



بررسی رابطه عضویت در شبکه اجتماعی با افسردگی در دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان فارس

نام نویسندگان:

سید هاشم سخن‌سنج^۱، احسان سپیده‌دم^۲ و کمال محمدزاده^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اثرات عضویت در شبکه اجتماعی با افسردگی در دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان فارس انجام شده است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش تمامی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان فارس در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بود. حجم نمونه بر اساس نمونه‌گیری خوشه‌ای تعداد ۱۱۰ نفر از دانشجویان انتخاب گردید. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه اثرات عضویت در شبکه اجتماعی و افسردگی دانشجویان بهره گرفته شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده گردیده است. نتایج پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد، ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند، عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند. همچنین بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: شبکه اجتماعی، افسردگی، دانشجو معلمان

^۱ . دانشجوی کارشناسی، دانشکده شهید مطهری (ره) شیراز، دانشگاه فرهنگیان، فارس

^۲ . دانشجوی کارشناسی، دانشکده شهید مطهری (ره) شیراز، دانشگاه فرهنگیان، فارس، ایران

^۳ . مدرس دانشگاه فرهنگیان شیراز و دانشگاه پیام نور شهرستان مرودشت، دانشگاه فرهنگیان

مقدمه

در دنیای کنونی، فناوری‌های اطلاعاتی نقش بسیار مهمی در روابط مردم سرتاسر جهان ایفا می‌کنند به طوری که به جزئی، جدایی‌ناپذیر از زندگی بیشتر مردم تبدیل شده‌اند. در ایران نیز این پدیده نه‌چندان نوظهور روزبه‌روز بر خیل مشتاقان خود می‌افزاید. فن‌آوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی به همه فضاهای اجتماعی، سازمانی و فردی در جوامع بشری ورود پیدا کرده و شیوه زندگی روزمره، کار و معرفت او را به درجات گوناگون تحت تأثیر قرار داده‌اند. برخورداری از این فن‌آوری‌ها، به مثابه وقوع یک «چرخش پارادایمی» در زندگی فردی و اجتماعی انسان است که در آن حتی مفاهیم کهن نیز با هندسه معرفتی جدیدی قابل شناخت هستند. به تعبیر مانوئل کاستلز فن‌آوری‌های نوین اطلاعات، نقاط دور عالم را در شبکه‌های جهانی به همدیگر پیوند می‌دهند. (کاستلز^۱، ۱۳۸۰: ۴۸).

یکی از پدیده‌های نوظهور، شبکه‌های اجتماعی است که می‌توان آن را یکی از قوی‌ترین ابزارها برای طرح و رواج اندیشه‌ها و کارآمدترین وسایل برای نفوذ فرهنگ‌ها و نگرش‌ها به قلب جوامع دانست، از این‌رو نامشان سرفصل بسیاری از مباحث اجتماعی قرار گرفته است؛ حال اگر به تاریخ ارائه تعاریف کلاسیک و مدرن از شبکه‌های اجتماعی کاری نداشته باشیم، شاید بتوان ارائه تعاریف ذهنی از شبکه‌های اجتماعی را با ایجاد اجتماعات کوچک هم‌زمان دانست.

بر اساس تعریف هلن صدیق بنای، «شبکه‌های اجتماعی واژه‌ای است که برای نامیدن گروهی از افراد که در میان خود دارای ارتباطات وسیع و مستمر هستند و یک حلقه منسجم ارتباطاتی را تشکیل می‌دهند به کار می‌رود» (صدیق بنای، ۱۳۷۸). همچنین شبکه‌های اجتماعی به آن دسته از شبکه‌های اینترنتی اطلاق می‌شود که در آن امکانات تعامل، اضافه کردن دوستان، اظهارنظر در پروفایل‌ها، ایجاد گروه‌های جدید، پیوستن به سایر گروه‌ها و پرداختن به بحث و گفتگو، به‌طور هم‌زمان میسر است (شپلی^۲، ۲۰۱۲).

۱ - castelz

۲ - Shipley



شبکه‌های اجتماعی به‌طور کلی مکان‌هایی در دنیای مجازی هستند که مردم خود را به‌طور خلاصه معرفی می‌کنند و ارکان برقراری ارتباط بین خود و هم‌فکرانشان را در زمینه مختلف موردعلاقه فراهم می‌کنند.

