

## مقاله اصلی

# تأثیر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با نقش میانجی گری کیفیت زندگی بر سلامت عمومی ورزشکاران جانباز و معلول ایران

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۵/۱۱ - تاریخ پذیرش: ۹۸/۰۸/۲۶

### خلاصه

**مقدمه:** هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با نقش میانجی گری کیفیت زندگی بر سلامت عمومی ورزشکاران جانباز و معلول ایران بود.

**روش کار:** روش تحقیق از نوع توصیفی و همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این تحقیق کلیه ورزشکاران جانباز و معلول ایران در سال ۱۳۹۷ تشکیل داده است. روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. حجم نمونه با توجه به جدول مورگان ۳۸۴ نفر و در مجموع ۳۹۰ پرسشنامه جمع آوری گردید. به منظور جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه محقق ساخته میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی، کیفیت زندگی رولند و همکاران (۲۰۰۶) و پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) گلدبرگ استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های t تک نمونه‌ای، ضریب همبستگی پیرسون و ضریب رگرسیون خطی و نرم افزار آماری نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ در سطح معنی داری ۰/۰۵ استفاده شد.

**نتایج:** نتایج نشان داد که بین شبکه‌های اجتماعی مجازی با سلامت عمومی رابطه معنی داری وجود ندارد ولی تأثیر متغیر میانجی کیفیت زندگی در رابطه علی شبکه‌های مجازی اجتماعی با سلامت عمومی معنادار است ( $P \leq 0/001$ ).

**نتیجه گیری:** به نظر می‌رسد که شبکه اجتماعی زمانی که به عنوان حامی و تقویت کننده باشد، می‌تواند کیفیت زندگی را بالا برده و به تبع آن سلامت عمومی را ارتقا دهد.

**کلمات کلیدی:** شبکه‌های اجتماعی مجازی، کیفیت زندگی، سلامت عمومی، فعالیت بدنی، جانبازان، معلولین

محمد تقی زمانی<sup>۱</sup>

علی زارعی<sup>۲\*</sup>

حمید سجادی هزاوه<sup>۳</sup>

زهره حاجی انزهایی<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی دکترا، دانشکده تربیت بدنی، واحد تهران مرکزی،

دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۲</sup>دانشیار، دانشکده تربیت بدنی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه

آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۳</sup>استادیار، دانشکده تربیت بدنی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه

آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۴</sup>استادیار، دانشکده تربیت بدنی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه

آزاد اسلامی، تهران، ایران

Email: dr\_alizarei@yahoo.com

## مقدمه

فضای فکری جوامع وارد شود و بر ابعاد مختلف زندگی فردی و جمعی تأثیر بگذارد (۴).

در حال حاضر با طیفی از معلولیت‌های مختلف مواجه هستیم که بر اساس آمار سازمان بهداشت جهانی، ۱۵٪ افراد جامعه را تشکیل می‌دهند (۵).

علاوه بر این جنگ تحمیلی هشت ساله هم خسارت‌های جبران ناپذیری داشت و در صد زیادی از افراد جانباز را به جامعه تحمیل کرد (۶).

معلولین افرادی در جامعه هستند که قسمتی از توانایی‌های خود را قبل از تولد، هنگام تولد یا بعد از تولد از دست داده باشند و برای جبران نیاز به استفاده از وسیله کمکی داشته باشند، در نتیجه معلول قادر نیست به طور مستقل و بدون ابزار کمکی یا مراقبت‌های خاص به زندگی عادی خود ادامه دهد (۷).

