

میزان و عوامل موثر بر ایجاد اعتیاد به اینترنت (مطالعه موردی شهر اردبیل)

دیندار رقیه^{۱۲۵}

ستوده مجتبی^{۱۲۶}

عزیزی هاشم^{۱۲۷}

چکیده:

اعتیاد به اینترنت موضوع تازه و جالبی است که در سال های اخیر به عنوان اعتیاد رفتار محور مورد توجه قرار گرفته است. هدف از انجام این پژوهش بررسی مشکل اعتیاد به اینترنت و ویژگی های رفتاری، شخصیتی و جمعیتی کاربران بر حسب درجه اعتیاد آنهاست. این مطالعه به روش مقطعی بر روی ۳۶۴ نفر از کاربران اینترنت در سنین ۱۵-۴۵ در شهر اردبیل انجام شده است. در این مطالعه ۳ پرسشنامه اندازه گیری درجه اعتیاد، نوع شخصیت کاربران و مقیاس احساس بیگانگی مورد استفاده قرار گرفته است. پس از ثبت داده ها در نرم افزار SPSS برای تحلیل داده ها از روش تحلیل همبستگی استفاده گردید. در این بررسی ۳۴/۸ درصد کاربران، به اینترنت اعتیاد داشتند و همه آنها درجات مختلفی از رفتارهای روانی اجتماعی مانند احساس بیگانگی با خود، احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتار ناهنجار اجتماعی، اجتماع گریزی، درون گرایی و رفتار احساسی را از خود نشان دادند. همچنین تمایل نوجوانان، مورد افراد مجرد و دانش آموزان به اینترنت بسیار شدیدتر از سایر گروه ها بود. بین اعتیاد به اینترنت در کاربران، با احساس بیگانگی از خود و ابعاد آن و همچنین با ویژگی های شخصیتی درون گرا و دارای رفتار احساسی ارتباط معناداری دیده می شود. در کاربران معتاد شدید نیز بهره جویی از گفتگوی اینترنتی سه برابر کاربران است و هر چه از حالت طبیعی به اعتیاد در کاربران پیش می رویم بهره جویی از فیلم، موسیقی، بازی و گفتگوی اینترنتی بیشتر می شود. با توجه به نتایج به دست آمده شایسته است دست اندرکاران بهداشتی؛ اطلاعات درست در مورد استفاده بهتر از اینترنت و برنامه های پیشگیری برای این نوع اعتیاد را فراهم آورند.

کلید واژه ها: اعتیاد/ اینترنت/ کاربر/ اعتیاد اینترنتی

^{۱۲۵} دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل

^{۱۲۶} مدرس دانشکده سماء دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل و محقق درون سازمانی فا.ا.اردبیل

^{۱۲۷} کارشناس ارشد شیمی آلی و جانشین دفتر تحقیقات کاربردی فا.ا.اردبیل

مقدمه

اعتیاد به اینترنت پدیده جدیدی است که بسیاری از پزشکان عمومی از آن بی اطلاع هستند. به نظر می رسد ریشه این عمل فرار از مشکلات شخصی است. متنوع بودن قسمت های مختلف اینترنت، فرصتی برای فرار از مشکلات عاطفی مانند افسردگی، استرس، اضطراب یا مشکلات ارتباط با دیگران فراهم می آورد. (۱) طی تحقیقی که کمپانی نئو در سال ۲۰۰۰ انجام داد در سراسر جهان حدود ۴۰۷/۱ میلیون کاربر اینترنت وجود دارد.

