

سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در افراد معتاد به اینترنت و افراد بهنجار

* هلاله قادری

E-mail: helaleh.ghaderi@gmail.com

** تقسیم نبی‌زاده چپانه

E-mail: gnabizadeh@gmail.com

*** احمد اسمعیلی کورانه

E-mail: q_esmaiali@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۷/۳۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۱۲/۱۲

چکیده

مقدمه: هدف پژوهش حاضر بررسی سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در دو گروه معتاد به اینترنت و افراد بهنجار می‌باشد.

روش: در این پژوهش توصیفی - تحلیلی، ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی ارومیه به شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند؛ داده‌های بدست آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS-20 و روش‌های آمار توصیفی، ضریب آلفای کرونباخ، آزمون T-test، آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج پژوهش تفاوت معنی‌داری را در سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت بین دو گروه افراد معتاد به اینترنت و گروه افراد بهنجار نشان داد؛ همچنین بین سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری و تعهد)، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت با اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری وجود داشت. با توجه به نتایج تحلیل رگرسیون ۵۱٪ واریانس اعتیاد به اینترنت به وسیله متغیرهای سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری)، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت تبیین می‌شود.

نتیجه‌گیری: مطالعه حاضر نشان داد سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در افراد معتاد به اینترنت نسبت به افراد بهنجار شدت بیشتری دارند. متغیرهای سبک‌های هویت، احساس تنهایی، و ترس از صمیمیت می‌توانند به عنوان ریسک فاکتورهای اعتیاد به اینترنت در نظر گرفته شوند.

کلید واژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت.

* کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات آذربایجان غربی، گروه

روان‌شناسی، آذربایجان غربی، ایران، نویسنده مسئول

** کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

*** دکتری روان‌شناسی عمومی و استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه مراغه

مقدمه و طرح مسئله

استفاده بیش از حد از اینترنت و کامپیوتر، در سال‌های اخیر مورد توجه کارشناسان و همین‌طور رسانه‌های عمومی قرار گرفته است. اصطلاح «اعتیاد اینترنتی» در همین راستا ابداع شده و به موازات توسعه اینترنت در جوامع و تولید کامپیوترهای شخصی ارزان قیمت به کارگیری این اصطلاح روز به روز گسترش بیشتری پیدا می‌کند. اعتیاد به اینترنت با عباراتی نظیر اختلال ناشی از استفاده نامعقول و بیماری‌گونه از اینترنت تعریف می‌شود. اعتیاد به اینترنت شامل اعتیاد به اتاق‌های گپ، هرزه‌نگاری و قمار آنلاین است که می‌تواند زمینه تخریب سلامت روابط و احساسات را فراهم کند. علائم اعتیاد به اینترنت در میان دانشجویان عبارتند از بی‌خوابی و خستگی مفرط، پایین آمدن نمرات، صرف وقت کم با دوستان، زود رنجی در هنگام عدم استفاده از اینترنت، انکار جدی بودن مشکل، دلیل تراشی مبنی بر این‌که آنچه در اینترنت یاد می‌گیرند از دروس کلاسی بهتر و بیشتر است و دروغ گفتن درباره‌ی زمان صرف شده در اینترنت. بنابه یک تعریف از اعتیاد به اینترنت، وقتی که وضعیت روانی یک شخص، یعنی وضعیت هیجانی روانی و هم‌چنین تعاملات آموزشی، حرفه‌ای و اجتماعی وی، به دلیل استفاده زیاد از اینترنت آسیب می‌بیند، شخص دچار اعتیاد شده است (بیون و همکاران، ۲۰۰۹: ۲۰۴).

اگر چه استفاده از اینترنت دارای جنبه‌های مثبت زیادی در عصر ارتباطات است، اما عدم استفاده صحیح از اینترنت و یا استفاده بیش از حد آن، پیامدهای منفی بسیاری به دنبال دارد (اوداک و سیلک، ۲۰۱۳: ۲۳۸۵). حجم رو به رشدی از تحقیقات صورت گرفته پیرامون اعتیاد اینترنتی حکایت از آن دارد که اختلال اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال روان‌شناختی - اجتماعی است و عدم تحمل، علائم کناره‌گیری، اختلالات عاطفی و از هم گسیختگی روابط اجتماعی از مشخصه‌های آن است (تونیونی و همکاران، ۲۰۱۲: ۸۵). یانگ مطرح کرد که سه عامل منجر به افزایش تعاملات اینترنتی می‌شود: دریافت حمایت اجتماعی، ارضای جنسی و خلق کردن پرسونا؛ ضمناً درمانگران پی بردند که اغلب کاربرانی که با مشکلاتی نظیر افسردگی و احساس تنهایی مراجعه می‌کنند از سوی شرکای جنسی‌شان طرد می‌شوند و حتی سایر روابطشان را هم قطع می‌کنند. افرادی که بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کنند تنها، خسته، افسرده، بدون عزت نفس و درون‌گرا هستند (کوپر، موراها - مارتین، متی و ماهیو، ۲۰۰۲: ۱۱۱).

مطالعات نشان می‌دهد که اختلال اعتیاد اینترنتی عمدتاً یک بیماری محدود به نسل

جوان است. در مطالعات انجام شده بر روی جمعیت جوان‌تر میزان شیوع این اختلال در گستره‌ای بین ۰/۹٪ تا ۳۸٪ گزارش شده است (یو و همکاران، ۲۰۰۴: ۴۸۸؛ لونگ، ۲۰۰۴: ۳۳۹). با این که تمام مطالعات نشان می‌دهند که تعداد بسیاری از افراد وجود دارند که می‌توان به آنها استفاده غیر طبیعی از اینترنت را نسبت داد، شیوع دقیق اختلال نامعلوم باقی مانده است. در سایر مطالعات میزان شیوع در محدوده ۰/۳٪ تا ۷٪ به دست آمده است. مطالعات نشان داده‌اند که معتادان به اینترنت به‌طور شایعی دارای معیارهای تشخیصی اختلالات محور I و II نیز هستند (شاو و بلک، ۲۰۰۸: ۳۵۷).

