

مروری بر علل اعتیاد به اینترنت و آسیب های ناشی از آن در کودکان و نوجوانان

فاطمه حسن زاده^۱، علی خالق خواه^۲

کارشناسی ارشد، تحقیقات آموزشی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

fatemeh78hasanzadeh@gmail.com

۰۹۰۱۰۵۲۷۶۵۵

استاد تمام، گروه علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

alikhaleg@gmail.com

۰۹۱۴۳۵۳۶۷۵۶

چکیده

فضای مجازی (اینترنت)، نسل جدیدی از فضای روابط اجتماعی است و با توجه به اینکه عمر چندانی ندارد، توانسته است به خوبی در زندگی مردم جا باز کند. به طور کلی نمی توان برای اعتیاد به اینترنت دلایل مشخصی بیان کرد ولی می توان به چند مورد از آن اشاره کرد از جمله دسترسی آسان، استفاده از جذابیت های محتوای شبکه های اجتماعی، کمبود فعالیت های دیجیتال، این فضا در خانواده ها رخنه کرده و بسیاری از کارکردهای خانواده را دچار اختلال کرده است. ویژگی های درون گرایی، رفتارگریزی و تمایلات آنی بر پایه تبیین بیوپزشکی، عوامل ارثی و مادرزادی و یا اختلالات شیمیایی در مغز و فرارسان، دلایل اصلی روی آوردن فرد به اعتیاد است. فضای مجازی با داشتن خصوصیت دیجیتالی بودن، حافظه مجازی، تعاملی بودن، فرامتن بودن و غیر مرکزی بودن از سایر رسانه ها متمایز است. علاوه بر آن باید افزود که فضای مجازی به مثابه تیغ دو لبه است که می تواند هم کارکردهای مثبت داشته باشد و هم در ایجاد زمینه های منفی بالاخص اخلال در سلامت روانی کودکان و نوجوانان نقش موثری داشته باشد. از جمله پیامدهای مثبت فضای سایبری، آسان سازی و سرعت بخشی ارتباطات و تبادل اطلاعات است. از جمله پیامدهای منفی فضای سایبری از ابعاد گوناگون، می توان به آسیب های روانی و شخصیتی، آسیب های خانواده و آسیب های اخلاقی و فرهنگی، فضای میان تعامل الگوی تغییر خانوادگی، از قبیل این آسیب های می باشد. آسیب های وارده به دانش آموزان و نوجوانان شامل: آسیب های تحصیلی، آسیب های اجتماعی، آسیب های خانوادگی، آسیب های فردی، بحران هویت، تعارض ارزش ها، شکاف نسل ها، آسیب به تربیت و هویت دینی، اختلال در شکل گیری شخصیت، اختلال در برنامه ریزی، الگودهی فضای مجازی، آسیب های تحصیلی می باشد.

واژگان کلیدی: اعتیاد به اینترنت، آسیب شناسی، فضای مجازی، کودکان و نوجوانان.

^۱ (fatemeh78hasanzadeh@gmail.com) دانشجوی کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه محقق اردبیلی

^۲ (alikhaleg@gmail.com) استادیار گروه علوم تربیتی-دانشگاه محقق اردبیلی

مقدمه

در سال‌های اخیر، رایانه‌ها به طور عام و اینترنت به طور خاص به عنوان وسایلی مؤثر در جهت تسهیل ارتباطات و دستیابی آسان و سریع به اطلاعات شناخته شده‌اند. اینترنت به طور وسیع در زمینه‌های مختلف زندگی از جمله آموزش و پرورش، فعالیت‌های علمی، تبادل اطلاعات، ارتباطات بین فردی، تجارت، علم و سرگرمی مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ که به علت در دسترس بودن و قیمت ارزان آن در خانه‌ها، مدارس، دانشگاه‌ها، کتابخانه‌ها و کافی‌نت‌ها منجر به استفاده آسان‌تر از این فناوری شده است (ملک، خلیفه و شوهیبر، ۲۰۱۷). در آغاز قرن بیست و یکم دگرذیسی و تغییرات مستمر فضای اجتماعی در سایه اینترنت اتفاق افتاد. امروزه اینترنت تنها ابزار، با ویژگی‌های شتاب و سرعت است و در کنار ارزانی و سهولت دسترسی آسانی در عرصه‌های علمی، ارتباطات اجتماعی، سرگرمی‌ها و تجارت داراست (تاس، ۲۰۱۷). اینترنت با حذف فاصله‌ها و زمان، انقلابی شگرف در، عصر ارتباطات به وجود آورده است (هریس و ریو، ۲۰۰۹) چیرگی و تسلط بی قید و شرط اینترنت بر عرصه‌های مختلف زندگی چنان است که کیفیت زندگی بدون حضور آن تحت تأثیر قرار خواهد گرفت (پونتس و همکاران، ۲۰۱۵).

اعتیاد به اینترنت، شامل گستره فراوانی است در زمینه کودک و نوجوان می‌توان به بازی‌های اینترنتی، استفاده افراطی از سایت‌ها مربوط به شبکه‌های اجتماعی و... اشاره کرد. اعتیاد به اینترنت برای اولین بار در پنجمین ویراست راهنمایی تشخیصی و آماری اختلالات روانشناختی (DSM ۵) به عنوان یک اختلال جدید روان پزشکی، مورد توجه قرار گرفت، هر چند در چاپ بعدی DSM در سال ۲۰۱۳، اختلال بازی اینترنتی جایگزین شد (هو و همکاران، ۲۰۱۴). در عصر حاضر اعتیاد صرفاً محدود به استفاده از مواد مخدر و مشروبات الکلی نمی‌شود بلکه شامل دیگر رفتارهای اعتیادی مانند اعتیاد به اینترنت نیز وجود دارد که حائز اهمیت است (وینستین، لزویدو، ۲۰۱۰). اعتیاد به فضاهای مجازی نوع جدیدی از اعتیاد است که همچون دیگر انواع اعتیاد با نشانه‌هایی همچون اضطراب و افسردگی و کج خلقی و بی‌قراری همراه است (گانزالیز، ۲۰۰۹).

بیان مسئله

در دنیای امروز ما با پشت سر گذاشتن دوره‌ی صنعت و قدم گذاشتن در عرصه اطلاعات جوامع باید بیشتر از قبل از فناوری و اطلاعات استفاده کنند. اندیشمند بزرگی همچون کاستلز عصر حاضر را عصر اطلاعات می‌نامد (کاستلز، ۱۳۸۰، ص ۱۰۳). در ایران نیز با توجه به اهمیت این موضوع در سال‌های اخیر توجه زیادی شده و بودجه‌های قابل توجهی نیز در این راستا طرح ریزی شده است. اما توسعه این آوری جدای از فوایدی که برای هر جامعه دارد. زیان‌های بسیاری هم به دنبال دارد. شبکه اینترنت یک شبکه رسانی سریع اطلاع است که استفاده نادرست از آن در بین برخی افراد، فواید اینترنت را به آسیب‌های جبران‌ناپذیری تبدیل می‌کند.

در کشورمان رشد اینترنت در مقایسه با کشورهای پیشرفته قابل مقایسه نیست و بالطبع پیامدهای آن نیز در سطحی که در جوامع جدید به چشم میخورد وجود ندارد. افزایش تصاعدی ضریب نفوذ اینترنت در ایران و در کنار آن افزایش سایت ها و پایگاه ها، وبلاگ ها نیازمند های جامعه بررسی شناسی از منظر آسیب های فردی و اجتماعی است. به راستی چرا شبکه های دوست یابی به سرعت در میان جوانان ایرانی محبوب شده است؟ کارکرد های غالب چت های اینترنتی در جوانان ایرانی جنبه فراغت و سرگرم دارد که با فاصله اول استفاده کننده گان را تشکیل می دهد. (ستارزاده، ۱۳۸۶).

