

## نقش فشار اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان مقطع متوسطه

یاسر حبیبی<sup>۱</sup>، سجاد قبادزاده<sup>۲</sup>، عیسی محمدی<sup>۳</sup> و امیر مهدی زاده<sup>۴</sup>

### چکیده

امروزه اعتیاد به تلفن همراه از بزرگترین معضلات جوامع بشری است. هدف از انجام پژوهش حاضر بررسی نقش فشار اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان بود. روش این پژوهش توصیفی-همبستگی بود و جامعه آماری آن را کلیه دانش‌آموزان مقاطع دوم و سوم متوسطه شهرستان بابلسر که در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ مشغول به تحصیل بودند، تشکیل می‌دادند. ۲۲۵ نفر از دانش‌آموزان مقاطع دوم و سوم دبیرستان شهرستان بابلسر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های هوش هیجانی شات، اعتیاد به تلفن همراه کوه‌ای و مقیاس اجتناب و آشفتگی اجتماعی واتسون و فرند استفاده شد. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و نرم افزار SPSS-16 تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که اعتیاد به تلفن همراه با هوش هیجانی ( $r = -0.50$ )؛  $P < 0.01$ ) و فشار اجتماعی ( $r = 0.44$ )؛  $P < 0.01$ ) رابطه معنی‌داری دارد. همچنین نتایج رگرسیون چندگانه با استفاده از روش ورود همزمان نشان داد که در مجموع متغیرهای پژوهش ۷۰ درصد از واریانس متغیر ملاک یعنی اعتیاد به تلفن همراه را تبیین می‌کنند ( $r^2 = 0.70$ )؛  $P < 0.01$ ) بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که اگر افراد بتوانند رفتارهای هیجانی خود را تنظیم کرده و توانایی کنترل فشارهای اجتماعی را داشته باشند، اعتیاد به تلفن همراه می‌تواند به نحو قابل ملاحظه‌ای کاهش یابد.

**واژه‌های کلیدی:** اعتیاد به تلفن همراه، هوش هیجانی، فشار اجتماعی، دانش‌آموزان

۱. نویسنده‌ی رابط: کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی Yaser6889@yahoo.com

۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشگاه آزاد اسلامی، علوم تحقیقات واحد اهواز

۳. دانشجوی دکتری روان‌شناسی سلامت، دانشگاه آزاد واحد کرج، البرز، ایران

۴. کارشناس ارشد مدیریت رسانه، دانشگاه صدا و سیما

تاریخ دریافت مقاله: ۹۶/۲/۱۶

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۶/۹/۱۴

## مقدمه

تکنولوژی‌هایی مانند تلفن همراه و اینترنت روز به روز در حال پیشرفت هستند. تلفن همراه از بزرگترین اختراعات دنیای امروزی است و به دلایلی مانند راحتی استفاده و تسهیلات آن، اکثریت مردم در کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه از آن استفاده می‌کنند (تاکو، تاکاشی و تاکامورا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). در کشورهای غربی استفاده از تلفن همراه بیش از ۵۰ درصد گزارش شده است (دونان<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). همچنین در نوترلند بیش از ۷۰ درصد مردم و بالای ۹۰ درصد بزرگسالان از گوشی‌های تلفن همراه استفاده می‌کنند (آمار سی بی اس<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳). در ایران، خزاعی و همکاران (۱۳۹۰) میزان شیوع متوسط وابستگی به تلفن همراه را ۹۵ درصد و اعتیاد به آن را ۱/۲ درصد گزارش نمودند.

گوشی‌های همراه ویژگی‌های منحصر به فردی مانند اندازه، برنامه‌های کاربردی و انعطاف پذیری در زمان و مکان را دارند (نلسون و فجوک<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰). در زمان حال تنوع گسترده برنامه‌های کاربردی برای تلفن همراه باعث افزایش علاقه به استفاده از گوشی‌های همراه و همچنین به اینکه افراد میل دارند که به صورت آنلاین با همدیگر ارتباط داشته باشند شده است (اوکازاکی و هیروس<sup>۵</sup>، ۲۰۰۹). در حالیکه تلفن‌های همراه به عنوان وسیله‌ای برای ارتباط و تعاملات بین فردی جذاب هستند و علیرغم پیشرفت‌های محسوس تکنولوژی گوشی همراه از هنگام ورودش در سال ۱۹۸۳ و مزایای بالقوه‌ی آن، استفاده از تلفن همراه بدون عیب هم نیست و همواره خطرات فزاینده‌ای نیز در استفاده مشکل‌ساز از آن وجود داشته است (به نق از خزاعی و همکاران، ۱۳۹۲). شواهد نیز نشان دهنده آن است که استفاده مفرط از تلفن همراه با الگوهای رفتاری دیگر از

- 
- 1 . Takao, Takahashi & Kitamura
  - 2 . Donovan
  - 3 . CBS Statistics
  - 4 . Nielsen & Fjuk
  - 5 . Okazaki & Hirose

