

شناسایی مهمترین پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت بر مبنای رهیافت فراتحلیل: شواهدی از مطالعات داخلی*

هوشنگ گراوند^۱، محمدرضا نظری^۲

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۴/۰۶

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۳/۰۶

DOI: 10.30495/JISDS.2023.73425.11895

چکیده

با توجه به جدید بودن مطالعات مربوط به حوزه اعتیاد به اینترنت در ایران، بررسی و شناسایی عوامل روان‌شناختی پیش‌بینی‌کننده این پدیده به صورت یک خلأ پژوهشی مشهود است؛ بنابراین پژوهش حاضر با هدف شناسایی مهمترین پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت به‌وسیله یک روند تحقیقی فراتحلیل انجام شد. روش اجرای پژوهش فراتحلیل-کمی است. در فرایند بررسی سیستماتیک، تعداد ۱۹۵ پژوهش در بازه زمانی ۱۳۸۰ تا ۱۴۰۰ شناسایی که با مطالعه دقیق متن پژوهش‌ها توسط اساتید دانشگاه و خبرگان، ۱۰۸ پژوهش شمول تشخیص داده شد. رضایت زندگی (ES, ۰/۶۵-)، مقابله‌مسأله‌مدار (ES, ۰/۴۵-)، دشواری در تنظیم هیجان (ES, ۰/۴۵-)، حساسیت بین‌فردی (ES, ۰/۴۵-)، هیجان‌خواهی (ES, ۰/۴۲-)، احساس تنهایی (ES, ۰/۴۱-)، افسردگی (ES, ۰/۳۹-)، اضطراب (ES, ۰/۳۸-)، سرمایه‌روان‌شناختی (ES, ۰/۳۷-)، افسردگی (ES, ۰/۳۶-)، استرس (ES, ۰/۳۵) و هوش هیجانی (ES, ۰/۳۵-) به ترتیب قوی‌ترین پیشایندها شناسایی شدند. با توجه به ناهمگنی در مطالعات، پژوهش‌های دارای روایی (ES, ۰/۱۵-) اندازه اثر بیشتری نسبت به پژوهش‌های بدون احراز روایی (ES, ۰/۰۶) داشتند. بر اساس نتایج پژوهش حاضر می‌توان بیان نمود که چگونگی استفاده از اینترنت می‌تواند با ویژگی‌های روان‌شناختی کاربران مرتبط باشد. انتظار می‌رود نتایج پژوهش حاضر علاوه بر افزودن بر دانش موجود در این زمینه، در جهت تقویت هر چه بیشتر عوامل محافظت‌کننده و برطرف ساختن عوامل خطر مفید واقع گردیده و همچنین بتوان از نتایج این پژوهش به عنوان راه‌گشای برنامه‌های مداخله‌ای در این حیطه استفاده نمود.

واژگان کلیدی: اعتیاد به اینترنت، پیشایندهای روان‌شناختی، فراتحلیل

* این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی با عنوان «فراتحلیل پیشایندها و پیامدهای اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در طول دو دهه گذشته در ایران و راهکارهای مقابله با آن» است که با حمایت پژوهشگاه علوم انتظامی و مطالعات اجتماعی ناجا و با همکاری دانشگاه لرستان انجام شده است.

^۱ استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران. (نویسنده مسئول)

(Email: garavand.h@lu.ac.ir)

^۲ رئیس مرکز رصد فضای مجازی معاونت فرهنگی و اجتماعی فراجا، تهران، ایران

(Email: Mhmrdanzry196@gmail.com)

مقدمه

فضای مجازی یکی از بزرگترین نمادهای تحول جهانی در عصر حاضر به شمار می‌رود. این عصر با ویژگی‌هایی نظیر رشد نمایی تغییرات، دامنه تأثیر جهانی، محیط پیچیده و آشوبناک و نیز فضای رقابتی از عصرهای گذشته متمایز شده است. ترکیب این مشخصات می‌تواند چنان نیرویی را ایجاد نماید که شرکت‌ها، سازمان‌ها و حتی دولت‌ها را دچار دگرگونی‌های بنیادی سازد. فناوری‌های فضای سایبر، فیزیک و بیولوژیک نظیر نانو، بایو، شبکه‌های اجتماعی، اینترنت اشیا، چاپ‌گرهای سه‌بعدی، کلان داده، هوش مصنوعی، بلاک‌چین و ... دنیای جدیدی را خلق کرده‌اند و زندگی بشر را در سطوح مختلف تحت تأثیر بنیادی قرار داده است (قلاوند و همکاران، ۱۳۹۹: ۱۱۴). از این رو، یکی از شگفت‌انگیزترین رویدادهای دنیای معاصر را می‌توان سرعت بی‌سابقه تغییرات اجتماعی دانست. زمینه بسیاری از چنین تغییر و تحولات سریع و شگرفی بی‌شک دستاوردهای تکنولوژیکی جدید مربوط به اینترنت است (رازقی و عباس‌نژاد عربی، ۱۳۹۶: ۹۳). اینترنت علاوه بر مزایایی که دارد بی‌گمان می‌تواند پدید آورنده مشکلات جدید یا تشدید کننده مشکلات قدیمی باشد. یکی از مشکلات بزرگ و مهمی که اینترنت بوجود آورده است، اعتماد به این شبکه عظیم جهانی است که دارای تأثیرات رفتاری - روانی بسیار مضر و جدی بر روی کاربران می‌باشد (رستمی و همکاران، ۱۳۹۵: ۶۶). امروزه این اعتماد رفتاری چنان در میان جوامع غربی و شرقی گسترش یافته که به یک معضل اجتماعی تبدیل شده و شیوع آن در میان بزرگسالان همچنان در حال افزایش است (چنگ و لیو^۱، ۲۰۲۰: ۲). به نظر می‌رسد این اعتماد در ایام پاندمی کرونا افزایش پیدا کرده است؛ چون که نوجوانان دارای وقت آزاد بیشتری هستند و استفاده مشروع آن‌ها از اینترنت نیز با وجود کلاس‌های مجازی افزایش پیدا کرده است. به طوری که امروزه اینترنت به یکی از ملزومات زندگی دانشجویان و دانش‌آموزان تبدیل شده است و اعتماد به آن مسبب مشکلات عدیده‌ای است (گراوند و نظری، ۱۴۰۱: ۱۱). به هر حال نسل‌های امروز بسیار زیاد از اینترنت استفاده می‌کنند و از آنجا که ویروس کرونا شرایطی را به وجود آورده تا مردم بیشتر در خانه بمانند، احتمال دارد این امر باعث استفاده بیشتر آنها از اینترنت شود و به دلیل اخبار ناگوار و محتوای ناراحت کننده مرتبط با ویروس کرونا که ممکن است در سطح اینترنت با آن مواجه شوند استرس آسیب‌زایی را تجربه کنند (دانگ و ژنگ^۲، ۲۰۲۰: ۲۵۹).

نتایج پژوهشی که اخیراً توسط اولسون^۳ و همکاران (۲۰۲۲) در دانشگاه مک‌گیل انجام شده، از نرخ بالای اعتماد کاربران ایرانی به گوشی‌های هوشمند حکایت دارد. از میان ۲۴ کشوری که در این پژوهش مورد مطالعه قرار گرفته‌اند، کشورهای چین، عربستان سعودی و مالزی در رده‌های اول تا سوم قرار دارند و ایران در رده ششم است. این درحالی است که عموماً کشورهایی که در گروه پیشگامان فناوری‌های دیجیتال قرار دارند، در رده‌های پایانی این فهرست قرار دارند. مثلاً در کمال تعجب، کاربران آمریکایی از نظر میزان اعتماد به استفاده از گوشی‌های هوشمند در رده هجدهم جای گرفته‌اند و کشورهای سوئیس، فرانسه و آلمان نیز قعرنشین این فهرست هستند. بر اساس گزارش وضع جهانی اینترنت، ایران در بین ۲۰ کشور نخست دارای بیشترین کاربران استفاده از اینترنت، در جایگاه ۱۶ قرار دارد. همچنین طبق این گزارش، از سال ۲۰۱۹-۲۰۲۰ میلادی، میزان رشد کاربران اینترنتی ۲۴/۹۸ درصد بوده و حدود ۶۳ میلیون نفر کاربر اینترنتی در ایران وجود دارد (وضعیت جهانی اینترنت^۴، ۲۰۱۹). حجم رو به رشد تحقیقات صورت گرفته نشان‌دهنده آن است که اعتماد به اینترنت نوعی اختلال روان‌شناختی-اجتماعی است و از مشخصه‌های آن، تحمل، علائم کناره‌گیری، اختلالات عاطفی و از هم گسیختگی روابط اجتماعی است (دونگ^۵ و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین با توجه به گسترش روزافزون خطوط اینترنت رایگان و پرسرعت و احتمال بروز اعتماد به اینترنت و با بررسی مطالعات قبلی صورت گرفته

¹ Cheng & Liu

² Dong & Zheng

³ Olson

⁴ Internet World Stats

⁵ Dong

می‌توان به این موضوع پی‌برد که علت دقیق رابطه میان این متغیرهای بالینی با اعتیاد به اینترنت هنوز مشخص نشده است (موبویا^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین با شناخت عوامل روان‌شناختی موثر در اعتیاد به اینترنت، از یک سو به آگاهی ما در خصوص کمبودها و نیازهای روان‌شناختی افراد کمک می‌کند و از سوی دیگر به شناخت ما نسبت به اعتیاد به اینترنت و علل استفاده از آن کمک خواهد کرد. چنین به نظر می‌رسد که در عرصه سیاست‌گذاری فضای مجازی، توجه چندانی به نیازهای روانی مخاطبان در پیوستن به فضای مجازی نشده است (کیا و نوری مرادآبادی، ۱۳۹۱: ۱۸۳). در این تحقیق فراتحلیلی با بررسی و تحلیل چندین پژوهش که طی دو دهه گذشته درباره نقش عوامل روان‌شناختی در اعتیاد به اینترنت نوشته و بررسی شده است، به شناخت هر چه بیشتر و بهتر این عوامل می‌پردازیم. در فراتحلیل ابتدا اطلاعات از منابع اولیه استخراج می‌شود. سپس با استفاده از روش‌های آماری با یکدیگر ترکیب می‌گردد و بالاخره یک کل جدید به دست می‌آید. در روش‌های فراتحلیل، پژوهشگر، ویژگی‌ها و داده‌های پژوهش‌های قبلی را به شکل کمی ثبت می‌کند و بعد با ترکیب نتایج تحقیقات قبلی، به یک نتیجه کلی می‌رسد (هومن، ۱۳۹۲: ۸).

اعتیاد به اینترنت از موضوعات اساسی مطالعات جامعه‌شناسی و روان‌شناختی است. مشکل دیگر این است که نتایج برخی از پژوهش‌های انجام شده در زمینه اعتیاد به اینترنت، کاملاً همسو نیستند. به این دلیل، بررسی آن‌ها و مقایسه نتایج با یکدیگر به دلایلی کاری دشوار و محال می‌باشد. تفاوت در روش‌های تحقیق گوناگون و ابزارهای اندازه‌گیری متفاوت، موجب می‌شوند که پژوهشگر نتواند یافته‌ها را به درستی مقایسه کند و در این حالت پژوهشگر ممکن است نیاز داشته باشد که فرایند بازنگری تصحیح شود، چرا که مطالعه تحقیقات قبلی به شکل کیفی دارای اشکال‌هایی است. برای نمونه باید گفت که این روش‌ها ذهنی هستند و پژوهشگر به بررسی پژوهش‌های قبلی با توجه به ملاک‌های ذهنی خود می‌پردازد. دوم این که پژوهشگر در انتخاب نوع ویژگی‌ها و نکات دچار مشکل می‌گردد. لذا به یک روش منظم همچون روش فراتحلیل نیاز است تا با استفاده از نتایج پژوهش‌های قبلی انجام شده، آن‌ها را مورد تفسیر و ارزشیابی قرار دهد و یک نتیجه کلی به دست آید. فراتحلیل مجموعه‌ای از فنون نظام‌دار برای حل تناقض‌های یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های مختلف است. این روش نتایج بررسی‌های گوناگون را به مقیاس مشترک تبدیل می‌کند یا به عبارت دیگر با استفاده از روش‌های آماری، پژوهش‌های انجام شده را ترکیب می‌کند. بنابراین فراتحلیل مجموعه‌ای از روش‌های آماری است که برای یکپارچه کردن نتایج حاصل از پژوهش‌های آزمایشی و همبستگی که هر کدام به طور مستقل درباره یک موضوع یکسان انجام گرفته‌اند، به کار می‌رود و پیش فرض این است که هر کدام از پژوهش‌ها برآورد متفاوتی از پارامترهای جامعه و روابط بین متغیرها را نشان می‌دهند که با تجزیه و تحلیل این یافته‌ها، برآورد دقیق‌تری از جامعه به دست می‌آید (هومن، ۱۳۹۲: ۸). همچنین، میزان اندازه اثر هر یک از متغیرهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت مشخص نیست. به همین جهت پژوهش حاضر درصدد است با استفاده از روش مرور سیستماتیک و فراتحلیل، وضعیت کلی پژوهش در این زمینه و میزان اثر هر کدام از عوامل را مورد بررسی قرار دهد تا از طریق ترکیب و مقایسه مطالعات منفرد، نتایج کلی و مملوس‌تری در این زمینه حاصل شود. لذا با توجه به آمارهای موجود و گاهی نتایج غیرهمسو در تحقیقات و مطالعات قبلی و از همه مهم‌تر نبود فراتحلیل‌هایی در زمینه نقش عوامل روان‌شناختی در اعتیاد به اینترنت، اهمیت و ضرورت تحقیق در این زمینه آشکارتر می‌شود. این پژوهش با روش فراتحلیل و مقایسه چندین پژوهش مرتبط در این حوزه، به بررسی شناسایی مهمترین پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت به وسیله یک روند تحقیقی فراتحلیل می‌پردازد.

مروری بر پیشینه پژوهش

خانلری و فرهادی (۱۴۰۱) پژوهشی با هدف تعیین رابطه متغیرهای روان‌شناختی و علائم روان‌شناختی با اعتیاد به اینترنت به عنوان یک مطالعه مروری انجام دادند. نتایج نشان داد متغیر افسردگی، اضطراب، کیفیت خواب، افکار خودکشی، سلامت روان،

^۱ Mboya

عزت نفس، پرخاشگری، خودکنترلی، سیستم پاداش، بدرفتاری با کودک بیشترین یکدستی را در یافته‌ها، در جهت ارتباط با اعتیاد اینترنتی نشان داده‌اند. متغیرهای هوش هیجانی و سرمایه اجتماعی نیز نتایج ضدونقیضی ارائه دادند. از بین پنج ویژگی بزرگ شخصیتی، درون‌گرایی، برونگرایی، روان‌رنجوری بیشترین سهم از پیش‌بینی‌کنندگی و ارتباط با اعتیاد اینترنتی را تشکیل دادند. از بین انواع سبک فرزند پروری، سبک سهل‌گیرانه و مستبدانه بیشترین ارتباط مثبت و سبک مقتدرانه بیشترین بازدارندگی را برای اعتیاد اینترنتی ثبت نمود. متغیر خودکارآمدی و فعالیت جسمانی نیز از جمله متغیرهای بودند که با داده‌های متعارض نتیجه‌گیری را دشوار نمودند.

عشایری و همکاران (۱۴۰۰) پژوهشی با هدف مطالعه اعتیاد به اینترنت در ایران با روش فراتحلیل انجام دادند. جامعه آماری آن ۹۲ سند بود که ۵۰ نمونه از آن با ارزیابی کیفیت، اعتبار و روایی آثار علمی، به روش نمونه‌گیری غیر احتمالی - هدفمند در بازه زمانی ۱۳۸۴ الی ۱۴۰۰ انتخاب شدند. نتایج نشان داد که عوامل زمینه‌ای (۰/۲۳)، عوامل فرهنگی (۰/۱۱)، عوامل خانوادگی (۰/۳۵)، ویژگی‌های اینترنت (۰/۲۴)، عوامل تربیتی (۰/۰۹)، الگوی اجتماعی (۰/۱۲)، سبک زندگی (۰/۱۹)، آنومی روانی (۰/۲۴)، اختلال روانی - فردی (۰/۲۰)، تاب‌آوری (۰/۱۱)، آنومی هویتی (۰/۱۵) و سرمایه اجتماعی (۰/۲۹) با اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری دارند و در کل ۰/۳۲ درصد از آن را تبیین کرده‌اند.

بهرامی احسان و همکاران (۱۳۹۸) پژوهشی با عنوان فراتحلیل رابطه اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی انجام دادند. به همین منظور از میان ۱۳ پژوهش انجام شده، ۱۰ مورد که از لحاظ روش‌شناسی مطلوب بودند، انتخاب کردند. این پژوهش در برگزیده ۵۰۷۸ مورد نمونه و ۴۸ اندازه اثر بود. نتایج با اتخاذ روش ترکیب اندازه اثر بدست آمد که داده‌های بدست آمده به شرح: اعتیاد به اینترنت با روان‌رنجورخویی ۰/۱۴، برون‌گرایی -۰/۱۲، باز بودن به تجربه ۰/۰۴-، سازش‌پذیری ۰/۱۰-، با وجدان بودن ۰/۱۷- بودند.

لی^۱ و همکاران (۲۰۲۱) پژوهشی با هدف رابطه بین خودکنترلی و اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان با رویکرد فراتحلیل انجام دادند. نتایج نشان‌دهنده ارتباط منفی بین خودکنترلی و اعتیاد به اینترنت بود و این پیوند با سن، فرهنگ، جنسیت و معیار اعتیاد به اینترنت تعدیل می‌شود.

کومار و موندال^۲ (۲۰۱۸) پژوهشی با عنوان بررسی اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با آسیب‌شناسی روانی و عزت نفس در بین دانشجویان به این نتیجه دست یافت که افسردگی، اضطراب و حساسیت بین فردی با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معناداری دارند. در کنار آن، عزت نفس پایین در دانش‌آموزان با کابران احتمالی اینترنت مرتبط است.

