

Relationship between Loneliness and Fear of Negative Social Evaluation with Problematic Mobile Phone Use in Students

Ali Arab^{1*}, Tahereh Rahat Dahmardeh²

1. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran

2. M.A. in Educational Psychology, Zabol Branch, Islamic Azad University, Zabol, Iran

(Received: July 29, 2019; Accepted: January 10, 2021)

Abstract

The harmful effects of problem usage of mobile phones are expanding drastically, and factors such as a sense of loneliness and social anxiety can lead to excessive dependence on them and adverse consequences. In this work, we attempted to investigate the relationship between a sense of loneliness and fear of negative evaluation (FNE) of social anxiety in students excessively using mobile phones. It was a descriptive-analytical study conducted on 282 students of the Farhangian University of Zabol (140 females and 142 males) selected through randomized cluster sampling. Research tools were the UCLA Loneliness Scale (Russell, 1978), Fear of Negative Evaluation Scale (Leary, 1983), and Mobile Phone Problem Usage Scale (MPPUS; Bianchi & Phillips, 2005). Data were analyzed using Pearson's correlation coefficient formula and regression analysis. The sense of loneliness and fear of negative evaluation respectively predicted 32% ($P < 0.01$; $\beta = 0.566$) and 22% ($P < 0.01$; $\beta = 0.472$) of the variance of problem usage of mobile phones. In general, the results showed that a sense of loneliness and social anxiety lead to dependence on mobile phones and problem usage of them.

Keywords: Fear of negative social evaluation, Loneliness, Problematic mobile phone use, Students.

* Corresponding Author, Email: Aliarab@edpsy.usb.ac.ir

ارتباط احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان

علی عرب^{۱*}، طاهره راحت دهمرده^۲

۱. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، واحد زابل، دانشگاه آزاد اسلامی، زابل، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۵/۰۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۰/۲۱)

چکیده

استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه به شدت در حال گسترش است، و عوامل بسیاری مانند احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی می‌توانند موجب وابستگی و استفاده مشکل‌زا از آن شوند. هدف این پژوهش بررسی ارتباط احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان بود. روش پژوهش توصیفی-همبستگی و جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان شهر زاهدان بود. ۲۸۲ نفر (۱۴۰ دانشجوی دختر و ۱۴۲ دانشجوی پسر) با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار به کار رفته عبارت‌اند از پرسشنامه احساس تنهایی راسل (۱۹۷۸)، مقیاس ترس از ارزیابی منفی اجتماعی لری (۱۹۸۳) و مقیاس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه بیانچی و فیلیپس (۲۰۰۵). تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون انجام شد. طبق نتایج، احساس تنهایی توانست به میزان ۳۲ درصد از واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را پیش‌بینی کند ($\beta = 0.566$ و $P < 0.01$). همچنین، وجود ترس از ارزیابی منفی توانست به میزان ۲۲ درصد از واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را تبیین کند ($\beta = 0.472$ و $P < 0.01$). به طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی می‌توانند موجب وابستگی به تلفن همراه و استفاده مشکل‌زا از آن شوند.

واژگان کلیدی: احساس تنهایی، استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه، ترس از ارزیابی منفی اجتماعی، دانشجویان.

مقدمه

ابزارهای ارتباطی و استفاده از آن در سراسر جهان به سرعت در حال گسترش است. تلفن‌های همراه، به ویژه نسل جدید تلفن‌های هوشمند، به دلیل ارائه خدمات مختلف مانند گرفتن عکس، بازی، استفاده از اینترنت، اتصال به شبکه‌های اجتماعی، تماشای ویدئو و ... به یکی از مهم‌ترین ابزارهای ارتباطی تبدیل شده‌اند (تان، پاموک و داندر^۱، ۲۰۱۳). در سراسر جهان در سال ۲۰۱۷، میزان استفاده از تلفن‌های هوشمند، ۲/۳۲ میلیارد نفر بود و انتظار می‌رود به ۲/۸۷ میلیارد نفر در سال ۲۰۲۰ برسد (شوکت^۲، ۲۰۱۹). در حالی که استفاده عادی از تلفن همراه می‌تواند نیازهای افراد را مرتفع سازد، با این حال استفاده از آن می‌تواند با مشکل مواجه شود، به این دلیل که افراد نمی‌توانند استفاده از تلفن همراه را مطابق با نیازهای خود محدود کنند (بهاردواج و آشوک^۳، ۲۰۱۵). تحقیقات نیز نشان می‌دهند که افراد لزوماً متوجه سطح وابستگی‌شان به تلفن همراه خود نیستند و استفاده بیش از حد، تبدیل به نوعی اعتیاد شده است (رابرتز، یایا و مانولیس^۴، ۲۰۱۴). از مشخصه‌های رفتار اعتیادآور، بازداری از انجام فعالیت‌های دیگر و بروز آسیب جسمی، ذهنی، اجتماعی و از دست دادن کنترل بر رفتار است. بنابراین، اعتیاد به تلفن همراه^۵، توجه بیش از حد و تعهد غیرقابل کنترل به تلفن همراه است (لی و چای^۶، ۲۰۱۷). به طور کل، اعتیاد به تلفن همراه دارای نشانه‌های خاصی مانند تداخل مکرر با فعالیت‌های لذت‌بخش، از دست دادن کنترل، تأثیر منفی بر فعالیت‌های روزانه، علائم تحمل^۷ (مثلاً افزایش زمان استفاده) و ترک^۸ در اوقات درگیر نشدن با تلفن همراه است (دایکک^۹ و همکاران، ۲۰۱۷). استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه^{۱۰} به طور فزاینده‌ای با رفتارهای

