

به نام خدا

# رابطه احساس تنهایی، سبک های هویت و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان

مولفان :

اطهر روستا

مژگان منوچهری

نصرالله روا

سعیده روستا

فاطمه نادری دهکردی

انتشارات ارسطو

( سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳ )

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

[chaponashr.ir](http://chaponashr.ir)

سرشناسه: روستا، اطهر، ۱۳۶۵  
عنوان و نام پدیدآور: رابطه احساس تنهایی، سبک های هویت و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان/ مولفان اطهر روستا، مژگان منوچهری، نصرالله روا، سعیده روستا، فاطمه نادری دهکردی.  
مشخصات نشر: انتشارات ارسطو(سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.  
مشخصات ظاهری: ۱۰۵ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۷۵۸-۵  
وضعیت فهرست نویسی: فیپا  
یادداشت: کتابنامه: ص ۱۰۵ - ۹۲.  
موضوع: احساس تنهایی - سبک های هویت - مهارت های اجتماعی - اعتیاد به اینترنت - دانش آموزان  
شناسه افزوده: مژگان، ۱۳۷۰  
شناسه افزوده: روا، نصرالله، ۱۳۵۶  
شناسه افزوده: روستا، سعیده، ۱۳۶۹  
شناسه افزوده: نادری دهکردی، فاطمه، ۱۳۶۰  
رده بندی کنگره: TK۵۱۰۵/۴۸۷  
رده بندی دیویی: ۰۵۶  
شماره کتابشناسی ملی: ۹۵۱۸۷۰۳  
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

نام کتاب: رابطه احساس تنهایی، سبک های هویت و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان  
مولفان: اطهر روستا - مژگان منوچهری - نصرالله روا  
سعیده روستا - فاطمه نادری دهکردی  
ناشر: انتشارات ارسطو(سازمان چاپ و نشر ایران)  
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر  
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳  
چاپ: زبرجد  
قیمت: ۹۶۰۰۰ تومان  
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:  
<https://chaponashr.ir/ketabresan>  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۷۵۸-۵  
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵  
[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

فصل اول.....	۷
کلیات.....	۷
مقدمه.....	۷
بیان علوم رایانه ای سبک های هویت ومهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت.....	۹
اهمیت و ضرورت سبک های هویت ومهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت.....	۱۳
فصل دوم.....	۱۵
پیشینه سبک های هویت ومهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت.....	۱۵
نوجوانی.....	۱۶
مراحل نوجوانی.....	۱۹
خصایص و ویژگی های نوجوانی.....	۲۳
احساس تنهایی.....	۲۵
نظریه های احساس تنهایی.....	۲۶
مدل علی تحقیق بر اساس نظریه هانا آرنت.....	۳۰
زندگی مستقل یا انزوا و تنهایی.....	۳۳
تنهایی اجتماعی و تنهایی عاطفی.....	۳۴
احساس تنهایی، پایگاه روابط و تماس.....	۳۵
نیاز به وابستگی،دلیل احساس تنهایی.....	۳۷
رابطه احساس تنهایی و احساس امنیت.....	۳۷
معیارهای تشخیص اعتیاد.....	۳۹

- ۴۰ .....انواع اعتیاد.....
- ۴۲ .....هزینه های اعتیاد.....
- ۴۲ .....هزینه های اعتیاد به اینترنت.....
- ۴۳ .....نظریه پیوند افتراقی.....
- ۴۶ .....رویکردهای نظری.....
- ۴۹ .....نظریه پویایی روانی و شخصیت.....
- ۴۹ .....تبیین رفتاری.....
- ۵۰ .....تبیین بیوپزشکی.....
- ۵۱ .....نظریه شناختی - رفتاری.....
- ۵۲ .....دیدگاه مکتب مبادله.....
- ۵۳ .....نظریه های رسانه ای.....
- ۵۷ .....مهارت های اجتماعی.....
- ۵۹ .....هویت.....
- ۶۱ .....شکل گیری هویت.....
- ۶۸ .....هویت از دیدگاه نظریه پردازان مختلف.....
- ۶۸ .....دیدگاه اریکسون.....
- ۷۱ .....دیدگاه گلاسر.....
- ۷۲ .....دیدگاه رابرت کیگان.....
- ۷۴ .....دیدگاه پیتر بلوس.....
- ۷۵ .....دیدگاه مارسیا.....
- ۷۹ .....نظریه برزونسکی.....