به عقیده صاحب‌نظران شبکه‌های اجتماعی علاوه بر نکات مثبت بی‌شمار، دارای پیامدهای منفی نیز هستند که شاید بتوان یکی از این پیامدهای منفی را، افسردگی دانست.

افسردگی به‌عنوان یکی از شایع‌ترین بیماری‌های قرن بیست و یکم نسبت قابل‌توجهی از انسان‌ها را به خود دچار کرده است. این بیماری می‌تواند بر چگونگی تفکر و رفتار انسان‌ها تأثیر مخربی داشته باشد. تحقیقات در زمینه افسردگی در جوامع دانشجویی نشان از نسبت میزان افسردگی در بین آن‌ها دارد. در بررسی‌های انجام‌گرفته، میزان شیوع این بیماری را در دانشجویان از ۱۰/۵۴ تا ۶۲/۹ درصد برآورد کرده‌اند. دانشجویان به لحاظ تغییر محل زندگی و جدایی ناگهانی از خانواده‌ها در معرض خطر افسردگی هستند و همچنین ورودشان به یک نقطه مکانی جدید، آن‌ها را در معرض فشارهای متعدد، از جمله: «شوک فرهنگی» قرار خواهد داد. این فشارهای روانی می‌تواند زمینه‌ساز ناهنجاری‌های متعددی در افراد گردد (آزاد مرزآبادی، ۱۳۸۳). به همین دلیل برنامه‌ریزی اجتماعی برای آن‌ها از اهمیت زیادی برخوردار است، زیرا به وجود آمدن هرگونه اختلال در زندگی آن‌ها، مانع رشد و بالندگی و عدم شکوفایی استعداد این گروه می‌گردد.

محقق در این تحقیق در پی پاسخ به این سؤال‌ها است که آیا عضویت در شبکه اجتماعی می‌تواند بر روی افسردگی دانشجویان تأثیر بگذارد؟ آیا عضویت در شبکه اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند؟ آیا بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد؟ و آیا ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند؟

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اصلی

بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیه‌های فرعی

فرضیه اول: بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.
فرضیه دوم: عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند.
فرضیه سوم: ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند.

پیشینه تحقیقاتی

بررسی پیشینه تحقیقاتی موضوع در ایران نشان داد که هنوز تحقیقی که مستقیماً با موضوع مرتبط باشد، صورت نگرفته یا حداقل محقق به آن‌ها دسترسی پیدا نکرده است. در اینجا به چند نمونه از پژوهش‌هایی که به‌گونه‌ای به موضوع موردبررسی پرداخته‌اند، اشاره می‌شود.
اخوان ملایری و همکاران (۱۳۹۳)، به بررسی «شبکه‌های اجتماعی مجازی و شادکامی» پرداختند و به این نتیجه رسیدند که افزایش سرمایه اجتماعی در این سایت شبکه‌های مجازی بر تجربه و احساس مثبت تأثیر افزایشی و بر تجربه و احساس منفی تأثیر کاهشی می‌گذارد که نهایتاً به افزایش شادکامی منجر می‌شود؛ درنهایت، عضویت و مشارکت در شبکه‌های اجتماعی مجازی باعث افزایش سرمایه اجتماعی و در ادامه شادکامی افراد می‌شود.

معمار و همکاران (۱۳۹۱) نیز، به بررسی «شبکه‌های اجتماعی مجازی و بحران هویت با تأکید بر بحران هویتی ایران» پرداختند و یافته‌های پژوهش آن‌ها نشان داد که بر اساس یک تقسیم‌بندی نسلی، نسل سوم بیشترین کاربران فضای مجازی در ایران بوده و بیش از نسل‌های دیگر در معرض آثار ناشی از شبکه‌های اجتماعی مجازی‌اند. فضای مجازی نوعی از بحران هویت را در میان طیف گسترده‌ای از جوانان به وجود آورده و این بحران هویت در زمینه‌های فردی ناهمگونی‌های هویتی را سبب شده و به نحوی تعادل اجتماعی را متاثر کرده است.

