



ICPSE
2026

نوزدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و آموزشی

گرجستان - ۲۷ شهریور ۱۴۰۵ - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

18 September 2026 - TBILISI GEORGIA

<http://icpse.ir>
info@icpse.ir

رابطه بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی با طرحواره های ناسازگار اولیه با میانجی گری سبک های مقابله ای

ارسلان چهل امیرانی

گروه روانشناسی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

Arsalanamirani1@gmail.com

مرضیه پور صالحی نویده

گروه روانشناسی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

Marzieh.Poursalehy@iau.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی و طرحواره های ناسازگار اولیه با میانجی گری سبک های مقابله ای انجام شد. این پژوهش از نظر هدف، بنیادی و از نظر ماهیت و روش، توصیفی - پیمایشی و از نوع مقطعی است. جامعه آماری پژوهش شامل دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول منطقه ۵ شهر تهران در سال ۱۴۰۳ بود که تعداد آنان ۲۰۰ نفر گزارش شد. بر اساس فرمول نمونه گیری برای جامعه محدود، حجم نمونه ۱۳۲ نفر تعیین گردید و نمونه ها به روش نمونه گیری غیر تصادفی در دسترس انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از پرسش نامه طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ، مقیاس استفاده مشکل ساز از شبکه های اجتماعی و پرسش نامه سبک های مقابله ای اندلر و پارکر استفاده شد. پایایی ابزارها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ تأیید شد و برای تحلیل داده ها از آمار توصیفی، آزمون نرمال بودن، ماتریس همبستگی، تحلیل مسیر و آزمون سوبل با کمک نرم افزارهای SPSS و AMOS استفاده گردید.

یافته ها نشان داد بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه های اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین طرحواره های ناسازگار اولیه با سبک مقابله مسئله مدار رابطه منفی و با سبک های مقابله هیجان مدار و اجتنابی رابطه مثبت داشتند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد طرحواره های ناسازگار اولیه هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق سبک های مقابله ای بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی اثرگذار هستند. سبک مقابله مسئله مدار اثر کاهنده بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی داشت، در حالی که سبک های مقابله هیجان مدار و اجتنابی موجب افزایش گرایش به استفاده اعتیاد گونه از شبکه های اجتماعی شدند. همچنین نتایج آزمون سوبل نشان داد نقش میانجی سبک های مقابله ای در رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه های اجتماعی معنادار است. بر اساس شاخص های برازش، مدل نهایی پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود.



ICPSE
2026

در مجموع، نتایج پژوهش نشان می دهد که اعتیاد به شبکه های اجتماعی صرفاً یک رفتار وابسته به میزان استفاده از فضای مجازی نیست، بلکه با ساختارهای عمیق شناختی و شیوه های مقابله ای افراد در برابر فشارهای روانی ارتباط دارد. بنابراین، شناسایی و اصلاح طرحواره های ناسازگار اولیه، تقویت سبک مقابله مسئله مدار و کاهش سبک های مقابله هیجان مدار و اجتنابی می تواند در پیشگیری و کاهش اعتیاد به شبکه های اجتماعی، به ویژه در میان دانش آموزان، مؤثر باشد.

واژگان کلیدی: اعتیاد به شبکه های اجتماعی، طرحواره های ناسازگار اولیه، سبک های مقابله ای، سبک مقابله مسئله مدار، سبک مقابله هیجان مدار، سبک مقابله اجتنابی

مقدمه

امروزه شبکه های اجتماعی به یکی از مهم ترین بسترهای تعامل اجتماعی، ارتباطات بین فردی و تبادل اطلاعات تبدیل شده اند و نقش چشمگیری در زندگی روزمره افراد ایفا می کنند. گسترش فناوری های دیجیتال و افزایش دسترسی به اینترنت موجب شده است که افراد زمان قابل توجهی از فعالیت های روزانه خود را در این فضاها سپری کنند. در کنار مزایای ارتباطی و اطلاعاتی این شبکه ها، استفاده افراطی و کنترل نشده از آن ها می تواند پیامدهای روان شناختی و رفتاری قابل توجهی به همراه داشته باشد و در برخی موارد به شکل گیری پدیده ای به نام اعتیاد به شبکه های اجتماعی منجر شود (آندریاسن و پالسن، ۲۰۱۴؛ کاتالدو و همکاران، ۲۰۲۲).

اعتیاد به شبکه های اجتماعی به الگویی از استفاده مفرط و کنترل نشده از این پلتفرم ها اشاره دارد که با علائمی نظیر اشتغال ذهنی، کاهش کنترل رفتاری، تحمل، علائم محرومیت و اختلال در عملکرد اجتماعی و تحصیلی همراه است (آمیرتالینگام و خرا، ۲۰۲۴). پژوهش ها نشان می دهند که استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی می تواند با مشکلاتی نظیر اضطراب، افسردگی، کاهش رضایت از زندگی و افت عملکرد تحصیلی مرتبط باشد (براون و همکاران، ۲۰۲۶؛ چنگ و همکاران، ۲۰۲۱). از این رو، بررسی عوامل روان شناختی مؤثر در شکل گیری و تداوم این رفتار اهمیت زیادی دارد.

یکی از مفاهیم مهم در روان شناسی بالینی که می تواند در تبیین رفتارهای اعتیادی نقش داشته باشد، مفهوم طرحواره های ناسازگار اولیه است. طرحواره های ناسازگار اولیه الگوهای عمیق شناختی-هیجانی هستند که در دوران کودکی و نوجوانی شکل می گیرند و در طول زندگی فرد تداوم می یابند. این طرحواره ها شامل باورها، خاطرات، هیجانات و احساسات بدنی درباره خود و دیگران هستند و در بسیاری از موارد موجب شکل گیری الگوهای رفتاری ناکارآمد می شوند (آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱؛ باخ و برنستاین، ۲۰۱۹). پژوهش ها نشان داده اند که فعال شدن طرحواره های ناسازگار اولیه می تواند افراد را در برابر رفتارهای اعتیادی آسیب پذیرتر کند، زیرا افراد ممکن است برای کاهش هیجانات منفی یا جبران نیازهای ارضا نشده به رفتارهای جبرانی مانند استفاده افراطی از اینترنت یا شبکه های اجتماعی روی آورند (آلوی و همکاران، ۲۰۲۰؛ افراتی و همکاران، ۲۰۲۳).

از سوی دیگر، سبک های مقابله ای به شیوه هایی اشاره دارند که افراد برای مدیریت استرس ها، تعارض ها و موقعیت های دشوار زندگی به کار می گیرند. این سبک ها می توانند سازگار یا ناسازگار باشند. سبک های مقابله ای ناسازگار مانند اجتناب، تسلیم یا جبران افراطی ممکن است فرد را به سمت رفتارهایی سوق دهند که به طور موقت تنش روانی را کاهش می دهند اما در بلندمدت



ICPSE
2026

پیامدهای منفی به همراه دارند (برند و همکاران، ۲۰۱۹). در این میان، شبکه‌های اجتماعی می‌توانند به عنوان ابزاری برای فرار از واقعیت یا تنظیم هیجانات منفی مورد استفاده قرار گیرند و در نتیجه به تقویت الگوهای اعتیادی منجر شوند. پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند از طریق سبک‌های مقابله‌ای بر شکل‌گیری رفتارهای اعتیادی تأثیر بگذارند. به عبارت دیگر، سبک‌های مقابله‌ای می‌توانند نقش میانجی در رابطه بین طرحواره‌ها و اعتیادهای رفتاری ایفا کنند (کودو و همکاران، ۲۰۲۲؛ کودو و همکاران، ۲۰۲۳). بررسی این روابط می‌تواند به درک بهتر سازوکارهای روان‌شناختی زیربنایی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی کمک کند. بنابراین، شناخت نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های مقابله‌ای در بروز اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند زمینه‌ساز طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی مؤثرتر باشد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با میانجی‌گری سبک‌های مقابله‌ای انجام شده است.

بیان مسئله

با پیشرفت فناوری‌های ارتباطی و گسترش استفاده از تلفن‌های هوشمند، دسترسی به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی به‌طور چشمگیری افزایش یافته است. شبکه‌های اجتماعی محیط‌های مجازی تعاملی هستند که کاربران می‌توانند در آن‌ها با ایجاد حساب کاربری، اطلاعات، تصاویر و دیدگاه‌های خود را با دیگران به اشتراک بگذارند و با افراد مختلف ارتباط برقرار کنند (کاتالدو و همکاران، ۲۰۲۲). در سال‌های اخیر استفاده از این شبکه‌ها به‌ویژه در میان نوجوانان و جوانان رشد قابل توجهی داشته است و بخش قابل توجهی از زمان روزانه آن‌ها در این فضاها سپری می‌شود. مطالعات نشان می‌دهد که درصد بالایی از جوانان و دانشجویان به‌طور روزانه از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند و در برخی موارد این استفاده به شکل افراطی و کنترل‌نشده در می‌آید (آندریاسن و پالسن، ۲۰۱۴). در چنین شرایطی، پدیده‌ای تحت عنوان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مطرح شده است که به الگوی استفاده مفرط از این شبکه‌ها اشاره دارد و می‌تواند با مشکلات روان‌شناختی و اجتماعی مختلفی همراه باشد (آمیرتالینگام و خرا، ۲۰۲۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده مشکل‌زا از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند با پیامدهایی نظیر کاهش عملکرد تحصیلی، اختلال در روابط بین‌فردی، اضطراب، افسردگی و کاهش رضایت از زندگی همراه باشد (براون و همکاران، ۲۰۲۶؛ چنگ و همکاران، ۲۰۲۱). از این رو، شناسایی عوامل روان‌شناختی مؤثر در شکل‌گیری و تداوم این رفتار اهمیت زیادی دارد. یکی از عواملی که ممکن است در ایجاد و تداوم رفتارهای اعتیادی نقش داشته باشد، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. طرحواره‌های ناسازگار اولیه الگوهای عمیق شناختی و هیجانی هستند که در نتیجه تجارب اولیه زندگی شکل می‌گیرند و بر نحوه ادراک فرد از خود، دیگران و جهان تأثیر می‌گذارند (آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱). این طرحواره‌ها زمانی فعال می‌شوند که موقعیت‌های زندگی با محتوای آن‌ها همخوانی داشته باشد و می‌توانند هیجانات منفی، مشکلات بین‌فردی و رفتارهای ناسازگار را در پی داشته باشند (باخ و برنستاین، ۲۰۱۹).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با انواع مختلف اعتیادهای رفتاری از جمله اعتیاد به اینترنت، بازی‌های آنلاین و استفاده مشکل‌زا از شبکه‌های اجتماعی ارتباط دارند (آلوی و همکاران، ۲۰۲۰؛ افراتی و همکاران، ۲۰۲۳). افراد دارای



ICPSE
2026

نوزدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و آموزشی

گرجستان - ۲۷ شهریور ۱۴۰۵ - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

18 Septembe 2026 - TBILISI GEORGIA

<http://icpse.ir>
info@icpse.ir

طرحواره های ناسازگار ممکن است برای کاهش احساسات منفی ناشی از این طرحواره ها به فعالیت هایی روی آورند که به طور موقت احساس بهتری ایجاد می کند، اما در بلندمدت به رفتارهای اعتیادی منجر می شود.