ارتباط بین شبکه‌های اجتماعی آنلاین و موضوعاتی مانند بهزیستی و در مجموع کیفیت زندگی خیلی واضح نیست. بسیاری از مطالعات استفاده از اینترنت و تعاملات اجتماعی آنلاین را منشا بهبود بهزیستی دانسته‌اند (۸). برای مثال مومن و همکاران<sup>۱</sup> در تحقیقی با عنوان بهبود کیفیت زندگی از طریق وبلاگ و شبکه‌های اجتماعی مجازی نشان دادند که وبلاگ نویسی تعاملات اجتماعی بین کاربران آنلاین را افزایش می‌دهد که این هم به نوبه خود باعث توسعه هویت اجتماعی مجازی آنها می‌شود. این تعامل اجتماعی از طریق ویژگی‌های وبلاگ باعث افزایش سه جنبه مختلف هویت اجتماعی مجازی، از جمله شناختی، عاطفی و هویت اجتماعی ارزیابی شده است. لذت بردن از وبلاگ یکی دیگر از پیش بینی کننده‌های مهم این مسئله بود که بر رضایت عمیق از زندگی و کیفیت زندگی کاربران تأثیر گذار بود (۹). دین و همکاران<sup>۲</sup> نیز در ارتباط با شبکه‌های اجتماعی آنلاین به کاربردهای مثبت و منفی اشاره نموده‌اند. در مجموع می‌توان گفت که اگر برنامه‌های مناسبی در سازمان‌ها اتخاذ شود باعث تقویت و تسهیل یادگیری و اشتراک دانش در میان کارکنان سازمان می‌شود (۱۰). اما بسیاری دیگر از مطالعات فرض نموده‌اند که تعاملات اجتماعی آنلاین، انزوای اجتماعی را افزایش می‌دهد و بنابراین باعث کاهش بهزیستی اجتماعی در دنیای واقعی می‌شود (۱۱). اینترنت مانند تکنولوژی‌های

دنیای اوایل دهه ۱۹۸۰ میلادی به تدریج وارد عرصه نوینی شده است. در دهه اخیر به اعتقاد بسیاری از دانشمندان حوزه‌های مختلف علوم اجتماعی، عرصه‌های مختلف زندگی اجتماعی انسان آن چنان دگرگون شده که فهم و چستی آن با بکارگیری نظریه‌های دوران قبل از آن عملی نیست. عصر نوین حیات بشر معمولاً با نظریه و اصطلاحات جدیدی تبیین می‌شود. جهانی شدن، عصر انفجار اطلاعات، پست مدرنیسم، جامعه اطلاعاتی، جامعه شبکه‌ای برخی از این مفاهیم‌اند. با رشد شتابان تکنولوژی‌های ارتباطات و اطلاعات، بویژه اینترنت و انتقال پر شتاب فعالیت‌ها و به طور کلی زندگی فردی و جمعی انسان به فضاهای سایبر و محیط‌های مجازی، اهمیتی روزافزون یافته و مجازی شدن را به نیروی محرک تغییر محیط زندگی انسان و از آن مهم‌تر به عامل اصلی تغییر الگوهای فکری و رفتاری و به معنای دقیق‌تر "وجود انسان" تبدیل کرده است (۱).

شبکه‌های اجتماعی، فضاهایی هستند که در دنیای مجازی برای ارتباط میان افراد مختلف، با سطوح متفاوت از لحاظ دسترسی، همانند فضاهای واقعی، به وجود می‌آیند. ایجاد ارتباطات جمعی و میان فردی، تشکیل اجتماعات مجازی، اطلاع رسانی، تبادل اطلاعات و نظرات از شناخته شده‌ترین کارکردهای این فضاها هستند (۲).

شبکه‌های اجتماعی مجازی گونه‌ای از رسانه‌های اجتماعی هستند که بیشترین شباهت را به جامعه انسانی دارند و به فرد امکان برقراری ارتباط با شمار زیادی از افراد دیگر، فارغ از محدودیت‌های زمانی و مکانی، سیاسی، فرهنگی و اقتصادی را می‌دهد (۳).

پس از توسعه استفاده از اینترنت در جوامع، تلاش‌های بی شماری برای استفاده از این فرصت‌ها و به همان میزان گسترش ارتباطات انسانی صورت گرفته است. برای مثال از فضای سایبری در جهت ایجاد شبکه‌های اجتماعی برای ایجاد یک ارتباط ساده‌تر استفاده شده است. در سال‌های اخیر، شبکه‌های اجتماعی آنلاین مختلفی ایجاد شده است، که تعداد قابل توجهی از افراد در حال حاضر در این شبکه‌ها ثبت نام نموده‌اند. مشارکت در این شبکه‌ها به شدت مورد تقاضا بوده است، طوریکه سال ۲۰۱۸ در ارتباط با تعداد کاربران به بیش از ۲/۵ میلیارد نفر در سراسر جهان تخمین زده شد. امروزه، استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی باعث شده است حجم وسیعی از اطلاعات و برنامه‌های برون مرزی و فراستی به

