

مطالعه عامل روانشناختی اضطراب و تاثیر آن در اعتیاد به اینترنت در دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر

ابراهیم محمودی ثانی^۱، مجید قنبری میلانی^۲، رضا عقیلی^۳

چکیده

هدف این پژوهش مطالعه عامل روانشناختی اضطراب و تاثیر آن در اعتیاد به اینترنت در دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل والدین و دانشجویان می باشد که تعدادشان (N=۶۰) است. با استفاده از جدول مورگان و به روش نمونه گیری تصادفی ساده به انتخاب داده ها می پردازیم. ابزار جمع آوری داده ها شامل دو پرسش نامه استاندارد شده که بر اساس مقیاس درجه بندی لیکرت تدوین شده است. پرسش نامه اینترنت دارای ۲۰ سؤال و پرسش نامه اضطراب دارای ۳۸ سؤال است. ضریب پایایی و روایی به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۶۰ - ۰/۷۱ به وسیله آلفای کرونباخ به دست آمده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات در مباحث آمار توصیفی با استفاده از میانگین و انحراف استاندارد و درصد فراوانی و رسم نمودار به توصیف عینی و واقعی داده ها پرداخته می شود. در مباحث آمار استنباطی (برون گروهی) با استفاده از رگرسیون چند متغیری تحلیل واریانس در گروه های مستقل و آزمون t و با استفاده از نرم افزارهای SPSS به تحلیل داده ها پرداخته می شود. نتایج نشان می دهد که بین میزان وابستگی به اینترنت و اضطراب در دانشجویان رابطه وجود دارد.

کلیدواژه: دانشجویان، اینترنت، روانشناختی، اعتیاد

مقدمه

کاربری اینترنت^۴ و رایانه در ابتدای قرن بیست و یکم، یکی از هیجان انگیزترین فعالیت برای بسیاری از ساکنین کره زمین فراهم کرده است با توجه به روند روبه رشد و سرسام آور تولید اطلاعات توسط متخصصین رشته های مختلف علمی، هر فرد در هر کجای دنیا با به کارگیری این امکانات و با تایپ چند کلمه کلیدی، آن هم فقط در چند لحظه، به انبوهی از اطلاعات دسترسی پیدا می کند. در هزاره سوم، فناوری اطلاعات به عنوان عمده ترین محور تحول و توسعه در جهان منظور شده و دستاوردهای ناشی از آن به صورت فزاینده ای با زندگی آحاد مردم عجین گردیده است.

همچنین شواهد حاکی از آن است که استفاده از اینترنت به عنوان یکی از تولیدات و دستاوردهای تکنولوژیکی مدرن در چند دهه اخیر رواج و گسترش بیش از حدی در بسیاری از جوامع اعم از توسعه یافته و یا در حال توسعه داشته است، به طوری که هر روز تعداد کثیری از افراد در زمره کاربران اینترنت قرار می گیرند. در میان نسل نوجوان و جوان روز به روز بر محبوبیت آن افزوده می شود.

امروزه در بیشتر خانه ها، مدارس و ادارات امکان دسترسی آسان به اینترنت وجود دارد. از سوی دیگر ماهیت گمنام اینترنت موجب می شود کاربران چیزهایی را از اینترنت یاد بگیرند در زندگی روزمره به کار گیرند که با فرهنگ جامع هم خوانی ندارد. در کشور ما کاربران خانگی اغلب از طریق خط تلفن به اینترنت وصل می شوند. برای این منظور باید با

^۱ دانشجوی دانشگاه فرهنگیان / مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر، e.mahmoudi_1370@yahoo.com

^۲ دانشجوی دانشگاه فرهنگیان / مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر، magid.gh93@gmail.com

^۳ مدرس دانشگاه فرهنگیان

مراجعه حضوری به شرکت‌های ارائه‌دهنده خدمات اینترنتی و تکمیل فرم‌های مربوط به اشتراک اینترنت یا خریداری کارت‌های اعتباری مخصوص نام کاربر و کلمه عبور مخصوص خود را دریافت کنند تا به کمک آن بتوانند از طریق سایت شرکت مذکور به اینترنت متصل شوند. (موسوی، ۱۳۸۵). گزارش‌های رسانه‌ها و تحقیقات نشان می‌دهد که کاربران اینترنت به خصوص دانشجویان و جوانان در نتیجه استفاده بیش از حد از اینترنت در معرض خطر قرار می‌گیرند. خطراتی مانند : عدم مسئولیت‌پذیری اجتماعی، انزوای اجتماعی، ناکارآمدی تحصیلی و کاری، کاهش عزت‌نفس، پرخاشگری، افسردگی^۲، اضطراب و اختلال خواب. (عیوضی، ۱۳۸۹).

