



## بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش آموزان دبیرستانی

مریم مشایخ<sup>۱</sup>

دانشگاه خاتم

دکتر احمد برجعلی

گروه روان‌شناسی،

دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی،

دانشگاه علامه طباطبائی

هدف: این پژوهش به بررسی رابطه احساس تنهایی (تجربه ذهنی ناخوشایندی که در صورت بروز نقص جدی در شبکه ارتباطی اجتماعی شخص اتفاق می‌افتد) با چت کردن (گفتگو از راه پیوستن به شبکه اینترنت) و استفاده آموزشی از اینترنت پرداخته است. روش: برای این منظور، در سال تحصیلی ۸۲-۱۳۸۱ به روش نمونه‌گیری تصادفی از دو دبیرستان منطقه ۸ تهران ۴۲ دانش‌آموز دختر و ۳۱ دانش‌آموز پسر انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، نسخه سوم مقیاس احساس تنهایی UCLA، پرسشنامه‌ای جهت تعیین نوع استفاده از مودمی‌ها از اینترنت بود. یافته‌ها: بین احساس تنهایی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی و چت کردن با اینترنت رابطه معنی‌داری وجود داشت. این نوع رابطه در مورد دانش‌آموزان پسر دبیرستانی تأیید نشد. بین احساس تنهایی و استفاده آموزشی از اینترنت، رابطه معنی‌داری دیده نشد. نتیجه‌گیری: نتایج مطالعه ارتباط بین احساس تنهایی و چت کردن را نشان می‌دهد. البته برای اینکه مشخص شود که آیا این دو می‌توانند رابطه علت و معلولی داشته باشند، باید مطالعات بیشتری بشود.

### مقدمه

در مورد استفاده از اینترنت و آثار آن بر کاربران، پژوهش‌های بسیاری شده است. یانگ<sup>۲</sup> (۱۹۹۶) محقق برجسته در زمینه اعتیاد به اینترنت دریافت که افرادی که بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کنند، تنها، خسته، افسرده، بدون عزت نفس و درونگرا هستند. در این پژوهش که روی کاربران اینترنتی انجام شده است، ۳۸

درصد شرکت کنندگان اظهار داشتند که اینترنت بر آنها تأثیر منفی گذاشته است و از این تعداد، ۳۶ درصد بیشتر زمان‌های آن - لاین<sup>۳</sup> را چت و ۲۸ درصد از وب سایت‌ها استفاده می‌کردند. برخی تحقیقات نشان می‌دهد که چت کنندگان، مدت زیادی آن - لاین می‌مانند (۵/۵ ساعت در روز)، از این رو مطرح شده است که احتمال دارد چت کردن اعتیادآور باشد (بنجامین<sup>۴</sup>، ۱۹۹۹).

<sup>۱</sup> - نشانی تماس: تهران، تهرانپارس، خیابان ۱۰۵، خیابان ۱۲۲، پلاک ۱۷، طبقه چهارم.

E-mail: m\_mashayekh1980@yahoo.com.

2- Young  
4- Benjamin  
۳۹

3- online



پسر نیز شامل ۱۸ نفر (۵۸٪) در مقطع اول دبیرستان و ۱۳ نفر (۴۲٪) در مقطع دوم دبیرستان بودند.

### روش اجرا

در این پژوهش از دو آزمون به طور متوالی استفاده شد. پژوهشگر در ابتدا به آزمودنی‌ها اطمینان داد که این آزمون‌ها و نتایج آنها صرفاً جنبه پژوهشی دارد و به هیچ ارگان خاصی مربوط نمی‌شود و برای اطمینان بخشی بیشتر و جلب همکاری آنها به پاسخگویی صحیح و دقیق، اعلام شد که نوشتن مشخصات شخصی (نام و نام خانوادگی) ضرورت ندارد. سپس برای تکمیل آزمون‌ها توضیحات لازم داده شد و از ارائه هرگونه توضیحی که احتمال می‌رفت در پاسخ سوگیری ایجاد کند، خودداری گردید. در نهایت پس از اجرای آزمون‌ها، پاسخ‌ها جهت استخراج نتایج جمع آوری شد.

