

## بررسی و مقایسه کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی زوجین عضو شبکه های اجتماعی (مجازی) و زوجین غیر عضو

کلتوم شفاعت‌زاده<sup>۱</sup>

رویا فتح‌الله پور<sup>۲</sup>

### چکیده

مقاله حاضر به منظور بررسی و مقایسه کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی زوجین عضو شبکه های اجتماعی (مجازی) و زوجین غیر عضو می باشد. طرح پژوهش از نوع علی-مقایسه ای است. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل ۱۰۰ زوج جوان عضو شبکه های مجازی و غیر عضو بوده اند که بطور در دسترس از میان مراجعه کننده گان به مراکز مشاوره شهر تهران انتخاب شدند. ابزار استفاده شده در این پژوهش پرسش‌نامه‌ی کیفیت زندگی برای سنجش مقیاس کیفیت زندگی کلی، شادکامی و دلزدگی زناشویی بود. جهت تجزیه و تحلیل نتایج از روش‌های آماری توصیفی و تحلیل کواریانس استفاده شده است. نتایج تحلیل کواریانس بیانگر آن است بین عوامل مورد مطالعه (کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی) زوجین عضو شبکه های مجازی و غیر عضو تفاوت معنی داری در سطح ۰/۰۰۱ وجود دارد. نتایج نشان می دهد که زوجین عضو شبکه های فضای مجازی از سطح پایین تری از کیفیت زندگی، شادکامی و وسطح بیشتری از دلزدگی زناشویی نسبت به زوجین غیر عضو در سطح ۰/۰۰۱ برخوردارند. **واژه گان کلیدی:** کیفیت زندگی، شادکامی، دلزدگی زناشویی، فضای مجازی و شبکه های اجتماعی.

۱- دانش آموخته کارشناسی ارشد مشاوره شغلی، گروه مشاوره، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

kh\_shafaatzadeh@yahoo.com

۲- کارشناس ارشد پژوهشگری علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خلیخال، خلیخال، ایران

r.fathollahpour@yahoo.com

## مقدمه

افزایش تولید وسایلی از قبیل تلفن همراه و اینترنت و ... در نهایت سهولت دسترسی سبب شد گروه‌های کثیری از افراد جامعه با سنین مختلف به این دنیای مجازی راه پیداکنند (گونزالز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی به همه فضاها، اجتماعی، سازمانی و فردی در جوامع بشری وارد شده و شیوه زندگی روزمره، کار و معرفت او را به درجات گوناگون تحت تأثیر قرار داده است. برخورداری از این فناوری‌ها به مثابه وقوع یک «چرخش پارادایمی» در زندگی فردی و اجتماعی انسان است که در آن حتی مفاهیم کهن نیز با هندسه معرفتی جدیدی قابل شناخت هستند (چاکور<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). به تعبیر مانوئل کاستلز<sup>۳</sup> فناوری‌های نوین اطلاعات، نقاط دور عالم را در شبکه‌های جهانی به همدیگر پیوند می‌دهند، ارتباطات رایانه‌ای مجموعه‌ای از جوامع مجازی را به وجود می‌آورند و در نتیجه آن همه ساختارها و فرایندهای مادی و معنوی بشری دگرگون می‌شوند (دالساگارد<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸) بررسی‌ها نشان داده‌اند که این گونه وسایل تنها تأثیر منفی بر روی انسان‌ها ندارد و در برخی موارد به آن‌ها در مسائل ارتباطی و شغلی کمک هم می‌کند. ولی نکته قابل توجه این که تأثیر منفی آن‌ها بر روی خانواده‌ها متأسفانه بیشتر از تأثیر مثبت آنهاست (بل، ۱۳۹۴). نقص در رفتارهای مقابله‌ای مناسب با این آسیب‌های احتمالی سرمنشأ مشکلات روانشناختی و کیفیت زندگی و عوارض نامطلوب هیجانی، رفتاری، شناختی و بین فردی است (دزوریلا و نیزو و میدو- اولیویرز<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). لیمبومرسکی و دلاپورتا<sup>۶</sup> (۲۰۱۵) به نقل از آذر کیش، (۱۳۹۵) معتقدند که کیفیت زندگی بلند مدت با فاکتورهای محیطی مانند تفریح و فعالیت همراه با کودکان، داشتن دیدی خوش بین، ابراز قدردانی‌ها و سپاسگذاری‌ها از خود و دیگران در ارتباط است همچنین بوستیک (۲۰۱۶)

<sup>1</sup> -Gonzales

<sup>2</sup> Chukwuere

<sup>3</sup>- Castels

<sup>4</sup> Dalsgaard

<sup>5</sup> - D'Zurilla, Nezu & Maydeu-Olivares

<sup>6</sup> Della-Porta

شادکامی را به عنوان تجارب درونی سرشار از انرژی معرفی کرده است. او شادکامی را به عنوان انرژی سرچشمه گرفته از خود میدانند. این انرژی، از منابع درونی و نه از تهدید اشخاص در محیط سرچشمه می گیرد؛ به عبارت دیگر شادکامی احساس سرزنده بودن است که تحریک و اجباری به انجام آن نیست. بنابراین، شادکامی از شیدایی متفاوت است، زیرا که شادکامی همراه با تعادل روانی است در حالی که شیدایی همراه با بی ثباتی است که فضای مجازی بر این بی ثباتی هیجانی بی تأثیر نیست امروزه انقلابی شگرف در فناوری اطلاعاتی و ارتباطی به وجود آمده است. شکل گیری یک نظام ارتباطی جدید مبتنی بر زبان همگانی دیجیتالی، بنیاد مادی جامعه را چنان دگرگون ساخته که حتی دور افتاده ترین و سنتی ترین جوامع نیز از بستن مرزهای خود به روی جریان ها و شبکه های جهانی ناتوان هستند (اسد و همکاران، ۲۰۱۲). فناوری های نوین اطلاعاتی و ارتباطی به فناوری هایی گفته می شود که در گردآوری، انتقال، ذخیره، بازیابی، پردازش، انتشار و نمایش اطلاعات مورد استفاده قرار می گیرند، که از خلال مجموعه وسیع و متنوعی از مجاری ارتباطی همچون اینترنت، ماهواره، تلفن همراه، تلویزیون و ویدئو معنا می یابند (بل، ۱۳۹۴). در واقع، می توان گفت که اطلاعات، قدرت است، و امروزه بخش وسیعی از جمعیت جهانی به این قدرت دسترسی دارند و زوجین نیز از این امر مستثنی نیستند. پیشرفت های تکنولوژیکی باعث افزایش چشمگیر پردازش و انتقال اطلاعات شده است، که نتیجه آن انفجار اطلاعات است که می تواند آثار سوء روانشناختی را بر روی زوجین داشته باشد (نای، ۲۰۰۲). استفاده از اینترنت و شبکه های مجازی تعامل فرهنگی را برای کاربران آنها ممکن می سازد، هر چند ممکن است این تعامل به ویژه از طریق اینترنت یک سویه شکل گیرد، اما به هر صورت اطلاعات و عناصر فرهنگی، انتقال یافته و عناصر جدیدی را وارد زندگی روانشناختی زوجین می کند. تغییر عناصر فرهنگ بومی و عوامل محافظت کننده روانشناختی، فرهنگ و سلامت روانی زوجین را به سمت فردی شدن می کشاند و آنها را در انزوای خود نگه می دارد. زوجین برای پر کردن سبد فرهنگی، روانشناختی خود

