



Investigating the moderating role of mindfulness in the relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks in the high school students

Mohammad Abasi¹, Ezatolah Ghadampour², Erfan Bahrami³, Mohammad Amin Musaei⁴

1. Associate Professor, Department of Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran. E-mail: abasi.mo@lu.ac.ir

2. Professor, Department of Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran. E-mail: ghadampour.e@lu.ac.ir

3. Ph.D Candidate in Educational Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran. E-mail: bahrami.er@fh.lu.ac.ir

4. Master's Student in Educational Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran. E-mail: mohammadamin51173@gmail.com

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 30 April 2024

Received in revised form

28 May 2024

Accepted 05 July 2024

Published Online 22

August 2024

Keywords:

mindfulness,
childhood trauma,
addiction to mobile-
based social networks

ABSTRACT

Background: Addiction to social networks refers to strong uncontrollable urges and urges to use mobile phones. The cause of this addiction can be a factor such as childhood traumas. Regarding the relationship between childhood traumas and addiction to mobile-based social networks, there is a gap in research regarding the variable of mindfulness.

Aims: The present study was conducted with the aim of investigating the moderating role of mindfulness in the relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks in the high school students of Khorramabad city.

Methods: The descriptive research method was of the correlation type and the statistical population included all students of the high school in Khorramabad city in the academic year of 1401-1402. The statistical sample included 315 people (176 boys and 139 girls) who were selected by multi-stage cluster method. Data collection tools include the addiction to mobile based social networks Questionnaire (Khaja Ahmadi, 2016); It was the Mindfulness Questionnaire (Brown and Ryan, 2003) and the Childhood Trauma Questionnaire (Bernstein et al., 2003). The obtained data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and hierarchical adjusted regression and using SPSS-26 software.

Results: The results showed that the effect of childhood traumas on students' addiction to mobile based social networks is positive and significant ($r=0.75$, $P<0.01$) and explains 75% of its changes. Also, the findings of moderated regression analysis confirmed the moderating role of mindfulness in the relationship between childhood trauma and students' addiction to mobile-based social networks ($F=19.44$, $P<0.01$).

Conclusion: According to the obtained findings, it can be said that childhood trauma is an important factor in increasing students' addiction to mobile-based social networks, that high mindfulness reduces this effect and mindfulness down increases this effect.

Citation: Abasi, M., Ghadampour, E., Bahrami, E., & Musaei, M.A. (2024). Investigating the moderating role of mindfulness in the relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks in the high school students. *Journal of Psychological Science*, 23(138), 261-278. [10.52547/JPS.23.138.261](https://doi.org/10.52547/JPS.23.138.261)

Journal of Psychological Science, Vol. 23, No. 138, 2024

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.23.138.261](https://doi.org/10.52547/JPS.23.138.261)



✉ **Corresponding Author:** Mohammad Abasi, Associate Professor, Department of Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

E-mail: abasi.mo@lu.ac.ir, Tel: (+98) 9177769749

Extended Abstract

Introduction

While the ever-increasing advances in technology bring convenience to the public, they have hidden disadvantages such as: addiction to mobile phones (Xie et al., 2023; Hassani et al., 2022) and social networks (Wang et al., 2023) for users. In the definition of social networks, it can be said that it is a media that creates the ability to communicate with groups, organizations and other people through computers and mobile phones and in the online space by creating online infrastructure. (Boyd, 2015), in fact, the widespread presence of social networks has changed the way of exchange between people, and it is these digital social networks that facilitate the creation and sharing of information and ideas (Aichner et al., 2021). According to statistics, the number of social network users by 2021 is estimated at 3 billion people. As the statistics show, excessive use of these media causes problems in users' performance in other parts of daily life and it has destructive effects on mental health, such as sleep problems, depression and anxiety, and problems in occupational and interpersonal functions (Chellemal Dezfooli Nejad et al., 2021; Marino et al., 2018).

According to the interaction model of person-affect-cognition-implementation, the formation of addictive behaviors can be seen as the result of the interaction between predisposing variables and individual specific reactions to the internal and external world, and adverse childhood experiences are one of the predisposing variables (Brand et al., 2019).

Existing research has shown that childhood trauma can significantly predict addiction to mobile phones and related programs (social networks) in students (Forster et al., 2021; Liu et al., 2020). Also, the research of Wang et al. (2023) showed that there is a significant relationship between childhood traumas and addiction to social networks. Liu et al.'s research (2020) showed that childhood psychological abuses (traumas) can affect addiction to mobile-based social networks. Hsieh et al. research (2016) showed that negative childhood experiences such as misbehavior and harassment can lead people to become addicted to the Internet and social networks. The research of

Dalbudak et al. (2014) showed that among the types of childhood traumas, emotional abuse is the main predictor of addiction to the Internet and social networks. According to the stated content, childhood trauma is related to addiction to mobile-based social networks. Accordingly, it becomes necessary to identify the factors that can influence the intensity and direction of this relationship.

One of the factors that can be useful to help conscious and positive participation in social networks is mindfulness (Jones et al., 2022). Being too involved with social networks may distract people from being aware of their surroundings and thus reduce mental awareness. However, while we associate the use of social networks with a potential decrease in mindfulness, studies by researchers on social networks and mindfulness have shown that lack of mindfulness is a predictor of compulsive use of social networks or it is a mobile phone. (Volkmer and Lerner, 2019). The results of Özturan et al., research (2022) showed that increasing the level of mindfulness can lead to a decrease in addiction to social networks. The results of Du et al. research (2021) showed that people who do not have self-control in using social networks also have a low level of mental awareness. The results of research by Garland et al. (2014) showed that interventions based on mindfulness can control addiction to social networks by increasing the level of metacognitive awareness. The results of You and Liu research (2022) showed that increasing mindfulness can control addiction to social networks.

Today, the extreme and excessive use of social networks by children has become one of the problems between families, so it becomes necessary to identify the factors that can lead to this problem. Among these factors, childhood traumas can be mentioned in such a way that people who have experienced childhood traumas are looking for quick ways to gain strength and meet their emotional needs that forced and extreme use of social networks is one of these ways (Forster et al., 2021; Liu et al., 2020).

Therefore, educational and therapeutic programs should be used to reduce children's addiction to social networks. In this regard, mindfulness can reduce excessive use of social networks by reducing anxiety,

increasing awareness and self-esteem (Apal'ozza et al., 2019). Considering that there has been no research on the moderating role of mindfulness in the relationship between childhood traumas and addiction to social networks. Therefore, the current research seeks to answer this basic question: does mindfulness play a moderating role in the relationship between childhood traumas and addiction to mobile-based social networks?

Method

The descriptive research method was of the correlational type and the statistical population included all students of the second secondary school in Khorram Abad city in the academic year of 1401-1402. The statistical sample included 315 people (176 boys and 139 girls) who were selected by multi-stage cluster method. Information collection tools include, the Addiction to mobile based social networks Questionnaire (Khaja Ahmadi, 2016); it was the Mindfulness Questionnaire (Brown and Ryan, 2003) and the Childhood Trauma Questionnaire (Bernstein et al., 2003). Data obtained using Pearson's correlation coefficient and hierarchical adjusted regression; in this way, in order to predict students' addiction to mobile-based social networks, the predictor variables of childhood trauma and

mindfulness were entered into regression analysis in the first step and the interaction between childhood trauma and mindfulness in the second step. Finally, all analyzes were done by SPSS-26 software.

Results

Based on the results of childhood trauma with mean and standard deviation of 82.81, 15.90; Addiction to mobile based social networks had a mean and standard deviation of 80.82, 13.31 and mindfulness had a mean and standard deviation of 64.29 and 24.36. Also, all the assumptions necessary to perform the hierarchical regression analysis were checked and confirmed.

There is a positive and significant relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks ($r= 0.75$) and a significant negative relationship between mindfulness and addiction to mobile-based social networks ($r= -0.31$). It was established.

Regarding the moderating role of mindfulness variable in the relationship between childhood trauma and addiction to mobile based social networks, hierarchical regression was used. At first, the statistical assumptions were evaluated and confirmed. Tables (1), (2) and figure (1) show the results of statistical analysis.

Table 1. Hierarchical regression analysis results based on research variables

steps	b	t	R	R ²	ΔR ²	F	p
Childhood trauma	0.75	15.18	0.75	0.56	0.56	230.33	0.001
Mindfulness	-0.13	-2.61	0.76	0.57	0.02	6.80	0.01
Childhood trauma * Mindfulness	-0.22	-4.41	0.79	0.61	0.04	19.44	0.001

Table 2. Matrix of correlation coefficients of research variables

Variable	1	2	3
Childhood trauma	-	-	-
the Addiction to mobile based social networks	**0.75	-	-
Mindfulness	** -0.25	** -0.31	-

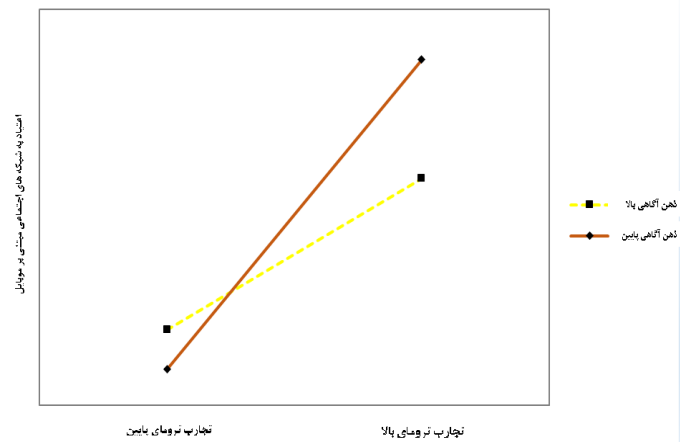


Figure 1. Interactive effects of childhood trauma and mindfulness in predicting addiction to mobile-based social networks

Conclusion

The results showed that there is a positive and significant relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks, in the sense that the greater the experiences of childhood trauma, the greater the addiction to mobile-based social networks. These results are consistent with the researches of Wang et al. (2023), Forster et al. (2021), Liu et al. (2020), Hsieh et al. (2016), and Dalbudak et al. (2014).

