

## بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی در اعتیاد به فیس بوک در دانشجویان

فریده سادات حسینی<sup>۱</sup>  
آمنه الماسی<sup>۲</sup>

### چکیده

**هدف:** بیش از یک میلیارد کاربر از شبکه اجتماعی فیس بوک استفاده می کنند. این شبکه مجازی، استفاده های مفید فراوانی دارد. اما تعداد افراد وابسته و معتاد به آن رو به افزایش است؛ به طوری که این افراد دچار نوعی اختلال در روابط اجتماعی خود شده اند. با توجه به فراگیر شدن استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی در بین دانشجویان، این پژوهش به بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی در پیش بینی اعتیاد به فیس بوک پرداخته است. **روش:** نمونه پژوهش، ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه های علوم پزشکی اهواز و بوشهر بودند که به روش نمونه گیری خوشه ای مرحله ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار جمع آوری اطلاعات، مقیاس احساس تنهایی، مقیاس عزت نفس موقعیتی و مقیاس اعتیاد به فیس بوک بود که دارای شواهد روان سنجی مطلوبی بودند. برای تحلیل آماری داده ها از ضریب همبستگی تحلیل رگرسیون استفاده شد. **یافته ها:** یافته های تحلیل رگرسیون چند متغیری، نشان داد از میان ابعاد مختلف احساس تنهایی، مؤلفه احساس تنهایی خانوادگی و همچنین از بین ابعاد عزت نفس، عزت نفس عملکردی می تواند به صورت معناداری اعتیاد به فیس بوک را در بین دانشجویان پیش بینی کند. **نتیجه گیری:** احساس تنهایی خانوادگی و عزت نفس موقعیتی عملکردی عامل مهمی برای پیش بینی اعتیاد به فیس بوک بین دانشجویان است. نتایج این پژوهش در پرتو زندگی دانشجویی مورد بحث و بررسی قرار گرفت.

**واژگان کلیدی:** عزت نفس، اعتیاد به فیس بوک، احساس تنهایی عاطفی، اجتماعی و خانوادگی.

دریافت مقاله: ۹۳/۱۲/۱۳؛ تصویب نهایی: ۹۴/۰۵/۲۰.

۱. استادیار گروه روان شناسی دانشگاه خلیج فارس بوشهر (نویسنده مسئول) / آدرس: بوشهر؛ دانشگاه خلیج فارس، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، گروه روان شناسی / نمابر: ۰۷۷۱۴۲۲۴۱۲۰ / Email: fsadathoseini@yahoo.com
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه خلیج فارس بوشهر.

## الف) مقدمه

شبکه‌های اجتماعی مجازی به دلیل رشد روزافزون تعداد اعضا و تأثیرگذاری بر فضای واقعی، اهمیت بسزایی یافته و طی یک دهه، به پدیده‌ای جهانی تبدیل شده‌اند. شبکه‌های اجتماعی در زندگی روزمره مردم با سرعت شگفت‌انگیزی نفوذ کرده و به یک سکوی اجتماعی مهم برای ارتباط مبتنی بر رایانه تبدیل شده‌اند (کوریاهائینسلی و دی‌زاینگ، ۲۰۱۰؛ تاپ‌اسکوت، ۲۰۰۸). این شبکه‌ها، روشهای جدیدی برای ارتباط فراهم می‌کنند؛ رایانه‌ها را به عنوان ابزاری مشارکتی برای تسریع تشکیل گروه به کار می‌گیرند و همچنین تأثیرگذاری، نفوذ و توجه گروه را بالا می‌برند (کانه و همکاران، ۲۰۰۹؛ پفیل، آرجین و زامفیریس، ۲۰۰۹؛ راس و همکاران، ۲۰۰۹). بویید و الیسون (۲۰۰۷) شبکه اجتماعی را به عنوان خدمات وب بنیان تعریف کرده‌اند که به کاربران اجازه می‌دهد تا در سیستم، پروفایل ایجاد کنند؛ با دیگر کاربران گفتگو کنند و فهرست ارتباطات خود را به نمایش بگذارند یا پنهان کنند.

یکی از محبوب‌ترین شبکه‌های اجتماعی آنلاین در بین دانشجویان، فیس‌بوک است. فیس‌بوک به عنوان یک ابزار اجتماعی تعریف می‌شود که به افراد کمک می‌کند تا اطلاعات را به اشتراک بگذارند و به طور مؤثرتری با دوستان، خانواده و همکارانشان ارتباط برقرار کنند. فیس‌بوک یک پروفایل شخصی برای کاربران فراهم می‌کند و به آنان اجازه ارتباط، به اشتراک گذاشتن اطلاعات، ایجاد فهرست دوستان، آلبوم عکس و شکل دادن گروههای اجتماعی مورد علاقه و متفاوت آنلاین می‌دهد. به عنوان مثال، اعضای فیس‌بوک افراد می‌توانند به گروهها بپیوندند، گروههای جدید شکل دهند، عقیده‌هایشان را در بحثهای گروهی به اشتراک بگذارند، انواع برنامه‌های کاربردی را اضافه و در شبکه، بازی کنند. (الیسون، استین‌فیلد و لامپ، ۲۰۰۷؛ سلوین، ۲۰۰۷)

با توجه به گسترش روزافزون محبوبیت فیس‌بوک، یکی از پیامدهای منفی آن، ایجاد وابستگی به آن است. به عنوان مثال، کاربران آن در ماه بیش از ۷۰۰ میلیون دقیقه را صرف فیس‌بوک می‌کنند (فیس‌بوک، کام؛ نقل از: داس و شانکر ساهو، ۲۰۱۱). اعتیاد به فیس‌بوک می‌تواند تبدیل به یک مشکل واقعی برای کاربران این شبکه اجتماعی شود؛ به طوری که عوارض دوری از شبکه‌های اجتماعی چون فیس‌بوک و اینترنت بر افراد، شبیه به عوارض معتادان در حال ترک است (یانگ، ۱۹۹۸؛ نقل از: درگاهی و رضوی، ۱۳۸۶). بعد از اعتیاد الکل و

- 
1. Correa, Hinsley & de Zuniga
  2. Tap Scott
  3. Kane, Fichman, Gallagher & Glaser
  4. Pfeil, Arjan & Zaphiris
  5. Ross, Orr, Sisc, Arseneault, Simmering & Orr
  6. Boyed & Ellison
  7. Ellison, Steinfeld & Lampe
  8. Selwyn
  9. Das & Shanker Sahoo

## ۳۸۷ ♦ بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی ...

داروها، جهان با نوع جدیدی از اختلال اعتیاد مواجه است که اعتیاد به فیس بوک نام دارد و نوعی از اعتیاد به اینترنت به حساب می آید.

فنیشل<sup>۱</sup> (۲۰۱۰)، اختلال اعتیاد به فیس بوک را این گونه تعریف می کند: موقعیتی که استفاده فیس بوک بر فعالیتهای روزانه مانند عملکرد طبیعی، خوردن، کار کردن، بیدار شدن و خوابیدن و غیره فائق آید. اعتیاد به فیس بوک یک اختلال مغزی و نتیجه اختلال در کارکرد عصبی-شیمیایی است؛ به نحوی که رفتار نرمال، غیر نرمال می شود (رینگانایار، ۲۰۱۰<sup>۲</sup>). لیپاری<sup>۳</sup> (۲۰۱۰) معتقد است پنج نشانه اصلی وجود دارد که نشان دهنده اختلال اعتیاد به فیس بوک است:

۱. فیس بوک خواب و فعالیتهای روزانه تان را مختل می کند؛
۲. بیشتر از یک ساعت زمان برای فیس بوک می گذارید؛
۳. شما در مورد عشقهای قدیمی تان کنجکاو می شوید و از پروفایلش بازدید می کنید و به تدریج بر وضعیت روابط فعلی تان تأثیر می گذارد؛
۴. شما تمایل دارید که کارتان را نادیده بگیرید و در ساعاتی اداری از فیس بوک استفاده کنید؛
۵. وقتی فکر می کنید یک روز را بدون فیس بوک سپری کنید، احساس استرس و اضطراب به شما دست خواهد داد. (سون و وو، ۲۰۱۱<sup>۴</sup>)

