



Examining Fear of Missing Out Syndrome Model Based on Cultural Capital and Social Self -Esteem with Mediation of Life- Satisfaction in Female Teenagers

Abdollah Pirouzi^{1*}, Samira Heydari², Nasrin Darvishi³

1. Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Faculty of Humanities, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.

2. Ph.D. in Sociology, Department of Social, School Teacher, Izeh, Iran.

3. Ph.D. in Sociology, Department of Iranian Social Issues, School Teacher District 4, Ahvaz, Iran.

Citation: Pirouzi, A., Heydari, S., & Darvishi, N. (2025). Examining fear of missing out syndrome model based on cultural capital and social self-esteem with mediation of life- satisfaction in female teenagers. *Journal of Woman Cultural Psychology*, 17(66), 87-99.

<https://doi.org/10.82542/jwc.2025.1190079>

ARTICLE INFO

Received: 29.07.2025

Accepted: 16.10.2025

Corresponding Author:

Abdollah Pirouzi

Email:

piroziabdola@yahoo.com

Keywords:

Missing out syndrome
Cultural capital
Social self-esteem and
life- satisfaction.

Abstract

The present study intended to examine the fear of missing out syndrome model based on cultural capital and social self-esteem with mediation of life- satisfaction in female teenagers. The statistical population encompassed all the 15 years old teenagers in Ahvaz metropolitan. The sample embraced 259 subjects whom were selected via convenient sampling procedure of the mentioned population. The research was descriptive and correlational of path analysis. Data were collected by implementing Przybylski (2013) FoMO Questionnaire, Cultural Capital Questionnaire of Bourdieu (1986), Cooper Smith (1967) Self- Esteem Inventory and Diener et al. (1985) Subjective Well-Being Scale. The data were analyzed by utilizing the version 27 of SPSS and AMOS software. The results indicated that there was a significant correlation between cultural capital, social self-esteem and life- satisfaction with fear of missing out syndrome. The results also revealed that there was a significant indirect correlation between cultural capital and social self-esteem with fear of missing out syndrome via life- satisfaction mediation in female teenagers. The model showed a proper goodness of fit too.



Extended abstract

Introduction: The FOMO, or Fear of Missing Out, is not a new topic in psychology, but the discussion about FOMO is increasing significantly with the advent of new technology, namely social media. In the past, these communication channels included newspapers, letters, images, and monthly and annual newsletters, but with the advancement of technology, it has become easier to receive information from others. There is no comprehensive definition of FOMO yet, which could be due to the different meanings that can be derived from the word. In psychology, FOMO is defined as the pervasive worry that others may be having a good time that the individual is missing out on. Essentially, FOMO is a feeling of fear and anxiety that others are doing better or have more. Therefore, according to contemporary psychologists, FOMO is a type of social anxiety that arises as a result of a person's concern that others may have a more satisfying life than they do. FOMO can arise from a person's unwillingness to miss out on important information that is available on social media. This leads to the need for the person to constantly check their social media. Today, many people find it essential to stay connected with other people throughout the day on their mobile phones and never lose this connection. When a young girl might be in a place where she could not be online, she might feel an unpleasant feeling and feels that others possibly have enjoyed being and being present in a virtual call, had a pleasant time, or had a unique experience, but she has been deprived of it and unaware of it. Hence the present study intended to examine the fear of missing out syndrome model based on cultural capital and social self-esteem with mediation of life- satisfaction in female teenagers.

Method: statistical population encompassed all the 15 years old teenagers in Ahwaz metropolitan. The sample embraced 259 subjects whom were selected via convenient sampling procedure of the mentioned population. The research was descriptive and correlational of path analysis. Data were collected by implementing (Przybylski (2013) FoMO Questionnaire, Cultural Capital Questionnaire of Bourdieu (1986), Cooper Smith (1967) Self- Esteem Inventory and Diener et al. (1985) Subjective Well-Being Scale. The data were analyzed by utilizing the version 27 of SPSS and AMOS software.

Results: The results indicated that there was a significant correlation between cultural capital, social self-esteem and life- satisfaction with fear of missing out syndrome. The results also revealed that there was a significant indirect correlation between cultural capital and social self-esteem with fear of missing out syndrome via life- satisfaction mediation in female teenagers. The model showed a proper goodness of fit too.

Conclusions: The findings showed that the fear of loss is one of the most common and yet most distressing human experiences. This fear, sometimes known as FOMO disorder, could include various aspects such as fear of losing love, family, friends, situations, and material possessions. The roots of this concern could be traced to several factors, such as fear of loss schema, past experiences, dysfunctional beliefs, social pressures, and personality traits. However, the key point is that if the fear of loss is experienced in an extreme and persistent manner, it could have adverse effects on mental health, interpersonal relationships, and quality of life. It could also be concluded that various causes play a role in the formation of the fear of loss. Some of them are rooted in the experiences



and beliefs of the individual's childhood, and some arise as a result of environmental conditions in adulthood. Since cultural capital influences an individual's disposition, it causes different dispositions to form between individuals, and accordingly, cultural capital causes individuals to tend towards certain lifestyles. Adolescent girls have unequal access to different forms of cultural capital, which is effective in distinguishing their lifestyles. And girls who have high self-esteem learn from their life experiences and emphasize successes instead of focusing on failures.