The above results are in accordance with the interaction model of person-affect-cognition-implementation. according to this model, early childhood negative experiences such as initial injuries, emotional and physical abuse, and social isolation are among the biosocial factors that, as a predisposing factor, easily leads people to suffer from general mental disorders or specific addictive behaviors; among these addictive behaviors is addiction to mobile-based social networks (Brand et al., 2016).

Hierarchical regression results showed that mindfulness plays a moderating role in the relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks. In other words, the relationship between childhood trauma and addiction to mobile-based social networks is different in high and low levels of consciousness. The above results are in line with the relatively related researches of Özturan et al., (2022), Du et al., (2021), Garland et al., (2014), You and Liu, (2022) and Apal'oza et al., (2019). In explaining the above results, it can be said that while addiction to social networks causes escape from the moment and the person is not aware of the extent of its use, mindfulness is a state of awareness

in which a person is aware of the moment and situations. from this point of view, it makes us think that people with high awareness have more control in terms of addiction and directing their behaviors (Özturan et al., 2022). Therefore, mindfulness increases metacognitive awareness and helps people to develop positive coping mechanisms, thus leading to controlling people's excessive use of social networks (Garland et al., 2014).

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: The present research was carried out by obtaining permission from the research department of Lorestan University and coordinating with the General Department of Education and Education Departments of Khorram Abad District 1 and 2. in order to maintain ethical principles in this research, it was tried to participate in training sessions and collect information after obtaining the consent or agreement of the participants. Also, the participants were assured about confidentiality in maintaining personal information and providing results without specifying the names and details of people's birth certificates.

Funding: This research was done without financial support.

Authors' contribution: The first author collaborated in data collection and statistical analysis, the third and fourth authors in writing different parts of the article, and the second author in supervising different parts of the research.

Conflict of interest: The authors declare that there is no conflict of interest in the results of this research.

Acknowledgments: The authors consider it necessary to express their gratitude to all the students who, as participants, helped them in the implementation of this research.



بررسی نقش تعدیل کننده‌ی ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش آموزان دوره دوم متوسطه

محمد عباسی^۱، عزت‌اله قدم‌پور^۲، عرفان بهرامی^۳، محمدامین موسایی^۴

۱. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.
۲. استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.
۳. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.
۴. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

زمینه: اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی به انگیزه‌ها و هوس‌های غیرقابل کنترل قوی برای استفاده از تلفن همراه اشاره دارد. علت این اعتیاد می‌تواند عاملی مثل تروماهای دوران کودکی افراد باشد. در مورد رابطه‌ی تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل با توجه به متغیر ذهن آگاهی، شکاف پژوهشی وجود دارد.

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تعدیل کننده‌ی ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان خرم‌آباد انجام شد.

روش: روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان خرم‌آباد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. نمونه آماری شامل ۳۱۵ نفر (۱۷۶ پسر و ۱۳۹ دختر) بود که به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات شامل پرسشنامه اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل (خواجه احمدی، ۱۳۹۵)؛ پرسشنامه ذهن آگاهی (براون و ریان، ۲۰۰۳) و پرسشنامه ترومای دوران کودکی (برنشتاین و همکاران، ۲۰۰۳) بود. داده‌های به دست آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون تعدیلی سلسله‌مراتبی و به وسیله نرم‌افزار SPSS-26 تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اثر تروماهای دوران کودکی بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دانش آموزان مثبت و معنادار است ($r = 0.75, P < 0.01$) و ۷۵ درصد از تغییرات آن را تبیین می‌کنند. همچنین یافته‌های تحلیل رگرسیون تعدیلی، نقش تعدیل گر ذهن آگاهی را در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دانش آموزان مورد تأیید قرار داد ($F = 19.44, P < 0.01$).

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌های به دست آمده، می‌توان گفت که ترومای دوران کودکی عامل مهمی در افزایش اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دانش آموزان است که ذهن آگاهی بالا موجب کاهش این اثر و ذهن آگاهی پایین موجب افزایش این اثر می‌شود.

استناد: عباسی، محمد؛ قدم‌پور، عزت‌اله؛ بهرامی، عرفان؛ و موسایی، محمدامین (۱۴۰۳). بررسی نقش تعدیل کننده‌ی ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش آموزان دوره دوم متوسطه. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۳۸، ۲۷۸-۲۶۱.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۳۸، ۱۴۰۳. DOI: [10.52547/JPS.23.138.261](https://doi.org/10.52547/JPS.23.138.261)



© نویسنده‌گان.

✉ نویسنده مسئول: محمد عباسی، دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران. رایانامه: abasi.mo@lu.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۷۷۷۶۹۷۴۹

مقدمه

با پیشرفت فناوری اطلاعات و تداوم کووید-۱۹^۱، استفاده از تلفن‌های همراه در زندگی روزمره ضروری شده‌اند. در واقع در سال‌های اخیر، با رشد فضای مجازی و ظهور شبکه‌های اجتماعی^۲، شکل روابط بین فردی تغییر پیدا کرده است و این امر موجب تسهیل و گسترش تعامل بین فردی در سرتاسر جهان شده است (خاکی صدیق، ۱۴۰۰). با این حال، درحالی‌که این پیشرفت‌ها راحتی را برای عموم به ارمغان می‌آورند، معایب پنهانی مانند: اعتیاد به تلفن همراه (ژی و همکاران، ۲۰۲۳؛ حسنی و همکاران، ۱۴۰۱) و شبکه‌های اجتماعی (وانگ و همکاران، ۲۰۲۳) برای کاربران دارند. اعتیاد^۳ به تلفن همراه به انگیزه‌ها و هوس‌های غیرقابل کنترل قوی برای استفاده از تلفن همراه اشاره دارد (لیو، ژانگ و چن، ۲۰۲۰). در واقع علت این انگیزه‌ها می‌تواند اشتیاق به کشف روابط با همسالان باشد که شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر تلفن همراه فرصت این تعامل را در هر زمان و مکان به افراد می‌دهند (اسپیس شاپیرو و مرگولین، ۲۰۱۴).

در تعریف شبکه‌های اجتماعی می‌توان گفت که رسانه‌ای است که با ایجاد زیرساخت‌های آنلاین توانایی ارتباط با گروه‌ها، سازمان‌ها و افراد دیگر را به واسطه رایانه و تلفن همراه و در فضای آنلاین ایجاد می‌کند (بوید، ۲۰۱۵)، این واژه اولین بار در ۱۹۹۴ مطرح شد و با افزایش روزافزون شکل روابط بین فردی شاهد تغییرات چشمگیری بوده است (مام‌شریفی و همکاران، ۱۳۹۹). در واقع حضور گسترده شبکه‌های اجتماعی نحوه تبادل میان افراد را دگرگون کرده است و این شبکه‌های اجتماعی دیجیتال هستند که ایجاد و به اشتراک‌گذاری اطلاعات و ایده‌ها را تسهیل می‌کنند (حسین‌خانزاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ آیچنر و همکاران، ۲۰۲۱). امروزه نصب راحت نرم‌افزارهای کاربردی بر روی گوشی‌های هوشمند از جمله پیام‌رسان‌ها و شبکه‌های اجتماعی، حرف اول را دنیای نرم‌افزار می‌زنند که به علت قیمت ارزان، قابل انعطاف بودن، دسترسی با سرعت بالا و دامنه وسیع پوششی، مخاطبان گرایش شدیدی به استفاده از آن‌ها دارند که این موضوع به یکی از چالش‌برانگیزترین مسائل حوزه‌های ارتباطی تبدیل شده است (نیکپون و همکاران، ۲۰۰۷).

