



Loneliness and Internet Addiction in College Students: The Moderating Role of Defense Mechanisms

Authors

F. Alidoosti ^{*1}

1- Department of Psychology, Faculty of Humanities, Khayyam University, Mashhad, Iran.

H. Eskandari ²

2. M.A. in General Psychology, Khayyam University, Mashhad, Iran.

Abstract

This study aimed to determine the moderating role of defense mechanisms in the relationship between loneliness and internet addiction among university students. The study method was correlation and the statistical population included all students studying at Khayyam University (approximately 7000 people). A number of 200 students were selected by convenience sampling method and completed the Internet Addiction Questionnaire, Loneliness, and Defense Style Questionnaire. The results of the Pearson correlation coefficient show a positive and significant relationship between loneliness and internet addiction, a negative and significant relationship between mature defense style and internet addiction and there is a positive and significant relationship between immature defense style and internet addiction. Also, a positive and significant relationship exists between immature defense style and loneliness. Finally, the results of the hierarchical regression analysis of the proposed model show that defense mechanisms significantly moderate the relationship between loneliness and internet addiction. This research shows that the relationship between loneliness and internet addiction is not linear and simple, and other variables such as defense mechanisms play a role in this relationship.

Keywords: Internet addiction, loneliness, defense mechanisms, university students.

***Corresponding Author:** F. Alidoosti, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Khayyam University, Mashhad, Iran. F.alidoosti@khayyam.ac.ir

Citation: Alidoosti, Fatemeh, Eskandari, Hosein. (2024). Loneliness and Internet Addiction Among University Students: The Moderating Role of Defense Mechanisms. *Scientific Journal of Social Psychology*, 72 (12), 38-54.

Extended Abstract

Introduction: The term Internet addiction is used for people who are involved in excessive and unhealthy use of the Internet (Widyanto & Griffiths, 2006), causing dysfunction in daily life (Shek et al., 2013). Internet addiction may have its roots in a variety of ways (Chen & Wu, 2023). One of the variables related to Internet addiction is the feeling of loneliness (Khatcherian et al., 2022), which is very common among university students (Özdemir & Tuncay, 2008). Previous studies suggest that various factors may have an impact on the relationship between Internet addiction and loneliness, leading to different results. One of these factors can be defense mechanisms, used to cope with anxiety caused by unpleasant feelings (Furnham, 2012), protecting people against internal and external dangers (Brody & Carson, 2012). The present research has investigated the moderating role of defense mechanisms in the relationship between loneliness and Internet addiction in university students.

Material & Methods: The current research was descriptive and correlational. The statistical population included all students of Khayyam University, among whom 200 students were selected by the convenience sampling method. After compiling the questionnaires electronically, the link to the final questionnaire was made available to the participants and answered online. Finally, the statistical tests of Pearson's correlation coefficient and hierarchical multiple regression analysis were used.

Research tools: UCLA Loneliness scale version 3 (Russell et al., 1978): consists of 20 items, of which 11 are positive statements and 9 are negative statements, and its scoring is done on a four-point Likert scale from 1 (never) to 4 (always).

Internet Addiction Test (Young, 1996): It has 20 items, and the questions are scored on a five-point Likert scale from 1 (rarely) to 5 (always), showing the person's condition in 3 forms: normal user, mild addiction, and severe addiction.

Defense Style Questionnaire (Andrews et al., 1993): has 40 questions that measure the number of 20 defense mechanisms based on three defense styles: mature, neurotic and immature, on a 9-point Likert scale from 1 (completely disagree) to 9 (completely agree).

Result: Among the 200 participants, 55 were men and 145 were women. A total of 184 participants were single, and 16 were married. The majority were undergraduates (163), while only 16 held master's degrees. Humanities students accounted for the largest group (101), and basic sciences the smallest (5). In terms of age, 154 participants were between 20 and 30 years old, and 46 were under 20.

Pearson's correlation test results showed a significant positive relationship between loneliness and immature defense style ($p < 0.001$) and a negative relationship between mature defense style and Internet addiction ($p < 0.01$).

To address the research question—whether defense mechanisms play a significant moderating role in the relationship between loneliness and Internet addiction—hierarchical multiple regression analysis was conducted. Three assumptions for regression analysis were tested and met: 1. Normality of Data: Skewness (0.72) and kurtosis (0.37) indices for Internet addiction fell between -2 and 2, meeting the assumption. 2. No Multicollinearity: VIF statistics were less than 10, and tolerance ranged between 0 and 1, confirming no multicollinearity between predictor variables. 3. Independence of Errors: The Durbin-Watson statistic was 1.91, well below the threshold of 4, indicating independence of residuals.

With these assumptions satisfied, hierarchical multiple regression analysis was performed to answer the research question (Table 1).

Table 1. Regression analysis results

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Std. Error of the Estimate	R ² Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	0.26	0.06	0.06	11.85	0.06	14.33	1	198	0.001
2	0.40	0.16	0.14	11.31	0.09	7.44	3	195	0.001

The regression analysis results in the first model, $R = 0.26$ ($p < 0.001$) with an adjusted R-squared of 0.06, and in the second model, $R = 0.40$ ($p < 0.001$) with an adjusted R-squared of 0.14 shows significant relationships between predictor variables and Internet addiction.

Table 2. Sum of squares results

Model		SS	df	MS	F	.Sig
1	Regression	2013.628	1	2013.628	14.33	0.001
	Residual	27805.527	198	140.432		
	Total	29819.155	199			
2	Regression	4871.734	4	1217.933	9.52	0.001
	Residual	24947.421	195	127.935		
	Total	29819.155	199			

The F value in both models is significant ($p < 0.001$), indicating that the predictor variables have a significant effect on the dependent variable.

Table 3. Regression coefficients

Model	B	Std. Error	β	t	Sig.
1 (Constant)	7.17	10.20		0.70	0.48
Loneliness	0.79	0.20	0.26	3.78	0.001
2 (Constant)	18.47	10.64		1.73	0.08
loneliness	0.46	0.21	0.15	2.20	0.02
mature defense style	-0.25	0.08	-0.22	-3.03	0.003
neurotic defense style	0.05	0.09	0.05	-0.60	0.54
immature defense style	0.15	0.03	0.32	3.97	0.001

The results show that in the first model, loneliness predicts Internet addiction with a beta coefficient of 0.26, indicating a positive and significant relationship ($p < 0.01$). In the second model, loneliness ($\beta = 0.15$, $p < 0.05$), mature defense style ($\beta = -0.22$, $p < 0.01$), and immature defense style ($\beta = 0.32$, $p < 0.01$) predict Internet addiction. Loneliness and immature defense style are positively associated with Internet addiction, while mature defense style has a negative and significant relationship with it.

Discussion and Conclusion: This study investigated the moderating role of defense mechanisms in the relationship between loneliness and Internet addiction among university students. The first key finding revealed a significant positive relationship between loneliness and Internet addiction, aligning with past research (Beyrami et al., 2015; Moradi Amin & Jamshidi, 2014; Naami & Samarin, 2016; Whitty & McLaughlin, 2007; Cassel & Fioravanti, 2011). Individuals experiencing loneliness tend to engage in excessive Internet use to cope with their isolation (Zare, 2017).

The second finding indicated a negative relationship between mature defense mechanism and Internet addiction, while immature defense mechanism were positively associated with it, supporting previous studies (Hejazi et al., 2014; Rezayatizadeh et al., 2019; Floros et al., 2015; Waqas et al., 2016). Mature defense mechanisms promote healthier coping (Vaillant, 2000), while immature defense mechanisms lead to maladaptive behaviors (Andrews et al., 1993).

The third finding showed no significant relationship between mature and neurotic defenses with loneliness, but a positive relationship between loneliness and immature defense mechanism was found. Immature defense mechanisms foster avoidance of social relationships, reinforcing loneliness (Zeigler-Hill & Pratt, 2006; Besharat et al., 2001). Hierarchical regression analysis confirmed that defense mechanisms moderated the relationship between loneliness and Internet addiction. Mature defense mechanism weakened this relationship, while immature defense mechanism strengthened it. This aligns with Casale and Fioravanti's (2011) findings that lonely individuals often prefer online interactions over face-to-face ones. Mature defense mechanisms reduce tension by facilitating better social connections (Mozaffari, 2012), while immature defense mechanisms, leading to passive aggression, and contribute to impulsivity and Internet addiction (Navkhi, 2016; Diotaiuti et al., 2022). Limitations include the predominantly female sample, cross-sectional design, and reliance on self-reported data. Future research should explore various forms of loneliness and Internet addiction.



احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان: نقش تعدیل گر مکانیسم‌های دفاعی

نویسندگان

فاطمه علی دوستی^{۱*}حسین اسکندری^۲

۱. استادیار گروه روان‌شناسی، علوم اجتماعی و مشاوره، دانشگاه خيام، مشهد، ایران.

۲. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه خيام، مشهد، ایران.

چکیده

مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش تعدیل گر مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان صورت گرفت. روش مطالعه همبستگی و جامعه آماری آن شامل کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشگاه خيام (تقریباً ۷۰۰۰ نفر) بود. تعداد ۲۰۰ نفر از دانشجویان با شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶)، احساس تنهایی راسل (۱۹۷۸) و سبک‌های دفاعی اندروز و همکاران (۱۹۹۳) را تکمیل نمودند. یافته‌ها ضریب همبستگی پیرسون برای آزمون فرضیه‌های پژوهش نشان داد بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معنادار ($r = ۰/۲۶$, $p < ۰/۰۱$)، بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت رابطه منفی و معنادار ($r = -۰/۱۶$, $p < ۰/۰۵$) و بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معنادار ($r = ۰/۲۶$, $p < ۰/۰۱$) وجود دارد. همچنین، بین سبک دفاعی رشدیافته و احساس تنهایی رابطه مثبت و معنادار برقرار است ($r = ۰/۲۵$, $p < ۰/۰۱$). در نهایت، نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی به منظور آزمون الگوی پیشنهادی نشان داد مکانیسم‌های دفاعی نقش تعدیل گر معناداری در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت ایفا می‌کنند. یافته‌های این پژوهش نشان داد رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت یک رابطه خطی و ساده نیست و متغیرهای دیگری از جمله مکانیسم‌های دفاعی، در این رابطه ایفای نقش می‌کنند.

کلمات کلیدی: اعتیاد به اینترنت، احساس تنهایی، مکانیسم‌های دفاعی، دانشجویان.

*نویسنده مسئول: فاطمه علی دوستی، استادیار گروه روان‌شناسی، علوم اجتماعی و مشاوره، دانشگاه خيام، مشهد، ایران. F.alidoosti@khayyam.ac.ir

استناد به این مقاله: میردورقی، فاطمه، اسکندری، حسین. (۱۴۰۳). احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان: نقش تعدیل گر مکانیسم‌های دفاعی. نشریه روانشناسی اجتماعی، ۷۲ (۱۲)، ۳۸-۵۴.

مقدمه

در دهه‌های گذشته، پیشرفت‌های تکنولوژیکی نقش اینترنت را در زندگی انسان‌ها شکل داده و اکنون آن را به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره افراد در مدرسه، محل کار و اوقات فراغت تبدیل نموده است (چیا^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). از آنجا که افراد از طریق اینترنت می‌توانند مسائل مهمی از جمله استقلال، هویت‌یابی و تمایلات جنسی را تجربه یا کشف نمایند (تروملو^۲ و همکاران، ۲۰۲۱) و فعالیت‌های زیادی را به وسیله‌ی آن انجام می‌دهند، ضرورت وجود اینترنت اهمیت می‌یابد (توسوون و باریس^۳، ۲۰۱۱).

استفاده‌ی بیش از حد از اینترنت می‌تواند برای کاربران آسیب‌زا و اعتیادآور باشد (ویدیانو و گریفیتس^۴، ۲۰۰۶). وجود رفتارهای اعتیادی بین کاربران اینترنت، توجه عموم مردم و متخصصان را تقریباً از اوایل دهه ۱۹۹۰ به خود جلب نموده و تحقیق در مورد مشکلات احتمالی استفاده بیش از حد از اینترنت طی دو دهه‌ی گذشته، افزایش چشم‌گیری داشته است (شک^۵ و همکاران، ۲۰۱۳). اصطلاحات مختلفی مانند اعتیاد به اینترنت^۶، استفاده وسواسی

¹. Chia

². Trumello

³. Tosun & Baris

⁴. Widyanto & Griffiths

⁵. Shek

⁶. Internet Addiction

از اینترنت و یا استفاده پاتولوژیک و آسیب‌زا از اینترنت برای افرادی که درگیر استفاده بیش‌ازحد و ناسالم از اینترنت هستند، به‌کاربرده می‌شود (ویدیانتو و گریفیتس، ۲۰۰۶).

گرچه اعتیاد به اینترنت، توسط سازمان بهداشت جهانی^۱ و APA به رسمیت شناخته نشده است، اما باین‌وجود یک پاتولوژی جدی و مشکل‌ساز به‌شمار می‌رود و میزان بروز آن در بزرگسالان در سال‌های اخیر افزایش یافته است (لوزانو-بلاسکو^۲ و همکاران، ۲۰۲۲). این اختلال به‌عنوان ناتوانی در کنترل استفاده از اینترنت تعریف می‌شود، به‌گونه‌ای که بر زندگی شخصی کاربر تأثیر می‌گذارد (پوون^۳، ۲۰۱۸) و می‌تواند برای فرد عامل استرس و نقص عملکرد در زندگی روزمره باشد (شک و همکاران، ۲۰۱۳). این مسئله، همبودی با برخی علائم روان‌شناختی، اختلالات روان‌پزشکی و نیز اختلال در مدیریت زندگی روزمره، روابط و ثبات عاطفی را نشان می‌دهد (دیوتایوتی^۴ و همکاران، ۲۰۲۲)، از این‌رو، امری مضر برای سلامت افراد (دمنش^۵ و همکاران، ۲۰۲۳) به‌شمار می‌رود. از آنجاکه در شرایط همه‌گیری ویروس کرونا^۶، به دلیل گسترش یادگیری به‌شیوه‌ی آنلاین خطر تشدید اعتیاد به اینترنت برای جوانان وجود دارد (شک و همکاران، ۲۰۲۳)، بررسی آن در قشر دانشجوی جامعه، اهمیت زیادی می‌یابد. چراکه اعتیاد و استفاده بیش‌ازحد از اینترنت با فعالیت‌های روزمره‌ی افراد تداخل ایجاد می‌کند (چن و وو^۷، ۲۰۲۳) و می‌تواند پیامدهایی به‌صورت مشکلات سلامت روان مانند افسردگی (دمنش و همکاران، ۲۰۲۳)، اضطراب، افکار خودکشی، پرخاشگری و خشونت، رفتارهای ضداجتماعی و بیش‌فعالی (کائو^۸ و همکاران، ۲۰۰۷) را برای دانشجویان به همراه داشته باشد.

منشأ اعتیاد به اینترنت می‌تواند ترکیبی از جنبه‌های مختلف باشد (چن و وو، ۲۰۲۳). یکی از متغیرهای مرتبط با اعتیاد به اینترنت احساس تنهایی^۹ است (خاتشریان^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۲) که پدیده‌ای بسیار شایع در بین دانشجویان محسوب می‌شود (اوزدمیر و تونکای^{۱۱}، ۲۰۰۸). احساس تنهایی به نوعی پردازش درونی^{۱۲} اشاره دارد (اکدوغان^{۱۳}، ۲۰۱۷) و از آنجا که به‌هنگام برآورده نشدن نیازهای اجتماعی افراد از طریق کمیت و کیفیت روابط اجتماعی آنان بروز می‌یابد (لوهمان^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۲)، به‌عنوان یک تجربه ذهنی مبنی بر داشتن روابط اجتماعی نامناسب، تعریف می‌شود (آیالون^{۱۵}، ۲۰۱۶).

