

احساس تنهایی، خودکارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنتسیده آرزو کاظمی سیرکانه^{۱*}، تورج هاشمی^۲، نعیمه ماشینچی عباسی^۳^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران^۲ گروه روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران^۳ دانشجوی دکتری علوم اعصاب شناختی، دانشگاه تبریز، عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، تبریز، ایران**چکیده**

برخی از آثار منفی اینترنت به عنوان تکنولوژی پیشرفته، اعتیاد به اینترنت است که عوامل متنوعی در آن نقش دارد. هدف پژوهش، تعیین نقش احساس تنهایی و خودکارآمدی اجتماعی در اعتیاد به اینترنت بود. دویست نفر از دانشجویان دانشگاه تبریز به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و به پرسشنامه‌های احساس تنهایی، خودکارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنت پاسخ دادند. مدل‌یابی معادلات ساختاری نشان داد که احساس تنهایی، به صورت مثبت و معنی‌دار، ۴۱ درصد و خودکارآمدی اجتماعی به صورت منفی و معنی‌دار ۳۲ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کنند. افراد تنها، به عنوان روشی برای تعدیل حالات منفی مرتبط با احساس تنهایی، به سمت اینترنت کشیده می‌شوند در حالی که خودکارآمدی اجتماعی، ایجاد ارتباط اجتماعی را تسهیل نموده و موجب بازداری اعتیاد اینترنتی می‌شود.

کلید واژه‌ها: اعتیاد به اینترنت؛ احساس تنهایی؛ خودکارآمدی اجتماعی**مقدمه**

در سالهای اخیر اینترنت به پرکاربردترین و مؤثرترین تکنولوژی پیشرفته تبدیل شده است. اینترنت به سیستم ارتباطی اطلاق می‌شود که موجب تعامل کامپیوترها در سراسر دنیا از طریق یک اتصال می‌شود (آلتون، ۲۰۰۵). امروزه استفاده از اینترنت در جوامع گسترش پیدا کرده و با تمامی جنبه‌های زندگی از جمله مدرسه، محل کار، خدمات بانکی، تجارت، پرداخت مالیات و غیره تلفیق شده است (شیلد و بهرمن، ۲۰۰۰). ویژگی منحصر به فرد اینترنت از جمله سهولت دسترسی به آن، ۲۴ ساعته بودن، سادگی کار، هزینه پایین، گمنام ماندن کاربران آن و ... همگی موجب استقبال عظیم مردم از آن در سراسر جهان شده است (گرین فیلد، ۲۰۰۴). در دنیا حدود ۴۲۰ میلیون کاربر اینترنتی و حدود ۱۱۰ میلیون کامپیوتر متصل به اینترنت و حدود ۳۵ میلیون نام قلمرو و ۲۵ میلیون سایت اینترنتی وجود دارد (اسن، آکتاس^۲ و تانسر^۳، ۲۰۱۳) و گفته می‌شود که در هر ۱۰۰ روز حجم فعالیت و کاربرد اینترنت دو برابر افزایش می‌یابد (بحری، صادق مقدم، خدادوست، محمدزاده و بنفشه، ۱۳۹۰). بر اساس آمار، تعداد کاربران ایرانی از اینترنت در سال ۲۰۰۶، ۱۱ میلیون نفر بوده که در سال ۲۰۱۰ به ۳۳ میلیون و ۲۰۰ هزار نفر رسیده و به این ترتیب رتبه اول را در کشورهای خاورمیانه کسب کرده است (زربخش بحری، راشدی و خادمی، ۱۳۹۱). براساس آخرین پژوهش‌های انجام شده در کشور، بیشتر کاربران اینترنت جوانان هستند و ۳۵ درصد آنها در فضاهای مجازی گفتگو، ۲۸ درصد بازی‌های رایانه‌ای، ۳۰ درصد بازنگری نامه‌های الکترونیکی و ۲۵ درصد مشغول جستجو در شبکه جهانی هستند (توکلی، جمهری و فرخی، ۲۰۱۴).

