

# نقش شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا (مطالعه موردی شهر کرمانشاه)

تاریخ پذیرش: 1399/03/18

تاریخ دریافت: 1399/01/18

علی مرادی<sup>1</sup>، نجات محمدی فر<sup>2</sup>

از صفحه 123 تا 148

## چکیده

**زمینه و هدف:** امروزه شیوع کروناویروس تبدیل به یک بحران بزرگ جهانی شده و کشورهای زیادی از جمله ایران را درگیر کرده است. از عواقب شیوع کروناویروس ایجاد هراس اجتماعی و تغییرات سریع در سبک زندگی مردم است؛ که توسط شبکه‌های اجتماعی ایجاد شده است. هدف این پژوهش بررسی نقش شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا در شهر کرمانشاه است.

**روش‌شناسی:** تحقیق حاضر از لحاظ رویکردی، کمی و از نظر نوع و ماهیت، توصیفی از نوع پیمایشی است. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه استاندارد برای هراس اجتماعی و پرسشنامه محقق ساخته برای تغییر سبک زندگی بود، جامعه آماری شهروندان بالای 20 سال شهر کرمانشاه می‌باشد. حجم نمونه 320 نفر بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. برای برآورد روایی از تکنیک تحلیل عاملی (روایی سازه‌ای) و برای پایایی ابزار از آلفای کرونباخ استفاده به عمل آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس برای آزمون فرضیه‌ها و رگرسیون چندگانه برای آزمون مدل تجربی استفاده گردید. پردازش داده‌ها، با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام گرفت.

**یافته‌ها:** نتایج تحقیق نشان داد که شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی ( $r=0/222$ ) دارای تأثیر معنادار ولی با تغییر سبک زندگی ( $r=0/031$ ) ارتباط غیر معنادار دارد. همچنین شبکه‌های اجتماعی داخلی در شکل‌گیری هراس اجتماعی ( $r=-0/175$ ) و تغییر سبک زندگی ( $r=-0/115$ ) تأثیرات معنادار و معکوسی دارند. نتایج حاصل از رگرسیون نشان می‌دهد که شبکه‌های اجتماعی وایبر، اینستاگرام و فیسبوک توانستند  $0/176$  از تغییرات متغیر تغییر سبک زندگی و پیام‌رسان سروش توانست  $0/017$  از تغییرات مربوط به تغییر سبک زندگی را تبیین نمایند.

**نتیجه‌گیری:** به منظور شکل‌گیری رفتارهای منطقی و مطلوب به جای رفتارهای نمایشی مانند هراس اجتماعی در زمینه استفاده از شبکه‌های اجتماعی، کارگزاران اجتماعی اولویت خود را در سازمان‌دهی اطلاعات و دانش و آگاه کردن جامعه هدف از موارد سازنده و مضر این شبکه‌ها و نقش‌ها و فعالیت‌های مختلف اجتماعی در جامعه قرار دهند.

**واژه‌های کلیدی:** شبکه‌های اجتماعی، هراس اجتماعی، تغییر سبک زندگی، کروناویروس.

1- دانشیار گروه جامعه‌شناسی، واحد اسلام آبادغرب، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلام آبادغرب، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول). رایانامه:

moradi.pop@gmail.com

2- استادیار گروه علوم سیاسی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، اردکان، یزد، ایران. رایانامه: n.mohammadifar@ardakan.ac.ir

امروزه شیوع کروناویروس<sup>1</sup> تبدیل به یک بحران بزرگ جهانی شده و کشورهای زیادی از جمله ایران را درگیر کرده است. در طول قرن‌ها، اپیدمی‌هایی مانند طاعون بزرگ در اروپای غربی، طاعون سیاه در سال 1347، جذام در قرن ششم در اروپای غربی، مرض ناپل<sup>2</sup> (مرض فرانسوی) در سال 1494 در ارتش فرانسه و ایتالیا، مالاریا در سال 1602 و وبای سال 1832 و هم اکنون ویروس کرونا در سال 2020؛ همگی بر تعداد قربانیان و تراکم اجساد در شهرها روستاها و به هم ریختگی فضای عمومی در نقاط مختلف دنیا حکایت دارند (آدام و هرتسلیک<sup>3</sup>، 1385: 28). نمونه این در هم ریختگی‌ها را می‌توان به گورهای دسته‌جمعی و بدون نام و نشان قربانیان ویروس کرونا در کشورهای اروپایی اشاره کرد. یکی از مهم‌ترین عواقب شیوع کروناویروس ایجاد اضطراب و هراس اجتماعی در سراسر جهان و تغییرات سریع و غیرقابل باور در سبک زندگی است. ترس از «قرار گرفتن در معرض این ویروس» منجر به رفتار غیرمنطقی و نمایشی در جوامع شده است (کلته ساداتی<sup>4</sup> و همکاران، 2020: 2). بک<sup>5</sup>، آن را به عنوان روشی منظم برای مقابله با خطرات و ناامنی‌های ناشی از خودنوسازی تعریف می‌کند (بک، 1388: 251). وی این مسئله را به یک تغییر و تحولات گسترده که او آن را «نوسازی بازنگرانه»<sup>6</sup> می‌نامد، نسبت می‌دهد، جایی که عوارض ناخواسته و غیرقابل پیش‌بینی آتش‌سوزی زندگی مدرن بر مدرنیته است و اساس تعریف آن را زیر سؤال می‌برد (ویمر و کواندت<sup>7</sup>، 2006: 339). شیوع کروناویروس نشان می‌دهد که جامعه در معرض خطر، منجر به جامعه آسیب‌پذیر می‌شود. اگرچه زنان باردار، خانواده‌های دارای فرزندان، افراد مسن‌تر، افراد دارای معلولیت و افراد کم‌درآمد از آسیب‌های نامتناسب در اپیدمی و بلایای طبیعی رنج می‌برند (مارشال<sup>8</sup> و همکاران، 2020: 176).

1 - Coronavirus

2 - Napole Disease

3 - Adam &amp; Herzlik

4 - Kalateh Sadati

5 - Beck

6 - Reflexive Modernization

7 - Wimmer &amp; Quandet

8 - Marshal

یک ویژگی جالب توجه این بحران یا طوفان اپیدمی کرونا ویروس (چانگ<sup>1</sup> و همکاران، 2020: 1092)، همزمانی ویروس‌شناسی و شیوع ویروس است؛ نه تنها خود ویروس خیلی سریع‌ترش یافت بلکه اطلاعات نادرست و اشتباه درباره شیوع این بیماری و در نتیجه ایجاد رعب و وحشت در بین مردم ایجاد شد به گونه‌ای که وحشت رسانه‌های اجتماعی سریع‌تر از انتشار ویروس کرونا حرکت کرد (دپوکس<sup>2</sup> و همکاران، 2020: 1). در فرایند شیوع پدیده کرونا، مردم تحت تأثیر خطرات آنی ناشی به آلوده شدن به این ویروس، به صورت مستقیم و غیرمستقیم از شبکه‌های اجتماعی مجازی بعضاً دست به اعمال ناهماهنگ و غیرعقلانی دست می‌زدند؛ مانند این که صحبت از کتابی که 40 سال پیش کرونا ویروس و شیوع آن را در چین و شهر ووهان پیش‌بینی کرده بود یا رفتارهای غیرعقلانی مثل هجوم برخی برای ماسک و لوازم بهداشتی به داروخانه و فروشگاه‌ها نام برد؛ بنابراین می‌توان گفت رویه منفی شبکه‌های اجتماعی منجر به شکل‌گیری هراس اجتماعی که پیامدهای رایجی از قبیل گیجی و کرحتی، اضطراب شدید، هیجان‌پذیری و پرخاشگری و شاید ترس مداوم داشته باشد. از دیگر مسائلی که به دنبال استفاده روزافزون شبکه‌های اجتماعی مجازی در جهان کرونایی ایجاد شده است، تغییرات سریع در سبک زندگی در کوتاه‌ترین زمان ممکن است. در فرایند تغییر سبک زندگی افرادی که با یکدیگر تماس و رابطه اجتماعی دارند؛ به طور همزمان ترس شدیدی از خود بروز می‌دهند و اقدام به دوری از همدیگر نموده و یا نوعی عدم سازمان‌یافتگی را از خود نشان می‌دهند که به طرد و دوری از هم منجر می‌گردد.