### ابزارهای پژوهش

نسخه سوم مقیاس احساس تنهایی UCLA<sup>۵</sup>، احساس تنهایی متداول فرد را که در روابط بین فردی خود تجربه می‌کند می‌سنجد (به نقل از داورپناه، ۱۳۷۳). راسل<sup>۶</sup> (همان جا) برای نسخه سوم مقیاس احساس تنهایی UCLA پایایی بالایی در نظر گرفت. داورپناه (۱۳۷۳) در زمینه هنجاریابی مقیاس احساس تنهایی UCLA، پژوهشی انجام داد و ضریب آلفای ۷۸ درصد را گزارش نمود. در این مقیاس ۴ گزینه‌ای، ۱۰ جمله لحن منفی و ۱۰ جمله لحن مثبت دارند. گزینه ۱ به معنای «هرگز»، ۲ به معنای «به ندرت»، ۳ به معنای «گاهی» و ۴ به معنای «همیشه» می‌باشد. نمره فرد در این مقیاس، به وسیله جمع اعداد گزینه‌های انتخاب شده، محاسبه می‌شود که حداقل آن ۲۰ و حداکثر ۸۰ است. رتبه‌های مربوط به جملات لحن مثبت (۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰) معکوس می‌شود.

در این پژوهش برای دانش آموزان پسر نمره بالاتر از میانگین، نشان دهنده احساس تنهایی بیشتر و نمره پایینتر از میانگین، حاکی از احساس تنهایی کمتر در نظر گرفته شد. اما از آنجا که داورپناه

ساندرز<sup>۱</sup>، تیفانی<sup>۲</sup>، فیلد<sup>۳</sup> و کاپلان<sup>۴</sup> (۲۰۰۰) در مورد رابطه استفاده از اینترنت با افسردگی و انزوای اجتماعی نوجوانان پژوهشی انجام دادند که نشان می‌دهد کاربرانی که کمتر از اینترنت استفاده می‌کنند، نسبت به آنهایی که استفاده طولانی مدت می‌کنند، با مادر و دوستان خود رابطه مناسب و معنی‌دارتری دارند. این نتایج این احتمال را مطرح می‌کند که نوع روابط اجتماعی در ارتباط با میزان استفاده از اینترنت است. اما بین استفاده از اینترنت و افسردگی رابطه‌ای دیده نشد.

بنابر آنچه گفته شد، استفاده از اینترنت می‌تواند با آسیب‌های روانی همبستگی داشته باشد، اما آیا این مسئله در مورد جامعه ما نیز صادق است؟ کدام نوع استفاده از اینترنت با کدام آسیب روانی این‌گونه همبستگی دارد؟

پژوهش حاضر به بررسی رابطه احساس تنهایی با چت کردن و نوع استفاده آموزشی از اینترنت در دانش آموزان دبیرستانی پرداخته است. از آنجا که دانش آموزان دبیرستانی در دوره نوجوانی به سر می‌برند و ممکن است با بحران‌هایی نظیر احساس تنهایی مواجه باشند، نمونه این بررسی قرار گرفتند (داورپناه، ۱۳۷۳).