علت اعتیاد به اینترنت ناشناخته است؛ سبب‌شناسی این اختلال نیز چند عاملی و شامل مکانیسم‌های متعددی است. فرض بر این است که مجموعه‌ای از عوامل زیستی - روانی و اجتماعی در ایجاد آن مؤثر باشند. یکی از متغیرهایی که می‌تواند در رابطه با اعتیاد به اینترنت مطرح باشد، سبک‌های هویت است. هویت جنبه‌ای اساسی و درونی است که به کمک آن یک فرد با گذشته‌اش مرتبط می‌شود و احساس تداوم و یکپارچگی می‌کند. اولین تعریف هویت توسط اریکسون مطرح شد. شکل‌گیری هویت شامل ترکیب مهارت‌ها، جهان‌بینی و همانندسازی‌های دوران کودکی است که به‌صورت کل یکپارچه و منحصر به فرد در می‌آید (کروگر، ۲۰۰۷: ۵۷). طبق نظر اریکسون محیط دانشگاه فرصتی فراهم می‌کند تا فرد را در انتخاب‌های زندگی و در شکل‌گیری یک هویت پایدار یاری رساند و چهارچوبی را برای تصمیم‌گیری‌ها و حل مسئله و مقابله با مشکلات روزمره فراهم می‌کند (برزونسکی و کوک، ۲۰۰۵: ۲۴۱). شناخت فرد از ماهیت خویش، هویت فردی محسوب می‌شود. این شناخت، اساسی‌ترین و مهم‌ترین مرحله رشد انسان است. در راستای تعاریف متفاوت از هویت، برزونسکی یک دیدگاه شناختی - اجتماعی ارائه داد که تفاوت فرایندهایی را که افراد در وضعیت‌های مختلف برای تصمیم‌گیری، حل مسئله و کشف اطلاعات از آن استفاده می‌کنند، روشن می‌کند. او بر این اساس سه جهت‌گیری فرایندنگر یا سه سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی را معرفی می‌کند (برزونسکی، ۲۰۰۴: ۳۰۷).

در دیدگاه شناختی - اجتماعی برزونسکی در پردازش و شیوه مرجع افراد در مواجهه با اطلاعات و موضوعات مرتبط با هویت، برخی تفاوت‌های سبکی فرض می‌شوند (برزونسکی، ۲۰۰۴: ۳۰۸). افراد دارای سبک هویت اطلاعاتی، خود تأمل‌گر بوده و اطلاعات مربوط به خود را فعالانه جست‌وجو می‌کنند. آنان که سبک هویت هنجاری دارند، عمدتاً مفروضات ذهنی و ارزش‌های افراد مهم را پذیرفته و با انتظارات آنها

هم‌نوایی می‌کنند. در نهایت، افراد دارای سبک هویت سردرگم - اجتنابی همواره می‌کوشند تا حد امکان از مواجهه با موضوعات مرتبط با هویت اجتناب کنند (برزونسکی، ۱۹۸۹: ۲۷۳؛ ۱۹۹۰: ۱۶۷؛ برزونسکی و نامیر، ۱۹۹۴: ۴۳۰؛ برزونسکی و فراری، ۱۹۹۶: ۵۹۹؛ برزونسکی، ۲۰۰۸: ۶۴۸).

بین سبک‌های هویت و اعتیاد اینترنتی افراد رابطه وجود دارد؛ افرادی که اعتیاد به اینترنت دارند هویت ناکارآمدی دارند و بیشتر از سبک هویت سردرگم - اجتنابی استفاده می‌کنند. با افزایش میزان استفاده از اینترنت، میزان اهمیت دادن افراد به ابعاد شخصی برای اجتماعی و ارتباطی هویتشان کاهش پیدا می‌کند. یانگ نشان داد افرادی که از اینترنت زیاد استفاده می‌کنند و در این فضای مجازی هویت‌های نامشخصی را آشکار می‌کنند، هویت فردی خویش یعنی باورها، اندیشه‌ها، عقاید و افکار شخصی اهمیتی قائل نیستند (دیویس، ۲۰۰۱: ۱۹۲؛ یانگ، ۲۰۰۴: ۴۰۳).

دومین متغیری که در پژوهش حاضر در رابطه با اعتیاد به اینترنت مورد بررسی قرار می‌گیرد، احساس تنهایی است. براساس مدل‌های ارائه شده در خصوص احساس تنهایی، افرادی که احساس تنهایی را تجربه می‌کنند، به دلیل این‌که با انتظارات و پیش‌بینی‌های منفی وارد مسیر گفت و شنود می‌شوند و هم‌چنین به دلیل فقدان مهارت‌های اجتماعی لازم، در برقراری و تداوم روابط دوستانه و نزدیک شکست می‌خورند. این افراد، در روابط اجتماعی، مضطرب و خودآگاه و نسبت به طرد شدن، حساس هستند. در برقراری روابط دوستانه، انجام دادن فعالیت‌های اجتماعی، شرکت در گروه‌ها، لذت بردن از مهمانی‌ها و در کنترل محیط با مشکل مواجه می‌شوند. آنها هم‌چنین خود را منفی، کم ارزش، حقیر، دوست نداشتنی و از نظر اجتماعی نالایق می‌دانند و عزت نفس پایین‌تری دارند (هنریچ و گولن، ۲۰۰۶: ۶۹۶). احساس تنهایی به حالتی گفته می‌شود که در آن فرد، فقدان روابط با دیگران را، ادراک یا تجربه می‌کند. احساس تنهایی شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا از دست دادن همدم، جنبه‌های ناخوشایند و منفی روابط از دست رفته و از دست دادن سطح کیفی روابط با دیگری است (دیکسترا و همکاران، ۲۰۰۵: ۷۲۸).

در پژوهش‌هایی که به بررسی رابطه احساس تنهایی (تجربه ذهنی ناخوشایندی، که در صورت بروز نقص جدی، در شبکه ارتباطی - اجتماعی شخص اتفاق می‌افتد) و استفاده آموزشی از اینترنت پرداخته‌اند، بین احساس تنهایی در جوانان و چت کردن با اینترنت رابطه معنی‌داری وجود داشت اما بین احساس تنهایی و استفاده آموزشی از

اینترنت رابطه معنی‌داری دیده نشده است. یکی از عواملی که ممکن است در جوانان تغییر ایجاد کند و منجر به کناره‌گیری آنها از ارتباط اجتماعی و بالاخره کناره‌گیری از اعضای خانواده شود، استفاده زیاد از اینترنت است. رابطه با استفاده از اینترنت به احساس تنهایی منجر می‌شود، زیرا افراد هنگامی که به اینترنت روی می‌آورند مجذوب این فضا می‌شوند، تعاملات آنها با دنیای واقعی کاهش می‌یابد و بدین ترتیب احساس تنهایی در آنها شکل می‌گیرد (آمیچای - هامبورگر، بن - آرتزی، ۲۰۰۳: ۷۵).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بین استفاده از اینترنت و افزایش احساس تنهایی و افسردگی در نوجوانان و جوانان رابطه مثبت و قابل توجهی وجود دارد (ساندرز، تیفانی، میگل و کاپلان، ۲۰۰۰: ۲۳۹). پژوهش‌ها حاکی از آن است که زنان بیشتر احساس افسردگی و مردان بیشتر احساس تنهایی می‌کنند (جکسون، اروین، گاردنر و اسمیت، ۲۰۰۱: ۳۶۷). استفاده بیش از اندازه از اینترنت با افزایش احساس تنهایی و افسردگی و نیز با کاهش روابط اجتماعی ارضاکنده (زمان آفلاین) رابطه مستقیم دارد. بولن و هریدر در مطالعه‌شان در سال ۲۰۰۰، به این نتیجه رسیدند که هر چه جوانان زمان بیشتری را با اینترنت سر کنند، در مقابل از میزان زمانی که صرف محیط اجتماعی واقعیشان خواهند کرد، کاسته خواهد شد (شایق، ۱۳۸۸: ۱۵۸).

