

## نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متأهل

### The mediating role of fear of missing out in the relationship between psychological needs and phubbing behavior in married students

Maryam Nikbin

MA in Psychology, Department of psychology, Rasht branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran.

Dr. Samereh Asadi Majreh \*

Assistant Professor, Department of Psychology, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran.

[asadimajreh\\_psy@yahoo.com](mailto:asadimajreh_psy@yahoo.com)

مریم نیک بین

کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران.

دکتر سامره اسدی مجره (نویسنده مسئول)

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

#### Abstract

The present descriptive-correlational study was conducted using structural equation modeling. The statistical population in this study included all married students of Islamic Azad University, Rasht Branch, in 2024, from which 220 people were selected as samples using convenience sampling. The Fear of Missing out Scale (FoMoS; Wegmann et al., 2017), General Phubbing Scale (GSP; Chotpitayasonvand & Douglas, 2018), and Basic Psychological Need Satisfaction Scales (PNSS; Deci and Ryan, 2000) were used to collect data. Data analysis was performed using structural equation modeling. The results showed that the proposed model has a good fit. The results also showed that the direct effects of psychological needs and fear of missing out on phubbing behavior were significant; The direct effect of psychological needs on fear of loss was significant ( $P < 0.05$ ); the results of the bootstrap test showed that fear of missing out played a mediating role in the relationship between psychological needs and phubbing behavior ( $P < 0.05$ ). In summary, it can be concluded that psychological needs directly and through the mediating role of fear of missing out affected phubbing behavior in married students.

**Keywords:** Fear of Missing Out, Phubbing Behavior, Psychological Needs.

#### چکیده

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متأهل انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال ۱۴۰۳ بودند که از بین آنها به روش نمونه‌گیری در دسترس ۲۲۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس ترس از دست دادن (FoMoS؛ وگمانن و همکاران، ۲۰۱۷)، مقیاس عمومی فابینگ (GSP؛ چوتپیتایسون‌وند و داگلاس، ۲۰۱۸) و پرسشنامه ارضاء نیازهای روانشناختی پایه (PNSS؛ دسی و رایان، ۲۰۰۰) استفاده شد. تحلیل داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. نتایج نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار بود. همچنین نتایج نشان داد اثرات مستقیم نیازهای روانشناختی و ترس از دست دادن بر رفتار فابینگ معنادار بود؛ اثر مستقیم نیازهای روانشناختی بر ترس از دست دادن معنادار بود ( $P < 0.05$ )؛ نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ نقش میانجی داشت ( $P < 0.05$ ). در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که نیازهای روانشناختی به طور مستقیم و با نقش میانجی ترس از دست دادن بر رفتار فابینگ در دانشجویان متأهل اثر داشت.

**واژه‌های کلیدی:** ترس از دست دادن، رفتار فابینگ، نیازهای روانشناختی.

## مقدمه

رفتار فابینگ می‌تواند عواقب منفی قابل توجهی برای افراد متاهل داشته باشد؛ این رفتار می‌تواند منجر به سطوح پایین‌تری از رضایت زناشویی شود؛ وقتی یکی از طرفین احساس می‌کند به نفع تلفن هوشمند نادیده گرفته شده‌اند، می‌تواند باعث ایجاد احساس ناراضی در رابطه شود (رهمه و سانایاتا، ۲۰۲۴). رفتار فابینگ به عمل نادیده گرفتن دیگری به نفع گوشی هوشمند یا دستگاه دیجیتال اشاره دارد. معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که یکی از زوجین، تلفن خود را بر تعامل با شریک خود ترجیح می‌دهد، که منجر به احساس بی‌توجهی و قطع ارتباط می‌شود (یام، ۲۰۲۳). رفتار فابینگ منظم می‌تواند منجر به قطع پیوندهای عاطفی گردد. این امر به ویژه در صورتی مضر است که زبان اصلی عشق یکی از طرفین زمان با کیفیت باشد، زیرا ممکن است زمانی که شریک زندگی تلفن خود را به او اولویت می‌دهد احساس بی‌اهمیتی و طرد شدن کنند (توماس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). رفتار فابینگ می‌تواند منجر به سوء تفاهم و درگیری بر سر استفاده از تلفن شود. زوجین ممکن است به جای معاشرت با یکدیگر، در مورد مقدار زمانی که برای دستگاه تلفن همراه صرف می‌کنند بحث کنند، که می‌تواند تنش‌ها را در رابطه تشدید کند (روبرتس و دیوید<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). همچنین رفتار فابینگ می‌تواند احساس بی‌اعتمادی و طرد شدن را ایجاد کند. وقتی یکی از طرفین احساس می‌کند که توجه او تقسیم شده است، می‌تواند منجر به سوء ظن در مورد تعهد طرف مقابل به رابطه شود (یام، ۲۰۲۳).