دست به انتخاب زده و این کار را با توجه به توانایی فناوری‌های مدرن در حمل مضامین فرهنگی، روانشناختی و تمایلات فردی و قابلیت عناصر فرهنگی جدید در پاسخگویی به این تمایلات انجام می‌دهند. ایوان گلدبرگ<sup>۱</sup>، روان‌پزشکی از دانشگاه کلمبیا، اولین بار وابستگی به فضای مجازی را در جولای ۱۹۹۵ مطرح کرد و واژه وابستگی به فضای مجازی را ابداع و معیارهای تشخیصی آن را ثبت کرد (فوجز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). در سالهای اخیر مطالعات شیوع وابستگی به فضای مجازی را بین ۰/۳٪ تا ۲۲٪ گزارش کرده‌اند. همچنین وابستگی به فضای مجازی با فوبی اجتماعی و اختلال کمبود توجه همراه با بیش‌فعالی، اختلال دو قطبی، مشکلات در روابط بین فردی، اختلال اضطرابی و تکانه‌ای، خودکشی و پرخاشگری، افسردگی، برانگیختگی بالا و عدم شادکامی و کیفیت زندگی پایین در ارتباط بوده است. از طرفی برخی مطالعات با بررسی مشخصات دموگرافیک به اعتیاد به اینترنت یا وابستگی رفتاری به فضای مجازی صرف نظر از اینکه آن را یک بیماری یا آسیب روانی یا معضل اجتماعی بدانیم پدیده‌ای است مزمن، فراگیر و عودکننده که با صدمات جدی جسمانی، مالی، خانوادگی، اجتماعی و روانی همراه است و در نهایت احتمال دزدگی زناشویی را نیز افزایش می‌دهد (بشیر، ۲۰۱۷). دزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیر واقع‌گرایانه و تفکرات غیرمنطقی و فراز و نشیب‌های زندگی بروز می‌کند که استفاده گسترده از منابع غیر واقع‌بینانه شبکه‌های ارتباطی مجازی بر شدت آن می‌افزاید، دزدگی زوج‌ها به علت وجود اشکال در یک یا هر دو نفر نیست. دزدگی از عشق یک روند تدریجی است، به ندرت به طور ناگهانی بروز می‌کند. در واقع صمیمیت و عشق به تدریج رنگ می‌بازد و به همراه آن خستگی عمومی عارض می‌شود. که در شدیدترین نوع آن دزدگی با فروپاشی رابطه برابر است (برنشتاین<sup>۳</sup>، ترجمه زنده جانی، ۱۳۸۰). عوامل زیادی در بروز دزدگی زناشویی نقش دارند. یکی از این عوامل توقعات غیرمنطقی و

<sup>۱</sup> . ivan goldberg

<sup>۲</sup> Fuchs

<sup>۳</sup> -Bernstein

غیرواقع بینانه است که در فضای مجازی به وفور بر این توقعات غیر واقع بینانه سبک زندگی تاکید می شود. افراد مختلف در برخورد با محیط، روش های متفاوتی دارند. ممکن است یک محیط به نظر کسی پرتنش و مضطرب کننده باشد ولی از منظر شخصی دیگر هیجان انگیز و سراسر چالش باشد. دلزدگی زوج ها به سازگاری آنان با باورهایشان بستگی دارد (ادیب راد و ادیب راد، ۱۳۸۴). از نظر بک<sup>۱</sup> (۲۰۰۱) وقتی زن و شوهر از عشق و شیفتگی فاصله می گیرند، هر حادثه ی دلسردکننده ای برای توجیه برجسب زدن منفی به همسرشان کافی به نظر می رسد. شوهر در این شرایط حتی اگر یک بار حساسیت نشان نداد یک فرد بی احساس تلقی می شود. اگر زن ولی یک بار انتظار محبت شوهر را برآورده نکند نامهربان می شود. دلزدگی حالت دردناک فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است که کسانی را متأثر می سازد که توقع دارند عشق رویایی به زندگی شان ببخشند که در فضای مجازی و الگوهای ارتباطی مجازی بر این عشق رویایی تمرکز می شود. این حالت زمانی بروز می کند که آنها متوجه می شوند علی رغم تلاش های شان به زندگی معنا نداده و نخواهد داد (برنشتاین، ۱۹۹۴، ترجمه پور عابدی، ۱۳۹۱). برخی متغیرهایی که در ارتباط با بکار گیری فضای مجازی بررسی نموده اند، ویژگی های شخصیتی کاربران می باشد. خصوصیاتمانند کمرویی، تکانشی بودن، تنهایی، اضطراب، افسردگی، عدم سرزندگی و شادکامی، خشونت و پرخاشگری، سبک شخصیتی درون گرایی، عزت نفس پایین، احساسات ناپایدار و خیال پردازی، دنبال تازگی بودن، اجتناب از آسیب و کاهش وابستگی به پاداش، برون گرایی و باز بودن به تجربه (کیم ۲۰۰۶، ۲۰۰۲؛ لی و همکارانش، ۲۰۰۱؛ ین و همکارانش، ۲۰۰۷؛ به نقل از بروک، ۲۰۱۵) نشان داده اند که میزان افسردگی، اضطراب، خشونت و پرخاشگری، افکار خودکشی، بیش فعالی، در زوجین که از فضا های مجازی و اینترنت استفاده میکنند بیشتر است و از کیفیت زندگی و شادکامی محدود تری برخوردارند مفهوم شادکامی و سرزندگی، تاریخه ای طولانی در تفکر حیات

<sup>۱</sup> -Beck

بشر داشته است به همین دلیل، قطعاً ارزش این را دارد که به این سوال جواب داده شود که چرا بشر در طول تاریخ به دنبال این مفهوم بوده است؟ و زمان پاسخ دادن به این سؤال، اکنون است. از سوی دیگر در تاریخ تحول بشر، همواره بوده اند کسانی که عقیده داشته اند شادکامی و کیفیت زندگی یک نیاز و حق طبیعی هر بشر است (فریش، ۲۰۰۶). از زمان یونان باستان، فیلسوفان و دانشمندان زیادی درباره شرایط لازم برای کیفیت زندگی و شادکامی اندیشیده‌اند. با این حال، شادکامی و کیفیت زندگی، یک جایگاه خاص در فرهنگ و ادبیات فلسفه دارد که می‌تواند تحت تأثیر عوامل محیطی و رفتاری قرار بگیرد که یکی از این عوامل تأثیر گذار استفاده از فضای مجازی در طی سالیان اخیر بوده است که توانسته است سطحی از دلزدگی زناشویی را نیز در کاربران استفاده کننده افزایش دهد بنابراین هدف این پژوهش بررسی مقایسه ای کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی عضو شبکه های مجازی و زوجین غیر عضو است در راستای هدف تحقیق و با توجه به این که نقش فضای مجازی در مقایسه مولفه های روانشناختی خاص و روانشناختی مثبت مانند کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی، در زوجین استفاده کننده از فضای مجازی و غیر استفاده کننده بررسی نشده است، مساله پژوهش این است که بین زوجین استفاده کننده از فضای مجازی و زوجین غیر عضو تفاوت روانشناختی موجود هست لذا پژوهش حاضر به دنبال یافتن پاسخی به این سؤال است که آیا:

- ۱- بین زوجین استفاده کننده از فضای مجازی و زوجین غیر عضو از لحاظ کیفیت زندگی تفاوت روانشناختی وجود دارد؟
- ۲- بین زوجین استفاده کننده از فضای مجازی و زوجین غیر عضو از لحاظ شادکامی تفاوت روانشناختی وجود دارد؟
- ۳- بین زوجین استفاده کننده از فضای مجازی و زوجین غیر عضو از لحاظ دلزدگی زناشویی تفاوت روانشناختی وجود دارد؟