در این میان، سبک های مقابله ای نیز نقش مهمی در نحوه مواجهه افراد با استرس ها و مشکلات زندگی دارند. سبک های مقابله ای ناسازگار می توانند موجب شوند افراد به جای مواجهه فعال با مشکلات، به راهبردهای اجتنابی یا فرارگونه روی آورند (برند و همکاران، ۲۰۱۹). استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی می تواند یکی از این راهبردهای اجتنابی باشد که فرد برای کاهش تنش های روانی از آن استفاده می کند.

بنابراین، به نظر می رسد که طرحواره های ناسازگار اولیه از طریق تأثیر بر سبک های مقابله ای می توانند در شکل گیری اعتیاد به شبکه های اجتماعی نقش داشته باشند. بررسی این روابط می تواند به درک بهتر سازوکارهای روان شناختی این پدیده کمک کند و زمینه را برای طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی مؤثر فراهم سازد. از این رو، مسئله اصلی پژوهش حاضر بررسی این است که آیا طرحواره های ناسازگار اولیه می توانند با میانجی گری سبک های مقابله ای، اعتیاد به شبکه های اجتماعی را پیش بینی کنند.

مبانی و پیشینه پژوهش

در عصر حاضر، شبکه های اجتماعی به بخشی جدایی ناپذیر از زندگی روزمره افراد تبدیل شده اند و نقش مهمی در برقراری ارتباطات اجتماعی، تبادل اطلاعات و شکل دهی به هویت فردی ایفا می کنند. با این حال، استفاده نابه جا و کنترل نشده از این فضاها می تواند منجر به بروز مشکلات روان شناختی و رفتاری مانند اعتیاد به شبکه های اجتماعی شود. اعتیاد به شبکه های اجتماعی به حالتی اطلاق می شود که در آن فرد به صورت مکرر و کنترل نشده به استفاده از این پلتفرم ها می پردازد و توانایی تنظیم زمان و میزان استفاده خود را از دست می دهد؛ وضعیتی که می تواند پیامدهایی مانند کاهش عملکرد تحصیلی و شغلی، اختلال در روابط اجتماعی و افزایش نشانه های اضطراب و افسردگی را به دنبال داشته باشد (آندریاسن و پالسن، ۲۰۱۴؛ چنگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ آمیرتالینگام و خرا، ۲۰۲۴).

یکی از عوامل روان شناختی مهمی که می تواند در شکل گیری و تداوم اعتیاد به شبکه های اجتماعی نقش داشته باشد، طرحواره های ناسازگار اولیه هستند. طرحواره های ناسازگار اولیه به الگوهای عمیق و پایدار شناختی - هیجانی اشاره دارند که در دوران کودکی و بر اساس تجربیات اولیه زندگی شکل می گیرند و بر نحوه ادراک فرد از خود، دیگران و جهان پیرامون اثر می گذارند. این طرحواره ها می توانند زمینه ساز بروز الگوهای رفتاری ناسازگار و جبرانی شوند و افراد برای جبران نیازهای هیجانی ارضا نشده خود به رفتارهایی مانند استفاده افراطی از فضای مجازی و شبکه های اجتماعی روی آورند (باخ و برنستاین، ۲۰۱۹؛ آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱).

در کنار طرحواره های ناسازگار اولیه، سبک های مقابله ای نیز نقش مهمی در این فرایند ایفا می کنند. سبک های مقابله ای به شیوه های شناختی و رفتاری افراد برای مدیریت موقعیت های استرس زا و فشارهای روانی اشاره دارند. پژوهش ها نشان می دهند افرادی که از سبک های مقابله ای ناکارآمد مانند اجتناب یا تنظیم هیجانی ناسازگار استفاده می کنند، بیشتر در معرض رفتارهای اعتیادی از جمله استفاده مشکل ساز از شبکه های اجتماعی قرار دارند. از این رو، سبک های مقابله ای می توانند به عنوان متغیری



ICPSE
2026

میانجی در رابطه میان طرحواره های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه های اجتماعی عمل کنند (برند و همکاران، ۲۰۱۹؛ کودو و همکاران، ۲۰۲۲؛ کودو و همکاران، ۲۰۲۳).

سبک های مقابله ای ناسازگار که معمولاً شامل اجتناب، انکار و فرار از واقعیت می شوند، می توانند موجب تشدید اعتیاد به شبکه های اجتماعی شوند، زیرا فرد به جای مواجهه فعال با مشکلات، به این فضاها پناه می برد تا از احساسات منفی فرار کند. بالعکس، سبک های مقابله ای سازگار همچون حل مسئله و تنظیم هیجانی می توانند به کاهش اثرات منفی طرحواره ها کمک کرده و فرد را از دام اعتیاد به شبکه های اجتماعی رهایی بخشند.

با توجه به اهمیت این متغیرها، پژوهش های بسیاری در سال های اخیر به بررسی ارتباط بین طرحواره های ناسازگار اولیه، سبک های مقابله ای و اعتیاد به شبکه های اجتماعی پرداخته اند. نتایج این تحقیقات نشان داده است که پرداختن به الگوهای شناختی و هیجانی بنیادین و همچنین آموزش سبک های مقابله ای سازگار می تواند در پیشگیری و درمان اعتیاد به شبکه های اجتماعی نقش مؤثری ایفا کند.

طرحواره چیست و چگونه شکل می گیرد؟

به طور کلی، واژه طرحواره به چارچوب ها یا ساختارهای شناختی نسبتاً پایدار اشاره دارد که افراد از طریق آن ها اطلاعات را دریافت، سازمان دهی و تفسیر می کنند. در روان شناسی، این مفهوم نخستین بار به طور برجسته در نظریه رشد شناختی پیازه مطرح شد. از دیدگاه او، کودک از طریق فرایندهای درون سازی و برون سازی، طرحواره هایی را در ذهن خود شکل می دهد و بر اساس آن ها به جهان پیرامون معنا می بخشد. در این چارچوب، طرحواره ها به عنوان واحدهای بنیادی شناخت عمل می کنند و نقش مهمی در ادراک، یادگیری و سازگاری فرد با محیط دارند (کرین، ۲۰۱۵؛ آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱).

پس از پیازه، مفهوم طرحواره در حوزه های مختلف روان شناسی، به ویژه در رویکردهای شناختی و بالینی، گسترش یافت. در درمان شناختی و به ویژه طرحواره درمانی، طرحواره به عنوان ساختاری عمیق، فراگیر و سازمان دهنده در نظر گرفته می شود که بر نحوه تفسیر فرد از خود، دیگران و روابط بین فردی اثر می گذارد. اگرچه برخی طرحواره ها می توانند سازگارانه باشند، در طرحواره درمانی تأکید اصلی بر طرحواره های ناسازگار اولیه است؛ یعنی الگوهای شناختی - هیجانی ناکارآمدی که از تجارب اولیه زندگی شکل می گیرند و در طول زمان تداوم می یابند (باخ و برنستاین، ۲۰۱۹؛ آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱).

یانگ طرحواره های ناسازگار اولیه را الگوهایی عمیق، پایدار، منفی و خودتداوم بخش می داند که معمولاً در دوران کودکی یا نوجوانی شکل می گیرند و در بزرگسالی در موقعیت های مختلف فعال می شوند. این طرحواره ها شامل ترکیبی از خاطرات، هیجان ها، شناخت ها، احساسات بدنی و باورهای بنیادین درباره خود و دیگران هستند و حتی زمانی که برای فرد پیامدهای منفی داشته باشند، باز هم ممکن است حفظ شوند. به اعتقاد یانگ، این طرحواره ها زمینه ساز بروز رفتارهای ناسازگار، الگوهای اجتنابی، تسلیم گرایانه یا جبرانی و نیز بسیاری از مشکلات مزمن روان شناختی می شوند (یانگ، ۱۹۹۹؛ باخ و برنستاین، ۲۰۱۹؛ آلوی و همکاران، ۲۰۲۰).

بر اساس نظریه طرحواره درمانی، ریشه شکل گیری طرحواره های ناسازگار اولیه در ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی در دوره کودکی قرار دارد. این نیازها شامل دلبستگی ایمن، خودگردانی و کفایت، آزادی در بیان نیازها و هیجان ها، spontaneity و



ICPSE
2026

بازی، و نیز محدودیت های واقع بینانه و خودکنترلی هستند. هنگامی که این نیازها در بستر روابط اولیه کودک با مراقبان به طور مطلوب برآورده نشوند، و این شرایط با ویژگی های سرشتی و خلق و خوی کودک نیز همراه شود، احتمال شکل گیری طرحواره های ناسازگار افزایش می یابد (آرنتز و همکاران، ۲۰۲۱؛ باخ و برنستاین، ۲۰۱۹).

یانگ در قالب مدل نظری خود، ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه را در ۵ حوزه اصلی طبقه بندی کرده است. این حوزه ها شامل بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت های مختل، دیگرجهت مندی و گوش به زنگی بیش از حد/بازداری هستند. پژوهش های جدید نشان داده اند که این طرحواره ها با طیف گسترده ای از اختلال های شخصیت، مشکلات هیجانی مزمن و صفات شخصیتی ناسازگار ارتباط دارند. برای نمونه، برخی طرحواره ها مانند استحقاق/بزرگ منشی، وابستگی/بی کفایتی، رهاشدگی یا نقص/شرم در تبیین آسیب شناسی های شخصیت و الگوهای بین فردی ناسازگار نقش برجسته ای دارند (فارل، شاو و وبر، ۲۰۰۹؛ باخ و برنستاین، ۲۰۱۹؛ براون و همکاران، ۲۰۲۶).

مفهوم شبکه های اجتماعی

یک شبکه های اجتماعی ساختاری اجتماعی است که از گروه هایی - که عموماً فردی یا سازمانی هستند - تشکیل شده که بواسطه یک یا چند نوع از وابستگی ها به هم متصلند (منگول و فولدس^۱، ۲۰۲۰). شبکه های اجتماعی در بستر یک جامعه اطلاعاتی پیچیده، کارکرد موثر شبکه (همگرایی) را تصویر می کند و با نگاهی دقیق تر، جامعه ترکیبی است از شبکه های متعدد: شبکه های میان سازمان ها، شبکه درون سازمانی، شبکه های شخصی، شبکه های رایانه ای و علاوه بر این ها شبکه های فرا مرزی و اطلاعات از طریق همین بزرگراه ها جاری می شود (حیدری و همکاران، ۱۳۹۹).

شبکه های اجتماعی مجال شکل گیری اجتماعات جدیدی از کاربران را فراهم می کند. از زمان فردیناند تونیس و تلاش او برای تعریف دو گونه تجمع انسانی یعنی "اجتماع" در مقابل "جامعه" (گزلفاقت و گمنشافت) به بعد همه متفکران علوم اجتماعی و فرهنگی، رو در رو بودن، محدودیت تعداد و ابتناء بر روابط عاطفی و نه روابط عقلانی را از خصائص بنیانی "اجتماع" عنوان کرده اند. هر چند روابط کاربران شبکه های اجتماعی رابطه ای با واسطه است و نه رودررو، اما بسیاری از مطالعه کنندگان اینترنت تمایل دارند از اصطلاح "اجتماع" برای اشاره به جمع کاربران استفاده کنند (مارتین، ۱۳۹۸). در این میان تلاش های متعددی در حال انجام است تا حوزه و دامنه معنایی کاربردهای جدید این اصطلاح را برای اشاره به تجمعات کاربران شبکه های اجتماعی، روشن سازد. از جمله می توان به تلاش های خانم شلینی ونچرلی اشاره کرد. او به شبکه ها و سازمان های رسمی که به سامان بخشیدن به روابط و مقررات ارتباطاتی در شبکه های اجتماعی اشتغال دارند، می پردازد و در ادامه به موضوع اجتماعات کاربران و خصوصیت های آنها اشاره می کند (روسچیلد^۲، ۲۰۲۱).

