



## Research Paper

# Psychometric Properties of the Social Media-induced Depression Tendency Scale in Adolescents and Young Adults

Shamsi Rezaei<sup>1\*</sup>, Rahim Yousefi<sup>2</sup>

1. PhD Candidate in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational and Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran
2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational and Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran

### Article info:

Received: 27.07.2025

Revised: 11.10.2025

Accepted: 16.12.2025

### Keywords:

social media, depression, psychometrics, adolescents



Publisher: University of Zanjan

### Abstract

The present study evaluated the psychometric properties of the Scale for Social Media- Induced Depression (SMID) in an Iranian sample, given rising rates of depression among adolescents and young adults alongside expanding social media engagement; using a descriptive correlational (psychometric) design, the SMID was administered to 550 participants aged 15–35 in Karaj (year 1404) recruited via convenience sampling, and confirmatory factor analysis (CFA) was conducted with LISREL 10.2 to compare competing measurement models and test the proposed three-factor structure (sensitivity and attention seeking, self-devaluation, and avoidance of reality); the CFA supported the three-factor model with satisfactory fit indices (RMSEA = 0.04, GFI = 0.95, NFI = 0.93, CFI = 0.95, SRMR = 0.05) and significant standardized loadings for items on their respective factors, internal consistency (Cronbach's  $\alpha$ ) for the subscales ranged from 0.70 to 0.74 indicating acceptable reliability, and known-groups validity was examined via independent-samples t-test comparing participants with <5 hours versus  $\geq 5$  hours of daily social media use, those with  $\geq 5$  hours scored significantly higher on SMID ( $p < 0.05$ ), providing convergent evidence for construct validity; limitations include the convenience sampling method, single-city data collection, reliance on self-report measures, and cross-sectional design, which restrict generalizability and preclude causal inference; nonetheless, findings suggest that the SMID is a reliable and valid instrument for assessing tendencies toward social media-related depressive symptoms in Iranian adolescents and young adults and may be useful for screening and evaluating intervention outcomes, while future research should address test-retest reliability, examine convergent and predictive validity with clinical measures, and replicate the validation in larger, more diverse and clinical samples to further establish the scale's robustness and cross-cultural applicability.

Use your device to scan and read the article online



**Citation:** Rezaei, Sh., & Yousefi, R. (2026). Psychometric Properties of the Social Media-induced Depression Tendency Scale in Adolescents and Young Adults. *Iranian Journal of Psychoeducational Assessment*, 1 (2), 251-263. <https://doi.org/10.30470/ijpa.2025.733217>

\*Corresponding Author: Shamsi Rezaei

Address: Department of Psychology, Faculty of Educational and Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran

Email: shamsiirezaei@gmail.com

## Extended Abstract

### Introduction

The rapid expansion of social media in recent years particularly among adolescents and young adults, has raised growing concerns about its psychological consequences. Epidemiological evidence indicates an increasing prevalence of depression in these age groups, and continuous exposure to social media content is considered a potential contributing factor. Conventional depression instruments are generally designed to assess lifetime or general depressive symptoms and may not capture experiences specifically associated with social media use. To address this gap, Ugwu et al. (2023) developed the 15-item Scale for social media-Induced Depression Tendency (SMIDT), which measures three dimensions: sensitivity/attention seeking, worthlessness, and escapism/avoidance of reality. The present study aimed to examine the psychometric properties (content validity, factor structure, internal consistency, and temporal stability) of the SMIDT in a sample of Iranian adolescents and young adults, and to provide a validated measure for research and clinical use in Iran.

### Methods

This applied study employed a descriptive-correlational (psychometric) design focusing on instrument validation. Item drafts were first reviewed qualitatively by a panel of six clinical and educational psychology experts for relevance, clarity, simplicity, and cultural appropriateness; quantitative content validity indices were subsequently computed and items revised accordingly. Construct validity was examined via confirmatory factor analysis (CFA) using LISREL 10.2. Competing measurement models tested included a baseline model, one-factor, two-factor, independent three-factor, correlated three-factor, and a second-order three-factor model; covariance between the errors of items 4 and 5 was freed in the three-factor models as appropriate. Internal consistency was assessed with Cronbach's alpha, and temporal stability was evaluated via a one-week test-retest ( $n = 42$ ). Known-groups validity was assessed by comparing randomly selected subsamples ( $n = 50$  each) reporting less than 5 hours versus more than 5 hours of daily social media use, using independent-samples  $t$  tests. The target population comprised residents of Karaj aged 15–35 in 1404; initial sample size was determined by Cochran's formula ( $n = 380$ ) but 550 questionnaires were distributed to allow for nonresponse. After excluding 18 incomplete questionnaires, 532 respondents were included in the final analyses. Participants included high-school students ( $n = 157$ ), university students ( $n = 153$ ), unemployed ( $n = 120$ ) and employed ( $n = 102$ ); 281 were female and 251 males. Mean age was 22.95 years ( $SD = 13.36$ ).

### Results

Descriptive statistics showed item means clustered around mid-scale values and item-total correlations were positive and significant for most items, indicating adequate item contribution to the total score. CFA model comparisons indicated that the second-order three-factor model provided the best fit to the data. Fit indices for this model were satisfactory ( $\chi^2/df = 1.68$ ; RMSEA = 0.040; GFI = 0.95; NFI = 0.93; CFI = 0.95; SRMR = 0.050), with eight of nine evaluated indices in acceptable ranges. Standardized factor loadings and  $t$  values indicated that all items loaded significantly on their respective latent factors ( $t$  values exceeding conventional thresholds). Internal consistency for the total scale was acceptable (Cronbach's  $\alpha = 0.79$ ), and subscale alphas were 0.74 (sensitivity/attention seeking), 0.71 (worthlessness), and 0.70 (escapism/avoidance of reality). Test-retest reliability over a one-week interval yielded a correlation of  $r = 0.85$ , supporting temporal stability. Known-groups analyses revealed that participants reporting more than 5 hours of daily social media use obtained significantly higher scores on the overall SMIDT and on each subscale compared to those using social media less than 5 hours per day ( $p < .05$ ), providing additional support for construct validity.

### Conclusion

The present validation study indicates that the Persian version of the SMIDT demonstrates satisfactory psychometric properties in a sample of Iranian adolescents and young adults. The scale's second-order three-factor structure - sensitivity/attention seeking, worthlessness, and

escapism/avoidance - was confirmed and aligns with the theoretical formulation proposed by Ugwu et al. (2023). Internal consistency and test-retest reliability were within acceptable ranges, and the scale discriminated between groups with differing levels of daily social media use in the expected direction, strengthening evidence for construct validity. These findings are consistent with prior research linking excessive social media engagement to elevated depressive symptoms and related cognitive-affective processes such as social comparison, perceived social rejection, and diminished self-worth.

Nonetheless, several limitations warrant caution. The study relied on self-report measures, which can introduce bias, and the cross-sectional design precludes causal inference. Although sampling combined cluster selection of city regions with data collection in schools and public venues and online administration, the study was conducted in a single city (Karaj), which limits generalizability. Future research should evaluate measurement invariance across demographic subgroups and clinical populations, examine convergent and predictive validity against clinical interviews and other established measures, and employ longitudinal designs to clarify temporal and causal relationships. Larger, more diverse samples and cross-cultural replications would further establish the robustness of the SMIDT.

In summary, the SMIDT appears to be a reliable and valid instrument for assessing tendencies toward social media-Induced depression among Iranian adolescents and young adults. It may serve as a useful tool for screening, research into mechanisms linking social media use and mental health, and evaluation of interventions aimed at mitigating negative psychological effects associated with problematic social media use.

