

اعتیاد به اینترنت در دانشجویان: نقش خودتنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی

Internet addiction among University Student: The role of self-regulation, problem-solving and interpersonal problems

Majid Baradaran *

Assistant Professor, Department of psychology,
Payame Noor University, Tehran, Iran

دکتر مجید برادر

استادیار گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

Abstract

With regard to the growing trend of networking web-sites, This study investigated the relationship of internet addiction with self-regulation, problem-solving and interpersonal problems among University Student. This study was a descriptive study with correlation design. The study populations consisted of all students of Payame Noor University in 2018, 350 students from different courses were selected by using cluster random sampling method and completed the internet addiction test, Young(1998), Self-regulation, Bouffard & et al (1995), problem-solving, parker (1998) and interpersonal problems questionnaires, Barkham & et al (1996). Statistical methods included Pearson correlation and regression analysis. Results showed that there was a significant negative correlation among self-regulation and problem-solving with internet addiction, Also, there was a significant positive correlation among interpersonal problems with internet addiction. analysis indicated that self-regulation, problem-solving and interpersonal problems significantly predicted 45% of the variance of internet addiction ($p < 0.001$). The present study could demonstrate the predictive effect of self-regulation, problem-solving and interpersonal problems on internet addiction. So, these cases should be given special attention.

Keywords: self-regulation, problem-solving, interpersonal problems, internet addiction

چکیده

با عنایت به روند رو به گسترش استفاده و اعتیاد به شبکه های اجتماعی، این مطالعه به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با خودتنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی در بین دانشجویان پرداخته است. مطالعه حاضر یک مطالعه توصیفی با طرح همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه پیام نور در سال ۱۳۹۶ بود که ۳۵۰ نفر از دانشجویان رشته های مختلف به روش خوشه ای مرحله ای انتخاب شدند و پرسشنامه های اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸)، خود تنظیمی بوفارد و همکاران (۱۹۹۵)، حل مسأله پارکر (۱۹۹۸) و مشکلات بین شخصی بارخام و همکاران (۱۹۹۶) را تکمیل کردند. روش های مورد استفاده شامل همبستگی پیرسون و رگرسیون بود. نتایج نشان داد همبستگی منفی معنی داری بین خود تنظیمی و حل مسأله با اعتیاد به اینترنت وجود دارد، همچنین بین مشکلات بین شخصی و اعتیاد به اینترنت همبستگی مثبت معنی داری وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که خود تنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی ۴۵ درصد از اعتیاد به اینترنت را تبیین می کنند ($p < 0.001$). مطالعه حاضر توانست اثر پیش بینی کنندگی خود تنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی را در اعتیاد به اینترنت به تأیید برساند. بنابراین، باید به این موارد توجه ویژه شود.

کلیدواژه ها: خودتنظیمی، حل مسأله، مشکلات بین شخصی، اعتیاد به اینترنت

ویرایش نهایی: اردیبهشت ۹۸

پذیرش: خرداد ۹۷

دریافت: خرداد ۹۷

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

دسترسی به اینترنت، پدیده ای رو به گسترش است و هر روز تعداد بیشتری از افراد در زمره استفاده کنندگان اینترنت قرار می گیرند. اعتیاد به اینترنت به استفاده افراطی، غیرقابل کنترل و اجباری اینترنت اشاره دارد (لام، ۲۰۱۵؛ وارتبرگ و همکاران، ۲۰۱۶). انجمن روانپزشکی آمریکا اعتیاد به اینترنت را یک الگوی استفاده از اینترنت که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی در طول یک دوره دو ماهه همراه با شد تعریف کرده است (پاتریک و جویس، ۲۰۰۸). شیوع این مسئله باعث شده است که شناسایی علل، پیامدها و عوارض آن توسط پژوهشگران و متخصصان پیگیری و مورد پژوهش قرار گیرد (ونگ، ۲۰۰۱). هونگ، هوانگ،

1. Lam
2. Wartberg
3. American psychiatric association
4. Patrick & Joyce
5. Wang

لین و چیو^۱ (۲۰۱۴) ارتباط نشانگان افسردگی و اعتیاد به اینترنت را در دانشجویان گزارش نمودند. وینستین^۲ و همکاران (۲۰۱۵) ارتباط بین اضطراب و اعتیاد به اینترنت را در دانشجویان زن و مرد مطرح نمودند. همچنین استرس های زندگی احتمال اعتیاد به اینترنت را در افراد افزایش می دهد (لام، پنگ، مای و جینگ^۳، ۲۰۱۰؛ لی، ژانگ، لی، ژن و وانگ^۴، ۲۰۱۰؛ لی، وانگ و وانگ، ۲۰۰۹).

