

«زن و مطالعات خانواده»

سال ششم - شماره بیست و چهارم - تابستان 1393

ص ص 105 - 123

تاریخ دریافت: 93/01/25

تاریخ پذیرش: 93/09/16

رابطه آسیب نوپدید اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی در سال تحصیلی 92-1391 در شهر همدان

فرزانه مرادی امین^{1*}
لیلا جمشیدی²

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مطالعه بررسی رابطه بین آسیب نوپدید اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی در دانشجویان انجام شده است. در این پژوهش نمونه ای با حجم 150 دانشجوی با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای، از بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان انتخاب شدند. ابزار پژوهش را پرسشنامه اعتیاد اینترنتی یانگ و پرسشنامه احساس تنهایی آشر تشکیل داده است. نتایج این پژوهش نشان داد بین اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی دانشجویان رابطه معنادار مثبت وجود دارد. علاوه بر این اعتیاد اینترنتی پسران بیشتر از دختران است اما در احساس تنهایی دختران و پسران تفاوت معناداری مشاهده نشد. همچنین اعتیاد اینترنتی در رشته های تحصیلی مختلف متفاوت بود و تفاوت معناداری بین اعتیاد اینترنتی رشته های مختلف مشاهده شد به صورتی که اعتیاد اینترنتی در رشته کامپیوتر بیشتر از سایر رشته ها و در رشته روان شناسی کمتر از سایر رشته ها بود.

واژه‌های کلیدی: آسیب نوپدید اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی.

¹ - کارشناس ارشد روانشناسی، عضو باشگاه پژوهشگران جوان دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران (نویسنده مسئول)

² - مربی، گروه پرستاری، دانشکده علوم پایه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد همدان، همدان، ایران
jamshidi.leila@gmail.com

مقدمه

در عصر حاضر که عصر تکنولوژی نام گرفته است. فضای سایبری که عمده ترین آن شبکه جهانی اینترنت می باشد. در هر خانه و خانواده ای جایگاه خود را پیدا کرده و تأثیر چشمگیری در شکل دهی فرهنگ، هویت و ارزش های اجتماعی بر جای گذاشته است (جبهان، 2008¹). در جامعه امروز ما استفاده از فضای مجازی در میان همه گروه های اجتماعی اعم از زن و مرد و پیر و جوان، باسواد و بی سواد از جذابیت خاصی برخوردار است به گونه ای که استفاده از این تکنولوژی امری اجتناب ناپذیر گردیده و زندگی را برای کسانی که به آن خو گرفته اند دشوار می سازد. اینترنت نیز مانند هر تکنولوژی دیگر همراه با فواید بسیاری که در راستای پیشرفت جوامع دارد پیامدها و آثار نامطلوبی را نیز به همراه می آورد. بنابراین بررسی تأثیرات منفی و آسیب های ناشی از استفاده نابہجار فضای مجازی امری خطیر و بسیار ضروری می باشد (عبداللہیان، 1384). اینترنت به خودی خود ابزار بی ضرریست، اما استفاده بیش از حد و نادرست آن خطر اعتیاد به اینترنت را به دنبال دارد که این پدیده مشکل عمده ای را برای بہداشت روانی جامعه ایجاد کرده است. شاید به جرأت بتوان گفت شایع ترین آسیبی که در حال حاضر خانواده ها به خصوص دامنه سنی جوانان را درگیر نموده است اعتیاد به اینترنت می باشد (پاتریک و جوینز، 2008). آغاز دهه 90، آغاز حرکت ایران برای پیوستن به خیل کشورهای متصل به شبکه های جهان بود. در سال 81 تعداد کاربران اینترنت در کشورمان یک میلیون و هفتصد هزار نفر بود و هم اکنون بر اساس آخرین آمار تعداد کاربران اینترنت در ایران به 33 میلیون و 200 هزار نفر در سال 2010 رسیده و به این ترتیب رتبه اول را در کشورهای خاورمیانه کسب کرده است همچنین از نظر بہرہ مندی از اینترنت در بین 178 کشور جهان رتبه 87 را دارد که براساس طبقہ بندی اتحادیہ جهانی مخابرات جزء کشورهای حد متوسط استفاده کننده از اینترنت به شمار می رود (آمار جهانی اینترنت، 2010).

از زمانی که اینترنت تبدیل به یک وسیلہ ارتباطی در دسترس همگان شد، به عنوان ابزاری برای کج روی هم مورد استفاده قرار گرفت. افراد در فضای مجازی به خاطر داشتن ویژگی هایی چون جهانی و فرامرزی بودن، جذابیت و تنوع، آزادی ارتباطات، سہولت و در دسترس بودن، گمنامی کاربران، گریز از واقعیت و آرمان گرایی و... بسیار

¹- Internet world state

سهل تر از فضای واقعی می توانند مرتکب اعمال انحرافی شوند. از طرفی تکنولوژی، خصوصاً کامپیوترها و اینترنت، در بهترین حالت آن به آسانی مورد سوء استفاده بیش از حد قرار می گیرند و در بدترین حالت، اعتیاد آور می شوند (ولر، 2009).