1. Tan, Pamuk & Dönder
2. Shoukat
3. Bhardwaj & Ashok
4. Roberts, Yaya & Manolis
5. Internet addiction
6. Lee & Chae
7. Tolerance
8. Withdrawal
9. Dikeç
10. Problematic mobile phone use

آسیب‌رسان سلامتی مرتبط است. وجود اتصال به اینترنت، تسهیل رفتارهای مشکل‌ساز مربوط به اینترنت را آشکار می‌کند. این رفتارهای مشکل‌ساز، الگوهای ناسازگاری در استفاده از این دستگاه را به وجود می‌آورند؛ مانند: رفتارهایی با محتوای جنسی، قمار^۱، بازی‌های ویدئویی، دغدغه جنسی، ایمیل و ارسال پیامک بیش از حد، ایجاد و اشاعه تصاویر مستهجن، تهدید یا باج‌گیری^۲ در فضای اینترنت (دیکسون^۳، ۲۰۱۲).

مطالعات نشان می‌دهند جوانان به عنوان بیشترین گروه استفاده‌کننده از تلفن همراه، به عنوان گروه در معرض خطر اعتیاد به این تکنولوژی شناخته شده‌اند (دایاپوگلو، کاوورماکی و کارامان^۴، ۲۰۱۶). عوامل بسیاری در اعتیاد به تلفن همراه نقش دارند. سطح بالای استرس، غم و اندوه، تنهایی^۵، اضطراب و خستگی ممکن است موجب اعتیاد به تلفن همراه شوند. احساس تنهایی^۶ به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل، می‌تواند در گرایش افراد به استفاده از تلفن همراه تأثیرگذار باشد (اقبال و نوردیان^۷، ۲۰۱۶؛ جناآبادی و شیرانی، ۱۳۹۵). تنهایی به عنوان کمبود ادراک شده در روابط افراد از بسیاری جهات چه کمی و چه کیفی تعریف شده است (بیان و لئونگ^۸، ۲۰۱۴). تنهایی به احساس ناخوشایند ذهنی منجر می‌شود و زمانی رخ می‌دهد که بین تمایل افراد به داشتن سطح مطلوبی از روابط اجتماعی معنادار و آنچه که آن‌ها در واقعیت ادراک می‌کنند، تعارض ایجاد شود (مان^۹ و همکاران، ۲۰۱۷). مطالعات نیز ارتباط مثبت بین احساس تنهایی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را در بزرگسالان جوان تأیید کرده‌اند. جناآبادی و شیرانی (۱۳۹۵) در بررسی ارتباط احساس تنهایی با اعتیاد به تلفن همراه در دانش‌آموزان شهرستان خاش، ارتباط مثبت بین تنهایی با اعتیاد به تلفن همراه را تأیید کردند. منشئی و همکاران (۱۳۹۴) نیز در نمونه‌ای از دانشجویان دانشگاه آزاد بجنورد، ارتباط

-
1. Gambling
 2. Black mail
 3. Dickson
 4. Dayapoğlu, Kavurmaci & Karaman
 5. Lonely
 6. Loneliness
 7. Iqbal & Nurdiani
 8. Bian & Leung
 9. Mann

بین احساس تنهایی و اعتیاد به تلفن همراه را مثبت گزارش کردند. دایکک و همکاران (۲۰۱۷) در بررسی ارتباط اعتیاد به گوشی تلفن همراه با تنهایی در نمونه‌ای از دانش‌آموزان دبیرستانی نشان دادند که بین احساس تنهایی با استفاده از تلفن همراه ارتباط معناداری وجود دارد و دانش‌آموزانی که احساس تنهایی بیشتری می‌کنند، در معرض خطر اعتیاد به تلفن همراه هستند. دایاپوگلو و همکاران (۲۰۱۶) نیز در مطالعه‌ای با هدف بررسی ارتباط استفاده از تلفن همراه با تنهایی در نمونه‌ای از دانشجویان کشور ترکیه به این نتیجه دست یافتند که بین احساس تنهایی و استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد. انز دارکین^۱ و همکاران (۲۰۱۶) نیز نشان دادند احساس تنهایی با خطر اعتیاد به گوشی‌های تلفن همراه در جوانان همراه است. تان، پاموک و داندز (۲۰۱۳) در بررسی ارتباط بین تنهایی با استفاده از تلفن همراه در دانشجویان ترکیه‌ای نشان دادند بین احساس تنهایی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه ارتباط مثبت وجود دارد. در حقیقت ارتباط بین احساس تنهایی و استفاده از تلفن همراه بدین صورت است که افراد برای رفع احساس تنهایی به استفاده از تلفن همراه خود روی می‌آورند و در طولانی‌مدت، استفاده مفرط از آن، خود موجب می‌شود که افراد از جامعه و ارتباط واقعی فاصله بگیرند، انزواطلب شوند و اولویت‌های اجتماعی نظیر تحصیل و اشتغال را رها کنند (رضوی‌زاده، پرنده و رحمتی نجارکلائی، ۱۳۹۶).