لام^۳ (۲۰۱۴) در پژوهشی به بررسی اعتیاد به بازهای اینترنتی، استفاده مشکل ساز از اینترنت و مشکلات خواب با رویکرد فراتحلیل پرداخت. نتایج نشان داد بازی‌های نقش‌آفرینی آنلاین انبوه‌چندنفره، ممکن است با کیفیت پایین خواب ارتباط مثبت داشته باشد. نتایج همچنین نشان داد که استفاده مشکل‌زا از اینترنت با مشکلات خواب از جمله بی‌خوابی ذهنی و کیفیت پایین خواب ارتباط دارد.

مبانی نظری

اعتیاد اینترنتی به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری و کنترل‌انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد. اعتیاد اینترنتی رفتاری و سواسی، یا آرزوی برقراری پیوند، یا شاید حتی نمودی از انتقال و یا بازتاب روابط، یا رفع نیاز قلمداد می‌شود. یانگ^۴ (۱۹۹۸) نیز اشاره می‌کند که فرد معتاد کسی است که دست کم ۳۸ ساعت در هفته و یا ۸ ساعت در روز، وقت خود را صرف استفاده از اینترنت

^۱ Li

^۲ Kumar & Mondal

^۳ Lam

^۴ Young

می‌کند. متخصصان در زمینه آسیب‌شناسی، محدودترین تعریف را برای طبقه‌بندی استفاده از اینترنت ارائه می‌دهند. براساس طبقه‌بندی آنها، چنانچه فرد در هفته ۲ تا ۳ ساعت از اینترنت استفاده کند، کاربر معمولی است و چنانچه میزان استفاده او از اینترنت به ۸/۵ ساعت و یا بیشتر برسد، کاربری است که باید مورد بررسی‌های آسیب‌شناسانه قرار گیرد. استفاده افراطی و وسواس‌گونه از اینترنت ممکن است باعث ایجاد مشکلات روانی، اجتماعی، درسی، شغلی و همچنین ایجاد مشکلات فیزیکی مثل چشم درد، کمر درد، تغییر در الگوی خواب و تغذیه در فرد شود.

سولر^۱ (۱۹۹۸) دیدگاه خود را بر اساس هرم نیازهای مازلو بیان می‌کند. مازلو گستره وسیعی از نیازهای آدمی را بر اساس هرمی از نیازهای بنیادین و بیولوژیکی تا نیازهای والاتر خودشکوفایی طبقه‌بندی می‌کند که فرد نیازی را در یک سطح ارضا و به سطوح بالاتر می‌رود. بنابراین، افراد به این دلیل شیفته شئی، فرد یا فعالیت خاصی می‌شوند که نیازی را در آنها برطرف می‌کند.

ابراهام مازلو مدل خود را درباره انگیزش انسانی، بر مبنای تجربه کلینیکی خود در سال ۱۹۴۳ میلادی ارائه داد. او نیازهای بشری را به پنج طبقه تقسیم کرد و آن را سلسله مراتب نیازها نامید.

- نیازهای فیزیولوژیک: ارضای میل‌های تشنگی، گرسنگی و جنسی؛
- نیازهای ایمنی: رهایی از ترس آسیب‌های برونی، تغییرات شدی برونی؛
- نیازهای مربوط به تعلق: میل به داشتن روابط عاطفی و مراقبتی، یعنی دریافت محبت و حمایت شخصی از سوی دیگران؛
- نیاز به قدرت و منزلت: احترام و ارج‌گذاری مثبت از جانب همسالان و وابستگان؛
- خودیابی یا شکوفایی: فرصت برای ارضای توان بنیادین فرد تا حد نزدیک‌تر شدن به خود طبیعی (سلطانی و همکاران، ۱۳۹۴: ۱۵۱).

نکته مورد توجه این است که نیازهای اساسی که در محیط اینترنت ارضا می‌شود، مانند نیازهای دنیای واقعی است (سولر، ۱۹۹۸: ۵). نیاز به ارتباط متقابل، شناخت اجتماعی و حس تعلق داشتن در دومین سطح هرم مازلو قرار می‌گیرد. انسان‌ها به صورت غریزی نیاز دارند به جایی بروند که دیگران آنها را می‌شناسند و این نیاز را می‌توان در محیط‌های مختلف اینترنت ارضا کرد و این «برتری» است که قدرت اعتیادآوری اینترنت را فراتر از یک بازی ویدئویی می‌کند؛ زیرا حاوی چیزی است که این بازی‌ها فاقد آن هستند: اشخاص دیگر و مردم به افراد دیگر نیاز دارند. از دیدگاه سولر، اینترنت از آن‌روی بسیار فریبنده و جذاب است که جایگزین منحصربه‌فردی برای ارضای نیازهای اجتماعی است.

نیاز به یادگیری، پیشرفت، اشراف در محیط و عزت نفسی که از دستاوردهای فرد ناشی می‌شود، در سطح بعدی هرم مازلو قرار می‌گیرد. نظریه کششگر در روان‌شناسی ادعا می‌کند، زمانی که دست‌یافته‌های کوچک به سرعت حاصل شوند، یادگیری در بهترین حالت خود قرار دارد. به این دلیل کامپیوترها چنین اعتیادآور هستند که این کار را به صورتی کارآمد و رضایت‌بخش انجام می‌دهند. گرچه برای افرادی که انگیزه آنان جبران احساسات دیرینه شکست، بی‌کفایتی، و جبران درماندگی یا غلبه بر نیاز شدید شناخته شدن، مورد تحسین قرار گرفتن و عشق است؛ علاقه شدید به پیشرفت در فضای مجازی می‌تواند به اعتیاد بدل شود که هرگز ارضا نمی‌شود (ملک‌احمدی و جعفریان، ۱۳۹۰: ۱۰۲).

نیاز به خود شکوفایی در بالای هرم مازلو قرار می‌گیرد. این نیاز دربرگیرنده بسیاری از نیازهای سطوح پایین، یعنی نیاز به برقراری روابط متقابل، ابراز خود، ارضای نیازهای هنری و ذهنی از طریق مشارکت در دنیای اطراف نیز است؛ گرچه کلید دست‌یابی به خود شکوفایی این است که این نیاز مستلزم تلاش برای شکوفایی شخص به‌عنوان فرد به منحصراً فردی باشد. افراد احساس می‌کنند با برقراری روابط با دیگران رشد می‌کنند. آن‌ها با کاوش در ابعاد تکنیکی و اجتماعی اینترنت، توانایی‌های بالقوه ذهنی خود را ابراز می‌کنند. همچنین، با استفاده از ابزارهای ارتباطی گوناگون در اینترنت، به علایق درونی و گرایش‌ها و وجوهی

^۱ Suler

از شخصیت خود آگاهی می‌یابند که پیش از این پنهان بودند/ از نظر مازلو، یکی دیگر از جنبه‌های مهم خودشکوفایی، رشد معنویت فرد است. اینکه افراد در فضای مجازی زندگی معنوی خود را، بدینانه برای بسیاری مضحک به نظر می‌رسد. اما برای برخی کاربران که در اقلیت هستند، فضای مجازی راهی برای دستیابی به رمز و رازهایی درباره ماهیت آگاهی، واقعیت و خود است (ملک احمدی و جعفریان، ۱۳۹۰: ۱۰۲).

از نظر سولر (۱۹۹۸)، اشتاق و علاقه فرد به اینترنت از نظر آسیب‌شناختی، می‌تواند سالم، اعتیادآور یا چیزی بین این دو باشد. او به هشت عامل اشاره می‌کند که می‌تواند به شفاف‌سازی سالم یا ناسالم بودن فعالیت‌های در اینترنت کمک کند: تعداد و نوع نیازهای موجود: نیازها ممکن است روان‌شناختی، بین‌فردی، درون‌فردی و یا معنوی باشند که از طریق کوشش‌های اینترنتی نشان داده می‌شوند.

میزان محرومیت از نیازهای اساسی: هرچه یکی از نیازهای اساسی بیشتر ناکام بماند یا انکار و یا نادیده گرفته شود، آمادگی فرد برای اینکه آن را در هر جا و از هر راهی ارضا کند بیشتر می‌شود.

نوع فعالیت اینترنتی: از نظر نوع تأثیر بر نیازها، فعالیت‌های اینترنتی بسیار زیاد و گوناگون‌اند. محیط‌هایی که امکانات مختلفی دارند، می‌توانند طیف وسیعی از نیازها را مخاطب خود قرار دهند و در نتیجه جذاب‌تر باشند و چون محیط سایبر متنوع و به آسانی قابل دسترسی است، می‌تواند مستعد ارضای چنین نیازهایی باشد؛ به‌ویژه وقتی که فرد در ارضای نیازهای اساسی‌اش در زندگی محرومیت دارد.

تأثیر فعالیت اینترنتی: سلامت و تندرستی، موفقیت در کار و داشتن روابط خشنوده کننده با همسالان، دوستان و ... همگی از خصوصیات مهم کارکرد انطباقی است. اینکه این ویژگی‌ها تا چه اندازه به‌وسیله استفاده از اینترنت در معرض آسیب قرار می‌گیرند و تا چه اندازه از بین می‌روند، عمق آسیب‌شناسی اینترنت را نشان می‌دهد. استفاده از اینترنت شکل‌های مختلفی دارد. برخی فعالیت‌ها در اینترنت اجتماعی نیستند؛ مثل بازی و جمع‌آوری اطلاعات و عکس. برخی محیط‌های اینترنت شامل ارتباط هم‌زمان است؛ مثل چت. در برخی محیط‌ها هم ارتباط هم‌زمان نیست؛ مثل ایمیل. علاوه بر این‌ها برخی ارتباط فقط به صورت متنی است؛ درحالی که برخی دیگر سمعی-بصری است. انواع مختلفی از فعالیت‌ها در اینترنت به طور متفاوتی، نیازها را تحت تأثیر قرار می‌دهند. محیط‌هایی که شامل شک‌های گوناگون فعالیت و ارتباط‌اند، ممکن است طیف وسیع‌تری از نیازها را مخاطب خود قرار دهند و در نتیجه، جذابیت بیشتری داشته باشند. برای مثال، ارتباط‌هایی که شامل بازی، چت، ایمیل و ارتباط‌های سمعی-بصری‌اند، سطح بالاتری از جذابیت را دارند.

احساسات درونی پریشانی و اضطراب: احساسات رو به افزایش افسردگی، نومیدی، سرخوردگی، از خودبیگانگی، گناهکاری، شرمساری و خشم ممکن است از علایم هشدار دهنده استفاده آسیب‌زا از اینترنت باشد. فردی که احساساتش با محیط سایبر پیوند خورده است، زندگی شخصی‌اش اغلب از فعالیت‌های اینترنت متأثر می‌شود.

سابقه و مرحله درگیری با اینترنت: کاربران جدید ممکن است فریفته فرصت‌هایی شوند که فضای مجازی اینترنت فراهم می‌آورد. اما کم‌کم تازگی و جذابیت عیاشی اینترنتی کاهش می‌یابد و با رسیدن به مرحله اعتیاد، ممکن است وظایف فرد در زندگی واقعی‌اش مختل شود. کاربران قدیمی‌تر دام‌هایی را که ممکن است آنها را تطمیع کند و احساسات شدید عاطفی آنها را برانگیزد، می‌شناسند و این فهم به آنها برای استفاده متعادل‌تر کمک می‌کند.

آگاهی از نیازها: هرچه فرد انگیزه‌هایش را بیشتر درک کند، فضای مجازی توان خود را در هدایت فرد به سمت استفاده بی‌حد و اندازه از اینترنت، بیشتر از دست می‌دهد. پیگیری نیازها و خواسته‌های سرکوب شده جهان واقعی در فضای مجازی، فقط نوعی تخلیه احساسی است که در واقع تکرار نوعی اجبار است و به‌طور پایان‌ناپذیری ادامه می‌یابد. رفع نیازهای اساسی به معنای آن است که فرد بخشی از تعارض‌ها و محرومیت‌های مرتبط با آن نیازها را به وسیله فهم و درک خود آگاه آنچه به بقای آن نیازها

منجر می‌شود حل‌کننده. در مقابل، پرده‌پوشی و انکار آشکار این نیازها به رفتاری اعتیادگونه می‌انجامد و فقدان بینش و خودآگاهی به نیازهای اساسی را نشان می‌دهد.

تبادل و انسجام زندگی شخصی و فضای مجازی: در شرایط مطلوب، میزان تعهد به فعالیت‌های آنلاین با فعالیت‌های آفلاین، دوستان و خانواده در تعادل است. هر دو جهان مجازی و واقعی با هم کامل می‌شوند؛ یعنی فعالیت‌های آنلاین به جهان واقعی آورده می‌شوند. برای مثال، با دوستان و خویشاوندان خود از طریق اینترنت رابطه برقرار می‌کنیم. استفاده آسب‌گونه از اینترنت بیشتر نتیجه این است که زندگی مجازی به‌طور کامل از جهان واقعی جدا می‌شود (ملک‌احمدی و جعفریان، ۱۳۹۰: ۱۰۴).

روش‌شناسی

این مطالعه از نظر هدف یک مطالعه بنیادی و از لحاظ اجرا یک پژوهش مروری از نوع فراتحلیل است. جامعه آماری تحقیق شامل مقالات و پایان‌نامه‌های داخلی طی ۲۰ سال گذشته به تعداد ۱۹۵ پژوهش است و ۱۰۸ پژوهش مرتبط با استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی-هدفمند که ملاک‌های درون‌گنجی را داشتند به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. به منظور گردآوری داده‌های مورد نیاز از یک فرم کدگذاری استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از ویرایش دوم نرم‌افزار جامع فراتحلیل (CMA2)^۱ انجام شد.

یافته‌ها

حجم نمونه‌ی آماری، در حوزه پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت ۱۰۸ پژوهش بود. به طور کلی در تمامی پژوهش‌های مورد بررسی، ۳۱۰۱۷ آزمودنی مطالعه شدند، که به طور متوسط برای هر پژوهش ۲۸۷ نفر می‌باشد. نتایج نشان داد ۱۰/۱ درصد از پژوهش‌ها در سال‌های ۸۸ تا ۹۲، ۳۰/۷ درصد در سال‌های ۹۳ تا ۹۶ و ۵۹/۲ درصد در سال‌های ۹۷ تا ۱۴۰۰ انجام شده است. ۳/۷۰ درصد از پژوهش‌ها بر روی گروه نمونه مرد، ۱۰/۱۸ درصد بر روی گروه نمونه زن و ۸۶/۱۲ درصد از پژوهش‌ها بر روی هر دو جنس انجام شده است. همچنین ۵۴/۶ درصد پژوهش‌هایی که در زمینه پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت انجام شده است با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای؛ ۱۴/۸ درصد پژوهش‌ها با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای؛ ۱۷/۶ درصد پژوهش‌ها با روش نمونه‌گیری دردسترس؛ ۷/۴ درصد پژوهش‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده و ۲/۸ درصد پژوهش‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی هدفمند و روش نمونه‌گیری گلوله برفی، آنلاین و سیستماتیک هر کدام در یک پژوهش انجام شده است. در پژوهش حاضر شاخص‌های اندازه اثرهای خانواده I استفاده شده است. بر اساس نظر کوهن^۲ (۱۹۹۲)، به نقل از دلاور، (۱۳۹۴) برای شاخص I، اندازه‌های اثر ۰/۱ و ۰/۳ و ۰/۵ به ترتیب کوچک، متوسط و بزرگ قلمداد می‌شود. به دلیل این که در پژوهش‌های مورد بررسی، آماره‌ی گزارش شده I می‌باشد در نتیجه نیازی به تبدیل آنها نیست. در نهایت با استفاده از فن هانتر و اشمیت به ترکیب اندازه‌های اثر و نتیجه‌گیری پرداخته شد. در جدول ۱ شاخص‌های مرتبط با اندازه اثر تحقیقات اولیه در حوزه‌ی اعتیاد به اینترنت آورده شده است.

