

ORIGINAL ARTICLE

Investigating the Psychological and Social Effects of Using Cyberspace by Female High School Students

Reza Mirarab Razi^{*1} , Seyedeh Maryam Hosseini Largani² , Sadegh Ahmadi³

1. Associate Professor
Department of Education,
University of Mazandaran.
2. Associate Professor
Department of Educational
Innovation and Curriculum,
Higher Education Research
and Planning Institute,
Tehran, Iran.
3. Master's of Degree in
Curriculum Planning,
University of Tabriz, Tabriz,
Iran.

Correspondence:

Reza Mirarab razi

Email: reza.mirarab@gmail.com

Receive Date: 20/Oct/2024

Revise Date: 03/Dec/2024

Accept Date: 11/Mar/2025

Publish Date: 21/Mar/2025

How to cite:

Mirarab Razi, R. Hosseini Largani, S. M. Ahmadi, S. (2025). Investigating the Psychological and Social Effects of Using Cyberspace by Female High School Students. *Technology and Scholarship in Education*, 5 (1), 25-33.

ABSTRACT

The purpose of this study was to predict the psychological components (depression, mood regulation, and mental preoccupation) of female high school students in Babolsar based on their use of virtual space. The research was applied in terms of purpose and descriptive-correlational in nature. The statistical population consisted of 1,698 female high school students in Babolsar. The sample size, determined based on Krejcie and Morgan's table, was 261 students, selected through a cluster sampling method. The data collection tool was a researcher-made questionnaire with 56 items. The face and content validity of the instrument were confirmed by experts, and its reliability was estimated at 0.831 using Cronbach's alpha coefficient. The results indicated that the use of virtual space had a significant positive role of 0.559 in depression, 0.563 in mood regulation, and 0.663 in students' mental preoccupation. Additionally, the use of virtual space had a significant positive role of 0.559 in social isolation and 0.448 in the preference for online social interactions among female students. Consequently, the negative effects and consequences of virtual space usage in various psychological and social dimensions are considerable and require further attention from policymakers and educators in the field of digital education.

KEY WORDS

Cyberspace, Negative Consequences, Pathology, Second Secondary School Student.



بررسی آثار روان‌شناختی و اجتماعی استفاده از فضای مجازی توسط دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم

رضا میر عرب رضی *^۱ , سیده مریم حسینی لرگانی^۲ , صادق احمدی^۳

چکیده

هدف پژوهش پیش‌بینی مؤلفه‌های روان‌شناختی (افسردگی، تنظیم خلق‌وخو و اشتغال ذهنی) دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر بابل بر اساس استفاده از فضای مجازی بود. پژوهش از لحاظ هدف، کاربردی و از لحاظ ماهیت از نوع توصیفی، همبستگی می‌باشد. جامعه آماری دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر بابل به تعداد ۱۶۹۸ نفر بودند. حجم نمونه بر اساس جدول کرجسی و مورگان ۲۶۱ نفر و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسش‌نامه محقق ساخته با ۵۶ گویه بوده است. روایی صوری و محتوایی ابزار با نظر متخصصین مورد تأیید قرار گرفت و پایایی ابزار نیز بر اساس ضریب آلفا کرون باخ ۰/۸۳۱ برآورد شد. نتایج نشان داد، استفاده از فضای مجازی به میزان ۰/۵۵۹ در افسردگی، ۰/۵۶۳ در خلق‌وخو و به میزان ۰/۶۶۳ در اشتغال ذهنی دانش‌آموزان دختر نقش مثبت معناداری داشته است. همچنین استفاده از فضای مجازی به میزان ۰/۵۵۹ در انزوای اجتماعی و ۰/۴۴۸ در ترجیح تمایل اجتماعی آنلاین دانش‌آموزان دختر نقش مثبت معناداری داشته است. در نتیجه آثار و پیامدهای منفی استفاده از فضای مجازی در ابعاد مختلف روان‌شناختی و اجتماعی قابل توجه و نیازمند مذاقه بیشتر از سوی مسئولان و آموزشگران فضای مجازی است.

واژه‌های کلیدی

فضای مجازی، پیامد، آسیب‌شناسی، دانش‌آموزان دوره متوسطه.

