



رابطه بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس
دانش آموزان پسر دوره ابتدایی شهرستان ساری در دوران همه گیری
اپیدمی کوید-۱۹

حسن سلیمانی

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس دانش آموزان، انجام شد. روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی آموزش و پرورش نواحی ۱ و ۲ شهرستان ساری در سال تحصیلی ۰۰ - ۱۳۹۹ بود که تعداد ۳۷۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار اندازه گیری، پرسشنامه های اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی حسن زاده و اولادزاد (۱۳۹۴) و افسردگی، اضطراب و استرس لایبوند و لایبوند (۱۹۹۵) بود. داده های جمع آوری شده با نرم افزار SPSS 23 و آزمون ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها نشان داد که بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با افسردگی، اضطراب و استرس دانش آموزان رابطه معنادار مثبت وجود دارد.

واژگان کلیدی: شبکه های اجتماعی مجازی، افسردگی، اضطراب، استرس.

مقدمه

ظهور پدیده های نو، ابداعات و اختراعات در هر عصری، تمامی جوانب زندگی انسان ها اعم از اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، آموزشی و غیره را تحت تأثیر خود قرار داده است. در عصر حاضر نیز، با ظهور و توسعه فناوری اطلاعات و ارتباطات، تحولات جهان با محوریت اطلاعات با شتابی فزاینده در حال گسترش است (دلیر ناصر و حسینی نسب، ۱۳۹۴). در واقع، عصری که در آن زندگی می کنیم عصر سرعت، تحول، فرصت ها، تهدیدها، ناپایداری ها در روابط انسانی و اجتماعی، اطلاعات و ارتباطات دیجیتالی و خلاصه عصر عصیان های اجتماعی و فرهنگی است. در این بین، رسانه ها به عنوان یکی از نهادهای عظیم در تحول زندگی بشر رفته رفته نقش و جایگاه پیچیده به خود گرفته و به عنوان عاملی سرنوشت ساز و تعیین کننده در انتخاب انسان امروزی، مطرح است (پاشایی و همکاران، ۱۳۸۷). به همین سبب، پیشرفت های حاصل از فناوری اطلاعات و ارتباطات همراه با تحول رسانه ای، حوزه های زیادی، از جمله شیوه ارتباط، تفکر، کار، عمل انسان ها را تحت تأثیر خود قرار داده است (آریانی و همکاران، ۱۳۹۴). از جمله پدیده های جدید که بر اثر ادغام فناوری های مختلف ارتباطی در سال های اخیر، شکل گرفته، شبکه های اجتماعی است، به طوری که رسانه های اجتماعی به یک مهارت جدید و مهم برای همه و حتی کسانی که درک بالایی از فناوری ندارند، تبدیل شده است (کیا و نوری مزدآبادی، ۱۳۹۱). امروزه، جمعیت عظیمی در دنیا از اینترنت استفاده می نمایند به طوری که با وجود مزایای بی شمار این فناوری و تحولات مثبتی که در زمینه ارتباطات ایجاد کرده است، متأسفانه برخی از مطالعات، عوارض خطرناکی را به استفاده از اینترنت نسبت داده اند که از جمله مخرب ترین عوارض آن می توان به اعتیاد اینترنتی اشاره نمود (بیرامی و همکاران، ۱۳۹۳). با این وجود، پست الکترونیک، پیام های کوتاه، چت روم ها و غیره روش هایی برای گسترش و حفظ روابط اجتماعی شده اند. شبکه های اجتماعی، نسل جدیدی از پایگاه هایی هستند که این روزها در کانون توجه کاربران اینترنت قرار گرفته اند. این گونه پایگاه ها بر مبنای تشکیلات آنلاین فعالیت می کنند و هر کدام دسته ای از کاربران اینترنتی با ویژگی خاص را گرد هم می آورند. شبکه های اجتماعی را گونه ای از رسانه های اجتماعی می دانند که امکان دستیابی به شکل جدیدی از برقراری ارتباط و به اشتراک گذاری محتوا در اینترنت را فراهم آورده اند. از این رو، فضای مجازی نوعی اجتماع و همزیستی بزرگی است که میلیون ها رایانه و کاربران آن در سراسر جهان به هم می پیوندند (کوثری، ۱۳۸۷). نخستین بار در سال ۱۹۶۰، بحث شبکه های اجتماعی در دانشگاه ایلی نیوز در ایالات متحده آمریکا مطرح شد، پس از آن در ۱۹۹۷ نخستین سایت شبکه اجتماعی به آدرس اینترنتی سیکس دگرسیس دات کام^۱ راه اندازی شد. اما بعد از سال ۲۰۰۲ انفجار تجارت در وبسایت های شبکه اجتماعی مانند لیندین^۲، اراکوت^۳، فرندستری^۴ و غیره باعث تحول عظیم در این عرصه و شکوفایی شبکه های اجتماعی شد. اما در سال ۲۰۰۸ با ایجاد فیس بوک^۵ به زبان های مختلف، باعث شد که ۸۴۵ میلیون کاربر لااقل هفته ای یک بار از فیس بوک استفاده کنند. به طوری که به جز دو کشور روسیه و چین، فیس بوک در سایر کشورهای جهان بزرگ ترین و پر تعداد ترین شبکه های اجتماعی محسوب می شود (فتحی و همکاران، ۱۳۹۳). پژوهش های متعدد نشان داده اند که از جمله عوامل بروز افسردگی، اضطراب و استرس در نوجوانان و جوانان به خصوص در دانش آموزان، گسترش صنعت ارتباطات و به ویژه فضای مجازی و شبکه های اجتماعی است. افسردگی یکی از مواردی است که به صورت یک خلق افسرده ثابت مشخص می گردد. این خلق افسرده به صورت کاهش توانایی در فکر کردن و تمرکز کردن، تغییر در فعالیت های حسی حرکتی و اختلال در خواب و اشتها شرح داده می شود (اندروز و همکاران^۶، ۲۰۰۰). هم چنین، استرس واکنش نامطلوب افراد در برابر فشارهای شدید یا انواع موارد دیگری است که

