

بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام در دانشجویان

شیرین رشیدی^۱، مریم رجبیان ده زیره^۲

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام در دانشجویان است.

مواد و روش‌ها: پژوهش با روش توصیفی- همبستگی انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی که از بین آن‌ها ۱۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی کاروانی (۱۳۹۳)، روابط عاطفی اینترنتی برقی (۱۳۹۴) و سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام ابوالمعالی و موسی زاده (۱۳۹۶) بود.

یافته‌ها: داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون تجزیه و تحلیل شدند. بر اساس یافته‌های پژوهش، بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی با سلامت روان رابطه وجود ندارد ($p > 0.001$). بین روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان و مؤلفه‌های آن رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد ($p < 0.001$). روابط عاطفی اینترنتی ۰/۲۸، سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند.

نتیجه‌گیری: بر این اساس ضروری است دوره‌های آموزشی برای آموزش مهارت‌های ارتباطی سالم و مقابله با تنش‌ها در این روابط و نیز مهارت‌های مدیریت زمان برای دانشجویان برگزار شود.

کلیدواژه‌ها: آموزه‌های اسلام، احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی، دانشجویان، روابط عاطفی اینترنتی، سلامت

روان

۱. نویسنده مسئول. استادیار گروه فلسفه تعلیم و تربیت، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران
۲. دکتری تکنولوژی آموزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

مقدمه

از بحث‌های مهم در اسلام و سایر ادیان الهی، سلامت جسم و روان انسان است. بر اساس آثار و منابع معتبر اسلامی، سلامت جسم و روان انسان در کلمات پیامبر اسلام (ص) و آیات قرآن و کلام ائمه معصومین (علیهم‌السلام) مورد توجه جدی قرار گرفته است. از سوی دیگر، موضوع سلامت در تاریخ بشریت به‌گونه‌ای قابل‌تصور برای جوامع بشری مورد توجه دانشمندان علوم تجربی اعم از طب سنتی و طب جدید قرار گرفته است. به‌عنوان مثال، در طب سنتی، دانشمندانی مانند ابن‌سینا، زکریای رازی و سید اسماعیل جرجانی اولین پزشکان ایرانی دانشگاه جندی‌شاپور اهواز بودند که با وجود دسترسی به امکانات محدود در آن زمان، در ارتقای سلامت انسان نقش داشتند (۱). اختلالات روانی، بیماری‌های روانی هستند که به دلیل ناتوانی فرد در مقابله با مشکلات ایجاد می‌شود. سلامت روان ارتباط تنگاتنگی با خواسته‌ها و نیازهای فرد، مشکلات زندگی تجربه‌شده و نقش فرد در محیط دارد. اختلالات سلامت روان بر بهره‌وری پایین فرد تأثیر داشتن و بر سلامت جسمی مؤثر بوده و در بدترین حالت باعث مرگ می‌شود. برای حل این مشکل، درمان پزشکی و ایجاد شرایط روانی عالی برای افزایش سلامت روان مورد نیاز است (۲). دین روشی از زندگی است که به انسان جهت می‌دهد تا بتواند زندگی خوبی داشته باشد و به سعادت دنیا و آخرت برسد. با دین، انسان دستی بر زندگی خواهد داشت. از دیدگاه اسلام، سلامتی تنها سلامت جسمانی را در بر نمی‌گیرد، بلکه شامل سلامت روانی نیز می‌شود. اسلام یک سبک زندگی جامع و شامل همه ابعاد زندگی است. اسلام برای رسیدن به شادی و آرامش در زندگی بر سلامت روان تأثیر می‌گذارد. مسلمانی که به دین پایبند باشد در هنگام ناامیدی، احساس ناامیدی نمی‌کند و با آرامش و استواری با آن روبرو می‌شود زیرا معتقدند زندگی معنادار است. این باورها باعث شده یک مسلمان و

مؤمن همچنان از سلامت روانی خوبی برخوردار باشد زیرا در هنگام بروز مشکل از اضطراب، افسردگی و استرس جلوگیری می‌کند (۳). اسلام پیروان خود را با ارزش‌های رفتاری، اخلاقی و اجتماعی راهنمایی می‌کند و به آن‌ها کمک می‌کند در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا صبور باشند و راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌ای را استفاده کنند (۴). حوزه سلامت روان از منظر قرآن و روایات گسترده‌تر از آن چیزی است که در روانشناسی مدرن وجود دارد. از نظر قرآن و احادیث، انسان دارای دو بعد است: یکی بعد زمینی و جسمانی و مادی و دیگری بعد آسمانی، ملکوتی، ماورایی و معنوی. بدن انسان نیازهای مادی زمینی دارد، اما روح انسان نیازهای ماورایی، آسمانی و ملکوتی دارد. از منظر قرآن و احادیث، شناخت انسان و نیازها و انگیزه‌های او با توجه به هر دو بعد محقق می‌شود و سلامت روان زمانی تأمین می‌شود که افکار، رفتار و همه ابعاد وجودی او متعادل باشد؛ به‌عبارت‌دیگر، سلامت روان از دیدگاه قرآن و احادیث به حالتی اطلاق می‌شود که انسان با رفع موانع بلوغ و کمال و تأمین معقول نیازهای جسمی و روحی خود طبق قوانین وحی الهی، به سلامت جسمی و روانی دست یابد. هر چیزی که این تعادل را به خطر بیندازد، از دیدگاه قرآن و حدیث، مخرب تلقی می‌شود، اگرچه روان‌شناسی مدرن ممکن است آن را مخرب نداند (۵). روان‌پزشکی، مطالعه و درمان بیماری‌های روانی، اختلالات عاطفی و رفتارهای غیرعادی بوده و روان‌پزشکان اغلب بر آسیب‌شناسی روانی تمرکز می‌کنند که به مطالعه علمی بیماری‌های روانی از جمله افسردگی و اختلالات اضطرابی اشاره دارد. در مقابل، روانشناسان به مطالعه سلامت و بهزیستی روان‌شناختی می‌پردازند؛ بنابراین، می‌توانیم ببینیم که سلامت روان هم شامل اختلالات روانی (آسیب‌شناسی روانی) و هم پیامدهای روان‌شناختی مثبت می‌شود. سلامتی یک مفهوم اساسی در زندگی انسان است و دارای ابعاد مختلفی از جمله سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی است.

از سوی دیگر، سلامت نیز نیاز اساسی انسان و لازمه انجام فرایض دینی است (۷-۶). موضوع سلامت از ابتدای زندگی بشر همواره مورد توجه بوده و به اشکال مختلف تعریف شده است. از نظر ابن سینا (ابوعلی سینا) سلامتی به معنای حالت و طبیعتی است که در آن بدن به درستی عمل می‌کند (۸). سازمان بهداشت جهانی سلامت را این‌گونه تعریف می‌کند: «حالت رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی که بیماری یا ناتوانی نباشد (۷).