<sup>1</sup> Moon et al.,

<sup>2</sup> Din et al.,

آقا و ۴۵۷۶ نفر بانو بودند، تشکیل دادند. روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. حجم نمونه با توجه به جدول مورگان ۳۸۴ نفر ورزشکار جانباز و معلول تعیین شد. در مجموع ۴۸۰ پرسشنامه (برای هر استان ۶۰ عدد، ۴۰ عدد آقا و ۲۰ نفر خانم) توزیع شد، که در مجموع ۳۹۰ پرسشنامه از هشت استان (شهرهای تهران، مازندران، خراسان جنوبی، خوزستان، کرمانشاه، مرکزی، هرمزگان، آذربایجان غربی) براساس منطقه جغرافیایی و تعداد بیشترین ورزشکاران جمع‌آوری گردید.

این تحقیق با توجه به اهداف و به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های سلامت عمومی (GHQ) (۲۸سؤال)، پرسشنامه استاندارد کیفیت زندگی رولند و همکاران (۲۶ سؤال)، پرسشنامه شبکه اجتماعی آنلاین کتل و همکاران (۲۰۱۶) استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های t تک نمونه‌ای، ضریب همبستگی پیرسون و ضریب رگرسیون خطی و نرم افزار آماری نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ استفاده شد.

### ابزار پژوهش

#### پرسشنامه سلامت عمومی GHQ

جهت انجام تحقیق از پرسشنامه سلامت عمومی استفاده شد. پرسشنامه مذکور توسط گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹) به منظور غربالگری اختلالات روان شناختی غیر سایکوتیک طراحی شده است و مطالعات مختلف اعتبار و پایانی این آزمون را تأیید کرده‌اند. فرم ۲۸ سؤالی که در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفت دارای چهار خرده‌مقیاس علائم جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی شدید است. این آزمون دارای پنج نمره گذاری است که بهترین روش آن شیوه نمره گذاری لیکرت با حداکثر امتیاز ۸۴ می‌باشد. به عبارات دیگر روش نمره گذاری در این آزمون مقیاس لیکرت است. اعتبار پرسشنامه سلامت عمومی ۰/۸۰ و پایایی آن ۰/۸۵ گزارش شده است.

#### پرسشنامه کیفیت زندگی ۳۶ سؤالی<sup>۲</sup>

مشهورترین و پر استفاده‌ترین ابزار برای سنجش کیفیت زندگی است یک پرسشنامه ۲۶ سؤالی است که کیفیت زندگی کلی و عمومی فرد را می‌سنجد. این مقیاس در سال ۱۹۹۶ توسط گروهی از کارشناسان سازمان بهداشت جهانی ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۴ زیرمقیاس و یک نمره کلی است. این زیرمقیاس‌ها عبارتند از:

دیگر که سبب تنبلی‌های جسمی می‌شوند کم تحرکی را تقویت نموده و تلاش برای برقراری روابط با دیگران را در دنیای واقعی کاهش می‌دهد، و در نتیجه می‌تواند منجر به انزوای اجتماعی شود (۱۲).

همچنین شبکه‌های اجتماعی همراه با مشکلاتی هستند. با توجه با اینکه شبکه‌های اجتماعی مجازی با مسائلی مانند سلامت روان و علائم افسردگی، تغییر در اعتماد به نفس و اعتیاد به اینترنت در ارتباط است، فعالیت در شبکه‌های اجتماعی مجازی موجب کاهش عزت نفس می‌شود (۱۳). اعتیاد به اینترنت نیز از مسائل دیگر شبکه‌های اجتماعی به شمار می‌رود (۱۴). به عنوان مثال، در هنگام کنگ، اعتیاد به اینترنت در بین دانش‌آموزان دبیرستان افزایش یافته است که شامل حدود ۱۷ تا ۲۶/۷٪ از دانش‌آموزان را شامل می‌شود (۱۵). نتایج تحقیقات نشان داده است که بین اعتیاد به اینترنت و وضعیت سلامتی مرتبط با کیفیت زندگی ارتباط منفی و معنی‌داری وجود دارد (۱۶، ۱۷). در مطالعه‌ای دیگر که به بررسی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت، کیفیت زندگی مرتبط با خواب و سلامتی بین افراد چاق پرداخته بود؛ نتایج نشان داد که افراد چاق معتاد به اینترنت دارای کیفیت زندگی پایین، بی‌خوابی‌های زیاد و فعالیت جسمانی پایین بودند (۱۸). مقوله‌ی فعالیت بدنی برای جانبازان و معلولین از دو جنبه‌ی درمانی با هدف تأمین سلامت و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های ثانویه، حائز اهمیت است. نمایه‌ی توده‌ی بدنی که به نوعی نمایانگر بی‌تحرکی و اضافه‌وزن در افراد است، با کیفیت زندگی و اختلالات حرکتی ارتباط تنگاتنگی دارد (۱۹). این موضوعات اشاره به تضاد و پارادوکس استفاده از اینترنت در جهت بهبودی و یا عدم بهبودی در راستای سلامت و کیفیت زندگی دارد. بنابراین محقق به دنبال جواب این سوال است که آیا میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با نقش میانجی‌گری کیفیت زندگی بر سلامت عمومی ورزشکاران جانباز و معلول ایران تأثیر دارد یا خیر؟

