



## The Roles of Family, Emotion Regulation Strategies, and Mental Health in the Problematic Internet Use

Fatemeh Hadadian,<sup>✉</sup> Maryam Tehranizadeh, Mahsan Pakdel

### Abstract

**Background and Purpose:** Studies indicate that there is a relationship between family and psychological characteristics of individuals with the type of Internet use. Therefore, the present study aimed to investigate the role of family characteristics, mental health, and emotion regulation strategies in predicting Internet addiction. **Methods:** The present study was descriptive-correlational and its statistical population consisted of students at Shahid Beheshti University. It selected 375 students (195 females and 180 males) by stratified random sampling. The variables were examined by the following tools respectively: The Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale III (FACES-III), The General Health Questionnaire-12 (GHQ-12), Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ), and the Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIUS). The problematic Internet use includes subscales, namely mood regulation, social productivity, forced use, double time, isolation syndrome, and interpersonal comfort. **Results:** The results of the Pearson correlation coefficient and multiple regression indicated that family cohesion predicted mood regulation, social productivity, forced use, double time, and isolation syndrome. Anxiety/depression predicted mood regulation, social productivity, double time, forced use, and isolation syndrome. Furthermore, social dysfunction predicted social functioning. The catastrophizing strategy predicted mood regulation, social productivity, forced use, and isolation syndrome. The self-blame strategy predicted double time. **Conclusion:** The problematic Internet use was significantly affected by family and psychological characteristics.

**Received:** 11.09.2020

**Revision:** 11.11.2020

**Acceptance:** 04.12.2020

### Keywords:

*Internet; Addiction;  
Family structure;  
Psychological*

### How to cite this article:

Hadadian, F., Tehranizadeh, M., & Pakdel, M. The Roles of Family, Emotion Regulation Strategies, and Mental Health in the Problematic Internet Use. *Jayps*, 2020, 1(1): 317-327

### Article type

Original research

**1. Fatemeh Hadadian**, M.A of Educational Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran, **2. Maryam Tehranizadeh**, Assistant Professor of Psychology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran, **3. Mahsan Pakdel**, M.A of Educational Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

✉ Correspondence related to this article should be addressed to **Fatemeh Hadadian**, M.A of Educational Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran  
Email: Haddadian87@yahoo.com

## بررسی نقش خانواده، راهبردهای تنظیم هیجان و سلامت روان در استفاده مشکل‌زا از اینترنت

فاطمه حدادیان،<sup>✉</sup> مریم طهرانی‌زاده، مهسان پاکدل

**چکیده**  
زمینه و هدف: مطالعات نشان می‌دهند بین ویژگی‌های خانوادگی و روانی افراد با نوع استفاده از اینترنت رابطه وجود دارد. به همین منظور هدف از این پژوهش بررسی نقش ویژگی‌های خانوادگی، سلامت روان و راهبردهای تنظیم هیجان در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت است. روش پژوهش: روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه آماری دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی بود که ۳۷۵ دانشجو (۱۹۵ زن و ۱۸۰ مرد) به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی انتخاب شدند. متغیرهای مذکور به ترتیب توسط ابزارهای زیر مورد بررسی قرار گرفتند: مقیاس ساختار خانواده (FACES-III)، آزمون سلامت عمومی (GHQ-۱۲)، پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی (CERQ) و مقیاس کاربرد مشکل‌زا از اینترنت (GPIUS). کاربرد مشکل‌زا از اینترنت شامل زیر مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف، نشانگان انزوا، آسودگی بین فردی است. یافته‌ها: در این تحقیق بررسی نتایج ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه نشان داد که: همبستگی خانواده، خرده مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف و نشانگان انزوا را پیش‌بینی نمود. بعلاوه ناکنش‌وری اجتماعی خرده مقیاس کارکرد اجتماعی را پیش‌بینی نمود. راهبرد فاجعه‌اندیشی خرده مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری و نشانگان انزوا را پیش‌بینی نمود. راهبرد سرزنش خود، خرده مقیاس وقت مضاعف را پیش‌بینی نمودند. نتیجه‌گیری: در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که کاربرد مشکل‌زا از اینترنت به نحو معناداری تحت تأثیر ویژگی‌های خانوادگی و روان‌شناختی قرار دارند.

دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۶/۲۱

اصلاح مقاله: ۱۳۹۹/۰۸/۲۱

پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۹/۱۴

واژه‌های کلیدی:

اینترنت، اعتیاد، ساختار خانواده، روان‌شناختی

نحوه ارجاع دهی به مقاله:

حدادیان، ف.، طهرانی‌زاده، م.، و پاکدل، م. (۱۴۰۰). بررسی نقش خانواده، راهبردهای تنظیم هیجان و سلامت روان در استفاده مشکل‌زا از اینترنت. *دوفصلنامه مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان*، ۱(۱): ۳۱۷-۳۲۷

نوع مقاله:

پژوهشی اصیل

۱. فاطمه حدادیان، کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، ۲. مریم طهرانی‌زاده، استادیار روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران، ۳. مهسان پاکدل، کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

✉ مکاتبات مربوط به این مقاله باید خطاب به فاطمه حدادیان، کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران می‌باشد.

