

تحلیل جامعه شناختی ترس از در حاشیه ماندن در زیست جهان دیجیتال:

(مدل سازی ساختاری تأثیرات اجتماعی و روان شناختی رسانه های اجتماعی شهر اهواز بر کاربران)

نرگس درویشی^{*}، سمیرا حیدری اصل^۲، نسرين درویشی^۳

۱- عضو گروه روان شناسی، واحد امیدیه، دانشگاه آزاد اسلامی، امیدیه، ایران.

۲- دکتری جامعه شناسی، واحد دهقان، دانشگاه آزاد، دهقان، اصفهان، ایران.

۳- دکتری جامعه شناسی، دبیر دبیرستان های اهواز، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر، در راستای کاوشی عمیق و روشمند، به تحلیل جامعه شناختی پدیده ترس از در حاشیه ماندن (FoMO) در زیست جهان دیجیتال کاربران رسانه های اجتماعی شهر اهواز می پردازد. این مطالعه، با بهره مندی از تئوری های سترگ؛ مقایسه اجتماعی، سلسله مراتب نیازها، خودتعیین گری و سرمایه اجتماعی، زمینه ای استوار برای تبیین این تجربه نوپدید در سپهر دیجیتال فراهم آورده و فرضیاتی دقیق و منسجم از درون این دیدگاه ها استخراج نموده است. این تحقیق، در قالبی پیمایشی و با تکیه بر پرسشنامه ای سنجیده و برخوردار از اعتبار علمی، به گردآوری داده ها پرداخته است. جامعه آماری، تمامی شهروندان بالای ۱۵ سال شهر اهواز را در برمی گیرد که مطابق با آخرین سرشماری در سال ۱۳۹۵، تعداد آن ها ۱۲۰۰۰۰ نفر بوده است و حجم نمونه، با بهره گیری از ابزار پیشرفته Sample Power و به منظور اجرای آزمون همبستگی پیرسون، ۴۵۹ نفر تعیین گردیده است. داده ها در سال ۱۴۰۲، از طریق روش نمونه گیری سهمیه ای و با التزامی بی وقفه به اصول علمی گردآوری شده و با استفاده از نرم افزارهای SPSS و AMOS مورد تحلیل قرار گرفته اند. نتایج این پژوهش نشان داد میان متغیرهایی چون احساس انزوای اجتماعی، احساس محرومیت نسبی، مشارکت در رسانه های اجتماعی، رضایت از زندگی، جنس، سن و وضعیت اشتغال با متغیر فومو، پیوندهای معنادار وجود دارد. بخش ساختاری مدل حاکی از آن است که عواملی چون متغیر مشارکت در رسانه های اجتماعی با دارا بودن ضریب (۰/۷۱) و رضایت از زندگی با دارا بودن ضریب (۰/۲۱-) و احساس محرومیت نسبی با دارا بودن ضریب (۰/۱۷) دارای همبستگی بیشتری با سازه فومو هستند. در مقابل، متغیر احساس

انزوای اجتماعی با دارا بودن ضریب (۰/۱۳) دارای همبستگی کمتری با سازه فومو می‌باشد. این یافته‌ها، نه تنها بازتاب‌دهنده پیچیدگی‌های پنهان در زیست‌جهان دیجیتالند، بلکه بر ضرورت بازانديشي عمیق در تجربه زیسته کاربران در مواجهه با پویایی‌های اجتماعی عصر دیجیتال تأکید دارد.

واژه‌های کلیدی: فومو، رسانه‌های اجتماعی، رضایت اجتماعی، احساس انزوای اجتماعی، احساس محرومیت نسبی

طرح مسأله

در سپهری که زیست‌جهان انسان معاصر، تحت تأثیر شگرف فن آوری‌های دیجیتال بازسازی شده، رسانه‌های اجتماعی، دیگر صرفاً ابزار ارتباط نیستند، بلکه به عرصه‌هایی برای بازتعریف هویت و تعاملات اجتماعی بدل گشته‌اند و بستری برای ظهور پدیده‌های نوین روان‌شناختی و جامعه‌شناختی، از جمله ترس از جا ماندن (فومو)، فراهم آورده‌اند. این پدیده، که در گفتمان علمی جهانی با عنوان "Fear of Missing Out" (FoMO) شناخته می‌شود، به اضطراب و هراسی اشاره دارد که افراد از احتمال محرومیت از تجربه‌ها، فرصت‌ها یا رویدادهای ارزشمند اجتماعی در قلمرو دیجیتال احساس می‌کنند؛ حالتی که در این زیست‌جهان نوین، با دسترسی بی‌وقفه به بازنمایی‌های گزینش‌شده و آرمانی از زندگی دیگران، ابعادی پیچیده و چندلایه یافته است (پرزبیلسکی و همکاران، ۲۰۱۳: ۱۸۴۱). فومو، که هم تجربه‌ای عاطفی در سطح فردی است و هم شاخصی برای سنجش جایگاه اجتماعی در سپهر دیجیتال، فراتر از یک مسأله روان‌شناختی، به سازه‌ای جامعه‌شناختی تبدیل شده که الگوهای کنشگری، پیوندهای اجتماعی و کیفیت زیست کاربران را تحت تأثیر قرار می‌دهد. با این حال، در حالی که این پدیده در سطح جهانی مورد کاوش‌های گسترده قرار گرفته، تحلیل ساختاری و بومی آن در جوامع در حال توسعه، به‌ویژه ایران و شهر اهواز با ویژگی‌های فرهنگی و جمعیتی متمایز، به گونه‌ای تأسف بار مغفول مانده است. این غفلت، شکافی آشکار در دانش جامعه‌شناسی ارتباطات پدید آورده و ضرورت بازنگری انتقادی این پدیده را در بافت‌های محلی برجسته می‌سازد؛ ضرورتی که این پژوهش با رویکردی ساختاری و در ترازای شایسته درصدد پاسخگویی به آن است. این مطالعه، فومو را سازه‌ای چندساحتی می‌داند که در تلاقی جامعه‌شناسی دیجیتال و روان‌شناسی اجتماعی شکل می‌گیرد. این پدیده، ریشه در ادراک محرومیت از تجربه‌های اجتماعی و فشار ناشی از قیاس مداوم با دیگران دارد و در زیست‌جهان دیجیتال، جایی که پلتفرم‌هایی چون اینستاگرام و تلگرام، فضاهایی برای بازتولید هویت و کنش‌های اجتماعی‌اند، ابعادی متمایز و تشدیدشده می‌یابد.

فومو نه تنها اضطرابی درونی را هنگام غیاب از رخدادها به‌ظاهر ارزشمند برمی‌انگیزد، بلکه به‌عنوان نیرویی اجتماعی، رفتارهای دیجیتال کاربران، از جمله حضور افراطی در رسانه‌ها و انزوای ناشی از قیاس‌های نابرابر را بازسازی می‌کند (شین و همکاران، ۲۰۱۵: ۲۳).

در ایران، رسانه‌های اجتماعی به ابزاری برای جبران خلأهای اجتماعی، تأیید هویت و بازنمایی خود تبدیل شده‌اند و فومو در این بستر، با ویژگی‌های فرهنگی و اجتماعی خاص درهم‌تنیده شده‌است.

زیست جهان دیجیتال، با بازتعریف کنش‌های اجتماعی از طریق این پلتفرم‌ها، فضایی چندلایه برای تکوین این پدیده ایجاد کرده که با نمایش تصاویر آرمانی از زندگی دیگران، کاربران را در چرخه‌ای از قیاس اجتماعی، محرومیت نسبی، انزوای اجتماعی و کاهش خشنودی از زندگی گرفتار می‌سازد (کوهن، ۲۰۰۸: ۳۲۱؛ دینر و همکاران، ۱۹۸۵: ۷۱). نفوذ سریع رسانه‌های اجتماعی در میان جوانان و ساکنان کلان‌شهرهای ایران، این مسأله را به چالشی برجسته بدل کرده که بدون تحلیل ساختاری، فهم پیامدهای آن در سطوح محلی و جهانی ناقص خواهد ماند. هدف این پژوهش، تبیین جامعه‌شناختی ترس از جا ماندن (فومو) در زیست جهان دیجیتال کاربران رسانه‌های اجتماعی شهر اهواز است که با رویکردی ساختاری و بهره‌گیری از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) دنبال می‌شود. این مطالعه با بررسی روابط میان متغیرهای کلیدی چون انزوای اجتماعی، محرومیت نسبی، مشارکت در رسانه‌ها و رضایت از زندگی، الگویی جامع ارائه می‌دهد که نه تنها چگونگی تکوین این پدیده را در بافتی بومی روشن می‌سازد، بلکه تأثیرات اجتماعی و روان‌شناختی آن را بر کاربران، به‌صورتی نظام‌مند تبیین می‌کند. این پژوهش، فراتر از توصیف‌های سطحی، در پی خلق دانشی نو و انتقادی است که شکاف‌های موجود را پر کرده و بنیانی برای سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و مداخلات روان‌شناختی فراهم آورد. این هدف، پاسخ به نیازی مبرم برای فهم عمیق‌تر پدیده‌های دیجیتال در جوامع در حال توسعه، به‌ویژه ایران است؛ جایی که رسانه‌های اجتماعی، فراتر از کارکردهای ارتباطی، به فضاهایی برای بازسازی هویت و جبران خلأهای زیست واقعی تبدیل شده‌اند.