بررسی‌ها نشان می‌دهند که بعضی از آثار مضر که به بعضی از مشکلات جسمانی، اجتماعی و روانی منجر می‌شوند، در کاربران بی‌فکر و بی‌بصیرت اینترنت بر اثر تحمیل پیشرفت در راه منفی بوده و به اعتیاد منجر می‌شود (ترخان، ۱۳۹۲). در این راستا، دیویس^۴ (۲۰۰۲)، اعتیاد اینترنتی را نوعی از اعتیاد روان‌شناختی تعریف کرده است که نشانگر نیاز به فعال بودن در اینترنت است. وی بجای اعتیاد اینترنتی، استفاده بیمارگونه از اینترنت را به کار می‌برد و علائم افکار وسواسی درباره اینترنت، کنترل تکانه کاهش یافته، ناتوانی در متوقف کردن استفاده از

* پست الکترونیک نویسنده مسئول: aakazemi21@yahoo.com

1.Esen
2.Aktas
3.Tuncer
4.Davis

اینترنت و احساس اینکه اینترنت تنها دوست فرد است را برای آن برمی‌شمارد. این ادعایی است که استفاده مفرد از اینترنت تأثیر منفی بر ابراز خود، تنظیم روابط اجتماعی و دیگر مهارت‌های مورد نیاز برای رشد فردی دارد (مورگان و کاتن، ۲۰۰۳؛ ساندرز، فیلد، دیگو و کاپلان، ۲۰۰۰). بررسی‌ها در این زمینه نشان می‌دهد که بین استفاده افراطی از اینترنت، تنهایی و افسردگی و تخریب تدریجی روابط دوستی و خانوادگی (ناوالا و آناند (۲۰۰۳)، انگل برگ و سجویرگ (۲۰۰۴) و موراهان -مارتین و شوماخر، (۱۹۹۷) رابطه وجود دارد (ساندرز و همکاران، ۲۰۰۰).

همچنین به نظر می‌رسد یکی از عواملی که در ایجاد اعتیاد به اینترنت نقش ایفا می‌کند، خودکارآمدی اجتماعی باشد. خودکارآمدی اجتماعی یکی از مفاهیم زیرمجموعه خودکارآمدی در نظریه شناخت اجتماعی است که به باورهای فرد در مورد توان خویش در ایجاد ارتباط اجتماعی و برقراری دوستی‌های جدید اشاره دارد (گسز، ۱۹۸۹). همچنین بندورا (بندورا؛ به نقل از ترخان، ۱۳۹۲) بر این باور است که خودکارآمدی اجتماعی یکی از عوامل تنظیم رفتار انسان در موقعیت‌های بین فردی است. بطوری که هیچ کدام از مکانیزم‌های روانی انسان با نفوذتر از باورهای خودکارآمدی اجتماعی آنها درباره ظرفیت‌هایشان برای اعمال کنترل بر سطح عملکرد و رویدادهای زندگی، مؤثر نیست. بررسی‌ها نشان می‌دهد که میزان کارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنت (ایسکندر^۱ و آکین^۲، ۲۰۱۰) و نیز اعتیاد به بازی^۳ (game) (یئونگ و کیم، ۲۰۱۱) رابطه وجود دارد. با این حال، نتایج مطالعه توکلی و همکاران (۲۰۱۴) نشان می‌دهد بین خودکارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنت هیچ رابطه‌ای وجود ندارد که متناقض با نتایج پژوهش کاپلان (۲۰۰۵) است.

