



## بررسی همبستگی بین استفاده مشکل‌زا از اینترنت با احساس تنهایی و رضایت از زندگی در بین مراجعه‌کنندگان به کافی‌نت‌های شهر کرمان

هادی رنجبر<sup>۱</sup>، منصور عرب<sup>۲</sup>، مریم حاتمی‌زاده<sup>۳</sup>، فاطمه شعبانی<sup>۴</sup>، ناهید نصری<sup>۵\*</sup>

۱. دکترای پرستاری، استادیار، مرکز تحقیقات بهداشت روان، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران
۲. کارشناسی ارشد پرستاری، مربی، گروه داخلی-جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران
۳. کارشناسی ارشد پرستاری، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران
۴. کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
۵. (\*نویسنده مسئول) کارشناسی ارشد مامایی، گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

### چکیده

#### زمینه و هدف:

در سال‌های اخیر استفاده از اینترنت در کشور به شدت افزایش یافته است. فن‌آوری‌های جدید در کنار تأثیرات مثبتی که بر زندگی بشر دارند می‌توانند زمینه‌ساز ایجاد مشکلاتی بخصوص در جنبه‌های روانشناختی باشند. در این بین نگرانی از اثرات بد این پدیده در حال افزایش است. شناسایی اثرات این مشکلات نیاز به بررسی آنها و تعیین ارتباط بین آنها با سایر متغیرهای روانشناختی دارد. پژوهش حاضر با هدف تعیین همبستگی بین رضایت از زندگی، احساس تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت انجام گرفت.

#### مواد و روش‌ها:

در این پژوهش توصیفی-همبستگی ۳۴۸ نفر از مراجعه‌کنندگان به کافی‌نت‌های شهر کرمان در سال ۹۱ مورد بررسی قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه رضایت از زندگی (Satisfaction With Life) ابزار احساس تنهایی (UCLA Loneliness) و پرسشنامه استفاده مشکل‌زا از اینترنت (Problematic Internet Use) بودند. پرسشنامه استفاده مشکل‌زا از اینترنت پس از ترجمه با روش ترجمه و بازترجمه از طریق روایی محتوی و صوری مورد تأیید قرار گرفت. پایایی ابزار با محاسبه آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ به دست آمد. پایایی ابزارهای احساس تنهایی ۰/۸۳ و رضایت از زندگی ۰/۶۷ به دست آمد. نتایج پژوهش با استفاده از آزمونی تی مستقل، آنالیز واریانس و همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شدند. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار اس پی اس ویرایش ۱۶ تحلیل شدند.

#### نتایج:

بین رضایت از زندگی با استفاده مشکل‌زا از اینترنت و همچنین احساس تنهایی ارتباط منفی وجود داشت ( $P < 0.05$ ). همچنین بین احساس تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت ارتباط مثبت وجود داشت ( $P < 0.05$ ). وضعیت تأهل، جنس، استفاده از سرویس‌های اینترنتی یاهو و فیس بوک و استفاده از اینترنت در منزل بر استفاده مشکل‌زا از اینترنت تأثیر مثبت داشتند ( $p < 0.05$ ) و سبب زیاد شدن آن می‌شدند.

**نتیجه گیری:**

ارتباط بین استفاده مشکل‌زا از اینترنت، احساس تنهایی و رضایت از زندگی در این پژوهش نشان داده شد. برای جلوگیری از ایجاد عوارض استفاده کنترل شده از اینترنت برای افراد توصیه می‌شود.

**کلمات کلیدی:**

اینترنت؛ وابستگی؛ رضایت؛ احساس تنهایی

**مقدمه**

روانشناسی به ذهن متبادر زاد. مطالعات مختلف سندرمی متشکل از اشتیاق زیاد به استفاده از اینترنت، مقادیر فزاینده زمان صرف شده بصورت آن‌لاین، استفاده وسواسی اجباری از اینترنت<sup>۱</sup>، مشکل در مدیریت زمان صرف شده با اینترنت، احساس کسل کننده بودن دنیای خارج از اینترنت، ناراحتی در صورت قطع شدن از اینترنت، کاهش تعامل با انسانها در دنیای واقعی و افزایش افسردگی را به عنوان استفاده مشکل‌زا از اینترنت توصیف کرده‌اند (Yellowlees and Marks, 2007). به عبارتی استفاده مشکل‌زا از اینترنت سندرمی چند وجهی با نشانه‌های ذهنی، عاطفی و رفتاری است که باعث مشکل در مدیریت زندگی عادی (آف لاین) می‌گردد (Caplan, et al., 2009).

یکی از سؤالات مهم علاوه بر میزان شیوع وابستگی به اینترنت یا میزان استفاده مشکل‌زا از اینترنت بررسی رابطه این اختلال با متغیرهای روانشناختی و عوارض آن است. به دلیل نوپا بودن این فن‌آوری سؤالات بی‌پاسخ زیادی در این زمینه وجود دارد. همچنین پژوهشی که ارتباط بین احساس تنهایی، رضایت از زندگی و استفاده از اینترنت را مورد بررسی قرار داده باشد یافت نشد. استفاده صحیح با فن‌آوری‌های نو که نه تنها به درستی مورد استفاده قرار گیرند، بلکه اثرات منفی آنها در پائین‌ترین حد ممکن باشد مهمترین بخش ورود آنها به عرصه زندگی است. با توجه به مطالب فوق و اهمیت بررسی ارتباط بین متغیرهای با اهمیتی مانند رضایت از زندگی و احساس تنهایی با پدیده اعتیاد به اینترنت تیم پژوهش را بر آن داشت تا پژوهش حاضر را با هدف تعیین همبستگی بین استفاده مشکل‌زا از اینترنت با احساس تنهایی و رضایت از زندگی در بین مراجعه‌کنندگان به کافی‌نت‌های شهر کرمان انجام دهند.

