

رابطه استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی نوجوانان

زهرا نعیم آبادی^۱، اسماعیل سعدی پوربیابان گرد^۲

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران

^۲ استادتمام گروه روان شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، مدعو دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین میزان رابطه استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی در نوجوانان بود. هدف که از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری اطلاعات، تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این مطالعه، کلیه نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال ساکن شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بودند. حجم نمونه این مطالعه بر اساس مطالعه سعدی پور (۱۳۹۹)، ۱۵۰ نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب گردیدند. در این پژوهش از پرسشنامه های اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی در نوجوانان صادق زاده و همکاران (۱۳۹۷) - ۳۲ آیتمی، امید به زندگی اشنايدر (۱۹۹۱) - ۱۲ آیتمی و پرسشنامه انزوای اجتماعی چلبی و امیرکافی (۱۳۸۱) - ۱۹ آیتمی و معدل کل آخرین نیمسال تحصیلی برای ارزیابی عملکرد تحصیلی جهت جمع آوری داده ها استفاده گردید، داده ها مورد تحلیل آزمون های همبستگی و رگرسیون قرار گرفت. نتایج این پژوهش نشان داد میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی، رابطه مثبت معنادار دارد در حالی که میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با عملکرد تحصیلی، رابطه منفی معنادار دارد.

واژه های کلیدی: شبکه های اجتماعی، امید به زندگی، انزوای اجتماعی، عملکرد تحصیلی

مقدمه:

با گسترش فضای مجازی خصوصا در دهه اخیر با اهداف مختلفی از جمله بسترسازی برای تعاملات اجتماعی گسترده و نامحدود و گذراندن اوقات فراغت (کفاشی، پیرجلیلی، ۱۳۹۵)، برقراری روابط عاطفی آسان تر (بنزو، ۲۰۲۱)، و آموزش و یادگیری (باقرزاده همایی، ۱۳۹۹) راه اندازی شده است. فضای مجازی، فضایی است که به تبع وجود اینترنت طراحی شده و شبکه‌های متعدد و مختلف اجتماعی مجازی اعم از تلگرام، اینستاگرام، واتس آپ، فیس‌بوک و غیره را شامل می‌شود (خمیری، ۱۳۹۷). شبکه‌های اجتماعی مجازی، از وبسایت‌ها و نرم افزارهایی تشکیل شده اند که کاربران می‌توانند، اطلاعات خود شامل سلیق، افکار و فعالیت‌های خود را با دیگران به اشتراک گذارند (محمودی، محمودی و ترکاشوند، ۱۳۹۶). امروزه، دنیای دیجیتال و فضای مجازی جزئی از زندگی روزمره نوجوان شده است که می‌تواند به عنوان یک مانع و تهدید جدی برای این برهه تحولی مهم شناخته شود (سعدی پور، ۱۳۹۳). شیوع استفاده از فضای مجازی در نوجوانان بالا و فزاینده است و این در حالی است که با توجه به ویژگی‌های این مرحله تحولی، نقش فضای مجازی در فرایند هویت سازی و معنایابی نوجوانان برجسته است (عباسی، ۱۳۹۶). میزان استفاده مضر از فضای مجازی در جهان از ۶ تا ۸۰ درصد و در ایران از ۸/۳ تا ۸۶ درصد گزارش شده است (خزایی، سعادت جو، دُر محمدی، سلیمانی، طوسی نیا و ملاحسن زاده، ۲۰۱۳). با همه گیری بیماری ویروس کرونا، استفاده از شبکه‌های اجتماعی آنلاین و فضای مجازی به علت محدودیت‌های بهداشتی و قرنطینه خانگی، افزایش یافته است که اگرچه استفاده مطلوب و بهینه از فضای مجازی در شرایط پاندمی کووید-۱۹ می‌تواند عامل مهمی در مهار استرس (استدفلد، وروس، المر، بودا و رابه، ۲۰۱۹) و راهکاری برای جبران کاهش تعاملات اجتماعی و بهبود وضعیت سلامت روان نوجوانان باشد (اودریوزولا-گونزالس و پلنچوئل-گومز، ۲۰۲۰). اما غالبا موجب وابستگی و رفتارهای اعتیادگونه به استفاده از این فضای دیجیتالی شده است (گومز-گلان، مارتینز - لوپز، لازارو-پرز و ساراسولا، ۲۰۲۰). با این وجود، از جمله تهدیدات و آسیب‌های شایع فضای مجازی می‌توان به ناامیدی و افسردگی، انزوای اجتماعی و احساس تنهایی و افت تحصیلی اشاره کرد (کرستینگ، ۱۴۰۰). امید در زندگی نوجوانان، یک مفهوم محوری و اساسی است زیرا اغلب مفاهیم مورد مطالعه در رابطه با امید، یافته‌های مهم و معناداری را به دست می‌دهند به عبارت دیگر امید، پیش بین کننده قوی وضعیت سلامت روان و یا انواع مشکلات روان شناختی است (استیوس، اسکولونو، ماهات، یارچسکی و اسکولونو، ۲۰۱۳). امید، سازه‌ای روانشناختی است که به وضعیت انگیزشی مثبت اشاره دارد و بر پایه مفهوم قابلیت ایجاد گذرگاه‌هایی به سمت هدف‌های مطلوب علی‌رغم وجود موانع برای رسیدن به موفقیت تعریف می‌شود. عنصر عاملی امید، یک عنصر انگیزشی مانند احساس موفقیت و پیشرفت، نیرو و انرژی در پیگیری اهداف و خواسته‌های گذشته، حال و آینده است و عنصر راهبردی امید، کمک به آفرینش راه‌هایی برای نیل به اهداف شان محسوب می‌شود (کمری و فولادچنگ، ۱۳۹۵). مطالعات در حوزه رابطه شبکه‌های اجتماعی مجازی و امید به زندگی بسیار محدود و متناقض است. به طور کلی می‌توان گفت تعاملات مثبت، حمایت اجتماعی و ارتباط اجتماعی در شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی به طور مداوم با سطوح پایین‌تر افسردگی و اضطراب و امیدواری بیشتر مرتبط است در حالی که تعاملات منفی و مقایسه‌های اجتماعی با سطوح بالاتر افسردگی و اضطراب و امیدواری کمتر ارتباط دارد. به تبع استفاده از فضای مجازی و

^۱Ben-Ze'ev^۲Stadtfeld, Vörös, Elmer, Boda & Raabe^۳Odriozola-González & Planchuelo-Gómez^۴Gómez-Galán, , Martínez-López, Lázaro-Pérez & Sarasola^۵Esteves, Scoloveno, Mahat, Yarcheski & Scoloveno

