

بررسی همبستگی‌های آسیب‌شناسی روانی اعتیاد به اینترنت در بین محصلان پوهنتون بامیان

پوهنمل دکتور محمدحسن یوسفی^۱ و پوهندوی شریف فرین^۲

^{۱،۲}دپارتمنت روان‌شناسی، پوهنځی تعلیم و تربیه، پوهنتون بامیان، بامیان، افغانستان

ایمیل: Hassan_Yusufi@yahoo.com

چکیده

این تحقیق با هدف شناسایی همبستگی‌های آسیب‌شناسی روانی ناشی از اعتیاد به اینترنت در بین محصلان پوهنتون بامیان انجام شد تا با فهم بهتر این عوامل، راهکارهای پیشگیرانه و درمانی موثرتری ارائه شود. تحقیق حاضر مطالعه‌ای توصیفی از نوع همبستگی بود و جامعه آماری تمام محصلان پوهنتون بامیان در سال تحصیلی ۱۴۰۲ بودند، تعداد ۲۶۸ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. نتایج نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی، اضطراب و استرس رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد ($P < 0/01$). علاوه بر این، افسردگی، استرس و اضطراب در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت، معنی‌دار نشان داد ($P < 0/001$). اضطراب که به‌تنهایی ۱۱٪ از واریانس را توجیه می‌کرد، بهترین پیشی‌بینی کننده بود. بعدازآن افسردگی ۲٪ و فشار روانی ۲٪ پیش‌بینی کننده‌های بهتری بودند. همچنین شیوع اعتیاد به اینترنت در پسرها به‌طور معنی‌داری بالاتر بود و سرانجام این عزت‌نفس تا حدودی زیادی با اعتیاد به اینترنت مرتبط ($P > 0/05$) نشان داد. با توجه به این‌که اعتیاد به اینترنت از طریق ابعاد افسردگی و اضطراب قابل پیش‌بینی است؛ لذا نتایج این تحقیق نکات مهمی در زمینه آموزش محصلان مبتلا به اعتیاد به اینترنت و مداخلات درمانی برای کنترل بدکارکردی روان‌شناختی آن‌ها همراه دارد.

واژه‌های کلیدی: آسیب‌شناسی روانی؛ اعتیاد به اینترنت؛ اضطراب؛ افسردگی؛ عزت‌نفس

Investigating the Psychological Correlations of Internet Addiction Among Students at Bamyan Universities

Mohammad Hassan Yusufi¹ & Sharif Farin²

^{1,2}Department of Psychology, Faculty of Education, Bamyan University, Bamyan, AF

Email: hassan_yusufi@yahoo.com

Abstract

This study was conducted to identify psychopathological correlations associated with internet addiction among Bamyan University students to develop more effective preventive and therapeutic strategies through a better understanding of these factors. The present research employed a descriptive correlational design, with the statistical population comprising all students enrolled at Bamyan University during the 2023-2024 academic year. A total of 268 participants were selected using stratified random sampling. Results revealed a significant positive correlation between depression, anxiety, and stress with Internet addiction ($P < 0.01$). Furthermore, depression, stress, and anxiety were found to be significant predictors of Internet addiction ($P < 0/0001$). Anxiety, which accounted for 11% of the variance, was the best predictor, followed by depression (2%) and stress (2%). The Prevalence of internet addiction was significantly higher among male subjects. Finally, our results suggest that Self-Esteem is largely irrelevant to internet addiction ($P > 0.05$). Considering that Internet addiction can be predicted through the dimensions of depression and anxiety, the results of this research have important points in the field of education for students suffering from Internet addiction and therapeutic interventions to control their psychological dysfunction.

Keywords: Anxiety; Depression; Internet Addiction; Psychopathology; Self-Esteem

مقدمه

اعتیاد به انترنیت، یکی از مسائل مهم در حوزه سلامت روان است که بر روی قشر محصل تأثیرات منفی گسترده‌ای دارد (مارین و همکاران، ۲۰۲۰). با افزایش استفاده روزمره از فن‌آوری‌های دیجیتال، محصلان با خطرات روان‌شناختی نشأت گرفته از اعتیاد به انترنیت، مواجه هستند که می‌تواند تأثیرات منفی بر روی عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی و کلیت سلامتی آن‌ها داشته باشد. با این حال، شناخت کاملی از چگونگی و مکانیزم‌های همبستگی متغیرهای آسیب‌شناسی روانی با اعتیاد به انترنیت در این گروه از محصلان هنوز در دسترس نیست. در دنیای امروز، تحولات چشم‌گیر فن‌آوری‌های الکترونیک و کامپیوتری همراه با افزایش روزافزون حجم اطلاعات در سطح جهان، تأثیرات عمیق و گسترده‌ای را در زمینه‌های حرفه‌ای، اجتماعی و فرهنگی به وجود آورده است (پاپجوردانوا و لولسکا، ۲۰۲۱). در این راستا، انترنیت به‌عنوان نمادی از پیشرفت و توسعه، با سرعت بی‌نظیری در مسیر پیشرفت فن‌آوری حرکت کرده و به‌عنوان یکی از بااهمیت‌ترین ابزارهای تحول در تاریخ علم و فن‌آوری شناخته می‌شود (شاهین، ۲۰۱۴). با توجه به مطالعات انجام‌شده، نوجوانان و جوانان به‌عنوان گروهی فعال در جامعه، عمدتاً از امکانات انترنیت برای انجام فعالیت‌هایی همچون بازی‌های کامپیوتری، گوش دادن به موزیک و ایجاد ارتباط با دوستان جدید استفاده می‌نمایند (سزار و اشگار، ۲۰۱۷). به همین دلیل، نسل جوان امروز به‌عنوان "نسل شبکه" شناخته می‌شود (بسین و دشپنده، ۲۰۲۰؛ کاس و گریفیث، ۲۰۱۲). باوجود فواید بی‌شماری که انترنیت به ارمغان می‌آورد، همکاری و تعامل انسان با موجودات سایبری که باهوش مصنوعی و قابلیت گفتار مجهز هستند، به چالش‌های جدیدی نیز انجامیده و پدیده‌ای به نام "اعتیاد انترنیتی" را به دنبال داشته است. اعتیاد به انترنیت، به‌عنوان یک اعتیاد مدرن شناخته می‌شود و به سرآمدی برتر از دیگر اعتیادهای رفتاری تبدیل شده است. این اعتیاد به‌طورمعمول بر مدل‌های مبتنی بر آسیب‌پذیری‌های روان‌شناختی متمرکز بوده و تا به حال، تحقیقات به بررسی این مدل‌ها و ارتباط آن‌ها با اعتیاد به انترنیت پرداخته‌اند (کاردفلت و وینتر، ۲۰۱۴). با این وجود، مطالعات اخیر به تحلیل دلایل و عوامل سبب‌شناختی ایجاد این اختلال پرداخته و سعی در بهبود درک از مکانیسم‌های شکل‌گیری این اعتیاد دارند (مونتاگ و رویتر، ۲۰۱۷).

درواقع اعتیاد به انترنیت، الگوی رفتاری، مشابه به مواد مخدر دارد (کیم و دويس، ۲۰۰۹)؛ با این تفاوت که اعتیاد انترنیتی، مشکلات جسمی اعتیادهای شیمیایی را ندارد؛ اما پیامدهای اجتماعی آن، همانند سایر انواع اعتیاد دیگر است. با این حساب، اعتیاد به انترنیت، گاهی اوقات به‌عنوان اعتیاد رفتاری مانند اعتیاد به قماربازی، تکانش‌گری جنسی، پرخوری، وسواس خرید و مانند آن در نظر

گرفته شده است که با ویژگی‌هایی از قبیل هزینه روزافزون برای انترنیت و انکار رفتارهای مشکل‌زا همراه است.

یکی از ویژگی‌های مشترک با اعتیاد به مواد، ایجاد اثر محرومیت (احساس هیجانی ناخوشایند مانند افسردگی یا اضطراب) در زمانی که فرد به انترنیت دسترسی ندارد، است. همچنین، اعتیاد به انترنیت همراه با ایجاد اثر تحمل که به معنای نیاز به مقدار بیشتری از انترنیت برای احساس هیجان مشابه می‌باشد و تلاش‌های مکرر و ناموفق برای قطع استفاده از آن و تخریب در عملکرد زندگی روزانه، مشابه به وضعیت اعتیاد به مواد، تجربه می‌شود (رابینز و کلارک، ۲۰۱۵). مطابق این دیدگاه این اختلال مانند اختلال تنشی یا اختلال کنترل تکانه مانند قماربازی بیمارگونه استوکسانی که این خصوصیات را پیدا می‌کنند مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی و شغلی پیدا می‌کنند. نقش عوامل هیجانی متعددی در اعتیاد به انترنیت محصلان شناسایی شده است (برته و همکاران، ۲۰۲۱؛ کرات و همکاران، ۲۰۰۳).