1. SixDegress.com
2. Lindedin
3. Orkut
4. Friendestre
5. Facebook
6. Andrews et al.

بر نوجوانان تحمیل می‌شود (جاکوپ و همکاران^۱، ۲۰۰۵). در مقابل استرس، اضطراب یک احساس ناخوشایند و ناصحیح بیم از آینده است که اغلب با علایم فیزیولوژیکی همراه است. از این رو، اضطراب، استرس و افسردگی موجب بسیاری از مشکلات روانی، جسمی و اجتماعی در دانش‌آموزان می‌گردند (نادمی و همکاران، ۱۳۸۵). در همین ارتباط، سعدی پور (۱۳۹۴) نشان داد که اقدام به خودکشی، اختلال تغذیه، فرار از خانه، اخراج از مدرسه و رفتارهای پرخاشگرانه از جمله پیامدهای منفی شبکه‌های اجتماعی بر دانش‌آموزان است. در پژوهش‌های دیگری ابوالحسنی و همکاران (۱۳۹۴) و مجیدی و همکاران (۱۳۹۴) نشان دادند که استفاده مفرط از تلفن همراه و اعتیاد به اینترنت باعث کاهش سلامت روانی افراد می‌شود، اضطراب و افسردگی را افزایش می‌دهد. پژوهش عدلی پور و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که هر چه مدت زمان عضویت، میزان استفاده و میزان فعالیت و مشارکت کاربران در فیسبوک از سوی کاربران افزایش پیدا می‌کند، هویت فرهنگی کاربران ضعیف‌تر می‌شود. به طوری که مجردی و همکاران (۱۳۹۳)، نتیجه گرفتند که فضای اخلاقی حاکم بر شبکه‌های اجتماعی مجازی به گونه‌ای است که برای نسل جوان سالم نمی‌باشد. پژوهش‌های انجام شده در خارج از کشور نیز بر این نکته تأکید دارند که استفاده نا متعارف از شبکه‌های اجتماعی مجازی آسیب‌هایی در پی خواهد داشت. از جمله پژوهش مطر و همکاران^۲ (۲۰۱۶) نشان داد که در حال حاضر ۲۵ درصد از نوجوانان از رسانه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند. اگر چه استفاده از این فن آوری می‌تواند برای یافتن اطلاعات جدید مفید باشد، اما، برای سلامت روان بسیار مضر است. منافع آن شامل داشتن یک شبکه حمایتی بزرگتر برای معاشرت و جنبه‌های منفی آن شامل افسردگی، قلدری سایبری، اعتیاد، بی‌خوابی، جنون و غیره، است. فنگکیانگ و همکاران^۳ (۲۰۱۶) نیز نشان دادند که اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی‌کننده پرخاشگری است. اوزکنبای و همکاران^۴ (۲۰۱۶) نشان دادند که ارتباط مثبت معناداری بین اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری و آسیب‌های روانی وجود دارد، به طوری که آسیب‌های روانی مشاهده شده (استرس، افسردگی، اضطراب، خشم، ترس، پرخاشگری و غیره) تأثیر معناداری بر رشد شخصیتی نوجوانان دارند. هم چنین، پژوهش یاداو و همکاران^۵ (۲۰۱۳) نشان داد که همبستگی مثبت و قوی بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی، اضطراب و استرس وجود دارد. از سویی، استفاده کنترل نشده از فضای مجازی، فرد را در معرض خطر اثرات مضر فیزیکی، اجتماعی و سلامت روانی قرار می‌دهد که از آن‌ها می‌توان به مشکلات اضطراب و استرس، افسردگی، علائم و نشانه‌های جسمانی مانند ضعف بینایی، صدمات