

## نقش تاب‌آوری ادارک شده خانواده و تنظیم هیجان در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان

اسماعیل صدری دمیرچی<sup>۱</sup>، شهریار درگاهی<sup>۲</sup>، رضا قاسمی جوبنه<sup>۳</sup> و نادر اعیادی<sup>۴</sup>

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان بود. روش پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری تحقیق حاضر کلیه دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان پارس‌آباد در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۶ بودند که از بین آن‌ها تعداد ۲۵۰ دانش‌آموز به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، سه عدد پرسشنامه استاندارد اعتیاد به اینترنت، تاب‌آوری و تنظیم هیجان بودند. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده نسخه ۲۱ نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌های پژوهش حاضر نشان دادند که ارتباط منفی و معناداری بین تاب‌آوری خانواده و ابعاد آن (ارتباط خانوادگی و حل مسأله، منابع، چشم انداز مثبت، پیوند و معنویت خانواده، ایجاد معنا) و تنظیم هیجان با اعتیاد به اینترنت وجود دارد ( $P < 0/01$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای پیش‌بین می‌توانند ۲۷ درصد از واریانس اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان را پیش‌بینی نمایند ( $P < 0/01$ ). یافته‌های پژوهش حاضر نشان دهنده اهمیت تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان به عنوان مهارت‌های مهم خانوادگی و فردی در تبیین رفتارهای اعتیادی همچون اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان است.

**واژه‌های کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، تاب‌آوری خانواده، تنظیم هیجان.

(e.sadri@uma.ac.ir)

۱. نویسنده رابط: دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه محقق اردبیلی

۳. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز

۴. دانشجوی دکترای مشاوره، دانشگاه اصفهان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۱۱/۲۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۰۶/۲۲

DOI: 10.22098/JSP.2020.903

**مقدمه**

با توسعه اقتصاد و فناوری، اینترنت در حال کسب محبوبیت بیشتر در بین اقشار مختلف مردم و به‌ویژه جوانان است. اینترنت یک ابزار مفید در دنیای امروز محسوب می‌شود؛ اما استفاده بیش از حد و افراطی از اینترنت می‌تواند آسیب‌زا باشد (ساجدوا و ورما، ۲۰۱۵). به طوری که اعتیاد به اینترنت به تدریج تبدیل به یک مسأله جدی در بهداشت عمومی در سراسر جهان شده است. امروزه تعداد کاربران اینترنت در سراسر جهان در حال افزایش است، به طوری که اینترنت به یک نیاز حیاتی تبدیل شده است (صلحی، آرمون، شجاعی زاده، حقانی، ۲۰۱۴). با این حال، اگر زمان استفاده از اینترنت کنترل نشود و به صورت افراطی از آن استفاده شود، می‌تواند منجر به اعتیاد به اینترنت<sup>۲</sup> شود (وینستین و لجایوکس<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). اعتیاد به اینترنت که جزو رفتارهای اعتیادی محسوب می‌شود، دارای ویژگی‌هایی همچون استفاده اجباری و غیرقابل کنترل از اینترنت است که با پیامدهای منفی هیجانی، روانشناختی و اجتماعی مرتبط است (شائو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). همچنین استفاده بیش از حد از اینترنت را می‌توان به عنوان نشانه‌ای از سایر اختلالات روان‌شناختی و آشفتگی‌های هیجانی همچون اضطراب یا افسردگی در نظر گرفت (کراتزر و هگرل<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸). مطالعات اخیر در خصوص اعتیاد دانش‌آموزان به اینترنت حکایت از روند روبه افزایش این اعتیاد در بین دانش‌آموزان دبیرستانی دارد که این مقدار در پسرها بیشتر از دختران است (آیدمیر<sup>۶</sup>، ۲۰۱۸). در تبیین رفتارهای اعتیادی عوامل درون فردی و عوامل خانوادگی می‌توانند به صورت مشترک نقش قابل توجه داشته باشند. یکی از عوامل خانوادگی مهم که جزو سازه‌های جدید ادبیات خانواده محسوب می‌شود، تاب‌آوری خانواده<sup>۷</sup> است.

1. Sachdeva & Verma
2. internet addiction
3. Weinstein & Lejoyeux
4. Shao
5. Kratzer & Hegerl
6. Aydemir
7. family resiliency

