

Impact of Social Networks on Leisure Activities and the Harms of Cyberspace with Emphasis on Spiritual Health and Digital Ethics among Students

Parsa Varavani Farahani 

MA Student, Department of Quran and Hadith, Faculty of Theology and Islamic Studies,
University of Tehran, Dar al-Salam Seminary, Tehran, Iran. pvfarahani@ut.ac.ir

Abstract

Objective: This study examines the impact of social networks on how students spend their leisure time, with a particular focus on spiritual health and digital ethics among students in District 4 of Tehran.

Methodology: The research method is descriptive-analytical. The statistical population consists of 6,483 students aged 15–18, with a sample size of 362 selected using the Morgan table. Cluster and simple random sampling methods were employed. Three questionnaires were used: the Social Networks Impact Questionnaire, the Leisure Time Questionnaire, and the Spiritual Health Questionnaire. The collected data were analyzed using descriptive statistics and correlation coefficients via SPSS version 22. The practical interpretation is as follows:

Findings: The findings indicate a significant negative relationship between the impact of social networks and the cultural and social components of leisure activities. In other words, the more students engage in leisure

Cite this article: Varvani Farahani, P. (2025). The impact of social networks on leisure time activities and cyberspace harms with emphasis on students' spiritual health and digital ethics. *Journal of Religious Media Studies*, 7(26): 159-196.

<https://doi.org/10.22034/jmrs.2025.455951.1144>

Received: 2024/05/06

Revised: 2024/09/06

Accepted: 2025/01/18

Published online: 2025/08/05

© The Author(s).

Article type: Research Article

Published by: IRIB University

activities (cultural and social), the less inclined they are to use social networks and cyberspace. Furthermore, there is a significant positive relationship between leisure time and its components (reading and studying, art, cultural and social activities) and students' spiritual and ethical health.

Discussion and Conclusion: The more students participate in the aforementioned leisure activities, the higher their level of spiritual health. Consequently, leisure time and its components have a moderate ability to explain and predict the variable of spiritual health.

Keywords: Social networks, digital ethics, cyberspace harms, leisure time, spiritual health.



تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت و آسیب‌های فضای مجازی با تأکید بر سلامت معنوی و اخلاق دیجیتال دانش‌آموزان

پارسا وروانی فراهانی^{۱۵}

دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه قرآن و حدیث، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه تهران حوزه علمیه دارالسلام، تهران، ایران. pvfarahani@ut.ac.ir

چکیده

هدف: در این پژوهش به تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر سلامت معنوی و اخلاق دیجیتال دانش‌آموزان منطقه ۴ شهر تهران پرداخته شده است.

روش‌شناسی پژوهش: روش تحقیق در این پژوهش، توصیفی-تحلیلی است. جامعه آماری تحقیق ۶۴۸۳ نفر با دامنه سنی ۱۵-۱۸ سال و حجم نمونه با استفاده از جدول مورگان

استناد به این مقاله: وروانی فراهانی، پارسا (۱۴۰۴). تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت و آسیب‌های فضای مجازی با تأکید بر سلامت معنوی و اخلاق دیجیتال دانش‌آموزان. مطالعات دینی رسانه، ۷(۲۶): ۱۵۹-۱۹۶.

<https://doi.org/10.22034/jmrs.2025.455951.1144>

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۱۷ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۰۶/۱۶ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۴/۰۵/۱۴

ناشر: دانشگاه صدا و سیما

نوع مقاله: پژوهشی

© نویسندگان.



۳۶۲ نفر انتخاب شدند. نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای و تصادفی ساده انجام گرفته و از سه پرسشنامه تأثیر شبکه‌های اجتماعی، پرسشنامه اوقات فراغت و پرسشنامه سلامت معنوی استفاده گردیده است. داده‌های به دست آمده با روش آمار توصیفی و ضریب همبستگی با استفاده از نرم افزار (spss - ۲۲) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که بین تأثیر شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه (فعالیت‌های فرهنگی، اجتماعی) اوقات فراغت رابطه معنادار و منفی وجود دارد؛ به این معنی که هرچه دانش‌آموزان بیشتر به فعالیت‌های فراغتی (فرهنگی، اجتماعی) بپردازند، کمتر به شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی گرایش پیدا می‌کنند. همچنین بین اوقات فراغت و مؤلفه‌های اوقات فراغت شامل مطالعه و کتابخوانی، هنر، و فرهنگی، اجتماعی با سلامت معنوی و اخلاقی آن رابطه معنادار و مثبت وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری: هرچه دانش‌آموزان بیشتر به فعالیت‌های فراغتی مذکور بپردازند، از سلامت معنوی بالاتری برخوردار می‌گردند. در نتیجه متغیر اوقات فراغت و مؤلفه‌های اوقات فراغت، در حد متوسط توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارند.

کلیدواژه‌ها: رسانه، اخلاق، شبکه‌های اجتماعی، اخلاق دیجیتال، فضای مجازی، اوقات فراغت، سلامت معنوی.

مقدمه

امروزه در بسیاری از جوامع، اوقات فراغت بخش مهمی از زندگی افراد را تشکیل می‌دهد؛ البته کار و به‌ویژه کارهای صنعتی بعد از انقلاب صنعتی در اروپا به مهمترین جزء زندگی افراد تبدیل شده است و نقش تعیین‌کننده‌ای دارد، اما رفته‌رفته با امکانات زیادی که به وسیله اوقات فراغت به وجود می‌آید، نقش کار در زندگی جای خود را به فراغت می‌دهد. اوقات فراغت به پدیده‌ای اصلی در زندگی انسان تبدیل شده است (جلالی فراهانی، ۱۳۸۷).

از طرفی سلامت معنوی به برخورداری از حس پذیرش، احساسات مثبت، اخلاق و

حس ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برتر قدسی، دیگران و خود اطلاق می‌شود که طی یک فرآیند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی، کنشی و پیامدی شخصی حاصل می‌آید. شناخت معنوی، عواطف معنوی، کنش معنوی و ثمرات معنوی مؤلفه‌های اصلی سلامت معنوی‌اند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۱). از سویی دیگر معنویت از نیازهای درونی انسان است که در قلب‌ها، ذهن‌ها و در آیین‌ها، به‌ویژه آیین‌های مذهبی وجود دارد. این آیین‌ها معنویت را متضمن بالاترین سطوح زمینه‌های رشد شناختی، اخلاقی، عاطفی و فردی می‌دانند. به سخن دیگر، معنویت خود به‌تنهایی زمینه‌ای برای رشد و نگرش و نیازمند بیشترین تجربه‌های انسانی است. به همین دلیل، روان‌شناسی دین و مطالعه موضوعات معنوی در دو دهه اخیر به‌طور فزاینده‌ای مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است.

به‌طور کلی و با در نظر گرفتن رشد فزاینده شبکه‌های اجتماعی، شناخت اثرات آن در راستای برنامه‌ریزی مناسب برای دانش‌آموزان به‌عنوان یکی از حساس‌ترین و مهم‌ترین اقشار جامعه برای ارتقای سطح سلامت به‌ویژه در حوزه جسمانی، معنوی و اجتماعی، اهمیت می‌یابد.

شبکه‌های اجتماعی نسل جدیدی از ارتباطات اینترنتی هستند. در این وب‌سایت‌ها، کاربران اینترنتی حول محور مشترکی به‌صورت مجازی دور یکدیگر جمع می‌شوند و جماعت‌های آنلاین را تشکیل می‌دهند. در واقع شبکه اجتماعی، شبکه‌ای متشکل از افراد و گروه‌ها و ارتباطات بین آن‌هاست. گرایش به سایت‌های شبکه اجتماعی در سراسر دنیا همچنان روبه‌رشد است. شبکه‌های اجتماعی یکی از انواع رسانه‌های اجتماعی محسوب می‌شوند. رسانه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر در زندگی آنلاین و آفلاین کاربران اینترنتی آن‌چنان تأثیرگذار بوده‌اند که شکل‌های ارتباطات اجتماعی نیز از این رسانه‌های جدید اثر پذیرفته است (ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۲).

یک شبکه اجتماعی، سایت یا مجموعه سایتی است که به کاربرانی که علاقه به اشتراک‌گذاری علاقه‌مندی‌ها، افکار و فعالیت‌های خود با دیگران دارند، این امکان را می‌دهد. شبکه‌های اجتماعی در عین حالی که فضایی برای پیدا کردن دوستان جدید هستند،

به افراد این امکان را می‌دهند که با دوستان قدیمی خود ارتباط برقرار کنند. همچنین مکان‌هایی برای تبادل نظر هستند که در آن‌ها افراد عقاید و نظرات خود را با هم به اشتراک می‌گذارند. شبکه‌های اجتماعی به‌طور کلی مکان‌هایی در دنیای مجازی هستند که مردم خود را به‌طور خلاصه معرفی می‌کنند و ارکان برقراری ارتباط بین خود و هم‌فکرانشان را در زمینه‌های مختلف مورد علاقه فراهم می‌کنند. درواقع شکل جدیدی از برقراری ارتباط و به‌اشتراک‌گذاری محتوا در اینترنت است. شبکه‌های اجتماعی پایگاه‌های جدیدی هستند که در مرکز توجه کاربران اینترنت قرار گرفته‌اند و هر کدام دسته‌ای از کاربران با ویژگی‌های خاص را گرد هم می‌آورند (پمپک^۱ و همکاران، ۲۰۰۹).

