



بررسی رابطه‌ی بین میزان استفاده از محیط‌های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان

میراسلان بساطی^{۱*}، اعظم رجبی مرام^۲، میرحسین بساطی^۳

^{۲-۱} دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه arsalan3244@yahoo.com

^۲ کارشناسی ارشد مهندسی صنایع Bmirhosain@yahoo.com

چکیده

هدف کلی این پژوهش بررسی رابطه‌ی بین میزان استفاده از محیط‌های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان بوده است. روش پژوهش توصیفی و همبستگی بوده است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان کاربر اینترنت در سایت دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه سال تحصیلی ۹۵-۹۶ به تعداد ۸۰۰ نفر برآورد شده در ماه که تعداد ۲۶۰ نفر با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) مورد مطالعه قرار گرفتند. جمع آوری داده‌ها با استفاده از مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس لایبوند و لایبوند (۱۹۹۵) و پرسشنامه‌ی محقق ساخته‌ی میزان استفاده از محیط‌های مبتنی بر وب ۲ بوده است. داده‌ها با آزمون همبستگی پیرسون و گروه‌های مستقل مورد مطالعه قرار گرفتند که مهم‌ترین یافته‌ها عبارتند از: بین استفاده آموزشی و سلامت روانی در مؤلفه اضطراب رابطه وجود دارد و نوع رابطه منفی می‌باشد و در مؤلفه‌های افسردگی و اضطراب از نظر آماری رابطه معنی داری وجود ندارد. همچنین بین استفاده ارتباطی و سلامت روانی با هیچ‌یک از مؤلفه‌های افسردگی، اضطراب و استرس رابطه معنی داری از لحاظ آماری دیده نشد، اما بین استفاده تفریحی و سلامت روانی در هر سه مؤلفه افسردگی، اضطراب و استرس رابطه معنی داری وجود دارد که هر سه رابطه از نوع منفی می‌باشند.

کلمات کلیدی

وب ۲، سلامت روان، دانشجویان.

۱- مقدمه

محیطی گسترده فضایی را خلق کرده است به عنوان "فضای الکترونیکی" که وسعت آن با کره خاکی برابری می‌کند. فضایی بسیار گسترده که حتی می‌توان آن را دنیای جدید خواند، دنیایی که بشر موفق به خلق آن شده است. این دنیای مجازی رفته رفته جای پای خود را آشکارتر و عرصه را بر رقبای خویش تنگ‌تر می‌کند. عالمی که ویژگی‌هایی دارد که در دنیای واقعی نیز به چشم نمی‌خورد.

سرعت، یکی از مؤلفه‌های این دنیای جدید است. توانایی این مؤلفه آنقدر آشکار است که به هیچ وجه نمی‌توان آن را کتمان کرد یا از آن چشم پوشید. کارایی نیز در دامن اینترنت به توان‌های بالا می‌رسد. سرعت بالا و

کارایی قابل توجه در کنار هم سبب شده است که بشر سعی کند تا همه وظایفش را به دنیای جدید دیجیتال محول کند تا هم با سرعت بالا و هم کارایی مناسب وظایف خود را به بهترین نحو ممکن به انجام برساند. آنچه

«شبکه جهانی اینترنت» به عنوان یک عرصه‌ی مجازی با سرعتی غیرقابل تصور همه‌ی عرصه‌های زندگی بشر امروز را مورد تأثیر قرار داده است. ما در برهه‌ای از زمان قرار گرفته‌ایم که هیچ شباهتی با گذشته ندارد، زندگی پرشتاب و سریع است، تولید اطلاعات، اختراعات، دانش، فن آوری و پیشرفت، سرعتی شگفت‌انگیز دارند. یکی از فن آوری‌های دنیای امروز "اینترنت و محیط‌های جدید آن" است. اینترنت هر روز با برنامه و خدمات جدید، سیل بیشتری از افراد را به سوی خود می‌کشاند و زندگی را هر چه سریعتر به سمت ماشینی شدن سوق می‌دهد. ترکیب ویژگی‌های اینترنت شامل وسعت اطلاعات، سهولت دسترسی، هزینه پایین و گمنامی استفاده کننده آن را به صورت تهدیدی برای جامعه‌ی قرن بیست و یکم درآورده است (نوری، ۱۳۸۶، ص ۷). با این وجود اینترنت به عنوان یک دنیای جدید و



مدت از اینترنت بر جسم آنها نیز تأثیر می گذارد (نوری، ۱۳۸۶، ص ۹). روان شناسی با طرح مباحث گوناگون سعی می کند ابعاد رفتاری و شخصیتی انسان را به او بنمایاند. ما به کمک روانشناسی می توانیم ویژگیهای مختلف خود را در بعد رفتاری بشناسیم به گونه ای که مجموعه این رفتار ها می تواند ما را به شناخت شخصیت کلی مان رهنمون شود (فوداجی، ۱۳۸۶، ص ۲). در جهان امروز "بهداشت روانی" از اهمیت بسیاری برخوردار است. زیرا در عصری زندگی می کنیم که به موازات پیشرفت های تکنولوژیکی، صنعتی، اقتصادی و نابسامانی های روانی و نفسانی روز به روز در حال گسترش است و بسیاری از ناراحتی ها و نابسامانی های روانی به شدت رنج می برند. بهداشت روانی، علمی است در جهت بهزیستی، رفاه اجتماعی و سلامت زندگی که با تمام دوره های زندگی از قبل از تولد تا مرگ و با تمام زوایای زندگی از محیط خانواده تا محیط کار و مدرسه، دانشگاه و..... ارتباط دارد (فوداجی، ۱۳۸۶، ص ۵).

در هر جامعه ای جوانان و نوجوانان و بخصوص دانشجویان سرمایه های بالقوه آن جامعه هستند، جوانان، پرجمعیت ترین قشر سنی کاربران اینترنتی در جامعه ایران به شمار می روند. نتایج مطالعات (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۴، ۱۳۸۱، ۱۳۷۶) نشان می دهد بیشترین تعداد کاربران اینترنتی را جوانان ۲۸-۱۸ سال تشکیل داده و میزان استفاده از اینترنت طی سال های اخیر در میان جوانان رو به افزایش بوده است؛ به طوری که در سال ۱۳۷۶، ۱۰ درصد، در سال ۱۳۸۱، ۱۹ درصد و در سال ۱۳۸۴، ۲۹ درصد از جوانان از اینترنت استفاده می کرده اند، لذا سلامت روانی آنان با اهمیت می باشد و بیماری های روانی سبب اختلال در عملکرد شغلی و اجتماعی و پیشرفت تحصیلی آنان می گردد و با کاربرد تمهیدات لازم، این موضوع به مقدار قابل توجهی قابل کنترل می باشد.

بنابراین با توجه به این واقعیت که امروزه اینترنت و محیط های جدید آن از جمله محیط های مبتنی بر وب ۲ جای روابط انسانی را در دنیای امروز می گیرد و از آنجا که اهتمام به نیازهای روحی و روانی نسل جوان و بویژه دانشجویان، به عنوان یک قشر آسیب پذیر و شناخت به موقع بسیاری از اختلالات روانی آنان، بسیار با اهمیت می باشد، در این پژوهش سعی شده است به بررسی رابطه ی بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس (سلامت روان) دانشجویان پرداخته شود تا از این طریق و کاربرد تمهیدات لازم، موضوع به مقدار قابل توجهی قابل کنترل شود و اقدامات لازم در این مورد به عمل آید.

۲- بیان مسأله

رسیدن به آرامش و اطمینان و دوری از افسردگی و اضطراب از اساسی ترین نیازهای سرشتین آدمی و از دیرباز جزو مسائل اساسی بشر بوده است. همین مسئله موجب شده تا در ادیان و آیین های کهن بشری، ضمن تشریح علل آرامش روحی و روانی، راهکارهایی برای پاسخ به این نیاز اساسی بشر ارائه شود. از طرف دیگر، بهداشت و سلامت روانی یکی از نیازهای اجتماعی نیز هست؛ چراکه عملکرد مطلوب جامعه مستلزم برخورداری از افرادی است که از نظر سلامت و بهداشت روانی در وضعیت مطلوبی قرار داشته باشند. ارتباط

در کنار این دو مؤلفه سبب قابل توجه تر شدن فضای مجازی می شود، هزینه های کاهش یافته آن است. برعکس محیط واقعی در فضای مجازی وقتی کارها سریع تر انجام می شود هزینه ها بالا نخواهد رفت. هر چند نامه ها در زمانی باورنکردنی به مقصد می رسند و دستورها به موقع اجرا می گردند، ولی هزینه ها کاهش غیرقابل تصویری داشته اند. با وجود همه ای این موارد برخی مسائل نیز هست که بدون دقت در آنها کام شیرین بشر هنوز تلخ مانده است. بشر هنوز دانش و فرهنگ استفاده از اینترنت را به خوبی فراتر گرفته است و حتی توانسته است فرهنگ نامه ای مناسب برای آن بنویسد. دلیل این امر نه فقط عقب ماندن دانشنامه نویسان از کاشفان اینترنت، بلکه ذات فناوری وب و ویژگی های آن است (صمدی، ۱۳۸۴).

گسترش روز افزون فضای مجازی و فناوری های اطلاعاتی و ارتباطی در سال های اخیر، تأثیرهای آن در حیات بشری در ابعاد مختلف سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی را نمایان و روش های سنتی در تمام ابعاد را به روش های نوین، تبدیل کرده است. در سال های اخیر، با گسترش این فناوری ها و در رأس آن نفوذ روزافزون اینترنت، شاهد مشکلات بسیاری در زمینه سلامت روانی افراد در بهره گیری از این فناوری های جدید هستیم؛ امری که در کنار مزیت های خود آسیب هایی را هم به دنبال داشته است. اگرچه این فضا و به کارگیری فناوری اطلاعات و ارتباطات امکانات بسیاری را فراهم آورده تا بخش قابل توجهی از فعالیت های انسانی با سرعت بیشتر و هزینه کمتر انجام گیرند، اما همین فناوری اطلاعات با آثار جبران ناپذیری که بر جای می گذارد بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است.

با این وجود مدت زیادی است که از اینترنت استفاده می شود، اما طی چند سال اخیر است که اینترنت به یک وسیله ضروری برای کلیه مؤسسات ام از کوچک و بزرگ تبدیل شده است. بخش تصویری اینترنت که کاربرد ساده ای دارد شبکه جهانی وب ۲ نامیده می شود. اینترنت دارای ابعاد گوناگون است و همواره در حال تغییر و تحول می باشد و همیشه نیز موضوع گفتگو خواهد بود. اما در حال حاضر مهمترین نکته ای که باید به خاطر داشت این است که اینترنت جامع ترین کتاب راهنمایی است که تاکنون وجود داشته است. اطلاعات موجود معمولاً به روز نگهداری می شود که بعضی از آنها به طور ماهانه و بعضی حتی هر دقیقه به هنگام می شود. کلیه صفحات وب در نقاط مختلف جهان نگهداری می شود، اما اینترنت این روال را تغییر داده است، به این معنی که زمانی که به شبکه اینترنت متصل می شوید می توانید هر اطلاعاتی را به سهولت با سرعت و هزینه یکسان به دست آورید. کلیه مطالب اینترنت از سراسر جهان در کامپیوتر شما موجود است که اغلب آن را فضای مجازی می نامند، زیرا منحصر به نقاط خاصی نیست (موریس ۳ و دیکینسون ۴، ۱۳۷۹).

اما وابستگی به اینترنت باعث بروز مشکلات روانی و اجتماعی فراوانی می شود. تحقیقات نشان داده است کسانی که به طور پیوسته و بیمارگونه از اینترنت استفاده می کنند، در روابط خانوادگی از جمله زناشویی، فعالیت های اجتماعی و موقعیت های درسی و شغلی خود دچار مشکلات متعددی می شوند و نه تنها روح و روان آنها را به خطر می اندازد، بلکه استفاده طولانی



اینترنتی شرکت می کنند، در شمار معنادار به این تکنولوژی قرار دارند (نصیری، ۱۳۹۰). از آنجا که قشر در حال تحصیل دانشجویان به عنوان جوانان آینده ساز مرز و بوم در آینده ای نه چندان دور عهده دار مسئولیت های زیاد در سطوح مختلف جامعه (اجرایی، عملیاتی، مدیریتی و ...) خواهد شد، چنانچه در این مقطع سنی حساس دچار اختلال گردند، چه بسا آینده خود و جامعه را با مخاطرات فراوانی مواجه خواهند ساخت، لذا ضرورت توجه اساسی و چاره اندیشی به منظور مقابله با عوامل ایجاد کننده آن، ضمن این که از بروز عواقب سوء ممانعت به عمل می آورد، علاوه بر آن، در این صورت می توان جوانانی شایسته، فعال، کارآمد و پویا تربیت و تحویل جامعه داد.