#### **Ethical considerations**

In the present study, the principles of research ethics, including informed consent, confidentiality, and privacy, were observed, and participation in the study did not cause any harm to the participants.

#### **Funding**

All research expenses were covered by the authors, and no financial support was received for this study.

#### **Author contributions**

Shamsi Rezaei was responsible for the conceptualization of the study, methodology design, data collection and analysis, and drafting the initial manuscript, while Rahim Yousefi was responsible for critical revision and final editing of the manuscript as well as scientific supervision.

#### **Conflict of interest**

The authors declare no conflicts of interest.



## مقاله پژوهشی

## ویژگی‌های روانسنجی مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی در نوجوانان و جوانان

شمسی رضائی<sup>۱\*</sup>، رحیم یوسفی<sup>۲</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

۲. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

## چکیده

نرخ افسردگی در میان نوجوانان و جوانان در دهه‌های اخیر افزایش یافته است و همزمان با رشد سریع شبکه‌های اجتماعی قرار گرفته است؛ از آنجا که شناسایی و مقابله با افسردگی مرتبط با استفاده مشکل ساز شبکه‌های اجتماعی نیازمند ابزارهای سنجش اختصاصی است، پژوهش حاضر با هدف اعتباریابی مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی (SMID) انجام شد. بنابراین این پژوهش با هدف اعتباریابی مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی (SMID) انجام شد. روش پژوهش توصیفی همبستگی به طور ویژه روانسنجی بود. جامعه پژوهش شامل نوجوانان و جوانان ۱۵ تا ۳۵ سال شهر کرچ در سال ۱۴۰۴ بود که ۵۵۰ نفر از آنها به روش در دسترس انتخاب انتخاب شدند و مقیاس SMID را تکمیل کردند. تحلیل عاملی تأییدی نشان داد ساختار سه‌عاملی مقیاس شامل حساسیت و جلب توجه، خودتحقیری و اجتناب از واقعیت، برازش مطلوبی با داده‌ها دارد ( $RMSEA = ۰/۰۴$ ،  $GFI = ۰/۹۵$ ،  $NFI = ۰/۹۳$ ،  $CFI = ۰/۹۵$ ،  $SRMR = ۰/۰۵$ ). آزمون  $t$  برای مقایسه گروه‌های شناخته شده نیز تفاوت معناداری بین دو گروه کاربران با کمتر از ۵ ساعت و بیشتر از ۵ ساعت استفاده روزانه نشان داد که از روایی سازه حمایت می‌کند. ضرایب همسانی درونی خرده‌مقیاس‌ها در بازه ۰/۷۰ تا ۰/۷۴ قرار داشت. طبق نتایج می‌توان نتیجه گرفت که مقیاس SMID ابزاری قابل اتکا و معتبر برای سنجش گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی در نمونه ایرانی است و قابلیت استفاده در تحقیقات غربالگری و ارزیابی اثربخشی مداخلات را دارد؛ با این حال محدودیت‌هایی از جمله نمونه‌گیری در دسترس و انجام پژوهش در یک شهر واحد وجود دارد و مطالعات آتی می‌توانند با نمونه‌های بزرگتر و متنوع‌تر اعتبار مقیاس را تکمیل تر کنند.

## اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۰۵

تاریخ داوری: ۱۴۰۴/۰۷/۱۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۲۵

## واژه‌های کلیدی:

رسانه‌های اجتماعی، افسردگی،

روانسنجی، نوجوانان



ناشر: دانشگاه زنجان

**استناد:** رضائی، ش.، و یوسفی، ر. (۱۴۰۴). ویژگی‌های روانسنجی مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی در نوجوانان و جوانان. *سنجش روانی تربیتی*، ۱(۲)، ۲۵۱-۲۶۳.

<https://doi.org/10.30470/ijpa.2025.733217>

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن

مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



\* نویسنده مسئول: شمسی رضائی

نشانی: گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

پست الکترونیکی: shamsiirezaei@gmail.com

## مقدمه

امروزه رسانه‌های اجتماعی به بخشی جدایی‌ناپذیر از فرهنگ مدرن تبدیل شده‌اند (سیبروک<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). ظهور این شبکه‌ها، شیوه برقراری ارتباط و تعامل افراد، جوامع و سازمان‌ها را دستخوش تغییر کرده است (نگای<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). رسانه‌هایی مانند اینستاگرام، تلگرام و توییتر به دلیل ویژگی‌هایی نظیر سهولت دسترسی، رایگان بودن و امکان برقرار ساختن ارتباط هم‌زمان با افراد متعدد، جذابیت بالایی دارند و به طور گسترده مورد استفاده قرار می‌گیرند. اگر چه گسترش این رسانه‌ها تحولاتی را در جوامع ایجاد کرده است، با این حال، نگرانی‌هایی در مورد پیامدهای اجتماعی، فیزیکی و روانی آنها وجود دارد (مک‌کری<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷).

استفاده از رسانه‌های اجتماعی در سراسر جهان، به ویژه در میان کودکان و نوجوانان بسیار شایع است، رسانه‌های الکترونیک مانند تلفن‌های همراه، کنسول‌های بازی ویدئویی، دستگاه‌های پخش ویدئو، تلویزیون و رایانه‌ها که روزبه‌روز سبک‌تر شده و حمل آنها راحت‌تر شده و هیچ محدودیت زمانی و مکانی در استفاده از آنها وجود ندارد، بخش قابل توجهی از زندگی روزمره را به خود اختصاص داده‌اند (ریدچاسیاکوس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶؛ سئو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۷). تعریف مفهوم رسانه‌های اجتماعی به طور مدام در حال تحول و تغییر است. به طور کلی این اصطلاح به بسترهای آنلاین گوناگون، نرم‌افزارها و وبگاه‌هایی اطلاق می‌شود که ایجاد و اشتراک محتوای تولید شده توسط کاربر و همچنین ارتباط با دیگران را تسهیل می‌کنند (کاپلان و هانلین<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰). در تعریف دیگری آمده است که رسانه‌های اجتماعی، به شبکه‌های متنوع مبتنی بر اینترنت اطلاق می‌شود که کاربران را قادر می‌سازند با دیگران به صورت کلامی و بصری ارتباط برقرار کنند (کار و هیز<sup>۷</sup>، ۲۰۱۵). این مفهوم در دهه ۱۹۹۰ میلادی و پس از گسترش استفاده از اینترنت با راه‌اندازی «Open Diary» توسط بروس و سوزان آبلسون در سال ۱۹۹۸ (کاپلان و همکاران، ۲۰۱۰) و «Six Degrees» توسط اندرو و واینریچ در سال ۱۹۹۷ (پریماک و اسکوبار-ویرا<sup>۸</sup>، ۲۰۱۷) ظهور کرد. با این حال، موفقیت چشمگیر رسانه‌های اجتماعی تا اواسط دهه ۲۰۰۰ میلادی و ظهور رسانه‌های محبوبی مانند فیس‌بوک و توییتر که تعریف امروزی آن را شکل دادند، به دست نیامد. از آن زمان، رسانه‌های جدید متعددی با سرعتی فزاینده ظهور کرده‌اند، از جمله شبکه‌های حرفه‌ای مانند لینکدین، یا وبگاه‌های آموزشی مانند ویکی‌پدیا که اطلاعات ارزشمندی را به کاربران ارائه می‌دهند. رسانه‌های اجتماعی شامل بازی‌های اجتماعی، دنیاهای مجازی و بسترهای پخش بازی‌های ویدئویی مانند Twitch نیز می‌شوند. دسترسی رسانه‌های اجتماعی به جوامع در سراسر جهان گسترش یافته و بر تعاملات، افکار و رفتارها از نظر اقتصادی و سیاسی نیز تأثیر می‌گذارد. از آنجا که این پدیده در جامعه مدرن به امری ضروری تبدیل شده و سبب جایگزینی تعاملات چهره‌به‌چهره با پیام‌های متنی و تماس‌های ویدئویی شده است، باید منتظر ماند و دید که تحولات آتی این پدیده به کدام سو خواهد رفت. آینده‌ای که به سوی آنچه تحت عنوان «متاورس»<sup>۹</sup>، پروژه‌ای باتجربه‌ای تعاملی‌تر و فراگیرتر برای کاربران، پیش می‌رود (سیایف و جو<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۱).

