

# بررسی رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان

نگین برات دستجردی<sup>۱</sup>، سمیه صیادی<sup>۲</sup>

## مقاله پژوهشی

## چکیده

**زمینه و هدف:** شبکه جهانی اینترنت، به عنوان یکی از برجسته‌ترین فناوری‌های ارتباطی و اطلاعاتی، نمایانگر پیشرفت فناوریانه انسان امروزی است که نقش آن در ایجاد تغییرات اجتماعی غیر قابل چشم‌پوشی است. هدف پژوهش، بررسی رابطه استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانشجویان بود.

**مواد و روش‌ها:** نوع مطالعه، مقطعی از نوع همبستگی بود که به صورت پیمایشی اجرا شد. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور استان اصفهان تشکیل دادند. ابتدا رشته‌های موجود در دانشگاه پیام نور به سه گروه علوم انسانی، فنی مهندسی و پایه تقسیم‌بندی شد و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی تعداد ۳۴۵ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. از پرسش‌نامه استاندارد افسردگی Beck، اعتیاد به اینترنت و Young و پرسش‌نامه محقق ساخته استفاده از شبکه‌های اجتماعی جهت جمع‌آوری اطلاعات استفاده شد. اطلاعات با استفاده از آزمون‌های آماری همبستگی توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت با ضریب  $0/147$  و سطح معنی‌داری  $0/010$  رابطه معنی‌داری وجود داشت، ولی بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و افسردگی با ضریب  $0/055$  و سطح معنی‌داری  $0/332$  رابطه معنی‌داری مشاهده نشد. همچنین بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت بر اساس متغیرهای جنسیت، سن و گروه تحصیلی، تفاوت معنی‌داری وجود داشت که این تفاوت در بین گروه‌های سنی و دختران و پسران معنی‌دار نبود، ولی در بین گروه‌های تحصیلی، اعتیاد به اینترنت در رشته‌های علوم پایه کمتر از سایر رشته‌ها در گروه‌های علوم انسانی و فنی مهندسی بوده است.

**نتیجه‌گیری:** استفاده از اینترنت به دلیل جذابیت‌های کاذبی که برای کاربران ایجاد می‌کند، به آرامی آن‌ها را به خود معتاد می‌سازد و می‌تواند نیازهای روانی و هیجانی آن‌ها را تأمین نماید. بنابراین جایگزین نمودن شبکه‌های اجتماعی روی اینترنت به جای حضور و تعامل با افراد در دنیای واقعی، باعث خواهد شد که ارتباطات اجتماعی و عاطفی کاربران مختل شود.

**واژه‌های کلیدی:** شبکه‌های اجتماعی، افسردگی، اعتیاد، دانشجویان، اینترنت

**ارجاع:** برات دستجردی نگین، صیادی سمیه. بررسی رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۳۹۱؛ ۱۰ (۵): ۳۳۱-۳۳۲

پذیرش مقاله: ۱۳۹۱/۱۰/۱۶

دریافت مقاله: ۱۳۹۱/۳/۱۳

Email: dastjerdey@gmail.com

۱- استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسؤول)

۲- کارشناس ارشد، گروه برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه پیام نور اصفهان، اصفهان، ایران

## مقدمه

اینترنت یکی از وسایل ارتباطی در عصر جدید است که توسط انسان به کار گرفته شده است. این وسیله باعث سرعت و دقت در کارها و گسترش ارتباط شده است، به گونه‌ای که کره زمین را تبدیل به دهکده جهانی کرده است. اینترنت منتقل کننده میلیون‌ها پیام است، پیام‌هایی که بر ارزش‌ها، نگرش‌ها و هویت فرهنگی کاربران آن در سطح خرد و بر نظام‌های فرهنگی - اجتماعی در سطح کلان تأثیر می‌گذارد. در راستای همین تغییرات است که آمدن واقعیت‌های نمادین در فضای سایبر اینترنتی، زمینه لازم را برای شکل‌گیری شبکه‌های اجتماعی فراهم ساخته است. چنین فضایی که به عنوان واقعیت مجازی یک پارچه در نظر گرفته می‌شود، از ویژگی‌هایی چون فرا زمان و مکان بودن، عدم محدودیت در قوانین مدنی متکی بر دولت‌ها - ملت‌ها، قابل دسترس بودن هم زمان، روی فضا بودن و برخورداری از فضاهای فرهنگی - اعتقادی - فلسفی - اقتصادی و نیز آزادی از هویت بدنی و جنسی جدید برخوردار است. به طور کلی، شبکه‌های اجتماعی به مجموعه‌ای از افراد اطلاق می‌شود که به صورت گروهی با یکدیگر ارتباط داشته‌اند و مواردی مانند اطلاعات، نیازمندی‌ها، فعالیت‌ها و افکار خود را به اشتراک بگذارند، به عبارت دیگر شبکه‌های اجتماعی پایگاه‌هایی هستند که با استفاده از یک موتور جستجوگر و افزودن امکاناتی مانند چت، پیام‌رسانی الکترونیکی، انتقال تصویر و صدا و ... امکان ارتباط بیشتر کاربران را در قالب شبکه‌ای از روابط فردی و گروهی فراهم می‌آورند (۱).