### روش

#### آزمودنی‌ها

در این پژوهش ابتدا با مراجعه به اداره آموزش و پرورش شهر تهران، مناطق یک تا هشت به عنوان مناطقی که به اینترنت دسترسی داشتند، در نظر گرفته شد و از بین آنها منطقه ۸ و از میان دبیرستان‌های این منطقه آموزشی یک دبیرستان پسرانه و یک دبیرستان دخترانه به صورت تصادفی انتخاب شدند. پس از تعیین مدارس، مشخصات آزمودنی‌های واجد شرایط از مدیران دو مدرسه منتخب گرفته و به طور تصادفی افراد نمونه پژوهش انتخاب شدند. تعداد کل آزمودنی‌های این پژوهش ۷۳ نفر بودند که ۴۲ نفر (۵۸٪) از این دانش آموزان دختر و ۳۱ نفر (۴۲٪) پسر بودند. از بین دانش آموزان دختر ۱۶ نفر (۳۸٪) در مقطع اول دبیرستان، ۱۲ نفر (۲۹٪) در مقطع دوم دبیرستان و ۱۴ نفر (۳۳٪) در مقطع سوم دبیرستان به تحصیل اشتغال داشتند. دانش آموزان

1- Sanders  
2- Tiffany  
3- Field  
4- Kaplan  
5- University of California at Los Angeles Loneliness Scale  
6- Russell



### تحلیل داده‌ها

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات پرسشنامه‌ها، از آزمون فی استفاده شد، زیرا نوع استفاده از اینترنت متغیر اسمی بود، اما در مورد متغیر احساس تنهایی هر چند که داده‌ها در سطح فاصله‌ای قرار داشتند، اما برحسب نمره‌گذاری و دسته‌بندی آن به دو طبقه احساس تنهایی بالا و پایین، همان‌گونه که در بخش ابزار پژوهش مطرح شد، در سطح دقت اسمی جای گرفت. بدین ترتیب توانستیم از آزمون فوق بهره‌مند شویم. در ضمن فی به دست آمده در سطح ۰/۰۵، ۰/۲۲ می‌باشد.

### یافته‌ها

طبق جدول ۱، ۵۹/۵ درصد دختران و ۶۴/۵ درصد پسران احساس تنهایی بالایی داشتند. ۵۴/۸ درصد دختران و ۵۴/۸ درصد پسران با اینترنت چت می‌کردند؛ ۴۲/۲ درصد دختران و ۴۵/۲ درصد پسران از اینترنت استفاده آموزشی می‌کردند.

(۱۳۷۳) جدول هنجاریابی احساس تنهایی دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله تهرانی را تهیه کرده بود، به برآورد میانگین احساس تنهایی دانش‌آموزان دختر نیازی نبود و تعیین محدوده احساس تنهایی دختران دانش‌آموزان دختر بر طبق این جدول امکان پذیر گردید. در این مطالعه، جهت بررسی نوع استفاده از اینترنت از یک پرسشنامه استفاده شد. این پرسشنامه بعد از اخذ مشخصاتی نظیر سن، جنس و تحصیلات، با سه عبارت، نوع استفاده از اینترنت (شامل چت کردن و استفاده آموزشی) را ارزیابی می‌کند. آزمودنی‌ها موظف بودند یکی از این سه عبارت را انتخاب کنند. عبارت سوم دو گزینه‌ای و شامل گزینه‌های الف و ب بود و اگر آزمودنی‌ها گزینه الف را انتخاب می‌کردند، از نظر نوع استفاده از اینترنت همانند کسانی بودند که گزینه ۲ را انتخاب کرده بودند و نوع استفاده آنها از اینترنت صرفاً چت کردن تلقی می‌شد و اگر گزینه ۱ را انتخاب می‌کردند، نوع استفاده از اینترنت صرفاً استفاده آموزشی تلقی می‌گردید.