شیوه ارسال اطلاعات کلیدی به عموم مردم در جریان شیوع ویروس کرونا حیاتی است (لانست<sup>3</sup>، 2020: 537). یکی از عواملی که در فرایند درگیری کشورهای مختلف جهان با ویروس کرونا، اطلاع‌رسانی آنلاین و فزاینده انجام دادند، شبکه‌های اجتماعی بودند به گونه‌ای که گسترش این ویروس منجر به سونامی رسانه‌های اجتماعی شد (موراد<sup>4</sup> و همکاران، 2020: 1). امروزه شبکه‌های اجتماعی به یکی از قدرتمندترین عوامل تغییر تبدیل شده و در موضوعات متعدد برای جمعیت‌های مختلف جامعه تولید و

1 - Chang

2- Depoux

3- Lancet

4- Mourad

منتشر می‌شوند (ایکپی و آندلیکو<sup>1</sup>، 2019: 47). این شبکه‌ها منبع مهم اطلاعات و اخبار و ابزار مؤثری برای آگاهی از میزان دانش پزشکی در سرتاسر دنیا هستند (مک گووان<sup>2</sup> و همکاران، 2012: 2). همچنین شبکه‌های اجتماعی با اطلاع‌رسانی و پیوند دادن گروه‌های هم‌فکر با یکدیگر، تحولات اجتماعی را سرعت می‌بخشند. شبکه‌های اجتماعی از یک طرف، سنگ زیربنای سرمایه اجتماعی را تشکیل می‌دهند (لی<sup>3</sup>، 2015: 12)؛ اما از طرف دیگر لبه این رسانه‌ها می‌توانند منجر به شکل‌گیری رفتارهای جمعی نمایشی و تغییرات عمده‌ای در سبک زندگی در جامعه شود. این شبکه‌های اجتماعی امکان دستیابی به جدیدترین اطلاعات جهانی در مورد ویروس کرونا از طریق برقراری ارتباط، تبادل اطلاعات و به اشتراک‌گذاری محتوا در گروه‌های اجتماعی را فراهم آورده‌اند. از آن جا که ماهیت هراس اجتماعی و تغییرات ایجاد شده در شیوه زندگی شکل گرفته این روزها به شیوه‌ای روشنند در قالب رسانه‌های گروهی نشان داده می‌شود؛ از طرفی این تغییرات سبک زندگی در جوامع سنتی به نسبت شهرهای بزرگ سخت‌تر و با مقاومت بیشتری مواجه است. کرمانشاه به عنوان شهری نسبتاً سنتی که در آن مناسک و آداب زندگی سنتی جلوه بارزتری دارد، مقاومت در برابر تغییرات بیشتر و همین مسأله خود را در مناسک عزا و عروسی در قالب مبتلا نمودن طیف زیادی از مردم به کرونا خود را نشان داد.

به طور کلی به نظر می‌رسد شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و همچنین تغییرات سبک زندگی در فرایند شیوع کرونا، نقش بی‌بدیلی را بازی کرده‌اند. براین اساس مطالعه حاضر در نظر دارد نقش شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییرات سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا را در شهر کرمانشاه مورد آزمون قرار دهد. در این پژوهش شبکه‌های اجتماعی و عملکردهای آن متغیر مستقل و شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییر در سبک زندگی متغیر وابسته هستند. بر این اساس، این پژوهش به دنبال بررسی این سؤال است که نقش شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا با تأکید بر شهر کرمانشاه چیست؟

1 - Ikpi & Undelikwo

2- Mc Gowan

3 - Lee

هراس اجتماعی، رفتار جمعی بی‌هدفی است که بر اثر احساس خطر پدید آید و تمام ذهن را به سرعت فرا می‌گیرد و فرد را به تلاش‌های بی‌هوده برمی‌انگیزاند (ستوده، 1378: 119). یکی از مسائلی که به دنبال استفاده روزافزون شبکه‌های اجتماعی مجازی در جهان کرونایی ایجاد شده است، تغییرات سریع در هنجارهای فرهنگی در کوتاه‌ترین زمان ممکن است. فضای شبکه‌های اجتماعی فرصت بی‌بدیلی برای بسیج نیروهای اجتماعی و شکل‌گیری رفتارهای نمایشی از قبیل هراس و هوس اجتماعی، همچنین هیستری جمعی و شایعه فراهم کرده است؛ همچنین فضای شبکه‌های اجتماعی به تعمیق و بسط مشارکت اجتماعی در راستای انعکاس واقعیت کمک مؤثری نمودند.

#### دیدگاه‌های مرتبط به هراس اجتماعی

دیدگاه بیماری‌شناسی و هراس اجتماعی فیلیپ استرانگ<sup>2</sup>: از دیدگاه استرانگ روان‌شناسی اپیدمی ممکن است شامل سه نوع همه‌گیری روانی - اجتماعی شود: الف) همه‌گیری ترس؛ ب) همه‌گیری تفسیر و اخلاقیات؛ ج) همه‌گیری عمل یا اقدام پیشنهادی. از این رو، هر جامعه‌ای که دچار شیوع روان‌شناسی همه‌گیر شود ممکن است همزمان موج‌هایی از هراس فردی و اجتماعی را تجربه کند، در مرحله اول با ظهور بیماری و ویروس، همه‌گیری جدید ظهور می‌کنند و در اولین واکنش همواره هراس اجتماعی رخ می‌دهد. در گام دوم اخلاق در معرض تهدید قرار می‌گیرد. این حکم بر ناکامی‌های بشر تأکید دارد که داوری الهی را به تدریج با محاسبه اشتباه سیاسی جایگزین می‌کند. از منظر جامعه‌شناختی، آنچه در مورد این همه‌گیری ترس، توضیح و عمل جالب توجه است این است که آن‌ها ظرفیت بالقوه‌ای برای آلوده کردن تقریباً همه افراد جامعه دارند (استرانگ، 1990: 252-253).

1- Social Panic

2 - Philip Strong's view of Pathology and Social Panic

**دیدگاه بوده و جامعه ترس<sup>1</sup>:** یکی از مفاهیم تجربی مهم در جامعه امروز به تعبیر او مفهوم ترس است. بوده با ردیابی تجربه ترس، از جامعه‌ای پرده‌برداری می‌کند که با آشفتگی ناآرام، عصبانیت سرکوب‌شده و خشم آرام سرکوب شده است. این امر به همان نسبت در روابط نزدیک ما و در دنیای کار صادق است، در نحوه واکنش ما به سیاست‌مداران به همان اندازه که در رفتارهایمان نسبت به بانکداران و دیگران در بخش مالی واکنش نشان می‌دهیم. بوده نشان می‌دهد که ترس مسیر حرکت جامعه را آشکار می‌سازد، نشان می‌دهد نقاط بحرانی کجاست، چه وقت گروه‌های معینی از جامعه به لحاظ روانی پس می‌کشند و این که چطور احساس مصیبت یا نفرت و کینه به طور ناگهانی تکثیر می‌شود. ترس، عیب و مشکل ما را نمایان می‌کند. سیاست‌گذاری که می‌خواهد پیش از تجویز، به فهم جامعه امروز نائل آید، بایستی به جامعه ترس نظر کند. این مفهوم می‌تواند کل سیاست‌های فرهنگی و اجتماعی ما را از نو صورت‌بندی کرده و به مرحله بازنگری یا باز پس‌گیری کشاند (بوده، 2018: 22).

**اولریش بک و جامعه مخاطره:** ویژگی برجسته جامعه مدرن را حضور همیشگی مخاطره می‌داند و به توضیح تفاوت‌های مخاطره در دوران مدرن و پیشامدرن می‌پردازد. از نظر او مخاطرات در جامعه سنتی اغلب از جنس بلایای طبیعی بودند مانند سیل، طاعون و مواردی از این دست؛ چیزهایی که طبیعت بر ما تحمیل می‌کرد. تبیینی که هم از این مخاطرات ارائه می‌شد، متافیزیکی بود. از این رو این مخاطرات غیرقابل‌پیش‌بینی و کنترل بودند؛ اما مخاطرات در دوران مدرن به ویژه دوران متأخر از جنس دیگری هستند. در دوره مدرنیته اولیه، به واسطه باوری که به علم و توان‌های آن وجود داشت، گمان می‌رفت می‌توان این مخاطرات را پیش‌بینی و کنترل کرد. علم‌گرایی چنان در باور انسان مدرن رسوخ کرده بود که فکر می‌کرد می‌تواند در برابر بسیاری از این مخاطرات مصون بماند در این دوره غالب بیماری‌های همه‌گیر کنترل شدند. در این دوران مخاطرات کماکان بیرونی قلمداد می‌شوند نه ناشی از کنش‌های انسانی (کلاته ساداتی و همکاران، 2020: 4). به تعبیر بک اگر قوه محرکه جامعه طبقاتی و صنعتی در این شعار خلاصه می‌شد که «گرسنه‌ام»، اما شعار جامعه جدید این است که: «می‌ترسم یا نگرانم» (احمدی و دهقانی، 1394: 109). بک اما از مدرنیته متأخر نیز می‌گوید؛ در

این دوره مخاطرات ماهیتاً تغییر یافته‌اند. این مخاطرات جدید به واسطه پیشرفت علم امکان‌پذیر شده است. عمل آدمی به مدد پیشرفت علمی چنان خطری را ایجاد کرد که چندین نسل را به مخاطره انداخت (گیدنز<sup>1</sup>، 1389: 101). ویروس کرونا چیزی است از این جنس؛ حالا جهان درگیر کرونا شده است. این مخاطرات از جمله کرونا به شدت هم با سیاست‌های زیستی و دولتی گره خورده است؛ حیات آدم‌ها خوب یا بد هم به این سیاست‌ها گره خورده است. این که دولت‌ها چه تفسیری از واقعیت دارند؛ یا اساساً اولویت‌شان چیست؟ نسبت بین ملاحظات امنیتی اقتصادی، با ملاحظات انسانی چیست؟ کدام یک واقعیت دارند (کلاته ساداتی و همکاران، 2020: 2).

