

## پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان بر مبنای حمایت اجتماعی و تنیدگی ناشی از انتظارات تحصیلی

صمد رشیدیان<sup>۱\*</sup>، نورالدین رشیدی<sup>۲</sup>، نیکزاد قنبری<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۳. دانشجوی دکترای تخصصی روان‌شناسی بالینی (گرایش پیشگیری و درمان اعتیاد)، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

تاریخ دریافت: ۹۶/۰۲/۲۲

تاریخ پذیرش: ۹۶/۰۵/۲۹

### چکیده

**زمینه و هدف:** اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان پیامدهای منفی و مخربی برای فرد و جامعه به دنبال دارد. مطالعه حاضر به منظور بررسی نقش پیش‌بینی تنیدگی ناشی از انتظارات تحصیلی و حمایت اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان انجام شد.

**روش:** طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بود. داده‌های پژوهش از ۲۴۶ نفر از دانش‌آموزانی که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ در مقطع متوسطه اول در شهر تهران مشغول به تحصیل بودند با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس جمع‌آوری شد. ابزارهای مورد استفاده در این مطالعه پرسشنامه‌های حمایت اجتماعی (زیمنت و همکاران، ۱۹۸۸)، پرسشنامه تنیدگی تحصیلی (آنگ و هوان، ۲۰۰۶)، و پرسشنامه اعتیاد به اینترنت (یانگ، ۱۹۸۸) بود. داده‌ها با روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به روش گام به گام تحلیل شد.

**یافته‌ها:** تنیدگی ناشی از انتظارات والدین و انتظارات خود رابطه مثبت با اعتیاد به اینترنت دارد در حالی که حمایت اجتماعی دوستان و خانواده با اعتیاد به اینترنت رابطه منفی دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که حمایت اجتماعی دوستان ( $p < 0/001$ )، تنیدگی ناشی از انتظارات والدین ( $p < 0/001$ )، تنیدگی ناشی از انتظارات خود ( $p < 0/001$ )، و حمایت خانواده ( $p < 0/01$ ) نقش پیش‌بین معنی‌داری روی شاخص تعدیل شده اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دارند. متغیرهای پیشین روی هم ۶۹ درصد واریانس اعتیاد به اینترنت را تبیین می‌کند.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌ها نشان داد که انتظارات خانواده‌ها و همچنین حمایت آنها نقش مهمی در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت دارد؛ بنابراین طراحی برنامه‌های پیشگیرانه مبتنی بر خانواده برای کاهش گرایش نوجوانان به اعتیاد به اینترنت ضروری به نظر می‌رسد.

**کلیدواژه‌ها:** تنیدگی، انتظارات تحصیلی، حمایت خانواده، اعتیاد به اینترنت

\*نویسنده مسئول: صمد رشیدیان، دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران

تلفن: ۰۲۱-۲۹۹۰۲۲۳۳

ایمیل: Srashidi642@gmail.com

## مقدمه

در دهه گذشته استفاده از اینترنت نه تنها در ایران بلکه در سراسر جهان رشد فزاینده‌ای داشته است. به‌طور تقریبی ۲/۱۱۰ میلیارد در سال ۲۰۱۱، ۲/۸۰۲ در ۲۰۱۳، و ۳/۳۶۶ میلیارد نفر در سال ۲۰۱۵ کاربر در سراسر جهان از اینترنت استفاده کردند (۱). اینترنت از یک‌طرف، برای تسهیل فعالیت‌های پژوهشی، جستجوی اطلاعات، تعاملات میان‌فردی، و همچنین برای معاملات تجاری مورد استفاده قرار می‌گیرد و از طرف دیگر، توسط برخی افراد برای انواع بازی‌ها، چت‌های طولانی‌مدت و حتی قمار مورد استفاده قرار می‌گیرد، به همین دلیل نگرانی رو به رشدی برای آنچه که ما از آن تحت عنوان اعتیاد به اینترنت<sup>۱</sup> اسم می‌بریم، وجود دارد.

اصطلاح اعتیاد به اینترنت، اولین بار توسط کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ در نشست سالانه انجمن روان‌شناسی آمریکا در یک مقاله تحت عنوان "ظهور یک اختلال بالینی جدید"<sup>۲</sup> مطرح شد (۲). وی علائم این اختلال را با علائم آسیب‌شناسی قماربازی مقایسه کرد. اعتیاد به اینترنت که به عنوان وابستگی به اینترنت<sup>۳</sup> نیز از آن یاد می‌شود یک اختلال است که به رفتارهای اعتیادی، تکانشی، و دلمشغولی‌های بیش از حد یا مهارنشده در مورد استفاده از وسایل کامپیوتری و دسترسی به اینترنت مرتبط است. به عبارت دیگر، اعتیاد به اینترنت یک نوع اعتیاد رفتاری تکانشی، و مشکل‌ساز است که به وسیله علائمی از قبیل تحمل، ترک و از دست دادن کنترل مشخص می‌شود (۳ و ۴). اگرچه مزایای استفاده از اینترنت غیرقابل انکار است، با این حال به نظر می‌رسد که از منظر آسیب‌شناسی، استفاده افراطی از آن، نه تنها اختلال‌هایی در روابط خانوادگی و بین فردی افراد به وجود می‌آورد بلکه همچنین بر سلامتی، عملکرد تحصیلی و حافظه افراد نیز اثر مخرب دارد. استفاده افراطی از اینترنت با زندگی اجتماعی، عملکرد تحصیلی و کاری تداخل پیدا می‌کند (۵)، و موجب الگوهای خواب

آشفته و فرسودگی (۶)، مشکلات خانوادگی (۷)، و همچنین به تضعیف عملکرد تحصیلی، تداوم تعارض با والدین، مشکلات بین‌فردی، و بروز علائم روان‌شناختی و بدنی منجر شود (۸).