**پیشینه پژوهش:**

زنجان و همکاران (۱۳۸۳) در پژوهشی به بررسی میزان و نوع استفاده از اینترنت و فضای مجازی و تأثیر آن بر ارزش های خانواده پرداختند. به منظور بررسی تأثیر اینترنت و فضای مجازی، از نظریات ارتباط جمعی، پویایی گروه ها و کنش ارتباطی هابرماس استفاده شده است. نتایج نشان می دهند که ۴۵٪ افراد از اینترنت و فضای مجازی استفاده می کنند، میانگین میزان استفاده از اینترنت ۴۹۸ دقیقه در هفته بوده و میزان استفاده از چت با ۱۲۷ دقیقه در هفته بیشترین میانگین را در میان انواع استفاده از اینترنت و فضای مجازی به خود اختصاص داده است. در تحلیل رگرسیون چند متغیره با وارد کردن تمام متغیرها، تأثیر اینترنت و فضای مجازی بر ارزش های خانواده ۱۰ درصد بوده است. محسنی و همکاران (۱۳۸۵) پژوهشی را با عنوان بررسی اثرات استفاده از اینترنت و فضای مجازی بر انزوای اجتماعی کاربران تهران انجام دادند. جامعه آماری این پژوهش ۲۰۴ نفر از کاربران کافی نت های استان تهران هستند که طی یک نمونه گیری سهمیه ای - اتفاقی انتخاب شدند. فرضیات براساس تحلیل رگرسیون چندگانه مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج به دست آمده نشان می دهد که میان زمان استفاده از فضای مجازی در طول شبانه روز و انزوای اجتماعی رابطه ای معنادار و معکوس وجود دارد. عالی خانی و همکاران (۱۳۸۶) به بررسی همبستگی تماشای تلویزیون، ویدئو و فضای مجازی با بروز برخی رفتارها پرداختند. در این مطالعه، ۶۰۴ نفر در شهرستان پاکدشت، در مورد فراوانی تماشای تلویزیون، ویدئو و فضای مجازی و همچنین رفتارهای خشونت آمیز مورد ارزیابی قرار گرفتند. یافته ها نشان داد که افراد به طور معناداری ساعات بیشتری از روزهای هفته و تعطیل را به تماشای تلویزیون، ویدئو و فضای مجازی اختصاص داده بودند. همبستگی مثبت و معناداری بین میزان ساعات تماشای این وسایل با رفتارهای نامطلوب روانشناختی وجود داشت تناسب بهره مندی جوامع از فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی و ایفای نقش در ارتباطات و تعامل بین مردم و تبادل اطلاعات و دسترسی جامعه به این فرایندها، تغییرات اجتماعی شتاب و شدت بیشتری می گیرد. از این رو، بیان اینکه بین فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی و شکل گیری

زندگی اجتماعی پیوندی استوار برقرار شده است، مفهومی اغراق‌آمیز نیست. فرخ‌نیا و همکاران (۱۳۹۰)، در پژوهشی به بررسی فضای مجازی و تاثیر آن بر الگوهای پوششی پرداخته‌اند. یافته‌ها نشان داد که بین استفاده از فضای مجازی و سبک پوشش و استفاده از الگوهای مد و باورهای روانشناختی افراد رابطه معناداری وجود داشت. این نوع رابطه در مورد تمامی موارد مد و مدلینگ به عنوان ریز فاکتورهای باورهای فراشناختی افراد موثر است.

کفاشی (۱۳۸۸)، در پژوهشی به بررسی فضای مجازی و عملکرد خانواده پرداخته‌اند. یافته‌ها نشان داد که بین استفاده از فضای مجازی و عملکرد حفاظتی خانواده و تیپ‌های شخصیتی افراد استفاده‌کننده از فضای مجازی به طور معنی‌دار ارتباط وجود دارد و استفاده از فضای مجازی باورهای روانشناختی خانواده و افراد درون خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهد. زنجانی‌زاده و همکاران (۱۳۸۳)، به بررسی میزان و نوع استفاده از اینترنت و تأثیر آن بر ارزش‌های خانواده پرداختند. به منظور بررسی تأثیر اینترنت، از نظریات ارتباط جمعی، پویایی گروه‌ها و کنش ارتباطی هابرماس استفاده شده است. تحقیق به صورت پیمایشی در بین ۴۰۳ دانش‌آموز دبیرستانی مشهد انجام شد. نتایج نشان می‌دهند که ۴۵٪ دانش‌آموزان از اینترنت استفاده می‌کنند، میانگین میزان استفاده از اینترنت ۴۹۸ دقیقه در هفته بوده و میزان استفاده از چت با ۱۲۷ دقیقه در هفته بیشترین میانگین را در میان انواع استفاده از اینترنت به خود اختصاص داده است. در تحلیل رگرسیون چند متغیره با وارد کردن تمام متغیرها، تأثیر اینترنت بر ارزش‌های خانواده ۱۰ درصد بوده است. محسنی و همکاران (۱۳۸۵) پژوهشی را با عنوان بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران تهران انجام دادند. جامعه آماری این پژوهش ۲۰۴ نفر از کاربران کافی‌نت‌های استان تهران هستند که طی یک نمونه‌گیری سهمیه‌ای - اتفاقی انتخاب شدند. فرضیات براساس تحلیل رگرسیون چندگانه مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه‌روز و انزوای اجتماعی رابطه‌ای معنادار



و معکوس وجود دارد. صرف زمان بیشتر در استفاده از اینترنت موجب کاهش انزوای اجتماعی می‌گردد. لونیس و همکاران (۲۰۰۰)، در پژوهشی به بررسی فضای مجازی و اثرات روانی آن پرداخته‌اند. یافته‌ها نشان داد که بین استفاده از فضای مجازی و عملکرد روانشناختی افراد رابطه وجود دارد و رفتارهای پرخاشگرانه افراد استفاده کننده از فضای مجازی می‌تواند آنها را به سمت مشکلات روانشناختی سوق دهد. یانگ<sup>۱</sup> در سال ۲۰۰۳ پژوهشی با عنوان اختلال اعتیاد به فضای مجازی انجام داد. شرکت کنندگان در این تحقیق ۲۳۹ زن و ۱۵۷ مرد به عنوان وابسته به فضای مجازی و ۵۴ زن و ۴۶ مرد به عنوان غیروابسته به اینترنت بودند. نتیجه تحقیق به این صورت بود که ۵/۷ درصد از کسانی که در این نظرسنجی شرکت کردند معیارهای خود را برای استفاده از اینترنت اجباری ذکر کردند. همچنین اعتیاد به فضای مجازی در وضعیت دانشگاهی، اجتماعی، مالی و شغلی اختلال ایجاد می‌کند. ناسار<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهش خود به ارزیابی ایمنی و رفتار مرتبط با موبایل در بین ۳۰۵ دانشجوی دانشگاه اوهایو پرداختند. یافته‌ها نشان داد که اغلب دانشجویان از موبایل استفاده می‌کنند و ۴۰٪ گزارش کردند که از موبایل برای درخواست کمک و گزارش دادن موقعیت‌های خطرناک مثل تصادف و یا جرم و جنایت استفاده می‌کنند. چیریتا<sup>۳</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۷ پژوهشی با عنوان آسیب‌شناختی استفاده از فضای مجازی در میان کودکان و نوجوانان رومانیایی انجام داده‌اند. ۶۵۰ دانش‌آموز مقطع راهنمایی و دبیرستانی به پرسشنامه‌ای شامل ۳۴ سؤال که مربوط به فعالیت‌های کامپیوتر است پاسخ دادند. نتایج نشان داد که دانش‌آموزان ترجیح می‌دهند مقدار قابل توجهی از زمان خود را با رایانه بگذرانند. همچنین صرف بیش از حد وقت در اینترنت می‌تواند به توسعه نیافتن مهارت‌های اجتماعی و شکل‌گیری رفتار اعتیادآور و شکست در مدرسه، تغییرات خلقی و قطع روابط اجتماعی منجر شود. هونگ کو<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۰۹) پژوهشی