جدول ۱. شاخص‌های مرتبط با اندازه اثر تحقیقات اولیه در حوزه‌ی اعتیاد به اینترنت

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
رحمتی	۱۳۹۵	سرمایه روان‌شناختی	-۰/۴۱	-۰/۴۹	-۰/۳۲	-۸/۲۳	۰/۰۰۱
رحمتی	۱۳۹۵	امید	-۰/۳۵	-۰/۴۴	-۰/۲۶	-۶/۹	۰/۰۰۱

^۱ Comprehensive Meta-Analysis

^۲ Cohen

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
رحمتی	۱۳۹۵	خوش بینی	-۰/۴۱	-۰/۴۹	-۰/۳۲	-۸/۲۳	۰/۰۰۱
رحمتی	۱۳۹۵	تاب آوری	-۰/۱۳	-۰/۲۳	-۰/۰۳	-۲/۴۷	۰/۰۱۴
رحمتی	۱۳۹۵	خودکارآمدی	-۰/۴۶	-۰/۵۴	-۰/۳۷	-۹/۴	۰/۰۰۱
صحرائیان	۱۳۹۰	خودشیفتگی	۰/۳۸	۰/۲۷	۰/۴۸	۶/۲۹	۰/۰۰۱
صحرائیان	۱۳۹۰	پرخاشگری	۰/۳۲	۰/۲۰	۰/۴۳	۵/۲۱	۰/۰۰۱
صحرائیان	۱۳۹۰	خودکنترلی	-۰/۲۸	-۰/۳۹	-۰/۱۶	-۴/۵۲	۰/۰۰۱
راهدان و متقی	۱۳۹۷	باوجدان بودن	-۰/۴۰	-۰/۵۱	-۰/۲۸	-۵/۹۵	۰/۰۰۱
راهدان و متقی	۱۳۹۷	برونگرایی	۰/۰۹	-۰/۰۵	۰/۲۳	۱/۲۷	۰/۲۰۵
راهدان و متقی	۱۳۹۷	موافق بودن	-۰/۲۹	-۰/۴۱	-۰/۱۶	-۴/۱۹	۰/۰۰۱
راهدان و متقی	۱۳۹۷	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۱۰	-۰/۰۴	۰/۲۴	۱/۴۱	۰/۱۵۹
راهدان و متقی	۱۳۹۷	روان رنجورخویی	۰/۳۸	۰/۲۵	۰/۴۹	۵/۶۲	۰/۰۰۱
راهدان و متقی	۱۳۹۷	اضطراب	۰/۳۰	۰/۱۷	۰/۴۲	۴/۳۴	۰/۰۰۱
میروهابی نمینی	۱۳۹۱	دلبستگی اجتنابی	۰/۰۳	-۰/۰۸	۰/۱۳	۰/۵۶	۰/۵۷۶
میروهابی نمینی	۱۳۹۱	دلبستگی ایمن	-۰/۰۳	-۰/۱۳	۰/۰۸	-۰/۵۶	۰/۵۷۶
میروهابی نمینی	۱۳۹۱	دلبستگی دوسوگر	۰/۱۲	۰/۰۲	۰/۲۲	۲/۲۵	۰/۰۲۵
فیاضی	۱۳۹۱	سبک مسأله‌مدار	-۰/۳۶	-۰/۴۹	-۰/۲۱	-۴/۵۷	۰/۰۰۱
فیاضی	۱۳۹۱	سبک هیجان‌مدار	۰/۲۱	۰/۰۵	۰/۳۶	۲/۵۸	۰/۰۱
فیاضی	۱۳۹۱	سبک اجتنابی	۰/۳۲	۰/۱۷	۰/۴۶	۴/۰۲	۰/۰۰۱
نیکو	۱۳۹۶	سیستم فعال‌ساز رفتاری	۰/۸۸	۰/۸۴	۰/۹۱	۱۹/۳۱	۰/۰۰۱
نیکو	۱۳۹۶	سیستم بازداری رفتاری	-۰/۹۱	-۰/۹۳	-۰/۸۸	-۲۱/۴۴	۰/۰۰۱
نیکو	۱۳۹۶	سیستم جنگ‌گریز انجماد	-۰/۰۴	-۰/۱۸	-۰/۱۰	-۰/۵۶	۰/۵۴۷
حسنی جیدرقی	۱۳۹۶	سیستم بازداری رفتاری	۰/۳۷	۰/۳۰	۰/۴۴	۹/۴۹	۰/۰۰۱
حسنی جیدرقی	۱۳۹۶	نوجویی	۰/۲۵	۰/۱۷	۰/۳۲	۶/۲۴	۰/۰۰۱
آزادبخت	۱۳۹۶	هوش هیجانی	-۰/۱۵	-۰/۲۵	-۰/۰۵	-۲/۸۴	۰/۰۰۴
رستمی	۱۳۹۴	کنترل هیجانی	-۰/۳۰	-۰/۴۲	-۰/۱۷	-۴/۵۶	۰/۰۰۱
رستمی	۱۳۹۴	بازداری هیجانی	-۰/۱۵	-۰/۲۸	-۰/۰۲	-۲/۲۳	۰/۰۲۶
رستمی	۱۳۹۴	کنترل پرخاشگری	-۰/۳۶	-۰/۴۷	-۰/۲۴	-۵/۵۵	۰/۰۰۱
رستمی	۱۳۹۴	نشخوار و مرور ذهنی	۰/۲۹	۰/۱۶	۰/۴۱	۴/۴	۰/۰۰۱
رستمی	۱۳۹۴	کنترل خوش‌خیم	-۰/۳۴	-۰/۴۵	-۰/۲۲	-۵/۲۲	۰/۰۰۱
رستمی	۱۳۹۴	سیستم فعال‌ساز رفتاری	۰/۲۰	۰/۰۷	۰/۳۲	۲/۹۹	۰/۰۰۳
رستمی	۱۳۹۴	سائق	۰/۱۷	۰/۰۴	۰/۳۰	۲/۵۳	۰/۰۱۱
رستمی	۱۳۹۴	پاسخدهی به پاداش	-۰/۱۴	-۲/۲۷	-۰/۰۱	-۲/۰۸	۰/۰۳۸
رستمی	۱۳۹۴	جستجوی سرگرمی	۰/۳۵	۰/۲۳	۰/۴۶	۵/۳۸	۰/۰۰۱
قاسم‌آبادی	۱۳۹۶	اختلال استرس پس از آسیب	۰/۴۴	۰/۳۶	۰/۵۲	۹/۱۸	۰/۰۰۱
عباسی	۱۳۹۶	حمایت اجتماعی	-۰/۲۹	-۰/۳۷	-۰/۲۰	-۶/۲۷	۰/۰۰۱
عباسی	۱۳۹۶	افسردگی	۰/۳۶	۰/۲۸	۰/۴۴	۷/۹۱	۰/۰۰۱
عباسی	۱۳۹۶	اضطراب	۰/۲۵	۰/۱۶	۰/۳۴	۵/۳۶	۰/۰۰۱
عباسی	۱۳۹۶	استرس	۰/۳۴	۰/۲۶	۰/۴۲	۷/۴۴	۰/۰۰۱

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
موسوی اقدم	۱۳۹۶	روان‌رنجورخویی	۰/۴۰	۰/۳۱	۰/۴۸	۸/۲۴	۰/۰۰۱
موسوی اقدم	۱۳۹۶	برون‌گرایی	-۰/۴۰	-۰/۴۸	-۰/۳۱	-۸/۲۴	۰/۰۰۱
موسوی اقدم	۱۳۹۶	موافق بودن	-۰/۴۵	-۰/۵۳	-۰/۳۷	-۹/۴۲	۰/۰۰۱
موسوی اقدم	۱۳۹۶	روان‌رنجورخویی	۰/۴۰	۰/۳۱	۰/۴۸	۸/۲۴	۰/۰۰۱
موسوی اقدم	۱۳۹۶	باوجدان بودن	-۰/۱۸	-۰/۲۸	-۰/۰۸	-۳/۵۴	۰/۰۰۱
موسوی اقدم	۱۳۹۶	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۱۰	-۰/۲۰	۰/۰۰۱	-۱/۹۵	۰/۰۵۱
محمدی	۱۳۹۷	احساس تنهایی	۰/۴۹	۰/۴۱	۰/۵۷	۱۰/۰۹	۰/۰۰۱
پارسا	۱۳۹۷	امنیت روانی	-۰/۱۳	-۰/۲۵	-۰/۰۱	-۲/۱۳	۰/۰۳۳
عبودی	۱۳۹۷	سیستم فعال‌ساز رفتاری	۰/۲۱	۰/۱۳	۰/۲۹	۵/۲۱	۰/۰۰۱
عبودی	۱۳۹۷	سیستم بازداری رفتاری	-۰/۷۶	-۰/۷۹	-۰/۷۲	-۲۴/۳۴	۰/۰۰۱
عبودی	۱۳۹۷	سیستم جنگ‌گریز-انجماد	۰/۶۴	۰/۵۹	۰/۶۸	۱۸/۵۲	۰/۰۰۱
عبودی	۱۳۹۷	انعطاف‌پذیری هیجانی	-۰/۴۱	-۰/۴۷	-۰/۳۴	-۱۰/۶۴	۰/۰۰۱
عبودی	۱۳۹۷	ناایمنی هیجانی	۰/۳۰	۰/۲۳	۰/۳۷	۷/۵۶	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	روان‌رنجورخویی	۰/۳۱	۰/۲۲	۰/۴۰	۶/۱۸	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	برون‌گرایی	-۰/۳۲	-۰/۴۱	-۰/۲۳	-۶/۴	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۲۱	-۰/۳۰	-۰/۱۱	-۴/۱۱	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	موافق بودن	۰/۰۳	-۰/۰۷	۰/۱۳	۰/۵۸	۰/۵۶۳
الماسی جاف	۱۳۹۸	باوجدان بودن	-۰/۳۳	-۰/۴۲	-۰/۲۴	-۶/۶۱	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	اطلاعاتی	-۰/۱۷	-۰/۲۷	-۰/۰۷	-۳/۳۱	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	هنجاری	-۰/۴۴	-۰/۵۲	-۰/۳۵	-۹/۱۱	۰/۰۰۱
الماسی جاف	۱۳۹۸	اجتنابی	-۰/۰۲	-۰/۱۲	۰/۰۸	-۰/۳۹	۰/۷۰
الماسی جاف	۱۳۹۸	تعهد	-۰/۱۲	-۰/۲۲	-۰/۰۲	-۲/۳۳	۰/۰۲
الماسی جاف	۱۳۹۸	سلامت روان	۰/۵۰	۰/۴۲	۰/۵۷	۱۰/۵۹	۰/۰۰۱
داداش‌زاده	۱۳۹۸	اطلاعاتی	-۰/۴۳	-۰/۵۱	-۰/۳۴	-۸/۲۸	۰/۰۰۱
داداش‌زاده	۱۳۹۸	هنجاری	۰/۶۱	۰/۵۴	۰/۶۷	۱۲/۷۶	۰/۰۰۱
داداش‌زاده	۱۳۹۸	اجتنابی	۰/۴۷	۰/۳۸	۰/۵۵	۹/۱۸	۰/۰۰۱
داداش‌زاده	۱۳۹۸	تعهد	-۰/۳۹	-۰/۴۸	-۰/۲۹	-۷/۴۱	۰/۰۰۱
خواسته	۱۳۹۸	ناگویی هیجانی	۰/۴۸	۰/۳۸	۰/۵۷	۸/۳۸	۰/۰۰۱
خواسته	۱۳۹۸	کیفیت خواب	-۰/۴۴	-۰/۵۳	-۰/۳۴	-۷/۵۷	۰/۰۰۱
اشعری	۱۳۹۸	بهبودی روان‌شناختی	-۰/۳۹	-۰/۴۹	-۰/۲۸	-۶/۶	۰/۰۰۱
عسکری	۱۳۹۸	دلبستگی ایمن	-۰/۱۶	-۰/۲۷	-۰/۰۵	-۲/۷۸	۰/۰۰۵
عسکری	۱۳۹۸	دلبستگی اجتنابی	۰/۳۳	۰/۲۳	۰/۴۳	۵/۹۱	۰/۰۰۱
عسکری	۱۳۹۸	دلبستگی اضطرابی	۰/۱۲	۰/۰۱	۰/۲۳	۲/۰۸	۰/۰۳۸
عسکری	۱۳۹۸	سلامت روان	-۰/۱۳	-۰/۲۴	-۰/۰۲	-۲/۲۵	۰/۰۲۴
آشوری	۱۳۹۹	فردگرایی	-۰/۹۰	-۰/۹۲	-۰/۸۸	-۲۵/۳۷	۰/۰۰۱
آشوری	۱۳۹۹	نیازهای اساسی روان‌شناختی	-۰/۹۲	-۰/۹۴	-۰/۹۰	-۲۷/۳۸	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	هیجان خواهی	۰/۴۶	۰/۳۷	۰/۵۴	۸/۹۲	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	نوجویی	۰/۹۱	۰/۸۹	۰/۹۳	۲۷/۴۱	۰/۰۰۱

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	آسیب‌پرهیزی	-۰/۸۵	-۰/۸۸	-۰/۸۲	-۲۲/۵۴	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	پاداش	-۰/۷۳	-۰/۷۸	-۰/۶۷	-۱۶/۶۷	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	پشتکار	-۰/۸۴	-۰/۸۷	-۰/۸۰	-۲۱/۹۱	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	خودراهبری	-۰/۱۸	-۰/۲۸	-۰/۰۷	-۳/۲۷	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	همکاری	-۰/۹۰	-۰/۹۲	-۰/۸۸	-۲۶/۴۲	۰/۰۰۱
عمرانی سامیان	۱۳۹۹	خودفراوری	-۰/۵۴	-۰/۶۱	-۰/۴۶	-۱۰/۸۴	۰/۰۰۱
موسوی	۱۳۹۸	تکانشگری شناختی	۰/۴۰	۰/۳۰	۰/۴۹	۷/۳	۰/۰۰۱
موسوی	۱۳۹۸	تکانشگری حرکتی	۰/۳۶	۰/۲۶	۰/۴۵	۶/۵	۰/۰۰۱
موسوی	۱۳۹۸	عدم برنامه ریزی	۰/۲۴	۰/۱۳	۰/۳۴	۴/۲۲	۰/۰۰۱
موسوی	۱۳۹۸	تنظیم شناختی منفی	۰/۱۱	۰/۰۰۱	۰/۲۲	۱/۹۰	۰/۰۵۷
موسوی	۱۳۹۸	تنظیم شناختی مثبت	-۰/۱۳	-۰/۲۴	-۰/۰۲	-۲/۲۵	۰/۰۲۴
موسوی	۱۳۹۸	مقاله مسأله مدار	-۰/۱۵	-۰/۲۶	-۰/۰۴	-۲/۶	۰/۰۰۹
موسوی	۱۳۹۸	مقابلۀ هیجان مدار	-۰/۰۱	-۰/۱۲	۰/۱۰	-۰/۱۷	۰/۸۶۳
موسوی	۱۳۹۸	مقابلۀ اجتنابی	۰/۱۳	۰/۰۲	۰/۲۴	۲/۲۵	۰/۰۲۴
ولی	۱۳۹۹	احساس تنهایی	۰/۴۸	۰/۳۳	۰/۶۱	۵/۶۶	۰/۰۰۱
ولی	۱۳۹۹	روان‌رنجورخویی	۰/۲۶	۰/۰۸	۰/۴۲	۲/۸۸	۰/۰۰۴
ولی	۱۳۹۹	برون‌گرایی	-۰/۲۱	-۰/۳۸	-۰/۰۳	-۲/۳۱	۰/۰۲۱
ولی	۱۳۹۹	موافق بودن	-۰/۴۶	-۰/۵۹	-۰/۳۱	-۵/۳۸	۰/۰۰۱
ولی	۱۳۹۹	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۲۵	-۰/۴۱	-۰/۰۷	-۲/۷۶	۰/۰۰۶
ولی	۱۳۹۹	با وجدان بودن	-۰/۱۷	-۰/۳۴	۰/۰۱	-۱/۸۶	۰/۰۶۳
حسن‌زاده و همکاران	۱۳۹۱	روان‌رنجورخویی	۰/۵۸	۰/۴۸	۰/۵۸	۱۶/۶۶	۰/۰۰۱
حسن‌زاده و همکاران	۱۳۹۱	برون‌گرایی	-۰/۱۱	-۰/۱۸	-۰/۰۴	-۳/۱۲	۰/۰۰۲
حسن‌زاده و همکاران	۱۳۹۱	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۰۶	-۰/۰۱	۰/۱۳	۱/۷	۰/۰۹
حسن‌زاده و همکاران	۱۳۹۱	موافق بودن	۰/۶۰	۰/۵۵	۰/۶۴	۱۹/۵۷	۰/۰۰۱
حسن‌زاده و همکاران	۱۳۹۱	با وجدان بودن	-۰/۲۴	-۰/۳۰	-۰/۱۷	-۶/۹۱	۰/۰۰۱
خانجانی و اکبری	۱۳۹۰	برون‌گرایی	-۰/۰۵	-۰/۱۵	۰/۰۵	-۰/۹۸	۰/۳۲۹
خانجانی و اکبری	۱۳۹۰	روان‌رنجورخویی	۰/۱۵	۰/۰۵	۰/۲۵	۲/۹۵	۰/۰۰۳
خانجانی و اکبری	۱۳۹۰	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۱۰	۰/۰۰۱	۰/۲۰	۱/۹۶	۰/۰۵
خانجانی و اکبری	۱۳۹۰	موافق بودن	-۰/۲۱	-۰/۳۰	-۰/۱۱	-۴/۱۶	۰/۰۰۱
علوی و همکاران	۱۳۸۹	علائم روانپزشکی	۰/۴۰	۰/۲۴	۰/۵۴	۴/۵۸	۰/۰۰۱
علوی و همکاران	۱۳۸۹	جسمی‌سازی	۰/۲۶	۰/۰۸	۰/۴۲	۲/۸۸	۰/۰۰۴
علوی و همکاران	۱۳۸۹	حساسیت بین فردی	۰/۳۹	۰/۲۳	۰/۵۳	۴/۴۵	۰/۰۰۱
علوی و همکاران	۱۳۸۹	افسردگی	۰/۳۴	۰/۱۷	۰/۴۹	۳/۸۳	۰/۰۰۱
علوی و همکاران	۱۳۸۹	اضطراب	۰/۲۷	۰/۱۰	۰/۴۳	۲/۹۹	۰/۰۰۳
علوی و همکاران	۱۳۸۹	پرخاشگری	۰/۲۵	۰/۰۷	۰/۴۱	۲/۷۶	۰/۰۰۶
علوی و همکاران	۱۳۸۹	ترس مرضی	۰/۳۶	۰/۱۹	۰/۵۱	۴/۰۸	۰/۰۰۱
علوی و همکاران	۱۳۸۹	پارانویا	۰/۲۸	۰/۱۱	۰/۴۴	۳/۱۱	۰/۰۰۲
تمنایی‌فر و همکاران	۱۳۹۲	روان‌رنجورخویی	۰/۱۰	۰/۰۰۱	۰/۲۰	۲	۰/۰۴۶