شبکه‌های اجتماعی وب، نسل جدیدی از امکانات وب هستند که امروزه در کانون توجه کاربران اینترنت قرار گرفته‌اند. این گونه سایت‌ها بر مبنای تشکیل اجتماعات بر خط فعالیت می‌کنند و هر کدام دست‌هایی از کاربران اینترنت را که دارای علائق یا ویژگی‌های مشترک هستند، گرد هم می‌آورند. این گونه شبکه‌ها در واقع نوعی رسانه اجتماعی هستند که شیوه جدیدی از برقراری ارتباط و اشتراک اطلاعات را در اینترنت امکان‌پذیر کرده‌اند. صدها میلیون نفر از کاربران

اینترنت عضو صدها شبکه اجتماعی مختلف هستند و بخشی از فعالیت بر خط روزانه‌شان در این سایت‌ها می‌گذرد (۲). شبکه‌هایی از جمله فیس‌بوک (Face book)، توئیتر (Twitter)، یوتیوب (You tube)، مای اسپیس (My space)، اورکات (Orkut)، فلیکر (Flicker)، از جمله شبکه‌های اجتماعی مجازی هستند که در مدت زمانی کوتاه به سرعت رشد کرده‌اند و روز به روز میان افراد محبوبیت بیشتری پیدا می‌کنند. از آن جا که برقراری ارتباط اصلی‌ترین دلیل استفاده کاربران از شبکه‌های اجتماعی می‌باشد و افراد در زمان کمی با افراد متعدد می‌توانند ارتباط برقرار کنند، در بسیاری از موارد منجر به استفاده افراطی افراد، به خصوص نوجوانان و جوانان از این شبکه‌ها شده است و باعث می‌شود که افراد به ارتباط در فضای مجازی بیش از ارتباط در فضای واقعی علاقمند شوند که این امر می‌تواند سلامت روانی آن‌ها را تهدید کند. اختلالاتی چون اعتیاد به اینترنت، افسردگی، انزوای اجتماعی، اختلال هویت، کاهش احساسات، عدم اعتماد به نفس از جمله اختلالات رایج استفاده مفرط از شبکه‌های اجتماعی می‌باشد (۳). حجم رو به رشدی از تحقیقات صورت گرفته پیرامون اعتیاد اینترنتی، حکایت از آن دارد که اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال روان‌شناختی - اجتماعی است که از مشخصه‌های آن علائم کناره‌گیری، اختلالات عاطفی و از هم گسیختگی روابط اجتماعی است (۴). پژوهشگری در تحقیق خود به این نتیجه رسید که جوانانی که از تماس‌های اجتماعی کناره‌گیری می‌کنند، از ابزارهای ارتباطی موجود در اینترنت به عنوان ابزاری برای فرار از واقعیت استفاده می‌کنند (۵). همچنین در مطالعه Nielson مشخص شد که استفاده از اینترنت همانند تماشای تلویزیون باعث بی‌حرکی می‌شود و از ارتباطات رو در رو جلوگیری می‌کند (۶). Martin و Schumacher به رابطه بین استفاده افراطی از اینترنت و تنهایی و افسردگی اشاره کردند و به این نتیجه رسیدند که کاربران وابسته به اینترنت نسبت به آن‌هایی که هیچ نشانه‌ای از وابستگی نداشته‌اند، تنهاتر و افسرده‌تر بودند و از این تکنولوژی بیشتر به عنوان تفریح و پر

با استفاده از فضاهای ارتباطی مجازی اشاره کرده‌اند، از جمله تحقیقات Parks و Floyd نشان داد که فضای مجازی ایجاد یک کارگاه هویتی می‌کند که در آن افراد مهارت‌های اجتماعی را فرا گرفته‌اند و آن را تمرین می‌کنند (۱۶). بعضی از شرکت‌کنندگان در این تحقیق گزارش کردند که هویت روی خط به آن‌ها اجازه می‌دهد که بر احساس خجالت خود در یک ارتباط رو در رو فایق آیند. افراد خجالتی ادعا می‌کنند که اینترنت برای آن‌ها فرصت ارتباط با دیگران را فراهم می‌سازد و در همان زمان قادر خواهند بود تا مهارت‌های اجتماعی و اعتمادی فراهم کنند که باعث رشد ارتباطات رو در رو خواهد شد. در واقع اینترنت افراد را قادر می‌سازد تا خود را با آرامش و راحتی بیان کنند، بدین ترتیب اینترنت می‌تواند مفید باشد؛ چرا که این آزادی را به افراد می‌دهد تا هویتی را که نسبت به آن احساس بهتری دارند، کشف و انتخاب کنند (۱۷).

