

لامرد بررسی رابطه اعتیاد به فیس بوک و راهبرد های شناختی تنظیم هیجان با گرایش به مصرف

مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان لامرد

میترا ابراهیمی

آموزگار شهرستان لامرد ، لیسانس الهیات، دانشگاه پیام نور شیراز

m.ebrahimi۵۵۴۱@gmail.com

احمد کوه شکن

مدرس گروه علوم تربیتی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

Ahmadkooohshkan۷۱۴۷۱۴@gmail.com

علی ابراهیمی

آموزگار مرکز اختلال یادگیری، آموزش و پرورش استان فارس، کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم تحقیقات فارس

Aliebrahimi۸۴۶۶@yahoo.com

چکیده:

هدف از مقاله حاضر بررسی رابطه اعتیاد به فیس بوک و راهبرد های شناختی تنظیم هیجان با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان لامرد می باشد. روش مقاله حاضر با توجه به اهداف و ماهیت آن از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری مقاله حاضر، شامل کلیه دانش آموزان پسر است که در مقطع متوسطه نظری شهر لامرد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. برای برآورد حجم نمونه از جدول کرجسی- مورگان و برای انتخاب نمونه از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای استفاده شد که در پایان تعداد ۲۰۰ نفر از پسران به عنوان نمونه مورد نظر انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه سنجش گرایش به مصرف مواد مشتمل بر سه خرده مقیاس APS (آمادگی اعتیاد)، AAS (اعتراف به اعتیاد) و MAC-R (الکسیم) که از پرسشنامه شخصیتی چند وجهی مینه سوتا (MMPI-۲) استخراج شده است، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) و مقیاس اعتیاد به فیس بوک برگن (BFAS) می باشد، که هر سه پرسشنامه در اختیار آزمودنی ها قرار داده شد. داده های آماری ثبت و از طریق ضریب همبستگی توسط نرم افزار SPSS ۱۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: دانش آموزانی که بیشتر از راهبردهای منفی جهت کاستن و کنار آمدن با هیجان های منفی ناشی از دوران بلوغ و تنش های ناشی از فشار های اجتماعی استفاده می کنند، بیشتر تمایل به استفاده از جایگزین های موقتی و ناکارآمد

همچون تمایل به مصرف مواد مخدر و الکل پیدا می کنند. همچنین گرایش مفرط به فیس بوک می تواند باعث تنهایی، مضطرب شدن و تمایل به تغییر هویت فرد در دنیای مجازی شود.

کلمات کلیدی: اعتیاد به فیس بوک، راهبرد های شناختی تنظیم هیجان، گرایش به مصرف مواد، دانش آموزان پسر مقطع متوسطه

مقدمه

در حال حاضر یکی از عمده ترین مشکلات و آسیب هایی که جهان آشکارا با آن مواجه است، مشکل اعتیاد و سوء مصرف مواد می باشد. ۱۵ درصد جمعیت بالای ۱۸ سال جهان از مشکلات جدی سوء مصرف مواد رنج می برند (Susman and Ames, ۲۰۰۸). به نقل از رشادت، (۱۳۸۸) و بنابر گزارش سازمان بهداشت جهانی WHO (۱۹۹۵)، به نقل از قاسمی، (۱۳۸۹) ۶۴٪ از معتادان، اولین مصرف را در سنین ۱۶ تا ۲۵ سالگی آغاز نموده اند و بیش از ۹۰٪ از سیگارهای قبل از ۱۹ سالگی مصرف این مواد را شروع کردند. تغییرات جسمی، شناختی و اجتماعی ایجاد شده در این نوجوانی موجب می شود که نوجوانان با هیجانات و تنش های مربوط به این تغییرات مواجه شوند، چگونگی تنظیم هیجانات موجب می شود که نوجوانان بتوانند بهتر بر تنش های ناشی از این هیجانات فائق آیند. منظور از تنظیم شناختی هیجان نحوه ی پردازش شناختی فرد در هنگام مواجهه با وقایع ناگوار و استرس زا می باشد (Garnfsky and Kraaij, ۲۰۰۶). از جمله ی این استراتژی ها: سرزنش خود، سرزنش دیگران و کنار آمدن، و پذیرش است (Garnfsky et al, ۲۰۰۹). نتایج بررسی ها نشان می دهد که هیجان ها در هر لحظه، توجه، تصمیم گیری، حافظه، پاسخ های فیزیولوژیک و تعامل های اجتماعی را تحت تاثیر قرار می دهند (حسینی، ۱۳۹۰). فیس بوک، شرکت ایجاد کننده وب گاه فیس بوک است که توسط زاکربرگ^۱ در ۴ فوریه ۲۰۰۴ به وجود آمد. گزارش اخیر کمپانی کانووی حاکی از آن است که طبق اطلاعات منتشر شده، از هر پنج کاربر آنلاین در ایران سه نفر در فیس بوک عضویت و فعالیت دارند. به این ترتیب ۵۸ درصد از کاربران ایرانی عضو فیس بوک هستند. بسیاری از متخصصین و روان شناسان سایبری و خانواده درباره گرایش فزاینده به فیس بوک هشدار داده اند. مهدی زاده (۲۰۱۱) معتقد است که افرادی که به فیس بوک اعتیاد دارند، سطوح بالایی از خود شیفتگی را نشان می دهند و از سوی دیگر مهمترین دلیل اعتیاد را عزت نفس کم و احساس ضعف در مواجهه با هیجانات رودررو دانسته اند و همچنین افراد نوجوان بیشتر در معرض اعتیاد به فیس بوک قرار دارند.