لذا باتوجه به تحقیقات ضد و نقیض انجام شده در زمینه اثرات اینترنت و خصوصاً محیط های جدید آن بر کاربران، در این پژوهش بر آن هستیم که ببینیم چه رابطه ای بین میزان استفاده محیط های مبتنی بر وب ۲ و سلامت روانی دانشجویان در مولفه های افسردگی، اضطراب و استرس وجود دارد؟ آیا رابطه ای وجود دارد یا خیر؟

۳- اهداف پژوهش

۳-۱- هدف کلی

بررسی رابطه بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس (سلامت روان) دانشجویان

۳-۲- اهداف ویژه

- ۱- تعیین میزان تأثیر استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر افسردگی دانشجویان
- ۲- تعیین میزان تأثیر استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر اضطراب دانشجویان
- ۳- تعیین میزان تأثیر استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر استرس دانشجویان
- ۴- تعیین میزان تأثیر استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر افسردگی دانشجویان
- ۵- تعیین میزان تأثیر استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر اضطراب دانشجویان
- ۶- تعیین میزان تأثیر استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر استرس دانشجویان
- ۷- تعیین میزان تأثیر استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر افسردگی دانشجویان
- ۸- تعیین میزان تأثیر استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر اضطراب دانشجویان
- ۹- تعیین میزان تأثیر استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر استرس دانشجویان
- ۱۰- تعیین تفاوت میزان سلامت روانی در بین دانشجویان دختر و پسر
- ۱۱- تعیین تفاوت بین، میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در دانشجویان دختر و پسر

آنلاین در دنیای مجازی موضوع جدیدی نیست. روانشناسی، همان علم مطالعه رفتار و علل به وجود آورنده آن است؛ با این تفاوت که در دنیای مجازی امروز، ارتباط نیز برقرار می کند. با شناخت رفتار فرد و علل آن در فضای الکترونیکی و مجازی، دگرگونی بزرگی در روانشناسی به وجود آمد و به رشد و پیشرفت این شاخه از علم کمک قابل توجهی کرد (رستگار نسب و مجدعی، ۱۳۹۰، ص ۱). بر این اساس، در غرب امروزه از وب درمانی ۵ و اینترنت درمانی به عنوان یکی از موثرترین روشها برای درمان ناسازگاری ها و پریشانی های روانی، افسردگی ۶، پرخاشگری، پیشگیری از اختلالات عاطفی، کاهش انحرافات اخلاقی و اجتماعی استفاده می شود. به دیگر سخن، وب درمانی می تواند از ساده ترین و موثرترین روشها برای درمان بسیاری از پریشانی های روانی باشد و حتی می توان از وب درمانی برای ایجاد انگیزه و تغییر نگرش افراد و تقویت احساس اعتماد به نفس، خود شناسی و عزت نفس آنان بهره گرفت (نوروزی، ۱۳۸۷، ص ۲).

با این وجود مطالعات نشان می دهد که ۸ ساعت کار در هفته برای دانشجویان و دانش آموزان و ۲۰ ساعت کار در هفته برای ویگرددان، مشکلات عمده ای از نظر روانی برای آنان به وجود نمی آورد. البته این که از اینترنت چه استفاده ای می شود نیز به همان اهمیت مدت استفاده است. برخی از فعالیت های بر خط به نظر می رسد که به طور بالقوه «اعتیادآورتر» از بقیه باشند. در این رابطه می توان از بازی های بر خط و گپ زنی نام برد. هر چند برخی مطالعات دیگر نیز از فرضیه اعتیاد آور بودن گپ زنی پشتیبانی نمی کنند. کار با اینترنت هنگامی آسیب رسان می شود که بر سر راه بقیه فعالیت های زندگی شما قرار گیرد. اعتیاد به معنی «استفاده وسواسی و بی اختیار علیرغم آسیب و زیان» است. هم اکنون نیز پژوهش های مختلفی در این زمینه در جریان است.

هر چند می توان به خوبی های اینترنت هم اشاره کرد در واقع از این فضا استفاده بهینه کرد، اما خیلی از کارشناسان معتقدند حتی اگر برای استفاده مفید هم به اینترنت عادت پیدا کنید، مضراتش همان مضرات گفته شده است. دکتر علی کامکار در این خصوص می گوید: اعتیاد به اینترنت شبیه یک اختلال روحی است و استفاده بی رویه از اینترنت ممکن است با علائم و پیامدهای روانی و اجتماعی توأم باشد (به نقل از نصیری، ۱۳۹۰). لذا مدت هاست وقتی بحث عادت و اعتیاد که پیش می آید، یاد اینترنت هم به ذهن ها می رسد. در واقع کار به جایی رسیده است که برخی ها ساعت ها پای رایانه می نشینند و ترجیح می دهند همه وقت آزاد و غیر آزادشان را در فضای مجازی طی کنند. با وجود این، این مسأله فقط شامل حال ما ایرانی ها هم نیست، تا جایی که در برخی کشورها از جمله آمریکا و چین مراکز ترک اعتیاد هم برپا شده است، اما فراگیر شدن چنین موضوعی نمی تواند تأییدی بر این کار باشد. استفاده از فضای اینترنت برای دستیابی به اطلاعات در دنیای حاضر حتی به یک ضرورت تبدیل شده، اما این که در فضای مجازی به دنبال تفریح و سرگرمی باشید به اندازه هر عادت ناپسند دیگری می تواند به ضرر شما باشد. درخصوص این مشکل کارهای تحقیقاتی زیادی هم انجام شده است تا جایی که پژوهشگران علائم اعتیاد به رایانه و اینترنت را اعلام کرده اند. بر این اساس افرادی که زمان های طولانی و متمادی را صرف بازی های رایانه ای کرده یا در گروه های بحث



۴- فرضیه های پژوهش:

۴-۱- فرضیه کلی:

بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس (سلامت روان) دانشجویان رابطه وجود دارد.

۴-۲- فرضیه های ویژه:

۱- بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی دانشجویان رابطه وجود دارد.

۲- بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با اضطراب دانشجویان رابطه وجود دارد.

۳- بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با استرس دانشجویان رابطه وجود دارد.

۴- بین میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی دانشجویان رابطه وجود دارد.

۵- بین میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با اضطراب دانشجویان رابطه وجود دارد.

۶- بین میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با استرس دانشجویان رابطه وجود دارد.

۷- بین میزان استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی دانشجویان رابطه وجود دارد.

۸- بین میزان استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با اضطراب دانشجویان رابطه وجود دارد.

۹- بین میزان استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با استرس دانشجویان رابطه وجود دارد.

۱۰- بین میزان سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

۱۱- بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

۵- تعاریف نظری

برای آشنایی بیشتر با متغیرهای پژوهش به تعریف آنها پرداخته می شود.

سلامت روانی: سلامت روانی عبارت است از رفتار موزون و هماهنگ با جامعه، شناخت و پذیرش واقعیت های اجتماعی و قدرت سازگاری با آن ها، ارضاء نیاز های خویشتن به طور متعادل و شکوفایی استعداد های فطری خویشتن (گنجی، احمدی، مصلحی، ایزد دوست، ۱۳۷۸، ص ۱۰۴).

اینترنت: اینترنت مجموعه غول پیکری از میلیونها رایانه است که در یک شبکه رایانه ای به هم متصل می شوند (افضل نیا، ۱۳۸۸، ص ۱۲۰) یا به عبارت دیگر، اینترنت به مجموعه جهانی از رایانه ها اطلاق می شود که

اطلاعات را بین نقاط گوناگون دنیا رد و بدل می کند و یکی از گسترده ترین وسایل ارتباطی، آموزشی و پژوهشی است که در آستانه هزاره سوم در عصر آموزش و پژوهش موفقیت های چشمگیری را برای نظام آموزش عالی خواهد داشت (به نقل از باواخانی، ۱۳۸۸).

شبکه جهانی وب: ۸: بخش تصویری اینترنت که کاربرد ساده ای دارد شبکه جهانی وب نامیده می شود (موریس و دیکینسون، ۱۳۷۹).

وب ۱: در وب ۱ وب گاه ها به صورت یک طرفه منتشر می شدند ساختار آنها فاقد ارتباط دو سویه میان کاربران وب و مدیران وب گاه ها و وب نگاران بود (بهادری، ۱۳۸۸، ص ۵).

وب ۲: ساختار وب ۲ به صورتی است که یک نوع ارتباط دو سویه میان کاربران و وب نگاران وجود دارد و وب نگاران به نظرات کاربران بیشتر توجه می کنند. وب ۲ موجب افزایش ارتباط های اجتماعی و علمی میان کاربران وب و فناوری های آن باعث تسهیل ارتباط، مشارکت و همکاری میان کاربران می شود. در واقع یکی از مهمترین ویژگی های "وب ۲" ساختار اجتماعی و گروهی آن است. نرم افزارهای استفاده شده در نظام "وب ۲" بسیار سریع، سبک، مشارکتی و کاربر پسند است (بهادری، ۱۳۸۸، ص ۵).

محیط های مبتنی بر وب ۲: «محیط های مبتنی بر وب ۲ محیط هایی هستند که در آنها کاربر صرفاً "مصرف کننده" محتوا نیست بلکه خود او هم در فرایندی جمعی و غیر متمرکز به "تولید" محتوا می پردازد و به طور کلی در چرخه حیات وب جدید نقشی مستقیم و موثری ایفا می کند، اصطلاح تولید توسط انبوه مصرف کنندگان یا مصرف کنندگان مؤلف در تقابل با تولید توسط گروه انگشت شماری از افراد قرار می گیرد (ذراتی، ۱۳۸۸، ص ۱). وب ۲ نه یک فناوری جدید، بلکه رویکردی نو در جهت تغییر نوع تعامل کاربران با محتوا و ابزار های تحت وب از جمله شبکه های اجتماعی، ویکی ها، وبلاگ ها، سایت های به اشتراک گذاری تصاویر ویدیویی و برنامه های تحت وب است. در این رویکرد، اطلاعات به واحد های کوچکتری از محتوا خرد می شوند و به وسیله سایت های بسیاری توزیع می گردند» (علیزاده جدیدی و قاضی زاده، ۱۳۸۸، ص ۱).

افسردگی: ۹: افسردگی یک حالت عاطفی باثبات و پایدار است که می تواند بر جنبه های مختلفی از زندگی فرد سایه فکننده و در رفتارهای فردی و اجتماعی مختلف او تأثیر بگذارد. به عبارتی دیگر افسردگی، غم و اندوه بسط یافته و مداومی است که فراتر از حالت معمول غم و ملامت است و با مجموعه ای از علائم زیستی و بدنی، فکری، رفتاری و عاطفی همراه است (محمود علیلو، ۱۳۸۶، ص ۱۱۳).

اضطراب: ۱۰: اضطراب حالتی فراگیر از ترس، دلهره و تشویش است که به احساس تجربه یا پیش بینی خطری در آینده مربوط می باشد (محمود علیلو، ۱۳۸۶، ص ۲۶).

استرس: ۱۱: استرس تنش در سیستم و ساختار بدن که به صورت واکنش های داخلی بدن در برابر آثار فیزیکی نامطلوب جلوه می کند (رستگارنسب و مجدی، ۱۳۹۰، ص ۲). یا به عبارتی، استرس پاسخ درونی و دفاعی انسان هادر برابر موقعیتی است که کنترل آن مشکل و سخت است. هر گاه تنش ها و مشکلات در مقطعی از زندگی بیشتر شود مجموعه ای از تغییرات بدنی، رفتاری و فکری در شخص ایجاد می شود که اصطلاحاً به آن حالت استرس یا فشار روانی می گویند (محمود علیلو، ۱۳۸۶، ص ۸).

