |
| ۴/۱۸ | ۱۴/۳۶ | ۶۳ | ۳۷۸ | پایین | فقدان حمایت اجتماعی |
| | | ۱۹ | ۱۱۴ | متوسط | |
| | | ۱۸ | ۱۰۸ | بالا | |
| ۳/۳۴ | ۱۲/۱۴ | ۲۰ | ۱۲۰ | پایین | احساس خودارزشی |
| | | ۲۲ | ۱۳۲ | متوسط | |
| | | ۵۶ | ۳۳۶ | بالا | |

۶-۱. آزمون فرضیه‌ها

نتایج جدول شماره ۳، نشانگر نتایج حاصل از آزمون رابطه بین اعتیاد به اینستاگرام و متغیرهای تأثیرگذار و پیامدی آن می‌باشد که براساس آن می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

(۱) بین دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی، رابطه آماری معناداری وجود دارد. از سوی دیگر، مقدار ضریب همبستگی کندال تاوی بی (۰/۳۷) نیز مؤید همبستگی متوسط و تغییر همزمان دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و میزان عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی می‌باشد. بدین معنی که هرچه شخص از اعتیاد به اینستاگرام بیشتری برخوردار باشد، به همان میزان عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی وی نیز بیشتر خواهد بود. و از سوی دیگر عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی نیز در سوق دادن افراد به سمت اعتیاد به اینستاگرام مؤثر می‌باشد.

(۲) رابطه آماری معناداری بین دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و انزوای اجتماعی وجود دارد. مقدار ضریب همبستگی کندال تاوی بی (۰/۳۸) نیز مؤید همبستگی متوسط و تغییر همزمان دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و میزان انزوای اجتماعی می‌باشد. بدین معنی که هرچه شخص از اعتیاد به اینترنت بالاتری برخوردار باشد، در مقابل انزوای اجتماعی وی نیز بیشتر خواهد بود و به نوبه خود انزوای اجتماعی نیز در گرایش افراد به سمت اعتیاد اینترنتی دخیل می‌باشد.

(۳) با اطمینان ۰/۹۹ و سطح خطای کمتر از ۰/۰۱، رابطه معناداری بین دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و ناکامی تحصیلی و شغلی وجود دارد. همچنین، مقدار ضریب همبستگی کندال تاوی بی (۰/۳۵) نیز دلالت بر همبستگی متوسط و تغییر همزمان دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و ناکامی تحصیلی و شغلی دارد. بدین معنی که هرچه شخص از اعتیاد به اینستاگرام بالاتری برخوردار باشد، در مقابل میزان ناکامی تحصیلی و کاری وی نیز بیشتر خواهد بود و به همان میزان ناکامی تحصیلی و کاری در شکل دادن اعتیاد به اینستاگرام در افراد مؤثر است.



۴) بین دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و فقدان حمایت اجتماعی، مطالعه نشان داد که رابطه آماری معناداری وجود دارد. مقدار ضریب همبستگی کندال تاوی بی (۰/۲۸) نیز مؤید همبستگی نسبی و تغییر همزمان دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و میزان فقدان حمایت اجتماعی می‌باشد. بدین معنی که هرچه شخص از میزان اعتیاد به اینستاگرام بالاتری برخوردار باشد، در مقابل فقدان حمایت اجتماعی نیز بیشتر خواهد بود. از سوی دیگر، فقدان حمایت اجتماعی نیز در سوق دادن افراد به سمت اعتیاد به اینستاگرام نقش دارد.

۵) با اطمینان ۰/۹۹ و سطح خطای کمتر از ۰/۰۱، رابطه معناداری بین دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و احساس خودارزشی وجود دارد. همچنین، مقدار ضریب همبستگی کندال تاوی بی (۰/۳۱-) نیز دلالت بر همبستگی نسبی و تغییر معکوس دو متغیر اعتیاد به اینستاگرام و احساس خودارزشی می‌باشد. بدین معنی که هرچه شخص از میزان اعتیاد به اینستاگرام پایین‌تری برخوردار باشد، در مقابل احساس خودارزشی وی نیز بیشتر خواهد بود. به عبارت دیگر، احساس خودارزشی پایین نیز در اعتیاد اینستاگرامی افراد مؤثر است.