کاربران شبکه‌های اجتماعی تا سال ۲۰۲۱ بالغ بر ۳ میلیارد نفر تخمین زده شده‌اند؛ در ایران نیز حدود ۴۷ میلیون نفر یعنی حدود ۵۷٪ جمعیت کشور تا سال ۲۰۱۹ عضو شبکه‌های اجتماعی بوده‌اند و تنها در سال ۲۰۱۸، ۷ میلیون نفر کاربر جدید ایرانی در شبکه‌های اجتماعی فعالیت خود را آغاز کرده‌اند که رشد عضویت در ایران بعد از چین، هند و اندونزی در جایگاه چهارم آسیا قرار داشته است (فایننشال تریبیون، ۲۰۱۹). همچنین مطالعات دیگر گزارش کرده‌اند که ۹۳ تا ۹۷ درصد از نوجوانان ۱۳ تا ۱۷ ساله حداقل از یک نوع شبکه اجتماعی مبتنی بر تلفن همراه استفاده می‌کنند و تقریباً ۳ ساعت در روز در شبکه‌های اجتماعی فعال هستند (نسی و پرینستین، ۲۰۱۵؛ بری و همکاران، ۲۰۱۷؛ وانوچی و همکاران، ۲۰۲۰). در واقع استفاده بیش از حد از این رسانه‌ها، اثرات مخربی را بر رفتار، نگرش و در کل بر سلامت روان بر جای می‌گذارد که از جمله آن می‌توان به مشکلات خواب، افسردگی و اضطراب و مشکل در کارکردهای شغلی و بین فردی اشاره کرد (چله‌مال دزفولی‌نژاد و همکاران، ۱۴۰۰؛ مارینو و همکاران، ۲۰۱۸). بر همین اساس اعتیاد به فضای مجازی یکی از ابعاد جدید سوء مصرف است که در طبقه اعتیاد رفتاری قرار دارد و در خصوص ارتباط انسان و فناوری به کار می‌رود و شامل اعتیاد به گوشی هوشمند، اعتیاد به بازی رایانه‌ای و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی^۴ است؛ اگرچه در نسخه اخیر DSM-5^۵ این مشکل به‌طور رسمی به عنوان یک اختلال قابل تشخیص ذکر نشده است ولی در ضمیمه پژوهشی آن، از اختلال بازی‌های اینترنتی با عنوان اختلالاتی برای مطالعه بیشتر نام برده شده است و دلیل اختلال شمردن آن را مشابهت مشکلات رفتاری اختلال مصرف مواد با علائم اختلال بازی‌های اینترنتی دانسته‌اند (یانگ و همکاران، ۲۰۲۰) که این مشکلات شامل شش مؤلفه مشترک: (۱) اولویت و غلبه‌ی آن بر دیگر امور، (۲) تغییرات خلقی، (۳) ایجاد تحمل، (۴) بروز علائم ترک، (۵) تعارض در ارتباطات و کارکرد اجتماعی و (۶) تلاش ناموفق برای کنترل استفاده مجدد پس از یک دوره‌ی اجتناب است که در تمام موارد اختلالات سوء مصرف وجود دارند. این مشابهت‌ها موجب شده تا برخی پژوهشگران با همین استدلال، این اختلال را قابل انتقال به دیگر فعالیت‌های آنلاین، از

4. Addiction to Social Networks

5. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders -5th Edition

1. COVID-19

2. Social Networks

3. Addiction

جمله استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی، بدانند (گرفیت و کاس، ۲۰۱۷). بنابراین با توجه به اثرات مضر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی بر زندگی افراد، شناسایی عوامل مرتبط با آن ضرورت پیدا می‌کند.

با توجه به مدل تعامل فرد - تأثیر - شناخت - اجرا، شکل‌گیری رفتارهای اعتیادآور را می‌توان نتیجه تعامل بین متغیرهای مستعدکننده و واکنش‌های خاص فردی به دنیای درونی و بیرونی دانست که تجربه‌های نامطلوب دوران کودکی یکی از متغیرهای مستعدکننده این امر هستند (برند و همکاران، ۲۰۱۹). از جمله‌ی تجربه‌های ناخوشایند و نامطلوب دوران کودکی تروماها هستند، پژوهش‌های موجود نشان داده است که ترومای دوران کودکی^۲ می‌تواند به طور قابل توجهی اعتیاد به تلفن همراه و برنامه‌های مرتبط با آن (شبکه‌های اجتماعی) را در دانش‌آموزان پیش‌بینی کند (فورستر و همکاران، ۲۰۲۱؛ لیو و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش‌های موجود نشان داده است که ترومای دوران کودکی می‌تواند به طور قابل توجهی اعتیاد به تلفن همراه و برنامه‌های مرتبط با آن (شبکه‌های اجتماعی) را در دانش‌آموزان پیش‌بینی کند (فورستر و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین پژوهش وانگ و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که بین تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. پژوهش لیو و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که بدرفتاری‌های روانشناختی دوران کودکی (تروماها) می‌تواند بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل اثرگذار باشد. پژوهش هسیه و همکاران (۲۰۱۶) نشان داد که تجارب منفی دوران کودکی مثل بدرفتاری‌ها و آزار و اذیت‌ها می‌تواند منجر به اعتیاد افراد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی شود. پژوهش دالبوداک و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که در بین انواع تروماهای دوران کودکی، سوء استفاده عاطفی پیش‌بینی‌کننده اصلی اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی باشد.

نظریه خودتعیینی^۳ (رایان و دسی، ۲۰۰۰) پیشنهاد می‌کند که افراد برای برآوردن نیازهای روانشناختی اولیه خود انگیزه دارند، کسانی که بدرفتاری در دوران کودکی را تجربه کرده‌اند، اغلب در زمان بزرگ شدن در رفع نیازهای عاطفی و ایجاد روابط مناسب، مشکل دارند و به احتمال زیاد استراتژی‌های سریعی را اتخاذ می‌کنند که بر رضایت فوری تأکید دارد

(فیگرود و همکاران، ۲۰۰۶). تلفن‌های همراه و برنامه‌های مرتبط با آن مثل شبکه‌های اجتماعی از جمله مواردی هستند که می‌توانند به کاربران دسترسی به پاداش‌های فوری را فراهم کنند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۷)؛ که ممکن است افراد با تجربیات آسیب‌زا را به دنبال جبران مشکلات خود به سمت دنیای مجازی سوق دهد، در نتیجه خطر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی افزایش می‌یابد (ما و همکاران، ۲۰۲۰).

مدل ریسک تجمعی^۴ پیشنهاد می‌کند که در محیط‌های زندگی واقعی، اغلب عوامل خطر ساز مختلف، به‌طور هم‌زمان رخ می‌دهند. بررسی یک عامل خطر واحد ممکن است فاقد اعتبار اکولوژیکی^۵ باشد و اثرات آن را بیش از حد برآورد کند (فینکلهور و همکاران، ۲۰۰۷). در همین راستا چندین مطالعه تأیید کرده‌اند که میزان هم‌پوشانی در عوامل خطر، یک پیش‌بینی‌کننده مهم برای رفتار اعتیادآور است (لی و همکاران، ۲۰۱۶؛ لیو و همکاران، ۲۰۲۲). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ترومای دوران کودکی به طور تجمعی رخ می‌دهد. به عنوان مثال، گارون بیسونت و همکاران (۲۰۲۲) دریافتند که بروز همپوشانی زیرگروه‌های ترومای کودک در حدود ۵۰٪ است. ترومای تجمعی دوران کودکی^۶ به مقدار ترومای دوران کودکی اشاره دارد که یک فرد تجربه کرده است (هاسلگرابر، سالوا و لوگر-شوستر، ۲۰۲۰). در مقایسه با نوع، مدت و فراوانی ترومای دوران کودکی، تعداد انواع تروما تأثیر قوی‌تری بر روانشناسی افراد دارند (بریر و همکاران، ۲۰۰۸)، و همچنین می‌توانند رفتارهای مشکل‌ساز مثل اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را پیش‌بینی کنند (هیبرت و همکاران، ۲۰۱۸؛ هاسلگرابر و همکاران، ۲۰۲۰). با عنایت به مطالب بیان شده و پیشینه نظری بررسی شده، ترومای دوران کودکی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل مرتبط است. بر همین اساس شناسایی عواملی که بتواند شدت و جهت این رابطه را تحت تأثیر قرار دهد، ضرورت پیدا می‌کند.

یکی از عواملی که می‌تواند برای کمک به مشارکت آگاهانه و مثبت در شبکه‌های اجتماعی مفید باشد، ذهن آگاهی^۷ است (جونز و همکاران، ۲۰۲۲). ذهن آگاهی را می‌توان ترکیبی از آگاهی از محیط با نگرش بدون قضاوت نسبت به افکار و احساسات خود در نظر گرفت (کنگ و همکاران،

5. Ecological

6. Cumulative Childhood Trauma (CCT)

7. Mindfulness

1. Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE)

2. Childhood Trauma

3. Self-determination Theory

4. Cumulative Risk Model (CRM)

و همکاران، ۲۰۰۶). عدم واکنش و قضاوت نکردن بر احساسات و تجربیات درونی تمرکز می‌کنند، مشاهده بر احساسات و افکار یا احساسات بیرونی تمرکز می‌کند و تمرکز بر چسب زدن احساسات را توصیف می‌کند (جونز و همکاران، ۲۰۲۲).

