

## آسیب‌شناسی اعتیاد به اینترنت (مطالعه موردی: شاهین شهر اصفهان)

حکیمه ملک‌احمدی<sup>۱\*</sup>، اعظم جعفریان<sup>۲</sup>

(تاریخ دریافت ۹۰/۴/۱۳، تاریخ پذیرش ۹۰/۹/۲۸)

### چکیده

ورود هر فناوری جدید به جوامع، باعث ایجاد تغییرات مثبت یا منفی در زندگی بشر می‌شود. عوامل متعددی نوع تأثیر فناوری را تعیین می‌کند؛ از جمله نوع استفاده از آن. اینترنت به‌عنوان یکی از فناوری‌های قرن حاضر، به‌علت جذابیت‌های خاص برای برخی از افراد، مسئله «اعتیاد به اینترنت» را به‌همراه می‌آورد. در این مقاله تلاش می‌کنیم اعتیاد به اینترنت را به‌عنوان آسیبی اجتماعی مورد بررسی قرار دهیم.

اعتیاد به اینترنت به استفاده افراطی و وسواس‌گونه از اینترنت گفته می‌شود که می‌تواند باعث ایجاد مشکلات روانی، اجتماعی، درسی، شغلی و همچنین ایجاد مشکلات فیزیکی مثل چشم‌درد، کمردرد، تغییر در الگوی خواب و تغذیه در فرد شود.

جامعه آماری این پژوهش شامل تمام کاربرانی است که در کافی‌نت‌های شاهین‌شهر اصفهان در زمستان ۱۳۸۸ از اینترنت استفاده کرده‌اند. در مجموع، با ۱۷۰ نفر از این کاربران

\*hakime\_malekhamadi@yahoo.com

1. کارشناس ارشد مطالعات زنان دانشگاه اصفهان

2. کارشناس ارشد مطالعات زنان دانشگاه اصفهان

مصاحبه، و داده‌های مورد نیاز برای پاسخ‌گویی به سؤالات پژوهش گردآوری شد. برای جمع‌آوری اطلاعات اصلی از پرسش‌نامه IAS یانگ استفاده، و سپس ارتباط این اعتیاد با نظریه «ارضای نیازها» بررسی شد.

نتایج نشان می‌دهد ۴ نفر (۳/۲ درصد) نمره بالای ۸۰ داشتند و در زمره گروه اول یا اعتیاد شدید بودند؛ ۴۶ نفر (۲۷/۰۵ درصد) اعتیاد متوسط داشتند؛ ۱۲۰ نفر هم (۷۰/۵۸ درصد) نمره پایین‌تر از ۵۰ به دست آوردند و کاربر معمولی بودند. بین استفاده افراطی از اینترنت و ارضای نیازها نیز رابطه وجود دارد. با اینکه در حال حاضر، موضوع اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد مطالعه در وضعیت عادی و غیرآسیبی قرار دارد، انتظار می‌رود حرکت گروه دوم (اعتیاد متوسط) به سمت اعتیاد شدید (پدیده مورد مطالعه) شکل آسیبی به خود گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، شاهین‌شهر، چت، هزینه‌نگاری، احساس تنهایی و افسردگی، ارضای نیازها در اینترنت.

#### مقدمه

اینترنت وسیله‌ای است که در ابتدا برای اهداف نظامی و دانشگاهی طراحی شده بود؛ اما با رشد و توسعه آن، به تدریج در دسترس افراد بیشتری قرار گرفت و هر روز افراد بیشتری به این شبکه جهانی دسترسی پیدا می‌کنند. در واقع، اینترنت دیگر وسیله پیچیده‌ای نیست که فقط دانشمندان از آن استفاده کنند. کارکردهای گوناگون و زیاد اینترنت باعث استفاده گسترده افراد از این فناوری شده است. اینترنت رسانه‌ای با دسترسی آسان است. این رسانه نه فقط انواع اطلاعات و اخبار را وارد زندگی افراد می‌کند؛ بلکه هر شخصی توسط همین رسانه می‌تواند دانسته‌های خود را وارد این رسانه جهانی کند. اینترنت به ارتباط‌های انسانی شکل تازه‌ای بخشیده است. افراد با داشتن اطلاعات ناچیزی درباره استفاده از اینترنت، می‌توانند حضور در «دهکده جهانی» را به آسانی درک کنند. امروزه، اینترنت تأثیر بی‌رقیب خود را در عرصه‌های سیاست، اقتصاد، فرهنگ و به صورت کلی در تغییرات اجتماعی به اثبات رسانده است. رشد روزافزون اینترنت، فواید و اهمیت آن انکارناپذیر است؛ چندان که بدون آن، امکان برنامه‌ریزی، توسعه و بهره‌وری در تمام زمینه‌های اجتماعی و فردی ممکن نخواهد بود. با

در نظر گرفتن تمام این موارد، نباید از پیامدهای ناگوار و ویرانگر آن، به‌ویژه در زمینه‌های فرهنگی غافل ماند.

اینترنت با تمام خوبی‌ها و فوایدش، کاستی‌ها و آسیب‌هایی نیز دارد که همگان به‌ویژه سیاست‌گذاران، مسئولان آموزشی و والدین در هر جامعه‌ای باید از آن‌ها آگاه باشند. البته، سخن گفتن از آسیب‌های اینترنت به معنای نفی این پدیده و نگاه منفی به آن نیست؛ بلکه واقعیت این است که اینترنت دارای کارکردهای مثبت و منفی است.

دسترسی آسان به این پدیده و اطلاع‌رسانی آن در زمینه‌های مختلف، باعث ایجاد معضلی به نام «اعتیاد به اینترنت» در این فناوری جهانی شده است. اعتیاد به اینترنت جنبه‌های مختلفی دارد که مهم‌ترین آن‌ها، «اعتیاد به چت» و «اعتیاد به سکس مجازی» است. «اعتیاد به قمار»، «وبلاگ‌گردی» و جست‌وجوی بیش‌ازاندازه اطلاعات غیرضروری نیز از آسیب‌های دیگر اینترنت است. هریک از محیط‌های اینترنتی‌ای که افراد به آن معتاد می‌شوند، دارای آثار خاصی است. از مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به از دست دادن روابط خانوادگی، دوستی و شغلی اشاره کرد. استفاده طولانی‌مدت از اینترنت باعث از دست رفتن ارتباط رودرروی افراد با یکدیگر می‌شود. اگرچه اعتیاد به اینترنت نسبت به دیگر انواع اعتیاد شناخته‌شده نیست، به‌دلیل تأثیر ناسالمی که بر روابط خانوادگی و آداب معاشرت بین افراد می‌گذارد، خطرناک است و باید به‌صورت اصولی درمان شود. احتمال ایجاد مشکلات فیزیکی مثل کمردرد، مچ‌درد، کاهش بینایی و افزایش وزن نیز از دیگر خطرهایی است که این دسته از افراد را تهدید می‌کند. این‌گونه مشکلات نیز می‌توانند تأثیر منفی فردی و اجتماعی داشته باشند.

بنابراین، در پژوهش حاضر سعی می‌کنیم با استفاده از پرسش‌نامه IAS یانگ، نخست وجود یا نبود اعتیاد به اینترنت را در جامعه مورد مطالعه بسنجیم و در مرحله بعد ارتباط این اعتیاد را با نظریه ارضای نیازها بررسی کنیم. اینترنت دارای بخش‌ها و کاربردهای مختلفی است و هرکدام از آن‌ها ممکن است اعتیادآور باشد. بنابراین، سؤال‌های دیگری در پرسش‌نامه گنجانده شد تا میزان اعتیاد به بخش‌های مختلف اینترنت و مهم‌ترین آن‌ها مشخص شود. همچنین در زمینه اعتیاد به اینترنت، به‌علت از دست دادن روابط در دنیای واقعی، افسردگی و انزوا بیشتر مطرح می‌شود؛ به همین علت این بخش نیز در سؤال‌ها و فرضیه‌های تحقیق گنجانده شد.