بررسی مطالعات دلالت بر این دارد که رفتار فابینگ می‌تواند پیامد عدم توجه به نیازهای روانشناختی در رابطه زوجی باشد (کارامان و ارسلان<sup>۵</sup>، ۲۰۲۴؛ شن و شای<sup>۶</sup>؛ لو<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۴؛ یو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۴)؛ در واقع زمانی که در رابطه زوجی نیازهای روانشناختی زوجین مورد توجه یکدیگر نباشد؛ رفتار فابینگ شیوع بیشتر دارد؛ این نیازها برای انگیزه و بهزیستی افراد اساسی هستند و برآورده شدن یا فقدان آن‌ها می‌تواند بر نحوه تعامل شرکا با یکدیگر، به‌ویژه در زمینه استفاده و توجه به گوشی‌های هوشمند تأثیر بگذارد (لو و همکاران، ۲۰۲۴). نیازهای روانشناختی شامل خودمختاری، شایستگی و ارتباط هستند (آملوت<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۴)؛ وقتی افراد احساس می‌کنند که خودمختاری آن‌ها در یک رابطه محترم شمرده می‌شود، به احتمال زیاد با شریک خود تعامل مثبت دارند؛ همچنین نیاز به شایستگی به احساس اثربخشی و موفقیت فرد در تعاملات خود مربوط می‌شود. اگر یک شریک به دلیل بی‌توجهی احساس بی‌کفایتی یا بی‌ارزشی کند، می‌تواند منجر به ناامیدی و کناره‌گیری از رابطه شود؛ همچنین رابطه مستلزم احساس ارتباط و ارزش‌گذاری توسط دیگران است. هنگامی که یکی از زوجین درگیر رفتار فابینگ می‌شود، می‌تواند به شدت احساس خویشتناوندی را تضعیف کند و باعث شود که شریک دیگر احساس انزوا و بی‌اهمیتی کند. این فقدان ارتباط می‌تواند منجر به کاهش رضایت از رابطه و افزایش رفتار فابینگ شود زیرا افراد به دنبال ارتباط در فضاهای دیگر هستند (کارامان و ارسلان، ۲۰۲۴).

همچنین بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که ترس از دست دادن نیز یک عامل مهم در افزایش رفتار فابینگ است (انصاری و همکاران، ۲۰۲۴؛ تلان و همکاران، ۲۰۲۴؛ پاول و همکاران، ۲۰۲۴؛ بین و همکاران، ۲۰۲۴). افرادی که سطوح بالاتری از ترس از دست دادن را تجربه می‌کنند، بیشتر درگیر رفتار فابینگ می‌شوند، زیرا آن‌ها تلفن‌های هوشمند و تعاملات رسانه‌های اجتماعی خود را بر ارتباط چهره به چهره با همسر خود اولویت می‌دهند (توفان و همکاران، ۲۰۲۴). ترس از دست دادن می‌تواند افراد را وادار کند تا تلفن‌های خود را برای به روز رسانی‌ها، اعلان‌ها یا تعاملات رسانه‌های اجتماعی چک کنند که اغلب به قیمت عدم توجه به شریک زندگی شان تمام می‌شود. این رفتار می‌تواند احساس غفلت و فاصله عاطفی را در رابطه ایجاد کند (پاول و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین وقتی یکی از شرکا به دلیل ترس از دست دادن مشغول تلفن خود است، ممکن است شریک دیگر احساس طرد شدن و بی‌اهمیت بودن کند. این قطع ارتباط عاطفی می‌تواند احساس تنهایی و ناراضی را در ازدواج تشدید کند (تلان و همکاران، ۲۰۲۴).

1 Rahmah &amp; Sanyata

2 Yam

3 Thomas

4 Roberts &amp; David

5 Karaman &amp; Arslan

6 Shen &amp; Xie

7 Lu

8 Yue

9 Ameloot

همچنین تأثیر نیازهای روانشناختی بر ترس از دست دادن قابل توجه و چندوجهی است (لیو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ گوپتا و شارما<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱؛ سعید و همکاران، ۲۰۲۲؛ شای و همکاران، ۲۰۱۸)؛ هنگامی که افراد در زندگی خود احساس عدم خودمختاری می‌کنند، ممکن است افزایش ترس از دست دادن را تجربه کنند. این به این دلیل است که نیازهای خودمختاری برآورده نشده می‌تواند منجر به احساس کنترل یا محدود شدن شود، که می‌تواند میل به ارتباط ماندن با فعالیت‌ها و تجربیات اجتماعی را که آن‌ها به عنوان پاداش ادراک می‌کنند تقویت کند (لیو و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین احساس شایستگی برای افراد بسیار مهم است تا در تعاملات اجتماعی خود احساس موثر و توانایی داشته باشند. هنگامی که افراد احساس بی‌کفایتی می‌کنند، ممکن است از دست دادن تجربیاتی که می‌تواند عزت نفس یا جایگاه اجتماعی آن‌ها را افزایش دهد، بترسند. این ترس می‌تواند آن‌ها را به تعامل بیشتر با رسانه‌های اجتماعی سوق دهد و به دنبال تأیید و اطمینان از دیگران باشند (گوپتا و شارما، ۲۰۲۱). ارتباط، یا نیاز به احساس تعامل با دیگران، ارتباط نزدیکی با ترس از دست دادن دارد. تحقیقات نشان می‌دهد که ترس از دست دادن اغلب یک حالت عاطفی منفی است که ناشی از نیازهای برآورده نشده ارتباط اجتماعی است. زمانی که افراد احساس می‌کنند از حلقه‌های اجتماعی خود جدا شده‌اند، ترس آن‌ها از دست دادن تعاملات و تجربیات اجتماعی تشدید می‌شود. این نیاز به ارتباط می‌تواند منجر به رفتارهای اجباری شود، مانند بررسی مداوم رسانه‌های اجتماعی برای مطلع شدن از فعالیت‌های دیگران (تنهان<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲)؛ بر این اساس به نظر می‌رسد که ترس از دست دادن یک میانجی بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در افراد متاهل باشد.

