Iranian Journal of Psychiatric Nursing (IJPN) **Original Article**

December-January 2025, Volume 13, Issue 5

The Relationship between Family Emotional Atmosphere and Instagram Addiction with the Mediating Role of Boredom in Adolescents

Fatemeh Hamidzadeh[1], Shina Zainali Tajani[2*]

1. MA in Clinical psychology, Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University Lahijan, Iran.
2. Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University Lahijan, Iran.

Corresponding author: Shina Zainali Tajani: Department of Psychology, La.C., Islamic Azad University, Lahijan, Iran.
Email: 27215834484@iau.ir

Received: 2025/07/12 Accepted: 2025/11/13

Abstract

Introduction: The emotional atmosphere of the family plays an important role in shaping adolescents' behaviors, and a lack of family support and intimacy can lead them to harmful behaviors such as social media addiction. Boredom as a psychological factor may strengthen this relationship and expose adolescents to excessive use of Instagram. This study aimed to determine the relationship between family emotional atmosphere and Instagram addiction, with the mediating role of boredom in adolescents.

Methods: The method of the present study was descriptive-correlational. The statistical population of this study was high school students in Rasht in the academic year 2024-202,5 with an approximate size of 16,000 people. 250 people participated in this study using cluster random sampling. The Family Emotional Condition Questionnaire (Hill Burn, 1972), Instagram Addiction Scale (Kircaburun & Griffiths, 2018), and Multidimensional State Boredom Scale (Fahlman et al., 2013) were used to collect data. Data analysis was performed using structural equation modeling and the bootstrap method in SPSS and AMOS software versions 24.

Results: The findings showed that the proposed model had a good fit and predicted a total of 48% of the variance of Instagram addiction in adolescents. The results showed that family emotional atmosphere had a negative and boredom had a positive direct effect on Instagram addiction; also, family emotional atmosphere had a negative and significant direct effect on boredom ($P<0.05$). The results of the bootstrap test showed that boredom had a negative and significant mediating role between family emotional atmosphere and Instagram addiction ($P<0.05$).

Conclusion: The family's emotional atmosphere had a direct effect on Instagram addiction, with boredom acting as a mediator. Accordingly, it is recommended to develop and implement psychological interventions focused on improving the family's emotional atmosphere and reducing boredom to reduce Instagram addiction in adolescents.

Keywords: Instagram Addiction, Boredom, Family Emotional Atmosphere, Adolescents.

نشریه روان پرستاری **مقاله پژوهشی**

آذر و دی ۱۴۰۴، دوره ۱۳، شماره ۵

ارتباط جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام با نقش میانجی بی‌حوصلگی در نوجوانان

فاطمه حمیدزاده [۱]، شینا زینعلی تاجانی [۲*]

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

نویسنده مسئول: شینا زینعلی تاجانی: گروه روانشناسی، واحد لاهیجان، دانشگاه آزاد اسلامی، لاهیجان، ایران.
ایمیل: 27215834484@iau.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۴/۲۱ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۸/۲۲

چکیده

مقدمه: جو عاطفی خانواده نقش مهمی در شکل‌گیری رفتارهای نوجوانان دارد و فقدان حمایت و صمیمیت خانوادگی می‌تواند آنان را به سمت رفتارهای آسیب‌زا مانند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی سوق دهد. بی‌حوصلگی به‌عنوان یک عامل روانی ممکن است این رابطه را تقویت کند و نوجوانان را در معرض استفاده افراطی از اینستاگرام قرار دهد. این پژوهش با هدف تعیین رابطه جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام با نقش میانجی بی‌حوصلگی در نوجوانان انجام شد.

روش کار: روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری این مطالعه دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ با حجم تقریبی ۱۶۰۰۰ نفر بود. ۲۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای در این پژوهش شرکت داده شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه جو عاطفی خانواده (هیل برن، ۱۹۷۲)، مقیاس اعتیاد به اینستاگرام (کرکابرون و گریفیث، ۲۰۱۸) و مقیاس چندبعدی حالت بی حوصلگی (فالمن و همکاران، ۲۰۱۳) استفاده شد. تحلیل داده‌ها در بهره‌گیری از آزمون مدلیابی معادلات ساختاری و روش بوت استرپ در نرم افزارهای SPSS و AMOS نسخه‌های ۲۴ انجام شد.

یافته ها: یافته‌ها نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخودار بود و در مجموع ۴۸٪ از واریانس اعتیاد به اینستاگرام را در نوجوانان پیش بینی کرد. نتایج نشان داد که جو عاطفی خانواده به طور منفی و بی حوصلگی به طور مثبت بر اعتیاد به اینستاگرام اثر مستقیم داشتند؛ همچنین جو عاطفی خانواده به طور منفی بر بی‌حوصلگی اثر مستقیم و معنادار داشت ($P<۰/۰۵$). نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که بی‌حوصلگی به طور منفی و معنادار بین جوعاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام نقش میانجی داشت ($P<۰/۰۵$).

نتیجه‌گیری: جوعاطفی خانواده به‌طور مستقیم و با نقش میانجی بی‌حوصلگی بر اعتیاد به اینستاگرام اثر داشت. بر این اساس تدوین و اجرای مداخلات روانشناختی متمرکز بر بهبود جو عاطفی خانواده و کاهش بی‌حوصلگی به منظور کاهش اعتیاد به اینستاگرام در نوجوانان پیشنهاد می‌شود.

کلیدواژه ها: اعتیاد به اینستاگرام، بی‌حوصلگی، جو عاطفی خانواده، نوجوانان.

مقدمه

گوشی‌های هوشمند و رسانه‌های اجتماعی برای سلامت روان نوجوانان مزایا و معایبی متنوعی دارند. از جنبه مثبت، گوشی‌های هوشمند به نوجوانان کمک می‌کنند تا با شبکه حمایت‌های اجتماعی خود در ارتباط باشند، که یک عامل محافظتی حیاتی برای سلامت روان است و آنها را قادر می‌سازد تا از طریق تعاملات اجتماعی معنادار، بهتر با عوامل استرس‌زای زندگی کنار بیایند (۱). پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی همچنین می‌توانند احساس انزوا را کاهش داده و ابراز وجود را ارتقا دهد (۲). با این حال، معایب قابل توجهی نیز وجود دارد؛ استفاده بیش از حد از گوشی‌های هوشمند و رسانه‌های اجتماعی با مشکلات سلامت روان مانند افسردگی، اضطراب و اختلال در تنظیم هیجان مرتبط است (۳). رسانه‌های اجتماعی همچنین می‌توانند مقایسه‌های اجتماعی مضر را تقویت کنند و منجر به کاهش رضایت از زندگی و افزایش علائم افسردگی شوند (۴). علاوه بر این، اطلاعات نادرست و محتوای ناکارآمد در رسانه‌های اجتماعی می‌تواند بر سلامت روان نوجوانان تأثیر منفی بگذارد و ماهیت اعتیادآور استفاده از تلفن ممکن است باعث شود نوجوانان از مواجهه با مشکلات زندگی واقعی اجتناب کنند و به طور بالقوه سلامت روان را در طول زمان بدتر کنند (۵). اعتیاد به اینستاگرام یکی از اشکال نوپدید اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی است، که به سبب محبوبیت این پلتفروم در بین نوجوانان ایرانی، میزان استفاده آسیب‌زا در این گروه سنی شیوع قابل توجه‌ای داشته است (۶).