از دیگر متغیرها مرتبطی با اعتیاد به اینترنت، صمیمیت است. لوین صمیمیت هیجانی یا آنچه صمیمیت روان‌شناختی نام گرفته است را به‌عنوان جزء اصلی که در تمام روابط نزدیک و پیوستگی‌های انسانی تجربه می‌شود، توصیف می‌کند (لوین، ۱۹۹۱؛ به نقل از گایا، ۲۰۰۲: ۱۵۴). ترس از صمیمیت، یعنی محدود شدن توانایی فرد، برای به اشتراک گذاشتن افکار و احساساتش با فردی مهم و نزدیک، یکی از عوامل مهم شکست خوردن در روابط است؛ بدین ترتیب که فرد در مبادله احساسات و افکارش با افراد دیگر دچار اضطراب می‌شود؛ هم‌چنین ترس از صمیمیت یک عامل خطر برای به وجود آمدن مشکلات هیجانی است (توربرگ، لیورس، ۲۰۰۶: ۷۳۵).

صمیمیت شامل عواطف و احساسات، بیان و تبادل احساسات و افکار، سازگاری، تعلق و تعهد، تمایل جنسی، حل کردن تعارض‌ها، خود پیروی و هدایت است. افرادی که در ترس از صمیمیت نمرات بالایی می‌گیرند، در احساس مثبت نسبت به روابط نزدیک و خود آشکارسازی مشکل دارند و در نتیجه رضایت از رابطه کمتری را تجربه می‌کنند (گنجی، ۱۳۹۰: ۷۶).

افزایش تعداد افرادی که در ارتباط با دیگران مشکل دارند، افرادی که دچار ترس از

برخوردهای اجتماعی‌اند، جوانانی که هنگام ورود به جمع نمی‌دانند چه بگویند و چگونه رفتار کنند، و برای گفت‌وگو با مردم و همکاری با آنها احساس ناتوانی می‌کنند، نیز در تصمیم‌گیری برای مسائل روزمره تردید دارند، همه و همه باعث شیوع اضطراب، افسردگی و انزوای اجتماعی خواهد شد. این مسائل خود باعث طرد از اجتماع و تکرار چرخه‌ای معیوب می‌شود (چیک و باس، ۲۰۰۶؛ به نقل از افروز، ۱۳۸۱: ۸۹). استدلال اولیه در مورد صرف زمان زیاد در تعاملات فوری با استفاده از ایمیل، فضاهای گفت‌وگو، اتاق‌های چت و بازی‌های آنلاین، قابلیت اینترنت برای اجتماعی شدن است. با این وجود اینترنت می‌تواند باعث انزوای اجتماعی و آسیب به عملکرد فعالیت‌های روزانه شود. در محیط کار نشانه‌های رفتار اعتیاد به اینترنت شامل کاهش عملکرد کاری و ترک همکاری‌هاست که منجر به کاهش رضایت شغلی و کاهش کارایی می‌شود (بیون و همکاران، ۲۰۰۹: ۲۰۷).

در مورد استفاده از اینترنت و آثار آن بر کاربران، پژوهش‌های دیگری نیز انجام شده است. یانگ در زمینه اعتیاد به اینترنت دریافت، افرادی که بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کنند تنها، خسته، افسرده، بدون عزت نفس و درون‌گرا هستند (یانگ، ۱۹۹۶؛ به نقل از بیون و همکاران، ۲۰۰۹: ۲۰۷). اندرسون با مطالعه تأثیر اعتیاد اینترنتی بر دانشجویان دریافت که یک سوم این دانشجویان در نتیجه استفاده مفرط از اینترنت، دچار مشکلات تحصیلی شده‌اند (اندرسون، ۱۹۹۷؛ به نقل از لیم، بای، کیم، ۲۰۰۴: ۱۱۵). اورزاک طی مطالعه‌ای که به سال ۱۹۹۹ انجام داد، دریافت که افرادی که مستعد اعتیاد اینترنتی هستند، به سادگی خسته و ملول می‌شوند و تنها، کم‌رو، خجالتی و دچار افسردگی یا انواع دیگر اعتیاد هستند (اورزاک، ۱۹۹۹؛ به نقل از چبی، کونگ، لیو و روتمن، ۲۰۰۱: ۳). مطالعه یانگ در سال ۱۹۹۸ نشان داد که ۸۰ درصد از پاسخگویانی که معتاد به اینترنت بودند، در هفته ۳۸ ساعت از وقت‌شان را صرف امور و اهداف غیراداری و غیرکاری در اینترنت می‌کردند؛ وی هم‌چنین در مطالعه‌اش دریافت که احتمال اعتیاد زنان و مردان به اینترنت برابر است (لیم و همکاران، ۲۰۰۴: ۱۱۶). کرات در مطالعه‌ای به این نتیجه رسید: نوجوانانی که از تماس‌های اجتماعی کناره‌گیری می‌کنند، از اینترنت به‌عنوان ابزاری برای فرار از واقعیت استفاده می‌کنند. ولس در مطالعه خویش دریافت که ۸ درصد از دانشجویان مرد با معیارهای اختلال اعتیاد به اینترنت جور در می‌آیند. هم‌چنین براساس نتایج مطالعه اندرسون بر روی دانشجویان، ۱۰ درصد از پاسخگویان دارای معیارهای وابستگی به اینترنت بوده و اکثریت کسانی هم که استفاده اعتیادی از

اینترنت داشتند، مرد و از دانشجویان علوم سخت بوده‌اند (کرات، ۱۹۹۹؛ ولش، ۱۹۹۹؛ به نقل از دیانگلس، ۲۰۰۰: ۴). ساندرز و همکاران در مورد رابطه استفاده از اینترنت با افسردگی و انزوای اجتماعی نوجوانان به این نتیجه دست یافتند، کاربرانی که کمتر از اینترنت استفاده می‌کنند، نسبت به آنهایی که استفاده طولانی مدت دارند، با مادر و دوستان خود رابطه مناسب و معنادارتری برقرار می‌سازند (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۰: ۲۴۰). موریسون و گوره در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی رابطه وجود دارد، به این معنی که گروه معتاد به اینترنت افسرده‌تر بودند. همچنین مردان بیشتر از زنان دارای اعتیاد به اینترنت بودند و افراد جوان به احتمال بیشتری نشانه‌های اعتیاد به اینترنت را نشان می‌دادند (موریسون و گوره، ۲۰۱۰: ۱۲۳). قاسم‌زاده و همکاران نیز دریافتند که کاربران معتاد به اینترنت دارای عزت نفس پایین‌تری هستند (قاسم‌زاده، شهرآرای و مرادی، ۱۳۸۶: ۴۳).