۶- چهارچوب نظری

در بخش مبانی نظری پژوهش از دیدگاه کنش ارتباطی هابر ماس، نظریه کلی و ولخارت در مورد تأثیر گروه، تئوری ارتباط جمعی والد هال و الگوی



پس محیط تعاملی اینترنت را می توان فضایی در نظر گرفت که کاربران به راحتی در آن به گفت و گو می پردازند که فضای صمیمیت و ابراز احساسات در محیط های تعاملی اینترنت شکل می گیرد که از یکدیگر تأثیر پذیرفته همچنین کاربران نیاز های خود را با هم مطرح کرده ، در آن گروه ها مسائل و مشکلات خود را مطرح کنند و انرژی عاطفی خود را در این محیط ها مصرف نمایند که این تخلیه انرژی احتمالاً بر سلامت روانی افراد و بسیاری از موارد دیگر می تواند مؤثر واقع شود.

۶-۲- نظریه کلی و ولخارت در مورد تأثیر گروه :

کلی و ولخارت دریافتند افرادی که از انگیزه بالایی برای حفظ عضویت فرد در گروه برخوردارند ، و بنابراین وابستگی بیشتری به تأیید دارند ، بعید به نظر می رسد که ارتباطات و پیام هایی را قبول نمایند که نقطه مقابل هنجارها و ارزش های گروه هستند. فرد باید موافقت و تأیید را به دست آورد (به نقل از کوهن ، ۱۳۷۸: ۳۴۵). در این جا می توان به پذیرش توسط گروه تعبیر کرد، یعنی این که اعضا هر چه بیشتر مورد پذیرش گروه قرار بگیرند، احتمال تأثیر پیام بر گروه بیشتر است. مناظره گروهی نسبت به سخنرانی ها از اثر بخشی دراز مدت در تغییر نگرش ها برخوردار است، همچنین اگر این مناظره گروهی به طور آزادانه برگزار شود تأثیر بیشتری در اثر بخشی به اعضا گروه خواهد داشت، بحث و مناظره آزاد در افکار و عقاید تغییر بیشتری به وجود می آورد (همان: ۱۲۰). هر چه کاربر اینترنتی احساس کند که در محیط اینترنت بیشتر مورد پذیرش واقع می شود احتمالاً باعث خواهد شد که از سلامت روانی بهتری برخوردار باشد تا زمانی که به تنهایی و بدون پذیرش توسط اعضا در محیط های اینترنتی سرگرم هستند.

۶-۳- تئوری های ارتباط جمعی والد هال :

والد هال از فرآوردن بودن محتوای ارتباطی صحبت می کند، عاملی که احتمال تحصیل اثرات را کاهش می دهد. او معتقد است، «اثرات دراز مدت بیش از اثرات کوتاه مدت مورد توجه قرار می گیرد» (به نقل از ویندال و همکاران ، ۱۳۷۶: ۳۳۰) و یا به نوعی اگر از یک پیام به طور طولانی مدت استفاده شود تأثیر آن پیام بیشتر است. کلایر علاوه بر تکرار پیام ، مدت زمان پیام را نیز در نظر می گیرد تا برنامه بتواند بالاترین اثر ممکن را داشته باشد از این دو نظریه هم می توان مدت زمان استفاده از اینترنت و هم طول مدت دسترسی به اینترنت و همچنین مداومت استفاده از اینترنت را (روزانه، هفتگی، ماهانه) به عنوان متغیر های مستقل جهت تأثیر اینترنت و محیط های جدید آن بر سلامت روان به کار برد ، چرا که هر کدام از این عوامل می توانند باعث بر هم زنده سلامت روان در افراد شوند . پس در این جا آن چه نقش مهمی را

بازی می کند، طول مدت دسترسی به اینترنت است . همچنین از این نظریه از مؤلفه میزان استفاده از اینترنت می توان استفاده کرد ، بدین گونه که هر چه از اینترنت بیشتر استفاده کنیم این میزان استفاده احتمالاً باعث آسیب زدن به سلامت روانی می شود. همچنین می توان از این نظریات در مورد استفاده از اینترنت به طور مرتب و پراکنده استفاده کرد ، بدین صورت که

وابستگی به رسانه ها توسط فلور و بال روکیچ بعنوان چارچوب نظری در نظر گرفته شده که به اختصار به آنها اشاره می شود.

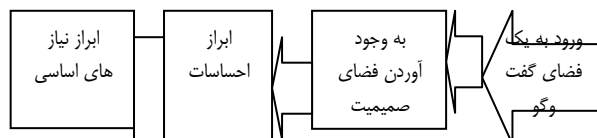
۶-۱- نظریه کنش ارتباطی هابر ماس :

قبل از پرداختن به نظریه کنش ارتباطی هابر ماس ، ابتدا به حوزه عمومی مورد نظر هابر ماس می پردازیم. حوزه عمومی مورد نظر هابر ماس فضایی است که در آن فضا: « افراد به شیوه عقلانی بتوانند به بحث بپردازند و در این بحث به توافقی برسند و افراد در این محیط ها بتوانند به طور برابر شرکت کنند ، قدرت در این بحث ها دخالتی ندارد ، هر موضوعی بتواند در این بحث ها مطرح شود ، در این بحث ها افراد بتوانند مسائل خصوصی خود را مطرح کنند ، این بحث ها همیشه باز است و همیشه می توان به آن رجوع کرد و درباره آن بحث کرد» (آزاد ارمکی و امامی ، ۱۳۸۳: ص ۶۵، به نقل از کفاشی ، ۱۳۸۹).

پس محیط اینترنت این فضا را فراهم کرده و شرایط حوزه عمومی مورد نظر هابر ماس را تا حدودی داراست ، حوزه عمومی هابر ماس عرصه ای است که در آن افراد به منظور مشارکت در مباحث باز و علنی گرد هم می آیند و کنش ارتباطی از طریق بیان ، گفت و گو تحقق می یابد و می توان آن را بدین گونه مطرح کرد: هابر ماس معتقد است که نیاز های اساسی یا اصیل معینی وجود دارد که تمامی افراد کاملاً آزاد آن ها را دارند و این نیاز ها توسط هر کس که صمیمانه وارد یک گفت و گو عملی شود ضرورتاً کشف خواهد شد (استیون ، ۱۳۸۰، ص ۷، به نقل از کفاشی).

با توجه به این که در محیط اینترنت به ویژه در محیط تعاملی اینترنت افراد به راحتی می توانند نیاز های خود را مطرح کنند و این طرح نیاز ها با عث شکل گیری یک فضای گفت و گو و مباحثه شده و در این مباحثه افکار جدیدی شکل می گیرد ، هابر ماس می افزاید روابط میان گویندگان و شنوندگانی که از توان ارتباط برخوردارند ، موجب می شود تا یکی دیگر از کارکرد های گفتار که همان شیوه یا همان کاربرد زبان عادی تلفیق شده است وارد عمل گردد و در کاربرد توصیفی زبان هر گفتار کنش نوعی در بر دارنده قول صمیمیت یا صداقتی است که با آن من گوینده احساسات ، نیاز ها و نیت های درونیم را برای

شنونده ابراز می کنم ، درست در همین بعد است که گفتار شنونده را به دنیای درونی احساس ها و انگیزه های من و همین طور به ارزیابی صحت گفته های من می کشاند (هابر ماس، به نقل از پیوزی، ۱۳۷۹، ص ۱۰۲). پس این احساسات باعث شده که روابط بین افراد صمیمی شده و نیاز های خود را بیان کنند و انرژی عاطفی خود را در این محیط مصرف کنند ، اگر بخواهیم نظریه کنش ارتباطی را به صورت مدل علی در آوریم ، چنین فرایندی خواهیم داشت.



شکل ۲: نظریه کنش ارتباطی



رابطه معنی داری وجود ندارد، بدین ترتیب که در مورد استفاده آموزشی از اینترنت می توان گفت که در روابط اجتماعی افرادی که از اینترنت استفاده آموزشی می کنند، هیچ گونه نقصانی یافت نمی شود.

۳-درسال ۱۳۸۷ پژوهشی توسط آقای ناصر ناستی زایی تحت عنوان بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۸۶ تا ۱۳۸۷ اجرا گردید. در این مطالعه توصیفی در ابتدا تعداد ۳۷۵ نفر (۱۸۹ نفر دختر و ۱۸۶ نفر پسر) از دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۸۶ تا ۱۳۸۷ به صورت نمونه گیری طبقه ای- تصادفی انتخاب شدند. با استفاده از آزمون اعتیاد به اینترنت (یانگ ۲، ۱۹۹۸) دانشجویان به دو گروه کاربران معتاد به اینترنت و کاربران عادی تقسیم شدند، سپس برای مقایسه سلامت عمومی این دو گروه از آزمون سلامت عمومی (گلدبرگ ۳، ۱۹۸۷) استفاده شد، بر اساس یافته های این مطالعه سلامت عمومی کاربران معتاد به اینترنت (خصوصاً در زیر مقیاس های اضطراب و افسردگی) نسبت به کاربران عادی در معرض خطر بیشتری بود، اما کاربران معتاد به اینترنت و کاربران عادی از نظر جسمانی در وضعیت یکسانی قرار داشتند و اختلال در کارکردهای اجتماعی دو گروه تفاوت معنی داری نداشت. نتیجه گیری: اثر اینترنت بر میزان افسردگی و اضطراب چه در زمینه افزایش و چه کاهش آن بستگی شدید به نوع استفاده و زمان اختصاص داده شده به آن دارد

۴-در سال ۱۳۸۶ پژوهشی تحت عنوان پایان نامه کارشناسی ارشد، توسط خانم سپیده تیمور پور، با عنوان بررسی رابطه میزان وابستگی به اینترنت و ویژگیهای شخصیتی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه اجرا گردید که این نتایج به دست آمد: بین میزان وابستگی به اینترنت و عصبی بودن رابطه معکوس و معنی داری وجود دارد. بین میزان وابستگی به اینترنت و درون گرایی و برون گرایی رابطه معنی داری وجود دارد، این نتایج با نتایج پژوهش حاضر غیر همسو می باشد.

۵-در سال ۱۳۸۹ پژوهشی تحت عنوان پایان نامه کارشناسی ارشد، توسط خانم سکینه دشتی، با عنوان میزان استفاده از گفتگوی اینترنتی و رابطه آن با سلامت روان دانشجویان اجرا گردید. در این پژوهش تعداد ۲۶۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه به شیوه نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند و پرسشنامه محقق ساخته میزان استفاده از گفتگوی اینترنتی و پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ را تکمیل کردند. یافته های پژوهش نشان داد که بین استفاده از چت علمی درسی با سلامت روان دانشجویان رابطه وجود ندارد، این نتیجه با نتایج پژوهش حاضر همسو می باشد.

بین استفاده از چت به منظور گپ دوستانه با سلامت روان دانشجویان رابطه وجود دارد از نوع معکوس می باشد، بین استفاده از چت به منظور مسائل جنسی و دستیابی به اطلاعات روز و سلامت روان دانشجویان رابطه وجود ندارد، علاوه بر آن نتایج به دست آمده نشان داد که بین سلامت روان دانشجویان دختر و پسر از نظر آماری تفاوت معناداری وجود ندارد، نتایج نشان داد که بین میزان استفاده از گفتگوی اینترنتی به منظور گپ دوستانه بایکی از مؤلفه های سلامت روان یعنی سلامتی جسمانی رابطه معنادار وجود دارد از نوع مستقیم می باشد، و بین میزان استفاده از گفتگوی اینترنتی به منظور مسائل جنسی بایکی از مؤلفه های سلامت روان یعنی سلامت

بین استفاده روزانه، هفتگی و ماهانه از اینترنت و تأثیر آن بر سلامت روانی افراد اختلاف معنی داری وجود دارد.

۶-۴- الگوی وابستگی به رسانه ها؛ فلور و بال روکیچ:

فلور و بال روکیچ در الگوی خویش درباره وابستگی به رسانه ها براین باورند که شرط مهم برای بروز اثرات، میزان وابستگی به بعضی رسانه های ارتباطی است، مجرای که مردم برای به دست آوردن اطلاعات مهم نسبت به آن احساس وابستگی می کنند، توان بیشتری برای ایجاد اثرات دارد، تا مجرای که تفاوتی با مجاری دیگر ندارد و اطلاعاتی که فراهم می کند فاقد اهمیت است (همان: ۳۷۰). با کمک این نظریه می توان وابستگی به اینترنت را مطرح کرد، بدین صورت که کاربر اینترنتی با وابسته شدن به اینترنت فرصت کمتری برای پرداختن به دیگر مسائل زندگی خود دارد و این ممکن است باعث کم اهمیت شدن سلامت روانی نزد کاربر شود و در نتیجه از لحاظ روحی و روانی فرد دچار مشکلاتی می شود.