شبکه های اجتماعی آنلاین با احساس تنهایی کمتر و عزت نفس بیشتر و رضایت از زندگی مرتبط است. با این حال، مفید یا مضر بودن فضای مجازی، حداقل تا حدی به کیفیت محتواها، نحوه استفاده از محیط فضای مجازی و شیوه تعاملات اجتماعی در این بستر بستگی دارد (سائبروک، کرن و ریکارد، ۲۰۱۶). انزوای اجتماعی، شرایطی است که در آن فرد در برقراری پیوندهای کافی برای جذب حمایت و منابع اجتماعی دچار ضعف است (کاظمی، ۱۳۹۸). این وضعیت موجب محروم شدن فرد از مشارک های رسمی و غیر رسمی در جامعه شده و دلبستگی و مبادله اجتماعی را می کاهد (سلامتیان و خلیلی، ۱۳۹۹). عدم یا ضعف جدی در برقراری روابط موثر، پیامدهای منفی در سطح سلامت روان و بهزیستی فرد در پی دارد و حتی می تواند به مشکلات روان شناختی جدی تر مانند عزت نفس پایین، افسردگی، مشکلات روانی - اجتماعی و علائم بیماری های جسمانی منتهی شود (هورتولانوس، میشلز و میوسن، ۱۳۹۴). انزوای اجتماعی حالتی ترکیب شده از انزوای ادراک شده و عدم روابط اجتماعی است. انزوای اجتماعی بعد عینی و جنبه جامعه شناختی دارد و محرومیت شخص از تعاملات اجتماعی را شامل می شود در حالی که تنهایی یا انزوای عاطفی، بعد ذهنی و جنبه عاطفی دارد و تجربیات درونی شخص را در بر می گیرد. بنابراین این دو مفهوم، می توانند جدا یا با هم رخ دهند (امینی، ۱۳۹۲). مطالعات اندکی در حوزه رابطه شبکه های اجتماعی مجازی و انزوای اجتماعی انجام شده است که ناسازگار است برای مثال کاظمی (۱۳۹۸) گزارش داد فضای مجازی و انزوای اجتماعی رابطه معناداری با یکدیگر ندارند در حالی که مسعودنیا (۱۳۹۸) بیان کرد اختلاف معناداری بین کاربران عادی و کاربران وابسته به فضای مجازی به لحاظ انزوای اجتماعی کلی، مولفه های انزوا، پیوستگی نسبی و پیوستگی جمعی وجود دارد. عملکرد تحصیلی به ظرفیت فرد در توانایی انجام فعالیت های مربوط به مطالعه، استفاده از اهداف سودمند، طرح ریزی، و خودکارآمدی می باشد. عملکرد تحصیلی به میزان یادگیری فرد به صورتی که توسط آزمون های مختلف درسی مانند ریاضیات، علوم و غیره ارزیابی شود، اشاره دارد (شکوهی، ۱۳۹۰؛ سیف، ۱۳۹۷). یافته های متناقضی در مورد ارتباط شبکه های اجتماعی مجازی با عملکرد تحصیلی وجود دارد که نشان دهنده وجود عوامل موثر در نوع این ارتباط است برای نمونه، پژوهش ها عامل فرهنگ و ویژگی های شخصیتی (حسن زاده، بیدختی، رضایی و رهایی، ۱۳۹۱) و عامل سواد رسانه ای (مرتضایی کرهرودی، ۱۴۰۰) را معرفی کرده بودند. برخی مطالعات از رابطه منفی فضای مجازی با عملکرد تحصیلی حکایت دارند (سعدی پور، ۱۳۹۶؛ جعفری ندرآبادی، ۱۳۹۷) در حالی که برخی پژوهش ها عدم رابطه این دو متغیر را گزارش دادند (شاوردی، حیدری و چیت ساز قمی، ۱۳۹۹) و حتی پیشنهاد کرده اند که از شبکه های مجازی آنلاین در راستای تقویت یادگیری و آموزش استفاده شود (حمید، وایکات، چانگ و کورنیا، ۲۰۱۱). عصر کنونی، عصر اطلاعات و ارتباطات و نسل امروز، نسل فناوری های ارتباطی پیشرفته است که بر پایه اینترنت و فضای مجازی شکل گرفته است (سیپ، ۲۰۱۴). یکی از مهمترین مشغله های کاربران اینترنتی در سطح ایران و جهان، شبکه های اجتماعی مجازی است (مرادی، ۱۳۹۰) که امکان ارسال، دریافت، تبادل انواع محتوا در قالب های مختلف صوتی و تصویری را فراهم کرده و دسترسی نامحدود به کاربران برای اشتراک گذاری اطلاعات ایجاد کرده است (سائبروک، کرن و ریکارد، ۲۰۱۶). شبکه های اجتماعی مجازی، شبکه های اکترونیکی ارتباطات متقابل هستند که خود می تواند حوزه خود را تعیین کند بنابراین می تواند با اهدافی مانند ارتباط و دوستیابی، فرهنگی، سیاسی و غیره تشکیل شود (رینگلد، ۲۰۰۲). در ایران بیش از ۵۷ میلیون نفر (معادل با حدودا بیش از ۶۹ درصد از جمعیت) کاربران اینترنتی هستند (مرکز جهانی اینترنت، ۲۰۱۹) و مطالعات جهانی

