

Intergenerational Comparison of the Relationship Between Nomophobia and Social Support in Iran

1. Zohreh Ebrahimi Atani¹: Department of Communication Sciences, SR.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. Zahra Ojagh^{2*}: Department of Communication of Science and Technology, Faculty of Cultural Studies and Communication, Institute for Humanities and Cultural Studies, Tehran, Iran.

3. Ebtesam Razavi Dinani³: Department of Communication Sciences, Ar.C., Islamic Azad University, Arak, Iran

*Corresponding Author's Email Address: z.ojagh@ihcs.ac.ir



Abstract:

Objective: The objective of this study was to conduct an intergenerational comparison of the relationship between nomophobia and perceived social support between the combined Generations X and Y and the combined Generations Z and Alpha at the University of Science and Culture in Iran.

Methods and Materials: This quantitative cross-sectional study was conducted among 7,600 students, administrative staff, and faculty members during the second semester of the 2024–2025 academic year. Based on Morgan's table, 384 participants were randomly selected (422 questionnaires were distributed to compensate for attrition). Data were collected using the 20-item Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) developed by Yildirim and Correia (2015), consisting of four dimensions, and the Lubben Social Network Scale (1988), measuring family and friends support. Data analysis was performed using SPSS, including normality tests, confirmatory factor analysis to assess construct validity, Cronbach's alpha for reliability, analysis of variance (ANOVA) for generational comparisons, and regression analysis to examine the relationship between variables.

Findings: The results indicated that there was no statistically significant direct relationship between social support and nomophobia ($p > 0.05$). However, significant intergenerational differences were found in both nomophobia and social support. Generations Z and Alpha reported significantly higher total nomophobia scores compared to Generations X and Y ($p < 0.001$). The largest generational difference was observed in the "loss of connectedness" dimension, whereas the smallest difference was found in "inability to access information." In addition, the overall perceived social support score was significantly higher among Generations X and Y compared to Generations Z and Alpha ($p < 0.05$). This difference was primarily attributable to family support, while no significant difference was found in friends' support.

Conclusion: Although perceived social support did not directly predict nomophobia, meaningful intergenerational differences were identified in both constructs, indicating that younger generations (Z and Alpha), who experience lower levels of perceived family support and higher dependence on smartphones, are more vulnerable to nomophobia.

Keywords: *Nomophobia, Social Support, Intergenerational Comparison, Smartphone Dependence, Generation Z, Generation Alpha, Nomophobia Questionnaire*

How to Cite: Ebrahimi Atani, Z., Ojagh, Z., & Razavi Dinani, E. (2026). Intergenerational Comparison of the Relationship Between Nomophobia and Social Support in Iran. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, 3(4), 1-20.

Received: 23 September 2025

Revised: 09 February 2026

Accepted: 16 February 2026

Initial Publish: 25 February 2026

Final Publish: 22 December 2026



Copyright: © 2026 by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

مقایسه بین نسلی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی در ایران

۱. زهره ابراهیمی آتانی^{id}: گروه علوم ارتباطات، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. سیده زهرا اجاقی^{id}: گروه ارتباطات علم و فناوری، پژوهشکده مطالعات فرهنگی و ارتباطات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. ابتسام رضوی دینانی^{id}: گروه علوم ارتباطات، واحد اراک، دانشگاه آزاد اسلامی، اراک، ایران

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: z.ojagh@ihcs.ac.ir

چکیده

هدف: هدف این پژوهش، مقایسه بین نسلی رابطه بین نوموفوبیا و حمایت اجتماعی در میان ترکیب نسلی ایکس و وی با ترکیب نسلی زد و آلفا در دانشگاه علم و فرهنگ ایران است.

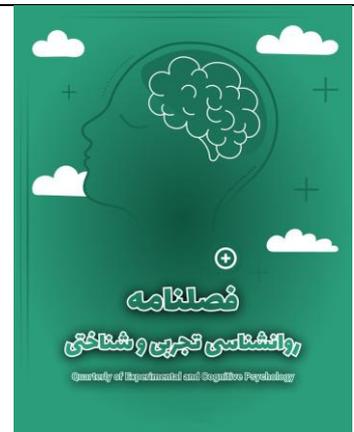
مواد و روش: این پژوهش با رویکرد کمی و طرح مقطعی انجام شد. جامعه آماری شامل ۷۶۰۰ نفر از دانشجویان، کارمندان و اعضای هیئت علمی دانشگاه علم و فرهنگ در نیمسال دوم سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که براساس جدول مورگان ۳۸۴ نفر به روش تصادفی انتخاب شدند (در عمل ۴۲۲ پرسشنامه توزیع شد). ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه نوموفوبیای ییلدریم و کوریا (۲۰۱۵) با ۲۰ گویه در چهار مؤلفه و پرسشنامه شبکه اجتماعی لوین (۱۹۸۸) در دو مؤلفه حمایت خانواده و حمایت دوستان بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام شد و شامل آزمون‌های نرمال بودن، تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی روایی سازه، آلفای کرونباخ برای پایایی، آزمون تحلیل واریانس برای مقایسه نسل‌ها و تحلیل رابطه بین متغیرها بود.

یافته‌ها: نتایج نشان داد رابطه مستقیم و معناداری بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا وجود ندارد ($p > 0.05$). با این حال، تفاوت‌های معناداری بین نسل‌ها در نوموفوبیا و حمایت اجتماعی مشاهده شد. نسل‌های زد و آلفا میانگین بالاتری در نمره کل نوموفوبیا نسبت به نسل‌های ایکس و وی داشتند ($p < 0.001$). بیشترین تفاوت بین نسل‌ها در مؤلفه «از دست دادن ارتباط» و کمترین تفاوت در مؤلفه «عدم دسترسی به اطلاعات» مشاهده شد. همچنین میانگین حمایت اجتماعی کل در نسل‌های ایکس و وی به طور معناداری بالاتر از نسل‌های زد و آلفا بود ($p < 0.05$), در حالی که این تفاوت عمدتاً مربوط به مؤلفه حمایت خانواده بود و در مؤلفه حمایت دوستان تفاوت معناداری دیده نشد.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان می‌دهد که اگرچه حمایت اجتماعی به طور مستقیم نوموفوبیا را پیش‌بینی نمی‌کند، اما تفاوت‌های نسلی در هر دو متغیر معنادار است و نسل‌های جوان‌تر (زد و آلفا) با سطح پایین‌تر حمایت خانوادگی و سطح بالاتر وابستگی به تلفن هوشمند، آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به نوموفوبیا دارند.

کلیدواژگان: نوموفوبیا، حمایت اجتماعی، مقایسه بین‌نسلی، تلفن هوشمند، نسل زد، نسل آلفا، پرسشنامه نوموفوبیا

نحوه استناددهی: ابراهیمی آتانی، زهره، اجاقی، سیده زهرا، و رضوی دینانی، ابتسام. (۱۴۰۵). مقایسه بین نسلی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی در ایران. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۳(۴)، ۱-۲۰.



تاریخ دریافت: ۱ مهر ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۲۰ بهمن ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۲۷ بهمن ۱۴۰۴

تاریخ چاپ اولیه: ۶ اسفند ۱۴۰۴

تاریخ چاپ نهایی: ۱ دی ۱۴۰۵



مجوز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

The rapid expansion of digital technologies and the pervasive integration of smartphones into everyday life have fundamentally reshaped patterns of communication, identity formation, and social interaction. Smartphones are no longer limited to voice communication; rather, they function as multifunctional devices that enable continuous connectivity, access to information, social networking, and emotional engagement (Demircioğlu, 2024; Kolah-Kaj et al., 2023). Within this digital environment, a growing psychological phenomenon known as nomophobia—defined as the fear or anxiety experienced when individuals are unable to access or use their mobile phones—has emerged as a significant area of scholarly inquiry (Bulut & Sengul, 2024; Oraison & Wilson, 2024). A systematic review and meta-analysis has indicated that mild to severe symptoms of nomophobia are increasingly prevalent, particularly among younger populations and university students (Jahrami et al., 2022).

Nomophobia has been associated with various psychological constructs, including anxiety, depression, stress, and social interaction anxiety (Gnardellis et al., 2023). Research further suggests that emotional regulation difficulties and maladaptive social interaction patterns contribute to the development and intensification of nomophobic behaviors (Valenti et al., 2024). In particular, loneliness has been consistently identified as a key correlate of nomophobia (Dehghanian & Bordbar, 2023; Heng et al., 2023). Empirical findings demonstrate that individuals who experience higher levels of loneliness are more likely to rely excessively on smartphones to compensate for unmet relational needs (Baby et al., 2025; Santoso & Soetjningsih, 2022). Among migrant students, loneliness has been shown to be positively associated with nomophobia and negatively associated with psychological well-being (Haula et al., 2025).

Attachment theory has also been integrated into nomophobia research. Evidence indicates that insecure attachment styles are linked to elevated nomophobia levels (Constantinidou et al., 2025). Moreover, neuroticism has been found to influence nomophobia through a chain-mediating effect involving attachment insecurity and loneliness (Sun et al., 2024). These findings collectively suggest that nomophobia is not merely a behavioral habit but a multidimensional phenomenon intertwined with emotional vulnerability and relational insecurity.

Perceived social support has been conceptualized as a protective factor against loneliness and psychological distress. It refers to an individual's subjective belief regarding the availability and adequacy of supportive resources from family and friends (Hou et al., 2024; Tinajero et al., 2020). A comprehensive meta-analysis has demonstrated a significant negative association between perceived social support and loneliness (Zhang & Dong, 2022). Within Iranian contexts, differences between received and perceived support have been emphasized, highlighting the centrality of subjective appraisal in understanding social support processes (Tabatabaei-Chehr et al., 2019).

However, empirical evidence regarding the direct relationship between perceived social support and nomophobia remains inconsistent. Some studies suggest that social support may mediate or buffer the relationship between stress and nomophobia (Qanbary Joopish et al., 2024), whereas others report no significant direct effect (Barzegari et al., 2025). Additionally, variations across demographic and cultural contexts have been observed (Gezgin et al., 2021; Pekin et al., 2022).

From a generational perspective, the concept of generational gap underscores the idea that individuals born in different historical and technological contexts develop distinct communication habits and relational expectations (Yousefi Hamedani et al., 2021). Generations Z and Alpha are often described as digital natives, having grown up

immersed in digital technologies, while Generations X and Y experienced formative years in pre-digital or transitional environments (Ojāgh et al., 2025). Intergenerational comparisons in Iran have revealed higher prevalence and different causal patterns of nomophobia among younger generations (Ojāgh et al., 2025).