مطالعات متعددی برای شناسایی عوامل مرتبط و پیش‌بین اعتیاد به اینترنت انجام شده است. از جمله این عوامل می‌توان به سبک‌های دلبستگی (۹)، سبک‌های شخصیتی (۱۰، ۱۱ و ۱۲)، وقایع تنیدگی‌زای زندگی (۱۳)؛ راهبردهای کنار آمدن<sup>۴</sup> (۱۴ و ۱۵)، مناطق عمده عصب‌شناختی به خصوص قطعه پیش‌پیشانی که به تصمیم‌گیری، مهار و نظارت مرتبط است (۱۶ و ۱۷)، اختلال‌های خاصی نظیر هراس اجتماعی، هراس خاص، و اختلال اضطراب تعمیم‌یافته، افسردگی، و اختلال‌های خواب (۱۸ و ۱۹) اشاره کرد.

علاوه بر این تنیدگی ناشی از انتظارات تحصیلی نیز یکی از مهم‌ترین عوامل مرتبط با اعتیاد به اینترنت است. در مطالعه‌ای که توسط دب، استرودل، و سان (۲۰) بر روی دانش‌آموزان مقطع متوسطه هندی انجام دادند، نتایج نشان داد که نزدیک دوسوم (۶۳/۵ درصد) دانش‌آموزان بدون توجه به سن، جنس و دیگر عوامل شخصی، تنیدگی و فشار تحصیلی گزارش کردند. همچنین حدود دوسوم (۶۶ درصد) دانش‌آموزان گزارش کردند که از طرف والدین برای عملکرد بهتر در مدرسه تحت فشار و تنیدگی هستند. علاوه بر این مشخص شده است که عوامل مؤثر خانوادگی (از قبیل عملکرد خانواده، سطح روابط خانواده، نظارت و ...) در اعتیاد به اینترنت، مشابه اعتیاد به سایر رفتارها مثل سوء مصرف مواد، الکل و قماربازی است (۲۱).

اعتیاد به اینترنت در نوجوانان و دانش‌آموزان در حال تحصیل، بسیار مورد توجه پژوهشگران و حتی والدین قرار گرفته است شاید به این دلیل که نوجوانان آسیب‌پذیرترین گروه در برابر اعتیاد به اینترنت هستند (۲۲ و ۲۳). در این میان دانش‌آموزان به خاطر فشارهایی که از جامعه به‌طور کلی و

1. Internet Addiction

2. The emergence of a New Clinical Disorder

3. Internet dependence

4. Coping strategy

یک نمونه بیش از ده‌هزار نفری از نوجوانان چینی نشان دادند که افسردگی با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت دارد در حالی که بین حمایت اجتماعی دریافت‌شده و اعتیاد به اینترنت رابطه منفی وجود داشت. بررسی‌های دیگری نیز در این زمینه انجام شده است که نقش متغیرهایی مانند اضطراب اجتماعی<sup>۱</sup> را برجسته می‌سازد (۳۳ و ۳۴). اگرچه در این زمینه پژوهش‌های محدودی صورت گرفته است با این حال، نتایج در برخی مطالعات متناقض است. همچنین با توجه به استفاده گسترده از اینترنت در سطح جامعه و همچنین شیوع بالای اعتیاد به اینترنت به خصوص در بین دانش‌آموزان که سرمایه‌های اصلی یک کشور هستند ضرورت انجام مطالعاتی برای مشخص کردن عوامل مؤثر بر این پدیده نوظهور، و لحاظ کردن آنها در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلاتی، امری مهم و ضروری به نظر می‌رسد. در همین راستا، مطالعه حاضر به بررسی نقش حمایت اجتماعی و انتظارات تحصیلی در پیش‌بینی اعتیاد نوجوانان به اینترنت می‌پردازد.

## روش

**الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:** طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است که اعتیاد به اینترنت متغیر وابسته و تنیدگی انتظارات تحصیلی و حمایت اجتماعی متغیرهای پیش‌بین به حساب می‌آیند. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان دختر و پسر شهر تهران است که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ در مقطع اول دبیرستان (متوسطه) مشغول به تحصیل بودند که از بین آنها نمونه‌ای به حجم ۲۶۳ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل تحصیل در مقطع دبیرستان، مجرد بودن و قرار داشتن در دامنه سنی ۱۳ الی ۱۵ سال بود. ملاک‌های خروج عدم تمایل به شرکت در پژوهش و پاسخدهی ناقص به سؤالات است.

به‌طور خاص از والدین و مدارس برای موفقیت در تحصیلی دریافت می‌کنند باعث افزایش تنیدگی آنها می‌شود که در صورت تداوم، بهزیستی روانی آنها را به خطر می‌اندازد که این امر خود با رفتارهای اعتیادی از جمله اعتیاد به اینترنت آنها رابطه دارد (۲۴). به نظر می‌رسد که انتظارات دیگران بیشتر از انتظارات خود فرد از خود موجب افزایش تنیدگی تحصیلی در فرد می‌شود (۲۵). عمده‌ترین علائم اعتیاد به اینترنت عبارت‌اند از: استفاده افراطی؛ اغلب مرتبط است با از دست دادن حس زمان؛ ترک، شامل احساس تنش، خشم، و یا افسردگی وقتی که استفاده از اینترنت به‌طور ناگهانی قطع شود؛ تحمل، شامل نیاز به زمان طولانی برای آنلاین بودن؛ استفاده تکانشی، و پیامدهای منفی، از قبیل شکایات جسمی است (۲۶). نرخ و میزان شیوع اعتیاد به اینترنت به علت استفاده از ابزارهای مختلف و همچنین نقطه برش متفاوت در مطالعات مختلف تفاوت دارد. برای مثال در هنگ کنگ ۲۵/۳ درصد (۲۷)، در کره ۱۲/۴ درصد (۲۸)، و در یونان ۳۴/۷ درصد (۲۹) اعلام شده است. همچنین در مطالعه صدیقی و ممون (۸)، ۳۰ درصد شرکت‌کنندگان نمرات اعتیاد به اینترنت خیلی بالا، ۶۷ درصد نمره متوسط و ۰/۲ درصد نمره پایین داشتند. در ایران با وجود اینکه تعداد کاربران اینترنت خیلی زیاد است، با این حال مطالعات زیادی در مورد میزان استفاده از اینترنت و میزان شیوع اعتیاد به اینترنت انجام نشده است. در مطالعه‌ای که توسط احمدی (۳۰)، در یک نمونه ۴۵۰۰ نفری از دانش‌آموزان مقطع متوسطه انجام شد، نتایج نشان داد که ۲۲/۲ درصد شرکت‌کنندگان اعتیاد به اینترنت داشتند.