از سویی، اگر چه استفاده از اینترنت اثرات مثبتی روی ارتباطات میان فردی دارد، آن را بعنوان علتی مضر برای روابط میان فردی با جلوگیری از تعامل چهره به چهره که به تنهایی می‌انجامد، در نظر می‌گیرند. بنابراین افرادی که نمی‌توانند روابط اجتماعی‌شان را در زندگی واقعی سازمان دهند، بتدریج تنها تر خواهند شد. برخلاف گذشته که "تنهایی" یک مفهوم مثبت به معنای کناره‌گیری داوطلبانه فرد از درگیری‌های روزمره‌ی زندگی برای رسیدن به اهداف بالاتر زندگی (مانند: تعمق، مراقبه و ارتباط با خداوند) تلقی می‌شد، امروزه در متون روان‌شناختی "تنهایی" را شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا از دست دادن همدم، جنبه‌های ناخوشایند و منفی روابط از دست‌رفته و از دست دادن رابطه با دیگری در نظر می‌گیرند (زربخش بحری، راشدی، و خادمی، ۱۳۹۱). احساس تنهایی تجربه‌ای همگانی است و همه آدمیان صرف نظر از جنس، سن، استعداد، نژاد، مذهب و پایگاه اجتماعی اقتصادی در دوره‌ای از زندگی خود آن را تجربه می‌کنند. این احساس ممکن است در موارد گوناگونی از جمله از دست دادن یک ارتباط صمیمانه، ورود به دانشگاه، سفر به یک کشور غریب، در مدرسه یا محل کار جدید ایجاد شود. پیلاثو و پرلمن (۱۹۸۲) احساس تنهایی را عدم هماهنگی میان سطحی از تماس اجتماعی که فرد خواهان آن است یا سطحی از تماس اجتماعی که در واقعیت برقرار کرده است، تعریف کرده‌اند. همچنین تنهایی می‌تواند به صورت واکنشی برای فقدان روابط اجتماعی ضروری یا اهانت به روابط اجتماعی و فقدان گرمی و صمیمیت و هیجان‌ها تعریف شود (اسن و همکاران، ۲۰۱۳). نتایج مطالعات موراهان و شوماخر (۱۹۹۷)، مسچ، (۲۰۰۱) و مشایخ و برجلی (۱۳۸۲) نشان داد که بین احساس تنهایی و میزان استفاده از اینترنت (چت کردن) رابطه وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش سواری و بشلیده (۱۳۹۱) نشان داد بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت وجود دارد. اما در پژوهش قاسم زاده، شهرآرای و مرادی (۱۳۸۶) در دختران دبیرستانی شهر تهران، تفاوت معنی‌داری بین احساس تنهایی کاربران معتاد به اینترنت و غیرکاربران بدست نیامد. مبتنی بر این یافته‌ها، هدف پژوهش حاضر، تعیین نقش احساس تنهایی دانشجویان و خودکارآمدی اجتماعی در پیش بینی اعتیاد به اینترنت در آنها بود.

روش

شرکت‌کنندگان

جامعه مورد مطالعه متشکل از کلیه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بود. تعداد ۲۰۰ شرکت‌کننده از هر دو جنس دختر و پسر مقطع کارشناسی با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی/همبستگی است.

1. Iskender
2. Akin
3. Game

پرسشنامه/اعتیاد به اینترنت: این پرسشنامه در سال ۱۹۸۸ توسط یانگ^۱ ساخته شد و در زمینه سنجش اعتیاد اینترنتی مورد استقبال بسیاری 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 گذاشته است یا خیر (یانگ، ۲۰۰۹). در مطالعه یانگ و همکاران (به نقل از علوی، اسلامی، مرآئی، نجفی، جنتی فرد و رضاپور، ۱۳۸۹) اعتبار درونی پرسشنامه بالاتر از ۰/۹۲ ذکر شده و اعتبار به روش بازآزمایی نیز معنی دار گزارش شده است. در نمونه ایرانی علوی و همکاران (۱۳۸۹) روایی محتوایی و همگرا، همسانی درونی ۰/۸۸ و تصنیف ۰/۷۲ این پرسشنامه را قابل قبول ارزیابی کردند. این پرسشنامه در یک طیف لیکرت از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شود.

نسخه سوم مقیاس/احساس تنهایی: این مقیاس شامل ۲۰ سؤال است و توسط راسل، پیلا و فرگوسن (۱۹۷۸) در دانشگاه کالیفرنیا ساخته شد. علی رغم روایی و اعتبار مناسبی که برای این مقیاس گزارش شده بود، برای رفع برخی نواقص، راسل^۲ و همکاران (۱۹۸۰) نسخه تجدیدنظرشده‌ای از فرم اولیه دادند. این مقیاس، بار دیگر توسط راسل مورد تجدید نظر قرار گرفت. او در نسخه سوم (راسل، ۱۹۹۶) عبارت‌های آزمون و نحوه پاسخگویی به آن را ساده‌تر کرد و محتوای ماده چهارم آزمون را از منفی به مثبت تغییر داد. همچنین مواد آزمون را به گونه‌ای طراحی کرد که بتوان آن را از طریق مصاحبه نیز اجرا و گزارش نمود. این مقیاس در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (۱ = هرگز، ۴ = همیشه) پاسخ داده می‌شود. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۲۰ تا ۸۰ قرار دارد. برخی از سوالات ۱، ۵، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹، ۲۰ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. راسل (۱۹۹۶) برای این نسخه مقیاس ضریب آلفای برابر با ۰/۹۴ گزارش کرد.