یکی از موارد مهم و اساسی جوانان اعتیاد به اینترنت است که مانند تمام اعتیادهای دیگر با علائمی از قبیل احساس تنهایی، اضطراب، افسردگی، کج خلقی، ضعف اعتماد به نفس و... همراه است. پای این نوع جدید از اعتیاد فزاینده به کشور ما نیز کشیده شده است. به گفته کارشناسان، خطرات و مشکلات اعتیاد اینترنتی بیش از خطرات ناشی از اعتیاد به مواد مخدر است، چرا که در اعتیاد به مواد مخدر این جسم آدمی است که بیش از بیش دچار آسیب می شود ولی در اعتیاد اینترنتی روح و روان فرد دچار آسیب شده و شرایط طبیعی و سلامت روانی انسان ها را از آنها می گیرد. مراکز روان شناسی و سایبرولوژی غرب، سواس و استفاده عقده وار از اینترنت را سبب دور شدن توده مردم از فضای اجتماعی و عمومی جامعه دانسته و نسبت به تأثیرات مخرب آن در دراز مدت روی جسم و روان مردم اجتماع بشری هشدار داده اند (گرینفیلد، 1384). مفهوم اعتیاد به اینترنت برای اولین بار در مطالعه ای مقدماتی توسط کیمبرلی یانگ استادیار دانشکده روان شناسی براد فورد در سال 1996 مطرح شد. به گفته دکتر یانگ بیشتر معتادان به اینترنت بین 40 تا 80 درصد وقت خود را طی جلساتی با طول 20 ساعت، تنها به استفاده ممتد از اینترنت می گذرانند. (یانگ و رابرت، 1998).

نظریه های مختلف علت متفاوتی را در مورد علت اعتیاد به اینترنت بیان کرده اند: نظریه روان کاوی، ریشه های اعتیاد فرد به اینترنت را با شوک های روحی یا کمبودهای عاطفی دوران کودکی مرتبط می داند. از دیدگاه زیستی اختلالات شیمیایی در مغز و اعصاب، عوامل وراثتی و مادر زادی از دلایل روی آوردن فرد به اعتیاد است. در این مورد، احتمالاً استفاده فرد از اینترنت باعث تحریک فرایند عصبی - بیولوژیکی می شود. براساس نظریه رفتاری، فرد برای دریافت پاداش وارد اینترنت می شود. پاداشهایی که وی از این رفتار می گیرد، فرار از واقعیت، رسیدن به عشق و سرگرمی های زیاد است و چنانچه فرد در زمانهای آتی نیز به این پاداشها نیاز داشته باشد، احتمالاً به اینترنت روی خواهد آورد. در نتیجه، این روند تقویت شده و چرخه همچنان ادامه پیدا می کند. از دیدگاه شناختی، اعتیاد به اینترنت، بر آمده از شناخت های معیوب و یا پردازش معیوب

شناختی است و درمان آن مبتنی بر تصحیح فرآیند شناخته‌های معیوب است (یانگ، یوکزیو، بینگ، 2011).

عموماً کاربران معتاد به اینترنت 40 تا 50 ساعت از وقت خود را در هفته به اینترنت اختصاص می‌دهند. برای تطبیق دادن زندگی با این استعمال مفرط، غالباً الگوهای خواب این افراد به هم می‌خورد و این بیخوابی بر عملکردهای شغلی یا تحصیلی آنان صدمه وارد می‌کند. سیستم ایمنی بدن فرد هم صدمه دیده و وی را در برابر امراض آسیب‌پذیر می‌سازد. به علاوه نشستن‌های طولانی فرد پشت کامپیوتر منجر به کاهش حرکات بدنی و مناسب می‌شود و خطرپذیری فرد را در برابر امراض مچی و ضرب‌دیدگی پشت یا خستگی چشم افزایش می‌دهد (یانگ، 1998).

طبق برآورد صورت گرفته، بیشترین کاربران اینترنت جوانان هستند و در سال 2005، بیش از 77 میلیون کودک وارد فضای سایبر شده‌اند. همزمان با دسترسی گسترده افراد به اینترنت، شاهد نوع جدیدی از اعتیاد یعنی اعتیاد اینترنتی هستیم که مسأله اصلی و خاص عصر اطلاعات است. همانند تمامی انواع دیگر اعتیادها، اعتیاد به اینترنت نیز با علائمی همراه است که از آن قبیل می‌توان احساس تنهایی، کج خلقی، اضطراب، ناآرامی و... را نام برد. از طرفی، در عین حال که روابط این افراد (به ویژه جوانان) در جهان مجازی افزایش می‌یابد، در مقابل از دامنه روابط آنان در دنیای واقعی کاسته می‌شود. ضمن آنکه احتمال کاهش روابط اجتماعی و افزایش احساس تنهایی وجود دارد. پدیده اعتیاد اینترنتی، همزمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منابع آنلاین شایع‌تر می‌شود. وب، اطلاع‌دهنده مفید دارای منابع غنی و سرگرم‌کننده است. اما برای بسیاری از مردمی که به آن معتادند، این منابع، در حال تبدیل شدن به آسیب‌ها و نابهنجاری‌های روانی و رفتاری است. اعتیاد اینترنتی، انسان‌ها را به افرادی رها شده تبدیل کرده و بر روابط اجتماعی آنها تأثیر می‌گذارد. بهره‌وری و بازده کاری کاربران اینترنت، در نتیجه استفاده بیش از حد از اینترنت پایین می‌آید. آنان با تأخیر به محل کار می‌روند و دچار کم‌کاری می‌شوند. عدم تحرک و چاقی از دیگر پیامدهای اینترنت می‌باشد. این کاربران حتی با کناره‌گیری از اینترنت دچار اختلال می‌شوند (تبریزی و همکاران، 1389).

برای دسته‌ای از کاربران که اسیر اینترنت شده‌اند دنیای چت روم‌ها و بازی‌های اینترنتی به راحتی جایگزین افراد فامیل، دوستان، تحصیل، اشتغال و خواب می‌شود، به

طوری که بعضی کاربران ایرانی از ساعت 10 شب تا 4 صبح وقت خود را صرف اینترنت می کنند و بطور هفتگی 40 تا 50 ساعت به اینترنت مشغول هستند و از دنیای واقعی که در آن زندگی می کنند فاصله می گیرند. پس اینترنت مفری برای کسانی است که دچار مشکلات روانی هستند، اما همین امر موجب یک چرخه معیوب می شود که فرد هر روز بیشتر از نظر عاطفی و روانی دچار مشکل گردد (کرمشایی و همکاران، 1390).

