



DOR: [20.1001.1.22285318.1398.9.3.2.0](https://doi.org/10.1001.1.22285318.1398.9.3.2.0)

مقایسه تأثیر تحمل پریشانی و هراس اجتماعی بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش آموزان

نیره السادات روحانی *

مهری سید موسوی **

معصومه گرجی ***

زبیر صمیمی ****

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه تأثیر تحمل پریشانی و هراس اجتماعی بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش آموزان انجام شد. روش پژوهش علی - مقایسه‌ای بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه و هنرستان شهر تهران در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود که با استفاده از فرمول کوکران و با روش طبقه‌بندی نسبتی، ۳۸۵ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع آوری داده‌ها از پرسش‌نامه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، مقیاس تحمل پریشانی سیمونز و گاهر و پرسش‌نامه هراس اجتماعی کانر استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری (مانووا) و آزمون تجزیه تابع تشخیص تحلیل شدند. یافته‌های مانووا نشان داد که تفاوت معناداری بین دو گروه با استفاده زیاد و کم زیاد از شبکه‌های اجتماعی در تمام مؤلفه‌های تحمل پریشانی (تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم) و هراس اجتماعی (ترس و اجتناب) وجود داشت و دانش آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی، تحمل پریشانی کمتر و هراس اجتماعی بیشتری داشتند. همچنین تجزیه تابع تشخیص، به یک تابع تشخیص معنادار منجر شد که طبق این تابع مؤلفه تنظیم، جذب، ارزیابی از تحمل پریشانی و مؤلفه ترس و اجتناب از هراس اجتماعی، دارای بالاترین توان در تمایز دو گروه از دانش آموزان بودند. بر اساس نتایج حاضر، تحمل پریشانی و هراس اجتماعی از عوامل مرتبط با استفاده از شبکه‌های اجتماعی هستند.

واژگان کلیدی

میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی، تحمل پریشانی، هراس اجتماعی، دانش آموزان

* کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه امام خمینی قزوین، قزوین، ایران ns.roohani@gmail.com

** کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران ssss.50@yahoo.com

*** کارشناسی ارشد مشاور خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران mr.gorji1975@yahoo.com

**** دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران z.samimi@azaruniv.ac.ir

نویسنده مسؤؤل یا طرف مکاتبه: معصومه گرجی

مقدمه

در طی قرن بیستم، توسعه وسیع فن‌آوری‌های نوین ارتباطی و اطلاعاتی نظیر اینترنت، امکانات ارتباطی و اطلاعاتی وسیعی را برای مردم به ارمغان آورده است که منجر به دگرگونی و تحول الگوهای ارتباطات فردی و گروهی آنان شده است (Ajam & Rezvany, 2017). یکی از این امکانات اطلاعاتی و ارتباطی گروهی مبتنی بر وب و اینترنت، شبکه‌های اجتماعی مجازی^۱ هستند. شبکه‌های اجتماعی مجازی، از پدیده‌های نوظهور جدیدی است که بر اثر ادغام فن‌آوری‌های مختلف ارتباطی در طی سالیان اخیر شکل گرفته‌اند. این شبکه، بستری فراهم آورده است تا افراد، گروه‌ها و سازمان‌ها، در آن‌ها پیرامون یک یا چند ویژگی مشترک گرد هم می‌آیند (Borgatti, Everett, & Johnson, 2016) و اطلاعات و محتواهای خود را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند و به علت عضوگیری‌های رایگان از کاربران و هزینه‌های زمانی و مکانی و مالی حداقل، توانسته‌اند در جریان سازی‌های مختلف تأثیرگذار باشند (Rezaei, Zarei, & Tehrani, 2018). این شبکه‌ها با رشد پرشتاب، روزبه‌روز بر تعداد کاربرانشان اضافه می‌شود و تا حدی که مجموع کاربران معروف‌ترین شبکه‌های اجتماعی، به بیشتر از یک میلیارد رسیده است. در ایران نیز شبکه‌های اجتماعی در حال گسترش روزافزون به‌خصوص در بین نوجوانان و جوانان هستند و به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر بسیاری از مسائل این افراد تأثیر گذاشته است (Khaniki, Atabak, & Azizi, 2017).

بر اساس تحقیقات، مجاورت طولانی‌مدت با فضای مجازی می‌تواند پیامدهای مختلفی را برای افراد و جوامع داشته باشد؛ از جمله منجر به فرهنگ‌پذیری یک‌طرفه و تأثیرپذیری افراطی از هنجارها و ارزش‌ها در عرصه‌های مختلف ارتباطی و اجتماعی انجامیده و با تقویت جهان‌وطنی، تعلقات ملی و سنتی کاربران را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Scott & Carrington, 2013). علاوه بر این، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، ممکن است تأثیر منفی نیز بر عملکرد تحصیلی نیز بگذارد و آثار زیان‌آوری برای دانش‌آموزان و دانشجویان داشته باشد. در همین راستا پژوهش علی‌آبادی، فلاحی و کماسی (Aliabadi, Falahi, & Komasi, 2018) نشان داد که استفاده مفرط از تلفن همراه با فرسودگی تحصیلی همراه است.

پژوهش صدوقی و صالحی (Sadoughi & Salehi, 2017) نیز نشان داد استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه با کاهش نمرات فراگیران همراه است. پژوهش عجم و رضوانی (Ajam & Rezvany, 2017) نیز بیان‌گر آن بود که بین پیشرفت تحصیلی و استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی رابطه منفی وجود دارد. در رابطه با دلایل گرایش نوجوانان و دانش‌آموزان به استفاده از شبکه‌های مجازی، متخصصان دلایل مختلفی را ذکر کرده‌اند؛ از جمله جذابیت این شبکه‌ها، دریافت اطلاعات و اخبار، دوستی‌ها و همچنین مسائل روان‌شناختی نظیر احساس تنهایی و کنجکاوی (Khojir, 2017). اما یکی از مشخصه‌های سنین نوجوانی و جوانی افزایش معنادار واکنش‌های عاطفی، حساسیت زیاد به تعامل‌های اجتماعی، خطرپذیری زیاد و به تبع آن پریشانی‌های مختلف است (Meinck, Cluver, Boyes, & Mhlongo, 2015) و بر همین اساس، یکی از عوامل مؤثر بر گرایش نوجوان به رفتارهای اعتیادآور می‌تواند تحمل پریشانی^۱ باشد. تحمل پریشانی اغلب به عنوان توانایی ادراک‌شده خود گزارشی یک فرد برای تجربه و تحمل حالت‌های هیجانی منفی (Simons & Gaher, 2005)، یا توانایی رفتاری در مداومت بر رفتار معطوف به هدف در زمان تجربه پریشانی عاطفی تعریف می‌شود. همچنین از بعد جسمانی رفتاری، تحمل پریشانی به عنوان توانایی برای تحمل حالت‌های فیزیولوژیکی آزارنده تعریف می‌شود (Miller & Lynam, 2013).