امروزه استفاده افراطی و بیش از حد کودکان از شبکه‌های اجتماعی به یکی از معضلات بین خانواده‌ها تبدیل شده است، بنابراین شناسایی عواملی که می‌تواند منجر به این مشکل شوند، ضرورت پیدا می‌کند. از جمله‌ی این عوامل می‌توان به تروماهای دوران کودکی اشاره کرد به این صورت که افرادی که تروماهای دوران کودکی را تجربه کرده‌اند به دنبال راه‌های سریعی برای کسب تقویت و رفع نیازهای عاطفی خود هستند که استفاده اجباری و افراطی از شبکه‌های اجتماعی یکی از این راه‌ها می‌باشد (فورستر و همکاران، ۲۰۲۱؛ لیو و همکاران، ۲۰۲۰) بنابراین می‌بایست از برنامه‌های آموزشی و درمانی در جهت کاهش اعتیاد کودکان به شبکه‌های اجتماعی استفاده نمود. در همین راستا، ذهن آگاهی می‌تواند با کاهش اضطراب، افزایش آگاهی و عزت‌نفس موجب کاهش استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی شود (آپالوزا و همکاران، ۲۰۱۹). با توجه به اینکه پژوهشی در مورد نقش تعدیل‌گری ذهن آگاهی در رابطه بین تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی صورت نگرفته است. لذا پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال اساسی است که آیا ذهن آگاهی در رابطه بین تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل نقش تعدیل‌کننده دارد؟

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان: پژوهش حاضر توصیفی، از نوع همبستگی بود و ضمن بررسی رابطه ترومای دوران کودکی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دانش‌آموزان، نقش تعدیل‌کنندگی ذهن آگاهی را در رابطه بین متغیرها مورد مطالعه قرار داده است. در این پژوهش ترومای دوران کودکی متغیر مستقل (پیش‌بین)، ذهن آگاهی متغیر تعدیل‌کننده و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل متغیر وابسته (ملاک) بوده است. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خرم‌آباد در سال تحصیلی ۱۴۰۳ - ۱۴۰۲ به تعداد ۱۷۹۲۲

(۲۰۱۱). پژوهش‌ها نشان داده است که ذهن آگاهی باعث کاهش سطوح افسردگی و همچنین افزایش سطح رفاه می‌شود (کیرکابوران و همکاران، ۲۰۱۹). درگیر بودن زیاد با شبکه‌های اجتماعی ممکن است باعث منحرف شدن حواس افراد از آگاهی نسبت به محیط اطراف خود شود و در نتیجه ذهن آگاهی را کاهش دهد. با این حال، ضمن اینکه ما استفاده از شبکه‌های اجتماعی را با کاهش بالقوه ذهن آگاهی مرتبط می‌دانیم، مطالعات پژوهشگران در مورد شبکه‌های اجتماعی و ذهن آگاهی، نشان داده است که فقدان ذهن آگاهی، پیش‌بینی‌کننده استفاده اجباری از شبکه‌های اجتماعی یا تلفن همراه است. به عنوان مثال، یک مطالعه نشان داد که سطوح پایین ذهن آگاهی کاهش رفاه را پیش‌بینی می‌کند که به نوبه خود افزایش استفاده از تلفن همراه و شبکه‌های اجتماعی را به دنبال خواهد داشت (والکمر و لمر، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش اوزتاران و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که افزایش سطح ذهن آگاهی می‌تواند منجر به کاهش اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی شود. نتایج پژوهش دیو و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد، افرادی که در استفاده از شبکه‌های اجتماعی خود کنترلی ندارند، سطح ذهن آگاهی پایینی نیز دارند. نتایج پژوهش گارلند و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی با افزایش سطح آگاهی فراشناختی می‌تواند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کنترل کند. نتایج پژوهش یو و لیو (۲۰۲۲) نشان داد که افزایش ذهن آگاهی می‌تواند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کنترل کند و نتایج پژوهش آپالوزا و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که ذهن آگاهی احتمال استفاده اجباری از شبکه‌های اجتماعی را در شرکت کنندگان از طریق افزایش عزت‌نفس و کاهش اضطراب اجتماعی کاهش می‌دهد.

همه این مطالعات به سطوح پایین ذهن آگاهی به عنوان پیش‌بینی‌کننده استفاده اجباری از شبکه‌های اجتماعی یا اعتیاد به تلفن نگاه کردند. بنابراین فقدان تمرکز حواس می‌تواند اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی را پیش‌بینی کند (سریویلا و چرونساکماننگکول، ۲۰۱۵)؛ درحالی‌که پژوهش‌های قبلی عمدتاً بر جنبه آگاهی از ذهن آگاهی متمرکز بوده است، اما ذهن آگاهی محدود به این بعد نبوده و چندوجهی است (جونز و همکاران، ۲۰۲۲). ذهن آگاهی را مانند پرسشنامه ذهن آگاهی پنج‌عاملی^۱ می‌توان به پنج بعد: آگاهی، عدم واکنش، توصیف، مشاهده و قضاوت نکردن، تقسیم کرد (بائر

^۱. Five Factor Mindfulness Questionnaire (FFMQ)

۵۷/۴۷ دسته‌بندی کرد. پایایی این ابزار برای کل پرسشنامه ۰/۹۲ و برای خرده مقیاس‌ها بالای ۰/۶۸ به دست آمد (خواججه‌احمدی و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش گراوند (۱۴۰۲) ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۵ و برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۲ به دست آمد. همچنین در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱ و برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۹ برآورد شد.

پرسشنامه ذهن آگاهی^۲ (MQ): این پرسشنامه توسط براون و ریان (۲۰۰۳) برای اندازه‌گیری ذهن آگاهی یا توجه-آگاهی مبتنی بر زمان حال طراحی شده است. این پرسشنامه شامل ۱۵ گویه است و به صورت طیف ۶ گزینه‌ای لیکرت (تقریباً همیشه = ۱، تا تقریباً هیچ وقت = ۶) نام گذاری شده که حداقل نمره ۱۵ و حداکثر نمره ۹۰ است. براون و ریان (۲۰۰۳) ضریب پایایی مقیاس را با استفاده از بازآزمایی ۰/۸۱ و با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش نموده‌اند، همچنین روایی همگرا و واگرا پرسشنامه مطلوب گزارش شده است. معنوی پور و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی روایی مقیاس را با استفاده از تحلیل عامل تأییدی مطلوب گزارش نمودند. همچنین، ضریب پایایی را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۶ برآورد شد.

پرسشنامه ترومای دوران کودکی^۳ (CTQ): این پرسشنامه به وسیله برنشتاین و همکاران (۲۰۰۳) به منظور سنجش آسیب‌ها و ترومای دوران کودکی طراحی شد؛ این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد که برای دامنه سنی ۱۲ سال و بالاتر قابل اجرا است و آزریدگی را در پنج خرده مقیاس می‌سنجد. این خرده مقیاس‌ها عبارتند از: سوءاستفاده جسمی، سوءاستفاده هیجانی، غفلت یا نادیده گرفتن جسمانی، غفلت یا نادیده گرفتن هیجانی و سوء استفاده جنسی. پاسخ‌گویی به سؤالات در طیف پنج درجه‌ای لیکرت (هرگز = ۱ تا همیشه = ۵) صورت می‌گیرد. دامنه نمرات برای هر یک از زیرمقیاس‌ها از ۵ تا ۲۵ و برای کل پرسشنامه ۲۵ تا ۱۲۵ است. در پژوهش برنشتاین و همکاران (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه بر روی گروهی از نوجوانان برای ابعاد سوء استفاده عاطفی، سوء استفاده جسمی، سوء استفاده جنسی، غفلت هیجانی و غفلت جسمانی به ترتیب برابر با ۰/۸۷، ۰/۸۶،

نفر بود. جهت تعیین حجم نمونه بر اساس دیدگاه کلاین (۲۰۲۳) که عنوان می‌کند در مطالعات همبستگی حجم نمونه مورد قبول باید حداقل ۲/۵ و حداکثر ۵ برابر تعداد سؤالات پرسشنامه‌ها باشد، در پژوهش حاضر با احتساب مجموع ۶۳ سوال تعداد ۳۱۵ دانش‌آموز با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند. به این صورت که از بین ۲ ناحیه، یک ناحیه به تصادف انتخاب شد و از بین مدارس ناحیه مربوطه، ۵ مدرسه به تصادف انتخاب و از بین مدارس انتخاب شده ۱۰ کلاس به تصادف انتخاب و از بین همه دانش‌آموزان کلاس‌ها و بر اساس ملاک‌های ورود نمونه نهایی انتخاب شد. روش گردآوری اطلاعات به صورت میدانی و با استفاده از پرسشنامه بود که بر روی دانش‌آموزان شهرستان خرم‌آباد اجرا شد. ملاک‌های ورود به پژوهش دامنه سنی بین ۱۴ تا ۱۸ سال، مشغول به تحصیل در مدارس متوسطه دوم شهرستان خرم‌آباد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ و رضایت آگاهانه آزمودنی‌ها جهت شرکت در پژوهش، پس از ارائه رضایت‌نامه کتبی؛ همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش رضایت نداشتن شرکت‌کننده به ادامه همکاری در پژوهش، شرکت در پژوهش مشابه پژوهش حاضر و عدم دقت در تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش حاضر بودند.