Author Contributions: Dr. Abdollah Pirouzi: Brainstorming about the topic, collecting data, content analysis, editing the article and corresponding author; Dr Samira Heydari: Overall framework design, cooperating in content analysis; Dr. Nasrin Darvishi: Collecting data and compiling primary content. All authors discussed and validated the final manuscript.

Acknowledgments: The authors would like to express their gratitude to all those who contributed to this article.

Conflicts of Interest: The authors declared there are no conflicts of interest in this article.

Funding: This article didn't receive any financial support.



آزمون مدل کنترل سندرم فومو بر اساس سرمایه فرهنگی و عزت نفس اجتماعی با میانجی‌گری رضایت از زندگی در دختران نوجوان

عبدالله پیروزی^{۱*}، سمیرا حیدری^۲، نسرين درویشی^۳

۱. استادیار، گروه معارف اسلامی، دانشکده علوم انسانی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.
۲. دکتری جامعه‌شناسی، گروه‌های اجتماعی، مدرس آموزش و پرورش شهرایذه، ایذه، ایران.
۳. دکتری جامعه‌شناسی، گروه بررسی مسائل اجتماعی ایران، مدرس آموزش و پرورش ناحیه ۴، اهواز، ایران.

چکیده

هدف پژوهش حاضر، آزمون مدل کنترل سندرم فومو بر اساس سرمایه فرهنگی و عزت نفس اجتماعی با میانجی‌گری رضایت از زندگی در دختران نوجوان بود. جامعه آماری تمامی دختران ۱۵ سال نوجوان شهر اهواز بود. نمونه پژوهش ۲۵۹ نفر بود که با روش در دسترس از جامعه مذکور انتخاب شدند. روش پژوهش توصیفی و همبستگی از نوع تحلیل مسیر بود. ابزار اندازه‌گیری پرسشنامه فومو پریبیلسکی و همکاران (۲۰۱۳)، پرسشنامه سرمایه فرهنگی بوردیو (۱۹۸۶)، پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷) و مقیاس دینر و همکاران (۱۹۸۵) بود. برای تجزیه و تحلیل یافته‌ها از نرم افزار spss و Amos نسخه ۲۷ استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین متغیرهای سرمایه فرهنگی، عزت نفس اجتماعی و رضایت از زندگی با کنترل سندرم فومو همبستگی معنی‌دار وجود دارد. هم‌چنین بین سرمایه فرهنگی و عزت نفس اجتماعی با کنترل سندرم فومو از طریق میانجی‌گری رضایت از زندگی رابطه غیرمستقیم معنی‌دار وجود دارد. و هم‌چنین مدل از برازش مناسبی برخوردار بود.

کلیدواژگان: سندرم فومو، سرمایه فرهنگی، عزت نفس اجتماعی، رضایت از زندگی.

مقدمه

فومو (FOMO) یا ترس از دست دادن (fear of missing out)، یک موضوع جدید در روان شناسی نیست، اما بحث در مورد فومو به طور معناداری با ظهور فناوری جدید یعنی رسانه‌های اجتماعی در حال افزایش است. این کانال‌های ارتباطی در گذشته، شامل روزنامه‌ها، نامه‌ها، تصاویر و خبرنامه‌های ماهانه و سالانه بود اما با پیشرفت تکنولوژی دریافت اطلاعات از دیگران آسان تر شده است (Abel et al., 2016). هنوز تعریفی جامعی از فومو ارائه نشده است، این موضوع می‌تواند به علت معانی مختلفی باشد که از این کلمه استنباط شود (Przybylski et al., 2013). در روان شناسی فومو را نگرانی فراگیر نسبت به این موضوع می‌دانند که ممکن است دیگران در حال گذران اوقات خوبی باشند که فرد از آن محروم است. در واقع، فومو احساس ترس و اضطراب از این موضوع است که دیگران در حال انجام دادن کاری بهتر یا دارای چیز بیشتری هستند (Cargill, 2019). از این رو طبق نظر روان شناسان معاصر فومو نوعی اضطراب اجتماعی است که در نتیجه نگرانی فرد از اینکه دیگران ممکن است زندگی رضایت بخش تر از فرد داشته باشند به وجود آمده است (Jood, 2017). فومو می‌تواند در نتیجه عدم تمایل فرد به از دست دادن اطلاعات مهم که در رسانه اجتماعی وجود دارند به وجود آید. این موضوع منجر به شکل گیری این نیاز در فرد می‌شود که مرتباً رسانه‌های اجتماعی خود را بررسی کند. امروزه بسیاری از افراد این امر را ضروری می‌دانند که با تلفن‌های همراه خود در طول روز با افراد دیگر در ارتباط باشند و این ارتباط را به هیچ وجه از دست ندهند. در پژوهشی نشان دادند که سندرم فومو با استفاده زیاد از گوشی‌های هوشمند رابطه دارد و در واقع این پدیده به یک نیاز اساسی انسانی برای ارتباط با محیط اجتماعی در هر زمان و بدون محدودیت تبدیل شده است (Heidari & Izadi, 2024). فقدان احتمالی ارتباط در هر زمان و هر مکان و در نتیجه از دست دادن ارتباط با دیگران و با دنیای خارج به فومو منجر خواهد شد. در واقع، زمانی که دختر جوانی در جایی است که نمی‌تواند آنلاین باشد احساس ناخوشایندی در او پدیدار می‌شود و احساس می‌کند که دیگران از بودن و حضور در یک تماس مجازی لذت و اوقات خوشایند و یا یک تجربه بی‌نظیری داشته اند ولی او از آن بی نصیب و بی اطلاع مانده است. این احساس ناخوشایند تا زمانی که فرد آنلاین نشود فرد را رها نمی‌کند. تحقیقات نشان داده که به صورت تجربی سطح روان رنجوری (Christina et al., 2019) و خودپنداره می‌تواند بر سطح ترس از دادن یا سندرم فومو در نوجوانان دختر اثر بخش باشد. و در بحث روابط بین فردی، نگرش فرد نسبت به خود و ارزیابی که از خود دارد، نقش کلیدی را ایفا می‌کند (Imaddudin, 2020).