تاب‌آوری به عنوان قابلیت فرد برای حفظ حالت تعادل در برابر شرایط بسیار نامطلوب تعریف شده است و به عنوان یک پاسخ سازنده به رویدادهای استرس‌زای زندگی که موجب تسهیل عملکرد سالم می‌شود، در نظر گرفته می‌شود (بونانو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ هرمن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). تاب‌آوری به عنوان یک مهارت فردی محسوب می‌شود (ناظمی و هاشمی، ۱۳۹۷)، اما تاب‌آوری خانواده به ویژگی‌های ادراک شده از خانواده اصلی بر می‌گردد که فرد در آن پرورش یافته است و به معنای توانمندی خانواده برای مواجهه با مشکلات مختلف است (بلک و لوبو<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸). تاب‌آوری خانواده شامل توانایی برای توسعه مهارت‌های بین فردی تطبیقی و ویژگی‌های مثبت در خانواده مانند پذیرش متقابل است که شامل مؤلفه‌های ارتباط خانوادگی و حل مسئله، بهره‌مندی از منابع اقتصادی و اجتماعی، حفظ یک چشم‌انداز مثبت، پیوند خانوادگی، معنویت خانواده و توانایی ایجاد معنا برای سختی است (هیرو و لیکس<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱؛ سادات حسینی و حسین چاری، ۱۳۹۲).

پیشنه پژوهشی موجود نشان می‌دهند که تاب‌آوری پیش‌بین مناسبی برای اعتیاد به اینترنت در بین جوانان است (نام<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۸) به طوری که این تحقیقات نشان دهنده رابطه منفی و معنادار تاب‌آوری با اعتیاد به اینترنت است (زربتو، گالرا و روئیز<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷). در ارتباط با نقش تاب‌آوری خانواده در تبیین رفتارهای اعتیادی نیز یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که بین تاب‌آوری خانواده و ابعاد آن با آمادگی اعتیاد در فراگیران ارتباط منفی و معنادار وجود دارد (جلیلی نیکو، خرامین، قاسمی چونبه و محمدعلی پور، ۱۳۹۴). یافته‌های پژوهشی دیگر حاکی از آن است که بین دو گروه معتاد و غیرمعتاد از لحاظ تاب‌آوری خانواده و ابعاد آن تفاوت معناداری وجود دارد؛ به طوری که افراد معتاد به مواد مخدر از تاب‌آوری خانوادگی کمتری برخوردار هستند (همدمی و همکاران، ۱۳۹۶). تاب‌آوری خانواده باعث ارتقاء مهارت‌های مقابله‌ای کارآمد

1. Bonanno
2. Herrman
3. Black & Lobo
4. Heru & Licsw
5. Nam
6. Zerbetto Galera & Ruiz

در اعضاء خانواده می‌شود و در بهبود عملکرد کلی خانواده‌ها نقش سازنده و مثبت دارد، در نتیجه فرزندان‌ی که در این خانواده‌ها پرورش پیدا می‌کنند از توانمندی بالاتری برخوردار هستند (هیرو و لیکس، ۲۰۱۱).

برخی مطالعات علاوه بر مسائل بین نسلی بر عوامل روانی-هیجانی مؤثر بر اعتیاد تأکید داشته‌اند (رحمتی و صابر، ۱۳۹۶)؛ بنابراین یکی از عواملی که در زمینه شکل‌گیری و تداوم رفتارهای اعتیادی نیازمند بررسی است، تنظیم هیجان<sup>۱</sup> است. تنظیم هیجان به روش‌های آگاهانه یا ناخودآگاه شناختی و رفتاری اطلاق می‌گردد که باعث مدیریت و تعدیل هیجانات می‌شود (بات<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). دشواری در تنظیم هیجان با پیامدهای منفی در حوزه‌های مختلف زندگی همراه است؛ به طوری که بین تنظیم هیجان با کیفیت زندگی ارتباط مستقیم وجود دارد (فیلیس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۴؛ تبریزی و وحیدی، ۱۳۹۴). شدت تنش ادراک شده و دشواری در تنظیم هیجانات می‌تواند زمینه‌ساز بروز آسیب‌های جدی روان‌شناختی و اجتماعی در فرد شود (کو و کون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). یکی از این آسیب‌ها نیز اعتیاد به اینترنت است که شاید به عنوان یک مکانیزم غیرسازنده مقابله‌ای به منظور رهایی از شرایط تنش‌زای فعلی و اجتناب از مواجهه در برابر چالش‌های زندگی روزمره استفاده می‌گردد (کوس و لوپز<sup>۵</sup>، ۲۰۱۶). یافته‌های پژوهشی موجود نشانگر تأثیر مستقیم و غیرمستقیم راهبردهای تنظیم هیجان در گرایش به رفتارهای اعتیادی از جمله اعتیاد به بازی‌های اینترنتی است (یلدیز<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ ین و همکاران، ۲۰۱۷؛ تراملو<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۸).

باتوجه به افزایش استفاده از اینترنت و همچنین به دنبال افزایش پیامدهای مخرب حاصل از استفاده بیش از حد و آسیب‌زا از اینترنت، بررسی عوامل مؤثر در گرایش به استفاده مفرط از

1. emotion regulation
2. Butt
3. Phillips
4. Koo & Kwon
5. Kuss & Lopez
6. Yıldız
7. Trumello

اینترنت ضروری به نظر می‌رسد؛ بنابراین، با توجه به نقش مهم عوامل خانوادگی و فردی در بروز رفتارهای اعتیادی، در تحقیق حاضر به دنبال پاسخگویی به این سوال هستیم که آیا تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان پیش‌بین اعتیاد دانش‌آموزان به اینترنت است؟

## روش

طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود.