درمورد ارتباط احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت، پژوهش‌های صورت‌گرفته به نتایج متناقضی رسیده‌اند. همچنین، ارتباط علی روشنی بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت هنوز مشخص نشده (چئو^{۱۶} و همکاران، ۲۰۰۵)، و در نتایج پژوهش‌ها، دوگانگی دیده می‌شود: اول اینکه احساس تنهایی، علت استفاده بیش‌ازحد و آسیب‌زا از اینترنت است؛ و دوم اینکه استفاده زیاد از اینترنت، منجر به احساس تنهایی می‌شود (پیغمبری و همکاران، ۱۳۹۷). برای مثال، یانگ و راجرز^{۱۷} (۱۹۹۸) اعتقاد دارند ممکن است احساس تنهایی، به جای اینکه علت اعتیاد به اینترنت باشد، نتیجه آن باشد. درحالی‌که در پژوهش یائو و ژونگ^{۱۸} (۲۰۱۴)، به‌دنبال عدم تأیید این فرضیه که احساس تنهایی منجر به اعتیاد به اینترنت می‌شود، پیشنهاد شد عوامل دیگری که ممکن است در این رابطه مؤثر

1. World Health Organization (WHO)

2. Lozano-Blasco

3. Poon

4. Diotaiuti

5. Demenech

6. COVID-19

7. Chen & Wu

8. Cao

9. Loneliness

10. Khatcherian

11. Özdemir & Tuncay

12. Internal processing

13. Akdoğan

14. Luhmann

15. Ayalon

16. Chou

17. Young & Rogers

18. Yao & Zhong

باشند، در پژوهش‌های بعدی دخیل شوند. بنابر شواهد و تحقیقاتی که تاکنون صورت گرفته است، نتایج مختلفی حاصل بررسی رابطه احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت می‌باشند. گروهی از محققان به رابطه‌ی مثبت بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت (انگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۲؛ بیرامی و همکاران، ۱۳۹۳؛ کاسل و فیوروانتی^۲، ۲۰۱۱؛ عیسی‌زادگان و همکاران، ۱۳۹۶؛ مرادی امین و جمشیدی، ۱۳۹۳) و گروهی دیگر به رابطه‌ی منفی یا رابطه ضعیف بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت اشاره کرده‌اند (اوداچی و کلیک^۳، ۲۰۱۳؛ پیغمبری و همکاران، ۱۳۹۷؛ یائو و ژونگ، ۲۰۱۴). براساس این نتایج، به نظر می‌رسد رابطه‌ی بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت یک رابطه خطی نبوده و تحت تأثیر عوامل دیگری قرار دارد که می‌توانند نتایج مختلفی را رقم زنند.

یکی از این عوامل می‌تواند مکانیسم‌های دفاعی^۴ باشد. مکانیسم‌های دفاعی در نظریه روانکاوی کلاسیک، یک الگوی واکنش ناخودآگاه هستند که توسط ایگو^۵ برای محافظت از خود در برابر اضطراب ناشی از تعارض روانی استفاده می‌شود (لغت‌نامه انجمن روان‌پزشکی آمریکا^۶، بدون تاریخ). این مفهوم که ابتدا توسط زیگموند فروید^۷ و بعداً توسط آنا فروید^۸ به کار برده شد، نقش مهمی در ادراک کارکرد ذهن سالم یا ناسالم دارد (دی-جوزپه^۹ و همکاران، ۲۰۱۸). در واقع، مکانیسم‌های دفاعی، استراتژی‌های روانی هستند که به صورت ناخودآگاه به منظور کنار آمدن با اضطراب ناشی از افکار و احساسات ناخوشایند به کار می‌روند (فارنام^{۱۰}، ۲۰۱۲) و با کاستن تأثیر هیجانات ناخوشایند و به حداکثر رساندن هیجانات خوشایند، از افراد در برابر اضطراب و خطرات درونی و بیرونی محافظت می‌کنند (برودی و کارسون^{۱۱}، ۲۰۱۲).

شواهد تجربی نشان داده است مکانیسم‌های دفاعی را می‌توان براساس سازش‌یافتگی، به صورت سلسله مراتبی، سازمان بخشید (ویلنت^{۱۲}، ۱۹۹۴). اندروز و همکاران براساس طبقه‌بندی سلسله مراتبی وایلنت، ۲۰ مکانیسم دفاعی را به سه سبک دفاعی رشدیافته^{۱۳}، روان رنجور^{۱۴} و رشدنیافته^{۱۵} تقسیم کرده‌اند. مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته به منزله‌ی شیوه‌های مواجهه‌ی انطباقی و کارآمد محسوب می‌شوند؛ درحالی‌که مکانیسم‌های دفاعی روان رنجور و رشدنیافته شیوه‌های مواجهه غیرانطباقی و ناکارآمد هستند (اندروز^{۱۶}، ۱۹۹۳). سبک‌های دفاعی رشدیافته مرتبط با پیامدهای سلامت جسمانی و روانی (ویلنت، ۲۰۰۰) و سبک‌های دفاعی رشدنیافته با بسیاری از شاخص‌های منفی سلامت در ارتباط می‌باشند (پری و کوپر^{۱۷}، ۱۹۹۲). به گونه‌ای که در پژوهش‌های صورت‌گرفته‌ی مرتبط، بین مکانیسم‌های دفاعی روان‌آزوده و رشدنیافته با اعتیاد به اینترنت رابطه‌ی مثبت و معنادار و بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت، رابطه منفی و معناداری یافت شده است (رضایتی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ ضیافر و علیجانی، ۱۳۹۸).

در مجموع، مسئله‌ی اعتیاد به اینترنت مشکلی است که باید بیشتر مورد بحث قرار گیرد (چن و وو، ۲۰۲۳). همچنین، باتوجه به اینکه ارزیابی‌هایی صورت گرفته در خصوص اعتیاد به اینترنت محدود و متناقض هستند (چئو و همکاران، ۲۰۰۵؛ دل‌اوسو^{۱۸} و همکاران، ۲۰۰۶) و به‌طور واضحی مشخص نیست احساس تنهایی، چگونه و

1. Ang

2. Casale & Fioravanti

3. Odaci & Çelik

4. Defense mechanisms

5. ego

6. APA Dictionary of Psychology

7. Freud, S.

8. Freud, A.

9. Di Giuseppe

10. Furnham

11. Brody & Carson

12. Vaillant

13. Mature

14. Neurotic

15. Immature

16. Andrews

17. Perry & Cooper

18. Dell'Osso

به‌وسیله چه مکانیسمی می‌تواند با اعتیاد به اینترنت مرتبط باشد (اوزدمیر و تونکای، ۲۰۰۸). کاسل و فیوروانتی (کاسل و فیوروانتی، ۲۰۱۱) بررسی دقیق‌تر رابطه بین این دو متغیر را ضروری می‌دانند. در این راستا و به‌منظور شفاف‌سازی روابط این دو متغیر، پژوهش حاضر با تکیه بر شواهد تجربی برای رابطه مکانیسم‌های دفاعی و اعتیاد به اینترنت، به بررسی نقش تعدیل‌گر مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان پرداخته است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه خيام (تقریباً ۷۰۰۰ نفر) که در این دانشگاه مشغول به تحصیل بودند، تشکیل داد. برای تعیین حجم نمونه موردنیاز برای رگرسیون سلسله مراتبی از فرمول ارائه‌شده توسط تاباچنیک و فیدل^۱ (۲۰۰۷)، استفاده شد که به صورت « $N \geq 50 + 8m$ » می‌باشد. در این فرمول m برابر با تعداد متغیرهای پیش‌بین (در این پژوهش $m=4$) است و براساس آن، حجم نمونه در این پژوهش می‌تواند ۸۲ نفر یا بیشتر باشد. در نتیجه، به‌منظور برخورداری از حجم مناسب نمونه، تعداد ۲۰۰ دانشجو از بین مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه خيام به‌صورت در دسترس، انتخاب شدند.