کودکان و جوانان به دلیل تنها بودن و نداشتن ارتباطات اجتماعی و حمایت کافی، تمایل بیشتری به استفاده از شبکه‌های مجازی دارند (۹)، استفاده از فناوری‌های نوین ارتباطی به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی در دهه‌های اخیر ما را وارد عصر و جامعه جدیدی کرده است. جامعه‌ای که دانیل بل آن را جامعه فرا صنعتی، تادا اومسو، جامعه شبکه‌ای و کاستل، جامعه اطلاعاتی نامید (۱۰). با توسعه روزافزون فناوری‌های ارتباطات الکترونیکی مانند شبکه‌های ماهواره‌ای و اینترنتی و تأثیر آن‌ها بر بسیاری از جنبه‌های اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و اقتصادی، جامعه دستخوش تغییرات اساسی شده است. برخی از محققان، از جمله جوزف نی، شبکه‌های اجتماعی مجازی را بعد جدیدی از قدرت در قرن بیست و یکم نامیده‌اند (۱۱-۱۲). امروزه تحولی گسترده در عرصه ارتباطات و اطلاع‌رسانی در حال وقوع است؛ این تحول که بسیاری آن را تحول انقلابی در عرصه ارتباطات و شروع پارادایمی جدید در زندگی جوامع امروزی می‌خوانند، ظهور و توسعه حیرت‌آور رسانه‌های نوین در جهان امروز است که در زمانی کوتاه در سراسر جهان گسترش یافته و مهم‌ترین شکل و آشکارترین محصول آن اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی است (۱۳). قرن بیست و یکم عصر گسترش سریع شبکه‌های اجتماعی در اینترنت است (۱۴). برخلاف رسانه‌های سنتی که در آن کاربران گیرندگان منفعل هستند، رسانه‌های اجتماعی مردم را

قادر می‌سازند تا محتوا را ایجاد و به اشتراک بگذارند. از این رو، به‌وسیله‌ای محبوب برای تعامل اجتماعی تبدیل شده است (۱۵). باین وجود، این محبوبیت به تغییرات چشمگیری در سبک زندگی افراد منجر شده است (۱۶). بر اساس برخی گزارش‌ها، ۵۲۱ میلیون کاربر جدید تا آوریل ۲۰۲۱ به شبکه‌های اجتماعی پیوسته‌اند (۱۷) و اکثریت آن‌ها جوان هستند (۱۶) با وجود افزایش استفاده و دسترسی مردم به اینترنت، پیامدهای اجتماعی استفاده طولانی مدت از آن و بحران‌های مرتبط نادیده گرفته شده است (۱۸) شبکه‌های اجتماعی به دلیل شباهت‌های زیادی که با جامعه انسانی دارند، به افراد اجازه می‌دهند تا روابط موجود خود را حفظ کنند، دوستان جدیدی پیدا کنند و اطلاعاتی درباره افرادی که به صورت آفلاین می‌شناسند، کشف کنند که می‌تواند پیامدهای مثبت و منفی داشته باشد (۱۹).

اصطلاح شبکه اجتماعی مبتنی بر وب برای اولین بار در سال ۱۹۶۰ در دانشگاه ایلی نویز در ایالات متحده معرفی شد. در سال ۱۹۹۷، اولین سایت شبکه اجتماعی، Six Degrees، به کاربران اجازه داد تا پروفایل‌هایی برای تهیه فهرستی از دوستان خود ایجاد کنند. گسترش مفهوم کسب‌وکار در شبکه‌های اجتماعی در سال ۲۰۰۲ منجر به ظهور شبکه‌های اجتماعی مانند LinkedIn، Orkut، Esther Friend و رشد قارچ گونه این سایت‌ها در فضای مجازی شد. در سال (۲۰۰۶) دسترسی عمومی به فیس‌بوک آزاد شد زیرا قبل از آن، این سایت تنها به‌عنوان پایلوت در دانشگاه هاروارد مورد استفاده قرار گرفت. توییت نیز در همان سال وارد عرصه رسانه‌های اجتماعی شد (۲۰). مفهوم شبکه‌های اجتماعی در ایران از حدود سال ۱۳۸۳ با حضور شبکه خارجی اورکات در بین کاربران ایرانی رواج یافت و در مدت کوتاهی چنان رشد کرد که پس از برزیل و آمریکا، ایران سومین کشور در استفاده از اورکات شد (۲۱). شبکه‌های اجتماعی مجازی برخلاف دیگر پدیده‌های جدید فناوری



بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی...

اطلاعات، تعریف جامعی ندارند. با این حال، اکثر محققان و محققان از شبکه‌های اجتماعی مجازی به عنوان مکان‌های مجازی برای برقراری ارتباط و اشتراک‌گذاری محتوایی یاد می‌کنند که تمامی جنبه‌های زندگی مردم را تحت تأثیر قرار داده است. شبکه‌های اجتماعی مجازی ارتباطات اجتماعی را در فضای اینترنت تقویت و گسترش می‌دهند. کاربران، اطلاعاتی مانند عکس‌ها، اطلاعات شخصی، علایق و محل کار را در صفحه شخصی خود قرار می‌دهند و ارتباطات فضای مجازی را تقویت و گسترش می‌دهند (۲۲). شبکه‌های اجتماعی مجازی انواعی از رسانه‌های اجتماعی هستند که بیشترین شباهت را به جامعه انسانی دارند و صرف‌نظر از محدودیت‌های زمانی، مکانی، سیاسی و فرهنگی، امکان ارتباط با افراد زیادی را فراهم می‌کنند (۲۳). از این رو آسیب‌های استفاده از شبکه‌های اجتماعی که مدت زیادی از وجود آن‌ها نمی‌گذرد به موضوعی مورد توجه بسیاری از محققان تبدیل شده است. با رشد شبکه‌های اجتماعی مجازی، نگرانی جدی در مورد استفاده و وابستگی بیش‌ازحد افراد به‌ویژه نوجوانان و جوانان به این شبکه‌ها وجود دارد (۲۴). تحقیقات نشان می‌دهد که تقریباً ۳۰۱ میلیون نفر در سراسر جهان از وابستگی شدید به شبکه‌های اجتماعی رنج می‌برند. این وابستگی به‌طور قابل توجهی فعالیت‌های روزانه فرد را مختل می‌کند (۲۵). بر اساس نظریه‌های جدید، اتکا به شبکه‌های اجتماعی به استفاده بیش‌ازحد از این شبکه‌ها اطلاق می‌شود که باعث بی‌قراری در صورت عدم دسترسی و ترس از نبود این شبکه‌ها می‌شود (۲۶). اعتیاد به اینترنت با علائمی مانند اضطراب و افکار وسواسی همراه است، وابستگان در فعالیت‌های روزانه خود مشکل دارند و نمی‌توانند عدم دسترسی خود را به استفاده از رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی کنترل کنند (۲۷-۲۸). رابین آل و همکاران (۲۰۱۳) دریافت که درگیر شدن در شبکه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک، دسترسی به اشکال

مختلف حمایت را تسهیل می‌کند که نقش محافظتی در برابر مشکلات روانی از جمله استرس ایفا می‌کند و چندین مسیر را توصیف می‌کند که از طریق آن‌ها مشارکت در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند بر بهزیستی روانی تأثیر بگذارد (۲۹).