سؤال‌های تحقیق

آیا سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در دانشجویان بهنجار و معتاد به اینترنت متفاوت است؟
آیا سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت با اعتیاد به اینترنت رابطه دارد؟
آیا براساس سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت می‌توان اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کرد؟

چارچوب مفهومی

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- بین سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت، در دانشجویان بهنجار و معتاد به اینترنت تفاوت وجود دارد.
 - ۲- بین سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت، با اعتیاد به اینترنت رابطه وجود دارد.
 - ۳- اعتیاد به اینترنت، براساس سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت، قابل پیش‌بینی است.
- علی‌رغم تمام ویژگی‌های اینترنت، نگرانی‌های جدی در خصوص تأثیراتی که استفاده از این تکنولوژی بر جسم و روح و روان انسان به جا می‌گذارد وجود دارد. کاربران در پی استفاده روزافزون از اینترنت و زندگی در فضای مجازی به مدت

طولانی، نوعی وابستگی به آن پیدا می‌کنند که رهایی از آن دشوار است. با توجه به گسترش و فراگیر شدن اینترنت در ایران به‌ویژه در میان دانشجویان، در آینده شاهد بروز معضلات ناشی از اعتیاد به اینترنت خواهیم بود از جمله تغییر دادن سبک زندگی به منظور صرف زمان بیشتر در اینترنت، بی‌توجهی به سلامت خود، اجتناب از فعالیت‌های مهم زندگی، کاهش روابط اجتماعی که منجر به (احساس تنهایی) و آشکار ساختن هویت‌های نامشخص و بی‌هویتی می‌شود و نادیده گرفتن خانواده و دوستان و عدم رضایت کافی در روابط نزدیک و مشکلات تحصیلی، که می‌تواند بهداشت روانی و جسمانی جوانان و نوجوانان را تحت تأثیر قرار دهد. لذا ضروری است مسئله اعتیاد به اینترنت و ابعاد آن مورد مطالعه و بحث و بررسی قرار گیرد.



شکل ۱: مدل نظری پژوهش

با همگانی شدن عرضه اینترنت در اوایل دهه نود میلادی، مسئله استفاده مفرط و آسیب‌های ناشی از این فناوری توجه روان‌شناسان را به خود جلب کرد. هر چند در کشورهای مختلف مسائل و مشکلات اعتیاد به اینترنت مورد بررسی قرار گرفته اما با توجه به بافت فرهنگی هر کشور لازم است، بررسی این مسائل و مشکلات در ایران نیز انجام شود. اهمیت نظری پژوهش حاضر توسعه مرزهای دانش و آرایه منظر جدیدی برای فهم و صورت‌بندی اعتیاد به اینترنت است؛ هم‌چنین اهمیت علمی و کاربردی این پژوهش توجه به متغیرهای مرتبط از یک‌سو و کمک در جهت کاهش آسیب‌های ناشی از اعتیاد به اینترنت است. به همین منظور پژوهش حاضر به مقایسه سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در دانشجویان بهنجار و معتاد به اینترنت در

دانشگاه آزاد ارومیه پرداخته است. هدف این پژوهش تعیین میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و مقایسه سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در میان دانشجویان بهنجار و معتاد به اینترنت است. هم‌چنین پژوهش حاضر ارتباط میان سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت، با اعتیاد به اینترنت را مورد بررسی قرار می‌دهد.

روش تحقیق

روش پژوهش به لحاظ هدف از نوع بنیادی و به لحاظ نحوه جمع‌آوری داده‌ها از نوع پس‌رویدادی (توصیفی - تحلیلی) است.

حوزه تحقیق، سال انجام تحقیق، جامعه آماری و حجم نمونه

جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد ارومیه تشکیل می‌دهند. روش نمونه‌گیری در پژوهش، خوشه‌ای است و از جامعه آماری مورد نظر ۳۰۰ نفر از دانشجویان به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند.

تکنیک گردآوری اطلاعات

پرسشنامه سبک‌های هویت

پرسشنامه سبک‌های هویت (ISI) را اولین بار برزونسکی (۱۹۸۹) برای اندازه‌گیری فرایندهای شناختی - اجتماعی نوجوانان در برخورد با مسایل مربوط به هویت طراحی کرد. براساس دیدگاه برزونسکی، نوجوانان سه جهت‌گیری متفاوت یا سه سبک پردازش هویتی مختلف را انتخاب می‌کنند. این پرسشنامه که شامل ۴۰ سؤال است، سه سبک هویتی اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی را ارزیابی می‌کند. پاسخ هر سؤال روی یک طیف پنج درجه‌ای لیکرت مشخص می‌شود. در مطالعه خدایی، شکری، کروسیتی و گراوند (۱۳۸۸: ۴۱)، ضرایب آلفای کرونباخ برای سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم - اجتنابی و تعهد به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۵۳، ۰/۶۵، ۰/۷۲ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

مقیاس احساس تنهایی

در این پژوهش به منظور سنجش احساس تنهایی از مقیاس احساس تنهایی UCLA (راسل، ۱۹۹۶) استفاده شد که شناخته شده‌ترین مقیاس احساس تنهایی است و تقریباً به

مقیاس استاندارد در این حوزه تبدیل شده است. این مقیاس بیش تر از هر مقیاس احساس تنهایی دیگر به کار رفته است و نسبت به سایر مقیاس‌ها دارای سلامت روان‌سنجی بیشتری است. مقیاس احساس تنهایی UCLA دارای ۲۰ سؤال (۱۰ جمله لحن منفی و ۱۰ جمله لحن مثبت) است که خواننده باید به هر یک از پرسش‌ها روی مقیاس لیکرت چهار درجه‌ای پاسخ بدهد. دامنه نمرات این آزمون از ۲۰ تا ۸۰ است و نمره بیشتر نشان دهنده احساس تنهایی بیشتر است. مقیاس احساس تنهایی UCLA در چهار گروه دانشجویان، پرستاران، معلمان و افراد مسن و به روش‌های گوناگون از قبیل خود گزارش دهی و مصاحبه اجرا شده و دامنه آلفا از ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ به دست آمده است. در پژوهش قاسم زاده و همکاران، پایایی این مقیاس با به کارگیری فرمول آلفای کرونباخ محاسبه شد و مقدار آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۶۵ به دست آمد.