وجود این امکانات موجب شده تا تعاملات اجتماعی در اینترنت و رسانه‌های اجتماعی، نقش مهمی را در زندگی بسیاری از نوجوانان و جوانان ایفا کنند، به طوری که نظرسنجی اخیر ایسپا در ایران نشان داده است که حداقل ۷۸/۵ درصد مردم از یک رسانه اجتماعی استفاده می‌کنند که این میزان در بین جوانان ۱۸ تا ۲۹ سال، به ۹۶/۹ درصد می‌رسد (مرکز افکارسنجی دانشجویان ایران، ۱۴۰۱). به طور کلی نوجوانان حدود هشت ساعت در روز از رسانه‌های الکترونیک استفاده می‌کنند (بیکهام<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). این در حالی است که دستورالعمل‌های بین‌المللی توصیه به استفاده کمتر از دو ساعت در روز از صفحه نمایش توسط کودکان و نوجوانان دارند (آکادمی پزشکی اطفال آمریکا<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۱). این نوع استفاده نوجوانان و جوانان از رسانه‌های اجتماعی، سبب بروز نگرانی‌هایی در خصوص افزایش پیامدهای منفی آن برای سلامت روان، به ویژه افسردگی شده است (پریماک و اسکوبار-ویرا، ۲۰۱۷).

افسردگی، شایع‌ترین اختلال روانی و یکی از علل مرگ و میر بین نوجوانان و جوانان محسوب می‌شود که ابتلا به آن می‌تواند سبب اختلال در کسب مهارت‌های اجتماعی، کاهش رشد شناختی، اختلال در فعالیت‌های درسی، افت تحصیلی، ترک تحصیل و حتی درگیری با دستگاه حقوقی و قانونی منجر شود (کوپلند<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۴؛ گور<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). همچنین افسردگی با رفتارهای مخرب سلامت، مانند چاقی، افزایش خطر سوء‌مصرف مواد و اقدام به خودکشی همراه است (تاپار<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). بروز افسردگی در نوجوانی و اوایل جوانی اغلب به اوج خود می‌رسد و این افراد در معرض خطر بیشتر بروز مشکل در روابط بین‌فردی، اشتغال و عملکرد روانی مشکل‌ساز قرار می‌گیرند (شنسا<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). افسردگی با ترکیبی از عوامل بیولوژیکی، روان‌شناختی و اجتماعی در ارتباط است و برخی تحقیقات نشان داده‌اند که قرارگرفتن در معرض رسانه‌ها، مانند بازی‌های ویدئویی، تلویزیون،

1 Seabrook

2 Ngai

3 McCrae

4 Reid Chassiakos

5 Seo

6 Kaplan &amp; Haenlein

7 Carr &amp; Hayes

8 Primack &amp; Escobar-Viera

9 Siyaeu &amp; Jo

10 Bickham

11 American Academy of Pediatrics

12 Copeland

13 Gore

14 Thapar

15 Shensa

فیلم‌ها و اینترنت با شکل‌گیری افسردگی در نوجوانان و جوانان ارتباط دارد (کنارد<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). در اواخر دهه ۹۰ میلادی، کرات<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۹۸) و یانگ و راجرز<sup>۳</sup> (۱۹۹۸)، شواهد اولیه‌ای که حاکی از افزایش خطر ابتلا به افسردگی در استفاده مکرر از اینترنت را داشت، ارائه کردند. بر اساس داده‌های همه‌گیرشناسی پیش از گسترش استفاده از رسانه‌های اجتماعی، خطر ابتلا به اختلال افسردگی اساسی در نوجوانان، ۲ تا ۵ درصد برآورد شده بود (اوگوو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). این در حالی است که در طول دهه گذشته تعداد نوجوانان افسرده افزایش یافته است (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۱).

در این میان، ارزیابی علمی و دقیق این تأثیرات نیازمند استفاده از ابزارهای روانسنجی استاندارد و معتبر است. در اکثر مطالعات افسردگی، ابزارها برای بررسی در طول عمر طراحی شده‌اند. برای نمونه، می‌توان به پرسشنامه افسردگی بک (بک و همکاران، ۱۹۹۸) برای بزرگسالان و پرسشنامه افسردگی کودکان و نوجوانان (رینولدز و کامپهاوس، ۲۰۰۴) اشاره کرد. از آنجایی که نگرانی‌های خاص سلامت روان مانند افسردگی پس از زایمان و افسردگی اختلال ملال پیش از قاعدگی به وقایع جزئی در زندگی افراد توجه دارند، نیاز به بررسی نقش رسانه‌های اجتماعی در ایجاد افسردگی در افراد وجود دارد (اوگوو و همکاران، ۲۰۲۳). در حالی که مطالعات طولی ارتباط بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی و ابتلا به افسردگی را نشان می‌دهند (پریماک و همکاران، ۲۰۲۱)، پژوهشگران هنوز تجربه افسردگی را در این چارچوب بررسی نکرده‌اند. با این حال، در سال‌های اخیر مقیاس معتبری برای اندازه‌گیری افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی طراحی شده است. یکی از این ابزارها، مقیاس ۱۵ گویه‌ای «گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی»<sup>۵</sup> (SMIDT) است که توسط اوگوو و همکاران در سال ۲۰۲۳ به منظور اندازه‌گیری ابعاد فکری، احساسی و رفتاری مرتبط با استفاده از رسانه‌های اجتماعی طراحی و اعتبارسنجی شده است. این مقیاس سه عامل اصلی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد: (۱) حساسیت/جلب توجه (تمایل به دریافت توجه و بازخورد از دیگران و حساسیت نسبت به نظرات آنها)، (۲) خودتحقیری (احساس بی‌ارزشی و کاهش عزت‌نفس در ارتباط با رسانه‌های اجتماعی) و (۳) گریز از واقعیت/اجتناب از واقعیت (استفاده از رسانه‌های اجتماعی به عنوان راهی برای فرار از مشکلات زندگی) (اوگوو و همکاران، ۲۰۲۳). در همین راستا، در مطالعه وینیتا<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۲۴) تأثیر استفاده از رسانه‌های اجتماعی بر سلامت روان دانشجویان بررسی شد و داده‌های پژوهش با استفاده از ابزار SMIDT گردآوری گردید. نتایج نشان داد که استفاده گسترده از رسانه‌های اجتماعی با پیامدهای روان‌شناختی معناداری همراه است؛ به گونه‌ای که بخش قابل توجهی از دانشجویان سطوح متوسط تا بالایی از حساسیت هیجانی، احساس بی‌ارزشی و گرایش به اجتناب از واقعیت را تجربه می‌کنند. این یافته‌ها حاکی از افزایش آسیب‌پذیری روانی دانشجویان در بستر تعاملات دیجیتال است.

نظر به اهمیت ارزیابی دقیق پیامدهای روان‌شناختی ناشی از کاربری رسانه‌های اجتماعی و با عنایت به ضرورت وجود ابزاری معتبر و استاندارد در این زمینه، به ویژه در جامعه جوانان ایرانی، پژوهش حاضر با هدف اعتباریابی مقیاس SMIDT انجام شده است. انتظار می‌رود نتایج این پژوهش، ضمن فراهم‌آوردن ابزاری مناسب برای سنجش این پدیده در جامعه ایران، به پژوهشگران و درمانگران در ارزیابی اثربخشی مداخلات روان‌شناختی و در نهایت، ارتقای سطح سلامت روان جوانان یاری رساند.

