

اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب اجتماعی و افسردگی در بین دانشجویان دختر:
کاربرد تحلیل خوشه‌ای

Internet addiction and its relationship with social anxiety and depression of female university students: A cluster analytic approach

Dr. Somayeh Gholami*

Assistant Professor in Psychology, Larestan higher Education Complex, Larestan. Iran.

somaveg@yahoo.com

Dr. Shahram Vahedi

Professor in Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

Mozhdeh Allahdadi

Master of Educational Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

دکتر سمیه غلامی (نویسنده مسئول)

استادیار روانشناسی، مجتمع آموزش عالی لارستان، لارستان، ایران.

دکتر شهرام واحدی

استاد روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

مژده اله دادی

کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

Abstract

The aim of this study was to determine the number of Internet dependency clusters and then compare different groups in social anxiety and depression. The present study population consisted of undergraduate female dormitory students of Shiraz University. 370 female students were selected using the multi-stage cluster random sampling method. For gathering data, of Young internet addiction test (IAT), Beck depression inventory (BDI), and social anxiety Liebowitz questionnaire (LSAS) were utilized. Data were analyzed by cluster analysis and MANOVA. The results of cluster analysis showed three clusters with the mind, moderate and severe degrees of internet addition ($P \leq 0/001$). Also, significant differences among 3 profiles were found in depression ($P \leq 0/001$) and social anxiety ($P \leq 0/01$). Mild Internet addiction clusters experience the least amount of depression. According to the results, it's necessary to examine internet addiction as a psychological problem and cultural educational and family systems plan to solve this problem.

Keywords: addiction to Internet, depression, social anxiety, cluster analysis.

چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین تعداد خوشه‌های وابستگی به اینترنت و سپس مقایسه گروه‌های مختلف از نظر اضطراب اجتماعی و افسردگی بود. جامعه پژوهش حاضر را دانشجویان دختر خوابگاهی مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز تشکیل می‌دادند که ۳۷۰ نفر از دانشجویان دختر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ (IAT) (یانگ، ۱۹۹۸)، پرسشنامه افسردگی بک (BDI) (بک، ۱۹۶۱) و پرسشنامه اضطراب اجتماعی (LSAS) (لیبویتز، ۱۹۸۷) به منظور جمع‌آوری اطلاعات استفاده شد. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل خوشه‌ای، تحلیل واریانس چند متغیره MANOVA و آزمون‌های تعقیبی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج حاصل از تحلیل خوشه‌ها سه گروه دانشجویان دارای اعتیاد به اینترنت شدید، اعتیاد به اینترنت متوسط و اعتیاد به اینترنت خفیف را مشخص کرد ($P \leq 0/001$). نتایج نشان داد که افراد خوشه اعتیاد به اینترنت شدید افسردگی ($P \leq 0/001$) و اضطراب اجتماعی ($P \leq 0/01$) بیشتری را تجربه می‌کنند و خوشه اعتیاد به اینترنت خفیف کمترین میزان افسردگی را تجربه می‌کنند. با توجه به نتایج لازم است پدیده اعتیاد اینترنتی به عنوان یک مشکل روانی، توسط برنامه‌ریزان فرهنگی و آموزشی و نظام خانواده یک امر مهم در نظر گرفته شود و به منظور پیشگیری از این پدیده ضروری است در سطح جامعه در مورد نشانه‌ها و علائم اعتیاد به اینترنت، آگاهی‌های لازم ارائه شود.

واژه‌های کلیدی: اعتیاد به اینترنت، افسردگی، اضطراب اجتماعی، تحلیل خوشه‌ای.

ویرایش نهایی: دی ۱۴۰۰

پذیرش: آبان ۱۴۰۰

دریافت: تیر ۱۴۰۰

نوع مقاله: کاربردی

مقدمه

در حال حاضر با افزایش روزافزون رایانه‌ها، گوشی‌های هوشمند و شبکه‌های اینترنت، شیوه زندگی مردم تغییر کرده است و این پدیده، بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی است که دیگر نباید فقط به چشم یک ابزار به آن نگرست بلکه محیطی اجتماعی است که مردم در آن

اقدامات اساسی انجام می‌دهند (موستی و کورسانو، ۲۰۱۸). افزایش چشمگیر استفاده از اینترنت به نوبه خود مباحث جدیدی را در روان‌شناسی مطرح ساخته‌است. یکی از جنبه‌های منفی این پدیده، اعتیاد به اینترنت است. رفتارهای اعتیادآور با افزایش استفاده از اینترنت افزایش یافته‌است (یانگ، ۱۹۹۹). تعاریف متعددی در رابطه با اعتیاد به اینترنت ارائه شده‌است. شاخصه‌های مهم در این رابطه ناتوانی یک فرد برای کنترل استفاده از خود را از اینترنت، احساس اجبار مربوط به آنلاین بودن که در نهایت منجر احساس تنش در صورت عدم استفاده و ایجاد اختلال در زندگی روزمره می‌شود (یانگ، ۱۹۹۹). انواع دیگر اعتیاد به اینترنت شامل اعتیاد به اتاق‌های گپ، هزینه‌نگاری و قمار آنلاین است که می‌تواند منجر به تخریب سلامت عمومی، احساسات و درنهایت، روح و روان افراد گردد (فلاح مهنه، ۱۳۸۶).

اعتیاد به اینترنت با اختلالات گوناگونی چون اختلالاتی نظیر افسردگی، اضطراب، بیش‌فعالی و پرخاشگری همبندی دارد (فنگ، ما و زونگ، ۲۰۱۹^۷ و جورجنسون و سیاوون، ۲۰۱۶^۸). بر پایه پژوهش‌های انجام شده، استفاده بیشتر از اینترنت با افزایش تنهایی، افسردگی و عقب‌نشینی از زندگی واقعی رابطه دارد (غلامیان، شهنازی و حسن‌زاده، ۲۰۱۷؛ مسائلی و فرهادی، ۲۰۲۱). مطالعات مختلفی نشان داده‌اند که در کاربران دارای وابستگی به اینترنت اختلالات خلقی نظیر افسردگی شیوع بیشتری نسبت به افراد عادی دارند (کاپوس و همکاران، ۲۰۲۱؛ فیجو، فودی، اوهیگینز نورمن، پیچل و ریال، 2021). در مجموع، اعتیاد به اینترنت منجر به کاهش چشمگیر کیفیت زندگی می‌گردد (یاوز، ۲۰۱۹^{۱۱} و دمیر و کوتلو، ۲۰۱۸^{۱۲}). استفاده فزاینده از اینترنت (اعتیاد به اینترنت) با کاهش ارتباط خانوادگی و شرکت در محافل اجتماعی محلی همراه است و باعث انزوای اجتماعی و افسردگی کاربر وابسته می‌شود (کاپوس و همکاران، ۲۰۲۱ و راجوبرنيسکا، سیبولسکا و گروچانز، ۲۰۲۱^{۱۳}). در واقع، با شدت یافتن اعتیاد فرد وی حمایت‌های اجتماعی کمتری را دریافت می‌کند و رفته رفته مشکلاتی در تنظیم ارتباطات واقعی و تنظیم هیجان آشکار می‌شود (کاریر و اکدمیر، ۲۰۱۹^{۱۴}).

