مجله علمی پژوهان
دوره ۱۴، شماره ۱، پاییز ۱۳۹۴، صفحات ۱ تا ۱۱
مقاله پژوهشی

# نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانش گری و برون گرایی در گرایش اعتیاد به اینترنت دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال ۹۳

سهراب امیری[1*]، فیروزه سپهریان آذر[2]، کبری ناصری تمرین[3]

۱. دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی عمومی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران
۲. دانشیار روان شناسی تربیتی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران
۳. دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۰۶/۲۱ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۴/۰۸/۲۱

## چکیده

**مقدمه:** اعتیاد به اینترنت به عنوان حیطه نوین آسیب شناسی روانی ظهور یافته است. استفاده بیش از حد از اینترنت تبدیل به مشکلی شده است که می تواند سبب مشکلات شدید در زندگی روزانه، روابط اجتماعی، کار، تحصیل و سازگاری روان شناختی گردد. بر این اساس، هدف پژوهش حاضر تعیین نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی در گرایش اعتیاد به اینترنت دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال ۱۳۹۳ بود.

**روش کار:** پژوهش حاضر از نوع مقطعی بود. از بین دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ تعداد ۲۹۰ نفر از آنها بر اساس نمونه گیری طبقه ای انتخاب شدند. پرسش نامه اعتیاد به اینترنت یانگ، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، مقیاس تکانشگری و برون گرایی بین شرکت کنندگان پژوهش توزیع شد تا پاسخ دهند. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ و آزمون های ضریب همبستگی، تحلیل رگرسیون چند گانه همزمان مورد تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** نتایج بیانگر این بود که همبستگی منفی معناداری بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و اعتیاد به اینترنت ($P<۰/۰۰۱$) وجود دارد و تنها در مورد دو مولفه ملامت خویشتن و فاجعه سازی رابطه معنادار نبود ($P>۰/۰۵$). همچنین همبستگی مثبت معناداری بین مقیاس تکانشگری و برون گرایی با اعتیاد به اینترنت بدست آمد ($P<۰/۰۰۱$). نتایج نشان داد که هر سه متغیر راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی در معادله رگرسیون قادر به پیش بینی اعتیاد به اینترنت بودند ($P<۰/۰۰۱$).

**نتیجه گیری:** راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و تکانشگری و هم چنین صفت شخصیتی برون گرایی اهمیت ویژه‌ای در تبیین اعتیاد به اینترنت داشته و هر یک می توانند نقش موثری در گرایش به سمت درگیری در رفتارهای اینترنتی داشته باشند.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، برون گرایی، تکانشگری، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان

## مقدمه

گسترش استفاده از اینترنت برخی افراد را شدیداً وابسته به آن ساخته که به عنوان اعتیاد به اینترنت (Internet Addiction) شناخته شده است [۱]. یک نوع اعتیاد رفتاری ترسیم شده در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی Diagnostic and Statistical Manual of Mental) (۵-Disorders (DSM-5) [۲] اختلال اعتیاد به اینترنت (Internet Addiction Disorder) است. انجمن روانپزشکی آمریکا اختلال اعتیاد به اینترنت (IAD) را به واسطه اشتغال شدید و فقدان کنترل، احساس ضرورت یا رفتارهایی تعریف می کند که استفاده از اینترنت را شامل شده و منجر به

* نویسنده مسئول: سهراب امیری، دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران
تلفن: ۰۹۱۸۷۰۵۸۹۹۰. ایمیل: Amirysohrab@yahoo.com



[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

اختلال یا پریشانی می گردد [۳]. چندین مطالعه میزان شیوع IA را در طی سال های اخیر بررسی کرده‌اند. برای مثال، در آمریکا شیوع آن را ۱۰ درصد [۴]، در اروپا ۹ درصد [۵] گزارش داده‌اند. اگر چه داده های حاصل از این مطالعات، میزان ناهمسانی از وقوع اعتیاد به اینترنت را گزارش داده‌اند، اما تردیدی نیست که اعتیاد به اینترنت معضلی جدی برای سلامت عمومی است و خطر ابتلا به مشکلات اجتماعی و سلامتی مانند عملکرد تحصیلی ضعیف، روابط فردی ضعیف، اضطراب، افسردگی را بالا می برد [۶]. بنابراین، مراقبت از اعتیاد افراد به اینترنت ضروری به نظر می رسد.

پژوهش های انجام شده پیرامون اعتیاد به اینترنت نقش متغیرهای فردی و اجتماعی مرتبط با اعتیاد به اینترنت از جمله عدم رضایت خانوادگی و رویدادهای استرس زای زندگی [۷] و همچنین نقش عامل های خانوادگی مانند نگرش های والدین، روابط بین اعضای خانواده، انسجام خانوادگی و خشونت خانوادگی را برجسته ساخته‌اند [۸]. در میان متغیرهای روان شناختی گوناگون که بر اختلال اعتیاد به اینترنت تاثیر دارند، مطالعات نقش تفاوت های فردی در خود نظم جویی (مانند تکانشگری، جستجوی تازگی، حساسیت به تقویت، و توانایی تنظیم هیجان) را مورد بررسی قرار داده‌اند. این تمرکز بر خود نظم جویی ناشی از این واقعیت است که اعتیاد به اینترنت به عنوان نوعی اعتیاد مفهوم سازی شده و تفاوت های فردی در تنظیم هیجان نشان داده است که نقش مهمی در شکل گیری و تداوم رفتارهای اعتیادی دارد [۹].

