

# Meta-synthesis of the Relationship between Media Platforms and Spiritual Health

Maryam Safara<sup>1\*</sup> , Samaneh Sadat Sadidpour<sup>2</sup> 

1- Department of Psychology, Women Research Center, Alzahra University, Tehran, Iran.

2- Department of Sociology, Faculty of Literature and Humanities, Kharazmi University, Tehran, Iran.

\*Correspondence should be addressed to Dr. Maryam Safara; Email: [m.safara@alzahra.ac.ir](mailto:m.safara@alzahra.ac.ir)

## Article Info

Received: Feb 24, 2025

Received in revised form:  
Jul 22, 2025

Accepted: Aug 26, 2025

Available Online: Sep 23, 2025

## Keywords:

Instagram

Media platforms

Meta-synthesis

Spiritual health



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v11i3.46621>

## Abstract

**Background and Objective:** Previous studies have examined the role of mass media and social networks in strengthening or weakening the psychological and social dimensions of health. However, only a limited number of investigations have directly addressed the relationship between modern media platforms and the components of spiritual health. This research gap provided the basis for the present study. The ultimate aim of this research was to identify the factors influencing spiritual health through the use of media platforms -with a particular focus on Instagram- and to propose strategies for improving spiritual health in the digital environment.

**Methods:** The present study employed a qualitative meta-synthesis approach. Studies meeting predefined inclusion and exclusion criteria were analyzed, yielding a total of 509 peer-reviewed articles. The analysis followed the Attride-Stirling thematic network framework, which organizes findings across three levels: basic themes, organizing themes, and global themes. The authors reported no conflicts of interest.

**Results:** The results revealed that the main themes associated with spiritual health in relation to media platforms included: strengthening social connections, social comparison, self-identity and self-presentation, cultural consumption and lifestyle, surveillance and privacy, and the mediatization of everyday life.

**Conclusion:** Based on the findings, media platforms function as communicative tools that exert dual effects on users. On the one hand, they can enhance social interactions and provide access to social support. On the other hand, their use may generate negative consequences such as increased social comparisons, reduced self-esteem, excessive dependence on external validation, and heightened psychological pressure. Furthermore, the content shared on these platforms can contribute to the spread of misinformation, the erosion of privacy, and the formation of unrealistic social norms. Overall, the impact of media platforms on users can be both positive and negative depending on individual conditions and patterns of use. Conscious and informed management of these platforms is, therefore, essential to maximizing their benefits while minimizing their adverse effects.

**Please cite this article as:** Safara M, Sadidpour SS. Meta-synthesis of the Relationship between Media Platforms and Spiritual Health. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2025;11(3):46-60. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v11i3.46621>

## Summary

### Background and Objective

In the modern world, with the emergence of various media platforms, these networks play a significant role in shaping culture, social identity, and individual behaviors. In this context, the warnings of the Supreme Leader of the Islamic Revolution regarding cyberspace and the emphasis on managing it in favor of the country's cultural and spiritual values are of particular importance. Since 2011 (1390 in the Iranian calendar), when the first studies in this field began, examining the effects of Instagram on youth and society has become a central research topic (1, 2). The Supreme Leader has consistently emphasized the importance of managing cyberspace and explicitly stated that “cyberspace should be managed” (1).

This article, using reliable and up-to-date sources, reviews various studies in this field and, through a comprehensive meta-analysis, attempts to scientifically analyze the positive and negative effects of Instagram on spiritual health (3, 4). The ultimate aim of this research is to identify the factors affecting spiritual health through Instagram use and, subsequently, to provide recommendations for improving spiritual health in the digital space.

### Methods

This study employs a qualitative meta-synthesis approach and a qualitative meta-analysis method using thematic analysis. The primary objective of this method is to combine and analyze data from multiple studies to obtain a more comprehensive and precise picture of the effectiveness of the topic. In this research, studies from the past five years (2017–2023; 1396–1402 in the Iranian calendar) on Instagram's effects on spiritual health were collected and analyzed. In this process, 880 article titles were obtained from the Magiran database, of which 647 articles had scientific ranking, and 509 articles had approved scientific ranking.

### Results

The findings indicate that Instagram, as one of the most important contemporary media platforms, has multidimensional and dual effects on users' individual and social lives. In this meta-synthesis, 95 core themes were identified, encompassing the social, cultural, individual, and economic dimensions of Instagram use. One of the central themes is “identity and self-representation,”

showing that users utilize this space to display and represent various identities, including social, cultural, consumer, and even religious identities. The distinction between the “real self” and the “performed self” is a notable feature of this experience, indicating that Instagram serves as a platform for constructing and redefining identity in everyday life (5, 6).

In the social and cultural domain, findings suggest that Instagram plays a significant role in strengthening social capital, enhancing social and civic responsibility, and expanding social participation (7, 8). The platform acts as a supportive network, enabling the development of relationships and strengthening social ties. However, at the individual level, consequences such as lifestyle changes, increased social comparisons, the emergence of new and consumerist lifestyles, and psychological and physical issues, including stress and anxiety, were reported (9, 10).

Another important theme is body and gender representation. Results show that Instagram use can promote body image consumption, increase interest in cosmetic surgery, and even lead to such phenomena as self-perceived ugliness (11, 12). This is particularly significant concerning gender stereotypes and the representation of women in cyberspace. Additionally, issues related to power, corruption, psychological operations, and surveillance indicate that Instagram is not merely an entertainment tool but can also be intertwined with broader structures of power and security (13, 14).

From an economic perspective, findings suggest that Instagram has become an important platform for digital marketing, personal brand development, and the growth of small and home-based businesses (15). Users utilize this space for advertising, selling, and business development, contributing to economic improvement and employment generation. However, alongside these opportunities, challenges of modernity are evident. Issues such as superficial perfectionism, social media addiction, continuous comparison stress, and dissatisfaction with appearance and body have significant negative consequences (16, 17).

Moreover, the theme of cultural hegemony and celebrity culture on Instagram indicates that this platform plays a role in reproducing and redefining cultural values and beliefs [18]. This can sometimes strengthen new consumerist cultures while undermining traditional and spiritual values. Entertainment functions of

Instagram are also important, as many users engage with the platform for leisure, exercise, and daily entertainment activities (15).

Overall, the findings indicate that Instagram, like other social platforms, has dual effects on individual and social health. On the one hand, it can enhance self-confidence, foster positive relationships, expand job opportunities, and strengthen social interactions; on the other, it can increase psychological issues and social pressures related to appearance, weaken cultural values, and threaten privacy. Therefore, this platform not only provides opportunities for individual and social development but also creates a space for emerging challenges and risks (16, 18).

### Conclusion

The findings show that Instagram has dual impacts on individual, social, and spiritual health. On the one hand, consistent with Bourdieu's Social Capital Theory (7) and Katz et al.'s uses and gratifications approach (8), the platform enables the expansion of social networks, social support, and the enhancement of public and educational awareness. Furthermore, as noted by Campbell (9) and Cheong et al. (10) regarding "digital religion", Instagram can provide a space for representing spirituality and new experiences in religious and cultural domains.

However, consistent with Festinger's Social Comparison Theory (11) and studies by Fardoli et al. (12) and Briman et al. (13), social pressures arising from comparisons with idealized images lead to reduced self-confidence, body dissatisfaction, and a tendency toward superficial perfectionism. Moreover, as explained by Goffman (14) in his theory of self-presentation and Baudrillard (15, 16) regarding simulations, users often reproduce performative and consumerist identities on Instagram. On a broader scale, Foucault's (25) analysis of surveillance and Habermas' (26) discussion of the public sphere indicate that Instagram reduces the boundary between private and public spheres and increases new forms of social control.

Consequently, while Instagram creates social and cultural opportunities, it also poses serious threats to mental health, individual identity, and social cohesion. Therefore, promoting media literacy and implementing cultural policies for its healthy use is essential.

### Acknowledgements

The authors would like to thank the journals for their cooperation in providing articles online.

### Funding

Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat  
(i.e., Research on Religion & Health)

This work is distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

According to the authors, this study received no funds and was conducted at the personal expense of the authors.

### Conflict of interest

The authors reported no conflicts of interest regarding this study.

### Authors' contribution

Supervision and article review: First author; data analysis, drafting, reference review, and editing: Second author.