موضوع دیگر این است که اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی نیز رابطه‌ای چرخه‌ای دارند؛ به این معنا که افراد دارای اضطراب اجتماعی بیشتر به اعتیاد به اینترنت روی می‌آورند و همین اعتیاد به خاطر دور کردن آنها از مردم در دنیای واقعی مضطرب‌تر می‌سازد. در واقع با امکان ناشناس ماندن در اینترنت، فرد می‌تواند نیازهای ارتباطی خود را برطرف سازد در حالی که نیاز به افشاکاری ندارد و می‌تواند رازهایش را حفظ کند (موستی و کورسانو، ۲۰۱۹). تحقیقات مختلفی چون لی و استاپینسکی (۲۰۱۲)، یوسنز و یوزر (۲۰۱۸) و یه، چنگ، ژای و لیو (۲۰۲۱) نشان داد که برای افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی، ارتباط از طریق اینترنت نسبت به تماس مستقیم آسان‌تر است و امکان ناشناس ماندن را به‌عنوان دلیل اعلام کردند. یافته‌های این تحقیقات همچنین نشان داد که اضطراب اجتماعی، عدم قدرت شخصی، اضطراب و افسردگی می‌تواند به میزان استفاده از اینترنت مرتبط باشد.

کروات و همکارانش (۲۰۰۳^{۱۵}) در توضیح چگونگی اثرات اجتماعی منفی بیان می‌کند که اثرات اجتماعی مثبت و منفی اینترنت بر افراد به چگونگی بهره‌گیری از اینترنت و آنچه را که افراد از دست می‌دهند تا به اینترنت بپردازند، بستگی دارد. این پژوهشگران معتقدند که آسانی ارتباط‌های اینترنتی، افراد را وامی‌دارد تا زمان بیشتری را به‌تنهایی بگذرانند؛ به‌صورت آنلاین با غریبه‌ها صحبت کنند و ارتباط سطحی برقرار سازند و این کارها را به قیمت از دست دادن گفت‌وگوهای رودررو و ارتباط‌های فامیلی و دوستانه انجام دهند. بنا بر برخی

1. Musetti and Corsano

2. addictive behaviors

3. Young

4. Internet addiction

5. compulsive

6. Comorbidity

7. Feng, Ma & zhong

8. Jorgenson & Hsiao

9. Kapus

1 . Feijóo, Foody, O'Higgins Norman, Pichel & Rial

0

1 . Yavuz

1

1 . Demir & Kutlu

2

1 . Rachubińska, Cybulska & Grochans

3

1 . Karaer & Akdemir

4

1 . Lee & Stapinski

5

1 . Yücens & Üzer

6

1 . Ye, Cheng, Zhai, & Liu

7

1 . Kraut

8

پژوهش‌های پیمایشی، ارتباط‌های اجتماعی از طریق اینترنت، ضعیف‌تر از ارتباط‌های واقعی است و در درازمدت، به انزوای اجتماعی، افسردگی و به مخاطره افتادن سلامت روان افراد می‌انجامد. وین‌استین، دورانی، الهادیف، بوکویزا و یارمولنیک (۲۰۱۵) نیز معتقدند در روابط اینترنتی چون ترس از ارزیابی منفی وجود ندارد، باعث احساس راحتی و خودافشاگری شده و بستر مناسبی برای فعالیت بیشتر کاربران دارای اعتماد به اینترنتی که دارای افسردگی و اضطراب اجتماعی هست. هرچند یکی از کاربردهای مهم اینترنت، کاربرد اجتماعی آن است، اما احتمال اعتماد به اینترنت در میان افراد دارای اضطراب اجتماعی، گوشه‌گیر و کسانی که در ارتباطات اجتماعی و بین فردی مشکل دارند، بیش از دیگران است. کسی که در روابط واقعی بین فردی توفیق چندانی نداشته، اکنون از این طریق قادر می‌شود بدون آن که چهره خود را برملا کند و هویت خود را بگوید روابط گسترده‌ای را برقرار کند و احساسات خویش را بروز دهد.

در واقع، جویس‌وال^۲ و همکارانش (۲۰۲۰) فرضیه جبران را مطرح می‌سازد که افراد دچار اضطراب اجتماعی در بستر مجازی می‌توانند بر ترسشان برای تعامل غلبه کنند. استدلالی دیگری نیز وجود دارد که بیان می‌کند کاربران «چت» اشخاصی هستند که از اجتماع بیمناک‌اند و ممکن است از اینترنت به‌عنوان یک‌شکل از رویکرد اجتماعی کم‌خطر و یک فرصتی برای تمرین رفتار اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی که ممکن است برای بهبود تعامل برون‌خطی، چهره‌به‌چهره و محیط اجتماعی به آن‌ها کمک کند، استفاده کنند (آژر^۳ و همکاران، ۲۰۱۴). روی هم رفته یافته‌های تحقیقات گوناگون نشان داده است که استفاده بیش‌ازحد از اینترنت تأثیر منفی بر سلامت جسمی، کاهش سلامت روانی، افزایش اضطراب اجتماعی و افسردگی دارد (یوسنز و یوزر^۴، ۲۰۱۸؛ جیس‌وال^۵ و همکاران، ۲۰۲۰؛ وارنبرگ^۶ و همکاران، ۲۰۱۶).

این در حالی است که گزارش شده است که خطر ابتلا به اعتماد به اینترنت در سال‌های نوجوانی و جوانی در سراسر جهان روند رو به تزایدی دارد (جیس‌وال و همکاران، ۲۰۲۰). میزان و درصد شیوع اعتماد به اینترنت در مطالعات مختلف فرق دارد. برای مثال درصد دانشجویانی که به اینترنت اعتماد شدید دارند در مطالعات تا ۲۸ درصد گزارش شده است (غلامیان، شهبازی و حسن‌زاده، ۲۰۱۷). در پژوهش وهابی، وهابی، رجبی، تیفوربی و احمدیان (۱۳۹۴) تنها ۴/۷ درصد هیچگونه وابستگی به اینترنت نداشتند و سایر دانشجویان هر کدام میزانی از اعتماد به اینترنت را گزارش دادند.

پیرو همین بحث باید گفت که سال‌های حضور در دانشگاه دوره انتقال برای بسیاری از دانشجویان است؛ به‌طوری‌که آنان با ترک خانواده به یک محیط اجتماعی جدید وارد می‌شوند که با آزادی بیشتر، چالش‌های دانشگاهی و وظایف مختلف مشخص می‌شوند. لذا سازگاری با زندگی دانشجویی ممکن است چالش‌برانگیز باشد. در مطالعه شنوون‌فلد و یان^۷ (۲۰۱۲) بیش از یک‌سوم دانشجویان در معرض خطر وابستگی به اینترنت قرار داشتند و امتیاز بالاتر پرسشنامه یانگ توسط افراد جوان‌تر کسب شد. دانشجویان دانشگاه به دلایلی از قبیل؛ دسترسی آسان و نامحدود به اینترنت دانشگاه، تجربه آزادی و راحتی خارج از کنترل والدین برای اولین بار در زندگی، پیدا کردن دوستان جدید از طریق اینترنت و مواجهه با مشکلات جدی در هنگام ورود به دانشگاه و همچنین اصرار برای استفاده از فن‌آوری‌های مدرن در بین جوانان همسال بیشتر در معرض خطر ابتلا به اعتماد به اینترنت هستند (صالحی، نوروزی خلیلی، حجتی، صالحی و دانش، ۲۰۱۴). نظر به سرعت دسترسی همگان به اینترنت و خطر بالای اعتمادپذیری دانشجویان، هدف پژوهش حاضر تعیین تعداد خوشه‌های وابستگی به اینترنت و سپس مقایسه گروه‌های مختلف از نظر اضطراب اجتماعی و افسردگی بود.

