

# استفاده از اینترنت و رابطه آن با سلامت روان و کیفیت زندگی در دانش آموزان مقطع دبیرستان

محمد رضا نائینیان<sup>۱\*</sup>، فاطمه ادب دوست<sup>۲</sup>، سمانه خطیبی<sup>۳</sup> و فاطمه قمیان<sup>۴</sup>

۱. استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه شاهد، تهران، ایران (نویسنده مسئول).
۲. دانش‌آموخته کارشناسی روان‌شناسی بالینی دانشگاه شاهد، تهران، ایران.
۳. کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران.
۴. کارشناس ارشد علوم تربیتی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

## چکیده

**مقدمه:** این پژوهش با هدف تعیین رابطه استفاده از اینترنت با سلامت روان و کیفیت زندگی در بین دانش‌آموزان پسر و دختر مقطع دبیرستان شهر تهران اجرا شده است.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی و علی مقایسه‌ای بوده و جامعه آماری آن تمام دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه دو منطقه ۸ و ۱۵ شهر تهران بوده است. از جامعه آماری بالا ۷۳۶ نفر به شیوه خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از: مقیاس سنجش اعتیاد به اینترنت یانگ، مقیاس کوتاه اضطراب، افسردگی و استرس و پرسشنامه کیفیت زندگی نسخه دانش‌آموزان.

**نتایج:** نتایج پژوهش نشان داد که هر چه استفاده از اینترنت افزایش یابد، میزان اضطراب، افسردگی و استرس دانش‌آموزان افزایش می‌یابد و با افزایش استفاده از اینترنت، کیفیت زندگی دانش‌آموزان کاهش می‌یابد. دانش‌آموزان دختر پایه اول دبیرستان از دانش‌آموزان پسر هم پایه خود از اینترنت بیشتر استفاده می‌کنند؛ در حالی که میزان استفاده دانش‌آموزان پسر مقطع پیش‌دانشگاهی از دختران همین مقطع بیشتر است.

**بحث و نتیجه‌گیری:** از یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که باید درباره میزان استفاده از اینترنت در دانش‌آموزان دقت بیشتری داشت؛ چرا که استفاده مهار نشده از آن ممکن است برخی پریشانی‌های روان‌شناختی را افزایش دهد.

دوفصلنامه علمی - پژوهشی

## روان‌شناسی بالینی و شخصیت

(دانشور رفتار)

دوره ۱۴، شماره ۲، پیاپی ۲۷  
بایبیز و زمستان ۱۳۹۵  
صص: ۱۱۳-۱۰۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۰۶/۰۹

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۰۲/۱۵

Biannual Journal of

## Clinical Psychology & Personality

(Daneshvar-e-Raftar)

Vol. 14, No. 2, Serial 27

Autumn & Winter  
2016-2017

pp.: 103-113

**کلیدواژه‌ها:** اعتیاد به اینترنت، سلامت روان، کیفیت زندگی، دانش‌آموزان.

\*Email: mrnainian@yahoo.com

## مقدمه

در دنیایی که به‌طور فزاینده به سوی دیجیتالی شدن پیش می‌رود، اینترنت ابزاری پیش‌رونده جامعی برای کسب اطلاعات، ارتباط‌های اجتماعی و سرگرمی است. گزارش‌های پژوهشی بیانگر آنند که نوجوانان به‌طور پیش‌رونده‌ای وقت خود را صرف استفاده از کامپیوتر و اینترنت می‌کنند [۱]. در دهه ۱۹۹۰؛ یعنی زمانی که فناوری‌های ارتباط آنلاین، همچون پست الکترونیک و اتاق‌های گفتگو (چت) عمومیت یافت، مؤلفان بسیاری بر این عقیده بودند که فناوری‌های معرفی‌شده، به پیوستگی اجتماعی و بهزیستی نوجوانان آسیب می‌رساند. پیوستگی اجتماعی، به روابط نوجوانان با دیگران در محیط اجتماعی آن‌ها (مثل دوستان، اعضای خانواده) اشاره دارد. فرض محققان بر آن بود که اینترنت، نوجوانان را برمی‌انگیزد روابط آنلاین ساختگی با غریبه‌ها برقرار کنند که در مقایسه با روابط اجتماعی در دنیای واقعی‌شان سودمندی کمتری دارد [۲] و مدت‌زمانی که صرف ارتباط آنلاین با غریبه‌ها می‌شود، به بهای زمانی تمام می‌شود که نوجوانان قبلاً به روابط اجتماعی خود اختصاص می‌دادند، به‌گونه‌ای که پیوستگی اجتماعی و بهزیستی آن‌ها کاهش می‌یابد [۳].

فرضیه کاهش پیوستگی اجتماعی در نیمه دوم سال‌های ۱۹۹۰ از حمایت تجربی فراوانی برخوردار گردید. چندین مطالعه که در سال‌های اولیه پیدایش اینترنت، بر روی بزرگسالان و نوجوانان انجام شد، دلالت بر آن داشتند که استفاده از اینترنت با پیوستگی اجتماعی و بهزیستی ارتباط منفی دارد. برای مثال، یک مطالعه طولی [۳] نشان داد، استفاده از اینترنت در یک سال، پیوستگی اجتماعی و بهزیستی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، مطالعه نی [۲] نیز نشان داد که افراد بزرگ‌سالی که زمان بیشتری برای اینترنت صرف می‌کنند، زمان کمتری با دوستان می‌گذرانند. سرانجام مش [۴]، دریافت نوجوانانی که دوستان کمتری داشتند، به‌ویژه دوستان کمتری که به حرف‌های آن‌ها گوش دهند، احتمالاً از اینترنت بیشتر استفاده می‌کردند.

معرفی کامپیوتر و اینترنت در مدرسه و منازل، مسئله حریم خصوصی، سوءاستفاده و مؤلفه‌های مشابهی را مطرح ساخت. در یک مرور انجام شده از سوی بولن و هاره [۵]، آن‌ها تهدیدهایی را که از جانب اینترنت متوجه نوجوانان است، در پنج دسته قرار می‌دهند:

۱- طبیعت اینترنت و سطح سنی کاربران ارزیابی را دشوار می‌سازد.

۲- خطر ارائه اطلاعات خصوصی یا برقراری ملاقات‌های

شخصی با افراد از راه اینترنت.

۳- تأثیر منفی روبرو شدن با هرزه‌نگاری.

۴- حوادث و آثار جنسی بعدی.

۵- اثرات مربوط به سراچه‌های ضد اخلاقی، سراچه‌های مضمّن‌کننده و مطالب تهدیدکننده و آزاردهنده.

باوجوداین، در جامعه استفاده از اینترنت با دو نگاه مثبت و منفی مورد بررسی و کاوش قرار گرفته شده است. از یک‌سو بیان شده که اینترنت فرصتی ارزان و قابل‌دسترس برای تعامل اجتماعی [۶] و فعالیت‌های تفریحی فراغتی در اختیار نوجوانان قرار می‌دهد [۷]. اثرات مثبت افزایش استفاده از اینترنت بر رشد روانی اجتماعی نوجوانان، بر این حقیقت استوار است که اینترنت ابزاری برای خلق یک بافت کامل اجتماعی در بین اعضای این گروه سنی می‌باشد و اینکه تجارب حاصل از اینترنت بر دانش اجتماعی و اخلاقی بین نوجوانان اثر مثبت می‌گذارد [۸]. همچنین تأکید شده است که اینترنت جوانان را نیرومند ساخته و اضطراب آن‌ها را کاهش می‌دهد [۹].