دختران نوجوان یکی از مهمترین کاربران اینترنت و رسانه‌های اجتماعی در جهان و نیز در کشور ایران هستند. آسیب‌های مربوط به فضای مجازی و حضور دختران نوجوان در رسانه‌های اجتماعی می‌تواند بر خانواده نیز تأثیرات مخربی داشته باشد. با توجه به این موضوعات و توجه علمی اندک به مفهوم فومو، تحقیقات لازم در این زمینه برای دستیابی به بینش بهتر از روابط افراد با ابزار رسانه ای ضروری است. مفهوم سرمایه‌ی فرهنگی (cultural capital) در چهار دهه گذشته نقش برجسته ای در شکل گیری پژوهش‌های تجربی رشته‌های علمی گوناگون مثل مطالعات فرهنگی داشته است. این مطالعات به بررسی نقش فرهنگ و منابع فرهنگی در عرصه‌های اجتماعی و ارتباطات پرداخته اند. دارندگان سرمایه فرهنگی با مصرف فرهنگ و هنر متعالی، خود را از بقیه متمایز می‌کنند. داشتن سرمایه فرهنگی بیشتر به معنای داشتن توان شناختی بالاتر است. گرایش به فرهنگ و هنر متعالی، ناشی از شایستگی ارتباطی بیشتر دارندگان این ظرفیت شناختی و کنجکاوی بیشتر آنها برای رمزگشایی از محصولات فرهنگی است. از این رو، تأثیر پیام‌های رسانه‌های اجتماعی و حضور دختران نوجوان در رسانه‌های اجتماعی به ساختمان ذهنی آنان و جایگاه آن‌ها در جامعه برمی‌گردد و به نظر می‌رسد میزان فومو در میان طبقات اجتماعی متفاوت و با سرمایه‌های فرهنگی متغیر باشد (Bourdieu, 2011).

فومو، به واسطه وابستگی به شبکه‌های مجازی و اجتماعی، می‌تواند بر شکل‌گیری اهداف بلندمدت و خودشناسی افراد نیز اثر منفی داشته باشد. تمامی نظریه‌ها و مکاتب روان شناسی درباره اهمیت ارتباطات اجتماعی بحث کرده اند، به طوری که در بعضی از نظریه‌ها، روابط بین فردی و عزت نفس اجتماعی (social self-esteem).

شالوده‌آن دیدگاه را تشکیل می‌دهد و از این رو بر سندرم فومو نیز تاکید داشته‌اند. عزت نفس اجتماعی، یعنی درجه‌ی ارزیابی مثبت - منفی یک فرد که درباره‌ی عضویت خود در گروه‌های اجتماعی دارد که این ارزیابی مبتنی بر ارزش‌های خود است. عزت نفس به‌طور کلی و عزت نفس اجتماعی به‌طور خاص، متأثر از کیفیت ارتباطات نزدیک با دیگران است. از دیگر نتایج فومو، می‌توان به ایجاد حس نارضایتی شدید نسبت به تجربیات زندگی و حس کمبود، شکل‌گیری تجربیات اجتماعی و احساسی منفی به واسطه استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی و نارضایتی عمومی نسبت به زندگی و اثر منفی بر حالت روحی افراد اشاره کرد (Jood, 2017). در تحقیق (Alabri (2022)، بین نیاز به تعلق، طرد اجتماعی، ادراک فرد از خود در گروه با فومو رابطه معناداری وجود داشته و همچنین تحقیق نشان داد که ارتباط میان فومو و حضور در رسانه‌های اجتماعی معنادار بود (Michot et al., 2016). در پژوهشی اضطراب اجتماعی و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با فومو رابطه معنی‌دار مثبتی داشت اما بین رضایت از زندگی و فومو رابطه معنادار منفی وجود داشت و هر چه رضایت از زندگی افراد پایین‌تر باشد میزان فومو در آن‌ها بیشتر است (Dempsey et al. 2019).