افراد در این حالت ساعت ها و روزها وقت خود را صرف ارتباط درون شبکه ای می کنند توان قطع این ارتباط را ندارند و علاقه ای به ترک کامپیوترشان نشان نمی دهند، کم می خوابند، غذا نمی خورند، از روابط اجتماعی و خانوادگی خود کناره گیری کرده... و در نهایت فعالیتهای زندگی واقعی و روابط اجتماعی آنان از هم فرو می پاشد (بارت، 2010).

سندرز و همکارانش (2000) نشان دادند که نوجوانانی که استفاده زیادی از اینترنت می کنند، ارتباط و تماس شان با والدین کاهش یافته بود و همچنین از نظر اجتماعی، منزوی و گوشه گیر شده بودند و نیز به این نتیجه مهم دست یافتند که استفاده افراطی از اینترنت موجب کاهش حمایت اجتماعی و تماس اجتماعی می شود و در نهایت به افسردگی و تنهایی می انجامد. از طرف دیگر آسانی ارتباطهای اینترنتی، افراد را وا می دارد تا زمان بیشتری را به تنهایی بگذرانند، به صورت آنلاین با غریبه ها صحبت کنند و ارتباط سطحی برقرار سازند و این کارها را به قیمت از دست دادن گفت و گوهایی رو در رو و ارتباط های فامیلی و دوستانه انجام دهند (سعیدی و شکیب، 1384).

همه ما به ترتیبی دچار احساس تنهایی هستیم. به طوری که گاهی این احساس تنهایی به آزار تنهایی مبدل می شود و ما را کلافه می کند. گاهی از این حد هم فراتر می رود و به احساس بی کسی و ناامنی تغییر شکل می دهد. در وجود ما مبدل به ترس فراگیری شود. اضطراب را در ما تشدید می کند به طوری که نمی توانیم به امور عادی زندگی خود رسیدگی کنیم. چرا که مداوم به طور ناخودآگاه در حال فرار از این احساس و آزار هستیم. به علاوه خود را به خاطر تنها بودن و تنها شدن ملامت می کنیم. از این رو احساس خوشی هم نسبت به خود نداریم. در این صورت نه تنها ما را تنها گذاشته اند، خود ما نیز خود را تنها گذاشته ایم که این واقعاً بی مهری و نوعی خشونت به خویش است. ما احساس تنهایی را به دو صورت می شناسیم. صورت اول با احساس بیهودگی در

زندگی و احساس پوچی، با احساس بی اطمینانی نسبت به خود، در این صورت خود را در فعالیت های گوناگونی غرق می کنیم. صورت دوم با احساس ترس از رابطه با دیگران و با نزدیک شدن به دیگران. با احساس اضطراب و نگرانی از حالت های ناشناخته و نامعلوم از احساس پردشدگی و بی کسی. در این صورت تشنه رابطه با دیگران هستیم (آزاد، 1387).

احساس تنهایی گاهی بهنجار و گاهی نابهنجار است. انسانها به طور معمول گاهی احساس تنهایی می کنند و این به خاطر آن است که قلب دارای حالات متغیر و دگرگون شونده است. گاه شرایط محیطی و پیشامدهای زندگی آن چنان انسان را می آزارند که حتی برونگرترین افراد افسرده و گوشه گیر می شوند. این مرحله مدت کوتاهی دارد و گذراست که البته مفید است، چون انسان می تواند در آن لحظه توجهی به اعمال روزانه و گذشته خود کند، بر تفکرات خود مروری داشته باشد و با محاسبه آنها افکار و اعمال غیرصحیح را برای اعمال و افکار بعدی تصحیح کند. مرحله دوم تنهایی نابهنجار و مرضی است که این مرحله طولانی است، گاهی ناراحت کننده است و گاهی حتی برای خود احساس خوشایندی دارد چرا که فرد در اعماق خود فرو می رود و ناکامی ها و مشکلات خود را که در بیرون نتوانسته حل کند و یا خواسته هایی که به آنها نرسیده است، درعالم خیال پردازی و آرزوهای طولانی حل کند (براهنی، 1383).

احساس تنهایی افراد درگیر را با احساس خلأ، غمگینی و بی تعلقی مواجه می کند و به شیوه ای مختلف بر تعاملات اجتماعی با دیگران، نحوه زندگی و سلامت جهانی و روانی تأثیر می گذارد. احساس تنهایی احساس ناخوشایندی است که در نتیجه کاستی شبکه روابط اجتماعی فرد به صورت کمی و کیفی و عدم دسترس به روابط نزدیک و مطلوب با دیگران به وجود می آید (جامه بزرگ، 1391).

تنهایی احساس خالی بودن و تهی بودن از درون است. انسان احساس می کند از جهان و هر آنچه دوست دارد با آن در تماس باشد جدا شده است. تنهایی انواع و درجات گوناگونی دارد. ممکن است تنهایی با یک احساس گنگ و مبهم بی اهمیت و افسردگی یا ناراحتی شدید همراه باشد. تنهایی ممکن است در اثر دور بودن یا از دست دادن شخص خاصی ایجاد شود و یا ممکن است در اثر تماس نداشتن با افرادی که دوست صمیمی است به وجود آید (زربخش، راشدی، خادمی، 1385).