پست الکترونیکی: Haddadian87@yahoo.com

## مقدمه

اعتیاد به وبسایت‌های شبکه‌های اجتماعی یک مشکل رو به رشد است که دارای تأثیرات اجتماعی، جسمی و روانی بر زندگی دانشجویان است (پونوسامی<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰). اینترنت می‌تواند به‌عنوان یک دستاورد مفید و اثربخش باشد و گاهی به دلیل استفاده نامناسب، بهداشت روانی کاربران را با تهدید روبرو می‌سازد و این امر به‌گونه‌ای است که در دهه‌های اخیر به‌عنوان یکی از عوامل اعتیاد مطرح شده است. یکی از اثرات این اعتیاد، ایجاد افسردگی بین افراد است (صالحی عمران، ۱۳۹۷). استفاده مشکل‌زا از اینترنت در بین دانشجویان تحت‌الشعاع عوامل روان‌شناختی گوناگونی است که می‌توان از این میان به مهارت‌های اجتماعی و امنیت روانی اشاره کرد (رئیس‌ی و همکاران، ۱۳۹۹). استفاده بیش‌ازحد و نادرست از اینترنت، خطر اعتیاد به آن را به دنبال دارد (ابوالحسنی، ۱۳۹۶). اینترنت نویدها و تهدیدهایی فراوانی به همراه داشته است، نویدهایی همانند: ایجاد همبستگی‌های جدید اجتماعی، پشتیبانی از دموکراسی‌ها و جنبش‌های اجتماعی جدید، زندگی بهتر و آسایش بیشتر، ایجاد فرصت‌های فراوان‌تر، تبادل سریع‌تر اطلاعات و اخبار. از سویی دیگر، تهدیداتی نیز چون از هم پاشیدن شبکه‌های سنتی همسایگی، قطعه‌قطعه شدن افراطی سلیقه‌ها و خرده‌فرهنگ‌ها، آموزش‌های غیراخلاقی به کودکان، کاهش سرمایه و مشارکت اجتماعی، افزایش انزوای اجتماعی، گسترش بی‌نظمی، جایگزین فعالیت‌های اجتماعی شدن و اعتیاد به اینترنت ازجمله تهدیدات اینترنت هستند (صدوقی قوزدی، ۱۳۸۵).

استفاده مشکل‌زا از اینترنت (IA)، حالتی است که کارکرد تحت تأثیر مضر مصرف بیش‌ازحد اینترنت قرار می‌گیرد و آسیب‌های شناختی، روان‌شناختی یا جسمی به وجود می‌آید. IA، به این صورت تعریف می‌گردد: استفاده مداوم از اینترنت به مدت بیشتر از میزان برنامه‌ریزی‌شده و تجربه علائم گوشه‌گیری مانند عصبی بودن، افسردگی یا

بی‌قراری هنگام محرومیت از اینترنت و تلاش ناموفق برای کنترل یا عدم استفاده از اینترنت (کررار<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). تحقیقات رابطه معکوس بین نمرات نوجوانان در پرسش‌نامه‌های روابط خانوادگی با استفاده زیاد از اینترنت را نشان می‌دهد (سولی، ۲۰۰۰؛ سندرز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). توصیف وابستگی به رایانه در مقایسه با کاربران نا وابسته درباره ارتباط با والدینشان نماینگر ضعف یا نبود عاطفه واقعی در آنان بود (عبدالملکی، ۱۳۸۵). در انگلستان، ایالات‌متحده و آسیا بیش از ۸۰ درصد از جمعیت نوجوانان به اینترنت دسترسی دارند، در آمریکای جنوبی میزان آن کمتر است (۴۵-۵۵ درصد). میزان کاربران اینترنت جوان در آفریقا و شرق میانه نیز در حدود ۳۰۰۰ درصد در ده سال اخیر رشد داشته است (آمار جهانی اینترنت، ۲۰۱۳). بر اساس تحقیقات بین‌المللی بیش از ۳۰ درصد کودکان زیر دو سال از تبلت یا گوشی هوشمند استفاده کرده‌اند و ۸۰ درصد از نوجوانان یکی از این دستگاه‌ها را دارند (فاکس و دوگان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). این اعداد قابل توجه، نگرانی قابل‌درکی را درمیان افرادی که در چارچوب آسیب‌شناسی روانی رشدی درباره نوجوانان و عملکرد رفتاری-هیجانی آنان مطالعه می‌کنند ایجاد کرده است. همچنین به این دلیل که آکادمی طب اطفال آمریکا (کریستاکیس<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴) نشان داده است که خلاقیت، ابتکار و اماکن دستیابی به رشد حسی و حرکتی بهینه ممکن است به دنبال استفاده از چنین ابزارهایی کاهش یابد (سرتیگیلیا<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷). نگرش والدین، نوع ارتباطات خانوادگی و خشونت در خانواده می‌تواند موجب اعتیاد به اینترنت شود (یانگ، ۲۰۰۸). علاوه بر آن اعتیاد به اینترنت با عملکرد خانوادگی ضعیف در ارتباط است و مشکلات خانوادگی مانند نزاع، طلاق، سردی روابط در میان خانواده‌هایی که فرزند آن‌ها به اینترنت وابسته است زیاد است (تسی<sup>۷</sup>، ۲۰۰۱؛ هانگ کو<sup>۸</sup>، ۲۰۰۷). رشد استفاده مشکل‌زا از اینترنت با شرایط روان‌شناختی قبلی به وجود می‌آید (دیویس، ۲۰۰۱). در اکثر مواقع این

5 Christakis  
6 Cerniglia  
7 Tsai  
8 H., Yang

1 Ponnusamy  
2 Karaer  
3 Sanders  
4 Fox, S., Duggan

جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی (۱۰۴۶۹ نفر) است که در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ در سه گروه علوم پایه، فنی و مهندسی و علوم انسانی مشغول به تحصیل هستند. به منظور مطالعه متغیرها و دست‌یابی به داده‌ها، بر طبق جدول مورگان نمونه‌ای به تعداد ۳۷۵ نفر دانشجویان به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی انتخاب شدند. طبق این روش جامعه آماری دانشجویان دانشگاه شهید بهشتی به سه طبقه علوم انسانی، فنی و مهندسی و علوم پایه تقسیم شدند. همچنین نسبت هر طبقه در نمونه با نسبت آن در جامعه یکسان انتخاب و پرسشنامه‌ها به روش تصادفی در طبقات مورد نظر تقسیم و توزیع گردید.