1 Young

2. Nasar

3. Chirita

4. Hung Ko

با عنوان ارزیابی ارتباط بین اعتیاد به فضای مجازی و رفتار پرخاشگرانه نوجوانان انجام دادند. نمونه آنها شامل ۹۴۰۵ نفر از نوجوانان شهر تایوان بود که پرسش‌نامه‌ها را تکمیل کردند. نتایج نشان داد که پس از کنترل اثر عوامل مشترک همراه مثل تماشای برنامه‌های تلویزیونی خشونت‌آمیز، نوجوانان مبتلا به اعتیاد به فضای مجازی به احتمال زیاد به رفتار پرخاشگرانه دست زدند. کاربران آنلاین حاضر در چت، بازدیدکننده وب بزرگسال، بازی آنلاین، قمار آنلاین، و... همه باعث تهاجمی بودن رفتارها می‌شود. گلدمن<sup>۱</sup> از دانشگاه لیدز بریتانیا در سال ۲۰۱۰ تحقیقی را با موضوع رابطه افسردگی با اعتیاد به فضای مجازی انجام داد. شرکت‌کنندگان این تحقیق ۱۳۰۰ انگلیسی از سنین ۱۶ تا ۵۱ سال بودند. این تحقیق نشان داد که ۱/۲ درصد از معتادان به فضای مجازی زمان بیشتری را صرف بازی ویدئویی آنلاین و بازدید از جوامع آنلاین می‌کنند. بیش از حد درگیر شدن در وب‌سایت‌ها به جای عملکرد طبیعی و تعاملات اجتماعی می‌تواند به اختلالات روانی مانند اعتیاد و افسردگی منجر شود و تأثیر جدی بر بهداشت روان آنها دارد. هولتز<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۰) پژوهشی با عنوان استفاده از اینترنت و بازی‌های ویدئویی و پیش‌بینی مشکل رفتاری در اوایل نوجوانی انجام دادند. مطالعه انجام شده شامل ۲۰۵ نوجوان در سن ۱۰ تا ۱۴ سال بود. نتیجه تحقیق مبین این بود که بازی‌های آنلاین و استفاده ارتباطی از اینترنت اولویت اول را در مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری و مشکلات روانشناختی دارند. (فرهود، ۲۰۱۵). اگرچه فناوری نوین، با توجه به وجوه فنی و ابزاری تعریف می‌شود، اما نگاه روانشناسی به این پدیده معطوف به زمینه‌ها، عملکردها، آثار و نتایج آن است در این زمینه دنیس مک‌کوایل<sup>۳</sup> بر این باور است که نیازی نیست که یک جبرگرای فناوری باشیم تا اعتقاد پیدا کنیم قالب فناوری که متضمن یک وسیله است، می‌تواند تأثیر خیلی زیادی بر محتوا و دریافت آنچه مربوط به ارتباطات و آثار احتمالی‌اش است بگذارد. فناوری ارتباطات لازمه‌اش کاربردها و

---

1. Goldman

2. Holtz

3 Denis Mc Quail

2 Network Society

قالب‌های بیانی و ارائه انتخاب‌های نوین به کاربران است که این مورد در زمینه های روانشناختی کاربران از فضای مجازی نیز عامل مهمی است که می تواند نسبت به استفاده بهینه از کاربران به عنوان ارکان اصلی در آینده عمل نماید لذا اهمیت و ضرورت مقایسه ویژگی های روانشناختی کاربران فضای مجازی بخصوص زوجین بسیار احساس می‌شود. آشنایی با عوامل تاثیر گذار فضای مجازی بر ابعاد روانشناختی به روانشناسان و کارشناسان کمک خواهد نمود تا با به کارگیری راهبردهای پیشگیرانه و حمایت گرایانه، همچنین با آگاهی یافتن نسبت به تغییرات روانشناختی زوجین و کاربران فضای مجازی بتوانند انعطاف پذیرتر عمل نموده و با افزایش آگاهی نسبت به مقوله مورد نظر، نوع نگرش و مواجهه‌ی خود را با آن تغییر و یا اصلاح نمایند. نگاهی دقیق به مکانیزم مسائل مذکور نشان می‌دهد، کاستی های موجود که در عدم شناخت صحیح تاثیر فضای مجازی زمینه‌ساز به وجود آمدن چنین مشکلاتی می‌گردد و راهبردهای پیشگیرانه یا اصلاحی که به خوبی سازماندهی شده باشند، می‌توانند زوجین و کاربران فضای مجازی را در مسیر درست هدایت کنند لذا لزوم تحقیق در مورد تاثیر فضای مجازی بر فاکتور های روانشناختی زوجین کاربر فضای مجازی می‌تواند ضروری باشد طبق پژوهش‌های صورت گرفته ضرورت دارد متغیرهایی که به‌نحوی می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌ی عوامل رفتاری روانشناختی استفاده کنندگان از فضای مجازی باشند شناسایی و مورد بررسی قرار گیرند تا از وجود آسیب های احتمالی زوجین که بستر اجتماعی و جایگاه نماد اجتماعی در یک کشور را تأمین می‌کند جلوگیری کرد و حتی نسبت به رفتارهای مخاطره آمیز احتمالی پیشگیری به‌عمل آید.

## چارچوب نظری پژوهش:

با بررسی و مطالعه منابع نظری مختلف و موجود در زمینه میزان اثربخشی فضای مجازی بر فاکتورهای روانشناختی افراد درمی‌یابیم که تحقیقات مختلفی در این زمینه صورت گرفته و بر این اساس و مدل‌های متعدد اثربخشی فضای مجازی، قابل‌شناسایی و پیگیری است. در اکثر مدل‌ها، موارد مشابهی معرفی شده‌اند که کارایی متفاوتی دارند. از سوی دیگر، هیچ مدل یا نظریه‌ای واحد وجود ندارد که مورد پذیرش همگان از لحاظ ساختاری با تأکید اثر فضای مجازی بر فاکتورهای محافظت‌کننده روانشناختی همانند شادکامی و کیفیت زندگی باشد و نبود یک مدل جامع و یکپارچه مشتمل بر کلیه این موارد، نوعی خلأ نظری در علم روانشناسی و جامعه‌شناسی است از این رو، با هدف شناسایی و تعیین میزان اثربخشی فاکتورهای روانشناختی کیفیت زندگی و شادکامی و در نهایت دلزدگی زناشویی از فضای مجازی، در چارچوب یک مدل جامع، در نوشتار حاضر سعی شده است که مدل و چارچوبی جامع و یکپارچه در ارتباط با فضای مجازی و فاکتورهای محافظت‌کننده روانشناختی کیفیت زندگی و شادکامی ارائه شود از میان نظریات مربوط نظریات روانشناختی و فاکتورهای محافظت‌کننده کیفیت زندگی و شادکامی از نفوذ و مرکزیت بالای برخوردار است مفهوم شادی، تاریخچه‌ای طولانی در تفکر حیات بشر داشته است به همین دلیل، قطعاً ارزش این را دارد که به این سوال جواب داده شود که چرا بشر در طول تاریخ به دنبال این مفهوم بوده است؟ و زمان پاسخ دادن به این سؤال، الان است. از سوی دیگر در تاریخ تحول بشر، همواره بوده‌اند کسانی که عقیده داشته‌اند شادی یک نیاز و حق طبیعی هر بشر است (فریش، ۲۰۰۶). از زمان یونان باستان، فیلسوفان و دانشمندان زیادی درباره شرایط لازم برای شادی اندیشیده‌اند. با این حال، کیفیت زندگی، یک جایگاه خاص در فرهنگ و ادبیات فلسفه دارد. فلاسفه در طول تاریخ، علاقه‌مندی‌های خود را به صورت کم و زیاد درباره کیفیت زندگی و ابعاد روان‌شناختی رفاه و سعادت بشر، نشان داده‌اند. کارهای این فلاسفه روی زندگی خوب، به صورت سنتی با کار روی