فردی که احساس تنهایی می کند فکر می کند که هیچ کس در زندگی نیست که بتواند احساسات و تجارب خود را با وی در میان بگذارد. خود را غیرقابل قبول و دوست نداشتنی و بی ارزشی درک می کند، در حالی که دیگران چنین درکی از او ندارند. احساس تنهایی، احساس لذت و نشاط زندگی را از انسان گرفته و فشار روانی بیشتری بر فرد وارد می سازد و باعث خستگی جسمی و روانی فرد می شود (امامی کندوانی، 1390).

پوتنام (2008) به این نتیجه رسید که دانشجویان که به مدت طولانی احساس تنهایی بیشتری می کنند به احتمال بیشتر، اضطراب و افسردگی شدیدتری را حس می کنند. احساس تنهایی احساس انفعالی است و تداوم آن ناشی از اجازه منفعلانه افراد و انجام ندادن اقدامی خاص جهت تغییر آن است. زمانی که افراد درگیر این احساس می شوند امیدوارند که خود به خوداز بین می رود، اما نه تنها از بین نمی رود بلکه رفته رفته افزایش می یابد.

احساس تنهایی، جدا شدن از وضعیت طبیعی و گرایش به وضعیت مصنوعی و ساختگی است. وقتی فردی در ارتباط طبیعی با دیگران نیست، به وسایل تنهایی پُرکن مثل رادیو، تلویزیون، کتاب، روزنامه، مجله و تلفن پناه می برد. استفاده از این وسایل به خودی خود نشان دهنده احساس تنهایی نیست. در واقع اضطراب خود را به نوعی نمی بینیم. نمی خواهیم ببینیم. فرو می نشانیم و یا با این وسایل رسانه ای تخدیر می کنیم. آیا توجه کرده اید که وقتی از طرف کسی طرد می شویم و یا احساس طردشدگی می کنیم، به شدت به سرگرم کردن خود و یا پناه بردن به وسایلی که شی را از خودتان غافل کند نیاز پیدا می کنیم. ما برای پر کردن احساس تنهایی خود به گریزگاه هایی پناه می بریم، به گروه هایی وابسته می شویم، انجمن هایی را برای عضویت انتخاب می کنیم. خود را در ایده ها و ایدئولوژی هایی گم می کنیم. پس احساس تنهایی (خود را گم کردن) هم به عنوان یک مکانیزم دفاعی پنهان وجود دارد (آزاد، 1387).

مطالعات اخیر نشان می دهد که اولاً استفاده از اینترنت، سبب ایجاد احساس تنهایی، ناکامی، اضطراب و به طور کلی کاهش سلامت روانی می شود. اشخاصی که از اینترنت بیشتر استفاده می کنند علاوه بر آن که بر زندگی خانوادگی آنها تأثیر منفی

می‌گذارد، زمان کمتری با خانواده صحبت می‌کنند و احساس تنهایی، اضطراب، افسردگی، کمبود عزت نفس و... در آنها بیشتر می‌شود (فیروز بخت، 1380).

کاپلان (2002) به این نتیجه رسیده که افراد معتاد به اینترنت از ویژگی‌هایی چون احساس تنهایی، کمرویی، کناره‌گیری اجتماعی و افسردگی برخوردارند و افراد وابسته به اینترنت از نظر واکنش‌های اجتماعی در سطح پایین‌تری نسبت به افراد غیر وابسته به اینترنت قرار دارند.

با توجه به مطالب ذکر شده این پژوهش در پی یافتن رابطه بین میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان و میزان احساس تنهایی آنها می‌باشد.

بر اساس آنچه بیان شد هدف پژوهش حاضر شناسایی رابطه بین آسیب‌نوپدید اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی دانشجویان است. همچنین فرضیه‌های این پژوهش عبارتند از:

- 1- بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت دانشجویان رابطه وجود دارد.
- 2- بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.
- 3- بین اعتیاد به اینترنت و رشته تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد.

ابزار و روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی بوده و به روش همبستگی انجام شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان در سال تحصیلی 92-1391 بوده است. بنابر استعلام پژوهشگران از واحد آموزش دانشگاه تعداد افراد جامعه پژوهش تقریباً 11 هزار نفر گزارش شده است. تعداد افراد نمونه پژوهش حاضر با استناد به جدول کرجسی مورگان شامل 376 نفر (188 نفر دانشجوی دختر و 188 نفر دانشجوی پسر) می‌باشند.

افراد نمونه به روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انجام شد به گونه‌ای که از بین رشته‌های مقطع کارشناسی این دانشگاه پنج رشته تحصیلی و از هر رشته تحصیلی 75 دانشجو به تصادف انتخاب شدند.

پژوهشگر در ابتدا ضمن جلب همکاری آزمودنی‌ها به آنها اطمینان می‌دهد که این آزمون‌ها و نتایج به دست آمده از آنها صرفاً جنبه پژوهشی دارد و مربوط به دانشگاه یا سازمان خاصی نیست. برای اطمینان بخشی بیشتر و جلب همکاری آزمودنی‌ها در

پاسخگویی صحیح و دقیق، به آنها یادآوری شد که ضرورتی برای نوشتن مشخصات شخصی (نام و نام خانوادگی) وجود ندارد.