جمله بیدار ماندن در شب و اشتغال به تبادل پیامک و همچنین وابستگی عاطفی که در ذهن کاربران ایجاد می‌شود، مرتبط است. بطوری که این افراد معتقدند، بدون استفاده از تلفن همراه قادر به زندگی کردن نیستند. این یافته‌ها تایید حمایت‌کننده‌ای از تاثیر منفی استفاده مفرط از تلفن همراه و تاثیر منفی آن بر سلامت جسمی و روان‌شناختی است (کامیبیو و سوگیرا، ۲۰۰۵). ارتباطات گسترده باعث افزایش وابستگی به گوشی‌های همراه شده است به نحوی که می‌توان این مسئله را در حوزه مربوط به اعتیاد مورد توجه قرار داد (هاورلاگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳، چو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۵، دھیر چن و نمین<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). حتی محققان در پژوهش‌های خود به اعتیاد به تلفن همراه، عنوان اختلال<sup>۵</sup> نیز داده‌اند و برای آن ویژگی‌های تشخیصی نیز مطرح کرده‌اند (سالی ستیا<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). در رفتارهای اعتیاد آور یک نوع گرایش وسیله محور مانند استفاده از گوشی‌های همراه، رسانه‌های جمعی و ... به عنوان پاداش تلقی می‌شوند (وانگ، لی و چانگ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۳). اعتیادهای دیجیتالی مانند اعتیاد به گوشی همراه اغلب نتیجه رفتارهای تکراری برای رها شدن از درد یا دور شدن از واقعیت می‌باشد (هیوسمن، گارتسن، وان دن<sup>۸</sup>، ۲۰۰۰). با اینکه تحقیقات فراوانی درباره اعتیاد به گوشی‌های همراه شده است (هاورلاگ، ۲۰۱۳؛ لاروس، استین<sup>۹</sup>، ۲۰۰۴)، ولی با این حال اغلب بررسی‌ها بر روی رفتارها و پیامدهای این موضوع تمرکز داشته‌اند (یو، کیم و های<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۳). از نظر روان‌شناختی تجزیه و تحلیل رفتارهای اعتیاد در استفاده از تلفن همراه تلویحات مهمی را در پی دارد. اعمالی مانند چک کردن موبایل می‌تواند دلایل بیرونی یا درونی داشته باشد. مثلاً

- 1 . Kamibeppu & Sugiura
- 2 . Haverlag
- 3 . Chou
- 4 . Dhir, Chen & Nieminen
- 5 . disorder
- 6 . Salicetia
- 7 . Whang, Lee & Chang
- 8 . Huisman, Garretsen, & Van Den Eijnden
- 9 . LaRose & Eastin
- 10 Yu, Kim & Hay

افراد وقتی هیجان بیشتری دارند به تعداد دفعات بیشتری گوشی همراه خود را چک می‌کنند. در صورتی که این رفتارها کنترل نشود و یا از هنجارهای اجتماعی فاصله بگیرند در زندگی فرد مشکلاتی را به وجود خواهند آورد (راش<sup>۱</sup>، ۲۰۱۱). رفتارهای عاداتی ممکن است براساس عوامل بیرونی مانند صدای زنگ و در اثر عوامل درونی مانند وضعیت هیجانی یا انگیزتگی بوجود بیایند. اینکه این رفتارها چند بار تکرار می‌شوند و بارز بودن پاداش‌ها، نیرومندی عادات را مشخص خواهند کرد (راش، ۲۰۱۱). رفتارهای اعتیادآور به ویژگی‌های فردی و شخصیتی افراد وابسته است و قطعاً همه افراد به طور یکسان به تلفن همراه معتاد نمی‌شوند و این تفاوت در رفتار افراد را متغیرهای شخصیتی و اجتماعی می‌تواند بهتر توجیه نماید (اوزتورک، بکتاس، آیاس، اوزتورناسی و یاگسی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵). در رسانه‌ها اخیراً گزارش شده است که روان‌شناسان متخصص حوزه زندگی در عصر ارتباطات، جز مشاغل پر درآمد در آینده هستند. زیرا ابزارهایی مانند تلفن همراه، تبلت و ... عوارض روحی و روانی زیادی به دنبال می‌آورد. همین عوارض و بیماری‌های ناشی از آنها، گروهی از مشاوران و روان‌شناس‌ها را بوجود خواهد آورد، که مشخصاً بر روی مدیریت این آسیب‌ها و رفع آن‌ها کار می‌کنند (خبرگزاری اتاق خبر، ۱۳۹۴). بنابراین مشخص است که دولت‌ها باید نیروهای متخصص خود را آماده کند تا بتوانند با بحران ناشی از اعتیاد به این تکنولوژی‌ها مقابله نمایند.

به نظر می‌رسد هوش هیجانی به عنوان یکی از مولفه‌های مؤثر در اعتیاد به تلفن همراه، می‌تواند مهم باشد. در تعریف هوش هیجانی تعاریف مختلفی ذکر شده است. هوش هیجانی به ظرفیت عمومی افراد در ارتباط با جسم و روان تاکید دارد (پارکر، تیلور، ایستابروک و اسکال<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸). در واقع هوش هیجانی به توانایی فرد برای درک هیجان خود و دیگران و تشخیص اینکه یک فرد

- 
- 1 . Rush
  - 2 . Ozturk, Bektas, Ayar, Oztornacı & Yagci
  - 3 . Parker, Taylor, Eastabrook & Schell

چگونه فکر یا عمل می‌کند گفته می‌شود (کان و دمترویرس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). در رفتارهای اعتیاد آور تشخیص و بازشناسی یک هیجان به اندازه تنظیم هیجان می‌تواند مهم تلقی شود (کان و دمترویرس، ۲۰۱۰؛ دالبوداک<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). در همین راستا پژوهش‌های انجام گرفته حاکی از ارتباط بین مولفه‌های هوش هیجانی و رفتارهای اعتیاد آور به تلفن همراه می‌باشد. به عنوان مثال برانوی، آبرسیت و کاربونل<sup>۳</sup> (۲۰۰۹) در پژوهشی نشان دادند افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند به احتمال زیاد به سمت اعتیاد به گوشی‌های همراه کشیده می‌شوند. در پژوهش دیگری خزاعی و همکاران (۱۳۹۲) دریافتند که وابستگی به تلفن همراه بر پایه هوش هیجانی قابل پیش‌بینی است و می‌توان با شناسایی شرایط زمینه‌ساز و افراد در معرض خطر و کنترل تنش‌های هیجانی از وابستگی پیشگیری کرد.