## روش پژوهش

روش این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از حیث گردآوری داده‌ها، توصیفی-همبستگی بود؛ با تأکید ویژه بر سنجش ویژگی‌های روانسنجی ابزار از طریق تحلیل عاملی. به عبارت دیگر هدف اصلی، ارزیابی روایی و پایایی SMIDT بود تا مشخص شود ابزار برای کاربرد در مطالعات و کاربردهای بالینی مناسب است. برای این منظور ابتدا روایی محتوایی به صورت کیفی و کمی بررسی شد، پنل‌های تخصصی از کارشناسان و صاحب‌نظران موضوع به بازبینی گویه‌ها پرداخته و اصلاحات لازم را پیشنهاد کردند و سپس شاخص‌های کمی مانند نسبت روایی محتوا و شاخص روایی محتوا برای هر گویه محاسبه شد تا پوشش محتوایی مقیاس تأیید شود. در ادامه روایی سازه از طریق تحلیل عاملی تأییدی مورد ارزیابی قرار گرفت، به طوری که ساختار عاملی پیشنهادی آزمون با داده‌های نمونه مقایسه و شاخص‌های برازش مدل مانند RMSEA، CFI، GFI و SRMR گزارش و تفسیر شد و بارهای عاملی و مقادیر آماره  $t$  برای تعیین ارتباط معنادار بین گویه‌ها و عوامل مورد توجه قرار گرفت. از نظر پایایی، همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ سنجیده شد و به عنوان معیار اولیه ثبات سازه مقیاس گزارش شد، و همچنین پایایی زمانی از طریق آزمون بازآزمایی با یک فاصله زمانی مناسب به منظور ارزیابی ثبات نمرات در طول زمان انجام شد.

## مشارکت‌کنندگان

جامعه پژوهش را نوجوانان و جوانان ۱۵ تا ۳۵ سال ساکن شهر کرج در سال ۱۴۰۴ تشکیل دادند که از این جامعه نمونه‌ای با روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد؛ به طوری که ابتدا از میان ده منطقه شهر، پنج منطقه کرج مرکز، حصارک، عظیمیه، مهرشهر و فردیس به صورت تصادفی انتخاب شدند. پژوهشگر برای گردآوری داده‌ها به چهار مدرسه متوسطه دوم و مکان‌های عمومی مانند مترو، پارک و کافی‌شاپ‌ها مراجعه کرد، همچنین پرسشنامه‌ها به صورت کاغذی و برخط در بستر پایگاه اینترنتی PORSLINE بین افراد منتخب توزیع شد. حجم نمونه با فرمول کوکران و با سطح خطای ۰/۰۵ برابر ۳۸۰ نفر تعیین گردید، اما با لحاظ احتمال بی‌پاسخی پرسشنامه‌ها ۵۵۰ نسخه توزیع شد و در نهایت پس از حذف ۱۸ پرسشنامه ناقص، اطلاعات ۵۳۲

1 Kennard

2 Kraut

3 Young & Rogers

4 Ugwu

5 Social Media-Induced Depression Tendency

6 Vinita

شرکت‌کننده وارد تحلیل نهایی شدند. از میان این ۵۳۲ نفر، ۱۵۷ نفر دانش‌آموز دوره متوسطه دوم، ۱۵۳ نفر دانشجوی، ۱۲۰ نفر بیکار و ۱۰۲ نفر شاغل بودند؛ ۲۸۱ نفر زن و ۲۵۱ نفر مرد گزارش شدند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۲/۹۵ سال و انحراف معیار آن ۱۳/۳۶ گزارش شد.

### ابزار پژوهش

**مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی (SMIDT):** مقیاسی برای سنجش گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی است که در سال ۲۰۲۳ توسط اوگو و همکاران طراحی شده است. این مقیاس از ۱۵ گویه تشکیل شده است، مانند «من احساس می‌کنم وقتی پست‌هایم لایک یا کامنت ندارند، بی‌ارزش هستم» که افسردگی را در سه عامل اندازه‌گیری می‌کند: حساسیت/ جلب توجه، خودتحقیری و گریز/ اجتناب از واقعیت. پاسخ‌ها با استفاده از مقیاس لیکرت ۵ امتیازی، از ۱ (اصلاً) تا ۵ (کاملاً مطابق) سنجیده می‌شوند. نمرات بالاتر گزارش شده توسط افراد نشان‌دهنده گرایش بیشتر به افسردگی ناشی از استفاده از شبکه‌های اجتماعی در گذشته نزدیک آنها است. در مطالعه اوگو و همکاران (۲۰۲۳) روایی سازه، افتراقی و همزمان تعیین شد و سه عامل (حساسیت/توجه‌جویی، خودتحقیری و گریز/ واقعیت/اجتناب از واقعیت) شناسایی شدند که ۸۷/۵۵ درصد از واریانس را توضیح می‌دادند. آنان ضریب آلفای کرونباخ نمره کل را ۰/۸۱ به دست آوردند.

### یافته‌ها

در جدول ۱ آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار هر گویه، ضریب همبستگی گویه با نمره کل و مقادیر کجی و کشیدگی ارائه شده است.

جدول ۱

شاخص‌های توصیفی مربوط به وضعیت هر یک از گویه‌ها

گویه	میانگین	انحراف معیار	همبستگی گویه-نمره کل	کجی	کشیدگی
۱	۲/۰۱	۱/۲۹	۰/۳۵**	۰/۰۱	-۰/۸۳
۲	۲/۰۷	۱/۳۴	۰/۳۳**	۰/۰۹	-۰/۱۹
۳	۲/۱۸	۱/۲۲	۰/۴۸**	۰/۱۰	-۰/۸۴
۴	۲/۰۲	۱/۳۷	۰/۴۶**	۰/۰۲	-۰/۲۰
۵	۲/۱۳	۱/۳۲	۰/۳۳**	۰/۱۱	-۰/۱۱
۶	۲/۱۹	۱/۲۸	۰/۴۲**	۰/۲۳	-۰/۹۷
۷	۲/۳۱	۱/۱۴	۰/۴۳**	۰/۴۵	-۰/۵۲
۸	۲/۰۵	۱/۳۲	۰/۳۶**	۰/۰۶	-۰/۱۱
۹	۱/۹۱	۱/۳۲	۰/۳۸**	۰/۰۶	-۰/۱۳
۱۰	۱/۹۰	۱/۳۳	۰/۴۸**	۰/۰۴	-۰/۱۴
۱۱	۱/۹۷	۱/۳۰	۰/۳۹**	۰/۰۵	-۰/۱۰
۱۲	۲/۱۲	۱/۲۸	۰/۴۲**	۰/۱۴	-۰/۰۴
۱۳	۲/۰۴	۱/۳۶	۰/۴۷**	۰/۰۳	-۰/۲۲
۱۴	۲/۰۷	۱/۲۶	-۰/۳۷**	۰/۰۳	-۰/۰۵
۱۵	۱/۹۵	۱/۳۵	-۰/۳۶**	۰/۰۲	-۰/۲۳

\*\* P<0.01

با توجه به جدول ۱، میانگین‌ها تقریباً بین ۱/۹۰ تا ۲/۳۱ قرار دارند. این میانگین‌ها نشان می‌دهند که پاسخ‌دهندگان معمولاً به سمت گزینه‌های میانی یا کمی بالاتر گرایش داشته‌اند. مقادیر انحراف معیار بین حدود ۰/۹۱ تا ۲/۰۷ متغیر است که نشان می‌دهد پراکندگی پاسخ‌ها در گویه‌های مختلف متفاوت است. به طور کلی گویه‌ها پاسخ‌های متعادلی دریافت کرده‌اند و در دامنه قابل قبول قرار دارند. در عین حال برخی گویه‌ها تنوع پاسخ بیشتری دارند که می‌تواند به بهبود روایی پرسشنامه کمک کند. همبستگی گویه-نمره کل برای بیشتر گویه‌ها مثبت و قابل قبول (بین حدود ۰/۲۹ تا ۰/۴۸) است که بیانگر همبستگی مناسب هر گویه با کل آزمون است. این همبستگی‌ها از نظر آماری معنادار ( $P < 0.01$ ) هستند که نشان می‌دهد گویه‌ها در اندازه‌گیری سازه مدنظر مؤثرند. کشیدگی و کجی بیشتر گویه‌ها در بازه‌های معقول قرار دارند و نشان‌دهنده توزیع تقریباً متقارن یا با انحراف کم است.