شبکه‌های اجتماعی را در ساده‌ترین تقسیم‌بندی می‌توان در دو گروه عمومی و خاص قرار داد. در شبکه‌های اجتماعی عمومی کاربران اینترنتی با انگیزه‌ها و اهداف مختلف حضور دارند و شبکه‌سازی مجازی‌شان را از طریق این وبسایت‌ها دنبال می‌کنند، ولی شبکه‌های اجتماعی خاص حول موضوعی ویژه شکل گرفته‌اند و تعداد کاربران‌شان نیز کمتر است. فیس‌بوک^۲، اورکات^۳، مای اسپیس^۴ و اینستاگرام^۵ مهم‌ترین شبکه‌های اجتماعی عمومی در دنیای اینترنت هستند. در شبکه‌های اجتماعی عمومی هر نوع کاربری حضور دارد و اغلب دوستان و آشنایان آنالاین را می‌توان در آن‌ها پیدا کرد. تعداد کاربران معروف‌ترین این نوع شبکه‌ها اغلب به چند صد میلیون نفر می‌رسد. علاوه‌بر این‌ها، شبکه‌های اجتماعی خاصی نیز وجود دارد که بر محوریت موضوعی مشخص فعالیت می‌کنند (عدلی‌پور، ۱۳۹۵).

شبکه‌های اجتماعی به‌طور کلی با اهدافی از قبیل سازماندهی انواع گروه‌های اجتماعی مجازی (با تکیه بر اشتراکات مختلف و رسیدن به هدف مشترک اغلب سیاسی، اجتماعی و

1. Pempek
2. Fecbook
3. Evercut
4. Myspase
5. Inistagram

فرهنگی در دنیای واقعی)، توسعه مشارکت‌های اجتماعی، به‌اشتراک گذاشتن علاقه‌مندی‌ها توسط اعضا،^۱ ایجاد محتوا توسط اعضا^۲ و تبلیغات هدفمند اینترنتی که یکی از منابع مهم کسب درآمد هستند، به‌وجود آمده است (تیلر^۳ و همکاران، ۲۰۱۲).

مزایایی که شبکه‌های اجتماعی دارند و باعث استقبال بسیار زیاد از آن‌ها شده شامل این موارد است: انتشار سریع و آزادانه اخبار و اطلاعات، افزایش قدرت تحلیل و تقویت روحیه انتقاد،^۴ امکان عبور از مرزهای جغرافیایی و آشنایی با افراد و سایر جوامع و فرهنگ‌ها،^۵ شکل‌گیری و تقویت خرد جمعی،^۶ امکان بیان ایده‌ها به‌صورت آزادانه و آشنایی با ایده‌ها، افکار و سلاقی دیگران،^۷ کارکرد تبلیغی و محتوایی، ارتباط مجازی مستمر با دوستان و آشنایان.^۸ از سویی دیگر یکی از عملکردهای مفید شبکه‌های اجتماعی امکان

۱. از مهم‌ترین کارکردهای شبکه‌های اجتماعی است که بدون آن، شبکه اجتماعی معنا ندارد. کاربران دغدغه‌ها و علایق و دل‌مشغولی‌های خود را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند.

۲. برخلاف سایر رسانه‌ها، تعامل و تأثیرگذاری مخاطبان در تولید و انتخاب محتوای دلخواه زیاد است و قدرت انتخاب بیشتری دارند.

3. Tyler

۴. هرچند امکان انتشار اطلاعات نادرست زیاد است، اما مخاطب می‌تواند اطلاعات را در پایگاه‌های مختلف با هم مقایسه کند و حتی می‌تواند از این طریق قدرت نقد و تحلیل خود را افزایش دهد.

۵. کاربران می‌توانند از این راه فرهنگ و آداب و رسوم کشور خود را به دیگران معرفی کنند. همچنین سازمان‌ها هم از این طریق می‌توانند دیدگاه خود را منتشر کنند.

۶. خرد جمعی به جریان پویای قوه تفکر کاربران در این محیط‌ها گفته می‌شود که به‌عنوان یک پردازشگر بزرگ، اطلاعات را پردازش می‌کند. نیروی ذهن و تفکر کاربران شبکه‌های اجتماعی با یکدیگر ترکیب می‌شود و نیرویی بزرگ با قدرت پردازش بالا به‌وجود می‌آورد.

۷. امکان ارسال بازخورد و همکاری و همگامی کاربران و مشارکت در بحث‌ها وجود دارد. اعضا به مشارکت و کامنت گذاشتن تشویق می‌شوند. مانع جدی برای تولید محتوا وجود ندارد و برخلاف رسانه‌های سنتی که محتوا را تولید و ارسال می‌کردند، در شبکه‌های اجتماعی امکان گفت‌وگو وجود دارد و جریان ارتباط دوسویه است.

۸. شبکه‌های اجتماعی موجب گسترده‌تر شدن دامنه ارتباطات شده‌است. ما می‌توانیم کسانی که از آن‌ها بسیار دور هستیم با کسانی که مدت زیادی است که ارتباطی با آن‌ها نداشته‌ایم را در این شبکه‌ها پیدا کنیم و ارتباط برقرار کنیم.

توسعه مشارکت‌های مفید اجتماعی، افزایش سرعت در فرایند آموزش و امکان ترغیب و تشویق افراد به شرکت در فعالیت‌های مفید همچون فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت است (رحمتی و همکاران، ۲۰۱۷).

از طرفی فراغت مهم‌ترین و دلپذیرترین اوقات آحاد بشر و بخشی از ساعات زندگی روزانه انسان‌هاست که فرد با رضایت خاطر به استراحت، تفریح، توسعه آگاهی یا مشارکت اجتماعی می‌پردازد و داوطلبانه پس از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان مشغول می‌شود (ثنایی و همکاران، ۱۳۹۲).

اوقات فراغت فعال به معنای غنی‌سازی فعالیت بدنی در برنامه‌های تفریحی و گردشگری افراد می‌باشد که سبب می‌شود تا ماهیت اوقات فراغت افراد را فعال کند و سبب گردد افراد در برنامه‌های اوقات فراغتی خود از ورزش استفاده لازم را ببرند (روان‌بخش و همکاران، ۱۳۹۲).

بیشتر افراد آرزوی داشتن زندگی شاد، سالم و بلندمدتی را دارند. مشارکت در چهار فعالیت کلیدی (فعالیت بدنی، عدم مصرف دخانیات، عدم مصرف نوشیدنی‌های الکلی و مصرف حداقل پنج وعده میوه‌جات، و سبزیجات در روز) ممکن است تا ۱۴ سال به زندگی یک فرد اضافه کند. با این وجود در حال حاضر افراد خیلی کمی تغذیه سالم دارند و در فعالیت بدنی منظم مشارکت می‌کنند، و به عبارتی بی‌تحرك هستند. از طرفی سازمان بهداشت جهانی سه شاخص برای سنجش سلامت و تندرستی بین ملل مختلف ارائه کرده است: بیماری‌ها، مرگ‌ومیر و کامیابی. این مسئله باعث شده تا کشورهای جهان بکوشند با اقدامات مناسب به هنجارهای مطلوبی در سه شاخص یادشده دست یابند (وودرهولزر، ۲۰۱۱).

از طرفی شبکه‌های اجتماعی تأثیرات عمیقی بر ارزش‌های جوانان و نوجوانان داشته و موجب شده نیازهایی که قبلاً توسط خانواده برطرف می‌شده، امروز از سوی این رسانه‌ها انجام گیرد. اینترنت دارای قابلیت است که به واسطه آن افراد می‌توانند خودهای جدیدی را در دنیای جدید بسازند. این امور ممکن است در دنیای مادی اصلاً وجود خارجی نداشته باشند یا فرد به باور خودش قادر به دستیابی آن نباشد. این‌ها استفاده از فضای مجازی را برای

کاربران جذاب‌تر می‌کند. بدین ترتیب وب به مکانی برای معرفی و نمایش شخصیت فرد تبدیل می‌شود. حتی امکان معرفی خود در وبگاه‌های مختلف به صورت‌های گوناگون وجود دارد، به‌طوری که افراد بتوانند در جریان ارتباط‌گیری (هویت الکترونیک چندگانه‌ای) برای خود بسازند و هربار خود را به یک صورت نشان دهند (محسنی تبریزی و همکاران، ۱۳۹۱).

با این حال و به دلیل گستردگی حوزه تسلط شبکه‌های اجتماعی در جوامع امروزی و نیز برخورداری این پدیده از ویژگی‌های سیال بودن و حرکت پویا مدارانه، لازم است تا همگام با رشد و تکامل فناوریانه، محتوای شبکه‌های اجتماعی، در ابعاد مختلف به‌ویژه در نقش آن‌ها در منظر شناخت افراد از یکدیگر و نیز تأثیراتی که بر هویت افراد و هویت اجتماعی آن‌ها خواهند داشت، بررسی شوند. باید گفت که یکی از مباحث مهم در مورد فناوری‌های نوین ارتباطی به‌ویژه در عرصه فضای مجازی، نقش آن‌ها در شکل‌گیری معنویت افراد و جامعه است (حیدری، ۱۳۹۲).

معنویت که گاهی افراد آن را با عنوان سلامت معنوی تعبیر می‌کنند، به مثابه آگاهی از هستی یا نیرویی فراتر از جنبه‌های مادی زندگی است و احساس عمیقی از وحدت یا پیوند با کائنات را به وجود می‌آورد. سلامت معنوی و اخلاق دارای دو بعد می‌باشد. بعد عمودی شامل ارتباط با ماوراء، و بعد افقی شامل ارتباط با دیگران و محیط است. برخی مطالعات بیانگر آن است که بدون سلامت معنوی و اخلاق، دیگر ابعاد زیستی، روانی و اجتماعی نمی‌تواند عملکرد درستی داشته یا به حداکثر ظرفیت خود برسند و در نتیجه بالاترین سطح کیفیت زندگی، قابل دستیابی نخواهد بود (نریمانی و همکاران، ۱۳۸۸).

