

## بررسی وابستگی به اینترنت و پیامدهای روانی-اجتماعی آن :

مورد پژوهشی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک

تلخابی مهدی<sup>۵۹</sup>

هاشمی محمدرضا<sup>۶۰</sup>

### چکیده

به نظرمی رسد اینترنت، قسمت بیشتری از زندگی روزانه مردم را در بر گرفته است. در سال‌های اخیر گزارش‌هایی مبنی بر اعتیاد کاربران به اینترنت منتشر شده است. هدف کلی از این پژوهش وابستگی به اینترنت و پیامدهای روانی-اجتماعی آن در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اراک می‌باشد. روش تحقیق در این پژوهش پیمایشی و از نوع همبستگی می‌باشد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه و جامعه آماری شامل ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اراک که از سایت دانشگاه استفاده می‌کردند می‌باشد. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد وابستگی به اینترنت، پیامدهای اجتماعی و روانی قابل توجهی به همراه دارد.

کلید واژه: آسیب شناسی اجتماعی اینترنت، وابستگی اینترنتی، اعتیاد اینترنتی، پیامدهای روانی و

اجتماعی اینترنت، دانشگاه آزاد اسلامی اراک

---

<sup>۵۹</sup>کارشناس ارشد دانشگاه اراک

<sup>۶۰</sup>کارشناس ارشد دانشگاه اراک

مقدمه و بیان مساله :

استفاده از اینترنت، یکی از جلوه‌های آشکار دنیای مدرن و ابزاری مهم برای آموزش نسل‌نو به‌شمار می‌آید. همزمان با دسترسی و استفاده گسترده افراد از اینترنت، شاهد نوع جدیدی از اعتیاد یعنی "اعتیاد اینترنتی"<sup>۶۱</sup> نیز هستیم که مسئله خاص عصر اطلاعات است. همانند تمامی انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به اینترنت نیز با علائمی همچون، اضطراب، افسردگی، کج خلقی، بی‌قراری، تفکرهای وسواسی و یا خیالبافی راجع به اینترنت همراه است. از طرفی، در عین حال که روابط این افراد در جهان مجازی افزایش می‌یابد، در مقابل از دامنه روابط آنان در جهان واقعی کاسته می‌شود. ضمن آنکه، احتمال لطمه دیدن عملکرد آموزش نیز وجود دارد. حجم رو به رشدی از تحقیقات صورت گرفته پیرامون اعتیاد اینترنتی، حکایت از آن دارد که اختلال اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال روانشناختی - اجتماعی است که از مشخصه‌های آن، تحمل، علائم کناره‌گیری، اختلالات عاطفی، و ازهم‌گسیختگی روابط اجتماعی است.

به هر حال، پدیده اعتیاد اینترنتی، همزمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منابع آن‌لاین شایع‌تر می‌شود. وب، اطلاع‌دهنده، مفید، دارای منابع غنی و سرگرم‌کننده است. اما برای بسیاری از مردمی که به آن معتادند، این منافع، در حال تبدیل شدن به آسیب‌ها و نابهنجاری‌های روانی و رفتاری و حتی اجتماعی است بهره‌وری و بازده کاری کاربران اینترنت، در نتیجه استفاده بیش از حد از اینترنت، پایین می‌آید. آنان با تأخیر به محل کار می‌روند و دچار کم‌کاری می‌شوند. عدم تحرک جسمی و چاقی به همراه علائمی چون درد کمر، پشت و ماهیچه، از دیگر پیامدهای این مسئله‌اند. این کاربران حتی در صورت کناره‌گیری از اینترنت، دچار علائم اختلال می‌شوند با توجه به پیامدهای اعتیاد به اینترنت برای فرد معتاد از جمله تغییر دادن سبک زندگی، بی‌توجهی به سلامت خود، اجتناب از فعالیت‌های مهم زندگی، کاهش روابط اجتماعی، نادیده گرفتن خانواده و دوستان، مشکلات تحصیلی (Ghasemzadeh, shahraray, Moradi, 2008) لازم است مسئله اعتیاد به اینترنت و ابعاد آن بالاخص در دانشجویان که قشر جوان این کشور محسوب می‌شوند مورد مطالعه قرار گیرد. مسئله مهم در این پژوهش این است که مشخص شود، اینترنت در زندگی دختران و پسران دانشجو چه کار کرده است و چه پیامدهای روانی- اجتماعی در زندگی آنان دارد؟

