

بررسی نقش واسطه ای احساس تنهایی در رابطه بین میزان استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری در نوجوانان مقطع تحصیلی متوسطه دوم شهر شیراز

ناهید حسینی^۱، فریبا تابع بردبار^۲

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور (نویسنده مسئول)

^۲ استاد گروه روان شناسی عمومی دانشگاه پیام نور

چکیده

این پژوهش به بررسی نقش واسطه ای احساس تنهایی در رابطه بین میزان استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری در نوجوانان مقطع تحصیلی متوسطه دوم شهر شیراز می پردازد. جامعه ی آماری شامل کلیه دانش آموزان مقطع دوم متوسطه ناحیه ۲ شیراز بود که با روش نمونه گیری خوشه ای تعداد ۲۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه های اعتیاد به اینترنت یانگ، احساس تنهایی راسل و سیاهه رفتاری آخنباخ (فرم خودسنجی) بود. جهت تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS و برای آزمون فرضیه ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره مطابق با مراحل بارون و کنی (۱۹۸۶) استفاده گردید. یافته های این تحقیق نشان می دهد که احساس تنهایی رابطه مستقیم و معناداری با مشکلات رفتاری داشته و در پیش بینی آن مؤثر است. همچنین احساس تنهایی نقش واسطه ای در رابطه با میزان استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریز شده ی رفتاری نوجوانان ایفا می کند و نتایج نشان داد که رابطه معناداری میان متغیرهای پژوهش بطور مستقیم و همچنین بطور غیر مستقیم با نقش واسطه ای احساس تنهایی در این پژوهش وجود دارد.

واژه های کلیدی: احساس تنهایی، فضای مجازی، مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری

مقدمه

با گسترش روزافزون استفاده از کامپیوتر و دسترسی آسان و ارزان قیمت به شرکت های فراهم کننده خدمات آنلاین، اینترنت به یکی از اصلی ترین ابزارهای علمی و تفریحی مردم جهان مبدل شده است. افزایش دستیابی به آن علاوه بر پیامدهای مثبت، نتایج منفی و ناخواسته ای را هم در پی داشته است. امروزه با گسترش دسترسی به تلفن های هوشمند، تبلت، لپ تاپ و رایانه های مختلف بخش عمده ای از وقت گروه های مختلف اجتماع به مطالعه و سرگرمی در فضای مجازی اختصاص یافته است، این واقعیت که استفاده و دسترسی به اطلاعات از رسانه های جدید بسیار مورد توجه همگان خصوصا جوانان و نوجوانان می باشد باعث ایجاد آسیب های نوپدیدی در حوضه های جسمی و روانی شده است، از جمله این آسیب ها اعتیاد به فضای مجازی و اینترنت می باشد که به عنوان اختلالی جدید در برخی افراد مشاهده می شود. برخی کاربران با استفاده افراطی از دنیای مجازی و زندگی در شبکه های اجتماعی مجازی در زمانی طولانی، چنان وابستگی شدیدی به آن پیدا می کنند که نجات آن ها از آن بسیار دشوار می نماید. به گونه ای که فرد احساس می کند مجبور است از فضای مجازی استفاده کند. فضای مجازی پایگاه یا مجموعه پایگاه هایی هستند که امکانی فراهم می آورند تا مخاطبان بتوانند علائق، اندیشه ها و فعالیت های خود را انجام دهند یا فعالیت ها را با آنان سهیم شوند. یک شبکه مجازی اجتماعی، مجموعه ای از سرویس های مبتنی بر وب است که این امکان را برای اشخاص فراهم می آورد که توصیفات عمومی یا خصوصی برای خود ایجاد کنند، با دیگر اعضای شبکه ارتباط برقرار کنند، منابع خود را با آنها به اشتراک بگذارند و از میان توصیفات عمومی دیگر افراد، برای یافتن ارتباطات جدید استفاده کنند (بوید و الیسو^۱، ۲۰۰۷، به نقل از ظروفی، ۱۳۹۸). از دیدگاه گیبسون^۲ فضای مجازی مجموع تعامل های افراد به وسیله ی رایانه و فن آوری های نوین ارتباطات بدون توجه به زمان و مکان است (ماکنعلی، ۱۳۹۵). فضای مجازی دنیایی ورای فضا و دنیای فهم و اندیشه است؛ فضایی که ما هر روز در آن دست به عمل می زنیم و با انسان ها و افکار و مکان ها و زمان هایی دیگر ملاقات می کنیم (مرادی پور، ۱۳۹۲).

احساس تنهایی، تجربه ی عاطفی ناخوشایند و پریشانی روحی مزمنی است که از تعارض های ارتباطی بین فردی و کاستی هایی در روابط اجتماعی شخص ناشی می شود، و عاملی موثر، هرچند مبهم، در بروز بسیاری از اختلالات و ناخوشی های بنیادین روانی است (سلیمی، جوکار، ۱۳۹۱). پرلمن و پیلو^۳ (۱۹۸۱) احساس تنهایی را تجربه ی ناخوشایندی می دانند که در پاسخ به نارسایی های کمی و کیفی در روابط اجتماعی پدیدار می شود (فقیه، ۱۳۹۵). همچنین ساکلفسکی و یاکولیک^۴ (۱۹۸۹) معتقدند که احساس تنهایی یک سازه ی روان شناسی مستقل از دیگر مشکلات است که خطرات منحصر به فرد خود را دارد و یک تجربه ی عاطفی ناخوشایند است که در نتیجه ی عدم انطباق بین روابط میان فردی واقعی و رفتار آرمانی شخص به وجود می آید (زارع، ۱۳۹۶). احساس تنهایی حاصل محروم ماندن از نیاز اساسی بشر به صمیمیت است، سالیوان^۵ (۱۹۵۳). این احساس نتیجه ناهمگونی درک بین موقعیت اجتماعی ایده آل و موقعیت اجتماعی موجود است که ناشی از خطاهای شناختی تلقی می شود، و ملاک احساس تنهایی تفاوت بین آرمان های فرد و داشته های وی در ایجاد صمیمیت و روابط بین

^۱ Boyd & Ellison^۲ Gibson^۳ Peplau & Perlman^۴ Saklofske & Yackulic^۵ Sullivan

فردی می باشد، که هر چه این تفاوت بیشتر باشد احساس تنهایی شدیدتر است (پیلو و پرلمن، ۱۹۸۱، به نقل از محمدی، ۱۳۹۶).

مشکلات رفتاری دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی را می توان به طور کلی به دو گروه بزرگ ولی همپوش تقسیم کرد: مشکلات رفتاری برون نمود و درون نمود. مشکلات درون نمود بیشتر متوجه خود فرد است تا دیگران، گوشه گیری، افسردگی و هراس نمونه هایی از رفتارهای درون نمود هستند (هاردمن و همکاران، ۲۰۱۸، ترجمه علیزاده و همکاران، ۱۳۹۶). برخی از کارشناسان این دسته از اختلال ها را اختلال های هیجانی می نامند، کودک یا نوجوانانی که مشکلات برون نمود نشان می دهند بیشتر رفتارهایی نشان می دهند که این رفتارها متوجه دیگران است این رفتارها شامل رفتار پرخاشگری، نافرمانی، سرکشی، رفتار آزارشی، خطرناک هستند (همان). در اغلب تعاریف بجای اصطلاح اختلال رفتاری از مفهوم "اختلال هیجانی-رفتاری" استفاده می شود و بنا به تعریف، اختلال هیجانی عبارت است از مشکلاتی که اغلب ماهیت درونی دارند و فرد در ابراز هیجان و ارتباط هیجانی در خانواده، مدرسه و محیط کار با مشکل روبرو می شود. اختلال رفتاری شامل پاسخ هیجانی یا رفتاری فرد، در محیط های متفاوت که با رفتار همسالان، قوم و فرهنگ فرد، تفاوت چشمگیری دارد (هاردمن و همکاران، ۲۰۱۸، ترجمه علیزاده و همکاران، ۱۳۹۶). شورای کودکان استثنایی تعریفی را برای اختلال های هیجانی ارائه کرده است: اختلال های هیجانی یا رفتاری به شرایطی گفته می شود که در آن پاسخ های رفتاری یا هیجانی فرد در مدرسه با هنجارهای پذیرفته شده و بر اساس سن، قومیت یا فرهنگ، تفاوت زیادی دارد به گونه ای که بر عملکرد تحصیلی آن ها در زمینه های مراقبت از خود، روابط اجتماعی، سازگاری شخصی، پیشرفت تحصیلی، رفتار کلاسی یا سازگاری شغلی اثر بگذارد (همان). همچنین مشکل رفتاری، مجموعه ای از رفتارهای دائمی و تکراری است که در آن حقوق دیگر افراد و قوانین اساسی و مهم اجتماعی رعایت نمی شود. از دیگر سو اختلال رفتاری صرفاً مشکلی اساسی در فرد است، و فقط به عنوان واکنشی در مقابل بافت اجتماعی مانند تهدید و فقر نمی باشد (مرادی کاونانی، ۱۳۹۷). نابهنجاری رفتاری و روانی، اختلالی همیشگی است که با سن شخص، تناسبی ندارد و به عدم موفقیت وی در سطح روابط اجتماعی، شغلی و تحصیلی می انجامد. همچنین میزان همه گیری این اختلال در بین دانش آموزان بالا و در حدود ۱۱ تا ۲۵ درصد است. به اعتقاد کواکز و دولین^۱ این اختلال قبل از آن که باعث آزار دیگران شود موجب ناراحتی خود فرد می شود که ریشه نابهنجاری خلقی یا هیجانی است و اثر بلند مدت بجا می گذارد (اطعمه، ۱۳۹۷).