عادات مختلف وقتی به شکل اعتیاد در می آیند که بر روی اجزاء مختلف زندگی اثر سوء بگذارند، اعتیاد به اینترنت به واسطه نادیده گرفتن مسئولیت های اقتصادی، اجتماعی و فیزیکی باعث آسیب رسیدن به فرد می شود. بسیاری از معتادین به اینترنت سلامتی خود را به مخاطره می اندازند، به طور میانگین ۳۸ ساعت در هفته را صرف تماس با اینترنت می کنند؛ در حالیکه این استفاده مربوط به عملکرد های اقتصادی و یا علمی نیست. معتادین به اینترنت مکرراً خواب خود را فدای برقراری ارتباط می کنند و خوردن و ورزش را فراموش می کنند، گزارشاتی در مورد مرگ در حین استفاده از اینترنت، بر اثر حمله قلبی داده شده که می تواند به دلیل اختلالات فیزیکی مانند خواب، کم تحرکی و خودکشی در اثر اعتیاد به اینترنت در اثر استرس وارده باشد. متأسفانه اعتیاد باعث نادیده گرفتن روابط خانوادگی، از هم گسیختگی روابط اجتماعی، افت تحصیلی، مشکلات شغلی و صرف مخارج بالا جهت استفاده از آن می گردد که از نظر اقتصادی می تواند مشکلاتی را به بار آورد. (۲)

رویارویی با اعتیاد به اینترنت مانند هر اعتیاد دیگر مشکل است. اعتیاد به اینترنت، هرویین، سیگار، الکل و همه انواع اعتیاد دارای اجزاء اساسی شبیه به هم می باشند و ترک هیچ اعتیادی راحت و بدون درد نیست. در مرحله اول فرد معتاد موضوع را انکار می نماید و اعتقاد دارد این مشکل قابل حل بوده و تاثیری بر زندگی من ندارد و در واقع مشکلی وجود ندارد، بدون انکار معتاد از مرحله اول وابستگی به طرف مراحل پیشرفته نمی رود. در مرحله بعد معتادین فکر می کنند خودشان از عهده مشکل برآمده و نسبت به کمک گرفتن از دیگران بی میل می باشند. متأسفانه افراد معتاد به دلیل آن که منبع رضایتمندی در لذت از زندگی ندارند، بیش از پیش به سمت وابستگی کشیده می شوند. مشکل اساسی دیگر معتادی، نداشتن یا نقص در مهارت های تدابیر زندگی و روش های سازگاری با مشکلات است و برای فراموشی مشکلات به اعتیاد روی می آورند و هرگونه تلاش برای ترک وابستگی با وسوسه مصرف روبرو و اغلب شکست می خورد. (۳)

علائم هشدار دهنده ای وجود دارد که می تواند به فرد در ارزیابی اعتیاد به اینترنت کمک نماید. از دیدگاه جمیز نشانه هایی که افراد باید به آن توجه نمایند عبارتند از:

- ۱- عدم توانایی برای کنترل و محدود کردن استفاده از کامپیوتر.
- ۲- توجیه و سعی در کم جلوه دادن زمان استفاده از کامپیوتر یا نوع استفاده ای که از آن می شود.
- ۳- عواقب منفی برای دوستان و خانواده کاربر.
- ۴- رفتارهای نامناسب و آسیب رسیدن به اعتقادات مذهبی و معنوی.
- ۵- ترجیح دادن بیش از حد و مهم شدن کامپیوتر به عنوان شاخص اساسی زندگی در این مورد قضاوت دیگران بسیار مهم است. (۴)

کاربران ممکن است به قسمت های مختلف اینترنت مانند چت یا سایر قسم ها اعتیاد پیدا کنند (۵)، اعتیاد به اینترنت یک، اختلال فیزیکی- روانی شامل نشانه های تحمل، جدا شدن ۲ اختلالات عاطفی و اختلال در روابط اجتماعی است که هر روز به مقدار بیشتری در استفاده کنندگان از اینترنت گسترش می یابد. به واسطه اهمیت یافتن اینترنت در زندگی روزانه و گسترش جهانی استفاده از کامپیوتر در امور مختلف ارتباطی و تفریحی مشکلات ناشی از آن حائز اهمیت است. (۶)

