

# رابطه‌ی استفاده از اینترنت با افسردگی و انزوای اجتماعی در بین نوجوانان و جوانان

دکتر سید حمید آتش پور(\*) - احسان کاظمی(\*\*)

## مقدمه

پژوهش سندرز، فیلد، دیگو و کاپلان<sup>(۱)</sup> (۲۰۰۰) نشان داده است که استفاده‌ی مداوم از اینترنت<sup>(۲)</sup> با افسردگی<sup>(۳)</sup> و انزوای اجتماعی<sup>(۴)</sup> در بین نوجوانان رابطه دارد. پژوهش محققان مورد نظر بر روی ۸۹ نفر از دانش‌آموزان سال آخر دبیرستان نیز اجرا گردید. ابزار مورد استفاده پرسشنامه‌ی محقق ساخته بود که استفاده از اینترنت را بر اساس میزان استفاده کم (کمتر از یک ساعت در روز)، متوسط (یک تا دو ساعت در روز)، زیاد (بیش از ۲ ساعت در روز)، اندازه‌گیری می‌کرد. پرسشنامه‌ی مذکور در عین حال ارتباط با مادر، پدر و هم‌سالان و میزان افسردگی را مورد سنجش قرار می‌داد. مقایسه‌ی داده‌ها نشان داد که کاربران سطح پایین اینترنتی در مقایسه با کاربران افراطی و سطح بالای آن، رابطه‌ی بهتری را با مادران و دوستانشان گزارش نموده‌اند. مقاله‌ی حاضر ضمن مروری بر پژوهش مورد نظر به جنبه‌های بالینی استفاده از اینترنت نیز اشاره نموده است.

به مرحله‌ی اجرا در آوردند. آزمودنی‌ها به‌طور داوطلبانه در بررسی شرکت کردند. آنان به‌وب سایت‌هایی<sup>(۱۳)</sup> دسترسی داشتند که کلیه‌ی واژه‌های اصلی آن شامل اینترنت و اعتیاد بود. اعتیاد به اینترنت بر مبنای نیمرخ ترسیم شده در راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی<sup>(۱۴)</sup> برای خطر اعتیاد به مواد و الکل، تعیین می‌شد. در مطالعه‌ی آنان بین *BDI* و اعتیاد به اینترنت دامنه‌ی تغییر ۱۱/۲ بوده است که دامنه‌ی تغییر کم تا متوسطی را نشان می‌دهد.

در پژوهشی دو ساله (کروت و همکارانش ۱۹۹۸) به‌صورتی تصادفی خانواده‌هایی را که دارای کامپیوتر بوده و به اینترنت وصل بودند انتخاب کردند تا رابطه‌ی میزان استفاده از اینترنت و کاهش روابط خانوادگی را بررسی کنند. بعد از یک تا دو سال، افزایش استفاده از اینترنت با کاهش ارتباطات خانوادگی و انزوای اجتماعی همراه بوده است. علاوه بر نتیجه‌گیری کلی مورد نظر، شرکت‌کنندگانی که استفاده از اینترنت را تجربه کرده بودند افزایش انزوا و افسردگی را گزارش داده بودند. مطابق نظر کروت و

## کلید واژه‌ها:

اینترنت • افسردگی • انزوای اجتماعی • نوجوانان<sup>(۵)</sup>

\* - عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد خوراسکان

\*\* - کارشناس ارشد روانشناسی

## بیان مسأله:

در سالیان اخیر تأثیر استفاده و سوء استفاده از اینترنت به‌طور فزاینده‌ای در کارهای یانگ<sup>(۶)</sup> و راجرز (۱۹۹۸)، کروت<sup>(۷)</sup> و همکاران (۱۹۹۸) انعکاس یافته و توسط پژوهشگران اجتماعی دیگر (استوکلز<sup>(۸)</sup>، ۱۹۹۹، مورهان - مارتین<sup>(۹)</sup>، ۱۹۹۸، و یانگ (۱۹۹۹) مورد تأکید قرار گرفته است. یانگ و راجرز (۱۹۹۸) تحقیقی پیمایشی از طریق خط<sup>(۱۰)</sup> اینترنت در خصوص اعتیاد<sup>(۱۱)</sup> به اینترنت و نمرات آزمون افسردگی بک<sup>(۱۲)</sup> (*BDI*) را