### اهداف تحقیق

۱. بررسی وجود یا نبود اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد مطالعه؛
۲. بررسی رابطه بین استفاده افراطی از اینترنت و ارضای نیازها؛
۳. بررسی میزان استفاده از چت در جامعه مورد مطالعه؛
۴. بررسی میزان استفاده از اینترنت برای دستیابی به عکس‌های سکس و هرزه‌نگاری؛
۵. بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی و افسردگی.

### پیشینه تحقیق

معیدفر (۱۳۸۴) پدیده اعتیاد اینترنتی در بین نوجوانان و جوانان ۱۵ تا ۲۵ سال را در شهر تهران مطالعه کرد. بر اساس نتایج تحقیق او، ۵/۷۲ درصد پاسخ‌گویان کمتر از ۲ ساعت و ۵/۲۷ درصد بیش از ۲ ساعت به اینترنت دسترسی داشتند که اولویت اول چت، ایمیل و سایت‌های خبری بوده است. نتایج نشان می‌دهد گروه سنی ۱۹ تا ۳۰ سال به شدت درگیر اعتیاد بودند؛ اما گروه سنی تا ۱۲ سال اعتیاد به اینترنت نداشتند و میزان درگیری گروه سنی ۱۲ تا ۱۹ سال قابل چشم‌پوشی است. بر اساس این پژوهش، ۸/۲۵ درصد پاسخ‌گویان از بعد عاطفی، ۳۳ درصد از بعد رفتاری و ۶/۲۱ درصد از بعد شناختی درگیر اعتیاد به اینترنت بودند. در مجموع، ۳/۲۴ درصد از مجموع کاربران به اینترنت اعتیاد حاد داشتند.

درگاهی (۱۳۸۴) طی تحقیقی در این زمینه در تهران به این نتیجه رسید افرادی که در دامنه سنی ۱۵ تا ۱۹ سال قرار دارند، در مقایسه با سایر گروه‌ها اعتیادشان بیشتر است. نمونه آماری او شامل ۵۲/۵ درصد مرد و ۴۷/۵ درصد زن بود. ۵۹ درصد کاربران دارای مدرک فوق دیپلم و لیسانس، ۳۴/۷ درصد دیپلم و زیردیپلم و ۶/۳ مدرک بالاتر از لیسانس داشتند. درکل، ۵/۸ درصد از کاربران مورد مطالعه به شدت معتاد به اینترنت بودند، ۲۹/۲ درصد اعتیاد خفیف داشتند و بقیه اعتیاد نداشتند. یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد افرادی که احساس ازخودبیگانگی دارند، بیشتر به اینترنت روی می‌آورند و علتش هم این است که آن‌ها باید به نوعی حس اجتماع‌گریزی و خانواده‌گریزی را از این راه جبران کنند.

قاسم‌زاده و همکاران (۱۳۸۴) تحقیقی با عنوان «بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی و عزت نفس در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران» انجام دادند. جامعه آماری این پژوهش، ۱۹۶۸ نفری از دانش‌آموزان دختر و پسر سه رشته دبیرستانی پنج منطقه تهران (دو منطقه در شمال، دو منطقه در جنوب و یک منطقه در مرکز) بود که به شیوه تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. از این عده، ۹۷۷ نفر کاربر اینترنت بودند که بر اساس مقیاس IAT یانگ، از میان آن‌ها ۳۷ نفر معتاد به اینترنت شناخته شدند. درکل، میزان شیوع به اینترنت در بین دانش‌آموزان ۳/۸ درصد بود. بر اساس نتایج این پژوهش، تأیید شد که کاربران معتاد به طور معناداری تنهاتر از کاربران و غیرکاربران هستند. ممکن است تنهایی بر اثر اعتیاد به اینترنت رخ دهد؛ یعنی کسانی که به اینترنت معتاد می‌شوند، پیامدهای منفی آن مانند تنهایی را تجربه می‌کنند. همچنین ممکن است چرخه‌ای معیوب و رابطه‌ای دوسویه در کار باشد؛ یعنی افراد تنها، برای کاهش تنهایی خود به اینترنت روی بیاورند و در نتیجه به تنهایی آن‌ها افزوده شود.

یانگ<sup>۱</sup> (1988) معتقد است اعتیاد به اینترنت مانند دیگر اعتیادهای رفتاری است و مدل اعتیاد شیمیایی می‌تواند مدلی برای این پدیده باشد. او بعدها (1998) استفاده افراطی از اینترنت را مانند قمار، آسیب‌گونه تعریف کرد. در پرسش‌نامه هشت‌سؤالی او، اعتیاد به اینترنت با حداقل پاسخ مثبت به پنج سؤال طبقه‌بندی شده بود. معیار دیگری که یانگ طراحی کرد، دارای بیست آیتم بود.

گرفتیز<sup>۲</sup> (1998) یکی از بزرگ‌ترین بررسی‌ها را در این زمینه در بین ۱۸ هزار کاربری که به وب‌سایت ABC (abc.news.com) متصل می‌شدند انجام داد. او دریافت که ۵/۷ درصد افراد نمونه او معیارهای استفاده افراطی از اینترنت را نشان می‌دهند. اما یافته‌های دیگر میزانی بین ۶ تا ۱۴ درصد را نشان می‌دهند. نتایج بررسی گرفتیز گویای این است که شرکت‌کنندگان - که دارای نشانه‌های اعتیاد بودند - به‌طور ویژه‌ای از چت‌روم‌ها، سایت‌های پرنوگرافی، خرید آنلاین و ایمیل استفاده می‌کنند و برای فرار از حالات ناخوشایند خود، کاربر اینترنت هستند. گرفتیز اعتقاد دارد از دست دادن کنترل، جزء ماهیت اینترنت است. ۸/۳ درصد از کسانی که نشانه‌های اعتیاد داشتند، بیان کردند که وقتی در اینترنت هستند دیگر حدود مرز را نمی‌شناسند. بسیاری از تحقیقات گرفتیز از برتری مردان بر زنان در اعتیاد به

اینترنت گزارش می‌کند. در پژوهشی که کیت اندرسون روی ۱۳۰۰ نفر از دانش‌آموزان کالج انجام داد، مشخص شد که ۹۱ نفر از ۱۰۳ نفری که نشانه‌های اعتیاد داشتند، مرد بودند.

به نظر می‌رسد مردان و زنان سایت‌هایی را ترجیح می‌دهند که با کلیشه‌های جنسیتی آن‌ها مناسب باشد. کوپر (۲۰۰۰) مطالعه‌ای انجام داد که در آن، به‌طور خاص روی جنسیت در اینترنت تأکید کرده بود. او دریافت که زنان احتمالاً بیشتر وقت خود را صرف هرزه‌گویی و داشتن سایبرسکس با دیگران می‌کنند. درحالی که مردان به سایت‌های هرزه‌نگاری سر می‌زنند. کوپر دریافت که اینترنت هر دو جنس را به آزمایش کردن راه‌هایی دعوت می‌کند که از طرق دیگر نمی‌توانند آن‌ها را عملی کنند. در مطالعه ۹/۲۶۵ نمونه‌ای کوپر، ۱۲ درصد زنان به سایت‌های پورنوگرافی متصل می‌شدند؛ درحالی که این میزان برای مردان ۲۰ درصد بود. به نظر کوپر، زنانی که به سایت‌های هرزه‌نگاری متصل می‌شوند، فقط قصد آزمایش دارند و می‌خواهند ببینند با چه مسئله بزرگی روبه‌رویند (Dea Neglis, 2007).