**مواد و روش‌ها**

در این مطالعه توصیفی-همبستگی میزان استفاده مشکل‌زا از اینترنت در بین مراجعه‌کنندگان به کافی‌نت‌های شهر کرمان و

«استفاده سالم» از اینترنت بصورت استفاده جهت رسیدن به یک هدف خاص در یک چهارچوب زمانی مشخص بدون ایجاد مشکلات ادراکی و رفتاری تعریف می‌شود (Aydin and San, 2011). به نظر می‌رسد تعداد افرادی که خارج از این تعریف در حال استفاده از اینترنت هستند کم نباشد. در مورد کاربرد اصطلاح مناسب در مورد این رفتار اختلاف نظرهای زیادی وجود داشته است، اولین بار در سال ۱۹۹۵ اصطلاح «اعتیاد به اینترنت<sup>۱</sup>» مطرح گردید و معیارهای تشخیصی آن ثبت شد، پس از آن اصطلاح «وابستگی به اینترنت<sup>۲</sup>» در سال ۱۹۹۸، «استفاده بیمارگونه<sup>۳</sup>» در سال ۲۰۰۱ و اصطلاح «استفاده مشکل‌زا<sup>۴</sup>» در سال ۲۰۰۲ ارائه شدند (Odacı and Kalkan, 2010). در سال ۱۹۹۶ اصطلاح اعتیاد به اینترنت توسط یونگ<sup>۵</sup> بکار رفت و برای آن یک ابزار تشخیصی طراحی نمود، پس از آن خود او در سال ۱۹۹۷ از اصطلاح استفاده بیمارگونه از اینترنت استفاده کرد (Thatcher, 2005).

نکات مشترک در تعاریف مختلف تاکید آنها بر مدت زمان استفاده از اینترنت، ناراحتی و تحریک‌پذیری در زمان وصل نبودن به اینترنت و نشانه‌های تمایل به بیشتر شدن زمان اتصال به اینترنت است. در تعریف اعتیاد به اینترنت نوعی از اعتیاد رفتاری مانند اعتیاد به قمار، پرخوری، تماشای تلویزیون در نظر گرفته می‌شود و در اینجا فرد نه به ماده بلکه به آنچه که در رایانه انجام می‌دهد یا به احساسی که در هنگام انجام آن به او دست می‌دهد معتاد می‌شود (Aydin and San, 2011). این تعریف بر اساس تعاریف نظری است که پرسشنامه یونگ بر مبنای آن تعریف شده است. در حقیقت اصطلاح اعتیاد یک اصطلاح حقوقی است و در ادبیات روانشناسی بیشتر به صورت وابستگی به کار برده می‌شود (Shayegh, et al., 2009) و کاربرد آن می‌تواند معنایی مجرمانه را بیش از یک اصطلاح علم

1. Internet Addiction
2. Internet Dependency
3. Pathological Internet Use
4. Problematic Internet Use
5. Young

ارتباط آن با احساس تنهایی و رضایت از زندگی در سال ۹۱۱۳ مورد سنجش قرار گرفت. محققین پس از کسب مجوزهای لازم جهت نمونه‌گیری به کافی‌نت‌های شهر کرمان مراجعه کردند و کلیه افرادی که پس از آگاهی از اهداف تحقیق موافق شرکت در پژوهش بودند مورد بررسی قرار گرفتند. جامعه مورد پژوهش استفاده‌کنندگان از کافی‌نت‌های شهر کرمان بودند. نمونه پژوهش شامل کلیه کاربرانی بود که به طور مرتب از کافی‌نت استفاده می‌کردند و پس از آگاهی از اهداف تحقیق با رضایت آگاهانه حاضر به تکمیل پرسشنامه‌ها می‌شدند. روش نمونه‌گیری در دسترس و به صورت سهمیه‌ای بود یعنی در ساعات مختلف روز بین سه مقطع زمانی ۸ صبح تا ۲ عصر، ۲ عصر تا ۸ شب و ۲ عصر تا ۸ شب و در هر کافی‌نت به تعداد مساوی نمونه انتخاب شد.

ابزار پژوهش شامل چهار بخش شامل پرسشنامه جهت جمع‌آوری اطلاعات فردی، پرسشنامه استفاده مشکل‌زا اینترنت<sup>۱</sup>، پرسشنامه تنهایی UCLA ویرایش سوم<sup>۲</sup> و پرسشنامه رضایت از زندگی<sup>۳</sup> بود. بخش اول پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی بود که اطلاعاتی از قبیل سن، جنس، شغل، سطح تحصیلات و وضعیت تأهل را می‌سنجید. بخش دوم پرسشنامه استفاده مشکل‌زا از اینترنت بود که توسط تتچر<sup>۴</sup> در سال ۲۰۰۵ طراحی شده است. این پرسشنامه یک ابزار ۲۰ سوالی است که سه بعد مشغولیت با اینترنت (۱۰ سؤال)، اثرات سوء (۷ سؤال) و مداخلات اجتماعی (۳ سؤال) را مورد سنجش قرار می‌دهد. سؤالات بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لایکرت طراحی شده‌اند و هر فرد نمره بین ۲۰ تا ۱۰۰ کسب می‌کند. افزایش نمره نشان‌دهنده افزایش استفاده مشکل‌زا از اینترنت است. این ابزار پس از طراحی در یک جمعیت پایلوت ۲۷۹ نفری، بر روی یک جمعیت ۱۷۹۵ نفری مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج نهایی روایی زاه بالایی را برای ابزار نشان داد. روایی همزمان ابزار با مقایسه نتایج حاصل از پرسشنامه استفاده مشکل‌زا از اینترنت با ابزار اعتیاد به اینترنت یونگ<sup>۵</sup> محاسبه شد و همبستگی معنی‌داری بین دو ابزار وجود داشت ( $r = 0.72, p < 0.01$ ). بین تعداد محل‌های استفاده از اینترنت، روزهای استفاده در هفته، زمان در هر نوبت، زمان آن‌لاین شدن در هر هفته، زمان اتصال به اینترنت با نمره ابزار معنی‌داری را نشان داد. آلفای محاسبه شده برای بخش عامل اول ۰/۸۸، برای عامل دوم ۰/۷۷ و برای