پریشانی ممکن است، نتیجه فرآیندهای فیزیکی و شناختی باشد، با این وجود، آن به صورت حالت هیجانی تجربه می‌گردد که در بیشتر موارد با تمایل به انجام عملی که باعث رها شدن از تجربه هیجانی می‌شود، مشخص می‌گردد (Ayadi, Abbasi, Pirani, & Pirani, 2016). افرادی که تحمل آشفتگی پایین دارند، اولاً، هیجان در نظراین افراد غیرقابل تحمل است و توانایی رسیدگی به پریشانی‌شان را ندارند. دوماً، این افراد وجود هیجان را انکار می‌کنند و از آن احساس شرم و آشفتگی می‌کنند. چون در خود توانایی مقابله با هیجان‌ها را نمی‌بینند. سومین ویژگی تنظیم هیجانی افراد با تحمل پریشانی پایین، تلاش زیاد این افراد برای جلوگیری از بروز هیجان‌ها منفی و خاموشی سریع هیجان‌ها منفی در حال تجربه است (Azizi, Mirzaie, & Shams, 2010). محققان معمولاً تحمل پریشانی را به عنوان یک سازه فراهیجانی توصیف می‌کنند که دارای چهار

خرده مقیاس تحمل^۱، جذب^۲، ارزیابی^۳ و تنظیم^۴ است؛ با توجه به این که دانشجویان با عوامل استرس‌زای مختلفی مواجه هستند، کاهش سطح تحمل پریشانی ممکن است با پاسخ‌های ناسازگارانه نسبت به رویدادهای استرس‌زا همراه باشد (Simons & Gaher, 2005). در زمینه رابطه تحمل پریشانی با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و تلفن همراه، اگر چه تحقیقات اندکی انجام گرفته است، اما پیشینه پژوهشی حاکی از این امر است که متغیرهایی همچون تحمل پریشانی، خستگی و احساس تنهایی در پیش‌بینی رفتارهای اعتیادی همچون استفاده آسیب‌زا از اینترنت و تلفن همراه در بین دانش‌آموزان و دانشجویان نقش مهمی ایفا می‌کنند (Aliabadi et al., 2018). نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که تحمل پریشانی و مؤلفه‌های آن با استفاده مفرط از تلفن همراه (Ayadi et al., 2016)، اعتیاد به تلفن همراه (Zanjani, Moghbeli, Hanzaii, & Mohsenabadi, 2018) و مشکلات استفاده از اینترنت در بین دانشجویان رابطه منفی معنی‌دار دارد (Skues, Williams, Oldmeadow, & Wise, 2016). علاوه بر این نتایج پژوهش صمیمی، میردورقی، حسنی و ذاکری (Samimi, Mirdoraghi, Hasani, & Zakeri, 2016) نشان داد که تحمل پریشانی پایین با اکثر رفتارهای اعتیادآور پرخطر در بین دانشجویان مرتبط است.

اما یکی دیگر از عوامل روان‌شناختی که ممکن است با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در دانش‌آموزان مرتبط باشد، هراس اجتماعی^۵ است. هراس اجتماعی نگرانی است که افراد به هنگام ارتباط با دیگران و موقعیت‌های اجتماعی تجربه می‌کنند (Hofmann, Gutner, & Fang, 2012). ویژگی بارز این اختلال، ترس و اضطراب شدید از موقعیت‌های اجتماعی است که ممکن است فرد در آن مورد ارزیابی دقیق دیگران قرار بگیرد (Boschloo et al., 2015). هراس اجتماعی معمولاً در اواخر کودکی یا اوایل نوجوانی شروع می‌شود (Khalid-Khan, Santibanez, McMicken, & Rynn, 2007) و عوارض جانبی زیادی را بر کیفیت تعاملات اجتماعی، پیشرفت تحصیلی و بهزیستی ایجاد می‌نماید (Khalid-Khan et al., 2007). افراد مبتلا به هراس اجتماعی معمولاً به عنوان افرادی خجالتی با رفتارهای بازداری شده و بدون

1. Tolerance
2. Absorption
3. Evaluation
4. Regulation
5. social phobia

ریسک‌پذیری شناخته می‌شوند (Beidel & Turner, 2005) و این شرایط خلقی، مواجهه آن‌ها با شرایط مخاطره‌آمیز مانند پیوستن به گروه هم‌سالان یا حضور در رویدادهای مخاطره‌آمیز اجتماعی را محدود می‌کند (Richard, Richardson, Timulak, & McElvaney, 2015). این اختلال یکی از رایج‌ترین اختلال‌های اضطرابی با شیوع ۶/۱ درصد در کشورهای توسعه‌یافته و ۲/۱ درصد در کشورهای در حال توسعه است (Stein, 2008). به نظر می‌رسد بین استفاده مفرط از شبکه‌های اجتماعی مجازی و هراس اجتماعی و کاهش روابط اجتماعی ارتباط وجود داشته باشد؛ زیرا اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی بستری فراهم می‌کنند که افراد مبتلا به هراس اجتماعی از تمایلات رو در رو با سایر افراد و موقعیت‌های اجتماعی اجتناب کنند و به این طریق احساس راحتی و آرامش می‌کنند (Hughes, 2017). در این راستا مطالعه پریزانت پاسال، شچنر و آدکرا (Prizant-Passal, Shechner, & Aderka, 2016)، در یک فراتحلیل نشان دادند که بین هراس اجتماعی و احساس راحتی آنلاین، همبستگی مثبت پیدا کردند؛ از این‌رو ناشناس بودن اینترنت، آن را یک محل جذاب برای افراد مبتلا به هراس اجتماعی تبدیل می‌کند. دوبرین و پاساریلو (Dobrea & Pasarelu, 2016) در یک مطالعه نظام‌دار به بررسی تأثیر شبکه‌های مجازی بر هراس اجتماعی پرداختند، نتایج پژوهش این پژوهشگران نشان داد که در بیشتر مطالعات انجام گرفته رابطه مثبتی بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با هراس اجتماعی نشان داده شده است. ویدمن و همکاران (Weidman et al., 2012) نشان دادند افرادی که هراس اجتماعی بیشتری گزارش کردند، احساس راحتی و خودافشایی را به هنگام ارتباط آنلاین مجازی نسبت به افرادی که هراس اجتماعی و خودافشایی کمتر در ارتباط چهره به چهره داشتند، گزارش نمودند. پژوهش شپرد و ادلمان (Shepherd & Edelman, 2005) نشان می‌دهد، افراد دارای هراس اجتماعی، اینترنت را برای تعامل آنلاین که می‌توان گمنامی را در آن حفظ نمود و دوری از شرکت در تعاملاتی که ترس از ارزیابی دیگران به وسیله مشاهده شدن وجود دارد، راحت‌تر یافته‌اند. همچنین وینستین و همکاران (Weinstein et al., 2015) همبستگی اعتیاد به اینترنت با هراس اجتماعی را مورد بررسی قرار دادند و در نتایج اعلام کردند که بین اعتیاد به اینترنت و هراس اجتماعی، همبستگی مثبت وجود دارد.