اعتیاد به اینستاگرام یک اعتیاد رفتاری است که با میل غیرقابل کنترل به استفاده بیش از حد از این برنامه، علیرغم تأثیرات منفی آن بر زندگی روزمره، مشخص می‌شود (۷). نوجوانانی که به اینستاگرام اعتیاد دارند، اغلب زمان زیادی را صرف سرچ کردن، بررسی وسواس‌گونه اعلان‌ها و جستجوی اعتبار از طریق لایک‌ها و کامنت‌ها می‌کنند که می‌تواند در مسئولیت‌ها و روابط دنیای واقعی آنها اختلال ایجاد کند (۸). این اعتیاد با آزاد کردن دوپامین، مشابه سایر رفتارهای اعتیادآور، سیستم پاداش مغز را فعال می‌کند و چرخه‌ای از اشتیاق به تعامل بیشتر در رسانه‌های اجتماعی برای دستیابی به همان احساسات لذت‌بخش ایجاد می‌کند. برای نوجوانان، اعتیاد به اینستاگرام می‌تواند منجر به افزایش اضطراب، افسردگی، عزت نفس پایین و اضطراب اجتماعی شود که تا حدودی به دلیل مقایسه اجتماعی مداوم و قرار گرفتن در معرض تصاویر ایده‌آلی است که استانداردهای غیرواقعی برای ظاهر و سبک زندگی تعیین می‌کنند (۹). استفاده اجباری همچنین ممکن است الگوهای خواب را مختل کند و توجه و تنظیم خلق و خو را مختل کند و به سلامت روان آسیب بیشتری برساند. علاوه بر این، اعتیاد به اینستاگرام می‌تواند باعث شود نوجوانان در مورد استفاده از آن احساس شرم و ناامیدی کنند و به عزت نفس و ارتباطات اجتماعی آفلاین آنها آسیب برساند (۱۰). بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارند که کیفیت تعاملات والدین با نوجوانان و عملکرد مطلوب خانواده نقش موثری در پیشگیری از این رفتارهای اعتیادی دارد (۹-۱۰).

جو عاطفی خانواده به طور قابل توجهی بر اعتیاد نوجوانان به شبکه‌های اجتماعی مجازی تأثیر می‌گذارد (۱۱-۱۲). یک محیط خانوادگی مثبت که با ارتباط قوی، حمایت عاطفی و تعارض کم مشخص می‌شود، نوجوانان را از استفاده مشکل‌ساز از رسانه‌های اجتماعی محافظت می‌کند و رفتارهای آنلاین سالم‌تر و نتایج سلامت روان بهتری را آموزش می‌دهد. برعکس، خانواده‌هایی با تعارض زیاد، ابراز عاطفی کم و انسجام ضعیف با سطوح بالاتر اعتیاد به اینترنت در بین نوجوانان مرتبط هستند، زیرا این جوانان ممکن است برای فرار از هیجان‌های منفی یا نیازهای عاطفی برآورده نشده به شبکه‌های اجتماعی روی آورند (۱۳). افسردگی، اضطراب و عزت نفس پایین اغلب واسطه این رابطه هستند، به طوری که جو خانوادگی ضعیف، عزت نفس را کاهش داده و احساسات منفی را افزایش می‌دهد که به نوبه خود آسیب‌پذیری در برابر اعتیاد را افزایش می‌دهد (۱۴). بر اساس نظریه حمایت اجتماعی، نوجوانان خانواده‌های پر تنش، حمایت عاطفی و ابزاری کمتری از والدین دریافت می‌کنند. این فقدان حمایت، احساس تنهایی و اضطراب را افزایش می‌دهد و آنها را به جستجوی آرامش و ارتباط از طریق استفاده بیش از حد از رسانه‌های آنلاین و اجتماعی سوق می‌دهد؛ در نتیجه، حمایت اجتماعی ناکافی خانواده، آنها را بیشتر به همسالان و شبکه‌های اجتماعی مجازی وابسته می‌کند و خطر اعتیادهای رفتاری را بیشتر می‌کند (۱۵). Yilmaz و همکاران (۱۰) در پژوهشی نشان دادند که ضعف در کیفیت خواب و علائم وسواس فکری-عملی با استفاده بیشتر و مشکل‌ساز از اینستاگرام مرتبط بودند؛ اما ترس از دست دادن و کیفیت ارتباط با خانواده این رابطه را میانجی‌گری کردند. همچنین Sela

و همکاران (۱۱) نشان دادند که محیط خانوادگی پرتنش باعث افزایش استفاده مشکل‌سازتر از اینترنت در نوجوانان می‌شود؛ همچنین این ارتباط به واسطه نشانگان افسردگی میانجی‌گری شد. علاوه بر این Alt و همکاران (۱۲) نشان دادند که ارتباط بهتر والدین و نوجوان با کاهش استفاده مشکل‌سازتر از اینترنت نوجوانان ارتباط داشت.

همچنین مطالعات دلالت بر این دارند که بی‌حوصلگی با عمل کردن به عنوان محرکی برای استفاده بیش از حد، نقش مهمی در اعتیاد نوجوانان به شبکه‌های اجتماعی مجازی ایفا می‌کند (۱۶-۱۷). وقتی نوجوانان دچار بی‌حوصلگی می‌شوند، اغلب به دنبال تحریک فوری و حواس‌پرتی هستند و رسانه‌های اجتماعی راهی آسان برای رفع این نیاز فراهم می‌کنند (۱۸). تحقیقات نشان می‌دهد نوجوانانی که آمادگی بالایی برای بی‌حوصلگی دارند، بیشتر احتمال دارد که به استفاده آسیب‌ساز از رسانه‌های اجتماعی روی آورند، زیرا برای فرار از احساس پوچی یا نارضایتی به پلتفرم‌هایی مانند اینستاگرام یا فیس‌بوک روی می‌آورند (۱۹). این رفتار با سوگیری توجه به نشانه‌های رسانه‌های اجتماعی تقویت می‌شود، به این معنی که توجه نوجوانان بی‌حوصله بیشتر به محتوای آنلاین جلب می‌شود و خطر اعتیاد آنها را افزایش می‌دهد. علاوه بر این، استفاده از رسانه‌های اجتماعی مرتبط با بی‌حوصلگی می‌تواند به چرخه‌ای منجر شود که در آن تسکین موقت از بی‌حوصلگی با افزایش احساسات منفی مانند اضطراب و افسردگی همراه می‌شود و الگوهای اعتیادآور را بیشتر تحریک می‌کند (۲۰). مطالعات همچنین نشان می‌دهند که بی‌حوصلگی تا حدی واسطه رابطه بین پریشانی روانی و اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی است و نقش مهم آن را در این پویایی برجسته می‌کند (۲۱). به طور کلی، بی‌حوصلگی هم به عنوان یک عامل محرک و هم یک عامل نگهدارنده در تعامل بیش از حد نوجوانان با شبکه‌های اجتماعی مجازی عمل می‌کند. Donati و همکاران (۱۶) در پژوهشی در نوجوانان کشور ایتالیا نشان داده شد که نوجوانان مستعد بی‌حوصلگی ممکن است بیش از حد از فیس‌بوک استفاده کنند، که در نتیجه احساس لحظه‌ای بی‌حوصلگی آنها را تشدید می‌کند. همچنین Cannito و همکاران (۱۷) نشان دادند که در جوانان، گرایش پایدار به بی‌حوصلگی سطوح بالاتری از اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کرد. نکته مهم این است که این رابطه کاملاً توسط سوگیری توجه به نشانه‌های شبکه‌های اجتماعی (یعنی توجه بیشتر به محرک‌های رسانه‌های اجتماعی) میانجی‌گری شد. این مطالعه تأکید کرد که چگونه بی‌حوصلگی ممکن است افراد را به تمرکز بیشتر بر نشانه‌های رسانه‌های اجتماعی سوق دهد، که به نوبه خود خطر اعتیاد رفتاری را افزایش می‌دهد.

