

رابطه بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت در بین دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر تهران

محمد بهشتیان*

چکیده

هدف این تحقیق بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و هوش هیجانی در بین دانش‌آموزان دبیرستان‌های تهران است. جامعه آماری این تحقیق شامل همه دانش‌آموزان دبیرستانی تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ و شامل ۹۷۲ نفر است که به ترتیب زیر انتخاب شده‌اند.

نخست، از بین مناطق ۲۲ گانه شهر تهران (مناطق شهرداری تهران) از هر منطقه ۴ دبیرستان (۲ غیر دولتی (یک دخترانه و یک پسرانه) و ۲ دولتی (یک دخترانه و یک پسرانه)) به تصادف انتخاب شدند و در هر یک از مدارس انتخابی نیز از هر مقطع یک کلاس (کلاً ۴ کلاس از هر دبیرستان) انتخاب شد. سپس، از دانش‌آموزان این کلاس‌ها خواسته شد که پرسش‌نامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ، پرسش‌نامه اطلاعات دموگرافیک و نیز پرسش‌نامه هوش هیجانی بار-آن را تکمیل کنند (تکمیل پرسش‌نامه‌ها از طریق سایت محقق به آدرس www.beheshtiyani.ir انجام می‌شد). تعداد دانش‌آموزانی که پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ را تکمیل کردند ۸۳۴۲ نفر بودند که از بین آن‌ها ۴۹۶۷ نفر پرسش‌نامه هوش هیجانی را نیز تکمیل کردند. از کل دانش‌آموزان ۵۷۳ نفر معتاد به اینترنت تشخیص داده شدند که از بین آن‌ها ۴۸۶ نفرشان پرسش‌نامه هوش هیجانی را تکمیل کرده بودند. بر همین اساس، از بین افراد غیر معتاد نیز به تصادف ۴۸۶ نفر انتخاب شدند که پرسش‌نامه هوش هیجانی را تکمیل کرده بودند. پس از اجرای پرسش‌نامه‌ها، نتایج با آزمون t مستقل تحلیل شد. تحلیل نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معنی‌داری بین

* استادیار پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی info@beheshtiyani.ir

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۱/۱۵، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۵/۴

مؤلفه های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت برقرار است. بر اساس نتایج این تحقیق، می توان گفت که با افزایش هوش هیجانی در دانش آموزان می توان از ابتلای آن ها به اعتیاد اینترنتی جلوگیری کرد.

کلیدواژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، هوش هیجانی، دانش آموزان، دبیرستانی، تهران.

۱. مقدمه

بیش از چهار دهه است که اینترنت اختراع شده و حدود بیست سال است که مورد استفاده عموم قرار گرفته است، اما طی همین بیست سال رشد بسیار چشمگیری داشته است تا جایی که در سال ۲۰۱۰ تعداد سایت های اینترنتی از تعداد انسان های روی کره زمین بیش تر شد. آمارها حاکی از آن است که امروزه اینترنت بیش از تلویزیون و ماهواره وقت مردم را به خود اختصاص می دهد و دیگر لقب جعبه جادو برانده تلویزیون نیست، چرا که جای خود را به کامپیوتر و اینترنت داده است (Brockman, 2011).

اینترنت از سال ۱۳۷۱ وارد ایران شد و از آن زمان تاکنون تعداد کاربران اینترنت رشد چشمگیری داشته است؛ به طوری که، در پایان سال ۱۳۸۸ تعداد کاربران اینترنت در ایران را در حدود ۱۰ تا ۲۰ میلیون نفر تخمین زده اند (البته آمارهای مختلفی در این زمینه مطرح می شود) و فقط در دهه اخیر میزان استفاده از اینترنت در کشور ما از رشد ۲۹۰۰ درصدی برخوردار بوده است تا آنجا که در حال حاضر ایران از نظر میزان کاربران اینترنت در بین کشورهای خاورمیانه رتبه اول را دارد (فتیحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸).

هر پیشرفت جدیدی، در کنار مزایایی که دارد، می تواند مشکلاتی را نیز به همراه داشته باشد؛ اینترنت و کشور ما نیز از این امر مستثنی نیست. با ظهور اینترنت مشکلات و آسیب های جدیدی پدیدار شده اند که برخی از آنها حتی جامعه جهانی را نیز نگران کرده است. برای مثال، در چند سال گذشته ده ها جلد کتاب درباره آسیب های اینترنت به چاپ رسیده است و کشورهای بسیاری طرح های تحقیقاتی متعددی را برای بررسی آثار اینترنت پی ریزی و مراکز تخصصی درمان آسیب های اینترنتی (مراکزی مثل مراکز ترک اعتیاد به مواد مخدر) را دایر کرده اند (Brockman, 2011).

یکی از مهم ترین مشکلاتی که اینترنت با خود به همراه دارد اعتیاد به اینترنت است. اعتیاد به اینترنت (Internet Addiction Disorder/ IAD) نوعی اختلال کنترل تکانه است که به استفاده بیش از حد از اینترنت به نحوی اطلاق می شود که سایر فعالیت های

اجتماعی فرد را تحت الشعاع قرار می‌دهد و منجر به افت عملکرد وی در حوزه‌های مختلف شغلی، علمی، اجتماعی، حرفه‌ای، خانوادگی، اقتصادی، روان‌شناختی، و نادیده‌انگاشتن روابط در دنیای واقعی مثل دوستان و خانواده می‌شود (حق‌شناس، ۱۳۸۵). اعتیاد به اینترنت آسیب‌های متعددی را می‌تواند به فرد وارد کند از جمله آسیب‌های روانی (اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، و غیره)، جسمانی (مشکلات خواب و تغذیه)، خانوادگی (کاهش روابط خانوادگی و افزایش فاصله بین اعضای خانواده)، شغلی (نبود بازدهی کاری و اخراج از کار)، و تحصیلی (افت نمرات تحصیلی) (Flisher, 2010; Huang et al., 2010; Carr, 2010).

در سال‌های اخیر، اعتیاد به اینترنت تبدیل به یکی از آسیب‌های مهم اجتماعی شده است (King et al., 2012) و آمارها نشان می‌دهد که بیش‌ترین قشری که در معرض آسیب‌های اینترنتی قرار دارد نوجوانان و جوانانند (پوررمضان، ۱۳۸۵). از آن‌جا که ایران از نظر جمعیتی یکی از جوان‌ترین کشورهای دنیاست، اهمیت اعتیاد به اینترنت در کشور ما بیش‌تر احساس می‌شود. امروزه، به علت اهمیت اعتیاد به اینترنت، در بسیاری از کشورهای غربی کلینیک‌های تخصصی ترک اعتیاد به اینترنت دایر شده است. مثلاً فقط در آلمان بیش از ۲۰۰ مرکز اختصاصی ترک اعتیاد به اینترنت دایر است (Wölfling, 2011).