پرسشنامه ترس از صمیمیت

این پرسشنامه توسط دسکاتر و تلن و در سال ۱۹۹۱ ساخته شده است. این پرسشنامه یک مقیاس ۳۵ ماده‌ای خود گزارشی است که به منظور سنجش اضطراب‌های مربوط به روابط نزدیک تهیه شده است. ماده‌های این مقیاس بر ترس‌های مربوط به برقراری ارتباط با دیگران یا درگیر شدن در روابط نزدیک، صمیمانه و عاشقانه و به‌ویژه ترس‌های مربوط به خود افشایی در این زمینه‌ها تمرکز می‌کند و بر پایه این تعریف که «ترس از صمیمیت، قابلیت محدود شده فرد برای تبادل افکار و احساسات مهم شخصی با فرد دیگری که دارای ارزش بالایی است»، قرار دارد. هر یک از ۳۵ ماده آزمون بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از یک (به هیچ وجه توصیف کننده من نیست) تا پنج (کاملاً توصیف کننده من است) درجه‌بندی می‌شود. فلاح‌زاده و همکاران با روش تحلیل عاملی، دو عامل را آشکار ساختند. عامل یک ترس از صمیمیت در رابطه با همسر و عامل دو ترس از صمیمیت در رابطه با دیگران. همسانی درونی کل مقیاس ۰/۸۳ عامل یک، ۰/۸۱ و عامل دو ۰/۷۹ و ضریب اعتبار باز آزمایی کل مقیاس ۰/۹۲ و برای عامل‌های فرعی یک و دو به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۵ بدست آمد (فلاح‌زاده، فرزاد، فلاح‌زاده، ۱۳۹۰: ۷۱). در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

آزمون اعتیاد به اینترنت

برای سنجش اعتیاد به اینترنت از پرسشنامه ۲۰ سؤالی یانگ موسوم به آزمون اعتیاد به اینترنت (IAT) استفاده شد. در IAT خواننده باید به هر یک از ۲۰ سؤال روی مقیاس شش درجه ای لیکرت پاسخ بدهد. دامنه نمرات این آزمون از صفر تا صد است، که نمره بیشتر نشان دهنده وابستگی بیشتر به اینترنت و شدت مشکلاتی است که در نتیجه بهره‌گیری مفرط از اینترنت برای شخص به‌وجود آمده است. برای ارزیابی نمره حاصل، از دستورالعمل یانگ استفاده شد. بدین‌معنا که نمره ۰ تا ۳۹ نشان دهنده کاربر معمولی، نمره ۴۰ تا ۶۹ نشان دهنده کاربر در معرض خطر و نمره ۷۰ تا ۱۰۰ نشان دهنده کاربر معتاد است. در پژوهش قاسم زاده و همکاران، پایایی این آزمون با به کارگیری فرمول آلفای کرونباخ محاسبه شد و ۰/۸۸ به دست آمد (قاسم‌زاده، شهرآرای، مرادی، ۱۳۸۶: ۴۶). در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

روش اجرای پژوهش

پس از جلب مشارکت آزمودنی‌ها، پرسشنامه‌های پژوهش در بین آزمودنی‌ها به‌صورت گروهی در کلاس‌های درسی اجرا شدند. برای غربال‌گری اولیه از پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهشی از نرم‌افزار SPSS 20 و روش‌های ضریب آلفای کرونباخ، آزمون T-test، آزمون همبستگی پیرسون و آزمون تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد.

یافته‌های تحقیق

به منظور ارائه تصویر روشن‌تری از یافته‌های پژوهش، در جدول یک و دو یافته‌های توصیفی مربوط به سبک‌های هویت، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت و اعتیاد به اینترنت ارائه شده است.

جدول شماره ۱: میانگین و انحراف معیار نمونه در متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای استاندارد میانگین
سبک‌های هویت	اطلاعاتی	۳۷/۱۰	۷/۲۳	۰/۴۴
	هنجاری	۳۰/۱۵	۳/۶۳	۰/۴۰
	سردرگم	۲۸/۹۷	۵/۷۸	۰/۳۵
	تعهد	۳۱/۱۶	۴/۹۲	۰/۳۰



۱/۲۲	۲۱/۱۳	۱۲۲/۱۵	۳۰۰	نمره کل	
۱/۲۹	۲۲/۱۱	۵۷/۳۶	۳۰۰		احساس تنهایی
۲/۰۴	۳۷/۶۱	۷۶/۹۸	۳۰۰		ترس از صمیمیت
۱/۱۵	۱۹/۷۷	۳۶/۱۸	۳۰۰		اعتیاد به اینترنت

جدول شماره ۲: میانگین و انحراف معیار گروه بهنجار و گروه معتاد به اینترنت در متغیرهای پژوهش

خطای استاندارد میانگین	انحراف معیار	میانگین	تعداد	گروه	سبک‌های هویت پژوهش	
۰/۷۰	۹/۲۶	۳۶/۱۴	۱۷۱	بهنجار		اطلاعاتی
۰/۷۵	۸/۵۷	۳۳/۹۴	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۰/۵۸	۷/۶۶	۲۹/۹۲	۱۷۱	بهنجار		هنجاری
۰/۵۹	۶/۷۵	۲۷/۸۳	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۰/۴۹	۶/۵۳	۲۸/۰۱	۱۷۱	بهنجار		سردرگم
۰/۵۴	۶/۱۵	۲۸/۰۶	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۰/۴۵	۵/۹۹	۳۰/۲۳	۱۷۱	بهنجار		تعهد
۰/۴۹	۵/۶۶	۲۹/۴۳	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۱/۶۹	۲۲/۱۷	۱۲۴/۳۱	۱۷۱	بهنجار		نمره کل
۱/۷۰	۱۹/۳۸	۱۱۹/۲۷	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۱/۷۸	۲۳/۳۲	۴۷/۵۷	۱۷۱	بهنجار		احساس تنهایی
۱/۰۲	۱۱/۶۴	۶۹/۹۰	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۲/۹۶	۳۸/۷۸	۶۳/۲۶	۱۷۱	بهنجار		ترس از صمیمیت
۱/۶۴	۱۸/۷۰	۹۲/۵۵	۱۲۹	معتاد به اینترنت		
۰/۸۹	۱۱/۶۸	۲۲/۰۳	۱۷۱	بهنجار	اعتیاد به اینترنت	
۰/۸۹	۱۰/۱۲	۵۴/۸۵	۱۲۹	معتاد به اینترنت		

برای مقایسه دو گروه بهنجار و معتاد به اینترنت در متغیرهای مورد بررسی (سبک‌های هویت، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت و اعتیاد به اینترنت) در پژوهش حاضر از آزمون T-Test استفاده شد، که نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل این آزمون در جدول سه ارائه شده است.

