

## بررسی آسیب‌های شبکه‌های مجازی برسبک زندگی جوانان و نوجوانان

محمدرضا رضائی والا

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی سبزوار  
Rezaee.partizany@gmail.com

سحر کاویانی فر

دانشجوی دکتری تخصصی فلسفه تعلیم و تربیت دانشگاه خراسان  
Saharkavyanifar@chmail.ir

زهرة مقدم

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی سبزوار  
Rezaee.partizany@gmail.com

فاطمه معصومی

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی سبزوار  
Rezaee.partizany@gmail.com

### چکیده

اینترنت، از تازه‌ترین دستاوردهای بشر و آخرین عضو خانواده فناوری است که حدود چهل سال است قدم به زندگی انسان گذاشته است. اینترنت ابزاری وارداتی است به‌رغم جنبه‌های سودمند فراوان آن، می‌تواند بسیار آسیب‌زا نیز باشد. هدف اصلی این مقاله بررسی اعتیاد اینترنتی به‌عنوان یک آسیب نوپدید اجتماعی است. نتایج این مقاله نشان می‌دهد علل گرایش نوجوانان به اینترنت قابلیت‌های جذاب اینترنت، پر کردن اوقات فراغت و عدم شکل‌گیری هویت مطلوب هست افراد وابسته به اینترنت با مجموعه‌ای از مشکلات جسمانی، روانی و اجتماعی مواجه می‌شوند. کاربران افراطی فشارهای روانی همچون اضطراب، تنهایی و بی‌کفایتی و... را بیشتر تجربه کرده و با فرورفتن در دنیای مجازی در ارتباطات دنیای واقعی دچار مشکل شده و مهارت‌های اجتماعی خود را از دست می‌دهند.

واژگان کلیدی: اینترنت، ابعاد اینترنت، نوجوان، اعتیاد اینترنت، آسیب

## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

### مقدمه

استفاده از اینترنت در بین نسل جدید جامعه در حال گسترش است و بخش مهمی از زندگی افراد را تشکیل می‌دهد. امروزه برای خرید، جمع‌آوری اطلاعات، گفتگو با سایر کاربران و بسیاری از فعالیت‌های دیگر، از اینترنت استفاده می‌شود. چنین به نظر می‌رسد که هیچ جنبه‌ای از زندگی نیست که تحت تأثیر این دهکده جهانی قرار نگرفته باشد (2007، هاردی و دی).

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های جوامع مدرن تأثیر رو به رشد ابزارهای ارتباطی آنلاین به‌ویژه اینترنت، در میان مردم است (2007، جوال او غلو). بی‌شک این تأثیر در نوجوانان بیشتر است. لوکاف (2004) تشخیص داد که بعضی از عواملی که در نوجوانان رو به افزایش است تمایل به استفاده از اینترنت است. گفتگوی آزاد و آسان برای ایجاد هویت آسان و برای رشد روابط معنی‌دار شخصی، مطلوب نوجوانان است. این عوامل به‌علاوه عوامل دیگر، سرعت استفاده روزبه‌روز از اینترنت را افزایش می‌دهد. استفاده از اینترنت مسائل زیادی با خود به همراه دارد که شاید مهم‌ترین آن اعتماد به اینترنت باشد. استفاده مفرط از اینترنت در میان فرهنگ‌های مختلف دیده شده است (275-281؛ 2007 کائوچو و سو) و اعلام شده که نوجوانان در معرض خطر زیادی قرار دارند (2008، ماسبرگر و 2008، یین، یین، چن، چن و کو).

در این مقاله بر آنیم به بررسی سال‌های زیر بپردازیم:

2

1. آیا شبکه‌های مجازی بر زندگی نوجوانان و جوانان تأثیر می‌گذارد؟
  2. شبکه‌های مجازی چه تأثیرات مثبت و منفی بر زندگی نوجوانان می‌گذارد؟
  3. خانواده‌ها چگونه می‌توانند آسیب‌های ناشی از استفاده از شبکه‌های اجتماعی را کاهش دهند؟
- کلون و همکاران در بررسی رابطه بین استفاده از محیط‌های مجازی و سلامت روان به‌خصوص در حوزه عزت‌نفس دریافتند که استفاده زیاد از محیط‌های مجازی با عزت‌نفس و سلامت روان کمتر همراه است (علوی و هاشمیان، 1387). کرونهاگ و همکاران (1985)، در تحقیقات خود نشان دادند که استفاده زیاد از اینترنت باعث احساس تنهایی شده و این انزوا و تنهایی باعث کاهش تعامل اجتماعی افراد با دیگران و کاهش مهارت‌های اجتماعی فرد می‌شود. مورپسان و کراگم، 2001 به نقل از علوی و هاشمیان، 1387. در پژوهشی دیگر این نتایج به دست آمد که کاربران معتاد به اینترنت به‌طور معناداری رفتارهای اجتماعی نامناسب بیشتری را نشان می‌دهند و میزان سرکشی آنان نیز بیشتر بود (قاسم‌زاده، شهرآرای و مرادی، 1386). یانگ (1996) در پژوهشی که روی کاربران اینترنتی انجام داد نشان داد که 38 درصد از شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که اینترنت بر آن‌ها تأثیر منفی داشته و از این تعداد 36 درصد بیشتر زمان‌های آن‌الی چت می‌کردند و 22 درصد از وبسایت‌ها استفاده می‌کردند. برخی تحقیقات نشان می‌دهند که چت‌کنندگان مدت زیادی آنلاین چت می‌کردند و 28 درصد از وبسایت‌ها استفاده می‌کردند.
- برخی تحقیقات نشان می‌دهند که چت‌کنندگان، مدت زیادی آنلاین می‌باشند، از این‌رو مطرح شده که احتمالاً چت کردن اعتیادآور هست (بنجامین، 1994). مشایخ و برج علی (1382)، در پژوهشی دیگر دریافتند که بین احساس تنهایی و چت کردن با اینترنت رابطه‌ی معناداری وجود دارد ولی بین احساس تنهایی و استفاده آموزشی از اینترنت رابطه وجود ندارد. همچنین نمازی و همکاران (1385)، دریافتند که کاربرانی که بیشتر در اتاق‌های گفتگو یا چت استفاده می‌کنند افسرده‌ترند. با توجه به این‌که تحقیقاتی در زمینه اعتیاد به اینترنت صورت گرفته است. در این پژوهش به علت حساس بودن دوره نوجوانی و جذابیت اینترنت به بررسی شبکه‌های مجازی و تأثیر آن بر زندگی نوجوانان و جوانان با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و مقالات مرتبط می‌پردازیم.

## دومین همایش بین المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

### تاریخچه اینترنت

اینترنت بزرگترین سامانه‌ای است که تاکنون طراحی و اجرا شده است. این شبکه عظیم جهانی در اواخر سال 1960 با انگیزه همکاری و دسترسی چند سویه به منابع و مهارت‌های محاسباتی و امکان تعامل میان رشته‌ای علوم و مهندسی ایجاد گردید. از اواسط دهه 90، اینترنت به صورت شبکه‌ای همگانی و جهان‌شمول درآمد. وابستگی بشر امروزی در زمانی چنین کوتاه به این فناوری به منزله آغاز دوران جدیدی در خصوص تولید و تبادل دانش است. اینترنت شبکه گسترده‌ای از اتصال میلیون‌ها رایانه به یکدیگر است که با اشتراک صفحات پردازشگر خود، تحت عنوان تارنما، با یکدیگر در ارتباط هستند. در دهه 90، رشد اینترنت در سراسر جهان معادل 100 درصد در هر سال بوده که در سال 1997 به اوج خود رسیده است. استعارات مختلفی برای اینترنت به کار برده می‌شود که به لحاظ کاربرد آن در هر حیطه، معنای متفاوتی به خود می‌گیرد، فضای هوشمند، ماتریکس، بزرگراه اطلاعاتی، گیگای الکترونیکی، از جمله این نام‌گذاری‌هاست که در این فناوری رایج است (فرهمند، 1387).

### مفهوم اینترنت و ویژگی‌های آن

اینترنت پدیده‌ی شگفت قرن، انقلاب مهمی در ارتباطات پدید آورده است و ویژگی عمده‌ای که در اینترنت وجود دارد و در سایر رسانه‌ها دیده نمی‌شود «تعامل» است. اینترنت مانند صنعت چاپ امکان ایجاد اطلاعات را برای عموم فراهم می‌کند؛ مانند تلفن تبادل اطلاعات را امکان‌پذیر می‌سازد، مانند کتاب‌ها و نشریات، امکان یادگیری و خودآموزی را به وجود می‌آورد، مانند سینما و تلویزیون امکان سرگرمی را فراهم می‌آورد و کلیه‌ی این کارها را به‌طور همزمان نیز انجام می‌دهد؛ اما ویژگی عمده‌ی آن در داشتن بازخور و قابلیت تعامل است که سبب شخصی کردن ارتباطات می‌شود (selno, 2000).

اینترنت به‌عنوان مهم‌ترین رسانه عصر جدید در کنار محاسن و مزایای بی‌شمار خود که می‌تواند منشأ آثار مثبت و بالنده برای تعالی انسان باشد می‌تواند نقش تخریب‌کننده نیز ایفا نماید. عنوان دروازه‌ی جهنم بیان‌کننده‌ی مخاطرات این پدیده‌ی نوظهور هست که می‌تواند نگرانی‌های اخلاقی و امنیتی فراوانی را در اذهان تداعی نماید (طاهری گلوندانی، 1391) یکی از کارآمدترین رسانه‌های جهانی برای برقراری ارتباط و تعامل بین‌المللی نقش تعیین‌کننده‌ای در انتقال فرهنگ و اطلاعات دارد. در ارتباط با استفاده از این فناوری، کشورهای جهان به دودسته تولیدکننده و مصرف‌کننده تقسیم می‌شوند. امروزه، جوانان بیشترین سهم را در استفاده از این رسانه دارند و فناوری اینترنت نیز متقابلاً بر جوانان، تأثیرات مثبت و منفی می‌گذارد (فرهمند، 1387).