در مورد اینکه چرا افراد از شبکه های اجتماعی مجازی استفاده می کنند، دلایل و زیربنای نظری متفاوتی وجود دارد. در الگوی نظری استفاده و خشنودی در زمینه استفاده از شبکه های مجازی، بر ارزش هدف، کشف خود، ارزش سرگرمی، تقویت اجتماعی و حفظ ارتباط بین فردی تأکید می شود (چونگولی، ۲۰۰۹<sup>۵</sup>). برخی، برای تبیین میزان استفاده و پذیرش فناوری اطلاعات، از نظریه انگیزش استفاده کردند و معتقدند هم فاکتورهای بیرونی (سودمندی) و هم فاکتورهای درونی (لذت)، انگیزش افراد را تحت تأثیر قرار می دهند تا از سیستم های فناوری اطلاعات استفاده کنند. رایج ترین انگیزه درونی مورد بحث در تحقیقات، تمایل کاربران به حفظ تماس با دوستان و حفظ سرمایه های اجتماعی و ارتباط با دیگران است (الیسون، استینفیلد و لامب، ۲۰۰۷؛ کانه و همکاران، ۲۰۰۹). بر همین اساس، یکی از عوامل زمینه ساز اعتیاد به فیس بوک، می تواند احساس تنهایی باشد؛ زیرا با توجه به این نکته که احساس تنهایی به نقص در مهارتهای اجتماعی (دی توماسو، برانن مک نالی، راس و برگس، ۲۰۰۳) و نبود حمایت اجتماعی (جونز و مور، ۱۹۸۷) نسبت داده شده است، تنهایی می تواند فرد

---

1. Micheal Fenchel  
2. Renganayar  
3. Dr. Joanna Lipari  
4. Sun & Wu  
5. Cheung & Lee

را به استفاده بیش از حد از فضای مجازی که امکان گسترده‌ای برای ارتباطات بین فردی با اقشار مختلف و در جوامع مختلف فراهم می‌آورد، سوق دهد. احساس تنهایی عامل مؤثری در بروز بسیاری از اختلالات و ناخوشی‌های بنیادین روانی (کاسیوپو، هاوکلی و برنتسون، ۲۰۰۳)، افسردگی، اضطراب، خستگی، احساس بدبختی، خودکشی و اعتیاد (ساکلفسکی و یاکوکیک، ۱۹۸۹) است و تهدیدی برای سلامت روانی و کارکرد روانی-اجتماعی فرد به شمار می‌رود (مک‌رایتر، ۱۹۹۰). تنهایی در هر رده سنی ممکن است وجود داشته باشد، اما در میان جوانان و نوجوانان بیشتر به چشم می‌خورد (پونزتی، ۱۹۹۰). حدود ۳۰ درصد دانشجویان به دلایلی از قبیل آشنا نبودن با محیط دانشگاه یا فرهنگ حاکم بر منطقه در صورت غیربومی بودن، جدایی و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی، ناسازگاری با سایر افراد محیط، از ناراحتی‌های روانی مانند افسردگی رنج می‌برند و در نتیجه به افت عملکرد تحصیلی دچار میشوند (رتک<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹؛ به نقل از واحدی، فتح آبادی و اکبری، ۱۳۹۰). لذا تنهایی به ویژه میان دانشجویان یک مشکل مدیری برای مشاوران و درمانگران بوده است (کرن<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). عوامل محیطی، روانی و اجتماعی متفاوتی بر عملکرد افرادی که احساس تنهایی دارند، اثر می‌گذارد. اگر افراد نتوانند در محیط طبیعی یک رابطه خوب برقرار کنند، ممکن است برای پر کردن این خلأ عاطفی به شبکه‌های اجتماعی مجازی پناه ببرند.

احساس تنهایی، یک تجربه عاطفی ناخوشایند است که در نتیجه عدم انطباق بین روابط میان فردی واقعی و روابط آرمانی شخص به وجود می‌آید (پیلانو و پرلمن، ۱۹۷۹<sup>۴</sup>؛ نقل از: ساکلفسکی و همکاران، ۱۹۸۹). هر چند تعاریف متعددی از احساس تنهایی ارائه شده است، اما همگی آنها در سه فرضیه بنیادی مشترکند: اول اینکه، احساس تنهایی از نبود یا کاستی‌های ادراک شده در دنیای اجتماعی و ارتباطات فرد ناشی می‌شود. دوم اینکه، احساس تنهایی بیشتر یک حالت ذهنی است تا یک وضعیت عینی و آخر اینکه، احساس تنهایی، تجربه‌ای ناخوشایند، حزن‌انگیز، غم‌افزا و مایه نگرانی است (کراس و همکاران، ۱۹۹۳<sup>۵</sup>). همچنین، احساس تنهایی یک مفهوم چند بعدی است. ویس<sup>۶</sup> (۱۹۷۳)، بیان می‌کند بین احساس تنهایی اجتماعی و احساس تنهایی عاطفی باید تمایز قائل شد. احساس تنهایی عاطفی از نبود دلستگی یا یک رابطه نزدیک و صمیمی به فردی دیگر ناشی می‌شود؛ در حالی که احساس تنهایی اجتماعی از نبود یک شبکه اجتماعی قابل توجه که در آن، فرد جزئی از گروه دوستان با علایق و فعالیت‌های مشترک است، ناشی می‌شود. در تنهایی عاطفی، روابط عاشقانه و خانوادگی مرکز بحث بوده و به همین جهت، این مفهوم در قالب احساس تنهایی رمانتیک و خانوادگی دسته‌بندی شده است. (دیبی‌دان، ۱۳۸۹)

1. Ponzetti
2. Rettec
3. Crane
4. Peplau & Perlman
5. Kraus, Davis, Bazzini, Church & Kirchman
6. Weiss

## ۳۸۹ ◆ ... بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی

در زمینه ارتباط بین اینترنت و احساس تنهایی، انیرنتی و رینگلد (۱۹۹۳) و ترکل (۱۹۹۵)، اولین محققانی بودند که ارتباط بین اینترنت و تعاملات اجتماعی، بهکامی روانی و احساس تنهایی را به تصویر کشیدند و زمینه پژوهش در زمینه مزایا و معایب استفاده از این فناوری جهانی را فراهم کردند (موراها مارتین و شوماخر، ۲۰۰۳). سپس کرات<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۹۸) در الگوی خود نشان دادند که استفاده بیش از حد از اینترنت منجر به احساس تنهایی می‌شود. لذا احساس تنهایی به عنوان فرآورده استفاده بیش از حد از اینترنت معرفی شد؛ زیرا کاربران را از روابط واقعی زندگی دور می‌کند. اما الگوی کرات و همکاران (۱۹۹۸) به دلیل اشکالات روش شناختی، نادیده گرفتن شخصیت کاربران و سرویسهای متنوع اینترنت، مورد انتقاد محققان قرار گرفت (شاپرو، ۱۹۹۹؛ موراها مارتین و شوماخر، ۲۰۰۰؛ ۲۰۰۳؛ هامبرگر و بن آرتزی، ۲۰۰۰). بر همین اساس، هامبرگر و بن آرتزی (۲۰۰۰) به بررسی ویژگی‌های شخصیتی کاربران در این زمینه پرداختند و به این نتیجه رسیدند که ویژگی‌های خاصی، مانند درون‌گرایی و احساس تنهایی، به استفاده بیش از حد از اینترنت منجر می‌شود. مطابق الگوی هامبرگر و بن آرتزی (۲۰۰۰)، احساس تنهایی می‌تواند فرد را به استفاده افراطی از اینترنت سوق دهد. در واقع؛ برای افراد تنها، اینترنت با ویژگی‌هایی مانند گمنامی آنلاینی، حضور نداشتن فیزیکی دیگران و واقعی نبودن تماسها، یک دنیای آرمانی فراهم می‌کند که به آنها اجازه می‌دهد با آرامش، تعامل اجتماعی خود را کنترل کنند. ارتباطات اینترنتی، بازدارنده‌ی خودافشایی، صمیمیت و خودعرضه‌گری را تسهیل کرده، عرصه مناسبی را برای بهبود مهارتهای اجتماعی فراهم می‌کنند. این تسهیلات با در نظر گرفتن اضطراب اجتماعی افراد تنها، به آنها اجازه می‌دهد که خود آرمانی تری عرضه کنند (سلیمی، جونکار و نیک‌پور، ۱۳۸۸). افراد تنها ممکن است اینترنت را به عنوان راه فراری برای کاهش استرس و احساسات منفی مرتبط با احساس تنهایی به کار برند (بوت، ۲۰۰۰؛ نقل از موراها مارتین و شوماخر، ۲۰۰۳). نتایج برخی از پژوهشهای داخلی در این زمینه نشان می‌دهد که احساس تنهایی نقش واسطه‌ای بین ادراک حمایت اجتماعی و میزان استفاده از اینترنت دارد (سلیمی و همکاران، ۱۳۸۸) و بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت، رابطه مثبت وجود دارد. (زربخش بحری، راشدی و خادمی، ۱۳۹۱)