^۱Seabrook, Kern & Rickard^۲Hamid, Waycott, Chang & Kurnia^۳Cepe^۴Rheingold

نشان داده است امروزه جوانان و نوجوانان، بیشترین مخاطبان و استفاده کنندگان شبکه های اجتماعی و فضای مجازی را تشکیل می دهند (لیم و چو، ۲۰۱۰) به طوری که ۹۳ درصد از نوجوانان ۱۵ تا ۱۷ ساله از طریق به اینترنت دسترسی دارند (مک کری، گتینگس و پورسل، ۲۰۱۷) و ۹۲ درصد آنان در شبکه های اجتماعی مجازی فعالیت می کنند (کلس، مک کری و گریش، ۲۰۱۹). نوجوانان به طور متوسط روزانه تقریباً ۸ ساعت از رسانه های دیجیتال استفاده می کنند (بکهام، هویسن و ریچ، ۲۰۱۵) که میزان حدوداً ۴ برابر بیشتر از توصیه آکادمی آموزش عمومی کودکان و نوجوان آمریکا است (آکادمی اطفال آمریکا، ۲۰۰۱). در ایران نیز استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی مجازی در نوجوانان و جوانان شایع است (طوری، میری، بهشتی، یاری خدابخشی و انانی سراب، ۲۰۱۵؛ دوستی ایرانی، باقری امیری، خواجه کاظمی و مصطفوی، ۲۰۱۷). از سوی دیگر، استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی با پاندمی بیماری ویروس کووید-۱۹، افزایش چشمگیری در ایران (جهانبخش، باقریان، توکلی، احتشامی و ستاری، ۲۰۲۱) و جهان (گومز-گالان، مارتینز - لویز، لازارو-پرز و ساراسولا، ۲۰۲۰) داشته است. تهدیدات و آسیب های فضای مجازی و شبکه های اجتماعی مجازی در صورت استفاده بیش از حد و وابستگی بسیار گسترده است که پیامدهای منفی مختلفی در سطوح جسمانی، روانشناختی و اجتماعی فرد در پی دارد (کرتینگ، ۱۴۰۰). در این بین متغیرهای امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی از اهمیت بیشتری برخوردار هستند زیرا هر کدام از اساسی ترین مفاهیم کاربردی در جنبه های روانشناختی، روانی - اجتماعی و آموزشی فرد را تشکیل می دهند. با این وجود مطالعات انجام شده در ارتباط با هر کدام از این متغیرها با شبکه های اجتماعی مجازی، اندک و متناقض اند. پژوهش های انجام شده در ارتباط شبکه های اجتماعی مجازی و امید به زندگی محدود و ناسازگار اند و غالب پژوهش های انجام شده در مورد ارتباط شبکه های اجتماعی مجازی با افسردگی بوده است (وصال و رحیمی، ۱۴۰۰). مطالعات در مورد رابطه شبکه های اجتماعی مجازی و انزوای اجتماعی نیز اندک و ناهمسو هستند به طوری که برخی از پژوهش ها، ارتباط مستقیم (مسعودنیا، ۱۳۹۸)، ارتباط معکوس (محسنی، دوران و سهرابی، ۱۳۸۵) و نیز عدم ارتباط (کاظمی، ۱۳۹۸) میان این دو متغیر را گزارش داده اند. پژوهش ها در رابطه بین شبکه های اجتماعی مجازی و عملکرد تحصیلی نیز اندک و ناسازگار اند به طوری که برخی از مطالعات، ارتباط مستقیم (حمید، مقبول، اسلام، الحسن و انوار، ۲۰۱۳)، ارتباط معکوس (سعدی پور، ۱۳۹۶) و نیز عدم ارتباط (رستمی نژاد و شوکتی راد، ۱۳۹۵) میان این دو متغیر را گزارش داده اند. بنابراین در مطالعه حاضر، میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی در نوجوانان، مورد بررسی قرار خواهد گرفت. لذا با عنایت به تمامی موارد اشاره شده موضوع اصلی در این پژوهش عبارت است از این که: آیا میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی در نوجوانان رابطه دارد؟

روش

روش تحقیق در این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری اطلاعات تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است که هدف آن مشخص کردن جهت و میزان رابطه متغیرها می باشد. جامعه آماری این مطالعه، کلیه نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال ساکن شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بودند. حجم نمونه این مطالعه بر اساس مطالعه سعدی پور (۱۳۹۹)، ۱۵۰ نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب گردیدند.

^۱McCrae N, Gettings S, Purssell

^۲Keles , McCrae & Grealish

^۳Bickham , Hswen & Rich

ابزار اندازه گیری :

الف) پرسشنامه اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی در نوجوانان صادق زاده و همکاران (۱۳۹۷): پرسشنامه اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی در نوجوانان دارای ۳۲ آیتم و برای ارزیابی دوره ای وابستگی نوجوانان به شبکه های اجتماعی مجازی توسط صادق زاده، احدی، درتاج و منشئی (۱۳۹۷) طراحی شده است. شیوه نمره گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۴ درجه ای (کاملاً موافقم=۴، موافقم=۳، مخالفم=۲، کاملاً مخالفم=۱) است. برای محاسبه نمره نهایی پرسشنامه، مجموع نمرات همه آیتم ها لحاظ می شود. هرچه نمره نهایی آزمودنی بالاتر باشد، وابستگی به شبکه های اجتماعی مجازی در نوجوان بیشتر خواهد بود و بالعکس. بنابراین حداقل نمره در این پرسشنامه برابر با ۳۲ و حداکثر نمره برابر با ۱۲۸ است. مزیت این پرسشنامه نسبت به آن است که در کنار استفاده از نظریه کلاسیک اندازه گیری، از نظریه پرسش- پاسخ استفاده شده و همچنین متناسب با فرهنگ و جامعه نوجوانان ایرانی است. صادق زاده، احدی، درتاج و منشئی (۱۳۹۷)، ویژگی های روان سنجی معتبری را برای این پرسشنامه را گزارش دادند و ضریب همسانی درونی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۲ بدست آمد.

ب) پرسشنامه امید به زندگی اشنایدر (۱۹۹۱): پرسشنامه امید به زندگی دارای ۱۲ آیتم و دو زیر مقیاس تفکر عاملی و تفکر راهبردی برای ارزیابی امید به زندگی در افراد توسط اشنایدر، هاریس، اندرسون، هولران، ایرونی و همکاران (۱۹۹۱) طراحی شده است. پرسشنامه امید به زندگی برای افراد ۱۵ سال به بالا طراحی شده است. شیوه نمره گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه و مطابق جدول زیر است. برای محاسبه نمره نهایی پرسشنامه، مجموع نمرات همه آیتم ها لحاظ می شود. هرچه نمره نهایی آزمودنی بالاتر باشد، امید به زندگی در فرد بیشتر خواهد بود و بالعکس. بنابراین حداقل نمره در این پرسشنامه برابر با ۱۲ و حداکثر نمره برابر با ۶۰ است. سوالات ۳، ۵، ۶ و ۱۱ عبارت انحرافی است. در تحلیل (تفسیر) بر اساس میزان نمره پرسشنامه نمره ۱۲ تا ۲۴ نشان دهنده میزان امید به زندگی پایین، نمره ۲۴ تا ۳۶ نشان دهنده میزان امید به زندگی متوسط و نمره بالاتر از ۳۶ نشان دهنده میزان امید به زندگی بالا است. کرمانی، خدایپناهی و حیدری (۱۳۹۰)، ویژگی های روان سنجی معتبری را برای این پرسشنامه را در جامعه ایرانی گزارش دادند. ضریب اعتبار این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶ و با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۸۱ بدست آمد.

ج) پرسشنامه انزوای اجتماعی چلبی و امیرکافی (۱۳۸۱): پرسشنامه انزوای اجتماعی دارای ۱۹ آیتم و چهار بعد تنهایی اجتماعی، عجز، یاس اجتماعی و کاهش تحمل اجتماعی برای ارزیابی انزوای اجتماعی افراد توسط چلبی و امیرکافی (۱۳۸۱) طراحی شده است. شیوه نمره گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه و مطابق جدول زیر است. بازه نمرات ۱۹ تا ۹۵ و نقطه برش آن ۵۷ است. ضریب پایایی این پرسشنامه توسط یزدی و همکاران (۱۳۹۶) به نقل از کاظمی (۱۳۹۸)، ۰/۷۲ گزارش شده است.

یافته ها

در جدول (۱) به توصیف متغیرهای اصلی و مولفه های متغیرها پرداخته شد. با استفاده از آماره های میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای اصلی توصیف شدند.