بنابراین اعتیاد به اینترنت نیز اعتیاد رفتار محور محسوب می شود. یانگ معتقد است واژه معتاد برای کاربران اینترنت هم به کار گرفته می شود، زیرا نشانه های اعتیاد به اینترنت همان ویژگی هایی را دارد که در اعتیاد به الکل و سیگار دیده می شود. (۷) او توانست اعتیاد به اینترنت را با پرسشنامه ۲۰ سؤالی بر مبنای مقیاس ۵ تایی لیکرت طراحی و معرفی کند. (۸) مطالعات اخیر در مورد اعتیاد به اینترنت به طور عمده بر روی سه دسته عوامل مؤثر تأکید دارد که عبارتند از عوامل فردی، عوامل روان شناختی اجتماعی و عوامل مربوط به اینترنت. عوامل فردی مانند خود اتمکایی با درجه پایین (۹)، ویژگی های درون گرایی، رفتارهای غریزی و تمایلات آنی (۱۰) و نقص مهارت های ارتباطی (۱۱)، عوامل اجتماعی مانند حمایت ضعیف خانواده از اعضای خود و عوامل روانشناختی اجتماعی که از ارتباط ضعیف بین افراد خانواده با یکدیگر سرچشمه می گیرد (۱۲) و سرانجام عوامل مربوط به اینترنت مانند استفاده طولانی مدت از اینترنت، دستیابی سریع و آسان به آن و داشتن مهارت های بالا در استفاده از آن همگی در اعتیاد به اینترنت تأثیر دارند. (۱۳) تاکنون چندین مطالعه در مورد ارتباط اعتیاد به اینترنت با احساس بیگانگی با خود انجام شده است. (۱۴) «سیمن» احساس بیگانگی با خود را

عدم تعادل و تطابق بین انتظارات و پاداش های دریافت شده یا بین داده ها و ستانده ها توسط یک فرد در جامعه می داند. بر مبنای این نظریه، احساس بیگانگی با خود شش بعد مختلف دارد که عبارتند از: ضعف و ناتوانی، احساس پوچی و بی معنی و بی اهمیت بودن، بروز رفتار ناهنجار اجتماعی، اجتماع گریزی، بیگانگی فرهنگی و انزوای (۱۵). «دین» چندین سال بعد توانست ابعاد ذکر شده بالا را مورد سنجش قرار دهد و مقیاس جدیدی را برای آزمون احساس بیگانگی با خود به وجود آورد. (۱۶)

مقیاس احساس بیگانگی با خود دین یا DAS که عمدتاً در حیطه های آموزشی و خانوادگی به کار می رود به ابعاد کوچک تری شامل ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتار ناهنجار اجتماعی و اجتماع گریزی تقسیم شده است. (۱۷) سایر مطالعات شامل مطالعه درباره ارتباط اعتیاد به اینترنت با صفاتی مانند اتکا به نفس، بی نیاز بودن از تعریف و تمجید و اعتقاد دارد معتادان به اینترنت افراد انزوای است هستند که از اتکا به نفس پائین تری برخوردار هستند. (۱۸) کیم کانگ هم عنوان کرد که هر قدر احساس بیگانگی با خود و اضطراب و تنش در کاربران رایانه ای بیشتر باشد، این افراد اعتیاد بیشتری به ایجاد رابطه از این طریق پیدا می کنند. (۱۹) بر مبنای مطالعه کانگ کاربران رایانه ای که دارای شخصیت درون گرا هستند در مقایسه با افراد برون گرا بیشتر گفتگوی اینترنتی می کنند و افرادی که شخصیت احساسی و هیجانی دارند در مقایسه با شخصیت های تفکرگرا و عقلایی بیشتر از خدمات پست الکترونیک و داده های رایانه ای به صورت حرفه ای استفاده می کنند. (۲۰) بنابراین هدف از انجام این مطالعه بررسی اعتیاد به اینترنت بر روی کاربران و عوامل مؤثر بر آن است. در این پژوهش عوامل مرتبط با کاربران که در اعتیاد آنها نقش دارد و ویژگیهای رفتاری معتادان و عوامل جمعیتی و ویژگی های شخصیتی آنها مورد بررسی قرار می گیرد.