از منظری دیگر، در الگوی فرافردی والتر<sup>۴</sup> (۲۰۰۷)، اینترنت و فضای مجازی به کاربران اجازه می‌دهد که به صورت انتخابی خودشان را در رسانه‌ها عرضه کنند. کاربران زمانرا در اختیار دارند و زمانی که اطلاعات در مورد خودشان را در فیس‌بوک می‌گذارند، با دقت آن دسته از اطلاعاتی را در مورد خودشان ارائه می‌دهند که دوست دارند بر آنها تأکید کنند؛ یعنی به صورت انتخابی آن دسته از اطلاعاتی را که دوست دارند و مثبت هستند بر روی اینترنت می‌گذارند. خودعرضه‌کنندگی آنلاین می‌تواند از طریق

1. Kraut

2. Shapiro

3. Hamburger & Ben-Artzi

4. Walther

خودعرضه کنندگی انتخابی به اوج خود برسد و خودعرضه کنندگی آنلاین می‌تواند طرز تلقی‌ها در مورد خودمان را تحت تأثیر قرار دهد. لذا پروفایل‌های فیس‌بوک می‌توانند سوگیری مثبت و تغییرات مثبتی در عزت نفس افراد ایجاد کنند. در زمینه ارتباط اعتیاد به فیس‌بوک و عزت نفس، برخی از پژوهشگران معتقدند افرادی که عزت نفس پایین و مهارت‌های اجتماعی کمی دارند، احتمال بیشتری دارد که در فضاهای مجازی، ابتکار عمل و کنترل را به دست بگیرند و احساس هویت و جایگاهی را که در زندگی واقعی ندارند، به دست آورند (بیدی و دیگران، ۱۳۹۱). رابطه عزت نفس پایین با اعتیاد به اینترنت، در تحقیقات متعددی تأیید شده است (بانگ و تانگ، ۲۰۰۷؛ آرمسترانگ، فیلیس و سالینگ، ۲۰۰۰). در برخی از تحقیقات نیز مشخص شده که استفاده از اینترنت با افزایش عزت نفس همراه است (جانسون، ۲۰۱۱). لذا نیاز افراد به ایجاد برداشت مثبت از خود یا افزایش عزت نفس می‌تواند آنها را به سوی استفاده بیشتر و افراطی از فضاهای مجازی، شرکت فعال‌تر در پروفایل‌های شخصی در فضای فیس‌بوک رهنمون کند.

گفتنی است که تحقیقات پیشین در زمینه نحوه ارتباط عزت نفس با اعتیاد به اینترنت، تناقضهایی دارد و نقش عزت نفس بر اعتیاد به فیس‌بوک در تحقیقات داخلی مورد توجه قرار نگرفته است. بر همین اساس، یکی دیگر از متغیرهایی که به نظر می‌رسد در زمینه اعتیاد به فیس‌بوک در دانشجویان لازم است تحلیل شود، عزت نفس است. عزت نفس از تفاوت بین خود ادراک شده یا خودپنداره و خود ایده آل نشأت می‌گیرد؛ به طوریکه فاصله کم میان این دو، منجر به عزت نفس بالا و فاصله زیاد بین آنها به عزت نفس پایین می‌انجامد (کاست و بورک، ۲۰۰۲). عزت نفس از مهم‌ترین عوامل تعدیل‌گر فشارهای روانی-اجتماعی است که بر زمینه خانوادگی، تعاملات اجتماعی، تصویر بدن و احساس خودارزشمندی استوار است (آبرامس و هاگ، ۱۹۸۸). عزت نفس عملکردی، میزان ارزشی است که فرد از عملکرد خود ارزیابی می‌کند و عزت نفس اجتماعی، میزان ارزشی است که فرد برای خود در شرایط اجتماعی و روابط اجتماعی قائل است.

گفتنی است با وجود فراگیر شدن روز افزون استفاده از شبکه‌های مجازی به ویژه فیس‌بوک، سازه اعتیاد به فیس‌بوک تاکنون مورد توجه محققان داخلی قرار نگرفته است. لذا محققان، بررسی اعتیاد به فیس‌بوک، به ویژه در بین دانشجویان و کشف پیش‌آیندهای آن را به عنوان یک نیاز مهم پژوهشی تشخیص داده، در این مقاله بر روی آن تمرکز کرده‌اند تا زمینه استفاده مفید از شبکه‌های مجازی در قشر دانشجویان فراهم آید و از معایب و مضرات آن اجتناب شود.

- 
1. Yang & Tung
  2. Armstrong, Phillips & Saling
  3. Johnson
  4. Cast & Burke
  5. Abrams & Hogg

### ۳۹۱ ♦ ... بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی

بر اساس آنچه مطرح شد، می‌توان دو مسیر را برای ارتباط بین اعتیاد به فیس بوک و احساس تنهایی ترسیم کرد. در الگوی نخست، اعتیاد به فیس بوک، زمینه‌ساز احساس تنهایی می‌شود و در الگوی دوم، احساس تنهایی افراد را به دنیای شبکه‌های ارتباطی مجازی می‌کشاند تا جبرانی برای نبود مهارت‌های اجتماعی در دنیای واقعی برای فرد فراهم آورد. در پژوهش حاضر، الگوی جایگزین دوم در تبیین این رابطه در نظر گرفته شده است. همچنین نقش عزت نفس از دو منظر عملکردی و اجتماعی در اعتیاد به فیس بوک دانشجویان، مورد توجه قرار گرفته است. بر همین اساس، فرضیه‌هایی که پژوهش حاضر در صدد بررسی آنهاست عبارتند از:

۱. بر اساس ابعاد احساس تنهایی، می‌توان اعتیاد به فیس بوک را پیش‌بینی کرد.
  ۲. بر اساس ابعاد عزت نفس، می‌توان اعتیاد به فیس بوک را پیش‌بینی کرد.
  ۳. بر اساس ابعاد احساس تنهایی و عزت نفس، می‌توان اعتیاد به فیس بوک را پیش‌بینی کرد.
- همچنین این پژوهش سؤالات ذیل را مورد کنکاش قرار می‌دهد:
- آیا میزان اعتیاد به فیس بوک در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور و دانشگاه علوم پزشکی بوشهر تفاوت وجود دارد؟
  - آیا بین اعتیاد به فیس بوک در دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد؟

## ب) روش

این پژوهش از نظر زمانی، مقطعی و از نظر نوع پژوهش، کاربردی است و از نظر روش تحقیق، به روش توصیفی از نوع همبستگی اجرا شده است. جامعه آماری پژوهش، کلیه دانشجویان علوم پزشکی که در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ مشغول به تحصیل بودند، می‌باشد.

### ۱. نمونه و روش نمونه‌گیری

روش نمونه‌گیری، خوشه‌ای تصادفی بود؛ بدین ترتیب که بعد از مراجعه به دانشگاه علوم پزشکی بوشهر و جندی‌شاپور، دانشکده پزشکی عمومی برای بررسی فرضیه‌ها و سؤالات انتخاب شد و سپس به صورت تصادفی، سه کلاس انتخاب شد و در هر کلاس، کلیه دانشجویان مورد بررسی قرار گرفتند. به منظور برآورد حجم نمونه، از جدول کرسجی و مورگان (۱۹۷۰) استفاده شد که در کل ۳۰۰ نفر به عنوان مشارکت‌کننده در این پژوهش در نظر گرفته شدند. بدین ترتیب، مشارکت‌کنندگان پژوهش حاضر، ۳۰۰ دانشجوی (۱۵۰ دانشجوی علوم پزشکی بوشهر و ۱۵۰ دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور) با میانگین سنی ۲۰/۳۷ و انحراف استاندارد ۱/۸۸ بودند. در این میان، ۱۵۲ نفر دانشجوی

پسر دارای میانگین سنی ۲۰/۶۳ و انحراف استاندارد ۲/۱۴ و ۱۴۸ نفر دانشجوی دختر با میانگین سنی ۲۰/۰۹ و انحراف استاندارد ۱/۵۲ بودند.

## ۲. ابزار اندازه‌گیری

در پژوهش حاضر به منظور جمع‌آوری اطلاعات لازم برای آزمون فرضیه‌های تحقیق، از سه مقیاس احساس تنهایی (دی توماسو، برانن و بست، ۲۰۰۴)، پرسشنامه اعتیاد به فیس‌بوک برگن و مقیاس عزت نفس موقعیتی (هیترتون و پلوی، ۱۹۹۱) استفاده شده است.