سیستم اسکلتی، چاقی، مهارت‌های اجتماعی، مشکلات ارتباطی در خانواده و اعتیاد الکترونیکی اشاره کرد. اما، جهان امروز با یک مسأله بسیار اساسی روبرو گشته که دنیای مجازی می‌تواند نقش بسیار موثری در آن ایفا کند که مسأله مذکور، بیماری ویروسی جدیدی با نام کرونا ویروس (کووید-۱۹) است. کرونا ویروس خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که ممکن است باعث عفونت‌های تنفسی از سرما خوردگی گرفته تا بیماری‌های شدیدتر مانند مرس^۶ و سارس^۷ شوند. بنابراین، لازم است آثار روانی آن بر جامعه مورد توجه قرار گیرد که بر اساس مطالعات انجام شده، تصریح شده است که افسردگی، اضطراب، بیخوابی و پریشانی مسائل روانی درگیر در بیماری کووید ۱۹ هستند (صادقی و همکاران، ۱۳۹۹). در این میان، بیماری کرونا به دلیل ایجاد معضلات پزشکی-بهداشتی که بر جامعه جهانی تحمیل کرده است، بیشترین تأثیر را بر آموزش و پرورش گذاشته، به طوری که ۹۲ درصد دانش‌آموزان جهان تحت تأثیر پیامدهای منفی روانی، اجتماعی و آموزشی ناشی از همه‌گیری این بیماری مانند، اضطراب، افسردگی، تعطیلی بلندمدت مدارس، کاهش

1. Jakupov et al.
2. Mattar et al.
3. Fengqiang et al.
4. Osknbay et al.
5. Yadav et al.
6. MERS
7. SARS

کیفیت آموزش و ترک تحصیل قرار گرفته اند، بحران همه گیری بیماری کرونا، منجر به افزایش اضطراب از این بیماری در همه افراد جامعه شده و آثار منفی روانی بر همه اقدار جامعه و به ویژه دانش آموزان داشته است که بر سلامت روان و انگیزش تحصیلی آنان اثر گذاشته است (عینی و همکاران، ۱۴۰۰). از آنجایی که دانش آموزان هر جامعه، قشر کارآمد و آینده ساز هر کشور محسوب می شوند، گروهی که بخش عمده برنامه ریزی و بودجه هر کشور را به خود اختصاص می دهند و سلامت روان آن ها، در کسب موفقیت های آتی شان از اهمیت به سزایی برخوردار است و از آنجا که طبق آمار رسمی سازمان بهداشت جهانی (۲۰۲۰)، ایران پس از ایتالیا، اسپانیا، ایالات متحده آمریکا، فرانسه و بریتانیا بیشترین تعداد جانباختگان بر اثر ابتلا به کرونا را داشته است (صادقی و همکاران، ۱۳۹۹)، نتایج پژوهش حاضر کمک می کند تا از نقطه نظر دانش آموزان مقطع ابتدایی، میزان و نوع ارتباط بین شبکه های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس مشخص گردد که در صورت معنادار بودن ارتباط، مسئولان و دست اندرکاران، خانواده ها و به خصوص آموزش و پرورش باید به دنبال ایجاد ساز و کارهایی برای کنترل استفاده دانش آموزان از این شبکه ها باشند تا از گسترش آسیب های بیشتر به ویژه در دوران همه گیری اپیدمی کوید-۱۹، جلوگیری به عمل آید. با عنایت به موارد مطرح شده، پژوهش حاضر قصد دارد به این سوال پاسخ دهد که آیا بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس دانش آموزان پسر دوره ابتدایی شهرستان ساری در دوران همه گیری اپیدمی کوید-۱۹ رابطه وجود دارد؟