جامعه‌آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان مشغول به تحصیل در مدارس شهرستان پارس‌آباد در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ بودند که از میان آن‌ها ۲۵۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. مهمترین ملاک‌های لازم برای ورود به پژوهش نیز عبارت بودند از: رضایت و علاقه به شرکت در پژوهش و عدم ابتلا به اختلالات روان‌شناختی. به منظور اجرای تحقیق حاضر بعد از مراجعه محقق به کلاس‌ها و ارائه توضیحاتی به دانش‌آموزان در ارتباط با هدف تحقیق، از آن‌ها خواسته شد که به همه سؤالات پرسشنامه صادقانه پاسخ دهند و اگر در پاسخ به سؤالات ابهامی داشتند، از محقق بپرسند. همچنین به صورت شفاهی به آن‌ها درباره ماهیت صرفاً پژوهشی پرسشنامه‌ها اطلاعاتی داده شده و به آن‌ها اطمینان داده شد که پاسخ‌هایشان کاملاً محرمانه خواهد ماند، بدین ترتیب افراد شرکت‌کننده با رضایت آگاهانه در پژوهش شرکت کردند. ابزار مورد استفاده برای جمع‌آوری داده‌های تحقیق حاضر پرسشنامه بود که در زیر به ترتیب به آن‌ها اشاره می‌شود.

**پرسشنامه اعتیاد به اینترنت:** در پژوهش حاضر برای سنجش اعتیاد به اینترنت، از پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۱</sup> استفاده شده است. این پرسشنامه شامل ۲۰ گویه است که آن آزمودنی باید به ۲۰ سوال بر روی یک مقیاس لیکرت از هرگز (۰) تا همیشه (۵) پاسخ دهد و نمره بیشتر نشانگر مشکلات و وابستگی بیشتر در ارتباط با استفاده از اینترنت است. یافته‌های یک پژوهش در

---

1. Yang

ایران نشان داد که پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شده است (گنجی، توکلی، اسدی، بنی اسدی، ۱۳۹۵). در پژوهشی حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده است.

**پرسشنامه تاب‌آوری خانواده:** برای سنجش تاب‌آوری خانواده‌ها پرسشنامه ۶۶ سوالی تاب‌آوری خانواده استفاده شده است که شامل ۶ حوزه ارتباط خانوادگی و حل مسأله، بهره‌مندی از منابع اقتصادی و اجتماعی، حفظ یک چشم‌انداز مثبت، پیوند خانوادگی، معنویت خانواده و توانایی ایجاد معنا برای سختی و دشواری است. با جمع این ابعاد نمره کل تاب‌آوری خانواده به دست می‌آید و نمره بالاتر نشانگر تاب‌آوری خانوادگی بیشتر است. از آزمودنی خواسته می‌شود که بر روی یک مقیاس لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۴) به سوالات پاسخ دهد. این پرسشنامه توسط سیکبی<sup>۱</sup> بر اساس نظریه تاب‌آوری خانواده والش<sup>۲</sup> ساخته شده است و یافته‌های یک بررسی در ایران نشان داد که این پرسشنامه ابزاری مناسب و دارای شواهد روان‌سنجی مطلوب برای سنجش تاب‌آوری خانواده در فرهنگ ایرانی است (سادات حسینی و حسین چاری، ۱۳۹۲). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه شده است.

**خرده‌مقیاس تنظیم هیجانی:** در پژوهش حاضر برای بررسی تنظیم هیجانی از خرده‌مقیاس تنظیم هیجانی مقیاس خودسنجی هوش هیجانی شوت<sup>۳</sup> استفاده شده است. آزمودنی درجه توافق یا مخالفت خود را با هر جمله در یک مقیاس پنج‌گزینه‌ای لیکرت که از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) است، انتخاب می‌کند. این خرده‌مقیاس دارای ده سوال است و نمرات بیشتر نشانگر تنظیم هیجان بیشتر است. پایایی این خرده‌مقیاس در پژوهشی در ایران با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش شده است (محمدخوانی، صادقی، فرزاد، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش شده است.

1. Sixbey
2. Walsh
3. Shutte

داده‌های گردآوری شده به وسیله نرم‌افزار SPSS-18 و با استفاده از آمار توصیفی یعنی میانگین و انحراف معیار و آمار استنباطی یعنی ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام در سطح معناداری ۰/۰۱ تجزیه و تحلیل شدند.