ایران در آستانه درهای ورودی جامعه اطلاعاتی جهانی است و تعداد کاربران اینترنتی روز به روز در حال افزایش است و بخش عمده از این کاربران جوانان می‌باشند. شبکه‌های اجتماعی اینترنتی در طی دهه گذشته با گسترش سریع در بین کاربران ایرانی رواج پیدا کرده‌اند و میلیون‌ها نفر در این شبکه‌ها عضویت یافته‌اند. چنان که Hampton و همکاران گزارش کرده‌اند، این شبکه‌ها به سرعت در بین مخاطبان خود جای باز نموده‌اند و امروزه به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی اغلب کاربران خود بدل گشته‌اند. تعداد استفاده‌کنندگان شبکه‌های اجتماعی بین سال‌های ۲۰۱۰-۲۰۰۸ نزدیک به ۲ برابر شده است و جمعیت کاربران این شبکه‌ها به سرعت در حال افزایش است. بر اساس داده‌های مرکز «آمار جهانی اینترنت» در سال ۸۶ ایران رتبه نخست تعداد کاربران اینترنتی را در منطقه خاورمیانه کسب کرده است. این مرکز، بر اساس آخرین آماری که در خصوص تعداد کاربران اینترنتی منتشر کرده‌اند، رشد کاربران اینترنت در ایران را ۲۹۰۰ درصد دانسته‌اند و عنوان کرده است که تعداد کاربران اینترنت در ایران به ۷/۵ میلیون نفر می‌رسد که مقایسه آن با آمار ۲۵۰ هزار نفری این کاربران در دسامبر سال ۲۰۰۰ نشان

کردن اوقات فراغت استفاده می‌کنند (۷) Young و Rodgers بیان می‌دارند که افزایش تنهایی با کاهش در پیوندها و ارتباطات اجتماعی زندگی واقعی با استفاده از اینترنت مطابقت دارد (۸) Kraut و همکاران دریافته‌اند که استفاده بیشتر از اینترنت با پیامد کاهش ارتباطات خانوادگی همراه بوده است و استفاده زیاد از اینترنت برای اهداف ارتباطی نیز با کاهش مقدار چرخه ارتباط اجتماعی محلی و راه دور همراه خواهد بود (۹). به علاوه این که استفاده از اینترنت با افزایش افسردگی و عقب‌نشینی از زندگی واقعی عجین بوده است. مطالعه Sanders و همکاران بر اثرات اجتماعی اینترنت بر جوانان نشان داد که هر قدر استفاده از اینترنت بیشتر باشد، به همان نسبت افسردگی و انزوای اجتماعی آن‌ها بیشتر می‌شود (۱۰) Anderson بیان می‌کند که فرد، ارتباط با اینترنت را به عنوان راه فرار از مشکلات واقعی، خلاص شدن از احساس کسالت خود، رهایی از احساسات درماندگی، گناه، تنهایی، اضطراب یا افسردگی انتخاب کرده است و از آن استفاده می‌کند (۱۱). غلامعلیان با بررسی میزان شیوع سندروم اعتیاد به اینترنت و تأثیرات روانی-اجتماعی آن را در کاربران اصفهانی، نشان داد که میزان سندروم اعتیاد به اینترنت در گروه‌های سنی ۳۰-۲۰ سال از سایر گروه‌ها بیشتر است و کاربران کار کردن با اینترنت را به همنشینی با خانواده و گردش رفتن با دیگران ترجیح می‌دهند (۱۲). نتایج تحقیق سجادیان و نادى، رابطه مثبت بین افسردگی و انزوای اجتماعی با مدت زمان معمول استفاده از اینترنت در کاربران نوجوان و جوان را نشان داده است (۱۳) Doran. در پژوهشی دریافت که میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه‌روز و انزوای اجتماعی رابطه معنی‌دار وجود دارد (۱۴). همچنین استفاده اجتماعی از اینترنت موجب کاهش انزوای اجتماعی میان کاربران گردید. مطالعه آتش‌پور و کاظمی نشان داد که استفاده بیش از اندازه از اینترنت سبب ایجاد احساس ناکامی، انزوای اجتماعی، تنهایی، دوری از خانواده و به طور کلی کاهش سلامت روانی می‌شود (۱۵). بعضی از تحقیقات نیز به نتایج مثبتی در ارتباط

است و چندین بار توسط Beck و همکاران اعتبار و پایایی آن آزمون شده است. در سال ۱۹۹۶ ضریب اعتبار بازآزمایی آزمون در فاصله یک هفته‌ای ۰/۹۳ به دست آمد. همچنین ضریب اعتبار آزمون با استفاده از روش بازآزمایی بر حسب فاصله بین دفعات اجرا و نیز نوع جمعیت مورد آزمون از ۰/۴۸ تا ۰/۸۶ متغیر بوده است. در مورد روایی پرسش‌نامه افسردگی Beck نیز پژوهش‌های مختلفی انجام شده است، میانگین همبستگی پرسش‌نامه Beck با مقیاس درجه‌بندی روان‌پزشکی Hamilton، مقیاس خودسنجی Zouk، مقیاس افسردگی، مقیاس صفات عاطفی چندگانه افسردگی بیش از ۰/۶۰ است. تشکری و مهریار (به نقل از Azkhash) نیز ضریب پایایی پرسش‌نامه را در ایران ۰/۷۸ به دست آوردند (۱۹). همچنین در پژوهش‌های پرتوی، وهاب‌زاده و چکینی (به نقل از Azkhash) اعتبار پرسش‌نامه Beck بالا گزارش شد و از ۰/۷۰ تا ۰/۹۰ متغیر بود (۱۹). در این پرسش‌نامه، ۲۱ گروه سؤال با چهار گزینه الف تا د وجود دارد. برای نمره‌گذاری به گزینه (الف) نمره صفر، (ب) نمره ۱، (ج) نمره ۲ و (د) نمره ۳ داده می‌شود. نمره کل از جمع نمرات گزینه‌های انتخابی به دست می‌آید. درجات افسردگی بر اساس میزان امتیازات به دست آمده از ۱ تا بیش از ۴۰ متغیر است. بدین صورت که امتیاز ۱-۱۰ از نظر میزان افسردگی طبیعی، ۱۱-۱۶ کمی افسرده، ۱۷-۲۰ نیازمند مشورت با روان‌پزشک، ۲۱-۳۰ به نسبت افسرده، ۳۱-۴۰ افسردگی شدید و بیشتر از ۴۰ افسردگی بیش از حد را نشان می‌دهد.