از سوی دیگر، ادعا شده است که عادت به استفاده روزانه از اینترنت بر رشد روانی اجتماعی و رفتار نوجوانان آثار منفی می‌گذارد [۱۰]. در برخی تحقیقات، آثار نامطلوب بالقوه ناشی از استفاده از اینترنت، عمدتاً به «نبود اولیه بهزیستی روانی اجتماعی» اسناد داده می‌شود [۱۱]. از آنجاکه نوجوانی به لحاظ آسیب‌پذیری در برابر اعتیاد، دوره بحرانی است [۱۲]، نسبت به افراد بزرگسال، احتمال بیشتری وجود دارد که الگوهای استفاده افراطی از اینترنت در آنان رواج یابد. همچنین رویدادهای استرس‌زای زندگی نیز با این الگوی رفتاری همبسته دانسته شده است و این‌گونه فرض شده که در شرایط استرس‌زا افراد به‌منظور مدیریت خلقی، هیجانی و جبرانی اجتماعی آن، به استفاده از اینترنت متوسل می‌شوند [۱۳].

درعین‌حال که استفاده از اینترنت کسب اطلاعات و دانش را میسر می‌سازد، اما نمی‌تواند آن را به‌طور کامل تأمین نماید؛ زیرا این ابزار برای مخاطب غیر خاص طراحی شده است. ضمن آن‌که استفاده کنترل نشده از آن موجب مسائلی چون اعتیاد به اینترنت، چرخش محتوای نامطلوب، مواجهه با اطلاعات خصوصی و استفاده افراطی با محوریت سرگرمی می‌گردد [۱۴]. کاربران اینترنت تمایل دارند وقت کمتری را با دیگران صرف کنند که این امر منجر به افزایش مجادلات، ناصبوری و روابط پرتنش می‌شود. کار مدرسه‌ای نیز می‌تواند تحت تأثیر استفاده از اینترنت آسیب ببیند [۱۵، ۱۶، ۱۷].

استفاده افراطی از اینترنت موجب افزایش برانگیختگی

هیجانی یا روان‌شناختی زیربنایی خود با اینترنت تعامل برقرار می‌کنند، همچنین این نگرانی وجود دارد که استفاده غیر انطباقی از اینترنت موجب دیگر فعالیت‌های غیر انطباقی، مثل قمار، مسائل جنسی و مسائل مشابه می‌گردد. شواهد نظری و عملی حاکی از افزایش مشکلاتی، چون مزاحمت‌های استفاده از اینترنت، پرسه زدن و هرزه‌نگاری در میان نوجوانان و بزرگسالان است. برنر [۳۱] تأکید داشت از آنجاکه اینترنت ابزاری شخصی و آسانی را برای بازشناسی اطلاعات و ارتباط با دیگران برای کاربران خود تدارک می‌بیند، گروه‌های گوناگون بیشتری از کاربران نسبت به گذشته با اینترنت درگیر هستند که نیمرخ اعتیاد به کامپیوتر را تغییر می‌دهد. به همین دلیل، تحقیقات اخیر مشکلات جسمانی، روان‌شناختی و سایر مشکلات ناشی از استفاده از اینترنت را بیش‌ازپیش مورد کاوش قرار داده‌اند.

دلایل بسیاری برای علاقه به پژوهش در این حوزه ذکر شده است. کاربران افراطی اینترنت، هم به لحاظ فراوانی و هم به لحاظ مدت‌زمان استفاده، در هر جلسه به‌ویژه برای دسترسی به پست الکترونیکی، اتاق‌های گفتگو، بازی‌های اینترنتی بیش از گذشته به استفاده نامنظم و شدید از اینترنت ترغیب می‌شوند [۳۲]. از آنجاکه استفاده بیش‌ازاندازه (تعریف وابسته به زمان استفاده از اینترنت) و هم استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت (تعریف وابسته به رفتار استفاده از اینترنت) ممکن است نوجوانان را به مشکلات آموزشی [۳۳] و نیز تعاملات روانی اجتماعی و روابط بین فردی غیر کارکردی سوق دهد [۳۴]، بررسی روش‌های استفاده نوجوانان از اینترنت و رابطه میان گونه‌های مختلف استفاده از آن از اهمیت خاص خود برخوردار است. ارائه شاخص‌های روانی، اجتماعی اخلاقی و رفتاری افراد، از جمله نوجوانان در قالب میزان شیوع استفاده از اینترنت، مشخصه‌های استفاده از آن و میزان شیوع استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت، ضمن آنکه می‌تواند موقعیت جامعه را در این زمینه برای اعضای آن به تصویر بکشد؛ چنانچه این شاخص‌ها در مقیاسی بزرگ و معرف به‌دست‌آمده باشند، فرصت مشاهده علمی وضعیت جاری جامعه و پیگیری تغییرات حاصل از مدیریت فرهنگی اجتماعی باگذشت زمان را فراهم می‌سازد. در نتیجه در سطح فردی از این شاخص‌ها می‌توان برای ارزیابی وضعیت موجود و نیز در سطح کلان برای شناسایی موفقیت و شکست سیاست‌ها و برنامه‌های اجتماعی فرهنگی معطوف به هدایت استفاده انطباقی از فناوری جدید کامپیوتر و اینترنت و بهبود وضعیت موجود در صورت لزوم استفاده کرد. با توجه به آنچه بیان گردید، مسئله پژوهش حاضر این

روان‌شناختی، کم‌خوابی، غفلت از تغذیه برای طولانی‌مدت و محدود شدن فعالیت جسمانی و بالا رفتن خطر اعتیاد به مواد می‌شود [۱۸، ۱۹، ۲۰] که احتمالاً مشکلات سلامت جسمانی و روانی از جمله افسردگی، تنهایی، عزت‌نفس پایین و اضطراب را به دنبال دارد [۲۱، ۲۲، ۲۳]. همچون دیگر اعتیادها، اعتیاد به استفاده از اینترنت، روند کارهای درسی، شغلی، زندگی اجتماعی و سایر جنبه‌های زندگی روزانه فرد، از جمله تعاملات نوجوان با خانواده را مختل می‌کند [۲۴]. در عین حال، در یک مجموعه مورد مطالعه، ۶۱٪ از دانش‌آموزان مدارس راهنمایی و دبیرستان اظهار داشتند که استفاده آن‌ها از اینترنت مانع فعالیت‌های زندگی روزانه آن‌ها نمی‌شود، حتی اگر برای مدت طولانی این کار را انجام دهند [۲۵].