سالیان طولانی متخصصان برای کمک به درمان اعتیاد به مواد تلاش‌های بسیاری کرده‌اند، اما طبیعت پیچیده وابستگی به مواد موجب بروز مشکلات متعدد در درمان این اختلال می‌شود؛ گرچه تلاش‌ها برای درمان اعتیاد موفقیت‌هایی در پی داشته، اما این موفقیت‌ها هرگز به حد انتظار نرسیده است (Kay and Tasman, 2006; Rees and Wilborn, 2003). از طرفی، تحقیقات متعدد نشان می‌دهد که میزان موفقیت در درمان اعتیاد به اینترنت نیز زیاد بالا نیست (Brockman, 2011) و حتی در برخی از تحقیقات مشخص شده است که ترک اعتیاد به اینترنت از ترک اعتیاد به الکل و نیکوتین سخت‌تر است (Young, 2007). بر همین اساس، اعتیادهای مختلف جزو اختلالات مزمن مقاوم به درمان لقب گرفته‌اند که به‌سادگی درمان نمی‌شوند (Magnavita, 2004) و مهم‌ترین اقدام مقابله‌ای برای انواع اعتیاد، از جمله اعتیاد به اینترنت، پیش‌گیری از ابتلاست، اما سؤال اساسی که در حوزه پیش‌گیری و درمان اعتیاد به اینترنت مطرح می‌شود این است که چرا برخی از افراد به اینترنت معتاد می‌شوند و برخی به رغم استفاده از آن به آن وابستگی پیدا نمی‌کنند؟

محقق در پژوهش‌های قبلی خود به بررسی رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با اعتیاد به اینترنت پرداخته است (بهشتیان، ۱۳۹۰).

یکی دیگر از متغیرهایی که با اعتیاد به اینترنت در ارتباط است، هوش هیجانی است. هوش هیجانی نوعی پردازش عاطفی است که شامل ارزیابی صحیح عواطف خود و دیگران، بیان مناسب عواطف، و تنظیم مناسب آنهاست؛ به نحوی که به بهبود جریان زندگی منجر شود (سماری و طهماسبی، ۱۳۸۶). از آن‌جا که روند طبیعی زندگی معتادان اینترنتی مختل شده است می‌توان گفت آن‌ها در هوش هیجانی مشکل دارند.

دو مفهوم اعتیاد به اینترنت و هوش هیجانی مفاهیم نسبتاً جدیدی در ادبیات روان‌شناسی‌اند؛ به همین علت، تحقیقات کمی در این حوزه‌ها انجام شده است که در ادامه به چند مورد از آن‌ها اشاره می‌شود. در تحقیقی، پارکر و همکاران (۲۰۰۹) رابطه بین هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت و بازی‌های کامپیوتری را بررسی کرده‌اند. نمونه آماری این تحقیق شامل ۴۵۹۸ دانش آموز سیزده تا هجده ساله بود. نتایج تحقیق نشان داد که بین میزان هوش هیجانی و میزان وابستگی به اینترنت و بازی‌های کامپیوتری رابطه متوسط تا قوی برقرار است.

در تحقیق دیگری، برانوی و همکاران (۲۰۰۸) سلامت روان وابستگان به اینترنت و موبایل و میزان هوش هیجانی آن‌ها را بررسی کردند. در این تحقیق ۳۶۵ دانشجوی شرکت داشتند. نتایج این تحقیق نشان داد که وابستگان به اینترنت و موبایل از سلامت روان کم‌تر و هوش هیجانی کم‌تری برخوردارند.

همچنین، مهدی‌زاده و حاج حسینی به بررسی رابطه بین هوش هیجانی و ناپایداری شخصیتی در معتادان به مواد پرداختند. در این تحقیق که نمونه آن شامل ۱۶۰ نفر (۸۰ مرد معتاد و ۸۰ مرد سالم) بود، مشخص شد که رابطه معکوسی بین میزان هوش هیجانی و اعتیاد به مواد برقرار است.

برخی از تحقیقات نیز رابطه بین اعتیاد به اینترنت و مؤلفه‌هایی را بررسی کرده‌اند که با هوش هیجانی در ارتباط است؛ از جمله اورزاک (۲۰۰۵) طی مطالعه‌ای دریافت که افراد معتاد به اینترنت به سادگی خسته می‌شوند و تنها، کمرو، خجالتی، و افسرده‌اند؛ به عبارت دیگر، این افراد در مدیریت هیجان‌های خود مشکل دارند.

همچنین، کاپلان (۲۰۰۲) به این نتیجه رسید که افراد معتاد به اینترنت ویژگی‌هایی چون احساس تنهایی، کمرویی، کناره‌گیری اجتماعی، و افسردگی دارند و از نظر واکنش‌های

اجتماعی در سطح پایین تری نسبت به افراد غیر وابسته به اینترنت قرار دارند؛ به عبارت دیگر، این افراد در مؤلفه خودمدیریتی مشکل دارند.

سندرز و همکاران (۲۰۰۰) نشان دادند نوجوانانی که استفاده زیادی از اینترنت می‌کردند ارتباط و تماس‌شان با والدین‌شان کاهش یافته بود و از نظر اجتماعی گوشه‌گیر و کناره‌گیر شده بودند؛ همچنین، آنان به این نتیجه مهم دست یافتند که استفاده افراطی از اینترنت موجب کاهش حمایت اجتماعی تماس‌های اجتماعی، تنهایی و افسردگی می‌شود. می‌توان گفت که با توجه به نتایج این تحقیق این افراد در مؤلفه خودمدیریتی مشکل دارند.

کرات (۲۰۰۶) در تحقیق خود تأثیر اعتیاد به اینترنت را در اعتماد به نفس و ویژگی‌های شخصیتی نوجوانان بررسی کرد و به این نتیجه رسید که نوجوانان معتاد به اینترنت از تماس‌های اجتماعی کناره‌گیری می‌کنند، از اینترنت برای فرار از واقعیت استفاده می‌کنند، و اعتماد به نفس پایینی دارند؛ به عبارت دیگر، می‌توان از نتیجه این تحقیق استنباط کرد که افراد معتاد به اینترنت در مدیریت هیجان‌های خود و مدیریت رابطه مشکل دارند.

وحدانی (۱۳۸۳) در تحقیق خود رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان را بررسی کرد. این تحقیق نشان داد که بین مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی (مهارت‌های اجتماعی، هم‌دلی، خودآگاهی، و خودکنترلی) و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری برقرار است.