گروهی از پژوهشگران نیز نمونه ۴۶۸ نفری (شامل ۳۱۸ مرد و ۱۵۰ زن) را برای تحقیق و بررسی برگزیدند. میانگین سنی این افراد ۱۵ سال و میانگین تحصیلی شان ۱۰ سال بود. در این پژوهش، برای تشخیص اعتیاد به اینترنت، از معیار CIAS<sup>۳</sup> استفاده شد. درکل، ۴۵۴ نفر مطالعه شدند که از این تعداد، ۶۴ نفر اعتیاد شدید داشتند، ۷۲ نفر اعتیاد متوسط و ۳۱۸ نفر سالم بودند (Chih Hung ko, 2006).

مطالعه دیگری نیز روی نمونه ۲۷۵ نفری در یکی از دبیرستان‌های فلورانس ایتالیا انجام شد. میانگین سنی این نمونه ۱۶ سال بود. ۵۲/۴ درصد نمونه مرد و ۴۷/۶ درصد زن بود. در این مطالعه از پرسش‌نامه شورتر<sup>۴</sup> استفاده شد. بر اساس یافته‌های این پژوهش، ۵/۴ درصد دانش‌آموزان به اینترنت معتاد بودند و ناتوانی ناشی از این اعتیاد با معیار اعتیاد به الکل، سکس، قمار، اشتیاق به غذا، خرید و ورزش وابستگی شدیدی داشت (Bernardis, 2005).

چین نیز یکی از کشورهایی است که آمار اعتیاد به اینترنت در آن بالاست. بر اساس آخرین تحقیقات، ۱۳/۷ درصد جوانان چینی نشانه‌های اعتیاد به اینترنت دارند؛ یعنی حدود ۱۰ میلیون جوان. به همین دلیل در سال ۲۰۰۷م، این کشور درباره استفاده از بازی‌های رایانه‌ای محدودیت‌هایی را اعمال کرد. قانون جدید بیشتر از سه ساعت استفاده روزانه از این بازی‌ها را توصیه نمی‌کند (Block, 2008).

به‌طور کلی، در این پژوهش‌ها، به آزمون اعتیاد به اینترنت و بررسی ساخت جمعیتی معتادان اینترنتی، تحصیلات کاربران و اعتیاد به کاربردهای مختلف اینترنت مثل پرسه زدن، بازهای اینترنتی و اتاق‌های گفت‌وگو پرداخته شده و همچنین آثار این اعتیاد از جمله مشکلات خانوادگی و جسمی بررسی شده است. پژوهش‌های انجام شده هرکدام به جنبه‌ای از این اعتیاد پرداخته و بیشتر، اطلاعات توصیفی از این موضوع به‌دست داده‌اند. بنابراین، هدف پژوهش حاضر، به‌نوعی تکمیل اطلاعات قبلی و پرداختن به جنبه‌هایی است که در پژوهش‌های دیگر به آن‌ها بی‌توجهی شده است. به این منظور و با توجه به اینکه بیشتر کاربران جوان هستند و نیازهای خاصی دارند و نیز با توجه به جدید و جذاب بودن فضای اینترنت، به بررسی اعتیاد به اینترنت با ارضای هرم نیازها پرداخته‌ایم.

#### اعتیاد به اینترنت

اعتیاد اینترنتی به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری و کنترل‌انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد. اعتیاد اینترنتی رفتاری و سواسی، یا آرزوی برقراری پیوند، یا شاید حتی نمودی از انتقال و یا بازتاب روابط، یا رفع نیاز قلمداد می‌شود. یانگ (1988) نیز اشاره می‌کند که فرد معتاد کسی است که دست‌کم ۳۸ ساعت در هفته و یا ۸ ساعت در روز، وقت خود را صرف استفاده از اینترنت می‌کند. متخصصان در زمینه آسیب‌شناسی، محدودترین تعریف را برای طبقه‌بندی استفاده از اینترنت ارائه می‌دهند. بر اساس طبقه‌بندی آن‌ها، چنانچه فرد در هفته ۲ تا ۳ ساعت از اینترنت استفاده کند، کاربر معمولی است و چنانچه میزان استفاده او از اینترنت به ۸/۵ ساعت و یا بیشتر برسد، کاربری است که باید مورد بررسی‌های آسیب‌شناسانه قرار گیرد. استفاده افراطی و سواس گونه از اینترنت ممکن است باعث ایجاد مشکلات روانی، اجتماعی، درسی، شغلی و همچنین ایجاد مشکلات فیزیکی مثل چشم‌درد، کمردرد، تغییر در الگوی خواب و تغذیه در فرد شود.

ویژگی‌های معتادان به اینترنت به این شرح است:

۱. استفاده افراطی که اغلب با از دست دادن زمان و غفلت از وظایف مهم آن‌ها همراه است.
۲. انزوا که شامل احساس خطر، تنش و افسردگی است؛ وقتی فرد دچار این احساسات می‌شود که کامپیوتر و اینترنت در دسترسش نیست.

۳. تحمل؛ یعنی افراد به تجهیزات بهتر کامپیوتری، نرم‌افزارهای بیشتر و ساعت‌های بیشتر برای استفاده از آن، به شدت نیاز پیدا می‌کنند.

۴. بازگردانی‌های منفی که شامل مشاجره با افراد خانواده، دروغ و انزوای اجتماعی است (Block, 2008: 4).

ابعاد اعتیاد به اینترنت از این قرار است:

۱. اعتیاد به هرزه‌نگاری و سکس؛

۲. ارتباط‌های مجازی و دوست‌یابی؛

۳. وسواس به شبکه مثل قمار؛

۴. کسب اطلاعات اضافی؛

۵. بازی‌های کامپیوتری.

شاخص‌های اعتیاد به اینترنت عبارت‌اند از:

۱. احساس سرگرمی با اینترنت؛

۲. احساس اینکه برای کسب رضایتمندی، باید وقت بیشتری را صرف اینترنت کرد؛

۳. احساس بی‌قراری، بدخلقی و عصبانیت در هنگام تلاش برای قطع یا کم کردن اینترنت؛

۴. باقی ماندن آنلاین بیشتر از آنچه برنامه‌ریزی شده است؛

۵. احساس خطر به از دست دادن روابط شغلی و تحصیلی؛

۶. دروغ گفتن به دوستان و اعضای خانواده در مورد زمان آنلاین بودن؛

۷. به‌کارگیری اینترنت به‌عنوان وسیله‌ای برای فرار از مشکلات (Suler, 1999).

## مبانی نظری

### نظریه جان سولر

جان سولر (2005) دیدگاه خود را بر اساس هرم نیازهای مازلو بیان می‌کند. مازلو گستره وسیعی از نیازهای آدمی را بر اساس هرمی از نیازهای بنیادین و بیولوژیکی تا نیازهای والاتر خودشکوفایی طبقه‌بندی می‌کند که فرد نیازی را در یک سطح ارضا و به سطوح بالاتر می‌رود.



آسیب‌شناسی اعتیاد به اینترنت \_\_\_\_\_ حکیمه ملکا احمدی و همکار

بنابراین، افراد به این دلیل شیفته‌ی شیء، فرد یا فعالیت خاصی می‌شوند که نیازی را در آن‌ها برطرف می‌کند.