(ب) ابزار

پرسشنامه اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل^۱ (AMSNQ): این ابزار جهت سنجش اعتیاد به شبکه‌های مبتنی بر موبایل در ایران توسط خواججه‌احمدی و همکاران (۱۳۹۵) تهیه و اعتباریابی شده است. این پرسشنامه از ۲۳ گویه تشکیل شده است که چهار بعد عملکرد فردی (۹ گویه)، مدیریت زمان (۶ گویه)، خودکنترلی (۴ گویه) و روابط اجتماعی (۴ گویه) را می‌سنجد. به صورت طیف ۵ نمره‌ای لیکرت نمره گذاری شده است که حداقل نمره ۲۳ و حداکثر نمره ۱۱۵ است. نسخه اولیه پرسشنامه با ۲۷ گویه طراحی و بر اساس نظر صاحب‌نظران یک گویه حذف و شاخص و نسبت روایی محتوا به ترتیب ۰/۹۵ و ۰/۸۶ به دست آمد. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی، پرسشنامه را به ۲۳ گویه کاهش و در چهار عامل عملکرد فردی، مدیریت زمان، خودکنترلی و روابط اجتماعی با توان پیش‌بینی

1. Addiction to Mobile based Social Networks Questionnaire

2. Mindfulness Questionnaire

3. Childhood Trauma Questionnaire

۰/۹۵، ۰/۸۹ و ۰/۷۸ به دست آمد. همچنین روایی همزمان آن با درجه بندی درمانگران از میزان تروماهای دوران کودکی در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۷۸ گزارش شده است (برنشتاین و همکاران، ۲۰۰۳). رضایی و غضنفری (۲۰۱۶) در بررسی اعتبار سازه‌ای، پنج عامل سوء استفاده هیجانی، جنسی، فیزیکی، غفلت هیجانی و فیزیکی را استخراج کردند و پایایی به روش آلفای کرونباخ را برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۶ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب بالا، ۰/۷۳، ۰/۶۹، ۰/۶۸، ۰/۷۶ و ۰/۷۱ گزارش کردند. در مطالعه حاضر، آلفای کرونباخ برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۱ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۶۵، ۰/۶۴، ۰/۷۳ و ۰/۷۰ برآورد شد. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-26 استفاده گردید و به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها و بررسی رابطه مستقیم میان متغیرها از روش ضریب همبستگی پیرسون و به منظور بررسی نقش تعدیل کننده‌ی ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل از روش رگرسیون سلسله مراتبی تعدیلی استفاده شد (بارون و کنی، ۱۹۸۶).

ج) روش اجرا

در روش رگرسیون سلسله مراتبی تعدیلی برای بررسی روابط تعاملی دو متغیر مستقل پیوسته در پیش‌بینی یک متغیر وابسته، ابتدا باید متغیر مستقل اول و متغیر مستقل دوم (متغیر تعدیل کننده) و بعد تعامل این دو (که از ضرب بردارهای آن دو ایجاد می‌شوند) وارد تحلیل رگرسیون شوند و اگر متغیر تعامل و رای اثر دو متغیر مستقل، واریانس تبیین شده‌ی متغیر وابسته را به طور معناداری بالا برد، می‌توان اظهار داشت که متغیر تعدیل کننده، رابطه‌ی بین متغیر مستقل اول و متغیر وابسته را تعدیل می‌کند (استنجر، ۲۰۱۵). بر این اساس در پژوهش حاضر برای پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دانش‌آموزان، متغیر پیش‌بین ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی در گام اول و در گام دوم تعامل بین ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی وارد تحلیل رگرسیون شدند.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۳۱۵ شرکت کننده به عنوان نمونه آماری حضور داشتند که ۱۷۶ (۵۵/۹ درصد) پسر و ۱۳۹ (۴۴/۱ درصد) دختر بودند. ۳۸/۷ درصد

دانش‌آموزان در پایه دهم، ۳۱/۶ درصد در پایه یازدهم و ۲۹/۷ درصد دانش‌آموزان در پایه دوازدهم تحصیل می‌کردند میانگین (انحراف معیار) سن شرکت کنندگان پسر و دختر در پژوهش به ترتیب برابر با ۱۶/۸۰ (۰/۶۳) و ۱۶/۹۰ (۰/۷۴) بود.

قبل از پرداختن به یافته‌های آماری، لازم است پیش‌فرض‌های آماری مورد بررسی قرار گیرد. یکی از پیش‌فرض‌ها، فرض بهنجاری توزیع داده‌های پژوهش است از چولگی و کشیدگی برای بررسی فرض نرمال بودن داده‌های پژوهش استفاده شده است. با توجه به اینکه میزان چولگی و کشیدگی تمامی متغیرها بین +۱ و -۱ قرار دارد، بنابراین متغیرها دارای توزیع نرمال هستند. فرضیه‌ی دیگر پژوهش، هم‌خطی‌های چندگانه، همگنی پراکنش و عدم وجود داده پرت تأثیرگذار در میان داده‌های پژوهش است. برای بررسی مفروضه‌ی هم‌خطی‌های چندگانه مقدار تولرانس و VIF محاسبه شدند. از آنجا که تولرانس محاسبه شده برای تمام متغیرهای پژوهش بیشتر از ۰/۱ است و همچنین مقدار VIF کمتر از ۱۰ است. بنابراین می‌توان استدلال کرد که همبستگی چند متغیری با سایر متغیرها به مقداری نیست که نتایج آزمون رگرسیون را تحت شعا قرار دهد. مفروضه استقلال باقی مانده‌ها با آزمون دوربین واتسون بررسی شد، با توجه به اینکه مقدار آماره ۱/۸۴ به دست آمده است که در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد، پس فرض استقلال باقی مانده نیز رعایت شده است. داده‌های پرت نیز با مقدار بیشینه‌ی فاصله کوک تعیین شدند، از آنجا که مقدار بیشینه‌ی کوک برابر با ۰/۰۶ بود، لذا داده‌های پرت جدی وجود ندارد. فقط تعداد ۴ نفر از افراد نمونه به عنوان داده‌های پرت شناسایی شدند که با توجه به تعداد بالای نمونه، این داده‌ها تأثیر معناداری در نتایج رگرسیون ندارند، بنابراین در تحلیل نهایی باقی ماندند.

یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار و همچنین ماتریس ضرایب همبستگی مربوط به متغیرهای پژوهش به ترتیب در جدول ۱ و ۲، آمده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
ترومای دوران کودکی	۸۲/۸۱	۱۵/۹۰	-۰/۴۹	-۰/۶۱
سوء استفاده جسمی	۱۶/۴۱	۱/۳۴	-۰/۶۳	۰/۵۳
سوء استفاده هیجانی	۱۷/۵۷	۱/۶۷	-۰/۷۹	-۰/۳۶
غفلت یا نادیده گرفتن جسمی	۱۸/۲۳	۱/۶۴	-۰/۵۱	-۰/۶۸
غفلت یا نادیده گرفتن هیجانی	۱۸/۸۶	۱/۳۰	-۰/۵۴	-۰/۴۸
سوء استفاده جنسی	۱۱/۷۴	۰/۸۳	۰/۵۱	-۰/۶۱
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل	۸۰/۸۲	۱۳/۳۱	۰/۳۲	-۱/۴۳
عملکرد فردی	۳۰/۲۸	۲/۵۶	-۰/۶۸	۰/۷۲
مدیریت زمان	۲۰/۸۵	۱/۹۵	-۰/۲۸	-۰/۴۴
خودکنترلی	۱۴/۷۱	۱/۳۸	-۰/۴۲	۰/۳۲
روابط اجتماعی	۱۴/۹۸	۰/۸۱	۰/۱۲	-۰/۲۱
ذهن آگاهی	۶۴/۲۹	۲۴/۳۶	۰/۷۹	-۰/۶۵

براساس داده‌های جدول ۱، ترومای دوران کودکی دارای میانگین و انحراف معیار ۸۲/۸۱، ۱۵/۹۰؛ اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل دارای میانگین و انحراف معیار ۸۰/۸۲، ۱۳/۳۱ و ذهن آگاهی دارای میانگین و انحراف معیار ۶۴/۲۹، ۲۴/۳۶ است.

براساس نتایج جدول ۲، ضرایب همبستگی پیرسون محاسبه شده ذهن آگاهی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل و زیر مقیاس‌های آن

رابطه‌ای منفی و معنادار و ترومای دوران کودکی و زیر مقیاس‌های آن با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل و زیر مقیاس‌های آن رابطه‌ای مثبت و معنادار ($P < ۰/۰۱$) وجود دارد. از سوی دیگر، در مورد نقش تعدیل‌گری متغیر ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل از رگرسیون سلسله‌مراتبی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است.

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
ترومای دوران کودکی	-											
سوء استفاده جسمی	۰/۶۴**	-										
سوء استفاده هیجانی	۰/۷۰**	۰/۶۶**	-									
غفلت یا نادیده گرفتن جسمانی	۰/۷۵**	۰/۶۴**	۰/۷۳**	-								
غفلت یا نادیده گرفتن هیجانی	۰/۷۶**	۰/۵۸**	۰/۷۹**	۰/۵۴**	-							
سوء استفاده جنسی	۰/۳۱**	۰/۴۵**	۰/۴۳**	۰/۵۴**	۰/۳۷**	-						
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل	۰/۷۵**	۰/۷۴**	۰/۶۵**	۰/۶۹**	۰/۷۲**	۰/۵۸**	-					
عملکرد فردی	۰/۵۴**	۰/۴۴**	۰/۴۸**	۰/۵۴**	۰/۴۷**	۰/۳۷**	۰/۷۶**	-				
مدیریت زمان	۰/۶۱**	۰/۶۸**	۰/۵۷**	۰/۶۱**	۰/۶۷**	۰/۳۹**	۰/۶۶**	۰/۶۳**	-			
خودکنترلی	۰/۶۷**	۰/۷۲**	۰/۵۴**	۰/۶۵**	۰/۴۸**	۰/۳۳**	۰/۷۲**	۰/۶۵**	۰/۷۷**	-		
روابط اجتماعی	۰/۵۴**	۰/۴۷**	۰/۶۶**	۰/۵۴**	۰/۶۱**	۰/۳۶**	۰/۵۹**	۰/۵۷**	۰/۷۹**	۰/۷۹**	-	
ذهن آگاهی	۰/۲۵**	۰/۲۹**	۰/۲۴**	۰/۳۰**	۰/۲۸**	۰/۲۳**	۰/۳۱**	۰/۴۴**	۰/۵۰**	۰/۴۲**	۰/۴۷**	-