۱. دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه مازندران، بابل، ایران.
۲. دانشیار گروه نوآوری آموزشی و درسی، مؤسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی، ایران، تهران.
۳. دانش آموخته کارشناسی‌ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

نویسنده مسئول:

رضا میر عرب رضی

reza.mirarab@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۷/۲۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۱۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۲۱

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۱/۰۱

استناد به این مقاله:

میرعرب رضی، رضا؛ حسینی لرگانی، سیده مریم و احمدی، صادق. (۱۴۰۴). بررسی آثار روان‌شناختی و اجتماعی استفاده از فضای مجازی توسط دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم، فناوری و دانش‌پژوهی در تعلیم و تربیت، ۵ (۱)، ۲۵-۳۳.

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای حساس در رشد فیزیکی، روان‌شناختی، اجتماعی و فرهنگی افراد است که در آن تغییرات شناختی، هیجانی و رفتاری شکل می‌گیرد (اندرسون و جیانگ^۱، ۲۰۱۸). در این دوره، نوجوانان به دلیل کنجکاوی، نیاز به هویت‌یابی و تمایل به استقلال، ممکن است به رفتارهای پرخطر یا کم‌خطر روی آورند (توونگ و همکاران^۲، ۲۰۱۸). در این دوره ممکن است نوجوان به سمت رفتارهای پرخطر و کم‌خطر سوق پیدا کند (قاسم‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵). از جمله رفتارهای پرخطر به‌خصوص در عصر کنونی، استفاده نادرست از فضای مجازی و اعتیاد به اینترنت است (عباسی، ۱۳۹۷). ظهور شبکه‌های اجتماعی، گوشی‌های هوشمند و ابزارهای دیجیتال، سبک زندگی نوجوانان را تغییر داده و نحوه تعامل آن‌ها با محیط، خانواده و همسالان را تحت‌تأثیر قرار داده است (کلس و همکاران^۳، ۲۰۲۰). با این حال، استفاده نادرست و افراطی از این فضا می‌تواند پیامدهای نامطلوبی از جمله افزایش انزوای اجتماعی، اعتیاد به اینترنت، کاهش تعاملات خانوادگی و افزایش مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی را به دنبال داشته باشد (اوربن و همکاران^۴، ۲۰۱۹).

در سال‌های اخیر، تغییرات تکنولوژیکی علاوه بر تسهیل ارتباطات، موجب تحولات عمده‌ای در سبک زندگی جوانان شده است. طولانی‌تر شدن دوره نوجوانی، افزایش فردگرایی، فروپاشی شبکه‌های سنتی حمایتی و توسعه شهرنشینی، شرایطی را ایجاد کرده که فضای مجازی به یکی از اصلی‌ترین بسترهای گذران وقت نوجوانان تبدیل شود (ملکوئی و محسنی، ۱۴۰۲). مطالعات نشان داده‌اند که وابستگی بیش از حد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی می‌تواند منجر به کاهش مشارکت اجتماعی، افزایش احساس تنهایی و کاهش سلامت روان شود (کرمانی مامازندی و ابوترابی، ۱۴۰۳ و چو و همکاران^۵، ۲۰۱۷). کاربرد نادرست و افراطی از اینترنت می‌تواند پیامدهای زیادی در زمینه‌هایی مثل بهداشت روانی، مشکلات جسمانی، تنهایی و انزوای اجتماعی، بزهکاری جنسی و اعتیاد به اینترنت داشته باشد (غلامی و نصرتی، ۱۳۹۵). شبکه اینترنت فرصت مناسبی به‌منظور بروز و رشد انواع گوناگون رفتارهای غیراخلاقی می‌باشد. این پدیده یک فضای مجازی برای فعلیت‌های غیراخلاقی به وجود می‌آورد (برون، ۱۳۹۶).

دانش‌آموزان بیشتر از سایرین در معرض آسیب‌های ناشی از کاربرد نادرست اینترنت هستند زیرا آن‌ها در فضای مجازی با مطالب و تصاویر خشن و غیرمجاز برخورد می‌کنند و تحت‌تأثیر آن‌ها قرار گرفته و صدمات زیادی بر زندگی‌شان وارد می‌گردد. نحوه استفاده دانش‌آموزان از فضای مجازی، یکی از نگرانی‌های مشترک والدین در همه جوامع می‌باشد (عباسی، ۱۳۹۷). به‌عنوان مثال، یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که استفاده مفرط از فضای مجازی با افزایش افسردگی، کاهش تنظیم خلق‌وخو و افزایش اشتغال ذهنی مرتبط است (کلس و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین، نوجوانانی که وقت بیشتری را در فضای مجازی سپری می‌کنند، به تدریج از تعاملات اجتماعی واقعی دور شده و به ارتباطات آنلاین اولویت می‌دهند که این امر می‌تواند به انزوای اجتماعی منجر شود (توونگ و همکاران، ۲۰۱۸). در پژوهش فرجی و همکاران (۱۴۰۳) نتایج نشان می‌دهد که ترکیب روش‌های حضوری و مجازی با کاهش تصنع کاری‌های آموزش در حین نظارت به ناظران کمک می‌کند تا درک عمیق‌تری از واقعیت کلاس درس پیدا کرده و برنامه‌ریزی دقیق‌تری برای توسعه حرفه‌ای معلمان داشته باشند، ولی اجرای آموزش در بعد مجازی برای دانش‌آموزان در بستر شاد و صدا سیما باعث مشکلاتی از قبیل افت تحصیلی، کم‌خوابی، خستگی زیاد، جو خشک و کسل‌کننده آموزشی، رعایت بودجه‌بندی دروس، ارزشیابی ناکارآمد و غیره برای معلمان و دانش‌آموزان و والدین آن‌ها ایجاد کرد (علی‌پور مقدم و همکاران، ۱۴۰۲).