۷- مبانی تجربی و پیشینه پژوهش

۷-۱- پیشینه پژوهش های انجام گرفته داخلی

۱- در پژوهشی که در سال ۱۳۸۵ توسط منوچهر محسنی و بهزاد دوران و محمد هادی سهرابی تحت عنوان بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت (در میان کاربران کافی نت های تهران) انجام گردید به نتایجی دست یافت که مهمترین آنها عبارتند از: میان استفاده اجتماعی از اینترنت و انزوای اجتماعی رابطه ای معنادار وجود دارد. بعد از حذف اثر متغیر کنترل (ویژگی های اقتصادی و اجتماعی خانواده کاربر) مشخص می گردد که استفاده اجتماعی از اینترنت به میزان ۲ درصد در کاهش انزوای اجتماعی مؤثر می باشد. این نتایج با نتایج پژوهش حاضر همسویی دارد.

نتایج به دست آمده از تحقیق نشان می دهد که میزان زمان صرف شده جهت استفاده از اینترنت، موجب کاهش افسردگی، اضطراب و استرس می گردد. این محیط ها می توانند نقش مکملی در ارتباطات اجتماعی ایفا نمایند. ارتباطات اجتماعی چهره به چهره و یا تلفنی در فواصل زمانی خاصی رخ می دهند و اگر از حدی تجاوز نمایند نوعی تعدی به زندگی و زمان خصوصی افراد تلقی می شوند، اما ارتباط از طریق اینترنت می تواند بدون ایجاد مزاحمتی فواصل خالی زمانی را پر کند. از همین حیث استفاده اجتماعی از این محیط ها، موجب کاهش افسردگی، اضطراب و استرس یا به تعبیر دیگر افزایش سطح سلامت عمومی افراد می گردد.

همچنین در این پژوهش به بررسی رابطه میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه روز و انزوای اجتماعی کاربران پرداخته شده است، نتایج بررسی نشان می دهد که میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه روز و میزان انزوای اجتماعی رابطه ای معنا دار وجود دارد، از سوی دیگر جهت این تأثیر منفی و معکوس می باشد یعنی افزایش زمان استفاده از اینترنت موجب کاهش انزوای اجتماعی می گردد.

۲- در پژوهشی که در سال ۱۳۸۲ توسط مریم مشایخ و احمد برجلی با عنوان بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش آموزان دبیرستانی انجام گرفت به نتایجی دست یافت که مهمترین آن ها عبارتند از این که بین استفاده آموزشی از اینترنت و احساس تنهایی



جسمانی رابطه معنادار وجود دارد این رابطه نیز از نوع مستقیم می باشد. این نتایج با نتایج پژوهش حاضر غیر همسو می باشد.

۶- در سال ۱۳۸۸ تحقیقی توسط آقای حسین ابراهیم آبادی تحت عنوان الگوی استفاده از اینترنت و شبکه وب: محیط یادگیری و بافت فرهنگی و اجتماعی اجرا گردید که مهمترین نتایج آن عبارت است از: به طور کلی بین میانگین نمرات گروه آزمایش و کنترل در میزان استفاده از شبکه وب و اینترنت، تفاوت معنا دار است و این متغیر توانسته است تغییرات مربوط به یادگیری را تبیین و پیش بینی نماید. به این معنا که استفاده بیش از اندازه و غیر معمول از اینترنت و شبکه وب با یادگیری و پیشرفت تحصیلی رابطه معکوس دارد.

با ملاحظه داده های مربوط به نوع و ابعاد استفاده از اینترنت و مقایسه میانگین گروه ها می توان گفت: دانش آموزان به موازات افزایش بهره مندی از اینترنت برای انجام فعالیت های علمی و درسی، به تدریج نحوه استفاده خود از رایانه و اینترنت را به نفع فعالیت های درسی بهبود می بخشند. به نظر می رسد کاهش زمان استفاده فراغتی و افزایش استفاده درسی و علمی از شبکه بیش از آنکه به علاقه یا بی علاقه ای افراد مرتبط باشد با جو و زمینه های فرهنگی و اجتماعی زندگی، نحوه و میزان حضور یادگیرندگان در شبکه و محتوا و کیفیت محیط یادگیری الکترونیکی (فضای مجازی) ارتباط دارد.

۷- در تحقیقی که توسط خانم عفت صادقیان در سال ۱۳۸۴ با عنوان تأثیر کامپیوتر و اینترنت بر کودکان و نوجوانان انجام گرفت نتایجی به دست آمد که مهمترین آنها عبارتند از: علی رغم جنبه های مثبت از قبیل جنبه های آموزشی و ارائه خدمات ارتباطی و... رایانه و اینترنت جنبه های منفی نیز دارد. استفاده کنترل نشده کامپیوتر بویژه وقتی با دیگر فناوری ها از قبیل تلویزیون همراه باشد کودک را در معرض خطر اثرات مضر آن بر تکامل فیزیکی، اجتماعی و روانی قرار می دهد، که از آنها می توان به مشکلات بینایی، صدمات سیستم اسکلتی، چاقی، اثر بر مهارت های اجتماعی، مشکلات ارتباطی در خانواده و اعتیاد الکترونیکی اشاره کرد. در صورتی که از کامپیوتر صحیح استفاده شود، اثرات مثبتی دارد. با رعایت نکاتی هنگام استفاده از کامپیوتر، می توان مطمئن شد که استفاده از کامپیوتر زندگی کودکان را در حال و آینده بهبود می بخشد. از آنجائی که کامپیوتر در همه جای زندگی حاضر است، مهم است که بفهمیم چگونه این تکنولوژی می تواند رشد و تکامل کودکان را بهبود بخشد یا منحرف کند.

۸- در پژوهشی که توسط مهدی معینی کیا و سکینه طهماسبی زاده در سال ۱۳۸۹ تحت عنوان رابطه ساده و چندگانه اعتیاد اینترنتی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام نور مرکز اردبیل صورت گرفت این نتیجه به دست آمد که متغیرهای اعتیاد اینترنتی و سازگاری اجتماعی بیش بین معنی داری برای پیشرفت تحصیلی دانشجویان هستند.

۹- در پژوهشی که توسط مهران سلیمانی و صاحبه عیدالله نژاد در سال ۱۳۸۹ تحت عنوان رابطه اعتیاد به اینترنت با ویژگی های شخصیتی و سلامت عمومی اجرا شد این نتایج به دست آمد: بین اعتیاد به اینترنت و برخی ویژگی های شخصیتی (خصوصاً در زیر مقیاس برون گرایی (ارتباط منفی) و روان نژندی (ارتباط مثبت) و همچنین بین اعتیاد به اینترنت و سلامت عمومی (خصوصاً در زیر مقیاس های اضطراب، افسردگی، کارکرد اجتماعی) ارتباط معنی داری وجود دارد.

۱۰- در پژوهشی که توسط عظیمه سلیمی و همکاران در سال ۱۳۸۸ تحت عنوان ارتباطات اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و

احساس تنهایی در استفاده از اینترنت اجرا گردید، نتایجی به دست آمد که عبارتند از: ادراک حمایت اجتماعی به طور مستقیم پیش بینی کننده منفی ضعیفی برای استفاده از اینترنت است. همچنین احساس تنهایی خانوادگی و اجتماعی، نقش واسطه ای بین ادراک حمایت اجتماعی و میزان استفاده از اینترنت دارند. نکته جالب توجه اینکه احساس تنهایی خانوادگی میزان استفاده از اینترنت را به گونه مثبت و احساس تنهایی اجتماعی میزان استفاده از اینترنت را به گونه منفی پیش بینی می کرد. نتایج پژوهش حاضر مؤید نقش واسطه گری احساس تنهایی خانوادگی و اجتماعی در پیوند حمایت اجتماعی و میزان استفاده از اینترنت بود. در مجموع یافته ها اهمیت نقش حمایت اجتماعی و احساس تنهایی را در میزان استفاده از اینترنت نشان داد.

۱۱- در پژوهشی که توسط مجید کفاشی در سال ۱۳۸۹ با عنوان بررسی تأثیر اینترنت بر ارزشهای خانواده انجام شده است این نتایج به دست آمد: افرادی که از اینترنت برای بحث علمی استفاده می کنند، در مقایسه با افرادی که از اینترنت برای چت استفاده می کنند از ارزش های خانوادگی بیشتری برخوردارند. همچنین افرادی که از اینترنت برای ایمیل استفاده می کنند در مقایسه با افرادی که از اینترنت جهت چت و دانلود استفاده می کنند از ارزش خانوادگی بیشتری برخوردارند. همچنین افرادی که از اینترنت برای بحث علمی استفاده می کنند در مقایسه با افرادی که جهت ایمیل و دانلود از اینترنت استفاده می کنند از ارزش خانوادگی بیشتری برخوردارند.

۲-۷- پیشینه پژوهش های انجام گرفته خارجی

۱- رابرت کانت و همکارانش (۱۹۹۸) در تحقیقی که طی دوره ای دو ساله پیگیری کردند به نتایجی دست یافتند، در این پژوهش نشان داده شد که هر یک از دانشجویان تا چه اندازه از اینترنت استفاده می کنند، پژوهشگران دریافتند که هر چه افراد مقدار وقت بیشتری را به اینترنت اختصاص دهند میزان روابط خانوادگی و نیز دوره های اجتماعی واقعی آنها بیشتر کاهش می یابد. بنابراین نتایجی که کانت و همکارانش به دست آوردند به این نتیجه رسیدند که کسانی که بیشتر از دیگران از اینترنت استفاده می کنند ممکن است روابط اجتماعی با کیفیت پایین تری را جایگزین روابط مستحکم تری کنند که در زندگی واقعی داشته اند که نتیجه این کار احساس رو به افزایش تنهایی و افسردگی می باشد (مایر، ۲۰۰۰، به نقل از دشتی، ۱۳۸۹).

۲- کارن ۱۴ (۲۰۰۶) در پژوهشی که در مورد تجارب مثبت و منفی کودکان هلندی از وب انجام داد و در این تحقیق ۳۹۱ کودک ۸ تا ۱۳ ساله که در منزل خود به اینترنت دسترسی داشتند مورد بررسی قرار گرفته اند. یافته های تحقیق نشان داد که معمولترین تجارب مثبت کودکان، بازیهای کامپیوتری و اتاقهای گفتگو می باشد. تقریباً ۵۰ درصد از کودکان مورد بررسی، دارای تجارب منفی، موقع استفاده از اینترنت بودند. کودکان، رویارویی با نقاشی یا عکس های محرک احساسات جنسی را به عنوان تجربه منفی گزارش می کنند که این نقاشی یا عکس ها که باعث رفتارهای خشونت آمیز در کودکان می شود، اغلب با ویروس های کامپیوتری و... همراه هستند. تقریباً ۸۰ درصد کودکان در مورد تجارب منفی خود با دیگران صحبت می کنند، اگر چه انتظار می رود که این افراد مربی یا والدین باشند اما ۴۵ درصد کودکان تجارب منفی خود را با دوستان خود در میان می گذارند (به نقل از بتولی، ۱۳۸۵).



۸- روش شناسی پژوهش

با توجه به هدف این پژوهش که به بررسی رابطه بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ با افسردگی، اضطراب و استرس (سلامت روان) دانشجویان می پردازد، لذا پژوهش توصیفی و همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان کاربر اینترنت در سایت دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه که در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل و در زمان اجرای پژوهش کاربر اینترنت باشند که تعداد آنها در یک ماه ۸۰۰ نفر برآورد شده که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) تعداد ۲۶۰ نفر مورد مطالعه قرار گرفتند. داده ها با استفاده از دو پرسشنامه گرد آوری خواهد شد.

۸-۱- مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (لاویبوند و لاویبوند، ۱۹۹۵)

این پرسشنامه مجموعه ای از سه مقیاس خود گزارش دهی برای ارزیابی حالات عاطفه منفی در افسردگی، اضطراب و استرس است. کاربرد مهم این مقیاس اندازه گیری شدت نشانه های اصلی افسردگی، اضطراب و استرس است. برای تکمیل پرسشنامه فرد باید وضعیت یک نشانه را در طول هفته گذشته مشخص کند. آنجا که این مقیاس می تواند مقایسه ای از شدت علائم در طول هفته های مختلف فراهم کند، می توان از آن برای ارزیابی پیشرفت درمان در طول زمان استفاده کرد.