در مجموع مرور مطالعات پیشین در رابطه با میزان استفاده از شبکه‌های مجازی نشان داد که متغیرهای تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی از جمله متغیرهایی هستند که می‌توانند با میزان استفاده از شبکه‌های مجازی در بین دانش‌آموزان ارتباط داشته باشند؛ با این حال پژوهشی یافت نشد که دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی را براساس تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی مورد تمایز قرار دهد و اینکه آیا در دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی در تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی تفاوتی وجود دارد؛ همچنان نامشخص است. بنابراین، نیاز به پژوهش‌های بیشتری در این زمینه احساس می‌شود. از طرفی پژوهش‌های قبلی عمدتاً از روش‌های همبستگی استفاده کرده بودند که مبتنی بر تحلیل روابط بین متغیرهاست. در پژوهش حاضر نیز از روش مانووا و تحلیل تشخیصی استفاده شد که بر مبنای مقایسه و مبتنی بر تحلیل فرد است و به دست آوردن گروه‌های مختلف از افراد بر اساس چندین متغیر را فراهم می‌کند. همچنین تحلیل تشخیصی میزان تأیید گروه‌بندی اولیه بر اساس متغیرها را ممکن می‌کند. از آنجایی که یکی از عوامل تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی افراد و افت وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان، میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی است؛ از دیدگاه علمی نیز تمایز دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی براساس تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی می‌تواند به طراحی برنامه‌های مداخلاتی علمی در آن‌ها کمک کند. همچنین، با آگاهی از نتایج پژوهش‌هایی از این قبیل، ابعاد بیشتری از استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در دانش‌آموزان بررسی شد؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر پاسخ به این سؤال بود که آیا بین دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی در تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی، تفاوت معنی‌داری وجود دارد؟

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف در دسته‌ی تحقیقات کاربردی و از لحاظ نحوه گردآوری اطلاعات جزو پژوهش‌های علی مقایسه‌ای بود. جامعه آماری مورد نظر پژوهش حاضر، شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول، دوم و هنرستان شهر تهران در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود که طبق آخرین آمار اداره کل آموزش و پرورش تهران، تعداد کل دانش‌آموزان دختر ۲۵۸۸۳ نفر بود. برای انتخاب گروه نمونه با استفاده از فرمول عمومی کوکرانو به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی ۳۸۵ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا مناطق ۳، ۴، ۵، ۱۵ و ۱۱ که به ترتیب نماینده مناطق شمال، شرق، غرب، جنوب و مرکز شهر تهران بودند، انتخاب شدند. حجم مناطق ۳، ۴، ۵، ۱۵ و ۱۱ با مراجعه به آموزش و پرورش به ترتیب برابر با ۲۸۴۳، ۹۹۶۳، ۱۰۷۰، ۸۸۰۹ و ۳۱۹۸. براساس نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی این تعداد برای منطقه ۳ برابر با ۳۱ نفر، منطقه ۴ برابر با ۱۰۸ نفر، منطقه ۵ برابر با ۱۱۵ نفر، منطقه ۱۵ برابر با ۹۶ نفر و منطقه ۱۱ برابر با ۳۵ نفر برآورد شد. با توجه به احتمال ریزش آزمودنی‌ها، تعداد ۴۲۰ پرسش‌نامه در بین آزمودنی‌ها توزیع گردید که در نهایت از بین پرسش‌نامه‌ها ۳۹۸ پرسش‌نامه که مناسب پژوهش بودند با همکاری معلمان و هماهنگی با آموزش و پرورش، پرسش‌نامه‌ها اجرا و جمع‌آوری شدند. از این تعداد ۳۹۸ نفر نمونه انتخاب شده بر اساس نمرات میزان استفاده از شبکه اجتماعی ۱۵۲ نفر به عنوان استفاده کننده از شبکه اجتماعی پایین (با نمرات زیر صدک ۳۴ شبکه اجتماعی) و ۱۵۶ نفر به عنوان استفاده کننده از شبکه اجتماعی بالا (با نمرات بالاتر از صدک ۶۷ استفاده از شبکه اجتماعی) تشخیص داده شدند و در نهایت تحلیل‌ها بر روی این ۳۰۸ نفر با استفاده از روش تجزیه تابع تشخیص در SPSS-18 انجام شد. در جدول شماره ۱ نیز تعداد افراد نمونه بر اساس جامعه آماری و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی نشان داده شده است: (صفحه بعد)

جدول ۱. تعداد نمونه پژوهش بر اساس مناطق آماری و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی

منطقه بررسی	تعداد کل جمعیت	تعداد نمونه	درصد
۳	۲۸۴۳	۳۱	۸/۰۵
۴	۹۹۶۳	۱۰۸	۲۸/۰۵
۵	۱۰۷۰	۱۱۵	۲۹/۸۷
۱۵	۸۸۰۹	۹۶	۲۴/۹۳
۱۱	۳۱۹۸	۳۵	۹/۰۹
کل	۲۵۸۸۳	۳۸۵	٪۱۰۰
میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی	استفاده‌کننده زیاد	استفاده‌کننده کم	کل
	۱۵۶	۱۵۲	۳۰۸
درصد	۵۴/۶۴	۴۹/۳۵	٪۱۰۰

ابزار گردآوری داده‌ها عبارت بودند از:

۱. پرسش‌نامه استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی: در این پژوهش برای سنجش میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی از پرسش‌نامه عیدی زاده و احمدی بلوطکی (Eydi Zade & Ahmadi Blotaki, 2017) استفاده شد. این پرسش‌نامه مشتمل بر ۲۰ گویه است که میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی را می‌سنجد. نمرات گذاری این پرسش‌نامه بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) انجام می‌گیرد. حداقل نمره در این پرسش‌نامه ۲۰ و حداکثر نمره ۱۰۰ می‌باشد. نمره بالا در این پرسش‌نامه به منزله میزان استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی مجازی و نمره پایین نشان‌دهنده استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی می‌باشد. روایی محتوایی این پرسش‌نامه به تائید کارشناسان و متخصصان رسیده است و پایایی آن بر روی نمونه ۳۰ نفری از دانشجویان ۰/۸۱ به دست آمد که نشان از پایایی پرسش‌نامه دارد (Eydi Zade & Ahmadi Blotaki, 2017). همچنین در پژوهش حاضر میزان آلفای کرونباخ با نمونه ۳۹۸ نفری برابر با ۰/۸۹ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب پرسش‌نامه می‌باشد.