در ایران، همانند بسیاری از کشورهای دیگر، استفاده از فضای مجازی در میان نوجوانان به‌ویژه پس از دوران همه‌گیری کرونا، افزایش چشمگیری داشته است. این افزایش استفاده، چالش‌های جدیدی را برای خانواده‌ها و نظام آموزشی به‌همراه داشته و موجب نگرانی والدین و کارشناسان شده است (خضری و همکاران، ۱۴۰۳ و کلاته ساداتی و صبوچی گلکار، ۱۴۰۱). برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که در این دوران، میزان تعامل نوجوانان با خانواده و همسالان کاهش یافته و وابستگی آن‌ها به فضای مجازی افزایش یافته است (صفری شالی و اسلامی، ۱۴۰۲). باوجود پژوهش‌های متعدد در زمینه آثار مثبت و منفی فضای مجازی، همچنان شکاف‌های پژوهشی در بررسی

تشخیص داده شد. برای تحلیل داده‌ها، از نرم‌افزار SPSS و آزمون‌های آماری همبستگی و رگرسیون استفاده گردید.

ابزارها

ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌ای ۲۸ سؤالی بود که شامل پرسش‌نامه استفاده از فضای مجازی (۸ گویه)، پیامدهای روان‌شناختی شامل افسردگی (۵ گویه)، تنظیم خلق‌وخو (۳ گویه) و اشتغال ذهنی (۳ گویه) و همچنین پیامدهای اجتماعی شامل انزوای اجتماعی (۶ گویه) و ترجیح تعامل اجتماعی آنلاین (۳ گویه) را بررسی می‌کرد. نمره‌گذاری پرسش‌نامه بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت انجام شد. روایی ابزار با تأیید ۳ نفر از متخصصان برنامه‌درسی، روان‌شناسی و فضای مجازی تأیید شد و پایایی آن نیز با محاسبه آلفا کرون باخ بر روی ۳۰ نفر از نمونه‌های پژوهش و مقدار بالاتر از ۰/۷ تأیید شد.

یافته‌ها

در این بخش به یافته‌های توصیفی پرداخته شده‌است. در جدول (۱) نحوه پراکندگی جمعیتی پاسخ‌دهندگان از نظر میزان مهارت در استفاده از اینترنت آمده است.

پیامدهای روان‌شناختی و اجتماعی استفاده از فضای مجازی در بین دانش‌آموزان، به‌ویژه دختران مقطع متوسطه دوم، وجود دارد. از این‌رو، شناخت دقیق تأثیرات این فضا بر سلامت روان و تعاملات اجتماعی نوجوانان امری ضروری است.

در این راستا مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه بین میزان استفاده از فضای مجازی و پیامدهای روان‌شناختی (افسردگی، تنظیم خلق‌وخو و اشتغال ذهنی) و اجتماعی (انزوای اجتماعی و ترجیح تعامل اجتماعی آنلاین) در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر بابلسر انجام شده‌است. نتایج این پژوهش می‌تواند در تدوین سیاست‌های آموزشی، طراحی برنامه‌های سلامت روانی و توسعه راهکارهای پیشگیرانه برای کاهش آسیب‌های احتمالی فضای مجازی مورد استفاده قرار گیرد.