هر یک از خرده مقیاس های پرسشنامه شامل ۷ سؤال است که نمره نهایی هر کدام از طریق مجموع نمرات سؤال های مربوط به آن به دست می آید (جدول ۱). هر سؤال از صفر (اصلاً در مورد من صدق نمی کند) تا ۳ (کاملاً در مورد من صدق می کند) نمره گذاری می شود. از آنجا که این پرسشنامه فرم کوتاه شده مقیاس اصلی (۴۲ سؤالی) است، نمره نهایی هر یک از خرده مقیاس ها باید ۲ برابر شود. سپس در تفسیر می توان شدت علائم را مشخص کرد (فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۹، ص ۳۴۵).

آنتونی و همکاران^۶ (۱۹۹۸) مقیاس مذکور را مورد تحلیل عاملی قرار دادند که نتایج پژوهش آنان مجدداً حاکی از وجود سه عامل افسردگی، اضطراب و تنیدگی بود. نتایج این مطالعه نشان داد که ۶۸ درصد از واریانس کل مقیاس توسط این سه عامل مورد سنجش قرار می گیرد. رویی و اعتبار این پرسشنامه در ایران توسط سامانی و جوکار (۱۳۸۶) مورد بررسی قرار گرفته است که اعتبار بازآزمایی را برای مقیاس افسردگی، اضطراب و تنیدگی به ترتیب برابر ۰/۸۰، ۰/۷۶ و ۰/۷۷ و آلفای کرونباخ را برای مقیاس افسردگی، اضطراب و تنیدگی به ترتیب برابر با ۰/۸۱، ۰/۷۴ و ۰/۷۸ گزارش نموده اند. در بررسی رویی این مقیاس شیوه ی آماری تحلیل عاملی از نوع تأییدی و به روش مؤلفه های اصلی مورد استفاده قرار گرفت.

۸-۲- پرسشنامه میزان استفاده از محیط های مبتنی

بر وب ۲

این پرسشنامه به منظور اندازه گیری میزان استفاده از اینترنت و خصوصاً محیط های مبتنی بر وب ۲ توسط پژوهشگر ساخته شده است. این پرسشنامه به صورت بسته پاسخ تهیه شده است، که شامل ۳۰ سؤال است که با مقیاس

۳-رایبسون و همکاران^{۱۵} (۲۰۰۰) دریافتند که زمان اضافه شده به فعالیت های فراغتی در اثر کاربرد اینترنت، از ساعات خواب و فعالیت های رسیدگی به امور شخصی کسر شده است.

۴-زای و اربرینگ^{۱۶} (۲۰۰۲) به این نتیجه رسیدند که هر چه میزان استفاده از اینترنت افزایش می یابد، میزان زمان اختصاص یافته به کار در منزل و نیز فعالیت های خرید از مغازه ها و سفر های درون شهری برای خرید کاسته می شود.

۵-تحقیقات تجربی رابرت کراوت^{۱۷} در سال های (۱۹۹۸-۲۰۰۱) مورد استناد اکثر پژوهشگران این حوزه بوده است. وی می گوید مطابق یافته های ارتباطات میان فردی^{۱۸} کاربرد غالب اینترنت در منازل است. وی در سال های ۱۹۹۵-۱۹۹۶ مطالعه طولی معروفی انجام داد که طی آن امکانات رایانه ای برای ۱۶۹ نفر در ۷۳ خانواده مهیا کرد و تغییراتی را که به واسطه حضور اینترنت در این خانواده ها به وجود آمد به نظاره نشست. نتایج این تحقیق در مقاله ای تحت عنوان «پارادوکس اینترنت: تکنولوژی اجتماعی که موجب کاهش عضویت افراد در گروه های اجتماعی و خوشبختی^{۱۹} آنان می گردد؟»^{۲۰} منتشر شد و کراوت طی آن مدعی شد که استفاده از اینترنت موجب کاهش ارتباط فرد با خانواده اش و کوچک شدن حلقه اجتماعی پیرامون فرد و افزایش احساس تنهایی و افسردگی می گردد (کراوت، ۱۹۹۸). بنابر نتایج این تحقیق استفاده از اینترنت به میزان دو ساعت در هفته در

مدت دو سال موجب کاهش متوسط اندازه شبکه اجتماعی پاسخ گوینان شد. منظور از اندازه شبکه اجتماعی ۲۱ تعداد افرادی در پیتزبورگ بودند که پاسخ گو حداقل یک بار در ماه با آنان تعامل^{۲۲} داشت. کراوت همگام با مطالعه کاتز و اسپدن^{۲۳} اعلام می کند که تنها ۲۲ درصد از پاسخ گوینان در طول دو سال یا بیشتر توانستند یک دوست جدید در اینترنت بیابند.

این تحقیق بحث های فراوانی برانگیخت و کسانی که به اینترنت نگاهی انتقادی دارند، عمدتاً نیم نگاهی به این تحقیق دارند. اما کراوت در سال های بعد مجدداً به جمعیت نمونه پیشین برمی گردد و دوباره همان افراد را پس از چند سال مورد تحقیق قرار می دهد و با شگفتی نتایج تحقیق را عکس نتایج پیشین می بیند.

نتایج تحقیق نشان می دهد که همان افراد پس از این که مهارت های لازم را یافتند و زمان بیشتری از آشنایی و کار آنان با اینترنت گذشته است، درگیری اجتماعی^{۲۴} بالاتری دارند. او نتایج این تحقیق را در مقاله ای تحت عنوان «بازنگری پارادوکس اینترنت»^{۲۵} منتشر کرد که مجدداً توجه بسیاری را به خود جلب کرد (کراوت، ۲۰۰۱). به طور خلاصه کراوت به دنبال کاوش اثرات اینترنت روی نحوه ارتباطات اجتماعی افراد و تبعات روانی آن بوده است.

۶- در بررسی های دیگری از جمله مطالعات روهال و همکاران^{۲۰۰۲} نشان داده شده است که استفاده از اینترنت با افزایش سازگاری عاطفی و نیز بهزیستی روان شناختی کاربران مرتبط بوده است. نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر با این بررسی ها همسویی دارد.

در بررسی های دیگری که توسط کرات و همکاران^{۱۹۹۸}، گراس و همکاران^{۲۰۰۴}، ساندرز و همکاران^{۲۰۰۰}، نی و اربرینگ^{۲۰۰۰} اثرات منفی کاربرد اینترنت بر افزایش افسردگی، تنهایی و کاهش عزت نفس، نشان داده شده است.



۹-۲- اطلاعات توصیفی

در جدول شماره ۲ اطلاعات توصیفی پژوهش ارائه شده است.

جدول (۲): اطلاعات توصیفی پژوهش

مؤلفه	میزان	محیط های وب ۲	آموزشی	ارتباطی	تفریحی
خیلی زیاد	۲۸	۴۲	۵۷	۲۹	
زیاد	۵۵	۶۰	۴۵	۲۸	
تا حدودی	۷۶	۷۲	۵۶	۵۰	
کم	۵۸	۳۹	۴۹	۵۵	
خیلی کم	۴۰	۴۶	۳۹	۸۵	
بدون پاسخ	۳	۱	۴	۳	
کل	۲۶۰	۲۶۰	۲۶۰	۲۶۰	۲۶۰

۹-۳- اطلاعات توصیفی متغیر سلامت روان

در جدول شماره ۳ اطلاعات توصیفی متغیر سلامت روان در ابعاد افسردگی، اضطراب و استرس به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۳): اطلاعات توصیفی متغیر سلامت روان در ابعاد افسردگی، اضطراب و استرس

افسردگی		اضطراب		استرس	
نمره	فراوانی	نمره	فراوانی	نمره	فراوانی
۰-۱۸	۱۹۰	۰-۱۸	۱۸۹	۰-۱۸	۲۲۸
(عادی)		(عادی)		(عادی)	
(خفیف)	۴۳	(خفیف)	۲۸	(خفیف)	۲۸
(متوسط)	۲۷	(متوسط)	۲۶	(متوسط)	۴
(شدید)	۰	(شدید)	۱۳	(شدید)	۰
(بسیار شدید)	۰	(بسیار شدید)	۴	(بسیار شدید)	۰
کل	۲۶۰	کل	۲۶۰	کل	۲۶۰
میانگین ۱۳/۶۰		میانگین ۱۱/۹۴		میانگین ۱۵/۹۸	
انحراف معیار ۹/۳۴		انحراف معیار ۸/۸۶		انحراف معیار ۹/۳۸	
مینیمم ۰/۰۰		مینیمم ۰/۰۰		مینیمم ۰/۰۰	
ماکزیمم ۰/۳۸		ماکزیمم ۴۲/۰۰		ماکزیمم ۴۲/۰۰	

۹-۴- جمع بندی نتایج توصیفی

بر اساس نتایج آماری جدول شماره ۲ مشاهده می شود که بیشترین فراوانی مربوط به میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ مربوط به گزینه تا حدودی با تعداد فراوانی ۷۶ نفر، بعد از آن ستون کم با تعداد فراوانی ۵۸، زیاد با تعداد فراوانی ۵۵، خیلی کم با تعداد فراوانی ۴۰ و در نهایت خیلی زیاد با تعداد فراوانی ۲۸ قرار دارند. بیشترین فراوانی مربوط به میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ مربوط به گزینه تا حدودی با تعداد فراوانی ۷۲ نفر و بعد از آن ستون های زیاد با فراوانی ۶۰، خیلی کم با فراوانی ۴۶، خیلی زیاد با فراوانی ۴۲ و گزینه کم با فراوانی ۳۹ قرار دارند.

و بیشترین فراوانی مربوط به میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ مربوط به گزینه خیلی زیاد با تعداد فراوانی ۵۷ نفر و بعد از آن گزینه تا حدودی با تعداد فراوانی ۵۶ قرار دارند. همچنین گزینه های کم و

لیکرت تدوین شده است. در این پرسشنامه میزان و نوع استفاده از اینترنت با تأکید بر وب ۲ مورد بررسی قرار می گیرد و برای هر کدام از گزینه ها که توسط دانشجویان پاسخ داده می شود، ارزش عددی منظور خواهد شد. برای به دست آوردن روایی پرسشنامه از نظرات تعدادی از اساتید و صاحب نظران علوم تربیتی استفاده و از آنها در مورد مربوط بودن سوالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سوالات و این که آیا این سوالات برای پرسش های تحقیقاتی مناسب است و آنها را مورد سنجش قرار می دهد، نظر خواهی شد و اصلاحات لازم در پرسشنامه اعمال گردید. به منظور بررسی میزان پایایی نیز ابتدا داده های بدست آمده از پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت که ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ها برابر با ۰/۷۵ می باشد. بنابراین می توان گفت که پرسشنامه از ضریب اعتبار بالایی برخوردار می باشد.

در ادامه اطلاعات از پرسشنامه ها در قالب اطلاعات آماری ارائه شده جمع آوری شده و از آنها در ترسیم نمودار، تهیه جداول و تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. در تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی از جمله توزیع فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار و از آمار استنباطی مانند همبستگی پیرسون و گروه های مستقل استفاده شده است.

۹-۹ یافته های پژوهش

۹-۱-۱- اطلاعات جمعیت شناختی: در جدول شماره ۱ اطلاعات

جمعیت شناختی نمونه آماری ارائه می شود.

جدول (۱): اطلاعات جمعیت شناختی نمونه آماری

متغیر	جنسیت		سن			
	پسر	دختر	۲۰-۲۴ سال و پایین تر	۲۵-۲۹ سال و بالا تر	۳۰-۳۴ سال و بالاتر	بدون پاسخ
فراوانی	۱۴۴	۱۱۶	۲۳	۱۴۷	۵۲	۳
کل	۲۶۰		۲۶۰			
متغیر	مقطع تحصیلی			رشته تحصیلی		
	کارشناسی	کارشناسی ارشد	کارشناسی ارشد	علوم انسانی	فنی مهندسی	علوم پایه
فراوانی	۳۴	۲۰۸	۱۶	۲	۱۶۲	۴۳
کل	۲۶۰			۲۶۰		

بر اساس نتایج جدول شماره ۱ مشاهده می شود که تعداد ۱۴۴ نفر از دانشجویان پسر و تعداد ۱۱۶ نفر از آنها دختر هستند. همچنین بیشترین فراوانی مربوط به متغیر سن، دامنه ی سنی ۲۴-۲۱ سال به تعداد ۱۴۷ نفر، بیشترین فراوانی مربوط به متغیر مقطع تحصیلی، کارشناسی به تعداد ۲۰۸ نفر و بیشترین فراوانی مربوط به متغیر رشته تحصیلی مربوط به علوم انسانی به تعداد ۱۶۲ نفر می باشد.