همچنین امیرپور و گریوانی (۱۳۹۳)، به بررسی «تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان» پرداختند و به این نتیجه رسیدند که شبکه‌های اجتماعی نقش عمده‌ای در تغییر سبک زندگی، نگرش‌ها، عقاید، باورها و هویت جوانان ایفا می‌کنند. لذا لازم است به بررسی و تقویت سبک زندگی ایرانی در بین جوانان، نوسازی آن و موانع تقویت سبک زندگی که خود مستلزم



تحقیقات گسترده و وسیع است، پرداخت.

غباری بناب و همکاران (۱۳۸۸)، به بررسی «رابطه اضطراب و افسردگی با میزان معنویت در دانشجویان دانشگاه تهران» پرداختند و یافته‌ها نشان داد که بین میزان اضطراب و ابعاد معنویت (معنایابی در زندگی و ارتباط با خدا) همبستگی منفی و بین افسردگی و اضطراب و تجربیات سلبی دانشجویان در معنویت همبستگی مثبت است. همچنین بین میزان افسردگی، معنایابی در زندگی، ارتباط با خدا و شکوفایی معنوی در دانشجویان همبستگی منفی بود. از لحاظ جنس، اضطراب و افسردگی در دختران بیشتر از پسران بود.

رادی و همکاران (۱۳۹۲)، به بررسی «بررسی رابطه خوش‌بینی اسلامی، افسردگی و سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان» پرداختند و به این نتیجه رسیدند که خوش‌بینی اسلامی، افسردگی و سبک‌های مقابله دارای رابطه معنادار بوده و خوش‌بینی اسلامی و سبک‌های مقابله شاخص خوبی برای پیش‌بینی افسردگی هستند. همچنین افراد دارای خوش‌بینی اسلامی، کمتر دچار افسردگی می‌شوند و در برخورد با رویدادهای تنش‌زا از مقابله‌ای مؤثر استفاده می‌کنند.

همچنین رضایی آدریانی و همکاران (۱۳۸۶)، به بررسی «مقایسه میزان افسردگی، اضطراب، استرس و کیفیت زندگی دانشجویان پسر و دختر مقیم خوابگاه‌های دانشجویی» پرداختند و به این نتیجه رسیدند که تحصیل در دانشگاه با توجه به وجود استرس‌های گوناگون، با اضطراب و افسردگی و افت کیفیت زندگی همراه است؛ جامعه‌ای که به سلامت خود و نسل‌های آینده خود می‌اندیشد، باید با بررسی و رفع عوامل زمینه‌ساز و ایجادکننده استرس و به تبع آن افسردگی و اضطراب، در راه نیل به آرمان‌های خود گام بردارد.

روش‌شناسی تحقیق

روش تحقیق حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری تمامی دانشجو معلمان دانشگاه فرهنگیان استان فارس که در سال ۱۳۹۵-۱۳۹۴ در این دانشگاه تحصیل می‌کنند که طبق آمار گرفته‌شده از دانشگاه تعداد آن‌ها ۲۵۰۰ نفر است. برای تعیین نمونه در پژوهش



حاضر، از شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده نموده و بدین ترتیب ۱۱۰ نفر را به‌عنوان نمونه انتخاب کردیم.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات

جهت اندازه‌گیری متغیرها از دو پرسشنامه به شرح ذیل استفاده شده است:

الف) پرسشنامه اثرات عضویت در شبکه اجتماعی

پرسشنامه مذکور به‌منظور بررسی اثرات عضویت در شبکه‌های اجتماعی در افراد متأهل (زن و مرد) در سال ۱۳۹۴ توسط هما مقیمی، کارشناس ارشد روان‌شناسی و دکتر زهره لطیفی، عضو علمی دانشگاه پیام نور اصفهان تهیه شده است. منظور از شبکه‌های اجتماعی در این مقیاس لاین، واتس‌آپ، تلگرام، بی‌تالک، تانگو، وایبر، اینستاگرام و دیگر شبکه‌های مجازی مورداستفاده در ایران است. این پرسشنامه دارای ۳۷ عبارت بوده که شامل سه زیر مقیاس: بعد فردی، بعد اجتماعی و بعد فرهنگی - اخلاقی است. طیف پاسخدهی آن به‌صورت لیکرت بوده و دارای پنج درجه است. روایی این مقیاس به شیوه محتوایی موردبررسی قرار گرفته است و پایایی عبارات توسط اساتید حوزه مربوطه تأیید و اعتبار آن‌ها به روش آلفای کرونباخ محاسبه و عباراتی که دارای ضریب پایینی بودند حذف شده و سؤالاتی که ضریب پایایی را بالا بردن انتخاب شدند و نهایتاً ۳۷ عبارت با آلفای بالا ۰/۸۷، باقی ماند.