### ابزارهای پژوهش

۱. **مقیاس ارزشیابی سازش‌پذیری و پیوستگی خانواده ویرایش سوم (FACES-III):** مقیاس ارزشیابی سازش‌پذیری و پیوستگی خانواده ویرایش سوم (FACES-III) توسط اولسن ۱۹۸۵ به منظور ارزیابی دو مولفه اصلی ساختار خانواده بر طبق الگوی سرکامپلکس یعنی پیوستگی و انطباق‌پذیری طراحی شده است. این مقیاس شامل ۲۰ سؤال است. ۱۰ سؤال مربوط به پیوستگی است و پیوندهای هیجانی درون خانواده و مدت زمانی که اعضا خانواده با یکدیگر سپری می‌کنند را می‌سنجد و ۱۰ سؤال مربوط به انطباق‌پذیری است که رهبری، نظم و انضباط، مذاکره و نقش‌ها را اندازه‌گیری می‌کند. (وندیک و اکبلاد، ۱۹۹۳؛ به نقل از صادقی، مظاهری و حیدری، ۱۳۸۵). این مقیاس در ایران توسط مظاهری (۱۳۷۹) به فارسی ترجمه و روی نمونه ایرانی اجرا شد. همچنین، در پژوهش صادقی و همکاران (۱۳۸۵) آلفای کرونباخ برای بعد پیوستگی ۰/۷۴ و برای بعد انطباق‌پذیری ۰/۷۵ به دست آمده است.

۲. **پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ):** پرسشنامه سلامت عمومی GHQ یکی از پرکاربردترین ابزارها در زمینه غربالگری سلامت روانی که در سال (۱۹۷۹) فرم ۲۸ سؤالی آن توسط گلدبرگ بر اساس تحلیل عامل پرسشنامه ۶۰ سؤالی تدوین شد. فرم ۱۲ و ۲۸ سؤالی در ایران در سال ۱۳۷۴ توسط پالاهنگ برای اولین بار اعتبار

آسیب‌شناسی شامل افسردگی، اضطراب اجتماعی و انواع روان‌پریشی‌ها است (مورهان-مارتین و اسکامیکر، ۲۰۰۰). فضای مجازی و کیفیت حمایت اجتماعی موجود در اینترنت به‌ویژه برای کسانی که زندگی واقعی آن‌ها با کمبود اعتمادبه‌نفس و افسردگی همراه بوده اعتیادآور است (یانگ، ۱۹۹۸). با توجه به بررسی‌های انجام‌شده برای تبیین الگوها و علل روان‌شناختی این پدیده، ویژگی‌های خانوادگی و روانی، استفاده‌کنندگان می‌تواند تعیین‌کننده باشد. در چارچوب آسیب‌پذیری-استرس، الگوی شناختی-رفتاری در تبیین پدیده کاربرد مشکل‌زا از اینترنت مطرح شده است. در این الگو رفتار نابهنجار نتیجه آسیب‌پذیری روانی قبلی یا عوامل زمینه‌ساز (خطر ساز تحولی) و رویدادهای فشارزای زندگی است.

بنابراین استفاده مرضی ویژه از اینترنت، استفاده بیش‌ازاندازه و سوءاستفاده از اینترنت است و نتیجه آسیب‌شناسی روانی قبلی فرد می‌باشد که در اثر عاملی تقویتی که از اینترنت دریافت می‌کند در فرد باقی می‌ماند. علی‌رغم پژوهش‌های گسترده در سال‌های اخیر، یک نظریه جامع که بتواند تبیین کند چگونه استفاده مشکل‌زا از اینترنت با بهداشت روانی یا اجتماعی ارتباط پیدا می‌کند وجود ندارد (کاپلان، ۲۰۰۲). نظر به اینکه پیشگیری مقدم بر درمان است، شناسایی الگوهای استفاده مشکل‌زا از اینترنت قدم اول است. در این تحقیق برای بررسی عملی این نظریه، ویژگی‌های روانی و هیجانی افراد به‌عنوان علل لازم، الگو آسیب‌پذیری - استرس و خانواده که بزرگ‌ترین منبع حمایت اجتماعی است به‌عنوان علل کافی این الگو بررسی می‌شود.

استفاده مشکل‌زا از اینترنت با وجود اینکه به‌صورت رسمی در DSM ۵ به‌عنوان یک اختلال نیامده است اما تبدیل به یک مسئله جهانی شده است. آن را می‌توان به‌عنوان یک اعتیاد رفتاری غیر شیمیایی تعریف کرد که شامل تعامل انسان و ماشین می‌شود (سرتیگلیا، ۲۰۱۷). در این راستا رابطه پیش‌بینی‌کنندگی ساختار خانواده، سلامت روان و راهبردهای تنظیم هیجان با کاربرد مشکل‌زا از اینترنت در جامعه دانشجویان بررسی شد.

### روش

توسط کاپلان (۲۰۰۲) تهیه شده است. این مقیاس شامل ۲۹ سؤال پنج سؤال گزینه‌ای است و شامل خرده مقیاس‌های: تغییرات خلقی، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف، بازداشته، آسودگی بین فردی و پیامدهای منفی استفاده از اینترنت است.

### یافته‌ها

برای بررسی سؤالات این پژوهش نخست ضرایب همبستگی میان متغیرهای پیش‌بین و ملاک اندازه‌گیری شد و سپس مؤلفه‌های معنادار وارد مدل شدند. سؤال ۱: آیا ساختار خانواده خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت را پیش‌بینی می‌کند؟ برای بررسی این سؤال ضرایب همبستگی میان متغیرهای پیش‌بین و ملاک اندازه‌گیری شد. در جدول ۱ ضرایب همبستگی متغیر ساختار خانواده با خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت گزارش شده است. نتایج ضرایب همبستگی نشان داد همبستگی خانواده با خرده مقیاس‌های تغییرات خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف و نشانگان انزوا همبستگی معنادار دارد. بعد انطباق‌پذیری خانواده با هیچ‌یک از خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت همبستگی معنادار ندارد. خلاصه مدل رگرسیون متغیرهای پیش‌بین همبستگی خانواده با خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت در جدول ۱ نمایش داده شده است