ابراهام مازلو مدل خود را درباره‌ی انگیزش انسانی، بر مبنای تجربه‌ی کلینیکی خود در سال ۱۹۴۳م ارائه داد. او نیازهای بشری را به پنج طبقه تقسیم کرد و آن را سلسله‌مراتب نیازها نامید:

۱. نیازهای فیزیولوژیک: ارضای میل‌های تشنگی، گرسنگی و جنسی؛
۲. نیازهای ایمنی: رهایی از ترس آسیب‌های برونی، تغییرات شدید برونی؛
۳. نیازهای مربوط به تعلق: میل به داشتن روابط عاطفی و مراقبتی، یعنی دریافت محبت و حمایت شخصی از سوی دیگران؛
۴. نیاز به قدرت و منزلت: احترام و ارج‌گذاری مثبت از جانب همسالان و وابستگان؛
۵. خودیابی یا شکوفایی: فرصت برای ارضای توان بنیادین فرد تا حد نزدیک‌تر شدن به خود طبیعی (میچل، ۱۳۷۵: ۲۳۳-۲۳۴).

امروزه، سکس مجازی موضوع داغ و تازه‌ای است؛ چرا که سکس یکی از نیازهای بیولوژیکی بنیادینی است که توجه همگان را به خود جلب می‌کند. با اینکه بعضی از افراد در محیط‌های مختلف اینترنت به دنبال سکس نیستند، برخی دیگر به‌طور حتم چنین قصدی دارند. وقتی ذهن افراد مشغول این موضوع می‌شود، همان دلایلی را دارد که افراد در هر بافت دیگری دچار وسواس فکری درباره‌ی سکس می‌شوند. اما نکته‌ی مورد توجه این است که نیازهای اساسی‌ای که در محیط اینترنت ارضا می‌شود، مانند نیازهای دنیای واقعی است (Suler, 2005: 5). سکس مجازی شامل صحبت‌های تحریک‌آمیز به‌وسیله‌ی تایپ، توصیف دقیق رفتار و احساس ناشی از آن یا تبادل عکس است. این فرصت که نه تنها نیازهای جنسی را ارضا کنیم بلکه دست به تجربه‌ی نیز بزنیم، برخی را می‌فریبد. احساس تنهایی، وابستگی، خشم یا خلأ درونی که باید به‌نوعی برطرف شود نیز می‌تواند به سکس مجازی منجر شود.

نیاز به ارتباط متقابل، شناخت اجتماعی و حس تعلق داشتن در دومین سطح هرم مازلو قرار می‌گیرد. انسان‌ها به‌صورت غریزی نیاز دارند به جایی بروند که دیگران آن‌ها را می‌شناسند و این نیاز را می‌توان در محیط‌های مختلف اینترنت ارضا کرد و این «برتری» است که قدرت اعتیادآوری اینترنت را فراتر از یک بازی ویدئویی می‌کند؛ زیرا حاوی چیزی است که این

بازی‌ها فاقد آن هستند: اشخاص دیگر و مردم به افراد دیگر نیاز دارند (Ibid, 6). از دیدگاه سولر، اینترنت از آن‌روی بسیار فریبنده و جذاب است که جایگزین منحصربه‌فردی برای رضای نیازهای اجتماعی است.

نیاز به یادگیری، پیشرفت، اشراف در محیط و عزت‌نفسی که از دستاوردهای فرد ناشی می‌شود، در سطح بعدی هرم مازلو قرار می‌گیرد. نظریه کنشگر در روان‌شناسی ادعا می‌کند، زمانی که دست‌یافته‌های کوچک به سرعت حاصل شوند، یادگیری در بهترین حالت خود قرار دارد. به این دلیل کامپیوترها چنین اعتیادآور هستند که این کار را به صورتی کارآمد و رضایت‌بخش انجام می‌دهند (Ibid, 10). گرچه برای افرادی که انگیزه آنان جبران احساسات دیرینه شکست، بی‌کفایتی و جبران درماندگی یا غلبه بر نیاز شدید شناخته شدن، مورد تحسین قرار گرفتن و عشق است؛ علاقه شدید به پیشرفت در فضای مجازی می‌تواند به اعتیادی بدل شود که هرگز ارضا نمی‌شود (Ibid, 11).

نیاز به خودشکوفایی در بالای هرم مازلو قرار می‌گیرد. این نیاز دربرگیرنده بسیاری از نیازهای سطوح پایین، یعنی نیاز به برقراری روابط متقابل، ابراز خود، رضای نیازهای هنری و ذهنی از طریق مشارکت در دنیای اطراف نیز است؛ گرچه کلید دستیابی به خودشکوفایی این است که این نیاز مستلزم تلاش برای شکوفایی شخص به‌عنوان فرد منحصربه‌فردی باشد. افراد احساس می‌کنند با برقراری روابط با دیگران رشد می‌کنند. آن‌ها با کاوش در ابعاد تکنیکی و اجتماعی اینترنت، توانایی‌های بالقوه ذهنی خود را ابراز می‌کنند. همچنین، با استفاده از ابزارهای ارتباطی گوناگون در اینترنت، به علائق درونی و گرایش‌ها و جوهری از شخصیت خود آگاهی می‌یابند که پیش از این پنهان بودند. از نظر مازلو، یکی دیگر از جنبه‌های مهم خودشکوفایی، رشد معنویت فرد است. اینکه افراد در فضای مجازی زندگی معنوی خود را بیابند، برای بسیاری مضحک به نظر می‌رسد. اما برای برخی کاربران که در اقلیت هستند، فضای مجازی راهی برای دستیابی به رمز و رازهایی درباره ماهیت آگاهی، واقعیت و خود است (Ibid, 12).

از نظر سولر (2005)، اشتیاق و علاقه فرد به اینترنت از نظر آسیب‌شناختی، می‌تواند سالم، اعتیادآور یا چیزی بین این دو باشد. او به هشت عامل اشاره می‌کند که می‌تواند به شفاف‌سازی سالم یا ناسالم بودن فعالیت‌ها در اینترنت کمک کند:

۱. تعداد و نوع نیازهای موجود: نیازها ممکن است روان‌شناختی، بین‌فردی، درون‌فردی و یا معنوی باشند که از طریق کوشش‌های اینترنتی نشان داده می‌شوند.
۲. میزان محرومیت از نیازهای اساسی: هرچه یکی از نیازهای اساسی بیشتر ناکام بماند یا انکار و یا نادیده گرفته شود، آمادگی فرد برای اینکه آن را در هر جا و از هر راهی ارضا کند بیشتر می‌شود.
۳. نوع فعالیت اینترنتی: از نظر نوع تأثیر بر نیازها، فعالیت‌های اینترنتی بسیار زیاد و گوناگون‌اند. محیط‌هایی که امکانات مختلفی دارند، می‌توانند طیف وسیعی از نیازها را مخاطب خود قرار دهند و در نتیجه جذاب‌تر باشند و چون محیط سایر متنوع و به‌آسانی قابل دسترسی است، می‌تواند مستعد ارضای چنین نیازهایی باشد؛ به‌ویژه وقتی که فرد در ارضای نیازهای اساسی‌اش در زندگی محرومیت دارد.
۴. تأثیر فعالیت اینترنتی: سلامت و تندرستی، موفقیت در کار و داشتن روابط خشنوده‌کننده با همسالان، دوستان و... همگی از خصوصیات مهم کارکرد انطباقی است. اینکه این ویژگی‌ها تا چه اندازه به‌وسیله استفاده از اینترنت در معرض آسیب قرار می‌گیرند و تا چه اندازه از بین می‌روند، عمق آسیب‌شناسی اینترنت را نشان می‌دهد. استفاده از اینترنت شکل‌های مختلفی دارد. برخی فعالیت‌ها در اینترنت اجتماعی نیستند؛ مثل بازی و جمع‌آوری اطلاعات و عکس. برخی محیط‌های اینترنت شامل ارتباط هم‌زمان است؛ مثل چت. در برخی محیط‌ها هم ارتباط هم‌زمان نیست؛ مثل ایمیل. علاوه بر این، برخی ارتباط‌ها فقط به‌صورت متنی است؛ درحالی که برخی دیگر سمعی-بصری است. انواع مختلفی از فعالیت‌ها در اینترنت به‌طور متفاوتی، نیازها را تحت تأثیر قرار می‌دهند. محیط‌هایی که شامل شکل‌های گوناگون فعالیت و ارتباط‌اند، ممکن است طیف وسیع‌تری از نیازها را مخاطب خود قرار دهند و در نتیجه، جذابیت بیشتری داشته باشند. برای مثال، ارتباط‌هایی که شامل بازی، چت، ایمیل و ارتباط‌های سمعی-بصری‌اند، سطح بالاتری از جذابیت را دارند.
۵. احساسات درونی پریشانی و اضطراب: احساسات رو به افزایش افسردگی، نومیدی، سرخوردگی، ازخودبیگانگی، گناهکاری، شرمساری و خشم ممکن است از علایم هشداردهنده استفاده آسیب‌زا از اینترنت باشد. فردی که احساساتش با محیط سایر پیوند خورده است، زندگی شخصی‌اش اغلب از فعالیت‌های اینترنت متاثر می‌شود.

