

نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان

The mediating role of negative affect in the relationship between fear of missing out and smartphone addiction in adolescents

Rastin Asayesh Khorshid*

Master of Clinical Psychology, Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University, Lahijan, Iran.

Rastin.asayesh78@gmail.com

Dr. Tahereh Hamzehpoor Haghighi

Assistant Professor of Psychology, Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University, Lahijan, Iran.

راستین آسایش خورشید (نویسنده مسئول)

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.

دکتر طاهره حمزه پور حقیقی

استادیار روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.

Abstract

The purpose of this study was to determine the mediating role of negative affect in the relationship between fear of missing out and smartphone addiction in adolescents. This was a descriptive-correlational research study using the structural equation modeling method. The statistical population of this research was the students of the second year of secondary school in Lahijan city in 2023. 230 people participated in the study in an accessible manner using an online survey form. To collect data from the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS; Thompson, 2007), the Fear of Missing out Scale (FoMoS; Wegmanen et al., 2017), and the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV; Kwon et al., 2013) were used. The results showed that the model had a good fit. The results showed that the direct effect of fear of missing out on smartphone addiction and negative affect was significant; Also, the direct effect of negative emotion on smartphone addiction was significant ($P < 0.05$). The results of the bootstrap test showed that negative affect plays a mediating role between fear of missing out and smartphone addiction ($P < 0.05$). The results of this study showed that negative affect is an underlying mechanism in the relationship between fear of missing out and smartphone addiction.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان بود. این پژوهش توصیفی-همبستگی به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان لاهیجان در سال ۱۴۰۲ بود. ۲۳۰ نفر در این مطالعه به شیوه در دسترس با استفاده از یک فرم نظرسنجی آنلاین مشارکت داشتند. جهت گردآوری داده‌ها از فهرست عواطف مثبت و منفی (PANAS؛ تامپسون، ۲۰۰۷)، مقیاس ترس از دست دادن (FoMoS؛ وگمانن و همکاران، ۲۰۱۷) و مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند - نسخه کوتاه (SAS-SV؛ کنون و همکاران، ۲۰۱۳) استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل از برازش مطلوب برخوردار بود. نتایج نشان داد که اثر مستقیم ترس از دست دادن بر اعتیاد به گوشی هوشمند و عاطفه منفی معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم عاطفه منفی بر اعتیاد به گوشی هوشمند معنادار بود ($P < 0.05$). نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که عاطفه منفی بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند نقش میانجی دارد ($P < 0.05$). نتایج این مطالعه نشان داد که عاطفه منفی یک مکانیسم زیربنای در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند می‌باشد.

Keywords: Fear of Missing Out, Negative Affect, Smartphone Addiction.

واژه‌های کلیدی: ترس از دست دادن، عاطفه منفی، اعتیاد به گوشی هوشمند.

مقدمه

اعتیاد به گوشی‌های هوشمند^۱ در نوجوانان می‌تواند اثرات منفی مختلفی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آن‌ها داشته باشد؛ استفاده بیش از حد از گوشی هوشمند می‌تواند منجر به کاهش عملکرد تحصیلی شود. گذراندن زمان بیش از حد در تلفن‌های هوشمند می‌تواند حواس نوجوانان را از مطالعه منحرف کند، تمرکز آن‌ها را کاهش دهد و مانع از توانایی آن‌ها در نگهداری موثر اطلاعات شود (جین جنونگ^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین استفاده بیش از حد از گوشی هوشمند می‌تواند منجر به افزایش اضطراب، افسردگی، استرس در نوجوانان شود. قرار گرفتن مداوم در رسانه‌های اجتماعی همچنین می‌تواند منجر به مقایسه‌های ناسالم، آزار و اذیت سایبری و احساس انزوا یا تنهایی شود (کیم^۳ و همکاران، ۲۰۱۹). صرف زمان زیاد در گوشی‌های هوشمند می‌تواند تأثیر منفی بر تعاملات اجتماعی چهره به چهره داشته باشد. نوجوانان ممکن است با ایجاد و حفظ روابط بین فردی قوی مشکل داشته باشند، زیرا ممکن است به جای درگیر شدن در تعاملات زندگی واقعی، بیشتر به ارتباطات مجازی وابسته شوند. این می‌تواند منجر به احساس انزوای اجتماعی شود و مانع رشد مهارت‌های اجتماعی ضروری شود (یانگ^۴ و همکاران، ۲۰۲۲).