- 1- Sanders , Field, Diego and kaplan
- 2- internet
- 3- Depression
- 4- Social isolation
- 5- Adolescents
- 6- Young & Rogers
- 7- Krautetal
- 8- Stokols
- 9- Morahan - Martin
- 10- online
- 11- internet addiction
- 12- BeekDepression Inventory
- 13- Website
- 14- DSM-IV

همکارانش (۱۹۹۸) افزایش انزوای و کاهش حمایت اجتماعی بیشتر در جوانان مشهود بود. یافته‌های مرتبط با موضوع مورد نظر لزوم توجه به جنبه‌های آسیب‌شناسی اینترنت را در نوجوانان مورد تأکید قرار داد. گزارش کارویتا<sup>(۱)</sup> (۱۹۹۷) حکایت از این دارد که حدود ۱۲٪ از نوجوانان ۱۳ تا ۱۷ ساله در آمریکا از خدمات اینترنتی استفاده می‌کردند. در حالی که در سال ۲۰۰۲ این درصد به ۳۱/۴٪ رسیده است.

مطالعه‌ی سندرز و همکاران: هدف از مطالعه‌ی مذکور بررسی اثرات احتمالی اینترنت بر نوجوانان بوده است. به عقیده‌ی ایشان تجربه و مطالعات مقدماتی نشان داده است که استفاده‌ی زیاد از اینترنت با نمرات نوجوانان در زمینه‌ی روابط خانوادگی، رابطه‌ی معکوسی داشته است. به عبارت دیگر هر قدر استفاده از اینترنت بیشتر باشد به همان نسبت افسردگی بالا و انزوای اجتماعی بیشتر است. بنابراین یافته‌های سندرز و همکارانش، بیانگر آسیب‌شناسی نوینی است که در تصویر یک خلاصه شده است.

افزایش استفاده از اینترنت --- < کاهش نمره‌های نوجوانان در زمینه‌ی روابط خانوادگی و افزایش انزوای اجتماعی

افزایش افسردگی

## روش

۱ - آزمودنی‌ها: عبارت بودند از ۸۹ نفر از دانش‌آموزان سال آخر دبیرستان (۳۷ نفر مذکر و ۵۲ نفر مؤنث) فلوریدا بودند. اکثر این آزمودنی‌ها از لحاظ اقتصادی/اجتماعی از طبقه‌ی متوسط و بالاتر بودند.

۲ - ابزارهای اندازه‌گیری: پرسشنامه‌ای ۱۸۱ ماده‌ای که به صورت مقیاس لیکرتی پاسخ داده می‌شدند، رفتارها و جنبه‌های روانشناختی زندگی کاربران نوجوانان را مورد بررسی قرار می‌داد. پرسشنامه هم‌زمان به افراد شرکت کننده که در سالن جمع شده بودند داده شد و هم‌زمان از آنان گرفته شد.

استفاده از اینترنت تنها با یک سؤال مشخص می‌شد، چند ساعت در طول شبانه‌روز از اینترنت استفاده می‌کنید؟ پاسخ‌ها شامل کمتر از یک ساعت (استفاده‌ی کم) یک تا دو ساعت

(استفاده‌ی متوسط) و بیشتر از دو ساعت (استفاده‌ی بالا) بود. ۲۴ سؤال از مجموع سؤال‌ها به منظور اندازه‌گیری کیفیت روابط افراد، تدوین شده بود. مقیاس مورد استفاده آزمون صمیمیت و کیفیت<sup>(۲)</sup> روابط با دوستان و والدین (بلایت<sup>(۳)</sup>) و همکارانش، (۱۹۸۷) بوده که در پرسشنامه گنجانده شده بود. برخی از سؤال‌های آزمون عبارتند از:

- چقدر به توصیه‌های مادران توجه می‌کنید؟

- چقدر روی حمایت‌های والدین خود (خصوصاً مادر) حساب می‌کنید؟

- چقدر بهترین دوست شما، بدون توجه به آن چه انجام می‌دهید شما را می‌پذیرد؟

پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت پنج گزینه‌ای از هیچ‌گاه تا خیلی زیاد، قرار داشتند. سؤال‌ها در سه قسمت دسته‌بندی شده بود.

