

Original article

Predicting Social Media Dependence Based on Schema Modes Considering Internal Anxiety in Adolescents

Afsaneh Erfanzadeh¹
Maryam Moghimian^{2*}

- 1- MSc in Clinical Psychology, Clinical Research Development Center, Department of Clinical Psychology, Na.C., Islamic Azad University, Najafabad, Iran
- 2- Associate Professor, Nursing and Midwifery Sciences Development Research Center, Department of Nursing, Na.C., Islamic Azad University, Najafabad, Iran

***Corresponding author:** Maryam Moghimian,
Nursing and Midwifery Sciences, Development
Research Center, Department of Nursing, Na.C.,
Islamic Azad University, Najafabad, Iran

Email: Maryam.moghimian@iau.ac.ir

Received: 22 November 2025

Accepted: 06 March 2025

ABSTRACT

Introduction and purpose: Social media dependency is considered a behavioral addiction that is accompanied by a range of negative psychological consequences for adolescents. Therefore, it is essential to identify the factors that predict and influence this dependency. This study aimed to predict social media dependency based on schema modes in light of internal anxiety in adolescents.

Methods: This cross-sectional, descriptive, correlational study was conducted on 384 adolescents selected through convenience sampling from 26 schools in Isfahan, based on inclusion criteria. Data were collected using demographic questionnaires, the Young Internet Addiction Test, the Young Schema Questionnaire, and the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory. The obtained data were then analyzed in SPSS software (version 21) and AMOS (version 23).

Results: Structural equation modeling revealed that social media dependency can be predicted based on schema modes in relation to internal anxiety ($P=0.001$). Schematic modes and internal anxiety were positive and significant predictors of this dependence ($P=0.001$). Vulnerable child modes had the most significant impact, and indifferent coping had the least impact.

Conclusion: Schematic modes, with the mediating role of internal anxiety, predict adolescents' dependence on social media, and it is necessary to identify the vulnerable child modes in dependent adolescents and provide them with health interventions.

Keywords: Internal Anxiety, Schema Modes, Social Media Dependency, Young Adult

► **Citation:** Erfanzadeh A, Moghimian M. Predicting Social Media Dependence Based on Schema Modes Considering Internal Anxiety in Adolescents. Journal of Health Research in Community. Summer 2025;11(2): 90-101

مقاله پژوهشی

پیش‌بینی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی براساس ذهنیت‌های طرحواره‌ای با توجه به اضطراب درونی نوجوانان

افسانه عرفان‌زاده^۱
مریم مقیمیان^{۲*}

چکیده

مقدمه و هدف: وابستگی به شبکه‌های اجتماعی به عنوان یک وابستگی رفتاری، تبعات روان‌شناختی منفی برای نوجوانان دارد. بر این اساس نیاز است تا عوامل پیش‌بین و اثرگذار بر آن شناسایی گردد. هدف مطالعه حاضر پیش‌بینی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی براساس ذهنیت‌های طرحواره‌ای با توجه به اضطراب درونی در نوجوانان بود.

روش کار: این یک مطالعه مقطعی از نوع توصیفی همبستگی است. ۳۸۴ نوجوان به صورت در دسترس و بر مبنای معیارهای ورود به مطالعه، از ۲۶ مدرسه اصفهان انتخاب شدند و به چک‌لیست مشخصات دموگرافیک و پرسش‌نامه‌های وابستگی به اینترنت یانگ، ذهنیت‌های طرحواره‌ای یانگ و اضطراب اسپیلبرگر پاسخ دادند. داده‌های ۳۷۷ پرسش‌نامه کامل، در نرم‌افزارهای AMOS نسخه ۲۳ و SPSS نسخه ۲۱ تحلیل شدند.

یافته‌ها: مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد که وابستگی به شبکه‌های اجتماعی براساس ذهنیت‌های طرحواره‌ای با توجه به اضطراب درونی در نوجوانان قابل پیش‌بینی است ($P=0/001$). ذهنیت‌های طرحواره‌ای و اضطراب درونی پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار این وابستگی بودند ($P=0/001$). ذهنیت طرحواره‌ای کودک آسیب‌پذیر بیشترین تأثیر و ذهنیت مقابله‌ای بی تفاوت، کمترین تأثیر را بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی داشتند.

نتیجه‌گیری: ذهنیت‌های طرحواره‌ای با توجه به میانجی‌گری اضطراب درونی، پیش‌بینی‌کننده وابستگی نوجوانان به شبکه‌های اجتماعی هستند. لازم است ذهنیت کودک آسیب‌پذیر در نوجوانان وابسته، شناسایی و نسبت به ارائه مداخلات سلامت به آن‌ها اقدام گردد.

کلمات کلیدی: وابستگی به شبکه‌های اجتماعی، ذهنیت‌های طرحواره‌ای، اضطراب درونی، نوجوان

۱. دانشجوی کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی بالینی، مرکز تحقیقات توسعه پژوهش‌های بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران
۲. دانشیار، مرکز تحقیقات توسعه علوم پرستاری و مامایی، گروه پرستاری، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران

* نویسنده مسئول: مریم مقیمیان، مرکز تحقیقات توسعه علوم پرستاری و مامایی، گروه پرستاری، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، ایران

Email: Maryam.moghimian@iau.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۱/۰۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۱۵

◀ **استناد:** عرفان‌زاده، افسانه؛ مقیمیان، مریم. پیش‌بینی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی براساس ذهنیت‌های طرحواره‌ای با توجه به اضطراب درونی نوجوانان. مجله تحقیقات سلامت در جامعه، تابستان ۱۴۰۴؛ ۱۱(۲): ۹۰-۱۰۱

مقدمه

دوران نوجوانی یک مرحله مهم در زندگی انسان است که معمولاً از حدود سن ۱۲ تا ۱۸ سالگی آغاز می‌شود. این دوره

مجله تحقیقات سلامت در جامعه، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، تابستان ۱۴۰۴، دوره ۱۱، شماره ۲، ۹۰-۱۰۱

از زندگی با تغییرات فیزیکی، روانی و اجتماعی همراه است. در این مرحله، توسعه هویت شخصی شروع می شود، نوجوان از نظر جنسیتی بلوغ را تجربه می کند و به دنبال استقلال و تثبیت هویت خود است. او معمولاً با چالش های اجتماعی، احساسات پیچیده، تغییر در روابط خانوادگی و دوستی های خارج از دایره نزدیکان روبه رو می شود. در این دوره، اهمیت دوستان بسیار زیاد است و نوجوان به دنبال تشکیل روابط معنادار و پایدار است. همچنین نگرش و اعتقادات وی نیز به طور قابل توجهی شکل می گیرد و ممکن است درگیر بحران های هویتی و ارتباطات مختلف شود [۱].

