

رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران

سیدمحمد حسینی بهشتیان*

چکیده

هدف این تحقیق بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران بوده است. جامعه آماری همه دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه‌های دولتی شهر تهران در سال ۱۳۹۰ را دربر می‌گرفت و نمونه تحقیق شامل ۱۵۰۰ نفر بود. برای انتخاب نمونه ابتدا ۶ دانشگاه زیر از میان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران به طور تصادفی انتخاب شدند: تهران، علامه طباطبایی، امیرکبیر، شریف، علم و صنعت، و الزهرا. سپس از هر دانشگاه ۶ دانشکده و از هر دانشکده ۵ کلاس به روش تصادفی انتخاب شدند. دانشجویان این کلاس‌ها اعضای نمونه تحقیق را تشکیل می‌دادند. آزمودنی‌ها دو پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ و پرسش‌نامه فرم کوتاه نئو (NEO) را تکمیل کردند. نتایج با روش t مستقل تجزیه و تحلیل شد. تحلیل نتایج نشان داد: ۱. بین ویژگی‌های روان‌رنجوری و برون‌گرایی و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد؛ ۲. بین ویژگی‌های سازش‌پذیری و وظیفه‌شناسی و اعتیاد به اینترنت رابطه منفی وجود دارد؛ ۳. بین ویژگی‌گشودگی به تجربه و اعتیاد به اینترنت رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

کلیدواژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، ویژگی‌های شخصیتی، پنج ویژگی بزرگ شخصیتی، دانشجویان، اعتیاد.

۱. مقدمه

با آن‌که بیش از چهار دهه از اختراع اینترنت و حدود بیست سال از استفاده همگانی از آن نمی‌گذرد، اما در همین مدت کوتاه رشد بسیار چشم‌گیری داشته است تا جایی که در ۲۰۱۰ تعداد سایت‌های اینترنتی از تعداد انسان‌های روی کره زمین بیشتر بوده است. آمارها حاکی از آن است که امروزه اینترنت بیش از تلویزیون و ماهواره وقت مردم را به خود اختصاص می‌دهد و دیگر لقب جعبه جادو براننده تلویزیون نیست، زیرا جای خود را به کامپیوتر و اینترنت داده است (Brockman, 2011).

اینترنت از سال ۱۳۷۱ وارد ایران شد و از آن زمان تاکنون تعداد کاربران آن رشد چشم‌گیری داشته است؛ به طوری که، در پایان سال ۱۳۸۸ تعداد کاربران اینترنت در ایران را در حدود ۱۰ تا ۲۰ میلیون نفر تخمین زده‌اند. در دهه اخیر میزان استفاده از اینترنت در کشور از رشد ۲۹۰۰ درصدی برخوردار بوده و در حال حاضر ایران از نظر میزان کاربران اینترنت در بین کشورهای خاورمیانه رتبه اول را داراست (فتوحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸).

بی‌تردید هر پیشرفت جدیدی، در کنار مزایایی که دارد، می‌تواند مشکلاتی هم به همراه داشته باشد. اینترنت و کشور ما نیز از این قاعده مستثنی نیستند. با ظهور اینترنت مشکلات و آسیب‌های تازه‌ای نیز پدیدار شده که برخی از آن‌ها حتی جامعه جهانی را هم نگران کرده است. برای مثال، در چند سال گذشته ده‌ها جلد کتاب درباره آسیب‌های اینترنت به چاپ رسیده است و کشورهای بسیاری طرح‌های تحقیقاتی متعددی را برای بررسی آثار اینترنت به اجرا درآورده‌اند. چند سالی است که بسیاری از کشورها برای درمان آسیب‌های اینترنتی اقدام به تأسیس مراکز تخصصی، مشابه مراکز ترک اعتیاد به مواد مخدر، کرده‌اند.

یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که اینترنت با خود به همراه داشته اعتیاد به استفاده از آن است. اعتیاد به اینترنت (Internet Addiction Disorder) نوعی اختلال کنترل تکانه است که به استفاده بیش از حد از اینترنت اطلاق می‌شود، به نحوی که، سایر فعالیت‌های اجتماعی فرد را تحت الشعاع قرار می‌دهد و به افت عملکرد او در حوزه‌های مختلف شغلی، علمی، اجتماعی، حرفه‌ای، خانوادگی، اقتصادی، و روان‌شناختی منجر می‌شود؛ تا جایی که باعث نادیده‌انگاشتن روابط در دنیای واقعی و با دوستان و خانواده می‌شود (حق‌شناس، ۱۳۸۵). اعتیاد به اینترنت می‌تواند آسیب‌های متعددی به فرد وارد کند، از جمله آسیب‌های روانی (اضطراب، افسردگی، و احساس تنهایی)، جسمانی (مشکلات خواب، تغذیه)، خانوادگی (کاهش روابط خانوادگی و افزایش فاصله بین اعضای خانواده)، شغلی (کاهش بازده کاری،

اخراج از کار)، و تحصیلی (افت نمرات تحصیلی) (Flisher, 2010; Huang et al., 2010; Goldsmith and Wu, 2006; Carr, 2010).

دیویس (Davis, 2001) وابستگی به اینترنت را با دو دسته از علائم و نشانه‌ها مشخص می‌کند:

الف) نشانه‌های رفتاری: مشکلات درسی، شغلی، یا بین فردی؛ کناره‌گیری و بی‌توجهی و غفلت از دوستان، خانواده، شغل، یا مسئولیت شخصی؛ خستگی بیش از اندازه؛ بی‌قراری روانی - حرکتی در صورت کاهش یا متوقف کردن استفاده از اینترنت؛ تغییر سبک زندگی به منظور صرف وقت بیش‌تر برای استفاده از اینترنت؛ کاهش عمومی و قابل ملاحظه فعالیت جسمی؛ محرومیت و تغییر در الگوی خواب با هدف اختصاص وقت بیش‌تر برای کار با اینترنت؛ دروغ گفتن به خانواده، دوستان، و درمان‌گر به منظور پنهان کردن مدت زمان استفاده از اینترنت؛ ماندن در فضای اینترنت بیش از زمان مورد نظر؛ اشتغال فکری در خصوص اینترنت در زمان قطع تماس و ترک فضای مجازی.