پژوهشگران میان شکل‌های گوناگون استفاده از اینترنت و آسیب‌شناسی مرتبط با آن تفاوت قائل شده‌اند. در یک مطالعه طولی ۱ ساله، موراهان و شوماختر [۲۶] دریافتند افرادی که زمان زیادی را با اینترنت سپری می‌کردند، متعاقباً سطوح بالاتری از افسردگی و تنهایی نشان دادند. در یک مطالعه تعقیبی بین مشارکت‌کنندگان از همان نمونه، کرات و همکاران، دریافتند که رابطه بین استفاده روزانه از اینترنت با تنهایی و افسردگی از بین رفت. به علاوه، آن‌ها دریافتند که در افراد برون‌گرا، استفاده روزانه از اینترنت با بهزیستی ارتباط مثبت داشت، در حالی که روابط منفی بین این دو متغیر در افراد درون‌گرا مشاهده گردید. در یک مطالعه طولی، وان دن ایندن و همکاران [۲۷]، رابطه‌ای مثبت بین استفاده روزانه از اینترنت و نشانه‌های افسردگی بعدی یافتند؛ اما بین استفاده روزانه از اینترنت و تنهایی هیچ‌گونه ارتباطی مشاهده نگردید. این یافته‌ها با مطالعات مقطعی گوناگون پشتیبانی می‌شدند. در مجموع، نتایج موجود درباره ارتباط مستقیم میان استفاده روزانه از اینترنت و بهزیستی را می‌توان به‌عنوان نتایجی غیراختصاصی طبقه‌بندی نمود. افزون بر این، هرگاه روابطی مشاهده گردید، مقدار این رابطه بسیار جزئی بود (۰/۱۹ - ۰/۱۰). دیوس [۲۸] مطرح می‌کند که استفاده روزانه از اینترنت برای تعیین یا شناسایی استفاده مشکل‌زا از اینترنت در نوجوانان، مقوله‌ای مناسب به نظر نمی‌رسد؛ بلکه ویژگی‌های افراد تعیین می‌کند که استفاده از آن روشی غیر انطباقی است و در نتیجه به بهزیستی پایین می‌انجامد.

همین‌گونه اشاره شده است که استفاده نوجوانان از اینترنت متأثر از نیازهای هیجانی [۲۹] و یا مسائل هویتی آن‌هاست [۳۰]؛ یعنی این‌که برخی نوجوانان در واکنش به نیازهای هیجانی و یا به‌عنوان راهی برای برخورد با مشکلات

است که: ۱. آیا میان سلامت روان نوجوانان ۱۵-۱۸ ساله شهر تهران با میزان استفاده آن‌ها از اینترنت ارتباط وجود دارد؟ ۲. آیا میان کیفیت زندگی نوجوانان ۱۵-۱۸ ساله شهر تهران با میزان استفاده آن‌ها از اینترنت ارتباط وجود دارد؟

## روش نوع پژوهش

پژوهش حاضر از نوع علی مقایسه‌ای و همبستگی بوده است.

## آزمودنی

**الف) جامعه آماری:** جامعه آماری تحقیق حاضر تمام دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان و پیش‌دانشگاهی دو منطقه ۸ و ۱۵ شهر تهران که جمعاً ۳۴۱۷۹ دانش‌آموز می‌شد را در برمی‌گیرد.

**ب) نمونه پژوهش:** نمونه مورد بررسی ۷۳۶ نفر از دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان و پیش‌دانشگاهی دو منطقه ۸ و ۱۵ شهر تهران بوده که بر اساس شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شده‌اند. نمونه‌گیری پژوهش بدین گونه انجام گرفت: در گام اول از ۲۲ منطقه آموزش و پرورش تهران منطقه ۸ و ۱۵ به‌طور تصادفی انتخاب شدند. در گام دوم فهرست دبیرستان‌های دخترانه و پسرانه دو منطقه بررسی شد و از هر منطقه از بین فهرست دبیرستان‌های دخترانه و پسرانه دو منطقه به‌صورت تصادفی سه دبیرستان پسرانه و سه دبیرستان دخترانه انتخاب گردید. شش دبیرستان از هر منطقه و در کل ۱۲ دبیرستان مطالعه شد. در گام سوم با مراجعه به هر یک از دبیرستان‌های انتخاب شده و از هر پایه یک کلاس به تصادف انتخاب گردید. سپس دانش‌آموزان پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. پاسخ به پرسشنامه‌ها با رعایت اصول اخلاق پژوهشی و با رضایت دانش‌آموزان داده شد. از ۷۳۶ نفر، ۳۹۰ نفر (۵۲/۹۹٪) دختر و ۳۴۶ نفر (۴۷/۰۱٪) پسر بودند. میانگین سنی دختران شرکت‌کننده ۱۶/۴۵ (s=۱/۱۲) و میانگین سنی پسران ۱۶/۵۶ (s=۱/۰۷) بود.

## ابزارهای پژوهش

در این مطالعه از سه مقیاس زیر برای بررسی متغیرهای مورد نظر استفاده شد:

۱) مقیاس سنجش اعتیاد به اینترنت یانگ: پرسشنامه اعتیاد به اینترنت توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ تهیه شد و ۲۰ سؤال دارد که هر سؤال بر روی مقیاس

لیکرت ۶ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمره‌ها از ۱۰۰-۰ است که نمره بیشتر نشان‌دهنده وابستگی بیشتر به اینترنت و شدیدتر بودن مشکلاتی است که در نتیجه استفاده زیاد از اینترنت برای شخص به وجود آمده است. درباره ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه اصلی مقیاس محدوده آلفا برای عوامل موجود در مقیاس، ۰/۸۲ - ۰/۵۵ و ارزش ویژه برای عوامل ۸ - ۰/۱/۴ به دست آمده است. ویژگی‌های این مقیاس را در ایران اورنگ بررسی کرده و این شاخص‌ها را به دست آورده است. آلفای کرونباخ محاسبه شده برای مقیاس ۰/۸۸ و همبستگی همگرای مقیاس با مقیاس‌های تنهایی و عزت‌نفس به ترتیب ۰/۶۷ و ۰/۲۴ به دست آمد که هر دو در سطح  $p < 0/01$  معنادار بوده‌اند. در این مطالعه پایایی مقیاس نیز با محاسبه آلفای کرونباخ بررسی شد و ضریب همسانی درونی ۰/۹۰ برای آن به دست آمد.

۲) **فرم کوتاه مقیاس‌های افسردگی، اضطراب، استرس (DASS-21):** این مقیاس از ۲۱ عبارت ویژه عواطف منفی (افسردگی، اضطراب و استرس) تشکیل شده است. خرده مقیاس افسردگی عبارت‌هایی را در برمی‌گیرد که خلق ناشاد، نداشتن اعتمادبه‌نفس، ناامیدی، بی‌ارزش بودن زندگی، علاقه نداشتن به درگیری در امور و نداشتن انرژی و قدرت را می‌سنجد. خرده مقیاس اضطراب با عبارت‌هایی می‌کوشد بیش‌انگیزگی فیزیولوژیک، ترس‌ها و اضطراب‌های موقعیتی را ارزیابی کند و خرده مقیاس استرس عبارت‌هایی چون دشواری در دستیابی به آرامش، تنش عصبی، تحریک‌پذیری و بی‌قراری را در برمی‌گیرد [۳۶]. آزمودنی باید پس از خواندن هر عبارت، فراوانی نشانه‌ی مطرح‌شده در عبارت مذکور را که در طول هفته گذشته تجربه کرده، با استفاده از یک مقیاس ۴ درجه‌ای (۳-۰) درجه‌بندی کند. هر یک از سه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس ۷ پرسش دارد و در هر یک از سه خرده مقیاس نمره آزمودنی با جمع عبارت‌های متعلق به همه عبارت‌های آن خرده مقیاس حاصل می‌شود. در بررسی سزابو<sup>۱</sup> [۳۷] که به‌منظور مطالعه ساختار عاملی نسخه کوتاه فرم افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-21) در نمونه نوجوانان انجام گرفت، ضریب همسانی درونی (آلفای کرونباخ) برای افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۷۹، ۰/۸۳ به دست آمد که این یافته‌ها دلالت بر آن دارند مقیاس‌های DASS-21 دارای ساختار عاملی روشن و پایداری می‌باشند. بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس بر روی نمونه نوجوانان ایرانی از سوی نیک آذین و نائینیان [۳۸] بر پایایی و اعتبار

<sup>۱</sup> Sazabo

### شیوه تحلیل داده‌ها

در مطالعه حاضر از روش همبستگی پیرسون به منظور بررسی رابطه بین متغیرهای مورد مطالعه و آزمون  $t$  برای گروه‌های مستقل استفاده شده است.