در عصر فناوری اطلاعات، اینترنت مؤثرترین عامل و تأثیر زیادی بر زندگی روزمره انسان داشته است. با توجه به ماهیت متنوع اینترنت و مزایای آن، استفاده از آن بسیار گسترده‌تر شده است. اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی به یک رسانه مهم برای ایجاد، توسعه و حفظ ارتباط و دوستی بین افراد از نقاط مختلف جهان تبدیل شده است. فضای مجازی بخشی از واقعیت است و بنابراین نباید آن را کاملاً متضاد با فضای واقعی دانست (وانگ و همکاران، ۲۰۱۷). ارتباط عاطفی با رسانه‌های اجتماعی، استفاده بیش‌ازحد و مرور غیرفعال با کاهش رفاه اجتماعی و پیامدهای سلامت روان ضعیف‌تر همراه است (۳۰-۳۲). روابط عاطفی اینترنتی، ارتباط بین فردی از طریق اینترنت است که شامل تنوعی از روابط صمیمی با عناوین دل‌بستگی، اعتماد، عشق، روابط نزدیک و ارتباطات رمانتیک در شبکه‌های اجتماعی مجازی اینترنتی می‌شود (۳۳). استفاده از اینترنت دارای مزایای دسترسی به اطلاعات به‌صورت آسان، سریع و ارزان است. با این حال مشکلات خاصی همچون کاهش عملکرد تحصیلی و روابط خانوادگی به همراه داشته و استفاده بیش‌ازحد اینترنت با عملکرد خانوادگی ارتباط وجود دارد (۳۴). اگرچه تجربه عاطفی می‌تواند برای بقای ما مفید باشد پاسخ‌های ما به تجربیات عاطفی مان ممکن است همیشه سازگار نباشد، بلکه می‌تواند در عوض منجر به آسیب روانی شود (۳۴).

رستم بگی و همکاران (۱۴۰۲) پژوهشی با عنوان بررسی رابطه شبکه‌های اجتماعی با سلامت روان دانش‌آموزان دوره ابتدایی انجام دادند. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که متغیرهای عضویت در شبکه‌های اجتماعی مجازی، میزان

استفاده از اینترنت و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با سلامت روان دانش‌آموزان مرتبط بوده و استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی سبب تنبلی‌های جسمی، تقویت کم‌تحرکی و کاهش روابط با دیگران در دنیای واقعی و در نتیجه انزوای اجتماعی و افسردگی می‌شود (۳۵). ابراهیمی ناصری و همکاران (۱۴۰۱) پژوهشی با عنوان بررسی روابط ساختاری سلامت روان بر اساس اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با میانجی‌گری سبک‌های نظارتی والدین در دانش‌آموزان مقطع متوسطه انجام دادند. نتایج نشان می‌دهد اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه منفی و معناداری با سلامت روان و سبک نظارتی والدین دارد. یافته‌های پژوهش دلالت بر رابطه مثبت و معنادار سبک نظارتی والدین با سلامت روان دارد. همچنین سبک‌های نظارتی والدین می‌تواند نقش میانجی را درباره اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان ایفا کند؛ بنابراین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند ریسک افسردگی و اضطراب را در نوجوانان افزایش دهد (۳۶). جعفری (۱۴۰۰) پژوهشی با عنوان رابطه استفاده از شبکه‌های اجتماعی با سلامت روان دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر تهران انجام دادند. نتایج نشان داد که بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و سلامت روان (مشکلات جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی) دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه اردبیل رابطه معنی‌داری وجود دارد. لذا استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی سبب تنبلی‌های جسمی، تقویت کم‌تحرکی و کاهش روابط با دیگران در دنیای واقعی و در نتیجه انزوای اجتماعی و افسردگی می‌شود (۳۷). محی (۱۴۰۰) پژوهشی با عنوان نقش شبکه‌های اجتماعی در میزان سلامت روان، بهزیستی ذهنی و شادکامی دانش‌آموزان پایه متوسط اول و دوم بخش سیلوانا انجام دادند. نتایج نشان داد استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر سلامت روان و شادکامی دانش‌آموزان دوره اول و دوم متوسطه سیلوانا تأثیر

منفی معنادار دارد (۳۸). استیگر و همکاران (۲۰۲۳) پژوهشی با عنوان اهمیت حضور چهره به چهره از ارتباطات دیجیتال برای سلامت روان در طول همه‌گیری انجام دادند. همچنین ارتباط مبتنی بر متن دیجیتال (به‌عنوان مثال، ایمیل، واتساپ، پیامک) با این وجود به‌طور معناداری با سلامت روان مرتبط بوده و هر دو ارتباط متنی چهره به چهره و دیجیتال بیشتر از فعالیت فیزیکی یا بیرون از خانه، سلامت روان را پیش‌بینی می‌کنند (۳۹). علیوردی و همکاران (۲۰۲۲) پژوهشی با عنوان شبکه‌های اجتماعی و روابط عاطفی اینترنتی بر سلامت روان و کیفیت زندگی در دانش‌آموزان: مدل‌سازی معادلات ساختاری انجام دادند. نتایج نشان داد استفاده از اینترنت و شبکه‌های مجازی، روابط عاطفی اینترنتی و وضعیت نامطلوب اجتماعی-اقتصادی با نمرات بالاتر اضطراب، افسردگی و استرس و کاهش کیفیت زندگی در دانش‌آموزان همراه بود (۴۰). تیاگی و مینا (۲۰۲۲) پژوهشی با عنوان شبکه اجتماعی آنلاین و رابطه آن با سلامت روان و هوش هیجانی در دانشجویان دختر انجام دادند. نتایج نشان داد که بین شبکه‌های اجتماعی آنلاین، سلامت روان و هوش هیجانی رابطه معناداری وجود دارد (۴۱). چن و همکاران (۲۰۲۲) پژوهشی با عنوان شبکه‌های اجتماعی آنلاین و سلامت روان در میان بزرگسالان مسن انجام دادند. نتایج نشان داد شبکه‌های اجتماعی آنلاین با سلامت روان رابطه دارد (۴۲). ژانگ و ژانگ (۲۰۲۱) پژوهشی با عنوان رابطه بین استفاده از اینترنت و سلامت روان در میان سالمندان در چین: نقش میانجی ورزش بدنی انجام دادند. یافته‌های ما نشان می‌دهد که استفاده از اینترنت به‌طور قابل‌توجهی با وضعیت سلامت روان بهتر برای ساکنان چینی مسن‌تر همراه است (۴۳).