از دیگر مولفه‌های روانی-اجتماعی که می‌تواند نقش مؤثری در اعتیاد به تلفن همراه داشته باشد، فشار اجتماعی است. یکی از عوامل عمده فشار اجتماعی تجربه استرس توسط فرد است. در واقع استرس پاسخ عمومی بدن در موقعیت‌های فشار و یا درد است که بدن نیاز دارد تا با این شرایط سازگاری انجام دهد (گادرس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۳). مدل‌های گوشی‌های همراه مدام در حال تغییر هستند و آمارها حاکی از آن است که این تغییر در حدود ۲۴/۷ درصد است و پس از تولید نیز به طرق مختلف پشتیبانی می‌شود و همین امر باعث می‌شود که افراد دلبستگی زیادی به گوشی-هایشان داشته باشند (راش، ۲۰۱۱). به دلیل همین تغییر مدل‌های روزافزون ممکن است برخی از افراد شرایط مالی لازم را برای نصب برنامه‌های جدید یا تعویض گوشی نداشته باشند و همین امر می‌تواند منجر به اضطراب و استرس در افراد شود (کاربنل، آبرست، بورانی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۳). فرد به دلیل

- 
- 1 . Kun & Demetrovics
  - 2 . Dalbudak
  - 3 . Beranuy, Oberst & Carbonell
  - 4 . Goeders
  - 5 . Carbonell, Oberst, & Beranuy

اینکه نمی‌تواند به این موارد دسترسی داشته باشد و در بروز رسانی برنامه‌ها دچار مشکل می‌شود، لذا نمی‌تواند با دیگران ارتباط برقرار کند در نتیجه دچار سرخوردگی و استرس می‌شود (لی، چانگ، لین و چنگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). نتایج پیشینه‌ی پژوهشی نیز نشان داده است که عوامل استرس‌زای اجتماعی از توان پیش‌بینی وابستگی به تلفن همراه برخوردار می‌باشد. یانگ<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) در پژوهشی نشان داد که عدم استفاده از گوشی‌های همراه در مواقعی که باعث رنجش فرد شود، مثلاً در رستوران به دلیل فشار اجتماعی یا کنترل، فرد نتواند از گوشی همراه استفاده کند، ممکن است منجر به حملات پانیک یا احساس رنجوری شود (یانگ، ۱۹۹۹). در پژوهش دیگری نشان داده شد که معتادین به گوشی‌های همراه در طول استفاده از وسیله خود، بیشتر وقت خود را صرف اهداف اجتماعی می‌کنند (لوپز فرناندز، هونرابی سرانو، فریکسا و گیسون<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴). مطالعات فوق نشان داد که تأثیرات مخرب استفاده از تلفن همراه بسیار گسترده است، به نحوی که از زمانی که تلفن همراه اختراع شده است، تاکنون به تأثیرات اجتماعی و فرهنگی این تکنولوژی جدید توجه ویژه شده است. تاکنون نیز پای ثابت بسیاری از مقالات و پژوهش‌های علمی بوده است، به نحوی که این پژوهش‌ها در سال ۲۰۱۵ نیز ادامه پیدا کرده است (واسینکی و تامکوز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). مشخص است که تأثیرات منفی و گسترده‌ی این تکنولوژی بر زندگی فردی و اجتماعی مردم آن قدر قابل ملاحظه بوده است، که پژوهشگران هنوز به دنبال راه حلی برای پیشگیری و درمان این مشکل اجتماعی هستند. شاید با کشف مسائل شخصیتی و اجتماعی بتوان از معضلات این تکنولوژی کاسته و سمت و سوی زندگی بشر را به هدفمندی و استفاده گسترده از وقت رهنمون سازند. در این میان روان‌شناسی به عنوان یک علم نقش گسترده‌ای در تبیین و علت‌یابی سوء استفاده از این تکنولوژی داشته است. در ایران نیز تاکنون نقش فشار اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی

1 . Lee, Chang, Lin & Cheng

2 . Young

3 . Lopez-Fernandez, Honrubia-Serrano, Freixa-Blanxart, & Gibson

4 . Wąsiński & Tomczyk

رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان بررسی نشده است، بنابراین سوال پژوهش حاضر این است که آیا هوش هیجانی و فشار اجتماعی می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در پیش‌بینی رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان داشته باشد؟

## روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. بنابراین فشار اجتماعی و هوش هیجانی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه متغیر ملاک در نظر گرفته شدند.

**جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری:** جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانش‌آموزان مقاطع دوم و سوم دبیرستان شهرستان بابلسر که در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ مشغول به تحصیل بودند، تشکیل دادند. که ۲۲۵ دانش‌آموز مقاطع دوم و سوم دبیرستان شهرستان بابلسر که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز علاوه بر آمار توصیفی از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه بر روی نرم افزار SPSS-16 استفاده شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

**پرسشنامه وابستگی به تلفن همراه کوه‌ای<sup>۱</sup> (۲۰۰۹):** این پرسشنامه که در سال ۲۰۰۹ توسط کوه‌های تهیه شد شامل بیست سوال بود که قسمت اول آن شامل مشخصات دموگرافیک و نحوه استفاده از تلفن همراه و قسمت دوم آن شامل سوال‌هایی در مورد وابستگی به تلفن همراه است که در سه حیطه شامل تحمل محرومیت (۷ سوال)، اختلال عملکرد زندگی (۶ سوال) و اجبار-اصرار (۷ سوال) طبقه‌بندی و نمره‌گذاری شده است. هر یک از سوالات چهار گزینه‌ی خیلی کم، کم، زیاد و خیلی زیاد دارد و امتیازات به صورت معتادان به تلفن، استفاده‌کنندگان شدید و متوسط مشخص گردیده است. نمره بزرگتر یا مساوی ۷۰ اعتیاد، ۶۳-۷۰ استفاده شدید،

1 . Koo HY

کمتر از ۶۳ استفاده متوسط در نظر گرفته شد. پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمده است. روایی پرسشنامه نیز به روش تحلیل عاملی، تعیین و پس از ترجمه توسط متخصصین مربوطه تایید شد (کوهای، ۲۰۰۹).

### مقیاس اجتناب و آشفتگی اجتماعی واتسون و فرند<sup>۱</sup> (۱۹۶۹): این مقیاس توسط

واتسون و فرند در سال ۱۹۶۹ به منظور تشخیص و ارزیابی اضطراب اجتماعی ساخته شد و از دو خرده مقیاس تشکیل شده است. الف- اجتناب اجتماعی، ب- فشار و ناراحتی اجتماعی. این مقیاس حاوی ۲۸ ماده است که نیمی از آن‌ها پاسخ مثبت و نیمی دیگر، پاسخ منفی دارد و دامنه‌ی نمره بین صفر و ۲۸ است. نمره‌ی ۱۲ به بالا نشان‌دهنده‌ی اضطراب اجتماعی بالا است و نمره‌ی کمتر از ۴، نشان‌دهنده‌ی اضطراب اجتماعی بسیار پایین است. در بررسی واتسون و فرند، ضریب پایایی بازآزمایی آن، ۰/۶۸ و روایی همزمان آن، ۰/۵۴ محاسبه شده است. در ایران نیز بهارلویی در بررسی خود، ضریب بازآزمایی ۰/۸۳، آلفای کرونباخ ۰/۹۰، روایی سازه ۰/۷۵ و روایی همزمان ۰/۶۲ را به دست آورد (سرافراز، ۲۰۰۷).

### پرسشنامه هوش هیجانی شات و همکاران (۱۹۹۸): این مقیاس یک آزمون ۳۳ سوالی

است که به وسیله شات و براساس مدل نظری هوش هیجانی سالووی و مایر<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) ساخته شده است. پرسش‌های آزمون سه مقوله سازه هوش هیجانی شامل تنظیم هیجان‌ها، بهره‌وری از هیجان‌ها و ارزیابی هیجان‌ها را در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) می‌سنجد. مقیاس هوش هیجانی گرچه از سه مولفه پیش گفته شده اشباع شده، تنها یک نمره کلی برای هوش هیجانی بدست می‌دهد که دامنه آن از ۳۳ تا ۱۶۵ است. پایایی این مقیاس در میان جوانان زندانی و برای هوش هیجانی کلی ۰/۸۵ و برای خرده مقیاس‌های آن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۱، ۰/۸۸ بدست آمده است (میری و اکبری بورنگک، ۲۰۰۷).

1. Watson & Friend

2 . solvey & mayer



**روش اجرا:** برای جمع‌آوری اطلاعات بعد از اخذ مجوز لازم از دانشگاه به اداره‌ی آموزش و پرورش شهرستان بابلسر مراجعه شد. بعد از بررسی اداره آموزش و پرورش و ارائه مجوز لازم برای همکاری، لیست تمام مدارس دوره متوسطه تهیه شدند. بعد از مراجعه به مدارس مورد نظر از دانش‌آموزان کلاسها درخواست شد در صورت تمایل به پرسشنامه‌های هوش هیجانی شات، اعتیاد به تلفن همراه کوه‌های و مقیاس اجتناب و آشفتگی اجتماعی واتسون و فرند به صورت گروهی پاسخ دهند. بعد از اتمام، پرسشنامه‌ها جمع‌آوری شده و برای نتیجه‌گیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## نتایج

شرکت کنندگان پژوهش حاضر ۲۲۵ دانش‌آموز بودند که ۵۷ درصد دانش‌آموز دختر و ۴۳ درصد آنها دانش‌آموز پسر بودند. میانگین و انحراف سنی آنها به ترتیب ۱۷/۶۸ و ۱/۱۶ بود. میزان استفاده از تلفن همراه در جدول زیر ارایه شده است:

جدول ۱. میزان استفاده از تلفن همراه بر حسب روز و هفته و سال

SD	M	مشخصات تماس
۱/۸۵	۵/۸۹	مدت استفاده از موبایل بر حسب سال
۵/۳۶	۶/۶۲	متوسط تعداد تماس‌های دریافتی در روز
۳/۲۳	۵/۸۰	متوسط تعداد تماس‌های ارسالی در روز
۱۳/۵۶	۳۲/۸۲	متوسط تعداد پیام‌های دریافتی در روز
۲۸/۲۸	۳۱/۴۳	متوسط تعداد پیام‌های ارسالی در روز
۱۲/۳۳	۱۱۱/۲۷	متوسط تعداد تماس‌های دریافتی در پایان هفته
۳۰/۰۱	۲۱۲	متوسط تعداد پیام‌های دریافتی در پایان هفته
۱۶/۱۳	۱۴/۴۵	طول مدت تماس‌ها بطور متوسط... دقیقه
۱۱۲۴۱/۲۲	۲۴۰۰۰۰	متوسط شارژ ماهانه بر حسب تومان

نقش فشار اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان...