## التركيب التحليلي لعلاقة المنصات الإعلامية بالصحة الروحية

مریم صف آرا<sup>١</sup>، سمانه سادات سدیدپور<sup>٢</sup>

١- قسم علم النفس، معهد دراسات المرأة، جامعة الزهراء (س)، طهران، إيران.

٢- قسم العلوم الاجتماعية، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة خوارزمي، طهران، إيران.

\* المراسلات الموجهة إلى الدكتورة مریم صف آرا؛ البريد الإلكتروني: [m.safara@alzahra.ac.ir](mailto:m.safara@alzahra.ac.ir)

### معلومات المادة

الوصول: ٢٥ شعبان ١٤٤٦

وصول النص النهائي: ٢٦ محرم ١٤٤٧

القبول: ٢ ربيع الأول ١٤٤٧

النشر الإلكتروني: ٣٠ ربيع الأول ١٤٤٧

### الكلمات الرئيسية:

إنستغرام

الصحة الروحية

المنصات الإلكترونية

التركيب التحليلي

### الملخص

**خلفية البحث وأهدافه:** تناولت الدراسات السابقة دور وسائل الإعلام الجماهيرية وشبكات التواصل الاجتماعي في تعزيز أو إضعاف الأبعاد النفسية والاجتماعية للصحة. ومع ذلك، لم تتناول سوى قلة من الدراسات العلاقة المباشرة بين المنصات الإعلامية الحديثة ومقومات الصحة الروحية، مما أحدث فجوة بحثية كانت الدافع لاقتراح موضوع الدراسة الحالية. ويهدف هذا البحث إلى تحديد العوامل المؤثرة على الصحة الروحية من خلال استخدام المنصات الإعلامية، مع التركيز على إنستغرام، ومن ثم تقديم توصيات لتعزيز الصحة الروحية في الفضاء الرقمي.

**منهجية البحث:** يعتمد هذه الدراسة على منهج التركيب التحليلي، حيث تم اختيار الدراسات المدرجة وفقاً لمعايير إدراج واستبعاد محددة بدقة. تمت مراجعة ٥٠٩ مقالة وفقاً للترتيب العلمية المعتمدة. تم استخدام في الدراسة النموذج النوعي لأنتريد ستلنغ، الذي يقوم على ثلاثة مستويات من المضامين: المضامين الأساسية، والمضامين التنظيمية، والمضامين الشاملة.

**المعطيات:** أظهرت النتائج أن المضامين الرئيسة المتعلقة بالصحة الروحية في سياق المنصات الإعلامية كانت: تعزيز التواصل الاجتماعي، والمقارنة الاجتماعية، والهوية وعرض الذات، والاستهلاك الثقافي وأسلوب الحياة، والمراقبة والخصوصية، وتحويل الحياة اليومية إلى مشهد إعلامي.

**الاستنتاج:** بناءً على النتائج المتحصل عليها، تُعد المنصات الإعلامية أدوات تواصلية ذات تأثيرات مزدوجة على المستخدمين. فمن ناحية، تمكن هذه المنصات المستخدمين من تعزيز تواصلهم الاجتماعي والاستفادة من أشكال الدعم الاجتماعي. ومن ناحية أخرى، قد ينتج عن استخدامها آثار سلبية، مثل زيادة المقارنات الاجتماعية، وانخفاض تقدير الذات، والاعتماد المفرط على الحصول على إعجاب الآخرين، وما يترتب على ذلك من ضغوط نفسية. كما قد يؤدي المحتوى المنشور على هذه المنصات إلى انتشار المعلومات المضللة، وإضعاف الخصوصية، وتشكل معايير اجتماعية غير واقعية. بشكل عام، إن تأثير المنصات الإعلامية على المستخدمين يتوقف على نمط الاستخدام والظروف الفردية، وقد يكون إيجابياً أو سلبياً، مما يجعل إدارتها بوعي أمراً ضرورياً للاستفادة من إيجابياتها والتخفيف من سلبياتها.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Safara M, Sadidpour SS. Meta-synthesis of the Relationship between Media Platforms and Spiritual Health. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2025;11(3):46-60. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v11i3.46621>

## فرا ترکیب رابطه سکوهای رسانه‌ای و سلامت معنوی

مریم صف‌آرا<sup>۱\*</sup>، سمانه سادات سدیدپور<sup>۲</sup>

۱- گروه روان‌شناسی، پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران.

۲- گروه علوم اجتماعی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

\*مکاتبات خطاب به دکتر مریم صف‌آرا؛ رایانامه: [m.safara@alzahra.ac.ir](mailto:m.safara@alzahra.ac.ir)

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۶ اسفند ۱۴۰۳

دریافت متن نهایی: ۳۱ تیر ۱۴۰۴

پذیرش: ۴ شهریور ۱۴۰۴

نشر الکترونیکی: ۱ مهر ۱۴۰۴

### واژه‌های کلیدی:

اینستاگرام

سلامت معنوی

سکوهای اینترنتی

فرا ترکیب

### چکیده

**سابقه و هدف:** در مطالعات پیشین، نقش رسانه‌های جمعی و شبکه‌های اجتماعی در تقویت یا تضعیف ابعاد روانی و اجتماعی سلامت بررسی شده است. با این حال، در پژوهش‌های اندکی به پیوند مستقیم بین سکوهای رسانه‌ای نوین و مؤلفه‌های سلامت معنوی پرداخته شده و این خلأ پژوهشی زمینه‌ساز طرح موضوع حاضر است. هدف نهایی این پژوهش، تعیین عوامل مؤثر بر سلامت معنوی از طریق استفاده از سکوهای رسانه‌ای با تأکید بر اینستاگرام بوده و به دنبال آن، راهکارهایی برای بهبود وضعیت سلامت معنوی در فضای دیجیتال پیشنهاد شده است.

**روش کار:** روش پژوهش حاضر فرا ترکیب است و مطالعات با رعایت معیارهای ورود و خروج وارد پژوهش شدند. ۵۰۹ مقاله با رتبه علمی مصوب بررسی شد. از الگوی آتراید استرلینگ یک فن کیفی بر اساس سه سطح مضامین اساسی، مضامین سازماندهی و مضامین فراگیر استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد مضامین اصلی مرتبط با سلامت معنوی با توجه به سکوهای رسانه‌ای تقویت ارتباطات اجتماعی، مقایسه اجتماعی، هویت و نمایش خود، مصرف فرهنگی و سبک زندگی، نظارت و حریم خصوصی و رسانه‌ای شدن زندگی روزمره بود.

**نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های به دست آمده، سکوهای رسانه‌ای ابزاری ارتباطی هستند که تأثیرات دوگانه‌ای بر کاربران دارند. از یک سو، کاربران با استفاده از آنها می‌توانند ارتباطات اجتماعی خود را تقویت کنند و از حمایت‌های اجتماعی بهره‌مند شوند. از سوی دیگر، استفاده از این سکوها ممکن است پیامدهای منفی نیز به همراه داشته باشد؛ مانند افزایش مقایسه‌های اجتماعی، کاهش عزت نفس، وابستگی بیش از حد به تأیید دیگران و ایجاد فشار روانی. همچنین، محتوای منتشر شده در این رسانه‌ها می‌تواند موجب گسترش اطلاعات نادرست، تضعیف حریم خصوصی و شکل‌گیری هنجارهای اجتماعی غیرواقعی شود. به‌طور کلی، تأثیر سکوهای رسانه‌ای بر کاربران بسته به نحوه استفاده و شرایط فردی، می‌تواند هم مثبت هم منفی باشد و مدیریت آگاهانه آنها برای بهره‌مندی از جنبه‌های مثبت و کاهش پیامدهای منفی ضروری است.