**یک) مقیاس احساس تنهایی:** در پژوهش حاضر، از فرم کوتاه شده مقیاس احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی (دی توماسو، برانن و بست، ۲۰۰۴) استفاده شد. این مقیاس بر اساس نظریه ویس (۱۹۷۳) طراحی شده است و به همین لحاظ، دو نوع احساس تنهایی، شامل احساس تنهایی عاطفی و اجتماعی را مورد سنجش قرار می‌دهد. همچنین این مقیاس، احساس تنهایی را در سه زمینه رمانتیک، خانوادگی و اجتماعی اندازه‌گیری می‌کند. این مقیاس در کل شامل ۱۵ گویه و در واقع؛ هر یک از ابعاد رمانتیک، خانوادگی و اجتماعی مشتمل بر پنج گویه است که بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. هر یک از ابعاد دارای حداقل نمره پنج و حداکثر ۲۵ است. *دی توماسو، برانن و بست* (۲۰۰۴) ضریب آلفای کرونباخ را بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند که حاکی از همسانی درونی بالای مقیاس است. همچنین همبستگی معناداری بین زیرمقیاس‌های این مقیاس با نمره کل مقیاس احساس تنهایی دانشگاه کالیفرنیا<sup>۲</sup> و زیرمقیاس‌های پرسشنامه ادراک دلبستگی به والدین و همسالان وجود دارد که نشان از اعتبار همزمان، افتراقی و همگرایی بالای این مقیاس دارد (همان). در پژوهشی دیگر که توسط *دی توماسو* و همکاران (۲۰۰۳) انجام گرفت، ضریب آلفای کرونباخ در حد قابل قبولی از ۰/۸۱ برای احساس تنهایی رمانتیک، تا ۰/۹۱ برای احساس تنهایی خانوادگی گزارش شده است. پایایی و روایی این ابزار در پژوهش‌های دیگر (دی توماسو و همکاران، ۲۰۰۷؛ رزان سسین، ۲۰۰۷، نقل از: ذبیحی‌دان، ۱۳۸۹) نیز تأیید شده است. در پژوهشی که توسط سلیمی (۱۳۸۷) صورت گرفت، برای تعیین روایی پرسشنامه از تحلیل عوامل به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریانس استفاده شد که مقدار ضریب KMO برابر ۰/۸۲ و ضریب کرویت بارتلت برابر ۲۱۹۳/۶۰ ( $p < ۰/۰۰۱$ ) گزارش شده است. همچنین روایی این پرسشنامه در پژوهش سلیمی و جوکار (۱۳۹۱) با استفاده از روش تحلیل عاملی مورد بررسی و تأیید قرار گرفته شده و میزان ضرایب آلفا به منظور سنجش پایایی برای ابعاد تنهایی رمانتیک، خانوادگی و اجتماعی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۷ و ۰/۷۴ گزارش شده است.

1. Di Tommaso, Brannen & Best
2. Heatherton & Polivy
3. University of California at Los Angeles Loneliness Scale
4. Di Tommaso, Turbide, Poulin & Rabinson
5. Rezan Cecen



### ۳۹۳ ♦ ... بررسی نقش عزت نفس واحساس تنهایی

**دو) پرسشنامه اعتیاد به فیس بوک برکن:** این مقیاس در دانشگاه برگن به وسیله آندریسون، تورشیم، برون بورگ و پالسون (۲۰۱۲) برای سنجش اعتیاد به فیس بوک ساخته شد. این مقیاس شامل ۱۸ سؤال و بر اساس شش معیار اصلی است. گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۳ به دست آمده است و پایایی بازآزمایی آن ۰/۸۳ به دست آمد (آندریسون، تورشیم، برون بورگ و پالسون، ۲۰۱۲). این پرسشنامه برای اولین بار در ایران در پژوهش حسینی و الماسی (۱۳۹۳) مورد استفاده قرار گرفته و شواهد روان‌سنجی آن مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهش حاضر به منظور تعیین روایی، از روش تحلیل عاملی استفاده شد. شواهد تحلیل عاملی، مقدار ضریب KMO را ۰/۹۲ و مقدار خی آزمون بارتلت را ۳۰۶۴/۲۹۶ گزارش کردند، که در سطح ۰.۰۰۱ معنادار بود و نشان‌دهنده شواهد کافی برای تحلیل عاملی می‌باشد. یافته‌های مربوط به تحلیل شیب منحنی اسکری، چهار عامل، با بار عاملی بالاتر از یک را گزارشی دهد که به عنوان وابستگی، تخلیه هیجان، عود و ترس از کناره‌گیری نامگذاری شدند.

در این پژوهش، پایایی این مقیاس با استفاده از روش همسانی درونی بررسی شد. نتایج حاکی از آن بود که میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۳ و برای خرده مقیاس وابستگی (صرف زمان زیاد) ۰/۸۸، تخلیه هیجانی (اصلاح خلق) ۰/۷۹، عود ۰/۸۲، ترس از کناره‌گیری ۰/۸۳ بود؛ که بیان‌کننده پایایی مطلوبین مقیاس است. گفتنی است که در پژوهش حاضر، محققان تنها نمره کل مقیاس را به عنوان نمره اعتیاد به فیس بوک وارد تحلیل‌های آماری کردند. حداقل نمره مقیاس اعتیاد به فیس بوک، ۱۸ و حداکثر ۹۰ می‌باشد.

**سه) پرسشنامه عزت نفس موقعیتی:** به منظور سنجش عزت نفس عملکردی<sup>۲</sup> و عزت نفس اجتماعی<sup>۳</sup> از مقیاس افکار جاری<sup>۴</sup> به عنوان ابزاری برای عزت نفس موقعیتی<sup>۵</sup> استفاده شد. این ابزار یک مقیاس ۲۰ گویه‌ای لیکرتی است که به وسیله هیترتون و پلیوی (۱۹۹۱) به منظور اندازه‌گیری عزت نفس موقعیتی در سه حوزه کلی عملکردی، اجتماعی و ظاهری تهیه شده است. عزت نفس عملکردی مشتمل بر هفت گویه است و ارزیابی فرد از عملکرد خودش را می‌سنجد. عزت نفس اجتماعی، ارزیابی و ادراک فرد را از ارزشی که در ذهن دیگران دارد، می‌سنجد. همچنین عزت نفس ظاهری<sup>۶</sup> به ارزیابی و ادراک فرد از ظاهر فیزیکی اش مربوط می‌شود. این بعد شامل شش گویه است. هیترتون و پلیوی (۱۹۹۱) روایی همگرا و واگرا و

1. Andreassen, Torsheim, Brunborg & Palllesen

2. Performance Self Esteem

3. Social Self Esteem

4. Current Thoughts Scale

5. State Self Esteem Scale (SSES)

6. Appearance Self Esteem

### ۳۹۴ ◊ فرهنگ در دانشگاه اسلامی ۱۶

پایایی دو نیمه‌سازی و بازآزمایی این ابزار را مورد بررسی قرار داده، شواهد خوبی برای مؤلفه‌های روان‌سنجی آن به‌دست آورده‌اند. این مقیاس به وسیله‌حسینی و خَیّر (۱۳۹۰) ترجمه شده و شواهد روان‌سنجی آن مورد تأیید قرار گرفته است. با توجه به این نکته که متغیر عزت نفس در پژوهش حاضر، به منظور بررسی ارزیابی‌های فرد از ارزش خود در حوزه توانایی‌ها و عملکردهای شخصی و همچنین ارزیابی ارزش خود در موقعیتهای اجتماعی و از نظر دیگران مورد تأکید قرار گرفته است، در پژوهش حاضر تنها از ابعاد عزت نفس عملکردی و اجتماعی مقیاس عزت نفس موقعیتی استفاده شد. روایی این ابزار از طریق تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش آبلیکیو مورد بررسی قرار گرفته، مقدار ضریب KMO ۰/۸۶. و مقدار خی آزمون بارتلت ۲۹۳۵/۰ محاسبه شد که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود. نتایج تحلیل عاملی دو عامل کلی با ارزش ویژه بالاتر از یک مشخص می‌کند که همسو با پرسشنامه اصلی است. پایایی این ابزار نیز با استفاده از روش همسانی درونی محاسبه شد. میزان ضریب آلفای کرنباخ برای کل پرسشنامه، خرده‌مقیاس عزت نفس عملکردی و عزت نفس اجتماعی به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۳ محاسبه شد که بیانگر پایایی مطلوب آن بود. همچنین ضریب پایایی بازآزمایی به فاصله سه هفته برای خرده مقیاس عزت نفس عملکردی، ۰/۸۰ و برای خرده مقیاس عزت نفس اجتماعی، ۰/۷۳ به دست آمد که پایایی مطلوب پرسشنامه را نشان می‌دهد. (حسینی و خَیّر، ۱۳۹۰)

### ج) یافته‌ها

به منظور آشنایی با اطلاعات توصیفی این پژوهش، ابتدا میانگین و انحراف معیار متغیرها بررسی شد. جدول ۱، اطلاعات توصیفی متغیرهای این پژوهش را نشان می‌دهد:

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار
تنهایی روماننیک	۵	۲۵	۱۱/۹۰	۳/۹۱
تنهایی خانوادگی	۵	۲۵	۱۱/۰۵	۴/۰۸
تنهایی اجتماعی	۵	۲۵	۹/۱۷	۳/۴۳
عزت نفس عملکردی	۷	۲۷	۱۷/۶۰	۳/۳۹
عزت نفس اجتماعی	۷	۳۴	۱۴/۶۲	۵/۸۳
اعتیاد به فیس بوک	۱۸	۷۹	۳۴/۲۲	۱۲/۵۰

همچنین قبل از انجام تحلیلهای رگرسیون، الگوی روابط بین متغیرهای پژوهش از طریق بررسی ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش بررسی شد. نتایج مربوط به این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده است.