لاروس، لین و استین^۵ (۲۰۰۳) اظهار داشته اند که هرگونه استفاده نامناسب از رسانه به علت ضعف در مهارت خودتنظیمی رخ می دهد و در نبود خودتنظیمی، استفاده از یک رسانه ممکن است ادامه یافته و افزایش یابد. افرادی که از قدرت خودتنظیمی و به عبارتی تنظیم هیجان خوبی برخوردارند، به راحتی می توانند فشارهای اجتماعی ناشی از دوستان و همسالان را کاهش دهند. به عبارتی؛ می توانند از پس خواسته های نامعقول آنها برآیند. همچنین افرادی که قدرت خودتنظیمی بالایی دارند، می توانند هیجانات خود را شناخته و با برنامه ریزی و تحمل شرایط، از استفاده مفرط از اینترنت دوری جویند. خودتنظیمی فرایندی است که طی آن فرد رفتار خود را پیش نموده، مطابق با استانداردها، اهداف و معیارهایی که دارد در مورد رفتار خود قضاوت کرده و با توجه به نتیجه قضاوت، رفتار خود را تنظیم می نماید. بندورا^۶ (۲۰۰۵) معتقد است خودتنظیمی در بهبود و کنترل سلامتی اهمیت دارد. او بیان می دارد که افراد بطور پیوسته از طریق رفتار خود هدایت می شوند. بنابراین، پیش و تنظیم درست رفتار در راستای رسیدن به سلامتی می تواند موثر باشد و کمبود آن منجر به بروز مشکلات بهداشتی گردد. پژوهش یائو و ژانگ^۷ (۲۰۱۴) نشان داد که اعتیاد به اینترنت بدترین عامل برای کاهش احساس تنهایی است. از نظر سیلورز^۸ و همکاران (۲۰۱۲) اگر نوجوانان حساسیت به طرد بالایی داشته باشند، در تنظیم پاسخ در موقعیتهای اجتماعی کمتر موفقند.

یکی از متغیرهای مرتبط با استفاده افراد از فضای مجازی، راهبرد حل مسأله است. حل مسأله، مهارتی مقابله ای و عملی است که موجب افزایش اعتماد به نفس می شود و با سازگاری شخصی خوب ارتباط دارد که شامل پنج گام است؛ ادراک خویشتن، تعریف مسئله، تهیه فهرستی از راه حل های مختلف، تصمیم گیری در مورد مناسب ترین راه حل و امتحان کردن راه حل انتخابی (بل و دزوریل، ۲۰۰۹). برد (۲۰۰۲) نشان داد افرادی که از راهبرد مسأله مدار استفاده می نمایند نسبت به گروه مقابل در موقعیت های تنهایی کمتر از اینترنت استفاده می نمایند. ریشه این مشکل ناتوانی در ناتوانی افراد در تحلیل صحیح و مناسب خود و موقعیت خویشتن و نیز بی کفایتی افراد در برای رویارویی با موقعیت های دشوار است. یانگ و تانگ^۹ (۲۰۰۷) به این نتیجه دست یافته اند که سبک های مقابله ای با اعتیاد به اینترنت رابطه دارد و سبک های مقابله ای منفی در مقایسه با سبک حل مسأله پیش بینی کننده اعتیاد به اینترنت می باشد. متغیرهای بسیاری می توانند با شیوه استفاده افراد از اینترنت مرتبط باشند که از جمله، این متغیرها، مشکلات بین شخصی