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای اصلی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۸۶/۲۲	۱۰/۸۳
تفکر عاملی	۱۱/۲۷	۲/۲۳
تفکر راهبردی	۱۱/۷۸	۱/۹۴
امید به زندگی	۲۳/۰۵	۳/۰۶

تنهایی اجتماعی	۱۵/۴۷	۴/۱۶
عجز	۹/۱۳	۳/۲۳
یاس اجتماعی	۱۴/۱۹	۲/۹۱
کاهش تحمل اجتماعی	۱۱/۲۹	۳/۹۹
انزوای اجتماعی	۵۰/۰۷	۱۱/۳۶
عملکرد تحصیلی	۱۷/۲۶	۰/۸۵

جدول (۱) نشان داد میانگین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی برابر با ۸۶/۲۲، امید به زندگی برابر با ۲۳/۰۵، انزوای اجتماعی برابر با ۵۰/۰۷ و عملکرد تحصیلی برابر با ۱۷/۲۶ بدست آمد. نتایج نشان داد میانگین مولفه های امید به زندگی بدین صورت است که میانگین تفکر عاملی برابر با ۱۱/۲۷ و تفکر راهبردی برابر با ۱۱/۷۸ بدست آمد. میانگین مولفه های انزوای اجتماعی بدین صورت است که میانگین تنهایی اجتماعی برابر با ۱۵/۴۷، عجز برابر با ۹/۱۳، یاس اجتماعی برابر با ۱۴/۱۹ و کاهش تحمل اجتماعی برابر با ۱۱/۲۹ بدست آمد.

در جدول (۲) نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین متغیر مستقل (میزان استفاده از شبکه های اجتماعی) با متغیرهای وابسته امید به زندگی و مولفه های آن، انزوای اجتماعی و مولفه های آن و عملکرد تحصیلی آمده است. جدول (۲) همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی

میزان استفاده از شبکه های اجتماعی		متغیرها
مقدار p	ضریب همبستگی	
۰/۲۱۵	۰/۱۰	تفکر عاملی
۰/۶۴۲	-۰/۰۴	تفکر راهبردی
۰/۵۴۲	۰/۰۵	امید به زندگی
<۰/۰۰۱	۰/۳۶	تنهایی اجتماعی
۰/۰۰۶	۰/۲۲	عجز
۰/۰۰۱	۰/۲۶	یاس اجتماعی
<۰/۰۰۱	۰/۳۵	کاهش تحمل اجتماعی
<۰/۰۰۱	۰/۳۹	انزوای اجتماعی
<۰/۰۰۱	-۰/۴۷	عملکرد تحصیلی

یافته ها نشان داد همبستگی معنی داری بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با دو متغیر انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی وجود داشت ($p < ۰/۰۵$) اما بین استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی رابطه ای مشاهده نشد ($p > ۰/۰۵$). نتایج نشان داد رابطه معنی داری بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی و تمامی چهار مولفه آن مشاهده شد. شدت همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی برابر با ۰/۳۹ و جهت رابطه مثبت بود که نشان داد افزایش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با افزایش انزوای اجتماعی همراه بود. در بین مولفه های انزوای اجتماعی

قوی ترین رابطه با میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با مولفه تنهایی اجتماعی با ضریب همبستگی $0/36$ داشت. یافته ها نشان داد رابطه منفی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با عملکرد تحصیلی مشاهده شد ($p < 0/05$) که جهت رابطه مثبت و شدت همبستگی برابر با $0/47$ - بود.

در بررسی نقش متغیر پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی در پیش بینی امید به زندگی با روش رگرسیون ساده یا تک متغیره آزمون شد. نتایج در جدول (۳) و (۴) آمده است. روش اجرای رگرسیون، روش همزمان (Enter) است. نتایج بررسی پیش فرض های آزمون رگرسیون و آماره های آنووا و ضریب تعیین در جدول (۳) آمده است.

جدول (۳) آماره های برازش و مفروضات رگرسیون

آزمون آنووا	مقدار F	مقدار p	ضریب همبستگی چندگانه (R)	ضریب تعیین تعدیل شده (R^2)	آماره دوربین واتسون
	$0/373$	$0/542$	$0/050$	$0/004$	$1/85$

مقدار آزمون F برابر با $0/373$ بدست آمد که در سطح معنی داری بیشتر از $0/05$ قرار دارد ($p > 0/05$) و بدین معناست برازش مدل رگرسیونی تایید نشد و مدل مربوط به پیش بینی امید به زندگی بر اساس میزان استفاده از شبکه های اجتماعی از برازش مناسب برخوردار نبود. ضریب تعیین یا R^2 مقدار واریانس متغیر ملاک که توسط متغیرهای پیش بین تبیین شده است را نشان می دهد. مقدار ضریب تعیین تعدیل شده بدست آمده برابر با $0/004$ - است که مقدار بسیار پایینی بود و قدرت تبیین بسیار پایین مدل را نشان داد.

جهت بررسی استقلال باقیمانده ها (عدم وجود همبستگی سریالی بین باقیمانده ها یا خطاها) از آزمون دوربین واتسون (Durbin Watson) استفاده شد. مقدار این آزمون در تحقیق ما برابر با $1/85$ به دست آمد که در بازه مورد قبول قرار دارد و می توان گفت باقیمانده ها دارای استقلال نسبی هستند و همبستگی سریالی بین آنان وجود ندارد.

جدول (۴) جدول ضرایب آزمون رگرسیون با هدف پیش بینی امید به زندگی بر اساس میزان استفاده از شبکه های اجتماعی

متغیر پیش بین	ضریب تاثیر غیراستاندارد	خطای استاندارد	ضریب تاثیر استاندارد	مقدار t	مقدار p
مقدار ثابت	$21/83$	$2/01$	—	$10/85$	$< 0/001$
میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	$0/014$	$0/023$	$0/050$	$0/611$	$0/542$

یافته ها نشان داد نقش پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تایید نشد و در نتیجه می توان نتیجه گرفت میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر امید به زندگی اثرگذار نبود ($p > 0/05$). سطح معنی داری بدست آمده برابر با $0/542$ بود و بیشتر از معیار $0/05$ بود که نشان داد میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر امید به زندگی تاثیرگذار نبود. در جدول (۵) همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با مولفه های امید به زندگی آمده است.

جدول (۵) همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با مولفه های امید به زندگی

میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	مولفه های امید به زندگی	
	ضریب همبستگی	مقدار p
	۰/۱۰	۰/۲۱۵
تفکر عاملی		
	-۰/۰۴	۰/۶۴۲
تفکر راهبردی		

نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با دو مولفه تفکر عاملی و تفکر راهبردی رابطه معنی دار مشاهده نشد ($p > ۰/۰۵$). مطابق نتایج میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با نمره کل امید به زندگی و دو مولفه آن رابطه ای نداشت.

در بررسی نقش متغیر پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی در پیش بینی انزوای اجتماعی با رگرسیون تک متغیره آزمون شد. نتایج در جدول (۶) و (۷) آمده است. روش اجرای رگرسیون، روش همزمان (Enter) است. نتایج بررسی پیش فرض های آزمون رگرسیون و آماره های آنوا و ضریب تعیین در جدول (۶) آمده است.