روش

این پژوهش به روش توصیفی - همبستگی انجام شده‌است. جامعه آماری شامل ۱۶۹۸ دانش‌آموز دختر مقطع متوسطه دوم شهر بابلسر بود که از میان آن‌ها ۲۶۱ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. در مجموع، ۳۴۰ پرسش‌نامه به صورت حضوری در مدارس توزیع شد که از این تعداد، ۲۹۰ پرسش‌نامه تکمیل و بازگردانده شد و پس از بررسی، ۲۶۱ پرسش‌نامه معتبر

جدول ۱. توزیع گروه نمونه از میزان مهارت در استفاده

میزان مهارت	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی معتبر
بسیار کم	۲	۰.۸	۰.۸
کم	۱۰	۳.۸	۳.۸
متوسط	۸۵	۳۲.۶	۳۲.۶
زیاد	۱۰۲	۳۹.۱	۳۹.۱
بسیار زیاد	۶۲	۲۳.۸	۲۳.۸
جمع کل	۲۶۱	۱۰۰	۱۰۰
استفاده از شبکه‌های اجتماعی			
فیس‌بوک	۸	۳.۱	۳.۱
اینستاگرام	۱۶۰	۶۱.۳	۶۱.۳
توییتر	۸	۳.۱	۳.۱
غیره	۸۵	۳۲.۶	۳۲.۶
جمع کل	۲۶۱	۱۰۰	۱۰۰
استفاده از شبکه‌های پیام‌رسان			
واتساپ	۱۹۲	۷۳.۶	۷۳.۶
تلگرام	۵۰	۱۹.۲	۱۹.۲
سروش	۳	۱.۱	۱.۱
غیره	۱۶	۶.۱	۶.۱
جمع کل	۲۶۱	۱۰۰	۱۰۰
میزان ساعت استفاده از اینترنت			
فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی معتبر	

زیر یک ساعت	۱۷	۶.۵	۶.۵
یک تا دو ساعت	۴۸	۱۸.۴	۱۸.۴
دو تا سه ساعت	۷۴	۲۸.۴	۲۸.۴
بیشتر از سه ساعت	۱۲۲	۴۶.۷	۴۶.۷
جمع کل	۲۶۱	۱۰۰	۱۰۰

بر اساس نتایج، تقریباً ۶۳ درصد پاسخ‌گویان مهارت خود را در استفاده از اینترنت بسیار زیاد و زیاد عنوان کرده‌اند. در خصوص میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی، بیشترین فراوانی مربوط به اینستاگرام با درصد فراوانی ۶۱.۳ درصد است. بیشترین فراوانی مربوط به واتساپ با درصد فراوانی ۷۳.۶ درصد است. بیشترین

میزان ساعت استفاده از اینترنت بیشتر از ۳ ساعت است. در ادامه تحلیل همبستگی مؤلفه‌های مورد مطالعه گزارش شده‌است. تحلیل همبستگی به‌منظور تعیین نوع و درجه رابطه استفاده از فضای مجازی با متغیرهای پیامدهای روانی و اجتماعی انجام گرفت.

جدول ۲. ضرایب همبستگی بین ابعاد

متغیر	افسردگی	تنظیم خلق و خو	اشتغال ذهنی	انزوای اجتماعی	ترجیح تعامل اجتماعی آنلاین	استفاده از فضای مجازی
افسردگی	۱	۰.۴۶۲	۰.۴۹۲	۰.۵۵۴	۰.۴۷۸	۰.۵۵۹
تنظیم خلق و خو	۰.۴۶۲	۱	۰.۵۷۷	۰.۵۶۲	۰.۴۳۲	۰.۵۶۳
اشتغال ذهنی	۰.۴۹۲	۰.۵۷۷	۱	۰.۶۰۳	۰.۴۸۹	۰.۶۳۳
انزوای اجتماعی	۰.۵۵۴	۰.۵۶۲	۰.۶۰۳	۱	۰.۶۴۱	۰.۵۵۹
ترجیح تعامل اجتماعی آنلاین	۰.۴۷۸	۰.۴۳۲	۰.۴۸۹	۰.۶۴۱	۱	۰.۴۴۸
استفاده از فضای مجازی	۰.۵۵۹	۰.۵۶۳	۰.۶۳۳	۰.۵۵۹	۰.۴۴۸	۱

در این بخش فرضیه‌های پژوهش از طریق رگرسیون خطی ساده مورد بررسی قرار می‌گیرند.

فرضیه اول: در دوران کرونا، فضای مجازی باعث افزایش پیامدهای روانی منفی در دانش‌آموزان شده‌است.