تاریخچه شبکه های اجتماعی

شبکه های اجتماعی امکان شکل گیری اجتماعات جدید را برای کاربران فراهم می کند. از زمان تونیس^۳ و تلاش او برای تعریف دو گونه تجمع انسانی، یعنی «اجتماع» در مقابل «جامعه» گزلفاقت و گمنشافت به بعد، همه متفکران علوم اجتماعی و فرهنگی

¹ Mangold & Faulds

² Rothschild

³ Toniest



ICPSE
2026

«رودر رو بودن»، «محدودیت تعداد» و «مبتنی بر روابط عاطفی و نه رابطه عقلانی» را از خصائص بنیانی «اجتماع» عنوان کرده اند (کیا و همکاران، ۱۳۹۹).

در سال ۱۹۶۰ نخستین بار بحث شبکه های اجتماعی در دانشگاه ایلی نیوز در ایالت متحده آمریکا مطرح شد، پس از آن در ۱۹۹۷ نخستین سایت شبکه های اجتماعی به آدرس اینترنتی SixDegress.com راه اندازی شد. اما بعد از سال ۲۰۰۲ انفجار تجارت در وب سایت های شبکه های اجتماعی مانند Lindedin و Orkut و Friendestre و... باعث تحول عظیم در این عرصه و شکوفایی شبکه های اجتماعی شد (روحانیان و همکاران، ۱۳۹۹). در سال ۲۰۰۴ سایت های شبکه های اجتماعی فرینداستر با ۷ میلیون کاربر و مای اسپیس با ۴ میلیون کاربر مقام های اول را داشتند. در این سال سایت فیس بوک نیز راه اندازی شد. سال ۲۰۰۵، سال ظهور قوانین، برای شبکه های اجتماعی بود زیرا بسیاری از اطلاعات شخصی افراد در اختیار این شبکه ها بود که قوانینی مشخص برای حفظ این اطلاعات و نوع ارتباطات ایجاد کردند. سرانجام سال ۲۰۰۶، سال گسترش روزافزون کاربران و بازدیدکنندگان وب سایت های شبکه های اجتماعی و همچنین سایر سایت های دیگر به شبکه های اجتماعی بود (منگول و فولدس، ۲۰۲۰).

تحولات شبکه های اجتماعی از ابتدا تا کنون

در گذشته کاربران برای استفاده از امکاناتی مانند چت، ساخت وبلاگ، جستجوی اینترنتی، اطلاع از اخبار و رویدادها و یا آپلود فایل ها، باید عضو سایت متفاوتی می شدند (خان بیکی و بابایی، ۱۳۹۰)، برخی معتقدند که سایت های دوست یابی اولین شبکه های اجتماعی اینترنتی هستند، و زمانی شروع به کار کردند که استفاده از اینترنت تقریباً همه گیر شده بود که امکان عضویت و برقراری تماس با دیگر اعضا را می دادند، سخنگاه های آنلاین هم نقش مهمی در پیشرفت و تکامل شبکه های اجتماعی داشته اند (اسلامی، ۱۳۹۲). اولین شبکه های اجتماعی اینترنتی مدرن در سال ۱۹۹۷ بنام «شش درجه» راه اندازی شد، این سایت به کاربران امکان عضویت و آشنایی با دیگر اعضا را می داد در این سایت ابتدا امکان ایجاد پروفایل و بعدها امکان ایجاد لیست دوستان هم فراهم شد، این سایت طرفداران زیادی را جذب کرد (افتاده، ۱۳۹۰)، از سال ۱۹۹۷ تا ۲۰۰۱ شبکه های اجتماعی مختلفی با امکانات و ویژگی های متفاوت از دیگری ساخته شد مثل خیابان آسیایی^۵، سیاره سیاه^۶ نام برد، که امکان عضویت و اضافه کردن لیست دوستان بدون دریافت تاییدیه را می دادند، این سایت ها هیچگونه خلاقیتی نداشتند (ایران مهر، ۱۳۹۵)، ضمن اینکه سایت «شش درجه» نیز در سال ۲۰۰۱ تعطیل شد (افتاده، ۱۳۹۵).

از سال ۲۰۰۱ به بعد شبکه های اجتماعی متفاوتی با کاربری های متنوع ایجاد شد و درواقع موج جدیدی از شبکه های اجتماعی شکل گرفت «لایوژورنال^۷» و «رایز^۸» از جمله اولین شبکه های اجتماعی با اهداف حرفه ای بودند، که به ترتیب اولی برای مرور ژورنال ها و دومی برای خدمات کسب و کار راه اندازی شدند، کم کم سایت ها و شبکه های اجتماعی زیادی همچون اورکات، فرند-استر و لینکداین راه اندازی شدند که امکانات مختلفی از جمله دوست شدن فرد با ۴ نسبت اونطرف تر یعنی دوست دوست دوست

⁴ Mangold & Faulds

⁵ Asian Avenue

⁶ Black Planet

⁷ Live Journal

⁸ Ryze



ICPSE
2026

دوستهایش را فراهم می کردند که سایت فرند استر به علت زیاد شدن تعداد کاربران و مشکلات فنی محبوبیتش را از دست داد (اسلامی، ۱۳۹۲).

سایت اورکات امکان ایجاد پروفایل، و ارسال پیغام برای دوستان و انجمن های گفتگو را برای کاربران فراهم کرد و هر پروفایل دارای سه بخش اجتماعی، حرفه ای و شخصی بود، از سال ۲۰۰۳ تعداد زیادی شبکه های اجتماعی با کاربری های مختلف به وجود آمد مانند مای اسپیس که امکانات خاص و جذابی فراهم کرده بود امکان ایجاد پروفایل و آپلود عکس نیز وجود داشت، بعدها فیسبوک و توئیتر پا به عرصه گذاشتند (اسلامی، ۱۳۹۲) و امکانات جذابی از جمله امکانات توسعه نرم افزاری، ایجاد امنیت، سادگی کار با محیط کاربری، ایجاد آلبوم عکس و در نهایت دسترسی به فیسبوک از طریق تلفن همراه را در اختیار کاربران قرار دادند (خدایاری، ۱۳۹۵). از سویی دیگر، رواج تجارت الکترونیکی و کسب و کارهای آن لاین، موجب ارتقاء جنبه اقتصادی شبکه های اجتماعی شده است، شرکت ها و صاحبان کسب و کارهای کوچک می توانند از طریق شبکه های اجتماعی، تراکنش و داد و ستد مالی وسیعی داشته باشند و داده های مربوط به کاربران در شبکه و تعاملات و علایق آنها منبع اطلاعاتی مهمی برای شرکت ها، دولت ها و سازمان ها محسوب می شود و از طرفی دیگر مدیران شبکه های اجتماعی با دریافت هزینه از طریق انتشار تبلیغات در بین کاربران بهره می برند (رمضانی، ۱۳۹۲)، در حال حاضر شبکه های اجتماعی، بسیاری از نیازهای افراد برای سرگرمی، نیازهای اطلاعاتی، معاشرتی، کنجکاوی، رهایی، تعامل اجتماعی و گذراندن وقت، نیازهای بین فردی، تماس اجتماعی، هویت شخصی و نیازهای راهنمایی، کسب و کار و تجارت و تبلیغات، را مرتفع می کنند (شهابی و قدسی، ۱۳۹۵).

قابلیت های شبکه های اجتماعی

استقبال از شبکه های اجتماعی از آن روست که کاربران اینترنتی می توانند برای اغلب نیازهای آنلاین خود در این وبسایت ها پاسخ مناسب بیابند (اندانا ۹ و همکاران، ۲۰۱۹). در شبکه های اجتماعی کاربران می توانند پروفایل های شخصی برای خودشان بسازند که شامل مشخصات، تصاویر، علاقه مندی ها و سایر موارد اینچنینی است. اما شبکه ای شدن این وبسایت ها از جایی آغاز می شود که هر کاربر لیستی از دوستان تهیه می کند و این پروفایل های شخصی به یکدیگر متصل می شوند. هر کاربر می تواند دوستان و آشنایانی که در همان شبکه های اجتماعی حضور دارند را به لیست دوستان خود بیفزاید. همچنین کاربران می توانند با جست و جو در پروفایل های کاربران و مشاهده مشخصات آنها با افراد جدیدی آشنا شوند و لیست دوستان خود را گسترده تر کنند (حیدری و همکاران، ۱۳۹۹). اینها ابتدایی ترین امکانات شبکه های اجتماعی است و این وبسایت ها در سال های اخیر تلاش کرده اند (منگول و فولدس، ۲۰۲۰). تا گزینه های بیشتری در اختیار کاربران خود قرار دهند. امکانی شبیه به وبلاگ ها و میکرو بلاگ ها برای نوشتن مطالب کوتاه و یادداشت های روزانه و فضایی شبیه به سایت های عکس برای قرار دادن تصاویر شخصی، ایجاد فضایی شبیه به چت برای گفت و گوهای فوری میان کاربران، قابلیت ساختن اتاق های گفت و گو و صفحات هواداری شبیه به فروم های اینترنتی از جمله ساده ترین این امکانات است. شبکه های اجتماعی متناسب با نوع موضوع فعالیت شان امکانات دیگری از قبیل خبرخوان های اینترنتی، بازی های آنلاین، قابلیت آپلود کردن ویدئوها و فایل های کامپیوتری و برقراری ارتباط با سایر رسانه های شخصی را نیز در گزینه هایشان دارند. بدین ترتیب می بینیم که اغلب امکاناتی را که کاربران اینترنتی پیش از این از طریق مراجعه به چندین

⁹ Ananda



ICPSE
2026

وبسایت کسب می کردند، یک جا در شبکه های اجتماعی دریافت می کنند. پس بی دلیل نیست که کاربران بخش قابل توجهی از زمانی را که در اینترنت به سر می برند در شبکه های اجتماعی حضور دارند (روسچیلد، ۲۰۲۱). امروزه شبکه های اجتماعی برپایه اینترنت از قبیل facebook و myspace در بین کاربران محبوبیت بسزایی کسب کرده اند. این شبکه های اجتماعی در عین حال که فضاهایی هستند که در آنها افراد دوستان جدیدی پیدا می کنند و یا دوستان قدیمی خود را در جریان تغییرات زندگی شان قرار می دهند، مکان هایی برای تبادل نظر هستند که در آنها کاربران عقاید و نظرات خود را با هم به اشتراک می گذارند. این قابلیت که یک کاربر بتواند با امثال خود در کشورهای دیگر جهان ارتباط برقرار کند باعث می شود تا این شبکه ها به مکانی تبدیل شوند که در آنها ایده های جدید معرفی شده و مورد بحث قرار گیرند (خالقی و همکاران، ۱۳۹۸).