بیان مساله:

^۱- Zuckerberg

در ایران سوء مصرف موادمسابقه طولانی دارد. گیاه خشخاش و شاهدانه از گیاهان بومی این منطقه است و ساکنان فلات ایران و اقوام هم مرز آن خواص خوراکی - دارویی و روان گردان آنها را شناخته اند. می گویند خشخاش را در قرن پنجم قبل از میلاد بازرگانان عرب به ایران آورده اند. خواص روانگردان حشیش (بنگ) طبق نوشته هردوت برای افوان آریایی موسوم به سکاشناخته شده بود و آنان از نوعی حمام بخارینگ به عنوان بخشی از مراسم عزاداری استفاده می کردند. خواص خواب آور و ضد درد تریاک را پزشکان ایرانی مثل محمد زکریایی رازی و ابوعلی سینا توصیف نموده اند. اما شواهد تاریخی حاکی از سوء مصرف این مواد در آن تاریخ موجود نیست. (قربانی، ۱۳۸۶). می توان مواد مخدر را به سه گروه تقسیم بندی کرد: ۱- مواد سستی زا، ۲- مواد توهم زا، ۳- مواد توان افزا. مواد سستی زا: موادی هستند که مصرف آن بر روی سلسله اعصاب مصرف کننده اثر گذاشته و در نتیجه فعالیت فکری و بدنی او را سست می نماید. مواد توهم زا: مصرف این مواد، فرد دچار اوهام حسی و بصری می شود. مواد توان افزا: مصرف آن بر روی سلسله اعصاب تاثیر گذاشته و در نتیجه فعالیت فکری و بدنی مصرف کننده بیشتر و باعث هیجان می شود (سوادکوهی، ۱۳۸۴).

تحقیق در مورد تنظیم هیجان^۱، شدیداً در این دهه اخیر افزایش یافته است. با این وجود همان طور که محققان بسیاری گفته اند، تعاریف تنظیم هیجانی، عموماً به صورت کاربردی و صراحت بیان نشده است. اخیراً تلاش هایی صورت گرفته است تا ساختارهای تنظیم هیجانی به طور شفاف بیان شود و تعریف گسترده‌ای از این اصطلاح به وجود آید (Kendall, ۲۰۰۲). جنبه اول، تنظیم هیجانی یک ساختار دیالکتیکی است که هیجان را هم به عنوان تنظیم کننده رفتاری و هم به عنوان پدیده تنظیم شده در بر می‌گیرد. بیشتر تحقیقات در این مورد آخر مثل این که چگونه هیجان را تنظیم کنیم، تاکید و تمرکز دارد. بنابراین تحقیقات بسیاری، فرایندهای تنظیمی مختلف را مورد بررسی قرار داده اند. مثلاً (Thompson, ۱۹۹۴)، به نقل از حسنی، (۱۳۹۱) تنظیم هیجانی را به عنوان " فرایندهای درونی و برونی " تعریف می‌کند که مسئول نظارت، ارزشیابی و اصطلاح واکنش‌های هیجانی، به خصوص ویژگی‌های عمیق و موقت شان هستند تا فرد را به اهدافش برسانند. جنبه دوم تنظیم هیجانی، با تمایز بین کنترل و تنظیم ارتباط دارد. مثلاً کول^۲، میشل^۳ در سال ۱۹۹۴ تنظیم را به عنوان مرتب کردن. تنظیم کردن رفتارهای هیجانی به طور پویا و در حالی که کنترل به عنوان مانعی در برابر فرایندهای هیجانی، در نظر گرفته اند. به عبارت دیگر، تنظیم هیجانی، بیشتر شامل ممانعت کردن و کاهش دادن صرف هیجان است. جنبه دیگر تنظیم هیجانی، به روابط آن با متغیرهای مربوط به کودک و محیط می‌پردازد. انتقال ویژگی‌ها و رفتارهای محیط و پرستار کودک (دلبستگی و سبک فرزندپروری) اهمیت خاصی در رشد تنظیم

^۱ - emotion regulation

^۲ - Cole

^۳ - Michel

هیجانی بازی می‌کند. از دیدگاه یان تنظیم هیجانی عمدتاً در زمینه روابط بین کودک و والدین یا پرستار او شکل می‌گیرد (Kalkynr, ۲۰۱۰). تنظیم هیجانی به مجموعه متنوعی از فرایندهایی اطلاق می‌شود که بر رویداد، شدت، طول مدت و بروز هیجان، تاثیر می‌گذارد تنظیم تلاش‌مندان هیجان‌ات منفی یکی از انواع فرعی تنظیم هیجان را تشکیل می‌دهد که در آن افراد تلاش می‌کنند هیجان‌ات منفی را با استفاده امرانه از استراتژی‌ها کاهش دهند (Simmons, ۲۰۱۰).