## نتایج

در پژوهش حاضر ۲۵۰ دانش‌آموز پسر با میانگین سنی ۱۶/۴۷ و انحراف معیار ۱/۸۳ شرکت کردند. قبل از اجرای آزمون‌های آماری، ابتدا به منظور استفاده از آزمون‌های پارامتریک و استفاده از آزمون تحلیل رگرسیون، پیش‌فرض‌های آن (آزمون نرمال بودن توزیع نمرات و آزمون دورین واتسون) مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف نشان داد که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها، در مورد متغیرهای تحقیق برقرار است ( $p > 0/05$ ). در جدول ۱، اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و ماتریس ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

جدول ۱. ماتریس ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	M ±SD	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱- اعتیاد به اینترنت	۲۶/۰۶ ± ۶/۴۲	۱							
۲- تنظیم هیجان	۳۳/۳۱ ± ۴/۶۵	-۰/۴۲**	۱						
۳- تاب‌آوری خانواده	۱۶۴/۹۴ ± ۱۵/۱۲	-۰/۵۰**	۰/۶۲**	۱					
۴- ارتباط خانوادگی و حل مسأله	۷۵/۵۰ ± ۸/۱۲	-۰/۴۴**	۰/۵۳**	۰/۹۲**	۱				
۵- منابع اقتصادی و اجتماعی	۳۳/۴۹ ± ۳/۶۲	-۰/۴۲**	۰/۲۳**	۰/۶۲**	۰/۴۷**	۱			
۶- حفظ چشم انداز مثبت	۱۶/۳۳ ± ۲/۵۰	-۰/۳۳**	۰/۴۴**	۰/۶۲**	۰/۴۵**	۰/۳۵**	۱		
۷- پیوند خانوادگی	۱۷/۶۱ ± ۲/۶۷	-۰/۳۴**	۰/۵۲**	۰/۷۲**	۰/۵۷**	۰/۴۸**	۰/۴۱**	۱	
۸- معنویت خانواده	۱۲/۵۸ ± ۱/۶۶	-۰/۱۷**	۰/۵۲**	۰/۶۸**	۰/۶۲**	۰/۱۳**	۰/۳۵**	۰/۵۰**	۱
۹- توانایی ایجاد معنا برای سختی	۱۲/۱۸ ± ۲/۵۰	-۰/۲۸**	۰/۴۲**	۰/۴۴**	۰/۳۴**	۰/۱۰**	۰/۱۹**	۰/۱۱**	۰/۳۶**

\*\*P < 0/01

همان‌طور که در جدول ۱ مشخص است، بین تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان با اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی و معناداری وجود دارد. همچنین بین ابعاد تاب‌آوری خانواده یعنی ارتباط خانوادگی و حل مسأله، منابع اقتصادی و اجتماعی، حفظ چشم‌انداز مثبت، پیوند خانوادگی، معنویت خانواده و توانایی ایجاد معنا برای سختی با اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی معنادار وجود دارد. شایان ذکر است که تمامی ضرایب در سطح ۰/۰۱ معنادار بودند؛ این بدین معنی است که با افزایش تاب‌آوری خانواده (و ابعاد آن) و تنظیم هیجان، میزان اعتیاد به اینترنت نیز در دانش‌آموزان کاهش پیدا می‌کند.

به منظور پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس متغیرهای پیش‌بین از تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام استفاده شده است که نتایج در جدول ۲ و ۳ گزارش شده است.

جدول ۲. پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان

مدل	دوربین	SS	R	R <sup>2</sup>	df	MS	F	p
گام اول	رگرسیون	۳۵۸۷/۴۶			۱	۳۵۸۷/۴۶		
	باقی مانده	۱۰۶۴۵/۳۸	۰/۵۰	۰/۲۵	۳۴۵	۳۰/۹۴	۱۱۵/۹۲	۰/۰۰۱
	کل	۱۴۲۳۲/۸۴			۳۴۵			
۱/۶۵								
گام دوم	رگرسیون	۳۸۴۸/۲۵			۲	۱۹۲۴/۱۲		
	باقی مانده	۱۰۳۸۴/۵۸	۰/۵۲	۰/۲۷	۳۴۳	۳۰/۲۷	۶۳/۵۵	۰/۰۰۱
	کل	۱۴۲۳۲/۸۴			۳۴۵			

با توجه به این‌که مقدار آماره دوربین و اتسوندر این آزمون برابر ۱/۶۵ شده؛ لذا در دامنه مطلوبیت ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد و استقلال باقی مانده‌ها را نتیجه می‌گیریم؛ بنابراین، امکان استفاده از روش رگرسیون وجود دارد. با توجه به یافته‌های جدول فوق، تاب‌آوری خانواده همبستگی بالا و معناداری با اعتیاد به اینترنت دارد و با میزان f مشاهده شده ۱۱۵/۹۲ در مرحله اول وارد مدل می‌



شود و به تنهایی می‌تواند ۲۵ درصد از واریانس اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان را پیش‌بینی کند. همچنین در مرحله بعد تنظیم هیجان با میزان  $f$  مشاهده شده ۶۳/۵۵ وارد معادله می‌شود و میزان قدرت پیش‌بینی به ۲۷ درصد افزایش پیدا کرد؛ این بدین معنی است که متغیرهای پیش‌بین؛ یعنی تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان در دو مرحله و به صورت مشترک می‌توانند ۲۷ درصد از واریانس متغیر ملاک یعنی اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان را پیش‌بینی کنند.