ب) نشانه‌های شناختی غیر سازشی: داشتن افکار وسواسی درباره اینترنت، کاهش فعالیت‌های لذت‌بخش و سرگرمی‌های قبلی به منظور استفاده از اینترنت، کناره‌گیری از دوستان قدیمی واقعی و یافتن دوستان مجازی، دروغ‌گویی، نگرانی و اشتغال ذهنی به علت ناتوانی در متوقف کردن استفاده از اینترنت. افراد وابسته به اینترنت ترجیح می‌دهند زمانی که رایانه در حال بارگذاری داده‌هاست به دست‌شویی بروند. دائماً از درد مچ دست شکایت می‌کنند. هنگام اشتغال به اینترنت جلوی رایانه غذا می‌خورند. هر جا هستند سریع خود را به منزل می‌رسانند تا به ایمیل خود سر بزنند. در محیط‌های زندگی واقعی از اصطلاحات و نشانه‌های گفت‌وگوی اینترنتی استفاده می‌کنند. همه دوستان آن‌ها نشانی ایمیل دارند. با دوستان اینترنتی رابطه عاطفی برقرار می‌کنند و با آن‌ها به گردش و تفریح می‌روند و پیام‌های عاطفی رد و بدل می‌کنند. حداقل ده نشانی اینترنتی را از حفظ هستند و به سرعت می‌توانند آن را بیان کنند. ده اصطلاح گفت‌وگوی اینترنتی را به خوبی می‌دانند و آن را در مکالمات روزمره به کار می‌برند. ترجیح می‌دهند با دوستان و حتی همسرشان گفت‌وگوی اینترنتی کنند تا با آن‌ها به طور مستقیم صحبت کنند. وقتی رایانه را روشن می‌کنند، از دیگران می‌خواهند که ساکت باشند و در نهایت وقتی اتصال به اینترنت را قطع می‌کنند، درست مثل فردی که در زندگی عشقی شکست خورده است، احساس خلأ می‌کنند.

آمارها نشان می‌دهد که نوجوانان و جوانان بیش‌ترین قشر در معرض آسیب‌های اینترنتی را تشکیل می‌دهند (پوررمضان، ۱۳۸۵) و از آن‌جا که ایران از نظر جمعیتی از جوان‌ترین کشورهای دنیاست، اهمیت اعتیاد به اینترنت در آن بیش‌تر می‌شود. بر اساس آمارها در ایران بین ۸۰۰ هزار تا ۱ میلیون و ۸۰۰ هزار معتاد به مواد مخدر وجود دارد (چاوش‌زاده، ۱۳۸۸)، در حالی که بنابر آمارهای جهانی می‌توان تخمین زد که تعداد مبتلایان به اعتیاد اینترنتی در ایران بیش از این میزان باشد. از این رو شاید بتوان گفت، اهمیت اعتیاد به اینترنت، به علت آسیب‌های فراوان و گسترده آن، برای جامعه کم‌تر از اعتیاد به مواد مخدر نیست و یا لااقل در سال‌های آتی در زمره یکی از آسیب‌های اجتماعی مهم قرار خواهد گرفت. امروزه، به دلیل اهمیت اعتیاد به اینترنت، در بسیاری از کشورهای غربی درمانگاه‌های تخصصی ترک اعتیاد به اینترنت دایر شده است. برای مثال، فقط در کشور آلمان بیش از ۲۰۰ مرکز اختصاصی ترک اعتیاد به اینترنت وجود دارد (Wölfling, 2011).

یکی از سؤالات مهم مطرح در حوزه پیشگیری و درمان اعتیاد به اینترنت این است که چرا برخی از افراد معتاد می‌شوند و برخی دیگر، به‌رغم استفاده از اینترنت، به آن وابستگی پیدا نمی‌کنند؟ آیا وجود برخی از ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند باعث ابتلای فرد به اعتیاد اینترنتی شود؟

شخصیت شامل ویژگی‌های بین فردی منحصربه‌فرد و متمایزی است که افراد در موقعیت‌های گوناگون بروز می‌دهند. شخصیت هر فرد جنبه آشکار منش اوست که به نحوی در دیگران اثر می‌گذارد و به شکل‌گیری بسیاری از جنبه‌های زندگی او کمک می‌کند (Duran, 2003). نظریه‌های مختلفی درباره ساختار شخصیت انسان و چگونگی شکل‌گیری آن مطرح شده است، از جمله نظریه‌های روان‌کاوی، صفات، و شناختی. بخشی از نظریه‌پردازان شخصیت می‌خواهند بدانند ویژگی‌های اصلی شخصیت انسان کدام‌هاست. بر همین اساس، نظریه‌پردازان مختلف درباره تعداد عوامل شخصیتی بحث کرده‌اند، به طوری که برخی به سه عامل، برخی به پنج عامل، و برخی به شانزده عامل اشاره داشته‌اند. مکری (R. McCrae) و کوستا (P. Costa) یکی از مطرح‌ترین نظریه‌ها را درباره تعداد ویژگی‌های شخصیتی ارائه کرده‌اند (پروین و جان، ۱۳۸۹). آن‌ها، از بین همه عوامل و ویژگی‌های شخصیت، پنج عامل اصلی را شناسایی کرده‌اند که عبارت‌اند از: روان‌رنجوری (neuroticism)، برون‌گرایی (extraversion)، گشودگی به تجربه (openness)

(to experience)، سازش‌پذیری (agreeableness)، و وظیفه‌شناسی (conscientiousness). به اعتقاد آن‌ها ویژگی‌های کلی شخصیتی را می‌توان بر اساس این پنج عامل دسته‌بندی کرد. در حال حاضر، این نظریه از مطرح‌ترین نظریه‌ها در حوزه ویژگی‌های شخصیتی است و این پنج ویژگی به نام «پنج ویژگی بزرگ شخصیتی» معروف شده است (Frangos and Fragkos, 2011).