### ابعاد اینترنت

#### الف: بعد مثبت اینترنت

اطلاع‌رسانی به سریع‌ترین، گسترده‌ترین و کاراترین شکل.

1. افزایش کیفیت و کمیت تحقیقات در نشریات بین‌المللی.
2. نزدیک کردن مردم به هم.
3. برقراری ارتباط صوتی و تصویری با اقتصادی‌ترین روش با دوستان یا همکاران.
4. صرفه‌جویی در وقت و هزینه، از طریق تجارت اینترنتی.

## دومین همایش بین المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

5. امکان دسترسی به عمیق ترین و جدیدترین مباحث علمی روز و دانشگاه های جهان (کبیری فر و صرافی زاده، 1389)

در جنبه های مثبت، اینترنت جزء جدایی ناپذیر نهادهای اجتماعی، سیاسی، آموزشی، اقتصادی و خانوادگی به شمار می آید. کارکردهای مثبت اینترنت را می توان در چند محور طبقه بندی کرد: توسعه اقتصادی - رشد فرهنگی - همگرایی اجتماعی - دانش و کسب مهارت های جدید (کاظمی اصل و باوش، 1391).

### ب: بعد منفی اینترنت

1. ایجاد اختلال در نحوه ی ارتباطات و رفتار زندگی اجتماعی، در صورت حاکمیت اینترنت بر زندگی ما که تداوم آن باعث تعطیل حس عاطفی ما می شود.
2. امکان دسترسی به قبیح ترین و کثیف ترین برنامه ها.
3. از بین رفتن دنیای کودکی کودکان بر اثر استفاده ی بیش از حد از رایانه و اینترنت و سایر رسانه های تصویری و فردگرایی.
4. بسیاری از بدخلقی ها، کم حوصلگی ها، عصبانیت ها، لجبازی ها، پر خاشگری ها و بی اشتیاهی کلامی و تحصیلی فرزندان می تواند در نتیجه ی قرار گرفتن بیش از حد ایشان در معرض امواج دستگاه های تصویری، به خصوص کار با کامپیوتر، هنگام اتصال به اینترنت، بروز کند.
5. تماشای برنامه های تحریک کننده ی کنش های نفسانی و تمایلات جنسی از شبکه ها و سایت های اینترنتی، به تدریج باعث اعتیاد روانی تماشاگران شده، زندگی فعال و پویای آن ها را فلج می کند (کبیری فر و صرافی زاده، 1389).

### علل گرایش جوانان به اینترنت

علل جذب و گرایش نوجوانان و جوانان به اینترنت را می توان به شرح زیر بیان کرد:

1. قابلیت های جذاب اینترنت: الف) وبسایت ها ب) موتورهای جست و جوی (گپ خانه ها د) ارسال پیام های آنی ه) صفحه های اطلاعات و) پست الکترونیکی ز) وبلاگ ها.
2. پر کردن اوقات فراغت: یکی از علل مصرف بالای اینترنت نمایشان نوجوانان و جوانان، پر کردن اوقات فراغت است، زیرا امکانات ورزشی یا تفریحی به اندازه کافی در اختیار آنان قرار ندارد. اکثر خانواده ها نیز از این امر استقبال می کنند که نوجوانان در خانه و در کنار آن ها با یک کامپیوتر و اشغال خط تلفن سرگرم باشند، غافل از اینکه در صورت استفاده نامناسب از اینترنت، آثار منفی و مخرب آن به مراتب بیشتر از بسیاری سرگرمی های دیگر است.
3. فرار از خود و ناکامی های زندگی: اینترنت برای بسیاری از نوجوانان و جوانان پناهگاهی است که از مشکلات، دردها و رنج های خود به آن روی می آورند و به عنوان یک مأمن و ابزار سرگرم کننده به آن نگاه می کنند.
4. عدم شکل گیری هویت مطلوب در نوجوانان، وجود شکاف های اجتماعی، شکاف بین نسل ها و نیز از هم پاشیدگی تعاملات بین والدین و فرزندان، از دیگر علل گرایش نوجوانان به استفاده از اینترنت می تواند باشد (کاظمی اصل و باوش، 1391).

## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

### اعتیاد اینترنتی

اعتیاد اینترنتی اختلال نسبتاً جدیدی است که وابستگی افراطی کاربران به اینترنت را نشان می‌دهد و با اشتغال‌های میل یا رفتارهای کنترل نشده توجه به کامپیوتر و استفاده از اینترنت شناخته می‌شود. کاربران افراطی فشارهای روانی همچون اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، احساس بی‌کفایتی و... را بیشتر تجربه کرده و با فرورفتن در دنیای مجازی در ارتباطات دنیای واقعی دچار مشکل شده و مهارت‌های اجتماعی خود را از دست می‌دهند. به‌طور کلی مردان بیش از زنان و نوجوانان و جوانان بیش از سایرین مستعد مواجهه با این اختلال می‌باشند. دیدگاه‌های نظری موجود اعتیاد اینترنتی می‌تواند به دلیل جدید بودن فضای مجازی برای افراد باشد. برای پیشگیری و حل این مشکل بایستی همزمان با توسعه فناوریانه فرهنگ استفاده از آن را رواج داده و مصرف‌کنندگان را از ابعاد منفی آن نیز آگاه سازند. همچنین ممکن است افراد به دلیل عدم تأمین نیازها در دنیای واقعی به جهان مجازی وابسته شوند. در این زمینه نقش دولت و نهادهای آموزشی و فرهنگی و رسانه‌ها برای آموزش افراد و نیز خانواده‌ها خطیر و مؤثر هست (ضیاجی و پور قنبری، 1391).

اعتیاد اینترنتی با اشتغال‌های ذهنی، میل یا رفتارهای کنترل نشده توجه به کامپیوتر و استفاده از اینترنت شناخته می‌شود که در نهایت به اختلال یا فشار روانی می‌انجامد (ضیاجی؛ پور قنبری به نقل از کورکی و دیگران، 1389).

5

### نوجوان و پدیده اعتیاد به اینترنت

مسئله استفاده افراطی از اینترنت که به نام اعتیاد اینترنتی شهرت یافته است، سال‌ها مسئله جنجال‌برانگیز روان‌شناسان و جامعه‌شناسان در این حوزه شناختی بود. دانشمندی چون «یونی» و «برنر» درصدد برآمدند تا بدانند آیا چنین پدیده‌ای از لحاظ علمی وجود دارد یا خیر. یونگ با استفاده از معیارهای تشخیص در افراد قمارباز، 496 آزمودنی داوطلب شرکت در تحقیق «بررسی اعتیاد به اینترنت» را مورد مطالعه قرارداد. بر اساس معیارهای او، 100 نفر غیر معتاد و 396 نفر معتاد شناخته شدند. وی با مطالعه رفتار، تماس تلفنی و مصاحبه با این افراد دریافت که واقعاً اعتیاد به اینترنت وجود دارد (فرهمند، 1387).

### علائم اعتیاد اینترنتی

اعتیاد به اینترنت مانند هر نوع بیماری و اعتیاد دیگری، همراه با علائم و ویژگی‌هایی است. برخی از مهم‌ترین این علائم را می‌توان چنین برشمرد:

- ترجیح اینترنت بر بودن با خانواده
- دروغ گفتن در خصوص مدت‌زمان اتصال به اینترنت و یا اتصال دزدکی، زمانی که کسی در اطراف نیست!
- افزایش خستگی و بداخلاقی نسبت به زمان پیش از اعتیاد به اینترنت
- اشتیاق فراوان جهت اتصال به اینترنت در زمان دوری از رایانه (طاهری گلوندانی، 1391).

### پیامدهای اعتیاد اینترنتی

نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در داخل و خارج از کشور و بر روی گروه‌های سنی و جنسی و قومی متعدد، حاکی از آن است که اعتیاد اینترنتی دارای آثار و پیامدهای منفی و چندگانه جسمانی، روانی، اجتماعی و... برای کاربران افراطی است. از

## دومین همایش بین المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

نخستین مطالعات صورت گرفته با موضوع اعتیاد اینترنتی پژوهش یانگ ۱ در سال 1996 می باشد. از نظر وی اعتیاد به اینترنت مرتبط با معیارهای زیر است:

- شیفته اینترنت شدن
- احساس نیاز به استفاده از آن
- تلاش برای متوقف کردن استفاده از آن
- احساس پریشانی بدون وجود اینترنت
- بی میلی به روابط اجتماعی استفاده از اینترنت به عنوان راه حل فرار از مشکلات (ضیاجی و پورقنبری، 1391).