یکی از ابعاد روان‌شناختی، روانشناسی اضطراب^۳ است. قرن بیستم عصر اضطراب نامیده می‌شود، هرچند که ترس و اضطراب و سایر هیجانات از زمان پیدایش انسان با وی همراه بوده و در واقع به قدمت خود بشر است. با اینکه ترس از زمان‌های قدیم مطرح بوده، اما اضطراب و تفاوت آن با ترس و نفوذ آن در شرایط زندگی انسان تنها مدت کوتاهی قبل از قرن بیستم شناخته شده است. اضطراب حالتی است که تا حدودی برای همه رخ می‌دهد. بیشتر مردم، به هنگام مواجهه با شرایط خاص، نظیر شرکت در یک آزمون، هنگامی که به دنبال انجام کاری به نحو احسن اند و یا آنگاه که می‌خواهند برای ارائه سخنرانی و یا بیان مطلبی مقابل گروهی بایستند، دچار اضطراب می‌شوند. اندکی اضطراب، طبیعی و گاه مفید است و باعث می‌شود تا انسان انگیزه لازم را برای انجام بایسته کارها و یا تمرکز بیشتر به دست بیاورد. آنچه نامطلوب و یا مضر است، بی‌تفاوتی محض یا اضطراب بسیار شدید است که قدرت عمل را از فرد سلب می‌کند. نشانه‌های جسمی عبارتند از: بی‌قراری، گرفتگی عضلات، بدخوابی و سردرد. هم‌چنین اضطراب شدید ممکن است منجر به افزایش ضربان قلب، تعویق، بالا رفتن فشارخون، حالت تهوع و سرگیجه شود.

بیان مسئله

اینترنت بزرگ‌ترین شبکه کامپیوتری موجود در جهان است که از میلیون‌ها کامپیوتر شخصی، مسیریاب^۱ و تجهیزات مخابراتی تشکیل شده است سابقه ایجاد اینترنت به سال ۱۹۸۶ بازمی‌گردد. پیدایش این شبکه نتیجه کوشش ایالات متحده آمریکا برای ایجاد شبکه‌ای منسجم و قابل اعتماد برای برقراری ارتباط بین دستگاه‌های رایانه‌ای دولتی بود. اینترنت، مادر شبکه‌هاست و رایانه‌ها را در سراسر دنیا به یک سیستم عظیم ارتباطات جهانی مانند ارتباط بین مراکز مهم دانشگاهی و تحقیقاتی، مؤسسات دولتی، مراکز تجاری و تمامی کاربران را در سراسر دنیا تبدیل کرده است و در حقیقت امکان اتصال همگانی را میسر می‌سازد و متعلق به فرد یا گروه خاصی نمی‌باشد رایانه‌ها از طریق ارتباطات می‌توانند انواع اطلاعات را با یکدیگر ردوبدل کنند به بیانی علمی تر، اینترنت یک شبکه ارتباطات گسترده است که از تعداد زیادی شبکه‌های کوچک محلی تشکیل شده است شبکه‌های کوچک محلی به طور ساده از ارتباط دست‌کم دو رایانه از طریق سیستم ایجاد می‌گردند هر یک از این رایانه‌ها می‌توانند با دیگری ارتباط برقرار کنند و در منابع موجود بر روی شبکه با دیگری سهیم شوند هنگامی که چند شبکه کوچک محلی به هم متصل می‌شوند، شبکه ارتباطات گسترده به وجود می‌آید. اتصال‌ها در جهان به یکدیگر شبکه اینترنت را تشکیل داده است.

کنفرانس الکترونیک^۲، تجارب الکترونیک، پست الکترونیک و ارتباطات تلفنی بین‌المللی، دستیابی به اخبار و حتی دوست‌یابی و ازدواج از جمله خدماتی است که امروزه در شبکه اینترنت عرضه می‌شوند. با توجه به این‌که یکی از پیامدهای منفی استفاده از اینترنت گرایش دانشجویان و جوانان و حتی والدین است و گرایش به این سبب بروز رفتارهایی پرخاشگرانه و حتی اضطراب و استرس می‌باشد لذا اضطراب یکی از شایع‌ترین مسائلی است که در حیطه پزشکی و روان‌پزشکی و روانشناسی به چشم می‌خورد بدان حد که در حدود سی درصد از کسانی که به پزشکان عمومی مراجعه می‌کنند از این مشکل رنج می‌برند. (روبرت^۳ و دیگران، ۱۹۹۸).

^۲-Depression

^۳-Anxiety Psychology

^۱ - Router

^۲-Electronic Conferences

^۳-Robert

استفاده از اینترنت در دانشگاه‌ها سبب شده است تا دانشگاه‌ها در ایجاد زیرساخت‌های اطلاع‌رسانی و ایجاد شبکه‌های درون‌سازمانی و برون‌سازمانی پیشگام باشند. (درگاهی، ۱۳۸۲) بی‌تردید هر پیشرفت در کنار مزایایی که دارد می‌تواند مشکلاتی را نیز به همراه داشته باشد که اینترنت و کشور ما نیز از این قاعده مستثنی نیستند. در کنار کاربردهای فراوان اینترنت و جذابیت‌های آن، یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که اینترنت با خود به همراه داشته است، پدیده‌ای با عنوان "اعتیاد به اینترنت" می‌باشد. این اختلال به‌عنوان شکل جدیدی از اعتیاد توجه پژوهشگران و محققین را به خود جلب کرده است. از آنجاکه کاربران اینترنت را در ایران عمدتاً افراد تحصیل‌کرده تشکیل می‌دهند و این افراد در میان خانواده‌ها و گروه‌ها از تأثیر زیادی برخوردارند، لذا می‌توان گفت که ضریب نفوذ اینترنت در ایران بسیار بالاست و به‌سرعت در حال افزایش است (ضیایی پرور، ۱۳۸۷).

