

# بررسی روابط ساختاری گرایش به فضای مجازی بر اساس سرشت و منش، تیپ

## شبانه روزی و سبک هویت با نقش میانجی اضطراب

یوسف شریعتی<sup>۱</sup>، شهناز خالقی پور<sup>۲\*</sup>

چکیده	اطلاعات مقاله
هدف پژوهش حاضر، بررسی گرایش به فضای مجازی بر اساس سرشت و منش، تیپ شبانه‌روزی و سبک‌های هویت با نقش میانجی اضطراب در دانشجویان شهر اصفهان بود. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای ۳۸۴ نفر انتخاب شدند و با استفاده از پرسشنامه‌های گرایش به فضای مجازی یانگ (۱۹۹۸)، مقیاس سرشت و منش کلونینجر (۱۹۹۴)، پرسشنامه صبحگاهی شامگاهی هورن و استبرگ (۱۹۷۶)، سیاهه سبک هویت برزونسکی (۱۹۹۲) و پرسشنامه اضطراب بک و همکاران (۱۹۸۸) مورد ارزیابی قرار گرفتند. بررسی داده‌های پژوهش با آزمون مدل معادلات ساختاری با 2-3 PLS-Smart انجام شد. نتایج نشان داد که تأثیر خودراهبری و هویت هنجاری بر گرایش به فضای مجازی منفی بود. تأثیر نوجویی و هویت سردرگم اجتنابی بر گرایش به فضای مجازی مثبت بود. اضطراب بین آسیب‌پرهیزی، هویت سردرگم اجتنابی و تیپ شبانه‌روزی و همکاری با گرایش به فضای مجازی نقش میانجی داشت.	تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۰۶ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۹/۲۰ نوع مقاله: پژوهشی
	واژگان کلیدی اضطراب، تیپ شبانه‌روزی، سبک هویت، سرشت و منش، گرایش به فضای مجازی.

۱. گروه روان‌شناسی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران. ✉

## مقدمه

شبکه‌های اجتماعی مجازی به‌صورتی اجتناب‌ناپذیر نظام اجتماعی را تحت تأثیر قرار داده تا مرحله‌ای که دوره کنونی را «عصر مجازی» لقب داده‌اند. تا سال ۲۰۲۰، حدود ۶۰ درصد از جمعیت جهان (نزدیک به ۴.۶ میلیارد نفر) در اوایل بزرگسالی خود کاربر فعال اینترنت بوده‌اند. شیوع در بین نوجوانان و دانشجویان بین ۰/۹ تا ۳۳ درصد گزارش شده است (دوین، اوچلیتری، شاه، کاتز، ۲۰۲۲، ص. ۲). میزان استفاده از اینترنت در افراد ۱۶ تا ۲۴ سال نسبتاً افزایش یافته است (الفیکی و همکاران، ۲۰۲۰، ص. ۲). ضریب نفوذ اینترنت در ایران ۷۶ درصد گزارش شده است (عسگریان و همکاران، ۲۰۲۰، ص. ۱۸۶۷). فضای مجازی با داشتن ظرفیت فرامتنی، افراد و گروه‌ها با باورها و انگیزه‌های مختلف را به هم پیوند می‌دهد. قشر جوان به سبب اقتضای سنی خود، مخاطب مهم برای شبکه‌ها در این فضای مجازی است. آنها زمان زیادی از اوقات فراغت خود را صرف استفاده از فضای مجازی می‌کنند تا جایی که سبک زندگی آن‌ها تحت تأثیر این فضاها تغییر یافته است (زان و آما، ۲۰۲۰، ص. ۵۳۸). فراگیر شدن بهره‌مندی از اینترنت و عضویت پررنگ جوانان ایرانی در فضای مجازی، ضرورت بررسی عوامل مؤثر شخصیتی و اجتماعی در گرایش به فضای مجازی را مشخص می‌کند. مطالعات نشان داده‌اند ویژگی‌های شخصیتی در پیش‌بینی گرایش به اینترنت نقش دارند (جرواسی و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۱).

مدل عصبی-زیستی کلونینجر (۱۹۸۷) جنبه‌های ژئوتاییبی شخصیت را بررسی می‌کند و شامل چهار بعد سرشتی آسیب‌گریزی مرتبط با ترس، شرم و نگرانی، نوجویی مرتبط با تحریک و تکانشگری، پاداش وابستگی شامل همدلی و تعلق اجتماعی و پشتکار مرتبط با تلاش و سخت-کوشی و سه بعد منشی خودراهبری، همکاری و خودفراروی می‌باشد که زیربنای تفاوت‌های فردی در اهداف، انگیزه‌ها، ارزش‌ها و استانداردها می‌باشند و بیانگر فرایندهای شناختی خودتنظیمی است. سرشت، الگوی پاسخ‌دهی هیجانی ارثی است که اساس اکتساب صفات رفتاری خودکار و هیجان‌مدار و عاداتی است که در سال‌های اولیه زندگی قابل مشاهده هستند و در طول زندگی پایدار می‌باشند (موریرا و همکاران، ۲۰۲۱، ص. ۶۹۵ و کاسیجیت و همکاران، ۲۰۲۱، ص. ۱۳۷۴).

بسیاری از تغییرات فیزیولوژیک با تأثیر از مواجهه با چرخه شبانه‌روزی ایجاد می‌شود. بر اساس چرخه شبانه‌روزی افراد تغییرات محیطی‌شان را پیش‌بینی می‌کنند و با سازمان‌دهی فرایندهای فیزیولوژیک و رفتاری خود، برای فعالیت در زمانی از روز که از نظر زیست‌شناختی برایشان مفید است، با محیط پیرامونی‌شان سازگاری پیدا می‌کنند (خالقی پور، مسجدی و کلیشادی، ۲۰۱۵، ص. ۳، میلیک و همکاران، ۲۰۲۰، ص. ۳). تفاوت‌های فردی در ریتم‌های بیولوژیکی به‌صورت یک الگوی شخصیتی با عنوان تیپ شبانه‌روزی در سه بعد تیپ صبحگاهی و شامگاهی و تیپ میانه هستند که از نظر عملکرد در ساعت زیستی ترجیحات خاص خود را دارند (وانگ و همکاران،

۲۰۲۰، ص. ۶۹۶). تیپ‌های صبحگاهی چکاوک هستند، زودتر از خواب بیدار می‌شوند، در ننگه داشت خواب مشکل دارند و ساعات صبح را برای انجام فعالیت‌های فیزیکی و شناختی ترجیح می‌دهند (خالقی‌پور و باقریان سرارودی، ۲۰۱۳، ص. ۲، گرابر و همکاران، ۲۰۱۲، ص. ۲). تیپ‌های شامگاهی بوف صفت هستند، دیرتر از خواب بیدار می‌شوند و هنگام بیداری احساس خستگی دارند و تا دیروقت بیدار می‌مانند و بهترین احساس و عملکرد را در بعدازظهر و شب دارند. آن‌ها در شروع خواب تأخیر دارند (لی و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۶۴) در پژوهش‌های مختلف بیان شده است که شامگاهی بودن بیشتر با خلق و عاطفه منفی، اختلالات خلقی و اضطرابی و صبحگاهی بودن با خلق مثبت و بهزیستی همراه است و تیپ‌های شبانه روزی با اعتیاد به اینترنت به واسطه افسردگی رابطه دارد (کانگ، سو و کایونگ لی، ۲۰۱۵، ص. ۵۹). چو و لی (۲۰۱۷) در پژوهش خود مطرح کرده‌اند که چگونگی استفاده از اینترنت با ویژگی‌های شناختی، عاطفی، شخصیتی و هویتی و سبک‌های فرزندپروری کاربران مرتبط است.

