

رابطه نارضایتی از تصویر بدنی و ناگویی هیجانی با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند نوجوانان

The Relationship between Body Image Dissatisfaction and Alexithymia with Smartphone Addiction in Adolescents

Zahra Rasouli Mahin

Master of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran.

zahrarasoli12@yahoo.com

زهرا رسولی مهین

کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

Abstract

The aim of the present study was to investigate the relationship between body image dissatisfaction and alexithymia with smartphone addiction in adolescents. The present study was descriptive-correlational. The statistical population of the study included all male and female students of the second secondary school in the 3rd district of Tabriz in the academic year of 1398-99. A sample of 150 people was selected by multistage cluster sampling. The smartphone addiction scale (SAS) (Cowan et al., 2013), Toronto Alexithymia Scale (TAS-20) (Begby et al., 1994) and Body Image Concern Inventory (BICI) (Littleton et al., 2005) were used to gather information. Data were analyzed using multiple correlation and regression methods using SPSS-23 software. The results showed that there was a significant positive relationship between alexithymia and body image dissatisfaction with smartphone addiction ($p < 0.01$). Standard beta coefficients also showed that alexithymia ($\beta = 0.47$) and body image dissatisfaction ($\beta = 0.31$) were able to predict smartphone addiction. Finally, it can be concluded that dissatisfaction with body image and alexithymia are among the variables associated with smartphone addiction and have the ability to predict it.

Keywords: *Body Image Dissatisfaction, Alexithymia, Smartphone Addiction, Adolescents.*

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه نارضایتی از تصویر بدنی و ناگویی هیجانی با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند نوجوانان بود. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر و دختر دوره متوسطه دوم ناحیه ۳ شهر تبریز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند. نمونه‌ای به حجم ۱۵۰ نفر از میان آنان به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه اعتیاد به تلفن هوشمند (SAS؛ کوان و همکاران، ۲۰۱۳)، مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (TAS-20؛ بگی و همکاران، ۱۹۹۴) و پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی (BICI؛ لیتلتون و همکاران، ۲۰۰۵) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از روش همبستگی و رگرسیون چندگانه، با استفاده از نرم افزار SPSS-23 تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد، بین ناگویی هیجانی و نارضایتی از تصویر بدن با اعتیاد به تلفن هوشمند رابطه مثبت معنی‌داری وجود داشت ($p < 0.01$). ضرایب استاندارد بتا نیز نشان داد ناگویی هیجانی ($\beta = 0.47$) و نارضایتی از تصویر بدنی ($\beta = 0.31$) قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بودند. در نهایت می‌توان نتیجه گرفت که نارضایتی از تصویر بدن و ناگویی هیجانی در زمره متغیرهای مرتبط با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بوده و توانایی پیش‌بینی آن را دارند.

واژه‌های کلیدی: *نارضایتی از تصویر بدنی، ناگویی هیجانی، اعتیاد به تلفن‌های هوشمند، نوجوانان.*

ویرایش نهایی: آبان ۹۹

پذیرش: خرداد ۹۹

دریافت: اردیبهشت ۹۹

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

در سال‌های اخیر، کاربران تلفن‌های هوشمند در سراسر جهان به‌طور پیوسته افزایش یافته است (فیشر-گروت، کاتگاسنر و فلانفور^۱، ۲۰۱۷). به دلیل عملکرد چندمنظوره تلفن‌های هوشمند، آن‌ها به ابزارهای مهم اطلاع‌رسانی و ارتباطی زندگی روزمره تبدیل شده‌اند (ناهاس، هایلز، سابیرین و آنتون^۲، ۲۰۱۸). تلفن‌های هوشمند برای مقاصد مختلف، از جمله افزایش بهره‌وری، جستجوی اطلاعات، تعاملات

1. Fischer-Grote, Kothgassner & Felnhofer

2. Nahas, Hlais, Saberian & Antoun

اجتماعی، تفریح و سرگرمی مفید هستند (ون دورسن، بول، هنگر و کامرس^۱، ۲۰۱۵). تلفن‌های هوشمند نه تنها جایگزین تلفن همراه، بلکه تا حدودی جای رایانه‌های شخصی را نیز گرفته‌اند. اندازه صفحه‌نمایش بزرگ و قابل حمل بودن آن به کاربران اجازه می‌دهد در هر زمان و مکانی از آن استفاده کنند. با یک تلفن هوشمند، یک فرد می‌تواند به تماس، ارسال ایمیل، تماشا و به اشتراک‌گذاری عکس‌ها و فیلم‌ها، بازی‌های ویدئویی و موسیقی، پیگیری فرار ملاقات‌ها و اطلاعات تماس، گشت‌وگذار در اینترنت بپردازد و از برنامه‌های چت و تماس صوتی (برای مثال، واتساپ) استفاده نماید (ساماها و هاوی^۲، ۲۰۱۶).