عامل سوم ۰/۷۴ بود. ثبات درونی نهایی محاسبه شده برای ابزار ۰/۹  $\alpha =$  بود (Thatcher, et al., 2008). پرسشنامه استفاده مشکل‌زا از اینترنت پس از کسب اجازه از طراح به روش ترجمه و بازترجمه به زبان فارسی برگردانده شد. ترجمه به فارسی توسط دو فرد آشنا به زبان انگلیسی به فارسی برگردانده شد. روایی ترجمه ابزار به روش روایی محتوی و ظاهری و با قرار دادن در اختیار ۵ نفر از افراد متخصص و انجام تغییرات انجام شد. ترجمه نهایی توسط یک کارشناس زبان انگلیسی به انگلیسی ترجمه شد و برای طراح اولیه ارسال گردید. پس از انجام تغییرات مورد نظر طراح اولیه ترجمه مورد تأیید قرار گرفت. پایایی ابزار به وسیله روش ثبات درونی و با محاسبه آلفای کرونباخ اندازه‌گیری شد و آلفای محاسبه شده برای ابزار ۰/۸۰ بود. آلفای محاسبه شده برای ابزار استفاده مشکل‌زا از اینترنت ۰/۸۶ بود. همچنین نمره کل ابزار استفاده مشکل‌زا از اینترنت با تمام سؤالات آن با استفاده از آزمون همبستگی اسپیرمن همبستگی معنی‌دار داشت و ضریب همبستگی سؤالات با کل مقیاس بین ۰/۲۶ تا ۰/۶۸ بود.

بخش سوم پرسشنامه رضایت زندگی بود که توسط دینر<sup>۶</sup> و همکاران در سال ۱۹۸۵ طراحی شد و توسط بیانی و همکاران در سال ۱۳۸۵ ترجمه شد. روایی و پایایی آن توسط بیانی و همکاران مورد تأیید قرار گرفت. روایی ترجمه پرسشنامه رضایت از زندگی به روش روایی همزمان با سیاهه افسردگی بک<sup>۷</sup> و ابزار سنجش شادکامی آکسفورد<sup>۸</sup> سنجیده شده بود. همبستگی بین ترجمه ابزار رضایت از زندگی و آزمون افسردگی بک ۰/۵۹۱- و در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌دار بود. ترجمه ابزار رضایت از زندگی با ابزار شادکامی آکسفورد ۰/۷۷۱ و در سطح ۰/۰۰۱ همبستگی نشان داد. پایایی ابزار از طریق دو روش همسانی درونی ( $\alpha = 0.83$ ) و با روش آزمون مجدد پس از یکماه انجام شد که به میزان ۰/۶۹۹ در سطح ۰/۰۰۱ معنی‌داری بود. این پرسشنامه دارای ۵ سؤال است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لایکرت نمره‌دهی می‌شود (Bayani, et al., 2007). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ابزار رضایت از زندگی ۰/۶۷ بود. بین نمره کل رضایت از زندگی و سؤالات آن به صورت تک تک همبستگی معنی‌دار وجود داشت و ضریب آن بین ۰/۲۰ تا ۰/۷۹ بود

ابزار چهارم مورد استفاده ابزار سنجش تنهایی UCLA ویرایش سوم است که در مطالعه مشایخ و همکاران ۱۳۸۳ مورد استفاده قرار گرفت. مشایخ به نقل از داور پناه ۱۳۷۳ این ابزار را دارای

1. Problematic Internet Use
2. UCLA Loneliness Scale Version 3
3. Satisfaction With Life
4. Thatcher
5. Young

6. Diener

7. Beck Depression Inventory

8. Oxford Happiness Questionnaire

از اینترنت ( $r=-0.170$  و  $p=0.002$ ) ارتباط منفی وجود داشت. بین سن و نمره استفاده مشکل‌زا از اینترنت نیز ارتباط معنی‌دار مثبت مشاهده شد ( $r=0.117$  و  $p=0.03$ ). مقایسه نمرات مقیاس‌های مختلف پژوهش بر حسب متغیرهای جمعیت‌شناختی در جدول ۲ آورده شده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد که بین استفاده مشکل‌زا از اینترنت و احساس تنهایی ارتباط وجود داشت. همچنین بین رضایت از زندگی و استفاده مشکل‌زا و احساس تنهایی ارتباط منفی بود. تحقیقات مختلفی نشان داده‌اند که بسیاری از افراد در سراسر جهان دچار استفاده مشکل‌زا از اینترنت هستند (Montag, et al., 2010). با این حال تحقیقات در زمینه نرخ استفاده از اینترنت در کشور ما بسیار محدود است، همچنین مطالعات انجام شده در زمینه اثرات استفاده از اینترنت بسیار پراکنده هستند. در مطالعه انجام شده توسط مشایخ و برجعی در سال ۱۳۸۳ با عنوان بررسی رابطه احساس تنهایی با نوع استفاده از اینترنت در دانش‌آموزان دبیرستانی ارتباط معنی‌داری بین احساس تنهایی و چت کردن در بین دختران مشاهده شد. در مطالعه‌ای در سال ۱۳۸۸ با استفاده از پرسشنامه NEO PI-OR، رابطه معنی‌داری بین روان‌رنجورخویی و اعتیاد به اینترنت در بین دختران و خوشایندی و وظیفه‌شناسی و اعتیاد به اینترنت در بین پسران مشاهده شد (Shayegh, et al., 2009). در مطالعه دیگری در سال ۱۳۸۴ برای سنجش ارتباط بین سبک‌های تفکر و اعتیاد به اینترنت، بین سبک تفکر درون‌گرا و ناسالار با اعتیاد به اینترنت ارتباط مشاهده شد (Atashpoor, et al., 2005).