جدول شماره ۳: میانگین، انحراف معیار و نتایج آزمون آگروه بهنجار و گروه معنادار به اینترنت در متغیرهای پژوهش

S.E.D	M.D	P	df	t	تعداد	گروه	
۱/۰۴	۲/۱۹	۰/۰۳	۲۹۸	۲/۰۹	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۰/۸۴	۲/۰۸	۰/۰۱	۲۹۸	۲/۴۵	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۲/۴۵	۵/۰۳	۰/۹۵	۲۹۸	-۰/۰۶۰	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۰/۶۸	۰/۷۹	۰/۲۴	۲۹۸	۱/۱۷	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۲/۴۵	۵/۰۳	۰/۰۳	۲۹۸	۲/۰۵	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۲/۲۳	-۲۲/۳۳	۰/۰۰۱	۲۹۸	-۹/۹۷	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۳/۷۰	-۲۹/۸۷	۰/۰۰۱	۲۹۸	-۷/۹۰	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	
۱/۲۸	-۳۲/۸۱	۰/۰۰۱	۲۹۸	-۲۵/۴۸	۱۷۱	بهنجار	
					۱۲۹	معنادار به اینترنت	

با توجه به مقادیر ستون سطح معناداری جدول می‌توان نتیجه گرفت بین دو گروه بهنجار و معنادار به اینترنت در متغیرهای مورد بررسی سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری)، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت و اعتیاد به اینترنت) تفاوت معنادار وجود دارد. در سایر سبک‌های هویت (سردرگم و مقیاس تعهد) تفاوت معناداری بین دو گروه یافت نشد.

به منظور بررسی رابطه متغیرهای سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت با اعتیاد به اینترنت روش ضریب همبستگی پیرسون مورد استفاده قرار گرفت و با استفاده از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون، همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه در نمونه مورد بررسی محاسبه شد، که نتایج بدست آمده در جدول چهار ارائه شده است.

جدول شماره ۴: ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

اعتیاد به اینترنت		متغیر
*** -۰/۲۰	اطلاعاتی	سبک‌های هویت
*** -۰/۲۰	هنجاری	
Nos	سردرگم	
*** -۰/۲۱	تعهد	
*** ۰/۲۲	نمره کل	
*** ۰/۶۹		احساس تنهایی
*** ۰/۵۹		ترس از صمیمیت

NOS= No significant, * $P < ۰/۰۵$, ** $P < ۰/۰۱$, *** $P < ۰/۰۰۱$

نتایج حاصل از ماتریس همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که رابطه ضعیف و معناداری بین سبک‌های هویت با اعتیاد به اینترنت وجود دارد؛ به طوری که بین سبک هویتی اطلاعاتی، سبک هویتی هنجاری و مقیاس تعهد با اعتیاد به اینترنت رابطه ضعیف و معناداری مشاهده می‌شود، فقط بین سبک سردرگم و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری یافت نشد. یافته‌های بدست آمده از روش ضریب همبستگی پیرسون رابطه معنادار و قوی بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را نشان می‌دهد. در نهایت بین متغیر ترس از صمیمیت و اعتیاد به اینترنت نیز رابطه معنادار و قابل قبولی یافت شد؛ که نشان از رابطه قوی بین این دو متغیر با اعتیاد به اینترنت است.

برای تعیین اثر هر یک از متغیرهای سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم و تعهد)، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت بر واریانس متغیر اعتیاد به اینترنت متغیرهای ذکر شده وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون میانگین‌ها، در جدول‌های پنج و شش ارائه شده است.

جدول شماره ۵: مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون

مدل	مجموع مجذورات	آزادی درجه	م.م. و.م. (F)	سطح معنی‌داری	R	R ²	R ^{Adj}	استاندارد خطای
رگرسیون	۵۹۱۸۶/۶۴	۶	۹۸۶۴/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۷۱	۰/۵۱	۰/۵۰	۱۳/۸۶
باقی‌مانده	۵۶۳۳۴/۹۰	۲۹۳	۱۹۲/۲۶					
کل	۱۱۵۵۲۱/۵۴	۲۹۹						

جدول شماره ۶: ضرایب رگرسیونی سبک‌های هویت، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت در تبیین اعتیاد به اینترنت

متغیر	B	SEB	β	T	سطح معنی‌داری
مقدار ثابت	۱۴/۱۲	۵/۴۱	-	۲/۶۰	۰/۰۱
سبک‌های هویت	اطلاعاتی	۶/۲۳	۱/۸۴	۰/۲۹۸	۳/۳۸
	هنجاری	۸/۵۵	۲/۶۵	۰/۳۱۴	۳/۲۲
	سردرگم	۱/۶۰	۲/۷۱	۰/۰۵۷	۰/۵۹۱
	تعهد	-۲/۴۱۸	۲/۵۱۴	-۰/۰۷۱	-۰/۹۶۲
	نمره کل	۹/۵۲۶	۵/۰۹۵	۰/۱۵۰	۱/۸۷۰
احساس تنهایی	۰/۴۷	۰/۰۵	۰/۵۳	۸/۴۳	۰/۰۰۱
ترس از صمیمیت	۰/۱۲	۰/۰۳	۰/۲۱	۳/۳۷	۰/۰۰۱

بر اساس نتایج بدست آمده، F مشاهده شده معنادار است ($P < ۰/۰۰۱$ ، $F = ۵۱/۳۰$)؛ هم‌چنین نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون هم‌زمان نشان می‌دهد، $R = ۰/۷۱$ ، $R^2 = ۰/۵۱$) واریانس متغیر اعتیاد به اینترنت می‌تواند به وسیله سبک‌های هویت (اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم و تعهد)، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت تبیین شود.

نتیجه‌گیری

نتایج نشان می‌دهد در سبک‌های هویت در سبک اطلاعاتی و هنجاری بین دو گروه بهنجار و معتاد به اینترنت تفاوت معنی‌داری وجود داشت در تبیین این یافته باید تفاوت‌های فردی در شدت نیاز تعلق داشتن و چگونگی برآوردن آن در افراد معتاد به اینترنت را نیز مد نظر قرار داد. نتایج پژوهش بیانگر آن است که رابطه ضعیف و معناداری بین سبک‌های هویت با اعتیاد به اینترنت وجود دارد؛ به طوری که بین سبک هویتی اطلاعاتی، سبک هویتی هنجاری و مقیاس تعهد، با اعتیاد به اینترنت، رابطه ضعیف و معناداری مشاهده می‌شود، فقط بین سبک سردرگم و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری یافت نشد. این یافته‌ها با پژوهش‌های یانگ (۲۰۰۴) و دیویس (۲۰۰۱) همسو است.