جدول ۱ خلاصه مدل‌های رگرسیون برای متغیر پیش‌بین همبستگی خانواده

مدل‌ها	متغیر ملاک	R squar	Adjusted R Square	B	S.E	B	T	Sig
مدل ۱	تغییرات خلق	۰/۰۷	۰/۰۶	-۰/۰۱	۰/۰۲	-۰/۲۶	-۴/۱۷	۰/۰۰۱
مدل ۲	بهره‌وری- اجتماعی	۰/۰۸	۰/۰۷	-۰/۱۲	۰/۰۲	-۰/۲۸	-۴/۴۳	۰/۰۱
مدل ۳	کاربرد اجباری	۰/۰۸	۰/۰۸	-۰/۰۵	۰/۰۱	-۰/۰۱	-۲/۹۶	۰/۰۰۱
مدل ۴	وقت مضاعف	۰/۰۲	۰/۰۱	-۰/۰۵	۰/۰۲	-۰/۱۴	-۲/۱۴	۰/۰۳
مدل ۵	نشانگان انزوا	۰/۰۴	۰/۰۴	-۰/۰۹	۰/۰۸	-۰/۲۲	-۲/۳۴	۰/۰۱

درصد واریانس خرده مقیاس تغییرات خلق می‌باشد. نتایج نشان داد همبستگی خانواده می‌تواند خرده مقیاس تغییرات خلق از مقیاس استفاده مشکل‌زا اینترنت را

یابی شده است. این پرسشنامه دارای چهار زیر مقیاس نشانگان جسمانی، نشانگان اضطرابی، نارسا کنش وری اجتماعی و افسردگی است. (گلدبرگ، ۱۹۸۹؛ به نقل از یعقوبی و همکاران، ۱۳۷۴). در پژوهش حاضر از فرم ۱۲ سؤالی استفاده شد.

### ۳. پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی (CERQ):

پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی یک ابزار خود سنجی است که در سال ۲۰۰۱ توسط نادیا گرنفسکی و یویان کریچ و فیلیپ اسپین هاون طراحی شد. در این پرسشنامه راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و فاجعه اندیشی در مجموع، راهبردهای منفی تنظیم هیجان را تشکیل می‌دهند و راهبردهای پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مجدد مثبت، باز ارزیابی مثبت و اتخاذ دیدگاه روی هم راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را شامل می‌شوند. این پرسشنامه در گروه‌های بهنجار و بالینی از سن ۱۲ سال به بالا قابل اجرا است (گرنفسکی، کریچ، اسپین هاون، ۲۰۰۱). پایایی هر یک از مؤلفه‌ها در خرده مقیاس سرزنش خود و فاجعه‌آمیز پنداری ۰/۷۷، کنار آمدن و پذیرش ۰/۷۰، مثبت اندیشی ۰/۷۶، سرزنش دیگران ۰/۶۴ و پایایی کل پرسشنامه برابر با ۰/۷۰ به دست آمد.

مقیاس کاربری مشکل‌زا (فراگیر) از اینترنت (GPIUS):

مقیاس کاربری مشکل‌زا (فراگیر) از اینترنت (GPIUS)

همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود مدل ۱ با  $(F= 17/43)$  و سطح معناداری ۰/۰۰ معتبر محسوب می‌شود. مؤلفه همبستگی خانواده قادر به تبیین شش

پیش‌بینی می‌کند. مدل ۵ با  $(F=11/15)$  و سطح معناداری  $0/01$  معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد همبستگی خانواده قادر به تبیین چهار درصد از واریانس خرده مقیاس بهره‌وری اجتماعی می‌باشد سؤال ۲: آیا راهبردهای تنظیم هیجان خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت را پیش‌بینی می‌کند؟ برای بررسی این سؤال نخست ضرایب همبستگی میان متغیرهای پیش‌بین و ملاک اندازه‌گیری شد. جدول ۳ نشانگر ضرایب همبستگی متغیر تنظیم هیجان شناختی با خرده مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت است.

پیش‌بینی می‌کند. مدل ۲ با  $(F=16/19)$  و سطح معناداری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد همبستگی خانواده قادر به تبیین هفت درصد از واریانس خرده مقیاس بهره‌وری اجتماعی می‌باشد. مدل ۳ با  $(F=81/8)$  و سطح معناداری  $0/00$  معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد همبستگی خانواده قادر به تبیین سه درصد از واریانس خرده مقیاس کاربرد اجباری می‌باشد. مدل ۴ با  $(F=4/59)$  و سطح معناداری  $0/03$  معتبر محسوب می‌شود. مؤلفه همبستگی خانواده قادر به تبیین یک درصد واریانس خرده مقیاس تغییرات خلق می‌باشد. نتایج نشان داد همبستگی خانواده می‌تواند خرده مقیاس وقت مضاعف از مقیاس استفاده مشکل‌زا از اینترنت را

جدول ۲ ضرایب همبستگی متغیر تنظیم هیجان شناختی با خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱. سرزنش خود											
۲. کنار آمدن و پذیرش	۰/۰۳										
۳. بازنگری مثبت	۰/۰۷	۰/۴۷**									
۴. فاجعه اندیشی	۰/۵۹**	-۰/۰۶	۰/۰۵								
۵. سرزنش دیگران	۰/۲۸**	-۰/۱۱	۰/۲۰**	۰/۳۶**							
۶. تغییرات خلق	۰/۱۴**	۰/۰۶	۰/۰۷	۰/۲۵**	۰/۱۵**						
۷. بهره‌وری اجتماعی	۰/۱۸**	-۰/۰۹	۰/۰۶	۰/۲۲**	۰/۲۰**	۰/۶۴**					
۸. کاربرد اجباری	۰/۱۵**	-۰/۰۶	۰/۲۰**	۰/۲۱**	۰/۲۳**	۰/۵۰**	۰/۴۳**				
۹. وقت مضاعف	۰/۲۴**	-۰/۰۱	۰/۰۷	۰/۱۹**	۰/۱۱	۰/۴۸**	۰/۴۳**	۰/۴۶**			
۱۰. نشانگان انزوا	۰/۱۶**	۰/۰۰	۰/۰۹	۰/۲۶**	۰/۲۳**	۰/۵۹**	۰/۵۷**	۰/۴۷**	۰/۵۶**		
۱۱. آسودگی بین فردی	۰/۰۰	-۰/۱۱	-۰/۷۰	-۰/۰۵	-۰/۰۱	۰/۲۹**	-۲۹/**	-۰/۲۸**	۰/۳۲**	-۰/۳۶**	