نوجوانان با برقراری رابطه‌های خانوادگی سالم و روابط سازگارانه احساس آرامش و رضایت از زندگی (satisfaction with life) بیشتری خواهند داشت (Sun & Shek, 2021). رضایت از زندگی به معنای ارزیابی فرد از کیفیت زندگی خود، براساس معیار شخصی خویش و یا همان رضایت ادراک شده است (Piko & Hamvai, 2010). در ادبیات موجود اصطلاحات شادکامی، رضایت از زندگی و بهزیستی فاعلی گاهی مترادف هم به کار برده می‌شوند. رضایت از زندگی مولفه‌ای مهم در پیش‌بینی سلامت روان محسوب می‌شود به طوری که شاید بتوان آن را مهم‌ترین حوزه کیفیت زندگی دانست هم‌چنین طبق مطالعات و پژوهش‌ها، عوامل رضایت از زندگی بر بهزیستی مؤثر است. (Diener et al. (1985 بر این نظر هستند که بهزیستی فاعلی سه مؤلفه اصلی را در بر دارد که شامل احساسات مثبت، احساسات منفی و احساس کلی رضایت از زندگی می‌باشد و این در حالی که احساسات مثبت و منفی ابعاد هیجانی بهزیستی فاعلی را تشکیل می‌دهند. رضایت از زندگی نشان‌دهنده یک فرایند شناختی و قضاوتی در مورد کلیت زندگی فرد است. (Martikinen, 2009). نوجوانانی که از زندگی خود راضی‌اند شادی بیشتری را تجربه می‌کنند و بیشتر برای رسیدن به اهداف خود تلاش می‌کنند. البته رضایت از زندگی کمتر در این سن، با غمگینی و احساسات منفی در مورد خود همراه است (OBrien et al., 2022). در حقیقت رضایت از زندگی در نوجوانان دختر تنها نتیجه برخی متغیرهای روان‌شناختی چون خلق مثبت و یا عزت نفس نیست؛ بلکه یک پیش‌بینی‌کننده مهم برای وضعیت روان‌شناختی و سیستم روانی اجتماعی (همچون افسردگی و سلامت جسمانی) به شمار می‌رود. بدین ترتیب با توجه به مطالب ارائه شده هدف از پژوهش حاضر، بررسی آزمون مدل کنترل سندرم فومو بر اساس سرمایه فرهنگی و عزت نفس اجتماعی با میانجی‌گری رضایت از زندگی در دختران نوجوان شهر اهواز بود.

روش

طرح پژوهش، جامعه آماری و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و تحلیل مسیر بود. جامعه آماری شامل تمامی دختران نوجوان ۱۵ سال بود. نمونه پژوهش ۲۵۹ نفر بود که به روش در دسترس انتخاب شدند.

روش اجرا

روش اجرای پژوهش حاضر، به این صورت بود که پس از مهیا کردن شرایط اولیه، رضایت‌نامه از نمونه جهت شرکت در پژوهش اخذ گردید. همچنین قبل از پاسخ دادن به پرسشنامه‌ها، اطلاعاتی در مورد اهداف پژوهش حاضر، محرمانه بودن اطلاعات پاسخ‌دهندگان و نحوه تکمیل کردن هریک از پرسشنامه‌ها توضیحاتی داده شد. در پایان جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS و AMOS نسخه ۲۷ و از پژوهش توصیفی و ضریب همبستگی از نوع تحلیل مسیر استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه فومو (FOMO Questionnaire): پرسشنامه ترس از دست دادن، توسط Przybylski et al. (2013) طراحی و توسعه یافته است و شامل ۱۰ پرسش با مقیاس لیکرت پنج درجه ای (صدق نمی کند ۱ و خیلی زیاد صدق می کند ۵) است. دامنه کل مقیاس بین ۱۰ تا ۵۰ است، جایی که نمرات بالاتر نشان دهنده سطح بالاتری از ترس و از دست دادن است. در مطالعه Bayrami et al. (2019) پرسشنامه توسط فرد دوزبانه به صورت از انگلیسی به فارسی و از فارسی به انگلیسی ترجمه شد و بعد از ترجمه، توسط ۱۰ نفر اعضای هیئت علمی، مورد بررسی قرار گرفته و روایی آن تأیید شده است. آلفای کرونباخ پرسشنامه ترس از دست دادن توسط Bayrami et al. (2019) 87/0 به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

پرسشنامه سرمایه فرهنگی (Cultural Capital Questionnaire): پرسشنامه سرمایه فرهنگی توسط Bourdieu (1986) طراحی و اعتباریابی شده است. این پرسشنامه ۲۲ سوال داشته و هدف آن سنجش ارزش ها و نمودهای فرهنگی و هنری در سه شاخص: ۱. تجسم یافته یا سرمایه بدنی و فردی ۲. عینی (مصرف کالاهای فرهنگی، علاقمندی به هنر) ۳. نهادی (مدارک تحصیلی) می باشد. شش سؤال آن مربوط به سنجش بعد تجسم یافته، ۶ سؤال آن مربوط به بعد نهادی و ۱۰ سؤال مربوط به بعد عینی می باشد. شیوه امتیاز دهی این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت دارای ۵ گزینه (از کاملاً مخالفم ۱، تا کاملاً موافقم ۵) می باشد. حداقل نمره پرسشنامه ۲۲ و حداکثر آن ۱۱۰ می باشد و هر چه این امتیاز بالاتر باشد، نشان دهنده سرمایه نهادی بالاتر در جامعه مورد نظر خواهد بود و برعکس می باشد. در پژوهش Sharepoor & Khoshfar (2017) این پرسشنامه از روایی محتوایی و صوری مناسبی برخوردار بود. علاوه بر این، روایی پرسشنامه از نظر صوری، توسط ۵ نفر اعضای هیئت علمی، مورد بررسی قرار گرفته و روایی آن تأیید شده است. Ferouzjaian & Gerami (2014) پایایی این مقیاس را در پژوهش خود از طریق آلفای کرونباخ با نمره کل ۰/۸۵ گزارش نموده است. در پژوهش حاضر، برای تعیین پایایی پرسشنامه سرمایه فرهنگی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برابر ۰/۸۶ به دست آمده است.