واژه معتاد یا وابستگی برای کاربران اینترنت بکار گرفته شده است چراکه نشانه‌های وابستگی به اینترنت همان ویژگی‌هایی را دارد که اعتیاد به سیگار و موارد مشابه دارد، نشانه‌هایی شامل اختلالات عاطفی و روانی، مشکلات در روابط اجتماعی، کاری و تحصیلی که هرروز به مقدار بیشتری در استفاده‌کنندگان از اینترنت گسترش می‌یابد. (جان گروهل، ۱۳۸۱).

اینترنت به‌خودی‌خود ابزاری بی‌ضرر است ولی استفاده بیش‌ازحد موجب اعتیاد به آن می‌شود. وابستگی به اینترنت موضوع جالب و تازه‌ای است که در سال‌های اخیر به‌عنوان اعتیاد رفتار محور مورد توجه قرار گرفته است (درگاهی، ۱۳۸۲). می‌توان ادعا کرد که اینترنت به‌عنوان ابزاری برای هر فرد و در هر رشته‌ای تخصصی است که او را قادر می‌سازد تا در تمام دنیا با همکاران خود ارتباط برقرار کرده و به تبادل اطلاعات بپردازد. (آصف زاده، ۲۰۰۶). با توجه به عواقب متعدد اعتیاد به اینترنت از جمله عواقب فردی، اجتماعی، خانوادگی، تحصیلی، شغلی، جسمی و روانی باید توجه جدی‌تری به این عواقب داشت، زیرا تفاوت مهم اعتیاد به اینترنت با سایر اعتیادها از قبیل اعتیاد به مواد مخدر در این است که هرگونه اعتیاد به سمت سایر اعتیادها نامطلوب است در حالی که استفاده درست از اینترنت نه تنها نامطلوب نیست بلکه باید جوانان را بیش‌ازپیش با استفاده‌های مهم آشنا نمود. با توجه به اهمیت پیشگیری پیش از درمان و توجه به اینکه اعتیاد به اینترنت به‌عنوان مشکل در نسل جوان و آینده‌سازان جامعه می‌باشد، اقداماتی از قبیل نحوه صحیح استفاده از اینترنت و افزایش اطلاعات نسبت به رایانه و اینترنت ضروری است. عدم استفاده صحیح و مناسب از اینترنت و جستجوهای کنجکاوانه دانشجویان به‌صورت بی‌هدف و بی‌برنامه نه تنها آن‌ها را از رسالت اصلی اینترنت در دانشگاه دور می‌کند، بلکه به دلیل ایجاد نوعی اعتیاد به اینترنت و صرف بیشترین زمان اوقات فراغت دانشجویان، می‌تواند تأثیر منفی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان داشته باشد. از آنجاکه وابستگی به اینترنت می‌تواند وضعیت تحصیلی دانشجویان را دچار تزلزل نماید و سبب افت تحصیلی و کاهش معدل آن‌ها گردد، تلاش جهت جلوگیری از هدر رفتن فرصت‌های مفید دانشجویان ضروری است.

اضطراب مفهومی است چندبعدی و دارای سطوح مختلف که به‌عنوان پدیده‌های بدنی، شناختی، عاطفی و بین فردی جلوه‌گر می‌شود. اضطراب یک علامت هشداردهنده است و باید خاطرنشان ساخت که اندکی اضطراب برای ادامه بقا و حفظ فرد از خطرات تهدیدکننده و حراست از خود لازم است؛ اما با وجود اینکه نوعی عامل انگیزش محسوب می‌شود، وقتی از حدی می‌گذرد عامل اغتشاش و فروریختگی سازمان رفتارها می‌گردد بنابراین، اضطراب ممکن است ما را از مسیر زندگی خارج کند، به‌نحوی که مهارت‌های زندگی را از دست بدهیم (جان بزرگی، ۱۳۴۰). زمانی که نگرانی فرد شدت یابد، فرد دچار اضطراب می‌گردد. اضطراب عبارت از یک ناراحتی دردناک ذهنی درباره پیش‌بینی یک تهدید و یا ناخوشی در آینده است. از جمله ویژگی‌های اضطراب: ترس، ناراحتی و پیش‌بینی مهلکه‌ای است که راه فرار ندارد، و معمولاً همراه با احساس درماندگی در یافتن چاره و راه‌حل است. اگرچه اضطراب می‌تواند بازتابی از حالات درونی نظیر نگرانی‌های کلی باشد، اما معمولاً با رویدادهای استرس‌زا نیز همراه است و به نظر می‌رسد که برخی از افراد نسبت به آن آسیب‌پذیرتر از سایرین باشد. اضطراب پدیده‌ای است طبیعی و همگان آن را در وهله‌ای احساس می‌کنند اضطراب پاسخی ضروری به استرس است و فرد را به هنگام مواجهه با خطر، برای فعالیت و کنش آماده می‌کند در موقعیت‌های خاص، بدن انسان تغییرات فیزیولوژیکی، زیستی و عینی قابل اندازه‌گیری از قبیل اعمالی چون تعرق زیاد، تنفس شدید، دفع مواد زاید و شدت ضربان