سرزنش خود، بازنگری مثبت، فاجعه اندیشی و سرزنش دیگران با خرده مقیاس کاربرد اجباری رابطه معنادار دارد. راهبرد سرزنش خود، فاجعه اندیشی و سرزنش دیگران با خرده مقیاس وقت مضاعف رابطه معنادار دارد. علاوه راهبرد سرزنش خود، فاجعه اندیشی و سرزنش

همان‌طور که مشاهده می‌شود راهبرد سرزنش خود، فاجعه اندیشی و سرزنش دیگران با خرده مقیاس تغییرات خلق رابطه معنادار دارد. همچنین راهبرد سرزنش خود، فاجعه اندیشی و سرزنش دیگران با خرده مقیاس بهره‌وری اجتماعی رابطه معنادار دارد. راهبرد

دیگران با خرده مقیاس نشانگان انزوا رابطه معنادار دارد؛ بنابراین فقط مؤلفه‌های معنادار وارد مدل شدند؛ جدول ۴ خلاصه مدل‌های رگرسیون برای متغیرهای پیش‌بین

جدول ۳ خلاصه مدل‌های رگرسیون برای متغیرهای پیش‌بین راهبردهای تنظیم هیجان

مدل‌ها	متغیر پیش-بین	متغیر ملاک	R squar	Adjusted Squar	B	S.E	B	T	Sig
مدل ۱	سرزنش خود	تغییرات	۰/۰۸	۰/۰۶	-۰/۰۳	۰/۰۴	۰/۰۵	۰/۶۸	۰/۴۹
	فاجعه اندیشی	خلق			۰/۵۷	۰/۱۵	۰/۲۹	۳/۷۰	۰/۰۰
	سرزنش دیگران				۰/۰۶	۰/۱۰	۰/۰۴	۰/۶۴	۰/۵۱
مدل ۲	سرزنش خود	بهره‌وری	۰/۰۶	۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۰۵	۰/۰۶	۰/۷۶	۰/۴۴
	فاجعه اندیشی	اجتماعی			۰/۳۵	۰/۱۷	۰/۱۶	۱/۹۷	۰/۰۴
	سرزنش دیگران				۰/۱۶	۰/۱۱	۰/۰۹	۱/۳۸	۰/۱۶
مدل ۳	سرزنش خود	کاربرد	۰/۰۸	۰/۰۷	-۰/۰۹	۰/۰۳	-۰/۰۲	-۰/۲۵	۰/۷۹
	بازنگری مثبت	اجباری			۰/۱۲	۰/۰۴	۰/۱۶	۲/۵۳	۰/۰۶
	فاجعه اندیشی				۰/۲۶	۰/۱۰	۰/۲۰	۲/۴۸	۰/۰۱
مدل ۴	سرزنش دیگران		۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۸	۱/۲۰	۰/۲۳
	سرزنش خود	وقت			۰/۱۱	۰/۰۵	۰/۱۷	۲/۱۲	۰/۰۳
	فاجعه اندیشی	مضاعف			۰/۲۳	۰/۱۷	۰/۱۱	۱/۳۷	۰/۱۷
مدل ۵	سرزنش خود		۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۰۱	۰/۱۱	۰/۰۰۹	۰/۱۳	۰/۸۹
	سرزنش دیگران	نشانگان			-۰/۰۱	۰/۰۵	-۰/۰۱	-۰/۲۳	۰/۸۱
	فاجعه اندیشی	انزوا			۰/۵۳	۰/۱۷	۰/۲۳	۲/۹۷	۰/۰۰
	سرزنش دیگران				۰/۲۲	۰/۱۲	۰/۱۲	۱/۸۸	۰/۰۶

آیا سلامت روان خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت را پیش‌بینی می‌کند؟ برای بررسی این سؤال ضرایب همبستگی میان متغیرهای پیش‌بین و ملاک اندازه‌گیری شد. ضرایب همبستگی مؤلفه‌های سلامت روان با خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت در جدول ۵ آورده شده است.

مدل شماره یک، با  $F=7/01$  و سطح معنی‌داری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود. مدل شماره دوم، با  $F=5/43$  و سطح معنی‌داری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود. مدل شماره سوم، با  $F=5/55$  و سطح معنی‌داری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود. مدل شماره چهار، با  $F=5/50$  و سطح معنی‌داری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود. مدل شماره پنج، با  $F=7/60$  و سطح معنی‌داری  $0/001$  معتبر محسوب می‌شود؛ سؤال ۳:

جدول ۴ ضرایب همبستگی مؤلفه‌های سلامت روان با خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت

متغیر	اضطراب و افسردگی	کارکرد اجتماعی	تغییرات خلق	بهره‌وری اجتماعی	کاربرد اجباری	وقت مضاعف	نشانگان انزوا	آسودگی بین فردی
اضطراب و افسردگی	۱							

کارکرد اجتماعی	۱	۰/۳۴**					
تغییرات خلق	۱	۰/۲۱**	-۰/۰۵				
بهره‌وری اجتماعی	۱	۰/۲۶**	۰/۰۱	۰/۶۴**			
کاربرد اجباری	۱	۰/۲۵**	۰/۰۳	۰/۵۰**	۰/۴۳**		
وقت مضاعف	۱	۰/۲۱**	۰/۰۸	۰/۴۸**	۰/۴۳**	۰/۴۶**	
نشازگان انزوا	۱	۰/۲۸**	-۰/۰۹	۰/۵۹**	۰/۵۷**	۰/۴۷**	۰/۵۶**
آسودگی بین فردی	۱	۰/۰۱	-۰/۱۲**	-۰/۲۹**	-۰/۲۹**	-۰/۲۸**	-۰/۳۶**

همبستگی معنادار دارد. مؤلفه‌های معنادار وارد مدل رگرسیون شد و در جدول ۶ و ۷ نمایش داده می‌شود.