و استرس رابطه معنی داری از لحاظ آماری دیده نشد. اما بین استفاده تفریحی و سلامت روانی در هر سه مؤلفه افسردگی با سطح معنی داری ۰/۰۴۱ و مؤلفه اضطراب با سطح معنی داری ۰/۰۳۲ و مؤلفه استرس با سطح معنی داری ۰/۰۴۹ رابطه معنی داری وجود دارد که هر سه رابطه از نوع منفی و معکوس می باشند.

۹-۶- فرضیه دهم

میزان سلامت روانی در بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت دارد. در جدول شماره ۵ اطلاعات توصیفی مرتبط با فرضیه چهارم پژوهش به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۵): اطلاعات توصیفی مرتبط با فرضیه چهارم پژوهش

متغیر	جنسیت	حجم نمونه	میانگین	انحراف معیار	انحراف از میانگین
افسردگی	پسر	۱۴۴	۱۳/۳۷	۹/۳۴	-۰/۷۷
	دختر	۱۱۶	۱۳/۸۹	۹/۳۸	-۰/۸۷
اضطراب	پسر	۱۴۴	۱۱/۷۷	۸/۸۱	-۰/۷۳
	دختر	۱۱۶	۱۲/۱۵	۸/۹۶	-۰/۸۳
استرس	پسر	۱۴۴	۱۵/۶۳	۹/۴۷	-۰/۷۸
	دختر	۱۱۶	۱۶/۴۱	۹/۲۸	-۰/۸۶

در جدول شماره ۶ نتایج آماری آزمون فرضیه چهارم پژوهش به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۶): نتایج آماری آزمون فرضیه چهارم پژوهش

	F	معنی داری	t	df	معنی داری	اختلاف میانگین
افسردگی	۰/۰۰۰	۰/۹۹۲	-۰/۴۴۷	۲۵۸	۰/۶۵۶	-۰/۵۲۱
			-۰/۴۴۶	۲۴۵/۱۲۸	۰/۶۵۶	-۰/۵۲۱
اضطراب	۰/۰۱۱	۰/۹۱۵	-۰/۳۴۱	۲۵۸	۰/۷۳۴	-۰/۳۷۷
			-۰/۳۴۰	۲۴۴/۶۷۹	۰/۷۳۴	-۰/۳۷۷
استرس	۰/۱۰۶	۰/۷۴۵	-۰/۶۶۱	۲۵۸	۰/۵۰۹	-۰/۷۷۴
			-۰/۶۶۳	۲۴۸/۳۲۰	۰/۵۰۸	-۰/۷۷۴

با توجه به سطح معنی داری داده شده در جدول ۶ در قسمت آزمون لون که در مولفه افسردگی برابر ۰/۹۹۲، و در مولفه اضطراب برابر ۰/۹۱۵ و در مولفه استرس برابر ۰/۷۴۵ می باشد و مقایسه آن با میزان خطای مجاز ۰/۰۵ با اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری واریانس ها پذیرفته می شود، لذا جهت آزمون فرض برابری میانگین ها، باید سطر اول از جدول فوق را تفسیر نمایم. با توجه به سطح معنی داری داده شده در سطر اول مولفه افسردگی برابر ۰/۶۵۶، و در مولفه اضطراب برابر ۰/۷۳۴ و در مولفه استرس برابر ۰/۵۰۹ می باشد، لذا فرض صفر در هر سه مولفه پذیرفته می شود، یعنی بین میانگین افسردگی،

خیلی کم با تعداد فراوانی ۴۹ و گزینه زیاد با تعداد فراوانی ۴۵ در مرتبه بعدی قرار می گیرند.

همچنین بیشترین فراوانی مربوط به میزان استفاده تفریحی از محیط های مبتنی بر وب ۲ مربوط به گزینه خیلی کم با تعداد فراوانی ۸۵، همچنین گزینه های کم با تعداد فراوانی ۵۵، گزینه تا حدودی با تعداد فراوانی ۵۰، گزینه زیاد با تعداد فراوانی ۳۸ و در نهایت گزینه خیلی زیاد با تعداد فراوانی ۲۹ در مرتبه های بعدی قرار می گیرند.

همچنین بر اساس نتایج آماری جدول شماره ۳ مرتبط با نمرات سلامت روان مشاهده می شود که: در مؤلفه افسردگی بیشترین فراوانی مربوط به گزینه عادی با تعداد فراوانی ۱۹۰ می باشد و گزینه های خفیف با فراوانی ۴۳ و متوسط با تعداد فراوانی ۲۷ در مرتبه های بعدی قرار می گیرند. لازم به ذکر است که گزینه های شدید و بسیار شدید دارای فراوانی صفر می باشند. همچنین میانگین نمرات افسردگی پاسخگویان ۱۳/۶۰، انحراف معیار ۹/۳۴، مینیمم ۰/۰۰ و ماکزیمم ۳۸/۰۰ می باشند. در مؤلفه اضطراب بیشترین فراوانی مربوط به گزینه عادی با تعداد فراوانی ۱۸۹ می باشد و گزینه های خفیف و متوسط با تعداد فراوانی ۲۸ و ۲۶، گزینه شدید با تعداد فراوانی ۱۳، گزینه خیلی شدید با تعداد فراوانی ۴ در مرتبه های بعدی قرار می گیرند. همچنین میانگین نمرات افسردگی پاسخگویان ۱۱/۹۴، انحراف معیار ۸/۸۶، مینیمم ۰/۰۰ و ماکزیمم ۴۲/۰۰ می باشند. و در مؤلفه استرس بیشترین فراوانی مربوط به گزینه عادی با تعداد فراوانی ۲۲۸ می باشد و گزینه های خفیف با فراوانی ۲۸ و متوسط با تعداد فراوانی ۴ در رتبه های بعدی قرار می گیرند. لازم به ذکر است که گزینه های شدید و بسیار شدید دارای فراوانی صفر می باشند. همچنین میانگین نمرات افسردگی پاسخگویان ۱۵/۹۸، انحراف معیار ۹/۳۸، مینیمم ۰/۰۰ و ماکزیمم ۴۲/۰۰ می باشند.

۹-۵- جمع بندی نتایج آزمون فرضیه های اول تا نهم

در جدول شماره ۴ نتایج آماری آزمون فرضیه های اول تا نهم به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۴): آزمون همبستگی مرتبط با آزمون فرضیه های اول تا نهم

رابطه بین متغیر های پژوهش	همبستگی	معنی داری	فرض صفر	نتیجه
استفاده آموزشی	۰/۱۰۷	۰/۰۸۶	پذیرش	رابطه وجود ندارد
اضطراب	۰/۱۲۶	۰/۰۴۲	رد	رابطه وجود دارد
استرس	۰/۱۱۲	۰/۰۷۲	پذیرش	رابطه وجود ندارد
افسردگی	۰/۰۸۶	۰/۱۶۵	پذیرش	رابطه وجود ندارد
اضطراب ارتباطی	۰/۰۹۱	۰/۱۴۶	پذیرش	رابطه وجود ندارد
استرس	۰/۰۸۰	۰/۱۹۶	پذیرش	رابطه وجود ندارد
استفاده تفریحی	۰/۱۲۷	۰/۰۴۱	رد	رابطه وجود دارد
اضطراب	۰/۱۳۳	۰/۰۳۲	رد	رابطه وجود دارد
استرس	۰/۱۲۲	۰/۰۴۹	رد	رابطه وجود دارد

با توجه به نتایج جدول ۴ مشاهده می گردد که بین استفاده آموزشی و سلامت روانی در مؤلفه اضطراب با سطح معنی داری ۰/۰۴۲ رابطه وجود دارد و نوع رابطه منفی و معکوس می باشد و در مؤلفه های افسردگی و اضطراب از نظر آماری رابطه معنی داری وجود ندارد. همچنین مشاهده می گردد که بین استفاده ارتباطی و سلامت روانی با هیچ یک از مؤلفه های افسردگی، اضطراب

دانشجویان از نظر آماری رابطه معناداری وجود داشت که این رابطه از نوع منفی و معکوس می باشد.

در پژوهشی که در سال ۱۳۸۲ توسط مریم مشایخ و احمد برجلی با عنوان بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش آموزان دبیرستانی انجام گرفت به نتایجی دست یافت که مهمترین آن ها عبارتند از این که بین استفاده آموزشی از اینترنت و احساس تنهایی رابطه معنی داری وجود ندارد، بدین ترتیب که در مورد استفاده آموزشی از اینترنت می توان گفت که در روابط اجتماعی افرادی که از اینترنت استفاده آموزشی می کنند، هیچ گونه نقصانی یافت نمی شود، نتایج پژوهش حاضر با نتایج به دست آمده در این تحقیق همسویی دارد.

فرضیه دوم: بین میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ و سلامت روانی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مشاهده می شود که بین میزان استفاده ارتباطی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با هیچ یک از مؤلفه های افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان از نظر آماری رابطه معناداری وجود نداشت.

فرضیه سوم: بین میزان استفاده تفریحی و سرگرمی از محیط های مبتنی بر وب ۲ و سلامت روانی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مشاهده گردید که بین میزان استفاده تفریحی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با هر سه مؤلفه افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان از نظر آماری رابطه معناداری وجود داشت که این رابطه از نوع منفی و معکوس می باشد.

در پژوهشی که در سال ۱۳۸۵ توسط منوچهر محسنی و بهزاد دوران و محمد هادی سهرابی تحت عنوان بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت (در میان کاربران کافی نت های تهران) انجام گردید به نتایجی دست یافت که مهمترین آنها عبارتند از: میان استفاده اجتماعی از اینترنت و انزوای اجتماعی رابطه ای معنادار وجود دارد. بعد از حذف اثر متغیر کنترل (ویژگی های اقتصادی و اجتماعی خانواده کاربر) مشخص می گردد که استفاده اجتماعی از اینترنت به میزان ۲ درصد در کاهش انزوای اجتماعی مؤثر می باشد. این نتایج با نتایج پژوهش حاضر همسویی دارد.

نتایج به دست آمده از تحقیق نشان می دهد که میزان زمان صرف شده جهت استفاده از اینترنت، موجب کاهش افسردگی، اضطراب و استرس می گردد. این محیط ها می توانند نقش مکملی در ارتباطات اجتماعی ایفا نمایند. ارتباطات اجتماعی چهره به چهره و یا تلفنی در فواصل زمانی خاصی رخ می دهند و اگر از حدی تجاوز نمایند نوعی تعدی به زندگی و زمان خصوصی افراد تلقی می شوند، اما ارتباط از طریق اینترنت می تواند بدون ایجاد مزاحمتی فواصل خالی زمانی را پر کند. از همین حیث استفاده اجتماعی از این محیط ها، موجب کاهش افسردگی، اضطراب و استرس یا به تعبیر دیگر افزایش سطح سلامت عمومی افراد می گردد.

همچنین در این پژوهش به بررسی رابطه میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه روز و انزوای اجتماعی کاربران پرداخته شده است، نتایج بررسی نشان می دهد که میان زمان استفاده از اینترنت در طول شبانه روز و میزان

اضطراب و استرس در بین دانشجویان دختر و پسر، از نظر آماری اختلاف معنی داری وجود ندارد.

۷- فرضیه یازدهم

میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت دارد.

در جدول شماره ۷ اطلاعات توصیفی مرتبط با فرضیه یازدهم پژوهش به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۷): اطلاعات توصیفی مرتبط با فرضیه یازدهم پژوهش

متغیر	جنسیت	حجم نمونه	میانگین	انحراف معیار	انحراف از میانگین
استفاده از وب ۲	پسر	۱۴۴	۲/۴۵	۱/۲۸	۰/۱۰۷
	دختر	۱۱۶	۲/۳۶	۱/۳۴	۰/۱۲۴

در جدول شماره ۸ نتایج آماری آزمون فرضیه یازدهم پژوهش به تفکیک ارائه شده است.