بعد از تدوین پرسشنامه‌ها به‌صورت الکترونیک، پرسشنامه‌ی کلی به‌صورت آنلاین در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. شرکت‌کنندگان با اطلاع از این‌که پاسخ‌ها نزد پژوهشگر محفوظ بوده و صرفاً برای انجام پژوهش مورد استفاده قرار می‌گیرند، با رضایت خود، به پرسشنامه‌ی آنلاین پاسخ دادند. در نهایت، اطلاعات حاصل از پرسشنامه‌ها جمع‌آوری و از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به‌شیوه سلسله مراتبی، با به‌کارگیری نرم‌افزار SPSS 22 استفاده شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامه‌ی احساس تنهایی راسل^۲ (UCLA): این مقیاس به‌عنوان اولین آزمون احساس تنهایی در سال ۱۹۷۸ توسط راسل و همکاران متشکل از ۲۰ ماده، ساخته شد که از بین آن‌ها ۱۱ عبارت مثبت و ۹ عبارت منفی می‌باشد. این پرسشنامه برای گروه‌های سنی مختلف اجرا شده و در آن، آزمودنی میزان انطباق هر یک از مواد آزمون را با حالت‌های خود در یک مقیاس چهارگزینه‌ای لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۴ (همیشه) مشخص می‌کند. برای این مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ توسط راسل و همکاران (۱۹۷۸)، ۰/۹۶ و در پژوهش مطیعی و همکاران (۱۳۹۰)، برابر با ۰/۹۴ محاسبه شده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۹۲ برای این مقیاس به دست آمد.

پرسشنامه‌ی اعتیاد به اینترنت یانگ^۳ (IAT): این پرسشنامه یکی از معتبرترین پرسشنامه‌ها برای سنجش میزان اعتیاد به اینترنت، و دارای ۲۰ گویه است، که برای سنجش میزان وابستگی افراد به اینترنت توسط کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ تهیه شده است. سؤالات آن بر روی طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای از ۱ (به‌ندرت) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود و شرایط فرد را به ۳ شکل کاربر طبیعی، اعتیاد خفیف و اعتیاد شدید نشان می‌دهد. ضریب آلفای کرونباخ برای پایایی این پرسشنامه توسط ویدیانن و مک‌مورن^۴ (۲۰۰۴)، ۰/۸۹ و در پژوهش عسگری و مرعشیان (۱۳۸۷)، ۰/۷۹ گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۵ برای این پرسشنامه به دست آمد.

¹. Tabachnick & Fidell

². UCLA Loneliness scale version 3 (Russell et al., 1978)

³. Internet Addiction Test (Young, 1996)

⁴. Widyanto & McMurrin

پرسشنامه‌ی سبک‌های دفاعی^۱ (DSQ): این پرسشنامه در سال ۱۹۹۳ به‌وسیله‌ی اندروز و همکاران (۱۹۹۳)، طراحی شد و دارای ۴۰ سؤال است که در مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۹ (کاملاً موافق)، تعداد ۲۰ مکانیسم دفاعی را براساس سه سبک دفاعی رشدیافته، نوروتیک و رشدنیافته می‌سنجد. اندروز و همکاران (۱۹۹۳)، آلفای کرونباخ را برای سبک‌های رشدیافته، روان آزاده و رشدنیافته به‌ترتیب ۰/۶۸، ۰/۵۸ و ۰/۸۰ گزارش کردند. همچنین، در ایران بشارت و همکاران (۱۳۸۰)، ضریب آلفای کرونباخ در فرم فارسی پرسشنامه را برای هر یک از سبک‌های رشدیافته، رشدنیافته و نوروتیک به‌ترتیب، ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۴ گزارش نموده‌اند. در پژوهش حاضر نیز به ترتیب برای سبک‌های رشدیافته، رشدنیافته و نوروتیک آلفای کرونباخ ۰/۷۷، ۰/۸۰ و ۰/۷۴ به دست آمد.

یافته‌ها

از میان شرکت‌کنندگان پژوهش، تعداد ۵۵ نفر مرد و ۱۴۵ نفر زن؛ ۱۸۴ نفر مجرد و ۱۶ نفر متأهل بودند. بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان مربوط به تحصیلات کارشناسی (۱۶۳ نفر) و کمترین تعداد کارشناسی ارشد (۱۶ نفر) بود. در میان رشته‌های تحصیلی، علوم انسانی با تعداد ۱۰۱ نفر، بیشترین تعداد دانشجویان و علوم پایه با ۵ نفر کمترین دانشجویان را داشت. به لحاظ سن، ۱۵۴ نفر ۲۰ تا ۳۰ سال و ۴۶ نفر کمتر از ۲۰ سال سن داشتند. همچنین ضرایب همبستگی پیرسون برای اعتیاد به اینترنت نشان داد که احساس تنهایی و سبک دفاعی رشدنیافته رابطه‌ی مثبت و معنادار ($P < 0/001$) و سبک دفاعی رشدیافته رابطه‌ی منفی و معناداری ($P < 0/01$) با اعتیاد به اینترنت دارند.

در ادامه، برای پاسخ به سؤال پژوهش که آیا مکانیسم‌های دفاعی نقش تعدیل‌گر معناداری در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان ایفا می‌کند؟ از تحلیل رگرسیون چندگانه به‌شیوه سلسله مراتبی استفاده شد. در پژوهش حاضر، مقدار آماره دوربین - واتسون ۱/۹۱ بدست آمد که نشان می‌دهد این مفروضه نیز رعایت شده است. با توجه به رعایت پیش‌فرض‌های آماری سه‌گانه، می‌توان از روش تحلیل رگرسیون چندگانه برای پاسخ به سؤال پژوهش استفاده کرد که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است:

جدول ۱. نتایج تحلیل رگرسیون

مدل	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین تعدیل‌شده	خطای استاندارد برآورد	ضریب تعیین تغییر	آماره F تغییر	درجه آزادی	درجه آزادی	معناداری آماره F
۱	۰/۲۶	۰/۰۶	۱۱/۸۵	۰/۰۶	۱۴/۳۳	۱	۱۹۸	۰/۰۰۱
۲	۰/۴۰	۰/۱۶	۱۱/۳۱	۰/۰۹	۷/۴۴	۳	۱۹۵	۰/۰۰۱

براساس جدول ۱، در مدل اول رابطه معناداری بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک وجود دارد ($p < 0/01$), $R = 0/26$. در مدل دوم نیز، رابطه معنادار بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک مشاهده می‌شود ($p < 0/01$, $R = 0/40$). مقدار ضریب تعیین تعدیل‌شده در مدل اول ۰/۰۶ و در مدل دوم ۰/۱۴ می‌باشد. همچنین آماره F در هر دو مدل، معنادار است. بنابراین رابطه معناداری بین متغیرها برقرار است و متغیرهای پیش‌بین به‌طور معناداری اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کنند.

^۱. Defense Style Questionnaire (Andrews et al., 1993)

جدول ۲. نتایج مجموع مجذورات

مدل	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	معناداری
۱	رگرسیون	۲۰۱۳/۶۲۸	۱	۲۰۱۳/۶۲۸	۱۴/۳۳	۰/۰۰۱
	باقیمانده کل	۲۷۸۰۵/۵۲۷	۱۹۸	۱۴۰/۴۳۲		
		۲۹۸۱۹/۱۵۵	۱۹۹			
۲	رگرسیون	۴۸۷۱/۷۳۴	۴	۱۲۱۷/۹۳۳	۹/۵۲	۰/۰۰۱
	باقیمانده گل	۲۴۹۴۷/۴۲۱	۱۹۵	۱۲۷/۹۳۵		
		۲۹۸۱۹/۱۵۵	۱۹۹			

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، مقدار معناداری در هر دو مدل ($p < 0/01$) است که نشان‌دهنده تأثیر معنادار متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک می‌باشد.