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف جزء پژوهش‌های بنیادی و از لحاظ روش از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل تمامی دانشجویان دختر کارشناسی دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۹۹-۹۸ در حال تحصیل بود. تعداد ۳۷۰ نفر از دانشجویان دختر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به عنوان گروه نمونه انتخاب شد. در مرحله اول از بین دانشکده‌های دانشگاه شیراز، دانشکده‌های مختلف شامل علوم انسانی، علوم پایه و فنی و مهندسی انتخاب شدند و در مرحله دوم، یک یا دو کلاس از هر دانشکده، انتخاب

1. Winstein, Dorani, Elhadif, Bukovza & Yarmulnik
2. Jaiswal
3. Azher
4. Yücens & Üzer
5. Jaiswal
6. Wartberg
7. Schoenfeld & Yan

اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب اجتماعی و افسردگی در بین دانشجویان دختر: کاربرد تحلیل خوشه‌ای
Internet addiction and its relationship with social anxiety and depression of female university students: A cluster ...

شدند. برای جلوگیری از افت آزمودنی‌ها، حجم نمونه ۴۰۰ نفر انتخاب شد که در این میان ۳۸۸ عدد از پرسشنامه‌ها عودت داده شدند. ملاک‌های ورود در پژوهش عبارت بودند از دانشجوی کارشناسی دانشگاه شیراز بودن، جنسیت زن و تمایل شرکت در مطالعه همچنین ملاک خروج از پژوهش نیز شامل پرسشنامه‌های مخدوش و ناقص یا مواردی بود که با بی‌دقت پر شده بودند.

علاوه بر این قبل از شروع مطالعه از مسئولین دانشگاه مجوز انجام پژوهش اخذ شد. قبل از شروع تکمیل پرسشنامه به شرکت‌کنندگان در مورد محرمانه بودن اطلاعات اطمینان خاطر داده شد و سپس درباره نحوه تکمیل و هدف پژوهش به آنها توضیحات مختصری داده شد. در ادامه برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل خوشه‌ای استفاده شد. تحلیل خوشه‌ای یکی از روش‌های تحلیل چند متغیره است که برای طبقه‌بندی متغیرها و تشخیص گروه‌های همگن به کار می‌رود. در تحلیل خوشه‌ای محقق می‌کوشد که متغیرها طبقه‌بندی شده و به گروه‌های همگن تبدیل شوند؛ به گونه‌ای که متغیرهای هر گروه دارای بیشترین شباهت با هم و کمترین شباهت با متغیرهای گروه‌های دیگر باشند. در گام اول تحلیل با نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ و روش تحلیل خوشه‌ای سلسله مراتبی اجرا شد و سه خوشه اعتیاد شناسایی شد. سپس از تحلیل واریانس یکطرفه برای مقایسه طبقه‌ها در متغیرهای اضطراب اجتماعی و افسردگی استفاده شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت (IAT): این پرسشنامه توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ ساخته شده است. این مقیاس یکی از پرکاربردترین آزمون‌های سنجش اعتیاد به اینترنت و یک ارزیابی خود سنجی ۲۰ ماده‌ای است که بر اساس درجه‌بندی لیکرت به صورت همیشه (نمره ۵)، خیلی زیاد (نمره ۴)، غالباً (نمره ۳)، گاه‌گاهی (نمره ۲) و به ندرت (نمره ۱) دسته‌بندی شده است. هر چه نمره فرد بیشتر باشد، وابستگی و اعتیاد به اینترنت بیشتر است. در این مقیاس میزان اعتیاد بر اساس نمرات به سه طبقه اعتیاد خفیف دامنه نمرات ۱-۴۹، ۲۰، اعتیاد متوسط دامنه نمرات ۵۰-۷۹ و اعتیاد شدید بین نمرات ۸۰-۱۰۰ تقسیم‌بندی می‌شود (جعفری ندوشن و همکاران، ۱۳۹۱). در مطالعه یانگ ضریب اعتبار ۰/۹۲ گزارش شده است. همچنین مطالعات دیگری چون یو و همکاران (۲۰۰۴) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را بیش از ۰/۹۰ گزارش کردند. همچنین در ایران نیز آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۱ به دست آمده است (احمدی، عبدی، عبدالمملکی و شهسوارانی، ۱۳۹۱). همچنین علوی و همکاران (۱۳۸۹) برای پرسشنامه دو نوع روایی محتوایی و افتراقی، ($r=0/5$) و سه نوع پایایی بازآزمایی ($r=0/79$)، همسانی درونی به روش تصنیف ($r=0/88$) و تصنیف ($r=0/82$) به دست آوردند و بهترین نقطه برش بالینی این پرسشنامه را ۴۴ ذکر کرده‌اند. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۷ به دست آمد.

پرسشنامه افسردگی بک (BDI): پرسشنامه‌ی افسردگی بک برای اولین بار در سال ۱۹۶۱ توسط بک و همکاران تدوین شد (ازخوش، ۱۳۸۲). این پرسشنامه شامل ۲۱ سوال است که هر جمله نشان‌دهنده‌ی شدت درجه‌ی افسردگی است (لطفی افشار، ۱۳۷۶؛ به نقل از عبدلهی، ۱۳۸۵). هر ماده‌ای بین صفر تا ۳ می‌گیرد. حداکثر نمره در این پرسشنامه ۶۳ و حداقل آن صفر می‌باشد. بک، استیر و گاربین (۱۹۸۱)؛ به نقل از عبدلهی، ۱۳۸۵) اظهار کرده‌اند که همسانی درونی (ضریب آلفا) پرسشنامه‌ی بک ۰/۸۷ و پایایی آن نیز به روش بازآزمایی بیش از ۰/۶۰ بوده است؛ همچنین همبستگی پرسشنامه‌ی افسردگی بک با مقیاس درجه‌بندی روان‌پزشکی همیلتون (HRSD)، ۰/۵۵ و مقیاس صفات عاطفی چندگانه‌ی افسردگی، ۰/۸۷ است. در ایران نیز پژوهش‌های انجام گرفته مانند پرتوی، (۱۳۵۴)، وهاب‌زاده (۱۳۵۲)، چگینی و همکاران (۱۳۸۱) اعتبار پرسش‌نامه بک، بالا گزارش شده و از ۰/۷۰ تا ۰/۹۰ متغیر بوده است (به نقل از چگینی و همکاران، ۱۳۸۱). ضریب همسانی درونی ۰/۸۵ و پایایی بازآزمایی آن را ۰/۷۰ گزارش کرده است. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۷ به دست آمد.