افسردگی به عنوان یک اختلال روان‌شناختی، تحولات چشم‌گیری را در زمینه‌های مختلف خلق و خو، دیدگاه، کمال طلبی، توانایی تفکر، میزان فعالیت و فرآیندهای بدنی افراد ایجاد می‌کند. تحقیقات متعدد نشان داده‌اند که اعتیاد به انترنیت و افسردگی با یکدیگر ارتباط دارند (مک کنا و برق، ۲۰۱۴؛ نی و همکاران، ۲۰۰۲). مشاهده شده است که عزت نفس پایین، انگیزه کم، ترس از رد شدن و نیاز به تأیید از سوی دیگران به طور عمومی در افراد افسرده وجود دارد و این ممکن است نتیجه استفاده افراطی از انترنیت باشد (لین و همکاران، ۲۰۲۰). مطالعات مختلف نشان داده‌اند که اعتیاد به انترنیت با علائم ناخوشایندی همچون تحریک‌پذیری روانی-حرکتی، اضطراب، وسوسه (بلاک نیو و همکاران، ۲۰۱۹)، تجارب سوءاستفاده از مواد (لین و همکاران، ۲۰۲۱؛ لی و همکاران، ۲۰۱۴)، از دست دادن کنترل، کم‌طاقی، اثر محرومیت، تخریب عملکرد و کاهش توانایی تصمیم‌گیری همراه است (ها و هوانگ، ۲۰۱۴). کاربران وابسته به انترنیت نسبت به آن‌هایی که هیچ نشانه‌ای از وابستگی نداشته‌اند، افسرده‌تر و تنهاتر به نظر می‌آیند (اشنایدر و همکاران، ۲۰۱۵). به نظر می‌رسد که هر چه استفاده از انترنیت بیشتر باشد، افسردگی، انزوای اجتماعی و عقب‌نشینی از زندگی واقعی نیز بیشتر می‌شود (پوری و شارما، ۲۰۱۶؛ برت و همکاران، ۲۰۲۱).

ویژگی‌های رفتاری کاربران انترنیت نمایانگر عقاید و ادراکات آن‌ها درباره خودشان است. از این دیدگاه، اهمیت عزت نفس آشکار می‌شود؛ زیرا در مطالعات گوناگون ارتباط بین انواع اعتیاد و سطوح مختلف عزت نفس برجسته شده است. سطوح متفاوت عزت نفس می‌تواند به بدگمانی به خود، شخصیت معنادار، احساس شکست و فقدان کنترل منجر شود (آنگان و همکاران، ۲۰۲۰؛ ملیر، ۱۹۹۰).

چندین تحقیق دیگر نیز نشان داده‌اند که ارتباط قوی بین اعتیاد، عزت نفس وجود دارد (ریچتر و همکاران، ۱۹۹۱؛ یونگ، ۲۰۰۹). بنابراین، به نظر می‌رسد که عزت نفس یک تعیین‌کننده مهم و احتمالی برای اعتیاد به انترنیت باشد، به‌ویژه در سنین جوانی که محصلان از انترنیت برای تحقیقات تحصیلی و همچنین تفریح استفاده می‌کنند.

اوزترک و همکاران (۲۰۱۵)، در تحقیق خود به مطالعه ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و اعتیاد به انترنیت پرداختند. برای این منظور ۳۲۸ نوجوان ترکیه‌ای که محصل بودند با استفاده از مقیاس اعتیاد به انترنیت و ویژگی‌های شخصیتی موردسنجش قرار گرفتند. تحلیل داده‌های این تحقیق نشان داد رابطه مثبت و معناداری بین شخصیت درون‌گرا و اعتیاد به انترنیت وجود دارد. لین و همکاران (۲۰۱۱)، در تحقیقی ۳۶۱۶ محصل سمستر اول از سراسر کشور تایوان را جهت شناسایی هرگونه عامل خطر روانی مورد مطالعه قراردادند و مؤلفه‌های سلامت روان را در جوانان مبتلا به اعتیاد انترنیتی با جوانان غیر معتاد، مقایسه کردند. نتیجه تحقیق آنان نشان داد اعتیاد به انترنیت با سبک دل‌بستگی ایمن رابطه معنادار منفی و با سبک دل‌بستگی ناایمن رابطه معنادار مثبت دارد. علاوه بر آن در افراد معتاد به انترنیت افسردگی، پرخاشگری و عدم اعتماد به نفس بیشتری گزارش شد. جوانان، از یک سو در معرض ریسک‌های افزایش استفاده نادرست از انترنیت قرار دارند و از سوی دیگر، به عنوان یک نیاز اساسی، بخش زیادی از زمان خود را در فضای مجازی سپری می‌کنند؛ بنابراین، هرگونه آسیب به سلامت جسمی و روانی این گروه، می‌تواند به شدت بر توانایی‌ها و آینده آن‌ها تأثیر بگذارد. این نقض در سلامت جسمی و روانی می‌تواند علاوه بر اثرات شخصی، به شکل غیرقابل اجتنابی، به کاهش توانمندی‌های این گروه جوان و به نوعی نابهنجاری بافت جامعه منجر شود. در دنیای امروز، پیشرفت‌های فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات، به‌ویژه انتشار گسترده انترنیت، تأثیرات بسزایی بر زندگی افراد داشته و به یکی از مهم‌ترین عناصر اجتماعی تبدیل شده است (شریفی و همکاران، ۱۳۹۹). جوانان به عنوان یک نیروی اصلی در ساختار جامعه، نه تنها در حوزه اقتصاد و فن‌آوری؛ بلکه در تحولات اجتماعی و فرهنگی نیز نقش مهمی ایفا می‌کنند. از این رو، تحقیقاتی که به شناخت بهتر از تأثیرات انترنیت بر مسائل روانی و اجتماعی جوانان اختصاص دارند، اهمیت چندگانه‌ای پیدا کرده‌اند (بلاک نیو و همکاران، ۲۰۱۹). یکی از مهم‌ترین و چالش‌برانگیزترین زمینه‌ها در این حوزه، مسئله اعتیاد به انترنیت است. این پدیده، به‌طور گسترده در میان جوانان و نوجوانان گزارش شده و تأثیرات آن بر رفتارها و زندگی روزمره افراد جوان نیازمند بررسی دقیق‌تری می‌باشد (بالهام و همکاران، ۲۰۱۹). از سوی دیگر، ابعاد روانی مرتبط با اعتیاد به انترنیت، از جمله افسردگی، اضطراب و استرس، نقش مهمی در شکل‌گیری این پدیده ایفا می‌کنند.

در این زمینه، مطالعه حاضر باهدف بررسی ارتباطات پیچیده میان افسردگی، اضطراب، استرس و اعتیاد به انترنیت در محصلان پوهنتون بامیان اجرا شده است. این تحقیق نه تنها سعی دارد تا به نتایج کمی و کیفی در این زمینه دست یابد؛ بلکه بر آن است تا درک عمیق تری از نقش انترنیت در زندگی محصلان را ارتقاء دهد و از این طریق، بهبودی در سیاست ها و مداخلات آموزشی و درمانی ایجاد کند.

اعتیاد به انترنیت در میان محصلان، بیش از پیش توجه محققین حوزه سلامت روان و آموزش عالی را عملکرد تحصیلی، افسردگی، اضطراب و مشکلات ارتباطی شود. مطالعاتی که باهدف بررسی همبستگی های آسیب شناسی روانی ناشی از اعتیاد به انترنیت در محصلان صورت می گیرند، از اهمیت بی بدیلی برخوردار هستند، زیرا این محصلان نه تنها بخشی از نیروی کار آتی هستند، بلکه نقش مهمی در نوآوری و پیشرفت جوامع خود خواهند داشت. از این رو، سلامت روان آن ها تأثیر مستقیمی بر توسعه پایدار می گذارد. یافتن رابطه میان اعتیاد به انترنیت و آسیب های روانی مرتبط با آن، می تواند راه را برای شناسایی سریع تر محصلان در معرض خطر و ارائه مداخلات بهنگام و متناسب با نیازهای آن ها هموار سازد. همچنین، می تواند به مسئولان و سیاست گذاران آموزش عالی اطلاعات ارزشمندی جهت تدوین برنامه های پیشگیری و مشاوره ای ارائه دهد.