<sup>۶۱</sup>. Internet Addiction

## اهمیت و ضرورت پژوهش:

در عصری که شاهد تحولات شگرف فن آوری و تاثیرات فرهنگی، اجتماعی و حرفه‌ای ناشی از آن هستیم؛ انقلاب الکترونیک، انفجار اطلاعات و انقلاب رایانه‌ای، تفاوت کمی و کیفی بسیاری در جهان نسبت به دو دهه پیش با خود به همراه آورده است و آن، تبدیل جهان به یک کلبه واحد است. چالش انگیزترین، جذاب ترین و مهم‌ترین تحولات، تحولی است که در زمینه رایانه و اطلاع‌رسانی صورت گرفته است. مطالعات اخیر نشان می‌دهد که استفاده از اینترنت، سبب ایجاد احساس ناکامی، تنهایی، اضطراب و به طور کلی کاهش سلامت روانی می‌شود. اشخاصی که از اینترنت بیشتر استفاده می‌کنند علاوه بر آن که بر زندگی خانوادگی آنها تاثیر منفی می‌گذارد، زمان کمتری با خانواده صحبت می‌کنند و احساس تنهایی، افسردگی، کمبود عزت نفس و... در آنها بیشتر می‌شود. این افراد از جنبه‌های مالی و جسمی و فرهنگی نیز آسیب‌های بیشتری را پذیرا می‌شوند. بنابراین لازم است که در وهله اول مسئولان و در وهله دوم خانواده‌ها به این مسئله مهم توجه خاصی نمایند تا بتوانند نقش اساسی در رفع مشکل مذکور داشته باشند. در پژوهش حاضر سعی بر این است که به پاره‌ای از مسایل موجود در این زمینه پاسخ داده شود.

## اهداف پژوهش:

شناخت وضعیت دانشجویان دختر و پسر در استفاده از اینترنت و نقش آن در رفتارهای اجتماعی دانشجویان هدف این پژوهش می‌باشد.

## فرضیه های پژوهش:

الف) فرضیه اصلی: بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و نابسامانی‌های روانی - اجتماعی حاصل از آن رابطه

مستقیم وجود دارد.

ب) فرضیه های فرعی :

- ۱- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و احساس تنهایی در آنان همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۲- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و احساس تنهایی اجتماعی در آنان همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۳- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و میزان اضطراب در آنان همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۴- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و میزان اعتماد به نفس در آنان همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۵- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و منافع اجتماعی همبستگی مثبت وجود دارد.

- ۶- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و صرف وقت زیاد در اینترنت همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۷- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و کناره‌گیری (از اینترنت) همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۸- بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و مشکلات شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای در آنان همبستگی مثبت وجود دارد.

### مبانی نظری پژوهش

#### دیدگاهها و نظریه‌ها در تبیین اعتیاد اینترنتی:

در هر یک از علوم مختلف نظریه‌های زیاد برای اختلال اعتیاد به اینترنت مطرح شده است ولی هنوز هیچ نظریه و دیدگاهی که قادر به تبیین کلیه رفتارهایی اعتیاد گونه باشد مطرح نشده است. مواردی از این نظریه‌ها عبارتند از:

۱- نظریه زیستی- پزشکی: این نظریه بر عوامل ارثی و مادرزادی در زمینه بی‌توانی مغزی و انتقال دهنده‌های عصبی تاکید دارد. بنابراین ممکن است یک کروموزوم، هورمون، افزایش یا کاهش مواد شیمیایی با اشکال در انتقال دهنده‌های عصبی که تنظیم کننده فعالیت‌های مغز و بقیه نظام عصبی است، باعث شود فرد آسیب پذیری به اعتیاد داشته باشد که در زمینه اینترنت نیز صدق می‌کند.