👉 مواد و روش کار

متغیر وابسته در این مطالعه اعتیاد به اینترنت است که یک اختلال روانشناختی است که با تاب و تحمل فرد و گوشه گیری او در ارتباط است. در این مطالعه افراد معتاد به اینترنت کسانی را تشکیل می دهند که برابر معیار پرسشنامه یانگ نمره نهایی وضعیت آن ها برابر ۷۹-۵۰ (اعتیاد خفیف) ۱۰۰-۸۰ (اعتیاد شدید) است.

متغیرهای مستقل نیز در این بررسی عبارت بودند از سن، جنس، وضعیت تأهل، شغل، میزان تحصیلات، مشکلات روانی اجتماعی نظیر احساس بیگانگی با خود، احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتار ناهنجار اجتماعی، انزوای، درون گرایی و تفوق رفتار احساس بر رفتار منطقی، زمان استفاده و محل اتصال به اینترنت و سرانجام نوع برنامه اینترنتی. گرد آوری داده ها و اطلاعات مورد نیاز در این مطالعه به کمک سه پرسشنامه جداگانه به همراه سؤالات جمعیت شناختی صورت گرفت. برای اندازه گیری اعتیاد به اینترنت، پرسشنامه ای

مبتنی بر تعداد ۲۰ سؤال بر مبنای مقیاس ۵ تایی لیکرت با استفاده از آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ (۸) طراحی و تدوین گردید. در این پرسشنامه، پاسخگویان درخصوص هر یک از سؤالات مطرح شده یکی از اعداد ۱ تا ۵ (هرگز یک نمره، به ندرت دو نمره، گاهگاهی سه نمره، اغلب چهار نمره و همیشه پنج نمره) را به عنوان معیار سازگاری با حالت خود انتخاب نمودند و پس از تعیین نمره نهایی، وضعیت کاربران مورد مطالعه به صورت زیر مشخص گردید. (امتیاز برابر ۴۹-۲۰=کاربر طبیعی، امتیاز برابر ۷۹-۵۰=اعتیاد خفیف و امتیاز برابر ۱۰۰-۸۰ اعتیاد شدید)

برای اندازه گیری میزان احساس بیگانگی با خود در کاربران اینترنت از پرسشنامه DAS در سه بعد احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتار ناهنجار اجتماعی و اجتماع گریزی استفاده شد. در پرسشنامه نوع سوم برای سنجش شخصیت کاربران اینترنت مورد مطالعه از شاخص نوع مایرز بریگز^۱ که شخصیت را به چهار نوع درون گرا، برون گرا، منطقی و احساسی تقسیم می کند بهره برداری به عمل آمد. (۲۱) برای جمع آوری اطلاعات ابتدا یک جلسه توجیهی برای پرسشگران در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه ها و ارائه سایر اطلاعات ضروری تشکیل شد. برای تعیین ضریب پایایی و روایی پرسشنامه ها نیز روش های آزمون- آزمون مجدد^۲ و تناسب یا همبستگی^۳ مورد استفاده قرار گرفت. روش آزمون- آزمون مجدد بوسیله همان مجموعه پاسخگویان اندازه گیری میشود. به این صورت که همان پاسخگویان پرسشنامه ها را در روزهای مختلف تکمیل می کنند تا معلوم گردد که پاسخ ها چقدر ثبات دارند و سپس ضرایب همبستگی برای مقایسه دو مجموعه پاسخ محاسبه می گردند. اگر ضرایب مساوی یا بزرگتر از ۷۰ درصد باشد، قابلیت اطمینان پرسشنامه خوب تلقی میشود. روش تناسب (همبستگی)