آزمون اعتیاد به اینترنت Young توسط Young ساخته شده است. این پرسش‌نامه در ۲۰ آیتم طراحی شده است و به روش لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. نمره‌گذاری پرسش‌نامه بین نمره صفر تا ۴ متغیر است. بدین صورت که به پاسخ‌های اصلاً نمره صفر، خیلی کم نمره ۱، کم نمره ۲، زیاد نمره ۳ و به گزینه خیلی زیاد نمره ۴ تعلق می‌گیرد. بدین ترتیب دامنه نمره هر فرد در این پرسش‌نامه بین صفر تا ۸۴ است. گزاره‌های این آزمون بر اساس ملاک‌های TR-IV-DSM (Diagnostic and statistical manual of mental )

دهنده رشد ۲۹۰۰ درصدی در این زمینه است (۱۸). از این رو تعداد زیاد استفاده کنندگان از شبکه‌های اجتماعی اینترنتی در بین جوانان ایرانی و تأثیرات گسترده‌ای که به حوزه‌های مختلف فردی، اجتماعی، خانوادگی آن‌ها دارد، دلیل اصلی برای پرداخت به این پژوهش است تا بهتر بتوان اثرات این پدیده جدید را شناسایی و در صورت امکان به مقابله با آن پرداخت. از این رو ضروری است که به بررسی اثرات این گونه ابزارهای ارتباطی پرداخته شود تا علاوه بر افزایش آگاهی خود از آثار آن در زندگی خود در جامعه امروزی با خبر شویم. به همین منظور این مطالعه، با هدف بررسی رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر افسردگی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان انجام گرفته است.

### مواد و روش‌ها

نوع مطالعه، مقطعی از نوع همبستگی است که به صورت پیمایشی اجرا شده است. جامعه آماری آن کلیه دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان در نیم‌سال اول تحصیلی ۱۳۸۹-۹۰ بودند. روش نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای تصادفی و حجم نمونه در نظر گرفته شده با استفاده از روش کوکران ۳۴۵ نفر بود. در ابتدا کل دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان به سه گروه علوم انسانی، فنی مهندسی و علوم پایه تقسیم شدند و سپس از بین هر گروه ۱۱۵ نفر (در مجموع ۳۴۵ از هر سه گروه) به صورت تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند.

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش عبارت بودند از:

- ۱- پرسش‌نامه افسردگی Beck
- ۲- اعتیاد به اینترنت Young
- ۳- پرسش‌نامه استفاده از شبکه‌های اجتماعی

(محقق ساخته)

پرسش‌نامه افسردگی Beck از مناسب‌ترین ابزارهای سنجش افسردگی می‌باشد که از زمان ساخته شدن این آزمون در سال ۱۹۸۸ توسط Beck، مورد استفاده قرار گرفته

شبکه‌های مذکور توسط دانشجویان و میزان در دسترس بودن شبکه‌های اجتماعی و ... بود که در یک مقیاس شش گزینه‌ای (خیلی زیاد = ۶ تا اصلا = ۰) نمره‌گذاری شده است. جهت تعیین روایی پرسش‌نامه از روایی صوری استفاده گردید و از نظرات ۵ نفر از استادان متخصص در حیطه موضوع مورد پژوهش استفاده شد. جهت تعیین پایایی، پرسش‌نامه به صورت تصادفی برای ۳۰ نفر از اعضای غیر از گروه نمونه به صورت آزمایشی اجرا گردید و با استفاده از روش Cronbach's alpha پایایی آن ۰/۸۶ محاسبه گردید. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده توسط نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۸ (version 18, SPSS Inc., Chicago, IL) محاسبه شد.

### یافته‌ها

هدف اصلی این پژوهش، بررسی رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی بین دانشجویان دانشگاه‌های پیام نور شهر اصفهان بود. فراوانی درصد پسران پاسخ دهنده ۳۶ درصد و دختران ۶۳/۷ درصد و همچنین فراوانی درصد گروه‌های سنی ۲۲-۱۸، ۳۴/۴ درصد و ۲۷-۲۳ سال ۴۸/۳ و ۲۸-۳۲ سال ۱۲/۵ و بالاتر از ۳۲ سال ۱۳/۷ درصد بوده است.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میزان استفاده دانشجویان از شبکه‌های اجتماعی در حد متوسط (۳۵/۲)، میانگین استفاده از شبکه‌های اجتماعی ۳/۲۲ و انحراف معیار آن ۱/۶۵ بوده است.