۲- نظریه روان‌کاوی: این نظریه اعتیاد را در آسیب‌های دوره کودکی و در ارتباط با صفات شخصیتی معین با اختلالات دیگر و آمادگی‌های روانشناختی ارثی در نظر می‌گیرد. در این زمینه سو<sup>۶۲</sup> (۱۹۹۴) الگوی آمادگی- استرس را مطرح می‌کند. بعضی افراد به علت عوامل گوناگون ممکن است آمادگی بیشتری را برای اعتیاد به یک چیز مثلاً الکل، هروئین، قماربازی، خرید کردن، بازیهای رایانه‌ای و بالاخره اینترنت داشته باشد. اگرچه بعضی از این افراد ممکن است در تمام عمر به چیزی معتاد نشوند، اما اگر عوامل استرس‌زا در زمان معین آنها را تحت فشار قرار دهد، ممکن است به اعتیاد روی بیاورند. بنابراین اگر ترکیب مناسبی از زمان، شخص و واقعه فراهم شود، فرد ممکن است به اینترنت معتاد شود.

۳- نظریه رفتاری: این نظریه براساس مطالعات اسکینر و براساس شرطی‌سازی کنشگر تکیه دارد، که در آن شخص رفتار معینی را انجام می‌دهد و برای انجام این رفتار پاداش دریافت می‌کند و تقویت می‌شود. اگر فرد یاد بگیرد که چیزی مانند اینترنت می‌تواند برای او شرایطی فراهم کند که از واقعیت فرار کند، احتمالاً در آینده نیز به این کار مبادرت خواهد ورزید. این کار برای او عامل تقویت کننده

۶۲. sue

خواهد بود و به صورت چرخه ای عمل کرده و باعث افزایش رفتار خواهد شود. براون و همکاران<sup>۶۳</sup> (۱۹۸۹) با توجه به اصول تقویت مثبت که در نظریه شرطی شدن فعال مطرح است. پس از بررسی ۲۱ بازی، به این نتیجه حاصل رسیدند که طراحان بازیهای رایانه‌ای به اصول شرطی کردن توجه داشته‌اند و در جریان یادگیری بازی دست به تقویت و پاداش بازیگران می‌زنند.

۴- نظریه شناختی: این دیدگاه تاکید ویژه‌ای بر شخص به عنوان پردازش کننده اطلاعات دارد و اختلال اعتیاد به اینترنت برآمده از شناخت های معیوب و یا پردازش معیوب شناختی است و درمان آن مبتنی بر تصحیح فرآیند شناخت های معیوب است. (دیویس<sup>۶۴</sup> ۲۰۰۱، بک<sup>۶۵</sup> ۱۹۹۵)

۵- نظریه شناختی رفتاری: در دهه گذشته، درمان شناختی- رفتاری توجه زیادی را به خود جلب نموده است. رویکردها و فنون درمانی جدید، به نحو مستمر گسترش یافته است و به جهان بالینی معرفی شده‌اند. در این دیدگاه اعتیاد بر این است که اختلال اعتیاد به اینترنت از مشکل شناختی فرد همراه با رفتارهایی که یا پاسخ غیر سازشی را حفظ می‌کند یا شدت آن را افزایش می‌دهد، ناشی می‌شود. به نظر دیویس (۱۹۹۹) اگرچه نشانه‌های مسلط اختلال عاطفی و رفتاری است اما نشان های شناختی در واقع تاثیر فراوانی دارند و می‌توانند نشانه‌های رفتاری و عاطفی را ایجاد نمایند برعکس باورهای غیر منطقی و غیر سازشی مانند این موضوع که فرد فقط در اینترنت قدرت کنترل دارد، فقط در آنجا برای خود کسی است و فقط در آنجا قابل احترام است نمونه‌هایی از افکار شناختی مشکل زا در زمینه «خود» هستند.

باورهای غیر منطقی دیگر مانند: هیچکس در بیرون از اینترنت از من خوشش نمی‌آید. یا اینترنت تنها جایی است که واقعاً می‌شود مردم را شناخت و هر کسی به نوعی به اینترنت آلوده است و مانند آن، افکار شناختی مشکل زا در زمینه «دنیا» هستند.

۶- نظریه کنترل اجتماعی: هیرشی واضح این نظریه می‌گوید: «عاملی که باعث جلوگیری از رفتارهای انحرافی نوجوانان و جوانان می‌شود، «پیوند اجتماعی» است. به اعتقاد هیرشی، پیوندهای اجتماعی دارای چهار عنصر اصلی دلبستگی، تعهد، مشغولیت و اعتقادات. ضعف هر یک از این چهار عنصر در فرد می‌تواند موجب بروز رفتارهای انحرافی او شود.