پرسشنامه اضطراب اجتماعی لیبویتز (LSAS): مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتز (۱۹۸۷) اولین ابزار بالینی است که دامنه گسترده‌ای از موقعیت‌های اجتماعی که مواجه‌شدن با آن‌ها برای افراد مبتلابه اختلال هراس اجتماعی مشکل است را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این پرسشنامه دارای ۲۳ عبارت و دو زیر مقیاس اضطراب عملکرد و موقعیت‌های اجتماعی است. هر عبارت به طور جداگانه برای ترس (اصلاً، کم، متوسط و شدید) و رفتار اجتنابی (هرگز، به ندرت، اغلب و همیشه) درجه‌بندی می‌شود (بکر و همکاران، ۲۰۰۲). بنابراین این آزمون یک نمره اضطراب اجتماعی کلی و نمراتی در مورد چهار زیر مقیاس: ۱. هراس از عملکرد؛ ۲. اجتناب از عملکرد؛ ۳. هراس

1. Young internet addiction test
2. Yoo
3. Beck
4. Steer & Garbin
5. Liebowitz Social Anxiety Scale

اجتماعی و ۴. اجتناب اجتماعی به دست می‌دهد. برای بررسی پایایی این آزمون از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. ضریب آلفای کلی برابر با ۰/۹۵، ضریب آلفای زیرمقیاس اضطراب عملکرد ۰/۸۲ و ضریب آلفای زیرمقیاس اضطراب اجتماعی ۰/۹۱ گزارش شده است (بکر و همکاران، ۲۰۰۲). به منظور بررسی روایی همگرا، این آزمون با مقیاس اضطراب تعامل اجتماعی ماتیک و کلارک (۱۹۹۸) مورد مقایسه قرار گرفت. همبستگی‌ها در دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۷۷ قرار داشت. همبستگی‌های مشاهده شده مورد مقیاس اضطراب اجتماعی ماتیک و کلارک (۱۹۹۸) کمتر بود و در دامنه‌ای از ۰/۳۱ تا ۰/۷۲ قرار داشت (نقل از حسینیان، احقر و پورغفار عبدی، ۱۳۹۳). در ایران باباشهبایی و کاشانی نیا (۱۳۸۶) با اجرای این آزمون اعتبار یا روایی آن را با توجه به استفاده از روش اعتبار محتوای مورد بررسی قرار داده و روایی آن را در حد مطلوب، ۰/۹۸ گزارش کردند. بر اساس گزارش‌های مختلف آزمون اضطراب اجتماعی لیوتیس (۱۹۸۷)، از پایایی مناسب $r=0/94$ تا $r=0/73$ برخوردار است. در ایران نیز پایایی این آزمون در پژوهش باباشهبایی و کاشانی نیا (۱۳۸۶)، ۲/۳۹ درصد گزارش شده است. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۲ به دست آمد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر که به دنبال تعیین تعداد خوشه‌های اعتیاد به اینترنت و ارتباط هر خوشه با میزان افسردگی و اضطراب اجتماعی در دختران دانشگاه شیراز بود، ۳۸۸ دختر از سه دانشگاه علوم انسانی، علوم پایه و فنی مهندسی انتخاب شدند. ۱۳۰ نفر از گروه علوم انسانی، ۱۳۰ نفر از گروه علوم پایه و ۱۲۸ نفر از گروه فنی مهندسی از دختران مقطع کارشناسی در مطالعه شرکت کردند. میانگین سنی شرکت کنندگان ۲۱ سال با انحراف استاندارد ۱/۲ بود. در ادامه به منظور اطلاع از متوسط عملکرد دانشجویان و پراکندگی نمرات آزمودنی‌ها در هر یک از متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار اعتیاد به اینترنت، افسردگی و اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر (N=۳۸۸)

	SD	M
اعتیاد به اینترنت	۱۷/۷۴	۳۶/۱
افسردگی	۱۱/۸	۱۷
اضطراب اجتماعی	۲۰/۴	۴۸/۹

قبل از شروع تحلیل آماری ابتدا نرمال بودن توزیع متغیرها بررسی شد. مقدار کجی و کشیدگی برای متغیر اعتیاد به اینترنت برابر $(-0/2 - 0/3)$ ، برای متغیر افسردگی به ترتیب برابر $(-0/2 - 0/7)$ و برای متغیر اضطراب اجتماعی برابر $(-0/2 - 0/2)$ زیر بازه $1 \pm$ بود. در نتیجه داده‌ها از توزیع نرمالی برخوردار بودند. به منظور خوشه‌بندی مناسب اعتیاد به اینترنت از روش تجزیه خوشه‌ای سلسله مراتبی^۱ استفاده شد. به این منظور ابتدا از روش‌های مختلف تجزیه خوشه‌ای مانند نزدیک‌ترین همسایه^۲، دورترین همسایه^۳، همسایگی متوسط^۴، روش مرکزی^۵ و روش وارد استفاده شد. نظر به این که روش وارد از نتایج منطقی‌تری برخوردار بود و افراد را به طور متعادل در خوشه‌ها قرار می‌داد، از این روش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. تعیین محل برش دندوگرام و تعداد خوشه‌ها از طریق تحلیل واریانس چند متغیره انجام پذیرفت. تحلیل واریانس چندمتغیره انجام شده بر روی گروه‌های مختلف در هنگام اجرای تحلیل خوشه‌ای مانند حالت دوگروهی، سه گروهی و چهار گروهی نشان داد که طبقه‌بندی دانشجویان به گروه‌های سه‌گانه مطابق با جدول ۲ بالاترین درجه معنی‌داری را داشته است؛ بنابراین از این حالت برای گروه‌بندی و یا خوشه‌بندی استفاده شد. مشخصات خوشه‌های موردنظر در جدول ۲ درج شده است. برای هر خوشه بر اساس میانگین نمرات اعتیاد به اینترنت نامی داده شد. در نخستین خوشه $(N=98, P=25/3\%)$ میانگین نمره استاندارد متغیر اعتیاد به اینترنت $(0/9)$ نسبت به سایر خوشه‌ها بالاتر است. از این رو عنوان اعتیاد به اینترنت شدید^۶ برای این خوشه

1. Hierarchical cluster analysis
2. Slink
3. Klink
4. average linkage
5. Centroid
6. Ward method

اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب اجتماعی و افسردگی در بین دانشجویان دختر: کاربرد تحلیل خوشه‌ای
Internet addiction and its relationship with social anxiety and depression of female university students: A cluster ...