داخلی، یک معیار رایج سایکومتریک است که در ارزیابی پرسشنامه ها به کار می رود و نشان می دهد چقدر عبارات مختلف یک مفهوم را اندازه گیری کرده و بر روی آن متمرکز می شوند. این اندازه

^۱-Myers-Briggs-Personality-Type-Introduction-MBTI

^۲-Test-Re-test

^۳-Internal Consistency

گیری به وسیله ضریب آلفای کرونباخ انجام می شود و معمولاً ضرایب قابل اطمینان ۰/۷ یا بیشتر هستند.)

بنابراین برای تعیین روایی پرسشنامه ها و تعیین ثبات آنها از تعداد ۳۰ نفر از همان پاسخگویان در سنین ۴۵-۱۵ سال که حداقل هفته ای یکساعت از اینترنت استفاده می کردند، به طور تصادفی بهره گرفته شد و پرسشنامه ها توسط آنها تکمیل و ضرایب همبستگی برای محاسبه در مجموع دو پاسخ محاسبه و ضریب همبستگی بیشتر از ۷۰ درصد به دست آمد. ضریب پایایی پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ برابر ۰/۸۹ و ضریب پایایی پرسشنامه DAS در بعد ضعف و ناتوانی با ۸ سؤال برابر ۰/۸۱ در بعد رفتار ناهنجار اجتماعی با ۴ سؤال برابر ۰/۷۷ و بعد اجتماع گریزی با ۸ سؤال برابر ۰/۸۵ بود.

در این مطالعه که به روش مقطعی انجام شد، جامعه آماری را خانوارهای ساکن در شهر اردبیل تشکیل می دادند و حجم گروه نمونه با استفاده از جدول حجم نمونه تصادفی ۳۶۴ نفر تعیین گردید. روش نمونه گیری به شیوه تصادفی چند مرحله ای انجام گردید و خانوارهای افراد ۴۵-۱۵ سال که در هفته حداقل یک ساعت از اینترنت استفاده می کردند پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ را تکمیل نمودند. پس از ثبت و تحلیل این پرسشنامه ها و شناسایی کاربران معتاد به اینترنت، پرسشنامه DAS و مایرز بریگز توسط آنان تکمیل گردید. ای تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS استفاده گردید.

یافته ها

در این مطالعه ۳۶۴ نفر شرکت نمودند که ۵۶/۵٪ آنها مذکر، ۵۲٪ بالاتر از ۳۰ سال و ۷۱٪ مجرد بودند و ۶۱/۲٪ تحصیلات دانشگاهی داشتند. بر اساس یافته های پژوهش بین شدت اعتیاد و سن کاربران اینترنت مورد مطالعه رابطه معنی داری وجود داشت. ۳/۸ درصد از کاربران، شدیداً به اینترنت معتاد بودند و ۳۱ درصد نیز اعتیاد ضعیف داشتند. تمایل نوجوانان (سنین ۱۹-۱۵) به اینترنت شدیدتر از سایر گروه های سنی بود. همچنین نتایج به دست آمده نشان داد که تمایل به اعتیاد به اینترنت در گروه های مجرد و دانش آموزان دبیرستان نسبت به سایر گروه ها بیشتر بود. در جدول شماره ۱ مشاهده می شود اعتیاد به اینترنت با احساس بیگانگی از خود رابطه نزدیکی دارد. با توجه به ابعاد احساس بیگانگی از خود در پرسشنامه DAS، احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتارها ناهنجار اجتماعی و اجتماع گریزی هر یک با اعتیاد به اینترنت رابطه دارند.