ب) پرسشنامه افسردگی دانشجویان USDI

مقیاس افسردگی دانشجویان ابزار جدیدی برای سنجش میزان افسردگی دانشجویان است که کاواجا^۱ و برایدن^۲ (۲۰۰۶) در دانشگاه کوئینزلند استرالیا طراحی کرده‌اند. این مقیاس از سه خرده مقیاس رخوت و بی‌حالی، شناختی-هیجانی و انگیزه تحصیلی تشکیل شده است. این پرسشنامه ۳۰ سؤال ۵ گزینه‌ای دارد که گزینه‌های آن به ترتیب از ۱ تا ۵، نمره‌گذاری شده و نمره هر آزمودنی بین ۳۰ تا ۱۵۰ قرار می‌گیرد. طیف پاسخدهی آن به‌صورت لیکرت بوده و

۱ - Khawaja

۲ - Bryden



دارای پنج درجه است. در این مقیاس آزمودنی خواسته می‌شود تا میزان انطباق هر یک از گویه‌ها را باحالت روحی خود در طی دو هفته گذشته مشخص کنند. در پرسشنامه فوق حجازی و همکاران (۱۳۸۷)، نتایج حاصل از اعتبارسنجی به دو شیوه همسانی درونی و ثبات زمانی نشان دادند که اعتبار مقیاس افسردگی دانشجویان بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و با استفاده از روش بازمایی، ۰/۸۶ است. بررسی‌های مرتبط با روایی محتوا، هم‌زمان، واگرا، پیش‌بین، تفکیکی و سازه USDI مؤید روایی این مقیاس بود.

یافته‌های پژوهش

فرضیه اصلی

بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد. برای بررسی نتایج این فرض از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است.

جدول ۱: ضریب همبستگی بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی

P<	ضریب همبستگی	
۰/۰۰۰۱	۰/۵۶۶	عضویت در شبکه‌های اجتماعی
		افسردگی

با توجه به جدول فوق می‌توان متوجه شد که ضریب همبستگی برابر با (۰/۵۶۶) در سطح (۰/۰۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا این ضریب معنادار شده است ($P < 0.01$) پس بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد.

فرضیه‌های فرعی

فرضیه فرعی اول: بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد. در مورد این فرض از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است.

جدول ۲: ضریب همبستگی بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی

افسردگی			
سطح معناداری	ضریب همبستگی		
۰/۰۰۰۱	۰/۵۱۵	فردی	ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی
۰/۰۰۰۱	۰/۴۵۳	اجتماعی	
۰/۰۰۰۱	۰/۳۵۹	فرهنگی - اخلاقی	

با توجه به جدول فوق می‌توان متوجه شد که تمامی سطوح معناداری، در سطح (۰/۰۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطوح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا این ضرایب معنادار شده است ($P < ۰/۰۱$) بنابراین ضرایب همبستگی این متغیرها معنادار شده و لذا بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد و فرضیه پژوهش تأیید می‌شود.

فرضیه فرعی دوم: عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند.

برای بررسی این سؤال از رگرسیون به روش هم‌زمان استفاده گردیده است.

جدول ۳: جدول مشخصه‌های آماری رگرسیون بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی

به روش هم‌زمان

R	R ²	F	P<	β	T	p<	متغیر پیش‌بین
۰/۵۶۶	۰/۳۲	۵۰/۸	۰/۰۰۰۱	۰/۵۶۶	۷/۱	۰/۰۰۰۱	عضویت در شبکه‌های اجتماعی

همان‌گونه که مشاهده می‌شود مقدار F برابر با (۵۰/۸) در سطح (۰/۰۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا مقدار آماره معنادار است



($P < 0/01$) و با توجه به سطح معناداری ستون آخر می توان نتیجه گرفت که، مقدار بتای متغیر عضویت در شبکه های اجتماعی معنادار شده است ($P < 0/01$)؛ یعنی اینکه متغیر عضویت در شبکه های اجتماعی می تواند افسردگی را پیش بینی نماید؛ و ضریب همبستگی (ضریب تعیین) محاسبه شده بر اساس این متغیر ($0/32$) است، یعنی این متغیر می تواند ۳۲ درصد واریانس متغیر افسردگی را پیش بینی کند.