انسان موجودی اجتماعی است. ما برای پیشرفت در زندگی به همراهی دیگران نیاز داریم و استحکام ارتباطات ما تأثیر زیادی بر سلامت روان و شادی ما دارد. ارتباط اجتماعی

بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی...

با دیگران می‌تواند استرس، اضطراب و افسردگی را کاهش دهد، از تنهایی جلوگیری کند و حتی سال‌ها به زندگی شما بیفزاید. از طرف دیگر، فقدان ارتباطات اجتماعی قوی می‌تواند سلامت روانی و عاطفی شما را با خطر جدی مواجه کند. در دنیای امروز، بسیاری از ما برای یافتن و ارتباط با یکدیگر به پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک، توئیتر، اسنپ چت، یوتیوب و اینستاگرام متکی هستیم. درحالی‌که هرکدام مزایای خود را دارند، مهم است که به یاد داشته باشید که رسانه‌های اجتماعی هرگز نمی‌توانند جایگزینی برای ارتباط انسانی در دنیای واقعی باشند. تحریک هورمون‌هایی که استرس را کاهش می‌دهند و باعث می‌شوند احساس شادی، سلامت و مثبت‌تری داشته باشید، نیاز به تماس حضوری با دیگران دارد. پژوهش حاضر به دنبال بررسی این سؤال است که آیا بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و روابط عاطفی اینترنتی بر سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلامی دانشجویان رابطه وجود دارد؟ اطلاعات به دست آمده از این تحقیقات می‌تواند به سازمان‌ها و مراکز مربوطه کمک کند تا برنامه‌ها و راهکارهایی برای پیشگیری از تأثیرات منفی و ارائه پشتیبانی بهتر به دانشجویان طراحی کنند. این تحقیقات می‌تواند به بهبود مفهوم امنیت در فضای مجازی و حفظ حریم خصوصی در روابط عاطفی آنلاین کمک کند و دانشجویان را از مخاطرات احتمالی آگاه سازد.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر با روش توصیفی-همبستگی انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی که از بین آن‌ها ۱۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری پژوهش شامل پرسشنامه احساس آزادی شبکه‌های اجتماعی مجازی و روابط عاطفی اینترنتی و سلامت روان مبتنی بر

آموزه‌های اسلام بود.

پرسشنامه احساس آزادی شبکه‌های اجتماعی مجازی: پرسشنامه احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی توسط کاروانی (۱۳۹۳) به منظور سنجش میزان احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه تک مؤلفه‌ای دارای ۱۰ گویه است. مقیاس پرسشنامه لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً موافقم ۱، موافقم ۲، نظری ندارم ۳، مخالفم ۴ و کاملاً مخالفم ۵ است. در پژوهش کاروانی (۱۳۹۳) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است (۴۴).

پرسشنامه روابط عاطفی اینترنتی: پرسشنامه روابط عاطفی اینترنتی توسط برقی ایرانی و عزیز (۱۳۹۴) به منظور سنجش روابط عاطفی اینترنتی طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۲۸ سؤال و پنج مؤلفه اعتماد سؤالات ۱۷ الی ۲۸، صداقت، لذت بردن سؤالات ۱ تا ۳، تمایل به رابطه جنسی سؤالات ۴، ۱۱ و ۱۲ و ترجیح رابطه مجازی سؤالات ۵ تا ۱۰ است و بر اساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت با سؤالاتی مانند (از برقراری رابطه دوستی در اینترنت لذت می‌برم.) به سنجش روابط عاطفی اینترنتی می‌پردازد. گزینه کاملاً مخالفم امتیاز ۱، مخالفم ۲، ممتنع ۳، موافقم ۴ و کاملاً موافقم ۵ است. در پژوهش برقی ایرانی و عزیز (۱۳۹۲) روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش برقی ایرانی و عزیز (۱۳۹۲) برای این پرسشنامه ۰/۹۰ برآورد شد که نشان از پایایی مطلوب است (۳۳).

پرسشنامه سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام: پرسشنامه سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلامی توسط ابو المعالی و موسی زاده (۱۳۹۶) به منظور سنجش سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلامی طراحی و تدوین شده است (۴۵). این پرسشنامه توسط موسی زاده و همکاران (۱۳۹۸) به منظور

ملاکی این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است. در پژوهش موسی زاده و همکاران (۱۳۹۸) برای این پرسشنامه بالای ۰/۷۰ برآورد شد که نشان از پایایی مطلوب است (۴۶).

سنجش سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلامی در مریبان مهدکودک اعتبار یابی شده است. این پرسشنامه دارای ۳۰ سؤال و دو مؤلفه ایمان به خدا سوالات ۱ الی ۲۳ و کنترل خود سوالات ۲۴ الی ۳۰ است و بر اساس طیف لیکرت کاملاً مخالفم ۱، مخالفم ۲، موافقم ۳، کاملاً موافقم ۴ می‌پردازد. در پژوهش موسی زاده و همکاران (۱۳۹۸) روایی محتوایی و صوری و

یافته‌های پژوهش

جدول ۱. ویژگی جمعیت شناختی نمونه مورد بررسی

جنس	فراوانی	درصد
زن	۱۲۸	۸۵/۳
مرد	۲۲	۱۴/۷
مدرک تحصیلی	فراوانی	درصد
کارشناسی	۷۷	۵۱/۳
کارشناسی ارشد	۵۴	۳۶/۰
دکتری	۱۹	۱۲/۷

جدول ۲. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار	واریانس	کجی	کشیدگی
احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی	۱۶	۳۶	۲۶/۰۷	۳/۹۵	۱۵/۶۵	-۰/۱۴۳	-۰/۰۸۵
روابط عاطفی اینترنتی	۲۷	۱۱۰	۵۸/۸۶	۱۹/۵۸	۳۸۳/۷۰	۰/۱۴۵	-۰/۰۸۵
لذت بردن	۳	۱۵	۶/۳۴	۲/۶۷	۷/۱۷	۰/۴۸۲	-۰/۴۶۹
تمایل به رابطه جنسی	۳	۱۵	۷/۱۳	۲/۶۴	۶/۹۹	۰/۱۲۹	-۰/۲۸۰
صداقت	۴	۱۹	۸/۷۹	۳/۸۴	۱۴/۸۳	۰/۲۳۹	-۰/۹۴۳
ترجیح رابطه مجازی	۶	۲۴	۱۳/۰۷	۳/۹۱	۱۵/۳۵	۰/۰۷۱	-۰/۳۸۲
اعتماد	۱۱	۴۵	۲۳/۵۰	۸/۸۵	۷۸/۴۸	۰/۲۳۴	-۰/۹۲۲
سلامت روان مبتنی بر اسلام	۵۴	۱۰۷	۸۹/۵۰	۱۱/۵۵	۱۳۳/۴۱	-۰/۸۹۰	-۰/۴۰۸
ایمان به خدا	۴۳	۹۲	۷۶/۷۷	۱۲/۳۸	۱۵۳/۴۴	-۰/۷۷۹	-۰/۰۰۶
کنترل خود	۷	۲۷	۱۲/۷۲	۳/۷۶	۱۴/۱۸	۰/۸۸۷	-۰/۸۵۱

بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی...

