



پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌یی و اضطراب اجتماعی با نقش تعدیلگر جنسیت در دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی تهران  
فرشته اکبری<sup>۱</sup>، مرضیه عزیزی<sup>۲</sup>، رویا افراعی<sup>۳</sup>

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌یی و اضطراب اجتماعی با نقش تعدیلگر جنسیت در دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی تهران انجام شد. این پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. روش جمع‌آوری داده‌ها بر اساس پرسشنامه اعتیاد به گوشی هوشمند سواری (۱۳۹۲)، پرسشنامه‌ی احساس تنها‌یی کالیفرنیا- ویرایش سوم (۱۹۹۶) و پرسشنامه اضطراب اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) انجام گرفت. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرمافزار SPSS 23 در دو بخش توصیفی (انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و استباطی (همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که بین اعتیاد به تلفن همراه و احساس تنها‌یی و اضطراب اجتماعی دانشجویان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین احساس تنها‌یی و اضطراب اجتماعی، قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه در دانشجویان می‌باشد. به علاوه اینکه جنسیت دانشجویان تفاوت قابل توجهی در نتایج حاصل از پژوهش ایجاد نکرده است.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به تلفن همراه، احساس تنها‌یی، اضطراب اجتماعی

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران (نویسنده مسئول) (fereshtehakbaricha@gmail.com)

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران (psychologist.azizi@gmail.com)

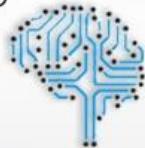
<sup>۳</sup> کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران (royaaafraee@gmail.com)



## مقدمه

در قرن حاضر گوشی‌های هوشمند به دلیل قدرت انجام عملکردهای اساسی و پیشرفت‌های رایانه‌ای به بخش جدایی‌ناپذیر از زندگی افراد در تمام سنین در سراسر جهان تبدیل شده‌اند (کرسای، شماک، متز و استویک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). در این میان دانشجویان سریع‌ترین پذیرنده‌گان تکنولوژی‌های مرتبط با گوشی‌های هوشمند، از برنامه‌های مرتبط با سرگرمی و شبکه‌های اجتماعی، دریافت و ارسال ایمیل، جستجو جو در منابع علمی، برقراری ارتباط با همکلاسی‌ها و غیره از آن بهره می‌گیرند (تامی، هارنسنام و هربگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). دانشجویان اولین پذیرنده‌گان تکنولوژی‌های جدید، بیشتر از سایر گروه‌های جامعه در معرض اعتیاد به گوشی‌های هوشمند و در نتیجه مشکلاتی مانند اختلال در سلامت جسمی، روانی و تحصیلی قرار دارند (عیسی‌نظر، نجفی، محمدی، سرلک و میرفرهادی، ۱۴۰۰). اگرچه تلفن‌های هوشمند، راحتی و امکانات زیادی به همراه آورده‌اند که از جمله‌ی آن می‌توان به امکان انتقال و دسترسی سریع اطلاعات (الخلوی، حبیب، میو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) و برقراری ارتباط، سرگرمی و آموزش (سرا، اسکالزو، جیفری، فرارا و کارسلو<sup>۴</sup>، ۲۰۲۱) اشاره کرد، اما باید به این نکته نیز توجه داشت که خطر اعتیاد به تلفن همراه، احتمال ایجاد مشکلات مرتبط با سلامت روان از جمله افسردگی (لی و اوگلو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۸)، اضطراب (کیم، لی و چو<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵) و همچنین مشکلات اجتماعی (دوان، شاو، وانگ<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) را به وجود می‌آورد. استفاده نامعقول و افراطی از گوشی همراه سبب ظهور پدیده‌ای به نام اعتیاد به گوشی همراه شده است. به طوری که در سال‌های اخیر راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی در قسمت اعتیاد غیرمواد (اختلال بازی در اینترنت)، به اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نیز پرداخته است (ابراهیم، سالیسو، پاپولا و ابراهیم<sup>۸</sup>، ۲۰۱۴). اعتیاد به گوشی‌های هوشمند جزء دسته اعتیادهای رفتاری طبقه‌بندی می‌شوند (جاشی و لین<sup>۹</sup>، ۲۰۱۳)، همانند هر اعتیاد دیگری تعریف آن شامل استفاده‌ی جبری است که سبب پیامدهای منفی برای فرد باشد (یحیی‌زاده، فلاحتی خشکناب، نوروزی و دالوندی، ۱۳۹۶). نتایج فراتحلیل در ۲۲ کشور نشاد داد که بین اعتیاد به تلفن هوشمند و احساس تنهایی رابطه معناداری وجود دارد (زانگ، لی و یو<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۰). احساس تنهایی را می‌توان نارسانی و ضعف محسوس در روابط بین فردی دانست که به نارضایتی از روابط اجتماعی منجر می‌شود. احساس تنهایی تجربه‌ای ناخواهاند مانند تفکر فرد مبنی بر متمایز بودن از دیگران است که با مشکل‌های رفتاری قابل مشاهده مانند اندوه، عصبانیت و افسردگی همراه است و ناهمخوانی بین انتظارات و آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می‌دهد و در رفتارهایی نظری اجتناب از تماس با دیگران نمود می‌یابد (جنابادی، ۱۳۹۵). احساس تنهایی می‌تواند عامل مهمی در شکل‌گیری وابستگی به تلفن هوشمند باشد (زارعی و فولادوند، ۱۴۰۰). براساس شواهد پژوهشی، افراد معتاد به تلفن هوشمند در روابط اجتماعی، خودبیگانگی را تجربه می‌کنند و از تنهایی عاطفی بالایی برخوردارند (شا، ساریسکا، ریدل، لاچمن و منتگ<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۹). اضطراب اجتماعی یکی از اختلال‌های مزمن و از شایع‌ترین اختلالات اضطرابی محسوب می‌شود که باعث بروز مشکلات طولانی‌مدت در حوزه‌های مختلف عملکرد می‌گردد (الکوزی، کوپر و کریسول<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۴). اختلال اضطراب اجتماعی به معنی ترس از تعاملات اجتماعی به ویژه با افراد ناآشنا (انجمان