پرسشنامه اعتیاد بر اینترنت¹: آزمون اعتیاد بر اینترنت روشی قابل اطمینان و معتبر برای اندازه گیری اعتیاد بر استفاده از اینترنت است. این پرسشنامه شامل 20 ماده، برای سنجش میزان وابستگی افراد در کار با اینترنت یا کامپیوتر می باشد که به وسیله «دکتر کیمبرلی یانگ» تهیه شده است. پاسخ های آن در یک پیوستار 5 درجه ای از «بندرت=1» «گاهی اوقات=2»، «اغلب=3»، «بیشتر اوقات=4» و «همیشه=5» قرار گرفته است که درجه اعتیاد خفیف، متوسط و شدید به اینترنت را اندازه گیری می کند. پایین ترین نمره دریافتی 20 و بالاترین امتیاز 100 است. جهت تغییر و طبقه بندی اعتیاد بر اینترنت امتیاز «39-20 = میزان وابستگی به اینترنت متوسط» «امتیاز 69-40 = وابستگی به اینترنت زیاد» و «امتیاز 100 تا 70 = وابستگی به اینترنت شدید» می باشد (سعیدی، 1384). کالدول و همکاران (2010) طبق مطالعه ای طولی که انجام داده اند، ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه اعتیاد بر اینترنت را 54% محاسبه کرده اند. هم چنین یونگ (1998) برای محاسبه روایی اعتیاد بر اینترنت از روش تحلیل عاطفی استفاده کرد که ضریب آلفای کرونباخ را برابر با 90% گزارش کرد. کیم و نام کونگ (2008) در پژوهش خود با عنوان بررسی اعتیاد اینترنتی در نوجوانان میزان اعتبار این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با 73% به دست آورد. ناستی زایی (1387) در پژوهش دیگری با عنوان بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد بر اینترنت با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با 88% گزارش کرده اند.

پرسش نامه احساس تنهایی آشر²: این مقیاس احساس افراد از تنهایی و نارضایتی های آنها را ارزیابی می کند. شامل 24 ماده است. 8 ماده آن (عبارت است از 2، 4، 5، 9، 11، 13، 15، 19 و 23) مربوط به سرگرمی ها و علاقه های افراد است و نمره ای به آن تعلق نمی گیرد و برای این منظور که فرد در انجام آزمون احساس راحتی و آرامش و آزادی بیشتر کند، آورده شده است به 16 ماده دیگر آن نمره تعلق می گیرد و دامنه آن بین 16 تا 80 می باشد. براساس رتبه بندی لیکرت نمره گذاری شده است و هر عبارت بین 1 تا 5 نمره می گیرد (اصلاً در مورد من درست نیست=1، کمی در مورد من درست است =2،

¹- Internet Addiction Test (IAT)

²-Asher

گاهی در مورد من درست است =3، غالباً در مورد من درست است =4، و کاملاً در مورد من درست است =5. پژوهشی که به وسیله تهیه کننده های مقیاس بر روی 522 نفر بهنجار 18 ساله انجام گرفت نشان داد که نمره های این مقیاس، همبستگی معنی داری با نمره های ارزیابی همسالان شخص نسبت به وی و سایر روشهای گروه سنجی داشت (آشر، 1984). در محاسبات مربوط به پایایی مقیاس احساس تنهایی الهانگن (2004) ضریب آلفای کرونباخ را برابر با 81% و نیز همسانی درونی آن با توجه به همبستگی 66% که این مقدار، پس از اصلاح، به روش اسپیرمن، براون برای محاسبه ضریب پایایی کل 79% به دست آمده است. داور پناه در سال (1383) در زمینه هنجاریایی مقیاس احساس تنهایی، پژوهشی انجام داد و ضریب آلفای 85% را گزارش کرد. معدنی پور (1390). ضریب پایایی به دست آمده توسط داور پناه را با روش باز آزمایی با فاصله زمانی 25 روز، بر روی 41 دانش آموز یک مدرسه دبیرستان دخترانه 94% گزارش کرده اند.

یافته ها

نتیجه تحلیل داده ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون برای دو گروه مستقل نشان داد که ضریب همبستگی پیرسون اعتیاد به اینترنت 1 و ضریب همبستگی پیرسون احساس تنهایی برابر با 0/905 است. بر این اساس، می توان نتیجه گرفت که بین اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی همبستگی قوی وجود دارد. این به این معنی است که هر چه میزان اعتیاد اینترنتی بیشتر باشد میزان احساس تنهایی نیز بیشتر می باشد.

جدول 1- خلاصه آزمون پیرسون

اعتیاد اینترنتی	احساس تنهایی	
1	0/905	اعتیاد اینترنتی
376	0	ضریب همبستگی پیرسون
376	376	سطح معناداری
376	376	تعداد آزمودنیها
0/905	1	احساس تنهایی
0	376	ضریب همبستگی پیرسون
376	376	سطح معناداری
376	376	تعداد آزمودنیها

در تحلیل فرضیه دوم در خصوص احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت دانشجویان دختر و پسر از آزمون t برای دو گروه های مستقل نشان داد که میانگین نمره اعتیاد اینترنت دختران برابر 34/45 و انحراف استاندارد آن نیز برابر 13/81، و میانگین نمره اعتیاد اینترنت پسران برابر 41/52 و انحراف استاندارد برابر 15/55 است. بر این اساس، می توان نتیجه گرفت که تفاوت میانگین دو گروه با درجه آزادی 374 در سطح $p < 0/013$ معنادار است و اعتیاد اینترنت پسران بیشتر از دختران است.

جدول 2. خلاصه آزمون t برای مقایسه اعتیاد اینترنتی دانشجویان دختر و پسر

گروهها	میانگین	انحراف استاندارد	درجه آزادی	t مشاهده شده	t جدول	سطح معنادار
دختران	34/45	13/81037	374	2/525	2/36	0/013
پسران	41/52	15/5501				

فرضیه سوم پژوهش به بررسی تفاوت سطح اعتیاد اینترنت و رشته تحصیلی دانشجویان می پردازد. جهت بررسی این تفاوت از آزمون تحلیل واریانس یک طرفه استفاده شد زیرا گروه نمونه بر پایه 5 رشته تحصیلی (پرستاری، کامپیوتر، زبان، جغرافیا و روان شناسی) به صورت تصادفی انتخاب شدند نشان داد که از نظر اعتیاد اینترنتی بین رشته های تحصیلی در سطح آلفا 0/05 تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول 3- تجزیه و تحلیل واریانس یک طرفه جهت مقایسه اعتیاد اینترنتی آزمودنیها برحسب رشته تحصیلی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	نسبت F	سطح معنادار
بین گروهها	2564/539	4	135/641	3/074	0/019
درون گروه ها	21900/016	371	572/208		
کل	2464/555	375			

اما برای بررسی این مطلب که بین کدام میانگین های نمونه تفاوت وجود دارد از مقایسه های تبعی استفاده شده است.