جدول ۱- توزیع فراوانی احساس تنهایی بالا، چت کردن و استفاده آموزشی از اینترنت در دانش‌آموزان دختر و پسر به تفکیک مقطع تحصیلی

درصد فراوانی							مقطع تحصیلی متغیرها
پسران (تعداد = ۳۱)			دختران (تعداد = ۴۲)				
کل	دوم	اول	کل	سوم	دوم	اول	
۶۴/۵	۷۶/۹	۵۵/۵	۵۹/۵	۶۴/۳	۵۸/۳	۵۶/۳	احساس تنهایی بالا
۵۴/۸	۷۶/۹	۳۸/۹	۵۴/۸	۵۷/۱	۵۸/۳	۵۰/۰	چت کردن با اینترنت
۴۵/۲	۲۳/۱	۶۱/۱	۴۲/۲	۴۲/۹	۴۱/۷	۵۰/۰	استفاده آموزشی از اینترنت



جدول ۲- رابطه احساس تنهایی بالا با چت کردن و استفاده آموزشی از اینترنت در دختران و پسران دانش آموز

ضریب همبستگی فی						
پسران (تعداد= ۳۱)			دختران (تعداد = ۴۲)			
کل	دوم	اول	کل	سوم	دوم	اول
۰/۱۰	۰/۱۸	۰/۲۰	۰/۲۷	۰/۲۴	۰/۰۲	۰/۳
۰/۰۸	۰/۱۴	۰/۱۸	۰/۱۴	۰/۲۱	۰/۰۵	۰/۲

(مانند دسترسی ۲۴ ساعته و گمنامی محققان) از مضرات حمایت‌های اینترنتی به شدت غفلت کرده‌اند؛ برای مثال، گمنامی، به کاهش شناخت کامل اعضای گروه منجر می‌شود و ناهماهنگی زمانی تعاملات اینترنتی می‌تواند بر نوع ارضای اعضای گروه تأثیر منفی بگذارد (رایت<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰).

در مورد تفاوت جنسی در روان‌شناسی اینترنت، زنان بیشتر از پست الکترونیکی و مردان بیشتر از وب استفاده می‌کنند. زنان بیشتر اضطراب رایانه‌ای و کمتر کفایت در امور کامپیوتری را احساس می‌کنند و تمایلات کمی به گفتار و کردار یکنواخت رایانه‌ای نشان می‌دهند. همچنین میزان کارایی در امور رایانه‌ای، احساس تنهایی و افسردگی منجر به ایجاد تفاوت در زنان و مردان در نوع استفاده از کامپیوتر شده است. با وجود پیدایش این علائم، زنان و مردان همچنان به استفاده از رایانه ادامه می‌دهند. پژوهش‌ها حاکی از آن است که زنان بیشتر افسردگی و مردان بیشتر احساس تنهایی می‌کنند (جکسون<sup>۸</sup>، اروین<sup>۹</sup>، گاردنر<sup>۱۰</sup> و اشمیت<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۱).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که رابطه بین افزایش استفاده از اینترنت و افزایش احساس تنهایی و افسردگی در نوجوانان و جوانان قابل توجه است (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۰). همچنین تحقیقات نشان می‌دهد که افرادی که احساس تنهایی می‌کنند و کسانی که بیشتر

طبق جدول ۲، در مقاطع اول و سوم و در کل آزمودنی‌های دختر، بین احساس تنهایی بالا و چت کردن در سطح ۰/۰۵ رابطه معنی‌داری وجود دارد، اما چنین رابطه‌ای در مورد پسران دانش آموز دیده نمی‌شود. همچنین بین احساس تنهایی بالا و استفاده آموزشی از اینترنت در مورد هیچ یک از آزمودنی‌ها در سطح ۰/۰۵ رابطه‌ای به دست نیامد.

## بحث

یانگ (۱۹۹۶) مطرح کرد که سه عامل منجر به افزایش تعاملات اینترنتی می‌شود: دریافت حمایت اجتماعی، ارضای جنسی و خلق کردن پرسونا. ضمناً درمانگران پی بردند که شرکای جنسی اغلب کاربرانی را که با مشکلاتی نظیر افسردگی و احساس تنهایی مراجعه می‌کنند، دعوا و طردشان می‌نمایند و این کاربران حتی سایر روابطشان را هم قطع می‌کنند (کوپر<sup>۱</sup>، کورالی<sup>۲</sup>، شرر<sup>۳</sup>، بویز<sup>۴</sup> و بری<sup>۵</sup>، ۱۹۹۹).