برای پاسخ به این فرضیه از رگرسیون خطی ساده استفاده شده‌است که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده‌است:

در جدول (۲) ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش ارائه گردیده‌است. باتوجه به اینکه تمامی ضرایب به‌دست‌آمده در بازه صفر تا مثبت یک قرار دارد، از این‌رو بین متغیرهای پژوهش رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین معنی‌داری هر یک از متغیرها از طریق آزمون رگرسیون در ادامه ارائه گردیده‌است.

بررسی فرضیه‌ها

جدول ۳. ضرایب تأثیر رگرسیون مدل فرضیه اول

مدل	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	T	Sig.	آماره هم خطی
	B	خطای استاندارد			تولرنس
(ثابت)	۰.۴۰۷	۰.۱۶۱	۲.۵۲۰	۰.۰۱۲	
فضای مجازی در افسردگی	۰.۶۳۴	۰.۰۵۸	۱۰.۸۶۳	۰.۰۰۰	۱
(ثابت)	۰.۷۸۸	۰.۲۰۴	۳.۸۶۱	۰.۰۰۰	
فضای مجازی در خلق و خو	۰.۸۰۹	۰.۰۷۴	۱۰.۹۵۴	۰.۰۰۰	۱

		(ثابت)			
		۰.۰۰۳	۰.۱۹۹	۰.۰۱۳	۰.۹۹
فضای مجازی در اشتغال ذهنی	۰.۹۴۷	۰.۰۷۲	۰.۶۶۳	۱۳.۱۵۶	۰.۰۰۰
۱	۱				

باتوجه به نتیجه به‌دست‌آمده، استفاده از فضای مجازی به میزان ۰/۵۵۹ در افسردگی، ۰/۵۶۳ در خلق‌وخو و به میزان ۰/۶۶۳ در اشتغال ذهنی دانش‌آموزان دختر نقش مثبت معناداری داشته است.

فرضیه دوم: در دوران کرونا، فضای مجازی باعث افزایش پیامدهای اجتماعی منفی در دانش‌آموزان می‌شود.

برای پاسخ به این فرضیه از رگرسیون خطی ساده استفاده شده است که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:

جدول ۴. ضرایب تأثیر رگرسیون مدل فرضیه دوم برای بعد انزوای اجتماعی

آماره هم خطی		Sig.	T	ضرایب غیراستاندارد		مدل
عامل تورم	تولرنس			خطای استاندارد	B	
وار یانس				خطای استاندارد	B	
		۰.۰۰۰	۳.۷۵۵	۰.۱۵۳	۰.۵۷۶	(ثابت)
۱	۱	۰.۰۰۰	۱۰.۸۵۹	۰.۵۵۹	۰.۶۰۱	فضای مجازی در انزوای اجتماعی
		۰.۰۰۰	۴.۳۹۷	۰.۱۶۹	۰.۷۲۷	(ثابت)
۱	۱	۰.۰۰۰	۸.۰۷۱	۰.۴۴۸	۰.۴۹۳	فضای مجازی در ترجیح تمایل اجتماعی آنلاین

تونگه و همکاران^۲ (۲۰۱۸) نشان داد که افزایش زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با افزایش علائم افسردگی و اضطراب در نوجوانان مرتبط است. علاوه بر این، استفاده از فضای مجازی می‌تواند اختلال در خواب را به‌دنبال داشته‌باشد. نور آبی ساطع‌شده از صفحه‌های نمایش می‌تواند تولید ملاتونین (هورمون خواب) را کاهش دهد و منجر به بی‌خوابی و اختلال در خواب شود. کم‌خوابی نیز یکی از عوامل شناخته‌شده در افزایش خطر افسردگی است (لونسون و همکاران^۳، ۲۰۱۶). استفاده از فضای مجازی می‌تواند به نوسانات خلقی و اختلال در تنظیم هیجانات منجر شود. یکی از دلایل این مسئله، وابستگی به تأیید اجتماعی است. کاربران شبکه‌های اجتماعی اغلب برای دریافت لایک، کامنت و تأیید دیگران تلاش می‌کنند. عدم دریافت این تأییدها می‌تواند احساس ناامیدی و کاهش خلق را در پی داشته‌باشد (شرمن و همکاران^۴، ۲۰۱۶). همچنین، مواجهه با محتوای منفی مانند اخبار ناگوار، نظرات توهین‌آمیز یا زورگویی سایبری^۵ می‌تواند به‌طور مستقیم بر خلق‌وخو افراد تأثیر بگذارد.

با توجه به نتیجه به‌دست‌آمده، استفاده از فضای مجازی به میزان ۰/۵۵۹ در انزوای اجتماعی و ۰/۴۴۸ در ترجیح تمایل اجتماعی آنلاین دانش‌آموزان دختر نقش مثبت معناداری داشته است.