تاکنون چند تحقیق درباره ویژگی‌های شخصیتی معتادان اینترنتی انجام شده است. اورزاک (Orzack, 1999) طی مطالعه‌ای دریافت افراد معتاد به اینترنت اشخاصی‌اند که زود خسته می‌شوند و تنها، کم‌رو، خجالتی، و افسرده‌اند. او معتقد است انسان در رویارویی با هر پدیده تکنولوژیکی جدید یک دوره چندمرحله‌ای را پشت سر می‌گذارد. در مرحله اول، بلافاصله پس از مواجهه با آن پدیده، زمان زیادی را به آن می‌پردازد و این کار برای هیجان فراوانی دارد، به حدی که ممکن است سایر فعالیت‌های او را تحت تأثیر قرار دهد. در مرحله دوم، دل‌زدگی از پدیده مذکور در فرد ایجاد می‌شود و مدتی آن را کنار می‌گذارد یا از آن اجتناب می‌کند و بالاخره در مرحله سوم، تعادل برقرار و این مرحله به استفاده بهنجار از آن پدیده یا تکنولوژی منتهی می‌شود. افرادی که به اینترنت اعتیاد دارند معمولاً در حال گذراندن مرحله اول‌اند. آن‌ها زمانی می‌توانند اعتیاد خود را کنار بگذارند که به مرحله سوم رسیده باشند. این در حالی است که برخی افراد، تحت تأثیر برخی عوامل، ممکن است در مرحله اول تثبیت شوند.

شاپیرا و دیگران (Shapira et al., 2003) در تحقیقی نشان دادند معتادان به اینترنت افرادی خون‌گرم، پرحرارت، و تندخو هستند، یعنی افرادی که سطح عمیقی از هیجان را تجربه می‌کنند و واکنش شدیدتری در مقایسه با اشخاص دیگر از خود نشان می‌دهند. در مورد آن‌چه احساس می‌کنند شفاف نیستند. در خود فرو می‌روند و زود از پا درمی‌آیند. قضاوت‌هایشان با ریسک و خودرأیی همراه است. قادر و مایل به بهره‌گیری از اطلاعات مهم عاطفی و هیجانی برای قضاوت بهتر نیستند، از این‌رو در قضاوت و تصمیم‌گیری دچار مشکل می‌شوند.

کاپلان (Caplan, 2002) به این نتیجه رسید که احساس تنهایی، کم‌رویی، کناره‌گیری اجتماعی، و افسردگی از جمله ویژگی‌های افراد معتاد به اینترنت است و معتادان به اینترنت از نظر واکنش‌های اجتماعی در سطح پایین‌تری، نسبت به افراد غیر وابسته به اینترنت، قرار دارند.

سندرز و دیگران (Sanders et al., 2000) نشان دادند ارتباط و تماس نوجوانانی که زیاد از اینترنت استفاده می‌کردند با والدینشان کاهش یافته بود و از نظر اجتماعی نیز گوشه‌گیر و کناره‌گیر شده بودند. آن‌ها همچنین به این نتیجه مهم دست یافتند که استفاده افراطی از اینترنت موجب کاهش حمایت اجتماعی، تماس‌های اجتماعی، تنهایی، و افسردگی می‌شود.

کرات و دیگران (Kraut et al., 1998) در تحقیق خود درباره تأثیر اعتیاد به اینترنت در اعتماد به نفس و ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان به این نتیجه رسیدند که نوجوانان معتاد به استفاده از اینترنت از تماس‌های اجتماعی کناره‌گیری می‌کنند، از اینترنت برای فرار از واقعیت استفاده می‌کنند، و اعتماد به نفس پایینی دارند.

وحدانی در تحقیقی به بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سازگاری اجتماعی دانشجویان پرداخت. بر اساس این تحقیق بین مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی از جمله مهارت‌های اجتماعی، هم‌دلی، خودآگاهی، و خودکنترلی و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری وجود دارد (وحدانی، ۱۳۸۳ به نقل از حسن‌پور، ۱۳۸۵).

نادمی در تحقیقی درباره پیامدهای اجتماعی - روانی اینترنت در دانشجویان به این نتیجه رسید که هرچه میزان وابستگی به اینترنت در جوانان بیشتر باشد احساس تنهایی، غم، و اضطراب بیشتر در روابط اجتماعی می‌کنند و اعتماد به نفس کم‌تری دارند (نادمی، ۱۳۸۴ به نقل از چاوش‌زاده، ۱۳۸۸).

پوررمضان (۱۳۸۵) در تحقیق خود به بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت روان در بین مراجعه‌کنندگان به کافی‌نت‌های شهر مشهد پرداخت. نمونه این تحقیق شامل ۱۰۰ نفر (۸۲ مرد و ۱۸ زن) بود. نتایج تحقیق نشان داد که ۴۷٪ مراجعه‌کنندگان به اینترنت معتادند و ارتباط معناداری بین اعتیاد به اینترنت و همه مقیاس‌های آزمون SCL-90 وجود دارد.

به‌رغم تحقیقات انجام‌شده قبلی در این حوزه، تاکنون تحقیقی برای بررسی رابطه بین پنج ویژگی بزرگ شخصیتی و اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان ایرانی انجام نشده است. بنابراین این پژوهش به دنبال یافتن پاسخ این سؤال است که آیا بین اعتیاد به اینترنت و پنج ویژگی بزرگ شخصیتی: روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، سازش‌پذیری، و وظیفه‌شناسی رابطه‌ای وجود دارد؟ برای پاسخ‌گویی به این سؤال پنج فرضیه زیر تدوین شد:

۲. فرضیه‌ها

۱. میزان روان‌رنجوری دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد؛
۲. میزان برون‌گرایی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد؛
۳. میزان گشودگی به تجربه دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد؛
۴. میزان سازش‌پذیری دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد؛
۵. میزان وظیفه‌شناسی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

۳. روش تحقیق

پژوهش حاضر، به‌علت بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی، جزو تحقیقات توصیفی و از نوع هم‌بستگی است.

۴. جامعه آماری و نمونه

جامعه آماری این تحقیق همه دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشگاه‌های دولتی شهر تهران در سال ۱۳۹۰ را دربر می‌گرفت و نمونه تحقیق شامل ۱۵۰۰ نفر بود که با استفاده از فرمول برآورد حجم نمونه با خطای ۲٪ به‌دست آمد.