همچنین جو عاطفی خانواده با شکل دادن به تنظیم هیجان و تعامل نوجوانان با محیطشان، بر شدت بی‌حوصلگی آنها تأثیر می‌گذارد (۲۲-۲۳). خانواده‌های حمایتگر و ارتباطی، با تقویت خلاقیت، انگیزه ذاتی و خودکارآمدی در نوجوانان، که مشارکت فعال در فعالیت‌های معنادار را تشویق می‌کند، تمایل به کاهش کسالت دارند. برعکس، خانواده‌هایی با کنترل زیاد، صمیمیت کم یا ارتباط ضعیف، اغلب نوجوانان را بی‌تفاوت و بی‌انگیزه می‌کنند و حساسیت آنها را به بی‌حوصلگافزایش می‌دهند (۲۴). کنترل بیش از حد والدین می‌تواند استقلال نوجوانان را محدود کند و علاقه آنها را به فعالیت‌های اوقات فراغت کاهش دهد و منجر به سطوح بالاتر بی‌حوصلگی شود. بی‌حوصلگی در چنین شرایطی ممکن است از فقدان تعاملات تحریک‌کننده و حمایت عاطفی ناشی شود و باعث شود نوجوانان احساس پوچی یا قطع ارتباط کنند (۲۳). زارعی و فولادوند (۲۳) در پژوهشی نشان دادند که الگوهای ارتباطی خانواده بر سطح بی‌حوصلگی در نوجوانان تأثیر می‌گذارد و خلاقیت به عنوان یک عامل میانجی بین الگوهای ارتباطی خانواده و بی‌حوصلگی عمل می‌کند. به نظر می‌رسد خلاقیت با فراهم کردن یک سپر دفاعی، تأثیر ارتباط ضعیف خانواده بر بی‌حوصلگی را کاهش می‌دهد؛ بنابراین به‌نظر می‌رسد که بی‌حوصلگی می‌تواند واسطه‌ای بین جو عاطفی خانواده و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی در نوجوانان باشد، زیرا یک محیط خانوادگی منفی یا غیرحمایتی اغلب احساس بی‌حوصلگی را در نوجوانان افزایش می‌دهد (۱۷، ۲۵). برای مقابله با این مشکل، آنها ممکن است به شبکه‌های اجتماعی مجازی که سرگرمی فوری، ارتباط اجتماعی و حواس‌پرتی را فراهم می‌کنند، روی آورند و استفاده بیش از حد و بالقوه اعتیادآور را تقویت کنند (۱۱). در مطالعات پیشین رابطه خطی نقش خانواده بر اعتیادهای رفتاری حوزه تکنولوژی مورد بررسی قرار گرفته است؛ اما نقش جو عاطفی خانواده بر اعتیاد به اینستاگرام به‌طور اختصاصی مورد توجه نبوده است؛ همچنین در مطالعات قبلی نقش میانجی بی‌حوصلگی در این رابطه مورد توجه نبوده است؛ از این حیث بررسی نقش واسطه‌ای بی‌حوصلگی در رابطه بین جو عاطفی خانواده و اعتیاد به

اینستاگرام در نوجوانان بسیار حائز است زیرا به روشن شدن مکانیسم‌های روانشناختی زیربنایی محرک رفتارهای اعتیادآور در نوجوانان کمک می‌کند. همچنین انجام این پژوهش از نظر کاربردی دارای اهمیت بالایی است و نقش مهمی در تدوین و طراحی مداخلات روانشناختی به‌منظور کاهش اعتیاد به اینستاگرام در نوجوانان دارد. بر این اساس این پژوهش با هدف تعیین رابطه جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام با نقش میانجی بی‌حوصلگی در نوجوانان انجام شد.

روش کار

این مطالعه به روش توصیفی-همبستگی انجام شد. جامعه آماری این مطالعه دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ با حجم تقریبی ۱۶۰۰۰ نفر بود. با توجه به مقادیر (α=۰/۰۵)، (Power=۰/۸) و اندازه اثر متوسط (d=۰/۵، r=۰/۳۰) با استفاده از نرم افزار G*Power حداقل حجم نمونه ۹۲ نفر برآورد شد. با توجه به اینکه حداقل حجم نمونه برای پژوهش‌های مدل یابی معادلات ساختاری نباید کمتر از ۲۰۰ نفر باشد (۲۶)، جهت پیشگیری از ریزش احتمالی و افزایش اعتبار، حجم نمونه تا ۲۵۰ نفر افزایش یافت. نمونه گیری به شیوه خوشه ای چند مرحله ای انجام شد. برای این منظور ابتدا ۶ مدرسه سه دخترانه (هجرت، تعلیم ماندگار و اندیشه‌های شریف) و سه پسرانه (نور دانش، فضیلت و رجائی) به روش تصادفی بر اساس لیست مدارس سازمان آموزش و پرورش انتخاب و سپس با مراجعه به هر یک از آن ها از هر یک ۴ کلاس انتخاب و نمونه گیری به روش تصادفی بر اساس لیست حضور و غیاب تا تکمیل شدن نمونه مورد نیاز ادامه داده شد. پرسشنامه‌ها به‌صورت گروهی در محیط کلاس با اختصاص زمان ۳۰ دقیقه به‌صورت مداد-کاغذی توسط دانش‌آموزان تکمیل شد. رضایت و علاقه جهت شرکت در پژوهش، دسترسی به تلفن هوشمند، عدم سابقه ترک تحصیل، عدم تجربه سوگ و مصرف داروهای روانپزشکی در طی شش ماه گذشته از معیارهای ورود به پژوهش بود که به‌صورت حضوری توسط پرسشگر ارزیابی شد. همچنین عدم تمایل به تکمیل پرسشنامه‌ها به عنوان معیار خروج لحاظ شد. جهت جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد. در زمان انجام هماهنگی ضمن توضیح مختصر هدف از شرکت در پژوهش، ملاک‌های ورد به پژوهش برای شرکت در پژوهش مدنظر قرار گرفت. علاوه بر رضایت آگاهانه، محرمانه نگه داشتن اطلاعات شرکت کنندگان دیگر ملاحظات اخلاقی در این پژوهش بود که شرکت کنندگان در پژوهش از آن مطلع بودند. همچنین این پژوهش با شناسه IR.IAU.LIAU.REC.1403.103 در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان ثبت و تایید شده است.