در سال‌های اخیر تحقیقات در گستره وسیعی متوجه این موضوع گردیده که مذهب و معنویت چگونه بر جنبه‌های مختلف سلامت جسمی و روانی مؤثرند. برخی محققان نشان داده‌اند که معنویت ارتباط زیادی با سلامت کلی فرد دارد، به‌طوری که مذهب و معنویت به عنوان منابع مهمی برای سازگاری با وقایع تنش‌زای زندگی در نظر گرفته می‌شود. درواقع معنویت نه تنها بر حالات خلقی و سلامت روانی افراد مؤثر است، بلکه شرایط جسمانی آن‌ها را نیز بهبود می‌بخشد. با این حال شبکه‌های اجتماعی با تنوعی از عقاید، مذاهب، سلاقی و

فرهنگ‌ها ممکن است بر سلامت معنوی افراد اثرگذار باشد. به‌طور کلی پژوهشگران حوزه معنویت معتقدند که کاهش سطح سلامت معنوی زمینه‌ساز بروز آسیب‌های اجتماعی خواهد بود (عباسی و همکاران، ۱۳۹۱).

اهداف پژوهش

۱. هدف کلی

بررسی تأثیرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت بدنی و سلامت معنوی دانش‌آموزان دختر منطقه ۴ شهر تهران

۲. اهداف ویژه

- (الف) توصیف میزان تأثیرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی بر آزمودنی‌های تحقیق
- (ب) توصیف نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت بدنی آزمودنی‌های تحقیق
- (ج) تعیین ارتباط بین تأثیرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت بدنی آزمودنی‌های تحقیق
- (د) تعیین ارتباط بین تأثیرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی بر سلامت معنوی آزمودنی‌های تحقیق
- (هـ) بررسی قابلیت پیش‌بینی سلامت معنوی آزمودنی‌های تحقیق با استفاده از میزان تأثیرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی.

فرضیه‌های تحقیق

۱. بین تأثیر شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت رابطه معناداری وجود ندارد.
۲. بین تأثیر شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی رابطه معناداری وجود ندارد.

۳. بین اوقات فراغت با سلامت معنوی رابطه معناداری وجود ندارد.
۴. بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های اوقات فراغت رابطه معناداری وجود ندارد.
۵. بین سلامت معنوی با مؤلفه‌های اوقات فراغت رابطه معناداری وجود ندارد.
۶. اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی نیست.
۷. مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی نیستند.

سوالات تحقیق

۱. آیا شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت‌های بدنی آزمودنی‌ها تأثیر دارند؟
۲. آیا شبکه‌های اجتماعی بر سلامت معنوی آزمودنی‌ها تأثیر دارند؟
۳. آیا تأثیرات شبکه‌های اجتماعی قابلیت پیش‌بینی سلامت معنوی آزمودنی‌ها را دارد؟
۴. آیا تأثیرات شبکه‌های اجتماعی قابلیت پیش‌بینی نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت‌های بدنی آزمودنی‌ها را دارد؟

تعریف مفاهیم پژوهش

۱. شبکه‌های اجتماعی

«شبکه‌های اجتماعی» مجموعه‌ای از نهادهای اجتماعی است که شامل مردم، گروه‌ها، سازمان‌ها و... ایجاد و به‌وسیله مجموعه‌ای از روابط معنی‌دار اجتماعی به هم متصل هستند و با هم در به‌اشتراک گذاشتن ارزش‌ها تعامل دارند (سیمرد-کلیک‌من، ۱، ۲۰۰۷). شبکه‌های اجتماعی به‌طور کلی با اهدافی از قبیل سازماندهی انواع گروه‌های اجتماعی مجازی (با تکیه بر اشتراکات مختلف و رسیدن به هدف مشترک اغلب سیاسی، اجتماعی و فرهنگی در دنیای واقعی)، توسعه مشارکت‌های اجتماعی، به‌اشتراک گذاشتن علاقه‌مندی‌ها توسط اعضا (از مهمترین کارکردهای شبکه‌های اجتماعی است که بدون آن،

شبکه اجتماعی معنا ندارد، کاربران دغدغه‌ها و علایق و دل‌مشغولی‌های خود را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند)، ایجاد محتوا توسط اعضا (برخلاف سایر رسانه‌ها، تعامل و تأثیرگذاری مخاطبان در تولید و انتخاب محتوای دلخواه زیاد است و قدرت انتخاب بیشتری دارند) و تبلیغات هدفمند اینترنتی که یکی از منابع مهم کسب درآمد هستند، به وجود آمده است (تیلر^۱ و همکاران، ۲۰۱۲).

۲. اوقات فراغت

فراغت مهم‌ترین و دلپذیرترین اوقات آحاد بشر و بخشی از ساعات زندگی روزانه انسان‌هاست که فرد با رضایت خاطر به استراحت، تفریح، توسعه آگاهی یا مشارکت اجتماعی می‌پردازد و داوطلبانه پس از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان مشغول می‌شود (ثانی و همکاران، ۱۳۹۲). اوقات فراغت فعال به معنای غنی‌سازی فعالیت بدنی در برنامه‌های تفریحی و گردشی افراد می‌باشد که سبب می‌گردد تا ماهیت اوقات فراغت افراد را فعال کند و سبب گردد افراد در برنامه‌های اوقات فراغتی خود از ورزش استفاده لازم را ببرند (روان‌بخش و همکاران، ۱۳۹۲).

۳. سلامت معنوی

معنویت که گاهی افراد آن را با عنوان سلامت معنوی تعبیر می‌کنند، به مثابه آگاهی از هستی یا نیرویی فراتر از جنبه‌های مادی زندگی است و احساس عمیقی از وحدت یا پیوند با کائنات را به وجود می‌آورد. سلامت معنوی دارای دو بعد می‌باشد: سلامت مذهبی و سلامت وجودی فرد. سلامت معنوی به برخورداری از حس پذیرش، احساسات مثبت، اخلاق و حس ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برتر قدسی، دیگران و خود اطلاق می‌شود که طی یک فرآیند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی، کنشی و پیامدی شخصی حاصل می‌آید. شناخت معنوی، عواطف معنوی، کنش معنوی و ثمرات معنوی مؤلفه‌های

اصلی سلامت معنوی‌اند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۱).

تعاریف عملیاتی

۱. تأثیر شبکه‌های اجتماعی

در این پژوهش برای بررسی تأثیر شبکه‌های اجتماعی از پرسشنامه اثرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۳۰ گویه بوده و هدف آن ارزیابی اثرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی از ابعاد مختلف است.

۲. اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت بدنی

در تحقیق حاضر از پرسشنامه اوقات فراغت کلثوم‌زاده (۱۳۹۰) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۸ گویه بوده و هدف اصلی آن بررسی نحوه گذران اوقات افراد است.

۳. سلامت معن

در تحقیق حاضر از پرسشنامه ۲۰ سؤالی سلامت معنوی پولوتزین و الیسون^۱ (۱۹۸۲) استفاده شد.

روش‌شناسی پژوهش

نوع تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی، از نظر روش جمع‌آوری اطلاعات، میدانی و کتابخانه‌ای، و از نظر روش اجرا توصیفی-تحلیلی می‌باشد و به مطالعه تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر نحوه گذراندن اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت بدنی و سلامت معنوی دانش‌آموزان منطقه ۴ شهر تهران می‌پردازد.

جامعه و نمونه آماری پژوهش

جامعه آماری شامل همه دانش آموزان مقطع متوسطه دوم (دیرستان) منطقه ۴ تهران به تعداد ۶۴۸۳ می باشد.

تعداد نمونه با استفاده از جدول مورگان برابر با ۳۶۲ نفر تعیین گردید.

روش نمونه‌گیری

نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای و تصادفی ساده و با استفاده از جدول مورگان و بر اساس جامعه ۶۴۸۳ نفری، ۳۶۲ نفر تعیین گردید که با سطح خطای ۵٪ در نظر گرفته شده است.

ابزار گردآوری داده‌ها

ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه است:

۱. پرسشنامه تأثیر شبکه‌های اجتماعی

برای بررسی تأثیر شبکه‌های اجتماعی از پرسشنامه اثرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی استفاده شد. به منظور روایی صوری، پرسشنامه در بین تعدادی از دانش آموزان توزیع شد و پس از اطمینان از نتایج به دست آمده، پرسشنامه در نمونه آماری پژوهش استفاده شد. همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد. آلفای کرونباخ برای پرسشنامه تأثیر شبکه‌های اجتماعی برابر با ۰/۸۸ می باشد. این پرسشنامه دارای ۳۰ گویه بوده و هدف آن ارزیابی اثرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی از ابعاد مختلف است. اثرات مثبت: ارتباط مجازی مستمر با دوستان و آشنایان (۴-۱)، توسعه مشارکت‌های اجتماعی (۵-۸)، تبلیغات هدفمند اینترنتی (۹-۱۱)، آموزش (۱۵-۱۲). اثرات منفی: شکل‌گیری و ترویج سریع شایعات و اخبار کذب (۱۶-۱۸)، تبلیغات ضد دینی و القای شبهات (۱۹-۲۲)، نقض حریم خصوصی افراد (۲۳-۲۵) تأثیرات منفی رفتاری (۲۶-۳۰) می باشد. شیوه نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای است.

۲. پرسشنامه اوقات فراغت

پرسشنامه اوقات فراغت برگرفته از پایان‌نامه کلثوم‌زاده (۱۳۹۰) است. این پرسشنامه دارای ۱۸ گویه بوده و هدف اصلی آن بررسی نحوه‌گذران اوقات فراغت افراد است. به‌منظور روایی پرسشنامه و صحت و سقم سؤالات، پرسشنامه در بین تعدادی از دانش‌آموزان توزیع شد و پس از اطمینان از نتایج به‌دست‌آمده، پرسشنامه در نمونه آماری پژوهش توزیع شد. همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازه‌گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد. آلفای کرونباخ برای پرسشنامه اوقات فراغت برابر با ۰/۸۴ می‌باشد. این پرسشنامه چهار بعد دارد: فعالیت‌های ورزشی (۱، ۵، ۹، ۱۳) فعالیت‌های فرهنگی-اجتماعی (۴، ۸، ۱۲، ۱۸) فعالیت‌های مربوط به مطالعه و کتابخوانی (۲، ۶، ۱۰، ۱۶) فعالیت‌های مربوط به هنر (۳، ۷، ۱۱، ۱۷). نمره‌گذاری گویه‌ها بر اساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای انجام شد.