کاربران افراطی اینترنت علاوه بر این مشکلات روانی و اجتماعی، با آسیب های جسمانی همچون ناراحتی های چشمی و ستون فقرات، تبلی جسمی و کم تحرکی نیز مواجه می شوند. اکثر پژوهش های انجام شده بر روی معتادان اینترنتی به وجود افسردگی و اضطراب آزاردهنده و نشانه های تخریب سلامت روان در این کاربران اشاره می کنند. البته بایستی به این نکته توجه داشت که رابطه این خصوصیات روانی با وجود اعتیاد یاد اینترنتی در افراد از نوع همبستگی هست؛ یعنی همان طور که اضطراب و افسردگی پیامد اعتیاد اینترنتی تلقی می شود ممکن است این مشکلات روانی علت روی آوردن افراد به اینترنت و وابسته شدن به آن باشد. ممکن است افرادی که در دنیای واقعی رضایت ندارند - یعنی همان عدم تأمین نیازها در دنیای واقعی که در دیدگاه سولر و یا از روابط زندگی خود در دنیای واقعی رضایت ندارند - ناستی زایی، (1387) در واقع این استفاده افراطی شاید راهی برای ذکر شد- در فضای مجازی به دنبال صمیمیت بگردند. (ناستی زایی، 1387) در واقع این استفاده افراطی شاید راهی برای رهایی فرد از حالات منفی باشد. در این شرایط است که فرد از اینترنت به عنوان یک دارو استفاده می کند ( Kyunghee kim et al, 2006).

اعتیاد اینترنتی تا حد زیادی زمینه ساز تولید جرائم و خشونت در فضای واقعی و مجازی هست. چراکه افراد معتاد به اینترنت احساس بیگانگی بیشتری نسبت جامعه واقعی و ارزش های آن از خود نشان داده و این امر آن ها را برای انجام کارهای مجرمانه از پتانسیل بالاتری برخوردار می کند (ناستی زایی، 1387).

### اعتیاد به اینترنت در نوجوانان

اینترنت با جذابیت های منحصر به فرد خود بسیاری از نوجوانان و کودکان جامعه را به خود جلب کرده است. مختصری از این خطرات به شرح زیر است.

اعتیاد به اینترنت از مواردی است که بسیاری از کاربران را اسیر می سازد جذابیت های خاص اینترنت باعث می شود تا نوجوانان مجذوب آن شده؛ این مسئله باعث می شود تا نوجوانان از دیگر فعالیت های اجتماعی بازمانند. سایت های غیراخلاقی با ارائه مطالب و تصاویر غیراخلاقی و مستهجن، سلامت روانی جوامع را در خطر قرار داده اند (رحیمی و همکاران، 1391).

اتاق های گفتگو یا چت در اینترنت از موارد مورد استفاده بسیاری از نوجوانان است. سوء استفاده های بسیاری از سوی افراد شیاد در این اتاق ها صورت می گیرد که از جمله آن ها می توان به ارائه اطلاعات نادرست، سوء استفاده از اطلاعات دیگران، به دام

## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

انداختن نوجوانان و سوءاستفاده از آنان از طریق برقراری با آنان و گذاشتن قرار ملاقات اشاره کرد (رحیمی و همکاران، 1391).

### آسیب‌های ناشی از استفاده نادرست و کنترل نشده از اینترنت:

استفاده از اینترنت به‌خودی‌خود ابزار بی‌ضرری است اما استفاده بیش‌ازحد و نادرست و مهار نشده از اینترنت ممکن است آثار منفی بر سازگاری اجتماعی، شغلی، دانشگاهی، زناشویی و میان فردی، سلامت روانی و جسمانی، روابط خانوادگی و وضعیت هیجانی افراد داشته باشد که این پدیده مشکل عمده‌ای را برای بهداشت روانی جامعه ایجاد کرده است. تأثیرات منفی استفاده از اینترنت زمانی افزایش پیدا کرد که اینترنت و کامپیوتر به منازل، مدارس، دانشگاه‌ها، کافی‌نت‌ها و مشاغل راه پیدا کرد (ناستی زایی، 1387 و مسعود نیا، 1390).

پیامدهای منفی استفاده از اینترنت از جمله تغییر دادن سبک زندگی به‌منظور صرف زمان بیشتر در اینترنت، بی‌توجهی به سلامت خود، اجتناب از فعالیت‌های مهم زندگی، کاهش روابط اجتماعی، نادیده گرفتن خانواده و دوستان، مشکلات مالی ناشی از هزینه‌های بهره‌بردن از اینترنت و مشکلات تحصیلی نام برد که در ادامه به تعدادی از تحقیقات، انجام‌شده در این خصوص می‌پردازیم.

در تحقیقی که توسط نورمن نای در سال 2000 انجام داد این نتیجه حاصل شد که هرچقدر میزان استفاده از اینترنت افزایش یابد افراد زمان کمتری را با دوستان و فامیل می‌گذرانند، کمتر به خرید می‌روند یا حتی تلویزیون تماشا می‌کنند. اگرچه اکثر کاربران اینترنتی می‌توانند با استفاده از پست الکترونیکی با خانواده یا دوستان خود ارتباط برقرار کنند اما از این طریق هرگز نمی‌توانند با آن‌ها قهوه بنوشند یا آن‌ها را در آغوش بگیرند.

کرات و همکاران (1998) در مطالعه طولی، مدلی ارائه کردند که بر اساس آن استفاده بیش‌ازحد از اینترنت، انسان‌ها را از جامعه و ارتباطات اجتماعی واقعی دور می‌کند و با حذف تعاملات اجتماعی و تسلط بر زندگی افراد می‌تواند موجبات احساس تنهایی و درنهایت افسردگی را فراهم آورد.