اگرچه تلفن‌های هوشمند می‌توانند مفید باشند، اما استفاده بیش از حد آن‌ها می‌تواند منجر به طیف وسیعی از مشکلات شود که مشابه استفاده بیش از حد از اینترنت است (مین هاک، مین آهن، آن و لی^۳، ۲۰۱۹). اعتیاد به تلفن‌های هوشمند^۴ یک مشکل بهداشت عمومی در حال ظهور است (زو، سیا، زو، چن و ون^۵، ۲۰۱۹). اعتیاد به تلفن‌های هوشمند به استفاده بیش از حد یا اجباری از تلفن همراه اشاره دارد که به پیامدهای زیان باری منجر می‌شود (رازگانجوک، لوین، هال و الهای^۶، ۲۰۱۹). مطالعات اپیدمیولوژیک نشان داده افرادی که بیش از حد از گوشی‌های هوشمند استفاده می‌کنند به احتمال بیشتری دچار مشکلاتی مانند سردرد، خستگی، اختلال در تمرکز، بی‌خوابی و مشکلات شنوایی می‌شوند (انزدارسین^۷ و همکاران، ۲۰۱۶).

نوجوانان بیشتر به عوارض استفاده از تلفن‌های هوشمند آسیب‌پذیر هستند چراکه آن‌ها به شدت پذیرای فن‌آوری‌های جدید هستند و به راحتی با آن سازگار می‌شوند (مین هاک، مین آهن، آن و لی^۸، ۲۰۱۹). نوجوانان به علت شرایط خاص سنی که دارند و در حال رشد جسمی و اجتماعی به سر می‌برند می‌توانند اصلی‌ترین قربانیان خطرهای تلفن همراه به حساب بیایند. در این دوره سنی، به دلیل شرایط روانی، اجتماعی و عاطفی خاصی که وجود دارد، نوجوانان بیش از کودکان و بزرگسالان با موضوعات جدید و نو اعم از مثبت یا منفی اشتغال ذهنی پیدا می‌کنند و به سمت آن کشیده می‌شوند (رهبرنیا و ابراهیمی، ۱۳۹۴). نتایج مطالعه جو^۹ و همکاران (۲۰۱۸)، نیز بیانگر آن بود که نوجوانان بیشتر در معرض اعتیاد به تلفن‌های هوشمند هستند که علائمی مشابه اعتیاد به مواد و انواع دیگر اعتیادهای رفتاری دارد. یکی از عواملی که می‌تواند، با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان مرتبط باشد، نارضایتی از تصویر بدن^{۱۰} است (لیو، سان، لی و ژو^{۱۱}، ۲۰۲۰). تصویر از بدن به عنوان پدیده‌ای روان‌شناختی، در خلال مجموعه‌ای از سازه‌های شناختی چندبعدی، تجربه می‌شود؛ اما این تصورات ذهنی ثابت نیستند و توسط تجاربی که فرد پیدا می‌کند، گسترش می‌یابد و بر اساس عوامل درونی، بیرونی و زمینه‌ای تغییر می‌کند (گروگان^{۱۲}، ۲۰۱۶). در واقع تصویر بدنی دو جنبه مجزای ادراکی و نگرشی دارد. جنبه ادراکی به این امر اشاره دارد که فرد چقدر فرض می‌کند شایستگی او با ظاهرش سنجیده می‌شود. جنبه نگرشی به دو عنصر مجزای جهت‌گیری و ارزیابی اشاره دارد. جهت‌گیری به درجه اهمیتی که فرد به ظاهرش می‌دهد، اطلاق می‌شود. ارزیابی به این موضوع اشاره دارد که فرد چقدر از بدن و ظاهر خود راضی است (مرادحاصلی و منطقی، ۱۳۹۶).

نارضایتی از تصویر بدن به ادراک منفی فرد از ظاهر فیزیکی خود اطلاق می‌شود (بارنز، آبیانکار، دایمو و بست^{۱۳}، ۲۰۲۰) و به اختلاف بین ادراک فرد از بدنش و بدن ایده‌آل اشاره دارد (کاراسیا، مورتن و تیلکا^{۱۴}، ۲۰۱۷). انواع نارضایتی از بدن شامل نگرانی درباره شکل بدن، وزن، نگرانی درباره قسمت‌های خاصی از بدن، ویژگی‌های چهره و تناسب‌اندام و حتی نارضایتی از پوست بدن است (گل محمدیان، مروتی و رشیدی، ۱۳۹۷). نارضایتی بدنی در آینده می‌تواند به رفتارهای ناسالمی همانند افسردگی، عزت‌نفس پایین، استفاده از دخانیات و

- 1 . Van Deursen, Bolle, Hegner & Kommers
- 2 . Samaha & Hawi
- 3 . Min-Hyuk, Min, Ahn, An & Lee
- 4 . Smartphone Addiction
- 5 . Zou, Xia, Zou, Chen & Wen
- 6 . Rozgonjuk, Levine, Hall & Elhai
- 7 . Enez Darcin
- 8 . Min-Hyuk, Min, Ahn, An & Lee
- 9 . Jo
10. Body Image Dissatisfaction
11. Liu, Sun, Li & Zhou
- 12 . Grogan
- 13 . Barnes, Abhyankar, Dimova & Best
- 14 . Karazsia, Murnen & Tylka

رفتارهای ناسالم کنترل وزن منجر شود (رودگرز و دویی وس^۱، ۲۰۱۶) و می‌تواند به یک ویژگی و صفت در افراد مبدل شود (فولر تیزکیویز، ریچاردسون، لویس، اسمیت و کراگ^۲، ۲۰۱۸).