انتخاب شد. دومین خوشه ($N=202$, $P=0.52/1$)، میانگین نمره استاندارد ($0/3$) می‌باشد که به نظر می‌رسد این گروه به‌طور متوسط از اینترنت استفاده می‌کنند؛ بنابراین عنوان «اعتیاد به اینترنت متوسط» برای این خوشه انتخاب شد. خوشه سوم ($N=88$, $P=0.22/7$)، میانگین نمره استاندارد ($-1/4$) می‌باشد بنابراین عنوان «اعتیاد به اینترنت خفیف» برای این گروه مناسب به نظر می‌رسد.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد اعتیاد به اینترنت در خوشه‌های سه‌گانه

خوشه	اعتیاد به اینترنت	M	SD	N	درصد
۱	شدید	۴۷/۸۱	۱۴/۸۲	۹۸	۲۵/۳٪
۲	متوسط	۳۶/۸۶	۱۶/۵۷	۲۰۰	۵۲/۱٪
۳	خفیف	۲۱/۶۲	۱۲/۳۸	۸۸	۲۲/۷٪

برای درک و فهم تفاوت میان خوشه‌ها به لحاظ میزان اعتیاد به اینترنت از روش تحلیل واریانس یکطرفه استفاده گردید. قبل از استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس جهت رعایت فرض‌های آن، از آزمون لون استفاده شد. بر اساس آزمون لون و عدم معناداری آن برای همه متغیرها شرط برابری واریانس بین گروهی رعایت شده است ($F(3, 385)=2/48$, $P \geq 0/8$). جدول شماره ۳ نتیجه تحلیل واریانس یکطرفه را نشان می‌دهد.

جدول ۳: تحلیل واریانس یک‌طرفه برای مقایسه نمرات اعتیاد به اینترنت در سه گروه

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig
بین گروهی	۹۲۵۳۳/۸	۲	۴۶۲۶۶/۹		
درون گروهی	۲۹۳۱۷/۵	۳۸۵	۷۶/۱	۶۰۷/۵	۰/۰۰۱
کل	۱۲۱۸۵۱/۴	۳۸۸			

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، اعتیاد به اینترنت با درجه آزادی ۲ و مقدار آماره آزمون $F=607/5$ با استفاده از روش تحلیل واریانس یک‌راهه در سطح $0/001$ معنی‌دار است. به‌منظور تشخیص این‌که دقیقاً کدام گروه‌ها به لحاظ نمرات مربوط به اعتیاد به اینترنت باهم تفاوت دارند از آزمون گیمز هاول استفاده شد که در جدول ۴ ارائه شده است. در ادامه مقایسه‌های زوجی برای شناسایی میزان تفاوت معنی‌داری گزارش شده است (جدول ۴).

جدول ۴. آزمون مقایسه‌های زوجی بونفرونی در اعتیاد به اینترنت

مقیاس	گروه (I)	گروه (J)	تفاوت میانگین‌ها (I-J)	خطای استاندارد	Sig
اعتیاد به اینترنت	خوشه دو	خوشه سه	۱۰/۹۵	۱/۸۸	۰/۰۰۱
	خوشه یک	خوشه سه	۲۶/۱۹	۲/۲۴	۰/۰۰۱
	خوشه سه	خوشه سه	۱۵/۲۳	۱/۹۵	۰/۰۰۱

نتایج آزمون بونفرونی که در جدول ۴ آورده شده است نشان می‌دهد که خوشه یک نسبت به دو خوشه دیگر از لحاظ اعتیاد به اینترنت بالاتر است. یکی دیگر از اهداف پژوهش، مقایسه افسردگی در خوشه‌های متفاوت اعتیاد به اینترنت بود. برای تبیین رابطه بین نمره اعتیاد به اینترنت و افسردگی دانشجویان مورد مطالعه، آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه مورد استفاده قرار گرفت. قبل از استفاده از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه جهت رعایت فرض‌های آن، از آزمون لون استفاده شد و با توجه به نتایج آزمون لون ($F=7/8$) و معنادار شدن آزمون لون ($P \leq 0/001$)، در نتیجه به دلیل یکسان نبودن واریانس بین گروه‌ها از آزمون گیمز هاول برای مقایسه زوجی بین میانگین‌ها استفاده شد.

جدول ۵: تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه نمرات افسردگی در سه گروه

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	sig
بین گروهی	۲۹۶/۵۲	۲	۱۴۸/۲۶		
درون گروهی	۶۴۰/۰۶	۳۸۵	۱/۶	۸۹/۱۸	۰/۰۰۱
کل	۶۶۱۹	۳۸۸			

همان‌گونه که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، افسردگی با درجه آزادی ۲ و مقدار آماره آزمون $F = ۸۹/۱۸$ با استفاده از روش تحلیل واریانس یک‌راهه در سطح $۰/۰۰۱$ معنی‌دار است. به‌منظور تشخیص این‌که دقیقاً کدام گروه‌ها به لحاظ نمرات مربوط به افسردگی باهم تفاوت دارند از آزمون گیمز هاول استفاده شد که در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶: نتایج آزمون گیمز هاول در مقایسه‌های چندگانه

متغیر وابسته	مقایسه ۲ به ۲ گروه‌ها	میانگین تفاوت‌ها	سطح معنی‌داری
افسردگی	خوشه ۱	۱/۳۲	۰/۰۰۱
	خوشه ۳	۲/۵۲	۰/۰۰۱
	خوشه ۲	۱/۲۰	۰/۰۰۱

* خوشه ۱ (اعتیاد شدید به اینترنت) ** خوشه ۲ (اعتیاد متوسط به اینترنت) *** خوشه ۳ (اعتیاد خفیف به اینترنت)

بررسی نتایج آزمون گیمز هاول که در جدول شماره ۷ گزارش شده است، حاکی از آن است که بین هر سه گروه به لحاظ آماری در متغیر افسردگی تفاوت وجود دارد. بیش‌ترین تفاوت بین خوشه ۱ و ۳ است. بیش‌ترین مقدار افسردگی متعلق به خوشه ۱ است، یعنی افرادی که اعتیاد به اینترنت بالایی دارند.

سوال آخر پژوهش عبارت بود از اینکه آیا اضطراب اجتماعی دانشجویان با توجه به خوشه‌بندی اعتیاد به اینترنت آن‌ها متفاوت است؟ به‌منظور پاسخگویی به این سؤال از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد. قبل از استفاده از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه جهت رعایت فرض‌های آن، از آزمون لون استفاده شد و با توجه به نتایج آزمون لون ($F = ۶/۱۳$) و معنادار شدن آزمون لون ($P \leq ۰/۰۰۱$) از تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد که نتیجه در جدول ۷ گزارش شده است.

جدول ۷: تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه نمرات اضطراب اجتماعی در سه گروه

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	sig	Eta
بین گروهی	۲۸۱۴۸/۴۹	۲	۱۴۰۷۴/۲۴	۱۹/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۱۹
درون گروهی	۱۱۸۰۳۹/۱۲	۳۷۹	۳۱۱/۴۴			
کل	۱۰۶۴۵۴۶	۳۸۲				

همان‌گونه که در جدول ۷ ملاحظه می‌شود، اضطراب اجتماعی با درجه آزادی ۲ و مقدار آماره آزمون $F = ۱۹/۴۵$ با استفاده از تحلیل واریانس یک‌راهه در سطح $۰/۰۰۱$ معنی‌دار است. به‌منظور تشخیص این‌که دقیقاً کدام گروه‌ها به لحاظ نمرات اضطراب اجتماعی باهم تفاوت دارند از آزمون گیمز هاول استفاده شد که در جدول ۸ ارائه شده است.