گوستاو و مش (2002) در پژوهشی نشان داد که ارتباط اینترنتی و میزان استفاده از این فن‌آوری به‌صورت، منفی با ادراک نوجوانان از کیفیت ارتباط با فامیل رابطه دارد. یافته‌ها نشان می‌دهند که نوجوانانی که معمولاً از اینترنت استفاده می‌کنند با والدین خود دچار مشکل هستند و این مسئله بر کیفیت ارتباط آن‌ها اثر می‌گذارد. دانش‌آموزان در تمام سنین ممکن است تا حد نزول نمره‌های درسی و به هم خوردن روابط دوستانه آن‌ها در اینترنت زمان صرف کنند.

ناستی زایی (1387) با بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت در نمونه‌ای متشکل از 375 نفر از دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان و با استفاده از آزمون سلامت عمومی (GHQ-28) به این نتیجه رسید که سلامت کاربران معتاد به اینترنت (خصوصاً در زیرگروه‌های اضطراب و افسردگی) نسبت به کاربران عادی در معرض خطر بیشتری بود.

روچلین و شنک (1998) نیز استدلال کرده‌اند که اینترنت شبکه‌های اجتماعی را قیچی می‌کند و افراد را از خانواده‌های خود و دوستان آن‌ها جدا می‌کند، آن‌ها را اگر به‌صورت، معتادان اینترنتی درنیابند حداقل گوشه‌گیر می‌کند.

درگاهی و رضوی (1386) با بررسی اعتیاد به اینترنت و عوامل مؤثر بر آن در نمونه‌ای متشکل از 732 نفر از کاربران سنین 15-39 سال به این نتیجه رسید که 30 درصد کاربران به اینترنت اعتیاد داشتند و همه آن‌ها درجات مختلفی از رفتارهای روانی-اجتماعی مانند احساس ضعف ناتوانی در انجام امور، رفتارهای ناهنجار اجتماعی، اجتماع‌گریزی، درون‌گرایی و رفتار احساسی را از خود نشان دادند. بین اعتیاد به اینترنت در کاربران، احساس بیگانگی از خود و ابعاد آن همچنین با ویژگی‌های شخصیتی درون‌گرایی و دارای رفتار احساسی ارتباط واضحی دیده می‌شود.

## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

پور شهریار (1384) پژوهشی تحت عنوان نقش استفاده از اینترنت در افسردگی، انزوای اجتماعی و چگونگی ارتباط میان نوجوانان ایرانی و والدینشان انجام داد. داده‌های پژوهش حاکی از آن است که در کل گروه بین استفاده از اینترنت و وابستگی خانوادگی رابطه‌ای وجود ندارد اما با انتخاب 25 دانش‌آموزی که بیش از 10 ساعت در هفته از اینترنت استفاده می‌کنند و مقایسه میزان افسردگی، انزوای اجتماعی و وابستگی خانوادگی آن‌ها با گروه کنترل، تفاوت معناداری در هر سه عامل دیده شد. در مطالعه برانی و همکاران (2009) نشان داده شد که اضطراب، هم به‌عنوان یک برآیند و نتیجه استفاده جبری از اینترنت و هم یک عامل خطر برای استفاده از آن است، به‌بیان‌دیگر آن‌ها نشان دادند که مشکلات روانی، مانند اضطراب نه تنها نتیجه، بلکه علت استفاده ناسازگارانه از اینترنت است.

از طرف دیگر یابارا (2005) نیز در مطالعه خود اضطراب را هم به‌عنوان نتیجه و هم به‌عنوان یک عامل خطر در استفاده از اینترنت معرفی کردند. آن‌ها با مطالعه درباره جوانانی که استفاده جبری از اینترنت داشتند نشان دادند که هر مقدار جوانان احساس اضطراب بیشتری را در مدرسه گزارش کرده بودند، به همان اندازه استفاده از اینترنت به‌ویژه به‌صورت ارسال پیام نیز بالاتر بود.

مسعود نیا (1390) باهدف تعیین رابطه میان استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت و بروز علائم اضطراب و بی‌خوابی نشان داد که میان استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت به‌طور کلی با بروز علائم اضطراب و بی‌خوابی و نیز مؤلفه‌های استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت مانند اشتغال ذهنی، تعارض و مقابله با بروز علائم اختلال اضطراب و بی‌خوابی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد. استفاده افراطی از اینترنت معمولاً با مفاهیمی مانند استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت، اختلال اعتیاد به اینترنت، وابستگی به کامپیوتر، وابستگی آنلاین و اعتیاد سایبری، استفاده بیش‌ازحد از اینترنت و استفاده مسئله‌ساز از کامپیوتر توصیف شده است (مسعود نیا، 1390).

استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت عبارت از استفاده از اینترنت همراه با کنترل ضعیف کاربر تعریف شده است.

میرکرک (meerkerk, 2009) استفاده آسیب‌شناختی یا جبری از اینترنت را به‌عنوان نوعی الگوی استفاده از اینترنت تعریف کردند که با ویژگی‌هایی مانند وجود نداشتن کنترل، اشتغال ذهنی، تعارض، علائم انزوا و استفاده از اینترنت به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای مشخص می‌شود.

محققان شکل‌های متعددی برای استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت برشمرده‌اند که از جمله می‌توان به معاشرت افراطی از طریق چت، ایمیل، تبادل پیام، بازی‌های کامپیوتری، فعالیت‌های جنسی از جمله تماشای وبسایت‌های مربوط به بزرگسالان، فعالیت‌های آنلاین افراطی مانند تجارت در بهابازار، قماربازی و حک کردن یا برنامه‌نویسی کامپیوتری اشاره کرد (مسعود نیا، 1390).

### پیشنهادها

خانواده و مدرسه به‌عنوان اولین کارگزاران جامعه‌پذیری افراد بایستی مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی را در کودکان ایجاد کنند تا با رسیدن به سن نوجوانی و جوانی ارتباط در فضای مجازی را جایگزین ارتباطات در دنیای واقعی نکنند. آموزش خانواده‌ها توسط رسانه‌ها و نهادهای فرهنگی و اجتماعی جامعه، مانع از منزوی شدن افراد و پناه آوردن به اینترنت به‌منزله منبع تأمین نیازهای روحی و عاطفی می‌گردد (ضیایچی و پورقنبری، 1391).

با توجه به این‌که اکثر کاربران اینترنت نوجوانان و جوانان هستند، برای جلوگیری از اعتیاد اینترنتی لازم است والدین بر رفتار اینترنتی فرزندانشان کنترل و نظارت منطقی داشته باشند.



## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

والدین آگاهی‌های خودشان را در خصوص اینترنت و فواید و زیان‌های آن افزایش دهند تا بتوانند فرزندانشان را به‌درستی راهنمایی کنند. والدین به فرزندانشان بفرمایند که اطلاعات موجود در اینترنت ممکن است تقلبی هم باشد. معلمان مدارس و اساتید حوزه و دانشگاه می‌توانند نقشی مهم در پر کردن اوقات فراغت دانش‌آموزان دانشجویان داشته باشند در حال حاضر به‌واسطه ظهور فناوری‌های نوین اطلاعاتی ارتباطی، محدودیت‌های زمان و مکان از بین رفته و افراد می‌توانند با جهان بزرگ‌تری در ارتباط باشند.

### نتیجه‌گیری

با بررسی و مطالعه کتب و منابع گوناگون در زمینه اینترنت آسیب‌های اجتماعی می‌توان فهمید که اینترنت در بسیاری از جنبه‌ها از جمله اطلاع‌رسانی سریع، نزدیک کردن مردم به هم، برقراری ارتباط صوتی و تصویری، صرفه‌جویی در وقت و هزینه، دسترسی به جدیدترین مباحث علمی روز و دانشگاه‌های جهان بسیار مفید و مثمر ثمر است؛ اما در عین حال نباید از پیامدهای نامطلوب و منفی آن برای همه به‌خصوص نوجوانان و جوانان مانند اعتیاد اینترنتی، احساس پریشانی بدون وجود اینترنت، منزوی شدن، بی‌میلی به روابط اجتماعی، افسردگی و ... غافل شد. هم‌چنین برخی افراد که در اینترنت چت می‌کنند با مشخصات غیرواقعی خود ظاهر می‌شوند و با شخصیتی دروغین خود سعی در اغفال کردن نوجوانان دارند. گاهی هم استفاده از سایت‌ها و وبلاگ‌های گوناگون که محتویات آن متناسب با سن نوجوانان نباشد باعث گمراهی نوجوانان و مجادله بین والدین و فرزندانشان می‌شود. به‌منظور جلوگیری از این پیامدهای نامطلوب، والدین و مسئولان باید تدابیری را پیش گیرند. والدین باید از گذاشتن کامپیوتر در اتاق شخصی فرزندانشان بپرهیزند، روش استفاده درست از اینترنت و پیامدهای نامطلوب آن را برای فرزندانشان بازگو کنند. مسئولان هم وظیفه‌دارند فرصت استفاده درست از اینترنت را به افراد جامعه خصوصی نوجوان و جوانان گوشزد کنند.