با توجه به آنچه بیان گردید تنظیم هیجان نقشی محوری در بازداری رفتارهای اعتیادی دارد [۱۰]. از این منظر اعتیاد به اینترنت می تواند به عنوان شکل خاصی از راهبرد خود نظم جویی ناسازگارانه محسوب گردد [۱۱]. راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان می تواند به عنوان راهبردهای هشیارانه ذهنی توصیف شود که افراد برای مقابله با شرایط و اطلاعات برانگیزنده هیجانی استفاده می کنند [۱۲]. بنابراین تفاوت های فردی مهمی در شیوه هایی که افراد هیجان ها را تنظیم می-کنند وجود داشته و به نظر می رسد افرادی که از برخی اشکال آسیب شناسی رنج می برند در برخی یا بیشتر راهبردهای تنظیم هیجان دچار اختلال باشند [۱۳]. علاوه بر این، بر اساس ملاک های DSM-IV، برخی محققان استدلال می کنند که اعتیاد به اینترنت یک نوع اختلال تکانشی یا حداقل در ردیف این اختلال قرار دارد [۱۴].

تکانشگری سازه وسیعی است که عموماً به صورت فقدان بازداری یا گرایش به دریافت پاداش سریع و بلافاصله تعریف شده است [۱۵]. پژوهش های اندکی در مورد اعتیاد به اینترنت و تکانشگری انجام شده است [۱۶] و بیان شده است که تکانشگری پیش بینی اختلال سو مصرف مواد و وابستگی به چندین نوع مواد بوده [۱۷]. با وجود یافته هایی که وجود تکانشگری در هر دو سطح شخصیتی و رفتاری، در افرادی دارای مصرف مواد محرک را نشان داده‌اند [۱۵] اما غالب این تلاش های پژوهشی بر روی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و علائم آسیب شناختی و ناسازگارانه مانند افسردگی، اضطراب و یا مشکلات بین فردی تمرکز دارند [۱۸]. در این میان Hamburger و همکاران در سال ۲۰۰۰ [۱۹] از نخستین کسانی بودند که رابطه عوامل شخصیتی و گرایش به اینترنت را مطالعه کردند. هر رفتاری که فرد از خود نشان می دهد تحت تأثیر عوامل بسیاری همچون عوامل محیطی، عاطفی و شخصیتی می باشد. مقصود از عوامل شخصیتی در واقع همان ویژگی های شخصیتی است که می تواند فرد را مستعد بروز یک سری از رفتارها نماید در صورتی که ممکن است آن فرد با ویژگی های شخصیتی متفاوتی دست به چنین رفتارهایی نزند بنابراین عوامل شخصیتی یکی از مهمترین عواملی است که قادر است در شناخت پیچیدگی های رفتار انسان در موقعیت های مختلف کمک شایان توجهی نماید و از این رو نمی بایست از چشم محققان دور بماند [۲۰] نتایج نشان داده است که شخصیت عامل بسیار مهمی در ارتباط با رفتار اینترنتی است که بیان کننده این است که مطالعات پیرامون بررسی تعاملاتی که صفات شخصیتی با اینترنت دارند بایستی گسترش یافته و مشخص گردد که چرا برخی صفات رابطه مثبت و برخی رابطه منفی با این نوع رفتار دارند [۲۱].

با در نظر داشتن اینکه توانایی تشخیص کارکرد هیجان های مختلف در موقعیت های خاص و درک زمان و چگونگی تنظیم هیجان، مهارت مهمی است که انعطاف پذیری روان شناختی را منعکس می کند. از سویی تعدادی از مطالعات اخیر استدلال داشته‌اند که اعتیاد اینترنت ماهیت روانپزشکی مجزایی دارد و اغلب آن را به عنوان اختلال کنترل تکانه بیان داشته‌اند [۲۲]. بنابراین با توجه به نقش که تکانشگری و صفات شخصیتی می تواند در گرایش به اعتیاد به اینترنت داشته باشند [۲۳]، هدف پژوهش حاضر تعیین نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی در گرایش اعتیاد به اینترنت دانشجویان دانشگاه

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

ارومیه در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ بود.

## روش کار

پژوهش حاضر توصیفی_تحلیلی از نوع مقطعی بود. به منظور گردآوری داده های پژوهش از میان دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ تعداد ۲۹۰ نفر با توجه به نوع پژوهش براساس نمونه گیری طبقه‌ای از پنج دانشکده به طور تصادفی انتخاب شده و از هر دانشکده ده کلاس به طور تصادفی انتخاب و بین ۳ تا ۱۰ نفر شرکت کننده از هر کدام از کلاس ها به عنوان نمونه نهایی پژوهش و با در نظر داشتن ملاک های ورودی سلامت جسمی و روانی، رضایت آگاهانه به طور تصادفی انتخاب گشتند. لازم به ذکر است که تمامی شرکت کنندگان از هدف مطالعه آگاه بوده و حفظ تمامی اطلاعات مربوط به افراد بصورت محرمانه در برگه های اطلاعاتی از اقدامات انجام گرفته جهت رعایت ملاحظات اخلاقی در مطالعه بود. به منظور گردآوری داده های پژوهش، پژوهشگر در بین شرکت کنندگان حضور یافته و پس از توضیح فرایند اجرا، پرسش نامه نظم جویی شناختی هیجان [۱۲]، تکانش گری [۲۴]، نسخه کوتاه پرسش نامه پنج عامل بزرگ [۲۵] و پرسش نامه اعتیاد به اینترنت یانگ [۲۶] را بین شرکت کننده ها توزیع نمود تا پاسخ دهند. پرسش نامه اعتیاد به اینترنت یانگ (Internet Addiction Test) شیوه‌ای مداد کاغذی برای اندازه‌گیری اعتیاد به استفاده از اینترنت است. این پرسشنامه شامل ۲۰ ماده می باشد و برای سنجش میزان وابستگی افراد به کار با اینترنت یا رایانه توسط Young در سال ۱۹۹۸ [۲۶] تهیه شده است و به روش لیکرت پنج درجه‌ای (۵=همیشه تا ۱=به ندرت) نمره گذاری می‌شود. پس از تعیین نمره نهایی، وضعیت کاربران مورد مطالعه به صورت زیر مشخص می‌شود: نمره کمتر از ۲۰ نشان دهنده عدم وابستگی (غیر کاربر)، نمره بین ۲۰_۴۹ نشان دهنده کاربر طبیعی و نمره ۷۹_۵۰ نشان دهنده اعتیاد خفیف (افراد در معرض خطر) و نمره ۱۰۰_۸۰ نشان دهنده اعتیاد شدید است. علوی و همکاران در سال ۱۳۸۹ [۲۷] در پژوهش خود برای نسخه فارسی پرسش نامه دو نوع روایی محتوایی و افتراقی (r=۰/۵۰) و سه نوع پایایی بازآزمایی (r=۰/۷۴)، همسانی درونی (α=۰/۸۸) و تصنیف (r=۰/۸۲) گزارش داده‌اند.