جدول ۱. فراوانی و درصد آزمودنی‌ها به تفکیک جنس و سن

مؤلفه مورد بررسی	فراوانی	درصد
پسر	۱۲۴	۳۶
دختر	۲۱۹	۶۳/۷
بین ۱۸-۲۲ سال	۸۱	۳۴/۴
بین ۲۳-۲۷ سال	۱۶۶	۴۸/۳
بین ۲۸-۳۲ سال	۴۳	۱۲/۵
بالاتر از ۳۲ سال	۴۶	۱۳/۷

(disorders) برای تشخیص قماربازی بیمارگونه طراحی شده است. نمرات به دست آمده برای هر فرد، وی را در سه گروه طبقه‌بندی می‌کند: ۱- کاربر عادی اینترنت، ۲- کاربری که در اثر استفاده زیاد دچار مشکلاتی شده است، ۳- کاربر معتاد که استفاده بیش از حد وی را وابسته کرده است و نیاز به درمان دارد. در مطالعه Young و همکاران (به نقل از Martin و Schumacher)، اعتبار درونی پرسش‌نامه بالاتر از ۰/۹۲ ذکر شده است و اعتبار به روش بازآزمایی نیز معنی‌دار گزارش شد (۷). Widiyanto و McMoran (به نقل از Davis) در مطالعه خود با عنوان بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه اعتیاد اینترنتی Young، روایی صوری این پرسش‌نامه را بسیار بالا ذکر کرده‌اند و ضریب همبستگی آن را برابر ۰/۸۱ به دست آوردند. همچنین پایایی پرسش‌نامه با استفاده از ضریب Cronbach's alpha برابر با ۰/۸۸ محاسبه گردید و پایایی این ابزار با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۷۹ محاسبه شد (۱۷). در ایران علوی و همکاران (به نقل از Hampton و همکاران) روایی محتوایی و افتراقی این پرسش‌نامه را ۰/۵۰ و پایایی آن را با استفاده از روش‌های بازآزمایی ۰/۷۹، همسانی درونی ۰/۸۸ و تنصیف ۰/۸۲ به دست آوردند (۱۸). از این رو ضرایب Cronbach's alpha به دست آمده هم در نسخه فارسی و هم در نسخه اصلی بالاتر از ۰/۷۷ بوده است. البته تفاوت جزئی در مقدار آلفای مشاهده شده در مطالعات مختلف، بیانگر تفاوت در تعداد آیتم‌های ترجمه شده، تفاوت‌های فرهنگی و جمعیت هدف است.

جهت بررسی استفاده از شبکه‌های اجتماعی از یک پرسش‌نامه محقق ساخته ۱۰ سؤالی استفاده شده است. همان‌طور که در قسمت مقدمه اشاره شد، شبکه‌های اجتماعی سایت‌هایی هستند که از یک سایت ساده مانند موتور جستجوگر با اضافه شدن امکاناتی مانند چت روم، ایمیل و ... خاصیت اشتراک‌گذاری را به کاربران خود ارائه می‌دهد. با توجه به این مفهوم پرسش‌نامه مذکور در برگیرنده سؤالاتی در مورد میزان آگاهی از سایت‌های شبکه‌های اجتماعی چون فیس‌بوک، اورکات، مای اسپیس و ... میزان استفاده از

جدول ۲. فراوانی و درصد آزمودنی‌ها به تفکیک میزان استفاده دانشجویان از شبکه‌های اجتماعی

میزان استفاده	فراوانی	درصد
خیلی زیاد	۵۰	۱۴/۵
زیاد	۴۶	۱۳/۴
متوسط	۱۲۱	۳۵/۲
خیلی کم	۴۶	۱۳/۴
کم	۴۵	۱۳/۱
اصلاً	۲۱	۶/۱

همان طور که در جدول ۴ می‌بینیم، استفاده از شبکه‌های اجتماعی با توجه به متغیرهای سن، جنس و رشته تحصیلی بر اعتیاد به اینترنت مؤثر می‌باشد، زیرا سطح معنی‌داری آن‌ها از ۰/۰۵ کمتر است. با توجه به این که بین گروه‌های سنی و دختران و پسران تفاوت معنی‌داری در اعتیاد به اینترنت مشاهده نشد، برای تعیین میزان اعتیاد به اینترنت گروه‌های تحصیلی از مقایسه‌های زوجی استفاده شد که نتایج در جدول ۵ نشان داده شده است.

همان طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، بین میزان اعتیاد به اینترنت در رشته‌های علوم پایه و علوم انسانی و همچنین و فنی مهندسی تفاوت معنی‌داری وجود دارد، زیرا سطح معنی‌داری آزمون‌هایشان از ۰/۰۵ کمتر است. با توجه به اختلاف میانگین‌ها، اعتیاد به اینترنت در رشته‌های علوم پایه کمتر از سایر رشته‌ها در گروه‌های علوم انسانی و فنی مهندسی بود.

ابتدا با استفاده از آزمون Kolmogorov-Smirnov نرمال بودن داده‌ها مورد تأیید قرار گرفت و سپس برای بررسی ارتباط بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی از ضریب همبستگی Pearson استفاده شد. همان طور که در جدول ۳ می‌بینیم، همبستگی مثبت و معنی‌داری بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت وجود دارد.