قلب از خود بروز می‌دهد. این تغییرات اغلب با نشانه‌هایی از یک احساس ناخوشایند از یک موقعیت همراه هست که البته مقداری از این تغییرات برای بدن مفید هستند، ولی به محض این که به صورت افراطی درآیند، شرایط ناجوری که البته مقداری از این تغییرات برای بدن مفید هستند، ولی به محض این که به صورت افراطی درآیند، شرایط ناجوری را بر بدن حاکم می‌سازند. مشخص کردن شرایطی که باید وجود داشته باشد تا در آن تغییرات فیزیولوژیکی و احساس فیزیولوژیکی^۱ رخ دهد، بسیار مشکل است. برای این که شرایط گوناگون برای افراد مختلف، متفاوت است. و بستگی به این دارد که آیا شرایط برای آن‌ها تهدیدآمیز هست یا خیر؟ علاوه بر این، تغییرات فیزیولوژیکی و ترکیبات آن‌ها برای افراد مختلف، متفاوتی است و افراد مختلف با کلمات و اصطلاحات متفاوت احساس‌ها و تجارب خود را از یک موقعیت بازگو می‌کنند. بر اساس آنچه گذشت پژوهش در پی آن است که آیا بین میزان وابستگی به اینترنت و سنجش اضطراب در دانشجویان رابطه وجود دارد یا خیر و اگر رابطه وجود دارد میزان آن چقدر است؟ هدف اصلی تحقیق، بررسی رابطه بین میزان وابستگی به اینترنت و سنجش اضطراب در دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر است.

پیشینه‌ی تحقیق:

در پایان‌نامه ای تحت عنوان بررسی ارتباط وابستگی به اینترنت و عامل بزرگ شخصیت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پسر و دختر شیراز پرداخته شده است. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شده و نمونه‌ها از ۴ ناحیه آموزشی شیراز انتخاب شده‌اند. یافته‌های این پژوهش نشان داد مدت استفاده از اینترنت در پسران بیش از دختران است و همچنین تفاوت معناداری میان دانش آموزان دختر و پسر در نحوه استفاده از اینترنت وجود دارد. همچنین اعتیاد به اینترنت در دانش آموزانی که ناحیه محل زندگی آن‌ها از لحاظ اقتصادی و اجتماعی در وضعیت نامطلوبی نسبت به دیگر نواحی قرار دارد بیشتر است. از دیگر یافته‌های این پژوهش این است که ویژگی‌های شخصیتی دانش آموزان، پیش‌بینی کننده آسیب‌پذیری در برابر اعتیاد به اینترنت است و ویژگی‌های شخصیتی به‌عنوان یکی از متغیرهای تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان عمل می‌کنند.

در سال ۱۳۸۶ در تحقیقی به بررسی اعتیاد به اینترنت و عوامل مؤثر بر آن در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران پرداخته است. هدف از انجام این مطالعه بررسی مشکل اعتیاد به اینترنت و ویژگی‌های رفتاری، شخصیتی و جمعیتی کاربران برحسب درجه اعتیاد آن‌ها بود. این مطالعه به روش مقطعی بر روی ۷۳۲ نفر از کاربران اینترنت در سنین ۱۵ تا ۳۹ ساله در منطقه ۲ غرب تهران انجام شد. در این مطالعه برای سنجش ویژگی‌های روان‌شناختی میزان اعتیاد از روش یانگ، برای سنجش نوع شخصیت کاربران از شاخص مایرز بیکرز و جهت اندازه‌گیری میزان بیگانگی با خود از مقیاس احساس بیگانگی با خود دین استفاده شد در این بررسی ۳۰ درصد کاربران به اینترنت اعتیاد داشتند و همه آن‌ها درجات مختلفی از رفتارهای روانی اجتماعی مانند احساس بیگانگی با خود، احساس ضعف و ناتوانی در انجام امور، رفتارهای ناهنجار اجتماعی، اجتماع‌گریزی، درون‌گرایی و رفتار احساسی را از خود نشان دادند.

اهمیت و ضرورت تحقیق:

محقق این موضوع را به این دلیل انتخاب کرد تا مشخص شود که چه رابطه بین میزان وابستگی به اینترنت و اضطراب در دانشجویان وجود دارد؟ آیا استفاده از اینترنت واقعاً منجر به اضطراب می‌شود یا نه؟ اینترنت یکی از فناوری‌های جدید اطلاعات می‌باشد که از مزایای آن می‌توان به ارتباطات الکترونیکی اطلاع‌رسانی به سریع‌ترین، گسترده‌ترین کاراترین شکل، امکان دسترسی به عمیق‌ترین جدیدترین اطلاعات مباحث علمی روز دانشگاه‌های جهان اشاره کرد اما محققان بر این باورند که در کنار تمام مزایایی که اینترنت دارد خطراتی را نیز به همراه دارد و والدین

