

## مدل‌سازی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در سبک زندگی جوانان با میانجیگری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی)

سلیم کاظمی\* / اکبر عطا دخت\*\* / جواد هاشمی\*\*\* / مرتضی جاوید پور\*\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مدل‌سازی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در سبک زندگی جوانان با میانجیگری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) شهر اردبیل انجام شد. این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی به و لحاظ روش انجام پژوهش، توصیفی - همبستگی است. جامعه‌ی آماری تحقیق حاضر را تمامی جوانان دختر و پسر دارای سنین ۱۸-۲۵ شهر اردبیل در سال ۱۳۹۶ می‌باشد که حجم آن برابر با ۲۴۰۰۰ نفر است. برای تعیین حجم نمونه نیز با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۸۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات میدانی با استفاده از پرسشنامه شبکه‌های اجتماعی آریانی و همکاران (۱۳۹۴) و پرسشنامه سبک زندگی جوانان لعلی (۱۳۹۱) انجام شد. نتایج نشان داد که شاخص‌های نیکویی برازش الگوی آزمون واسطه-گری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) در رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی (میزان استفاده از شبکه اجتماعی مجازی و نوع کاربست شبکه اجتماعی مجازی) و سبک زندگی جوانان شهر اردبیل، از برازش مطلوبی برخوردار است.

**واژگان کلیدی:** شبکه‌های اجتماعی، سبک زندگی، سلامت جوانان، شهر اردبیل.

### مقدمه

\* دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، دانشگاه محقق اردبیلی salim.kazami@yahoo.com

\*\* دانشیار روانشناسی عمومی دانشگاه محقق اردبیلی atadokht@uma.ac.ir

\*\*\* دانش‌آموخته روانشناسی عمومی j.hashemi30@gmail.com

\*\*\*\* دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، دانشگاه محقق اردبیلی M\_javdpoor@uma.ac.ir

امروز با گسترش کاربردهای فناوری اطلاعات و ارتباطات در زندگی روزمره شاهد شکل‌گیری نسل جدیدی از ابزارهای اینترنتی هستیم که امکانات بیشتری را برای روابط متقابل، مذاکره، گفت‌وگو و به‌طورکلی ارتباط دوسویه فراهم آورده است. (بشیر و همکاران، ۱۳۹۲). شبکه‌های اجتماعی اینترنتی به‌عنوان مهم‌ترین مصادیق این امر، به محلی برای حضور اقشار مختلف جامعه به‌ویژه جوانان و مکان تبادل آرا و افکار ایشان و تأمین نیازهای متناسب با زندگی اجتماعی جوانان تبدیل شده‌اند. شبکه‌های اجتماعی علاوه بر اینکه مرجع تأمین بسیاری از نیازهای فرهنگی و اجتماعی اعضای خود هستند، این امکان را برای اعضا فراهم می‌کند که هم‌زمان با انجام سایر فعالیت‌های اجتماعی از طریق رایانه یا تلفن همراه، فعالیت خود را در این جوامع مجازی نیز پیگیری کنند. بر اساس تعریف هلن صدیق بنای (شبکه‌های اجتماعی واژه‌ای است که برای نامیدن گروهی از افراد که در میان خود دارای ارتباطات وسیع و مستمر هستند و یک حلقه منسجم ارتباطاتی را تشکیل می‌دهند به کار می‌رود) (بشیر، افراسیابی، ۱۳۹۱)

شبکه‌های اجتماعی مجازی، ابعاد مختلف سبک زندگی جوانان در دوران معاصر را دستخوش دگرگونی‌های اساسی کرده‌اند بر اساس تعریف؛ استفاده از این شبکه‌ها، در واقع، مصرف توأمان زمان، فضا و محتوای نمادین است که هر سه از بنیان‌های سبک زندگی در عصر کنونی‌اند. از این رو، سبک زندگی جوانانی که به‌صورت روزمره درگیر فرایند تولید و مصرف مجازی هستند، در معرض دگرگونی‌های قابل توجهی قرار می‌گیرد؛ تولید و مصرف مجازی در شبکه‌ها، با کاستن از تولید و مصرف فرهنگی غیرمجازی نظیر مطالعه کتاب، روزنامه، تماشای تئاتر و بازدید از موزه‌ها و حتی فعالیت‌های هنری، سبک زندگی کاربران را به‌صورت مستقیم متأثر می‌سازد (فاضلی، ۱۳۸۶) پیامد بلندمدت استفاده از شبکه‌های اجتماعی، شکل‌گیری عادت واره‌های مجازی در بین کاربران است که ویژگی اصلی آن، مصرف انبوه اطلاعات و نشانه‌هایی است که در نگاه کلی، فاقد معنای تعالی‌بخش و هویت‌آفرین‌اند. شبکه‌های اجتماعی از طریق فراهم ساختن امکانات متنوع برای معاشرت آنلاین، بر روابط خانوادگی، روابط دوستی و روابط خویشاوندی نیز تأثیرگذارند (ذکایی، ۱۳۹۱) این شبکه‌ها همچنین، فضایی برای بازاریابی و انتشار پیام‌های تبلیغاتی در رابطه با کالاها و خدمات‌اند؛ بنابراین، علاوه بر سبک زندگی فرهنگی، در تغییرات سبک زندگی اجتماعی و مادی کاربران نیز نقش‌آفرینی می‌کند (ذکایی، ۱۳۹۶) گسترش روزافزون استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در بین جوانان و تبدیل شدن آن‌ها به ابژه‌های نسلی، توجه پژوهشگران اجتماعی را به بررسی تأثیرات و پیامدهای این

شبکه‌ها بر زندگی روزمره جوانان معطوف کرده است؛ نگاه اجمالی به آخرین پژوهش‌های انجام شده در این زمینه، نشان دهنده یافته‌های متفاوت و در برخی از موارد متناقض در آن‌هاست. درحالی‌که پژوهش سلیمانی نژاد (۱۳۹۱)، فتحی، وثوقی، سلمانی (۱۳۹۳) و شاهنوشی و تاجی (۱۳۹۱) نشانگر نبود رابطه بین استفاده از شبکه‌ای اجتماعی و تغییرات سبک زندگی کاربران است، پژوهش‌های دیگر بر تأثیرگذاری قابل‌توجه این رسانه‌های تعاملی بر زندگی روزمره کاربران تأکید دارند علاوه بر این، درحالی‌که پژوهش‌های دهقان، برزو (۱۳۹۷)، داودی، ماهچیان (۱۳۹۶) جعفری (۱۳۹۵)، نشان دهنده تأثیر مثبت شبکه‌های اجتماعی مجازی بر روابط کاربران است و پژوهش‌های فرقانی، مهاجری (۱۳۹۵)، یوسفی (۱۳۹۶)، بیدی، شریفی نیا، حاتمی (۱۳۹۶)، جعفری، شهابی، همتی (۱۳۹۵)، روحی (۱۳۹۴)، شکاری نمین، حاجیانی (۱۳۹۳) بیانگر تضعیف روابط کاربران در پی استفاده از این شبکه‌هاست.

