

مدل‌یابی علی‌اعتیاد به اینترنت براساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی: نقش میانجی حمایت اجتماعی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۸/۲۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۲۰

شبنم محمدی خانقاه^۱، سجاد بشرپور^{۲*}، نادر حاجلو^۳

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: اعتیاد به اینترنت به عنوان یکی از چالش‌های مهم سلامت روان در نوجوانان، با پیامدهای منفی فردی و اجتماعی همراه است. تجربه‌های فشارزا و نگرانی از ارزیابی منفی دیگران (اضطراب ظاهر اجتماعی) از عوامل خطر مهم در گرایش به این اعتیاد محسوب می‌شوند؛ با این حال، نقش حمایت اجتماعی به عنوان یک میانجی در این رابطه کمتر بررسی شده است. از این رو، پژوهش حاضر با هدف تبیین مدل علی‌اعتیاد به اینترنت بر اساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی با نقش میانجی حمایت اجتماعی انجام شد.

روش: این پژوهش توصیفی-همبستگی در جامعه دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه شهر اردبیل در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ اجرا شد. از این جامعه، تعداد ۴۵۰ دانش‌آموز ۱۲ تا ۱۴ ساله با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸)، تجربه‌های فشارزا مسلج (۲۰۱۵)، اضطراب ظاهر اجتماعی هارت و همکاران (۲۰۰۸) و حمایت اجتماعی ادراک‌شده زیمت و همکاران (۱۹۸۸) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌سازی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: تجربه‌های فشارزا ($\beta = 0.394$) و اضطراب ظاهر اجتماعی ($\beta = 0.862$) با افزایش احتمال اعتیاد به اینترنت همراه بودند. حمایت اجتماعی ($\beta = 0.489$)، نیز به صورت مستقیم با اعتیاد به اینترنت رابطه داشت. تحلیل میانجی‌گری نشان داد که حمایت اجتماعی اثرات منفی تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت را تعدیل می‌کند ($P > 0.0001$).

نتیجه‌گیری: حمایت اجتماعی به عنوان یک سپر روان‌شناختی عمل کرده و می‌تواند، تأثیرات مخرب استرس‌های روزمره و نگرانی از ظاهر را بر تمایل به استفاده ناسالم از اینترنت کاهش دهد. بر این اساس، تقویت شبکه‌های حمایتی برای دانش‌آموزان در معرض خطر، می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری از اعتیاد به اینترنت ایفا کند.

کلمات کلیدی: تجربه‌های فشارزا، اعتیاد به اینترنت، حمایت اجتماعی، اضطراب ظاهر اجتماعی.

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۲. استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

*نویسنده مسئول: Basharpour_sajjad@uma.ac.ir

۳. استاد، گروه روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.



Causal Modeling of Internet Addiction Based on Stressful Experiences and Social Appearance Anxiety: The Mediating Role of Social Support

Received: 2025/11/10 Accepted: 2026/2/9

Shabnam Mohammadi Khanqah¹, Sajjad Basharpour^{2*}, Nader Hajloo³

Original Article

Abstract

Introduction: Internet addiction is a significant mental health concern among adolescents, associated with various negative individual and social consequences. Stressful experiences and social appearance anxiety—defined as concerns about negative evaluation by others—are recognized as major risk factors for the development of this addiction. However, the mediating role of social support in these relationships remains underexplored. The present study aimed to examine the causal model of internet addiction based on stressful experiences and social appearance anxiety, with social support as a mediating variable.

Method: This descriptive-correlational study was conducted among male high school students in Ardabil during the academic year 2023–2024. A sample of 450 students aged 12 to 14 years was selected using multi-stage cluster sampling. Data were collected using Young's Internet Addiction Questionnaire (1998), the Stressful Experiences Questionnaire (Maslach, 2015), the Social Appearance Anxiety Scale (Hart et al., 2008), and the Perceived Social Support Scale (Zimet et al., 1988). Data were analyzed using Pearson correlation coefficient and structural equation model.

Results: The results revealed that stressful experiences ($\beta = 0.394$, $p < 0.001$), social appearance anxiety ($\beta = 0.862$, $p < 0.001$), and social support ($\beta = 0.489$, $p < 0.001$) each had a direct positive effect on internet addiction. Furthermore, mediation analysis indicated that social support modulated the negative effects of stressful experiences and social appearance anxiety on internet addiction.