Despite the expanding literature, limited research has simultaneously examined nomophobia and perceived social support within an intergenerational framework in Iran. The present study addresses this gap by investigating the relationship between nomophobia and perceived social support among combined Generations X and Y versus combined Generations Z and Alpha.

Methods and Materials

This quantitative cross-sectional study was conducted at the University of Science and Culture in Iran during the second semester of the 2024–2025 academic year. The statistical population consisted of 7,600 students, administrative staff, and faculty members belonging to Generations X, Y, Z, and Alpha. Based on Morgan's sampling table and a 5% margin of error, a sample size of 384 participants was determined. To ensure adequate representation and compensate for potential attrition, 422 questionnaires were distributed through random sampling procedures.

Participants were categorized into two generational groups: combined Generations Z and Alpha, and combined Generations X and Y. Data were collected using two validated instruments. Nomophobia was assessed using the 20-item Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), which measures four dimensions: inability to communicate, loss of connectedness, inability to access information, and loss of comfort. Responses were recorded on a seven-point Likert scale. Perceived social support was measured using the Lubben Social Network Scale, which evaluates family support and friends' support through twelve items scored on a six-point scale.

Data analysis was conducted using SPSS software. Descriptive statistics were computed for demographic

variables and study constructs. Tests of normality were performed to confirm the suitability of parametric analyses. Confirmatory factor analysis was applied to assess construct validity, and Cronbach's alpha coefficients were calculated to evaluate internal consistency. Independent samples comparisons and analysis of variance (ANOVA) were conducted to examine intergenerational differences. Regression analysis was used to test the relationship between perceived social support and nomophobia.

Findings

Results indicated that all study variables satisfied assumptions of univariate and multivariate normality. Confirmatory factor analysis supported the four-factor structure of the Nomophobia Questionnaire and the two-factor structure of the social support scale. Reliability coefficients were high for both instruments, with Cronbach's alpha exceeding acceptable thresholds.

Regression analysis revealed that perceived social support did not significantly predict nomophobia ($p > 0.05$). Although the standardized regression coefficient suggested a slight negative association, the effect was not statistically significant.

However, significant intergenerational differences were identified. Participants from Generations Z and Alpha reported significantly higher total nomophobia scores compared to Generations X and Y ($p < 0.001$). Differences were observed across all four dimensions, with the largest effect size found in the "loss of connectedness" dimension and the smallest in the "inability to access information" dimension.

In terms of prevalence, a higher percentage of severe nomophobia was observed among Generations Z and Alpha compared to Generations X and Y.

Regarding perceived social support, total social support scores were significantly higher among Generations X and Y ($p < 0.05$). This difference was primarily driven by family support. Generations Z and Alpha reported lower perceived family support, whereas no significant intergenerational difference was found in friends' support.

Discussion and Conclusion

The findings indicate that while perceived social support does not directly predict nomophobia, meaningful intergenerational differences exist in both constructs. Younger generations exhibit higher levels of nomophobia and lower levels of perceived family support compared to older generations.

The absence of a direct relationship between social support and nomophobia suggests that nomophobia may operate through more complex psychological pathways. It is plausible that social support influences nomophobia indirectly via mediating variables such as loneliness, stress, or attachment insecurity.

The higher levels of nomophobia observed among Generations Z and Alpha may reflect their greater reliance on digital communication and stronger need for continuous connectivity. Having grown up in a fully digital environment, these generations may perceive disconnection as a threat to social identity and belonging. The prominence of the “loss of connectedness” dimension underscores the

centrality of relational security in understanding nomophobic behavior.

The finding that younger generations report lower perceived family support is particularly noteworthy. Although support from friends did not differ significantly between generational groups, reduced family support may increase vulnerability to emotional insecurity and reliance on smartphones for relational validation. Smartphones may function as compensatory tools that provide immediate access to social reassurance.

Overall, the study highlights the importance of considering generational context in understanding digital dependence phenomena. Interventions aimed at reducing nomophobia among younger populations should address not only individual behavioral patterns but also relational and familial dynamics. Strengthening family communication, promoting digital literacy, and enhancing emotional regulation skills may reduce susceptibility to nomophobia in emerging generations.

(Constantinidou et al., 2025). این یافته‌ها نشان می‌دهد که نوموفوبیا

نه تنها به کارکردهای رسانه‌ای تلفن همراه، بلکه به نیازهای بنیادین فرد برای
تعلق، امنیت و ارتباط اجتماعی مرتبط است.

یکی از متغیرهای کلیدی در این حوزه، احساس تنهایی است. تنهایی

به‌عنوان تجربه‌ای ذهنی از ناکافی بودن روابط اجتماعی تعریف می‌شود که

می‌تواند پیامدهای منفی روان‌شناختی در پی داشته باشد (Ahmadzadeh,

2024; Cao et al., 2022). پژوهش‌ها ارتباط مثبت بین تنهایی و نوموفوبیا

را گزارش کرده‌اند (Dehghanian & Bordbar, 2023; Heng et al.,

2022; Santoso & Soetjningsih, 2023). مطالعه‌ای در میان دانشجویان

پرستاری اندونزی نشان داد که اگرچه رابطه مستقیم در همه موارد مشاهده

نشد، اما تنهایی نقش زمینه‌ای در بروز وابستگی به تلفن همراه دارد (Nur

Fauziah et al., 2023). همچنین در میان دانشجویان مهاجر، تنهایی با

نوموفوبیا و کاهش بهزیستی روانی رابطه معنادار داشته است (Haula et al.,

2025). در پژوهشی دیگر، تعامل نوموفوبیا، تنهایی و عزت‌نفس در میان

دانشجویان پزشکی هند مورد تأیید قرار گرفت (Baby et al., 2025). این

مجموعه یافته‌ها نشان می‌دهد که تجربه کمبود ارتباطات عاطفی می‌تواند افراد

را به سمت جبران این خلأ از طریق فضای مجازی سوق دهد (Hosseini-

Tabaqdehi, 2021).

در این میان، مفهوم «حمایت اجتماعی ادراک‌شده» به‌عنوان سپری محافظ

در برابر تنهایی و آسیب‌های روانی مطرح می‌شود. حمایت اجتماعی

ادراک‌شده به باور فرد درباره در دسترس بودن منابع حمایتی اشاره دارد

(Hou et al., 2024; Tinajero et al., 2020). فراتحلیل‌ها نشان داده‌اند

که حمایت اجتماعی رابطه معکوس و معناداری با تنهایی دارد (Zhang &

Dong, 2022). مطالعات داخلی نیز بر نقش حمایت خانواده و دوستان در

کاهش آسیب‌های روانی تأکید کرده‌اند (Eslami et al., 2023;)

گسترش شتابان فناوری‌های دیجیتال و نفوذ فراگیر تلفن‌های هوشمند در

زندگی روزمره، یکی از برجسته‌ترین تحولات اجتماعی دهه‌های اخیر به شمار

می‌آید. تلفن هوشمند دیگر صرفاً ابزاری برای تماس تلفنی نیست، بلکه

بستری چندکارکردی برای ارتباطات، اطلاع‌یابی، سرگرمی، هویت‌یابی و

تعامل اجتماعی فراهم می‌کند (Demircioğlu, 2024; Kolah-Kaj et al.,

2023). این تحول فناورانه، الگوهای کنش اجتماعی و سبک زندگی نسل‌های

مختلف را دگرگون ساخته و به‌ویژه در میان نسل‌های جوان‌تر، وابستگی

گسترده‌ای به این ابزار ایجاد کرده است (Ojāgh et al., 2025). در چنین

بستری، پدیده‌ای نوظهور با عنوان «نوموفوبیا» یا ترس از نداشتن تلفن همراه،

توجه پژوهشگران حوزه‌های روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و مطالعات ارتباطی

را به خود جلب کرده است. نوموفوبیا به اضطراب یا ناراحتی شدیدی اشاره

دارد که فرد هنگام عدم دسترسی به تلفن همراه یا قطع ارتباط دیجیتال تجربه

می‌کند (Bulut & Sengul, 2024; Oraison & Wilson, 2024). مرور

نظام‌مند مطالعات نشان می‌دهد که شیوع علائم خفیف تا شدید نوموفوبیا در

جمعیت‌های دانشجویی و جوانان رو به افزایش است (Jahrami et al.,

2022) و این پدیده با شاخص‌هایی همچون اضطراب، افسردگی و استرس

همبستگی دارد (Gnardellis et al., 2023).

پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که نوموفوبیا صرفاً یک عادت رفتاری

نیست، بلکه با متغیرهای شخصیتی و هیجانی پیوند عمیقی دارد. برای نمونه،

دشواری در تنظیم هیجان و ضعف در تعاملات اجتماعی می‌تواند از طریق

احساس تنهایی، شدت نوموفوبیا را افزایش دهد (Valenti et al., 2024).

همچنین، نوروپسیزیم از طریق سبک‌های دلبستگی و تنهایی، به‌طور زنجیره‌ای

با نوموفوبیا مرتبط گزارش شده است (Sun et al., 2024). در مطالعه‌ای

دیگر، سبک‌های دلبستگی ناایمن با سطوح بالاتر نوموفوبیا همراه بوده‌اند

روایی مورد تأیید قرار گرفته است (Aibod et al., 2025; Alizadeh et al., 2021; Delavar-Pour et al., 2019; León-Mejía et al., 2021). در ایران نیز نسخه فارسی مقیاس شبکه اجتماعی لوبن برای سنجش حمایت اجتماعی اعتبارسنجی شده است (Nazari et al., 2020; Tavakoli et al., 2020).

افزون بر جنبه‌های روان‌شناختی، پیامدهای جسمانی و رفتاری نوموفوبیا نیز مورد توجه قرار گرفته است؛ از جمله تأثیر آن بر وضعیت بدنی، کیفیت خواب و فعالیت بدنی (Demircioğlu, 2024). همچنین ارتباط آن با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی و اضطراب اجتماعی گزارش شده است (Ayaz et al., 2025). مطالعات داخلی نشان می‌دهد استفاده مفرط از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند تعاملات خانوادگی را کاهش دهد (Ronneqi, 2022) و کیفیت زندگی سالمندان نیز با الگوی استفاده از تلفن همراه مرتبط است (Youshani et al., 2019). افزون بر این، نقش سواد رسانه‌ای و متغیرهای شناختی در مدل‌های تبیین نوموفوبیا مطرح شده است (Soleimani et al., 2022). در کنار آن، خودکارآمدی دیجیتال نیز به‌عنوان یکی از سازه‌های مرتبط با تعامل سالم در فضای مجازی بررسی شده است (Parsakia et al., 2023).