با پیدایش شبکه‌های اجتماعی، استفاده از این شبکه‌ها جزء جدایی‌ناپذیری از زندگی بسیاری از جوانان شده است که بر روی کلیه جوانب زندگی دانشجویی، از جمله میزان مطالعه، عملکرد تحصیلی و سایر مهارت‌های تحصیلی آن‌ها، تأثیر مستقیم داشته است (کیرسچنر و کارپینسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). از جمله تأثیرات منفی این گونه سایت‌ها، به‌ویژه در بین جوانان، می‌توان به کاهش زمان مطالعه و اختلال در روند تحصیل با کار بست این شبکه‌های مجازی (ا.براین<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱) و افزایش اضطراب و استرس در هنگام استفاده (فراهانی و همکاران، ۱۳۹۰ به نقل از جوادی‌نیا، عرفانیان، عابدینی، بیجاری، ۱۳۹۱) اشاره کرد؛ اما شبکه‌های اجتماعی صرفاً اثرات منفی نداشته و می‌توان آن‌ها را در جهت اهداف آموزشی به‌کار گرفت (یدیدیا<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ تکله‌هایمنت، هیکن<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱). مواردی هم‌چون یادگیری قوانین اجتماعی، تفریح و سرگرمی و انتقال تجربیات از مهم‌ترین دلایل استفاده‌ی افراد از این گونه شبکه‌ها است (جوادی‌نیا و همکاران، ۱۳۹۱).

۱ -Kirschner, P. A., Karpinski, A. C.

۲ -O'Brien, S. J.

۳ -Yedidia, M. J. & et al.

۴ -Teclehaimanot, B., Hickman, T.

بنابراین جهانی شدن پدیده‌ای است که جوانب گوناگون زندگی فرهنگی، اعم از نگرش جنسیتی دانش، آموزش رسمی، هویت و سبک زندگی<sup>۱</sup> مردم را تحت تأثیر قرار می‌دهد (لطف آبادی و نوروزی، ۱۳۸۳ ص ۹۱). رواج شیوه‌های جدید رفتار اجتماعی برای پرکردن فضاهاى زندگی (مثلاً: پاساژ گردی، توجه به رسانه‌های مختلف، مدیریت بدن تمرکز بر ورزش و...)، فردی شدن، اهمیت یافتن سیاست زندگی بر اساس ترجیحات سبک‌های زندگی متفاوت، از جمله زمینه‌های اصلی‌ای هستند که شرایط جدیدی را پیش روی افراد قرار داده‌اند. این بدان معناست که این تحولات که در قالب جهانی شدن فرهنگی<sup>۲</sup> رخ می‌دهد علاوه بر تأثیر بر ذوق، سلیقه، گذران اوقات فراغت و در نهایت سبک زندگی افراد، نگرش به خود و جامعه و میزان هویت اجتماعی آن‌ها را نیز تحت تأثیر قرار داده است. به عبارتی دیگر در جامعه مدرن، نوع و سبک ((رفتار و کنش‌های مصرفی)) یا ((سبک زندگی)) است که هویت‌های فردی و اجتماعی را شکل می‌دهد (کفاشی و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۱۱۸). به‌طور کلی در چنین فضای اجتماعی، علاوه بر سبک‌های متفاوت زندگی که توسط افراد انتخاب می‌شود، فرآیند جهانی شدن موجب تغییر در منابع هویتی و هویت‌گزینی افراد نیز شده است (خواججه نوری و همکاران، ۱۳۸۹ ص ۱۲۹). اهمیت این امر زمانی مشخص می‌شود که بدانیم بدون سبک زندگی و هویت اجتماعی، یعنی بدون چارچوب‌های مشخصی که شباهت‌ها و تفاوت‌ها را آشکار می‌سازد، افراد یک جامعه امکان برقراری ارتباطی معنادار و پایدار میان خود را نخواهد داشت (کفاشی و همکاران، ۱۳۸۹ ص ۱۱۸). بروز آسیب‌های نوظهور می‌تواند زمینه‌ساز نوع جدیدی از آسیب‌های روانی و اجتماعی باشد. به همین دلیل، برنامه‌ریزی برای شناسایی و آسیب‌شناسی آن‌ها ضروری می‌نماید. آسیب‌های نوظهور، مرتبط با فناوری‌های جدید و اینترنت در این مجموعه قرار گیرد؛ و با توجه به اینکه جوانان عضو شبکه‌های اجتماعی هستند اهمیت و ضرورت لازم جهت تأثیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی را بر سبک زندگی جوانان شهر اردبیل دوچندان می‌کند؛ بنابراین اگر میزان تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان شناسایی شود می‌تواند برای برنامه‌ریزان نظارت بر اجتماع، ارزیابی اثربخشی و کارایی سیاست‌ها و برنامه‌های فعلی و تدوین برنامه‌های جدید کمک کند. از طرف دیگر با توجه به رشد چشمگیر کاربری شبکه‌های اجتماعی مجازی در بین شهروندان شهر

---

۱- Lifestyle

۲- Cultural globalization

اردیبهل در چند سال اخیر و همچنین نبود مطالعه‌ای در راستای اثرات این فناوری نوین در جامعه آماری شهر اردیبهل ضرورت دارد که مورد واکاوی قرار گیرد.