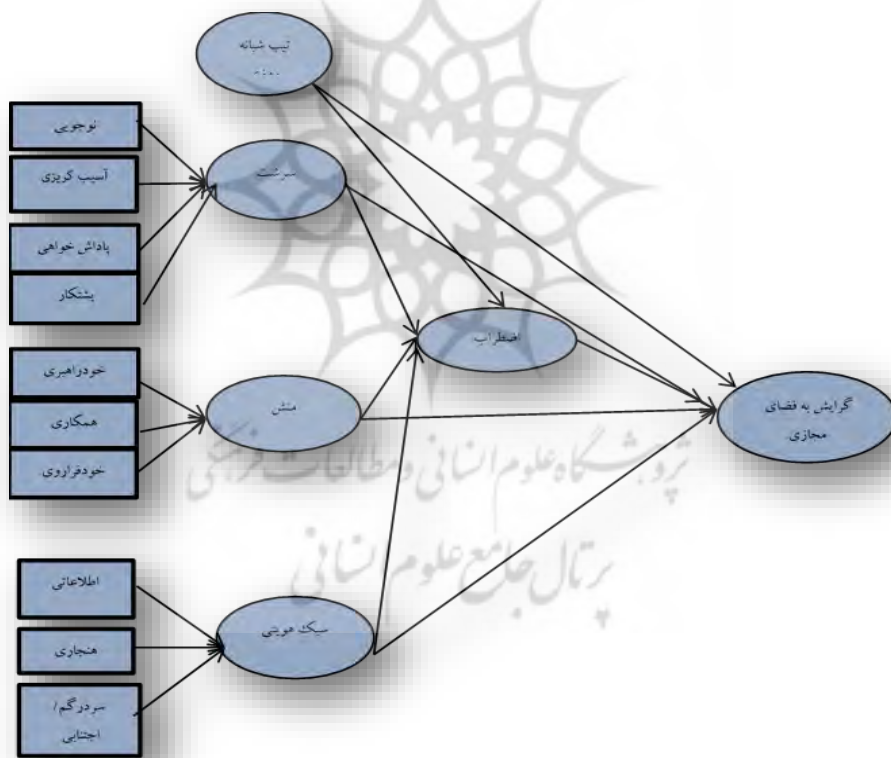
برزونسکی (۲۰۱۴)، هویت را ساختاری شناختی و چهارچوب ارجاعی شخصی می‌داند که برای تفسیر تجارب و اطلاعات مربوط به خود، به پرسش‌هایی درباره مفهوم معناداری و هدف زندگی پاسخ می‌دهد. سبک‌های هویت، ترجیح نسبی افراد برای به‌کارگیری شیوه‌های خاص حل مسائل هویتی و پردازش اطلاعات راجع به خود است که در سه سبک شناسایی شده است. این سبک‌ها نشان‌دهنده راهبردهای ترجیحی شناختی-اجتماعی افراد هنگام درگیر شدن با تکلیفی که به ساخت یا حفظ احساس هویت مربوط می‌شود یا اجتناب از آن است. افراد با سبک اطلاعاتی آگاهانه به‌طور فعال به جست‌وجو و ارزیابی اطلاعات می‌پردازند. در سبک هنجاری افراد عقاید را بدون ارزیابی آگاهانه پذیرفته و درونی می‌کنند. افراد با سبک هویت سردرگم در همه موارد تعلل و اضطراب نشان می‌دهند، در تصمیم‌گیری‌ها حس ترس و اضطراب دارند و از راهبردهای اجتناب استفاده می‌کنند. این سبک با هیجان‌مداری، خودآگاهی محدود، دیگر پیروی و راهبردهای اسنادی و شناختی ناکارآمد رابطه دارد. در بررسی تفاوت‌های فردی در اعتیاد به بازی‌های آنلاین و شبکه‌های اجتماعی نقش هویت و دلبستگی مورد توجه قرار گرفته است (موناسیس و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۸۵۵).

پژوهش‌ها نشان داده است که با افزایش اضطراب، استفاده از فضای مجازی بیشتر می‌شود (پرزبورکا، بلاچنیو و کودو، ۲۰۲۱، ص. ۱). عامل اضطراب یک احساس منتشر، ناخوشایند و مبهم نگرانی است که در کاربران اینترنت مشاهده شده و شامل درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژیکی است. اضطراب هنگامی بروز می‌کند که شرایط تنش‌زا و به‌طور مکرر رخ دهد و بدن نتواند به مرحله مقاومت تنیدگی پایان دهد. استفاده از اینترنت به‌عنوان ابزاری برای فرار از مشکلات، کاهش احساس ناامیدی و اضطراب و افسردگی و رسیدن به امور رؤیایی صورت می‌گیرد. نتایج مطالعات نشان می‌دهد که تجربه هیجان منفی باعث اعتیاد به اینترنت شده و بهزیستی روان‌شناختی فرد را

تحت تأثیر قرار می‌دهد. مطالعات سیهان، بويسان و کاداکی (۲۰۱۹) نشان داد بین اعتیاد به فضای مجازی و اضطراب رابطه وجود دارد. عوامل خطرزا برای گرایش به فیس‌بوک جنسیت، وضعیت خانوادگی، میزان خواب روزانه، ساعات مطالعه هفتگی، نظارت والدین، سن، تحصیلات، تعداد دوستان و وضعیت تأهل است (حسین و مونا، ۲۰۲۲، ص. ۱). دانشجویانی که تحت استرس تحصیلی هستند، بیشتر از فیس‌بوک استفاده می‌کنند. میان استفاده بیش از حد از فیس‌بوک با خلق-وخوی منفی، ارتباطات اجتماعی نگران‌کننده و عزت نفس پایین و اختلال در سلامت روان و کیفیت زندگی رابطه وجود دارد (اندرسن و پالسن، ۲۰۱۴، ص. ۴۰۵۳، بویان و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۱، آویامیس، جرار و نوکی، ۲۰۲۲، ص. ۱ و بای و همکاران، ۲۰۲۲، ص. ۲). پژوهش‌های جامعی و بشرپور (۲۰۱۹) نشان داد که میان اعتیاد به فضای مجازی با نوجویی، آسیب‌پرهیزی، پاداش وابستگی ارتباط مثبت ولی با پشتکار، خودراهبری و همکاری ارتباط منفی وجود دارد. استراتژی‌های تنظیم شناختی منفی متشکل از سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری و فاجعه‌سازی، می‌تواند علائم اعتیاد به اینترنت و اضطراب را پیش‌بینی کنند (هاشمی نصرت‌آباد، بیرامی و شیرینی، ۲۰۲۱، ص. ۹۲۸). نتایج پژوهش چانگ و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد افراد با تیپ شامگاهی تأخیر در ساعت خواب داشتند و سطح بالاتری از خواب‌آلودگی در روز، بی‌خوابی و افسردگی، اضطراب را نشان می‌دادند و استفاده از اینترنت بر اساس تیپ صبحگاهی و شامگاهی تفاوت معناداری داشت. خودکنترلی و سبک هویتی هنجاری، سطح پایین‌تری از اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کنند (آکباریا و بدیر، ۲۰۱۹، ص. ۲۵۲). نتایج پژوهش سولیوتی و همکاران (۲۰۱۸)، نشان داد که کاربران جوان‌تر رفتار اعتیادآور اینترنتی بیشتری دارند و بین نشانه‌های اضطراب و اعتیاد به اینترنت، ارتباط متوسطی وجود دارد. نتایج پژوهش یوستس و یوزر (۲۰۱۸) نشان داد که دانشجویان دارای اعتیاد به اینترنت، در افسردگی، اضطراب و تکانشگری نمرات بالاتر و در عزت نفس نمرات پایین‌تری نسبت به دانشجویان عادی کسب کردند.

به نظر می‌رسد جوانان و دانشجویان بیش از هر قشر دیگری به جهت استفاده از برنامه‌های جدید، آخرین فناوری‌ها و نوجویی و کنجکاوی‌های دوران جوانی در معرض گرایش به فضای مجازی قرار دارند، به صورتی که سبک زندگی آنها شامل رفتارها، نگرش‌ها و باورهای آنها تحت تأثیر فضای مجازی تا حد زیادی تغییر یافته است (عسکریان و همکاران، ۲۰۲۰، ص. ۱۸۶۷). استفاده بیش از حد از اینترنت و فضای مجازی می‌تواند منجر به مشکلات روان‌شناختی و اجتماعی مانند اختلال در عملکرد شغلی، تحصیلی و اختلال روان‌تنی، انزوای اجتماعی و مشکلات ارتباطی شود (ویجاسیمانو و همکاران، ۲۰۲۱، ص. ۷۳۶). همچنین به‌طور چشمگیری با برخی از اختلالات روان‌پزشکی مانند سوء‌مصرف الکل، کمبود توجه و بیش‌فعالی، افسردگی و اضطراب همراه است (مونثیث و همکاران، ۲۰۲۱، ص. ۲). بنابراین با توجه به اینکه جوانان به‌طور فزاینده‌ای مدت زمان نسبتاً زیادی از اوقات فراغت خود را صرف شبکه‌های اجتماعی مجازی می‌کنند، به‌خاطر مسائل