نمونه‌گیری به روش تصادفی خوشه‌ای انجام شد. برای انتخاب نمونه نخست ۶ دانشگاه از بین دانشگاه‌های دولتی شهر تهران به تصادف انتخاب شدند که عبارت بودند از: دانشگاه‌های تهران، علامه طباطبایی، امیرکبیر، شریف، علم و صنعت، و الزهرا. سپس از هر دانشگاه ۶ دانشکده و از هر دانشکده ۵ کلاس به تصادف انتخاب شدند که دانشجویان این کلاس‌ها اعضای گروه نمونه تحقیق را تشکیل می‌دادند.

۵. فرایند اجرای تحقیق

پس از انتخاب اعضای گروه نمونه، یک بروشور یک صفحه‌ای در اختیار هر یک از آن‌ها قرار گرفت که شامل توضیحاتی درباره اهداف تحقیق بود. همچنین در این بروشور یک نام کاربری و رمز عبور نیز ارائه شده بود که به کمک آن آزمودنی می‌توانست وارد سایت محقق به نشانی www.beheshtiyani.ir شود و پرسش‌نامه‌های مربوطه را تکمیل کند.

آزمودنی، پس از ورود به سایت، باید وارد بخش «رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی» می‌شد و به ترتیب فرم اطلاعات شخصی، پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ، و پرسش‌نامه پنج عامل شخصیتی فرم کوتاه نئو را تکمیل می‌کرد. پس از این مرحله، اطلاعات هر آزمودنی به صورت خودکار وارد بانک اطلاعاتی سایت می‌شد تا برای تحلیل‌های بعدی از آن استفاده شود.

گفتنی است که هر کاربر فقط یک بار می‌توانست وارد سایت شود و پرسش‌نامه را تکمیل کند. همچنین اگر کاربر بخشی از پرسش‌نامه را تکمیل و بقیه آن را رها می‌کرد، می‌توانست پس از مراجعه مجدد به سایت ادامه آن را کامل کند و نیازی به پاسخ‌گویی مجدد به سؤالات قبلی نبود.

۶. ابزار تحقیق

۱.۶ پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ

در این تحقیق برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ استفاده شد. این پرسش‌نامه، که کیمبرلی یانگ (K. Young) آن را در سال ۱۹۹۸ طراحی کرد، نسبت به سایر پرسش‌نامه‌های موجود در این زمینه از روایی و اعتبار قابل قبولی برخوردار است. درگاهی و رضوی (۱۳۸۶) نیز در مطالعه‌ای درباره عوامل مؤثر در اعتیاد به اینترنت ضریب پایایی پرسش‌نامه یانگ را ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند. پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ شامل ۲۰ سؤال و هر سؤال شامل ۵ گزینه است. نمره هر گزینه بین ۰ تا ۴ است و نمره کل آزمون بین ۰ تا ۸۰ خواهد بود.

۲.۶ پرسش‌نامه پنج عاملی شخصیت NEO-FFI

پرسش‌نامه NEO-FFI شکل کوتاهی از پرسش‌نامه تجدیدنظرشده NEO است که برای ارزیابی مختصر و سریع پنج عامل اصلی شخصیت طراحی شده است. این پرسش‌نامه ۶۰ جمله دارد که ۵ بعد شخصیت بهنجار را اندازه‌گیری می‌کند و شامل ۱۲ جمله برای هر یک از این ۵ بعد است. این ۵ بعد عبارت‌اند از: روان رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، سازش‌پذیری، و وظیفه‌شناسی.

ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده از طرف مکری و کوستا با میانگین ۰/۸۱ بین ۰/۷۴

تا ۰/۸۹ متغیر بوده است. در تحقیقی که بوارد و همکارانش در سال ۱۹۹۹ انجام دادند، ضریب آلفای کرونباخ برای روان رنجوری ۰/۸۵، برای برون گرایی ۰/۷۲، برای گشودگی به تجربه ۰/۶۸، برای سازش پذیری ۰/۶۹، و برای وظیفه شناسی ۰/۷۹ به دست آمد که نشان دهنده همسانی درونی بالای پرسش نامه مذکور است (فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸). حق شناس (۱۳۸۵) ضریب اعتبار بازمایی برای یک گروه نمونه ایرانی شامل ۲۰۸ دانشجو را با سه ماه فاصله زمانی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۹، ۰/۸، ۰/۷۵، ۰/۸۳ به دست آورد. در آزمون روایی هم زمان این پرسش نامه با سه پرسش نامه ریخت مایرز - بریگز، پرسش نامه شخصیتی مینه سوتا، و پرسش نامه تجدیدنظر شده کالیفرنیا نیز رابطه بالایی مشاهده شده است. این یافته ها نشان دهنده روایی مناسب این پرسش نامه است (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).

۷. یافته ها

۱.۷ فرضیه ۱: میزان روان رنجوری دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار خرده مقیاس روان رنجوری دانشجویان معتاد و غیر معتاد

روان رنجوری	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۳۳/۷	۶/۵۴
غیر معتاد	۲۶/۴۳	۷/۶۹

داده های جدول ۱ بیان گر آن است که میانگین شاخص روان رنجوری در بین دانشجویان معتاد بیش تر از دانشجویان غیر معتاد است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۲. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات خرده مقیاس روان رنجوری در بین دانشجویان معتاد و غیر معتاد

شاخص خرده مقیاس	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
روان رنجوری	۵/۷	۱۵۷۵	۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۲ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که از نظر آماری تفاوت مشاهده شده بین دو گروه از نظر شاخص روان رنجوری در سطح ۱٪ معنی دار است. بنابراین نتیجه می‌گیریم که با ۹۹٪ اطمینان میانگین شاخص روان رنجوری در دانشجویان معتاد به اینترنت از دانشجویان غیر معتاد بیش تر است. لذا فرضیه اول تحقیق با ۹۹٪ اطمینان تأیید می‌شود.

۲.۷ فرضیه ۲: میزان برون‌گرایی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار خرده مقیاس برون‌گرایی دانشجویان معتاد و غیر معتاد

برون‌گرایی	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۲۴/۳۷	۶/۱۶
غیر معتاد	۳۰/۴۷	۵/۸۷

داده‌های جدول ۳ بیان‌گر آن است که میانگین شاخص برون‌گرایی در بین دانشجویان معتاد کم‌تر از دانشجویان غیر معتاد است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات خرده مقیاس برون‌گرایی در بین دانشجویان معتاد و غیر معتاد

شاخص خرده مقیاس	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری

داده‌های جدول ۴ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که از نظر آماری تفاوت مشاهده شده بین دو گروه از نظر شاخص برون‌گرایی در سطح ۱٪ معنی دار است. بنابراین نتیجه می‌گیریم که با ۹۹٪ اطمینان میانگین شاخص برون‌گرایی در دانشجویان معتاد به اینترنت از دانشجویان غیر معتاد کم‌تر است. لذا فرضیه دوم تحقیق با ۹۹٪ اطمینان تأیید می‌شود.