روش

این پژوهش، از نظر هدف، کاربردی؛ از نظر ماهیت و روش گردآوری اطلاعات، توصیفی و از نظر روش تحقیق، همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان پسر مقطع ابتدایی آموزش و پرورش ناحیه ۱ شهرستان ساری در سال تحصیلی ۰۰-۱۳۹۹ است. جهت انتخاب حجم نمونه به جدول کرجسی و مورگان مراجعه شد. بر این اساس، تعداد نمونه برابر ۳۶۴ نفر بدست آمد. برای انتخاب افراد نمونه آماری، از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. ابزار اندازه گیری، پرسشنامه های زیر بود:

- **پرسشنامه اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی:** این پرسشنامه توسط حسن زاده و اولادزاد (۱۳۹۴) تهیه شده است و دیدگاه و نظر آزمودنی ها را در قالب ۳۰ گویه اندازه گیری می کند. هر گویه دارای مقیاس ۵ درجه ای لیکرت و دامنه تغییرات آن به صورت ۵-۱ است به طوری که آزمودنی برای انتخاب گزینه کاملاً موافقم، ۵ امتیاز؛ موافقم، ۴ امتیاز؛ نظری ندارم، ۳ امتیاز؛ مخالفم، ۲ امتیاز و کاملاً مخالفم، ۱ امتیاز کسب می کند. روایی این پرسشنامه با نظر متخصصان تایید شد. هم چنین پایایی آن طبق ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۶ محاسبه شد.

- **مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس:** برای اندازه گیری افسردگی، اضطراب و استرس از پرسشنامه لایبوند و لایبوند (۱۹۹۵) استفاده شد. این مقیاس مجموعه ای از سه مقیاس خود گزارش دهی برای ارزیابی حالات عاطفه منفی در افسردگی، اضطراب و استرس است. این مقیاس ۲۱ سوال دارد که هر ۷ سوال یکی از متغیرهای افسردگی، اضطراب و استرس را اندازه گیری می کند. هر سوال از صفر (اصلاً در مورد من صدق نمی کند) تا ۳ (کاملاً در مورد من صدق می کند) نمره گذاری می شود. آنتونی و همکاران (۱۹۹۸) مقیاس مذکور را مورد تحلیل عاملی قرار دادند که نتایج پژوهش، حاکی از وجود سه عاملی افسردگی، اضطراب و استرس بود. نتایج نشان داد که ۶۸ درصد از واریانس کل، توسط این سه عامل مورد سنجش قرار می گیرد. جهت تعیین مقدار پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار محاسبه شده برای مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب برابر ۰/۹۷، ۰/۹۲ و ۰/۹۵ بود (حسن زاده و همکاران، ۱۳۹۳). در این پژوهش، جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روش آمار توصیفی و آمار استنباطی از طریق برنامه نرم افزاری SPSS 23 استفاده شد به طوری که جهت آزمون آماری فرضیه ها و تعمیم اطلاعات حاصل از نمونه به جامعه آماری از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌ها

• بررسی نرمال بودن متغیرها

جدول ۱، نرمال بودن متغیرها را بر اساس آزمون کولموگوروف-اسمیرنوف^۱ نشان می‌دهد:

جدول ۱: آزمون K-S جهت بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیرها	تعداد	K-S	P
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی	۳۷۰	۰/۲۰۲	۰/۱۰۱
اضطراب	۳۷۰	۰/۲۰۷	۰/۰۸۴
افسردگی	۳۷۰	۰/۲۰۴	۰/۰۹۲
استرس	۳۷۰	۰/۲۰۹	۰/۰۷۶

جدول ۱، نشان داد در سطح اطمینان ۹۵ درصد ($\alpha=0/05$)، متغیرهای اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، اضطراب، افسردگی و استرس، از یک توزیع نرمال پیروی می‌کنند، چرا که ($P > \alpha=0/05$).