بررسی‌ها نشان داده‌اند که متغیرهای اجتماعی و به ویژه حمایت اجتماعی یکی از عوامل پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به اینترنت است. گوناک و دوغان (۳۱) در بررسی نوجوانان ترک نشان دادند نوجوانانی که زمان بیشتری را با والدین سپری می‌کنند حمایت اجتماعی بیشتری ادراک کرده و به میزان کمتری اعتیاد به اینترنت دارند. وو، ژانگ، ژاو، وانگ، لی، بی، گونگ و همکاران (۳۲) در یک بررسی مقطعی در

1. Social Anxiety

**(ب) ابزار**

۱. *اعتیاد به اینترنت*: پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۱</sup> در سال ۱۹۸۸ توسط کیمبرلی یانگ ساخته شد و در زمینه سنجش اعتیاد اینترنتی مورد استقبال قرار گرفت. این پرسشنامه دارای ۲۰ سؤال است و تعیین می‌کند که آیا استفاده بیش از حد از اینترنت بر جنبه‌های مختلف زندگی فرد اثر گذار است یا خیر. طیف پاسخدهی آن به صورت لیکرت بوده و دارای پنج درجه است (بندرت، گاهی اوقات، اغلب، بیشتر اوقات، و همیشه به ترتیب نمرات ۱، ۲، ۳، ۴، و ۵ را دریافت می‌کنند). برای به دست آوردن نمره کل پرسشنامه حاصل جمع امتیازات داده‌شده توسط پاسخ‌دهنده به تک‌تک سؤالات پرسشنامه را با هم جمع می‌کنیم. نمره کل به دست آمده دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. بدیهی است که هر چه این نمره بالاتر باشد، بیانگر اعتیاد بالاتر فرد به اینترنت خواهد بود و بر عکس. فرناندز و همکاران همسانی درونی پرسشنامه را ۰/۹۱ و اعتبار آن را ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند (۳۵). همچنین خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ در ایران توسط علوی و همکاران مورد بررسی قرار گرفت که نتایج با استفاده از روش‌های آلفای کرونباخ، بازآزمایی و تصنیف به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۸ و ۰/۷۲ محاسبه شد که با توجه به نتایج قابل قبول و حاکی از مطلوبیت این ابزار برای غربالگری کاربران اینترنتی معتاد از غیرمعتاد در پژوهش‌های روان‌شناختی بود (۳۶). در بررسی حاضر آلفای کرونباخ محاسبه شده ۰/۹۰ به دست آمد.

۲. *مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی/دراک شده*<sup>۲</sup>: پرسشنامه زیمت و همکاران<sup>۳</sup> (۱۹۸۸) دارای ۱۲ سؤال است و میزان حمایت اجتماعی فرد را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. طیف پاسخدهی آن به صورت لیکرت بوده و دارای ۷ درجه به شدت مخالف تا به شدت موافق است. و دارای سه خرده‌مقیاس است که حمایت خانواده، حمایت دوستان، و

حمایت افراد مهم را مورد سنجش قرار می‌دهد. زیمت و همکاران آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های حمایت دیگران مهم، خانواده، و دوستان را به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۷، و ۰/۸۵ گزارش کردند. همچنین اعتبار به روش بازآزمایی برای خرده‌مقیاس‌های حمایت افراد مهم، خانواده، و دوستان به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۸۵، و ۰/۷۵ محاسبه شد (۳۷). همچنین وانگ پاکران و همکاران آلفای کرونباخ ۰/۹۱ و ضریب بازآزمایی ۰/۸۴ را برای این مقیاس گزارش دادند (۳۸). آلفای کرونباخ محاسبه شده در بررسی حاضر ۰/۷۸ به دست آمد.

۳. *پرسشنامه تنیدگی/انتظارات تحصیلی*<sup>۴</sup>: این پرسشنامه توسط آنگ و هوان (۳۹) برای ارزیابی منابع تنیدگی‌زای تحصیلی نوجوانان تهیه شده است. این آزمون با ۹ سؤال دارای دو خرده‌آزمون تنیدگی ناشی از انتظارات والدین/معلمان و تنیدگی ناشی از انتظارات شخصی از خود است. سوال‌هایی مانند "۱. وقتی که نتوانم انتظارات والدینم را برآورده کنم، خودم را سرزنش می‌کنم." مربوط به خرده‌آزمون تنیدگی ناشی از انتظارات والدین/معلمان، و سوال‌هایی مثل "۲. وقتی که نتوانم در حد معیارهای خودم باشم، دچار تنیدگی می‌شوم - وقتی در حد انتظارات خودم عمل نمی‌کنم، احساس می‌کنم عملکرد چندان خوبی نداشتم" به مؤلفه تنیدگی ناشی از انتظارات شخصی مربوط است. سؤال‌ها در یک طیف ۵ درجه‌ای (هرگز، به ندرت، گاه‌گاهی، اغلب و بیشتر وقت‌ها) پاسخ داده می‌شوند. نمرات بالاتر به معنی تنیدگی بالاتر محسوب می‌شود و بالعکس. آلفای کرونباخ برای این آزمون بین ۰/۷۴ تا ۰/۹۰ و اعتبار بازآزمایی دو هفته‌ای آن بین ۰/۷۷ تا ۰/۸۵ گزارش شده است (۳۹).

