

## بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت

ناصر ناستی زایی\*

تاریخ دریافت مقاله: ۸۷/۳/۷

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۷/۱۱/۷

\* مربی، کارشناس ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

### چکیده

**زمینه و هدف:** اینترنت خود ازاری بی ضرر است اما استفاده بیش از حد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به اینترنت را به دنبال دارد. هدف این پژوهش بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت می باشد.

**مواد و روش کار:** در این مطالعه توصیفی در ابتدا تعداد ۳۷۵ نفر (۱۸۹ نفر دختر و ۱۸۶ نفر پسر) از دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۸۶ تا ۱۳۸۷ به صورت نمونه گیری طبقه‌ای - تصادفی انتخاب شدند. با استفاده از آزمون اعتیاد به اینترنت (IAT یانگ، ۱۹۹۸) دانشجویان به دو گروه کاربران معتاد به اینترنت و کاربران عادی تقسیم شدند، سپس برای مقایسه سلامت عمومی این دو گروه از آزمون سلامت عمومی (GHQ-۲۸ گلدبرگ، ۱۹۸۷) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از آزمون T بانرم افزار کامپیوتری SPSS انجام شد و  $P < 0/01$  معنی دار تلقی گردید.

**یافته‌ها:** بر اساس یافته‌های این مطالعه سلامت عمومی کاربران معتاد به اینترنت (خصوصاً در زیر مقیاس‌های اضطراب و افسردگی) نسبت به کاربران عادی در معرض خطر بیشتری بود ( $P < 0/01$ ) اما کاربران معتاد به اینترنت و کاربران عادی از نظر جسمانی در وضعیت یکسانی قرار داشتند و اختلال در کارکردهای اجتماعی دو گروه تفاوت معنی داری نداشت.

**نتیجه گیری:** اثر اینترنت بر میزان افسردگی و اضطراب چه در زمینه افزایش و چه کاهش آن بستگی شدید به نوع استفاده و زمان اختصاص داده شده به آن دارد لذا باید در زمینه استفاده مناسب از اینترنت فرهنگ سازی و آموزش صحیح در سطح خانواده و جامعه انجام شود. (مجله

طبیب شرق، دوره ۱۱، شماره ۱، بهار ۱۳۸۸، ص ۵۷ تا ۶۳)

**کلیدواژه‌ها:** اینترنت، اعتیاد به اینترنت، سلامت عمومی، اضطراب و افسردگی

### مقدمه

خودی خود ازاری بی ضرری است اما استفاده بیش از حد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به اینترنت را به دنبال دارد که این پدیده مشکل عمده‌ای را برای بهداشت روانی جامعه ایجاد کرده است. با این وجود تحقیقات ضد و نقیضی در زمینه اثرات اینترنت بر کاربران وجود دارد. صادقان اظهار می‌دارد بهترین راه برای رشد یک کودک تعامل با دیگر کودکان است و یادگیری از طریق تجربه و تحریک حس‌ها اتفاق می‌افتد اما زمانی که کودک زمان زیادی را با اینترنت سپری می‌کند انگیزه‌اش برای تعامل با دیگران کم شده و توانایی کمتری در حفظ دوستی‌ها دارد همچنین زمان کمتری را صرف صحبت با خانواده نموده، با

کاربردهای فراوان اینترنت و جذابیت‌های آن سبب شده در سال‌های اخیر پدیده‌ای با عنوان "اعتیاد به اینترنت" ظهور یابد. به گفته فلاح مهنه اعتیاد به اینترنت با عباراتی نظیر اختلال ناشی از استفاده بیش از حد از اینترنت یا استفاده نامعقول و بیمارگونه از اینترنت تعریف می‌شود. گاهی از این بیماری با عنوان اختلال اعتیاد به اینترنت یا اعتیاد مجازی نیز نام برده می‌شود. اعتیاد به اینترنت شامل اعتیاد به اتاق‌های گپ، هرزه نگاری و قمار آن لاین است که می‌تواند زمینه تخریب سلامت روابط، احساسات و در نهایت روح و روان افراد را فراهم نماید.<sup>(۱)</sup> اینترنت به

### 1 - Internet Addiction