— جنبه تفریحی

میزان تجربه فرح بخش و سرگرم کننده ای که در اثر بازاریابی شبکه های اجتماعی در مصرف کننده ایجاد می شود. سرگرمی، نظر، خنده، شوخی، سرکار گذاشتن، سوتی و گاف گرفتن، کارهای مونتاژی و فتوشاپی کردن، دست انداختن سیاستمداران، معما طرح کردن از ویژگی های این شبکه ها است. تفریح و سرگرمی؛ شبکه های اجتماعی، تفننی بدیع و هیجان انگیز است؛ چه به طور مستقیم و چه به وسیله ابزار آنلاین تفریح و سرگرمی و چه به وسیله بازی های رایانه ای، و البته تلفن های همراه و یا شرکت در چت های مورد علاقه. به علاوه، دسترسی آسان به انواع هنرها و ابزارهایی که امکان تجربه آن ها در زندگی واقعی وجود ندارد، از عوامل جذابیت بخش شبکه های اجتماعی هستند (سرور، ۱۳۹۸).

— جنبه تعاملی

میزان برقراری روابط میان افراد با دیدگاه های مشابه و تعامل و گفتگوی میان آنها درباره محصولات و برندهای خاص که در اثر بازاریابی شبکه های اجتماعی ایجاد شده باشد (اندانا ۱۱ و همکاران، ۲۰۱۹). از مزیت های شبکه های اجتماعی، امکان انتقال سریع اطلاعات در آن ها است. همچنین این امکان مردم را قادر می سازد که در حین هر کاری، از اطلاعات باخبر گردند (بیات و همکاران، ۱۳۹۷). افزون بر این، کاربران در هزاران گروه و شبکه های اجتماعی می توانند به راحتی موضوعات مورد علاقه و تخصصی خود را پیدا کنند و در آن ها عضو شوند. به نوعی رسانه در این جا در خدمت مخاطب و در تعامل دقیق با وی قرار دارد. همچنین از منظر اقتصادی، شبکه های اجتماعی قادر به ایجاد پول هستند. این کار از طریق حق عضویت یا تبلیغات و همچنین ایجاد رابطه مستقیم بین خریدار و فروشنده امکان پذیر خواهد بود. امروزه، نزدیک به ۲ میلیارد نفر حداقل عضو یک شبکه های اجتماعی هستند (حیدری و همکاران، ۱۳۹۹). نکته مهم در این اجتماعات، شیوه تعامل هویت های فردی و شکل گیری یک فرهنگ است که تا حدی بازتولید یک فرهنگ در جهان واقعی است و تا حدودی حاصل ابتکار و آزادی عمل در این فضای جدید است که محدودیت های کمتری بر آن اعمال می شود. از منظر هویتی نیز اگر به این موضوع بنگریم، کاربران در شبکه های اجتماعی شبکه های اجتماعی، با هویتی چندگانه، دورگه و پیوندی رو به رو هستند؛ تا یک هویت یک دست و منسجم. افراد و کاربران در شبکه های اجتماعی شبکه های اجتماعی، هویت خود را از طریق: نوشته ها، لینک ها، نشانه های گرافیکی و سایر موارد بیان می دارند. در بیشتر موارد، این فعالیت ها را شرکت های تبلیغاتی رصد می کنند. لذا شبکه های اجتماعی نمونه های خوبی از

¹⁰ Rothschild

¹¹ Ananda



ICPSE
2026

وب سایت های تعاملی هستند که به بهترین شکل کاربر را درگیر خود کرده و به تولید محتوا کمک می نمایند (تقوی فرد و همکاران، ۱۳۹۷). امروزه وب سایت های زیادی با طراحی سایت حرفه ای و تعاملی سعی در ایجاد تعامل بیشتر با کاربران هستند و سعی می کنند با درگیر کردن آنان با قسمتهایی مانند درج نظرات، ویدئوها و ... این مسیر را هموارتر نمایند (آراو^{۱۲}، ۲۰۲۱).

— جنبه به روز بودن

میزان ایجاد دسترسی مصرف کنندگان به آخرین اخبار روز و بحث های داغ که از طریق بازاریابی شبکه های اجتماعی ایجاد شده باشد (نام^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۹).

— جنبه سفارشی شده

سطح سفارشی بودن در بازاریابی شبکه های اجتماعی به میزان انعطاف و تطابق خدمات بازاریابی برای سازگاری با ترجیحات فردی مصرف کننده اشاره دارد (گودی و همکاران، ۲۰۲۱). این روزها مشتریان به طور چشمگیری رفتارهایشان را همراستا با تکنولوژی و محیط اقتصادی دنیا تغییر می دهند. آن ها حجم زیادی از اطلاعات را به دست می آورند، از محصولات با خبر، با آن ها آشنا و اعتمادشان را نسبت به تبلیغات از دست می دهند. محصولات و خدمات سفارشی را ترجیح می دهند و کانال های خرید خود را تغییر می دهند. بنابراین کسب و کارها برای بقای خود مجبور به اصلاح یا حتی تغییر استراتژی های تبلیغاتی خود برای از عهده بر آمدن تغییرات، حقایق و رفتارهای مشتریان خود می باشند. این روزها تجارت الکترونیک در حال انتقال از حالت تراکنش پایه به سمت شبکه های اجتماعی پایه یا اعتماد پایه (بازاریابی شبکه های اجتماعی) می باشند (ژاو^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۹).

— ریسک ادراک شده

محققان رفتار مشتری، اغلب ریسک ادراک شده را به عنوان محققان رفتار مشتری، اغلب ریسک ادراک شده را به عنوان محققان رفتار مشتری، اغلب ریسک ادراک شده را به عنوان تعریف کرده اند (گویان و همکاران، ۲۰۲۱، ۱۵). بسیاری از مطالعات نشان داده اند که مشتریان اشکال و یا ابعاد متفاوتی از ریسک را درک می کنند. اگر خرید آنی را به عنوان یک رابطه کوتاه مدت بین خریدار و فروشنده در نظر بگیریم، مطمئناً ابعاد ریسک ادراک شده در موبایل مارکتینگ که یک رابطه بلند مدت است، به شکل پیچیده تری مشاهده خواهد شد که نیازمند بررسی های دقیق تری می باشد (اندانا^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۶).

یکی از مفاهیمی که در پژوهش های بررسی رفتار مشتری مورد توجه قرار گرفته است، مفهوم ریسک ادراک شده مشتری است. محققان رفتار مشتری، اغلب ریسک ادراک شده را به عنوان ادراک مشتری در مورد عدم اطمینان و نتایج معکوس بالقوه خرید یک محصول و یا سرویس تعریف کرده اند (رایدل^{۱۶}، ۲۰۱۸). بسیاری از مطالعات نشان داده اند که مشتریان اشکال و یا ابعاد متفاوتی از ریسک را درک می کنند. اینکه ارزش پیشگویی کننده هر کدام از این ابعاد در کل ریسک و رفتار کاهش دهنده آن به چه میزانی است، به طبقه محصول یا خدمت بسیار وابسته است (چوهان^{۱۷} و همکاران، ۲۰۱۸).

¹² arao

¹³ Nam

¹⁴ Zhao

¹⁵ Goyanes and et l

¹⁶ Ananda

¹⁷ Riddle

¹⁸ Chauhan



ICPSE
2026

ریسک ادراک شده را می توان به عنوان ادراک مشتری در مورد عدم اطمینان و نتایج معکوس بالقوه خرید یک محصول یا سرویس تعریف نمود. ریسک ادراک شده به عنوان عامل مهمی در نظر گرفته می شود که رفتار مشتری را تحت تاثیر قرار می دهد. محققان در تئوری که می توان آن را تئوری ریسک ادراک شده نامید، ریسک ادراک شده را بصورت ترکیبی از چند بعد شناسایی کرده اند. این ابعاد شامل ریسک های مالی، روانشناختی، زمانی، خصوصی، عملکردی می باشند. این ابعاد توسط محققان بسیاری مورد استفاده قرار گرفته و حتی توسعه داده شده است (جو و همکاران ۲۰۲۰، ۱۹). در مطالعه بر روی مفهوم ریسک ادراک شده مشتریان در حوزه های گوناگون، باید به این نکته توجه نمود که اشکال مجزای ریسک ممکن است به طور مستقل از یکدیگر درک شوند و تأثیرگذاری هر کدام ممکن است متفاوت باشد، چون هر کدام می توانند از انواع متفاوتی از منابع و در شرایط متفاوتی بوجود آیند. اینکه ارزش پیشگویی کننده هر کدام از این ابعاد در کل ریسک ادراک شده به چه میزان است به طبقه محصول یا خدمت بستگی دارد (گودی ۲۰ و همکاران، ۲۰۲۱)، درایتر و همکاران (۲۰۰۱) معتقدند که ریسک ادراکی متغیر حیاتی است، به ویژه در بخش خدمات که نمی توان شاخص های کیفی را از طریق ابعاد ملموس و عینی به دست آورد. ریسک ادراکی در سطوح بالاتر عدم اطمینان و با افزایش احتمال پیامدهای منفی، افزایش می یابد. شواهد نشان می دهد که ریسک ادراکی عامل مهمی در رفتار خرید از طریق موبایل بانک است (حیدری و همکاران، ۱۳۹۹).

چارچوب نظری پژوهش

اعتیاد به شبکه های اجتماعی به عنوان یک پدیده نوظهور روان شناختی، توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است؛ زیرا استفاده بیش از حد و کنترل نشده از این بسترهای دیجیتال می تواند پیامدهای منفی روانی و رفتاری متعددی در پی داشته باشد. این نوع اعتیاد اغلب با الگوهای فکری و هیجانی عمیق تر مرتبط است که در قالب طرحواره های ناسازگار اولیه شناخته می شوند. طرحواره های ناسازگار اولیه به باورها و الگوهای ذهنی عمیقی گفته می شود که در دوران کودکی و تحت تأثیر تجربیات اولیه شکل می گیرند و به صورت ساختارهایی پایدار در شخصیت فرد باقی می ماند و مسیر واکنش های هیجانی و رفتاری او را هدایت می کنند.

این طرحواره ها معمولاً در پاسخ به نیازهای اساسی روانی که برآورده نشده اند یا به شکل ناکافی تأمین شده اند، ایجاد می شوند و می توانند منجر به ایجاد الگوهای ناسازگار در تعامل فرد با خود و دیگران شوند. فردی که دارای طرحواره های ناسازگار اولیه است، ممکن است به دنبال راه هایی برای فرار از دردهای روانی ناشی از این طرحواره ها باشد؛ یکی از این راه ها می تواند استفاده بیش از حد و اعتیادآور به شبکه های اجتماعی باشد. شبکه های اجتماعی در این شرایط، فضایی برای جبران کمبودهای هیجانی و ایجاد احساس تعلق یا ارزش مندی فراهم می آورند.