پرسشنامه عزت نفس اجتماعی (Self-Esteem Inventory (SEI): پرسشنامه عزت نفس توسط Coppersmith (1967) طراحی و اعتباریابی شده است، این پرسشنامه شامل ۵۸ ماده است که احساسات، عقاید یا واکنش های فرد را توصیف می کند و آزمودنی می بایست با علامت گذاری گزینه «به من شبیه است (بلی)» یا گزینه «به من شبیه نیست (خیر)» پاسخ دهد. ۲۰ گویه می باشد و دارای ۴ خرده مقیاس عمومی، خانوادگی، اجتماعی و شغلی یا تحصیلی می باشد و شیوه نمره گذاری این آزمون به صورت صفر تا یک است، به این معنا که در برخی از سؤالات پاسخ بلی یک نمره و پاسخ خیر صفر می گیرد. نمره کلی عزت نفس با جمع کردن نمرات چهار مقیاس عمومی، خانوادگی، اجتماعی و شغلی یا تحصیلی به دست می آید. حداکثر نمره در مقیاس عمومی مساوی ۲۶ و در هر یک از سه مقیاس دیگر ۸ است. در مجموع حداکثر نمره کلی عزت نفس مساوی ۵۰ می باشد و حداقل نمره پرسشنامه ۰ و حداکثر آن ۸ می باشد. نمرات بالا در این پرسشنامه نشان دهنده عزت نفس اجتماعی بیشتر می باشد. بررسی ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. در پژوهشی Herz (1999) & Gullone ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را برای نمره کلی آزمون گزارش کرده اند. در پژوهش حاضر، برای تعیین پایایی پرسشنامه عزت نفس اجتماعی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که برابر ۰/۸۶ به دست آمده است.

مقیاس رضایت از زندگی (Subjective Well-Being Scale (SWLS): این مقیاس توسط Diener et. al. (1985) برای اندازه گیری مؤلفه های رضایت از زندگی بهزیستی روان شناختی ساخته و به کار می رود. مقیاس مذکور ابزاری ۵ ماده ای است که برای اندازه گیری قضاوت شناختی و کلی فرد از زندگی طراحی شده است. نمره گذاری مقیاس رضایت از زندگی به صورت طیف لیکرتی ۷ امتیازی است که (نمره ۱ کاملاً مخالف تا نمره ۷ کاملاً موافق) است. امتیاز کلی این مقیاس با جمع پاسخ ها محاسبه شده و دامنه آن بین ۷ تا ۳۵ می باشد. امتیاز بالاتر شاخص سطوح رضایتمندی بیشتر از زندگی است. ارزیابی روان سنجی مقیاس رضایت از زندگی در یک نمونه ۱۷۶ نفری از دانشجویان مقطع لیسانس انجام شده است. Diener et al. (1985) ابتدا یک مقیاس ۴۸ ماده ای را تهیه نمودند

واژ طریق تحلیل عاملی سه ساخت و عامل را به دست آوردند. یکی از این عوامل شامل ۱۰ ماده بود که قضاوت شناختی را منعکس می‌ساخت. مطالعات بعدی نشان داد که این عامل شناختی را می‌توان با ۵ ماده نیز نشان داد که همسانی درونی نسبتاً بالایی ۰/۸۷ را گزارش نمودند. ضریب همبستگی آزمون مجدد با فاصله زمانی دو ماه نیز ۰/۸۲ به دست آمده است. در خصوص روایی مقیاس رضایت از زندگی مطالعات متعددی صورت گرفته و مشخص گردیده که این مقیاس می‌تواند به‌طور معتبری رضایت از زندگی را نشان دهد. روایی سازه‌ای توصیف شده از طریق تفاوت‌های همسان بین نتایج افرادی که انتظار می‌رفت سطوح متفاوتی از رضایتمندی زندگی را داشته باشند برای مثال زندانیان، بیماران و زنان مورد سوء رفتار قرار گرفته، به‌طور همسان نمرات پایین‌تری را گرفته‌اند. در مطالعه‌ی روایی همزمان از طریق همبستگی با ۱۰ مقیاس دیگر که بهزیستی روانی را می‌سنجیده‌اند نشان داد که هریک از این مقیاس‌ها با مقیاس رضایت از زندگی دارای ضریب همبستگی ۰/۵ یا بالاتر بودند (Diener et al., 1999). در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بدست آمد.