روان‌شناختی سعی دارند در قالب جست‌وجوهای اینترنتی، مشکلات و نیازهای ارضانشده خود را حل نمایند و نیازهای روانی و اجتماعی خود را این‌گونه پاسخ بدهند که این شیوه می‌تواند به رفتارهای پرخطر بینجامد. بررسی عوامل تأثیرگذار و پیشایندهای استفاده بیش‌ازحد از فضاهای مجازی قابل توجه است. با توجه به اینکه پژوهش‌های مختلفی درمورد اعتیاد به فضای مجازی انجام شده است، اما تاکنون پژوهشی که به بررسی نقش میانجی اضطراب بین گرایش به فضای مجازی با سبک‌های هویتی، تیپ شبانه‌روزی و سرشت و منش و منش پردازد، مشاهده نشد که از این نظر نوآوری دارد؛ لذا این مطالعه در راستای پاسخگویی به این سؤال پژوهشی انجام شد که اضطراب بین گرایش به فضای مجازی با سرشت و منش، تیپ شبانه‌روزی و سبک‌های هویت، نقش میانجی دارد؟



شکل شماره ۱. مدل مفهومی پژوهش

بنابراین فرضیه‌ها به این صورت تعریف شده‌اند:

فرضیه اول: تیپ شبانه‌روزی بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد

فرضیه دوم: سرشت و منش (نوجویی، آسیب‌گریزی، پاداش‌خواهی، پشتکار، خودراهبری و خودفراوری) بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد.

فرضیه سوم: سبک هویت (اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم-اجتنابی) بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد.

فرضیه چهارم: اضطراب بین سرشت و منش، تیپ شبانه‌روزی و سبک هویت با گرایش به فضای مجازی نقش میانجی دارد.

### روش پژوهش

این مطالعه از پژوهش‌های توصیفی از نوع همبستگی و بر اساس معادلات ساختاری بود. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بودند که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای و با توجه به فرمول حجم نمونه کوکوان بر اساس جامعه نامحدود ۳۸۴ نفر انتخاب شدند. سپس با توجه به حجم نمونه مورد نیاز از میان چهار دانشکده، دو دانشکده و از میان تمام رشته‌های تحصیلی و کلاس‌های درسی این دانشکده‌ها ۲۰ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند و از هر کلاس ۲۰ نفر جهت پاسخگویی به پرسشنامه‌ها انتخاب شدند. بعد از ارائه توضیحات لازم در مورد نحوه پاسخگویی به سؤالات با توجه به اصول اخلاق در پژوهش و ارائه تضمین مبتنی بر محرمانه‌ماندن اطلاعات پرسشنامه‌ها اجرا شد. ملاک‌های ورود به مطالعه سن ۱۸ تا ۳۵ سال و تمایل به مشارکت در مطالعه بود. هیچ‌کدام از پرسشنامه‌ها ناقص و مخدوش نبود.

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت آزمون اعتیاد به اینترنت که جهت ارزیابی گرایش به فضای مجازی استفاده می‌شود توسط یانگ (۱۹۹۶) در ۲۰ گویه طراحی و به روش لیکرت بین صفر تا چهار نمره‌گذاری می‌شود. بدین صورت که به پاسخ اصلاً؛ نمره صفر، خیلی کم؛ نمره یک، کم؛ نمره دو، زیاد؛ نمره سه و به گزینه خیلی زیاد؛ نمره چهار تعلق می‌گیرد. دامنه نمره هر فرد در پرسشنامه بین صفر تا ۸۰ است. نمرات به دست آمده برای هر فرد وی را در سه گروه طبقه‌بندی می‌کند. ۱. کاربر عادی اینترنت ۲. کاربری که در اثر استفاده زیاد دچار مشکلاتی شده است. ۳. کاربر معتاد که استفاده بیش از حد وی را وابسته کرده است و نیاز به درمان دارد. در ایران، علوی و همکاران (۲۰۱۰) روایی و پایایی این پرسشنامه را به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۷۲ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر، پایایی و روایی به ترتیب برابر با ۰/۷۸ و ۰/۷۹ به دست آمده است.

### پرسشنامه سرشت و منش

پرسشنامه سرشت و منش توسط کلونینجر (۱۹۹۴) ساخته شده و شامل ۱۲۵ گویه است. این مقیاس شامل چهار بعد سرشت، نوجویی (۲۰ سؤال)، آسیب‌پرهیزی (۲۰ سؤال)، پاداش وابستگی (۱۵ سؤال) و پشتکار یا پایداری (۵ سؤال) و سه بعد منش خودراهبری (۵ سؤال)، همکاری (۲۵ سؤال) و خود فراروی (۱۵ سؤال) است. نحوه پاسخگویی به سؤالات بلی و خیر و بین صفر (۰)

و یک (۱) می‌باشد. ۶۴ سؤال به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی خارجی گویه‌های پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ بالای ۰/۶۸ به دست آمده است. همچنین در ایران ضریب پایایی پرسشنامه با روش آزمون مجدد برای نوجویی ۰/۹۶، آسیب‌پرهیزی ۰/۹۱، پاداش وابستگی ۰/۶۱، پشتکار ۰/۷۶، همکاری ۰/۹۵، خودراهبری ۰/۸۵ و خودفراری ۰/۸۸ گزارش شده است (ملکیان و احمدزاده، ۲۰۰۷: ۱۱۷). در پژوهش حاضر، ضرایب بازآزمایی مقیاس‌های هفت‌گانه در دامنه‌ای از ۰/۶۱ تا ۰/۸۳ به دست آمده است.

### پرسشنامه تیپ شبانه‌روزی

پرسشنامه تیپ شبانه‌روزی توسط هورن و استبرگ (۱۹۷۶) تدوین شده است. دارای ۱۹ گویه و ۳ خرده مقیاس است که با پرسش از ساعات خواب و بیداری و ترجیح ساعات بدنی برای کارکردهای ذهنی و بدنی بهینه، ریخت شبانه‌روزی فرد را تعیین می‌کند. گزینه‌های پرسشنامه دارای ارزش‌های مساوی نیستند و بر اساس تحلیل‌های اولیه سازندگان آن به گزینه‌های برخی از سؤالات ارزش‌های متفاوتی از دیگر سؤالات داده شده است. دامنه نمرات از ۱۶ تا ۸۶ متغیر است و نمره بالاتر نشان‌دهنده صبحگاهی بودن و نمره پایین نشانه شامگاهی بودن و نمره متعادل بین این دو تیپ معتدل است. چلمینسکی و همکاران آلفای آزمون را ۰/۷۸ و اندرسون و همکاران ضریب پایایی آزمون را ۰/۷۷ گزارش کردند. ضیایی، امیری و مولوی (۱۳۸۶) اعتبار صوری پرسشنامه را تأیید و میزان آلفای کرونباخ آن را ۰/۷۷ گزارش کردند.

### پرسشنامه سبک هویت

پرسشنامه سبک هویت برزونسکی (۱۹۹۲) یک مقیاس ۴۰ سؤالی است که ۱۱ سؤال آن مربوط به مقیاس اطلاعاتی، ۹ سؤال آن مربوط به مقیاس هنجاری و ۱۰ سؤال آن مربوط به مقیاس سردرگم یا اجتنابی و ۱۰ سؤال دیگر مربوط به مقیاس تعهد است که برای تحلیل ثانویه استفاده می‌شود. پاسخ آزمودنی‌ها به سؤال‌ها طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است که شامل کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵ است. دامنه نمره بین ۴۰-۲۰۰ است. در این پژوهش از ۳۰ ماده استفاده شد. این سیاهه بر اساس مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای به شکل کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره گذاری می‌شود. روایی این سیاهه را برزونسکی (۱۹۹۲) تأیید کرده و اعتبار آن به روش آلفای کرونباخ برای سبک هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری و سبک هویت اجتنابی سردرگم به ترتیب ۰/۶۲، ۰/۶۶، ۰/۷۳ است. در ایران غضنفری (۲۰۰۴) ضرایب آلفای کرونباخ را برای سبک اطلاعاتی، سبک هنجاری و سبک اجتنابی سردرگم به ترتیب ۰/۶۷، ۰/۵۲ و ۰/۶۲ به دست آورده است.