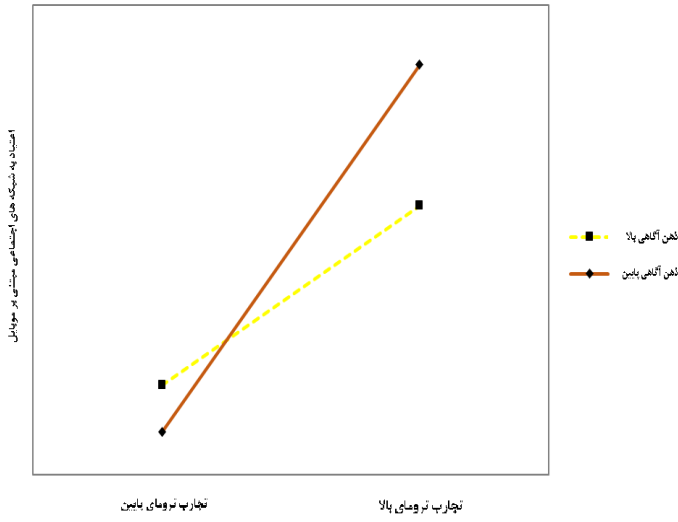
** $P \leq ۰/۰۱$

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی بر اساس متغیرهای پژوهش

گام‌ها	ضریب استاندارد	ضریب غیر استاندارد	R	R2 تعدیل شده	R Square Change	F	P
۱. ترومای دوران کودکی	۰/۷۵	۱۵/۱۸	۰/۷۵	۰/۵۶	۰/۵۶	۲۳۰/۳۳	۰/۰۰۱
۲. ذهن آگاهی	-۰/۱۳	-۲/۶۱	۰/۷۶	۰/۵۷	۰/۰۲	۶/۸۰	۰/۰۱
۳. ترومای دوران کودکی × ذهن آگاهی	-۰/۲۲	-۴/۴۱	۰/۷۹	۰/۶۱	۰/۰۴	۱۹/۴۴	۰/۰۰۱

همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، آزمون تغییر R^2 معنی دار است؛ این مقدار برای ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی به ترتیب برابر با ۰/۵۶ و ۰/۵۷ است در همین راستا در گام بعدی با ورود تعامل دو متغیر، این مقدار ۰/۶۱ شده است که هم‌چنان معنادار است. بنابراین ذهن آگاهی برای رابطه ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل نقش تعدیل‌گری دارد. بنابراین با توجه به بالا رفتن میزان واریانس تبیین شده متغیر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در نتیجه ورود متغیر تعاملی ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی می‌توان نتیجه گرفت که متغیر ذهن آگاهی قادر به تعدیل رابطه بین این دو متغیر است. به عبارتی، رابطه ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در سطوح بالا و پایین متغیر ذهن آگاهی متفاوت است.

به منظور روشن نمودن ماهیت اثر تعدیل‌گری، نمودار تعامل با استفاده از ضریب رگرسیون استاندارد خطوط رگرسیون برای افراد بالا و پایین رسم شد. شکل ۲ نحوه تعامل ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی را در ارتباط با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل نشان می‌دهد. همان‌طور که شکل ۱ نشان می‌دهد، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش‌آموزانی که تجارب ترومای دوران کودکی بالا و ذهن آگاهی پایین دارند، در بیشترین حد و در دانش‌آموزانی که تجارب ترومای دوران کودکی پایین و ذهن آگاهی بالا دارند، در کمترین حد خود است. به علاوه قابل مشاهده است که تجارب ترومای دوران کودکی بالا وقتی که با ذهن آگاهی پایین همراه باشد، نسبت به زمانی که با ذهن آگاهی بالا همراه باشد، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش‌آموزان بیشتر است و همچنین تجارب ترومای دوران کودکی پایین وقتی که با ذهن آگاهی بالا همراه باشد، نسبت به زمانی که با ذهن آگاهی پایین همراه باشد، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در دانش‌آموزان کمتر است. بنابراین فرضیه تعدیل‌گری ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل مورد تأیید است.



شکل ۱. اثرات تعاملی ترومای دوران کودکی و ذهن آگاهی در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی نقش تعدیل‌کننده ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل انجام شد. در ذیل نتایج به دست آمده مورد بحث و بررسی قرار گرفته است. نتایج حاصل نشان داد بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، به این معنا که هرچه تجارب ترومای دوران کودکی بیشتر باشد، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل هم بیشتر خواهد بود. این نتایج با پژوهش‌های وانگ و همکاران (۲۰۲۳)، فورستر و همکاران (۲۰۲۱)، لیو و همکاران (۲۰۲۰)، هسیه و همکاران (۲۰۱۶) و دالبوداک و همکاران (۲۰۱۴) هم‌سو است. نتایج پژوهش وانگ و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که بین تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. پژوهش فورستر و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که تروماهای دوران کودکی می‌تواند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را در کودکان پیش‌بینی کند. پژوهش لیو و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که بدهد رفتاری‌های روانشناختی

سطح ذهن آگاهی پایینی نیز دارند. نتایج پژوهش گارلند و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی با افزایش سطح آگاهی فراشناختی می‌تواند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کنترل کند. نتایج پژوهش یو و لیو (۲۰۲۲) نشان داد که افزایش ذهن آگاهی می‌تواند اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کنترل کند و نتایج پژوهش آپالوزا و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که ذهن آگاهی می‌تواند با کاهش اضطراب، افزایش آگاهی و عزت نفس موجب کاهش استفاده افراطی از شبکه‌های اجتماعی شود در تبیین نتایج فوق می‌توان گفت، درحالی که اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی باعث فرار از لحظه می‌شود و فرد از میزان استفاده آن آگاه نیست، ذهن آگاهی حالتی از آگاهی است که در آن فرد از لحظه و موقعیت‌ها آگاه است. از این منظر ما را به این فکر می‌اندازد که افراد با هوشیاری بالا از نظر اعتیاد و جهت‌دهی به رفتارهای خود، کنترل بیشتری دارند (اوزتاران، ۲۰۲۲). بنابراین ذهن آگاهی هوشیاری فراشناختی را افزایش می‌دهد و به افراد کمک می‌کند تا مکانیسم‌های مقابله‌ای مثبت را توسعه دهند، در نتیجه منجر به کنترل استفاده زیاد افراد از شبکه‌های اجتماعی می‌شود (گارلند و همکاران، ۲۰۱۴). در نهایت می‌توان گفت، افرادی که در حالت ذهن آگاهی هستند، بهتر می‌توانند بر لحظه حال تمرکز کنند بدون اینکه از مشکلات گذشته تأثیر پذیرفته باشند. در واقع اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل راهی سریع در جهت رفع مشکلات عاطفی ناشی از تجارب گذشته فرد است و باعث می‌شود افراد برخلاف نیازهای واقعی خود عمل کنند. با این حال، افرادی که ذهن آگاهی بالایی دارند، توانایی بیشتری در تنظیم یا کنترل فرآیندهای ذهنی خود دارند، بنابراین بهتر می‌توانند توجه خود را به تجربه فعلی خود اختصاص دهند و به طور مؤثرتری بر آنچه باید در لحظه کنونی انجام دهند، تمرکز کنند. این امر موجب می‌شود که تأثیر منفی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی که ناشی از تروماهای دوران کودکی است، کاهش یابد (یو و لیو، ۲۰۲۲).

پژوهش حاضر، خالی از محدودیت نبوده است. یکی از محدودیت‌های این مطالعه آن است که یافته‌های به دست آمده از طریق پرسشنامه و به صورت خود گزارش‌دهی توسط شخص به دست آمده و مشخص نیست تا چه اندازه با رفتارهای واقعی در زندگی روزمره مرتبط است. محدودیت مهم این پژوهش مربوط به قلمرو مکانی و زمانی مطالعه است. این مطالعه بر روی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خرم‌آباد اجرا شد، لذا در

دوران کودکی (تروماها) می‌تواند بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل اثرگذار باشد. پژوهش هسیه و همکاران (۲۰۱۶) نشان داد که تجارب منفی دوران کودکی مثل بدرفتاری‌ها و آزار و اذیت‌ها می‌تواند منجر به اعتیاد افراد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی شود. پژوهش دالبوداک و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که در بین انواع تروماهای دوران کودکی، سوء استفاده عاطفی پیش‌بینی کننده اصلی اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی باشد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که نتایج فوق مطابق با مدل تعامل فرد - تأثیر - شناخت - اجرا است، طبق این مدل، تجارب منفی اولیه دوران کودکی مانند آسیب‌های اولیه، سوء استفاده عاطفی و فیزیکی و انزوای اجتماعی از جمله عوامل زیست اجتماعی هستند که به عنوان یک عامل مستعد کننده، افراد را به راحتی به سمت ابتلا به اختلالات روانی عمومی یا رفتارهای خاص اعتیادآور سوق می‌دهند؛ از جمله این رفتارهای اعتیادآور اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل است (برند و همکاران، ۲۰۱۶). در نهایت، فردی که در دوران کودکی مورد آزار و اذیت قرار گرفته است، ممکن است برای اجتناب یا کاهش علائم اختلال استرس پس از سانحه ناشی از احساسات منفی و آسیب‌های دوران کودکی، در یک دنیای مجازی درگیر شود. بنابراین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند نوعی راهبرد مقابله‌ای برای افرادی باشد که در دوران کودکی درگیر ناملایماتی بوده‌اند (هسیه و همکاران، ۲۰۱۶).