روابط عاطفی اینترنتی لذت بردن به ترتیب ۶/۳۴ و ۲/۶۷، میانگین و انحراف معیار تمایل به رابطه جنسی به ترتیب ۷/۱۳ و ۲/۶۴، میانگین و انحراف معیار صداقت به ترتیب ۸/۷۹ و ۳/۸۴، میانگین و انحراف معیار ترجیح رابطه مجازی به ترتیب ۱۳/۰۷ و ۳/۹۱، میانگین و انحراف معیار اعتماد به ترتیب ۲۳/۵۰ و ۸/۸۵، میانگین و انحراف معیار سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام به ترتیب ۸۹/۵۰ و ۱۱/۵۵، میانگین و انحراف معیار مؤلفه سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام ایمان به خدا به ترتیب ۷۶/۷۷ و ۱۲/۳۸ و میانگین و انحراف معیار کنترل خود به ترتیب ۱۲/۷۲ و ۳/۷۶ بود.

جدول ۱ ویژگی جمعیت شناختی نمونه مورد بررسی را نشان می‌دهد که از نظر جنسی، زنان ۱۲۸ نفر و مردان ۲۲ نفر بودند و درصد زنان ۸۵/۳ از مردان ۷/۱۴ بیشتر بود در نتیجه تعداد زنان در این پژوهش بیشتر از مردان بود. در مدرک تحصیلی، کارشناسی ۷۷ نفر، کارشناسی ارشد ۵۴ نفر، دکتر ۱۹ نفر بودند و درصد کارشناسی ۵۱/۳ بیشتر از کارشناسی ارشد ۳۶/۰ و دکتری ۱۲/۷ بود.

جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار متغیر احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی به ترتیب ۲۶/۰۷ و ۳/۹۵، میانگین و انحراف معیار روابط عاطفی اینترنتی به ترتیب ۵۸/۸۶ و ۱۹/۵۸، میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های

جدول ۳. ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام و مؤلفه‌های آن

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معنی داری
احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام	-۰/۰۸	۰/۳۱
احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی با ایمان به خود	-۰/۰۳	۰/۶۵
احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی با کنترل خود	-۰/۰۱	۰/۰۹

جدول ۴. ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام و مؤلفه‌های آن

متغیر	ضریب همبستگی	سطح معنی داری
روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام	-۰/۲۸	۰/۰۱
روابط عاطفی اینترنتی با ایمان به خود	-۰/۳۵	۰/۰۱
روابط عاطفی اینترنتی با کنترل خود	-۰/۳۰	۰/۰۱

سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام و مؤلفه‌های آن (ایمان به خدا و کنترل خود) در سطح معنی داری ۰/۰۱ $p >$ رابطه معناداری وجود ندارد ($p > ۰/۰۱$).

جدول ۳ نشان می‌دهد با توجه به ضریب همبستگی پیرسون سطح معناداری بالاتر از ۰/۰۱ است و در نتیجه بین متغیر احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی با

جهت این رابطه منفی و شدت رابطه متوسط است به این معنی که هرچه روابط عاطفی اینترنتی دانش آموزان بیشتر شود، سلامت روان و مؤلفه‌های آن (ایمان به خدا و کنترل خود) کاهش می‌یابد.

جدول ۴ با توجه به ضریب همبستگی پیرسون سطح معناداری پایین از ۰/۰۱ را نشان می‌دهد و در نتیجه بین متغیر روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام و مؤلفه‌های آن (ایمان به خدا و کنترل خود) در سطح معنی‌داری ۰/۰۱ $p >$ رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0/01$).

جدول ۵. ضرایب استاندارد، غیراستاندارد و آماره T متغیرهای وارد شده در معادله رگرسیون

متغیر پیش‌بین	ضرایب رگرسیون		T آماره	سطح معنی‌داری
	استاندارد نشده	استاندارد شده Beta		
احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی	-۰/۳۰۷	-۰/۱۰۵	-۱/۳۰۴	۰/۱۹
روابط عاطفی اینترنتی	-۰/۱۶۸	-۰/۲۸۵	-۳/۵۴۱	۰/۰۰۱

جدول ۶. نتایج رگرسیون پیش‌بینی سلامت روان بر اساس احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	سطح معناداری
رگرسیون	۱۳۸/۳۶۹	۱	۱۳۸/۳۶۹	۱/۰۳۷	۰/۰۸	۰/۰۰۷	۰/۰۰۰	۰/۳۱
باقیمانده	۱۸۹۳۹/۶۳۱	۱۴۲	۱۳۳/۳۷۸					
کل	۱۹۰۷۸/۰۰۰	۱۴۳						

ندارد و بنابراین قادر به پیش‌بینی سلامت روان نیست. بر طبق جدول شماره ۷، مدل رگرسیون معنی‌دار است؛ یعنی متغیر روابط عاطفی اینترنتی بر متغیر ملاک تأثیر معنادار داشته و قادر به پیش‌بینی سلامت روان است.

طبق جدول ۵ روابط عاطفی اینترنتی ۰/۲۸، سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند. همان‌طور که در جدول شماره ۶ مشاهده می‌شود مدل رگرسیون معنی‌دار نیست؛ یعنی متغیر احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی بر متغیر ملاک تأثیر معنادار

جدول ۷. نتایج رگرسیون پیش‌بینی سلامت روان بر اساس روابط عاطفی اینترنتی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	سطح معناداری
رگرسیون	۱۴۷۵/۲۵۳	۱	۱۴۷۵/۲۵۳	۱۱/۹۰	۰/۲۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۰۱
باقیمانده	۱۸۹۳۹/۶۳۱	۱۴۲	۱۳۳/۳۷۸					
کل	۱۹۰۷۸/۰۰۰	۱۴۳						

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و روابط عاطفی اینترنتی با سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی بودند که از میان آن‌ها ۱۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند.