در مطالعه‌ای در سال ۱۳۸۶ با هدف تعیین عوامل مؤثر بر اعتیاد به اینترنت در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران، بین احساس بیگانگی از خود و ابعاد آن همچنین ویژگی‌های شخصیتی درون‌گرا و دارای رفتار احساسی ارتباط معنی‌داری مشاهده شد (Dargahi and Razavi, 2007). در مطالعه سجادیان و همکاران در سال ۱۳۸۵ بین مدت زمان معمول استفاده از اینترنت و احساس انزوای اجتماعی و افسردگی ارتباط معنی‌داری مشاهده شد (Sajjadian and Nadi, 2006). مطالعه قاسم‌زاده و همکاران در سال ۸۶ بین تنهایی و عزت نفس با اعتیاد به اینترنت ارتباط معنی‌داری را نشان نداد، اما رفتارهای نامناسب اجتماعی در بین افراد معتاد به اینترنت بیشتر بود (Ghassemzadeh, et al., 2007). نتایج مطالعه بر روی استفاده کنندگان از کافی‌نت‌های تهران ارتباط معنی‌داری بین استفاده از اینترنت و انزوای اجتماعی نشان داد (Mohseni, et al., 2007).

روایی بالا و ضریب همبستگی درونی  $0.78$  معرفی کرده است. این پرسشنامه با مقیاس ۴ گزینه‌ای (هرگز، به ندرت، گاهی و همیشه) ۱۰ جمله با وضعیت منفی و ۱۰ جمله وضعیت مثبت دارد (سؤالات ۱، ۴، ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۵، ۱۶، ۱۹ و ۲۰ نمره معکوس دارند) که بین ۲۰ تا ۸۰ نمره می‌گیرند و نمره بالاتر نشان دهنده احساس تنهایی بیشتر است (Mashayekh and Borjali, 2003). آلفای کرونباخ محاسبه شده برای ابزار تنهایی  $0.83$  بود. بین نمره کل مقیاس تنهایی و سؤالات آن با استفاده از آزمون همبستگی اسپیرمن همبستگی معنی‌دار وجود داشت و ضریب همبستگی آنها بین  $0.22$  تا  $0.70$  بود. از آمارهای توصیفی و تحلیلی برای رسیدن به سؤالات استفاده شد. از تعداد و درصد برای متغیرهای اسمی و از شاخصهای میانی و انحراف معیار برای متغیرهای عددی جهت توصیف استفاده شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از بسته نرم‌افزاری SPSS ۱۶ و با استفاده از آزمون مربع کای جهت داده‌های اسمی، آزمونهای مقایسه میانگین تی مستقل و آنالیز واریانس آنها جهت یک داده کمی یا رتبه‌ای و یک داده اسمی و آزمونهای همبستگی پیرسون جهت دو داده کمی یا رتبه‌ای، انجام شد.

### یافته‌ها

در پایان این پژوهش ۳۴۸ نفر ابزار پژوهش را تکمیل نمودند که در این بین ۲۰۱ نفر (۵۸/۳ درصد) زن و ۷۰/۲ درصد مجرد بودند. بیشتر افراد مورد بررسی تحصیلات بالای کارشناسی داشتند. تقریباً نیمی از شرکت کنندگان دارای حساب کاربری فیس بوک بودند، بیش از نیمی از این افراد حساب کاربری یاهو داشتند و تقریباً نیمی از آنها با تلفن همراهشان نیز به اینترنت متصل می‌شدند (مشخصات جمعیت‌شناختی واحدهای مورد پژوهش در جدول ۱ آورده شده است)...

میانگین سن واحدهای پژوهش  $26/38 \pm 7/34$  بود و بین ۱۴ تا ۵۰ سال سن داشتند. میانگین نمره مقیاس تنهایی UCLA،  $51/01 \pm 11/83$  و بین ۲۱ تا ۷۶ بود. میانگین نمره رضایت از زندگی  $20/33 \pm 5/15$  و بین ۵ تا ۳۵ بود. بیشتر افراد در محدوده رضایت نسبی بودند و تنها سه نفر از زندگی خود رضایت بالا داشتند. میانگین نمره ابزار استفاده مشکل‌زا از اینترنت  $49/07 \pm 14/90$  بود و پاسخ دهندگان امتیازی بین ۱۵ تا ۱۰۰ کسب کرده بودند. بین نمره تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت ارتباط مثبت ( $r=0.403$  و  $p=0.000$ )، با رضایت از زندگی ارتباط منفی ( $r=-0.435$  و  $p=0.000$ ) و با سن ارتباط مثبت ( $r=0.263$  و  $p=0.000$ ) وجود داشت. نمره رضایت از زندگی با سن ( $r=-0.148$  و  $p=0.009$ ) و نمره استفاده مشکل‌زا

برخی مطالعات بین میزان اعتیاد به اینترنت با حالات منفی روانی مثل احساس تنهایی، افسردگی و رفتارهای اجباری ارتباط مشاهده کردند (Whang, et al., 2003)، مطالعه نیمز و همکاران در سال ۲۰۰۵ بین اختلال در اعتماد به نفس و استفاده بیمارگونه از اینترنت ارتباط نشان داد (Niemz, et al., 2005)، همچنین نتایج مطالعه‌ای در سال ۲۰۰۸ نوجوانان با سطح بالای استفاده از اینترنت به وسیله فرم خلاصه‌شده بررسی نشانه‌ها (Brief Symptoms Inventory)، مشکلات بیشتر روانی داشتند (Yen, et al., 2008). مطالعه دیگری در سال ۲۰۰۹ بر اساس نتایجشان مبنی بر افزایش رفتارهای خشونت‌آمیز در نوجوانانی که زیاد از اینترنت استفاده می‌کنند پیشنهاد کردند که برنامه‌های آموزشی در این گروه به اجرا درآید (Ko, et al., 2009).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین رضایت از زندگی و احساس تنهایی ارتباط منفی وجود داشت. نتایج پژوهش‌های قبلی رضایت از زندگی را یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روانی معرفی کرده بودند (Bakhshipour roudsari, et al., 2005, Luty and Koivumaa-Honkanen, et al., 2001, Arokiadass, 2008, Sun and Shek, 2010). پژوهش‌های دیگری نیز بین رضایت از زندگی و احساس تنهایی ارتباط منفی مشاهده کرده بودند (Swami, Goodwin, et al., 2001). هرچند شاید نتوان گفت علت اول در کاهش رضایت از زندگی و یا ایجاد احساس تنهایی را مشخص نمود اما می‌توان چنین استنباط نمود که حالتی چرخه‌ای بین این دو وضعیت وجود دارد. به این معنی که رضایت پائین از زندگی از احساس تنهایی ناشی می‌شود و خود باعث پررنگ‌تر شدن حس تنهایی فرد می‌گردد.