• آزمون ضریب همبستگی پیرسون

جهت تعیین میزان و جهت رابطه بین متغیرهای اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی (متغیر پیش بین) و اضطراب، افسردگی و استرس (متغیرهای ملاک) در دانش‌آموزان، از آزمون ضریب همبستگی پیرسون، استفاده شد. جدول ۲، نتایج حاصل از این آزمون را نشان می‌دهد:

جدول ۲: آزمون ضریب همبستگی پیرسون

پیش بین	ملاک	شاخص‌های آماری		
		تعداد	r	r ²
اضطراب	۳۷۰	۰/۶۰۶	۰/۳۷	۰/۰۰۰
اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی	۳۷۰	۰/۵۹۹	۰/۳۶	۰/۰۰۰
افسردگی	۳۷۰	۰/۶۴۱	۰/۴۱	۰/۰۰۰
استرس	۳۷۰			

جدول ۲، نشان داد در سطح اطمینان ۹۵ درصد ($\alpha=0/05$)، فرضیه صفر (H_0) رد و فرضیه پژوهش (H_1) تایید می‌گردد، چرا که ($P=0/000 < \alpha=0/05$). بنابراین، می‌توان ادعا نمود رابطه مثبت معنادار بین اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس دانش‌آموزان وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

یافته ها نشان داد که بین اعتیاد به شبکه های اجتماعی مجازی با اضطراب، افسردگی و استرس دانش آموزان رابطه مثبت معنادار وجود دارد. نتیجه به دست آمده با نتایج پژوهش های سعدی پور (۱۳۹۴)، ابوالحسینی و همکاران (۱۳۹۴)، مجیدی و همکاران (۱۳۹۴)، مجردی و همکاران (۱۳۹۳)، عدلی پور و همکاران (۱۳۹۳) و فتحی و همکاران (۱۳۹۳) و در داخل کشور و نتایج پژوهش های فنگکیانگ و همکاران (۲۰۱۶)، مطر و همکاران (۲۰۱۶)، اوزکنبای و همکاران (۲۰۱۶) و یاداو و همکاران (۲۰۱۳) در خارج از کشور همسو است. نتایج نشان می دهند، یکی از راه ها جهت کاهش میزان اضطراب، افسردگی و استرس در دانش آموزان، بهره برداری صحیح و شایسته از شبکه های اجتماعی است. توجه به مواردی نظیر برقراری ارتباطات درست و همراه با احترام با سایر اعضا در شبکه های اجتماعی، انتشار عقاید و افکار خود و نه ترویج عقاید دیگران، انتشار تصاویر و محتواها مطابق با عرف و شرایط فرهنگی جامعه، مشارکت در بحث ها و گفتگوهای مورد علاقه، افزایش مشارکت ها و کنش های اجتماعی، تقویت روحیه انتقادی، مشارکت در نظر و رأی دادن، کامنت گذاشتن و به اشتراک گذاری اطلاعات مورد علاقه، توجه و آگاهی از سلاقی و عقاید سایر افراد گروه و غیره می توانند علاوه بر کاهش اضطراب ها و استرس ها، در تقویت مشارکت اجتماعی دانش آموزان نقش داشته باشند. مطالعه حاضر همچون هر مطالعه دیگری دارای یکسری محدودیت ها است. این پژوهش در شهرستان ساری انجام شد و در تعمیم نتایج آن به سایر مناطق باید احتیاط کرد. با توجه به شرایط همه گیری بیماری، اجرای این پژوهش به صورت غیرحضوری و از طریق شبکه های مجازی صورت گرفت، استفاده از روش نمونه گیری در دسترس نیز می تواند از تعمیم پژوهش حاضر بکاهد. همچنین نظارت کامل پژوهشگر بر نحوه اجرا پرسشنامه ها وجود نداشت. با همه این شرایط، مهم ترین محدودیت پژوهش حاضر عدم دسترسی حضوری به نمونه های آماری جامعه پژوهش به دلیل شیوع کرونا بود. بنابراین بر اساس نتایج حاصله، پیشنهادهایی ارائه می گردد: در شرایط بیماری های واگیرداری از جمله کرونا ویروس که سرعت انتقال آن بالا است، استفاده از متخصصین سلامت روان در آموزش به دانش آموزان برای چگونگی مقابله با حس ناتوانی در برابر این بیماری به کار گرفته شود. پیشنهاد می شود در بحران های سلامت و ایام قرنطینه برنامه آموزش مهارت های حل مسئله اجتماعی، آموزش سرسختی روان شناختی در برنامه درسی دانش آموزان گنجانده شود؛ هم چنین تمهیداتی جهت آموزش خانواده ها برای به کارگیری مهارت های ارتباطی مؤثر و راهبردهای حل تعارض در جهت کاهش کشمکش های احتمالی در ایام قرنطینی صورت گیرد. با ارائه آموزش های لازم، نظارت کافی از سوی خانواده ها بر رفتار الکترونیکی فرزندان از جمله استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی، اعمال گردد تا دانش آموزان به بهانه انجام تحقیق اوقات خود را به گشت و گذار بیبوده در اینترنت، وب و شبکه های اجتماعی اختصاص ندهند. به مسولان دلسوز و دست اندرکار بخش فرهنگی کشور پیشنهاد می گردد، در جهت تقویت فرهنگ استفاده بهینه از اینترنت و شبکه های اجتماعی مجازی به طرق مختلف در جامعه تلاش نموده، به همین منظور شایسته است از ظرفیت های آموزش و پرورش و صدا و سیما در افزایش آگاهی و آشنایی دانش آموزان و والدین آن ها استفاده شود. به مدیریت آموزشگاه ها و مدارس پیشنهاد می شود در طی سال تحصیلی و در چند نوبت با دعوت از کارشناسان متخصص در حوزه های علوم ارتباطی، مشاوره و روان شناسی، مزایا و معایب استفاده بیش از حد از اینترنت و شبکه های اجتماعی مجازی، آموزش داده شود و بازخورد آن در عملکرد رفتاری و تحصیلی دانش آموزان پیگیری شود.