یافته‌ها

با توجه به تحلیل داده‌های به دست آمده، به نتایج آماری در این قسمت پرداخته شد که در ذیل گزارش شدند. نتایج توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان داده شده است.

Table 1.
Matrix of correlation coefficients of model variables

Variables	Control of FOMO Syndrome	Cultural Capital	Social Self-Esteem	Life Satisfaction
Control of FOMO Syndrome	1			
Cultural Capital	**0.95	1		
Social Self-Esteem	*0.92	**0.89	1	
Life Satisfaction	*0.92	**0.87	*0.85	1

P<0.01** , P<0.05*

همانطور که مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد، تمام ضرایب همبستگی به دست آمده معنی دار می‌باشند. به منظور ارزیابی الگوی پیشنهادی، روش الگویابی تحلیل مسیر با استفاده از نرم افزار AMOS-24 اجرا شد.

Table 2.
Indicators of goodness of fit tested research model

Fitting Index	χ^2/df	GFI	NNFI	IFI	TLI	CFI	NFI	RMSEA
proposed model	4.54	0.94	0.93	0.91	0.90	0.92	0.92	0.032



باتوجه به نتایج مندرج در جدول ۲، شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی شامل شاخص مجذور خی ($\chi^2=5/18$)، مجذور خی نسبی ($df\chi^2=4/54$)، شاخص نیکویی برازش ($GFI=0/94$)، شاخص برازش مقایسه‌ای ($CFI=0/92$)، شاخص برازش هنجارنشده ($NNFI=0/93$)، شاخص برازندگی افزایش ($IFI=0/91$)، شاخص برازندگی توکر-لویس ($TLI=0/90$) و جذر میانگین مجذورات خطای تقریب ($RMSEA=0/032$) حاکی از برازش مطلوب مدل است.

Table 3.

Results of research hypotheses (direct relationships)

Hypothesis	Independent variable	Dependent variable	Comparison with standard statistics	Significance coefficient(T)	Factorial load
1	Cultural capital	Controlling FOMO Syndrome	$1.96 < 7.11$	7.11	0.63
2	Social self-esteem	Controlling FOMO Syndrome	$1.96 < 7.34$	7.34	0.67
3	Cultural capital	Life Satisfaction	$1.96 < 8.07$	8.07	0.80
4	Social self-esteem	Life Satisfaction	$1.96 < 8.23$	8.23	0.86
5	Life Satisfaction	Controlling FOMO Syndrome	$1.96 < 7.69$	7.69	0.77

براساس نتایج نشان داده شده در جدول ۳ همه ضرایب مسیر مستقیم مربوط به مدل نهایی معنی دار هستند.

Table 4.

Results of research hypotheses (indirect relationships)

Hypothesis	Independent variable	Dependent variable	Mediating variable	Z-value coefficient
6	Cultural capital	Controlling FOMO Syndrome	Satisfaction with life	8.96
7	Social self-esteem	Controlling FOMO Syndrome	Satisfaction with life	9.03

با توجه به نتایج جدول شماره ۴، ضریب مسیر غیرمستقیم بین سرمایه فرهنگی با کنترل سندرم فومو با میانجی‌گری رضایت از زندگی در سطح $p < 0/05$ از لحاظ آماری معنی دار می باشد. همچنین ضریب مسیر غیرمستقیم بین عزت نفس اجتماعی با کنترل سندرم فومو با میانجی‌گری رضایت از زندگی در سطح $p > 0/05$ از لحاظ آماری معنی دار است. نتایج در شکل ۱ ارائه شده است.