با توجه به تحقیقات قبلی در این حوزه، می‌توان گفت که هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت رابطه دارد. یکی از ویژگی‌های مهم هوش هیجانی اکتسابی بودن آن است؛ به عبارت دیگر، هوش هیجانی برخلاف هوش شناختی، از طریق آموزش افزایش پذیر است. به همین علت مهم است که بدانیم کدام بخش‌ها و مؤلفه‌های هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت ارتباط دارند تا شناخت دقیق‌تری نسبت به آن پیدا کنیم، اما از آنجا که تاکنون تحقیقی برای بررسی رابطه بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت انجام نشده است، بنابراین، این پژوهش به دنبال یافتن پاسخ این سؤال است که چه رابطه‌ای بین اعتیاد به اینترنت و هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی (خودآگاهی هیجانی، خودمدیریتی، خودآگاهی اجتماعی، و مدیریت رابطه) برقرار است؟ که برای پاسخ‌گویی به این سؤال چهار فرضیه زیر تدوین شد:

۲. فرضیه‌ها

۱. میزان مؤلفه درون‌فردی هوش هیجانی دانش‌آموزان عادی و معتاد متفاوت است.
۲. میزان مؤلفه بین‌فردی هوش هیجانی دانش‌آموزان عادی و معتاد متفاوت است.
۳. میزان مؤلفه مدیریت هیجان‌های دانش‌آموزان عادی و معتاد متفاوت است.
۴. میزان مؤلفه انطباق و سازگاری دانش‌آموزان عادی و معتاد متفاوت است.
۵. میزان مؤلفه خلق عمومی دانش‌آموزان عادی و معتاد متفاوت است.

۳. چهارچوب نظری

هوش هیجانی نوعی پردازش عاطفی است که شامل ارزیابی صحیح عواطف خود و دیگران، بیان مناسب عواطف، و تنظیم مناسب آن‌هاست؛ به نحوی که، به بهبود جریان زندگی منجر می‌شود (سماری و طهماسبی، ۱۳۸۶). به عبارت دیگر، هوش هیجانی را می‌توان به کارگیری قابلیت‌های عاطفی خود و دیگران در رفتارهای فردی و گروهی برای کسب حداکثر نتایج تعریف کرد (وثوقی‌کیا، ۱۳۸۳).

شواهد بسیاری نشان می‌دهد که افرادی که مهارت‌های هیجانی دارند، یعنی کسانی که احساسات خود را به خوبی می‌شناسند و هدایت می‌کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آن برخورد می‌کنند، در حیطه‌های مختلف زندگی موفق‌ترند (علاسی و پوزش، ۱۳۸۸). مثلاً، تحقیقات نشان داده است که هوش هیجانی با توانایی ابراز وجود، خودکارآمدی، سلامت روان (بیرامی، ۱۳۸۷)، سازگاری اجتماعی، پیشرفت تحصیلی (رضویان، ۱۳۸۴)، توانایی مدیریت و کنترل تکانه (کاظمی، ۱۳۸۸)، مهارت‌های اجتماعی (صدری اکبرزاده و پوشینه، ۱۳۸۷)، عزت نفس، خودپنداره مثبت (خطیبی‌فر و همکاران، ۱۳۹۰؛ سماری و طهماسبی، ۱۳۸۶)، رضایت زناشویی (شمس‌آبادی، ۱۳۸۳)، و رضایت از زندگی (Cortese, 2007) ارتباط مثبت دارد و نیز با افسردگی، کم‌رویی، گوشه‌گیری، و احتمال ابتلا به اختلالات روانی (Robins et al., 2008) ارتباط منفی دارد.

افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند حالت‌های هیجانی خود را به نحو صحیح درک و ارزیابی می‌کنند، می‌دانند چگونه و چه موقع احساسات خود را بیان کنند، و می‌توانند به نحو مؤثری حالت‌های خلقی خود را تنظیم کنند (ibid).

به نظر بار - آن هوش هیجانی پنج مؤلفه دارد که عبارت‌اند از:

مؤلفه درون فردی: توانایی فرد را در آگاهی از هیجان‌ها و کنترل آن‌ها مشخص می‌کند؛
مؤلفه بین فردی: توانایی شخص را برای سازگاری در مهارت اجتماعی بررسی می‌کند؛
مؤلفه مدیریت هیجان‌ها: توانایی تحمل تنش و کنترل تکانه‌ها را بررسی می‌کند؛
مؤلفه انطباق و سازگاری: توانایی فرد در سازگاری با مشکلات و بحران‌ها را بررسی می‌کند؛

مؤلفه خلق عمومی: میزان خوش بینی و احساس رضایت و خوش بختی را در فرد بررسی می‌کند (هاگسما و همکاران، ۲۰۱۲).

همان‌طور که از توضیحات مربوط به هر یک از مؤلفه‌ها مشخص می‌شود، فردی که هوش هیجانی بالایی دارد در سازگاری با مشکلات و بحران‌ها از توانایی بالاتری برخوردار است. از طرف دیگر، برخی از تحقیقات نشان داده‌اند که معنادار ایتترنتی برای فرار از مشکلات زندگی به فضای مجازی روی می‌آورند، یعنی آن‌که توانایی تحمل تنش‌ها را ندارند و نمی‌توانند با مشکلات و بحران‌ها کنار بیایند؛ بر همین اساس، به نظر می‌رسد ارتباطی بین هوش هیجانی و اعتیاد به ایتترنت برقرار باشد.

۴. روش تحقیق

پژوهش حاضر به علت بررسی رابطه بین اعتیاد به ایتترنت و هوش هیجانی جزو تحقیقات توصیفی از نوع هم‌بستگی محسوب می‌شود.

۵. جامعه آماری و نمونه

جامعه آماری این تحقیق شامل همه دانش‌آموزان مشغول به تحصیل در دبیرستان‌های تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ است. نمونه‌گیری به روش تصادفی خوشه‌ای و اعضای نمونه شامل ۹۷۲ نفر بودند و به صورت زیر انتخاب شدند. برای انتخاب نمونه نخست، از بین مناطق ۲۲ گانه تهران (مناطق شهرداری تهران) از هر منطقه ۴ دبیرستان (۲ غیر دولتی (یک دخترانه و یک پسرانه) و ۲ دولتی (یک دخترانه و یک پسرانه) به تصادف انتخاب شدند و در هر یک از مدارس انتخابی نیز از هر مقطع یک کلاس (کلاً ۴ کلاس از هر دبیرستان) انتخاب شد. دانش‌آموزان این کلاس‌ها اعضای نمونه اولیه تحقیق بودند. پس از انتخاب اولیه اعضای گروه نمونه، بروشوری

یک صفحه‌ای در اختیار اعضای گروه نمونه قرار گرفت که در آن درباره اهداف تحقیق توضیحاتی داده شده بود. همچنین، در این بروشور یک نام کاربری و رمز عبور نیز ارائه شده بود که به کمک آن آزمودنی می‌توانست وارد سایت شود و پرسش‌نامه‌های مربوطه را تکمیل کند.