یکی از عوامل دیگری که در گرایش افراد به استفاده از تلفن همراه نقش دارد، اضطراب اجتماعی^۲ است. به اعتقاد رید و رید^۳ (۲۰۰۷) اضطراب اجتماعی موجب افزایش استفاده از تلفن همراه خواهد شد (پوگ^۴، ۲۰۱۷). یکی از مشخصه‌های بارز اضطراب اجتماعی، ترس از ارزیابی منفی^۵ است. ساختار ترس از ارزیابی منفی برای اولین بار توسط واتسون و فرند^۶ (۱۹۶۹) به عنوان «اضطراب

-
1. Enez Darcin
 2. Social anxiety
 3. Reid & Reid
 4. Pugh
 5. Fear of negative evaluation
 6. Watson & Friend

درمورد ارزیابی‌های دیگران، نگرانی ناشی از این ارزیابی‌های منفی و انتظار این امر که دیگران، فرد را به طور منفی ارزیابی خواهند کرد» تعریف شده است (دوگان^۱، ۲۰۱۸). این افراد، ارزیابی‌های ناسازگارانه از موقعیت‌های اجتماعی دارند (واندر مولن^۲ و همکاران، ۲۰۱۴). ترس از ارزیابی منفی موجب می‌شود که فرد بیش از حد نسبت به ارزیابی و نظرات منفی دیگران حساس شده و تمایل به انجام رفتارهایی دارد تا از این ارزیابی‌ها جلوگیری کند (کارابلوت^۳ و همکاران، ۲۰۱۳). مطالعات معدودی در بررسی ارتباط بین اضطراب اجتماعی با استفاده از تلفن همراه در داخل کشور وجود دارد. برای نمونه حسن‌زاده و رضایی (۱۳۸۹) در مطالعه‌ای با هدف بررسی آسیب‌شناسی ناشی از کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات در دانشجویان نشان داد بین اضطراب اجتماعی و اعتیاد به تلفن همراه و پیامک رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. طبق نتایج پژوهش پوراکیان (۱۳۹۴) در مطالعه‌ای بر روی جوانان شهرستان تربت حیدریه، میزان اضطراب بالاتر با افزایش استفاده از گوشی همراه در ارتباط بود. با این حال، بسیاری از پژوهش‌های خارج از کشور ارتباط بین اضطراب اجتماعی و استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را تأیید کرده‌اند (ازوئه^۴ و همکاران، ۲۰۰۹؛ ها^۵ و همکاران، ۲۰۰۸). الهای، تیامیو و ویکز^۶ (۲۰۱۸) در بررسی ارتباط بین اضطراب اجتماعی و استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در نمونه‌ای از دانشجویان آمریکایی، نشان دادند ارتباط معناداری بین اضطراب اجتماعی با شدت استفاده از تلفن همراه وجود دارد. وولنیویسز^۷ و همکاران (۲۰۱۸) در بررسی ارتباط ترس از ارزیابی منفی با اعتیاد به تلفن همراه نشان دادند که ترس از ارزیابی منفی به شدت با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه ارتباط دارد. انز دارکین و همکاران (۲۰۱۶) در مطالعه خود به این نتیجه دست یافتند که اضطراب اجتماعی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای اعتیاد به تلفن همراه است. بیان و لئونگ (۲۰۱۴) در پژوهشی بر روی دانشجویان در چین به این نتیجه دست یافتند که ارتباط

-
1. Doğan
 2. Van der Molen
 3. Karabulut
 4. Ezoe
 5. Ha
 6. Elhai, Tiamiyu & Weeks
 7. Wolniewicz

معنادار و مثبتی بین اضطراب، اعتماد به نفس پایین و خجالت با اعتیاد به تلفن همراه وجود دارد. نتایج پژوهش رید و رید (۲۰۰۷) نشان داد که افراد با اضطراب اجتماعی بالا، استفاده از پیامک و تماس تلفنی را به ارتباط چهره به چهره ترجیح داده و تلفن همراه را به عنوان یک رسانه برتر برای برقراری ارتباط مؤثر و صمیمی با دیگران ارزیابی می‌کنند.

به طور کلی نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه پژوهش حاضر نشان می‌دهند که تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی می‌تواند گرایش افراد به استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه را افزایش دهند. با این حال، مطالعات معدودی در داخل کشور در زمینه ارتباط اضطراب و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با اعتیاد به تلفن همراه وجود دارد. بنابراین پژوهش حاضر جهت ارائه نتایج دقیق‌تر، با هدف بررسی ارتباط احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان زاهدان انجام پذیرفت.

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش حاضر، توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه فرهنگیان زاهدان در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند، که تعداد تقریبی آن‌ها حدود ۱۱۰۰ نفر بود. برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شد که برای جامعه موردنظر، تعداد ۲۸۵ نفر برآورد شد. این تعداد به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های تحقیق پاسخ دادند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های احساس تنهایی، ترس از ارزیابی منفی اجتماعی و مقیاس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه استفاده شد. شیوه انتخاب نمونه به این ترتیب بود که پس از اخذ مجوز از دانشگاه فرهنگیان زاهدان، هر یک از رشته‌های تحصیلی در گروه‌های آموزشی ریاضی، انسانی، تجربی، هنر و زبان‌های خارجی دانشگاه فرهنگیان زاهدان، به صورت یک خوشه در نظر گرفته شدند، در مرحله بعد چند کلاس از هر یک از رشته‌های تحصیلی به شیوه تصادفی انتخاب شدند و پژوهشگر با مراجعه به هر کلاس و ارائه توضیحات لازم به دانشجویان، پرسشنامه‌های تحقیق را توزیع کرد. همچنین، به صورت شفاهی به آن‌ها اطمینان داده شد که پاسخ‌هایشان کاملاً محرمانه خواهد ماند، بدین ترتیب افراد شرکت‌کننده با رضایت آگاهانه

در پژوهش شرکت کردند. حجم نهایی نمونه پس از ریزش پرسشنامه‌ها، ۲۸۲ نفر (۱۴۰ دانشجوی دختر و ۱۴۲ دانشجوی پسر) بودند. در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد.