الف - ۸ سؤال مختص رابطه با مادر

ب - ۸ سؤال مختص رابطه با پدر

ج - ۸ سؤال مختص رابطه با بهترین دوست (همتایان)

افسردگی نیز بر اساس مقیاس افسردگی مرکز همه گیرشناسی<sup>(۴)</sup> (رادلوف ۱۹۷۷) اندازه‌گیری شد که نمره‌ی ۱۶ به بالا نشان دهنده‌ی وجود افسردگی است. این آزمون توسط رادلوف (۱۹۹۱) برای جامعه‌ی دبیرستانی استاندارد شده است. پایایی آزمون - آزمون مجدد، ثبات درونی و اعتبار محتوای مقیاس مذکور توسط شون بچ، کاپلان<sup>(۵)</sup> و همکارانش (۱۹۸۳) و ولس<sup>(۶)</sup> و همکارانش (۱۹۸۳)، بر آوردهای قابل قبولی را نشان داده است.

نتایج تحقیق سندرز و همکارانش: جدول زیر وضعیت جمعیت

1- Cravatta

2- Quality of relationships with parents/ Friends.

3- Blyth & Foster/clark

4- Center For Epidemiological Studies(CES-D)

5- Schoenbach,kaplanetal

6- wells etal

نتایج پژوهش سندرز و همکارانش (۲۰۰۰) نشان می‌دهد که بین استفاده‌ی بالا از اینترنت با وضعیت اقتصادی/اجتماعی و جنسیت افراد، رابطه‌ی معنی‌داری وجود ندارد. اما بین استفاده‌ی کم از اینترنت نسبت به استفاده‌ی بالا از آن در آزمودنی‌ها (کاربران) و ارتباط بهتر با مادر و دوستانشان رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد. بدین معنی که هر قدر افراد از اینترنت کمتر استفاده می‌کردند، رابطه‌ی بهتری با مادر و دوستان خود داشتند. علی‌رغم نتیجه‌ی مورد نظر، هنوز ابهامات بسیاری وجود دارد. مثلاً آیا رابطه‌ی ضعیف در خانواده و خصوصاً رابطه‌ی ضعیف با مادر به‌عنوان یک کانون امنیت و محبت، کاربران را بیشتر به سمت اینترنت و استفاده‌ی بیشتر از آن (و گاهی گفتگوی اینترنتی) می‌کشاند یا نه؟ در واقع آیا پیوندهای ضعیفی که وجود دارد نوجوانان و جوانان را به سمت اینترنت هدایت می‌کند یا استفاده از اینترنت باعث کاهش پیوندهای اجتماعی می‌شود. آیا در مقایسه با واقعیت‌های اجتماعی (جذابیت‌ها و فشارهای آن) دنیای مجازی اینترنتی، از ویژگی‌هایی برخوردار است که واقعیت‌هایی اجتماعی فاقد آن هستند و همین مسأله دنیای مجازی را مجذوب‌کننده‌تر می‌سازد؟ از سوی دیگر مشخص شد که سطوح استفاده از اینترنت با افسردگی ارتباطی ندارد. بی‌تردید در این مورد باید پژوهش‌های بیشتری انجام داد تا به یک قطعیت نزدیک شد. به نظر می‌رسد در وهله‌ی اول باید بهداشت روانی کاربران مورد ارزیابی قرار گرفته و سپس آسیب‌شناسی‌های احتمالی به‌وجود آمده مانند افسردگی، انزوای اجتماعی و مشکلات مرتبط با عزت نفس و مکان (منبع) کنترل، مورد بررسی قرار گیرد.