پس از دریافت بروشور، آزمودنی می‌بایست به سایت محقق به آدرس www.beheshtiyar.ir مراجعه کند و وارد بخش «پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت» شود. در این بخش سه پرسش‌نامه اطلاعات شخصی، اعتیاد به اینترنت یانگ، و پرسش‌نامه هوش هیجانی بار-آن به ترتیب ارائه شده بود. پس از آن‌که آزمودنی پرسش‌نامه‌ها را تکمیل می‌کرد اطلاعات او به صورت خودکار وارد بانک اطلاعاتی سایت می‌شد تا برای تحلیل‌های بعدی به کار رود.

شایان ذکر است که هر کاربر فقط یک‌بار می‌توانست وارد سایت شود و پرسش‌نامه را تکمیل کند. همچنین، اگر کاربر تا نیمه‌های پرسش‌نامه را تکمیل می‌کرد و آن را رها می‌کرد، پس از مراجعه مجدد می‌توانست پرسش‌نامه را تکمیل کند و نیازی به پاسخ‌گویی مجدد به سؤالات قبلی نبود.

تعداد دانش‌آموزانی که پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ را تکمیل کردند ۸۳۴۲ نفر بود که از بین آن‌ها ۲۸۷۶ نفر پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبری را نیز تکمیل کردند. از کل کاربران ۵۷۳ نفر معتاد به اینترنت تشخیص داده شدند که از میان آن‌ها ۴۸۶ نفر پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبری را تکمیل کرده بودند. بر همین اساس، از بین افراد غیر معتاد نیز به تصادف ۴۸۶ نفر انتخاب شدند که پرسش‌نامه هوش هیجانی را تکمیل کرده بودند.

۶. ابزار تحقیق

۱.۶ پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ

در این تحقیق برای گردآوری داده‌ها درباره اعتیاد به اینترنت از پرسش‌نامه یانگ استفاده شد. کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۸ این پرسش‌نامه را تنظیم کرد. پرسش‌نامه مذکور نسبت به سایر پرسش‌نامه‌ها در این زمینه، از روایی و اعتبار مورد قبولی برخوردار است. در کره، یو و همکاران (۲۰۰۴) به نقل از درگاهی و رضوی، (۱۳۸۶) و کیم و همکاران (۲۰۰۵) به نقل از همان مأخذ اعتبار این پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ بیش از ۰/۹ گزارش کرده‌اند.

لی و چو (۲۰۰۵ به نقل از همان مأخذ) نیز اعتبار این آزمون را به روش بازآزمایی پس از دو هفته ۰/۹۵ به دست آوردند. قاسم‌زاده و همکاران نیز اعتبار این پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ در تحقیق خود ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند (درگاهی و رضوی، ۱۳۸۶).

پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ شامل ۲۰ سؤال است و هر سؤال شامل ۵ گزینه است که نمره ۰ تا ۴ به گزینه‌ها تعلق می‌گیرد و نمره کل آزمون بین ۰ تا ۸۰ خواهد بود.

۲.۶ پرسش‌نامه هوش هیجانی بار - آن (EQ-i)

اولین مقیاس هوش هیجانی بار - آن در سال ۱۹۸۰ با طرح این سؤال آغاز شد که چرا بعضی مردم نسبت به بعضی دیگر در زندگی موفق‌ترند. در این سال مؤلف تعریف و اندازه‌ای از هوش غیر شناختی (بار - آن، ۱۹۸۸) ارائه کرد و پس از هفده سال تحقیق اولین مقیاس هوش هیجانی ساخته شد؛ مقیاس هوش هیجانی او دارای پنج مقیاس یا جنبه (مهارت‌های درون‌فردی، مهارت‌های برون‌فردی، مقابله با فشار، سازگاری، و خلق کار) و پانزده خرده‌مقیاس است.

پاسخ‌های آزمون نیز روی یک مقیاس پنج درجه‌ای در ردیف لیکرت (کاملاً موافقم، موافقم، تا حدودی، مخالفم، و کاملاً مخالفم) تنظیم شده است؛ مقیاس‌های آزمون عبارت‌اند از: خودآگاهی هیجانی، خودابرازی، عزت نفس، خودشکوفایی، استقلال، هم‌دلی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، روابط بین فردی، واقع‌گرایی، انعطاف‌پذیری، حل مسئله، تحمل فشار روانی، کنترل تکانش، خوش‌بینی، و شادمانی.

این پرسش‌نامه ۹۰ سؤال دارد که نخستین پرسش‌نامه فرافرهنگی ارزیابی هوش هیجانی است. این آزمون در سه مرحله در ایران اجرا شده است و پس از اعمال برخی تغییرات در متن اصلی پرسش‌نامه، حذف یا تغییر بعضی سؤالات، و تنظیم مجدد سؤالات هر مقیاس پرسش‌نامه از ۱۱۷ سؤال به ۹۰ سؤال تقلیل یافت. درباره کیفیت روان‌سنجی آن نیز اقدامات لازم به عمل آمد که در سومین مرحله اجرا تحلیل اطلاعات در حیطه‌های زیر انجام شد (شمس‌آبادی، ۱۳۸۳).

میزان آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۹۳ درصد گزارش شد این میزان (آلفای محاسبه‌شده در مرحله سوم) با آلفای محاسبه‌شده در مرحله دوم آزمون یکسان به دست آمد (همان).

۱۰ رابطه بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت ...

۷. یافته‌های پژوهش

شاخص	متغیر	وضعیت	فراوانی	درصد
تحصیلات	اول دبیرستان	معتاد به اینترنت	۱۲۰	۲۴/۷
		سالم	۱۲۳	۲۵/۴
	دوم دبیرستان	معتاد به اینترنت	۱۱۵	۲۳/۶
		سالم	۱۱۱	۲۲/۸
	سوم دبیرستان	معتاد به اینترنت	۱۲۷	۲۶/۲
		سالم	۱۳۲	۲۷/۲
	پیش‌دانشگاهی	معتاد به اینترنت	۱۲۴	۲۵/۵
		سالم	۱۲۰	۲۴/۶

۱.۷ فرضیه ۱: میزان مهارت در مؤلفه درون‌فردی هوش هیجانی دانش‌آموزان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مؤلفه درون‌فردی هوش هیجانی دانش‌آموزان معتاد و غیر معتاد

مؤلفه درون‌فردی	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۱۱/۶۵	۳/۳۸
غیر معتاد	۲۰/۶۴	۴/۲۵

داده‌های جدول ۱ بیانگر آن است که میانگین شاخص مؤلفه درون‌فردی هوش هیجانی در بین دانش‌آموزان معتاد کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معتاد است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده می‌کنیم.