جهت تامین اعتبار محتوا، نسخه ترجمه شده پرسشنامه سنجش تنیدگی تحصیلی ناشی از انتظارات والدین، معلم، و خود در اختیار ۵ تن از متخصصان حوزه علوم رفتاری مربوط به کودک و نوجوان قرار گرفته و از ایشان خواسته شد در خصوص تأیید محتوا و هدف مورد سنجش توسط سؤالات

1. Internet Addiction Test (IAT)

2. Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)

3. Zimet, Dahlem, Zimet &amp; Farley

4. Academic Expectation Stress Inventory (AESI)

و پژوهشگران در مورد محرمانه ماندن اطلاعات به آزمودنی‌ها اطمینان دادند. پیشتر نیز گفته شد که نوشتن نام و مشخصات فردی ضرورت ندارد و نیز آنها این حق را دارند که در صورت عدم تمایل در این پژوهش مشارکت نکنند.

### یافته‌های

از ۲۶۳ نفر شرکت‌کننده در این پژوهش، ۱۴۲ نفر (۵۴ درصد) پسر و ۱۲۱ (۴۴ درصد) دختر بودند. برای تحلیل داده‌ها از دو روش توصیفی و استنباطی استفاده شد. در روش توصیفی به استخراج میانگین، انحراف استاندارد، و در تحلیل استنباطی داده‌ها با آزمون مناسب تحلیل شد.

نظر خود را به صورت موافق، مخالف یا مطرح کردن این موضوع که سؤال نیاز به اصلاح یا بازبینی دارد بیان کنند. نتایج حاصل نشان‌دهنده اتفاق نظر کامل متخصصان در خصوص سنجش تنیدگی تحصیلی ناشی از انتظارات معلم، والدین و خود توسط این پرسشنامه است (۴۰).

**ج) روش اجرا:** پس از هماهنگی‌های لازم و دریافت مجوز جهت اجرای پرسشنامه‌ها، به مدارس مراجعه شد و با توجه به ملاک‌های ورود و خروج، نمونه با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد و پرسشنامه‌ها توزیع و سپس جمع‌آوری شد. اجرا به شکل گروهی بود و حدود ۳۰ دقیقه به طول انجامید. ملاحظات اخلاقی در این بررسی مدنظر قرار گرفت

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی مربوط به خرده مقیاس‌های حمایت اجتماعی، تنیدگی انتظارات تحصیلی و رابطه با اعتیاد به اینترنت

| مقیاس                            | شاخص                           | میانگین | انحراف | اعتیاد به اینترنت |
|----------------------------------|--------------------------------|---------|--------|-------------------|
| مؤلفه‌های تنیدگی انتظارات تحصیلی | تنیدگی ناشی از انتظارات والدین | ۱۵/۷۴   | ۵/۵۱   | ۰/۷۴**            |
|                                  | تنیدگی ناشی از انتظارات خود    | ۱۳/۰۲   | ۴/۶۴   | ۰/۶۲**            |
|                                  | حمایت اجتماعی خانواده          | ۱۴/۴۴   | ۴/۳۱   | ۰/۷۲**            |
| مؤلفه‌های حمایت اجتماعی          | حمایت اجتماعی دوستان           | ۱۴/۱۶   | ۴/۸۳   | ۰/۷۷**            |
|                                  | حمایت اجتماعی افراد مهم        | ۱۳/۷۸   | ۴/۳۸   | ۰/۷۳**            |

جدول ۲. بررسی اثر پیش‌بینی‌کنندگی ابعاد تنیدگی انتظارات تحصیلی و حمایت اجتماعی روی اعتیاد به اینترنت

| آماره پیش‌بین |                |       |       |       | ضرایب غیر استاندارد |               |     |        |       | ضریب استاندارد |                |      |   |   | بررسی معناداری مدل |               |    |   |   |
|---------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------|---------------|-----|--------|-------|----------------|----------------|------|---|---|--------------------|---------------|----|---|---|
| B             | خطای استاندارد | Beta  | t     | P     | منبع متغیر          | مجموع مجذورات | Df  | F      | P     | B              | خطای استاندارد | Beta | t | P | منبع متغیر         | مجموع مجذورات | Df | F | P |
| ۶۰/۴          | ۴/۱۹           |       | ۱۴/۴  | ۰/۰۰۱ | رگرسیون             | ۲۷۳۱۹/۲۶      | ۴   |        |       |                |                |      |   |   |                    |               |    |   |   |
| ۰/۸۷          | ۰/۱۷           | -۰/۳۴ | -۴/۹۸ | ۰/۰۰۱ | باقیمانده           | ۱۱۹۵۴/۸۲      | ۲۴۲ |        |       |                |                |      |   |   |                    |               |    |   |   |
| ۰/۶۱          | ۰/۱۳           | ۰/۲۷  | ۴/۶۷  | ۰/۰۰۱ | کل                  | ۳۹۲۷۴/۱       | ۲۴۶ | ۱۳۸/۲۵ | ۰/۰۰۱ |                |                |      |   |   |                    |               |    |   |   |
| ۰/۴۹          | ۰/۱۲           | ۰/۱۸  | ۳/۹۴  | ۰/۰۰۱ |                     |               |     |        |       |                |                |      |   |   |                    |               |    |   |   |
| -۰/۵۱         | ۰/۱۸           | -۰/۱۷ | -۲/۷۸ | ۰/۰۱  |                     |               |     |        |       |                |                |      |   |   |                    |               |    |   |   |

تحلیل واریانس برای بررسی معنی‌دار بودن مدل پیش‌بینی‌کننده شاخص تعدیل شده اعتیاد به اینترنت نشان می‌دهد که حداقل یکی از ابعاد متغیرهای پیش‌بین اثر پیش‌بینی‌کنندگی