اهمیت و ضرورت تحقیق

تأثیرهای انکار ناپذیر اینترنت بر جامعه، به ویژه جنبه ی ارتباطی آن که به تمامی ابعاد زندگی علمی و اجتماعی بشر تسری یافته است، از دیدگاه جامعه شناسی ماهیتی اجتماعی دارد و به همین منظور بررسی این پدیده از دیدگاه جامعه شناسی به دلایل زیر اهمیت دارد: از منظر اهمیت پژوهش حاضر می توان گفت در طول بیست سال گذشته اینترنت باعث تغییرات قابل توجهی در نحوه ارتباط و جمع آوری اطلاعات شده است. اینترنت یکی از پیش زمینه های لازم برای به وجود آمدن شبکه های اجتماعی مجازی می باشد و این شبکه ها کاربران را قادر می سازد در تبادل اطلاعات و ارتباط با دیگران سریع تر و راحتتر عمل کنند. هدف شبکه های اجتماعی مجازی برقراری ارتباط منظم بین افراد است (نوگوتی، سینگ و والر، ۲۰۰۹) با توجه به مزایا و امکاناتی همچون تبادل اطلاعات و برقراری ارتباط بین افراد که توسط شبکه های اجتماعی مجازی برای افراد مهیا شده است (لئونگ، هو، اوی، لی و هو، ۲۰۱۹)، استفاده افراطی از فضای مجازی موجب اعتیاد به ۱ مجازی برای افراد مهیا شده است (لئونگ، هو، اوی، لی و هو آن می شود. وابستگی به فضای مجازی افزون بر ایجاد مشکلاتی مانند اضطراب و استرس (انگوین، یانگ، لی، انگوین و کائو، ۲۰۲۲)، اضطراب اجتماعی (دمپسی، اوبرین، تیامیو والهی، ۲۰۱۹)، احساس تنهایی (کاراکوس، اوزدمیر، پاپاداکیس، یرسی، اوزکایران و همکاران، ۲۰۲۲)، موجب افزایش مشکلات اجتماعی و عزت نفس پایینتری در کاربران شده (یو، ژانگ، ژانگ، ایکسو و چن، ۲۰۱۹) و عدم توجه به سبک زندگی سالم را در پی دارد (هولتز، مک کارول و میتچل، ۲۰۲۰) از طرفی وابستگی به فضای مجازی می تواند آسیب های فردی، اجتماعی، تحصیلی، فرهنگی و خانوادگی فراوانی را به همراه داشته باشد و تأثیرات منفی بر زندگی و عملکرد خانوادگی افراد بگذارد. دلایل زیادی میتواند اعتیاد دانشآموزان به فضای مجازی از جمله تلگرام، توئیتر، اینستاگرامو غیره را توجیه کند. یک دلیل میتواند این باشد؛ هنگامی که افراد در روابط فردی و اجتماعی ارتباطات چهره به چهره خود را کاهش می دهند و کمتر به دنبال ایجاد رابطه رو در رو با یکدیگر هستند، به دنبال پر کردن خلاء ارتباطات رودر رو هستند که جهت از بین بردن این خلاء به فضای مجازی پناه میبرند. با توجه به چنین پیامدهایی که استفاده از فضای مجازی برای نوجوانان در پی دارد، شناسایی عوامل مؤثر بر آن دارای اهمیت و ضرورت است. روانشناسان و مشاوران که در زمینه کمک به نوجوانان دارای وابستگی به فضای مجازی فعالیت دارند می توانند در ارتقاء سلامت روانی-اجتماعی نوجوانان وابسته به فضای

مجازی از نتایج این پژوهش در برنامه ریزی های درمانی و آموزشی خود استفاده کنند و توجه بیشتری به نقش عوامل روانشناختی داشته باشند. بنابراین و با توجه به آنچه ذکر گردید، می توان نتایج حاصل از پژوهش را در اختیار سازمان آموزش و پرورش، سازمان اصلاح و بازپروری نوجوانان، دانشگاه ها و هر نهاد و سازمانی که به نوعی با نوجوانان و جوانان سروکار دارند قرار داد. همچنین پژوهشگران آتی و مسئولان ذیربط می توانند از نتایج بدست آمده استفاده های لازم را داشته باشند. از دیگر سو، نتایج پژوهش میتواند به غنای ادبیاتی پژوهشی در این زمینه بیافزاید. بنابراین انجام پژوهش هایی از این دست، کاربردی بوده و دارای اهمیت و ضرورت پژوهشی فراوانی میباشد.

اهداف تحقیق

شناسایی عوامل تاثیر گذار و موثر بر اعتیاد به اینترنت در میان جوانان و نوجوانان

شناسایی پیامدهای ناشی از اعتیاد به اینترنت و ارائه راه کارهای عملی و کاربردی جهت به حداقل رساندن آن فکر وسواسی یا خیالبافی راجع به اینترنت و از طرفی که روابط افراد (به ویژه کودکان و نوجوانان) در جهان مجازی افزایش می یابد، در مقابل روابط آن ها در دنیایی واقعی کاهش می یابد (شهبازی راد و میردريکوند، ۱۳۹۳). این مشکلات مربوط به عدم توانایی فرد در کنترل استفاده از اینترنت در حد متوسط است که باعث بروز مسائلی مانند آشفتگی در فرد و بروز اختلال عملکرد در برنامه روزانه فرد می شود (شک، سان و یو، ۲۰۱۳).

کراسیوتی و همکاران در سال ۲۰۱۸ می گویند استفاده بیش از حد از اینترنت و رایانه یا تبلت و گوشی در زندگی و وابستگی به آن به صورتی که در انجام کارهای روزانه مشکلاتی پیش آید را، اعتیاد به فضای مجازی می گویند. اعتیاد به اینترنت به شکل سوء مدیریت در استفاده از این فناوری و استفاده افراطی و خارج از کنترل آن تعریف می شود که با پیامدهای منفی همراه است (صالحی و همکاران، ۲۰۱۴). به طوری که استفاده اعتیاد گونه از اینترنت با مشکلات روانشناختی همچون افسردگی، اضطراب (کولادی و بونویسودی، ۲۰۱۷) و در دوره تحصیلی با افت تحصیلی همراه است (کوس، لویز فرناندز، ۲۰۱۶). علاوه بر آن، با افزایش اعتیاد به اینترنت، رفتارهای تعلل ورزانه و ویژگی های روان رنجوری افزایش پیدا میکند و باعث افزایش نارضایتی افراد مهم زندگی همچون والدین و دوستان می شود (کیم و همکاران، ۲۰۱۷). بنابراین استفاده افراطی و غیرمناسب از اینترنت در حوزه های مختلف زندگی اختلال جدی وارد می کند و در نتیجه کیفیت زندگی را به صورت منفی تحت تأثیر قرار می دهد.

قابل ذکر است که استفاده بیش از حد از اینترنت و وجود علائم آن یک مشکل جهانی است (ساش و همکاران، ۲۰۱۲). البته یافته های یک پژوهش نشان داد شهروندانی که در کشورهای توسعه یافته زندگی می کنند، به احتمال کمتری در معرض اعتیاد به اینترنت قرار می گیرند (فیست و همکاران، ۲۰۰۲). درواقع کشورهایی همانند ایران که واردکننده فناوری های جدید همانند اینترنت هستند، به دلیل نیاموختن فرهنگ استفاده صحیح از این فناوری و ضعف در مهارت

های اساسی زندگی، آسیب پذیری بیشتری از خود نشان می دهند. به همین دلیل بررسی وضعیت فعلی استفاده از این فناوری و عوامل مرتبط با آن در رسیدن به اهداف بزرگتر و بلندمدت تر ضرورت دارد.