### نتایج

از ۳۹۰ دانش‌آموز دختر مورد مطالعه، ۳۲۵ نفر (۸۳/۳٪) در دوره متوسطه عمومی و ۶۵ نفر (۱۶/۷٪) در دوره هنرستان تحصیل می‌کردند و از ۳۴۶ دانش‌آموز پسر مورد مطالعه ۲۸۳ نفر (۸۱/۸٪) در دوره متوسطه عمومی و ۶۳ نفر (۱۸/۲٪) در دوره هنرستان مشغول تحصیل بودند. همچنین شاخص‌های متغیر اعتیاد به اینترنت نشان می‌دهد که از ۷۳۶ دانش‌آموز، ۵۴۴ دانش‌آموز (۷۳/۹٪) در طبقه کاربر معمولی، ۱۷۰ نفر (۲۳/۱٪) در طبقه در معرض خطر و ۲۲ دانش‌آموز (۳٪) در طبقه در حد اعتیاد قرار می‌گیرند. شاخص‌های تحصیلات پدر و مادر دانش‌آموزان نیز نشان می‌دهد که تحصیلات دیپلم در پدران ۲۸۵ نفر (۳۸/۷٪) و مادران ۳۳۹ نفر (۴۶/۱٪) بیشترین فراوانی و بی‌سوادی در مردان ۶ نفر (۰/۸٪) و دکترها در زنان ۳ نفر (۰/۴٪) کمترین فراوانی را داشته است. همین‌گونه شاخص‌های ویژه‌ی شغل پدر و مادر دانش‌آموزان مورد مطالعه نیز نشان‌دهنده آن است که بیشترین شغل پدران، شغل آزاد ۳۵۴ نفر (۴۸/۱٪) و در میان مادران، خانه‌داری ۶۰۷ نفر (۸۲/۵٪) و کمترین شغل در بین پدران، پزشکی ۲ نفر (۰/۳٪) و در میان مادران، وکالت ۱ نفر (۰/۱٪) است.

شاخص‌های توصیفی مرتبط با متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

رابطه استفاده از اینترنت، سلامت روان (اضطراب، افسردگی و استرس) و کیفیت زندگی در دانش‌آموزان در جدول ۲ ارائه شده است.

همان‌گونه که اطلاعات ارائه شده در جدول ۲ نشان می‌دهد همبستگی‌های به‌دست‌آمده میان نمره‌های دانش‌آموزان در پرسشنامه استفاده از اینترنت و خرده مقیاس‌های اضطراب، افسردگی و استرس از پرسشنامه DASS-21 و پرسشنامه کیفیت زندگی به ترتیب برابر است با ۰/۲۵، ۰/۲۷، ۰/۲۹ و ۰/۳۷- که همه‌ی همبستگی‌های فوق معنادار می‌باشند ( $p \leq 0/01$ ).

این نتایج نشان می‌دهد بین استفاده از اینترنت و نشانه‌های اضطراب، افسردگی و استرس (شاخص‌های فقدان سلامت روان) دانش‌آموزان رابطه مثبت وجود دارد و بین استفاده از اینترنت و کیفیت زندگی دانش‌آموزان رابطه منفی وجود دارد.

قابل قبول مقیاس مذکور در جمعیت نوجوان ایرانی دلالت داشت. پایایی مقیاس در سه مؤلفه استرس، اضطراب و افسردگی نیز با محاسبه آلفای کرونباخ بررسی شد و ضرایب همسانی درونی برای هر یک از سه مؤلفه به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۸۳ و ۰/۷۳ به دست آمد.

**۳) مقیاس بهزیستی شخصی - نسخه دانش‌آموزان (PWI-SC):** این مقیاس برای اندازه‌گیری کیفیت زندگی کودکان و نوجوانان از سوی کامینز [۳۹] تهیه گردید و ۸ مقوله را در بردارد. هر یک از سؤال‌ها از ۱۰-۰ نمره‌گذاری می‌شود. صفر نشانگر نارضایتی کامل و ۱۰ نشانگر رضایت کامل است. گستره نمره مقیاس از ۷۰-۰ است. در پژوهشی که نائینیان و همکاران [۴۰] در جمعیت ایرانی بر روی ۵۶۳ نفر از دانش‌آموزان مقطع دبیرستان انجام دادند، در بررسی پایایی مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده برای نمونه پژوهش برابر ۰/۸۱ بوده است. افزون بر این، ضریب آلفای کرونباخ دونیمه مقیاس برای نیمه اول برابر ۰/۶۹ و برای نیمه دوم برابر ۰/۶۲ و ضریب همبستگی میان دونیمه ۰/۶۸ ذکر شده است. همچنین ضریب آلفای محاسبه شده مجزا برای نمونه‌های دختر و پسر شرکت‌کننده در پژوهش، بیانگر این شاخص‌ها بوده است: ضریب آلفای به‌دست‌آمده برای نمونه دختران برابر ۰/۷۹ و ضریب آلفای کرونباخ برای نیمه اول برابر ۰/۶۶، برای نیمه دوم برابر ۰/۶۳ و ضریب همبستگی میان دونیمه ۰/۶۸ بود. همین‌گونه ضریب آلفای به‌دست‌آمده برای نمونه پسران برابر ۰/۸۲ و ضریب آلفای کرونباخ برای نیمه اول برابر ۰/۷۲، برای نیمه دوم برابر ۰/۶۷ و ضریب همبستگی بین دونیمه ۰/۶۹ بود. در مطالعه پایایی مقیاس بر اساس باز آزمایی نیز ضریب همبستگی برابر ۰/۸۷ ( $P < 0/01$ ) به دست آمد. در بررسی اعتبار مقیاس بر پایه همبستگی با پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) [۴۱] و مقیاس کوتاه اختلال اضطراب فراگیر (GAD-7)، ضریب همبستگی به‌دست‌آمده برای نمره مقیاس PWI-SC با نمره کل پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) برابر ۰/۵۴- ( $P < 0/01$ ) و ضرایب همبستگی به‌دست‌آمده بین مقیاس PWI-SC با خرده مقیاس‌های پرسشنامه GHQ بین ۰/۴۸- تا ۰/۳۸- ( $P < 0/01$ ) به دست آمد. همچنین ضریب همبستگی با مقیاس کوتاه اختلال اضطراب فراگیر (GAD-7) برابر ۰/۳۵- ( $P < 0/01$ ) به دست آمد. پایایی مقیاس در مطالعه حاضر نیز با محاسبه آلفای کرونباخ بررسی شد و ضریب همسانی درونی ۰/۸۱ برای آن به دست آمد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای استفاده از اینترنت، سلامت روان (اضطراب، افسردگی و استرس) و کیفیت زندگی