منابع

- آریانی، ابراهیم؛ زاهد بابلان، عادل؛ معینی کیا، مهدی؛ خالق خواه، علی. (۱۳۹۴). نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در قابلیت‌های پژوهشی دانشجویان تحصیلات تکمیلی. *مجله دانشگاهی یادگیری الکترونیکی (مدیا)*، ۶ (۲) : ۳۹-۲۶.
- ابوالحسنی، معصومه؛ زینی حسونند، ناهید؛ گودرزی، کوروش. (۱۳۹۴). رابطه بین اعتیاد به اینترنت، بازی‌های آنلاین و شبکه‌های اجتماعی با سلامت روانی دانش‌آموزان دختر و پسر سال سوم متوسطه شهرستان بروجرد. *اولین کنفرانس ملی بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و چالش‌ها*، ۲۸ الی ۳۰ بهمن، دانشگاه اصفهان، بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای، همراه اول، شرکت مخابرات استان اصفهان.
- بیرامی، منصور؛ موحدی، یزدان؛ موحدی، معصومه. (۱۳۹۳). ارتباط حمایت اجتماعی ادراک شده و احساس تنهایی اجتماعی عاطفی با اعتیاد به اینترنت در جامعه دانشجویی. *دوفصل‌نامه علمی پژوهشی شناخت اجتماعی*، ۳ (۲) : ۱۰۹-۱۲۲.
- پاشایی، فاطمه؛ نیکبخت نصرآبادی، علی رضا؛ توکل، خسرو. (۱۳۸۷). تجربه جوانان از زندگی با اینترنت: مطالعه کیفی. *مجله علوم رفتاری*، ۲ (۴) : ۳۳۳-۳۳۷.
- حسن زاده، رمضان؛ فرزانه، سمیرا؛ خادملو، عزیز. (۱۳۹۳). نظریه‌ها و کاربرد آزمون‌های روان‌شناختی و شخصیت. تهران: نشر ارسباران.
- دلیر ناصر، نرگس؛ حسینی نسب، سید داود. (۱۳۹۴). بررسی مقایسه‌ای پیشرفت تحصیلی و انگیزه پیشرفت در دانش‌آموزان ابتدایی مدارس عادی و هوشمند شهر تبریز. *نشریه علمی پژوهشی آموزش و ارزشیابی*، ۸ (۲۹) : ۳۱-۴۲.
- سعدی‌پور، اسماعیل. (۱۳۹۴). بررسی تأثیر جنبه‌های منفی شبکه‌های اجتماعی و روابط آن‌ها بر دانش‌آموزان نوجوان با تأکید بر زورگویی سایبری. *مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران*، ۳ (۴) : ۶۰۱-۵۸۵.
- صادقی، سولماز؛ شریفی‌رهنمو، سعید؛ فتحی، آیت‌اله و محمدی، شروین. (۱۳۹۹). پیش‌بینی اضطراب کووید-۱۹ و تجربه انگ اجتماعی آن بر اساس ابعاد اعتیاد اینترنتی پس از موج اول اپیدمی در دانشجویان. *مجله پژوهش سلامت*، ۵ (۴) : ۲۶۸-۲۶۸.
- عدلی‌پور، صمد؛ قاسمی، وحید؛ میر محمد تبار، سید احمد. (۱۳۹۳). تأثیر شبکه اجتماعی فیسبوک بر هویت فرهنگی جوانان شهر اصفهان. *فصل‌نامه تحقیقات فرهنگی ایران*، ۷ (۱) : ۱-۲۸.
- عینی، ساناز؛ زیار، مونا؛ عبادی، متینه. (۱۴۰۰). سلامت روان دانش‌آموزان در طول اپیدمی کرونا: نقش پیش‌بینی اضطراب کرونا، تحریف شناختی و سرسختی روان‌شناختی. *فصل‌نامه رویش روان‌شناسی*، ۱۰ (۷) : ۲۵-۳۴.
- فتحی، سروش؛ وثوقی، منصور؛ سلمانی، گودرز. (۱۳۹۳). بررسی رابطه مصرف شبکه‌های اجتماعی مجازی با سبک زندگی جوانان. *فصل‌نامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان*، ۴ (۱۳) : ۸۸-۶۹.
- کوثری، مسعود. (۱۳۸۷). *اینترنت و آسیب‌های اجتماعی*. تهران: نشر سلمان.
- کیا، علی اصغر؛ نوری مراد آبادی، یونس. (۱۳۹۱). عوامل مرتبط با گرایش دانشجویان به شبکه اجتماعی فیس بوک (بررسی تطبیقی دانشجویان ایران و آمریکا). *فصل‌نامه مطالعات فرهنگ - ارتباطات*، ۱۳ (۷) : ۱۸۱-۲۱۲.