باید توجه کرد که کودکان و نوجوانان در تعامل با محیط، رفتارهای اجتماعی را می آموزند؛ وقتی والدین بیشترین زمان مفیدشان را در منزل صرف توجه به اینترنت و گوشی های همراه می کنند و ارتباط با یکدیگر و حتی کودک خود را به حداقل زمان می رسانند، این الگو به فرزندان انتقال خواهد یافت و از سویی دیگر مشغله های شغلی والدین موجب کاهش دقت به بازی های کودکان شده و این موضوع سلامت روانی بسیاری از کودکان را به مخاطره می اندازد (ژن و همکاران، ۲۰۱۹). در خانواده هایی که نظارت و مشارکت والدین در فعالیت های فرزندان کمتر است و پویایی روابط وجود نداشته و یا بسیار محدود است، کودک به جای تعامل با خانواده و محیط، به فضای مجازی بازی رایانه ای پناه می برد (شنایدر و کینگ، ۲۰۱۷). در نتیجه می توان گفت در خانواده هایی که ارتباط سالم و تعاملات سازش یافته والدین و فرزندان بیشتر است، نه تنها فرزندان کمتر دچار مشکلات روانی و عاطفی می شوند، که گرایش آن ها به استفاده از اینترنت و بازی های مجازی بسیار کمتر است (تجلی و زرنگش، ۲۰۱۷). باید افزود که فضای مجازی همانند تیغ دو لبه است که می تواند هم کارکردهای مثبت داشته باشد و هم در ایجاد زمینه های منفی به خصوص در سلامت روانی کودکان و نوجوانان نقش موثری داشته باشد. گسترش فضاهای مجازی اینترنتی مانند انواع دیگر تحولات و پیشرفت ها، پیامدها و آثار مثبت و منفی گوناگونی را در زمینه آداب و اخلاق زندگی خانوادگی کاربران این گونه فضاها ایجاد کرده است. از جمله پیامدهای مثبت فضای سایبری، آسان سازی و سرعت بخشی ارتباطات و تبادل اطلاعات است. از جمله پیامدهای منفی فضای سایبری از ابعاد گوناگون، می توان به آسیب های روانی و شخصیتی همچون روحیه خشن و عصبی، آسیب های جسمانی، کم تحرکی، اختلال های حرکتی، خستگی چشم، چاقی و اضافه وزن را در پی داشته باشد. آسیب های فرهنگی، آسیب های خانواده و آسیب های اجتماعی آسیب های اجتماعی دارای شش مفهوم اولیه کاهش ارتباطات واقعی، انزوای اجتماعی، تغییر اعتقادات، الگوهای فرهنگی، شکستن هنجارهای جامعه، مسئولیت گریزی و ایجاد مشکلات اجتماعی و اشاعه فساد است.

سوال پژوهش

آیا اعتیاد به فضای مجازی از علل و عوامل مختلفی به وجود می آید ؟

پیشینه و مبانی نظری تحقیق

حائری، بشردوست و صابری (۱۴۰۰) در مطالعه ای با عنوان پیشینی اعتیاد به شبکه های اجتماعی در دانش آموزان نوجوان براساس افسردگی و شخصیت خودشیفته با در نظر گرفتن نقش میانجیگر خودافشایی ۳۰۰ دانش آموز را به

شیوه نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای به عنوان نمونه آماری انتخاب نمودند. نتایج نشان داد تأثیر معناداری بین افسردگی، شخصیت خودشیفته و خودافشایی با اعتیاد به شبکه های اجتماعی وجود دارد. همچنین مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار بود.

عربی، باقری و میرهاشمی (۱۳۹۹) در مطالعه ای با عنوان مدلیابی نقش میانجی احساس تنهایی در رابطه بین سبک های دلبستگی با وابستگی به شبکه های اجتماعی مجازی ۴۲۵ دانش آموز دختر مقطع متوسطه دوم شهر تهران را با کمک روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب کردند. نتایج بیانگر آن بود که بین سبک دلبستگی ایمن با وابستگی به شبکه های مجازی رابطه منفی و بین سبکهای دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی با وابستگی به شبکه های اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و احساس تنهایی به خوبی توانست نقش میانجیگرا ایفا نماید.

زندى پیام و میرزائی (۱۳۹۸) در مطالع هایی به پیشبینی اعتیاد به بازی آنلاین با توجه به تحریف شناختی، سبک فرزندپروری و ویژگی شخصیت خودشیفته در دانش آموزان پرداختند. در این مطالعه تعداد ۲۰۰ دانش آموز به شیوه تصادفی چندمرحله ای مورد مطالعه قرار گرفتند. نتایج به دست آمده حاکی از آن بود که اعتیاد به بازی آنلاین را می توان با ترکیب خطی متغیرهای پیشین مطالعه، پیشبینی کرد و متغیرهای مذکور می توانند نقش مؤثری در اعتیاد به بازی آنلاین داشته باشند.

یونگ (۱۹۹۶) در مطالعه ای که انجام داده، دریافت که ۸۰ درصد از پاسخگویان، کاربران وابسته اینترنت بودند رفتارهای معتادانه قابل توجهی را از خود بروز دادند. وی خاطرنشان میکند که وابستگی به اینترنت، گسست شدیدی در زندگی تحصیلی، اجتماعی، مالی و شغلی مشارکت کنندگان ایجاد کرده است، به طوری که ۵۸ درصد از دانش آموزان و دانشجویان، کاهش چشمگیری در عادات مطالعه، افت نمرات درسی، غیبت در کلاس، مشروط ها شدن و مانند آن دارند افزون بر این، کنترلی وجود ندارد که این افراد همیشه وقت های علمی خودشان را در فعالیت هلی علمی صرف کنند. ۴۳ درصد این شاگردان به دلیل دیر خوابیدن ناشی از استفاده زیاد از اینترنت، در مدرسه دچار افت تحصیلی شده اند (امیدوار، ۱۳۸۱).

لی و مون (۲۰۲۲) در مطالعه ای با هدف بررسی روابط بین طرد والدین درک شده و آزار سایبری توسط کودکان و نقشهای میانجی مستقل و متوالی افسردگی کودکان و اعتیاد به گوشیهای هوشمند، تعداد ۲۳۶ کودک را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج نشان داد که طرد درک شده والدین به طور مثبت با ارتکاب آزار سایبری مرتبط است و رابطه بین این متغیرها به طور مستقل و متوالی با افسردگی کودکان و اعتیاد به گوشیهای هوشمند واسطه شده است. این نتایج نشان میدهد که هنگام ارزیابی آزار اینترنتی توسط کودکان، رفتارهای والدینی، وضعیت روانی کودکان و استفاده از رسانه باید به طور همزمان در نظر گرفته شود.

هو، ژانگ، یانگ، لیو و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی با عنوان اعتیاد به بازی آنلاین و علائم افسردگی در بین بازیکنان: نقش واسطه های تعادل تأثیر و نقش تعدیل کننده تجربه جریان نشان دادند که بین اعتیاد به بازیهای آنلاین در

دنیای مجازی و علائم افسردگی در بازیکنان رابطه معناداری وجود دارد و دو عامل تعادل تأثیر و تجربه جریان میتوانند به عنوان متغیرهای واسطه‌ای و تعدیل کننده نقش مؤثری ایفا کنند.

گونزالز - بوئسو، سانتاماریا، اولیوراس، فرناندز، مونتررو و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی به رابطه اختلال بازیهای آنلاین براساس ویژگی های شخصیتی در نوجوانان و ارتباط آن با علائم روانشناختی همزمان با آن پرداختند. یافته های حاصل از این مطالعه نشان داد که بین ویژگی های شخصیتی با اختلال بازهای آنلاین رابطه معناداری وجود دارد و ویژگی های شخصیتی از عوامل مهم در بروز اختلالات اینترنتی در نوجوانان محسوب می شود و نوجوانانی که به بازی های آنلاین اعتیاد دارند با مسائل روانشناختی از قبیل انزوای اجتماعی، اضطراب و عدم سازگاری مواجه هستند. هدف از این پژوهش، بررسی آسیب های فضای مجازی و علت به وجود آمدن آن در بین در کودکان و نوجوانان است، که در آن آثار و پیامدهای منفی اینترنت مورد بررسی قرار گرفته است.

۲. روش پژوهش

روش این پژوهش، توصیفی - تحلیلی است و از راه یادداشت برداری و همچنین جستجو در پایگاه ها و منابع اطلاعات علمی اینترنتی و مقالات معتبر علمی جمع آوری شده است. ابتدا اطلاعات لازم گردآوری شده، سپس به تفسیر آن ها پرداخته می شود. در مرحله بعد، اطلاعات به دست آمده، طبقه بندی و خلاصه بندی می شوند و آنگاه تشابهات و تفاوت ها مورد بررسی قرار گرفته می شود. روشی که در این پژوهش برای گردآوری اطلاعات مورد استفاده قرار گرفته، روش کتابخانه ای است. بر این اساس، کتاب ها، اسناد، مقاله ها و پژوهش های در دسترس پژوهشگران که به بررسی این مفاهیم پرداخته اند، مورد مطالعه قرار گرفته و از آنها یادداشت برداری شده است.