انجام این مطالعه از چند جهت دارای اهمیت است؛ با بررسی اینکه چگونه ترس از دست دادن تأثیر نیازهای روانشناختی برآورده نشده بر رفتار فابینگ را میانجی‌گری می‌کند، محققان می‌توانند بینشی در مورد چگونگی تأثیر این پویایی‌ها بر رضایت زناشویی به دست آورند. درک این رابطه می‌تواند به شناسایی عواملی کمک کند که به قطع ارتباط عاطفی و نارضایتی در ازدواج در بین دانشجویان متاهل کمک می‌کند. همچنین شناخت نقش نیازهای روانشناختی در تأثیرگذاری بر ترس از دست دادن و رفتار فابینگ می‌تواند مداخلاتی را با هدف بهبود کیفیت روابط زوجی، فراهم کند. با پرداختن به این نیازها، زوجین ممکن است رفتار فابینگ را کاهش دهند و ارتباط عاطفی خود را تقویت کنند. با توجه به اهمیت این موضوع مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متاهل انجام شد.

## روش

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه دانشجویان متاهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال ۱۴۰۳ از مقطع کارشناسی تا دکتری بودند که از بین آن‌ها به روش نمونه‌گیری در دسترس ۲۲۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. حجم نمونه در این پژوهش بر اساس فرمول کلاین<sup>۴</sup> (۲۰۱۱) برای پژوهش‌های مدل‌یابی معادلات ساختاری محاسبه شد. نمونه‌گیری به صورت نظرسنجی آنلاین در پرس لاین انجام شد و پس از احراز معیارهای ورود به پرسشنامه‌ها از طریق شبکه‌های اجتماعی مجازی (واتس‌آپ و تلگرام) در اختیار دانشجویان قرار داده شد. رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، متاهل بودن، دامنه سنی ۱۸ تا ۴۵ سال، عدم ابتلا به بیماری‌های جسمانی مزمن؛ عدم مصرف داروهای روانپزشکی، عدم تجربه سوگ در شش ماه گذشته (که به روش خود اظهاری ثبت شد) و عدم سابقه طلاق و فوت همسر به عنوان معیار ورود به پژوهش در نظر گرفته شد و همچنین عدم پاسخ به سوالات پرسشنامه به عنوان معیار خروج در نظر گرفته شد. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی به طور دقیق رعایت شد؛ همه شرکت‌کنندگان از اهداف پژوهش آگاه بودند؛ همچنین شرکت در این مطالعه هیچ آسیب جسمانی و روانی برای شرکت‌کنندگان به دنبال نداشت و در مورد رازداری و حریم خصوصی به افراد اطمینان داده شد. به منظور تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۵ و AMOS نسخه ۲۴ با روش آماری مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شده است.

1 Liu  
2 Gupta & Sharma  
3 Tanhan  
4 Kline

### ابزار سنجش

**مقیاس ترس از دست دادن (FoMoS)<sup>۱</sup>:** این مقیاس با ۱۲ سوال توسط وگمان<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۷) ساخته شده است. این مقیاس دو مولفه صفت (۵ سوال) و وضعیت (۷ سوال) را بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هرگز (۱) الی همیشه (۵) می‌سنجد. نمرات دامنه نمرات در این مقیاس ۱۲ الی ۶۰ است و نمرات بیشتر نشان دهنده ترس از دست دادن بیشتر است. روایی این ابزار به روش سازه با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که ۱۲ سوال در دو زیرمقیاس در مجموع ۳۸/۳۲ درصد واریانس را تبیین می‌کنند و همسانی دورنی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ محاسبه شد (وگمان و همکاران، ۲۰۱۷). در نمونه ایرانی این مقیاس توسط ویسوئی و همکاران (۲۰۲۳) اعتباریابی شد، نتایج نشان داد که این مقیاس از روایی همگرای با آزمون اعتماد به شبکه‌های اجتماعی (۳=۰/۷۰) برخوردار بود و همسانی درونی ۰/۸۵ آلفای کرونباخ بود. در مطالعه حاضر همسانی درونی ۰/۷۷ آلفای کرونباخ محاسبه شد.

**مقیاس عمومی فابینگ (GSP)<sup>۳</sup>:** این مقیاس دارای ۱۵ سوال و ۴ زیرمقیاس (نوموفوبیا، تعارض بین فردی، خودانزوایی و تایید مشکلات فابینگ) است که توسط چوتپیتایاسونوند و داگلاس<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) طراحی و اعتباریابی شده است. این مقیاس بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملا مخالفم (نمره ۱) الی کاملا موافقم (نمره ۵) پاسخ داده می‌شود. دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۵ الی ۷۵ است و نمرات بیشتر نشان دهنده مشکلات بیشتر در فابینگ است. چوتپیتایاسونوند و داگلاس (۲۰۱۸) روایی همگرای این مقیاس را با آزمون اعتماد به اینترنت ۰/۷۵ گزارش کردند، همچنین همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند. در نمونه ایرانی روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و چهار عامل شناسایی شد که در مجموع ۶۵/۱۹ درصد واریانس را تبیین کردند و پایایی به روش همسانی درونی ۰/۸۷ آلفای کرونباخ محاسبه شد (اصفهانی و همکاران، ۱۴۰۰). در مطالعه حاضر همسانی درونی ۰/۸۱ آلفای کرونباخ محاسبه شد.