اعتیاد به گوشی‌های هوشمند می‌تواند تحت تأثیر عوامل مختلفی باشد؛ برای مثال، عاطفه منفی^۵ یا احساسات منفی می‌تواند در اعتیاد نوجوانان به گوشی‌های هوشمند نقش داشته باشد (لی^۶ و همکاران، ۲۰۲۰؛ یو^۷ و همکاران، ۲۰۲۱؛ وانگ^۸ و همکاران، ۲۰۲۱). در واقع استفاده از تلفن هوشمند می‌تواند به عنوان راهی برای نوجوانان جهت مقابله با احساسات منفی مانند استرس، اضطراب، تنهایی یا غم و اندوه باشد (وانگ و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین تلفن‌های هوشمند اشکال مختلفی از سرگرمی و فعالیت را ارائه می‌دهند که می‌تواند به تنظیم هیجان کمک کند. نوجوانانی که عاطفه منفی را تجربه می‌کنند ممکن است برای بهبود خلق و خوی خود به دنبال محتوای مثبت و جذاب مانند ویدیوهای طنز یا تعاملات با رسانه‌های اجتماعی باشند. این جنبه افزایش خلق و خوی استفاده از گوشی هوشمند می‌تواند چرخه‌ای از جستجوی آرامش عاطفی از طریق افزایش وابستگی به گوشی هوشمند ایجاد کند (یونگ و همکاران، ۲۰۲۱). در پژوهشی لی و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که عاطفه منفی می‌تواند احساس بی‌کفایتی و عزت نفس پایین را تقویت کند و نوجوانان را مستعد مقایسه نامطلوب خود با دیگران در رسانه‌های اجتماعی کند. نوجوانان ممکن است دیگران را شادتر، موفق‌تر یا محبوب‌تر بدانند، که می‌تواند بیشتر به احساسات منفی دامن بزند. نیاز به کاهش این احساسات منفی و بهبود عزت نفس ممکن است باعث استفاده بیش از حد از تلفن هوشمند برای جستجوی اعتبار یا مقایسه اجتماعی شود (لی و همکاران، ۲۰۲۰).

از طرفی، ترس از دست دادن^۹ (FOMO) نیز می‌تواند نقش مهمی در اعتیاد نوجوانان به گوشی‌های هوشمند داشته باشد (وانگ^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹؛ لی و همکاران، ۲۰۲۰؛ لی و همکاران، ۲۰۲۲). ترس از دست دادن به اضطراب یا ناراحتی ناشی از این باور که دیگران تجربیات یا فرصت‌های لذت‌بخش‌تری دارند و فرد آن‌ها را از دست می‌دهد، ناشی می‌شود (وانگ و همکاران، ۲۰۱۹). نوجوانان مبتلا به "ترس از دست دادن" اغلب احساس می‌کنند که باید دائماً پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی خود را بررسی کنند تا از کارهایی که همسالان خود انجام می‌دهند به‌روز بمانند. آن‌ها می‌ترسند رویدادهای مهمانی‌ها یا تجربیات هیجان‌انگیز را از دست بدهند. این نظارت مداوم بر صفحات رسانه‌های اجتماعی، آن‌ها را برای مدت طولانی با گوشی‌های هوشمند خود درگیر نگه می‌دارد و رفتار اعتیاد آور را تقویت می‌کند (رهاردجو و مولیانی^{۱۱}، ۲۰۲۰). پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی اغلب نکات برجسته زندگی مردم را به نمایش می‌گذارند و نسخه‌ای ایده‌آل از واقعیت را ارائه می‌دهند. نوجوانانی که ترس از دست دادن را تجربه می‌کنند ممکن است زندگی خود را با پست‌های دیگران مقایسه کنند که منجر به احساس بی‌کفایتی، اعتماد به نفس پایین و تمایل به جستجوی مداوم اعتبار از طریق تعاملات رسانه‌های اجتماعی می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۲).

1 smartphone addiction

2 Jin Jeong

3 Kim

4 Yang

5 negative affect

6 Li

7 Yue

8 Wang

9 fear of missing out

10 Wang

11 Rahardjo & Mulyani

همچنین بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که ترس از دست دادن نقش مهمی در افزایش عواطف منفی دارد (ولنیوکز^۱ و همکاران، ۲۰۱۸؛ الهای^۲ و همکاران، ۲۰۱۸، الهای و همکاران، ۲۰۲۰)؛ ترس از دست دادن اغلب از این باور ناشی می‌شود که دیگران تجربیات هیجان‌انگیز یا رضایت‌بخش‌تری دارند. نوجوانانی که ترس از دست دادن را تجربه می‌کنند ممکن است دائماً زندگی خود را با زندگی به ظاهر ایده‌آل دیگران که در رسانه‌های اجتماعی به تصویر کشیده شده است مقایسه کنند. این مقایسه مداوم می‌تواند منجر به احساس ناراضی، حسادت و احساس از دست دادن شود و در نتیجه به عواطف منفی کمک کند (لی و همکاران، ۲۰۲۰). ترس از دست دادن می‌تواند در نوجوانان اضطراب و استرس ایجاد کند. ترس از کنار گذاشته شدن یا به روز نبودن با رویدادها یا روندهای اجتماعی می‌تواند باعث ایجاد احساس اضطراب و بی‌قراری شود. نیاز دائمی به ارتباط و به روز ماندن از طریق تلفن‌های هوشمند می‌تواند این احساسات منفی را افزایش دهد و منجر به افزایش سطح استرس شود (اوبرست^۳ و همکاران، ۲۰۱۷).