### سبک زندگی

سبک زندگی ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادات فردی در تمامی بخش‌های زندگی شامل تغذیه، تحرک بدنی، استرس، کیفیت خواب و نوع پوشش است که در پی اجتماعی شدن به وجود آمده است، در واقع سبک زندگی پدیده‌ای چندوجهی است که تمام جنبه‌های زندگی روزمره افراد را همچون روابط اجتماعی، طرز تفکر، کار، غذا، بهداشت و احساسات را در بر می‌گیرد (رستگار یدکی و همکاران، 1394: 49). سبک زندگی در فرایند کرونا درگیر تغییرات ایجاد شده در خوراک (حذف هزینه‌های غیرضروری مانند رفتن به رستوران)، گفتگو (افزایش گفتگو، تعامل و مدارا در خانواده‌ها)، اوقات فراغت (انواع آموزش‌ها در منزل و با تکیه بر شبکه‌های اجتماعی)، سبک زندگی جدید در بستر فضای مجازی (شیوه‌های زیست اجتماعی نوین در بستر شبکه‌ها و فضای مجازی)، آشتی با کتاب و مطالعه (افزایش سطح دانش، آگاهی، فضیلت و معرفت اجتماعی) است.

### دیدگاه‌های مرتبط با تغییر سبک زندگی

زیگموند باومن و سبک زندگی در مدرنیته سیال<sup>2</sup>: باومن براین باور است که ایده امنیت به عنوان یکی از مهم‌ترین پایه‌های مدرنیته که سعی داشته تا تأمین امنیت شهروندان را در جامعه مدنی تضمین کند، با وقوع بحران مدرنیته و ظهور جامعه

1 - Giddens

2 - Zigmound Bauman and Lifestyle in Liquide Modernity

«آبکی»<sup>1</sup> یا مدرنیته «مایع»<sup>2</sup> سست شده است (باومن، 2000: 22). اگر ناامنی به تعبیر باومن یک حالت روحی است و بنابراین سبکی از بودن که پاره‌ای از عصر و دوران ماست، پس باید حضور دائمی آن را با تمامی عواقبی که خواهد داشت، پذیرفت. اخبار و تصاویر هراسناک مثلاً ویدئوی دفن کردن یک قربانی بیماری کرونا در وهله نخست ممکن است نامعقول به نظر برسند، زیرا یکی از پر تکرارترین واکنش‌های ما انسان‌ها در مواجهه با یک بلا یا بحران، است. گرایش ما به باور کردن این واقعیت که احتمال این بلاها دست کم برای «ما» اندک است، ما را در برابر آن‌ها درمانده می‌سازد. درماندگی پس از ناباوری یا بالعکس باور به نامعقول بودن پدیده خوردن خفاش و سرایت ویروس از بدن این جانور کوچک به کالبد یک انسان، از مردم در سفر نکردن و وفاداری به قرنطینه خانگی هویداست. علت این درماندگی این است که اعلان رسانه‌ها و اخطار آن‌ها از وقوع این بیماری و خطر آن، تغییر ملموسی در شیوه اندیشیدن، تصمیم‌گیری و رفتار ما به وجود نمی‌آورد و بالاتر از همه این که مهم‌ترین مانع بر سر پیشگیری از سرایت این بیماری، نه عدم وفاداری به قرنطینه خانگی بلکه، اراده‌ی ما به «ناباوری» است. حوادث تراژیک شبکه‌های اجتماعی، حاکی از شبح آزاردهنده وضعیت هابزی است. به تعبیر باردونی<sup>3</sup>، ناامنی همه جاگیر نیست، بلکه پاره‌ای از درون ماست، چون پذیرفته‌ایم که ناامنی آن روی البته ناخوشایند سکه زندگی عادی همه ماست. با وجود آگاهی از زیستن در جامعه خطر، یعنی جایی که لفظ «امنیت» حائز اهمیت حیاتی است و این واقعیت که اکثر اوقات- به هنگام هجوم بلا- همین لفظ خالی از معنا و صوری می‌شود یعنی صرفاً یک «لفظ» باقی می‌ماند، نمی‌توانیم از معاشرت با یار وفادار و البته خاموشمان سرباز زنیم و نام این رفیق، «ترس» است (باردونی، 2016: 37). البته می‌توان اخبار مربوط به کمک سازمان‌های خیریه‌ای در جهان و به صورت خاص در ایران می‌تواند تا حدی این وضعیت هراسناک اجتماعی را کاهش داده و آستانه تحمل اجتماعی و سازگاری را برای جامعه به وجود آورد.

دیدگاه هورکس و تغییر سبک زندگی ناشی از کرونا<sup>4</sup>: هورکس و همکارانش (2020) در مرکز مطالعات بیولوژیک میشیگان، دیدگاه‌های متمایزی را در مورد

1 - Watery Society

2 - Liquid Modernity

3 - Bordonni

4 - Hourex Perspective and Coronavirus Lifestyle Change



تغییرات سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا ارائه می‌دهند. آن‌ها بر این باورند که اگر کرونا تا یک سال مهمان این سیاره باشد، فرهنگ مرادفات و تعاملات اجتماعی را تغییر و جمع‌های دوستانه را کوچک‌تر می‌کند. در این فرایند حضور و فیزیک افراد جای خود را به تصاویر دیجیتال و مجازی می‌دهد. دل‌تنگی‌ها بیشتر و آهسته‌آهسته این سیطره تلفن‌ها و دنیای اینترنت، جای خالی افراد و عزیزانمان را پر خواهد کرد. دنیای بعد از کرونا، شاید میزها و صندلی‌های خالی بسیاری باشد که از حضورها خالی است. ویروس تاجدار کرونا، به ملت‌ها یادآور می‌شود که سمت روشن تکنولوژی چقدر حیاتی است. شاید انسان پس از کرونا باید بیش از هر چیز وامدار تکنولوژی باشد. سیستم آموزش انسانی تغییر خواهد کرد. ویدئو کنفرانس‌ها و آموزش‌های تحت شبکه اینترنت، سرفصل تازه‌ای از آینده‌ی علم و آموزش است. تمامی مدارس به ناچار به جدیدترین ابزار انتقال علم مجهز خواهند شد و تعاریف بسیاری از علوم آموزشی دچار تحولی بزرگ خواهد بود. این اتفاق می‌تواند به صورت غیرمستقیم و بعضاً مستقیم، از نابودی جنگل‌های بسیاری جهت چاپ کتب درسی و آموزشی در سراسر سیاره محافظت کند. قرنطینه‌های درمانی ویروس تاجدار کرونا، کتاب‌های دیجیتال و خاک خورده‌ی کتابخانه‌ها را جان دوباره خواهد داد. ویروس تاجدار، هنر و خلاقیت فردی را به شکل قابل توجهی رشد خواهد داد. هورکس معتقد است در یک سال، صنایع دستی و هنرهای مبتنی بر فرد، یک رنسانس تازه را تجربه خواهد کرد.

**کاستلز و سبک زندگی رسانه‌ای<sup>1</sup>:** کاستلز، ویژگی‌های شبکه‌های اجتماعی را انعطاف‌پذیری، به معنای توانایی بازسازی، مطابق تغییرات محیطی و توجه به اهداف، در عین تغییر اجزاء و یافتن اتصال‌های جدید؛ مقیاس‌پذیری، قابلیت انبساط یا انقباض اندازه شبکه می‌داند که احتمال اختلال در شبکه را کاهش می‌دهد؛ و قابلیت تداوم حیات آن را در نظر دارد که نشان توانایی شبکه‌ها است، زیرا آن‌ها یک مرکزیت واحد ندارند، بلکه با پیکربندی در سطحی وسیع عمل می‌کنند (کاستلز، 2009: 20-23). کارکردهای شبکه‌های اجتماعی بر تغییر و تحول اجتماعی به خصوص در میان جوانان تأثیر می‌گذارد (کریمی و همکاران، 1395: 13). به اعتقاد کاستلز در رسانه‌های جدید ارتباطی امکانات و قابلیت‌های نو و دموکراتیک برای ارتباطات و مشارکت وجود دارد.