<sup>1</sup> Karsay, Schmuck, Matthes & Stevic<sup>2</sup> Thomée, Härenstam & Hagberg<sup>3</sup> Al-Khlaiwi, Habib, Meo<sup>4</sup> Serra, Scalzo, Giuffrè, Ferrara & Corsello<sup>5</sup> Lee & Ogbolu<sup>6</sup> Kim, Lee, & Choi<sup>7</sup> Duan, Shao, Wang<sup>8</sup> Ibrahim, Salisu, Popoola & Ibrahim<sup>9</sup> Joshi & Lin<sup>10</sup> Zhang, Li & Yu<sup>11</sup> Sha, Sariyska, Riedl, Lachmann & Montag<sup>12</sup> Alkozei, Cooper, Creswell



روانپژوهی آمریکا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳) بوده به طوری که میزان شیوع آن در جوانان ۱۹ تا ۳۳ درصد گزارش شده است (مرکر، کراکتی، میوس و برانچ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷). فردی که اضطراب اجتماعی بالای دارد به دلیل عدم توانایی در برقراری روابط اجتماعی در دنیای حقیقی بیشتر به شبکه‌های اجتماعی مجازی روی می‌آورد و این اضطراب باعث می‌شود تا نتواند در فضای واقعی روابطی مطلوب ایجاد کند لذا با پناه آوردن به تلفن همراه به دلیل همنوایی با همسالانی که تمایل دارد در دنیای واقعی با آنها در ارتباط باشد و عضویت در شبکه‌های اجتماعی مجازی سعی در جبران روابط حقیقی ضعیف خود کرده و به تبعط وابستگی و اعتیاد به گوشی همراه در او بیشتر می‌شود (صدری، شهریاری احمدی و تجلی، ۱۴۰۰). در سال‌های اخیر اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در دانشجویان به دلیل وابستگی بیش از حد به فناوری، در حال افزایش است، بنابراین لازم است تحقیقات کاملی درباره اعتیاد به گوشی‌های هوشمند و اثرات آن بر عملکرد تحصیلی و زندگی شخصی‌شان انجام شود تا دید عمیق‌تری درباره تاثیرات اعتیاد به گوشی‌های هوشمند بر عملکرد دانشجویان به دست آید. علیرغم مطالعات متعددی پیرامون عوامل تاثیرگذار بر ایجاد اعتیاد به گوشی‌های هوشمند (جاشی و لین، ۲۰۱۳)، تحقیقات نسبتاً محدودی درباره تاثیرات روانی اجتماعی آن در دسترس است و از طرفی با گذر زمان این تکنولوژی در حال پیشرفت بوده و ورود آن به جنبه‌های گوناگون زندگی افراد نیز در حال تغییر است (لپ، لی، بارکلی و صالحی‌اصفهانی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵) بنابراین هدف انجام پژوهش حاضر، پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌یی و اضطراب اجتماعی با نقش تعدیلگر جنسیت در دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی تهران بوده است.