۳.۷ فرضیه ۳: میزان گشودگی به تجربه دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۵. میانگین و انحراف معیار خرده مقیاس گشودگی به تجربه دانشجویان معتاد و غیر معتاد

گشودگی به تجربه	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۲۹/۶۷	۶/۳۴
غیر معتاد	۲۸/۲۹	۷/۹۱

داده‌های جدول ۵ بیان‌گر آن است که میانگین شاخص گشودگی به تجربه در بین دانشجویان معنادارتر از دانشجویان غیر معنادار است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۶. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات خرده‌مقیاس گشودگی به تجربه در بین دانشجویان معنادار و غیر معنادار

شاخص خرده‌مقیاس	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
گشودگی به تجربه	۲/۳۴	۱۵۷۵	۰/۱۳

داده‌های جدول ۶ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد از نظر آماری تفاوت مشاهده‌شده بین دو گروه از نظر شاخص گشودگی به تجربه در سطح ۰/۱ معنی‌دار نیست. بنابراین نتیجه می‌گیریم با ۹۹٪ اطمینان میانگین شاخص گشودگی به تجربه در دانشجویان معنادار به اینترنت با دانشجویان غیر معنادار تفاوتی ندارد. لذا فرضیه سوم تحقیق با ۹۹٪ اطمینان رد می‌شود.

۴.۷ فرضیه ۴: میزان سازش‌پذیری دانشجویان عادی و معنادار تفاوت دارد

جدول ۷. میانگین و انحراف معیار خرده‌مقیاس سازش‌پذیری دانشجویان معنادار و غیر معنادار

میانگین	انحراف معیار	سازش‌پذیری
۲۹/۷۸	۵/۶۷	معنادار
۳۵/۷۵	۷/۰۶	غیر معنادار

داده‌های جدول ۷ بیان‌گر آن است که میانگین شاخص سازش‌پذیری در بین دانشجویان معنادار کم‌تر از دانشجویان غیر معنادار است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۸. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات خرده‌مقیاس سازش‌پذیری در بین دانشجویان معنادار و غیر معنادار

شاخص خرده‌مقیاس	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
سازش‌پذیری	۳/۶۵	۱۵۷۵	۰/۰۰۵

داده‌های جدول ۸ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد از نظر آماری تفاوت مشاهده شده بین دو گروه از نظر شاخص سازش‌پذیری در سطح ۱٪ معنی‌دار است. بنابراین نتیجه می‌گیریم با ۹۹٪ اطمینان میانگین شاخص سازش‌پذیری در دانشجویان معتاد به اینترنت از دانشجویان غیر معتاد کم‌تر است. لذا فرضیه چهارم تحقیق با ۹۹٪ اطمینان تأیید می‌شود.

۵.۷ فرضیه ۵: میزان وظیفه‌شناسی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۹. میانگین و انحراف معیار خرده مقیاس وظیفه‌شناسی دانشجویان معتاد و غیر معتاد

میانگین	انحراف معیار	وظیفه‌شناسی
۲۵/۸۷	۶/۸۷	معتاد
۲۹/۰۶	۶/۱۲	غیر معتاد

داده‌های جدول ۹ بیان‌گر آن است که میانگین شاخص وظیفه‌شناسی در بین دانشجویان معتاد کم‌تر از دانشجویان غیر معتاد است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده شد.

جدول ۱۰. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات خرده مقیاس وظیفه‌شناسی در بین دانشجویان معتاد و غیر معتاد

شاخص	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
خرده مقیاس وظیفه‌شناسی	۶/۳۹	۱۵۷۵	۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۱۰ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد از نظر آماری تفاوت مشاهده شده بین دو گروه از نظر شاخص روان‌رنجوری در سطح ۱٪ معنی‌دار است. بنابراین نتیجه می‌گیریم با ۹۹٪ اطمینان میانگین شاخص وظیفه‌شناسی در دانشجویان معتاد به اینترنت از دانشجویان غیر معتاد کم‌تر است. لذا فرضیه پنجم تحقیق با ۹۹٪ اطمینان تأیید می‌شود.

۸. نتیجه‌گیری

فرضیه اول: میزان روان‌رنجوری دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

بر اساس یافته‌های این پژوهش میزان روان‌رنجوری در بین دانشجویان معتاد به اینترنت بیش‌تر از دانشجویان عادی است، یعنی با افزایش نمرات روان‌رنجوری نمرات

اعتیاد به اینترنت نیز بالا می‌رود. بدین ترتیب یافته‌های این تحقیق با نتایج تحقیقات انجام شده قبلی هم‌خوانی دارد، زیرا تحقیقات دیگر نیز این نتیجه را تأیید کرده‌اند که بین روان‌رنجوری و اعتیاد به اینترنت رابطه وجود دارد. از جمله این تحقیقات می‌توان به مطالعات دیویس (Davis, 2001)، نادمی (۱۳۸۴ به نقل از چاوش‌زاده، ۱۳۸۸)، هنرپروران و رفاهی (۱۳۸۵)، اورزاک (Orzack, 1999)، یانگ (Young, 1998; Young, 2007)، ها و دیگران (Ha et al., 2006)، شاپیرا و دیگران (Shapira et al., 2003)، پوررمضان (۱۳۸۵)، و مرادی (۱۳۸۱ به نقل از چاوش‌زاده، ۱۳۸۸) اشاره کرد.