جدول ۳: آزمون رابطه بین اعتیاد به اینستاگرام و متغیرهای تأثیرگذار و پیامدی آن

| متغیر | نوع همبستگی | مقدار ضریب همبستگی | سطح معناداری |
|--|-------------|--------------------|--------------|
| اعتیاد به اینستاگرام و عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی | کندال بی | ۰/۳۷ | ۰/۰۰ |
| اعتیاد به اینستاگرام و انزوای اجتماعی | کندال بی | ۰/۳۸ | ۰/۰۰ |
| اعتیاد به اینستاگرام و ناکامی شغلی و تحصیلی | کندال بی | ۰/۳۵ | ۰/۰۱ |
| اعتیاد به اینستاگرام و فقدان حمایت اجتماعی | کندال بی | ۰/۲۸ | ۰/۰۰ |
| اعتیاد به اینستاگرام و احساس خودارزشی | کندال بی | -۰/۳۱ | ۰/۰۱ |

در ادامه به منظور مقایسه ابعاد عاطفی، رفتاری و شناختی اعتیاد به اینستاگرام در بین جامعه آماری و همچنین اولویت‌بندی این ابعاد، از آزمون ناپارامتری فریدمن استفاده می‌کنیم. آزمون تفاوت ابعاد سه‌گانه اعتیاد به اینستاگرام حکایت از آن داشت که از حیث آماری، با اطمینان ۰/۹۹ و سطح خطای کمتر از ۰/۰۱، تفاوت معناداری بین ابعاد اعتیاد به اینستاگرام



وجود دارد. از طرفی، مقایسه میانگین رتبه ابعاد اعتیاد به اینستاگرام نشان از آن دارد که افراد بیشترین رتبه را از بعد رفتاری (با میانگین ۲/۳۰)، عاطفی (با میانگین ۱/۹۹) داشته و در مقابل کمترین رتبه در خصوص بعد شناختی (با میانگین ۱/۷۵) بوده است. بنابراین، میزان اعتیاد رفتاری به اینستاگرام پاسخگویان بیش از ابعاد دیگر اعتیاد به اینستاگرام (یعنی عاطفی و شناختی) بوده است. بدین معنی که شایع ترین نوع اعتیاد پاسخگویان به اینستاگرام، اعتیاد رفتاری است تا صورت‌های دیگر اعتیاد عاطفی و شناختی. جدول شماره ۴، بیانگر این نتایج است.

جدول ۴: نتایج حاصل از آزمون فرضیه تفاوت ابعاد اعتیاد به اینستاگرام

| میانگین رتبه | ابعاد |
|--------------|------------|
| ۲/۳۰ | بعد رفتاری |
| ۱/۹۹ | بعد عاطفی |
| ۰/۷۵ | بعد شناختی |

۷- نتیجه گیری

با توجه به افزایش روزافزون کاربران شبکه‌های اجتماعی از جمله اینستاگرام در بین نوجوانان و جوانان ایرانی، نیاز به شناخت علمی این پدیده و تبعات آن امری اجتناب ناپذیر می‌باشد. پژوهش حاضر سعی بر آن داشته است تا با دیدگاهی جامعه‌شناختی به مطالعه پدیده اعتیاد به اینستاگرام و پیامدها و متغیرهای تاثیرگذار بر آن در بین نوجوانان و جوانان شهر تبریز پردازد.

یافته‌های پژوهش حاضر در خصوص میزان شیوع هر یک از ابعاد اعتیاد به اینستاگرام، حاکی از آن است که ۴۴ درصد پاسخگویان دارای اعتیاد رفتاری، ۲۸ درصد دارای اعتیاد عاطفی و ۲۶ درصد پاسخگویان دارای اعتیاد شناختی هستند. همچنین در مورد شاخص ترکیبی اعتیاد به اینستاگرام، نتایج گویای آن است که استفاده ۴۸ درصد پاسخگویان از اینستاگرام در دسته استفاده اعتیادی قرار نگرفته، ۲۷ درصد آن‌ها استفاده اعتیادی از اینستاگرام داشته و میزان اعتیاد به اینستاگرام در بین ۲۵ درصد از آن‌ها نیز در حد بینابین بوده است.