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
مغنی زاده و وفایی نجار	۱۳۹۵	ایمن	۰/۱۸	-۰/۲۸	-۰/۰۸	-۳/۴۱	۰/۰۰۱
مغنی زاده و وفایی نجار	۱۳۹۵	اجتنابی	۰/۱۳	۰/۰۳	۰/۲۳	۲/۴۵	۰/۰۱۴
مغنی زاده و وفایی نجار	۱۳۹۵	دوسوگرا	۰/۱۰	۰/۰۰۱	۰/۲۰	۱/۸۸	۰/۰۰۶
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	مقابله مسأله مدار	-۰/۲۲	-۰/۳۱	-۰/۱۲	-۴/۴۶	۰/۰۰۱
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	مقابله هیجان مدار	۰/۱۲	۰/۰۲	۰/۲۲	۲/۴	۰/۰۱۶
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	مقابله اجتنابی	۰/۱۱	۰/۰۱	۰/۲۱	۲/۲۰	۰/۰۲۸
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	ایمن	-۰/۲۰	-۰/۲۹	-۰/۱۰	-۴/۰۴	۰/۰۰۱
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	اجتنابی	۰/۱۴	۰/۰۴	۰/۲۳	۲/۸۱	۰/۰۰۵
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	دوسوگرا	۰/۳۵	۰/۲۶	۰/۴۳	۷/۲۸	۰/۰۰۱
بهادری خسروشاهی و هاشمی نصرت‌آباد	۱۳۹۰	سلامت روانی	۰/۲۲	۰/۱۲	۰/۳۱	۴/۴۶	۰/۰۰۱
جمشیدی و سروقد	۱۳۹۴	سبک اطلاعاتی	-۰/۳۵	-۰/۴۴	-۰/۲۵	-۶/۶۷	۰/۰۰۱
جمشیدی و سروقد	۱۳۹۴	سبک هنجاری	-۰/۳۷	-۰/۴۶	-۰/۲۷	-۷/۰۹	۰/۰۰۱
جمشیدی و سروقد	۱۳۹۴	سبک سردرگم	۰/۲۰	۰/۱۰	۰/۳۰	۳/۷	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	هیجان خواهی	۰/۳۸	۰/۲۵	۰/۴۹	۵/۶۲	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	سبک اطلاعاتی	-۰/۳۸	-۰/۴۹	-۰/۲۵	-۵/۶۲	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	هنجاری	۰/۵۶	۰/۴۶	۰/۶۵	۸/۸۸	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	سردرگم	۰/۴۳	۰/۳۱	۰/۵۴	۶/۴۵	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	تعهد	-۰/۳۴	-۰/۴۶	-۰/۲۱	-۴/۹۷	۰/۰۰۱
برادر	۱۳۹۸	خودتنظیمی	-۰/۴۷	-۰/۵۵	-۰/۳۸	-۹/۵	۰/۰۰۱
برادر	۱۳۹۸	حل مسأله	-۰/۳۰	-۰/۳۹	-۰/۲۰	-۵/۷۷	۰/۰۰۱
هاشمی نصرت‌آبادی و بهادری خسروشاهی	۱۳۹۷	ناگویی هیجانی	۰/۳۳	۰/۲۴	۰/۴۱	۶/۸۳	۰/۰۰۱
هاشمی نصرت‌آبادی و بهادری خسروشاهی	۱۳۹۷	خودمهارگری	۰/۳۱	۰/۲۲	۰/۴۰	۶/۳۹	۰/۰۰۱
تاجیک و همکاران	۱۳۹۶	استرس ادراک شده	۰/۳۴	۰/۲۶	۰/۴۲	۷/۷۲	۰/۰۰۱
تاجیک و همکاران	۱۳۹۶	شادکامی	-۰/۴۱	-۰/۴۸	-۰/۳۳	-۹/۴۹	۰/۰۰۱
تاجیک و همکاران	۱۳۹۶	تکانشگری شناختی	۰/۰۵	-۰/۰۴	۰/۱۴	۱/۰۹	۰/۲۷۵
تاجیک و همکاران	۱۳۹۶	تکانشگری حرکتی	۰/۱۷	۰/۰۸	۰/۲۶	۳/۷۴	۰/۰۰۱
تاجیک و همکاران	۱۳۹۶	عدم برنامه ریزی	۰/۱۷	۰/۰۸	۰/۲۶	۳/۷۴	۰/۰۰۱
سالاروندیان	۱۳۹۳	روان‌رنجورخویی	۰/۰۴	-۰/۱۱	۰/۱۹	۰/۵۳	۰/۵۹۴
سالاروندیان	۱۳۹۳	برون‌گرایی	-۰/۱۶	-۰/۳۰	-۰/۰۱	-۲/۱۵	۰/۰۳۲
سالاروندیان	۱۳۹۳	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۰۷	-۰/۲۱	۰/۰۸	-۰/۹۳	۰/۳۵۱
سالاروندیان	۱۳۹۳	موافق بودن	-۰/۱۵	-۰/۲۹	۰/۰۰۱	-۲/۰۱	۰/۰۴۴
سالاروندیان	۱۳۹۳	باوجدان بودن	-۰/۲۶	-۰/۳۹	-۰/۱۲	-۳/۵۴	۰/۰۰۱
سالاروندیان	۱۳۹۳	احساس تنهایی	۰/۲۵	۰/۱۱	۰/۳۸	۳/۴	۰/۰۰۱
گنجی و توکلی	۱۳۹۷	سرمایه روان‌شناختی	-۰/۴۸	-۰/۵۸	-۰/۳۷	-۷/۳۴	۰/۰۰۱
گنجی و توکلی	۱۳۹۷	تاب‌آوری تحصیلی	-۰/۲۱	-۰/۳۴	-۰/۰۷	-۲/۹۹	۰/۰۰۳
مغنی زاده و همکاران	۱۳۹۷	سلامت روان	-۰/۳۵	-۰/۴۳	-۰/۲۶	-۷/۱۳	۰/۰۰۱

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
سواری و همکاران	۱۳۹۹	استرس	۰/۱۳	۰/۰۳	۰/۲۳	۲/۴۴	۰/۰۱۵
سواری و همکاران	۱۳۹۹	اضطراب	۰/۰۷	-۰/۰۴	۰/۱۷	۱/۳۱	۰/۱۹۲
سواری و همکاران	۱۳۹۹	افسردگی	۰/۱۳	۰/۰۳	۰/۲۳	۲/۴۴	۰/۰۱۵
سواری و همکاران	۱۳۹۹	انگیزش پیشرفت	۰/۰۵	-۰/۰۶	۰/۱۵	۰/۹۳	۰/۳۵۱
بهمنی و مهدی پور	۱۳۹۷	پرخاشگری کلامی	۰/۴۱	۰/۳۰	۰/۵۱	۶/۸۵	۰/۰۰۱
بهمنی و مهدی پور	۱۳۹۷	پرخاشگری بدنی	۰/۵۰	۰/۴۰	۰/۵۹	۸/۶۳	۰/۰۰۱
بهمنی و مهدی پور	۱۳۹۷	اهمال کاری	۰/۴۹	۰/۳۹	۰/۵۸	۸/۴۲	۰/۰۰۱
دلیر و آقا یوسفی	۱۳۹۴	خود کارآمدی	-۰/۷۵	-۰/۸۲	-۰/۶۵	-۹/۵۸	۰/۰۰۱
مرتضایی و رحیمی نژاد	۱۳۹۴	احساس انسجام روانی	۰/۲۶	۰/۱۰	۰/۴۱	۳/۱۸	۰/۰۰۱
مرتضایی و رحیمی نژاد	۱۳۹۴	اطلاعاتی	-۰/۱۷	-۰/۳۲	-۰/۰۱	-۲/۰۵	۰/۰۴
مرتضایی و رحیمی نژاد	۱۳۹۴	سردرگم	۰/۲۰	۰/۰۴	۰/۳۵	۲/۴۲	۰/۰۱۵
مرتضایی و رحیمی نژاد	۱۳۹۴	اجتنابی	۰/۲۰	۰/۰۴	۰/۳۵	۲/۴۲	۰/۰۱۵
مهرآیین آذر و شبانی	۱۳۹۷	ایمن	۰/۳۵	۰/۲۲	۰/۴۷	۵/۱۸	۰/۰۰۱
مهرآیین آذر و شبانی	۱۳۹۷	دوسوگرا	۰/۲۶	۰/۱۳	۰/۳۸	۳/۷۷	۰/۰۰۱
مهرآیین آذر و شبانی	۱۳۹۷	اجتنابی	۰/۱۰	-۰/۰۴	۰/۲۳	۱/۴۲	۰/۱۵۵
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	احساس تنهایی	۰/۵۵	۰/۴۶	۰/۶۳	۱۰/۲	۰/۰۰۱
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	روان رنجور خویی	۰/۴۱	۰/۳۱	۰/۵۰	۷/۱۸	۰/۰۰۱
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	برونگرایی	-۰/۴۶	-۰/۵۵	-۰/۳۶	-۸/۲	۰/۰۰۱
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۰۹	-۰/۰۳	۰/۲۱	۱/۴۹	۰/۱۳۷
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	دلپذیری	۰/۱۱	-۰/۰۱	۰/۲۳	۱/۸۲	۰/۰۶۹
دهقانی و کاظمی علی آباد	۱۳۹۸	با وجدان بودن	۰/۱۵	۰/۰۳	۰/۲۶	۲/۴۹	۰/۰۱۳
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	خود آگاهی	-۰/۳۱	-۰/۴۶	-۰/۱۴	-۳/۴۷	۰/۰۰۱
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	روان رنجور خویی	۰/۵۷	۰/۴۴	۰/۶۸	۷	۰/۰۰۱
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	برونگرایی	-۰/۲۸	-۰/۴۴	-۰/۱۱	-۳/۱۱	۰/۰۰۲
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۲۰	-۰/۳۷	-۰/۰۲	-۲/۱۹	۰/۰۲۸
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	دلپذیری	-۰/۳۹	-۰/۵۳	-۰/۲۳	-۴/۴۵	۰/۰۰۱
اکبری و فرگت	۱۳۹۸	با وجدان بودن	-۰/۴۶	-۰/۵۹	-۰/۳۱	-۵/۳۸	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۹	ایمن	-۰/۴۱	-۰/۵۰	-۰/۳۱	-۷/۵۱	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۹	اجتنابی	۰/۳۱	۰/۲۰	۰/۴۱	۵/۵۲	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۹	دوسوگرا	۰/۳۵	۰/۲۵	۰/۴۵	۶/۳	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۹	عزت نفس	۰/۴۹	۰/۴۰	۰/۵۷	۹/۲۴	۰/۰۰۱
نظری و همکاران	۱۳۹۹	دشواری تنظیم هیجان	۰/۵۶	۰/۴۶	۰/۶۴	۹/۳۲	۰/۰۰۱
مظلوم زاده و همکاران	۱۴۰۰	دشواری در تنظیم هیجان	۰/۴۳	۰/۳۵	۰/۵۱	۹/۱۶	۰/۰۰۱
مظلوم زاده و همکاران	۱۴۰۰	نارسایی کنش های اجرایی	۰/۳۴	۰/۲۵	۰/۴۲	۷/۰۶	۰/۰۰۱
خنشان و تمنائی فر	۱۴۰۱	دلبستگی اجتنابی	۰/۳۴	۰/۲۵	۰/۴۲	۷/۰۴	۰/۰۰۱
خنشان و تمنائی فر	۱۴۰۱	دلبستگی اضطرابی	۰/۳۵	۰/۲۶	۰/۴۳	۷/۲۶	۰/۰۰۱
یعقوبی و مردانی	۱۳۹۷	عاطفه منفی	۰/۳۱	۰/۲۱	۰/۴۱	۵/۷۱	۰/۰۰۱
یعقوبی و مردانی	۱۳۹۷	گسلش	۰/۲۷	۰/۱۷	۰/۳۷	۴/۹۳	۰/۰۰۱

سطح معناداری	ارزش Z	حد بالا	حد پایین	اندازه اثر	متغیر مستقل	سال	پژوهشگر
۰/۰۰۱	۷/۳۳	۰/۴۸	۰/۲۹	۰/۳۹	مخالفت ورزی	۱۳۹۷	یعقوبی و مردانی
۰/۰۰۱	۷/۳۳	۰/۴۸	۰/۲۹	۰/۳۹	مهارت‌گسیختگی	۱۳۹۷	یعقوبی و مردانی
۰/۰۰۱	۸/۴۱	۰/۵۲	۰/۳۵	۰/۴۴	روان‌پریش‌خویی	۱۳۹۷	یعقوبی و مردانی
۰/۰۰۱	۱۰/۰۲	۰/۵۹	۰/۴۲	۰/۵۱	احساس تنهایی	۱۳۹۷	یعقوبی و مردانی
۰/۸۰۱	۰/۲۵	۰/۱۷	-۰/۱۴	۰/۰۲	ایمن	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۰۱	۳/۳۴	۰/۴۰	۰/۱۱	۰/۲۶	اجتنابی	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۰۱	۳/۸۹	۰/۴۳	۱۵۰	۰/۳۰	دوسوگرا	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۳۱	۲/۱۶	۰/۳۲	۰/۰۲	۰/۱۷	ترس از ارزیابی منفی	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۰۱	۶/۷۴	۰/۶۰	۰/۳۶	۰/۴۹	احساس تنهایی	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۰۱	-۷/۷۷	-۰/۴۳	-۰/۶۵	-۰/۵۵	سلامت روان	۱۳۹۳	توکل‌ی و همکاران
۰/۰۰۱	-۹/۱۶	-۰/۳۵	-۰/۵۱	-۰/۴۳	هوش هیجانی	۱۴۰۰	طالقانی‌نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	-۱۱/۷۶	-۰/۴۶	-۰/۶۰	-۰/۵۳	مقابله مسأله‌مدار	۱۴۰۰	طالقانی‌نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	۴/۴۶	۰/۳۱	۰/۱۲	۰/۲۲	مقابله هیجان‌مدار	۱۴۰۰	طالقانی‌نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	۴/۳۸	۰/۳۵	۰/۱۴	۰/۲۵	عاطفه منفی	۱۳۹۹	عزیزی
۰/۰۰۱	-۷/۰۶	-۰/۲۹	-۰/۴۸	-۰/۳۹	عاطفه مثبت	۱۳۹۹	عزیزی
۰/۰۰۱	۹/۴۲	۰/۵۸	۰/۴۱	۰/۵۰	احساس تنهایی	۱۳۹۹	عزیزی
۰/۰۴۷	-۱/۹۸	۰/۰۰۱	-۰/۲۲	-۰/۱۱	با وجدان بودن	۱۳۹۸	ضیافر و علیجانی
۰/۰۰۱	-۵/۳۶	-۰/۱۹	-۰/۳۹	-۰/۲۹	سبک دفاعی رشد یافته	۱۳۹۸	ضیافر و علیجانی
۰/۰۴۷	۱/۹۸	۰/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۱۱	سبک دفاعی رشد نیافته	۱۳۹۸	ضیافر و علیجانی
۰/۰۴۷	۱/۹۸	۰/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۱۱	روان‌رنجورخویی	۱۳۹۸	ضیافر و علیجانی
۰/۰۰۱	۳/۲۳	۰/۴۵	۰/۱۲	۰/۲۹	احساس تنهایی	۱۳۹۵	رضایی نیاز و سوخته زاده
۰/۰۰۱	۷	۰/۴۴	۰/۲۶	۰/۳۵	ناگویی هیجانی	۱۳۹۸	دلخواهی و نیکنام
۰/۰۰۱	۶/۳۵	۰/۴۱	۰/۲۳	۰/۳۲	افسردگی	۱۳۹۸	دلخواهی و نیکنام
۰/۰۰۱	۵/۹۳	۰/۳۹	۰/۲۰	۰/۳۰	اضطراب	۱۳۹۸	دلخواهی و نیکنام
۰/۰۰۱	۷/۸۹	۰/۴۷	۰/۳۰	۰/۳۹	استرس	۱۳۹۸	دلخواهی و نیکنام
۰/۰۰۱	-۱۶/۲۳	-۰/۶۴	-۰/۷۵	-۰/۷۰	راهبردهای نظم‌جویی هیجان	۱۳۹۹	حضرت بگی و همکاران
۰/۰۰۱	-۱۷/۷۸	-۰/۶۹	-۰/۷۸	-۰/۷۴	تحمل‌پریشانی	۱۳۹۹	حضرت بگی و همکاران
۰/۰۰۱	۵/۳۸	۰/۵۹	۰/۳۱	۰/۴۶	خودکارآمدی	۱۳۹۹	دخیلی و همکاران
۰/۰۰۱	-۴/۸۳	-۰/۱۷	-۰/۳۸	-۰/۲۸	هوش هیجانی	۱۳۹۶	آتش افروز
۰/۰۰۷	-۲/۷۱	-۰/۰۴	-۰/۲۷	-۰/۱۶	خودکنترلی	۱۳۹۶	آتش افروز
۰/۰۰۱	۳/۹۹	۰/۳۴	۰/۱۲	۰/۲۳	هیجان‌خواهی	۱۳۹۶	آتش افروز و همکاران
۰/۰۰۱	۶/۴۳	۰/۴۶	۰/۲۶	۰/۳۶	تعلق به همسالان منحرف	۱۳۹۶	آتش افروز و همکاران
۰/۰۰۱	۸/۰۳	۰/۶۸	۰/۴۶	۰/۵۸	خودتنظیمی عاطفی	۱۳۹۸	قدم پور و همکاران
۰/۰۰۱	۱۷/۴۵	۰/۷۶	۰/۶۶	۰/۷۱	احساس تنهایی	۱۳۹۶	عیسی زادگان و همکاران
۰/۰۰۱	۱۷/۴۵	۰/۷۶	۰/۶۶	۰/۷۱	عزت نفس	۱۳۹۶	عیسی زادگان و همکاران
۰/۰۰۱	۹/۳۰	۰/۶۲	۰/۴۴	۰/۵۴	افسردگی	۱۳۹۷	داراسیان سلماسی و رضاخانی
۰/۰۰۱	۴/۲۶	۰/۳۸	۰/۱۵	۰/۲۷	هیجان‌خواهی	۱۳۹۷	داراسیان سلماسی و رضاخانی
۰/۰۳۷	۲/۰۹	۰/۲۱	۰/۰۱	۰/۱۱	روان‌رنجورخویی	۱۳۸۸	شایق و همکاران