^۱-Physiological Sensation

باید با هوشیاری هرچه تمام‌تر نسبت به این خطرات آگاه گردند و در برخورد با آسیب‌های اینترنت از هیچ اقدامی فروگذاری نکنند. اینترنت نیز باید مانند تمام ابزار دیگر، درست مورد استفاده قرار بگیرد، چراکه استفاده نادرست و بیش از حد از اینترنت پیامدهایی را به همراه دارد. از جمله می‌توان به تجاوز به حریم خصوصی، تحلیل استعدادهای نهفته، افسردگی و خطرات بالقوه اشاره کرد. شاید یکی از این خطرات ایجاد اضطراب در دانشجویان باشد اما آیا اضطراب می‌تواند تأثیر مطلوب یا نامطلوب ایجاد کند؟ اندکی اضطراب، طبیعی و گاهی مفید است و باعث می‌شود تا انسان انگیزه لازم را برای انجام دادن کارها و تمرکز بیشتر به دست آورد. آنچه نامطلوب است و یا مضرت بی‌تفاوتی محض و یا اضطراب بسیار شدید است که قدرت عمل را از فرد سلب می‌کند. پیامدهای اضطراب رami توان بی‌قراری، گرفتگی عضلات، بدخواهی و سردرد، همچنین اضطراب شدید ممکن است منجر به افزایش ضربان قلب، تعریق، بالا رفتن فشارخون، حالت تهوع، و سرگیجه منجر شود. اضطراب رایانه مفهومی نوعی واکنش هیجانی و شناختی است که در فرد کار و تعامل با رایانه به وجود می‌آید؛ و دلیل آن ناآگاهی و بیشتر به آن سبب است که فرد رایانه را امری تهدیدکننده برای خود قلمداد می‌کند. به هر حال، اضطراب رایانه باعث می‌شود که احساسات منفی فرد نسبت به رایانه گسترش یابد و از رویارویی با آن و یادگیری مهارت‌های مربوط خودداری کند. امید است که نتایج این تحقیق گامی هرچند کوچک در برطرف کردن اضطراب در دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر باشد.

روش تحقیق :

روش تحقیق در واقع ابزار دست یابی به واقعیت به شمار می‌روند. روش‌های تحقیق متعددی هستند و هر روش تا اندازه‌ای به کشف قوانین علمی کمک می‌کند (دلور، ۱۳۸۵). در هر پژوهشی محقق تلاش می‌کند تا مناسب‌ترین روش را انتخاب کند و آن روش است که دقیق‌تر از روش‌های دیگر قوانین واقعیت را کشف کند. روش مورد استفاده در این پژوهش روش همبستگی از نوع توصیفی می‌باشد.

جامعه آماری:

جامعه عبارت است از گروهی از افراد اشیاء یا حوادث که حداقل دارای یک صفت یا ویژگی مشترک هستند. جامعه آماری می‌تواند محدود باشد که تعداد تشکیل دهنده آن معین و محدود است و گاه ممکن است نامحدود باشد و آن در صورتی است که مشخص کردن همه‌ی اعضای جامعه میسر نیست. (دلور، ۱۳۸۵).

جامعه آماری این پژوهش عبارت از کلیه دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر که ۲۴۲ نفر می‌باشند. که از این تعداد ۶۰ نفر آن‌ها به صورت تصادفی ساده انتخاب شده است.

حجم نمونه و شیوه نمونه‌گیری :

نمونه عبارت است از زیرمجموعه‌ای که از کل جامعه انتخاب می‌شود و معرف آن است. چون حجم یا اندازه اکثر جامعه‌های تحقیقی بسیار بزرگ است. بنابراین اندازه‌گیری ویژگی مورد پژوهش برای تک‌تک افراد یا عناصر جامعه غیرممکن است (دلور ۱۳۸۵). حجم نمونه این پژوهش در قالب دو پرسشنامه شامل اینترنت ۶۰ نفر و اضطراب ۶۰ نفر است. که با استفاده از جدول مورگان انجام شده و نمونه‌گیری به صورت تصادفی ساده صورت گرفته است.

روش‌های آماری و تجزیه و تحلیل داده‌ها :

روش‌های تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده‌های حاصله از اجرای پرسشنامه در دو سطح توصیفی و استنباطی را با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS صورت گرفته است. در سطح آمار توصیفی از میانگین، انحراف معیار و واریانس و در سطح آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه و تأیید واریانس یک‌راهه (F) و آزمون (T) در گروه‌های مستقل استفاده شده است. یافته‌های تحقیق:

¹—Computer Anxiety

برای بررسی میزان تأثیر این دو متغیر اینترنت و اضطراب بر یکدیگر و به دست آوردن میزان این رابطه به صورت زیر ابتدا پارامترهای آمار توصیفی را به دست می آوریم. در این بررسی دو متغیر را با s_1, s_2 نمایش می دهیم.

فرکانسها

آمارها

	s1	s2
اعتبار/معتبر	۲۰	۳۸
از دست رفته	۱۸	۰
میانگین	۱.۹۱۶۰	۱.۸۴۳۴
میانه	۲.۰۰۰۰	۱.۸۳۵۰
مد	۲.۰۰	۲.۰۰
واریانس	.۱۴۸	.۰۹۰

جدول (۴-۱) داده ها و آمارها.