نتایج مرحله آخر رگرسیون گام به گام بعد از چهار گام در جدول ۲ حاکی از آن است که متغیرهای پیش‌بین روی هم ۶۹ درصد واریانس اعتیاد به اینترنت را تبیین می‌کند. نتایج

معنی‌داری دارد ( $F(4,242)=138/25$ ;  $p<0/001$ ). از بین متغیرهای پیش‌بین، حمایت اجتماعی دوستان ( $p<0/001$ )،  $t=-4/98$ ،  $B=-0/87$ )، تنیدگی ناشی از انتظارات والدین ( $p<0/001$ )،  $t=4/67$ ،  $B=0/61$ )، تنیدگی ناشی از انتظارات خود ( $p<0/001$ )،  $t=3/94$ ،  $B=0/49$ )، و حمایت خانواده ( $p<0/001$ )،  $t=-2/78$ ،  $B=-0/51$ ) اثر پیش‌بینی‌کنندگی معنی‌داری روی شاخص تعدیل شده اعتیاد به اینترنت در نوجوانان دارند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان نوجوان بر مبنای حمایت اجتماعی و تنیدگی ناشی از انتظارات تحصیلی بود. نتایج نشان داد که عوامل ذکر شده رابطه معناداری با اعتیاد به اینترنت نوجوانان دارند. یافته‌های بورنل و کوتر (۱۴)؛ چو، چو و چن (۴۱)؛ وو و همکاران (۲۷)، نیز نشان داد، پیوندها و روابط خانوادگی قوی و حمایت و نظارت والدینی یک عامل مهم در کاهش گرایش به اعتیاد به اینترنت است. همچنین همسو با یافته‌های برخی پژوهشگران (۲۱ و ۳۲) مطالعه حاضر نشان داد که تعارض بالای بین والد-نوجوان، کارکرد خانوادگی پایین و میزان حمایت اندک پیش‌بین عمده اعتیاد به اینترنت نوجوانان است. اعتیاد به اینترنت رابطه منفی با حمایت اجتماعی دارد (۴۲). علاوه بر این مطالعه حاضر همسو با یافته‌های دب و همکاران (۲۰)؛ ولزمزو، لاسفیلد، و روبرتی (۴۳)؛ بونویسودی و کولادی (۲۴)، دریافت که وقایع تنش‌آور زندگی که در این مطالعه به خاطر انتظارات تحصیلی فراتر از حد (چه از طرف خود دانش‌آموز و چه از طرف والدین) ایجاد شده بود رابطه مثبت معناداری با اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان داشت.

تنیدگی و فشارهای دوره‌های مختلف زندگی یک عامل است که بر روی بسیاری از بیماری‌های روان‌شناختی و روان‌پزشکی تأثیر می‌گذارد. در رابطه با انتظارات والدین و اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان می‌توان گفت که با توجه به این

امر که در جوامعی همچون کشور ما که نقش خانواده پررنگ است و از طرف دیگر ادامه تحصیل و ورود به تحصیلات عالی ذهن بیشتر خانواده‌های ایرانی را به خود مشغول کرده است، و به‌نوعی قبول شدن در کنکور را تنها راه موفقیت، کسب جایگاه اجتماعی بالا، و پیشرفت فرزندان خود می‌دانند این عوامل باعث می‌شود که انتظارات (در خود فرد و همچنین والدین) بیشتری برای موفقیت تحصیلی ایجاد شود که زمینه تنیدگی را فراهم می‌کند. این یافته‌ها بر نقش آسیب‌رسان وقایع تشکر زندگی در ایجاد اعتیاد به اینترنت تأکید دارد. یک توضیح احتمالی برای این یافته ممکن است این باشد زمانی که دانش‌آموزان با انتظارات بالا و ناتوانی خود برای برآورده ساختن این انتظارات مواجه می‌شوند، تنش و تنیدگی زیادی را تجربه می‌کنند و چون خانواده‌ها هم در این شرایط به جای درک و همدلی با آنها، معمولاً ایشان را تحت فشار برای مطالعه بیشتر، مقایسه با همسالان و حتی اعمال محدودیت‌های بیشتر قرار می‌دهند، نوجوانان برای مدیریت احساسات، جبران تعاملات اجتماعی، و فرار از واقعیت تمایل بیشتری به استفاده از اینترنت پیدا می‌کنند (۴۴).

علاوه بر این، مطابق با نظریات روان‌تحلیل‌گری و نظریات شخصیتی و مدل بیماری‌پذیری-تنیدگی، افرادی که زمینه اعتیاد همچون آسیب شدید دوران کودکی، ویژگی‌های شخصیتی، و اختلال خاصی دارند و زمانی که با تنیدگی یا ترکیبی از فشارها در یک زمان مواجه می‌شوند، گرایش بیشتری برای اعتیاد دارند. حال اگر فرد مثلاً مواد یا الکل مصرف کند بر مقدار مصرف در این شرایط افزوده می‌شود، چیزی که مشابه آن در افزایش استفاده از اینترنت زمانی که تنیدگی افزایش می‌یابد نیز اتفاق می‌افتد.

علاوه بر این، این یافته با نظریات رفتاری و شرطی‌سازی عامل نیز همخوانی دارد (۴۵). بر اساس نظریه شرطی‌سازی عامل، افراد رفتار را به این خاطر که پاداش به دنبال دارد انجام می‌دهند. حال این رفتار می‌تواند قمار، مصرف مواد، مصرف الکل، رابطه جنسی، خرید کردن، و یا اتصال به اینترنت باشد.