### روش شناسی

این پژوهش یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود. تعداد اعضا نمونه بر اساس اینکه در مطالعات همبستگی تعداد اعضا نمونه بین ۱۲۰ تا ۱۵۰ نفر کفايت می‌کند، ۱۲۰ نفر در نظر گرفته شد که با روش نمونه‌گیری در دسترس مشخص شدند (با توجه به ریزش پرسشنامه‌ها در انتهای کار، تعداد نمونه ۱۳۰ نفر در نظر گرفته شد). ابزار اندازه گیری در این پژوهش پرسشنامه اعتیاد به گوشی هوشمند سواری (۱۳۹۲)، پرسشنامه احساس تنها‌یی کالیفرنیا- ویرایش سوم (۱۹۹۶) و پرسشنامه اضطراب اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بود.

پرسشنامه اعتیاد به گوشی هوشمند سواری (۱۳۹۲): پرسشنامه‌ای اعتیاد به گوشی هوشمند را کریم سواری (۱۳۹۲) برای سنجش اعتیاد به وابستگی شدید به گوشی هوشمند تهیه کرده است. این پرسشنامه از ۱۳ سوال تشکیل می‌شود که سه عامل یا مولفه‌ی خلاقیت‌زدایی (دارای ۷ سوال)، میل‌گرایی (۳ سوال) و احساس تنها‌یی (۳ سوال) را می‌سنجد. در این پژوهش منظور اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نمره‌ای است که دانشجویان به ۱۳ سوال پرسشنامه‌ی اعتیاد به گوشی هوشمند می‌دهند، مشخصه‌های روانسنجی پرسشنامه در مطالعه سواری (۱۳۹۲) مناسب گزارش شدند. روابی پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی تاییدی (مدل سه عاملی) پرسشنامه را تایید کرد. شاخص نیکویی برازش  $.90$  بود، ضریب آلفای کرونباخ برای پایابی پرسشنامه در مطالعه حاضر  $.86$  به دست آمد که با توجه به حداقل مقدار موردتایید  $.70$  درصد میزان به دست آمده نشان از پایابی و سازگار درونی سوالات دارد. برای نمرات اعتیاد به گوشی هوشمند نمرات بین ۱۸ تا ۳۵ سطح وابستگی کم، نمرات بین ۳۶ تا ۷۲ سطح وابستگی متوسط و نمرات بین ۷۳ تا ۹۰ سطح وابستگی زیاد در نظر گرفته شد.

مقیاس احساس تنها‌یی کالیفرنیا (ویرایش سوم)<sup>۴</sup>: نسخه‌ی سوم مقیاس احساس تنها‌یی در سال ۱۹۹۶ توسط راسل ساخته شد که شامل ۲۰ سوال است. این مقیاس ۱۰ سوال مثبت دارد و بر اساس مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت

<sup>1</sup> American Psychiatric Association

<sup>2</sup> Mercer, Crocetti, Meeu & Branje

<sup>3</sup> Lepp, Li, Barkley & Salehi-Esfahani

<sup>4</sup> Loneliness Scale - Version 3



(هرگز=۱ تا همیشه=۴) نمره‌گذاری می‌شود. سوالات ۱، ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹ و ۲۰ معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه‌ی نمره کلی مقیاس ۲۰ تا ۸۰ است که نمره‌ی بالاتر بیانگر شدت بیشتر احساس تنها‌ی است. راسل (۱۹۹۶) روایی همگرایی مقیاس را از طریق همبستگی با سایر ابزارهای اندازه‌گیری احساس تنها‌ی از جمله مقیاس احساس تنها‌ی NYU<sup>۱</sup> محاسبه کرده است که در سطح مطلوب است و پایایی مقیاس به روش بازآزمایی در فاصله زمانی ۱۲ ماه را نیز ۰/۸۹ گزارش کرده است. در ایران روایی مقیاس توسط خوشدل دریاسری و همکاران (۱۳۹۸) تایید شده است و پایایی مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و با استفاده از ضریب بازآزمایی ۰/۸۹ به دست آمده است.