انتخاب اهواز به‌عنوان حوزه مطالعه، بر ویژگی‌های یگانه فرهنگی، جمعیتی و اجتماعی آن استوار است. این کلان‌شهر در جنوب غربی ایران، با تنوع قومیتی، جوانی جمعیت و دسترسی گسترده به فناوری‌های دیجیتال، بستری متمایز برای کاوش این پدیده فراهم می‌آورد. اهواز، به‌واسطه موقعیت جغرافیایی و بافت اجتماعی پویا، جمعیتی را در خود جای داده که به‌طور خاص به رسانه‌های اجتماعی برای تعاملات اجتماعی و بازنمایی هویت وابسته‌اند. جوانان این شهر، که بخش عمده کاربران این رسانه‌ها را تشکیل می‌دهند، به‌دلیل ویژگی‌های جمعیتی و فرهنگی، از این رسانه‌ها به‌عنوان ابزاری برای تقویت پیوندهای اجتماعی و ارتقای جایگاه خویش بهره می‌جویند. این ویژگی‌ها، اهواز را به کانونی بومی برای مطالعه فومو بدل می‌سازد؛ کانونی که غفلت از تحلیل آن، درک این پدیده را در جوامع مشابه ناقص می‌گذارد. اهمیت و ضرورت این پژوهش، هم از منظر علمی و هم از منظر عملی، غیرقابل انکار است. از منظر علمی، فومو به‌عنوان سازه‌ای چندساحتی که بر سلامت روان و الگوهای تعامل اجتماعی اثر می‌گذارد، شایسته بررسی‌هایی است که از توصیف فراتر رفته و روابط ساختاری میان متغیرها را کاوش کند.

این پدیده، با پیوندهایش به انزوای اجتماعی، محرومیت نسبی و کاهش رضایت از زندگی، فهمی عمیق‌تر می‌طلبد که به غنای دانش جهانی در جامعه‌شناسی ارتباطات و دیجیتال یاری رساند. از منظر عملی، پیامدهای این پدیده در بافت اهواز، به‌عنوان کلان‌شهری پویا و چندفرهنگی، بر الگوهای تعامل اجتماعی و کیفیت زیست ساکنان اثرگذار است؛ پیامدهایی که بدون تحلیل دقیق، از دید سیاست‌گذاران و متخصصان پنهان می‌ماند. این پژوهش همچنین به بومی‌سازی دانش جهانی نیاز دارد؛ چراکه فومو، هرچند در جوامع غربی شناخته شده است، در جوامع در حال توسعه مانند ایران، با ویژگی‌های فرهنگی و اجتماعی متمایز، نیازمند بازنگری است تا الگویی متناسب با این بافت‌ها ارائه

شود. غفلت از این ضرورت، نه تنها شکافی در دانش محلی ایجاد می کند، بلکه ظرفیت مداخلات مؤثر را محدود می سازد. خلأیی آشکار در شناخت جامعه شناختی این پدیده در زیست جهان دیجیتال کاربران ایرانی، به ویژه در اهواز، این پژوهش را به چالشی حیاتی بدل کرده است. مسأله اصلی این مطالعه، تبیین چگونگی تکوین فومو در زیست جهان دیجیتال کاربران رسانه های اجتماعی اهواز و بررسی تأثیرات اجتماعی و روان شناختی آن بر ایشان است. پرسش های مشخص پژوهش عبارتند از:

- آیا انزوای اجتماعی، به معنای گسست از پیوندهای معنادار، با فومو رابطه ای مثبت دارد؟ آیا محرومیت نسبی، به معنای ادراک نابرابری در قیاس با دیگران، این پدیده را تشدید می کند؟
- آیا مشارکت در رسانه های اجتماعی، به معنای کنش های فعال و منفعل در سپهر دیجیتال، با فومو هم بستگی دارد؟

- آیا رضایت از زندگی، به معنای ارزیابی ذهنی کیفیت زیست، با فومو رابطه ای معکوس دارد؟
 - چگونه متغیرهای دموگرافیک، شامل سن، جنس و وضعیت اشتغال، این روابط را تعدیل می کنند؟
- این پژوهش با بهره گیری از مدل سازی معادلات ساختاری (SEM) روشی پیشرو در تحلیل روابط پیچیده علوم اجتماعی، الگویی جامع و بومی ارائه می دهد که پاسخ هایی روشن و مستدل به این پرسش ها فراهم می آورد.

فرضیه های پژوهش

۱. به نظر می رسد بین احساس انزوای اجتماعی کاربران رسانه های اجتماعی و فومو رابطه وجود دارد.
۲. به نظر می رسد بین احساس محرومیت نسبی کاربران رسانه های اجتماعی و فومو رابطه وجود دارد.
۳. به نظر می رسد بین میزان مشارکت کاربران در رسانه های اجتماعی و فومو رابطه وجود دارد.
۴. به نظر می رسد بین رضایت از زندگی کاربران و فومو رابطه وجود دارد.
۵. به نظر می رسد بین سن، جنس و وضعیت اشتغال کاربران رسانه های اجتماعی و فومو رابطه وجود دارد.

چشم انداز نظری

در جهان معاصر که تحت سیطره فناوری های ارتباطی و رسانه های اجتماعی قرار گرفته است، تجربه زیسته افراد از مناسبات اجتماعی، هویت یابی و تعاملات میان فردی به نحو بنیادینی دگرگون شده است. فضای دیجیتال، که به تعبیر لوفور (۱۹۹۱) گونه ای از «فضای بازنمایی شده» را خلق می کند، نه تنها بستری برای بازتولید روابط اجتماعی سنتی است، بلکه خود صورتی نوین از واقعیت را شکل می دهد که در آن بازنمایی از امر واقع، گاه اهمیت بیشتری نسبت به خود واقعیت می یابد. در این بافتار، فومو (-احساس ترس از دست دادن)، به عنوان پدیده ای برآمده از تعاملات دیجیتال، دلالت بر اضطرابی دارد که ناشی از تصور عدم مشارکت در تجارب ارزشمند اجتماعی است. این احساس که به واسطه رسانه های اجتماعی تشدید می شود، امری صرفاً روان شناختی نبوده، بلکه دارای ابعاد جامعه شناختی ژرفی است که در پرتو نظریه های مدرن و متأخر جامعه شناسی قابل بررسی است.

نظریه مقایسه اجتماعی لئون فستینگر (۱۹۴۵)

در نظریه مقایسه اجتماعی معتقد است که افراد همواره خود را در قیاس با دیگران مورد سنجش قرار می‌دهند تا بتوانند جایگاه اجتماعی، توانایی‌ها و ارزش‌های خود را ارزیابی کنند. این فرایند مقایسه‌ای می‌تواند صعودی (مقایسه خود با افرادی که از موقعیت برتری برخوردارند) یا نزولی (مقایسه با افرادی که در وضعیت فروتری قرار دارند) باشد. در زیست‌جهان دیجیتال، رسانه‌های اجتماعی، بستری برای بازتولید مقایسه‌های صعودی فراهم می‌کنند، چرا که کاربران عموماً بخش‌های مطلوب و گزینشی از زندگی خود را به نمایش می‌گذارند، در حالی که واقعیت زیسته آنان ممکن است پیچیده‌تر و گاه دشوارتر از آن باشد که در قاب‌های تصویری و متون شبکه‌های اجتماعی انعکاس می‌یابد. از این‌رو، این مقایسه‌های نابرابر، احساس نارضایتی را در کاربران تشدید کرده و آنان را به سمت تجربه‌ای از فومو سوق می‌دهد، زیرا همواره تصور می‌کنند که «دیگری» در حال تجربه‌ای برتر است (جود، ۲۰۱۹).