هر یک از این رفتارها پاداشی (دوست داشته شدن و علاقه، حمایت شدن، هیجان‌خواهی، راحتی هیجانی، جسمانی، و ذهنی) که همه آنها به معنی فرار از واقعیت هستند، به دنبال دارد؛ بنابراین دانش‌آموزی که انتظار چنین پیامدهای مثبتی را دارد و خواهان این پاداش‌ها است و آنها را در دنیای واقعی دریافت نمی‌کند و به تجربه یاد می‌گیرد که اینترنت به او اجازه سرگرمی، دریافت عشق و علاقه، و فرار از واقعیت می‌دهد به احتمال بیشتری درگیر اینترنت می‌شود تا جایی که خود این رفتار جبرانی تبدیل به یک نیاز می‌شود. این رفتار تقویت می‌شود و چرخه تداوم می‌یابد.

همچنین، مطابق با مطالعات پیشین تقریباً ۷۵ درصد افرادی که اعتیاد به اینترنت دارند از برنامه‌های اتاق گفتگو (از قبیل، تلگرام، اینستاگرام، لاین و ...) به عنوان راهی برای برقراری ارتباط استفاده می‌کنند. این مطلب نشان‌دهنده این است که از یک‌طرف نوع و سبک تعاملات با گذشته تفاوت پیدا کرده است و از طرف دیگر می‌توان چنین تبیین کرد به این دلیل که افراد حمایت و صمیمیت لازم را در فضای واقعی زندگی دریافت نمی‌کنند برای ارضای این نیازها به فضای مجازی و شبکه گسترده اینترنت پناه می‌برند؛ به عبارت دیگر و در تبیین رابطه حمایت خانواده و افراد مهم و انتظارات تحصیلی با اعتیاد به اینترنت می‌توان به بحث نیازهای آدمی و نحوه دستیابی به آنها اشاره کرد. به نظر می‌رسد امروز فقط ابزارهای کنار آمدن با مشکلات فرق کرده است. از قدیم زمانی که افراد با نیازهای ارضانگشته خود، مشکلات و وقایع دردناک مواجه می‌شدند برای تسکین درد و رنج‌های خود و کاهش تنیدگی و اضطراب به یک سری راهبردهای کنار آمدن همچون خیال‌پرازی، هنر و موسیقی، اجتناب کردن، مصرف مواد، و پرخوری رو می‌آوردند. یکی از ابزارهای نوظهور که امروزه برای کنار آمدن با مشکلات و همچنین دستیابی به نیازهای ارضانگشته استفاده می‌شود وسایل کامپیوتری، موبایل و اینترنت است. از آنجایی که یکی از مهم‌ترین نیازهای آدمی نیاز به پیشرفت، تأیید بدون قید و شرط، و تعامل با اطرافیان

است. نوجوان زمانی که می‌بیند نمی‌تواند انتظارات تحصیلی خود و والدین را برآورده سازد مضطرب شده و فشار و تنیدگی زیادی درون خود تجربه می‌کند و برای تسکین این ناتوانی و تنیدگی و دریافت حمایت اجتماعی به در دسترس‌ترین ابزار موجود، یعنی موبایل و کامپیوتر پناه می‌برد. همچنین، مشابه با سایر رفتارهای اعتیادی یکی از مهم‌ترین عوامل ایجاد و رشد اعتیاد به اینترنت، نبود حمایت اجتماعی (خانواده، دوستان، ...)، تعارضات و خشونت خانوادگی به خصوص بین والد و نوجوان، تنهایی و انزوا، است. از طرف دیگر، مهم‌ترین عامل محافظت‌کننده فرد از رفتارهای اعتیادی حمایت خانوادگی والدین و دیگران مهم است. در تبیین رابطه منفی حمایت خانواده، همسالان و افراد مهم با اعتیاد به اینترنت در این مطالعه می‌توان اظهار داشت که خانواده‌های با عملکرد بهتر و حمایت بیشتر (۴۶ و ۴۷) به میزان بیشتری با نوجوان خود ارتباط دارند و در مواجهه با تعارضات و سازش با تنیدگی‌ها بهتر عمل می‌کنند. به این صورت که در خانواده‌هایی که سطح حمایت‌گری بالایی دارند و روابط صمیمی و سازنده است نوجوان بدون اینکه بازخواست شود و مورد سرزنش قرار گیرد احساسات و ناراحتی‌های خود را با اعضای خانواده به اشتراک می‌گذارد و حمایت موردنیاز را دریافت نموده و دیگر نیازی نیست که به فضای مجازی و اینترنت رو بیاورد.

این پژوهش همچون سایر مطالعات محدودیت‌هایی داشت از جمله محدودیت جامعه و نمونه که صرفاً به دانش‌آموزان تهرانی با نمونه کم محدود شد. علاوه بر این متغیرهای خانوادگی و فردی شرکت‌کنندگان که مسلماً در اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان نقش مهمی دارند کمتر موردبررسی قرار گرفت. در نهایت با توجه با یافته‌های این مطالعه مبنی بر اثر پیش‌بینی تنیدگی انتظارات تحصیلی و نقش تعیین‌کننده خانواده‌ها به عنوان عامل خطر یا محافظت‌کننده اعتیاد به اینترنت نوجوانان و همچنین محدودیت‌های بیان‌شده پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی نقش عوامل خانوادگی همچون

کارکرد خانواده، کیفیت روابط خانوادگی و همچنین ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان که در گرایش آنها به سمت رفتارهای خاص تأثیر دارد مورد بررسی قرار گیرد و برای تعمیم‌پذیری بیشتر یافته‌ها از نمونه گسترده‌تر استفاده شود. در ارتباط با نقش تعیین‌کننده انتظارات خانواده و نوجوان پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلاتی مبتنی بر خانواده که بر روی نگرش‌ها و شناخت‌های آنها متمرکز می‌شود طراحی گردد.

**تشکر و قدردانی:** از سازمان آموزش و پرورش شهر تهران، معلمان و دانش‌آموزانی که ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند سپاسگزاریم.