پرسشنامه جو عاطفی خانواده (Family Emotional Condition Questionnaire; FECQ): پرسشنامه جو عاطفی خانواده توسط Hill Burn در سال ۱۹۷۹ برای بررسی میزان مهرورزی در تعاملات فرزند ـ والدین تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۱۶ سؤال است و رابطه پدر-فرزندی و مادر-فرزندی را ارزیابی می‌کند؛ نمره‌گذاری بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از خیلی کم (نمره ۱) الی خیلی زیاد (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات در این پرسشنامه ۱۶ الی ۸۰ است و نمرات بالاتر نشان دهنده جو عاطفی بهتر است؛ روایی همگرا با استفاده از پرسشنامه سلامت خانواده اصلی ۰/۶۲ و پایایی بازآزمایی با فاصله دو هفته ۰/۷۰ محاسبه شده است (۲۷). روایی محتوایی از طریق متخصصان روانشناسی و ضریب پایایی از طریق آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۹۳ توسط دینکلمن و همکاران مطلوب محاسبه شده است (۲۸). پایایی این پرسشنامه در نمونه ایرانی به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۳ و روایی همگرا با میانگین محاسبه واریانس استخراج شده، ۰/۶۵ محاسبه شد (۲۹). در پژوهش حاضر همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شد.

مقیاس اعتیاد به اینستاگرام (Instagram Addiction Scale; IAS): این مقیاس با استفاده از نسخه اصلاح شده تست اعتیاد به اینترنت Yang ۱۹۹۸ توسط Kircaburun & Griffiths در سال ۲۰۱۸ ایجاد شده است (۹). این تغییر با تغییر کلمه «اینترنت» با «اینستاگرام» انجام شد. این مقیاس شامل یک مقیاس لیکرت ۶ درجه ای از «هرگز=۱» تا «همیشه=۶» است؛ بنابراین دامنه نمرات می‌تواند بین ۱۵ تا ۹۰ باشد و نمرات بالاتر نشان دهنده اعتیاد به اینستاگرام بیشتر است. جهت تعیین روایی از تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شد، در نتیجه مشاهده شد که ۱۵ گویه قادر به تبیین ۵۳/۹ درصد از واریانس بودند و مقیاس از دو عامل تشکیل شده بود که به عنوان تأثیر اجتماعی و اجبار نام گذاری شدند. ضریب همبستگی پیرسون بین تأثیر اجتماعی و اجبار ۰/۶۱، بین تأثیر اجتماعی و مقیاس کل ۰/۸۹ و بین اجبار و مقیاس کل ۰/۹۰ بود. ضریب آلفا کرونباخ

بـرای کل مقیـاس و عوامـل فرعـی بـه ترتیـب ۰/۹۰، ۰/۸۶ و ۰/۸۵ بـود (۹). ایـن پرسشـنامه در نمونـه ایرانـی اعتباریابـی شـده اسـت و بـه روش تحلیـل عاملـی تاییـدی دو عامـل آن تاییـد، در نتیجـه تحلیـل عاملـی تاییـدی، شـاخص‌های خـوب تناسـب مقادیـر خـوب و قابـل قبولـی را ایجـاد کردنـد (RMSEA=۰/۰۵، CFI=۰/۹۱) و همـه سـوالات دارای بـار عاملـی بـالای ۰/۴۰ بودنـد. وزن رگرسـیون اسـتاندارد (بیـن ۰/۵۴ و ۰/۷۷) و مقادیـر همبسـتگی چندگانـه مجـذور (بیـن ۰/۳۰ و ۰/۵۹) از آیتـم هـای مقیـاس بـه طـور کلـی خـوب بـود؛ پایایـی آن بـه روش آلفـای کرونبـاخ ۰/۷۴ گـزارش شـده اسـت (۳۰). در پژوهـش حاضـر همسـانی درونـی بـا محاسـبه ضریـب آلفـای کرونبـاخ ۰/۷۴ محاسـبه شـد.

مقیـاس چندبعـدی حالت بـی حوصلگـی (Multidimensional State Boredom Scale; MSBS): مقیـاس حالـت بـی حوصلگـی توسـط Fahlman و همـکاران در سـال ۲۰۱۳ سـاخته شـد (۳۱). ایـن مقیـاس دارای ۲۹ سـال اسـت کـه از پنـج بعـد یکنواختـی (سـوالات: ۲، ۷، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۷، ۱۹، ۲۲، ۲۴، ۲۸)، انگیختگـی بـالا (سـوالات: ۵، ۱۲، ۱۴، ۲۱، ۲۷)، انگیختگـی پایین (سـوالات: ۴، ۸، ۱۵، ۲۵، ۲۹)، بـی توجهـی (سـوالات: ۳، ۱۶، ۲۰، ۲۳) و درک زمـان (سـوالات: ۱، ۶، ۱۱، ۱۸، ۲۶) تشـکیل شـده اسـت. نمـره گـذاری ایـن مقیـاس بـر اسـاس طیـف لیکرت هفـت درجـه ای از کامـلاً مخالفـم (۱) تـا کامـلاً موافقـم (۷) مـی باشـد. کسـب نمـره بـالا در افـراد نشـان دهنـده بـی حوصلگـی روانـی بیشـتر اسـت. در نسـخه اصلـی مقیـاس همسـانی درونـی بـه روش ضریـب آلفـای کرونبـاخ ۰/۹۶ بـه دسـت آمـد و روایـی سـازه بـه روش تحلیـل عاملـی اکتشـافی ۰/۷۷ گـزارش شـده اسـت (۳۱). روایـی سـازه سـاختار پنـج بعـدی ایـن مقیـاس در پژوهـش محسـنی اژیـه و قمرانـی (۱۳۹۵) آن بـا اسـتفاده از تحلیـل عاملـی تأییـدی (RMSEA=۰/۰۶، CFI=۰/۹۳) مـورد تاییـد قـرار گرفـت و همـه سـوالات دارای بـار عاملـی بیـن ۰/۴۰ الـی ۰/۶۴ بودنـد و پایایـی آن بـه روش ضریـب آلفـای کرونبـاخ ۰/۹۲ بـرای کل مقیـاس محاسـبه شـد؛ همچنیـن ضریـب آلفـای کرونبـاخ بـرای زیرمقیاس‌هـا بیـن ۰/۷۳ الـی ۰/۸۵ محاسـبه شـد (۳۲). در پژوهـش حاضـر همسـانی درونـی بـا محاسـبه ضریـب آلفـای کرونبـاخ ۰/۸۲ محاسـبه شـد.

بـرای تحلیـل داده‌هـا از شـاخص‌های آمـار توصیفـی (میانگیـن، انحـراف معیـار) اسـتفاده شـد؛ جهـت تحلیـل داده‌هـا در بخـش اسـتنباطی از آزمون‌هـای ضریـب همبسـتگی پیرسـون و مدل‌یابـی معـادلات سـاختاری و روش بـوت اسـترپ اسـتفاده شـد؛ تحلیل‌هـای آمـار در نرم‌افزارهـای SPSS و AMOS نسـخه‌های ۲۴ انجـام شـد.

یافته‌ها

۲۵۰ نفـر در پژوهـش حاضـر مشـارکت داشـتند، امـا جهـت نرمال سـازی توزیـع داده هـا و شناسـایی داده هـای پـرت، تحلیـل نهایـی بـر روی ۲۴۰ نفـر انجـام شـد. در جـدول ۱ اطلاعـات جمعیت‌شـناختی آن‌هـا ارائـه شـده اسـت.