استناد مقاله به این صورت است:

Safara M, Sadidpour SS. Meta-synthesis of the Relationship between Media Platforms and Spiritual Health. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2025;11(3):46-60. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v11i3.46621>

## مقدمه

در دنیای نوین، با ظهور سکوه‌های<sup>۱</sup> رسانه‌ای مختلف، شبکه‌های اجتماعی نقش پررنگی در شکل‌دهی به فرهنگ، هویت اجتماعی و رفتارهای فردی ایفا می‌کند. در این میان، هشدارهای رهبر انقلاب اسلامی درباره فضای مجازی و تأکید بر لزوم مدیریت آن به نفع ارزش‌های فرهنگی و معنوی کشور، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. از سال ۱۳۹۰ که اولین مطالعات در این حوزه آغاز شده است، بررسی تأثیرات اینستاگرام بر جوانان و جامعه به یکی از موضوعات اساسی تبدیل شده است (۱، ۲). رهبر انقلاب اسلامی همواره بر اهمیت مدیریت فضای مجازی تأکید داشته‌اند و به‌وضوح بیان کرده‌اند که «فضای مجازی باید مدیریت شود» (۱). این تأکید یادآور این نکته است که صرف استفاده از رسانه‌های اجتماعی کافی نیست، بلکه لازم است که با پیشرفت‌های فناوری، هم‌زمان ارزش‌های فرهنگی و معنوی نیز در نظر گرفته شود. این امر به‌ویژه در دنیای امروز که سکوهایی مانند اینستاگرام نقش عمده‌ای در شکل‌دهی هویت‌های فردی و جمعی دارند، بیش از پیش ضروری است (۳).

مطالعات متعدد نشان می‌دهد که اینستاگرام می‌تواند تأثیرات مثبت و منفی قابل توجهی بر سلامت معنوی فرد و جامعه داشته باشد. برخی از این تأثیرات مثبت شامل تقویت روابط انسانی، افزایش احساس تعلق اجتماعی، بهبود آگاهی معنوی و رشد معنویت فردی از طریق مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و خیریه است (۴، ۵)؛ اما از سوی دیگر، پدیده‌هایی همچون مقایسه اجتماعی، نگرانی‌های مربوط به تصویر بدن و نارضایتی از خود نیز از پیامدهای منفی استفاده از این سکوها محسوب می‌شود (۶، ۷). در این زمینه، نظریه‌های مختلف روان‌شناسی و جامعه‌شناسی برای تحلیل تأثیرات اینستاگرام بر سلامت معنوی به کار گرفته شده است. نظریه‌هایی مانند نظریه استفاده و رضامندی، مقایسه اجتماعی، سرمایه اجتماعی و نمایش خود می‌توانند به‌طور دقیق‌تر اثرات این سکوها را بر جنبه‌های مختلف سلامت معنوی فردی و اجتماعی تحلیل کنند (۸-۱۱).

در این پژوهش با بهره‌گیری از منابع معتبر و بروز، پژوهش‌های مختلف در این زمینه بررسی شده و با استفاده از یک فراتحلیل جامع، تلاش شده است تا اثرات مثبت و منفی اینستاگرام بر سلامت معنوی به‌طور علمی تحلیل شود.

در مطالعه حاضر به بررسی تأثیرات شبکه‌های اجتماعی به‌ویژه اینستاگرام، بر سلامت معنوی فرد و جامعه پرداخته و سعی شده است تا از زوایای مختلف به تحلیل ابعاد گوناگون این تأثیرات پرداخته شود. هدف نهایی این پژوهش، تعیین عوامل مؤثر بر سلامت معنوی از طریق استفاده از اینستاگرام بوده؛ و به دنبال آن، راهکارهایی برای بهبود وضعیت سلامت معنوی در فضای دیجیتال پیشنهاد شده است.

## روش کار

این مقاله از رویکرد فراترکیب کیفی و روش فراتحلیل کیفی با استفاده از فن تحلیل مضمون بهره برده است. روش فراترکیب به‌عنوان ابزار پژوهشی برای تجزیه و تحلیل داده‌های موجود از پژوهش‌های مختلف در یک حوزه خاص استفاده می‌شود. هدف اصلی این روش، ترکیب و تحلیل داده‌های متعدد از پژوهش‌های مختلف به‌منظور به‌دست‌آوردن تصویری جامع‌تر و دقیق‌تر از اثربخشی موضوع مدنظر است. در این پژوهش، به‌جای استفاده از فراتحلیل کمی که پیشتر در حوزه بررسی تأثیرات اینستاگرام انجام شده بود، از فراتحلیل کیفی استفاده شده است.

فراتحلیل به‌ویژه در مطالعات پزشکی، روان‌شناسی، علوم اجتماعی و دیگر زمینه‌ها ابزاری قدرتمند است که با تجزیه و تحلیل و ترکیب داده‌های مختلف می‌تواند به نتایج معتبرتر و علمی‌تر دست یابد. در این پژوهش، مطالعات پنج سال اخیر (۱۳۹۶ تا ۱۴۰۲) در زمینه تأثیرات اینستاگرام بر سلامت معنوی جمع‌آوری و تحلیل شد. جست‌وجوی مقالات از پایگاه‌های داده معتبر مانند مگیران، جهاد دانشگاهی، گوگل اسکولار و نورمگز<sup>۲</sup> با استفاده از کلمات کلیدی مرتبط با اینستاگرام صورت گرفت. در این فرایند، ۸۸۰ عنوان مقاله از پایگاه مگیران به دست آمد که ۶۴۷ مقاله از رتبه علمی برخوردار بود و ۵۰۹ مقاله دارای رتبه علمی مصوب بود.

برای انجام تحلیل مضمون در این پژوهش، از الگوی آتراید استرلینگ<sup>۳</sup> استفاده شد که این فن کیفی به‌طور خاص شامل سه سطح مضامین اساسی، مضامین سازماندهی و مضامین فراگیر است. این الگو به‌طور دقیق‌تری شبکه مضامین را ایجاد می‌کند؛ جایی که مضامین اساسی در ابتدا شناسایی می‌شود و به‌تدریج به سمت مضامین اصلی و کلی‌تر حرکت می‌کند.

تحلیل مضمون در این روش فرایندی برای کاهش داده‌ها

<sup>۲</sup> Google Scholar, Noormags

<sup>۳</sup> Attride-Stirling

<sup>۱</sup> Platform

به یک روایت و تفسیر آنها تعریف می‌شود.

فرایند تحلیل مضمون به‌ویژه برای شناسایی، تجزیه و تحلیل و گزارش مضامین در داده‌های کیفی استفاده می‌شود. برای تحلیل تغییرات در استفاده از اینستاگرام و تأثیرات آن بر سلامت معنوی، مراحل زیر دنبال شد:

- جمع‌آوری داده‌ها: از مقالات علمی و گزارش‌های تحقیقاتی معتبر داده‌ها جمع‌آوری شد.

- مقایسه نظرسنجی‌ها و مصاحبه‌ها: در صورت در دسترس بودن داده‌های کیفی از نظرسنجی‌ها و مصاحبه‌ها، این داده‌ها نیز وارد تحلیل شد.

- آشنایی با داده‌ها: داده‌ها به‌دقت بررسی و درک شد تا زمینه‌های اصلی شناسایی شود.

- ایجاد کدها: داده‌ها با کدهایی که نشان‌دهنده مفاهیم کلیدی بود، برچسب‌گذاری شد.

- شناسایی مضامین: کدهای مشابه گروه‌بندی و مضامین اصلی شناسایی شد.

- مرور و اصلاح مضامین: مضامین شناسایی‌شده مرور شد و صحت و قابلیت تفسیر آنها بررسی شد.

- نوشتن گزارش: نتایج تحلیل مضمون به‌صورت یک گزارش تدوین شد.

هدف از استفاده از روش یادشده، این بود که درک عمیق‌تری از تغییرات در استفاده از اینستاگرام و تأثیرات آن بر سلامت معنوی حاصل؛ و الگوهای اصلی و مفاهیم کلیدی شناسایی شود.

در ادامه، به اعتبارسنجی کیفی که فرایندی برای ارزیابی دقت و اعتبار یافته‌های تحقیق است، توجه شد. برای اعتبارسنجی این پژوهش از روش‌های مختلف مانند تحلیل تطبیقی، کدگذاری دوباره و مستندسازی دقیق مراحل تحقیق استفاده شد. این فرایندها اطمینان می‌دهد که داده‌ها و تحلیل‌ها دقیق، پایدار و قابل اعتماد هستند.