لیم، باو و کیم^۲ (۲۰۰۴) علت تمایل افراد به فضای مجازی و کاربرد افراطی آن را بیشتر شامل افرادی می دانند که در زندگی با مسائل مختلفی روبرو هستند ولی میلی برای مقابله با آنها ندارند و حتی ترجیح می دهند با مشکلات مواجهه هم نشوند، بنابراین به استفاده ی بیش از حد از فضای مجازی رو می آورند. در این دیدگاه گروه نوجوانان در معرض بیشترین آسیب هستند. افرادی که احساس تنهایی می کنند روابط صمیمی کمتری با دیگران ایجاد می کنند و دچار مشکلات رفتاری (اعتیاد به اینترنت) می شوند (یکتافر، ۱۳۹۶). آثار سوء استفاده نابهنجار از اینترنت شامل بیمارهای جسمی (تاری دید، سردرد میگرنی و عصبی، کاهش اشتها) و اختلالات عاطفی (افسردگی، احساس تنهایی) و کاهش ارتباطات خانوادگی / اجتماعی و ضعف در مدیریت زمان و فعالیت روزمره می باشد. فضای مجازی رسانه ای قوی و تاثیر گذار است که نیازهای اساسی افراد را

^۱ Hrdman

^۲ Kwaks & Dolin

^۳ Lim, Bae & Kim

فراهم می کند و این ویژگی باعث میل افراد به فضای مجازی می گردد که این تمایل و وابستگی سبب استفاده بیشتر از آنها می شود (اکبرزاده، ۱۳۹۸).

استفاده بیش از حد از فضای مجازی و اینترنت مشکلات روانی، اجتماعی، تحصیلی و یا شغلی را در پی دارد و موجب اختلال در عملکرد مدرسه، مشکلات ارتباطی و آثار سوء روانی دوره ی نوجوانی شامل افسردگی، تنهایی، ضعف اعتماد به نفس و اضطراب است (عباسی، ۱۳۹۶). و نداشتن مهارت در برقراری ارتباط اجتماعی باعث ایجاد احساس تنهایی می شود که این احساس آن ها را به استفاده از فضای مجازی و استفاده ی نادرست و بدون محدودیت از آن سوق می دهد (یکتافر، ۱۳۹۶). در این راستا اورزاک^۹ (۱۹۹۹) طی مطالعه ای دریافت که اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال و بی نظمی و سواسی است که برخی ویژگی های آن مشابه شرایط آسیب شناسانه است. زمانی که فرد دچار اعتیاد به اینترنت شده است که دارای نشانه های خستگی زودرس، تنهایی، افسردگی و غیره باشند.

در خصوص استفاده افراطی از فضای مجازی و اینترنت و اثرات سوء آن تحقیقات متعددی انجام شده است از جمله: در تحقیقی که توسط گور، یورت، بالداک، و آتاگوز^{۱۰} (۲۰۱۴) انجام گرفته ارتباط مهمی بین میزان استفاده از فضای مجازی در بین دانش آموزان و مشکلات رفتاری مانند اختلال خواب و بی نظمی در وعده های غذایی و مشکلات روانی مانند آسیب های ناشی خستگی، پرخاشگری و خشم، تپش قلب و یا رعشه و لرزش، و ... دیده شده است، عدم دسترسی به آن، سبب کاهش روابط با خانواده و دوستان، عصبانیت، دعوا و بحث با پدر و مادر و احساس ملال و پوچی در زندگی شده است (فقیه، ۱۳۹۵). در سال ۱۹۹۶ تامپسون^{۱۱} به بررسی عوارض استفاده بیش از حد از فضای مجازی بر مردم پرداخت و ثابت کرد که اعتیاد به فضای مجازی اختلالی نو پدید است و افرادی که اعتیاد به آن دارند در حقیقت به نوظهور بودن این منبع دانش در زندگی پاسخ می دهند و نه به موارد دیگر (نگارستانی، ۱۳۹۴). در همین خصوص دکتر کولی^{۱۲} (۲۰۰۳) اظهار می دارد عاداتی متفاوت هنگامی به صورت اعتیاد در می آیند که بر دیگر بخش ها اثر منفی بگذارند. اعتیاد به فضای مجازی به دلیل نادیده گرفتن مسئولیت های اقتصادی، اجتماعی و جسمی سبب آسیب رسیدن به فرد می شود بسیاری از معتادان به اینترنت، سلامتی جسمی و روانی خود را در معرض خطر قرار می دهند و به طور میانگین حداقل در طول هفته به مدت ۳۸ ساعت در فضای مجازی زمان صرف می کنند (نگارستانی، ۱۳۹۴). با توجه به اثرات مخربی که استفاده افراطی از فضای مجازی به همراه دارد، شناخت عوامل زمینه ای ایجاد کننده ی آن بسیار مهم است. از جمله ی آن ها احساس تنهایی (عاطفی و اجتماعی) می باشد. استفاده ی بدون برنامه از این فضا همچنین می تواند برای بالندگی و رشد روانی و اجتماعی افراد مساله ساز باشد (زارع، ۱۳۹۶).

یکی از عواملی که ممکن است در نوجوانان تغییر ایجاد کند و منجر به کناره گیری آن ها از ارتباط اجتماعی و بالاخره کناره گیری از اعضای خانواده شود، استفاده زیاد از فضای مجازی و اینترنت است، و همین امر با احساس تنهایی رابطه دارد (مشایخ و برجلی، ۱۳۸۲). در تحقیق سینگلتن، آمبلس و اسمیت در سال ۲۰۱۵ به این نتیجه رسیدند که استفاده از فضای مجازی در شناخت اختلالات روانی نوجوانان حائز اهمیت است و در این مورد فیضی و عزتی در سال ۱۳۹۴ دریافتند که در

^۹ Orzak

^{۱۰} Gur, Yurt, Bulduk & Atagoz

^۱ Thompson

1

¹ Cooley

2

بین دانش آموزان متغیرهای پرخاشگری، افسردگی، اضطراب و فشارروانی، می تواند اعتیاد به اینترنت را پیش بینی کند (فقیه، ۱۳۹۵).

ایوان گلدبرگ^۳ (۱۹۹۵) اولین مرتبه از اصطلاح اختلال اعتیاد به فضای مجازی، برای معرفی و شناسایی خصایص افرادی که به دنبال استفاده از اینترنت، با مشکلاتی روبرو هستند، استفاده کرد. او اولین کسی بود که گروهی را برای حمایت از معتادان به فضای مجازی (اینترنت) تشکیل داد. اعتیاد به فضای مجازی مسأله ای است که در جامعه ها و فرهنگ های متفاوت دیده می شود. (درخشان زاده، ۱۳۹۸). یانگ (۱۹۹۸) اولین کسی بود که کاربرد غیر معمول از اینترنت را به عنوان یک مشکل رفتاری و به نام اعتیاد اینترنتی بیان نمود به عقیده او این گونه اعتیاد بخش بزرگی از رفتارها و مشکلات کنترل تکانه را شامل می شود. تعدادی از محققان استفاده ی زیاد از اینترنت را به شکل سندرمی از درگیری شدید ذهنی به اینترنت و گذران وقت زیاد برای امور برخط (آنلاین) و همچنین احساس بی حوصلگی در دنیای واقعی و مشکل در برنامه ریزی برای مدیریت زمان تعریف کرده اند (یکتافر، ۱۳۹۶).