افراد است. در میان پیچیدگی های زندگی قرن ۲۱، استرس های رو به افزایش و مشکلات زیادی که افراد با آن دست و پنجه نرم می کنند، چگونگی ارتباط، شبکه حمایت اجتماعی و مهارت های بین فردی، به طور خاص تری موفقیت و بهزیستی انسان ها را تحت تأثیر قرار می دهند؛ در نتیجه برخورداری از یک شبکه حمایت اجتماعی، حاکی از هوشمندی بشر امروزی است. نظریه پردازان روابط موضوعی اصل سازمان دهنده زندگی افراد را، روابط میان فرد و دیگران می دانند که این عدم برقراری ارتباط مشکلاتی را برای افراد به دنبال خواهد داشت (سیمانوویتز و پیرس^{۱۰}، ۲۰۰۳). اعتیاد به اینترنت با مشکلات بین شخصی در ارتباط است (لی و همکاران، ۲۰۱۶؛ لیانگ و همکاران، ۲۰۱۶). لیو و کuo^{۱۱} (۲۰۰۷) در مطالعه ای به بررسی اعتیاد به اینترنت از دیدگاه تئوری بین فردی سالیوان پرداختند و نتایج مطالعه نشان داد که کیفیت رابطه والد-فرزند به شکل مثبتی با کیفیت روابط بین فردی رابطه داشت. توکاناگا و رینز (۲۰۱۰) به نقل از یائو و ژانگ^{۱۲} (۲۰۱۴) با فراتحلیل ۹۴ مطالعه از ۲۲ کشور مطرح نمودند که بین تنهایی، افسردگی و اعتیاد به اینترنت رابطه وجود دارد.

1. Hong, Huang, Lin & Chiu

2. Weinstein

3. Lam, Peng, Mai & Jing

4. Li, Zhang, Li, Zhen & Wang

5. Larose, Lin & Eastin

6. Bandura

7. Yao & Zhong

8. Silvers

9. Young & Tung

10. Simanowitz & Pearce

0

11. Lio & Kuo

1

12. Yao & Zhong

2

بر این اساس، هدف پژوهش حاضر، مطالعه رابطه خودتنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان است.

روش

جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانشجویان دانشگاه پیام نور استان گیلان در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ تشکیل می دهند که در این راستا، ۳۵۰ نفر با روش نمونه گیری خوشه ای مرحله ای انتخاب شدند. پژوهش حاضر، از نوع پژوهش های همبستگی می باشد. جهت تحلیل اطلاعات از همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد.

ابزار سنجش

آزمون اعتیاد به اینترنت. این پرسشنامه شامل ۲۰ سوال برای سنجش میزان وابستگی افراد به کار با اینترنت است که توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ ارائه شده و به روش پنج درجه ای لیکرت نمره گذاری می شود. ویدیانتهو (۲۰۰۴) پایایی مقیاس سنجش اعتیاد به اینترنت یانگ را بررسی و عدد ۰/۸۹ گزارش کرد. عسگری و مرعشیان (۱۳۸۷) در پژوهش خود به منظور تعیین پایایی از دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف به ترتیب ضرایب ۰/۹۷ و ۰/۹۷ را گزارش نمودند.

پرسشنامه خودتنظیمی. این پرسشنامه توسط بوفارد و همکاران در سال ۱۹۹۵ به صورت پنج درجه ای لیکرت با ۱۹ سؤال طراحی گردید. این پرسشنامه سه مؤلفه شناختی، انگیزشی و فراشناختی دارد. بوفارد و همکاران (۱۹۹۵) ضریب آلفای کرونباخ این مؤلفه ها را برای این ابعاد به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۷۸ و ۰/۶۸ گزارش نموده اند. جوکار (۱۳۸۵) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در سه بعد به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۵۵ و ۰/۵۰ گزارش کرده است.

پرسشنامه حل مسأله پارکر. این مقیاس دارای ۲۰ عبارت می باشد که چهار مؤلفه حس کردن، شهود، احساس و تفکر را در مقیاس پنج درجه ای لیکرت مورد ارزیابی قرار می دهد. نتایج پژوهش زارع و برادران (۱۳۹۳) نشان داد که اعتبار آزمون به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴، بازآزمایی ۰/۸۱ و ضریب همبستگی با پرسشنامه حل مسأله کسیدی و لانگ ۰/۶۵ می باشد.