نتایج مطالعه لیو و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد، نارضایتی از تصویر بدن، اعتیاد به تلفن‌های هوشمند را در بین نوجوانان چینی پیش‌بینی می‌کند. کانگ و چی^۳ (۲۰۱۹) نیز در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که نارضایتی از تصویر بدن تأثیر کلی، مستقیم و غیرمستقیم بر اعتیاد به تلفن هوشمند داشت. تأثیر غیرمستقیم نارضایتی از تصویر بدن بر اعتیاد به تلفن‌های هوشمند به واسطه ویژگی‌های شخصیتی نیز مشاهده گردید. نتایج مطالعه امیرتکین^۴ و همکاران (۲۰۱۹) نیز نشان داد بین نارضایتی از تصویر بدن و اعتیاد به تلفن هوشمند رابطه معناداری وجود دارد.

از دیگر عواملی که می‌تواند با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان مرتبط باشد، ناگویی هیجانی^۵ است (گائو، لی، ژانگ، گائو و کانگ^۶، ۲۰۱۸). ناگویی هیجانی نوعی نارسایی خلقی است که باعث ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها می‌شود. افراد دارای ناگویی هیجانی در شناسایی صحیح هیجان‌ها از چهره دیگران مشکل دارند و ظرفیت آن‌ها برای همدردی با دیگران محدود است. از طرفی، مهارت‌های تنظیم هیجان شامل آگاهی هیجانی، شناسایی هیجان‌ها، تفسیر احساسات، درک برانگیختگی هیجانی، تعدیل هیجان و پذیرش هیجان منفی می‌شود (پورنامانیگیسی^۷، ۲۰۱۷). همچنین افراد مبتلا به ناگویی هیجانی تهییج‌های بدنی ناهنجار را بزرگ می‌کنند، نشانه‌های بدنی انگیزندگی هیجانی را بد تفسیر می‌کنند و درماندگی هیجانی را از طریق شکایت‌های بدنی نشان می‌دهند (کوپر، پاپ و با تالا^۸، ۲۰۱۸).

ویژگی‌های اصلی ناگویی هیجانی عبارتند از دشواری در تشخیص و تمایز هیجان‌ها از حس‌های جسمانی، توصیف آن‌ها برای دیگران و نیز سبک‌شناختی متمرکز بر بیرون که سه نقص اجتماعی را منعکس می‌سازد: ۱) نقص در مؤلفه‌های شناختی - تجربه‌ای سیستم پاسخ‌دهی هیجانی ۲) نقص در تنظیم هیجان‌ها در روابط بین شخصی و ۳) ظرفیت محدود برای خیال‌پردازی (ماها پاترا و شارما^۹، ۲۰۱۸). مفهوم‌سازی‌های کنونی، ناگویی هیجانی را به‌عنوان یک نقص صفتی در فرآیندهای شناختی تجارب هیجانی معرفی می‌کنند که مربوط به فهم و ادراک حالت ذهنی است (ژو، آپ میر، تل، گلریچ، آلمن^{۱۰}، ۲۰۱۸)، به گونه‌ای که این افراد ظرفیت محدودی برای نمادسازی هیجان‌ها و گسترش دادن تجارب هیجانی دارند (آسوگنا، کروال، اورفی، سلویپیکا، کالتیگرون^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۶). نتایج مطالعه گائو^{۱۲} و همکاران (۲۰۱۸) نشان داد، بین ناگویی هیجانی و اعتیاد به موبایل رابطه معناداری وجود دارد. می^{۱۳} و همکاران (۲۰۱۸) نیز در مطالعه‌ای دریافتند، بین ناگویی هیجانی و اعتیاد به موبایل رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

با توجه به استقبال گسترده کاربران به‌خصوص نوجوانان از تلفن‌های هوشمند، بررسی پیشایندها، همبسته‌ها و عوامل مؤثر بر اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان، از اهمیت بسزایی دارد. نتایج این پژوهش می‌تواند در زمینه پیشگیری و درمان اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان استفاده شود. از طرفی تاکنون پژوهشی در داخل کشور به رابطه‌ی نارضایتی از تصویر بدنی و ناگویی هیجانی با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در جامعه هدف پژوهش حاضر یعنی نوجوانان نپرداخته است و تنها در پژوهش‌های اندکی در خارج از کشور به این مسئله پرداخته شده است. لذا بررسی این موضوع می‌تواند گامی در جهت پر کردن این خلاء پژوهشی محسوب شود. این مطالعه با هدف بررسی نقش نارضایتی از تصویر بدنی و ناگویی هیجانی در پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان انجام شد.