از عواملی که امروزه نقش بسیار مهمی در رشد و تکامل ذهنی، روانی و اجتماعی نوجوانان دارد، شبکه های اجتماعی (Social Networks) است [۲]. شبکه های اجتماعی جزو جدایی ناپذیری از زندگی شده است؛ به طوری که بر روی کلیه جوانب زندگی از جمله میزان مطالعه، عملکرد تحصیلی و سایر مهارت های تحصیلی نوجوانان و جوانان تأثیر مستقیم دارد [۳]. رسانه ها و شبکه های اجتماعی مانند اینستاگرام، اسنپ چت و... در میان دانش آموزان و دانشجویان بسیار محبوبیت یافته اند [۴]. حضور در شبکه های اجتماعی می تواند تا مرحله وابستگی به اینترنت (Internet Dependency) و شبکه های اجتماعی پیشرفت کند که از آن با عنوان وابستگی رفتاری یاد می شود [۵]. اصطلاح وابستگی به اینترنت اولین بار توسط یانگ مطرح شد و مورد توجه روان شناسان و جامعه شناسان قرار گرفت [۶].

وابستگی به شبکه های اجتماعی به عنوان یک وابستگی رفتاری، به معنای وابستگی ناشی از استفاده افراطی و نامناسب از شبکه های اجتماعی است. منشأ این وابستگی ممکن است مشکلات روانی یا معضلات اجتماعی/فرهنگی خانواده ها و جوامع باشد. شاخص تشخیص این وابستگی بروز مشکلات روان شناختی همچون افسردگی، اضطراب، اختلالات خوردن و مشکلات خواب است؛ به طوری که رفتارهای عادی فرد مختل شده و اختلال در وضعیت شناختی ایجاد می شود [۷]. این مشکلات چهار نوع پیامد نامطلوب

روانی هیجانی، روابط اجتماعی، عملکردی و سلامتی را به همراه دارد که به ایجاد تعارضات درون فردی، خانوادگی و اجتماعی به دنبال فراموش کردن مسئولیت خود در قبال خانواده و دوستان و شغل می انجامد [۸، ۹]. شیوع کلی وابستگی به اینترنت و شبکه های اجتماعی در میان نوجوانان و جوانان ایرانی ۴/۲ درصد و برحسب جنسیت، در پسران ۹/۲ و در دختران ۲ درصد و برحسب گروه های سنی در نوجوانان ۵/۲ درصد گزارش شده است [۱۰].

در روان شناسی، به دنبال بروز نوع وابستگی، ذهنیت های طرحواره ای (Schema mode) در انسان مهم قلمداد می شود [۱۱]. ذهنیت های طرحواره ای حالت های هیجانی غالب و پاسخ های مقابله ای هستند که در موقعیت هایی که افراد بیش از حد حساس هستند، فعال می شوند و مجموعه ای از حالت های شناختی، هیجانی و رفتاری را شامل می شود [۱۲]. ذهنیت های طرحواره ای فرد با بروز مشکل در هیجانات، شخصیت، پرخاشگری و نیز تجربیات آسیب زای دوران کودکی در ارتباط است [۱۳-۱۶]. ده ذهنیت طرحواره ای مختلف شناسایی شده اند که در چهار دسته جای می گیرند: ذهنیت های کودکانه (آسیب پذیر، عصبانی، پرخاشگر و کنجکاو)، مقابله ای ناکارآمد (مطیع، اجتنابی/بی تفاوت و جبران کننده افراطی)، والد ناکارآمد (تنبیه گر و پرتوقع) و بزرگسال سالم (سالم). این ذهنیت ها ذاتی و همگانی هستند و افراد با آن ها متولد می شوند. در واقع، ذهنیت های کودکانه با هیجان های اولیه و اساسی همچون خشم، ترس و غم پیوند خورده اند و این هیجان ها معمولاً با احساس های بدنی همراهی دارند [۱۷، ۱۸]. از این رو، ذهنیت های طرحواره ای از جمله عواملی به شمار می روند که بر ساختار شخصیت اثر می گذارند و می توانند گرایش فرد به انواع وابستگی ها را شکل دهند. هرچند پژوهش های گسترده ای در زمینه رابطه ذهنیت های طرحواره ای و وابستگی به شبکه های اجتماعی انجام نشده است، اما یافته های محدود موجود نشان می دهد افرادی که دچار وابستگی هستند، اغلب دارای طرحواره های ناسازگار اولیه می باشند. [۱۹، ۲۰].