با توجه به رشد فزاینده استفاده از تلفن هوشمند در ایران و تفاوت‌های نسلی در الگوهای مصرف رسانه‌ای، بررسی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی در چارچوبی بین‌نسلی اهمیت دوچندان می‌یابد. اگرچه پژوهش‌های متعددی به بررسی نوموفوبیا در جمعیت‌های دانشجویی پرداخته‌اند، اما مقایسه هم‌زمان نسل‌های ایکس و وای با نسل‌های زد و آلفا از منظر حمایت اجتماعی ادراک‌شده در ایران کمتر مورد توجه قرار گرفته است. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف مقایسه بین‌نسلی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی در میان نسل‌های ایکس و وای در برابر نسل‌های زد و آلفا در ایران انجام شده است.

(Tabatabaei-Chehr et al., 2019). در زمینه اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نیز، حمایت اجتماعی به‌عنوان متغیری میانجی یا کاهنده اثرات منفی مطرح شده است (Barzegar Mashak et al., 2025). افزون بر این، پژوهش قنبری جوپیش و همکاران نشان داد که حمایت اجتماعی می‌تواند رابطه بین استرس ادراک‌شده و نوموفوبیا را میانجی‌گری کند (Qanbary Joopish et al., 2024).

با وجود این، یافته‌ها درباره رابطه مستقیم حمایت اجتماعی و نوموفوبیا یکدست نیستند. برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده تأثیر معناداری بر نوموفوبیا ندارد (Barzegari et al., 2025). همچنین پژوهش‌هایی در ترکیه و سایر کشورها رابطه ضعیف یا غیرمعنادار بین نوموفوبیا و تنهایی اجتماعی گزارش کرده‌اند (Gezgin et al., 2021; Pekin et al., 2022). این ناهمگونی یافته‌ها ضرورت بررسی زمینه‌های فرهنگی و نسلی را برجسته می‌سازد.

از منظر نسلی، نظریه شکاف نسلی بیان می‌کند که افراد متولد در دوره‌های تاریخی متفاوت، تجارب اجتماعی و فناوریانه متمایزی دارند (Yousefi et al., 2021). نسل‌های زد و آلفا در بستر فناوری دیجیتال رشد یافته‌اند و «بومیان دیجیتال» محسوب می‌شوند، در حالی که نسل‌های ایکس و وای تجربه زیست پیشادیتال را نیز دارند (Ojāgh et al., 2025). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که شدت وابستگی به تلفن همراه و دلایل آن در میان نسل‌های مختلف متفاوت است (Ojāgh et al., 2025). افزون بر این، نگرش‌های والدینی و عوامل جمعیت‌شناختی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به گوشی هوشمند باشد (Çiçek et al., 2021).

مطالعات تطبیقی بین‌المللی نیز تفاوت‌های فرهنگی در شیوع نوموفوبیا را نشان داده‌اند (Gutiérrez-Puertas et al., 2019). افزون بر آن، ابزار سنجش نوموفوبیا (NMP-Q) در مطالعات مختلف از نظر ساختار عاملی و

روش‌شناسی پژوهش

هدف این پژوهش بررسی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی بین ترکیب نسلی ایکس و وای با ترکیب نسلی زد و آلفا در جامعه آماری مورد مطالعه است. روش گردآوری داده‌ها پرسشنامه نوموفوبیا بیلدریم و کوریا (۲۰۱۵) و پرسشنامه شبکه اجتماعی لوبن (۱۹۸۸) است که اولین بار توسط لوبن (۱۹۸۸) ساخته شده است.

جامعه آماری پژوهش حاضر برای بخش کمی، تمامی افراد تشکیل‌دهنده نسل‌های آلفا، زد، وای و ایکس در دانشگاه علم و فرهنگ در نیمسال دوم سال تحصیلی ۱۴۰۴-۰۳ یعنی ۷۶۰۰ نفر هستند. نمونه آماری از طریق جدول مورگان با درصد خطای ۵ درصد ۳۸۴ نفر به دست آمد. برای اطمینان از کفایت داده‌ها و جبران ریزش احتمالی، ۴۲۲ پرسشنامه با رعایت اصول اخلاقی پژوهش از جمله حفظ محرمانگی اطلاعات و ارائه توضیحات لازم جهت نحوه تکمیل پرسشنامه بین شرکت‌کنندگان توزیع شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش تصادفی بود. اما با توجه به هدف مقایسه نسلی، تلاش شد این نمونه‌گیری به شکلی انجام شود که تعداد مناسبی از افراد در نمونه مورد نظر باشند. نمونه‌ها شامل نسل آلفا (۱۰۰ نفر، زیر ۲۴ سال)؛ نسل زد (۱۶۷ نفر، بین ۲۴ تا ۳۳ سال)؛ نسل وای (۱۲۵ نفر، بین ۳۴ تا ۵۳ سال) و نسل ایکس (۳۰ نفر، بین ۵۴ تا ۸۳ سال) بودند.

یکی از دلایل تفاوت در جمعیت نسل ایکس عدم تمایل همکاری اساتید مدعو، هیئت‌علمی و بازنشستگان بود که در این نسل قرار داشتند و داده‌های به دست آمده در این نسل نماینده کاملی از جامعه مورد مطالعه ما نیست که یکی از محدودیت‌های این پژوهش است.

الف) پرسشنامه بیلدریم و کوریا (۲۰۱۵): این پرسشنامه متشکل از ۲۰ گویه است که افراد براساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای (از ۱ برای کاملاً مخالف تا ۷ برای کاملاً موافق) به هریک از این گویه‌ها پاسخ می‌دهند. بنابراین

دامنه نمره افراد در این پرسشنامه بین ۲۰ تا ۱۴۰ است. نمره تا ۲۰ معادل: نبود نوموفوبیا، بین ۲۱ تا ۵۹ به معنی نوموفوبیای کم، بین ۶۰ تا ۹۹: معادل نوموفوبیای متوسط و بین ۱۰۰ تا ۱۴۰: معادل نوموفوبیای شدید است (Yildirim & Correia, 2015). در این پرسشنامه، نوموفوبیا براساس چهار مؤلفه شناسایی می‌شود که شامل از دست دادن ارتباط، عدم توانایی برقراری ارتباط، عدم دسترسی به اطلاعات، و از دست دادن راحتی و آسایش است.

پرسشنامه نوموفوبیای بیلدریم و کوریا توسط پژوهشگران مختلف در جهان مورد استفاده قرار گرفته است (Adawi et al., 2018; Tams et al., 2018) و روایی سازه‌ای این پرسشنامه با روش تحلیل عاملی تأیید شده است. در این پژوهش برای همسانی درونی گویه‌های پرسشنامه و پایایی آن از ضریب آلفای کرونباخ استفاده کرده‌ایم که دامنه بین ۰/۹۲ تا ۰/۹۵ به دست آمد. آلفای کرونباخ این پرسشنامه توسط علیزاده و همکاران (۲۰۲۱) برای هر عامل بین ۰/۷۴۸ تا ۰/۸۸۵ و روایی همزمان برابر با ۰/۵۱ و اعتبار بازآزمون برابر با ۰/۸۱ به دست آمد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نیز نشان داد همه چهار عامل پرسشنامه اصلی در نسخه فارسی تأیید شدند. دلاورپور و همکاران (۲۰۱۹) و سلیمانی و همکاران (۲۰۲۲) آلفای کرونباخ را برابر با ۰/۹۱ و سیاح و همکاران (۲۰۱۷) برابر با ۰/۸۱ به دست آوردند. آنها توضیح داده‌اند که می‌توان از پرسشنامه نوموفوبیا (NMP-Q) به عنوان ابزاری معتبر و مناسب جهت سنجش بی‌موبایل‌هراسی در جامعه دانشجویان ایرانی استفاده کرد (León-Mejía et al., 2021) و در پژوهش حاضر نیز از آن استفاده شده است.

ب) پرسشنامه شبکه اجتماعی لوبن (۱۹۸۸): پرسشنامه لوبن شکل تغییر یافته‌ای از ابزار Berkman-syme social network index است که برای سنجش میزان حمایت اجتماعی درک‌شده به کار می‌رود و تعیین می‌کند هر کس، چند نفر و چه کسانی را در گروه همدلی قرار می‌دهد. شش سؤال

یافته‌ها

در اجرای این پژوهش، انجام آزمون نرمال بودن (تک‌متغیره و چندمتغیره) ضروری است زیرا تضمین می‌کند که پیش‌فرض‌های روش‌های آماری پارامتریک رعایت شده‌اند، نتایج تحلیل‌ها دقیق و قابل اعتماد هستند، و مدل‌سازی معادلات ساختاری یا سایر آزمون‌ها (مانند همبستگی پیرسون) بدون سوگیری قابل اجرا هستند.

در این پژوهش مقادیر کشیدگی $2/18$ و نسبت بحرانی $2/36$ است و چون در دامنه مورد قبول یعنی $-2/56$ تا $+2/56$ قرار داشت، می‌توان پیش‌فرض نرمال بودن چندمتغیره را تأیید کرد و از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری در قالب رویکرد کوواریانس محور استفاده کرد.

در این مطالعه از شاخص‌های کجی و کشیدگی جهت تعیین وضعیت توزیع داده‌ها (آزمون مفروضه نرمال بودن تک‌متغیره) استفاده شد.

با توجه به این که مقادیر کجی و کشیدگی تمامی متغیرهای اصلی در دامنه $+2$ تا -2 به دست آمد (تمام مقادیر در دامنه محافظه‌کارانه -1 تا $+1$ بود) می‌توان نتیجه گرفت که تمامی متغیرهای اصلی از توزیع نرمال برخوردارند و می‌توان از آزمون‌های پارامتریک مانند همبستگی پیرسون، تحلیل واریانس و مدل‌سازی معادلات ساختاری به روش کوواریانس محور استفاده کرد. متغیر حمایت اجتماعی دارای کجی و کشیدگی منفی بود و نشان داد میزان حمایت اجتماعی گرایش به نمرات بالاتر داشت و از نظر کشیدگی یا پخی نیز دارای توزیع رو به پایین بود. به طور کلی میزان کجی و کشیدگی پایین و اندک بود (جدول ۱).