جدول (۸): نتایج آماری آزمون فرضیه یازدهم پژوهش

اختلاف	معنی داری	df	t	معنی داری	F	اختلاف
استفاده از وب ۲	۰/۵۹۶	۲۵۸	۰/۵۴۵	۰/۵۸۶	۰/۲۸۲	میانگین
		۲۴۲/۰۷۵	۰/۵۴۳	۰/۵۸۸		میانگین

با توجه به سطح معنی داری داده شده در جدول ۸ در قسمت آزمون لون که برابر ۰/۵۹۶ می باشد و مقایسه آن با میزان خطای مجاز ۰/۰۵ با اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری واریانس ها پذیرفته می شود، لذا جهت آزمون فرض برابری میانگین ها، باید سطر اول از جدول فوق را تفسیر نماییم. با توجه به سطح معنی داری داده شده در سطر اول از جدول فوق که برابر ۰/۵۸۶ می باشد، لذا فرض صفر پذیرفته می شود، یعنی بین میانگین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در بین دانشجویان دختر و پسر از نظر آماری اختلاف معنی داری وجود ندارد.

۱۰- نتیجه گیری

در پژوهش حاضر رابطه بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ با سلامت روانی دانشجویان مورد بررسی قرار گرفت و از این طریق شناخت بیشتری از متغیر ها و ارتباط میان آنها به دست آمد.

در این قسمت فرضیه های پژوهش و نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها را مورد بحث و ارزیابی قرار می دهیم:

فرضیه اول: بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ و سلامت روانی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مشاهده گردید که بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ با مؤلفه های افسردگی و استرس دانشجویان از نظر آماری رابطه معناداری وجود نداشت، اما بین میزان استفاده آموزشی از محیط های مبتنی بر وب ۲ و اضطراب



دیده نشد. اما بین استفاده تفریحی و سلامت روانی در هر سه مؤلفه افسردگی و مؤلفه اضطراب و مؤلفه استرس رابطه معنی داری وجود دارد که هر سه رابطه از نوع منفی و معکوس می باشند.

این امر نشان می دهد که هر چه دانشجویان از محیط های مبتنی بر وب ۲ بیشتر استفاده کنند، سلامت روان بهتری خواهند داشت، چرا که این گونه محیط ها گروهی و اجتماعی هستند و افراد بطور دائم در تعامل با همدیگر هستند و افراد مسائل و مشکلات خود را مطرح می کنند.

امروزه یکی از آسان ترین راه های ارتقای آگاهی افراد، وب و سایر امکانات موجود در اینترنت هستند. وب درمانی می تواند به عنوان مکمل با یک روش فرعی به همراه سایر روش های درمانی موجود در روان شناسی، روان پزشکی و پزشکی در درمان و بهبود بیماران مؤثر باشد. وب درمانی، سلامت تن و روان را با شناخت و درک عمیق تر نسبت به روان خویشتن برای افراد فراهم می نماید. وب درمانی می تواند به افراد و گروه های اجتماعی مختلف کمک کند تا بهداشت روانی خود را تأمین نمایند و تغییرات مثبتی در طرز تفکر و اندیشه خود ایجاد کنند، در واقع، افراد با افزایش اطلاعات پزشکی خود از طریق مطالعه منابع اطلاعاتی موجود در وب، بیشتر مراقب سلامت و بهداشت روانی خود و سایرین هستند.

فرایند خواندن و نوشتن به عنوان یک میانجی برای شناخت پیچیدگی های شخصیتی به کار می رود. نوشتن یکی از فنون و مهارت هایی است که در روان شناسی همواره به کار گرفته می شود. در واقع، فرد با نوشتن مشکلات خود و خواندن دوباره آن چه که نوشته است بهتر به مشکل خود پی می برد. وینوشت (وبلاگ) بستر خوبی برای تخلیه روانی و هیجانی افراد و به رشته تحریر در آوردن مشکلات جسمی، روحی و روانی خود و ایجاد ارتباط با افراد شبیه به خود (از لحاظ روحی، روانی، عاطفی و غیره) است. بسیاری از افراد طراحی وینوشت، امکان بیان مشکلات خود را فراهم می آوردند و ممکن است بتوانند با مشورت سایر افراد برخی از مشکلات خود را حل نمایند. این روش می تواند به عنوان وسیله ای برای شروع به کار فرد در فرایند وب درمانی به کار گرفته شود. وب درمانی می تواند از وینوشت ها و کلام نوشتاری برای نیل به اهداف درمانی، تخلیه هیجانی، افزایش تندرستی، رفاه افراد از طریق تلفیق و یکپارچگی ابعاد عاطفی (احساسی)، شناختی و اجتماعی شخص استفاده کند.

محدودیت ها

انجام هر پژوهشی نمی تواند خالی از محدودیت باشد، گاهی تأثیر این محدودیت ها ممکن است بر روی روند انجام کار و رسیدن به نتیجه تأثیر منفی بگذارد. محدودیت ها دو دسته اند:

محدودیت های خارج از کنترل محقق:

(ب) و محدودیت هایی که در کنترل و نظارت آنها محقق دخالت دارد. لذا پژوهش حاضر با توجه به محدودیت های زیر انجام پذیرفته است:

(الف) محدودیت های خارج از کنترل محقق

۱- تنوع در سطح اطلاعات دانشجویان نسبت به موضوع و عدم امکان سنجش آن ها.

انزوای اجتماعی رابطه ای معنا دار وجود دارد، از سوی دیگر جهت این تأثیر منفی و معکوس می باشد یعنی افزایش زمان استفاده از اینترنت موجب کاهش انزوای اجتماعی می گردد. نتیجه این فرضیه نیز با نتیجه پژوهش حاضر همسویی دارد.

در بررسی های دیگری از جمله مطالعات روهال و همکاران^{۳۷} (۲۰۰۲) نشان داده شده است که استفاده از اینترنت با افزایش سازگاری عاطفی و نیز بهزیستی روان شناختی کاربران مرتبط بوده است. نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر با این بررسی ها همسویی دارد.

در بررسی های دیگری که توسط کرات و همکاران^{۳۸} (۱۹۹۸)، گراس و همکاران^{۳۹} (۲۰۰۴)، ساندرز و همکاران^{۴۰} (۲۰۰۰)، نی و اربینگ^{۴۱} (۲۰۰۰) اثرات منفی کاربرد اینترنت بر افزایش افسردگی، تنهایی و کاهش عزت نفس نشان داده شده است. نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر با این بررسی ها همسویی ندارد.

فرضیه چهارم: بین میزان سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مشاهده گردید که بین میزان سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر در هیچ کدام از مؤلفه های افسردگی، اضطراب و استرس تفاوت معناداری از نظر آماری وجود نداشت.

فرضیه پنجم: بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها مشاهده گردید که بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ در بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری از نظر آماری وجود نداشت.

بحث و تفسیر

با توجه به این که مفهوم سلامت روانی، به عنوان جنبه ای کلی از مفهوم سلامت، به کلیه ی تدابیری اطلاق می شود که برای جلوگیری از ابتلا به بیماری های روانی به کار برده می شود (میلانی فر، به نقل از شفیع آبادی و همکاران، ۱۳۸۷). ارتقا سطح سلامت روان را می توان یکی از مؤثرترین روش ها به منظور سالم سازی جامعه و جلوگیری از بروز آسیب ها در نظر گرفت. در واقع، جوامع انسانی بدون حفظ سلامت و رعایت بهداشت، نمی توانند بقا و استمرار خود را حفظ کنند، زیرا، بیماری و ناتوانی روابط انسانی را مختل و در نتیجه احساس امنیت و همبستگی را از انسان ها سلب خواهد کرد (شاملو، به نقل از شفیع آبادی و همکاران، ۱۳۸۷).

پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین میزان استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ و سلامت روانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی پرداخته است. یافته ها نشان می دهد که بین استفاده آموزشی و سلامت روانی در مؤلفه اضطراب رابطه وجود دارد و نوع رابطه منفی و معکوس می باشد و در مؤلفه های افسردگی و اضطراب از نظر آماری رابطه معنی داری وجود ندارد. همچنین مشاهده می گردد که بین استفاده ارتباطی و سلامت روانی با هیچ یک از مؤلفه های افسردگی، اضطراب و استرس رابطه معنی داری از لحاظ آماری

بسیاری از افراد از منزل خود به اینترنت دسترسی دارند و تعداد این افراد رو به افزایش است. بنابراین مطالعه این جمعیت نیز اهمیت شایانی دارد و نتایج آن می تواند سودمند باشد.

۸- تحقیق حاضر به دلیل محدودیت های گوناگون سطح سنجش خود را به قشر دانشجویان محدود نمود، هر چند قشر دانشجویان تأثیر بسیاری در شبکه اجتماعی فرد به خصوص نوجوانان و جوانان ایفا می نماید اما نباید از نقش بسیار مهم خانواده غافل شد. مناسب است اثرات استفاده از وب ۲ در سطحی بزرگتر با ملاحظه تمام پیوند های اجتماعی فرد شامل دوستان و خانواده و خویشاوندان و همکاران و همسایگان مورد مطالعه دقیق قرار گیرد. بررسی همه جانبه پیوند های اجتماعی فرد این امکان را مهیا می کند که اثرات کاربری اینترنت بر پیوند های اجتماعی در بستر بزرگ تر و مؤثرتری بررسی شود.

۹- پیشنهاد می شود به منظور همسان کردن گروه ها برای سنجش تأثیر وب ۲ با انواع مختلف محیط ها و با کنترل بسیاری از متغیر های دیگر و با مصاحبه عمیق در طول زمان انجام گیرد و محیط های مختلف هر کدام به طور مجزا مورد مطالعه قرار گیرند تا تأثیر آنها به درستی سنجیده شود چرا که محیط های مبتنی بر وب ۲ مانند اجتماعی است که در درون این اجتماع باید به مطالعه اجزای آن پرداخت و هر جزء آن می تواند تأثیرات متفاوت داشته باشد، همچنین تأثیرات وب ۲ در بین دو گروه زن و مرد به طور مجزا انجام گیرد. مطالعه آثار وب ۲ در زمینه های دیگر مثل تولیدات علمی، بسط یا کاهش ارتباطات اجتماعی ... می تواند مورد مطالعه قرار گیرند.

مراجع

- [۱] ابراهیم آبادی، حسین (۱۳۸۸)، الگوی استفاده از اینترنت و شبکه وب: محیط یادگیری و بافت فرهنگی و اجتماعی. پایگاه اطلاعات علمی: ۳(۷).
- [۲] افضل نیا، محمد رضا (۱۳۸۸). طراحی و آشنایی با مراکز، مواد و منابع یادگیری. تهران: انتشارات سمت.
- [۳] امیر خانی، علی (۱۳۸۸). بررسی میزان تأثیر استفاده از برنامه های آموزشی و غیر آموزشی رایانه بر سلامت روان دانش آموزان دوره متوسطه شهر کرمانشاه. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- [۴] باواخانی، آزاده (۱۳۸۸). بررسی سطح و نوع استفاده از اینترنت و نقش آن در یادگیری مهارت های ارتباطی از دیدگاه دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- [۵] برتون، فیلیپ (۱۳۸۲). آیین اینترنت تهدیدی برای پیوند اجتماعی؟ (علی اصغر سرحدی و ن جمشیدی، مترجم). تهران: انتشارات سپهر.
- [۶] بهادری، الهام (۱۳۸۸). گذری بر نسل های مختلف وب. مجله الکترونیکی ارتباط علمی.
- [۷] بهرامی، هادی؛ آزاد، حسین؛ شایق، سمیه (۱۳۸۸). بررسی اعتیاد به اینترنت و رابطه ی آن با ویژگی های شخصیتی در نوجوانان تهران. مجله ی علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی: ۱۱(۲).
- [۸] پاک سرشت، سلیمان؛ نوری نیا، حسین (۱۳۸۸). بررسی پیامد های کاربرد فراغتی اینترنت بر رفتار های فراغتی جوانان تهرانی. فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات .

۲- کمبود منابع درمورد موضوع مورد تحقیق و دارای سطح سنجش مطلوب، و خصوصاً این که اکثر منابع به طراحی و ساخت صفحات وب می پرداختند تا توضیح و توصیف وب.

۳- دشواری دسترسی به منابع داده ای موجود.

۴- کمبود تحقیقات انجام شده داخلی و خارجی در خصوص موضوع.

۵- همکاری نکردن تعدادی از دانشجویان در پاسخ دهی به سوالات.

۶- عدم آشنایی کامل بیشتر دانشجویان با وب ۲ و محیط های آن.