امروزه اعتیاد به گوشی‌های هوشمند یک مسئله قابل توجه به ویژه در نوجوانان است (جین جئونگ و همکاران، ۲۰۲۰). بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که ترس از دست دادن یک عامل مهم در گرایش به این رفتار اعتیادی است (لی و همکاران، ۲۰۲۰؛ لی و همکاران، ۲۰۲۲)؛ اما این رابطه می‌تواند تحت تاثیر عوامل مختلفی میانجی‌گری شود. در بررسی مطالعات پیشین نشان داده شده است که عواطف منفی همچون اضطراب، خشم، استرس و ... می‌توانند رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند را میانجی‌گری کنند (یو و همکاران، ۲۰۲۱؛ وانگ و همکاران، ۲۰۲۱)؛ اما با توجه به اهمیتی که شناخت مکانیسم‌های زیربنایی رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند دارد؛ اما مطالعات محدودی در این زمینه انجام شده است (الهای و همکاران، ۲۰۱۸؛ لی و همکاران، ۲۰۲۰)؛ همچنین در بررسی پیشینه مطالعه‌ای در این زمینه در نوجوانان ایرانی یافت نشد؛ بر این اساس انجام این مطالعه از ضرورت برخوردار است. با بررسی عاطفه منفی به‌عنوان یک واسطه، محققان می‌توانند بینشی در مورد فرآیندهای روان‌شناختی زمینه‌ای که اعتیاد به گوشی‌های هوشمند و ترس از دست دادن را به هم مرتبط می‌کنند، به دست آورند. به تعیین اینکه آیا عاطفه منفی نقش مهمی در تبیین رابطه بین دو متغیر دارد یا خیر کمک می‌کند. این درک برای ایجاد مداخلات و استراتژی‌های موثر برای رسیدگی به اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در میان نوجوانان بسیار مهم است. با توجه به اهمیت این موضوع به ویژه در جوانان این مطالعه با هدف تعیین نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان لاهیجان در سال ۱۴۰۲ بود. حجم نمونه در این مطالعه بر اساس فرمول پیشنهادی کلاین^۴ (۲۰۱۱) برای پژوهش‌های مدل‌یابی معادلات ساختاری با احتساب ریزش احتمالی ۲۳۰ نفر محاسبه شد. نمونه‌گیری در این پژوهش با استفاده از فرم نظرسنجی آنلاین در شبکه‌های اجتماعی مجازی (ایتا و تلگرام) توسط معلمان انجام شد. فرم نظرسنجی در داخل گروه‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی کلاسی قرار داده شد و دانش‌آموزان به آن‌ها پاسخ دادند. جهت دستیابی به نمونه مورد نظر نمونه‌گیری از ۲ مدرسه دخترانه و ۲ مدرسه پسرانه دولتی انجام شد. عدم سابقه ترک تحصیل، عدم سابقه مراجعه به روانپزشک و مصرف داروهای روانپزشکی، عدم تجربه سوگ در یک سال اخیر و عدم سوء مصرف موارد مخدر به‌عنوان معیارهای ورود به پژوهش در نظر گرفته شد که نوجوانان به صورت خودگزارشی آن‌ها را پاسخ دادند؛ عدم تکمیل پرسشنامه نیز به عنوان معیار خروج لحاظ شد. پیش از تکمیل سوالات پرسشنامه، فرم رضایت آگاهانه در اختیار آن‌ها قرار داده شد و پس از تایید آن وارد مرحله پاسخ به سوالات شدند؛ در این فرم اهداف پژوهش ذکر شد و به صورت کامل شرح داده شده بود که این مطالعه هیچ گونه ضرر جسمانی و روانی ندارد و مسئولیت کامل آن بر عهده پژوهشگر می‌باشد. علاوه بر این در این فرم بر حفظ رازداری و حریم شخصی نوجوانان تاکید شد. تحلیل داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۲ و Amos نسخه ۲۴ انجام شد.

1 Wolniewicz

2 Elhai

3 Oberst

4 . Kline

ابزار سنجش

فهرست عواطف مثبت و منفی (PANAS): تامپسون^۲ (۲۰۰۷) این ابزار را با ۲۰ سوال طراحی کرده است که عواطف مثبت و منفی را اندازه‌گیری می‌کند؛ این ابزار بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای از بسیار کم (نمره ۱) تا بسیار زیاد (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود. پراکندگی نمرات در هر یک از مولفه‌های عواطف مثبت و منفی در دامنه ۱۰ الی ۵۰ قرار دارد؛ در این مطالعه فقط از مولفه عاطفه منفی استفاده شد که نمرات بیشتر نشان دهنده ادراک عاطفه منفی بیشتر است. پایایی به روش بازآزمایی با فاصله ۱۴ روز ۰/۸۲ و روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی کرد، نتایج نشان داد که همه سوالات دارای بارعاملی بیشتر از ۰/۴۰ بودند (تامپسون، ۲۰۰۷). در نمونه ایرانی پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شد، نتایج نشان داد که ۲۰ سوال در مجموع ۳۸ درصد واریانس را تبیین کردند (بخشی پوررودسری و دژکام، ۱۳۸۴). در این پژوهش همسانی درونی ۰/۷۲ آلفای کرونباخ بود.