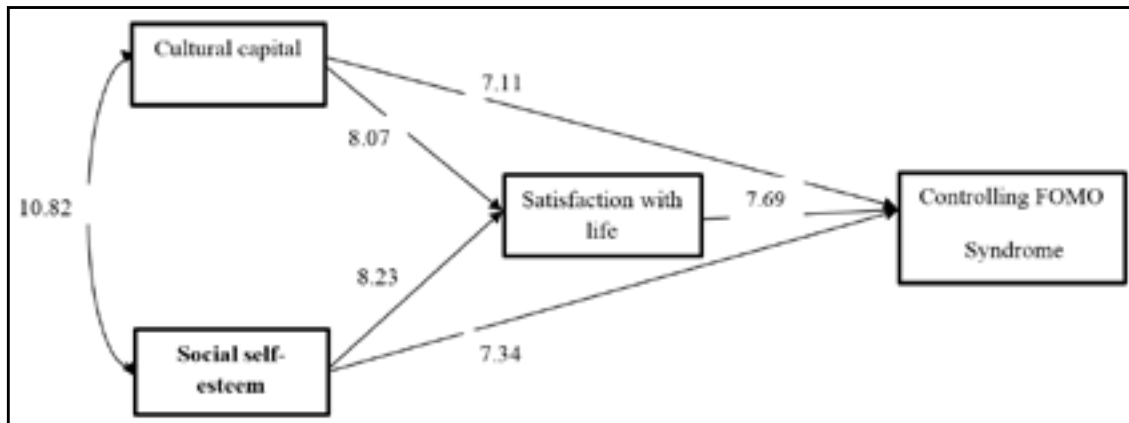


Figure 1. Standard coefficients of the final model

بحث و نتیجه گیری

یافته‌ها نشان داد که ترس از دست دادن، یکی از رایج‌ترین و در عین حال آزاردهنده‌ترین تجربیات بشری است. این ترس که گاه با عنوان اختلال فومو نیز شناخته می‌شود، می‌تواند جنبه‌های مختلفی همچون ترس از دست دادن عشق، خانواده، دوستان، موقعیت‌ها و داشته‌های مادی را شامل شود. ریشه‌های این نگرانی را می‌توان در عوامل متعددی مانند طرحواره ترس از دست دادن، تجربیات گذشته، باورهای ناکارآمد، فشارهای اجتماعی و ویژگی‌های شخصیتی جستجو کرد. با این حال، نکته کلیدی آن است که اگر ترس از دست دادن به شکل افراطی و مداوم تجربه شود، می‌تواند آثار نامطلوبی بر سلامت روان، روابط بین‌فردی و کیفیت زندگی افراد بگذارد (Heydari & Izadi, 2024). هم‌چنین می‌توان نتیجه گرفت که علل گوناگونی در شکل‌گیری ترس از دست دادن نقش دارند. برخی از آنها ریشه در تجربیات و باورهای دوران کودکی فرد دارند و برخی نیز بر اثر شرایط محیطی در بزرگسالی پدید می‌آیند. یکی از علل اصلی ترس از دست دادن، شکل‌گیری طرحواره ترس از دست دادن در دوران کودکی است. این طرحواره‌ها اغلب ریشه در تجربیات محرومیت عاطفی، رهاسدگی یا ناپایداری، پایین بودن عزت نفس در روابط مهم زندگی دارند. بی‌تردید یکی از عوامل تشدیدکننده ترس از دست دادن عشق و سایر انواع اختلال فومو، غوطه‌ور شدن در شبکه‌های اجتماعی است (Przybylski, 2013, Issazadegan & Pakravan, 2024). و از آنجایی که سرمایه فرهنگی قریحه فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد، سبب می‌شود قریحه‌های متفاوتی بین افراد شکل بگیرند بر این اساس سرمایه فرهنگی سبب گرایش افراد به سبک‌های زندگی خاص می‌شود. نوجوانان دختر به طور نایکسان به اشکال متفاوت سرمایه فرهنگی دسترسی دارند و همین امر در متمایز شدن سبک زندگی آن‌ها موثر است. و دخترانی که عزت نفس بالایی دارند، از تجربیات زندگی خود یاد می‌گیرند و به جای تمرکز بر شکست‌ها، بر موفقیت‌ها تأکید می‌کنند. روابط اجتماعی سالم و مثبت نقش مهمی در تقویت عزت نفس و احساس رضایت از زندگی دارند. دوستی‌های قوی، حمایت عاطفی خانواده و حتی روابط کاری می‌توانند منبعی از انرژی مثبت باشند. افرادی که روابط اجتماعی خوبی دارند، احساس ارزشمندی بیشتری می‌کنند و رضایت بیشتری از زندگی دارند. لازم به ذکر است که پیوند زیادی بین اختلال فومو و استفاده‌ی بیشتر از شبکه‌های مجازی وجود دارد و به نظر می‌رسد فومو هم با احساس نیاز به مشارکت در صفحات مجازی و هم با افزایش این مشارکت در ارتباط است. این بدین معنی است که فومو و عادت استفاده از صفحات مجازی منجر به چرخه‌ی تغییر ناپذیر و منفی در زندگی می‌شود (Dempsey & et, 2019). استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی، موجب شکل‌گیری تجارب اجتماعی و احساسی منفی می‌شود یا نارضایتی عمومی نسبت به زندگی ایجاد می‌کند و بر حالت روحی افراد اثرات منفی می‌گذارد. پژوهش‌ها نشان داده است که افراد از تمام سنین می‌توانند اختلال فومو را تجربه کنند. ترس از دست دادن با استفاده بیشتر گوشی هوشمند و شبکه‌های مجازی در ارتباط است و این پیوند ربطی به سن یا جنسیت ندارد. به طور کلی استفاده از رسانه‌های مجازی و هم استفاده‌ی بیش از حد از گوشی هوشمند با تجربه‌ی شدیدتر فومو ارتباط دارد. هم‌چنین استفاده از گوشی هوشمند به ترس از قضاوت منفی و حتی مثبت دیگران و تأثیر منفی روی خلق و خو مربوط است.



سهیم نویسندگان: دکتر عبدالله پیروزی: ایده‌پردازی در خصوص موضوع، گردآوری اطلاعات و داده‌ها، تحلیل محتوا، ارسال، اصلاح مقاله و نویسنده مسئول؛ دکتر سمیرا حیدری: طراحی چارچوب کلی، تحلیل محتوا؛ دکتر نسرین درویشی: جمع‌آوری اطلاعات تدوین محتوای اولیه. همه نویسندگان نسخه نهایی مقاله را مورد بررسی قرار داده و تأیید نموده‌اند.

سپاسگزاری: نویسندگان مراتب تشکر خود را از همه کسانی که در انجام این مقاله نقش داشته‌اند اعلام می‌دارند.