روش

1. Rodgers & DuBois
2. Fuller-Tyszkiewicz, Richardson, Lewis, Smyth & Krug
3. Kang & Chee
4. Emirtekin
5. Alexithymia
6. Gao, Li, Zhang, Gao, Kong & Hu
7. Purnamaningsih
8. Cooper, Yap and Batalha
9. Mahapatra & Sharma
10. Xu, Opmeer, van Tol, Goerlich & Aleman
11. Assogna, Cravello, Orfei, Cellupica & Caltagirone
12. Gao
13. Mei

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر و دختر دوره متوسطه دوم ناحیه ۳ شهر تبریز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند. مطابق با پیشنهاد لیندمن، مرندا و گلد^۱ (۱۹۸۰)، به نقل از هومن، (۱۳۸۵) حجم گروه نمونه در مطالعات رگرسیون و همبستگی دست‌کم باید ۱۰۰ نفر باشد. در مطالعه حاضر با در نظر گرفتن احتمال ریزش، حجم نمونه ۱۵۰ نفر در نظر گرفته شد و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین ترتیب که ابتدا از بین ۱۸ دبیرستان دولتی (دخترانه و پسرانه) ۶ دبیرستان و از هر دبیرستان ۲ کلاس به‌طور کاملاً تصادفی انتخاب شده و کلیه دانش‌آموزان حاضر در کلاس مورد ارزیابی قرار گرفتند. در این پژوهش ملاحظات اخلاقی از جمله رعایت صداقت و امانت علمی، محرمانه بودن اطلاعات به دست آمده و در اختیار گذاشتن نتایج پژوهش انجام شده در نظر گرفته شده است. ابزار پژوهش عبارت بودند از:

پرسشنامه اعتیاد به تلفن هوشمند^۲ (SAS؛ کوان و همکاران، ۲۰۱۳): این پرسشنامه توسط کوان^۳ و همکاران در سال ۲۰۱۳ منتشر شده است و دارای ۳۳ گویه است که اعتیاد به تلفن‌های هوشمند را مورد بررسی قرار می‌دهد و روی مقیاسی از ۱ تا ۶ درجه‌بندی می‌کند. هر قدر نمره بالاتری کسب شود نشان دهنده وابستگی بیشتر به تلفن هوشمند است (کوان و همکاران، ۲۰۱۳). در پژوهش کوان و همکاران (۲۰۱۳) همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۶ محاسبه شد. این پرسشنامه توسط یحیی‌زاده و همکاران (۱۳۹۵) ترجمه و هنجاریابی شد و آلفای کرونباخ محاسبه شده ۰/۹۲ به دست آمد. در پژوهش حاضر همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۸ به دست آمد.

مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو^۴ (TAS-20؛ بگبی و همکاران، ۱۹۹۴): این پرسشنامه توسط بگبی^۵ و همکاران در سال ۱۹۹۴ منتشر شده است و دارای ۲۰ گویه است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. یک نمره کل نیز از جمع نمره‌های سه زیرمقیاس برای ناگویی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد بررسی و تایید شده است (پارکر^۶ و همکاران، ۲۰۰۱). در نسخه‌ی فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰، ضرایب آلفای کرونباخ برای ناگویی هیجانی کل و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ محاسبه شد که نشانه‌ی همسانی درونی خوب مقیاس است. پایایی بازآزمایی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در یک نمونه‌ی ۶۷ نفری در دو نوبت با فاصله‌ی چهار هفته از $r=0/70$ تا $r=0/77$ برای ناگویی هیجانی کل و زیرمقیاس‌های مختلف تایید شد. روایی همزمان مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ برحسب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون و مقیاس‌های هوش هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و درماندگی روان‌شناختی بررسی و مورد تایید قرار گرفت (بشارت، ۲۰۰۷). در پژوهش حاضر همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۰ به دست آمد.

پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی^۷ (BICI؛ لیتلتون و همکاران، ۲۰۰۵): پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی توسط لیتلتون^۸ و همکاران در سال ۲۰۰۵ با دو خرده مقیاس نارضایتی - خجالت به خاطر ظاهر و عملکرد فردی ضعیف به دلیل نگرانی از ظاهر طراحی شده است. این پرسشنامه حاوی ۱۹ ماده است که به بررسی نارضایتی و نگرانی فرد درباره‌ی ظاهرش می‌پردازد. در این ابزار از آزمودنی خواسته می‌شود در مورد هر یک از ماده‌ها، میزان که آن ماده احساسات یا رفتار را نشان می‌دهد، روی مقیاسی از ۱ تا ۵ درجه‌بندی کند. نمره کل پرسش‌نامه، بین ۱۹ تا ۹۵ متغیر بوده که کسب نمره‌ی بیشتر، نشانگر بالا بودن میزان نارضایتی از تصویر بدنی یا ظاهر فرد است. لیتلتون و همکاران (۲۰۰۵) نشان داده‌اند که این ابزار از اعتبار و روایی بسیار مطلوبی برخوردار است. اعتبار این پرسش‌نامه، به روش همسانی درونی بررسی شده و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به دست آمده است. در ایران، روایی پرسشنامه در ۲۰۹ نفر از دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های شهر شیراز به دو شیوه دونیمه‌سازی و همسانی درونی سنجیده شد و به ترتیب ضرایب ۰/۶۶ و ۰/۸۴ به دست آمد (محمدی و سجادی نژاد، ۱۳۸۶). در پژوهش حاضر همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۹ به دست آمد.