۳۹۵ ♦ بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی ...

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

۵	۴	۳	۲	۱	
				-	۱- اعتیاد به فیس بوک
			-	۰/۰۷	۲- تنهایی رومانیک
		-	۰/۷۱ <sup>**</sup>	۰/۰۹	۳- تنهایی اجتماعی
	-	۰/۳۵ <sup>**</sup>	۰/۳۷ <sup>**</sup>	۰/۲۷ <sup>**</sup>	۴- تنهایی خانوادگی
-	۰/۰۹	۰/۰۸	-۰/۰۲	۰/۲۶ <sup>**</sup>	۵- عزت نفس عملکردی
۰/۲۹ <sup>**</sup>	۰/۱۴ <sup>*</sup>	۰/۲۶ <sup>**</sup>	۰/۱۷ <sup>**</sup>	۰/۱۲ <sup>*</sup>	۶- عزت نفس اجتماعی

\*\*P<0.01 \*P<0.05

به منظور بررسی فرضیه اول پژوهشی، از تحلیل آماری رگرسیون چند متغیره ابعاد احساس تنهایی بر اعتیاد به فیس بوک به شیوه همزمان استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون ابعاد احساس تنهایی بر اعتیاد به فیس بوک

سطح معناداری	T	$\beta$	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین
N.S.	-۰/۶۲	-۰/۰۵	۰/۰۸	۰/۲۷	تنهایی رومانیک
N.S.	۰/۲۸	۰/۰۷			تنهایی اجتماعی
۰/۰۰۰۱	۴/۶۳	۰/۲۸			تنهایی خانوادگی

همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می شود، نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره حاکی از این است که از بین ابعاد احساس تنهایی، احساس تنهایی خانوادگی ( $\beta=0/28, P<0/0001$ ) پیش بینی کننده مثبت و معناداری برای اعتیاد به فیس بوک است.

فرضیه دوم پژوهش، نقش عزت نفس را در اعتیاد به فیس بوک مورد توجه قرار می دهد. این فرضیه با استفاده از تحلیل آماری رگرسیون چند متغیره ابعاد عزت نفس به شیوه همزمان بر اعتیاد به فیس بوک بررسی شد. نتایج این تحلیل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون ابعاد احساس تنهایی بر اعتیاد به فیس بوک

سطح معناداری	T	$\beta$	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیشین
۰/۰۰۰۱	۳/۹۴	۰/۲۲	۰/۰۶	۰/۲۵	عزت نفس عملکردی
N.S.	۱/۱۷	۰/۰۷			عزت نفس اجتماعی

همانگونه که ملاحظه می شود، نتایج تحلیل رگرسیون حاکی از این است که از بین ابعاد مختلف عزت نفس، عزت نفس عملکردی قدرت پیش بینی کننده معناداری ( $\beta=0/22, P<0/0001$ ) برای اعتیاد به فیس بوک داراست.

به منظور بررسی فرضیه سوم پژوهشی، از تحلیل آماری رگرسیون چند متغیره ابعاد احساس تنهایی و عزت نفس بر اعتیاد به فیس بوک به شیوه همزمان استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵: تحلیل رگرسیون اعتیاد به فیس بوک بر اساس احساس تنهایی و عزت نفس موقعیتی

سطح معناداری	t	$\beta$	R <sup>2</sup>	R	الگو	
					گام اول	گام دوم
۰/۰۰۰۱	۴/۸۶	۰/۲۷	۰/۰۷	۰/۲۷	تنهایی خانوادگی	
۰/۰۰۰۱	۴/۵۴	۰/۲۴	۰/۱۲	۰/۳۴	تنهایی خانوادگی	
۰/۰۰۰۱	۳/۹۵	۰/۲۱			عزت نفس عملکردی	

همانگونه که در جدول ۵ دیده می شود، نتایج تحلیل رگرسیون اعتیاد به فیس بوک بر احساس تنهایی و عزت نفس، بیانگر این است که در مرحله اول، متغیر احساس تنهایی خانوادگی، بیشترین توان پیش بینی کنندگی را داراست ( $\beta=0/27, P<0/0001$ ) و در مرحله دوم، علاوه بر تنهایی خانوادگی ( $P<0/0001$ )، عزت نفس عملکردی ( $\beta=0/24, P<0/0001$ ) اعتیاد به فیس بوک را به صورت معناداری پیش بینی می کند. از این رو، از میان ابعاد احساس تنهایی و عزت نفس، ابتدا متغیر احساس تنهایی خانوادگی و در وهله بعد متغیر عزت نفس عملکردی می توانند اعتیاد به فیس بوک را پیش بینی کنند.

به منظور بررسی این سؤال پژوهشی که دانشجویان علوم پزشکی بوشهر و جندی شاپور با یکدیگر تفاوت معناداری دارند، از آزمون تی-تست مستقل استفاده شد. نتایج تحلیل در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶: تفاوت دانشجویان دختر و پسر علوم پزشکی

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	T	سطح معناداری
دختر	۱۴۸	۳۳/۸۵	۱۱/۷۷	-۰/۵۱	N.S.
پسر	۱۵۲	۳۴/۵۹	۱۳/۱۹		

همانگونه که نتایج در جدول نشان داده شده است، تفاوت معناداری بین دانشجویان علوم پزشکی دختر و پسر در اعتیاد به فیس بوک وجود ندارد. همچنین به منظور بررسی تفاوت دانشجویان علوم پزشکی بوشهر و جندی شاپور با یکدیگر از آزمون تی-تست مستقل استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۷ ارائه شده است.

بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی ... ♦ ۳۹۷

جدول ۷: تفاوت دانشجویان علوم پزشکی بوشهر و جندی شاپور

گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
دانشجویان جندی شاپور	۱۵۰	۳۴/۵۲	۱۲/۰۷	۰/۴۱	N.S.
دانشجویان بوشهر	۱۵۰	۳۴/۹۳	۱۲/۹۲		

نتایج تی. تست مطابق جدول ۷، گویای آن است که دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بوشهر از نظر اعتیاد به فیس بوک، تفاوتی با دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور ندارند.

همچنین برای بررسی وضعیت اعتیاد به فیس بوک در بین دانشجویان و پاسخگویی به این سؤال که آیا میزان اعتیاد به فیس بوک در جامعه دانشجویان بالاست، از آزمون تی تک نمونه‌ای استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول ۷ ارائه شده است.

جدول ۷: وضعیت اعتیاد به فیس بوک در بین دانشجویان

متغیر	T	df	سطح معناداری	تفاوت میانگین	حد پایین	حد بالا
دانشجویان بوشهر	-۱۸/۹۹	۱۴۹	۰/۰۰۰۱	-۲۰/۰۷	-۲۲/۱۶	-۱۷/۹۸
دانشجویان جندی شاپور	-۱۹/۷۷	۱۴۹	۰/۰۰۰۱	-۱۹/۴۸	-۲۱/۴۳	-۱۷/۵۳
کل دانشجویان	-۲۷/۴۱	۲۹۹	۰/۰۰۰۱	-۱۹/۷۸	-۲۱/۲۰	-۱۸/۳۶

بر اساس نتایج آزمون تی که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، باید گفت که اعتیاد به فیس بوک در گروه‌های دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بوشهر، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز و در کل دانشجویان، از متوسط شاخص اعتیاد به فیس بوک کمتر است. لذا در جامعه دانشجویان ایرانی، آمار اعتیاد به فیس بوک گسترش زیادی نیافته است.