۳. مبانی نظری و پیشینه پژوهش

عوامل روان شناختی

خوداتکایی با درجه پایین، ویژگی های درون گرایی، رفتارگریزی و تمایلات آنی بر پایه تبیین بیوپزشکی، عوامل ارثی و مادرزادی و یا اختلالات شیمیایی در مغز و فرارسان، دلایل اصلی روی آوردن فرد به اعتیاد است. از نظر این دیدگاه، وجود برخی کروموزوم ها، هورمون ها، مواد زاید و یا نبودن مواد شیمیایی لازم و مشخص و فرارسان هایی که فعالیت مغز و سایر دستگاه های عصبی را تنظیم می کنند، در بروز اعتیاد در فرد موثرند. تبیین رفتاری بر پایه مطالعات بی.اف. اسکینر راجع به شرطی شدن عامل یا کنشگر است. در نتیجه، این روند تقویت و فرد معتاد به اینترنت خواهد شد. رابطه فرد با اینترنت چنانچه منجر به برقراری سیکل محرک (پاسخ-تقویت) در نظریه ی مبادله نشود، به این معناست که رابطه میان فرد با اینترنت فاقد معنای جامعه شناختی است و اگر چنین سیکلی پایدار شود، علی القاعده

باید در دراز مدت به تبدیل کاربرد اینترنت از غیر ثابت به ثابت منجر گردد (میلکمن و سوندروپرت، ۱۹۹۵) اعتیاد به اینترنت رابطه شرطی عامل میان کاربر و اینترنت را تا آنجا تقویت کرده است که بر روابط کاربر با سایر محیط های واقعی پیرامونش تفوق می یابد و به گسست تعلقات وی نسبت به مسایل شغلی، اجتماعی و خانوادگی می انجامد و به تعبیری رابطه وی را با گذشته و حال واقعی اش قطع می کند (معید فر و همکاران، ۱۳۸۹).

تبیین رفتاری بر پایه مطالعات بی. اف. اسکینر راجع به شرطی شدن عامل یا کنشگر است. براساس این دیدگاه، فرد برای دریافت پاداش وارد اینترنت می شود پاداش هایی که وی از این رفتار می گیرد، فرار از واقعیت، رسیدن به عشق و سرگرمی های زیاد است و چنانچه فرد در زمان های آتی نیز به این پاداش ها نیاز داشته باشد، احتمالاً به اینترنت روی خواهد آورد در نتیجه، این روند تقویت و فرد معتاد به اینترنت خواهد شد. رابطه فرد با اینترنت چنانچه منجر به برقراری پاسخ مبادله نشود سیکل محرک در نظریه تقویت به این معنا است که رابطه میان فرد با اینترنت فاقد معنای جامعه شناختی است و اگر چنین سیکلی پایدار شود باید در درازمدت به تبدیل کاربر اینترنت از غیر ثابت به ثابت منجر گردد (حسینی، ۱۳۸۴) اعتیاد به اینترنت رابطه شرطی عامل میان کاربر و اینترنت را تا آنجا تقویت کرده است که بر روابط کاربر با سایر حیطه های واقعی پیرامونش تفوق یابد و به گسست تعلقات وی نسبت به مسائل اجتماعی و خانوادگی می انجامد قطع رابطه وی را با گذشته و حال واقعی می کند (معیدفر و دیگران، ۱۳۸۶).

اعتیاد به فضای مجازی

دیویس بیان می کند که اصطلاح «استفاده مرضی از اینترنت» مناسب تر اصطلاحات دیگرست. به نظر دیویس استفاده از اینترنت صرفاً یک رفتار اعتیاد آمیز نیست بلکه شامل یک سری مجموعه عوامل شناختی و رفتاری را در زمینه اینترنت تشکیل می دهد که روی زندگی فرد اثر منفی می گذارد. (هال و یاسونز، ۲۰۰۰) اصطلاح «وابستگی رفتاری به اینترنت» را به کار می برند. به واقع، هرچند برای بررسی و شناخت پدیده اعتیاد توجه به جنبه های فردی و جسمی و ژنتیکی، زمینه های روانی و ذهنی و بالاخره مسائل اجتماعی لازم و ضروری است. و از این رو، درباره علل و عوامل موثر بر اعتیاد می توان به عوامل فردی، بین فردی، محیطی و اجتماعی اشاره کرد؛ اما به نظر می رسد که موضوع شخصیتی همواره یکی از مهم ترین عوامل و حتی یکی از مورد علاقه ترین موضوعات در تحقیقات اعتیاد باشد. درواقع، هرچند که نمی توان به نقش عوامل مختلف محیطی و اجتماعی و حتی سیاسی در موضوع اعتیاد را انکار کرد، اما می توان با لحاظ کردن شرایط مساوی برای همه کسانی را مورد شناسایی قرار داد که به خاطر برخی ویژگی های شخصیتی خاص از ابطال به اعتیاد مصون مانده اند، اما برخی دیگر به دلیل ضعف های شخصیتی به سادگی به اعتیاد روی آورده اند. بنابراین، حداقل در سطح خرد (روانشناسان، مشاوران و ...) موضوع شخصیت اهمیت بالایی به منظور شناسایی افراد مستعد و درمان و بازیابی افراد معتاد دارد. موضوعی که گرچه تحقیقات مختلف مورد بررسی قرار گرفته اما، همچنان دچار کمبودهای فراوانی در توصیف، تبیین و کنترل رفتار معتادان می باشد. درباره نقش ویژگی

های شخصیت (برای نمونه تکانش وری، پرخاشگری و هیجان جویی) بر رفتار اعتیادی، بررسی های زیادی انجام شده است. این بررسی ها گویای آن هستند که ویژگی های شخصیت در شروع، گسترش و تداوم وابستگی نقش دارند (بال، ۲۰۰۵).

از جمله عوامل موثر در ابتلا به استفاده بیش از حد در اینترنت می توان به چند مورد زیر از چندین دلایل موثر اشاره کرد:

۱- دسترسی آسان: با پیشرفت تکنولوژی، دسترسی به اینترنت برای کودکان بسیار ساده شده است. استفاده از گوشی های همراه و تبلت ها باعث می شود که اینترنت همیشه در دسترس باشد.

۲- جذابیت محتوا: محتوای آنلاین، به ویژه بازی ها و شبکه های اجتماعی به دلیل جذابیت و سرگرمی که برای کودکان دارد آن ها بیش تر به خود جذب میکند.

۳- کمبود فعالیت های دیجیتال: اگر کودکان به فعالیت های غیر دیجیتال، مانند ورزش، هنر و سرگرمی های همچون آن دسترسی نداشته باشند ممکن است به استفاده از اینترنت و بازی های آنلاین رو بیاورند.

۴- شبکه های اجتماعی: با افزایش محبوبیت شبکه های اجتماعی، کودکان و نوجوانان زمان زیادی را در این بستر ها سپری کنند که منجر به وابستگی و اعتیاد به این فضاها می شود.

اعتیاد نوجوانان و جوانان یک موضوع جهانی به ویژه در کشورهای در حال توسعه به شمار می رود. آنان بیشترین مخاطبین و کاربران اینترنت به شمار می روند و معمولاً نسبت به بزرگسالان بیشتر در معرض عوارض و تبعات آن هستند. بدین دلیل جوانان در این فضای سایبری و مجهز به فناوری، ضرورتاً به مانند بزرگسالان از آن بهره نمی برند و بیشتر مستعد انواع آسیب ها هستند (میرز و همکاران، ۲۰۱۱). تا کنون دلیل قطعی و قانع کننده ای برای اعتیاد به فضای مجازی و اینترنت و... مشخص نشده است اغلب افراد برای فرار از پیامد اختلالاتی مثل افسردگی، بی قراری، اضطراب، فرار از واقعیت و مشکلات به آن ها روی می آورند.

آسیب های وارده از استفاده بیش از حد از فضای مجازی شامل:

۱. آسیب های فردی

این آسیب ها شامل شش مفهوم اولیه اتلاف وقت، اطلاعات بیهوده، سست شدن اعتقادات، انزوای فردی، ضعف شخصیتی و ضعف توانایی های فردی می شود. افرادی که وقت زیادی را صرف استفاده از اینترنت می کنند، کسانی هستند که در زندگی با مشکلاتی مواجه اند. این افراد با صرف زمان زیادی برای دستیابی به اطلاعاتی که در بسیاری از مواقع بیهوده است. علاوه بر اتلاف وقت خود دچار آسیب های این شبکه نیز می شوند. به وضوح و تجربه می توان دریافت که استفاده از این شبکه های اجتماعی و سایر شبکه های نظیر آن با از میان برداشتن پرده ها و موانع حجاب

ها و وصل کردن همه اعضای آن بدون هیچ محدودیتی به همدیگر، باعث رنگ باختن برخی ارزش ها شده است (غالملی، ۱۴۰۰).