انجمن روان پزشکی آمریکا اعتیاد به فضای مجازی را یک الگوی استفاده از اینترنت می داند که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی در طول یک دوره دو ماهه همراه می باشد و برای تشخیص آن، هفت معیار ارائه کرده است (حداقل سه معیار در طول دوماه) که عبارتند از: تحمل، نشانه ی ترک، زمان استفاده از اینترنت بیش از آنچه فرد در ابتدا قصد دارد به طول انجامد؛ تمایل مداوم برای کنترل رفتار؛ صرف وقت قابل توجه برای امور مرتبط با اینترنت؛ کاهش فعالیت های اجتماعی، شغلی و تفریحی در اثر استفاده از اینترنت؛ تداوم استفاده باوجود آگاهی از آثار منفی آن. اعتیاد به فضای مجازی، یک اختلال کنترل تکانه و الگوی ناسازگارانه استفاده از اینترنت است که منجر به ناراحتی یا اختلال بالینی قابل توجه می شود و مشکلات روان شناختی، درسی و شغلی در زندگی فرد ایجاد می کند که همه گیری آن در گروه سنی ۲۲ تا ۲۱ سال در مقایسه با سایر گروه های سنی بیشتر و چندین برابر است (درخشان زاده، ۱۳۹۸). هولمز^۴ در تعریف اعتیاد اینترنتی، استفاده طبیعی و معمولی از اینترنت را معیار قرار داد که هر گاه میزان استفاده از فضای مجازی و اینترنت کمتر از ۱۹ ساعت در هفته باشد آن استفاده بهنجار است و فردی که بیش از ۱۹ ساعت در هفته از اینترنت استفاده کند معتاد به اینترنت است (زارع، ۱۳۹۶).

دیدگاه استفاده و خشنودی در مورد فضای مجازی بنیان کار خود را نیاز کاربران به رسانه ها و فعال بودن آن ها قرار می دهد. این دیدگاه اولین بار توسط الیهو کاتز^۵ (۱۹۵۹) بیان شد و پرسش کلیدی "مردم با رسانه ها چه می کنند" در کنار سؤال پیشین "رسانه ها با مردم چه می کنند" مورد توجه قرار داد. در این نظریه مخاطب فعال است و قسمت اساسی استفاده از فضای مجازی را به هدف خود اختصاص می دهد و بر اساس رضایتی که از رسانه و فضای مجازی دارد، از آن استفاده می کند. فعال بودن یک مخاطب قبل از هر چیز، به انگیزه صریح و مؤکد او در انتخاب محتوا و برنامه های مورد نظر ارتباط دارد. مردم برای دستیابی به آسایش، سازش، هدایت، اطلاعات و شکل گیری هویت شخصی، از رسانه ها استفاده می کنند. مخاطبان اغلب به صورت پویا، در جستجوی محتوایی هستند که رضایت بیشتری برای آن ها فراهم کند که ملاک این خشنودی به

^۳Ivan Goldberg

^۴Holmes

^۵Elihu Katz

نیازها و علایق فرد ارتباط دارد (بشارتی فرد، ۱۳۹۷). این رویکرد مشخص می کند که وسایل ارتباط اجتماعی چه کاربردی برای مخاطبان دارد.

استفاده از رسانه به نیازها، آرزوها، نگرش ها یا انگیزه های فرد فرد مخاطبان بستگی دارد. یکی از نیازهایی که مخاطبان به رسانه روی می آورد نیازهای اجتماعی که تعامل و گفت و گو با دیگر افراد است. افراد معتاد به فضای مجازی به دنبال روابطی فراتر از تعامل اجتماعی دنیای واقعی هستند و به دنیای مجازی گرایش دارند. این محیط موجب خشنودی و در عین حال اعتیاد افراد می شود. به عنوان مثال محیط چت و اتاق گفت و گو باعث می شود فرد معتاد دوباره به فضای مجازی روی بیاورد (نگارستانی، ۱۳۹۴).

در این زمینه نظریه دو جهانی شدن به ظهور جهان مجازی به همراه جهان فیزیکی اشاره دارد که شامل پنج دسته است:

۱. جهان فیزیکی – مجازی در ارتباطات انسانی به منظور رهایی از تعامل انسانی در حیطه ی زمان و مکان فیزیکی به سبب توسعه ی استفاده از ابزارهای فناوری ارتباطات.

۲. فیزیکی مجازی شدن زمان به صورت تغییر زمان در جهان دو فضایی.

۳. فیزیکی مجازی شدن کار به معنی تبعیت کار از منطق عددی علی رغم کار فیزیکی منعکس دهنده ی زمان انجام کار، که به ارزش کامل زمان می گردد.

۴. فیزیکی مجازی شدن فرهنگی با هدف جدا شدن فرهنگ از ویژگی های مربوط به جغرافیا و بهره مندی فرهنگ از خصوصیات سرعت و حرکات شتابان و لحظه ای.

۵. فیزیکی مجازی شدن تعلقات و وابستگی ها به منظور ایجاد ظرفیتی به وسعت تمام جهان برای حرکت جمعیت و علایق فرهنگی و اجتماعی.

دو فضایی در همه ابعاد زندگی انسان احاطه دارد و افراد مدام در برابر ارتباطات جدید هستند. کاربران شبکه های اجتماعی در فضای دو جهانی شده در مقابل تغییر نمادهای فرهنگی مرتبط با سبک زندگی هستند و اثرات این شبکه اجتماعی در نوع تعامل و خصایص دنیای مجازی و همچنین زندگی در جهان واقعی دیده می شوند (بشارتی فرد، ۱۳۹۷).

روش تحقیق

پژوهش حاضر با هدف کاربردی و روش آن از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش آموزان دختر و پسر مشغول به تحصیل در مقطع متوسطه دوم ناحیه دو شهرستان شیراز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بود و حجم نمونه ۲۵۰ نفر از دانش آموز که از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای استفاده شده بود. روش انتخاب به این صورت بود که ابتدا از بین نواحی چهارگانه آموزش و پرورش شهرستان شیراز، به صورت تصادفی ناحیه دو انتخاب شد و از این ناحیه، دو دبیرستان دخترانه و پسرانه تعیین شد که در ادامه از این دو دبیرستان کلاس هایی به صورت تصادفی انتخاب شد و اطلاعات جمع آوری گردید.

ابزار پژوهش

پرسشنامه استفاده از فضای مجازی: این پرسشنامه به وسیله یانگ (۱۹۹۶) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۲۰ سوال است که به صورت لیکرت نمره گذاری شده است که شامل ۵ درجه است؛ به ندرت- ۱، گاهی اوقات- ۲، اغلب- ۳، بیشتر

اوقات-۴ و همیشه-۵. و نمره کلی آزمون بین ۲۰ تا ۱۰۰ متغیر است، که نمره بین ۲۰ تا ۳۹ وابستگی متوسط، ۴۰ تا ۶۹ وابستگی زیاد و ۷۰ تا ۱۰۰ وابستگی شدید تعبیر می شود (یکتافر، ۱۳۹۶).

روایی و پایایی:

در مطالعه یانگ و همکاران، اعتبار درونی پرسشنامه بالاتر از ۹۲٪ عنوان شد و اعتبار به روش بازآزمایی هم معنادار ذکر شده است و دارای روایی سازه، همگرا و تشخیصی بالایی است (محمدی، ۱۳۹۶). این پرسشنامه استاندارد است و روایی و پایایی آن در مطالعات قبلی با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده است. نسخه فارسی این مقیاس در ایران مورد استفاده قرار گرفته و ناستی زایی پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و قاسم زاده (۱۳۸۶) با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ تأیید کرده اند (ندرآبادی، ۱۳۹۷).

پرسشنامه احساس تنهایی راسل (UCLA)

مقیاس احساس تنهایی UCLA به عنوان اولین آزمون احساس تنهایی در سال ۱۹۷۸ توسط راسل، پیلا و فرگوسن در دانشگاه کالیفرنیا ابداع شد و این پرسشنامه شامل ۲۰ سؤال و به صورت چهار گزینه ای، ۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت است. که گزینه هرگز نمره ۱، بندرت نمره ۲، گاهی نمره ۳ و همیشه نمره ۴ دارد و دامنه ی امتیازها بین ۲۰ تا ۸۰ است بنابراین میانگین نمره ۵۰ است و نمرات بالاتر از میانگین شدت بیشتر تنهایی را نشان می دهد (کاکاوند، نیک اختر و سرداری پور، ۱۳۹۶).

