

آیا اعتیاد به اینترنت بهداشت روانی دانشجویان را تهدید می کند؟

دکتر رمضان حسن زاده^۱، حسن صیامیان^۲

مقدمه

امروزه ارتباطات از طریق کامپیوتر و اینترنت بخشی از واقعیت زندگی است. شاید بتوان گفت که در دنیای امروز تکنولوژی اینترنت و کامپیوتر اثربخش ترین ابزار به حساب می آید. تکنولوژی اینترنت و کامپیوتر در تمام حوزه های علمی، تجاری، تعلیم و تربیت، فرهنگ، سیاست و غیره تأثیرگذار بوده است. این تقاضای فزاینده به تکنولوژی اینترنت برای بسیاری از افراد با مشکلات عمده ی بهداشت روانی و ارتباطات اجتماعی سالم همراه است. در سال های اخیر اعتیاد به اینترنت پژوهش و مطالعات زیادی را به خود اختصاص داده است (استفانسکو، ۲۰۰۷). با همگانی شدن اینترنت، مسأله استفاده ی مفرط و آسیب شناسانه از این فناوری و، مسئله اعتیاد به اینترنت توجه روان شناسان را به خود جلب کرد. کائو و همکارانش (۲۰۰۷)، یانگ و راجرز (۱۹۹۸) و لی و شانگ (۲۰۰۶) خاطرنشان می کنند که استفاده ی مفرط و آسیب شناسانه از اینترنت میزان بهداشت روانی دانشجویان کاهش می یابد. در واقع، افزایش سطوح تجارب کار با اینترنت با کاهش سطح بهداشت روانی ارتباط دارد. کیم و همکارانش (۲۰۰۶) از جنسیت به عنوان عوامل مرتبط با اعتیاد به اینترنت یاد می کند. برخی مطالعات نشان دادند که زنان نسبت به مردان تا دو برابر از خود اعتیاد به اینترنت نشان داده اند. دانشجویانی که به صورت افراطی وابسته به اینترنت هستند از لحاظ بهداشت روانی احساس تنهایی می کنند، در روابط اجتماعی مهارت های لازم را ندارند و از آسیب پذیری بالا و سلامت و بهداشت روانی پایین برخوردارند کاپلان (۲۰۰۲) به این نتیجه دست یافت که دانشجویانی که به اعتیاد اینترنت مبتلا هستند، بهزیستی روانی و اجتماعی کمتری دارند. کائو و همکارانش (۲۰۰۷)، کیم (۲۰۰۶) و همکارانش (۲۰۰۷) به مقایسه ی ویژگی های دانشجویانی که استفاده ی مفرط از اینترنت داشتند، در مقابل سایر دانشجویان، پرداختند. نتایج پژوهش های آنها نشان داد که میزان افسردگی، اضطراب، افکار خودکشی، بیش فعالی، هراس، ترس اجتماعی، پرخاشگری و خشونت و رفتار های ضد اجتماعی در دانشجویانی که به اعتیاد اینترنت دچارند بیشتر است. کرات و همکارانش (۱۹۹۸) در مطالعات خود خاطر نشان می کند که اعتیاد به اینترنت در دانشجویان باعث سردی روابط بین فردی، خانوادگی، دوستانه و روابط اجتماعی می شود. این عده از دانشجویان همچنین از هویت فردی و اجتماعی پایین برخوردارند.

روش

در این پژوهش روش تحقیق توصیفی است. نمونه ی آماری تعداد ۲۶۱ نفر هستند. شیوه ی نمونه گیری تصادفی طبقه ای است. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه است. در این پژوهش برای سنجش اعتیاد به اینترنت از آزمون اعتیاد به اینترنت (IAT) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از دو روش آماری استفاده شد

۱. دانشیار، گروه روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی ساری

۲. عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مازندران

جدول ۱: خلاصه تحلیل آماری (t) برای آزمون فرضیه اول

α	t	df	SD	M	n	شاخص آماری گروه‌ها
۰.۰۵	۲۸/۴۵۶	۲۶۰	۱۳/۴۳۶۵	۳۶/۳۳۳۳	۲۶۱	کل

جدول ۲: خلاصه تحلیل آماری (t) برای آزمون فرضیه سوم

α	t	df	SD	M	n	شاخص آماری گروه‌ها
۰.۰۵	۴/۲۶۷	۲۵۹	۱۳/۸۳۷۴	۳۹/۵۲۸۶	۱۴۰	مرد
			۱۱/۹۸۶۸	۳۲/۶۳۶۴	۱۲۱	زن