اعتیاد به اینترنت: نوعی اختلال است که افراد رابطه با صفحه رایانه را جذاب تر از واقعیت زندگی روزمره می‌بینند (Avrzak, ۱۹۹۹). به طور کلی این اختلال را می‌توان نوعی استفاده از اینترنت تعریف کرد که مشکلات روان‌شناختی-اجتماعی درسی و یا شغلی در زندگی فرد ایجاد می‌کند (Samson, ۲۰۰۵). متخصصان انجمن روان‌پزشکی آمریکا اعلام کرده‌اند که به راحتی نمی‌توان به فردی برچسب اعتیاد به اینترنت زد. به همین دلیل، این انجمن برای شناخت افرادی که به استفاده مفرط از اینترنت معتادند، معیارهای هفتگانه‌ای را مشخص کرده است که بر اساس آن، چنانچه بخواهیم فردی را معتاد بنامیم باید حداقل ۳ مورد از علائم زیر در طول یک دوره ۱۲ ماهه (یکساله) در وی دیده شود. ۱- تحمل^۱ نسبت به استفاده از اینترنت: افزایش میزان استفاده از اینترنت به منظور کسب رضایت قبلی ۲- علائم^۲ ترک: احساس بی‌قراری، بد خلقی و عصبانیت در هنگام تلاش برای قطع یا کم کردن استفاده از اینترنت ۳- استفاده از اینترنت بیشتر از آنچه برنامه ریزی شده است ۴- دروغ گفتن به دوستان و اعضای خانواده در مورد زمان استفاده از اینترنت ۵- کاهش فعالیت‌های اجتماعی، شغلی و تفریحی به دلیل استفاده از اینترنت ۶- تداوم استفاده با وجود آگاهی از آثار منفی آن ۷- نداشتن توانایی برای مهار خود در استفاده از اینترنت (انجمن روانشناسی آمریکا). اعتیاد به اینترنت را به عنوان یک اصطلاح کلی اعتیاد مجازی^۳ در نظرمی‌گیرند که شامل: ۱- اعتیاد به چت^۴ (گفتگو) چت یک کلمه انگلیسی به نام گفتگوست. در صورت بروز اعتیاد، ارتباطات در چت روم‌ها، برای شخص اهمیت بیشتری نسبت به روابط فامیلی پیدا می‌کند. کاربران وابسته به این نوع روابط، پس از آشنایی با یکدیگر در اینترنت مشتاق دیدن واقعی همدیگر می‌شوند. برخی کاربران ممکن است در چت روم‌ها، توصیف مجازی از ویژگی‌های رفتاری و شخصیتی خود ارائه دهند که با ویژگی‌های واقعی آنها تفاوت بنیادی داشته باشد (ذکایی، ۱۳۸۳، به نقل از شهرپور، ۱۳۹۲). ۲- اعتیاد به دوستان (فیس بوک): فیس بوک یک شبکه اجتماعی^۵ در اینترنت است. در این شبکه کاربران دارای یک صفحه شخصی هستند و در آن عکس و فیلم یا پیغام به اشتراک می‌گذارند، دیگران می‌توانند به آن مراجعه و اطلاعات آن را مشاهده کنند و در صورت علاقه، نظر خود را اعلام کنند. (ویکی پدیا، ۲۰۱۲). با توجه به

^۱- Tolerance

^۲- Symptoms

^۳- Virtual Addiction

^۴- chat

^۵- Social Network

مطالب عنوان شده هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه اعتیاد به فیس بوک و راهبرد های شناختی تنظیم هیجان با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان لامرد می باشد. به عبارت دیگر، این تحقیق درصدد یافتن پاسخی برای این پرسش اساسی است که متغیرهای اعتیاد به فیس بوک و راهبرد های تنظیم شناختی هیجان به چه میزان گرایش به مواد مخدر و الکل را در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان لامرد تبیین می کند؟