**اعتبار:** ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۹ به دست آمد و برای سه مقیاس جلب توجه و حساسیت، خودتحقیری و اجتناب از واقعیت به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۱ و ۰/۷۰ به دست آمد. پایایی آزمون با دو بار اجرای آزمون با فاصله یک هفته در یک گروه ۴۲ نفری بررسی شد. همبستگی ۰/۸۵ بین دو بار اجرای آزمون در یک گروه، شاهدهی برای پایایی مقیاس است. با این بررسی اعتبار و پایایی مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی تأیید شد.

**روایی محتوایی:** برای بررسی روایی محتوایی، پیش‌نویس گویه‌ها همراه با شرح هدف و تعریف مفهومی در اختیار شش متخصص روان‌شناسی بالینی و تربیتی گذاشته شد و هر کدام به طور فردی گویه‌ها را از نظر مرتبط بودن با هدف، وضوح، سادگی زبان و عدم ابهام بازبینی و پیشنهادات اصلاحی ارائه

کردند؛ سپس در جلسه هم‌اندیشی گروهی نظرات بررسی و اولویت‌بندی شد و اصلاحات عمدتاً معطوف به شفاف‌سازی صورت‌بندی و تطابق گویه‌ها با زبان و فرهنگ مخاطب اعمال گردید. نسخه بازنگری شده مجدداً به متخصصان ارسال و تأیید آنها دریافت و در نهایت شواهد کیفی مبنی بر همخوانی نظری گویه‌ها با هدف آزمون مستند شد.

**روایی عاملی:** با توجه به استفاده پیشین مقیاس تمایل به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی نوجوانان در پژوهش اوگوو و همکاران (۲۰۲۳) و وجود ساختار عاملی مفروض، برای سنجش روایی عاملی از تحلیل عاملی تأییدی با نرم‌افزار LISREL10.2 استفاده شد. در این تحلیل چند مدل پیشنهادی شامل مدل پایه، مدل تک عاملی، مدل دو عاملی، مدل سه عاملی همبسته و مدل سه عاملی با عامل مرتبه دوم با یکدیگر مقایسه شدند. لازم به ذکر است که در مدل‌های سه عاملی مستقل، سه عاملی همبسته و سه عاملی مرتبه دوم کواریانس خطای بین گویه‌های ۴ و ۵ آزاد در نظر گرفته شد. نتایج تحلیلی در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲

مقایسه شاخص‌های برازش در مدل‌های مختلف

شاخص‌های برازش							مدل	
SRMR	RMSEA	CFI	NFI	GFI	X <sup>2</sup> /df	df	X <sup>2</sup>	
۰/۱۱	۰/۱۲	۰/۷۰	۰/۷۸	۰/۷۴	۳/۴۴	۱۰۵	۳۶۱/۵۵	پایه
۰/۰۹	۰/۱۰	۰/۸۱	۰/۸۷	۰/۸۲	۲/۲۵	۹۸	۲۲۰/۶۹	تک عاملی
۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۹۰	۰/۸۳	۰/۹۲	۱/۵۶	۹۰	۱۴۰/۱۲	سه عاملی مستقل
۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۹۲	۰/۹۲	۰/۹۴	۱/۷۹	۸۷	۱۵۵/۵۹	سه عاملی همبسته
۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۹۵	۰/۹۳	۰/۹۵	۱/۶۸	۸۶	۱۴۰/۷۷	سه عاملی مرتبه دوم

طبق اطلاعات جدول ۲ بهترین شاخص‌های برازش متعلق به مدل سه عاملی مرتبه دوم است. بنابراین این مدل برای تحلیل انتخاب شد. شاخص‌های برازش گزارش شده در این ردیف نشان می‌دهند از بین ۹ شاخص بررسی شده ۸ شاخص در وضعیت مطلوب قرار دارند. مقدار خی دو به حجم نمونه حساس است و در نمونه‌های بزرگ شاخص معتبری برای ارزیابی برازش مدل نیست. بنابراین می‌توان گفت برازش کلی مدل اندازه‌گیری مطلوب و پذیرفتنی است.

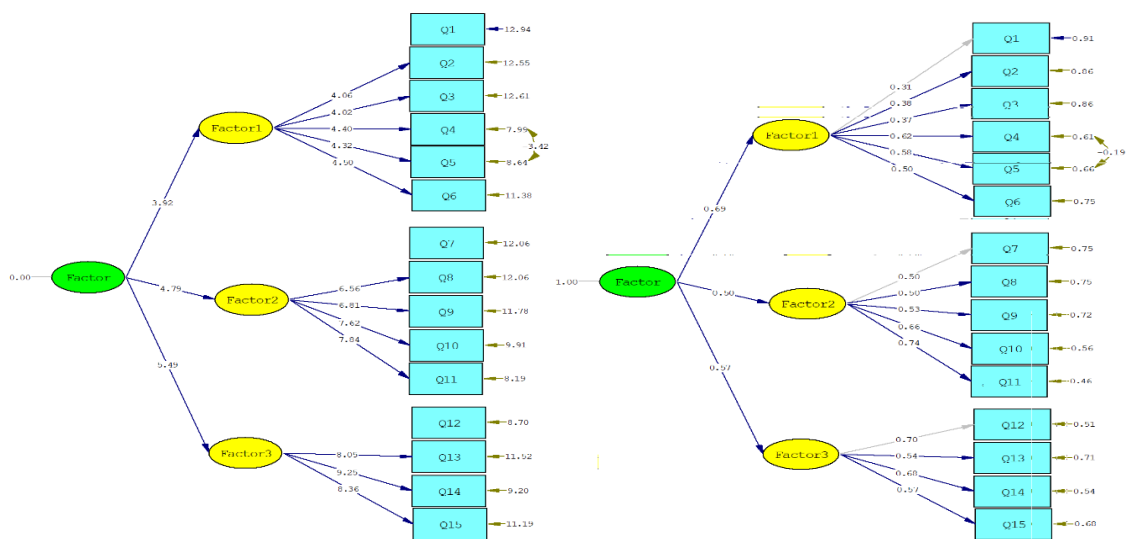
در جدول ۳ نتایج مدل تحلیل عاملی تأییدی گزارش شده است؛ بارهای عاملی استاندارد و مقادیر t در این جدول آمده‌اند. گویه‌هایی که مقدار t آنها بیشتر از ۱/۹۶ است رابطه معناداری با عامل زیربنایی خود نشان می‌دهند.