روایی و پایایی:

پایایی مقیاس به روش بازآزمایی توسط راسل، پیلا و فرگوسن ۰/۸۹ گزارش شد و در نسخه جدید ضریب الفای کرونباخ ۰/۷۸ عنوان شد. همچنین راسل و همکاران (۱۹۸۰) ضریب همبستگی درونی این آزمون را ۰/۹۴ گزارش کردند. نسخه فارسی این پرسشنامه در ایران بکار گرفته شد و در پژوهش داورپناه ضریب همسانی برابر ۰/۷۸ گزارش شد و در تحقیق رحیمزاده و همکاران این ضریب آلفای کرونباخ با ۰/۸۳ تأیید شد (محمدی، ۱۳۹۶).

پرسشنامه سیاهه رفتاری آخنباخ

فرم خود سنجی نوجوانان : (YSR) سیاهه رفتاری کودک توسط آخنباخ (۱۹۶۶-۱۹۹۱) ساخته شد که دارای دو قسمت قابلیت ها - توانایی ها و مشکلات رفتاری - هیجانی است که اطلاعات را بر اساس سه منبع کودک، والدین و معلم ارزیابی می کند (شکوهی یکتا و کاکابرایی، ۱۳۹۶). مقیاس فرم خود گزارش دهی که برای سنجش مشکلات رفتاری نوجوانان ۱۱ تا ۱۸ سال است و دارای ۱۱۲ سؤال می باشد که شامل بخش توانایی ها که چهار قسمت فعالیت ها، عملکرد تحصیلی، کار آمدی اجتماعی و شایستگی کلی است و بخش اختلال رفتاری که ۹ خرده مقیاس دارد؛ ۱- اضطراب/ افسردگی، ۲- گوشه گیری / افسردگی، ۳- شکایت بدنی، ۴- مشکلات اجتماعی، ۵- مشکلات تفکر، ۶- مشکلات توجه، ۷- رفتار قانون شکنی، ۸- رفتار پرخاشگری و ۹- سایر مشکلات رفتاری که جزء هیچ یک از سندرم های بالا نیست، مانند مشکل غذا خوردن، نافرمانی، ناخن جویدن، کابوس، پرخوری، اضافه وزن، رفتار به شیوه جنس مخالف، کم خوری، ترس از مدرسه می باشد. این پرسشنامه در مقیاس سه لیکرتی، درست نیست (۰) تا حدی درست است (۱) و کاملاً درست است (۲) نمره گذاری می شود (صدری، درخشان و جلالی، ۱۳۹۶).

روایی و پایایی:

آخنباخ و رسکورا (۲۰۱۰) روایی آزمون را با روش تحلیل عاملی و شیوه ی مؤلفه های اصلی تأیید کردند و پایایی مقیاس را با آلفای کرونباخ ۰/۵۹ تا ۰/۸۶ و پایایی بازآزمایی آن را ۰/۹۱ گزارش کردند (اشکان و همکاران، ۱۳۹۳). در ایران کاکابرای، حبیبی عسگرآباد و فدایی(۱۳۸۶) میزان اعتبار این مقیاس را با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ و میزان دو نیمه کردن را ۰/۸۲ تأیید کردند (صدری، درخشان و جلالی، ۱۳۹۶) .

روش اجرای تحقیق

پس از درخواست وکسب اجازه از مسئولین و مدیران برای اجرای پژوهش و توزیع پرسشنامه در بین دانش آموزان، در مدارس دخترانه، محقق و در مدارس پسرانه نماینده ی محقق هماهنگی لازم را انجام داد و با همکاری مدیر و معلمان، با توجه به شیوع ویروس کرونا و تعطیلی مدارس، پس از تشکیل برخی کلاس ها به صورت حضوری، با انتخاب تصادفی کلاس هایی که به صورت حضوری تشکیل می شدند و با رعایت فاصله اجتماعی و پروتکل های بهداشتی شامل استفاده از ماسک و دستکش توسط دانش آموزان اجرای پژوهش صورت گرفت. قبل از ارائه پرسشنامه، توضیحاتی درباره ی ضرورت همکاری، صداقت و شفافیت در جواب دادن به پرسش ها داده شد. همچنین گفته شد که نیازی به ذکر نام و مشخصات نیست و اطلاعات و پاسخ آنها به صورت محرمانه خواهد ماند.

یافته های تحقیق

یافته های توصیفی

➤ بررسی نمونه آماری بر اساس سن

جدول ۱: توزیع حجم نمونه آماری بر اساس سن

سن (سال)	فراوانی	درصد
۱۵	۲۰	۸/۰۰
۱۶	۵۵	۲۲/۰۰
۱۷	۶۷	۲۶/۸
۱۸	۱۰۸	۴۳/۲
کل	۲۵۰	۱۰۰

با توجه به جدول فوق از ۲۵۰ نفر افراد نمونه، ۲۰ نفر (۸/۰ درصد) سن ۱۵ سال، ۵۵ نفر (۲۲/۰۰ درصد) ۱۶ سال، ۶۷ نفر (۲۶/۸ درصد) سن ۱۷ سال و ۱۰۸ نفر (۴۳/۲ درصد) ۱۸ سال سن داشته اند.

➤ بررسی نمونه آماری بر اساس جنسیت

جدول ۲: توزیع حجم نمونه آماری بر اساس جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد
پسر	۱۲۸	۵۱/۲
دختر	۱۲۲	۴۸/۸
کل	۲۵۰	۱۰۰

با توجه به جدول فوق از ۲۵۰ نفر افراد نمونه، ۱۲۸ نفر (۵۱/۲ درصد) را پسران و ۱۲۲ نفر (۴۸/۸ درصد) را دختران به خود اختصاص داده اند.

یافته های استنباطی

➤ بررسی نرمال بودن نمرات متغیر های پژوهش:

جدول ۳: بررسی نرمال بودن متغیر های پژوهش

متغیر	آزمون کولموگروف- اسمیرنوف		
	تعداد	آماره	سطح معناداری
احساس تنهایی	۲۵۰	۰/۹۰۷	۰/۳
استفاده از فضای مجازی	۲۵۰	۱/۲۲	۰/۰۹
مشکلات درون ریز	۲۵۰	۱/۰۱	۰/۱
مشکلات برون ریز	۲۵۰	۰/۸۱۹	۰/۵

با توجه به جدول فوق می توان متوجه شد که سطوح معناداری از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) بیشتر است لذا آزمون های نرمالیتی این متغیر معنادار نیست. بنابراین فرضیه نرمال بودن تایید می شود. ($P\text{-Value} > 0/05$). بنابراین برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون های پارامتری استفاده می شود.

➤ بررسی ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش (استفاده از فضای مجازی، مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری و احساس تنهایی):

برای بررسی رابطه بین متغیرها از ماتریس همبستگی استفاده شده است.
جدول ۴: ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیر های پژوهش را نشان می دهد.

جدول ۴: ماتریس ضرایب همبستگی صفر مرتبه بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
(۱) احساس تنهایی	۱			
(۲) استفاده از فضای مجازی	۰/۳۲۹**	۱		
(۳) مشکلات درون ریز	۰/۳۸۷**	۰/۲۸۹**	۱	
(۴) مشکلات برون ریز	۰/۳۶۴**	۰/۲۳۹**	۰/۶۹۸**	۱

۰/۰۵ $P \leq$ * ۰/۰۱ $P \leq$ **

بر اساس اطلاعات جدول ۴ می توان متوجه شد که:

- بین استفاده از فضای مجازی و احساس تنهایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/329$ ، $p < 0/01$).
- بین مشکلات درون ریز و احساس تنهایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/387$ ، $p < 0/01$).
- بین مشکلات درون ریز و استفاده از فضای مجازی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/289$ ، $p < 0/01$).
- بین مشکلات برون ریز و احساس تنهایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/364$ ، $p < 0/01$).

بین مشکلات برون ریز و استفاده از فضای مجازی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/239$ ، $p < 0/01$).
 بین مشکلات درون ریز و برون ریز رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($r = 0/698$ ، $p < 0/01$).

فرضیه اصلی: میزان استفاده از فضای مجازی بر مشکلات درون ریز و برون ریزی شده رفتاری در نوجوانان دختر و پسر تاثیر مستقیم دارد.