۳. پرسشنامه سلامت معنوی

پرسشنامه سلامت معنوی پولوتزین و الیسون شامل ۲۰ گویه است که ۱۰ گویه آن سلامت مذهبی، و ۱۰ گویه دیگر سلامت وجودی فرد را می‌سنجد. نمره سلامت معنوی جمع این دو زیرگروه است که دامنه آن بین ۲۰ تا ۱۲۰ است. پاسخ این سؤالات به‌صورت لیکرت ۶ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم دسته‌بندی شده است. در سؤالات (۴، ۳، ۲۰، ۱۹، ۱۷، ۱۵، ۱۴، ۱۱، ۱۰، ۸، ۷) کاملاً مخالفم نمره ۱ و سؤالات (۱۸، ۱۶، ۱۳، ۱۲، ۹، ۶، ۵، ۲، ۱) کاملاً مخالفم نمره ۶ کسب می‌کند. برای پرسشنامه سلامت معنوی $R = 0/82$ است (عباسی و همکاران، ۱۳۸۴).

روایی و پایایی پرسشنامه

روایی صوری و محتوایی پرسشنامه توسط چند تن از اساتید مدیریت ورزشی مورد تأیید قرار گرفته است. در ضمن پایایی پرسشنامه به شرح جدول زیر است:

جدول ۱. میزان پایایی محاسبه شده در هریک از پرسشنامه‌ها از طریق ضریب آلفای کرونباخ

نوع پرسشنامه	میزان سازگاری	توافق مطلق
پرسشنامه تأثیر شبکه‌های اجتماعی	۰/۸۸	۰/۸۸
پرسشنامه اوقات فراغت	۰/۸۴	۰/۷۵
پرسشنامه سلامت معنوی	۰/۸۲	۰/۷۸

شیوه جمع‌آوری داده‌ها

مهم‌ترین روش‌های گردآوری اطلاعات در این تحقیق بدین شرح است:

(الف) مطالعات کتابخانه‌ای: برای گردآوری اطلاعات در زمینه‌های مبانی نظری و پیشینه تحقیق موضوع، از منابع کتابخانه‌ای و مقالات استفاده شده است.

(ب) میدانی: به منظور جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات از پرسشنامه استفاده شده است. بعد از تهیه پرسشنامه‌ها، با اخذ معرفی‌نامه از دانشگاه، و پس از دریافت مجوزها و انجام هماهنگی‌های لازم با حراست آموزش و پرورش با مراجعه به مدارس منطقه ۴ نسبت به توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه‌های تحقیق اقدام لازم، انجام گردید. بعد از جمع‌آوری ابزار تحقیق، پاسخ‌های آن‌ها به سؤالات مبنای نتیجه‌گیری محقق از این مطالعه قرار گرفت.

روش‌های آماری

به منظور توصیف داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی (فراوانی، میانگین، انحراف معیار، رسم نمودارها) استفاده شد. در ضمن آزمون آماری کلموگروف اسمیروف برای تعیین توزیع طبیعی داده‌ها، t تک‌نمونه‌ای (برای مقایسه میانگین‌ها)، ضریب همبستگی (برای روابط بین متغیرها) و ضریب رگرسیون (برای پیش‌بینی متغیرها) در نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده شد.

برای توصیف و ارزیابی نتایج حاصل از این مطالعه، پس از جمع‌آوری داده‌ها،

تجزیه و تحلیل آن‌ها با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی انجام شد. ابتدا نمره هر یک از متغیرهای تعریف‌شده بر اساس میانگین و مجموع سؤالات مرتبط با هر متغیر محاسبه شد. در بخش آمار توصیفی جداول فراوانی و درصدی و شکل‌ها تهیه و شاخص‌های مرکزی و پراکندگی مناسب با ماهیت داده‌ها محاسبه شد. همچنین برای بررسی پایایی پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ارائه شده است.

نرمال بودن توزیع داده‌ها که به‌عنوان پیش‌فرضی برای استفاده از آزمون‌های پارامتریک را فراهم می‌کند، توسط آزمون ناپارامتریک نمونه‌ای کولموگروف-اسمیرنف آزمون شد. در بخش آمار استنباطی، آزمون‌های پارامتریک مناسب به‌منظور نرمال بودن داده‌ها برای ارزیابی فرضیه‌های پژوهشی استفاده شده است.

همبستگی برای بررسی رابطه بین متغیرها به‌کارگرفته‌ایم. علامت مثبت روابط نشان‌دهنده جهت مستقیم رابطه و علامت منفی نشان‌دهنده جهت معکوس رابطه است. همبستگی‌های بین ۰/۱ تا ۰/۳ کوچک، بین ۰/۳ تا ۰/۵ متوسط و بزرگتر از ۰/۵ قوی هستند. برای ارزیابی تأثیر متغیر مستقل (تأثیر شبکه‌های اجتماعی) بر متغیرهای وابسته (اوقات فراغت و سلامت معنوی) از تحلیل رگرسیون استفاده شده است. احتمال معنی‌داری کمتر از $(p < ۰/۰۵)$ ، معنی‌دار در نظر گرفته شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ انجام گرفت.

یافته‌ها

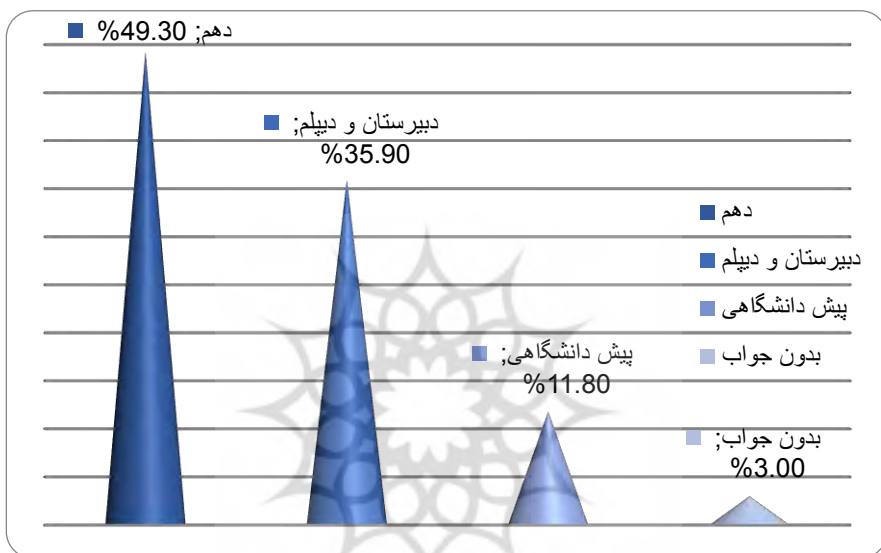
۱. متغیر پایه تحصیلی

جدول ۲. توزیع فراوانی پایه تحصیلی

شاخص	فراوانی	درصد فراوانی
پایه تحصیلی		
دهم	۱۸۰	۴۹/۳

۳۵/۹	۱۳۱	سوم دبیرستان و دیپلم
۱۴/۸	۵۴	پیش دانشگاهی
۱۰۰	۳۶۵	مجموع

بر اساس جدول شماره ۲ درصدهای اختصاص یافته به پایه‌های تحصیلی دهم، سوم دبیرستان و دیپلم و پیش دانشگاهی به ترتیب برابر با ۴۹/۳ و ۳۵/۹ و ۱۱/۸ است.



نمودار ۱. درصدهای مربوط به پایه‌های تحصیلی

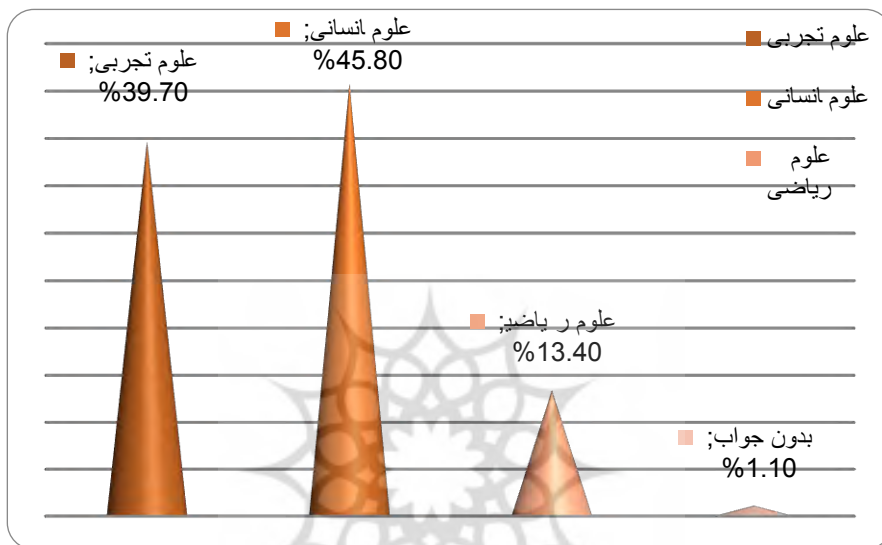
۲. متغیر رشته تحصیلی

جدول ۳. توزیع فراوانی رشته تحصیلی

شاخص / رشته تحصیلی	فراوانی	درصد فراوانی
علوم تجربی	۱۴۵	۳۹/۷
علوم انسانی	۱۶۷	۴۵/۸

علوم ریاضی	۵۳	۱۴/۵
مجموع	۳۶۵	۱۰۰

بر طبق جدول ۳ درصدهای مربوط به رشته‌های تحصیلی علوم تجربی، علوم انسانی و علوم ریاضی به ترتیب برابر با ۳۹/۷، ۴۵/۸ و ۱۳/۴ می‌باشد.