نتیجه‌گیری و بحث

با توجه به عنوان پژوهش اثرات منفی استفاده دانش‌آموزان ایرانی از فضای مجازی و نتایج به‌دست‌آمده، استفاده از فضای مجازی باعث افزایش پیامدهای روانی منفی شده است و فضای مجازی با افسردگی و اشتغال ذهنی منفی رابطه معنی‌داری داشته است. در تبیین این یافته می‌توان گفت استفاده مفرط از فضای مجازی می‌تواند به افزایش علائم افسردگی منجر شود. یکی از دلایل اصلی این مسئله، مقایسه اجتماعی است. کاربران شبکه‌های اجتماعی اغلب خود را با دیگران مقایسه می‌کنند و این مقایسه‌ها معمولاً منفی هستند، زیرا افراد تمایل دارند تنها جنبه‌های مثبت زندگی خود را به نمایش بگذارند. این امر می‌تواند احساس ناکافی بودن و کاهش عزت‌نفس را در کاربران ایجاد کند (ووگل و همکاران^۱، ۲۰۱۵). همچنین، مطالعه‌ای توسط

4 . Sherman
5 . Cyberbullying

1 . Vogel
2 . Twenge
3 . Levenson

مطالعه‌ای توسط پریماک و همکاران^۱ (۲۰۱۷) نشان داد که مواجهه با محتوای منفی در شبکه‌های اجتماعی با افزایش احساس اضطراب و ناراحتی مرتبط است. علاوه بر این، استفاده از فضای مجازی می‌تواند به اشتغال ذهنی مداوم منجر شود. کاربران ممکن است به‌طور مداوم درگیر چک‌کردن پیام‌ها، نوتیفیکیشن‌ها و به‌روزرسانی‌های شبکه‌های اجتماعی باشند. این رفتار می‌تواند تمرکز افراد را کاهش دهد و باعث شود که آن‌ها نتوانند به‌طور کامل بر وظایف روزمره خود متمرکز شوند (روسن و همکاران^۲، ۲۰۱۳). همچنین، فضای مجازی می‌تواند اعتیاد رفتاری ایجاد کند. کاربران ممکن است به‌دلیل ترشح دوپامین (هورمون لذت) در پاسخ به دریافت تأیید اجتماعی، به استفاده مکرر از شبکه‌های اجتماعی وابسته شوند. این وابستگی می‌تواند به اشتغال ذهنی مداوم و کاهش توانایی کنترل رفتار منجر شود (آندرسن و همکاران^۳، ۲۰۱۶).

این یافته‌ها با پژوهش‌های پیشین همسو است که نشان می‌دهند استفاده بیش از حد از فضای مجازی می‌تواند به سلامت روانی آسیب برساند. به‌عنوان مثال، مطالعات تونگه و همکاران (۲۰۱۸) نشان دادند که افزایش زمان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با افزایش علائم افسردگی و اضطراب در نوجوانان مرتبط است. همچنین، پژوهش پریماک و همکاران (۲۰۱۷) تأکید کردند که استفاده مفرط از فضای مجازی می‌تواند منجر به اختلال در تنظیم هیجانات و افزایش اشتغال ذهنی شود علائم روانی اعتیاد به اینترنت به این صورت است که فرد هنگام استفاده و در دسترس داشتن اینترنت، احساس لذت و رضایت می‌کند و زمانی که اینترنت در دسترس او نیست دچار افسردگی و بدخلقی شده و در مورد میزان استفاده از اینترنت هم به دیگران دروغ بگوید. مارتین و شوماخر (۱۹۹۶) هم به ارتباط میان استفاده بیش‌از‌اندازه از اینترنت و تنهایی و افسردگی اشاره نموده و در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که استفاده‌کنندگان وابسته به اینترنت در مقایسه با افرادی که هیچ نشانه‌ای از وابستگی نداشتند تنها تر و افسرده‌ترند. آن‌ها از این فناوری بیشتر برای تفریح و اوقات فراغت خود استفاده می‌نمایند (پور شهریاری، ۱۳۸۶). علاوه بر پژوهش‌های ذکر شده، نتایج با پژوهش استریت فیلد (۲۰۰۰) نیز همسو است. استریت فیلد معتقد بود احتمال دارد که هیچ‌وقت استفاده‌کنندگان اینترنت از افسردگی و انزوای اجتماعی خود مطلع نشوند و یا اگر چنانچه زمانی هم اطلاع پیدا کردند آن را قبول نکنند. ولی ماهیت کار با اینترنت طوری است که باعث