جدول ۳. ضرایب رگرسیون

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		سطح معناداری
	بتا	خطای استاندارد	بتا	آماره t	
۱ (ثابت)	۷/۱۷	۱۰/۲۰	۰/۷۰	۰/۴۸	
احساس تنهایی	۰/۷۹	۰/۲۰	۰/۲۶	۳/۷۸	۰/۰۰۱
۲ (ثابت)	۱۸/۴۷	۱۰/۶۴	۱/۷۳	۰/۰۸	
احساس تنهایی	۰/۴۶	۰/۲۱	۰/۱۵	۲/۲۰	۰/۰۲
سبک دفاعی رشدیافته	- ۰/۲۵	۰/۰۸	- ۰/۲۲	- ۳/۰۳	۰/۰۰۳
سبک دفاعی نوروپیک	۰/۰۵	۰/۰۹	۰/۰۵	- ۰/۶۰	۰/۵۴
سبک دفاعی رشدنیافته	۰/۱۵	۰/۰۳	۰/۳۲	۳/۹۷	۰/۰۰۱

طبق نتایج مندرج در جدول ۳، در مدل اول، احساس تنهایی با ضریب بتای ۰/۲۶ اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کند و ارتباط بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت مثبت و معنادار می‌باشد ($p < 0/01$). همچنین در مدل دوم رگرسیونی، احساس تنهایی، سبک دفاعی رشدیافته و سبک دفاعی رشدنیافته به ترتیب با ضریب بتای ۰/۱۵، ۰/۲۲- و ۰/۳۲ اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کنند. در این مدل نیز رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت مثبت و معنادار می‌باشد ($p < 0/05$). به علاوه، رابطه بین سبک دفاعی رشدیافته با اعتیاد به اینترنت منفی و معنادار می‌باشد ($p < 0/01$). ازسویی، بین سبک دفاعی رشدنیافته و اعتیاد به اینترنت، رابطه‌ای مثبت و معنادار برقرار می‌باشد ($p < 0/01$).

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش تعدیل‌گر مکانیسم‌های دفاعی در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان صورت گرفت.

یافته‌ی اول پژوهش نشان داد بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون در این راستا نشان داد احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت، رابطه مثبت و معنادار دارند. این یافته با نتایج مطالعات بیرامی و همکاران (۱۳۹۳)، مرادی‌امین و جمشیدی (۱۳۹۳)، نعامی و نوری ثمین (۱۳۹۴)، ویتی و مک‌لاقلین^۱ (۲۰۰۷) و کاسل و فیوراوانتی (۲۰۱۱)، همسو می‌باشد که به‌طور کلی نشان‌دهنده تأثیر احساس تنهایی در گرایش افراد به سوی اینترنت بودند.

^۱ Whitty & McLaughlin

در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که احساس تنهایی را تجربه می‌کنند، از آنجاکه با انتظارات و پیش‌بینی‌های منفی درگیر هستند و همچنین به دلیل فقدان مهارت‌های اجتماعی موردنیاز، در برقراری و تداوم روابط دوستانه نزدیک شکست می‌خورند، در روابط اجتماعی دچار اضطراب می‌شوند و نسبت به طرد حساس هستند. به علاوه، در انجام فعالیت‌های اجتماعی، شرکت در فعالیت‌های گروهی، لذت بردن از مهمانی‌ها و کنترل محیط با مشکل مواجه هستند، خود را منفی، کم‌ارزش، دوست‌نداشتنی و از نظر اجتماعی نالایق می‌دانند و عزت‌نفس پایین‌تری دارند (هینریچ و گولوون^۱، ۲۰۰۶). درحالی‌که دیگران چنین درکی از آنان ندارند. این افراد همچنین معتقدند کسی در زندگی‌شان نیست تا بتوانند احساسات و تجربه‌های گوناگون خود را با او در میان بگذارند. بدین ترتیب، در چنین شرایطی که فرد در ارتباط طبیعی با دیگران نیست، به ابزارهایی که بتوانند تنهایی او را پر کنند، مانند تلویزیون، شبکه‌های اجتماعی و اینترنت پناه می‌آورد. البته استفاده از این ابزارها به‌خودی‌خود نشان‌دهنده‌ی احساس تنهایی نیست؛ اما برخی افراد، احساس تنهایی و اضطراب را با چنین ابزارهایی فرومی‌نشانند و خود را در استفاده افراطی و بیش‌ازحد از آن‌ها درگیر می‌کنند (زارع، ۱۳۹۵). به‌علاوه، از آنجاکه اینترنت می‌تواند یک محیط اجتماعی امن و با ریسک پایین را ایجاد کند، می‌تواند به‌عنوان یک گزینه‌ی انتخابی رایج برای این دسته افراد به شمار رود. در این راستا، شرکت در چت‌ها یا بازی‌های آنلاین، نمونه‌ای از این بسترهای اجتماعی است که افراد دچار احساس تنهایی را به خود جذب می‌کند و می‌تواند جایگزینی برای روابط چهره‌به‌چهره در دنیای واقعی باشد.

این پژوهش همچنین نشان داد میزان استفاده از سرگرمی‌های اینترنتی به جای سرگرمی‌های آفلاین، در افرادی که احساس تنهایی دارند، بیشتر است. به‌طوری‌که آن‌ها از فعالیت‌ها و سرگرمی‌های اینترنتی، به‌منزله‌ی ابزاری برای فرار از دنیای بیرون استفاده می‌کنند (ویت و مک‌لاقلین، ۲۰۰۷). درواقع، احساس تنهایی با ادراک فواید اجتماعی اینترنت به‌گونه‌ای عمل می‌کند که افراد، فعالیت‌های اجتماعی اینترنتی را آسان‌تر و راحت‌تر از تعاملات چهره‌به‌چهره در دنیای واقعی می‌دانند و باور دارند در فضای اینترنت راحت‌تر می‌توانند احساسات خود را بیان کنند. از آنجاکه انسان موجودی اجتماعی است، اگر افراد به هر علتی نتوانند در دنیای حقیقی با دیگران رابطه برقرار کنند، بهترین روش حضور در اجتماع برای آنان به‌صورت مجازی و اینترنتی می‌باشد. بدین ترتیب، افرادی که احساس تنهایی می‌کنند، از اینترنت به‌عنوان ابزاری برای پوشاندن عیب و نقص‌هایشان استفاده می‌کنند و از این طریق درگیر رفتارهای اجتماعی می‌شوند (کاسل و فیوراوانتی، ۲۰۱۱). و نیاز به پیوندجویی خود را برطرف می‌کنند. زیرا در ارتباطات اینترنتی، برخلاف ارتباطات رودررو، انعطاف‌پذیری بیشتری وجود دارد و افراد قادرند اطلاعات منفی درباره خود را حذف یا ویرایش کنند (کریم‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). باین‌وجود به دنبال آن، افراط در به‌کارگیری اینترنت موجب اعتیاد به اینترنت خواهد شد (کاسل و فیوراوانتی، ۲۰۱۱).

علاوه بر آنچه گفته شد، می‌توان به مدل شناختی - رفتاری دیویس^۲ (۲۰۰۱)، به‌عنوان یک مدل مهم در تبیین اعتیاد به اینترنت اشاره کرد. این مدل، اعتیاد به اینترنت را با همراهی چندین عامل، اعم از وجود یک آسیب روانی مثل افسردگی یا اضطراب، نقش تعیین‌کننده‌ی تقویت‌کننده‌های محیطی، نقش بسیار مهم شناخت‌های معیوب در مورد خود و دنیا و درنهایت تأثیر تعیین‌کننده‌ی حمایت اجتماعی، تبیین می‌کند. براساس این مدل، افرادی که حمایت اجتماعی مناسب را تجربه نمی‌کنند، دچار نوع تعمیم‌یافته اعتیاد به اینترنت می‌شوند که در آن فرد زمان زیادی را در اینترنت می‌گذرانند بدون اینکه هدف مشخصی برای این رفتار داشته باشد.

درنهایت، زمانی که فرد به چنین فضایی اعتیاد پیدا کرد، انگیزه‌اش برای تعامل با دیگران کم شده و بدین ترتیب با ایجاد یک دور باطل، استفاده بیش‌ازحد از اینترنت، موجب تشدید احساس تنهایی می‌شود. بنابراین، چنین تعاملات اینترنتی‌ای که در ابتدا به‌منظور کاهش احساس تنهایی ادراک‌شده توسط افراد مورد استقبال قرار می‌گیرند، به‌تدریج منجر به انزوای بیشتر کاربران می‌شوند. زیرا فضای مجازی انسان‌ها را از فرصت برقراری ارتباط

^۱. Heinrich & Gullone

^۲. Davis

اجتماعی حقیقی محروم می‌کند و زمانی که این کاربران به تعاملات اینترنتی اختصاص می‌دهند، در تداخل با دیگر فعالیت‌ها از جمله امور تحصیلی، شغلی و روابط خانوادگی قرار می‌گیرد و مشکلاتی را علاوه بر احساس تنهایی ادراک شده، بر آنان تحمیل می‌کند (کریم‌پور و همکاران، ۱۳۹۵).