### پرسشنامه اضطراب بک

پرسشنامه اضطراب بک (۱۹۹۰) یک پرسشنامه خود گزارشی است که برای اندازه‌گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده است و شامل ۲۱ عبارت است که در برابر هر عبارت، چهار گزینه برای پاسخ وجود دارد. هر عبارت بازتاب یکی از علائم اضطرابی است. شیوه امتیازدهی اصلاً امتیاز صفر، خفیف امتیاز یک، متوسط امتیاز دو و شدید امتیاز سه را می‌گیرد. دامنه نمرات اضطراب از صفر تا ۶۳ خواهد بود. در صورتی که نمره به دست آمده در دامنه ۰ تا ۷ باشد فرد هیچ اضطرابی ندارد. اگر بین ۸ تا ۱۵ باشد، اضطراب خفیف است و اگر بین ۱۶-۲۵ باشد، اضطراب متوسط است و اگر بین ۲۶-۶۳ باشد اضطراب شدید دارد. بر اساس مطالعات پنج نوع اعتبار محتوا، همزمان، ساده، تشخیصی و عاملی برای پرسشنامه سنجیده شده است که همگی نشان‌دهنده کارایی بالای این ابزار در اندازه‌گیری اضطراب است. ضریب همسانی درونی پرسشنامه با آلفای کرونباخ ۰/۹۲، پایایی آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۷۵ و همبستگی سؤالات آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶ متغیر است (کاوینانی و موسوی، ۲۰۰۸: ۱۳۸).

بررسی دقیق داده‌ها با نرم افزار smart pls با روش تحلیل مسیر تأییدی انجام شد.

### یافته‌های پژوهش

در جدول شماره ۱ شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش ارائه شده‌اند.

جدول شماره ۱. یافته‌های توصیفی وضعیت متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
نوجویی	۱۰/۵۵	۱/۶۸	۴	۱۵
آسیب‌پرهیزی	۸/۸۷	۱/۷۴	۳	۱۴
پاداش وابستگی	۷/۲۹	۱/۳۳	۴	۱۳
پایداری	۲/۶۷	۰/۹۲	۰	۵
خودراهبری	۹/۵۴	۲/۶۶	۱	۱۸
همکاری	۱۳/۶۳	۲/۴۹	۹	۲۲
خود فراروی	۹/۹۸	۲/۰۲	۴	۱۵
هویت اطلاعاتی	۱۱/۲۹	۵/۶۸	۱۹	۵۰
هویت هنجاری	۲۸/۶۰	۴/۶۴	۱۰	۴۰
هویت سردرگم-اجتنابی	۳۰/۲۹	۴/۸۹	۱۵	۴۳
تیپ شبانه‌روزی	۵۱/۵۵	۶/۶۶	۲۸	۶۶
اضطراب	۱۸/۷۴	۱۰/۸۷	۰	۵۲
گرایش به فضای مجازی	۵۰/۷۱	۱۲/۱۹	۲۰	۷۵

جدول شماره ۲. آزمون کلموگروف اسمیرنوف جهت بررسی نرمالیتی داده‌ها

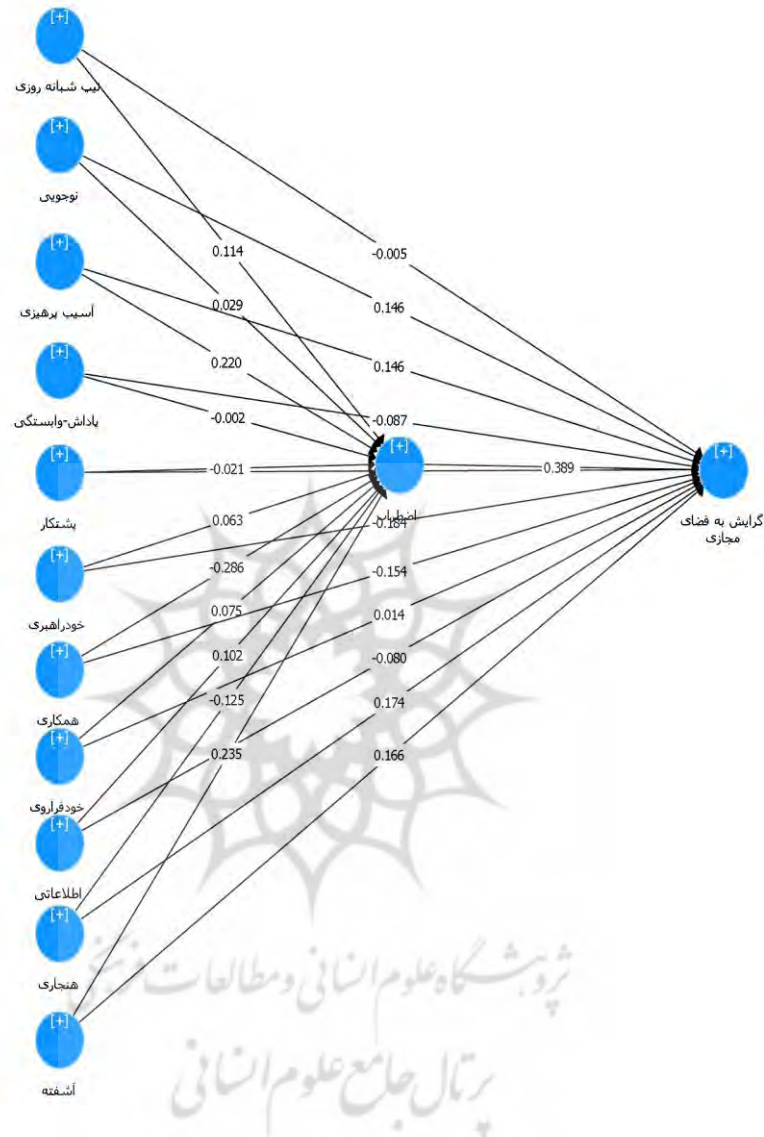
متغیرهای پژوهش	آماره	سطح معناداری	توزیع نرمال
----------------	-------	--------------	-------------



نوجویی	۰/۱۴۹	۰/۰۰۰	نیست
آسیب پرهیزی	۰/۲۱۷	۰/۰۰۰	نیست
پاداش وابستگی	۰/۱۱۹	۰/۰۰۰	نیست
پایداری	۰/۱۶۶	۰/۰۰۰	نیست
خودراهبری	۰/۴۱۰	۰/۰۰۰	نیست
همکاری	۰/۱۱۹	۰/۰۰۰	نیست
خودفراروی	۰/۰۲۸	۰/۰۰۰	نیست
هویت اطلاعاتی	۰/۲۱۱	۰/۰۰۶	نیست
هویت هنجاری	۰/۲۱۷	۰/۰۴۵	نیست
هویت سردرگم-اجتنابی	۰/۱۱۸	۰/۰۱۵	نیست
اضطراب	۰/۹۰۸	۰/۱۶۶	هست
تیپ شبانه‌روزی	۰/۸۱۹	۰/۱۳۰	هست
گرایش به فضای مجازی	۰/۷۴۹	۰/۳۹۴	هست

در جدول شماره ۲ یافته‌های مربوط به توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش ارائه شده است. مقدار سطح معناداری در متغیرهای اضطراب، تیپ شبانه‌روزی و گرایش به فضای مجازی بالاتر از ۰/۰۵ بود. در حالی که در متغیرهای دیگر این پیش فرض رعایت نشده است؛ بنابراین توزیع داده‌ها در متغیرهای پژوهش از توزیع نرمال پیروی نمی‌کنند، بنابراین با توجه به اینکه در بیشتر متغیرها آزمون نرمالیتی تأیید نگردید. پس برای فرضیه‌های پژوهش از نرم افزار Smart PLS برای تحلیل استفاده شد؛ چرا که حساسیتی به نرمال بودن داده‌ها ندارد.

به منظور آزمون فرضیه اصلی تحقیق از مدل‌سازی معادلات ساختاری واریانس محور استفاده شده است که نتایج آن به شکل نمودار مسیر<sup>۱</sup> ارائه می‌گردد. در این قسمت به ارزیابی برازش مدل مفروض پژوهش پرداخته می‌شود تا از سازگاری آن با داده‌های پژوهش اطمینان حاصل گردد و در نهایت پاسخ سؤالات پژوهش استنتاج شود. بررسی برازش مدل مفهومی پژوهش در دو مرحله صورت پذیرفته است. نخست ارزیابی برازش بخش اندازه‌گیری مدل و دوم ارزیابی برازش بخش ساختاری مدل، که در ادامه به تفصیل در مورد آنها بحث شده است.