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

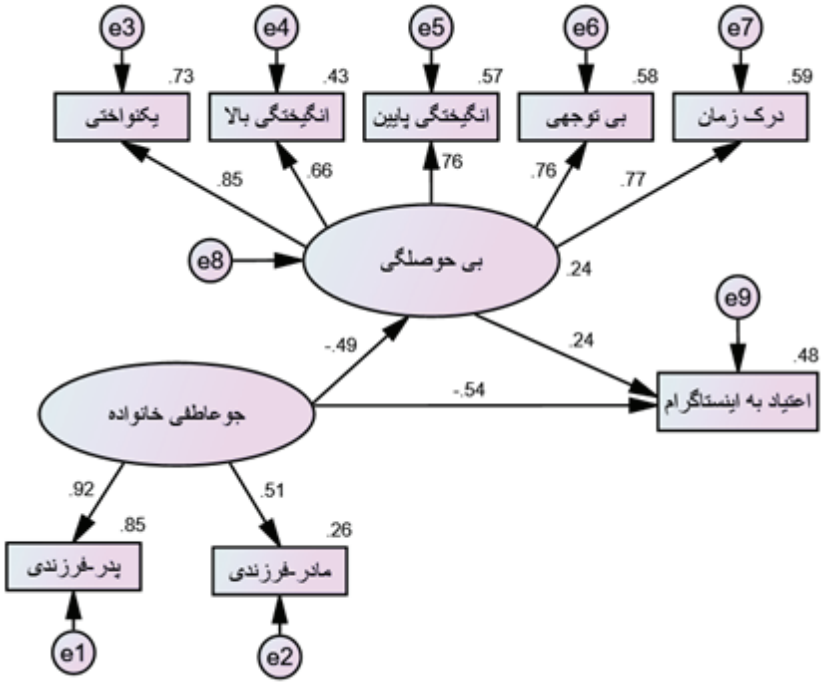
متغیرها	میانگین/ (فراوانی)	انحراف معیار/ (درصد)
سن	۱۵/۵۹	۲/۲۶
جنسیت		
دختر	(۱۴۵)	(۶۰/۴۰)
پسر	(۹۵)	(۳۹/۶۰)
تحصیلات پدران		
سیکل/دیپلم	(۱۳۵)	(۵۶/۲۰)
کاردانی/کارشناسی	(۱۰۵)	(۴۳/۸۰)
تحصیلات مادران		
سیکل/دیپلم	(۱۳۱)	(۵۴/۶۰)
کاردانی/کارشناسی	(۱۰۹)	(۴۵/۴۰)

در جـدول ۲ اطلاعـات توصیفـی متغیرهـا و ضرایـب همبسـتگی بیـن آن هـا گـزارش شـده اسـت.

جدول ۲. یافته های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها

متغیرها	۱	۲	۳
۱- اعتیاد به اینستاگرام	۱		
۲- جوعاطفی خانواده	۰/۶۱- **	۱	
۳- بی‌حوصلگی	۰/۴۶ **	۰/۴۰- **	۱
میانگین	۶۷/۷۳	۴۹/۱۳	۹۲/۳۵
انحراف معیار	۱۳/۹۵	۱۱/۷۵	۱۷/۹۶
کجی	۰/۵۱	۰/۸۹	۰/۶۲
کشیدکی	۰/۲۶	۰/۰۲-	۰/۲۳-

نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۲ نشان داد که بین متغیرها همبستگی معنادار وجود داشت ($P<0/05$). جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده ها هر یک از متغیرها از شاخص های کجی و کشیدگی استفاده شد، نتایج نشان داد همه شاخص ها در محدوده مطلوب قرار دارند، که نشان دهنده نرمال بودن توزیع داده ها است؛ چراکه آماره کجی بین ۲- تا ۲+ و کشیدگی بین ۷- تا ۷+ است. قبل از اجرای مدل معادلات ساختاری نق رابطه جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام با نقش میانجی بی‌حوصلگی در نوجوانان دو پیش فرض استقلال خطاها و عدم هم خطی چندگانه بررسی شد، نتایج نشان داد که این دو پیش فرض مطلوب می باشند و می توان از مدل یابی معادلات ساختاری استفاده کرد. در شکل ۱ مدل معادلات ساختاری در حالت ضرایب استاندارد ارائه شده است.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش با ضرایب استاندارد

نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ بیانگر این است که مدل پیشنهادی در مجموع ۴۸٪ از واریانس اعتیاد به اینستاگرام را در نوجوانان پیش بینی می کند. در ادامه در جدول ۳ نتایج اثرات مستقیم در مدل ارائه شده است.

جدول ۳. ضرایب مسیر مستقیم و معناداری مسیرهای مدل

متغیر برونداد ← متغیر درونداد	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
جو عاطفی خانواده ← اعتیاد به اینستاگرام	-۰/۵۴	۰/۰۷	-۵/۹۲	-۰/۶۶	-۰/۴۲	۰/۰۱
بی‌حوصلگی ← اعتیاد به اینستاگرام	۰/۲۴	۰/۰۸	۳/۰۵	۰/۱۰	۰/۳۷	۰/۰۱
جو عاطفی خانواده ← بی‌حوصلگی	-۰/۴۹	۰/۰۷	-۵/۴۵	-۰/۶۰	-۰/۳۶	۰/۰۱

نتایج نشان داد که جو عاطفی خانواده به طور منفی (β=۰/۵۴) و بی حوصلگی به طور مثبت (β=۰/۲۴) بر اعتیاد به اینستاگرام اثر مستقیم داشتند؛ همچنین جو عاطفی خانواده به طور منفی بر بی‌حوصلگی (β=-۰/۴۹) اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ٤. اثر نقش میانجی بی‌حوصلگی در رابطه بین جوعاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام

متغیر برونداد ← میانجی← متغیر درونداد	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
جوعاطفی خانواده ← بی‌حوصلگی ← اعتیاد به اینستاگرام	-۰/۱۲	۰/۰۴	-۰/۱۹	-۰/۰۶	۰/۰۱

نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که ی‌حوصلگی (β=۰/۱۲) به طور منفی و معنادار بین جوعاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام نقش میانجی داشت (P<۰/۰۵). در جدول ۵ شاخص های برازش ارائه شده است.

جدول ۵. شاخص های برازش حاصل از مدل یابی معادلات ساختاری

شاخص های برازش	CMIN	df	CMIN/DF	CFI	GFI	AGFI	TLI	IFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش	۲۸/۸۰	۱۸	۱/۶۰	۰/۹۳	۰/۹۴	۰/۹۱	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۳	۰/۰۶
معیار تصمیم	P>۰/۰۵	-	<۵	<۰/۹	< ۰/۹	< ۰/۹	< ۰/۹	< ۰/۹	< ۰/۹	<۰/۰۸

نتایج جدول ۵ نشان داد، شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل یابی معادلات ساختاری مدل مفهومی پژوهش از برازش مطلوب مدل پژوهشی با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند (X^2/df =۱/۶۰ ، CFI =۰/۹۳، GFI=۰/۹۴، AGFI=۰/۹۱، TLI=۰/۹۴، IFI=۰/۹۴، NFI=۰/۹۳ و RMSEA=۰/۰۶)، بر این اساس می توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.