پرسشنامه مشکلات بین شخصی. این پرسشنامه را بارخام، هاردی و استارتاپ در سال ۱۹۹۶ با ۳۲ سوال طراحی نمودند. این مقیاس دارای ۸ زیرمقیاس مردم آمیزی، مشارکت و حمایت گری، پرخاشگری، گشودگی، در نظر گرفتن دیگران و وابستگی به دیگران می باشد. فتح، آزاد فلاح، رسول زاده طباطبایی و رحیمی (۱۳۹۲) همسانی درونی به روش ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه های فوق را به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۱، ۰/۸۳، ۰/۶۳، ۰/۶۰ و ۰/۶۳ گزارش نمودند و ضریب اعتبار به شیوه تصنیف مقیاس را از ۰/۶۱ برای مؤلفه در نظر گرفتن دیگران تا ۰/۸۸ برای مؤلفه پرخاشگری محاسبه نمودند.

یافته ها

در این بخش جهت نرمال بودن توزیع نمرات از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. آزمون کولموگروف اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده ها

متغیر	شاخص آماری	درجه آزادی	سطح معناداری
اعتیاد به اینترنت	۰/۷۸	۳۴۹	۰/۵۹
خودتنظیمی	۰/۸۹	۳۴۹	۰/۴۶
مردم آمیزی	۰/۹۲	۳۴۹	۰/۴۱
گشودگی	۰/۶۷	۳۴۹	۰/۷۲
در نظر گرفتن دیگران	۰/۷۲	۳۴۹	۰/۶۶
پرخاشگری	۰/۹۵	۳۴۹	۰/۳۸
حمایت گری	۰/۶۳	۳۴۹	۰/۷۳
وابستگی	۰/۵۴	۳۴۹	۰/۷۹
حس کردن	۰/۸۸	۳۴۹	۰/۴۵

۰/۷۰	۳۴۹	۰/۶۹	شهود
۰/۳۷	۳۴۹	۰/۹۶	تفکر
۰/۶۵	۳۴۹	۰/۷۴	احساس

چنانچه در جدول فوق مشاهده می گردد، تمامی مؤلفه ها دارای توزیع نرمال هستند ($\text{sig} > 0/05$). لذا پیش فرض مربوطه مورد تأیید قرار گرفت و توزیع داده ها نرمال می باشد. در ادامه، ضرایب همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه متغیرهای این مطالعه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱. اعتیاد به اینترنت											
۲. خودتنظیمی	۰/۴۷**										
۳. مردم آمیزی	۰/۴۱**	۰/۳۰**									
۴. گشودگی	۰/۲۷**	۰/۲۸**	۰/۳۶**								
۵. در نظر گرفتن دیگران	۰/۳۸**	۰/۲۰**	۰/۴۳**	۰/۳۰**							
۶. پرخاشگری	۰/۳۵**	۰/۲۵**	۰/۳۱**	۰/۲۵**	۰/۱۸						
۷. حمایت گری	۰/۲۲**	۰/۲۹**	۰/۳۰**	۰/۲۸**	۰/۲۸**	۰/۲۲**					
۸. وابستگی	۰/۲۴**	۰/۱۷	۰/۲۳**	۰/۲۷**	۰/۲۶**	۰/۳۵**	۰/۲۴**				
۹. حس کردن	۰/۱۹**	۰/۱۴	۰/۲۳**	۰/۱۶	۰/۲۱**	۰/۲۶**	۰/۲۹**	۰/۱۴			
۱۰. شهود	۰/۲۳**	۰/۲۲**	۰/۱۸	۰/۲۲**	۰/۲۰**	۰/۱۷	۰/۲۲**	۰/۲۲**	۰/۳۳**		
۱۱. تفکر	۰/۳۲**	۰/۲۹**	۰/۲۸**	۰/۲۶**	۰/۲۶**	۰/۲۷**	۰/۳۰**	۰/۱۷	۰/۳۹**	۰/۳۲**	
۱۲. احساس	۰/۲۱**	۰/۲۹**	۰/۲۴**	۰/۱۸	۰/۲۲**	۰/۱۸	۰/۲۱**	۰/۲۰**	۰/۴۲**	۰/۴۷**	۰/۳۴**