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
شایق و همکاران	۱۳۸۸	برون گرایی	-۰/۱۳	-۰/۲۳	-۰/۰۳	-۲/۴۷	۰/۰۱۳
شایق و همکاران	۱۳۸۸	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۰۲	-۰/۰۸	۰/۱۲	۰/۳۸	۰/۷۰۵
شایق و همکاران	۱۳۸۸	موافق بودن	-۰/۱۷	-۰/۲۷	-۰/۰۷	-۳/۲۵	۰/۰۰۱
شایق و همکاران	۱۳۸۸	باوجدان بودن	۰/۱۷	۰/۰۷	۰/۲۷	۳/۲۵	۰/۰۰۱
جهان بینی و همکاران	۱۳۹۵	درون گرایی	۰/۷۳	۰/۶۸	۰/۷۸	۱۷/۲۸	۰/۰۰۱
قنادزادگان و همکاران	۱۳۹۷	اطلاعاتی	-۰/۲۳	-۰/۳۳	-۰/۱۳	-۴/۴۳	۰/۰۰۱
قنادزادگان و همکاران	۱۳۹۷	هنجاری	-۰/۱۷	-۰/۲۷	-۰/۰۷	-۳/۲۵	۰/۰۰۱
قنادزادگان و همکاران	۱۳۹۷	سردرگم	۰/۱۷	۰/۰۷	۰/۲۷	۳/۲۵	۰/۰۰۱
قنادزادگان و همکاران	۱۳۹۷	ناگویی هیجان	۰/۱۷	۰/۰۷	۰/۲۷	۳/۲۵	۰/۰۰۱
علیلو و عنبرباغی یان	۱۳۹۸	عزت نفس	-۰/۷۸	-۰/۸۳	-۰/۷۱	-۱۳/۵۱	۰/۰۰۱
علیلو و عنبرباغی یان	۱۳۹۸	روان رنجورخویی	۰/۷۸	۰/۷۱	۰/۸۳	۱۳/۵۱	۰/۰۰۱
شیری و علیلو	۱۳۹۹	سرزنش خود	۰/۳۵	۰/۲۴	۰/۴۶	۵/۷	۰/۰۰۱
شیری و علیلو	۱۳۹۹	سرزنش دیگران	۰/۲۶	۰/۱۴	۰/۳۷	۴/۱۵	۰/۰۰۱
شیری و علیلو	۱۳۹۹	اضطراب	۰/۷۱	۰/۶۴	۰/۷۷	۱۳/۸۳	۰/۰۰۱
کاکاوند و همکاران	۱۳۹۶	احساس تنهایی	۰/۳۲	۰/۱۶	۰/۴۶	۳/۸۸	۰/۰۰۱
صدری دمیرچی و همکاران	۱۳۹۷	تنظیم هیجان	-۰/۴۲	-۰/۵۲	-۰/۳۱	-۷/۰۴	۰/۰۰۱
عبادی کسبخی و همکاران	۱۴۰۰	اضطراب	۰/۵۸	۰/۴۶	۰/۶۸	۸/۰۳	۰/۰۰۱
عبادی کسبخی و همکاران	۱۴۰۰	افسردگی	۰/۷۴	۰/۶۶	۰/۸۰	۱۱/۵۲	۰/۰۰۱
عبادی کسبخی و همکاران	۱۴۰۰	استرس	۰/۷۲	۰/۶۳	۰/۷۹	۱۱	۰/۰۰۱
حاجی محمدی و رضاخانی	۱۳۹۸	بیان خشم	۰/۴۴	۰/۳۲	۰/۵۴	۶/۷۹	۰/۰۰۱
جعفری و فاتحی زاده	۱۳۹۰	هوش هیجانی	-۰/۵۴	-۰/۶۹	-۰/۳۵	-۴/۹۸	۰/۰۰۱
شهبازی نژاد و همکاران	۱۳۹۶	شفقت خود	-۰/۶۴	-۰/۷۳	-۰/۵۲	-۸/۲	۰/۰۰۱
رضایتی زاده و همکاران	۱۳۹۸	عزت نفس	-۰/۵۹	-۰/۶۷	-۰/۴۹	-۹/۵۱	۰/۰۰۱
رضایتی زاده و همکاران	۱۳۹۸	کیفیت زندگی	-۰/۷۱	-۰/۷۷	-۰/۶۳	-۱۲/۴۵	۰/۰۰۱
رضایتی زاده و همکاران	۱۳۹۸	مکانیسم دفاعی رشد یافته	-۰/۷۱	-۰/۷۷	-۰/۶۳	-۱۲/۴۵	۰/۰۰۱
رضایتی زاده و همکاران	۱۳۹۸	مکانیسم دفاعی رشدنا یافته	۰/۶۴	۰/۵۵	۰/۷۲	۱۰/۶۴	۰/۰۰۱
رضایتی زاده و همکاران	۱۳۹۸	مکانیسم دفاعی روان آزارده	۰/۶۸	۰/۶۰	۰/۷۵	۱۱/۶۴	۰/۰۰۱
داراسیان سلماسی و رضاخانی	۱۳۹۷	خود کارآمدی	۰/۵۶	۰/۴۷	۰/۶۴	۹/۷۴	۰/۰۰۱
معمار و همکاران	۱۴۰۰	روان رنجورخویی	۰/۲۹	۰/۱۸	۰/۳۹	۵/۲۳	۰/۰۰۱
معمار و همکاران	۱۴۰۰	برون گرایی	-۰/۲۴	-۰/۳۴	-۰/۱۳	-۴/۲۹	۰/۰۰۱
معمار و همکاران	۱۴۰۰	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	۰/۰۶	-۰/۰۵	۰/۱۷	۱/۰۵	۰/۲۹۳
معمار و همکاران	۱۴۰۰	موافق بودن	-۰/۲۴	-۰/۳۴	-۰/۱۳	-۴/۲۹	۰/۰۰۱
معمار و همکاران	۱۴۰۰	باوجدان بودن	-۰/۴۱	-۰/۵۰	-۰/۳۱	-۷/۶۳	۰/۰۰۱
رحمتی و کرامتی	۱۳۹۳	اطلاعاتی	-۰/۴۳	-۰/۵۴	-۰/۳۱	-۶/۴۵	۰/۰۰۱
رحمتی و کرامتی	۱۳۹۳	هنجاری	-۰/۲۸	-۰/۴۰	-۰/۱۵	-۴/۰۴	۰/۰۰۱
رحمتی و کرامتی	۱۳۹۳	سردرگم	۰/۱۷	۰/۰۳	۰/۳۰	۲/۴۱	۰/۰۱۶
بردوده و همکاران	۱۳۹۶	احساس تنهایی	۰/۵۵	۰/۴۶	۰/۶۳	۹/۷۲	۰/۰۰۱
عقبایی و همکاران	۱۳۹۷	ناگویی هیجانی	۰/۵۳	۰/۴۵	۰/۶۱	۱۰/۴۱	۰/۰۰۱

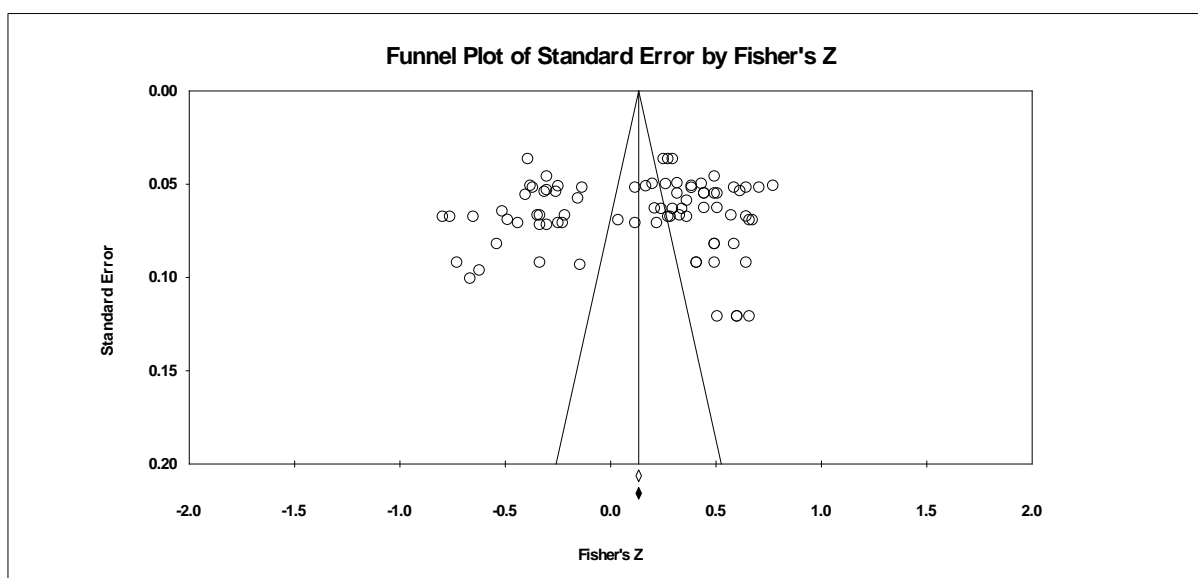
پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
عقبایی و همکاران	۱۳۹۷	افسردگی	۰/۴۱	۰/۳۱	۰/۵۰	۷/۶۸	۰/۰۰۱
سواری و بشلیده	۱۳۹۱	کمرویی	۰/۲۷	۰/۱۴	۰/۳۹	۴/۱۳	۰/۰۰۱
سواری و بشلیده	۱۳۹۱	احساس تنهایی	۰/۲۴	۰/۱۱	۰/۳۶	۳/۶۵	۰/۰۰۱
مام شریفی و همکاران	۱۳۹۹	کیفیت زندگی	-۰/۶۳	-۰/۶۹	-۰/۵۶	-۱۲/۷۸	۰/۰۰۱
مام شریفی و همکاران	۱۳۹۹	رضایت از زندگی	-۰/۸۶	-۰/۸۹	-۰/۸۳	-۲۲/۲۹	۰/۰۰۱
مام شریفی و همکاران	۱۳۹۹	هیجان مدار	۰/۵۳	۰/۴۴	۰/۶۱	۱۰/۱۷	۰/۰۰۱
مام شریفی و همکاران	۱۳۹۹	مسأله مدار	-۰/۷۵	-۰/۸۰	-۰/۷۰	-۱۶/۷۷	۰/۰۰۱
تیمورزاده و همکاران	۱۴۰۰	سرمایه روان شناختی	-۰/۲۳	-۰/۳۳	-۰/۱۲	-۴/۰۴	۰/۰۰۱
پیری و همکاران	۱۳۹۸	دشواری در تنظیم هیجان	۰/۵۵	۰/۴۸	۰/۶۲	۱۱/۹۳	۰/۰۰۱
پیری و همکاران	۱۳۹۸	راهبرد مقابله ناکارآمد	۰/۳۹	۰/۳۰	۰/۴۷	۷/۹۴	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۸	نشخوار فکری	۰/۳۹	۰/۲۸	۰/۴۹	۶/۴۲	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۸	فاجعه انگاری	۰/۲۴	۰/۱۲	۰/۳۵	۳/۸۲	۰/۰۰۱
هاشمی و همکاران	۱۳۹۸	اضطراب	۰/۷۱	۰/۶۴	۰/۷۷	۱۳/۸۳	۰/۰۰۱
فرج پور نیری و همکاران	۱۳۹۹	شخصیت مرزی	۰/۴۸	۰/۳۸	۰/۵۷	۸/۳۸	۰/۰۰۱
فرج پور نیری و همکاران	۱۳۹۹	جامعه ستیزی	۰/۴۲	۰/۳۱	۰/۵۲	۷/۱۸	۰/۰۰۱
فرج پور نیری و همکاران	۱۳۹۹	تحمل پریشانی	-۰/۴۴	-۰/۵۳	-۰/۳۴	-۷/۵۷	۰/۰۰۱
بشروپور و همکاران	۱۳۹۹	حساسیت بین فردی	۰/۵۷	۰/۴۸	۰/۶۵	۹/۹۵	۰/۰۰۱
بشروپور و همکاران	۱۳۹۹	کنترل هدمند	-۰/۴۴	-۰/۵۴	-۰/۳۳	-۷/۲۵	۰/۰۰۱
پیغمبری و همکاران	۱۳۹۷	احساس تنهایی	-۰/۲۳	-۰/۳۲	-۰/۱۳	-۴/۵۸	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	هیجان خواهی	۰/۵۵	۰/۴۵	۰/۶۴	۸/۶۸	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	اطلاعاتی	-۰/۳۸	-۰/۴۹	-۰/۲۵	-۵/۶۲	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	هنجاری	۰/۵۶	۰/۴۶	۰/۶۵	۸/۸۸	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	سردرگم	۰/۴۳	۰/۳۱	۰/۵۴	۶/۴۵	۰/۰۰۱
غیبی و زارعی	۱۳۹۷	تعهد	-۰/۳۴	-۰/۴۶	-۰/۲۱	-۴/۹۷	۰/۰۰۱
عبدل پور و همکاران	۱۳۹۸	دشواری در تنظیم هیجان	۰/۴۴	۰/۳۳	۰/۵۴	۷/۲۷	۰/۰۰۱
عبدل پور و همکاران	۱۳۹۸	شفقت به خود	-۰/۴۶	-۰/۵۵	-۰/۳۵	-۷/۶۶	۰/۰۰۱
عبدل پور و همکاران	۱۳۹۸	عزت نفس	-۰/۴۳	-۰/۵۳	-۰/۳۲	-۷/۰۸	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	روان‌رنجورخویی	۰/۴۰	۰/۲۸	۰/۵۱	۶/۱	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	برون‌گرایی	-۰/۳۴	-۰/۴۵	-۰/۲۱	-۵/۰۹	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	گشودگی نسبت به تجربیات تازه	-۰/۲۷	-۰/۳۹	-۰/۱۴	-۳/۹۸	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	موافق بودن	-۰/۲۳	-۰/۳۵	-۰/۱۰	-۳/۳۷	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	باوجدان بودن	-۰/۳۳	-۰/۴۵	-۰/۲۰	-۴/۹۳	۰/۰۰۱
اورکی و فردآقایی	۱۳۹۸	استرس ادراک شده	۰/۴۴	۰/۳۲	۰/۵۴	۶/۷۹	۰/۰۰۱
رئیزی و همکاران	۱۳۹۹	امنیت روانی	-۰/۶۸	-۰/۷۴	-۰/۶۱	-۱۳/۰۳	۰/۰۰۱
چابکی و همکاران	۱۴۰۰	هیجان خواهی	۰/۵۸	۰/۵۰	۰/۶۵	۱۱/۶۱	۰/۰۰۱
چابکی و همکاران	۱۴۰۰	توانمندی خود	-۰/۸۳	-۰/۸۶	-۰/۷۹	-۲۰/۸۲	۰/۰۰۱
سندجی و همکاران	۱۳۹۴	علائم و سواسی - اجباری	۰/۴۱	۰/۲۶	۰/۵۴	۵/۱۹	۰/۰۰۱
طالقانی نژاد و همکاران	۱۳۹۸	هوش هیجانی	-۰/۴۱	-۰/۴۹	-۰/۳۳	-۸/۶۸	۰/۰۰۱

سطح معتاداری	ارزش Z	حد بالا	حد پایین	اندازه اثر	متغیر مستقل	سال	پژوهشگر
۰/۰۰۱	-۱۰/۹۴	-۰/۴۲	-۰/۵۷	-۰/۵۰	مسأله مدار	۱۳۹۸	طالقانی نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	-۳/۴۲	-۰/۰۷	-۰/۲۶	-۰/۱۷	هیجان مدار	۱۳۹۸	طالقانی نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	۶/۱	۰/۴۵	۰/۲۴	۰/۳۵	حساسیت بین فردی	۱۳۹۹	برادران و همکاران
۰/۰۰۱	۴/۳۸	۰/۳۴	۰/۱۳	۰/۲۴	افسردگی	۱۴۰۰	موسیوند و همکاران
۰/۰۰۱	۷/۷۲	۰/۵۱	۰/۳۲	۰/۴۲	اضطراب	۱۳۹۳	عزیزی نژاد و همکاران
۰/۰۰۱	۴/۲۴	۰/۴۰	۰/۱۵	۰/۲۸	افسردگی	۱۳۹۸	مظفری و همکاران
۰/۰۰۱	۵/۳۸	۰/۴۶	۰/۲۳	۰/۳۵	اضطراب	۱۳۹۸	مظفری و همکاران
۰/۰۰۱	۴/۰۸	۰/۳۹	۰/۱۴	۰/۲۷	استرس	۱۳۹۸	مظفری و همکاران
۰/۰۰۱	-۸/۲۷	-۰/۳۵	-۰/۵۳	-۰/۴۴	ایمن	۱۳۹۹	چابکی و همکاران
۰/۰۰۱	۱۱/۶۱	۰/۶۵	۰/۵۰	۰/۵۸	اجتنابی	۱۳۹۹	چابکی و همکاران
۰/۰۰۱	۸/۴۹	۰/۵۳	۰/۳۶	۰/۴۵	دوسوگرا	۱۳۹۹	چابکی و همکاران
۰/۰۰۱	-۷/۲۲	-۰/۲۹	-۰/۴۸	-۰/۳۹	سلامت روان	۱۳۹۹	چابکی و همکاران
۰/۰۰۱	-۱۱/۱۶	-۰/۴۹	-۰/۶۴	-۰/۵۷	سیستم فعال ساز رفتاری	۱۳۹۵	حسینی و همکاران
۰/۰۰۱	۹/۴۷	۰/۵۸	۰/۴۱	۰/۵۰	سیستم بازداری رفتاری	۱۳۹۵	حسینی و همکاران
۰/۰۰۱	-۹/۷	-۰/۴۲	-۰/۵۹	-۰/۵۱	راهبردهای مثبت هیجان	۱۳۹۵	حسینی و همکاران
۰/۰۰۱	۶/۱۰	۰/۴۴	۰/۲۴	۰/۳۴	راهبردهای منفی هیجان	۱۳۹۵	حسینی و همکاران
۰/۰۰۱	۷/۵۱	۰/۵۰	۰/۳۱	۰/۴۱	احساس تنهایی	۱۳۹۵	حسینی و همکاران
۰/۰۰۱	۸/۵۹	۰/۵۸	۰/۳۹	۰/۴۹	افسردگی	۱۳۹۶	اسمعیلی راد و احمدی
۰/۰۰۱	۷/۱۸	۰/۵۲	۰/۳۱	۰/۴۲	اضطراب	۱۳۹۶	اسمعیلی راد و احمدی
۰/۰۰۱	-۴/۹۶	-۰/۱۹	-۰/۴۱	-۰/۳۰	رضایت از زندگی	۱۳۹۶	اسمعیلی راد و احمدی
۰/۰۰۱	۳/۸۶	۰/۴۵	۰/۱۶	۰/۳۱	طرح واره‌های ناسازگار	۱۳۹۷	فغان پور گنجی
۰/۰۶۹	-۱/۸۲	۰/۰۱	-۰/۳۰	-۰/۱۵	ایمن	۱۳۹۷	فغان پور گنجی
۰/۰۲۸	۲/۱۹	۰/۳۳	۰/۰۲	۰/۱۸	اجتنابی	۱۳۹۷	فغان پور گنجی
۰/۰۰۵	2.82	۰/۳۸	۰/۰۷	۰/۲۳	دوسوگرا	۱۳۹۷	فغان پور گنجی
۰/۰۰۱	۶/۶۱	۰/۴۱	۰/۲۳	۰/۳۲	دشواری در تنظیم هیجان	۱۳۹۵	نوری خواجه غیائی
۰/۰۰۱	-۴/۷۱	-۰/۱۹	-۰/۴۴	-۰/۳۲	هوش هیجانی	۱۳۹۶	کرمان
۰/۰۰۱	-۷/۹۷	-۰/۲۹	-۰/۴۶	-۰/۳۸	راهبردهای مثبت هیجان	۱۳۹۸	رستمی نسب دولت آباد و همکاران
۰/۰۰۱	۱۱/۲۱	۰/۵۸	۰/۴۳	۰/۵۱	راهبردهای منفی هیجان	۱۳۹۸	رستمی نسب دولت آباد و همکاران
۰/۲۴۱	-۱/۱۷	۰/۰۴	-۰/۱۶	-۰/۰۶	اطلاعاتی	۱۳۹۵	عسکری زاده و همکاران
۰/۴۳۵	-۰/۷۸	۰/۰۶	-۰/۱۴	-۰/۰۴	هنجاری	۱۳۹۵	عسکری زاده و همکاران
۰/۰۰۵	۱/۹۶	۰/۲۰	۰/۰۰۱	۰/۱۰	سردرگم	۱۳۹۵	عسکری زاده و همکاران
۰/۰۰۱	۵/۴۶	۰/۳۸	۰/۱۹	۰/۲۹	ایمن	۱۳۹۷	خانجانی و همکاران
۰/۰۰۱	-۸/۴۲	-۰/۳۴	-۰/۵۱	-۰/۴۳	اجتنابی	۱۳۹۷	خانجانی و همکاران
۰/۰۰۱	۸/۶۴	۰/۵۲	۰/۳۵	۰/۴۴	دوسوگرا	۱۳۹۷	خانجانی و همکاران
۰/۰۲۸	-۲/۲	-۰/۰۲	-۰/۳۳	-۰/۱۸	شادکامی	۱۳۹۷	موسوی
۰/۰۰۱	۷/۹۱	۰/۴۴	۰/۲۸	۰/۳۶	افسردگی	۱۳۹۶	عباسی
۰/۰۰۱	۵/۳۶	۰/۳۴	۰/۱۶	۰/۲۵	اضطراب	۱۳۹۶	عباسی
۰/۰۰۱	۷/۴۴	۰/۴۲	۰/۲۶	۰/۳۴	استرس	۱۳۹۶	عباسی