۲- پرسش‌نامه تحمل پریشانی (DTS¹): این پرسش‌نامه یک شاخص خودسنجی تحمل پریشانی هیجانی ۱۵ ماده‌ای است که توسط سیمونز و گاهر (Simons & Gaher, 2005) در سال ۲۰۰۵ ساخته شد. عبارات این پرسش‌نامه روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای (۱-کاملاً موافق، ۲-اندکی

موافق، ۳- نه موافق و نه مخالف، ۴- اندکی مخالف، ۵- کاملاً مخالف) نمره گذاری می‌شوند. این مقیاس از ۴ خرده مقیاس تحمل (تحمل پریشانی هیجانی؛ عبارات ۳، ۱ و ۵)، جذب (جذب شدن به وسیله هیجان‌ات منفی؛ عبارات ۲، ۴ و ۱۵)، ارزیابی (برآورد ذهنی پریشانی؛ عبارات ۶، ۷، ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۲) و تنظیم (تنظیم تلاش‌ها برای تسکین پریشانی؛ عبارات ۸، ۱۳ و ۱۴). عبارت ۶ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود. نمرات بالا در این مقیاس مؤید تحمل پریشانی بالا است. پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۳ و به روش بازآزمایی برابر با ۰/۶۱ گزارش شده است. همبستگی بین مقیاس تحمل پریشانی با پریشانی عاطفی برابر با ۰/۵۹، با کز تنظیمی ۰/۵۱- و با تنظیم خلق برابر ۰/۵۴- گزارش شده است (Simons & Gaher, 2005). برای نسخه فارسی این پرسش‌نامه آلفای کرونباخ ۰/۶۷ و اعتبار بازآزمایی ۰/۷۹ گزارش شده است. همچنین، ضریب روایی همزمان با پرسش‌نامه هوش اخلاقی ۰/۳۲ گزارش شده است (Azizi et al., 2010). در این پژوهش میزان آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

۳- پرسش‌نامه هراس اجتماعی (SPIN¹): این پرسش‌نامه توسط کانر و همکاران (Connor et al., 2000) جهت ارزیابی اختلال هراس اجتماعی ساخته شده و شامل ۱۷ گویه است که دارای سه مقیاس فرعی ترس (شش ماده)، اجتناب (هفت ماده) و ناراحتی فیزیولوژیک (چهار ماده) می‌باشد. نمره گذاری این پرسش‌نامه از ۰ تا ۴ (به هیچ وجه، کم، تا اندازه‌ای، خیلی زیاد، بی‌نهایت) است و نمرات هر آیتم برای دست‌یابی به یک نمره کل با دامنه صفر تا ۶۸ با هم جمع بسته می‌شوند (Tsai, Wang, Juang, & Fuh, 2009). کانر و همکاران (Connor et al., 2000) اعتبار این مقیاس را به روش بازآزمایی^۲ در گروه‌های با تشخیص اختلال هراس اجتماعی برابر با ۰/۷۸ تا ۰/۸۹، هم‌سانی درونی یا ضریب آلفا در گروهی از افراد بهنجار را برای کل مقیاس برابر ۰/۹۴ و برای مقیاس‌های فرعی ترس ۰/۸۹، پرهیز ۰/۹۱ و ناراحتی فیزیولوژیک برابر ۰/۸۰ گزارش کردند (Davidson et al., 1997). عبدی (Abedi, 2003) هم‌سانی درونی کل مقیاس را به روش آلفای کرونباخ^۳ برابر با ۰/۸۶، اعتبار به روش بازآزمایی را ۰/۸۳ و روایی محتوایی این پرسش‌نامه را مورد تأیید سه نفر از اساتید روانشناسی گزارش نمود. در این پژوهش میزان آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب ابزار می‌باشد.

1. Social phobia inventory
2. test-retest
3. cronbach's alpha

یافته‌ها

بر اساس داده‌های جمعیت شناختی، ۱۱۶ نفر از دانش‌آموزان در مقطع متوسطه اول، ۲۳۲ نفر در مقطع متوسطه دوم و ۵۰ نفر در مقطع هنرستان مشغول به تحصیل بودند. همچنین از بین دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم، ۸۸ نفر در رشته تجربی، ۶۳ نفر در رشته ریاضی و ۸۱ نفر در رشته انسانی مشغول به تحصیل بودند. علاوه بر این، میانگین و انحراف معیار سنی آزمودنی‌ها، $15/77 \pm 1/00$ سال بود. پیش از انجام تحلیل واریانس چند متغیری تحلیل واریانس چند متغیری و تحلیل تجزیه تابع تشخیص، ابتدا مفروضه‌های آن‌ها بررسی شد. نتایج بررسی نرمال بودن با استفاده از نمودار هیستوگرام و آزمون کلموگروف-اسمیرنوف نشان داد که نمرات هر سه متغیر پژوهش و مؤلفه‌های آن دارای توزیع نرمال بودند. همچنین بررسی داده‌های پرت چندمتغیره با استفاده از فاصله‌های ماکسیمی نشان داد که یک داده پرت واقعی وجود داشت که قبل از انجام تحلیل تشخیصی حذف شدند. بررسی هم‌گنی ماتریس واریانس-کواریانس با استفاده از آزمون امباکس نیز نشان داد که یکسانی ماتریس واریانس-کواریانس به خوبی رعایت شده بود (آماره $\chi^2 = 34/98$ ، $F(1/35) = 0/05$ ، $p > 0$)؛ همچنین بررسی ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های VIF و شاخص تحمل نشان داد که بین متغیرهای پیش‌بین، همبستگی‌های بزرگی وجود نداشت و هم‌خطی جدی مشهود نبود؛ بنابراین استفاده از آزمون تجزیه تحلیل تشخیص مجاز می‌باشد.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار تحمل پریشانی و هراس اجتماعی دو گروه دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی و نتایج آزمون ANOVA برای بررسی معناداری تفاوت بین دو گروه