نتایج جدول فوق نشان می دهد که بین اعتیاد به اینترنت با خودتنظیمی، مردم آمیزی، گشودگی، در نظر گرفتن دیگران و تفکر در سطح ۰/۰۱ و با حمایت گری، حس کردن، شهود و احساس در سطح ۰/۰۵ همبستگی منفی معنادار وجود دارد. همچنین بین اعتیاد به اینترنت با پرخاشگری در سطح ۰/۰۱ و وابستگی در سطح ۰/۰۵ همبستگی مثبت معناداری وجود دارد. برای تعیین سهم هر یک از متغیرهای پیش بین بر تغییرات مربوط به اعتیاد به اینترنت، از رگرسیون گام به گام استفاده شد. تحلیل رگرسیون گام به گام به این دلیل مورد استفاده قرار گرفت که ترتیب اهمیت متغیرهای پیش بین در متغیر ملاک (اعتیاد به اینترنت) مطرح بود که نتایج مربوط به آن در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳. رگرسیون گام به گام برای پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس متغیرهای مطالعه

گام	پیش بین	R	R ²	F	B	β	T	P
۱	خودتنظیمی	۰/۴۷۲	۰/۲۲۲	۲۴/۸۳	-۰/۶۹۲	-۰/۳۴۷	-۸/۳۸	۰/۰۰۱
۲	مردم آمیزی	۰/۵۶۳	۰/۳۱۷	۱۹/۶۲	-۰/۵۳۵	-۰/۲۶۲	-۷/۹۳	۰/۰۰۱
۳	در نظر گرفتن دیگران	۰/۶۱۲	۰/۳۷۴	۱۴/۳۰	-۰/۳۴۹	-۰/۱۷۴	-۵/۴۶	۰/۰۰۱
۴	پرخاشگری	۰/۶۴۲	۰/۴۱۲	۱۱/۵۷	۰/۱۶۸	۰/۱۴۷	۴/۸۲	۰/۰۰۱
۵	تفکر	۰/۶۶۴	۰/۴۴۰	۸/۶۸	-۰/۲۲۵	۰/۱۰۹	-۴/۰۵	۰/۰۰۱

همانگونه که در جدول ۳ مشاهده می گردد از بین متغیرهای پژوهش به ترتیب خودتنظیمی، مردم آمیزی، در نظر گرفتن دیگران، پرخاشگری و تفکر، پیش بینی کننده های معناداری برای اعتیاد به اینترنت در دانشجویان هستند و حدود ۴۵ درصد از واریانس آن را تبیین می نمایند. نکته قابل توجه در جدول فوق این است که پرخاشگری به صورت مستقیم و خودتنظیمی، مردم آمیزی، در نظر گرفتن دیگران و تفکر به صورت معکوس، پیش بینی کنندگان مطلوبی برای اعتیاد به اینترنت در این مطالعه شناسایی شدند.

بحث و نتیجه گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت با خودتنظیمی، حل مسأله همبستگی منفی معنادار و با مشکلات بین شخصی همبستگی مثبت معناداری وجود دارد و خودتنظیمی، مردم آمیزی، در نظر گرفتن دیگران، پرخاشگری و تفکر، پیش بینی کننده های معناداری برای اعتیاد به اینترنت در دانشجویان بودند که با نتایج لی و همکاران (۲۰۱۶) لیانگ و همکاران (۲۰۱۶)، یائو و ژانگ (۲۰۱۴)، لیو و کو (۲۰۰۷) و یانگ و تانگ (۲۰۰۷) همسو است. در سال های اخیر، تأثیرات مخرب اینترنت بر کاربران و جوامع، بیشتر به رسمیت شناخته می شود (بلاک، ۲۰۰۸).

در تحلیل نتایج پژوهش می توان گفت که اعتیاد به اینترنت پدیده جدیدی است که در اثر بهره گیری مخاطبان از ابزارهای ارتباطی نوین شکل گرفته، و علل و عوامل زیادی به طور مستقیم و غیرمستقیم در شکل گیری و تقویت آن نقش داشته است که در این مطالعه هم آشکار گردید. فانگ (۲۰۰۲) و گریفیتس (۲۰۰۳) در مطالعات خود خاطر نشان کردند که اعتیاد به اینترنت در دانشجویان باعث سردی روابط بین فردی، خانوادگی، دوستانه و اجتماعی شده و نیز باعث تغییر در هویت فردی و اجتماعی دانشجویان گردیده است.