نمودار ۲. درصدهای مربوط به رشته تحصیلی

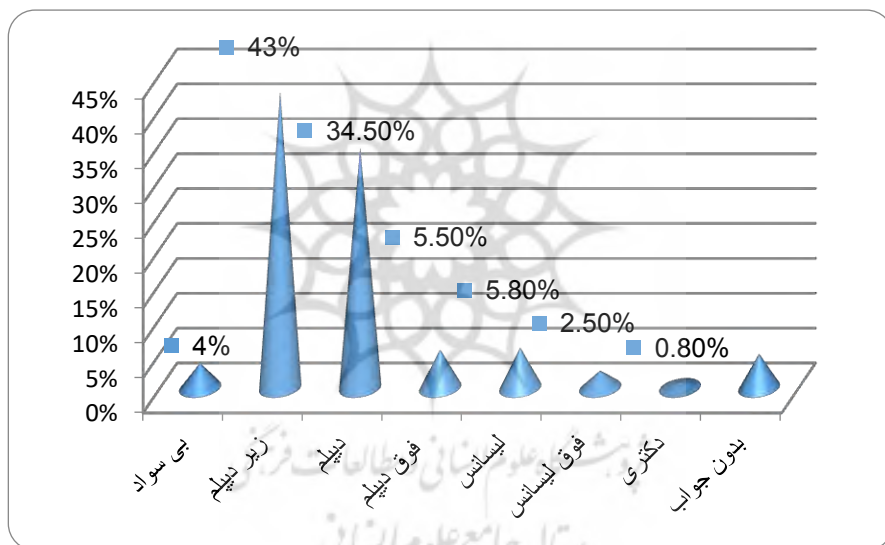
۳. متغیر مدارك تحصیلی پدران

جدول ۴. توزیع فراوانی مدارك تحصیلی پدران

شاخص	فراوانی	درصد
مدارك تحصیلی		
بی سواد	۱۳	۳/۶
زیر دیپلم	۱۵۵	۴۲/۵
دیپلم	۱۲۶	۳۴/۵

۵/۵	۲۰	فوق دیپلم
۵/۸	۲۱	لیسانس
۲/۵	۹	فوق لیسانس
۰/۸	۳	دکتری
۱۰۰	۳۶۵	مجموع

بر اساس جدول ۴ درصد‌های مربوط به مدارک تحصیلی بی‌سواد، زیر دیپلم، دیپلم، فوق دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و دکتری به ترتیب برابر با ۳/۶، ۴۲/۵، ۳۴/۵، ۵/۵، ۵/۸، ۲/۵ و ۰/۸ است.



نمودار ۳. درصد‌های مربوط به مدارک تحصیلی پدران

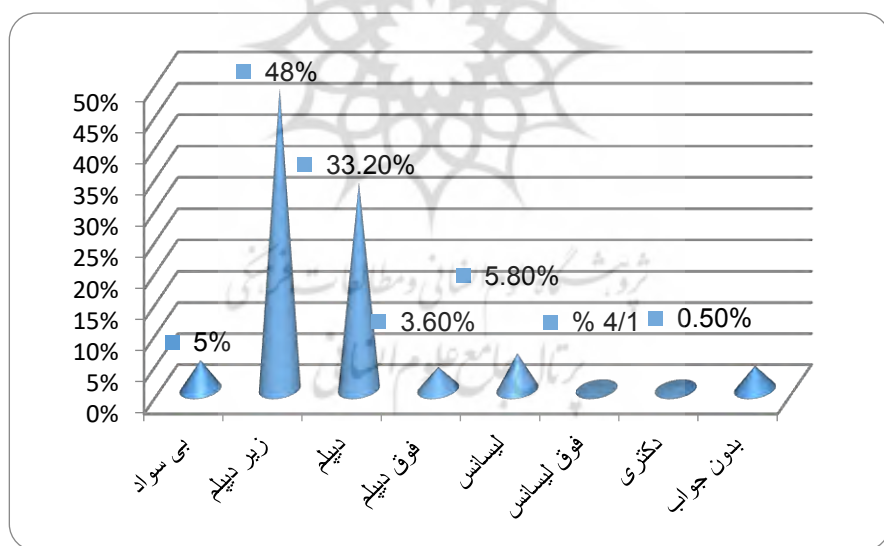
۴. متغیر مدارک تحصیلی مادران

جدول ۵. جدول توزیع فراوانی مدارک تحصیلی مادران

شاخص	فراوانی	درصد
مدارک تحصیلی		

بی سواد	۱۷	۴/۷
زیر دیپلم	۱۷۶	۴۸/۲
دیپلم	۱۲۱	۳۳/۲
فوق دیپلم	۱۳	۳/۶
لیسانس	۲۱	۵/۸
فوق لیسانس	۱۵	۴/۱
دکتری	۲	۰/۵
مجموع	۳۶۵	۱۰۰

بر طبق جدول ۵ درصدهای مربوط به مدارک تحصیلی بی سواد، زیر دیپلم، دیپلم، فوق دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و دکتری به ترتیب برابر با ۴/۷، ۴۸/۲، ۳۳/۲، ۳/۶، ۵/۸، ۰/۳ و ۰/۵ می باشد.



نمودار ۴. درصدهای مربوط به مدارک تحصیلی مادران

۵. متغیر سن

جدول ۶. میانگین و انحراف استاندارد سن

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۱۷/۱۹	۸/۳۵

بر طبق جدول شماره ۶ میانگین و انحراف استاندارد سن $17/19 \pm 8/35$ است.

تحلیل استنباطی داده‌ها

آزمون کلموگروف اسمیرنوف درباره توزیع طبیعی داده‌ها

جدول ۷. نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف در خصوص توزیع طبیعی داده‌ها

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد	Z	Sig
شبکه‌های اجتماعی	۲/۲۳	۰/۴۹	۰/۸۴	۰/۴۷
اوقات فراغت	۳/۲۲	۰/۴۷	۱/۰۱	۰/۲۶
سلامت معنوی	۳/۲۰	۰/۳۰	۰/۸۹	۰/۴۰

نتایج جدول ۷ نشان می‌دهد که توزیع داده‌های شبکه‌های اجتماعی (۰/۴۷)،
 $(Z=0/84, Sig=0/47)$ ، اوقات فراغت ($Z=1/01, Sig=0/26$) و سلامت معنوی (۰/۴۰)،
 $(Z=0/89, Sig=0/40)$ به‌طور طبیعی است. در نتیجه از آزمون‌های پارامتریک برای تحلیل استنباطی
 داده‌ها استفاده گردید.

0 فرضیه صفریکم: بین تأثیر شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت رابطه معناداری
 وجود ندارد.

جدول ۸. نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت

متغیرها	r	R2	Sig
شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت	-۰/۰۵۵	۰/۰۰۳	۰/۳۲

بر طبق جدول شماره ۸ بین شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت رابطه معناداری ($r = -0/055$ ، $P > 0/05$) وجود ندارد.

0 فرضیه صفر دوم: بین تأثیر شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۹. نتایج آزمون پیرسون درباره رابطه شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی

متغیرها	r	R2	Sig
شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی	-0/008	0/00001	0/89

بر طبق جدول ۹ بین شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی رابطه معناداری ($P > 0/05$) وجود ندارد. ($r = -0/008$)

0 فرضیه صفر سوم: بین اوقات فراغت با سلامت معنوی رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۱۰. نتایج آزمون پیرسون درخصوص رابطه اوقات فراغت با سلامت معنوی

متغیرها	r	R2	Sig
اوقات فراغت با سلامت معنوی	0/208	0/04	0/001

بر اساس جدول ۱۰ بین اوقات فراغت با سلامت معنوی رابطه معناداری ($P < 0/01$)، ($r = 0/208$) وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۴ درصد می‌باشد. 0 فرضیه صفر چهارم: بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های اوقات فراغت رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۱۱. نتایج آزمون پیرسون درباره رابطه شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های اوقات فراغت

ت.ف.	متغیرها	ورزشی	مطالعه و کتابخوانی	هنر	فرهنگی - اجتماعی	مقیاس صداقت
۱	شبکه‌های	R	-0/056	-0/015	-0/163	0/053

۰/۳۲	۰/۰۰۲	۰/۷۹	۰/۲۹	۰/۷۰	Sig	اجتماعی	
۰/۰۰۳	۰/۰۰۰۰۱	۰/۰۰۰۰۱	۰/۰۰۳	۰/۰۰۰۰۱	ضریب تعیین		

بر اساس داده‌های جدول ۱۱ فقط بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی ($r = -0/163$ ، $P < 0/01$)، رابطه معنادار و منفی وجود دارد.

0 فرضیه صفر پنجم: بین سلامت معنوی با مؤلفه‌های اوقات فراغت رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۱۲. نتایج آزمون پیرسون درخصوص رابطه سلامت معنوی با مؤلفه‌های اوقات فراغت

۳.۱	متغیرها	ورزشی	مطالعه و کتابخوانی	هنر	فرهنگی - اجتماعی	مقیاس صداقت
۱	R	۰/۰۶۶	۰/۱۴۹	۰/۱۳۳	۰/۱۸۵	-۰/۰۰۹
	Sig	۰/۲۲	۰/۰۰۵	۰/۰۱۳	۰/۰۰۱	۰/۸۷
	ضریب تعیین	۰/۰۰۴	۰/۰۲	۰/۰۲	۰/۰۳	۰/۰۰۰۰۱

بر اساس داده‌های جدول ۱۲ بین سلامت معنوی با مؤلفه‌های مطالعه و کتابخوانی، هنر، و فرهنگی - اجتماعی ($P < 0/05$)، رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیه صفر ششم: اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی نیست.