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار و ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	(SD±)M	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	
اعتیاد به تلفن همراه	۵۵/۳۱ (۳/۰۲±)	۱								
هوش هیجانی	۶۱/۳۳ (۲/۸۶±)	-۰/۵۰ <sup>***</sup>	۱							
خوش بینی تنظیم هیجان	۲۳/۱۳ (۲/۸۶±)	-۰/۴۰ <sup>***</sup>	۰/۹۵ <sup>***</sup>	۱						
مهارت‌های اجتماعی	۲۵/۱۷ (۲/۸۴±)	-۰/۴۵ <sup>***</sup>	۰/۹۰ <sup>***</sup>	۰۰/۸۳ <sup>**</sup>	۱					
ارزیابی هیجان‌ها	۲۱/۶۴ (۱/۲۵±)	-۰/۵۲ <sup>***</sup>	۰/۹۱ <sup>***</sup>	۰۰/۸۱ <sup>**</sup>	۰۰/۷۲ <sup>**</sup>	۱				
کاربرد هیجان‌ها	۱۶/۵۲ (۶/۸۵±)	-۰/۴۷ <sup>***</sup>	۰/۹۲ <sup>***</sup>	۰۰/۸۶ <sup>**</sup>	۰۰/۸۶ <sup>**</sup>	۰۰/۸۲ <sup>**</sup>	۱			
فشار و اضطراب اجتماعی	۱۷/۱۷ (۹/۱۱±)	۰/۴۴ <sup>***</sup>	-۰/۶۴ <sup>***</sup>	-۰۰/۵۹ <sup>***</sup>	-۰۰/۴۸ <sup>***</sup>	-۰۰/۶۷ <sup>***</sup>	-۰۰/۶۷ <sup>***</sup>	۱		
اجتناب اجتماعی	۹/۷۳ (۳/۶۳±)	۰/۳۸ <sup>***</sup>	-۰/۷۱ <sup>***</sup>	-۰۰/۶۷ <sup>***</sup>	-۰۰/۵۴ <sup>***</sup>	-۰۰/۷۴ <sup>***</sup>	-۰۰/۷۲ <sup>***</sup>	۰۰/۹۳ <sup>**</sup>	۱	
فشار و ناراحتی اجتماعی	۸/۱۱ (۳/۰۴±)	۰/۴۴ <sup>***</sup>	-۰/۶۲ <sup>***</sup>	-۰۰/۵۶ <sup>***</sup>	-۰۰/۵۲ <sup>***</sup>	-۰۰/۵۷ <sup>***</sup>	-۰۰/۷۰ <sup>***</sup>	-۰۰/۹۲ <sup>**</sup>	۰۰/۸۴ <sup>**</sup>	۱

نتایج جدول ۲ مشخصات توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که اعتیاد به تلفن همراه و مولفه‌های آن با هوش هیجانی و تمامی مولفه‌های آن ارتباط منفی و معنادار دارد. این ارتباط در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. به عبارت دیگر کاهش هوش هیجانی موجب افزایش اعتیاد به تلفن همراه می‌شود از طرفی مولفه‌های فشار و اضطراب اجتماعی نیز با اعتیاد به تلفن همراه رابطه مثبت و معنادار دارند. بدین معنی است که اعتیاد به تلفن همراه به طور مستقیم با انزوا و ناراحتی اجتماعی مرتبط است. همچنین نتایج نشان داد هوش هیجانی و مولفه‌های آن نیز به صورت معکوس با فشار و ناراحتی اجتماعی ارتباط معنادار دارد.

جدول ۳. تحلیل رگرسیون چندگانه اعتیاد به تلفن همراه بر اساس مولفه‌های هوش هیجانی و فشار و

اضطراب اجتماعی

مدل	R	مجدور R	مجدور R تنظیم شده
۱	۰/۸۴	۰/۷۰۵	۰/۶۹

نتایج تحلیل رگرسیون با روش ورود نشان داد که مدل پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه بر اساس مولفه‌های هوش هیجانی و فشار و اضطراب اجتماعی معنی‌دار است و ۶۹ درصد واریانس اعتیاد به تلفن همراه را تبیین می‌کند. ( $P < ۰/۰۰۱$  و  $F_{(۶,۲۱۹)} = ۴۷/۵۲$  و  $R^2_{adj} = ۰/۶۹$ ).

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش ورود، پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه از طریق مولفه

هوش هیجانی و فشار و اضطراب اجتماعی

Beta	SEB	B	متغیرها
-۰/۲۱	۰/۰۲	-۰/۰۵	خوش بینی تنظیم هیجان
-۰/۳۵*	۰/۰۳	-۰/۱۱	مهارت‌های اجتماعی
-۰/۱۱	۰/۰۵	-۰/۰۵	ارزیابی هیجانات
-۰/۴۱*	۰/۰۷	-۰/۲۱	کاربرد هیجانات
۰/۷۱*	۰/۱۷	۱/۸۶	اجتناب اجتماعی
۰/۳۸*	۰/۱۳	۰/۶۹	فشار و ناراحتی اجتماعی

$P^* < ۰/۰۱$

نتایج رگرسیون و آماره‌های بتای استاندارد نشان می‌دهد هر دو مولفه‌ی اضطراب فشار و اجتناب اجتماعی به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه هستند ( $p < ۰/۰۱$ ). از بین مولفه‌های هوش هیجانی نیز دو مولفه‌ی مهارت‌های اجتماعی و کاربرد هیجانات به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه هستند ( $p < ۰/۰۱$ ).