یافته های مطالعه حاضر، این نکته را مشخص کردند افرادی که از قدرت خودتنظیمی برخوردارند، می توانند هیجانات خود را شناخته و با برنامه ریزی مناسب و درک شرایط، از استفاده مفراطی از اینترنت دوری جویند. بنابراین، می توانند قدرت سازگاری خود را که یکی از مؤلفه های کلیدی خودتنظیمی است، افزایش دهند. بنابراین، رشد خودتنظیمی به اراده افراد وابسته است که در حوزه روانشناسی بسیار مهم است، در واقع افرادی که اعتیاد به اینترنت دارند، قدرت اراده از آنها سلب شده و نمی توانند بر شرایط موجود کنترل داشته باشند.

باید گفت که نیاز به ارتباطات بین فردی، یک امر ذاتی است و همان گونه که هوگس و بارخام (۲۰۰۴) مطرح نمودند روابط اولیه کودک-مادر و تجسمات درونی که کودک از آن روابط دارد، تعیین کننده نوع نگرش کودک نسبت به دنیایی است که با آن روبرو خواهد شد و بر تمامی ارتباطات بعدی تأثیر می گذارد.

همچنین در تفسیر نتایج این مطالعه باید خاطر نشان نمود این است که حل مسأله یک مهارت بین فردی است، که فرد در تعاملات اثربخش و کارآمد آن را تجربه می کند، و با این تفسیر که، در واقع اعضای گروه در نتیجه ی تعامل با یکدیگر و از طریق خودافشایی، دریافت حمایت، همدلی و همچنین احساس داشتن درد مشترک می توانند در مورد خود و مسائلمان به فهم و بینش وسیع تری دست یافته و بهتر با آن ها کنار آیند. این مسأله، برای اعضاء فرصتی را فراهم می آورد تا بتوانند در یک فضای عاری از قضاوت، به کاوش درونی خود پرداخته و بر تجربیات ذهنیشان تمرکز و توجه کنند. نکته قابل تأمل این است که ویژگی هایی نظیر خودتنظیمی، حل مسأله و مشکلات بین شخصی که در اعتیاد به اینترنت نقش داشتند، قابل آموزش و یادگیری هستند که می بایست مدنظر والدین و مربیان امور تربیتی قرار گیرند.

پژوهش حاضر چندین محدودیت داشت که نخست، استفاده از پرسشنامه خودگزارشی در پژوهش حاضر است که که دقت را با مشکل مواجه می کند. همچنین نمونه پژوهش، دانشجویان بوده اند و در تعمیم نتایج، باید جانب احتیاط نمود.

منابع

- جوکار، بهرام. (۱۳۸۵). بررسی رابطه هدف گرایی و خودتنظیمی در دانشجویان مختلف دانشگاه شیراز. نشریه علوم اجتماعی دانشگاه شیراز، ۲۲(۴): ۷۱-۵۷.
- زارع، حسین؛ برادران، مجید. (۱۳۹۳). هنجاریابی پرسشنامه حل مسأله پارکر در دانشجویان دانشگاه پیام نور استان گیلان. پژوهش در یادگیری آموزشی، ۵(۲): ۱۸-۲۶.
- عسگری، پرویز و مرعشیان، مرضیه. (۱۳۸۷). رابطه ویژگی های شخصیت و اضطراب کامپیوتر با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. یافته های نو در روانشناسی، ۷(۲): ۲۳-۳۵.
- فتح، نجمه؛ آزاد فلاح، پرویز؛ رسول زاده طباطبایی، سید کاظم؛ رحیمی، چنگیز. (۱۳۹۱). روایی و اعتبار پرسشنامه مشکلات بین فردی. مجله روان شناسی بالینی، ۱۹(۳)، ۶۹-۸۰.

قاسم زاده، لیلی (۱۳۸۵). احساس تنهایی، عزت نفس و مهارت های اجتماعی دانش آموزان مبتلاو غیرمبتلا به استفاده آسیب شناسی از اینترنت. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم.