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه	چولگی	کشیدگی	حجم نمونه
استفاده از اینترنت	۲۸/۶۸	۱۷/۵۵	۰	۸۸	۰/۷۱	۰/۰۱	۷۳۶
اضطراب	۴/۷۸	۳/۸۳	۰	۲۱	۰/۹۴	۰/۶۵	۷۳۶
افسردگی	۹/۸۸	۴/۲۴	۴/۹۴	۲۲/۹۴	۰/۸۹	۰/۱۳	۷۳۶
استرس	۷/۳۲	۵/۰۷	۰	۲۱	۰/۶۲	-۰/۳۶	۷۳۶
کیفیت زندگی	۵۹/۵۲	۱۳/۱۱	۱۵	۷۰	۰/۴۳	-۰/۸۴	۷۳۶

جدول ۲. رابطه نمره‌های دانش‌آموزان در متغیرهای استفاده از اینترنت، افسردگی، اضطراب، افسردگی، استرس و کیفیت زندگی با استفاده از آزمون همبستگی

پیرسون				
متغیرها	اضطراب	افسردگی	استرس	کیفیت زندگی
استفاده از اینترنت	۰/۲۵*** $r = ۰/۰۰۱$ $n = ۷۳۶$	۰/۲۷*** $r = ۰/۰۰۱$ $n = ۷۳۶$	۰/۲۹*** $r = ۰/۰۰۱$ $n = ۷۳۶$	-۰/۳۷*** $r = ۰/۰۰۱$ $n = ۷۳۶$

\*\* معناداری در سطح ۰/۰۱

میانگین نمره‌های دانش‌آموزان پسر و دختر در متغیر استفاده از اینترنت در پایه اول، دوم، سوم و پیش‌دانشگاهی با استفاده از آزمون  $t$  استودنت با یکدیگر مقایسه شده و نتایج به‌دست‌آمده آن در جدول ۳ آمده است.

با توجه به اطلاعات به‌دست‌آمده می‌توان نتیجه گرفت که هر چه استفاده از اینترنت افزایش یابد، میزان اضطراب، افسردگی و استرس دانش‌آموزان افزایش می‌یابد؛ و با افزایش استفاده از اینترنت، کیفیت زندگی دانش‌آموزان کاهش می‌یابد.

جدول ۳. آزمون  $t$  مستقل برای بررسی تفاوت دانش‌آموزان پسر و دختر پایه اول، دوم، سوم و پیش‌دانشگاهی در متغیر استفاده از اینترنت

سطح معناداری	درجه آزادی	مقدار $t$	انحراف معیار	میانگین	تعداد	شاخص پایه جنسیت	
						پسر	دختر
۰/۰۳	۱۴۱	-۲/۲۶	۱۴/۰۷	۲۳/۷۴	۶۱	پسر	۶۲
						دختر	۳۰/۴۶
۰/۸۳	۲۲۶	۰/۲۲	۱۷/۳۰	۲۹/۰۲	۱۰۹	پسر	۱۱۹
						دختر	۲۸/۵۱
۰/۴۶	۲۲۶	۰/۷۵	۱۷/۱۸	۲۹/۳۷	۱۱۳	پسر	۱۱۵
						دختر	۲۷/۶۹
۰/۰۰۰۱	۱۳۵	۴/۱۸	۱۸/۱۵	۳۶/۷۶	۶۳	پسر	۷۴
						دختر	۲۴/۲۳

دختر پایه دوم در متغیر استفاده از اینترنت تفاوت معنادار وجود ندارد.

۳. شاخص‌های مربوط به مقایسه متغیر استفاده از اینترنت دانش‌آموزان دختر و پسر پایه سوم: با توجه به اینکه  $t$  محاسبه‌شده (۰/۷۵) با درجه آزادی ۲۲۶ و  $\alpha = ۰/۴۶$  از  $t$  جدول در سطح ۰/۰۵ (۱/۹۶) کوچک‌تر می‌باشد، می‌توان نتیجه گرفت که بین میانگین نمره‌های دانش‌آموزان پسر و دختر پایه سوم در متغیر استفاده از اینترنت تفاوت معنادار وجود ندارد.

۴. شاخص‌های مقایسه متغیر استفاده از اینترنت دانش‌آموزان دختر و پسر پیش‌دانشگاهی: با توجه به اینکه  $t$  محاسبه‌شده (۴/۱۸) با درجه آزادی ۱۳۵ و  $\alpha = ۰/۰۰۰۱$  از  $t$

۱. شاخص‌های مقایسه متغیر استفاده از اینترنت دانش‌آموزان دختر و پسر پایه اول: با عنایت به اینکه  $t$  محاسبه‌شده (-۲/۲۶) با درجه آزادی ۱۴۱ و  $\alpha = ۰/۰۳$  از  $t$  جدول در سطح ۰/۰۵ (۱/۹۶) بزرگ‌تر می‌باشد، لذا می‌توان نتیجه گرفت که بین میانگین نمره‌های دانش‌آموزان پسر و دختر پایه اول در متغیر استفاده از اینترنت تفاوت معنادار وجود دارد.

۲. شاخص‌های مقایسه متغیر استفاده از اینترنت دانش‌آموزان دختر و پسر پایه دوم: با عنایت به اینکه  $t$  محاسبه‌شده (۰/۲۲) با درجه آزادی ۲۲۶ و  $\alpha = ۰/۸۳$  از  $t$  جدول در سطح ۰/۰۵ (۱/۹۶) کوچک‌تر می‌باشد، می‌توان نتیجه گرفت که بین میانگین نمره‌های دانش‌آموزان پسر و

برای بررسی تفاوت بین گروه‌های مختلف کاربر اینترنت از نظر متغیرهای مورد مطالعه، نتایج توصیفی متغیرهای تحقیق برای هر یک از گروه‌های کاربر معمولی، در معرض خطر و معتاد در جدول ۴ آمده است.

جدول در سطح ۰/۰۱ (۲/۵۸) بزرگ‌تر می‌باشد، می‌توان نتیجه گرفت که بین میانگین نمره‌های دانش‌آموزان پسر و دختر مقطع پیش‌دانشگاهی در متغیر استفاده از اینترنت تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ۴. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در گروه‌های کاربر معمولی، در معرض خطر و معتاد

گروه	کاربر معمولی		کاربر در معرض خطر		کاربر معتاد		کل
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
شاخص متغیر استرس	۶/۶۹	۴/۸۰	۸/۵۶	۵/۱۷	۱۳/۳۲	۵/۳۸	۵/۰۸
اضطراب	۴/۴۰	۳/۳۷	۵/۵۰	۳/۸۷	۸/۶۸	۴/۷۹	۳/۸۴
افسردگی	۹/۴۱	۴/۰۳	۱۰/۸۲	۴/۳۶	۱۴/۲۰	۴/۸۴	۴/۲۴
کیفیت زندگی	۶۱/۷۹	۱۱/۳۴	۵۴/۳۱	۱۴/۰۷	۴۴/۶۳	۱۷/۹۸	۱۳/۱۱

(F بین ۱/۲ - ۱/۱ و P بین ۰/۳۲ - ۰/۱۲) معنادار نبوده است

جدول‌های ۵ و ۶ نتایج تحلیل واریانس چند متغیره ویژه مقایسه متغیرهای تحقیق در سه گروه استفاده‌کننده از اینترنت را داراست.