### روش کار

روش تحقیق توصیفی - همبستگی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش را تمامی ورزشکاران جانباز و معلول ایران با توجه به آخرین آمار رئیس مرکز امور استان‌های فدراسیون ورزش‌های جانبازان و معلولین در سال ۱۳۹۷ به تعداد ۱۸۲۲۹ نفر ورزشکار که ۱۳۶۵۳ نفر

سلامت جسمی، سلامت روان، روابط اجتماعی، سلامت محیط اطراف و یک نمره کلی. سلامت جسمی ۰/۷۷، سلامت روانی ۰/۷۷، روابط اجتماعی ۰/۷۵، سلامت ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۸: سلامت اطراف و یک نمره کلی. پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و پایایی آن ۰/۸۱ گزارش شده است. گزارش شده است.

### نتایج

در این تحقیق با توجه به اهداف و به منظور جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های سلامت عمومی (GHQ) (۲۸ سؤال)، پرسشنامه استاندارد کیفیت زندگی رولند و همکاران (۲۶ سؤال)، پرسشنامه شبکه اجتماعی آنلاین کتل و همکاران (۲۰۱۶) استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های t تک نمونه‌ای، ضریب همبستگی پیرسون و ضریب رگرسیون خطی و نرم افزار آماری نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ در سطح معنی داری ۰/۰۵ استفاده شد.

سلامت جسمی ۰/۷۷، سلامت روانی ۰/۷۷، روابط اجتماعی ۰/۷۵، سلامت محیط ۰/۸۴ به دست آمد (۱۶).

### ۳- پرسشنامه شبکه اجتماعی آنلاین کتل و همکاران

این پرسشنامه دارای ۸ سوال می‌باشد که به منظور میزان استفاده از شبکه‌های مجازی شامل فیس بوک، تلگرام و اینستاگرام... که به جنبه‌های رسمی و غیر رسمی و غیر رسمی زندگی فرد و می‌پردازد.

### جدول ۱- توزیع فراوانی علاقه مندی به انجام نوع ورزش مشروط به امکانات

شاخص	فراوانی	درصد
علاقه مندی به انجام نوع ورزش مشروط به امکانات		
شنا	۱۱۳	۲۹
پیاده روی و دویدن آهسته	۳۹	۱۰
کوه پیمایی	۴۸	۱۲/۳
بدنسازی	۵۷	۱۴/۶
تنیس روی میز	۲۷	۶/۹
والیبال	۳۴	۸/۷
فوتبال	۲۱	۵/۴
گلیبال	۳	۰/۸
سایر	۴۸	۱۲/۳
مجموع	۳۹۰	۱۰۰

### جدول ۲- نتایج آزمون t تک نمونه‌ای استفاده از شبکه‌های مجازی، کیفیت زندگی و سلامت عمومی

ردیف	مفهوم	میانگین فرضی	میانگین و انحراف استاندارد	آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری
۱	استفاده از شبکه‌های مجازی	۳	۳/۱۱±۰/۸۶	۲/۵۶	۳۸۹	۰/۰۱۰
۲	کیفیت زندگی	۳	۲/۳۳±۰/۵۶	۰/۵۴	۳۸۹	۰/۰۰۱
۳	سلامت عمومی	۲/۵	۱/۱۴±۰/۴۲	۰/۳۹	۳۸۹	۰/۰۰۱

با توجه به نتایج جدول ۲ مشخص می‌شود وضعیت استفاده از شبکه‌های مجازی و کیفیت زندگی در نمونه تحقیق از وضعیت فرضی، کمی بدتر است در حالیکه سلامت عمومی از وضعیت فرضی بهتر می‌باشد.