1. Lindeman, Merenda & Gold
2. smartphone addiction scale
3. Kwon
4. Twenty-Item Toronto Alexithymia Scale
5. Bagby
6. Parker
7. Body Image Concern Inventory
8. Littleton

برای انجام این تحقیق، پژوهشگر در مدارس انتخاب شده حضور پیدا کرده و با توجه به جامعه آماری در نظر گرفته شده برای پژوهش، پرسشنامه‌ها را در اختیار دانش آموزان قرار داد. پس از اطمینان از اجرای درست پرسشنامه‌ها، آنها جمع‌آوری و مورد بررسی قرار گرفت. در نهایت داده‌های پژوهش با استفاده از روش‌ها و شاخص‌های آماری شامل میانگین، انحراف معیار، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره با استفاده از نرم افزار SPSS-23 تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در جدول (۱) شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) متغیرهای پژوهش و پیش‌فرض‌های نرمال بودن توزیع نمرات ارائه شده است. پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش در نمونه مورد مطالعه محقق شده است، چراکه مقادیر محاسبه‌شده در سطح $P < 0/05$ معنی‌دار نیست.

جدول ۱- یافته‌های توصیفی مربوط به نمره‌های متغیرهای پژوهش و بررسی پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمرات

متغیر	میانگین	انحراف معیار	آماره کالموگراف-اسمیرنوف	معنی‌داری
اعتیاد به تلفن هوشمند	۸۷/۸۰	۸/۲۷	۰/۰۶	۰/۰۶
ناگویی هیجانی	۴۵/۵۰	۱۳/۲۶	۰/۰۷	۰/۰۵
نارضایتی از تصویر بدنی	۵۱/۴۴	۸/۱۵	۰/۰۵	۰/۲۰

در جدول (۲) ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش ذکر شده است. همان‌طور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود بین اعتیاد به تلفن هوشمند با ناگویی هیجانی ($r = 0/49, p < 0/01$) و نارضایتی از تصویر بدنی ($r = 0/35, p < 0/01$) رابطه مثبت معنی‌داری وجود داشت.

جدول ۲- ضریب همبستگی بین ناگویی هیجانی و نارضایتی از تصویر بدن با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضریب معنی‌داری (r)	سطح معناداری (p)	تعداد نمونه (n)
اعتیاد به تلفن هوشمند	ناگویی هیجانی	۰/۴۹	۰/۰۰۱	۱۵۰
نارضایتی از تصویر بدنی	ناگویی هیجانی	۰/۳۵	۰/۰۰۱	۱۵۰

در جدول (۳) نتایج رگرسیون به روش هم‌زمان برای پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بر اساس ناگویی هیجانی و نارضایتی از تصویر بدن آورده شده است. اعتیاد به تلفن‌های هوشمند به‌عنوان متغیرهای ملاک و ناگویی هیجانی و نارضایتی از تصویر بدن به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله رگرسیون چندمتغیره شدند.

جدول ۳- خلاصه نتایج رگرسیون به روش هم‌زمان برای پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بر اساس ناگویی هیجانی و نارضایتی از

متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	F (۳, ۱۵۷)	P	تصویر بدن		P	T	آماره هم خطی	دوربین واتسون
					ضرایب استاندارد	BETA				
ناگویی هیجانی	۰/۵۹	۰/۳۴	۴۱/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۴۷	۷/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۹۹	۱	۱/۶۱
نارضایتی از تصویر بدنی					۰/۳۱	۴/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۹۹	۱	

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، آماره VIF بین بازه بهینه پیش‌فرض ۱ تا ۵ ($1 \leq VIF \leq 5$) قرار دارد که در حالت کلی عدم هم خطی بین متغیرهای مستقل در مدل‌های رگرسیونی پژوهش را نشان می‌دهد. همچنین مقدار آماره تیلرانس بیش از ۰/۵ بوده و نزدیک به صفر نیست که برای پذیرفتن عدم هم خطی مناسب است. با توجه به اینکه مقدار آماره دوربین واتسون در بازه ۱/۵ و ۲/۵ قرار

گرفته است می‌توان نتیجه گرفت بین خطاها همبستگی وجود ندارد. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، میزان F مشاهده شده $(F_{(۱۸۷)}=۴۱/۸۹)$ و $(P=۰/۰۰۰۱)$ ؛ معنادار بوده و تقریباً ۳۴ درصد از واریانس اعتیاد به تلفن‌های هوشمند به وسیله‌ی ناگویی هیجانی و نارضایتی از تصویر بدن قابل پیش‌بینی است $(R^2=۰/۳۴)$. ضرایب استاندارد بتا نشان می‌دهد، ناگویی هیجانی $(\beta=۰/۴۷)$ و نارضایتی از تصویر بدنی $(\beta=۰/۳۱)$ قادر به پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بود.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین نقش نارضایتی از تصویر بدنی و ناگویی هیجانی با در پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان انجام شد. نتایج نشان داد بین ناگویی هیجانی با اعتیاد به تلفن هوشمند رابطه مثبت معنی‌داری وجود داشت و ناگویی هیجانی توان پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان را دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های گائو و همکاران (۲۰۱۸) و می و همکاران (۲۰۱۸) همخوانی دارد. همچنین، نتایج نشان داد بین نارضایتی از تصویر بدن با اعتیاد به تلفن هوشمند رابطه مثبت معنی‌داری وجود داشت و نارضایتی از تصویر بدن توان پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان را دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های لیو و همکاران (۲۰۲۰) ، کانگ و چی (۲۰۱۹) و امیرتکین و همکاران (۲۰۱۹) همخوانی دارد.