### منابع

- Blyth, D.A., & Foster - clark, F.S.(1987). Gender difference in perceived intimacy with different members of adolescent's social networks. "SexRoles", 17, 689 - 719.
- Cravatta, M. (1997). Online adolescents."American Demographics"49 (8), 29.
- Kraut, R., Patterson, J. Lundmark, V., Kiesler, S. Mukopathay, T. & scherils, W. (1998). Internet

جدول (۱): استفاده از اینترنت

X <sub>۲</sub>	بالا %	پایین %
مذکر	۶۵	۳۵
مؤنث	۴۰	۶۰
پایین	۶۰	۴۰
متوسط - پایین	۰	۱۰۰
متوسط	۱۷	۸۳
متوسط - بالا	۲۹	۷۱
بالا	۳۹	۶۱

در مطالعه‌ی مورد نظر تنها گروه‌هایی مورد مقایسه قرار گرفتند که از اینترنت استفاده‌ی کم و یا افراطی و زیاد داشتند. تجزیه و تحلیل X<sub>۲</sub> (خی‌دو) نشان داد که بین دو گروه مورد مقایسه از لحاظ وضعیت جمعیت شناختی مثل جنس و وضعیت اقتصادی/اجتماعی تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. (جدول شماره یک) در خصوص نحوه‌ی ارتباط و میزان افسردگی آزمودنی‌ها، گروه‌هایی که از اینترنت استفاده‌ی کم و زیاد داشتند از طریق  $\chi^2$  استودنت مورد مقایسه قرار گرفتند. جدول ۲ نتایج به‌دست آمده را خلاصه کرده است.

جدول (۲): میانگین و انحراف استاندارد نمرات افسردگی نحوه‌ی ارتباط کاربران اینترنت در گروه‌های پایین و بالا

P	بالا (SD)M	پایین (SD)M	
< ۰/۰۱	(۷/۸۵) ۴۱/۶۱	(۶/۹۰) ۲۸/۵۲	ارتباط با مادر
NS	(۷/۸۴) ۲۲/۷۷	(۷/۷۴) ۲۴/۵۰	ارتباط با پدر
< ۰/۰۵	(۹/۱۹) ۲۵/۲۰	(۷/۴۷) ۳۱/۰۶	ارتباط با هم‌تایان
NS	(۱۴/۲۹) ۲۵/۶۷	(۱۱/۱۲) ۲۲/۸۰	افسردگی

مطابق جدول بالا کاربرانی که استفاده‌ی کمی از اینترنت داشتند، در مقایسه با کاربرانی که استفاده‌ی بالایی از اینترنت داشتند، در زمینه‌ی ارتباط با مادران و دوستان خود، به‌طور معناداری رابطه‌ی بهتری را نشان داده‌اند. در ارتباط با استفاده از اینترنت توسط کاربران و نحوه‌ی ارتباط آنان با پدران خود و میزان افسردگی تفاوت معنی‌داری دیده نشد.

دانش‌آموزان برتر جشنواره‌ی خوارزمی معرفی شدند

پنجمین دوره‌ی جشنواره‌ی جوان خوارزمی (بخش دانش‌آموزی و مراکز آموزش عالی وابسته به آموزش و پرورش) به منظور شناسایی و معرفی پژوهشگران، محققان و مبتکران و مخترعان جوان جامعه و تقدیر، تشویق و حمایت و پشتیبانی مادی و معنوی نوآوران جوان و ایجاد بستر مناسب جهت هدایت استعدادها به سمت توسعه و تعالی جامعه در سال ۸۲ - ۸۱ مطابق شیوه‌نامه ارسالی از دبیرخانه جشنواره در مناطق و نواحی استان برگزار گردید و طی برنامه‌ریزی کمیته‌ی جشنواره استان با توجه به سهمیه هر منطقه حدود ۶۰۰ طرح به دبیرخانه استان ارسال و پس از بررسی، تعداد ۳۰ طرح توسط هیأت داوران استان انتخاب گردید و جهت داوری نهایی به دبیرخانه‌ی جشنواره وزارت متبوع ارسال گردید. در این مرحله تعداد ۱۵ طرح جهت دفاع اولیه به تهران دعوت شدند و از بین آنان تعداد ۴ طرح مجدداً و برای آخرین مرحله از طرح‌های خود دفاع نهایی داشتند و در مرحله نهایی تعداد ۱۱ طرح به شرح ذیل معرفی گردیدند:

عنوان طرح	طراح / طراحان	رتبه	منطقه / ناحیه
موتورهای خطی تک‌فاز	مصطفی کاظمی و محمد کاظمی	کشوری	شهرضا
بررسی فعالیت مخمرها در نان	ساناز شیرانی / شکوفه مهره‌کش / شراره یادگار / آیدا اسدی	استانی ۱	ناحیه ۱
موتور احتراق داخلی M.Y.3R	محمد یاری / علی کمیجانی / حمید عاشقعلی	استانی ۱	کاشان
یک ترکیب گیاهی برای از بین بردن دانه موها	صفورا ایرانپور	استانی ۲	مبارکه
بررسی علل ازدواج‌های فامیلی در خمینی شهر	الهام مظاهری / زهرا رجایی / مریم کارخیران / اعظم لطفی / زهرا ملاکریمی	استانی ۲	خمینی شهر
موتور احتراق داخلی A.M.K.	امیرحسین مشرفی	استانی ۲	کاشان
خشکسالی در شهرضا	محمد قاسمی / ایمان احسانی / حسن باقی	استانی ۲	شهرضا
طراحی و ساخت دستگاه آبیاری خودکار گلدان	نازنین محمدی	استانی ۲	خمینی شهر
از کران تا بی‌کران	مریم خرمی / رؤیا ظاهری / محبوبه قانلی / نیا / منصوره قبادی / بهار محمدی / فر / سحر و فای	استانی ۲	ناحیه ۳
مین ضد تانک الکتریکی	آرش شیخ‌الاسلام / محمد جواد ملاکوچکیان	استانی ۲	ناحیه ۳
توزیع دانه‌بندی مواد به کمک دستگاه AIRJET SERVIC	محمد طه رستمی / نجف‌آباد	استانی ۲	مرکز مهاجر

*paradox: a social technology that reduces, social involvement and psychological well - being?* "American Psychologist" (539), 1017- 1031.

Morahan - Martin, J. (1998). *Males, females, and the Internet. Inj. Gackenbach (E.d), Psyhology and Internet: Interpersonal, interpersonal, and transpersonal implications (PP.167-197).San Diego, CA: Academic Press.*

Radloff, L.S. (1997). *The CES-D Scale: A self report depression scale for research in the general population. "Applied Psychological Measurements", 1,385 - 401.*

Radloff, L.S. (1991). *The use of the Center for Epidemiological Studies Depression Scale for research in adolescents and young adults. "Journal of Youth and Adolescence" 20(2), 149 - 165.*

Sanders, C.E, Field, T.M , Diego, M, & Kaplan, M. (2000). *The Relationship of internet use to depression and sicial isolation among adolescents, " Adolescence" Vol. 35, No. 138.*

Schoenbach, V.J. Kaplan, B.H., Wagner, E.H., Grimson, R.C., & Miller , F.T (1983). *Prevalence of self-reported depressive symptoms in young adolescents. "American Journal of Public Health", 73, 1281 - 1287.*

Stokels, D. (1999). *Human development in the age of the Internet: Conceptual and methodological horizons.*

In S.L. Friedman & T.D. Wachs (Eds.), *Measuring enuiroment across the life span: Conceptual and methodological horizons (PP.327 - 356). Washington, DC: American Psychological Association.*

Walls, V.E., Klerman, G.L, & Deykin, E.Y. (1987). *The prevalence of depressive symptoms in college syudents. "SocialIssuea", 35 , 97-111.*

Young, K.S. (1999). *Evaluation and treatment of Internet attiction. InL. VandeCreek & T.L. Jackson (Eds.), Innovations in clinical practice: A source book (Vol. 17, pp. 19-31) Saraseta, FL: Professional Resource. Press/Professional Resource Exchange.*

Young, K.S., & Rogers, R.C. (1998). *"The relationship between depression and Internet addiction."* [Available online at [www.netaddiction.com/articles/cyberpsychology.htm](http://www.netaddiction.com/articles/cyberpsychology.htm).]