مقیاس ترس از دست دادن (FoMoS): این مقیاس شامل ۱۲ سوال است که توسط وگمان^۴ و همکاران (۲۰۱۷) طراحی و اعتباریابی شده است. این مقیاس دارای دو زیرمقیاس صفت (۵ سوال) و وضعیت (۷ سوال) ترس از دست دادن است که بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هرگز (۱) الی همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۲ الی ۶۰ می‌باشد و نمرات بیشتر نشان دهنده ترس از دست دادن بیشتر است. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که ۱۲ سوال در دو عامل در مجموع ۳۸/۳۲ درصد واریانس را تبیین کردند و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد (وگمان و همکاران، ۲۰۱۷). در ایران این مقیاس توسط ویسوئی و همکاران (۲۰۲۳) ترجمه و اعتباریابی شد، نتایج نشان داد که این ابزار روایی همگرای مطلوبی با آزمون اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی ($r=0/70$) برخوردار است و پایایی به روش همسانی درونی برای کل مقیاس ۰/۸۵ آلفای کرونباخ محاسبه شد. در این پژوهش همسانی درونی ۰/۷۹ آلفای کرونباخ بود.

مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند – نسخه کوتاه (SAS-SV): این مقیاس توسط کئون^۵ و همکاران (۲۰۱۳) با ۱۰ سوال جهت ارزیابی اعتیاد به گوشی هوشمند طراحی و اعتباریابی شد. پاسخ‌ها در مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) ثبت می‌شوند، دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۰ الی ۶۰ می‌باشد و نمرات بیشتر نشان دهنده اعتیاد بیشتر به گوشی هوشمند است. روایی این پرسشنامه به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و ساختاری تک عاملی برای آن شناسایی شد که هر ده سوال در مجموع ۶۱ درصد از واریانس کل مقیاس را تبیین کردند؛ پایایی ۰/۹۱ آلفای کرونباخ محاسبه شد (کئون، ۲۰۱۳). در ایران این مقیاس توسط فلاحتی و همکاران (۲۰۲۰) ترجمه و اعتباریابی شد، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ محاسبه شد که نشان دهنده پایایی مطلوب است؛ روایی به روش تحلیل عاملی تایید بررسی و ساختار تک عاملی مقیاس مورد تایید قرار گرفت؛ همچنین ضریب روایی همگرای این مقیاس با پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ $r=0/57$ محاسبه شد که نشان دهنده روایی مطلوب این ابزار در نمونه ایرانی است. در این پژوهش همسانی درونی ۰/۷۳ آلفای کرونباخ بود.

یافته‌ها

تحلیل نهایی در ۲۱۲ نفر انجام شد (۱۸ مورد از داده‌ها به سبب ناقص بودن از تحلیل خارج شدند). نوجوانان در میانگین سنی $16/87 \pm 58/0$ سال قرار داشتند. ۱۰۹ نفر پسر (۵۱/۴۲ درصد) و ۱۰۳ نفر دختر (۴۸/۵۸ درصد) بودند. ۹۱ نفر (۴۲/۹ درصد) پایه دهم، ۱۰۱ نفر (۴۷/۶ درصد) پایه یازدهم و ۲۰ نفر (۹/۴ درصد) پایه دوازدهم بودند. در ادامه نتایج تحلیل ارائه شده است.

1 Positive and Negative Affect Schedule (PANAS)

2 Thompson

3 Fear of Missing out Scale (FoMoS)

4 Wegmann

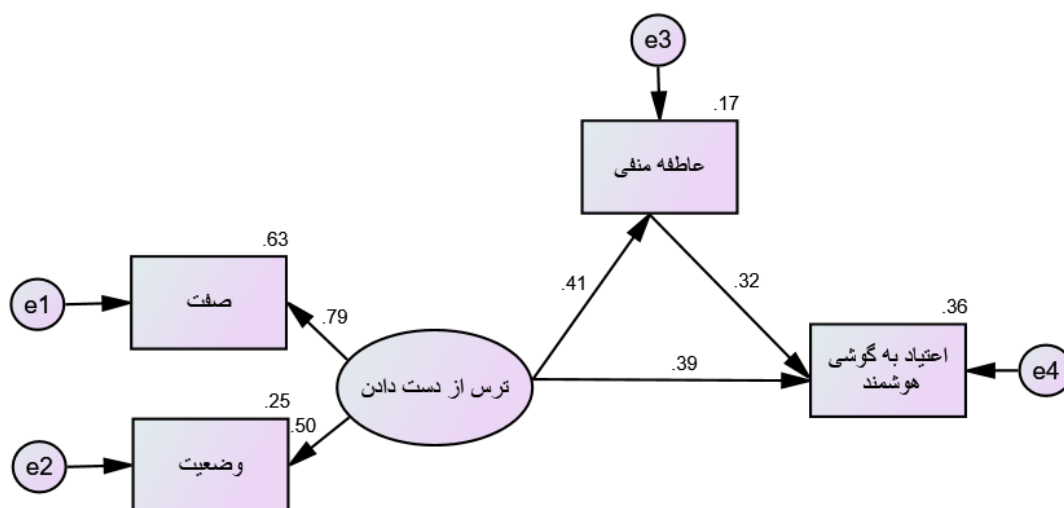
5 Smartphone Addiction Scale – Short Version (SAS-SV)