سایر یافته‌های دیگر پژوهش نشان‌دهنده آن است که بیشتر نوجوانان و جوانان مورد مطالعه از میزان مسئولیت‌پذیری اجتماعی بالایی برخوردارند. همچنین، اکثریت پاسخگویان فاقد انزوای اجتماعی می‌باشند، موفقیت تحصیلی و شغلی بالایی دارند، از حمایت اجتماعی بالایی برخوردارند و نهایتاً اینکه، احساس خودارزشی آنان بالاست. اما آن دسته از



افرادی که استفاده اعتیادی از اینستاگرام می‌کنند، احساس مسئولیت کمتری نسبت به جامعه و محیط پیرامون خود دارند، بیشتر دچار انزوای اجتماعی می‌گردند، دچار ناکامی تحصیلی و کاری بیشتری می‌شوند، از حمایت اجتماعی کمتری برخوردار می‌باشند و احساس خودارزشی آنان نیز پایین‌تر است. بنابراین، با توجه به این یافته‌ها، می‌توان گفت از پیامدهایی که از پدیده اعتیاد به اینستاگرام نشأت می‌گیرد، عدم مسئولیت‌پذیری، انزوای اجتماعی، افت تحصیلی، ناکامی شغلی، فقدان حمایت اجتماعی و احساس خودارزشی پایین می‌باشد. یافته‌های پژوهش حاضر در راستای تحقیقات محسنی تبریزی و همکاران (۱۳۸۹)، معیدفر و همکاران (۱۳۸۶)، یانگک (۱۹۹۹) و کاس و گریفیس (۲۰۱۱) است.

در رابطه با پیامدهای اعتیاد به اینستاگرام و اینترنت، باید اشاره کرد که اینترنت و اینستاگرام به خودی خود ابزارهایی بی‌طرف و خنثی هستند. اما این که افراد چگونه از آن‌ها استفاده می‌کنند، مهم است. اگر استفاده متناسب و مثبت از اینترنت و اینستاگرام بشود، این رسانه‌ها موجب توسعه جامعه خواهند شد، در غیر این صورت، مشکلات عدیده‌ای را برای جامعه و افراد آن به بار خواهند آورد. به عبارت دیگر، شبکه جهانی اینترنت یک شبکه اطلاع‌رسانی سریع با منابع بی‌شمار است که استفاده نادرست و بیش از حد از آن در بین برخی افراد و غرق شدن در دنیای سایبر و جداسدن از دنیای واقعی، فواید اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی را به آسیب تبدیل می‌کند. کما این که هم اکنون در بسیاری از جوامع استفاده نادرست از این ابزار در میان برخی از کاربران، موجب بروز پدیده اعتیاد مدرنی در عصر ارتباطات و انقلاب رایانه‌ای شده است. به هر حال، وابستگی به اینستاگرام و استفاده اعتیادی از آن موجب اختلال و بی‌نظمی در سطح زندگی فردی و اجتماعی می‌شود و پیامدهای فراوانی را به‌ویژه برای نوجوانان و جوانان به ارمغان می‌آورد.

از نظر میزان شیوع ابعاد اعتیاد به اینستاگرام، مقایسه میانگین رتبه ابعاد اعتیاد به اینستاگرام نشان از آن دارد که افراد بیشترین رتبه را از بعد رفتاری (با میانگین ۲/۳۰)، عاطفی (با میانگین ۱/۹۹) داشته و در مقابل کمترین رتبه درخصوص بعد شناختی (با میانگین ۱/۷۵) بوده است. بنابراین، میزان اعتیاد رفتاری به اینستاگرام پاسخگویان بیش از ابعاد دیگر اعتیاد به اینستاگرام (یعنی عاطفی و شناختی) بوده است. بدین معنی که شایع‌ترین نوع اعتیاد پاسخگویان به اینستاگرام، اعتیاد رفتاری است تا صورت‌های دیگر اعتیاد عاطفی و شناختی.