حوزه «نظریه اخلاق»<sup>۱</sup> که به صورت «نظریه ارزش ها»<sup>۲</sup> فهمیده و شناخته می شود، انجام شده است (فیلیپس، ۲۰۰۶). اخلاق در پهنه گسترده حواس پنج گانه، یکی از سرشاخه های اصلی تحقیقات فلاسفه در کنار ما بعد الطبیعه و معرفت شناختی بوده است. اخلاق و نظریه آن مکرراً به دنبال پاسخ دادن به این سؤال سقراط که «چگونه باید زندگی کرد؟»<sup>۳</sup> بوده است. در پشت این سؤال، موضوعاتی مانند بهزیستی، رشد و تحول<sup>۴</sup>، رفاه و آسایش<sup>۵</sup>، آموزش<sup>۶</sup>، ارزش های مصلحتی<sup>۷</sup> به صورت درست و نادرست قرار می گیرند. به همین دلیل نظریه های معاصر در مورد شادکامی و کیفیت زندگی، رقیب نظریه های قدیمی مانند نظریه سعادت گرا<sup>۸</sup> هستند (اید و لارسن، ۲۰۰۸). ارسطو معتقد است که ما شادی را با ابراز فضایلمان به دست می آوریم. امروزه روان شناسی مثبت، معتقد است که ما از طریق به فعالیت درآوردن توانمندی هایمان به شادکامی و کیفیت زندگی می رسیم (سلیگمن، ۲۰۰۲). تحقیق های ساختارمند در کیفیت زندگی و شادکامی، دو هدف عمده دارند: ۱- تلاش دارند تا ویژگی های عمومی موجود در روابط ساختاری میان شاخص های شناختی بهزیستی را مشخص کنند. ۲- فرایندهای علی به وجود آورنده ساختارهای شناختی کیفیت زندگی و شادکامی، را مشخص کنند (اید و لارسن، ۲۰۰۸). دینر (۱۹۸۴) معتقد است که در ارزیابی میزان رضایت از زندگی یعنی بعد شناختی، دو نظریه وجود دارد. ۱- نظریه پایین به بالا: بر این اصل، استوار است که ارزیابی کلی از رضایت از زندگی (LS)<sup>۸</sup>، ناشی از رضایت مندی از حوزه های خاص (DS)<sup>۹</sup> زندگی مانند رضایت از کار، ازدواج، روابط و... می باشد بنابراین رضایت مندی حوزه ای (DS) بر رضایت مندی کلی (LS) تأثیر می

<sup>1</sup> ethical theory

<sup>2</sup> values theory

<sup>3</sup> flourishing

<sup>4</sup> welfare

<sup>5</sup> training

<sup>6</sup> prudential value

<sup>7</sup> eudaimonism

<sup>8</sup> life satisfaction

<sup>9</sup> domain satisfaction

گذارد (هلر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۴؛ شیماک و همکاران، ۲۰۰۶). به عنوان مثال، فردی با رضایت مندی بالا از ازدواج یا کار، به دنبال آن، رضایتمندی بالایی هم از زندگی خود، تجربه خواهد کرد. زیرا رضایت مندی از ازدواج و یا کار، جنبه مهمی از رضایت مندی از زندگی به طور کلی می باشد. ۲- نظریه بالا-پایین: عکس حالت قبل را بیان می دارد یعنی رضایت مندی کلی از زندگی (LS) باعث رضایتمندی حوزه ای (DS) می شود به این معنا که کسی که به طور کلی از زندگی اش راضی است، می تواند حوزه های خاص زندگی خود را به طور مثبت تری ارزیابی کند؛ علیرغم اینکه رضایت مندی کلی، بر اساس رضایت مندی حوزه ای ویژه ای مثلاً کار یا ازدواج نیست (اید و لارسن، ۲۰۰۸). بریف<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۹۳)، معتقدند که خود رضایت مندی حوزه ای، نیز تحت تأثیر فرایندهای بالا-پایین است. مثلاً داشتن ویژگی شخصیت نوروٹیک که بیشتر به سمت تمایلات منفی، گرایش دارد؛ باعث می شود که فرد، رضایت مندی از حوزه های خاص (DS) مثل ارتباطات و... را کمتر مثبت ارزیابی کند و در نتیجه، رضایت مندی کلی از زندگی (LS) را نیز کمتر درک می کند. هلر و همکاران (۲۰۰۴) بر خلاف نظریه بالا-پایین معتقدند که تغییر در رضایت مندی حوزه ای (DS) تغییر در رضایت مندی کلی از زندگی (LS) را به دنبال دارد. نظریه های بالا-پایین و پایین-بالا، تنها مدل های علی روابط بین رضایت کلی از زندگی و رضایت مندی حوزه ای نیستند. احتمال دیگری وجود دارد که این همبستگی ها به وسیله روش واریانس مشترک، اتفاق می افتد. زیرا هر دوی رضایت کلی از زندگی و رضایت مندی حوزه ای به وسیله یک روش ارزیابی می شوند. خصوصاً اینکه هر دو وسیله، ابزارهای خود گزارش دهی<sup>۳</sup>، اندازه گیری می شوند (شیماک، ۲۰۰۶). این همان بخش کوچکی از تمرکز رویکرد های مختلف که بر این حوزه ها اثر گذار است را نشان می دهد که چگونه فضای مجازی می تواند در این عوامل محافظت کننده تأثیر گذار باشد

<sup>1</sup> Heller

<sup>2</sup> Brief

<sup>3</sup> self-report

در مجموع، طبق نظریه آید و لارسون، نظریه بریف و مفهوم کیفیت زندگی دینر، فضای مجازی بر نگرشها، باورها و اولویتهای افراد در جهان برای تأثیر گذاری بر فاکتورهای محافظت کننده روانشناختی می تواند اثر گذار باشد و نگرشها، ارزشها و سطح سلامت روان را تغییر دهند. با فرض این موضوع، فضای مجازی به عنوان یکی از انواع رسانه های جمعی می توانند به تغییر در فاکتور های محافظت کننده روانشناختی منجر شود و کیفیت زندگی و شادکامی که به عنوان ابزارهای مفید روانشناختی برای غلبه بر ساختار های معیوب جهان مدرن در نظر گرفته می شود منجر شوند.

### روش شناسی پژوهش:

پژوهش حاضر به لحاظ ماهیت، در زمره پژوهش های پیمایشی است پژوهش های پیمایشی یکی از روش های تحقیق اجتماعی و روانشناسی است که در آن اعضای جامعه آماری به پرسش هایی در مورد موضوع مورد مطالعه محقق، پاسخ می دهند آن ها این کار را از طریق پرکردن پرسشنامه ای که در اختیار آن ها قرار می گیرد انجام می دهند به عبارت دیگر پیمایش شیوه سیستماتیک جمع آوری داده ها از طریق مصاحبه رودررو، تلفنی و یا پرسشنامه خود اجرا است که از طریق پژوهشگر برای اعضای جامعه آماری استفاده می شود این پژوهش به لحاظ نوع، از پژوهش های کاربردی و به لحاظ راهبرد، دارای راهبرد علی مقایسه ای بوده است. علاوه بر این، به لحاظ ماهیت داده ها و روش گردآوری آنها نیز از روش پرسشنامه های ساختارمند بهره برده است. جامعه ی آماری پژوهش شامل کلیه ی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره مناطق ۱ و ۲ و ۳ و ۴ و ۵ تحت نظارت بهزیستی شهر تهران در سال مهرماه سال ۹۶ تا مهر ماه سال ۹۷ که برای مشکلات زناشویی مراجعه کننده بوده است که از میان آن ها که طبق مصاحبه اولیه فعالیت در فضای مجازی را داشته نمونه ای ۱۰۰ نفره با توجه به تعداد پرونده های تکمیلی مورد ارزیابی شده و معیار های ورود (دریافت بازخورد استفاده از فضای مجازی برای حداقل یک سال، حداقل تحصیلات

دیپلم، عدم سابقه بیماری‌های خاص روانشناختی، عضویت در پیام رسان‌های ارتباطی، استفاده از فضای مجازی بیشتر از ۳ ساعت در روز) به روش نمونه‌گیری هدفمند ۵۰ مرد و ۵۰ زن انتخاب شدند، سپس از افراد به صورت رضایتمند اقدام به همکاری در پژوهش گرفته و طبق اصل رازداری نسب به همکاری در طرح پژوهشی مورد ارزیابی قرار گرفتند. و در نهایت به ابزارهای مورد استفاده در پژوهش پاسخ دادند که شامل پرسشنامه کیفیت زندگی، پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه دلزدگی زناشویی پانیز:

### پرسشنامه کیفیت زندگی

پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت دارای ۲۶ گویه است که در یک مقیاس ۵ درجه ای لیکرت ۱ تا ۵ کیفیت زندگی فرد را از لحاظ جنبه‌های مختلف مورد بررسی قرار می‌دهد که فرد را در زمینه‌های ۱-بهداشت و سلامت جسمی ۲-روانشناختی ۳-روابط اجتماعی ۴-محیط اجتماعی می‌سنجد آلفای کرونباخ بین ۰/۶۶ و ۰/۸۴ در سطح جهانی و در ایران توسط نصیری (۱۳۸۵) ۰/۸۴ بوده است و روایی آن نیز توسط روایی صوری و ملاک در ایران در سطح قابل قبولی گزارش شده است.

### پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI)

این پرسشنامه توسط مارتین گلמן<sup>۲</sup> (۱۹۹۲)، به نقل از) برای سنجش کارایی شخصی در سنین ۱۶ تا ۳۰ سالگی ساخته شد و ۲۰ آیتم دارد که توانایی اجتناب از موقعیت‌های هیجانی، اجتماعی و سوگ برانگیزاننده‌ی مصرف را می‌سنجد. پاسخ‌گویی به هر یک از آیتم‌های آن به صورت مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای (۱= تقریباً هرگز تا ۵= همیشه) می‌باشد. گلמן پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ در سال ۱۹۹۵ در حدود ۰/۹۱ گزارش داده و روایی آن را در ارتباط با زیرگروه‌های مورد مطالعه ارزیابی کرده و آن را معتبر گزارش نموده است (مارتین، ویلکیتسون و پولوس<sup>۳</sup>، ۱۹۹۵). جعفری و همکاران

<sup>۱</sup> . Oxford Happiness Inventory

<sup>۲</sup> Golman

<sup>۳</sup> Martin, Wilkinson & Poulos



(۱۳۸۸) پایایی این ابزار را در ایران با استفاده از روش دونیمه کردن و آلفای کرونباخ به- ترتیب ۰/۵۴ و ۰/۷۸ گزارش کردند. روایی مقیاس با استفاده از تحلیل عامل تأییدی برای مؤلفه‌ی موقعیت هیجانی، اجتماعی و سوگک به ترتیب ۰/۵۲، ۰/۶۱ و ۰/۴۹ درصد به دست آمده است (جعفری و همکاران، ۱۳۸۸).

### پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز

پرسشنامه دلزدگی زناشویی<sup>۱</sup> (CBM) که از ۲۱ واژه که نشان دهنده نشانگان دلزدگی است تشکیل شده است توسط پاینز در سال ۱۹۹۶ ساخته شده و دارای سه مؤلفه خستگی عاطفی، خستگی روانی و خستگی جسمی است. ضریب اطمینان آزمون-بازآزمون ۰/۸۹، برای یک دوره یک ماهه، ۰/۷۶ برای دوره دو ماهه ۰/۶۶ و برای دوره چهار ماهه بود. تداوم درونی برای اغلب آزمودنی‌ها با ضریب ثابت آلفا سنجیده شد که بین ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بود (شاداب، ۱۳۹۱). در ایران نیز نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در مورد ۲۴۰ نمونه، ۱۲۰ پرستار و ۱۲۰ معلم اندازه‌گیری کرد که عبارت است از ۰/۸۶.

### یافته های پژوهش:

#### جدول شماره ۱ دامنه سنی افراد در پژوهش

متغیر سن	فراوانی	درصد فراوانی	درصد تجمعی
۳۰-۲۵	۳۵	۳۵	۳۵
۳۵-۳۰	۲۵	۲۵	۶۰
۴۰-۳۵	۲۴	۲۴	۸۴
۵۰-۴۰	۱۶	۱۶	۱۰۰
جمع کل	۱۰۰	۱۰۰	-

جدول شماره ۱ نشان دهنده دامنه سنی افراد حاضر در پژوهش را به تفکیک نشان می دهد.

<sup>۱</sup> - Couple Burnout Measurement

## جدول شماره ۲ میانگین نمره های مقیاس های کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی

مقیاس ها	گروه‌های نمونه	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	تعداد نمونه
کیفیت زندگی	غیر عضو	۴۲/۲۵	۵/۴۳	۳۰	۵۴	۵۰
	عضو شبکه های مجازی	۳۷/۱۴	۵/۲۵	۲۷	۴۹	۵۰
شادکامی	غیر عضو	۷۶/۲۶	۸/۶۷	۵۶	۹۷	۵۰
	عضو شبکه های مجازی	۶۷/۲۸	۱۰/۱۶	۴۸	۹۲	۵۰
دلزدگی	غیر عضو	۳۶/۰۷	۴/۵۸	۲۸	۳۶	۵۰
	عضو شبکه های مجازی	۵۱/۹۳	۵/۶۵		۵۳	۵۰

جدول شماره ۲ میانگین نمره های مقیاس های کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی

زناشویی در دو گروه عضو و غیر عضو را نشان می دهد

## جدول شماره ۳ فرضیه نرمال بودن داده های پژوهش

سطوح	گروه ها	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معنی-داری
تعامل متغیرها در سطوح عامل برای فرضیه نرمال	کیفیت زندگی	۸۷۹/۵۱۲	۲	۴۳۹/۷۵۶	۴/۲۹۲	۰/۰۶
	شادکامی	۸۷۹/۵۱۲	۲	۴۱۸/۹۳۵	۳/۱۹۱	۰/۱۱
	دلزدگی زناشویی	۸۷۹/۵۱۲	۲	۳۱۸/۵۴۰	۲/۱۳۸	۰/۲۵

همان طور که در جدول ۳ مشاهده می شود، تعامل متغیرهای پژوهش (پرسشنامه) و

وابسته (گروه) در سطوح عامل (گروه های پژوهش) معنی دار نیست. بنابراین فرض همگنی

و نرمال بودن رعایت شده است.

با توجه به اینکه در تحلیل استنباطی داده‌های پژوهش از تحلیل واریانس چند متغیری، به عنوان یکی از آزمون‌های پارامتریک، استفاده شده است. پیش فرض تساوی واریانس‌ها که آزمون لوین بوده است مورد بررسی قرار گرفتند. جدول ۴، نتایج آزمون لوین مربوط به همگنی واریانس‌های متغیرهای پژوهش (کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی) را، در گروه نشان می‌دهد.

**جدول ۴ نتایج آزمون همگنی و واریانس‌های متغیرهای پژوهش**

اثر	متغیر وابسته	درجه‌ی آزادی	درجه‌ی آزادی ۲	F	سطح معنی‌داری
گروه	کیفیت زندگی	۱	۲۷	۱/۸۰۱	۰/۱۴۳
	شادکامی	۱	۲۷	۰/۲۱۶	۰/۵۱۳
	دلزدگی زناشویی	۱	۲۷	۰/۴۱۷	۰/۱۷۶

نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهند که آزمون لوین در متغیر کیفیت زندگی ( $F=1/801$  و  $p=0/143$ )؛ شادکامی ( $F=0/216$  و  $p=0/513$ )؛ متغیر دلزدگی زناشویی ( $F=0/417$  و  $p=0/176$ )، معنی‌دار نمی‌باشند. بنابراین، واریانس دو گروه آزمایش و کنترل در متغیرهای کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی به‌طور معنی‌داری متفاوت نیستند و فرض همگنی واریانس‌ها تأیید می‌شود.