6 Kwon

جدول ۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

متغیر	۱	۲	۳
۱- اعتیاد به گوشی هوشمند	۱		
۲- ترس از دست دادن	۰/۴۸ **	۱	
۳- عاطفه منفی	۰/۴۰ **	۰/۳۴ **	۱
میانگین	۳۷/۴۲	۳۶/۰۷	۲۹/۷۳
انحراف معیار	۶/۸۳	۷/۵۷	۷/۸۹
کجی	-۰/۰۲	۰/۷۸	۰/۹۲
کشیدگی	-۰/۶۳	۱/۱۲	۰/۱۶

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش ارائه شده است؛ اعتیاد به گوشی هوشمند با میانگین ۳۷/۴۲، ترس از دست دادن با میانگین ۳۶/۰۷ و عاطفه منفی با میانگین ۲۹/۷۳ در نوجوانان بود. جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها شاخص‌های کجی و کشیدگی محاسبه شدند، با توجه به اینکه آماره این دو شاخص در محدوده‌های ± 2 قرار دارند داده‌ها دارای توزیع نرمال است و امکان محاسبه آزمون‌های پارامتریک وجود دارد؛ در ادامه جهت بررسی رابطه بین متغیرها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد که اعتیاد به گوشی هوشمند با ترس از دست دادن (۰/۴۸) و عاطفه منفی (۰/۴۰) رابطه مثبت دارد ($P < 0/05$). جهت تعیین نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین متغیر پیش‌بین و ملاک از مدلیابی معادلات ساختاری استفاده شد؛ نتایج در ادامه ارائه شده است. قبل از استفاده از این آزمون، پیش‌فرض‌های آماری بررسی شدند. نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون^۱ برابر با ۱/۷۸ بود؛ با توجه به اینکه این آماره در دامنه مطلوبیت ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می‌توان گفت پیش‌فرض استقلال باقی‌مانده‌ها خطاها برقرار است. هم‌چنین هرچه مقدار تلورانس نزدیک به ۱ باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تلورانس متغیرهای پیش‌بین و میانجی بین ۰/۸۹ محاسبه شد که نشانگر وضعیت هم‌خطی مطلوب است. در شکل ۱، ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱: مدل معادلات ساختاری در حالت ضرایب استاندارد

نتایج حاصل از مدل معادلات ساختاری نشان داد که ترس از دست دادن به صورت مستقیم و با میانجی‌گری عاطفه منفی بر اعتیاد به گوشی هوشمند اثر دارد و ۳۶ درصد واریانس این مدل را تبیین می‌کنند.

جدول ۲: ضرایب مسیر مستقیم مدل معادلات ساختاری

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
ترس از دست دادن -- اعتیاد به گوشی هوشمند	۰/۳۹	۰/۰۸	۳/۹۴	۰/۲۱	۰/۶۰	۰/۰۰۱
ترس از دست دادن -- عاطفه منفی	۰/۴۱	۰/۰۹	۴/۰۷	۰/۲۴	۰/۵۹	۰/۰۰۱
عاطفه منفی -- اعتیاد به گوشی هوشمند	۰/۳۲	۰/۰۸	۴/۳۴	۰/۱۳	۰/۴۴	۰/۰۰۱

نتایج نشان داد که اثر مستقیم ترس از دست دادن بر اعتیاد به گوشی هوشمند ($\beta=0/39$) و عاطفه منفی ($\beta=0/41$) معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم عاطفه منفی بر اعتیاد به گوشی هوشمند ($\beta=0/32$) معنادار بود ($P<0/05$). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: اثر غیرمستقیم با نقش میانجی عاطفه منفی

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
ترس از دست دادن -- عاطفه منفی -- اعتیاد به گوشی هوشمند	۰/۱۳	۰/۰۴	۰/۰۷	۰/۲۱	۰/۰۰۱

نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که عاطفه منفی بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند ($\beta=0/13$) نقش میانجی دارد ($P<0/05$). در جدول ۴ شاخص‌های برازش مدل معادلات ساختاری ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل معادلات ساختاری

شاخص‌های برازش	CMIN	df	CMIN/DF	CFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	۱/۱۶	۱	۱/۱۶	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۳
معیار تصمیم	$P>0/05$	-	$CMIN/DF<5$	$CFI>0/9$	$CFI>0/9$	$RMSEA<0/08$