پرسش نامه نظم جویی شناختی هیجان (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire) توسط Garnefski و همکاران در سال ۲۰۰۱ [۱۲] در کشور هلند تدوین شده و جهت شناسایی راهبردهای مقابله ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت های منفی مورد استفاده قرار می گیرد. بر خلاف سایر پرسش نامه های مقابله ای که به صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قایل نمی شوند. پرسش نامه ی نظم جویی هیجان دارای پایه ی تجربی و نظری محکمی بوده و از ۹ خرده مقیاس تشکیل شده است. خرده مقیاس های مذکور ۹ راهبرد شناختی ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه گیری، فاجعه سازی و ملامت دیگران را ارزیابی می کند. دامنه ی نمرات مقیاس از ۱ ( تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می باشد. نمرات بالا در هر خرده مقیاس بیانگر میزان استفاده بیشتر از راهبرد مذکور در مقابله و مواجهه با وقایع استرس زا و منفی می باشد [۱۲]. در فرهنگ ایرانی هم اعتبار و روایی مطلوبی برای پرسش نامه ی نظم جویی هیجان گزارش شده است [۲۸].

مقیاس تکانشگری بارت (Barratt Impulsiveness Scale) ویراش یازدهم آن توسط Barratt در سال ۱۹۹۷ ساخته شده است [۲۴]. این پرسش نامه دارای ۳۰ پرسش و به صورت طیف لیکرت چهار گزینه‌ای (هرگز=۱، گاهی اوقات=۲، اغلب=۳ و همیشه=۴) تدوین شده است که سه عامل تکانشگری توجهی، تکانشگری حرکتی و بی برنامگی را ارزیابی می کند. نادری، حق شناس در سال ۱۳۸۸ [۲۹]، در پژوهشی برای نخستین بار در ایران به اعتباریابی مقیاس تکانشگری بارت پرداختند. ضرایب پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۲ و روش تنصیف ۰/۶۰ گزارش کردند.

مقیاس کوتاه پنج عامل بزرگ (short version of the Big Five Inventory) [۲۵]، ابعاد پنج عامل بزرگ شخصیت شامل گشودگی، با وجدان بودن، برون گرایی، موافق بودن و روان رنجوری را با استفاده مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای می سنجد (۱=کاملاً مخالفم تا ۵=کاملاً موافقم). مطالعات نشان داده‌اند که BFI از نظر روان سنجی ابزار معتبر برای ارزیابی صفات پنج عامل بزرگ شخصیتی است و اعتبار بازآزمایی بین r=۰/۶۸تا r=۰/۸۳ برای پنج زیر مقیاس آن گزارش شده است [۲۵]. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۴ برای این پرسش نامه بدست آمد. پس از گردآوری داده های مطالعه با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ و آمارهای توصیفی همچون میانگین و انحراف

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

استاندارد، ضرایب همبستگی و در نهایت رگرسیون خطی چندگانه همزمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## یافته ها

شرکت کنندگان پژوهش حاضر ۲۹۰ نفر از دانشجویان شاخه های ادبیات و علوم انسانی، فنی مهندسی، تربیت بدنی، هنر و پزشکی دانشگاه ارومیه بودند که بر اساس نوع پژوهش به این میزان انتخاب گردیدند. از مجموع شرکت کنندگان میزان دانشجویان مقطع کارشناسی ۲۲۵ نفر (۸۷/۹ درصد)، مقطع ارشد ۳۰ نفر (۱۰/۳ درصد) و مقطع دکتری ۵ نفر (۱/۷ درصد) بودند که از این میان دانشکده های فنی و مهندسی ۶۲ نفر (۲۱/۴)، علوم انسانی ۱۹۸ نفر (۶۸/۳)، تربیت بدنی و هنر ۱۹ نفر (۶/۶ درصد) و پزشکی ۱۱ نفر (۳/۸ درصد) انتخاب گردیدند. در ادامه خصوصیات توصیفی و جمعیت شناختی شرکت کنندگان در جدول ۱ ارائه شده است.

در جدول ۲ به ترتیب میانگین و انحراف معیار متغیرهای پیش بینی راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری، برون گرایی و متغیر ملاک اعتیاد به اینترنت درج گردیده است.