در متغیر احساس تنهایی بین دو گروه بهنجار و معتاد به اینترنت تفاوت معناداری وجود داشت و گروه معتاد به اینترنت دارای احساس تنهایی بودند؛ هم‌چنین یافته‌های بدست آمده از روش ضریب همبستگی پیرسون رابطه معنادار و قوی را بین احساس

تنهایی و اعتیاد به اینترنت نشان می‌دهد که این یافته با پژوهش‌های پیشین مثل پژوهش‌های شاو و بلک (۲۰۰۸)، ساندرز و همکاران (۲۰۰۰)، موریسون و گوره (۲۰۱۰)، یانگ (۱۹۹۶)، هنریچ و گولن (۲۰۰۶)، سوامی (۲۰۰۷)، میشل و همکاران (۱۹۸۲)، بیون و همکاران (۲۰۰۹) و قاسم‌زاده و همکاران (۱۳۸۶) همسو می‌باشد. احساس تنهایی یکی از سازه‌های پیچیده روان‌شناختی است که از فلاسفه قدیم مورد بحث بوده است. در آن زمان احساس تنهایی یک مفهوم مثبت به معنای کناره‌گیری داوطلبانه فرد از درگیری‌های روزمره زندگی برای رسیدن به هدف‌های بالاتر (مانند تعمق، مراقبه) تلقی می‌شد. اما امروزه در متون روان‌شناختی به احساس تنهایی با رویکرد مثبت پرداخته نمی‌شود، بلکه حالتی را در نظر می‌گیرند که در آن فرد فقدان روابط با دیگران را ادراک یا تجربه می‌کند و شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا از دست دادن همدم، جنبه‌های ناخوشایند و منفی روابط از دست رفته و از دست دادن سطح کیفی روابط با دیگری است (دیکسترا، وان تیلبرگ، دییانگ گیرولد، ۲۰۰۵: ۷۳۳). گستردگی ماهیت احساس تنهایی بسیاری از پژوهشگران را بر آن داشته است تا افزون بر تعریف، مفهوم‌سازی و ارتباط آن با سایر متغیرها و مشکلات، به مطالعه ساختار عاملی و شناسایی عوامل تشکیل دهنده آن نیز بپردازند.

در نهایت در متغیر ترس از صمیمیت بین دو گروه بهنجار و معتاد به اینترنت تفاوت معناداری یافت شد؛ که نشان دهنده ترس از صمیمیت بالاتری در گروه معتاد به اینترنت است؛ هم‌چنین بین متغیر ترس از صمیمیت و اعتیاد به اینترنت نیز رابطه معنادار و قابل قبولی یافت شد؛ که این یافته‌ها با پژوهش‌های شاو و بلک (۲۰۰۸)، یانگ (۱۹۹۸)، کرات، ۱۹۹۹؛ به نقل از دیانگلس، (۲۰۰۰) و اورزاک، ۱۹۹۹؛ به نقل از چبی و همکاران، (۲۰۰۱) همسو است.

نتایج حاصل از اجرای مدل رگرسیونی در زمینه متغیرهای پژوهش نشان داد که از بین متغیرها، متغیرهای سبک‌های هویت (اطلاعاتی و هنجاری)، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت وارد مدل رگرسیونی شدند و این متغیرها توانستند حدود ۵۱ درصد از واریانس اعتیاد به اینترنت را تبیین کنند. در مجموع می‌توان این یافته را چنین تبیین کرد که گرایش زیادتر به اینترنت و محیط‌های مجازی با کاهش بیشتر در سلامت روان افراد مرتبط است.

همان‌طور که در بخش ادبیات پژوهشی ذکر شد، اعتیاد به اینترنت با انواع خاص سایکوپاتولوژی و اختلال در عملکردهای اجتماعی همراه است (شاو و بلک، ۲۰۰۸:

۳۵۳). هم‌چنین اعتیاد به اینترنت با فعالیت‌های اجتماعی کاهش یافته و انزوای اجتماعی همراه است (کروت، ۱۹۹۸؛ نای و اربینگ، ۲۰۰۷؛ به نقل از شاو و بلک، ۲۰۰۸: ۳۵۷).

پژوهش‌ها مشکلات مالی، کمبود خواب و عدم فعالیت ورزشی را در افراد معتاد به اینترنت گزارش کرده‌اند. و این افراد هم‌چنین در معرض خطر بالای سندرم تونل کارپال و مشکلات ستون فقرات و چشم و بینایی قرار دارند. در نهایت، این افراد مشکلات عمده شغلی دارند که عمدتاً به دلیل استفاده غیرکاری از حساب کاربریشان در محل کار به وجود می‌آید (یانگ، ۱۹۹۸: ۲۶).

در پایان باید گفت وابستگی بیش از حد به اینترنت شاید همیشه مشکل‌ساز نباشد، اما هنگامی که فرد رابطه خود را با واقعیت از دست دهد و مدت زمان زندگی او در فضای مجازی به مراتب بیشتر از حضور در جهان عینی باشد، و از حضور در این فضا احساس شعف و خشنودی کند به طوری که این حس در بازگشت به جهان واقعی دیگر به او دست ندهد، آن جاست که باید این اعتیاد را جدی قلمداد کرد و چون سایر اعتیادها به درمان آن پرداخت.

هم‌چنین باید این نکته بیان شود که محدودیت‌های جامعه آماری پژوهش، نوع پژوهش، ابزارهای اندازه‌گیری و پرسشنامه‌های خود گزارش‌دهی (که در آن، همیشه امکان وجود پاسخ‌های غیرواقعی یا تحریف شده از سوی آزمودنی وجود دارد) محدودیت‌هایی را در تعمیم یافته‌ها و تفسیر و تبیین متغیرهای مورد بررسی، به پژوهش تحمیل می‌کنند، که باید در نظر گرفته شوند.