مقیاس خودکارآمدی/اسمیت^۳ و بتز^۴: این ابزار از ۲۵ گویه تشکیل شده است که میزان اعتماد فرد به خویش را در موقعیت‌های اجتماعی گوناگون در یک طیف ۵ درجه‌ای اندازه می‌گیرد. بتز و اسمیت (۲۰۰۰) اعتبار ابزار را به روش همسانی درونی، ۰/۹۴ و به روش بازآزمایی با فاصله سه هفته‌ای، ۰/۸۲ گزارش کردند. روایی این ابزار نیز توسط سازندگان آن به روش همگرا و واگرا مطلوب گزارش شده است.

شیوه‌ی اجرا

در راستای جمع‌آوری داده‌ها، ابتدا شرکت‌کنندگان انتخاب گردید. سپس، هدف پژوهش توضیح داده شد و پس از جلب همکاری، نسبت به توزیع پرسشنامه‌ها و جمع‌آوری آنها اقدام شد. جهت تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی شامل مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

نتایج

جدول ۱ شاخص‌های پراکندگی و مرکزی و ماتریس کوواریانس متغیرهای مورد مطالعه را منعکس نموده است.

متغیرها	M	SD	۱	۲	۳	VIF	Tolerance
۱. اعتیاد به اینترنت	۲۱/۱۹	۵/۷۱	۴/۱۷	-	-	۰/۹۴	۱/۰۶
۲. احساس تنهایی	۲۴/۱۱	۶/۹۲	۳/۲۱	۴/۶۶	-	۰/۹۱	۱/۱۰
۳. خودکارآمدی اجتماعی	۱۵/۱۱	۳/۱۷	-۲/۶۵	-۱/۷۲	۳/۸۵	۰/۸۷	۱/۱۵

مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد که در گروه مورد مطالعه، پراکندگی متغیرها در حد متعارف و قابل قبول است. علاوه بر این، (الف) بین اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی هم‌تغییری مثبت و قابل توجه وجود دارد. (ب) بین اعتیاد به اینترنت و خودکارآمدی اجتماعی، هم‌تغییری

۱. Young

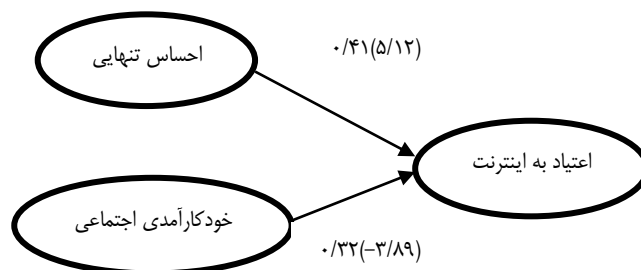
۲. Russel

۳. Smith

۴. Betz

احساس تنهایی، خودکارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنت

منفی و قابل ملاحظه وجود دارد. (ج) بین احساس تنهایی و خودکارآمدی اجتماعی، هم‌تغییری منفی و پایین وجود دارد. (د) بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک هم‌خطی چندگانه وجود دارد، چرا که مقدار شاخص تورم واریانس (VIF) و تولرانس (Tolerance) در حد مطلوب قرار دارد. جهت بررسی روابط ساختاری بین متغیرهای مورد مطالعه از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد که نتایج آن در مدل (۱) همراه با شاخص‌های برازش منعکس شده است:



شکل ۱. روابط ساختاری بین متغیرها

جدول ۲

شاخص‌های برازش مدل

TLI	IFI	NFI	CFI	AGFI	GFI	P	X ² /df	df	X ²	RMSEA
۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۳	۰/۹۶	۰/۹۴	۰/۹۵	<۰/۰۰۱	۴	۱۲۲	۴۸۸	۰/۰۵