سطح معناداری	آماره F	دانش‌آموزان با استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی (۱۵۲ نفر)		دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی (۱۵۶ نفر)		متغیرهای پیش‌بین	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین		
۰/۰۰۱	۱۱/۷۶	۲/۹۷	۹/۸۳	۲/۸۶	۸/۶۹	تحمل	
۰/۰۰۱	۲۷/۸۷	۳/۵۹	۱۰/۲۰	۳/۲۸	۸/۱۳	جذب	
۰/۰۰۱	۲۳/۱۵	۶/۰۷	۱۹/۹۸	۵/۱۱	۱۶/۹۰	ارزیابی	تحمل
۰/۰۰۱	۲۹/۸۲	۳/۰۸	۱۱/۰۵	۳/۲۲	۹/۰۹	تنظیم	پریشانی
۰/۰۰۱	۳۷/۰۸	۱۲/۲۱	۵۱/۰۷	۱۱/۵۶	۴۲/۸۲	نمره کل تحمل پریشانی	
۰/۰۰۱	۱۵/۷۸	۴/۵۱	۵/۴۴	۵/۱۷	۷/۶۴	ترس	
۰/۰۰۱	۷/۴۶	۵/۳۹	۷/۵۰	۵/۲۲	۹/۱۵	اجتناب	
۰/۰۰۸	۳/۰۳	۳/۷۳	۴/۴۴	۳/۶۴	۵/۱۷	ناراحتی فیزیولوژیک	هراس اجتماعی
۰/۰۰۱	۱۳/۰۳	۱۱/۴۳	۱۷/۳۹	۱۰/۸۶	۲۱/۹۸	نمره کل هراس اجتماعی	

در جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحمل پریشانی و هراس اجتماعی برای دو گروه دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و کم و نتایج آزمون ANOVA برای بررسی معناداری تفاوت بین دو گروه ارائه شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، میان دو گروه از نظر تمام مؤلفه‌های تحمل پریشانی (تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم) و مؤلفه‌های ترس و اجتناب تفاوت معنادار آماری وجود دارد ($P < ۰/۰۵$)؛ اما در مؤلفه ناراحتی فیزیولوژیک هراس اجتماعی تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نگردید ($P > ۰/۰۵$). همچنین بر اساس نتایج جدول شماره ۲، بیشترین تفاوت بین دو گروه مربوط به مؤلفه تنظیم، جذب، ارزیابی و ترس می‌باشد و پس از آن مؤلفه‌های تحمل و اجتناب قرار دارند.

برای تمایز دو گروه دانش آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و کم بر اساس متغیرهای پیش‌بین از یک تجزیه تابع تشخیص به روش هم‌زمان استفاده شد. در تحلیل حاضر به علت بودن دو گروه از آزمودنی‌ها یک تابع تشخیص به دست آمد.

جدول ۳. خلاصه توابع تشخیصی کانونی

تعداد تابع	مقادیر ویژه	درصد از واریانس کل	همبستگی کانونیک
۱	۰/۲۰	۱۰۰	۰/۴۱

در جدول شماره ۳، خلاصه توابع تشخیصی کانونی ارائه شده است. با توجه به نتایج، یک تابع تشخیصی کانونی شناسایی شد که این تابع با مقدار ویژه ۰/۳۰، ۱۰۰ درصد از کل واریانس را تبیین می‌کنند.

جدول ۴. نتایج آزمون لاندای ویکلز برای بررسی تمایز دو گروه دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و کم بر اساس متغیرهای پیش‌بین

لانداي ويلكز	مجذور کای	درجه آزادی	سطح معناداری
۰/۸۲	۵۶/۷۰	۷	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، مقدار لانداي ویکلز برابر ۰/۸۲ و مجذور کای معادل آن برابر با ۵۶/۷۰ است که نشان می‌دهد به طور معناداری توان تمایز بین گروه‌ها وجود دارد ($P < ۰/۰۵$).

جدول ۵. هم‌بستگی درون‌گروهی تجمعی بین متغیرهای پیش‌بین، ضرایب استاندارد شده و استاندارد نشده

متغیرهای پیش‌بین	همبستگی درون‌گروهی تجمعی	ضرایب استاندارد شده	ضرایب استاندارد نشده
تنظیم	۰/۶۸	۰/۳۵	۰/۱۱
جذب	۰/۶۶	۰/۴۲	۰/۱۲
ارزیابی	۰/۶۰	۰/۲۸	۰/۰۵
ترس	-۰/۵۰	-۰/۵۳	-۰/۱۰
تحمل	۰/۴۳	-۰/۰۰۴	-۰/۰۰۱
اجتناب	-۰/۳۴	-۰/۰۵	-۰/۰۱
ناراحتی	۰/۲۲	-۰/۰۸	-۰/۰۲
فیزیولوژیک			

در جدول ۵ همبستگی درون گروهی تجمعی بین متغیرهای پیش‌بین، ضرایب استاندارد شده و ضرایب استاندارد نشده ارائه شده است. براساس وزن‌های به دست آمده از متغیرهای پیش‌بین، مؤلفه‌تنظیم، جذب، ارزیابی و ترس با بالاترین مقدار همبستگی و ضریب استاندارد شده دارای بالاترین توان تمایز بودند. مؤلفه‌های بعدی تحمل، اجتناب و ناراحتی فیزیولوژیک بودند که مؤلفه آخر در آزمون ANOVA نیز قادر به ایجاد تفاوت معنادار بین دو گروه نبود.

جدول ۶. نتایج طبقه‌بندی دانش‌آموزان در گروه‌های با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و کم براساس تابع تشخیص

کل	گروه‌بندی پیش‌بینی شده		گروه‌بندی اولیه آزمودنی‌ها
	دانش‌آموزان با استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی	دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی	
۱۵۶	۴۸	۱۰۸	دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی
۱۵۲	۹۸	۵۴	دانش‌آموزان با استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی
٪۱۰۰	۳۰/۸	۶۹/۲	دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی
٪۱۰۰	۶۴/۵	۳۵/۵	دانش‌آموزان با استفاده کم از شبکه‌های اجتماعی