۶. سابقه و مرحله درگیری با اینترنت: کاربران جدید ممکن است فریفته فرصت‌هایی شوند که فضای مجازی اینترنت فراهم می‌آورد. اما کم‌کم تازگی و جذابیت عیاشی اینترنتی کاهش می‌یابد و با رسیدن به مرحله اعتیاد، ممکن است وظایف فرد در زندگی واقعی اش مختل شود. کاربران قدیمی‌تر دام‌هایی را که ممکن است آن‌ها را تطمیع کند و احساسات شدید عاطفی آن‌ها را برانگیزد، می‌شناسند و این فهم به آن‌ها برای استفاده متعادل‌تر کمک می‌کند.

۷. آگاهی از نیازها: هرچه فرد انگیزه‌هایش را بیشتر درک کند، فضای مجازی توان خود را در هدایت فرد به سمت استفاده بی‌حد و اندازه از اینترنت، بیشتر از دست می‌دهد. پیگیری نیازها و خواسته‌های سرکوب‌شده جهان واقعی در فضای مجازی، فقط نوعی تخلیه احساسی است که در واقع تکرار نوعی اجبار است و به‌طور پایان‌ناپذیری ادامه می‌یابد. رفع نیازهای اساسی به معنای آن است که فرد بخشی از تعارض‌ها و محرومیت‌های مرتبط با آن نیازها را به‌وسیله فهم و درک خودآگاه آنچه به بقای آن نیازها منجر می‌شود حل کند. در مقابل، پرده‌پوشی و انکار آشکار این نیازها به رفتاری اعتیادگونه می‌انجامد و فقدان بیش و خودآگاهی به نیازهای اساسی را نشان می‌دهد.

۸. تعادل و انسجام زندگی شخصی و فضای مجازی: در شرایط مطلوب، میزان تعهد به فعالیت‌های آنلاین با فعالیت‌های آفلاین، دوستان و خانواده در تعادل است. هر دو جهان مجازی و واقعی با هم کامل می‌شوند؛ یعنی فعالیت‌های آنلاین به جهان واقعی آورده می‌شوند. برای مثال، با دوستان و خویشاوندان خود از طریق اینترنت رابطه برقرار می‌کنیم. استفاده آسیب‌گونه از اینترنت بیشتر نتیجه این است که زندگی مجازی به‌طور کامل از جهان واقعی جدا می‌شود.

### روش‌شناسی پژوهش

برای بررسی وجود یا نبود اعتیاد اینترنتی در بین کاربران شهرستان شاهین‌شهر، از روش پیمایشی استفاده کردیم. جمعیت آماری این تحقیق را همه کافی‌نت‌های شاهین‌شهر در سال ۱۳۸۸ تشکیل داد که طبق آمار اتحادیه و صنف کافی‌نت‌ها، تعداد کافی‌نت‌های سطح شهر شانزده عدد بود.

نمونه آماری هم به روش سهمیه‌ای تعیین شد. برای سهمیه‌بندی باید خصوصیات را که در پی معرف بودن نمونه بر حسب آن هستیم، مشخص کنیم. سپس توزیع این متغیر را در جمعیت پیدا کنیم و بر اساس آن توزیع، سهمیه‌بندی کنیم (دواس، ۱۳۸۶: ۸۵). بر اساس اطلاعاتی که در مصاحبه‌های مقدماتی از مسئولان کافی‌نت‌ها گردآوری شد، این توزیع به عمل آمد. سهمیه هر کافی‌نت بر اساس نظر صاحبانشان، منطقه جغرافیایی، ساعت‌های مراجعه و جنس اکثر مراجعه‌کنندگان تعیین شد. برای مثال، از کافی‌نت‌های مرکز شهر و مراکز خرید، به علت اینکه بیشتر در معرض آلوده شدن بودند، نمونه‌گیری بیشتری صورت گرفت؛ ولی این مقدار در اطراف شهر کمتر بود تا در حد امکان نمونه‌گیری معرفی انجام شود.

حجم نمونه ۱۷۰ نفر بود که ۹۷ نفر آن‌ها مرد و ۷۳ نفر زن بودند. برای سنجش اعتیاد به اینترنت از پرسش‌نامه یانگ استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای بیست سؤال است که پاسخ‌گو می‌تواند طیفی از پاسخ‌ها را از هیچ‌وقت تا همیشه ارائه دهد. به هیچ‌وقت نمره ۱ و به همیشه نمره ۵ پنج تعلق می‌گیرد و همه نمره‌های این بیست سؤال با هم جمع می‌شود. در نمره ۲۰-۴۹ کاربر معمولی است. در نمره ۵۰-۷۹ کاربر دارای اعتیاد متوسط و در نمره ۸۰-۱۰۰ معتاد به اینترنت است.

برای سنجش میزان اعتیاد به اینترنت از این قبیل سؤال‌ها استفاده شد:

- چقدر بیشتر از آنچه قصد دارید در اینترنت می‌مانید؟
- چقدر دیگران از شما به دلیل **online** بودنشان شاک می‌کنند؟
- چقدر به دلیل اینترنت نمره‌ها و کارهایتان در مدرسه افت کرده است؟
- آیا کارهایی را که در اینترنت انجام می‌دهید (مثلاً سایت‌هایی که مراجعه می‌کنید یا افرادی که با آن‌ها چت می‌کنید) از دیگران مخفی می‌کنید؟
- چقدر فکر می‌کنید زندگی بدون اینترنت کسالت‌بار، تهی و بی‌ارزش است؟
- چقدر وقتی **online** هستید، این جمله را به کار می‌برید: چند دقیقه مونده الان می‌بام؟
- چقدر سعی دارید میزان **online** بودنتان را از دیگران مخفی کنید؟
- برای سنجش ارضای نیازها در اینترنت هم سؤال‌های زیر مطرح شد:
- من در اینترنت بهتر می‌توانم خودم را بشناسم.
- استفاده از اینترنت به شناخت هویت و استقلال من کمک می‌کند.

- با استفاده از اینترنت احساس اعتماد به نفس بیشتری دارم.  
- وقتی در اینترنت هستم، می‌توانم بی‌خیال باشم.  
- اینترنت وسیله خوبی برای فراموش کردن مشکلات زندگی است.  
- مردم مرا آن‌طور که در اینترنت هستم قبول دارند.  
- اینترنت می‌تواند محدودیت‌های فردی را ارتقا بخشد.  
- وقتی در اینترنت هستم احساس تنهایی و افسردگی ندارم.  
- بسیاری از چیزهایی که در زندگی واقعی نمی‌توانم به دست آورم، در اینترنت به دست می‌آورم.  
- من به‌طور تصادفی با موضوعات جنسی در اینترنت برخورد کردم، اما الآن فعالانه به دنبال آن هستم.

