دوره ۱۱، شماره ۱۵، زمستان سال ۱۴۰۰
فصلنامه ایده های نوین روانشناسی

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[۱]، مرضیه عزیزی[۲]، رویا افراعی[۳]

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 نمونه گیری 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 استنباطی (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

[۱] کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران (نویسنده مسئول) (fereshtehakbaricha@gmail.com)
[۲] کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران (psychologist.azizi@gmail.com)
[۳] کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران (royaafraee@gmail.com)

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

مقدمه

در قرن حاضر گوشی‌های هوشمند به دلیل قدرت انجام عملکردهای اساسی و پیشرفته رایانه‌ای به بخش جدایی‌ناپذیر از زندگی افراد در تمام سنین در سراسر جهان تبدیل شده‌اند (کرسای، شماک، مترز و استویک[۱]، ۲۰۱۹). در این میان دانشجویان سریع‌ترین پذیرندگان تکنولوژی‌های مرتبط با گوشی‌های هوشمند، از برنامه‌های مرتبط با سرگرمی و شبکه‌های اجتماعی، دریافت و ارسال ایمیل، جست‌وجو در منابع علمی، برقراری ارتباط با همکلاسی‌ها و غیره از آن بهره می‌گیرند (تامی، هارنستام و هربرگ[۲]، ۲۰۱۱). دانشجویان اولین پذیرندگان 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 (الخلاوی، حبیب، میو[۳] و همکاران، ۲۰۲۰) و برقراری ارتباط، سرگرمی و آموزش (سرا، اسکالزو، جیفری، فرارا و کارسلو[۴]، 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 اوگبلو[۵]، ۲۰۱۸)، اضطراب (کیم، لی و چوی[۶]، ۲۰۱۵) و همچنین مشکلات اجتماعی (دوان، شاو، وانگ[۷] 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[۸]، ۲۰۱۴). اعتیاد به گوشی‌های هوشمند جزء دسته اعتیادهای رفتاری طبقه‌بندی می‌شوند (جاشی و لین[۹]، ۲۰۱۳)، همانند هر اعتیاد دیگری تعریف آن شامل استفاده‌ی جبری است که سبب پیامدهای منفی برای فرد باشد (یحیی‌زاده، فلاحی‌خشکناب، نوروزی و دالوندی، ۱۳۹۶). نتایج فراتحلیل در ۲۲ کشور نشاد داد که بین اعتیاد به تلفن هوشمند و احساس تنهایی رابطه معناداری وجود دارد (ژانگ، لی و یو[۱۰]، ۲۰۲۰). احساس تنهایی را می‌توان نارسایی و ضعف محسوس در روابط بین فردی دانست که به نارضایتی از روابط اجتماعی منجر می‌شود. احساس تنهایی تجربه‌ای ناخوشایند 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 نظیر اجتناب از تماس با دیگران نمود می‌یابد (جناابادی، 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 منتاگ[۱۱]، 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[۱۲]، ۲۰۱۴). اختلال اضطراب اجتماعی به معنی ترس از تعاملات اجتماعی به ویژه با افراد ناآشنا (انجمن

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

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

روانپزشکی آمریکا[1]، ۲۰۱۳) بوده به طوری که میزان شیوع آن در جوانان ۱۹ تا ۳۳ درصد گزارش شده است (مرکر، کراکتی، میوس و برانج[2]، ۲۰۱۷). فردی که اضطراب اجتماعی بالایی 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 تبطع 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 درباره‌ی تاثیرات اعتیاد به گوشی های هوشمند بر عملکرد دانشجویان به دست آید. علیرغم مطالعات متعددی پیرامون عوامل تاثیرگذار بر ایجاد اعتیاد به گوشی‌های هوشمند (جاشی و لین، ۲۰۱۳)، تحقیقات نسبتا 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[3]، 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 می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود. تعداد اعضای نمونه بر اساس اینکه در مطالعات همبستگی تعداد اعضای نمونه بین ۱۲۰ تا ۱۵۰ نفر کفایت 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)، پرسشنامه‌ی احساس تنهایی کالیفرنیا- ویرایش سوم (۱۹۹۶) و پرسشنامه اضطراب اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بود.

پرسشنامه اعتیاد به گوشی هوشمند سواری (۱۳۹۲): پرسشنامه‌ی 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. روایی پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی تاییدی (مدل سه عاملی) پرسشنامه را تایید کرد. شاخص نیکویی برازش ۰/۹ بود، ضریب آلفای کرونباخ برای پایایی پرسشنامه در مطالعه حاضر ۰/۸۶ به دست آمد که با توجه به حداقل مقدار موردتایید ۷۰ درصد میزان به دست آمده نشان از پایایی 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)[4]: نسخه‌ی سوم مقیاس احساس تنهایی در سال ۱۹۹۶ توسط راسل ساخته شد که شامل ۲۰ سوال است. این مقیاس ۱۰ سوال منفی و ۱۰ سوال مثبت دارد و بر اساس مقیاس چهاردرجه‌ای لیکرت

[1] American Psychiatric Association
[2] Mercer, Crocetti, Meeu & Branje
[3] Lepp, Li, Barkley & Salehi-Esfahani
[4] Loneliness Scale - Version 3