نظریه سلسله‌مراتب نیازهای مازلو (۱۹۴۳)

بر اساس نظریه مازلو، نیازهای انسانی در پنج سطح دسته‌بندی می‌شوند: نیازهای فیزیولوژیک، نیاز به امنیت، تعلق و محبت، احترام و خودتحقق‌بخشی. در این میان، نیاز به تعلق، از جایگاهی کلیدی برخوردار است، زیرا افراد برای احساس امنیت روانی و اجتماعی خود، همواره در پی پیوند با گروه‌ها و اجتماع‌های انسانی‌اند. در زیست‌جهان دیجیتال، رسانه‌های اجتماعی به عنوان ابزارهایی برای تحقق این نیاز عمل می‌کنند؛ اما در عین حال، ماهیت الگوریتمی این رسانه‌ها، که توجه کاربران را به محتوای خاصی جلب می‌کند، می‌تواند موجب شود که فرد تصور کند از چرخه تعاملات اجتماعی حذف شده یا فرصت‌های ارزشمندی را از دست داده است. در این راستا، احساس فومو می‌تواند نه تنها اضطراب فردی، بلکه نوعی سرخوردگی اجتماعی را در پی داشته باشد؛ زیرا کاربران ممکن است گمان کنند که برای حفظ موقعیت خود در گروه‌های اجتماعی، باید به‌طور مداوم در جریان فعالیت‌های دیگران قرار داشته باشند (مازلو، ۱۳۷۶).

نظریه خودتعیین‌گری و رایان (۱۹۸۵)

در نظریه خودتعیین‌گری، بر سه نیاز اساسی روان‌شناختی تأکید دارند: خودمختاری، شایستگی و ارتباط. در این میان، نیاز به ارتباط، که دلالت بر احساس پیوند معنادار با دیگران دارد، به عنوان یکی از محرک‌های اصلی تعامل در رسانه‌های اجتماعی شناخته می‌شود. هنگامی که این نیاز در فضای واقعی به درستی برآورده نمی‌شود، افراد به رسانه‌های اجتماعی پناه می‌برند تا این خلأ را پر کنند. با این حال، پارادوکس فومو در اینجا است که هرچه فرد بیشتر درگیر رسانه‌های اجتماعی می‌شود، احتمال افزایش اضطراب ناشی از «جا ماندن» از تجربیات جمعی بیشتر می‌شود. این وضعیت، نوعی خودنظارتی مداوم ایجاد می‌کند که به واسطه عدم تحقق نیازهای ارتباطی و تعاملات اجتماعی معنادار، چرخه‌ای از اضطراب و نارضایتی را پدید می‌آورد (جود، ۲۰۱۹).

نظریه سرمایه اجتماعی^۴

^۱ Social Comparison Theory (Festinger)

^۲ Hierarchy of Needs Theory (Maslow)

^۳ Self-Determination Theory (Deci & Ryan)

^۴ Social Capital Theory

سرمایه اجتماعی، مفهومی که پوتنام (۲۰۰۰) و بوردیو (۱۹۸۶) بر آن تأکید داشته‌اند، به منابعی اشاره دارد که فرد از طریق شبکه‌های اجتماعی خود به دست می‌آورد، از جمله حمایت اجتماعی، اطلاعات و فرصت‌های اقتصادی و فرهنگی. در زیست‌جهان دیجیتال، رسانه‌های اجتماعی، بستر جدیدی برای انباشت و مبادله سرمایه اجتماعی ایجاد کرده‌اند؛ اما در عین حال، هنگامی که فرد احساس کند که به اندازه کافی در این شبکه‌ها فعال نیست یا تعاملات او کمتر از دیگران مورد پذیرش قرار می‌گیرد (مثلاً از طریق تعداد لایک‌ها، اشتراک‌گذاری‌ها یا کامنت‌ها)، ممکن است تصور کند که سرمایه اجتماعی او رو به کاهش است. این احساس می‌تواند در بلندمدت منجر به تقویت فومو شود؛ زیرا فرد برای حفظ و افزایش سرمایه اجتماعی خود، به حضور مستمر و نظارت دائم بر فعالیت‌های دیگران در رسانه‌های اجتماعی روی می‌آورد.

پدیده فومو در زیست‌جهان دیجیتال را باید در بستر تحولات اجتماعی و فرهنگی بررسی کرد. از یک سو رسانه‌های اجتماعی، امکانات بی‌سابقه‌ای برای برقراری ارتباط، مشارکت اجتماعی و کسب سرمایه اجتماعی فراهم کرده‌اند؛ اما از سوی دیگر این فضاها، بستری برای مقایسه‌های مداوم، بازتولید نابرابری‌های اجتماعی و تقویت اضطراب اجتماعی شده‌اند.

فومو را می‌توان به مثابه محصولی از این فرایندهای متداخل در نظر گرفت که در آن، فرد همواره در تلاش است تا از «دیگری دیجیتال» عقب نماند. مواجهه انتقادی با این پدیده، مستلزم بازاندیشی در شیوه‌های مصرف رسانه‌های اجتماعی، تقویت تعاملات اجتماعی معنادار و گسترش آگاهی نسبت به ماهیت گزینشی و ساختگی بازنمایی‌های دیجیتال است.

جدول ۱. استخراج متغیرها از تئوری‌های متفکران

متغیرها	تئوری‌های متفکران
احساس انزوای اجتماعی و فومو	خود تعیین گری دسی و رایان * مقایسه اجتماعی فستینگر
احساس محرومیت نسبی و فومو	مقایسه اجتماعی فستینگر * سرمایه اجتماعی پوتنام و بوردیو
میزان مشارکت کاربران در رسانه‌های اجتماعی و فومو	خود تعیین گری دسی و رایان * سرمایه اجتماعی پوتنام
رضایت از زندگی	سلسله مراتب نیازهای مازلو
سن، جنس و وضعیت تأهل	تحقیقات پیشین (مطالعات مربوط به تأثیر ویژگی های جمعیت شناختی بر فومو)

تعاریف مفاهیم بنیادین پژوهش

برای تبیین دقیق پژوهش حاضر، تعاریف مفاهیم بنیادین آن به شرح زیر ارائه می‌شود:

۱. فومو^۷

^۵ . Putnam

^۶ . Bourdieu

^۷ . Fear of Missing Out - FOMO

ترس از جا ماندن، به عنوان یک پدیده روان‌شناختی و اجتماعی، به نگرانی و اضطراب افراد در مواجهه با احتمال از دست دادن فرصت‌های اجتماعی یا تجربیات منحصر به فرد اطلاق می‌شود. این ترس، به‌ویژه در بستر فضای دیجیتال و رسانه‌های اجتماعی تشدید می‌شود؛ جایی که افراد به‌طور مداوم در معرض مقایسه‌های اجتماعی و تصاویری از زندگی‌های ایده‌آل دیگران قرار دارند. فومو نه تنها به صورت یک تجربه فردی، بلکه به‌عنوان معیاری برای سنجش هویت اجتماعی و ارزش فردی در نظر گرفته می‌شود. فومو به صورت پیچیده‌ای با احساسات ناراضیاتی، مقایسه‌های اجتماعی و نیاز به تأیید اجتماعی در ارتباط است (پرزبیلسکی^۸ و همکاران، ۲۰۱۳: ۱۸۴۱). احساس انزوای اجتماعی^۹ به معنای تجربه بی‌ارتباطی و فاصله گرفتن فرد از شبکه‌های اجتماعی معنادار و روابط انسانی است. این احساس ممکن است به دلیل ناتوانی در برقراری ارتباطات عمیق و معنادار با دیگران ایجاد شود. انزوای اجتماعی نه تنها به فقدان روابط فیزیکی و اجتماعی اشاره دارد، بلکه به‌طور ویژه به ناتوانی در ایجاد روابط معنادار و تأثیرگذار در زندگی فردی و اجتماعی می‌پردازد. در دنیای دیجیتال، انزوای اجتماعی می‌تواند به دلیل عمق سطحی ارتباطات آنلاین و فقدان تعاملات واقعی تقویت شود، که به‌ویژه در معرض احساس فومو قرار می‌گیرد (شین و همکاران، ۲۰۱۵: ۲۳).

۲. احساس محرومیت نسبی^{۱۰}

محرومیت نسبی به احساسات ناراضیاتی و ناامیدی ناشی از مقایسه فرد با دیگران و ناتوانی در دستیابی به منابع یا فرصت‌های مشابه اشاره دارد. این پدیده به‌ویژه زمانی در بستر رسانه‌های اجتماعی شدت می‌یابد که افراد زندگی‌های ایده‌آل و موفق دیگران را مشاهده می‌کنند و خود را در موقعیت کم‌تری در مقایسه با دیگران می‌یابند. به‌طور ویژه این نوع محرومیت ناشی از اختلاف میان انتظارات فرد و واقعیت‌های موجود در زندگی اجتماعی اوست (کوهن، ۲۰۰۸: ۳۲۱). محرومیت نسبی می‌تواند به ایجاد احساس فومو و اضطراب اجتماعی منجر شود؛ به‌ویژه هنگامی که فرد احساس کند فرصت‌های اجتماعی و ارتباطات مهم را از دست داده است.