جدول (۶) آماره های برازش و مفروضات رگرسیون

آزمون آنوا	ضریب همبستگی	ضریب تعیین تعدیل شده (R^2)	آماره دوربین واتسون		
				مقدار F	مقدار p
۲۶/۰۱	۰/۳۸۷	۰/۱۴۴	۲/۰۵		$< ۰/۰۰۱$

مقدار آزمون F برابر با ۲۶/۰۱ بدست آمد که در سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ قرار دارد ($p < ۰/۰۵$) و بدین معناست که که مدل رگرسیونی مناسب است و متغیر پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با متغیر ملاک (انزوای اجتماعی) رابطه دارد و می تواند به طور معنی داری انزوای اجتماعی را پیش بینی کند. ضریب تعیین یا R^2 مقدار واریانس متغیر ملاک که توسط متغیرهای پیش بین تبیین شده است را نشان می دهد. مقدار ضریب تعیین تعدیل شده بدست آمده برابر با ۰/۱۴۴ است و بدین معناست که متغیر پیش بین مدل (میزان استفاده از شبکه های اجتماعی) توانست ۱۴/۴ درصد از واریانس یا تغییرات انزوای اجتماعی را تبیین کنند. جهت بررسی استقلال باقیمانده ها (عدم وجود همبستگی سریالی بین باقیمانده ها یا خطاها) از آزمون دوربین واتسون (Durbin Watson) استفاده شد. مقدار این آزمون در تحقیق ما برابر با ۲/۰۵ به دست آمد که در بازه مورد قبول قرار دارد و می توان گفت باقیمانده ها دارای استقلال نسبی هستند و همبستگی سریالی بین آنان وجود ندارد.

جدول (۷) جدول ضرایب آزمون رگرسیون با هدف پیش بینی انزوای اجتماعی بر اساس میزان استفاده از شبکه های اجتماعی

متغیر پیش بین	ضریب تاثیر	خطای استاندارد	ضریب تاثیر	مقدار t	مقدار p
مقدار ثابت	۱۵/۱۱	۶/۹۱	—	۲/۱۹	۰/۰۳۰
میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	۰/۴۰۶	۰/۰۸۰	۰/۳۸۷	۵/۱۰	$< ۰/۰۰۱$

یافته ها نشان داد نقش پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تایید شد و در نتیجه می توان نتیجه گرفت میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر انزوای اجتماعی اثرگذار بود ($p < 0/05$). جهت تاثیر مثبت بود که نشان داد افزایش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با افزایش انزوای اجتماعی همراه است. میزان تاثیر میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر انزوای اجتماعی برابر با ۰/۳۸۷ بود.

در جدول (۸) همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با مولفه های انزوای اجتماعی آمده است.

جدول (۸) همبستگی بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با مولفه های انزوای اجتماعی

میزان استفاده از شبکه های اجتماعی		مؤلفه های انزوای اجتماعی
مقدار p	ضریب همبستگی	
$< 0/001$	۰/۳۶	تنهایی اجتماعی
۰/۰۰۶	۰/۲۲	عجز
۰/۰۰۱	۰/۲۶	یاس اجتماعی
$< 0/001$	۰/۳۵	کاهش تحمل اجتماعی

نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با هر چهار مولفه انزوای اجتماعی رابطه معنی دار مشاهده شد ($p < 0/05$). مطابق نتایج میزان استفاده از شبکه های اجتماعی رابطه ای مثبت با تنهایی اجتماعی، عجز، یاس اجتماعی و کاهش تحمل اجتماعی داشت. در مجموع نتایج نشان از وجود رابطه معنی دار بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی و تمامی مولفه های آن داشت.

در بررسی نقش متغیر پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی در پیش بینی عملکرد تحصیلی آزمون شد. نتایج در جدول (۹) و (۱۰) آمده است. روش اجرای رگرسیون، روش همزمان (Enter) است. نتایج بررسی پیش فرض های آزمون رگرسیون و آماره های آنوا و ضریب تعیین در جدول (۹) آمده است.

جدول (۹) آماره های برازش و مفروضات رگرسیون

آماره دوربین واتسون	ضریب تعیین تعدیل شده (R^2)	ضریب همبستگی چندگانه (R)	آزمون آنوا	
			مقدار p	مقدار F
۱/۹۲	۰/۲۲۰	۰/۴۷۵	$< 0/001$	۴۳/۰۴

مقدار آزمون F برابر با ۴۳/۰۴ بدست آمد که در سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ قرار دارد ($p < 0/05$) و بدین معناست که مدل رگرسیونی مناسب است و متغیر پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با متغیر ملاک (عملکرد تحصیلی) رابطه دارد و می تواند به طور معنی داری عملکرد تحصیلی را پیش بینی کند. ضریب تعیین یا R^2 مقدار واریانس متغیر ملاک که توسط متغیرهای پیش بین تبیین شده است را نشان می دهد. مقدار ضریب تعیین تعدیل شده بدست آمده برابر با ۰/۲۲۰ است و بدین معناست که متغیر پیش بین مدل (میزان استفاده از شبکه های اجتماعی) توانستند ۲۲ درصد از واریانس یا تغییرات عملکرد تحصیلی را تبیین کند. جهت بررسی استقلال باقیمانده ها (عدم وجود همبستگی سریالی بین باقیمانده ها یا خطاها) از آزمون دوربین واتسون (Durbin Watson) استفاده شد. مقدار این آزمون در تحقیق ما برابر با ۱/۹۲ به دست آمد که در بازه مورد قبول قرار دارد و می توان گفت باقیمانده ها دارای استقلال نسبی هستند و همبستگی سریالی بین آنان وجود ندارد.

جدول (۱۰) جدول ضرایب آزمون رگرسیون با هدف پیش بینی عملکرد تحصیلی بر اساس میزان استفاده از شبکه های اجتماعی

متغیر پیش بین	ضریب تاثیر	خطای استاندارد	ضریب تاثیر	مقدار t	مقدار p
مقدار ثابت	۲۰/۴۹	۰/۴۹۶	—	۴۱/۳۵	<۰/۰۰۱
میزان استفاده از شبکه های اجتماعی	-۰/۰۳۷	۰/۰۰۶	-۰/۴۷۵	-۶/۵۶	<۰/۰۰۱