بین رضایت از زندگی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت ارتباط منفی وجود داشت. رضایت از زندگی پائین به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده استفاده مشکل‌زا از اینترنت معرفی شده بود (Ko, et al., 2007). افرادی که از زندگی خود احساس ناراضی می‌کنند به احتمال بیشتری ممکن است که به محیط‌های مجازی پناه ببرند. فرار از زندگی که فرد از آن ناراضی است به محیطی امن با کمترین تماس با انسان‌های واقعی می‌تواند نیازهای عاطفی فرد را برآورده نماید و شاید بتوان دلیل بالاتر بودن میزان استفاده مشکل‌زا از اینترنت را در این افراد توجیه نمود. هرچند مشخص شدن ارتباط علت و معلولی بین این دو متغیر نیاز به پژوهش‌های بیشتری دارد.

احساس تنهایی با استفاده مشکل‌زا از اینترنت ارتباط داشت. هر قدر افراد احساس تعلق خاطر بیشتری نسبت به دنیای

تمایل شدید به استفاده از اینترنت و افزایش تدریجی آن یکی از دلایلی است که بسیاری از محققین آنرا بی‌شبهت به وابستگی نمی‌دانند. این حقیقت که استفاده از اینترنت در گروه سنی جوان که در حال تکامل عاطفی و اجتماعی و تحکیم مناسبات اجتماعی خود هستند بیشتر است، احتمال اعتیاد به اینترنت را در آنها افزایش می‌دهد و تحقیقات متعددی نشان داده‌اند که احساس تنهایی و افزایش آن احتمال ایجاد وابستگی (اعتیاد) را افزایش می‌دهد (Odaci and Kalkan, 2010).

رضایت از زندگی یکی از عوامل مهم در تکامل مثبت روانی جوانان است (Sun and Shek, 2010)، که بعنوان یکی از شاخص‌های سلامت روانی بحساب می‌آید (Bakhshipour roudsari, et al., 2005). این مفهوم بر مبنای اهداف شخصی و اهداف دست یافته شده تعریف می‌شود (Koivumaa-Honkanen, et al., 2001). این به این معنی است که هر فردی کیفیت زندگی خود را بر اساس معیارهای خودش می‌سنجد (Lewis, et al., 2010).

رضایت از زندگی را به‌عنوان جزئی از کیفیت زندگی درک شده و جزء مهمی از احساس خوب بودن می‌دانند که به‌عنوان ارزیابی شخصی و درکی هر فرد از وضعیت خودش در جنبه‌های مختلف زندگی تعریف می‌شود (Klaghofer, et al., 2010). در حقیقت رضایت از زندگی یک پروسه است که در آن افراد کیفیت زندگی خود را بر اساس استانداردهای خودشان، که منعکس‌کننده تفاوت بین آرزوها، توقعات و آمال هر فرد و وضعیت فعلی او است، مورد بررسی قرار می‌دهد (Daig, et al., 2009). مطالعات مختلفی بین مفهوم رضایت زندگی و اختلالات روانشناسی انجام شده‌اند در حقیقت رضایت از زندگی با بسیاری از بیماری‌های روانی تشخیص داده شده و عوامل خطر بیماری‌های روانی شامل رفتارهای پرخطر روانی و حمایت ضعیف اجتماعی مرتبط است (Koivumaa-Honkanen, et al., 2001). کوئوما و همکاران در سال ۲۰۱۰ از نتایج تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین رضایت از زندگی و شاخص‌های سلامت روانی مثل افسردگی، حساسیت بین فردی و شبکه‌های حمایتی اجتماعی ارتباط معنی‌داری وجود دارد (Koivumaa-Honkanen, et al., 2010). برخی از مطالعات نیز بین رضایت از زندگی در جمعیت دارای وابستگی (معتاد) و افراد عادی تفاوت معنی‌داری را مشاهده کردند (Luty and Arokiadass, 2008). بنابراین می‌توان از رضایت از زندگی به‌عنوان یک پیش‌بینی‌کننده احتمال وابستگی استفاده کرد.

برخی از محققین معتقدند که استفاده ناسازگارانه از اینترنت با مشکلات متعدد روانی مرتبط است (Beranuy, et al., 2009).