اضطراب (Anxiety) درونی یا پنهان نیز به عنوان یک هیجان منفی از شایع ترین اختلالات در بین نوجوانان است که با بروز وابستگی در ارتباط است [۲۱]. اضطراب با افکار و احساسات نگران کننده مشخص می شود و می تواند با تغییرات جسمی همراه باشد [۲۲]. باید میان اضطراب به عنوان یک ویژگی شخصیتی (اضطراب پنهان) و به عنوان یک حالت هیجانی (اضطراب آشکار) تمایز قائل شد [۲۳]. اضطراب پنهان، ویژگی فردی پایدار و نسبتاً باثباتی است که فرد را مستعد تجربه نگرانی در اکثر موقعیت ها می کند، اما اضطراب آشکار بیانگر تفاوت های فردی گذرا در احساسات ذهنی است [۲۴]. اضطراب درونی در نوجوان می تواند به عنوان نیروی برانگیزاننده عمل کند و وی برای رها شدن از این هیجان منفی، به سمت هر نوع وابستگی سوق پیدا می کند [۲۵]. نتایج مطالعات انجام شده هم حاکی از آن است که اضطراب پیش بینی کننده معنادار برای وابستگی است؛ اما ارتباط آن با ذهنیت های طرحواره ای و تأثیر این ارتباط بر وابستگی به شبکه های اجتماعی مورد بررسی قرار نگرفته است [۲۶، ۲۷]. این مطالعه با هدف تدوین یک مدل مفهومی جهت تبیین سازوکار تأثیر ذهنیت های طرحواره ای بر وابستگی به شبکه های اجتماعی با میانجی گری اضطراب، طراحی شده است. در این چارچوب، طرحواره های شناختی به عنوان عوامل بنیادینی در نظر گرفته می شوند که می توانند بر یجانات و رفتارهای نوجوانان تأثیر بگذارند. شواهد نشان می دهد که افراد دارای باورهای ناکارآمد، مستعد تجربه سطوح بالاتری از اضطراب هستند، که این امر ممکن است آنان را به سمت استفاده افراطی از شبکه های اجتماعی به منظور تنظیم هیجانات منفی سوق دهد؛ چنین کاربردی از فضای مجازی، اگرچه در کوتاه مدت ممکن است تسکین دهنده باشد، اما در بلندمدت می تواند به تشدید چالش های روان شناختی و شکل گیری چرخه معیوب بین شناخت های ناسازگار، اضطراب و رفتارهای اعتیادی منجر شود [۲۶، ۲۷].

یکی از جنبه های نوآورانه این پژوهش، تمرکز بر این تعامل

سه گانه به عنوان یک شکاف تحقیقاتی است که درک بهتری از پیامدهای روانی-اجتماعی استفاده ناسازگارانه از شبکه های اجتماعی ارائه می دهد. بر این اساس، پرسش اصلی مطالعه حاضر این است که آیا ذهنیت های طرحواره ای با واسطه گری اضطراب، قابلیت پیش بینی وابستگی به شبکه های اجتماعی را در جمعیت نوجوان دارند؟ فرضیه محوری این است که نوجوانان دارای طرحواره های منفی، برای اجتناب از پریشانی هیجانی، به صورت گسترده تری به تعاملات آنلاین متوسل می شوند، که این الگو می تواند نشان دهنده یک راهبرد ناکارآمد تنظیم هیجان باشد.

یافته های این تحقیق می توانند در شناسایی الگوهای شناختی-رفتاری مؤثر بر سلامت روان نوجوانان و طراحی مداخلات هدفمند برای کاهش پیامدهای منفی استفاده بیش از حد از شبکه های اجتماعی کاربرد داشته باشند. چنین رویکردی نه تنها به درک بهتر پویایی های روان شناختی زیربنایی این پدیده کمک می کند، بلکه زمینه را برای توسعه راهبردهای پیشگیرانه مبتنی بر شواهد فراهم می سازد.

روش کار

این مطالعه به صورت مقطعی از نوع توصیفی-همبستگی، پس از دریافت کد اخلاق از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد و کسب مجوز ورود به دبیرستان ها از اداره آموزش و پرورش اصفهان انجام شد. محیط پژوهش را ۲۶ مدرسه منتخب دخترانه و پسرانه دوره متوسطه اول و دوم تمامی نواحی شهرستان اصفهان (مکتبی، حکمت، آبدار، کیخسروی، بانو مجتهد امین، پروین اعتصامی، ۲۲ بهمن، فرهنگ و ادب، معصومی، بهار آزادی، بنی فاطمه، جامه طحاف، کاردانپور، خدیجه کبری، مهر افروز، حکیم، صدر، قلم، نیلفروش زاده، امام خمینی، سلامت، نام آوران البرز، آل یاسین، سادات، غدیر، مطهری) تشکیل دادند. نمونه ها با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس در فاصله مهر

تا آذر ۱۴۰۳ انتخاب شدند. اهداف پژوهش برای شرکت کنندگان در مطالعه و والدین آنها شرح داده شد. پس از آن رضایت نامه شرکت در مطالعه توسط والدین دانش آموزان تکمیل و سپس دانش آموزان آمادگی خود را برای همکاری در مطالعه در ذیل رضایت نامه مذکور مکتوب نموده و به صورت شفاهی نیز اعلام کردند. در ادامه، چک لیست اطلاعات دموگرافیک، پرسش نامه های استاندارد وابستگی به اینترنت (IAT: Internet addiction Test)، ذهنیت های طرحواره ای (SMQ: Schema Mode Questionnaire) و اضطراب اسپیلبرگر (STAI) توسط دانش آموزان به صورت کاغذی تکمیل شدند. در مدت پاسخگویی به پرسش نامه ها، پژوهشگر حضور داشت و به سوالات شرکت کنندگان پاسخ می داد. معیارهای ورود به مطالعه شامل: سن ۱۲ الی ۱۸ سال، در حال تحصیل در مدارس دولتی یا غیرانتفاعی، عضویت در حداقل یکی از شبکه های اجتماعی و معیارهای خروج از مطالعه عدم همکاری در تکمیل پرسش نامه ها و ارائه پرسش نامه ناقص بود.

حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران، ۳۸۴ نفر محاسبه گردید. از آنجا که حداقل حجم نمونه با واریانس ۱ و خطای ۰/۱ در فرمول کوکران برابر این تعداد است، کف نمونه برای جوامع نامحدود در نظر گرفته شده است [۲۸]. از این تعداد، ۷ نفر به دلیل عدم تکمیل دقیق پرسش نامه ها از مطالعه حذف شدند و نهایتاً ۳۷۷ نفر در محاسبات آماری مورد بررسی قرار گرفتند.