در جدول ۳ به بررسی این نکته می‌پردازیم که آیا شبکه‌های اجتماعی مجازی تبیین کننده و پیش بین کیفیت زندگی جانبازان می‌باشد یا نه؟

**جدول ۳- ضرایب رگرسیون و نتیجه آزمون شبکه‌های اجتماعی مجازی با کیفیت زندگی و سلامت عمومی**

مدل	ضریب رگرسیون	مجذور	مجذور ۲ تعدیل شده	انحراف معیار برآورد	دوربین واتسون
کیفیت زندگی	۰/۰۳۷	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۹۴	۱/۵۹
سلامت عمومی	۰/۰۵۹	۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۸۹	۱/۵۱

نتایج جدول ۳- نشان می‌دهد که متغیر شبکه‌های اجتماعی مجازی در این قسمت به بررسی این نکته می‌پردازیم که آیا مولفه‌های توان تبیین و پیش بینی حدود ۰/۰۳۷ متغیر کیفیت زندگی جانبازان را دارد در حالیکه متغیر شبکه‌های مجازی توان تبیین و پیش بینی حدود ۰/۰۵۹ سلامت عمومی جانبازان را دارد دارد.

**جدول ۴- ضرایب رگرسیون خطی مولفه‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی در خصوص پیش بینی سلامت عمومی**

مدل	B	ضرایب غیر استاندارد		t	Sig
		خطای استاندارد	ضرایب استاندارد		
مقدار ثابت	۲/۵۷۳	۰/۱۷۰		۱۵/۰۹۳	۰/۰۰۱
تعداد دوستان در شبکه‌های مجازی	۰/۰۴۶	۰/۰۳۷	-۰/۰۷۵	-۱/۲۳۷	۰/۲۱۷
تعداد اعضای فعال شبکه	۰/۰۰۱	۰/۰۳۶	۰/۰۰۱	-۰/۰۰۷	۰/۹۹۴
تعداد ساعات استفاده از شبکه	-۰/۰۸۲	۰/۰۴۹	-۰/۰۹۶	-۱/۶۸۱	۰/۰۹۴
زمانهای استفاده از شبکه‌ها	-۰/۰۳۵	۰/۰۳۵	-۰/۰۵۳	-۰/۹۷۷	۰/۳۲۹
میزان استفاده در هفته	۰/۰۷۰	۰/۰۵۱	۰/۰۸۶	۱/۳۸۲	۰/۱۶۸
تاثیر شبکه‌ها بر مهارتهای اجتماعی	-۰/۰۱۰	۰/۰۵۵	-۰/۰۱۲	-۰/۱۸۳	۰/۸۵۵
نقش شبکه‌ها در پر کردن اوقات فراغت	۰/۰۰۷	۰/۰۵۸	۰/۰۰۹	۰/۱۲۵	۰/۹۰۱
تاثیر شبکه‌ها بر مهارتهای ارتباطی	۰/۰۱۳	۰/۰۵۷	۰/۰۱۷	۰/۲۳۷	۰/۸۱۳

نتایج جدول ۴ تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که هیچکدام از مولفه‌های شبکه‌های مجازی اجتماعی اثر معناداری بر سلامت عمومی ندارند.

در نهایت و طبق یافته‌ها این نتایج به دست آمد. بر اساس داده‌ها اثر شبکه‌های مجازی اجتماعی بر کیفیت زندگی (T-Value=۰/۷۴۷ و  $\beta = -۰/۰۸۸$ ) منفی و غیرمعنادار است.

و نیز اثر شبکه‌های مجازی اجتماعی بر سلامت عمومی (T-Value=-۰/۵۶۳ و  $\beta = -۰/۰۲۹$ ) منفی و غیرمعنادار است.

همچنین بر اساس داده‌ها کیفیت زندگی بر سلامت عمومی (T-Value=۲۴/۳۳۷ و  $\beta = ۰/۷۹۰$ ) مثبت و معنادار است.