یافته های چنین مطالعه ای می توانند بستری مناسب برای ایجاد همکاری های بین رشته ای فراهم آورده و زمینه ساز تبادل دانش و تجارب مؤثر در میان محصلان شوند. این موضوع به ویژه در راستای همگرایی فرهنگی و توسعه رویکردهای جامع و یکپارچه در زمینه مقابله با معضلات نوپدید اجتماعی از اهمیت بسزایی برخوردار است. در مجموع با توجه به گسترش فناوری و افزایش استفاده از انترنیت، ضرورت تحقیق در زمینه اعتیاد به انترنیت و عوامل روانی مرتبط با آن افزایش یافته است. تاکنون، مطالعات متعددی در زمینه اعتیاد به انترنیت انجام شده، اما برخی از نکات مهم همچنان نیازمند بررسی دقیق تر هستند (آنگان و همکاران، ۲۰۲۰). به ویژه بررسی ارتباطات پیچیده بین افسردگی، اضطراب و استرس با اعتیاد به انترنیت در بین محصلان پوهنتون بامیان، نقطه مهم توجه این تحقیق است. بررسی عمیق این ارتباطات می تواند به بهبود مداخلات پیشگیرانه و درمانی در این زمینه کمک کند و تأثیر مثبتی بر کیفیت زندگی و عملکرد تحصیلی محصلان داشته باشد. تحقیق حاضر با ترکیبی از روش های آماری و تحلیل روان شناختی، سعی در روشن سازی ارتباطات بین ابعاد مختلف اعتیاد به انترنیت و متغیرهای روانی مختلف خواهد داشت. این تحقیق نه تنها می تواند به عنوان یک توسعه در حوزه دانش علوم رفتاری محسوب شود بلکه ممکن است به عنوان راهنمایی برای مداخلات آینده در کنترل و پیشگیری از اعتیاد به انترنیت در جمعیت محصلان افغان مورد استفاده قرار گیرد. تحقیق حاضر در پی پاسخگویی

به این سؤال اساسی است که آیا عوامل آسیب‌شناسی روانی دخیل در پیش‌بینی اختلال اعتیاد به انترنیت همبستگی دارد؟

روش تحقیق

تحقیق حاضر مطالعه‌ای توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه این تحقیق شامل تمامی محصلان پوهنتون بامیان که تعداد آن بر اساس آمار ارائه‌شده از طرف معاونیت امور محصلان در سال تحصیلی ۱۴۰۲، ۳۴۸۹ نفر بود. برای تعیین حجم نمونه مورد مطالعه از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای استفاده گردید. در این نوع نمونه‌گیری حجم نمونه را نسبت هر طبقه در جامعه به شیوه تصادفی انتخاب می‌کنند. بدین ترتیب از کل جامعه آماری چهار پوهنچی پوهنتون بامیان، تعداد ۲۸۰ نفر انتخاب گردید. برای تخصیص اندازه نمونه هر پوهنچی از روش تخصیص نسبی استفاده شد تا از هر پوهنچی، تعداد معادل نسبت آن پوهنچی در نمونه حضور داشته باشد. پس از کنترل، اعتبار اطلاعات پرسشنامه‌ای، ۱۲ نفر به واسطه مخدوش بودن، از تحلیل‌ها حذف شد. اندازه نمونه نهایی ۲۶۸ نفر برآورد شد. رضایت آگاهانه افراد آزمودنی برای شرکت در تحقیق، تحصیل در یکی از پوهنچی‌های از ملاک‌های ورود به تحقیق بودند و ناقص بودن پرسشنامه‌های تکمیل‌شده، ملاک خروج از تحقیق بود. داده‌های به‌دست آمده به منظور ارزیابی و بررسی در دو سطح، توصیفی و استنباطی، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در سطح توصیفی، از روش‌های آماری شامل محاسبه میانگین و انحراف معیار در میان متغیرهای مورد بررسی استفاده شد. همچنین، برای سطح استنباطی و بررسی روابط بین متغیرها، از ضریب همبستگی پیرسون بهره گرفته شد. به منظور تحلیل داده‌های تحقیق، از نرم‌افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۲ استفاده شده است.

ابزار تحقیق بر انجام این تحقیق از آزمون اعتیاد به انترنیت (IAT): این پرسشنامه توسط کیمرلی و یانگ (۱۹۹۶) ساخته شد. شامل ۲۰ آیتم در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره یک (هرگز) تا نمره پنج (همیشه) است. وضعیت کاربران بر اساس امتیاز ۲۰ تا ۳۹ (طبیعی)، ۴۰ تا ۶۹ (اعتیاد خفیف) و ۷۰ تا ۱۰۰ (اعتیاد شدید) به انترنیت مشخص می‌شود. یانگ اعتبار درونی این مقیاس بالاتر از ۰/۹۲ ذکر شده و اعتبار به روش باز آزمایی نیز معنی‌دار گزارش شده است (ویدیان‌تو و مک‌موران، ۲۰۰۴)، روایی صوری و ثبات درونی این پرسشنامه را بسیار بالا ذکر کرده (شک و همکاران، ۲۰۱۹)، پایایی درونی این پرسشنامه، در مطالعه‌ای، بالای ۰/۹۲ گزارش شد (مین سالی، ۲۰۰۶). مطالعه‌ای دیگر، آلفای کرونباخ ۰/۹۰ را برای این مقیاس گزارش نمود (گروسی و همکاران، ۲۰۱۹). ضریب آلفای کرونباخ، در تحقیق کیم و همکاران، برابر ۰/۹۰ به‌دست آمده است (کیم و همکاران، ۲۰۰۶). در مطالعه

علوی و همکاران (۱۳۸۸) میزان قابلیت اعتماد از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه برابر ۰/۸۸ محاسبه شد. برای تعیین اعتبار درونی پرسشنامه از روی تصنیف استفاده شد. در این روی با استفاده از نمرات زوج و فرد کردن سؤالات و همچنین محاسبه ضریب همبستگی، ۰/۷۲ به دست آمد. برای تعیین اعتبار بیرونی از روی باز آزمایی استفاده شد و ضریب همبستگی ۰/۸۲ محاسبه شد (علوی و همکاران، ۱۳۸۸). برای محاسبه پویایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد.

مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-۲۱): این ابزار در ابتدا به وسیله لویوند و لویوند با عنوان DASS ساخته شد که مجموعه‌ای از سه مقیاس را ارزیابی می‌کرد (لویوند و لویوند، ۱۹۹۵). آنتونی و همکاران این مقیاس را تحلیل عاملی کردند و فرم کوتاه شده تحت عنوان DASS-۲۱ به دست آمد این فرم ۲۱ سؤالی دارای سه خرده مقیاس افسردگی اضطراب و استرس می‌باشد و هرکدام دارای ۷ ماده، نمره نهایی هرکدام از طریق مجموع نمرات ماده‌های مربوط به آن به دست می‌آید. نمره‌گذاری این پرسشنامه ۴ درجه‌ای لیکرتی است (لویوند و مینول، ۱۹۹۵). آنتونی و همکاران، مقیاس مذکور را مورد تحلیل عاملی قرار دادند که فرم کوتاه شده آن شامل ۲۱ سؤال است (آنتونی و همکاران، ۱۹۹۸). هنری و کرافورد ضریب پایایی سه عامل افسردگی، اضطراب و استرس را به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۹۰ و ۰/۹۳ برآورد کردند (هنری و کرافورد، ۲۰۰۵). صمیمی و جوکار، به تهیه فرم فارسی و اجرای آن بر روی محصلان مبادرت کردند مجموع نتایج حاصل از این بررسی نشانگر کفایت این مقیاس برای استفاده در ایران بود (صمیمی و جوکار، ۱۳۸۸) در تحقیق صاحبی و همکاران اعتبار و قابلیت اعتماد این ابزار برای جمعیت ایرانی نیز رضایت‌بخش گزارش گردید و واجد شرایط لازم برای کاربرد در تحقیق‌های روان‌شناختی و موقعیت‌های بالینی تشخیص داده شد (صاحبی و همکاران، ۱۳۸۵).