در ادامه، رابطه اعتیاد به اینترنت با ارضای نیازها و احساس تنهایی و افسردگی سنجیده شد. چون دو جنبه مهم استفاده از اینترنت، چت و یافتن اطلاعات جنسی و هزینه‌نگاری است، دو سؤال دیگر برای سنجش میزان استفاده کاربران از چت و هزینه‌نگاری طرح شد. ولی چون پرسش مستقیم از میزان استفاده کاربران از مسائل جنسی و سکس در اینترنت با سوگیری همراه است و نیز کاربران میزان واقعی استفاده خود را آشکارا بیان نمی‌کنند، این سؤال به‌صورت نظرسنجی از پاسخ‌گو در مورد استفاده از هزینه‌نگاری دیگر کاربران مطرح شد:  
- به نظر شما کاربران چقدر از اینترنت برای دستیابی به عکس‌های سکس و هزینه‌نگاری استفاده می‌کنند؟

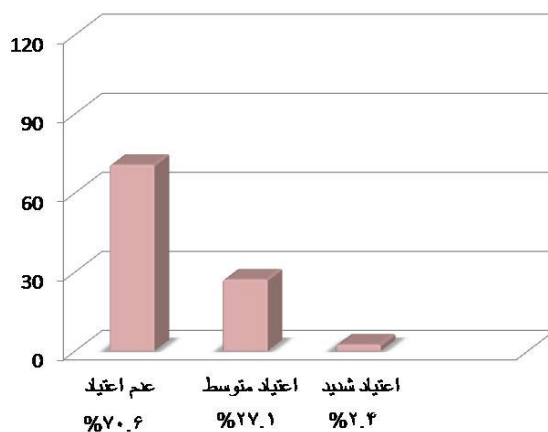
قابلیت اعتماد و اعتبار پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت از طریق داده‌های تجربی فراوانی تأیید شد (ر. ک درگاهی، ۱۳۸۶؛ قاسم‌زاده، ۱۳۸۶؛ Young, 1988).

ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها، با استفاده از اجرای مقدماتی روی نمونه ۳۰ نفری، به ترتیب برابر با ۰/۸۱ و ۰/۷۸ محاسبه شده است.

فرضیه‌های تحقیق به این شرح است:

۱. اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد مطالعه کمتر از حد متوسط است.
۲. بین اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها در اینترنت رابطه وجود دارد.
۳. بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی رابطه وجود دارد.

### اعتیاد به اینترنت



شکل ۱ تحلیل داده‌ها

### تحلیل داده‌ها

تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد ۲/۴ درصد از افراد در جامعه مطالعه شده اعتیاد شدید دارند؛ یعنی نشانه‌های اعتیاد را به‌طور کامل نشان داده‌اند و به‌علت این استفاده افراطی، در زندگی عادی آن‌ها هم اختلال ایجاد شده است. ۲۷/۱ درصد افراد اعتیاد متوسط دارند و نوع استفاده بعدی آن‌ها نشان می‌دهد در چه گروهی قرار می‌گیرند. اعتیاد این افراد چندان مشکل‌ساز نیست و فقط در صورت ادامه کاربرد نادرست اینترنت، زندگی عادی آن‌ها مختل می‌شود و به گروه اعتیاد شدید می‌پیوندند.

فرضیه ۱: اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد مطالعه کمتر از حد متوسط است.

$$H_0: M=3$$

$$H_1: M<3$$

T-Test

آزمون T تک‌متغیره

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اعتیاد به اینترنت	170	2.1768	.59624	.04573

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
اعتیاد به اینترنت	47.602	169	.000	2.17682	2.0865	2.2671

نتایج نشان می‌دهد اعتیاد به اینترنت در جامعه مطالعه شده کمتر از حد متوسط است. میانگین نمونه پایین‌تر از حد متوسط ۳ است و  $\text{sig} = .000$  است که از  $.05$  کمتر است. همچنین صفر بین دو فاصله اطمینان  $-.7329$  و  $-.9153$  قرار نمی‌گیرد. بنابراین، فرضیه صفر رد می‌شود و فرضیه مقابل پذیرفته می‌شود. فرضیه ۲: بین اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها در اینترنت رابطه وجود دارد.

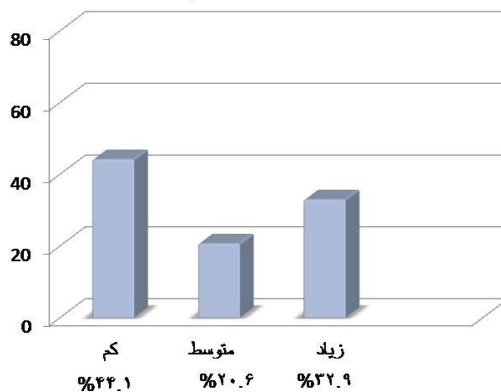
جدول ۱ رابطه بین اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها

		اعتیاد به اینترنت	ارضای نیازها در محیط
اعتیاد به اینترنت	Pearson Correlation	1	.506
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	170	167
ارضای نیازها در محیط	Pearson Correlation	.506	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	167	167

برای بررسی رابطه میان اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها از آزمون پیرسون استفاده شد. Sig نشان می‌دهد بین اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها (بر اساس هرم نیازی مازلو) رابطه معنادار وجود دارد؛ به عبارتی افرادی که به اینترنت معتاد شدند، به دنبال ارضای نیازهایشان بودند.

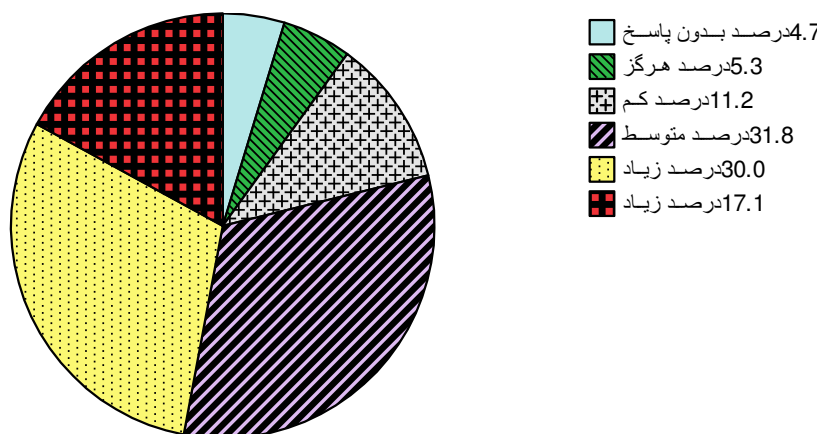


میزان استفاده از چت



شکل ۲ میزان استفاده از چت

شکل شماره دو میزان استفاده افراد را از چت نشان می‌دهد. چت یکی از پرکاربردترین جنبه‌های اینترنت است که افراد زیادی به آن معتاد می‌شوند. این افراد به پرسه‌زنی در اتاق‌های گفت‌وگو و آشنایی با افراد جدید اعتیاد پیدا می‌کنند و روابط مجازی را به روابط واقعی ترجیح می‌دهد و به تدریج زندگی‌شان مختل می‌شود. ۳۲/۹ درصد افراد گفته‌اند زیاد از چت استفاده می‌کنند. چت از جذاب‌ترین محیط‌های اینترنت است که به دلیل قابلیت‌های مختلف استفاده از صدا، وب و رد و بدل کردن عکس، افراد به روابط اجتماعی واقعی نزدیک‌تر می‌شوند و می‌توانند به راحتی با هم در تعامل باشند. نیازهای مختلفی در این محیط پاسخ داده می‌شود. افراد می‌توانند سؤالات جنسی خود را از یکدیگر بپرسند یا حتی به گفت‌وگوی جنسی (سایبرسکس) در این زمینه و ارضای مجازی دست بزنند. به علاوه، در محیط‌های دوست‌یابی، کاربران می‌توانند به احساس صمیمیت، وابستگی و نیاز به تماس متقابل برسند. همچنین، آن‌ها می‌توانند با به راه انداختن بحث‌های گروهی و به اشتراک گذاشتن اطلاعات مختلف خود، به نوعی خودشکوفایی برسند و چیزهای مختلفی در زمینه‌های گوناگون فراگیرند.