جدول ۲. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات مؤلفه درون‌فردی هوش هیجانی در بین دانش‌آموزان معتاد و غیر معتاد

شاخص	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
خرده‌مقیاس مؤلفه درون‌فردی	۴/۲۱	۹۷۱	۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۲ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه از نظر مؤلفه درون‌فردی از نظر آماری در سطح ۱ درصد معنی‌دار است. بنابراین، نتیجه می‌گیریم که با

۹۹ درصد اطمینان میانگین مؤلفه درون فردی هوش هیجانی در دانش آموزان معتاد به اینترنت از دانش آموزان غیر معتاد کم تر است. بنابراین، فرضیه اول تحقیق با ۹۹ درصد اطمینان تأیید می شود.

۲.۷ فرضیه ۲: میزان مؤلفه خودمدیریتی هوش هیجانی دانش آموزان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار مؤلفه بین فردی هوش هیجانی دانش آموزان معتاد و غیر معتاد

مؤلفه بین فردی	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۱۲/۳۴	۴/۱۶
غیر معتاد	۱۸/۶۴	۴/۸۷

داده های جدول ۳ بیانگر آن است که میانگین مؤلفه بین فردی در بین دانش آموزان معتاد کم تر از دانش آموزان غیر معتاد است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده می کنیم.

جدول ۴. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات مؤلفه بین فردی در بین دانش آموزان معتاد و غیر معتاد

شاخص	مقدار t	درجات آزادی	سطح معناداری
خرده مقیاس مؤلفه بین فردی	۷/۹۸	۹۷۱	۰/۰۰۱

داده های جدول ۴ و نتیجه آزمون t نشان می دهد که تفاوت بین دو گروه، از نظر مؤلفه درون فردی، از نظر آماری در سطح ۱ درصد معنی دار است. بنابراین، نتیجه می گیریم که با ۹۹ درصد اطمینان میانگین مؤلفه بین فردی در دانش آموزان معتاد به اینترنت از دانش آموزان غیر معتاد کم تر است. بنابراین، فرضیه دوم تحقیق با ۹۹ درصد اطمینان تأیید می شود.

۳.۷ فرضیه ۳: میزان آگاهی اجتماعی دانش آموزان عادی و معتاد تفاوت دارد

جدول ۵. میانگین و انحراف معیار مؤلفه مدیریت هیجانها در بین دانش آموزان معتاد و غیر معتاد

مؤلفه مدیریت هیجانها	میانگین	انحراف معیار
معتاد	۱۵/۹۸	۴/۳۴
غیر معتاد	۱۹/۴۵	۳/۹۱

۱۲ رابطه بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت ...

داده‌های جدول ۵ بیانگر آن است که میانگین مؤلفه مدیریت هیجان‌ها در بین دانش‌آموزان معنادار کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معنادار است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده می‌کنیم.

جدول ۶. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات مؤلفه آگاهی اجتماعی در بین دانش‌آموزان معنادار و غیر معنادار

سطح معناداری	درجات آزادی	مقدار t	شاخص خرده‌مقیاس
۰/۰۰۱	۹۷۱	۳/۶۵	مؤلفه مدیریت هیجان‌ها

داده‌های جدول ۶ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه، از نظر مؤلفه مدیریت هیجان‌ها، از نظر آماری در سطح ۱ درصد معنی دار است. بنابراین، نتیجه می‌گیریم که با ۹۹ درصد اطمینان میانگین مؤلفه مدیریت هیجان‌ها در دانش‌آموزان معنادار به اینترنت کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معنادار است. بنابراین، فرضیه سوم تحقیق با ۹۹ درصد اطمینان تأیید می‌شود.

۴.۷ فرضیه ۴: میزان مؤلفه انطباق و سازگاری دانش‌آموزان عادی و معنادار تفاوت دارد

جدول ۷. میانگین و انحراف معیار مؤلفه انطباق و سازگاری در دانش‌آموزان معنادار و غیر معنادار

مؤلفه انطباق و سازگاری	میانگین	انحراف معیار
معنادار	۱۴/۶۷	۴/۶۷
غیر معنادار	۱۸/۶۵	۴/۰۶

داده‌های جدول ۷ بیانگر آن است که میانگین مؤلفه انطباق و سازگاری در بین دانش‌آموزان معنادار کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معنادار است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده می‌کنیم.

جدول ۸. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات مؤلفه انطباق و سازگاری در بین دانش‌آموزان معنادار و غیر معنادار

سطح معناداری	درجات آزادی	مقدار t	شاخص خرده‌مقیاس
۰/۰۰۱	۹۷۱	۲/۳۴	مؤلفه انطباق و سازگاری

داده‌های جدول ۸ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه، از نظر مؤلفه انطباق و سازگاری، از نظر آماری در سطح ۱ درصد معنی‌دار است. بنابراین، نتیجه می‌گیریم که با ۹۹ درصد اطمینان میانگین مؤلفه انطباق و سازگاری در دانش‌آموزان معنادار به اینترنت از دانش‌آموزان غیر معنادار کم‌تر است. بنابراین، فرضیه چهارم تحقیق با ۹۹ درصد اطمینان تأیید می‌شود.

۵.۷ فرضیه ۵: میزان مؤلفه خلق عمومی دانش‌آموزان عادی و معنادار تفاوت دارد

جدول ۹. میانگین و انحراف معیار مؤلفه خلق عمومی در بین دانش‌آموزان معنادار و غیر معنادار

مؤلفه خلق عمومی	میانگین	انحراف معیار
معنادار	۱۴/۶۷	۴/۶۷
غیر معنادار	۱۸/۶۵	۴/۰۶

داده‌های جدول ۹ بیانگر آن است که میانگین مؤلفه خلق عمومی در بین دانش‌آموزان معنادار کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معنادار است. برای تأیید این تفاوت از آزمون t مستقل استفاده می‌کنیم.