پیشینه پژوهش:

<sup>۶۳</sup>. braun,c.m et al

<sup>۶۴</sup>. Davis

<sup>۶۵</sup>. Beck

در سال ۱۹۹۵ میلادی روان‌شناسی به نام گلدبرگ<sup>۶۶</sup>، اعتیاد جدیدی را کشف کرد. او با مردمی روبرو می‌شد که برای دیدن مانیتور کامپیوترشان خانواده را رها کرده‌اند. اینها در بسیاری از موارد ترجیح می‌دادند وقت خود را با کامپیوتر و در سایت‌های مختلف اینترنت بگذرانند. به این ترتیب او اعتیاد جدیدی را کشف کرد و به تدریج محققین جنبه‌های دیگر این اعتیاد را شناسایی نمودند.

بر اساس تحقیق گلدبرگ (۱۹۹۸) اعتیاد اینترنتی عبارت است از استفاده بیمارگونه و وسواسی از اینترنت که معیارهایی همچون تحمل و علائم کناره‌گیری (که شامل افسردگی، احساس تنهایی، اضطراب، ضعف اعتماد به نفس و... می‌باشد) از شاخصه‌های مهم آن هستند.

شرر<sup>۶۷</sup> (۱۹۹۷) در تحقیقات خود بر روی دانشجویان دانشگاهها، متوسط استفاده افراد وابسته به اینترنت را ۱۱ ساعت در هفته شناسایی کرده است. همچنین او در این تحقیقات دریافت که ۷۲ درصد از وابسته‌ها را مردان تشکیل می‌دهند.

بر اساس نتایج مطالعه‌ی یونگ<sup>۶۸</sup> در سال ۱۹۹۷، ۵ تا ۱۰ درصد از جمعیت آن لاین جهان در زمان مطالعه‌ی وی، معتاد به اینترنت بوده‌اند و ۵۴ درصد از معتادان سابقه‌ی افسردگی و ۳۴ درصد از آنها نیز سابقه اضطراب و نگرانی داشته‌اند.

یونگ (۱۹۹۶) در مطالعه‌ی اش پیرامون اعتیاد اینترنتی به این نتیجه رسید که بروز اعتیاد اینترنتی ریشه در هفت دلیل اصلی دارد که عبارتند از: نارضایتی از زندگی زناشویی، مشکلات کاری، مشکلات مالی، عدم امنیت، اضطراب، دعواهای خانوادگی، و زندگی محدود اجتماعی.

آفونسو<sup>۶۹</sup> در سال ۱۹۹۰ اظهار کرد علاوه بر آن که اینترنت در بین مردم به عنوان یک فن آوری شگفت‌آور جای گرفته، اما به شدت به مهارت‌های اجتماعی افراد از قبیل توان مقابله با مشکلات اثر منفی دارد.

#### شیوه اجرای تحقیق:

نظر به اینکه در این پژوهش وضعیت موجود بررسی شده است لذا روش تحقیق حاضر پیمایشی و از نوع همبستگی است. در این تحقیق نحوه‌ی اجرای آزمون بدین ترتیب بود که ابتدا پرسشنامه‌ها در بین

---

<sup>۶۶</sup>. Goldberg

<sup>۶۷</sup>. scherer

<sup>۶۸</sup>. young

<sup>۶۹</sup>. Affonoso

دانشجویان توزیع می‌گردید. سپس توضیحات لازم به آنان درباره نحوه پاسخگویی به سئوالات پرسشنامه داده می‌شد. ابتدا به طور آزمایشی پرسشنامه به طور تصادفی به ۴۰ دانشجو (۲۰ دختر و ۲۰ پسر) داده شد تا اگر احتمالاً مواردی از سئوالات پرسشنامه واضح نباشد مشخص شود.

### جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش را ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اراک که در سایت دانشگاه مشغول استفاده از اینترنت بودند می‌باشند.

### ابزارهای پژوهش:

ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش ۶ پرسشنامه بود که عبارت بودند از:

۱- پرسشنامه جمعیت شناختی: که اطلاعاتی در مورد ویژگی‌های مختلف آزمودنی‌ها مانند سن، جنس، میزان تحصیلات و وضعیت شغلی والدین آنها و... ارائه می‌دهد.