یافته ها نشان داد نقش پیش بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی تایید شد و در نتیجه می توان نتیجه گرفت میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر عملکرد تحصیلی اثرگذار بود ($p < 0.05$). جهت تاثیر منفی بود که نشان داد افزایش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با کاهش عملکرد تحصیلی همراه است. بررسی ضرایب استاندارد نشان داد که میزان تاثیر میزان استفاده از شبکه های اجتماعی بر عملکرد تحصیلی برابر با -0.475 بود.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی در نوجوانان صورت گرفت. بر اساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی (هر ۴ مولفه تنهایی اجتماعی، عجز، یاس اجتماعی و کاهش تحمل اجتماعی) رابطه مثبت معناداری دارد. به بیان دیگر، افزایش میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با افزایش انزوای اجتماعی همراه است و بالعکس ($p < 0.05$). بالاترین ضریب همبستگی در میان مولفه های انزوای اجتماعی با میزان استفاده از شبکه های اجتماعی مربوط به تنهایی اجتماعی بود. یافته های بدست آمده در پژوهش حاضر با یافته های استوکول^{۱۳} و همکاران (۲۰۲۱) و فلاحی (۲۰۱۱) همسو می باشد در تبیین احتمالی یافته پژوهش حاضر می توان گفت که انزوای اجتماعی وضعیتی است که در آن شخص فاقد پیوندهای کافی جهت جذب حمایت و منابع اجتماعی است. انزوای اجتماعی، عدم همکاری با دیگران در اجرای فعالیت های مختلف بویژه فعالیت های اجتماعی و ارجحیت بخشیدن به تنهایی به همراه فقدان احساس شادابی و نشاط در زندگی است. انزوای اجتماعی، توانایی سازگاری شخص با جامعه خود نیست بلکه نشانگر جدایی فکری وی از هنجارهای فرهنگی است (سیمن، ۱۹۹۶). اغلب کاربران شبکه های اجتماعی مجازی اعتراف می کنند که زمانشان هنگام استفاده از اینترنت سریعتر گذشته و با صحبت زود هنگام و احساس بیقیدی در روابط اینترنتی مواجه شده اند و افرادی که دچار اعتیاد به صحبت اینترنتی میشوند، معمولاً بیش از حد درگیر شده و احتمال این که به مسایل غیر اخلاقی نیز آلوده شوند، زیاد است. شبکه های اجتماعی میتواند نقش مکمل را در ارتباطات اجتماعی ایفا نماید. ارتباطات اجتماعی چهره به چهره و یاتلفنی در زمان خاصی رخ میدهند و اگر از حدی تجاوز نماید نوعی تعدی به زندگی خصوصی افراد تلقی میشوند. اما ارتباط از طریق اینترنت میتواند بدون ایجاد مزاحمتی فواصل خاص زمانی را پر کند. از همین حیث استفاده اجتماعی از اینترنت موجب کاهش انزوای اجتماعی یا به تعبیر دیگر افزایش ارتباطات اجتماعی میگردد. در بررسی میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی نتایج پژوهش نشان داد ارتباط معناداری بین متغیرهای فوق وجود ندارد ($p > 0.05$). همچنین نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با دو مولفه امید به زندگی (تفکر عاملی و تفکر راهبردی) رابطه معنی داری ندارد ($p > 0.05$). یافته های پژوهش حاضر با یافته های برخی مطالعات مانند رازا، قاضی، اوامر و خان^{۱۴} (۲۰۲۰) همسو می باشد در تبیین احتمالی یافته پژوهش

^{۱۳}Stockwell

^{۱۴}Raza, Qazi, Umer & Khan

حاضر می‌توان گفت که امید مجموعه‌ای شناختی می‌باشد که مبتنی بر احساس موفقیت ناشی از منابع گوناگون (تصمیم‌های هدفدار) و مسیرها (شیوه انتخاب شده برای نیل به اهداف) است. افرادی که دارای امید بالایی هستند، دارای یک حس مدیریت تعیین هدف، همراه با توانایی برای تولید برنامه‌هایی برای رسیدن به اهداف خود هستند. امید ممکن است یک اثر تعدیل کننده داشته باشد. به طوری که افرادی که دارای امیدواری بالا هستند، نسبت به آنهایی که امیدواری کمتری دارند، توانایی بیشتری برای پیاده سازی استراتژی سازگاری و مقابله‌ای با بحرانها دارند. آنهایی که امید بیشتری دارند، قادر به مفهوم سازی اهداف خود به روشنی بوده و احساس اعتماد به نفس و قابلیت بیشتری برای مدیریت موثر بر عوامل استرس زا دارند و به خوبی میدانند که برای مقابله با هر استرسی باید برنامه خاصی داشته باشند. بدون امید، زندگی از حرکت باز میایستد و نبود آن باعث نگرانی و اضطراب می‌شود. هیچ گاه بشر نمیتواند اطمینان داشته باشد که تلاشش به نتیجه میرسد و امید است که او را به سمت و سوی تلاش بیشتر می‌کشاند. امیدواری و امید به زندگی می‌تواند نشانه‌ای از سلامت روان باشد. در سوی مقابل ناامیدی، فرد را در وضعیت غیرفعالی قرار میدهد که نمیتواند موقعیتهای مختلف خود را سنجیده و در مورد آنها تصمیم بگیرد. همچنین ناامیدی، شخص را در برابر عوامل تنش زا و بی دفاع و گرفتار میکند. در بررسی میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با عملکرد تحصیلی ارتباط منفی معناداری دارد ($p < 0.05$). در واقع افزایش میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با کاهش عملکرد تحصیلی همراه است و بالعکس (ضریب تاثیر = -0.475). یافته‌های بدست آمده در پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهشهای جعفری و شهبابی (۱۳۹۸)، سعدی پور (۱۳۹۶)، پاور^۵ (۲۰۱۲) و کریشنر و کارپینسکی^۶ (۲۰۱۹) همسو می‌باشد. نتایج مطالعه رضوانی و عجم (۱۳۹۸) بر دانشجویان نشان داد که بین زمان اختصاص داده شده به شبکه‌های اجتماعی مجازی با مؤلفه‌های متغیر درگیری تحصیلی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. میزان درگیری تحصیلی دانشجویان پسر و دختر با هم تفاوت معناداری ندارد. همچنین بین زمان اختصاص داده شده به شبکه‌های اجتماعی و مدت عضویت در شبکه‌ها با پیشرفت تحصیلی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش سعدی پور (۱۳۹۶) نیز نشان داد که میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با روابط همسالان و عملکرد تحصیلی، رابطه منفی معنادار دارد به عبارت دیگر سطح بالای استفاده از شبکه‌های اجتماعی، ارتباط و اعتماد کمتر به همسالان و نیز عملکرد تحصیلی ضعیف تر را پیش بینی می‌کند. در تبیین احتمالی یافته پژوهش حاضر می‌توان گفت که عملکرد تحصیلی، نشانگر انجام دادن فعالیت برای دستیابی به نتیجه مطلوب و مدنظر و تحقق موفقیت در کسب دانش یا مهارت است. عملکرد تحصیلی بر میزان یادگیری تحصیلی فرد که از طریق آزمون‌های مختلف درسی مانند علوم، ریاضی و غیره ارزیابی می‌شود، دلالت دارد (صبحی قراملکی، حاجلو و غلام زاده، ۱۳۹۲). عملکرد تحصیلی فرد می‌تواند علاوه بر پیش بینی موفقیت شغلی و زندگی در ایجاد جامعه موفق نیز موثر باشد (رنج بخش، میرهاشمی و ابوالمعالی، ۱۴۰۰). شرایط در حال گذار و نهادینه نشدن الزامات رفتاری و فرهنگ استفاده از فناوری‌های نوین ارتباطی و نقص در سواد رسانه‌ای آزمودنی‌ها در استفاده بهینه از این ابزارهای ارتباطی، موجب کاهش عملکرد تحصیلی آنها شده است. محتوای جذاب و سرگرم کننده شبکه‌های اجتماعی، علاقه به آموزش و یادگیری تحصیلی را به تدریج در نوجوان می‌کاهد و دانش آموز درگیری تحصیلی کافی نخواهد داشت. نوجوان به دلیل زمان زیادی که صرف گشت و گذار در شبکه‌های اجتماعی می‌کند، فرصت کافی برای مطالعه کتاب‌های درسی و آموزشی و حل مسائل و تمرین‌ها را نخواهد داشت و در نتیجه منجر به کاهش عملکرد تحصیلی نوجوان می‌گردد. بر طبق "نظریه لذت"، افراد، مسئول انتخاب یک رسانه خاص برای رفع نیازهایشان هستند. این رسانه به نوبه خود با منابع دیگر اطلاعاتی برای رضایت مخاطبین، رقابت میکند (مینگل^۷ و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین، عملکرد تحصیلی دانش آموزان به عنوان نتیجه رقابتی میان رسانه اجتماعی و عملکرد تحصیلی وی ارائه میشود. این رویکرد نشان میدهد که زمان صرف شده

