

بررسی علل اعتیاد به تلفن هوشمند و رابطه آن با اضطراب و افسردگی

فاطمه شاه رجیبیان^۱، سید جواد عمادی چاشمی^۲

۱. دانشجوی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه خوارزمی، ایران.

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه شهید بهشتی، ایران. (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره پنجم، شماره چهل و چهارم، خردادماه ۱۳۹۹، صفحات ۴۲-۲۵

چکیده

یکی از پدیده‌هایی که در قرن بیستم زندگی بشر را دگرگون کرده است و همچنان به رشد فزاینده خود ادامه می‌دهد، تلفن هوشمند است. به‌طور کلی استفاده از تلفن هوشمند در سرتاسر جهان نقش مهمی را در روابط بازی می‌کند. از زمانی که استفاده از تلفن‌های هوشمند رایج شده سوالی که ذهن بسیاری از پژوهشگران را به خود مشغول کرد این بود که آیا استفاده بیش‌ازحد از تلفن هوشمند می‌تواند منجر به اعتیاد گردد یا خیر. تشخیص اعتیاد به تلفن هوشمند با استفاده بیش‌ازحد از آن و اشتغال ذهنی به آن مشخص می‌شود. در سال‌های اخیر ادبیات مربوط به اعتیاد به تلفن هوشمند رشد چشمگیری داشته است. باین‌وجود رابطه‌ی آن با طبقه‌بندی‌های موجود در آسیب‌شناسی روانی هنوز به‌خوبی روشن نشده است. در این پژوهش جهت بررسی مفهوم استفاده مشکل‌ساز از تلفن‌های هوشمند و همچنین بررسی علل احتمالی این استفاده مشکل‌ساز و رابطه آن با اختلالات روانی از جمله اضطراب و افسردگی، پایگاه‌های داده معتبر داخلی و خارجی جستجو شده و نتایج مقالات مرتبط غربال‌شده مورد ارزیابی قرار گرفتند. یافته‌ها نشان داد که اضطراب و افسردگی به‌طور معناداری با اعتیاد به تلفن همراه رابطه دارد. بیشتر مقالات رابطه بین استفاده مشکل‌ساز از تلفن همراه با افسردگی، اضطراب، استرس حاد و عزت‌نفس پایین را بررسی کرده بودند. دراین‌بین، بدون در نظر گرفتن سایر متغیرهای مرتبط، شدت افسردگی همواره با استفاده مشکل‌ساز از تلفن‌های هوشمند مرتبط بوده است که نشان‌دهنده حداقل اندازه اثر متوسط می‌باشد. اضطراب نیز همواره با استفاده مشکل‌ساز از تلفن‌های هوشمند مرتبط بود اما اندازه اثر کوچکی داشت. استرس هم همواره به‌گونه‌ای و با اندازه اثر کوچک تا متوسط مرتبط بود. عزت‌نفس به‌صورت ناپیوسته و با اندازه اثر کوچک تا متوسط مرتبط بود. با بررسی آماری سایر متغیرهای مرتبط متوجه شدیم که آن‌ها اندازه اثر کوچک‌تری دارند.

واژه‌های کلیدی: اعتیاد به تلفن هوشمند، آسیب‌شناسی روانی، اضطراب، افسردگی، استفاده مشکل‌ساز از تلفن هوشمند