اهمیت و ضرورت پژوهش

سازمان بهداشت جهانی (WHO) در گزارش خود در سال ۲۰۰۴ اعلام کرد که ایران از لحاظ گرایش به مصرف مواد بین کشورهای جهان رتبه اول را دارا می باشد. (صادقی فیروز آبادی، ۱۳۸۶). صدیق (۱۳۸۲) با انجام یک پژوهش ملی بر روی دانش آموزان مقاطع راهنمایی و متوسطه نشان داد که ۲۳/۳ درصد دانش آموزان در معرض خطر مصرف سیگار، ۱۵/۸ درصد معرض خطر مصرف مشروبات الکلی و ۱۳/۳ درصد معرض مصرف مواد قرار دارند (محمدخانی، ۱۳۸۵). افزایش و شیوع مصرف مواد در دوره نوجوانی و تبعات آن از قبیل افزایش جرم و بزهکاری، به هدر رفتن نیروی جوان و آینده ساز کشور و... باعث شده تا مسئولین و پژوهشگران در پی یافتن راهکارهایی جهت کاهش مصرف مواد در این دوره حساس زندگی باشند. در این میان به نظر می رسد یافتن زمینه های ایجاد کننده گرایش به مصرف مواد که موجبات مصرف مواد را در دوره نوجوانی فراهم می کند مهم است. هرچند که عوامل بسیاری در ایجاد گرایش به مصرف مواد دخیل هستند ولی از عوامل بسیار مهم در ایجاد گرایش به مصرف مواد، خانواده و نوع رابطه نوجوان با افراد اصلی زندگی از قبیل والدین و خواهران و برادران است. از آنجا که اعتیاد بیش از آنکه فردی باشد، ماهیت اجتماعی دارد و مهمترین نهاد تأثیر گذار و تأثیر پذیر آن خانواده است. نوجوانی که با والدینی که روحیه احترام آمیز و دمکراتیک دارند و امکان رشد و استقلال را می دهند کمتر به سوی اعتیاد کشانده می شود، اما اینکه آزادی و کنترل باید به نحوی باشد، سوالی است که همواره مد نظر متخصصان امر وحتى والدین بوده است. این روزها با توجه به استقبال گسترده کاربران اینترنتی، خصوصاً قشر جوان و نوجوان از فیس بوک، بررسی مسائل مربوط به این شبکه ی اجتماعی جهت اتخاذ تصمیمات صحیح و برنامه ریزی دقیق توسط مسئولان فرهنگی و اجتماعی و نیز والدین، ضروری است. با توجه به تعداد افرادی که در ایران دارای پروفایل در شبکه ی اجتماعی فیس بوک هستند و جمعیت عظیم و میلیونی این افراد، یقیناً سلامت روان ایشان بر سلامت کل افراد جامعه تأثیر زیادی دارد. با توجه به این که اقشار مختلف جامعه به فیس بوک گرایش فزاینده ای پیدا کرده اند و استفاده روزافزون از آن پیامدهای احتمالی مثبت و منفی می تواند به دنبال داشته باشد، بنابراین ضرورت انجام پژوهش در این حوزه بیش از پیش احساس می شود. این پژوهش می تواند پاسخگوی بسیاری از سؤالات پیش روی اندیشمندان، پژوهشگران و افراد جامعه باشد.

فرضیه های پژوهش:

فرضیه اول: اعتیاد به فیس بوک با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه رابطه دارد

فرضیه دوم: راهبرد های تنظیم شناختی هیجان با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه رابطه دارد.

روش تحقیق:

طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی می باشد، این پژوهش در صدد کشف و بررسی روابط بین متغیرهای اعتیاد به فیس بوک و راهبرد های تنظیم شناختی هیجان با گرایش به مصرف مواد مخدر در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهر لامرد تشکیل دادند، تعداد نمونه در پژوهش حاضر با استفاده از جدول مورگان و با توجه به تعداد دانش آموزان پسر مقطع متوسطه تحصیلی ۲۰۰ و به شیوه نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. داده های آماری ثبت و از طریق ضریب همبستگی توسط نرم افزار SPSS ۱۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار پژوهش:

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان^۱ (CERQ): پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان پرسشنامه خود سنجی است که در سال ۲۰۰۱ توسط نادیا گرنفسکی^۲ و فیلیپ اسپن هاوان^۳ طراحی شده است. این پرسشنامه در سال ۱۳۸۹ توسط امین آبادی، دهقانی و خدایپناهی با توجه به نمونه ایرانی بر روی ۲۰۵ نفر از دانش آموزان مدارس اهواز هنجار یابی شد که از مجموع ۹ عامل که در نسخه اصلی موجود بود تنها ۴ عامل دارای اعتبار مناسب می باشد که عبارتند از: سرزنش خود^۴، سرزنش دیگران^۵، ارزیابی مثبت^۶، پذیرش شرایط^۷. این پرسشنامه دارای ۲۶ ماده است. مواد این پرسشنامه بر اساس ساز های نظری و عملی طرح ریزی شده اند، از جمع کل ۲۶ ماده نیز یک نمره کلی به دست می آید که بیانگر استفاده از راهبرد های شناختی تنظیم هیجان است و می تواند در دامنه ای از ۲۶ تا ۱۳۰ نمره قرار گیرد. پاسخ های این پرسشنامه در یک پیوستار پنج درجه ای لیکرت در دامنه ای از (۱) هرگز تا (۵) همیشه قرار دارد. در بررسی مشخصات روانسنجی آزمون، (Garnfsky et al, ۲۰۰۱) پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای

^۱ - Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

^۲ - Garnefski

^۳ - spinhoven . F.

^۴ - Self-blame

^۵ - Other-blame

^۶ - Positive refocusing

^۷ - Acceptance

کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳ به دست آوردند. در ایران روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات مقیاس های آزمون بررسی شد که دامنه ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را در بر می گرفت که همگی آنها معنادار بودند و همچنین در بررسی پایایی پرسشنامه، ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ گزارش شد و بررسی روایی پرسشنامه از طریق همبستگی راهبرد های منفی با نمرات افسردگی و اضطراب پرسشنامه سلامت عمومی به ترتیب ضرایبی برابر با ۰/۳۵ و ۰/۳۷ به دست آمد که همگی معنادار بودند (یوسفی، ۱۳۸۵).