گروه‌بندی اصلی

* ٪۶۶/۹ گروه‌بندی مجدد افراد در گروه خود

در جدول ۶ نتایج طبقه‌بندی دانش‌آموزان در گروه‌های با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و کم بر اساس تابع تشخیص ارائه شده است. طبق آمارهای ارائه شده در جدول ۱۰۸ نفر از (۶۹/۲ درصد) دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و ۹۸ نفر از (۶۴/۵) از دانش‌آموزان با استفاده از شبکه‌های اجتماعی کم به صورت درست تشخیص داده شده بودند. همچنین دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی با بالاترین درصد تشخیص (۶۹/۲ درصد) نشان می‌دهد که اکثر این دانش‌آموزان به درستی از دیگر دانش‌آموزان متمایز شده‌اند. نتایج این طبقه‌بندی مجدد (۶۶/۹ درصد) نشان‌دهنده توان مؤلفه‌های مذکور در تمایز میان دانش‌آموزان دارای میزان مختلف استفاده از شبکه‌های اجتماعی بود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، با هدف مقایسه تأثیر تحمل پریشانی و هراس اجتماعی بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش‌آموزان و همچنین تمایز دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس مؤلفه‌های تحمل پریشانی و هراس اجتماعی بود. یافته‌های مانووا نشان داد که تفاوت معناداری بین دو گروه با استفاده زیاد و کم زیاد از شبکه‌های اجتماعی در تمام مؤلفه‌های تحمل پریشانی (تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم) و هراس اجتماعی (ترس و اجتناب) وجود داشت و دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی، تحمل پریشانی کمتر و هراس اجتماعی بیشتری داشتند. همچنین تجزیه تابع تشخیص، به یک تابع تشخیص معنادار منجر شد که طبق این تابع مؤلفه تنظیم، جذب، ارزیابی، ترس و اجتناب، دارای بالاترین توان در تمایز دو گروه دانش‌آموزان بودند. همچنین نتایج تجزیه تابع تشخیص نشان داد که اکثر دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی با بالاترین درصد تشخیص به درستی از دیگر دانش‌آموزان متمایز شده بودند. در تفاوت و تمایز گذاری دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر اساس مؤلفه‌های تحمل پریشانی (تنظیم، جذب و ارزیابی)، نتایج این پژوهش تا حدودی با تعدادی از پژوهش‌های پیشین هم‌سواست (Aliabadi et al., 2018; Ayadi et al., 2016; Skues et al., 2016; Zanjani et al., 2018) که نشان داده‌اند استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی با تحمل پریشانی رابطه منفی دارد. در تبیین این یافته، تحقیقات نشان داده است که تحمل پریشانی کم، منجر به افزایش بروز اختلالات روانی مثل پرخاشگری (McIntyre, 2014) و افسردگی (Williams, Thompson, & Andrews, 2013) شده است و گزارش شده که افسردگی (Prusakowski, Shofer, Rhodes, & Mills, 2011) و همچنین پرخاشگری با اعتیاد به تلفن همراه (Hahn & Kim, 2014) رابطه دارد. در نتیجه ممکن است تحمل پریشانی از طریق این اختلالات بر وابستگی به تلفن و شبکه‌های اجتماعی تلفن همراه اثر بگذارد. از سوی دیگر، افراد دارای تحمل پریشانی کم ممکن است برای حل مشکلات و رسیدن به آرامش از راه‌حل‌های کوتاه‌مدت‌تری از جمله استفاده از تلفن همراه و سرگرمی‌های موقت استفاده کنند؛ که این امر به مرور منجر به وابستگی بیشتر آن‌ها به تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی می‌شود (McCuller, Sussman, Dent, & Teran, 2001)

به طور خلاصه می‌توان گفت که دانش‌آموزان به دلیل این‌که در دوره رشدی حساسی قرار دارند (مرحله نوجوانی و هویت‌یابی در مقابل بی‌هویتی نظریه اریکسون) و همچنین به دلیل مشکلاتی که در رابطه با هم‌سالان دارند و تعارضاتی که در این دوره با والدین به وجود می‌آید و فشارها و انتظاراتی که در این سن به خاطر بلوغ به وجود می‌آید، منجر به افزایش استرس و فشارهای روانی برای دانش‌آموزان دختر می‌شود که منجر به افزایش عواطف منفی مانند افسردگی، اضطراب و خشم در این افراد می‌شود. لذا، برای کاهش آن‌ها از فعالیت‌های سرگرم‌کننده و کمتر استرس‌آور مثل استفاده از تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند تا به صورت موقتی هم‌که شده از فشارهای خود بکاهند و توجه خود را از استرس‌های ادراک‌شده خود منحرف سازند و در نتیجه پریشانی کمتری تجربه کنند (Ayadi et al., 2016). کاهش هیجانات منفی به دنبال استفاده از تلفن همراه منجر به تقویت این رفتار می‌شود و فرد برای دریافت تقویت‌های بیشتر (کاهش بیشتر هیجانات منفی) در زمان‌های بیشتری سرگرم تلفن همراه خود می‌شود و به مرور، این رفتار تبدیل به رفتار اعتیادی می‌شود. بر همین اساس در پژوهش حاضر نیز مشخص گردید میانگین تحمل پریشانی دانش‌آموزانی که استفاده بیشتری از شبکه‌های اجتماعی داشتند کمتر از گروهی بود که استفاده کمتری از شبکه‌های اجتماعی داشتند.

اما دومین یافته پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های هراس اجتماعی (ترس و اجتناب) قادر به تمایزگذاری دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی بودند و دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی نمرات بیشتری در هراس اجتماعی در مقایسه با گروه دیگر داشتند. این یافته‌ها به صورت ضمنی، هم‌سو با تعدادی از پژوهش‌هاست که نشان داده است رابطه مثبتی بین هراس اجتماعی و استفاده از شبکه‌های اجتماعی وجود دارد (Dobrea & Pasarelu, 2016; Prizant-Passal et al., 2016; Shepherd & Edelman, 2005; Weinstein et al., 2015) در تبیین تمایزگذاری هراس اجتماعی در دانش‌آموزان استفاده‌کننده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی و هراس بیشتر در افراد استفاده‌کننده زیاد از شبکه‌های اجتماعی مجازی در مقایسه با گروه دیگر باید گفت که افراد دارای هراس اجتماعی، شبکه‌های اجتماعی مجازی را برای تعامل آنلاین که می‌توان گمنامی را در آن حفظ نمود و دوری از شرکت در تعاملاتی شبکه‌های اجتماعی واقعی که ترس از ارزیابی دیگران به وسیله مشاهده‌شدن وجود دارد، راحت‌تر یافته‌اند (Shepherd & Edelman, 2005)؛ زیرا در تعاملات مجازی، برخلاف موقعیت‌های اجتماعی واقعی که در آن‌ها احتمال دقت نظر به فرد و تجزیه و تحلیل دیگران وجود دارد، این

امکان وجود ندارد و فرد احساس راحتی بیشتری می‌کند. در واقع اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی شرایطی را برای افراد مبتلا به هراس اجتماعی فراهم می‌آورد که این افراد از تمایلات رو در رو با سایر افراد و موقعیت‌های اجتماعی اجتناب کنند و به این طریق احساس راحتی و آرامش می‌کنند (Hughes, 2017). از سوی دیگر رابطه هراس اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی رابطه‌ای دوسویه است؛ همان‌طور که هراس اجتماعی منجر به افزایش استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌شود، استفاده زیاد این شبکه‌ها و استفاده مفرط از تلفن همراه منجر به کاهش ارتباطات اجتماعی می‌شود. در همین راستا اریک (Eric, 2002) می‌نویسد که هر چه فرد بیشتر به اینترنت و دنیای مجازی وابسته شود ارتباط وی با اجتماع و دیگران کمتر می‌شود.