همان‌طور که اشاره شد در دنیای امروز با گسترش فرهنگ عضویت در شبکه‌های اجتماعی اینترنتی به‌ویژه در میان جوانان، زندگی به سبک شبکه‌های اجتماعی اینترنتی، به‌سرعت در حال گسترش است. این وضعیت در اثر افزایش روزافزون کاربران اینترنت و شبکه‌های اجتماعی اینترنتی به وجود آمده است. در روابط اجتماعی روزمره، معمولاً ما با کسی رابطه برقرار می‌کنیم که در فعالیت‌های روزمره ما دخیل باشد. این روابط اجتماعی می‌تواند به‌صورت مکالمه رودررو، ارسال پیامک، مکالمه تلفنی و یا رفتن به مکانی همراه با آن شخص باشد. این‌گونه ارتباطات فعالیت‌هایی هستند که معمولاً در زندگی روزمره به آن‌ها مبادرت می‌ورزیم، اما به نظر می‌رسد امروزه رشد کاربران اینترنت و شبکه‌های اجتماعی اینترنتی، پیدایش سبک جدیدی از زندگی به نام سبک زندگی جوامع مجازی را در بین جوانان در پی داشته است. این شیوه زندگی که درآمیخته با شبکه‌های اجتماعی مجازی است، سبک جدیدی از زندگی بوده که همه فعالیت‌های روزمره را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ اما لازم است تا جزئیات ارتباط میان عضویت و حضور در شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و مقوله‌های مختلف سبک زندگی موردبررسی قرار گیرد تا بتوانیم درک درستی از محدوده روابط میان شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و سبک زندگی به دست آوریم. هنجارها ازجمله سازه‌های مقوم نظم اجتماعی هستند که از اهمیت ویژه‌ای در مباحث جامعه‌شناختی برخوردارند که دانشمندان اجتماعی به هیچ مفهومی به‌اندازه‌ی مفهوم هنجار در تبیین رفتار انسانی استناد نمی‌کنند (کلمن، ۲۰۱۱).

دهقان، برزو (۱۳۹۷) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه میزان استفاده از شبکه‌های مجازی با روابط اجتماعی دانش‌آموزان به این نتیجه رسیدند که نوع استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی موبایلی بر عضویت در گروه‌های مجازی، تعاملات و روابط اجتماعی مجازی تأثیر مثبت معنادار دارد. عضویت در گروه‌های مجازی برافزایش دوستی و حمایت عاطفی تأثیر مثبت معنادار دارد، اما وابستگی زیاد به اینترنت بر کاهش روابط واقعی با اطرافیان تأثیر منفی معنادار دارد. افزایش تعاملات مجازی با اطرافیان برافزایش دوست و حمایت عاطفی تأثیر مثبت معنادار دارد. همچنین نوع استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی موبایلی بر انزوا و نیز آشنایی با دوستان بزهکار اینترنتی تأثیر معنادار ندارد؛ اما آشنایی برای دوستان بزهکار اینترنتی بر هم‌نشینی افتراقی تأثیر مثبت معنادار دارد. مظفری نیا، قاسمی پور (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه بین سبک زندگی متأثر از فضای مجازی و طلاق عاطفی

در شهر ایلام به این نتیجه رسیدند که بین سبک زندگی متأثر از فضای مجازی با طلاق عاطفی رابطه وجود دارد. عیدی زاده، احمدی بلوطکی (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی واتس‌آپ و تلگرام با سبک زندگی دانشجویان رشته‌های علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران به این نتیجه رسیدند که بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی واتس‌آپ و تلگرام با سبک زندگی و تمامی ابعاد آن رابطه معکوس و معنی‌داری وجود دارد؛ به عبارت دیگر با افزایش میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی واتس‌آپ و تلگرام کیفیت همه ابعاد سبک زندگی دانشجویان رشته‌های علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران کاهش می‌یابد. مظفری (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان فرهنگ‌سازی استفاده بهینه از اینترنت (شبکه اجتماعی) و جلوگیری از آسیب‌های آن در بین دانشجویان دانشگاه‌های علمی و کاربردی شهر قزوین به این نتیجه رسید که اعتیاد به شبکه‌های مجازی، آسیب جسمی و روانی، انحرافات اخلاقی، افت تحصیلی، نگرش مثبت به شبکه‌های مجازی و هویت کاذب، به ترتیب بیشترین تأثیر را بر نحو استفاده از شبکه‌های مجازی دارند. ذکایی، حسنی (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان شبکه‌های اجتماعی و مجازی بر سبک زندگی جوانان: فرا تحلیل پژوهشی‌های پیشین به این نتیجه رسیدند که پژوهش‌های پیشین به‌رغم داشتن نقاط قوت دارای متأثر از ضعف نظری و روش‌شناختی می‌باشد. پراکندگی و عدم انسجام در سبک زندگی، تلقی متفاوت از شبکه‌های اجتماعی، پس‌افتادگی روش‌شناسی نسبت به چهارچوب نظری، کم‌توجهی نسبت به اعتبار ابزار، تعمیم نتایج علی‌رغم استفاده از روش نمونه‌گیری غیر احتمالی از جمله نقاط ضعف در پژوهش‌های انجام‌شده می‌باشد. وانگ و همکاران (۲۰۱۲) در پژوهشی با عنوان تأثیر استفاده از اینترنت بر سبک زندگی بزرگسالان به این نتیجه رسیدند که عادات‌های اینترنتی مشخص همچون بیش‌ازحد آنلاین، دسترسی به اینترنت از کافی‌نت‌ها و استفاده از اینترنت برای تخلیه هیجانی با عادات سبک زندگی ضعیف در بزرگسالان در ارتباطند؛ اما استفاده از اینترنت برای اهداف آموزشی همچون پیدا کردن اطلاعات رابطه معنادار مثبتی با سبک زندگی سال در بزرگسالان دارند. وراسمای و گاوندر<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) در پژوهشی با عنوان تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی دانشجویان در آفریقای جنوبی را مورد بررسی قرار داده‌اند. در این پژوهش آمده است که شبکه‌های اجتماعی امروزه به‌عنوان یکی از ملزومات اساسی