۸۲	.....	بررسی رابطه سبکهای هویت و سازگاری اجتماعی
۸۵	.....	فصل پنجم
۸۵	.....	بحث و نتیجه گیری
۸۹	.....	پیشنهادات
۹۲	.....	منابع



# فصل اول

## کلیات

### مقدمه

دسترسی به اینترنت پدیده ای روبه گسترش است و هر روز تعداد بیشتری از افراد در زمره ی استفاده کنندگان اینترنت قرار می گیرند. اینترنت در همه جا مانند خانه، مدرسه و دانشگاه استفاده می شود. در واقع امروزه یادگیری استفاده از اینترنت برای همه افراد لازم به نظر می رسد. آمارها نشان می دهد در سال های اخیر تعداد کاربران اینترنت در حال افزایش می باشد. 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، رتبه اول را در کشورهای خاورمیانه کسب کرده است. پژوهش علوی و همکاران (۱۳۸۹)، نشان می دهد که بیشتر استفاده کنندگان جوانان هستند. همزمان با دسترسی روزافزون و گسترده افراد به اینترنت و کاربردهای فراوان اینترنت و همچنین جذابیت های آن، نوع جدیدی از اعتیاد یعنی اعتیاد به اینترنت بوجود آمده که معضل روبه رشد عصر اطلاعات است. همانند انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به اینترنت با علائمی چون افسردگی، کج خلقی، احساس تنهایی، از هم گسیختگی روابط اجتماعی و افت تحصیلی همراه است. به وضوح مشخص است که اینترنت می تواند مورد حسن استفاده یا سوء استفاده (به صورت اعتیاد) قرار گیرد. عوامل روانشناختی مختلفی بر قدرت و جذابیت اینترنت دلالت دارند. با توجه به اینکه روانشناسان اعتقاد دارند رفتارهای که فرد از خود نشان می دهد تحت تاثیر عوامل بسیاری هم چون عوامل محیطی، شخصیتی و عاطفی است و بنابراین، اعتیاد به اینترنت را از این دریچه می توان مورد بررسی و تحلیل قرار

داد. عواملی مانند هویت، احساس تنهایی و مهارت های اجتماعی از این دست عوامل محسوب می شوند. یکی از این عوامل که در جریان رشد فرد شکل می گیرد و می توان گفت که عاملی قابل توجه و اساسی در شکل گیری شخصیت افراد می باشد، هویت نام دارد. هویت و نحوه شکل گیری آن از جمله موضوعاتی است که مورد توجه بسیاری از حوزه های علمی قرار گرفته است. بحران هویت، در صورت فقدان انسجام نقش ها در زمینه های مختلف حاصل می شود که اعتیاد به اینترنت می تواند تاثیر گذار باشد.

یکی دیگر از متغیرهایی که رابطه آن با اعتیاد به اینترنت در تحقیقات متعددی مورد بررسی قرار گرفته است، تنهایی می باشد. بر خلاف گذشته که «تنهایی» یک مفهوم مثبت به معنای کناره گیری و اطلبانه فرد از درگیری های روزمره زندگی برای رسیدن به هدف بالاتر (مانند تعمق، مراقبه، ارتباط با خداوند) تلقی می شد، امروزه در متون روان شناختی «تنهایی» را شامل عناصر اصلی و مهمی مانند احساس نامطلوب فقدان یا از دست دادن همدم، جنبه های ناخوشایند و منفی روابط از دست رفته و از دست دادن رابطه با دیگری در نظر می گیرند از دیگر عواملی که می تواند از اینترنت تاثیر پذیر باشد، مهارت های اجتماعی افراد است. مهارت های اجتماعی، مجموعه رفتارهایی است اکتسابی که از طریق مشاهده، مدل سازی، تمرین و بازخورد آموخته می شود و دارای ویژگی های زیر است و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را در بر می گیرد و پاسخ های مناسب و مؤثر را در بر دارند، بیشتر جنبه تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حد اکثر می رسانند و بر اساس ویژگی ها و محیطی که فرد در آن قرار دارد، توسعه می یابند و از طریق آموزش رشد می کنند (زربخش بحری و همکاران، ۱۳۹۱).