بحث

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام با نقش میانجی بی‌حوصلگی در نوجوانان انجام شد. یافته اول نشان داد که جو عاطفی خانواده به‌طور منفی بر اعتیاد به اینستاگرام اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های Sela و همکاران (۱۱)، Alt و همکاران (۱۲) و Liu و همکاران (۱۳) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که جو عاطفی خانواده تأثیر منفی بر اعتیاد به اینستاگرام در نوجوانان دارد، زیرا یک محیط خانوادگی گرم، حمایتی و هماهنگ، نیازهای روانی نوجوانان برای امنیت و تعلق خاطر را برآورده می‌کند و وابستگی آنها به شبکه‌های اجتماعی مجازی را برای رضایت عاطفی کاهش می‌دهد (۱۱). در چارچوب نظریه‌های حمایت اجتماعی و رشد روانی–اجتماعی، می‌توان تبیین کرد که جو خانوادگی ضعیف با تضعیف عزت‌نفس، نوجوان را در برابر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی آسیب‌پذیر می‌سازد. در چنین خانواده‌هایی، نوجوانان به دلیل کمبود حمایت عاطفی و بازخورد مثبت، برای بازسازی ارزشمندی خود به منابع بیرونی مانند اینستاگرام روی می‌آورند و تأیید مجازی را جایگزین پذیرش واقعی می‌کنند. افزون بر این، پویایی منفی خانواده با افزایش اضطراب و افسردگی، استفاده اعتیادآور از رسانه‌های اجتماعی را به عنوان راهبردی ناسازگار برای تنظیم هیجان تشدید می‌کند. در مقابل، عملکرد مطلوب خانواده از طریق ارتباط مؤثر، حمایت هیجانی و الگوسازی تعاملات سالم، ظرفیت خودتنظیمی هیجانی را در نوجوانان تقویت کرده و با فراهم کردن راه‌های واقعی برای پیوند اجتماعی، احتمال اعتیاد به اینستاگرام را به میزان چشمگیری کاهش می‌دهد (۱۵). در واقع ضعف در عملکرد و جو عاطفی خانواده، باعث می‌شود نوجوانان نیازهای روانشناختی مانند تعلق و حمایت

عاطفی را در خانواده دریافت نکنند. این کمبود، آنان را به سمت فضاهای آنلاین مانند اینستاگرام سوق می‌دهد تا خلاهای عاطفی خود را پر کنند. در نتیجه، استفاده بیش از حد و اعتیادگونه به این شبکه اجتماعی به‌عنوان راهبرد مقابله‌ای و جبران نیازهای عاطفی شکل می‌گیرد.

یافته دوم نشان داد که بی‌حوصلگی به‌طور مثبت بر اعتیاد به اینستاگرام اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های Donati و همکاران (۱۶)، Cannito و همکاران (۱۷) و Skues و همکاران (۱۸) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که بی‌حوصلگی تأثیر مستقیم مثبتی بر اعتیاد به اینستاگرام دارد، زیرا انگیزه قوی برای نوجوانان ایجاد می‌کند تا از طریق پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی که به راحتی در دسترس هستند، به دنبال اجتناب از استرس و تقویت فوری باشند (۲۱). وقتی افراد دچار بی‌حوصلگی می‌شوند، احتمال بیشتری دارد که توجه آنها به سمت نشانه‌های رسانه‌های اجتماعی جلب شود و این امر باعث افزایش تعامل آنها با برنامه‌هایی مانند فیسبوک و اینستاگرام به عنوان نوعی حواس‌پرتی و سرگرمی می‌شود (۲۰). بر اساس نظریه‌های روانشناسی رفتاری و شناختی، بی‌حوصلگی به‌عنوان یک حالت هیجانی ناخوشایند با کمبود انگیزه و تجربه ناکافی تحریک، می‌تواند انگیزه جستجوی پاداش سریع را در فرد افزایش دهد. نوجوان یا فرد بی‌حوصله برای کاهش این حالت منفی و افزایش هیجان، به محیط‌های پرتحرک و تحریک‌کننده مانند اینترنت و شبکه‌های اجتماعی روی می‌آورد (۱۸). علاوه بر این، نظریه تنظیم هیجان توضیح می‌دهد که استفاده از اینترنت می‌تواند به عنوان یک راهبرد مقابله‌ای ناسازگار عمل کند؛ فرد بی‌حوصله با جستجوی فعالیت‌های آنلاین، توجه و تمرکز خود را به محرک‌های فوری معطوف کرده و از تجربه ناکامی و اضطراب اجتناب می‌کند (۲۱). در مجموع اینگونه می‌توان استنباط نمود که بی‌حوصلگی در نوجوانان می‌تواند به عنوان یک عامل خطر در تنظیم هیجان و انگیزش درونی، آن‌ها را به استفاده مفرط از شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام سوق دهد. در شرایط بی‌تحریکی یا فقدان فعالیت‌های پاداش‌دهنده واقعی، تعامل با محتوای اینستاگرام نیاز فوری به تحریک، پاداش و ارتباط اجتماعی را به طور تصنعی جبران می‌کند. در نتیجه، نوجوانان برای گریز از ملال و دستیابی به احساس لذت یا تعلق، به استفاده مکرر و اعتیادگونه از این فضا گرایش پیدا می‌کنند.

یافته سوم نشان داد که جو عاطفی خانواده به‌طور منفی بر بی‌حوصلگی اثر مستقیم داشت؛ این یافته با پژوهش‌های Anderson & Perone (۲۲)، زارعی و فولادوند (۲۳) و Ndetei و همکاران (۲۴) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که جو عاطفی خانواده تأثیر منفی مستقیمی بر بی‌حوصلگی در نوجوانان دارد، زیرا یک محیط خانوادگی مثبت، حمایتی و ارتباطی، تعامل معنادار و امنیت عاطفی را فراهم می‌کند که احساس بی‌حوصلگی را کاهش می‌دهد. وقتی خانواده‌ها ارتباطات باز را تقویت می‌کنند و خلاقیت را تشویق می‌کنند، نوجوانان بیشتر احتمال دارد که در فعالیت‌های خود انگیزه و علاقه داشته باشند که این امر باعث کاهش بی‌حوصلگی می‌شود (۲۲). برعکس، محیط‌های خانوادگی که با کنترل زیاد، گرمی کم یا ارتباط ضعیف مشخص می‌شوند، با محدود کردن استقلال و انگیزه ذاتی نوجوانان، بی‌حوصلگی را افزایش می‌دهند و باعث می‌شوند که آنها احساس عدم مشارکت و بی‌تحرکی کنند (۲۳). بر اساس نظریه خانواده‌درمانی سیستمی، خانواده به‌عنوان یک سیستم پویا و تعاملی در نظر گرفته می‌شود که رفتار و هیجانات هر عضو تحت تأثیر کل شبکه روابط خانوادگی است. در این چارچوب، جو عاطفی سرد یا حمایت کم خانواده می‌تواند موجب کاهش انگیزه، فقدان تعامل معنی‌دار و محدودیت در فرصت‌های ابراز احساسات شود، که نهایتاً بی‌حوصلگی را در نوجوان تقویت می‌کند. به عبارت دیگر، وقتی خانواده نتواند تعاملات مثبت، توجه هیجانی و فعالیت‌های مشترک محرک ارائه دهد، نوجوان از محرک‌های هیجانی و اجتماعی محروم می‌ماند و برای جبران این کمبود، به منابع بیرونی مانند اینترنت و شبکه‌های اجتماعی روی می‌آورد (۲۴)؛ این تبیین نشان می‌دهد که بی‌حوصلگی نه تنها یک ویژگی فردی بلکه محصول پویایی و کیفیت هیجانی سیستم خانوادگی است. در مجموع می‌توان استنباط نمود که فقدان جو عاطفی حمایت‌گر موجب می‌شود نیازهای هیجانی و تعلق نوجوان به‌درستی ارضاء نشود. در نتیجه، او دچار احساس تنهایی، سردرگمی و کاهش انگیزش در فعالیت‌های روزمره می‌شود. این فقدان تعامل سازنده درون خانواده، توان تنظیم هیجان و ادارک کافی حمایت اجتماعی نوجوان را تضعیف کرده و باعث افزایش احساس بی‌حوصلگی می‌شود.