فرضیه فرعی سوم: ابعاد عضویت در شبکه های اجتماعی می تواند افسردگی را پیش بینی کند.

برای بررسی این سؤال از رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده گردیده است.

جدول ۵: جدول تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون بین ابعاد عضویت در شبکه های اجتماعی و

افسردگی به روش همزمان

$p <$	T	β	$P <$	F	R^2	R		
۰/۰۰۰۱	۳/۸	۰/۳۶۵	۰/۰۰۰۱	۱۷/۱	۰/۳۳	۰/۵۷۱	فردی	متغیرهای پیش بینی
۰/۰۸	۱/۷	۰/۱۷۹					اجتماعی	
۰/۰۷	۱/۷	۰/۱۶۱					فرهنگی - اخلاقی	

همان گونه که مشاهده می شود مقدار F برابر با ($50/8$) در سطح ($0/0001$) به دست آمده است و از آنجا که این مقدار قابل قبول ($0/05$) کمتر است، لذا مقدار آماره معنادار است ($P < 0/01$)؛ و با توجه به سطح معناداری ستون آخر می توان نتیجه گرفت که، مقدار بتای مؤلفه فردی معنادار شده است ($P < 0/01$)؛ یعنی اینکه مؤلفه فردی می تواند افسردگی را پیش بینی نماید و ضریب همبستگی (ضریب تعیین) محاسبه شده بر اساس این متغیر ($0/33$) است، یعنی این متغیر می تواند ۳۳ درصد واریانس متغیر افسردگی را پیش بینی کند.

بحث و نتیجه گیری

استدلال این مقاله این است که با توجه به اینکه عصر حاضر، عصر اطلاعات و ارتباطات مجازی و از بین رفتن محدودیت‌های زمانی و مکانی از طریق شبکه‌های اجتماعی است، شبکه‌های اجتماعی نقش عمده‌ای در تغییر سبک زندگی، نگرش‌ها، عقاید، باورها و هویت جوانان به خصوص دانشجویان ایفا می‌کنند، لذا با توجه به ضرورت و اهمیت این مسئله در این پژوهش به بررسی این مقوله پرداخته شد و در نهایت به نتایج زیر منجر گردید:

فرضیه اصلی: بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

با اساس یافته‌ها و با توجه به ضریب همبستگی برابر با (۰/۵۶۶) در سطح (۰/۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا این ضریب معنادار شده است ($P < ۰/۰۱$) پس بین عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد.

فرضیه فرعی اول: بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه معناداری وجود دارد.

بر اساس یافته‌ها تمامی سطوح معناداری، در سطح (۰/۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطوح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا این ضرایب معنادار شده است ($P < ۰/۰۱$) بنابراین ضرایب همبستگی این متغیرها معنادار شده و لذا بین ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی با افسردگی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد و فرضیه پژوهش تأیید می‌شود.

فرضیه فرعی دوم: عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند.

با توجه به اینکه مقدار F برابر با (۵۰/۸) در سطح (۰/۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا مقدار آماره معنادار است ($P < ۰/۰۱$)؛ و با توجه



به سطح معناداری ستون آخر می‌توان نتیجه گرفت که، مقدار بتای متغیر عضویت در شبکه‌های اجتماعی معنادار شده است ($P < 0/01$)؛ یعنی اینکه متغیر عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی نماید؛ و ضریب همبستگی (ضریب تعیین) محاسبه شده بر اساس این متغیر (۰/۳۲) است، یعنی این متغیر می‌تواند ۳۲ درصد واریانس متغیر افسردگی را پیش‌بینی کند.

فرضیه فرعی سوم: ابعاد عضویت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند.