برای بررسی تأثیر از آزمون تی استفاده می کنیم که به صورت زیر است.

آزمون تی

یک مثال آماری

	N	میانگین	انحراف از معیار	خطای میانگین
s1	۲۰	۱.۹۱۶۰	.۳۸۵۲۵	.۰۸۶۱۴
s2	۳۸	۱.۸۴۳۴	.۳۰۰۶۱	.۰۴۸۷۷

یک نمونه امتحان

	اعتبار آزمون: ۰.۹۵					
	t	Df	مجموع	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان از اختلاف	
					پایین	بالا
s1	۲۲.۲۴۲	۱۹	.۰۰۰	۱.۹۱۶۰۰	۱.۷۳۵۷	۲.۰۹۷۳
s2	۳۷.۸۰۱	۳۷	.۰۰۰	۱.۸۴۳۴۲	۱.۷۴۴۶	۱.۹۴۲۲

جدول (۴-۲) آزمون T بین وابستگی به اینترنت و اضطراب.

با توجه به آزمون T بالا فرض صفر را رد می کنیم یعنی دو متغیر بر یکدیگر تأثیر دارند که میزان این تأثیر را با استفاده از ضرایب همبستگی به صورت زیر به دست می آوریم.

همبستگی

		s1	s2
s1	همبستگی پیرسون	۱	.۴۳۱
	مجموع		.۰۵۷
	N	۲۰	۲۰
s2	همبستگی پیرسون	.۴۳۱	۱
	مجموع	.۰۵۷	
	N	۲۰	۳۸

جدول (۳-۴) ضریب همبستگی بین وابستگی اینترنت و اضطراب. در مرحله‌ی بعد بین متغیرها خط رگرسیونی برازش می‌دهیم.

متغیرهای وارد شده / برداشته شده

مدل	متغیرهای وارد شده	متغیرهای برداشته شده	روش
1	s1 ^a	.	وارد شده

تمام متغیرهای درخواستی وارد شده. a.

متغیر وابسته. b.

خلاصه مدل

مدل	R	R ²	مربع تنظیم شده	خطای برآورد شده	تغییرات آماری				
					مربع تغییرات	F	تغییرات	df1	df2
۱	.۴۳۱	.۱۸۶	..۱۴۱	.۲۵۹۸۰	.۱۸۶	۴.۱۱۸	۱	۱۸	.۰۵۷ ^a

a. پیش‌بینی: ثابت s1،

جدول (۴-۴) رگرسیون بین وابستگی به اینترنت و اضطراب.

مدل	مجموع مربعات	Df	میانگین مربعات	F	Sig.
۱- رگرسیون	.۰۲۷۸	۱	.۰۲۷۸	۴.۱۱۸	.۰۵۷
باقیمانده	۱.۲۱۵	۱۸	.۰۶۷		
جمع	۱.۴۹۳	۱۹			

a. پیش‌بینی: ثابت s1،

B متغیر وابسته. s2:

جدول (۴-۵) تحلیل واریانس بین وابستگی به اینترنت و اضطراب.

ضرایب

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	T	Sig.
	B	std خطا	بتا		
1	ثابت	۱.۲۷۴	.۳۰۲	۴.۲۱۹	.۰۱۱
	s1	.۳۱۴	.۱۵۵	۲.۰۲۹	.۰۵۷

a. متغیر وابسته s2 :

جدول (۴-۶) نتایج حاصل از ضریب همبستگی وابستگی اینترنت و اضطراب.

نتیجه:

فناوری اطلاعات به ویژه اینترنت دارای محاسن و مزایای فراوانی است و مانند بسیاری از ابزارهای دیگر، پتانسیل‌های منفی و مثبت را در خود دارد که نباید به صرف داشتن خطرات، از دستاوردهای آن پرهیز کرد. اینترنت وسیله ارتباطی و اطلاعاتی ارزشمندی برای همه است.

در عصر انفجار اطلاعات، دسترسی به گنجینه جهانی اطلاعات دیجیتالی برای هر کس اهمیت زیادی دارد. امروزه استفاده و کاربرد اینترنت به ویژه در میان نوجوان و دانشجو به طور وسیعی گسترش یافته است. به همین دلیل نسل آینده نسلی است که با رایانه و اینترنت و دیگر فناوری‌های نوین ارتباطی بزرگ می‌شوند و به شدت به آن‌ها وابسته می‌گردند. و همین وابستگی می‌تواند برای آن‌ها مشکلات فراوانی از نظر جسمی و روانی ایجاد کند که شاید یکی از این مشکلات اضطراب باشد. که اضطراب عبارت است از یک احساس منتشر، ناخوشایند و مبهم، هراس و دلواپسی با منشأ ناشناخته، که به فرد دست می‌دهد و شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژی است. وقوع مجدد موقعیت‌هایی که قبلاً استرس‌زا بوده‌اند یا طی آن‌ها به فرد آسیب‌رسیده است باعث ایجاد اضطراب می‌شود.