در راستای یافته دوم پژوهش مبنی بر وجود رابطه‌ی معنادار بین مکانیسم‌های دفاعی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت، رابطه منفی و معناداری وجود دارد و هرچه دانشجویان بیشتر از سبک دفاعی رشدیافته استفاده کنند، میزان اعتیاد به اینترنت در آنان کمتر است. این نتایج همچنین نشان داد بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت، رابطه مثبت و معناداری برقرار است و هرچه دانشجویان بیشتر از سبک دفاعی رشدیافته استفاده کنند، اعتیاد به اینترنت در آن‌ها بیشتر است. این یافته با نتایج مطالعه حجازی و همکاران (۱۳۹۴)، رضایتی‌زاده و همکاران (۱۳۹۸)، فلوروس^۱ و همکاران (۲۰۱۵) و واکس^۲ و همکاران (۲۰۱۶)، همسو می‌باشد.

در تبیین رابطه‌ی منفی و معنادار مشاهده شده بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت می‌توان گفت مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته با پیامدهای سلامت جسمانی و روانی مرتبط بوده (ویلنت، ۲۰۰۰) و به‌منظور شیوه‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد محسوب می‌شوند (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳). به‌صورتی که این دفاع‌ها موجب پذیرش کامل ماهیت و میزان تهدید می‌شوند و مستقیماً در برابر اضطراب عمل می‌کنند. از این رو، افرادی که از آن‌ها استفاده می‌کنند با تنش‌ها به‌خوبی مقابله می‌کنند و پاسخ‌های سازگارانه‌ای به کشمکش‌ها می‌دهند (اسدی زیدآبادی و محمدی‌پور، ۱۳۹۳). براین اساس، طبیعی است که سبک دفاعی رشدیافته، با اعتیاد به اینترنت، رابطه منفی داشته باشد.

به‌علاوه، در تبیین رابطه مثبت و معنادار بین سبک دفاعی رشدیافته و اعتیاد به اینترنت، می‌توان گفت سبک دفاعی رشدیافته به‌عنوان شیوه مواجهه غیرمنطقی و ناکارآمد محسوب می‌شود (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳) و با تحریف شدید وقوع و اهمیت حادثه و همچنین انکار یا انتقال مسئولیت آن، اضطراب را کاهش می‌دهد (رنجبری و همکاران، ۱۳۹۶). نکته جالب توجه در سبک دفاعی رشدیافته این است که استفاده از آن موجب می‌شود در سطح عمل، اثر منفی مرتبط با تعارض، توسط بیان کردن از طریق رفتارها کاهش یابد (اسعدی، ۱۳۹۶). در نتیجه، بدیهی است افرادی که این سبک را در برابر تعارضات به‌کار می‌گیرند، برای فرونشاندن اضطراب یا پیامدهای منفی مواجهه با مسائل، به رفتارهایی مانند اعتیاد به اینترنت گرایش پیدا کنند.

فرضیه سوم در راستای ارتباط معنادار بین مکانیسم‌های دفاعی و احساس تنهایی در دانشجویان مطرح شد. از آنجاکه نقش تعدیل‌گر مکانیسم‌های دفاعی در این پژوهش مدنظر بود، مطلوب آن بود که بین مکانیسم‌های دفاعی و متغیر پیش‌بین دیگر یعنی احساس تنهایی، ارتباط نیرومندی وجود نداشته باشد. چنانکه در بررسی مبانی نظری نیز، رابطه‌ای بین این دو وجود نداشت. به‌منظور آزمون این فرضیه نیز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد و نتایج آن نشان داد بین سبک دفاعی رشدیافته و سبک دفاعی نورووتیک با احساس تنهایی، رابطه معناداری وجود ندارد و فقط بین سبک دفاعی رشدیافته و احساس تنهایی، رابطه مثبت و معنادار برقرار است.

براین اساس می‌توان گفت سبک‌های دفاعی که افراد به‌کار می‌گیرند، با سبک روابط بین فردی آنان در ارتباط است. به‌صورتی که سبک دفاعی رشدیافته و اکثر مکانیسم‌های آن، با سبک بین فردی درون‌گرا و سرد، در ارتباط می‌باشد. و به نوعی با سبک میان فردی افراد گره خورده است (زیگلر هیل و پرت^۳، ۲۰۰۶). از آنجاکه سبک‌های بین فردی مانند سبک درون‌گرا، با احساس تنهایی ارتباط دارد (الهی و همکاران، ۱۳۹۹) رابطه مثبت بین مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته و احساس تنهایی نیز مشخص می‌شود. استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته باعث اجتناب و تردید در برقراری روابط اجتماعی و ایجاد بازخوردهای منفی نسبت به دیگران از یک‌سو و رفتار اجتنابی متقابل و

^۱. Floros

^۲. Waqas

^۳. Zeigler-Hill & Pratt

بازخوردهای منفی دیگران نسبت به آن‌ها از سوی دیگر می‌شود. در نهایت، به دنبال مسائلی همچون اجتناب از برقراری روابط اجتماعی و بروز رفتارهای اجتنابی، احساس تنهایی در فرد شکل می‌گیرد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۰).

سؤال پژوهش برای این مبنا بود که آیا مکانیسم‌های دفاعی، نقش تعدیل‌گر معناداری در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، ایفا می‌کند؟ در پاسخ به این سؤال نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه سلسله مراتبی نشان داد مکانیسم‌های دفاعی، نقش تعدیل‌گر را در رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، ایفا می‌کند. به صورتی که سبک دفاعی رشدیافته، رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را تضعیف می‌کند و سبک دفاعی رشدنیافته، رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را تقویت می‌نماید.

افراد دچار احساس تنهایی، دارای ویژگی‌های شخصیتی مانند کمرویی، اعتماد به نفس پایین، کمبود مهارت‌های اجتماعی و درون‌گرایی هستند. این افراد به دلیل نگرانی‌های مختلفی که درباره خود دارند، ممکن است به دیگران نزدیک نشوند و در برقراری روابط صمیمی و حفظ آن، مشکلاتی را تجربه کنند که این‌گونه ویژگی‌ها، مقبولیت اجتماعی فرد را کاهش می‌دهند (کوسان^۱، ۲۰۱۴). افرادی که احساس تنهایی دارند در روابط مهم خود، خلأ و نقص را ادراک می‌کنند، که این امر باعث محدودتر شدن حیطه‌ی روابط فرد می‌شود و هم باعث می‌شود فرد از آنچه انتظار دارد صمیمیت کم‌تری را از سمت دیگران دریافت نماید (د جانگ‌گیرولد^۲ و همکاران، ۲۰۰۶). این افراد، فعالیت‌های اجتماعی اینترنتی را آسان‌تر و راحت‌تر از تعاملات چهره‌به‌چهره در دنیای واقعی می‌دانند و اعتقاد دارند در فضای اینترنت، راحت‌تر می‌توانند احساسات خود را بیان کنند، و این افراط در به‌کارگیری اینترنت، موجب اعتیاد به آن می‌شود (کاسل و فیوروانتی، ۲۰۱۱).

در تبیین این یافته که سبک دفاعی رشدیافته موجب تضعیف رابطه احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت می‌شود می‌توان گفت فراوانی استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، برای فرد امکان واری مناسبت‌تر اتفاقات و محیط پیرامون را فراهم می‌کند و با برقراری ارتباط بهتر با افراد و محیط، به‌گونه‌ای تنش را کاهش می‌دهد که «من» سلامت خود را حفظ کرده باشد و همچنین رفتار مؤثرتری را اعمال کند (مظفری، ۱۳۹۲). برای مثال، مکانیسم دفاعی شوخ‌طبعی به‌عنوان یکی از مکانیسم‌های سبک رشدیافته، به افراد کمک می‌کند با تعارض‌های هیجانی یا عوامل فشارزای بیرونی از طریق اهمیت دادن به جنبه‌های طنزآمیز و سرگرم‌کننده‌ی آن‌ها مقابله کنند و با بیان طنز به خود و دیگر افراد آرامش دهد. همان‌طور که توسط تعداد زیادی از مطالعات نشان داده شده است، شوخ‌طبعی و سلامت روان با هم مرتبط هستند (اشنایدر^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). در مجموع می‌توان گفت از آنجاکه براساس مطالعات صورت‌گرفته سبک‌های شوخ‌طبعی انطباقی با تنظیم هیجان سازگارانه و بهزیستی ذهنی رابطه مثبت و معنادار و سبک‌های شوخ‌طبعی ناسازگار با تنظیم هیجان ناسازگارانه رابطه مثبت و با بهزیستی ذهنی رابطه منفی دارند (امجد و دستی^۴، ۲۰۲۲)، در نتیجه، می‌تواند به‌عنوان یک شیوه‌ی رفتاری مفید و قابل‌قبول از نظر اجتماعی (تنکمانی و همکاران، ۱۳۹۶)، از نابهنجاری‌هایی مانند اعتیاد به اینترنت، جلوگیری کند.