جدول ۳. رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت

متغیر	شاخص آماری	ضریب همبستگی Pearson	تعداد	سطح معنی‌داری P
استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت		۰/۱۲۷	۳۴۵	۰/۰۱

جدول ۴. تحلیل واریانس تعیین معنی‌دار بودن همبستگی چند متغیره رابطه بین شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت با متغیرهای سن و جنس و گروه‌های تحصیلی

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری
استفاده از شبکه‌های اجتماعی	۱۸۳۶/۶۴	۱	۱۸۳۶/۶۴	۴/۱۷	۰/۰۴۲
سن	۱۶۷۵/۹۲	۵	۳۳۵/۱۸	۰/۷۹۲	۰/۵۷۸
جنس	۲۸۴۵/۶۰	۱	۲۸۴۵/۶۰	۶/۴۰	۰/۰۱۲
گروه تحصیلی	۲۷۹۴/۹۷	۲	۱۳۹۷/۴۸	۳/۱۷	۰/۰۴۳

جدول ۵. مقایسه‌های زوجی استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت در بین گروه‌های تحصیلی

گروه تحصیلی	تفاوت میانگین	انحراف استاندارد	سطح معنی‌داری
اعتیاد به اینترنت			
علوم انسانی، علوم پایه، فنی مهندسی	۹/۱۶۴*	۳/۷۳۴	۰/۰۱۵
علوم پایه، علوم انسانی، فنی مهندسی	-۷/۹۷۸*	۳/۹۶۲	۰/۰۴۵
علوم پایه، علوم انسانی، فنی مهندسی	۹/۱۶۴*	۳/۷۳۴	۰/۰۱۵
علوم پایه، فنی مهندسی، علوم انسانی	۱/۱۸۶	۳/۲۷۲	۰/۷۱۷
علوم پایه، فنی مهندسی، علوم انسانی	۷/۹۷۸*	۳/۹۶۲	۰/۰۴۵
	-۱/۱۸۶	۳/۲۷۲	۰/۷۱۷

\* رابطه در سطح ۹۵ درصد معنی‌دار است.

جدول ۶. رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر افسردگی

متغیر	شاخص آماری	ضریب همبستگی Pearson	تعداد	سطح معنی‌داری P
استفاده از شبکه‌های اجتماعی و افسردگی		-.۵۵	۳۴۵	۰/۳۳۲

اینترنتی ارتباط معنی‌داری با علایم وسواسی و افسردگی دارد (۲۰) و نتایج تحقیق Eijnden و همکاران (به نقل از Kim و Chun) که ارتباط مثبتی در استفاده از اینترنت با ابتلا به علایم افسردگی گزارش داده بودند، همسویی نداشت (۲۱). Street Field (به نقل از Ha و همکاران) تأکید بارزی بر این مطلب می‌نماید که استفاده از اینترنت به نحو بارزی می‌تواند زمان زیادی را از انسان به خود اختصاص دهد و فرد را چه در خانه و چه در محیط کار به موجودی تنها و منزوی تبدیل نماید (۲۴). هنگامی که جوان در جهان واقعی به حرکت در می‌آید، می‌تواند به بسیاری از امور واقعی دست یابد، هر روز با افراد مختلفی به تعامل بپردازد و به نوعی در جهان خود فعالیت‌هایی انجام دهد و این امر زمانی اتفاق می‌افتد که فرد در عین تعامل با محیط، خود را جدای از آن تصور می‌کند، ولی زمانی که از اینترنت استفاده می‌کند، نمی‌تواند به دیگران احساس نزدیکی کند و با آن‌ها ارتباط راحتی برقرار کند. بر اساس یافته‌های پژوهش‌های انجام گرفته به نظر می‌رسد که دنیای اجتماعی در آینده یک دنیای منزوی باشد. بنابراین انزوا یا کناره‌گیری اجتماعی را باید یکی از خصوصیات جامعه آینده دانست (۱۴، ۱۵). ارتباط در دنیای مجازی مملو از هیجانات و تکان‌های روانی است که امکان دریافت بعضی از این ادراکات در دنیای واقعی امکان‌پذیر نیست. حضور در اتاق‌های گفتگو، استفاده از پست‌های الکترونیک، محاورهای تصویری ماهیتی کامل پنهان و فردی دارد و مشخص نیست که چه نوع ارزش‌ها، نگرش‌ها یا محتوایی را منتقل می‌کند (۲۵). با توجه به نکات ذکر شده، می‌توان دریافت که استفاده بیش از اندازه از شبکه‌های اینترنتی به دلیل جذابیت‌های کاذبی که برای کاربران ایجاد می‌کند، به آرامی آن‌ها را به خود معناد می‌سازد و می‌تواند با توجه به آن‌ها، نیازهای روانی و هیجانی آن‌ها را تأمین نماید. این در حالی است که اشتغال بیش از حد به