همان‌طور که مشاهده می‌شود افسردگی / اضطراب با تمام خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت به‌غیر از آسودگی بین فردی همبستگی معناداری دارد. همچنین کارکرد اجتماعی فقط با آسودگی بین فردی

جدول ۵ خلاصه مدل‌های رگرسیون برای متغیر پیش‌بین اضطراب/افسردگی

مدل‌ها	متغیر ملاک	R Square	Adjusted R Square	B	S.E	B	T	Sig
مدل ۱	تنظیم خلق	۰/۰۴	۰/۰۴	۰/۲۲	۰/۰۶	۰/۲۱	۳/۴۱	۰/۰۱
مدل ۲	بهره‌وری اجتماعی	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۳۰	۰/۰۷	۰/۲۶	۴/۲۴	۰/۰۰
مدل ۳	وقت مضاعف	۰/۰۴	۰/۰۴	۰/۲۲	۰/۰۶	۰/۲۱	۳/۳۱	۰/۰۰
مدل ۴	کاربرد اجباری	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۱۸	۰/۰۴	۰/۲۵	۴/۱۴	۰/۰۰
مدل ۵	نشازگان انزوا	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۳۳	۰/۰۷	۰/۲۸	۴/۵۶	۰/۰۰

۱ / ۰/۰۰ معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد اضطراب / افسردگی قادر به تبیین شش در صد از واریانس خرده مقیاس بهره‌وری اجتماعی می‌باشد. مدل ۳ با ( $F= ۱۱/۰۷$ ) و سطح معناداری ۰/۰۰ معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد اضطراب / افسردگی قادر به تبیین چهار درصد از واریانس خرده مقیاس وقت مضاعف می‌باشد. مدل ۴ با ( $F=۱۷/۲۱$ ) و سطح معناداری ۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود مدل ۱ با ( $F=۱۱/۶۳$ ) و سطح معناداری ۰/۰۰ معتبر محسوب می‌شود. مؤلفه اضطراب / افسردگی به تبیین چهار درصد واریانس خرده مقیاس تغییرات خلق می‌باشد. نتایج نشان داد اضطراب / افسردگی می‌تواند خرده مقیاس تغییرات خلق از مقیاس استفاده مشکل‌زا اینترنت را پیش‌بینی می‌کند. مدل ۲ با ( $F=۱۸/۲$ ) و سطح معناداری



اینترنت را پیش‌بینی می‌کند. مدل ۵ با  $(F= 20/84)$  و سطح معناداری ۰/۰۰۱ معتبر محسوب می‌شود. نتایج نشان داد همبستگی خانواده قادر به تبیین هفت درصد از واریانس خرده مقیاس نشانگان انزوا می‌باشد.

معتبر محسوب می‌شود. مؤلفه اضطراب / افسردگی قادر به تبیین شش درصد واریانس خرده مقیاس کاربرد اجباری می‌باشد. نتایج نشان داد اضطراب / افسردگی می‌تواند خرده مقیاس کاربرد از مقیاس استفاده مشکل‌زا

جدول ۶ خلاصه مدل‌های رگرسیون برای متغیر پیش‌بین ناکنش وری اجتماعی

مدل‌ها	متغیر ملاک	R Square	Adjusted R Square	B	S.E	B	T	Sig
مدل ۶	آسودگی بین فردی	۰/۰۱	۰/۰۱	-۰/۱۴	۰/۰۷	-۰/۱۲	۲/۰۱	۰/۰۴

موجب کاهش ارتباط فرد با خانواده می‌شود و فرد پیوندهای ضعیف را جایگزین پیوندهای قوی می‌کند که نتیجه آن احساس رو به افزایش تنهایی و افسردگی می‌باشد که به نوبه خود موجب استفاده مشکل‌زا از اینترنت می‌شود.

از دیگر مقیاس‌هایی که توسط همبستگی خانواده پیش‌بینی می‌شود بهره‌وری اجتماعی و نشانگان انزوا است. قوانین ارتباطی مناسب بین والدین و فرزندان از جمله عوامل مهم انسجام در خانواده و عامل مؤثر برای پیشگیری از ایجاد فاصله بین نسلی و آسیب‌های اجتماعی می‌باشد. در خانواده، فرد با پیوند های عاطفی محکم، حمایت عاطفی و اجتماعی مناسب را دریافت می‌کند. این پیوندها منبع اطلاعات، انجام دادن کار، گذراندن اوقات فراغت، ارتباط، درگیری اجتماعی و لذت هستند که موجب گرایش کمتر فرد برای برآوردن این نیازها در دنیای مجازی می‌شوند. همچنین استفاده از اینترنت خود موجب گرایش‌های فردگرایانه و انزواطلبانه در بین اعضا خانواده و شکاف اطلاعاتی بین والدین و فرزندان می‌شود که در نهایت موجب تکرار چرخه معیوب می‌شود. در این راستا تحقیقات نشان داده‌اند که اینترنت موجب کاهش روابط صحیح خانوادگی شده است (نخعی، ۱۳۸۲).