الف) پرسشنامه احساس تنهایی: آزمون احساس تنهایی دانشگاه کالیفرنیا^۱ توسط راسل، پیلا و فرگوسن^۲ (۱۹۷۸) ساخته شد. این مقیاس ۲۰ سؤال دارد که بر حسب مقیاس لیکرت چهار درجه‌ای (۱ «هرگز» تا ۴ «اغلب») نمره‌گذاری شده و برخی سؤالات به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداکثر نمره حاصل از این مقیاس ۸۰ و حداقل نمره ۲۰ است. نمره بالاتر، بیان‌کننده شدت بیشتر احساس تنهایی است (نوروزی پرشکوه و همکاران، ۱۳۹۵). هانیون^۳ (۲۰۰۷) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و ضریب بازآزمایی ۰/۸۹ را برای آن گزارش نموده است (روحانی و علیزاده‌فرد، ۱۳۹۱). در پژوهش حسینی و همکاران آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۷۵ گزارش شد (حسینی، شاهقلیان و عبدالهی، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر برای بررسی همسانی درونی سؤالات پرسشنامه احساس تنهایی از آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب ۰/۷۷ گزارش شد.

ب) مقیاس ترس از ارزیابی منفی - فرم کوتاه^۴: نسخه کوتاه این مقیاس توسط لری^۵ (۱۹۸۳) تدوین شد. این مقیاس دارای ۱۲ پرسش است. نمره‌گذاری آن به طریق لیکرت پنج‌درجه‌ای از (۱ = هرگز صدق نمی‌کند تا ۵ = تقریباً همیشه صدق می‌کند) است. شیوه اجرا نیز به صورت خود گزارش‌دهی بود. در این مقیاس، از طریق ۸ سؤال (سؤالات ۱، ۳، ۵، ۶، ۸، ۹، ۱۱ و ۱۲) وجود ترس و نگرانی درباره ارزیابی منفی دیگران و از طریق ۴ سؤال (سؤالات ۲، ۴، ۷ و ۱۰) نبود ترس و نگرانی درباره ارزیابی منفی دیگران اندازه‌گیری می‌شود. در نسخه ایرانی این مقیاس، نقطه برش ذکر نشده بود، اما کسب نمرات بالاتر از ۳۵، نشان‌دهنده سطوح بالاتر تجربه اضطراب و ترس گزارش شد. در مطالعه لری (۱۹۸۳) همسانی درونی ($\alpha = 0.96$) و پایایی آزمون - بازآزمون پس از چهار هفته ($r = 0.87$) بالا به دست آمد. در پژوهش شکری و همکاران (۱۳۸۷)، همسانی درونی برای

1. University of California Los Angeles Loneliness Scale (UCLA)
2. Russell, Peplau & Ferguson
3. Hanyun
4. Fear of Negative Evaluation Scale-Brief Form
5. Leary

عامل نمره‌گذاری شده مثبت ($\alpha = 0.87$) و برای عامل نمره‌گذاری شده منفی ($\alpha = 0.47$) مقبول بود. همبستگی‌های پرسش-کل بین ۰/۲۸ تا ۰/۶۵ به دست آمد (شکری و همکاران، ۱۳۸۷). ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر برای وجود ترس از ارزیابی منفی ۰/۸۸ و برای نبود ترس از ارزیابی منفی ۰/۷۸ به دست آمد.

ج) مقیاس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه: این مقیاس ۲۷ ماده‌ای توسط بیانچی و فیلیپس (۲۰۰۵) به منظور ارزیابی اعتیاد به تلفن همراه طراحی شده است. شیوه نمره‌گذاری بر طبق طیف لیکرت از ۱ (کاملاً غلط) تا ۱۰ (کاملاً صحیح) صورت می‌پذیرد. این مقیاس از چهار عامل مهم؛ تحمل^۱ (سوالات ۶، ۱۰، ۱۶، ۱۷، ۲۳، ۲۴ و ۲۶)؛ ترک^۲ (۱، ۳، ۷، ۱۱، ۱۲، ۱۹، ۲۰ و ۲۱)؛ فرار از واقعیت^۳ (۲، ۴، ۵، ۹، ۱۵، ۱۸ و ۲۲) و پیامدهای منفی زندگی^۴ (سوالات ۸، ۱۳، ۱۴، ۲۵، ۲۷) تشکیل شده است. نقطه برش این پرسشنامه، ۱۵۰ در نظر گرفته شد و کسب نمرات بالاتر بیانگر شدت در استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه بود. بیانچی و فیلیپس (۲۰۰۵) در پژوهش خود با نمونه ۳۲۴ نفری نشان دادند که مقیاس مشکل استفاده از تلفن همراه از پایایی و روایی مناسبی برخوردار است و آلفای کرونباخ مقیاس را ۰/۹۳ گزارش کردند. در پژوهش شایقیان و همکاران (۱۳۹۱) میزان همسانی درونی برای هر عامل و کل پرسشنامه به ترتیب، ۰/۷۵، ۰/۷۶، ۰/۸۵، ۰/۶۵ و ۰/۹۰ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر برای مؤلفه‌های تحمل، ترک، فرار از واقعیت و پیامدهای منفی زندگی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۶، ۰/۷۷ و ۰/۸۶ گزارش شد. داده‌های گردآوری شده به وسیله نرم‌افزار SPSS23 و با استفاده از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون) تحلیل شد.

یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر محدوده سنی دانشجویان شرکت کننده ۱۸-۲۴ سال با میانگین 20.60 ± 1.89 بود.