^۵Power^۶Kirschner & Karpinski^۷Mingle

برای شرکت در رسانه های اجتماعی روی زمان اختصاص داده شده به مطالعه توسط دانش آموزان اثر گذاشته و میتواند نتایج یادگیری آن ها را نیز تحت تأثیر قرار دهد. باوجود محبوبیت شبکه های اجتماعی، برای استفاده شخصی تنها درصد کمی از دانش آموزان و دانشجویان از آن ها برای کارهای علمی استفاده میکنند. بر این اساس شبکه های اجتماعی تأثیری برافزایش توانمندی های علمی دانش آموزان ندارند. همچنین استفاده مفرط از اینترنت ممکن است سطوح تشدید یافته ای از برانگیختگی روان شناختی، در نتیجه کم شدن خواب، کاهش اشتها برای یک دوره طولانی و فعالیت جسمی محدود را به وجود آورد که تمامی این عوامل باعث برهم خوردن تعادل بدن و در نتیجه بازماندن از انجام فعالیت های لازم تحصیلی میگردد. در نتیجه گیری کلی در مطالعه حاضر، به تعیین رابطه میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی، انزوای اجتماعی و عملکرد تحصیلی در نوجوانان پرداخته شد که نتایج آن نشان داد میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با انزوای اجتماعی، رابطه مثبت معنادار دارد در حالی که میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با عملکرد تحصیلی، رابطه منفی معنادار دارد. همچنین، رابطه معناداری بین میزان استفاده از شبکه های اجتماعی با امید به زندگی وجود نداشت. با این وجود، ضروری است که در پژوهش های آینده به سایر عوامل موثر تعیین کننده در خصوص این نتیجه پرداخته شود و آزمودنی هایی با شرایطی متفاوت و نیز با ابزارهای مناسب دیگر، مورد بررسی قرار گیرند. همچنین به پژوهشگران توصیه می شود که در تحقیقات بعدی پژوهش حاضر بر روی افراد در شهرهای دیگر کشور انجام گیرد.

منابع:

- امینی، فاطمه. (۱۳۹۲). سبک و میزان انزوای اجتماعی در میان بزرگسالان شهر تهران. **پایان نامه کارشناسی ارشد** پژوهش علوم اجتماعی، دانشگاه الزهرا.
- بربادی، سید ابوالقاسم. و شمس، علی. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش با شبکه های اجتماعی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان کشاورزی. **مجله پژوهش مدیریت آموزش کشاورزی**، ۱۲(۵۴)، ۱۱۹-۱۰۶.
- جعفری ندرآبادی، معصومه. (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین میزان وابستگی به فضای مجازی با کارکرد خانواده و عملکرد تحصیلی در دانش آموزان. **مجله جامعه شناسی آموزش و پرورش**، ۸(۱)، ۴۵-۳۰.
- حسن زاده، ربیذختی، ع. رضایی، ع و رهایی، ف (۱۳۹۱). رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و ویژگی های شخصیتی فراگیران. **فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی**، ۳(۱)، ۱۰۷-۹۵.
- خمیری، معصومه. (۱۳۹۷) تأثیرات پنهان فضای مجازی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان. **پنجمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی، قزوین.**
- درتاج، فریبا. زارعی، اسماعیل. علی آبادی، خدیجه. فرج الهی، مهران. و دلاور، علی. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش از راه دور مبتنی بر موبایل بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام نور. **فصلنامه پژوهش در نظام های آموزشی**، ۱۰(۳۵)، ۲۰-۱.
- رنج بخش، معصومه. میرهاشمی، مالک. و ابوالمعالی، خدیجه. (۱۴۰۰). روابط ساختاری بین مهارت های اجتماعی و عملکرد تحصیلی: نقش میانجی گر انگیزش تحصیلی. **فصلنامه علمی پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی**، ۹(۱)، ۸۸-۷۵.
- سعدی پور، اسماعیل. (۱۳۹۳). **دنیای دیجیتال با تاکید بر نوجوانان چاپ اول**، تهران، انتشارات جامعه شناسان.
- سعدی پور، اسماعیل. (۱۳۹۶). رابطه بین میزان استفاده از شبکه های مجازی با روابط با همسالان و عملکرد تحصیلی دانش آموزان. **فصلنامه پژوهش های ارتباطی**، ۲۴(۳)، ۲۰۲-۱۷۵.
- سعدی پور، اسماعیل. (۱۳۹۹). **روش های تحقیق در روان شناسی و علوم تربیتی چاپ دوازدهم**، تهران، دوران.
- سلامتیان، درنا. و خلیلی، مسعود. (۱۳۹۹). تحلیل رابطه بین احساس امنیت اجتماعی و انزوای اجتماعی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه شیراز). **مجله مطالعات جامعه شناسی**، ۱۳(۴۶)، ۹۱-۷۱.
- سیف، علی اکبر. (۱۳۹۷). **روانشناسی تربیتی**. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.