جدول ۳

نتایج تحلیل مدل اندازه‌گیری مقیاس افسردگی ناشی از شبکه‌های اجتماعی

عامل	گویه	بار عاملی	t
خود تحقیری	انتظار دارم مردم به هر آنچه منتشر می‌کنم توجه کنند.	۰/۳۱	۴/۰۶
	من می‌خواهم محبوب باشم، به همین دلیل اغلب از پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی استفاده	۰/۳۸	۴/۰۲
	نظر دوستان مجازی برای من مهم است.	۰/۳۷	۴/۴۰
	وقتی یکی از دنبال‌کنندگانم من را آنفالو یا از دوستان خود حذف می‌کند، ناراحت می‌شوم.	۰/۶۲	۴/۳۲
	پست‌های من بازتاب دهنده حال و هوای فعلی من هستند.	۰/۵۰	۴/۵۰
	بیشتر چیزهایی که در شبکه‌های اجتماعی می‌بینم، حالم را بد میکند و یک جور آسیب می‌بینم.	۰/۵۰	۶/۵۶
	دیدن جوانان هم‌سن و سال من که استقلال مالی دارند، باعث احساس حقارت در من می‌شود.	۰/۵۰	۶/۸۱
	مرور صفحات رسانه‌های اجتماعی ام باعث ناامیدی از خودم می‌شود.	۰/۵۳	۷/۶۲
	مرور صفحات رسانه‌های اجتماعی ام باعث ناامیدی از خودم می‌شود.	۰/۶۶	۷/۸۴
	افراد در پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی می‌توانند نسبت به دیگران بی‌توجه باشند.	۰/۷۴	۸/۰۵
اجتناب از واقعیت	رسانه‌های اجتماعی مملو از افراد تنها و افسرده است.	۰/۷۰	۹/۲۵
	رسانه‌های اجتماعی مکان بسیار مناسبی برای پنهان کردن ضعف‌های من است.	۰/۵۴	۸/۳۶
	احساس راحتی بیشتری دارم که با یک دوست آنلاین به صورت آنلاین صحبت کنم تا حضوری.	۰/۶۸	
	داستان‌های خودکشی جوانان باعث می‌شود احساس کنم، فرار از واقعیت آسان است.	۰/۵۷	

در جدول ۳ بارهای عاملی استاندارد و مقدار t برای رابطه هر یک از سوالات با عامل زیربنایی گزارش شده است. ملاک ارزیابی میزان ارتباط هر سؤال با عامل زیربنایی، مقدار t و معنادار بودن آن است؛ مقدار t بالای ۲ نشان‌دهنده معناداری رابطه می‌باشد و همان‌طور که جدول نشان می‌دهد، تمام گویه‌ها رابطه معناداری با عامل زیربنایی دارند. در تصویر ۱ و ۲ نیز این اطلاعات نمایش داده شده‌اند.



تصویر ۲: مقدار t برای رابطه گویه با عامل زیربنایی

تصویر ۱: ضریب استاندارد برای رابطه گویه با عامل زیربنایی

**مقایسه گروه‌های شناخته شده:** در پرسشنامه یک سؤال وجود داشت که میزان استفاده شرکت‌کنندگان را از شبکه‌های اجتماعی می‌پرسید. میزان استفاده افراد بین ۱ ساعت تا بیشتر از ۱۰ ساعت گزینه‌بندی شده بود. برای انجام مقایسه گروه‌های شناخته شده ۵۰ نفر به طور تصادفی از بین افرادی که کمتر از ۵ ساعت استفاده می‌کردند و ۵۰ نفر به طور تصادفی از بین افرادی که بیشتر از ۵ ساعت مصرف را انتخاب کرده بودند انتخاب شدند. در جدول ۴ نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه میانگین مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از شبکه‌های مجازی و سه مؤلفه آن در دو گروه مشخص شده گزارش شده است.

جدول ۴

مقایسه میانگین افسردگی ناشی از فضای مجازی در دو گروه با میزان استفاده کم و زیاد

سطح معنی داری	t	میزان استفاده		عامل
		میزان استفاده		
		بیشتر از ۵ ساعت	کمتر از ۲ ساعت	
		M(SD)	M(SD)	
<۰/۰۰۱	۳/۷۹	۱۲/۴۰(۲/۵۸)	۱۰/۱۲(۳/۳۸)	جلب توجه و حساسیت
<۰/۰۰۱	۳/۴۶	۱۰/۷۸(۳/۵۵)	۸/۲۸(۳/۶۷)	خودتحقیری
۰/۰۲۲	۲/۳۱	۸/۰۴(۲/۷۰)	۶/۶۶(۳/۲۳)	اجتناب از واقعیت
<۰/۰۰۱	۲۲/۸۹	۳۱/۲۲(۴/۶۷)	۲۵/۰۶(۴/۱۶)	افسردگی ناشی از شبکه‌های اجتماعی

طبق انتظار منطقی، افسردگی ناشی از شبکه‌های مجازی در گروهی که استفاده بیشتری از شبکه‌های اجتماعی می‌کنند باید بیشتر باشد که طبق نتایج به دست آمده بیشتر است. این تفاوت در سطح کمتر از ۰/۰۵ معنی‌دار است. تأیید تفاوت بین گروه‌های شناخته شده به عنوان شاهدی تکمیلی نشان‌دهنده روایی سازه است.

### بحث و نتیجه‌گیری

اوگوو و همکاران (۲۰۲۳) به منظور تهیه مقیاسی برای شناسایی افراد در معرض خطر افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی، اقدام به ساختن مقیاس ۱۵ گویه‌ای نمودند که افسردگی را در سه عامل اندازه‌گیری می‌کند: حساسیت/جلب توجه، خودتحقیری و گریز/اجتناب از واقعیت. این محققان ویژگی‌های روانسنجی و قدرت تشخیصی مقیاس یاد شده را خوب توصیف کرده و آن را به عنوان یک مقیاس معتبر در این زمینه معرفی می‌نمایند. پژوهش حاضر با هدف بررسی روایی و اعتبار مقیاس گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی برای استفاده در جامعه جوانان ایرانی اجرا شده است. نتایج این مطالعه نشان داد که ابزار SMIDT از پایایی مطلوبی برخوردار است؛ به گونه‌ای که ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس و همچنین ضریب همبستگی بازآزمایی آن در سطح قابل قبولی قرار داشت. پس می‌توان گفت که مقیاس مذکور بر اساس انسجام درونی و ضریب بازآزمایی به

دست آمده دارای همگونی درونی و پایایی قابل قبول می‌باشد و با نتایج به دست آمده در مطالعه اوگوو و همکاران (۲۰۲۳) نیز همخوانی دارد. از آنجایی که شاخص ضریب بازآزمایی در پژوهش‌های پیشین گزارش نشده است، این یافته به عنوان یک بررسی نوآورانه مطرح می‌شود. در خصوص سایر پژوهش‌های انجام شده مربوط به مقیاس مورد مطالعه، در زمان تدوین این پژوهش تحقیق روانسنجی مشابهی غیر از مطالعه اصلی اوگوو و همکاران (۲۰۲۳) یافت نشد.

روایی محتوایی از طریق بحث و دریافت نظر یک گروه ۶ نفری از متخصصان روان‌شناسی بالینی و روان‌شناسی تربیتی حاکی از تأیید روایی محتوایی آزمون است که نشان‌دهنده تناسب گویه‌ها با مولفه‌های نظری مدنظر پژوهش بود. این یافته با نتایج بدست آمده در مطالعه اوگوو و همکاران (۲۰۲۳) همسو می‌باشد. همچنین به منظور بررسی روایی عاملی مقیاس، از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. نتایج این تحلیل نشان داد که همان ساختار عاملی مورد انتظار به دست آمد و مدل سه‌عاملی با عامل مرتبه دوم، در مقایسه با سایر مدل‌های پیشنهادی، از برازش مناسب‌تری برخوردار است. به طور کلی، شاخص‌های برازش حاکی از کفایت و پذیرش ساختار عاملی این مقیاس بودند. بر این اساس، مدل سه‌عاملی با عامل مرتبه دوم به عنوان ساختار عاملی بهینه برای این مقیاس انتخاب و تأیید شد. بنابراین مقیاس SMIDT به عنوان اولین مقیاس سنجش متمرکز بر گرایش به افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی از اعتبار و روایی مطلوبی در جمعیت ایرانی برخوردار بود.

همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد که میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی تأثیر معناداری بر گرایش به افسردگی ناشی از این فضاها و مولفه‌های مرتبط با آن دارد. نتایج آزمون t مستقل نشان داد که افراد با استفاده بیش از ۵ ساعت در روز، به طور قابل توجهی نمرات بالاتری در مولفه‌های «جلب توجه و حساسیت»، «خود تحقیری» و «اجتناب از واقعیت» نسبت به افرادی که کمتر از ۵ ساعت از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، دارند. این تفاوت‌ها با سطوح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ نشان‌دهنده تأثیر مثبت و قابل توجه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و افزایش نشانه‌های روان‌شناختی مرتبط با افسردگی است. این یافته‌ها نه تنها فرضیات تحقیق را تأیید می‌کنند، بلکه با توجه به جهت منطقی تفاوت‌ها، شواهدی در حمایت از روایی سازه ابزار مورد استفاده نیز فراهم می‌سازند. این نتایج با مطالعات پیشین که ارتباط بین استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی و بروز افسردگی و اضطراب را تأیید کرده‌اند، همسو است (دیزا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۵؛ حسین و همکاران، ۲۰۲۰؛ لی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین ارتباطات نسبتاً قوی یافت شده برای رسانه‌های اجتماعی و افسردگی با یافته‌های یک مطالعه اخیر مطابقت دارد که نشان می‌دهد استفاده مشکل‌ساز از رسانه‌های اجتماعی می‌تواند به طور قابل توجهی بر سلامت روان و عملکرد تحصیلی تأثیر منفی بگذارد. به طور خاص، مطالعه مدل‌سازی معادلات ساختاری آنها، رابطه معناداری بین اعتیاد به تلفن‌های هوشمند، تنهایی و افسردگی در نوجوانان نشان داد (سارمان و چیفتچی<sup>۳</sup>، ۲۰۲۴). علاوه بر این، سایر مطالعات نیز نشان داده‌اند پیامدهای منفی استفاده بیش از حد از رسانه‌های اجتماعی بر سلامت روان برای مثال، افسردگی، اضطراب و خودکشی تأثیر منفی دارند (توتنج<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). از بررسی مطالعات قبلی در مورد رسانه‌های اجتماعی و افسردگی برخی ویژگی‌ها به عنوان نشانگرهای ارتباط بین افسردگی و استفاده از رسانه‌های اجتماعی مشاهده شده است: استفاده مشکل‌ساز از تلفن‌های هوشمند، توجه‌طلبی و حساسیت را افزایش می‌دهد (هاوک<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۹)، کم یا نبود تأیید همسالان در رسانه‌های اجتماعی (به شکل «لایک»، «فالو کردن» و غیره) حس بی‌ارزشی را القا می‌کند (شرمن<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۸) و مشاهده موفقیت دیگران در فضای آنلاین می‌تواند در برخی افراد با افزایش گرایش به افسردگی و اجتناب از واقعیت همراه باشد (اوزمیک و بیرهوف<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰).

دو نوع تبیین برای توضیح رابطه بین استفاده از رسانه‌های اجتماعی و تأثیرات آن بر سلامت روان وجود دارد که هر دو مربوط به ویژگی‌های ناهمزمان و فراگیر رسانه‌های اجتماعی هستند. این ویژگی‌ها به کاربران این امکان را می‌دهد که در مورد ارتباطات، تصاویر، پروفایل‌ها و همچنین در مورد حس هویت خود تأمل کنند یا خود را با دیگران مقایسه کنند (تیلور-جکسون و مصطفی<sup>۸</sup>، ۲۰۲۱). نظریه مقایسه اجتماعی فرض می‌کند که دسترسی بالا به سایت‌های شبکه‌های اجتماعی، مقایسه اجتماعی را اجتناب‌ناپذیر می‌کند و منجر به افزایش تمرکز بر خود در بین افراد می‌شود. استفاده از این پلتفرم‌ها می‌تواند از طریق مقایسه‌های اجتماعی رو به بالا و درونی‌سازی اطلاعات، بر وضوح خودپنداره تأثیر بگذارد (گوئو<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین مطابق با نظریه هویت اجتماعی، رسانه‌های اجتماعی به کاربران اجازه می‌دهند هویت آنلاین خود را کشف، دستکاری و حفظ کنند و این می‌تواند به افراد اجازه دهد تا به راحتی حس خودارزشمندی خود را تنظیم کنند. از آنجا که افراد می‌توانند اطلاعات را برای تأثیرگذاری بر ادراکات و مدیریت برداشت‌های دیگران ارائه و پنهان کنند، این امر به کاربران امکان می‌دهد نسخه‌ای ایده‌آل از خود را به تصویر بکشند که ممکن است در زندگی واقعی غیرقابل دستیابی باشد (تیلور-جکسون و مصطفی، ۲۰۲۱).

اگرچه این پژوهش در قلمرو مطالعاتی آسیب‌شناسی روانی ناشی از رسانه‌های اجتماعی در نوجوانان و جوانان، از جنبه‌ای نوآورانه برخوردار است، اما با چند محدودیت همراه می‌باشد. نخست، در این پژوهش، واری و ویژگی‌های فنی روایی و اعتبار مقیاس SMIDT با تأکید بر روایی عاملی، روایی محتوایی

1 Diaz

2 Li

3 Sarman &amp; Çiftç

4 Twenge

5 Hawk

6 Sherman

7 Ozimek, &amp; Bierhoff

8 Taylor-Jackson &amp; Moustafa

9 Guo

و پایداری از طریق ضرایب همگونی درونی و بازآزمایی و روایی عاملی در اولویت قرار گرفت، بنابراین، سایر تحلیل‌های روانسنجی مانند تغییرناپذیری اندازه‌گیری ابزار می‌تواند در اولویت مطالعات بعدی قرار گیرد. دوم، استفاده از معیارهای خودگزارش‌دهی، پتانسیل سوگیری دارد. تحقیقات آینده باید بررسی کنند که آیا افسردگی ناشی از رسانه‌های اجتماعی که توسط خود شرکت‌کنندگان با استفاده از SMIDT گزارش شده است، با سایر روش‌های ارزیابی، مانند مصاحبه‌های بالینی، سازگار است یا خیر. همچنین، طراحی مقطعی مطالعه به این معنی است که، امکان بررسی تغییرات زمانی و علیت بین متغیرها وجود ندارد. پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی از نمونه‌گیری گسترده‌تر و روش‌های طولی برای بررسی پایداری ابزار در طول زمان استفاده شود. همچنین پژوهش‌های طولی می‌توانند تغییرات بلندمدت استفاده از شبکه‌های اجتماعی و تأثیر آن بر افسردگی را روشن سازند و امکان تعیین جهت رابطه را فراهم کنند.

### سپاس‌گزاری

نویسندگان صمیمانه از همه جوانان و نوجوانانی که در تکمیل پرسشنامه‌ها مشارکت کردند، تشکر می‌کنند.