جدول شماره ۱- توزیع فراوانی شدت رفتار روانی- اجتماعی در کاربران دارای اعتیاد به اینترنت

رفتار روانی - اجتماعی	خفیف	متوسط	شدید	جمع
احساس بیگانگی با خود	٪۸۳	٪۱۰	٪۷	٪۱۰۰
احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور	٪۷۶	٪۱۹	٪۵	٪۱۰۰
رفتار ناهنجار اجتماعی	٪۶۱	٪۳۳	٪۶	٪۱۰۰
اجتماع گریزی	٪۸۳	٪۱۲	٪۵	٪۱۰۰

در جدول شماره ۲ نیز با استفاده از پرسشنامه مایرز بریگز ارتباط بین شخصیت های درون گرایی و داشتن رفتار احساسی با اعتیاد به اینترنت به نمایش در آمده است.

جدول ۲- توزیع فراوانی نوع شخصیت در کاربران دارای اعتیاد به اینترنت

نوع شخصیت	خفیف	متوسط	شدید	جمع
درونگرایی	٪۲۹	٪۴۱	٪۳۰	٪۱۰۰
داشتن رفتار احساسی	٪۳۰	٪۳۹	٪۳۱	٪۱۰۰

همچنین یافته های پژوهش در زمینه شدت اعتیاد به اینترنت حاکی از آن بود که معتادین به اینترنت در مقایسه با کاربران طبیعی از نظر نوع استفاده از اینترنت با یکدیگر تفاوت دارند. بیشتر کاربران طبیعی بعد از ظهرها از اینترنت استفاده می کنند و در منزل به اینترنت وصل می شوند، در حالی که از نظر نوع استفاده بیشترین مورد مربوط به پست الکترونیک و کمترین آن گفتگوی اینترنتی است.

بهره جویی از برنامه های علمی تخصصی اینترنت در کاربران طبیعی بیش از دو برابر بیشتر از معتادین به اینترنت و بالعکس میزان بهره جویی معتادین شدید از گفتگوی اینترنتی حدود سه برابر کاربران طبیعی است . در یک نگاه کلی، هر چه از حالت طبیعی به حالت اعتیاد پیش می رویم، میزان استفاده از پست الکترونیک و برنامه های علمی تخصصی کمتر و استفاده از فیلم، موسیقی، بازی و گفتگوی اینترنتی بیشتر می شود.

بحث و نتیجه گیری

در این مقاله وضعیت کلی اعتیاد به اینترنت و مشکلات ناشی از آن، با تأکید بر عوامل جمعیتی و ویژگی های رفتاری و شخصیتی معتادان به اینترنت مورد بررسی قرار گرفته است. اعتیاد باعث نابودی انسان ها و دوستی و صمیمیت بین آنها می شود، اعتیاد به اینترنت نیز از این قاعده مستثنی نیست. (۱۲) با توجه به نتایج

مشخص گردید تمایل کاربران بین ۱۹-۱۵ سال به اینترنت در مقایسه با سایر گروه های سنی بیشتر است و اعتیاد خفیف و شدید نیز در این گروه سنی نسبت به سایر گروه ها بیشتر یا چندین برابر است . در مطالعه ای که در سال ۱۹۹۸ در دانشگاه ملی کره جنوبی انجام شد مشخص گردید که تمایل نوجوانان به اعتیاد به اینترنت بسیار جدی تر از سایر گروه های سنی مورد مطالعه است. این موضوع دلالت بر این دارد که اعتیاد به اینترنت یک مشکل اجتماعی جدی در این کشور محسوب می شود زیرا نوجوانان معتاد به اینترنت به تدریج نیروی کار این کشور را تشکیل خواهند داد.(۲۳)