۳. میزان مشارکت کاربران در رسانه‌های اجتماعی^{۱۱}

میزان مشارکت در رسانه‌های اجتماعی به مقدار و نوع فعالیت‌های فرد در پلتفرم‌های دیجیتال اطلاق می‌شود که شامل تولید محتوا، تعامل با دیگران از طریق لایک‌ها، کامنت‌ها، و اشتراک‌گذاری هاست. میزان مشارکت می‌تواند تأثیرات روان‌شناختی متعددی از جمله تقویت هویت فردی و اجتماعی، افزایش تعاملات اجتماعی و تقویت سرمایه اجتماعی به همراه داشته باشد (پرستی و شوارد، ۲۰۱۸: ۴۵). در عین حال، این مشارکت می‌تواند به احساس فومو منجر شود؛ زیرا افراد به‌طور مداوم خود را در معرض مقایسه‌های اجتماعی و رقابت‌های دیجیتال قرار می‌دهند.

۴. رضایت از زندگی^{۱۲}

^۸ . Przybylski

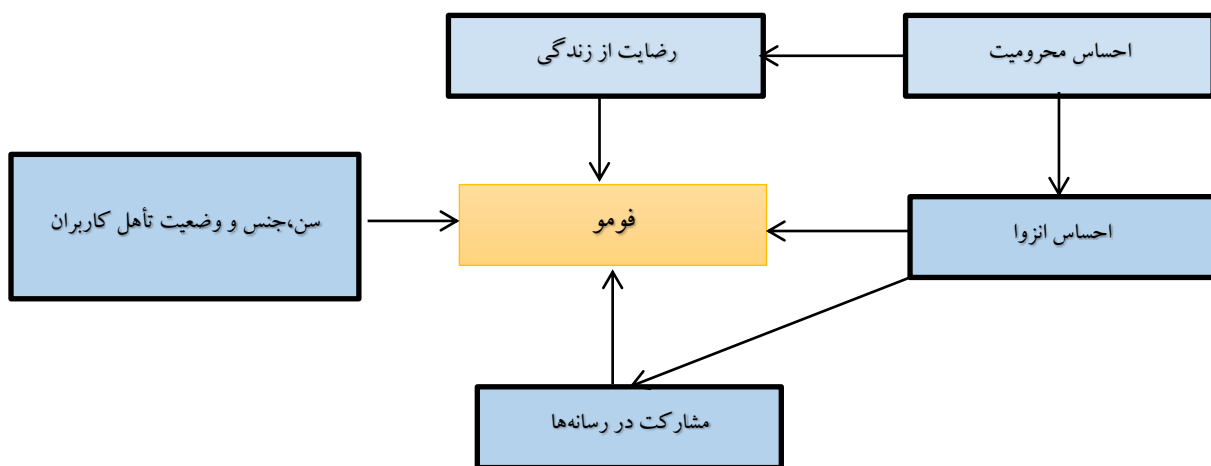
^۹ . Perceived Social Isolation

^{۱۰} . Perceived Relative Deprivation

^{۱۱} . Social Media Engagement Level

^{۱۲} . Life Satisfaction

رضایت از زندگی، به عنوان ارزیابی کلی فرد از کیفیت زندگی خود در نظر گرفته می شود که از طریق مقایسه میان خواسته ها و دستاوردهای واقعی آن چه که فرد در زندگی خود تجربه می کند، تعریف می شود (هایلی و کنی، ۲۰۱۹: ۶۷). طبق این نظر، رضایت از زندگی در جهان دیجیتال به شدت تحت تأثیر مقایسه های اجتماعی قرار می گیرد. در این فضا، تجربه های دیجیتال و تصویرسازی های آنلاین از زندگی های ایده آل، ممکن است نارضایتی از زندگی واقعی را به ویژه در مقایسه با استانداردهای دیجیتال، برجسته کند. بنابراین، رضایت از زندگی در فضای دیجیتال می تواند به ویژه در مواجهه با احساس فومو، دچار تغییرات مهمی شود.



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

پیشینه تجربی پژوهش

جدول ۲. پیشینه تجربی

نویسندگان	یافته ها
اسدی و شریفی (۱۴۰۱)	نویسندگان در مقاله ای تحت عنوان تدوین و اعتبارسنجی مقیاس ترس از در حاشیه ماندن در جامعه ایرانی به بررسی ویژگی های روانسنجی سازگاری مقیاس ترس از در حاشیه ماندن در میان جمعیت نوجوان و جوان ایرانی ۱۶ تا ۲۴ ساله در اردبیل پرداخته اند. یافته های این پژوهش نشان داده است که پرسشنامه ترس از در حاشیه ماندن با سه خرده مقیاس فقدان، اجبار و مقایسه و ۱۸ سوال، از لحاظ روانسنجی از پایایی و برازندگی خوبی برخوردار است.
حسینی و همکاران (۱۴۰۱)	نویسندگان در مقاله ای تحت عنوان هیجان های منفی، ترس از در حاشیه ماندن و قربانی قلدری سایبری: یک مدل معادلات ساختاری برای نوجوانان به این نتایج دست یافتند که اولین فضای مجازی مورد استفاده نوجوانان مورد مطالعه اینستاگرام بوده است. یافته های این مطالعه بیانگر اثر مستقیم هیجان های منفی بر ترس از حاشیه ماندن و قربانی قلدری است و ترس از در حاشیه ماندن نیز بر قربانی قلدری سایبری اثر مستقیم دارد.
بایرامی و همکاران)	نویسندگان در اثر پژوهشی خود تحت عنوان بررسی ارتباط ترس از در حاشیه ماندن و استفاده از شبکه های

اجتماعی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ارومیه به این نتایج دست یافتند که میان زمان صرف شده در رسانه‌های اجتماعی با ترس از در حاشیه ماندن و همچنین افسردگی ارتباط معنادار وجود دارد. (۱۳۹۸)	
از نظر نویسندگان فومو ترس فراگیری است که زندگی فرد را در بر می‌گیرد و با استفاده از رسانه‌های اجتماعی همتایان تشدید می‌شود. مطالعه‌ای که انجام شده نشان داده است که ۶۲٪ از پاسخ دهندگان از اینکه چیزی ممکن است در جای دیگر اتفاق بیفتد نگرانی دارند. این مطالعه بر اهمیت مطالعه فومو به عنوان مفهومی مهم در کشور آفریقای جنوبی تأکید می‌کند. این مطالعه با هدف بررسی رابطه بین رضایت از زندگی و فومو انجام شده است، نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که رضایت از زندگی و فومو با هم ارتباط معناداری دارند. جود (۲۰۱۹)	
در این تحقیق، محققان به بررسی تأثیر متغیرهایی از جمله اضطراب اجتماعی، میزان استفاده از فیس بوک و همچنین سن و جنس و رضایت از زندگی بر فومو پرداخته‌اند. نتایج مدل ساختاری در این تحقیق نشان داده است که اضطراب اجتماعی و میزان استفاده از فیسبوک و فومو با هم ارتباط معنی دار مثبتی داشته‌اند اما میان رضایت از زندگی و فومو ارتباط معنادار منفی وجود داشته است یعنی هر چه رضایت از زندگی افراد پایین تر باشد میزان فومو در آن‌ها بیشتر است و بالعکس. دمپسی ^{۱۳} و همکاران (۲۰۱۹)	
نویسنده، به دنبال ایجاد مقیاسی است تا نگرانی افراد را از این که تا چه اندازه تلفن همراه خود را برای از دست ندادن ارتباط خود با دیگران ارزیابی کند. نتایج تجزیه و تحلیل نشان داده است که مقیاس ساخته شده در پنج حوزه بعد اجتماعی، ابعاد عمومی، اخبار، ابعاد کار / مدرسه و ایمنی از نظر قابلیت اطمینان آزمون از سازه‌ی خوبی برخوردار است. یافته‌های این تحقیق نشان داده است که این مقیاس با استفاده از گوشی‌های هوشمند و بررسی مداوم تلفن همراه ارتباط مثبت دارد. کارگیل (۲۰۱۹)	
نتایج این پژوهش نشان داده است که زنان و مردان در سطح فومو تفاوت معناداری دارند. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مدت زمان در دست داشتن تلفن هوشمند بر فومو اثرگذار است و بین این دو ارتباط معناداری وجود دارد و میان تعداد رسانه‌های اجتماعی که فرد از آن‌ها استفاده می‌کند و فومو ارتباط معناداری وجود دارد. علاوه بر این، میان مدت زمان استفاده از رسانه‌های اجتماعی و فومو نیز رابطه معناداری وجود دارد. جزئین ^{۱۴} و همکاران (۲۰۱۷)	
در این پژوهش، به بررسی ارتباط میان فومو، رسانه‌های اجتماعی و اعتیاد به تلفن همراه با استفاده از مدل آل پی ای، پرداخته شده است. نتایج این پژوهش، نشان داد که در کاربرانی که استفاده کمی از رسانه‌های اجتماعی داشته‌اند، میزان فومو و اعتیادشان به تلفن همراه کمتر بوده است و افرادی که استفاده زیادی از رسانه‌های اجتماعی داشته‌اند و امکان آسیب‌پذیری آن‌ها از تلفن همراه و رسانه‌های اجتماعی به علت اختلالاتی که داشته‌اند بیشتر بوده است، میزان فومو و اعتیاد به تلفن همراه بیشتری داشته‌اند. فاستر ^{۱۵} و همکاران (۲۰۱۷)	
نتایج این پژوهش نشان داده است که افرادی که احساس بی‌ارزشی بیشتر و اضطراب و زودرنجی بالا و اعتماد به نفس پایین‌تری است، فومو بیشتری دارند. نویسندگان در مقیاس خود در سنجش فومو از سؤالات مربوط به ترس و نگرانی و اضطراب ناشی از بی‌اطلاع بودن از حوادث و تجربیاتی و گفتگوهایی که در یک گروه اجتماعی رخ می‌دهد استفاده کرده‌اند. ابل (۲۰۱۶)	
این مطالعه ارتباط میان فومو و حضور در رسانه‌های اجتماعی را در میان مردم فرانسه بررسی می‌کند. نتایج این پژوهش نشان داد که ارتباط میان فومو و حضور در رسانه‌های اجتماعی معنادار بوده است. گروهی که وقت آزاد می‌چوت ^{۱۶} و همکاران (۲۰۱۶)	