۱-۷. پیشنهادات

با توجه به نتایج پژوهش و گروه سنی جامعه هدف، از جمله روش‌هایی که برای جلوگیری از اعتیاد مجازی به اینستاگرام در نوجوانان و جوانان پیشنهاد می‌شود آگاه‌سازی و آشنا کردن آن‌ها با روش‌های استفاده درست از این فناوری‌هاست. صرف هزینه جهت تدوین برنامه‌ریزی‌های مدیریتی جهت استفاده صحیح از این فناوری‌ها می‌تواند از صرف هزینه‌های چندین برابر پس از درگیر شدن جامعه با عواقب مسئله اعتیاد مجازی، جلوگیری کند. پس پرداختن به این مهم می‌تواند ما

Archive of **12th International conference ON
PSYCHOLOGY
OF EDUCATION SCIENCES AND
LIFESTYLE**
Tbilisi - Georgia
September 18, 2023



را در جهت آسیب‌زدایی این پدیده نوین ارتباطی از جامعه پیش برده و برعکس می‌توان از کارکردهای مثبت این فناوری‌ها بهره جست.

با توجه به مباحثی چون حمایت اجتماعی و خودارزشی که در تحقیق به آنها اشاره شد، نکاتی چند در جهت پیشگیری از مسئله اعتیاد مجازی به اینستاگرام پیشنهاد می‌شود:

- ایجاد فضایی امن در نظر نوجوانان و جوانان جهت ایجاد ارتباط و مطرح کردن مسائل با ایشان.
- ابراز توجه خود به نوجوانان و ایجاد حس حمایت همیشگی توسط والدین در آنان.
- تعیین کردن یک زمان‌بندی صحیح استفاده از اینترنت و یادداشت کردن زمان آن.
- وضع قوانین منطقی و محافظت از نوجوانان با بایدها و نبایدهایی که در آموزش به آنان بسیار مؤثر است.
- ترغیب کردن به فعالیت‌های دیگر در زندگی روزمره مانند ورزش، تفریحات سالم و ارتباط با دوستان و همسالان.
- در سطح کلان نیز پیشنهاد می‌شود که نظام آموزشی برای پیشگیری از اعتیاد مجازی نوجوانان و جوانان تدوین و اجرا گردد. نظام آموزش پیشگیرانه پیشنهادی می‌تواند از سه جزء تشکیل شود که عبارتند از: الف) محتوای آموزش پیشگیرانه که معلمان بایستی آن‌ها را به دانش‌آموزان کلاس ارائه کنند، ب) تشخیص اعتیاد اینترنتی که از طریق آن دانش‌آموزان می‌بایست درجه اعتیادشان به اینترنت را برای خود، ارزشیابی کرده و به نتایج خود نسبت به این ارزشیابی دست یابند و ج) فعالیت‌های پیشگیرانه همچون جدول زمانی، گزارش‌های فعالیت‌های بدیل و جایگزین و خودارزشیابی.