این امکانات، افراد قادر خواهند بود تا جهان‌های مجازی خود را بسازند که پایه دموکراتیک شدن تصورات و باورها است (کاستلز، 1384: 19). تعامل میان انقلاب تکنولوژی اطلاعات، بحران‌های اقتصادی سرمایه‌داری و دولت سالاری و تجدید ساختار متعاقب آن‌ها و شکوفایی جنبش‌های اجتماعی - فرهنگی هم چون آزادی‌خواهی، حقوق بشر، فمینیسم و طرفداری از محیط‌زیست، یک ساختار نوین اجتماعی مسلط بنام جامعه‌ی شبکه‌ای، یک اقتصاد نوین یعنی اقتصاد اطلاعاتی جهانی و یک فرهنگ نوین یعنی فرهنگ مجازی را به وجود آورده است.

در راستای موضوع مورد مطالعه، تحقیقات تجربی انجام شده است که به مواردی از آن‌ها اشاره می‌شود: جانی و همکاران (1399) در پژوهشی تحت عنوان «تأثیر درمان شناختی - رفتاری به واسطه اینترنت بر کاهش اضطراب کرونا» نشان دادند که درمان شناختی - رفتاری به واسطه اینترنت، موجب کاهش اضطراب کرونا در کارکنان مراقبت‌های بهداشتی و درمانی شده است. روحانی و همکاران (1398) در پژوهشی با عنوان «مقایسه تأثیر تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش‌آموزان» نشان دادند که شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های تحمل‌پریشانی (تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم) و هراس اجتماعی (ترس و اجتناب) رابطه معناداری داشت و دانش‌آموزان با استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی، تحمل‌پریشانی کمتر و هراس اجتماعی بیشتری داشتند. فرقانی و مهاجری (1397) در پژوهشی با عنوان «رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و تغییر در سبک زندگی جوانان» نشان دادند بین مؤلفه‌های سبک (تغییر سلیقه در نوع پوشش، شیوه تغذیه، خودآرایی، انتخاب دکوراسیون و اثاثیه منزل، سبک خرید، شیوه‌های گذران اوقات فراغت و تفریح و تغییر در تعاملات و ارتباطات) با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی تلفن همراه رابطه وجود دارد به طوری که با افزایش ساعات استفاده از این شبکه‌ها تغییر در هر یک از مؤلفه‌های سبک زندگی نیز بیشتر می‌شود. پورمودت و کجباف (1396) در پژوهشی با عنوان «بررسی اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان استفاده‌کننده از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی» نشان دادند که کسانی که به شدت از شبکه‌های اجتماعی موبایلی استفاده می‌کنند، با احتمال بیشتری دچار اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی می‌شوند. صادقی و عامری (1395) در پژوهشی «آسیب‌های اجتماعی شبکه-

های اجتماعی مجازی» نشان دادند که شکل‌گیری شبکه‌های اجتماعی مجازی در عین فرصت‌های مثبت و سازنده، دگرگونی‌های وسیعی در رفتار شهروندان به وجود آورده‌اند. کلاته ساداتی و همکاران (2020) در پژوهشی با عنوان «جامعه در معرض خطر، آسیب‌پذیری جهانی و مقاومت‌پذیری شکننده دیدگاه جامعه‌شناختی در مورد شیوع ویروس کرونا» به این نتیجه رسیدند که یکی از عواقب شیوع ویروس کرونا ایجاد اضطراب و هراس اجتماعی در سراسر جهان است که نگرانی‌های جدی را برای شهروندان در همه کشورها، حتی در جوامع بدون شیوع تأیید ایجاد کرده است.

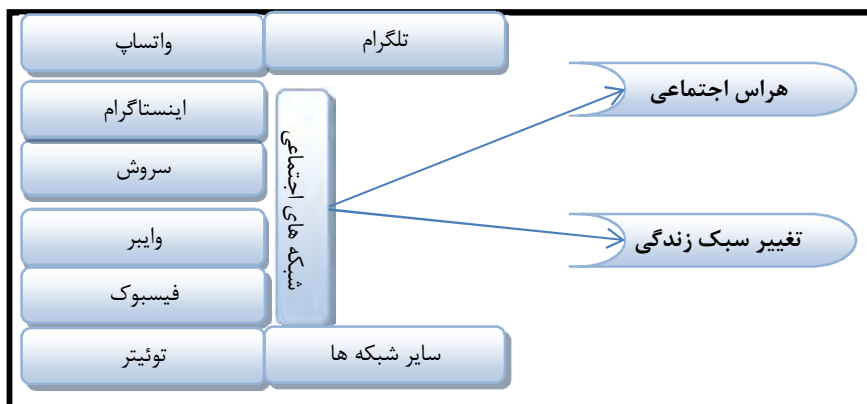
ایکپی و آندلیکو (2019) در پژوهشی تحت عنوان «استفاده از رسانه‌های اجتماعی و اصلاح سبک زندگی دانشجویان دانشگاه کالبر نیجریه» به دنبال تعیین میزان استفاده دانش‌آموزان از رسانه‌های اجتماعی (فیس بوک، توییتر و واتس‌آپ) در تغییر سبک‌های زندگی مرتبط با سلامتی آن‌ها مانند عادات غذا خوردن، رفتارهای جنسی، مصرف سیگار و الکل، مصرف مواد مخدر و درگیر شدن در فعالیت‌های بدنسازی بودند. نتایج نشان داد استفاده از رسانه‌های اجتماعی توسط دانشجویان دانشگاه کالبر تأثیر قابل توجهی در اصلاح سبک زندگی آن‌ها دارد. چوکوئر<sup>1</sup> (2017) در پژوهشی تحت عنوان «تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر سبک زندگی اجتماعی: مطالعه موردی دانشجویان دختر دانشگاه شمال غربی آفریقای جنوبی» نشان داد که رسانه‌های اجتماعی نحوه تفکر، تعامل، برقراری ارتباط، دوست داشتن و سبک زندگی اجتماعی افراد را تغییر داده است. چن و چیانگ<sup>2</sup> (2014) در پژوهشی با عنوان «نقش جامعه‌شناختی تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی کاربران متأهل» نشان دادند که حضور در شبکه‌های مجازی اغلب جهت گذراندن اوقات فراغت، سرگرمی و اطلاع از دوستان بوده است. بقایی<sup>3</sup> و همکاران (2011) در پژوهشی تحت عنوان «درگیر کردن خانواده‌ها در تغییر سبک زندگی از طریق شبکه‌های اجتماعی» نشان می‌دهند که شبکه‌های اجتماعی مستقر در خانواده، نگرش اعضای خانواده را نسبت به یک سبک زندگی سالم تغییر می‌دهد.

1- Chukwuere

2- Chen &amp; Chiang

3- Baghaei

## مدل مفهومی پژوهش



شکل 1. مدل مفهومی پژوهش

### روش پژوهش

تحقیق حاضر از لحاظ رویکردی؛ کمی و از نظر راهبردی و گردآوری داده‌ها، همبستگی و توصیفی از نوع پیمایشی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شهروندان بالای 20 سال شهر کرمانشاه است. براساس سرشماری سال 1395 تعداد کل جمعیت شهر کرمانشاه برابر 946651 نفر بودند. با توجه به این که جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش افراد بالای 20 سال بودند، بنابراین لازم شد جمعیت 0 تا 20 ساله از این جمعیت خارج شوند و تعداد افراد بالای 20 سال برابر 652651 شد. با توجه به تعداد زیاد جامعه آماری و عدم امکان گردآوری داده‌ها از همه افراد، به ناچار نمونه‌گیری انجام گرفت. حجم نمونه 320 نفر بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه استاندارد برای هراس اجتماعی و پرسشنامه محقق ساخته برای تغییر سبک زندگی بود، جهت روایی ابزار پژوهش از روایی صوری و سازه‌ای استفاده گردید. برای روایی صوری پس از طراحی گویه‌های طیف‌های مربوطه در اختیار اساتید و کارشناسان دانشگاه قرار گرفت. اظهار نظر این افراد در راستای سنجش گویه‌های هر طیف، در نهایت به گزینش گویه‌های مناسب برای هر طیف منجر شد. نتایج حاصل از تحلیل عاملی با استفاده از آزمون کفایت نمونه‌برداری کیزر-مایر (KMO) بالاتر از 0/85 نشان داد که نیازی به حذف هیچ گویه‌ای نیست.