ابزارهای گردآوری داده ها مشتمل بر چک لیست اطلاعات دموگرافیک (شامل اطلاعات: سن، مقطع تحصیلی، جنس، عضویت در چند شبکه اجتماعی، تعداد ساعت حضور در شبکه های اجتماعی) و سه پرسش نامه استاندارد به شرح زیر بود: ۱. پرسش نامه وابستگی به اینترنت (IAT): این پرسش نامه توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ ساخته شده و یک ابزار خود گزارش دهی است که در ۲۰ گویه پنج گزینه ای طراحی و بر اساس مقیاس پنج گزینه ای لیکرت (به ندرت=۱، گاهی اوقات=۲، اغلب=۳، بیشتر

اوقات=۴، همیشه=۵) درجه بندی شده است. نمرات پرسش نامه به چهار طبقه: کاربر معمولی، کاربر دارای وابستگی خفیف، کاربر دارای وابستگی متوسط و کاربر دارای وابستگی شدید به اینترنت، تقسیم بندی شده است. نمره کلی پرسش نامه، دامنه ای از ۲۰ تا ۱۰۰ خواهد داشت. هر چه نمره فرد بیشتر باشد وابستگی او به اینترنت بیشتر خواهد بود و برعکس. جمع نمرات بین ۲۰ تا ۴۹ نشان دهنده عدم وابستگی، ۵۰ تا ۷۹ در معرض وابستگی و ۸۰ تا ۱۰۰ نشانگر وابستگی به اینترنت است. پایایی این پرسش نامه با استفاده از محاسبه ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۸ گزارش شده و روایی پرسش نامه در پژوهش های قبلی مورد تایید قرار گرفته است [۲۹].

۲. پرسش نامه ذهنیت های طرحواره ای (SMQ): این پرسش نامه توسط یانگ و همکاران در سال ۲۰۰۸ ساخته شده و یک ابزار خود گزارش دهی است. پرسش نامه مذکور دارای ۱۲۴ سوال بوده و هدف آن سنجش ۱۴ ذهنیت طرحواره ای در چهار حوزه کلی است و بر اساس مقیاس شش گزینه ای لیکرت (هیچ وقت=۱، به ندرت=۲، گاهی=۳، اغلب=۴، مدام=۵، همیشه=۶) درجه بندی شده است. نمرات بالاتر در هر ذهنیت نشانگر حاکمیت آن بر سیستم پردازش اطلاعات است. پایایی این پرسش نامه با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ محاسبه شده است و روایی آن مورد تایید قرار گرفته است [۳۰].

۳. پرسش نامه اضطراب اسپیلبرگر (STAI): این پرسش نامه توسط اسپیلبرگر در سال ۱۹۷۰ ساخته شده و یک ابزار خود گزارش دهی است. پرسش نامه مذکور دارای ۴۰ سوال می باشد که ۲۰ سوال آن مربوط به اضطراب پنهان است و احساسات عمومی و معمولی افراد را می سنجد و ۲۰ سوال مربوط به اضطراب آشکار است و احساسات فرد را در لحظه می سنجد و بر اساس مقیاس چهار گزینه ای لیکرت (خیلی کم=۱، کم=۲، زیاد=۳ و خیلی زیاد=۴) درجه بندی شده است. وزن های نمره گذاری برای عبارت هایی که عدم اضطراب را نشان می دهند به صورت معکوس است. دامنه نمرات برای هر مقیاس بین ۰ تا ۸۰ در نظر گرفته شده

است، به گونه‌ای که امتیاز ۰ تا ۲۰ نشانه اضطراب خفیف، ۲۱ تا ۴۰ متوسط و ۴۱ تا ۶۰ اضطراب شدید است. پایایی این پرسش‌نامه با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ ۰/۹۲ محاسبه شده و روایی آن مورد تایید قرار گرفته است [۳۱].

داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزارهای AMOS نسخه ۲۳ و SPSS نسخه ۲۱ مورد تحلیل قرار گرفتند. همچنین جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (تعداد، درصد، میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (مدل‌سازی معادلات ساختاری برای متغیرهای برون‌زا، تحلیل مسیر، رگرسیون) استفاده شد. آزمون کلموگروف-اسپیرنوف نرمال‌بودن داده‌ها را تایید کرد. سطح معناداری برای کلیه آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

دامنه سنی شرکت‌کنندگان در مطالعه بین ۱۳ تا ۱۵ سال بود. اکثر آن‌ها دختر و کلاس نهم بودند. دامنه حضور شرکت‌کنندگان در فضای مجازی بین دو تا چهار ساعت در طول روز بود و اکثراً در بیش از چهار شبکه مجازی عضو بودند (جدول ۱).

نتایج ماتریس همبستگی بین متغیرها نشان داد که بین هر کدام از متغیرهای پژوهش در سطح ۰/۰۵ رابطه معناداری وجود دارد (جدول ۲).

نتایج مدل‌سازی معادلات ساختاری برای فرضیه اصلی، نشان‌دهنده روابط میان متغیرها و ضرایب اثر استاندارد آن‌ها است. بر این اساس، یک واحد انحراف استاندارد تغییر در متغیر ذهنیت‌های طرحواره‌ای موجب ۰/۶۵ انحراف استاندارد تغییر در متغیر اضطراب درونی می‌شود. همچنین، یک واحد انحراف استاندارد تغییر در ذهنیت‌های طرحواره‌ای منجر به ۰/۷۲ انحراف استاندارد تغییر در وابستگی به شبکه‌های اجتماعی می‌شود. در مقابل، یک واحد تغییر در اضطراب درونی منجر به منفی ۰/۲۲ انحراف استاندارد تغییر در وابستگی به شبکه‌های اجتماعی

می‌گردد. بر اساس مدل و ضرایب اثر، ذهنیت کودک آسیب‌پذیر با ضریب اثر ۰/۸۱ بیشترین تأثیر و ذهنیت مقابله‌ای بی تفاوت با ضریب اثر ۰/۲۹ کمترین تأثیر را در تبیین ذهنیت‌های طرحواره‌ای داشته‌اند (شکل ۱). علاوه بر این، نتایج شاخص کای‌اسکوئر مدل نشان داد که مدل با ۶۶ درجه آزادی به خوبی با داده‌ها برازش دارد (جدول ۳).