برای پاسخگویی به فرضیه نقش واسطه ای پژوهش، از رگرسیون چندگانه به صورت همزمان مطابق با مراحل بارون و کنی (۱۹۸۶) استفاده شد. بر اساس این روش، بررسی نقش واسطه ای یک متغیر در ارتباط بین دو متغیر دیگر شامل مراحل ذیل می باشد، این مراحل عبارتند از:

- در مرحله اول، ضرایب مسیر مستقیم بین متغیر برونزا و درونزا مدل بررسی می شود.
- در مرحله دوم، ضرایب مسیر مستقیم از متغیر برون به متغیر واسطه ای بررسی می شود.
- در مرحله سوم، ضرایب مسیر مستقیم از متغیر واسطه ای به متغیر درونزا بررسی می شود.
- در مرحله چهارم، ضرایب مسیر درونزا قبل و بعد از اضافه کردن متغیر واسطه ای مقایسه می شود.

کاهش معنادار ضرایب مستقیم بعد از گنجانیدن متغیر واسطه گر، ملاک اصلی مؤید وجود اثر واسطه ای است. در این پژوهش استفاده از فضای مجازی به عنوان متغیر برونزا (مستقل)، مشکلات رفتاری به عنوان متغیر درونزا (وابسته) و احساس تنهایی به عنوان متغیر واسطه ای در نظر گرفته می شود. این مراحل عبارتند از:

- رگرسیون همزمان استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات رفتاری .
- رگرسیون همزمان استفاده از فضای مجازی بر روی احساس تنهایی .
- رگرسیون همزمان احساس تنهایی بر روی مشکلات رفتاری .
- رگرسیون همزمان احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات رفتاری.

فرضیه اول: ضرایب مسیر مستقیم بین متغیر برونزا (استفاده از فضای مجازی) و درونزا (مشکلات رفتاری) مدل بررسی می شود.

در این مرحله استفاده از فضای مجازی در پیش بینی مشکلات رفتاری مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ۵ آورده شده است.

جدول ۵: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری

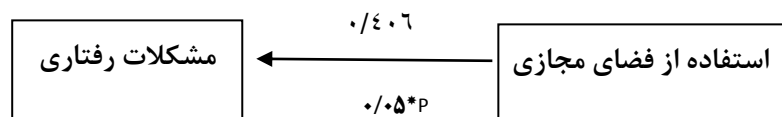
الگو	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R ²	تعدیل شده R	p
رگرسیون	۳۱۲۲۰/۰۸۲	۱	۳۱۲۲۰/۰۸۲	۴۹/۰۴	۰/۴۰۶	۰/۱۶	۰/۱۶	۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۱۵۷۸۷۳/۹۵۴	۲۴۸	۶۳۶/۵۸۹					
کل	۱۸۹۰۹۴/۰۳۶	۲۴۹						

همانگونه که نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد میزان $F(49/04)$ معنی‌دار گردیده ($p < 0/01$) و ضریب R تعدیل شده برابر با $0/16$ معادل $16/00$ درصد از واریانس مشکلات رفتاری توسط استفاده از فضای مجازی تبیین می‌شود. و برای بررسی سهم آن، در جدول ۶ نتایج ضرایب رگرسیون آمده است.

جدول ۶: مشخصه آماری رگرسیون، استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات رفتاری

مشکلات رفتاری					متغیر پیش بین
p	t	β	خطای استاندارد	B	
0/0001	9/3		4/556	42/434	مقدار ثابت
0/0001	7/003	0/406	0/1	0/698	استفاده از فضای مجازی

از مقایسه ضریب رگرسیون مشاهده می‌گردد که، استفاده از فضای مجازی رابطه مستقیم و معنادار ($\beta = 0/406$ ، $p < 0/0001$)، با مشکلات رفتاری داشته و در پیش بینی آن مؤثر بوده است. یافته های این تحلیل رگرسیونی در شکل ۱ آورده شده است.



شکل ۱: بررسی رابطه متغیر برون زاد اولیه استفاده از فضای مجازی با متغیر درون زاد نهایی مشکلات رفتاری

مرحله دوم: ضرایب مسیر مستقیم از متغیر برون زا (استفاده از فضای مجازی) به متغیر واسطه‌ای (احساس تنهایی) بررسی می‌شود.

در این مرحله استفاده از فضای مجازی در پیش بینی احساس تنهایی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ۷ آورده شده است.

جدول ۷: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون استفاده از فضای مجازی بر روی احساس تنهایی

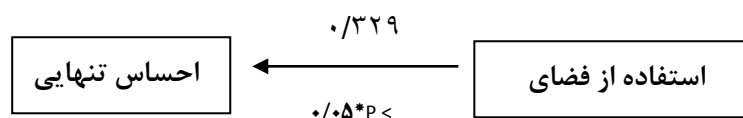
الگو	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	R	R ²	تعدیل شده R	P
رگرسیون	3370/709	1	3370/709					
باقیمانده	2770/075	248	111/694	30/1	0/329	0/11	0/11	0/0001
کل	3170/784	249						

همانگونه که نتایج جدول ۷ نشان می دهد میزان $F(30/1)$ معنی دار گردیده ($p < 0/01$) و ضریب R تعدیل شده برابر با $0/11$ معادل $11/00$ درصد از واریانس تنهایی توسط استفاده از فضای مجازی تبیین می شود. برای بررسی سهم آن، در جدول ۸ نتایج ضرایب رگرسیون آمده است.

جدول ۸: مشخصه آماری رگرسیون، استفاده از فضای مجازی بر روی احساس تنهایی

متغیر پیش بین	تنهایی			
	B	خطای استاندارد	β	t
مقدار ثابت	۳۷/۹۸۹	۱/۹۰۷		۱۹/۹
استفاده از فضای مجازی	۰/۲۲۹	۰/۰۴۲	۰/۳۲۹	۵/۴
				p
				۰/۰۰۰۱
				۰/۰۰۰۱

از مقایسه ضریب رگرسیون مشاهده می گردد که، استفاده از فضای مجازی رابطه مستقیم و معنادار ($\beta = 0/329$) با احساس تنهایی داشته و در پیش بینی آن مؤثر بوده است. ($p < 0/0001$)



شکل ۲: بررسی رابطه متغیر برون زاد اولیه استفاده از فضای مجازی با متغیر واسطه ای احساس تنهایی

فرضیه دوم: ضرایب مسیر مستقیم از متغیر واسطه ای (احساس تنهایی) به متغیر درونزا (مشکلات رفتاری) بررسی می شود.

در این مرحله استفاده از فضای مجازی در پیش بینی تنهایی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ۹ آورده شده است.

جدول ۹: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون احساس تنهایی بر روی مشکلات رفتاری

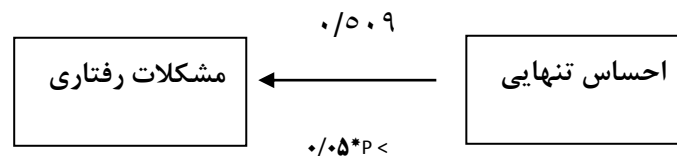
الگو	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R ²	R تعدیل شده	P
رگرسیون	۴۹۰۴۳/۵۷۸	۱	۴۹۰۴۳/۵۷۸	۸۶/۸	۰/۵۰۹	۰/۲۶	۰/۲۵	۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۱۴۰۰۵/۴۵۸	۲۴۸	۵۶۴/۷۲					
کل	۱۸۹۰۹۴/۰۳۶	۲۴۹						

همانگونه که نتایج جدول ۹ نشان می دهد میزان $F (۸۶/۸)$ معنی دار گردیده ($p < ۰/۰۱$) و ضریب R تعدیل شده برابر با $۰/۲۵$ معادل $۲۵/۰۰$ درصد از واریانس مشکلات رفتاری توسط احساس تنهایی تبیین می شود. برای بررسی اینکه سهم آن به چه میزان است، در جدول ۱۰ نتایج ضرایب رگرسیون آمده است.

جدول ۱۰: مشخصه آماری رگرسیون، احساس تنهایی بر روی مشکلات رفتاری

مشکلات رفتاری					متغیر پیش بین
p	t	β	خطای استاندارد	B	
۰/۰۶	۱/۸		۶/۶۱۸	۱۲/۲۵۲	مقدار ثابت
۰/۰۰۰۱	۹/۳	۰/۵۰۹	۰/۱۳۵	۱/۲۶۵	تنهایی

از مقایسه ضریب رگرسیون مشاهده می گردد که، احساس تنهایی رابطه مستقیم و معنادار ($\beta = ۰/۵۰۹$, $p < ۰/۰۰۰۱$) با مشکلات رفتاری داشته و در پیش بینی آن مؤثر بوده است.