از سوی دیگر، سبک های مقابله ای به عنوان فرآیندهای شناختی و رفتاری افراد در مواجهه با فشارهای روانی و استرس ها نقش مهمی ایفا می کنند. این سبک ها که شامل راهبردهای سازگار و ناسازگار می شوند، می توانند نقش میانجی در رابطه میان طرحواره های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه های اجتماعی داشته باشند. به بیان دیگر، نحوه مقابله فرد با استرس و فشارهای روانی، می تواند تعیین کند که طرحواره های ناسازگار چقدر در ایجاد و تداوم اعتیاد به شبکه های اجتماعی مؤثر باشند.

¹⁹ Joe and et al

²⁰ Godey



ICPSE
2026

سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار مانند اجتناب، انکار و فرار، ممکن است فرد را به استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی سوق دهند تا از مواجهه مستقیم با مشکلات و احساسات ناخوشایند بگریزد. این حالت نوعی مکانیسم دفاعی است که اگرچه به‌طور موقت موجب کاهش اضطراب می‌شود، اما در بلندمدت باعث تثبیت الگوهای رفتاری اعتیادآور می‌گردد. بالعکس، سبک‌های مقابله‌ای سازگار که شامل مواجهه فعال، حل مسئله و تنظیم هیجان می‌شوند، می‌توانند به کاهش اثرات منفی طرحواره‌های ناسازگار کمک کرده و احتمال گرایش به اعتیاد را کاهش دهند.

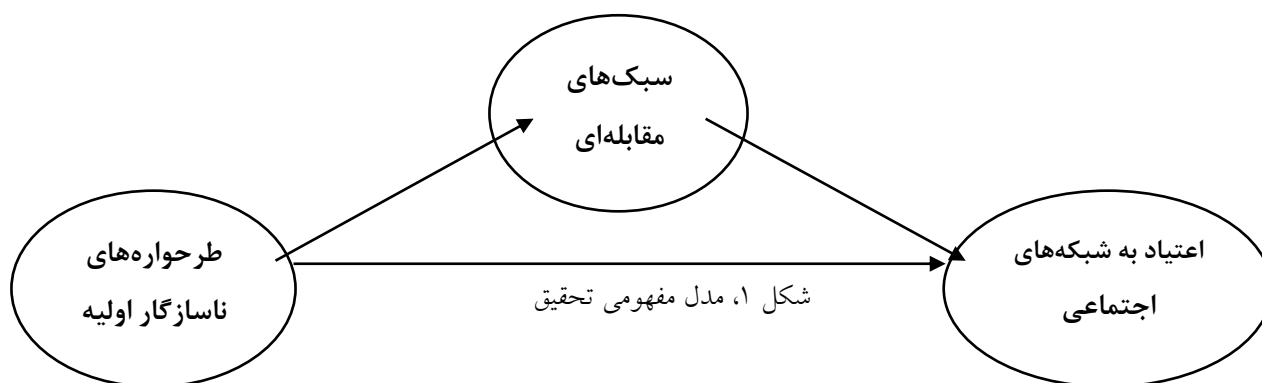
مطالعات روان‌شناختی اخیر بر نقش حیاتی طرحواره‌های ناسازگار اولیه در ایجاد آسیب‌پذیری‌های روانی تأکید دارند و معتقدند که این طرحواره‌ها به‌عنوان زیرساختی برای شکل‌گیری اختلالات رفتاری از جمله اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی عمل می‌کنند. این طرحواره‌ها اغلب با تجربه ناکامی در برآوردن نیازهای اساسی همچون امنیت، تعلق و خودارزشمندی مرتبط هستند که در صورت تقویت نشدن، منجر به رفتارهای جبرانی و فرار از واقعیت می‌شوند.

از طرفی، نظریه‌های شناختی-رفتاری تأکید می‌کنند که سبک‌های مقابله‌ای به‌عنوان فیلترهای شناختی، می‌توانند فرآیندهای روان‌شناختی مرتبط با طرحواره‌ها را تعدیل یا تشدید کنند. به این ترتیب، سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار نه تنها به عنوان عامل تسهیل‌کننده اعتیاد عمل می‌کنند، بلکه در نحوه تجربه و تفسیر فرد از طرحواره‌های ناسازگار نیز تأثیرگذار هستند. این تعامل پیچیده میان طرحواره‌ها و سبک‌های مقابله‌ای، چارچوب مفهومی مناسبی برای فهم دقیق‌تر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی فراهم می‌آورد.

نقش میانجی سبک‌های مقابله‌ای در این میان، اهمیت ویژه‌ای دارد زیرا می‌تواند زمینه‌ساز مداخلات درمانی هدفمند باشد. آموزش سبک‌های مقابله‌ای سازگار و توانمندسازی فرد در مواجهه مؤثر با فشارهای روانی، می‌تواند از شدت و استمرار اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی بکاهد. این رویکرد مبتنی بر شناخت و تغییر الگوهای فکری و رفتاری ناسازگار، ضمن کاهش آسیب‌های روانی، به بهبود کیفیت زندگی و عملکرد اجتماعی فرد کمک می‌کند.

در نهایت، بررسی این چارچوب نظری می‌تواند درک عمیق‌تری از فرآیندهای روان‌شناختی پشت اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی ارائه دهد و زمینه‌ساز تحقیقات کاربردی و طراحی برنامه‌های درمانی و پیشگیرانه باشد. این رویکرد یکپارچه که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های مقابله‌ای را در یک مدل تعاملی قرار می‌دهد، به ما این امکان را می‌دهد که ریشه‌های روانی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را شناسایی و بر اساس آن برنامه‌های مداخله‌ای موثرتری ارائه کنیم.

مدل تحقیق:





ICPSE
2026

روش پژوهش

این پژوهش بر اساس هدف یک تحقیق بنیادی است.

از سویی دیگر، از نظر ماهیت و روش تحقیق، توصیفی از نوع پیمایشی است. از آن جایی که این پژوهش به چگونگی رابطه بین اعتیاد به بازی های دیجیتالی و اعتیاد به شبکه های اجتماعی با طر حواره های ناسازگار اولیه با میانجی گری سبک های مقابله ای می پردازد، از نظر ماهیت و روش تحقیق، توصیفی (غیر آزمایشی) است. این تحقیق از آن جهت غیر آزمایشی است که متغیرهای تحقیق در آن دست کاری نمی شوند. تحقیق حاضر از نظر مکانی، دارای خصوصیات کتابخانه ای و میدانی است. انجام این تحقیق مستلزم نظرسنجی از دانش آموزان مدارس متوسطه بوده و از آن جهت روش پیمایشی (زمینه یابی) است. به منظور بررسی ادبیات موضوعی و پیشینه تحقیق، مطالعات کتابخانه ای صورت گرفته است. در مرحله میدانی، اجرایی و عملیاتی، به قصد جمع آوری داده های مورد نیاز، پرسشنامه تنظیم و توزیع گردید. به عبارتی، پژوهش حاضر، براساس هدف کاربردی و از نظر ماهیت و روش جمع آوری داده در طبقه توصیفی (غیرآزمایشی) و از نوع پیمایشی به روش مقطعی طبقه بندی می شود زیرا گردآوری داده ها در باره یک یا چند صفت در مقطع زمانی ۱۴۰۳ از طریق نمونه گیری از جامعه انجام شده است.

۱- جامعه آماری پژوهش

جامعه آماری تحقیق دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول در منطقه ۵ شهر تهران که ۳ مدرسه می باشد که تعداد آنها ۲۰۰ نفر است.

۲- نمونه آماری

تعداد مدارس دخترانه منطقه ۵ مقطع متوسطه اول در ۳ مدرسه می باشد

برای جامعه محدود (N = 200)

$$n = \frac{384}{1 + \frac{384 - 1}{200}} = \frac{384}{1 + \frac{383}{200}} = \frac{384}{1 + 1.915} = \frac{384}{2.915} \approx 131.6$$

بنابراین حجم نمونه 132 ≈ نفر

۳- روش نمونه گیری

روش نمونه گیری در این پژوهش، نمونه گیری غیر تصادفی از نوع در دسترس است. بدین معنا که از میان مدارس موجود در جامعه آماری، آن دسته از مدارس دخترانه متوسطه اول منطقه ۵ که همکاری لازم را داشتند و دسترسی پژوهشگر به آن ها امکان پذیر بود، برای گردآوری داده ها انتخاب شدند. این روش با توجه به محدودیت زمانی، امکانات اجرایی و میزان همکاری مدارس، مناسب ترین شیوه برای اجرای پژوهش محسوب شده است.

۴- ابزار گرد آوری داده ها

ابزار گرد آوری داده ها در این پژوهش عبارتند از:



ICPSE
2026

نوزدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و آموزشی

گرجستان- ۲۷ شهریور ۱۴۰۵ - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

18 Septembe 2026 - TBILISI GEORGIA

<http://icpse.ir>
info@icpse.ir

در این مطالعه علاوه بر اطلاعات جمعیت شناختی از سه پرسش نامه به عنوان ابزار گردآوری داده ها استفاده شد که روایی و پایایی هر دو قبلاً تأیید شده است.

الف) پرسش نامه ی طرحواره یانگ (نسخه ی سوم فرم کوتاه):

این پرسش نامه که توسط یانگ (۲۰۰۵) ساخته شده است، ابزاری خودگزارشی با نود گویه برای سنجش هجده طرحواره فرض شده توسط یانگ در پنج حیطه است. هریک از گویه ها با یک طیف لیکرت ۶ درجه ای (۱=در مورد من کاملاً غلط است، تا ۶=در مورد من کاملاً صحیح است) درجه بندی می شوند. به منظور سنجش طرحواره در بررسی بالینی از طریق پرسش نامه حاضر، در جلسه درمان، درمانگر در مورد آیتم هایی که نمره بالا (معمولاً ۵ یا ۶) به آن ها داده شده است، با بیمار به بحث می پردازد تا دقیقاً طرحواره ها مشخص شوند. یافتن دو گویه دارای بیشترین نمره برای هر طرحواره به این طریق، معمولاً برای تأیید اینکه آن طرحواره وجود دارد، کفایت می کند. پایایی این پرسش نامه با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش شده است.

ابزار نخست مورد استفاده در مطالعه، نسخه سوم فرم کوتاه پرسش نامه طرحواره یانگ است که توسط غیائی و همکاران به زبان فارسی برگردان و روان سنجی شده است که ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴، میزان ویژگی بین ۰/۵۷ تا ۰/۷۳، میزان حساسیت بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۴ و میزان روایی همزمان ۰/۶۴ برای عامل های استخراج شده به دست آمد. همچنین یافته های پژوهش نشان داد نقاط برش عامل ها به منظور تشخیص سرندی توسط پرسش نامه طرحواره یانگ (نسخه سوم فرم کوتاه)، قدرت تشخیص بین دو گروه افراد بالینی و غیر بالینی را دارد. این پرسش نامه شامل ۶۸ سؤال است که طرحواره های ناسازگاری را در ۵ حیطه اصلی و ۱۲ حیطه فرعی مورد بررسی قرار می دهد. حیطه های اصلی: طرحواره های انفصال و طرد شامل ۲۴ گویه و ۴ حیطه فرعی (شکست / وابستگی، انزوای اجتماعی / بازداری هیجانی، محرومیت هیجانی و نقص)، طرحواره های هدایت شدن توسط دیگران شامل ۶ گویه و یک حیطه فرعی (جلب توجه)، طرحواره های خودگردانی عملکرد مختل شامل ۱۶ گویه و ۳ حیطه فرعی (به هم ریختگی، ترک شدگی و آسیب پذیری در برابر ضرر و بیماری)، طرحواره های گوش به زنگی بیش از حد و بازداری شامل ۱۳ گویه و ۲ حیطه فرعی (خود را قربانی کردن و تنبیه / معیارهای ناعادلانه) و طرحواره های حد و مرزهای مختل شامل ۹ گویه و ۲ حیطه فرعی (استحقاق و بی اعتمادی). برای تکمیل این پرسش نامه شرکت کنندگان لازم است نظرات خود را در مقیاس لیکرت (از در مورد من کاملاً غلط است = ۱ تا در مورد من کاملاً صحیح است = ۶) گزارش کنند. جمع نمرات بیشتر به معنای شکل گیری بیشتر طرحواره ها در فرد به طور کلی است.