درنهایت، نتایج این تحلیل به‌صورت شبکه‌ای از مضامین اصلی و فرعی تنظیم شد که برای هر ۹۵ مقوله، از جمله مقوله‌های اصلی و فرعی مختلف، تحلیل شد. برای نمونه، تحلیل‌ها نشان می‌دهد که کاربران این سکو با ایجاد روابط اجتماعی، به افزایش سرمایه اجتماعی خود کمک می‌کنند. تأثیرات دیگری همچون تأثیرات اینستاگرام بر هویت شهروندی، تعاملات اجتماعی، سبک زندگی، جنسیت و بازنمایی بدن، توسعه ویزند شخصی و دیگر جنبه‌های فرهنگی و روان‌شناختی نیز بررسی شد.

در فرایند ساخت شبکه مضامین از داده‌های جمع‌آوری‌شده، ابتدا کدها به مضامین اصلی دسته‌بندی؛ و سپس زیرمجموعه‌های مرتبط شناسایی می‌شود. این روند کمک می‌کند تا شبکه‌ای معنادار از مفاهیم ایجاد شود که به تحلیل‌های عمیق‌تر و دقیق‌تر منجر خواهد شد. در اینجا به نمونه‌ای از مستندسازی مضامین فرعی و اصلی اشاره شده که برای ۹۵ مقوله مختلف انجام شده است. در جدول زیر، مقولات فرعی و اصلی به‌طور خلاصه برای ده نمونه از مقولات بررسی شده آمده است:

جدول ۱) مستندات مضامین فرعی و مضامین اصلی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	نویسندگان (سال)	نقل قول مستقیم
مسائل اجتماعی	سرمایه اجتماعی	نظری و نورالدینی (۲۰۲۲)	نتایج نشان می‌دهد که کاربران این پلتفرم با ایجاد روابط و شبکه‌های اجتماعی، به افزایش سرمایه اجتماعی خود کمک می‌کنند (۱۲).
هویت	هویت شهروندی	ابوالقاسمی و فتاحی (۲۰۲۱)	این مقاله بررسی می‌کند که چگونه استفاده از اینستاگرام می‌تواند بر هویت شهروندی کاربران تأثیر بگذارد و نشان می‌دهد که تعاملات دیجیتالی می‌توانند به شکل‌گیری و تقویت هویت اجتماعی و شهروندی کمک کنند (۱۳).
تعاملات اجتماعی و ارتباطات انسانی	تعاملات اجتماعی	قوامی و رضوی (۲۰۲۳)	این مطالعه به بررسی نقش اینستاگرام در افزایش تعاملات اجتماعی کاربران پرداخته است و نشان می‌دهد که استفاده از این پلتفرم می‌تواند به بهبود روابط اجتماعی و افزایش مشارکت‌های اجتماعی منجر شود (۱۴).
تجربیات فردی و سبک زندگی	سبک زندگی	کریمی و حیدری (۲۰۲۲)	این مقاله به بررسی تأثیرات اینستاگرام بر سبک زندگی کاربران می‌پردازد و نشان می‌دهد که استفاده مداوم از این پلتفرم می‌تواند تغییراتی در عادات روزمره، الگوهای مصرف و تعاملات اجتماعی افراد ایجاد کند (۱۵).
جنسیت، بدن و بازنمایی	مصرف ایمازهای	مرادی و خالقی (۲۰۲۳)	این مقاله به بررسی مصرف ایمازهای بدن در اینستاگرام و تأثیرات آن بر ادراکات فرهنگی و روان‌شناختی کاربران پرداخته و نشان می‌دهد که نمایش بدن‌ها در این پلتفرم می‌تواند تأثیرات

مقوله اصلی	مقوله فرعی	نویسندگان (سال)	نقل قول مستقیم
	بدن		مثبت و منفی بر خودانگاره و اعتماد به نفس افراد داشته باشد (۱۶).
چالش‌های مدرنیته	جراحی زیبایی	سلیمانی و جباری (۲۰۲۳)	این مقاله به بررسی تأثیرات استفاده از اینستاگرام بر نگرش کاربران نسبت به جراحی‌های زیبایی پرداخته است و نشان می‌دهد که نمایش‌ها و تبلیغات جراحی‌های زیبایی در این پلتفرم می‌تواند بر تصمیم‌گیری و تمایل کاربران به انجام این جراحی‌ها تأثیرگذار باشد (۱۷).

### جنسیت، بدن و بازنمایی

این بخش به بازنمایی بدن و جنسیت در اینستاگرام می‌پردازد. مضامینی مانند مصرف ایماژهای بدن، جراحی زیبایی، خودزشت‌انگاری و خشونت خانگی علیه زنان در این دسته قرار می‌گیرد.

### قدرت، نظارت و امنیت

مسائل مربوط به قدرت، نظارت و امنیت در اینستاگرام از دیگر جنبه‌های بررسی شده است. مضامینی همچون بازنمایی فساد، صاحبان قدرت و عملیات روانی از این جمله‌اند.

### تعاملات اجتماعی و ارتباطات انسانی

در این گروه، به تأثیرات تعاملات اجتماعی و ارتباطات انسانی از طریق اینستاگرام پرداخته شده است. موضوعاتی مانند اعتماد اجتماعی، تعاملات شهری، فضای عمومی و حریم خصوصی در این دسته قرار دارند.

### بازاریابی، تبلیغات و مصرف

این دسته به تأثیرات اینستاگرام به‌عنوان یک ابزار بازاریابی و تبلیغاتی می‌پردازد. مضامینی مانند توسعه ویژند شخصی، بازاریابی شبکه‌های اجتماعی، تبلیغات و کسب‌وکار خانگی در این دسته بررسی می‌شوند.

### چالش‌های مدرنیته

چالش‌هایی که اینستاگرام در دنیای نوین ایجاد کرده، شامل مسائلی همچون کمال‌گرایی ظاهری، اعتیاد به سکوه‌های اجتماعی و نارضایتی چهره است. این مضامین به مشکلات روانی و اجتماعی ناشی از استفاده طولانی‌مدت از این سکوها اشاره دارد.

### هژمونی فرهنگی

مسائل مربوط به رهبری فکری، قدرت نرم و فرهنگ شهرت در اینستاگرام از دیگر موضوعات محل توجه است. این بخش به نقش اینستاگرام در تأثیرگذاری بر فرهنگ عمومی و رسانه‌های اجتماعی می‌پردازد.

### سرگرمی

این دسته به ابعاد سرگرمی و اوقات فراغت در اینستاگرام اختصاص دارد. ورزش، تفریحات و اوقات فراغت به‌عنوان

این روند برای تمامی ۹۵ مقوله پیاده‌سازی شد و از طریق این مستندسازی‌ها، یک شبکه معنادار از مفاهیم ایجاد شد که به تحلیل‌های دقیق‌تر کمک می‌کند.

### یافته‌ها

با توجه به مطالعات انجام‌شده، ۹۵ مضمون اساسی از استفاده از اینستاگرام شناسایی شد که نشان‌دهنده ابعاد مختلف اجتماعی، فرهنگی، فردی و اقتصادی این سکو است. این مضامین با روش تحلیل مضمون به دسته‌های مختلف تقسیم‌بندی شد که می‌توان آنها را در گروه‌های زیر خلاصه کرد:

### هویت و خودنمایی

این دسته شامل مضامینی است که به چگونگی شکل‌گیری و بازنمایی هویت در فضای برخط می‌پردازد. هویت‌های مختلف مانند هویت شهروندی، جهانی، اجتماعی، مصرفی، جنسی و برخط در این گروه قرار دارد. همچنین تفاوت‌های بین خود واقعی و خود نمایشی و نحوه نمایش آنها از طریق اینستاگرام در این بخش بررسی شده است.

### مسائل اجتماعی و فرهنگی

این دسته به مضامینی می‌پردازد که تأثیرات اجتماعی و فرهنگی اینستاگرام را بر کاربران نشان می‌دهد. مواردی مانند سرمایه اجتماعی، سواد زیست‌محیطی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، کارآفرینی و مشارکت‌های اجتماعی در این بخش گنجانده شده است. اینستاگرام به‌عنوان ابزاری برای ایجاد ارتباطات اجتماعی و گسترش شبکه‌های پشتیبانی در این زمینه اهمیت دارد.