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که مقدار F مشاهده شده‌ی لامبدای ویلکز (Wilk's Lambda) برابر ۱۲/۶۳ می‌باشد که در سطح آلفای ۰/۰۰۱ معنادار است؛ بنابراین می‌توان گفت حداقل میانگین یک و یا چند متغیر بررسی شده در گروه‌های کاربر معمولی، کاربر در معرض خطر و کاربر معتاد متفاوت است؛ اما از آنجاکه تحلیل چند متغیره، اطلاعاتی در مورد تک‌تک متغیرها نمی‌دهد، در ادامه، تحلیل واریانس هر متغیر به شکل جداگانه ارائه می‌شود.

چنانکه در جدول ۴ مشاهده می‌شود میانگین سه متغیر استرس، اضطراب و افسردگی گروه کاربر در معرض خطر، از میانگین گروه کاربر معمولی بیشتر و میانگین هر سه متغیر در گروه کاربر معتاد، از دو گروه دیگر بیشتر است. همین‌طور میانگین متغیر کیفیت زندگی گروه کاربر در معرض خطر از میانگین گروه کاربر معمولی کمتر و میانگین این متغیر در گروه کاربر معتاد از دو گروه دیگر کمتر است. درباره پیش‌فرض‌های آزمون‌های آماری انجام‌شده، از جمله توزیع طبیعی داده‌ها و آزمون همگنی واریانس‌های خطا، داده‌های به‌دست‌آمده نشان می‌دهد با توجه به اینکه چولگی و کشیدگی متغیرهای تحقیق بین ۲- تا ۲ قرار دارد می‌توان از نرمال بودن متغیرها یادکرد. همچنین آزمون لوین درباره برابری واریانس‌های خطای متغیرهای تحقیق

جدول ۵. نتایج تحلیل واریانس چند متغیره، متغیرهای تحقیق بر اساس میزان استفاده از اینترنت از سوی سه گروه مورد مطالعه

شاخص اثر	ارزش آماره	F	سطح معنی‌داری
اثر پیلائی	۰/۱۲۶	۱۲/۲۶	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۸۷۵	۱۲/۶۳	۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۰/۱۴۳	۱۲/۹۹	۰/۰۰۱
بزرگ‌ترین ریشه روی	۰/۱۲۸	۲۵/۲۹	۰/۰۰۱

جدول ۶. تحلیل واریانس متغیرهای تحقیق به شکل جداگانه در مورد گروه‌های کاربر معمولی، کاربر در معرض خطر و کاربر معتاد

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری	مجموع ادا
استرس	۱۲۷۵/۶۰	۲	۶۳۷/۸۰	۲۶/۴۷	۰/۰۰۱	۰/۰۶۷
اضطراب	۵۰۱/۷۲	۲	۲۵۰/۸۶	۱۷/۸۲	۰/۰۰۱	۰/۰۴۶
افسردگی	۶۸۰/۴۰	۲	۳۴۰/۲۰	۱۹/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۰۵۱
کیفیت زندگی	۱۲۳۷۵/۱۸	۲	۶۱۸۷/۵۹	۳۹/۷۹	۰/۰۰۱	۰/۰۹۸

اگرچه با توجه به میانگین سه گروه مشخص می‌شود کدام گروه دارای برتری نسبت به دیگری است، باین حال و برای دقت در معناداری، مقایسه دوبه‌دو گروه‌های سه‌گانه، در ادامه آزمون تعقیبی گروه‌های کاربر معمولی، کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار با یکدیگر، ارائه می‌شود.

مشاهده نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که F ناشی از مقایسه سه گروه کاربر معمولی، کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار در متغیرهای استرس، اضطراب، افسردگی و کیفیت زندگی در مقایسه با اندازه‌های بحرانی معنادار است؛ بنابراین، متغیرهای یادشده در سه گروه کاربر متفاوت است.

جدول ۷. مقایسه میانگین‌های متغیرهای تحقیق در سه گروه کاربر معمولی (۱)، کاربر در معرض خطر (۲) و کاربر معنادار (۳)

متغیرهای مطالعه شده	گروه‌های کاربری	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری
استرس	۲۱	-۱/۸۸	۰/۴۳	۰/۰۰۰۱
	۳۱	-۶/۶۳	۱/۰۷	۰/۰۰۰۱
	۳۲	-۴/۷۶	۱/۱۱	۰/۰۰۰۱
اضطراب	۲۱	-۱/۱۰	۰/۳۳	۰/۰۰۰۱
	۳۱	-۴/۲۸	۰/۸۳	۰/۰۰۰۱
	۳۲	-۳/۱۹	۰/۸۵	۰/۰۰۰۱
افسردگی	۲۱	-۱/۴۰	۰/۳۷	۰/۰۰۰۱
	۳۱	-۴/۷۹	۰/۹۰	۰/۰۰۰۱
	۳۲	-۳/۳۹	۰/۹۴	۰/۰۰۰۱
کیفیت زندگی	۲۱	۷/۴۹	۱/۰۹	۰/۰۰۰۱
	۳۱	۱۷/۱۶	۲/۷۱	۰/۰۰۰۱
	۳۲	۹/۶۷	۲/۸۲	۰/۰۰۰۱

همین‌طور در برخی مطالعات داخلی میان نشانه‌های بالینی، از جمله احساس تنهایی و استفاده آموزشی از اینترنت، رابطه معنی‌داری دیده نشده است [۴۳]. از سوی دیگر، حجم قابل‌توجهی از مطالعات انجام‌شده بر جنبه‌های آسیب‌شناختی استفاده غیر آموزشی از اینترنت اشاره داشته‌اند. شایق، آزاد و بهرامی [۴۴] در مطالعه خود به ارتباط معنادار میان روان رنجور خوبی و اعتیاد به اینترنت در نوجوانان دختر و پسر دبیرستانی دست یافتند.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد از ۷۳۶ کاربر اینترنت در سطح دانش‌آموزی ۲۳٪ در زمره کاربران در معرض خطر قرار می‌گیرند و ۳٪ از کاربران معنادار به اینترنت هستند. یافته‌های به دست آمده به نتایج تحقیقی که در شهرستان لار انجام شده نزدیک است و محققان، ۱۷/۵٪ از نمونه مورد مطالعه را دچار اعتیاد خفیف یا احتمال به اعتیاد (در معرض خطر) و ۲/۲٪ را دچار اعتیاد به اینترنت گزارش می‌کنند. افزایش اندک در یافته‌های این پژوهش را شاید بتوان به تفاوت موقعیت جغرافیایی دو پژوهش نسبت داد.

یافته‌های مربوط به رابطه میان استفاده از اینترنت و افزایش آسیب‌شناسی‌های روانی (کاهش سلامت روان) و کاهش کیفیت زندگی کاربران، همسو با نتایج دیگر مطالعات انجام‌شده در این زمینه است که به تأثیر منفی استفاده از فضای مجازی بر ابعاد خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی - عبادی و روانی [۲۲]؛ کاهش عملکرد تحصیلی و سلامت روان دانش‌آموزان با افزایش میزان استفاده آن‌ها از اینترنت [۲۱] و رابطه مثبت بین نمره علائم افسردگی و جسمانی سازی با اعتیاد به اینترنت [۲۳] اشاره داشته‌اند.