در مجموع نتایج پژوهش حاضر نشان داد که تفاوت معنی‌داری بین دو گروه دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی در میزان تحمل پریشانی و هراس اجتماعی وجود دارد و می‌توان دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی براساس مؤلفه‌های تنظیم، جذب و ارزیابی مربوط به تحمل پریشانی و مؤلفه‌های ترس و اجتناب مربوط به هراس اجتماعی از یکدیگر متمایز کرد. از آن‌جا که شبکه‌های اجتماعی امروزه نقش مهمی در زندگی و تحصیل افراد و خصوصاً دانش‌آموز پیدا کرده است، می‌توان به اهمیت عواملی که با آن مرتبط است (مانند مؤلفه‌های تنظیم، جذب، ارزیابی، ترس و اجتناب) پی برد. به‌رغم نتایج مهمی که از پژوهش حاضر قابل استنباط است، اما به علت محدودیت‌هایی که وجود داشت باید در تعمیم این نتایج جوانب احتیاط را رعایت کرد. جدی‌ترین محدودیت پژوهش حاضر استفاده از معیار آماری برای تشخیص دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی بود. محدودیت دیگر پژوهش حاضر، استفاده از ابزارهای خودگزارشی است که ممکن است نتایج در معرض سوگیری مطلوبیت اجتماعی قرار گیرد؛ علاوه بر این، به علت محدودیت‌های موجود در این پژوهش فقط از جنسیت دختر برای انتخاب نمونه استفاده گردید که ممکن است نتایج برای گروه پسران قابل تعمیم نباشند. پژوهش‌های آتی با رفع این سه محدودیت یعنی استفاده از شیوه‌های دیگر برای تشخیص دانش‌آموزان با استفاده زیاد و کم از شبکه‌های اجتماعی مجازی، استفاده از هر دو گروه پسران و دختران و همچنین به کار بردن شیوه‌های دیگر مانند روش‌های مشاهده‌های طولی و تجربی می‌توانند بر غنای پژوهش‌های آتی در این حوزه بیافزایند.

یافته‌های پژوهش حاضر در گام نخست، پژوهشگران حیطهٔ تعلیم و تربیت و روانشناسی را با مؤلفه‌های گوناگون مرتبط با استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی مانند مؤلفه‌های تحمل پریشانی و هراس اجتماعی آگاه می‌کند. در سایه‌ی چنین دانش نظری، از لحاظ کاربردی یافته‌های پژوهش حاضر تلویحاتی در زمینهٔ مداخله در تحمل پریشانی و هراس اجتماعی در تمایز میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش‌آموزان فراهم می‌کند. در نهایت پیشنهاد می‌شود پژوهشگران تمرکز بیشتری بر افزایش تحمل پریشانی و کاهش هراس اجتماعی دانش‌آموزان داشته باشند.

تشکر و قدردانی:

از کلیهٔ عزیزانی که در این پژوهش ما را یاری کردند کمال تشکر و قدردانی را داریم.

References

- Abedi, A., & Aghababaei, S. (2010). Educational Effectiveness of Working Memory on Improvement of Academic Achievement of Children with Mathematics Learning Disability, *Clinical Psychology*, 2(4), 73-81. (in Persian).
- Abedi, M. (2003). Cognitive biases in interpretation in people with social phobia. Iran University of Medical Sciences. (in Persian).
- Ajam, A., & Rezvany, A. (2017). The Relationship Between the Use of Virtual Social Networks with Academic Achievement and Students' Confidence in Interpersonal Relations at Birjand University of Medical Sciences. *Journal of Medical Education and Development*, 9(24), 33-43. (in Persian).
- Aliabadi, K., Falahi, M., & Komasi, M. (2018). The Relationship between Excessive Use of Mobile Phone and the Academic Burnout and Experience of Distress of Students. *Education Strategies in Medical Sciences*, 11(4), 9-16. <https://doi.org/10.29252/EDCBMJ.11.04.02> (in Persian).
- Ayadi, N., Abbasi, M., Pirani, Z., & Pirani, A. (2016). The relationship between emotion's control, distress tolerance and harmful use of cell phones among students. *Journal of Information and Communication Technology in Educational Science*, 7(1), 145-162. (in Persian).
- Azizi, A., Mirzaie, A., & Shams, D. (2010). The relationship between distress tolerances, emotion regulation with students' dependence on cigarettes. *Hakim Research Journal*, 13(1), 11-18. (in Persian).
- Beidel, D. C., & Turner, S. M. (2005). Comorbidity of test anxiety and other anxiety disorders in children. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 16(3), 275-287. <https://doi.org/10.1007/bf00913800>
- Borgatti, S. P., Everett, M. G., & Johnson, J. C. (2016). Analyzing Social Networks Introduction-The raise of social networks in the last decades in various fields has called upon the need. *Analyzing Social Networks*, 16(7), 7-9. Retrieved from https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=-gpEDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=SP+Borgatti,++%2B+Analyzing+social+networks&ots=N_adP0bx7V&sig=gwB78OSd88eaMR7WUTEDqsEH9Ew
- Boschloo, L., van Borkulo, C. D., Rhemtulla, M., Keyes, K. M., Borsboom, D., & Schoevers, R. A. (2015). The Network Structure of Symptoms of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. *PLOS ONE*, 10(9), e0137621. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137621>
- Connor, K. M., Davidson, J. R. T., Churchill, L. R., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *British Journal of Psychiatry*, 176, 379-386.
- Davidson, J. R., Miner, C. M., De Veugh-Geiss, J., Tupler, L. A., Colket, J. T., & Potts, N. L. S. (1997). The brief social phobia scale: a psychometric evaluation. *Psychological Medicine*, 27(1), 161-166.