جدول ۱. توزیع فراوانی مشارکت‌کنندگان بر اساس مشخصات دموگرافیک

متغیر	تعداد (درصد)
سن (سال)	۱۲ ۴۳ (۱۱/۳)
	۱۳ ۲۱ (۵/۵)
	۱۴ ۲۶ (۱۴/۷)
	۱۵ ۸۵ (۲۲/۹)
	۱۶ ۶۶ (۱۷/۵)
	۱۷ ۶۳ (۱۶/۷)
جنس	۱۸ ۴۳ (۱۱/۴)
	پسر ۱۲۷ (۳۳/۷)
مقطع تحصیلی	دختر ۲۵۰ (۶۶/۳)
	کلاس ششم ۴۲ (۱۱/۱)
	کلاس هفتم ۲۰ (۵/۳)
	کلاس هشتم ۵۵ (۱۴/۶)
	کلاس نهم ۸۳ (۲۲)
	کلاس دهم ۶۸ (۱۸)
	کلاس یازدهم ۶۱ (۱۶/۲)
	کلاس دوازدهم ۴۸ (۱۲/۷)
	۲-۱ ۶۵ (۱۷/۲)
	۴-۲ ۱۲۵ (۳۲/۹)
زمان استفاده از شبکه‌های مجازی در طول روز (ساعت)	۶-۴ ۱۰۹ (۲۸/۹)
	۸-۶ ۷۸ (۲۰/۷)
تعداد عضویت در شبکه‌های مجازی	حداقل ۲ شبکه مجازی ۵۳ (۱۴/۱)
	۲-۴ شبکه مجازی ۱۳۲ (۳۵)
	بیش از ۴ شبکه مجازی ۱۲۵ (۵۰/۹)

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرها

متغیرها	ذهنیت های طر حواره ای	اضطراب درونی	وابستگی به شبکه های اجتماعی
ذهنیت های طر حواره ای	۱		
اضطراب درونی	۰/۶۰۲ p= ۰/۰۰۱	۱	
وابستگی به شبکه های اجتماعی	۰/۴۶۵ p= ۰/۰۰۱	۰/۲۴۶ p= ۰/۰۰۵	۱

جدول ۳: شاخص کای اسکوتر مدل

کای	درجه	کای دو/ درجه	سطح معناداری
۳۳۰/۴۶	۶۶	۵/۰۰	۰/۰۰

اضطراب درونی به طور معناداری وابستگی به شبکه های اجتماعی را پیش بینی می کند (جدول ۵).

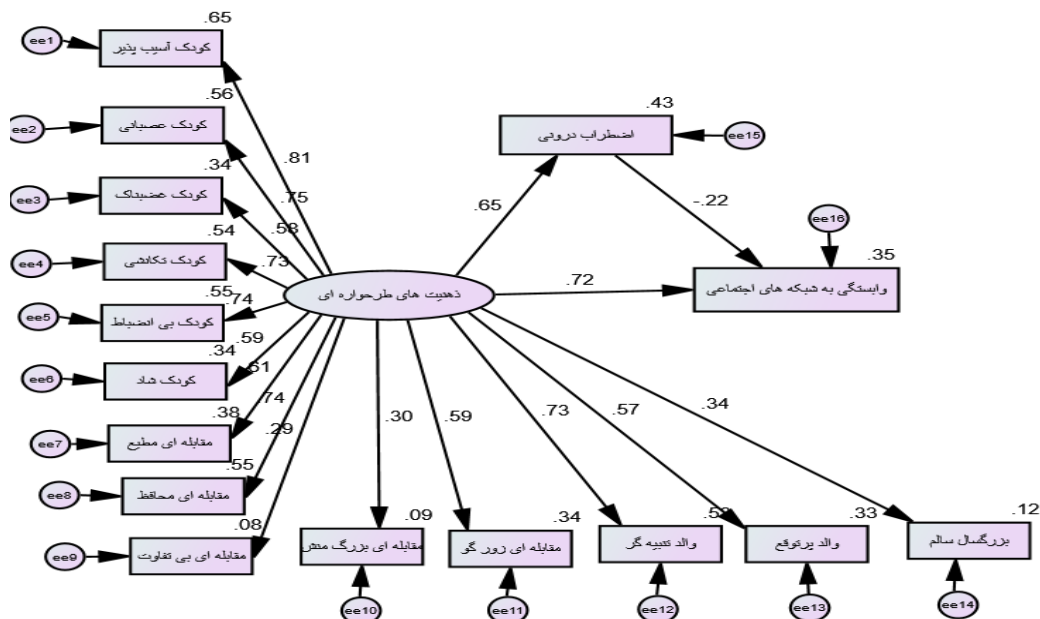
نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که با اطمینان ۹۵ درصد در سطح خطای کمتر از ۰/۰۵ درصد، رابطه معناداری بین ذهنیت های طر حواره ای و اضطراب درونی وجود دارد (جدول ۶).

بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر با هدف پیش بینی وابستگی به شبکه های اجتماعی بر اساس ذهنیت های طر حواره ای با توجه به متغیر اضطراب درونی در نوجوانان انجام شد. براساس نتایج، وابستگی به شبکه های اجتماعی براساس ذهنیت های طر حواره ای با توجه به اضطراب

همچنین نتایج شاخص برازش مدل نشان داد که NFI, RFI, IFI, TLI, CFI همگی در سطح خوب و نزدیک به ۰/۹ قرار دارند، همچنین RMSEA، ۰/۱ بود که نشان دهنده برازش خوب مدل با داده های پژوهش است (جدول ۴).

نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد با توجه به معناداری ضریب رگرسیونی (۰/۰۰۱) و اندازه اثر ۰/۲۱، ذهنیت های طر حواره ای به طور معناداری وابستگی به شبکه های اجتماعی را پیش بینی می کنند. همچنین، با توجه به معناداری ضریب رگرسیونی (۰/۲۴۶)



شکل ۱: مدل سازی معادلات ساختاری فرضیه اصلی پژوهش

جدول ۴: شاخص‌های برازش مدل

شاخص	NFI	RFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
مقدار قابل قبول	نزدیک به ۱	نزدیک به ۱	نزدیک به ۱	نزدیک به ۱	نزدیک به ۱	کمتر از ۰/۱
مدل پژوهش	۰/۹۰۸	۰/۸۳۳	۰/۹۲۵	۰/۸۶۱	۰/۹۲۴	۰/۱

درونی در نوجوانان قابل پیش‌بینی بود. در این میان، ذهنیت کودک آسیب‌پذیر بیشترین تأثیر و ذهنیت کودک بی‌تفاوت، کمترین تأثیر را در وابستگی به شبکه‌های اجتماعی نشان دادند. نتایج این پژوهش با مطالعه ویرا و همکاران (۲۰۲۳)، مقیمی و همکاران (۱۴۰۳) و مینگسین (۲۰۲۵) همسو می‌باشد و تاییدکننده این مطلب است که رویدادهای منفی و ویژگی‌های شخصیتی از جمله طرحواره‌های آسیب‌پذیر در نوجوانان پیش‌بینی‌کننده آسیب‌پذیری در برابر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی هستند [۳۲-۳۴].