جدول ۱۳. ضرایب تعیین و نتیجه آزمون دوربین واتسون

مدل	ضریب رگرسیون	مجذور r	مجذور r تعدیل شده	انحراف معیار برآورد	دوربین واتسون ۱
۱	۰/۲۰۸	۰/۰۴۳	/۰۴۰	۰/۲۹	۱/۸۴

با توجه به نتایج جدول ۱۳ نتیجه آزمون دوربین واتسون ($1/84$) به دست آمد که انجام رگرسیون را تأیید می‌کند. تفسیر کاربردی آن یعنی ضریب رگرسیونی $0/208$ نشانگر آن است که متغیر اوقات فراغت در حد متوسط روبه پایین توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارد. تفسیر آماری آن عبارت است از این که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در میزان اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، $0/208$ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) به وجود آید. ضریب تعیین $0/043$ بیان‌کننده آن است که حدود ۴ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط اوقات فراغت تبیین می‌شود (هم در نمونه و هم در جامعه).

جدول ۱۴. آزمون تحلیل واریانس درباره پیش‌بینی سلامت معنوی بر اساس اوقات فراغت

متغیر پیش‌بین	مدل	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	Sig
اوقات فراغت	رگرسیون	۱/۱۶۶	۱	۱/۱۶۶		
	باقیمانده	۲۵/۷۴۱	۳۱۶	۰/۰۸۱	۱۴/۳۱۶	۰/۰۰۱
	کل	۲۶/۹۰۷	۳۱۷			

نتایج جدول ۱۴ نشان می‌دهد که رابطه خطی بین دو متغیر اوقات فراغت با سلامت معنوی ($0/01 < P$ و $F=14/316$) تأیید می‌شود. به عبارتی ضریب تعیین معنادار است.

جدول ۱۵. ضرایب رگرسیون خطی

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	T	Sig
	B	خطای استاندارد	بتا		
مقدار ثابت	۲/۷۸۵	۰/۱۱۱		۲۵/۰۰۱	۰/۰۰۱
اوقات فراغت	۰/۱۳۰	۰/۰۳۴	۰/۲۰۸	۳/۷۸۴	۰/۰۰۱

با توجه به جدول ۱۵ تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که اوقات فراغت ($P < 0/01$) و $t = 3/784$) توانایی پیش‌بینی سلامت معنوی را دارد. بر اساس نتایج ضریب بتا، به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در اوقات فراغت، میزان سلامت معنوی ($0/21$) انحراف معیار افزایش می‌یابد.

0 فرضیه صفرهفتم: مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی نیستند.

جدول ۱۶. ضرایب تعیین و نتیجه آزمون دوربین واتسون

مدل	ضریب رگرسیون	مجدور r	مجدور r تعدیل شده	انحراف معیار برآورد	دوربین واتسون ۱
۱	۰/۲۶۵	۰/۰۷۰	۰/۰۵۵	۰/۲۸	۱/۸۸

با توجه به نتایج جدول ۱۶ نتیجه آزمون دوربین واتسون ($1/88$) به دست آمد که انجام رگرسیون را تأیید می‌کند. تفسیر کاربردی آن یعنی ضریب رگرسیونی $0/265$ نشانگر آن است که مؤلفه‌های اوقات فراغت در حد متوسط توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارند. تفسیر آماری آن عبارت است از این که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در ترکیب خطی مؤلفه‌های اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، $0/265$ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) به وجود آید. ضریب تعیین $0/07$ بیان‌کننده آن است که ۷ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین می‌شود (در نمونه)، در حالی که در جامعه آماری انتظار بر این است که $5/5$ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین شود.

جدول ۱۷. آزمون تحلیل واریانس در خصوص پیش‌بینی سلامت معنوی بر اساس مؤلفه‌های اوقات فراغت

متغیر پیش‌بین	مدل	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	Sig
مؤلفه‌های اوقات فراغت	رگرسیون	۱/۸۸۶	۵	۰/۳۷۷		
	باقیمانده	۲۵/۰۲۱	۳۱۲	۰/۰۸۰	۴/۷۰۵	۰/۰۰۱
	کل	۲۶/۹۰۷	۳۱۷			

نتایج جدول ۱۷ نشان می‌دهد که رابطه خطی بین مؤلفه‌های اوقات فراغت با سلامت معنوی ($P < ۰/۰۱$ و $F = ۴/۷۰۵$) تأیید می‌شود. به عبارتی ضریب تعیین معنادار است.

جدول ۱۸. ضرایب رگرسیون خطی

مدل	ضرایب غیراستاندارد		T	Sig
	B	خطای استاندارد		
مقدار ثابت	۲/۶۸۸	۰/۱۲۳	۲۱/۹۰۷	۰/۰۰۱
فعالیت‌های ورزشی	۰/۰۰۸	۰/۰۱۸	۰/۴۱۷	۰/۶۷۷
فعالیت‌های مربوط به مطالعه و کتابخوانی	۰/۰۱۸	۰/۰۲۳	۰/۸۰۴	۰/۴۲۲
فعالیت‌های مربوط به هنر	۰/۰۶۹	۰/۰۲۳	۳	۰/۰۰۳
فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی	۰/۰۵۷	۰/۰۲۲	۲/۵۸	۰/۰۱۰
مقیاس صداقت	-۰/۰۰۸	۰/۰۱۸	-۰/۴۵۲	۰/۶۵۲

با توجه به جدول شماره ۱۸ تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که مؤلفه فعالیت‌های مربوط به هنر ($P < ۰/۰۱$ و $t = ۳$) و مؤلفه فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی ($P < ۰/۰۵$ و $t = ۲/۵۸$) توانایی پیش‌بینی سلامت معنوی را دارند. به عبارتی اثر مؤلفه‌های فعالیت‌های مربوط به هنر و فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی حدود ($۰/۱۷$) است. تفسیر آماری ضرایب بتای استاندارد فعالیت ورزشی با ثابت نگهداشتن بقیه مؤلفه‌ها بدین صورت است که به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در مؤلفه فعالیت ورزشی (در صورتی که مابقی مؤلفه‌ها ثابت فرض شوند)، با $۰/۰۲۳$ انحراف معیار افزایش در سلامت معنوی همراه باشد. در مورد سایر مؤلفه‌ها همین روند مطرح است.

در این قسمت یافته‌های تحقیق در دو بخش توصیفی و استنباطی مورد بررسی قرار می‌گیرد.

یافته‌های توصیفی

- (۱) درصد‌های اختصاص یافته به پایه‌های تحصیلی دهم، سوم دبیرستان و دیپلم و پیش‌دانشگاهی به ترتیب برابر با $۴۹/۳$ و $۳۵/۹$ و $۱۱/۸$ می‌باشد.
- (۲) درصد‌های مربوط به رشته‌های تحصیلی علوم تجربی، علوم انسانی و علوم ریاضی به ترتیب برابر با $۳۹/۷$ ، $۴۵/۸$ و $۱۳/۴$ می‌باشد.
- (۳) درصد‌های مربوط به مدارک تحصیلی پدران بی‌سواد، زیر دیپلم، دیپلم، فوق دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و دکتری به ترتیب برابر با $۳/۶$ ، $۴۲/۵$ ، $۳۴/۵$ ، $۵/۵$ ، $۵/۸$ و $۲/۵$ و $۰/۸$ می‌باشد.
- (۴) درصد‌های مربوط به مدارک تحصیلی مادران بی‌سواد، زیر دیپلم، دیپلم، فوق دیپلم، لیسانس، فوق لیسانس و دکتری به ترتیب برابر با $۴/۷$ ، $۴۸/۲$ ، $۳۳/۲$ ، $۳/۶$ ، $۵/۸$ و $۰/۳$ و $۰/۵$ است.
- (۵) درصد‌های مربوط به عادت به ورزش، بلی و خیر به ترتیب برابر با $۵۵/۱$ و $۴۰/۵$ می‌باشد.

یافته‌های استنباطی

۱) نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف به منظور تعیین نرمالیتة داده‌ها نشان می‌دهد که توزیع داده‌های شبکه‌های اجتماعی ($Z=0/84$, $Sig=0/47$)، اوقات فراغت ($0/26$)، سلامت معنوی ($Z=1/01$, $Sig=0/40$) و سلامت معنوی ($Z=0/89$, $Sig=0/40$) به طور طبیعی است. در نتیجه از آزمون‌های پارامتریک برای تحلیل استنباطی داده‌ها استفاده گردید.

۲) در فرضیه اول، نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت نشان داد بین شبکه‌های اجتماعی با اوقات فراغت رابطه معناداری ($P>0/05$)، وجود ندارد. ($r=-0/055$)

۳) در فرضیه دوم، نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی نشان داد بین شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی رابطه معناداری ($P>0/05$)، وجود ندارد. ($r=0/008$)

۴) در فرضیه سوم، نتایج آزمون پیرسون درباره رابطه اوقات فراغت با سلامت معنوی نشان داد بین اوقات فراغت با سلامت معنوی رابطه معناداری ($P<0/01$)، وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۴ درصد می‌باشد.

۵) در فرضیه چهارم، نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های اوقات فراغت نشان داد که فقط بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه فعالیت‌های فرهنگی-اجتماعی ($P<0/01$)، رابطه معنادار و منفی وجود دارد. ($r=-0/163$)

۶) در فرضیه پنجم، نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه سلامت معنوی با مؤلفه‌های اوقات فراغت نشان داد بین سلامت معنوی با مؤلفه‌های مطالعه و کتابخوانی، هنر، و فرهنگی - اجتماعی ($P<0/05$)، رابطه معناداری وجود دارد.

۷) در فرضیه ششم، که اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی هست یا نه؟ تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که اوقات فراغت ($P<0/01$) و توانایی پیش‌بینی سلامت معنوی را دارد. بر اساس نتایج ضریب بتا، به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در

اوقات فراغت، میزان سلامت معنوی ($0/21$) انحراف معیار افزایش می‌یابد. نتایج نشان

می‌دهد که رابطه خطی بین دو متغیر اوقات فراغت با سلامت معنوی ($P < 0/01$ و $F = 14/316$) تأیید می‌شود. به عبارتی ضریب تعیین معنادار است. نتیجه آزمون دوربین واتسون ($1/84$) به دست آمد که انجام رگرسیون را تأیید می‌کند. تفسیر کاربردی آن یعنی ضریب رگرسیونی $0/208$ نشانگر آن است که متغیر اوقات فراغت در حد متوسط روبه‌پایین توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارد. تفسیر آماری آن عبارت است از این که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در میزان اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، $0/208$ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) بوجود آید. ضریب تعیین $0/043$ بیان‌کننده آن است که حدود ۴ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط اوقات فراغت تبیین می‌شود (هم در نمونه و هم در جامعه).