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، شاخص‌های برازندگی حاصل از مدلیابی معادلات ساختاری مدل مفهومی پژوهش از برازش مطلوب مدل پژوهشی با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند ($\chi^2/df=1/16$, $CFI=0/99$, $NFI=0/99$ و $RMSEA=0/03$)، بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این مطالعه تعیین نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان بود. یافته اول نشان داد که ترس از دست دادن اثر مثبت بر اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان دارد؛ یافته حاضر با مطالعات وانگ و همکاران (۲۰۱۹)، لی و همکاران (۲۰۲۰) و لی و همکاران (۲۰۲۲) همسو است؛ در تبیین می‌توان اینگونه استنباط کرد که گوشی‌های هوشمند جریان دائمی به‌روزرسانی‌های رسانه‌های اجتماعی را ارائه می‌کنند، جایی که مردم اغلب نسخه‌های ایده‌آلی از زندگی خود را ارائه می‌کنند و تجربیات و رویدادهای هیجان‌انگیزی را به نمایش می‌گذارند. این فرهنگ مقایسه اجتماعی را تقویت می‌کند، جایی که افراد زندگی خود را با دیگران مقایسه می‌کنند و احساس می‌کنند چیز بهتری را از دست می‌دهند، بر این اساس نوجوانان دائماً در حال چک کردن تغییرات در فضای هستند تا از چیزی را از دست ندهد (کارگین^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). در تبیین دیگر می‌توان گفت که گوشی‌های هوشمند و پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی برای تحریک یک واکنش عصبی شیمیایی در مغز، به‌ویژه ترشح دوپامین، که با لذت و پاداش همراه است، طراحی شده‌اند. اعلان‌ها، لایک‌ها و کامنت‌ها حس اعتبار و رضایت را ایجاد می‌کنند که منجر به تمایل به بیشتر می‌شود. این چرخه تقویتی

می‌تواند به اعتیاد به گوشی‌های هوشمند کمک کند (ژانگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین ترس از دست دادن می‌تواند احساس اضطراب و بی‌قراری ایجاد کند، زیرا افراد احساس می‌کنند که مجبور هستند دائماً در ارتباط باشند تا از فرصت‌ها یا رویدادهای اجتماعی جلوگیری نکنند. گوشی‌های هوشمند راه فراری از این احساسات منفی را ارائه می‌دهند و حواس پرتی موقت و وسیله‌ای برای برقراری ارتباط مجازی با دیگران فراهم می‌کنند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۹).

یافته دیگر نشان داد که عاطفه منفی نیز به طور مستقیم بر اعتیاد به گوشی هوشمند اثر دارد؛ یافته حاضر با پژوهش‌های لی و همکاران (۲۰۲۰)، یو و همکاران (۲۰۲۱) و وانگ و همکاران (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که رابطه بین عاطفه منفی (حالات عاطفی مانند استرس، اضطراب و افسردگی) و اعتیاد به گوشی هوشمند پیچیده و دو طرفه است. عاطفه منفی می‌تواند به توسعه و حفظ اعتیاد به گوشی هوشمند کمک کند، در حالی که استفاده بیش از حد از تلفن هوشمند نیز می‌تواند عاطفه منفی را تشدید کند. نوجوانان اغلب هنگام تجربه عاطفه منفی به گوشی‌های هوشمند خود به‌عنوان مکانیزم مقابله روی می‌آورند. تلفن‌های هوشمند منبعی راحت و در دسترس برای حواس‌پرتی و سرگرمی فراهم می‌کنند و یک فرار موقت از احساسات ناخوشایند را ارائه می‌دهند. این می‌تواند برای تنظیم هیجانات به تلفن‌های هوشمند اتکا داشته باشد که منجر به استفاده بیش از حد و احتمال اعتیاد شود (چن^۲ و همکاران، ۲۰۱۶). تلفن‌های هوشمند و پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی به گونه‌ای طراحی شده‌اند که جذاب باشند و از طریق لایک‌ها، کامنت‌ها و سایر اشکال اعتبار اجتماعی، رضایت فوری را فراهم کنند. هنگامی که افراد عاطفه منفی را تجربه می‌کنند، تقویت مثبت فوری که از استفاده از تلفن هوشمند دریافت می‌کنند می‌تواند ناراحتی آن‌ها را به‌طور موقت کاهش دهد. این تقویت مثبت ارتباط بین استفاده از گوشی هوشمند و تنظیم خلق و خو را تقویت می‌کند و منجر به چرخه‌ای از جستجوی راحتی از دستگاه می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۱). یافته دیگر نشان داد که ترس از دست دادن نیز تاثیر مستقیم بر عاطفه منفی دارد؛ یافته حاضر با مطالعات ولنیوکر و همکاران (۲۰۱۸)، الهای و همکاران (۲۰۱۸) و الهای و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین می‌توان گفت که ترس از دست دادن با نگرانی مداوم در مورد از دست دادن تجربیات پاداش یا کنار گذاشته شدن از رویدادهای اجتماعی مشخص می‌شود. این اضطراب می‌تواند منجر به افزایش سطح استرس شود، زیرا افراد نگران عدم همراهی یا عدم همراهی با دیگران هستند. ترس از دور بودن از حلقه و از دست دادن بالقوه فرصت‌ها یا تجربیات مهم می‌تواند باعث ایجاد حالت‌های عاطفی منفی شود (لی و همکاران، ۲۰۲۰). ترس از دست دادن اغلب از مقایسه خود با دیگران و درک اینکه دیگران تجربیات هیجان انگیز یا رضایت بخشی بیشتری دارند، ناشی می‌شود. این مقایسه اجتماعی دائمی می‌تواند به احساس بی‌کفایتی، حسادت و شک به خود دامن بزند. افراد ممکن است ارزش خود را زیر سوال ببرند و از زندگی خود احساس نارضایتی کنند که منجر به حالت‌های عاطفی منفی مانند غم و اندوه، ناامیدی یا اعتماد به نفس پایین می‌شود (آبرست و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین ترس از دست دادن می‌تواند منجر به افزایش احساس قطع ارتباط اجتماعی و تنهایی شود. مشاهده دیگران درگیر فعالیت‌ها و رویدادهای اجتماعی بدون آن‌ها می‌تواند احساس انزوا و طرد شدن را تشدید کند. افراد ممکن است احساس کنند که از حلقه‌های اجتماعی خود عقب مانده‌اند یا از آن‌ها جدا شده‌اند که منجر به حالت‌های عاطفی منفی مانند غم و اندوه، تنهایی و احساس طرد اجتماعی می‌شود (الهای و همکاران، ۲۰۱۶).