نتایج این پژوهش نشان داد ناگویی هیجانی توان پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان را دارد. ناگویی هیجانی به‌عنوان نارسایی در درک، پذیرش و توصیف هیجان باعث می‌شود افراد دچار اضطراب اجتماعی گردند و افرادی که دارای اضطراب اجتماعی هستند به جای حضور فعال در اجتماع بیشتر با دنیای مجازی خود را مشغول می‌کنند و به استفاده افراطی و بیمارگونه از آن روی می‌آورند (سوسلاو، روفر، کریستینگ و گوئنسر^۱، ۲۰۱۶). افرادی که ناگویی هیجانی بالایی نسبت به بقیه افراد دارند، احساس‌های نامتمایزی دارند و این احساس‌ها همراه با یک برانگیختگی فعال باقی مانده و از بین نمی‌رود و این امر باعث اختلال در دستگاه عصبی خودکار و دستگاه ایمنی می‌شود. چنین برانگیختگی که همراه ناگویی هیجانی است، در نهایت باعث تولید علائم بیماری‌های جسمی و اضطراب و افسردگی می‌شود و در نهایت وابستگی و اعتیاد به تلفن همراه به منظور کاهش علائم بیماری‌های جسمی و کاستن از اضطراب و افسردگی صورت می‌گیرد (مگانک، وانپول و دسمت^۲، ۲۰۰۸). در واقع استفاده بیش از حد از اینترنت و تلفن همراه ممکن است روشی برای فرار از واقعیت و مکانیسمی برای مقابله با هیجان‌های منفی چون افسردگی، استرس و اضطراب باشد (زنجانی، مقبلی هنزائی و محسن آبادی، ۱۳۹۷). از طرفی، اعتیاد به تلفن همراه و به طور کلی همه اعتیادها به نوعی جزء اختلالات کنترل تکانه شناخته می‌شوند (پدرسون^۳، ۲۰۱۸). یعنی فرد معتاد خودمدیریتی لازم ندارد و نمی‌تواند میزان مصرف خود را مدیریت کند. مثلاً، معتادان اینترنتی نمی‌توانند ساعات استفاده از اینترنت خود را کنترل کنند، دچار هیجان شده و هر بار بیش از زمانی که در نظر گرفته بودند از اینترنت استفاده می‌کنند، تاجاییکه حتی در برخی از موارد فرد به نیاز غریزی خودش مثل غذا خوردن بی‌توجهی می‌کنند. بنابراین به نظر می‌رسد که معتادان به تلفن‌های هوشمند از لحاظ مدیریت هیجان موفق نباشند و مشکلاتی در این زمینه داشته باشند (زنجانی و همکاران، ۱۳۹۷).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد نارضایتی از تصویر بدن توان پیش‌بینی اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در نوجوانان را دارد. نوجوانان در دوران بلوغ به ویژه نسبت به تغییرات در شکل و وزن خود حساس هستند و بسیاری از آن‌ها از بدن خود راضی نیستند. با توجه به الگوی شناختی-رفتاری استفاده آسیب‌زا از اینترنت، ممکن است احساسات منفی نوجوانان نسبت به خود (نارضایتی آن‌ها از تصویر بدنشان) به احتمال زیاد از اینترنت یا تلفن‌های هوشمند برای کسب آرامش استفاده می‌کنند (مکس ول و کول^۴، ۲۰۱۲)؛ بنابراین می‌توان گفت، نارضایتی از تصویر بدن می‌تواند بر استفاده از اینترنت و تلفن‌های هوشمند تأثیر بگذارد (روسو، ایگمنت و اریسون^۵، ۲۰۱۷). نوجوانانی که از تصویر بدنی خود رضایت ندارند، احساس بی‌ارزشی می‌کنند (مکس ول و کول، ۲۰۱۲) و این احساس بی‌ارزشی ممکن است آن‌ها را به سمت و سوی استفاده بیش از حد از اینترنت یا تلفن‌های هوشمند سوق دهد (یانو، هی، کو و پنگ^۶، ۲۰۱۴). تلفن‌های هوشمند دنیای مجازی شگفت‌انگیزی را در اختیار کاربران خود قرار می‌دهند که در آن می‌توان «نواقص» در شکل بدن خود را پنهان کرد. عملکردهای

1. Suslow, Rufer, Kersting & Guenther
2. Meganck, Vanheule & Desmet
3. Pedersen
4. Maxwell & Cole
5. Rousseau, Eggermont & Frison
6. Yao, He, Ko & Pang

چندگانه تلفن‌های هوشمند می‌توانند به نوجوانانی که ناراضی‌تری از تصویر بدن دارند، کمک می‌کند از حالت‌های آزاردهنده در زندگی واقعی فرار کنند و پاسخ‌های مثبت‌تری کسب کنند. در مجموع نوجوانان با ناراضی‌تری از تصویر بدن، در مقابل اعتیاد به تلفن‌های هوشمند آسیب‌پذیرتر می‌شوند (لیو و همکاران، ۲۰۲۰).