غرق شدن فرد در خودش می‌شود. استفاده از اینترنت به‌صورت آشکاری می‌تواند وقت افراد را گرفته و آن‌ها را موجودی تنها و منزوی بار آورد. کاربرد نادرست و افراطی از اینترنت می‌تواند پیامدهای زیادی در زمینه‌هایی مثل بهداشت روانی، مشکلات جسمانی، تنهایی و انزوای اجتماعی، بزهکاری جنسی و اعتیاد به اینترنت داشته‌باشد. از جمله نتایج دیگر پژوهش حاضر این بود که استفاده از فضای مجازی می‌تواند با افزایش پیامدهای اجتماعی منفی هم‌جوار باشد؛ به عبارت دیگر نتایج نشان داد استفاده از فضای مجازی با پیامدهای اجتماعی مثل انزوای اجتماعی رابطه داشته است. این یافته با نتایج تحقیقات حسن‌زاده و رضایی (۱۳۸۹)، سجادیان و نادری (۱۳۸۵)، پور شهریاری، (۱۳۸۶) همسو است و با نتایج پژوهش محسنی؛ دوران و سهرابی (۱۳۸۵) همسویی ندارد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت امروزه به‌کارگیری فناوری بر روی روابط اجتماعی تأثیر زیادی گذاشته و با اختلالاتی همراه است که لازم است آسیب‌شناسی در این باره صورت گیرد. به‌کارگیری تلفن همراه باعث کم‌شدن مناسبات و روابط اجتماعی و استفاده از اینترنت به‌علت جذابیت‌های کاذب که برای نوجوانان و جوانان به وجود می‌آورد، می‌تواند آرام‌آرام آن‌ها را به خود معتاد نموده تا جایی که استفاده بیش از اندازه از اینترنت ممکن است رشد روانی، اجتماعی و عاطفی آن‌ها را به‌علت عدم تجارب معمول و گروهی با همسالان، به اختلالات رفتاری و در خود فرو رفتگی تبدیل نماید؛ بنابراین جایگزین کردن تعامل واقعی در اجتماع با استفاده زیاد از اینترنت، موجب خواهد شد ارتباطات اجتماعی و عاطفی نوجوان در دوره رشد شخصیت به‌شکل درستی تکامل پیدا نکند و افراد به‌جای والدین و همسالان خود، از شخصیت‌های بازی‌های کامپیوتری، افراد اتاق‌های گفتگو و یا از تصاویر اینترنتی الگوبرداری کنند.

با توجه به این نتایج، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های آموزشی و آگاهی‌بخشی برای دانش‌آموزان، والدین و معلمان در مورد استفاده بهینه و مدیریت‌شده از فضای مجازی تدوین و اجرا شود. همچنین، تشویق دانش‌آموزان به شرکت در فعالیت‌های اجتماعی و گروهی می‌تواند به کاهش انزوای اجتماعی و بهبود سلامت روانی آنان کمک کند. نظارت والدین بر فعالیت‌های آنلاین فرزندان و تعیین محدودیت‌های زمانی مناسب برای استفاده از اینترنت نیز می‌تواند در کاهش تأثیرات منفی فضای مجازی مؤثر باشد.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان این مقاله از تمامی شرکت‌کنندگان در این پژوهش و صمیمانه تشکر و قدردانی می‌کنند.

ملاحظات اخلاقی

در جریان اجرای این پژوهش و تهیه مقاله کلیه قوانین کشوری و اصول اخلاق حرفه‌ای مرتبط با پژوهش رعایت شده‌است.

حامی مالی

کلیه هزینه‌های پژوهش حاضر توسط نویسندگان مقاله تأمین شده‌است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است. این مقاله قبلاً در هیچ نشریه‌ای اعم از داخلی یا خارجی چاپ نشده است.

References

Abbasi, M. (2018). The impact of cyberspace and satellite use on adolescents. *good life Quarterly*, 5(16), 65–78 [In Persian]

Alipor, K, aerabsheybani, K. and bidegahimansooreieh, K. (2024). Challenges of virtual education in the days of Corona based on teachers' lived experiences. *Technology and Scholarship in Education*, 3(4), 1-12. [In Persian] [doi: 10.30473/t-edu.2024.70258.1116](https://doi.org/10.30473/t-edu.2024.70258.1116)

Anderson, M & Jiang, J. (2018). *Teens, social media & technology 2018*. Pew Research Center.