مشاهده نتایج جدول ۷ بیانگر آن است که تفاوت‌های به‌دست‌آمده به کدام مقایسه‌های دوگانه در سه گروه کاربر معمولی، کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار مربوط است. نتایج نشان می‌دهد که میزان استرس گروه کاربر معمولی با کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار متفاوت است؛ و نیز میزان استرس کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار با یکدیگر متفاوت است. همچنین، میزان اضطراب گروه کاربر معمولی با کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار متفاوت است همچنین، میزان اضطراب کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار با یکدیگر تفاوت دارد. میزان افسردگی گروه کاربر معمولی نیز با کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار متفاوت است و میزان افسردگی کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار با یکدیگر فرق می‌کند. همین‌گونه سطح کیفیت زندگی گروه کاربر معمولی با کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار متفاوت است و سطح کیفیت زندگی کاربر در معرض خطر و کاربر معنادار هم با یکدیگر متفاوت است.

### بحث و نتیجه‌گیری

اینترنت وسیله ارتباطی جدیدی است که دسترسی به حجم وسیعی از اطلاعات در موضوعات بسیار متنوعی را امکان‌پذیر می‌سازد. باین‌حال، رشد قابل‌توجه استفاده از اینترنت بحث‌برانگیز است. در برخی مطالعات بر سودمندی‌ها و قابلیت‌های استفاده از آن تأکید شده است و افزایش مهارت‌های خودتنظیمی یادگیری و سازگاری تحصیلی بالاتر برای دانش‌آموزان کاربر اینترنت در مقایسه با دانش‌آموزان غیر کاربر مورد تأیید قرار گرفته است [۴۲].



در جمع‌بندی، یافته‌های پژوهش حاضر در نمونه مشخص کنونی بیانگر آن است که بین استفاده از اینترنت و نشانه‌های استرس، اضطراب و افسردگی و نیز کاهش سطح کیفیت زندگی دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد. استفاده غیر آموزشی و کنترل نشده از اینترنت توسط دانش آموزان دبیرستان می‌تواند سلامت روان و نیز سطح کیفیت زندگی آن‌ها را کاهش داده و در پی آن بر کارآمدی تحصیلی - اجتماعی آنان تأثیر منفی داشته باشد. برنامه‌های با رویکرد پیشگیری، از جمله آگاهی بخشی به دانش آموزان در خصوص آسیب‌های استفاده مدیریت نشده از اینترنت و نیز برنامه‌های مشاوره‌ای می‌تواند در کاهش آسیب‌پذیری نوجوانان جامعه از این رهگذر مؤثر واقع شود. بدیهی است با توجه به محدودیت‌های پژوهش حاضر این نتیجه‌گیری قابل ترسیم بوده و بی‌تردید گسترش پژوهش‌های مشابه و در سطح ملی می‌تواند ابعاد تازه‌ای را از نقش استفاده از اینترنت در جمعیت‌های گوناگون و به‌ویژه جمعیت دانش‌آموزی کشور مشخص سازد.

#### منابع

- 1- Süs D (2007) Impacts of computer- and media usage on the personality development of children and young people. *Ther Umsch* 64(2):103-108.
- 2- Nie, N.H. (2001). Sociability, interpersonal relations and the Internet: Reconciling conflicting findings. *American Behavioral Scientist*, 45, 420-435.
- 3- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukhopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
- 4- Mesch, G. (2001). Social relationships and Internet use among adolescents in Israel. *Social Science Quarterly*, 82, 329-340.
- 5- Bullen, P., & Harre', N. (2000). The internet: Its effects on safety and behaviour - implications for adolescents. Auckland: University of Auckland, Department of Psychology.
- 6- Paul B, Bryant JA (2005) Adolescents and the internet. *Adolesc Med Clin* 16(2):413-426.
- 7- Dannon P, Iancu I (2007) Internet addiction. *Harefuah* 146 (7):549-553.
- 8- Bradley K (2005) Internet lives: social context and moral domain in adolescent development. *New Dir Youth Dev* 108:57-76.

همچنین مشایخ و برج علی [۴۳]، در مطالعه خود به رابطه میان احساس تنهایی دانش آموزان دختر دبیرستانی و چت کردن با اینترنت، رفتارهای اجتماعی نامناسب و ترس از برقراری رابطه با همسالان در معنادان اینترنت و سرکشی و برتری‌طلبی معنادان نسبت به کاربران معمولی و غیر کاربران دست‌یافته‌اند. در مطالعات پیشین به کیفیت زندگی دانش آموزان کاربر اشاره نشده است.

همچنین یافته‌ها نشانگر استفاده بیشتر دختران پایه اول دبیرستان نسبت به دانش آموزان پسر هم‌پایه خود بوده؛ اما روند استفاده از اینترنت در کاربران دختر و پسر در پایه‌های دوم و سوم دبیرستان به یکدیگر نزدیک شده تا اینکه در مقطع پیش‌دانشگاهی استفاده دانش آموزان پسر از اینترنت به مراتب بیش از دختران این مقطع است. شاید بتوان تفاوت معنادار بین پسران و دختران در مقطع پیش‌دانشگاهی را به فرهنگ جامعه مبنی بر استقلال رفتاری بیشتر پسران نسبت به دختران در استفاده از اینترنت نسبت داد.

از جمله دیگر یافته‌های پژوهش این است که کاربران اینترنت با سطوح استفاده گوناگون از آن به لحاظ میزان استرس، اضطراب، افسردگی و سطح کیفیت زندگی با یکدیگر تفاوت معناداری دارند، به‌گونه‌ای که میزان استرس، اضطراب و افسردگی گروه کاربر معتاد از گروه کاربر در معرض خطر و کاربر معمولی بیشتر بود و نمره‌های سطح کیفیت زندگی گروه کاربر معتاد از گروه کاربر در معرض خطر و کاربر معمولی کمتر بود. نتایج به‌دست‌آمده با یافته‌های برخی مطالعات مشابه [۴۵، ۴۶]، همخوانی دارد بدین معنی که سلامت روانی کاربران معتاد به‌طور معناداری نسبت به کاربران عادی پایین‌تر است. در توجیه این یافته پژوهش می‌توان گفت که در شرایط اعتیاد به اینترنت و فاصله گرفتن از دنیای واقعی و تعاملات شادی‌آفرین بین فردی در زندگی اجتماعی، استرس، اضطراب و افسردگی جای تفکرات مؤثر و هیجان‌های مثبت دانش آموزان را گرفته و سلامت روان آنان را در معرض خطر قرار می‌دهد و موجب کاهش سطح کیفیت زندگی آنان می‌شود. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به مقطعی بودن و عدم اطمینان از میزان صحت استفاده از اینترنت از سوی دانش آموزان به دلیل استفاده از پرسشنامه‌های خود سنجی اشاره نمود. محدودیت دیگر این است که با توجه به اینکه تمرکز این مطالعه بر روی میزان استفاده از اینترنت و متغیرهای سلامت روان و کیفیت زندگی بوده است، ارتباط میان متغیرهای پژوهش و ویژگی‌های جمعیت شناختی بررسی نشده است.