آزمون عزت نفس (SES): برای اندازه‌گیری عزت نفس از پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) استفاده گردید. این پرسشنامه حاوی ۱۰ ماده خود گزارشی است که احساس‌های کلی ارزش یا پذیرش خود را به صورت مثبت بیان می‌کند. هر ماده این مقیاس شامل لیکرت ۴ گزینه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم می‌شود. این مقیاس یک ابزار ساده و کوتاه واجد قابلیت اعتماد (همسانی درونی و باز آزمایی) و اعتبار (همگرا و واگرا) مناسب است و برای هر گروه سنی با میزان تحصیلات در سطح پنجم ابتدایی به بالا قابل اجرا و پرمصرف‌ترین ابزار استفاده‌شده برای اندازه‌گیری ارزیابی کلی شخص از ارزشمندی خود بوده است (پولمن و آلیک، ۲۰۰۰). مطالعه، دیگری همسانی درونی این مقیاس را ۰/۸۴ و ضرایب قابلیت باز آزمایی در فاصله دو هفته برابر ۰/۸۴، در فاصله ۵ ماه برابر ۰/۶۷ و در فاصله زمانی یک سال برابر ۰/۶۲ گزارش کرد (گرنبرگ و همکاران، ۲۰۰۳). در ایران در مطالعه‌ای بر روی محصلان

پوهنتون شیراز ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را برابر ۰/۶۹ و ضریب دونیمه سازی را برابر ۰/۶۸ و ضریب باز آزمایشی بلافاصله یک هفته، ۰/۷۷ دو هفته و سه هفته ۰/۷۸ گزارش کرد. هم‌چنین همبستگی پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ ۱ با مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت مطلوب و برابر ۰/۶۱ و با اضطراب ۰/۴۳ و با افسردگی ۰/۵۴ به دست آمد (محمدی، ۲۰۰۶). در تحقیق دیگری آلفای کرونباخ ۰/۷۵ به دست آمد (دیری دلاور، ۲۰۱۱). آلفای کرونباخ در تحقیق حاضر برای پرسشنامه عزت نفس ۰/۸۵ به دست آمد.

داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و آزمون تی (t) تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌های تحقیق

از ۲۶۸ نفر محصل مورد مطالعه تعداد ۲۴۱ نفر از افراد نمونه مجرد و ۲۷ نفر آن متأهل بودند. میانگین سن افراد مورد مطالعه ۲۳/۱۶ سال و در طیف ۱۹-۲۷ سال قرار داشت. ۶۳ نفر از محصلان مورد مطالعه در سال اول، ۱۰۸ نفر در سال دوم، ۷۳ نفر در سال سوم و ۲۴ نفر در سال چهارم تحصیل می‌کردند. رشته تحصیلی ۸۵ نفر تعلیم و تربیه، ۷۳ علوم طبیعی، ۶۷ علوم اجتماعی و ۴۳ نفر زراعت بود.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
اعتیاد به انترنیت	۳۹/۵۸	۷/۰۹	-۰/۱۱۴	-۱/۱۶۵
افسردگی	۱۱/۰۱	۲/۳۸	-۰/۲۲۰	-۰/۰۰۶
اضطراب	۹/۱۱	۲/۹۱	-۰/۰۴۰	-۰/۷۴۱
استرس	۱۰/۰۸	۳/۱۲	۰/۱۱۷	۰/۲۱۳
عزت نفس	۵/۹۱	۵/۰۲	۰/۱۰۲	۰/۱۸۲

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود متغیر اعتیاد به انترنیت، دارای بالاترین میانگین و انحراف معیار به ترتیب (۳۹/۵۸، ۷/۰۹)، عزت نفس دارای پایین‌ترین میانگین (۵/۹۱) و متغیر افسردگی پایین‌ترین انحراف معیار (۲/۳۸) است. شاخص کجی و کشیدگی هیچ‌یک از متغیرها خارج از بازه (۲، ۲-) نیست و بنابراین می‌توان آن‌ها را نرمال در نظر گرفت. به عبارت دیگر یافته‌ها نشان‌دهنده‌ی آن است که مؤلفه‌های کجی و کشیدگی برای تمامی متغیرها مقادیری در محدوده منفی ۲ تا مثبت ۲ دارند،

که این امر دلالت بر عدم انحراف معنادار توزیع نمرات از الگوی توزیع نرمال دارد. به علاوه، مقادیر آماره تحمل زیر ۰,۱ و مقادیر عامل تورم واریانس از ۱۰ بیشتر نیستند که بیانگر عدم وجود خطر هم خطی چندگانه در داده‌ها می‌باشد. این اطلاعات اجازه استفاده از آزمون‌های پارامتریک مانند ضریب همبستگی پیرسون را می‌دهد و اعتماد به نتایج حاصل از آن‌ها را تقویت می‌کند. به علاوه، از آنجایی که آماره دورین-واتسون در محدوده ۱,۵ تا ۲,۵ قرار دارد، استقلال خطاها تأیید شده و به این ترتیب اعتبار نتایج آزمون‌های آماری تأیید می‌شود. در ادامه، از آنجاکه یکی از پیش فرض‌های مهم استفاده از رگرسیون وجود همبستگی معنادار بین متغیرها است، در جدول ۲ ماتریس همبستگی بین متغیرهای مورد بررسی درج گردیده است.

جدول ۲: ماتریس همبستگی درونی بین متغیرهای تحقیق

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
اعتیاد به انترنیت					
افسردگی	۰/۳۲**	۰/۶۷**			
اضطراب	۰/۳۹**	۰/۸۱**	۰/۴۱**		
استرس	۰/۳۰**	۰/۷۹**	۰/۱۰**	۰/۴۴**	
عزت نفس	۰/۰۲	۰/۰۵	۰/۰۳	۰/۲۳**	-۰/۰۸

همان‌طور که مشاهده می‌شود، همبستگی‌های به دست آمده بین اعتیاد به انترنیت و مؤلفه‌های مقیاس DASS-۲۱ بالا و معنی دار هستند. مقیاس DASS-۲۱ بالاترین همبستگی را با اعتیاد به انترنیت ($t=۰/۴۴$, $P<۰/۰۱$) داشته است، پس از آن اضطراب ($t=۰/۳۹$, $P<۰/۰۱$)، افسردگی ($P<۰/۰۱$)، $t=۰/۳۲$ و فشار روانی ($t=۰/۳۰$, $P<۰/۰۱$)، به ترتیب بالاترین همبستگی را با اعتیاد به انترنیت به دست داده‌اند.

این نشان می‌دهد محصلان که نمره‌های بالاتری در مقیاس DASS-۲۱ داشتند اعتیاد به انترنیت بالاتری را نیز گزارش کرده‌اند. همبستگی حاصل از اعتیاد به انترنیت و عزت نفس پایین ناچیز است.

جدول ۳: تحلیل رگرسیون چندمتغیری هم‌زمان و سطوح معنی داری مربوط به اعتیاد به انترنیت سطح معنی داری

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	ضرایب غیر استاندارد	ضرایب استاندارد	t	سطح معنی داری
		B	SE	β	
۵. مقدار ثابت		۲۵/۹۸	۲/۲۹	-	۱۰/۹۷
افسردگی		۰/۴۹	۰/۲۴	۰/۲۱	۲/۹۱

اضطراب	۰/۶۰	۰/۲۳	۰/۲۳	۲/۶۹	۰/۰۰۷
استرس	۰/۲۹	۰/۱۷	۰/۱۴	۲/۳۹	۰/۰۲۱
عزت نفس	۰/۰۳	۰/۱۲	۰/۰۱	۰/۳۰	۰/۸۰

تحلیل رگرسیونی هم‌زمان متغیرها در جدول (۳) نشان داد افسردگی و اضطراب به‌تنهایی توان پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت را در سطح $P < ۰/۰۱$ و فشار روانی توان پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت را در سطح $P < ۰/۰۵$ دارد. ضمناً عزت نفس، از توان سطح پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت برخوردار نبود. ضریب همبستگی همه متغیرهای پیش‌بین، برابر $۰/۴۳$ می‌باشد. همچنین با محاسبه ضریب تعیین و تنظیم آن ملاحظه گردید که ۱۸ درصد تغییرات اعتیاد به انترنیت محصلان را می‌توان با ورود تمامی متغیرهای پیش‌بین با سطح اطمینان $P < ۰/۰۱$ تبیین نمود و یا به عبارتی دارای واریانس مشترک می‌باشند.