جدول ۳. نتایج ضرایب رگرسیون

متغیر	B	SE	$\beta$	t	P
مقدار ثابت	۶۱/۵۷	۳/۲۴	-	۱۸/۹۶	۰/۰۰۱
تاب‌آوری خانواده	-۰/۱۶	۰/۰۲	-۰/۳۹	-۶/۶۳	۰/۰۰۱
تنظیم هیجان	-۰/۲۴	۰/۰۸	-۰/۱۷	-۲/۹۳	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان می‌توانند به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۰۱ اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان را پیش‌بینی نمایند.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان در اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان بود. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین تاب‌آوری خانواده و ابعاد آن؛ یعنی ارتباط خانوادگی و حل مسأله، منابع اقتصادی و اجتماعی، حفظ چشم‌انداز مثبت، پیوند خانواده، معنویت خانواده و توانایی ایجاد معنا برای سختی با اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. یافته‌های تحلیل رگرسیون نیز نشانگر آن است که بخش قابل توجهی از واریانس اعتیاد به اینترنت توسط تاب‌آوری خانواده تبیین می‌شود. این یافته‌ها با نتایج مطالعات جلیلی نیکو و همکاران (۱۳۹۴) و همدمی و همکاران (۱۳۹۵) و محسن‌زاده و همکاران (۱۳۹۷) همسو است که نشان داده‌اند بین تاب‌آوری خانواده با آمادگی اعتیاد و رفتارهای پرخطر همچون وابستگی به مواد

مخدر ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. همچنین یافته حاصل با نتیجه مطالعه زربتو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۷) همسو است که نشان دادند تاب‌آوری خانواده و به دنبال آن بهبود عملکرد و روابط اعضای خانواده رابطه منفی و معناداری با گرایش به اعتیاد دارد.

محققان تاب‌آوری خانواده را به عنوان سرسختی و توانایی خانواده برای مواجهه با تغییرات در موقعیت های بحرانی، توانایی احیای مجدد و دوباره فعال نمودن تعادل خود بعد از یک بحران تعریف کرده‌اند (والش، ۱۹۹۶). انسان‌ها بیشترین زمان خود را در کنار خانواده های خود سپری می‌کنند و اعضای آن‌را، بخصوص والدین خود و رفتار والدین را مهمترین الگو و شاخص قرار می‌دهند. با توجه به اثرگذاری خانواده بر اعضای خویش، بر اساس نظریه‌های گوناگون از جمله نظریه انتقال بین نسلی و نظریه یادگیری اجتماعی می‌توان نتیجه گرفت که وقتی خانواده به عنوان کل در مقابله با مشکلات و بحران‌ها سرسختی و مقاومت کافی از خود نشان نمی‌دهند و به جای مواجه شدن با رویداد تنش‌زا و حل بحران‌های به وجود آمده در پی برطرف کردن موقت و سرپوش گذاشتن آن از طریق چیزی خارج از خودشان و پتانسیل‌های خانواده برمی‌آیند که همین ویژگی‌ها حداقل به برخی از اعضای خانواده هم منتقل شده و یا اعضای با مشاهده آن، الگو برداری می‌کنند. بدین ترتیب، این اعضای هنگام مواجهه با درد و ناکامی زود درهم می‌شکنند و به جای مقاومت، مواجهه و حل آن به خود-تسکینی موقت مانند درگیری اعتیادی با اینترنت که به نوعی گریز از موقعیت استرس‌زا است، گرایش پیدا می‌کنند.

به عبارت دیگر، اعتیاد به اینترنت را می‌توان به عنوان یکی از مکانیزم‌های غیرسازنده‌ای در نظر گرفت که دانش‌آموزان به آن متوسل می‌شوند تا به نوعی از تنش‌های ادراک شده در زندگی روزمره رها شوند یا از برخورد مستقیم و کارآمد با مشکلات و چالش‌های زندگی روزمره اجتناب کنند (کوس و لوپز، ۲۰۱۶). همچنین، چنین ویژگی اعضای خانواده و عدم روحیه مقابله‌ای با مشکلات درونی خود، تبدیل به یک خصوصیت خانواده به عنوان کل شده و آن‌ها در برابر بحران-

---

1. Zerbetto

های درون نظام خانواده مانند رفتارهای نابهنجار فرزندان، رفتارها و واکنش‌های مناسب و مؤثری نشان نمی‌دهند و توفیقی در پیشگیری از تداوم رفتارهای اعتیادی اعضای خود کسب نمی‌کنند.