سؤالی که مطرح می‌شود این است که چرا افزایش روان‌رنجوری احتمال ابتلا به اعتیاد به اینترنت را افزایش می‌دهد؟ روان‌رنجوری شامل احساسات منفی مانند عصبانیت، ناراحتی، دست‌پاچگی، باورهای نامعقول و غیر واقع‌بینانه، کنترل بسیار کم تکانه‌ها در مقابل نیازها، احساس ناامنی، تیدگی، اضطراب، افسردگی، خصومت، و آسیب‌پذیری است. بنابراین این احتمال وجود دارد که افراد روان‌رنجور، در مقایسه با افراد عادی، توانایی کم‌تری برای مقابله با چالش‌های زندگی روزمره داشته باشند. این در حالی است که گم‌نامی افراد در فضای مجازی و اینترنت فضای امن‌تری را برای این گروه ایجاد می‌کند و باعث جذب بیش‌تر آنان می‌شود. علاوه بر این، افرادی که نمرات بالاتری در روان‌رنجوری دارند معمولاً احساس تنهایی بیش‌تری می‌کنند و عزت نفس پایین‌تری دارند. نتایج تحقیقات هم‌نشان داده است افرادی که احساس تنهایی می‌کنند و عزت نفس پایینی دارند بیش‌تر جذب اینترنت می‌شوند.

با توجه به تأثیر هیجان مخرب در سازگاری فرد با محیط، این احتمال تقویت می‌شود که افراد دارای نمرات بالا در روان‌رنجوری دارای باورهای غیر منطقی نیز باشند، قدرت کم‌تری در کنترل تکانه‌ها داشته باشند، و در انطباق با دیگران و شرایط فشار روانی ضعیف‌تر عمل کنند (حق‌شناس، ۱۳۸۵). بنابراین این افراد زمینه مناسبی برای جذب شدن به دنیای پررمز و راز اینترنت دارند، زیرا صفحه نمایش رایانه را جذاب‌تر از واقعیت زندگی روزمره می‌بینند. از این رو، گرایش بیش‌تری به استفاده از اینترنت و در نتیجه آسیب‌پذیری بیش‌تری نیز دارند. اینترنت و فضای مجازی برای این افراد محیطی پذیراتر و انعطاف‌پذیرتر از محیط واقعی فراهم می‌کند، زیرا مواجهه با افراد مجازی هزینه و چالش روانی کم‌تری نسبت به دنیای واقعی دارد و گم‌نامی افراد در ارتباطات اینترنتی باعث احساس امنیت آنان می‌شود. بدین ترتیب مجموعه عوامل مذکور محرک نیرومندی را برای ترغیب افراد روان‌رنجور به

استفادهٔ بیش‌تر از اینترنت و ماندن در محیط مجازی فراهم می‌کند. با این حال، گفتنی است که یافته‌های این پژوهش با نتایج میرحسینی، مبنی بر این‌که بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های شخصیتی رابطه‌ای وجود ندارد، هم‌سویی ندارد (۱۳۸۴ به نقل از پوررمضان، ۱۳۸۵).

فرضیهٔ دوم: میزان برون‌گرایی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

یافته‌های این پژوهش فرضیهٔ دوم را تأیید کرد. به عبارت دیگر، بر اساس تجزیه و تحلیل داده‌ها، بین برون‌گرایی و اعتیاد به اینترنت رابطهٔ معکوس وجود دارد؛ یعنی با افزایش نمرات مربوط به ویژگی برون‌گرایی نمرات اعتیاد به اینترنت کاهش می‌یابد و بالعکس. این یافته با نتایج تحقیقات کاپلان (Caplan, 2002)، یانگ (Young, 1998; Young, 2007)، کرات و دیگران (Kraut et al., 1998)، اورزاک (Orzack, 1999)، نیمز و دیگران (Niemz et al., 2005)، پوررمضان (۱۳۸۵)، هنرپروران (۱۳۸۵)، نادمی (۱۳۸۴) به نقل از چاوش‌زاده، (۱۳۸۸)، و مرادی (۱۳۸۱) به نقل از چاوش‌زاده، (۱۳۸۸) که معتقدند معتادان به اینترنت افرادی گوشه‌گیر و درون‌گرا و دارای روابط اجتماعی محدودند، هم‌سویی دارد.

افراد برون‌گرا اشخاصی اجتماعی، دوست‌دار دیگران، علاقه‌مند به شرکت مداوم در اجتماعات و مهمانی‌ها، قاطع، فعال، و اهل گفت‌وگو هستند. خجالتی نیستند و تک‌روی و تنهایی را دوست ندارند و علاقه‌مندند همواره در جمع دوستان، خانواده، و همکاران خود باشند و بحث و گفت‌وگو و معاشرت را به تنهایی ترجیح می‌دهند. بنابراین بدیهی است که کم‌تر به سمت دنیای مجازی اینترنت سوق پیدا می‌کنند و بیش‌تر به دنبال ارتباطات واقعی‌اند. درمقابل، درون‌گرایان کم‌تر به روابط اجتماعی علاقه‌مندند. از این‌رو، احتمال آن‌که توجه بیش‌تری به اینترنت نشان دهند و به آن معتاد شوند بیش‌تر است.

فرضیهٔ سوم: میزان گشودگی به تجربهٔ دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

نتیجهٔ پژوهش این فرضیه را تأیید نکرد. به عبارت دیگر، بر اساس تجزیه و تحلیل داده‌ها، بین گشودگی به تجربه و اعتیاد به اینترنت رابطه وجود ندارد و این یافته با نتایج تحقیقات نیمز و دیگران (Niemz et al., 2005)، کرات و دیگران (Kraut et al., 1998)، اورزاک (Orzack, 1999)، یانگ (Young, 2007)، و اسدی دربندی (۱۳۸۲) مبنی بر این‌که معتادان به اینترنت افرادی خسته و ملول‌اند، از اضطراب اجتماعی رنج می‌برند، و بازداری اجتماعی و جمع‌گریزی بیش‌تری دارند، غیر هم‌سوست. با این حال، با یافته‌های میرحسینی، مبنی بر این‌که اینترنت هیجان‌زادی برای افراد به‌همراه دارد، هم‌سوست (۱۳۸۴) به نقل از پوررمضان، (۱۳۸۵).