جدول ۱. خصوصیات توصیفی و جمعیت شناختی شرکت کنندگان پژوهش

| گروه | تعداد(درصد) | سن | وضعیت تاهل | |
|---|---|---|---|---|
| | | میانگین(انحراف استاندارد) | مجرد | متاهل |
| دختر | (۵۹/۳)۱۷۲ | (۷/۴۶)۱۲ | ۱۳۸ | ۳۴ |
| پسر | (۴۰/۷)۱۱۸ | (۸۰/۷۴)۱۳۰ | ۱۰۲ | ۱۶ |
| کل | (۱۰۰)۲۹۰ | (۱۱/۸)۱۹ | ۲۴۰ | ۵۰ |

جدول ۲. شاخص های توصیفی هر گروه در متغیرهای پیش بین و ملاک

| متغیر | میانگین(انحراف استاندارد) | کمینه | بیشینه | تعداد |
|---|---|---|---|---|
| نظم جویی هیجان | ۵۰/۶ (۹/۲) | ۱۹ | ۷۵ | ۲۹۰ |
| تکانشگری | ۶۹/۴ (۱۰/۳) | ۳۵ | ۱۰۷ | ۲۹۰ |
| اعتیاد به اینترنت | ۴۷/۴ (۲۰/۳) | ۲۰ | ۸۸ | ۲۹۰ |
| برون گرایی | ۶/۳ (۱/۸۲) | ۲ | ۱۰ | ۲۹۰ |

به منظور آزمون فرضیه های پژوهش مبنی بر اینکه بین متغیرهای راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی با گرایش اعتیاد به اینترنت رابطه وجود دارد، به ترتیب از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه همزمان استفاده گردید که نتایج آن در جداول ۳ و ۴ ارائه شده است.

نتایج جدول شماره ۳ نشان دهنده وجود روابط معنادار بین متغیر پیش بین نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی با اعتیاد به اینترنت است به طوری که رابطه منفی معناداری بین خرده مقیاس های پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه گیری ($P<۰/۰۰۱$) و تمرکز مجدد مثبت ($P<۰/۰۱$) با اعتیاد به اینترنت و همچنین همبستگی منفی معنادار بین ملامت دیگران با اعتیاد به اینترنت بدست آمد ($P<۰/۰۰۱$). متغیر پیش بین تکانشگری و برون گرایی همبستگی مثبت معناداری ($P<۰/۰۰۱$) در تمام خرده مقیاس ها با اعتیاد به اینترنت نشان دادند. این نتایج نشان دهنده رابطه منفی معنادار بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و از سویی همبستگی مثبت معنادار بین تکانشگری و برون گرایی با اعتیاد به اینترنت است.

به منظور آزمون مدل پیش بینی اعتیاد به اینترنت از طریق متغیرهای پیش بین نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی ابتدا از مدل رگرسیون همزمان استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۴ درج گردیده است.

نتایج معادله رگرسیون در جدول ۴ نشان می دهد ($R^2=۲۲۹,۰$ و $P<۰/۰۰۱$) که در مجموع متغیرهای پیش بین تکانشگری، راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و برون گرایی با مجذور $R^2$ تنظیم شده برابر با ۰/۲۲۹، ۲۳ درصد از واریانس متغیر ملاک اعتیاد به اینترنت را تبیین می کنند. در ادامه جهت بررسی نقش متغیر جنسیت در پیش بینی متغیر ملاک اعتیاد به اینترنت مدل رگرسیون جهت بررسی و پیش بینی نقش جنسیت بر اعتیاد به اینترنت ترسیم شد. نتایج نشان داد ($R^2=۰/۰۰۳$ و $P>۰/۰۵$) که سهم متغیر جنسیت با مجذور $R^2$ تنظیم شده برابر با ۰/۰۰۳-، در معادله رگرسیون معنادار نیست. بنابراین با توجه به نداشتن سهم معنادار در معادله رگرسیون، وارد نکردن متغیر جنسیت در معادله پیش بینی منطقی به نظر می رسد.

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

جدول۳. ضرایب همبستگی بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری، برون گرایی با اعتیاد به اینترنت

| خرده مقیاس ها متغیر پیش بین | | متغیر ملاک | ضریب همبستگی r | سطح معناداری |
|---|---|---|---|---|
| راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان | ملامت خویش | اعتیاد اینترنت | ۰/۰۳ | ۰/۵۵۹ |
| | پذیرش | اعتیاد اینترنت | -۰/۱۸** | ۰/ ۰۰۲ |
| | نشخوارگری | اعتیاد اینترنت | -۰/۲۵** | ۰/۰۰۰ |
| | تمرکز مجدد مثبت | اعتیاد اینترنت | -۰/۱۳* | ۰/۰۲۷ |
| | تمرکز مجدد بر برنامه ریزی | اعتیاد اینترنت | -۰/۲۹** | ۰/۰۰۰ |
| | ارزیابی مجدد مثبت | اعتیاد اینترنت | -۰/۳۵** | ۰/۰۰۰ |
| | دیدگاه گیری | اعتیاد اینترنت | -۰/۲۱** | ۰/۰۰۰ |
| | فاجعه سازی | اعتیاد اینترنت | ۰/۰۹ | ۰/۰۹۲ |
| | ملامت دیگران | اعتیاد اینترنت | ۰/۲۲** | ۰/۰۰۰ |
| تکانشگری | تکانشگری توجه | اعتیاد اینترنت | ۰/۲۴** | ۰/۰۰۰ |
| | تکانشگری حرکتی | اعتیاد اینترنت | ۰/۲۷** | ۰/۰۰۰ |
| | بی برنامگی | اعتیاد اینترنت | ۰/۳۷** | ۰/۰۰۰ |
| برون گرایی | برون گرایی | اعتیاد اینترنت | ۰/۲۲** | ۰/۰۰۰ |