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش فشار اجتماعی و هوش هیجانی در رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه در دانش‌آموزان بود. نتایج نشان داد که بین اعتیاد به تلفن همراه با هوش هیجانی و تمام مولفه‌های آن رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. به عبارت دیگر کاهش هوش هیجانی موجب افزایش اعتیاد به تلفن همراه شده و از طرفی مولفه‌های فشار و اضطراب اجتماعی نیز با اعتیاد به تلفن همراه رابطه مثبت و معنادار دارند که بدین معنی است که اعتیاد به تلفن همراه به طور مستقیم با انزوا و ناراحتی اجتماعی مرتبط است.

همچنین نتایج نشان داد هوش هیجانی و مولفه‌های آن نیز به صورت معکوس با فشار و ناراحتی اجتماعی ارتباط معنادار دارد. این نتایج همسو با یافته‌های پیشین در این زمینه است که عوامل استرس‌زای اجتماعی و هوش هیجانی را به عنوان متغیرهایی مؤثر در افزایش رفتارهای اعتیادآور به تلفن همراه معرفی می‌کنند (یانگ، ۱۹۹۹؛ لانگ، ۲۰۰۸؛ لویز فرناندز و همکاران، ۲۰۱۴). برونی و همکاران (۲۰۰۹) در پژوهش خود نشان دادند افرادی که هوش هیجانی پایینی دارند به سمت اعتیاد به گوشی‌های همراه کشیده می‌شوند. همچنین خزاعی و همکاران (۱۳۹۰) دریافتند که وابستگی به تلفن همراه بر پایه هوش هیجانی قابل پیش‌بینی است و می‌توان با شناسایی شرایط زمینه‌ساز و افراد در معرض خطر و کنترل تنش‌های هیجانی از وابستگی پیشگیری کرد. در تبیین یافته‌های فوق می‌توان گفت که افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند بر هیجانات خود کنترل بیشتری دارند و در روابط اجتماعی موفق‌تر هستند و در موقعیت‌های استرس‌آفرین کنترل بیشتری بر خود دارند. اسکات و همکاران (۲۰۰۱) و دالبوداک و همکاران (۲۰۱۵) در مطالعات خود دریافتند که افراد دارای هوش هیجانی بالا در موقعیت‌های اجتماعی احساس همدلی و خودکنترلی بالاتری دارند و دارای عزت نفس بالا بوده و لذت از اوقات فراغت با دوستان را تجربه می‌کنند و

به تبع آن اعتیاد به تلفن همراه کاهش پیدا می‌کند. همچنین افرادی که نسبت به هیجانات خود آگاهی کمتری دارند نمی‌توانند به تنظیم هیجانات خود پردازند و به صورت اعتیاد گونه از تلفن همراه استفاده می‌کنند و این سوء مدیریت در تنظیم هیجانی باعث می‌شود که نتوانند حالات خود را در هنگام استفاده از تلفن همراه تشخیص دهند و به همین منظور به افراط در استفاده از تلفن همراه روی آورده و به تبع آن مشکلاتی مانند بی‌هدفی در زندگی باعث افزایش استفاده از تلفن همراه برای رسیدن به کمبودهای عاطفی می‌شود. می‌توان چنین مطرح کرد که این افراد با هیجان خواهی در گیر نوعی نیاز به احساسات و تجربیات جدید و گوناگون می‌شوند و فرد برای به دست آوردن این گونه تجربیات به اعمال مخاطره‌آمیز اجتماعی یا فیزیکی روی می‌آورد. لانگ (۲۰۰۸) نیز عنوان می‌کند که بین هیجان خواهی با اعتیاد به تلفن همراه ارتباط معنادار وجود دارد. سلاسکی و کارایت (۲۰۰۲) معتقدند که هوش هیجانی برای مقابله مؤثر با فشاراسترس‌زا و مطالبات محیطی عامل مؤثری است. افراد با هوش هیجانی بالا می‌دانند چگونه در موقعیت‌های مختلف برانگیخته شوند. این افراد توانایی کافی برای فهم و تحلیل تجربه‌های هیجانی خود و دیگران را دارند. این توانایی باعث می‌شود تا به تنظیم هیجان و مقاومت در برابر رفتارهای ناشایست از جمله اعتیاد پردازند (دالبوداک و همکاران، ۲۰۱۵).

همچنین نتایج نشان داد که فشارهای اجتماعی باعث افزایش استفاده از تلفن همراه می‌شود. این پدیده در اکثر کشورهای جهان به معضل بسیار بزرگی تبدیل شده است. زیرا تغییر مدل‌های گوشی همراه در دنیای مدرن امروز امری اجتناب ناپذیر است. بسیاری از برندهای معروف تولید گوشی‌های همراه با استفاده از به روز کردن مدل‌های گوشی خود این احساس را در خریداران خود ایجاد می‌کنند که باید به مدل‌های بهتری از این گوشی دسترسی داشته باشند تا در دنیای اجتماعی و نزد اطرافیان خود از قافله تکنولوژی‌های به روز عقب نیفتند. این نکته نیز قابل ذکر است که کاربران این گوشی‌ها روزانه در مورد گوشی و شبکه‌های اجتماعی همراه با آن صحبت می‌کنند و فرد برای اینکه جامعه‌پذیری خود را حفظ نماید مجبور است که هم گوشی‌های به روز