شکل ۳ استفاده از اینترنت برای دستیابی به سکس و هرزه‌نگاری

یکی دیگر از جنبه‌های اینترنت که افراد به آن معتاد می‌شوند و روزبه‌روز قربانی‌های بیشتری می‌گیرد، هرزه‌نگاری است. *دیکشنری آکسفورد (2005)* پورنوگرافی را به این صورت معنا کرده است: کتاب، فیلم یا هر چیزی که برای ایجاد هیجان و تحریک جنسی، افراد را در اعمال جنسی توصیف کند یا نشان دهد؛ به‌ویژه از راهی که اغلب مردم آن را آزاردهنده و نامطلوب می‌دانند. قرن‌هاست که افراد شکل‌های مختلفی از هرزه‌نگاری را دیده‌اند تا کنجکاوی و تمایلات جنسی خود را ارضا کنند. البته در گذشته، در دسترس بودن هرزه‌نگاری‌ها مثل امروز شایع نبود. ویژگی منحصر به فرد اینترنت، گستره بی‌نهایتی است که اغلب موضوعات هرزه‌نگاری را رایگان و به‌طور ناشناس - صرف‌نظر از زمان و مکان - در اختیار افراد قرار می‌دهد. فرد هم می‌تواند به راحتی و بدون ترس از شناخته شدن و بی‌آبرویی، به صورت ۲۴ ساعته از این محصولات استفاده کند. در واقع، راحتی و در دسترس بودن این موضوعات به استفاده بیشتر از آن دامن می‌زند.

میزان استفاده از این محصولات به‌طور مستقیم از افراد پرسیده نشد؛ چون کاربران در این زمینه واقعیت را نمی‌گویند؛ در عوض از آن‌ها خواسته شد تا نظر خود را درباره استفاده دیگران از هرزه‌نگاری اینترنتی بیان کنند. هدف محقق این بود تا با استفاده از فرافکنی، میزان استفاده از

آسیب‌شناسی اعتیاد به اینترنت \_\_\_\_\_ حکیمه ملکااحمدی و همکار

این محصولات را حدس بزنند. البته، این امکان هست که میزان بیان‌شده توسط کاربران، به‌علت اینکه در مورد کاربران دیگر قضاوت می‌کنند، بیش از حد واقعی باشد. شکل شماره سه نشان می‌دهد حدود ۴۸ درصد افراد معتقدند دیگران زیاد و خیلی زیاد از اینترنت به این منظور استفاده می‌کنند.

فرضیه ۳: بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی رابطه وجود دارد.

جدول ۲ رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
اعتیاد به اینترنت افسردگی	Between Groups (Combined)	2.357	2	1.179	4.605	.011
	Within Groups	41.721	163	.256		
Total		44.078	165			

	Eta	Eta Squared
اعتیاد به اینترنت افسردگی	.231	.053

بین استفاده افراطی از اینترنت و افسردگی رابطه دوسویه وجود دارد؛ یعنی ممکن است فرد بر اثر استفاده از اینترنت و جدایی از واقعیت، دچار افسردگی شود یا اینکه فرد از قبل بر اثر مشکلاتی دچار افسردگی شده باشد و برای درمان آن به اینترنت روی آورده باشد. واتسن<sup>۵</sup> (2005) معتقد است اعتیاد به اینترنت با دیگر شکل‌های بیماری‌های روانی، فشار عصبی و آشفتگی‌های روحی در ارتباط است. حالات روحی منفی به‌عنوان یک شروع‌کننده عمل می‌کند که سرانجام می‌تواند شخص را به سمت اینترنت بکشاند تا از آن برای سرپوش گذاشتن بر مشکلاتش و نوعی خوددرمانی استفاده کند.

یانگ در مطالعات خود (1998) دریافت که ۵۴ درصد افرادی که به‌عنوان معنادار به اینترنت شناخته می‌شوند، به افسردگی مبتلا هستند؛ درحالی که ۲۳ درصد آن‌ها اضطراب هم دارند. نتایج پژوهش حاضر نیز گویای رابطه بین اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی و افسردگی است. Sig=. 01 نشان‌دهنده رابطه معنادار میان این دو متغیر است.

### نتیجه‌گیری

اعتیاد به اینترنت به‌عنوان یک اختلال جدید شناسایی شده و پژوهش‌های بسیاری آن را اثبات و نشانه‌هایش را مشخص کرده‌اند. امروزه، اینترنت مهم‌ترین و جدیدترین فناوری بشر است که به‌طور گسترده مورد استقبال قرار گرفته است و هر روز بر کاربران آن افزوده می‌شود. اعتیاد به اینترنت در مقایسه با دیگر انواع اعتیاد شناخته‌شده نیست؛ اما به‌دلیل تأثیر ناسالمی که بر روابط خانوادگی و آداب معاشرت بین افراد می‌گذارد، خطرناک است و باید به‌صورت اصولی مورد توجه قرار گیرد. علاوه‌بر این، هنوز معیار مناسبی برای تشخیص این اختلال وجود ندارد. نزدیک‌ترین معیار در این‌باره معیار DSM-IV (راهنمای تشخیصی و آماری بیماری‌های روانی<sup>۱</sup>) است که در حال حاضر برای تشخیص اعتیاد اینترنتی از آن استفاده می‌شود.

در این پژوهش، برای سنجش اعتیاد به اینترنت از پرسش‌نامه IAS یانگ استفاده شد، سپس ارتباط این اعتیاد با نظریه ارضای نیازهای سولر در اینترنت سنجیده شد. نتایج نشان می‌دهد اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد بررسی حالت آسیب‌گونه ندارد. ۲/۴ درصد افراد نشانه‌های آسیب‌شناختی اعتیاد به اینترنت مثل احساس بدخلقی و فشار عصبی هنگام نبودن اینترنت، تلاش ناموفق برای قطع اینترنت، تحمل و... را به‌شدت از خود نشان دادند. ۲۷ درصد افراد نمونه اعتیاد متوسط داشتند؛ یعنی نشانه‌های اعتیاد به اینترنت را به‌طور متوسط نشان دادند. این امکان هست که این افراد با ادامه کاربرد نادرست اینترنت، در زمره گروه اعتیاد شدید قرار گیرند. اما می‌توان امکان خوش‌بینانه‌تری را نیز در نظر گرفت و آن این است که کاربران در مرحله اول استفاده از اینترنت هستند و این محیط برای آن‌ها بسیار جذاب و تازه است. این افراد مرحله اول را با غرق کردن کامل خود در اینترنت می‌گذرانند و بعد به‌مرور که با زوایای مختلف آن آشنا شدند و اینترنت تازگی اولیه خود را برای آن‌ها از دست داد، استفاده آن‌ها کاهش می‌یابد.