مقیاس اعتیاد به فیس بوک برگن^۱ (BFAS):

مقیاس اعتیاد به فیس بوک برگن برای سنجش هر یک از ۶ عنصر اصلی اعتیاد (برجستگی، تغییر خلق و خو، تحمل، خروج، درگیری، و عود)، توسط (Anders, ۲۰۱۱) ساخته و به ۴۲۳ دانشجو داده شد. روایی این پرسشنامه به روش همبسته کردن با پرسشنامه های مقیاس گرایش اعتیاد آور، مقیاس جامعه پذیری آنلاین، مقیاس نگرش به فیس بوک، پرسشنامه شخصیت نئو، مقیاس سیستم های بازداری/ فعال سازی، و سوالات خواب، اندازه گیری شد که درباره هر ۶ عنصر اعتیاد همبستگی بالایی با پرسشنامه ها بدست آمد. ساختار عاملی مقیاس با خطای تقریب ۰/۴۶، تحلیل عاملی تأییدی ۰/۹۹ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بود. پس از سه هفته ضریب پایایی آزمون به روش باز آزمایی ۰/۸۲ بود. برای سنجش کیفیت روانسنجی تست در ایران در تحقیقی که پژوهشگر جداگانه بر روی ۵۰ نفر انجام داد، ضریب اعتبار نمرات مقیاس اعتیاد به فیس بوک برگن را به روش همبسته کردن با نمرات اعتیاد به اینترنت یانگ بدست آورد، که برابر با ۰/۷۲ بود و در سطح ۰/۰۱ معنی دار و همبستگی قابل توجهی است. برای تعیین پایایی، آزمون بر روی ۲۸۰ نفر اجرا شد و ضرایب پایایی آزمون به روش باز آزمایی که سه هفته بعد به عمل آمد ۰/۸۴ بدست آمد. نسخه ای از پرسشنامه مذکور در پیوست شماره ۴ آورده شده است (شهریور، ۱۳۹۲).

پرسشنامه سنجش گرایش به مصرف مواد:

جهت سنجش گرایش به مصرف مواد از سه خرده مقیاس APS (آمادگی اعتیاد) AAS (اعتراف به اعتیاد) و MAC-R (الکسیم) که از پرسشنامه شخصیتی چند وجهی مینه سوتا (MMPI-۲) استخراج شده، تشکیل شده است که فرم اصلی آن شامل ۱۰۱ پرسش است که ۱۲ سوال آن در مقیاس های تکراری و در نتیجه از فرم نهایی حذف شد تعداد سوالات ۸۹ رسید که به شرح ذیل است: مقیاس MAC-R (الکسیم): مقیاس MAC از جمله مقیاس های تکمیلی است که در MMPI-۲ نگه داشته شده است

^۱ -Bergen Facebook Addiction Scale

تغییر نام این مقیاس به MAC-R بازتاب این امر است که ۴ ماده از آن باز نویسی شده اند. این مقیاس ۴۹ ماده ای شاخصی از سوء مصرف مواد به شمار می رود و استعداد اعتیاد به الکل یا داروهای مخدر را می سنجد. این مقیاس توسط گریگ مک اندرو^۱ (۱۹۶۵) و در اصل برای تفکیک بیماران روانی سرپایی مرد از افراد تحت درمان برای سوء مصرف الکل و از بیماران روانی سرپایی غیر الکی ساخته شده بود (داک ورث و آندرسون، ترجمه شریفی و نیکخو، ۱۳۸۹). مقیاس مذکور افرادی که هم اکنون الکی هستند را مشخص نمی سازد بلکه احتمال ابتلا به مشکلات الکسیم را ارزیابی می کند؛ این مقیاس همچنین سوء مصرف کنندگان الکل را از سوء مصرف کنندگان سایر مواد تفکیک نمی کند. نمرات بالا در مقیاس MAC-R در وهله نخست سوء مصرف واقعی و یا بالقوه را نشان می دهد اما همچنین ممکن است نشان دهنده برون گرایی، پیوندجویی، اعتماد به نفس، ابزار وجود، خطر جویی، جستجوی حسی، سوابق تحصیلی نامطلوب، احتمال غش کردن و مشکلات احتمالی تمرکز باشد. نمرات پایین نه تنها به سوء مصرف مواد مربوط نیست، بلکه همچنین ممکن است نشان دهنده درون گرایی، همنوایی و اعتماد به نفس پایین باشد. اگر فردی که به عنوان معتاد شناخته شده است نمره پایین بیاورد، این وضعیت نشان دهنده آن است که سوء مصرف مواد بیشتر به سبب اختلال روانی است تا فرایند های اعتیاد نوعی. نمره خام توصیه شده به عنوان نقطه برش برای نشان دادن نقطه آغاز مشکلات مربوط به مواد و یا الکل برای مردان بین ۲۶ تا ۲۸، اما برای زنان از ۲۳ تا ۲۵ است (مارنات، ترجمه شریفی و نیکخو، ۱۳۸۹). دامنه متوسط نمره ها برای گروهی از افراد به هنجار غیر معتاد ۱۵ تا ۲۳ (نمره میانگین برای زنان ۱۹ و برای مردان ۲۳) بود (Duckworth, ۱۹۸۳). به نقل از داک ورث و آندرسون، ترجمه پاشاشریفی و نیکخو، ۱۳۸۹). و به نظر می رسد که این مقیاس می تواند از اواخر دروان نوجوانی، سوء مصرف کنندگان مواد را از افرادی که دچار این اختلال نیستند، تمیز دهد (Mac Andrew, ۱۹۷۹). به نقل از داک ورث و آندرسون، ترجمه شریفی و نیکخو، ۱۳۸۹).