برای آزمون این فرضیه که بین اعتیاد به انترنیت و افسردگی، اضطراب، استرس و عزت نفس همبستگی‌های چندگانه وجود دارد تحلیل‌های رگرسیونی به شیوه گام‌به‌گام نشان داد که ۵ عامل افسردگی، اضطراب، استرس و جنسیت بیشترین واریانس دخیل در اعتیاد به انترنیت را شامل می‌شوند. جدول (۴)، این واریانس‌ها را به همراه ضرایب رگرسیونی نشان می‌دهد

جدول ۴: همبستگی چندمتغیری گام‌به‌گام ضرایب تعیین نسبت‌های F ضرایب رگرسیون و سطوح معنی‌داری مربوط به اعتیاد به انترنیت

متغیرهای ملاک	متغیر پیش‌بین	R	R^2	ΔR^2	F	P	ضرایب رگرسیون	۱	۲	۳	۴
۱. اعتیاد به انترنیت	اضطراب	۰/۳۸	۰/۱۰	۰/۱۵	۳۳/۰۱	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۳۸$ $t = ۵/۵۹$ $P = ۰/۰۰۱$				
	اضطراب	۰/۴۲	۰/۱۸	۰/۱۹	۲۰/۰۱	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۱۹$ $t = ۲/۹۱$ $p = ۰/۰۱۵$	$\beta = ۰/۳۱$ $t = ۳/۹۸$ $p = ۰/۰۰۰۱$			
	افسردگی	۰/۴۴	۰/۱۳	۰/۲۲	۱۶/۰۹	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۱۹$ $t = ۲/۸۶$ $p = ۰/۰۱۹$	$\beta = ۰/۲۱$ $t = ۲/۹۳$ $p = ۰/۰۰۹$	$\beta = ۰/۲۳$ $t = ۳/۰۲$ $p = ۰/۰۰۵$		
	افسردگی	۰/۵۱	۰/۲۳	۰/۲۵	۱۶/۰۱	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۲۴$ $t = ۳/۹۷$ $P = ۰/۰۰۱$	$\beta = ۰/۲۵$ $t = ۳/۵۱$ $P = ۰/۰۰۱$	$\beta = ۰/۱۹$ $t = ۲/۹۸$ $p = ۰/۰۰۵$	$\beta = ۰/۲۳$ $t = ۳/۰۳$ $p = ۰/۰۰۵$	
۲. استرس	اضطراب	۰/۴۲	۰/۱۸	۰/۱۹	۲۰/۰۱	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۱۹$ $t = ۲/۹۱$ $p = ۰/۰۱۵$	$\beta = ۰/۳۱$ $t = ۳/۹۸$ $p = ۰/۰۰۰۱$	$\beta = ۰/۲۱$ $t = ۲/۹۳$ $p = ۰/۰۰۹$	$\beta = ۰/۲۳$ $t = ۳/۰۲$ $p = ۰/۰۰۵$	
۳. جنسیت	اضطراب	۰/۴۴	۰/۱۳	۰/۲۲	۱۶/۰۹	۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۱۹$ $t = ۲/۸۶$ $p = ۰/۰۱۹$	$\beta = ۰/۲۱$ $t = ۲/۹۳$ $p = ۰/۰۰۹$	$\beta = ۰/۲۳$ $t = ۳/۰۲$ $p = ۰/۰۰۵$	$\beta = ۰/۲۴$ $t = ۳/۹۷$ $P = ۰/۰۰۱$	$\beta = ۰/۲۵$ $t = ۳/۵۱$ $P = ۰/۰۰۱$

این چهار عامل نقش معنی‌داری در پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت ایفا کرده‌اند. به‌طوری‌که اضطراب به‌تنهایی ۰/۱۵ درصد از واریانس دخیل در اعتیاد به انترنیت را تبیین کرده است ($P < ۰/۰۱$)، $R^2 = ۰/۱۵$). در مرحله دوم که افسردگی افزوده گردیده است مجموعاً ۰/۱۹ درصد واریانس تبیین شده است ($R^2 = ۰/۱۹$)، $P < ۰/۰۱$). در مرحله سوم با ورود استرس مجموعاً ۰/۲۲ از واریانس ($R^2 = ۰/۲۲$)، $P < ۰/۰۱$). در مرحله چهارم که افسردگی و سرانجام در گام بعدی با افزودن جنسیت مجموعاً ۰/۲۵ درصد ($R^2 = ۰/۲۵$)، $P < ۰/۰۱$) از واریانس دخیل در اعتیاد به انترنیت تبیین شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این مطالعه اکتشاف ارتباط افسردگی، اضطراب، استرس و عزت‌نفس با اعتیاد به انترنیت در بین محصلان پوهنتون بامیان بود. در دهه اخیر تحقیق‌ها در مورد اعتیاد به انترنیت، بر اکتشاف مدل‌های مبتنی بر آسیب‌پذیری‌های روان‌شناختی در رابطه با آن تمرکز نموده‌اند (کاردفلت و وینتر، ۲۰۱۴؛ سپهریان، ۲۰۱۲). تحقیق‌های جدیدتر، دلایل و عوامل سبب‌شناختی شکل‌گیری این اختلال را مورد تفحص قرار داده‌اند (مونتاگ و رویتر، ۲۰۱۷؛ هیلز و آرگیل، ۲۰۰۳).

نتایج این مطالعه نشان داد محصلانی که افسردگی، اضطراب و استرس بالاتری نشان دادند اعتیاد به انترنیت بالاتری نیز گزارش نمودند. اضطراب به‌خصوص نقش برجسته‌تری را ایفا نموده است. داده‌های این تحقیق با نتایج چندین مطالعه که میزان اعتیاد به انترنیت را در بین محصلان گزارش کرده‌اند (یانگ و تانگ، ۲۰۰۷؛ مارزیلی و همکاران، ۲۰۲۰)، همسو می‌باشد و با یافته‌های تحقیق‌های دیگری (جوکار و همکاری، ۱۴۰۱؛ خسروجردی، میرزایی، ۲۰۱۹) ناهمسو است. در بین متغیرهای مورد مطالعه فقط اضطراب و افسردگی به‌تنهایی توان پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت را در سطح $P < ۰/۰۱$ نشان دادند فشار روانی دارای توان پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت در سطح $P < ۰/۰۵$ بود، اما عزت‌نفس از توان پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت برخوردار نبود. ممکن است افسردگی یا اضطراب ناشی از انزوای اجتماعی باشد که خود معلول و محصول اعتیاد به انترنیت است (کورکماز همکاران، ۲۰۱۱؛ گورگیچ و همکاران، ۱۳۹۷). هرچند ادبیات تحقیقی در این رابطه مردد است که بیماری اولیه آیا اعتیاد به انترنیت است یا اضطراب و افسردگی به‌هرحال این احتمال هم وجود دارد محصلانی که از ضعف شدید در روابط اجتماعی رنج می‌برند یا دچار اضطراب، تشویش افسردگی هستند بیشتر مستعد اعتیاد به دنیای مجازی باشند. اعتیاد به انترنیت به‌طور منفی سرزندگی ذهنی و شادمانی ذهنی (که خصیصه‌هایی شخصیتی و نسبتاً پایدار هستند) را پیش‌بینی نموده است (آگباریا و بدیر، ۲۰۲۱) ظاهراً این ارتباط مجازی راهی برای گریز از واقعیت و وسیله‌ای برای ارضای نیازهای هیجانی و روانی به وجود می‌آورد. هنگامی که زندگی واقعی