پژوهشگر	سال	متغیر مستقل	اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
عثمانی و همکاران	۱۳۹۹	رضایت از زندگی	۰/۸۶	۰/۸۹	۰/۸۲	-۱۸/۳۸	۰/۰۰۱
بیرامی و همکاران	۱۳۹۳	احساس تنهایی	۰/۲۵	۰/۱۰	۰/۳۸	۳/۳۳	۰/۰۰۱
شکر افشان و همکاران	۱۳۹۶	رضایت از زندگی	۰/۳۶	۰/۴۵	۰/۲۷	-۷/۲۶	۰/۰۰۱
اثر ثابت							
اثر تصادفی							

طبق جدول ۱، اندازه اثر ترکیبی برای متغیرهای به کار رفته در کلیه پژوهش‌های قبلی در حوزه‌ی پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل در مدل اثرات ثابت ۰/۰۴ و تصادفی ۰/۰۴ بدست آمد. بر طبق معیار کوهن (۱۹۹۲، به نقل از دلاور، ۱۳۹۴) اندازه اثر ترکیبی بدست آمده در هر دو مدل کم می‌باشد.

در مجموع می‌توان گفت در این پژوهش ابتدا به بررسی مهم‌ترین پیش‌فرض‌های فراتحلیل (بررسی خطای انتشار در میان مطالعات و همگن بودن مطالعات انجام شده) پرداخته شد. نتایج به دست آمده از آزمون رگرسیون ایگر ($t=0/18$, $df=343$, $p=0/426$) نشان داد که عرض از مبدا خط رگرسیونی مطالعات نزدیک به صفر می‌باشد و این بدین معنا می‌باشد که در پژوهش‌ها سوگیری وجود ندارد. بر طبق نتیجه آزمون I^2 ایمن از خطا باید تعداد ۴۹۶۴ پژوهش با میانگین اثر صفر را برای ترکیب آزمون دو دامنه و دستیابی به سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ وارد تحلیل کنیم. با توجه به زیاد بودن این مطالعات می‌توان به اندازه اثر کلی این پژوهش‌ها اطمینان داشت. بر اساس آزمون اصلاح و برازش دوال و توئیدی مدل اثر ثابت برآورد نقطه‌ای و فاصله اطمینان ۹۵٪ برای پژوهش‌ها، ۰/۰۴ و (۰/۰۵، -۰/۰۴) و براساس مدل تصادفی، برآورد نقطه‌ای و فاصله اطمینان ۹۵٪ برای پژوهش‌های ترکیبی، -۰/۰۴ و (۰/۰۹، -۰/۰۰۷) می‌باشد. همچنین نتایج نشان داد که نمودار کیفی، متقارن می‌باشد. بنابراین با در نظر گرفتن هر چهار روش مورد بررسی می‌توان نتیجه گرفت که مطالعات مورد بررسی سوگیری انتشار ندارند.



نمودار ۱. نمودار کیفی پیشایندهای روان‌شناختی اعتیاد به اینترنت

بنابراین با در نظر گرفتن هر چهار روش مورد بررسی می‌توان نتیجه گرفت که مطالعات مورد بررسی سوگیری انتشار ندارند. در جدول ۲، اندازه اثر پیشایندهای اعتیاد به اینترنت در پژوهش‌های گردآوری شده بررسی شده بود، گزارش شده است.

جدول ۲. اندازه اثر پیشابندهای اعتیاد به اینترنت

ردیف	متغیر مورد بررسی	تکرار	میانگین اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
	عدم برنامه‌ریزی	۲	۰/۲۰	۰/۱۳	۰/۲۶	۵/۵۵	۰/۰۰۱
	افسردگی	۱۱	۰/۳۹	۰/۳۰	۰/۴۸	۷/۴۶	۰/۰۰۱
	علائم روانپزشکی	۱	۰/۴۰	۰/۲۴	۰/۵۴	۴/۵۸	۰/۰۰۱
	امنیت روانی	۲	-۰/۴۵	-۰/۸۲	۰/۲۰	۱/۳۷	۰/۱۶۹
	انگیزش پیشرفت	۱	۰/۰۵	-۰/۰۵	۰/۱۵	۰/۹۳	۰/۳۵۱
	آسیب‌پذیری	۱	-۰/۸۵	-۰/۸۸	-۰/۸۲	-۲۲/۵۴	۰/۰۰۱
	عاطفه منفی	۲	۰/۲۸	۰/۲۱	۰/۳۵	۷/۱۴	۰/۰۰۱
	عاطفه مثبت	۱	-۰/۳۹	-۰/۴۸	-۰/۲۹	-۷/۰۶	۰/۰۰۱
	بیان خشم	۱	۰/۴۴	۰/۳۲	۰/۵۴	۶/۷۹	۰/۰۰۱
	باوجدان بودن	۱۲	-۰/۲۰	-۰/۲۳	-۰/۱۷	-۱۲/۶۳	۰/۰۰۱
	بازداری هیجانی	۱	-۰/۱۵	-۰/۲۸	-۰/۰۲	-۲/۲۳	۰/۰۲۶
	بهزیستی روان‌شناختی	۱	-۰/۳۹	-۰/۴۹	-۰/۲۸	-۶/۶۰	۰/۰۰۱
	برون‌گرایی	۱۲	-۰/۲۱	-۰/۲۴	-۰/۱۸	-۱۳/۰۳	۰/۰۰۱
	کنترل هدفمند	۱	-۰/۴۴	-۰/۵۴	-۰/۳۳	-۷/۲۵	۰/۰۰۱
	کنترل خوش‌خیم	۱	-۰/۳۴	-۰/۴۵	-۰/۲۲	-۵/۲۱	۰/۰۰۱
	دشواری در تنظیم هیجان	۵	۰/۴۵	۰/۴۱	۰/۴۹	۱۹/۷۱	۰/۰۰۱
	درونگرایی	۱	۰/۸۳	۰/۶۸	۰/۷۷	۱۷/۲۷	۰/۰۰۱
	سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۱	۰/۲۹	۰/۲۵	۰/۳۲	۱۶/۸۷	۰/۰۰۱
	احساس تنهایی	۱۵	۰/۴۱	۰/۳۹	۰/۴۴	۲۶/۵۴	۰/۰۰۱
	اهمال کاری	۱	۰/۴۹	۰/۳۹	۰/۵۸	۸/۴۲	۰/۰۰۱
	سبک دلبستگی اجتنابی	۱۳	۰/۲۵	۰/۲۲	۰/۲۹	۱۵/۴۸	۰/۰۰۱
	انسجام روانی	۱	۰/۲۶	۰/۱۰	۰/۴۰	۳/۱۸	۰/۰۰۱
	سبک هویت اطلاعاتی	۹	-۰/۲۸	-۰/۳۱	-۰/۲۴	-۱۴/۲۷	۰/۰۰۱
	عزت نفس	۵	۰/۰۷	۰/۰۱	۰/۱۲	۲/۳۸	۰/۰۱۷
	اضطراب	۱۲	۰/۳۸	۰/۳۵	۰/۴۰	۲۲/۷۹	۰/۰۰۱
	فاجعه‌انگاری	۱	۰/۲۴	۰/۱۲	۰/۳۵	۳/۸۱	۰/۰۰۱
	فردگرایی	۱	-۰/۹۰	-۰/۹۲	-۰/۸۸	-۲۵/۳۷	۰/۰۰۱
	گشودگی نسبت به تجارب تازه	۱۲	-۰/۰۲	-۰/۰۵	۰/۰۰۹	-۱/۳۹	۰/۱۶۳
	گسلش	۱	۰/۲۷	۰/۱۶۵	۰/۳۷	۴/۹۲	۰/۰۰۱
	هیجان‌خواهی	۶	۰/۴۲	۰/۳۸	۰/۴۶	۱۷/۷۲	۰/۰۰۱
	همکاری	۱	-۰/۹۰	-۰/۹۲	-۰/۸۸	-۲۶/۴۲	۰/۰۰۱
	سبک هویت‌هنجاری	۸	۰/۰۲	-۰/۰۲	۰/۰۶	۰/۸۴	۰/۴۰
	حساسیت بین‌فردی	۳	۰/۴۵	۰/۳۸	۰/۵۱	۱۲/۰۵	۰/۰۰۱
	حمایت اجتماعی	۱	-۰/۲۹	-۰/۳۷	-۰/۲۰	-۶/۲۷	۰/۰۰۱
	حل مسأله	۱	-۰/۳۰	-۰/۳۹	-۰/۲۰	-۵/۷۶	۰/۰۰۱
	هوش هیجانی	۶	-۰/۳۴	-۰/۳۸	-۰/۲۹	-۱۴/۵	۰/۰۰۱
	سبک دلبستگی ایمن	۱۰	-۰/۲۰	-۰/۲۴	-۰/۱۶	-۱۰/۸۲	۰/۰۰۱

ردیف	متغیر مورد بررسی	تکرار	میانگین اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
	جامعه ستیزی	۱	۰/۴۲	۰/۳۱	۰/۵۱	۷/۱۷	۰/۰۰۱
	جسمی سازی	۱	۰/۲۶	۰/۰۸	۰/۴۲	۲/۸۷	۰/۰۰۱
	جستجوی سرگرمی	۱	۰/۳۵	۰/۲۳	۰/۴۶	۵/۳۸	۰/۰۰۱
	کمروبی	۱	۰/۲۷	۰/۱۴	۰/۳۹	۴/۱۲	۰/۰۰۱
	خودآگاهی	۱	-۰/۳۱	-۰/۴۶	-۰/۱۴	-۳/۴۷	۰/۰۰۱
	خودفراروی	۱	-۰/۵۴	-۰/۶۱	-۰/۴۶	-۱۰/۸۴	۰/۰۰۱
	خودکارآمدی	۴	-۰/۰۸	-۰/۱۵	-۰/۰۱	-۲/۲۴	۰/۰۲۵
	خودکنترلی	۲	-۰/۲۲	-۰/۳۰	-۰/۱۳	-۵/۰۶	۰/۰۰۱
	خودمهارگری	۱	۰/۳۱	۰/۲۲	۰/۴۰	۶/۳۹	۰/۰۰۱
	خودراهبری	۱	-۰/۱۸	-۰/۲۸	-۰/۰۷	-۳/۲۶	۰/۰۰۱
	خودشیفتگی	۱	۰/۳۸	۰/۲۷	۰/۴۸	۶/۲۸	۰/۰۰۱
	خودتنظیمی	۲	۰/۰۷	-۰/۷۹	۰/۸۴	۰/۱۳	۰/۹۰
	خوش بینی	۱	-۰/۴۱	-۰/۴۹	-۰/۳۲	-۸/۲۳	۰/۰۰۱
	کیفیت خواب	۱	-۰/۴۴	-۰/۵۳	-۰/۳۴	-۷/۵۷	۰/۰۰۱
	کیفیت زندگی	۲	-۰/۶۶	-۰/۷۱	-۰/۶۱	-۱۷/۷۷	۰/۰۰۱
	کنترل هیجانی	۱	۰/۳۰	-۰/۴۲	-۰/۱۷	-۴/۵۶	۰/۰۰۱
	کنترل پرخاشگری	۱	-۰/۳۶	-۰/۴۷	-۰/۲۴	-۵/۵۵	۰/۰۰۱
	مکانیسم دفاعی روان آزده	۱	۰/۶۸	۰/۶۰	۰/۷۵	۱۱/۶۴	۰/۰۰۱
	مکانیسم دفاعی رشدنا یافته	۲	۰/۳۴	۰/۲۶	۰/۴۲	۸/۸۲	۰/۰۰۱
	مکانیسم دفاعی رشد یافته	۲	-۰/۴۸	-۰/۵۴	-۰/۴۱	-۱۱/۸۹	۰/۰۰۱
	مهار گسیختگی	۱	۰/۳۹	۰/۲۹	۰/۴۸	۷/۳۳	۰/۰۰۱
	مقابله اجتنابی	۲	۰/۱۲	۰/۰۴	۰/۱۹	۳/۱۴	۰/۰۰۲
	مقابله هیجان مدار	۶	۰/۱۴	۰/۱۰	۰/۱۸	۶/۱۹	۰/۰۰۱
	مقابله مسأله مدار	۶	-۰/۴۵	-۰/۴۸	-۰/۴۱	-۲۱/۱۶	۰/۰۰۱
	مخالفت ورزی	۱	۰/۳۹	۰/۲۹	۰/۴۸	۷/۳۳	۰/۰۰۱
	موافق بودن	۱۲	-۰/۰۱	-۰/۰۴	۰/۰۲	-۰/۷۸	۰/۴۳
	نارسایی کنش های اجرایی	۱	۰/۳۴	۰/۲۵	۰/۴۲	۷/۰۵	۰/۰۰۱
	ناگویی هیجان	۶	۰/۳۵	۰/۳۱	۰/۳۸	۱۷/۴۴	۰/۰۰۱
	نیازهای اساسی روان شناختی	۱	-۰/۹۲	-۰/۹۴	-۰/۹۱	-۲۷/۳۸	۰/۰۰۱
	نوجویی	۲	۰/۶۰	۰/۵۶	۰/۶۴	۲۱/۲۵	۰/۰۰۱
	نشخوار فکری	۲	۰/۳۴	۰/۲۶	۰/۴۲	۷/۶۸	۰/۰۰۱
	امید	۱	-۰/۳۵	-۰/۴۳	-۰/۲۶	-۶/۹۰	۰/۰۰۱
	پاداش	۱	-۰/۷۳	-۰/۷۷	-۰/۶۷	-۱۶/۶۶	۰/۰۰۱
	پارانویا	۱	۰/۲۸	۰/۱۰	۰/۴۴	۳/۱۱	۰/۰۰۲
	پرخاشگری	۴	۰/۳۹	۰/۳۳	۰/۴۴	۱۲/۱۲	۰/۰۰۱
	پاسخ دهی به پاداش	۱	۰/۱۴	-۰/۲۷	-۰/۰۰۸	-۲/۰۳	۰/۰۳۸
	پشتکار	۱	-۰/۸۴	-۰/۸۷	-۰/۸۰	-۲۱/۹۱	۰/۰۰۱
	راهبردهای منفی هیجان	۳	۰/۳۵	۰/۲۹	۰/۴۰	۱۱/۴۷	۰/۰۰۱