- شکوهی، غلامحسین. (۱۳۹۰). **تعلیم و تربیت و مراحل آن**، مشهد، انتشارات آستان قدس رضوی.
- صبحی قراملکی، ناصر. حاجلو، نادر. و غلام زاده، حانیه. (۱۳۹۲). مقایسه سبکهای یادگیری، ویژگیهای شخصیتی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. **فصلنامه ناتوانی یادگیری**، ۲(۴)، ۸۲-۱۰۲.
- عباسی، مریم. (۱۳۹۶). تاثیر استفاده از فضای مجازی و ماهواره بر نوجوانان. **فصلنامه بین المللی میان رشته ای و بین الادیانی** Pure Life، ۱۶(۵)، ۶۵-۷۸.
- کاظمی، مسعود. (۱۳۹۸). بررسی رابطه میزان استفاده از فضای مجازی با انزوای اجتماعی و پرخاشگری در دانشجویان، **پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی بالینی**، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.
- کرستینگ، توماس. (۱۴۰۰). چگونه از کودکان در برابر اثرات مخرب وابستگی به تلفن همراه حفاظت کنیم، اسماعیل سعدی پور، خاطره خویین، راضیه وظیفه دوست، تهران، نشر رشد.
- کرمانی، زهرا. خدایپناهی، محمدکریم. و حیدری، محمود. (۱۳۹۰). ویژگی های روان سنجی مقیاس امید اسناید. **فصلنامه روان شناسی کاربردی**، ۳(۱۹)، ۷-۲۳.
- کمری، سامان. و فولادچنگ، محبوبه. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش معنویت درمانی مبتنی بر مثبت نگری بر میزان امید به زندگی و رضایت از زندگی نوجوانان. **پژوهش های روانشناسی بالینی و مشاوره**، ۶(۱)، ۵-۲۳.
- محسنی، منوچهر. دوران، بهزاد. و سهرابی، محمدهادی. (۱۳۸۵). بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت (در میان کاربران کافی نت های تهران)، **مجله جامعه شناسی ایران**، ۷(۴)، ۷۲-۹۵.
- مرادی، مریم. (۱۳۹۰). بررسی میزان مشارکت دانشجویان ارتباطات در تولید محتوای رسانه های اجتماعی. **پایان نامه کارشناسی ارشد علوم ارتباطات اجتماعی**. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- مرتضائی کرهرودی، بهاره سادات. (۱۴۰۰). رابطه بین سواد رسانه ای با نحوه استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی و عملکرد تحصیلی، در دانش آموزان دختر پایه هشتم منطقه ۶ شهرتهران. **پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی**. دانشگاه الزهرا.
- مسعودنیا، ابراهیم. (۱۳۹۸). تاثیر وابستگی به فضای سایبر بر انزوای اجتماعی دانش آموزان دبیرستانی، **مجله مسائل اجتماعی ایران (دانشگاه خوارزمی)**، ۱۰(۲)، ۲۹۹-۳۲۲.
- وصال، مینا. و رحیمی، چنگیز. (۱۴۰۰). تأثیر استفاده از رسانه های اجتماعی بر افسردگی در نوجوانان: مرور نظام مند و فراتحلیل، **مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک**، ۲۴(۱)، ۲-۲۳.
- هورتولانوس، آر پی. میشلز، انجا. و میوسن، لودوین. (۱۳۹۴). **انزوای اجتماعی در جامعه مدرن**، لیلا فلاحی سرابی و صادق پیوسته، تهران، نشر جامعه شناسان.

American Academy of Pediatrics. **Committee on Public Education**. American academy of pediatrics: Children, adolescents, and television

Ben-Ze'ev, A. (2021). Cyberspace: **The alternative romantic culture**. In *International Handbook f Love* (pp. 83-99). Springer, Cham.

Bickham DS, Hsuen Y, Rich M. **Media use and depression: Exposure, household rules, and symptoms among young adolescents in the USA**. Int J Public Health. 2015; 60(2):147-5۵.

Doosti Irani A, Bagheri Amiri F, Khajehkazemi R, Mostafavi E. Prevalence of internet addiction among students and graduates of epidemiology, clinical sciences, and basic sciences in Iran: A crosssectional study. **Iranian Journal of Epidemiology**. 2017;13(1):14-21

Esteves, M., Scoloveno, R. L., Mahat, G., Yarcheski, A., & Scoloveno, M. A. (2013). An integrative review of adolescent hope. **Journal of Pediatric Nursing**, 28(2), 105-1۱۳.

Fallahi, V. (2011). Effects of ICT on the youth: A study about the relationship between internet

- usage and social isolation among Iranian students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 394-398.
- Gómez-Galán, J., Martínez-López, J. Á., Lázaro-Pérez, C., & Sarasola Sánchez-Serrano, J. L. (۲۰۲۰). Social networks consumption and addiction in college students during the COVID-19 pandemic: Educational approach to responsible use. *Sustainability*, 12(18), 7737.
- Hamid, S., Waycott, J., Chang, S., & Kurnia, S. (2011). Appropriating online social networking (OSN) activities for higher education: **Two Malaysian cases**. *Changing Demands, Changing Directions. Proceedings ascilite Hobart*, 526-538.
- Kirschner, P.A.; Karpinski, A.C. (2010). **Facebook and Academic Performance**. Computers in Human Behavior, Vol. 26, No. 6, Pp. 1237-45.
- Jahanbakhsh, M., Bagherian, H., Tavakoli, N., Ehteshami, A., Sattari, M., Isfahani, S. S. N., & Jangi, M. (2021). The role of virtual social networks in shaping people's attitudes toward COVID-19 in Iran. *Journal of Education and Health Promotion*, 10.
- McCrae N, Gettings S, Purssell E. **Social media and depressive symptoms in childhood and adolescence: A systematic review**. *Adolesc Res Rev*. 2017; 2:315-۳۰. [DOI:10.1007/s40894-017-0۰۵۳-۴]
- Mingle J, Adams M. **Social media network participation and academic performance in senior high schools in Ghana**. *Library Philosophy and Practice*. 2015; 1:1
- Odriozola-González P, Planchuelo-Gómez Á, Iruetia MJ, de Luis-García R. **Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university**. *Psychiatry Research*. 2020;290. pmid:32450409
- Power, E. (2012). **Online Social networking Sites and students Achievemen**. Master theses of Education, Memorial University of Newfoundland.
- Rheingold, H. (۲۰۰۲). **The virtual community, homesteadin on the electronic frontier**, Addison-Wesley publishing company reading, ma.
- Sanders, C. E., Field, T. M., Miguel, D., & Kaplan, M. (2000). **The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents**. *Adolescence*, 35(138), 237.
- Seabrook, E.M, Kern.M & Rickard.N.S.(2016). **Social Networking Sites, Depression, and Anxiety : A Systematic Review**. *JMIR Ment Health*. 2016 Oct-Dec; 3(4): e50 Published online 2016 Nov 23. doi: 10.2196/mental.5842.
- Seeman, Teresa E. (1996). **Social Ties and Health: The Benefits of Social Integration**, Elsevier
- Snyder, C. R. (Ed.). (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. Academic Press.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 6۰(۴), ۵۷۰.
- Stadtfeld C, Vörös A, Elmer T, Boda Z, Raabe IJ. **Integration in emerging social networks explains academic failure and success**. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. ۲۰۱۹;۱۱۶(۳):۷۹۲-۷۹۷.
- Stockwell, S., Stubbs, B., Jackson, S. E., Fisher, A., Yang, L., & Smith, L. (2021). **Internet use, social isolation and loneliness in older adults**. *Ageing & Society*, 41(12), 2723-2۷۴۶.