یک نوجوان و جوان از زندگی مجازی او جدا می‌شود، قاعدتاً مشکلاتی را با خود به همراه خواهد داشت. زمانی که نیازهای فرد در دنیای واقعی میسر نمی‌شود به شکلی ناخودآگاه به دنیایی روی می‌آورد تا جایگاهی برای جبران نداشته‌هایش باشد و فضای مجازی این کمبود را برای نوجوان و جوان تا حدود زیادی جبران می‌کند و همین می‌شود که نوجوان و جوان وابسته و ساعت‌های متمادی چشم در صفحه کامپیوتر و گوشی می‌دوزد و به سختی حاضر می‌شود لحظه‌ای از محبوب دیجیتال خود چشم بردارد در این صورت رابطه نوجوان و جوان با واقعیت پیرامون کاهش پیدا می‌کند و درواقع میزان و مدت زندگی او در فضای مجازی به مراتب بیشتر از حضورش در جهان عینی می‌شود البته احتمالاً او از حضور در این فضا احساس رضایت و خشنودی، کند به طوری که این حس در بازگشت به جهان، واقعی دیگر به او دست نمی‌دهد، این فرآیند اعتیادی قطعاً بدون تأثیرات منفی نخواهد بود همچنان که نشان داده شده، تأثیر منفی استفاده افراطی از انترنیت جنبه‌های وسیعی از زندگی خصوصی و زندگی خانوادگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد (عمرو همکاران، ۲۰۲۰). کما این که در تحقیق‌های متعددی افرادی که در طبقه اعتیاد به انترنیت قرار گرفتند علائم روان‌شناختی همبودی از قبیل افسردگی (ژائو و همکاران، ۲۰۱۷؛ اورن و همکاران، ۲۰۱۹)، انزوای اجتماعی و عزت‌نفس پایین (موریتا، اوگای، ۲۰۲۱؛ فراهانی و همکاران، ۱۴۰۰) نشان دادند حتی گزارش شده است که اعتیاد به انترنیت موجب مشکلات عصب‌شناختی آشفتگی‌های روان‌شناختی و هرج و مرج ارتباطی می‌شود (کافی‌نیا و فراهادی، ۱۳۹۹). در مطالعه دیگری استفاده افراطی از انترنیت با اختلالات خلق همبسته گزارش گردید (آن و همکاران، ۲۰۱۴). در مطالعه حاضر اضطراب و افسردگی ضمن همبستگی بالا با اعتیاد به انترنیت از عوامل توجیه‌کننده استفاده افراطی از انترنیت تشخیص داده شد. مطالعه‌های تکمیلی بیشتری نیاز است تا نوع و ماهیت این اضطراب‌ها و فشارهای روانی در محصلان شناسایی گردد، احتمال دیگری که می‌توان برای توجیه اضطراب مطرح کرد، فقدان مهارت‌های ارتباطی کافی برای برقراری روابط سالم است. چنین اضطرابی بسته به میزان تأثیر منفی که شبکه‌های اجتماعی و کناره‌گیری از اجتماع می‌گذارد می‌تواند فوق‌العاده ناتوان‌کننده باشد (چونگ و همکاران، ۲۰۱۸) چنین افرادی با وجود احساس نیاز بالا برای برقراری روابط دیرپا و مطمئن به واسطه ترس از قضاوت اجتماعی در مورد خود به تنهایی روی آورده و سعی می‌کنند از طریق دنیای مجازی و سایبری ضمن جبران کمبودهای خود به آرامش لازم دست پیدا کنند. با وجود اینکه در چندین مطالعه رابطه‌ای منفی بین انواع اعتیاد و اعتماد به نفس شناسایی شده (کرات و همکاران، ۱۹۹۸؛ سجادیان و همکاران، ۱۳۹۶؛ ناصری و همکاران، ۱۳۹۴)، در مطالعه حاضر رابطه‌ای بین اعتماد به نفس و اعتیاد به انترنیت یافت نشد. شاید انترنیت بتواند تا

حدودی کاستی‌های فرد را جبران نماید اما به‌خودی‌خود هیچ تضمینی برای کمک به محصلان برای از بین بردن ضعف در حوزه‌های آسیب‌شناسی روانی و رهایی از آن‌ها ایجاد نمی‌کند، بلکه حتی با محدودتر شدن کانال‌های ارتباطی تماس‌های بین فردی روزبه‌روز کمتر هم می‌شود. کلام آخر این‌که داده‌های مطالعه حاضر مثبتی بر خود گزارشی‌ها است، هنگامی‌که سایر انواع اندازه‌گیری‌ها با خود گزارشی‌ها همراه شوند به نتیجه‌گیری‌های مطمئن‌تری دست خواهیم یافت. هرچند به نظر می‌رسد که نشانگان روان‌شناختی از قبیل؛ افسردگی، استرس و اضطراب نقش بااهمیتی برای اعتیاد به انترنیت ایفا می‌کند، اما نمی‌توانیم نتیجه‌گیری کنیم که عوامل فوق تنها متغیرها برای پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت است به‌هرحال متغیرهای واسطه در این بررسی کنترل نشدند. ممکن است واریانس تبیین نشده‌ای وجود داشته باشد و نمی‌توان این عوامل را به‌عنوان تبیین کاملی از اعتیاد به انترنیت قلمداد نمود. عوامل این تحقیق و اعتیاد به انترنیت ممکن است به‌واسطه متغیر سومی باهم همبسته باشند که در این تحقیق اشاره‌ای به آن نشده باشد نسبتی از واریانس تبیین پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت از طریق عوامل این تحقیق ممکن است ویژه نمونه مورد مطالعه باشد؛ بنابراین اعتیاد به انترنیت ممکن است تا حدی نتیجه عوامل متفاوت در گروه‌های متفاوت باشد و سرانجام مشابه اکثر تحقیق‌های همبستگی جهت تأثیر ارتباط متغیرهای مورد مطالعه مشخص نشده است. برای مثال آیا اضطراب افراد را مستعد تجربه اعتیاد به انترنیت می‌کند یا برعکس تحقیق‌های آینده باید معطوف به تصریح جهت این تأثیر باشد. بهتر است طرح‌های تحقیقی پیچیده‌تری فراتر از زمینه‌یابی‌های مقطعی مثلاً بین فرهنگی، طولی و آزمایشی مورد استفاده قرار گیرد. یافته‌های تحقیق حاضر در بین محصلان پوهنتون بامیان به‌دست آمده است پیشنهاد می‌شود مدل تحقیق در بین محصلان سایر ولایات که مشغول به تحصیل در پوهنتون‌های افغانستان هستند مورد بررسی قرار بگیرد.

از آنجاکه جوانان بخش مهمی از سرمایه انسانی هر جامعه‌ای را تشکیل می‌دهند تغییرات اجتماعی، روانی و فرهنگی این نسل از این ظرفیت برخوردار است که منشأ دگرگونی‌هایی در دیگر سطوح جامعه باشد. از این رو شناخت این‌که آن‌ها چگونه از قابلیت‌های انترنیت استفاده کنند به یک مهم تبدیل شده است نتایج این تحقیق به‌طور کلی بیان می‌کند که استفاده افراطی از انترنیت، می‌تواند سبب اختلال در نظم زندگی اجتماعی و روانی محصلان شود، همچنان که بیان شد اعتیاد به انترنیت در حقیقت دستاویزی است برای افرادی که در دنیای واقعی انکار گردیده‌اند و دچار احساس تنهایی و افسردگی و تشویش هستند. قابلیت‌های بالای انترنیت برای مصاحبت‌های مجازی و تعدیل حالات منفی

سرخوردگی و افسردگی و اضطراب‌های اجتماعی نقطه جاذب انترنیت برای خلأهای روانی محسوب می‌گردد.

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به این نکته اشاره کرد که ارزیابی اعتیاد به انترنیت در این مطالعه با استفاده از شیوه خودگزارشی گردآوری شد و ممکن است داده‌های اولیه دارای جهت‌گیری باشند؛ درحالی‌که شیوه‌های دیگری برای اندازه‌گیری‌ها با خود گزارشی‌ها همراه شوند به نتیجه‌گیری‌های مطمئن‌تری دست خواهیم یافت. همچنین نسبتی از واریانس تبیین پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت از طریق عوامل این مطالعه ممکن است ویژه نمونه مورد مطالعه باشد؛ بنابراین اعتیاد به انترنیت ممکن است تا حدی نتیجه عوامل متفاوت در گروه‌های متفاوت باشد. به واسطه تفاوت‌های بنیادین در فرهنگ‌های مختلف، داده‌های مربوط به اعتیاد به انترنیت در همه فرهنگ‌ها همخوانی ندارند. آشکارترین تبیین برای تفاوت‌های فرامیتی این است که فرهنگ‌های مختلف گزارش‌های متفاوت از اعتیاد به انترنیت می‌دهند. بر اساس محدودیت‌های پیش‌رو در این مطالعه پیشنهاد می‌شود محققین حوزه‌های بررسی تجربی و آزمایشگاهی در مورد اعتیاد به انترنیت را گسترش دهند. بهتر است طرح‌های تحقیقی پیچیده‌تری، فراتر از زمینه‌یابی‌های مقطعی مثلاً بین فرهنگی، طولی و آزمایشی مورد استفاده قرار گیرد. یافته‌های تحقیق حاضر در بین محصلان پوهنتون بامیان به دست آمده است، پیشنهاد می‌شود مدل تحقیق در بین سایر محصلان مشغول به تحصیل در پوهنتون‌های افغانستان مورد بررسی قرار بگیرد.

سپاسگزاری

نخست ممنون و مشکور الله متعال ﷻ هستیم که ما را توان بخشید تا علم بیاموزیم و بنویسیم. سپس از خانواده‌های گرامی ما بابت حمایت‌های همیشگی شان سپاسگزاریم.