جدول ۸: نتایج گیمز هاول در مقایسه‌های چندگانه اضطراب اجتماعی

مقیاس	گروه (I)	گروه (J)	تفاوت میانگین‌ها (I-J)	خطای استاندارد	Sig
اضطراب اجتماعی	خوشه ۱	خوشه ۲	۶/۰۶	۲/۱۵	۰/۰۱۴
	خوشه ۱	خوشه ۳	۲۳/۷۰	۲/۲۵	۰/۰۰۱
	خوشه ۲	خوشه ۳	۱۷/۶۴	۲/۰۷	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۸ مشاهده می‌شود خوشه ۱ با خوشه ۲ از لحاظ اضطراب اجتماعی تفاوت معناداری دارد. این تفاوت به نفع گروه ۱ است. به این لحاظ که نمرات اضطراب اجتماعی خوشه ۱ بیش از دو خوشه دیگر است. ($p \leq 0/014$). همچنین تفاوت بین خوشه ۱ و ۳ نیز معنادار است. ($p \leq 0/001$). همان‌طور که نتایج تحلیل خوشه‌ای نشان داده‌شده طبقه‌بندی دانشجویان به سه خوشه اعتیاد به اینترنت از بیشترین معناداری برخوردار بود. بنابراین یکی از نتایج پژوهش حاضر طبقه‌بندی دانشجویان به سه خوشه متمایز از هم بوده و میزان درصد فراوانی آن‌ها با توجه به نتایج تحقیقات ۲۵/۳ درصد دانشجویان در خوشه یک قرار داشتند که از لحاظ اعتیاد به اینترنت شدید نام‌گذاری شدند. در خوشه دو که با عنوان کاربران معمولی نام‌گذاری شد، ۵۲/۱ درصد دانشجویان قرار گرفتند و در نهایت ۲۲/۷ درصد دانشجویان نیز در خوشه سوم قرار گرفتند که بانام کاربران استفاده‌کننده نام گرفت. با توجه به نتایج تحلیل واریانس اضطراب اجتماعی و افسردگی در هر سه خوشه متفاوت بود و بیشترین اضطراب و افسردگی در خوشه اعتیاد شدید و کمترین در خوشه کاربران اعتیاد خفیف بود. شکل شماره ۱ نیمرخ یافته‌ها را نشان می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه تعیین نیمرخ‌های اعتیاد به اینترنت دانشجویان دختر و سپس مقایسه نیمرخ‌های به‌دست‌آمده از لحاظ افسردگی و اضطراب اجتماعی آن‌ها بود. در مطالعه حاضر سه خوشه متفاوت از اعتیاد به اینترنت به دست آمد. این یافته همسو با یافته غلامیان، شهنازی و حسن‌زاده (۲۰۱۷)، ترانتو، گراسی، بلوجنسی، برقیینی و فگیولینی (۲۰۱۵)، وین‌استین و همکاران (۲۰۱۵) و وهابی و همکاران (۱۳۹۴) است که پس از بررسی‌های خود بیان داشتند که کاربران اینترنت به لحاظ مدت زمان مصرف و شدت وابستگی گروه‌های متفاوتی هستند و نیمرخ‌های روانی مختلفی در انواع مشکلات روانشناختی دارند. استفاده ناسازگار از هر چیزی منجر به آسیب می‌شود و الگوی ناسازگار مصرف اینترنت نیز منجر به آسیب‌های روانی می‌گردد که بسته به میزان مصرف، شدت آسیب متفاوت می‌شود و باعث شکل‌گیری خوشه‌های مختلف به لحاظ اعتیاد به اینترنت می‌شود. همچنین می‌توان بیان داشت که در مطالعات بسیاری مانند چو و لی (۲۰۱۷)، کوز و لویز (۲۰۱۶) و رئیسی، حاجی‌کرم، طهرانی‌زاده و بخشی (۱۳۹۹) ناکارآمدی مهارت‌های ارتباطی به خصوص همکاری، فعالیت گروهی و شرکت در جمع از دلایل گرایش به رفتارهای مشکل‌دار و اعتیادوار به موبایل و اینترنت مطرح شده است. با توجه به این نتایج وجود خوشه‌های مختلف به دست آمده دور از انتظار نیست. در واقع می‌توان گفت به دلیل وجود طیف مختلف مشکلات هیجانی به همین ترتیب اعتیاد به اینترنت هم متفاوت خواهد شد؛ برای مثال هرچه فردی روحیه کار جمعی و شرکت در فعالیت‌هایی مانند کوهنوردی یا مراسم مذهبی نداشته باشد، برای سپری اوقات خود به اینترنت پناه می‌برد و این چرخه منجر به بروز اعتیاد به اینترنت می‌شود. از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر، تفاوت معنادار میزان افسردگی دانشجویان دختر با توجه به خوشه‌بندی اعتیاد به اینترنت آن‌ها بود. بیش‌ترین تفاوت بین خوشه کاربران دارای اعتیاد شدید و کاربران کم مصرف است. این یافته‌ها همسو با نتایج مسائلی و فرهادی (۲۰۲۱)، مامون و گرینتس (۲۰۲۱)، کاپوس و همکاران (۲۰۲۱)، فیجو و همکاران (۲۰۲۱)، آکینی و آی‌سکندر (۲۰۱۱)؛ و نقل از سپهریان و جوکار، (۱۳۹۱)، یانگ و همکاران (۱۹۹۸) مبنی بر اینکه افراد دارای اعتیاد به اینترنت دچار افسردگی نیز می‌باشند، هست. در تبیین این یافته می‌توان گفت که اینترنت می‌تواند به عنوان ابزاری برای گریز از مشکلات، تخفیف احساس ناامیدی، اضطراب و افسردگی باشد. به این صورت که فرد دارای مشکلات هیجانی، باصرف وقت زیاد در اینترنت با هدف خاص یافتن دوستان مجازی به منظور رسیدن به امور خیالی و رؤیایی که در زندگی واقعی ممکن نیست، به اینترنت وابسته می‌شود و بعد از مدتی که در این ارتباطات نیز به شکست می‌خورند، باز هم افسردگی فزونی می‌گیرد. افراد افسرده و مضطرب اجتماعی از این تکنولوژی بیشتر به‌عنوان تفریح و پر کردن اوقات فراغت استفاده می‌کنند. در واقع، با شدت یافتن اعتیاد فرد وی حمایت‌های اجتماعی کمتری را دریافت می‌کند و رفته رفته مشکلاتی در تنظیم ارتباطات واقعی و تنظیم هیجان آشکار می‌شود.

در مجموع افراد افسرده دارای ارتباطات غنی نیستند و اغلب خجالتی، کمرو و بی‌حوصله هستند و این عامل باعث آسیب‌پذیری این افراد در مقابل اینترنت می‌شود. در ارتباطات اینترنتی به دلیل فقدان رفتارهای غیرکلامی مانند (خیره شدن، لمس کردن و حرکات و

1. Taranto, Goracci, Bolognesi, Borghini & Fagiolini
2. Cho & Lee
3. Kuss & Lopez-Fernandez
4. Mamun & Griffiths

اشارات)، تأثیر نفوذ اجتماعی را تضعیف می‌کند. بنابراین، از بین رفتن حالت چهره، عطف صدا و تماس چشمی باعث می‌شود ارتباط الکترونیکی کمتر تهدیدکننده جلوه پیدا کند که این نیز به افراد افسرده کمک می‌کند تا بر ناراحتی‌های خود در روابط بین فردی غلبه نمایند و ارباب آن‌ها در اولین ملاقات و صحبتشان با دیگران کمک می‌کند و این باعث تمایل افراد افسرده به اینترنت می‌شود.