محدودیت های در کنترل محقق:

۱- انجام شدن این پژوهش صرفاً در دانشگاه آزاد.

۲- عدم کنترل متغیر های مداخله گر در انجام تحقیق از جمله موقعیت اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی پاسخ گوینان.

۳- عدم دستیابی کامل به محیط های مبتنی بر وب ۲

۴- مقطع تحصیلی دانشجویان.

۵- رشته های تحصیلی دانشجویان.

۶- فقدان پرسشنامه استاندارد در خصوص وب ۲ .

پیشنهادها:

پیشنهاد های کاربردی:

با توجه به این که موضوع این تحقیق با این عنوان نسبتاً جدید است و همچنین یافته های این بررسی که بیانگر تأثیرات روانشناختی وب ۲ در جامعه مورد مطالعه یعنی دانشجویان می باشد، لذا پیشنهاد می گردد که دانشجویان به طور کامل با مفهوم وب ۲ و محیط های آن آشنا شوند و نیز زمینه کسب دانش و مهارت لازم در این زمینه توسط مسئولان فراهم شود.

پیشنهاد های پژوهشی:

- ۱- انجام پژوهشی با عنوان راهکارهای عملی درمان افسردگی توسط منابع اطلاعاتی وب ۲ در بین افرادی با افسردگی های خفیف و متوسط.
- ۲- انجام پژوهشی با عنوان مقایسه سلامت روانی افرادی که از وب ۲ استفاده می کنند و افرادی که از دیگر فضاهای مجازی از جمله بازی های کامپیوتری و فناوری های یک طرفه استفاده می کنند.
- ۳- انجام پژوهشی با عنوان نقش محیط های مبتنی بر وب ۲ بر آموزش و تدریس در مقایسه با دیگر فناوری های نوین اطلاعاتی و ارتباطاتی.
- ۴- انجام پژوهشی با عنوان بررسی نقش اجتماعی استفاده از محیط های مبتنی بر وب ۲ بر رفتار دانشجویان.
- ۵- مطالعه برای تعیین سطح سواد اطلاعاتی به منظور تعیین نوع آموزش، طول مدت، مواد آموزشی و گستره آن می تواند موضوعی برای پژوهشی دیگر باشد.
- ۶- انجام بررسی هایی که به طور مستقل به موضوعاتی از این دست بپردازند، از اولویت های انکارناپذیر توسعه مطالعات اجتماعی و روانشناختی محیط های مبتنی بر وب ۲ در کشور محسوب می شود.
- ۷- در این تحقیق کاربران وب ۲، بنا به تعریف، جامعه آماری تنها کاربران سایت دانشگاه آزاد در نظر گرفته شدند. دلیل این انتخاب دسترس پذیری این جامعه بود. اما کاربرانی که از منزل خود به اینترنت و خصوصاً محیط های مبتنی بر وب ۲ دسترسی دارند هم واجد اهمیت بررسی هستند. امروزه



- [۹] پورمنزه، جواد؛ و خیری، ناهید(۱۳۸۷). توسعه سیستم های آموزشی کلاس برخط مجازی بر پایه وب. مجله الکترونیکی ارتباط علمی: ۱۰(۲).
- [۱۰] توغدری، محمود(۱۳۸۶). افسردگی در دانشجویان.
- [۱۱] تیمور پور، سپیده(۱۳۸۶). بررسی رابطه میزان وابستگی به اینترنت و ویژگیهای شخصیتی دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- [۱۲] حمیدی، افتخار(۱۳۸۹). بهداشت روان و نظریه ها.
- [۱۳] دشتی، سکینه(۱۳۸۹). میزان استفاده از گفتگوی اینترنتی و رابطه آن با سلامت روان دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- [۱۴] دلاور، علی(۱۳۸۰). روشهای تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی. انتشارات پیام نور.
- [۱۵] دلاور، علی(۱۳۸۳). روشهای تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی. انتشارات پیام نور.
- [۱۶] ذراتی، ماشاءالله(۱۳۸۸). آشنایی با فناوری های وب ۲. مجله الکترونیکی ارتباط علمی: ۱۲(۱).
- [۱۷] سلیمانی، مهران؛ عبدا، نژاد، صاحب(۱۳۹۰). رابطه اعتیاد به اینترنت با ویژگی های شخصیتی و سلامت عمومی. مقاله ارائه شده در اولین همایش ملی بهداشت روانی دانشجویان، تهران.
- [۱۸] سلیمی، عظیمه؛ جوکار، بهرام؛ نیک پور، روشنگر(۱۳۸۸). ارتباطات اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهراء(س).
- [۱۹] سوترز، کارن(۱۳۸۵). تجارب کودکان در وب (ترجمه زهرا بتولی). مجله الکترونیکی نما: ۵(۴).
- [۲۰] شفیع آبادی، عبدالله؛ سودانی، منصور؛ شیربیم، زهرا(۱۳۸۷). اثربخشی آموزش مهارت های مدیریت استرس بر افزایش سلامت روان دانشجویان. مجله اندیشه و رفتار: ۲(۸).
- [۲۱] صابری، محمد کریم؛ و صدیقی، حسن(۱۳۸۶). مروری بر وب ۱ با نگاهی بروب ۲. مجله الکترونیکی نما: ۷(۳).
- [۲۲] صادقان، عفت(۱۳۸۴). تأثیر کامپیوتر و اینترنت بر کودکان و نوجوانان. مجله الکترونیکی نما: ۴(۴): ۲۲-۲۳.
- [۲۳] صمدی، مهدی(۱۳۸۴). اینترنت ۲. تهران: (ویراست اول). انتشارات باشگاه اندیشه.
- [۲۴] عابدی کرجی بان، زهره(۱۳۹۰). تحول در شیوه های آموزش و یادگیری مبتنی بر وب. رشد تکنولوژی آموزشی: ۲۶(۲۱۵).
- [۲۵] علیزاده جدیدی، مرضیه؛ و قاضی زاده، یوسف(۱۳۸۸). وب ۲ رویکردی نودر جهت تعامل کاربران با محتوا و ابزار های تحت وب. مجله الکترونیکی ارتباط علمی.
- [۲۶] فتحی آشتیانی، علی؛ داستانی، محبوبه(۱۳۸۹). آزمون های روان شناختی (ارزشیابی شخصیت و سلامت روان). تهران: (ویرایش چهارم). مؤسسه انتشارات بعثت.
- [۲۷] فوداجی، محمد(۱۳۸۶). دروس روانشناسی و بهداشت روانی در حج. خراسان جنوبی: کتابخانه مجازی ایران.
- [۲۸] کری، جین(بی تا). وب ۲ برای آموزش و ارتباط کتابداران خدمات مرجع (ترجمه سمانه احمد معظم). مجله الکترونیکی ارتباط علمی.
- [۲۹] کریم زاده، نازنین(۱۳۸۷). بررسی رابطه بین وابستگی به اینترنت و مهارتهای اجتماعی دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه.
- [۳۰] کفاشی، مجید(۱۳۸۹). بررسی تأثیر اینترنت بر ارزشهای خانواده. فصلنامه ی پژوهش اجتماعی، ۲(۳): ۵۵.
- [۳۱] گنجی، حمزه، و همکاران(۱۳۷۸). روان شناسی. تهران: شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی.
- [۳۲] مجدی، هنده؛ و رستگار نسب، غلامحسین(۱۳۹۰). فروردین). بررسی رابطه بین استفاده از اینترنت و سطح استرس. رشد مدرسه فردا: ۷(۵۳).
- [۳۳] محسنی، منوچهر؛ دوران، بهزاد؛ سهرابی، محمد هادی(۱۳۸۵). بررسی اثرات استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی کاربران اینترنت در میان کاربران کافی نت های تهران. مجله جامعه شناسی ایران، ۷(۴): ۹۵-۷۲.
- [۳۴] محمود علیلو، مجید(۱۳۸۶). راهنمای مهارت های زندگی. تهران: آموزش و پرورش، مؤسسه فرهنگی منادی تربیت.
- [۳۵] مشایخ، مریم؛ برجلی، احمد(۱۳۸۲). بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش آموزان دبیرستانی. تازه های علوم شناختی، ۵(۱).
- [۳۶] معینی کیا، مهدی؛ طهماسبی زاده، سکینه(۱۳۹۰). رابطه ساده و چندگانه اعتیاد اینترنتی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان. مقاله ارائه شده در اولین همایش ملی بهداشت روانی دانشجویان، تهران.
- [۳۷] موریس، استیو؛ دیکینسون، پل(۱۳۷۹). شناخت وب سایت(شهیندخت ابطی، مترجم). تهران: انتشارات یساولی.
- [۳۸] نژاد بهرام، زهرا؛ کمالی چیرانی، فاطمه(۱۳۸۹). بررسی ابعاد فرهنگی-اجتماعی کنترل والدین بر استفاده فرزندان از اینترنت. نوذری، شادی(۱۳۸۸). تاریخچه بهداشت روانی.
- [۳۹] نوروزی، علیرضا(۱۳۸۶). وب درمانی و کتاب درمانی. مجله الکترونیکی ارتباط علمی: ۹(۱).
- [۴۰] نوری، زینب سادات(۱۳۸۶). اعتیاد به اینترنت. قم: انتشارات پرتو خورشید.
- [۴۱] یاسمی، م ت، و همکاران(۱۳۸۷). گروه آموزشی روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، باشگاه پژوهشگران دانشجو. تهران.
- [43] Elisheva F. Gross (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report, Applied Developmental Psychology 25, 633-638.
- [44] Kraut, R., Lundmark, V., Paterson, M., Kiesler, S. and Mukapadhyay, T. (1998). Internet Paradox: A Social Technology that reduces Social Involvement and Psychological Well-being? American Psychologist. 53: 1017-1021.
- [45] Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, I., Helgeson, V. and Crawford, A. (2001). Internet Paradox Revisited. Journal of Social Issues 58(1): 49-52.
- [46] Nie Norman H. and Lutz Erbring (2002). Internet and Mass Media, a Preliminary Report, IT & Society, Vol. 1, Iss. 2, pp. 134-141.
- [47] Rabinson, John P., M. Kestenbaum, A. Neustadt and A. Alvarez (2000). Mass Media Use and Social Life Among Internet Users, Social Science Review, Vol. 18, No. 4, pp. 497-501.
- [48] Rohall, Dawid. E. & cotton shelia. R. (2002). Internet use and the self-concept, linking specific uses to Global self-esteem, current research in social Psychology.

- [49] Sanders, Christopher E., Field, Tiffany M., Diego, Migule., K
aplan, Michele. (2000). The Relationship of Internet use to
Depression and Social.
[50] <http://www.irandoc.ac.ir>
[51] <http://www.jamejamonline.ir>
[52] <http://psychology.about.com>
[53] <http://`wikipedya.org>
[54] <http://www.tebyan.net>
[55] <http://www.magiran.com>
[56] <http://www.google.com>
[57] <http://www.Sid.ir>
[58] <http://www.civilica.com>
[59] <http://www.srlst.com>
[60] <http://www.irpdf.com>
[61] <http://www.webology.ir>
[62] <http://www.journals.ut.ac.ir>
[63] <http://www.sciencedirect.com>
[64] <http://www.startweb.ir>
[65] <http://wordpress.org>

-
- ^۱. Cyberspaces
^۲. World Wide Web
^۳. Steve Morris
^۴. Paul Dickinson
^۵. Webotherapy
^۶. Depression
^۷. Mental health
^۸. World Wide Web
^۹. Depression
^{۱۰}. Anxiety
^{۱۱}. Stress
^{۱۲}. Young
^{۱۳}. Goldberg
^{۱۴}. Karen
^{۱۵}. Rabinson, et. Al.
^{۱۶}. Nie & Erbring
^{۱۷}. Robert Kraut
^{۱۸}. interpersonal communications
^{۱۹}. Well-being
^{۲۰}. Internet Paradox: A Social Technology that Reduces
Social Involvement and Psychological Wellbeing?
^{۲۱}. Size of social network
^{۲۲}. socialize
^{۲۳}. Katz and Aspden
^{۲۴}. Social involvement
^{۲۵}. Internet Paradox Revisited
^{۲۶}. Antony, et. Al.
^{۲۷}. Rohall, et al.
^{۲۸}. Kraut, et. Al.
^{۲۹}. Gross, et. Al.
^{۳۰}. Sanders, et. Al.
^{۳۱}. Nie, N. H. & Erbring