Conclusion: Social support functions as a psychological shield, mitigating the detrimental effects of daily stressors and appearance-related concerns on the tendency toward unhealthy internet use. Accordingly, strengthening support networks for at-risk students may play an effective role in preventing internet addiction.

Keywords: Stressful Experiences, Internet Addiction, Social Support, Social Appearance Anxiety

1 . Master's Student, Department of Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

2 . Professor, Department of Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran. (Corresponding Author). E-mail: Basharpour_sajjad@uma.ac.ir

3 . Professor, Department of Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

مقدمه

فضای مجازی، هم برای برقراری ارتباط استفاده می‌شود و هم پدیده‌ای اجتماعی است. به‌طور کلی، فناوری‌های جدید ارتباطی مانند موبایل، بازی‌های آنلاین اینترنتی و شبکه‌های اجتماعی، روش زندگی ما را تغییر داده‌اند و شرایط جدیدی را برای ارتباط با یکدیگر و فعالیت‌های اجتماعی فراهم کرده‌اند (قنادزادگان و همکاران، ۱۴۰۰). در عصر حاضر، پلتفرم‌های اینترنتی به عنصری غیرقابل تفکیک از سبک زندگی بشر تبدیل شده‌اند (نیک‌بین^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). پلتفرم‌های اینترنتی، مزایای قابل توجهی در عرصه آموزشی ارائه می‌دهند (روسیدس^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). علاوه بر این، فرصت‌ها برای حمایت از ارتباطات اجتماعی بین فراگیران با رشد مداوم آموزش برخط و محیط‌های یادگیری برخط به‌طور قابل توجهی پیشرفت کرده است (جوک‌سیمویک^۳ و همکاران، ۲۰۱۵). از سوی دیگر، استفاده بی‌رویه و اجباری شبکه‌های مجازی اغلب به اعتیاد به این پلتفرم‌ها منجر می‌گردد (پک‌پازار^۴ و همکاران، ۲۰۱۷). اعتیاد را می‌توان به دو دسته اعتیاد به مواد و اعتیاد غیرمواد (یا اعتیاد رفتاری) تقسیم کرد (انجمن روان‌پزشکی آمریکا^۵، ۲۰۱۳). یکی از مهم‌ترین مشکلاتی که اینترنت با خود به همراه داشته است اعتیاد به استفاده از آن است. اعتیاد به اینترنت^۶ مشکلی است که در جوامع و فرهنگ‌های مختلف به چشم می‌خورد. اعتیاد به اینترنت به حالتی اطلاق می‌شود که در آن فرد به‌صورت غیرقابل‌کنترلی و بیش‌ازحد از اینترنت استفاده می‌کند، به‌طوری‌که این استفاده مداوم و بی‌رویه تأثیرات منفی بر زندگی روزمره، روابط اجتماعی، عملکرد تحصیلی و سلامت جسمی و روانی فرد می‌گذارد. این نوع اعتیاد می‌تواند به شکل‌های مختلفی بروز کند، از جمله اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی، بازی‌های آنلاین، خرید اینترنتی و جستجوهای بی‌پایان در وب (گوگل) (ژانگ^۷ و همکاران، ۲۰۲۱). مطالعات متعدد نشان می‌دهد که اعتیاد به اینترنت اثرات نامطلوبی بر سلامت روان (هو^۸ و همکاران، ۲۰۱۹)، عملکرد (بارتون^۹ و همکاران، ۲۰۲۱؛ زیونسکا^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹) دارند.

