

## رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه

پروانه دودمان<sup>۱</sup>، مسلم زارعی<sup>۲</sup>، عالیه فرامرزی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> عضو هیئت علمی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه پیام نور.

<sup>۲</sup> مدرس دانشگاه.

<sup>۳</sup> عضو هیئت علمی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه پیام نور.

نام نویسنده مسئول:

پروانه دودمان

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه انجام شد. طرح پژوهش از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه‌ی پژوهش کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه که در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ در این دانشگاه مشغول به تحصیل بودند. نمونه‌ی این پژوهش شامل ۱۲۰ نفر از دانشجویان بود که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای از بین دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه‌های استاندارد شده اعتیاد به اینترنت یانگ و شادکامی آکسفورد بوده است. محاسبه‌ی پایایی با روش آلفای کرونباخ و روایی محتوایی آن توسط خبرگان و اهل فن مورد تأیید قرار گرفت. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد و از آمار استنباطی نظیر ضریب همبستگی استفاده شد. نتایج نشان داد که بین شادکامی و اعتیاد به اینترنت، رابطه معنی‌دار و منفی وجود دارد. همچنین نتایج حاکی از آن است که رابطه معناداری بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت وجود ندارد.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، دانشگاه پیام نور و آزاد، شادکامی.

## مقدمه

پیشرفت‌های سریع فناوری و اطلاع‌رسانی، علی‌رغم مزایای فراوان، مشکلاتی را برای انسان معاصر به وجود آورده است. موج فزاینده افسردگی، پایین آمدن سن خودکشی، افزایش طلاق و بزهکاری و بسیاری از مشکلات روحی اجتماعی دیگر، از واقعیت‌های انکارناپذیر هستند که نشان می‌دهد گویا شادی در جوامع بشری متزلزل شده است. هیچ‌چیز مثل زندگی مثبت‌نگرانه نمی‌تواند احساس شادکامی و خوشبختی را در انسان به وجود بیاورد. انسان‌هایی که احساس خوشبختی می‌کنند افرادی هستند که کمتر با افکار و مسائل منفی سروکار دارند و اجازه نمی‌دهند بیش از مقدار لازم و طبیعی با مسائل منفی درگیر شوند. با نیمه پر لیوان زندگی می‌کنند و اتفاقات را از جانب مثبت ارزیابی می‌کنند. افکار روزانه آن‌ها حول و حوش مسائل خوب دور می‌زند و با دیدگاهی مثبت کارها و امور زندگی خود را دنبال می‌کنند (رئبسی و همکاران، ۱۳۹۲).

امروزه اینترنت به یک ابزار مهم برای تعامل اجتماعی، اطلاعات و سرگرمی تبدیل شده است (کائو و همکاران، ۲۰۱۱). اینترنت روشی است که افراد به آسانی و به سرعت می‌توانند اطلاعات مورد نظر را دریافت کنند و با مردم سراسر جهان ارتباط برقرار کنند. هرچند که عدم کنترل روی استفاده بیش از حد آن می‌تواند باعث اختلال در عملکرد زندگی، روابط بین اعضای خانواده و ناپایداری احساسات شود (کو و همکاران، ۲۰۱۲). استفاده از این شبکه به سرعت در سراسر جهان در حال افزایش است و هم‌اکنون در اوج انقلاب صنعتی دیجیتالی قرار گرفته و هرگونه انقلاب جدیدی، بی‌گمان مشکلات و گرفتاری‌های جدید می‌آفریند (کیانی و همکاران، ۲۰۱۴). تحقیقات سازمان ملی جوانان نشان می‌دهد با توجه به افزایش نفوذ اینترنت در ایران تعداد کاربران آن در مدارس و دانشگاه‌ها در روز به ۱۵ میلیون نفر می‌رسد. بر اساس این آمار بیش از ۲۵ درصد استفاده‌کنندگان از اینترنت را قشر جوان تشکیل می‌دهند (وحیدی و همکاران، ۲۰۱۳). کاربردهای فراوان و جذابیت‌های این شبکه جهانی سبب شده در سال‌های اخیر پدیده‌ای با عنوان اعتیاد به اینترنت ظهور یابد (کیانی و همکاران، ۲۰۱۴). این ایده که مشکل استفاده از کامپیوتر معیارهای اعتیاد را دارد و باید در نسخه بعدی راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی وارد شود، اولین بار توسط دکتر کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ مطرح شد. در مورد معیارهای تشخیصی این اختلال نیز، مطالعات تجربی یک مجموعه متناقض از معیارهای اعتیاد به اینترنت را ارائه داده‌اند؛ ببرد پیشنهاد می‌کند ۵ معیار ذیل برای تشخیص اختلال اعتیاد به اینترنت مورد نیاز می‌باشند: ۱- درگیری ذهنی با اینترنت (فکر کردن در مورد فعالیت‌های برخط قبلی و پیش‌بینی جلسه برخط بعدی؛ ۲- احساس نیاز به استفاده بیشتر از اینترنت به منظور رسیدن به رضایت؛ ۳- تلاش ناموفق برای کنترل، کاهش و یا متوقف کردن استفاده از اینترنت؛ ۴- بی‌قراری، بداخلاقی، افسردگی یا تحریک‌پذیری زمان قطع و متوقف کردن استفاده از اینترنت؛ ۵- برخط ماندن بیشتر از زمانی که در ابتدا قصد داشته (نقل از بندانی ترشکی و همکاران، ۱۳۹۶).