## د) بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام این پژوهش، بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد احساس تنهایی و ابعاد عزت نفس در اعتیاد به فیس بوک بود. به منظور بررسی فرضیه اول پژوهش، از تحلیل رگرسیون چند متغیره اعتیاد به فیس بوک بر اساس ابعاد احساس تنهایی استفاده شد. نتایج این تحلیل نشان داد که از بین ابعاد احساس تنهایی، احساس تنهایی خانوادگی، می‌تواند اعتیاد به فیس بوک را در دانشجویان علوم پزشکی پیش‌بینی کند. در توجیه این یافته باید توجه کرد که تنهایی خانوادگی جنبه‌ای از تنهایی عاطفی است و احساس تنهایی عاطفی از فقدان دلبستگی یا یک رابطه نزدیک و صمیمی به فردی دیگر ناشی می‌شود (ویس، ۱۹۷۳). در واقع؛ افرادی که احساس خلأ در دلبستگی و روابط عاطفی نزدیک و صمیمانه با اعضای خانواده خود دارند، به دنبال پر کردن این خلأ به شبکه اجتماعی پر از محرک‌های جذابی رو می‌آورند به نام فیس بوک. با توجه به اینکه خانواده را باید یک سیستم ارتباطی در نظر گرفت که کارکرد مطلوب آن، همکاری و

هماهنگی اعضا با یکدیگر است، قابل پیش‌بینی است افرادی که احساس تنهایی عمده آنها از فقدان شبکه و سیستم خانواده است، بیشتر به شبکه اجتماعی فیس‌بوک رو بیاورند و در استفاده از آن دچار افراط شوند؛ به گونه‌ای که معتاد به فیس‌بوک می‌شوند.

نکته شایان توجه این است که از بین سه نوع احساس تنهایی که افراد می‌توانند تجربه کنند؛ یعنی تنهایی رومانتیک، خانوادگی و اجتماعی، تنهایی خانوادگی می‌تواند در اعتیاد به فیس‌بوک دانشجویان علوم پزشکی نقش ایفا کند. به نظر می‌رسد برای پر کردن تنهایی رومانتیک که نوع دیگری از تنهایی عاطفی است، نیاز به یک شریک ارتباطی مستقیم و منحصر به فرد است که باید زمان زیادی را برای اقناع عاطفی با وی سپری کرد. لذا افرادی که احساس تنهایی رومانتیک دارند، زمان زیادی را در شبکه فیس‌بوک سپری نمی‌کنند، بلکه ترجیح می‌دهند وقت بیشتری را برای شریک ارتباطی خود بگذارند. به همین دلیل است که در الگوی روابط ابعاد احساس تنهایی با اعتیاد به فیس‌بوک، کمترین رابطه مربوط به تنهایی رومانتیک است. همچنین تنهایی اجتماعی، از فقدان یک شبکه اجتماعی قابل توجه که در آن، فرد جزئی از گروه دوستان با علائق و فعالیت‌های مشترک است، ناشی می‌شود (ویس، ۱۹۸۳). با توجه به اینکه در شبکه اجتماعی فیس‌بوک افراد گوناگون با علائق، باورها، عقاید و سلیقه‌های کاملاً متفاوت فعالند، به نظر می‌رسد عضویت در این شبکه‌ها امکان ارضای نیاز اجتماعی با دیگران بودن را فراهم نمی‌کنند؛ زیرا افراد برای غلبه بر احساس تنهایی اجتماعی نیاز به تعاملات اجتماعی واقعی با گروهی دارند که در آنها با داشتن احساس مسئولیت در ایفای نقش، به صورت واقعی حضور خود را احساس کنند. بر همین اساس، با وجود اینکه در عنوان شبکه‌های اجتماعی، بر اجتماعی بودن این شبکه‌ها تأکید شده، اما در واقع تشریح مساعی، همکاری، احساس و وظیفه در مقابل یکدیگر، قانون‌گرایی، گذشت، تحمل یکدیگر و مسئولیت‌پذیری که از مشخصه‌های زندگی اجتماعی است، در این شبکه‌ها کمتر شاخص است.

بر همین اساس از بین ابعاد احساس تنهایی، تنهایی خانوادگی می‌تواند اعتیاد به فیس‌بوک را پیش‌بینی کند. این نتایج همسو با پژوهش رایان و زنوس<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) است که نشان دادند افرادی که از فیس‌بوک استفاده می‌کنند، به صورت معناداری بیشتر از کسانی که از فیس‌بوک استفاده نمی‌کنند، تنهایی خانوادگی را احساس می‌کنند. تحقیقی که توسط مک‌کنا و بارغ<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) انجام گرفته، نشان داده است که افراد تنها بیشتر ترجیح می‌دهند که از چت‌روم‌ها و گروه‌های خبری استفاده کنند تا اینکه به صورت آنلاین، ارتباطی نزدیک با افراد دیگر داشته باشند. با محبوبیت شبکه‌های اجتماعی، بررسی رابطه بین استفاده از اینترنت و تنهایی بسیار مورد توجه قرار گرفته است (نیک‌پون و همکاران، ۲۰۰۶). همچنین مک‌کنا و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۰۰؛ ۲۰۰۲) با

1. Ryan & Xenos

2. McKenna & Bargh

3. Nicpon, Huser, Blank, Sollenberger, Befort, & Kurpius

### ۳۹۹ ◆ ... بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی

استفاده از الگوی معادلات ساختاری، روابط علیین دشواری در تعاملات اجتماعی، گوشه گیری و تنهایی و استفاده از اینترنت را تأیید کردند.

همچنین نتایج تحلیل رگرسیون در زمینه فرضیه دوم پژوهش نشان داد که از بین ابعاد عزت نفس، عزت نفس عملکردی می تواند اعتیاد به فیس بوک را پیش بینی کند. در توجیه این یافته باید گفت، عزت نفس عملکردی، ارزیابی فرد از عملکرد خودش را می سنجد (هیتون و پلیوی، ۱۹۹۱). مثلاً، احساس می کنم که به زحمت می توانم آن چیزی را که می خوانم در زمینه مسائل فیس بوک (درک کنم. بر همین اساس، افرادی که خود را در استفاده از فیس بوک کارآمد ارزیابی کرده و در شبکه شخصی خود در فیس بوک به خوبی نقش ایفا می کنند، تقویمهای مثبت بیشتری را از تعامل با شرکا و دوستان فیس بوکی خود دریافت می کنند و همین، عاملی برای ایجاد وابستگی روز افزون و اعتیادگونه آنان به شبکه اجتماعی فیس بوک می شود.

نکته دیگری که در رابطه با این بخش از یافته ها شایان توجه است، اینکه عزت نفس اجتماعی نمی تواند اعتیاد به فیس بوک را پیش بینی کند. عزت نفس اجتماعی، ارزیابی و ادراک فرد از ارزشی که در ذهن دیگران دارد را مورد سنجش قرار می دهد. افرادی که ارزیابی دیگران را از خودشان مثبت ارزیابی می کنند، برای تعاملات اجتماعی خود در دنیای واقعی اهمیت بیشتری قائلند و همانطور که اشاره شد، شبکه های اجتماعی مجازی از جمله فیس بوک نمی تواند جایگزینی برای روابط اجتماعی در شبکه های دوستی، کاری، پژوهشی و ... باشند. بر همین اساس گنزالس وهانکوک<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) بیان می کنند که فیس بوک و دیگر شبکه های اجتماعی مجازی، این پتانسیل را دارند که به طور موقتی عزت نفس را تحت تأثیر قرار دهند.

فرضیه سوم پژوهش، نقش احساس تنهایی و عزت نفس را در اعتیاد به فیس بوک مورد توجه قرار می دهد. به منظور بررسی این فرضیه، همچنین بررسی اولویت بندی تأثیر متغیرها از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج این تحلیل نشان داد که مهم ترین متغیر از بین ابعاد احساس تنهایی و عزت نفس، احساس تنهایی خانوادگی است و دومین متغیر مهم، عزت نفس عملکردی است. بر همین اساس، باید به نقش تأثیرگذار کیفیت روابط در فضای خانواده در اعتیاد به فیس بوک توجه کرد. احساس کمبود روابط صمیمانه در میان اعضای خانواده می تواند فرد جوان را به فضای مجازی وابسته کند.