شکل ۳: بررسی رابطه متغیر واسطه ای تنهایی با متغیر درون زا مشکلات رفتاری

فرضیه سوم: ضرایب مسیر درون زا قبل و بعد از اضافه کردن متغیر واسطه ای مقایسه می شود.

➤ رگرسیون همزمان احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری.



برای بررسی نقش واسطه ای مطابق نظر بارون و کنی، از رگرسیون چندگانه (به شیوه همزمان) استفاده گردید. بدین صورت که متغیر واسطه ای احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی که هر دو متغیر به عنوان متغیر پیش بین می باشند، بر روی متغیر مشکلات رفتاری به عنوان متغیر ملاک وارد الگو گردیده تا بتوان بررسی کرد که چه میزان متغیر مشکلات رفتاری توسط این دو متغیر تبیین می شوند.

در این مرحله احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی در پیش بینی مشکلات رفتاری مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ۱۱ آورده شده است.

جدول ۱۱: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات رفتاری

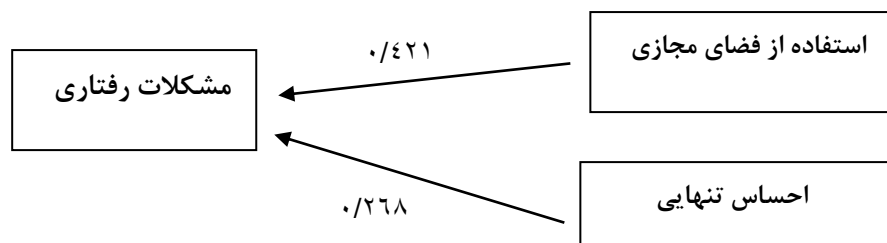
الگو	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	R	R ²	تعدیل شده R	p
رگرسیون	۶۱۱۱۷/۵۶۸	۲	۳۰۵۵۸/۷۸۴	۵۸/۹۸	۰/۵۶۹	۰/۳۲	۰/۳۱	۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۱۲۷۹۷۶/۴۶۸	۲۴۷	۵۱۸/۱۲۳					
کل	۱۸۹۰۹۴/۰۳۶	۲۴۹						

همانگونه که نتایج جدول ۱۱ نشان می دهد میزان F (۵۸/۹۸) معنی دار گردیده ($p < ۰/۰۱$) و ضریب R تعدیل شده برابر با ۰/۳۱ معادل ۳۱/۰۰ درصد از واریانس مشکلات رفتاری توسط احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی تبیین می شود. برای بررسی اینکه سهم هر یک از متغیرها به چه میزان است، در جدول ۱۲ نتایج ضرایب رگرسیون آمده است.

جدول ۱۲: مشخصه آماری رگرسیون، احساس تنهایی و استفاده از فضای مجازی بر روی مشکلات رفتاری

تنهایی و استفاده از اینترنت					متغیر پیش بین
p	t	β	خطای استاندارد	B	
۰/۶	۰/۴۴۸		۶/۶۲۵	۲/۹۶۷	مقدار ثابت
۰/۰۰۰۱	۷/۵	۰/۴۲۱	۰/۱۳۷	۱/۰۳۹	فضای مجازی
۰/۰۰۰۱	۴/۸	۰/۲۶۸	۰/۰۹۵	۰/۴۶۰	احساس تنهایی

از مقایسه ضریب رگرسیون مشاهده می گردد که، استفاده از فضای مجازی رابطه مستقیم و معنادار ($\beta = ۰/۴۲۱$ ، $p < ۰/۰۰۰۱$) با مشکلات رفتاری داشته و ویژگی تنهایی رابطه مستقیم و معنادار ($\beta = ۰/۲۶۸$ ، $p < ۰/۰۰۰۱$) با مشکلات رفتاری داشته و هر دو متغیر در پیش بینی آن مؤثر بوده اند.



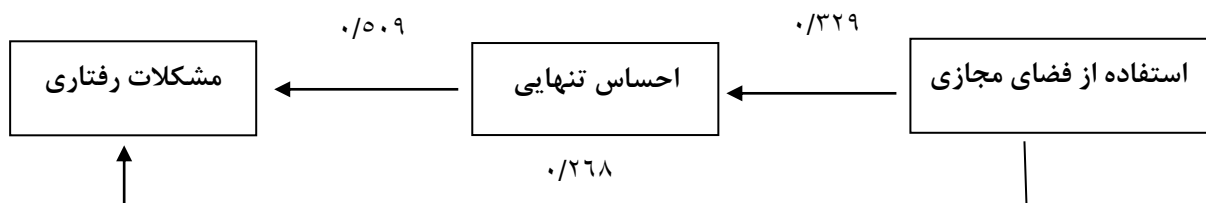
شکل ۴: بررسی رابطه متغیر درون زا (مشکلات رفتاری) قبل و بعد از اضافه کردن متغیر واسطه ای (تنهایی)

بررسی تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پیش بین بر مشکلات رفتاری با توجه به مدل ساختاری به منظور روشن شدن بهتر و بررسی نقش واسطه ای احساس تنهایی در جداول زیر اثر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پیش بین بر مشکلات رفتاری آمده است.

جدول ۱۳: جمع اثرات مستقیم، اثرات غیرمستقیم و اثر کل استفاده از فضای مجازی و احساس تنهایی به روی مشکلات رفتاری

متغیر ها	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
استفاده از فضای مجازی	۰/۴۰۶	۰/۲۶۸	۰/۶۷۴
احساس تنهایی	۰/۵۰۹	---	

با بررسی و مقایسه میزان ضرایب رگرسیون از مرحله اول تا مرحله سوم می توان متوجه شد که ضرایب از حالت مستقیم (۰/۴۰۶ و ۰/۵۰۹) به غیر مستقیم (۰/۲۶۸) کاهش داشته است و با توجه به شرط بیان شده (کاهش معنادار ضرایب مستقیم بعد از گنجاندن متغیر واسطه گر، ملاک اصلی مؤید وجود اثر واسطه ای است) می توان نتیجه گیری کرد که نقش واسطه گری احساس تنهایی در ارتباط بین استفاده از فضای مجازی و مشکلات رفتاری مورد تأیید قرار می گردد.



شکل ۵: بررسی مدل نهایی بین تمامی متغیر ها

بحث و نتیجه گیری

فرضیه اول: میزان استفاده از فضای مجازی بر مشکلات درون ریز و برون ریزی شده رفتاری در نوجوانان دختر و پسر تاثیر مستقیم دارد.

همان گونه که در جدول ۵ و ۶ ملاحظه شد بین متغیر میزان استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریز همبستگی معناداری وجود داشت و ضرایب بتا نیز نشان داد که استفاده از فضای مجازی می تواند در افزایش مشکلات رفتاری درون ریز و برون ریز تاثیر مثبت داشته باشد. و این یافته های همسو با پژوهش کایرا و همکاران (۲۰۱۹) با عنوان "ارتباط بین زمان استفاده شده از رسانه اجتماعی و مشکلات رفتاری درون ریز و برون ریز شده در بین نوجوانان آمریکا"، غفاری و یگانه (۱۳۹۸) در تحقیق رابطه ی پر خاشگری، افسردگی و اعتیاد به اینترنت در نوجوانان شهر تهران، صادقیان (۱۳۹۴) با عنوان "پیش بینی هوش هیجانی بر اساس وابستگی به شبکه های اجتماعی و احساس تنهایی در نوجوانان"، سلیمی، جوکار و نیک پور (۱۳۸۸) با عنوان "ارتباط اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت" باشد.

در تبیین یافته های پژوهش می توان گفت که تاثیر استفاده از فضای مجازی بر مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری در نوجوانان غیر قابل انکار است. یانگ اعتیاد به اینترنت را مشکلی رفتاری می داند که می تواند موجب اختلال در سلامت ذهنی و فیزیکی فرد شده و برای جسم و روان فرد آسیب زا باشد، در این حالت، ناکامی استفاده از فضای مجازی در شخص باعث مشکلات رفتاری مانند افسردگی، پرخاشگری و پریشانی میشود (موسوی، ویسویی و علیزاده، ۱۳۹۷). اکثر تحقیقات نشان می دهند که سلامت روان دانش آموزانی که به صورت افراطی از شبکه های اجتماعی مجازی استفاده می کنند در معرض آسیب قرار می گیرد و استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی موجب مشکلات رفتاری مانند اضطراب (زمانی که در شبکه های مجازی تغییر شخصیت می دهند)، افسردگی (ایجاد ناکامی در رسیدن به هدف هنگام استفاده از شبکه های مجازی)، شکایت جسمانی (استفاده کنترل نشده از شبکه مجازی بیماری جسمانی در پی دارد)، پرخاشگری (زمانی که به دنیای مجازی دسترسی نداشته باشد احساس آشفتگی، خشم می شود) و اختلال در عملکرد اجتماعی (گذراندن زمان زیاد در شبکه های اجتماعی مجازی و ضعف در تعامل و مهارت اجتماعی) در دانش آموزان می شود (فقیه، ۱۳۹۵).