دانشجویان به دلایل ذیل بیشتر از سایر افراد مستعد اعتیاد به اینترنت هستند: ۱- دانشگاه‌ها دسترسی آسان و نامحدود به اینترنت را فراهم می‌کنند؛ ۲- دانشجویان جوان استقلال خارج از کنترل پدر و مادر را برای اولین بار در زندگی خود تجربه می‌کنند؛ ۳- پیدا کردن دوستان جدید اغلب از طریق این شبکه انجام می‌شود؛ ۴- اصرار بر استفاده از فن‌آوری‌های مدرن در جوانان بسیار قوی‌تر از هر گروه سنی دیگری است؛ ۵- استفاده از فضای مجازی که خود ناهنجاری‌هایی را هم در پی داشته است، باعث شده که عده‌ای از دانشجویان بدین طریق خود را از فشارهای ناشی از وظایف دانشگاه و تکالیف و برگزاری آزمون‌های رهایی دهند (صلحی و همکاران، ۲۰۱۳). روانشناسان و مربیان تأثیر منفی استفاده بیش از حد از اینترنت را با مشکلات جسمی و روانی دانشجویان مرتبط می‌دانند (ماهری و همکاران، ۲۰۱۳). بنابراین چون در حال حاضر اعتیاد به اینترنت به عنوان یک تهدید سلامت جامعه شناسایی شده و دولت‌ها حمایت از آموزش، پژوهش و درمان این اختلال را در دستور کار خود قرار داده‌اند (کش و همکاران، ۲۰۱۲) و از آنجایی که، اینترنت به خانه‌ها، مدارس، کافی‌نت‌ها و کسب‌وکار وارد شده است، یک آگاهی عمومی از عوارض جانبی بالقوه ناشی از استفاده بیش از حد، استفاده نادرست و یا اعتیادآور آن باید به افراد داده شود. در حال حاضر استفاده از این شبکه جهانی بخشی از فرهنگ افراد بزرگسال شده است؛ بنابراین پژوهش در زمینه‌ی استفاده از اینترنت و اثرات مخرب ناشی از آن می‌تواند نقش مهمی در به صدا درآوردن زنگ خطر برای نوجوانان باشد (کائو و همکاران، ۲۰۱۱). از طرف دیگر شادکامی اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها است و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری است. همچنین در حوزه روانشناسی یک هیجان مثبت تلقی می‌شود (شجاعی و همکاران، ۲۰۱۲). شادکامی دارای ۲ جزء اساسی است که عبارت‌اند از: هیجانان مثبت، رضایت در زندگی و فقدان عطفوت منفی است (ضمیری نژاد و همکاران، ۲۰۱۴). پژوهش‌های صورت گرفته بر این نکته تأکید کردند که اختلال اعتیاد به اینترنت می‌تواند اختلالات عاطفی را ایجاد کند (ماهری و همکاران، ۲۰۱۳). داینر<sup>۴</sup> (۲۰۰۲) معتقد است

<sup>۱</sup> Cao et al<sup>۲</sup> Ko et al<sup>۳</sup> Cash et al<sup>۴</sup> Diener

که شادکامی، نوعی ارزشیابی است که فرد از خود و زندگی‌اش به عمل می‌آورد و مواردی از قبیل رضایت از زندگی، هیجان و خلق مثبت، فقدان افسردگی و اضطراب را شامل می‌شود و جنبه‌های مختلف آن نیز به شکل شناخت‌ها و عواطف است. از سال ۱۹۶۰ پژوهش‌های مربوط به شادمانی افزایش یافت و سازمان‌های مختلفی به بررسی شادمانی پرداختند (آرگایل<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱). در این پژوهش‌ها سه جهت‌گیری اساسی را می‌توان مشخص کرد. در برخی از آن‌ها سنجش میزان شادمانی و تهیه ابزارهایی برای سنجش شادمانی هدف اصلی بوده است. در برخی پژوهش‌ها که بیشتر مورد توجه بوده، بررسی عوامل مؤثر بر شادمانی مدنظر قرار گرفته است و در گروهی شیوه‌های افزایش شادمانی ارزیابی شده‌اند. امروزه شاهدیم که بسیاری از افراد در قالب جستجوهای اینترنتی سعی دارند مشکلات، مسائل و نیازهای ارضا نشده‌ی خود را حل نمایند و نیازهای روانی و اجتماعی خود را این‌گونه پاسخگو باشند که باید به بررسی علل ایجادکننده‌ی آن پرداخت. اعتیاد به اینترنت یا وابستگی رفتاری به اینترنت صرف نظر از این‌که آن را یک بیماری یا آسیب روانی یا معضل اجتماعی بدانیم پدیده‌ای است مزمن، فراگیر و عودکننده که با صدمات جدی جسمانی، مالی، خانوادگی، اجتماعی و روانی همراه است. به طور کلی این اختلال را می‌توان به عنوان نوعی استفاده از اینترنت که می‌تواند مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی، درسی و یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند تعریف کرد (شایق و همکاران، ۱۳۸۸). پژوهش‌ها در مورد عوامل مؤثر بر شادمانی در دهه‌ی ۱۹۸۰ تا آنجا پیشرفت که کاستا و مک کری<sup>۶</sup>، مدعی کشف ژن شادی شدند. این دو روان‌شناس، شادمانی را به طور عمده به برون‌گرایی و ثبات هیجانی مربوط ساختند و از آنجا که این ویژگی‌های شخصیتی نیز تا حد زیادی مبنای ژنتیک دارند، ادعای فوق مطرح شد (آیزنک<sup>۷</sup>، ۱۹۹۰).