1. Tolerance
2. Withdrawal
3. Escapism
4. Negative life consequences

میانگین متغیر احساس تنهایی $17,54 \pm 57,33$ به دست آمد. همچنین میانگین متغیر ترس از ارزیابی منفی اجتماعی $5,12 \pm 34,76$ و میانگین مؤلفه‌های وجود ترس از ارزیابی منفی $8,17 \pm 22,50$ و نبود ترس از ارزیابی منفی $19,19 \pm 12,27$ گزارش شد. میانگین متغیر استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه $94,52 \pm 127,76$ به دست آمد. به منظور بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول ۱، گزارش شده است.

جدول ۱. ضرایب همبستگی بین احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با مؤلفه‌های استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه

متغیرها	تحمل	ترک	فرار از واقعیت	پیامدهای منفی زندگی	استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه
احساس تنهایی	۰,۵۲**	۰,۵۲**	۰,۴۸**	۰,۵۳**	۰,۵۶**
وجود ترس از ارزیابی منفی	۰,۳۴**	۰,۴۹**	۰,۴۸**	۰,۴۰**	۰,۴۷**
نبود ترس از ارزیابی منفی	-۰,۲۸**	-۰,۴۳**	-۰,۴۲**	-۰,۳۳**	-۰,۴۰**
ترس از ارزیابی منفی اجتماعی کل	۰,۳۰**	۰,۴۴**	۰,۴۱**	۰,۳۶**	۰,۴۲**

**= $P < 0,01$

نتایج جدول همبستگی پیرسون نشان می‌دهد بین احساس تنهایی با نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه و مؤلفه‌های تحمل، ترک، فرار از واقعیت و پیامدهای منفی زندگی ارتباط مستقیم و معنادار وجود دارد. این یافته نشان می‌دهد با افزایش نمره احساس تنهایی در دانشجویان، استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه نیز افزایش خواهد یافت و بالعکس. همچنین بین ترس از ارزیابی منفی اجتماعی کل و مؤلفه وجود ترس از ارزیابی منفی با نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه و مؤلفه‌های تحمل، ترک، فرار از واقعیت و پیامدهای منفی زندگی ارتباط مستقیم و معنادار و بین مؤلفه نبود ترس از ارزیابی منفی با نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه و مؤلفه‌های تحمل، ترک، فرار از واقعیت و پیامدهای منفی زندگی ارتباط معکوس و معنادار گزارش شد. این یافته نشان می‌دهد با افزایش ترس از ارزیابی منفی اجتماعی، استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه افزایش و با نبود ترس از ارزیابی منفی، استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه کاهش می‌یابد ($P < 0,01$).

جدول ۲. نتایج رگرسیون همزمان نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه از روی احساس تنهایی

متغیر	R	R ²	B	Std.Error	Beta	t	Sig
احساس تنهایی	۰,۵۶	۰,۳۲	۱,۷۰۸	۰,۱۴۹	۰,۵۶۶	۱۱,۴۸۸	۰,۰۰۱

طبق جدول ۲ برای پیش‌بینی نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه از روی احساس تنهایی از رگرسیون به شیوه همزمان استفاده شد. از آنجا که احساس تنهایی به عنوان متغیر مستقل، دارای خرده‌مقیاس نیست و نمره کلی آن در نظر گرفته می‌شود، برای ورود آن به معادله رگرسیون از شیوه همزمان استفاده شد. نتایج نشان داد احساس تنهایی ۳۲ درصد از واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را تبیین می‌کند. تحلیل واریانس، برای بررسی مناسب بودن مدل رگرسیون (برازش مدل)، $F=131,966$ و $Sig=0,001$ گزارش شد، که می‌توان نتیجه گرفت مدل از کیفیت پیش‌بینی مناسبی برخوردار است و برازش دارد. به طور کلی، احساس تنهایی با مقادیر $Beta=0,566$ و $Sig=0,001$ پیش‌بینی‌کننده مثبت استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه گزارش شد.

جدول ۳. نتایج رگرسیون گام به گام نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه از روی مؤلفه‌های ترس از ارزیابی منفی اجتماعی

متغیر	R	R ²	B	Std.Error	Beta	t	Sig
وجود ترس از ارزیابی منفی	۰,۴۷	۰,۲۲	۳,۰۵۷	۰,۳۴۱	۰,۴۷۲	۸,۹۵۱	۰,۰۰۱

طبق جدول ۳ برای پیش‌بینی نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه از روی مؤلفه‌های ترس از ارزیابی منفی اجتماعی، از رگرسیون گام به گام استفاده گردید و نتایج نشان داد که مؤلفه وجود ترس از ارزیابی منفی توانست به میزان ۲۲ درصد از واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را تبیین می‌کند. تحلیل واریانس، جهت بررسی مناسب بودن مدل رگرسیون (برازش مدل)، $F=39,951$ و $Sig=0,001$ گزارش شد، که می‌توان نتیجه گرفت مدل از کیفیت پیش‌بینی مناسبی برخوردار است و برازش دارد. به طور کلی وجود ترس از ارزیابی منفی با مقادیر $Beta=0,472$ و $Sig=0,001$ پیش‌بینی‌کننده مثبت استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه گزارش شد. نبود ترس از ارزیابی منفی قادر به پیش‌بینی نمره کلی استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه نبود ($P>0,05$).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان بود که نتایج نشان داد بین احساس تنهایی با استفاده آسیب‌زا