### تجربیات فردی و سبک زندگی

مضامین مرتبط با سبک زندگی، سلامت اجتماعی و تأثیرات روانی و جسمی استفاده از اینستاگرام در این دسته قرار دارد. این بخش به مقایسه‌های اجتماعی، تجربه دیدن و دیده‌شدن و تغییرات در سبک زندگی از جمله سبک زندگی نوین و تجمل‌گرایانه پرداخته است.

بخشی از فعالیت‌های روزمره کاربران این سکو در این بخش بررسی می‌شود.

جدول (۲) مجموعه مضامین و گروه‌های اصلی

مضامین مرتبط	مقولات اصلی
هویت شهروندی، هویت جهانی، هویت اجتماعی، هویت مصرفی، هویت جنسی، هویت برخط و هویت مذهبی	هویت و خودنمایی
سرمایه اجتماعی، سواد زیست‌محیطی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، مسئولیت مدنی، زن بودن و فرهنگ کتابخوانی	مسائل اجتماعی و فرهنگی
سبک زندگی، سبک زندگی نوین، سبک زندگی تجمل‌گرایانه، سلامت اجتماعی و زندگی ارزش‌محور	تجربیات فردی و سبک زندگی
بازنمایی بدن، مصرف ایمازهای بدن، جراحی زیبایی و خشونت خانگی علیه زنان	جنسیت، بدن و بازنمایی
صاحبان قدرت، بازنمایی فساد، عملیات روانی و نظارت زناشویی	قدرت، نظارت و امنیت
تعامل اجتماعی، اعتماد به نفس، حس خوشبختی، تعاملات شهری و فضای عمومی	تعاملات اجتماعی و ارتباطات
توسعه ویزند شخصی، بازاریابی شبکه‌های اجتماعی، تبلیغات و کسب‌وکار خانگی	بازاریابی و تبلیغات
کمال‌گرایی ظاهری، اعتماد به سکوهای اجتماعی، نارضایتی چهره و خودزشت‌انگاری	چالش‌های مدرنیته
رهبری فکری کاربران، قدرت نرم، فرهنگ شهرت و نمایشی شدن روحانیون	هژمونی فرهنگی
ورزش و اوقات فراغت	سرگرمی

- تأثیرات اینستاگرام بر سلامت فرد و جامعه:

(ب) تأثیرات اجتماعی  
- مثبت: تقویت تعاملات اجتماعی، ایجاد شبکه‌های پشتیبانی و کارآفرینی.

تأثیرات اینستاگرام بر سلامت فردی و اجتماعی می‌تواند مثبت و منفی باشد. در بخش‌های زیر، این تأثیرات در دو دسته اصلی بررسی شده است:

- منفی: خشونت خانگی علیه زنان، آسیب‌های اخلاقی، ایجاد حسادت در روابط زناشویی و تضعیف ارزش‌های فرهنگی.

(الف) تأثیرات فردی

(ج) ارتباطات اجتماعی و سلامت اجتماعی  
اینستاگرام در ایجاد ارتباطات اجتماعی مثبت و مشارکت در مسائل اجتماعی کمک می‌کند، اما همچنین می‌تواند منجر به تهدیدات حریم خصوصی و نظارت بیش از حد شود.

- مثبت: تقویت اعتماد به نفس، حس خوشبختی و پیشرفت تحصیلی.

- منفی: افزایش کمال‌گرایی ظاهری، نارضایتی از بدن، جراحی زیبایی، اعتماد به سکوها، استرس و اضطراب ناشی از مقایسه‌های اجتماعی.

جدول (۳) مضامین تأثیرات مثبت و منفی بر سلامت فردی و اجتماعی

حوزه تأثیر	مضامین مثبت	مضامین منفی
سلامت فردی	اعتماد به نفس، حس خوشبختی و پیشرفت تحصیلی	کمال‌گرایی ظاهری، نارضایتی چهره، خودزشت‌انگاری و اعتماد به سکوها
سلامت روانی و عاطفی	حس خوشبختی و حمایت اجتماعی	استرس و اضطراب ناشی از مقایسه‌های اجتماعی و کاهش اعتماد به نفس
تعاملات اجتماعی	تعامل اجتماعی، حمایت اجتماعی و کارآفرینی	خشونت خانگی، آسیب‌های اخلاقی و حسادت در روابط زناشویی
سلامت اجتماعی و عمومی	اعتماد اجتماعی، تعاملات شهری و فضای عمومی	تضعیف ارزش‌های فرهنگی و نظارت بیش از حد در روابط شخصی
مشارکت و مسئولیت‌پذیری	مسئولیت‌پذیری اجتماعی و مشارکت مدنی	نمایش غیرواقعی زندگی روزمره و ایجاد تصویر غیرواقعی از موفقیت
سبک زندگی و ارزش‌ها	سبک زندگی ارزش‌محور و سلامت اجتماعی	سبک زندگی تجمل‌گرایانه، مصرف ایمازهای بدن و فرهنگ ظاهرینی

اجتماعی عمل کند هم به دلایل مختلف از جمله کمال‌گرایی و مقایسه‌های اجتماعی تأثیرات منفی به دنبال داشته باشد.

این تحلیل جامع نشان می‌دهد که اینستاگرام می‌تواند هم به‌عنوان ابزاری مثبت برای ایجاد ارتباطات و رشد فردی و

جدول (۴) مقولات به تفکیک سلامت فردی و اجتماعی

حوزه تأثیر	مضامین مثبت	مضامین منفی
سلامت فردی	- اعتماد به نفس - حس خوشبختی - پیشرفت تحصیلی	- کمال‌گرایی ظاهری - نارضایتی چهره - خودزشت‌انگاری - جراحی زیبایی

مضامین منفی	مضامین مثبت	حوزه تأثیر
- اعتیاد به سکوه‌های اجتماعی - استرس و اضطراب ناشی از مقایسه‌های اجتماعی - کاهش اعتماد به نفس - نارضایتی از بدن و صورت - مشکلات خواب و تمرکز ناشی از استفاده بیش از حد	- حس خوشبختی - حمایت اجتماعی	سلامت روانی و عاطفی
- خشونت خانگی علیه زنان - آسیب‌های اخلاقی - حسادت در روابط زناشویی - ایجاد وابستگی به شبکه‌های اجتماعی	- تعامل اجتماعی - حمایت اجتماعی - کارآفرینی - مشارکت اجتماعی - توسعه و بزند شخصی	تعاملات اجتماعی
- تضعیف ارزش‌های فرهنگی واقعی - نظارت بیش از حد در روابط شخصی (نظارت زناشویی)	- اعتماد اجتماعی - تعاملات شهری - کارآفرینی - فضای عمومی	سلامت اجتماعی و عمومی
- نمایش غیرواقعی زندگی روزمره - ایجاد تصویر غیرواقعی از موفقیت و خوشبختی	- مسئولیت‌پذیری اجتماعی - مسئولیت مدنی - مشارکت مدنی	مشارکت و مسئولیت‌پذیری
- سبک زندگی تجمل‌گرایانه - مصرف ایماژهای بدن و فرهنگ ظاهر بینی	- سبک زندگی ارزش‌محور - سلامت اجتماعی	سبک زندگی و ارزش‌ها

و اجتماعی فرد و جامعه به‌دقت تحلیل کرد. این تحلیل به شناسایی نقاط قوت و ضعف این سکو در زمینه‌های معنوی و روانی کمک می‌کند و به پژوهشگران و سیاست‌گذاران این امکان را می‌دهد تا راهکارهای مؤثری برای استفاده سالم از این سکو ارائه دهند. تحلیل‌ها از طریق بررسی اثرات اینستاگرام بر سلامت معنوی و اجتماعی کاربران با استفاده از نظریه‌های مختلف انجام می‌شود. هر نظریه به همراه کدهای مربوط در جدول زیر ارائه شده است.