شادمانی و نشاط برای تمامی احاد جامعه مزیت‌هایی دارد، اما قشر دانشجویان به علت اینکه نیروی جوان و آینده ساز جامعه هستند، بیشتر مورد توجه پژوهشگران و روانشناسان بوده‌اند. از آنجایی که ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و اختلالات روانی اطلاعات مهمی را برای درمان و پیشگیری از اعتیاد به اینترنت را فراهم می‌کند و با توجه به اینکه امروزه مسئله اعتیاد به اینترنت در ایران به یک معضل در بین جوانان که نیروی انسانی و بدنه اصلی هر کشور می‌باشند تبدیل شده است، لذا شناسایی پیامدهای آن کمک شایانی در جهت آموزش‌ها و آگاهی دادن به اقشار مختلف در جهت آسیب‌شناسی این مقوله خواهد داشت. این مطالعه باهدف بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه انجام شد.

## پیشینه پژوهش

### پژوهش‌های داخلی

مغنی‌زاده، فرنام، طالبی و اسودی (۱۳۹۷) در پژوهشی با عنوان تحلیل ساختاری ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با شادکامی و متغیرهای شخصیتی در دانشجویان نشان دادند که از میان ویژگی‌های شخصیتی، روان‌رنجورخویی با اعتیاد به اینترنت، رابطه مستقیم معنی‌دار داشت. هم‌چنین روان‌رنجورخویی با واسطه شادکامی با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت معنی‌داری را نشان داد. به علاوه، بین باوجدان بودن و اعتیاد به اینترنت، رابطه منفی معنی‌داری به دست آمد.

بندانی ترشکی و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با احساس شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی دزفول دریافتند که ۱/۸ درصد از دانشجویان دختر اینترنت به اعتیاد داشتند که به طور معنی‌داری از میزان اعتیاد به اینترنت در دانشجویان پسر ۰/۹ درصد بیشتر بود. ارتباط آماری معنی‌داری بین استفاده از سایت‌های مختلف و اعتیاد به اینترنت مشاهده شد. ارتباط آماری معنی‌داری بین میزان استفاده روزانه و اعتیاد به اینترنت مشاهده شد. ضریب همبستگی بین اعتیاد به اینترنت و نشاط و شادابی دانشجویان برابر با ۰/۸۵- بود.

زارع نژاد و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با شادکامی ذهنی و سلامت روان دانشجویان دریافتند که بین اعتیاد به اینترنت دانشجویان و فاکتورهای اختلال در کارکرد اجتماعی، اضطراب و افسردگی رابطه معنی‌دار و مثبت مشاهده گردید. بنابراین، از نتایج این پژوهش چنین استنباط می‌گردد که سلامت روان می‌تواند تحت تأثیر اعتیاد به اینترنت قرار گیرد و در مواردی که اختلالاتی در سلامت روان افراد وجود دارد، برای مداوا و یا اصلاح آن می‌توان علاوه بر سایر عوامل تأثیرگذار به میزان اعتیاد به اینترنت فرد نیز توجه نمود.

زند و درویشی زاده (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت روان دانشجویان علمی کاربردی کرمانشاه نشان دادند که در دانشجویان مورد مطالعه اعتیاد به اینترنت شایع بود. اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دختر و پسر بر حسب استفاده از اینترنت متفاوت است. ولی بر حسب سنین مختلف متفاوت نیست. نتیجه گرفته شد که امروزه آسیب‌های فردی، روان‌شناختی و ضد

<sup>5</sup> Argail

<sup>6</sup> Costa and Mc crae

<sup>7</sup> Eysenck

اجتماعی استفاده بیش از حد از اینترنت به طور کامل مشخص شده است؛ بنابراین ضروری است که پیش از شیوع خطرات اینترنتی در بین دانشجویان جامعه‌ی ما تدابیر امنیتی مناسب اندیشیده شود.

رحمانی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و سلامت روان بیان کردند که بین اعتیاد به اینترنت و سلامت عمومی روان ارتباط معناداری وجود دارد. با توجه به پژوهش انجام شده معلوم گردید که بین اعتیاد به اینترنت و سلامت عمومی روان رابطه تأثیرگذاری وجود داشته است.

تمنایی فر و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه روان رنجور خویی با اعتیاد به اینترنت به این نتیجه رسیدند که بین روان رنجور خویی با اعتیاد به اینترنت رابطه وجود داشت اما بین اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان دختر و پسر تفاوتی وجود نداشت.

### پژوهش‌های خارجی

آکینی و اسکندر<sup>۸</sup> (۲۰۱۱) در پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و افسردگی و اضطراب با مطالعه بر روی ۳۰۰ دانشجوی ترکیه‌ای به این نتیجه رسیدند که افسردگی و اضطراب پیش‌بینی کننده معنادار اعتیاد به اینترنت بود.

ینگ ونبین<sup>۹</sup> (۲۰۱۱) در پژوهشی تحت عنوان بررسی مقایسه ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان معتاد به اینترنت و نوجوانان غیر معتاد به اینترنت که ۳۰ نوجوان را که به شدت به اینترنت معتاد بودند با ۴۳ نوجوان غیر معتاد مقایسه کردند، به این نتیجه رسیدند که نوجوانان معتاد در مقایسه با گروه غیر معتاد حمایت اجتماعی کمی را احساس می‌کردند، برای زندگی هدفی نداشتند و تمایل پیشرفت در آنان کم بود.