با توجه به عواقبی که اعتیاد به اینترنت برای فرد معتاد دارد، مثل تغییر سبک زندگی به منظور صرف زمان بیشتر در اینترنت، کاهش عمومی فعالیت بدنی، بی توجهی به سلامت خود در نتیجه کار با اینترنت، اجتناب از فعالیتهای مهم زندگی به منظور صرف وقت

بیشتر در اینترنت، کاهش روابط اجتماعی، نادیده گرفتن خانواده و دوستان، مشکلات مالی ناشی از هزینه های استفاده از اینترنت، مشکلات تحصیلی و غیره لازم است میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با عوامل ذکر شده بررسی شود.

### بیان علوم رایانه ای سبک های هویت و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت

با پیشرفت علوم رایانه ای، محیط های مجازی انعطاف پذیرتر، پیچیده تر و به محیط های واقعی شبیه تر می شوند. محیط های مجازی که پیشرفت های علوم رایانه ای آن را گسترش داده اند، زمینه جدیدی است که بررسی عوامل مؤثر بر آن و پیامدهای حاصل از آن را واجد اهمیت می کند. اینترنت در سراسر کره زمین، در حال تبدیل شدن به جزئی از زندگی روزمره مردم است و هر نوآوری که با تمامی مردم همبسته و وابسته گردد، اثرات روان شناختی گوناگونی بر آنها اعمال می کند. جوهره اجتماع، ارتباطات پایدار میان انسان هاست و ارتباط به عنوان نخستین نیاز هر نظام، شکل خاصی از کنش متقابل اجتماعی است (دوران، ۱۳۸۵). کاربردهای فراوان اینترنت و جذابیت های آن سبب شده در سال های اخیر پدیده ای با عنوان "اعتیاد به اینترنت" <sup>۱</sup> ظهور کند. اینترنت به خودی خود ابزار بی ضرری است؛ اما استفاده بیش از حد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به اینترنت را به دنبال دارد که جز اعتیادهای رفتار محور طبقه بندی می شود. واژه معتاد برای کاربران اینترنت هم به کار گرفته می شود؛ زیرا نشانه های اعتیاد به اینترنت همان ویژگی های را دارد که در اعتیاد به الکل و سیگار دیده می شود (یونگ، ۱۹۹۸).<sup>۲</sup> این نشانه ها شامل نشانه های تحمل، جداسدن، اختلالات عاطفی و اختلال در روابط اجتماعی است که هر روز به مقدار بیشتری در استفاده کنندگان از اینترنت گسترش می یابد.

<sup>۱</sup>-Internet addiction

<sup>۲</sup>Young

مطالعات مختلف انجام شده بر روی دانش آموزان و دانشجویان نشان دهنده این امر است که میزان استفاده از اینترنت، همچنین میزان بروز و شیوع اعتیاد به اینترنت در حال افزایش است. اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان با مشکلاتی از قبیل کاهش ارتباطات میان فردی، عصبانیت، پرخاشگری و هیجان همراه است. همچنین اعتیاد به اینترنت باعث افت تحصیلی در این گروه می شود. در نهایت عوامل مربوط به اینترنت، مانند استفاده طولانی مدت از اینترنت، دستیابی سریع و آسانه آن و داشتن مهارت های بالا در استفاده از آن همگی در اعتیاد به اینترنت تأثیر دارند (لی، ۱۹۹۹، نقل از کورکی، ۱۳۹۰)<sup>۱</sup>

هویت از جمله موضوعاتی است که امروزه مد نظر روان شناسان، جامعه شناسان و سیاستمداران است که هر کدام به تبع ارتباط خود با این موضوع به اهمیت آن می پردازند. برای روانشناسان آنچه اهمیت دارد ثبات هویت افراد و کسب هویت موفق و گذر موفقیت آمیز از بحران است (فتحی و همکاران، ۱۳۹۲). بیشتر تحقیقات انجام شده در دهه گذشته در حیطه هویت در قالب مدل مارسیا<sup>۲</sup> بوده است. اما برزنسکی<sup>۳</sup> و نیمایر<sup>۴</sup> در یک مدل جدید، بر آن دسته از فرایندهای اجتماعی - شناختی تأکید می کنند که طی آن افراد بر اساس شیوه ترجیحی پردازش اطلاعات مربوط به خود و گفتگو در باره موضوعات مربوط به هویت و تصمیمات فردی، در وضعیت متفاوتی قرار می گیرند و یکی از سه جهت گیری یا سبک پردازش هویت شامل سردرگم<sup>۵</sup> (اجتنابی)، اطلاعاتی<sup>۶</sup> و هنجاری<sup>۷</sup> را اتخاذ می کنند. افراد با هویت سردرگم از سبک پردازش