یافته ها:

فرضیه اول: اعتیاد به فیس بوک با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه رابطه دارد. به منظور بررسی این فرضیه از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

^۱ - Andrew Carrick Mac

جدول (۱): ماتریس همبستگی پیرسون بین اعتیاد به فیس بوک و گرایش به مصرف مواد

متغیرها	APS (آمادگی اعتیاد)	AAS (اعتراف به اعتیاد)	MAC-R (الکسیم)
اعتیاد به فیس بوک	۰/۴۵**	۰/۱۲	۰/۴۴**

*= $P \leq /0.05$ **= $P \leq /0.01$

ملاحظه می شود که متغیر اعتیاد به فیس بوک با مولفه های آمادگی برای مواد مخدر و تمایل به مصرف الکل رابطه مثبت معنی داری دارد، بدین معنا که هر چه فرد اعتیاد بیشتری به فیس بوک داشته باشد، بیشتر تمایل به مصرف مواد مخدر و الکل دارد. اما مولفه اعتیاد به فیس بوک رابطه معنی داری با اعتراف به اعتیاد ندارد.

فرضیه دوم:

راهبرد های تنظیم شناختی هیجان با گرایش به مصرف مواد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه رابطه دارد. به منظور بررسی این فرضیه از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول (۲): ماتریس همبستگی پیرسون بین راهبرد های تنظیم شناختی هیجان با گرایش به مصرف مواد

متغیرها	سرزنش خود	کنار آمدن	مثبت اندیشی	سرزنش دیگران
APS (آمادگی اعتیاد)	۰/۴۴**	۰/۱۲	-۰/۳۹**	۰/۲۴
AAS (اعتراف به اعتیاد)	۰/۱۱	۰/۲۱	۰/۱۸	۰/۱۹
MAC-R (الکسیم)	۰/۳۸**	۰/۲۵	-۰/۴۸**	۰/۴۱**

*= $P \leq /0.05$ **= $P \leq /0.01$

ملاحظه می شود که راهبرد شناختی سرزنش خود با متغیر های؛ آمادگی برای اعتیاد و آمادگی برای مصرف الکل رابطه مثبت معنا دار دارد بدین معنا که هر چه فرد از راهبرد شناختی هیجان سرزنش خود بیشتر استفاده کند گرایش بیشتری به مصرف مواد مخدر و الکل دارد. اما با مولفه ی اعتراف به اعتیاد رابطه معناداری مشاهده نشد. راهبرد شناختی کنار آمدن با هیچ یک از مولفه های گرایش به مصرف مواد مخدر رابطه معناداری نداشت. مولفه ی تنظیم شناختی هیجان مثبت اندیشی با متغیر های؛ آمادگی برای اعتیاد و آمادگی برای مصرف الکل رابطه منفی معنادار دارد بدین معنا که هر چه فرد از راهبرد شناختی مثبت اندیشی کمتر استفاده کند گرایش بیشتری به مصرف مواد مخدر و الکل دارد. اما با مولفه ی اعتراف به اعتیاد رابطه معناداری مشاهده نشد.

راهبرد شناختی سرزنش دیگران با مولفه گرایش به مصرف الکل رابطه مثبت معنادار دارد، بدین معنی که هر چه فرد از راهبرد شناختی سرزنش دیگران بیشتر استفاده کند، بیشتر گرایش به مصرف الکل دارد، و این مولفه با متغیرهای آمادگی به اعتیاد و اعتراف به اعتیاد رابطه معنی داری ندارد.