گومبور و لیلیانا واس<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۸) در پژوهشی تحت عنوان بررسی تأثیر ویژگی‌های شخصیتی بر استفاده از اینترنت روی ۳۰۰ دانشجوی پزشکی که ۱۵۰ نفر از آن‌ها مجارستانی (۷۵ مرد و ۷۵ زن) و ۱۵۰ نفر از آن‌ها اسرائیلی (۷۵ مرد و ۷۵ زن) بودند به این نتیجه رسیدند که ارتباط مثبت و معنی‌داری میان برون‌گرایی (در سطح ۰/۰۱) و خوشایندی (در سطح ۰/۰۵) با استفاده‌ی مفرط از اینترنت در مردان اسرائیلی و همچنین ارتباط مثبت و معنی‌داری میان خوشایندی و روان رنجوری خوبی (در سطح ۰/۰۱) با استفاده‌ی مفرط از اینترنت در میان زنان اسرائیلی و ارتباط مثبت و معنی‌داری میان وظیفه‌شناسی و گشودگی (در سطح ۰/۰۵) با استفاده‌ی مفرط از اینترنت در مردان مجارستانی وجود داشت و نیز ارتباط معنی‌داری میان مقیاس‌های آزمون نئو و استفاده‌ی مفرط از اینترنت در زنان مجارستانی وجود نداشت.

هاردی و مینگ یی تی<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۷) در پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه روان رنجور خویی و برون‌گرایی با اعتیاد به اینترنت که بر روی ۹۳ نفر (۴۹ زن و ۴۴ مرد) در ردیف سنی ۱۸ تا ۷۲ ساله در استرالیا انجام دادند به این نتیجه رسیدند که ارتباط مثبت و معنی‌داری میان روان رنجور خویی و اعتیاد به اینترنت و ارتباط منفی و معنی‌داری میان برون‌گرایی و اعتیاد به اینترنت وجود داشت.

کو<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۰۶) در پژوهشی تحت عنوان بررسی خصوصیات شخصیتی ۳۶۶۲ نوجوان معتاد و غیر معتاد به اینترنت تایوانی، به این نتیجه رسیدند که افراد معتاد به اینترنت بسیار مشابه به نوجوانانی هستند که سابقه سوء مصرف مواد داشته‌اند و گروه معتاد و غیر معتاد به اینترنت راهبردهای متفاوت اجتناب از آسیب داشتند.

اینترنت به خودی خود ابزار بی‌خطری است، اما استفاده بیش از حد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به آن را به دنبال دارد و این پدیده مشکل عمده‌ای را برای بهداشت روانی جامعه ایجاد کرده است. در نتیجه استفاده بیش از حد از اینترنت، بهره‌وری و بازده کاری کاربران اینترنت پایین می‌آید. عدم تحرک جسمی و چاقی به همراه علائمی چون درد کمر، پشت و ماهیچه نیز از دیگر تبعات این مسئله‌اند. به خصوص اعتیاد به اینترنت تبعات بیش‌تری در میان دانشجویان دارد. آمارها نشان می‌دهد در سال‌های اخیر تعداد کاربران اینترنت در حال افزایش بوده و تا دسامبر سال ۲۰۰۲ نیز تعداد استفاده‌کنندگان از آن ۶۵۵ میلیون نفر گزارش شده است. بر اساس آمار تعداد کاربران ایرانی اینترنت در سال ۲۰۰۶، ۱۱ میلیون نفر بوده که در سال ۲۰۱۰، به ۳۳ میلیون و ۲۰۰ هزار نفر رسیده و به این ترتیب، رتبه‌ی اول را در کشورهای خاورمیانه کسب کرده است. پژوهش علوی و همکاران نشان می‌دهد که بیشتر استفاده‌کنندگان از اینترنت جوانان هستند و ۳۵ درصد آن در محیط‌های گپ و گفتگو (چت روم<sup>۱۳</sup>)، ۲۸ درصد بازی‌های اینترنتی، ۳۰ درصد چک کردن پست الکترونیکی و ۲۵ درصد نیز مشغول جستجو در شبکه‌ی جهانی هستند. میانگین زمان صرف شده برای اینترنت نیز ۵۰ دقیقه در هفته بوده است. هم‌زمان با دسترسی روزافزون و گسترده افراد به اینترنت، نوع جدیدی از اعتیاد به وجود آمده که معضل رو به رشد عصر اطلاعات است. همانند انواع دیگر اعتیاد،

<sup>8</sup> Akini & Iskender

<sup>9</sup> Ying Wenbin

<sup>10</sup> Gombor A, Vas LA

<sup>11</sup> Hardie & E, Tee

<sup>12</sup> Ko

<sup>13</sup>- Chat room

اعتیاد به اینترنت با علائمی چون افسردگی، کج خلقی، بی قراری، از هم گسیختگی روابط اجتماعی و افت تحصیلی همراه است (علوی و همکاران، ۲۰۱۱).

بر طبق نظر دوگلاس<sup>۱۴</sup> و همکاران، وابستگی به اینترنت را به عنوان استفاده اجباری افراطی از این ابزار معرفی می کنند که فرد در صورت محروم شدن از آن بسیار تحریک پذیر گشته، از خود رفتارهای توأم با بد خلقی نشان می دهد. این نوع وابستگی یک ناتوانی در کنترل استفاده از اینترنت است که به آرامی منجر به احساسات ناراحت کننده و تضعیف کارکردی فعالیت های روزانه می شود. از نقطه نظر عملی، وابستگی به اینترنت به دلیل پیامدهای اجتماعی، روان شناختی و عاطفی، توانایی تأثیرگذاری بر زندگی شغلی، سبک زندگی و حتی محل زندگی را داراست. ردینگ<sup>۱۵</sup> و همکاران نیز یکی از دلایل اصلی این نوع گرایش ها را کسب حمایت اجتماعی، دوستی و تفریح می دانند که به علت گستردگی، مشکلات ارتباطی، شغلی، خانوادگی و زناشویی را باعث می شود. وندرا<sup>۱۶</sup> و همکاران دریافته اند که استفاده روزانه از اینترنت به طور غیرمستقیم با سطح پایین رفاه فردی و استفاده اجباری از آن، با ویژگی های شخصیتی درون گرایی، ناسازگاری و ثبات عاطفی پایین رابطه بسیار قوی دارد. میزان رو به رشد پژوهش های صورت گرفته پیرامون اعتیاد اینترنتی، نشان می دهد که اختلال اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال روان شناختی- اجتماعی است که از مشخصه های آن، تحمل، علائم کناره گیری، اختلالات عاطفی و از هم گسیختگی روابط اجتماعی است، از نتایج این پژوهش می توان در مراکز روان درمانی و مشاوره، آموزش و پرورش، دانشگاه ها و ... استفاده کرد (تمنایی فر، ۱۳۹۱).