نخست در مورد افراد خانواده و شش سؤال بعدی در مورد دوستان هستند. جمع نمرات این ۱۲ سؤال در طیف لیکرت شش گزینه‌ای (صفر= نه هرگز، یک= یک نفر، دو= دو نفر، سه= سه و چهار نفر، چهار= پنج تا هشت نفر و پنج= نه نفر و بیشتر) بین صفر تا سی است. دامنه نمره افراد در این پرسشنامه بین ۰ تا ۷۲ است. نمره تا ۲۳ معادل حمایت اجتماعی پایین، بین ۲۴ تا ۴۷ به معنی حمایت اجتماعی متوسط، بین ۴۸ تا ۷۲ معادل حمایت اجتماعی بالا است (Lubben, 1988). از پرسشنامه لوبن بیشتر برای اندازه‌گیری وضعیت حمایت اجتماعی در سالمندان استفاده شده است اما برخی از پژوهشگران از آن برای مقایسه بین‌نسلی بزرگسالان و جوانان (Emlet, 2006) و مقایسه جوانان و نوجوانان (Villas-Boas et al. 2017: 186) نیز استفاده کرده‌اند و ما نیز همین کاربرد را از آن داریم. روایی زبانشناختی این پرسشنامه توسط توکلی قوچانی و همکاران (۲۰۲۰) حاصل شده است و در این پژوهش نیز از همین ویرایش استفاده شد. در نسخه ایرانی پرسشنامه لوبن با روایی $0/81$ و پایایی $0/82$ محاسبه شده است (Eslami et al., 2023; Tavakoli, 2020). در مطالعه (Ghouchani et al., 2020) همسانی درونی محاسبه شده با آلفای کرونباخ برابر با $0/70$ تا $0/87$ برای خرده مقیاس‌ها و $0/92$ برای کل مقیاس متغیر بود. در این پژوهش، روش تحلیل داده‌های کمی براساس آمار توصیفی و تحلیل (مطالعه همبستگی) و با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام شده است. در این بخش از آمار توصیفی میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی برای توصیف متغیرها و همچنین درصد، فراوانی، جدول‌ها و نمودارها برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناختی استفاده شد.

جدول ۱. مقادیر کجی و کشیدگی جهت ارزیابی مفروضه نرمال بودن تک متغیره

متغیرها	کجی	کشیدگی
حمایت خانواده	$-0/37$	$0/14$
حمایت دوستان	$-0/09$	$-0/07$
حمایت اجتماعی (کل)	$-0/07$	$-0/05$

دوره سوم، شماره چهارم

-۰/۸۰	-۰/۱۱	از دست دادن ارتباط
-۰/۷۱	۰/۳۶	عدم توانایی برقراری ارتباط
-۰/۶۰	۰/۰۵	عدم دسترسی به اطلاعات
-۰/۶۶	۰/۱۷	از دست دادن راحتی و آسایش
-۰/۴۷	۰/۱۶	نوموفوبیا (کل)

تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی صحت مدل مفهومی و تأیید داده‌ها برای سنجش روایی سازه‌ها و تأیید مدل نظری به کار برده می‌شود. این روش براساس نظریه‌ها و فرضیات از پیش تعیین شده استفاده می‌شود. به عبارتی به فرضیات معتبر و قابل اطمینان نتایج کمک می‌کند.

جدول ۲. نتایج تحلیل عاملی تأییدی: بررسی روایی و پایایی پرسشنامه نوموفوبیا

مؤلفه	شماره سؤال	بار عاملی	مقدار t	AVE	پایایی ترکیبی	آلفای کرونباخ
از دست دادن ارتباط	۱	۰/۷۱	—	۰/۵۸	۰/۸۷	۰/۸۴
	۲	۰/۷۵	۱۳/۹۹			
	۳	۰/۷۵	۱۳/۹۱			
	۴	۰/۸۳	۱۵/۲۵			
عدم توانایی برقراری ارتباط	۵	۰/۶۹	—	۰/۵۴	۰/۹۰	۰/۸۵
	۶	۰/۷۶	۱۴/۰۵			
	۷	۰/۷۶	۱۴/۱۰			
	۸	۰/۸۱	۱۴/۸۹			
	۹	۰/۶۵	۱۲/۱۶			
عدم دسترسی به اطلاعات	۱۰	۰/۵۶	—	۰/۵۲	۰/۸۷	۰/۸۳
	۱۱	۰/۷۴	۱۰/۸۷			
	۱۲	۰/۸۰	۱۱/۳۴			
	۱۳	۰/۷۹	۱۱/۳۱			
	۱۴	۰/۷۶	۱۱/۰۲			
	۱۵	۰/۶۳	۹/۸۹			
از دست دادن راحتی و آسایش	۱۶	۰/۷۲	—	۰/۵۰	۰/۸۸	۰/۸۶
	۱۷	۰/۷۲	۱۳/۶۳			
	۱۸	۰/۷۱	۱۳/۴۰			
	۱۹	۰/۶۹	۱۳/۱۴			
	۲۰	۰/۶۸	۱۲/۸۹			

براساس نتایج جدول ۲ در این پژوهش تمامی سئوال‌ها پرسشنامه نوموفوبیا دارای میزان مناسب بارهای عاملی و تأیید روایی بودند. به طوری که مؤلفه عدم دسترسی به اطلاعات مربوط به سؤال ۱۰ با حداقل بار عاملی (۰/۵۶) و مؤلفه از دست دادن ارتباط مربوط به سؤال ۴ با حداکثر بار عاملی (۰/۸۳) هستند. مقدار t برای معنی‌دار بودن روابط در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد است که برای تمامی سئوال‌ها بالاتر از معیار ۱/۹۶ بود ($P < ۰/۰۵$). روایی همگرا توسط شاخص میانگین واریانس استخراج شده توسط مؤلفه از دست دادن راحتی و آسایش (۰/۵۰) و مؤلفه از دست دادن ارتباط (۰/۵۸) تأیید شدند. پایایی ترکیبی و آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷۰ بود و نشان از مناسب بودن پایایی و همسازي درونی پرسشنامه داشت. پایایی کل مقیاس

فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

تحلیل عاملی تأییدی مقیاس حمایت اجتماعی

نوموفوبیا به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۴ بود که نشان از روایی و پایایی پرسشنامه نوموفوبیا در این پژوهش دارد. همچنین در ۱۲ سؤال از ۲۰ سؤال مقیاس نوموفوبیا تفاوت معنادار بین نسلی مشاهده شد (جدول ۲).

جدول ۳. نتایج تحلیل عاملی تأییدی: بررسی روایی و پایایی پرسشنامه حمایت اجتماعی

مؤلفه	شماره سؤال	بار عاملی	مقدار t	AVE	پایایی ترکیبی	آلفای کرونباخ
حمایت خانواده	۱	۰/۵۵	۹/۹۲	۰/۴۶	۰/۸۵	۰/۸۳
	۲	۰/۵۶	۹/۹۷			
	۳	۰/۷۴	۱۲/۸۱			
	۴	۰/۷۷	۱۳/۲۰			
	۵	۰/۷۲	۱۲/۵۱			
	۶	۰/۶۸	—			
حمایت دوستان	۷	۰/۵۹	۱۰/۱۰	۰/۴۴	۰/۸۲	۰/۸۱
	۸	۰/۵۰	۸/۷۰			
	۹	۰/۷۳	۱۱/۹۲			
	۱۰	۰/۷۸	۱۲/۳۹			
	۱۱	۰/۶۸	۱۱/۳۴			
	۱۲	۰/۶۴	—			

پایایی کل مقیاس حمایت اجتماعی به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶ بود. در مجموع روایی و پایایی پرسشنامه حمایت اجتماعی نیز تأیید شد. در این پژوهش، گروه‌های سنی یا نسلی شامل: ۲۳/۷ درصد در گروه نسل آلفا، ۳۹/۶ درصد در گروه نسل زد، ۲۹/۶ درصد در گروه نسل ایکس و ۷/۱ درصد در گروه نسل وای قرار داشتند.

همچنین نمونه آماری متشکل از ۵۴/۷ درصد زنان و ۴۵/۳ درصد مردان هستند. براساس سطح تحصیلات بیشتر افراد یعنی ۵۹/۷ درصد دارای مدرک کارشناسی بودند، ۲۳/۷ درصد مدرک کارشناسی ارشد و ۱۶/۶ درصد مدرک دکتری داشتند. به لحاظ وضعیت اشتغال ۵۹/۵ درصد دانشجو، ۲۰/۹ درصد کارمند و ۱۹/۷ درصد استاد (عضو هیئت علمی یا استاد مدعو) بودند.

جدول ۴ نشان می‌دهد از ۲۰ سؤال مقیاس نوموفوبیا در ۱۲ سؤال بین نسل‌های مختلف تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < ۰/۰۵$). برای نمونه در پرسش‌های ۱ و ۲ که مربوط به وابستگی به اینترنت و تلفن همراه است ترکیب

می‌توان نتیجه گرفت که تمامی سؤالات پرسشنامه حمایت اجتماعی دارای روایی مناسبی بودند. بار عاملی از حداقل ۰/۵۰ (برای سؤال ۸ از مؤلفه حمایت دوستان) تا حداکثر ۰/۷۸ (برای سؤال شماره ۱۰ از مؤلفه حمایت دوستان) بود که بیانگر میزان مناسب بارهای عاملی و تأیید روایی سؤالات بود.

همچنین مقادیر t برای تمامی سؤالات بالاتر از معیار ۱/۹۶ بود که بیانگر معنی‌دار بودن روابط در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد است ($p < ۰/۰۵$). شاخص میانگین واریانس استخراج شده از حداقل ۰/۴۴ برای مؤلفه حمایت دوستان تا حداکثر ۰/۴۶ برای مؤلفه حمایت خانواده بود و تأییدکننده روایی همگرایی بود.

بررسی پایایی نشان داد که مقادیر به دست آمده در هر دو روش پایایی ترکیبی و آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷۰ بود و نشان از مناسب بودن پایایی و همسازی درونی پرسشنامه داشت.

دوره سوم، شماره چهارم

نسلی زد و آلفا بالاترین وابستگی را دارند. به این معنی که احساس نگرانی از دسترسی به اطلاعات و قطع ارتباط، در ترکیب نسلی آلفا و زد به طور چشمگیری از ترکیب نسلی ایکس و وای بیشتر است.