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین تنظیم هیجان و اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی و معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که تنظیم هیجان در مرحله دوم وارد معادله رگرسیونی می‌شود و میزان پیش‌بینی اعتیاد اینترنت را به ۲۷ درصد افزایش می‌دهد. این بخش از یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعه یلدیز<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) همخوان است که در تحقیق خود به این نتیجه رسید که راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بین مناسبی برای اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در بین جوانان است. علاوه بر این، نتیجه حاصل از آزمون فرضیه حاضر با نتیجه پژوهش تروملو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۸) همسو است که در تحقیقی نشان دادند که راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بین مناسبی برای اعتیاد افراد به اینترنت است. مطالعات موجود نشان داده‌اند که راهبردهای تنظیم هیجانی در افزایش مدیریت و تعدیل هیجانات ناخوشایند و کاهش تنش ادراک شده (برگینگ و واپرمن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲) و به تبع آن کاهش آسیب‌پذیری افراد در برابر رفتارهای اعتیادی (کووب<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵) که یکی از آن‌ها اعتیاد به اینترنت بوده، مؤثر است.

استفاده افراطی از اینترنت که در جامعه ایران بیشتر با حضور در شبکه‌های اجتماعی مختلف همچون تلگرام و اینستاگرام همراه است که باعث می‌شود فرد در مقابل مسأله‌ای درونی که آزاردهنده و ناخوشایند است، اجتناب کرده و احساس ایمنی کند و به نوعی از خود در برابر تنش‌ها، مسؤلیت‌ها و چالش‌ها محافظت کند؛ به عبارت دیگر رفتارهای اعتیادی به‌خصوص استفاده اعتیادی از اینترنت نوعی مسؤلیت‌زدایی نسبت خود و دیگران محسوب می‌شود؛ اما تنظیم هیجان به عنوان یکی از مهارت‌های مهم در نظر گرفته می‌شود که موجبات سازگاری و انطباق فرد با شرایط مختلف می‌شود. هیجان و تنظیم آن با هماهنگی کردن فرآیندهای ذهنی و انگیزشی شرایط

1. Yıldız
2. Trumello
3. Berking, & Wupperman
4. Koob

فرد را در موقعیت تثبیت کرده و موجب می‌شود افراد پاسخ‌های مقابله‌ای کارآمد در برابر مسائل مواجه شده داشته باشند. افرادی که توانایی تنظیم سازنده هیجانات خود را دارند بهتر می‌توانند با مشکلات و چالش‌های زندگی روبه‌رو شوند، در سازگاری با دیگران و محیط موفق‌تر هستند، از سلامت روانی و بهزیستی هیجانی بالاتری برخوردارند و بهتر می‌توانند رویدادهای منفی در زندگی را مدیریت کنند (عباسی و همکاران، ۲۰۱۴).

بنابراین تنظیم هیجانی باعث افزایش تحمل آشفتگی در فرد می‌شود و از آسیب‌پذیری روانی فرد در برابر اتفاقات زندگی روزمره می‌کاهد، به تبع آن به احتمال کمتری فرد به دنبال استفاده از راهبردهای غیرسازنده خود-تسکینی با حضور در اینترنت و دنیای مجازی و اینترنت خواهد بود. این پژوهش در جمعیت آماری دانش‌آموزان شهرستان پارس‌آباد در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۶ صورت گرفته است و باید در تعمیم نتایج به سایر جمعیت‌های آماری همچون دانشجویان که در دوره‌های سنی متفاوت از دانش‌آموزان قرار دارند، احتیاط کرد. با اجرای پژوهش‌های بیشتری در ارتباط با نقش عوامل خانوادگی و روان‌شناختی در تبیین رفتارهای اعتیادی همچون اعتیاد به اینترنت در سایر دوره‌های تحصیلی و سنی می‌توان به نتایج معتبرتر و دقیق‌تری دست پیدا کرد تا در برنامه‌ریزی‌های کاربردی به آن توجه شود.

بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر تاب‌آوری خانواده و تنظیم هیجان می‌تواند به صورت معنادار ۲۷ درصد از واریانس اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان را پیش‌بینی نماید، در این میان سهم تاب‌آوری خانواده مشخص‌تر بود که نشانگر اهمیت ویژگی‌های ادراک شده از خانواده در تبیین وضعیت روانی-هیجانی فعلی افراد است. تاب‌آوری ادراک شده از خانواده در کنار سایر ویژگی‌ها و مهارت‌های فردی همچون تنظیم هیجان می‌تواند در پیشگیری یا تدام و حتی تشدید آسیب‌های روانی و رفتارهای پرخطر نقش قابل ملاحظه داشته باشند؛ بنابراین، در طراحی برنامه‌های کاربردی در سطح دانشگاه‌ها به منظور ارتقاء سلامت روانی دانش‌آموزان باید به این عوامل توجه ویژه شود.