دو کاربرد مهم اینترنت که طرفداران زیادی هم دارد، چت و هرزه‌نگاری است. آمار نشان می‌دهد افراد از این دو کاربرد اینترنت بسیار استفاده می‌کنند. ۲۰/۶ درصد افراد اعلام کردند به‌طور متوسط و ۳۲/۹ درصد نیز به میزان زیاد از چت استفاده می‌کنند. افراد مورد بررسی معتقد بودند ۴۸ درصد کاربران از اینترنت برای دست‌یابی به هرزه‌نگاری استفاده می‌کنند.

بین اعتیاد به اینترنت و ارضای نیازها رابطه وجود دارد. یکی از نیازهای اساسی، نیاز جنسی است و از مسائل جنسی اینترنت می‌توان برای این منظور استفاده کرد. گرچه ارضای نیاز به این صورت هیچ‌گاه به‌طور کامل نبوده است و آرامش روانی و جسمی را به دنبال نخواهد داشت، با این حال افرادی از آن استفاده می‌کنند؛ به‌ویژه در زمینه نیاز به کسب اطلاعات و آگاهی جنسی، اینترنت کاربرد فراوانی دارد. البته، در این زمینه نمی‌توان به‌طور کامل مدعی آثار منفی این آگاهی شد؛ چون افرادی هم به دنبال اطلاعات صحیح جنسی هستند که ممکن است به زندگی آن‌ها کمک کند. دست‌یابی به اطلاعات، عکس‌ها و کلیپ‌های جنسی نیز در اینترنت به‌راحتی در دسترس است و اگر افراد به آن وابسته شوند، به تدریج باعث اعتیاد جنسی می‌شود و آثار ویرانگری بر روابط فعلی و روابط زناشویی آینده آن‌ها خواهد گذاشت.

از چت نیز به دلایل مختلف استفاده می‌شود. چت نیاز به تماس و شناخت متقابل را تاحدی ارضا می‌کند. در واقع، چت شکل‌گیری رابطه عاطفی، نیاز وابستگی و دوست‌داشتن و دوست‌داشته‌شدن را برای افرادی که ممکن است در ایجاد روابط رودررو در دنیای واقعی مشکل داشته باشند، آسان می‌کند. از چت برای گفت‌وگوهای جنسی نیز استفاده می‌شود. گرچه هیچ‌یک از این ارضای نیازها در سطوح مختلف در اینترنت کامل نیست، به‌طور زودگذر و کاذب کاربران را آرامش می‌بخشد.

بین اعتیاد به اینترنت و احساس تنهایی و افسردگی نیز رابطه معناداری وجود دارد. از یک سو افراد تنها و افسرده جذب استفاده افراطی از اینترنت می‌شوند و از سوی دیگر، خودِ اینترنت این تنهایی را دامن می‌زند و آن‌ها را بیش از پیش از دنیای واقعی و روابطشان با دیگران جدا می‌کند.

باری، هم اکنون مسئله اعتیاد به اینترنت در جامعه مورد بررسی حالت آسیب‌گونه ندارد. اما گروه اعتیاد متوسط گروه در خطری هستند که نوع استفاده بعدی آن‌ها مشخص می‌کند که آیا آن‌ها در گروه اعتیاد شدید قرار می‌گیرند یا در گروه کاربران سالم. به هر حال، با توجه به تازگی اینترنت می‌توان همان امکان خوش‌بینانه را- که پیشتر ذکر شد- برای این کاربران در نظر گرفت.

#### پی‌نوشت‌ها

1. Young
2. Greenfield
3. chen internet addiction scale
4. shorter promise questionniare
5. Watson
6. diagnostic & statistical manual of mental disorders

#### منابع

- امیدوار، احمد و علی‌اکبر صارمی (۱۳۸۱). *اعتیاد به اینترنت*. مشهد: تمرین.
- درگاهی، حسین (۱۳۸۶). «بررسی اعتیاد به اینترنت در بین ساکنان منطقه دو شهر تهران». *پایش*. ۶د. ش ۳. صص ۲۶۵-۲۷۲.
- دواس، دی. ای. (۱۳۸۶). *پیمایش در تحقیقات اجتماعی*. ترجمه هوشنگ نایی. تهران: نشر نی.
- قاسم‌زاده، لیلی و دیگران (۱۳۸۴). «بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی و عزت‌نفس در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران». *تعلیم و تربیت*. ش ۸۹. صص ۴۲-۶۸.
- معیدفر، سعید (۱۳۸۴). «بررسی پدیده اعتیاد اینترنتی بین نوجوانان و جوانان ۱۵ تا ۲۰ سال تهران». *نشریه جهانی رسانه*. د ۴. ش ۴. ص ۴.
- میچل، رنس (۱۳۷۵). *مدیریت در سازمان‌ها*. ترجمه محمدحسین نظری‌نژاد. مشهد: آستان قدس رضوی.
- Bernardis, G. (2005). "The Shorter PROMIS Questionnaire and Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addiction in high school population: prevalence and related disability". *CNS Spectr*. No. 12. Pp. 966-974.
- Block, J. J. (2008). "Issue for DSM-IV: Internet Addiction". *American Journal of Psychiatry*. No. 165. Pp. 307-318.

- Chih-Hung, K., J. Yen, C. Chen & S. Chen (2005). "Proposed diagnostic criteria of internet addiction for adolescents". *The Journal of Nervous and Mental Disease*. No. 193. Pp. 728-733.
- DeAngelis, T. (2000). "Is internet addiction real?" *American Psychological Association*:  
<http://www.apa.org/monitor/aproo/addiction.html>
- Fridenberg, M. (2002). "Internet Addiction become problem for college student". *SCI-HEALTH, Collegian Online*.
- Griffiths, N. (1998). *Virtual addiction: help for netheads, cyberfreaks, and those who love them*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc.
- Suler, J. (1999). "Human Becomes Electric Networks as Mind and Self". *The Psychology of Cyberspace*:  
<http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/psycyber.html>
- \_\_\_\_\_ (2000). "Essential issue in cyber, computer and cyberspace addiction". *Online Continuing Education Articles*:  
<http://truecenterpoint.com/ce/essentials1.html>
- \_\_\_\_\_ (2004). The Two Paths of Virtual Reality. *The Psychology of Cyberspace*:  
<http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/vrpaths.html>
- \_\_\_\_\_ (2004). "Computer and Cyberspace Addiction". *The Psychology of Cyberspace*:  
<http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html>
- \_\_\_\_\_ (2005). Adolescents in Cyberspace The Good, the Bad, and the Ugly. *The Psychology of Cyberspace*:  
<http://wwwusr.rider.edu/~suler/psycyber/adoles.html>
- \_\_\_\_\_ (2005). "Why Is This Thing Eating My Life? Computer and Cyberspace Addiction at the "Palace"". *The Psychology of Cyberspace*:

<http://www-usr.rider.edu/~suler/psyber/eatlife.html>

- Suler, J. & N. Holland (2003). The Internet Regression. *The Psychology of Cyberspace*:

<http://www-usr.rider.edu/~suler/psyber/holland.html>

- Waston, J. C. (2005). "Internet addiction diagnosis and assessment: Implications for counselor". *Journal of Professional Counselling: Practice, Theory and Resaerch*. No. 33. Pp. 17-30.
- Yellowlees, P. & S. Marks (2007). "Problematical internet use or Internet Addiction?" *Computer in Human Behavior*. No. 23. Pp. 1447-1453.
- Young, K. & R. Robert (1998). "Internet addiction: Personality trais associated with its development". *Paper presented at the 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association*. Bradford: University of Pittsburgh.
- Young, K. (1988). "Internet Addiction, Symptomts, Evaluation And Treatment". *This article reproduced from Innovation in In Innovations in Clinical Practice: A Source Book*. Eds L. Vande Creek & T. Jackson. Professional Resource Press. Vol. 17. Pp. 19-31.