نتایج فرضیه اول پژوهش نشان داد بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی و سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام رابطه وجود ندارد. نتایج این پژوهش با پژوهش رستم بگی و همکاران (۳۵)، ابراهیمی ناصری و همکاران (۳۶)، جعفری (۳۷)، بگی و همکاران (۳۸)، استیگر و همکاران (۳۹)، علیوردی و همکاران (۴۰)، تیاگی و مینا (۴۱)، چن و همکاران (۴۲)، ژانگ و ژانگ (۴۳) و ناهم‌سو و با پژوهش رما (۴۷) همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت رما (۲۰۲۳) نشان داد هیچ رابطه مستقیمی بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی و سلامت روان جوانان وجود ندارد و به همین ترتیب، انزوای اجتماعی واسطه‌ای نیست که باعث شود رسانه‌های اجتماعی بر سلامت روان جوانان تأثیر منفی بگذارد. میزان تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سلامت روان ممکن است به شدت به فرهنگ، جامعه و شرایط محلی مرتبط باشد. این اختلافات ممکن است باعث ناهم‌سویی در نتایج تحقیقات شود. اختلافات در روش‌شناسی، نمونه‌برداری، ابزارهای استفاده‌شده برای اندازه‌گیری سلامت روانی و معیارهای مورد استفاده ممکن است باعث ناهم‌سویی در نتایج شود. برخی تحقیقات ممکن است متغیرهای میانجی مانند نحوه استفاده، اندازه‌گیری تعداد ساعات استفاده، محتوای مشاهده‌شده و تعاملات در شبکه‌های اجتماعی را در نظر نگیرند. باید توجه داشت که این رابطه میان شبکه‌های اجتماعی و سلامت روانی دانشجویان می‌تواند با توجه به شرایط و وضعیت فردی و محیطی متغیر

باشد. این تضادها می‌تواند ناشی از روش و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و میزان وابستگی عاطفی- اجتماعی ناشی از محدودیت‌های فرهنگی- اجتماعی باشد. استفاده متعادل و هوشمندانه از این شبکه‌ها، پایش زمان صرف شده در آن‌ها و ایجاد تعادل میان زمان مجازی و واقعی می‌تواند به حفظ سلامت روانی دانشجویان کمک کند.

نتایج فرضیه دوم پژوهش نشان داد بین روابط عاطفی اینترنتی و سلامت روان مبتنی بر آموزه‌های اسلام رابطه منفی وجود دارد. نتایج پژوهش با پژوهش رستم بگی و همکاران (۳۵)، ابراهیمی ناصری و همکاران (۳۶)، جعفری (۳۷)، محی (۳۸)، استیگر و همکاران (۳۹)، علیوردی و همکاران (۴۰)، تیاگی و مینا (۴۱)، چن و همکاران (۴۲)، ژانگ و ژانگ (۴۳) همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت سهیلی و ملکیان (۱۳۹۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین سلامت روان و نوع ارتباطات مجازی رابطه معنی‌دار معکوس و منفی وجود دارد. بر اساس مدل معادلات ساختاری متغیر سلامت-روان با ضریب تأثیر ۰/۶۷- با متغیر نوع ارتباطات مجازی رابطه یک‌سویه داشت. متغیر سلامت روان با چهار مؤلفه خود شامل؛ علائم جسمانی، علائم اضطرابی و اختلال خواب، مقیاس کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی به ترتیب با ضرایب تأثیر ۰/۶۸، ۰/۴۶، ۰/۴۴ و ۰/۴۶ رابطه داشت. دوستی‌های آنلاین به عنوان جایگزینی برای تجربیات مثبت و روابط سودمند و پایدار در نظر گرفته می‌شوند (۴۸). محققان دریافته‌اند که احساس کنار گذاشتن از خانواده و جامعه و عدم وجود یک شبکه اجتماعی قوی مانند دوستان، افراد را متقاعد می‌کند تا برای جبران کمبودهای عاطفی خود، روابط آنلاین را دنبال کنند و در نتیجه منجر به سطوح مختلف اعتیاد به اینترنت می‌شود (۴۹). در مطالعه‌ای که علوی و همکاران بر روی دانشجویان دانشگاه انجام دادند، دریافتند بین اختلالات روانی، از جمله افسردگی و وابستگی به اینترنت،

رابطه معناداری وجود دارد که با یافته‌های حاضر همخوانی دارد. علیوردی و همکاران (۲۰۲۲) پژوهشی با عنوان شبکه‌های اجتماعی و روابط عاطفی اینترنتی بر سلامت روان و کیفیت زندگی در دانش‌آموزان: مدل‌سازی معادلات ساختاری انجام دادند. نتایج نشان داد استفاده از اینترنت و شبکه‌های مجازی، روابط عاطفی اینترنتی و وضعیت نامطلوب اجتماعی-اقتصادی با نمرات بالاتر اضطراب، افسردگی و استرس و کاهش کیفیت زندگی در دانش‌آموزان همراه بود (۴۰). روابط عاطفی به‌عنوان ارتباطاتی که بر پایه احساسات، عشق، احترام و ارتباطات عاطفی بین افراد شکل می‌گیرد، تأثیر قابل توجهی بر سلامت روان دارد. روابط عاطفی سالم و پایدار به افراد کمک می‌کند تا احساس امنیت، ارتباط اجتماعی مثبت، خودشناسی بهتر و رضایت زندگی بیشتری داشته باشند. از طرف دیگر، روابط عاطفی نامناسب و ناپایدار، علل اصلی برای مشکلات سلامت روانی مانند افسردگی، اضطراب و استرس است. لی و همکاران (۲۰۱۴) گزارش داد که افراد دارای گرایش بیشتر به اینترنت خانواده‌هایی دارند که صمیمیت در آن کمتر و از روابط مناسب کمتری برخوردار هستند و والدین آن‌ها با یکدیگر تعارضات بیشتری دارند و همچنین والدین آن‌ها از تنبیه و مجازات به‌طور افراطی استفاده می‌کنند؛ زیرا دانشجویان دانشگاه احتمالاً با مشکلات و مسائل مختلفی روبرو می‌شوند. زندگی دانشگاهی آن‌ها، تلاش برای کنار آمدن با چنین مشکلاتی و تأمین نیازها می‌تواند نقش مهمی در کیفیت زندگی دانشجویان و سلامت روان آن‌ها داشته باشد (۵۰). طبق نظریه توسعه روانی اجتماعی اریکسون، دانشجویان دانشگاه یا جوانان بزرگسال در دوره رشد به سر می‌برند که تحت تأثیر تعارض صمیمیت در مقابل انزوا است؛ بنابراین، دوره بزرگسالی جوان که شامل سال‌های دانشگاه نیز می‌شود، دوره‌ای است که در آن وظایف رشد بلوغ تثبیت می‌شود، یعنی هویت شکل می‌گیرد و روابط نزدیک برقرار

می‌شود. بزرگسالانی که به دلیل اضطراب برای از دست دادن هویت خود رابطه صمیمی برقرار نمی‌کنند یا از روابط صمیمی اجتناب می‌کنند، ممکن است احساس انزوا داشته باشند (۵۱). از این لحاظ، وظایف رشد مانند شکل‌گیری هویت و ایجاد روابط نزدیک ممکن است دو عامل اصلی استرس برای دانشجویان دانشگاه باشد. این عوامل استرس می‌تواند باعث شود که افراد در محیطی که در آن می‌توانند به راحتی به اینترنت دسترسی داشته باشند، رفتار مشکل‌زا با اینترنت داشته باشند یا به دنبال برقراری روابط عاطفی در اینترنت باشند (۵۲). برای رشد شخصیت سالم، بزرگسالان جوان باید با ایجاد مهارت در برقراری روابط نزدیک با دیگران، بر این تعارض رشد غلبه کنند. داشتن مهارت‌های ارتباطی مؤثر می‌تواند به‌عنوان یک عامل اساسی در ایجاد هویت و ایجاد روابط نزدیک که از خصوصیات رشد جوانان بزرگسال است، قلمداد شود. از این نظر، مهارت‌های ارتباطی ناکارآمد بزرگسالان جوان ممکن است مشکلات مختلفی در زندگی آن‌ها ایجاد کند و یک عامل خطر مهم برای استفاده از اینترنت و محتوای آن باشد.