در تبیین این یافته که سبک دفاعی رشدنیافته، رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را تقویت می‌کند، می‌توان گفت برخلاف مکانیسم‌های رشدیافته که رابطه‌ای سالم و آگاهانه با واقعیت دارند، مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته موجب سرکوبی آگاهی نسبت به هیجانات منفی می‌شوند و نقش زیادی در آسیب‌های روانی و رفتارهای نابهنجار دارند. برای مثال، رابطه معناداری بین مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته با اعتیاد به الکل و یا رفتارهای نابهنجار مثل تماشای بیش‌ازحد تلویزیون وجود دارد (کاستا و برادی^۵، ۲۰۱۳).

^۱. Coşan

^۲. de Jong-Gierveld

^۳. Schneider

^۴. Amjad & Dasti

^۵. Costa & Brody

در مورد اعتیاد به اینترنت نیز، شواهد پژوهشی حاکی از ارتباط معنادار مکانیسم‌های دفاعی و اعتیاد به اینترنت می‌باشد. به طوری که سبک‌های دفاعی رشد یافته و رشد نیافته، به ترتیب رابطه منفی معنادار و مثبت معنادار با اعتیاد به اینترنت دارند. برای مثال، در سبک دفاعی رشد نیافته می‌توان به مکانیسم دفاعی پر خاشگری منفعلانه اشاره کرد که به معنای ابراز غیرمستقیم پر خاشگری نسبت به دیگران می‌باشد (شجری ناوخی، ۱۳۹۶). به طور کلی افرادی که دارای مراتب بالای خشم هستند، معمولاً توانایی کمتری برای کنترل تکانه‌های خود دارند و این ناتوانی ممکن است زمینه‌ساز گرایش آن‌ها به اعتیاد باشد (فرانکن^۱، ۲۰۱۷). چنانکه در پژوهش‌های صورت گرفته بر روی دانشجویان، به طور مداوم از رابطه بین تکانشگری و اعتیاد به اینترنت حمایت شده است (دیوتایوتی و همکاران، ۲۰۲۲). در مجموع، نتایج پژوهش حاضر نشان دهنده نقش تعیین کننده‌ی مکانیسم‌های دفاعی در تقویت و تضعیف رابطه‌ی بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان و به عبارتی مؤید نقش تعدیل گر آن در این رابطه می‌باشد.

این پژوهش دارای محدودیت‌هایی نیز بود. به عنوان مثال، باتوجه به اینکه نمونه‌ی پژوهش اکثراً زنان بودند، در تعمیم نتایج به کلیه‌ی دانشجویان باید احتیاط لازم را در نظر گرفت. همچنین، این پژوهش یک مطالعه‌ی مقطعی بوده و مطالعات طولی می‌تواند اطلاعات دقیق تری به دست دهد. به علاوه، داده‌های این تحقیق به صورت پرسشنامه‌ی آنلاین جمع آوری شد و این امکان وجود دارد که چنانچه مصاحبه صورت گیرد، اطلاعات عمیق تری به دست آید. در ادامه، باتوجه به نتایج حاصل از پژوهش و اهمیت موضوع، پیشنهاد می‌شود در بررسی رابطه بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت، به ابعاد مختلف احساس تنهایی و انواع اعتیاد به اینترنت نیز توجه شود. همچنین، دیگر متغیرهای روان شناختی که می‌توانند با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان ارتباط داشته باشند، مورد شناسایی و بررسی قرار گیرند.

منابع

- اسدی زیدآبادی، سودابه و محمدی پور، محمد. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین سبک های دفاعی و رغبت به ازدواج در دانشجویان. *دومین همایش ملی پژوهش و درمان در روانشناسی بالینی*.
- اسعدی، فهیمه. (۱۳۹۶). *رابطه مکانیسم های دفاعی سازگاران و ناسازگاران با تنظیم شناختی هیجانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی*. دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهشهر.
- الهی، طاهره؛ بامدادی سبینی، محمد و شیرمحمدی، فاطمه. (۱۳۹۹). احساس تنهایی اجتماعی - عاطفی در شخصیت‌های برونگرا و درونگرا با توجه به نقش انواع حمایت اجتماعی ادراک شده. *روانشناسی بالینی و شخصیت*، ۱۷(۱)، ۱۱-۲۱.
- بشارت، محمدعلی؛ شریفی، ماندانا و ایروانی، محمود. (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک های دلبستگی و مکانیسم های دفاعی. *مجله روانشناسی*، ۵(۳)، ۲۷۷-۲۸۹.
- بیرامی، منصور؛ موحدی، یزدان و موحدی، معصومه. (۱۳۹۳). ارتباط حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی اجتماعی - عاطفی با اعتیاد به اینترنت در جامعه دانشجویی. *شناخت اجتماعی*، ۳(۲)، ۱۰۹-۱۲۲.
- پیغمبری، سینا؛ حسن‌زاده، رمضان و خوش‌فر، غلامرضا. (۱۳۹۷). احساس تنهایی، اعتیاد به اینترنت و جنسیت (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه های مرکز استان گلستان). *جامعه، فرهنگ و رسانه*، ۷(۲۹)، ۱۱-۲۸.
- تنکمانی، نرگس؛ صفاری نیا، مجید و قبادی، لیلیا. (۱۳۹۶). پیش بینی عملکرد شغلی برحسب مؤلفه های شوخ طبعی و سلامت روان پرستل بیمارستان ضیائیان. *فصلنامه بیمارستان*، ۱۶(۱)، ۱۱۳-۱۲۳.
- حجاری، الهه؛ ویسانی، مختار؛ قادری، محمدصدیق و یزدان پناه، شایسته. (۱۳۹۴). رابطه مکانیسم های دفاعی و سبک‌های هویت با اعتیاد به اینترنت در میان دانشجویان کارشناسی کوی دانشگاه تهران. *ششمین همایش سراسری آسیب های پنهان زیست دانشجویی*.

^۱. Franken

- رنجبری، توحید؛ بشارت، محمدعلی و پورحسین، رضا. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای مکانیزم‌های دفاعی در رابطه بین آسیب‌های دل‌بستگی و نشانه‌های اضطراب و افسردگی. *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۱۴ (۵۳)، ۱۵-۲۷.
- زارع، مریم. (۱۳۹۶). *پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت با توجه به احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی و درونگرایی*. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- شجری ناوخی، سمیرا. (۱۳۹۶). *بررسی رابطه تن‌انگاره و سبک‌های دفاعی من با حالت روانشناختی مثبت در میان دانشجویان شهر بندرعباس*. دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس.
- عسگری، پرویز و مرعشیان، فاطمه. (۱۳۸۷). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و اضطراب کامپیوتر با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. *یافته‌های نو در روانشناسی (روانشناسی اجتماعی)*، ۲ (۷)، ۲۳-۳۵.
- عیسی‌زادگان، علی؛ امیری، سهراب و قاسم زاده، سجاد. (۱۳۹۶). بررسی نقش عملکرد خانواده، احساس تنهایی و عزت‌نفس در اعتیاد نوجوانان به اینترنت. *مجله مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۱۴ (۲۷)، ۱۸۱-۲۰۶.
- فرانکن، رابرت. (۱۳۹۷). *انگیزش و هیجان*. ترجمه: ح. شمس اسفندآباد، غ. محمودی، و س. امامی‌پور. نشر نی.
- کریم‌پور، کبری؛ نجفی، کیومرث؛ یگانه، طیبه و حسنی، جعفر. (۱۳۹۵). نقش احساس تنهایی ادراک‌شده و اضطراب اجتماعی در اعتیاد به فیس‌بوک. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۱۱ (۴۴)، ۱۳۷-۱۵۸.
- مرادی امین، فرزانه و جمشیدی، لیلا. (۱۳۹۳). رابطه آسیب‌نویدید اعتیاد اینترنتی و احساس تنهایی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی در سال تحصیلی ۹۱-۹۲ در شهر همدان. *زن و مطالعات خانواده*، ۷ (۲۴)، ۱۰۵-۱۲۳.
- مطیعی، گلاره؛ آقاییوسفی، علیرضا؛ چوبساز، فرزانه و شقاقی، فرهاد. (۱۳۹۰). اثربخشی مقابله‌درمانگری بر احساس تنهایی زنان نابارور. *روانشناسی کاربردی*، ۵ (۳)، ۸۵-۹۸.