خریداری کرده و هم با شرکت در شبکه‌های اجتماعی به طور مداوم از تغییرات و چالش‌های شبکه‌های اجتماعی آنلاین با خبر باشد (راش، ۲۰۱۱). همه این عوامل دست به دست هم می‌دهند تا فرد به نقطه‌ای می‌رسد که حتی در زمان خواب نیز با گوشی همراه خود به خواب می‌رود. بنابراین این می‌تواند با شناسایی منبع فشارهای اجتماعی و آوردن تأثیرات ناخودآگاه به خودآگاه در زمینه استفاده اعتیاد گونه از تلفن همراه، آگاهی کاربران را افزایش داد تا با برنامه‌ریزی بهتر به رشد و بهره‌وری نیروی انسانی در کشور پرداخت.

نتایج رگرسیون نشان داد که هر دو مولفه‌ی اضطراب فشار و اضطراب اجتماعی به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه هستند. از بین مولفه‌های هوش هیجانی نیز دو مولفه‌ی مهارت‌های اجتماعی و کاربرد هیجان‌ات به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن همراه هستند. در کل ۷۰ درصد از واریانس اعتیاد به تلفن همراه توسط فشارهای اجتماعی و هوش هیجانی تبیین می‌شود. بنابراین نتیجه این پژوهش نشان می‌دهد که اگر درمانگران و برنامه‌ریزان بتوانند این دو متغیر را آموزش یا کنترل کنند می‌توانند ۷۰ درصد احتمال ابتلا به رفتارهای اعتیاد آور به تلفن همراه را کاهش دهند و این درصد مقدار قابل توجهی است و بنابراین رفتن به سراغ سایر متغیرها برای کاهش اعتیاد به تلفن همراه ممکن است بسیار اثربخش نباشد. از محدودیت‌های مهم این پژوهش استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی بود. بهتر است که از سایر فنون جمع‌آوری اطلاعات مانند مشاهده و مصاحبه نیز استفاده گردد. پیشنهاد می‌شود که در یک طرح آزمایشی به آموزش هوش هیجانی و فرایندهای تنظیم هیجان در کاهش رفتارهای اعتیادآور پرداخته شود و تأثیر آن را به صورت مطمئن‌تر بررسی گردد.

## منابع

خزاعی، طیبه؛ سعادت جو، علیرضا؛ درمحمدی، سمانه؛ سلیمانی، منصوره؛ طوسی نیا، مرضیه و ملاحسن زاده، فاطمه (۱۳۹۰). شیوع وابستگی به تلفن همراه و پرخاشگری نوجوانان شهر بیرجند در سال ۱۳۹۰. مجله دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۹ (۴)، ۴۳۸-۴۳۰.

خزاعی، طیبه، شریف‌زاده، غلامرضا، جاهد سراوانی، مینا، خزاعی، طاهره و هدایتی، هایده (۱۳۹۲). بررسی رابطه هوش هیجانی و وابستگی به تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی بیرجند در سال ۱۳۹۱. فصلنامه‌ی مراقبت‌های نوین، ۱۰ (۴)، ۲۸۷-۲۷۹.

خبرگزاری اتاق خبر ۲۴ (۱۳۹۴/۱۰/۱۷). مشاغل مناسب و پر درآمد در آینده. قابل دسترس در لینک:

<http://otaghkhabar24.ir/news/30418>

سرفراز، مهدی (۱۳۸۷). کمال گرایی، ترس از ارزیابی منفی، گوش به زنگی و اجتناب در نوجوانان دچار اختلال جمع هراسی و نوجوانان نرمال. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شیراز، دانشکده روان‌شناسی، ۵۲-۴۲.

میری، محمدرضا و اکبری بورنگ، محمد (۱۳۸۶). رابطه بین هوش هیجانی و اضطراب دانشگاهی در دانش‌آموزان دبیرستانی استان خراسان جنوبی. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، دوره ۱۴ (۱)، ۳۴-۲۳.

Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in human behavior*, 25(5), 1182-1187.

Carbonell, X., Oberst, U., & Beranuy, M. (2013). The cell phone in the twenty-first century: A risk for addiction or a necessary tool. *Principles of addiction*, 1, 901-909.

Chou, W. P., Ko, C. H., Kaufman, E. A., Crowell, S. E., Hsiao, R. C., Wang, P. W., ... & Yen, C. F. (2015). Association of stress coping strategies with Internet addiction in college students: The moderating effect of depression. *Comprehensive psychiatry*, 62, 27-33.

Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Taymur, I., Evren, B., & Topcu, M. (2015). The impact of sensation seeking on the relationship between attention deficit/hyperactivity symptoms and severity of Internet addiction risk. *Psychiatry research*, 228(1):156-61

Dhir, A., Chen, S., & Nieminen, M. (2015). Predicting adolescent Internet addiction: The roles of demographics, technology accessibility, unwillingness to communicate and sought Internet gratifications. *Computers in Human Behavior*, 51, 24-33.

Donovan, M. (2013). Mobile future in focus. *ComScore Webinar, Chicago*.

Goeders, N. E. (2003). The impact of stress on addiction. *European Neuropsychopharmacology*, 13(6), 435-441.

Haverlag, D. (2013). Compulsief gebruik van sociale media op de smartphone.

Huisman, A., Garretsen, H. F. L., & Van Den Eijnden, R. J. J. M. (2000). Problematisch Internetgebruik: een pilot study in Rotterdam. *IVO reeks*, (2), 1-25.