یکی از عواملی که ممکن است در جوانان تغییر ایجاد کند و منجر به کناره‌گیری آنها از ارتباط اجتماعی و بالاخره کناره‌گیری از اعضای خانواده شود، استفاده زیاد از اینترنت است؛ ابزاری که مضر این گونه تعاملات می‌باشد و همین امر با احساس تنهایی رابطه دارد (کرات<sup>۶</sup> و همکاران، ۱۹۹۹).

با وجود آنکه برخی محققان به ارجحیت حمایت‌های اینترنتی در مقایسه با حمایت‌های گروهی اجتماعات واقعی اشاره کرده‌اند

1- Cooper  
3- Scherer  
5- Barry  
7- Wright  
9- Ervin  
11- Schmitt

2- Coralie  
4- Boies  
6- Kraut  
8- Jackson  
10- Gardner



این گونه کاستی‌ها استفاده می‌کنند و به نظر برخی دیگر، استفاده از اینترنت به احساس تنهایی منجر می‌شود، زیرا افراد هنگامی که به اینترنت روی می‌آورند مجذوب این فضا می‌شوند، تعاملات آنها با دنیای واقعی کاهش می‌یابد و بدین ترتیب احساس تنهایی در آنها شکل می‌گیرد.

این پژوهش همانند پژوهش‌های مطرح شده، وجود رابطه بین احساس تنهایی و چت کردن با اینترنت را در بین دختران دبیرستانی تأیید می‌کند، ولی این رابطه را در پسران دبیرستانی و نیز وجود رابطه بین احساس تنهایی و استفاده آموزشی از اینترنت را تأیید نمی‌کند که آن را می‌توان این گونه تبیین کرد: دختران دبیرستانی که با اینترنت چت می‌کنند، از نظر حمایت اجتماعی و در کل روابط اجتماعی دچار نقصان‌اند و به لحاظ اجتماعی در دنیای واقعی ارضا نمی‌شوند و همین امر منجر به شکل‌گیری احساس ذهنی ناخوشایند، یعنی احساس تنهایی در آنها می‌شود که در پسران صدق نمی‌کند. اما در مورد استفاده آموزشی از اینترنت می‌توان گفت که در روابط اجتماعی افرادی که از اینترنت استفاده آموزشی می‌کنند، هیچ‌گونه نقصانی یافت نمی‌شود.

البته با توجه به جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری، ابزارهای به کار رفته و روش آماری ارائه شده و محدودیت‌های پژوهش، تعمیم یافته‌های تحقیق می‌بایست با احتیاط صورت گیرد و این سؤال همچنان باقی است که آیا احساس تنهایی موجب گرایش به اینترنت می‌شود و یا تعاملات اینترنتی این احساس را در فرد شکل می‌دهد؟

1- Sheehan  
3- Collins  
5- Wolin  
7- Adams

2- Marshall  
4- Korgaonkar Pradeep  
6- Gonchar  
8- Finn

می‌خواهند از دیگران فرار کنند، از وب‌سایت‌ها استفاده می‌کنند (شیهان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). مارشال<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) مطرح می‌کند که احتمالاً افرادی که احساس تنهایی می‌کنند یا از زندگی روزمره خود انزجار دارند، به دنبال صمیمیت در اینترنت می‌گردند. به نظر می‌رسد این گونه افراد خواهان یک رابطه بسیار نزدیک؛ رابطه‌ای مهمتر و رایجتر از یک رابطه جنسی هستند. آنها سعی دارند در چت روم‌ها در جست‌وجوی شرکای جنسی باشند (همان‌جا).