- Bandura, A. (2005). The primacy of self-regulation in health promotion. *Apple Psychology*, 54(2), 245-254.
- Beard, K. W. (2002). Internet addiction: Current status and implication for employees. *Journal of Employment Counseling*, 39(1), 2-11.
- Bell, A.C. & D'Zurilla, T. J. (2009). Problem-solving therapy for depression: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 29, 348-53.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307.
- Bouffard, T., Boisvert, J., Vezeau, C., Larouche, C. (1995). The impact of goal orientation on self - regulation and performance among college students. *Educational Psychology*, 65(3): 317-329.
- Endler, N. D., & Parker, J. D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Fung, T.W. (2002). Identity, emotional regulation and interpersonal relationship between highly and midly Internet-addictive groups. *Formosa Journal of Mental Health*, 15, 65-76.
- Griffiths, M. (2003). Internet abuse in the workplace: issues and concerns for employers and employment counselors, *Journal of Employment Counseling*, 40, 87-96.
- Hong, F. Y., Huang, D. H., Lin, H. Y., & Chiu, S. L. (2014). Analysis of the psychological traits, Facebook usage, and Facebook addiction model of Taiwanese university students. *Telematics and Informatics*, 31(4), 597-606.
- Hughes, J. & Barkham, M. (2005). Scoping the Inventory of Interpersonal Problems, its derivatives and short forms: 1988-2004. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(6), 475-96.
- Lam, L.T. (2015). Parental mental health and internet addiction in adolescents. *Addicted Behavior*, 42, 20-23.
- Lam, L. T., Peng, Z. W., Mai, J. C., & Jing, J. (2009). Factors associated with Internet addiction among adolescents. *Cyberpsychology & Behavior*, 12, 551-555.
- Larose, R., Lin, C.A. & Eastin, M.S. (2003). "Unregulated Internet Usage: Addiction, Habit, or Deficient Self-Regulation?". *Media Psychology*, 5(3), 225-253.
- Li, H., Wang, J., & Wang, L. (2009). A survey on the generalized problematic Internet use in Chinese college students and its relations to stressful life events and coping style. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7, 333-346.
- Li, D. P., Zhang, W., Li, X. A., Zhen, S. J., & Wang, Y. H. (2010). Stressful life events and problematic Internet use by adolescent females and males: A mediated moderation model. *Computers in Human Behavior*, 26, 1199-1207.
- Li, W., Zhang, W., Xiao, L., Nie, J. (2016). The association of internet addiction symptoms with impulsiveness, loneliness, novelty seeking and behavioral inhibition system among adults with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *Psychiatry Research*, 243, 357-364.
- Liang, L., Zhou, D., Yuan, C., Shao, A., Bian, Y. (2016). Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: a cross-lagged study in Chinese adolescents. *Computer Human Behavior*, 63, 463-470.
- Lio .C.Y. & Kuo,F.Y. (2007). A study of internet addiction through the lense of the interpersonal theory. *cyberpsychology & behavior*, 10(6), 799-804.
- Patrick F, Joyce J. (2008). Internet addiction: Recognition and intervention. *Psychiatric Nursing*, 22(9):59-60.
- Silvers, J.A., McRae, K., Gabrieli, J.D., Gross, J.J., Remy, K.A., & Ochsner, K.N. (2012). "Age-Related Differences in Emotional Reactivity, Regulation, and Rejection Sensitivity in Adolescence". *Emotion*, 12(6): 1235.
- Simanowitz, V. & Pearce, P. (2003). *Personality and development*. UK: Mc Grow- Hill.
- Wang W. (2001). Internet dependency and psychosocial maturity among college students. *International Journal of Human-Computer Studies*, 55, 919-38.
- Wartberg, L., Brunner, R., Kriston, L., Durkee, T., Parzer, P., Fischer-Waldschmidt, G., ... Carli, V. (2016). Psychopathological factors associated with problematic alcohol and problematic internet use in a sample of adolescents in Germany. *Psychiatry Research*, 240, 272-277.
- Widyanto L., Mc Murrin M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychol Behavior*, 7(4), 443-450.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27(2), 2-7.
- 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, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23, 79-96.