یافته نهایی نشان داد که عاطفه منفی بین ترس از دست دادن اعتیاد به گوشی هوشمند نقش میانجی دارد؛ نتیجه حاضر با مطالعات الهای و همکاران (۲۰۱۸) و لی و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در این زمینه، عاطفه منفی به‌عنوان یک عامل میانجی عمل می‌کند که به توضیح اینکه چگونه ترس از دست دادن منجر به اعتیاد به گوشی هوشمند می‌شود، کمک می‌کند. ترس از دست دادن با اضطراب و دلهره‌ای که فرد احساس می‌کند زمانی که معتقد است دیگران بدون آن‌ها تجربیات مفیدی دارند مشخص می‌شود. این ترس افراد را وادار می‌کند تا در ارتباط و تعامل باقی بمانند تا از دست دادن رویدادها یا فرصت‌های اجتماعی جلوگیری کنند (الهای و همکاران، ۲۰۱۸). ترس از دست دادن می‌تواند باعث ایجاد حالت‌های عاطفی منفی مانند استرس، اضطراب و خلق و خوی ضعیف شود. ترس، نگرانی و عدم اطمینان مرتبط با از دست دادن می‌تواند به حالات عاطفی منفی، تشدید احساسات پریشانی و نارضایتی کمک کند (آبرست و همکاران، ۲۰۱۷). افراد اغلب به دنبال راه‌هایی برای کنار آمدن با حالات عاطفی منفی هستند. یکی از مکانیسم‌های رایج مقابله، روی آوردن به گوشی‌های هوشمند برای حواس‌پرتی و تنظیم هیجانی است. تلفن‌های هوشمند دسترسی فوری به اشکال مختلف سرگرمی، رسانه‌های اجتماعی و محتوای آنلاین را فراهم می‌کنند که می‌توانند به‌طور موقت احساسات منفی را کاهش دهند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۹). با گذشت زمان،

1 Zhang
2 Chen

استفاده بیش از حد از گوشی‌های هوشمند و اتکا به گوشی‌های هوشمند به عنوان یک مکانیسم مقابله می‌تواند منجر به اعتیاد به گوشی‌های هوشمند شود. افراد ممکن است نیاز اجباری به استفاده مداوم از تلفن‌های هوشمند خود برای تنظیم هیجانات و کاهش عواطف منفی داشته باشند (اورن^۱ و همکاران، ۲۰۱۹).

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که عاطفه منفی به عنوان یک متغیر میانجی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند عمل می‌کند. ترس از دست دادن به عواطف منفی کمک می‌کند، که به نوبه خود افراد را وادار می‌کند تا برای تنظیم هیجان به تلفن‌های هوشمند تکیه کنند. این اتکا می‌تواند به ایجاد اعتیاد به گوشی هوشمند منجر شود زیرا افراد در چرخه استفاده از دستگاه‌های خود برای مقابله با عواطف منفی گرفتار می‌شوند. استفاده از روش نمونه نمونه‌گیری در دسترس محدودیت اصلی این پژوهش است، پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران آینده از روش‌های تصادفی جهت نمونه‌گیری استفاده شود. همچنین این مطالعه در نمونه‌ای از نوجوانان شهرستان لاهیجان انجام شد، جهت تعمیم‌دهی بهتر نتایج پیشنهاد می‌شود این مطالعه در سایر گروه‌های اجتماعی و شهرها انجام شود. تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی بر اساس متغیرهای ترس از دست دادن و عاطفه منفی پیشنهاد می‌شود.