1-Lee

2-Marcia

3-Berzonsky

4-Neimeyer

5-Diffuse-avoidant

6-Informational

7-Normative

سردرگم / اجتنابی ، افراد با هویت موفق یا دیررس ، از سبک پردازش اطلاعاتی و افراد با هویت زودرس از سبک پردازش هنجاری استفاده می کنند (برزنسکی ، ۱۹۹۴).

پژوهشگران معتقدند که اولین رفتارهای اجتماعی در ابتدا جنبه فطری دارند، اما بر اثر گذشت زمان جنبه های پرورشی، اثر به سزایی در بروز رفتارهای اجتماعی بر جای می گذارند (هیلگارد<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۳۷۹). نظریه های رشد برای تکامل اجتماعی فرد، مراحل متوالی را مطرح می کنند و زمینه های شناختی، محیطی و اجتماعی را در تحول فرآیند اجتماعی فرد مؤثر می دانند. بنابراین، اکتساب مهارت های اجتماعی را باید در فرآیند اجتماعی شدن جستجو کرد. فرآیند اجتماعی شدن و کسب مهارت های اجتماعی، فرآیندی بسیار پیچیده است و عوامل بی شماری در تحول آن مؤثرند. از جمله عوامل مؤثر در آن متغیرهای فردی، عوامل زیست شناختی، خانواده، همسالان، مدرسه، مذهب، ملیت، گروه ها و رسانه های گروهی هستند که نقش هر کدام از این عوامل، در هر رده سنی و شرایط محیطی، مهم به شمار می آید. در سنین پایین تر نقش عوامل شناختی، رشدی و خانواده مهم تر از سنین بالاتر است و در سنین بالاتر نقش عوامل شناختی و فراشناختی مثل گروه ها، همسالان، مدرسه، مذهب، رسانه های گروهی و محیط اجتماعی بیشتر می شود. یکی از مسائلی که در سال های اخیر با توجه به تغییرات سریع اجتماعی، از سوی سازمان های بهداشتی، مجریان قانون و سیاست گذاران اجتماعی به عنوان یکی از مشکلات موجود در جامعه به ویژه در میان جوانان مورد توجه قرار گرفته است، استفاده ناصحیح و بیش از حد از اینترنت و اختلال در مهارت های اجتماعی آنان می باشد. پژوهشگران در مورد علائم وابستگی به اینترنت و کامپیوتر معتقدند فردی که زمان های طولانی و متمادی را صرف بازیهای کامپیوتری کرده یا در گروه های بحث اینترنتی شرکت می کند، در شمار وابستگان به این

---

<sup>1</sup>-Hilgard

تکنولوژی جدید قرار دارد. این افراد از تمام حوادث پیرامون خود غافل شده، دچار اختلال در اشتها می شوند و از دوستان و آشنایان خود دور شده و مشکلات رفتاری پیدا می کنند (اورزاک و کریستنسن، ۲۰۰۱).<sup>۱</sup>

راسل<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۸۰)، در خصوص احساس تنهایی، افرادی که احساس تنهایی را تجربه می کنند، به دلیل اینکه با انتظارات و پیش بینی های منفی وارد مسیر گفت و شنود می شوند و همچنین به دلیل فقدان مهارت های اجتماعی لازم، در برقراری و تداوم روابط دوستانه نزدیک شکست می خورند. این افراد، در روابط اجتماعی، مضطرب و خودآگاه نسبت به طرد شدن، حساس هستند. در برقراری روابط دوستانه، انجام دادن فعالیت های اجتماعی، شرکت در گروهها، لذت بردن از مهمانی ها و کنترل محیط با مشکل مواجه هستند. آنها همچنین خود را منفی، کم ارزش، حقیر، دوست نداشتنی و از نظر اجتماعی نالایق می دانند و عزت نفس پایین تری دارند. برای افرادی که احساس تنهایی می کنند، اینترنتیک محیط اجتماعی آرمانی، فراهم می کند. گمنامی برخط، حضور نداشتن فیزیکی دیگران و رو در رو و واقعی نبودن تماس ها به کاربران تنها اجازه می دهد تا تعامل اجتماعی خود را کنترل کنند (سلیمی، ۱۳۸۸).