¹³. Dempsey

¹⁴. Gezgin

¹⁵. Fuster

داشتند بیشتر از گروه کنترل از رسانه‌های اجتماعی استفاده کرده بودند. علاوه بر این، تفاوت معنادار اندکی میان جنس و فومو و استفاده از رسانه‌های اجتماعی وجود داشت. در مورد فومو، مردان فومو کمتری از زنان داشتند.	
این مطالعه فومو را در رابطه با عوامل جمعیت شناختی، بهزیستی، عوامل رفتاری و انگیزشی مورد بررسی قرار داده است. نتایج آنها حاکی از آن است که جوانان سطح بالاتری از فومو دارند و بعلاوه کسانی که رضایت کمتری از نیازهای روانشناختی (ارتباط با دیگران، خودمختاری، شایستگی) دارند، سطح بالاتری از فومو را نشان دادند. علاوه بر این فومو با حالات عمومی و رضایت از زندگی ارتباط منفی داشته است و با حضور فرد در رسانه‌های اجتماعی مرتبط بوده است.	پریزیلسکی و همکاران (۲۰۱۳)
نویسندگان براساس یافته‌های تحقیق خود نتیجه می‌گیرند افرادی که فومو دارند به طور منظم تلفن همراه خود را بررسی می‌کنند و در بین گروه‌های سنی، افراد بین ۱۳ تا ۳۳ سال فومو بیشتری دارند. ۶۵٪ از پاسخ دهندگان این تحقیق اظهار داشتند که وقتی تلفن همراه خود را کنار می‌گذارند این ترس را دارند که دوستانشان در نبود آنها کاری انجام دهند.	اینیلیجنس ^{۱۷} و همکاران (۲۰۱۱)

روش شناسی پژوهش

این پژوهش، با تأملی ژرف در پویایی‌های زیست‌جهان دیجیتال، رویکردی کاربردی و پیمایشی را در چارچوبی توصیفی-تحلیلی سامان داده تا با نگاهی روش‌مند، پیوندهای چندساختی سازه‌های پدیده ترس از جا ماندن (FOMO) را در سپهر معاصر جامعه‌شناختی تبیین نماید. مدل‌سازی معادلات ساختاری، به مثابه ابزاری پیشگام، برای کاوش این روابط برگزیده شده که با بنیان نظری پژوهش، متکی بر نظریه‌های سترگ جامعه‌شناسی، هم‌سویی استواری دارد. جامعه آماری، تمامی شهروندان بالای ۱۵ سال اهواز را در بر می‌گیرد که تعداد آن‌ها مطابق آخرین سرشماری کشور در سال ۱۳۹۵ حدود ۱۲۰۰۰۰۰ نفر است. حجم نمونه، با بهره‌جویی از نرم‌افزار Sample Power (سطح معناداری ۰/۰۵، توان آماری ۰/۸۰، اندازه اثر ۰/۳۰)، ۴۵۹ نفر تعیین شد. شیوه نمونه‌گیری این تحقیق از نوع تصادفی چند مرحله‌ای بوده است و روش اجرای آن نیز به این صورت بوده است که در ابتدا از بین مناطق مختلف شهر اهواز بعضی از محله‌های شهر اهواز از جمله: کوی رمضان، کوی مهدیس، گلستان، شهرک دانشگاه، محله نادری (مرکز شهر) به صورت تصادفی برگزیده شدند و پس از آن، از هر محله، دو خیابان اصلی به صورت تصادفی انتخاب شده، با اطمینان از اینکه شهروند ساکن شهر اهواز هستند، از اولین فرد ملاقات شده‌ی بالای ۱۵ سال خانوار، خواسته شد تا پرسشنامه را تکمیل کند. ابزار پژوهش، پرسشنامه‌ای سنجیده است که با محوریت فرد متغیرهای مشارکت در رسانه‌های اجتماعی، رضایت از زندگی، انزوای اجتماعی، محرومیت نسبی و ترس از جا ماندن را می‌کاود. روایی آن با قضاوت خبرگان و پایایی‌اش با ضریب آلفای کرونباخ (بالای ۰/۷) پس از آزمونی مقدماتی بر ۳۰ نفر اثبات شد. داده‌ها در سال ۱۴۰۲ به صورت غیرحضوری گرد آمدند، با التزامی استوار به موازین اخلاقی چون رضایت آگاهانه و محرمانگی. تحلیل در دو ساحت صورت گرفت: توصیفی (با SPSS نسخه ۲۶، دربرگیرنده میانگین و فراوانی‌ها) و استنباطی (با AMOS نسخه ۲۴، از رهگذر مدل‌سازی معادلات ساختاری)، که برازش آن با معیارهای متعارف سنجیده شد.

¹⁶ Michot

¹⁷ Intelligence

جدول ۴. تعداد نمونه در نرم افزار sample power

نام متغیر	corr	Vs	N cases	CI level	lower	upper	Tails	Alpha	Power
انزوا و فومو	۰.۷۹	۰.۰۰	۸	۰.۹۵۰	۰.۱۹	۰.۹۶	۲	۰.۵۰	۰.۸۵۷
محرومیت و فومو	۰.۵۱	۰.۰۰	۲۵	۰.۹۵۰	۰.۱۴	۰.۷۵	۲	۰.۵۰	۰.۸۱۰
مشارکت و فومو	۰.۲۵	۰.۰۰	۱۲۰	۰.۹۵۰	۰.۰۷	۰.۴۱	۲	۰.۵۰	۰.۸۰۱
رضایت از زندگی و فومو	۰.۱۳	۰.۰۰	۴۵۹	۰.۹۵۰	۰.۰۴	۰.۲۲	۲	۰.۵۰	۰.۸۰۰

یافته‌های پژوهش الف) یافته‌های توصیفی

جدول ۵. مشخصات پاسخگویان پرسشنامه‌ها

شاخص	سنجه	فراوانی	شاخص	سنجه	فراوانی
جنس	زن	۲۱۶	وضعیت تأهل	مجرد	۲۶۱
	مرد	۲۴۳		متأهل	۱۹۸
	کل	۴۵۹		کل	۴۵۹
سن	۱۵-۲۵	۱۱۶	تحصیلات	زیر دیپلم	۳۱
	۲۶-۳۵	۱۴۱		دیپلم	۱۴۶
	۳۶-۴۵	۱۱۹		فوق دیپلم	۱۷
	۴۶-۵۵	۵۱		لیسانس	۱۳۸
	۵۶-۶۵	۳۲		فوق لیسانس و بالاتر	۱۲۵
	کل	۴۵۹		کل	۴۵۹

ب) یافته‌های استنباطی

آزمون فرضیات

فرضیه اول: نتایج تحلیل همبستگی پیرسون، نشان‌دهنده وجود رابطه‌ای معنادار ($r = 0.65$) بین احساس انزوا و اجتماعی و پدیده فومو (ترس از جا ماندن) است. این یافته، حاکی از آن است که انزوای اجتماعی به‌عنوان یک متغیر مستقل، تأثیر مستقیمی بر شدت فومو دارد؛ به‌طوری‌که افزایش احساس انزوا با تشدید فومو و کاهش آن با تضعیف فومو همراه است. این رابطه می‌تواند بیانگر پویایی‌های اجتماعی-روانی در بستر تعاملات مدرن باشد.