نتیجه گیری

یافته های این پژوهش را می توان با پژوهش (درگاهی، ۱۳۸۸)، (احمدی و همکاران، ۱۳۹۱)، (Miller, ۲۰۰۹)، (Boufard and Campbell, ۲۰۱۰)، (مهدی زاده، ۲۰۱۱)، (Atkinson et al, ۲۰۰۶)، (Sherman, ۲۰۱۱)، (Hoffman, ۲۰۱۱)، (Anders, ۲۰۱۱)، (Smith and Duff, ۲۰۱۲)، همسو دانست، در تبیین این یافته ها می توان عنوان کرد که دانش آموزشی که بیشتر از راهبردهای منفی جهت کاستن و کنار آمدن با هیجان های منفی ناشی از دوران بلوغ و تنش های ناشی از فشار های اجتماعی استفاده می کنند، بیشتر تمایل به استفاده از جایگزین های موقتی و ناکارآمد همچون تمایل به مصرف مواد مخدر و الکل پیدا می کنند. همچنین گرایش مفرط به فیس بوک می تواند باعث تنهایی، مضطرب شدن و تمایل به تغییر هویت فرد در دنیای مجازی شود و از آنجا که فرد در گرایش به مواد مخدر به دنبال تغییر و مخفی کردن هویت خود می باشد، پس بدیهی است که هر چه نوجوان گرایش افراطی به اینترنت داشته باشد، بیشتر گرایش به مصرف مواد مخدر پیدا می کند. امروزه نوجوانان تحت نفوذ فشارهای گوناگونی قرار دارند از جمله این فشارها می توان به فشارهای فیزیولوژیکی ناشی از سن بلوغ و فشارهای اجتماعی مانند دنیای مجازی (فیس بوک، وات ساپ، وایبر و...)، شبکه های ماهواره ای هدفدار اشاره کرد. از مهمترین اتفاقاتی که در دوره نوجوانی رخ می دهد، می توان از هویت یابی یا انتخاب هویتی متناسب جهت وارد شدن به دنیای اجتماعی نام برد. نوجوانانی که تمایل به تبعیت از آرمان ها و تفکرات پوچ و بی منطق غربی دارند به نسبت دیگر نوجوانان که از پایبندی به اعتقادات دینی برخوردارند، پایگاه هویتی متزلزلی دارند، که همین مساله موجب استفاده از راهبرد های ناکارآمد و منفی در برخورد با مشکلات به وجود آمده می شود از سوی دیگر اعتیاد به فیس بوک و دنیای مجازی به مرور زمان موجب می شود که نوجوان هویتی غیر واقعی، داشته باشد. هر دوی این عوامل باعث می شود که جوانان و نوجوانان گرایش بیشتری به مصرف مواد مخدر و الکل (که از عناصر مهم در بی هویتی افراد می باشند) پیدا می کنند. از این رو نگارندگان پژوهش حاضر پیشنهاد می کنند که در راستای علائق نوجوانان و جوانان به دنیای مجازی، از برنامه های دینی و اسلامی (در قالب برنامه های مجازی و اشاعه فرهنگ اسلامی) استفاده کنند تا نوجوانان با تکیه به منابع دینی محکم و باریشه بتوانند هویتی مناسبی کسب کنند که در نتیجه آن راهبردهای مثبت شناختی و تمایل کمتری به گرایش به مصرف مواد مخدر و الکل پیدا کنند.

منابع

فارسی

احمدی نیا، سعید، داودی، ایران، احمدی، وحید، و بریاجی، مهدی، میرشکار، ساره (۱۳۹۱). *رابطه ویژگیهای شخصیتی و خودشیفتگی با میزان و نوع استفاده از شبکه اجتماعی فیس بوک در دانشجویان*، سامانه مدیریت اطلاعات پژوهشی دانشگاه شهید چمران اهواز.

حاتمی، علی (۱۳۹۱). *انواع اعتیاد اینترنتی، مجله اینترنتی رشد شبکه ملی مدارس*.

حسینی، جعفر، میرآقایی، علی محمد (۱۳۹۱). *رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با ایده پردازي خودکشی*. روانشناسی معاصر: دوره ۷، شماره ۱ (پیاپی ۱۳); از صفحه ۶۱ تا صفحه ۷۲.

داک ورث، جین؛ آندرسون، وین (۱۹۹۴). *راهنمایی تغییر MMP1, MMP12 برای مشاوران و متخصصان بالینی*. ترجمه حسن پاشا شریفی، محمدرضا نیکخو. (۱۳۸۹). تهران: سخن.

درگاهی حسین، رضوی سیدمنصور (۱۳۸۶). *اعتیاد به اینترنت و عوامل موثر بر آن در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران*، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی.

رشادت، کوروش. (۱۳۸۸). *بررسی عوامل اجتماعی موثر بر اعتیاد مواد مخدر در معتادان مراجعه کننده به جمعیت خیریه تولد دوباره شهر تهران*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

سواد کوهی، علی اصغر (۱۳۸۴). *بررسی روش های موجود پیشگیری از اعتیاد و میزان اثر بخشی آنها و ارائه الگو و روشهای مطلوب*. طرح تحقیقاتی وزارت آموزش و پرورش معاونت تربیت بدنی و تندرستی دفتر استاندار سازی و توسعه تربیت بدنی مدارس.

شهریور، طیبه (۱۳۹۲). *بررسی اختلال اعتیاد به فیس بوک و ارائه مدلی است که رابطه بین برخی متغیرهای تحلیلی نظیر برونگرایی، درونگرایی و نیز طرحواره های ناسازگار اولیه با خودشیفتگی و اعتیاد به فیس بوک را در دانشجویان و دانش آموزان*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات.

شیخ الاسلامی، ربابه (۱۳۸۴). *تعاریف اعتیاد، ستاد مبارزه با مواد مخدر جمهوری اسلامی ایران*، بازبینی شده در ۱۴ مرداد ۱۳۸۶.