بی‌شک هر تحقیق که صورت می‌گیرد باید نتیجه‌ای در برداشته باشد در این فصل که آخرین و مهم‌ترین مراحل از مراحل پژوهش می‌باشد به بحث و نتیجه‌گیری در مورد پژوهش خود می‌پردازیم. محقق در پژوهش خود در بین دانشجویان به این نتیجه رسید که میزان استفاده از اینترنت می‌تواند بر اضطراب دانشجویان ترم اول تأثیر بگذارد.

فرض اصلی: بین وابستگی به اینترنت و سنجش اضطراب در دانشجویان ترم اول مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر رابطه وجود دارد. بر اساس مندرجات جدول (۲-۴) با ذکر شده در فصل چهارم با توجه به آزمون ضریب همبستگی پیرسون اجرا شده فرض تحقیق مبنی بر وجود رابطه معنی‌داری تأیید می‌گردد لذا بین وابستگی به اینترنت و سنجش اضطراب رابطه معناداری وجود دارد که در تبیین این یافته می‌توان گفت: دانشجویان مضطرب به علت وابستگی و استفاده بیش از حد از اینترنت دچار افسردگی و اضطراب فراوان می‌شوند. گلدبرگ (۱۹۹۶) اختلال اعتیاد به اینترنت را نوعی اختلال رفتاری که به عنوان مکانیسم مواجهه مورد استفاده قرار می‌گیرد و از معیارهای وابستگی به مواد (DSM IV ۱۹۹۵) گرفته شده است می‌داند. رایج‌ترین اصطلاح «اعتیاد به اینترنت» این است که نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد می‌کند. (امیدوار و صارمی، ۱۳۸۱).

فرضیه فرعی: بین وابستگی به اینترنت و تپش قلب، ترس، تنگی نفس رابطه معنی‌داری وجود دارد. فرض تحقیق مبنی بر وجود رابطه معنی‌داری تأیید می‌گردد، لذا بین وابستگی به اینترنت و تپش قلب و ترس و تنگی نفس رابطه معنی‌داری وجود دارد

دکتر مرتضی لطیفیان در تحقیقات خود به این نتیجه رسید که افراد مضطرب متعلق به خانواده‌هایی هستند که در آن‌ها گفت‌وگوشوند منع می‌شود یا به‌طور کلی وجود ندارد. صادق شریفی در همایش آموزشی اعتیاد به اینترنت، وابستگی و اعتیاد کاربران به اینترنت در دنیای امروزی موجب بروز اختلال در انجام کارهای روزانه و ایجاد مشکلاتی در زندگی خصوصی کاربران می‌شود.

محدودیت‌های پژوهش :

- ۱- عدم وجود منابع اطلاعاتی غنی و به‌روز در مورد موضوع پژوهش
- ۲- عدم دسترسی به پیشینه پژوهشی
- ۳- عدم همکاری بعضی از دانشجویان ترم اول در پاسخ‌دهی به سؤالات پژوهش

پیشنهادات:

- ۱- بررسی نقش اینترنت در تغییر رفتار دانشجویان
- ۲- در دسترس بودن مشاوران، آگاه، مجرب و متعهد و دلسوز برای راهنمایی دانشجویان و خانواده‌های آنان برای پیشگیری از بروز این نوع مشکلات
- ۳- افزایش سطح آگاهی والدین، مدیران مدارس جهت شیوه‌های برخورد صحیح با دانشجویان و نحوه صحیح ارائه رهنمودهای سازنده به آنان به‌طوری‌که باعث جذب جوانان شود و احساس تنهایی نکند.
- ۴- برگزاری‌های کلاس‌های آموزشی، علمی، مذهبی، تفریحی و انجام مسابقات مختلف ورزشی توسط سازمان ملی جوانان و با هزینه کم که موجبات جلب دانشجویان و جوانان را به این‌گونه برنامه‌های سازنده فراهم آورده و آنان را از روی آوردن به فعالیت‌های آسیب‌زا بازمی‌دارد.
- ۵- فیلترگذاری بر روی سایت‌های غیرمجاز توسط مخابرات به‌نحوی‌که شکستن این فیلترها برای کاربران به‌هیچ‌وجه مقدور نباشد.

منابع و مأخذ:

- بیانی، ابراهیم. (۱۳۸۰). روش‌های تحقیق و سنجش در روان‌شناسی و علوم تربیتی، تهران، انتشارات رهیافت.
- توسلی، غلام. (۱۳۸۰). جامعه‌شناسی کار و شغل، تهران، انتشارات سمت.
- جان بزرگی، مسعود و نوری، ناهید. (۱۳۴۰). شیوه‌های درمانگری، اضطراب و تنیدگی (استرس). تهران، چاپ اول، انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- خلیلی شورینی، سعید. (۱۳۷۵). تئوریهای رهبری سازمان و کاربرد آن‌ها در نظام مدیریت ایران، چاپ اول، تهران، انتشارات قائم.
- دادستان، پریرخ. (۱۳۷۶). سنجش و درمان اضطراب امتحان، مجله روان‌شناسی، شماره ۱، صص ۳۱-۶۰.
- دلاور، علی. (۱۳۸۵). روش‌های آماری در روان‌شناسی و علوم تربیتی، چاپ سوم، تهران، انتشارات پیام نور.
- امیدوار، احمد، صارمی، علی‌اکبر، ۱۳۸۱، اعتیاد به اینترنت (توصیف، سبب‌شناسی، پیشگیری، درمان و مقیاس‌های سنجش اختلال اعتیاد به اینترنت)، مشهد، انتشارات تمرین
- سلیقه‌دار، آمنه. (۱۳۸۶). خانواده‌ها، پیامدهای اطلاعات و ارتباطات، چاپ اول، انتشارات مدیریت مبارزه با جرائم و مواد مخدر، دایره تحقیقات و پژوهش.
- کنری، هلن. (۱۹۸۱). مبینی، سیروس. (۱۳۸۴). اختلالات اضطرابی (آموزش کنترل و درمان)، تهران، انتشارات رشد.
- موسوی، علی و سبز علی گل، مجید. (۱۳۴۵). گواهینامه بین‌المللی کاربری کامپیوتر ICDL-XP سطح دو، تهران، انتشارات صفار - اشراقی

- Arnold ,J. and cooper , C.L.(1998) work stress and psychological well- being ,in J.Arnold , C.L. cooper ,and I.T.Robertson ,eds. , work psychology: understanding Human Behaviour in the work place , London :F T Pitman.
- Beckers,J.J ,& Schmidt ,h. (2000).”The structure of computer anxiety : A six – factor model” Computers in Human Behavior, 17 (1) :35-49.
- Bozionels , Nikos (1997).”psychology of computer use: Cognitive spontaneity as a correlate of computer anxiety and attitudes toward computer use.” Psychological Reports , 80.392 – 402.
- Camber , M.A., and cook ,D.,L.(1984).”computer anxiety :Definition,measurement ,and correlates.” Paper presented at the Annual meeting of the American Educational Research Association.68, New Orleans , LA , April, 23- 27.
- Doronina, Ov (1995).”Fear of computers :its nature , prevention and cure.”Russian Social Review,36 (4);79-89.
- Dyck,J.L; Gee,N.R;& Smither ,J.A.(1998).”The changing construct of computer anxiety for younger and older adults.” Computer in Human Behavior , 14(1):66-77.
- Elish .H,C . and Hunt , R.R.(1993). Fundamentals of cognitive psychology. Fifth edition;V.S :Brown & Benchmark (WCB) Publishers
- Freud,s.(1926).On psychopathology :Inhibitions, symptoms and anxiety. In the pelican Freud Library (ed.A.Richards), vol.10.(1979).penguin Books,Middlesex.
- Gelder. M.G.(1985). Psychological treatments for anxiety disorders. Paper given to the university .Department of psychiatry , oxford.
- Goldberg,B.(1998).High – tech anxiety.”Management Review,7,33-38.
- Giddens,A.(1999) Runaway world :How Globalization is Reshaping our lives, London: profile Books.
- Morse, Donald.(1995) .” Anxiety and its control.”International Journal of psychomatics.42- 1-4 ;pp 54- 57.
- Raub, A.C. (1981).” Correlates in computer anxiety in college students.”Unpublished doctoral dissertation , University of Pennsylvania Philadelphia.
- Rezaei,A.A.,(2002). Test – taking strategies and Test performance...
- Robert , c.c Butcher, J.N.Mineka , S.(1998).Abnormal psychology and modern life, Longman,new York.
- Schabracg, M.(2003). The Hand book Gezonheid psychologic English , West Sussex:J. wiley and sons.
- Spence, S.H.(1998).A measure of anxiety symptoms among children. Behavior Research and therapy.
- Spielberger , CS.(1972).Anxiety ; current trends in theory and research . New York,Academic press.
- Spielberger,C.K., Gorsuch,R.L.,Lushene,r.,Vagg,P.R., and Jacobs.G.A.(1983).Manual for the state- Trait Anxiety inventory. Palo Alto. CA: Consulting psychologists press.
- smith,M.N and kotlik , J.W.(1990).”computer anxiety among extension agents, Journal of Extension ,28(4).
- statt,D.A.(1990).The Concise dictionary of psychology.London:Routledge.
- behavior therapy program for anxiety control. Behaviour Therapy,2,498- 22-
- Suinn,R.M.and Richardson,f.(1971).Anxiety management training:A non- specific 510.
- Torrance,E.P.(1965).Constructive Behavior:stress, personality and mental Health, Belmont: Wadsworth.
- Trend,D.(2001).Reading Digital culture.Oxford: Black well publishers.

- Widyanto, Laura & McMurrin, Mary. (2004). The psychometric properties of the Addiction Test. *Cyber psychology & Behavior*, Vo(4). 443- 450.
- Yung, k. (1996). Internet addiction : the emergence of a new clinical disorder . *cyber psychology & Behavior*.
- [www w.aftabir.com](http://www.aftabir.com)
- www.eyvazi.com
- [http:// rasekhoon .net](http://rasekhoon.net)

فصلنامه پویش در علوم تربیتی و مشاوره