بعلاوه مسائلی و فرهادی (۲۰۲۱) دریافتند که افراد دارای اعتیاد به اینترنت شدید، بعد از مدتی دچار اختلال خواب و تنهایی می‌شوند که این مسائل منجر به همبودی افسردگی و اعتیاد به اینترنت می‌شوند. همچنین استفاده بیش‌ازحد از اینترنت انسان‌ها را از جامعه و ارتباطات اجتماعی واقعی دور می‌کند و با حذف تعاملات اجتماعی و تسلط بر زندگی افراد می‌تواند موجبات احساس تنهایی و درنهایت افسردگی را فراهم آورد.

یافته‌های پژوهش نشان داد که اضطراب اجتماعی دانشجویان در گروه کاربران دارای اعتیاد شدید بیش از دو گروه اعتیاد متوسط و خفیف بود. این یافته‌ها همسو است با یافته‌های یوسنز و یوزر (۲۰۱۸)، جويس‌وال و همکاران (۲۰۲۰)، وین‌استین و همکاران (۲۰۱۵) هست که بیان داشتند برای افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی، ارتباط از طریق اینترنت نسبت به تماس مستقیم آسان‌تر است و اضطراب اجتماعی و اعتیاد به اینترنت همبستگی مثبت بالایی با هم دارند. برای تبیین این یافته‌ها نگاه به دیدگاه شناختی- رفتاری کمک می‌کند. در این رویکرد اعتقاد بر این است که اختلال از مشکل شناختی فرد همراه با رفتارهایی که یا پاسخ غیر سازشی را حفظ می‌کند یا شدت آن را افزایش می‌دهد، ناشی می‌شود. در دیدگاه شناختی- رفتاری با توجه به نظر دیویس (۲۰۰۱) رشد اعتیاد به اینترنت با شرایط روان‌شناختی قبلی به وجود می‌آید.

در واقع افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی از رفتارهای ایمن‌ساز مختلفی استفاده می‌کنند تا خطر طرد شدن را کاهش دهند. این رفتارها آن‌ها را از ارزیابی نقادانه نتایج هراس‌شان و باورهای فاجعه‌بار باز می‌دارند (کلارک و ولز، ۱۹۹۵). در مقابل همه این تهدیدهای اجتماعی، رایج‌ترین راهبرد غیر انطباقی این افراد فرار از اجتماع، رفتارهای اجتنابی و رفتارهای ایمن‌ساز همراه با نشخوار ذهنی پس از رویداد است و «رفتارهای اجتنابی» نیز معرف هر عملی است که بیمار انجام داده و یا از انجام آن سرباز می‌زند تا در موقعیت اجتماعی اضطراب کمتری داشته باشد (هافمن و اتو، ۲۰۰۸). همین‌طور بر اساس مدل شناختی افراد دارای اضطراب اجتماعی پس از رویداد، درگیر پردازش آن هستند و تعامل اجتماعی را جزء به جزء مرور می‌کنند. این پردازش عموماً بر احساسات اضطرابی و ادراک منفی خویشتن تمرکز می‌کند و افراد تعامل را منفی‌تر از آنچه واقعاً بوده است، ارزیابی می‌کنند. در نتیجه کسی که در روابط واقعی بین فردی توفیق چندانی نداشته، اکنون از این طریق قادر می‌شود بدون آنکه چهره خود را برملا کند و هویت خود را بگوید روابط گسترده‌ای را برقرار کند و احساسات خویش را بروز می‌دهد این منجر به ایجاد توهم صمیمیت می‌شود و وقتی واقعیت خارج در دنیای واقعی و نه مجازی اینترنت محدودیت‌های خود را نشان می‌دهد، واکنش‌های ناامیدانه‌ای را در فرد ایجاد می‌کند.

به طور کلی از پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که کاربران اینترنت در سه گروه متفاوت قرار می‌گیرند و هر کدام از گروه‌ها در متغیرهای اضطراب اجتماعی و افسردگی نیمرخ متفاوت معناداری دارند. گروه اعتیاد به اینترنت بالا در دو متغیر اضطراب اجتماعی و افسردگی نمرات بالایی نسبت به دو گروه کاربران معمولی و کم استفاده‌کننده اینترنت داشتند. یافته‌های این مطالعه باید با توجه به محدودیت‌های آن در نظر گرفته شود. از یک طرف این پژوهش با روش تجربی انجام نشده است و نمی‌توان استنباط علی در زمینه اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی و افسردگی نمود. از طرف دیگر نمونه پژوهش حاضر را دانشجویان مقطع کارشناسی تشکیل دادند که قابلیت تعمیم این یافته‌ها به سایر مقاطع تحصیلی را محدود می‌سازد. لذا پیشنهاد می‌شود که این پژوهش بر روی دانشجویان کارشناسی ارشد و دکتری نیز انجام گیرد. پیشنهاد می‌شود که انواع مختلف اعتیاد اینترنتی از جمله اعتیاد به روابط سایبر، اعتیاد به سایبر سکس، اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری و ... هرکدام به طور جداگانه بر روی دانشجویان بررسی شود. با توجه به نتایج به دست آمده در سؤال اول ۵۷/۴ درصد دانشجویان حاضر، از اعتیاد به اینترنت رنج می‌برند، بنابراین لازم است پدیده اعتیاد اینترنتی به عنوان یک مشکل روانی، توسط برنامه‌ریزان فرهنگی و آموزشی و نظام خانواده یک امر مهم در نظر گرفته شود و به منظور پیشگیری از این پدیده ضروری است در سطح جامعه در مورد نشانه‌ها و علائم اعتیاد به اینترنت، آگاهی‌های لازم ارائه شود.