**بحث و نتیجه گیری**

هدف از این تحقیق بررسی تأثیر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با نقش میانجی گری کیفیت زندگی بر سلامت عمومی ورزشکاران جانباز و معلول ایران بود. نتایج تحقیق نشان داد

که اثر متغیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سلامت عمومی منفی و غیرمعنادار است. ولی اثر کیفیت زندگی بر سلامت عمومی مثبت و معنادار است. همچنین اثرات متغیر شبکه‌های اجتماعی مجازی بر سلامت عمومی از طریق غیر مستقیم توسط متغیر کیفیت زندگی تبیین می‌شود. تحقیقات انجام شده در ارتباط با اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مجازی از دیدگاه‌های متفاوت مورد بررسی قرار گرفته و در این راستا مزایا و معایبی برای آن در نظر گرفته شده است. نتایج تحقیق حاضر در ارتباط با شبکه‌های اجتماعی مجازی و سلامت عمومی معنی دار نبوده که با نتایج تحقیق ایسنباخ و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰) همراستا می‌باشد. به نظر می‌رسد که فرد یا گروه پشتیبانی و شبکه‌های حمایت کننده در ارتباط با سلامت و رفاه اجتماعی تعیین کننده نوع ارتباط می‌باشد؛ همچنانکه زمانی که متغیر میانجی مانند کیفیت زندگی مورد بررسی قرار می‌گیرد، با اثرگذاری این شبکه

<sup>1</sup> Eysenbach et al.,

اجتماعی بر کیفیت زندگی و کم شدن و زیاد شدن آن تعیین کننده این ارتباط خواهد بود. برای مثال در بررسی شبکه‌های اجتماعی آنلاین و سلامت روان مطالعات نشان داده اند که استفاده طولانی مدت از سایت‌های شبکه‌های اجتماعی مجازی مانند فیس بوک، احتمالاً با علائم و نشانه‌های افسردگی در ارتباط است و برخی نویسندگان فعالیت در شبکه‌های اجتماعی مجازی با عزت نفس پایین به خصوص در کودکان و نوجوانان مواجه شده اند. نتایج بررسی‌ها نشان داد که شبکه‌های اجتماعی مجازی و مسائلی مانند سلامت روان و علائم افسردگی تغییر در اعتماد به نفس و اعتیاد به اینترنت در ارتباط است (۱۳). استفاده از اینترنت نیز از جمله فعالیت‌هایی است که در در همه دنیا به سرعت در حال گسترش است و نویدها و نگرانی‌هایی به بار آورده است. گسترش و افزایش دانش، ایجاد و گسترش اجتماعات مجازی و نشر سریع، آسان و وسیع اخبار و اطلاعات از جمله نویدهای اینترنت بوده است. اما کسانی هم درباره ظرفیت اینترنت برای غنی کردن زندگی اجتماعی تردید کرده اند و در عوض استدلال کرده اند، اتصال به اینترنت آسایش روان شناختی افراد را مختل و پیوندهای دنیای واقعی را تضعیف می‌کند و مشارکت اجتماعی را کاهش می‌دهد. مشکلات تحصیلی، اختلال در روابط شخصی، مشکلات مالی، مشکلات مرتبط با کار و عوامل مخاطره آفرین جسمی مانند بی‌خوابی و محرومیت از ورزش از دیگر پیامدهای اینترنت تلقی شده است (۲۱). به نظر می‌رسد استفاده زیاد از اینترنت و گذراندن اوقات زیادی از شبانه روز در شبکه‌های اجتماعی باعث کاهش فعالیت بدنی می‌شود و در این راستا جانبازان و معلولین به خاطر مشارکت کمتر در حوزه‌های کار، مدرسه، خانواده و جامعه کاهش می‌یابد و این کم‌رضایتی در نتیجه استفاده کمتر از آن‌ها از سرگرمی‌ها و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت مشاهده می‌شود (۲۲). با وجود اینکه فعالیت‌های بدنی از سلامت روانی افراد به ویژه افراد معلول و جانباز پشتیبانی می‌کند و افرادی که از ویلچر استفاده می‌کردند تأثیرات سودمند روانی،