آزمون کرویت بارتلت در سطح حداقل 95 درصد اطمینان این معنی‌داری را نشان داد. همچنین نتایج میزان آلفای کرونباخ نشان داد که میزان پایایی ترس اجتماعی برابر 0/807، اجتناب اجتماعی برابر 0/843، ناراحتی فیزیولوژی برابر 0/860، هراس اجتماعی برابر 0/842 و تغییر سبک زندگی برابر 0/920 است که از پایایی قابل قبولی برخوردار هستند (جدول شماره 1). به منظور سنجش میزان استفاده افراد از شبکه‌های اجتماعی مجازی شبکه‌هایی مانند تلگرام، اینستاگرام، توئیتر، سروش، واتس آپ، وایبر، فیس بوک و سایر شبکه‌ها (کلوب، فیس نما، هم میهن، افسران، مای اسپیس، یوتیوب، فلیکر، لینکدین، گوگل پلاس، اسکایپ، پینترست، تامبلر، بینگ، بادو، بیبو، مای لایف، آیمو، فارس توئیتر، وی چت، لاین، تانگو و ایتا) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس برای آزمون فرضیه‌ها و رگرسیون چندگانه برای آزمون مدل تجربی استفاده گردید. پردازش داده‌ها، با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام گرفت.

جدول شماره 1. تحلیل عاملی برای روایی سازه و آلفای کرونباخ برای پایایی

متغیر	متغیر/مؤلفه	تعداد گویه‌ها	آلفای کرونباخ	قاعده KMO	آزمون بارتلت	درجه آزادی	سطح معناداری
1	ترس اجتماعی	6	0/807	0/825	646/649	15	0/000
2	اجتناب اجتماعی	7	0/843	0/801	1030/10	21	0/000
3	ناراحتی فیزیولوژیک	4	0/860	0/725	730/289	6	0/000
4	کل	17	0/842	0/810	2661/01	136	0/000
5	تغییر سبک زندگی	15	0/920	0/933	2353/20	105	0/000

## یافته‌های پژوهش

### الف) یافته‌های توصیفی

جدول شماره 2. توزیع فراوانی پاسخگویان بر حسب مشخصات پاسخگویان

نام متغیرها	ابعاد	فراوانی	درصد فراوانی	درصد معتبر
جنسیت	مرد	243	75/9	76/4
	زن	73	22/8	22/8
وضعیت تأهل	مجرد	61	19/1	19/4
	متأهل	254	79/4	80/6
وضعیت تحصیلی	زیر دیپلم و دیپلم	64	20/0	20/0
	فوق دیپلم	40	12/5	12/5
	کارشناسی	113	35/3	35/3
	فوق لیسانس	99	30/9	30/9
	دکتری	4	1/3	1/3
وضعیت منزل مسکونی	منزل شخصی	113	42/5	43/0
	منزل اجاره ای	28	8/8	8/9
	منزل رهنی	90	28/1	28/5
	منزل سازمانی	22	6/9	7/0
	سایر منازل (پدری و ...)	40	12/5	12/7
وضعیت سنی	زیر 30 سال	128	40/0	40/3
	30 تا 50 سال	126	39/4	39/6
	51 ساله به بالا	64	20/0	20/1

نتایج توزیع متغیرهای وابسته (هراس و تغییر سبک زندگی) و هر یک از ابعاد آن را برحسب شاخص‌های توصیفی و همچنین مقایسه میانگین‌ها در جدول شماره 3 نشان می‌دهد که میانگین میزان هراس اجتماعی در بُعد ترس اجتماعی برابر 15/98، در بُعد اجتناب اجتماعی برابر 15/94 و در بُعد ناراحتی فیزیولوژیک برابر 10/904 و در کل هراس اجتماعی برابر 42/82 است. این میانگین‌ها در مقایسه با میانگین مورد انتظار برای مؤلفه‌های فوق به ترتیب برابر 18، 21، 12 و 51 است. می‌توان چنین استنباط کرد که میانگین هراس اجتماعی در همه ابعاد پایین‌تر از میانگین مورد انتظار قرار دارند. قابل ذکر است که میانگین تغییر سبک زندگی برابر 47/16 می‌باشد. این میانگین در مقایسه با میانگین مورد انتظار (که برابر 45 است) است، در حد بالاتری قرار دارد.

جدول شماره 3. شاخص‌های توصیفی هراس اجتماعی در ابعاد آن و تغییر سبک زندگی و مقایسه میانگین نظری و تجربی

شماره	ابعاد	میانگین		انحراف استاندارد	فاصله اطمینان 0/95			تفاوت معنادار
		نظری	واقعی		کران پایین	کران بالا	آماره t	
1	ترس اجتماعی	18	15/98	5/23	-2/59	-1/44	-6/902	0/000
2	اجتناب اجتماعی	21	15/94	5/92	-5/708	-4/40	-15/25	0/000
3	ناراحتی فیزیولوژیک	12	10/904	4/36	-1/58	-6/19	-4/50	0/000
4	کل هراس اجتماعی	51	42/82	11/07	-9/39	-6/95	-13/202	0/000
	تغییر سبک زندگی	45	47/16	12/43	0/709	3/53	3/111	0/002
	شبکه‌های اجتماعی داخلی	6	4/80	2/31	-1/44	0/93	-9/22	0/000
	شبکه‌های اجتماعی خارجی	18	17/99	3/15	-0/35	0/33	-0/053	0/009

### ب) یافته‌های استنباطی

**فرضیه 1 و 2:** بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.

نتایج ماتریس همبستگی بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با میزان هراس و تغییر سبک زندگی ناشی از کرونا در جدول شماره 4 نشان می‌دهد که مقدار همبستگی پیرسون بین میزان استفاده از شبکه‌های خارجی با هراس اجتماعی ( $r=0/222$ ) است که البته این ارتباط برای شبکه وایبر برابر ( $r=0/306$ ) از همه بیشتر است. همچنین رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های داخلی و میزان هراس اجتماعی ( $r= -0/175$ ) است. از طرفی بین شبکه‌های اجتماعی داخلی و تغییرات سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا برابر ( $r= -0/115$ ) است. در کل می‌توان استنباط کرد که بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی داخلی با میزان هراس و تغییر سبک زندگی رابطه معنادار و معکوس اما بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی خارجی و میزان هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی رابطه معنادار وجود دارد.

جدول شماره 4. همبستگی بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی با میزان هراس و تغییر سبک زندگی ناشی از کرونا

سبک زندگی	هراس اجتماعی				آماره	شبکه‌های اجتماعی
	کل	ناراحتی فیزیولوژیک	اجتناب اجتماعی	ترس اجتماعی		
0/066	0/121	0/189	0/017	0/079	همبستگی	تلگرام
0/23	0/013	0/001	0/76	0/16	معناداری	
0/07	0/227	0/205	0/201	0/187	همبستگی	اینستاگرام
0/21	0/000	0/000	0/000	0/001	معناداری	
0/065	0/126	0/157	0/023	0/109	همبستگی	تویتر
0/24	0/024	0/005	0/68	0/05	معناداری	
0/023	0/192	0/023	0/101	0/271	همبستگی	فیس بوک
0/67	0/001	0/67	0/07	0/000	معناداری	
0/039	0/112	0/173	0/043	0/044	همبستگی	واتس آپ
0/48	0/045	0/002	0/43	0/43	معناداری	
0/096	0/306	0/337	0/184	0/159	همبستگی	وایبر
0/08	0/000	0/000	0/001	0/004	معناداری	
0/039	0/222	0/113	0/061	0/072	همبستگی	شبکه‌های خارجی
0/48	0/003	0/04	0/27	0/20	معناداری	
-0/132	-0/136	-0/207	-0/010	-0/125	همبستگی	سروش
0/018	0/015	0/000	0/86	0/025	معناداری	
-0/081	-0/182	-0/206	-0/0020	-0/190	همبستگی	ایتا
0/14	0/001	0/000	0/724	0/001	معناداری	
-0/115	-0/175	-0/226	-0/007	-0/179	همبستگی	شبکه‌های داخلی
0/041	0/002	0/000	0/904	0/002	معناداری	

تفاوت میزان هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی برحسب نوع شبکه اجتماعی مورد ارزیابی قرار گرفت. جهت استفاده از آزمون تحلیل واریانس، ابتدا فرض همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لون مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج حاصل در جدول شماره 5 نشان می‌دهد که واریانس گروه‌ها ناهمگن بوده و بنابراین فرض همگنی واریانس‌ها رد شد؛ بنابراین به جای آزمون تحلیل واریانس از دو آزمون ولچ و براون فورسایت استفاده به عمل آمد. نتایج حاصل از این دو آزمون نشان می‌دهد میانگین هراس اجتماعی و همچنین میانگین هراس اجتماعی برای افرادی که از انواع شبکه‌های



اجتماعی استفاده می‌کنند با هم تفاوت دارد و این تفاوت مشاهده شده براساس آزمون‌های مذکور در سطح حداقل 0/95 قابل پذیرش است و فرضیه مذکور مورد پذیرش می‌باشد. به تعبیر دیگر فرضیه  $H_0$  رد و  $H_1$  مورد تأیید بوده و نتایج قابل تعمیم به کل جامعه آماری می‌باشد.