۸) در فرضیه هفتم که مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی هست یا نه؟ نتیجه آزمون دوربین واتسون ($1/88$) به دست آمد که انجام رگرسیون را تأیید می‌کند. تفسیر کاربردی آن یعنی ضریب رگرسیونی $0/265$ نشانگر آن است که مؤلفه‌های اوقات فراغت در حد متوسط توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارند. تفسیر آماری آن عبارت است از این که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در ترکیب خطی مؤلفه‌های اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، $0/265$ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) به وجود آید. ضریب تعیین $0/07$ بیان‌کننده آن است که ۷ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین می‌شود (در نمونه)، در حالی که در جامعه‌ی آماری انتظار بر این است که $5/5$ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین شود.

آزمون تحلیل واریانس درباره پیش‌بینی سلامت معنوی بر اساس مؤلفه‌های اوقات فراغت نشان می‌دهد که رابطه خطی بین مؤلفه‌های اوقات فراغت با سلامت معنوی ($P < 0/01$ و $F = 4/705$) تأیید می‌شود. به عبارتی ضریب تعیین معنادار است. تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که مؤلفه فعالیت‌های مربوط به هنر ($P < 0/01$ و $t = 3$) و مؤلفه فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی ($P < 0/05$ و $t = 2/58$) توانایی پیش‌بینی سلامت معنوی را دارند.

به عبارتی اثر مؤلفه‌های فعالیت‌های مربوط به هنر و فعالیت‌های فرهنگی-اجتماعی حدود (۰/۱۷) است. تفسیر آماری ضرایب بتای استاندارد فعالیت ورزشی با ثابت نگهداشتن بقیه مؤلفه‌ها بدین صورت است که به ازای یک واحد انحراف معیار افزایش در مؤلفه فعالیت ورزشی (در صورتی که بقیه مؤلفه‌ها ثابت فرض شوند)، با ۰/۰۲۳ انحراف معیار افزایش در سلامت معنوی همراه باشد. درباره سایر مؤلفه‌ها همین روند مطرح است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج درباره رابطه شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های اوقات فراغت نشان داد که بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه‌های فعالیت‌های فرهنگی - اجتماعی ($r = -0.163$, $P < 0.01$)، رابطه معنادار و منفی وجود دارد. تحقیق حافظ‌نژاد (۱۳۸۹) نیز نشان می‌دهد که بین جنسیت و محل سکونت، شغل، درآمد، سطح تحصیلات و نگرش والدین با استفاده از اینترنت رابطه معنی‌دار وجود دارد. در نتایج حاصل از بررسی صبوری و همکاران (۱۳۹۱) رابطه میان هویت قومی، دینی، ملی و جهانی با میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مورد تأیید قرار گرفت. داستانی (۱۳۹۲) در تحقیق خود دریافت بین مدت زمان استفاده از اینترنت و مدت زمان فراغت دانشجویان رابطه وجود دارد. استفاده از اینترنت به عنوان یک رفتار فراغتی بر روی سایر فعالیت‌های فراغتی دانشجویان تأثیر می‌گذارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان استفاده از اینترنت، میزان سایر فعالیت‌های فراغتی نیز افزایش می‌یابد. نتایج تحقیق پاداشیان‌فرد (۱۳۹۴) نشان می‌داد که بین تأثیرات منفی فضای مجازی و تربیت دینی خانواده‌ها، رابطه معناداری وجود دارد. نتیجه تحقیق احمدی (۱۳۹۵) نشان می‌دهد که استفاده از شبکه‌های اجتماعی در دو بعد بی‌حرکی اجتماعی و خانوادگی در دانشجویان تربیت‌بدنی در مقایسه با دانشجویان غیرتربیت‌بدنی دارای اثرات بیشتری است، اما در بعد بی‌حرکی تحصیلی، این تأثیر برای دانشجویان غیرتربیت‌بدنی بیشتر از دانشجویان تربیت‌بدنی است. نتیجه تحقیق علیزاده (۱۳۹۵) نشان می‌دهد که فراغت دیجیتال به‌ویژه برای زنان به دلیل موانع محیطی در شهرهای کوچک به عنوان فراغتی در دسترس مورد استفاده قرار گرفته است. هرچند به نظر

می‌رسد فراگیری این نوع فراغت در جامعه ایرانی به دلیل فقدان فرصت‌های فراغتی در فضای واقعی از مرزهای سنی، جنسی و جغرافیایی عبور کرده است. نتایج تحقیق موسوی و همکاران (۱۳۹۵) نشان می‌دهد که در بین رسانه‌های جمعی، رسانه‌های دیداری نقش مهم‌تری در گرایش مردم به ورزش همگانی دارند و بعد از رسانه‌های دیداری، اهمیت رسانه‌های شنیداری قرار دارند. نتایج به‌دست‌آمده تحقیق هانسون و ایزاکسون^۱ (۱۹۹۲) نشان می‌دهد که تأثیر سلامت شبکه‌های اجتماعی و حمایت اجتماعی، حداقل در برخی زمینه‌ها می‌تواند با فعالیت بدنی مطرح شود.

درخصوص ارتباط شبکه‌های اجتماعی با سلامت معنوی رابطه معناداری یافت نشد. نتایج پژوهش فیروزی (۱۳۸۵) نیز نشان داد ضعف یا قوت عملکرد نهادهای دینی در فضای واقعی در میزان گرایش جوانان به استفاده از فضای مجازی اثرگذار است.

در مورد رابطه اوقات فراغت با سلامت معنوی نشان داد که بین اوقات فراغت با سلامت معنوی رابطه معناداری ($r=0.208$ ، $P<0.01$) وجود دارد. همچنین میزان اشتراک واریانس دو متغیر برابر با ۴ درصد می‌باشد. هزارجریبی و ارفعی (۱۳۹۱) در تحقیق خود پی بردند که میزان رضایت از اوقات فراغت و همچنین گذران اوقات فراغت با فعالیت‌های اجتماعی و عملی جسمانی بر سلامت اجتماعی افراد تأثیر دارد. ژوزف دومازییه^۲ (۱۹۹۶) در تحقیقی نشان داد که ۷۹ درصد از نوجوانان وقت گذرانی‌های خارج از خانه را بر وقت گذرانی‌های داخل خانه ترجیح می‌دهند.

همچنین درباره رابطه سلامت معنوی با مؤلفه‌های اوقات فراغت نشان داد که بین سلامت معنوی با مؤلفه‌های مطالعه و کتابخوانی، هنر، و فرهنگی-اجتماعی ($P<0.05$)، رابطه معناداری وجود دارد. محمدی و میری (۱۳۹۲) در تحقیق خود پی بردند که مذهب مردم محدودیتی در گذران اوقات فراغت آن‌ها ایجاد نمی‌کند. یوسفی و همکاران (۱۳۹۳) به این نتیجه رسیدند که به ترتیب عوامل حمایت اجتماعی، دوستان، خودکارآمدی فعالیت

1. Hanson & Isacsson
2. Jozef dumazieh

جسمانی و دسترسی به محیط ورزشی دارای ضریب تأیید معنادار پیش‌بینی‌کننده فعالیت جسمانی در اوقات فراغت هستند. نتایج پژوهش نوروژی و همکاران (۱۳۹۴) بیانگر این بود که فعالیت‌های ورزشی با ۹/۲۹٪ اولین انتخاب دانش‌آموزان برای گذران اوقات فراغت آن‌ها بود.

تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد اوقات فراغت ($P < ۰/۰۱$ و $t = ۳/۷۸۴$) توانایی پیش‌بینی سلامت معنوی را دارد. تفسیر کاربردی آن نشانگر آن است که متغیر اوقات فراغت در حد متوسط روبه پایین توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارد. تفسیر آماری آن عبارت است از این که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در میزان اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، ۰/۲۰۸ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) به وجود آید. ضریب تعیین ۰/۰۴۳ بیان‌کننده آن است که حدود ۴ درصد از واریانس سلامت معنوی توسط اوقات فراغت تبیین می‌شود (هم در نمونه و هم در جامعه). میشل و همکاران^۱ (۲۰۰۶) در تحقیقی دریافتند که کلیساهای زمینه‌های بالقوه برای ارتقای فعالیت بدنی هستند و سلامت روانی (علایم افسردگی) و سلامت معنوی را بهبود می‌بخشند. استودولسکا^۲ (۲۰۰۶) در مطالعه خود نشان داد که انجام اوقات فراغت مشروط به پایگاه خاص خانوادگی و همچنین شبکه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی است. نتایج تحقیق دانتن و همکاران^۳ (۲۰۱۱) نشان داد که فعالیت بدنی متوسط تا شدید نوجوانان در بیرون از خانه، بیشتر از خانه و یا در خانه فردی دیگر بود و فعالیت در گروه‌های بزرگتر مثلاً دوستان، بسیار بیشتر از با خانواده و یا به تنهایی بود.