جدول ۱۰. نتایج تحلیل آزمون t مستقل نمرات مؤلفه خلق عمومی در بین دانش‌آموزان معنادار و غیر معنادار

مؤلفه خلق عمومی	مقدار t	درجات آزادی	شاخص
			خرده‌مقیاس
مؤلفه خلق عمومی	۲/۳۴	۹۷۱	سطح معناداری
			۰/۰۰۱

داده‌های جدول ۱۰ و نتیجه آزمون t نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه، از نظر مؤلفه خلق عمومی، از نظر آماری در سطح ۱ درصد معنی‌دار است. بنابراین، نتیجه می‌گیریم که با ۹۹ درصد اطمینان میانگین مؤلفه خلق عمومی در دانش‌آموزان معنادار کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معنادار است. بنابراین، فرضیه پنجم تحقیق با ۹۹ درصد اطمینان تأیید می‌شود.

۸. تحلیل یافته‌ها

یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان داد که هر یک از مؤلفه‌های هوش هیجانی (درون‌فردی، بین‌فردی، مدیریت هیجان‌ها، انطباق و سازگاری، و خلق عمومی) با نمره

اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس دارد که این نتیجه با نتیجه دو تحقیق پارکر و همکاران (۲۰۰۹) و برانوی و همکاران (۲۰۰۸) در این حوزه همسو است. پارکر و همکاران و نیز برانوی و همکاران هر یک در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که بین اعتیاد به اینترنت و هوش هیجانی رابطه معکوس برقرار است. تاکنون تحقیقی در زمینه مقایسه مؤلفه‌های هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت انجام نشده است که بتوان نتیجه این تحقیق را با آن مقایسه کرد، اما این سؤال مطرح می‌شود که چرا بین مؤلفه‌های هوش هیجانی و اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس برقرار است؟ که در ادامه به تبیین این مسئله پرداخته می‌شود.

مؤلفه درون فردی هوش هیجانی عبارت است از توانایی فرد در آگاهی از هیجان‌ها که شامل اجزای عزت نفس، خودآگاهی هیجانی، و خودابرازی است (وسلی و همکاران، ۲۰۱۱). به عبارت دیگر، نمره پایین در مؤلفه درون فردی هوش هیجانی به معنای پایین بودن عزت نفس، خودآگاهی هیجانی، و خودابرازی فرد است. از طرفی، تحقیقات نشان داده است که معتادان اینترنتی عزت نفس پایینی دارند (Robins et al., 2008; Billieux et al., 2012) و به همین علت معمولاً در موقعیت‌های اجتماعی توانایی خودابرازی لازم را ندارند (Young, 2007). همین مسئله باعث می‌شود که آن‌ها از دنیای واقعی فاصله بگیرند و به سمت دنیای مجازی بروند، زیرا در دنیای مجازی تهدید کم‌تری وجود دارد. در فضای مجازی فرد به علت گمنامی احساس امنیت بیش‌تری می‌کند و بیش‌تر جذب آن می‌شود. اینترنت و فضای مجازی برای این افراد محیطی پذیراتر و انعطاف پذیرتر از محیط واقعی فراهم می‌آورد؛ مواجهه با افراد مجازی هزینه و چالش روانی کم‌تری، نسبت به دنیای واقعی، در پی دارد و احساس امنیتی که در گمنامی ارتباطات اینترنتی یافت می‌شود محرک نیرومندی است برای ترغیب افرادی که عزت نفس پایینی دارند در استفاده بیش‌تر و ماندن در محیط اینترنت. برای مثال، افرادی که احساس تنهایی می‌کنند به استفاده از شبکه‌های اجتماعی اینترنت گرایش بیش‌تری دارند (Manuel et al., 2012).

یکی دیگر از نتایج این تحقیق این بود که اعتیاد به اینترنت رابطه معکوسی با مؤلفه بین فردی هوش هیجانی دارد. مؤلفه بین فردی شامل سه جزء هم‌دلی، مسئولیت‌پذیری، و روابط بین فردی است؛ به عبارت دیگر، نمره پایین در مؤلفه بین فردی به معنی نقصان در هم‌دلی، مسئولیت‌پذیری، و روابط بین فردی است و فردی که در این حوزه‌ها مشکل داشته باشد، در روابط اجتماعی عملکرد ضعیفی دارد (Judge and Larsen, 2008). معمولاً افراد دوست دارند که در روابط خود هم‌دلی دریافت کنند و افراد فاقد این مهارت در روابط

اجتماعی موفقیت کم‌تری به دست می‌آورند. همچنین، یکی دیگر از اجزای روابط موفق مسئولیت‌پذیری است و طبیعی است که افراد با مسئولیت‌پذیری کم نمی‌توانند روابط اجتماعی مناسبی داشته باشند (پروچاسکا، ۱۳۸۸؛ King et al., 2012). از طرفی، داشتن روابط اجتماعی نیازی همگانی است و یکی از راهکارها برای فردی که در این زمینه مشکل دارد روی آوردن به سمت فضای مجازی و روابط مجازی است چون در روابط مجازی نیاز به هم‌دلی و مسئولیت‌پذیری کم‌تر است (هانگسما و همکاران، ۲۰۱۲)؛ مثلاً، فرد می‌تواند در فضای مجازی هویت واقعی خود را آشکار نکند و اطلاعات دروغین به دیگران بدهد؛ از طرف دیگر، هر وقت احساس کرد که تمایل به ادامه رابطه ندارد می‌تواند آن را قطع کند، اما در روابط واقعی انجام‌دادن چنین کارهایی امکان‌پذیر نیست.

نتیجه دیگر این تحقیق این است که مؤلفه مدیریت هیجان‌های هوش هیجانی در معتادان اینترنتی کم‌تر از دانش‌آموزان غیر معتاد است. مؤلفه مدیریت هیجان‌ها شامل دو جزء تحمل فشار روانی و کنترل تکانه‌هاست. به عبارت دیگر، فردی که در این مؤلفه نمره کمی می‌گیرد قادر به تحمل فشار روانی و کنترل تکانه‌هایش نیست. از طرفی، اعتیاد به اینترنت و به طور کلی همه اعتیادها به نوعی جزو اختلالات کنترل تکانه شناخته می‌شوند (کوئیک، ۲۰۰۹)، یعنی فرد معتاد خودمدیریتی لازم را ندارد و نمی‌تواند میزان مصرفش را مدیریت کند. مثلاً، معتادان اینترنتی نمی‌توانند ساعات استفاده از اینترنت خود را کنترل کنند و هر بار بیش از زمانی که در نظر گرفته بودند از اینترنت استفاده می‌کنند تا جایی که حتی در برخی از موارد فرد به نیاز غریزی خودش مثل غذاخوردن بی‌توجهی می‌کند (Skynews, 2009; Daria and Griffiths, 2010). بنابراین، مشخص است که معتادان اینترنتی در این مؤلفه نمره کم‌تری می‌گیرند. ویژگی دیگر معتادان اینترنتی ناتوانی در تحمل فشار روانی است. این افراد در زمانی که تحت فشار قرار می‌گیرند به اینترنت روی می‌آورند؛ آن‌ها به جای مقابله با مشکلات از آن‌ها فرار می‌کنند و مهم‌ترین مفر برای آن‌ها اینترنت است. اینترنت به نوعی به آن‌ها کمک می‌کند که به مشکلات خود فکر نکنند (Flisher, 2010).