**پرسشنامه‌ی اضطراب اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰):** پرسشنامه‌ی اضطراب اجتماعی با هدف سنجش میزان هراس اجتماعی توسط کانور، دیویدسون، چرچیل<sup>۱</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۰ ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۱۷ آیتم و سه زیرمقیاس ترس (۶ ماده)، اجتناب (۷ ماده) و ناراحتی فیزیولوژی (۴ ماده) است. این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (اصلاً=۱، کم=۲، تاحدی=۳، زیاد=۴ و بسیارزیاد=۵) نمره‌گذاری شده است. حداقل نمره کسب شده ۱۷ و حداکثر نمره ۸۵ می‌باشد. سازندگان پایایی این مقیاس در افراد مبتلا به هراس اجتماعی ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ و همسانی درونی آن نیز در گروه‌های به هنجر برای کل مقیاس ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. اعتبار و روایی این پرسشنامه در پژوهش‌های مختلف در ایران مورد تایید قرار گرفته است. به عنوان مثال مقدار ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش بیانی، رنجبر و بیانی (۱۳۹۱) ۰/۹۶ و در پژوهش دمرچلی، کاکاوند و جلالی (۱۳۹۶) ۰/۷۶ به دست آمد.

تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم افزار SPSS در دو بخش توصیفی (انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

#### یافته‌ها

در این بخش، پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی بررسی می‌شود. بدین منظور از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد؛ اما قبل انجام محاسبات، مفروضه‌های این آزمون مورد بررسی قرار می‌گیرد.

#### بررسی مفروضه‌ها:

##### ۱- استقلال عبارت خطأ

استقلال خطاهای با استفاده از آماره دوربین - واتسون بررسی شد که این مقدار برابر با ۱.۸۵۳ محاسبه گردید.

##### ۲- آزمون همخطی

بررسی این مفروضه با استفاده از آزمون همخطی مورد بررسی قرار گرفت که مقدار ضریب تولرانس آن برای احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی برابر با ۰.۴۲۳ شد و این نشانگر این است که میزان همخطی بودن خیلی پایین است.

پس از بررسی مفروضات فوق و تایید آنها بر استفاده از رگرسیون، رگرسیون خطی بر روی داده‌ها برآش داده می‌شود که نتایج در زیر نشان داده شده است.

جدول ۱: آزمون رگرسیون اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی

| پیش‌بین                          | احساس تنها‌ی | اضطراب اجتماعی | ضریب همبستگی | مجذور ضریب همبستگی | همبستگی تعديل شده |
|----------------------------------|--------------|----------------|--------------|--------------------|-------------------|
| متغیر ملاک: اعتیاد به تلفن همراه | ۰.۷۵۴        | ۰.۵۶۸          | ۰.۵۴۳        |                    |                   |

بر اساس اطلاعات جدول بالا، رابطه بین احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به تلفن همراه برابر با ۰.۷۵۴ است؛ به

<sup>1</sup> Connor, Davidson, Churchill



عبارت دیگر، این مولفه‌ها تقریباً ۵۷ درصد از تغییرات مربوط به رضایت شغلی را تبیین می‌کنند ( $R^2 = 0.568$ ). همچنین محاسبات مربوط به آماره‌ی F نشان داد که مجذور همبستگی در سطح ۰.۰۱ معنادار است ( $F = 397$  و  $df = 2$  و  $Sig. = 0.000$ ). بروز داد بعدی رایانه تحلیل ضرایب رگرسیون مدل را نشان می‌دهد.

**جدول ۲: ضرایب اعتیاد به تلفن همراه بر اساس احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی**

| متغیر وارد شده در مدل | B    | SE   | (Beta) | t     | سطح معناداری   |
|-----------------------|------|------|--------|-------|----------------|
| (عرض از مبدأ)         | ۰.۶۴ | ۰.۲۹ | ۰.۹۰   | ۰.۰۰۰ |                |
| ضریب متغیر            | ۰.۴۱ | ۰.۱۰ | ۴.۸۰   | ۰.۰۰۰ | احساس تنها‌ی   |
| ضریب متغیر            | ۰.۳۵ | ۰.۱۳ | ۴.۰۶   | ۰.۰۰۰ | اضطراب اجتماعی |

متغیر ملاک: اعتیاد به تلفن همراه

نتایج جدول بالا حاکی از آن است که احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی پیش‌بینی کننده معنی‌دار اعتیاد به تلفن همراه هستند. بنابراین، بر اساس داده‌های موجود در جدول، می‌توان معادله رگرسیون را به شرح زیر نوشت:

$$(اضطراب اجتماعی) = ۰.۳۵ + (احساس تنها‌ی) = ۰.۴۱ + ۰.۶۴ \times \text{اعتیاد به تلفن همراه}$$

در این بخش، به منظور بررسی تفاوت میان دختر و پسر از نظر اعتیاد به تلفن همراه از آزمون تحلیل واریانس استفاده گردید. نتایج این آزمون در ادامه آمده است.