با توجه به اینکه دانشجویان سرمایه های بالقوه جامعه هستند، سلامت روانی آنان حائز اهمیت می باشد و بیماری های روانی سبب اختلال در عملکرد شغلی، اجتماعی و تحصیلی آن ها می شود و با توجه به تنوع پیامدهای منفی استفاده از اینترنت در این قشر از افراد، مطالعه سلامت روانی و شادکامی دانشجویان در اثر استفاده بیش از اندازه از اینترنت از اهمیت زیادی برخوردار است. بر این اساس پژوهش حاضر به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه می پردازد. لذا پژوهش حاضر درصدد بررسی فرضیه های زیر بوده است:

- ۱- بین شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه رابطه معنی دار وجود دارد.
- ۲- بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه رابطه وجود دارد.

## روش پژوهش

هدف این تحقیق، بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه است. بر مبنای ماهیت و روش، این تحقیق را می توان در گروه تحقیقات توصیفی از نوع همبستگی قرار داد. جامعه ی پژوهش کلیه ی دانشجویان دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه که در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ در این دانشگاه مشغول به تحصیل بودند. نمونه ی این پژوهش شامل ۱۲۰ نفر از دانشجویان بود که به روش نمونه گیری خوشه ای مرحله ای از بین دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه انتخاب شدند. در این پژوهش به منظور سنجش اعتیاد به اینترنت و شادکامی از دو پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸) و پرسشنامه شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) استفاده شده است.

**الف- پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸):** آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۱۷</sup> (۱۹۹۸)، پرسشنامه ی ۲۰ سؤالی خود را بر اساس نشانه های تشخیص اعتیاد اینترنتی طراحی نمود. این پرسشنامه به روش لیکرت نمره گذاری می شود. شیوه ی نمره گذاری این پرسشنامه ۵ درجه ای بدین شرح است؛ به ندرت=۱، گاهی اوقات=۲، اغلب=۳، بیشتر اوقات=۴ و همیشه=۵. نمره ی کلی آزمون بین ۲۰ تا ۱۰۰ متغیر است، که نمره ی بین ۳۹-۲۰ وابستگی متوسط، ۶۹-۴۰ وابستگی زیاد و ۱۰۰-۷۰ وابستگی شدید تفسیر می شود. برخی پژوهشگران نظیر ویدیان<sup>۱۸</sup> و موران<sup>۱۹</sup> به منظور بررسی اعتبار این آزمون از روش تحلیل عاملی و ضریب همبستگی عوامل تشکیل دهنده ی مقیاس استفاده کردند. تحلیل عاملی این آزمون، ۶ عامل را بیان نمود که عبارت از اهمیت استفاده ی بیش از حد، بی توجهی به وظایف شغلی، فقدان کنترل، بی توجهی به زندگی اجتماعی و پیش بینی بودند، که نشان دهنده ی اعتبار سازی آن است. در مطالعه کیم<sup>۲۰</sup> و همکاران (۲۰۰۵) پایایی درونی پرسشنامه بالای ۰/۹۰ ذکر شده است.

14- Douglas

15- Riding

16- Van der Aa

17- Yang Internet Addiction test (IAT)

18- Widianto

19- McMurrin

20- Kim

**ب- آزمون شادکامی آکسفورد:** در بین ابزار و روش‌های اندازه‌گیری شادکامی، پرسشنامه شادکامی آکسفورد از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است که ۵ بعد شامل: رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس را در بر می‌گیرد. سؤال‌های ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۸، ۱۴، ۱۵، ۲۴، ۲۵ و ۲۶ مربوط به بعد رضایت، سؤال‌های ۹، ۱۳، ۱۴، ۱۷، ۱۹ و ۲۲ مربوط به بعد خلق مثبت، سؤال‌های ۱، ۷، ۸، ۱۶، ۲۳ و ۲۸ مربوط به بعد سلامتی، سؤال‌های ۱۲، ۱۸، ۲۰ و ۲۱ مربوط به بعد کارآمدی و سؤال‌های ۱۰ و ۱۱ مربوط به بعد عزت نفس می‌باشند. ضمناً سؤال ۱۴ در خرده مقیاس‌های رضایت و خلق مثبت و سؤال شماره ۸ در خرده مقیاس‌های رضایت و سلامتی به صورت مشترک محاسبه گردیدند. نمره‌گذاری گزینه‌های هر عبارت به ترتیب از ۰ تا ۳ تغییر می‌کند. بدین صورت که به گزینه‌ی اصلاً نمره صفر، گزینه‌ی کم نمره ۱، گزینه‌ی متوسط نمره ۲ و گزینه‌ی زیاد نمره ۳ تعلق می‌گیرد؛ و جمع نمرات مواد ۲۹ گانه نمره مقیاس را تشکیل می‌دهد. به این ترتیب بالاترین نمره‌ای که آزمودنی می‌تواند در این مقیاس کسب کند، ۸۷ است که بیانگر بالاترین حد شادکامی بوده و کمترین نمره این مقیاس ۰ است که مؤید ناراضی بودن آزمودنی از زندگی و افسردگی فرد است. نمره بهنجار این آزمون بین ۴۰ تا ۴۲ است.

پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگایل و کراسلند از شادکامی است (آن‌ها به منظور ارائه یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را سازه‌ای دارای سه بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی). این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگایل و بر اساس پرسشنامه افسردگی بک (BDI، ۱۹۷۶) ساخته شده است. ۲۱ عبارت از عبارات این پرسشنامه از BDI گرفته شده و معکوس گردیده و یازده پرسش به آن اضافه شده است تا سایر جنبه‌های سلامت ذهنی را پوشش دهد؛ مانند آزمون افسردگی بک هر گویه پرسشنامه شادکامی دارای چهار گزینه است که آزمودنی باید بر طبق وضعیت فعلی خودش یکی از آن‌ها را انتخاب نماید.

آرگایل و همکاران، ضریب آلفای ۰/۹۰ را با ۴۳۷ آزمودنی، فارنهایم و بروینگ (۱۹۹۰) آلفای ۰/۸۷ را با ۱۰۱ آزمودنی و نور بالا فرم کوتاه‌تری از این پرسشنامه آلفای ۰/۸۴ با ۱۸۰ آزمودنی به دست آوردند. در بررسی فرانسیس (۱۹۹۸) آلفای کرانباخ ۰/۹۲ به دست آمده است (علی پور و نوربالا، ۱۳۸۷).

## نتایج و یافته‌ها

به منظور تحلیل داده‌های پژوهش از آمار توصیفی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف معیار و برای آزمون فرضیه‌های تحقیق از آمار استنباطی نظیر ضریب همبستگی پیرسون و اسپیرمن استفاده شده است. با توجه به اطلاعات به دست آمده از نمونه‌ها، یافته‌های توصیفی پاسخگویان به شرح زیر می‌باشد.

جدول ۱- مقایسه توزیع فراوانی واحدهای مورد پژوهش بر حسب اطلاعات جمعیت شناختی

متغیر	تعداد	درصد
جنسیت	زن	۷۰
	مرد	۴۲
گروه سنی	۳۰-۳۵ سال	۴۴
	۳۶-۴۰ سال	۲۳
	بیشتر از ۴۰ سال	۵۳
سطح تحصیلات	فوق دیپلم	۶۵
	لیسانس	۴۵

جدول شماره ۱ به منظور نمایش دادن متغیرهای جمعیت شناختی کیفی تنظیم گردیده است. ۱۲۰ نفر به سؤالات پرسشنامه پاسخ داده‌اند. از نظر جنسیت ۵۸ درصد (۷۰ نفر) زن و ۴۲ درصد (۵۰ نفر) مرد بودند. از نظر گروه سنی، سن ۳۸ درصد (۴۴ نفر) بین ۳۰ تا ۳۵ سال، ۱۷ درصد (۲۳ نفر) بین ۳۶ تا ۴۰ سال و ۴۵ درصد (۵۳ نفر) بیشتر از ۴۰ سال بود. از نظر میزان تحصیلات، ۵۵ درصد (۶۵ نفر) از پاسخ دهندگان تحصیلات فوق دیپلم و ۴۵ درصد (۵۵ نفر) تحصیلات لیسانس داشتند.

جدول ۲- میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در افراد مورد مطالعه

متغیر	میانگین	انحراف معیار
اعتیاد به اینترنت	۵۴/۹۷	۱۰/۰۷
شادکامی	۴۵/۷۱	۱۷/۷۲

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین دانشجویان در مؤلفه‌ی اعتیاد به اینترنت و مؤلفه‌ی شادکامی به ترتیب برابر با  $۵۴/۹۷ \pm ۱۰/۰۷$  و  $۴۵/۷۱ \pm ۱۷/۷۲$  می‌باشد.

**فرضیه اول پژوهش: بین شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه رابطه معنی‌دار وجود دارد.**

به منظور بررسی این فرضیه از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است. نتایج در جدول ۳ گزارش شده است:

جدول ۳- ضریب همبستگی بین شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان

اعتیاد به اینترنت		متغیر
تعداد (۱۲۰ نفر)		
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	شادکامی
۰/۰۳۰	-۰/۲۴۳*	

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱ \* معنادار در سطح ۰/۰۵

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، ضریب همبستگی بین نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت برابر  $-۰/۲۴۳$  می‌باشد؛ بنابراین رابطه منفی معناداری بین شادکامی و اعتیاد به اینترنت در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ وجود دارد. یعنی این‌که فرض پژوهش تأیید و فرض صفر رد می‌شود. منفی بودن ضریب همبستگی حاکی از رابطه معکوس شادکامی با اعتیاد به اینترنت است؛ یعنی هر چه اعتیاد به اینترنت دانشجویان بیشتر باشد، شادکامی در آن‌ها کمتر است.

**فرضیه دوم پژوهش: بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد و پیام نور عسلویه رابطه وجود دارد.**

به منظور بررسی این فرضیه از ضریب همبستگی اسپیرمن استفاده شده است. نتایج در جدول ۴ گزارش شده است:

جدول ۴- ضریب همبستگی بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان

تعداد ۱۲۰ نفر				متغیر
اعتیاد به اینترنت		شادکامی		
سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	سطح معنی‌داری	ضریب همبستگی	جنسیت
۰/۰۶۹	۰/۱۳۷	۰/۰۵۸	۰/۱۴۳	
۰/۰۷۴	۰/۱۲۶	۰/۰۸۳	۰/۱۱۲	
۰/۱۲۹	۰/۰۹۸	۰/۱۴۱	۰/۰۷۹	تحصیلات

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، ضریب همبستگی بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی برابر  $۰/۱۴۳$ ،  $۰/۱۱۲$  و  $۰/۰۷۹$  و ضریب همبستگی بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل اعتیاد به اینترنت برابر  $۰/۱۳۷$ ،  $۰/۱۲۶$  و  $۰/۰۹۸$  می‌باشد؛ بنابراین رابطه معناداری بین جنسیت، سن و تحصیلات با نمره کل شادکامی و اعتیاد به اینترنت در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ وجود ندارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه انجام شد. به منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از آزمون همبستگی پیرسون و اسپیرمن استفاده شده است.