در نهایت با توجه به نتایج مطالعه می‌توان نتیجه گرفت که ناراضی‌تری از تصویر بدن و ناگویی هیجانی در زمره متغیرهای مرتبط با اعتیاد به تلفن‌های هوشمند بوده و توانایی پیش‌بینی آن را دارند؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود، نوجوانان تحت مداخلات و آموزش‌هایی در جهت بهبود تصویر ذهنی از خود و مدیریت هیجان‌اتشان که در کاهش اعتیاد به تلفن‌های هوشمند در آن‌ها مؤثر است، قرار گیرند. محدودیت جامعه‌ی آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه‌ی تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. نمونه‌ی مورد بررسی در این پژوهش دانش آموزان دبیرستانی شهر تبریز بوده اند و بنابراین در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. همچنین با توجه به این که استفاده از روش‌های خودگزارش‌دهی مانند پرسشنامه‌ها به عنوان روش‌های متداول در اندازه‌گیری تفاوت‌های فردی، اطلاعاتی کاملاً منطبق با واقعیت ارائه نمی‌دهد؛ بنابراین، توصیه می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های ترکیبی استفاده شود.

منابع

- رهبرنیا، رویا، ابراهیمی، سامان (۱۳۹۴). بررسی آسیب‌های استفاده از گوشی‌های هوشمند در میان دانش‌آموزان دوره متوسطه ناحیه ۳ شهر تبریز سال تحصیلی ۱۳۹۳-۹۴. کنفرانس سالانه مدیریت و اقتصاد کسب و کار.
- زنجانی، زهرا، مقبلی‌هنزائی، معصومه، محسن‌آبادی، حمید (۱۳۹۷). رابطه بین افسردگی، تحمل‌پریشانی و مشکل در تنظیم هیجان با اعتیاد به استفاده از تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه کاشان. *دوماه نامه علمی - پژوهشی فیض*، ۲۲ (۴)، ۴۱۱-۴۲۰.
- طاهری تربتی، حمید رضا، بلقان‌آبادی، مصطفی، قدوسی تبار، محمد (۱۳۹۲). بررسی اولیه‌ی مشخصه‌های روان‌سنجی مقیاس رضایت از تصویر تن. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۶، ۵۲۲-۵۳۱.
- گل محمدیان، محسن، مروتی، فرامرز، رشیدی، علیرضا (۱۳۹۷). پیش‌بینی نگرانی از تصویر بدنی براساس ذهن‌آگاهی، اجتناب تجربه‌ای و باورهای فراشناخت در دانش‌آموزان دبیرستانی. *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*، ۶ (۲)، ۱۷۸-۱۶۸.
- محمدی، نورالله، سجادی‌نژاد، مرضیه‌السادات (۱۳۸۶). ارزیابی شاخص‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه‌ی نگرانی در باره‌ی تصویر بدنی و آزمون مدل ارتباطی شاخص‌توده‌ی بدنی ناراضی‌تری از تصویر بدنی و عزت‌نفس در دختران نوجوان. *مطالعات روانشناختی*، ۱ (۳)، ۹۹-۸۳.
- مرادحاصلی، مستانه، منطقی، مرتضی (۱۳۹۶). شناسایی فرایندهای مرتبط با تحول تصویربدنی در نوجوانان دختر کاربر فضای مجازی در ایران: یک مطالعه کیفی. *فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۱ (۳)، ۸۳-۶۲.
- هومن، حیدرعلی (۱۳۸۵). *تحلیل داده‌های چند متغیری در پژوهش رفتاری*. چاپ دوم. تهران: انتشارات فرهنگ.
- یحیی‌زاده‌سیمین، فلاحی خشک‌ناب، مسعود، نوروزی، کیان، دالوندی، اصغر (۱۳۹۵). بررسی شیوع اعتیاد به تلفن هوشمند در بین دانشجویان پرستاری در دانشگاه‌های علوم پزشکی شهر تهران در سال ۱۳۹۵. *پرستاری و مامایی*، ۲۶، ۱-۱۰.
- Al Saud, D. F., Alhaddab, S. A., Alhajri, S. M., Alharbi, N. S., Aljohar, S. A., & Mortada, E. M. (2019). The Association Between Body Image, Body Mass Index and Social Media Addiction Among Female Students at a Saudi Arabia Public University.
- Assogna, F., Cravello, L., Orfei, M. D., Cellupica, N., Caltagirone, C., & Spalletta, G. (2016). Alexithymia in Parkinson's disease: a systematic review of the literature. *Parkinsonism & related disorders*, 28(7), 1-11.
- Barnes, M., Abhyankar, P., Dimova, E., & Best, C. (2020). Associations between body dissatisfaction and self-reported anxiety and depression in otherwise healthy men: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 15(2), 1-24.
- Besharat, M. A. (2007). Reliability and factorial validity of a Farsi version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychological reports*, 101(1), 209-220.
- Cooper, D., Yap, K. and Batalha, L. (2018). Mindfulness-based interventions and their effects on emotional clarity: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affect Disorders*, 235, 265-276.
- Emirtekin, E., Balta, S., Sural, İ., Kircaburun, K., Griffiths, M. D., & Billieux, J. (2019). The role of childhood emotional maltreatment and body image dissatisfaction in problematic smartphone use among adolescents. *Psychiatry research*, 271, 634-639.
- Enez Darcin, A., Kose, S., Noyan, C. O., Nurmedov, S., Yılmaz, O., & Dilbaz, N. (2016). Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behaviour & Information Technology*, 35(7), 520-525.
- Fischer-Grote, L., Kothgassner, O. D., & Felnhofner, A. (2019). Risk factors for problematic smartphone use in children and adolescents: A review of existing literature. *neuropsychiatrie*, 33(4), 1-12.
- Fuller-Tyszkiewicz, M., Richardson, B., Lewis, V., Smyth, J., & Krug, I. (2018). Do women with greater trait body dissatisfaction experience body dissatisfaction states differently? An experience sampling study. *Body image*, 25, 1-8.