از تلفن همراه و مؤلفه‌های تحمل، ترک، فرار از واقعیت و پیامدهای منفی زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین، احساس تنهایی توانست به میزان ۳۲ درصد واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را پیش‌بینی کند. به عبارت دیگر، نتایج نشان می‌دهند با افزایش شدت احساس تنهایی در دانشجویان، مدت زمان استفاده از تلفن همراه افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر همسو با یافته‌های پژوهش‌های جنآبادی و شیرانی (۱۳۹۵)، منشی و همکاران (۱۳۹۴)، دایکک و همکاران (۲۰۱۷)، اقبال و نوردیان (۲۰۱۶)، دایاپوگلو و همکاران (۲۰۱۶)، انز دارکین و همکاران (۲۰۱۶)، و تان و همکاران (۲۰۱۳) است. برای نمونه نتایج پژوهش جنآبادی و شیرانی (۱۳۹۵) ارتباط مثبت بین تنهایی با اعتیاد به تلفن همراه را تأیید کرد. دایکک و همکاران (۲۰۱۷) نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که دانش‌آموزانی که احساس تنهایی بیشتری می‌کنند، در معرض خطر اعتیاد به تلفن همراه هستند.

در تبیین یافته پژوهش حاضر ابتدا باید این نکته را مد نظر قرار داد که دوران دانشجویی به واسطه دوری از خانواده و کمتر شدن حمایت مستقیم آن‌ها، به خودی خود موجب افزایش احساس تنهایی، افسردگی و اضطراب می‌شود. در حقیقت، دانشجویان، به خصوص دانشجویانی که به دور از خانواده خود در شهر دیگری مشغول به تحصیل هستند، ممکن است دچار احساس شک، سردرگمی و اضطراب شوند. پژوهش‌ها نیز به این نکته اشاره کرده‌اند که با ورود به دانشگاه در دانشجویان نیاز به ارزیابی دوباره خود نسبت به روابط گذشته با خانواده، دوستان و ... تقویت می‌شود و اگر این فرایند ارزیابی به‌درستی شکل نگیرد، دانشجویان ویژگی‌های خود را متفاوت از دیگران دیده و خود را تنها و به دور از افراد دیگر تصور می‌کند (حیدری و مکتبی، ۱۳۹۰؛ خوش‌خطی و همکاران، ۱۳۹۴). همان‌طور که پژوهشگران ذکر کرده‌اند، دو نوع تنهایی وجود دارد، تنهایی هیجانی و تنهایی اجتماعی. تنهایی هیجانی در نتیجه فقدان روابط صمیمانه در زندگی فرد پدید می‌آید، در حالی که تنهایی اجتماعی حاصل مورد توجه واقع نشدن و در حاشیه ماندن است. دانشجویان نیز برای رفع تنهایی به استفاده از تلفن همراه روی می‌آورند، زیرا استفاده از این ابزار شاید موجب افزایش تنهایی هیجانی شود، اما به میزان زیادی تنهایی اجتماعی را کاهش می‌دهد. تلفن همراه مهم‌ترین فن‌آوری فردی است که ضمن ایجاد خلوت مستقل فردی، رابطه اجتماعی فرد را در بستر شبکه‌ای فرد شده

معنادار می‌کند و امکان خوداظهاری هویتی و فردگرایی را فراهم می‌آورد و به افراد این فرصت را می‌دهد که دیگر نگران مورد توجه قرار نگرفتن و در حاشیه ماندن توسط دیگران نباشند و خیلی راحت و به شکل گسترده‌تر برای رفع احساس تنهایی و انزوا از تلفن همراه استفاده کنند (نادری و حق‌شناس، ۱۳۸۸). یکی دیگر از دلایل احتمالی برای اینکه افراد تنها بیشتر به گوشی‌های تلفن همراه وابسته می‌شوند و استفاده بیشتری از آن دارند، این طور ذکر شده است که افراد تنها به خودی خود به برقراری ارتباطات چهره به چهره با دیگران تمایل کمتری نشان می‌دهند و تمایل دارند از طریق پیام کوتاه یا سایر برنامه‌های کاربردی شبکه‌های اجتماعی بر روی گوشی‌های هوشمند ارتباط برقرار کنند (بیان و لئونگ، ۲۰۱۴).

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از این بود که بین نبود ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه و مؤلفه‌های آن ارتباط منفی و معنادار و بین وجود ترس از ارزیابی منفی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. همچنین، وجود ترس از ارزیابی منفی توانست به میزان ۲۲ درصد واریانس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه را پیش‌بینی نماید. به عبارت دیگر نتایج نشان می‌دهند که با افزایش شدت ترس از ارزیابی منفی در دانشجویان، استفاده از تلفن همراه نیز افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر همسو با یافته‌های پژوهش‌های پورااکبران (۱۳۹۴)، حسن‌زاده و رضایی (۱۳۸۹)، الهای و همکاران (۲۰۱۸)، وولنیویسز و همکاران (۲۰۱۸)، انز دارکین و همکاران (۲۰۱۴)، و بیان و لئونگ (۲۰۱۴) است. در تبیین احتمالی ارتباط ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه می‌توان این طور بیان کرد که استفاده از تلفن‌های هوشمند، محیطی مشابه با آنچه را که اینترنت فراهم می‌کند، در دسترس افراد قرار می‌دهند. گوشی‌های هوشمند نه تنها دارای کارکردها و ویژگی‌هایی مانند ارتباطات کلامی هستند، بلکه برنامه‌های دیگری مانند پیام کوتاه (مانند واتساپ، وی‌چت) که کارکردی از شبکه‌های اجتماعی را فراهم می‌آورند، دارند. این کارکردها به افراد اجازه می‌دهد بدون ارتباط چهره به چهره، حتی بدون صدا با افراد دیگر ارتباط برقرار کنند. علاوه بر این سایر کارکردهای گوشی‌های هوشمند به افراد امکان دسترسی به انواع سرگرمی‌ها مانند بازی را می‌دهند و یا به افراد اجازه می‌دهند اطلاعات خود را از طریق گشت و گذار در اینترنت به دست آورند و دیگر نیازی به ارتباط مستقیم با دیگران