**مقیاس ارضاء نیازهای روانشناختی پایه (BPNSS)<sup>۵</sup>:** این مقیاس به وسیله دسی و رایان<sup>۶</sup> (۲۰۰۰)، ساخته شده است و میزان احساس حمایت (ارضا) از نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط با دیگران را می‌سنجد و شامل ۲۱ سؤال است که بر اساس مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت (۱=اصلا درست نیست الی ۷- بسیار درست است) درجه بندی شده است. این شیوه نمره گذاری برای سؤالات ۳، ۴، ۷، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۰ معکوس است. خرده مقیاس خودمختاری با گویه‌های (۱، ۴، ۸، ۱۱، ۱۴، ۱۷، ۲۰)، خرده مقیاس شایستگی با گویه‌های (۳، ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵، ۱۹)، و خرده مقیاس ارتباط با گویه‌های (۲، ۶، ۷، ۹، ۱۲، ۱۶، ۱۸، ۲۱) مشخص می‌شود. حداقل نمره ۲۱ و حداکثر ۱۴۷ است، نمرات بالاتر نشان دهنده رضایت فرد از ارضاء نیازها است. روایی این پرسشنامه به روش تحلیل عاملی اکتشافی ۰/۷۳ و ضریب آلفا کرونباخ حاصل از اجرای این پرسشنامه ۰/۹۲ گزارش شده است (دسی و رایان، ۲۰۰۰). در ایران نیز این مقیاس در نمونه های مدیران و دانشجویان ایرانی اجرا شده و از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار بود به طوری که آلفای کرونباخ این ابزار نیز بین ۰/۷۶ تا ۰/۷۹ بدست آمد و روایی ملاکی با پرسشنامه ذهن آگاهی ۰/۶۹ محاسبه شد (قاسمی پور و قربانی، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ برای مؤلفه خودمختاری ۰/۷۱، شایستگی ۰/۷۶ و ارتباط ۰/۷۸ بدست آمد.

### یافته ها

در این پژوهش ۲۲۰ نفر مشارکت داشتند؛ اما ۲۱۶ داده وارد تحلیل شدند. شرکت کنندگان در میانگین و انحراف معیار سنی ۳۰/۶±۷۳/۵۳ سال بود. میانگین و انحراف معیار مدت ازدواج ۶/۱۲±۵/۲۲ سال بود. ۱۶۹ نفر (۷۸/۲۴ درصد) هیچ فرزندی نداشتند و ۴۷ نفر (۲۱/۷۶ درصد) دارای حداقل یک فرزند بودند. نتایج نشان داد که از مجموع شرکت کنندگان، ۱۱۵ نفر (۳۲/۲ درصد) زن و ۱۰۱ نفر (۴۶/۸ درصد) مرد بودند. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش ارائه شده است.

1 Fear of Missing out Scale (FoMoS)

2 Wegmann

3 General scale of phubbing

4 Chotpitayasunondh and Douglas

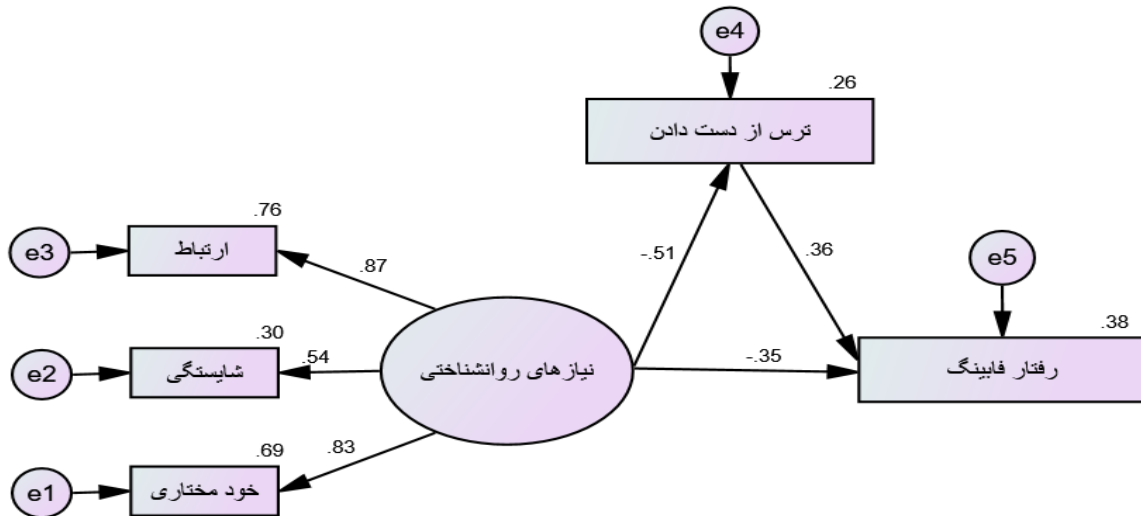
5 Basic Psychological Need Satisfaction Scales (BPNSS)

6 Deci & Ryan

جدول ۱: یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ضرایب همبستگی پیرسون

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳
۱- رفتار فابینگ	۳۲/۹۸	۹/۳۷	۰/۷۸	۰/۹۸	۱		
۲- نیازهای روانشناختی	۶۹/۸۷	۲۰/۲۵	۰/۷۹	۱/۰۹	-۰/۴۵ **	۱	
۳- ترس از دست دادن	۴۳/۷۷	۸/۵۲	-۰/۵۵	۱/۲۳	۰/۵۴ **	-۰/۴۳ **	۱