پژوهش حاضر برگرفته از طرح پژوهشی به همین نام که با حمایت مالی معاونت پژوهشی و فناوری دانشگاه محقق اردبیلی اجرا گردید است؛ لذا پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند که از زحمات کلیه افرادی که به نوعی در این پژوهش دخیل بودند کمال تشکر و قدردانی را نمایند.

## منابع

- تبریزی، نرگس و وحیدی، زهره (۱۳۹۴). مقایسه تنظیم هیجان، ذهن آگاهی و بهزیستی روان شناختی در مادران دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۴(۴)، ۳۵-۲۱.
- جلیلی نیکو، سعید؛ خرامین، شیرعلی؛ قاسمی چوبینه، رضا و محمدعلی پور، زینب (۱۳۹۴). نقش تاب‌آوری خانواده و ذهن آگاهی در آمادگی اعتیاد دانشجویان. *ارمغان دانش*، ۲۰(۴)، ۳۶۸-۳۵۷.
- رحمتی، فاطمه و صابر، سوسن (۱۳۹۶). مقایسه تنظیم شناختی هیجان و تاب‌آوری در دانش‌آموزان معتاد به اینترنت و دانش‌آموزان عادی. *مجله روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۴)، ۵۹۶-۵۷۹.
- سادات حسینی، فریده و حسین چاری، مسعود (۱۳۹۲). بررسی شواهد مرتبط با روایی و پایایی مقیاس تاب‌آوری خانواده. *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، ۳(۲)، ۱۸۱-۲۰۹.
- گنجی، بی‌نظیر؛ توکلی، سمیرا؛ بنی‌اسدی شهر بابک، فائزه و اسدی، سکینه. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اشتیاق تحصیلی دانشجویان. *راهنمای آموزش در علوم پزشکی*، ۹(۲)، ۱۵۵-۱۵۰.
- ناظمی، عالیه و هاشمی، جواد (۱۳۹۷). مقایسه نارسایی هیجانی، تاب‌آوری و همدلی در دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی‌های یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۸(۱)، ۹۰-۱۰۷.
- همدمی، میثم؛ حکیم جوادی، منصور؛ غلامعلی لواسانی، مسعود و قاسمی چوبینه، رضا. (۱۳۹۶). مقایسه تاب‌آوری خانواده و بلوغ هیجانی در مردان وابسته و غیروابسته به مواد. *مجله مطالعات ناتوانی*، ۷(۱۳)، ۶-۱.

Abbasi, M. Dargahi, S. Bagiyani Koole Marz, M. J. Bakhti, M. & Dargahi, A. (2014). Examining the role of difficulty in emotional Self Regulation, impulsiveness and defensive mechanisms in discriminate smokers and non smokers students. *Archives of Hygiene Sciences*, 3(2), 59-69.

Aydemir, H. (2018). Examining the internet addiction levels of high school senior students. *Journal of Education and Training Studies*, 6(4), 17-25.

- Berking, M. & Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions. *Current Opinion in Psychiatry*, 25(2), 128-134.
- Black, K. & Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of Family Nursing*, 14(1), 33-55.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American psychologist*, 59(1), 20.
- Butt, M. M. Sanam, F. Gulzar, S. & Yahya, F. (2013). Cognitive emotional regulation and forgiveness. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(12), 769-92.
- Ganji, B. Tavakoli, S. Baniasadi, F. & Asadi S.(2016). Surveying the relationship between internet addiction and Academic Engagement of students. *Education strategies in Medical*, 9(2): 150- 155. (Persian).
- Hamdami, M. Hakim, Javadi M, Gholamali Lavasani, M. Ghasemi Jobaneh, R. (2017 .) Comparison of family resilience and emotional maturity between Dependent and Non-Dependent Men. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*. 7(13),1-6. (Persian)
- Herrman, H. Stewart, D. E. Diaz-Granados, N. Berger, E. L. Jackson, B. & Yuen, T. (2011). What is resilience? *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265.
- Heru, A. & LICSW, L. M. D. (2011). Developing family resilience in chronic psychiatric illnesses. *Rhode Island Medical Journal*, 94(2), 45.
- JaliliNikoo, S. Kharamin, S.H.Ghasemi Jobaneh, R. & Mohammad Alippoor, Z.(2015). Role of family resilience and mindfulness in addiction potential among students. *Armaghane-danesh*, 20(47), 357- 368. (Persian)
- Koo, H. J. & Kwon, J. H. (2014). Risk and protective factors of Internet addiction: a meta-analysis of empirical studies in Korea. *Yonsei Medical Journal*, 55(6), 1691-1711.
- Koob, G. F. (2015). The dark side of emotion: the addiction perspective. *European Journal of Pharmacology*, 753, 73-87.
- Kratzer, S. & Hegerl, U. (2008). Is" Internet Addiction" a disorder of its own? a study on subjects with excessive internet use. *Psychiatrische Praxis*, 35(2), 80-83.
- Kuss, D. J. & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143.
- Mohammadkhani S, Sadeghi N, Farzad V.(2013.)The causal model relationships of negative emotions, central beliefs, the beliefs associated with drugs, craving beliefs and emotion regulation with back to substance use. *Modern Psychological Research*, 6(23), 160- 170. (Persian)
- Nam, C. Lee, D. Lee, J. Choi, A. Chung, S. Kim, D. J. ... & Choi, J. S. (2018). The role of resilience in internet addiction among adolescents between sexes: A moderated mediation model. *Journal of Clinical Medicine*, 7(8), 222.
- Nazemi, A. & Hashemi, J. (2018). Comparison of alexithymia, resilience and empathy in students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 8(1), 90-107. (Persian)