نداشته باشند (ولنیویسز و همکاران، ۲۰۱۸). این امر به افرادی که ترس از ارزیابی منفی اجتماعی دارند، یا تصور می‌کنند ممکن است عملی در دنیای واقعی از آن‌ها سر بزند که امکان شرمساری آن‌ها را فراهم آورد، کمک می‌کند تا نیازی به قرارگیری در موقعیت‌های ناراحت کننده و مکان‌هایی که عموم مردم حضور دارند، نباشد. در نتیجه به نظر می‌رسد این افراد به گوشی‌های تلفن همراه و محیط مجازی آن بیشتر وابسته شوند و استفاده بیشتری از آن کنند (بیان و لئونگ، ۲۰۱۴). به طور کلی، محیط مجازی تلفن همراه می‌تواند ترس و یا نگرانی از بروز نشانه‌های جسمی ناشی از تحریک فیزیولوژیکی را که نشانه‌های اصلی اضطراب اجتماعی هستند، کاهش دهد. برقراری ارتباط از طریق گوشی‌های هوشمند، فرصتی برای بیان آزاد احساسات و رفتار بدون فشار را برای افراد با اضطراب اجتماعی بالا فراهم می‌آورد. به طوری که پاپرس^۱ (۲۰۰۹) گزارش کرد که افرادی که احساس ناراحتی بیشتری در صحبت کردن با دیگران بصورت چهره به چهره دارند از پیام متنی و شبکه‌های اجتماعی تلفن همراه برای برقراری ارتباط، استفاده بیشتری می‌کنند (انز دارکین و همکاران، ۲۰۱۶). مطالعه حاضر با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود که از آن جمله نمونه‌گیری محدود به دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه فرهنگیان زاهدان بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی، دانشجویان سایر دانشگاه‌ها را نیز مورد هدف قرار دهند. در زمینه ارتباط ترس از ارزیابی منفی اجتماعی با استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه، مطالعات معدودی در داخل کشور وجود دارد، که برای تحلیل دقیق‌تر این موضوع در داخل کشور، پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی این موضوع را بیشتر بررسی کنند. با توجه به نتایج گزارش شده، میانگین احساس تنهایی و ترس از ارزیابی منفی اجتماعی در دانشجویان متوسط رو به بالا گزارش شد، بنابراین، شناسایی عوامل به‌وجودآورنده احساس تنهایی و اضطراب در دانشجویان و ارائه راهکارها و مداخلات لازم، از اهمیت بسزایی برخوردار است. همچنین، میانگین استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه نیز در حد متوسطی گزارش شد که ضروری است فرهنگ استفاده از این تکنولوژی ارتباطی و استفاده صحیح از آن به دانشجویان آموزش داده شود تا شاهد کاهش آسیب‌های مرتبط در این حوزه باشیم.

منابع

- پوراکبران، الهه (۱۳۹۴). بررسی میزان استفاده از وسایل ارتباطی نوپدید (اینترنت، ماهواره و تلفن همراه) در بین جوانان و ارتباط آن با اضطراب، استرس و افسردگی. *اصول بهداشت روانی*، ۱۷(۵)، ۲۵۴-۲۵۹.
- جنابآبادی، حسین، و شیرانی، اسدالله (۱۳۹۵). تعیین ارتباط احساس تنهایی و حمایت اجتماعی با اعتیاد به تلفن همراه در دانش‌آموزان. *روان‌شناسی مدرسه*، ۵(۴)، ۳۰-۷.
- حسن‌زاده، رمضان، و رضایی، عباس (۱۳۸۹). آسیب‌شناسی ناشی از کاربرد فناوری اطلاعات و ارتباطات در دانشجویان. *فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*، ۱(۱)، ۹۱-۷۹.
- حسینی، امین، شاهقلیان، مهناز، و عبدالحی، محمدحسین (۱۳۹۵). بررسی رابطه سیستم‌های مغزی رفتاری و اعتیاد به اینترنت با نقش واسطه‌ای احساس تنهایی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان. *شناخت اجتماعی*، ۵(۲)، ۵۱-۲۶.
- حیدری، سکینه، و مکتبی، غلامحسین (۱۳۹۰). مقایسه هوش فرهنگی، احساس تنهایی، فرسودگی تحصیلی و سلامت روان در دانشجویان دختر کارشناسی ارشد بومی و غیر بومی. *زن و فرهنگ*، ۳(۹)، ۵۷-۴۵.
- خوش‌خطی، نازیلا، جعفری، اصغر، یزدی‌نژاد، علیرضا، و خوش‌خطی، ندا (۱۳۹۴). بررسی میزان شیوع افسردگی در تازه‌دانشجویان رشته داروسازی زنجان برحسب متغیرهای جمعیت‌شناختی. *توسعه آموزش در علوم پزشکی*، ۸(۱۷)، ۲۸-۲۱.
- رضوی‌زاده، شیرزاد، پرنده، اکرم، و رحمتی نجارکلائی، فاطمه (۱۳۹۶). آسیب‌شناسی به کارگیری تلفن همراه در دانشجویان نظامی از دیدگاه متخصصان حوزه رسانه و ارتباطات: یک مطالعه تحلیل مضمون. *طب نظامی*، ۱۹(۶)، ۶۰۶-۵۹۵.
- روحانی، ریحانه سادات، و علیزاده‌فرد، سوسن (۱۳۹۱). رابطه احساس تنهایی و کاربری وبلاگ در دانشجویان و غیر دانشجویان. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۲(۵)، ۱۲-۲۵.
- شایقیان، زینب، رسول‌زاده طباطبایی، کاظم، رحیمی، کبری، و پریان، سما (۱۳۹۱). ارزشیابی روان‌سنجی مقیاس مشکل استفاده از تلفن همراه. *پژوهنده*، ۱۷(۵)، ۲۵۱-۲۴۶.