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد افرادی که اضطراب ظاهر اجتماعی دارند، به میزان بیشتری از تعاملات اجتماعی اجتناب کرده و استعداد بیشتری نسبت به اعتیاد به اینترنت دارند. استرس ناشی از ترس نمی‌تواند یک بیماری روانی تلقی شود، بلکه یک حساسیت شایع در جامعه است چرا که بر اساس مطالعات، درصد بروز آن در جامعه بین ۱ تا ۱۳ درصد در طول عمر افراد تخمین زده شده است. نگرانی عمده و دائمی از قضاوت شدن در شرایط اجتماعی که ممکن است منجر به خجالت فرد شود، نشانه‌ای کلیدی از این ناراحتی است. تئوری‌های پیشرفته شناختی درباره‌ی این نوع استرس تأکید دارند که افراد مبتلا به آن، معتقدند حضور در جمع می‌تواند به نتایج منفی منجر شود و باور دارند که رفتارهایشان ممکن است پیامدهای ناگوار اجتماعی به همراه داشته باشد. بنابراین، افراد مبتلا به اختلال اضطراب ظاهر اجتماعی به شدت نگران اینکه در مقابل افراد دیگر چه خواهند گفت هستند. این شامل طرز صحبت کردن در اجتماع با مردم در طول روز می‌باشد (دورا و اورسل^{۱۱}، ۲۰۲۱). از آنجایی این علائم اضطراب ظاهر اجتماعی ظاهری ترس از مورد تأیید واقع نشدن را افزایش می‌دهد، خود علائم منبع دیگری از ترس است و چرخه پلیدی را به وجود می‌آورد: از آنجایی که افراد دچار اختلال اضطراب ظاهر اجتماعی نسبت به تجربه این علائم نگران می‌شوند، احتمال بروز علائم نیز بیشتر می‌شود. افرادی که از هراس اجتماعی رنج می‌برند، گاهی خودشان نیز این موضوع را درک می‌کنند

1. Nikbin

2. Rousidis

3. Joksimović

4. Pekpazar

5. American Psychiatric Association

6. Internet addiction

7. Zhang

8. Hou

9. Barton

10. Zivnуска

11. Duru & Örsal

که ترس و اضطراب‌های غیرمنطقی و بی‌موردی دارند (چومک و ارسلان^۱، ۲۰۲۳). عیار و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود بیان کردند که اعتیاد به اینترنت بر اضطراب ظاهر اجتماعی و استفاده از رسانه‌های اجتماعی بر سطوح نوموفوبیا^۲ دانشجویان پرستاری تأثیر معناداری دارد. همچنین مطالعه دی بریل^۳ و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که رابطه معنادار و مثبتی میان اعتیاد به یوتیوب، اضطراب ظاهر اجتماعی و روابط فراشناختی وجود دارد. همچنین غلامی و همکاران (۱۴۰۰) بیان کردند که افراد دارای اعتیاد به اینترنت شدید، افسردگی و اضطراب اجتماعی بیشتری را تجربه می‌کنند و افراد دارای اعتیاد به اینترنت خفیف کمترین میزان افسردگی را تجربه می‌کنند. فقدان حمایت اجتماعی به‌عنوان بخشی از شناخت اجتماعی در مدل تعامل فرد عاطفه-شناخت-اجرا^۴ منجر به استفاده بیش‌ازحد از اینترنت می‌شود که ممکن است در نهایت به اعتیاد به فضای مجازی تبدیل شود (برند^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). براساس این چارچوب نظری، حمایت اجتماعی به‌عنوان عاملی میانجی در رابطه بین آسیب‌های کودکی و احتمال اعتیاد به فضای مجازی مطرح می‌شود (نگریف^۶ و همکاران، ۲۰۱۵). کودکانی که در محیط‌های خانوادگی با والدین غیرقابل اعتماد پرورش می‌یابند، ممکن است حس نشدن حمایت را از سوی خانواده تجربه کنند و این کمبود حمایت می‌تواند به افزایش احتمال ابتلا به وابستگی به فضای مجازی منجر شود (لو^۷ و همکاران، ۲۰۲۱). با این حال، هرچند که آسیب‌های دوران کودکی با سطح پایین‌تر حمایت اجتماعی همراه است، وجود یک شبکه پشتیبان قوی می‌تواند به‌عنوان یک سازوکار دفاعی عمل کرده و تأثیرات زیان‌آور تروماهای کودکی را خنثی سازد (اپلیارد^۸ و همکاران، ۲۰۱۰). حمایت اجتماعی مناسب می‌تواند به‌عنوان یک عامل تعدیل‌گر در برابر پیامدهای نامطلوب آسیب‌های روحی در دوران کودکی عمل کند، باعث تقویت جنبه‌های روان‌شناختی مثبت شود و به‌نوبه خود احتمال وابستگی به فضای مجازی را کاهش دهد (نگریف و همکاران، ۲۰۱۵). قنادزادگان و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که حمایت اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت اثر مستقیم و با میانجی‌گری ناگویی خلقی اثر غیرمستقیم بر آن دارد. در این مطالعه، متغیر پیش‌بین ناگویی خلقی، اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کرد. کاکاوند و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهش خود بیان کردند که دو متغیر احساس تنهایی و هراس اجتماعی پیش‌بینی کننده اعتیاد به اینترنت هستند و می‌توانند به‌طور معنی‌داری تغییرات اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کنند. همچنین متغیر حمایت اجتماعی ادراک‌شده، به‌تنهایی پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به اینترنت نیست. بنابراین می‌توان این‌گونه بیان کرد که اعتیاد به اینترنت تحت تأثیر عوامل گوناگونی است که ازجمله آن‌ها می‌توان به احساس تنهایی و هراس اجتماعی به‌عنوان مؤلفه‌های اضطرابی اشاره داشت. یافته‌های پژوهش طالقانی‌نژاد و همکاران (۱۴۰۰) نشان داد که از بین ابعاد حمایت اجتماعی، خانواده و افراد مهم و از بین ابعاد هوش هیجانی، بعد مدیریت به‌طور منفی و معنی‌دار اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی می‌کنند. شن^۹ و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که هر چه دانشجویان کالج استرس بیشتری داشته باشند، سطح اضطراب آن‌ها بالاتر است و احتمال اینکه آن‌ها به اینترنت معتاد شوند، بیشتر می‌شود. چائو^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که اضطراب اجتماعی به‌طور مثبت اعتیاد به گوشی‌های هوشمند را پیش‌بینی می‌کند، درحالی‌که سطح استرس درک شده و حمایت اجتماعی درک شده در پیش‌بینی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند معنی‌دار نبودند. همچنین بشر پور و همکاران (۱۳۹۹)، در مطالعه‌ای با هدف مدل‌یابی اعتیاد به اینترنت بر اساس حساسیت بین فردی و تعارض زناشویی والدین با میانجی‌گری کنترل هدفمند، حساسیت بین فردی و تعارضات زناشویی والدین را عامل مهمی در اعتیاد