۲. آسیب های خانوادگی

این آسیب ها شامل کاهش روابط و تعاملات خانوادگی چالش ها و تعارضات فرهنگی، ناسازگاری با خانواده، رفتارهای نابه هنجار در محیط خانواده، گسیختگی عاطفی از خانواده و افزایش مشکلات خانواده است. فعالیت افراد در این شبکه ها موجب به وجود آمدن یک وضعیت دو فرهنگی برای آن ها می شود. از یک طرف فرهنگ بومی که در آن رشد کرده اند و از طرف دیگر مواجه شدن با فرهنگی که ساخته و پرداخته هدایتگران اصلی شبکه های اجتماعی مجازی است قرار گرفتن در این وضعیت، منجر به ایجاد چالش ها و تعارض های فرهنگی می شود، زیرا در این موقعیت به وجود آمده، انتخاب بسیار سخت می شود. استفاده از اینترنت موجب احساس بدبختی، تنهایی، گسیختگی از خانواده و به طور کلی کاهش سلامت روانی می شود، بنابراین می توان گفت گسیختگی عاطفی نیز از دیگر آسیب های خانوادگی شبکه های اجتماعی مجازی محسوب می شود (افونسو، ۱۹۹۹).

۳. آسیب های اجتماعی

دی فلور و بال روکیچ در الگوی خویش درباره وابستگی به رسانه ها بر این باورند که شرط مهم برای بروز اثرات، میزان وابستگی به بعضی رسانه های ارتباطی است. بدین صورت که کاربر اینترنتی با وابسته شدن به اینترنت فرصت کمتری برای پرداختن به جامعه دارد و این ممکن است باعث کم اهمیت شدن روابط اجتماعی نزد کاربر اینترنتی و در نتیجه کاهش ارزش های زندگی اجتماعی شود. آسیب های اجتماعی دارای شش مفهوم اولیه کاهش روابط اجتماعی واقعی، انزوای اجتماعی تغییر اعتقادات، الگوهای فرهنگی، شکستن هنجارهای جامعه، مسئولیت گریزی و ایجاد مشکلات اجتماعی و اشاعه فساد و بی آبرویی است. مطالعات پژوهشگران بسیاری نشان می دهد که استفاده از اینترنت سبب ایجاد احساس تنهایی و انزوای اجتماعی و دوری از خانواده و به طور کلی کاهش سلامت روانی می شود (اوجی و همکاران، ۱۳۹۳) انزوای اجتماعی از لحاظ مفهومی در تقابل با درگیری، اجتماعی انجام اجتماعی و سرمایه اجتماعی قرار دارد و با از خودبیگانگی احساس تنهایی و کناره گیری نزدیکی مفهومی دارد بر این اساس فرد از ورود به جامعه دوری می کند و اوقات خود را بیشتر در انزوا و تنهایی و سرگردانی در فضای مجازی طی می کند و از ورود به اجتماع واقعی طفره می رود وسعت عمل و انعطاف پذیری بی حد فضای مجازی گاهی منجر به تغییرات اساسی در ارکان جامعه شده است چراکه آشنایی با دیگر جوامع خواسته یا ناخواسته هنجارهای جدید به ارمغان می آورد تا آنجا که هنجارها و ارزش های جامعه خودی در آن محدوده کمرنگ می گردد افرادی که مدام در این شبکه ها سرگردان است دیگر وقتی برای انجام مسئولیت های اجتماعی خود باقی نمی گذارد قبول و انجام مسئولیت با تنش و رنج حاصل از آن همراه است، در صورتی که فعالیت در فضای مجازی با احساس لذت توأم است. همین نکته باعث می شود که فرد به دنبال لذت جویی از مسئولیت های اجتماعی، خود شانه خالی کند از دیگر آسیب های

اجتماعی این شبکه ها اشاعه فساد و بی آبرویی است؛ زیرا فضای مجازی فاقد ابزارهای کنترلی است و کاربران آن آزادانه می توانند هرگونه اطلاعاتی را با همدیگر تبادل کنند (غالمی، ۱۴۰۰).

۴. آسیب های تحصیلی

منظور از آسیب های تحصیلی شامل چهار مفهوم اولیه افت تحصیلی، کم توجهی به امور تحصیلی، کاهش زمان مطالعه و سرقت علمی است. فعالیت بیش از حد فرد در این شبکه ها با اتلاف وقت همراه است و در نتیجه زمان مطالعه فرد نیز کاهش پیدا می کند که این خود یکی دیگر از آسیب های تحصیلی این شبکه ها بر سلامت روان دانش آموزان است بر این اساس، هر چه انسان به تنوع فضای مجازی بیشتر توجه کند و بیشتر آن را فرا گیرد وقت کمتری را به کسب و به کارگیری مهارت های لازم برای فضای غیر مجازی اختصاص می دهد. (باومن، ۲۰۰۴). القای ضداثرات به جای ارزش ها: رسانه ها قادرند احساس شخص از واقعیت را تغییر دهند و با تأثیرگذاری بر افکار و روان مخاطبان خود، به راحتی نوع دیدگاه و سلیق و حتی توقعات مردم را متحول سازند. درس هایی که بینندگان از تلویزیون می آموزند احتمال در آینده پایه هایی برای جهان بینی وسیع آن ها می شود رسانه ها منابع معناداری از ارزش های عمومی، عقاید قالبی، ایدئولوژی و دیدگاه ها را به مخاطبان تحمیل می کند (گربر، ۱۹۸۰) قدرت تأثیرگذاری فضای مجازی محدود به تغییر ارزش ها تنها در حوزه تضعیف ارزش ها و ارزش های جایگزین در رفتار بینندگان نیست بلکه این رسانه قادر است در حوزه های مربوط به حریم های خصوصی افراد نیز به طور خاص تغییراتی ایجاد کند و گاهی به فرد بدون اینکه در جریان باشد تحمیل می شود یعنی وجدان آدمی را دستکاری می کند (لوفور، ۱۹۹۹). چنین تغییراتی بسترهای مناسبی برای آسیب رسانی علیه خانواده و پیامدهای ناگوار آن فراهم می سازد. مسئله مهم اینجاست که یک رسانه هیچ گاه ابزار خشنی و یک میانجی بی طرف در ارائه تصویر به حساب نمی آید، رسانه متکی به زبان و معناست و زبان و معنا نیز در چارچوب، گفتمان همواره متکی بر قدرت است لذا بازنمایی حوادث توسط رسانه ها جدای از بحث اخلاقی و غیر اخلاقی بودن آن سوگیری ایدئولوژیک دارد و در راستای تضعیف یا تثبیت قدرت و گفتمان ویژه ای گام بر می دارد (هال و جالی ۲۰۰۷).

۵. الگودهی فضای مجازی

یادگیری از راه مشاهده یکی از تئوری هایی است که رفتار الگوهای بینندگان را در بروز رفتارهای نابهنجارانه تبیین می کند. الگوهایی که امروزه افراد برای خود برمی گزینند و از رفتارهای آن ها پیروی می کنند الگوهایی هستند که رفتار آنها با ارزش ها و هنجارهای اجتماعی انطباق ندارد بندورا معتقد است عوامل مختلفی کنترل رفتار انسان را در دست دارد که سبب بروز چنین رفتارهای نابهنجارانه ای می شود به اعتقاد بندورا مطابق دیدگاه یادگیری اجتماعی مردم نه به وسیله نیروهای درونی رانده می شوند نه محرک های محیطی آنان را به عمل سوق می دهند بلکه کارکردهای روانشناختی بر حسب یک تعامل دو جانبه بین شخص و عوامل تعیین کننده محیطی تبیین می شوند به طور دقیق شخص «محیط» «رفتار شخص» بر هم تأثیر متقابل دارند و هیچ کدام از این سه جزء را نمی توان جدا از اجزای دیگر به عنوان تعیین کننده رفتار انسان به حساب آورد (سیف، ۱۳۷۴). فضای مجازی خود را با سرعت

ناباورانه ای به عنوان بخشی از فرهنگ جامعه به خانواده ها عرضه می کند. بدین شیوه فضای مجازی به منبعی مهم برای الگوپذیری تبدیل می شوند و مخاطبان را سمت الگوهایی سوق می دهند که این الگوها می تواند متمایز از الگوهای غالب و مسلط در جامعه باشد.