در مدل‌های رگرسیونی اضطراب و افسردگی زیر مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف و نشانگان انزوا را پیش‌بینی می‌کند. از یک‌سو افراد با بازداری عاطفی، افسردگی و اضطراب، برای کاهش تهدید اجتماعی حاصل از تعامل

همان‌طور که مشاهده می‌شود مدل ۶ با  $(F= 4/05)$  و سطح معناداری ۰/۰۴ معتبر محسوب می‌شود. نتایج جدول نشان می‌دهد که کارکرد اجتماعی با تبیین یک درصد خرده مقیاس آسودگی بین فردی را پیش‌بینی می‌کند.

### بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج تحقیق، همبستگی خانواده خرده مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری، وقت مضاعف و نشانگان انزوا را پیش‌بینی می‌کند. این یافته همسو با تحقیقات متعددی (یانگ، ۱۹۹۸، ۲۰۰۸؛ کرات و همکاران، ۱۹۹۸؛ مش، ۲۰۰۲؛ کریستوفر، ۲۰۰۰؛ کو و همکاران، ۲۰۰۷؛ تسی و همکاران، ۲۰۰۱) است که بر نقش حمایت اجتماعی، کاربرد و اختلافات خانوادگی در استفاده مشکل‌زا از اینترنت تأکید داشتند. این بدین معنا است که هرچه میزان همبستگی خانواده بیشتر باشد به خاطر بعد پیوستگی یا نزدیکی خانواده و پیوندهای هیجانی درون خانواده فرد تمایل کمتری دارد که به جای خانواده از اینترنت برای تسهیل و تغییر حالات عاطفی کمک بگیرد. همبستگی خانواده کاربرد اجباری و وقت مضاعف در استفاده مشکل‌زا از اینترنت را هم پیش‌بینی می‌کند. همبستگی خانواده شامل مدت‌زمانی که اعضای خانواده با یکدیگر سپری می‌کنند خود موجب صرف زمان بیشتر با خانواده می‌شود تا با اینترنت. همچنین استفاده از اینترنت، موجب کاهش اندازه شبکه اجتماعی که شامل خانواده و دوستان است می‌باشد. صرف زمان در اینترنت

راهبردهای سازش نیافته از سویی با جو و الگوی ارتباط خانوادگی ضعیف ارتباط معنادار دارد (گرنفسکی، ۲۰۰۱؛ گاتمن، ۱۹۹۷).

همان‌طور که در همین تحقیق مشخص شد الگوی خانوادگی و همبستگی اعضای خانواده با زیر مقیاس‌های کاربرد مشکل‌زا از اینترنت رابطه معکوس دارد. از سویی دیگر راهبردهای سازش نیافته با آسیب‌های روانی همراه است (امین‌آبادی، ۱۳۸۸)؛ که در این راستا و طبق الگوی دیویس آسیب روانی به‌عنوان علل لازم برای استفاده مشکل‌زا از اینترنت در نظر گرفته می‌شود، در این مطالعه این الگو تأیید می‌شود.

از دیگر راهبردهای تنظیم هیجان پیش‌بینی‌کننده خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت سرزنش خود است. در مدل رگرسیونی سرزنش خود، خرده مقیاس وقت مضاعف را پیش‌بینی می‌کند. از یک‌سو، افراد با راهبرد سرزنش خود، خود را مسئول و مقصر در وقایع پیش‌آمده به می‌داند. به این معنی است که شخص به‌شدت گرفتار احساس گناه است. احساس گناه بالا ممکن است منجر به بیماری‌های روانی چون افسردگی شود. سبک‌های اسنادی در سرزنش خود دخیل هستند و با افسردگی و دیگر بیماری‌های روانی مرتبط می‌باشد. در این راستا هم تحقیقات مختلف رابطه افسردگی با استفاده مشکل‌زا از اینترنت را تأیید می‌کنند. از سویی دیگر راهبرد سرزنش خود با راهبردهای مقابله‌ای حل مسئله نظریه لازاروس و فولکمن همبسته است (محمودی، ۱۳۸۸). راهبردهای مقابله‌ای مثله مدار تلاش‌های را در برمی‌گیرد که در راستای حل مشکل یا روبه‌رو شدن با تقاضای مستقیم می‌باشد. راهبردهای هیجان مدار هنگامی به وقوع می‌پیوندد که شخص درمی‌یابد هیچ‌چیز به‌طور مستقیم نمی‌تواند انجام گیرد. کسانی که از شیوه‌های مقابله‌ای مسئله محور استفاده می‌کنند به‌طور قابل ملاحظه مسئله را به اجزا کوچکتر تقسیم نموده و در جستجوی اطلاعات و ملاحظه شقوق مختلف مسئله می‌باشند. درحالی‌که راهبرد هیجان مدار به‌صورت اجتناب، انزوا، سرکوب و کنار گذاردن ظهور پیدا می‌کند (امین‌آبادی، ۱۳۸۸). راهبرد سرزنش خود در راستای راهبرد مقابله مسئله مدار است. از این‌رو می‌توان

رودرو اجتناب از آسیب حاصل از طرد به سمت اینترنت می‌روند و از اینترنت به‌عنوان شکلی از تعامل اجتماعی استفاده می‌کنند که خطر کمتری برای فرد دارد. به نظر می‌رسد این تجربه ممکن است انگیزه استفاده از اینترنت را در این افراد به‌عنوان وسیله ارتباطی با دیگران افزایش دهد و در فرد احساس بهره‌وری اجتماعی و کم‌کم آن‌ها را به سمت استفاده مضاعف و کاربرد اجباری از اینترنت سوق دهد که در صورت عدم اتصال به اینترنت فرد دچار نشانگان انزوا می‌شود. این یافته همسو با تحقیقات (کاپلان، ۲۰۰۲؛ سی‌هان، ۲۰۰۸؛ ساندرز، ۲۰۰۰؛ مارتین و شوماخر، ۲۰۰۵، یون و لاین، ۲۰۰۶) می‌باشد. از سویی دیگر هر چه کاربرد مشکل‌زا از اینترنت بیشتر شود اضطراب و افسردگی موجود وخیم‌تر گشته و منجر به تداوم چرخه معیوب استفاده مشکل‌زا از اینترنت می‌شود (دیویس، ۲۰۰۱).