**جدول ۵ نتایج حاصل از تحلیل واریانس بر روی نمره‌های کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی گروه‌های عضو گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی**

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	اندازه‌ی اثر	توان آماری	سطح معنی‌داری
اثر پیلای <sup>۱</sup>	۰/۹۳۳	۳/۶۸	۳	۱۴۶	۰/۹۳۳	۱	$\leq 0/001$
لامبدای ویلکز <sup>۲</sup>	۰/۰۱۴	۳/۶۸	۳	۱۴۶	۰/۹۳۳	۱	$\leq 0/001$

1- Pillai Trace

2- Wilks' lambda

اثر هتلینگ <sup>۱</sup>	۷۱/۴۵۳	۳/۶۸	۳	۱۴۶	۰/۹۳۳	۱	≤۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه‌ی روی <sup>۲</sup>	۷۱/۴۵۳	۳/۶۸	۳	۱۴۶	۰/۹۳۳	۱	≤۰/۰۰۱

مندرجات جدول ۵ نشان می‌دهد که بین گروه‌های عضو گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی از لحاظ متغیرهای وابسته در سطح  $p \leq 0/001$  تفاوت معنی‌داری وجود دارد و برای مشخص نمودن اثر بخشی و اختلاف دو گروه به طور کلی از این تحلیل استفاده شده است در نهایت به این معنا که بین افراد استفاده کننده از فضای مجازی و غیر استفاده کننده تفاوت وجود دارد. بر این اساس می‌توان بیان داشت که دست کم در یکی از متغیرهای وابسته (کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی) بین دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. اندازه‌ی اثربخشی برابر با ۰/۹۳ و به این معناست که ۹۳ درصد تفاوت دو گروه مربوط به تفاوت گروه است. همچنین توان آماری آزمون برابر ۱ می‌باشد، این بدین معناست که خطای دوم به صفر رسیده است. برای بررسی نقطه‌ی تفاوت، سه تحلیل کوواریانس یک‌راهه در متن مانکوا روی متغیرهای وابسته انجام گرفت که نتایج حاصل از آنها در جداول شماره‌ی ۱-۳ و ۱-۴ و ۱-۵ نشان داده شده است. جدول شماره‌ی ۶ نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس‌های یک‌راهه در متن مانکوا را برای مقایسه‌ی میانگین متغیر وابسته (کیفیت زندگی، در گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی نشان می‌دهد

#### جدول ۶. نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های

#### کیفیت زندگی گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی

متغیر	منبع	مجموع	درجه	میانگین	F	اندازه اثر	توان	سطح معنی
	واریانس	مجذورات	آزادی	مجذورات			آماري	داری
کیفیت	پیش فرض	۱۶۵۴/۷۱۳	۱	۱۶۵۴/۷۱۳	۳/۲۱۶	۰/۰۱۱	۰/۰۸۸	<۰/۰۰۱
زندگی	گروه	۱۹۸۰/۸۱۶	۱	۱۹۸۰/۸۱۶	۲/۱۳۹	۰/۹۱۱	۱	<۰/۰۰۱

1- Hoteling's Trace

2- Roy's Largest Rot

خطا	۱۳۲۴/۲۲۲	۱۴۸	۱۳۲۴/۲۲۲	-	-	-	-
-----	----------	-----	----------	---	---	---	---

نتایج مندرج در جدول شماره ۶ نشان می‌دهد که تحلیل کوواریانس یک‌راهه متغیر کیفیت زندگی ( $F=2/139$  و  $p<0/001$ ) معنی دار می‌باشند. بر این اساس تفاوت در بین استفاده کنندگان از فضای مجازی و غیر عضو تفاوت وجود دارد. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۹۱ درصد تفاوت دو گروه از نظر متغیر کیفیت زندگی مربوط به تفاوت در گروه‌ها است و افراد در گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی از نظر متغیر کیفیت زندگی با یکدیگر تفاوت دارند.

### جدول ۷. نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های شادکامی گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی

متغیر	منبع واریانس	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	اندازه اثر	توان آماری	سطح معنی داری
پیش فرض	۶۳۱۴/۷۵۴	۱	۶۳۱۴/۷۵۴	۳/۲۹۲	۰/۰۸۵	۰/۰۸۸	<۰/۵۵۸	
گروه	۳۲۳۴/۱۴۰	۱	۳۲۳۴/۱۴۰	۳/۷۳۴	۰/۹۲۵	۱	<۰/۰۰۱	
خطا	۲۴۵۶/۱۱۰	۱۴۸	۲۴۵۶/۱۱۰	-	-	-	-	

نتایج مندرج در جدول شماره ۷ نشان می‌دهد که تحلیل کوواریانس یک‌راهه متغیر شادکامی ( $F=3/734$  و  $p<0/001$ ) معنی دار می‌باشند. تفاوت در بین استفاده کنندگان از فضای مجازی و غیر عضو تفاوت وجود دارد. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۹۲ درصد تفاوت دو گروه از نظر متغیر شادکامی مربوط به تفاوت در گروه‌ها است و افراد در گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی از نظر متغیر شادکامی با یکدیگر تفاوت دارند.

## جدول ۸. نتایج حاصل از تحلیل آنکوا در متن مانکوا بر روی میانگین نمره‌های دزدگی زناشویی گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی

متغیر	منبع واریانس	مجموع	درجه	میانگین	F	اندازه اثر	توان	سطح معنی
	مجذورات	آزادی	مجذورات	مجذورات			آماري	داری
پیش فرض	۱۴۱۶/۲۳۱	۱	۱۴۱۶/۲۳۱	۳/۵۱۸	۰/۰۸۵	۰/۴۲۳	<۰/۰۷۸	
گروه	۲۱۳/۸۴۹	۱	۲۱۳/۸۴۹	۲/۲۱۴	۰/۹۴۳	۱	<۰/۰۰۱	
خطا	۲۶۱۱/۴۰۱	۱۴۸	۲۶۱۱/۴۰۱	-	-	-	-	

نتایج مندرج در جدول شماره ۸ نشان می‌دهد که تحلیل کوواریانس یک‌راهه متغیر سرزندگی ( $F=2/214$  و  $p<0/001$ ) معنی دار می‌باشند. بر این اساس تفاوت در بین استفاده کنندگان از فضای مجازی و غیر عضو تفاوت وجود دارد. به علاوه ضریب اندازه‌ی اثر نشان می‌دهد که ۹۴ درصد تفاوت دو گروه از نظر متغیر دزدگی زناشویی مربوط به تفاوت در گروه‌ها است و افراد در گروه‌های مجازی و غیر عضو گروه‌های مجازی از نظر متغیر دزدگی زناشویی با یکدیگر تفاوت دارند.

### بحث و نتیجه گیری:

هدف از پژوهش حاضر بررسی مقایسه کیفیت زندگی، شادکامی و دزدگی زناشویی زوجین عضو شبکه‌های اجتماعی (مجازی) و زوجین غیر عضو بوده است. نتایج این پژوهش نشان داد که تفاوت معنی داری بین گروه از لحاظ فاکتورهای روانشناختی کیفیت زندگی، شادکامی و دزدگی زناشویی وجود دارد. نتایج کلی به دست آمده نشان می‌دهد که متغیر دزدگی زناشویی با ۹۴ درصد اختلاف بین دو گروه عضو شبکه‌های مجازی و افراد غیر عضو قویترین و مهمترین ارتباط و تفاوت در بین دو گروه را داراست و عامل اثربخشی فضای مجازی بر فاکتورهای روانشناختی تأثیر گذار را مورد ارزیابی قرار می‌

دهد پس از متغیر دلزدگی زناشویی شادکامی با ۹۴ درصد اختلاف بین دو گروه نشان از تأثیر فضای مجازی بین شادکامی افراد استفاده کننده از فضای مجازی را نشان می دهد که زمینه برای انجام تحقیقات بعدی در مورد افسردگی استفاده کنندگان را محقق می سازد و در نهایت عامل محافظت کننده کیفیت زندگی است که با ۹۱ درصد اختلاف بین دو گروه توانسته است نشان از اختلاف قابل قبول بین دو گروه باشد و نشان از نقش موثر فضای مجازی بر کیفیت زندگی افراد باشد و نشان از تأثیر استفاده از فضای مجازی بر فاکتورهای روانشناختی افراد باشد. یافته های پژوهش حاضر در خصوص تأثیر فضای مجازی بر روی متغیرهای پژوهش با نتایج تحقیقات خجیر (۱۳۹۶)، شامانی و همکاران (۱۳۹۵)، طالب پور و همکاران (۱۳۹۶)، فرقانی و همکاران (۱۳۹۷)، بشیر و همکاران (۲۰۱۷)، چاکوار و همکاران (۲۰۱۷)، همسو است با توجه به تحقیقات انجام شده می توان گفت که انسان فطرتاً در سراسر زندگی میل به اجتماعی شدن دارد و معاشرت سالم با دیگران موجبات شادمانی و نشاط را فراهم می آورد اما عوامل مختلفی بر روی این روابط تأثیرگذار است که آن را ناسالم یا محدود می کند. امروزه برای همه کارشناسان و استادان در حیطه ارتباطات و روانشناسی ارتباطات ثابت شده است که فضای مجازی از موارد بسیار مهم برای زندگی اجتماعی است و فضای مجازی می تواند بر عوامل روانشناختی زوجین تأثیر بگذارد. مطمئناً افرادی که به میزان متفاوتی از فضای مجازی استفاده می کنند در طیف پیوستاری از لحاظ ویژگی های شخصیتی و روانشناختی قرار می گیرند فضای مجازی با تبدیل جوامع بسته و ساکن به جوامع باز، تلاش دارد جوامع بسته را به یک جامعه زنده و پویا تبدیل نماید، که در این مسیر تبدیل و تبادلات، جوامع یا به مقاومت نهایی می پردازند و یا ضمن پذیرش بهره گیری از فضای سایبر و فضاهای ایجاد شده توسط آن، نگرانی هایی را در مورد آثار منفی آن ابراز می دارند. بنابراین، تلاش می کنند نسبت به آن کنترل هایی را مانند سانسور کردن از طریق ابزارهایی مثل فیلتر کردن اعمال کنند (کاپلان، ۲۰۱۰). به عبارت دیگر می توان گفت آسیب های روانی ناشی از کاربری نادرست و کنترل نشده و