یافته چهارم نشان داد که بی‌حوصلگی بین جوعاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام نقش میانجی داشت؛

بی‌حوصلگی نقش واسطه‌ای بین جو عاطفی خانواده و اعتیاد به اینستاگرام ایفا می‌کند، در تبیین می‌توان بیان کرد که جو منفی خانواده اغلب احساس بی‌حوصلگی نوجوانان را افزایش می‌دهد و سپس آنها را به استفاده بیش از حد از رسانه‌های اجتماعی به عنوان یک مکانیسم مقابله سوق می‌دهد (۲۲). وقتی نوجوانان در خانه حمایت عاطفی کم، درگیری یا بی‌توجهی را تجربه می‌کنند، به دلیل فقدان تعاملات تحریک‌کننده و تعامل عاطفی، بیشتر مستعد بی‌حوصلگی هستند (۲۳). این بی‌حوصلگی حالت ناخوشایندی ایجاد می‌کند که نوجوانان سعی می‌کنند با روی آوردن به اینستاگرام، جستجوی سرگرمی، ارتباط اجتماعی و حواس‌پرتی از آن فرار کنند. مطالعات نشان می‌دهد که مستعد بودن به بی‌حوصلگی ، سوگیری توجه به نشانه‌های رسانه‌های اجتماعی را افزایش می‌دهد و خطر اعتیاد را افزایش می‌دهد، زیرا نوجوانان برای تسکین بی‌حوصلگی، به طور اجباری با محتوای آنلاین درگیر می‌شوند (۲۰). در تبیینی اجمالی می‌توان اینگونه استنباط نمود که جو عاطفی خانواده نقش مهمی در بهبود تعاملات، ایفای نقش‌ها و تنظیم هیجان دارد و در نهایت خانواده در بالاترین سطح، عملکرد خود را ایفا می‌کند؛ آسیب و ضعف در جو عاطفی خانواده که با کاهش ادراک حمایت و تعاملات سازنده همراه است، موجب کاهش انگیزه درونی، افزایش ملال و بی‌حوصلگی می‌شود. در نتیجه اعضای خانواده به ویژه نوجوانان برای اجتناب از این وضعیت، ایجاد محیطی محرک و دریافت پاداش به استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی روی می‌آورند. بنابراین، بی‌حوصلگی به عنوان یک پل روانی عمل می‌کند که جو عاطفی ضعیف خانواده را به استفاده اعتیادآور از اینستاگرام متصل می‌کند و آسیب‌پذیری را تقویت می‌کند. مطالعه حاضر در نمونه محدودی از نوجوانان شهر رشت انجام شده است که تعمیم‌دهی آن به سایر گروهای اجتماعی با محدودیت همراه است. همچنین در این مطالعه سابقه روانشناختی افراد در مدل کنترل و تعدیل نشد. علاوه بر این، در این پژوهش وضعیت تحصیلات، اشتغال والدین و تعداد فرزندان خانواده کنترل نشد. با توجه به اینکه این متغیرها می‌توانند بر کیفیت روابط خانواده و مشارکت اعضاء تاثیر بگذارد؛ تعمیم نتایج می‌بایست در چارچوب این محدودیت‌ها انجام شود.

نتیجه گیری

در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که جوعاطفی خانواده به‌طور مستقیم و با نقش میانجی بی‌حوصلگی بر اعتیاد به اینستاگرام اثر داشت. در نتیجه، جو عاطفی خانواده نقش مهمی در تأثیرگذاری بر اعتیاد به اینستاگرام در بین نوجوانان، چه به طور مستقیم و چه غیرمستقیم از طریق اثر واسطه‌گری کسالت بی‌حوصلگی ایفا می‌کند. یک محیط خانوادگی حمایتی و مثبت می‌تواند احساس بی‌حوصلگی را کاهش دهد و در نتیجه احتمال استفاده بیش از حد از اینستاگرام را به عنوان یک مکانیسم مقابله کاهش دهد. برعکس، یک جو عاطفی منفی خانواده، بی‌حوصلگی را افزایش می‌دهد که نوجوانان را به دنبال فرار و تأیید در رسانه‌های اجتماعی سوق می‌دهد و خطر اعتیاد را افزایش می‌دهد. در زمینه کاربردی اجرای برنامه‌ها و کارگاه‌های آموزشی با هدف بهبود جو عاطفی خانواده برای والدین و کاهش بی‌حوصلگی برای نوجوانان در مدارس پیشنهاد می‌شود؛ همچنین این برنامه‌های آموزشی و درمانی را می‌توان به‌صورت جلسات مشاوره فردی یا گروهی برای والدین و نوجوانان در مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی نیز اجرا نمود. در زمینه پژوهشی پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده سابقه ابتلاء به اختلالات روانشناختی نوجوانان، وضعیت تحصیلات و اشتغال والدین و همچنین تعداد فرزندان خانواده کنترل گردد.

سپاسگزاری

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند که از همه مشارکت‌کنندگان که در تکمیل پرسشنامه‌ها همکاری داشتند، تشکر و قدردانی داشته باشند. پژوهش حاضر برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد خانم فاطمه حمیدزاده در رشته روانشناسی بالینی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان است که در تاریخ ۱۴۰۲/۱۱/۲۹ با کد پژوهشی ۲۰۲۸۲۶۲۷۲۱۵۸۳۴۸۴۰۰۲۴۱۶۲۸۵۲۸۴۴ به تصویب رسیده است. لازم به ذکر است که پژوهش حاضر در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد لاهیجان در تاریخ ۱۴۰۳/۶/۵ مورد تایید قرار گرفته است و با شناساه اخلاق IR.IAU.LIAU.REC.1403.103 به ثبت رسیده است.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می نمایند که هیچ گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود نداشته است.