در جدول ۱ یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون ارائه شده است؛ آماره شاخص‌های کجی و کشیدگی در محدوده ۲ الی ۲- قرار داشت که نشان دهنده طبیعی بودن توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش است؛ همچنین ضریب مردیا در این مطالعه ۷/۹۰ محاسبه شد، به عبارت دیگر نرمال بودن چند متغیری نیز برقرار است، زیرا مقدار این آماره کمتر از ۸ می‌باشد. با توجه به طبیعی بودن توزیع داده‌ها جهت بررسی رابطه خطی بین متغیرها از آزمون پارامتری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد؛ نتایج نشان داد که رفتار فابینگ به‌طور منفی و معنادار با نیازهای روانشناختی ( $r=-0/45$ ) و به‌طور مثبت با ترس از دست دادن ( $r=0/54$ ) رابطه دارد؛ همچنین بین نیازهای روانشناختی و ترس از دست دادن ( $r=-0/43$ ) رابطه منفی و معنادار وجود داشت ( $P<0/05$ ). به منظور اجرای آزمون مدل‌یابی معادلات ساختاری و بررسی برازش مدل پیشنهادی، ابتدا پیش‌فرض‌های استقلال خطاها و عدم هم‌خطی چندگانه بررسی شد، نتایج نشان داد که آماره دوربین واتسون<sup>۱</sup> برابر با ۱/۹۳ و در دامنه مطلوبیت ۱/۵۰ تا ۲/۵۰ قرار دارد و بیانگر استقلال باقی‌مانده‌ها است. همچنین هرچه مقدار تلورانس بیشتر (نزدیک به ۱) باشد، میزان هم‌خطی کمتر است؛ در این مطالعه میزان تلورانس برای متغیرهای پیش‌بین و میانجی ۰/۷۹ گزارش شد که نشانگر هم‌خطی مطلوب است. به‌منظور آزمون مدل مفهومی پژوهش از مدل معادلات ساختاری با حداکثر درست‌نمایی استفاده شد، ضرایب مسیر در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱: مدل برازش شده پژوهش در حالت استاندارد

با توجه به نتایج شکل ۱ مدل پیشنهادی نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در مجموع ۳۸ درصد از واریانس را پیش‌بینی می‌کند؛ در ادامه ضرایب مسیرهای مستقیم در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: ضرایب اثرات مستقیم متغیرهای مدل معادلات ساختاری

مسیرها	ضریب مسیر	خطا استاندارد	مقدار t	حد پایین	حد بالا	مقدار P
نیازهای روانشناختی --- رفتار فابینگ	-۰/۳۵	۰/۰۷	-۴/۵۴	-۰/۴۷	-۰/۲۳	۰/۰۱
ترس از دست دادن --- رفتار فابینگ	۰/۳۶	۰/۰۶	۵/۴۹	۰/۲۵	۰/۴۶	۰/۰۱
نیازهای روانشناختی --- ترس از دست دادن	-۰/۵۱	۰/۰۵	-۷/۱۴	-۰/۵۹	-۰/۴۲	۰/۰۱

1. Durbin-Watson

نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متاهل  
The mediating role of fear of missing out in the relationship between psychological needs and phubbing behavior in ...

نتایج در جدول ۲ نشان داد اثرات مستقیم نیازهای روانشناختی ( $\beta = -0/35$ ) و ترس از دست دادن ( $\beta = 0/36$ ) بر رفتار فابینگ معنادار بود؛ همچنین اثر مستقیم نیازهای روانشناختی بر ترس از دست دادن ( $\beta = -0/51$ ) معنادار بود ( $P < 0/05$ )؛ در واقع می‌توان گفت اثرات مستقیم در متغیرهای مدل معنادار است در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳: اثرات میانجی مدل معادلات ساختاری

مسیرها	ضریب مسیر	خطا استاندارد	حد پایین	حد بالا	مقدار P
نیازهای روانشناختی -- ترس از دست دادن -- رفتار فابینگ	-0/18	0/03	-0/25	-0/13	0/01

به منظور بررسی نقش میانجی از روش بوت استرپ استفاده شد، نتیجه در جدول ۳ نشان داد که ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ ( $\beta = -0/18$ ) نقش میانجی داشت ( $P < 0/05$ ). در ادامه شاخص‌های برازش حاصل از مدل پیشنهادی ارائه شده است.

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل مفهومی پژوهش

شاخص‌های برازش	CMIN	P	df	CMIN/DF	CFI	GFI	AGFA	IFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	11/69	0/13	4	2/92	0/96	0/95	0/92	0/97	0/96	0/06
معیار تصمیم	-	$P > 0/05$	-	< 5	> 0/90	> 0/90	> 0/90	> 0/90	> 0/90	< 0/08

نتایج جدول ۴ نشان داد که شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل معادلات ساختاری مدلیابی نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متاهل از برازش مطلوب برخوردار بود ( $\chi^2/df = 2/92$ ,  $df = 4$ ,  $\chi^2 = 11/69$ ,  $RMSEA = 0/06$  و  $NFI = 0/96$ ,  $CFI = 0/95$ ).

## بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش میانجی ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ در دانشجویان متاهل انجام شد. یافته اول نشان داد که نیازهای روانشناختی بر رفتار فابینگ اثر معنادار دارد؛ این یافته با پژوهش‌های کارامان و ارسلان (۲۰۲۴)، شن و شای (۲۰۲۴)، لو و همکاران (۲۰۲۴) و یو و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین می‌توان بیان نمود که وقتی افراد احساس می‌کنند که خودمختاری آن‌ها در رابطه زوجی مورد احترام است و بر انتخاب‌های خود کنترل دارند، کمتر درگیر تعارض می‌شوند. یک محیط حمایتی که ترجیحات و دیدگاه‌های شخصی را تأیید می‌کند، حس آزادی را تقویت می‌کند و تمایل به جستجوی اعتبار از طریق استفاده از تلفن هوشمند در طول تعامل با همسر را کاهش می‌دهد (دورادونی<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین ارضای نیاز شایستگی مستلزم احساس موثر و توانمندی در تعاملات اجتماعی است. وقتی افراد در روابط خود احساس شایستگی می‌کنند، به احتمال زیاد به جای اینکه برای اطمینان خاطر یا حواس پرتی به تلفن هایشان متوسل شوند، به طور معناداری با شریک زندگی خود تعامل می‌کنند. این حس تسلط می‌تواند منجر به تعاملات رضایت‌بخش‌تر شود، در نتیجه رفتار فابینگ را کاهش دهد (لو و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین نیاز به ارتباط بر اهمیت داشتن تعامل تأکید می‌کند. هنگامی که افراد سطوح بالایی از ارتباط را تجربه می‌کنند، احتمالاً تعاملات چهره به چهره را بر تعاملات دیجیتال اولویت می‌دهند. یک ارتباط عاطفی قوی با شریک زندگی می‌تواند احساس تنهایی و میل به چک کردن تلفن در حین مکالمه را کاهش دهد و در نتیجه باعث کاهش رفتار فابینگ شود (سان<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۳).