زندگی جامعه مدرن شده‌اند به طوری که به نظر می‌رسد این شبکه‌ها به شدت بر سبک زندگی افراد تأثیرگذارند. روش این پژوهش در زمره پژوهش‌های توصیفی-کمی بوده است. بر اساس یافته‌های به دست آمده از این پژوهش شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی بیش از نیمی از دانشجویان مورد مطالعه اثرات چشمگیری داشته است. فیس بوک به عنوان محبوب‌ترین شبکه اجتماعی در میان دانشجویان بر نوع لباس پوشیدن، آرایش، ورزش، تغذیه و کنترل وزن اثر دارد. استفاده بیش از حد از این شبکه‌ها با شکل منفی بر ابعاد سبک زندگی همراه بوده است. کولاندیراج<sup>۱</sup> (۲۰۱۴) پژوهشی با عنوان تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی انجام داده است. نمونه‌های این پژوهش شامل ۲۵۰ دانشجوی دختر و پسر بوده‌اند که با بهره‌گیری از مصاحبه به سؤالات پژوهش پاسخ داده‌اند. بر اساس یافته‌های به دست آمده از این پژوهش، شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی دانشجویان تأثیرات قابل ملاحظه‌ای داشته‌اند یافته‌ها نشان می‌دهد شبکه‌های مجازی بر نوع تفریح، تغذیه، ورزش و انتخاب موسیقی دانشجویان مورد بررسی تأثیرگذار بوده است. همچنین در این تأثیرات میان دانشجویان زن و مرد تفاوتی وجود نداشته است. بیشترین استفاده این دانشجویان از این شبکه‌ها، شامل پیام‌رسانی، ارسال عکس و فیلم و مواردی از این قبیل بوده است. شایان ذکر است که نوع استفاده از شبکه‌های مجازی نیز بر سبک زندگی کاربران اثرگذار بوده است به طوری که استفاده تفریحی از این شبکه‌ها با اثرات نامطلوب بر سبک زندگی همراه بوده است اما استفاده صرفاً ارتباطی از شبکه‌های یادشده تأثیری بر سبک زندگی دانشجویان نداشته است.

بنابراین می‌توان گفت شبکه‌های اجتماعی در کشور ما به سرعت در میان نوجوانان و جوان محبوب شده است و چنان‌که ایرانی‌ها رتبه سوم را در این شبکه‌ها کسب کرده‌اند (ستارزاده، ۱۳۸۶) فرهنگ رسانه‌ای اینترنت، فضای ذهنی جوانان را اشکال کرده و از آن مهم‌تر، نمایگر نقش خانواده در کنار ابر رسانه است که والدین روی فرزندان خود تا چه حد کنترل تربیتی و نظارت اخلاقی دارند. بروز آسیب‌های نوظهور می‌تواند زمینه‌ساز نوع جدیدی از آسیب‌های اجتماعی و روانی شود. به همین دلیل برنامه‌ریزی برای شناسایی، پیشگیری و کاهش آسیب‌های نوظهور لازم و ضروری می‌باشد؛ بنابراین در این تحقیق بر تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان با متغیر میانجی سلامت جوانان پرداخته شد. از آنجایی که جوانان هر کشور موتور محرکه تولید و توسعه هر جامعه‌ای می‌باشند و

می‌تواند در توسعه و پیشرفت جامعه نقش اساسی و مهم بازی کند؛ بنابراین مسئله این پژوهش مدل‌سازی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در سبک زندگی جوانان با میانجیگری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) بود.

### روش پژوهش

این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ روش انجام پژوهش، توصیفی - همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری است. جامعه‌ی آماری تحقیق حاضر را تمامی جوانان دختر و پسر دارای سنین ۱۸-۲۵ شهر اردبیل در سال ۱۳۹۶ می‌باشد که حجم آن برابر با ۲۴۰۰۰ نفر است. برای تعیین حجم نمونه نیز با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۸۰ نفر به روش یا خوشه چندمرحله‌ای انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات میدانی با استفاده از پرسشنامه انجام شد. برای گردآوری اطلاعات از دو پرسشنامه به شرح زیر استفاده شده است:

**پرسشنامه سبک زندگی:** در مطالعه‌ی حاضر جهت ارزیابی سبک زندگی جوانان شهر اردبیل از پرسشنامه‌ای با ۷۰ گویه‌ی بسته پاسخ در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای و نه بعد سلامت جسمانی، ورزش و تندرستی، کنترل و وزن و تغذیه، پیشگیری از بیماری‌ها، سلامت روان‌شناختی، سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، اجتناب از داروها و مواد مخدر و پیشگیری از حوادث استفاده گردید. پرسشنامه‌ی سبک زندگی جوانان که در پژوهش حاضر مورداستفاده قرار گرفته است، شامل ۷۰ گویه و ۱۰ سازه می‌باشد. این پرسشنامه توسط و ساخته و هنجاریابی شده است.

**پرسشنامه شبکه‌های اجتماعی:** در پژوهش حاضر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی و نوع استفاده‌ی جوانان از این‌گونه اجتماعات مجازی با استفاده از پرسشنامه‌ی آریانی و همکاران (۱۳۹۴). اندازه‌گیری شد. بخش اول مربوط به مشخصات فردی و تحصیلی و بخش دوم شامل گویه‌های اصلی پرسشنامه که ۱۱ گویه هست و از این تعداد ۳ گویه به‌صورت باز پاسخ (گویه‌های ۴، ۵ و ۶) و ۹ گویه به‌صورت بسته پاسخ (۱، ۲، ۳، ۷ الی ۱۲) می‌باشد. گویه‌ی ۸ مربوط به این پرسشنامه انواع کاربردهای شبکه‌های اجتماعی عمومی را مشخص می‌نماید. برای تعیین اعتبار محتوایی، پرسشنامه به تعدادی از صاحب‌نظران و اساتید رشته علوم تربیتی و جامعه‌شناسی و علوم رفتاری داده شده از آن‌ها مورد سؤالات و ارزیابی فرضیه‌ها نظرخواهی گردید و روایی پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفت و پایایی پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ در این پژوهش برای متغیر وابسته و برای هریک از



متغیرهای مستقل، محاسبه شد و آلفای همه‌ها آن بالاتر از  $0/87$  به دست آمد. در این پژوهش برای استخراج اطلاعات و تجزیه و تحلیل آن‌ها از برنامه SPSS و آزمون مدل معادلات ساختاری استفاده شده است.

### یافته‌های پژوهش

جدول (۱) توزیع فراوانی و درصد افراد بر حسب گروه سنی

گروه سنی	فراوانی (نفر)	درصد
۱۸ تا ۲۰ سال	۱۹۵	۵۱/۳
۲۱ تا ۲۲ سال	۴۸	۱۲/۶
۲۳ تا ۲۴ سال	۸۲	۲۱/۶
۲۵ سال	۵۵	۱۴/۵
مجموع	۳۸۰	۱۰۰

همان‌طور که در جدول (۱) ملاحظه می‌گردد جوانان در گروه سنی ۱۸ تا ۲۰ سال با ۱۹۵ نفر (۵۱/۳ درصد) بیش‌ترین و جوانان در گروه سنی ۲۱ تا ۲۲ سال با ۴۸ نفر (۱۲/۶ درصد) کم‌ترین فراوانی را داشتند.