### ملاحظات اخلاقی

در پژوهش حاضر اصول اخلاقی پژوهش از جمله رضایت آگاهانه، رازداری، محرمانه‌ماندن و حریم خصوصی افراد رعایت شد و شرکت در پژوهش هیچگونه آسیبی برای شرکت‌کنندگان نداشت.

### حامی مالی

تمام هزینه‌های تحقیق توسط نویسندگان تأمین شده است و هیچ‌گونه حمایت مالی برای این مطالعه دریافت نشده است.

### مشارکت نویسندگان

شمسی رضایی مسئول مفهوم‌پردازی پژوهش، طراحی روش‌شناسی، گردآوری و تحلیل داده‌ها و نگارش پیش‌نویس اولیه مقاله بود و رحیم یوسفی بازنگری و ویرایش نهایی مقاله و نظارت علمی بر پژوهش را بر عهده داشت.

### تعارض منافع

نویسندگان هیچ‌گونه تعارض منافی را اعلام نمی‌کنند.

### منابع

مرکز افکارسنجی دانشجویان ایران. (۱۴۰۱). گزارش نظرسنجی از استفاده مردم ایران از پیام‌رسان‌ها و شبکه‌های اجتماعی. قابل دسترس

در: <https://ispa.ir/Default/Details/fa/3382/-78.5>

## References

- Beck, A. T., Steer, R. A., & Carbin, M. G. (1988). Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical psychology review*, 8(1), 77-100.
- Bickham, D. S., Hswen, Y., & Rich, M. (2015). Media use and depression: exposure, household rules, and symptoms among young adolescents in the USA. *International journal of public health*, 60(2), 147-155.
- Carr, C. T., & Hayes, R. A. (2015). Social media: Defining, developing, and divining. *Atlantic journal of communication*, 23(1), 46-65.
- Committee on Public Education. (2001). Children, adolescents, and television. *Pediatrics*, 107(2), 423-426.
- Copeland, W. E., Angold, A., Shanahan, L., & Costello, E. J. (2014). Longitudinal patterns of anxiety from childhood to adulthood: the Great Smoky Mountains Study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 53(1), 21-33.
- Diaz, A. D., Peeples, D. A., & Weigle, P. E. (2025). Depression and Social Media Use in Children and Adolescents. *Pediatric Clinics*, 72(2), 175-187.

- Gore, F. M., Bloem, P. J., Patton, G. C., Ferguson, J., Joseph, V., Coffey, C., ... & Mathers, C. D. (2011). Global burden of disease in young people aged 10–24 years: a systematic analysis. *The Lancet*, 377(9783), 2093-2102.
- Guo, L., Huang, M., & Cai, G. (2021). The influence of fashion media exposure on female middle school students' eating disorders: the serial mediating roles of self-objectification and appearance anxiety. *Chinese J Clini Psychol*, 29, 343-6.
- Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J., van Lissa, C. J., & ter Bogt, T. F. (2019). Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior*, 92, 65-75.
- Hussain, Z., Wegmann, E., Yang, H., & Montag, C. (2020). Social networks use disorder and associations with depression and anxiety symptoms: a systematic review of recent research in China. *Frontiers in psychology*, 11, 211.
- Iranian Student's Polling Agency. (2022). Survey report on the use of messaging apps and social networks by Iranian people. Retrieved from <https://ispa.ir/Default/Details/fa/3382/-78.5>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68.
- Kennard, B. D., Hughes, J. L., & Foxwell, A. A. (2016). *CBT for depression in children and adolescents: A guide to relapse prevention*. Guilford Publications.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American psychologist*, 53(9), 1017.
- Lee, H. Y., Jamieson, J. P., Reis, H. T., Beevers, C. G., Josephs, R. A., Mullarkey, M. C., O'Brien, J. M., & Yeager, D. S. (2020). Getting Fewer "Likes" Than Others on Social Media Elicits Emotional Distress Among Victimized Adolescents. *Child development*, 91(6), 2141–2159.
- Li, X., Buxton, O. M., Lee, S., Chang, A. M., Berger, L. M., & Hale, L. (2019). Sleep mediates the association between adolescent screen time and depressive symptoms. *Sleep medicine*, 57, 51-60.
- McCrae, N., Gettings, S., & Purssell, E. (2017). Social media and depressive symptoms in childhood and adolescence: A systematic review. *Adolescent Research Review*, 2(4), 315-330.
- Ngai, E. W., Tao, S. S., & Moon, K. K. (2015). Social media research: Theories, constructs, and conceptual frameworks. *International journal of information management*, 35(1), 33-44.
- Ozimek, P., & Bierhoff, H. W. (2020). All my online-friends are better than me—three studies about ability-based comparative social media use, self-esteem, and depressive tendencies. *Behaviour & Information Technology*, 39(10), 1110-1123.
- Primack, B. A., & Escobar-Viera, C. G. (2017). Social media as it interfaces with psychosocial development and mental illness in transitional age youth. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 26(2), 217-233.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Escobar-Viera, C. G., & Fine, M. J. (2021). Temporal associations between social media use and depression. *American journal of preventive medicine*, 60(2), 179-188.
- Reid Chassiakos, Y. L., Radesky, J., Christakis, D., Moreno, M. A., Cross, C., Hill, D., ... & Swanson, W. S. (2016). Children and adolescents and digital media. *Pediatrics*, 138(5).
- Reynolds, C. R., & Kamphaus, R. W. (2004). Behavior assessment system for children. *American Guidance Service*.

- Sarman, A., & Çiftci, N. (2024). Relationship between smartphone addiction, loneliness, and depression in adolescents: A correlational structural equation modeling study. *Journal of Pediatric Nursing*, 76, 150-159.
- Seabrook, E. M., Kern, M. L., & Rickard, N. S. (2016). Social networking sites, depression, and anxiety: a systematic review. *JMIR mental health*, 3(4), e5842.
- Seo, J. H., Kim, J. H., Yang, K. I., & Hong, S. B. (2017). Late use of electronic media and its association with sleep, depression, and suicidality among Korean adolescents. *Sleep medicine*, 29, 76-80.
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P., & Primack, B. A. (2017). Problematic social media use and depressive symptoms among US young adults: A nationally-representative study. *Social science & medicine*, 182, 150-157.
- Sherman, L. E., Hernandez, L. M., Greenfield, P. M., & Dapretto, M. (2018). What the brain 'Likes': neural correlates of providing feedback on social media. *Social cognitive and affective neuroscience*, 13(7), 699-707.
- Siyaev, A., & Jo, G. S. (2021). Towards aircraft maintenance metaverse using speech interactions with virtual objects in mixed reality. *Sensors*, 21(6), 2066.
- Taylor-Jackson, J., & Moustafa, A. A. (2021). The relationships between social media use and factors relating to depression. *The Nature of Depression*, 171-182.
- Thapar, A., Pine, D. S., Leckman, J. F., Scott, S., Snowling, M. J., & Taylor, E. A. (Eds.). (2017). *Rutter's child and adolescent psychiatry*. John Wiley & Sons.
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among US adolescents after 2010 and links to increased new media screen time. *Clinical psychological science*, 6(1), 3-17.
- Ugwu, L. E., Idemudia, E. S., Chukwu, O. O., & Onyedibe, M. C. C. (2023). Measuring the Impact of Social Media on Young People's Mental Health: Development and Validation of the Social Media-Induced Tendency Scale. *Depression research and treatment*, 2023(1), 8677521.
- Vinita J., M., Senthilkumar, M., Anandaraja, N., Nirmala Devi, M., & Gangai Selvi, R. (2024). The interplay of social media usage and mental well-being in students: Patterns, impacts, and challenges. *International Journal of Agriculture Extension and Social Development*, 7(7), 82-87.
- World Health Organization. (2021). *Adolescent mental health*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*, 1(1), 25-28