ردیف	متغیر مورد بررسی	تکرار	میانگین اندازه اثر	حد پایین	حد بالا	ارزش Z	سطح معناداری
	راهبرد مقابله ناکارآمد	۱	۰/۳۹	۰/۳۰	۰/۴۷	۷/۹۴	۰/۰۰۱
	راهبردهای مثبت هیجان	۳	-۰/۳۵	-۰/۴۱	-۰/۳۰	-۱۱/۵۸	۰/۰۰۱
	روان رنجورخویی	۱۷	۰/۳۵	۰/۳۲	۰/۳۷	۲۵/۱۵	۰/۰۰۱
	رضایت از زندگی	۴	-۰/۶۵	-۰/۶۸	-۰/۶۱	-۲۵/۷۶	۰/۰۰۱
	سیستم بازداری رفتاری	۴	-۰/۲۹	-۰/۳۳	-۰/۲۴	-۱۲/۱۸	۰/۰۰۱
	سیستم فعال سازی رفتاری	۴	۰/۱۹	۰/۱۴	۰/۲۴	۶/۹۱	۰/۰۰۱
	سیستم جنگ گریز انجماد	۲	۰/۵۱	۰/۴۵	۰/۵۶	۱۵/۷۸	۰/۰۰۱
	سابق	۱	۰/۱۷	۰/۰۴	۰/۳۰	۲/۵۲	۰/۰۱۱
	سبک هویت سردرگم	۹	۰/۲۳	۰/۱۹	۰/۲۷	۱۱/۱۴	۰/۰۰۱
	سرمایه روان شناختی	۳	-۰/۳۷	-۰/۴۲	-۰/۳۱	-۱۱/۲۴	۰/۰۰۱
	سرزنش خود	۱	۰/۳۵	۰/۲۴	۰/۴۶	۵/۷	۰/۰۰۱
	سرزنش دیگران	۱	۰/۲۶	۰/۱۴	۰/۳۷	۴/۱۵	۰/۰۰۱
	سلامت روان	۶	-۰/۰۶	-۰/۱۰	-۰/۰۱	-۲/۴۹	۰/۰۱
	شادکامی	۲	۰/۳۶	۰/۴۳	۰/۲۹	۹/۳۶	۰/۰۰۱
	شفقت خود	۲	-۰/۵۲	-۰/۶۰	-۰/۴۵	-۱۰/۹۷	۰/۰۰۱
	شخصیت مرزی	۱	۰/۴۸	۰/۳۸	۰/۵۷	۸/۳۸	۰/۰۰۱
	استرس	۸	۰/۳۵	۰/۳۲	۰/۳۸	۱۸/۸۳	۰/۰۰۱
	اختلال استرس پس از سانحه	۱	۰/۴۴	۰/۳۵	۰/۵۲	۹/۱۸	۰/۰۰۱
	تعلق به همسالان منحرف	۱	۰/۳۶	۰/۲۶	۰/۴۶	۶/۴۳	۰/۰۰۱
	تاب آوری	۲	-۰/۱۷	-۰/۳۲	-۰/۰۳	-۲/۹۵	۰/۰۰۳
	تکانش حرکتی	۱	۰/۱۷	۰/۰۸	۰/۲۶	۳/۷۴	۰/۰۰۱
	تکانش شناختی	۳	۰/۲۴	۰/۱۸	۰/۳۰	۷/۹۹	۰/۰۰۱
	تنظیم هیجان	۳	-۰/۵۱	-۰/۵۵	-۰/۴۷	-۱۹/۵۱	۰/۰۰۱
	طرح‌واره‌های ناسازگار	۱	۰/۳۱	۰/۱۶	۰/۴۵	۳/۸۶	۰/۰۰۱
	ترس از ارزیابی منفی	۱	۰/۱۷	۰/۰۲	۰/۳۲	۲/۱۶	۰/۰۳۱
	ترس مرضی	۱	۰/۳۶	۰/۱۹	۰/۵۱	۴/۰۷	۰/۰۰۱
	توانمندی خود	۱	-۰/۸۳	-۰/۸۶	-۰/۷۹	-۲۰/۸۱	۰/۰۰۱
	سبک هویت تعهد	۴	-۰/۲۸	-۰/۳۴	-۰/۲۳	-۹/۶۲	۰/۰۰۱
	تحمل پریشانی	۲	-۰/۶۳	-۰/۶۷	-۰/۵۸	-۱۸/۴۲	۰/۰۰۱
	وسواس اجباری	۱	۰/۴۱	۰/۲۶	۰/۵۴	۵/۱۹	۰/۰۰۱
	اندازه اثر ثابت	۳۴۵	۰/۰۴	۰/۰۳۷	۰/۰۴۹	۱۳/۶۲	۰/۰۰۱
کل	اندازه اثر تصادفی	۳۴۵	-۰/۰۲	-۰/۰۳۵	-۰/۰۱	-۳/۵	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود در این فراتحلیل برای مدل‌های ثابت و تصادفی مقادیر اندازه اثرها به ترتیب برابر ۰/۰۴ و ۰/۰۲- است. برای انتخاب مدل نهایی فراتحلیل لازم است یک مجموعه تحلیل‌های ناهمگن برای اطمینان از وجود متغیرهای تعدیل کننده انجام گیرد. در صورت وجود ناهمگنی در اندازه‌های اثر تحقیقات اولیه مدل تصادفی انتخاب می‌شود و فرض می‌شود که در جامعه آماری ماهیت روابط بین متغیرهای مستقل و وابسته تحت تأثیر متغیرهای تعدیل کننده تغییر می‌یابد.

جدول ۳. شاخص‌های ناهمگنی اندازه اثرها در بین تحقیقات اولیه

آماره Q	درجه آزادی	سطح معناداری	I2
۲۲۶۹۱/۵۶	۳۴۴	۰/۰۰۱	۹۸/۴۸

در جدول ۳ مقدار شاخص Q برابر با ۲۲۶۹۱/۵۶ است که از لحاظ آماری معنادار و نشانگر تفاوت واقعی بین اندازه اثرهای تحقیقات اولیه است. همچنین مقدار مجذور I برابر با ۹۸/۴۸ است که نشان می‌دهد درصد بالایی از پراکنش موجود در نتایج تحقیقات اولیه واقعی و ناشی از وجود متغیرهای تعدیل کننده است. لازم به ذکر است که در این پژوهش نتایج بر طبق مدل‌های تصادفی گزارش شده است؛ چرا که تحلیل‌های ناهمگنی نشان داد که اندازه اثرهای داخل خود این متغیرهای تعدیل کننده هم ناهمگن هستند.

احراز روایی به عنوان متغیرهای تعدیل گر در نظر گرفته شدند که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. تحلیل متغیرهای تعدیل کننده در رابطه اعتیاد به اینترنت و پیشایندهای روان‌شناختی آن

سطح معناداری	آماره z	فاصله اطمینان		برآورد نقطه‌ای اندازه اثر	تعداد فرضیه‌ها	متغیر	شاخص آماری متغیر تعدیل کننده
		حد بالا	حد پایین				
۰/۰۰۱	-۱۳/۴۲	-۰/۱۳	-۰/۱۷	-۰/۱۵	۲۰	پله	احراز روایی
۰/۰۰۱	۱۷/۹۸	۰/۰۶	۰/۰۵	۰/۰۶	۳۲۵	خبر	

همان‌گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌شود اندازه اثرهای پژوهش‌های دارای احراز روایی ۰/۱۵- و بدون احراز روایی ۰/۰۶ است که هر دو گروه پژوهش‌های با و بدون احراز روایی دارای اندازه اثر معنادار می‌باشند.

بحث و نتیجه‌گیری

در تحقیق حاضر با استفاده از روش فراتحلیل، نتایج چندین مقاله و پایان‌نامه جداگانه در مورد پیشایندهای اعتیاد به اینترنت مورد بررسی قرار گرفت. نتایج تحقیقات گوناگون با یکدیگر ترکیب و میزان تأثیر هر یک از این پیشایندها و میزان اهمیت هر یک از آنها نسبت به هم، در جامعه تحقیق مورد تحلیل قرار گرفته است؛ در حالی که در تحقیق‌های قبلی این کار انجام نشده است. نتایج نشان داد رضایت از زندگی باعث کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این یافته با نتایج لاجمن^۱ و همکاران (۲۰۱۸)، تاناکا^۲ و همکاران (۲۰۱۴) و شکرافشان و همکاران (۱۳۹۶) همسو است. در تبیین نتایج بدست آمده از این فرضیه می‌توان گفت با افزایش رضایت از زندگی، افراد بیشتر در جامعه مشارکت می‌کنند و رفتارهای اجتماعی درستی انجام می‌دهند، اوقات فراغت و تفریحی بیشتر و جذاب‌تری برای خود در نظر می‌گیرند و هیجانات مثبت در این افراد افزایش می‌یابد. همچنین این افراد سعی می‌کنند که از اتفاقات پیرامون خود ارزیابی مثبت داشته باشند و نسبت به آینده دیدگاه امیدوارکننده از خود نشان دهند. این افراد سعی می‌کنند بیشتر برای خود فضای لذت و خوشی را فراهم کنند تا احساس بهتری نسبت به زندگی داشته باشند. این ویژگی‌های مثبت به نوعی فرد را در برابر گرایش به رفتارهای پرخطر ایمن می‌سازد، زیرا فرد به جای اینکه زمان خود را بیشتر صرف دنیای مجازی کند و به نوعی اعتیاد به اینترنت پیدا کند، سعی می‌کند از زندگی واقعی خود بیشتر لذت برده و به صورت مفیدتر و مختصرتری از فضای مجازی استفاده کند.

^۱ Lachmann

^۲ Tanaka

نتایج نشان داد تنظیم هیجان باعث کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این بخش از یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعه یلدیز^۱ (۲۰۱۷) همخوان است که در تحقیق خود به این نتیجه رسید که راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بین مناسبی برای اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در بین جوانان است. علاوه بر این، نتایج حاصل از این یافته با نتیجه پژوهش تروملو^۲ و همکاران (۲۰۱۸) همسو است که در تحقیقی نشان دادند که راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بین مناسبی برای اعتیاد افراد به اینترنت است. استفاده افراطی از اینترنت که در جامعه ایران بیشتر با حضور در شبکه‌های اجتماعی مختلف همچون تلگرام و اینستاگرام همراه است که باعث می‌شود فرد در مقابل مسأله‌ای درونی که آزاردهنده و ناخوشایند است، اجتناب کرده و احساس ایمنی کند و به نوعی از خود در برابر تنش‌ها، مسؤولیت‌ها و چالش‌ها محافظت کند؛ به عبارت دیگر رفتارهای اعتیادی به خصوص استفاده اعتیادی از اینترنت نوعی مسؤولیت‌زدایی نسبت خود و دیگران محسوب می‌شود؛ اما تنظیم هیجان به عنوان یکی از مهارت‌های مهم در نظر گرفته می‌شود که موجبات سازگاری و انطباق فرد با شرایط مختلف می‌شود. هیجان و تنظیم آن با هماهنگی کردن فرآیندهای ذهنی و انگیزشی شرایط فرد را در موقعیت تثبیت کرده و موجب می‌شود افراد پاسخ‌های مقابله‌ای کارآمد در برابر مسائل مواجه شده داشته باشند. افرادی که توانایی تنظیم سازنده هیجانات خود را دارند بهتر می‌توانند با مشکلات و چالش‌های زندگی روبه‌رو شوند، در سازگاری با دیگران و محیط موفق‌تر هستند، از سلامت روانی و بهزیستی هیجانی بالاتری برخوردارند و بهتر می‌توانند رویدادهای منفی در زندگی را مدیریت کنند (عباسی و همکاران، ۲۰۱۴). بنابراین تنظیم هیجانی باعث افزایش تحمل آشفتگی در فرد می‌شود و از آسیب‌پذیری روانی فرد در برابر اتفاقات زندگی روزمره می‌کاهد، به تبع آن به احتمال کمتری فرد به دنبال استفاده از راهبردهای غیرسازنده خود تسکینی با حضور در اینترنت و دنیای مجازی و اینترنت خواهد بود.

نتایج نشان داد مقابله مسأله‌مدار باعث کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شود، یافته به دست آمد با نتایج پژوهش‌های کوربین^۳ و همکاران (۲۰۱۳) و کشاورز و همکاران (۱۳۹۴) همسویی دارد. براساس پژوهش‌های انجام شده، چنان به افراد به راهبردهای مقابله‌ای کارآمد مجهز نباشند و توانایی کمی برای درک هیجان‌های خود و دیگران داشته باشند، در برخورد با استرس‌ها و بحران‌ها توان کمتری خواهند داشت و مشکلات رفتاری بیشتری را به صورت پرخاشگری، افسردگی و اضطراب نشان خواهند داد که همه این مشکلات رفتاری در گرایش افراد به دنیای مجازی و فضای اینترنتی مؤثر است (زارعی و اسدی، ۱۳۹۰). بنابراین می‌توان چنین تبیین نمود علت اعتیاد افراد به اینترنت ممکن است ناشی از مقابله ناکارآمد و هیجان‌مدار با استرس‌ها و تنش‌های زندگی و در نتیجه احساس ناتوانی در مقابل مشکلات و پناه بردن به فضای اینترنتی برای فرار از حل مشکلات باشد.

نتایج نشان داد دشواری در تنظیم هیجان باعث افزایش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این یافته با مطالعات کاسال^۴ و همکاران (۲۰۱۶)، تروملو و همکاران (۲۰۱۸) و یلدیز (۲۰۱۷) همخوانی دارد. در تبیین این ارتباط می‌توان گفت از آنجایی که یکی از کاربردهای صحیح تنظیم هیجانات این است که افراد بتوانند هیجانات خود را هنگامی که برانگیزاننده‌ها شدید هستند، کنترل کنند و امروزه استفاده از اینترنت برای تمامی اقشار جامعه امری شایع و بسیار برانگیزاننده است؛ بنابراین افرادی که در تنظیم هیجانات خود دچار مشکل هستند، در مواجهه با برانگیزاننده شدیدی مانند اینترنت، نمی‌توانند هیجانات خود را کنترل کنند، زیرا تمایل به حفظ لذت حاصله از هیجان‌هایی که در نتیجه استفاده از اینترنت تجربه می‌کنند، دارند. در نتیجه آنها به شکل افراطی از اینترنت استفاده خواهند کرد و به تدریج مبتلا به اعتیاد به اینترنت خواهند شد (یلدیز، ۲۰۱۷).

نتایج نشان داد احساس تنهایی باعث افزایش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این یافته با نتایج پژوهش‌های سارالیوجلو^۵ و همکاران (۲۰۲۲) و کلانتری و افتخاری (۱۳۹۸) هماهنگ است. درگیر شدن افراد در اینترنت و انجام بیشتر کارهای شخص توسط فضای

^۱ Yildiz

^۲ Trumello

^۳ Corbin

^۴ Casale

^۵ Saralioglu

مجازی به مرور زمان باعث تنهایی آنها می‌شود. چراکه آنها تصور می‌کنند توسط اینترنت قادرند نیازهای شخصی و اجتماعی‌شان را برآورده کنند و دیگر نیازی نمی‌بینند که در فضای واقعی در جهت ارضای این نیازها باشند و اندک اندک این روند باعث انزوای بیشتر آنها می‌شود. می‌توان گفت که احساس تنهایی زمانی بوجود می‌آید که تماس و رابطه فرد با دیگران کاذب باشد، به نحوی که تجربه عاطفی مشترکی برای این رابطه دوجانبه فرد با دیگران متصور نباشد و انسان در فرایند تماس با دیگران، ارتباط حقیقی و صمیمانه نداشته باشد. عاملی که در وابستگی به فضای مجازی کاملاً مشهود است.

نتایج نشان داد اضطراب باعث افزایش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این یافته با نتایج پژوهش پریگو-پاررا^۱ و همکاران (۲۰۲۰) همسو است. در تبیین یافته‌های به دست آمده از این فرضیه می‌توان گفت؛ تحقیقات در مورد اعتیاد به اینترنت نشان داده‌اند که استفاده بیش از حد از اینترنت منجر به اختلال در زندگی عادی فرد و اطرافیان می‌شود و با افزایش فراوانی اضطراب، استرس و افسردگی مرتبط است. کسانی که از اضطراب و استرس رنج می‌برند اغلب در برقراری ارتباط و تعامل سالم، مثبت و معنادار با دیگران دچار مشکل می‌شوند که خود این ویژگی‌ها، عوامل تعیین کننده مهم اعتیاد به اینترنت شمرده می‌شوند؛ به طوری که داشتن اضطراب می‌تواند پیش‌بینی کننده‌ای قوی برای اعتیاد به اینترنت باشد (ویستین^۲ و همکاران، ۲۰۱۵).

نتایج نشان داد سرمایه روان‌شناختی باعث کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شود، این یافته با نتایج پژوهش کاپارو^۳ و همکاران (۲۰۱۴) همخوان می‌باشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان این طور استدلال کرد سرمایه روان‌شناختی که توسط لوتانز و همکاران مطرح شده است، افراد را واجد افکار، احساسات و رفتارهای سازنده و مثبت می‌کند و از آسیب‌پذیری آنان به طور قابل ملاحظه‌ای می‌کاهد. در نتیجه افراد از ابزار و امکانات موجود همچون اینترنت استفاده سازنده می‌کنند و به احتمال کمتری درگیر استفاده افراطی و غیرمناسب از اینترنت می‌شوند (کاپارو و همکاران، ۲۰۱۴).

بایستی توجه کرد که این پژوهش دارای محدودیت‌هایی همچون مبهم بودن تعاریف متغیرهای مستقل و وابسته در تعدادی از پژوهش‌ها، کنترل نشدن برخی اثرات متغیرهای مداخله کننده، عدم وجود یک چارچوب عینی و مدون برای اعتیاد به اینترنت و مبتنی بودن نتایج این فراتحلیل بر پایه اطلاعات تحقیقات اولیه مندرج در گزارش آنها نیز بوده است. برای کاهش مشکلات فراتحلیل گران آتی پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران در گزارش نتایج عددی تحقیقات شاخص‌های توصیفی و شاخص‌های استنباطی که برای محاسبه اندازه اثر مورد نیاز است را به طور کامل گزارش نمایند، از متغیرهای پژوهش تعاریف جامعه و کامل به عمل آورده و تا حد امکان اثر متغیرهای مداخله کننده را خنثی نمایند.