جدول ۴. رگرسیون چندگانه همزمان بین نظم جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون گرایی با اعتیاد به اینترنت

| مدل | متغیر پیش بین | B | SE | Beta | T | P | R | $R^2$ | F(۳/۲۸۲) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱ | تکانشگری | ۰/۵۹۶ | ۰/۱۰۷ | ۰/۳۰۱ | ۶/۵۴ | ۰/۰۰۰ | ۰/۴۸۷ | ۰/۲۲۹ | ۲۹/۲۶۴ |
| | نظم جویی هیجان | -۰/۶۲۷ | ۰/۱۲۳ | -۰/۲۷۹ | -۵/۱۰ | ۰/۰۰۰ | | | |
| | برونگرایی | ۲/۴۵۳ | ۰/۶۱۸ | ۰/۲۲۱ | ۳/۹۷ | ۰/۰۰۰ | | | |

## بحث

نتایج کلی پژوهش حاضر نشان دهنده وجود روابط بین متغیرهای تنظیم شناختی هیجان، تکانشگری و نیز برون گرایی با اعتیاد به اینترنت بود که در برخی مولفه های تنظیم هیجان همچنان که بیان شده این رابطه به صورت منفی بود، با این حال هر دو متغیر تکانش گری و برون گرایی روابط مثبتی با اعتیاد به اینترنت داشتند.

جهت بررسی اهداف و فرضیه های پژوهش ابتدا مجموع همبستگی های بین متغیرهای پیش بین و ملاک محاسبه گردید. از آنجایی که هدف پژوهش حاضر ترسیم مدل رگرسیون بر اساس متغیرهای پیش‌بین جهت پیش بینی اعتیاد به اینترنت بود، از این رو بررسی نتایج نشان داد که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، تکانشگری

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

و برون گرایی سهم معناداری در پیش بینی اعتیاد به اینترنت دارند. نتایج بدست آمده نشان دهنده این بود که بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و اعتیاد به اینترنت در زیرمقیاس های پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه پذیری (P<۰/۰۰۱) و همچنین تمرکز مجدد مثبت (P<۰/۰۱) همبستگی منفی معنادار وجود دارد. این نتایج همسو با مطالعه Garnefski و همکاران در سال ۲۰۰۱ [۳۰] است که بیان می کنند افرادی که از سبک های شناختی ضعیف مانند نشخوارگری و فاجعه سازی استفاده می کنند نسبت به دیگران در برابر اختلال های روان شناختی آسیب پذیرتر هستند. بنابراین راهبردهای منفی نظم جویی شناختی هیجانی به عنوان نوعی آسیب پذیری روان شناختی، پیش بین اعتیاد به اینترنت است که با پژوهش های انجام شده پیرامون اعتیاد به اینترنت که نشان داده است افرادی که به لحاظ روان شناختی آسیب پذیر هستند، بیشتر در معرض اعتیاد به اینترنت قرار دارند [۷، ۱۸] همخوانی دارد. یافته پژوهش حاضر که نشان دهنده رابطه آسیب روان شناختی اعتیاد به اینترنت با راهبردهای منفی نظم جویی هیجانی است با پژوهش Milani و همکاران در سال ۲۰۰۹ است [۳۱] مبنی بر اینکه، افراد مبتلا به اعتیاد اینترنت، گرایش به راهبردهای مقابله ناکارآمد در مواجه با استرس دارند در یک راستا قرار دارد. پژوهش Lan-hua و همکاران در سال ۲۰۱۰ [۳۲] بر روی هوش هیجانی که یک مؤلفه مثبت است رابطه منفی با اعتیاد به اینترنت بدست داد که به نوعی پژوهش حاضر نیز همسو با نتایج این مطالعه است بدین صورت که به کارگیری راهبردهای منفی تنظیم هیجانی به نظر می رسد نوعی مؤلفه ای منفی از هوش هیجانی است. همچنین این یافته همسو با پژوهش Parker و همکاران در سال ۲۰۰۸ [۳۳] که بیان کننده پیش بینی اعتیاد اینترنت از طریق راهبردهای تنظیم هیجانی افراد است و مطالعاتی که نشان دهنده ارتباط بین نقص در تنظیم هیجان با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان است [۳۴]. این یافته که افراد با اعتیاد به اینترنت داری نقایصی در تنظیم هیجان هستند از این دیدگاه که افراد اعتیاد یک اختلال مغزی است به به واسطه تغییرات بلند مدت در کارکرد شناختی، به ویژه در کارکردهای اجرایی مشخص می شود حمایت کرده و اینکه این وابستگی با اختلال معنادار در ظرفیت اجرایی همراه با تکانشوری و سطوح بالای خشم همراه است [۳۵].

همبستگی بین ابعاد تکانشگری توجه، تکانشگری حرکتی و بی برنامگی نشان دهنده رابطه مثبت معنادار مؤلفه های تکانشگری با اعتیاد به اینترنت بود (P<۰/۰۰۱)، که با یافته های مربوط به قماربازی بیمارگون [۳۶]، انواعی اختلال های کنترل تکانه و اعتیادهای رفتاری همخوان است [۳۷]، به این صورت که اعتیاد به اینترنت به عنوان سازه همبسته تکانشگری بیان شده و می تواند در کنار قماربازی بیمارگون به عنوان نوعی تکانشگری دیده شده و در طبقه اعتیادهای رفتاری قرار گیرد. همچنین یافته های حاضر با ملاک های DSM-IV و یافته های محققانی که اعتیاد به اینترنت را یک نوع اختلال تکانشی یا حداقل در ردیف این اختلال قرار داده اند همخوان است [۳۸]. با توجه به این که انجمن روانپزشکی آمریکا [۲] علائم مشابهی برای اعتیاد به اینترنت و سو مصرف مواد گزارش داده است و تکانشوری را جزئی از ویژگی اختلال سو مصرف مواد و اعتیادهای رفتاری قرار گرفته است بنابراین یافته های پژوهش حاضر در بُعد تکانشگری همسو با یافته های Moeller و همکاران در سال ۲۰۰۱ [۳۷] Madden و همکاران در سال ۲۰۱۰ [۱۵] و Robbins و همکاران در سال ۲۰۱۱ [۳۹] است که تکانشوری را به عنوان پیش بین مهم اعتیاد به مصرف کوکائین و نگهداری درمان بیان داشتند.