شکل شماره ۱. ضرایب رگرسیونی استاندارد مدل پژوهش

مدل ارائه شده در شکل شماره ۱ روابط میان متغیرها و ضرایب بتا استاندارد حاصل از معادله رگرسیون میان متغیرها را نشان می‌دهد که ضرایب مسیر است و عدد داخل دایره آبی مربوط به ضریب تعیین میزان تبیین متغیر وابسته توسط متغیرهای مستقل است.

جدول شماره ۳. ضرایب رگرسیونی متغیرهای مدل

متغیرها	ضریب اثر	آماره t	سطح معناداری
آسیب پرهیزی- $\leq$ اضطراب	۰/۲۲۰	۲/۵۴	۰/۰۱۱
آسیب پرهیزی - $\leq$ گرایش به فضای مجازی	۰/۱۴۶	۱/۸۶	۰/۰۹۲
سبک هویت سردرگم اجتنابی- $\leq$ اضطراب	۰/۲۳۵	۲/۳۸	۰/۰۱۸

۰/۰۵۰	۲/۸۸	۰/۱۶۶	سبک هویت سردرگم اجتنابی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۰۵۰	۴/۳۱	۰/۳۶۹	اضطراب- < گرایش به فضای مجازی
۰/۳۷۰	۰/۸۹	۰/۱۰۲	سبک هویت اطلاعاتی- < اضطراب
۰/۴۳۲	۰/۷۸	۰/۰۶۰	سبک هویت اطلاعاتی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۰۳۰	۲/۰۰	-۰/۱۱۴	تیپ شبانه روزی- < اضطراب
۰/۹۵۹	۰/۵۰	-۰/۰۰۵	تیپ شبانه روزی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۰۵۰	۲/۵۳	-۰/۱۶۳	خودراهبری- < اضطراب
۰/۰۴۴	۳/۷۳	-۰/۱۸۴	خودراهبری- < گرایش به فضای مجازی
۰/۴۳۳	۰/۷۸	۰/۰۷۵	خودفراروی- < اضطراب
۰/۸۸۰	۰/۱۴	۰/۰۱۴	خودفراروی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۸۷۸	۰/۲۸	۰/۰۲۹	نوجویی- < اضطراب
۰/۰۴۲	۲/۴۷	۰/۱۴۶	نوجویی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۰۱۴	۲/۲۴	-۰/۲۸۶	همکاری- < اضطراب
۰/۱۵۸	۱/۴۱	-۰/۱۵۴	همکاری- < گرایش به فضای مجازی
۰/۲۷۸	۱/۰۶	-۰/۱۲۵	سبک هویت هنجاری- < اضطراب
۰/۰۳۲	۲/۱۵	-۰/۱۷۴	سبک هویت هنجاری- < گرایش به فضای مجازی
۰/۹۸۵	۰/۰۱	-۰/۰۰۲	پاداش خواهی- < اضطراب
۰/۴۰۳	۰/۸۳	-۰/۰۷۸	پاداش خواهی- < گرایش به فضای مجازی
۰/۸۴۰	۰/۲۰	-۰/۰۲۱	پایداری- < اضطراب
۰/۵۷۵	۰/۵۶	-۰/۰۴۶	پایداری- < گرایش به فضای مجازی

با توجه به نتایج جدول شماره ۳ در مورد ضریب رگرسیونی استاندارد شده تأثیر آسیب‌پرهیزی بر اضطراب ۰/۲۲۰، سبک هویت سردرگم اجتنابی بر اضطراب ۰/۲۳۵، سبک هویت سردرگم/اجتنابی بر گرایش به فضای مجازی ۰/۱۶۶، اضطراب بر گرایش به فضای مجازی ۰/۳۸۹، تیپ شبانه روزی بر اضطراب ۰/۱۱۴، خودراهبری بر اضطراب ۰/۱۶۳-، خودراهبری بر گرایش به فضای مجازی ۰/۱۸۴، نوجویی بر گرایش به فضای مجازی ۰/۱۴۶، همکاری بر اضطراب ۰/۲۸۶ و سبک هنجاری بر گرایش به فضای مجازی برابر با ۰/۱۷۴ است و در سطح  $P \leq ۰/۰۵$  معنادار است.

جدول شماره ۴. ضرایب غیر مستقیم متغیرهای پیش‌بین بر گرایش به فضای مجازی با میانجی‌گری اضطراب

متغیرها	ضریب اثر استاندارد	آماره t	سطح معناداری
آسیب پرهیزی -> اضطراب -> گرایش به	۰/۱۸۶	۲/۰۹۷	۰/۰۳۷
سردرگم-اجتنابی -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	۰/۱۹۱	۲/۷۲۹	۰/۰۴۴
اطلاعاتی -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	۰/۰۴۰	۰/۷۶۶	۰/۴۴۴
تیپ شبانه روزی -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	۰/۱۴۴	۲/۸۷۲	۰/۰۳۴
خودراهبری -> اضطراب -> گرایش به فضای	-۰/۳۲۵	۲/۴۸۵	۰/۰۴۸
خود فراروی -> اضطراب -> گرایش به فضای	۰/۰۲۹	۰/۷۰۲	۰/۴۸۳
نوجویی -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	۰/۰۱۱	۰/۲۴۷	۰/۸۰۵
همکاری -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	-۰/۱۱۱	۲/۰۷۳	۰/۰۳۹
هنجاری -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	۰/۰۴۹	۰/۰۹۶	۰/۳۳۳
پاداش-وابستگی -> اضطراب -> گرایش به فضای مجازی	-۰/۰۰۱	۰/۰۱۷	۰/۹۸۶
پایداری -> اضطراب -> گرایش به فضای	-۰/۰۰۸	۰/۱۸۹	۰/۸۵۰

در جدول شماره ۴ تحلیل میانجی‌گری متغیر اضطراب در رابطه بین سرشت و منش، تیپ شبانه‌روزی و سبک‌های هویت با گرایش به فضای مجازی، با استفاده از روش بارون و کنی (۱۹۸۶) نشان داد اضطراب رابطه بین آسیب‌پرهیزی ( $p=۰/۰۳۷$ )، هویت سردرگم اجتنابی ( $p=۰/۰۴۴$ )، تیپ شبانه‌روزی ( $p=۰/۰۳۴$ )، خودراهبری ( $p=۰/۰۴۸$ ) و همکاری ( $p=۰/۰۳۹$ )، با گرایش به فضای مجازی را میانجی‌گری می‌کند.

جدول شماره ۵. معیارهای نیکویی برازش مدل پژوهش

شاخص‌ها	بازه قابل قبول	مدل اصلاح‌شده نهایی
SRMR	کمتر از ۰/۰۸	۰/۰۳۹
d-ULS	کمتر از ۰/۹۵	۰/۱۲۹
d-G1	کمتر از ۰/۹۵	۰/۱۱۷
d-G2	کمتر از ۰/۹۵	۰/۱۳۲
Chi-square	بیشتر از ۱/۹۶	۳/۴۵۰
NFI	بیشتر از ۰/۲۵	۰/۸۷۷
GOF	بیشتر از ۰/۲۵	۰/۶۳۴

در جدول شماره ۵ شاخص‌های برازش مدل پژوهش نشان می‌دهد. با توجه به مقادیر به دست آمده، داده‌ها برای اندازه‌گیری متغیرهای پنهان از کفایت و برازش برخوردارند و در نتیجه، نتایج حاصل از برآورد مدل پژوهش، قابل اتکا و مورد اعتماد می‌باشد.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد از ابعاد سرشت و منش مؤلفه‌های خودراهبری و نوجویی بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد که با پژوهش جراوسی و همکاران (۲۰۱۷) که مطرح کرد ابعاد پشتکار و خودراهبری اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کند همسویی دارد. همچنین با بخشی از نتایج پژوهش جامعی و بشرپور (۲۰۱۹) و صیف و کاظمی (۲۰۱۹) که مطرح کردند که اعتیاد به فضای مجازی با نوجویی، آسیب‌پرهیزی، پاداش وابستگی، پشتکار، خودراهبری و همکاری و خودفراروی، ارتباط و همسویی دارد. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد که نوجویی بالا با ویژگی‌های اکتشافی و تکانشگری رابطه دارد. آنها چون به دنبال تازگی، هیجان و تحریک‌پذیری هستند، دور زدن در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی را می‌پسندند. نوجویی بیانگر سیستم فعال‌ساز رفتاری مغزی است؛ بدیهی است که به دنبال هیجان‌زده شدن در برابر محرک‌ها و اجتناب از یکنواختی هستند که برای افزایش دوپامین که در لذت بردن نقش دارد، بیشتر به کشف موارد جدید در اینترنت می‌پردازند.