برای آزمون معنی دار بودن مقایسه پس از تجزیه و تحلیل واریانس روش های زیادی توسعه یافته است، بنابراین به منظور مقایسه میانگین پنج رشته تحصیلی از روش

توکی (Tukey) استفاده شده است. که خلاصه این محاسبات در جدول 4 نشان داده شده است.

جدول 4

خلاصه محاسبات آزمون توکی جهت مقایسه میانگین اعتیاد اینترنتی 5 رشته تحصیلی		
سطح معنادار	اختلاف میانگین های سطر و ستونی	مقایسه دو به دو میانگین های 5 گروه
0/236	8/33	کامپیوتر
1	0/62	زبان
0/98	2/28	جغرافیا
0/54	7/088	روان شناسی
0/114	8/96	کامپیوتر
0/154	10/62	زبان
0/012	15/42	جغرافیا
0/996	1/65	روان شناسی
0/636	6/45	زبان
0/886	4/804	جغرافیا

چنانکه در جدول بالا نشان داده شده است میانگین نمره های اعتیاد اینترنتی دانشجویان رشته کامپیوتر در مقایسه های دو به دو به طور معناداری بالاتر از میانگین نمرات سایر رشته ها می باشد. بنابراین دانشجویان رشته کامپیوتر نسبت به دانشجویان سایر رشته ها اعتیاد اینترنتی بیشتری دارند.

جدول 5- خلاصه محاسبات آزمون توکی جهت مقایسه میزان اعتیاد اینترنتی 5 رشته تحصیلی

سطح آلفا 0/05		تعداد	رشته تحصیلی
2	1	آزمودنیها	
34/ 9375	30/133	75	روان شناسی
36/5926	34/9375	75	جغرافیا
37/222	36/5926	75	زبان
45/56	37/222	75	پرستاری
0/135	0/135	75	کامپیوتر
			سطح معنادار sig

جدول فوق نشان می دهد که میزان اعتیاد اینترنتی در رشته های تحصیلی از کمترین به بیشترین پیش رفته است. به این معنی که کمترین اعتیاد اینترنتی در سطح آلفا 0/05 رشته روان شناسی و بیشترین اعتیاد اینترنتی در رشته کامپیوتر می باشد.

بحث و نتیجه گیری

با توجه به معنادار بودن محاسبات آماری در خصوص فرضیه اول می توان نتیجه گرفت بین دو متغیر اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی آزمودنیها همبستگی و رابطه وجود دارد. به این معنی که هرچه اعتیاد اینترنتی بیشتر باشد میزان احساس تنهایی نیز بیشتر خواهد بود. به این ترتیب یافته های پژوهش حاضر با تحقیق سلیمی (1389) که به رابطه ارتباطات اینترنتی در زندگی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت پرداخته اند، همخوانی دارد. علاوه بر آن با مطالعه نیمز و گریفیت (2005) که به بررسی رابطه اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی پرداخته اند، همخوانی دارد.

با توجه به معنادار بودن محاسبات آماری در خصوص فرضیه دوم می توان نتیجه گرفت میانگین اعتیاد به اینترنت به نحوی در دانشجویان پسر بیشتر از دانشجویان دختر است. به این ترتیب یافته های پژوهش حاضر با مطالعات چی هونگ و همکاران (2005) که به بررسی کشف متغیرهای تاثیرگذار در اعتیاد اینترنتی دانش آموزان تایوانی پرداخته است همخوانی دارد. همچنین با مطالعه لی، ژی و وانگ (2008) که به بررسی رابطه بین سن، جنس، پشتوانه خانوادگی و اعتیاد اینترنتی پرداخت نیز همخوانی دارد. افزون بر این، با مطالعات ترکلی (2005) و یانگ (2008) که به بررسی رابطه اعتیاد اینترنتی و جنسیت پرداخته اند نیز همخوانی دارد.

در خصوص فرضیه سوم نیز می توان نتیجه گرفت که بین رشته تحصیلی و اعتیاد ارتباط وجود دارد نشان داده شد که میانگین اعتیاد اینترنتی رشته کامپیوتر به طور معناداری بالاتر از میانگین نمرات اعتیاد اینترنتی دانشجویان سایر رشته ها می باشد. به این ترتیب یافته های فریس (2003) و کیم و همکاران (2010) که به مطالعه رابطه اعتیاد اینترنتی و رشته تحصیلی پرداختند همخوانی دارد.

در گذشته هویت افراد و روابط شان با دیگران وابسته به فضای مادی بود که در آن زندگی می کردند مکان عنصری تعیین کننده بود، اما در حال حاضر به واسطه گسترش تکنولوژی های نوین اطلاعاتی و ارتباطاتی محدودیت های مکان و زمان از

بین رفته است و فرد دیگر به مکان محلی و بومی خود وابسته نیست بلکه می تواند مرزهای جغرافیایی را طی کند و با جهان بزرگتری در ارتباط باشد. بنابراین تکنولوژی های جدید بر زندگی نوجوانان و جوانان بی تأثیر نبوده است. تنوع طلبی و نوجویی از ویژگی های نسل جوان است و نوجوانان و جوانان را به مصرف کننده عمده این تکنولوژی و محصولات مختلف آن تبدیل می کند. از جمله اینترنت که تغییرات هویتی مانند هویت مجازی و هویت کاذب روی جوانان دارد. در عین حال می تواند باعث تسهیل ارتباط با همسالان به ویژه جنس مخالف شود و نقش مهمی در هویت، نگرشها و ارزش های جوانان داشته باشد.