یافته دوم نشان داد که ترس از دست دادن بر رفتار فابینگ اثر معنادار دارد؛ این یافته با پژوهش‌های انصاری و همکاران (۲۰۲۴)، تلان و همکاران (۲۰۲۴)، پاول و همکاران (۲۰۲۴) و بین و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین می‌توان بیان نمود که افراد با سطوح بالای ترس از دست دادن اغلب نیاز شدیدی به اتصال به شبکه‌های اجتماعی و به روز رسانی احساس می‌کنند. این اجبار می‌تواند آن‌ها را به

1 Duradoni

2 Sun

بررسی مکرر تلفن‌هایشان، حتی در موقعیت‌های اجتماعی، وادار کند که در نتیجه رفتار فابینگ ایجاد می‌کند، زیرا تعاملات دیجیتالی را بر ارتباطات چهره به چهره اولویت می‌دهند؛ همچنین ترس از دست دادن با اضطراب در مورد از دست دادن تجربیات پاداش دهنده‌ای که دیگران ممکن است داشته باشند مشخص می‌شود. این اضطراب می‌تواند حواس افراد را از تعامل معنادار با همسر خود منحرف کند و به جای آن، آن‌ها را به تمرکز روی دستگاه‌های خود سوق دهد (گائو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه بر این ترس از دست دادن اغلب از مقایسه اجتماعی ناشی می‌شود، جایی که افراد احساس می‌کنند تحت فشار قرار می‌گیرند تا با افراد دیگر همگام شوند. این فشار می‌تواند آن‌ها را وادار کند که در طول تعامل با تلفن‌هایشان درگیر شوند، زیرا آن‌ها به دنبال آگاهی از فعالیت‌های دیگران هستند و بیشتر به رفتارهای فابینگ منجر می‌شود (ین و همکاران، ۲۰۲۴). از آنجایی که افراد به دلیل ترس از دست دادن درگیر فابینگ می‌شوند، ممکن است همسر آن‌ها احساس غفلت و بی‌اهمیتی کنند. این قطع ارتباط عاطفی می‌تواند احساسات ترس از دست دادن را تشدید کند، و چرخه‌ای را ایجاد کند که در آن هر دو طرف به طور فزاینده‌ای به دستگاه‌های خود برای اتصال روی می‌آورند و منجر به فابینگ بیشتر می‌شود (انصاری و همکاران، ۲۰۲۴). برای افرادی که ترس از دست دادن را تجربه می‌کنند، استفاده از تلفن‌هایشان می‌تواند به عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای ناسازگار برای کاهش احساس اضطراب و تنهایی عمل کند. این اتکا به دستگاه‌های دیجیتال می‌تواند تعاملات واقعی را کاهش دهد و در نتیجه باعث افزایش رفتار فابینگ شود (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۳).

یافته سوم نشان داد که نیازهای روانشناختی بر ترس از دست دادن اثر معنادار دارد؛ این یافته با پژوهش‌های لیو و همکاران (۲۰۲۳)، گوپتا و شارما (۲۰۲۱)، سعید و همکاران (۲۰۲۲) و شای و همکاران (۲۰۱۸) همسو بود. در تبیین می‌توان بیان نمود وقتی افراد احساس می‌کنند که خودمختاری و استقلال آن‌ها مورد احترام است، احتمال کمتری دارد که ترس از دست دادن را تجربه کنند. احساس قوی خودمختاری به افراد اجازه می‌دهد تا در فعالیت‌هایی شرکت کنند که شخصاً رضایت‌بخش هستند، و اضطراب مرتبط با از دست دادن تجربیات دیگران را کاهش می‌دهد؛ همچنین هنگامی که افراد احساس شایستگی می‌کنند، کمتر خود را با دیگران مقایسه می‌کنند و نگران از دست دادن تجربیات ارزشمند هستند. این حس تسلط می‌تواند احساس بی‌کفایتی را که اغلب به ترس از دست دادن دامن می‌زند کاهش دهد (لیو و همکاران، ۲۰۲۳). در مجموع می‌توان بیان کرد که برآورده شدن این نیازهای روانی به هم پیوسته است. زمانی که خودمختاری، شایستگی و ارتباط برآورده شود، افراد به احتمال بیشتری احساس امنیت و مشارکت در روابط خود می‌کنند. این رضایت کل‌نگر می‌تواند منجر به الگوهای ارتباطی سالم‌تر و کاهش ترس از دست دادن شود؛ زیرا افراد کمتر مشغول کارهایی هستند که دیگران انجام می‌دهند و بیشتر بر تجربیات رضایت‌بخش خود تمرکز می‌کنند (شای و همکاران، ۲۰۱۸).