در تبیین یافته رابطه منفی بین خودراهبری با گرایش به فضای مجازی مطرح می‌شود خودراهبری بالا با استقلال، آگاهی و آمادگی برای مقابله با شرایط سخت، مسئله‌مداری، هدفمندی همراه است و برعکس خودراهبری پایین با انگیزه‌های بیرونی و مسئولیت‌ناپذیری رابطه دارد. خودراهبری پایین به جهت سردرگمی و بی‌مسئولیتی، ناتوانی در انسجام‌بخشی و عدم هدف-گذاری و مکان کنترل بیرونی گرایش به فضای مجازی را بیشتر می‌کند. هدفمندی و خودباوری که در خودراهبری مشاهده می‌شود باعث می‌شود فرد تمرکز خود را بر دستیابی به اهداف خود گذاشته و برنامه‌ریزی کند؛ بدین سبب زمان کمی را برای پرسه زدن در فضای مجازی و استفاده غیر مؤثر دارند.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد سبک هویت سردرگم اجتنابی و هنجاری بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد که این نتایج با یافته‌های فتحی، سهرابی و سعیدیان (۲۰۱۳) که مطرح کردند بین سبک‌های هویت و میزان استفاده از فضای مجازی رابطه دارد و با پژوهش آکباریا و بدیر (۲۰۱۹) که هویت هنجاری پیش‌بینی کننده اعتیاد به اینترنت در دانشجویان است همسویی نشان داد. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد افراد سردرگم اجتنابی به دلیل خودکارآمدی پایین و عدم توانش لازم جهت ارتباط نزدیک با دیگران در دنیای واقعی، فضای بدون بازخورد منفی اینترنت را به دنیای واقعی ترجیح می‌دهند و به جهت اینکه شیوه‌های مناسب مقابله با خطر و

اضطراب را نمی‌دانند و دائماً در حالت اضطراب به سر می‌برند بر اساس هیجان‌ها و تکان‌ها رفتار کردن، باز بودن به تجارب جدید و اجتناب از پرداختن به هویت و تصمیم‌گیری، اطمینان کم به توانایی شناختی خود، بی‌هدفی، منبع کنترل بیرونی و عزت نفس پایین جهت جبران نقص‌ها گرایش به استفاده از فضای مجازی را در آنها بیشتر می‌کند. افراد دارای سبک هنجاری ارزش‌های افراد مهم را درونی می‌کنند و از مواجهه با اطلاعاتی که با خودپنداره‌شان تعارض دارد و مبهم و ناشناخته است دوری می‌کنند. آنها در برابر اطلاعات و تجاربی که بر ساختار هویت آنها تهدیدکننده است مقاومت می‌کنند. آنها به جهت نیاز شدید به ساختار و شکیبایی کم در برابر ابهامات و فضای ناشناخته معمولاً گرایش کمتری به فضای مجازی دارند.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد تیپ شبانه‌روزی با گرایش به فضای مجازی رابطه ندارد. یافته‌های این پژوهش با یافته پژوهش کانگ و همکاران (۲۰۱۵) - که نشان داد افراد با ریتم عصرگاهی تمایل بیشتری به استفاده از اینترنت داشتند - همسو نمی‌باشد. همچنین با نتایج پژوهش چانگ و همکاران (۲۰۲۰) که مطرح کردند افراد در تیپ شامگاهی تأخیر در ساعت خواب داشتند و استفاده از اینترنت در آخر هفته بین گروه‌های صبحگاهی و شامگاهی تفاوت معناداری داشت همسو نبود. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد که بسیاری از تغییرات فیزیولوژیک با تأثیر از مواجهه با چرخه شبانه‌روزی ایجاد می‌شود و بر اساس چرخه شبانه‌روزی افراد تغییرات محیطی‌شان را پیش‌بینی می‌کنند و با سازمان‌دهی فرایندهای فیزیولوژیک و رفتاری خود، برای فعالیت در زمانی از روز که از نظر زیست‌شناختی برایشان مفید است با محیط پیرامونی‌شان سازگاری پیدا می‌کنند (میلیک و همکاران، ۲۰۲۰، ص. ۶). در تبیین تفاوت یافته فرضیه حاضر با یافته مطالعات قبلی می‌توان بیان کرد که تفاوت در جامعه آماری و سبک زندگی می‌تواند نقش داشته باشد. همچنین با توجه به اینکه بیشتر افراد شرکت‌کننده در پژوهش حاضر دارای تیپ شبانه‌روزی بینابینی بودند و فقط چندین مورد محدود صبحگاهی و شامگاهی مطلق بودند، چرخه شبانه‌روزی مشخص‌کننده گرایش به اینترنت نبوده است. همچنین در دو سال اخیر به خاطر وجود شرایط بیماری همه‌گیر کرونا و آنلاین بودن کلاس‌های آموزشی و کسب‌وکار اینترنتی بیشتر اوقات در حال استفاده از فضای مجازی بوده‌اند که با توجه به متغیرهای میانجی می‌توان نتایج بهتری استخراج کرد.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد تیپ شبانه‌روزی به واسطه اضطراب با گرایش به فضای مجازی رابطه دارد که پژوهش مشابه یافت نشد. در تبیین این یافته می‌توان مطرح کرد افراد با تیپ شامگاهی عملکرد شناختی بالاتری برای فعالیت در شب دارند و الزاماً نمی‌تواند پیش‌بینی‌کننده گرایش به فضای مجازی باشد، ولی اگر تحت تأثیر اضطراب و فشارهای ناشی از شرایط محیطی اضطراب‌آور قرار گیرند جهت خنثی‌سازی رفتار مضطربانه، حل مسئله به صورت هیجان‌مدار و ناکارآمد بیشتر شده و آنها را در وضعیت جست‌وجو برای کاهش اضطراب و رهایی از

نشخوارهای فکری قرار می‌دهد که می‌تواند یک راه جایگزین استفاده از فضای مجازی باشد. نتایج دیگر پژوهش نشان داد نوجویی به واسطه اضطراب با گرایش به فضای مجازی رابطه وجود دارد که یافته‌های این پژوهش با نتایج مطالعه حسینی مهربادی و عبدی زین (۱۳۹۶) رابطه معنادار وجود دارد. در تبیین نتایج می‌توان گفت، افرادی که نوجویی بالایی دارند، دارای ویژگی‌های اکتشافی، افراطی و تکانش‌گری هستند. این افراد از آنجا که به دنبال هیجان‌پذیری هستند که آمادگی برای ورود به فضای مجازی را در آنها بیشتر می‌کند که به واسطه اضطراب برانگیختگی رفتاری و هیجانی افزایش یافته جهت کنترل اضطراب در شرایط محیطی استفاده از اینترنت افزایش می‌یابد.

در تبیین یافته نقش میانجی اضطراب در رابطه بین خودراهبری با گرایش به فضای مجازی مطرح می‌شود، افرادی که خودراهبری بالا دارند به دلیل استقلال و هدفمندی، اضطراب خود را مدیریت می‌کنند که بر تمایل غیر مؤثر در فضای مجازی تأثیرگذار است و برعکس، اضطراب در افراد با خودراهبری پایین به علت بلا تکلیفی و بی‌مسئولیتی بیشتر شده و ناچار برای رفع ابهام خود بیشتر به استفاده از فضای مجازی گرایش پیدا می‌کنند. نتایج دیگر پژوهش نشان داد آسیب‌گریزی به واسطه اضطراب بر گرایش به فضای مجازی تأثیر دارد. بر اساس مدل زیستی-عصبی کلونینجر بین ابعاد سرشت و منش به‌ویژه آسیب‌گریزی با اختلال‌های اضطرابی رابطه معناداری وجود دارد (بال و همکاران، ۲۰۱۷، ص. ۳). بالا بودن آسیب‌گریزی که با ویژگی‌هایی همچون فرار و اجتناب از موقعیت‌های خطرناک، محتاط و منزوی رفتار کردن مشخص می‌شود، به‌عنوان سدی در برابر گرایش به اینترنت عمل می‌کند، ولی وقتی که فرد مضطرب می‌شود به‌خاطر داشتن احساسات منفی مانند بدبینی حس آسیب‌پرهیزی‌شان به‌صورت معکوس فعال می‌شود و برای استفاده از اینترنت و فضای مجازی جهت کاهش اضطراب آمادگی بیشتری پیدا می‌کنند که برای خنثی‌سازی نگرانی و بلا تکلیفی خود به سمت فضای مجازی گرایش می‌یابند تا بتوانند با جست‌وجوی اطلاعات نگرانی و اضطراب‌شان را کاهش دهند. آسیب‌گریزی در پاسخ به محرک‌های تنبیه و یا فقدان پاداش انجام می‌شود. در بازداری رفتاری، آسیب‌گریزی وجود دارد. آنها با تغییرات، سازگاری خوبی ندارند و خستگی‌پذیری بالایی دارند که می‌تواند تمایل فرد را برای فضای مجازی کاهش دهد. آسیب‌گریزی که نیازهای اولیه است، اگر احساس ترس و خطر ایجاد شود، مکانیسم‌های دفاعی فعال شده و رفتارهای محتاطانه انجام می‌دهند. انسان‌ها به دنبال امنیت و اعتماد هستند؛ چه در فضای حقیقی و چه در فضای مجازی؛ و وقتی در محیطی که ناآشناست احساس تردید و ناامنی می‌کنند، طبق فرایند جنگ و گریز ترجیح می‌دهند که از شرایط خطرناک پرهیز کنند و تمایل کمتری به آن نشان دهند. آسیب‌پرهیزی که موجب بازداری رفتاری می‌شود، به علت حساسیت گیرنده‌های سرتونرژیک است. افراد با آسیب‌پرهیزی بالا نسبت به موقعیت‌هایی که دلیلی برای نگرانی وجود ندارد، نامطمئن، منفعل، منفی‌گرا و بدبین هستند. این