فرضیه دوم: بر اساس نتایج آزمون پیرسون، بین احساس محرومیت و فومو، رابطه‌ای معنادار ($r = 0.52$) مشاهده می‌شود. این ارتباط دلالت بر آن دارد که ادراک محرومیت نسبی، به عنوان یک عامل انگیزشی، فومو را تقویت می‌کند؛ به گونه‌ای که با افزایش احساس محرومیت، فومو تشدید شده و با کاهش آن، این پدیده فروکش می‌کند. این یافته با نظریه‌های محرومیت نسبی در جامعه‌شناسی هم‌راستا به نظر می‌رسد.

فرضیه سوم: تحلیل همبستگی پیرسون، وجود رابطه‌ای معنادار ($r = 0.51$) بین میزان مشارکت در رسانه‌های اجتماعی و فومو را تأیید می‌کند. این نتیجه نشان می‌دهد که افزایش تعاملات در فضای مجازی به عنوان یک متغیر محیطی، با شدت گرفتن فومو ارتباط دارد، در حالی که کاهش این مشارکت به کاهش فومو منجر می‌شود. این یافته بر نقش واسطه‌ای رسانه‌های اجتماعی در شکل‌گیری اضطراب‌های اجتماعی تأکید دارد.

فرضیه چهارم: آزمون پیرسون، رابطه‌ای معنادار و معکوس ($r = -0.48$) بین رضایت از زندگی و فومو را آشکار می‌سازد. این همبستگی منفی، بیانگر آن است که افزایش رضایت از زندگی، به عنوان یک عامل محافظتی، فومو را کاهش می‌دهد؛ در حالی که کاهش این رضایت با تشدید فومو همراه است. این رابطه معکوس، پیوند میان بهزیستی ذهنی و آسیب‌پذیری در برابر فشارهای اجتماعی را برجسته می‌کند.

فرضیه پنجم:

الف) نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه ($F = 3.358, Sig = 0.000$) نشان‌دهنده تفاوت معنادار در سطح فومو بین گروه‌های سنی مختلف است. این یافته بر تأثیر متغیرهای دموگرافیک، به ویژه سن، بر تجربه فومو دلالت دارد و ضرورت بررسی چرخه زندگی در مطالعات جامعه‌شناختی این پدیده را مطرح می‌کند.

ب) آزمون تی مستقل ($T = 1.611, Sig = 0.000$) تفاوت معناداری را در میزان فومو، بین زنان و مردان تأیید می‌کند. این نتیجه می‌تواند بازتاب‌دهنده تفاوت‌های جنسی در ادراک اجتماعی و مواجهه با فشارهای فرهنگی باشد که نیازمند تحلیل عمیق‌تر در چارچوب نظریه‌های جنسیتی است.

ج) تحلیل واریانس یک‌راهه ($F = 18.02, Sig = 0.000$) وجود تفاوت معنادار بین وضعیت اشتغال و فومو را نشان می‌دهد. نتایج آزمون تعقیبی شفه نیز حاکی از آن است که افراد بدون شغل در مقایسه با سایر گروه‌ها، فومو بیشتری را تجربه می‌کنند. این یافته بر پیوند میان ناامنی اقتصادی-اجتماعی و شدت فومو تأکید دارد و می‌تواند به عنوان شاخصی برای تحلیل نابرابری‌های ساختاری مورد توجه قرار گیرد.

الگوسازی معادلات ساختاری

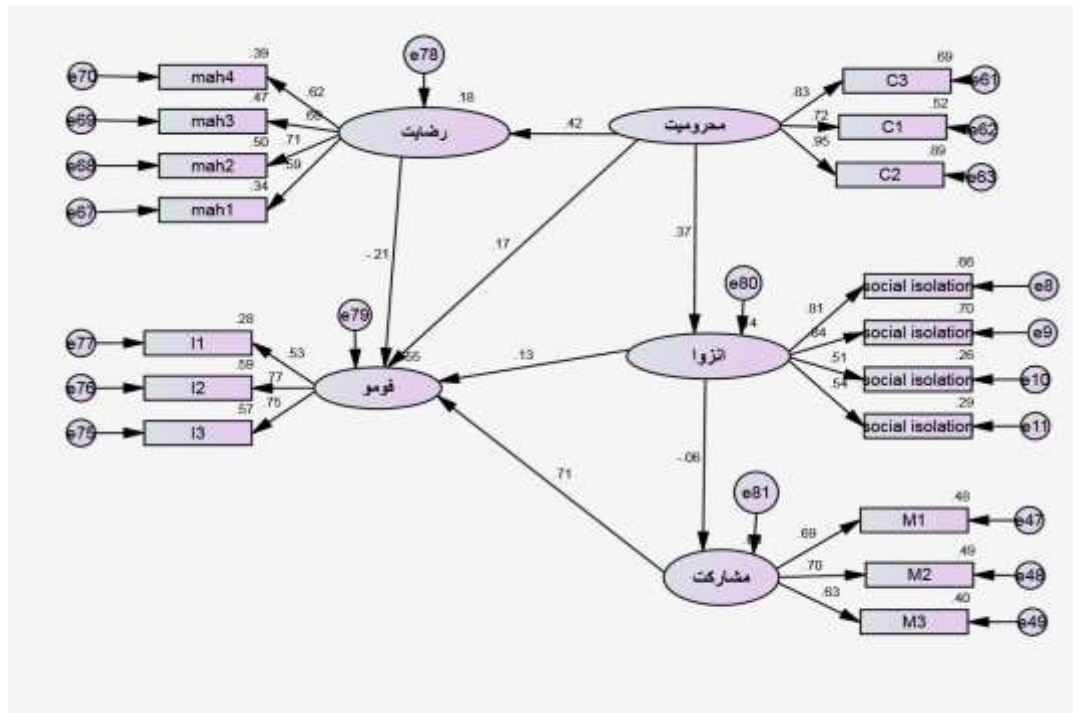
با کاربرد Amos Graphics در این بخش، به بررسی اعتبار سازه‌ای ابزار اندازه‌گیری و ارزیابی نیکویی برازش مدل پیشنهادی پرداخته شده است. این تحلیل با استفاده از نرم‌افزار Amos Graphics و بر اساس داده‌های گردآوری شده مرتبط با متغیرهای استخراج شده از فرضیه‌ها، انجام پذیرفته است. نتایج در بخش اندازه‌گیری مدل،

حاکمی از آن است که بیشتر معرف‌های متغیرهای مکنون^{۱۸} به صورت نسبتاً مناسبی بر سازه‌های مربوطه بارگذاری شده‌اند که این امر نشان‌دهنده کفایت نسبی ابزار اندازه‌گیری در بازنمایی مفاهیم نظری است. یافته‌های مدل معادلات ساختاری نشان می‌دهد که شاخص‌های تطبیقی برازش (Goodness-of-Fit Indices) مقادیر بالاتر از ۰/۹۰ را به دست داده‌اند. این سطح از برازش، بیانگر آن است که مدل پیشنهادی از توان کافی برای فاصله گرفتن از یک مدل مستقل^{۱۹} و نزدیک شدن به یک مدل اشباع‌شده^{۲۰} برخوردار است که این امر بر اساس معیارهای استاندارد تعریف‌شده برای این شاخص‌ها تأیید می‌شود. چنین نتایجی بر قدرت تبیینی مدل و انطباق آن با داده‌های تجربی دلالت دارد. در بخش ساختاری مدل، تحلیل روابط بین متغیرها، نشان‌دهنده تفاوت در شدت تأثیر متغیرهای مستقل بر سازه فومو (ترس از جا ماندن) است. متغیر «مشارکت در رسانه‌های اجتماعی» با ضریب مسیر استاندارد شده ۰/۷۱، قوی‌ترین همبستگی مثبت را با فومو نشان می‌دهد. در مقابل، «رضایت از زندگی» با ضریب ۰/۲۱ رابطه‌ای معکوس و معنادار را با این سازه آشکار می‌سازد. همچنین «احساس محرومیت نسبی» با ضریب ۰/۱۷ تأثیر مثبت و قابل توجهی بر فومو دارد. این سه متغیر، به دلیل وزن بالاتر در محاسبات مربوط به سازه مکنون فومو، از اهمیت بیشتری برخوردارند. در مقابل، «احساس انزوای اجتماعی» با ضریب ۰/۱۳ کمترین همبستگی را با فومو نشان می‌دهد و در نتیجه در محاسبات وزن کمتری به آن اختصاص می‌یابد. این تفاوت در ضرایب مسیر، نشان‌دهنده سلسله مراتب تأثیرگذاری متغیرها بر پدیده فومو در چارچوب این مدل است. علاوه بر این، تحلیل روابط بین متغیرهای مستقل نیز حاکی از وجود همبستگی‌های معنادار است. «احساس محرومیت نسبی» با «رضایت از زندگی» و «انزوای اجتماعی» ارتباط دارد که می‌تواند بازتاب‌دهنده پیوندهای پیچیده، میان این سازه‌ها در بستر اجتماعی باشد. همچنین، بین «مشارکت در رسانه‌های اجتماعی» و «انزوای اجتماعی» رابطه‌ای ضعیف، مشاهده می‌شود که این یافته می‌تواند به‌عنوان نقطه‌ای برای تحلیل‌های تکمیلی در زمینه تعاملات دیجیتال و انزوا مورد توجه قرار گیرد.