ب) مقیاس استفاده مشکل ساز از شبکه های اجتماعی:

این مقیاس یک ابزار محقق ساخته است که توسط پورصالحی نویده و احمد رضا متین فر و سارا یداللهی (۱۴۰۲) تهیه و تدوین شده است. مقیاس دارای ۱۸ گویه و ۶ زیرمقیاس شامل بارز بودن، تعبییرات خلقی، تحمل، ترک، لغزش و تعارض و مشکلات است. شاخص اعتبار مرکب (CR) مقیاس برابر ۰/۸۴۱ به دست آمده است که حاکی از اعتبار مناسب ابزار است. در این مقیاس نیز نظرات در مقیاس ۷ گزینه ای لیکرت (از کاملاً مخالفم = ۱، مخالفم = ۲، نسبتاً مخالفم = ۳، نه موافق نه مخالفم = ۴، نسبتاً موافقم = ۵، موافقم = ۶ و کاملاً موافقم = ۷) گزارش می شود.

همبستگی بین خورده مقیاس ها با یکدیگر و نمره کل، روایی همگرا با استفاده از میانگین واریانس استخراج شده و روایی افتراقی مقیاس با استفاده از جدول فورنل و لارکر (۱۹۸۱) مطلوب ارزیابی شده در این مقیاس.



ICPSE
2026

ج) پرسشنامه سبک های مقابله ای پارکر و اندلر:

این پرسشنامه سبک های مقابله ای دارای ۴۸ سوال بوده که توسط پارکر و اندلر در سال ۱۹۹۰ طراحی و ساخته شده است و هدف از این پرسشنامه سنجش سبک های مقابله ای افراد (نوجوان و بزرگسال) در موقعیت های بحرانی و فشار (انواع سختی های و مشکلات زندگی) می باشد. پرسشنامه سه زمینه اصلی رفتارهای مقابله ای را در برمی گیرد:

مقابله مساله مدار یا برخورد فعال با مساله در جهت مدیریت و حل آن.

مقابله هیجان مدار یا تمرکز بر پاسخ های هیجانی به مساله.

مقابله اجتنابی یا فرار از مساله.

با توجه به اینکه به صورت ۵ درجه لیکرت می باشد حداکثر نمره برای هر ماده ۵ و حداقل ۱ می باشد. آزمودنی بایستی به همه سوالات پاسخ دهد. اگر آزمودنی تعداد ۵ سوال یا کمتر از ۵ سوال را جواب نداده باشد در زمان نمره گذاری پژوهشگر می تواند به این سوالات گزینه ۳ را علامت بزند اما در غیر این صورت یعنی اگر بیش از ۵ سوال بدون پاسخ باشد آن پرسشنامه نمره گذاری نمی شود. دامنه تغییرات سه نوع رفتار رویارویی به این شکل است که نمره هر یک از رفتارهای رویارویی سه گانه یعنی مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی از ۱۶ تا ۸۰ است. به عبارتی شیوه رویارویی غالب فرد با توجه به نمره ای که در آزمون کسب می کند مشخص می شود. یعنی هر کدام از رفتارها نمره بالاتری را کسب کند، آن رفتار به عنوان شیوه رویارویی فرد در نظر گرفته می شود (اندلر و پارکر ۱۹۹۰، به نقل از حاجت بیگی ۱۳۷۹).

برای محاسبه آلفای کرونباخ ۳۰ عدد پرسشنامه در اختیار ۳۰ نفر از ... قرار گرفت. سپس با استفاده از SPSS شروع به محاسبه آلفای کرونباخ گردید. پس نتایج آلفای کرونباخ در هر متغیر به شکل جدول ۱ بدست آمد.

جدول ۱- ضریب آلفای کرونباخ

ردیف	نام متغیر	ضریب آلفای کرونباخ
1	طرحواره های ناسازگار اولیه	0/92
2	اعتیاد به شبکه های اجتماعی	0/89
3	سبک های مقابله ای	0/86
4	سبک مقابله مسئله مدار	0/84
5	سبک مقابله هیجان مدار	0/82
6	سبک مقابله اجتنابی	0/80

با توجه به جدول ۱ آلفای کرونباخ همه متغیرها و همچنین ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ /۰ شده نشانگر پایداری مناسب پرسشنامه است و اینکه پاسخ های داده شده به صورت تصادفی نبوده بلکه به خاطر اثر متغیر های مورد آزمون قرار گرفته می باشد.



ICPSE
2026

همچنین برای بررسی روایی پرسشنامه پژوهش از روایی سازه استفاده شد. بر اساس آزمون تحلیل عاملی تأییدی می توان تعیین نمود سهم هر مؤلفه در تبیین میزان واریانس سازه های چقدر است؟ و سازه های نام برده بر اساس ضرایب استاندارد شده فرموله کرد. در جدول ۳-۸ شاخص های برازش ارائه شده است.

روایی پرسشنامه مورد استفاده در این تحقیق به تائید چند تن از کارشناسان و اساتید محترم دانشگاه رسیده است. همچنین بر اساس روش سنجش اعتبار سازه ای و با کمک نرم افزار AMOS تحلیل عاملی ابعاد پژوهش انجام شده است. بر اساس قرارداد آماری مقادیر بار عاملی بایستی بالاتر از ۳۰ یا ۴۰ درصد باشد تا بتوان گویه مورد نظر را در تحلیل نگه داشت. در نمودار فوق مشخص است که مقادیر بار عاملی در تمامی موارد بالاتر از ۳۰ درصد است و لذا نیازی نیست گویه ای از تحلیل خارج شود و ابزار پژوهش در تمامی ابعاد مورد تائید قرار می گیرد.

جدول ۲ شاخص های برازش پرسش نامه پژوهش

شاخص						مدل
χ^2/df	Chi-Square/df	RMSEA	CFI	AGFI	GFI	
۲/۳۲	۲/۳۴	۰/۰۶	۰/۹۳	۰/۷۸	۰/۹۴	شاخص های مدل
GFI= شاخص نیکویی برازش (کمتر از ۰/۰۸)؛ AGFI= شاخص نیکویی برازش تطبیقی (کمتر از ۰/۸)؛ CFI= شاخص برازندگی تطبیقی (بزرگتر از ۰/۹۰)؛ chi-Square/df= خن دو بخش بر درجه آزادی (کمتر از ۳)؛ χ^2 = مجذور خن دو.						ملاک برازش

نتایج جدول ۲ نشان می دهد که از میان شاخص ها، مهم ترین شاخص مقدار RMSEA (خوبی برازندگی) است که بایستی کمتر از ۸ درصد باشد که در اینجا کمتر از این مقدار بوده و می توان گفت مدل برازندگی مناسبی دارد.

تجزیه و تحلیل داده ها

در این قسمت به تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از طریق پرسشنامه، جهت سنجش فرضیه های تحقیق و نیل به اهداف آن اختصاص پرداخته شده است. محقق در این فصل با توجه به داده های گردآوری شده به بررسی فرضیه های تحقیق پرداخته و درصد دستیابی به اهداف تحقیق است. درواقع تجزیه و تحلیل داده ها برای بررسی صحت و سقم فرضیات برای هر نوع تحقیق از اهمیت خاصی برخوردار است و از اصلی ترین و مهم ترین بخش های تحقیق محسوب می شود. ازاین رو در این فصل، مدل تحقیق در مرحله عمل آزمون شده و اعتبار آن مورد ارزیابی قرار گرفته است. بدین منظور از روش تحلیل مسیر برای فرضیه های پژوهش در نرم افزار AMOS استفاده شده است. به این منظور، در این فصل ابتدا یافته های توصیفی مربوط به ویژگی های جمعیت شناختی اعضای نمونه آماری و پارامترهای توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده و سپس یافته های استنباطی مربوط به آزمون مدل پژوهش ارائه شده است.



ICPSE
2026

۱- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

همبستگی متغیرهای مورد بررسی در این پژوهش در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳
طرحواره های ناسازگار اولیه	۱		
اعتیاد به شبکه های اجتماعی	۰/۷۸**	۱	
سبک های مقابله ای	۰/۵۶*	۰/۵۹**	۱
P<0/05* , P<0/01**			

نتایج جدول ۴-۱ نشان دهنده وجود روابط معنادار میان متغیرهای پژوهش است. بر اساس ماتریس همبستگی، بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه های اجتماعی همبستگی مثبت و قوی (۷۸/۰) مشاهده می شود که بیانگر افزایش احتمال گرایش به استفاده اعتیادگونه از شبکه های اجتماعی در افراد دارای طرحواره های ناسازگار قوی تر است. همچنین سبک های مقابله ای با هر دو متغیر طرحواره های ناسازگار اولیه (۵۶/۰) و اعتیاد به شبکه های اجتماعی (۵۹/۰) رابطه مثبت و معناداری دارند که نشان می دهد نوع مقابله افراد با فشارهای روانی می تواند با شدت طرحواره های ناسازگار و میزان اعتیاد به شبکه های اجتماعی مرتبط باشد. با توجه به سطوح معنی داری گزارش شده ($P<0/05$) و ($P<0/01$)، می توان نتیجه گرفت که این روابط از نظر آماری قابل اتکا بوده و زمینه لازم برای بررسی مدل های علی و نقش میانجی سبک های مقابله ای را فراهم می کنند.

۲- یافته های استنباطی

۲-۱- پیش فرض های تحلیل مسیر

الف) به هنجار بودن داده ها

به طور کلی یک پیش فرض بسیار مهم و حیاتی در ترسیم مدل با استفاده از نرم افزار AMOS به هنجار بودن چند متغیری داده ها به ویژه از نظر کشیدگی ۲۱ است که پیش نیاز آن، ارزیابی به هنجار بودن یک متغیری داده ها می باشد (فرید، ۱۳۹۳). بدین منظور در مرحله اول غربالگری داده ها، میزان داده های از دست رفته ۲۲ ارزیابی و از طریق نرم افزار SPSS با میانگین جایگزین شدند (میرز، گامست و گارینو، ۲۰۰۶؛ ترجمه شریفی و همکاران، ۱۳۹۱). همچنین داده های پرت ۲۳ تک متغیری و چند

21. Kurtosis

22. Missing

23. Outliers



ICPSE
2026

متغیری با استفاده از آماره ماهالانوبیس^{۲۴}، مشخص و از نمونه پژوهش حذف شدند (فربد، ۱۳۹۳). با توجه به جدول ۴-۱۱ داده-هایی به هنجار هستند که نسبت بحرانی^{۲۵} آن‌ها حدود $\pm 2/58$ باشد که این مفروضه هم برای داده‌های تک متغیری و هم برای داده‌های چندمتغیری رعایت شده است؛ بنابراین داده‌های پژوهش حاضر به هنجار هستند.