تفسیر کاربردی ضریب رگرسیون مؤلفه‌های اوقات فراغت تبیین‌کننده و پیش‌بین سلامت معنوی هست یا نه، نشانگر آن است که تأیید می‌شود. به عبارتی ضریب تعیین معنادار است و نشان می‌دهد که رابطه خطی بین مؤلفه‌های اوقات فراغت با سلامت معنوی و اخلاق

1. Michlle, ET al
2. Stodolska
3. Dunton, ET al

دیجیتال وجود دارد. مؤلفه‌های اوقات فراغت در حد متوسط توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارند. تفسیر آماری آن عبارت است از این‌که انتظار بر این است که به ازای یک واحد تغییر در ترکیب خطی مؤلفه‌های اوقات فراغت (بر حسب انحراف معیار)، ۰/۲۶۵ واحد تغییر در سلامت معنوی (بر حسب انحراف معیار) به‌وجود آید. نتایج تحقیق مهدی‌زاده (۱۳۹۳) نشان می‌دهد که نوع گذراندن اوقات فراغت با زندگی معنوی و فرهنگی هر جامعه بسیار نزدیک است و ارتباط معناداری دارد. یافته‌های محسنی و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد که بین سلامت معنوی با سازگاری اجتماعی دانشجویان رابطه وجود دارد، به‌طوری‌که هر یک از مؤلفه‌های سلامت معنوی، پیش‌بینی‌کننده میزان سازگاری اجتماعی بودند. یافته‌های فعلی و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد که سلامت معنوی و سازگاری و نظم اجتماعی با کیفیت زندگی رابطه معنادار دارند. همچنین قادرند به شکل معناداری کیفیت زندگی را با ضریب تعیین ۰/۲۶ و بتای ۰/۳۰. پیش‌بینی کنند. لئونگ^۱ و همکاران (۲۰۰۴) پس از بررسی پی بردند که فعالیت‌های اینترنتی رابطه مثبت با ابعاد مختلف حمایت اجتماعی دارد. وال ست (۲۰۰۶) در پژوهشی به این نتیجه رسید که نقش اعتقادات مذهبی در مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی کاملاً دیده می‌شود. بعضی از زنان مسلمان ورزش را امری مردانه می‌دانند و در آن مشارکت نمی‌کنند، اما دسته دیگری از آنان که به جنبه کسب سلامت بدن در اسلام توجه دارند، بسیار جدی و علاقمند در ورزش مشارکت می‌کنند. هندری^۲ و همکاران (۱۹۹۳) در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که علایق و جهت‌گیری‌های فراغتی افراد، تحت تأثیر عواملی چون نفوذ خانواده، نظام آموزشی، همسالان، رسانه‌ها، صنایع تأمین‌کننده و ترویج‌کننده برنامه‌های اوقات فراغت و تحولات اجتماعی مانند افزایش بیکاری جوانان، قرار دارد.

در تبیین این نتایج می‌توان چنین اعلام داشت که بین شبکه‌های اجتماعی با مؤلفه (فعالیت‌های فرهنگی، اجتماعی) اوقات فراغت رابطه معنادار و منفی وجود دارد؛ به این معنی

1. Leung

2. Hendry

که هرچه دانش آموزان بیشتر به فعالیت‌های فراغتی (فرهنگی، اجتماعی) بپردازند، کمتر به شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی گرایش پیدا می‌کنند. همچنین بین اوقات فراغت و مؤلفه‌های اوقات فراغت شامل (مطالعه و کتابخوانی، هنر، و فرهنگی، اجتماعی) با سلامت معنوی رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. تفسیر کاربردی آن نشانگر آن است که هرچه دانش آموزان بیشتر به فعالیت‌های فراغتی مذکور بپردازند، از سلامت معنوی بالاتری برخوردار می‌شوند. در نتیجه متغیر اوقات فراغت و مؤلفه‌های اوقات فراغت، در حد متوسط توان تبیین و پیش‌بینی متغیر سلامت معنوی را دارند.



۱. ابراهیمی، شهرز؛ نجفی، داود؛ محموداوغلی، رضا؛ صادقی نقدعلی، زهرا (۱۳۹۲). رابطه شبکه‌های اجتماعی و مشارکت سیاسی در میان دانشجویان دانشگاه اصفهان، فصلنامه راهبرد، ۲۲ (۶۶): ۲۸۴-۲۶۳.
۲. ثنایی، محمد؛ زردشتیان، شیرین؛ نوروزی سیدحسینی، رسول (۱۳۹۲). اثر فعالیت‌های بدنی بر کیفیت زندگی و امید به زندگی در سالمندان استان مازندران. مطالعات مدیریت ورزشی، ۵ (۱۷): ۱۵۷-۱۳۷.
۳. ساروخانی، باقر؛ رضایی قادی، خدیجه (۱۳۹۱). اینترنت و هویت ملی در میان کاربران. فصلنامه فرهنگ ارتباطات، ۲ (۵): ۷۰-۵۱.
۴. عباسی، محمود؛ عزیزی، فریدون؛ شمسی گوشکی، احسان؛ ناصری راد، محسن؛ اکبری لاکه، مریم (۱۳۹۱). تعریف مفهومی و عملیاتی‌سازی سلامت معنوی: یک مطالعه روش‌شناختی. اخلاق پزشکی، ۶ (۲۰): ۴۴-۱۱. <https://doi.org/10.22037/mej.v6i20.3629>
۵. عدلی‌پور، صمد (۱۳۹۱). تحلیل جامعه‌شناختی پیامدهای شبکه‌های اجتماعی مجازی بر هویت اجتماعی کاربران جوان شهر اصفهان. رساله کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه اصفهان.
۶. فعلی، مریم؛ عاطفه، علیمزادی؛ زیور، آریا صدر؛ کلثوم، کریمی‌نژاد (۱۳۹۵). نقش سلامت معنوی و سازگاری و نظم اجتماعی در پیش‌بینی کیفیت زندگی در جوانان. اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران، قم، دبیرخانه دائمی کنفرانس، مؤسسه بین‌المللی مطالعات و توسعه علم خاورمیانه. <https://civilica.com/doc/498909>
۷. محسنی تبریزی، علیرضا؛ هاشمی، محمد رضا (۱۳۹۱). تأثیر اینترنت بر هویت اجتماعی دانش‌آموزان (مطالعه موردی: دبیرستان‌های شهر اراک در سال ۸۸-۸۷)، مطالعات توسعه اجتماعی ایران، ۳ (۲): ۱۷۹-۱۵۷.
۸. محسنی، رضا علی؛ اکبری، زهرا؛ دوستی، یار علی (۱۳۹۵). بررسی رابطه سلامت معنوی با سازگاری اجتماعی دانشجویان. اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران، قم: دبیرخانه دائمی کنفرانس، مؤسسه بین‌المللی مطالعات و توسعه علم خاورمیانه، <https://civilica.com/doc/499002>
۹. موسوی، سید کمال‌الدین؛ جمال‌زاده، حسین؛ ابراهیمی، فائزه (۱۳۹۵). نقش رسانه‌های دیداری، شنیداری بر مشارکت فعالیت بدنی در اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه‌های استان کرمان. همایش ملی تحولات علوم ورزشی در حوزه سلامت، پیشگیری و قهرمانی، <https://civilica.com/doc/556614>
۱۰. نوروزی، محمدتقی (۱۳۹۴). بررسی و مقایسه نقش سازمان‌های دولتی، مردم‌نهاد و خانواده در

غنی‌سازی اوقات فراغت با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی (دانش‌آموزان پسر دوره دوم متوسطه آموزش و پرورش ناحیه یک شهر ری)، همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران، به‌صورت الکترونیکی، انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین، <https://civilica.com/doc/419425>

11. Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007), "Social network sites: definition, history, and scholarship", *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13 (1): 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393>
12. Cecilie Schou Andreassena, b. Ståle Pallesen, Mark D. Griffiths. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*. (64): 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
13. Esfandiyar B, Khashabi J, Amanpour E, Azimi N (2011). Relationship between Spiritual Well-being, Religion, and Hope among Patients with Cancer. *Hayat, Journal of Faculty of Nursing and Midwifery*. 17 (3): 27-37.
14. Grasmuck, S. & et al (2009). Ethno-racial identity displays on Facebook. *Journal of Computer-Mediated Communication*, (15): 158-188. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2009.01498>
15. Katz, S.; Marshal, B. (2006), "New Sex for Old: Life Style, Consumerism and the Ethics of Aging Well", *Journal of Aging Studies*, (17), 3- 16. [https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(02\)00086-5](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(02)00086-5)
16. Martin, J. & et al. (2007). Identity construction on Facebook: digital empowerment in anchored relationships. *Computers in Human Behavior*, 24, 1816-1836. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2008.02.012>
17. Michael, A.N., (2015) The role of sport in society capacity expansio. *Sport Management Review*,. 16 (4): 488-497. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2013.08.008>
18. Narimani M, Rafigh Irani S. (2008). The relationship between methods of coping and mental health in patients treated with hemodialysis. *Princ Ment Health [[Persian]]*. 2 (38): 117-122.
19. Nazir S. Hawi, Maya Samaha. (2016). The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students . *Current Addiction Reports*, (2): 175-184. <https://doi.org/10.1177/089443931666034>
20. Omidvari S. Spiritual health; concepts and challenges. (2009). *Quranic Interdiscip Stud J Iranian Student's Quranic Organiz*. [Persian]. 1 (1): 5-17.
21. Pempek, T., & et al. (2009), "College students' social networking experiences on Facebook", *Journal of Applied Developmental Psychology*, (30): 227-238. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.12.010>
22. Rahmati S. (2017). The Relationship between Psychological Capital and Spirituality with Internet Addiction among Students at Jondishapour University of Medical Sciences. *Med Ethics*, 10 (38): 7-17. <https://doi.org/10.21859/mej-10387>

23. Ramzani Nezhad, R., Mehrabi Deljoo, S., Mohammadi, S. M., & Hozhabri, K. (2015) The relationship between socio-economic status and physical activity with quality of Life and quality of work life of people participating in sport for all programs. *Journal of Human Resource Management in Sport*, 2 (1): 1 - 11.
24. Tyler, T. (2012). Social networking and globalization. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 4 (6): 32- 45.
25. Voderholzer V, Dersch R, Dickhut HU, Herter A, Freyer T, Berger M. (2011). Physical fitness in depressive patients and impact of illness course and disability. *J Affect Disor*, (128): 160-164 <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.06.028>