^{۱۸} . Latent Variables

^{۱۹} . Independence Model

^{۲۰} . Saturated Model



مدل ۲. مدل معادله ساختاری

جدول ۶. نتایج ارزیابی برازش الگوی پیشنهادی بر اساس شاخص‌های برازندگی

DF	P	Chi-square	RMSEA	GFI	IFI	DF/CMIN
۳۶۷	۰/۰۰	۱۶۴/۹۶	۰/۰۶	۰/۸۹	۰/۹۱	۳/۴۰

از آنجا که معیارهای $GFI=0/89$ ، $TLI=0/93$ و $IFI=0/91$ نزدیک به یک می‌باشند، حاکی از برازش زیاد مدل و معیار $RMSEA=0/068$ ، حاکی از عملکرد ضعیف باقیمانده‌ها در مدل است.

بحث و نتیجه‌گیری

هرچند پدیده فومو (ترس از جا ماندن) به خودی خود، مفهومی نوظهور نیست، اما اهمیت و گسترش بحث پیرامون آن به‌طور چشمگیری با ظهور فناوری‌های نوین، به‌ویژه رسانه‌های اجتماعی هم‌زمان شده است. بررسی الگوهای استفاده از رسانه‌های اجتماعی در ایران، نشان‌دهنده ابعاد گسترده این پدیده است. داده‌ها در شهر اهواز (نمونه مورد مطالعه) نشان می‌دهد که دست کم ۷۰ درصد ساکنان این کلان‌شهر، از یک شبکه اجتماعی استفاده می‌کنند. این گسترش فزاینده استفاده از رسانه‌های اجتماعی در ایران می‌تواند پیامدهایی چون: کاهش تمایل جوانان به مشارکت‌های اجتماعی و فعالیت‌های مدنی و همچنین تضعیف مهارت‌های اجتماعی آن‌ها را در پی داشته باشد که این امر به نوبه خود، به تشدید فومو دامن می‌زند. در پژوهش حاضر، پنج فرضیه مبتنی بر نظریه‌های دسی و رایان (نظریه خودتعیین‌گری)، فستینگر (نظریه مقایسه اجتماعی)، مازلو (سلسله‌مراتب نیازها) و مطالعات پیشین تدوین و از طریق آزمون‌های همبستگی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که متغیرهایی چون احساس محرومیت نسبی، انزوای اجتماعی، میزان مشارکت در رسانه‌های اجتماعی، رضایت از زندگی، جنس، سن و وضعیت اشتغال با فومو

رابطه‌ای معنادار دارند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های میچوت و همکاران (۲۰۱۷) و جزئین و همکاران (۲۰۱۷) در مورد تأثیر جنس و سن بر فومو هم‌راستاست. همچنین، ارتباط معنادار وضعیت اشتغال با فومو با مطالعه میچوت و همکاران (۲۰۱۷)، و رابطه رضایت از زندگی با فومو با تحقیقات پرزیبلسکی (۲۰۱۳)، جود (۲۰۱۷) و دمپسی و همکاران (۲۰۱۹) هم‌خوانی دارد. این انطباق‌ها بر اعتبار نتایج این مطالعه و جایگاه آن در چارچوب ادبیات جهانی این حوزه تأکید می‌کند.

پیشنهادهای کاربردی

یافته‌های این پژوهش نشان داد که احساس انزوای اجتماعی و فقدان تعاملات انسانی، از عوامل کلیدی اثرگذار بر فومو هستند. از این‌رو، خانواده‌ها می‌توانند با تقویت روابط عاطفی سالم و فراهم‌سازی بسترهای مناسب برای گذران اوقات فراغت، مانع از جایگزینی زندگی مجازی با تعاملات واقعی شوند. این امر به‌ویژه برای افرادی که اوقات فراغت بیشتری دارند و در نتیجه در معرض فومو شدیدتری قرار می‌گیرند، اهمیت دارد. هم‌چنین نهادهای اجرایی و سیاست‌گذاران می‌توانند با طراحی برنامه‌های فرهنگی و تفریحی جذاب و ایجاد فرصت‌های شغلی، زمینه کاهش وابستگی به رسانه‌های اجتماعی و تقویت روابط واقعی را فراهم آورند که این اقدامات به نوبه خود فومو را کاهش می‌دهد. هم‌چنین این پژوهش نشان داد که احساس محرومیت نسبی و رضایت از زندگی نیز از متغیرهای کلیدی اثرگذار بر فومو هستند. رسانه‌های اجتماعی و جمعی با تسهیل مقایسه اجتماعی، افراد را به بررسی مداوم زندگی دیگران و تشدید فومو سوق می‌دهند. از این‌رو، پیشنهاد می‌شود سیاست‌گذاران با توزیع عادلانه منابع، کاهش نابرابری‌های طبقاتی و توجه به تعادل میان انتظارات ارزشی (خواسته‌ها) و توانایی‌های ارزشی (دارایی‌ها)، احساس محرومیت نسبی را کاهش و رضایت از زندگی را افزایش دهند. این اقدامات می‌تواند تمایل افراد را به کسب اطلاعات مداوم از دیگران برای مقایسه کاهش داده و فومو را تعدیل کند. با توجه به نقش رسانه‌های اجتماعی به‌عنوان ابزاری برای انتقال فرهنگ و جذابیت بالای آن‌ها برای جوانان، نهادهایی چون سازمان صداوسیما، سازمان ملی جوانان و نهادهای فرهنگی می‌توانند از نتایج این پژوهش بهره‌گیرند. طراحی برنامه‌های پرمحتوا، آموزشی و سرگرم‌کننده برای پر کردن اوقات فراغت جوانان، اطلاع‌رسانی درباره پیامدهای منفی استفاده بیش‌ازحد از رسانه‌های اجتماعی و کاهش زمینه‌های مقایسه اجتماعی از طریق محتوای هدفمند، می‌تواند به کاهش فومو کمک کند.

پیشنهادهای پژوهشی

- انجام تحقیقات گسترده‌تر برای شناسایی سایر عوامل مؤثر بر فومو با استفاده از رویکردهای ترکیبی..
- بررسی عمیق‌تر عوامل اجتماعی و روانشناختی مرتبط با فومو از طریق روش‌های کیفی، مانند مصاحبه‌های عمیق و تحلیل روایی، به‌منظور درک بهتر ابعاد زمینه‌ای این پدیده..
- سرمایه‌های فرهنگی می‌تواند نقش محرومیت نسبی (۰/۱۷) و وضعیت اشتغال را در شدت این پدیده تبیین کند.

- مطالعات بین‌رشته‌ای با تأکید بر روان‌شناسی شناختی-اجتماعی: ترکیب روش‌های کیفی و کمی برای بررسی مکانیزم‌های شناختی (مثل توجه به رسانه‌ها) و سازه‌های اجتماعی (مثل محرومیت) می‌تواند درک عمیق‌تری از فومو ارائه دهد.
- تحلیل تطبیقی فومو در جوامع در حال گذار: مقایسه ایران با جوامع مشابه (مانند ترکیه) می‌تواند تأثیر ساختارهای کلان (مثل دیجیتالی‌سازی) بر فومو را روشن کرده و یافته‌ها را تعمیم‌پذیر سازد.