۲- پرسشنامه وابستگی به اینترنت (دیویس ۲۰۰۱): یک ابزار ۲۰ سئوالی است که میزان و شدت اعتیاد به اینترنت را تعیین می‌کند. دامنه نمرات بین ۰ تا ۱۰۰ است که نمرات بالاتر نشانه اعتیاد به اینترنت بیشتر است. دامنه نمرات بین ۰ تا ۱۰۰ است که نمرات بالاتر نشانه اعتیاد به اینترنت بیشتر است. برای هر سؤال نمره‌ای بین ۰ (کاملاً مخالف) تا ۵ (کاملاً موافق) در نظر گرفته شده است. در بررسی حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ می‌باشد، که نشانگر ثبات بالای این آزمون می‌باشد.

۳- پرسشنامه کاربری مشکل‌زا از اینترنت (GPIUS): یک ابزار ۲۹ سئوالی است که به اندازه‌گیری آسیب‌های احتمالی کلی ناشی از اعتیاد به اینترنت می‌پردازد. این پرسشنامه هفت بعد از کاربری مشکل‌زا از اینترنت را می‌سنجد که ۶ عامل مربوط به مشکلات کلی و یک عامل مربوط به پیامدهای منفی (مشکلات شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای) می‌باشد. این ۶ عامل مربوط عبارتند از: ۱- تغییرات در خلق ۲- منافع اجتماعی (شامل منفعی که از اینترنت حاصل می‌شود) ۳- کاربرد اجباری (ناتوانی در کنترل، توقف یا کاهش استفاده از اینترنت همراه با احساس گناه) ۴- صرف وقت زیاد ۵- کناره‌گیری ۶- کنترل بین فردی (احساس اجتماعی بودن در زمان اینترنت). به هر سؤال ۱ تا ۵ نمره داده می‌شود. (از کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵). در بررسی حاضر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۶ می‌باشد که نشانگر ثبات بالای این آزمون می‌باشد.

۴- پرسشنامه احساس تنهایی: که برگرفته از مقیاس تجدید نظر شده احساس تنهایی (UCLA) می‌باشد که به وسیله احساس تنهایی (تنهایی عاطفی و تنهایی اجتماعی) را اندازه می‌گیرد.

سازندگان اصلی این مقیاس شواهد معتبری بر قابل اطمینان بودن کارایی آن ارائه داده‌اند راسل و همکاران (۱۹۸۰) ضریب آلفای معادل ۰/۸۸ گزارش داده‌اند. همبستگی خرده آزمون‌های این پرسشنامه با نمره کل در حد رضایت بخش و بین ۰/۷۱ تا ۰/۷۶ گزارش شده است. در بررسی حاضر ضریب پایانی این آزمون با روش آلفای کرونباخ ۰/۶۲ بدست آمد.

۵- پرسشنامه اضطراب زونگ: که میزان اضطراب افراد را اندازه‌گیری می‌کند. ثبات این آزمون با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ می‌باشد.

۶- پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت: این مقیاس دارای ۵۸ سؤال است که ۸ سؤال آن یعنی شماره‌های (۶-۱۳-۲۰-۲۷-۳۴-۴۱-۴۸-۵۵) دروغ سنج است و ۵۰ سؤال آن به چهار خرده مقیاس عزت نفس کلی- عزت نفس اجتماعی همسالان، عزت نفس خانوادگی (والدین) و عزت نفس تحصیلی (آموزشگاه) تقسیم شده است.

شیوه ارزیابی نمره گذاری این آزمون به صورت صفر و یک است به این معنا که ۱۹ سؤال پاسخ بلی، یک نمره و پاسخ خیر، صفر می‌گردد. نمره گذاری بقیه سئوالات به صورت معکوس است یعنی پاسخ خیر آنها، یک نمره و پاسخ بله، صفر می‌گردد. بدیهی است که حداقل نمره‌ای که یک فرد ممکن است بگیرد صفر و حداکثر ۵۰ خواهد بود.

ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۰ و با استفاده از روش تصنیف برابر با ۰/۷۳ و با روش گاتمن برابر ۰/۸۱ محاسبه گردید.