همچنین بررسی ارتباط بین صفت شخصیتی برون گرایی با اعتیاد به اینترنت نشان دهنده همبستگی معنادار بین این دو بود (P<۰/۰۰۱) به این صورت که افراد برون گرا گرایش بیشتری به سمت اینترنت داشتند، که با یافته های پژوهش Hall در سال ۲۰۰۵ [۴۰] هم خوانی داشت، می توان یافته حاضر را بدین صورت تبیین کرد که شخصیت برون گرا صفات مانند هیجان طلبی، مشارکت، تعامل و معاشرت با دیگران، برقراری روابط صمیمانه با سایرین، سرخوشی، پر انرژی، خوش بینی و لذت بردن از جمع شدن با دیگران را داراست و اینترنت هم دارای ویژگی هایی مانند فضای اجتماعی است که به فعال سازی روابط اجتماعی کمک می کند [۴۱]. اینترنت رسانه ای است که فضای گسترده ای را در اختیار کاربران قرار می دهد، راه هایی که کاربران می تواند از آن به منظور خودنمایی در اینترنت استفاده کرده و با دیگران ارتباط برقرار کنند. اینترنت شکل های جدیدی از انسان اجتماعی می سازد و افراد برون گرا با تمایل به سمت

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

پذیرش اجتماع انسانی بیشتر جذب این فضاء می گردند. در واقع اینترنت با فراهم کردن یک دنیای مجازی امکان ایجاد ارتباط و ابراز عقاید و فضای لازم برای بروز هیجانات فرد را فراهم می آورد و فرد به راحتی می تواند در هر زمان و مکانی با دیگران ارتباط برقرار کند. بنابراین اینترنت می تواند بسیاری از نیازهای افراد برون گرا را برطرف کند و به همین دلیل این افراد به سوی اینترنت جذب می شوند بدون آن که از عواقب آن اطلاع داشته باشند و در نهایت در اثر استفاده ی مفرط و عدم دانش کافی در مورد نحوه ی استفاده از اینترنت به آن معتاد می شوند. در مورد نقش جنسیت در اعتیاد به اینترنت تفاوت معناداری یافت نشد هم چنین این متغیر سهم معناداری در پیش بینی اعتیاد به اینترنت نداشت، این یافته هم خوانی با مطالعات پیشینی است که بین دو جنس در اعتیاد به اینترنت تفاوت معناداری یافت نکردند [۴۲]. در مجموع یافته های پژوهش حاضر نشان داد که دانشجویان در برابر ابعاد آسیب شناسی نوین مانند اعتیاد به اینترنت همانند سایر آسیب های روانی مانند افسردگی دارای آسیب پذیری هستند [۴۳]. اعتیاد به اینترنت و فضای مجازی هزینه های فراوان و سنگینی را شامل اتلاف زمان، مستعد شدن نسبت آسیب های جسمانی و روانی مرتبط با اینترنت به ویژه در قشر جوان و به ویژه دانشجو که جامعه مورد مطالعه پژوهش حاضر بود را بر این گروه تحمیل می کند. در نهایت، به نظر می رسد که باید به ابعاد آسیب روانی به عنوان پیامد اعتیاد به اینترنت در سطحی گسترده تر و با طور کاربردی توجه شود تا بتوان با ارتقاء سلامت روانی و آموزش استفاده صحیح از اینترنت، از درمان محوری به سمت رویکرد سلامت محور گام برداشت و از هزینه های بالای مراقبتی و پیامد های سنگین این پدیده جلوگیری بعمل آورد. با توجه به اینکه شرکت کنندگان در پژوهش حاضر در دامنه سنی مشابهی قرار داشتند و سن از متغیرهای تاثیرگذار در گرایش به فضای مجازی و اینترنت است از این رو در تعمیم یافته های بدست آمده در این پژوهش به گروه های سنی دیگر باید جانب احتیاط را رعایت کرد، از این رو پیشنهاد می گردد تا بررسی تطبیقی به منظور بررسی نقش سن بر اساس دامنه های سنی گوناگون بعمل آید. محدودیت دیگر پژوهش حاضر این بود که به منظور سنجش متغیرهای پژوهش از ابزارهای خودگزارش دهی استفاده گردید گر چه این ابزارها در سنجش این مؤلفه ها معتبر شناخته شده اند اما پیشنهاد می گردد تا از ابزارهای دیگری که در این زمینه پشنهاد شده است مانند مصاحبه با خود فرد یا والدین و دوستان سود جست.