منابع

- اسدی، هانا؛ شریفی، فواد. (۱۴۰۱). تدوین و اعتبار سنجی مقیاس ترس از در حاشیه ماندن در جامعه ایرانی. فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مشاوره. ۵(۲). ۱۶۹-۱۴۷.
- بایرامی، رقیه؛ مقدم تبریزی، فاطمه؛ طالبی، عرفانه؛ ابراهیمی، سمیرا. (۱۳۹۸). بررسی ارتباط ترس از در حاشیه ماندن و استفاده از شبکه‌های اجتماعی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ارومیه. مجله پرستاری و مامایی، ۱۷ (۵)، ۳۵۵-۳۶۲.
- چلبی، مسعود؛ امیرکافی، مهدی. (۱۳۸۳). «تحلیل چند سطحی انزوای اجتماعی». مجله جامعه‌شناسی ایران، دوره پنجم، شماره دوم، صص ۳۱-۳. زمستان.
- حسینی اسفیدواجانی، مطهره السادات؛ قربان جهرمی، رضا؛ درتاج، فریرز؛ حسینی، سید بشیر. (۱۴۰۲). هیجان‌های منفی، ترس از در حاشیه ماندن و قربانی قلدری سایبری: یک مدل معادلات ساختاری برای نوجوانان. پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۱۳(۴۹)، ۱۰۱-۹۱.
- قاسمی، وحید؛ عدلی پور، صمد؛ برندگی، بدری. (۱۳۹۵). «تبیین رابطه استفاده از شبکه اجتماعی فیسبوک با هویت جنسی دانشجویان دانشگاه اصفهان». مجله علمی-پژوهشی رسانه و فرهنگ، سال ششم، شماره دوم، صص ۷۷-۱۰۰. پاییز و زمستان.
- کوهن، آلولین استانفورد. (۱۳۹۶). تئوری‌های انقلاب (ترجمه علیرضا طیب). تهران، نشر: قومس.
- مازلو، آبراهام. (۱۳۷۶). انگیزش و شخصیت (ترجمه احمد رضوانی). مشهد، آستان قدس، چاپ اول.
- ممتاز، فریده. (۱۳۸۵). انحرافات اجتماعی، نظریه‌ها و دیدگاه‌ها، تهران: شرکت سهامی انتشار.
- هزار جریبی، جعفر، صفری شالی، رضا. (۱۳۸۸). بررسی رضایت از زندگی و جایگاه احساس امنیت در آن ، پایان نامه مقطع : کارشناسی ارشد ، فصلنامه علمی- پژوهشی انتظام اجتماعی ، سال اول ، شماره سوم.

- Abel, Jessica P., Cheryl L. Buff, and Sarah A. Burr. (2016). **Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment.** "Journal of Business & Economics Research (Online) 14.1 (2016): 33.
- Cargill, M. (2019). **The relationship between social media addiction, anxiety, the fear of missing out, and interpersonal problems** (Doctoral dissertation, University of Akron).

- Dempsey, A.E., O'Brien, K.D., Tiamiyu, M.F., & Elhai, J.D.(2019).**Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use.**Addictive Behaviors Reports, 9, 100150.
- Fuster,H.Chamarro,A and oberst,U (2017).**Fear of Missing Out, online socials networking and mobile phone addiction: A latent profile approach,** Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport: Aloma 35(1), 23-30
- Gezgin, D.M., Hamutoglu, N.B., Gemikonakli, O., & Raman, I.(2017).**Social networks users: fear of missing out in preservice teachers.**Journal of Education and Practice, 8(17), 156-168.
- Intelligence, J.W.T.(2011).**Fear of Missing Out.**Retrieved May 10, 2013, from http://www.jwtintelligence.com/production/FOMO_JWT_TrendReport_May2011.pdf.
- Jood, T.E.(2017).**Missing the present for the unknown: the relationship between fear of missing out (FoMO) and life satisfaction.**University of South Africa, Master Thesis.
- Michot, D., Blancot, C., & Munoz, B.B.B.(2016).**Relationship between fear of missing out and social media engagement in a French population sample.** - Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R., & Gladwell, V.(2013).**Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out.**Computers in Human Behavior, 29(4), 1841-1848.
- Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R., & Gladwell, V.(2013).**Fear of missing out scale.**PsycTESTS Dataset.DOI, 10.
- Swar, B., & Hameed, T.(2017, February).**Fear of missing out, social media engagement, smartphone addiction and distraction: Moderating role of self-help mobile apps-based interventions in the youth.**In International Conference on Health Informatics (Vol.6, pp.139-146).scitepress.
- Cargill, M. (2019). **The Fear of Missing Out: A Psychological Perspective.** Journal of Media Psychology, 6(1), 1-12.
- DataReportal. (2023). **Global social media statistics 2023.** Retrieved from <https://datareportal.com>
- Judd, S. (2017). **FOMO and the Modern Digital Landscape.** CyberPsychology Journal, 10(2), 5-15.
- Judd, S. (2019). **Anxiety and Digital Comparison: The Social Cost of FOMO.** Journal of Digital Behavior, 30(3), 25-40.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). **Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out.** Computers in Human Behavior, 29(4), 1841-1848.
- Turkle, S. (2023). **Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age.** Penguin Books.
- Oxford English Dictionary. (2015). **Definition of "Fear of Missing Out (FOMO)".** Retrieved from <https://www.oed.com>
- Shin, S. J., Lee, S. M., & Kim, J. H. (2015). **Social isolation and its effects on well-being: A psychological perspective.** Journal of Social and Personal Relationships, 32(3), 10-25.
- Cohen, S. (2008). **Relative deprivation and its impact on mental health and behavior.** Social Science & Medicine, 67(7), 1082-1089.

-
- Presti, G., & Schwab, C. (2018). **The effects of social media engagement on social identity and psychological well-being.** *Journal of Digital Psychology*, 22(2), 47-62.
 - Hailey, S., & Kenny, P. (2019). **Life satisfaction in the digital age: The role of social comparison and FOMO.** *Journal of Cyberpsychology*, 30(4), 123-137.

Journal of Social Sciences, Islamic Azad University, Shushtar Branch

Scientific-Research Quarterly

Vol. 18, No. 1 (Serial No. 2), Spring 2025

Received: February 6, 2025 Accepted: July 27, 2025

pp. 23–43

Sociological Analysis of FoMO in the Digital Lifeworld: Structural Modeling of Social and Psychological Effects on Social Media Users in Ahvaz

:Authors

*Narges Dorvishi¹, Samira Heydari Asl², Nasrin Dorvishi³

1-Department of psychology, Omidyeh Branch, Islamic Azad University, Omidyeh, Iran

2- Ph.D. in Sociology, Dehaghan Branch, Islamic Azad University, Dehaghan, Isfahan, Iran

3. Ph.D. in Sociology, High School Teacher, Ahvaz, Iran

Abstract

This study undertakes a rigorous and systematic sociological analysis of the Fear of Missing Out (FoMO) within the digital lifeworld of social media users in Ahvaz, Iran. Grounded in robust theoretical frameworks—namely social comparison theory, hierarchy of needs, self-determination theory, and social capital—this research establishes a solid foundation for explicating this emergent phenomenon in the digital sphere, deriving precise and coherent hypotheses from these perspectives. Employing a survey-based design, data were collected using a carefully validated questionnaire with established scientific credibility. The target population encompasses all residents of Ahvaz aged 15 and above, with a sample size of 459 participants determined using the advanced Sample Power tool to facilitate Pearson correlation analysis. Data were gathered in 2023 through quota sampling, adhering steadfastly to scientific principles, and analyzed using SPSS and AMOS software. The findings reveal significant associations between FoMO and variables such as social isolation, relative deprivation, social media engagement, life satisfaction, gender, age, and employment status. Structural modeling indicates that social media engagement ($\beta = 0.71$), life satisfaction ($\beta = -0.21$), and relative deprivation ($\beta = 0.17$) exhibit stronger correlations with the FoMO construct, while social isolation ($\beta = 0.13$) demonstrates a comparatively weaker association. These results not only illuminate the hidden complexities of the digital lifeworld but also underscore the urgent need for a profound reconsideration of users' lived experiences amid the social dynamics of the digital age. Keywords: FoMO, social media, social satisfaction, social isolation, relative deprivation

Sociological Analysis of FoMO in the Digital Lifeworld: Structural Modeling of Social and Psychological Influences on Social Media Users in Ahvaz Samira Heidari, Nasrin Darvishi, Narges Darvishi Abstract This study provides a systematic sociological examination of the Fear of Missing Out (FoMO) within the digital lifeworld of social media users in Ahvaz, Iran. Anchored in established theoretical frameworks—including social comparison theory, Maslow's hierarchy of needs, self-determination theory, and social capital—this research constructs a robust basis for elucidating this emerging phenomenon in the digital realm and formulates precise hypotheses derived from these perspectives. Utilizing a survey methodology, data were collected via a rigorously validated questionnaire from a population comprising all Ahvaz residents aged 15 and older. A sample of 459 participants was determined using Sample Power software to support Pearson correlation analysis. Data, collected in 2023 through quota sampling with strict adherence

* Corresponding Autho drdarvishinarges@gmail.com

to scientific standards, were analyzed using SPSS and AMOS. Findings indicate statistically significant relationships between FoMO and variables such as social isolation, relative deprivation, social media engagement, life satisfaction, gender, age, and employment status. Structural equation modeling reveals that social media engagement ($\beta = 0.71$), life satisfaction ($\beta = -0.21$), and relative deprivation ($\beta = 0.17$) exhibit the strongest correlations with FoMO, whereas social isolation ($\beta = 0.13$) demonstrates a weaker association. These findings highlight the intricate dynamics of the digital lifeworld and emphasize the critical need for deeper reflection on users' lived experiences within the evolving social landscape of the digital era.

Keywords : FoMO, social media, life satisfaction, social isolation, relative deprivation.