نتیجه دیگر این تحقیق این است که معتادان اینترنتی نسبت به دانش‌آموزان عادی در مؤلفه انطباق و سازگاری نمره کم‌تری می‌گیرند. انطباق و سازگاری شامل سه جزء انعطاف‌پذیری، حل مسئله، و واقع‌گرایی است. یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های معتادان اینترنتی فرار از واقعیت و الزامات زندگی واقعی است (کوئیک، ۲۰۰۹؛ Flisher, 2010). در زندگی واقعی فرد با مسائلی روبه‌رو می‌شود که باید بتواند آن‌ها را حل کند پس باید توانایی حل

مسائل خود را داشته باشد؛ همچنین، یکی دیگر از ویژگی‌های روبه‌رو شدن با مسائل زندگی واقعی داشتن انعطاف‌پذیری است و فردی که در این حوزه‌ها ناتوان باشد گوشه‌گیر می‌شود یا آن‌که به سمت دنیای مجازی رو می‌آورد، زیرا در دنیای مجازی فرد می‌تواند با قطع کردن اینترنت رابطه را قطع کند و مشکل خود را حل کند؛ در صورتی که در دنیای واقعی نمی‌تواند مشکل خود را با هم‌کلاسی‌اش مثلاً با مدرسه‌نرفتن حل کند.

آخرین نتیجه این تحقیق این بود که نمره مؤلفه خلق عمومی هوش هیجانی دانش‌آموزان معتاد از دانش‌آموزان عادی کم‌تر است. مؤلفه خلق عمومی شامل اجزای خوش‌بینی و میزان احساس خوش‌بختی است. تحقیقات نشان داده است که درصد بالایی از معتادان اینترنتی به افسردگی مبتلا می‌شوند (Young, 2007; King et al., 2012)؛ بنابراین، بدیهی است که این افراد احساس خوش‌بختی و خوش‌بینی نداشته باشند. افراد افسرده انگیزه و انرژی لازم را برای انجام‌دادن وظایف روزانه خود ندارند و اینترنت یکی از راه‌هایی است که به آن‌ها کمک می‌کند وقت خود را بگذرانند و به مشکلات و مسائل خود فکر نکنند. در تحقیقی مشخص شد که میزان مشکلات خانوادگی در خانواده‌های معتادان اینترنتی بیش‌تر است (سو و همکاران، ۲۰۱۲; Margaret and Higgins, 2002) و شاید بتوان گفت معتاد اینترنتی از اینترنت به منزله راهی برای فرار از مشکلات خودش استفاده می‌کند.

۹. نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج این پژوهش، توصیه می‌شود که دانش‌آموزان دارای هوش هیجانی پایین را شناسایی کرد و اقدامات لازم را برای پیش‌گیری از ابتلا به اعتیاد به اینترنت برای آن‌ها انجام داد (چراکه، بر اساس نتایج این تحقیق، احتمال اعتیاد این دانش‌آموزان به اینترنت از سایر دانش‌آموزان بیش‌تر است). از آن‌جا که هوش هیجانی اکتسابی است و می‌توان آن را با آموزش ارتقا داد، بنابراین، پیشنهاد می‌شود تحقیقی برای بررسی اثربخشی افزایش هوش هیجانی در کاهش اعتیاد به اینترنت انجام شود.

منابع

اسدی دربندی، شهنوش (۱۳۸۲). «رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی و کناره‌گیری اجتماعی در نوجوانان شهر کرج»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد کرج.

پروین، جان (۱۳۸۸). *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه دکتر محمدجعفر جوادی و دکتر پروین کدیور، تهران: آیتز. پوررمضان، منا (۱۳۸۵). «بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت روان بر اساس تست SCL-90-R در مراجعان به کافی‌نت‌های مشهد در شش ماهه دوم سال ۱۳۸۴»، رساله دکتری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد، دانشکده علوم پزشکی مشهد.

چاوش‌زاده، زهرا سادات (۱۳۸۸). «بررسی رابطه بین متغیرهای سلامت روان با اعتیاد به اینترنت در بین جوانان شهر یزد»، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.

حق‌شناس، حسن (۱۳۸۵). *طرح پنج عاملی ویژگی‌های شخصیت*، شیراز: دانشگاه علوم پزشکی. درگاهی، حسین و منصور رضوی (۱۳۸۶). «اعتیاد به اینترنت و عوامل مؤثر بر آن در ساکنان منطقه ۲ غرب تهران». *فصل‌نامه پیش*، س ۶، ش ۳.

سماری، علی‌اکبر و فهیمه طهماسبی (۱۳۸۶). «مطالعه هوش هیجانی و موفقیت تحصیلی در بین دانش‌آموزان»، *مجله اصول سلامت روان*، ج ۹، ش ۳۵.

شمس‌آبادی، روح‌الله (۱۳۸۳). «هنجار آزمون هوش هیجانی بار - آن در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر مشهد»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، انستیتوی روان‌پزشکی تهران.

علایی، پروانه و شهین‌دخت پوزش (۱۳۸۸). «بررسی رابطه بین عملکرد خانواده و سلامت روان دانشجویان»، ارائه‌شده در اولین کنفرانس ملی خانواده و دانشجویان و دانشگاه، مشهد، ایران.

فتحی آشتیانی، علی و محبوبه داستانی (۱۳۸۸). *آزمون‌های روان‌شناختی: ارزش‌یابی شخصیت و سلامت روان*، تهران: بعثت.

فتحی، علی (۱۳۸۸). *آزمون‌های روان‌شناختی*، تهران: بعثت.

گروسی، میر تقی (۱۳۸۰). *رویکردهای نوین در ارزیابی شخصیت*، تبریز: جامعه‌پژوه.

مرادی، فریده (۱۳۸۲). «بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و عزت نفس در دانشجویان دانشگاه تبریز»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.

نادمی، منیژه (۱۳۸۴). «بررسی پدیده روانی - اجتماعی اینترنت بر روی دانشجویان کارشناسی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.

وحدانی، سمیه (۱۳۸۳). «بررسی رابطه وابستگی به رایانه و اینترنت و سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر دوره کارشناسی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی دانشگاه شیراز.