یافته چهارم نشان داد که ترس از دست دادن در رابطه بین نیازهای روانشناختی و رفتار فابینگ نقش میانجی داشت؛ این یافته با پژوهش‌های تلان و همکاران (۲۰۲۴) و بات و ارشاد<sup>۲</sup> (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین می‌توان بیان نمود که عدم توجه به نیازهای روانشناختی در رابطه زوجی می‌تواند یک عامل مهم در کاهش تعاملات چهره به چهره در زوجین شود؛ نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط مهم‌ترین عوامل در روابط زناشویی با کیفیت است که در صورت غفلت می‌تواند زوجین را به فضای مجازی جهت برآورده ساختن آن‌ها سوق دهد؛ فقدان شایستگی درک شده در موقعیت‌های اجتماعی می‌تواند ترس از دست دادن را افزایش دهد. افراد ممکن است احساس ناکافی بودن کنند و از دست دادن تجربیاتی که می‌تواند عزت نفس آن‌ها را افزایش دهد واهمه داشته باشند، آن‌ها را ترغیب می‌کند که در طول تعامل بیشتر با دستگاه‌های خود درگیر شوند و در نتیجه رفتار فابینگ را افزایش دهند (گائو و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین ترس از دست دادن می‌تواند رفتارهای اجباری را تحریک کند، مانند بررسی مکرر رسانه‌های اجتماعی برای به روز رسانی آن‌ها؛ این بررسی اجباری می‌تواند از تعاملات معنی‌دار با شرکای خود کم کند و منجر به فابینگ شود. تمایل به در ارتباط ماندن و مطلع ماندن می‌تواند زمینه اجتماعی فوری را تحت الشعاع قرار دهد و باعث شود افراد تلفن‌های خود را بر همسر خود ترجیح دهند (بالتا<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). به طور خلاصه، ترس از دست دادن با تقویت اثرات نیازهای برآورده نشده برای خودمختاری، شایستگی و ارتباط، به عنوان میانجی بین نیازهای روانی و رفتار فابینگ عمل می‌کند. هنگامی که این نیازها ارضا نمی‌شوند، افراد ممکن است افزایش ترس از دست دادن را تجربه کنند، که منجر به افزایش فابینگ می‌شود زیرا آن‌ها به دنبال ارتباط و اعتبار سنجی از طریق دستگاه‌های خود به جای تعامل با شرکای خود هستند (بات و ارشاد، ۲۰۲۱).

1 Gao

2 Butt &amp; Arshad

3 Balta

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که ارضاء نیازهای روانشناختی (خودمختاری، شایستگی و ارتباط) به صورت مستقیم و با نقش میانجی ترس از دست دادن بر رفتار فابینگ اثر داشتند. در نتیجه، ارضای نیازهای روانشناختی نقش مهمی در تأثیرگذاری بر رفتار فابینگ دارد. هنگامی که این نیازها برآورده می‌شوند، افراد کمتر احتمال دارد ترس از دست دادن را تجربه کنند، که به نوبه خود احتمال درگیر شدن در رفتار فابینگ را کاهش می‌دهد. برعکس، نیازهای روانی برآورده نشده می‌تواند ترس از دست دادن را افزایش دهد و منجر به افزایش اتکا به تلفن‌های هوشمند برای حضور در شبکه‌های اجتماعی شود. در پژوهش حاضر نمونه‌گیری به صورت آنلاین و به روش در دسترس در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت اجرا شد؛ بر این اساس تعمیم نتایج به جامعه آماری وسیع‌تر با محدودیت همراه است؛ پیشنهاد می‌شود که در آینده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی به صورت مداد-کاغذی این پژوهش در سایر مراکز آموزش عالی اجرا شود. همچنین در این مطالعه داشتن یا نداشتن فرزند و مدت ازدواج در مدل معادلات ساختاری کنترل نشد؛ پیشنهاد می‌شود اینگونه متغیرها به عنوان متغیر تعدیل‌کننده در مدل‌یابی معادلات ساختاری کنترل شوند. در حوزه کاربردی پیشنهاد می‌شود که در جهت بهبود رفتار فابینگ در دانشجویان متاهل دوره‌های آموزشی با هدف شناسایی نیازهای روانشناختی و ترس از دست دادن برگزار گردد.