فرضیه دوم: میزان تنهایی بر مشکلات درون ریز و برون ریزی شده رفتاری در نوجوانان دختر و پسر تاثیر مستقیم دارد.

همان گونه که در جدول ۹ و ۱۰ ملاحظه شد بین متغیر احساس تنهایی و مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری همبستگی معناداری وجود داشت و ضرایب بتا نیز نشان داد که احساس تنهایی می تواند در افزایش مشکلات درون ریز و برون ریز رفتاری تاثیر مثبت داشته باشد. این یافته همسو با پژوهش رضایی کلانتری و افتخاری کنزرکی (۱۳۹۷) با عنوان "رابطه احساس تنهایی و سلامت روان با اعتیاد به اینترنت دانش آموزان پسر مقطع اول متوسطه شهر ساری"، رضایی و فرهادی (۱۳۹۷) با عنوان "بررسی اثربخشی کیفیت زندگی درمانی بر احساس تنهایی و عزت نفس دانش آموزان دختر دوره متوسط دوم"، طهماسیان، اناری و صالح صدق پور (۱۳۸۸) با عنوان "اثر مستقیم و غیر مستقیم خوداثرمندی اجتماعی در احساس تنهایی نوجوانان"، است.

در تبیین یافته های پژوهش می توان گفت میزان تنهایی بر مشکلات درون ریز و برون ریزی شده رفتاری نوجوانان اثر گذار است. احساس تنهایی با افسردگی، اختلال خوردن و کارکرد ضعیف سیستم ایمنی بدن و اختلال رفتاری مانند خود آسیبی، هراس اجتماعی و خودکشی و دیگر مشکلات رفتاری مرتبط است (عبدالله آبادی، ۱۳۹۵). در مورد مشکل رفتاری، کرک (۲۰۰۱) رفتاری را اختلال می داند که علاوه بر عدم تناسب با سن فرد، مزمن، شدید و پایدار است و دامنه ای از رفتار پرخاشگرانه و نافرمانی تا گوشه گیری و انزوا را در بر می گیرد و ویژگی این اختلال از دیدگاه هرینگ (۱۹۹۳) ۱- ناتوانی در یادگیری هماهنگ با بهره هوشی، توانایی و رشد فیزیکی، ۲- عدم توانایی در پاسخ گویی به مسائل روزانه زندگی، ۳- ناتوانی در برقراری و حفظ روابط اجتماعی و ۴- رفتارهای افراطی (فعالیت افراطی، انزواطلبی) است که این ویژگی ها خود باعث احساس تنهایی می گردد (هاشم نژاد، ۱۳۹۶). هم چنین احساس تنهایی پیش بینی کننده معناداری با خود آسیبی در نوجوانان است و با مشکلات رفتاری مانند پرخاشگری، افسردگی و غمگینی و ناامیدی همراه است (خان پور، ۱۳۹۵).

فرضیه سوم: میزان تنهایی می تواند رابطه استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریزی رفتاری در نوجوانان را مورد واسطه گری قرار دهد.

همان گونه که در جدول ۱۲ و ۱۳ ملاحظه شد نقش واسطه گری تنهایی در ارتباط بین استفاده از اینترنت و مشکلات رفتاری مورد تأیید قرار گرفت و این یافته همسو با تحقیق نادری (۱۳۹۶) با عنوان "بررسی تاثیر شبکه های اجتماعی بر سبک زندگی و

احساس تنهایی با تاکید بر سلامت روان دانش آموزان دختر دوره دوم دبیرستان"، یعقوبی و مردانی (۱۳۹۷) در مقاله خود با عنوان "نقش واسطه ای احساس تنهایی در رابطه بین ابعاد نابهنجار شخصیت با اعتیاد به اینترنت در کاربران شبکه های اجتماعی"، معتمد (۱۳۹۶) با عنوان "مطالعه ی نقش واسطه ای احساس تنهایی در رابطه بین سیستم های تجدید نظر شده نظریه حساسیت به تقویت با اعتیاد به تلفن همراه"، شریف پور، خادمی و محمدزاده (۱۳۹۷) در بررسی ارتباط اعتیاد به اینترنت با تنهایی و افسردگی در بین دانش آموزان دبیرستانی، روحانی (۱۳۸۹) با عنوان "رابطه میان بهره مندی از وبلاگ با نگرش افراد نسبت به فضای مجازی و احساس تنهایی (بررسی مقایسه ای دانشجویان دختر و پسر در دانشگاه تهران)"، زارع، (۱۳۹۶) با عنوان "پیش بینی اعتیاد به اینترنت با توجه به احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی و درونگرایی"، قادری، نبی زاده چپانه و اسمعیلی کورانه (۱۳۹۳) با عنوان "سبک های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در افراد معتاد به اینترنت و افراد بهنجار"، نقش، رضانی خمسی و خیرخواه (۱۳۹۷) با عنوان "نقش واسطه ای استفاده از تلفن همراه (موبایل) در رابطه بین احساس تنهایی و سلامت روان نوجوانان" صادقیان (۱۳۹۴) با عنوان "پیش بینی هوش هیجانی بر اساس وابستگی به شبکه های اجتماعی و احساس تنهایی در نوجوانان" و پترکا- بنتا و همکاران (۲۰۱۸) در مطالعه ی ارتباط بین اختلال استفاده از اینترنت و خستگی مزمن و افسردگی در بین دانشجویان چینی و آلمانی " است.

در تبیین این فرضیه میتوان بیان کرد فردی که رفتار احساس تنهایی شده است قابلیت برقراری ارتباط با دیگر افراد در دنیای واقعی را ندارد (کاکاوند، نیک اختر و سرداری پور ۱۳۹۶). این احساس تنهایی در دوره نوجوانی با کاهش رضایت زندگی، افت تحصیلی، کاهش عزت نفس و اعتیاد به اینترنت همراه است (عبدالله آبادی، ۱۳۹۵). و این نوجوانان با مشکلاتی همچون عدم سازگاری در مدرسه، رابطه با دوستان نامناسب، اختلال رفتاری و مسائل خانوادگی مواجهه هستند (برهان زاده، ۱۳۹۶). و در ایجاد و حفظ روابط صمیمی آسیب دیده اند که برای رهایی از این مسائل و آسیب ها به فضای مجازی و اینترنت روی می آورد که جایگزینی برای این کاستی و ضعف ها است (کاکاوند، نیک اختر و سرداری پور ۱۳۹۶). استفاده افراطی از فضای مجازی در جوانان باعث اجتناب آن ها از تعامل اجتماعی و دوری از خانواده و تغییر در رفتار جوانان می شود. تمرکز بر شبکه های اجتماعی مجازی، باعث آسیب در تعامل عاطفی و اجتماعی افراد می گردد و کاربران وابسته به اعتیاد تنهاتر و افسرده تر می شوند و سلامت روان آن ها مورد تهدید قرار می گیرد (نادری، ۱۳۹۶). افرادی که استفاده افراطی از فضای مجازی می کنند با مسائلی مانند ضعف در مدیریت زمان و هیجان، ضعف در کنترل وسوسه استفاده بیش از حد از اینترنت و عدم توانایی تطبیق با استرس و هیجان منفی روبرو هستند (رضایی و فرهادی، ۱۳۹۷).