همچنین با توجه به اینکه مقدار F برابر با (۵۰/۸) در سطح (۰/۰۰۰۱) به دست آمده است و از آنجاکه این سطح از مقدار قابل قبول (۰/۰۵) کمتر است، لذا مقدار آماره معنادار است ($P < 0/01$)؛ و با توجه به سطح معناداری ستون آخر می‌توان نتیجه گرفت که، مقدار بتای مؤلفه فردی معنادار شده است ($P < 0/01$)؛ یعنی اینکه مؤلفه فردی می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی نماید و ضریب همبستگی (ضریب تعیین) محاسبه شده بر اساس این متغیر (۰/۳۳) است، یعنی این متغیر می‌تواند ۳۳ درصد واریانس متغیر افسردگی را پیش‌بینی کند.

هیچ‌کس نمی‌تواند نقش شبکه‌های اجتماعی و ارتباطات مجازی بر سبک زندگی جوانان را نادیده بگیرد. به نظر می‌رسد آگاهی دهی به جوانان و اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی و نظارت کارشناسانه بر شبکه‌های اجتماعی می‌تواند پیشنهاد‌های اساسی برای سیاست‌گذاران حوزه مجازی باشد تا از جهتی بتوان با استفاده از امکانات و فرصت‌های ایجاد شده در شبکه اجتماعی، شرایط تقویت و گسترش سبک زندگی سالم و بدون تنش را برای جوانان مهیا کرد.

منابع

- اخوان ملایری، فائزه و همکاران (۱۳۹۳). شبکه‌های اجتماعی مجازی و شادکامی، فصلنامه رسانه و فرهنگ، سال چهارم، شماره ۲.
- معمار، ثریا و همکاران (۱۳۹۱). شبکه‌های اجتماعی مجازی و بحران هویت با تأکید بر بحران

هویتی ایران، فصلنامه علمی-پژوهشی مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، دوره اول، شماره ۴.

امیرپور، مهناز و گریوانی، مهناز (۱۳۹۳). تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان، فصلنامه دانش انتظامی خراسان شمالی، سال اول، شماره ۳.

غباری بناب، باقر و همکاران (۱۳۸۸). رابطه اضطراب و افسردگی با میزان معنویت در دانشجویان دانشگاه تهران، فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، سال سوم، شماره ۱۰.

رادی، حسین و همکاران (۱۳۹۲). بررسی رابطه خوش‌بینی اسلامی، افسردگی و سبک‌های مقابله با استرس در دانشجویان، فصلنامه روانشناسی و دین، سال ششم، شماره ۱.

رضایی آدریانی، مرتضی و همکاران (۱۳۸۶). مقایسه میزان افسردگی، اضطراب، استرس و کیفیت زندگی دانشجویان پسر و دختر مقیم خوابگاه‌های دانشجویی، نشریه پژوهش پرستاری، دوره دوم، شماره ۴-۵.

کاستلز، مانوئل (۱۳۸۰). عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ؛ ظهور جامعه شبکه‌ای، ج ۱، ترجمه احد علیقلیان و افشین خاک‌باز. تهران: انتشارات طرح نو.

صدیق بنای، هلن (۱۳۷۸). آشنایی با شبکه‌های اجتماعی، تهران: مرکز مطالعات و تحقیقات رسانه‌ای روزنامه همشهری.

آزاد مرزآبادی، اسفندیار (۱۳۸۳). بررسی نقش استرس‌های فرهنگی در بهداشت روانی دانشجویان دانشگاه بقیه‌الله، مجموعه مقالات دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس، ص ۱.

حجازی، الهه و همکاران (۱۳۸۷). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس افسردگی دانشجویان (USDI) در دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه تهران، فصلنامه مطالعات روان‌شناختی.

دانشگاه الزهراء، دوره ۴، شماره ۲.

Khawaja Nigar, N. & Bryden Kelly, J, (۲۰۰۶). "The development and psychometric investigation of the university student depression inventory". Journal of Affective Disorders. ۹۶. pp: ۲۹-۲۱.

مجموعه مقالات همایش ملی آموزش ابتدایی | ۱۹۳



Shipley, L. (۲۰۱۲), the effects of social networks brrvabt couples in long years of life, social penetration processes. The journal of social psychology, ۷۶-۷۵.

Surf and download all data from SID.ir: www.SID.ir

Translate via STRS.ir: www.STRS.ir

Follow our scientific posts via our Blog: www.sid.ir/blog

Use our educational service (Courses, Workshops, Videos and etc.) via Workshop: www.sid.ir/workshop