اجتماعی و سلامتی را بیشتر درک می‌کنند. ارزیابی شرکت کنندگان نشان داد که آن‌ها خود باوری، احساس قدرت و انگیزه را که در اثر فعالیت بدنی در آن‌ها به وجود می‌آید را از عوامل ادامه شرکت در فعالیت‌ها عنوان نمودند و ارزیابی اولیه افراد نشان می‌دهد که فعالیت بدنی چرا و چگونه باعث افزایش درک کیفیت زندگی آن‌ها می‌شود (۲۳)، ولی رسانه‌های اجتماعی بر روی مغز انسان و در نتیجه کیفیت زندگی اثرگذار است. از خطرات احتمالی ناشی از استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در سطح جهان و خصوصاً جوانان در طول این چند ساله از دست دادن کیفیت زندگی، زیان‌های عاطفی و آزادی کمتر از زمان شخصی خود می‌باشد (۲۲). در تحقیقی دیگر شبکه‌های اجتماعی مجازی زمانی که به عنوان تعامل اجتماعی مثبت و حمایت اجتماعی قوی استفاده شده است، تعیین کننده کیفیت زندگی بوده است (۱۱). در این تحقیق با توجه به نتایج پژوهش، می‌توان گفت که شبکه‌های اجتماعی مجازی زمانی که در ارتباط با متغیر میانجی کیفیت زندگی مورد بررسی قرار گرفت، ارتباط معنی داری داشت. به نظر می‌رسد که شبکه اجتماعی زمانی که به عنوان حامی و تقویت کننده باشد، می‌تواند کیفیت زندگی را بالا برده و به تبع آن سلامت عمومی را ارتقا دهد. با این وجود در جهت بالا بردن اعتبار بیرونی تحقیق، پیشنهاد می‌گردد تحقیقات بیشتری انجام شود.

### تقدیر و تشکر

مطالعه حاضر برگرفته از نتایج رساله دانشجوی مقطع دکتری مدیریت ورزشی مصوب دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز بود. بدین وسیله از مدیریت دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، اساتید راهنما، مشاور، داور و تمامی افرادی که در انجام این تحقیق مرا یاری نمودند، تشکر و فدردانی به عمل می‌آید.

## References

- 1-Boyd D, Ellison N. Social network sites; definition, history and scholarship. *Journal of Computer – Mediated communication*. 2007;133:210–230.
- 2-Pempek T. college students social networking experiences on facebook.*Journal of Applied Developmental psychology*. 2009;30:227-238.
- 3- Mong PR, Contractor NS. *Theories of communication network*, UK: Oxford University. 2003.
4. Adipipour S, Ghasemi V, Mir Mohammad Tabar SA. The Impact of Facebook Social Network on the Farsi Identity of Youth in Isfahan. *Iranian Journal of Cultural Research*. 2014;7(1):1-28.
- 5- Sokhangoei Y, Mohammadian F, Farhadizadeh M, Afsharmand Z. *The Comprehensive Exercise Book for disabled*. First Ed.Tehran: Hatami; 2015 p 7-9.
- 6- Sharifi Moghaddam M, Sharifian I, Sayyadi E, Muharram A. Assessing the attitude of disabled and veterans towards the role of the media and sports organizations in promoting the general sport of veterans and disabled people. *Scientific-Specialized Conference of Veterans and Disabled People*. March 2011.
- 7- Ardalan N. *Meta Analysis of Studies of the Mental Health of Athletes and non-Athletes*. M.Sc Thesis in Sport Management , Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran. 2008
8. Wright K. Computer-mediated social support, older adults, and coping. *Journal of communication*. 2000;50(3):100-18.
9. Moon J, Li JP, Jo S, Sanders GL. Improving quality of life via blogs and development of a virtual social identity. *Journal of Information Technology Management*. 2006;17(3):26-37.
10. Din N, Yahya S, Suzan R, Kassim R. Online social networking for quality of life. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2012;35:713-8.
11. Leung L, Lee PS. Multiple determinants of life quality: The roles of Internet activities, use of new media, social support, and leisure activities. *Telematics and Informatics*. 2005;22(3):161-80.
12. Dell P. The influence of Internet use on identity in Asia: A social psychological approach. *Media and Identity in Asia*. 2006.
13. Pantic I. Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2014;17(10):652-7.
14. Wu C-Y, Lee M-B, Liao S-C, Chang L-R. Risk factors of internet addiction among internet users: an online questionnaire survey. *PloS one*. 2015;10(10):e0137506.
15. Pourabbasi A, Farzami J, Shirvani M-SE, Shams AH, Larijani B. Using virtual social networks for case finding in clinical studies: An experiment from adolescence, brain, cognition, and diabetes study. *International journal of preventive medicine*. 2017;8.
16. Karacic S, Oreskovic S. Internet Addiction and Mental Health Status of Adolescents in Croatia and Germany. *Psychiatria Danubina*. 2017;29(3):313-21.
17. Tran BX, Huong LT, Hinh ND, Nguyen LH, Le BN, Nong VM, et al. A study on the influence of internet addiction and online interpersonal influences on health-related quality of life in young Vietnamese. *BMC public health*. 2017;17(1):138.
18. Eliacik K, Bolat N, Kocyigit C, Kanik A, Selkie E, Yilmaz H, et al. Internet addiction, sleep and health-related life quality among obese individuals: a comparison study of the growing problems in adolescent health. *Eating and weight disorders : EWD*. 2016;21(4):709-17.
19. Yancy Jr WS, Olsen MK, Westman EC, Bosworth HB, Edelman D. Relationship between obesity and health-related quality of life in men. *Obesity Research*. 2002;10(10):1057-64.
20. Eysenbach G, Powell J, Englesakis M, Rizo C, Stern A. Health related virtual communities and electronic support groups: systematic review of the effects of online peer to peer interactions. *Bmj*. 2004;328(7449):1166.
21. Kerner MS, Kalinski M, Kurrant AB, Small E, Spatz E, Gropack S. Leisure-time Internet use does not correlate with physical activity or physical fitness level of ninth grade African-American girls. *Pediatric Exercise Science*. 2001;13(4):402-12.
22. Murphy NA, Carbone PS. Promoting the participation of children with disabilities in sports, recreation, and physical activities. *Pediatrics*. 2008;121(5):1057-61.
23. Giacobbi Jr PR, Stancil M, Hardin B, Bryant L. Physical activity and quality of life experienced by highly active individuals with physical disabilities. *Adapted physical activity quarterly*. 2008;25(3):189-207.