#### همگنی واریانس‌های خطاطی

جهت بررسی همگنی واریانس‌های خطاطی، از آزمون لوین استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر نشان داده شده است.

**جدول ۳: آزمون لوین برای همگنی واریانس‌های خطاطی**

| Sig.  | df2 | df1 | Levene Statistic | متغیر                |
|-------|-----|-----|------------------|----------------------|
| ۰.۶۰۷ | ۳۹۸ | ۱   | ۰.۲۶۴            | اعتیاد به تلفن همراه |

سطح معنی‌داری F حاکی از آن است که تساوی واریانس خطاطی متغیر وابسته، برقرار می‌باشد.

**جدول ۴: نتایج آزمون F**

| Sig.    | F     | درجه آزادی | مجموع مربعات | منبع       |
|---------|-------|------------|--------------|------------|
| ۰.۲۸۸   | ۱.۱۳۱ | ۴۹۹.۵۲۲    | ۱            | بین گروهی  |
| ۴۴۱.۸۰۱ | ۳۹۸   | ۱۷۵۸۳۶.۶۵۵ |              | درون گروهی |
|         | ۳۹۹   | ۱۷۶۳۳۶.۱۷۸ |              | مجموع      |

با توجه به سطح معناداری بدست آمده که بیشتر از ۰.۰۵ است می‌توان چنین استنباط کرد که فرض صفر برابر میانگین دو گروه پسران و دختران پذیرفته می‌شود. بنابراین، تفاوت قابل توجهی میان دختران و پسران از نظر میزان اعتیاد به تلفن همراه مشاهده نمی‌شود.

#### بحث و نتیجه گیری:

همانطور که در نتایج تحلیل به آن اشاره شد، بین اعتیاد به تلفن همراه با احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بدین معنا که احساس تنها‌ی و اضطراب اجتماعی توان پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه را دارند. همچنین نتایج نشان داد که تفاوت قابل توجهی میان دختران و پسران دانشجو در میزان اندازه‌گیری مولفه‌های پژوهش وجود ندارد. نتایج حاصل از این پژوهش با یافته‌های حاصل از پژوهش‌های همچون زارعی و فولادوند (۱۴۰۰)، بیدختی (۱۳۹۹)، شاه محمدزاده، شکری، زمانی‌زاد لیقوان و امیدوار (۱۳۹۳)، زانگ و همکاران (۲۰۲۰)، شا و همکاران (۲۰۱۹) همراستاست. در تبیین یافته‌ی پژوهش می‌توان گفت علت استفاده افرادی از تلفن همراه تا حدی به خاطر انگیزه‌ی افراد جهت حفظ و ارتقای روابط اجتماعی و رفع احساس تنها‌ی است. احساس تنها‌ی، فرد را با احساس خلاء غمگینی و بی‌تعلقی مواجه می‌کند و به شیوه‌های مختلف بر تعاملات اجتماعی با دیگران، نحوه‌ی زندگی و سلامت جسمانی و روانی تاثیر می‌گذارد. احساس تنها‌ی احساس ناخوشایندی