**تضاد منافع:** یادآور می‌شود این پژوهش برای نویسندگان هیچ‌گونه تضاد منفعی به دنبال نداشته است.

## References

1. Miniwatts Marketing Group. Internet world stats: Usage and population statistics. 2015. Retrieved from the Internet World Stats website: <http://www.Internetworldstats.com/stats.htm>.
2. Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 1998; 1(3):237-44.
3. Meerkerk GJ, Van Den Eijnden RJ, Vermulst AA, Garretsen HF. The compulsive internet use scale (CIUS): some psychometric properties. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2009; 1; 12(1):1-6.
4. Pawlikowski M, Altstötter-Gleich C, Brand M. Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Comput Human Behav*. 2013 31; 29(3):1212-23.
5. Scherer K. College life on-line: Healthy and unhealthy Internet use. *J Coll Stud Dev*. 1997; 1; 38(6):655.
6. Lin SS, Tsai CC. Internet addiction of adolescents in Taiwan: an interview study. *Taiwan. Cyberpsychol Behav*. 2003; 6(6):649-652.
7. Christakis, D. A. Internet addiction: a 21st century epidemic? *BMC Med*. 2010; 8(1), 61.
8. Siddiqi, S., & Memon, Z. A. (2016, December). Internet Addiction Impacts on Time Management That Result in Poor Academic Performance. In *Frontiers of Information Technology (FIT), 2016 International Conference on* (pp. 63-68). IEEE.
9. Eichenberg C, Dyba J, Schott M. Attachment Style, Motives for Use and Internet Addiction. *Psychiatr Prax*. 2017; 44 (1): 41-46.
10. Zhou Y, Li D, Li X, Wang Y, Zhao L. Big five personality and adolescent Internet addiction: The mediating role of coping style. *Addict Behav*. 2017; 31(64):42-8.
11. Saini VK, Baniya GC, Verma KK, Soni A, Kesharwani S. A study on relationship of internet addictive behavior with personality traits among medical students. *J Mental Health and Hum Behav*. 2016; 21(2):108.
12. Munno D, Cappellin F, Saroldi M, Bechon E, Guglielmucci F, Passera R, Zullo G. Internet Addiction Disorder: Personality characteristics and risk of pathological overuse in adolescents. *Psychiatry Research*. 2017; 28(248):1-5.
13. Li D, Zhang W, Li X, Zhou Y, Zhao L, Wang Y. Stressful life events and adolescent Internet addiction: The mediating role of psychological needs satisfaction and the moderating role of coping style. *Comput Human Behav*. 2016; 31(63):408-415.
14. Burnell K, Kuther TL. Predictors of Mobile Phone and Social Networking Site Dependency in Adulthood. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2016; 19(10):621-7.
15. McNicol ML, Thorsteinsson EB. Internet addiction, psychological distress, and coping responses among adolescents and adults. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2017; 20(5): 296-304.
16. Brand M, Young KS, Laier C. Prefrontal control and Internet addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Front Hum Neurosci*. 2014; 27(8):375.
17. Kim YJ, Kim DJ, Choi JS. The cognitive dysregulation of Internet addiction and its neurobiological correlates. *Front Biosci (Elite Ed)*. 2017; 1(9):307.
18. Reda M, Rabie M, Mohsen N, Hassan A. Problematic internet users and psychiatric morbidity in a sample of Egyptian adolescents. *Psychology*. 2012; 3(08):626.
19. Reed P, Vile R, Osborne LA, Romano M, Truzoli R. Correction: Problematic Internet Usage and Immune Function. *PloS one*. 2015; 10(10):e0140692.
20. Deb S, Strodl E, Sun J. Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among Indian high school students. *Int J Psychol Behav Sci*. 2015; 5(1):26-34.
21. Yen JY, Yen CF, Chen CC, Chen SH, Ko CH. Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. *Cyberpsychol Behav*. 2007 1; 10(3):323-329.
22. Tzavela EC, Karakitsou C, Dreier M, Mavromati F, Wölfling K, Halapi E, Macarie G, Wójcik S, Veldhuis L, Tsitsika AK. Processes discriminating adaptive and maladaptive Internet use among European adolescents highly engaged online. *Journal of adolescence*. 2015; 30(40):34-47.