جدول ۴. توصیف و مقایسه سئوالات مقیاس نوموفوبیا به تفکیک نسل‌های مختلف

مقدار p	میانگین برحسب نسل			سئوال	گویه‌ها	
	وای	ایکس	زد			
<۰/۰۰۱	۳/۳۷	۴/۲۴	۴/۷۹	۴/۴۴	۱. اگر نتوانم با کمک تلفن همراه هوشمندم به اطلاعات مورد نیازم دسترسی پیدا کنم، حس می‌کنم چیزی را گم کرده‌ام.	از دست دادن ارتباط
<۰/۰۰۱	۳/۸۷	۴/۰۹	۴/۸۹	۴/۶۶	۲. اگر لحظه‌ای که به اطلاعات نیاز دارم، اینترنت موبایلم قطع باشد و نتوانم آنها را با گوشی هوشمندم به دست بیاورم، آشفته می‌شوم.	
۰/۰۱۰	۳/۲۱	۳/۲۶	۴/۰۱	۳/۴۷	۳. عادت دارم خبرهای روز را با تلفن همراهم بخوانم و اگر این دسترسی برایم محدود شود، اعصابم به هم می‌ریزد.	
<۰/۰۰۱	۳/۶۳	۳/۵۲	۴/۵۶	۴/۱۹	۴. من از قابلیت‌های تلفن هوشمندم استفاده زیادی می‌کنم و اگر به دلیلی نتوانم با آن کار کنم، اعصابم به هم می‌ریزد.	
<۰/۰۰۱	۳/۳۳	۳/۳۳	۴/۲۶	۴/۰۹	۵. تمام شدن باتری تلفن همراه به من استرس می‌دهد و اعصابم را خرد می‌کند.	عدم توانایی برقراری ارتباط
۰/۰۰۲	۲/۶۳	۲/۶۸	۳/۵۰	۳/۳۹	۶. اگر بسته اینترنتم رو به اتمام برود یا حجمش کم و محدود شود، حالم بد می‌شود.	
۰/۰۰۴	۲/۴۰	۲/۷۵	۳/۴۶	۲/۸۶	۷. هر جا که می‌روم، قبل از هر کاری دنبال آنتن وای‌فای می‌گردم.	
۰/۱۰۲	۳/۰۷	۲/۸۵	۳/۴۰	۳/۱۱	۸. اگر نتوانم از تلفن هوشمندم استفاده کنم، احساس می‌کنم بین زمین و آسمان گیر کرده‌ام	
۰/۷۶۰	۳/۳۷	۳/۶۲	۳/۷۴	۳/۵۵	۹. وقتی که امکان چک کردن تلفن برایم وجود ندارد، مدام به این موضوع فکر می‌کنم و تا زمان مناسب برای این کار را پیدا نکنم، ذهنم آرام نمی‌شود.	
۰/۶۰۸	۴/۴۳	۴/۰۳	۴/۱۱	۴/۲۷	۱۰. از اینکه نمی‌توانم با دوستان یا خانواده‌ام ارتباط برقرار کنم، مشوش و نگران شده و احساس ناراحتی می‌کنم.	عدم دسترسی به اطلاعات
۰/۰۰۳	۴/۵۰	۳/۶۸	۴/۳۷	۴/۴۰	۱۱. اینکه خانواده یا دوستانم نتوانند من را پیدا کنند، من را نگران می‌کند.	
۰/۰۳۰	۳/۶۷	۳/۳۵	۳/۸۶	۴/۰۴	۱۲. اینکه پیامک‌ها و تماس‌های دیگران را نتوانم دریافت کنم، من را عصبی می‌کند.	
۰/۲۸۶	۳/۳۷	۳/۳۶	۳/۷۱	۳/۷۷	۱۳. اینکه در دسترس دوستان یا خانواده‌ام نباشم، من را نگران می‌کند.	
۰/۰۱۰	۳/۴۳	۲/۷۶	۳/۴۶	۳/۴۱	۱۴. از اینکه ندانم در لحظه‌ای که تلفن همراهم نیست چند نفر خواسته‌اند با من تماس بگیرند من را عصبی می‌کند.	
۰/۰۸۳	۲/۷۳	۲/۶۴	۳/۱۳	۳/۱۵	۱۵. نگران این می‌شوم که رابطه نزدیکم با دوستان یا خانواده بخاطر در دسترس آنها نبودن، خدشه‌دار شود.	
۰/۰۰۸	۳/۰۳	۳/۱۱	۳/۷۸	۳/۱۴	۱۶. اینکه هویت آنلاینم را از من بگیرند و در شبکه‌های اجتماعی با کمک تلفن همراهم حضور نداشته باشم، من را عصبی می‌کند.	از دست دادن راحتی و آسایش
۰/۰۰۷	۳/۱۷	۲/۹۸	۳/۷۱	۳/۶۰	۱۷. از اینکه نتوانم با خواندن اخبار به کمک تلفن هوشمندم به روز باشم و با دوستانم در شبکه‌های اجتماعی وارد ارتباط شوم خوشم نمی‌آید.	
۰/۱۰۸	۳/۰۰	۲/۷۸	۳/۳۴	۳/۱۰	۱۸. وقتی نمی‌توانم آپدیت‌های روی موبایلم و نوتیفیکیشن‌هایی که برایم می‌آید را چک کنم، احساس بد و گنگی پیدا می‌کنم.	

فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

۰/۴۹۰	۳/۴۳	۳/۳۵	۳/۶۸	۳/۳۷	۱۹. از اینکه نتوانم ایمیل‌های تازه‌ام را با کمک تلفن همراهم چک کنم، مضطرب می‌شوم.
۰/۱۵۷	۳/۷۰	۳/۷۹	۴/۱۷	۴/۲۷	۲۰. وقتی تلفن همراهم با من نیست، احساس عجیبی پیدا می‌کنم، چون نمی‌دانم چه کار باید بکنم

همچنین در جدول ۵ به توصیف سئوالات حمایت اجتماعی به تفکیک جدول ۵ نشان می‌دهد بین نسل‌ها تفاوت معناداری وجود دارد. برای نسل‌ها پرداخته شد و میانگین هرکدام از سئوالات در نسل‌های مختلف نمونه در سئوال شماره ۱ مربوط به مؤلفه حمایت خانواده نسل ایکس بالاترین میانگین و نسل آلفا کمترین میانگین را دارد و در سئوال شماره ۷ مربوط به مؤلفه حمایت دوستان نسل آلفا بالاترین میانگین را داراست.

جدول ۵. توصیف و مقایسه سئوالات مقیاس حمایت اجتماعی به تفکیک نسل‌های مختلف

مؤلفه	سئوال	میانگین برحسب نسل				مقدار p
		آلفا	زد	ایکس	وای	
حمایت خانواده	۱- حداقل یک بار در ماه چند نفر از اقوام را می‌بینید یا از آنها می‌شنوید؟	۳/۶۲	۳/۷۶	۴/۰۲	۴/۰۰	۰/۳۲۹
	۲- هر چند وقت یکبار با بستگانی که بیشترین تماس را با او دارید، ارتباط برقرار می‌کنید؟	۲/۸۲	۳/۰۴	۳/۴۴	۳/۳۳	۰/۰۶۹
حمایت دوستان	۳- چند نفر از بستگان شما هستند که احساس راحتی می‌کنید با آنها در مورد مسائل خصوصی صحبت کنید؟	۲/۱۱	۲/۴۰	۲/۶۲	۳/۱۷	۰/۰۰۳
	۴- چند نفر از بستگان شما هستند که احساس نزدیکی دارید و می‌توانید برای کمک به آنها مراجعه کنید؟	۲/۶۶	۲/۹۶	۳/۲۶	۳/۳۷	۰/۰۰۶
حمایت دوستان	۵- زمانی که یکی از بستگان شما تصمیم مهمی می‌گیرد، چند وقت یکبار با شما درباره آن صحبت میکند؟	۲/۶۱	۳/۱۱	۳/۳۳	۳/۰۰	۰/۰۰۲
	۶- چند وقت یکبار یکی از بستگان شما در دسترس است تا با او درباره یک تصمیم مهم صحبت کنید؟	۳/۳۶	۳/۶۱	۳/۷۷	۳/۶۰	۰/۴۳۰
حمایت دوستان	۷- حداقل یک بار در ماه چند نفر از دوستان خود را می‌بینید یا از آنها می‌شنوید؟	۳/۶۴	۳/۲۴	۳/۳۹	۳/۵۳	۰/۱۸۲
	۸- هر چند وقت یکبار دوستی را که با او بیشترین تماس را دارید، می‌بینید یا از او می‌شنوید؟	۳/۱۳	۲/۸۴	۲/۹۱	۳/۱۳	۰/۵۲۲
حمایت دوستان	۹- با چند دوست احساس راحتی می‌کنید که بتوانید در مورد مسائل خصوصی صحبت کنید؟	۲/۴۲	۲/۵۷	۲/۴۶	۳/۰۷	۰/۰۸۶
	۱۰- با چند دوست احساس نزدیکی می‌کنید که بتوانید از آنها کمک بخواهید؟	۲/۶۹	۲/۶۰	۲/۶۹	۳/۱۰	۰/۱۷۵
حمایت دوستان	۱۱- وقتی که تصمیم مهمی دارید، هر چند وقت یکبار یکی از دوستانتان در دسترس شماست تا با او صحبت کند؟	۳/۵۱	۳/۴۷	۳/۱۷	۳/۶۰	۰/۱۲۶
	۱۲- چند وقت یکبار یکی از بستگان شما در دسترس است تا با او درباره یک تصمیم مهم صحبت کنید؟	۳/۳۱	۳/۴۳	۳/۵۳	۳/۴۷	۰/۹۱۹

دوره سوم، شماره چهارم

در ابتدا به بررسی و مقایسه میزان شیوع نوموفوبیا در بین نسل‌ها پرداخته شد. به همین دلیل نسل‌ها ادغام و نسل زد و آلفا در یک دسته و نسل ایکس و وای در دسته دوم قرار گرفت. سپس با آماره‌های تعداد و درصد، میزان شیوع و پراکندگی پاسخگویان در نسل‌های مختلف به بررسی و مقایسه میزان شیوع نوموفوبیا در بین نسل‌ها پرداخته شد.

یافته‌های جدول نشان می‌دهد میزان شیوع نوموفوبیا در بین نسل‌ها متفاوت بود و ترکیب نسلی زد و آلفا وابستگی بیشتری به تلفن همراه دارند. به طوری که در سطح نوموفوبیای شدید، ترکیب نسلی آلفا و زد (۱۷/۲ درصد) و ترکیب نسلی ایکس و وای (۱۳/۵ درصد) بود (جدول ۶).