۶. اختلال در برنامه ریزی

یکی از آسیب های اینترنت اختلال در برنامه ریزی و اعتیاد به آن است؛ اعتیاد به اینترنت می تواند مشکلات جدی تحصیلی و خانوادگی برای مخاطبان به وجود آورد. اگر استفاده کنندگان از اینترنت نتوانند به مدت یک ماه دوری از اینترنت را تحمل کنند در معرض خطر اعتیاد به آن قرار دارند و متأسفانه ما شاهد این پدیده در میان جوانان هستیم؛ به طوری که برخی از جوانان شب ها را تا صبح با اینترنت می گذرانند و تمام صبح را خواب و این مسئله آغازگر آسیب های متعدد دیگر نیز می شود. از جمله این آسیب ها می توان به آسیب های خانوادگی، ارتباطی، عاطفی، روانی جسمی و اقتصادی اشاره کرد (غالمی، ۱۴۰۰).

۷. اختلال در شکل گیری شخصیت

عناصر سه گانه، هویت یعنی شخص، فرهنگ و جامعه هر یک در تکوین شخصیت فرد نقش مهمی را ایفا می کنند هویت شخصی ویژگی بی همتای فرد را تشکیل می دهد. هویت اجتماعی در پیوند با گروه ها و اجتماعات مختلف قرار گرفته و شکلگیری آن، متأثر از ایشان است؛ و در نهایت هویت فرهنگی برگرفته از باورهای است که در عمق وجود فرد به واسطه تعامل او با محیط پیرامون و آموزه های آن از بدو تولد تا کهنسالی جای گرفته است. از آنجا که فضای سایبری، صحنه های فرهنگی و اجتماعی است که فرد خود را در موقعیت های متنوع نقش ها و سبک های زندگی قرار می دهد خود زمینه ای است برای آسیب پذیری چند شخصیتی شدن کاربر خواهد شد. در فضای سایبر بیش از آنکه هویت ظاهری فرد مطرح شود درون مایه های افراد بروز می کند هر کس در صدد بیان اندیشه ها و علاقه مندی های خویش است. مطرح نشدن هویت شخصی و مشخصات فردی در اینترنت موجب تقویت شخصیت های چندگانه و رشد و استحکام آن می شود (علی اکبری ونصیر زرنندی، ۱۳۹۸).

۸. آسیب به تربیت و هویت دینی

فضای مجازی محیط بی مرزی است که فقدان نکات تربیتی در کنار آن و بی توجهی به امر تربیت فرزندان، به ویژه تربیت دینی و اخلاقی آنان می تواند بحران های هابی به وجود آورد و باعث تشدید تضادهای اجتماعی شود. فناوری اطلاعاتی، سبک زندگی جامعه را تحت تأثیر قرار داده و الگوهای اوقات فراغت را به ویژه در سنین پایین متحول کرده و راه های دسترسی به اطلاعات و دانش را جابه جا کرده اند. فضای مجازی از طریق ترویج سبک زندگی غربی آزادی و بی بندوباری در میان افراد و هم چنین اشاعه موضوعات غیر اخلاقی، بستر را برای تضعیف بینش دینی آنان فراهم آورده و آنان را از مسیر صحیح و شایسته زندگی منحرف می کنند. سرانجام آنان را به فساد اخلاقی و ناهنجاری و بی توجهی به آموزه های دینی و سهل انگاری در انجام واجبات دینی می کشاند (غالمی، ۱۴۰۰).

۹. تعارض ارزش ها

تغییرات تکنولوژیکی ارزش ها و هنجارهای اجتماعی را تحت تاثیر خود قرار داده است. یکی از این چالش های فرا روی فرهنگ ها برخورد با این پدیده است. چون اساسا ورود اینترنت همراه با ارزش های غربی چالش های جدیدی را در کشورهای دیگر به وجود آورده است. ورود اینترنت در حوزه خانواده موجب تغییر نظام ارزشی در خانواده ها می شود. در یک مطالعه تجربی نشان داده شده است که استفاده جوانان از اینترنت موجب کاهش های خانواده شده است (علی اکبری ونصیری زرنندی، ۱۳۹۸).

۱۰. شکاف نسل ها

اینترنت شکاف میان نسل ها را بیشتر کرده است و اکنون فاصله میان نسل دوم و سوم علاقه مند به اینترنت نیز آشکار شده است؛ به گونه های که هیچ یک زبان دیگری را نمی فهمند. امروزه با ورود وسایل و فناوری های جدید به عرصه خانواده ها، شاهد این هستیم که والدین و فرزندان، ساعت های متمادی در کنار یکدیگر مینشینند؛ بدون اینکه حرفی را برای گفتن داشته باشند. ما دیگر نشانه های کمتری از آن نوع خانواده ها داریم که والدین و فرزندان دور هم نشسته و درباره موضوعات مختلف خانوادگی و کاری با هم گفت و گو کرده و دیدگاه یکدیگر را درباره موضوعات مختلف جویا شوند. در شرایط فعلی، روابط موجود میان والدین و فرزندان به سردی گراییده و دو نسل به دلیل داشتن تفاوت های اجتماعی و تجربه های زیستی مختلف، زندگی را از دیدگاه خود نگریسته و مطابق با بینش خود آن را تفسیر می کنند. فرزندان که خواهان تطابق با پیشرفت های روز است، در برابر آن ها واکنش نشان می دهد و چون از پس منطق و نصیحت های ریشه دار و سرشار از تجربه آن ها بر نمی آید، به لجبازی روی می آور (عسگری، ۱۳۹۸).

۱۱. بحران هویت

در سال های اخیر تقابل زندگی مدرن با سنت های بومی آن چنان روند شتاب آلودی به خود گرفته است طوری که افراد جامعه و به ویژه نوجوانان و جوانان دشوارترین شرایط را از لحاظ اجتماعی شدن و فرهنگ پذیری تحمل می کنند و با نوعی نابهنجاری دست به گریبانند که نتیجه آن بروز بحران هویت است یکی از مهم ترین عوامل ایجاد بحران هویت در میان افراد آثار منفی و تهدیدهای فضای مجازی و اینترنت است که سبب بروز اختلال در شکل گیری شخصیت آنان می شود. نمونه هایی از شاخص های بی هویتی که نتیجه استفاده نادرست از فضای مجازی است را می توان در گرایش به موسیقی های غربی، گرایش به مدهای وارداتی تغییر الگوهای پوشش بدجایی، گرایش به اعتیاد، بزهکاری قانون گریزی و هزاران نمونه دیگر از وجود بحران هویت در میان این نسل جامعه مشاهده کرد.

پارسا (۱۳۹۷) در پژوهشی به بررسی رابطه بین الگوهای تربیتی خانواده و امنیت روانی با گرایش به اعتیاد به اینترنت در دختران پرداخته است، به این یافته ها رسید که الگوهای تربیتی خانواده و امنیت روانی می تواند اعتیاد به اینترنت را پیش بینی نماید. در مورد عوامل پیش بینی کننده ی اعتیاد به اینترنت در نوجوانان نقش حمایت اجتماعی، نظارت

والدین، نشانگان افسردگی، اضطراب و استرس به این یافته ها رسیدند که افسردگی، استرس، نظارت والدین و از میان مولفه های حمایت اجتماعی تنها حمایت خانواده پیش بینی کننده ی اعتیاد به اینترنت هستند. در حالی که بین اضطراب و اعتیاد به اینترنت رابطه ی معناداری برقرار نیست و همچنین حمایت دوستان و حمایت دیگران قابلیت پیش بینی اعتیاد به اینترنت را نداشته اند (عباسی، ۱۳۹۶).

رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ویژگی های شخصیتی دانش آموزان مدارس متوسطه اسلواکی انجام شده، نشان داد که زنان نسبت به مردان پتانسیل بیشتری برای اعتیاد به اینترنت دارند که این امر می تواند ناشی از احساسات و غم و اندوه باشد. برخی نتایج قابل توجه دیگر نشان داد که دانش آموزان پرونگرا بیشتر نسبت به همتایان کمتر پرونگرا خود معتاد به اینترنت هستند. دانش آموزان با روان رنجوری - عصبی بیشتر نسبت به دانش آموزان دیگر معتادتر بودند. دانش آموزان شهری نسبت به روستائیان علائم بالاتری از اعتیاد به اینترنت را دارند. (حسینووی و پروکوپ، ۲۰۱۹).

مواردی چون تحریک پذیری، پرخاشگری و اضطراب در زمان اجبار برای توقف بازی های آنلاین، اختلالات رفتاری، مشکلات اقتصادی به علت استفاده افراطی از بازی های آنلاین، الگوی نامنظم زندگی به علت اختلال در ریتم روزانه، فرار از مدرسه و از دست دادن شغل، انجام بازی های آنلاین بیش از ۴ ساعت در روز یا ۳۰ ساعت در هفته، نمره بالاتر از ۵۰ در مقیاس اعتیاد اینترنتی اشاره کرد (رینفیلد، ۲۰۱۸). تمایل به فرار از واقعیت از طریق تجزیه و مصرف مواد، یک عامل خطر برای ابطال به اعتیاد به اینترنت در نوجوانان می باشد. (بیوالکتی، مانیسینی و ترومبینی، ۲۰۱۸).

در بررسی ویژگی های مرتبط با اعتیاد به اینترنت نتایج پژوهش لیورس نشان داد شاخص های خلق منفی با نمرات آزمون اعتیاد به اینترنت در نوجوانان رابطه ی مثبت دارد. همچنین در پژوهش آن ها متغیرهای حساسیت به تنبیه و پاداش و ترس از صمیمیت به طور معنادار باعث ایجاد واریانس در نمرات اعتیاد به اینترنت می شدند (لیورس و همکاران، ۲۰۱۶).

بیشتر تحقیقات انجام شده در حوزه فضای مجازی نشان می دهد اکثریت کاربران در ایران به نسل جوان و نوجوانان مخصوصاً قشر دانش آموز و دانشجو اختصاص دارد. بنابراین یک تقسیم بندی نسلی، نسل سوم (پس از انقلاب) بیشتر کاربران اینترنتی در ایران بوده و بیش از نسل های دیگر در معرض آثار ناشی از اینترنت قرار می گیرند.

۴. بحث و نتیجه گیری

دنایای امروز ما با تکنولوژی های به روز در هم آمیخته است. تقریباً هر خانواده ای صاحب حداقل یک کامپیوتر، لپ تاپ، گوشی هوشمند، تبلت و تلویزیون است. ابزارهای دیجیتال که در اصل برای خدمت به بشریت ایجاد شده اند، تاثیر زیان آوری هم ممکن است بر زندگی ما داشته باشند. سلامت جسمی، اجتماعی و روانی ما به دلیل مواجهه بیش از حد با تکنولوژی دچار آسیب می شود امروزه با توجه به نقشی که فضای مجازی تاکنون در ابعاد مختلف زندگی داشته اند نمی توان آن ها را نادیده گرفت. در حال حاضر اینترنت ابزاری مناسب برای توسعه افکار و اندیشه های

بشری محسوب می شود به شرط آن که در راه صحیح استفاده شود. افراد به ویژه کودکان باید برای ورود به دنیای مجازی، اطلاعات کافی داشته باشند تا دچار آسیب های آن نشوند. اگر استفاده مناسب و مثبت باشد، در جهت توسعه جامعه حرکت خواهد کرد، در غیر این صورت عمده مشکلات را برای خانواده و اعضا آن به وجود می آورد. پیشگیری از آسیب ها اخلاقی اجتماعی و توجه والدین به رفتار فرزندان بسیار مهم است و برای جلوگیری از فروپاشی خانواده ها والدین باید تا حدودی به فناوری های روز دنیا مسلط باشند و بدانند که تغییر در رفتار فرزندان به معنای ایجاد تغییر در طرز فکر آن هاست. آسیب های فضای مجازی برای کودکان واقعی است. دنیای امروز دنیای تکنولوژی های جدید است که چنان با سرعت وارد زندگی بشر شده و راه نفوذ خود را ادامه می دهند که نمی توان از کنار آن ها با بی تفاوتی گذشت؛ بلکه باید با آن ها به روش صحیح برخورد کرد تا بیشترین سود و استفاده حاصل آید. همچنان که اثرات مثبت تکنولوژی های نوین در کیفیت زندگی ما قابل انکار نیست؛ در صورت عدم مدیریت صحیح نیز ممکن است تأثیرات مضر آن بر زندگی کودکان و نوجوانان ما غیرقابل جبران باشد. یکی از مهم ترین عوامل برای تعیین اثر مثبت یا منفی رایانه مدت زمانی است که کودک یا نوجوان از آن استفاده می کند و مسئله دیگر نوع فعالیت هایی است که با آن ها درگیر است. وقتی بچه برای مدت طولانی از روز پای کامپیوتر می نشیند در سایر فعالیت های تحصیلی، ارتباطی و اجتماعی دچار عقب ماندگی می شود.

به طور کلی تمایل نوجوانان به ایجاد ارتباط با دیگران و برقراری روابط اجتماعی یکی از عمده عواملی است که آن ها را در معرض خطر قرار می دهد، از سویی دیگر برخی مشکلات رفتاری و نیز عدم جهت یابی های مناسب فکری فرهنگی، تلاش آنان برای مورد قبول بودن از سوی جمع همه عواملی هستند که می توانند احتمال ابطال به اعتیاد اینترنت (فضای مجازی) را در نوجوانان افزایش دهند. از سویی، افراد دارای اعتیاد به اینترنت افرادی گوشه گیر و درونگرا و منزوی و دارای روابط اجتماعی محدود می باشند، به نظر میرسد درجه های انطباق ضعیف تری با دیگران دارند و از نظر عاطفی بی ثبات هستند. بنابر این، به آسانی می توان، برداشت کرد که افراد با چه ویژگی های فردی (شخصیتی) بیشتر دنیای فضای مجازی را ترجیح می دهند.

استفاده زیاد و کنترل نشده از کامپیوتر موجب افزایش وزن، رکود عملکرد اجتماعی- ارتباطی، گوشه گیری، انزوا و غمگینی می شود همچنین بازیهای خشن کامپیوتری کودکان و نوجوانان را مستعد مشکلات رفتاری و پرخاشگری میکند ولی اگر از برنامه های صحیح آموزشی استفاده شود خالقیت افزایش می یابد و فرصتی برای اکتشاف و جستجوگری در اختیار او قرار می گیرد. اینترنت به خودی خود، ابزاری بی طرف و خنثی است؛ اما اینکه اکنون مردم چگونه از آن استفاده می کنند، تعیین کننده است؛ اگر استفاده از اینترنت، مناسب و مثبت باشد، در جهت توسعه جامعه حرکت خواهد کرد؛ و گرنه مشکلات عمده ای را برای خانواده و اعضا آن به وجود می آورد؛ به عبارت دیگر، شبکه جهانی اینترنت، یک شبکه اطلاعاتی سریع با منابع بی شمار است که استفاده نادرست و بیش از حد از آن در بین برخی از افراد، غرق شدن در دنیای رایانه و جدایی از دنیای واقعی، فواید آن را به آسیب تبدیل می کند؛ به طوری که هم اکنون استفاده نادرست از این ابزار، در میان کاربران جوامع پیشرفته چنان گسترش یافته است که از آن به عنوان یک بیماری مدرن نام می برند؛ بیماری ای که محصول عصر ارتباطات و انقلاب رایانه ای است.