## منابع

- اصفهان، م. ح.، خانجانی، م.، و بذرام، ع. (۱۴۰۰). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس عمومی فابینگ. *نشریه اندازه‌گیری تربیتی*، ۱۲ (۴۶)، ۲۶-۷. [https://jem.atu.ac.ir/article\\_14183.html](https://jem.atu.ac.ir/article_14183.html)
- قاسمی پور، ی.، و قربانی، ن. (۱۳۸۹). بهوشیاری و نیازهای بنیادین روان‌شناختی در بیماران قلبی-عروقی. *مجله روان پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۱۶ (۲)، ۱۵۴-۱۶۲. <http://ijpcp.iuims.ac.ir/article-1-1047-fa.html>
- Ameloot, E., Rotsaert, T., Ameloot, T., Rienties, B., & Schellens, T. (2024). Supporting students' basic psychological needs and satisfaction in a blended learning environment through learning analytics. *Computers & Education*, 209, 104949. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2023.104949>
- Ansari, S., Azeem, A., Khan, I., & Iqbal, N. (2024). Association of Phubbing Behavior and Fear of Missing Out: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27 (7), 1-14. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0761>
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Butt, A. K., & Arshad, T. (2021). The relationship between basic psychological needs and phubbing: fear of missing out as the mediator. *PsyCh journal*, 10(6), 916-925. <https://doi.org/10.1002/pchj.483>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of applied social psychology*, 48(6), 304-316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Duradoni, M., Raimondi, T., Buttà, F., & Guazzini, A. (2023). Moving beyond an Addiction Framework for Phubbing: Unraveling the Influence of Intrinsic Motivation, Boredom, and Online Vigilance. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2023(1), 6653652. <https://doi.org/10.1155/2023/6653652>
- Gao, B., Shen, Q., Luo, G., & Xu, Y. (2023). Why mobile social media-related fear of missing out promotes depressive symptoms? the roles of phubbing and social exclusion. *BMC psychology*, 11(1), 189. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01231-1>
- Gupta, M., & Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. *World journal of clinical cases*, 9(19), 4881. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8283615/>
- Karaman, H. B., & Arslan, C. (2024). The mediating role of social media addiction and phubbing in basic psychological needs in relationships and relationship satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 15, 1291638. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1291638>
- Kline, R. B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling (3th ed.). Guilford publications. <https://psycnet.apa.org/record/2010-18801-000>
- Liu, X., Liu, T., Zhou, Z., & Wan, F. (2023). The effect of fear of missing out on mental health: Differences in different solitude behaviors. *BMC psychology*, 11(1), 141. <https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-023-01184-5>
- Lu, B., Shen, X., Gai, X., & Xie, X. (2024). Can Friendship Quality Buffer the Impact of Parental Phubbing on Adolescents' Gratitude? The Longitudinal Mediating Role of Basic Psychological Needs' Satisfaction. *Behavioral Sciences*, 14(11), 1083. <https://doi.org/10.3390/bs14111083>
- Paul, J., Manchanda, P., Arora, N., & Aggarwal, A. (2024). "I can't look at you while talking!"—fear of missing out and smartphone addiction as predictors of consumer's phubbing behavior. *Journal of Research in Interactive Marketing*, 18(4), 666-687. <https://doi.org/10.1108/JRIM-06-2023-0177>

- Rahmah, M., & Sanyata, S. (2024). Phubbing and Its Impact on Student Communication and Relationship: A Qualitative Study on Coping Strategies and Social Implications. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 16(4), 4876-4889. <http://journal.staihubbulwathan.id/index.php/alishlah/article/view/5801>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2022). Partner phubbing and relationship satisfaction through the lens of social allergy theory. *Personality and Individual Differences*, 195, 111676. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111676>
- Saeed, Q., Zubair, A., & Mujeeb, A. (2022). Mediating Role of Fear of Missing Out in Psychological Needs Satisfaction and Social Media Engagement among University Students. *Journal of Behavioural Sciences*, 32(2), 63-80. [https://pu.edu.pk/images/journal/doap/PDF-FILES/4\\_V32-2-2022.pdf](https://pu.edu.pk/images/journal/doap/PDF-FILES/4_V32-2-2022.pdf)
- Shen, X., & Xie, X. (2024). How parental phubbing decreases adolescent core self-evaluation through basic psychological need satisfaction: Evidence from longitudinal mediation analysis and longitudinal network analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 02654075241262536. <https://doi.org/10.1177/02654075241262536>
- Sun, R., Li, W., Lu, S., & Gao, Q. (2023). Psychological needs satisfaction and smartphone addiction among Chinese adolescents: The mediating roles of social anxiety and loneliness. *Digital Health*, 9, 20552076231203915. <https://doi.org/10.1177/20552076231203915>
- Talan, T., Doğan, Y., & Kalinkara, Y. (2024). Effects of smartphone addiction, social media addiction and fear of missing out on university students' phubbing: A structural equation model. *Deviant Behavior*, 45(1), 1-14. <https://doi.org/10.1080/01639625.2023.2235870>
- Tanhan, F., Özok, H. İ., & Tayız, V. (2022). Fear of missing out (FoMO): A current review. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar*, 14(1), 74-85. [http://www.cappsy.org/archives/vol14/no1/cap\\_14\\_01\\_09\\_en.pdf](http://www.cappsy.org/archives/vol14/no1/cap_14_01_09_en.pdf)
- Thomas, T. T., Carnelley, K. B., & Hart, C. M. (2022). Phubbing in romantic relationships and retaliation: A daily diary study. *Computers in Human Behavior*, 137, 107398. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>
- Tufan, C., Köksal, K., Griffiths, M. D., Erturgut, R., & Mert, İ. S. (2024). Effects of fear of missing out, smartphone addiction, phubbing, and being phubbed on friendship satisfaction. *Behaviour & Information Technology*, 12, 1-17. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2024.2434893>
- 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>
- Wegmann, E., Oberst, U., Stodt, B., & Brand, M. (2017). Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 5, 33-42. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2017.04.001>
- Xie, X., Wang, Y., Wang, P., Zhao, F., & Lei, L. (2018). Basic psychological needs satisfaction and fear of missing out: Friend support moderated the mediating effect of individual relative deprivation. *Psychiatry Research*, 268, 223-228. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.07.025>
- Yam, F. C. (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports*, 126(1), 303-331. <https://doi.org/10.1177/00332941221144611>
- Yin, L., Wang, P., Li, H., Mao, N., Hu, H., & Griffiths, M. D. (2024). Gender differences in the associations between parental phubbing, fear of missing out, and social networking site addiction: A cross-lagged panel study. *Technology in Society*, 78, 102668. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2024.102668>
- Yue, H., Gao, S., Feng, F., Wu, F., Bao, H., & Zhang, X. (2024). Linking adolescents' phubbing to depression: the serial mediating effects of peer relationship quality and psychological need frustration. *Frontiers in Public Health*, 12, 1420151. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1420151>