### تعاریف عملیاتی:

۱- وابستگی رفتاری به اینترنت: الگوی غیر انطباقی از اینترنت و رایانه که موجب تخریب یا ناراحتی قابل ملاحظه از نظر بالینی می‌شود و با ویژگی‌های زیر تعیین می‌گردد:

الف) هزینه روز افزون برای اینترنت و موضوعات مربوط به آن

ب) احساس هیجانی ناخوشایند (مانند اضطراب، افسردگی و مانند آن در زمانی که فرد در تماس با اینترنت نیست).

ج) قابلیت تحمل و عادت کردن به اثرات در اینترنت بودن

و) افکار رفتاری مشکل زا

در این پژوهش وابستگی رفتاری به اینترنت از طریق آزمون اعتیاد به اینترنت (IAT) (دیویس ۲۰۰۱) اندازه‌گیری می‌شود.



۲- احساس تنهایی: منظور احساس تنهایی و عاطفی و اجتماعی است. فردی دچار تنهایی عاطفی است که از روابط و وابستگی های شخصی خود با دیگران ناراضی باشد و کسی را ندارد که برای مهرورزی به او تکیه کند.

تنهایی اجتماعی در نتیجه احساس عدم عضویت در یک گروه و نداشتن فعالیت های مشترک با دیگران ایجاد می شود.

در این پژوهش احساس تنهایی از طریق نمره مقیاس تنهایی برگرفته شده از مقیاس تجدید نظر شده احساس تنهایی UCLA که به وسیله راسل و همکاران (۱۹۸۰) تهیه شده اندازه گیری می شود .

۳- کاربری مشکل زا از اینترنت: آسیب های احتمالی کلی ناشی از اعتیاد به اینترنت را مشخص کند که توسط مقیاس کاربری مشکل زا (فراگیر) از اینترنت (GPIUS) اندازه گیری می شود .

۴- عزت نفس: عزت نفس عبارت است از ارزشی که اطلاعات درون خود پنداره، برای فرد دارد و از اعتقادات فرد در مورد تمام ویژگی هایی که در او هست ناشی می شود (بیابان گرد، ۱۳۷۳). در این پژوهش با مقیاس کوپر اسمیت سنجیده می شود .

۵- اضطراب: اضطراب یک احساس منتشر، بسیار ناخوشایند و اغلب مبهم دلواپسی است که با یک یا چند تا از احساس های جسمی همراه می گردد. مانند خالی شدن سر دل، تنگی قفسه سینه، تپش قلب، تعریق، سردرد، یا میل جبری ناگهانی برای دفع ادرار، بی قراری و میل برای حرکت.

در این پژوهش میزان اضطراب در افراد نمونه توسط آزمون اضطراب تایلر اندازه گیری می شود . در تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی آزمونها و آمار استنباطی استفاده شده است که عبارتند از:

۱- روش پورسانت گیری (توصیف درصدها) و جداول توزیع فراوانی و نمودارها

۲- شاخص های آماری از جمله میانگین، انحراف استاندارد و...

۳- آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن برای آزمون همبستگی بین متغیر میزان استفاده از اینترنت و سایر متغیرها (چون گزینه ها در سئوالات پرسشنامه به صورت رتبه ای و یا بلی- خیر بود از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شد).

۴- آزمون F برای بررسی واریانس ها

۵- آزمون T برای مقایسه میانگین های دو گروه مستقل (دختر و پسر) در متغیرهای مختلف ( برای بررسی معناداری تفاوت در بین آنها)

۶- آزمون تعقیبی توکی (HSD) برای مقایسه های دو گروهی در دختران و پسران در متغیرهای مختلف (برای بررسی معناداری تفاوت در بین آنها). کلیه عملیات آماری با استفاده از نرم افزار SPSS

## یافته های پژوهش:

جدول شماره (۱) خلاصه نتایج آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن مربوط به فرضیه‌های پژوهش

فرضیه	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
ضریب همبستگی	۰/۲۲۵	۰/۳۳۵	۰/۵۴۲	۰/۵۱۶	۰/۶۳۷	۰/۵۴۷	۰/۶۳۱	۰/۶۸۷
سطح معناداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

با توجه به جدول شماره (۱) از لحاظ آماری تمامی ضرایب همبستگی حداقل در سطح معناداری  $P = 0/00$  معنادار می‌باشد.