پیامدها یا آثار استفاده از اینترنت در زندگی روزمره کاربران شامل آثار مثبت و منفی است. مطالعات انجام شده تاثیرات مثبت اینترنت را شامل حمایت اجتماعی، کاهش احساس تنهایی و افزایش توانمندی و درک همدردی بیان نموده اند و تاثیرات منفی را شامل کاهش ارتباطات خانوادگی و روابط اجتماعی و تغییر در سلامت روانی و افزایش احساس تنهایی، اعتیاد به اینترنت و صدمات اسکلتی ناشی از استفاده از کامپیوتر گزارش کرده اند (عبدالباری، 2010). در پژوهش حاضر نیز دانش آموزانی که به به میزان زیاد از اینترنت استفاده می کردند دارای احساس تنهایی بالایی بودند و به اضطراب و افسردگی بیشتری دچار بوده اند .

پژوهش حاضر نیز مانند اکثر پژوهشهای انجام شده، محدودیت هایی داشت که به برخی از آنها اشاره می شود: گروه نمونه مورد مطالعه حاضر تنها در شهر همدان انتخاب شده است. از این رو تعمیم نتایج برای مناطق و شهرهای دیگر، با توجه به گستردگی فرهنگی و نژادی، و همچنین روی گروههای نمونه دیگر باید با احتیاط انجام پذیرد. با توجه به جدید بودن موضوع عدم دسترسی لازم به منابع معتبر وجود داشت.

به پژوهشگران آینده پیشنهاد می شود که برای به دست آوردن نتایج بهتر و دقیقتر و جامعتر بهتر است پژوهش در سطح وسیعتر (منطقه ای، استانی و ملی) اجرا شود. سایر اقشار اجتماعی علاوه بر دانشجویان در صورت دسترسی مورد ارزیابی قرار بگیرند. با بهره گیری از این قبیل پژوهشها، به نظر می رسد ضعف مهارت های اجتماعی در برقراری ارتباط از سوی خانواده و نهادهای آموزشی، محدودیت های اجتماعی در گفت و گوی حضوری، انزوای طلبی و نیازهای جنسی، باعث شده تا جوانان زمان بیشتری را به کاربرد اینترنت و حضور در چت رومها اختصاص دهند. همچنین به به والدین پیشنهاد می شود

که از مباحث ایمنی و حفاظتی گوناگون فن آوری‌های ارتباطات و اطلاعات مطلع باشند و در این راستا، به دنبال یادگیری کامپیوتر باشند و برای ترقی مهارت‌های خود دوره‌های آموزشی کامپیوتر را یاد بگیرند. فرزندان خود را با نحوه صحیح استفاده از فن آوری‌ها (بازی‌های رایانه‌ای، اینترنت و ماهواره) آشنا کنند و درباره خطرهای آن هشدار دهند. محدود کردن زمان استفاده از فن آوری‌ها و تشویق فرزندان جهت تماس‌های اجتماعی با همسالان خود. استفاده از نرم افزارهای فیلترکننده برای جلوگیری از مشاهده برنامه‌های نامناسب. فراهم کردن برنامه‌های تفریحی فرح بخش برای پر کردن اوقات فراغت فرزندان. از سوی دیگر به جز خانواده‌ها، نهادهای اجتماعی نیز در این رابطه نقش مؤثری ایفا می‌کنند که پیشنهاد می‌شود: مدارس آموزش‌های مناسب استفاده از فن آوری‌ها را ارائه کنند. رسانه‌های گروهی به ویژه رادیو و تلویزیون، آگاهی‌های لازم و فرهنگ سازی مناسب داشته باشند. برنامه‌های رادیو و تلویزیون محتوای غنی و کیفیت لازم را داشته باشد تا گرایش به شبکه‌های خارجی کاهش یابد.

منابع:

- اتکینسون، ریتا ال. اتکینسون، ریچارد سی. اسمیت، ادوارد ای. بم، داریل ج. هوکسما، سوزان تولمن. (بی تا). زمینه روانشناسی هیلگارد (جلد دوم). ترجمه حسن رفیعی، محسن ارجمند، مرصده سمیعی. (1383). تهران: انتشارات ارجمند.
- امامی کندوانی، رقیه (1390)، احساس خشم و مقابله با آن. پایان نامه کارشناس ارشد روان شناسی. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی. ص 12-20.
- آزاد، پیمان. (1387). غلبه بر خشم و احساس تنهایی. تهران. البرز.
- تبریزی، محسن هویدا، لادن امیدی، فاطمه (1389)، استغراق در فضای مجازی و عوارض فردی و روانی آن، پژوهش نامه علوم اجتماعی، سال چهارم. ص 66-72.
- جامه بزرگ، محمود (1391)، مقایسه میزان تنهایی در نوجوانان دارای اختلال نارسایی توجه بیش فعالی و نوجوانان عادی. پایان نامه کارشناسی، دانشگاه پیام نور واحد فامنین. ص 38-48.
- داورپناه، فروزنده (1383)، هنجاریابی نسخه تجدیدنظر شده، مقیاس احساس تنهایی ucl (برای دختران 12 تا 18 ساله تهران در تهران) پایان نامه کارشناسی ارشد، چاپ شده، دانشگاه علامه طباطبایی. ص 12-18.
- زربخش بحری، محمد رضا. راشدی، وحید. خادمی، محمدجواد (1385)، احساس تنهایی و اثرات آن. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن. ص 88-89.
- سعیدی، علی. شکیب، ابوالقاسم (1384)، روان شناسی و آسیب شناسی ارتباطات اینترنتی. انتشارات سنبله.
- عبداللهیان، حسین (1384)، نوع شناسی و بازتعریف آسیب های اینترنتی و تغییرات هویتی در ایران، فصلنامه انجمن ایرانی، مطالعات فرهنگی و ارتباطات، شماره 2 و 3. ص 135-154.
- فیروز بخت، مهرداد (1380)، اعتیاد به اینترنت. مجله سرو، ص 26-24.
- کرمشایی، فائزه. پناهی، امین. صادق نیا، احمد. زیدی، یاسر (1390)، بررسی اعتیاد به اینترنت و فضاهای مجازی در بین جوانان و نوجوانان، همایش ملی صنایع فرهنگی و نقش آن در توسعه پایدار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه 17 و 18 اسفند ماه.
- گرینفیلد، دیوید (1384)، اعتیاد به اینترنت و پیامدهای آن، مجله ره آورد نور، پاییز، شماره 12. ص 65-72.