فرضیه اول پژوهش به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان پرداخت که با استفاده از ضریب همبستگی مشخص شد که بین اعتیاد به اینترنت و شادکامی رابطه معنادار و معکوسی وجود دارد. این یافته با نتایج تحقیقات مغنی‌زاده و همکاران (۱۳۹۷)، بندانی ترشکی و همکاران (۱۳۹۶)، زارع نژاد و همکاران (۱۳۹۵)، زندی و درویشی زاده (۱۳۹۴)، آکینی و اسکندر (۲۰۱۱) و هاردی و مینگ لی تی (۲۰۰۷) همسو می‌باشد.

فرضیه دوم پژوهش به بررسی رابطه بین جنسیت، سن و تحصیلات با اعتیاد به اینترنت و شادکامی در بین دانشجویان پرداخت که با استفاده از ضریب همبستگی مشخص شد که بین جنسیت، سن و تحصیلات با اعتیاد به اینترنت و شادکامی رابطه معنادار وجود ندارد. این یافته با نتایج تحقیقات بندانی ترشکی و همکاران (۱۳۹۶)، زارع نژاد و همکاران (۱۳۹۵)، رحمانی و همکاران (۱۳۹۴)، تمنایی فر و همکاران (۱۳۹۲)، ینگ ونبین (۲۰۱۱) و گومبور و لیلیانا واس (۲۰۰۸) همسو می‌باشد.

انجمن روان‌پزشکی آمریکا اعتیاد به اینترنت را یک الگوی استفاده از اینترنت که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی در طول یک دوره دو ماهه همراه باشد تعریف کرده است (پاتریک و جویس<sup>۲۱</sup>، ۲۰۰۸). مفهوم شادکامی، مبهم و اسرارآمیز است. اما واضح است که بیشتر مردم به خوبی می‌دانند شادکامی چیست. در زمینه‌یابی‌ها که از مردم درباره معنای شادکامی سؤال شده، پاسخ داده‌اند که غالباً شادکامی عبارت است از: بودن در حالت خوشحالی و سرور یا دیگر هیجان‌های مثبت، یا عبارت است از: راضی بودن از زندگی خود و علاوه بر این دو جزء، یعنی عواطف مثبت و رضایت، جزء سومی نیز وجود دارد که عبارت است از: فقدان افسردگی و اضطراب یا دیگر عواطف منفی (آرگایل<sup>۲۲</sup>، ۲۰۰۳).

محدودیت‌هایی که این پژوهش با آن‌ها مواجه بوده است عبارت‌اند از: محدود بودن ابزار این پژوهش به پرسشنامه و محدود بودن منابع پژوهشی در مورد متغیرهای پژوهش. محدود بودن آزمودنی‌ها در یک منطقه شهری، همکاری نکردن دانشجویان در زمینه پرکردن پرسشنامه و این‌که در این پژوهش از روش همبستگی استفاده شده است و نمی‌توان روابط علی و معلولی میان متغیرها برقرار کرد.

## تشکر و قدردانی

بدین وسیله از مسئولان محترم دانشگاه پیام نور و آزاد عسلویه و هم‌چنین اساتید و کلیه دانشجویانی که ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند تقدیر و قدردانی به عمل می‌آید.