### منابع فارسی

- خسروجردی، محمود و میرزایی، سید آیت‌الله، 1388، بررسی اعتیاد اینترنتی در نوجوانان: مطالعه متغیرهای جنس، مقطع تحصیلی و اندازه سازمان آموزشی، فصلنامه راهبرد، سال هجدهم، شماره 5
- رحیمی، محمد و تاج‌آبادی، رضا و شعبانی، سمیه، 1391، پیامدها و آثار اینترنت بر برخی از ابعاد هویت اجتماعی جوانان، نخستین کنگره ملی فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی نوپدید، تهران.
- شرودر، کیت ای، 1386، کلیدهای همراهی و مراقبت از نوجوانان در اینترنت چاپ چهارم نشر تهران: صابرین، کتاب‌های دانه، صص 131-132
- ضیاجی، محدثه و پورقنبری، نجمه، 1391، اعتیاد اینترنتی در بین کاربران اینترنت، نخستین کنگره ملی فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی نوپدید، تهران
- طاهری الوندانی، رقیه، 1391، اینترنت و آسیب‌های اجتماع، نخستین کنگره ملی فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی نوپدید، تهران
- علوی، سید سلمان، هاشمیان، کیانوش، جنتی فرد، فرشته، (1387)، مقایسه هویت و سلامت روان در دانشجویان استفاده-کننده از اینترنت و محیط‌های مجازی دانشگاه تهران، مجله تحقیقات و علوم رفتاری، دوره 6، شماره 1.
- علی‌وردی نیا، اکبر، 1385، نشریه تخصصی، مطالعات فرهنگی و ارتباطات، شماره 2 و 3 (بهار و تابستان 1384). فصلنامه مطالعات فرهنگی و ارتباطات ویژه اینترنت و آسیب‌های اجتماعی

## دومین همایش بین‌المللی و چهارمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی

دانشگاه تهران - ۳۰ آذر ۹۶

فرهمند، مریم، 1387، مجله مطالعات راهبردی زنان، شماره 41، صص 135-170.

فیاض بخش، احمد و خواجه کاظمی، راضیه و سلیمانی نژاد، مرضیه و رحیمی، فاطمه و جهانگیری، لایلا و حیدری، سمانه و شمس، محسن، 1390، استفاده از اینترنت و سلامتی در دانشجویان: بررسی آگاهی، نگرش و سبک زندگی مرتبط با اینترنت، مجله پژوهشی حکیم، دوره چهاردهم، شماره دهم، تهران.

قاسم‌زاده، لیلی، شهرآرای، مهر ناز، مرادی، علیرضا، 1386، بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران، فصلنامه تعلیم و تربیت، بهار 23، مسلسل 86.

کاظمی اصل، مجید و باوش، معصومه، 1391، بررسی تأثیرات، چالش‌ها و فرصت‌های ناشی از فضای اینترنت، نخستین کنگره ملی فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی نوپدید، تهران.

کبیری فر، فاطمه و صراف‌زاده، اصغر، 1389، بررسی نقش اینترنت در توسعه فرهنگ، مجله مدیریت فرهنگی، سال چهارم، شماره نهم.

کورکی، مریم و یزدخواستی، فریبا و ابراهیمی، ام‌الله و عریضی، حمیدرضا، 1390، اثربخشی روان‌نمایشگری در بهبود مهارت‌های اجتماعی و کاهش اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دختر، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، سال 17، شماره 4.

مشایخ مریم؛ برج علی، احمد، 1382، بررسی رابطه احساس‌ان‌هایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش‌آموزان دبیرستانی، فصلنامه تازه‌های علوم شناختی، سال 5، شماره 1.

ناستی زایی، ناصر، 1388، بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت، مجله طبیب شرق، دوره 11، شماره 1، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه سیستان و بلوچستان.

نمازی، شعله، موسوی، سید محمد، صیدآبادی، آرش، 1384، کاربران اینترنتی و افسردگی، فصلنامه روانشناسی ایرانی، سال دو، شماره شش.

Cüceloglu, D. (2007). Human and Behavior. Remzi Publishing. Istanbul

Cao, F. & Su, L. (2007). Internet addiction among chinese adolescents: prevalence and psychological features. Child: Care, Health and Development, 33 (3), 275-281.

Hardie, E & Tee, M. Yi, (2007). Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction, Australian Journal of Emerging Technologies and Society, Vol. 5, No. 1, pp. 34-47

Kyunghee kim et al, 2006, 186

Lukoff, D. (2004). Health Issues. (Eds. H. Bidgoli). The Internet Encyclopedia pp.345-348. John Wiley and Sons, New Jersey

Mossbarger, B. (2008). Is nternet addiction addressed in the classroom? A survey of psychology textbooks. Computers in Human Behavior, 24, 468-474.

Mushe Israelashvili et al, 2012. 417-418

Selnow Gary (2000): The Internet: The Soil of Democracy; Vital speeches of the Day; New York; nov:1  
Webster; frank (2001); culture and politics in the information Age; Tuotlege

Yen, J. Y. Yen, C. F. Chen, C. C. Chen, S. H. & Ko, C. H. (2007). Family factors of internet addiction and substance use experience in taiwanese adolescents. Cyberpsychology & Behavior, 10 (3), 323-329