## نتیجه گیری

در مجموع نتایج مطالعه حاضر به درک بهتر نقش عوامل روان شناختی در اعتیاد به اینترنت کمک می کند. هر دو راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و تکانشگری و هم چنین صفت شخصیتی برون گرایی اهمیت ویژه ای در تبیین اعتیاد به اینترنت داشتند اما جنسیت در اعتیاد به اینترنت نقشی نشان نداد. به عنوان یک نتیجه، یکی از یافته های اصلی پژوهش حاضر این بود که اعتیاد به اینترنت می تواند از تکانشگری و برون گرایی ناشی شده و گرایش به سمت درگیری در رفتارهای اینترنتی را منجر شود که خود می تواند به صورت راهبردی مقابله ای هیجانی نگریسته شود. همسان با مطالعات اخیری است که اعتیاد به اینترنت را به صورت اولیه (ناشی از تکانشگری) یا ثانویه (به عنوان راهبردی مقابله ای با علائم اضطراب، افسردگی، استرس و غیره) می دانند. از آن جا عوامل زمینه ساز خانوادگی و تفاوت های فردی در اعتیاد به اینترنت پیش زمینه تدوین و اجرای مداخلات گوناگون جهت اصلاح و پیشگیری از این پدیده است؛ پیشنهاد می شود که پژوهش های آتی در جهت تکمیل داده های پژوهش حاضر، به متغیرهای مرتبط دیگر نظیر تفاوت های فردی در سبک های مقابله ای، سبک های فرزندپروری و همچنین ابعاد خانوادگی توجه کنند.

## تشکر و قدردانی

بدین وسیله از کلیه دانشجویان دانشگاه ارومیه که با همکاری خود ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند، تشکر و قدردانی به عمل می آوریم.

## تضاد منافع

پژوهش حاضر هیچ گونه تضاد منافعی برای نویسندگان نداشته است.

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

## References

1. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Chen CC. The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. European Psychiatry. 2012;27(1):1-8.
2. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed). Arlington VA:American Psychiatric Publishing;2013.
3. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Text revision (4th ed). Washington DC:American Psychiatric Association;2000.
4. Aboujaoude E, Koran LM, Gamel N, Large MD, Serpe RT. Potential markers for problematic internet use: a telephone survey of 2,513 adults. CNS Spectrums. 2006;11(10):750-755.
5. Villella C, Martinotti G, Di Nicola M, Cassano M, La Torre G, Gliubizzi MD, et al. Behavioural addictions in adolescents and young adults: Results from a prevalence study. Journal of Gambling Studies. 2011;27(2):203–214.
6. Jenaro C, Flores N, Gómez_Vela M, González_Gil F, Caballo C. Problematic internet and cell_phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. Addiction Research & Theory. 2007;15(3):309-320.
7. Lam LT, Peng ZW, Mai JC, Jing J. Factors associated with internet addiction among adolescents. Cyber Psychology and Behavior. 2009;12(5):551-555.
8. Park SK, Kim JY, Cho CB. Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among South Korean Adolescents. Adolescence. 2008;43(172):895–909.
9. Dawe S, Loxton NJ. The role of impulsivity in the development of substance use and eating disorders. Neuroscience & Biobehavioral Reviews. 2004;28(3):343-351.
10. Kun B, Demetrovics Z. Emotional intelligence and addictions: A systematic review. Substance use and misuse. 2010;45(7-8):1131-1160.
11. Spada MM, Langston B, Nikčević AV, Moneta GB. The role of metacognitions in problematic internet use. Computers in Human Behavior. 2008;24(5):2325-2335.
12. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven Ph. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual Differences. 2001;30(8):1311-1327.
13. Mayne T, Bonanno GA. Emotions: Current issues and future directions. New York:Guilford;2001 (pp. 337–361).
14. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. Cyber Psychology & Behavior. 2001;4(3):377-383.
15. Madden GJ, Bickel WK. Impulsivity: The behavioral and neurological science of discounting (1st ed). Washington, DC:American Psychological Association;2010.
16. Cao F, Su L, Liu TQ, Gao X. The relationship between impulsivity and internet addiction in a sample of Chinese adolescents. European Psychiatry. 2007;22(7):466-471.
17. Anker JJ, Perry JL, Gliddon LA, Carroll ME. Impulsivity predicts the escalation of cocaine self administration in rats. Pharmacology Biochemistry and Behavior. 2009;93(3):343-348.
18. Willoughby T. A short term longitudinal study of Internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use and psychosocial predictors. Developmental Psychology. 2008;44(1):195-204.
19. Hamburger YA, Ben Artzi E. The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet. Computers in Human Behaviour. 2000;16(4):441-449.
20. Lotfabadi H. Teaching national and global citizenship along with stabilizing the students' identity and value system. Quarterly Journal of Educational Innovations. 2014;17(5):11-44.