تعارض منافع: در این پژوهش هیچگونه تعارض منافع توسط نویسندگان گزارش نشده‌است.

منابع مالی: این مقاله از حمایت مالی برخوردار نبوده‌است.

References

- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of business & economics research*, 14(1), 33. URL: <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>
- Alabri, A. (2022). Fear of missing out (FOMO): The effects of the need to belong, perceived centrality, and fear of social exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2022(1), 4824256. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1155/2022/4824256>
- Bayrami, R., Moghaddam tabrizi, F., Talebi, E., & Ebrahimi, S. (2019). A survey on relation between fear of missing out and social media use among students in Urmia University of Medical Sciences. *Nursing and Midwifery Journal*, 17(5), 355-362. [Persian] URL: <http://unmf.umsu.ac.ir/article-1-3796-fa.html>
- Bourdieu, P. (2011). The forms of capital.(1986). *Cultural theory: An anthology*, 1(81-93), 949. URL: <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=O5uGEAAQBAJ&oi=fnd&pg>
- Cargill, M. (2019). *The relationship between social media addiction, anxiety, the fear of missing out, and interpersonal problems* (Doctoral dissertation, The University of Akron). URL: <https://search.proquest.com/openview/503423691d0ad8c8197a5dab9b8e76e5/1?pq-origsite>
- Christina, R., Yuniardi, M. S., & Prabowo, A. (2019). Hubungan tingkat neurotisme dengan fear of missing out (FoMO) pada remaja pengguna aktif media sosial. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 105-117. URL: <https://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/8024>
- Coppersmith, S. (1967). *Self-esteem Inventory*. By WH Freeman and Company. Published in 1981 by counseling psychologists press. URL: https://www.researchgate.net/publication/316979253_Self-Esteem_Inventory_Coopersmith
- 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. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S235285321830169X>
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. URL: <https://www.tandfonline.com/>



[doi/abs/10.1207/s15327752jpa4901_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)

- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276. URL: <https://psycnet.apa.org/record/1999-10106-007>
- Ferouzjaian, A. A., & Gerami, F. (2014). Studying The relationship between cultural capital and social prestige of teachers (case study: high school teachers in khalkhal city). *Journal Of Specialized Social Science*, 11(41), 104-119. URL: <https://sid.ir/paper/255004/en>
- Heidari, M., & Izadi, F. (2024). Investigation of Structural Pattern of Relationship between FOMO Syndrome with Nomophobia by Mediating Parenting Stress in Adolescent of Isfahan. *Clinical Psychology and Personality*, 22(1), 51-64. [Persian] URL: https://cpap.shahed.ac.ir/article_4293.html?lang=fa
- Herz, L., & Gullone, E. (1999). The relationship between self-esteem and parenting style: A cross-cultural comparison of Australian and Vietnamese Australian adolescents. *Journal of cross-cultural psychology*, 30(6), 742-761. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022022199030006005>
- Imaddudin, I. (2020). Fear of Missing Out (FoMO) dan Konsep Diri Generasi-Z: Ditinjau Dari Aspek Komunikasi. *Journalism, Public Relation and Media Communication Studies Journal (JPRMEDCOM)*, 2(1), 24-39. DOI: <https://doi.org/10.35706/jprmedcom.v2i1.3747>
- Issazadegan, A., & Pakravan, H. (2024). Predicting FOMO Syndrome Based on Cognitive Fusion, Negative Repetitive Thoughts, Interpersonal Needs in Youth. *The First International Conference and the Second National Conference on Quality of Living from the Perspective of Psychology, Counseling, and Social Work, Khomeini Shahr*. [Persian] URL: <https://civilica.com/doc/2010159/>
- 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 (South Africa). URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/95521623.pdf>
- Michot, D., Blancot, C., & Munoz, B. B. B. (2016). Relationship between Fear of Missing Out and Social Media En-gagement in a French population sample. *Repéré à* <https://caroleblancot.com/wp-content/uploads/2020/10/Michot-Blancot-Bourdon-Baron-Munoz-2016-VF>. URL: <https://caroleblancot.com/wp-content/uploads/2020/10/Michot-Blancot-Bourdon-Baron-Munoz-2016-VF.pdf>
- O'Brien, L. V., Berry, H. L., & Hogan, A. (2012). The structure of psychological life satisfaction: insights from farmers and a general community sample in Australia. *BMC public health*, 12(1), 976. URL: <https://link.springer.com/article/10.1186/1471-2458-12-976>
- Piko, B. F., & Hamvai, C. (2010). Parent, school and peer-related correlates of adolescents' life satisfaction. *Children and youth services review*, 32(10), 1479-1482. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S019074091000201X>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Fear of missing out scale. *Computers in Human Behavior*. URL: <https://psycnet.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/t23568-000>



- 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. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563213000800>.
- Sharepoor, M., & Khoshfar, Gh. R. (2017). The relationship between cultural capital and the social identity of youth: a case study of Tehran city. *Journal of Social Sciences*, 20, 133-147. URL: https://jnoe.ut.ac.ir/article_10513.html?lang=fa
- Sun, R. C., & Shek, D. T. (2012). Positive youth development, life satisfaction and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong: A replication. *Social indicators research*, 105(3), 541-559. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-011-9786-9>