افراد باز و گشوده انسان‌هایی هستند که در باروری تجربه‌های درونی و دنیای پیرامون کنجکاوند و زندگی آن‌ها سرشار از تجربه است. این افراد از نظریه‌های جدید و ارزش‌های غیر متعارف لذت می‌برند و در مقایسه با افراد بسته، احساسات مثبت و منفی فراوانی دارند. شاخص گشودگی به تجربه ارتباط مثبتی با هوش دارد و افراد دارای تحصیلات بالاتر نمرهٔ بیش‌تری در این مقیاس می‌آورند. مردان و زنان دارای نمره‌های پایین در این شاخص کسانی هستند که در رفتار متعارف و در ظاهر محافظه‌کار به نظر می‌رسند. آن‌ها موضوعات رایج را بیش‌تر از موارد نادر می‌پسندند و پاسخ‌های هیجانی نسبتاً آرام و نهفته‌ای دارند. چنین به نظر می‌رسد که افراد بسته دیدگاه‌ها و گسترهٔ علایق محدودتری دارند و از نظر اجتماعی و سیاسی نیز بسته‌اند (حق‌شناس، ۱۳۸۵).

سؤال مطرح در این‌جا این است که چرا بین معتادان به اینترنت و اشخاص عادی از نظر ویژگی گشودگی به تجربه تفاوتی دیده نشد؟ در پاسخ به این سؤال باید گفت که اینترنت نیز مثل دنیای واقعی می‌تواند حاوی تجربه‌های جدید باشد، به ویژه آن‌که فرد در اینترنت می‌تواند به خیل عظیمی از اطلاعات دسترسی داشته باشد. از این رو، ممکن است ویژگی شخصیتی گشودگی به تجربه در افراد وابسته به اینترنت نیز به‌اندازهٔ افراد عادی وجود داشته باشد، زیرا فضای اینترنت می‌تواند به فرد امکان دهد تا فضاهای جدید را تجربه کند.

فرضیهٔ چهارم: میزان سازش‌پذیری دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

نتایج پژوهش فرضیهٔ چهارم را تأیید کرد، یعنی بین ویژگی شخصیتی سازش‌پذیری و اعتیاد به اینترنت رابطهٔ منفی وجود دارد. به طوری که، با افزایش نمرات و ویژگی سازش‌پذیری، نمرات اعتیاد به اینترنت کاهش و با کاهش نمرات سازش‌پذیری نمرات اعتیاد به اینترنت افزایش می‌یابد. این نتیجه با تحقیقات محققانی چون یانگ (Young, 2007)، پوررمضان (۱۳۸۵)، هنرپروران و رفاهی (۱۳۸۵)، نادمی (۱۳۸۴) به نقل از چاوش‌زاده، (۱۳۸۸)، وحدانی (۱۳۸۳) به نقل از حسن‌پور، (۱۳۸۵)، و مرادی (۱۳۸۱) به نقل از چاوش‌زاده، (۱۳۸۸) نیز سازگاری دارد. بدین معنی که افراد معتاد به اینترنت سازگاری و کارکرد اجتماعی نامناسبی دارند و در روابط اجتماعی دست‌خوش اضطراب بیش‌تری می‌شوند.

شاخص توافق یا سازش‌پذیری بر گرایش‌های ارتباط بین فردی تأکید دارد. فرد موافق اساساً نوع‌دوست است، با دیگران هم‌دردی می‌کند، مشتاق کمک به آن‌هاست، و اعتقاد دارد دیگران نیز با او همین رابطه را دارند. در مقایسه شخص ناموافق یا ناسازگار خودمحمور است، به قصد و نیت دیگران شک دارد، و بیش‌تر اهل رقابت است تا همکاری (حق‌شناس،

(۱۳۸۵). به نظر می‌رسد گرایش این شاخص بیش‌تر به سمت جنبه‌های مثبت اجتماعی و سلامت روانی است و افراد سازگار و موافق محبوب‌تر از افراد ناموافق‌اند. بنابراین می‌توان گفت این افراد مخالف هستند که در نتیجه فقدان سازش‌پذیری با دنیای بیرون جذب دنیای اینترنت می‌شوند. دنیایی که در آن با تهدید کم‌تری مواجه‌اند و می‌توانند با پدیدآوردن شخصیت‌های دروغین و آرمانی خود محبوب شوند. دنیایی که در آن مجبور نیستند برای بهبود روابط خود تلاش کنند و می‌توانند هرطور که دوست دارند فکر و رفتار کنند. حال آن‌که، افراد موافق به راحتی می‌توانند با دنیای بیرون کنار بیایند، با دیگران روابط مطلوب و قابل اطمینان برقرار کنند، بدون اضطراب با تجارب تازه و هرروزه مواجه شوند و با آن کنار بیایند، و نیازی نداشته باشند که به دنیای غیر واقعی اینترنت پناه برند.

فرضیه پنجم: میزان وظیفه‌شناسی دانشجویان عادی و معتاد تفاوت دارد.

نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها این فرضیه را تأیید کرد، یعنی بین وظیفه‌شناسی و اعتیاد به اینترنت رابطه وجود دارد و این رابطه در جهت معکوس است. بدین معنی که با افزایش نمرات وظیفه‌شناسی، نمرات اعتیاد به اینترنت کاهش می‌یابد و بالعکس. این نتیجه با تحقیقات شاپیرا و دیگران (Shapira et al., 2003)، و پوررمضان (۱۳۸۵) مبنی بر این‌که افراد معتاد به اینترنت خودرأی، خودسر، و دارای حالات پارانوئیدی هستند و در کنترل تکانه ضعف دارند هم‌سو و هم‌جهت است.

وظیفه‌شناسی شامل دو ویژگی عمده است: توانایی کنترل تکانه‌ها و تمایلات و همچنین به کارگیری طرح و برنامه در رفتار برای رسیدن به اهداف مورد نظر. فرد وظیفه‌شناس هدف‌هایی از پیش تعیین شده دارد. این افراد در زمینه‌های حرفه‌ای و دانشگاهی افرادی موفق، دقیق، وقت‌شناس، و قابل اعتمادند. حال آن‌که، افراد غیر وظیفه‌شناس دارای ویژگی‌هایی از قبیل ایرادگیری‌های کسل‌کننده و فقدان پای‌بندی به اصول اخلاقی‌اند. این افراد معمولاً برای انجام دادن کارها دقت کافی از خود نشان نمی‌دهند و در رسیدن به اهداف خویش چندان مصر و پیگیر نیستند. پس طبیعی است که چنین افرادی با احتمال بیش‌تری به سمت اعتیاد به اینترنت کشیده شوند؛ چون اگر فرد بر خود کنترل لازم را نداشته باشد، اینترنت به راحتی می‌تواند او را به سمت خود جذب کند. به گفته فرانگوس و فراگوس (Frangos and Fragkos, 2011)، شبکه‌های اجتماعی از قبیل فیس‌بوک می‌توانند وقت بسیار زیادی را از افرادی که نمره پایینی از ویژگی شخصیتی وظیفه‌شناسی آورده‌اند بگیرند، زیرا این دسته از افراد اراده لازم را برای کنترل مدت زمان استفاده از این سایت‌ها ندارند.