## Original Article

### The effect of using virtual social networks with the role of mediating quality of life on general health of War veterans and disabled athletes in Iran

Received: 02/08/2019 - Accepted: 17/11/2019

Mohammad Taghi Zamani<sup>1</sup>  
Ali Zarei\*<sup>2</sup>  
Hamid Sajjadi Hazaveh<sup>3</sup>  
Zahra Haji Anzhai<sup>4</sup>

<sup>1</sup>PhD Candidate of Sport Management,  
Faculty of Physical Education and  
Sport Sciences, Central Tehran  
Branch, Islamic Azad University,  
Tehran, Iran

<sup>2</sup>Associate Professor, Faculty of  
Physical Education and Sport Sciences,  
Central Tehran Branch, Islamic Azad  
University, Tehran, Iran

<sup>3</sup>Assistant Professor, Faculty of  
Physical Education and Sport Sciences,  
Central Tehran Branch, Islamic Azad  
University, Tehran, Iran

<sup>4</sup>Assistant Professor, Faculty of  
Physical Education and Sport Sciences,  
Central Tehran Branch, Islamic Azad  
University, Tehran, Iran

Email: dr\_alizarei@yahoo.com

#### Abstract

**Introduction:** The purpose of this study was to investigate the effects of using virtual social networks with the mediating role of quality of life on general health of veteran and disabled athletes in Iran. **Methods:** The research method is descriptive and correlational. The statistical population of this study consisted of all veteran and handicapped athletes of Iran in 1977. The sampling method was multistage cluster random sampling. According to Morgan table, the sample size was 384 and a total of 390 questionnaires were collected. A researcher-made questionnaire on the use of virtual social networks, Roland et al (2006) and Goldberg General Health Questionnaire (GHQ) were used for data collection. Data were analyzed using one-sample t-test, Pearson correlation coefficient and linear regression coefficient and SPSS software version 22 at the significant level of 0.05.

**Results:** The results showed that there is no significant relationship between virtual social networks and public health, but the mediating effect of quality of life in the causal relationship between social networks and public health is significant ( $P \geq 0.001$ ).

**Conclusion:** It seems that social networking as a supporter and enhancer can improve the quality of life and consequently promote public health. **Key words:** Virtual Social Networks, Quality of Life, Public Health, Physical Activity, Veterans, Disabled