# روانشناسی



است که در نتیجه‌ی کاستی در روابط اجتماعی فرد به صورت کمی و کیفی و عدم دسترسی به روابط نزدیک و مطلوب با دیگران به وجود می‌آید (منصوریان، صلحی، ادب و لطیفی، ۱۳۹۳). اگرچه استفاده‌ی بیش از حد از تلفن همراه هوشمند، فرد را از جامعه و ارتباطات اجتماعی واقعی دور می‌کند و با حذف تعامل‌های اجتماعی و تسلط بر زندگی افراد می‌تواند موجبات احساس تنها‌ی و در نهایت افسردگی را فراهم کند. فردی که احساس تنها‌ی عاطفی را تجربه می‌کند برای پر کردن خلاء عاطفی خود و دستیابی به حمایت‌های عاطفی به محیط‌های آنلاین و استفاده‌ی افراطی از گوشی‌های هوشمند پناه می‌برد تا تنها‌ی خود را پر کند (جنابادی، ۱۳۹۵). از طرفی نیاز به بودن با دیگران و نیاز به داشتن دوستان صمیمی که بتوان هیجانات و عواطف شخصی را با آنها در میان گذاشت، یکی از نیازهای مهم و اساسی هر فردی است. افرادی که به هر دلیلی قادر به ایجاد روابط صمیمی در دنیای واقعی و با انسان‌های واقعی نیستند، چه بسا که تلاش به ایجاد ارتباط غیرانسانی و غیرواقعی نمایند. به نظر می‌رسد دنیای تکنولوژی جدید این امکان را برای برخی از افرادی که احساس تنها بودن و یا اضطراب اجتماعی دارند ایجاد کرده است تا بتوانند بر این احساس ناخوشایند از طریق فعالیت در محیط‌های ارتباطی که غالباً از طریق گوشی‌های هوشمند در دسترس است غلبه کنند (منشی، قاسمی مطلق، گواهی و مرتضوی کیاسری، ۱۳۹۴).

پژوهش حاضر چندین محدودیت داشت. گرداوری داده‌ها در این پژوهش تنها از طریق پرسشنامه که ابزاری خودگزارشی است صورت گرفته است و ممکن است برداشت شخصی در آن لحاظ شده باشد، همچنین از آنجا که در این پژوهش تنها دانشجویان دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران مورد مطالعه قرار گرفته‌اند تعیین آن به سایر دانشجویان و یا سایر جوامع باید با احتیاط صورت گیرد. از جمله پیشنهادهای پژوهش حاضر، بررسی نقش متغیرهای اثرگذار دیگر همچون ویژگی‌های شخصیتی، عملکرد خانواده و عزت نفس در ارتباط با اعتیاد به تلفن همراه است، و همچنین استفاده از پژوهش‌های کیفی و استفاده از ابزار مصاحبه در این زمینه پیشنهاد می‌شود.

## منابع

- بیانی، علی‌اصغر؛ رنجبر، منصور و بیانی، علی. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین توانایی حل مسئله‌ی اجتماعی با افسردگی و هراس اجتماعی در دانشجویان، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۲(۹۴): ۹۸-۹۱.
- بیدختی، رویا. (۱۳۹۹). پیش‌بینی بی‌موبایل هراسی بر اساس اضطراب اجتماعی و احساس تنها‌ی در نوجوانان، کنفرانس ملی پژوهش در روانشناسی، ساری
- جنابادی، حسین. (۱۳۹۵). تعیین ارتباط احساس تنها‌ی و حمایت اجتماعی با اعتیاد به تلفن همراه در دانش‌آموزان، روانشناسی مدرسه، ۵(۴): ۳۰-۷.
- خوشدل دریاسری، صفوراء؛ کردمینی، بهمن و کهرازی، فرهاد. (۱۳۹۸). رابطه احساس غربت با احساس تنها‌ی و نگرش به ارتباط با غیرهم‌جنس در دانشجویان غیربومی ساکن در خوابگاه‌های دانشگاه سیستان و بلوچستان، رویش روانشناسی، ۸(۵) دمرچلی، نسیم؛ کاکاوند، علیرضا و جلالی، محمدرضا. (۱۳۹۶). تدوین مدل ارتباط اضطراب اجتماعی با اختلال بدريختانگاری بدن: نقش میانجی ترس از ارزیابی مثبت و منفی، مطالعات روانشناسی، ۲(۱۳): ۱۳۳-۱۱۳.
- زارعی، سلمان و فولادوند، خدیجه. (۱۴۰۰). رابطه بین کارکرد خانواده و اعتیاد به تلفن هوشمند در نوجوانان در زمان همه‌گیری ویروس کرونا، نقش واسطه‌ای عزت نفس و احساس تنها‌ی: یک مطالعه‌ی توصیفی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۲۰: ۱۱۷۹-۱۱۹۴.
- شاه‌محمدزاده، یحیی؛ شکری، مهدی؛ زمانی‌زاد لیقوان، نسرین و امیدوار، عظیم. (۱۳۹۳). رابطه احساس تنها‌ی با اعتیاد به تلفن همراه، اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران



صدری، لیلا؛ شهریاری احمدی، منصوره و تجلی، پریسا. (۱۴۰۰). رابطه علی همنوایی با همسالان و مدیریت بدن با میانجی‌گری وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی، پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۴۱

عیسی‌نظر، عادله؛ نجفی، کیومرث؛ محمدی، امین؛ سرلک، کسری و میرفرهادی، نسترن. (۱۴۰۰). رابطه بین اعتیاد به گوشی‌های هوشمند با استرس و رضایت از زندگی در دانشجویان پذشکی، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، ۳۰(۲) ۳۰-۲۱.