افراد نسبت به موقعیت‌های اجتماعی دوری می‌گزینند، سطح انرژی پایینی دارند، احساس خستگی مزمن دارند و نسبت به انتقاد زودرنج هستند. این عوامل می‌تواند باعث کاهش تماس با فضای مجازی - که محیطی ناامن است - بشود، ولی اگر اضطراب تحت شرایط خاص محیطی شدت یابد، می‌تواند جهت حل مسئله به شیوه هیجان‌مدار از عوامل خنثی‌ساز اضطراب که گرایش به فضای مجازی است استفاده کرده و حالت امنیت موقت برای خود ایجاد کنند. یافته‌های دیگر پژوهش نشان داد اضطراب بین سبک هویت سردرگم - اجتنابی و گرایش به فضای مجازی نقش میانجی دارد. سبک هویت سردرگم - اجتنابی به جهت خودکارآمدی پایین، هیجانی رفتار کردن و باز بودن نسبت به تجارب جدید و اجتناب بیشتر از موقعیت‌ها گرایش بیشتری به فضای مجازی دارند. سبک هویتی سردرگم - اجتنابی نماد برخورد طفره‌آمیز در مشکلات است و به دلیل عدم اطمینان از توانایی شناختی خود احساس ترس و اضطراب دارند که باعث راهبردهای متمرکز بر هیجان می‌شود که با سطح پایینی از تعهد و بی‌ثباتی خودپنداره همراه می‌باشد و در تصمیم‌گیری‌ها از راهبردهای ناکارآمد و اجتنابی استفاده می‌کنند. پردازش ضعیف در برابر تصمیم‌ها و تعارض‌های فردی اضطراب ایجاد می‌شود که به جهت کاهش تعارضات و اضطراب به فعالیت‌های موقت و لذت‌های گذرا همانند فضای مجازی گرایش پیدا کنند.

محدودیت‌های پژوهش عبارت بودند از اینکه تنها ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه بود که جنبه خودگزارشی دارد. به همین دلیل خالی از اشکال و سوگیری در پاسخگویی نیست. جامعه آماری پژوهش دانشجویان دانشگاه آزاد خمینی شهر اصفهان بودند که در تعمیم یافته‌ها به دیگر دانشگاه‌ها و در دیگر شهرها احتیاط شود. محدودیت دیگر اینکه زمان و ساعات دسترسی به اینترنت و دیگر متغیرها که می‌تواند بر نتایج تأثیرگذار باشند، کنترل نشده‌اند.

بنابراین پیشنهاد می‌شود این پژوهش در جامعه‌های دیگر تکرار شود تا پستوانه تجربی بیشتری جهت حمایت از پژوهش‌های آینده فراهم گردد. برای سنجش متغیرهای پژوهش، افزون بر پرسشنامه‌های خودسنجی، از مصاحبه و سنجش رفتار در موقعیت‌های عینی نیز استفاده شود. نقش متغیرهای واسطه‌ای دیگر در پژوهش‌های آتی به نتایج کامل‌تری ختم می‌شود.

با توجه به نتایج کلی پژوهش مبتنی بر مدل مفهومی برآش شده پیشنهاد می‌شود به اضطراب دانشجویان که به عنوان یک متغیر تأثیرگذار بر گرایش به فضای مجازی است توجه شود. با توجه به نقش اثرگذار متغیرهای سرشت و منش، سبک‌های هویت بر گرایش به فضای مجازی پیشنهاد می‌شود دانشجویانی که دارای ویژگی رفتاری و شخصیتی ناسازگارو یا دارای اضطراب هستند مورد توجه قرار گیرند و در جهت اقدامات مؤثر مطابق با این پژوهش که نقش اضطراب را به عنوان واسطه مورد توجه قرار می‌دهد استفاده کنند اقدامات مداخله‌ای انجام گیرد. با توجه به نقش میانجی اضطراب در رابطه بین تیپ شبانه‌روزی، سرشت و منش، سبک‌های هویت بر



گرایش به فضای مجازی، اقدامات لازم برای طراحی برنامه‌هایی در راستای مدیریت اضطراب پیشنهاد می‌شود. با توجه به نقش سبک هویت سردرگم اجتنابی در گرایش به فضای مجازی، طراحی برنامه‌هایی در راستای رشد هویت و مدیریت هیجان و کنترل اضطراب برای دانشجویان انجام گیرد.

### فهرست منابع

- Alavi, S. S. Eslami, M. Marasy, M., Najafi M, Jannatifard F. (2010). Psychometric properties of young internet addiction test. *International Journal of Behavioral Sciences*, 4(3), 183-189. (Text in Persian).
- Andreassen, C.S., Pallesen, P. (2014). Social network site addiction - an overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20 (25), 4053-4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Askarian, F., Shakeri, M. T., Ghavami, V., & Jamali, J. (2020). The relationship between internet addiction and anxiety, stress, and depression in students of Mashhad University of Medical Sciences. *Medical journal of mashhad university of medical sciences*, 62(6), 1866-1903. <https://doi.org/10.22038/mjms.2020.15617> (Text in Persian).
- Agbaria, Q., & Bdier, D. (2021). The role of self-control and identity status as predictors of internet addiction among Israeli-Palestinian college students in Israel. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(1), 252-266. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-019-00172-4>
- Awobamise, A., Jarrar, Y., & Nweke, G. E. (2022). Social Communication Apprehension, Self-Esteem and Facebook Addiction Among University Students in Uganda. *Contemporary Educational Technology*, 14(2), ep354. <https://doi.org/10.30935/cedtech/11542>
- Bai, W., Cai, H., Wu, S., Zhang, L., Feng, K. X., Li, Y. C. & Xiang, Y. T. (2022). Internet addiction and its association with quality of life in patients with major depressive disorder: a network perspective. *Translational psychiatry*, 12(1), 1-7. <https://doi.org/10.1038/s41398-022-01893-2>
- Bal, Z. E., Solmaz, M., Aker, D. A., Akin, E., & Kose, S. (1970). Temperament and character dimensions of personality in patients with generalized anxiety disorder. *Psychiatry and Behavioral Sciences*, 7(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.5455/jmood.20170214015231>
- Bhuiyan, M. A. H., Griffiths, M. D., & Mamun, M. A. (2020). Depression literacy among Bangladeshi pre-university students: Differences based on gender, educational attainment, depression, and anxiety. *Asian journal of psychiatry*, 50. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.101944>
- Bayrami, M., Hashme Nosratabad, T., Esmailpour, K., & Shiri, A. (2021). Effectiveness of Emotion Efficacy Therapy on Internet Dependency and Negative Cognitive Emotion Regulation Strategies among Students Addicted to Internet: A Quasi-Experimental Design. *Clinical Psychology Studies*, 31(12), 927-933. (Text in Persian).
- Berzonsky, M. D., & Papini, D. R. (2014). Identity processing styles and value orientations: The mediational role of self-regulation and identity commitment. *Identity*, 14(2), 96-112. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/15283488.2013.858228>
- Ceyhan, E., Boysan, M., & Kadak, M. T. (2019). Associations between online addiction attachment style, emotion regulation depression and anxiety in general population testing the proposed diagnostic criteria for internet