اینترنت توانسته با ورود خود به سرعت به یکی از ابزارهای لازم زندگی تبدیل شود، تا جایی که حذف آن از امور روزمره زندگی امری اجتناب ناپذیر است. اینترنت بشارت دهنده کم کردن فاصله ها و گسترش روابط میان آدمیان شده است. این در حالی است که به اثرات روان شناختی و اجتماعی استفاده طولانی مدت و آسیب زا از آن توجه کافی نشده است. نظر به اهمیت گسترش استفاده از اینترنت، در این پژوهش به دنبال یافتن

<sup>1</sup>-Orzack & Christensen

<sup>2</sup>-Russel

پاسخ این سوال هستیم: آیا بینسبک های هویت، احساس تنهایی و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت در بین دانش آموزان دوره متوسطه رابطه ای وجود دارد؟

### اهمیت و ضرورت سبک های هویت و مهارت های اجتماعی با اعتیاد به اینترنت

دسترسی به اینترنت، پدیده ای رو به گسترش است و هر روز تعداد بیشتری از افراد در زمره استفاده کنندگان اینترنت قرار می گیرند اینترنت در همه جا حضور دارد: در خانه، مدرسه، حتی در مراکز خرید در بین کاربران اینترنت، جوانان بیشترین استفاده از آن را دارند. نتایج تحقیقات انجام شده در ایالات متحده نشانگر آن است که استفاده از اینترنت در میان جوانان، بیش از هر گروه سنی دیگر است (بولن و هری<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱) به نقل از چاوش زاده، (۱۳۸۸). همزمان با دسترسی روز افزون و گسترده افراد به اینترنت، شاهد نوعی وابستگی به اینترنت در جوانان می باشیم. همانند تمامی انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به اینترنت نیز با علائمی همراه است همچون، اضطراب، افسردگی، کج خلقی، بی قراری، تفکرهای وسواسی، کناره گیری، اختلالات عاطفی و از هم گسیختگی روابط اجتماعی؛ از طرفی، در عین حال که روابط افراد در جهان مجازی افزایش می یابد، در مقابل از دامنه روابط آنان، در جهان واقعی کاسته می شود و احتمال افت عملکرد آموزشی آنان نیز می رود. بر اساس پژوهش انجام شده در مورد اعتیاد به اینترنت، در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران تمایل نوجوانان (سنین ۱۹-۱۵) بسیار شدید تر از سایر گروه های سنی می باشد (هنرپروان ۱۳۸۴ به نقل از چاوش زاده، ۱۳۸۸).

به هر حال پدیده اعتیاد به اینترنت همزمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منبع آنلاین شایع تر می شود. شبکه گسترده جهانی (وب)، سرگرم کننده، اطلاع دهنده و مفید است. اما برای بسیاری از افرادی که به آن معتادند این شبکه در حال تبدیل شدن به آسیب ها و نابهنجاری های روانی و رفتاری است. مطالعات نشان می دهد ۱۴ درصد

<sup>1</sup>Bullen and Harre

از کاربران اینترنت، جزء کاربران آسیب پذیر اینترنت هستند که دچار علائم رفتار های وسواسی، حالت روان پریشی، افسردگی و جزء آنها هستند (فریز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). نظر به اهمیت گسترش استفاده از اینترنت و پیامد های استفاده مفرط و بی رویه آن در زندگی اجتماعی و تأثیرات روانی آن بر کاربران در پژوهش حاضر به بررسی و تحقیق درباره اعتیاد اینترنتی و رابطه آن با متغیر هایی مانند احساس تنهایی و مهارت های اجتماعی در بین دانش آموزان پرداخته شده است.

---

<sup>1</sup>-Ferris