جدول شماره 5. آزمون تفاوت میانگین میزان هراس و تغییر سبک زندگی برحسب نوع شبکه

اجتماعی					
تغییر سبک زندگی			هراس اجتماعی		
انحراف معیار	میانگین	فراوانی	انحراف معیار	میانگین	فراوانی
10/81	51/96	97	12/44	48/09	97
11/27	45/84	58	9/11	44/29	58
14/95	48/62	17	5/92	42/94	17
14/00	43/21	102	10/03	37/33	102
10/28	48/15	13	6/57	41/30	13
8/68	45/37	8	8/20	41/87	8
9/74	49/50	4	10/53	46/75	4
8/38	46/33	21	8/55	41/57	21
پذیرش فرض ناهمگنی	4/048		پذیرش فرض ناهمگنی	3/075	
	0/00			0/004	
	3/620			6/385	
	0/005			0/000	
	4/66			10/707	
	0/000			0/000	
	$H_1$ تأیید فرض			$H_1$ تأیید فرض	
					نتیجه وضعیت

نتایج در جدول شماره 6 نشان می‌دهد که میانگین رتبه‌ها در ابعاد مختلف هراس اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی با هم تفاوت دارند و لذا فرض  $H_0$  یا فرض یکسانی رتبه‌ها رد می‌شود. مقدار کی دو برای هراس اجتماعی برابر 222/592 و درجه آزادی 2 در سطح حداقل 95 درصد معناداری را تأیید می‌کند. بُعد هراس اجتماعی رتبه اول و بُعد ناراحتی فیزیولوژیک رتبه سوم را دارد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که میانگین رتبه‌های انواع شبکه‌های اجتماعی با هم تفاوت دارند و لذا فرض  $H_0$  یا فرض یکسانی رتبه‌ها رد می‌شود. مقدار کی دو در این آزمون برابر 183/46 و درجه آزادی 7 نتیجه در

سطح 95 درصد معناداری را تأیید می‌کند. میانگین رتبه تلگرام با مقدار (3/87)، رتبه اول و شبکه سروش با مقدار (3/70) رتبه هشتم را از بین شبکه‌های اجتماعی دارا است. جدول شماره 6. آزمون مقایسه میانگین رتبه ابعاد مختلف متغیر هراس اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی

متغیر	ابعاد	میانگین نمره میانگین رتبه آزمون کی دو	درجه آزادی	معناداری
هراس اجتماعی	ترس اجتماعی	15/98	5/23	0/000
	اجتناب اجتماعی	15/94	2/28	
	ناراحتی فیزیولوژیک	10/90	1/33	
شبکه‌های اجتماعی	تلگرام	3/30	5/31	0/000
	وایبر	3/15	5/13	
	واتس آپ	3/30	5/06	
	تویتر	3/01	4/72	
	اینستاگرام	2/81	4/37	
	ایتا	2/45	3/88	
	فیس بوک	2/409	3/82	
سروش	2/35	3/70		

### آزمون رگرسیون

در پژوهش حاضر از دو مدل رگرسیون به شیوه گام به گام برای دو متغیر وابسته هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی استفاده به عمل آمد. قبل از استفاده از این مدل پژوهش و انجام تحلیل رگرسیونی، لازم شد مفروضات اساسی این نوع تحلیل رگرسیونی را رعایت کنیم که داده‌ها دارای اریب نباشند. پیش‌فرض اول، مستقل بودن خطاها یا باقی‌مانده‌ها از همدیگر است. برای این مهم از آزمون دوربین- واتسون استفاده شد که مقدار آن برای هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی به ترتیب برابر 1/525 و 1/039 بود. از دیگر پیش‌فرض‌های اساسی در تحلیل رگرسیون چندگانه، نرمال بودن توزیع خطاها و یا به عبارتی دیگر توزیع باقی‌مانده‌های مدل برآزش شده است. برای آزمون نرمال بودن توزیع باقی‌مانده‌های مدل‌های رگرسیونی از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف استفاده شده است. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که آزمون کولموگروف- اسمیرنوف برای هراس اجتماعی برابر 0/86 و برای تغییر سبک زندگی برابر 0/948 بوده که نشان می‌دهد توزیع مذکور نرمال است. برای اندازه‌گیری چند هم خطی در متغیرهای مستقل از دو روش ارزش تحمل و عامل تورم واریانس استفاده شده است.

نتایج جدول برای دو شاخص مطرح شده گویای این است که احتمال تجمعی مشاهده شده با احتمال تجمعی مورد انتظار یکی است.

معادله رگرسیونی مربوط به تحلیل چندگانه متغیرهای مستقل جهت پیش‌بینی متغیر هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی می‌باشد. نتایج مندرج در جدول شماره 7 نشان می‌دهند که در مدل شماره 1 (هراس اجتماعی) اولین متغیری که در این معادله رگرسیونی وارد شد، وایبر می‌باشد. نتایج نشان می‌دهد که استفاده از شبکه وایبر بر هراس اجتماعی تأثیر معنادار دارد، به طوری که مقدار  $T$  برابر  $(T=5/4)$  و معنی‌داری  $(Sig.T=0/000)$  می‌باشد. تأثیر این متغیر برابر با  $R^2=0/094$  به دست آمد. در مرحله دوم میزان اینستاگرام وارد معادله گردید، مقدار  $T$  برابر  $(T=4/14)$  و معنی‌داری  $(Sig.T=0/000)$  می‌باشد. تأثیر این متغیر برابر با  $R^2=0/152$  به دست آمد. در مرحله سوم میزان استفاده از فیسبوک وارد معادله گردید، مقدار  $T$  برابر  $(T=3/06)$  و معنی‌داری  $(Sig.T=0/002)$  می‌باشد. تأثیر این متغیر برابر با  $R^2=0/176$  به دست آمد. این سه شبکه روی هم‌رفته توانستند مقدار  $0/158$  از تغییرات درونی متغیر هراس اجتماعی را تبیین کنند. همچنین نتایج در مورد مدل شماره 2 یعنی تغییر سبک زندگی نشان می‌دهند که یک متغیر (میزان استفاده از پیام‌رسان سروش) وارد معادله رگرسیونی شده است. مقدار  $T$  برای این متغیر برابر  $(T=-2/376)$  و ضریب معنی‌داری  $(Sig.T=0/018)$  می‌باشد. میزان ضریب تعیین برابر با  $R^2=0/017$  به دست آمد. می‌توان گفت این متغیر توانسته است مقدار  $0/017$  از تغییرات درونی متغیر تغییر سبک زندگی را تبیین کند.

جدول شماره 7. تحلیل چندگانه متغیرهای مستقل جهت پیش‌بینی متغیر هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی

نام متغیر	B	Beta	t-test	Sig...	R <sup>2</sup>	Tolerance	VIF
وایبر	2/55	0/28	5/44	0/000	0/094	0/983	1/017
اینستاگرام	1/73	0/216	4/14	0/000	0/152	0/958	1/044
فیسبوک	1/28	0/158	3/06	0/002	0/176	0/973	1/027
= 0/000 Sig. $K-S=0/86$ Kolmogorov-Smirnov= 0/000 Sig. $s-w=0/87$ Shapiro-Wilk = 42/95 Constant 1/525 = Durbin-Watson= 0/000 Sig. $F=22/506F$							
نام متغیر	B	Beta	t-test	Sig...	R <sup>2</sup>	Tolerance	VIF
سروش	-1/398	-0/132	-2/376	0/018	0/017	1/000	1/000
= 0/000 Sig. $K-S=0/948$ Kolmogorov-Smirnov= 0/000 Sig. $s-w=0/10$ Shapiro-Wilk = 50/488 Constant 1/039 = Durbin-Watson= 0/018 Sig. $F=5/64F$							

مدل اول:  
هراس  
اجتماعی

مدل دوم:  
تغییر سبک  
زندگی

## بحث و نتیجه‌گیری

هراس ناشی از شیوع ویروس کرونا افراد سراسر جهان را متأثر ساخته است. از طرفی هم برخی از شبکه‌های اجتماعی تلاش می‌کنند تا هراس اجتماعی را دامن زنند؛ چرا که به دلیل سیطره بیش از حد این شبکه‌ها بر فرهنگ و اجتماع می‌توانند نقش حیاتی در مدیریت هراس و یا دامن زدن به آن داشته باشند؛ از سوی دیگر، همین رسانه‌ها در ارتباط با بحران، می‌توانند با ایفای نقش دامپر، اثرات ترس را تا حدی بی‌اثر کنند، در این وضعیت، ترس از خلال بحث و گفتگوهای متعدد مهار شده و از بین می‌رود. هدف از انجام این مطالعه نقش شبکه‌های اجتماعی در شکل‌گیری هراس اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا با تأکید بر شهر کرمانشاه است. نتایج نشان می‌دهد که میانگین میزان هراس اجتماعی در جامعه پایین‌تر از حد متوسط مورد انتظار است؛ اما این تفاوت برای تغییر سبک زندگی بالاتر است. استنباط می‌شود که شبکه‌های اجتماعی در مدیریت بحران شیوع کرونا در زمینه هراس اجتماعی نسبتاً خوب عمل کرده‌اند. برای تغییر سبک زندگی نیز این تغییرات زیاد در سبک زندگی بی‌ارتباط با رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی نیست. در پژوهش حاضر دو فرضیه اصلی مورد مطالعه و بررسی قرار گرفت.