جدول (۲) توزیع فراوانی و درصد افراد بر حسب شغل

نوع شغل	فراوانی (نفر)	درصد
دانشجو	۷۹	۲۰/۸
بیکار	۱۲۰	۳۱/۶
آزاد	۱۶۹	۴۴/۵
کارمند	۱۲	۳/۲
مجموع	۳۸۰	۱۰۰

همان‌طور که ملاحظه می‌گردد بیشترین فراوانی مربوط به افراد دارای شغل آزاد با ۴۴/۵ درصد و کمترین فراوانی مربوط به افراد کارمند با ۳/۲ درصد بود.

جدول (۳) توزیع فراوانی و درصد افراد نمونه از نظر مدرک تحصیلی

مدرک تحصیلی	فراوانی (نفر)	درصد
زیر دیپلم	۷۲	۱۸/۹
دیپلم	۱۲۵	۳۲/۹
فوق دیپلم	۱۴۰	۳۶/۸
لیسانس	۳۳	۸/۷
فوق لیسانس	۱۰	۲/۶
مجموع	۳۸۰	۱۰۰

طبق جدول (۳) ملاحظه می‌گردد که از جوانان بررسی شده، بیشترین تعداد با فراوانی ۱۴۰ نفر (۳۶/۸ درصد) دارای مدرک تحصیلی فوق دیپلم بودند و کمترین فراوانی نیز با ۱۰ نفر (۲/۶ درصد) دارای مدرک فوق لیسانس بودند.

جدول (۴) شبکه‌های اجتماعی مجازی مورد استفاده‌ی جوانان

نام شبکه‌ی اجتماعی مجازی	فراوانی (نفر)
تلگرام	۲۱۹
اینستاگرام	۲۱۱
واتس آپ	۶۵
فیس بوک	۴۹
سروش	۳۶
ایتا	۱۸
یوتیوب	۶۳
نیمباز	۶
اسکایپ	۶
ایمو	۶۷
سایر (اورکات، فیس‌نما، لینکدن، اینستاگرام، ویبر، مای اسپیس، مرجع متخصصین، مرجع‌های استخدامی، ...)	۶۲

طبق نتایج جدول (۴)، از جوانان بررسی شده ۲۱۹ نفر از شبکه‌ی اجتماعی تلگرام استفاده می‌کردند که بیش‌ترین فراوانی را به خود اختصاص داده‌اند. بعدازاین شبکه، شبکه اجتماعی اینستاگرام با ۲۱۱ و ایمو با ۶۷ نفر و واتس آپ با ۶۵ نفر در رتبه‌های دوم و سوم قرار داشتند.

جدول (۵)- توزیع جوانان بر حسب نوع شبکه اجتماعی مورد استفاده (داخلی یا خارجی)

نوع شبکه اجتماعی مجازی	فراوانی (نفر)	درصد
استفاده‌ی بیش‌تر از شبکه‌ی داخلی	۱۰۲	۲۶/۸
استفاده‌ی بیش‌تر از شبکه‌ی خارجی	۱۹۷	۵۱/۸
استفاده از هیچ‌کدام یا استفاده از هر دو به صورت برابر	۷۸	۲۰/۵
عدم پاسخ	۳	۰/۸
مجموع	۳۸۰	۱۰۰

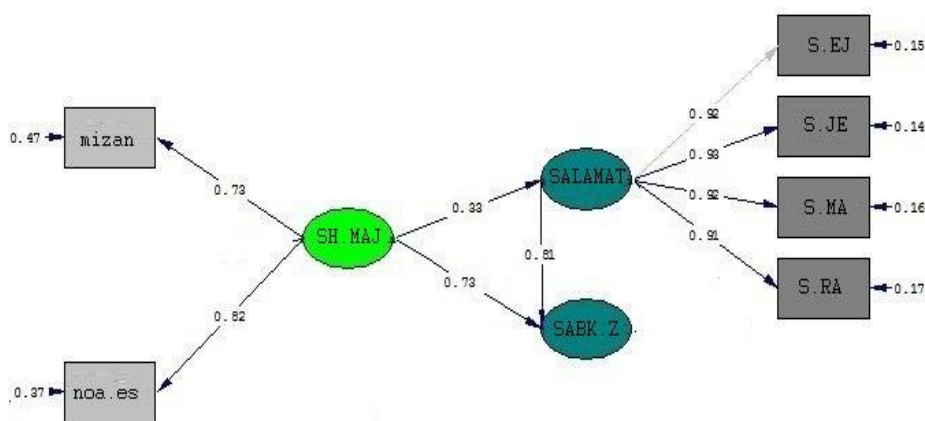
طبق نتایج جدول (۵) جوانان مورد بررسی در مقایسه بین استفاده از دو نوع شبکه‌ی اجتماعی مجازی داخلی و خارجی، بیش‌تر از شبکه‌های اجتماعی مجازی خارجی استفاده می‌کنند. بدین معنی که ۵۱/۸ درصد (۱۹۷ نفر) بیش‌تر از شبکه‌های اجتماعی خارجی و ۲۶/۸ درصد (۱۰۲ نفر) بیش‌تر از شبکه‌های اجتماعی داخلی استفاده می‌کنند.

قبل از پرداختن به تجزیه و تحلیل فرضیات پژوهش، نرمال بودن توزیع متغیرهای میزان کاربرست کاربرست شبکه‌های اجتماعی مجازی و سبک زندگی جوانان با استفاده از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنف تک نمونه‌ای بررسی گردید.