اینستاگرام مانند بسیاری از سکوه‌های اجتماعی دیگر، تأثیرات دوگانه‌ای بر سلامت فردی و اجتماعی دارد. از یک سو می‌تواند به ارتقای اعتماد به نفس، ایجاد ارتباطات اجتماعی مثبت و گسترش فرصت‌های شغلی کمک کند و از سوی دیگر ممکن است به افزایش مشکلات روانی، ایجاد فشارهای اجتماعی مرتبط با ظاهر و تهدیداتی برای روابط اجتماعی و امنیت فردی منجر شود. با توجه به چارچوب نظری و ۹۵ کد شناسایی شده، می‌توان تأثیرات اینستاگرام را بر سلامت معنوی

جدول ۵) تحلیل تأثیرات اینستاگرام بر سلامت فردی و اجتماعی بر اساس نظریه‌های ارتباطات و روان‌شناسی

مضمون فراگیر	نظریه	مقولات مرتبط	تحلیل
تقویت ارتباطات اجتماعی و حمایت اجتماعی	نظریه استفاده و رضامندی	تعامل اجتماعی، اعتماد اجتماعی، حمایت اجتماعی و مشارکت اجتماعی	اینستاگرام به کاربران این امکان را می‌دهد تا شبکه‌های اجتماعی خود را گسترش دهند و حس تعلق و حمایت معنوی را تقویت کنند؛ این امر منجر به افزایش رضایت اجتماعی می‌شود.
مقایسه اجتماعی و تأثیر بر خودباوری	نظریه مقایسه اجتماعی	خودزشت‌انگاری، کمال‌گرایی ظاهری، نارضایتی چهره و تصویر بدن	کاربران به دلیل مقایسه زندگی خود با دیگران، اغلب احساس نارضایتی از ظاهر و زندگی‌شان پیدا می‌کنند که می‌تواند به کاهش خودباوری و افزایش فشارهای روانی منجر شود.
تأثیرات منفی بر سلامت معنوی	نظریه سرمایه اجتماعی	فشار اجتماعی، استرس و احساس تنهایی	استفاده بیش از حد از اینستاگرام به‌ویژه برای مقایسه‌های اجتماعی، می‌تواند به استرس و فشار اجتماعی منجر شود که در نهایت سلامت معنوی و روانی افراد را تهدید می‌کند.
نمایش خود و تأثیر بر هویت معنوی	نظریه نمایش خود	نمایش خود، ویژند شخصی و هویت برخط	کاربران اینستاگرام تلاش می‌کنند تا تصویر ایدئالی از خود را به نمایش بگذارند که ممکن است موجب تغییر ارزش‌ها و باورهای واقعی آنان برای سازگاری با فشارهای اجتماعی شود.

مضمون فراگیر	نظریه	مقولات مرتبط	تحلیل
رسانه‌ای شدن زندگی روزمره و تأثیر بر ارزش‌های معنوی	نظریه رسانه‌ای شدن زندگی روزمره	فرهنگ کتابخوانی، سبک زندگی نوین و وابستگی اجتماعی	رسانه‌ای شدن زندگی روزمره از طریق اینستاگرام می‌تواند به شکل‌دهی یا تضعیف ارزش‌های معنوی کمک کند. محتوای تجاری و فرهنگ‌های مصرفی نوین ممکن است این ارزش‌ها را تحت تأثیر قرار دهد.
تأثیرات بر فرهنگ و هویت جمعی	نظریه سرمایه اجتماعی و هویت جمعی	هویت فرهنگی، هویت مذهبی و فرهنگ سیاسی	اینستاگرام می‌تواند به شکل‌دهی هویت‌های جمعی و فرهنگ‌های برخط کمک کند و تأثیر زیادی بر هویت‌های فرهنگی و مذهبی جوامع داشته باشد؛ به‌ویژه در جوامع با باورهای دینی و فرهنگی متنوع.

در جهت بررسی تأثیرات اینستاگرام از منظر نظریات جامعه‌شناسی، می‌توان به نظریاتی اشاره کرد که به تعاملات اجتماعی، هویت جمعی، فرهنگ و سرمایه اجتماعی مرتبط هستند. در جدول شماره ۶ تأثیرات اینستاگرام بر اساس نظریات جامعه‌شناسی آورده شده است.

جدول شماره ۵ نشان می‌دهد که اینستاگرام چگونه می‌تواند تأثیرات مثبت و منفی بر سلامت فردی و اجتماعی کاربران داشته باشد. هر نظریه با کدهای مربوط، به‌وضوح توضیح داده شد و تحلیل‌ها بر مبنای اثرات معنوی و اجتماعی تنظیم شد.

جدول ۶) تحلیل تأثیرات اینستاگرام بر سلامت اجتماعی و هویت بر اساس نظریات جامعه‌شناسی

مورد	نظریه جامعه‌شناسی	کدهای مرتبط	تحلیل جامعه‌شناختی
تقویت ارتباطات و شبکه‌های اجتماعی	نظریه سرمایه اجتماعی	تعامل اجتماعی، اعتماد اجتماعی، حمایت اجتماعی و مشارکت اجتماعی	اینستاگرام به افزایش سرمایه اجتماعی کاربران کمک می‌کند و روابط اجتماعی آنان را تقویت می‌کند. این تعاملات موجب افزایش اعتماد اجتماعی می‌شود (۱۸).
بازنمایی خود و هویت اجتماعی	نظریه نمایش خود	نمایش خود، ویژگی شخصی و هویت برخط	کاربران از اینستاگرام به‌عنوان صحنه‌ای برای نمایش هویت و تصویر خود استفاده می‌کنند. این امر بر هویت اجتماعی آنان تأثیرگذار است (۱۱، ۱۹).
مصرف فرهنگی و رسانه‌ای	نظریه مصرف فرهنگی	سبک زندگی نوین، بازنمایی بدن، مصرف ایماژهای بدن و خریدهای لذت‌باور	اینستاگرام به‌عنوان یک فضای مصرفی فرهنگی، نمادهای سبک زندگی نوین و مصرف‌گرایی را ترویج می‌کند (۲۰، ۲۱).
هویت جمعی و فرهنگی سیاسی	نظریه هویت جمعی و فرهنگ	هویت فرهنگی، هویت اجتماعی، هویت جهانی و فرهنگ سیاسی	اینستاگرام به کاربران این امکان را می‌دهد که هویت‌های جمعی خود را شکل دهند و با فرهنگ‌ها و دیدگاه‌های سیاسی مختلف در سطح جهانی ارتباط برقرار کنند (۲۲، ۲۳).
تضعیف حریم خصوصی و نظارت اجتماعی	نظریه نظارت (میشل فوکو)	حریم خصوصی، نظارت زناشویی و فضای عمومی	اینستاگرام به‌عنوان یک فضای عمومی، مرزهای حریم خصوصی را کاهش می‌دهد و افراد تحت نظارت اجتماعی و کنترل‌های غیرمستقیم قرار می‌گیرند (۲۴، ۲۵).
رسانه‌ای شدن زندگی روزمره	نظریه رسانه‌ای شدن (هابرماس)	رسانه‌ای شدن زندگی روزمره، فضای عمومی و نمایش زندگی روزمره	اینستاگرام به رسانه‌ای شدن زندگی روزمره کمک می‌کند و تأثیرات زیادی بر تغییر ارزش‌ها و تعاملات اجتماعی دارد (۲۶، ۲۷).

### توضیحات جدول:

را ترویج می‌کند.

- نظریه نظارت: این نظریه بر تأثیر نظارت اجتماعی و تضعیف حریم خصوصی کاربران در اینستاگرام تأکید دارد.
- نظریه رسانه‌ای شدن: این نظریه توضیح می‌دهد که چگونه اینستاگرام به رسانه‌ای شدن زندگی روزمره و تغییر ارزش‌ها و تعاملات اجتماعی کمک می‌کند.