خلاف قانون از فضای مجازی باعث اختلال در رفتار انسان‌ها شده و جامعه را در رسیدن به فواید بی‌شمار این فناوری نوین ناکام می‌گذارد. این اختلالات انسان‌ها را دچار فرسودگی و ناتوانی کرده و فعالیت‌های روزمره آنان را مختل می‌سازد. و این درحالی است که می‌توان به طور معناداری جایگزین کردن تفریحات سالم و درگیر کردن افراد در فعالیت‌ها و برنامه‌های مثبت، بهترین راهکار برای کاهش آسیب‌های فضای مجازی و در مقابل، افزایش نظارت حوزه‌های سیاسی - امنیتی و ضرورت فیلترینگ به عنوان آخرین و ناکارآمدترین راهکار شناخته شده است. در این تحقیق، یافته‌های به دست آمده بیان‌کننده آن است که استفاده از فضای مجازی اعم از تلگرام، اینستاگرام دارای تأثیرات منفی و مثبت متضادی بر زوجین به ویژه در سه بُعد کیفیت زندگی، شادکامی و دلزدگی زناشویی می‌باشد. بنابراین، مشاهده می‌شود که دشمنان می‌خواهند از طریق جنگ رسانه‌ای و با بهره‌گیری از ابزارهای متنوع و مدرن رسانه‌ای به طور نهان به زیربناهای سرزمین ما آسیب برسانند و بر افکار، عواطف، تمایلات و در نهایت رفتار مخاطبان و به خصوص، بنیان خانواده تأثیر بگذارند همچنین، برگزاری همایش‌هایی در جهت آموزش و توجیه جوانان و دانشجویان در مورد فرصت‌ها و تهدیدات فضای مجازی از دیگر اقدامات در برابر آسیب‌های احتمالی فضای مجازی به شمار می‌رود.



## منابع

- ۱) ادیب راد، نسترن و ادیب راد، مجتبی (۱۳۸۴). «بررسی باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی و عقاید آن در زنان متقاضی طلاق و زنان خواهان ادامه زندگی مشترک»، **تازه ها و پژوهش های مشاوره**، جلد ۴، شماره ۱۳.
- ۲) آذرکیش، مریم (۱۳۹۵). **مقایسه تعهد زناشویی، رضایت از زندگی در زنان شاغل و زنان خانه دار شهرستان دزفول**، پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه علوم تحقیقات اهواز
- ۳) برنشتاین، فیلیپ (۱۹۹۴). **زناشویی درمانی از دیدگاه رفتاری ارتباطی**، ترجمه سید حسن پورعابدی نائینی و غلامرضا منشی (۱۳۹۱)، چاپ دوم، تهران: انتشارات رشد.
- ۴) بل، دیوید (۱۳۹۴). **درآمدی بر فرهنگ های سایبر**، ترجمه مسعود کوثری و حسین حسینی، تهران: انتشارات جامعه شناسان.
- ۵) خجیر، یوسف (۱۳۹۶). «آسیب شناسی استفاده از شبکه های اجتماعی و نرم افزارها ی تلفن همراه در خانواده ایرانی»، **مطالعات راهبردی زنان** (کتاب زنان سابق)، ۲۰(۷۷)، ۱۳۷-۱۰۹.
- ۶) شامانی، اسمعیل؛ واحدی، مهدی و نوروزی، داریوش (۱۳۹۵). «رابطه استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی با هویت جوانان شهر تهران»، **فرهنگ مشاوره و روان درمانی**، ۲۸(۲)، ۱۸۲-۱۶۳.
- ۷) طالب پور، اکبر؛ منصوری، فردین و رستمی، تورج (۱۳۹۶). «تأثیر استفاده غیر متعارف و بی رویه از شبکه های اجتماعی مجازی بر گرایش جوانان به ناهنجاری های اجتماعی»، **بررسی مسائل اجتماعی ایران**، ۸(۲).
- ۸) فرقانی، مهدی و مهاجری، ربابه (۱۳۹۷) «رابطه بین میزان استفاده از شبکه های مجازی و تغییر در سبک زندگی»، **مطالعات رسانه های نوین**، ۴(۱۳)، ۲۹۲-۲۹۵.
- ۹) گاردینر، مایکل (۱۳۸۱). «تخیل معمولی باختین، ترجمه: یوسف اباذری»، **فصلنامه ارغنون**، شماره ۲۰

۱۰) محسنی، منوچهر؛ دوران، بهزاد و سهرابی، محمدهادی (۱۳۸۸). «بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت»، فصلنامه جامعه‌شناسی ایران، دوره ۷، شماره ۴، زمستان.

- 11) Asad, S.; Mamun, A. & Clement, Ch. (2012). The Effect of Social Networking Sites to the Lifestyles of Teachers and Students in Higher Educational Institutions. *International Journal of Basic & Applied Sciences*, 1 (4), 498-510. DOI: 10.14419/ijbas.v1i4.374
- 12) Bashir, H. & Bhat, S.A. (2017). Effects of Social Media on Mental Health: A Review. *International Journal of Indian Psychology*, 4 (3), 125-131. DOI:10.25215/0403.134.
- 13) Bell, David (2007) *Cyberculture Theorists: Manuel Castells and Donna Haraway*. Routledge.
- 14) Brooks, S. (2015). Does Personal Social Media Usage Affect Efficiency and Well-being? *Computers in Human Behavior*, 46, 26-37. DOI:10.1016/j.chb.2014.12.053.
- 15) Chukwuere, J.E. & Chukwuere, P.Ch. (2017). The Impact of Social Media on Social Lifestyle: A Case Study of University Female Students. *Gender & Behaviour*, 15(4), 9966 - 9981.
- 16) Dalsgaard, C.(2008) 'Social networking sites: Transparency in online education', presented at EUNIS 2008 - Vision IT - Visions for use of IT in Higher Education, Århus, 24.6.2008 - 27.6.2008.
- 17) Farhud, A. (2016). *Social Media, Its Positive and Negative Implications on Society*. School of Distance Education University Sains Malaysia.
- 18) Fuchs, Christian (2009) *Social Networking Sites and the Surveillance Society*. Austria Vienna, Forschungsgruppe Unified Theory of Information (Research Group Unified Theory of Information).
- 19) Gündüz, U. (2017). The Effect of social Media on Identity Construction. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 8(5), 85-92. DOI: 10.1515/mjss-2017-0026
- 20) Kaplan, Andreas M. and Haenlein, Michael, (2010) Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media, *Business Horizons*, Vol. 53, Issue 1, p. 59-68.
- 21) McQuail, Denis (2003) *New Horizons for Communication Theory in the New Media Age*. In: Valdivia, Angharad (ed) *N. A Companion to Media Studies*. Blackwell Publishing. pp.40-49.
- 22) Nie, N. H. & Erbring, L. (2002). *Internet and Society: Preliminary Report*. *IT & Society*, 1, 275-283.