- Dobrea, A., & Pasarelu, C.-R. (2016). Impact of Social Media on Social Anxiety: A Systematic Review. In *New Developments in Anxiety Disorders*. <https://doi.org/10.5772/65188>
- Eric, M. (2002). Internet Use and Its Relationship to Loneliness. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 393–401. <https://doi.org/10.1089/109493101300210303>
- Eydi Zade, R., & Ahmadi Blotaki, H. (2017). The study of the relationship between communicative technology and social sciences students' life style in science and research Branch in Tehran. *Journal of Sociological Studies*, 10(35), 125–139. (in Persian).
- Hahn, C., & Kim, D. J. (2014). Is there a shared neurobiology between aggression and Internet addiction disorder? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 12–20.
- Hofmann, S. G., Gutner, C. A., & Fang, A. (2012). Social Anxiety Disorder. In *Encyclopedia of Human Behavior: Second Edition* (pp. 450–455). Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00330-X>
- Hughes, D. L. (2017). Relationship Between Social Media Use and Social Anxiety Among Emerging Adults. Retrieved from http://digitalcommons.liberty.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1091&context=research_symp
- Khalid-Khan, S., Santibanez, M. P., McMicken, C., & Rynn, M. A. (2007). Social anxiety disorder in children and adolescents: Epidemiology, diagnosis, and treatment. *Pediatric Drugs*. <https://doi.org/10.2165/00148581-200709040-00004>
- Khaniki, H., Atabak, M., & Azizi, F. (2017). The situational Analysis of virtual social networks in Iran by Habermasian's public sphere Approach (Case study: Several Facebook groups). *Journal of Sociological Studies*, 18(37), 101–130. (in Persian).
- Khojir, Y. (2017). Pathology of using social networks and mobile software in the Iranian family (Emphasizing the strengths, weaknesses, opportunities and threats). *Women's Strategic Studies*, 20(77), 109–121. (in Persian).
- McCuller, W. J., Sussman, S., Dent, C. W., & Teran, L. (2001). Concurrent prediction of drug use among high-risk youth. *Addictive Behaviors*, 26(1), 137–142. [https://doi.org/10.1016/S0306-4603\(00\)00082-4](https://doi.org/10.1016/S0306-4603(00)00082-4)
- McIntyre, A. W. (2014). The role of distress tolerance in aggressive behavior. *Dissertation Abstracts International*, 75(3-B(E)), Sefe. Retrieved from <http://aquila.usm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1216&context=dissertations>
- Meinck, F., Cluver, L. D., Boyes, M. E., & Mhlongo, E. L. (2015). Risk and Protective Factors for Physical and Sexual Abuse of Children and Adolescents in Africa. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16(1), 81–107. <https://doi.org/10.1177/1524838014523336>
- Miller, J. D., & Lynam, D. R. (2013). The Wiley-Blackwell Handbook of Addiction Psychopharmacology. *The Wiley-Blackwell Handbook of Addiction Psychopharmacology*. <https://doi.org/10.1002/9781118384404>

- Prizant-Passal, S., Shechner, T., & Aderka, I. M. (2016). Social anxiety and internet use - A meta-analysis: What do we know? What are we missing? *Computers in Human Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.003>
- Prusakowski, M. K., Shofer, F. S., Rhodes, K. V., & Mills, A. M. (2011). Effect of Depression and Psychosocial Stressors on Cessation Self-Efficacy in Mothers who Smoke. *Maternal and Child Health Journal*, 15(5), 620–626. <https://doi.org/10.1007/s10995-010-0640-5>
- Rezaei, R., Zarei, F., & Tehrani, H. (2018). Exploring the Use of Social Media on Teaching and Learning Science from Teachers and Students Viewpoint. *Iranian Journal of Nursing Research*, 13(1), 1–10. (in Persian).
- Richard, S., Richardson, T., Timulak, L., & McElvaney, J. (2015). The efficacy of internet-delivered treatment for generalized anxiety disorder: A systematic review and meta-analysis. *Internet Interventions*, 2(3), 272–282.
- Sadoughi, M., & Salehi, Z. M. (2017). The Relationship between Problematic Mobile Usage and Academic Performance Among Students: The Mediating Role of Sleep Quality. , 27(4), 123-132. *Advances in Nursing & Midwifery*, 27(4), 123–132. (in Persian).
- Samimi, Z., Mirdoraghi, F., Hasani, J., & Zakeri, M. (2016). The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies and Distress Tolerance in High-Risk Behaviors among Students. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 14(1), 92–102. (in Persian).
- Scott, J., & Carrington, P. (2013). The SAGE handbook of social network analysis. *Choice Reviews Online*, 49(03), 49-1790-49-1790. <https://doi.org/10.5860/choice.49-1790>
- Shepherd, R. M., & Edelmann, R. J. (2005). Reasons for internet use and social anxiety. *Personality and Individual Differences*, 39(5), 949–958. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.04.001>
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and Validation of a Self-Report Measure. *Motivation and Emotion*, 29(2), 83–102. <https://doi.org/10.1007/s11031-005-7955-3>
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(2), 167–180. <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9568-8>
- Stein. (2008). *Socail Anxiety Disorder*. Pdf. Elsevier, 371(9618), 1115–1125. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(08\)60488-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60488-2)
- Tsai, C. F., Wang, S. J., Juang, K. D., & Fuh, J. L. (2009). Use of the Chinese (Taiwan) Version of the Social Phobia Inventory (SPIN) Among Early Adolescents in Rural Areas: Reliability and Validity Study. *Journal of the Chinese Medical Association*, 72(8), 422–429. [https://doi.org/10.1016/S1726-4901\(09\)70399-5](https://doi.org/10.1016/S1726-4901(09)70399-5)
- Weidman, A. C., Fernandez, K. C., Levinson, C. A., Augustine, A. A., Larsen, R. J., & Rodebaugh, T. L. (2012). Compensatory internet use among individuals higher in

- social anxiety and its implications for well-being. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 191–195. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.03.003>
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(1), 4–9. Retrieved from http://www.academia.edu/download/42846485/Internet_addiction_is_associated_with_so2016019-31054-yd8sni.pdf
- Williams, A. D., Thompson, J., & Andrews, G. (2013). The impact of psychological distress tolerance in the treatment of depression. *Behaviour Research and Therapy*, 51(8), 469–475. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2013.05.005>
- Zanjani, Z., Moghbeli Hanzaii, M., & Mohsenabadi, H. (2018). The relationship of depression, distress tolerance and difficulty in emotional regulation with addiction to cell-phone use in students of Kashan University. *Feyz Journal of Kashan University of Medical Sciences*, 22(4), 411–420. (in Persian).