پیشنهادهات

- ۱- پیشنهاد می شود با توجه به نتایج گفته شده به نظر می رسد بین ویژگی خانوادگی دانش آموزان و اعتیاد به فضای مجازی رابطه وجود دارد، خانواده ها باید ، اوقات بیشتری را با فرزندان خود در فضای بیرون از خانه و در خانه سپری کنند؛ طوری که فرزندان از نظر عاطفی، احساس کمبود نکنند و جهت جبران این کمبود به فضای مجازی پناه نبرند.
- ۲- پیشنهاد می شود با توجه به نیاز جامعه به شبکه های مجازی نهادهای همچون مراکز آموزشی، رسانه های جمعی و آموزش و پرورش که در آموزش صحیح استفاده از این تکنولوژی به خانواده و دانش آموزان نقش مهمی دارند و در کنار اثرات مثبت و قابلیت های شگفت انگیز این تکنولوژی فراگیر، پیامدهای منفی و مخرب آن نیز، به والدین و اولیا اطلاع رسانی و آموزش هایی کافی جهت آگاهی آن ها گوشزد شود.
- ۳- وبا توجه به شیوع قابل توجه اعتیاد به فضای مجازی در دانش آموزان و ارتباط معنی دار آن با پرخاشگری، دروغ و برون گرایی، برنامه ریزی برای اقدامات مداخله ای در راستای پیشگیری از آسیب به نوجوانان که به طور روزافزونی با اینترنت سروکار دارند، ضروری به نظر می رسد.

منابع

- حائری، هاید.، بشردوست، سیمین. و صابری، هاید. (۱۴۰۰). پیش بینی اعتیاد به شبکه های اجتماعی در دانش آموزان نوجوان براساس افسردگی و شخصیت خودشیفته با در نظر گرفتن نقش میانجیگر خودافشایی. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۲۲(۱)، ۱۷-۲۹.
- زندی پیام، آرش. و میرزائی، زینب. (۱۳۹۸). پیشبینی اعتیاد به بازی آنلاین با توجه به تحریف شناختی، سبک فرزندپروری و ویژگی شخصیت خودشیفته در دانشآموزان. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران ۲۵(۱)، ۸۳-۸۲.
- شهبازی راد، میردریکوند & فضل اله. (۲۰۱۴). رابطه اعتیاد به اینترنت با افسردگی، سلامت روان و ویژگی های جمعیت شناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه. مجله دانشگاه علوم پزشکی ایلا، ۲۲(۴)، ۱-۸.
- عربی، پروین. باقری، نسرين. و میرهاشمی، مالک. (۱۴۰۰). پیش بینی وابستگی به شبکه های اجتماعی مجازی براساس نارسایی هیجانی، سبک های دلبستگی، بهزیستی روانی و احساس تنهایی. نشریه روان پرستاری، ۹(۱)، ۶۶-۷۶.
- معیدفر & مقدم. (۲۰۱۰). نقش هویت محله ای در کاهش و کنترل گرایش به رفتارهای نابهنجار اجتماعی در شهر (مطالعه محله های شهر تهران). مسائل اجتماعی ایران، ۸(۱)، ۱۱۵-۱۴۴.

Ball, S. A. (2004). Personality traits, disorders, and substance abuse. In R. M. Stelmack. On the psychobiology of personality: Essays in honor of Marvin Zuckerman. New York: Pergamon.

Biolcati, R., Mancini, G., & Trombini, E. (2018). Proneness to boredom and risk behaviors during adolescents' free time. *Psychological Reports*, 121(2), 303–323.

Boonvisudhi, T., & Kuladee, S. (2017). Association between Internet addiction and depression in Thai medical students at Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital. *PloS one*, 12(3), e0174209.

Crystal, D. (2009). *Txtng: The Gr8 Db8*. Oxford: Oxford University Press. Davidson, Z. S.-K., A. P.J.

Dempsey, A. E., O'Brien, K. D., Tiamiyu, M. F., & Elhai, J. D. (2019). Fear of missing out (FoMO) and rumination mediate relations between social anxiety and problematic Facebook use. *Addictive behaviors reports*, 9, 100150

Gonzalez, N. A. (2002). *Internet addiction disorder and its relation to impulse control*. Texas A&M University-Kingsville.

González-Bueso, V., Santamaría, J. J., Oliveras, I., Fernández, D., Montero, E., Baño, M., ... & Ribas, J. (2020). Internet gaming disorder clustering based on personality traits in adolescents, and its relation with comorbid psychological symptoms. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1516.

Harris, L., & Rae, A. (2009). Social networks: The future of marketing for small businesses. *Journal of Business Strategy*, 30(5), 24-31.

Holtz, B. E., McCarroll, A. M., & Mitchell, K. M. (2020). Perceptions and attitudes toward a mobile phone app for mental health for college students: qualitative focus group study. *JMIR Formative Research*, 4(8), e18347.

Host'ovecký, M. . Prokop, P. (2019). The relationship between internet addiction and personality traits in Slovak secondary schools students, *Journal of Applied Mathematics Statistics and Informatics* 14(1):83-101

Hu, H., Zhang, G., Yang, X., Zhang, H., Lei, L., & Wang, P. (2021). Online gaming addiction and depressive symptoms among game players of the glory of the king in China: the mediating role of affect balance and the moderating role of flow experience. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14.

Karakose, T., Ozdemir, T. Y., Papadakis, S., Yirci, R., Ozkayran, S. E., & Polat, H. (2022). Investigating the Relationships between COVID-19 Quality of Life, Loneliness, Happiness, and Internet Addiction among K-12 Teachers and School Administrators—A Structural Equation Modeling Approach. *Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1052

Kuss D, Lopez-Fernandez O. Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World J Psychiatry*. 2016;6(1):143- 176.

Kim, J., Hong, H., Lee, J., & Hyun, M. H. (2017). Effects of time perspective and self-control on procrastination and Internet addiction. *Journal of behavioral addictions*, 6(2), 229-236.

Liu, T. L., Su, C. H., Lee, J. I., & Ko, C. H. (2019). The reinforcement sensitivity of male adults with attention-deficit/hyperactivity disorder: The association with internet addiction. *Taiwanese Journal of Psychiatry*, 33(1), 39

- Malak, M. Z. , Khalifeh, A. H. , Shuhaiber, A. H. (2017). Prevalence of Internet Addiction and associated risk factors in Jordanian school students. *Computers in Human Behavior*, 70, PP: 556–563 .
- Myers, J. J., McCaw, D. S. & Hemphill, L. S. (2011). Responding to cyberbullying: An action tool for school leader. California: A Sage Company.
- Noguti, V., Singh, S., & Waller, D. S. (2019). Gender differences in motivations to use social networking sites. In *Gender Economics: Breakthroughs in Research and Practice* (pp. 676–691). IGI Global.
- Pontes, H., Szabo, A & Griffiths, M. (2015). The impact of Internetbased specific activities on the perceptions of Internet addiction, quality of life, and excessive usage: A crosssectional study. *Addict Behavior Reports*.
- Salehi, M., Khalili, M. N., Hojjat, S. K., Salehi, M., & Danesh, A. (2014). Prevalence of internet addiction and associated factors among medical students from Mashhad, Iran in 2013. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 16(5).
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2017). Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 321-333.
- Smahel, D., Helsper, E., Green, L., Kalmus, V., Blinka, L. & Ólafsson, K. (2012). Excessive Internet use among European children. LSE, London: EU Kids Online.eprints.lse.ac.uk/47344
- Shek, D. T. L. , Sun, R. C. F. , & Yu, L. (2013). Internet addiction. In D. W. Pfaff (Ed). ,*Neuroscience in the 21st Century: From basic to Clinicol* ,2775 – 2811, NewYork: Springer .
- Tajalli, F., & Zarnaghash, M. (2017). Effect of family communication patterns on Internet addiction. *Practice in Clinical Psychology*, 5(3), 159-166.
- Taş, İ. (2017). Relationship between internet addiction, gaming addiction and school engagement among adolescents. *Universal Journal of Educational Research*, 5(12), 2304-2311.
- Yang, S., Guan, H., Tang, Y., Wang, H.,& Cao, N. (2013). The Relationship between daily stress and Internet addiction of boys from the higher vocational college: The regulating role of social supporty. *International Conference on Education Technology and Management Engineering, Lecture Notes in Information Technology*, Vols. 16 – 17.
- You, Z., Zhang, Y., Zhang, L., Xu, Y., & Chen, X. (2019). How does self-esteem affect mobile phone addiction? The mediating role of social anxiety and interpersonal sensitivity. *Psychiatry research*, 271, 526-531.
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 36(5), 277-283.
- Zhen, R., Liu, R. D., Hong, W., & Zhou, X. (2019). How do interpersonal relationships relieve adolescents' problematic mobile phone use? The roles of loneliness and motivation to use mobile phones. *International journal of environmental research and public health*, 16(13), 2286.