شکری، امید، گراوند، فریبرز، نقش، زهرا، طرخان، رضاعلی، و پائیزی، مریم (۱۳۸۷). ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه مقیاس ترس از ارزیابی منفی. *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۳(۳)، ۳۱۶-۳۲۵.

منشئی، غلامرضا، قاسمی مطلق، مهدی، گواهی، فریبا، و مرتضوی کیاسری، فاطمه (۱۳۹۴). رابطه احساس تنهایی و شیوه‌های فرزند پروری با اعتیاد به تلفن همراه در دانشجویان. *پژوهشنامه تربیتی*، ۱۱(۴۵)، ۱۱۲-۱۰۱.

نادری، فرح، و حق‌شناس، فریبا (۱۳۸۸). رابطه تکانشگری و احساس تنهایی با میزان استفاده از تلفن همراه در دانشجویان. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ۴(۱۲)، ۱۲۱-۱۱۱.

نوروزی پرشکوه، نسترن، میرهادیان، لایلا، امامی سیگارودی، عبدالحسین، کاظم‌نژاد لیلی، احسان، و حسن‌دوست، فاطمه (۱۳۹۵). احساس تنهایی و نوآسیب‌های اجتماعی در دانش‌آموزان دبیرستانی. *پرستاری و مامایی جامع‌نگر*، ۲۶(۸۲)، ۱۰۸-۹۹.

- Bhardwaj, M., & Ashok, S. J. (2015). Mobile phone addiction and loneliness among teenagers. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 27-34.
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 41(2), 159-176.
- Dayapoğlu, N., Kavurmaci, M., & Karaman, S. (2016). The relationship between the problematic mobile phone use and life satisfaction, loneliness, and academic performance in nursing students. *Caring Sciences*, 9(2), 647-652.
- Dickson, D. M. (2012). *Physiological and Psychological Consequences of Forced Mobile Phone Abstinence*. Master of Arts Dissertation, Texas State University – San Marcos.
- Dikeç, G., Yalnız, T., Bektaş, B., Turhan, A., & Cevik, S. (2017). Relationship between smartphone addiction and loneliness among adolescents. *Dependence*, 18(4), 103-111.
- Doğan, P. K. (2018). Examining the relation between the fear of negative evaluation and the anxiety for social appearance in folk dancers. *Education and Training Studies*, 6(3), 59-65.
- Elhai, J. D., Tiamiyu, M., & Weeks, J. (2018). Depression and social anxiety in relation to problematic smartphone use. *Internet Research*, 28(2), 315-332.
- Enez Darcin, A., Kose, S., Noyan, C. O., Nurmedov, S., Yılmaz, O., & Dilbaz, N (2016). Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behaviour & Information Technology*, 35(7), 520-525.
- Ezoe, S., Toda, M., Yoshimura, K., Naritomi, A., Den, R., & Morimoto, K (2009).

- Relationships of personality and lifestyle with mobile phone dependence among female nursing students. *Social Behavior and Personality*, 37(2), 231-238.
- Ha, J. H., Chin, B., Park, D., Ryu, S., & Yu, J. (2008). Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. *Cyber Psychology & Behavior*, 11(6), 783-784.
- Iqbal, M., & Nurdiani, G. (2016). Is smartphone addiction related to loneliness? Science Arena Publications. *Specialty Journal of Psychology and Management*, 2(2), 1-6.
- Karabulut, E. O., Bahadır, Z., Certel, Z., & Pular, A. (2013). Investigation of fears of negative evaluation of young national kick boxers in terms of some variables. *Movement and Health*, 13(2), 183-187.
- Leary, R. M. (1983). A brief version of the fear of negative evaluation scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 371-375.
- Lee, K. O., & Chae, H. J. (2017). The relationship between cellular phone addiction and self-esteem of elementary school students in highly mobile environment. *Theoretical and Applied Information Technology*, 95(22), 5995-6002.
- Mann, F., Bone, J. K., Lloyd-Evans, B., Frerichs, J., Pinfold, V., Ma, R., & etal (2017). A life less lonely: The state of the art in interventions to reduce loneliness in people with mental health problems. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 52, 627-638.
- Pugh, S. (2017). Investigating the relationship between smartphone addiction, social anxiety, self-esteem, age & gender. Thesis for BA (Hons) in Psychology, At Dublin Business School, School of Arts, Dublin. <http://hdl.handle.net/10788/3329>.
- Roberts, J. A., Yaya, L. H., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Behavioral Addictions*, 3(4), 254-265.
- Shoukat, S. (2019). Cell phone addiction and psychological and physiological health in adolescents. *EXCLI Journal - Experimental and Clinical Sciences*, 18, 47-50.
- Tan, C., Pamuk, M., & Dönder, A. (2013). Loneliness and Mobile Phone. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 103(26), 606-611.
- Van der Molen, M. J. W., Poppelaars, E. S., Van Hartingsveldt, G. T. A., Harrewijn, A., Gunther Moor, B., & Westenberg, P. M. (2014). Fear of negative evaluation modulates electro cortical and behavioral responses when anticipating social evaluative feedback. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, 1-12.
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, 262, 618-623.