در تبیین این یافته می‌توان گفت، نتایج کسب‌شده در مطالعات فرهنگ‌های مختلف، همگی حاکی از آن است که شخصیت‌های رنجور، ذهنیت‌های طرحواره‌ای کودکانه از جمله کودک آسیب‌پذیر، عصبانی و تکانشی داشته، قادر به تنظیم هیجانات خود نبوده و بیشتر تمایل به استفاده از شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهند؛ زیرا در شبکه‌های اجتماعی درگیری هیجانی صورت می‌گیرد که منجر به گرایش نوجوان به استفاده افراطی از آن می‌شود. از آن‌جا که یکی از علل به وجود آمدن ذهنیت‌های طرحواره‌ای ارضانشدن پنج نیاز اصلی در دوران کودکی است، به نظر می‌رسد از علل وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در دوران نوجوانی نیز برآورده‌نشدن برخی از نیازهای فردی از جمله دلبستگی ایمن به دیگران، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و

هیجانات سالم، خودانگیختگی و تفریح، محدودیت‌های واقع‌بینانه و خویشتن‌داری است که فرد پس از عضویت در این شبکه‌ها به دنبال ارضای آن است و این‌ها همه از مشخصات ذهنیت‌های طرحواره‌ای کودکانه هستند. اما فردی که ذهنیت مقابله‌ای بی‌تفاوت دارد، از گسلس روانی استفاده می‌کند تا از درد روان‌شناختی فاصله بگیرد. این افراد هرگونه هیجان را خاموش می‌سازند [۳۵]. بر همین اساس، نوجوانی که دچار هیجانات منفی می‌شود برای فاصله گرفتن از هیجان منفی از برقراری ارتباط با دیگران کناره‌گیری می‌کند. این موضوع، نشان‌دهنده آن است که ذهنیت مقابله‌ای بی‌تفاوت، کمترین تأثیر را بر وابستگی به شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد. بر اساس این یافته، آنچه مطالعه حاضر می‌تواند به‌عنوان یک جنبه جدید در واکاوی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در نوجوانان مطرح نماید، نقش واسطه‌ای اضطراب درونی در نوجوانان دارای ذهنیت طرحواره‌ای کودک آسیب‌پذیر است.

نتایج دیگر مطالعه نشان داد که اضطراب درونی پیش‌بینی‌کننده وابستگی به شبکه‌های اجتماعی است و به عبارتی اضطراب و گرایش به شبکه‌های اجتماعی ارتباط دوسویه دارند که با نتایج مطالعه نورمقانی و همکاران (۱۴۰۳)، شیری و همکاران (۱۳۹۶)، ونگ (۲۰۲۵) و وو (۲۰۲۴) در فرهنگ‌های مختلف در داخل و خارج از کشور همسو می‌باشد [۳۹-۳۶].

جدول ۵: تحلیل رگرسیون ذهنیت‌های طرحواره‌ای، اضطراب درونی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در نوجوانان

متغیر پیش‌بین	ضریب همبستگی رگرسیونی	اندازه اثر	اندازه اثر تعدیل یافته	خطای برآورد استاندارد	تغییرات اندازه اثر	تغییرات F	df۱	df۲	سطح معناداری
ذهنیت‌های طرحواره‌ای	۰/۴۶	۰/۲۱۶	۰/۲۱۴	۱۳/۲۵	۰/۲۱۶	۱۰۳/۴۶	۱	۳۷۷	۰/۰۰۱
اضطراب درونی	۰/۲۴۶	۰/۰۶۱	۰/۰۵۸	۱۴/۵۱۲	۰/۰۶۱	۲۴/۱۶۹	۱	۳۷۷	۰/۰۰۱

جدول ۶: همبستگی بین ذهنیت های طرحواره ای و اضطراب درونی در

نوجوانان			
متغیر	همبستگی پیرسون		
	میزان همبستگی	سطح معناداری	تعداد
رابطه بین ذهنیت های طرحواره ای و اضطراب درونی	۰/۶۰۲	۰/۰۱	۳۷۷

در تبیین این یافته می توان گفت: نوجوانان در موقعیت هایی که با هیجانات منفی مواجه می شوند، دچار تشدید اضطراب درونی می گردند و به جای بروز رفتارهای سازگار و کارآمد، ممکن است فعالیت بدنی خود را کاهش داده و در حالت انفعال به شبکه های اجتماعی روی آورند. استفاده از این شبکه ها می تواند به طور موقت از شدت اضطراب و تنش آن ها بکاهد. در چنین شرایطی، نوجوان تمام علاقه مندی خود را به ارتباط با افراد ناشناس در فضای مجازی معطوف می کند؛ زیرا تعامل کلامی و ارتباط مستقیم با دیگران، در صورت فقدان اعتماد به نفس کافی، برای او اضطراب زا است. به همین دلیل تمایل به کناره گیری از روابط واقعی و غرق شدن در شبکه های اجتماعی افزایش می یابد. با گذشت زمان، به دلیل تداوم اضطراب و فعال شدن ذهنیت های طرحواره ای، احتمال وابستگی به شبکه های اجتماعی بیشتر می شود. جنبه نوآورانه این یافته در مطالعه حاضر، تمرکز بر رابطه دوسویه اضطراب درونی و وابستگی به شبکه های اجتماعی در نوجوانان است؛ به گونه ای که از یک سو اضطراب پیش بینی کننده وابستگی به شبکه های اجتماعی است و از سوی دیگر، این وابستگی می تواند به تشدید اضطراب درونی بینجامد. در این مطالعه پژوهشگر با محدودیت هایی در جذب نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله مشغول به تحصیل در مدارس متوسطه مواجه شد. برخی از نوجوانان به دلایل مختلف، از جمله عدم تمایل به شرکت یا مشکلات خانوادگی، از مشارکت در این پژوهش خودداری می کردند که سعی گردید با توضیح اهداف، این محدودیت کنترل شود. همچنین در طول اجرای پژوهش، تفاوت های فردی،

فرهنگی، عوامل محیطی و اجتماعی مانند فشارهای تحصیلی و روابط خانوادگی بر روی پاسخ های نوجوانان می تواند تأثیر گذار باشد که این عوامل قابل کنترل نبود و ممکن است نتایج پژوهش را تحت تأثیر قرار داده باشد.