منشئی، غلامرضا؛ قاسمی مطلق، مهدی؛ گواهی، فربیا و مرتضوی کیاسری، فاطمه. (۱۳۹۴). رابطه احساس تنها و شیوه‌های فرزندپروری با اعتیاد به تلفن همراه در دانشجویان، پژوهشنامه‌ی تربیتی، ۱۱(۴۵) ۱۱۲-۱۰۱.

منصوریان، مرتضی؛ صلحی، مهناز؛ ادب، زهره و لطیفی، مرضیه. (۱۳۹۳). رابطه وابستگی به تلفن همراه با احساس تنها و حمایت اجتماعی در دانشجویان، علوم پزشکی رازی، ۲۱(۱۲۰) ۲۱-۱۰۱.

یحیی‌زاده، سیمین؛ فلاحتی خشکناب، مسعود؛ نوروزی، کیان و دالوندی، اصغر. (۱۳۹۵). بررسی شیوع اعتیاد به تلفن هوشمند در بین دانشجویان پرستاری در دانشگاه‌های علوم پزشکی شهر تهران در سال ۱۳۹۵. پرستاری و مامایی، ۹۴

Al-Khlaiwi, T., Habib, S., S. A., Alqhtani, M., & Ogailan, A. (2020). The association of smart mobile phone usage with cognitive function impairment in Saudi adult population. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(7), 1628-1633

Alkozei, A., Cooper, P. J., & Creswell, C. (2014). "Emotional reasoning and anxiety sensitivity: Associations with social anxiety disorder in childhood". *Journal of Affective Disorders*, 152, 219-228

Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in China during the outbreak of COVID-19. *Journal of affective disorders*, 275, 112-118

Ibrahim N. A., Salisu M., Popoola A., Ibrahim T. I. (2014). Use of smartphones among medical students in the clinical years at a medical school in Sub-Saharan Africa: A pilot study, *Journal of mobile technology in medicine*, doi:10.7309/jmtm.3.2.5

Joshi N. & Lin M., (2013). The smartphone: How it is transforming medical education, patient care, and professional collaboration, *African Journal of Emergency Medicine*, 3(4): 152-154

Karsay K., Schmuck D., Matthes J., and Stevic A. (2019). Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. Nov 2019.706-713.<http://doi.org/10.1089/cyber.2019.0255>

Kim, R., Lee, K. J., & Choi, Y. J. (2015). Mobile phone overuse among elementary school students in Korea: Factors associated with mobile phone use as a behavior addiction. *Journal of addictions nursing*, 26(2), 81-85

Lee, E. J., & Ogbolu, Y. (2018). Does parental control work with smartphone addiction? A cross-sectional study of children in South Korea. *Journal of addictions nursing*, 29(2), 128-138

Lepp A., Li J., Barkley J. E., Salehi-Esfahani S. (2015). Exploring the relationships between college students' cell phone use, personality and leisure, *Computers in Human Behavior*, 43, 210-219

Mercer, N., Crocetti, E., Meeus, W., & Branje, S. (2017). "Examining the relation between adolescent social anxiety, adolescent delinquency (abstention), and emerging adulthood relationship quality". *Anxiety, Stress, & Coping*, 30(4), 428-440.

Serra, G., Lo Scalzo, L., Giuffrè, M., Ferrara, P., & Corsello, G. (2021). Smartphone use and addiction during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic: cohort study on 184 Italian children and adolescents. *Italian journal of pediatrics*, 47(1), 150-160



Sha P, Sariyska R, Riedl R, Lachmann B, Montag C. (2019). Linking internet communication and smartphone use disorder by taking a closer look at the Facebook and WhatsApp applications. *Addict Behav Rep*; 9: 100148

Thomée, S., Härenstam, A. & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults - a prospective cohort study. *BMC Public Health* 11, 66. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-66>

Zhang Y, Li S, Yu G. (2020). The relationship between loneliness and mobile phone addiction: A meta - analysis. *Adv Psychol Sci*; 28(11): 1836 -52.