منابع

- بخشی پروردوسری، ع.، و دژکام، م. (۱۳۸۴). تحلیل عاملی تاییدی مقیاس عاطفه مثبت و منفی. *مجله روانشناسی*، ۹(۴)، ۳۵۱-۳۶۵.
<https://www.sid.ir/paper/54494/fa>
- Chen, L., Yan, Z., Tang, W., Yang, F., Xie, X., & He, J. (2016). Mobile phone addiction levels and negative emotions among Chinese young adults: The mediating role of interpersonal problems. *Computers in Human behavior*, 55, 856-866. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.030>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Elhai, J. D., Yang, H., & Montag, C. (2020). Fear of missing out (FOMO): overview, theoretical underpinnings, and literature review on relations with severity of negative affectivity and problematic technology use. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43, 203-209. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0870>
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Topcu, M., & Kutlu, N. (2019). Relationships of Internet addiction and Internet gaming disorder symptom severities with probable attention deficit/hyperactivity disorder, aggression and negative affect among university students. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 11, 413-421. <https://doi.org/10.1007/s12402-019-00305-8>
- Fallahtafti, S., Ghanbaripirkashani, N., Alizadeh, S. S., & Rovoshi, R. S. (2020). Psychometric properties of the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) in a sample of Iranian adolescents. *International Journal of Developmental Science*, 14(1-2), 19-26. <https://doi.org/10.3233/DEV-200002>
- Jin Jeong, Y., Suh, B., & Gweon, G. (2020). Is smartphone addiction different from Internet addiction? comparison of addiction-risk factors among adolescents. *Behaviour & Information Technology*, 39(5), 578-593. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1604805>
- Kargın, M., Türkben Polat, H., & Coşkun Şimşek, D. (2020). Evaluation of internet addiction and fear of missing out among nursing students. *Perspectives in psychiatric care*, 56(3), 726-731. <https://doi.org/10.1111/ppc.12488>
- Kim, S. G., Park, J., Kim, H. T., Pan, Z., Lee, Y., & McIntyre, R. S. (2019). The relationship between smartphone addiction and symptoms of depression, anxiety, and attention-deficit/hyperactivity in South Korean adolescents. *Annals of general psychiatry*, 18(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12991-019-0224-8>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling (3th ed.)*. Guilford publications. <https://psycnet.apa.org/record/2010-18801-000>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PLoS one*, 8(12), e83558. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3877074/>
- Li, H., Yue, J., Wang, Y., Zou, F., Zhang, M., & Wu, X. (2021). Negative effects of mobile phone addiction tendency on spontaneous brain microstates: evidence from resting-state EEG. *Frontiers in Human Neuroscience*, 15, 636504. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2021.636504>
- Li, L., Griffiths, M. D., Mei, S., & Niu, Z. (2020). Fear of missing out and smartphone addiction mediates the relationship between positive and negative affect and sleep quality among Chinese university students. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 877. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00877>

- Li, L., Niu, Z., Mei, S., & Griffiths, M. D. (2022). A network analysis approach to the relationship between fear of missing out (FoMO), smartphone addiction, and social networking site use among a sample of Chinese university students. *Computers in Human Behavior*, 128, 107086. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107086>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence*, 55, 51-60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora: Jurnal penelitian psikologi*, 5(1), 29-44. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/Psikohumaniora/article/view/4916>
- Thompson, E. R. (2007). Development and Validation of an Internationally Reliable Short-Form of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2), 227-242. <https://doi.org/10.1177/0022022106297301>
- Veysuei M, Amini M, Fattahi A, Mojarad SM. (2023). Psychometric Properties of the Farsi Version of the Fear of Missing out Scale and the Phubbing Scale. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 17 (1), e122357. <https://doi.org/10.5812/ijpbs-122357>
- Wang, J., Wang, P., Yang, X., Zhang, G., Wang, X., Zhao, F., ... & Lei, L. (2019). Fear of missing out and procrastination as mediators between sensation seeking and adolescent smartphone addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1049-1062. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00106-0>
- Wang, W., Mehmood, A., Li, P., Yang, Z., Niu, J., Chu, H., ... & Yang, X. (2021). Perceived stress and smartphone addiction in medical college students: the mediating role of negative emotions and the moderating role of psychological capital. *Frontiers in Psychology*, 12, 660234. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.660234>
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry research*, 262, 618-623. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>
- Yang, S. Y., Wang, Y. C., Lee, Y. C., Lin, Y. L., Hsieh, P. L., & Lin, P. H. (2022, May). Does smartphone addiction, social media addiction, and/or internet game addiction affect adolescents' interpersonal interactions?. In *Healthcare*, 10 (2), 963. <https://doi.org/10.3390/healthcare10050963>
- Yue, H., Zhang, X., Sun, J., Liu, M., Li, C., & Bao, H. (2021). The relationships between negative emotions and latent classes of smartphone addiction. *PloS one*, 16(3), e0248555. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248555>
- Zhang, Y., Shang, S., Tian, L., Zhu, L., & Zhang, W. (2023). The association between fear of missing out and mobile phone addiction: a meta-analysis. *BMC psychology*, 11(1), 338. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01376-z>

نقش میانجی عاطفه منفی در رابطه بین ترس از دست دادن و اعتیاد به گوشی هوشمند در نوجوانان

The mediating role of negative affect in the relationship between fear of missing out and smartphone addiction in adolescents