نتایج این مطالعه نشان داد که وابستگی به شبکه های اجتماعی در نوجوانان بر اساس ذهنیت های طرحواره ای آن ها با میانجی گری اضطراب درونی شان قابل پیش بینی است. ذهنیت های طرحواره ای و اضطراب درونی دو عامل مهم در بروز عادت های رفتاری نادرست از جمله وابستگی به شبکه های اجتماعی هستند و ذهنیت های اضطراب زا از جمله ذهنیت کودک آسیب پذیر باید مورد توجه قرار گیرد تا بتواند در راستای کمک به نوجوانان در مدیریت استفاده بهینه از شبکه های اجتماعی موثر واقع گردند.

مطالعه حاضر از این جهت حائز اهمیت است که به بررسی هم زمان نقش ذهنیت های طرحواره ای و اضطراب به عنوان عوامل پیش بینی کننده وابستگی به شبکه های اجتماعی پرداخت. با توجه به افزایش روزافزون استفاده نوجوانان از این شبکه ها و پیامدهای بالقوه آن بر سلامت روان، یافته های به دست آمده می تواند درک عمیق تری از علل زیربنایی این پدیده فراهم سازد. به ویژه، تأکید بر نقش میانجی گر اضطراب در این رابطه، بینش های ارزشمندی را برای طراحی مداخلات روان شناختی هدفمند ارائه می دهد. بر این اساس، نتایج پژوهش می تواند مبنایی برای غربالگری نوجوانانی باشد که به دلیل طرحواره های ناسازگار و سطوح بالای اضطراب در معرض وابستگی به شبکه های اجتماعی قرار دارند. همچنین یافته ها در شناسایی الگوهای رفتاری و شناختی نوجوانان در مواجهه با این شبکه ها نقش بسزایی دارد و می تواند در تدوین مداخلات روان شناختی برای کاهش وابستگی، ارتقای سلامت روان و آموزش مهارت های تنظیم هیجان توسط دست اندرکاران نظام سلامت مورد استفاده قرار گیرد. این پژوهش علاوه بر ارزش کاربردی، به غنای ادبیات نظری در حوزه روان شناسی اجتماعی و رسانه های دیجیتال نیز می افزاید. با توجه به نقش کلیدی ذهنیت

تضاد منافع

بین نویسندگان هیچ گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

افسانه عرفان زاده: گردآوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها و نگارش مقاله. مریم مقیمی: ایده پردازی، چارچوب بندی و تبیین. نویسندگان نسخه نهایی مقاله را مطالعه و تایید نموده و مسئولیت پاسخگویی در قبال پژوهش را پذیرفته‌اند.

حمایت مالی

پژوهش حاضر هیچ گونه حمایت مالی از هیچ سازمانی دریافت نکرده است.

دسترسی داده‌ها

با تماس با نویسنده مسئول قابل دسترسی است.

کودک آسیب پذیر، پیشنهاد می شود برنامه های مدرسه محور با هدف تقویت دلبستگی ایمن و ارتقای توانایی های تنظیم هیجان در نوجوانان طراحی و اجرا شود. همچنین، در پژوهش های آتی توصیه می گردد نقش متغیرهای جمعیت شناختی (دموگرافیک) به عنوان تعدیل گر روابط بررسی گردد تا در مطالعات مرور سیستماتیک، اثرگذارترین متغیرهای پیشین و ملاک در شکل گیری وابستگی به شبکه های اجتماعی شناسایی شوند. این رویکرد می تواند به درک دقیق تر تفاوت های فردی در مواجهه با پدیده ای که یکی از چالش های اساسی عصر حاضر است، کمک کند.

قدردانی

این مطالعه برگرفته از پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته روان شناسی بالینی با کد اخلاق IR.IAU.NAJAFABAD. REC.1403.004 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف آباد است. از معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد برای تصویب پایان نامه و مسئولین آموزش و پرورش اصفهان، مدیران مدارس و کلیه مشارکت کنندگان در این پژوهش بابت همکاری در جمع آوری داده ها تقدیر و تشکر می شود.

References

1. Chen Z, Poon KT, Cheng C. Deficits in recognizing disgust facial expressions and Internet addiction: Perceived stress as a mediator. *Psychiatry Res*; 2017;254:211-17.
2. Boer M, Stevens GW, Finkenauer C, De Looze ME, Van den Eijnden RJ. Social media use intensity, social media use problems, and mental health among adolescents: Investigating directionality and mediating processes. *Comput Human Behav*, 2021;116:106645.
3. Esmaili H, Mohammadi A, Haghighat S. Prediction of Dependence on social Networks Based on Differentiation and Communication Patterns in teenagers. *J Res Educ Sys*. 2023;17(61):46-56.
4. Aryani E, Zahed Bablan A, Moeinikia M, Khaleghkhah A. The role of virtual social networks in the research capabilities of postgraduate students. *Interdis J Virtu Lear Med Sci*. 2015;6(2):26-39.
5. Rumpf HJ, Brandt D, Demetrovics Z, Billieux J, Carragher N, Brand M, et al. Epidemiological challenges in the study of behavioral addictions: A call for high standard methodologies. *Curr Addict Rep*. 2019;6(3):331-37.
6. Farnam A, Ghanbarpoor M. The role of family relationship patterns and psychosocial atmosphere students' mobile network-based addiction classroom.