صادقی حسن آبادی، زهرا (۱۳۸۵). تاثیرات آموزش مهارت‌های فرزند پروری با استفاده از الگوی شناختی رفتاری بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

قاسمی، عبدالله (۱۳۸۹). مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه در سه گروه عادی، معتاد به مواد سنتی و معتاد به مواد صنعتی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی. دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی.

قربانی، مجید (۱۳۸۶). روان شناسی اعتیاد (سبب شناسی و درمان). دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج. جزوه درسی.

مارنات، گری گرات (بی تا). راهنمای سنجش روانی. ترجمه حسن پاشاشریفی و محمدرضانیکخو. (۱۳۸۹). تهران: سخن.

محمدخانی، شهرام (۱۳۸۵). مدل ساختاری مصرف مواد در نوجوانان در معرض خطر ارزیابی اثر آموزش مهارت‌های زندگی برای عوامل میانجی مصرف مواد. رساله دکتری. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی گروه روان شناسی بالینی.

یوسفی، فریده (۱۳۸۵). بررسی راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با افسردگی واضطراب در دانش آموزان مراکز راهنمایی استعداد های درخشان. فصلنامه پژوهش در حیطه کودکان استثنایی، سال ششم، دوره ۴، ۸۷۱-۴-۸۹۲.

انگلیسی

Andreassen, C. (۲۰۱۱). Facebook Addiction Test. Journal of Psychological Reports April ۱۲, ۲۰۱۲. http://searchgate.net/journal/۰۰۳۳-۲۹۴۱_Psychology

Calkins, Susan D, Commentary. (۲۰۱۰). Conceptual and methodological Challenges to the study of Emotion-regulation and Psychopathology, *jpsychopathol behavior assess.* ۲۰۱۰, ۳۲, ۹۲-۹۵.

Garnefski, N. Koopman, H. Karaj, V. Cate, R. (۲۰۰۹). Cognitive Emotion-regulation strategies and Psychological Adjustment in Adolescents With a Chronic Disease, *Journal of Adolescence*, ۳۲, ۴۴۹-۴۵۴.

Garnefski, N. Kraaij, V. (۲۰۰۶). The Cognitive Emotion Regulation Questionnaires : Psychometric Features and Prospective Relationship With Depression and Anxiety in Adults . [Electronic version]. *European Journal of Psychological Assessment* ۲۰۰۷; Vol . ۲۳(۳): ۱۴۱-۱۴۹.

Garnefski, N . Kraaij. V . Spinhoven, P.(۲۰۰۱). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems, *Personality and Individual Difference*, ۳۰, ۱۳۱۱-۱۳۲۷.

Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (۲۰۰۷). Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in ۹-۱۱-year-old children. *European Child Adolescent Psychiatry*, ۱۶, ۱-۹.

Hafman, v. (٢٠١١), July ٥). Anti-Social Networking. Psychology Today. Retrieved from <http://www.psychologytoday.com/blog/therapy-matters/٢٠١١٠٧/anti-social-networking>, ٢٤٥-٢٦٠.

Jaffe, M, Gollone, E, Hughes, E. (٢٠١٠). The roles of Temperamental Dispositions and perceived Parenting behaviors in the use of two Emotion-regulation strategies in late Childhood, journal of Applied Developmental psychology, ٣١, ٤٧-٥٩.

Kendall, P, G, Michaeli A.s. (٢٠٠٢). Emotion-regulation strategies and understanding implications for child Psychopathology and therapy, Clinical Psychology Review, ٢٢, ١٨٩-٢٢٢.

Miller, D. et al (٢٠٠٩), Examining the Relations Among Narcissism, Impulsivity, and Self-Defeating Behaviors, University of Georgia. ٥٥-٧٧.

Mehdizadeh, S. (٢٠١٠). Study of Facebook Users Connects Narcissism and Low Self-Esteem. Scientific American. November ٢, ٢٠١٠ [http //www.scientificamerican.com/article,cfm?id=status-update-im-so](http://www.scientificamerican.com/article,cfm?id=status-update-im-so). ٤١٢-٤١٧.

Psychosocial Health and Strategies for improvement (٢٠٠١), What Is Internet Addiction?. The Consumer Jungle. www.consumerjungle.org.

Samson, J . Keen, B (٢٠٠٥), Internet Addiction, Webmaster@notmykid. Org.

Sherman, E, (٢٠١١). "Facebook Addiction: Factors Influencing an Individual's Addiction" Honors Thesis Program in the College of Management. Paper ٥.

Simmons, A. Sills, L. Campbell. Kathryn L. Rocklin, Alexis A. (٢٠١٠). Functioning of neural systems supporting Emotion-regulation strategies in Anxiety-prone Individuals, Neuro Image, ٢٥, ١-٨. "utistic disorder." Journal of Psychiatry Research, ٥٢(١) , ٢٥-٣٣.

Wikipedia,(٢٠١٢)Facebook, available at: <http://en.wikipedia.org/wiki/Facebook>, downloaded on: ٢٠١٢ available.