یکی دیگر از مهم ترین یافته ها در کاربران مورد مطالعه ارتباط اعتیاد به اینترنت با احساس بیگانگی با خود در آنهاست . همچنین بین اعتیاد به اینترنت در بین کاربران با احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، داشتن رفتار ناهنجار اجتماعی و اجتماع گریزی ارتباط معناداری مشاهده می شود. این ارتباط بین کاربران معتاد به اینترنت با انواع شخصیت های درون گرا و دارای رفتار احساسی نیز به چشم می خورد. همچنین اعتیاد به اینترنت با صفاتی مانند احساس ضعف و علاوه ناتوانی در انجام امور و اجتماع گریزی ارتباط دارد. (۲۵)-
(۲۴) گانگ هم گزارش کرد که هر قدر احساس بیگانگی با خود در کاربران اینترنت بیشتر باشد، این افراد اعتیاد بیشتری به اینترنت پیدا می کنند.(۱۹) در یکی از مطالعات انجام شده در کشور کره جنوبی مشخص شد که در دانش آموزان دبیرستانی ، اعتیاد به اینترنت با احساس بیگانگی با خود ارتباط دارد . حتی هنگامی که این صفت به سه درجه شدید، متوسط و خفیف گروه بندی می شود باز هم این ارتباط برقرار است.(۲۹)

یافته های به دست آمده در مطالعه حاضر حاکی از ارتباط اعتیاد به اینترنت با تیپ های شخصیتی درون گرا و دارای رفتار احساسی است. این ارتباط در مطالعه «سونگ » و « گانگ» نیز گزارش شده است. در مطالعه اخیر بین ویژگی های روان شناختی انسان با نوع بهره برداری او از رایانه ارتباط دیده می شود. به طوری که، کاربران معتاد به اینترنت دارای شخصیت درون گرا در مقایسه با شخصیت های برون گرا بیشتر از گفتگوی اینترنتی بهره می برند. در حالی که کاربران دارای شخصیت های احساسی در مقایسه با شخصیت های تفکر گرا بیشتر از پست الکترونیک استفاده می کنند.(۹)

بیشترین نوع استفاده کاربران طبیعی و کاربران با اعتیاد خفیف و شدید به اینترنت، پست الکترونیک و کمترین آن گفتگوی اینترنتی است و در کاربران معتاد شدید بهره جویی از گفتگوی اینترنتی سه برابر کاربران طبیعی است و هرچه که از حالت طبیعی به اعتیاد در کاربران پیش می رویم میزان استفاده از پست الکترونیک برنامه های علمی و تخصصی کمتر و بهره جویی از فیلم، موسیقی، بازی و گفتگوی اینترنتی بیشتر می شود. در مطالعه انجام شده توسط "سان وو" مشخص شد که کاربران دارای اعتیاد شدید به اینترنت در مقایسه با کاربران

طبیعی با استفاده از رایانه شخصی بیشتر در منزل به اینترنت وصل می شوند و از آن در هر ساعت از روز بهره جویی می کنند، در حالی که کاربران طبیعی غالباً در بعدازظهرها این کار را انجام می دهند. معتادین شدید به اینترنت اغلب با اتصال به اینترنت از فیلم، موسیقی، کارتون، بازی های رایانه ای، سایت های اجتماعی و گفتگوی اینترنتی استفاده می کنند، در حالی که کاربران طبیعی در موقع اتصال از اخبار، رویدادها، خرید، رزرو کردن و سایت های آموزشی و دانشگاهی بهره جویی می کنند. همچنین معتادین به اینترنت از آن به صورت غیر هدفمند و در مکا نهایی بسته و خصوصی استفاده می کنند.(۲۷) با توجه به یافته های پژوهش حاضر پیشنهاد می شود از طریق آموزش در خانواده ها، مدارس و دانشگاه ها فرهنگ استفاده صحیح از کامپیوتر، اینترنت و امکانات آن جایگزین شیوه های غلط گردد. قدم اول، شناسائی الگوهای استفاده بیش از حد از اینترنت است. آگاهی از نشانه های اساسی مهم است، کلید اصلی زمان صرف شده برای کامپیوتر است. از آن جا که پیشگیری بر درمان مقدم است و با توجه به نتایج این تحقیق جای آن دارد به این پدیده به عنوان یک مشکل بهداشتی که اغلب گریبانگیر نسل جوان و آینده ساز جامعه می باشد توجه ویژه گردد.