جدول ۴. به هنجاری داده‌های تک متغیری و چندمتغیری

متغیرها	کجی	نسبت بحرانی	کشیدگی	نسبت بحرانی
طرحواره‌های ناسازگار اولیه	-۰/۳۳	۲/۳۰	۰/۳۵	۲/۰۴
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی	-۱/۳۲	-۰/۸۶	-۱/۰۴	-۰/۱۰
سبک‌های مقابله‌ای	-۰/۶۶	۱/۵۵	۰/۴۱	۰/۳۱
سبک مقابله مسئله‌مدار	-۰/۳۲	۲/۴۲	۰/۳۴	۲/۱۲
سبک مقابله هیجان‌مدار	-۱/۲۰	-۰/۹۵	-۱/۱۲	-۰/۱۳
سبک مقابله اجتنابی	-۰/۷۱	۱/۸۱	۰/۵۷	۰/۳۶

ب) عدم هم خطی چندگانه متغیرهای مستقل

برای برآورد این امر استفاده از شاخص‌های تحمل^{۲۶} و تورم واریانس^{۲۷} استفاده شد که از طریق محاسبه آن، متغیرهای مستقل با همبستگی زیاد از مدل بیرون رانده می‌شوند و بر این اساس همه متغیرهای مستقل پژوهش باید دارای تحمل واریانس بیشتر از ۰/۱ و تورم واریانس کمتر از ۱۰ باشند که طبق ۵ این پیش فرض در مورد تمامی متغیرهای پژوهش رعایت شده است.

جدول ۵ تحمل واریانس و تورم واریانس

متغیرها	تحمل واریانس	تورم واریانس
طرحواره‌های ناسازگار اولیه	۰/۷۸	۱/۲۸

ج) روایی و اعتبار

²⁴. Mahalanobis

²⁵. Critical ratio (C.R)

²⁶. Variance tolerance

²⁷. Variance Inflation Factor (VIF)



ICPSE
2026

این پیش فرض در فصل سوم با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی و ضریب آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان دادند که تمامی پرسش های پرسشنامه از روایی و اعتبار مناسبی برخوردار هستند.

(د) مقیاس فاصله ای متغیرهای پژوهش

همه متغیرهای مداخله گر در رگرسیون و تحلیل مسیر به عنوان متغیرهای وابسته عمل می کنند؛ بنابراین باید دارای مقیاس فاصله ای باشند (هومن، ۱۳۹۳) که در این پژوهش علاوه بر متغیرهای وابسته، متغیرهای مستقل نیز دارای مقیاس فاصله ای است.

(ه) جریان علیت یک طرفه

این پیش فرض بیان می کند که تمامی متغیرهای وارد شده به مدل باید دارای رابطه یک طرفه باشند. بدین صورت که A بر B اثر می گذارد و علیتی برای آن است ($A \rightarrow B$)، نه اینکه بین A و B رابطه ای دوسویه وجود داشته باشد ($B \leftrightarrow A$) (کلاین، ۲۰۱۵) که این پیش فرض در مدل پژوهش حاضر رعایت شده است.

۲-۲- تحلیل مسیر

در این پژوهش به منظور بررسی رابطه مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای نقش میانجی سبک های مقابله ای در ارتباط بین طرحواره های ناسازگار اولیه با اعتیاد به شبکه های اجتماعی برای فرضیه های اول تا سوم یک مدل فرضی بر اساس پیشینه نظری و تجربی طراحی شد که در فصل دوم ارائه شده است و بررسی همزمان فرضیه ها در قالب این مدل صورت می گیرد.

برای ارزیابی مدل فرضی، ابتدا به برآورد پارامتر با استفاده از روش بیشینه احتمال پرداخته شده است. پارامترهای برآورد شده شامل ضرایب رابطه مستقیم، غیرمستقیم و کل می باشند که برای هر کدام از آن ها جدول جداگانه ای ارائه شده است سپس با استفاده از ضرایب استاندارد شده به مقایسه رابطه متغیرها بر یکدیگر و تأیید یا عدم تأیید فرضیه های پژوهش پرداخته شده است. در نهایت پس از بررسی شاخص های برازش در مدل اولیه مشخص شد که داده های نمونه حاضر، مدل تدوین شده را حمایت نکردند؛ بنابراین مدل اولیه با توجه به شاخص های اصلاحی پیشنهاد شده توسط نرم افزار اصلاح گردید.

الف) رابطه مستقیم، رابطه غیرمستقیم و رابطه کل

رابطه مستقیم، غیرمستقیم و رابطه کل در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶ رابطه مستقیم، غیرمستقیم و رابطه کل

متغیرها	رابطه مستقیم	رابطه غیرمستقیم	رابطه کل
طرحواره ناسازگار اولیه $\rightarrow$ اعتیاد به شبکه های اجتماعی	۰/۶۷	۰/۳۵	۰/۹۹
سبک مقابله ای مساله مدار $\rightarrow$ اعتیاد به شبکه های اجتماعی	-۰/۵۴	-	-۰/۵۴
سبک مقابله ای هیجانی $\rightarrow$ اعتیاد به شبکه های اجتماعی	۰/۶۶	-	۰/۶۶
سبک مقابله ای اجتنابی $\rightarrow$ اعتیاد به شبکه های اجتماعی	۰/۷۰	-	۰/۷۰



ICPSE
2026

طرحواره ناسازگار اولیه ← سبک مقابله ای مساله دار	-	-۰/۵۵	-۰/۵۵
طرحواره ناسازگار اولیه ← سبک مقابله ای هیجانی اجتماعی	-	۰/۶۱	۰/۶۱
طرحواره ناسازگار اولیه ← سبک مقابله ای اجتنابی	-	۰/۶۶	۰/۶۶

نتایج جدول ۶ نشان می دهد که طرحواره های ناسازگار اولیه تأثیر مستقیم و غیرمستقیم قابل توجهی بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی دارند، به گونه ای که ضریب رابطه مستقیم ۰/۶۷ و رابطه غیرمستقیم ۰/۳۵ بوده و در مجموع رابطه کل بسیار قوی و نزدیک به یک (۰/۹۹) گزارش شده است؛ این امر بیانگر نقش تعیین کننده طرحواره ها در شکل گیری وابستگی به شبکه های اجتماعی است. همچنین در میان سبک های مقابله ای، سبک مسئله مدار با ضریب منفی ۰/۵۴ نشان دهنده اثر کاهنده بر اعتیاد است، در حالی که سبک های هیجانی (۰/۶۶) و اجتنابی (۰/۷۰) رابطه ای مثبت و نسبتاً قوی با اعتیاد دارند و می توانند آن را تشدید کنند. از سوی دیگر، طرحواره های ناسازگار اولیه با کاهش استفاده از سبک مقابله ای مسئله مدار (۰/۵۵-) و افزایش به کارگیری سبک های هیجانی (۰/۶۱) و اجتنابی (۰/۶۶) همراه هستند؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که سبک های مقابله ای نقش میانجی مهمی در انتقال اثر طرحواره های ناسازگار اولیه به اعتیاد به شبکه های اجتماعی ایفا می کنند، به طوری که کاهش مقابله سازگانه و افزایش مقابله های هیجانی و اجتنابی مسیر گرایش به اعتیاد را تقویت می کند.

ب) مشخصه های برازندگی مدل و مدل برازش شده

به منظور برازش مدل از شاخص های برازندگی استفاده شد که در این پژوهش از میان شاخص های برازندگی متنوعی که وجود دارد تعدادی گزارش می شوند. ابتدا مدل اولیه که متشکل از یک متغیر برونزا، یک متغیر برونزا - درونزا و دو متغیر درونزا بود به روش برآورد بیشینه احتمال با استفاده از نرم افزار AMOS رسم شد. همان طور که در جدول ۷ دیده می شود شاخص های برازندگی ذکر شده برای مدل نهایی، نشان از برازندگی مناسب مدل دارند.

جدول ۷. برازش مدل مفهومی پژوهش

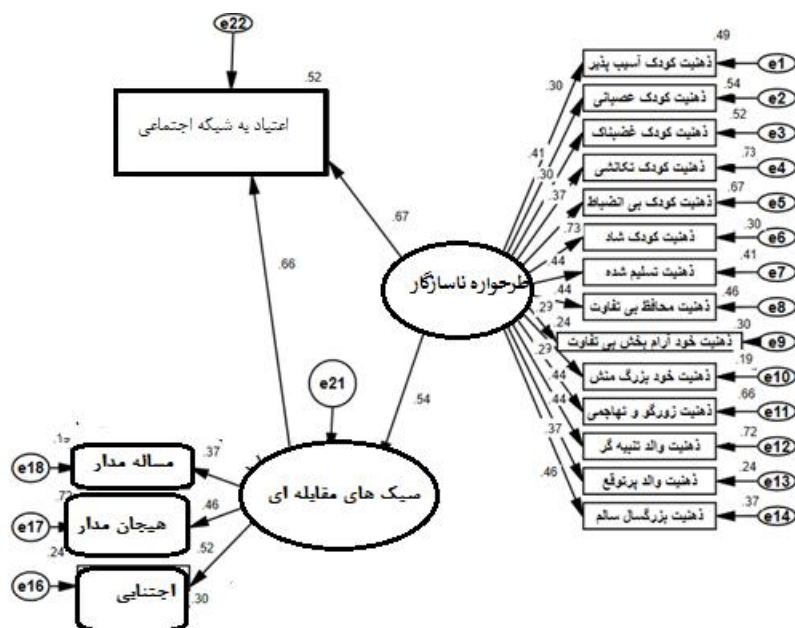
مدل	شاخص های برازندگی	مقدار	دامنه قابل قبول	تفسیر
مدل اولیه	P	۰/۰۰۱	بزرگتر از ۰/۰۵	برازش نامطلوب
	X ²	۱۳۱/۰۸	هر چه کمتر بهتر	برازش نامطلوب
	TLI	۰/۷۳	بزرگتر از ۰/۹۵	برازش نامطلوب
	CFI	۰/۴۲	بزرگتر از ۰/۹۰	برازش نامطلوب



ICPSE
2026

برازش نامطلوب	بزرگتر از ۰/۹۰	۰/۴۸	IFI	
برازش نامطلوب	کوچکتر از ۰/۰۷	۰/۲۴	RMSEA	
برازش نامطلوب	کمتر از ۳	۱۰/۹۲	$\frac{X^2}{df}$	
برازش مطلوب	بزرگتر از ۰/۰۵	۰/۲۹	P	مدل نهایی
برازش مطلوب	هر چه کمتر بهتر	۷۷/۶۴	X^2	
برازش مطلوب	بزرگتر از ۰/۹۵	۰/۹۶	TLI	
برازش مطلوب	بزرگتر از ۰/۹۰	۰/۹۹	CFI	
برازش مطلوب	بزرگتر از ۰/۹۰	۰/۹۹	IFI	
برازش مطلوب	کوچکتر از ۰/۰۷	۰/۰۷۳	RMSEA	
برازش مطلوب	کمتر از ۳	۱/۸۹	$\frac{X^2}{df}$	

در ادامه نمودار مسیر برازش شده همراه با پارامترهای برآورد شده استاندارد روی هر کدام از مسیرها ارائه شده است.