- Akdoğan, R. (2017). A model proposal on the relationships between loneliness, insecure attachment, and inferiority feelings. *Personality and Individual Differences, 111*, 19-24.
- Amjad, A., & Dasti, R. (2022). Humor styles, emotion regulation and subjective well-being in young adults. *Current Psychology, 41*(9), 6326-6335.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease, 181*(4), 246-256.
- Ang, R. P., Chong, W. H., Chye, S., & Huan, V. S. (2012). Loneliness and generalized problematic Internet use: Parents' perceived knowledge of adolescents' online activities as a moderator. *Computers in Human Behavior, 28*(4), 1342-1347.
- APA Dictionary of Psychology. (n.d.). Retrieved May 10, 2023, from <https://dictionary.apa.org/defense-mechanisms>
- Ayalon, L. (2016). Profiles of Loneliness in the Caregiving Unit. *The Gerontologist, 56*(2), 201-214.
- Brody, S., & Carson, C. M. (2012). Brief report: Self-harm is associated with immature defense mechanisms but not substance use in a nonclinical Scottish adolescent sample. *Journal of Adolescence, 35*(3), 765-767.
- Cao, F., Su, L., Liu, T. Q., & Gao, X. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *European Psychiatry, 22*(7), 466-471.

- Casale, S., & Fioravanti, G. (2011). Psychosocial correlates of internet use among Italian students. *International Journal of Psychology*, 46(4), 288–298.
- Chen, M., & Wu, Y. (2023). Requirement, Major Causes and Treatments for Internet Addiction: A Systematic Review. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 8, 2525–2530.
- Chia, D. X. Y., Ng, C. W. L., Kandasami, G., Seow, M. Y. L., Choo, C. C., Chew, P. K. H., Lee, C., & Zhang, M. W. B. (2020). Prevalence of Internet Addiction and Gaming Disorders in Southeast Asia: A Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2582.
- Chou, C., Condrón, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363–388.
- Coşan, D. (2014). An evaluation of loneliness. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences*, 1, 103–110.
- Costa, R. M., & Brody, S. (2013). Immature psychological defense mechanisms are associated with greater personal importance of junk food, alcohol, and television. *Psychiatry Research*, 209(3), 535–539.
- de Jong-Gierveld, J., van Tilburg, T. G., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 485–500). Cambridge University Press.
- Dell’Osso, B., Altamura, A. C., Allen, A., Marazziti, D., & Hollander, E. (2006). Epidemiologic and clinical updates on impulse control disorders: A critical review. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 256(8), 464–475.
- Demenech, L. M., Domingues, M. R., Muller, R. M., Levien, V. R., & Dumith, S. C. (2023). Internet addiction and depressive symptoms: a dose-response effect mediated by levels of physical activity. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 45, e20210279.
- Di Giuseppe, M., Ciacchini, R., Micheloni, T., Bertolucci, I., Marchi, L., & Conversano, C. (2018). Defense mechanisms in cancer patients: a systematic review. *Journal of Psychosomatic Research*, 115, 76–86.
- Diotaiuti, P., Mancone, S., Corrado, S., De Risio, A., Cavicchiolo, E., Girelli, L., & Chirico, A. (2022). Internet addiction in young adults: The role of impulsivity and codependency. *Frontiers in Psychiatry*, 13.
- Floros, G., Siomos, K., Antoniadis, D., Bozikas, V. P., Hyphantis, T., & Garyfallos, G. (2015). Examining personality factors and character defenses assists in the differentiation between college students with Internet addiction and unaffected controls. *Personality and Individual Differences*, 86, 238–242.
- Furnham, A. (2012). Lay understandings of defence mechanisms: the role of personality traits and gender. *Psychology, Health & Medicine*, 17(6), 723–734.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695–718.
- Khatcherian, E., Zullino, D., De Leo, D., Olaizola, B. H., Urueña López, A., Khatcherian, E., Zullino, D., De Leo, D., & Achab, S. (2022). Feelings of Loneliness: Understanding the Risk of Suicidal Ideation in Adolescents with Internet Addiction. A Theoretical Model to Answer to a Systematic Literature Review, without Results. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2012.

- Lozano-Blasco, R., Robres, A. Q., & Sánchez, A. S. (2022). Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review. *Computers in Human Behavior*, *130*, 107201.
- Luhmann, M., Buecker, S., & Rüsberg, M. (2022). Loneliness across time and space. *Nature Reviews Psychology*, *2*(1), 9–23.
- Odaci, H., & Çelik, Ç. B. (2013). Who are problematic internet users? An investigation of the correlations between problematic internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computers in Human Behavior*, *29*(6), 2382–2387.
- Özdemir, U., & Tuncay, T. (2008). Correlates of loneliness among university students. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, *2*(1), 1–6.
- Perry, J. C., & Cooper, S. H. (1992). What do cross-sectional measures of defense mechanisms predict. In *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. American Psychiatric Press Washington, DC.
- Poon, K. T. (2018). Unpacking the mechanisms underlying the relation between ostracism and Internet addiction. *Psychiatry Research*, *270*, 724–730.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, *42*(3), 290–294.
- Schneider, M., Voracek, M., & Tran, U. S. (2018). “A joke a day keeps the doctor away?” Meta-analytical evidence of differential associations of habitual humor styles with mental health. *Scandinavian Journal of Psychology*, *59*(3), 289–300.
- Shek, D., Sun, R., & Yu, L. (2013). Internet addiction. In D. W. Pfaff (Ed.), *Neuroscience in the 21st century: From basic to clinical* (pp. 2775–2811). Springer.
- Shek, D. T. L., Chai, W., Dou, D., Zhu, X., Chan, C. H. M., Zhou, K., Chu, C. K. M., Chu, K.-Y., & Sun, P. C. F. (2023). Internet Addiction Amongst University Students Under COVID-19: Prevalence and Correlates. *Asian Journal on Addictions*, *1*(1), 26.
- Tosun, N., & Baris, M. F. (2011). The Place and Importance of Computer and Internet’s In Secondary School Students’ Life. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *28*, 530–535.
- Trumello, C., Vismara, L., Sechi, C., Ricciardi, P., Marino, V., & Babore, A. (2021). Internet Addiction: The Role of Parental Care and Mental Health in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(24), 12876.
- Vaillant, G. E. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, *103*(1), 44–50.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms. Their role in a positive psychology. *The American Psychologist*, *55*(1), 89–98.
- Waqas, A., Rehman, A., Malik, A., Aftab, R., Allah Yar, A., Allah Yar, A., & Rai, A. B. S. (2016). Exploring the association of ego defense mechanisms with problematic internet use in a Pakistani medical school. *Psychiatry Research*, *243*, 463–468.
- Whitty, M. T., & McLaughlin, D. (2007). Online recreation: The relationship between loneliness, Internet self-efficacy and the use of the Internet for entertainment purposes. *Computers in Human Behavior*, *23*(3), 1435–1446.

- Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). "Internet addiction": A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31–51.
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, 7(4), 443–450.
- Yao, M. Z., & Zhong, Z. J. (2014). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 30, 164–170.
- Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(1), 25–28.
- Zeigler-Hill, V., & Pratt, D. (2006). Defense Styles and the Interpersonal Circumplex: The Interpersonal Nature of Psychological Defense. *Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health*, 1.