Andreassen, C. S. Torsheim, T. Brunborg, G. S & Pallesen, S. (2016). Development of a Facebook addiction scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517.

Baroon, M. (2017). Cyberspace and its damages in the family system. *Institute for Humanities and Cultural Studies*, 6(20), 79–107 [In Persian]

Chou, W. J. Huang, M. F. Chang, Y. P & et al. (2017). Social skills deficits and their association with Internet addiction and activities in adolescents with attention deficit/ hyperactivity disorder. *Journal of Behavior Addict*, 6(1), 42-52.

faraji, Z. Hosseini, S. M. and shirbagi, N. (2024). The Evolution of Educational Supervision Towards Modernization: A Qualitative Study on the Integration of Face-to-Face and Virtual Methods. *Technology and Scholarship in Education*, 4(1), 61-84.

[In Persian] [doi: 10.30473/t-edu.2024.72002.1175](https://doi.org/10.30473/t-edu.2024.72002.1175)

Ghasemzadeh, G Moharami, A Mohammadi, B & Shirvani, F. (2016). Pathology of cyberspace on students' educational performance. 5th International Conference on Psychology and Social Sciences, Tehran [In Persian]

Gholami, K. and Nosrati, M. S. (2017). Identification factors related to family supervision's styles on the internet behaviors of their offspring. *Family Counseling and Psychotherapy*, 6(1), 16-34. [In Persian]

Kalateh Sadati A, Saboohi Golkar Z. (2022). Virtual Learning and Parental Stress Experience in the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Study in Tabas City. 21 (2) :31-40 [In Persian] [URL: http://tbj.ssu.ac.ir/article-1-3327-fa.html](http://tbj.ssu.ac.ir/article-1-3327-fa.html)

Keles, B. McCrae, N & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety, and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93.

kermani mamazandi,Z. and Aboutorabi,R. (2024). The Role of Loneliness, Social Anxiety and Sensation Seeking in Predicting Students' Internet Addiction. *Social Psychology Research*, 14(55), 101-112. [In Persian] [doi: 10.22034/spr.2024.448030.1930](https://doi.org/10.22034/spr.2024.448030.1930)

- Khezri, N Chaobazi, N. Farkheh, K & Pakbaz, M. (2024). Lasting effects of the Corona era and virtual education on children and adolescents. 16th International Conference on Management and Humanities Research, Tehran [In Persian]
- Levenson, J. C. Shensa, A. Sidani, J. E. Colditz, J. B & Primack, B. A. (2016). The association between social media use and sleep disturbance among young adults. *Preventive Medicine*, 85, 36-41.
- Malekooti, N & Mohseni, F. (2023). Community-based prevention of juvenile delinquency in virtual educational environments (with emphasis on criminological findings). *Judicial Legal Perspectives Quarterly*, 28(102), 207-234 [In Persian]
- Orben, A. Dienlin, T & Przybylski, A. K. (2019). *Social media's enduring effect on adolescent life satisfaction*. Proceedings of the National Academy of Sciences, 116(21), 10226-10228.
- Primack, B. A. Shensa, A. Sidani, J. E. Whaite, E. O. Lin, L. Y. Rosen, D & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8
- Primack, B. A. Shensa, A. Sidani, J. E. Whaite, E. O. Lin, L. Y. Rosen, D & Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the U.S. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(1), 1-8.
- Porjebeli, Rubabe, Rezaie, Seyyede Samane. "Investigating the relationship between use of virtual (social) networks and family cohesion among city of Naghade families." *Sociological studies*, vol. 11, no. 38, 2018, pp. 21-42. [In Persian]
- Rosen, L. D. Whaling, K. Rab, S. Carrier, L. M & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating "iDisorders"? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254.
- Safari Shali, R & Eslami, M. (2023). Benefits and Barriers of the E-learning Experience for Students During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Social Continuity and Change (JSCC)*, 2(2), 395-414 [In Persian]
- Sherman, L. E. Payton, A. A. Hernandez, L. M. Greenfield, P. M & Dapretto, M. (2016). The power of the like in adolescence: Effects of peer influence on neural and behavioral responses to social media. *Psychological Science*, 27(7), 1027-1035.
- Twenge, J. M. Joiner, T. E. Rogers, M. L & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among U.S. adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3-17.
- Twenge, J. M. Joiner, T. E. Rogers, M. L & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among U.S. adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6(1), 3-17.
- Vogel, E. A. Rose, J. P. Roberts, L. R & Eckles, K. (2015). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 4(4), 206-222.