مجردی، وحید؛ اسلامی، علی؛ جمال، سعید. (۱۳۹۳). بررسی وضعیت استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی بین دانشجویان استان خراسان شمالی. *فصل نامه دانش انتظامی خراسان شمالی*، ۱ (۴) : ۸۵-۹۹.

مجیدایی، مرتضی؛ پیر عین الدین، سعید؛ کسای، عبدالرحیم. (۱۳۹۴). نقش استفاده مفرط از تلفن همراه در پیش بینی کیفیت خواب، اضطراب و افسردگی دانشجویان. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۲ (۲) : ۳۸-۴۶.

نادمی، فرح؛ سعیدی رضوانی، کامبیز. (۱۳۸۵). *استفاده از اینترنت و پیامدهای روانی اجتماعی آن*. پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد.

Andrews, G., Sanderson, K., Slade, T., Issakidis, C. (2000). Why does the burden of disease persist? Relating the burden of anxiety and depression to effectiveness of treatment. *Bull World Health Organ*, 78 (4): 446-454.

Fengqiang, G., Jie, X., Yueqiang, R., Lei, H. (2016). The Relationship Between Internet Addiction and Aggression: Multiple Mediating Effects of Life Events and Social Support. *Psychology Research*, 6 (1): 42-49.

Jakupov, M., Palmer, S., Gyllensten, K. (2005). The relationship between coaching workplace stress: A correlational study. *International Journal of Health promotion*, 3 (43): 97-103.

Mattar, M., Blatchford, T., Alao, A. (2016). Facing the Truth about Social Media: Psychopathology among Social Media Users. *Ann Psychiatry Ment Health*, 4 (4): 1-6.

Oskenbay, F., Tolegenova, A., Kalymbetova, E., Cheung Chung, M., Faizullina, A. (2016). Psychological trauma as a reason for computer game addiction among adolescents. *The International Journal of Environmental and Science Education (IJESE)*, 11 (9): 2343-2353.

Yadav, P., Banwari, G., Parmar, C., Maniar, R. (2013). Internet addiction and its correlates among high school students: A preliminary study from Ahmedabad, India. *Asian J Psychiatr*, 6 (6) : 500-505.