شاید اکنون که هنوز در ابتدای مسیر استفاده از اینترنت قرار داریم، لازم است به گونه‌ای بهتر و مسئولانه‌تر با مسائل حاشیه‌ای آن برخورد شود. از این رو می‌بایست تمام جوانب امر و پیشایندهای مثبت و منفی اینترنت به طور مفصل مورد ارزیابی قرار گیرد و نتایج پژوهش برای سیاست‌گذاری صحیح علمی به کار گرفته شود. از آنجا که پیش‌گیری بر درمان مقدم است، جا دارد به این پدیده به عنوان یک مشکل بهداشتی که اغلب گریبان‌گیر نسل جوان و مخصوصاً دانش‌آموزان که آینده‌سازان جامعه می‌باشند، توجه شود و از طریق آموزش در خانواده‌ها، مدارس و دانشگاه‌ها فرهنگ‌سازی مناسب برای استفاده مناسب و مؤثر از اینترنت انجام شود. به طور کلی والدین و مسئولان برای استفاده بهینه نوجوانان از اینترنت، ضمن کنترل منطقی آنها، باید از یک سو با ایجاد روابط صمیمانه فضایی راحت برای ابراز عقیده و نظر نوجوان فراهم آورند و از سوی دیگر، با افزایش آگاهی و دانش خود نسبت به فناوری اطلاعاتی تلاش نمایند تا حالت منفعلانه‌ای در قبال نسل جدید نداشته باشند و ضروری است که پیش از شیوع خطرات اینترنتی در بین نوجوانان جامعه ما، تدابیر امنیتی مناسبی اندیشیده شود و مفاهیم مبتنی بر فناوری ارتباطی روز و خطرات احتمالی و نحوه استفاده صحیح از آن توسط رسانه‌های جمعی، برای نوجوانان کشور، به عنوان یک نیاز ضروری و فوری قلمداد شده،

¹ Priego-Parra

² Weinstein

³ Craparo

آموزش داده شود. واقعیت این است که جامعه کاربران میلیونی اینترنت کشور در ۱۰ سال آینده، امروز تعلیم می‌بینند. هر اندازه این تعلیم، بر اساس درک بیشتر و توجه با قابلیت‌های کودکان استوار شده باشد، خطر آسیب‌پذیری نوجوانان و جوانان کشور از فعالیت‌های مبتذل فضای مجازی، کاهش می‌یابد و راه حضور صحیح و روشمند نوجوانان ایرانی در اینترنت هموارتر می‌گردد. به طور خاص پیشنهادهای ذیل ارائه می‌گردد:

با توجه به شیوع بالای اعتیاد به اینترنت، بسته‌های درمانی در زمینه افزایش رضایت از زندگی برای جوانان فراهم گردد و در جلسات آموزشی دانشگاهی، نحوه مثبت‌نگری به مؤلفه‌های فردی و بین فردی آموخته شده و زمینه افزایش رضایت از زندگی فراهم گردد؛

علاوه بر اهمیتی که موضوع اعتیاد به اینترنت برای کل جامعه دارد، نتایج این مطالعه می‌تواند مورد استفاده مراکز و سازمان‌هایی قرار بگیرد که مستقیماً با معضل اعتیاد به اینترنت در اعضای خود درگیر هستند (همچون سازمان‌های آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها و غیره). همچنین می‌توان مطالعه درباره مشکلات اعتیاد به اینترنت برای کسانی که در مراکز بهداشتی - درمانی و یا پیشگیری فعالیت دارند را رواج داد و تسهیل کرد و خدمات اطلاعاتی به مراکز بهداشت روانی، مددکاران اجتماعی ارائه کرد و از این طریق، رویکردهای مناسب به منظور تأثیرگذاری بر جامعه در جهت کاهش اعتیاد به اینترنت اتخاذ کرد.

آموزش نحوه صحیح استفاده از اینترنت به افراد به ویژه نوجوانان و جوانان، افزایش اطلاعات والدین نسبت به رایانه و اینترنت جهت اعمال صحیح و آگاهانه تربیت و محدودیت در این زمینه برای فرزندان شان، تهیه و تنظیم بروشورهای آموزشی در دانشگاه‌ها و نهادهای فرهنگی اجتماعی در زمینه‌ی علایم و نشانه‌های اعتیاد اینترنتی و راه‌های پیشگیری از آن.

همانطوری که یافته‌ها نشان داد که عامل شخصیتی روان‌نژندگرایی دارای رابطه مثبت با اعتیاد به اینترنت می‌باشد لذا پیشنهاد می‌شود، که در سنین نوجوانی دانش‌آموزان در مدارس با استفاده از پرسشنامه‌های شخصیتی بررسی شده و آنهایی که نمره‌ی بالایی در روان‌نژندگرایی به دست می‌آورند، تحت مداخلات بالینی قرار گیرند زیرا؛ این نوجوانان در معرض خطر گرایش به اینترنت قرار دارند و حتماً باید با کمک مشاور و روان‌شناسان از میزان عواطف منفی آنها کاسته شود تا احتمال گرایش به اینترنت در آنها کاهش یابد.

از آنجایی که بعد روان‌رنجوری در ابعاد پنج‌گانه‌ی ویژگی‌های شخصیتی بیشترین تاثیر را در اعتیاد اینترنتی داشته و از حساسیت زیادی برخوردار است پیشنهاد می‌شود فشارهای روانی حاصل از درس و محیط دانشگاهی را برای دانشجویان کاهش دهیم یا با اطلاع‌رسانی و برنامه‌های آموزشی، ثبات هیجانی و قدرت تصمیم‌گیری عقلایی در شرایط حساس را در آن‌ها بالا ببریم.

به نظر می‌رسد چون اعتیاد به اینترنت کل زندگی فرد را مختل می‌کند، خصوصاً تیپ‌های شخصیتی خاصی در معرض خطر هستند که احساس تنهایی بیشتری دارند، بهتر هست مراکز خاص برای ترک اعتیاد به اینترنت دایر شود، بخصوص برای نوجوانان و بزرگسالان جوان که بیشتر در معرض خطر هستند. چراکه اینها، قشر مهم جامعه هستند و باید برنامه‌ریزی دقیق و منسجم انجام گیرد. به دستگاه‌های اجرایی، برنامه‌ریزان و متولیان امر پیشنهاد می‌شود، مسئله اعتیاد به اینترنت رو جدی بگیرند و مراکز ترک اعتیاد به اینترنت ایجاد کنند.

برای کاهش گرایش نوجوانان به رفتارهای اعتیادآور، باید با گسترش شبکه‌های حمایت اجتماعی و آموزش راهبردهای مقابله‌ای کارآمد، آنها را در مواجهه با وابستگی افراطی به اینترنت مصون‌سازی کرد. همچنین نظر به اینکه هوش هیجانی، قابل آموزش و ارتقا می‌باشد، می‌توان امیدوار بود که با ارتقا هوش هیجانی نوجوانان، از گرایش نوجوانان به مصرف مواد اعتیادآور پیشگیری نمود.

پیشنهاد می‌گردد به نقش معلمان در بالا بردن سطوح شناختی و هیجانی دانش‌آموزان نسبت به هویت‌یابی و کسب استقلال فکری و نگرش در فرآیند آموزش و پرورش تأکید گردد و معلم به دلیل برخورد مستقیم با دانش‌آموزان در خلال سال‌های سازنده زندگی و همچنین نفوذ قابل توجه بر تفکر آنان، نقش تعیین‌کننده‌ای در این راستا دارد و با توجه به نقش بسیار زیاد روش‌های ارتباطی مناسب با دانش‌آموزان در بازه زمانی نوجوانی که در صدد کسب استقلال می‌باشند و همزمان دارای شرایطی هیجانی

غیرپایدار در روابط هستند، توصیه می‌گردد خانواده و مدارس برای عبور مناسب و با موفقیت نوجوانان از این دوران پرفشار سطوح انتظارات اجتماعی و رفتاری را متناسب با وضعیت آنان در نظر بگیرند.

قدردانی

پژوهشگران وظیفه خود می‌دانند از مسئولین محترم دفتر تحقیقات کاربردی معاونت اجتماعی ناجا و همچنین مدیر دفتر ارتباط با صنعت و معاون پژوهشی دانشگاه لرستان، کمال تشکر و قدردانی را به عمل آورند.

فهرست منابع

- بهرامی احسان، هادی؛ شاهواروقی، احمد؛ شاهواروقی، محمدعلی (۱۳۹۸). فراتحلیل رابطه اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی. رویش روان‌شناسی، ۸(۴)، ۲۱۳-۲۲۴.
- خانلری، فائزه و فرهادی، هادی (۱۴۰۱). رابطه متغیرهای روان‌شناختی و علائم روان‌شناختی با اعتیاد به اینترنت (یک مطالعه مروری). مجله روان‌شناسی اجتماعی، ۱۰(۶۶)، ۱-۲۹.
- رزاقی، نادر و عباس‌نژاد عربی، کاظم (۱۳۹۶). پلیس آینده و شبکه‌های اجتماعی مجازی: فرصت‌ها و چالش‌ها. فصلنامه علمی مطالعات راهبردی ناجا، ۲(۳)، ۹۱-۱۱۲.
- رستمی، چنگیز؛ اردلان، آسو؛ احمدیان، حمزه و حسینی مهدی‌آبادی، حمزه (۱۳۹۵). بررسی اعتیاد به اینترنت بر اساس پنج عامل بزرگ شخصیت در دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی کردستان. مجله علوم پزشکی زانکو، ۱(۱)، ۶۵-۷۳.
- زارعی، سلمان و اسدی، زهرا (۱۳۹۰). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های مقابله‌ای با استرس در نوجوانان معتاد و بهنجار. اعتیادپژوهی، ۵(۲۰)، ۱-۱۲.
- سلطانی، محمدرضا؛ ازگلی، محمد؛ احمدنیا آلاشتی، سیامک (۱۳۹۴). درآمدی بر نقد نظریه سلسله مراتب نیازهای مازلو. فصلنامه مطالعات رفتار سازمانی، ۵(۱)، ۱۴۵-۱۷۲.
- شکرافشان، ناهید؛ عسکری زاده، قاسم و باقری، مسعود (۱۳۹۶). رابطه‌ی بین هراس اجتماعی، سلامت معنوی و رضایت از زندگی با اعتیاد به اینترنت. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۷(۲۵)، ۷۷-۹۴.
- عشایری، طاهار؛ جهان‌پرور، طاهره؛ امین، مریم و سوری، مسلم (۱۴۰۰). فراتحلیل پژوهش‌های اعتیاد به اینترنت: بازه زمانی ۱۴۰۰-۱۳۸۰. مطالعات فرهنگ ارتباطات، ۲۳(۵۹)، ۵۷-۸۰.
- قلاوند، کورش؛ کریمی قهرودی، محمدرضا و حاجی ملایریزایی، حامد (۱۳۹۹). تأثیر فناوری‌های تحول‌آفرین در انتظام‌بخشی فضای مجازی کشور. فصلنامه مطالعات راهبردی ناجا، ۵(۱۸)، ۱۱۳-۱۴۶.
- کشاورز، داود؛ موسوی، سدعلی؛ اره کش، رضا (۱۳۹۴). مقایسه راهبردهای مقابله‌ای و خودکارآمدی در کاربران وابسته به اینترنت و عادی. فصلنامه آموزش، مشاوره و روان‌درمانی، ۴(۱۵)، ۷-۱۶.
- کلاتری، مرضیه و کنزرکی، فروزان (۱۳۹۸). رابطه بین احساس تنهایی و سلامت روان با وابستگی به فضای مجازی دانش‌آموزان پسر مقطع اول متوسطه شهر ساری ۱۳۹۷-۱۳۹۶. فصلنامه فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۹(۴)، ۲۳-۵.
- کیا، علی اصغر و نوری مرادآبادی، یونس (۱۳۹۱). عوامل مرتبط با گرایش دانشجویان به شبکه اجتماعی «فیس بوک» (بررسی تطبیقی دانشجویان ایران و آمریکا). مجله مطالعات فرهنگ-ارتباطات، ۱۳(۱۷)، ۱۸۱-۲۱۲.
- گراوند، هوشنگ و نظری، محمدرضا (۱۴۰۱). فراتحلیل پیامدهای آموزشی اعتیاد به اینترنت در ایران. فصلنامه آموزش در علوم انتظامی، ۱۰(۳۹)، ۱۱-۴۰.
- ملک احمدی، حکیمه و جعفریان، اعظم (۱۳۹۱). آسیب‌شناسی اعتیاد به اینترنت (مطالعه موردی: شاهین‌شهر اصفهان). جامعه‌شناسی تاریخی، ۳(۲)، ۹۳-۱۱۶.

هومن، حیدرعلی. (۱۳۹۲). راهنمای عملی فراتحلیل در پژوهش علمی. تهران: انتشارات سمت.

- Abbasi, M., Dargahi, S., Bagiyan Koole Marz, M. J., Bakhti, M., & Dargahi, A. (2014). Examining the Role of Difficulty in Emotional Self-Regulation, Impulsiveness and Defensive Mechanisms in Discriminate Smokers and Non-Smokers Students. *Archives of Hygiene Sciences*, 3(2), 59-69.
- Casale, S., Caplan, S. E., & Fioravanti, G. (2016). Positive metacognitions about Internet use: The mediating role in the relationship between emotional dysregulation and problematic use. *Addictive behaviors*, 59, 84-88.
- Cheng, H., & Liu, J. (2020). Alterations in amygdala connectivity in internet addiction disorder. *Scientific reports*, 10(1), 1-10.
- Corbin, W. R., Farmer, N. M., & Nolen-Hoekesma, S. (2013). Relations among stress, coping strategies, coping motives, alcohol consumption and related problems: A mediated moderation model. *Addictive Behaviors*, 38(4), 1912-1919.
- Craparo, G., Messina, R., Severino, S., Fasciano, S., Cannella, V., Gori, A., ... & Baiocco, R. (2014). The relationships between self-efficacy, internet addiction and shame. *Indian journal of psychological medicine*, 36(3), 304-307.
- Dong, M., & Zheng, J. (2020). Letter to the editor: Headline stress disorder caused by Netnews during the outbreak of COVID-19. *Health Expectations: An International Journal of Public Participation in Health Care and Health Policy*, 23(2), 259-260.
- Dong, X., Su, F., Du, J., Hu, Y., & Wang, Z. (2021). RETRACTED: Childhood trauma and internet addiction predict depression on left behind adolescents. *The International Journal of Electrical Engineering & Education*, 00207209211002072.
- Internet World Stats. (2019). Top 20 contries with the highest number of internet users, <https://www.internetworldstats.com/top20.htm>.
- Kumar, M., & Mondal, A. (2018). A study on Internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Industrial psychiatry journal*, 27(1), 61-72.
- Lachmann, B., Sindermann, C., Sariyska, R. Y., Luo, R., Melchers, M. C., Becker, B., ... & Montag, C. (2018). The role of empathy and life satisfaction in internet and smartphone use disorder. *Frontiers in Psychology*, 398.
- Lam, L. T. (2014). Internet gaming addiction, problematic use of the internet, and sleep problems: a systematic review. *Current psychiatry reports*, 16, 1-9.
- Li, S., Ren, P., Chiu, M. M., Wang, C., & Lei, H. (2021). The relationship between self-control and internet addiction among students: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 735755.
- Mboya, I. B., Leyaro, B. J., Kongo, A., Mkombe, C., Kyando, E., & George, J. (2020). Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in northern Tanzania: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 8(1), 1-8.
- Olson, J. A., Sandra, D. A., Colucci, É. S., Al Bikaii, A., Chmoulevitch, D., Nahas, J., ... & Veissière, S. P. (2022). Smartphone addiction is increasing across the world: A meta-analysis of 24 countries. *Computers in Human Behavior*, 129, 107138.
- Priego-Parra, B. A., Triana-Romero, A., Pinto-Gálvez, S. M., Ramos, C. D., Salas-Nolasco, O., Reyes, M. M., ... & Remes-Troche, J. M. (2020). Anxiety, depression, attitudes, and internet addiction during the initial phase of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic: A cross-sectional study in México. *MedRxiv*, 2020-05.
- Saralioglu, A., Atay, T., & Arıkan, D. (2022). Determining the relationship between loneliness and internet addiction among adolescents during the Covid-19 pandemic in Turkey. *Journal of pediatric nursing*. Xxx(xxxx)xxx,1-8.
- Suler, J. (1998). Adolescents in cyberspace: The good, the bad, and the ugly. *Psychology of Cyberspace*. Retrieved on August, 28, 2007.
- Tanaka, M., Afifi, T. O., Wathen, C. N., Boyle, M. H., & Macmillan, H. L. (2015). Evaluation of sex differences in health-related quality of life outcomes associated with child abuse: Results from the Ontario Child Health Study. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 24(4), 353-363.
- Trumello, C., Babore, A., Candelori, C., Morelli, M., & Bianchi, D. (2018). Relationship with parents, emotion regulation, and callous-unemotional traits in adolescents' Internet addiction. *BioMed Research International*, 7914261.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of clinical psychiatry*, 27(1), 4-9.
- Yildiz, M. A. (2017). Emotion regulation strategies as predictors of internet addiction and smartphone addiction in adolescents. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 7(1), 66-78.
- Young, K. S. (1998). Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction--and a winning strategy for recovery. John Wiley & Sons.

Identifying the most important psychological antecedents of Internet addiction based on a meta-analysis approach: evidence from internal studies

Houshang Garavand¹

Assistant Professor of Psychology Department, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran. (Corresponding Author)

Mohammad Reza Nazari²

Head of Cyber space Monitoring of the Cultural & Social Deputy of Iranian Police (FARAJA), Tehran, Iran.

Abstract: Considering the novelty of studies related to Internet addiction in Iran, the investigation and identification of psychological factors predicting this phenomenon is evident as a research gap; Therefore, the present study was conducted with the aimed to identifying the most important psychological antecedents of Internet addiction through a meta-analytical research procedure. The method of conducting the research is a quantitative meta-analysis. In the process of systematic review, 195 articles were identified from 2002 to 2022, and by carefully studying the text of Persian articles by university professors and experts, 108 articles were identified. Life satisfaction (ES, -0.65), problem-oriented coping (ES, -0.45), difficulty in regulating emotions (ES, 0.45), interpersonal sensitivity (ES, 0.45), sensation seeking (ES, 42 0.0), feeling lonely (ES, 0.41), depression (ES, 0.39), anxiety (ES, 0.38), psychological capital (ES, -0.37), depression (ES, 0.36), stress (ES, 0.35) and emotional intelligence (ES, -0.35) were identified as the strongest antecedents, respectively. Due to the heterogeneity in the studies, studies with validity (ES, -0.15) had a larger effect size than studies without validation (ES, 0.06). Based on the results, the manner of using internet can be related to psychological characteristics of the internet users. It is expected that these findings not only improve the knowledge of this field, but also support protective factors and removing risky behaviors. Additionally, it can be used as a helpful tool in intervention programs in this field.

Keywords: Internet addiction, psychological consequences, meta-analysis.

¹ Email: garavand.h@lu.ac.ir (Corresponding Author)

² Email: Mhmdrdanzry196@gmail.com