<sup>21</sup> Patrick, Joyce

<sup>22</sup> Argyle



## منابع و مراجع

- [۱] آرگایل، مایکل (۲۰۰۱). روان‌شناسی شادی، ترجمه مهداد کلانتری، مسعود گوهری انارکی، حمید طاهر نشاط دوست، حسن پالاهنگ و فاطمه بهرامی (۱۳۸۲)، اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- [۲] آیزنک، مایکل (۱۹۹۰). روان‌شناسی شادی (ترجمه: محمد فیروزبخت و خلیل بیگی). تهران: انتشارات بدر (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۰).
- [۳] بندانی ترشکی، احسان؛ بیرانوند، رضا؛ مهرانفرد، شهزاد؛ احمدی ماژین، صادق؛ پلارک، فردوس؛ مدملی، یعقوب؛ داودی، سعید. و نجاریان، مهیار. (۱۳۹۶). بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با احساس شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی دزفول. نشریه پژوهش پرستاری ایران، ۱(۱)۱۲، ۲۸-۳۳.
- [۴] تمنایی فر، محمدرضا؛ صدیقی ارفعی، فریبرز. و گندمی، زینب. (۱۳۹۱). رابطه بین اعتیاد به اینترنت با ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان مقطع متوسطه. مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، طبیب شرق، ۱(۱)۱۴، ۶۷-۷۱.
- [۵] تمنایی فر، محمدرضا؛ صدیقی ارفعی، فریبرز. و گندمی، زینب. (۱۳۹۲). بررسی رابطه روان رنجورخویی با اعتیاد به اینترنت در گروهی از دانش‌آموزان مجله پزشکی هرمزگان. ۱(۱)۱۷: ۶۹-۷۵.
- [۶] رحمانی، مهری؛ چگینی، علی. و جیریایی، آرزو. (۱۳۹۴). بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و سلامت روان. کنفرانس بین المللی علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی.
- [۷] رئیسی، حمیرا؛ نادر حاجلو، اکبر عطادخت. و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری اجتماعی و شادکامی نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.
- [۸] زارع نژاد، حمیده؛ موسوی نسب، سید محمد حسین. و امیری، وحید. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با شادکامی ذهنی و سلامت روان دانشجویان. سومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی، تربت حیدریه، دانشگاه تربت حیدریه، شناسه مقاله: ICPE03\_121.
- [۹] زندی، مژگان. و درویشی زاده، مجید. (۱۳۹۴). بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت روان دانشجویان علمی کاربردی کرمانشاه. دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی.
- [۱۰] شایق، سمیه؛ آزاد، حسین. و بهرامی، هادی. (۱۳۸۸). بررسی اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با ویژگی‌های شخصیتی در نوجوانان تهران. اصول بهداشت روانی، ۱۱(۲)، ۱۱۴۹-۱۵۸.
- [۱۱] علی پور، احمد؛ نوربالا، احمدعلی (۱۳۸۷). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد. اندیشه و رفتار، شماره ۵۵: ۱۸-۶۵.
- [۱۲] معنی‌زاده، زهرا؛ فرنام، علی؛ طالبی، زهرا. و اسودی، مریم. (۱۳۹۷). تحلیل ساختاری ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با شادکامی و متغیرهای شخصیتی در دانشجویان. مجله اصول بهداشت روانی، ۲۰(۳)، ۲۴۷-۲۳۶.
- [13] Akini, A., & Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Journal of Educational Sciences*, 3(1), 138-148.
- [14] Allavi, SS., Jannatifard, F., Eslami, M., & Rezapour, H. (2011). Validity, reliability and factor analysis of compulsive internet use scale in students of Isfahan's Universities. *Health Information Management*, 7 (5), 715-24. [Persian]
- [15] Argyle M. (2003). *Psychology of happiness* translated by Anaraki G and et al. Isfahan Academic Center for education. [Persian]
- [16] Cash, H., Rae, CD., Steel, AH., & Winkler, A. (2012). Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. *Curr Psychiatry Rev*, 8(4), 292-8. [Persian]
- [17] Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11(1), 802.
- [18] Diener, E. (2002). Frequently asked questions (FAQS) about subjective (happiness and life satisfaction). A primer for reporters and new comers.
- [19] Gombor, A., & Vas, LA. (2008). Nation and gendered-based study about the relationship between the big five and motives for internet use: A Hungarian and Israeli comparison. *Theory and Science*, 10(1), 1-6

- [20] Hardie, E., & Tee MY. (2007). Excessive internet use: The role of personality; loneliness and social support networks in internet addiction. *Aust J Emerg Tech Soc* 2007, 5(1): 34-44.
- [21] Kiany, T., Fallahi, Khoshknab, M., Dalvandi, A., Hosaini, M., & Nourozi K. (2014). Internet addiction and its related factors among nursing students in Tehran University of Medical Sciences in 2013. *J Nurs Educ*, 2(4), 50-62. [Persian]
- [22] Kim, K., Ryu, E., Chon, M- Y., Yeun, In Press, E-J., Choi, S-Y., Seo, J-S & Nam, B. W. (2005). Internet addiction in korean adolescents and its relation: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing studies*, Corrected Proof.
- [23] Ko, CH., Yen, JY., Yen, CF., Chen, CS., & Chen, CC. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *Eur Psychiatry*, 27(1), 1-8.
- [24] Ko, C H., Yen, J U., Chen, C C., Chen, S H., Wu, K., & Yen, C F. (2006). Tridimensional personality of adolescents with internet addiction and substance use experience. *The Canadian Journal of Psychiatry- Original Research*. 51, 14.
- [25] Maheri, AB., Hamid Joveini, H., Nabi Bahrami, M., & Sadeghi R. (2013). The study of the effects of internet addiction on healthy lifestyle in students living in the dormitories of Tehran University of Medical Sciences, 2012. *Razi J Med Sci*, 20(114), 10-9. [Persian]
- [26] Patrick, F., & Joyce, J. (2008). Internet addiction: Recognition and intervention. *J Psychiatr Nurs*, 22(9), 59-60.
- [27] Shojaei, F., Ebrahimi, S., Parsa Yekta, Z., & Nikbakht Nasrabadi, A. (2012). The study of nursing students' happiness as a mental health index. *Iranian J Nurs Res*, 7(24), 16-22. . [Persian]
- [28] Solhi, M., Farhandi, H., & Armoon, B. (2013). Internet addiction among B. Sc. students in Health Faculty, Tehran University of Medical Sciences. *Razi J Med Sci*, 20(106), 40-7. [Persian]
- [29] Vahidi, A., Arzamani, M., Jafakesh, Moghadam, A., Vahidi, M., & Hashemi, M. (2013). Investigating performance of emergency units of hospitals which belonged to north khorasan university of medical sciences in 2012. *J North Khorasan Univ Med Sci*, 5(1), 159-66. [Persian]
- [30] Ying, Y., & Wenbin, G. (2011). Psychological and behavioural characteristics of sever internet addicts. Hangzhou, China. [Pal.Ist.Psu.edu/cscw2011cpp/Ying-Ye-0107.pdf](http://Pal.Ist.Psu.edu/cscw2011cpp/Ying-Ye-0107.pdf).
- [31] Zamirinejad, S., Piltan, M., Haghshenas, M., Tabarraei, Y., & Akaberi, A. (2014). Predicting happiness based on spiritual intelligence. *J Sabzevar Univ Med Sci*, 20(5), 773-81. [Persian]