## بحث و نتیجه گیری:

**فرضیه ۱.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و احساس تنهایی در آنان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد احساس تنهایی نیز در آنان بیشتر است و بالعکس. این نتیجه با تحقیق یونگ (۱۹۹۷) و نتایج تحقیق در دانشگاه کارنجی ملون (۱۹۹۸) همسو می‌باشد.

**فرضیه ۲.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و میزان احساس تنهایی عاطفی و تنهایی اجتماعی در آنان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد میزان تنهایی عاطفی و تنهایی اجتماعی نیز در آنان بیشتر است و بالعکس.

**فرضیه ۳.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و میزان اضطراب در آنان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد میزان اضطراب نیز در آنان بیشتر است و بالعکس. این نتیجه همسو با تحقیقات یونگ (۱۹۹۷) می‌باشد.

**فرضیه ۴.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و میزان اعتماد به نفس در آنان همبستگی منفی معنادار وجود دارد یعنی هر چه وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد میزان اعتماد به نفس در آنان کمتر است و بالعکس.

**فرضیه ۵.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و منافع اجتماعی و حاصل از اینترنت در آنان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه میزان وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد منافع اجتماعی حاصل از اینترنت در آنان بیشتر است و بالعکس.

**فرضیه ۶.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و صرف وقت زیاد (در اینترنت) همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه میزان وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد صرف وقت در اینترنت بیشتر است و بالعکس.

**فرضیه ۷.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و کناره‌گیری همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه میزان وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد عوارض ناشی از کناره‌گیری از اینترنت در آنان بیشتر است و بالعکس.

**فرضیه ۸.** بین میزان استفاده جوانان از اینترنت و مشکلات شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای در آنان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد یعنی هر چه میزان وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد مشکلات شخصی، اجتماعی و حرفه‌ای در آنان بیشتر است و بالعکس.

#### پیشنهادات:

پیشنهاداتی برای مسئولان و برنامه‌ریزان مملکتی، رؤسای دانشگاهها، سازمان آموزش و پرورش، والدین جوانان، سازمان ملی جوانان و محققان بعدی به شرح زیر ارائه می‌گردد:

۱- برگزاری برنامه‌های مذهبی و نشاط آور در دانشگاهها و تقویت گرایشات دینی جوانان و ذکر فوائد و اثرات توکل بر خدا و دعای و نیایش بر بهداشت روان و همراه کردن این برنامه‌ها با کلاسهای آموزش مهارتهای زندگی (به عنوان واحد درسی) برای دانشجویان به خصوص برای گروه‌های در معرض خطر میتواند بسیار مفید و اثر بخش باشد زیرا این گونه برنامه‌ها موجب افزایش توان حل مساله، مقابله با استرس‌ها، ارتباط مؤثر و تفکر منطقی در آنان میشود تا بتوانند با استفاده از راهکارهای مقابله‌ای سالم در مقابل مشکلات و سختی‌ها مقاومت کنند و شیوه‌های کارآمدتر را جایگزین شیوه‌های پیشین خود (استفاده بیش از حد از اینترنت) نمایند.

۲- نظارت بیشتر بر نحوه‌ی عملکرد کافی نت‌ها، بخصوص کافی نت‌های شبانه توسط مسئولین مربوطه.

۳- افزایش سطح آگاهی والدین، مدیران مدارس و رؤسای دانشگاهها جهت شیوه‌های برخورد صحیح با نوجوانان و جوانان و نحوه‌ی صحیح ارائه رهنمودهای سازنده به آنان به طوری که باعث جذب جوانان شود و احساس تنهایی نکنند.