جدول ۶. دسته‌بندی پاسخگویان از نظر شیوع نوموفوبیا برحسب نسل‌های مختلف

متغیر	نسل	طبقه‌ها	دامنه نمره	تعداد	درصد
نوموفوبیا	نسل آلفا و زد	پایین (عدم نوموفوبیا)	۲۰ - ۵۹	۶۴	۲۴
		متوسط	۶۰ - ۹۹	۱۵۷	۵۸/۸
		شدید	۱۰۰ - ۱۴۰	۴۶	۱۷/۲
نسل ایکس و وای	نسل ایکس و وای	پایین (عدم نوموفوبیا)	۲۰ - ۵۹	۶۹	۴۴/۵
		متوسط	۶۰ - ۹۹	۶۵	۴۱/۹
		شدید	۱۰۰ - ۱۴۰	۲۱	۱۳/۵

براساس داده‌های پژوهش، ترکیب نسلی ایکس و وای دارای حمایت اجتماعی بالاتری بود اما شدت تفاوت بین نسل‌ها چشمگیر و زیاد نبود. یافته‌ها نشان داد در سطح حمایت اجتماعی پایین، ترکیب نسلی آلفا و زد (۱۱/۶ درصد) و ترکیب نسلی ایکس و وای (۶/۵ درصد) بود و در مقابل در سطح حمایت اجتماعی شدید، ترکیب نسلی ایکس و وای (۲۱/۹ درصد) و ترکیب نسلی زد و آلفا (۱۵ درصد) است (جدول ۷).

جدول ۷. دسته‌بندی پاسخگویان از نظر حمایت اجتماعی برحسب نسل‌های مختلف

متغیر	نسل	طبقه‌ها	دامنه نمره	تعداد	درصد
حمایت اجتماعی	نسل آلفا و زد	پایین	۰ - ۲۳	۳۱	۱۱/۶
		متوسط	۲۴ - ۴۷	۱۹۶	۷۳/۴
		شدید	۴۸ - ۷۲	۴۰	۱۵
نسل ایکس و وای	نسل ایکس و وای	پایین	۰ - ۲۳	۱۰	۶/۵
		متوسط	۲۴ - ۴۷	۱۱۱	۷۱/۶
		شدید	۴۸ - ۷۲	۳۴	۲۱/۹

در جدول ۸ به منظور مقایسه میانگین بر حسب نوع نسل، آزمون تحلیل

واریانس انجام شد.

فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی

جدول ۸. آزمون تحلیل واریانس به منظور مقایسه میانگین نوموفوبیا در نسل‌های مختلف

متغیر	نسل	آماره‌ها		مقدار F	مقدار p	اندازه اثر
		میانگین	انحراف استاندارد			
از دست دادن ارتباط	نسل آلفا و زد	۱۷/۶۹	۵/۹۰	۲۱/۰۹	<۰/۰۰۱	۰/۰۴۸
	نسل ایکس و وای	۱۴/۹۰	۶/۱۸			
عدم توانایی برقراری ارتباط	نسل آلفا و زد	۱۷/۸۵	۷/۴۰	۱۳/۷۴	<۰/۰۰۱	۰/۰۳۲
	نسل ایکس و وای	۱۵/۱۵	۶/۸۳			
عدم دسترسی به اطلاعات	نسل آلفا و زد	۲۲/۷۸	۸/۳۷	۹/۱۲	۰/۰۰۳	۰/۰۲۱
	نسل ایکس و وای	۲۰/۲۷	۷/۹۸			
از دست دادن راحتی و آسایش	نسل آلفا و زد	۱۸/۲۳	۷/۰۶	۹/۲۸	۰/۰۰۲	۰/۰۲۲
	نسل ایکس و وای	۱۶/۰۶	۷/۰۰			
نوموفوبیا (کل)	نسل آلفا و زد	۷۶/۵۵	۲۴/۷۰	۱۶/۵۶	<۰/۰۰۱	۰/۰۳۸
	نسل ایکس و وای	۶۶/۳۹	۲۴/۷۳			

در حالی که تعداد افراد بسیار کمی از ترکیب نسلی ایکس و وای در این باره ابراز نگرانی کرده‌اند. می‌توان نتیجه گرفت نسل‌ها از نظر میزان ابتلا به نوموفوبیا با هم تفاوت دارند ولی شدت این تفاوت، زیاد نیست (جدول ۸). در جدول ۹ میانگین، انحراف استاندارد حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و نتایج آزمون تحلیل واریانس به منظور مقایسه میانگین برحسب نوع نسل آمده است.

اندازه اثر نشان‌دهنده شدت یا بزرگی تفاوت نسل‌ها در هر مؤلفه است و میانگین نمره کل نوموفوبیا برحسب نسل‌های مختلف تفاوت معنی‌داری داشت ($p < ۰/۰۵$). نتایج نشان می‌دهد که مؤلفه «عدم دسترسی به اطلاعات» کمترین میزان تفاوت و مؤلفه «از دست دادن ارتباط» بیشترین میزان تفاوت را دارا هستند. این یافته بیانگر این مسئله است که نقش اصلی در بروز نوموفوبیا در هر دو ترکیب نسلی، مؤلفه «عدم دسترسی به اطلاعات» است. ترکیب نسلی آلفا و زد نسبت به مؤلفه «از دست دادن ارتباط» بیشتر احساس نگرانی دارند.

جدول ۹. آزمون تحلیل واریانس به منظور مقایسه میانگین حمایت اجتماعی در نسل‌های مختلف

متغیر	نسل	آماره‌ها		مقدار F	مقدار p	اندازه اثر
		میانگین	انحراف استاندارد			
حمایت خانواده	نسل آلفا و زد	۱۸/۲۴	۶/۶۴	۱۱/۶۹	<۰/۰۰۱	۰/۰۲۷
	نسل ایکس و وای	۲۰/۴۵	۵/۹۲			
حمایت دوستان	نسل آلفا و زد	۱۸/۳۵	۶/۱۰	۰/۰۵	۰/۸۱۶	۰/۰۰۱
	نسل ایکس و وای	۱۸/۴۹	۵/۹۹			
حمایت اجتماعی (کل)	نسل آلفا و زد	۳۶/۵۹	۱۰/۷۴	۴/۶۲	۰/۰۳۲	۰/۰۱۱
	نسل ایکس و وای	۳۸/۹۴	۱۰/۹۵			

نسل با مؤلفه حمایت خانواده رابطه وجود داشت اما بین نوع نسل با مؤلفه حمایت دوستان رابطه‌ای وجود نداشت. در مؤلفه حمایت خانواده میانگین نسل آلفا و زد برابر با ۱۸/۲۴ بود و به میزان ۲/۲۱ نمره پایین‌تر از نسل ایکس و وای با میانگین ۲۰/۴۵ بود.

در جدول ۱۰ نتیجه آزمون رابطه بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا آمده است.

جدول ۱۰. آزمون رابطه بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا

نوع رابطه	ضریب استاندارد	ضریب غیراستاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	مقدار p
حمایت اجتماعی - نوموفوبیا	-۰/۰۷۵	-۰/۱۲۳	۰/۱۱۸	-۱/۰۴	۰/۲۹۶

نتایج آزمون تحلیل واریانس در جدول ۹ نشان داد که نمره کل حمایت اجتماعی برحسب نسل‌های مختلف تفاوت معنی‌داری داشت ($p < ۰/۰۵$) که بر این اساس می‌توان استنباط کرد که بین نوع نسل و میزان حمایت اجتماعی رابطه معنی‌داری وجود داشت. شاخص مجذور جزئی اتا برابر با ۰/۰۱۱ بود که بیانگر شدت تفاوت کم بود. میانگین حمایت اجتماعی در نسل آلفا و زد برابر با ۳۶/۵۹ بود که ۲/۳۵ نمره پایین‌تر از نسل ایکس و وای با میانگین ۳۸/۹۴ بود. همچنین بررسی مؤلفه‌های حمایت اجتماعی نشان داد که بین نوع

مقایسه با نسل‌های ایکس و وای، سطح بالاتری از نوموفوبیا و سطح پایین‌تری از حمایت اجتماعی، به‌ویژه در بعد حمایت خانواده، را تجربه می‌کنند.

نخستین یافته مهم پژوهش آن بود که رابطه مستقیم حمایت اجتماعی با

نوموفوبیا از نظر آماری تأیید نشد. این نتیجه با یافته‌های (Barzegari et al., 2025)

همسو است که نشان داد حمایت اجتماعی ادراک‌شده تأثیر

مستقیم معناداری بر شدت نوموفوبیا ندارد. همچنین نتایج مطالعه (Gezgin et al., 2021)

و (Pekin et al., 2022) نیز نشان داد که رابطه نوموفوبیا با

برخی ابعاد تنهایی اجتماعی یا حمایت اجتماعی همواره معنادار نیست. این

همگرایی یافته‌ها می‌تواند نشان دهد که نوموفوبیا پدیده‌ای چندعاملی است و

صرفاً به میزان حمایت اجتماعی وابسته نیست، بلکه متغیرهای دیگری نظیر

سبک دلبستگی، ویژگی‌های شخصیتی و اضطراب اجتماعی در آن نقش دارند.

در عین حال، عدم وجود رابطه مستقیم در این پژوهش به معنای بی‌تأثیر

بودن حمایت اجتماعی نیست، بلکه می‌توان آن را در چارچوب مدل‌های

میانجی یا تعدیل‌گر تبیین کرد. برای مثال، (Qanbary Joopish et al., 2024)

نشان داد که حمایت اجتماعی می‌تواند نقش میانجی در رابطه بین

نتایج آزمون رابطه بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا نشان داد که ضریب استانداردشده برابر ۰/۰۷۵- است و نشان‌دهنده کاهش اندک نوموفوبیا با افزایش حمایت اجتماعی است اما مقدار آن کم است. در نتیجه با کاهش اندک نوموفوبیا از نظر آماری و در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد وجود رابطه مستقیم بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا تأیید نشد و این رابطه از نظر آماری معنی‌دار نیست ($p > ۰/۰۵$). سطح معنی‌داری آزمون برابر با ۰/۲۹۶ بود که بیشتر از سطح مفروض ۰/۰۵ بود و نشان داد از نظر آماری وجود رابطه بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا تأیید نشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی و مقایسه بین‌نسلی رابطه نوموفوبیا و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در میان ترکیب نسلی ایکس و وای در برابر ترکیب نسلی زد و آلفا انجام شد. نتایج نشان داد که اگرچه رابطه مستقیم و معناداری بین حمایت اجتماعی و نوموفوبیا مشاهده نشد، اما تفاوت‌های نسلی معناداری در هر دو متغیر وجود دارد. به بیان دیگر، نسل‌های زد و آلفا در

حمایت دوستان ممکن است در سنین جوانی متفاوت باشد. همچنین مطالعه (Tabatabaei-Chehr et al., 2019) تفاوت بین حمایت دریافت‌شده و ادراک‌شده را برجسته کرد و نشان داد که ادراک ذهنی از حمایت اهمیت بیشتری دارد. در همین راستا، (Hou et al., 2024) تأکید می‌کند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده نقش مهمی در تقویت تاب‌آوری دارد. بنابراین، پایین‌تر بودن ادراک حمایت خانوادگی در نسل‌های جوان‌تر می‌تواند آنان را در برابر وابستگی به تلفن همراه آسیب‌پذیرتر سازد.