- J Educ Psychol Stud. 2020;17(37):121-144.
7. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. Washington, DC:American Psychiatric Publishing; 2013.
8. Karami Qahi MT, Zara F. The issue of adolescent girls' presence in virtual social networks with emphasis on parent-child relationships. *Gender Fam Stud*. 2021;8(2):63-93.
9. Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P. Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences/clinical psychiatry. 12th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2022.
10. Mousavi V. Prevalence of internet addiction and the status of the use of virtual social networks in Iranian teenagers and youths in 2018. *J Milit Med*. 2020;22(3):281-288.
11. Sadri Damirchi E, Esrafil H, Mesbahi F. Addiction potential pattern based on dark triad traits of personality and schema modes. *Res Addict*. 2019;13(53):119-38.
12. Lobbستايل J, Van Vreeswijk MF, Arntz A. An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behav Res Ther*. 2008;46(7):854-60.
13. Deller-Wessels L, Bernstein DP, Lorei C. Emotional states encountered by law enforcement officers: An initial test of the schema mode concept in police actions. *J Police Crim Psychol*. 2022;37(2):699-710.
14. Salgó E, Bajzát B, Unoka Z. Schema modes and their associations with emotion regulation, mindfulness, and self-compassion among patients with personality disorders. *Borderline Personal Dis Emot Dysregul*. 2021;8(1):19.
15. Lewis D, Dunne AL, Meyer D, Daffern M. Assessing schema modes using self and observer-rated instruments: associations with aggression. *J Interpers Violence*. 2021;36(17-18): NP9908-NP9929
16. Kiyae S, Golshani F, Emamipoor S, Baghdasarians A, Badie MM. Structural model of borderline personality disorder based on child abuse experience, schema modes, and mother's perceived parenting styles with the mediating role of emotion regulation difficulty. *Med J Mashhad Uni Med Sci*. 2022;65(2):241-46.
17. Massumi B. The thinking-feeling of what happens. *Interact or die*, 2008.
18. Arnoud A. Schema therapy in practice: an introductory guide to the schema mode approach. USA: John Wiley & Sons, 2017.
19. Brotchie J, Meyer C, Copello A, Kidney R, Waller G. Cognitive representations in alcohol and opiate abuse: The role of core beliefs. *Br J Clin Psychol*. 2004; 43(3):237-42.
20. Torkmani H, Ghasemi Motlagh M, Mohammadipour M. Predicting the tendency of the university students to addiction: the role of initial maladaptive schemas and emotion cognitive regulation. *SJSPH*. 2022;20(1):69-80
21. Balazadeh Z. The role of social networks and computer games on the level of aggression and academic anxiety of female high school students in the 8th district of Tehran. *Manag Educ Perspect*. 2020;2(2):113-32.
22. Ebadi M, Roshani Khiavi A, Kazemi S, Eyni S, Rezayi R. Cyberspace addiction in students: The predictive role of academic alienation and psychological distress. *J School Psychol Instit*. 2021;10(2):85-102.
23. Spielberger CD. State-trait anxiety inventory. In: Weiner IB, Craighead WE, editors. *The Corsini encyclopedia of psychology*. 4th ed. Hoboken (NJ): John Wiley & Sons; 2010:1698-9.
24. Eshaghi Moghaddam KSHF, Abdollahi MH, Shahgholian M. Comparison of early maladjusted schemas, hidden anxiety, and cognitive regulation of emotion in normal and delinquency juveniles. *Neurosci J Shefaye Khatam*. 2015;3(4):31-40.
25. Haagsma M. Gaming behavior among dutch males: prevalence and risk factors for addiction. Master's thesis, University of Twente, 2008.
26. Akin A, Iskender M. Internet addiction and depression, anxiety and stress. *Int Online J Educ Sci*. 2011;3(1):138-48.
27. Sepehrian F, Jokar L. The relationship of internet addiction with anxiety in A&B personality types. *Res Cog Behav Sci*. 2012;2(2):17-30.
28. Moghimian M, Joozi M, Fadaee S, Azarbarzin M, Goli Sh, Soleymani F, et al. Alphabet research method in medical sciences for use by students of medical sciences and researchers. Isfahan (Iran): Islamic Azad University, Najafabad Branch; 2021.
29. Alavi SS. Psychometric properties of Young internet addiction test. *Int J Behav Sci*. 2010;4(3):183-9.
30. Nikfallah R, Golshani F. Comparison of object relationships, schema modes, and childhood trauma in individuals with borderline and obsessive-compulsive personality disorders symptoms. *Rooyesh-e-Ravanshenasi J*. 2021;10(2):125-38.
31. Khanipour H. Thought control strategies and trait anxiety: predictors of pathological worry in non-clinical sample. *Int J Behav Sci*. 2011;5(2):173-78.
32. Vieira C, Kuss DJ, Griffiths MD. Early maladaptive

- schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. *Clin Psychol Rev.* 2023;105:10234.
33. Moghimy P, Esrafilian F, Farahani H. Investigating the structural relationships of the tendency to addiction to mobile phone-based social networks in students, based on early maladaptive schemas mediated by alexithymia in students. *J Appl Psychol Res.* 2024;15(4):1-18.
34. Mingxin Ji, Yi. Qi, Huixin Tu, Siyi Wu, Xingrui W. The influence of negative events on adolescents' mobile phone addiction: the chain mediating role of personality traits and emotional regulation style. *Front Psychiat.* 2025;16:1530212.
35. Young JE, Klosko J, Welshaar S, Marjorie E. *Schema therapy: A practitioner's guide.* NewYork: Guilford press, 2003.
36. Nurmagandi B, Suratmini D. The correlation between depressions with online game addiction among adolescents: Systematic review. *J Psychiat Nurs.* 2024;15(1):93-102.
37. Shiri A, Hashemi T, Mahmoudalilo M. Anxiety and symptoms of Internet addiction in students. *Contemp Psychol.* 2017;12:1005-8.
38. Wang J, Xiao T, Liu Y, Guo Z, Yi Z. The relationship between physical activity and social network site addiction among adolescents: the chain mediating role of anxiety and ego-depletion. *BMC Psychol.* 2025;13(1):447.
39. Wu R. Relationship between social anxiety, self-esteem and internet usage. In *SHS Web of Conferences.* EDP Sciences. 2024;193:02019.