از محدودیت‌های پژوهش می‌توان گفت این پژوهش بر روی دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی انجام گرفت، بنابراین نتایج آن قابل تعمیم به سایر گروه‌ها نیست. کمبود منابع در مورد متغیر روابط عاطفی اینترنتی یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش است. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی پژوهش حاضر بر روی طیف وسیعی از افراد در گروه‌های سنی مثل نوجوانان، زوجین در معرض طلاق و دارای تعارضات زناشویی انجام گیرد. پیشنهاد می‌شود برنامه‌هایی برای مداخله و پیشگیری از تأثیرات منفی روابط عاطفی آنلاین بر سلامت روان مثل آموزش مهارت‌های ارتباطی سالم و مقابله با تنش‌ها در این روابط برای دانشجویان برگزار شود. کارگاه‌ها، سخنرانی‌ها و جلسات آموزشی برای دانشجویان



بررسی رابطه بین احساس آزادی در شبکه‌های اجتماعی مجازی...

در مورد رفتارهای سالم و مسئولانه در روابط آنلاین، افزایش آگاهی درباره مسائل امنیتی، حفظ حریم خصوصی و تعاملات سالم برگزار شود. مهارت‌های مدیریت زمان و استفاده متعادل از فضای مجازی به منظور حفظ تعادل بین زندگی آنلاین و

فعالیت‌های آفلاین آموزش داده شود. خدمات پشتیبانی مداوم به دانشجویان ارائه شود و محیطی فراهم شود تا امکان صحبت کردن و درخواست کمک را برای هرگونه مسائل روانی یا اجتماعی فراهم شود.

Reference

- Mehraki B, Gholami A. Physical and mental health in Islam. *Middle East Journal of Family Medicine*. 2017 Nov 1;7(10):142.
- Lubis LT, Sati L, Adhinda NN, Yulianirta H, Hidayat B. Peningkatan kesehatan mental anak dan remaja melalui ibadah keislaman. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*. 2019 Oct 16;16(2):120-9.
- Salji I, Fauziah ID, Putri NS, Zuhri NZ. Pengaruh Agama Islam Terhadap Kesehatan Mental Penganutnya. *ISLAMIKA*. 2022 Jan 25;4(1):47-57.
- Bulut S, Hajiyousouf II, Nazir T. Depression from a Different Perspective. *Open Journal of Depression*. 2021 10: 168–180.
- Naseh A. Elements of Mental Health from the Viewpoint of the Quran and Hadiths. *Religious Inquiries*. 2020 Jun 1;9(17):169-89.
- Yousefi Rizi HA, Shirani M. Health promotion in the workplace based on Islamic hygiene guidelines. *Journal of Health System Research*. 2012 Oct 10;8(4):559-69.
- World Health Organization. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: a report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne. 2005; 154-74.
- Yousefi HA, Shirani M. Islamic guidelines in community health promotion. In *Proceedings of the 3rd Tebborreza Scientific Research Conference*. Mashhad, Iran 2011 (pp. 65-9).
- Bonetti L, Campbell MA, Gilmore L. The relationship of loneliness and social anxiety with children's and adolescents' online communication. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2010;13(3):279–85.
- Cueva A, Inga E. Information and communication technologies for education considering the flipped learning model. *Education Sciences*. 2022 Mar 14;12(3):207.
- Ghasemzadeh M. The role of social networks in regional and international developments. *Portals of our policy, public diplomacy and media*. *Journal of educational Evaluation*. 2011;2(8):4-13.
- Fuhse J. *Social networks of meaning and communication*. Oxford University Press; 2021 Oct 8.
- Talebi M, Dehghan H, Norouzi F. Investigating the Role of Using Virtual Social Networks in Family Identity (Case Study: Citizens of Tehran). *Islamic Life Style* 2022; 6 (2):318-328.
- O'Day EB, Heimberg RG. Social media use, social anxiety, and loneliness: a systematic review. *Comput Human Behavior Rep*. 2021;3:100070.
- Ustin L, Jin Y. *Social media and crisis communication*; 2017.
- Kitazawa M, Yoshimura M, Hitokoto H, Sato-Fujimoto Y, Murata M, Negishi K, et al. Survey of the effects of internet usage on the happiness of Japanese university students. *Health Qual Life Outcomes*. 2019;17(1):1–8.
- Tankovska H. *Global social networks ranked by number of users 2021*. 2021. Available from:
- Bowen Zheng GB, Liu H, Lowryc PB. *Corporate crisis management on social media: a morality violations perspective*; 2020.
- Thomas L, Orme E, Kerrigan F. Student loneliness: the role of social media through life transitions. *Comput Educ*. 2020;146:103754.
- Sponcil M, Gitimu P. Use of social media by college students: Relationship to communication and self-concept. *Journal of Technology Research*. 2013 Jul 1;4(1):37-49.
- Qarabaghi H, Yousefi Afrashteh M, Salehi V. Effect of Virtual Social Networks on Veil and Chastity, Religious and Individual Identity, Interacting with Family and Depression and Isolation among the Youth. *Strategic Studies on Youth and Sports*. 2019 Feb 20;17(42):257-72.