همان طور که در جدول ۶ می‌بینیم، همبستگی مثبت و معنی‌داری بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و افسردگی وجود ندارد که نشان دهنده آن است که استفاده از شبکه‌های اجتماعی با بروز افسردگی رابطه معنی‌داری نداشته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی رابطه استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانشجویان بود. بر اساس نتایج پژوهش بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت رابطه معنی‌داری وجود داشت. در این راستا، نتیجه به دست آمده از فرضیه اول با نتایج تحقیق محسنی (۱) و دوران (۱۴) که به بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران و تحقیق غلامعلیان (۱۲) که به بررسی میزان شیوع سندرم اعتیاد به اینترنت و تأثیرات روانی- اجتماعی آن‌ها پرداخته است، همسویی دارد. Kraut و همکاران (به نقل از Widyanto و McMurrin) هم گزارش دادند که نتایج استفاده زیاد از اینترنت تأثیر منفی آن بر سلامت روانی افراد است (۱۸). Kim و همکاران (به نقل از علوی و همکاران) هم در پژوهش خود ذکر کرده‌اند که افراد مبتلا به اعتیاد اینترنتی نمرات پایینی در پرسش‌نامه سبک‌های زندگی در ارتقای سلامت می‌گیرند (۱۹). همچنین نتایج حاصل از فرضیه دوم رابطه معنی‌داری بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و افسردگی نشان نداد که با نتایج تحقیق Martin و Schumacher (۷)، Kraut و همکاران (۹)، Anderson (۱۱) و آتش‌پور و کاظمی (۱۵) همسویی نداشت که همگی بر رابطه بین استفاده از اینترنت و بروز افسردگی و انزوای اجتماعی تأکید می‌کردند. همچنین با نتایج پژوهش Hyun و همکاران (به نقل از Kraut و همکاران) که نشان دادند اعتیاد

باعث ایجاد محدودیت‌هایی در پژوهش شده است که به آن‌ها اشاره می‌گردد.

۱. نتایج پژوهش حاضر، محدود به دانشجویان دانشگاه پیام نور اصفهان می‌باشد، بنابراین در تعمیم نتایج آن به سایر دانشگاه‌ها و مراکز آموزش عالی باید احتیاط کرد.

۲. پژوهش حاضر محدود به مقطع آموزش عالی می‌باشد و در تعمیم نتایج آن به سایر سطوح آموزشی باید احتیاط کرد.

۳. جامعه آماری این پژوهش، محدود به نظرخواهی از دانشجویان می‌باشد و در تعمیم نتایج آن به سایر اقشار باید احتیاط کرد.

۴. پژوهش حاضر، یک مطالعه مقطعی بود و مطالعه در این زمینه نیازمند مطالعات دقیق‌تر طولی برای تأیید روابط علی میان اعتیاد به اینترنت، افسردگی و ... می‌باشد و مطالعات بیشتری در این زمینه نیاز است.

اینترنت رشد روانی- اجتماعی و هیجانی آن‌ها را به دلیل عدم تجارب معمول و گروهی با هم‌سالان دچار اختلالات رفتاری و در خود فرورفتگی می‌کند. بنابراین جایگزین نمودن شبکه‌های اجتماعی روی اینترنت به جای حضور و تعامل با افراد در دنیای واقعی، باعث خواهد شد که ارتباطات اجتماعی و عاطفی کاربران رشد نیابد. در نهایت پیشنهاد می‌شود که به منظور پیش‌گیری از چنین اختلالاتی، مراکز دانشگاهی و آموزشی، خانواده‌ها و رسانه‌ها در این رابطه برنامه‌ریزی‌های کلان و استراتژیکی را تدوین و اجرا نمایند و فرهنگ استفاده صحیح از کامپیوتر، اینترنت، شبکه‌های اجتماعی و امکانات موجود در آن، جایگزین شیوه‌های غلط گردد.

محقق در انجام پژوهش حاضر، نهایت دقت را به عمل آورده است تا پژوهش دارای نقص کمتری باشد، اما با این وجود بعضی از این عوامل خارج از دست پژوهشگر بود که

## References

1. Mohseni M. Sociology of information society. Tehran, Iran: Didar Publication; 2002. p. 31-2. [In Presian].
2. Al Falahi K, Atif Y, Elnaffar S. International conference on green computing and communications. Proceedings of the IEEE/ACM International Conference on Cyber, Physical and Social Computing (CPSCom 2010); 2010 Oct 30-Nov 1; Hangzhou, China; 2010. [In Presian].
3. Zokaee M, Katibi F. Relationship of Presence in cyberspace and modern identity, research in young Iranian internet users. Journal of Social Sciences 2012; (33): 34-7. [In Presian].
4. Ghamamy M. Risk of cyber for children. Modification and education monthly State Prisons and Security and Corrective Measures Organization 2005; 4(37): 45-7. [In Presian].
5. Moedfar S, Habibpour Getabi K, Ganjee A. Study of Internet addiction between adolescent & young 15-25 years in Tehran University. Global Media Journal of Tehran University 2012; 2(4): 55-79.
6. Nielson J. Hypertext and Hyper Media. In: Carter C, Peel J, Editors. Cyberspace and hyper media. 2<sup>nd</sup> ed. London, UK: Academic press Inc; 1993. p. 51-62.
7. Martin M, Schumacher P. Incidence and Correlation of Pathological Internet Use in College Students. Proceedings of the annual convention of the American Psychological Association; 1996 Aug 8-12; Chicago, IL; 1996. 2012.
8. Young KS, Rodgers RC. The relationships between depression and Internet addiction. Cyber Psychology and Behavior 1998; 1: 25-8.
9. Kraut R, Patterson M, Lundmark V, Kiesler S, Mukopadhyay T, Scherlis W. Internet paradox. A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? Am Psychol 1998; 53(9): 1017-31.
10. Sanders CE, Field TM, Diego M, Kaplan M. The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents. Adolescence 2000; 35(138): 237-42.
11. Anderson KJ. Internet use among college students: an exploratory study. J Am Coll Health 2001; 50(1): 21-6.
12. Gholamaleyan A. Study of social isolation Internet users in Isfahan, Proceedings of the National Congress of Leisure, Islamic Azad University of Shahrood 2003. 2012.
13. Sajadeyan E, Nadi MA. The relationship between depression and social isolation among Internet users. Proceedings of the 2nd Congress of Iranian Psychological Association; 2007 May 19-21; Tehran, Iran; 2007. [In Presian].
14. Doran B. The effect of Space Cybernetics on the identity [Thesis]. Tehran, Iran: University of Tarbiyat Modares University; 2003. [In Presian].