Ano, G.J and M. Talli (2006). 'Internet', *Addiction: the Emergence of New Clinical Disorder*, Retrieved from: <http://www.netaddiction.com/netcompulsion.htm>.

Austin, Wesley A., Michael W. Totaro, and James D.A. Parker (2011). 'Gender Differences in the Effects of Internet Usage on High School Absenteeism', *The Journal of Socio-economics*, Vol. 40.

Billieux, Joël et al. (2012). 'Why Do You Play World of Warcraft? An in-Depth Exploration of Self-reported Motivations to Play Online and In-game Behaviours in the Virtual World of Azeroth', *Computers in Human Behavior*.

- Brockman, John (2011). *Is the Internet Changing the Way You Think: The Net's Impact on Our Minds and Future*, Harper Perennial, Original Edition.
- Caplan, S. E. (2002). 'Problematic Internet Use and Psychosocial Well-being: Development of a Theory-based Cognitive-behavioral Measurement Instrument', *Computers in Human Behavior*, No. 18.
- Carr, Nicholas (2010). *The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains*, W. W. Norton and Company.
- Cortese, C.G. (2007). 'Job Satisfaction of Italian Nurses: an Exploratory Study', *Nursing Management*, No.15.
- Daria, Kuss Joanna and Mark D. Griffiths (2010). 'Internet Gaming Addiction: A Systematic Review of Empirical Research', *International Journal of Mental Health and Addiction*, Vol. 10.
- Davis, R. A. (2007). 'A Cognitive Behavioral Model Of Pathological Internet Use', *Computers in Human Behavior*, No. 17.
- Dowling, N. A. and K. L. Quirk (2009). 'Screening for Internet Dependence: Do the Proposed Diagnostic Criteria Differentiate Normal from Dependent Internet Use?', *Cyber Psychology & Behavior*, 12(1).
- Duran, Maria (2008). 'Internet Addiction Disorder', *All Psych Journal*, 14 December.
- Flisher, C. (2010). 'Getting plugged In: An Overview Of Internet Addiction', *Journal of Paediatr Child Health*, 46 (10).
- Frangos, C. and K.C. Fragko (2011). 'Psychologic Predictors And Epidemiology Of Internet Addiction Among University Students in Greece', *Journal of European Psychiatry*, 26(1).
- Ha, J.H. et al. (2008). 'Psychiatric Comorbidity Assessed In Koren Children and Adolescents Who Screen Positive for Internet Addition', *Jclin Psychiatry*, 67(5).
- Huang, X.Q., M.C. Li, and R. Tao (2010). 'Treatment Of Internet Addiction', *Journal of Currency Psychiatry Report*, 12 (5).
- Judge, T. and R. Larsen (2008). 'Dispositional Affect and Job Satisfaction : A Review and Theoretical Extension', *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, No. 86.
- Kay, J. and A. Tasman (2006). *Essentials of Psychiatry*, Chichester: John Wiley & Sons, Inc.
- King, D.L. et al. (2012). 'Cognitive-behavioral Approaches to Outpatient Treatment of Internet Addiction in Children and Adolescents', *Jclin Psychiatry*, 68 (11).
- Kraut, R. et al. (2006). 'Internet Paradox: A social Technology That Reduces Social Involvement And Psychological Well Being?', *American Psychologist*, 53.
- Lee, M. (2007). *China To Limit Teens' Online Gaming For Exercise*, Retrieved August 7, 2007, from <http://www.msnbc.msn.com/id/19812989/>
- Magnavita, J.J. (2004). *Handbook of Personality Disorders: Theory and Practice*, Chichester: John Wiley & Sons, Inc.
- Manuel, Gámez-Guadix, Fabiola I. Villa-George, and Esther Calvete (2012). 'Measurement and Analysis of the Cognitive-behavioral Model of Generalized Problematic Internet use Among Mexican Adolescents', *Journal of Adolescence*, Vol. 35.

- Margaret, Denne and Anges Higgins (2002). 'The Use of Computer Assisted Technology to Enhance Student Elsevier Science', *Psychology Nurses Leaving During and Practice Placement*.
- Maria, C. et al. (2013). 'Cognitive-behavioral Model of Problematic Online Gaming in Adolescents Aged 12–22 Years', *Computers in Human Behavior*, Vol. 29.
- Niems, K. (2008). 'Prevalence Of Pathological Internet Use Among University Student and Correlation With Self-esteem, The General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition', *Cyberpsychol Behave*, 8 (6).
- Orzak, M.H. (2005). *Computer Addiction: Is It Real On Virtual?*, New York: John Wiley and Sons.
- Park, Su Mi et al. (2013). 'The Effects of Behavioral Inhibition/ Approach System as Predictors of Internet Addiction in Adolescents', *Personality and Individual Differences*, Vol. 54.
- Quirk, S.W. (2009). 'Emotion Concepts in Models of Substance Abuse', *Drug and Alcohol Review*, 20 (1).
- Rees, C. D. and B. L. Wilborn (2003). 'Correlates of Drug Abuse in Adolescent : A Comparison of Families of Drug Abusers with Families of Non-drug Abusers', *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 12.
- Robins, R.W., A. Caspi, and T.E. Moffitt (2008). 'Two Personalities, one Relationship: Both Partners Personality Traits Shape the Quality of their Relationship', *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 79.
- Shapiro, N. A. et al. (2003). 'Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria', *Depression and Anxiety*, No. 17.
- Skynews (cited 2009 nov 19). *World of Warcraft More Addictive than Cocaine*, Available from <http://news.sky.com/home/world-news/article/15231644>.
- Taylor, Robyn N. et al. (2008). 'Problem Gambling in Adolescence: Relationships with Internet Misuse, Gaming Abuse and Emotional Intelligence', *Personality and Individual Differences*, Vol. 45.
- Walther, J.B. (2004). *Communication Addiction Disorder: Concern Over Media, Behavior and Effects*, Rensselaer Polytechnic Institute, Department of Communication Studies, Northwestern University.
- Wölfling, K. (2011). 'Internet Addiction-the New Digital Disorder', *European Psychiatry*, Vol. 26 (1).
- Wu, Tim (2008). *Who Controls The Internet?: Illusions of a Borderless World*, Oxford University Press, www.scirus.com/internet.
- Young, K. S. (1998). 'Internet Addition: The Emergence of a New Clinical Disorder', *Cyberpsychology and Behavior*, Vol. 1.
- Young, K. S. (2007). 'Cognitive-behavioral Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications', *CyberPsychology and Behavior*, 10 (5).
- Young, K. S., and C. Nabuco de Abreu (ed.) (2011). *Internet Addiction, A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, Hoboken: John Wiley & Sons.