**فرضیه ۱:** بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و هراس اجتماعی ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.

نتایج حاصل از پژوهش حاضر نشان می‌دهد که از بین شبکه‌های اجتماعی خارجی، وایبر و اینستاگرام بیش‌ترین ارتباط معنادار را با افزایش هراس اجتماعی در میان مردم داشتند. از طرفی از بین شبکه‌های اجتماعی داخلی، ایتا و سروش نیز تأثیر معنادار اما معکوسی را با میزان هراس اجتماعی بین مردم داشتند. نتایج گویای این واقعیت است که با افزایش استفاده از شبکه‌های خارجی میزان هراس مردم بیشتر و بالاتر می‌رود اما برای شبکه‌های داخلی این وضعیت نمود کمتری دارد. این نتایج نشان می‌دهد که مدیریت شبکه‌های داخلی سعی در کاهش هراس و اضطراب جمعی داشتند. این نتایج با یافته‌های جانی و همکاران (1399) مبنی بر استفاده از اینترنت در کاهش اضطراب ناشی از کرونا، با نتایج مطالعه روحانی و همکاران (1398) مبنی بر ارتباط بین میزان

استفاده از شبکه‌های اجتماعی و هراس اجتماعی و همچنین با نتایج پژوهش پورمودت و کجباف (1396) مبنی بر استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی و احتمال اضطراب اجتماعی همسو و با نتایج پژوهش کلاته ساداتی (2020) مبنی بر ایجاد اضطراب و هراس اجتماعی ناشی از شیوع ویروس کرونا تا حدودی همسو بود. وجود اپیدمی کرونا می‌تواند بر اساس دیدگاه استرانگ به ظهور اشکال رفتارهای نمایشی جمعی مانند هراس و اضطراب اجتماعی منجر گردد. همچنین براساس نظریه بوده این اپیدمی در نقاط بحرانی منجر به آشفتگی و هراس اجتماعی در بین شهروندان می‌گردد. از طرفی براساس نظریه اولریش بک استدلال می‌شود که امروزه اکثر شهروندان با ویژگی «می‌ترسم یا نگرانم»، درگیر هستند و از نوعی بیم از آینده رنج می‌برند.

**فرضیه 2:** بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و تغییر سبک زندگی ناشی از کرونا رابطه وجود دارد.

بر اساس یافته‌های پژوهش، شبکه‌های اجتماعی داخلی مانند سروش و ایتا تأثیرات منفی و معکوسی بر تغییرات سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا داشتند. در واقع این شبکه‌ها تغییرات را با آرامی و با مقاومت نهادینه می‌کردند؛ اما برای شبکه‌های خارجی در مورد تغییر سبک زندگی این ارتباط معنادار با شبکه‌های اجتماعی لحاظ نبود. در مورد این وضعیت که کدام شبکه‌های اجتماعی در هراس اجتماعی و تغییرات سبک زندگی نقش موثرتری داشتند، آزمون مقایسه میانگین‌ها نشان می‌دهد که تلگرام و بعد اینستاگرام بیش‌ترین تأثیر را در هراس اجتماعی و تلگرام و فیسبوک بیش‌ترین تأثیر را در تغییرات سبک زندگی داشته‌اند. این نتایج با یافته‌های فرقانی و مهاجری (1397)، صادقی و عامری (1395)، ایکیپی و آندلیکو (2019)، چوکوئر (2017) و بقایی و همکاران (2011) در ارتباط با تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی شهروندان همسو بود.

از طرفی از نتایج استنباط می‌شود که شبکه‌های اجتماعی نقش مهمی در تغییرات سبک زندگی شهروندان در فرایند درگیری با کرونا دارند. براساس نظریه باومن می‌توان استنباط کرد که شبکه‌های اجتماعی با تقویت حس کاهش ارتباطات اجتماعی، افزایش خود-ارتباطی، بی‌تفاوتی، نادیده پنداشتن دیگری و عناصر حاشیه، ضمن تغییرات سریع در سبک زندگی افراد، آن‌ها را نسبت به دیگری بی‌تفاوت کنند. این نوع بی‌تفاوتی به

نوبه خود موجب انزجار است به این معنا که هر کس سعی دارد تا بقای خود را به ازای فزونی دیگری تضمین کند. از طرفی هورکس تغییرات عمیق سبک زندگی را ناشی از وجود ویروس کرونا بسیار سریع و جهانی در نظر می‌گیرد. کاستلز از نقش رسانه‌ها در شکل‌گیری دنیای مجازی و سبک زندگی مجازی بحث دارد و بر این باور است که رسانه‌های اجتماعی نوعی سبک زندگی را مملو از قابلیت‌های نو و مشارکت مردمی رقم می‌زنند.

می‌توان استدلال کرد که میزان استفاده از پیام‌رسان‌های داخلی مانند سروش و ایتا، با آرام نمودن جو حاکم بر جامعه سعی دارند تا حد امکان از اضطراب‌ها و استرس‌های ناشی از شیوع ویروس کرونا در جامعه بکاهند و مردم را نسبت به آینده امیدوار کنند؛ اما در شبکه‌های اجتماعی خارجی رابطه مستقیمی بین میزان استفاده از آن‌ها و با افزایش هراس و تغییر سبک زندگی ناشی از ویروس کرونا وجود دارد. شاید یکی از دلایل این واقعیت این باشد که در گروه مورد مطالعه بیشتر افراد مذهبی و بسیجی و همچنین افراد محافظه‌کار نسبتاً سنتی از این پیام‌رسان‌ها استفاده کردند و سعی در امیدواری و امید به آینده برای رهایی از ویروس کرونا و با ارائه حداقل خطرات ناشی از آن سعی بر حفظ فضای آرام و جو متعادلی در جامعه داشتند؛ اما میزان استفاده‌کنندگان از شبکه‌های اجتماعی خارجی مانند تلگرام، واتساپ، وایبر و سایر شبکه‌های خارجی بیشتر سعی در بزرگ‌نمایی خطرات ناشی از ویروس کرونا و همچنین افزایش ترس و هراس در جامعه گام بر می‌داشتند. آن‌ها با ارائه کلیپ‌های وحشت‌آلود و بی‌مناک از این ویروس سعی در ایجاد وحشت و ترغیب مردم به رفتارهای نمایشی مانند جنون اجتماعی و هراس و تغییر سبک زندگی داشتند و با شایعه‌پراکنی تلاش داشتند نوعی عدم امیدواری و عدم نجات از دست این ویروس را به مردم القا نمایند. در نهایت این که در این شرایط باید روحیه امید، همدلی، اتحاد، اعتماد به نظام و سیستم درمانی و بهداشتی کشور، ایثار، گذشت، همکاری و ایمان تزریق شود نه روحیه ترس و شایعه‌پراکنی و تحلیل‌هایی که نتیجه‌اش تضعیف روحیه مقاومت می‌شود.

## پیشنهادها

- با توجه به ارتباط بین شبکه‌های اجتماعی و هراس اجتماعی، پیشنهاد می‌شود، مسئولین ذی‌ربط نسبت به آگاه‌سازی مردم از طریق رسانه‌ها مقابله با شایعات کرونا را مدیریت نمایند. در این راستا رشد عقلانیت جمعی از طریق افزایش آگاهی‌های عمومی در کاهش هراس تأثیرگذار است؛
- مدیران اجرایی صدا و سیما و تمام افرادی که در حوزه شبکه‌های اجتماعی فعالیت می‌کنند، باید برنامه‌های مدون و حساب‌شده با انتقال صحیح اخبار در حوزه کرونا داشته باشند و با این روش می‌توان با شبکه شایعه مقابله کرد و از تنش‌ها و اضطراب‌های عمومی کاست؛
- مردم ضمن رعایت پروتکل‌های بهداشتی مانند رعایت فاصله‌گذاری فیزیکی، استفاده از ماسک و بهداشت فردی، با آگاهی از پیامدهای خطرناک این ویروس، سبک زندگی خود را متناسب با کاراترین راه‌های مقابله با این ویروس تغییر دهند؛
- رسانه‌های اجتماعی و رسمی و همچنین شبکه‌های داخلی در راه تسهیل‌گری تغییرات ایجاد شده در سبک زندگی، برای فرایند باز اجتماعی نمودن مردم و ایجاد شرایط جامعه‌پذیری برای گروه‌های مختلف اجتماعی برنامه‌های کوتاه مدت، میان‌مدت و بلندمدت داشته باشند.