23. Tsimtsiou Z, Haidich AB, Drontsos A, Dantsi F, Sekeri Z, Drosos E, Trikilis N, Dardavesis T, Nanos P, Arvanitidou M. Pathological Internet use, cyberbullying and mobile phone use in adolescence: a school-based study in Greece. *Int J Adolesc Med Health*. 2017 Apr 22 . <https://doi.org/10.1515/ijamh-2016-0115>
24. Boonvisudhi T, Kuladee S. Association between Internet addiction and depression in Thai medical students at Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital. *PloS one*. 2017; 12(3): 0174209.
25. Ang RP, Klassen RM, Chong WH, Huan VS, Wong IY, Yeo LS, Krawchuk LL. Cross-cultural invariance of the academic expectations stress inventory: Adolescent samples from Canada and Singapore. *Journal of Adolescence*. 2009; 32(5):1225-37.
26. Block JJ. Pathological computer use in the USA. In 2007 international symposium on the counseling and treatment of youth internet addiction. Seoul, Korea, National Youth Commission 2007, p: 433.
27. Wu CS, Wong HT, Yu KF, Fok KW, Yeung SM, Lam CH, Liu KM. Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BMC pediatr*. 2016;16(1):130.
28. Heo J, Oh J, Subramanian SV, Kim Y, Kawachi I. Addictive internet use among Korean adolescents: a national survey. *PloS one*. 2014; 9(2):e87819.
29. Tran BX, Hinh ND, Nguyen LH, Le BN, Nong VM, Thuc VT, Tho TD, Latkin C, Zhang MW, Ho RC. A study on the influence of internet addiction and online interpersonal influences on health-related quality of life in young Vietnamese. *BMC public health*. 2017; 17(1):138.
30. Ahmadi K. Internet addiction among Iranian adolescents: a nationwide study. *Acta Med Iran*. 2014; 52(6): 467.
31. Gunuc S, Dogan A. The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Comput Human Behav*. 2013; 29(6):2197-2207.
32. Wu XS, Zhang ZH, Zhao F, Wang WJ, Li YF, Bi L, Qian ZZ, Lu SS, Feng F, Hu CY, Gong FF. Prevalence of Internet addiction and its association with social support and other related factors among adolescents in China. *J Adolesc*. 2016; (52):103-11.
33. Sioni SR, Burleson MH, Bekerian DA. Internet gaming disorder: Social phobia and identifying with your virtual self. *Comput Human Behav*. 2017 30; (71):11-15.
34. Lai CM, Mak KK, Watanabe H, Jeong J, Kim D, Bahar N, Ramos M, Chen SH, Cheng C. The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public health*. 2015; 129(9):1224-36.
35. Fernández-Villa T, Molina AJ, García-Martín M, Llorca J, Delgado-Rodríguez M, Martín V. Validation and psychometric analysis of the Internet Addiction Test in Spanish among college students. *BMC public health*. 2015; 15(1):953.
36. Alavi SS, Islami M, Marathi MR, Najafi M, Janatifard F, & Rezapour H. Psychometric properties of the Young Internet addiction test. *J Behav Sci*. 2010; 4(3): 183-189. [Persian]
37. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. *J Pers Assess*. 1988; 52(1):30-41.
38. Wongpakaran T, Wongpakaran N, Ruktrakul R. Reliability and validity of the multidimensional scale of perceived social support (MSPSS): thai version. *Clin Pract Epidemiol Ment Health: CP & EMH*. 2011 ;( 7):161.
39. Ang RP, Huan VS. Relationship between academic stress and suicidal ideation: Testing for depression as a mediator using multiple regression. *Child psychiatry and human development*. 2006; 37(2):133.
40. Mirshahvalad F. Factor structure of stress based on educational expectations in adolescent, including two parts of parents 'and teachers' expectations and person expectations from self in gifted and normal students [Thesis for Master of Science]. Faculty of Psychology, Shahid Beheshti University; 2013, pp: 91-92. [Persian].
41. Chou HL, Chou C, Chen CH. The moderating effects of parenting styles on the relation between the internet attitudes and internet behaviors of high-school students in Taiwan. *Comput Educ*. 2016 ;(94):204-214.

42. Fengqiang G, Jie X, Yueqiang R, Lei H. The relationship between internet addiction and aggression: multiple mediating effects of life events and social support. *Psychology research*. 2016 Jan; 6(1):42-9.
43. Velezmoro R, Lacefield K, Roberti JW. Perceived stress, sensation seeking, and college students' abuse of the Internet. *Comput Human Behav*. 2010; 26(6):1526-30.
44. Leung L. Stressful life events, motives for Internet use, and social support among digital kids. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2006; 10(2):204-14.
45. Skinner BF. *Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis*. Fourth edition. New York: BF Skinner Foundation; 2014, pp 98-99.
46. Varghese J. Effect of Family Focused Intervention on Perceived Stress, Quality of Life and Relapse Rate of Clients with Alcohol Dependence Syndrome. *Int J Nurs Educ Scholarsh*. 2017; 9(1):91-96.
47. Shah I, Siddiqui F, Ansari S. Relationship between Internet Addiction and Social Support among University Undergraduates. *International Research Journal of Arts & Humanities (IRJAH)*. 2016; 44(44):209.

## Prediction of Internet Addiction in Students based on Social Support and Academic Expectations Stress

Samad Rashidiyan<sup>\*1</sup>, Nooraladin Rashidi<sup>2</sup>, Nikzad Ghanbari<sup>3</sup>

1. M.A. Student in Clinical Psychology, Shahid Beheshti University of Tehran, Tehran, Iran

2. M.A. in Consulting Psychology, Allameh Tabataba'i University of Tehran, Tehran, Iran

3. Ph.D. Student in Clinical Psychology, Shahid Beheshti University of Tehran, Tehran, Iran

Received: May 12, 2017

Accepted: August 20, 2017

### Abstract

**Background and Purpose:** Internet addiction in students has negative and destructive consequences for the individual and society. The present study was conducted to investigate the role of social support and educational expectations stress in prediction of internet addiction in students.

**Method:** The research design was descriptive and correlational. Data were collected from 246 high school students from schools in Tehran during the academic year of 2015-2016 using available sampling method. Multidimensional scale of *perceived social support* (MSPSS), *internet addictions test* (IAT), and *academic expectation stress inventory* (AESI) was completed by students. The data were analyzed using of Pearson correlation and step by step regression.

**Results:** Stress from parents' expectations and their expectations have a positive relationship with internet addiction, while social support of friends and family has a negative relationship with online addiction. Also, the results of regression analysis showed that social support of friends ( $p < 0.001$ ), stress due to parents' expectations ( $p < 0.001$ ), stress due to their expectations ( $p < 0.001$ ), and family support ( $p < 0.01$ ) significantly predicts students' internet addiction. The predictor variables explain a total of 69 percent of the variance of internet addiction.

**Conclusion:** Findings showed that family expectations and their support play an important role in predicting internet addiction; therefore, the design of family-based preventive programs is necessary to reduce the tendency of adolescents to internet addiction

**Keywords:** Stress, academic expectations, family support, internet addiction

---

**Citation:** Rashidiyan S, Rashidi N, Ghanbari N. Prediction of internet addiction in students based on social support and academic expectations stress. Quarterly Journal of Child Mental Health. 2017; 4(3): 176-186.

---

**\*Corresponding author:** Samad Rashidiyan, M.A. Student in Clinical Psychology, Shahid Beheshti University of Tehran, Tehran, Iran.

Email: Srashidi642@gmail.com

Tel: (+98) 021-29902233