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

(Persian)
21. Hamburger YA. Internet and personality. Computers in Human Behavior. 2002;18(1):1-10.
22. Yau YHC, Crowley MJ, Mayes LC, Potenza MN. Are internet use and video game playing addictive behaviors? Biological, clinical and public health implications for youths and adults. Minerva Psichiatrica. 2012;53(3):153-170.
23. Gambor A, Vas L. A nation and gendered based study about their relationship between the big five and motives for internet use, A Hungarian and Israeli comparison. Theory & Science. 2008;10(1):1527-5558.
24. Barratt E, Stanford MS, Kent TA, Felthous A. Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression. Biological Psychiatry. 1997;41(10):1045-1061.
25. Rammstedt B, John OP. Measuring personality in one minute or less: A 10 item short version of the Big Five Inventory in English and German. Journal of Research in Personality. 2007;41(1):203-212.
26. Young KS. Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery. New York:John Wiley & Sons;1998.
27. Alavi SS, Eslami M, Meracy MR, Najafi M, Jannatifard F, Rezapour H. Psychometric properties of Young internet addiction test. Journal of Behavioral Sciences. 2010;4(3):7-8. (Persian)
28. Hasani J. The reliability and validity of the short form of the cognitive emotion regulation questionnaire. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2011;9(4):229-240. (Persian)
29. Naderi F, Haghshenas F. Validate the Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11) and the relationship between impulsivity and loneliness, with the use of mobile phones in male and female students in Ahvaz University. [MA Thesis], Ahvaz:Islamic Azad University of Ahvaz;2009. (Persian)
30. Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. Personality and Individual Differences. 2006;40(8):1659-1669.
31. Milani L, Osualdella D, Blasio PD. Quality of interpersonal relationships and problematic Internet use in adolescence. Cyber Psychology & Behavior. 2009;12(6):681-684.
32. Lan Hua L, Li ping Z, Zhao Lan L. Impact of emotional intelligence on internet addiction disorder among students at a college in Weifang, 2009. Preventive Medicine Tribune. 2010;9(5):6-9.
33. Parker JDA, Taylor RN, Eastabrook JM, Schell SL, Wood LM. Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. Personality and Individual Differences. 2008;45(2):174-180.
34. Yu JJ, Kim H, Hay I. Understanding adolescents' problematic Internet use from a social/cognitive and addiction research framework. Computers in Human Behavior. 2013;29(6):2682-2689.
35. Tedeschi D, Martinotti G, Di Nicola M, De Vita O, Pozzi G, Janiri L. P_95_Executive functions, anger and impulsivity in alcohol dependence. European Psychiatry. 2012;27(1):1.
36. Svaldi J, Brand M, Tuschen Caffier B. Decision making impairments in women with binge eating disorder. Appetite. 2010;54(1):84–92.
37. Moeller FG, Dougherty DM, Barratt ES, Schmitz JM, Swann AC, Grabowski J. The impact of impulsivity on cocaine use and retention in treatment. Journal of Substance Abuse Treatment. 2001;21(4):193-198.
38. Dalley JW, Everitt BJ, Robbins TW. Impulsivity, compulsivity, and top down control. Neu-

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

ron. 2011;69(4):680-694.
39. Robbins TW, Gillan CM, Smith DG, de Wit S, Ersche KD. Neurocognitive endophenotypes of impulsivity and compulsivity: Towards dimensional psychiatry. Trends in Cognitive Sciences. 2012;16(1):81-91.
40. Hall A. Audience personality and the selection of media and media genres. Media Psychology. 2005;7(4):377-398.
41. Gross Farshi M, Sofiani H. Investigate the relationship between personality and general health among Tabriz University Students. Educational and Psychology Studies. 2008;9(2):47-63. (Persian)
42. Buckner JEV, Castille CM, Sheets TL. The five factor model of personality and employees' excessive use of technology. Computers in Human Behavior. 2012;28(5):1947-1953.
43. Rezaei T, Yazdi-Ravandi S, Ghaleiha A, Seif Rabiei M. Depression among medical students of Hamadan University of Medical Sciences in 2014: The Role of demographic variables. Pajouhan Scientific Journal. 2015;13(4):1-8. (Persian)

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

Research Article

# The role of cognitive emotion regulation strategies, impulsivity and extraversion in the tendency of the internet addiction in the students of Urmia University, in 2014

**Sohrab Amiri[1*], Firouzeh Sepehrian azar[2], Kobra Naseri Tamrin[3]**

1. Ph.D. Student of General Psychology, Urmia University, Urmia, Iran
2. Associate Professor of Educational Psychology, Urmia University, Urmia, Iran
3. M.A Student of Psychology, Urmia University, Urmia, Iran

Recieved: 12 Sep. 2015 Accepted: 12 Nov. 2015

## Abstract

**Introduction:** Internet addiction has been emerged as a new field of psychopathology. Excessive use of the Internet has become a problem which can cause severe difficulties in daily life, social relationships, work, education and psychological adjustment. Accordingly, the aim of this study was to determine the role of the cognitive emotion regulation strategies, Impulsivity and Extraversion In the tendency of Internet addiction in students of Urmia University in 2014.

**Methods:** Present study was a cross-sectional one. For this purpose, from Urmia University students in 2014, 290 individuals were selected by Stratified sampling. Then the Young's Internet Addiction Scale, Cognitive Emotion Regulation Strategies, impulsivity Scale and Extraversion were distributed among research participants. Collected data were analyzed using SPSS-19 and descriptive indicators, correlation coefficient and simultaneous multiple regression analysis was utilized.

**Results:** Outcomes explained that there is a negative correlation between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Internet addiction ($P<0.001$), and only about two components, Self_blaming and catastrophizing, the relationships were not significant ($P>0.05$). Also, a significant positive correlation was found between impulsivity and extraversion scales with internet addiction ($P<0.001$). The results showed that each three variables of cognitive emotion regulation strategies, impulsivity and extroversion were able to predict the Internet addiction ($P<0.001$).

**Conclusion:** Cognitive emotion regulation strategies and impulsivity and also personality trait of extraversion, have a special role in the tendency to engage into the internet behaviors.

**Keywords:** Internet addiction, Extraversion, Impulsive behavior, Cognitive emotion regulation strategies

[ Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-24 ]

* **Coresponding Author**: **sohrab amiri,** PhD Student of General Psychology, Urmia University, Urmia, Iran.
Email: Amirysohrab@yahoo.com Tel: +989187058990

**Please cite this article as:** Amiri S, Sepehrian Azar F, Naseri Tamrin K. [The role of cognitive emotion regulation strategies, impulsivity and extraversion in the tendency of the internet addiction in the students of Urmia University, in 2014]. *Pajouhan Scientific Journal.* 2015;14(1):1-11