جدول (۶)- وضعیت نرمال بودن توزیع متغیرهای وابسته

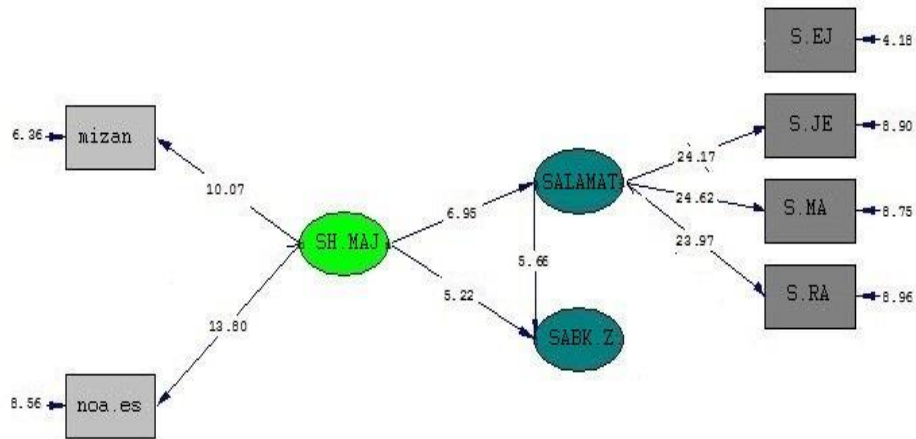
میزان کاربرست شبکه	سبک زندگی جوانان	
۳۸۰	۳۸۰	تعداد
۱۹/۸۳	۲۲۰/۸۶	میانگین
۲/۹۳	۴۲/۷۸	انحراف استاندارد
۰/۹۰	۰/۰۵۰	نمره Z
۰/۰۶	۰/۲۵	معنی داری (sig)

همان‌طور که در جدول (۶) مشاهده می‌گردد نرمال بودن توزیع متغیرهای میزان کاربست شبکه اجتماعی مجازی ( $\text{sig}=0/06>0/05$ ) و سبک زندگی جوانان ( $\text{sig}=0/25>0/05$ ) معنی‌دار است. به‌منظور تبیین الگوی ارتباطی بین شبکه‌های اجتماعی مجازی (میزن کاربست و نوع استفاده) و سبک زندگی جوانان با میانجی‌گری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. شکل ۱ مدل آزمون شده تحقیق در حالت ضرایب استاندارد و شکل ۲ مدل آزمون شده تحقیق در حالت ضرایب معنی‌داری (t-value) را نشان می‌دهد.



Chi-Square=47.77, df=32, P-value=0.00000, RMSEA=0.043

شکل ۱: مدل آزمون شده در حالت ضرایب استاندارد



Chi-Square=47.77, df=32, P-value=0.00000, RMSEA=0.043

در بالا نتایج مربوط به پیش‌بینی سبک زندگی جوانان شهر اردبیل توسط استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با واسطه‌گری سلامت جوانان گزارش شده است.

جدول (۷): ضرایب تأثیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی جوانان از طریق سلامت

نتیجه	آماره t	ضریب استاندارد	مسیر فرضیه
رابطه معنادار و مثبت است.	۵/۲۲	۰/۷۳	شبکه اجتماعی مجازی - روی - سبک زندگی
رابطه معنادار و مثبت است.	۶/۹۵	۰/۳۳	شبکه اجتماعی مجازی - روی - سلامت
رابطه معنادار و مثبت است.	۵/۶۶	۰/۸۱	سلامت - روی - سبک زندگی

طبق جدول (۷) ملاحظه می‌گردد که شبکه اجتماعی مجازی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم، با سبک زندگی و سلامت جوانان رابطه معنادار دارد ( $p < 0/05$ ). هم‌چنین نتایج حاصل از

ضرایب معنی داری نشان داد که مقادیر  $t$  به دست آمده برای تمامی متغیرهای مورد مطالعه از ۱/۹۶ بزرگ تر بوده و در نتیجه روابط این متغیرها با عامل های مربوطه معنی دار است. نتایج مربوط به شاخص های برازش الگوی ساختاری آزمون واسطه گری سلامت جوانان در رابطه بین استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی و سبک زندگی آنان برای هر یک از شاخص های پیشنهادی هوو و بنتلر<sup>۱</sup> (۱۹۹۹) شامل مجذور خی  $(\chi^2)$ ، مجذور خی<sup>۲</sup> بر درجه آزادی  $(\chi^2/df)$  شاخص نیکویی برازش  $(GFI)$ ، شاخص نیکویی برازش انطباقی  $(AGFI)$ ، شاخص برازش مقایسه ای  $(CFI)$ ، شاخص نرم شده برازندگی  $(NFI)$  یا همان شاخص بنتلر-بونت<sup>۲</sup> و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب  $(RMSEA)$  در جدول (۸) ارائه شده است.

جدول (۸): شاخص های برازش مدل آزمون شده

شاخص های مربوط به برازش مدل	مقدار به دست آمده	دامنه مورد قبول	نتیجه برازش
مجذور خی	۴۷/۷۷	$\leq 3$	عدم تأیید
	$(P < 0/00)$	(معنی دار نبودن از لحاظ آماری)	
خی دو بر درجه آزادی	۱/۴۹	$\chi^2/df < 3$	تأیید مدل
نیکویی برازش	۰/۹۱	$GFI > 0/90$	تأیید مدل
شاخص نیکویی برازش انطباقی	۰/۹۱	$AGFI > 0/90$	تأیید مدل
شاخص برازش مقایسه ای	۰/۹۲	$CFI > 0/90$	تأیید مدل
شاخص برازش هنجار شده (بنتلر-بونت)	۰/۹۳	$NFI > 0/90$	تأیید مدل
خطای ریشه مجذور میانگین تقریب	۰/۰۴۳	$RMSEA \leq 0/10$	تأیید مدل

۱ -Hu, Bentler

۲ -Bentler-Bonetts

مرور دقیق شاخص‌های نیکویی برازش الگوی ساختاری (جدول ۸) نشان می‌دهد که الگوی ساختاری آزمون واسطه‌گری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) در رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی (میزان استفاده از شبکه اجتماعی مجازی و نوع کاربست شبکه اجتماعی مجازی) و سبک زندگی جوانان شهر اردبیل، از برازش مطلوبی برخوردار است.

### نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش بررسی مدل‌سازی نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در سبک زندگی جوانان با میانجی‌گری سلامت جوانان (سلامت جسمانی، روان‌شناختی، معنوی و اجتماعی) بود، بررسی‌ها حاکی از آن است که بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی با سبک زندگی با نقش میانجی سلامت رابطه معناداری وجود دارد. این نتایج با یافته‌های سایر پژوهش‌های انجام شده همچون پژوهش کولاندیراج (۲۰۱۴) با عنوان تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی، پژوهش وراسمای و گاوندر (۲۰۱۳) با عنوان تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی دانشجویان در آفریقای، پژوهش نیلندر (۲۰۱۳) با عنوان رسانه‌های اجتماعی برای تغییر سبک زندگی و پژوهش سنتولا (۲۰۱۳) با عنوان رسانه‌های اجتماعی و سبک زندگی و پژوهش همپتون و همکاران (۲۰۱۱) با عنوان سایت‌های شبکه‌های اجتماعی و زندگی ما، همخوانی و هماهنگی دارد. همچنین در پژوهش‌های داخلی با یافته‌های دهقان (۱۳۹۷)، مظفری نیا، قاسمی پور (۱۳۹۶)، مظفری (۱۳۹۶)، عیدی زاده، احمدی بلوطکی (۱۳۹۶)، طالب پور، منصور، رستمی (۱۳۹۶)، ذکایی، حسنی (۱۳۹۶)، فرقانی، مهاجری (۱۳۹۵)، یوسفی (۱۳۹۶)، بیدی، شریفی نیا، حاتمی (۱۳۹۶)، داودی، ماهچیان (۱۳۹۶)، داودی، ماهچیان (۱۳۹۶)، ودودی (۱۳۹۵)، توسلی (۱۳۹۵)، جعفری (۱۳۹۵)، جعفری، شهابی، همتی (۱۳۹۵)، بهرامسری (۱۳۹۵)، رسول زاده اقدم، عدلی پور، محمد تبار، افشار (۱۳۹۴)، روحی (۱۳۹۴)، جلال، فتحی، جلال (۱۳۹۴) همخوان و همسو می‌باشد. این پژوهشگران هم در نتایج خود به این نتیجه رسیدند که بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با سبک زندگی رابطه وجود دارد. همچنین این پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که شبکه‌های اجتماعی نقش پررنگی در دنیای امروز دارند و نمی‌توان آن‌ها را نادیده گرفت. این شبکه‌ها بر ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی افراد و در سطح کشورها و حتی بین‌الملل تأثیرگذارند و به همین دلیل در حال گسترش هستند. این شبکه‌ها در آینده نقش به‌مراتب بیشتر و مهم‌تری را در زندگی بازی خواهند کرد. شبکه‌های مجازی در کنار مزایای

بی‌شمار، معایبی نیز دارند که عدم آشنایی کامل با فضای مجازی می‌تواند آسیب‌هایی را برای خانواده‌ها به بار آورد. شبکه‌های اجتماعی مجازی گونه‌ای از رسانه‌های اجتماعی هستند که بیشترین شباهت را به جامعه انسانی دارند. ظهور و گسترش ارتباطات مجازی و به تبع آن کاربرد شبکه‌های اجتماعی، تعامل‌های اجتماعی را دچار تحول شگرفی نموده است. شبکه‌های اجتماعی مجازی با توجه به کارکردهای متنوعشان برای ترویج سبک زندگی مبتنی بر اینترنت، مورد استقبال قرار گرفته‌اند. همچنین عبدالله نژاد فراهانی (۱۳۹۳) در پژوهش خود با عنوان تبیین جامعه شناختی تاثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی به این نتیجه رسیدند که بین میزان استفاده از شبکه‌های مجازی و سبک زندگی رابطه معکوس وجود دارد، سبک زندگی به تفکیک نوع برنامه‌های استفاده از شبکه‌های مجازی متفاوت است، بین میزان استفاده از شبکه‌های مجازی و رفتارهای دینی و همچنین نگرش به ازدواج رابطه معکوس وجود دارد بین میزان تماشای برنامه‌های ماهواره و مدگرایی رابطه مستقیم وجود دارد، بین میزان استفاده از شبکه‌های مجازی و اوقات فراغت و همچنین شیوه تغذیه رابطه مستقیم وجود دارد با افزایش استفاده از شبکه‌های مجازی نوع گذران اوقات فراغت و شیوه تغذیه نیز تغییر کرده است. بین زنان و مردان از لحاظ میزان استفاده از شبکه‌های مجازی تفاوت مشاهده شد که زنان بیشتر از مردان از شبکه‌های اجتماعی مجازی استفاده می‌کنند، بین وضعیت تأهل و استفاده از شبکه‌های مجازی تفاوت وجود ندارد. بین سن و میزان استفاده از شبکه‌های مجازی رابطه معکوس وجود دارد. میزان استفاده از شبکه‌های مجازی میان دانشجویان مقطع کاردانی و کارشناسی ارشد بیشتر از کارشناسی بود و میزان استفاده از شبکه‌های مجازی میان گروه‌های شغلی متفاوت است افراد بیکار بیشتر از این‌گونه شبکه‌ها استفاده می‌کنند. بنا به نتایج به دست آمده پیشنهادهای زیر ارائه می‌گردد:

۱- آموزش سواد رسانه‌ای و آگاهی دهی به جوانان و اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی و نظارت کارشناسانه بر شبکه‌های اجتماعی می‌تواند به عنوان پیشنهادی اساسی برای سیاست‌گذاران حوزه مجازی باشد تا بتوان با استفاده از امکانات و فرصت‌های ایجاد شده در شبکه‌های اجتماعی، شرایط تقویت و گسترش سبک زندگی سالم و بدون تنش را برای جوانان مهیا کرد و از تهدیدهای آن نیز با فرهنگ‌سازی در امان ماند و تهدیدها را تبدیل به فرصت کرد.

۲- پیشنهاد می‌شود که والدین ضمن آشنا و آگاه نمودن فرزندان خود با قابلیت‌ها و جذابیت‌های شبکه‌های اجتماعی در کنار آسیب‌شناسی، این امکان را برای نوجوانان فراهم نمایند تا همچون سایر



اقشار جامعه از آن بهره‌مند شوند در بین محصولات فکری و فرهنگی گوناگون بتوانند دست به‌گزینش زده و از این طریق مانع از حضور آنها در شبکه‌های اجتماعی مخرب شوند.

۳- ایجاد شبکه‌های اجتماعی متناسب با قوانین اسلامی می‌تواند یکی از راه‌های گسترش سبک زندگی اسلامی در بین جوانان تلقی شود. هر یک از جوامع مجازی در بدو عضوپذیری فرمی را در اختیار کاربران قرار دهد تا قوانین آن شبکه را قبول کنند و در صورت بی‌توجهی طبق قوانین برخورد شود.

