



Original Research

The Mediating Effect of Loneliness in the Association Between the Use of Social Media Usage and the Quality of Life of Housewife Mothers

Fatemeh Ghiyasi¹  Solmaz Dabiri^{2*} 

¹MSc, Educational Psychology, Department of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

²Assistant Professor, Department of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.(Corresponding Author). s.dabiri@iau-tnb.ac.ir

Background and Purpose

One of the most valuable and fulfilling roles that a woman can embrace is that of a mother and wife, which involves nurturing and supporting her family within the context of their home. The primary responsibility of a housewife is to manage the household effectively and attend to the family's various needs (Kaplan, 2021). Furthermore, women play a crucial role in society as they raise children and prepare them for their future social participation (Kundu et al., 2022). However, they are typically portrayed as a marginalized group whose sole source of identity is in embracing the roles of mother and wife. Unfortunately, they have been socially neglected, and their contributions are not adequately acknowledged (Kaplan, 2022). For this reason, they perceive the nature of housekeeping as unfair, resulting in many dysfunctions such as feelings of redundancy, futility, decreased efficiency, and diminished quality of life (Kundu et al., 2022).

Quality of life refers to individuals' subjective evaluation of their overall well-being, considering their social and cultural context, goals, and concerns (Goodyear et al., 2021). The phenomenon is subject to multiple influences, such as the experience of loneliness (Kian et al., 2022) and engagement with social media platforms (Bakry et al., 2022; Kusumota et al., 2022). Housewives play a crucial role in nurturing their children and preparing them for society. However, these women often lack financial security during challenging times and neglect their personal growth, awareness, and interests (Kundu et al., 2022). This can lead to frustration, reduced quality of life, and ultimately, a decline in the mental well-being of both the family and society. Hence, it is imperative to carry out study in this domain. Given the scarcity of research on the quality of life and its



determinants among Iranian housewives, this study aims to address this gap by examining the following hypotheses:

- The feelings of loneliness mediate the relationship between the use of social media usage and the quality of life of housewife mothers.
- The social media usage predicts the quality of life of housewife mothers.
- The feelings of loneliness predict the quality of life of housewife mothers.

Method

The present study employed a descriptive-correlational research design. The study's statistical population comprised all the housewives residing in the 6th district of Tehran in 2022. A sample of 400 housewives was chosen using the convenience sampling technique. Regarding the age distribution in the sample, 29 individuals (7.2%) are under 20 years old, 79 individuals (19.8%) are between 20 and 29 years old, 81 individuals (20.3%) are between 30 and 39 years old, 85 individuals (21.1%) are between 40 and 49 years old, 63 individuals (15.8%) are between 50 and 59 years old, and 63 individuals (15.8%) are over 60 years old.

The instruments utilized were the World Health Organization's (1996) quality of life questionnaires, for which the Cronbach's alpha coefficients were .82, .81, .78, and .76, respectively, for the subscales of physical health, mental health, social relations, and environmental health. The Feeling of Loneliness Questionnaire was an additional instrument utilized (Dehshiri et al., 2007).

The Cronbach's alpha coefficients for the subscales of family loneliness, social loneliness, and emotional loneliness were .83, .87, and .75, respectively. The study also employed a media usage questionnaire developed by Mahmoudian et al. (2014). The Cronbach's alpha coefficient for the Internet, foreign media, and domestic media subscales were .85, .74, and .56, respectively.

Results

The study revealed a statistically significant positive correlation (ranging from .29 to .10) between the different aspects of using social media and the various aspects of quality of life ($p < .05$). Additionally, there was a significant negative correlation (ranging from -.35 to -.21) between the different aspects of feelings of loneliness and the various aspects of quality of life ($p < .05$).

Table 1. Total, direct, and indirect path coefficients between the variables in the structural model

Path	b	S.E	β	<i>p-value</i>
Media usage > loneliness	-.958	.176	-.419	.001
Loneliness > quality of life	-.196	.044	-.349	.001
The direct relationship between media usage > and loneliness	.275	.96	.213	.006
The indirect relationship between media usage > and loneliness ¹	.188	.54	.146	.001
The total relationship between media usage > and quality of life	.463	.89	.359	.001

1. The bootstrap estimation method was employed with a sample size of 2000 to calculate the standard error of indirect paths.

The findings indicated that there is a positive and significant relationship ($\beta=.359$, $P\text{-value}<.01$) between the extent of social media usage and the quality of life of housewife mothers. The correlation coefficient between feelings of loneliness and the quality of life of housewife mothers is negative and statistically significant ($\beta=-.349$, $P\text{-value} < .01$). The coefficient of the indirect relationship between social media usage and the quality of life of housewife mothers is statistically significant ($\beta=.146$, $P\text{-value} < .01$).

Discussion & Conclusion

Based on the literature and research findings, it is evident that the quality of life of housewives is of great importance, not only in their personal lives but also in relation to their role within the family and their network of family relationships with key family members. Quality of life is a complex concept that encompasses various dimensions. If we aim to enhance the well-being of mothers and increase their overall satisfaction, it is crucial to take into account these factors along with other components.



Ethical considerations

Compliance with research ethics: The study was conducted in accordance with the ethical guidelines for conducting research involving human subjects.

Funding. The current study was not funded by any organization or person.

Authors' Contribution: The present study was derived from the first author's master's thesis, and all stages of this research were completed with equal contributions from all authors

Conflict of interest: The authors declared no conflict of interest with any person or organization.

Acknowledgements: The researchers are grateful to all women who participated in this research

Data Availability: Data supporting this study are not publicly available. Please contact our researchers. s.dabiri@iau-tnb.ac.ir

References

- Dehshiri, G., Ahmad Borjali, A., Sheykhi, M., & Habibi Askarabad, M. (2008). Development and validation of loneliness scale among university students. *Journal of Psychology*, 12(3), 282-296. [Link]
- Mahmoudian, H., Kochani Isfahani, M., & Moqadas, S. (2015). Consumption of Media, Body Management and Pregnancy Behavior (A Study of Women Teachers in Yasuj). *Culture Strategy*, 8(31), 173-196. [Link]
- Bakry, H., Almater, A. A., Alslami, D. M., Ajaj, H. S., Alsowayan, R. A., Almutairi, A. F., & Almoayad, F. (2022). Social media usage and loneliness among Princess Nourah University medical students. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1): 1-8. <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00217-w> [Link]
- Dehshiri, Gh. R., Borjali, A., Sheykhi, M., & Habibi Askarabad, M. (2008). Construction and validation of loneliness scale among students. *Psychology*, 12(3): 282-296. (text in Persian) [Link]
- Goodyear, V. A., Boardley, I., Chiou, S. Y., Fenton, S. A., Makopoulou, K., Stathi, A., & Thompson, J. L. (2021). Social media use informing behaviours related to physical activity, diet and quality of life during COVID-19: a mixed methods study. *BMC Public Health*, 21(1): 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11398-0> [Link]
- Kaplan, V. (2021). Gender sensitive psychiatry and feminist therapy. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 3(3): 211-216. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.22> [Link]
- Kaplan, V. (2022). Mental Health States of Housewives: an Evaluation in Terms of Self-perception and Codependency. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21: 666-683. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00910-1> [Link]
- Kundu, P., George, L. S., & Yesodharan, R. (2022). Quality of life and empowerment among women. *Journal of education and health promotion*, 30(11): 185-200. https://doi.org/10.4103%2Fjehp.jehp_433_21 (Link)
- Kusumota, L., Diniz, M. A. A., Ribeiro, R. M., Silva, I. L. C. D., Figueira, A. L. G., Rodrigues, F. R., & Rodrigues, R. A. P. (2022). Impact of digital social media on the perception of loneliness and social isolation in older adults. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 30(3526): 1-14.

- <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0000.3751> [Link]
- Mahmoudian, H., Kochani Isfahani, M., & Moqadas, S. (2015). Consumption of Media, Body Management and Pregnancy Behavior (A Study of Women Teachers in Yasuj). *Culture strategy scientific research quarterly*, 8(31), 173-196. (text in Persian) [Link]
- Qian, B., Huang, M., Xu, M., & Hong, Y. (2022). Internet Use and Quality of Life: The Multiple Mediating Effects of Risk Perception and Internet Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3): 1795-1809.
<https://doi.org/10.3390/ijerph19031795> [Link]
- WHO Quality of Life Assessment Group. (1996). *WHOQOL-BREF Introduction, Administration and scoring, Field Trial version*. Geneva: World Health Organization.



نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه استفاده از رسانه‌های اجتماعی با کیفیت زندگی مادران خانه‌دار

فاطمه غیائی^۱ ، سولماز دبیری^{۲*}

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۸/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۲/۱۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر تدوین مدلی جهت پیش‌بینی کیفیت زندگی مادران خانه‌دار براساس استفاده از رسانه‌های اجتماعی و نقش واسطه‌ای احساس تنهایی بود. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مادران خانه‌دار منطقه ۶ شهر تهران بود، که ۴۰۰ مادر با روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۶)، پرسشنامه میزان و نوع مصرف رسانه‌های محمودیان و همکاران (۱۳۹۴) و احساس تنهایی دهشیری و همکاران (۱۳۸۷) بود. جهت ارزیابی مدل از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل تدوین شده، با داده‌های این پژوهش از برازش کاملی برخوردار بود. همچنین نتایج حاکی از این بوده که استفاده از رسانه‌های اجتماعی هم به‌طور مستقیم و هم به‌طور غیرمستقیم، از طریق واسطه‌گری احساس تنهایی بر کیفیت زندگی مادران خانه‌دار تأثیر معنادار داشتند. ($p\text{-value}=.000$) براساس یافته‌های پژوهش لازم است که در رابطه با متغیرهای زیربنایی مانند استفاده از رسانه‌های اجتماعی و احساس تنهایی که بر کیفیت زندگی مادران خانه‌دار تأثیر می‌گذارند، مداخله و بررسی انجام شود تا زمینه ارتقا و بهبود کیفیت زندگی مادران و متعاقب آن خانواده، فراهم شود.

نوع مقاله: پژوهشی اصیل

واژگان کلیدی

کیفیت زندگی، مادران خانه‌دار، استفاده از رسانه‌های اجتماعی، احساس تنهایی.

ارجاع به مقاله:

غیائی، فاطمه و دبیری، سولماز. (۱۴۰۳). نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه استفاده از رسانه‌های اجتماعی با کیفیت زندگی مادران خانه‌دار. *مطالعات زن و خانواده*، ۱۲(۲)، ۱۰۸-۱۳۳. DOI: 10.22051/jwfs.2024.43666.2977

مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده نخست است.

۱. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

مقدمه

از سازنده‌ترین و ارزشمندترین نقش‌هایی که یک زن می‌تواند ایفا کند، نقش مادری و همسری است که در چارچوب خانه و خانواده اتفاق می‌افتد. نقش یک زن خانه‌دار^۱، اداره و مدیریت خانه و نیازهای خانواده است. اوکلی^۲، زن خانه‌دار را زنی می‌داند که کار خانه را انجام می‌دهد. ترکیب "زن" و "خانه" در یک عبارت، ارتباطی را میان زنانگی، ازدواج و مکان سکونت خانواده به وجود می‌آورد. خانه‌داری^۳ یکی از اصلی‌ترین نقش‌های جنسیتی است که زنان عهده‌دار آن می‌شوند و ممکن است مشکلات روحی و روانی را برای آنها به دنبال داشته باشد (کاپلان^۴، ۲۰۲۱a)؛ چرا که زنان خانه‌دار به طور تمام وقت کار می‌کنند و باید مسئولیت همه چیز از پخت‌وپز تا نظافت و خرید را بپذیرند، آنها همیشه در کنار خانواده خود هستند و به‌عنوان شانه‌ایی برای همه اعضای خانواده خود عمل می‌کنند (کاپلان، ۲۰۲۱b). همچنین آنها به‌عنوان بخش مهمی از زنان جامعه در تربیت فرزندان و آماده‌سازی آنها برای ورود به جامعه و پذیرفتن نقش‌های بزرگتر و مهم‌تر، نقش اساسی ایفا می‌کنند (کیوندیو^۵ و همکاران، ۲۰۲۲). با این وجود عموماً به‌عنوان اقلیت معرفی می‌شوند که تنها با پذیرفتن نقش مادری و همسری، از نظر اجتماعی نامرئی شده‌اند و شناخت درستی از آنها، نیازهای شان و حالات روحی و روانی‌شان وجود ندارد (کاپلان، ۲۰۲۲). به‌همین دلیل آنها ماهیت خانه‌داری را یکنواخت و غیرعادلانه می‌دانند و همین امر موجب بروز انواع اختلالات در آنها، احساس اضافه بودن، بی‌هدفی و پوچی، آسیب به کارکرد آنها و کاهش کیفیت زندگی در آنها می‌شود (کیوندیو و همکاران، ۲۰۲۲).

از نظر گروه بررسی کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی^۶ (۱۹۹۶)، کیفیت زندگی^۷ عبارت است از ادراک فرد از شرایط خود در زندگی در قالب فرهنگ و نظام‌های ارزشی که در آن زندگی می‌کند و در ارتباط با اهداف، انتظارات، استانداردها و نگرانی‌های، قرار می‌گیرد که برای هر فرد معنای متفاوتی داشته (گودیر^۸ و همکاران، ۲۰۲۱) و تحت تأثیر عوامل مختلفی از جمله سن، جنس، فرهنگ، تحصیلات،

-
1. housewife
 2. Oakley
 3. housewifery
 4. Kaplan
 5. Kundu
 6. WHO quality of life assessment group
 7. quality of life
 8. Goodyear



طبقه اجتماعی، شخصیت، سرمایه اجتماعی، ارتباطات افراد و مانند آن قرار می‌گیرد (حشمتی و همکاران، ۱۴۰۱؛ یو و دیو، ۲۰۲۲).

امروزه یکی از پرکاربردترین شیوه‌های ارتباط، استفاده از فضای مجازی^۲ و شبکه‌های اجتماعی^۳ است که به کارگیری آنها نه تنها کیفیت روابط را متحول کرده، بلکه این پیشرفت تکنولوژی و استفاده از اینترنت توانسته همه جنبه‌های زندگی و کار افراد را به طرق مختلف تحت تأثیر قرار دهد (کیان^۴ و همکاران، ۲۰۲۲). فضای مجازی هم می‌تواند به شکل مثبت، با افزایش روابط اجتماعی افراد و هم به شکل منفی، با کاهش کیفیت ارتباطات مبتنی بر اعتماد بر کیفیت زندگی اثرگذار باشد (خان^۵ و همکاران، ۲۰۲۰). بر همین اساس ارتباط بین فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی با کیفیت زندگی چندان واضح نیست؛ برخی مطالعات حکایت از رابطه مثبت میان فضای مجازی و کیفیت زندگی داشته (زمانی و همکاران، ۱۳۹۸؛ مرادی و جمشیدی، ۱۳۹۷؛ کیان و همکاران، ۲۰۲۲؛ گودیر و همکاران، ۲۰۲۱) و برخی نیز رابطه منفی بین این دو متغیر را گزارش کرده‌اند (عارف و کاشانی، ۱۴۰۱؛ اکبری و همکاران، ۱۳۹۹؛ یو و دیو، ۲۰۲۲؛ علی وردی نیا و همکاران، ۲۰۲۲؛ خان و همکاران، ۲۰۲۰)؛ بنابراین می‌توان اذعان داشت که شبکه‌های مجازی مانند شمشیر دو لبه عمل می‌کنند و استفاده ناآگاهانه از آن می‌تواند اثرات سوء برای افراد و جامعه به دنبال داشته باشد.

علاوه بر نقش رسانه‌های اجتماعی در کیفیت زندگی، شناسایی عواملی که در این رابطه نقش واسطه را ایفا می‌کنند جهت شناسایی فرایندهای مؤثر در این زمینه، اهمیت دارد و از جمله متغیرهایی که می‌تواند نقش واسطه را در این بین بازی کند، احساس تنهایی^۶ است. تنهایی به‌عنوان احساس ناراحت‌کننده ناشی از ناسازگاری بین روابط اجتماعی تجربه‌شده و مورد انتظار، تعریف می‌شود (پلات و ستینکایا^۷، ۲۰۲۲). ویس^۸ تنهایی را واکنشی به عدم وجود روابط اجتماعی که فرد به آن نیاز دارد (تنهایی مبتنی بر انزوای اجتماعی) یا فقدان صمیمیت و عاطفه علی‌رغم وجود روابط اجتماعی متفاوت (تنهایی مبتنی بر انزوای احساسی)، توصیف می‌کند (مهراندیش و همکاران، ۱۳۹۸؛ یوسف^۹ و همکاران، ۲۰۲۰).

1. Yu & Du
2. virtual space
3. social networks
4. Qian
5. Khan
6. loneliness feeling
7. Polat & Çetinkaya
8. Weiss
9. Youssef

تنهایی، احساسی است که کمابیش اکثر افراد در زندگی خود تجربه کرده‌اند (نجفی و همکاران، ۱۳۹۵) و فقط با افزایش استفاده از رسانه‌های اجتماعی برخط در ارتباط نیست، اما با افزایش محبوبیت رسانه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر، تنهایی با استفاده بیشتر از شبکه‌های اجتماعی مجازی، مرتبط بوده است و این امر در پژوهش‌ها نیز تأیید شده است (عائلی و تاجیک اسماعیلی، ۱۴۰۱؛ زارعی محمودآبادی و همکاران، ۱۴۰۱؛ عربی و همکاران، ۱۳۹۹؛ پاک خصال و همکاران، ۱۳۹۹؛ باکری^۱ و همکاران، ۲۰۲۲؛ کوسوموتا^۲ و همکاران، ۲۰۲۲؛ بنساکسن^۳ و همکاران، ۲۰۲۱). به نظر می‌رسد، هرچقدر انسان‌ها در دنیای واقعی، تنهاتر باشند، به همان نسبت، بیشتر احساس پوچی کرده و سطح کیفیت زندگی در آنها پایین می‌آید (مقتدری و همکاران، ۱۳۹۹؛ ضرابی حسینی، ۱۳۹۹؛ زرنقاش و همکاران، ۱۳۹۵؛ کاملیکا و کوک^۴، ۲۰۲۲؛ احدی و حسنی، ۲۰۲۱؛ بریدز^۵ و همکاران، ۲۰۲۰).

به‌طورکلی می‌توان گفت که جامعه‌شناسان، کار خانگی را برای ایجاد مکانی قابل سکونت جهت زندگی، تربیت فرزندان و ارائه خدمات، ضروری می‌دانند. آنها معتقدند کار خانه با اغلب مشاغل دیگر متفاوت است، چراکه بدون مزد بوده و معمولاً در انزوا و جدا از دیگر بزرگسالان انجام می‌شود، هیچ مقررات تحمیلی خارج از خانه بر آن وجود نداشته و تکراری و پایان‌ناپذیر است (احدی و حسنی، ۲۰۲۱). علاوه‌براین، زنان خانه‌دار به‌عنوان بخش مهمی از زنان جامعه در تربیت فرزندان و آماده‌سازی آنها برای ورود به جامعه و پذیرفتن نقش‌های بزرگتر و مهم‌تر، قلمداد می‌شوند، درواقع پدران و مادران سال‌های آینده و نیروی کار و مدیران و مسئولان آن از زیر دست یک مادر که اغلب مواقع خانه‌دار است بیرون می‌آیند، اما همین زن‌ها گاهی در سال‌های سال برای خودشان نه اندوخته‌ای مادی دارند که در روزگار سخت به کارشان بیاید و نه در جهت رشد و آگاهی و علایق خود قدمی برداشته‌اند (کیوندیو و همکاران، ۲۰۲۲) و همین امر نیز می‌تواند باعث سرخوردگی و کاهش کیفیت زندگی در آنها و متعاقب آن کاهش سطح سلامت روان خانواده و جامعه شود. کیفیت زندگی زنان خانه‌دار علاوه بر زندگی شخصی آنها، به واسطه جایگاه زنان در خانواده و شبکه ارتباط خانوادگی آنها با اعضای کانونی خانواده، نقش به‌سزایی دارد؛ بنابراین انجام مطالعه در این زمینه لازم و ضروری به نظر می‌رسد. همچنین با در نظر گرفتن این موضوع که مطالعات محدودی در زمینه کیفیت زندگی و عوامل مؤثر بر آن در زنان

-
1. Bakry
 2. Kusumota
 3. Bonsaksen
 4. Çamlıca, T., & Koç, Z.
 6. Beridze, G.



خانه‌دار ایرانی انجام شده است، لذا به منظور بررسی این خلاء پژوهشی، پژوهش حاضر به دنبال این خواهد بود که با ارائه یک مدل به این سؤال پاسخ دهد که آیا استفاده از رسانه‌های اجتماعی می‌تواند با واسطه احساس تنهایی، کیفیت زندگی را در مادران خانه‌دار پیش‌بینی کند؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی مبتنی بر مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مادران خانه‌دار منطقه ۶ شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بود. طبق نظر کلاین^۱ (۲۰۱۶) برای تعیین حجم نمونه در مدل‌یابی معادلات ساختاری می‌توان تعداد پارامترهای مدل را ملاک تعیین حجم نمونه قرار داد. یعنی به ازای هر پارامتر تعداد ۱۰ تا ۲۰ نفر را در نظر گرفت که با احتساب کلیه پارامترهای مدل حاضر، حجم نمونه مورد نیاز بین حداقل ۲۶۰ تا حداکثر ۵۲۰ نفر بود. لذا با توجه به احتمال مخدوش و ناقص بودن پرسشنامه‌های پاسخ داده شده بیش از حد انتظار و جهت جلوگیری از ریزش احتمالی، تعداد ۴۱۱ نفر مادر خانه‌دار به روش نمونه‌گیری در دسترس و با مراجعه به چند مرکز تجاری، آموزشگاهی و مدرسه در منطقه ۶ شهر تهران انتخاب شدند. در نهایت بعد از کنارگذاشتن پرسشنامه‌های ناقص و داده‌های پرت، اطلاعات مربوط به ۴۰۰ نفر از آنها مورد تحلیل قرار گرفت. از این افراد ۲۹ نفر (۷/۲ درصد) کمتر از ۲۰ سال، ۷۹ نفر (۱۹/۸ درصد) ۲۰ تا ۲۹ سال، ۸۱ نفر (۲۰/۳ درصد) ۳۰ تا ۳۹ سال، ۸۵ نفر (۲۱/۱ درصد) ۴۰ تا ۴۹ سال، ۶۳ نفر (۱۵/۸ درصد) ۵۰ تا ۵۹ سال و ۶۳ نفر (۱۵/۸ درصد) بیشتر از ۶۰ سال داشتند. تحصیلات ۱۱۰ نفر (۲۷/۴ درصد) از آنها زیر دیپلم، ۱۲۴ نفر (۳۱ درصد) دیپلم و فوق دیپلم، ۷۵ نفر (۱۸/۸ درصد) لیسانس و ۷۱ نفر (۲۳/۸ درصد) فوق لیسانس و دکتری بود.

۱۳۰ نفر (۳۲/۵ درصد) از آنها یک فرزند، ۱۲۷ نفر (۳۱/۶ درصد) دو فرزند، ۶۵ نفر (۱۶/۳ درصد) سه فرزند و ۷۸ نفر (۱۸/۶ درصد) بیشتر از ۳ فرزند داشتند. همسر ۱۴۲ نفر (۳۵/۵ درصد) از آنها دارای شغل آزاد، ۱۴۵ نفر (۳۶/۳ درصد) کارمند و ۱۱۳ نفر (۲۸/۲ درصد) سایر وضعیت‌های شغلی را داشتند.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (فرم کوتاه)^۱: این پرسشنامه توسط کار گروه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۶) تدوین شد و در ایران برای نخستین بار توسط نجات و همکاران (۱۳۸۵) اعتبارسنجی شد. این پرسشنامه دارای ۲۴ گویه بوده که ۴ حیطه سلامت جسمی، سلامت روانی، روابط اجتماعی و سلامت محیط را می‌سنجد و ۲ سؤال کلی که وضعیت کیفیت کلی را بررسی می‌کند که مجموع سؤالات این پرسشنامه ۲۶ سؤال است. مقیاس آن از نوع لیکرت بوده و در دامنه ۱ تا ۵ از اصلاً تا کاملاً رتبه‌بندی می‌شود. گویه‌های ۳-۴-۲۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. نجات و همکاران (۱۳۸۵) روایی تمایز این پرسشنامه را با استفاده از رگرسیون خطی تأیید کردند، به این ترتیب که اختلاف امتیاز افراد سالم و بیمار بررسی شد و معنی داری ضریب گروه پس از کنترل عوامل مخدوش‌کننده بالقوه تأییدکننده آن بود. روایی تمایز این پرسشنامه در تمامی حیطه‌ها و ۲ سؤال کلی قابل قبول بوده و گروه سالم امتیاز بالاتری نسبت به هر یک از گروه‌های بیمار داشتند. شاخص همبستگی درون خوشه‌ای را برای هر کدام از این زیر مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۷، ۰/۷۵، ۰/۸۴ و ضریب آلفای کرونباخ را نیز در گروه افراد سالم به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۳، ۰/۵۵، ۰/۸۴ و در گروه افراد بیمار ۰/۷۲، ۰/۷۰، ۰/۵۲، ۰/۷۲ گزارش کرده‌اند. لنگ^۲ و همکاران (۲۰۰۵) آلفای کرونباخ را ۰/۵۹ گزارش کرده‌اند (نجات و همکاران، ۱۳۸۵). در این پژوهش آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۱، ۰/۷۸ و ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه احساس تنهایی^۳: این پرسشنامه توسط دهشیری و همکاران (۱۳۸۷) ساخته شده که شامل ۳۸ گویه و سه عامل تنهایی ناشی از ارتباط با خانواده، تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان و نشانه‌های عاطفی تنهایی است. مقیاس آن از نوع لیکرت بوده و از ۱ تا ۵ از خیلی زیاد تا خیلی کم رتبه‌بندی می‌شود. گویه‌های ۳۴-۳۶-۳۷-۲۴-۲۵-۲۷-۲۸-۳۲-۶-۷-۸-۹-۱۳-۱۷-۲۲ به طرز معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دهشیری و همکاران (۱۳۸۷) آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس و هر یک از زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۹، ۰/۸۸ و ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. ضریب بازآزمایی را برای کل مقیاس و هر یک از زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و ۰/۷۶ گزارش کرده‌اند. برای بررسی روایی هم‌گرا، همبستگی این مقیاس را با مقیاس تجدید نظر شده احساس تنهایی راسل (۱۹۹۶) (کل

1. WHO Quality of Life questionnaire (WHOQOL-BREF)

2. Leung

3. Loneliness Questionnaire



مقیاس و زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۵۷، ۰/۳۳ و ۰/۴۷) و همبستگی با مقیاس افسردگی (کل مقیاس و زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۵۶، ۰/۵۴، ۰/۴۰ و ۰/۳۱) به دست آمد. در این پژوهش آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۷ و ۰/۷۵ به دست آمد.

پرسشنامه میزان و نوع مصرف رسانه‌ای^۱: این پرسشنامه توسط محمودیان و همکاران (۱۳۹۴) تدوین شد و دارای ۱۱ گویه بوده و سه زیرمقیاس اینترنت رسانه خارجی، رسانه داخلی را می‌سنجد. مقیاس آن از نوع لیکرت بوده و در دامنه ۱ تا ۵ از خیلی کم تا خیلی زیاد رتبه‌بندی می‌شود. محمودیان و همکاران (۱۳۹۴) با استفاده از نظر چند تن از اساتید و کارشناسان روایی صورتی این مقیاس تأیید کردند. در تحلیل عاملی آزمون کرویت بارتلنت نشان داد که مقدار KMO برابر با ۰/۷۶۴ و در سطح ۹۹ درصد معنادار بود که نشان از مناسب بودن داده‌ها برای تحلیل عاملی مصرف رسانه‌ای داشت. در تحلیل عاملی تأییدی، تمامی بارهای عاملی بیشتر از ۰/۵ بدست آمد {اینترنت (۰/۶۳۰-۰/۸۴۲)، رسانه خارجی (۰/۶۶۷-۰/۸۶۹) و رسانه داخلی (۰/۵۷۴-۰/۷۹۸)}. آنها آلفای کرونباخ را برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۴ و ۰/۶۴ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۷۴ و ۰/۵۶ به دست آمد.

یافته‌ها

آماره‌های توصیفی پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
اینترنت	۱۱/۷۹	۳/۵۸
رسانه خارجی	۱۱/۲۲	۳/۵۰
رسانه داخلی	۸/۲۹	۲/۳۲
تنهایی ناشی از روابط خانوادگی	۵۰/۲۷	۸/۴۱
تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان	۳۷/۴۴	۷/۵۶
نشانه‌های عاطفی تنهایی	۳۲/۱۵	۶/۳۲
سلامت جسمی	۲۳/۴۳	۴/۳۳
سلامت روان	۲۰/۰۳	۳/۹۶
سلامت اجتماعی	۱۰/۱۱	۲/۲۸
سلامت محیطی	۱۶/۰۴	۳/۷۳

** $p\text{-value} < 0.01$, * $p\text{-value} < 0.05$

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای تحقیق	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱. اینترنت	-								
۲. رسانه خارجی	۰/۵۵	-							
۳. رسانه داخلی	۰/۴۸	۰/۴۲	-						
۴. ناشی از روابط خانوادگی	۰/۲۰	۰/۱۱	۰/۲۲	-					
۵. ناشی از ارتباط با دوستان	۰/۳۰	۰/۲۱	۰/۲۱	۰/۶۱	-				
۶. نشانه های عاطفی تنهایی	۰/۳۰	۰/۳	۰/۱۱	۰/۵۴	۰/۶۴	-			
۷. سلامت جسمی	۰/۲۰	۰/۲۶	۰/۱۲	۰/۲	۰/۲۱	۰/۳۱	-		
۸. سلامت روان	۰/۲۷	۰/۲۶	۰/۱۱	۰/۳	۰/۳۲	۰/۳۴	۰/۷۸	-	
۹. سلامت اجتماعی	۰/۲۴	۰/۲۹	۰/۱۰	۰/۲	۰/۳۱	۰/۳۲	۰/۶۵	۰/۷۰	-
۱۰. سلامت محیطی	۰/۲۷	۰/۲۲	۰/۱۱	۰/۳	۰/۳۱	۰/۳۴	۰/۶۵	۰/۷۲	۰/۶۲

نرمال بودن توزیع داده‌های تک متغیری، به وسیله کشیدگی و چولگی و مفروضه همخطی بودن توسط عامل تورم واریانس^۱ (VIF) و ضریب تحمل^۲ بررسی شد. مقادیر کشیدگی و چولگی همه مؤلفه‌ها در محدوده ± 2 قرار داشت که بیانگر آن است که مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های تک متغیری برقرار است (کلاین^۳، ۲۰۱۶). مقادیر ضریب تحمل متغیرهای پیش بین بزرگتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس آنها کوچکتر از ۱۰ است، بنابراین این مفروضه برقرار است. از نظر مایرز^۴ و همکاران (۲۰۰۶) ضریب تحمل کمتر از ۰/۱ و تورم واریانس بالاتر از ۱۰ نشان دهنده عدم برقراری این مفروضه است.

بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع چند متغیری، توسط «فاصله مهلنوبایس^۵» انجام شد. مقادیر چولگی و کشیدگی اطلاعات مربوط به فاصله مهلنوبایس به ترتیب برابر با ۲/۲۴ و ۸/۳۷ بود که نشان می‌دهد، مقادیر چولگی و کشیدگی اطلاعات مزبور خارج از محدوده ± 2 قرار دارد.

1. variance inflation factor
 2. tolerance
 3. Kline
 4. Meyers
 5. Mahalanobis distance (D)



همگنی واریانس‌ها، توسط نمودار پراکنندگی واریانس‌های استاندارد شده خطاها^۱ بررسی شد که این مفروضه نیز برقرار بود. چگونگی برازش مدل اندازه‌گیری با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی، نرم‌افزار AMOS 24.0 و برآورد بیشینه احتمال^۲ (ML) ارزیابی شد.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری

شاخص‌های برازندگی	مدل ابتدایی	نقطه برش ۳
مجذور کای	۹۳/۹۵	-
درجه آزادی مدل	۳۲	-
χ^2/df	۲/۹۴	کمتر از ۳
GFI	۰/۹۵۶	۰/۹۰ >
AGFI	۰/۹۲۵	۰/۸۵۰ >
CFI	۰/۹۶۷	۰/۹۰ >
RMSEA	۰/۰۷۰	۰/۰۸ <

همه شاخص‌های برازندگی حاصل از تحلیل عاملی تأییدی از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند.

جدول ۴. پارامترهای مدل اندازه‌گیری پژوهش در تحلیل عاملی تأییدی

متغیر مکنون - نشان‌گر	b	β	SE	t
اینترنت	۱	۰/۷۹۰		
رسانه خارجی	۰/۸۶۷	۰/۷۰۳	۰/۰۸۳	۱۰/۴۸**
رسانه داخلی	۰/۴۹۰	۰/۵۹۹	۰/۰۵۱	۹/۷۰**
تنهایی ناشی از روابط خانوادگی	۱	۰/۷۷۰		
تنهایی ناشی از ارتباط با دوستان	۱/۰۰۱	۰/۸۵۸	۰/۰۶۵	۱۵/۳۱**
نشانه‌های عاطفی تنهایی	۰/۷۲۷	۰/۷۴۵	۰/۰۵۱	۱۴/۲۵**
سلامت جسمی	۱	۰/۸۴۲		
سلامت روان	۰/۹۹۷	۰/۹۱۹	۰/۰۴۴	۲۲/۸۵**
سلامت اجتماعی	۰/۴۸۳	۰/۷۷۲	۰/۰۲۷	۱۷/۹۶**
سلامت محیطی	۰/۷۴۴	۰/۷۸۸	۰/۰۴۰	۱۸/۵۴**

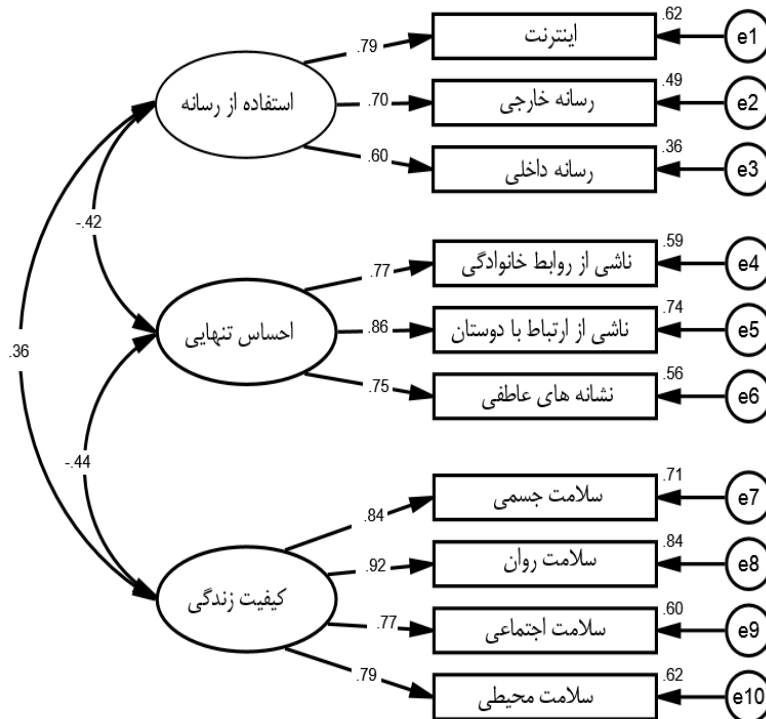
**P-value < ۰/۰۰۱

1. Standardized residuals
2. Maximum Likelihood

۳. نقاط برش پراساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)

۴. نکته: بارهای عاملی استاندارد نشده مربوط به نشانگرهای اینترنت، تنهایی ناشی از روابط خانوادگی و سلامت جسمی با عدد ۱ تثبیت شده، بنابراین خطای استاندارد و نسبت بحرانی آنها محاسبه نشده است.

بزرگترین بار عاملی به نشانگر سلامت روان ($\beta=0/919$) و کوچکترین بار عاملی به نشانگر رسانه داخلی ($\beta=0/599$) تعلق داشت. بارهای عاملی همه نشانگرها بالاتر از $0/32$ بود، بنابراین می‌توان گفت همه آنها از توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون پژوهش حاضر برخوردارند.



شکل ۱. مدل اندازه‌گیری با استفاده از داده‌های استاندارد

مدل ساختاری بیان کرده‌بود که رسانه‌های اجتماعی هم مستقیم و هم با میانجیگری احساس تنهایی، کیفیت زندگی مادران خانه‌دار را پیش‌بینی می‌کند. مدل تحلیل شد و با توجه به تعداد نشانگرها، متغیرهای مکنون، تعداد بارهای عاملی و مسیرهای یکسان با مدل اندازه‌گیری، شاخص‌های برازندگی مشابهی برای مدل ساختاری حاصل شد و چنین نتیجه‌گیری شد که مدل ساختاری پژوهش با داده‌های گردآوری شده برازش دارد (شکل ۲).

طبق جدول ضریب مسیر کل بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی و کیفیت زندگی مادران خانه‌دار مثبت و معنادار است ($\beta=0/359, P\text{-value} < 0/01$). ضریب مسیر بین احساس تنهایی و کیفیت زندگی مادران خانه‌دار منفی و معنادار است ($\beta=-0/349, P\text{-value} < 0/01$).

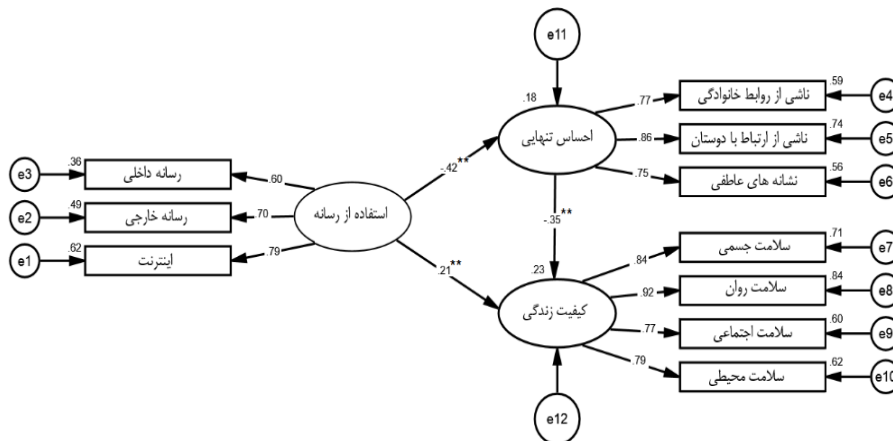


جدول ۵. ضرایب مسیر کل، مستقیم و غیر مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری

مسیر	b	S.E	β	p
استفاده از رسانه \leftarrow احساس تنهایی	-۰/۹۵۸	۰/۱۷۶	-۰/۴۱۹	۰/۰۰۱
احساس تنهایی \leftarrow کیفیت زندگی	-۰/۱۹۶	۰/۰۴۴	-۰/۳۴۹	۰/۰۰۱
رابطه مستقیم استفاده از رسانه \leftarrow کیفیت زندگی	۰/۲۷۵	۰/۰۹۶	۰/۲۱۳	۰/۰۰۶
رابطه غیرمستقیم استفاده از رسانه \leftarrow کیفیت زندگی ^۱	۰/۱۸۸	۰/۰۵۴	۰/۱۴۶	۰/۰۰۱
رابطه کل استفاده از رسانه \leftarrow کیفیت زندگی	۰/۴۶۳	۰/۰۸۹	۰/۳۵۹	۰/۰۰۱

ضریب مسیر غیرمستقیم بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی و کیفیت زندگی مادران خانه‌دار

معنادار است ($\beta=۰/۱۴۶, P < ۰/۰۱$).



شکل ۲. پارامترهای استاندارد در مدل ساختاری پژوهش

طبق شکل، مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه برای متغیر کیفیت زندگی ۰/۲۳ بدست

آمد، که بیان می‌کند استفاده از رسانه و احساس تنهایی در مجموع ۲۳ درصد از واریانس کیفیت

زندگی مادران خانه‌دار را تبیین می‌کند.

^۱ . به منظور برآورد خطای استاندارد مسیرهای غیر مستقیم از روش برآورد بوت استرپ با حجم نمونه ۲۰۰۰ استفاده شد

بحث

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی کیفیت زندگی مادران خانه‌دار بر اساس استفاده از رسانه‌های اجتماعی با واسطه احساس تنهایی بود. نتایج نشان داد که همه شاخص‌های برازندگی از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری‌شده حمایت می‌کنند و مدل ساختاری نیز با داده‌های گردآوری‌شده برازش قابل قبول داشت. مدل نشان داد که متغیرهای پژوهش ۲۳ درصد از واریانس کیفیت زندگی مادران خانه‌دار را پیش‌بینی می‌کنند.

همچنین نتایج نشان داد که احساس تنهایی به شکل معنادار رابطه بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی با کیفیت زندگی مادران خانه‌دار را میانجی‌گری می‌کند. با توجه به اینکه مطالعات مشابهی در زمینه مورد پژوهش انجام نشده، لذا این مسئله، پژوهش را در یافتن پیشینه مستقیم دچار مشکل کرده و به طور قطع نمی‌توان یافته‌های این پژوهش را با هیچ پژوهشی مقایسه کرد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که گرایش به ایجاد روابط صمیمانه با دیگران در هر دوره از زندگی، نیازی اساسی بوده و بر همین مبنا افراد به منظور جلوگیری از احساس تنهایی و تبعات آزاردهنده آن، با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند. بنابراین، زمانی که افراد احساس تنهایی می‌کنند، از درون دچار تنش و تشویش شده و برای رفع این احساس دست به انتخاب و اقدام زده و روابط اجتماعی خود را تنظیم می‌کنند. در این شرایط هر اندازه دامنه روابط اجتماعی افراد در دنیای واقعی محدود باشد (کمیت روابط)، افراد بیشتر احساس تنهایی کرده و به همان نسبت بیشتر تلاش می‌کنند تا این خلاء را مرتفع سازند (نجفی و همکاران، ۱۳۹۲؛ هلم^۱ و همکاران، ۲۰۲۲) و ناگزیر به دنیای مجازی پناه برده و سعی می‌کنند با ایجاد روابط جدید در این فضا بر احساس تنهایی خود غلبه کنند (بنساکسن و همکاران، ۲۰۲۱؛ عانلی و تاجیک اسماعیلی، ۱۴۰۱). البته لازم به ذکر است که علاوه بر میزان تعاملات یا کمیت روابط افراد با دیگران، کیفیت روابط آنها و یا به عبارت دیگر، میزان صمیمیت در روابط و تعاملات نیز اهمیت غیرقابل انکاری در کاهش احساس تنهایی و افزایش کیفیت زندگی دارد. ممکن است افراد بسیاری در اطراف فرد باشند ولی رابطه باکیفیت و صمیمی وجود نداشته باشد (هلم و همکاران، ۲۰۲۲)، در این حالت نیز استفاده از فضای مجازی با اثرگذاری بر احساس تنهایی افراد می‌تواند سطح کیفیت زندگی را در آنها افزایش دهد.

1. Helm



هابرماس^۱، معتقد بود محیط تعاملی اینترنت، فضایی است که در آن کاربران به راحتی با یکدیگر تعامل و گفت‌وگو می‌کنند، مسائل، مشکلات و نیازهای خود را مطرح می‌کنند، ابراز احساسات و به اشتراک‌گذاری موارد دلخواه اتفاق می‌افتد و افراد بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند (باکری و همکاران، ۲۰۲۲؛ پاک خصال و همکاران، ۱۳۹۹). بنابراین در خلنه، خانواده و جامعه‌ای که امکان گفت‌وگو، بیان مسائل و مشکلات وجود ندارد، استفاده از اینترنت به عنوان منبعی برای رفع این خلاء عمل می‌کند. محیط اینترنت برای افراد تنها، نقش یک محیط آرمانی را بازی می‌کند که می‌تواند نیازهای عاطفی و احساسات خود را مطرح کنند و به وسیله آن کمبودهای خود را پوشش دهند. اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، فضایی را برای این افراد ایجاد می‌کنند که بتوانند خود را از غلبه احساس تنهایی نجات دهند و دنیای جدید از روابط اجتماعی را پیش روی آنها قرار می‌دهند (کوسوموتا و همکاران، ۲۰۲۲؛ عربی و همکاران، ۱۳۹۹) که می‌تواند کیفیت زندگی آنها را تحت‌تأثیر قرار دهد. با این وجود باید خاطر نشان کرد که اثر اینترنت و شبکه‌های مجازی بر احساس تنهایی و کیفیت زندگی، منوط به چگونگی استفاده و مدت زمان استفاده از آن است. درحالی‌که افراد به دلیل برقراری ارتباط و مستحکم شدن روابط اجتماعی از آن بهره‌برند سبب کاهش احساس تنهایی و متعاقب آن افزایش کیفیت زندگی می‌شود و اگر به دلیل فرار از حقیقت از آن بهره‌برند سبب افزایش احساس تنهایی و کاهش سطح کیفیت زندگی خواهد شد (بیرانوند و برنا، ۱۳۹۷).

دیگر یافته این بود که استفاده از رسانه‌های اجتماعی به شکل مثبت و معنادار کیفیت زندگی مادران خانه‌دار را پیش‌بینی می‌کند. این یافته با یافته‌های مرادی و جمشیدی (۱۳۹۷)؛ کیان و همکاران (۲۰۲۲)؛ گودویر و همکاران (۲۰۲۱) همسوس است. همچنین با یافته‌های اکبری و همکاران (۱۳۹۹)؛ یو و دیو (۲۰۲۲)؛ علی وردی نیا و همکاران (۲۰۲۲) و خان و همکاران (۲۰۲۰) ناهمسو است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که رشد خیره‌کننده استفاده از اینترنت و فضای مجازی در دنیا، نویدهایی (انتشار سریع و گسترده اطلاعات، گسترش اجتماعات مجازی و افزایش و گسترش دانش و ...) را برای افراد به بار آورده است. با این حال برخی افراد در رابطه با ظرفیت‌های این تکنولوژی دیدگاه مثبتی نداشته و در غنی‌سازی روابط و زندگی اجتماعی به واسطه اینترنت و شبکه‌های مجازی تردید داشته و بیان می‌کنند که اینترنت و شبکه‌های مجازی سلامت روان‌شناختی افراد را مختل کرده و روابط

1. Habermas

اجتماعی افراد را در دنیای واقعی تضعیف کرده و به مرور باعث کاهش مشارکت اجتماعی می‌شود. با این وجود شواهد این طور نشان می‌دهد که اینترنت و شبکه‌های اجتماعی اگر به‌عنوان حامی و تقویت‌کننده و در جهت تسهیل ارتباطات به‌کارگرفته شوند می‌توانند کیفیت زندگی و متعاقب آن سلامت عمومی را ارتقاء دهند (کیان و همکاران، ۲۰۲۲؛ زمانی و همکاران، ۱۳۹۸). شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان رسانه‌های ارتباطی و سرگرم‌کننده، زندگی مفرح و امنی را برای افراد مهیا می‌کنند. این فضا می‌تواند دوستان قدیمی را به هم برساند و فرصت‌های آشنایی بسیاری به واسطه بیان نظرها و تأیید پیام‌های یکدیگر به وجود آورد و سبب ارتقا کیفیت زندگی شود (ادی و همبرگ، ۲۰۲۱). اگرچه این فضا می‌تواند مشکلاتی را با خود به همراه داشته باشد ولی به سبب داشتن بسیاری از امکانات و در دسترس قرار دادن این امکانات برای افراد می‌تواند سرگرمی‌هایی را برای افراد ایجاد کند که باعث نشاط آنها شده و سطح کیفیت زندگی آنها را بهبود بخشد. افراد در این فضا و با عضویت در این شبکه‌ها می‌توانند به تبادل اطلاعات بپردازند از وضعیت دیگر افراد و جامعه مطلع شوند و بتوانند سطح زندگی و جوامع را مقایسه کنند. در این فضا افراد می‌توانند بدون محدودیت مکانی با افرادی از دیگر کشورها به بحث و تبادل نظر بپردازند و علاقه‌مندی‌های خود را دنبال کنند و از افراد دیگر نیز بتوانند حمایت و تأیید دریافت کنند و همین تأیید و عدم تأیید می‌تواند کیفیت زندگی را تحت‌تأثیر قرار دهد (گودویر و همکاران، ۲۰۲۱؛ عارف و کاشانی، ۱۴۰۱).

دیگر یافته حاصل از این پژوهش حاکی از این بوده که احساس تنهایی به شکل منفی و معنادار کیفیت زندگی مادران خانه‌دار را پیش‌بینی می‌کند. این یافته با یافته‌های مقتدری و همکاران (۱۳۹۹)؛ ضرابی حسینی (۱۳۹۹)؛ پلات و ستینکایا (۲۰۲۲)؛ کاملیکا و کوک (۲۰۲۲)؛ احدی و حسینی (۲۰۲۱)، همسو است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که از جمله نشانه‌های مهم نقص در روابط اجتماعی، احساس تنهایی است. افراد فاقد مهارت در زمینه برقراری ارتباط و حفظ ارتباطات رضایت‌بخش، به‌طور معمول احساس تنهایی و هیجانات ناخوشایند را تجربه می‌کنند (احدی و حسینی، ۲۰۲۱). در اثر این شکست در برخی مواقع افراد احساس تهی بودن و پوچی، اضطراب و ناراحتی کرده که ناشی از تنهایی هیجانی (فقدان دلبستگی صمیمی با افراد دیگر) است و در برخی مواقع افراد احساس بی‌هدفی، ملامت و انزوا



کرده که ناشی از تنهایی اجتماعی (فقدان یک شبکه ارتباط اجتماعی) است و پیامد هر دوی این حالت‌ها کاهش کیفیت زندگی است (پلات و ستینکایا، ۲۰۲۲). به گفته سالیوان^۱ (۱۹۵۳) انسان نیاز به برقراری رابطه با دیگران دارد و این نیاز در بزرگسالی، شکل مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی را به خود گرفته و نیازمند تعاملات مثبت با سایر افراد است که پیامد آن، احساس شاد زیستی و رضایت‌مندی است (بریدز و همکاران، ۲۰۲۰).

تنهایی، سبک زندگی، تعاملات اجتماعی، سلامت جسمانی و روانی افراد را با ایجاد احساس غمگینی و خلاء، تحت تأثیر قرار می‌دهد و کیفیت زندگی را در افراد کاهش می‌دهد (بریدز و همکاران، ۲۰۲۰). افراد با این طرز تفکر که کسی از آنها حمایت نمی‌کند، به آنها اهمیت نمی‌دهد، مورد علاقه نیستند، عموماً افراد دیگر را بر خود مقدم دانسته و خود را بخشی از شبکه‌های اجتماعی (دوستان، خانواده و مانند آن‌را) در نظر نمی‌گیرند و بر این باورند که در برخورد با دشواری‌ها و ناملايمات زندگی، تنها هستند و همین احساس تنهایی می‌تواند باعث کاهش کیفیت زندگی و رضایت از زندگی در آنها شود (ژيو^۲ و همکاران، ۲۰۱۸).

نتیجه‌گیری

براساس پیشینه و نتایج این پژوهش، می‌توان گفت که کیفیت زندگی یک سازه چندبعدی بوده و چنانچه بخواهیم شاهد ارتقای کیفیت زندگی مادران و همچنین افزایش احساس رضایت آنها باشیم می‌باید این عوامل و دیگر مؤلفه‌ها را در نظر بگیریم. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر این بوده که بر روی مادران خانه‌دار منطقه ۶ شهر تهران انجام شد و نمونه‌گیری به شکل دردسترس بوده که در تعمیم یافته‌های آن باید احتیاط کرد. با توجه به اینکه کنترل تعداد فرزندان و سن مادران احتمال دسترسی به اعضای نمونه با حجم بالا را دشوار می‌ساخت این دو متغیر کنترل نشد، همچنین متغیرهای اثرگذاری مانند مدت زمان استفاده از شبکه‌های مجازی کنترل نشد؛ لذا پیشنهاد می‌شود این موارد در پژوهش‌های آتی در نظر گرفته شود و این موضوع به شکل مقایسه‌ای در مادران خانه‌دار و شاغل به‌منظور افزایش تعمیم‌پذیری یافته‌های حاصل از این پژوهش انجام شود.

1. Sullivan

2. Zhu

ملاحظات اخلاقی

رعایت اخلاق پژوهش: این مطالعه با رعایت کدهای اخلاقی انجام پژوهش‌های انسانی انجام شده- است.

سهام نویسندگان: پژوهش حاضر از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول اقتباس شد که توسط تحصیلات تکمیلی دانشگاه آزاد واحد تهران شمال به تصویب رسیده است و نویسندگان این پژوهش در طراحی، مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، گردآوری داده‌ها، تحلیل آماری داده‌ها، و نهایی‌سازی نقش یکسانی داشتند.

تضاد منافع: این پژوهش مستقیم یا غیرمستقیم با منافع شخص یا سازمان خاصی تعارض ندارد. تشکر و قدردانی: از تمام کسانی که صادقانه در اجرای این پژوهش همکاری داشتند کمال تشکر را دارم.

دسترسی به داده‌ها: داده‌هایی که از این مطالعه پشتیبانی می‌کنند به دلیل عمومی نبودن داده‌ها قابل دسترس نیست. در صورت تقاضا با ایمیل s.dabiri@iau-tnb.ac.ir تماس بگیرید.

منابع

- اکبری، تقی؛ هاشمی، جواد؛ کاظمی، سلیم؛ جاویدپور، مرتضی و متولی کسمایی، مریم (۱۳۹۹). تبیین تأثیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سبک زندگی جوانان (مورد مطالعه: جوانان شهر اردبیل). فصلنامه پژوهش‌های ارتباطی، ۲۷(۳): ۵۹-۸۱. <https://doi.org/10.22082/cr.2020.122470.2012> [لینک]
- بیرانوند، معصومه و برنا، محمدرضا (۱۳۹۷). بررسی رابطه احساس تنهایی با گرایش به شبکه‌های اجتماعی مجازی. فصلنامه روانشناسی و علوم رفتاری ایران، ۴(۱۴): ۵۱-۵۸. [لینک]
- پاک خصال، اعظم؛ سیف الهی، سیف‌الله و میرزایی، خلیل (۱۳۹۹). بررسی رابطه احساس تنهایی، حمایت ادراک‌شده و رضایت زناشویی با استفاده از شبکه‌های مجازی در بین زوجین تهرانی. مطالعات راهبردی زنان، ۲۲(۸۷): ۱۵۱-۱۷۳. <https://doi.org/10.22095/jwss.2020.199937.2102> [لینک]
- حشمتی، رسول؛ احمدی، شیرین و امانی، شعله (۱۴۰۱). بررسی اثربخشی مداخله مواجهه‌درمانی روایتی بر بهبود کیفیت زندگی و تنظیم هیجان زنان مطلقه شهر زرین‌شهر. پژوهش‌های مشاوره، ۲۱(۸۴): ۹۸-۱۱۹. <http://dx.doi.org/10.18502/qjcr.v21i84.12105> [لینک]
- دهشیری، غلامرضا؛ برجعلی، احمد؛ شیخی، منصوره و حبیبی عسکری‌آباد، مجتبی (۱۳۸۷). ساخت و اعتباریابی مقیاس احساس تنهایی در بین دانشجویان. روان‌شناسی، ۱۲(۳): ۲۸۲-۲۹۶. [لینک]
- زارعی محمودآبادی، حسن؛ یکتافر، مینا و اسعدی، سمانه (۱۴۰۱). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر پایه مهرورزی والدین و مهارت‌های اجتماعی با در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای احساس تنهایی در دانش‌آموزان شهر یزد. خانواده پژوهی، ۱۸(۶۹): ۱۳۴-۱۲۱. <https://doi.org/10.52547/JFR.18.1.121> [لینک]
- زرنقاش، مینا؛ غلامرضایی، سیمین و صادقی، مسعود (۱۳۹۵). تدوین مدل احساس تنهایی بر اساس راهبردهای مقابله‌ای، بهزیستی معنوی، افسردگی و رضایت از زندگی دختران جانباز. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۷(۲۶): ۳۵-۵۴. <https://dori.net/dor/20.1001.1.22285516.1395.7.26.3.9> [لینک]
- زمانی، محمدتقی؛ زارعی، علی؛ سجادی هزاوه، حمید و حاجی انزهایی، زهرا (۱۳۹۸). تأثیر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با نقش میانجی‌گری کیفیت زندگی بر سلامت عمومی ورزشکاران جانباز و معلول ایران. مجله



- دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۲: ۴۰۳-۴۱۰.
<https://doi.org/10.22038/mjms.2019.14892> [لینک]
- ضرابی حسینی، مصطفی (۱۳۹۹). رابطه احساس تنهایی و عزت نفس بر رضایت از زندگی دانش‌آموزان متوسطه دختر. فصلنامه روان‌شناسی و علوم رفتاری ایران، (۲۴): ۱۱۳-۱۲۰. [لینک]
- عارف، ابریشم و کاشانی، مجید (۱۴۰۱). تأثیر شبکه‌های اجتماعی (فضای مجازی) بر نشاط اجتماعی معلمان شهر تهران در سال ۱۳۹۹. فصلنامه رهپویه ارتباطات و فرهنگ، ۱(۳): ۸۷-۱۰۰. 10.22034/rcc.2022.253276 [لینک]
- عائلی، آرزو و تاجیک اسماعیلی، سمیه (۱۴۰۱). نقش احساس تنهایی در گرایش به استفاده از شبکه‌های اجتماعی در میان دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تهران. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۱۹(۴۱): ۹۳-۱۱۰. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26766728.1401.19.1.6.2> [لینک]
- عربی، پروین؛ باقری، نسرین و میرهاشمی، مالک (۱۳۹۹). مدل‌یابی نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی با وابستگی به شبکه‌های اجتماعی مجازی. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، ۱۹(۷۶): ۶۵-۸۴. <https://doi.org/10.22034/jei.2020.121549> [لینک]
- محمودیان، حسین؛ کوچانی اصفهانی، مسعود و مقدس، سعید (۱۳۹۴). مصرف رسانه، مدیریت بدن و رفتار باروری؛ مورد مطالعه: زنان معلم یاسوج. فصلنامه علمی پژوهشی راهبرد فرهنگ، ۸(۳۱): ۱۷۳-۱۹۶. [لینک]
- مرادی، علی و جمشیدی، انسیه (۱۳۹۷). ارتباط شبکه‌های اجتماعی و کیفیت زندگی مرتبط با سلامت در بزرگسالان تهران. نشریه پایش، ۱۷(۲): ۱۴۷-۱۵۷. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.16807626.1397.17.2.4.0> [لینک]
- مقتدری، شیرین؛ حاجی علی زاده، کبری؛ سماوی، عبدالوهاب و امیر فخرایی، آریتا (۱۳۹۹). بررسی مدل روابط ساختاری بین حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی با میانجیگری عزت نفس، احساس تنهایی و خودکنترلی در افراد وابسته به مواد مخدر. فصلنامه اعتیادپژوهی، ۱۴(۵۸): ۱۷۱-۱۹۰. <http://dx.doi.org/10.29252/etiadjpajohi.14.58.171> [لینک]
- مهراندیش، ندا؛ سلیمی بجزستانی، حسین و نعیمی، ابراهیم (۱۳۹۸). مولفه‌های احساس تنهایی دختران نوجوان مبتنی بر تجارب زیسته‌ی آنان. پژوهش‌های مشاوره، ۱۸(۷۰): ۴-۳۴. <http://dx.doi.org/10.29252/jcr.18.70.4> [لینک]
- نجات، سحرناز؛ منتظری، علی؛ هلاکویی ناینی، کوروش؛ محمد، کاظم و مجدزاده، رضا (۱۳۸۵). استانداردسازی پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (WHOQOL-BREF) ترجمه و روان‌سنجی گونه ایرانی. فصلنامه دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی، ۴(۴): ۱-۱۲. [لینک]
- نجفی، محمود؛ دبیری، سولماز؛ دهشیری، غلامرضا و جعفری، نصرت (۱۳۹۲). نقش امید، احساس تنهایی و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی رضایت از زندگی سالمندان. پژوهش‌های مشاوره، ۱۲(۴۷): ۹۹-۱۱۴. [لینک]
- نجفی، محمود؛ صالحین، میرزاعلی و محمدی فر، محمد علی (۱۳۹۵). رابطه حرمت خود، سبک‌های شوخ طبعی و کمرویی با احساس تنهایی در دانش‌آموزان. اندیشه‌های نوین تربیتی، ۱۲(۳): ۵۹-۷۷. <https://doi.org/10.22051/jontoe.2016.2546> [لینک]
- وصال، مینا و رحیمی، چنگیز (۱۴۰۰). تأثیر استفاده از رسانه‌های اجتماعی بر افسردگی در نوجوانان: مرور نظام‌مند و فراتحلیل. مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک، ۲۴(۱): ۲-۲۳. <http://dx.doi.org/10.32598/jams.24.1.6099.1> [لینک]

References

- Aeli, A., & Tajik Esmaeili, S. (2022). The Role of Loneliness in the Tendency to Use Social Networks among Senior High School Students in Tehran. *Quarterly*

- Journal of Family and Research*, 19(41): 93-110. (text in Persian) <http://dorl.net/dor/20.1001.1.26766728.1401.19.1.6.2> [Link]
- Ahadi, B., & Hassani, B. (2021). Loneliness and quality of life in older adults: the mediating role of depression. *Ageing international*, 46(3), 337-350. <https://doi.org/10.1007/s12126-021-09408-y> [Link]
- Akbari, T., Hashemi, J., Kazemi, S., Javidpour, M., & Motevali K., M. (2020). Explaining the Effect of Virtual Social Networks on Youth Lifestyle (Case: Ardabil Youth). *Communication Research*, 27(103), 59-81. (text in Persian) <https://doi.org/10.22082/cr.2020.122470.2012> [Link]
- Aliverdinia, F., Farajidana, H., Tourzani, Z. M., Salehi, L., Qorbani, M., Mohamadi, F., & Mahmoodi, Z. (2022). Social networks and internet emotional relationships on mental health and quality of life in students: structural equation modelling. *BMC psychiatry*, 22(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04097-6>[Link]
- Arabi, P., Bāgheri, N., & Mirhāshemi, M. (2020). Modeling the mediating role of loneliness in the relationship between attachment styles with dependency on virtual social networks. *Educational Innovations*, 19(76): 65-84. (text in Persian) <https://doi.org/10.22034/jei.2020.121549> [Link]
- Aref, A., & kashani, M. (2022). The effect of social networks (virtual space) on the social vitality of teachers in Tehran in the year (2019). *Rahpooye Ertebatat-o farhang*, 2(1), 87-100. (text in Persian) [10.22034/rcc.2022.253276](https://doi.org/10.22034/rcc.2022.253276) [Link]
- Bakry, H., Almater, A. A., Alslami, D. M., Ajaj, H. S., Alsowayan, R. A., Almutairi, A. F., & Almoayad, F. (2022). Social media usage and loneliness among Princess Nourah University medical students. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00217-w> [Link]
- Beridze, G., Ayala, A., Ribeiro, O., Fernández-Mayoralas, G., Rodríguez-Blázquez, C., Rodríguez-Rodríguez, V., & Calderón-Larrañaga, A. (2020). Are loneliness and social isolation associated with quality of life in older adults? Insights from Northern and Southern Europe. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228637> [Link]
- Biranvand, M., & Borna, M. R. (2017). Investigating the relationship between loneliness and tendency to virtual social networks. *Iranian Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 4(14), 51-58. (text in Persian) [Link]
- Bonsaksen, T., Ruffolo, M., Leung, J., Price, D., Thygesen, H., Schoultz, M., & Geirdal, A. (2021). Loneliness and its association with social media use during the COVID-19 outbreak. *Social Media Society*, 7(3), 1-10. <https://doi.org/10.1177/20563051211033821> [Link]
- Çamlıca, T., & Koç, Z. (2022). Loneliness, social support level, quality of life and symptom management among Turkish oncology patients. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 0(0), 1-21. doi: 10.1177/00302228221086057 [Link]
- Dehshiri, Gh. R., Borjali, A., Sheikhi, M., & Habibi Askarabad, M. (2008). Construction and validation of loneliness scale among students. *Psychology*, 12(3), 282-296. (text in Persian) [Link]
- Goodyear, V. A., Boardley, I., Chiou, S. Y., Fenton, S. A., Makopoulou, K., Stathi, A., & Thompson, J. L. (2021). Social media use informing behaviours related to physical activity, diet and quality of life during COVID-19: a mixed methods study. *BMC Public Health*, 21(1), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11398-0> (Link)



- Helm, P. J., Jimenez, T., Galgali, M. S., Edwards, M. E., Vail III, K. E., & Arndt, J. (2022). Divergent effects of social media use on meaning in life via loneliness and existential isolation during the coronavirus pandemic. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1768-1793. <https://doi.org/10.1177%2F02654075211066922> [Link]
- Heshmati, R., Amani, S., & Ahmadi, S. (2022). The Effectiveness of narrative exposure therapy on quality of life and Emotional Regulation of Absolute Women in Zarrinshahr City. *Journal of Counseling Research*, 21(84), 98-119. (text in Persian) <http://dx.doi.org/10.18502/qjcr.v21i84.12105> [Link]
- Kaplan, V. (2021a). Gender sensitive psychiatry and feminist therapy. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 3(3), 211-216. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.22> [Link]
- Kaplan, V. (2021b). The burnout and loneliness levels of housewives in home-quarantine during COVID19 Pandemic. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 3(2): 115-122. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.2.13> (Link)
- Kaplan, V. (2022). Mental Health States of Housewives: an Evaluation in Terms of Self-perception and Codependency. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21: 666-683. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00910-1> (Link)
- Khan, A., Khan, R. U. A., Ehsan, N., Khan, M. N., & Khan, A. U. (2020). Understanding the relationship of social media use with social comparison, life satisfaction and emotional intelligence among young adults. *Ilkogretim Online*, 19(3): 2964-2974. <https://dx.doi.org/10.17051/ilkonline.2020.03.735460> (Link)
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford press.
- Kundu, P., George, L. S., & Yesodharan, R. (2022). Quality of life and empowerment among women. *Journal of education and health promotion*, 30(11): 185-200. https://doi.org/10.4103%2Fjehp.jehp_433_21 [Link]
- Kusumota, L., Diniz, M. A. A., Ribeiro, R. M., Silva, I. L. C. D., Figueira, A. L. G., Rodrigues, F. R., & Rodrigues, R. A. P. (2022). Impact of digital social media on the perception of loneliness and social isolation in older adults. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 30(3526), 1-14. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0000.3751> [Link]
- Mahmoudian, H., Kochani Isfahani, M., & Moqadas, S. (2015). Consumption of Media, Body Management and Pregnancy Behavior (A Study of Women Teachers in Yasuj). *Culture strategy scientific research quarterly*, 8(31), 173-196. (text in Persian) [Link]
- Mehrandish, N., salimibajestani, H., & Naeimi, E. (2019). The Components of Loneliness of Teenage Girls Based on Their Lived Experiences. *Journal of Counseling Research*, 18(70), 4-34. (text in Persian) <http://dx.doi.org/10.29252/jcr.18.70.4> [Link]
- Meyers, L. S., Gamest, G., & Goarin, A. J. (2006). *Applied multivariate research, design and interpretation*. Thousand oaks. London: Sage publication.
- Moghtedri, S., Haji Alizadeh, K., Samawi, A. W., & Amirfakhraei, A. (2021). Investigating the Structural Relationship Model between Social Support and Life Satisfaction Mediated by Self-Esteem, Loneliness, and Self-Control in Substance-Dependent Individuals. *Etiadpajohi*, 14(58), 171-190. (text in Persian) <http://dx.doi.org/10.29252/etiadpajohi.14.58.171> [Link]

- Moradi, A., & Jamshidi, E. (2018). Association of social networks and health-related quality of life among adults. *Payesh*, 17(2), 147-157. (text in Persian) <http://dorl.net/dor/20.1001.1.16807626.1397.17.2.4.0> [Link]
- Najafi, M., Salehin, M., & Mohamadyfar, M. (2016). The effect of Self Esteem, Humorous Styles and Shyness on the Feeling of Loneliness in Students. *The Journal of New Thoughts on Education*, 12(3), 59-77. (text in Persian) doi: 10.22051/jontoe.2016.2546 [Link]
- Najafi, M., Dabiri, S., Dehshiri, Gh. R., & Jafari, N. (2013). The role of hope, loneliness feeling and their components in prediction of elders' life satisfaction. *QJCR*, 12(47), 99-114. (text in Persian) [Link]
- Nejat, S., Montazeri, A., Holakouie Naieni, K., Mohammad, K., & Majdzadeh, S. (2006). The World Health Organization quality of Life (WHOQOL-BREF) questionnaire: Translation and validation study of the Iranian version. *Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Research*, 4(4), 1-12. (text in Persian) [Link]
- O'Day, E. B., & Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070> [Link]
- Pakhesal, A., Seyfollahi, S., & Mirzaee, K. (2020). The Relationship between Loneliness, Perceived Support and Marital Satisfaction with the Use of Virtual Networks among Couples in Tehran. *Women's Strategic Studies*, 22(87), 151-173. (text in Persian) <https://doi.org/10.22095/jwss.2020.199937.2102> [Link]
- Polat, T., & Çetinkaya, F. (2022). Determining the quality of life, social and emotional loneliness of physically disabled individuals. *Iranian Journal of Health Sciences*, 10(3), 13-23. <http://dx.doi.org/10.18502/jhs.v10i3.10518> [Link]
- Qian, B., Huang, M., Xu, M., & Hong, Y. (2022). Internet Use and Quality of Life: The Multiple Mediating Effects of Risk Perception and Internet Addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3): 1795-1809. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031795> [Link]
- Vesal, M., & Rahimi, C. (2021). The Effect of Social Media Use on Depression in Adolescents: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Arak University Medical Sciences*, 24(1), 2-23. (text in Persian) <http://dx.doi.org/10.32598/jams.24.1.6099.1> [Link]
- WHO Quality of Life Assessment Group. (1996). *WHOQOL-BREF Introduction, Administration and scoring, Field Trial version*. Geneva: World Health Organization.
- Youssef, L., Hallit, R., Kheir, N., Obeid, S., & Hallit, S. (2020). Social media use disorder and loneliness: any association between the two? Results of a cross-sectional study among Lebanese adults. *BMC psychology*, 8(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00421-5> [Link]
- Yu, L., & Du, M. (2022). Social networking use, mental health, and quality of life of Hong Kong adolescents during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Public Health*, 10(1040169): 1-12. <https://doi.org/10.3389%2Fpubh.2022.1040169> [Link]
- Zamani, M. T., Zarei, A., Sajjadi Hazaveh, H., & Haji Anzhai, Z. (2019). The effect of using virtual social networks with the role of mediating quality of life on general health of War veterans and disabled athletes in Iran. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 62, 403-410. (text in Persian) <https://doi.org/10.22038/mjms.2019.14892> [Link]



- Zareei, H., yektafar, M., & asadi, S. (2022). The Prediction of Internet Addiction Based on Parental Affection and Social Skills, The Mediating Role of Loneliness in Ninth Grade Students in Yazd. *Journal of Family Research*, 18(1): 121-134. (text in Persian) <https://doi.org/10.52547/JFR.18.1.121> [Link]
- Zarnaghash, M., Gholamrezaie, S., & Sadeghi, M. (2017). Developing a Model of Loneliness based on of Spiritual Well-being Depression and Life Satisfaction of Girl's Spouses. *Psychological Methods and Models*, 7(26): 35-54. (text in Persian) <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22285516.1395.7.26.3.9> [Link]
- Zarrabi Hosseini, M. (2019). The relationship between feelings of loneliness and self-esteem on life satisfaction of female high school students. *Iranian Quarterly Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, (24), 113-120. (text in Persian) [Link]
- Zhu, Y., Liu, J., Qu, B., & Yi, Z. (2018). Quality of life, loneliness and health-related characteristics among older people in Liaoning province, China: a cross-sectional study. *BMJ open*, 8(11), 1-9. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2018-021822> [Link]