جدول ۱. فراوانی مطلق و نسبی متغیرهای جمعیت‌شناختی واحدهای مورد پژوهش

| متغیر                                | تعداد                  | درصد |
|--------------------------------------|------------------------|------|
| جنس                                  | مرد                    | ۱۴۴  |
|                                      | زن                     | ۵۸/۳ |
| وضعیت تأهل                           | مجرد                   | ۲۴۰  |
|                                      | متأهل                  | ۲۴/۶ |
|                                      | بیوه                   | ۹    |
|                                      | مطلقه                  | ۲/۶  |
|                                      | زیر دیپلم              | ۳    |
| تحصیلات                              | دیپلم                  | ۵۴   |
|                                      | کاردانی                | ۳۶   |
|                                      | کارشناسی               | ۸۴   |
|                                      | کارشناسی ارشد و بالاتر | ۱۶۲  |
| حساب کاربری فیس بوک                  | بلی                    | ۱۷۱  |
|                                      | خیر                    | ۱۷۴  |
| حساب کاربری یاهو                     | بلی                    | ۱۸۹  |
|                                      | خیر                    | ۱۴۷  |
| اتصال به اینترنت به وسیله تلفن همراه | بلی                    | ۱۶۵  |
|                                      | خیر                    | ۱۷۴  |
| اینترنت پرسرعت در منزل               | بلی                    | ۱۹۲  |
|                                      | خیر                    | ۱۵۳  |
| هدف از اتصال به اینترنت              | جستجو                  | ۹۰   |
|                                      | ایمیل                  | ۱۲   |
|                                      | چت                     | ۱۲   |
|                                      | شبکه‌های اجتماعی       | ۱۸   |
|                                      | اخبار                  | ۱۵   |
|                                      | سایر                   | ۹۰   |

حقیقی داشته باشند به احتمال کمتری به فضاهای مجازی پناه می‌برند. به ارتباط تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت قبلاً نیز اشاره شده است (Hardie and Tee, Chak and Leung, 2004). عوامل متعددی در احساس تنهایی افراد مؤثرند. احساس تنهایی می‌تواند سبب بروز مشکلات ارتباطی در فرد گردد. عدم امکان ایجاد ارتباط در دنیای واقعی فرد را به سمت ارتباط در یا با دنیای مجازی می‌برد. بالاتر بودن میزان استفاده مشکل‌زا در افراد با حس تنهایی می‌تواند پیشنهاددهنده نیاز به مداخله در این افراد و انجام پژوهش‌های بیشتر باشد.

نتایج این پژوهش نشان داد که استفاده مشکل‌زا از اینترنت با رضایت از زندگی پائین و وجود حس تنهایی مرتبط است. انجام پژوهش‌های بیشتر در این زمینه توصیه می‌شود. نتایج این پژوهش سبب ایجاد چند فرضیه می‌شود که لزوم انجام پژوهش‌های بیشتر را تقویت می‌کند. دو فرضیه اول مربوط به ارتباط دوسویه استفاده مشکل‌زا از اینترنت و احساس تنهایی است. اینکه احساس تنهایی سبب استفاده مشکل‌زا از اینترنت می‌شود یا افرادی که بیشتر با کامپیوتر کار می‌کنند احساس تنهایی بیشتری دارند. ارتباط بین حس تنهایی و استفاده مشکل‌زا سؤال‌ی است که می‌توان آن را مبنایی برای پژوهش‌های جدید، بخصوص پژوهش‌های با مبنای طبیعت‌گرایانه و کیفی قرارداد. فرضیه‌های دیگر بر ارتباط منفی بین رضایت از زندگی با احساس تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت شکل می‌گیرند. اینکه کدام عامل ابتدایی‌تر است نیز سؤال‌ی برای پژوهش است. ابزار ترجمه‌شده در این پژوهش می‌تواند در پژوهش‌های بعدی و در جمعیت‌های بزرگ‌تر مورد استفاده قرار گیرد. مطالعه میزان استفاده مشکل‌زا از اینترنت و متغیرهای مرتبط با آن در جمعیت‌های بیشتر در معرض مانند دانش‌آموزان و دانشجویان توصیه می‌شود.

## تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از کلیه افرادی که با تکمیل پرسشنامه در انجام این پژوهش ما را یاری رساندند قدردانی می‌شود. همچنین هزینه‌های این پژوهش توسط دانشگاه علوم پزشکی کرمان با طرح شماره ۹۰/۲۸۲ در سال ۱۳۹۰ تأمین شده است.

جدول ۲. ارتباط استفاده مشکل‌زا از اینترنت بین رضایت از زندگی، احساس تنهایی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت با متغیرهای دموگرافیک