ICPSE
2026

شکل ۲: روابط بین ابعاد متغیرهای پژوهش

شکل ۲ مدل برازش شده پیش‌بینی مدل مفهومی پژوهش را نشان می‌دهد. اعداد روی مسیرها پارامترهای استاندارد شده اند. همان‌طور که قبلاً در جدول ۴-۱۴ هم نشان داده شد اثر مستقیم و غیرمستقیم متغیرها بر هم معنادار و مثبت است.

۳-۲- پاسخ به مدل کلی برآورد شده

سبک‌های مقابله‌ای در ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نقش میانجی عمل می‌کند. جهت آزمون اثر متغیر میانجی سبک‌های مقابله‌ای در ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و تعیین معناداری و اثر غیرمستقیم آن از آزمون سوبل استفاده شده است.

جدول ۸. نتایج آزمون سوبل برای بررسی سبک‌های مقابله‌ای در ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اعتیاد به شبکه‌های

اجتماعی

ضریب رگرسیون مسیر a	خطای استاندارد مسیر Sa	ضریب رگرسیون مسیر b	خطای استاندارد مسیر Sb	آماره سوبل	سطح معنی- داری
۰/۵۴	۰/۰۶۴	۰/۶۶	۰/۱۴۸	۴/۱۷۶	۰/۰۴۳

در این رابطه:

a: ضریب مسیر میان متغیر مستقل و میانجی؛ b: ضریب مسیر میان متغیر میانجی و وابسته
Sa: خطای استاندارد مسیر متغیر مستقل و میانجی؛ Sb: خطای استاندارد مسیر متغیر میانجی و وابسته

نتایج آزمون سوبل نشان می‌دهد که سبک‌های مقابله‌ای به‌عنوان متغیر میانجی در ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نقش معناداری ایفا می‌کنند. بر اساس جدول ۸، ضریب مسیر بین متغیر مستقل و میانجی ($a=0/54$) و نیز ضریب مسیر بین متغیر میانجی و وابسته ($b=0/66$) مثبت گزارش شده است که بیانگر تقویت رابطه از طریق متغیر میانجی است. مقدار آماره سوبل برابر با $176/4$ و سطح معنی‌داری $0/043$ کمتر از $0/05$ است؛ بنابراین اثر غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی از طریق سبک‌های مقابله‌ای معنادار بوده و فرض میانجی‌گری تأیید می‌شود. به عبارت دیگر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تأثیرگذاری بر نوع سبک مقابله‌ای افراد، به‌طور غیرمستقیم زمینه افزایش گرایش به استفاده اعتیادگونه از شبکه‌های اجتماعی را فراهم می‌کنند.



ICPSE
2026

بحث و نتیجه گیری

یافته های پژوهش حاضر در مجموع نشان می دهد که اعتیاد به شبکه های اجتماعی پدیده ای چندبعدی است که از تعامل سازه های شناختی، هیجانی و رفتاری شکل می گیرد. در سطح شناختی، طرحواره های ناسازگار اولیه به عنوان الگوهای عمیق و پایدار ادراک و تفسیر تجربه ها، نقش زیربنایی در افزایش آسیب پذیری افراد نسبت به رفتارهای اعتیادگونه دارند. همسو با نتایج رستمی و همکاران (۱۴۰۴)، مقیمی و همکاران (۱۴۰۳) و فولاد و همکاران (۱۴۰۲)، نتایج نشان می دهد این طرحواره ها می توانند به طور مستقیم یا از طریق سازوکارهای میانجی هیجانی، گرایش به استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی را تقویت کنند. همچنین شواهد بین المللی نظیر یافته های کادو و همکاران (۲۰۲۳) این ارتباط را در زمینه استفاده مشکل ساز از فیس بوک تأیید می کند که بیانگر تعمیم پذیری الگوی نظری پژوهش حاضر است.

در سطح هیجانی، متغیرهایی همچون ناگویی هیجانی، استرس ادراک شده و تنظیم نامناسب هیجان به عنوان مسیرهای انتقال اثر طرحواره ها به رفتار اعتیادی مطرح می شوند. نتایج پژوهش های بیلینگ و همکاران (۲۰۱۴) و گارسیا (۲۰۲۲) نشان می دهد ناتوانی در شناسایی و تنظیم هیجان ها با پیامدهای روان شناختی منفی همراه است و می تواند فرد را به راهبردهای جبرانی ناسازگار، از جمله پناه بردن به فضای مجازی، سوق دهد. بنابراین، می توان استدلال کرد که شبکه های اجتماعی برای برخی افراد کارکردی هیجان تنظیمی یافته و به ابزاری برای کاهش موقت تنش روانی تبدیل می شود؛ هرچند این فرایند در بلندمدت به تشدید وابستگی رفتاری می انجامد.

در سطح رفتاری نیز سبک های مقابله ای نقش تعیین کننده ای در شدت یا کاهش گرایش به اعتیاد دارند. یافته های شبروز و همکاران (۱۳۹۷) و آدهامبو و همکاران (۲۰۱۷) نشان می دهد مقابله مسئله مدار با پیامدهای سازگارانه و کاهش مشکلات رفتاری همراه است، در حالی که سبک های هیجان مدار و اجتنابی می توانند زمینه ساز تداوم رفتارهای ناسازگار از جمله استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی شوند. این نتایج با چارچوب نظری پژوهش حاضر همسو بوده و بیانگر آن است که کیفیت شیوه های مقابله ای می تواند نقش محافظتی یا خطرزا در برابر اعتیاد رفتاری ایفا کند.

در جمع بندی می توان گفت مدل مفهومی مبتنی بر تعامل طرحواره های ناسازگار اولیه، فرایندهای هیجانی و سبک های مقابله ای تبیین نسبتاً جامعی از اعتیاد به شبکه های اجتماعی ارائه می دهد. بر این اساس، مداخلات پیشگیرانه و درمانی باید فراتر از تمرکز صرف بر رفتار استفاده از شبکه های اجتماعی، به اصلاح طرحواره های ناکارآمد، آموزش مهارت های تنظیم هیجان و تقویت مقابله های مسئله مدار توجه کنند. چنین رویکرد چندسطحی می تواند به کاهش آسیب های روان شناختی مرتبط با استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی و ارتقای سلامت روان افراد، به ویژه نوجوانان و جوانان، منجر شود.



ICPSE
2026

منابع

- رستمی ترزنگ، مریم ،محمودی نیا، سعید ،بهرامی، محمود و رستمی ترزنگ، محدثه . (۱۴۰۴). پیش‌بینی اعتیاد دانش‌آموزان به شبکه‌های اجتماعی براساس اهمال‌کاری تحصیلی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با درنظرگرفتن نقش میانجیگری ناگویی خلقی ،نوآوری‌های آموزشی،doi: 10.22034/jei.2025.421618.2778, 24(1), 25-46.
- حائری، هاید ،بشردوست، سیمین و صابری، هائیده . (۱۴۰۰). ارائه مدل برای پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی بر اساس گرایش به شخصیت خودشیفته و نیاز به ارتباط با میانجی‌گری نیاز به تأییدطلبی در دانش‌آموزان ،پژوهش در نظام‌های آموزشی، 68-79, 15(54) ,
- قبادی زاده، شبروز، یوسفی، ناصر، و قادری، فرزاد. (۱۳۹۷). نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، سبک‌های مقابله ای و نظم جویی شناختی هیجان در پیش بینی گرایش به اعتیاد دانش آموزان. روانشناسی مدرسه، ۷(۴) (پیاپی ۲۸) ، ۱۱۸-۱۳۹. <https://sid.ir/paper/fa216771SID>.
- مقیمی، پوریا ،اسرافیلیان، فروغ و فراهانی، حجت اله . (1403) . بررسی روابط ساختاری گرایش به اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر تلفن همراه براساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری ناگویی هیجانی در دانشجویان .فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، 15(4), 1-18. doi: 10.22059/japr.2022.350255.644419
- م. فرزانیپور ، عوامل موثر بر اجرای موفق سیستم های اطلاعات بیمارستانی. ۲۰۱۶؛ ۲۴ (۱): ۵۱-۵.
- ولی زاده، م.، معتضدیان، س.، کوچی، م.، و علیپور، ر. (۱۳۹۶). بررسی رابطه سبک های دلبستگی و شدت اعتیاد. مجله پزشکی بالی، ۶ (۲)، ۳۰۸-۳۱۳.
- فرقانی م.م، مهاجری ر. رابطه بین استفاده از شبکه های ارتباطی مجازی با تغییرات سبک زندگی جوانان (فارسی). مطالعات رسانه های جدید. ۲۰۱۸؛ ۴ (۱۳): ۹۲-۲۵۹.
- دوستی ایرانی علی، باقری امیری فاطمه، خواجه کاظمی رضا، مصطفوی احمد مجله اپیدمیولوژی ایران. ۲۰۱۷؛ ۱۳ (۱): ۲۱-۱۴.
- عوامل موثر بر اجرای موفق سیستم های اطلاعات بیمارستانی. ۲۰۱۶؛ ۲۴ (۱): ۵۱-۵.
- Griffiths, M. D. (2019). The evolution of the “components model of addiction” and the need for a confirmatory approach in conceptualizing behavioral addictions. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32, 179–184. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2019.00027>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook addiction disorder among German students: A longitudinal approach. *PLoS ONE*, 12, e0189719. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189719>
- Brailovskaia, J., Schillack, H., & Margraf, J. (2018). Facebook addiction disorder in Germany. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21, 450–456. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0140>
- Cudo, A., Torój, M., Misiuro, T., & Griffiths, M. D. (2020). Problematic Facebook use and problematic video gaming among female and male gamers. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23, 126–133. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0330>

- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). Addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30, 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>
- Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: Validity and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, 85, 329–338. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.005>
- Subrahmanyam, K., Reich, S. M., Waechter, N., & Espinoza, G. (2008). Online and offline social networks: Use of social networking sites by emerging adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(6), 420–433. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.003>
- Barnes, S. J., Pressey, A. D., & Scornavacca, E. (2019). Mobile ubiquity: Cognitive absorption, smartphone addiction and social network services. *Computers in Human Behavior*, 90, 246–258. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.09.013>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. In K. P. Rosenberg & L. C. Feder (Eds.), *Behavioral Addictions* (pp. 119–141). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction: A review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Kim, Y., Sohn, D., & Choi, S. M. (2011). Cultural differences in motivations for using social network sites. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 365–372. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.08.015>
- Masters, K. (2015). Social networking addiction among health sciences students in Oman. *Sultan Qaboos University Medical Journal*, 15(3), e357–e363. <https://doi.org/10.18295/squmj.2015.15.03.009>
- Griffiths, M. D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 4(5), 38–47. <https://doi.org/10.4172/2155-6105.1000e118>
- Tang, C. S. K., & Koh, Y. Y. W. (2017). Online social networking addiction among college students in Singapore. *Asian Journal of Psychiatry*, 25, 175–178. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2016.10.027>
- Savcı, M., & Aysan, F. (2016). The role of attachment styles, peer relations, and emotions in predicting Internet addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 401–432.