22. Bour S, Zhiyan M, R. Bagheri M. Caution to social networks based on maladaptive psychosis and cognitive distortions with the mediation of family emotional atmosphere in students. *Thought and Behavior*. 2020 14: 67-79.
23. Yang C, Liu Z, Tu C, Shi C, Sun M. Network embedding: theories, methods, and applications. *Springer Nature*; 2022 May 31. 15:1-242-169.
24. del Coz JJ, González P, Moreo A, Sebastiani F. Learning to quantify: Methods and applications (LQ 2021). In *Proceedings of the 30th ACM International Conference on Information & Knowledge Management 2021 Oct 26* (pp. 4874-4875).
25. Ozimek P, Förster J. The social online-self-regulation-theory. *Journal of Media Psychology*. 2021 Nov 18.
26. Schuster J, Jörgens H, Kolleck N. The rise of global policy networks in education: analyzing Twitter debates on inclusive education using social network analysis. *Journal of Education Policy*. 2021 Mar 4;36(2):211-31.
27. Shestak V, Gura A, Borisova U, Kozlovskaya D. The Role of Social Networks in the Organization of the Educational Process and Learning. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*. 2021 Nov 1;15(11).
28. Kuss DJ, Griffiths MD, Kuss DJ, Griffiths MD. Internet addiction: a real addiction? *Internet addiction in psychotherapy*. 2015:54-104.
29. Nabi RL, Prestin A, So J. Facebook friends with (health) benefits? Exploring social network site use and perceptions of social support, stress, and well-being. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*. 2013 Oct 1;16(10):721-7.
30. Verduyn P, Ybarra O, Résibois M, Jonides J, Kross E. Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*. 2017 Jan;11(1):274-302.
31. Yuen EK, Koterba EA, Stasio MJ, Patrick RB, Gangi C, Ash P, Barakat K, Greene V, Hamilton W, Mansour B. The effects of Facebook on mood in emerging adults. *Psychology of Popular Media Culture*. 2019 Jul;8(3):198.
32. Richards D, Caldwell PH, Go H. Impact of social media on the health of children and young people. *J Paediatr Child Health*. 2015 Dec 26;51(12):1152-7.
33. Barghi Irani Z, Aziz M. Constructing and validating a questionnaire for measuring emotional relationships on the Internet. *Personality and Individual Differences Quarterly*. 2013; 9 (4): 1-28.
34. Behrang R. The relationship between family functioning and communication skills with online emotional relationships: the mediating role of cognitive emotion regulation strategies. Master's thesis, Shahid Madani University of Azerbaijan. 2020.
35. Roostam Begi M, Nasralhi MT, Shekari M. Investigating the relationship between social networks and the mental health of primary school students. The first international conference of psychology, social sciences, educational sciences and philosophy. 2023.
36. Ebrahimi Naseri S, Toosi D, Zahed Babolan A, Akbari T. Investigating the structural relationships of mental health based on social network addiction mediated by parental supervision styles in high school students. *Journal of Applied Psychological Research*. 2022 Aug 23;13(2):365-80.
37. Jafari, A. The Relationship Between the Use of Social Networking and Mental Health of High School Students at Tehran. *Society Culture Media*, 2021; 10(40): 187-209.
38. Mohi Tayyaba. The role of social networks in the level of mental health, mental well-being and happiness of first and second grade students of Silvana department. Master's thesis. Payam Noor University of West Azarbaijan Province. 2021.
39. Stieger S, Lewetz D, Willinger D. Face-to-face more important than digital communication for mental health during the pandemic. *Scientific Reports*. 2023 May 17;13(1):8022.
40. Aliverdi F, Farajidana H, Tourzani ZM, Salehi L, Qorbani M, Mohamadi F, Mahmoodi Z. Social

- networks and internet emotional relationships on mental health and quality of life in students: structural equation modelling. *BMC psychiatry*. 2022 Dec;22(1):1-0.
41. Tyagi T, Meena S. Online social networking and its relationship with mental health and emotional intelligence among female students. *Clinical Epidemiology and Global Health*. 2022 Sep 1;17:101131.
 42. Chen E, Wood D, Ysseldyk R. Online social networking and mental health among older adults: a scoping review. *Canadian Journal on Aging/ La Revue Canadienne Du Vieillissement*. 2022 Mar;41(1):26-39.
 43. Zhang S, Zhang Y. The relationship between internet use and mental health among older adults in China: the mediating role of physical exercise. *Risk management and healthcare policy*. 2021 Nov 23:4697-708.
 44. Karwani A. Investigating the effect of virtual social networks on collective identity: a study of Sistan and Baluchistan University students. Master's thesis. Kerman Shahid Bahonar University. Faculty of Literature and Humanities. 2014.
 45. Moosazadeh, Z. tahmasebi, S. Masudi Farid, H. Psychometric Properties of Spiritual Health Questionnaire Instructors in kindergartens in Tehran. *Quarterly of Educational Measurement*, 2019; 10(37): 71-89.
 46. Abolmaali Alhosseini K, Mousazadeh Z. Provision and Standardization of Mental Health Questionnaire Based on Islamic Teachings. *JRH* 2018; 5 (2):1-12.
 47. Roma M. The impact of social media use on social isolation and mental health among young adults. A Project Presented to the Faculty of California State University, San Bernardino In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Social Work. 2023.
 48. Ahmadi K, Akhavi Z, Abdolmaleki H. The role of personality characters in internet friendships (chat). *RPH*. 2012; 6(2):31-9.
 49. İskender M. Investigation of the effects of social self-confidence, social loneliness and family emotional loneliness variables on internet addiction. *Malaysian Online J Educ Technol*. ۲۰۱۸; ۳(۶):۱۰-۱.
 50. Li W, Garland EL, Howard MO. Family factors in Internet addiction among Chinese youth: A review of English-and Chinese-language studies. *Computers in Human Behavior*. 2014 Feb 1;31:393-411.
 51. Öztürk O. İnsanın sekiz evresi. O. Öztürk (Ed). *Ruh sağlığı ve bozuklukları içinde* (s.89-99). Ankara: Medikomat Basın Yayın. 1994.
 52. Hall AS, Parsons J. Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of mental health counseling*. 2001 Oct 1;23(4):312.

Investigating the Relationship Between the Feeling of Freedom in Virtual Social Networks and Emotional Relationships on the Internet with Mental Health Based on the Teachings of Islam in Students

Shirin Rashidi^{1*}, Maryam Rajabiyan Dehzireh²

Abstract

Introduction: The purpose of this study is to investigate the relationship between the feeling of freedom in virtual social networks and Internet emotional relationships with mental health based on the teachings of Islam in students.

Materials and methods: The research method of the present study was descriptive-correlation. The statistical population of the research includes all the students of Allameh Tabataba'i University, of which 150 people were selected as a sample using available sampling method. The data collection tools included the questionnaire of feeling of freedom in the virtual social networks of Karvani (2013), Internet emotional relationships Barghi (2014) and mental health based on the teachings of Islam Abol-Maali and Musazadeh (2016).

Results: The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and Regression. The research findings showed that there is no relationship between emotional freedom in virtual social networks and mental health ($p > 0.001$). There is a significant negative relationship between Internet emotional relationships with mental health and its components ($p < 0.001$). Internet emotional relationships predict 0.28 students' mental health based on Islamic teachings.

Conclusion: Based on the results, it can be said that training courses for teaching healthy communication skills and dealing with tensions in these relationships, as well as time management skills, should be held for students.

Keywords: Islamic Teachings, Feeling of Freedom in Virtual Social Networks, Internet Emotional Relationships, Mental Health, Students

1*. Corresponding author. Assistant Professor, Department of Philosophy of Education, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

2. Ph.D. of Educational Technology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran