

## مطالعه اثرات مخرب رسانه‌های مجازی بر عملکرد ورزشکاران جوان

عباس شهبانی<sup>۱</sup>

استادیار مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، تهران

تاریخ پذیرش: (۱۳۹۷/۰۶/۱۸)

تاریخ ارسال: (۱۳۹۷/۰۴/۲۰)

**Harmful Effects of Virtual Media on the Performance of Young Athletes**  
**Abbas Shabani<sup>1</sup>**

1- Assistance Professor in Sport Management, Islamic Azad University, Rodehn Branch, Tehran

Received: (2018/07/11)

Accepted: (2018/09/09)

**Abstract**

Virtual media is a vital tool for the people, and despite lots of positive points and capabilities, it has created serious problems. The purpose of this study was to study the harmful effects of virtual media on the performance of young athletes. The research method is a descriptive-correlational study done in Markazi province. The statistical population of this study included all young athletes aged 18 to 28 years old, Markazi province. Sampling method was clustered. The sample size was 384 and was considered as available. Three standard questionnaires were used to collect data in this study. Kolmogorov-Smirnov tests, Pearson correlation coefficient and one-way variance analysis were used to analyze the data. The results showed a significant correlation between the extreme use of the virtual media of young athletes and the extent of psychological harm; (physical, compulsive obsession, interpersonal sensitivity, depression, anxiety, hostility, anxiety, paranoid thoughts, psychosis). The results also showed that there is a significant correlation between the extreme use of virtual media with dimensions of social harm, including divorce, addiction, unemployment and sexual deviations, but there is no significant relationship between the two other dimensions of social harm, including suicide and robbery. It is recommended that this important challenge be managed by informing athletes and educators about the young population of the country and increasing the excessive use of virtual media among the population.

**Key words:** Virtual Media, Athlete's Performance, Psychological Harm, Social Harm

**چکیده**

رسانه‌های مجازی یک وسیله حیاتی برای مردم به شمار می‌رود و علی‌رغم امتیازها و قابلیت‌های فراوان، مشکلات جدی را ایجاد کرده است. هدف از انجام این پژوهش، مطالعه اثرات مخرب رسانه‌های مجازی بر عملکرد ورزشکاران جوان است. روش تحقیق این پژوهش، توصیفی - همبستگی است که به صورت مطالعات موردی در استان مرکزی صورت پذیرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه ورزشکاران جوان ۱۸ تا ۲۸ ساله، استان مرکزی بودند. روش نمونه‌گیری به شیوه خوشه‌ای بود. حجم نمونه ۳۸۴ نفر و به صورت در دسترس در نظر گرفته شد. به منظور جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش از سه پرسش‌نامه استاندارد استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های کلموگوروف اسمیرنوف، ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس یک‌سویه استفاده گردید. نتایج نشان داد بین استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی ورزشکاران جوان و ابعاد آسیب‌های روانی؛ (جسمانی کردن، وسواس اجبار، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، خصومت، اضطراب مرضی، افکار پارانوئیدی، روان‌پریش گرابی) همبستگی معناداری وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی با ابعاد آسیب اجتماعی شامل؛ طلاق، اعتیاد، بیکاری و انحرافات جنسی همبستگی معناداری وجود دارد، اما بین دو بعد دیگر آسیب اجتماعی شامل؛ خودکشی و دزدی رابطه معناداری به‌دست نیامد. پیشنهاد می‌گردد با توجه به جوان بودن جمعیت کشور و افزایش استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی در میان این قشر، با آگاه‌سازی ورزشکاران و مربیان و ایجاد زمینه لازم برای آموزش آنان، این چالش مهم را مدیریت کرد.

**واژه‌های کلیدی:** رسانه‌های مجازی، عملکرد ورزشکاران، آسیب‌های روانی، آسیب اجتماعی.

## مقدمه

هستند. بر اساس نتایج دیگر حدود ۵۴ درصد از معتادان اینترنت و تلفن همراه، سابقه افسردگی و ۳۴ درصد سابقه اضطراب و نگرانی دارند (کیم<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). آسیب‌های اجتماعی در همه جوامع کم‌وبیش یافت می‌شود و تنها تفاوت در شدت، ضعف و میزان آن است. به‌عنوان مثال خودکشی در همه جوامع وجود دارد، لیکن در برخی جوامع زیاد و چشم‌گیر و در برخی اندک و نادر است. طلاق، سرعت مسلحانه، کیف‌قاپی، تجاوز به عنف، اعتیاد و سایر آسیب‌ها یا انحرافات اجتماعی هم در همه جوامع قابل مشاهده است. نکته آن است که در جوامعی چون کشور ما برخی از این آسیب‌ها رو به افزایش و چشم‌گیر است. اعتیاد به رسانه‌های مجازی در اکثر موارد منجر به شکست در ازدواج و بی‌ثباتی در روابط خانوادگی نیز می‌شود (آلورد و همکاران<sup>۶</sup>، ۲۰۰۵). یکی از آثار وابستگی به رسانه‌های مجازی این است که افراد وابسته، زمان کمتری را با خانواده خود می‌گذرانند. از علائم این وابستگی، گوشه‌گیری، احساس نیاز به تنها بودن و فراموش کردن مسئولیت است. از سوی دیگر باید اذعان داشت که همین انزوای اجتماعی باعث تشدید اعتیاد رفتاری در بین افراد می‌گردد. حجم رو به رشدی از تحقیقات پیرامون اعتیاد به رسانه‌های مجازی و اینترنت، حکایت از آن دارد که اختلال اعتیاد استفاده از رسانه‌های مجازی نوعی اختلال روان‌شناختی-اجتماعی است که از مشخصه‌های آن، تحمل، علائم کناره‌گیری، اختلالات عاطفی و ازهم‌گسیختگی روابط اجتماعی است (فرانسیس<sup>۷</sup>، ۲۰۱۲)؛ بنابراین هر جامعه باید برای این پدیده جدید و تعامل در آن برنامه‌ریزی‌های اجتماعی و فرهنگی داشته باشد تا به‌طور غیرمستقیم از انحرافات آنان جلوگیری کند و این مهم با شناخت از وضع موجود در گام اول برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری و انجام این‌گونه تحقیقات قابل‌دسترسی است. اهمیت، ارزش و کاربرد نتایج در وهله اول متوجه جوانان است که بتواند با شناسایی آسیب‌های روانی و اجتماعی استفاده از این وسیله، زندگی خود را کنترل کرده و دور از هرگونه آسیبی به زندگی خود ادامه داده و ضمن بهبود عملکرد خود، از وقوع پیشامدهای بد در زندگی روزمره جلوگیری نمایند. نتایج تحقیقات بحری و همکاران (۱۳۹۰)، علوی و همکاران (۱۳۸۹) و بانانو<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش‌های گوناگون در جوامع آماری مختلف که عملکرد نمونه‌های آماری را در

تعداد رسانه‌های مجازی به‌طور شگفت‌آوری در حال افزایش است. امروزه رسانه‌های مجازی یک وسیله حیاتی برای بسیاری از مردم کشورها به شمار می‌رود و از این طریق اطلاعات ذی‌قیمتی به دست می‌آورند. باوجود این و علی‌رغم امتیازها و قابلیت‌های فراوان، مشکلات جدی بسیاری را ایجاد کرده است؛ مانند انبوه‌سازی و انفجار اطلاعات، ارائه تصویرها و مطالب نابهنجار و محرمانه نمودن اطلاعات. جالب این است که اعتیاد به رسانه‌های مجازی با اعتیادهای دیگر شباهت نزدیکی دارد (کایتلین<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). اعتیاد به معنای بروز شریطی است که در آن افراد به‌صورت جسمی و روانی به یک نوع ماده خاص، به‌ویژه مواد مخدر وابستگی پیدا می‌کنند. بسیاری از پژوهشگران، مفهوم اعتیاد را برای توجیه انواع خاصی از رفتارهای مشکوک نیز به کار می‌برند، زیرا یافته‌ها و نشانه‌های اعتیاد در این حالت نیز دیده می‌شود. انواع غیر ماده‌ای اعتیاد به‌عنوان اعتیادهای رفتارمحور طبقه‌بندی می‌شوند بنابراین اعتیاد به تلفن همراه و اینترنت نیز اعتیاد رفتارمحور محسوب می‌شود (هانس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). ویژگی‌های رسانه‌های مجازی با توجه به قدرت و پهنای باندی که آن‌ها به‌منظور توانایی انتقال اطلاعات احتیاج دارند، باهم متفاوت بوده و دارای درجه‌بندی است، اما به‌طور کلی می‌توان به برخی از ویژگی‌های این رسانه‌ها اشاره کرد؛ اول تقویت قدرت تخیل به علت فقدان نشانه‌های غیرکلامی، ما همواره مجبور هستیم از قدرت تخیل خود برای فهم فرد مقابل استفاده کنیم؛ حس حضوری که با حضور فیزیکی متفاوت است و دوم تغییر در روش اندیشیدن. تلفن همراه مهم‌ترین و نخستین رسانه مجازی است که این ویژگی‌ها را در جوانان تقویت می‌کند. آسیب‌شناسی روانی، علمی است که در آن کوشش می‌شود با به کار گرفتن اصول اساسی روان‌شناسی، رفتار نابهنجار شناخته شده، علل آن موردبررسی قرار گیرد؛ بنابراین منظور از آسیب روانی هرگونه رفتار نابهنجار به‌حساب می‌آید. چون کلمه نابهنجار اصولاً به‌معنای دور بودن از طبیعی را می‌دهد، بنابراین، بر انحراف از بعضی استانداردها دلالت دارد. برخی از مطالعات نشان داده است که ۱۴ درصد از کاربران اینترنت و تلفن همراه، مبتلابه علائم رفتارهای وسواسی، حالت روان‌شیدایی، افسردگی و جز این‌ها

6. Alvord et al  
7. Francis  
8. Bananno

3. Caitlin  
4. Hance  
5. Kim

### روش‌شناسی پژوهش

روش تحقیق این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است که به صورت مطالعات موردی در استان مرکزی صورت پذیرفت. بدین صورت که پس از انتخاب گروه نمونه، مقیاس آسیب اجتماعی، آسیب روانی و استفاده آسیب‌زا از رسانه‌های مجازی شناسایی گردیده و به شکل پرسش‌نامه طراحی شده، توزیع و جمع‌آوری می‌گردد. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش شامل کلیه ورزشکاران جوان ۱۸ تا ۲۸ ساله، ساکن در ۱۲ شهر استان مرکزی بود. روش نمونه‌گیری با توجه به گستردگی جامعه آماری به شیوه خوشه‌ای بود که به دلیل نامشخص بودن تعداد آن‌ها، بر اساس جدول مورگان برای جامعه آماری نامحدود حجم نمونه ۳۸۴ نفر و به صورت در دسترس در نظر گرفته شد. به منظور جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش از سه پرسش‌نامه استفاده می‌شود. پرسش‌نامه‌هایی که در این پژوهش مورد استفاده قرار خواهند گرفت، عبارت‌اند از: مقیاس آسیب اجتماعی «این پرسش‌نامه توان سنجش نگرش افراد به آسیب‌های اجتماعی (پرخاشگری و نزاع، مواد مخدر، سرقت، انحراف جنسی، فرار از منزل و خودکشی) را دارد». آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه در پژوهش‌های مختلف از جمله عسگری، علیخانی (۱۳۹۱) مورد بررسی قرار گرفته و به ترتیب آلفای ۰/۸۹ و ۰/۷۸ را به دست آورده‌اند. مقیاس آسیب روانی<sup>۹</sup> (ابعاد پرسش‌نامه شامل: جسمانی کردن، وسواس اجبار، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، خصومت، اضطراب فرضی، افکار پارانوئیدی، روان‌پریش‌گرایی، ممقانی و جوانمرد (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ برای کل آزمون را ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند). مقیاس استفاده مفرط از رسانه‌های مجازی (این مقیاس توسط جنارو<sup>۱۰</sup> و همکاران در سال (۲۰۰۷) ساخته شده است. آنان پایایی آن را به روش همسانی درونی روی دانشجویان دختر و پسر اسپانیایی ۰/۸۷ گزارش دادند. این مقیاس بر اساس ده شاخص روان‌شناختی از راهنمای تشخیص و طبقه‌بندی اختلالات روانی (است). متغیر مستقل این تحقیق عبارت بود از: استفاده بیش از اندازه و افراطی از رسانه‌های مجازی (عمدتاً تلفن همراه). متغیرهای وابسته این تحقیق عبارت‌اند از: ابعاد آسیب‌های اجتماعی و ابعاد آسیب‌های روانی. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در بخش آمار استنباطی از آزمون‌های کلموگروف اسمیرنف، ضریب همبستگی

استفاده از رسانه‌های مجازی و آسیب‌های آن بررسی کردند، نشان دادند استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی شامل اینترنت موبایل در افراد، عملکرد آن‌ها را تحت تأثیر قرار داده و باعث آسیب‌های روانی مانند افسردگی، اضطراب، حساسیت بین فردی، وسواس و... می‌گردد.

یکی از این گروه‌های اجتماعی مهم جامعه، ورزشکاران هستند که بخش مهمی از نیروی انسانی فعال در ورزش را تشکیل می‌دهند. چون نیروی انسانی به‌عنوان ارزشمندترین سرمایه محسوب می‌شود که در دنیای صنعتی و پرهیاهوی قرن حاضر با مسائل و مشکلات زیادی روبه‌رو است. در بحث عملکرد مطلوب ورزشکاران، شناخت فشارهای روانی و عاطفی که بر ورزشکار وارد شده و این موضوع که عملکرد مطلوب وی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بسیار حائز اهمیت است. برای اینکه ورزشکار بهترین عملکرد را داشته باشد باید از شرایط محیطی مناسبی برخوردار باشد؛ ورزشکاران صرف‌نظر از سطح رقابت، نوع رشته و جنسیت از نظر روانی و فیزیکی در محیط استرس‌زا به سر می‌برند و اگر نتوانند بین جنبه‌های ورزشی، شخصی و اجتماعی زندگی خود تعادل برقرار کنند، ممکن است دچار افزایش استرس، مشکلات روان‌شناختی و بی‌کفایتی ورزشی شوند؛ بنابراین لازم است علاوه بر مهارت‌های ورزشی، مهارت‌های اجتماعی و روانی خود را نیز بهبود دهند. استفاده صحیح از رسانه‌های مجازی برای ورزشکاران جوان نیاز به آموزش و فرهنگ‌سازی مناسب دارد. با توجه به این که جامعه ما یک جامعه جوان است و عملکرد امروزه ورزشکاران حرفه‌ای ما با اهمیت است، ضرورت پرداختن به این موضوع خودبه‌خود نمایان می‌گردد. با توجه به پژوهش‌های گذشته و یافته‌های گاه متناقض و با توجه به گسترش و فراگیر شدن استفاده از رسانه‌های مجازی در جامعه ما به‌ویژه قشر جوان و با توجه به اینکه مسئله اعتیاد استفاده از رسانه‌های مجازی در بسیاری از جوامع صنعتی و پیشرفته مورد بحث و بررسی بوده، به نظر می‌رسد با افزایش روزافزون استفاده از این وسیله در ایران این امر می‌تواند بهداشت روانی جوانان را متأثر ساخته و در آینده شاهد معضلات ناشی از این اعتیاد باشیم. لذا هدف از انجام این پژوهش مطالعه اثرات مخرب رسانه‌های مجازی بر عملکرد ورزشکاران جوان است.

آزمون کلموگروف اسمیرنوف و میزان سطح P نشان می‌داد که توزیع داده‌ها طبیعی بوده و پیش فرض مهم آزمون پیرسون فاصله‌دار بودن داده‌ها را شامل می‌شود.

طبق جدول یک، نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد، بین اثرات استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی و ابعاد آسیب‌های روانی؛ (جسمانی کردن، وسواس اجبار، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، خصومت، اضطراب مرضی، افکار پارانوئیدی، روان‌پریش گرای) همبستگی معناداری در سطح  $P > 0.05$  وجود دارد.

پیرسون و تحلیل واریانس یک‌سویه<sup>۱۱</sup> استفاده گردید. موارد موردبررسی درسته نرم‌افزار اس پی اس اس<sup>۱۲</sup> نسخه ۲۱ بررسی گردید.

### یافته‌های پژوهش

بر اساس نتایج توصیفی و جمعیت‌شناختی این پژوهش ۴۸ درصد نمونه‌های پژوهش را مردان و ۵۲ درصد را زنان تشکیل می‌دادند. بر این اساس میانگین سنی گروه مردان  $(1/25 \pm 24/43)$  و زنان  $(3/164 \pm 21/43)$  بوده است و در هر دو گروه، مردان و زنان، بیشترین فراوانی مربوط به گروه تحصیلی کارشناسی و یا دانشجوی کارشناسی بوده است؛ همچنین نتایج

**جدول ۱- ضرایب همبستگی بین اثرات استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی و آسیب‌های روانی ورزشکاران جوان**

اعتیاد به رسانه‌های مجازی		متغیر
سطح معناداری	ضریب همبستگی	
0/001	0/64	جسمانی کردن
0/001	0/57	وسواسی - اجباری
0/001	0/53	حساسیت بین فردی
0/001	0/54	افسردگی
0/001	0/53	اضطراب
0/001	0/51	خصومت
0/001	0/62	اضطراب مرضی
0/001	0/55	افکار پارانوئیدی
0/001	0/62	روان‌پریش گرای
0/001	0/58	آسیب‌های روانی

ابعاد آسیب‌های روانی

معناداری در سطح  $P > 0.05$  وجود داشت، اما بین ابعاد آسیب اجتماعی؛ خودکشی و دزدی رابطه معناداری به دست نیامد.

بر اساس جدول شماره دو نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد، بین اثرات استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی و ابعاد آسیب اجتماعی؛ طلاق، اعتیاد، بیکاری و انحرافات جنسی، همبستگی

**جدول ۲- ضرایب همبستگی بین اثرات استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی و آسیب‌های اجتماعی ورزشکاران جوان**

اعتیاد به رسانه‌های مجازی		متغیر
سطح معناداری	ضریب همبستگی	
0/03	0/44	طلاق
0/001	0/56	اعتیاد
0/53	0/17	خودکشی
0/001	0/53	بیکاری
0/61	0/10	دزدی
.	0/53	انحرافات جنسی
.	0/39	آسیب‌های اجتماعی

ابعاد آسیب‌های اجتماعی

معناداری برای هر بعد نتایج، ملاحظه می‌شود بین هیچ‌کدام از ابعاد آسیب‌های روانی و استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی در بین دختران و پسران ورزشکار، تفاوت معناداری نشان داده نشد.

بر اساس جدول شماره سه برای آزمون این فرضیه‌ها از آزمون تحلیل واریانس یک‌سویه در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد و با توجه به یافته‌های تحقیق و مقادیر F به‌دست‌آمده و سطح

**جدول ۳- مقایسه ابعاد آسیب‌های روانی در استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی، بین دختران و پسران ورزشکار**

ابعاد آسیب‌های روانی	منابع تغییر	شاخص‌های آماری		
		مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات
جسمانی کردن	بین گروه‌ها	۱/۹۳۴	۰/۹۶۷	۱/۹۱۴
	درون گروه‌ها	۱۸۵/۴۸۹	۰/۵۰۵	
	کل	۱۸۷/۴۲۳	-	
وسواسی - اجباری	بین گروه‌ها	۰/۰۵۶	۰/۰۲۸	۰/۰۴۸
	درون گروه‌ها	۲۱۴/۵۰۲	۰/۵۸۴	
	کل	۲۱۴/۵۵۸	-	
حساسیت بین فردی	بین گروه‌ها	۰/۱۰۸	۰/۰۵۴	۰/۰۵۹
	درون گروه‌ها	۳۳۶/۴۴۱	۰/۹۱۷	
	کل	۳۳۶/۵۴۸	-	
افسردگی	بین گروه‌ها	۸/۰۹۲	۴/۰۴۶	۰/۴۳۲
	درون گروه‌ها	۳۳۲/۶۴۱	۰/۹۰۶	
	کل	۳۴۰/۷۳۲	-	
اضطراب	بین گروه‌ها	۵/۳۵۱	۲/۶۷۶	۰/۴۰۱
	درون گروه‌ها	۲۳۸/۹۸۰	۰/۶۵۱	
	کل	۲۴۴/۳۳۱	-	
خصومت	بین گروه‌ها	۰/۸۳۳	۰/۴۱۶	۰/۶۴۳
	درون گروه‌ها	۲۳۷/۷۵۵	۰/۶۴۸	
	کل	۲۳۸/۵۸۸	-	
اضطراب مرضی	بین گروه‌ها	۰/۷۶۱	۰/۳۸۱	۰/۵۱۲
	درون گروه‌ها	۲۷۲/۵۵۰	۰/۷۴۳	
	کل	۲۷۳/۳۱۱	-	
افکار پارانوئیدی	بین گروه‌ها	۰/۲۷۲	۰/۱۳۶	۰/۲۵۹
	درون گروه‌ها	۱۹۳/۰۴۰	۰/۵۲۶	
	کل	۱۹۳/۳۱۲	-	
روان‌پریش‌گرایی	بین گروه‌ها	۳/۴۳۲	۰/۷۱۶	۲/۸۸۲
	درون گروه‌ها	۲۱۸/۵۲۱	۰/۵۹۵	
	کل	۲۲۱/۹۵۴	-	

افراطی از رسانه‌های مجازی در بین دختران و پسران ورزشکار تفاوت معناداری نشان داده نشد.

برای آزمون این فرضیه‌ها از آزمون تحلیل واریانس یک‌سویه در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد و با توجه به یافته‌های تحقیق و مقادیر F به‌دست‌آمده و سطح معناداری برای هر بعد، ملاحظه می‌شود بین هیچ‌کدام از ابعاد آسیب اجتماعی و استفاده

جدول ۴- مقایسه ابعاد آسیب اجتماعی در استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی، بین دختران و پسران ورزشکار

ابعاد آسیب‌های روانی	منابع تغییر	شاخص‌های آماری		
		مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات
طلاق	بین گروه‌ها	۸/۰۹۲	۴/۰۴۶	۱/۹۱۴
	درون گروه‌ها	۳۳۲/۶۴۱	۰/۹۰۶	
	کل	۳۴۰/۷۳۲	-	
اعتیاد	بین گروه‌ها	۵/۳۵۱	۲/۶۷۶	۰/۹۵۳
	درون گروه‌ها	۲۳۸/۹۸۰	۰/۶۵۱	
	کل	۲۴۴/۳۳۱	-	
خودکشی	بین گروه‌ها	۰/۸۳۳	۰/۴۱۶	۰/۵۲۶
	درون گروه‌ها	۲۳۷/۷۵۵	۰/۶۴۸	
	کل	۲۳۸/۵۸۸	-	
بیکاری	بین گروه‌ها	۰/۷۶۱	۰/۳۸۱	۰/۵۹۹
	درون گروه‌ها	۲۷۲/۵۵۰	۰/۷۴۳	
	کل	۲۷۳/۳۱۱	-	
دزدی	بین گروه‌ها	۰/۲۷۲	۰/۱۳۶	۰/۷۷۲
	درون گروه‌ها	۱۹۳/۰۴۰	۰/۵۲۶	
	کل	۱۹۳/۳۱۲	-	
انحرافات جنسی	بین گروه‌ها	۳/۴۳۲	۰/۷۱۶	۰/۰۵۷
	درون گروه‌ها	۲۱۸/۵۲۱	۰/۵۹۵	
	کل	۲۲۱/۹۵۴	-	
	کل	۲۱۸/۵۲۱	۰/۵۹۵	

### بحث و نتیجه‌گیری

استفاده از فناوری و تکنولوژی‌های نوین، یکی از جلوه‌های آشکار دنیای پیش روست. رسانه‌های مجازی نیز به‌عنوان یکی از ابعاد نوپای این فناوری‌های جدید جهان معاصر، نقش بسزایی در تغییر و تحول زندگی افراد جامعه دارد. علی‌رغم تمام ویژگی‌های برتری که رسانه‌های مجازی دارد، با این حال نگرانی‌های جدیدی در خصوص استفاده از آن و تأثیراتی که این تکنولوژی بر جسم، روح و روان انسان می‌گذارد، وجود دارد. کاربران در پی استفاده روزافزون از تلفن همراه و اینترنت و زندگی در فضای مجازی به مدت طولانی، نوعی وابستگی کاذب نیز به آن می‌یابند که دیگر رهایی از آن امری دشوار است. واقع همین وابستگی افراط‌آمیز موضوع اصلی این مقاله است. نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش نشان داد بین استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی ورزشکاران جوان و ابعاد آسیب‌های روانی؛ (جسمانی کردن، وسواس اجبار، حساسیت بین فردی،

افسردگی، اضطراب، خصومت، اضطراب مرضی، افکار پارانوئیدی، روان‌پریش‌گرایی) همبستگی معناداری وجود دارد. وابستگی بیمارگونه به هر شیء خارجی، باعث ایجاد خصوصیات روانی خاص می‌گردد که این امر در دوران حاضر با توجه به در دسترس بودن رسانه‌های مجازی، امروزه در بین جوانان ورزشکار باعث ایجاد وابستگی‌های بیمارگونه آنان شده است و این موضوع، هشدار جدی برای مربیان ورزشی، باشگاه‌ها و خانواده‌ها برای آموزش فرهنگ صحیح استفاده از این وسیله است.

همچنین نتایج به‌دست‌آمده نشان داد بین استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی با ابعاد آسیب اجتماعی شامل؛ طلاق، اعتیاد، بیکاری و انحرافات جنسی همبستگی معناداری وجود دارد، اما بین دو بعد دیگر آسیب اجتماعی شامل؛ خودکشی و دزدی رابطه معناداری به دست نیامد. این نتیجه با نتایج تحقیق حسن‌زاده و همکاران (۱۳۸۹) و ستسنس ما<sup>۱۳</sup> (۲۰۱۵) هم‌خوانی داشته است.

اشاره گردید در بین هر دو جنس مساوی است و به همین خاطر دیگر نمی‌توان بیان نمود که بیشتر می‌بایستی مراقب یک گروه در زمینه آسیب‌پذیری از این مشکل بود.

در نهایت می‌توان عنوان نمود؛ تمامی متغیرهای آسیب روانی و بیشتر متغیرهای آسیب اجتماعی (به‌استثنای خودکشی و دزدی) با استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی ارتباط معناداری دارند و مسئولین امر و مدیران ورزشی باید در آگاه ساختن باشگاه‌ها و مربیان ورزشی و خانواده‌ها به این آسیب‌ها اطلاع‌رسانی لازم را به عمل آورند و پیشنهاد می‌گردد با توجه به جوان بودن جمعیت کشور و افزایش استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی در میان این قشر، با آگاه‌سازی ورزشکاران و مربیان و ایجاد زمینه لازم برای آموزش آنان این چالش مهم را مدیریت کرد. نتایج این‌گونه پژوهش‌ها می‌تواند در دستور کار سازمان‌هایی قرار گیرد که هدفشان بهبود و ارتقای بهداشت روان جوانان، مخصوصاً سازمان‌ها و باشگاه‌های ورزشی برای ورزشکاران است. برگزاری همایش‌ها، سخنرانی‌ها، فیلم‌های مستند و برنامه‌های آموزشی می‌تواند در این مسیر راه گشا باشد.