پژوهشگران دریافته‌اند افرادی که حتی ساعات کمی را در هفته آن - لاین می‌مانند، میزان بالایی از احساس تنهایی و افسردگی را تجربه می‌کنند (کالینز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۹). همچنین افراد دارای انگیزه فرار اجتماعی، از وب جهت غلبه بر احساس تنهایی استفاده می‌کنند (کورگائونکر پرادپ<sup>۴</sup> و ولین<sup>۵</sup>، ۱۹۹۹). گونچار<sup>۶</sup> و آدامز<sup>۷</sup> (۲۰۰۰) با پژوهش روی کاربران اینترنتی نشان دادند که استفاده بیش از اندازه از اینترنت با افزایش احساس تنهایی و افسردگی و کاهش روابط اجتماعی ارضا کننده (زمان آف - لاین) رابطه دارد.

طی برخی برآوردها میلیون‌ها کاربر اینترنتی برای کنترل سلامت خود، از گروه‌های آن - لاینی استفاده می‌کنند. این کاربران مشکلات جسمانی - عاطفی‌ای دارند که با مشکلات عاطفی - اجتماعی ناشی از قرنطینه‌های اجتماعی یا انزجار اجتماعی، افسردگی، احساس تنهایی، فقدان تعاملات اجتماعی، فقدان اطلاعات، و عدم اشتغال ارتباط دارد (فین<sup>۸</sup>، ۱۹۹۹).

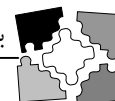
از آنچه مطرح شد می‌توان دریافت که به نظر برخی پژوهشگران افرادی که در روابط و حمایت اجتماعی، احساس تنهایی می‌کنند و دچار نقصان‌اند از تعاملات اینترنتی جهت رفع

## منابع

داورپناه، ف. (۱۳۷۳). هنجاریابی نسخه تجدید نظر شده مقیاس: احساس تنهایی UCLA (برای دختران ۱۲ تا ۱۸ ساله در تهران). پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.

Benjamin, J.(1999). The internets effect on teenagers. [On-Line]. <http://www.Jbenjamin.org/research/99/report.html>.

Collins, L.(1999). Emotional adultery: Cybersex and commitment. *Journal of Social Theory and Practice*, 25(2).



- Cooper, A., Coralie, R., Scherer, S., Boies, C., & Barry, L.G.(1999). Sexuality on the internet: From sexual exploration to pathological expression. *Professional Psychology, 30*, 154-164.
- Finn, J.(1999). An exploration of helping processes in an online self-help group focusing on issues of disability. *Health an Social Work, 24*(3), 220-232.
- Gonchar, N., & Adams, J.R.(2000). Living in cyberspace: Recognising the importance of the virtual world in social work assessments. *Journal of Social Work Education, 36*(3), 587-595.
- Jackson, L.A., Ervin, K.S., Gardner, P.D., & Schmitt, N.(2001). Gender and the internet: Women communicating and men searching. *Sex Roles, 44*, 363-380.
- Korgaonkar Pradeep, K., & Wolin, L.D.,(1999). A multivariate analysis of Web usage. *Journal of Advertising Research, 39*(2), 53-68.
- Kraut, R., Lundmark, L., Paterson, M., Kiesler, S., Kraut, T., & Patterson, R.(1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist, 53*(9), 1017-1031.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A.(2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues, 58*, 49-74.
- Marshall, J.(2003). The sexual life of cyber – savants. *The Australian Journal of Anthropology, 15*, 229-248.
- Sanders, Ch.E., Tiffany, M., Field, M.D., & Kaplan, M.(2000). The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence, 35*, 237-242.
- Sheehan, K.B.(2002). Of surfing, searching, and newshounds: A typology of internet users online sessions. *Journal of Advertising Research, 42*, 62-71.
- Wright, K.B.(2000). Computer - mediated support groups: An examination of relationships between social support, perceived stress, and coping strategies. Paper presented at the annual Eastern States Communication Association. *Annual Convention*. Pittsburgh, PA.
- Young, K.S.(1996). Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports, 79*, 899-902.