نتیجه گیری

در حال حاضر در ایران استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی گسترش یافته است و نوجوانان بیشتر وقت خود را در فضای مجازی صرف میکنند که آسیب هایی برای آن ها در پی دارد. همچنین مشکلات رفتاری و احساس تنهایی موجب می شود که نوجوانان گرایش بیشتری به استفاده از فضای مجازی و اینترنت داشته باشند. نتایج این مطالعه نشان داد که میزان استفاده از اینترنت رابطه مستقیم و معنادار با مشکلات رفتاری دارد که این نتایج با یافته های پژوهش های پیشین همسو است. همچنین یافته های این تحقیق نشان می دهد که احساس تنهایی رابطه مستقیم و معناداری با مشکلات رفتاری داشته و در پیش بینی آن مؤثر است. همچنین احساس تنهایی نقش واسطه ای در رابطه با میزان استفاده از فضای مجازی و مشکلات درون ریز و برون ریز شده ی رفتاری نوجوانان ایفا می کند و نتایج نشان داد که رابطه معنا داری میان متغیر های پژوهش بطور مستقیم و همچنین بطور غیر مستقیم با نقش واسطه ای احساس تنهایی در این پژوهش وجود دارد.

منابع

۱. اطعمه، فرحناز (۱۳۹۷). مقایسه فرسودگی تحصیلی، اختلال رفتاری و رابطه والد فرزندی در دانش آموزان مدارس دولتی و تیزهوش. مرودشت: دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده.
۲. اکبرزاده، محمود (۱۳۹۸). بررسی رابطه سبک های فرزند پروری با خشم مربوط به مدرسه و اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان پسر متوسطه دوم شهر بردسکن. بردسکن: دانشگاه آزاد اسلامی واحد بردسکن، پایان نامه کارشناسی ارشد (M.A) مدیریت آموزشی.
۳. برهان زاده، شقایق (۱۳۹۶). بررسی کیفی ارتباط خانه و مدرسه در نوجوانان دارای اختلال رفتاری. تهران: دانشگاه علامه طباطبائی، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره مدرسه.
۴. بشارتی فرد، اشرف (۱۳۹۷). رابطه استفاده از فضای مجازی و تأثیر آن بر سواد اطلاعاتی (مورد مطالعه: جوانان ۱۵ تا ۲۹ سال شهرستان اندیمشک). دانشگاه پیام نور مرکز تهران غرب، پایان نامه کارشناسی ارشد علوم اجتماعی، رشته جامعه شناسی.
۵. خان پور، لیلا (۱۳۹۵). پیش بینی خود آسیبی بر اساس طرحواره های شناختی ناکارآمد و احساس تنهایی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول. مرودشت: دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی.
۶. رضایی، سمانه و فرهادی، هادی (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی کیفیت زندگی درمانی بر احساس تنهایی و عزت نفس دانش آموزان دختر دوره متوسطه دوم دارای اعتیاد به اینترنت. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، سال نوزدهم، شماره ۱، صص ۳۷-۴۹.
۷. زارع، مریم (۱۳۹۶). پیش بینی اعتیاد به اینترنت با توجه به احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی و درونگرایی. مرودشت: دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی.
۸. سلیمی، عظیمه و جوکار، بهرام (۱۳۹۱). رابطه ی علی ادراک دلبستگی و آسیب پذیری شخصیت با احساس تنهایی در دوره نوجوانی. مجله دستاوردهای روانشناختی. دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره چهارم، شماره یک، صص ۲۴۵-۲۶۴.
۹. ظروفی، عهدیه (۱۳۹۸). پیش بینی عملکرد تحصیلی بر اساس میزان استفاده از فضای مجازی و ارتباط با والدین در بین دانش آموزان دختر پایه نهم منطقه لالچین. همدان: دانشگاه پیام نور علوم انسانی واحد همدان، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، گرایش تربیتی.
۱۰. عباسی، عطیه (۱۳۹۶). بررسی عوامل پیش بینی کننده ی اعتیاد به اینترنت در نوجوانان: نقش حمایت اجتماعی، نظارت والدین، نشانگان افسردگی، اضطراب و استرس. دانشگاه خوارزمی، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی.
۱۱. عبدالله آبادی، ندا (۱۳۹۵). تدوین برنامه آموزش والدین مبتنی بر تجربه زیسته ی دختران نوجوان از احساس تنهایی. دانشگاه علامه طباطبائی، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره- گرایش خانواده.
۱۲. فقیه، فرناز (۱۳۹۵). بررسی سلامت روانی و مشکلات رفتاری در دانش آموزان استفاده کننده از شبکه های اجتماعی. کیش: دانشگاه پیام نور واحد بین الملل کیش، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی.
۱۳. کاکاوند، علی رضا؛ نیک اختر، شقایق و سرداری پور، مهران (۱۳۹۶). پیش بینی اعتیاد به اینترنت دانش آموزان بر اساس حمایت اجتماعی ادراک شده، احساس تنهایی و هراس اجتماعی. مجله روانشناسی مدرسه، دوره ۶، شماره ۱، صص ۸۳-۱۰۰.

۱۴. محمدی، معصومه (۱۳۹۶). اثر بخشی آموزش روش درمانی ACT در افسردگی، احساس تنهایی و نشخوار فکری بر نوجوانان دارای علائم افسردگی. تبریز: دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی تبریز، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی کودک و نوجوان.
۱۵. مرادی پور، محمدعلی (۱۳۹۲). بررسی عوامل موثر بر هویت یابی فرهنگی و ابعاد آن در میان دانش آموزان دبیرستانی و هنرستانی شهر شیراز با تأکید بر میزان استفاده از فضای مجازی اینترنت. کرمان: دانشگاه شهید باهنر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی.
۱۶. مرادی پور، محمدعلی (۱۳۹۲). بررسی عوامل موثر بر هویت یابی فرهنگی و ابعاد آن در میان دانش آموزان دبیرستانی و هنرستانی شهر شیراز با تأکید بر میزان استفاده از فضای مجازی اینترنت. کرمان: دانشگاه شهید باهنر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی.
۱۷. مشایخ، مریم و برجعلی، احمد (۱۳۸۲). بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش آموزان دبیرستانی. تازه های علوم شناختی، سال ۵، شماره ۱، صص ۳۹-۴۴.
۱۸. موسوی، معصومه؛ ویسویی، محمد و علیزاده، حسین (۱۳۹۷). اعتیاد به اینترنت: راهنمای عملی پیشگیری، ارزیابی و درمان. تهران: نشر قطره.
۱۹. نادری، ملیحه (۱۳۹۶). بررسی تاثیر شبکه های اجتماعی بر سبک زندگی و احساس تنهایی با تأکید بر سلامت روان دانش آموزان دختر دوره دوم دبیرستان. شاهرود: دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی.
۲۰. نگارستانی، مریم (۱۳۹۴). بررسی عوامل مرتبط با اعتیاد اینترنتی و میزان آن (با تأکید بر استفاده از شبکه های مجازی) در میان جوانان ۱۵ تا ۳۰ ساله ی شهر کرمان. کرمان: دانشگاه شهید باهنر کرمان، پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی.
۲۱. هاردمن، مایکل ام؛ درو، کیلفورد جی و وینستون ایگن، ام (۱۳۹۶). روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی چاپ پنجم (ترجمه حمید علیزاده، کامران گنجی، مجید یوسفی لویه، فریبا یادگاری). تهران: نشر دانژه .
۲۲. هاشمی نژاد، فرزانه (۱۳۹۶). تاثیر آموزش گروه تاب آوری بر مشکلات رفتاری/ هیجانی و عملکرد تحصیلی کودکان پرخاشگر. گیلان: دانشگاه گیلان، پایان نامه کارشناسی ارشد.
۲۳. یکتافر، مینا (۱۳۹۶). پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر پایه مهرورزی والدین و مهارت های اجتماعی با در نظر گرفتن نقش واسطه ای احساس تنهایی در بین دانش آموزان پایه نهم شهرستان یزد. یزد: دانشگاه پردیس یزد، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی.

۱. Lim, J. S., Bae, Y. K. & Kim, S. S. (2004). *A learning system for internet addiction prevention*. Proceedings of the IEEE international conference on advanced learning technologies (ICALT'04).
۲. Peplau, L. A. & Perlman, D. (1982). *Perspective on loneliness*. In L. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness* (pp. 1-18). New York: John Wiley & Sons.
۳. Perlman, D. (2003). European and Canadian studies of loneliness among seniors. *Canadian Journal on Aging*, 23(2), 181-188.
۴. Sullivan, H. S (1953). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: W.W Norton & Company, Inc.

۵. Traş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder n adolescents. Department of Guidance and Psychological Counseling, Faculty of Education, Necmettin Erbakan University, Meram, Konya, Turkey.
۶. Young, K. S. (1996). Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79,899-902.
۷. Young, K.S. (1998). *Caught in the net: how to recognize the signs of internet addictionand a winning strategy for recovery*. New Jersey: John Wiley and Sons.