- ۴- ارائه‌ی واحدهای درسی اجباری به دانشجویان جهت آشنایی و کاربری صحیح از کامپیوتر و اینترنت به منظور پیشگیری از پیامدهای منفی استفاده ناصحیح از آن.
- ۵- برگزاری کلاس‌های آموزشی، علمی، مذهبی، تفریحی و انجام مسابقات مختلف ورزشی توسط سازمان ملی جوانان و با هزینه کم که موجبات جلب نوجوانان و جوانان را به اینگونه برنامه‌های سازنده فراهم آورد و آنان را از روی آوردن به فعالیت‌های آسیب‌زا باز دارد.
- ۶- برگزاری اردوهای تفریحی، علمی، آموزشی به تفکیک سن و جنس برای دانش‌آموزان و دانشجویان کشور و انجام مسابقات ورزشی (مانند تیراندازی، اسب سواری، کوهنوری، دوچرخه‌سواری و ...) در سطح گسترده می‌تواند موجبات سرگرمی‌های سالم و آموزنده را برای این اقشار آینده ساز جامعه فراهم آورد و آنها را از گزند استفاده نابجا از اینترنت مصون دارد.
- ۷- در دسترس بودن مشاوران آگاه، مجرب، متعهد و دلسوز برای راهنمایی نوجوانان و جوانان و خانواده‌های آنان برای پیشگیری از بروز این نوع مشکلات.

منابع :

اسلوین، جیمز(۱۳۸۰) اینترنت و جامعه. ترجمه عباس گیلوری، علی رادباوه. تهران: نشر کتابدار.  
بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۳). روشهای افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان، تهران: انجمن اولیا و  
مربیان.

برتون، فیلیپ(۱۳۸۲) آیین اینترنت: تهدیدی برای پیوند اجتماعی؟. ترجمه علی اصغر سرحدی، ناهید.  
جمشیدی. تهران: امیرکبیر.

حمیدیان، فرود(۱۳۸۷) اعتیاد به اینترنت و موبایل: بررسی عوارض وابستگی به اینترنت، موبایل  
وبازیهای کامپیوتری. تهران: نشر قطره.

سرمد، زهره، بازرگان، عباس، حجازی، الهه. (۱۳۷۶). روشهای تحقیق در علوم رفتاری تهران: آگه.  
گریسون، رندی(۱۳۸۴) یادگیری الکترونیکی در قرن بیست و یکم: مبانی نظری و علمی. ترجمه  
اسماعیل زارعی زوارکی، سعید صفایی موحد. تهران: موسسه انتشاراتی علوم و فنون.  
هارولد کاپلان، بنیامین سادوک (۱۳۶۸). خلاصه روان پزشکی، روان پزشکی بالینی. ترجمه نصرت الله  
پور افکاری. تبریز: ذوقی.

) Is the Internet Affecting the Social Skills of Our ۱۹۹۰ Affonoso, bob( Children?. University of Nevada, Reno. [On-line]. Available  
/internet.html۶۱۲http://sierrasource.com/cep

).cognitive therapy :basics and beyond. New York :Guilford ۱۹۹۵beck,j.s.(

). Adolescents and ۱۹۸۹chagnon ,y.( ,&,braun,c.m,goupil ,g ,Giroux ,j  
microcomputers :sex difference, proxemies , task and stimulus variable  
۵۶۰\_۱۲۰.۵۵۶of psychology. journal

).a cognitive-behavioural model of pathological internet use ۲۰۰۱ Davis,R.A.(  
piu):catalyst. [On-line]. Available. http://victoriapoint.com/piu.html)

Prevalence of internet .۲۰۰۸.Ghassemzadeh L, Shahraray M, Moradi A  
addiction and comparison of internet addicts and non-addicts in Iranian high  
schools. *Cyberpsychol Behav.*;11:731-733.

) internet addiction disorder. [On-line]. Available. ۱۹۹۵Goldberg (   
<http://www.cog.brown.edu>

Goldberg, I. (1998). Diagnostic criteria. Internet Addiction Disorder [On-  
line]. Available:   
[http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/internet  
.addiction.html](http://www.cog.brown.edu/brochure/people/duchon/humor/internet_addiction.html)

).college life on-line :healthy and unhealthy internet use .jornal۱۹۹۷Scherer. (   
۶۶۵-۳۸,۶۵۵of college student development ,

) Understanding abnormal behavior. Bostan: Houghton۱۹۹۴sue, S. ( & sue, D  
Mifflin

)\_Net game - an american dialogue. [On-line]. Available. ۱۹۹۷Young, K.s (   
[www.netaddiction .com/articles/neu/disorder.html](http://www.netaddiction.com/articles/neu/disorder.html)

). Internet Addiction: The emergence of a new clinical ۱۹۹۶Young, K.s. (   
th annual convention of the American ۱۰۴papar presented at the disorder  
Association, Toronto, Canada psychological