- addiction. *Sleep and Hypnosis*, 21(2), 123-139.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.5350/Sleep.Hypn.2019.21.0181>
- Chou, C., & Lee, Y. H. (2017). The moderating effects of internet parenting styles on the relationship between Internet parenting behavior, Internet expectancy, and Internet addiction tendency. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 26(3), 137-146. <http://dx.doi.org/10.1007/s40299-017-0334-5>
- Chung, J. S., Choi, E., Lee, A. R., Kim, S. Y., Lee, K., Kim, B. N., & Park, M. H. (2020). The difference in sleep, depression, anxiety, and Internet addiction between Korean adolescents with different circadian preferences. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(5), 524.
- Chelminski, I., Petros, T. V., Plaud, J. J., & Ferraro, F. R. (2000). Psychometric properties of the reduced Horne and Ostberg questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 29(3), 469-478.  
[https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869\(99\)00208-1](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/S0191-8869(99)00208-1)
- Devine, D., Ogletree, A. M., Shah, P., & Katz, B. (2022). Internet addiction, cognitive, and dispositional factors among US adults. *Computers in Human Behavior Reports*, 6, 100180. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100180>
- El Fiky, R., Mansour, M., Fekry, M., ElHabiby, M., Elkholy, H., & Morsy, M. (2022). Occurrence of problematic Internet use and its correlates among Egyptian adolescent students in international schools in Cairo. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 1-10.
- Fathi, M., Sohrabi F, Saiedian M. (2013). Comparison of the characteristics and identity style of Internet addicts and non-addicts' students. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 11(2), 90-99. (Text in Persian).
- Ghazanfari, A., (2004). A Study of the reliability and validity of Identity style Questionnaire (ISI - 6G). *Foundations of Education*.1 (5). 1-8.  
<https://doi.org/10.22067/fe.v5i1.1824> (Text in Persian).
- Gervasi, A. M., La Marca, L., Lombardo, E., Mannino, G., Iacolino, C., & Schimmenti, A. (2017). Maladaptive personality traits and internet addiction symptoms among young adults: a study based on the alternative DSM-5 model for personality disorders. *Clinical neuropsychiatry*, 14(1).
- Gruber, R., Fontil, L., Bergmame, L., Wiebe, S. T., Amsel, R., Frenette, S., & Carrier, J. (2012). Contributions of circadian tendencies and behavioral problems to sleep onset problems of children with ADHD. *BMC psychiatry*, 12(1), 1-11.  
<https://doi.org/10.1186/1471-244x-12-212>
- Hossain, A., Munam, AM. (2022). Factors influencing facebook addiction among Varendra University students in the lockdown during the COVID-19 outbreak. *Computers in Human Behavior Reports*, 6, 100181.  
<https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100181>
- Hosseini Mehrabadi, H. S., & Abdi Zarrin, S. (2021). Prediction of Psychological Well-being and Social Responsibility in terms of Family Function and Identity Styles in Female Students of Qom University in The Academic Year of 2017-18. *Women Studies*, 12(35), 43-68.  
<https://doi.org/10.30465/ws.2021.27747.2803> (Text in Persian).
- Jamei, S. and Beshrpour, S. (2019). The role of nature and character in predicting addiction to cyberspace among second-year high school male students, Ardabil, *the first national conference on psychopathology*,  
<https://civilica.com/doc/1151569> (Text in Persian).
- Kaviani, H., & Mousavi, A. S. (2008). Psychometric properties of the Persian version of Beck Anxiety Inventory (BAI). *Tehran University Medical Journal*. 65(2): 136-40. (Text in Persian).
- Khaleghipour, S., Masjedi, M., & Kelishadi, R. (2015). Circadian type, chronic fatigue, and serum IgM in the shift workers of an industrial



- organization. *Advanced biomedical research*, 61(4), 1-7. <https://doi.org/10.4103/2277-9175.151882>
- Khaleghipour, S., & Bagherian- Sararoudi, R. (2013). Relationship between circadian type, chronic fatigue and M immunoglobulin serum level in shift staff *J Res Behav Sci*; 10(7): 645-53.
- Kocuyigit, S., Guzel, H. S., Acikel, B., & Cetinkaya, M. (2021). Comparison of smartphone addiction level, temperament and character and parental attitudes of adolescents with and without attention deficit hyperactivity disorder. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(4), 1372-1384. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00494-2>
- Kang, D. W., Soh, M., & Lee, T. K. (2015). Relationship between internet addiction and circadian rhythm in adults. *Sleep Medicine and Psychophysiology*, 22(2), 57-63. <http://dx.doi.org/10.14401/KASMED.2015.22.2.57>
- Lee, K., Lee, H. K., Jung, K., & Park, J. Y. (2017). Relationship between chronotype and temperament/character among university students. *Psychiatry Research*, 251, 63-68. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.01.071>
- Moreira, P. A., Inman, R. A., Rosa, I., Cloninger, K., Duarte, A., & Robert Cloninger, C. (2021). The psychobiological model of personality and its association with student approaches to learning: Integrating temperament and character. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 65(4), 693-709. <http://dx.doi.org/10.1080/00313831.2020.1739137>
- Milić, J., Milić Vranješ, I., Krajina, I., Heffer, M., & Škrlec, I. (2020). Circadian typology and personality dimensions of Croatian students of health-related university majors. *International journal of environmental research and public health*, 17(13), 4794. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134794>
- Malekian A, Ahmad zade G. (2007). Depression and anxiety in cancer patients. *Journal of Behavior Science Research*; 5:114-118. (Text in Persian).
- Monacis, L., de Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017). Exploring individual differences in online addictions: The role of identity and attachment. *International journal of mental health and addiction*, 15(4), 853-868. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9768-5>
- Monteith, S., Bauer, M., Alda, M., Geddes, J., Whybrow, P. C., & Glenn, T. (2021). Increasing cybercrime since the pandemic: Concerns for psychiatry. *Current psychiatry reports*, 23(4), 1-9.
- Przepiorka, A., Blachnio, A., & Cudo, A. (2021). Procrastination and problematic new media use: the mediating role of future anxiety. *Current Psychology*, 1-9. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01773-w>
- Saif, M.H. and Kazemi, K. (2019). Examining the role of sensation seeking and the aspects of nature and character on internet addiction among first grade high school students in Bastak under the conditions of the Corona epidemic, the first national conference of cognitive science and education, Shiraz. <https://civilica.com/doc/1142760>. (Text in Persian).
- Soulioti, E., Stavropoulos, V., Christidi, S., Papastefanou, Y., & Roussos, P. (2018). The relationship of internet addiction with anxiety and depressive symptomatology. *Psychiatriki*. 29(2), 160-171. <https://doi.org/10.22365/jpsych.2018.292.160>
- Veiga Simão, A. M., Costa Ferreira, P., Pereira, N., Oliveira, S., Paulino, P., Rosa, H., & Trancoso, I. (2021). Prosociality in cyberspace: Developing emotion and behavioral regulation to decrease aggressive communication. *Cognitive Computation*, 13(3), 736-750. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12559-021-09852-7>
- Wang, Y., Liu, Wang, Y., Liu, H., Du, y., Fang, J., Wang, Z. (2021). Relationship between circadian typology and risk-taking behaviors in adolescents: A cross-

sectional study. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 8(179).694-699.

Sun, Y. (2018). Internet Addiction Motivation among Chinese Young People: A Qualitative Analysis. *China Media Research*, 14(1).

Xuan, Y. J., & Amat, M. A. C. (2020). Social media addiction and young people: A systematic review of literature ture. *J Crit. Rev*, 7(13), 537-541. <http://dx.doi.org/10.31838/jcr.07.13.97>

Yücens, B., & Üzer, A. (2018). The relationship between internet addiction, social anxiety, impulsivity, self-esteem, and depression in a sample of Turkish undergraduate medical students. *Psychiatry research*, 267, 313-318. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.033>

Ziaei M, Amiri SH, Molavi H. (2007). The relationship between circadian type scores and reaction time in the morning and evening. *Adv Cogn Sci*. 9(2):47-53. (Text in Persian).



© 2022 Alzahra University, Tehran, Iran. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons AttributionNoncommercial 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