رابطه نوموفوبیا با تنهایی نیز در ادبیات پژوهشی تأیید شده است (Dehghanian & Bordbar, 2023; Heng et al., 2023; Santoso & Soetjningsih, 2022). پژوهش (Baby et al., 2025) نشان داد که تعامل بین نوموفوبیا، تنهایی و عزت‌نفس می‌تواند چرخه‌ای از وابستگی و انزوای بیشتر ایجاد کند. در پژوهش حاضر، هرچند تنهایی مستقیماً سنجیده نشد، اما کاهش حمایت خانوادگی در نسل‌های جوان می‌تواند به تجربه بیشتر تنهایی و در نتیجه وابستگی بیشتر به گوشی هوشمند منجر شود.

از سوی دیگر، پژوهش‌های مرتبط با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نیز نشان می‌دهد که وابستگی رسانه‌ای می‌تواند بر رفتارهای نوموفوبیک تأثیرگذار باشد (Ayaz-Alkaya & Kulakçı-Altıntaş, 2025). همچنین استفاده گسترده از شبکه‌های اجتماعی ممکن است تعاملات خانوادگی را کاهش دهد (Ronneqi, 2022). این یافته‌ها با نتیجه پژوهش حاضر که نشان داد نسل‌های جوان‌تر با وجود سطح پایین‌تر حمایت خانوادگی، وابستگی بیشتری به تلفن همراه دارند، همخوان است.

اعتبار ابزارهای به‌کاررفته در این پژوهش نیز در مطالعات پیشین تأیید شده است. ساختار عاملی و روایی پرسشنامه نوموفوبیا در ایران و سایر کشورها تأیید شده است (Aibod et al., 2025; Alizadeh et al., 2021; Delavar-Pour et al., 2019; León-Mejía et al., 2021).

استرس ادراک‌شده و نوموفوبیا ایفا کند. همچنین در پژوهش (Valenti et al., 2024)، احساس تنهایی به‌عنوان متغیر میانجی بین دشواری در تنظیم هیجان و نوموفوبیا مطرح شد. از این منظر، ممکن است حمایت اجتماعی از طریق کاهش تنهایی یا استرس، به‌طور غیرمستقیم بر نوموفوبیا اثر بگذارد، نه به‌صورت مستقیم.

یافته دوم پژوهش نشان داد که نسل‌های زد و آلفا سطح بالاتری از نوموفوبیا را نسبت به نسل‌های ایکس و وی تجربه می‌کنند. این نتیجه با یافته‌های (Ojāgh et al., 2025) همسو است که در مطالعه‌ای بین‌نسلی در ایران، شیوع و شدت نوموفوبیا را در نسل‌های جوان‌تر بیشتر گزارش کرد. همچنین مرور نظام‌مند (Jahrami et al., 2022) نشان داد که علائم متوسط تا شدید نوموفوبیا در جمعیت‌های جوان و دانشجویی شیوع بالاتری دارد. این امر می‌تواند ناشی از رشد نسل‌های زد و آلفا در بستر دیجیتال و وابستگی بیشتر آنان به فناوری‌های ارتباطی باشد.

در تحلیل مؤلفه‌های نوموفوبیا نیز مشاهده شد که «از دست دادن ارتباط» بیشترین تفاوت نسلی را نشان داد. این یافته با نتایج (Constantinidou et al., 2025) که پیوند بین نوموفوبیا و سبک‌های دلبستگی ناایمن را تأیید کرد، قابل تبیین است. نسل‌های جوان‌تر ممکن است به دلیل نیاز شدیدتر به تعلق و ارتباط مستمر، حساسیت بیشتری نسبت به قطع ارتباط دیجیتال داشته باشند. افزون بر این، پژوهش (Sun et al., 2024) نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی نظیر نورووتیسیزم از طریق دلبستگی و تنهایی با نوموفوبیا مرتبط است، که می‌تواند شدت این مؤلفه را در نسل‌های جوان‌تر توضیح دهد.

یافته دیگر پژوهش، پایین‌تر بودن میانگین حمایت خانواده در نسل‌های زد و آلفا بود، در حالی که تفاوت معناداری در حمایت دوستان مشاهده نشد. این نتیجه با فراتحلیل (Zhang & Dong, 2022) همسو است که نشان داد حمایت اجتماعی به‌ویژه در بعد خانواده با کاهش تنهایی رابطه دارد، اما نقش

روابط خانوادگی و افزایش کیفیت تعاملات چهره‌به‌چهره در محیط خانواده می‌تواند نقش پیشگیرانه داشته باشد. همچنین طراحی برنامه‌های مداخله‌ای در دانشگاه‌ها برای افزایش آگاهی دانشجویان نسبت به پیامدهای وابستگی دیجیتال و آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان و مدیریت زمان توصیه می‌شود. تقویت شبکه‌های حمایتی در محیط‌های آموزشی می‌تواند به کاهش آسیب‌پذیری نسل‌های جوان در برابر نوموفوبیا کمک کند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References

- Adawi, M., Bragazzi, N. L., Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., Yildirim, C., Del Puente, G., & Watad, A. (2018). Translation and validation of the Nomophobia Questionnaire in the Italian language: Exploratory factor analysis. *Jmir Mhealth and Uhealth*, 6(1), e24. <https://doi.org/10.2196/mhealth.9186>
- Ahmadzadeh, R. (2024). An Investigation into the Role of Loneliness in Nomophobia among Female Students. *The First*

نسخه فارسی مقیاس شبکه اجتماعی لوین از روایی و پایایی مناسبی برخوردار است (Nazari et al., 2020; Tavakoli Ghouchani et al., 2020).

در مجموع، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه حمایت اجتماعی به‌طور مستقیم نوموفوبیا را پیش‌بینی نمی‌کند، اما تفاوت‌های نسلی در هر دو متغیر قابل توجه است. نسل‌های زد و آلفا با ادراک حمایت خانوادگی پایین‌تر و وابستگی بیشتر به ارتباطات دیجیتال، آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به نوموفوبیا دارند. این نتیجه با رویکرد رسانه‌ای در مطالعات نسلی و نظریه شکاف نسلی قابل تبیین است (Yousefi Hamedani et al., 2021).

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، استفاده از طرح مقطعی است که امکان استنتاج روابط علی را محدود می‌کند. همچنین داده‌ها مبتنی بر خودگزارشی بوده و احتمال سوگیری پاسخ‌دهی وجود دارد. تمرکز نمونه بر یک دانشگاه نیز تعمیم‌پذیری نتایج به سایر دانشگاه‌ها و بافت‌های اجتماعی ایران را محدود می‌سازد. علاوه بر این، متغیرهایی همچون تنهایی، سبک دلبستگی یا ویژگی‌های شخصیتی که در مطالعات پیشین با نوموفوبیا مرتبط دانسته شده‌اند، در این پژوهش به‌صورت مستقیم سنجیده نشدند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی با طراحی طولی، مسیرهای علی بین حمایت اجتماعی، تنهایی و نوموفوبیا را بررسی کنند. همچنین گنجاندن متغیرهای میانجی مانند سبک دلبستگی، تاب‌آوری، سواد رسانه‌ای و خودکارآمدی دیجیتال می‌تواند به تبیین دقیق‌تر مدل کمک کند. انجام مطالعات کیفی برای فهم عمیق‌تر تجربه زیسته نسل‌های مختلف از وابستگی به تلفن همراه نیز توصیه می‌شود. افزون بر این، مقایسه بین فرهنگی در شهرها و مناطق مختلف ایران می‌تواند تفاوت‌های بافتی را آشکار سازد.

نتایج این پژوهش بر ضرورت توجه سیاست‌گذاران آموزشی و فرهنگی به آموزش سواد رسانه‌ای و مدیریت استفاده از تلفن همراه تأکید دارد. تقویت