The Relationship between Body Image Dissatisfaction and Alexithymia with Smartphone Addiction in ...

- Gao, T., Li, J., Zhang, H., Gao, J., Kong, Y., Hu, Y., & Mei, S. (2018). The influence of alexithymia on mobile phone addiction: The role of depression, anxiety and stress. *Journal of affective disorders*, 225, 761-766.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Taylor & Francis.
- Jo, H. S., Na, E., & Kim, D. J. (2018). The relationship between smartphone addiction predisposition and impulsivity among Korean smartphone users. *Addiction Research & Theory*, 26(1), 77-84.
- Kang, J., & Chee, I. S. (2019). Impact of Body Dissatisfaction and Personality Characteristics on Smartphone Addiction. *J Korean Soc Biol Ther Psychiatry*, 25(1), 36.
- Karazsia, B. T., Murnen, S. K., & Tylka, T. L. (2017). Is body dissatisfaction changing across time? A cross-temporal meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 143(3), 293-320.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS one*, 8(2), 1-7.
- Littleton, H. L., Axom, D. S. and Pury, C. L. (2005). Development of the Body Image Concern Inventory. *Behavior Research and Therapy*. 43, 229- 241.
- Liu, Q., Sun, J., Li, Q., & Zhou, Z. (2020). Body dissatisfaction and smartphone addiction among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 108, 104613.
- Mahapatra, A., and Sharma P. (2018). Association of Internet addiction and alexithymia – A scoping review. *Addictive Behaviors*, 81(9), 175-182.
- Maxwell, M. A., & Cole, D. A. (2012). Development and initial validation of the Adolescent Responses to Body Dissatisfaction Measure. *Psychological Assessment*, 24(3), 721-737.
- Meganck, R., Vanheule, S., & Desmet, M. (2008). Factorial Validity and Measurement Invariance of the 20-item Toronto Alexithymia Scale in Clinical and Non-clinical Samples, *Assessment*, 15, 36-47.
- Mei, S., Xu, G., Gao, T., Ren, H., & Li, J. (2018). The relationship between college students' alexithymia and mobile phone addiction: Testing mediation and moderation effects. *BMC psychiatry*, 18(1), 1-7.
- Min-Hyuk, K., Min, S., Ahn, J. S., An, C., & Lee, J. (2019). Association between high adolescent smartphone use and academic impairment, conflicts with family members or friends, and suicide attempts. *PloS one*, 14(7), 1-14.
- Nahas, M., Hlais, S., Saberian, C., & Antoun, J. (2018). Problematic smartphone use among Lebanese adults aged 18–65 years using MPPUS-10. *Computers in Human Behavior*, 87, 348-353.
- Parker, J. D., Taylor, G. J., & Bagby, R. M. (2001). "The relationship between emotional intelligence and alexithymia." *Personality and Individual differences*, 30(1), 107-115.
- Pedersen, T. (2018). Heavy cell phone use linked to depression, sleep problems in young people. Retrieved from <https://psychcentral.com/news/2012/06/17/heavy-cell-phone-use-linked-to-depression-sleep-problems-in-young-people/40262.html>
- Purnamaningsih, E. H. (2017). Personality and emotion regulation strategies. *International Journal of Psychological Research*, 10(1), 53-60.
- Rodgers, R. F., & DuBois, R. H. (2016). Cognitive biases to appearance-related stimuli in body dissatisfaction: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 46, 1-11.
- Rodgers, R. F., & DuBois, R. H. (2016). Cognitive biases to appearance-related stimuli in body dissatisfaction: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 46, 1-11.
- Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents' body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior*, 73, 336-344.
- Rozgonjuk, D., Levine, J. C., Hall, B. J., & Elhai, J. D. (2018). The association between problematic smartphone use, depression and anxiety symptom severity, and objectively measured smartphone use over one week. *Computers in Human Behavior*, 87, 10-17.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.
- Suslow, T., Rufer, M., Kersting, A., & Guenther, V. (2016). Predicting symptoms in major depression after inpatient treatment: The role of alexithymia. *European Psychiatry*, 33, 524.
- Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in human behavior*, 45, 411-420.
- Xu, P., Opmeer, E. M., van Tol, M. J., Goerlich, K. S., & Aleman, A. (2018). Structure of the alexithymic brain: A parametric coordinate-based metaanalysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 87(7), 50-55.
- Yao, M. Z., He, J., Ko, D. M., & Pang, K. (2014). The influence of personality, parental behaviors, and self-esteem on Internet addiction :A study of Chinese college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(2), 104-110.
- Zou, Y., Xia, N., Zou, Y., Chen, Z., & Wen, Y. (2019). Smartphone addiction may be associated with adolescent hypertension: a cross-sectional study among junior school students in China. *BMC pediatrics*, 19(1), 310.