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

(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 تنهایی است. راسل (۱۹۹۶) روایی همگرایی مقیاس را از طریق همبستگی با سایر ابزارهای اندازه‌گیری احساس تنهایی از جمله مقیاس احساس تنهایی NYU، ۰/۶۵ 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[1] و همکاران در سال ۲۰۰۰ ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۱۷ آیتم و سه زیرمقیاس ترس (۶ ماده)، اجتناب (۷ ماده) و ناراحتی فیزیولوژیی (۴ ماده) است. این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (اصلا=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 بازآزمایی این مقیاس در افراد مبتلا به هراس اجتماعی ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ و همسانی درونی آن نیز در گروه‌های به هنجار 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 پرسشنامه ها از طریق نرم افزار SPSS 23 در دو بخش توصیفی (انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

یافته ها

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

بررسی مفروضه‌ها:

۱- استقلال عبارت خطا

استقلال خطاها با استفاده از آماره دوربین ـ 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 تنهایی 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 برازش داده می‌شود که نتایج در زیر نشان داده شده است.

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

پیش‌بین	ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی	همبستگی تعدیل شده
احساس تنهایی اضطراب اجتماعی	۰.۷۵۴	۰.۵۶۸	۰.۵۴۳

متغیر ملاک: اعتیاد به تلفن همراه

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

[1] Connor, Davidson, Churchill

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

عبارت دیگر، این مولفه‌ها تقریباً ۵۷ درصد از تغییرات مربوط به رضایت شغلی را تبیین می‌کنند (R^2=۰.۵۶۸). همچنین محاسبات مربط به آماره‌ی F نشان داد که مجذور همبستگی در سطح ۰.۰۱ معنادار است (Sig. = ۰.۰۰۰، ۲ و ۳۹۷ = df و F = ۲۲.۰۴۹). برون داد بعدی رایانه تحلیل ضرایب رگرسیون مدل را نشان می دهد.

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

متغیر وارد شده در مدل	مدل	B	SE	(Beta)	t	سطح معناداری
	(عرض از مبدا)	۰.۶۴	۰.۲۹		۵.۹۰	۰.۰۰۰
احساس تنهایی	ضریب متغیر	۰.۴۱	۰.۱۰	۰.۲۷	۴.۸۰	۰.۰۰۰
اضطراب اجتماعی	ضریب متغیر	۰.۳۵	۰.۱۳	۰.۱۶	۴.۰۶	۰.۰۰۰

متغیر ملاک: اعتیاد به تلفن همراه

نتایج جدول بالا حاکی از آن است که احساس تنهایی 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:

اعتیاد به تلفن همراه = ۰.۶۴ + (احساس تنهایی) ۰.۴۱ + (اضطراب اجتماعی) ۰.۳۵

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 خطا

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

جدول ۳: آزمون لوین برای همگنی واریانس‌های خطا

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

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

جدول ۴: نتایج آزمون F

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

با توجه به سطح معناداری بدست آمده که بیشتر از ۰.۰۵ است می‌توان چنین استنباط کرد که فرض صفر برابری 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 تنهایی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بدین معنا که احساس تنهایی 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)، شاه‌محمدزاده، شکری، زمانی‌زاد لیقوان و امیدوار (۱۳۹۳)، ژانگ و همکاران (۲۰۲۰)، شا و همکاران (۲۰۱۹) همراستاست. در تبیین یافته‌ی پژوهش می‌توان گفت علت استفاده افراطی از تلفن همراه تا حدی به خاطر انگیزه‌ی افراد جهت حفظ و ارتقای روابط اجتماعی و رفع احساس تنهایی است. احساس تنهایی، 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 تنهایی احساس ناخوشایندی

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

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 تنهایی و در نهایت افسردگی را فراهم کند. فردی که احساس تنهایی 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 تنهایی خود را پر کند (جناابادی، 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 غالبا از طریق گوشی‌های هوشمند در دسترس است غلبه کنند (منشئی، قاسمی‌مطلق، گواهی و مرتضوی‌کیاسری، ۱۳۹۴).

پژوهش حاضر چندین محدودیت داشت. گردآوری 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 تعمیم 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 تنهایی در نوجوانان، کنفرانس ملی پژوهش در روانشناسی، ساری

جناابادی، حسین .(۱۳۹۵). تعیین ارتباط احساس تنهایی و حمایت اجتماعی با اعتیاد به تلفن همراه در دانش‌آموزان، روانشناسی مدرسه، ۵ (۴): ۳۰-۷

خوشدل‌دریاسری، صفورا؛ کردتمینی، بهمن و کهرازیی، فرهاد .(۱۳۹۸). رابطه احساس غربت با احساس تنهایی 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 بدریخت‌انگاری بدن: نقش میانجی ترس از ارزیابی مثبت و منفی، مطالعات روانشناختی، 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 تنهایی: یک مطالعه‌ی توصیفی، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۲۰: ۱۱۹۴-۱۱۷۹

شاه‌محمدزاده، یحیی؛ شکری، مهدی؛ زمانی‌زاد لیقوان، نسرین و امیدوار، عظیم .(۱۳۹۳). رابطه احساس تنهایی با اعتیاد به تلفن همراه، اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

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)

منشئی، غلامرضا؛ قاسمی مطلق، مهدی؛ گواهی، فریبا و مرتضوی کیاسری، فاطمه .(۱۳۹۴). رابطه احساس تنهایی 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 تنهایی و حمایت اجتماعی در دانشجویان، علوم پزشکی رازی، ۲۱ (۱۲۰)

یحیی‌زاده، سیمین؛ فلاحی‌خشکناب، 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-Sahara 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

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]

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.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-16]