منابع

- اسدی دربندی، شهنوش (۱۳۸۲). «رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی و کناره‌گیری اجتماعی در نوجوانان شهر کرج»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج.
- پروین، لارنس ای. و الیور پی. جان (۱۳۸۹). *شخصیت: نظریه و پژوهش*، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، تهران: آبیژ.
- پوررمضان، منا (۱۳۸۵). «بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت روان بر اساس تست SCL-90-R در مراجعین به کافی‌نت‌های مشهد در شش ماهه دوم سال ۱۳۸۴»، رساله دکتری، دانشکده علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد.
- چاوش‌زاده، زهرا سادات (۱۳۸۸). «بررسی رابطه بین متغیرهای سلامت روان با اعتیاد به اینترنت در بین جوانان شهر یزد»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.
- حسن‌پور، شهرزاد (۱۳۸۵). «ساخت و هنجاریابی پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت روی دانش‌آموزان دبیرستان‌های دولتی آموزش و پرورش شهر تهران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی.
- حقوق‌شناس، حسن (۱۳۸۵). *طرح پنج‌عاملی ویژگی‌های شخصیت: راهنمای تفسیر و هنجارهای آزمون‌های NEO PI-R و NEO-FFI*، شیراز: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز.
- درگاهی، حسین و سیدمنصور رضوی (۱۳۸۶). «اعتیاد به اینترنت و عوامل مؤثر در آن در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران»، فصل‌نامه پایش، س ۶، ش ۳.
- فتحی آشتیانی، علی و محبوبه داستانی (۱۳۸۸). *آزمون‌های روان‌شناختی: ارزش‌یابی شخصیت و سلامت روان*، تهران: بعثت.
- گروسی فرشی، میرتقی (۱۳۸۰). *رویکردی نوین در ارزیابی شخصیت، کاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت*، تبریز: جامعه پژوه.
- مرادی، فریده (۱۳۸۱). «بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و عزت نفس در دانشجویان دانشگاه تبریز»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز.
- نادمی، منیژه (۱۳۸۴). «بررسی پدیده روانی - اجتماعی اینترنت بر روی دانشجویان کارشناسی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
- وحدانی، سمیه (۱۳۸۳). «بررسی رابطه وابستگی به رایانه و اینترنت و سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر دوره کارشناسی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی دانشگاه شیراز.
- هنرپروران، نازنین و ژاله رفاهی (۱۳۸۵). «زنان و پیامدهای روان‌شناختی چت و دوست‌یابی‌های اینترنتی»، مجموعه مقالات منتخب همایش سراسری زنان و اینترنت در هزاره سوم، تهران: بروج.

Brockman, John (ed.) (2011). *Is the Internet Changing the Way You Think?, The Net's Impact on Our Minds and Future*, New York: Harper Perennial.

- Caplan, S. E. (2002). 'Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being: Development of a Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument', *Computers in Human Behavior*, Vol. 18, No. 5.
- Carr, Nicholas (2010). *The Shallows, What the Internet Is Doing to Our Brains*, New York: W. W. Norton & Company.
- Davis, R. A. (2001). 'A Cognitive Behavioral Model of Pathological Internet Use', *Computers in Human Behavior*, Vol. 17, No. 2.
- Duran, Maria G. (2003). 'Internet Addiction Disorder', *Allpsych Journal*, December 14.
- Flisher, C. (2010). 'Getting Plugged in: An Overview of Internet Addiction', *Journal of Paediatrics & Child Health*, Vol. 46, No. 10.
- Frangos, C. C. and K. C. Fragkos (2011). 'Psychologic Predictors and Epidemiology of Internet Addiction Among University Students in Greece', *Journal of European Psychiatry*, Vol. 26, Supplement 1.
- Goldsmith, J. and Tim Wu (2006). *Who Controls the Internet?, Illusions of a Borderless World*, New York: Oxford University Press.
- Ha, J. H., H. J. Yoo, I. H. Cho, B. Chin, D. Shin, and J. H. Kim (2006). 'Psychiatric Comorbidity Assessed in Korean Children and Adolescents Who Screen Positive for Internet Addiction', *Journal of Clinical Psychiatry*, Vol. 67, No. 5.
- Huang, X.-Q., M.-C. Li, and R. Tao (2010). 'Treatment of Internet Addiction', *Current Psychiatry Reports*, Vol. 12, No. 5.
- Kraut, R., M. Patterson, V. Lundmark, S. Kiesler, T. Mukopadhyay, and W. Scherlis (1998). 'Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?', *American Psychologist*, Vol. 53, No. 9.
- Niemz, K., M. Griffiths, and P. Banyard (2005). 'Prevalence of Pathological Internet Use Among University Students and Correlations With Self-Esteem, The General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition', *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 8, No. 6.
- Orzack, M. H. (1999). 'Computer Addiction: Is it Real or Virtual?' *Harvard Mental Health Letter*, Vol. 15, No. 7.
- Sanders, C. E., T. M. Field, M. Diego, and M. Kaplan (2000). 'The Relationship of Internet Use to Depression and Social Isolation Among Adolescents', *Adolescence*, Vol. 35, No. 138.
- Shapira, N. A., M. C. Lessig, T. D. Goldsmith, S. T. Szabo, M. Lazowitz, M. S. Gold, and D. J. Stein (2003). 'Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria', *Depression and Anxiety*, Vol. 17, No. 4.
- Wölfling, K. (2011). 'Internet Addiction-the New Digital Disorder', *European Psychiatry*, Vol. 26, Supplement 1.
- Young, K. S. (1998). 'Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder', *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 1, No. 3.
- Young, K. S. (2007). 'Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications', *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 10, No. 5.