- معدنی پور، کبری، حق رنجبر، فرخ، کاکاوند، علیرضا، ثنایی ذاکر، باقر (1390)، بررسی رابطه سبک دلستگی با خوش بینی و احساس تنهایی در دانش آموزان 9-12 سال شهر کرج ص. 88-95.

- ناستی زایی، ناصر (1388)، رابطه سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان، مجله طبیب شرق، دوره 11، شماره 1، بهار 88. ص. 22-28.

- سلیمی، علی (1388)، بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء. ص 158-169.

- Abdulbari B.(2010), Do excessive internet use, television viewing and poor lifestyle habits affect low vision in school children. J Child Health Care; 14 (4): 375-385.
- Asher, s.Hymel, S.Renshaw, P.(1984), lone linessin children.child development , 55 ,1456-1464.
- Bart, Ronald.(2010),The network structure of social capital. Research on organizational Behavior.38.178
- Caplan SE.(2002), Problematic internet use and psycho social well-being: Development of a theory-based cognitive behavioral measurement instrument. Comput Hum Beh.18:553-75.
- Caldwell, C. D, & Cunningham. T. J.(2010), Internet addiction and students : Implications for school counselors.61-88.
- Ceyhan AA.(2008), Predictors of problematic internet use on Turkish university students. Cyberpsychol Behav. 11(3):363-5.
- Chih-Hung, Ko; YEN Ju-Yu; Chen Cheng- Chung; Chen Sue-Huei; Yen Cheng-Fang.(2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. The Journal of Nervous and Mental Disease 193 (4): 273- 277
- Elhageen, A.A.M.(2004),Effect of Interaction between parantel Treatment styles and peer Relations in classroom on the feelings of Loneliness among Deaf children in Egptian schools. UN published M.Ddiser tation eberhard- Karls-university.12-20.

-
- Ferris JR. Internet addiction disorder: causes, symptom and consequences (2003), Available from: <http://www.chem.vt.edu/chemdept/dessy/honors/papers/ferris.125-160>.
 - Internet World Stats. (2010), Retrievevd from [www. Internetworldstats.com](http://www.Internetworldstats.com)
 - Kim EJ, Namkoong K, Ku T, Kim SJ.(2008), The relationship between game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *Eur Psychiatry* ;23(3):212-8.
 - Kim JH, Lau CH, Cheuk KK, Kan P, Hui HL, Griffiths SM (2010), Predictors of heavy internet use and associations with health-promoting and health risk behavior among Hong Kong university students. *J Adolesc.* 33(1):215-20.
 - Li, S., Q. Xie, and A. Wang (2008), The Relationship between Age, Gender, Family Support, and Internet Addiction. Paper presented at the annual meeting of the MWERA Annual Meeting, Westin Great Southern Hotel, and Columbus, Ohio Online. http://www.allacademic.com/meta/p275529_index.html
 - Niemz K, Griffiths M, Banyard P.(2005),Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychol Behav*; 8(6):562-70.
 - Patrick, F., Joyce, J. (2008), Internet addiction: Recognition and intervention. *J Psychiatr Nurs*: 22(9):59-60.
 - Putnam, R. (2008), Boxling a lone: America's declining social capital. *Journal of Democracy*, 6, 65- 78.
 - Sanders, C.E. Fiels, T. M., Diego, M., & Kaplan. M. (2000), The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence*, 35, 237-242.
 - Turkle, S.(2005), *Lift behind the screen: Identity in the age of the Internet*. NewYork: Simon & Schuster.48-60.
 - Wheeler. D,(2009), *The internet in the middle east Global exceptions and local imagination in the Kuwait*, state university of New York press.120-140.

-
-
- Young. KS.(1998), Caught in the net. How to recognize the sings of internet addiction and a winning strategy for recovery.1 Edition, John Wiley &sons: New York.278-282.
 - Young, K., & Robert, R. (1998), Internet addiction: Personality Trais Associated with its Development. Paper presented at the 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association, Bradford: University of Pittsburgh.28-38.
 - Young, K.,Yuexiao, D & Ying, Li (2011), prevalence Estimates and Etiologic Models of Internet Addiction, In Internet Addiction, A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment, Edited by Young K imberly S., Abreu Cristiano Nabuco de, published by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.
 - Young, K. S. (1998)," Internet Addiction: The Emergence of a Ne Disorder “, Cyber Psychology and Behavior 1(3): 237- 244.
 - Young, K. (2008), Men, Women, and the Internet: Gender Differences.<http://www.healthypalce.com/addictions/center-for-internet-addiction-recovery/genderand-internet-addiction/menu-id-1105/> accessed May 17