نتایج آزمون برازش مدل ساختاری نشان می‌دهد که مدل نظری با داده‌ها برازش مطلوب دارد، چرا که مقدار ریشه میانگین مجذور خطای تقریب (RMSEA) در حد مطلوب (کمتر از ۰/۰۶) واقع شده و نسبت X^2/df در حد مطلوب (کمتر از ۵) قرار دارد. از طرفی مقدار شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI)، شاخص برازش هنجار شده (NFI)، شاخص برازش افزایشی (IFI) و شاخص توکر-لوئیس (TLI) در حد مطلوب (بزرگتر از ۰/۹۰) قرار دارد. علاوه بر این ضرایب بتای استاندارد و t محاسبه شده نشان می‌دهد که احساس تنهایی با ضریب (۰/۴۱) و مقدار t محاسبه شده (۵/۱۲) بصورت مثبت و معنی‌دار قادر است ۴۱ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کند و خودکارآمدی اجتماعی با ضریب (-۰/۳۲) و t (-۳/۸۹) بصورت منفی و معنی‌دار قادر است ۳۱ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی و تبیین نماید. از این رو می‌توان نتیجه گرفت که احساس تنهایی نقش مثبت و خودکارآمدی اجتماعی نقش منفی در اعتیاد به اینترنت دارند.

بحث

هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه احساس تنهایی و خودکارآمدی اجتماعی با اعتیاد به اینترنت در جامعه دانشجویی بود. یافته‌ها نشان داد که احساس تنهایی پیش‌بینی‌کننده مثبت اعتیاد به اینترنت است. این یافته با نتایج اسن و همکاران (۲۰۱۳) و موراها-مارتین و شوماخر (۱۹۹۷) همسو است. در توجیه این یافته می‌توان گفت که افراد تنها، به دلیل پتانسیل بالای اینترنت برای مصاحبت، الگوهای تغییر یافته تعاملات اجتماعی برخط و همچنین بعنوان شیوه‌ای برای تعدیل حالات منفی مرتبط با احساس تنهایی، به سمت اینترنت کشیده می‌شوند. گمنامی و نداشتن ارتباط رو در رو در محیط‌های برخط، خودآگاهی و اضطراب اجتماعی را کاهش داده که خود به تسهیل رفتار جامعه‌پسند و شکل‌گیری روابط دوستانه در این محیط‌ها برای افراد تنها منجر می‌شود. کسانی که در روابط واقعی میان‌فردی توفیق چندانی نداشته‌اند، اکنون از این طریق قادر می‌شوند بی‌آنکه چهره خود را برملا کنند، روابط گسترده‌ای را برقرار کنند و احساسات خویش را بروز دهند (مشایخ و برجلی، ۱۳۸۲). یانگ (۱۹۹۷) اظهار می‌دارد که افراد افسرده که از انزوای اجتماعی می‌ترسند و نیاز مفرطی به مقبولیت دارند، برای غلبه بر دشواریهای روابط بین فردی در زندگی واقعی، از اینترنت استفاده می‌کنند.

همچنین، مک کنا، گرین و گلیسن (۲۰۰۲) معتقدند افرادی که احساس تنهایی می‌کنند، برای برقراری تعامل با دیگران یا حتی اظهار خود به استفاده از اینترنت رو می‌آورند. بر این اساس می‌توان بیان داشت که در واقع اینترنت، بعنوان وسیله ارتباطی و سرگرم‌کننده، زندگی مفرح و امنی را برای تعدادی از افراد مهیا می‌کند که در دنیای واقعی انکار شده‌اند. اینترنت می‌تواند گریزگاهی برای کسانی باشد که از مشکلات روانی رنج می‌برند و به تشویش و احساس تنهایی دچار هستند و همچنین، وسیله‌ای برای ارضای نیازهای هیجانی و روانی آنهاست.