## تقدیر و تشکر

در پایان نویسندگان این پژوهش بر خود لازم می‌دانند که از کلیه شهروندان مشارکت‌کننده در پژوهش کمال تقدیر و تشکر را داشته باشند. به طور یقین بدون همراهی و همکاری این عزیزان انجام این پژوهش امکان‌پذیر نمی‌شد.

- احمدی، حبیب و دهقانی، رودابه (1394). آراء و اندیشه‌های اولریش بک (نظریه‌پرداز جامعه مخاطره‌آمیز). فصلنامه توسعه اجتماعی (توسعه انسانی سابق)، دوره دهم، شماره دوم، صص 126-101. بازیابی از:
- [http://qjds.scu.ac.ir/issue\\_1392\\_1394.html](http://qjds.scu.ac.ir/issue_1392_1394.html)
- آدام، فیلیپ و هرتسلیک، کلودین (1385). جامعه‌شناسی بیماری و پزشکی. ترجمه لورانس دنیا کتبی، تهران: نشر نی.
- بک، اولریش (1388). جامعه در مخاطره جهانی. ترجمه محمدرضا مهدی‌زاده، تهران: انتشارات کویر.
- پورمودت، خاتون و کجباف، محمدباقر (1396). بررسی اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان استفاده‌کننده از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی، پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، دوره ششم، شماره بیست و سوم، صص 93-105. بازیابی از:
- [http://www.socialpsychology.ir/article\\_62990.html](http://www.socialpsychology.ir/article_62990.html)
- جانی، نیلوفر؛ جانی، ستاره و رحیمی، پریسا (1399). تأثیر درمان شناختی- رفتاری به واسطه اینترنت بر کاهش اضطراب کرونا. فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، شماره چهارم، صص 129-145. بازیابی از:
- [http://ictedu.iausari.ac.ir/article\\_672984.html](http://ictedu.iausari.ac.ir/article_672984.html)
- رستگار یدکی، منیژه؛ زنده طلب، حمیدرضا؛ یآوری، مریم و مظلوم، سیدرضا (1394). سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت و عوامل مرتبط با آن در رابطین سلامت شهرستان مشهد سال 1394. مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، سال سوم، شماره سوم، صص 48-55. بازیابی از:
- <http://jms.thums.ac.ir/article-1-243-fa.pdf>
- روحانی، نیره سادات؛ سیدموسوی، مه‌ری؛ گرجی، معصومه و صمیمی، زبیر (1398). مقایسه تأثیر تحمل‌پریشانی و هراس اجتماعی بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی دانش‌آموزان. فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، شماره سی و پنجم، صص 53-33. بازیابی از:
- [http://ictedu.iausari.ac.ir/article\\_666357.html](http://ictedu.iausari.ac.ir/article_666357.html)
- ستوده، هدایت‌الله (1378). روانشناسی اجتماعی. تهران: انتشارات آوای نور.
- صادقی، علی و عامری، زینب (1395). شبکه‌های اجتماعی مجازی و آسیب‌های اجتماعی مطالعه موردی: امنیت عمومی. سال دوم، شماره پنجم، صص 51-65. بازیابی از:
- [http://humanities.cfu.ac.ir/article\\_434.html](http://humanities.cfu.ac.ir/article_434.html)



- فرقانی، محمدمهدی و مهاجری، ربابه (1397). رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و تغییر در سبک زندگی جوانان. *مطالعات رسانه‌های نوین*، دوره چهارم، صص 259-292. بازیابی از:
- [http://journals.atu.ac.ir/article\\_8499.html](http://journals.atu.ac.ir/article_8499.html)
- کاستلز، مانوئل (1384). *عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ*. جلد اول، ترجمه حسن چاوشیان، تهران: نشر طرح نو.
- کریمی، سعید (1382). *رسانه‌ها و راه‌های تقویت مشارکت مردم در صحنه‌های سیاسی و اجتماعی*. قم: بوستان قم.
- گیدنز، آنتونی (1389). *جامعه‌شناسی*. ترجمه حسن چاوشیان، تهران: نشر نی.
- Baghaei, N. Kimani, S. Freyne, J. Brindal, E. Berkovsky, S. & Smith, G. (2011). Engaging families in lifestyle changes through social networking. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 27(10), 971-990. Retrieved from: <https://unitec.researchbank.ac.nz/handle/10652/2202>
- Bauman, Z. (2000). *Liquid Modernity*. Cambridge: Polity Press.
- Bordoni, C. (2016). *State Of Fear in a Liquid World*, London: Routledge.
- Bude, H. (2018). *Society of Fear*. Cambridge: Polity Press.
- Castells, M (2009). *Communication Power*. Oxford University Press.
- Chang, D., Lin, M., Wei, L., Xie, L., Zhu, G., Cruz, C. S. D., & Sharma, L. (2020). Epidemiologic and clinical characteristics of novel coronavirus infections involving 13 patients outside Wuhan, China. *China* [published online ahead of print, 2020 Feb 7]. *JAMA*. 2020;323(11):1092-1093. doi:10.1001/jama.2020.1623
- Chen, K. C. Chiang, M. & Poor, H. V. (2014). From technological networks to social networks. *IEEE Journal on Selected Areas in Communications*, 31(9), 548-572. Retrieved from: <http://www.eng.usf.edu/chen/pdf/From%.pdf>.
- Chukwuere, J. E., & Chukwuere, P. C. (2017). The impact of social media on social lifestyle: A case study of university female students. *Journal of Gender and Behaviour*, 15(4), 9966-9981. Retrieved from: <https://www.ajol.info/index.php>.
- Ikpi, N. E.; and Undelikwo, V. A. (2019). Social Media Use and Students' Health-Lifestyle Modification in University of Calabar, Nigeria, *European Journal of Interdisciplinary Studies*, 5(1), 47-54. Retrieved from: <http://journals.euser.org/files/articles/Ikpi>.
- Kalateh Sadati A K, B Lankarani M H, Bagheri Lankarani K. (2020). Risk Society, Global Vulnerability and Fragile Resilience; Sociological View on the Coronavirus

- Outbreak, Shiraz E-Med J. Online ahead of Print ; 21(4):e102263. doi: 10.5812/semj.102263. Retrieved from: <https://sites.kowsarpub.com/semj/articles/102263.html>.
- Lancet, T. (2020). COVID-19: fighting panic with information. *Lancet* (London, England), 395(10224), 537. Retrieved from: <https://sci-hub.tw/downloads/2020-02-21/e7/10.1016@S0140-67362030379-2.pdf>.
  - Lee, S. (2015). "Corporate social responsibility and firm performance in the airline industry: The moderating role of oil prices", *Tourism Management*, 38, 20-30. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/publication/257087435>.
  - Marshall J., Wiltshire J., Delva J., Bello T., Masys A.J. (2020) Natural and Manmade Disasters: Vulnerable Populations. In: Masys A., Izurieta R., Reina Ortiz M. (eds) *Global Health Security. Advanced Sciences and Technologies for Security Applications*. Springer, Cham.
  - McGowan, B., Wasko, M., Vartabedian, B., Miller, R. S., Freiherr, D. D., & Abdolrasulnia, M. (2012). Understanding the factors that influence the adoption and meaningful use of social media by physicians to share medical information. *Journal of medical Internet research*, 14, 5, 1-11. Retrieved from: <https://www.jmir.org/2012/5/e117/>.
  - Mourad, A., Srour, A., Harmanani, H., Jenainatiy, C., & Arafeh, M. (2020). Critical Impact of Social Networks Infodemic on Defeating Coronavirus COVID-19 Pandemic: Twitter-Based Study and Research Directions. Retrieved from: <https://arxiv.org/abs/2005.08820>
  - Depoux, A., Martin, S., Karafillakis, E., Preet, R., Smith, A., & Larson, H. (2020). The pandemic of social media panic travels faster than the COVID-19 outbreak. *Journal of Travel Medicine*, 27(3), 1-2, Retrieved from: <https://academic.oup.com/jtm/article>.
  - Strong, P. (1990). Epidemic psychology: a model. *Sociology of Health & Illness*, 12(3), 249-259. Retrieved from: <https://www.jmir.org/2012/5/e117/PDF>.
  - Wimmer J, Quandt T. (2006). Living in the risk society. *Journalism Stud.* 7(2), 336-47. Retrieved from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080>.