| استفاده مشکل دار از اینترنت |                            | احساس تنهایی      |                            | رضایت از زندگی    |                            | متغیر                  |                                      |
|-----------------------------|----------------------------|-------------------|----------------------------|-------------------|----------------------------|------------------------|--------------------------------------|
| نتیجه آزمون آماری           | میانگین $\pm$ انحراف معیار | نتیجه آزمون آماری | میانگین $\pm$ انحراف معیار | نتیجه آزمون آماری | میانگین $\pm$ انحراف معیار |                        |                                      |
| P=0.056                     | ۹۱/۱۴/۶۵<br>۵۰             | P=0.000           | ۷۹/۱۰/۷۷<br>۵۳             | P=0.000           | ۱۹/۱۲/۴/۵۰                 | مرد                    | جنس                                  |
|                             | ۷۸/۱۵/۰۸<br>۴۷             |                   | ۸۹/۱۲/۲۲<br>۴۸             |                   | ۲۱/۲۸/۵/۴۱                 | زن                     |                                      |
| P=0.000                     | ۲۲/۱۴/۶۰<br>۴۷             | P=0.000           | ۲۶/۱۲/۱۸<br>۴۹             | P=0.007           | ۲۰/۰۶/۵/۲۰                 | مجرد                   | وضعیت تأهل                           |
|                             | ۱۷/۱۲/۹۴<br>۵۳             |                   | ۱۰۷/۱۰/۳۰<br>۵۵            |                   | ۲۰/۶۷/۵/۰۸                 | متأهل                  |                                      |
|                             | ۴۱/۹/۶۴                    |                   | ۴۴/۷/۹۳                    |                   | ۲۵/۱/۵۰                    | بیوه                   |                                      |
|                             | ۶۹/۲۴/۹۶                   |                   | ۶۱/۱/۵۰                    |                   | ۲۳/۶۶/۱/۳۲                 | مطلقه                  |                                      |
| P=0.000                     | ۲۷/۱۴/۶۱<br>۵۵             | P=0.000           | ۵۳/۷۶/۹/۲۲                 | P=0.000           | ۲۲/۶۶/۵/۰۳                 | دیپلم                  | تحصیلات                              |
|                             | ۵۴/۱۳/۷۲                   |                   | ۵۷/۲۵/۷/۱۹                 |                   | ۱۸/۱۶/۵/۹۹                 | کاردانی                |                                      |
|                             | ۳۷/۲۰/۳۴<br>۵۰             |                   | ۳۹/۱۰/۹۹<br>۴۷             |                   | ۱۹/۸۵/۵/۱۴                 | کارشناسی               |                                      |
|                             | ۲۴/۱۰/۰۶<br>۴۵             |                   | ۶۶/۱۲/۹۸<br>۵۰             |                   | ۲۰/۵۵/۴/۶۸                 | کارشناسی ارشد و بالاتر |                                      |
| P=0.000                     | ۵۶/۱۴/۲۱<br>۵۲             | P=0.033           | ۳۶/۱۱/۰۸<br>۵۲             | P=0.000           | ۱۹/۰۷/۴/۸۱                 | بلی                    | حساب کاربری فیس بوک                  |
|                             | ۳۷/۱۴/۵۶<br>۴۵             |                   | ۶۱/۱۲/۳۶<br>۴۹             |                   | ۲۱/۹۴/۵/۰۴                 | خیر                    |                                      |
| P=0.006                     | ۳۲/۱۴/۹۳<br>۵۱             | P=0.35            | ۴۱/۱۲/۵۹<br>۵۸             | P=0.004           | ۱۹/۵۴/۵/۰۶                 | بلی                    | حساب کاربری یاهو                     |
|                             | ۷۵/۱۴/۷۰<br>۴۶             |                   | ۲۶/۱۱/۱۲<br>۵۰             |                   | ۲۱/۱۸/۵/۱۷                 | خیر                    |                                      |
| P=0.92                      | ۱۶/۱۵/۲۴<br>۴۹             | P=0.32            | ۲۵/۱۲/۰۸<br>۵۰             | P=0.66            | ۲۰/۴۹/۵/۴۱                 | بلی                    | اتصال به اینترنت به وسیله تلفن همراه |
|                             | ۳۱/۱۴/۷۴<br>۴۹             |                   | ۵۳/۱۱/۷۲<br>۵۱             |                   | ۲۰/۲۴/۴/۸۷                 | خیر                    |                                      |
| P=0.003                     | ۹۸/۱۴/۲۱<br>۴۶             | P=0.025           | ۶۸/۱۲/۸۸<br>۴۶             | P=0.06            | ۱۹/۹۰/۵/۱۹                 | بلی                    | اینترنت پرسرعت در منزل               |
|                             | ۷۲/۱۵/۴۹<br>۵۱             |                   | ۵۸/۱۰/۲۳<br>۵۲             |                   | ۵/۰۶/۲۰/۹۶                 | خیر                    |                                      |
| P=0.000                     | ۱۳/۱۴/۱۶<br>۴۸             | P=0.000           | ۷۳/۱۰/۸۳<br>۵۱             | P=0.002           | ۲۱/۰۷/۴/۷۱                 | جستجو                  | هدف از اتصال به اینترنت              |
|                             | ۵۳/۵۰/۹/۴۷                 |                   | ۵۵/۵/۲۷                    |                   | ۱۹/۷۵/۴/۸۱                 | ایمیل                  |                                      |
|                             | ۳۸/۱۸/۹۳                   |                   | ۳۸/۱۳/۵۶                   |                   | ۲۴/۲۵/۴/۰۷                 | چت                     |                                      |
|                             | ۸۳/۱۴/۴۰<br>۵۹             |                   | ۵۶/۸۳/۶/۵۲                 |                   | ۱۷/۵۰/۳/۸۴                 | شبکه‌های اجتماعی       |                                      |
|                             | ۴۳/۷/۲۶                    |                   | ۲۰/۱۰/۰۹<br>۵۴             |                   | ۲۰/۲۰/۴/۳۶                 | اخبار                  |                                      |
|                             | ۶۵/۱۴/۶۷<br>۴۸             |                   | ۷۶/۱۱/۰۶<br>۵۱             |                   | ۲۰/۶۹/۴/۷۵                 | سایر                   |                                      |

## References

- Atashpoor H, Jalali D and Asadiyan S (2005) [Comparision of internet addiction according to thinking style in its user]. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 23 55-72. (Persian)
- Aydm B and San S V (2011) Internet addiction among adolescents: The role of self-esteem. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 15 3500-3505.
- Bakhshpour roudsari A, Peyravi H and Abedian A (2005) [Investigating relationship between satisfaction with life and social support with mental health among freshman students of Tehran University]. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health*. 7 (27-8) 145-52. (Persian)
- Bayani A A, Koocheky A M and Goodarzi H (2007) [The reliability and validity of satisfaction with life scale]. *Journal of Iranian Psychologists* 3 (11) 259-65. (Persian)
- Beranuy M, Oberst U, Carbonell Sanchez X and Chamarro Lusa A (2009) Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*. 25 1182-1187.
- Caplan S, Williams D and Yee N (2009) Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*. 25 1312-19.
- Chak K and Leung L (2004) Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *CyberPsychology & Behavior*. 7 (5) 559-570.
- Daig I, Herschbach P, Lehmann A, Knoll N and Decker O (2009) Gender and age differences in domain-specific life satisfaction and the impact of depressive and anxiety symptoms: a general population survey from Germany. *Quality of Life Research*. 18 (6) 669-78.
- Dargahi H and Razavi S M (2007) [Internet addiction and its related factors: a study of an Iranian population]. *Payesh, Journal of The Iranian Institute For Health Sciences Research*. 6 (3) 265-72. (Persian)
- Davis R A (2001) A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*. 17 187-195.
- Ghassemzadeh L, Shahraray M and Moradi A (2007) [Prevalence of internet addiction in girls and a comparison of addicted and non-addicted girls in loneliness, self-esteem and social skills]. *Contemporary Psychology*. 2 (3) 32-8. (Persian)
- Goodwin R, Cook O and Yung Y (2001) Loneliness and life satisfaction among three cultural groups. *Personal Relationships*. 8 (2) 225-230.
- Hardie E and Tee M Y (2007) Excessive internet use: the role of personality, loneliness and social support networks in internet addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*. 5 (1) 34-47.
- Klaghofer R, Stamm M, Buddeberg C, Bauer G, Hammig O, Knecht M and Buddeberg-Fischer B (2010) Development of life satisfaction in young physicians: results of the prospective SwissMedCareer Study. *Int Arch Occup Environ Health*.
- Ko C H, Yen J Y, Yen C F, Lin H C and Yang M J (2007) Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: a prospective study. *CyberPsychology & Behavior*. 10 (4) 545-551.
- Ko C H, Yen J Y, Liu S C, Huang C F and Yen C F (2009) The associations between aggressive behaviors and internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health*. 44 (6) 598-605.