در بخش دیگر پژوهش، نتایج رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد که ذهن آگاهی در رابطه بین ترومای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل نقش تعدیل کننده دارد. به عبارتی، رابطه ترومای دوران کودکی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در سطوح بالا و پایین ذهن آگاهی متفاوت است. پژوهشی که به طور مستقیم، به نقش تعدیل کننده‌ی ذهن آگاهی در رابطه بین تروما در دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل پردازد، در دسترس نبود اما نتایج فوق با پژوهش‌های نسبتاً مرتبط اوزتاران و همکاران (۲۰۲۲)، دیو و همکاران (۲۰۲۱)، گارلند و همکاران (۲۰۱۴) و یو و لیو (۲۰۲۲) و آپالوزا و همکاران (۲۰۱۹) هم‌سو است. نتایج پژوهش اوزتاران و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که افزایش سطح ذهن آگاهی می‌تواند منجر به کاهش اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی شود. نتایج پژوهش دیو و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد، افرادی که در استفاده از شبکه‌های اجتماعی خودکنترلی ندارند،

صورت تعمیم‌دهی به سایر گروه‌های سنی یا سایر افراد در شهرهای مختلف، باید جوانب احتیاط رعایت شود. بر اساس این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود این پژوهش بر روی سایر دانش‌آموزان و دانشجویان که قابلیت اجرا دارد، انجام شود و با نتایج این پژوهش مقایسه شود. به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود که در آینده مطالعاتی را برنامه‌ریزی کنند که نقش تروماهای دوران کودکی، ذهن آگاهی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در کنار متغیرهای دیگر مورد بررسی قرار گیرند تا از این طریق، دانش منسجمی در خصوص متغیرهای ذکر شده و روابط این سازه با سایر سازه‌ها که قابلیت بیشتری در برنامه‌ریزی‌های مربوطه دارند، حاصل شود. با توجه به برجسته بودن نقش تعدیل‌کننده ذهن آگاهی در رابطه تروماهای دوران کودکی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل، برنامه‌هایی از قبیل سخنرانی، جلسات آموزش ویژه جهت افزایش ذهن آگاهی افراد می‌تواند اثرگذار باشد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: پژوهش حاضر با اخذ مجوز از بخش پژوهشی دانشگاه لرستان و هماهنگی با اداره کل آموزش و پرورش و ادارات آموزش و پرورش ناحیه ۱ و ۲ خرم‌آباد انجام گردید. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا شرکت در جلسات آموزشی و جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت یا موافقت شرکت‌کنندگان انجام شود. همچنین به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد.

حامی مالی: این پژوهش بدون حامی مالی صورت پذیرفته است.

نقش هر یک از نویسندگان: نویسنده اول در جمع‌آوری اطلاعات و تجزیه و تحلیل آماری، نویسندگان سوم و چهارم در نگارش قسمت‌های مختلف مقاله و نویسنده دوم در نظارت بر قسمت‌های مختلف پژوهش همکاری داشته‌اند.

تضاد منافع: نویسندگان اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: نویسندگان بر خود لازم می‌دانند تا از تمامی دانش‌آموزانی که به عنوان شرکت‌کننده، آن‌ها را در اجرای این پژوهش یاری رساندند، کمال قدردانی را به عمل آورند.

منابع

References

چله‌مال دزفولی‌نژاد، ابراهیم؛ مومنی، فرزانه؛ پدرام، میرمحسن و مرادی، علیرضا. (۱۴۰۰). کاربرد مدل معادلات ساختاری در تبیین نقش انعطاف‌پذیری شناختی، خودنظم‌جویی هیجان و تفکر فعال روشنفکرانه بر تغییر نگرش افراد در شبکه‌های اجتماعی. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۰(۱۰۶)، ۱۸۴۷-۱۸۳۱.

doi:10.52547/JPS.20.106.1831

حسینی، بنت‌الهدی؛ خدابخش‌پیرکلانی، روشنگر و احدی، بتول. (۱۴۰۱). سبک دلبستگی و اعتیاد به تلفن همراه هوشمند: نقش واسطه‌ای حرمت خود و حساسیت به طرد. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۱۳)، ۹۸۶-۹۷۱.

doi:10.52547/JPS.21.113.971

حسین‌خانزاده، عباسعلی؛ ولی‌نژاد فومنی، زهرا و خداکریمی، فائزه. (۱۳۹۸). کیفیت زندگی، عملکرد خانواده و سبک زندگی زنان متأهل کاربر و غیر کاربر شبکه‌های اجتماعی. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۸(۷۳)، ۴۴-۲۹. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.17357462.1398.18.73.3.8>
خاکی صدیق، شقایق. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه بین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و سبک‌های دلبستگی در کاربران بزرگسال اینستاگرام شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

<https://ganj.irandoc.ac.ir/#/>

خواجه احمدی، معصومه، پولادی، شهناز و بحرینی، مسعود. (۱۳۹۵). طراحی و روانسنجی پرسشنامه اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل. *مجله پرستاری روانپزشکی*، ۴(۴)، ۵۱-۴۳.

doi: 10.21859/ijpn-04046

گراوند، هوشنگ. (۱۴۰۲). نقش واسطه‌ای اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در رابطه بین هیجان‌خواهی و انطباق با گرایش به رفتارهای پرخطر. *فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی*، ۱۷(۶۷)، ۵۴-۲۵.

<http://dx.doi.org/10.52547/etiadjohi.17.67.25>

مام‌شریفی، پیمان؛ اکبری‌بجنندی، نگار؛ اسدی، نازنین. (۱۳۹۹). تدوین مدل پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس کیفیت زندگی و رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله با استرس. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹(۸۹)، ۵۴۱-۵۴۱.

<http://dorl.net/dor/20.1001.1.17357462.1399.19.89.11.5>

معنوی پور، داوود، باغدادساریانس، آنتیا و خدایی‌ساخلو، سلیمه. (۱۳۹۲). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه آگاهی. *فصلنامه روانشناسی صنعتی سازمانی*، ۴(۱۷)، ۵۶-۴۹.

<https://dorl.net/dor/20.1001.1.28222476.1392.4.17.5.2>

Aichner, T., Grünfelder, M., Maurer, O., & Jegeni, D. (2021). Twenty-five years of social media: a review of social media applications and definitions from 1994 to 2019. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(4), 215-222. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0134>

Apal'oza, V., Hartmann, P., D'Souza, C., & Gilsanz, A. (2019). Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 22(6), 388-396. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0681>

Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45. <https://doi.org/10.1177/1073191105283504>

Baron, R.M. & Kenny D.A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *J. Pers. Soc. Psychol.* 51, pp.1173-1182. doi: 10.1037/0022-3514.51.6.1173

Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 61(1), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.005>

Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect*, 27(2), 169-190. doi: 10.1016/s0145-2134(02)00541-0

Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of person-affect-cognition-execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032>

Briere, J., Kaltman, S., & Green, B. L. (2008). Accumulated childhood trauma and symptom complexity. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 21(2), 223-226. <https://doi.org/10.1002/jts.20317>