- Phillips, L. H. Henry, J. D. Nouzova, E. Cooper, C. Radlak, B. & Summers, F. (2014). Difficulties with emotion regulation in multiple sclerosis: Links to executive function, mood, and quality of life. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 36(8), 831-842.
- Rahmaty, F. & Saber, S. (2018) Comparison of emotional cognitive regulation and resilient in Internet addicted students and ordinary students. *Journal of Applied Psychology*, 11(4), 579-596.
- Sachdeva, A. & Verma, R. (2015). Internet gaming addiction: A technological hazard. *International Journal of High Risk Behaviors & Addiction*, 4(4).
- Sadat Hoseini, F. & Hosein Chari, M. (2013) .Surveying the evidence related to the validity and reliability of family resiliency scale. *Journal of Counseling and Psychotherapy of Family*, 3(2), 181- 206. (Persian)
- Shao, Y. J. Zheng, T. Wang, Y. Q. Liu, L. Chen, Y. & Yao, Y. S. (2018). Internet addiction detection rate among college students in the People's Republic of China: a meta-analysis. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12(1), 25.
- Solhi, M. Armoon, B. Shojaeizadeh, D. & Haghani, H. (2014). Internet addiction and its risk factors based on the theory of planned behavior among boy students. *Journal of Research & Health*, 4(4), 927-934.
- Tabrizchi, N. & Vahidi, Z. (2015). Comparing emotional regulation, mindfulness and psychological well- being in mothers of students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 4(4), 21-35. (Persian)
- Trumello, C. Babore, A. Candelori, C. Morelli, M. & Bianchi, D. (2018). Relationship with Parents, emotion regulation, and callous-unemotional traits in adolescents' internet addiction. *BioMed Research International*, 7914261.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35(3), 261-281.
- Weinstein, A. & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277-283.
- Yen, J. Y. Yeh, Y. C. Wang, P. W. Liu, T. L. Chen, Y. Y. & Ko, C. H. (2017). Emotional regulation in young adults with Internet gaming disorder. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 30.
- Yıldız, M. A. (2017). Emotion regulation strategies as predictors of internet addiction and smartphone addiction in adolescents. *Journal of Educational Sciences & Psychology*, 7(1), 66-78.
- Zerbetto, S. R. Galera, S. A. F. & Ruiz, B. O. (2017). Family resilience and chemical dependency: perception of mental health professionals. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 70(6), 1184-1190.

## Role of perceived family resilience and emotion regulation in prediction of internet addiction of students

E. Sadri Damirchi<sup>1</sup>, Sh. Dargahi<sup>2</sup>, R. GhasemiJobaneh<sup>3</sup> & N. Ayadi<sup>4</sup>

### Abstract

The aim of current research was to investigate the Role of Perceived Family Resilience and Emotion Regulation in Prediction of Internet Addiction of Students. The research method is correlation. The statistical population of this study consisted of high school students in Parsabad city in the academic year of 2016-2017 that among them 250 students were selected as sample through a Random cluster sampling method. The tools used in this study were three standard questionnaires of family resiliency, emotion regulation and internet addiction. The collected data were analyzed using version 21 of the spss software. The findings of this study showed that there is negative and significant relations between family resilience (and its dimensions) and emotion regulation with internet addiction ( $P < 0.01$ ). Also regression analysis showed that the predictor variables could significantly predict 27 percent of variance of internet addiction among students ( $P < 0.01$ ). The findings of this study highlight the importance of Perceived Family Resilience and emotion regulation as important family and individual skills in explaining Internet addiction as one of addictive behaviors in students.

**Keywords:** Internet addiction, Family Resiliency, Emotion Regulation, Student

---

1 . Corresponding Author: Associate Professor of Counselling, University of Mohaghegh Ardabili  
e.sadri@uma.ac.ir

2 . PhD Candidate of Counselling, University of Mohaghegh Ardabili

3 . PhD Candidate of Counselling, Shahid Chamran University of Ahvaz

4 . PhD Candidate of Counselling, University of Isfahan