1. <http://www.addictions.co.uk/addiction.asp? ID=internet> 2001.
2. <http://www.slais.ubc.ca/courses/libr500/00-01-wt2/www/e-sdtau/REPERCUSSIONS.html>. 2003.
3. Orman M: what to do if you are (or fear that you may become addicted to the net) <http://www.stresscure.com/hrn idadict.html> 2003.
4. Bartekain, Vatche <http://www.askmen.com/fashion/bodyys-and-mid/16-better-living.html>. 2003.
5. <http://www.activekamera.com/activkamera/ca/articles.asp?id=999> 2003.
6. Ferris R: Jennifer internet addiction disorder: causes, symptom and consequences. <http://www.chem.vt.edu/chemdept/dessy/honors/papers/ferris.html> 2003.
- 7- Young KS. Psychology of computer Use: a case that breaks the stereotype. Psychology Reports 1996; 79: 899-902.
- 8- Young KS. Caught in the net: how to recognize the sings of internet addiction and a winning strategy forrecovery. 1st Edition, John wiley & Sons: New York, 1998.
- 9- Song W. Effects on self-efficacy and self-control on the addictive use of internet. Masters thesis: Yonsei University, 1999.
- 10- Yun J. The relationship between internet addiction and mental depression, impulse, and sensitivity characteristics. Masters thesis: Korea University, 1998.
- 11- Park J. A study on effective variables of the addictive usage of internet by adolescents. Masters thesis: Sook myung womans university, 2001.

- 12- An S. A study on the addictive usage of the internet. Masters thesis: Yonsei University, 2000.
- 13- Lee K. Emerging consumer issues and remedies in changing consumer environment. BK 21 project Team Report: Seoul National University, 2001.
- 14- Hill Ronald R. Marketing and consumer research in the public interest. SAGE publication, by kim Y, seo J, Lee E, Jae M. Seoul: Sigma Press, 2000.
- 15- Seeman M. On the meaning of alienation American Sociological Review 1959; 24: 783-91.
- 16- Dean DC. Alienation: its meaning and management. American Sociological Review 2002; 22: 670-77.
- 17- Kang W. The relationship between the perceived father's/ mother's values, father/ mother – student emotional intimacy & father's/ mother's over control and university students' alienation. Doctorate thesis: Seoul National University, 2000
- 18- Kim J. A study on characteristics of internet addicts subgroups. Masters thesis: Yonsei University, 2000.
- 19- Kang JE. The relationship of loneliness, social anxiety, coping styles and online addiction of PC communication users. Masters thesis: The Catholic University of Korea, 1999.
- 20- Kang JM. A study on the relationship between PC communication service use pattern and personal characteristics. Masters thesis: Han young University, 1997
- 21- Briggs I, Mayers & McCaully MH. The development and application of MBTI. Tr. By kim J, shim H, & Jes. Seoul: Korea psychological Testing Institute, 1999.
- 22- Crombie Ik. Research in health care. John wiley, UK, 1997.
- 23- Kim K. Relationship between alienation and adolescent's problem behavior. Master's thesis: Seoul National University, 1990.
- 24- Marlatt GA, Bear Js, Donovan DM. Addictive behaviors: etiology and treatment. Annual review of Psychology 1989; 39: 223-52.

25- Kim S. The influence of computer communication addiction on the self identify of teenagers – focused on teenagers who often go to PC game room.
Master's thesis: Kyonggi University, 1999.

26- Lee Jy. A study on student alienation in the society focusing on education.
Master's thesis: Korea National University of Education, 1998
27- Sunwoo K, Rando K. A study of internet addiction: Status Causes and remedies. Journal of Korean Home Economics Association, English Edition 2002: 3; 1-19.