منابع

- امیدوار، احمد علی و صارمی، علی اکبر، ۱۳۸۱، اعتیاد به اینترنت: توصیف، سبب شناسی، پیشگیری، درمان و مقیاس های سنجش اختلال اعتیاد به اینترنت، مشهد: انتشارات تمرین.
- برات دستجردی، نگین و صیادی، سمیه، ۱۳۹۱، بررسی رابطه بین استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانشجویان دانشگاه های پیام نور اصفهان، مجله تحقیقات علوم رفتاری، دوره دهم، شماره ۵، صص: ۳۳۲-۳۴۱.
- چمنی، امیر رضا، ۱۳۸۵، اعتیاد به اینترنت در یزد، فصلنامه اصول بهداشت روانی، شماره ۳۰، صص: ۲۲-۳۵.
- قاسمی، وحید و ملک احمدی، حکیمه، ۱۳۸۹، تبیین اعتیاد به اینترنت در بین کاربران کافی نت های شاهین شهر، پژوهش های ارتباطی، سال هفدهم، شماره ۴، صص: ۵۱-۷۷.
- محسنی تبریزی، منوچهر و دیگران، ۱۳۸۹، استغراق در فضای مجازی و عوارض فردی و روانی آن، پژوهش نامه علوم اجتماعی، سال چهارم، شماره ۳، صص: ۵۱-۶۹.
- معیدفر، سعید و دیگران، ۱۳۸۶، مطالعه پدیده استفاده اعتیادی از اینترنت در بین نوجوانان و جوانان (۱۵-۲۵ سال) شهر تهران، مجله جهانی رسانه، سال دوم، شماره ۴، صص: ۲۲-۴۶.
- هزار جریبی، جعفر، صفری شالی، رضا، ۱۳۹۱، بررسی پدیده اعتیاد مجازی در بین نوجوانان و جوانان استان قم، فصلنامه علوم اجتماعی، شماره ۵۷، صص: ۱-۳۵.

Bernardis, George (2005), The Shorter PROMIS Questionnaire and Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addiction in high school population: prevalence and related disability, *CNS Spectr*, 12, pp: 966-974.

Boyd, Daneh & Ellison, Nicole (2007), Social Network Sites: Definition, History and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*. Vol. 133: 210- 230.

Duran, Maria Garcia (2003), Internet Addiction Disorder, *AllPsych Journal*, 14 December.

Fenichel, Michael. (2003), Internet Addiction: "Addictive Behavior, Transference or More? *Southern Medical Journal*, Vol 92, N. 6.

Kuss, Daria and Griffiths, Mark (2011), "Online Social Networking and Addiction", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol 8, N.10.

Li, S.Q.Xie and A. Wong (2008), The relationship between age, gender, family support, and internet addiction. [www. Allacademic.com](http://www.Allacademic.com)

Pempek, Tiffany A., Yermolayeva, Yevdokiya A. Calvert, Sandra L. (2009), College Students' Social Networking Experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30: 227-238.

Young, K. (1999), Internet Addiction, Symptom, Evaluation And Treatment, This article reproduced from *Innovation in In Innovations in Clinical Practice: A Source Book* (eds L. VandeCreek & T. Jackson), Professional Resource Press. vol. 17, pp. 19-31.

Zahniser, Pat (2000), Are you Addicted to the Internet?, LSW, CEAP, UPMC Health System Employee Assistance Program, September.



Studying students' addictive use of Instagram (Study case: Islamic Azad University of Tabriz)

Roghayeh Khodayi Beyrami¹- Pooneh Arvaneh²

1- Master of Psychology, Shahid Madani University of Azerbaijan, Tabriz, Iran

2-Master of Psychology, Shahid Madani University of Azerbaijan, Tabriz, Iran

Abstract

The introduction of any new technology into societies causes positive or negative changes in human life. Several factors determine the type of impact of technology; including the type of use. Instagram social network, as one of the new information and communication technologies of this century, due to its attractiveness and special capabilities for some users, brings the problem of its addictive use. This addictive use of Instagram has brought many benefits to the individual, family and society. In this regard, we are trying to study Instagram addiction as a new social harm. The current research was conducted as a survey using Davis and Kaplan questionnaires with a sample size of 600 among the students who use the Instagram social network of Islamic Azad University of Tabriz. The sampling method is multi-stage cluster sampling. The findings of the research indicate that there is a phenomenon of habitual use of Instagram among students, although the use of Instagram by the majority of students seems normal. Also, based on the results of this article, the habitual use of Instagram among some students has a direct relationship with issues such as lack of social responsibility, social isolation, lack of social support, academic and work inefficiency, and inverse relationship with self-esteem.

Keywords: virtual social networks, Instagram, Internet addiction, virtual addiction