References

1. Girela-Serrano BM, Spiers AD, Ruotong L, Gangadia S, Toledano MB, Di Simplicio M. Impact of mobile phones and wireless devices use on children and adolescents' mental health: a systematic review. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2024;33(6):1621-51. https://doi.org/10.1007/s00787-022-02012-8
2. Hamilton JL, Dreier MJ, Caproni B, Fedor J, Durica KC, Low CA. Improving the science of ado-lescent social media and mental health: Challenges and opportunities of smartphone-based mobile sensing and digital phenotyping. J Technol Behav Sci. 2025;10(2):301-19. https://doi.org/10.1007/s41347-024-00443-5
3. Arabi P, Bagheri N, Mirhashemi M. The Prediction Dependency on Virtual Social Networks Based on Alexithymia, Attachment Styles, Well-Being Psychological and Loneliness. IJPN. 2021;9 (1):66-76. [Persian] http://ijpn.ir/article-1-1711-fa.html
4. Khalaf AM, Alubied AA, Khalaf AM, Rifaey AA, Alubied A, Rifaey A. The impact of social media on the mental health of adolescents and young adults: a systematic review. Cureus. 2023;15(8): 1-18. https://doi.org/10.7759/cureus.42990
5. Türk F, Koçyiğit B. The Relationship Between Fear of Missing Out and Loneliness Among Adolescents in the Digital Age: The Mediating Roles of Emotion Dysregulation and Social Media Ad-diction. Malaysian Online J Educ Technol. 2025;13(1):19-36. https://doi.org/10.52380/mojet.2025.13.1.566
6. Zarrabian S, Nooripour R, Babaeian-Koopaie M, HasaniAbharian P. Psychometric properties of the Persian version of the Instagram Addiction Test (IAT) in the Iranian population. Int J Behav Sci. 2024;17(4):186-94.
7. Joorabchi TN, Haghighat AF, QorbanianQohroudi M. Examining Instagram Addiction and Social Isolation: Study Conducted Among Iranian Students Based on Uses and Gratification Theory. Media Watch. 2025;16(2):250-78. https://doi.org/10.1177/09760911241308030
8. Fidan M, Debbağ M, Fidan B. Adolescents like Instagram! From secret dangers to an educational model by its use motives and features: An analysis of their mind maps. J Educ Technol Syst. 2021;49(4):501-31. https://doi.org/10.1177/0047239520985176
9. Kircaburun K, Griffiths MD. Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. J Behav Addict. 2018;7(1):158-70. https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.15
10. Kılıç FE, Küçükkelepçe O, Konyalıoğlu FS. The role of smartphone addiction and family dy-namics in sleep quality among earthquake-affected adolescents. BMC psychiatry. 2025;25(1):481. https://doi.org/10.1186/s12888-025-06926-w
11. Sela Y, Zach M, Amichay-Hamburger Y, Mishali M, Omer H. Family environment and problematic internet use among adolescents: The mediating roles of depression and fear of missing out. Comput Hum Behav. 2020;106:106226. https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106226
12. Alt D, Boniel-Nissim M. Parent-adolescent communication and problematic internet use: The mediating role of fear of missing out (FoMO). J Fam Issues. 2018;39(13):3391-409. https://doi.org/10.1177/0192513X18783493
13. Liu QX, Fang XY, Deng LY, Zhang JT. Parent-adolescent communication, parental Internet use and Internet-specific norms and pathological Internet use among Chinese adolescents. Comput Hum Behav. 2012;28(4):1269-75. https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.02.010
14. Shi Y, Tang Z, Gan Z, Hu M, Liu Y. Association between family atmosphere and internet addiction among adolescents: the mediating role of self-esteem and negative emotions. Int J Public Health. 2023;68:1605609. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10330727/ https://doi.org/10.3389/ijph.2023.1605609
15. Niu X, Li JY, King DL, Rost DH, Wang HZ, Wang JL. The relationship between parenting styles and adolescent problematic Internet use: A three-level meta-analysis. J Behav Addict. 2023;12(3):652-69. https://doi.org/10.1556/2006.2023.00043
16. Donati MA, Beccari C, Primi C. Boredom and problematic Facebook use in adolescents: What is the relationship considering trait or state boredom?. Addict Behav. 2022;125:107132. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107132
17. Cannito L, Ceccato I, Annunzi E, Bortolotti A, D'Intino E, Palumbo R, D'Addario C, Di Domeni-co A, Palumbo R. Bored with boredom? Trait boredom predicts internet addiction through the me-diating role of

attentional bias toward social networks. Front Hum Neurosci. 2023;17:1179142. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10513058/ https://doi.org/10.3389/fnhum.2023.1179142

18. Skues J, Williams BJ, Wise L. Personality traits, boredom, and loneliness as predictors of Face-book use in on-campus and online university students. Int J Cyber Behav Psychol Learn. 2017;7(2):36-48. https://doi.org/10.4018/IJCBPL.2017040104
19. Bai J, Mo K, Peng Y, Hao W, Qu Y, Lei X, Yang Y. The relationship between the use of mobile social media and subjective well-being: the mediating effect of boredom proneness. Front Psychol. 2021;11:568492. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.568492
20. Kolas J, von Mühlenen A. Checking in to Check out? The Effect of Boredom on Craving, Behavioural Inhibition and Social Networking Site Use. IntInt J Ment Health Addict. 2024;20:1-20. https://doi.org/10.1007/s11469-024-01349-2
21. Malik L, Shahnawaz MG, Rehman U, Pragyendu, Uniyal R, Griffiths MD. Mediating roles of fear of missing out and boredom proneness on psychological distress and social media addiction among Indian adolescents. J Technol Behav Sci. 2024;9(2):224-34. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37362061/ https://doi.org/10.1007/s41347-023-00323-4
22. Anderson AJ, Perone S. The kids are bored: Trait boredom in early childhood and links to self-regulation, coping strategies, and parent-child interactions. J Exp Child Psychol. 2024;243:105919. https://doi.org/10.1016/j.jecp.2024.105919
23. Zarei S, Fooladvand K. The Mediating Role of Creativity in the Relationship between Family Communication Patterns and Boredom in Female Adolescents. IJFP. 2022;9(1):60-74. [Persian]
24. Ndetei DM, Nyamai P, Mutiso V. Boredom-understanding the emotion and its impact on our lives: an African perspective. Front Sociol. 2023;8:1213190. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10342197/ https://doi.org/10.3389/fsoc.2023.1213190
25. Bloemen N, De Coninck D. Social media and fear of missing out in adolescents: The role of family characteristics. Soc Media Soc. 2020;6(4):20-7. https://doi.org/10.1177/2056305120965517 https://doi.org/10.1177/2056305120965517
26. Wolf EJ, Harrington KM, Clark SL, Miller MW. Sample size requirements for structural equation models: An evaluation of power, bias, and solution propriety. Educ Psychol Meas. 2013;73(6):913-34. https://doi.org/10.1177/0013164413495237
27. Frasier SD, Hilburn JM, Smith Jr FG. Effect of adolescence on the serum growth hormone response to hypoglycemia. J Pediatr. 1970; 77(3):465-7. https://doi.org/10.1016/S0022-3476(70)80019-1
28. Dinkelmann I, Buff A. Children's and parents' perceptions of parental support and their effects on children's achievement motivation and achievement in mathematics. A longitudinal predictive mediation model. Learn Individ Differ. 2016;50:122-32. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.06.029
29. Jiriyaee Sharahi Z, Ataifar R, Belyad M R. The mediating role of self-compassion in the relationship between family emotional climate and couples' happiness. IJPN. 2025; 13 (1):1-11. [Per-sian] http://ijpn.ir/article-1-2522-fa.html
30. Sharifi Fard SA, Griffiths MD, Babaei GA, Zadeh SN, Majidi AH. Validation of the Persian ver-sion of the Instagram Addiction Scale among Iranian students. J Concurrent Disord. 2022;4(3):53-70. https://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/45172
31. Fahlman SA, Mercer-Lynn KB, Flora DB, Eastwood JD. Development and validation of the multidimensional state boredom scale. Assessment. 2013;20(1):68-85. https://doi.org/10.1177/1073191111421303
32. Mohseni-Ezhiyeh A, Ghamarani AM. Psychometric characteristics of the Persian version of the multidimensional state boredom scale (MSBS-PV) in mothers of children with autism spectrum disorder. J Rafsanjan Univ Med Sci. 2017;15(9):821-34. [Persian] http://journal.rums.ac.ir/article-1-3295-fa.html