منابع

- احمدی، خ، عبدی، م، عبدالملکی، ه، شهسوارانی، ا. (۱۳۹۱). بررسی ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان مبتلا به اعتیاد اینترنت. *ماهنامه دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه*، ۱۶ (۶)، ۴۸۷-۴۹۲.
- ازخوش، م. (۱۳۸۲). کاربرد آزمون‌های روانی و تشخیصی بالینی. تهران: نشر روان.
- بابا شهبایی، ر، و کاشانی‌نیا، ز. (۱۳۸۶). بررسی تاثیر مهارت حل مساله بر اضطراب اجتماعی نوجوانان فاقد سرپرستی موثر مقیم مراکز شبانه روزی تحت پوشش سازمان بهزیستی استان کردستان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی کردستان*، ۱۲، ۲۵-۱۸.
- جعفری ندوشن، م، علی‌پور ندوشن، خ، میری‌زاده، م، احمدی طهرانی، ه، نوروزی نژاد، غ، صادقی یکتا، ط، و علی‌پور ندوشن، م. (۱۳۹۱). همبستگی اعتیاد به اینترنت با سلامت عمومی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم. *سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم*، ۶ (۳)، ۹۰-۸۶.
- جوکار، ل، و سپهریان، ف. (۱۳۹۱). ارتباط اعتیاد به اینترنت با اضطراب در تیپ‌های شخصیتی نوع A و B. پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری، ۲ (۲)، ۱۷-۳۰.
- چگینی، س، نیک‌پور، ب، و باقری‌بزدی، ع. (۱۳۸۱). اپیدمیولوژی اختلالات روانی در شهر قم. *مجله‌ی دانشگاه علوم پزشکی بابل*، سال چهارم، شماره ۳، ۴۴-۵۱.
- حسینیان، س، احقر، ق، و پورغفار عبدی، م. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش خودگویی‌های درونی مثبت بر کاهش میزان اضطراب اجتماعی کوتاه‌قامتان شهر تهران. *تحقیقات روانشناختی*، ۶ (۲۳)، ۱۴-۳۳.
- رئیس، ف، حاجی‌کرم، آ، طهرانی‌زاده، م، و بخشی، ف. (۱۳۹۹). نقش مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۷ (۴)، ۹۳-۱۰۴.
- عبداللهی مجارشین، ر. (۱۳۸۵). *رابطه‌ی سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی با سوگیری حافظه‌ی ناآشکار و آشکار در افراد افسرده*. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه تبریز.
- علوی، س، اسلامی، م، مرآئی، م، نجفی، م، جنتی‌فرد، ف، و رضاپور، ح. (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون اعتیاد به اینترنت بانگ. *مجله علوم رفتاری*، ۱۳، ۱۹۰-۱۸۳.
- وهایی، ا، وهایی، ب، رجبی، ن، تیفوری، س، و احمدیان، م. (۱۳۹۴). بررسی میزان اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان و برخی عوامل مرتبط با آن در سال ۱۳۹۳. *توسعه آموزش در علوم پزشکی*، ۸ (۱۹)، ۹۹-۱۱۰.
- Azher, M., Khan, R. B., Salim, M., Bilal, M., Hussain, A., & Haseeb, M. (2014). The relationship between internet addiction and anxiety among students of University of Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(1), 288-293.
- Cho, K. S., & Lee, J. M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, 66, 303-311.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). *A cognitive model of social phobia*. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.). *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). New York: Guilford Press.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- Demir, Y., and Kutlu, M. (2018). Relationships among Internet addiction, academic motivation, academic procrastination and school attachment in adolescents. *International journal of Science Education*, 10, 315-332.
- Feijóo, S., Foody, M., O'Higgins Norman, J., Pichel, R., & Rial, A. (2021). Cyberbullies, the cyberbullied, and problematic internet use: Some reasonable similarities. *Psicothema*, 33, 198-205.
- Feng, Y., Ma, Y., & Zhong, Q. (2019). The Relationship between Adolescents' Stress and Internet Addiction: A Mediated-Moderation Model. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-8.
- Gholamian, Gholamiain, B., Shahnazi, H., & Hassanzadeh, A. (2017). The Prevalence of Internet Addiction and its Association with Depression, Anxiety, and Stress, among High-School Students. *International Journal of Pediatrics*, 5 (4), 4763-4770.
- Hofmann, S. G., & Otto, M. W. (2008). *Cognitive Behavioral therapy for Social Anxiety Disorder: Evidence-Based and Disorder-Specific Treatment Techniques*. New York: Routledge: Taylor & Francis Group.
- Jaiswal, A., & et al. (2020). Burden of internet addiction, social anxiety and social phobia among University students, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9 (7), 3607-3612.
- Kapus, K., & Et al. (2021). Prevalence and Risk Factors of Internet Addiction among Hungarian High School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 6989.

- Karaer, Y., and Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with Internet addiction. *Comprehensive psychiatry*, 92, 22-27.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J. N., Helgeson, V., & Crawford, A. M. (2002). *Internet paradox revisited. Journal of Social Issues*, 58(1), 49-74.
- Kuss, D., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet-use related addiction: the state of the art of clinical research. *European psychiatry journal*, 33, 303-312.
- Lee, B. W., and Stapinski, L. A. (2012). Seeking safety on the internet: relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorder*, 26, 197-205.
- Mamun, M. A. A., & Griffiths, M. D. (2019). The association between Facebook addiction and depression: a pilot survey study among Bangladeshi students. *Psychiatry Research*, 271, 628-633.
- Masaeli, N., Farhadi, H. (2021). Internet Addiction and Depression in Iran: Investigating the Mediating Roles of Loneliness and Disordered Sleep and Moderating Role of Gender. *International Journal for the Advancement of Counselling*. DOI: 10.1007/s10447-021-09447-9
- Musetti, A., & Corsano, P. (2018). The internet is not a tool: reappraising the model for Internet-addiction disorder based on the constraints and opportunities of the digital environment. *Frontiers in Psychology*, 9, 558.
- Rachubińska, K., Cybulska, A. M., & Grochans, E. (2021). The relationship between loneliness, depression, internet and social media addiction among young Polish women. *European Review for Medical Pharmacological Science*, 25 (4), 1982-1989.
- Salehi, M., Norozi Khalili, M., Hojjat, S. K., Salehi, M., & Danesh, A. (2014). Prevalence of Internet Addiction and Associated Factors Among Medical Students from Mashhad, Iran in 2013. *The Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16 (5), 17256.
- Schoenfeld, D., & Yan, Z. (2012). Prevalence and correlates of Internet addiction in undergraduate students: Assessing with two major measures. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 2(2), 16- 34.
- Taranto, F., Goracci, A., Bolognesi, S., Borghini, E., & Fagiolini, A. (2015). Internet addiction disorder in a sample of 402 High School students. *Psychiatria Polska*, 49(2), 255-263.
- Wartberg, L., Brunner, R., Kriston, L., Durkee, T., Parzer, P., Fischer - Waldschmidt, G., & et al. (2016). Psychopathological factors associated with problematic alcohol and problematic internet use in a sample of adolescents in Germany. *Psychiatry Research*, 240, 272-277.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., & Yarmulnik, A. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. *Annals of Clinical Psychiatry*, 27 (1), 1-7.
- Yavuz, C. (2019). Does Internet addiction predict happiness for the students of sports high school? *International journal of Science Education*, 11, 91-99.
- Ye, S., Cheng, H., Zhai, Z., & Liu, H. (2021). Relationship Between Social Anxiety and Internet Addiction in Chinese College Students Controlling for the Effects of Physical Exercise, Demographic, and Academic Variables. *Frontiers in Psychology*, 12, 698748.
- Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J., Yune, S. K., Kim, S. J., Hwang, J., et al. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction. *Journal of Psychiatry & Clinical Neurosciences*, 58(5), 487-94.
- Young, K. S. (1999). *Internet addiction: symptoms, evaluation, and treatment*. In: Van de Creek L, Jackson T, editors. *Innovations in clinical practice: a source book*, vol. 17. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Yücens, B., & Üzer, A. (2018). The Relationship Between Internet Addiction, Social Anxiety, Impulsivity, Self-esteem, and Depression in a Sample of Turkish Undergraduate Medical Students. *Psychiatry Research*, 267, 313-318.