

## عنوان مقاله:

مقایسه ذهن آگاهی و نشاط اجتماعی میان کاربران شبکه های اجتماعی براساس میزان ساعت استفاده از آن

## محل انتشار:

نخستین کنگره بین المللی جامع روانشناسی ایران (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

منا پرجرات پو - کارشناس ارشد روانشناسی

ریحانه سوری - کارشناس ارشد روانشناسی

## خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش مقایسه ذهن آگاهی و نشاط اجتماعی میان کاربران شبکه های اجتماعی براساس میزان ساعت استفاده از این شبکه ها می باشد. دلیل اصلی توجه به این امر، نقش و تاثیر هر کدام از شبکه های اجتماعی در شکل دهی در رفتار و افکار افراد جامعه و شیوع بیماری های روانی نظیر افسردگی و اضطراب می باشد. تعدد این شبکه ها و گسترش استفاده از آن ها می تواند بر میزان سلامت جسمانی و روانی کاربران تاثیر بسزایی داشته باشد. در این پژوهش از پرسشنامه های ذهن آگاهی براون و رایبان و نشاط اکسفورد استفاده شد. سپس با استفاده از اطلاعات به دست آمده و به منظور پاسخ به فرضیات، آزمون های آمار استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون-Pearson Correlation) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان می دهد که بین میزان استفاده از اینترنت با ذهن آگاهی کاربران رابطه معنادار وجود دارد. به بیان دیگر با افزایش میزان استفاده از اینترنت میزان ذهن آگاهی آنان کاهش می یابد. هم چنین بین میزان استفاده از اینترنت با نشاط اجتماعی کاربران رابطه معنادار وجود دارد به بیان دیگر با افزایش میزان استفاده از اینترنت میزان نشاط اجتماعی آنان نیز کاهش می یابد. این افراد بیشتر مستعد بیماری های روانی بویژه افسردگی و اضطراب می-باشند. لذا آموزش درخصوص تاثیر و تحمیل رفتاری و فکری این شبکه ها و اعلام شیوع بیماری های روانی با افزایش ساعات استفاده از آن ها ضروری می باشد.

## کلمات کلیدی:

شبکه اجتماعی، ذهن آگاهی، نشاط اجتماعی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/475278>