- Koivumaa-Honkanen H, Honkanen R, Viinamaki H, Heikkila K, Kaprio J and Koskenvuo M (2001) Life satisfaction and suicide: a 20-year follow-up study. *Am J Psychiatry*. 158 (3) 433-9.
- Koivumaa-Honkanen H, Rissanen T, Hintikka J, Honkalampi K, Haatainen K, Tarja S and Viinamäki H (2011) Factors associated with life satisfaction in a 6-year follow-up of depressive out-patients. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*. 46 (7) 595-605.
- Lewis A D, Huebner E S, Malone P S and Valois R F (2011) Life satisfaction and student engagement in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*. 40 (3) 249-262.
- Luty J and Arokiadass S M (2008) Satisfaction with life and opioid dependence. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*. 3 (1) 2.
- Mashayekh M and Borjali A (2003) Internet use and feeling of loneliness among high school students. *Advances in Cognitive Science*. 5 (1) 39-44.
- Mohseni M, Douran B and Sohrabi M H (2007) [The internet use and users' social isolation (cafe-net users of Tehran)]. *Iranian Journal of Sociology (ISA)*. 7 (4) 72-95. (Persian)
- Montag C, Jurkiewicz M and Reuter M (2010) Low self-directedness is a better predictor for problematic internet use than high neuroticism. *Computers in Human Behavior*. 26 (6) 1531-1535.
- Niemz K, Griffiths M and Banyard P (2005) Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*. 8 (6) 562-70.
- Odacı H and Kalkan M (2010) Problematic Internet use, loneliness and anxiety among young adult university students. *Computers & Education*. 55 (3) 1091-97.
- Sajjadian I and Nadi M (2006) [Depression & social isolation in adolescent and young adult internet users, correlation with time duration of internet use]. *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 4 (8) 33-8. (Persian)
- Shayegh S, Azad H and Bahrami H (2009) [The relationship between internet addiction and personality traits in adolescents in Tehran]. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health*. 11 (42) 149-158. (Persian)
- Sun R C and Shek D T (2010) Life Satisfaction, Positive Youth Development, and Problem Behaviour Among Chinese Adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*. 95 (3) 455-474.
- Swami V, Chamorro-Premuzic T, Sinniah D, Maniam T, Kannan K, Stanistreet D and Furnham A (2007) General health mediates the relationship between loneliness, life satisfaction and depression. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*. 42 (2) 161-166.
- Thatcher A (2005) Development and psychometric properties of the Problematic Internet Use Questionnaire. *South African Journal of Psychology*. 35 (4) 793-809.
- Thatcher A, Wretschko G and Fisher J (2008) Problematic Internet use among information technology workers in South Africa. *CyberPsychology & Behavior*. 11 (6) 785-7.
- Whang L S, Lee S and Chang G (2003) Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*. 6 (2) 143-50.
- Yellowlees P M and Marks S (2007) Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in Human Behavior*. 23 1447-53.
- Yen J Y, Ko C H, Yen C F, Chen S H, Chung W L and Chen C C (2008) Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 62 (1) 9-16.

# **The survey of relationship between Problematic internet use with loneliness and satisfaction with life in internet users of Kerman**

Hadi Ranjbar<sup>1</sup>, Mansour Arab<sup>2</sup>, Maryam Hatamizadeh<sup>3</sup>, Fatemeh Shabani<sup>4</sup>, Nahid Nasri<sup>5\*</sup>

1. PhD in Nursing, Assistant Professor, Mental Health Research Center, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
2. MSc in Nursing, Instructor, Medical Surgical Nursing Department, Nursing and Midwifery School, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran
3. MSc in Nursing, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran
4. MSc in Psychology, Nursing and Midwifery School, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran
5. (\*Corresponding Author) MSc in Midwifery, Instructor, Midwifery Department, Nursing and Midwifery School, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

## **Abstract**

### **Introduction:**

In recent years, the Internet use greatly increased throughout the World. In between worrying about the bad effects of this phenomenon is on the rise. This study was examined the relationship between life satisfaction, loneliness and problematic Internet use.

### **Materials and Methods:**

In this cross-sectional study, 348 individuals were referred to Coffee Net in Kerman in 2011 were surveyed. Life satisfaction questionnaire, UCLA Loneliness Scale and problematic Internet use questionnaire were used. The results were analyzed using the t-test, ANOVA and Pearson correlation.

### **Results:**

The relationship between problematic Internet use, loneliness and life satisfaction was negatively correlated ( $P < 0.05$ ). Between problematic Internet use and loneliness, there was a positive correlation ( $P < 0.05$ ). Marital status, sex, use of services, Yahoo and Facebook and the Internet use at home, had an impact on the problematic use of the Internet.

### **Conclusion:**

The association between problematic Internet use, loneliness and life satisfaction in this study was shown. To avoid complications, it is recommended that people use the Internet with control.

### **Keywords:**

Internet; Dependency; satisfaction; loneliness