- Delavar-Pour, M.-A., Bahar, M., & Ghods, F. (2019). Predicting Nomophobia Based on Mood State and Anxiety Sensitivity: Analyzing the Moderating Role of Gender. *Journal of Clinical Psychology*, 11(2), 52-66. https://cprpi.semnan.ac.ir/article_4135.html?lang=en
- Demircioğlu, G. (2024). The Effects of Nomophobia on Posture, Anxiety, Sleep Quality, and Physical Activity in University Students. *BAU Health Innovations*, 1, 12-17. <https://doi.org/10.14744/bauh.2023.54264>
- Eslami, R., Shahrokhi, Z., Daneshfar, M., Ghorbani, R., Hosseinpour, B., Sadegh-Moqaddam, L., & Moradi, M. (2023). Investigating Social Isolation and Its Related Factors among the Elderly in Gonabad City in 2021. *Journal of Gerontology*, 8(1), 41-50. <http://joge.ir/article-626-1-fa.html>
- Gezgin, D., Mertkan, & Ümmet, D. (2021). An investigation into the relationship between nomophobia and social and emotional loneliness of Turkish university students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 8(2), 14-26. <https://doi.org/10.52380/ijpes.2021.8.2.220>
- Gnardellis, C., Vagka, E., Lagiou, A., & Notara, V. (2023). Nomophobia and Its Association with Depression, Anxiety and Stress (DASS Scale), among Young Adults in Greece. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13, 2765-2778. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13120191>
- Gutiérrez-Puertas, L., Márquez-Hernández, V. V., São-Romão-Preto, L., Granados-Gámez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Aguilera-Manrique, G. (2019). Comparative study of nomophobia among Spanish and Portuguese nursing students. *Nurse Education in Practice*, 34, 79-84. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2018.11.010>
- Haula, K., Agus, S., & Yogi Damai, S. (2025). The relationship between loneliness, nomophobia, and psychological well-being of migrant students. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 6(1), 29-42. <https://doi.org/10.21580/jagc.2025.6.1.26339>
- Heng, S., Gao, Q., & Wang, M. (2023). The Effect of Loneliness on Nomophobia: A Moderated Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 13(7), 595. <https://doi.org/10.3390/bs13070595>
- Hosseini-Tabaqdehi, S. L. (2021). The Relationship Between Loneliness and Depression Symptoms with Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) in Students. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*, 12(1), 67-85. <https://doi.org/http://dorl.net/dor/20.1001.1.22285318.14.00.12.1.4.5>
- Hou, Y., Zhang, Y., Cao, X., Lei, G., & Liu, G. (2024). The association between perceived social support and resilience among Chinese university students: A moderated mediation model. *Psychology in the Schools*, 61(4), 1474-1490. <https://doi.org/10.1002/pits.23122>
- Jahrami, H., Trabelsi, K., Boukhris, O., Hussain, J. H., Alenezi, A. F., Humood, A., Saif, Z., Pandi-Perumal, S. R., & Seeman, M. V. (2022). The Prevalence of Mild, Moderate, and Severe Nomophobia Symptoms: A Systematic Review, Meta-Analysis, and Meta-Regression. *Behavioral Sciences*, 13(35). <https://doi.org/10.3390/bs13010035>
- Kolah-Kaj, B., Khelatbari, J., Salahián, A., & Nasrollahi, B. (2023). Predicting Nomophobia Based on Attachment Styles with the Mediating Role of Loneliness in Adolescents. *Applied Family Conference on Humanities with a New Approach*, <https://civilica.com/doc/2094884>
- Aibod, S., Naghipour, S., Naghipour, K., Veisani, Y., Mohamadian, F., & et al. (2025). Assessment of Validity and Reliability of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) Among Iranian Medical Students. *Shiraz E-Medical Journal, In Press*, e146864. <https://doi.org/10.5812/semj-146864>
- Alizadeh, M., Hassani, M., Mianbandi, G., & Ashouri, A. (2021). Validation and Standardization of the Nomophobia Questionnaire in an Iranian Sample. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 27(2), 234-247. <https://doi.org/10.1037/t9999-97378-000>
- Ayaz-Alkaya, S., & Kulakçı-Altıntaş, H. (2025). Social media addiction, nomophobia, and social anxiety among adolescents: A mediation analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 85, 16-21. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2025.07.008>
- Baby, N., Sharma, S. K., Rathod, P. G., Ukey, U. U., Gupta, J. P., Narlawar, U., & et al. (2025). Lost in the Digital Void: The Interplay of Nomophobia, Loneliness, and Self-Esteem Among Medical Undergraduates of Central India. *Cureus*, 17(3). <https://www.cureus.com/articles/343171-lost-in-the-digital-void-the-interplay-of-nomophobia-loneliness-and-self-esteem-among-medical-undergraduates-of-central-india.pdf>
- Barzegar Mashak, M., KordMirza Nikoozadeh, E., Shokrgozar, A., & Kiani, G. (2025). The Mediating Role of Feelings of Inferiority and Perceived Social Support in the Relationship Between Psychological Resilience and Social Network Addiction in Students. *Rooyesh*, 14(4), 221-230. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.4121>
- Barzegari, S., Mahdavi, S. A., Mousazadeh, N., Alinejad, M., Hasani, S. A., & Alaedini Shourmasti, K. (2025). The Relationship Between Nomophobia, Perceived Stress, and Perceived Social Support Among Medical Students at Mazandaran University of Medical Sciences in 2023. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 34(242), 102-114. <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-21482-en.html>
- Bulut, A., & Sengul, H. (2024). The Moderating Role of Gender in the Relationship between Nomophobia and Social Interaction Anxiety in University Students. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 40, 3583-3596. <https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2191079>
- Cao, Q., An, J., Yang, Y., Peng, P., Xu, S., Xu, X., & Xiang, H. (2022). Correlation among Psychological Resilience, Loneliness, and Internet Addiction among Left-behind Children in China: A Cross-Sectional Study. *Current Psychology*, 41(7), 4566-4573. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00970-3>
- Çiçek, İ., Tanriverdi, S., Şanlı, M. E., & Buluş, M. (2021). Parental attitudes and socio-demographic factors as predictors of smartphone addiction in university students. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 8, 158-169. <https://doi.org/10.52380/ijpes.2021.8.2.430>
- Constantinidou, E., Mousoulidou, M., Christodoulou, A., & Siakalli, M. (2025). Nomophobia, Attachment Styles, and Loneliness: A Study Among Adults in Cyprus. *Psychiatry International*, 6(3), 113. <https://doi.org/10.3390/psychiatryint6030113>
- Dehghanian, Z., & Bordbar, F. T. (2023). Prediction of nomophobia based on shyness, loneliness and anxiety in Shiraz teenagers. *Journal of Clinical Images and Medical Case Reports*, 4(3), 13-23. <https://doi.org/10.52768/2766-7820/2313>

- Tabatabaei-Chehr, M., Mortazavi, H., Sharifian, E., & Mehraban, Z. (2019). Comparison of Received Social Support and Perceived Social Support from the Perspective of the Elderly. *North Khorasan University of Medical Sciences Journal*, 11(2), 98-106. <https://doi.org/10.52547/nkums.11.2.98>
- Tams, S., Legoux, R., Léger, P., & Majorique, L. (2018). Smartphone withdrawal creates stress: A moderated mediation model of nomophobia, social threat, and phone withdrawal context. *Computers in human Behavior*, 81, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.11.026>
- Tavakoli Ghouchani, H., Lashkardoost, H., Khankolabi, M., Asghari, D., Hekmatara, E., & Nabavi, S. H. (2020). Validity and Reliability of Persian Version of Lubben Social Network-6 Scale in Elderly Adults. *North Khorasan University of Medical Sciences Journal*, 12(2), 64-69. <https://doi.org/10.52547/nkums.12.2.64>
- Tinajero, C., Martínez-López, Z., Rodríguez, M. S., & Páramo, M. F. (2020). Perceived social support as a predictor of academic success in Spanish university students. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 36(1), 134-142. <https://doi.org/10.6018/analesps.344141>
- Valenti, G. D., Bottaro, R., & Faraci, P. (2024). Effects of Difficulty in Handling Emotions and Social Interactions on Nomophobia: Examining the Mediating Role of Feelings of Loneliness. *International journal of mental health and addiction*, 22(1), 528-542. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00888-w>
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and Validation of a Self-Reported Questionnaire. *Computers in human Behavior*, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yousefi Hamedani, E., Nasr Esfahani, A. R., Abedini, Y., & Taheri Damaneh, M. (2021). The Generational Gap and Teaching-Learning Strategies in Primary Education: A Futurology Approach. *Educational Innovations*, 20(80), 149-172. https://noavaryedu.oerp.ir/article_142339_en.html
- Youshani, N., Seyed-Khamoshi, S.-S., Rezaei, M., Baghian-Zarichi, N., & Karimian-Kakolaki, Z. (2019). The Relationship Between Quality of Life and the Use of Smartphones in. https://www.researchgate.net/publication/338478182_Relationship_between_Quality_of_Life_and_Using_Smart_Phones_in_the_Elderly
- Zhang, X., & Dong, S. (2022). The relationships between social support and loneliness: A meta-analysis and review. *Acta Psychologica*, 227, 103616. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103616>
- Therapy Journal*, 4(3), 125-144. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4.3.9>
- León-Mejía, A., Calvete, E., Patiño-Alonso, C., Machimbarrena, J. M., & González-Cabrera, J. (2021). Nomophobia Questionnaire (NMP-Q): Factorial structure and cut-off points for the Spanish version. *adicciones*, 33(2), 137-148. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1316>
- Lubben, J. (1988). Assessing social networks among elderly populations. *Family and Community Health*, 11(3), 42-52. <https://doi.org/10.1097/00003727-198811000-00008>
- Nazari, S., Farokhnezhad Afshar, P., Sadeghmoghadam, L., Namazi Shabestari, A. R., & Farhadi, A. (2020). Developing the perceived social support scale for older adults: A mixed-method study. *Aims Public Health*, 7(1), 66. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2020007>
- Nur Fauziah, D., Nurrismawanti, N., & Apipudin, A. (2023). The Relationship Between Loneliness and Nomophobia in Nursing Students. *Asy-Syifa: Journal of Science and Technology Nursing*, 1(2), 64-68. <https://doi.org/10.52221/asyjstn.v1i2.347>
- Ojāgh, S. Z., Ebrāhīmī Ātānī, Z., & Rezāvi Dīnānī, E. (2025). An Intergenerational Comparison of the Prevalence and Causes of Nomophobia in Iran: A Case Study of the University of Science and Culture. *Cultural Sociology*, 16(4), 217-253. <https://doi.org/10.30465/scs.2025.52831.3052>
- Oraison, H., & Wilson, B. (2024). The Relationship Between Nomophobia, Addiction, and Distraction. *Journal of Technology and Behavioral Science*, 9, 745-751. <https://doi.org/10.1007/s41347-024-00392-z>
- Parsakia, K., Rostami, M., & Saadati, S. M. (2023). Validity and reliability of digital self-efficacy scale in Iranian sample. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 4(4), 152-158. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.4.15>
- Pekin, Z., Yirtici, P. A., & Olgun, K. B. (2022). Examining Loneliness and Nomophobia in Terms of Different Variables. *Edu 7: Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(13), 36-53. <https://dergipark.org.tr/en/pub/edu7/issue/67809/848394>
- Qanbary Joopish, M., Aparkhide, N., & Mousavi, S. M. (2024). The relationship between perceived stress and nomophobia with the mediating role of social support in students. *Rooyesh*, 13(10), 121-130. <http://frooyesh.ir/article-1-5504-fa.html>
- Ronneqi, M. (2022). Investigating the Impact of Virtual Social Networks on Communication among Married Users in the Family. *Communication and Culture Quarterly*, 1(4), 37-51. https://rcc.soore.ac.ir/article_254147_en.html
- Santoso, A. C., & Soetjningsih, C. H. (2022). Kesenian dengan Nomophobia Pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 434-440. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.331>
- Soleimani, S., Mohammadkhani, P., & Zahrakar, K. (2022). Developing a Model of Nomophobia Symptoms in Students Based on Attachment Style and Media Literacy Mediated by Internet Addiction. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 65(4), 1523-1537. https://mjms.mums.ac.ir/m/article_21611.html?lang=en
- Sun, Y., Yang, J., Li, M., & Liu, T. (2024). The association between neuroticism and nomophobia: Chain mediating effect of attachment and loneliness. *International journal of mental health and addiction*, 22(1), 685-702. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00897-9>