در این تحقیق کارکرد اجتماعی نامناسب زیر مقیاس آسودگی بین فردی را پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که از نظر تعاملات رودرو مشکل دارند به خاطر ویژگی گمنامی، مجازی بودن و... اینترنت، در فضای مجازی راحت‌تر و بهتر ارتباط برقرار می‌کنند؛ که این موضوع خود سبب وابستگی به اینترنت و متعاقب آن استفاده مشکل‌زا از اینترنت شود.

این مطالعه نشان داد که راهبردهای تنظیم خلق قادر به پیش‌بینی خرده مقیاس‌های استفاده مشکل‌زا از اینترنت می‌باشد. راهبرد فاجعه اندیشی خرده مقیاس‌های تنظیم خلق، بهره‌وری اجتماعی، کاربرد اجباری و نشانگان انزوا را پیش‌بینی می‌کند. استفاده از راهبرد فاجعه اندیشی با غیر انطباقی بودن، پریشانی هیجانی و افسردگی همراه می‌باشد. در این راستا تحقیقات (چانگ، ۲۰۰۱؛ دامادل، ۲۰۰۳) نشان می‌دهد که اشخاصی که در کنترل عواطف و رفتارها مشکل دارند برای تنظیم خلق بیشتر به سمت اینترنت می‌روند و با توجه به ماهیت اینترنت در تعاملات اجتماعی خود در اینترنت احساس سودمندی می‌کنند که متعاقب آن به‌سوی کاربرد اجباری و در صورت عدم دسترسی به اینترنت دچار نشانگان انزوا می‌شوند. فاجعه اندیشی از راهبردهای سازش نیافته تنظیم هیجان می‌باشد.

مظاهری، علی، صادقی، منصوره، حیدری، محمود. (۱۳۸۷). مقایسه ادراک و آرمان ساختار خانواده در والدین و فرزندان جوان آن‌ها. مجله خانواده پژوهی شماره ۱۶. صفحه ۳۲۹-۳۵۱.

Christakis, D.A., 2014. Interactivemedia use at younger than the age of 2 years. *JAMA Pediatrics* 168(5), 399-400.

Kaplan. (2001). The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence* 35, 237-242.

Ko, Ch., Yen, ju., Lin, H., Yang, M. (2007). Factors predictive for incidence and remission of Internet addiction in young Adolescents: a Prospective Study. *Cyber Psychology*, 10.545-551.

L.Cerniglia, F.Zorattob, S.Ciminoc, G.Laviolab, M.Ammanitic, W.Adriani, (2017), Internet Addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues, *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*

Fox, S., Duggan, M., 2013. Health Online 2013 | Pew Research Center., pp. 2013 / (Retrieved from) <http://www.pewinternet.org/2013/01/15/health-online-2013/>

Sanders, Christopher E; Field, Tiffany M; Diego, Miguel; Kaplan, Michele. (2000). The Relationship of internet use to Depression and social isolation among adolescent. *Adolescence*, 35, 237-242.

Saranya Ponnusamy, Mohammad Iranmanesh, Behzad Foroughi, Sunghyup Sean Hyun, (2020), Drivers and Outcomes of Instagram Addiction: Psychological Well-Being as Moderator

Tsai, H. Cheng, Sh. Shih, Ch. Yang, Yen. (2015). The Risk Factors of Internet Addiction \_ a Survey of University Freshman. *Psychiatry Research*. 167. 299-299

Young, D.J. (2000). Craving your next web fix: internet addiction is no laughing matter. *US News and world Report*, 128. 41

Yusuf Karaer, Devrim Akdemir, (2019) Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction, *Comprehensive Psychiatry*

گفت افراد با این راهبرد از اینترنت به عنوان فرصتی برای درک و شناسایی مسئله خود استفاده می کنند که تبیین کننده خرده مقیاس وقت مضاعف در اینترنت می باشد. در این تحقیق راهبرد سرزنش دیگران و بازنگری مثبت خرده مقیاس های کاربرد مشکل زا از اینترنت را پیش بینی نکرد. در تبیین این نتیجه می توان گفت که شاید این خرده مقیاس ها در مدل رگرسیونی و در تعامل با دیگر راهبردها قادر به پیش بینی نبودند.

### منابع

ابوالحسنی موسی، مهرآور فاطمه، افتخاری نگین، طالبی میترا،

صائمی محسن، کریمی عدنان و همکاران (۱۳۹۴)، ارتباط

استفاده مشکل زا از اینترنت با سلامت عمومی در

دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی شاهرود در

سال ۱۳۹۴: یک گزارش کوتاه. مجله دانشگاه علوم پزشکی

رفسنجان. ۱۳۹۶؛ ۱۶ (۳): ۲۷۵-۲۸۲

رئیس، فاطمه؛ آمنه حاجی کرم، فاطمه بخشی، مریم طهرانی

زاده، فاطمه امانی (۱۳۹۹)، پیش بینی استفاده

مشکل زا از اینترنت بر اساس مهارت های اجتماعی و امنیت

روانی دانشجویان، مجله روانشناسی و روان پزشکی شناخت

سال هفتم ۱۳۹۹ شماره ۲ (پیاپی ۲۹)

صالحی عمران ابراهیم، عابدینی بلترک میمنت، عزیزی شماری

مصطفی، کشاورز کوثر. (۱۳۹۷)، رابطه بین استفاده

مشکل زا از اینترنت و افسردگی در بین دانش آموزان دوره

متوسطه دوم شهرستان کردکوی با تأکید بر نوع شبکه های

مجازی. مجله آموزش و سلامت جامعه. ۱۳۹۷؛ ۵ (۱):

۱۳-۱۸

کاپلان و سادوک. (۲۰۰۵). خلاصه روان پزشکی بالینی. ترجمه

پور افکاری، ۱۳۸۲. تهران. نشر: شهرآب