سهم نویسندگان در تحقیق (مقاله)

محمد حسن یوسفی در بخش جمع‌آوری داده‌ها، انجام آزمون‌ها، و تحلیل نتایج نقش داشته است. شریف فرین در بخش پیشینه تحقیق و مبانی نظری نقش داشته است.

تضاد منافع

نویسندگان به صراحت اعلان می‌دارند، که در تحریر این مقاله هیچ تضاد منافی وجود ندارد.

منابع

- جعفری، ن.، وفاتحی زاده، م. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین اعتیاد به انترنیت با افسردگی، اضطراب، فشار روانی و هراس اجتماعی در محصلان پوهنتون اصفهان. *مجله علمی پوهنتون علوم پزشکی کردستان*، ۱۷(۴)، ۹-۱. [لینک](#)
- جوکار، م.، کرمی، ج.، و مؤمنی، خ. (۱۴۰۱). آزمون مدل اعتیاد به انترنیت بر اساس جنبه‌های آسیب‌شناسی روانی، شخصیتی و شناخت اجتماعی با میانجی‌گری راهبردهای مقابله‌ای و انتظارات استفاده از انترنیت. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۲۱(۱۱۸)، ۲۰۳-۲۰۳. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.118.20032020>
- سپهریان، ف.، و لیلیا، ج. (۱۳۹۱). ارتباط اعتیاد به انترنیت با اضطراب در تیپ‌های شخصیتی نوع A و B. *تحقیق‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۲(۲)، ۱۷-۳۰. [لینک](#)
- سجادیان، ا.، و نادری، م. (۲۰۰۶). ارتباط بین افسردگی و انزوای اجتماعی کاربران انترنیت نوجوان و جوان با مدت‌زمان روزانه معمول کاربری انترنیت. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۴(۱)، ۳۳-۳۸. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17352029.1385.4.1.6.8>
- شریفی، پ.، اکبری، ب.، و اسدی، ن. (۱۳۹۹). تدوین مدل پیش‌بینی اعتیاد به انترنیت بر اساس کیفیت زندگی و رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله با استرس. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۹(۸۹)، ۵۵۱-۵۵۱. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17357462.1399.19.89.11.5>
- شیرزادگان، ر.، محمودی، ن.، و بیرانوند، ا. (۱۳۹۷). ارتباط بین اعتیاد به گوشی‌های هوشمند و سلامت روان محصلان پرستاری پوهنتون علوم پزشکی آبادان. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۲۱(۱)، ۷۰-۷۶. <https://doi.org/10.22038/jfmh.2018.13887>
- صاحبی، ع.، اصغری، م.، و سالاری، ر. (۱۳۸۴). اعتبار یابی مقیاس افسردگی اضطراب تنیدگی (DASS-21) برای جمعیت ایران. *فصلنامه روان‌شناسان ایران*، ۱(۴)، ۳۶-۵۴. [لینک](#)
- عزیزی، ا.، اسماعیلی، س.، و منشادی، س. (۱۳۹۶). بررسی ارتباط اعتیاد به انترنیت با اضطراب و افسردگی در دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان جلفا در سال ۱۳۹۲. *سلامت جامع*، ۱۰(۱)، ۱۸-۱۱. [لینک](#)
- عسکریان، ف.، شاکری، م.، قوامی، و.، و جمالی، ج. (۱۴۰۰). بررسی ارتباط اعتیاد به انترنیت با افسردگی، اضطراب و استرس در محصلان پوهنتون علوم پزشکی مشهد. *مجله دانشکده پزشکی پوهنتون علوم پزشکی مشهد*، ۶۲(ویژه (روانشناسی))، ۱۸۶۶-۱۹۰۳. <https://doi.org/10.22038/mjms.2020.15617.1903-1866>
- علوی، س.، اسلامی، م.، مرآتی، م.، نجفی، مصطفی؛ جنتی، ف.، رضا پور، ح. (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون اعتیاد به انترنیت یانگ. *علوم رفتاری*، ۱۳(۴)، ۱۸۳-۱۹۰. [لینک](#)
- کافی، ن.، و فرهادی، . (۱۳۹۹). اثربخشی درمان شناختی رفتاری گروهی بر خودآگاهی هیجانی و توانش حل مسئله دانش‌آموزان دارای اعتیاد به انترنیت. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۹(۸۵)، ۱۱۱-۱۲۰. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.17357462.1399.19.85.1.7>
- محمدی، نورالله. (۱۳۸۴). بررسی مقدماتی اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس حرمت خود روزنبرگ. *فصلنامه روانشناسی تحولی روان‌شناسان ایرانی*، ۴(۱)، ۳۱۳-۳۲۰. [لینک](#)

- Angane, A. Y. Kadam, K. S. Ghorpade, G. S. & Unnithan, V. B. (2020). Unraveling the net of self-esteem, stress, and coping skills in the era of internet addiction. *Annals of Indian Psych.* DOI: 10.4103/aip.aip_80_19
- Agbaria, Q. & Bdier, D. (2021). The role of social support and subjective well-being as predictors of internet addiction among Israeli-Palestinian college students in Israel. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 1889-1902. doi.org/10.1007/s11469-020-00282-4
- An, J. Sun, Y. Wan, Y. Chen, J. Wang, X. & Tao, F. (2014). Associations between problematic internet use and adolescents' physical and psychological symptoms: possible role of sleep quality. *Journal of addiction medicine*, 8(4), 282-287. DOI: 10.1097/ADM.0000000000000026
- Antony, M. M. Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological assessment*, 10(2), 176. https://cir.nii.ac.jp/crid/1573387451068492160
- Balhara, Y. P. S., Doric, A., Stevanovic, D., Knez, R., Singh, S., Chowdhury, M. R. R., ... & Le, H. L. T. C. H. (2019). Correlates of Problematic Internet Use among college and university students in eight countries: An international cross-sectional study. *Asian Journal of Psychiatry*, 45, 113-120. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.09.004
- Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2021). Internet addiction and perceived self-efficacy among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 162-176. https://doi.org/10.1007/s11469-019-00160-8
- Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2021). Internet addiction and perceived self-efficacy among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 162-176. https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-019-00160-8
- Bisen, S. S., & Deshpande, Y. (2020). Prevalence, predictors, psychological correlates of internet addiction among college students in India: a comprehensive study. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(2). http://dx.doi.org/10.5455/apd.47328
- Błachnio, A., Przepiórka, A., Gorbaniuk, O., Benvenuti, M., Ciobanu, A. M., Senol-Durak, E., ... & Ben-Ezra, M. (2019). Cultural correlates of internet addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(4), 258-263. http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2018.0667
- Chung, T. W. H., Sum, S. M. Y., & Chan, M. W. L. (2019). Adolescent Internet Addiction in Hong Kong: Prevalence, Psychosocial Correlates, and Prevention. *The Journal of adolescent health: official publication of the Society for Adolescent Medicine*, 64(6S), S34-S43. http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.12.016

- Chung, S., Lee, J., & Lee, H. K. (2019). Personal factors, internet characteristics, and environmental factors contributing to adolescent internet addiction: A public health perspective. *International journal of environmental research and public health*, 16(23), 4635. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.12.016>
- Debb, S. M., Schaffer, D. R., & Colson, D. G. (2020). A reverse digital divide: comparing information security behaviors of generation Y and generation Z adults. *International journal of cybersecurity intelligence & cybercrime*, 3(1), 42-55. <http://dx.doi.org/10.58896/aja.v1i1.2>
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Topcu, M., & Kutlu, N. (2019). Relationships of Internet addiction and Internet gaming disorder symptom severities with probable attention deficit/hyperactivity disorder, aggression and negative affect among university students. *ADHD Attention Deficit and Hyperactivity Disorders*, 11, 413-421. <http://dx.doi.org/10.1007/s12402-019-00305-8>
- Farahani, M., Alavi, S. S., Mirzamani Bafghi, M., Esmaili Alamuti, S., Taghavi, Z., & Mohammadi, M. (2018). Psychological Factors Including Demographic Features, Mental Illnesses, and Personality Disorders as Predictors in Internet Addiction Disorder. *Iranian journal of psychiatry*, 13(2), 103-110. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6037575/>
- Gervasi, A. M., La Marca, L., Costanzo, A., Pace, U., Guglielmucci, F., & Schimmenti, A. (2017). Personality and internet gaming disorder: A systematic review of recent literature. *Current Addiction Reports*, 4, 293-307. <https://link.springer.com/article/10.1007/s40429-017-0159-6>
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item-wording and the dimensionality of the Rosenberg Self-Esteem Scale: Do they matter?. *Personality and individual differences*, 35(6), 1241-1254. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00331-8](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00331-8)
- Ha, Y. M., & Hwang, W. J. (2014). Gender differences in internet addiction associated with psychological health indicators among adolescents using a national web-based survey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12, 660-669. <http://dx.doi.org/10.4172/2167-1079.1000248>
- Harsej, Z., Mokhtari Lakeh, N., Sheikholeslami, F., & KazemnezhadLeili, E. (2021). Internet addiction and its relationship with family functioning in high school students. *Journal of Holistic Nursing and Midwifery*, 31(1), 44-52. <http://dx.doi.org/10.32598/jhnm.31.1.2025>
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British journal of clinical psychology*, 44(2), 227-239. <http://dx.doi.org/10.1177/0163278711424282>
- Hills, P., & Argyle, M. (2003). Uses of the Internet and their relationships with individual differences in personality. *Computers in Human Behavior*, 19(1), 59-70. [http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632\(02\)00016-X](http://dx.doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00016-X)

- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in human behavior*, 31, 351-354. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>
- Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 490-500. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2008.11.001>
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., & Nam, B. W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International journal of nursing studies*, 43(2), 185-192. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2005.02.005>
- Korkmaz, O., Sahin, C., & Usta, E. (2011). The Relationship between Interaction an Audience Anxiety Levels and the Internet Addiction of Adults. *Contemporary Educational Technology*, 2(3), 200-212. <http://dx.doi.org/10.30935/cedtech/6054>
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of social issues*, 58(1), 49-74. <http://dx.doi.org/10.1111/1540-4560.00248>
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American psychologist*, 53(9), 1017. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.53.9.1017>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of behavioral addictions*, 1(1), 3-22. <http://dx.doi.org/10.1556/JBA.1.2012.1.1>
- Lane, H. Y., Chang, C. J., Huang, C. L., & Chang, Y. H. (2021). An investigation into smartphone addiction with personality and sleep quality among university students. *International journal of environmental research and public health*, 18(14), 7588. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18147588>
- Li, W., Garland, E. L., & Howard, M. O. (2014). Family factors in Internet addiction among Chinese youth: A review of English-and Chinese-language studies. *Computers in Human Behavior*, 31, 393-411. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.11.004>
- Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). Characteristics of internet addiction/pathological internet use in US university students: a qualitative-method investigation. *PloS one*, 10(2), e0117372. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0117372>
- Lin, Y. J., Hsiao, R. C., Liu, T. L., & Yen, C. F. (2020). Bidirectional relationships of psychiatric symptoms with internet addiction in college students: A prospective study. *Journal of the Formosan Medical Association*, 119(6), 1093-1100. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jfma.2019.10.006>

- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-u](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-u)
- Lovibond, S. H. (1995). Manual for the depression anxiety stress scales. *Sydney psychology foundation*. <http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass/order.htm>
- Marin, M. G., Nuñez, X., & de Almeida, R. M. M. (2021). Internet Addiction and Attention in Adolescents: A Systematic Review. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 24(4), 237-249. <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2019.0698>
- Marzilli, E., Cerniglia, L., Ballarotto, G., & Cimino, S. (2020). Internet addiction among young adult university students: The complex interplay between family functioning, impulsivity, depression, and anxiety. *International journal of environmental research and public health*, 17(21), 8231. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17218231>
- McKenna, K. Y., & Bargh, J. A. (2014). Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. In *Personality and Social Psychology at the Interface* (pp. 57-75). Psychology Press. http://dx.doi.org/10.1207/S15327957PSPR0401_6
- Miller, L. (1990). Neuropsychodynamics of alcoholism and addiction: Personality, psychopathology, and cognitive style. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 7(1), 31-49. [https://doi.org/10.1016/0740-5472\(90\)90034-n](https://doi.org/10.1016/0740-5472(90)90034-n)
- Montag, C., & Reuter, M. (2017). *Internet addiction* (pp. 143-150). Cham, Switzerland: Springer International Publishing. <http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-46276-9>
- Naseri, L., Mohamadi, J., Sayehmiri, K., & Azizpoor, Y. (2015). Perceived social support, self-esteem, and internet addiction among students of Al-Zahra University, Tehran, Iran. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 9(3) <http://dx.doi.org/10.17795/ijpbs-421>
- Nie, N. H., Hillygus, D. S., Erbring, L. (2002). Internet use, interpersonal relations, and sociability: A time diary study. *The Internet in everyday life*, 1, 213-43. <http://dx.doi.org/10.1002/9780470774298.ch7>
- Omar, S. Z., Zaremozhzabieh, Z. E. I. N. A. B., Samah, A. A., Bolong, J. U. S. A. N. G., & Shaffril, H. A. M. (2020). Influence of different facets of internet addiction on subjective well-being in Malaysia: a comparison across ethnic groups. *J. Komun. Malays. J. Commun*, 36(2). <http://dx.doi.org/10.17576/JKMJC-2020-3602-12>
- Pop-Jordanova, N., & Loleska, S. (2021). Neuropsychological Correlates of Internet Addiction. *Prilozi (Makedonska akademija na naukite i umetnostite. Oddelenie za medicinski nauki)*, 42(3), 17-28. <http://dx.doi.org/10.2478/prilozi-2021-0031>

- Pullmann, H., & Allik, J. (2000). The Rosenberg Self-Esteem Scale: its dimensionality, stability and personality correlates in Estonian. *Personality and Individual Differences*, 28(4), 701-715. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00132-4](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00132-4)
- Puri, A., & Sharma, R. (2016). Internet usage, depression, social isolation and loneliness amongst adolescents. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 7(10). <https://www.i-scholar.in/index.php/ijhw/article/view/134348>
- Richter, S. S., Brown, S. A., & Mott, M. A. (1991). The impact of social support and self-esteem on adolescent substance abuse treatment outcome. *Journal of substance abuse*, 3(4), 371-385. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-006X.68.4.684>
- Robbins, T. W., & Clark, L. (2015). Behavioral addictions. *Current opinion in neurobiology*, 30, 66-72. <https://doi.org/10.1016/j.conb.2014.09.005>
- ŞAHİN, C. (2014). An analysis of the relationship between internet addiction and depression levels of high school students. *Participatory Educational Research*, 1(2), 53-67. <http://dx.doi.org/10.17275/per.14.10.1.2>
- Sally, L. P. M. (2006). Prediction of internet addiction for undergraduates in Hong Kong. *Baptist University, Hong Kong, UMI Dissertation Information Service*. <https://doi.org/10.4236/ojn.2012.24051>
- Samani, S., & Jokar, B. (2001). Validity and reliability short-form version of the Depression, Anxiety and Stress. <https://www.sid.ir/paper/391033/en>
- Sezer, F., & İşgör, İ. Y. (2017). Life style and social support: The role of Computer/Internet Use. *International Online Journal of Educational Sciences*, 19(2), 356-369. <http://dx.doi.org/10.15345/iojes.2017.02.005>
- Shek, D. T., Zhu, X., & Dou, D. (2019). Influence of family processes on internet addiction among late adolescents in Hong Kong. *Frontiers in psychiatry*, 10, 113. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00113>
- Tonioni, F., D'Alessandris, L., Lai, C., Martinelli, D., Corvino, S., Vasale, M., Fanella, F., Aceto, P., & Bria, P. (2012). Internet addiction: hours spent online, behaviors and psychological symptoms. *General hospital psychiatry*, 34(1), 80-87. <http://dx.doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2011.09.013>
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior*, 7(4), 443-450. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
- Yang, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in human behavior*, 23(1), 79-96. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037>
- Yang, W., Morita, N., Ogai, Y., Saito, T., & Hu, W. (2021). Associations between senses of coherence, psychological distress, escape motivation of internet use, and internet addiction among Chinese college students: A structural equation model. *Current Psychology*, 1-10. [dor.10.1007%2Fs12144-021-02257-7](https://doi.org/10.1007%2Fs12144-021-02257-7)

- Young, K. S. (2009). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3).
<https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Zhao, F., Zhang, Z. H., Bi, L., Wu, X. S., Wang, W. J., Li, Y. F., & Sun, Y. H. (2017). The association between life events and internet addiction among Chinese vocational school students: The mediating role of depression. *Computers in Human Behavior*, 70, 30-38. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.057>