۴- پیشنهاد می‌شود مسئولان صداوسیما جمهوری اسلامی برای تهیه و تولید برنامه‌های جذاب، عمیق و موردنیاز جوانان برای جانشین‌سازی آن با محتوای شبکه‌های اجتماعی اقدام لازم را اتخاذ کنند.

۵- پیشنهاد می‌شود همه مسئولین استان با افزایش تبلیغات آموزشی مانند نصب بنرها و تابلوها در سطح شهر، باهدف آموزش خطرات شبکه‌های اجتماعی مجازی اقدام لازم را انجام دهند.

## منابع

۱. افراسیابی، محمد صادق. (۱۳۹۲). *مطالعات شبکه‌های اجتماعی و سبک زندگی جوانان*، تهران: انتشارات سیمای شرق.
۲. امیرپور، مهناز. (۱۳۹۲). *تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی جوانان*، فصلنامه دانش انتظامی خراسان شمالی، ۳(۱)، ۲۳-۳۹.
۳. امیری، مجید؛ تاج‌آبادی، رضا؛ رحیمی، محمد. (۱۳۹۰). *نقش شبکه‌های اجتماعی اینترنتی در جنگ نرم سایبری، اولین همایش شبکه‌های اجتماعی و فضای سایبر و نقش آن در تأمین امنیت و آگاهی خانواده*، تهران، صص ۱۸۰-۱۶۸.
۴. بشیر، حسن؛ افراسیابی، محمدصادق. (۱۳۹۱). *شبکه‌های اجتماعی اینترنتی و سبک زندگی جوانان (مطالعه‌ی موردی: بزرگ‌ترین جامعه‌ی مجازی ایرانیان)*، فصلنامه‌ی تحقیقات فرهنگی، ۵(۱۷)، ۶۲-۳۱.
۵. بشیری، جواد؛ ندیم، مژگان. (۱۳۹۰). *میزان استفاده از منابع اینترنتی در طرح‌های تحقیقاتی، سازمان ترویج آموزش و تحقیقات کشاورزی، فصلنامه‌ی مطالعات ملی کتابداری و سازمان‌دهی اطلاعات*، ۲۲(۲)، ۱۴۸-۱۶۳.
۶. بیژن، زارع و فلاح، مهدی. (۱۳۹۱). *بررسی سبک زندگی جوانان در شهر تهران و عوامل مؤثر بر آن*، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۵(۴)، ۷۵-۱۰۵.
۷. ذکایی، محمد سعید. (۱۳۹۱). *مصرف و سبک زندگی، رویکردها، مسائل و آسیب‌ها*، فصلنامه رسانه، ۲۳(۳)، ۱۴-۲۴.
۸. عبدالله نژاد فراهانی، احمدرضا. (۱۳۹۳). *تبیین جامعه‌شناختی تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی مورد مطالعه دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی شهر تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
۹. فاضلی، محمد. (۱۳۸۶). *مصرف و سبک زندگی*، تهران: پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات.
۱۰. کفاشی، مجید، منوچهر پهلوان و کاظم عباس نژاد عربی. (۱۳۸۹). *بررسی تأثیر سبک زندگی بر هویت اجتماعی جوانان: مطالعه موردی جوانان ۲۹ - ۱۵ ساله شهر بابل*، پژوهش اجتماعی، ۳(۹)، ۱۳۹-۱۱۷.

۱۱. آریانی، ابراهیم؛ زاهد بابلان، عادل؛ معینی کیا، مهدی؛ خالق خواه علی. (۱۳۹۳). نقش شبکه های اجتماعی مجازی بر قابلیت های پژوهشی و کارآفرینی دانشجویان تحصیلات تکمیلی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه محقق اردبیلی.
۱۲. جوادی نیا، سید علیرضا؛ عرفانیان، مرتضی؛ عابدینی، محمدرضا؛ بیجاری، بیتا. (۱۳۹۱). بررسی تأثیر استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۲(۸)، ۵۹۸-۶۰۶.
۱۳. جهانگیری، یحیی. (۱۳۹۰). شبکه اجتماعی؛ فرصت یا چالش. فصلنامه ره‌آورد نور. شماره ۳۷.
۱۴. خواجه‌نوری، بیژن، علی روحانی و سمیه هاشمی. (۱۳۸۹). سبک زندگی و هویت ملی: مطالعه موردی: دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر شیراز، مطالعات ملی، ۱۱(۴)، ۱۵۲-۱۲۷.
۱۵. خواجه‌نوری، بیژن، علی روحانی و سمیه هاشمی. (۱۳۹۰). سبک زندگی و مدیریت بدن، جامعه‌شناسی زنان، ۲ (۴۷)، ۴-۲۱.
۱۶. ذکایی، محمد سعید. (۱۳۹۶). جامعه‌شناسی جوانان ایران، تهران: انتشارات آگه.
۱۷. عیدی‌زاده، رضا؛ احمدی بلوطکی، حاجی محمد احمدی بلوطکی. (۱۳۹۷). مطالعه رابطه استفاده از شبکه‌های اجتماعی واتس‌آپ و تلگرام با سبک زندگی دانشجویان رشته‌های علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران. مطالعات جامعه‌شناسی، ۱۱(۳۸)، ۴۳-۶۰.
۱۸. لطف‌آبادی، حسین و نوروزی، وحیده. (۱۳۸۳). بررسی چگونگی نگرش دانش‌آموزان دبیرستانی و پیش‌دانشگاهی ایران به جهانی‌شدن و تأثیر آن بر ارزش‌ها و هویت دینی و ملی آنان، فصلنامه نوآوری های آموزشی، ۳ (۹)، ۱۱۹-۸۸.

19. Kirschner, P. A, Karpinski, A. C. (2010). *Facebook and academic performance. Computers in Human Behavior*, 26 (6): 1237-1245.
20. O'Brien, S. J. (2011). *Facebook and other Internet use and the academic performance of college students: Temple University*.
21. Teclenhaimanot, B., Hickman, T. (2011). *Student-Teacher Interaction on Facebook: What Students Find Appropriate*. *Tech Trends*, 55 (3): 19-30.
22. Yedidia, M. J., Gillespie, C. C., Kachur, E., Schwartz, M. D., Ockene, J., Chepaitis, A. E. (2003). *Effect of Communications Training on Medical Student Performance*. *JAMA*, 290(9): 1157-65.