#### References

- 1- Alavi, S., & et al. (2010). Investigating the relationship between psychiatric symptoms and Internet addiction among university students in Isfahan. *Journal of Hamadan University of Medical Sciences & Health Services*, 17( 2), 57-65. (Persian)
- 2- Alvord, M., & Grados, J. (2005). Enhancing resilience in children: A proactive approach. *American Psychological Association*, 10(1), 735-828.
- 3- Bahri, N., & et al. (2011). The status of addiction to the Internet and its relation with general health of students of Gonabad University of Medical Sciences. *New care. Journal of Nursing and Midwifery Faculty, Birjand University of Medical Sciences*, 8 (3), 166-173. (Persian)
- 4- Bananno, G. A., Bucciareli, A., & Vlanov, D. (2014). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics resources and life stress. *Journal of consulting and clinical psychology*, 75(5), 671-682.
- 5- Caitlin, E., Loprinzi, K., Darrell, R., & Schroeder, A. (2016). Stress Management and Resilience Training (SMART) Program to Decrease Stress and Enhance Resilience among Breast Cancer Survivors: A Pilot Randomized Clinical Trial. *Clinical Breast Cancer*, 11( 6), 364-368.
- 6- Francis, J. (2012). Effects of coping skills training and sertraline in patients with non-cardiac chest pain: A randomized controlled study. *Journal of counseling and clinical psychology*, 152 (4), 730-741.
- 7- Hance, M., Carney, R.M., Freedland, K.E., & Skala J. (2013). Depression in patients with coronary heart disease: A 12-month follow-up. *Gen Hosp Psychiatry*, 18, 61-5.
- 8- Hassanzadeh, R., Salehi, M., & Kayseri, A. (2010). The relationship between extreme use of technology (Internet

در دوران کنونی جوانان با معضلات مختلفی در اجتماع مواجه هستند. عصر ارتباطات و ردوبدل شدن مطالب ضروری و غیرضروری در بین جوانان توسط وسایل مربوطه و تلفن همراه باعث آشنایی جوانان با مسائل اجتماعی می‌شود که هنوز زمینه‌های آشنایی با فواید و ضررهای آن برای آنان فراهم نگردیده و این امر می‌تواند باعث ایجاد مشکلات عدیده‌ای برای ورزشکاران جوان گردد و زمینه افت عملکردی آنان را در ورزش فراهم نماید؛ چراکه پدیده اجتماعی مثبت ورزش با ابعاد منفی اثرات سو اجتماعی فضای مجازی می‌تواند ورزشکاران را دچار تعارض نماید.

نتایج این پژوهش نشان داد مقایسه ابعاد آسیب‌های روانی و آسیب‌های اجتماعی در استفاده افراطی از رسانه‌های مجازی، بین دختران و پسران ورزشکار تفاوت معناداری وجود ندارد که از علل عدم معناداری می‌توان به در دسترس بودن رسانه‌های مجازی بین پسران و دختران ورزشکار به یک‌میزان اشاره کرد و به همین خاطر همان مشکلاتی که از سمت استفاده افراطی رسانه‌های مجازی در رابطه با آسیب‌های اجتماعی و روانی آنان

- addiction and SMS) and student's educational and mental status. *Educational Psychology Quarterly*. Islamic Azad University of Tonekabon Branch. 1(3), 81- 69. (Persian)
- 9- Kim, J., & LaRose, R. (2011). Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. *Cyberpsychology & behavior*; (12) 4, 451-455.
- 10- Steensma, H., Heijer, M. D. & Stallen, V. (2015). Effects of resilience training: on the reduction of stress and depression among Dutch Workers *Quarterly of Community Health Education, Journal of Scientific Research*, 27(2), 145-159.