---

1. McKenna, Green & Gleason  
2. Gonzales & Hancock

## پیشنهادها

شایان ذکر است که نتایج این پژوهش از دو جنبه نظری و کاربردی قابل توجه است. از جنبه نظری، پژوهش در زمینه شبکه‌های اجتماعی و شبکه اجتماعی فیس‌بوک به صورت کلی و اعتیاد به فیس‌بوک، به صورت خاص، در آغاز راه بررسی‌های علمی در تحقیقات داخلی می‌باشند. با توجه به اینکه بخش عمده جمعیت در کشور ما مربوط به افراد در دوره‌های جوانی و نوجوانی است و احتمال بروز اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی در این سنین زیاد است، اهمیت توجه به این سازه‌ها برای تبیین ماهیت علمی آنها با توجه به فرهنگ ایرانی شایان توجه است. پژوهش حاضر تلاشی در پر کردن این خلأ پژوهشی است. البته گفتنی است که تمرکز بر اعتیاد به فیس‌بوک در این پژوهش به دلیل آگاهی از عوارض نامطلوب این شبکه‌ها قبل از افزایش بیش از حد استفاده از آن در میان جوانان ایرانی بوده است. این تمرکز به این معنا نیست که محققان، استفاده از شبکه‌های اجتماعی از جمله فیس‌بوک را منفی ارزیابی می‌کنند، بلکه بر استفاده بهینه و همراه با مدیریت زمان تأکید دارند تا از مزایای علمی، شناختی و اجتماعی استفاده از این شبکه‌ها بهره‌برداری شود.

از جنبه کاربردی باید بر نقش تنهایی خانوادگی بر اعتیاد به فیس‌بوک در وهله اول توجه کرد. اگر خانواده را به عنوان کانونی فرض کنیم که افراد در آن به وسیله حلقه‌های عاطفی قدرتمند، بادوام و متقابل به یکدیگر گره خورده‌اند و همچون حریمی امن زندگی انسان را در بر گرفته است. لازم است بر نقش آن در تمام شئون زندگی افراد به ویژه فرزندان، توجه خاص کرد. عدم توجه کافی والدین به فرزندان شان و نادیده گرفتن نیازهای عاطفی آنان نیز می‌تواند از جمله دلایل ایجاد وابستگی اعتیادگونه به شبکه فیس‌بوک باشد. لذا به والدین توصیه می‌شود که اوقات بیشتری با فرزندان خود در فضای بیرون از خانه سپری کنند؛ به طوری که فرزندان از نظر عاطفی، احساس خلأ نکنند و برای جبران این کمبود به فضای مجازی پناه نبرند. استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای ایجاد دوستی و سرگرمی لازم است محدود در اوقات فراغت خاصی باشند و آنها با تماسهای واقعی اجتماعی جایگزین نشوند؛ زیرا در غیر این صورت، افراد با جدایی اجتماعی، سطوح بالای اضطراب و اختلالات رفتاری دیگر روبه‌رو خواهند شد.

همچنین با توجه به نقشی که عزت نفس عملکردی می‌تواند در اعتیاد به فیس‌بوک ایفا کند، مسئولان ذی‌ربط در دانشگاهها و مؤسسات علمی، لازم است افرادی را که مهارتهای خاصی را در استفاده از شبکه‌های کامپیوتری، فناوری اطلاعات و شبکه‌های اجتماعی دارند، مورد شناسایی قرار داده و به منظور جلوگیری از ایجاد وابستگی بیمارگونه در آنان نسبت به شبکه‌های اجتماعی مجازی، استعدادهای آنان را در مسیر مثبت هدایت کنند.



#### ۴۰۱ ♦ ... بررسی نقش عزت نفس و احساس تنهایی

فقدان استنباط علی، استفاده از پرسشنامه و عدم مطالعه دانشجویان رشته‌های مختلف، از محدودیتهای پژوهش حاضر است. به پژوهشگران آینده پیشنهاد می‌شود از روشهای پژوهش ترکیبی کمی و کیفی و روش‌های تحقیقات طولی برای بررسی اعتیاد به فیس بوک استفاده کنند. روشهای تحقیق کیفی در مورد اینکه چرا و چگونه افراد از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، بینش بیشتری فراهم می‌کند. در ضمن، تحقیقات طولی می‌توانند تأثیر شبکه‌های اجتماعی را بر روی بهزیستی در طولانی مدت مورد بررسی قرار دهند.



### منابع

- بیدی، فاطمه؛ مهدی نامداری پژمان، احمد امانی، سیروس قنبری و حسین کارشکی (۱۳۹۱). «تحلیل ساختاری ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی، سازگاری اجتماعی و عزت نفس». *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان*، ش ۱۹ (۳): ۴۸-۴۱.
- حسینی، فریده السادات و آمنه الماسی (۱۳۹۳). پیش‌بینی اعتیاد به فیس‌بوک بر اساس احساس تنهایی دانشجویان. *هفتمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*. دانشگاه صنعتی اصفهان، اردیبهشت ماه.
- حسینی، فریده السادات و محمد خیر (۱۳۹۰). نقش ارزیابی شناختی در تبیین ابعاد فرزندپروری با هیجانات تحصیلی ریاضی و تنظیم هیجانی. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ش ۱ (۳).
- درگاهی، ح. و م. رضوی (۱۳۸۶). اعتیاد به اینترنت و عوامل مؤثر بر آن در ساکنان منطقه دو غرب تهران. *فصلنامه پایش*، سال ششم، ش ۳: ۲۷۲-۲۶۵.
- ذبیحی‌دان، سحر (۱۳۸۹). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و احساس تنهایی با واسطه‌گری خودنقدی و خودخاموشی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. شیراز: دانشگاه شیراز.
- زربخش بحری، محمدرضا؛ وحید راشدی و محمدجواد خادمی (۱۳۹۱). «احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان». *مدیریت ارتقاء سلامت*، ش ۲ (۱): ۳۸-۳۲.
- سلیمی، عظیمه (۱۳۸۷). مدل علی پیرامون پیش‌آیندها و پیامدهای احساس تنهایی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شیراز.
- سلیمی، عظیمه و بهرام جوکار (۱۳۹۱). رابطه علی ادراک دلبستگی و آسیب‌پذیری شخصیت با احساس تنهایی در دوره نوجوانی. *مجله دستاوردهای روان‌شناختی*، ش ۴ (۱): ۲۶۴-۲۴۵.
- سلیمی، عظیمه؛ بهرام جوکار و روشنگر نیک‌پور (۱۳۸۸). ارتباطات اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. *مجله دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه الزهراء*، ش ۵ (۳): ۱۷-۱.
- واحدی، شهرام؛ فتح‌آبادی، جلیل و سونیا اکبری (۱۳۸۹). الگوی میانجی احساس تنهایی هیجانی و اجتماعی، بهزیستی معنوی، فاصله اجتماعی و افسردگی دانشجویان دختر. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*، ۴ (۴): ۷-۲۴.
- Abrams, D. & M.A. Hogg (1988). "Comments on the Motivational Status of Self-Esteem in Social Identity and Intergroup Discrimination". *Eur. J. Soc. Psychol.*, 18 (4): 317-334.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). **Development of a Facebook Addiction Scale**. Department of Psychosocial Science University of Bergen. Norway, *Psychological Reports*, 110, 2, 501-517.
- Armstrong, L.; J.G. Phillips & L. Saling (2000). "Potential Determinants of Heavier Internet Usage". *Int. J. Hum. Comput. Stud.*, 53: 537-550.

- Bidi, F.; M. Namdari Pejman, A. Amani, S. Ganbari & H. Karshki (2012). “**Structural Analysis of Relationship of Internet Addiction with Depression, Social Adjustment and Self-Esteem**”. *Scientific Journal of Hamedan University of Medical Science*, 19 (3): 41-48. [Persian]
- Boyd, D.M. & N.B. Ellison (2007). “**Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship**”. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13: 210-230.
- Cacioppo, J.T.; I.C. Hawkley & M.H. Berntson (2003). “**The Anatomy of Loneliness**”. *Current Directions in Psychological Science*, 12 (3): 71-74.
- Cast, A.D. & P.J. Burke (2002). “**A Theory of Self-Esteem**”. *Social Forces*, 80 (3): 1041-1068.
- Cheung, C.M.K. & M.K.O. Lee (2009). “**Understanding the Sustainability of a virtual. Community: Model Development and Empirical Test**”. *Journal of Information Science*, 35(3), 279–298.
- Correa, T.; A.W. Hinsley & H.G. de Zuniga (2010). “**Who Interacts on the web? The Intersection of Users’ Personality and Social Media Use**”. *Computers in Human Behavior*, 26: 247–253.
- Crane, R. M. (2005). **Social distance and loneliness as they related to headphones used with portable audio technology**. Unpublished M.A. dissertation, Faculty of Humboldt State University Psychology and Counseling, pp 5-12.
- Darghahi, H. & M. Razavi (2007). “**Addiction to Internet and Factors that Influence on in Tehran Civilization**”. *Payesh Journal*, 6 (3): 265-272. [Persian]
- Das, B. & S.J. Shanker (2011). “**Social Networking Sites: a Critical Analysis of its Impact on Personal and Social Life**”. *Journal of Business and Social Science*, 2 (14).
- Di Tommaso, E.; C. Brannen & L.A. Best (2004). “**Measurement and Validity Characteristics of the Short Version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults**”. *Educational and Psychological Measurement*, Vol. 64, No. 1: 99-119.
- Di Tommaso, E.; J. Turbide, C. Poulin & B. Robinson (2007). “**French-Canadian Adaption of Social and Emotional Loneliness Scale for Adults**”. *Journal of Social Behavior and Personality*, 35(3): 339-350.
- Di Tommaso, E.; M.C. Brannen Mc-Nulty, L. Ross & M. Burgess (2003). “**Attachment Styles, Social Skills and Loneliness in Young Adults**”. *Personality and Individual Differences*, Vol. 35: 303-312.
- Ellison, N.B.; C. Steinfield & C. Lampe (2007). “**The Benefits of Facebook “Friends”: Social Capital and College Students' Use of Online Social Network Sites**”. *Journal of Computer- Mediated Communication*, 12(4): 1143-1168.