فرضیه ی اول: چون مقدار t محاسبه شده ($t=28/456$) در سطح اطمینان ۹۵ درصد ($\alpha = 0.05$) و با درجه ی آزادی $df=260$ از مقدار t جدول بحرانی ($t=1/96$) بزرگتر است، نتیجه می‌گیریم که دانشجویان دانشگاه به اعتیاد به اینترنت مبتلا هستند. فرضیه ی دوم: دانشجویان به دلایل مختلف از اینترنت استفاده می‌کنند. دانشجویان برای استفاده از اینترنت ۱۴ دلیل را ذکر کرده اند. از جمله: ۱- استفاده از اطلاعات و دستاوردهای علمی در زمینه های مختلف علوم و فنون، ۸/۷۲- دارای بیشترین فراوانی بودند. فرضیه ی سوم: چون مقدار t محاسبه شده ($t=4/267$) در سطح اطمینان ۹۵ درصد ($\alpha = 0.05$) و با درجه آزادی $df=259$ از مقدار t جدول بحرانی ($t=1/96$) بزرگتر است، نتیجه می‌گیریم که اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دختر و پسر متفاوت است. در واقع، میزان اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان پسر از اعتیاد به اینترنت دانشجویان دختر بیشتر است.

بحث و تفسیر

این تحقیق، مانند سایر پژوهش های انجام گرفته در سراسر دنیا نشان داد که دانشجویان مبتلا به اعتیاد اینترنت از بهداشت روانی و ارتباطات اجتماعی ضعیف تری برخوردارند. آن ها احساس ترس، اضطراب، افسردگی، خشونت، احساس تنهایی، بی هویتی، اضطراب اجتماعی و نشانه های مرضی دیگر، از لحاظ آسیب شناختی می‌کنند. آن ها از مهارت های اجتماعی و مقابله ای پایین تری برخوردارند، این افراد ارتباط با کامپیوتر و اینترنت را به ارتباطات اجتماعی ترجیح می‌دهند. آن ها با خود، دوستان، همسالان، خانواده، همسران، و مردم کمتر مناسبات اجتماعی دارند (مورا هان-مارتین، ۱۹۹۹، آندرسون، ۲۰۰۱، لن هارت و همکارانش، ۲۰۰۱، مورگان، ۲۰۰۳، ساندرز، ۲۰۰۰).

منابع

- Cao, F. Su, L. Liu, T. and Gao, X. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction: in a sample of Chinese adolescents. European Psychiatry 30, pp. 466-471.
- Caplan S.E., (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory based cognitive-behavioral measurement instrument, Comput Human Behav 18, pp. 553-575.
- Kim K., Ryu E. and Chon M.Y. *et al.*, (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey, Int J Nurs Stud 43, pp. 185-192.
- Kraut R., Patterson M. and Lundmark V. *et al.*, (1998). Internet paradox: a social technology that reduces social involvement and psychological well-being?, Am Psychol 53, pp. 1017-1031.
- Lee S.B., Lee K.K., Pail K.C., Kim H.W. and Shin S.K., (2001) . Relationship between internet addiction and anxiety, depression, and self efficacy in middle and high school students, Journal of the Korean Neuropsychiatry Association 40 (6), pp. 1174-1184.
- Lenhart, A., Rainie, D., & Lewis, O. (2001). Teenage life online: The rise of the instant-message generation and the Internet's impact on friendships and family relationships. Pew Internet and American Life Project.
- Li, S. and Chung ,T. (2006). Internet function and Internet addictive behavior. Computers in Human Behavior, 22, pp. 1067-1071.
<http://www.sciencedirect.com/science/book/9780123694256>
- Morahan-Martin J.M., (1999) . The relationship between loneliness and Internet use and abuse, CyberPsychology and Behavior 2 (5), pp. 431-439.
- Morgan C. and Cotten S., (2003) . The relationship between Internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen, CyberPsychology and Behavior 6 (2), pp. 133-142.
- Sanders, C.E., Field, T.M., Diego, M., & Kaplan, M. (2000). The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents. Adolescence, 35(138):237-243.
- Stefanescu ,C. . Chele, G, Chirita, R., Chirita ,V. and Ilinca M. (2007). The relationship between development identity and internet addiction. European Psychiatry, 22, 1, p S200 .
- Yen ,J. Ko ,C. Yen ,C. Wu ,H. Yang ,M. (2007). The Comorbid Psychiatric Symptoms of Internet Addiction: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD), Depression, Social Phobia, and Hostility . The Journal of Adolescent Health, 41, 93-98.
- Young K.S. and Rogers R.C., (1998). The relationship between depression and Internet addiction, Cyberpsychol Behav 1, pp. 25-28.