منابع

- افروز، غلامعلی (۱۳۸۱): *روان‌شناسی کمروبی و روش‌های درمان*. تهران: فرهنگ اسلامی.
- بحیرایی، هادی؛ دلاور، علی؛ احدی، حسن (۱۳۸۵): «هنجاریابی مقیاس احساس تنهایی UCLA (نسخه سوم) در جامعه دانشجویان مستقر در تهران»، *فصلنامه اندیشه و رفتار*، سال اول، ش ۱، صص ۱۸-۶.
- خدایی، علی؛ شکری، امید؛ کروسیتی، الیزابت؛ گراوند، فریبرز (۱۳۸۸): «ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های هویت»، *تازه‌های علوم شناختی*، س ۱۱، ش ۱، صص ۴۸-۴۰.
- شایق، سمیه (۱۳۸۸): «بررسی اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با ویژگی‌های شخصیتی در نوجوانان تهران»، *مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی*، س ۱۱، ش ۲ (پیاپی ۴۲)، صص ۱۵۸-۱۴۹.
- غضنفری، احمد (۱۳۸۰): «اعتباریابی و هنجاریابی پرسشنامه سبک هویت (ISI)»، *مطالعات تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی*، س ۴، ش ۱۷، صص ۹۶-۸۱.
- فلاح‌زاده، هاجر؛ فرزاد، ولی‌اله؛ فلاح‌زاده، محمود (۱۳۹۰): «بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ترس از صمیمیت»، *پژوهش در سلامت روان شناختی*، دوره ۵، ش ۱، صص ۷۹-۷۰.
- قاسم‌زاده، لیلی؛ شهرآرای، مهران؛ مرادی، علیرضا (۱۳۸۶): «بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی و عزت نفس در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران»، *فصلنامه تعلیم و تربیت*، س ۲۳، ش ۱، صص ۶۸-۴۱.
- گنجی، حمزه (۱۳۹۰): *مبانی روان‌شناسی عمومی*، تهران: دوران.
- محسنی، منوچهر (۱۳۸۰): *جامعه‌شناسی جامعه اطلاعاتی*، تهران: دیدار.
- Amichai-Hamburger, Yair, & Ben-Artzi, Elisheva (2003); *Loneliness and Internet use. Computers in Human Behavior*, 19(1), 71-80.
- Berzonsky, Michael D, & Ferrari, Joseph R. (1996); *Identity orientation and decisional strategies, Personality and Individual Differences*, 20(5), 597-606.
- Berzonsky, Michael D, & Kuk, Linda S. (2005); *Identity style, psychosocial maturity, and academic performance, Personality and Individual Differences*, 39(1), 235-247.
- Berzonsky, Michael D, & Neimeyer, Greg J. (1994); "Ego identity status and identity processing orientation: The moderating role of commitment", *Journal of Research in Personality*, 28(4), 425-435.
- Berzonsky, Michael D. (1989); "Identity Style Conceptualization and Measurement", *Journal of Adolescent Research*, 4(3), 268-282.
- ----- (1990); *Self-construction over the life-span: A process perspective on identity formation, Advances in personal construct psychology*, 1, 155-186.
- ----- (2004); "Identity processing style, self-construction, and personal epistemic assumptions: A social-cognitive perspective", *European Journal of Developmental Psychology*, 1(4), 303-315.
- ----- (2008); *Identity formation: The role of identity processing style and cognitive processes, Personality and Individual Differences*, 44(3), 645-655.
- Black, Donald W, Belsare, Geeta, & Schlosser, Steven (1999); "Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior", *The Journal of clinical psychiatry*, 60(12), 839.
- Byun, Sookeun, Ruffini, Celestino, Mills, Juline E, Douglas, Alecia C, Niang, Mamadou,



- Stepchenkova, Svetlana, ... Atallah, Mikhail (2009); "Internet addiction: metasyntesis of 1996-2006 quantitative research", *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 203-207.
- Caplan, Scott E. (2003); "Preference for Online Social Interaction A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being", *Communication Research*, 30(6), 625-64.
 - Chebbi, Prasanna, Koong, Kai S, Liu, Lai C, & Rottman, Robert (2001); "Some Observations On Internet Addiction Disorder Research", *Journal of Information Systems Education*, 1(1), 3-4.
 - Cooper, Al, Morahan-Martin, Janet, Mathy, Robin M, & Maheu, Marlene (2002); "Toward an increased understanding of user demographics in online sexual activities", *Journal of Sex & Marital Therapy*, 28(2), 105-129.
 - Davis, Richard A. (2001); "A cognitive-behavioral model of pathological Internet use", *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
 - DeAngelis, Tori (2000); "Is Internet addiction real", *Monitor on Psychology*, 31(4), 4.
 - Dykstra, Pearl A, Van Tilburg, Theo G, & de Jong Gierveld, Jenny (2005); "Changes in Older Adult Loneliness Results From a Seven-Year Longitudinal Study", *Research on aging*, 27(6), 725-747.
 - Gaia, A Celeste. (2002); Understanding emotional intimacy: A review of conceptualization, assessment and the role of gender, *International Social Science Review*, 77(3/4), 151-170.
 - Heinrich, Liesl M, & Gullone, Eleonora (2006); "The clinical significance of loneliness: A literature review", *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
 - Jackson, Linda A, Ervin, Kelly S, Gardner, Philip D, & Schmitt, Neal. (2001); "Gender and the Internet: Women communicating and men searching", *Sex roles*, 44(5-6), 363-379.
 - Kroger, Jane (2007); *Identity development: Adolescence through adulthood*: Sage.
 - Leung, Louis (2004); "Net-generation attributes and seductive properties of the Internet as predictors of online activities and Internet addiction", *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 333-348.
 - Lim, Jin-Sook, Bae, Young-Kwon, & Kim, Seong-Sik (2004); *A learning system for internet addiction prevention, Paper presented at the Advanced Learning Technologies, 2004*, Proceedings. IEEE International Conference on.
 - Morrison, Catriona M, & Gore, Helen (2010); "The relationship between excessive Internet use and depression: a questionnaire-based study of 1, 319 young people and adults", *Psychopathology*, 43(2), 121-126.
 - Odacı, Hatice, & Çelik, Çiğdem Berber (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.
 - Sanders, Christopher E, Field, Tiffany M, Diego, Miguel, & Kaplan, Michele (2000); *The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents*, *Adolescence*, 35(138), 237-242.
 - Shaw, Martha, & Black, Donald W. (2008); "Internet addiction", *CNS drugs*, 22(5), 353-365.
 - Thorberg, Fred Arne, & Lyvers, Michael (2006); "Attachment, fear of intimacy and

differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities", *Addictive behaviors*, 31(4), 732-737.

- Tonioni, Federico, D'Alessandris, Lucio, Lai, Carlo, Martinelli, David, Corvino, Stefano, Vasale, Massimo, ... Bria, Pietro (2012); "Internet addiction: hours spent online, behaviors and psychological symptoms", *General hospital psychiatry*, 34(1), 80-87.
- Yoo, Hee Jeong, Cho, Soo Churl, Ha, Jihyun, Yune, Sook Kyung, Kim, Seog Ju, Hwang, Jaeuk, ... Lyoo, In Kyoon (2004); "Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction", *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 58(5), 487-494.
- Young, Kimberly S, & Rogers, Robert C. (1998); "The relationship between depression and Internet addiction", *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young, Kimberly S. (1998); "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder", *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, Kimberly S. (2004); "Internet Addiction A New Clinical Phenomenon and Its Consequences", *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.