- Gonzales, Amy, L. & Jeffry T. Hancock (2011). **“Ph.D. Mirror, Mirror on my Facebook wall the Effects of Exposure to Facebook on Self-esteem”**. *Journal Cyber Psychology Behavior and Social Networking*, 14: 1089-0410.
- Hamburger, Y.A. & E. Ben-Artzi (2000). **“The Relationship between Extraversion and Neuroticism and the Different Uses of the Internet”**. *Computers in Human Behavior*, 16: 441-449.
- Heatherton, T.F. & J. Polivy (1991). **“Development and Validation of a Scale for Measuring State Self-Esteem”**. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (6): 895-910.
- Hoseini, F.S. & A. Almasi (2014). **“Prediction Facebook Addiction by Sense of Loneliness in Students”**. *Paper Present in 7<sup>th</sup> Conference of Students Mental Health*, Isfahan Industry University. [Persian]
- Hoseini, F.S. & M. Khayyer (2011). **“The Role of Cognitive Appraisal in Relation between Parenting and Mathematic Emotion and Emotion Regulation”**. *Learning and Training Studies Journal*, 3 (1): 17-46. [Persian]
- Johnson, G.M. (2011). **“Self-Esteem and Use of the Internet among Young School-Age Children”**. *Int. J. Psychol. Stud.*, 3 (2): 48-53.
- Jones, W.H. & T.L. Moore (1987). **“Loneliness and Social Support”**. In M. Hojat & R. Crandall (Eds.). *Loneliness: Theory, Research and Application* (145- 156). Newbury Park, California: Sage Publications.
- Kane, G.C.; R.G. Fichman, J. Gallagher & J. Glaser (2009). **“Community Relations”**. *Harvard Business Review*, 87: 45-50.
- Kraus, L.A.; M.H. Davis, D. Bazzini, M. Church & C.M. Kirchman (1993). **“Personal and Social Influences on Loneliness: The Mediating Effect of Social Provisions”**. *Social Psychology Quarterly*, Vol. 56, No. 1: 37-53.
- Kraut, R.; M. Patterson, V. Landmark, S. Kiesler, T. Mukophadhyay & W. Scherlis (1998). **“Internet Paradox: Asocial Technology that Reduces Social Involvement and Psychological well-being?”**. *American Psychologist*, Vol. 53: 1017-1031.
- McKenna, K.Y.A. & J.A. Bargh (2000). **“Plan 9 from Cyberspace: The Implications of the Internet for Personality and Social Psychology”**. *Personality and Social Psychology Review*, 4: 57-75.
- McKenna, K.Y.A.; A.S. Green & M.E.J. Gleason (2002). **“Relationship Formation on the Internet: What’s the Big Attraction?”**. *Journal of Social Issues*, 58: 9-31.
- McWhirter, B.T. (1990). **“Loneliness: a Review of Current literature, with Implications for Counseling and Research”**. *Journal of Counseling and Development*, 65: 417-422.
- Morahan-Martin, J. & P. Schumacher (2000). **“Incidence and Correlates of Pathological Internet use among College Students”**. *Computers in Human Behavior*, Vol. 16: 2-13.

- Morahan-Martin, J. & P. Schumacher (2003). "Loneliness and Social Uses of the Internet". *Computers in Human Behavior*, Vol. 19: 659-671.
- Nicpon, M.F.; L. Huser, E.H. Blank, S. Sollenberger, C. Befort & S.E.R. Kurpius (2006). "The Relationship of Loneliness and Social Support with College's Freshmen Academic Performance and Persistence". *Journal of College Student Retention*, 8: 345-358.
- Pfeil, U.; R. Arjan & P. Zaphiris (2009). "Age Differences in Online Social Networking: A Study of User Profiles and the Social Capital Divide among Teenagers and Older Users in My Space". *Computers in Human Behavior*, 25: 643-654.
- Ponzetti, J.J. (1990). "Loneliness among College Students". *Family Relations*, 39: 336-340.
- Renganayar, Chandra (2010). "Do you have Facebook Addiction Disorder?". Retrieved from: [http://findarticles.com/p/news-articles/new-straits-times/mi\\_8016/is\\_20100801/facebook\\_addiction\\_disorder/ai\\_n5463605/](http://findarticles.com/p/news-articles/new-straits-times/mi_8016/is_20100801/facebook_addiction_disorder/ai_n5463605/).
- Ross, C.; E.S. Orr, M. Sisic, J.M. Arseneault, M.G. Simmering & R.R. Orr (2009). "Personality and Motivations Associated with Facebook Use". *The Journal of Computers in Human Behavior*, 25: 578-586.
- Ryan, Tracii & Sophia Xenos (2011). "Who Uses Facebook? An Investigation into the Relationship between the Big Five, Shyness, Narcissism, Loneliness, and Facebook Usage". *Computers in Human Behavior*, 27: 1658-1664.
- Saklofske, D.H. & R.A. Yackulic (1989). "Personality Predictors of Loneliness". *Personality and Individual Differences*, 10: 467-472.
- Salimi, A. & B. Jowkar (2012). "The Casual Relationships of Perceived Attachment and Personality Vulnerability with Loneliness in Adolescent". *Journal of Psychological Achievement*, 4 (1): 245-261. [Persian]
- Salimi, A. (2008). A causal model of anticipators and predictors of sense of loneness. *Master Theses in educational psychology*, Shiraz University. [Persian]
- Salimi, A.; B. Jowkar & R. Nikpoor (2009). "Internet and Communication: Perceived Social Support and Loneliness as Antecedent Variables". *Quarterly Journal of Psychological Studies of Alzahra University*, 5 (3): 1-17. [Persian]
- Selwyn, N. (2007). "Screw Blackboard. Do it on Facebook! An Investigation of Students' Educational Use of Facebook". Retrieved 02.03.2008: <http://www.scribd.com/doc/513958/Facebookseminar-paper-Selwyn>.
- Shapiro, J.S. (1999). "Loneliness: Paradox or Artifact?". *American Psychologist*, Vol. 54: 782-783.
- Sun, G. & G. Wu (2011). "Traits, Predictors, and Consequences of Facebook Self-Presentation". *The Journal of Social Science Computer*

*Review*, The Online Version of this Article Can be found at:  
<http://ssc.sagepub.com/content/early/2011/10/18/0894439311425978>.

- Tap Scott, D. (2008). **Grown up Digital: How the Next Generation is Changing your World**. New York: McGraw-Hill.
- Vahedi, Sh.; J. Fathabadi & S. Akbari (2011). **mediated model of emotional and social feeling of loneliness, spiritual well-being, social distancing and depression in female university students**. *Journal of Applied Psychology*. 4(4), 7-24. [Persian]
- Walther, J.B. (2007). "Selective Self-Presentation in Computer-Mediated Communication: Hyper Personal Dimensions of Technology, Language, and Cognition". *Computers in Human Behavior*, 23: 2538-57.
- Weiss, R.S. (1973). **Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation**. Cambridge, Mass. The Mit Press.
- Yang, S.C. & C.J. Tung (2007). "Comparison of Internet Addicts and Non-Addicts in Taiwanese High School". *Compute Hum Behave*, 23: 79-96.
- Zabihidan, S. (2010). **The Relation between Family Pattern Communication and Loneness with Self-Silence and Self-Criticism**. Master Theses in Educational Psychology. Shiraz University.[Persian]
- Zarbakhsh Bahri, M.; V. Rashedi & M. Khademi (2013). "Loneliness and Internet Addiction in Students". *Journal of Health Promotion Management*, 2 (1): 32-38. [Persian]