- ۲۲- زندونیان احمد، حیدری مریم، باقری ریحانه، عطارزاده فاطمه (۱۳۹۲). آسیب‌های فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر. *مجله مطالعات فرهنگ - ارتباطات*. سال چهارم، شماره بیست و سوم، صص ۲۱۶-۱۹۵.
- ۲۳- خسروی زهره؛ علیزاده خسروی‌ام هانی (۱۳۹۰). رابطه اعتیاد به اینترنت با عملکرد خانواده و سلامت روان در دانش‌آموزان. *مجله مطالعات روانشناسی بالینی*. دوره ۸، شماره ۱۴، صص ۵۹-۸۲.
- 24- Wartberg L.a· Kriston L.b· Kammerl R.c· Petersen K.-U.a· Thomasius R.A. (2015). Prevalence of Pathological Internet Use in a Representative German Sample of Adolescents: Results of a Latent Profile Analysis. *Psychopathology*; 48:25-30.
- 25- Information Culture Center of Korea, 2001. A survey of Internet addiction in Korea. Information Culture Center of Korea, Seoul.
- 26- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- 27- Van den Eijnden, R.J.J.M., Meerkerk, G.J., Vermulst, A.A., Sijkerman, R., & Engels, R.C.M.E. (2008). Online communication, compulsive Internet use, and psychosocial well-being among adolescents: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 44, 655-665.
- 28- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- 29- Seepersad, S. (2004). Coping with loneliness: adolescent online and offline behavior. *Cyberpsychology & Behavior*, 7, 35-39.
- 30- Long, J. H., & Chen, G. M. (2007). The impact of internet usage on adolescent self-identity development. *China Media Research*, 3(1), 99-107.
- 31- Brenner, V. (1997). Parameters of Internet use, abuse, and addiction: The first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- 32- Chak K, Leung L (2004) Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyberpsychol Behav* 7(5):559-570
- 33- Ng BD, Wiemer-Hastings P (2005) Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychol Behav* 8(2):110-113
- 9- Valaitis RK (2005) Computers and the internet: tools for youth empowerment. *J Med Internet Res* 7(5):e51.
- 10- Yan Z (2006) what influences children's and adolescents' understanding of the complexity of the Internet? *Dev Psychol* 42 (3):418-428.
- 11- Caplan SE (2007) Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *Cyberpsychol Behav* 10(2):234-24.
- 12- Pallanti S, Bernardi S, Quercioli L (2006) The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: prevalence and related disability. *CNS Spectr* 11(12):966-974
- 13- Leung L (2007) Stressful life events, motives for Internet use, and social support among digital kids. *Cyberpsychol Behav* 10 (2):204-214.
- 14- Song, I.D. (1999). A validity test for on-line addiction concept. Unpublished Master's Thesis, Kyunghee University of Korea, Seoul.
- 15- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, V. H., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *The Journal of Social Issues*, 58, 49-74.
- ۱۶- روحانی فضیله، تاروی سعیده (۱۳۹۰). *مجله فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*. سال دوم، شماره دوم، صص ۳۴-۱۹.
- ۱۷- تمنایی فر محمدرضا، صدیقی ارفعی فریبرز، گندمی زینب (۱۳۹۲). رابطه میزان استفاده از اینترنت با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی کاشان. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی قزوین*، سال هفدهم، شماره ۲، صص ۸۲-۷۷.
- 18- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- 19- Mazhari Shahrzad (2011). Association Between Problematic Internet Use and Impulse Control Disorders Among Iranian University Students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. May 2012, 15(5): 270-273.
- 20- Ping Sun, Carl A. J., Paula P., Thalida E. A., Jennifer B. U., Bin X., Louise A. R., Donna S.-M. And Steve S. (2012). Concurrent and Predictive Relationships between Compulsive Internet Use and Substance Use: Findings from Vocational High School Students in China and the USA. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2012, 9(3), 660-673.
- ۲۱- رنجبر زهرا، درویزه زهرا، نراقی زاده افسانه (۱۳۸۹). *مجله مطالعات روان‌شناختی*. دوره ۷، شماره ۲، صص ۳۵-۱۱.

- ۴۴- شایق سمیه؛ آزاد حسین؛ بهرامی هادی (۱۳۸۸). بررسی اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با ویژگی‌های شخصیتی در نوجوانان تهران. *مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی*، سال یازدهم شماره ۲ پیاپی ۴۲، صص. ۱۴۹-۱۵۸.
- ۴۵- ناستی زایی ناصر (۱۳۸۷). بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت. *مجله طبیب شرق*، ۱۱(۱)، صص ۶۳-۵۷.
- ۴۶- بحری نرجس، صادق مقدم لیلا. خدادوست لیلی، محمد زاده جلال، بنفشه الهه (۱۳۹۰). وضعیت اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با سلامت عمومی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گناباد. *مجله مراقبت‌های نوین*، سال ۸، شماره ۳، صص. ۱۷۳-۱۶۶.
- 34-Suhail K, Bargees Z (2006) Effects of excessive internet use on undergraduate students in Pakistan. *Cyberpsychol Behav* 9 (3):297-307
- ۳۵- اورنگ طیبه (۱۳۸۳). بررسی علل وابستگی روانی به چت کردن در اینترنت در جوانان شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهرا.
- 36-Antony MM, Bieling pj, Cox Bj, Enns MW, Swinson RP. (1998) Psychometric properties of the 42-item and 21 -item versions of the Depression Anxiety and Stress scales in clinical groups and community sample. *Psychological Assessment*, 10, 179-181
- 37-Sazabo M The short version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21) (2010). Factor structure in a young adolescent sample. *Journal of Adolescence*, 33, 1-8
- ۳۸- نیک آذین امیر؛ نائینیان محمد رضا (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه نشانگان افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-21) در نمونه‌ای از دانش‌آموزان ایرانی. *ششمین همایش بین‌المللی روان‌پزشکی کودک و نوجوان*، ۲۸-۲۶ شهریورماه، انجمن روان‌پزشکی کودک و نوجوان و دانشگاه علوم پزشکی تبریز. تبریز.
- 39-Cummins, R.A. and Lau, A.L.D. (2004). *Personal Wellbeing Index - School Children. 2<sup>nd</sup> Edition (PWI-SC)*.
- ۴۰- نائینیان محمد رضا، گوهری زکیه، مطلبی نژاد سکینه و بلوچان منصوره (۱۳۹۲). بررسی مقدماتی پایایی و اعتبار مقیاس بهزیستی شخصی (کیفیت زندگی) - نسخه دانش‌آموزان (PWI-SC). *روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار سابق)*. دوره ۲، شماره ۹، صص ۱۲۸-۱۱۹.
- ۴۱- نائینیان محمد رضا، نیک آذین امیر، شعیری محمد رضا (۱۳۹۳). ساختار عاملی، اعتبار و پایایی پرسشنامه (GHQ-28) در نوجوانان ایرانی. *مجله روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار سابق)*. دوره ۲، شماره ۱۰ - دو فصلنامه بهار و تابستان، صص ۱۷۲-۱۵۹.
- ۴۲- نیکدل فریبرز (۱۳۸۵). بررسی و مقایسه خودتنظیمی، یادگیری و سازگاری (عاطفی، اجتماعی و آموزشی). پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت‌معلم.
- ۴۳- مشایخ مریم؛ برج علی احمد (۱۳۸۲). بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش‌آموزان دبیرستانی. *تازه‌های علوم شناختی*، سال ۵، شماره ۱، پیاپی ۱۷، صص. ۴۴-۳۹.