15. Atash Pour SH, Kazemi H. Pathology and psychology of internet. *Journal of Research in Psychology* 2003; (21):72-56. [In Presian].
16. Parks MR, Floyd K. Making Friends in Cyberspace. *Journal of Communication* 1996; 46(1): 80-97.
17. Davis R. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior* 2001; 17(3): 187-95.
18. Hampton KN, Goulet LS, Rainie L, Purcell K. Social Networking Sites and Our Lives: How People's Trust, Personal Relationships, and Civic and Political Involvement are Connected to Their Use of Social Networking Sites and Other Technologies. 2011, Pew Research: Washington, D.C [Online]. 2011; Available from: URL: <http://www.pewinternet.org/Reports/2011/Technology-and-social-networks.aspx/>
19. Azkhosh M. The Application of psychological tests and clinical diagnosis. Tehran, Iran: Ravan Publication; 2009. p. 224-6. [In Presian].
20. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychol Behav* 2004; 7(4): 443-50.
21. Alavi S, Jannatifard F, Maracy MR, Eslami M, Rezapour H, Najafi M. The psychometric properties of young internet addiction test (iat) in students internet users of Isfahan universities [Project]. Isfahan, Iran: Vice Chancellery for Research, Isfahan University of Medical Sciences; 2009. [In Presian].
22. Kraut R, Kiesler S, Boneva B, Cummings J, Helgeson V, Crawford A. Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues* 2002; 58(1): 49-74.
23. Kim JS, Chun BC. [Association of Internet addiction with health promotion lifestyle profile and perceived health status in adolescents]. *J Prev Med Public Health* 2005; 38(1): 53-60.
24. Ha JH, Kim SY, Bae SC, Bae S, Kim H, Sim M, et al. Depression and Internet addiction in adolescents. *Psychopathology* 2007; 40(6): 424-30.
25. Van Den Eijnden RJ, Meerkerk GJ, Vermulst AA, Spijkerman R, Engels RC. Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: a longitudinal study. *Dev Psychol* 2008; 44(3): 655-65.

## Relationship between using social networks and internet addiction and depression among students

Negin Barat Dastjerdi<sup>1</sup>, Somayah Sayadi MSc<sup>2</sup>

### Original Article

#### Abstract

**Aim and Background:** Worldwide internet is known as one of the most outstanding information and communication technology and represents the technological advancement of modern humans. Its role in creating social changes is unavoidable. The aim of this study was to determine the relationship between using social networks and internet addiction and depression among students.

**Methods and Materials:** The study population consisted of all the students from Isfahan Payame Noor University, Iran. At first, all the studying fields were categorized into three groups of humanities, engineering and science. Then with random sampling, 345 students were selected. The data gathering tool included Beck's Depression Inventory, Young's Internet Addiction and researcher made questionnaires.

**Findings:** There was a significant relationship between using social network and internet addiction ( $r = 0.147$ ,  $P = 0.010$ ). There was no significant relationship between using social network and depression ( $r = 0.55$ ,  $P = 0.332$ ). There was also a significant relationship between using social network and internet addiction regarding gender, age and education field variables. This difference was not significant among female and male age groups. But among the education fields, internet addiction was less observed in science compared to humanities and engineering fields.

**Conclusions:** Internet due to its false appeals to users, slowly causes addiction and can satisfy the users psychological and emotional needs. Therefore, replacing interaction with people in the real world rather than social networking can help in developing emotional and social communications.

**Keywords:** Social networking, Addiction, Depression, Students, Internet

**Citation:** Barat Dastjerdi N, Sayadi S. **Relationship between using social networks and internet addiction and depression among students.** J Res Behav Sci 2013; 10(5): 332-41

Received: 02.06.2012

Accepted: 05.01.2013

1- Assistant Professor, Department of Psychology, School of Psychology and Education, University of Isfahan, Isfahan, Iran (Corresponding Author) Email: dastjerdey@gmail.com  
2- Department of Curriculum Development, Payam Noor University, Isfahan, Iran