برای رسم شبکه مضامین، باید مضامین اصلی و فرعی به‌طور سلسله‌مراتبی سازمان‌دهی شود و ارتباطات آنها به‌طور گرافیکی نشان داده شود. در این شبکه، مضامین اصلی و فرعی

- نظریه سرمایه اجتماعی: این نظریه تأکید می‌کند که اینستاگرام می‌تواند روابط اجتماعی را توسعه دهد و حمایت‌های اجتماعی را تقویت کند.
- نظریه نمایش خود: این نظریه بیان می‌کند که کاربران اینستاگرام از این سکو به‌عنوان صحنه‌ای برای نمایش هویت خود استفاده می‌کنند.
- نظریه مصرف فرهنگی: این نظریه به تأثیر مصرف فرهنگی در اینستاگرام اشاره دارد که سبک زندگی نوین و مصرف‌گرایی

فرعی به صورت زیر دسته‌بندی می‌شود:

جدول (۷) شبکه مضامین

مضمون اصلی	مضامین فرعی
تقویت ارتباطات اجتماعی	تعامل اجتماعی، اعتماد اجتماعی، حمایت اجتماعی و مشارکت اجتماعی
مقایسه اجتماعی	خودزشت‌انگاری، کمال‌گرایی ظاهری، نارضایتی چهره و تصویر بدن
هویت و نمایش خود	نمایش خود، ویژند شخصی، هویت برخط
مصرف فرهنگی و سبک زندگی	سبک زندگی نوین، بازنمایی بدن، مصرف ایمازهای بدن و خریدهای لذت‌باور
نظارت و حریم خصوصی	حریم خصوصی، نظارت زناشویی و فشار اجتماعی
رسانه‌ای شدن زندگی روزمره	نمایش زندگی روزمره، فرهنگ کتابخوانی و تضعیف ارزش‌های سنتی

### ارتباطات مضامین:

- نظریه سرمایه اجتماعی مرتبط با مضامین تقویت ارتباطات اجتماعی و هویت جمعی.
- نظریه مقایسه اجتماعی مرتبط با مضامین مقایسه اجتماعی و هویت و نمایش خود.
- نظریه نظارت و حریم خصوصی مرتبط با نظارت و حریم خصوصی و مصرف فرهنگی.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج بررسی نشان داده است که اینستاگرام تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل اجتماعی و روان‌شناختی قرار دارد. این عوامل شامل سرمایه اجتماعی، هویت اجتماعی، سلامت روانی، فرهنگ شهروندی، تغییرات سبک زندگی، نگرش به مد، فرهنگ سلبریتی، شهرت، مفهوم مادری، فرهنگ دین‌داری، ترویج فرهنگ، تجربه دیده‌شدن، مدیریت بدن، خوداظهاری، فاصله خود واقعی تا خود نمایشی، وابستگی اجتماعی، خودشیفتگی، تعامل اجتماعی، احساس تنهایی، جنسیت، فعالیت‌های خیریه، مشارکت مدنی، هویت قومی، باورپذیری مذهبی، افسردگی، خودکشی، رضایت از زندگی، بازنمایی فساد، فرزندپروری، تعهد زناشویی و خشونت است.

پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که شبکه‌های اجتماعی مانند اینستاگرام می‌توانند به تقویت سرمایه اجتماعی و حمایت اجتماعی کمک کنند. برای نمونه، مطالعه هال<sup>۱</sup> نشان می‌دهد که ارتباطات برخط می‌تواند به افزایش حمایت اجتماعی و بهبود احساسات اجتماعی کمک کنند (۴). این نتایج با کدهای «حمایت اجتماعی» و «ارتباطات انسانی» هم‌خوانی دارد و نشان می‌دهد که اینستاگرام می‌تواند به تقویت پیوندهای اجتماعی و ارتقای احساسات مثبت کمک

کند. تروچیلو<sup>۲</sup> و همکارانش در مطالعه‌ای نشان داده‌اند که استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند به بهبود آگاهی عمومی و آموزشی کمک کند (۶). این یافته‌ها با کدهای «سواد زیست‌محیطی» و «آگاهی‌بخشی» تطابق دارد و بیانگر این است که اینستاگرام می‌تواند در ترویج آموزه‌های معنوی و افزایش آگاهی عمومی نقش مؤثری ایفا کند.

با این حال، استفاده از اینستاگرام می‌تواند تأثیرات منفی نیز به همراه داشته باشد؛ به‌ویژه، روردا<sup>۳</sup> و کاسین<sup>۴</sup> به تأثیرات منفی مقایسه‌های اجتماعی و محتوای بصری در شبکه‌های اجتماعی اشاره کرده‌اند. این مطالعات نشان می‌دهد که فشار برای تطابق با استانداردهای ایدئال می‌تواند به افزایش نارضایتی از خود و مشکلات خودباوری منجر شود (۵، ۷). این یافته‌ها با کدهای «خودزشت‌انگاری»، «کمال‌گرایی ظاهری» و «سبک زندگی تجمل‌گرایانه» تطابق دارد و نشان می‌دهد که اینستاگرام می‌تواند به تضعیف خودباوری و افزایش نارضایتی از تصویر بدن منجر شود.

مطالعات دیگر همچون پژوهش توننج<sup>۵</sup> و همکارانش بر فشارهای اجتماعی و کاهش تعاملات واقعی تأکید دارد. این پژوهش نشان می‌دهد که تمرکز بر تعاملات برخط می‌تواند به کاهش کیفیت روابط واقعی و افزایش احساس تنهایی منجر شود (۲۸). این نتایج با کدهای «تنهایی»، «فشار برای پذیرش اجتماعی» و «کاهش تعاملات واقعی» هم‌خوانی دارد.

نگرانی‌های امنیتی و حریم خصوصی از جمله مسائل دیگری است که در این پژوهش به آن پرداخته شد. مارویک و بوید<sup>۶</sup> نشان داده‌اند که نگرانی‌های حریم خصوصی در

<sup>2)</sup> Trujillo

<sup>3)</sup> Roorda

<sup>4)</sup> Cassin

<sup>5)</sup> Twenge

<sup>6)</sup> Marwick & Boyd

<sup>1)</sup> Hall

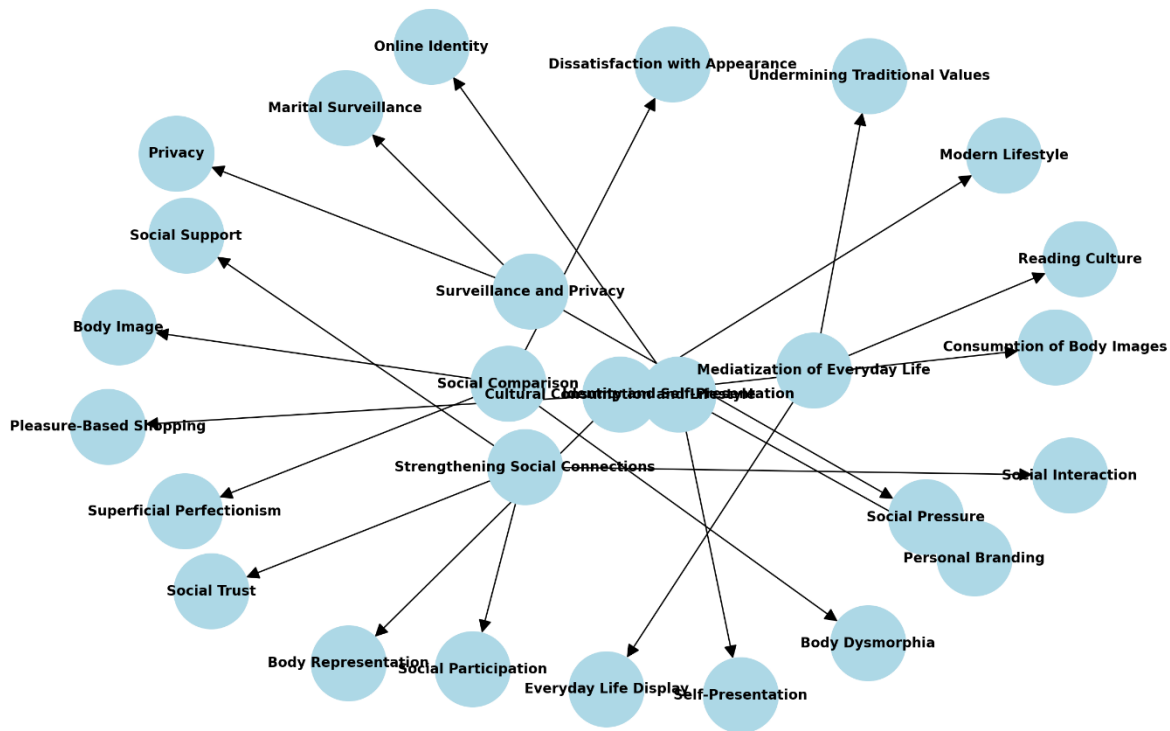
مشکلات خودباوری، فشارهای اجتماعی و نگرانی‌های حریم خصوصی است.

تطبيق نتایج پژوهش حاضر با سایر مطالعات نیز نشان می‌دهد که یافته‌های این پژوهش با نتایج فراتحلیل‌ها هم‌خوانی دارد. این مقایسه نشان می‌دهد که هر دو به اثرات مثبت و منفی شبکه‌های اجتماعی تأکید دارند و بر لزوم استفاده هوشمندانه و آگاهانه از این سکوها برای تقویت جنبه‌های مثبت و کاهش اثرات منفی تأکید می‌کنند.

شبکه‌های اجتماعی می‌تواند موجب افزایش اضطراب و نگرانی‌های اجتماعی شود (۲۹). این یافته‌ها با کدهای «حریم خصوصی» و «امنیت ارتباطات انسانی» تطابق دارد.

در مجموع، نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که استفاده از اینستاگرام می‌تواند تأثیرات مثبت و منفی قابل توجهی بر سلامت معنوی فرد و جامعه داشته باشد. تأثیرات مثبت شامل تقویت ارتباطات اجتماعی، افزایش آگاهی و آموزش و فرصت‌های اجتماعی است؛ در حالی که تأثیرات منفی شامل

Network of Themes: Effects of Instagram on Individual and Social Health



نمودار (۱) شبکه معنایی تأثیر اینستاگرام بر سلامت فردی و اجتماعی

به پژوهشگران دیگر بررسی نمونه‌های ذیل در پژوهش‌های آتی پیشنهاد می‌شود:

- بررسی تأثیرات طولانی‌مدت: بررسی تأثیرات طولانی‌مدت اینستاگرام بر سلامت معنوی و روانی کاربران به‌ویژه در گروه‌های سنی مختلف؛

- مطالعه مقایسه‌ای: مقایسه تأثیرات اینستاگرام با سایر شبکه‌های اجتماعی برای شناسایی تفاوت‌ها در تأثیرات مثبت و منفی؛

- تحلیل محتوای تخصصی: بررسی محتوای خاص اینستاگرام (مانند محتوای دینی، معنوی یا تجاری) برای شناسایی تأثیرات آن بر باورهای معنوی؛

### محدودیت‌های پژوهش

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر دسترسی نداشتن به همه مقاله‌ها و منابع موجود به‌ویژه منابعی بود که به زبان‌های دیگر نوشته شده است. از طرف دیگر، تعریف سلامت معنوی در مطالعات مختلف یکسان نیست و همین موجب می‌شود مقایسه نتایج کمی سخت شود. همچنین، بیشتر منابعی که بررسی شد مربوط به شرایط فرهنگی و اجتماعی خاصی است، بنابراین نمی‌توان نتایج را به همه جوامع تعمیم داد.

### پیشنهاد‌های پژوهش

(Full Text in Persian)

3. Segal RA. Jung as psychologist of religion and Jung as philosopher of religion. *Journal of Analytical Psychology*. 2010;55(3):361-84.
4. Hall JA. Loneliness and social media. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2025;1543(1):5-16.
5. Perloff RM. Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex roles*. 2014;71(11):363-77.
6. Trujillo A, Fagni T, Cresci S. The DSA Transparency Database: Auditing self-reported moderation actions by social media. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*. 2025;9(2):1-28.
7. Roorda BA, Cassin SE. A Review of Food-Related Social Media and Its Relationship to Body Image and Disordered Eating. *Nutrients*. 2025;17(2):342.
8. Katz E, Blumler JG, Gurevitch M. Uses and gratifications research. *The public opinion quarterly*. 1973;37(4):509-23.
9. Festinger L. A theory of social comparison processes. *Human relations*. 1954;7(2):117-40.
10. Putnam RD. *Bowling alone: The collapse and revival of American community*: Simon and schuster; 2000.
11. Goffman E. *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*: Simon and schuster; 2009.
12. Tajbakhsh G, Goudarzi F. A critical reflection on the mechanisms of celebrity culture in the Instagram space of Iranian society. *Communication Research*. 2025;31(120):49-87. (Full Text in Persian)
13. Shad Z, Anisseh M, Shirooyehpour S. Investigating the impact of social media marketing activities on brand equity. *Quarterly Journal of Advertising and sales management*. 2024;5(1):309-31. (Full Text in Persian)
14. Mohamadi Zadeh F, Khayami A. Typology of Fandom Among adolescent Instagram Users. *Strategic communication studies*. 2025. (Full Text in Persian)
15. Tajik N. Barresi-e Tasirat-e Mokhreb-e shabakehay-e Ejetmaei dar Sabk-e Zendegi va Bavarcha va Rahkarhay-e Moghbele ba An. 2025. (Full Text in Persian)
16. Ghafari Nasab E, Rahmani R. Effect of Social Media on Body Image with the Mediation of Social Comparison. *Sociology of Social Institutions*. 2025; 11(24):7-39. (Full Text in Persian)
17. Karimi S, Moheb N. The Role of Spiritual Health, Body Appreciation, and Perceived Social Media Advertising Deception in Predicting the Tendency towards Cosmetic Surgery in Women. *Health Psychology*. 2025;13(52):65-80. (Full Text in Persian)

- نقش الگوریتم‌ها و تبلیغات: بررسی تأثیر الگوریتم‌ها و تبلیغات هدفمند بر سلامت معنوی کاربران؛
- تحلیل تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی: انجام مطالعات مقایسه‌ای در کشورهای مختلف برای ارزیابی تأثیرات اینستاگرام در زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی؛
- بررسی تأثیرات مثبت: شناسایی عواملی که می‌تواند استفاده مثبت از اینستاگرام را تقویت کند.
- تأثیرات بر گروه‌های آسیب‌پذیر: مطالعه تأثیرات اینستاگرام بر گروه‌های آسیب‌پذیر مانند نوجوانان، زنان و افرادی با مشکلات روانی و خودباوری.
- توجه به مشکلات مطرح‌شده می‌تواند به بهبود کیفیت و دقت پژوهش‌های آینده در زمینه تأثیرات اینستاگرام بر سلامت معنوی و اجتماعی کمک کند و فهم عمیق‌تری از نحوه استفاده سالم‌تر از این سکوها را فراهم سازد.

### قدردانی

مؤلفان مقاله از همکاری نشریات در جهت ارائه مقالات به‌صورت برخط تشکر و قدردانی می‌کنند.

### حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلفان نگاشته شده است.

### تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

### مشارکت مؤلفان

نظارت بر روند پژوهش و بررسی مقاله: مؤلف اول؛ و تحلیل آماری داده‌ها، نگارش مقاله، بررسی منابع و ویرایش مقاله: مؤلف دوم.

### References

1. Khameneei SA. *Bayanat dar Didar Aazay-Anjomanhay-e Islami-e Daneshamoozan 2016*. (Full Text in Persian)
2. Goudarzi F, Niazi M. The Role of Instagram Social Network in Reproducing Neoliberal Values in Iranian Society: A Meta-Synthesis Study. *Journal of Social Continuity and Change (JSCC)*. 2025;3(2):563-96.

18. Bourdieu P. The forms of capital (1986). Cultural theory: An anthology. 2011;1(81-93):949.
19. Goffman E. Presentation of self in everyday life. American Journal of Sociology. 1949;55(1):6-7.
20. Baudrillard J. Simulacra and simulation: University of Michigan press; 1994.
21. Baudrillard J. The consumer society: Myths and structures. 2016.
22. Gluck M. Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age. JSTOR; 1993.
23. Carrà E. The Consequences of Modernity. JSTOR; 1992.
24. Cohen S. Discipline and punish: the birth of the prison. SAGE Publications Sage CA: Los Angeles, CA; 2019.
25. Foucault M. "The Birth of Bio-Politics"-Michel Foucault's Lecture at the Collège de France on Neo-Liberal Governmentality. Economy and Society. 2008; 30(2):190-207.
26. Habermas J. The structural transformation of the public sphere: An inquiry into a category of bourgeois society: MIT press; 1991.
27. Benhabib S. Between Facts and Norms: Contributions to a Discourse Theory of Law and Democracy. By Juergen Habermas. Cambridge, MA: MIT Press, 1996. 631p. \$40.00. American Political Science Review. 1997;91(3):725-6.
28. Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML, Martin GN. 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. 2018;6(1):3-17.
29. Marwick AE, Boyd D. Networked privacy: How teenagers negotiate context in social media. New media & society. 2014;16(7):1051-67