یافته‌ی دیگر پژوهش حاضر این است که خودکارآمدی اجتماعی پیش‌بینی‌کننده منفی اعتیاد به اینترنت است که با یافته‌های پنگ و لاروز (بی‌تا) و کاپلان (۲۰۰۵) همسو است، اما زربخش بحری و همکاران (۱۳۹۱) و توکلی و همکاران (۲۰۱۴) اظهار می‌دارند که بین اختلال کارکرد اجتماعی با اعتیاد به اینترنت رابطه معنادار وجود ندارد. در تبیین و توجیه این ناهمخوانی باید گفت مطالعات پیشین، هریک سرویس‌دهی‌های خاصی از خدمات مختلف اینترنت را مد نظر قرار داده‌اند.

خودکارآمدی اجتماعی یعنی باور افراد در مورد توانایی مقابله آنها در موقعیت‌های خاص اجتماعی که الگوهای شناختی، رفتاری و عاطفی آنها را در سطوح مختلف تحت تأثیر قرار می‌دهد. خودکارآمدی اجتماعی بالا باعث مناسبات اجتماعی مثبت و سالم و خودکارآمدی اجتماعی پایین به رفتارهای اجتنابی و انزوای اجتماعی در افراد منجر می‌گردد (بندورا، ۲۰۰۶). علاوه بر این، کارآمدی اجتماعی ناظر بر عملکرد بالا در روابط اجتماعی کلی و مشارکت در گروه‌ها یا فعالیت‌ها، نگرش دوستانه و اشتراک با مردم بوده (کونلی، ۱۹۸۹) و به ادراک فرد در برقراری موفقیت‌آمیز روابط اجتماعی (بندورا، ۱۹۷۷) نیز کمک نموده، از این رو، موجب جلوگیری از اعتیاد اینترنتی می‌گردد.

اعتماد به پاسخ شرکت‌کنندگان در تکمیل پرسشنامه‌ها مهمترین محدودیت این مطالعه بود که با توجه به این موضوع یافته‌های پژوهش حاضر را باید به دیده احتیاط نگریست و از هر گونه استنباط علی در مورد آنها باید خودداری شود. همچنین پژوهش حاضر روی دانشجویان انجام شده است و به همین دلیل باید از تعمیم یافته‌ها به سایر اقشار جامعه اجتناب شود. نظر به یافته‌ها، پیشنهاد می‌شود ضمن فراهم کردن امکانات و شرایط مشاوره مناسب و مؤثر برای دانشجویان، دلایل ایجاد احساس تنهایی و افت خودکارآمدی اجتماعی را در آنها شناسایی و با ارائه راهکارهای مناسب در جهت کاهش آنها، از بروز عوارضی نظیر اعتیاد به اینترنت جلوگیری شود.

منابع

زربخش بحری، محمدرضا؛ راشدی، وحید و خادمی، محمدجواد (۱۳۹۱). احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان. *مدیریت ارتقای سلامت*، ۳۲-۳۸، (۱)۲.

علوی، سیدسلیمان؛ اسلامی، مهدی؛ مرآئی، محمدرضا؛ نجفی، مصطفی؛ جنتی‌فرد، فرشته و رضاپور، حسین (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ، *مجله علوم رفتاری*، ۴(۳)، ۱۸۹-۱۸۳.

مشایخ، مریم و برجعلی، احمد (۱۳۸۲). بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در گروهی از دانش‌آموزان دبیرستانی، *تازه‌های علوم شناختی*، ۵(۱)، ۴۴-۳۹.

Bandura, A. (2006). Self-efficacy: Toward A verifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

Connolly, J. (1989). Social self-efficacy in adolescence relations with self-concept, social adjustment, and mental health. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 21, 258-269.

Davis, R.N.A. (2002). Cognitive-Behavioral model of pathological Internet use. *Comput Human Behav*, 17(2), 187-195.

Esen, B., Aktas, E., & Tuncer, I. (2013). An analysis of university students internet use in relation to loneliness and social self-efficacy. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 1504-1508.

Iskender, M., & Akin, A. (2010). Social self-efficacy, academic locus of control, and internet addiction. *Computers & Education*, 54(4), 1101-1106.

Jeong, E. J., & Kim, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game Addiction. *Cyber Psychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 213-221.

Nalwa, K., & Anand, A. (2003). Internet addiction in student: A cause of concern, *Cyber Psychology and Behavior*, 6(6).