- Boyd, D. (2015). Social media: A phenomenon to be analyzed. *Social Media + Society*, 1(1), 205-219. <http://dx.doi.org/10.1177/2056305115580148>
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822-848. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
- Chellemal Dezfooli Nejad, E., momeni, F., pedram, M. M., & moradi, A. (2021). Application of structural equation model in explaining the role of cognitive flexibility, emotional self-regulation and actively open-minded thinking on changing people's attitudes. *Journal of Psychological Science*, 20(106), 1831-1847. [Persian] [doi:10.52547/JPS.20.106.1831](http://doi.org/10.52547/JPS.20.106.1831)
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., & Evren, B. (2014). The severity of Internet addiction risk and its relationship with the severity of borderline personality features, childhood traumas, dissociative experiences, depression and anxiety symptoms among Turkish University Students. *Psychiatry Research*, 219(3), 577-582. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.02.032>
- Du, J., Kerkhof, P., & van Koningsbruggen, G. M. (2021). The reciprocal relationships between social media self-control failure, mindfulness and wellbeing: A longitudinal study. *PLOS ONE*, 16(8), 172-184. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255648>
- Es, kisu, M., Zekeriya, Ç., Gelibolu, S., & Rasmussen, K. (2020). Trait mindfulness as a protective factor in connections between psychological issues and Facebook addiction among Turkish university students. *Studia Psychologica*, 62(3), 213-231. <https://doi.org/10.31577/sp.2020.03.801>
- Figueredo, A. J., Vásquez, G., Brumbach, B. H., Schneider, S. M., Sefcek, J. A., Tal, I. R., & Jacobs, W. J. (2006). Consilience and life history theory: From genes to brain to reproductive strategy. *Developmental Review*, 26(2), 243-275. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2006.02.002>
- Financialtribune. April 14, 2019. <https://financialtribune.com/articles/sci-tech/97456/social-media-usership-growing-in-iran>
- Finkelhor, D., Ormrod, R. K., & Turner, H. A. (2007). Poly-victimization: A neglected component in child victimization. *Child Abuse & Neglect*, 31(1), 7-26. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2006.06.008>
- Forster, M., Rogers, C., Sussman, S. Y., Yu, S., Rahman, T., Zeledon, H., & Benjamin, S. M. (2021). Adverse childhood experiences and problematic smartphone use among college students: Findings from a pilot study. *Addictive Behaviors*, 117, 106869. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106869>
- Gravand, H. (2023). The mediating role of addiction to mobile-based social networks in the relationship between sensation seeking and conformity with the tendency to risky behaviors. *Scientific Quarterly of Addiction Research*, 17 (67), 25-54. [Persian] <http://dx.doi.org/10.52547/etiadpajohi.17.67.25>
- Garland, E. L., Froeliger, B., & Howard, M. O. (2014). Mindfulness training targets neurocognitive mechanisms of addiction at the attention-appraisal-emotion interface. *Frontiers in Psychiatry*, 4(2), 164-173. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2013.00173>
- Garon-Bissonnette, J., Bolduc, M. È. G., Lemieux, R., & Berthelot, N. (2022). Cumulative childhood trauma and complex psychiatric symptoms in pregnant women and expecting men. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-04327-x>
- Griffiths, M., D., & Kuss, D. (2017). Adolescent social media addiction (revisited). *Education and Health*, 35(3), 49-52. <https://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/31776>
- Haselgruber, A., Sölva, K., & Lueger-Schuster, B. (2020). Perspective matters: Differences between child-and caregiver-reports of emotion regulation mediating the relationship between cumulative childhood trauma and mental health problems in foster children. *Child Abuse & Neglect*, 107, 104558. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104558>
- Hassani, B., Khodabakhsh Pirklani, R., & Ahadi, B. (2022). Attachment styles and smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and sensitivity to rejection. *Journal of Psychological Science*, 21(113), 971-986. [Persian] [doi:10.52547/JPS.21.113.971](http://doi.org/10.52547/JPS.21.113.971)
- Hébert, M., Langevin, R., & Oussaïd, E. (2018). Cumulative childhood trauma, emotion regulation, dissociation, and behavior problems in school-aged sexual abuse victims. *Journal of Affective Disorders*, 225, 306-312. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.044>
- Hosseinkhanzadeh, A., Valinezhad Foumani, Z., & khodakarami, F. (2019). Quality of life, family function, and life style of married women users and non-users of social networks. *Journal of Psychological Science*, 18(73), 29-44. [Persian] <http://dorl.net/dor/20.1001.1.17357462.1398.18.73.3.8>

- Hsieh, Y. P., Shen, A. C. T., Wei, H. S., Feng, J. Y., Huang, S. C. Y., & Hwa, H. L. (2016). Associations between child maltreatment, PTSD, and internet addiction among Taiwanese students. *Computers in Human Behavior*, 56, 209–214. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.048>
- Jones, A., Hook, M., Podduturi, P., McKeen, H., Beitzell, E., & Liss, M. (2022). Mindfulness as a mediator in the relationship between social media engagement and depression in young adults. *Personality and Individual Differences*, 185, 111284. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111284>
- Keline, R. B., (2023). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*, Fifth Edition, NY: Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/>
- Khaja Ahmadi, M., Poladi, S., & Bahraini, M. (2016). Design and psychometrics of mobile based social network addiction questionnaire. *Journal of Psychiatric Nursing*, 4 (4), 51-43. [Persian] DOI: 10.21859/ijpn-04046
- Khaki Sadiq, S. (2021). *The mediating role of perceived social support in the relationship between addiction to social networks and attachment styles in adult Instagram users in Tehran*. Master's thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran. [Persian] <https://ganj.irandoc.ac.ir/#/>
- Keng, S., Smoski, M., & Robins, C. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. *Clinical Psychology Review*, 31(6), 1041–1056. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.04.006>
- Kircaburun, K., Griffiths, M., & Billieux, J. (2019). Trait emotional intelligence and problematic online behaviors among adolescents: The mediating role of mindfulness, rumination, and depression. *Personality and Individual Differences*, 139, 208–213. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.024>
- Li, D., Zhou, Y., Zhao, L., Wang, Y., & Sun, W. (2016). Cumulative ecological risk and adolescent internet addiction: The mediating role of basic psychological need satisfaction and positive outcome expectancy. *Acta Psychologica Sinica*, 48(12), 1519. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2016.01519>
- Liu, F., Zhang, Z., & Chen, L. (2020). Mediating effect of neuroticism and negative coping style in relation to childhood psychological maltreatment and smartphone addiction among college students in China. *Child Abuse & Neglect*, 106, 104531. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104531>
- Liu, Q. Q., Yang, X. J., & Nie, Y. G. (2022). Interactive effects of cumulative social-environmental risk and trait mindfulness on different types of adolescent mobile phone addiction. *Current Psychology*, 1–17. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02899-1>
- MamSharifi, P., Akbari Bejandi, N., & Asadi, N. (2020). Internet addiction prediction modeling based on quality of life and life satisfaction: the mediating role of stress coping strategies. *Journal of psychological science*, 19(89), 541-551. [Persian] <http://dori.net/dor/20.1001.1.17357462.1399.19.89.11.5>
- Manavipour, D., Baghdarsarians, A., & Khodai Sakhlo, S. (2013). Examining the psychometric properties of the consciousness questionnaire. *Industrial Organizational Psychology Quarterly*, 4(17), 49-56. [Persian] <https://dori.net/dor/20.1001.1.28222476.1392.4.17.5.2>
- Marino, C., Gini, G., Vieno, A., & Spada, M. M. (2018). A comprehensive meta-analysis on Problematic Facebook Use. *Computers in Human Behavior*, 83, 262-277. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.chb.2018.02.009>
- Ma, S., Huang, Y., & Ma, Y. (2020). Childhood maltreatment and mobile phone addiction among chinese adolescents: Loneliness as a mediator and self-control as a moderator. *Frontiers in psychology*, 11(3), 801-813. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00813>
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using Social Media for Social Comparison and Feedback-Seeking: Gender and Popularity Moderate Associations with Depressive Symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(8), 1427–1438. <https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>
- Nicpon, M., Huser, I., Blanks, E. H., Sollenberger, S., Befort, C., & Kurpius, S. E. R. (2007). The Relationship of Loneliness and Social Support with Collage Freshmen's Academic Performance and Persistence. *Journal of Collage Student Retention*, 1(8), 345-358. <http://dx.doi.org/10.2190/A465-356M-7652-783R>
- Özturan, D. D., Kocakaya, H., Sevindik M., Nazli, Ş. B., Yiğman, F., Akpınar, C. V., & Taş, H. İ. (2022). Social Media Addiction and Mindfulness in University Students. *ODÜ Tıp Dergisi*, 9(2), 56–66. <https://dergipark.org.tr/en/pub/odutip/issue/72270/1145296>

- Rezaei, M., Ghazanfari, F., & Rezaee, F. (2016). The role of childhood trauma, early maladaptive schemas, emotional schemas and experimental avoidance on depression: A structural equation modeling. *Journal of Psychiatry Research*, 246, 407-414. [Doi: 10.1016/j.psychres.2016.10.037](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.10.037)
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Spies Shapiro, L. A., & Margolin, G. (2014). Growing Up Wired: Social Networking Sites and Adolescent Psychosocial Development. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17(1), 1-18. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0135-1>
- Sriwilai, K., & Charoensukmongkol, P. (2015). Face it, don't Facebook it: Impacts of social media addiction on mindfulness, coping strategies and the consequence on emotional exhaustion. *Stress and Health*, 32(4), 427-434. <https://doi.org/10.1002/smi.2637>
- Stangor C. (2015). *Research methods for the behavioural sciences (5th Ed)*. Belmont: Wadsworth. <https://www.amazon.com/Research-Methods-Behavioral-Sciences-Charles/dp/1285077024>
- Xie, Y., Shen, Y., & Wu, J.-X. (2023). Cumulative childhood trauma and mobile phone addiction among chinese college students: role of self-esteem and self-concept clarity as serial mediators. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04734-7>
- Vannucci, A., Simpson, E. G., Gagnon, S., & Ohannessian, C. M. (2020). Social media use and risky behaviors in adolescents: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 79(1), 258-274. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.014>
- Volkmer, S. A., & Lerner, E. (2019). Unhappy and addicted to your phone? – Higher mobile phone use is associated with lower well-being. *Computers in Human Behavior*, 93, 210-218. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.015>
- Yang, C. C., Carter, M. D., Webb, J. J., & Holden, S. M. (2020). Developmentally salient psychosocial characteristics, rumination, and compulsive social media use during the transition to college. *Addiction Research & Theory*, 28(5), 433-442. [DOI:10.1080/16066359.2019.1682137](https://doi.org/10.1080/16066359.2019.1682137)
- You, C., & Liu, Y. (2022). The effect of mindfulness on online self-presentation, pressure, and addiction on social media. *Front. Psychol*, 13:1034495. [doi: 10.3389/fpsyg.2022.1034495](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1034495)
- Wang, L., Chen, Y., Zhang, W., & Cai, Y. (2023). The effect of childhood trauma on social networking websites addiction among Chinese college students: A moderated mediation model of insecure attachment and basic psychological need satisfactio. Europe PMC. <https://europepmc.org/article/ppr/ppr695304>