Kamibeppu, K., & Sugiura, H. (2005). Impact of the mobile phone on junior high-school students' friendships in the Tokyo metropolitan area. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(2), 121-130.

- Khazaei, T., Sharifzadeh, Gh., Jahed Saravani, M., Khazaei, T. & Hedayati, H. (2013). The Relationship between Emotional Intelligence and Mobile Dependence among Students of Islamic Azad University of Birjand in 2012. *New Medical Quarterly*, 10 (4): 279-287. (Persian).
- Khazaei, T., Sa'adat Joo, A., Mohammadi, S., Soleimani, M., Tosyinia, M. & Mollaznzhadeh, F (2011). The prevalence of mobile affiliation and aggression among adolescents in Birjand city in 2011. *Journal of Birjand University of Medical Sciences*, 19 (4), 438-430. (Persian).
- Koo, H. Y. (2009). Development of a cell phone addiction scale for Korean adolescents. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 39(6), 818-828.
- Kun, B., & Demetrovics, Z. (2010). Emotional intelligence and addictions: A systematic review. *Substance Use & Misuse*, 45(7-8), 1131-1160.
- LaRose, R., & Eastin, M. S. (2004). A social cognitive theory of Internet uses and gratifications: Toward a new model of media attendance. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 48(3), 358-377.
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383.
- Leung, L. (2008). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, and addiction. *Mediated interpersonal communication*, 12, 359.
- Lopez-Fernandez, O., Honrubia-Serrano, L., Freixa-Blanxart, M., & Gibson, W. (2014). Prevalence of problematic mobile phone use in British adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(2), 91-98.
- Nielsen, P., & Fjuk, A. (2010). The reality beyond the hype: Mobile Internet is primarily an extension of PC-based Internet. *The Information Society*, 26(5), 375-382.
- Okazaki, S., & Hirose, M. (2009). Does gender affect media choice in travel information search? On the use of mobile Internet. *Tourism Management*, 30(6), 794-804.
- Ozturk, C., Bektas, M., Ayar, D., Oztornaci, B. O., & Yagci, D. (2015). Association of Personality Traits and Risk of Internet Addiction in Adolescents. *Asian Nursing Research*.
- Parker, J. D., Taylor, R. N., Eastabrook, J. M., Schell, S. L., & Wood, L. M. (2008). Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 45(2), 174-180.
- Rush, S. (2011). Problematic use of smart phones in the workplace: an introductory study. *BArts (Honours) thesis. Central Queensland University, Rockhampton* Available: <http://hdl.cqu.edu.au/10018/914191>.
- Salicetia, F. (2015). Internet Addiction Disorder (IAD). *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 191, 1372-1376.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1997). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., & Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *The Journal of social psychology*, 141(4), 523-536.



- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 25(2), 167-177.
- Slaski, M., & Cartwright, S. (2002). Health, performance and emotional intelligence: an exploratory study of retail managers. *Stress and Health*, 18(2), 63-68
- Statistics, C. B. S. (2013). Mobile Internet use continues to grow. *Den Haag: Statistics Netherlands Press release PB12-060*
- Takao, M., Takahashi, S., & Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 12(5), 501-507.
- Wąsiński, A., & Tomczyk, Ł. (2015). Factors reducing the risk of internet addiction in young people in their home environment. *Children and Youth Services Review*, 57, 68-74.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of consulting and clinical psychology*, 33(4), 448.
- Whang, L. S. M., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 6(2), 143-150.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in clinical practice: A source book*, 17, 19-31.
- Yu, J. J., Kim, H., & Hay, I. (2013). Understanding adolescents' problematic Internet use from a social/cognitive and addiction research framework. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2682-2689.

## Role of Social Pressure and Emotional Intelligent in Prediction Addicting Behaviors to Cell Phones in Students

Y. Habibi<sup>1</sup>, S. Ghobadzadeh<sup>2</sup>, I. Mohammadi<sup>3</sup> & A. Mehdizadeh<sup>4</sup>

### Abstract

Today, addiction to cell phone is one of the biggest problems of human society. The aim of this study was to investigate the role of social pressure and emotional intelligence in predicting the behavior of the students addicted to cell phone. This approach was descriptive-correlational and the population consisted of all secondary school students in Babolsar city enrolled in the academic year 2015-2016. 225 second and third grade high school students were selected in Babolsar city using multi-stage cluster sampling. To collect data, the questionnaires of emotional intelligence, addiction to cell phone, and the questionnaire to avoid social chaos were used. Data analysis was performed using Pearson correlation coefficient and multiple regression by SPSS-16. The results showed that addiction to cell phone had a significant relationship with emotional intelligence and social pressure ( $P < 0.05$ ), ( $r = 0.59$ ). The results of multiple regression analysis using simultaneous arrival research showed that a total of 71% of the variance criterion explained the addiction to cell phone ( $r^2 = 0.71$ ,  $P < 0.05$ ). So, we can conclude that if people can set up their emotional behavior and the ability to control their social pressure, addiction to cell phone can be substantially reduced.

**Keywords:** Addiction to cell phone, emotional intelligence, social pressure, students.

- 
1. Corresponding author: M.A of Psychology, University of Mohaghegh Ardabili (Yaser6889@yahoo.com)
  2. Ph.D student of Psychology and the teaching of exceptional children, Islamic Azad University, Ahvaz Branche, Ahvaz, Iran.
  3. Ph.D student of Psychology, Islamic Azad University, Karaj Branch
  4. M. A of Media Management, Iran Broadcasting University