1. Çomak & Arslan

2. Nomophobia

3. De Bérail

4. Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE)

5. Brand

6. Negriff

7. Lo

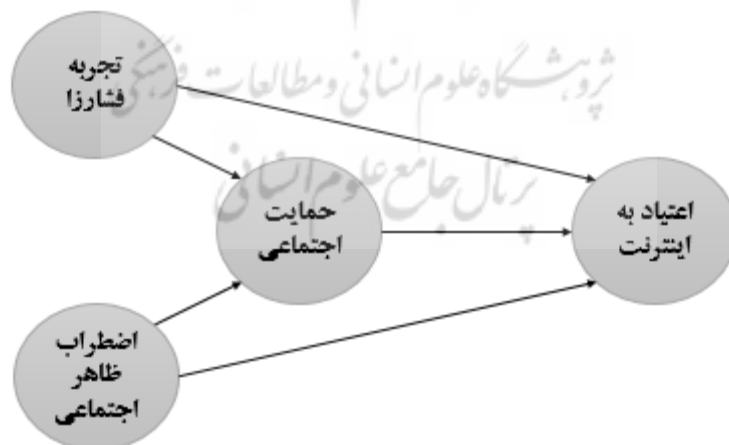
8. Appleyard

9. Shen

10. Chua

به اینترنت دانش‌آموزان دانستند. قریب بلوک و همکاران (۱۴۰۱)، در پژوهشی به پیش‌بینی کیفیت خواب در نوجوانان بر اساس نگرش ناکارآمد درباره خواب، روان‌آزردگی گرای، اعتیاد به اینترنت و حساسیت اضطرابی با میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی پرداخته و نشان دادند که ذهن‌آگاهی و راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم هیجان در ارتباط بین روان‌آزردگی گرای، حساسیت اضطرابی، نگرش‌ها و باورهای ناکارآمد به خواب، اعتیاد به اینترنت و کیفیت خواب نقش میانجی دارد. بشرپور و محمدنژاد (۱۴۰۱)، رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و ویژگی‌های سایکوپاتیک با آمادگی به اعتیاد را با آزمون نقش واسطه‌ای بی‌اشتیاقی اخلاقی، ارزیابی کرده و نشان دادند که اگر بی‌اشتیاقی اخلاقی بالا باشد و با این دو متغیر همراه شود، می‌توان شاهد میزان بالایی از آمادگی به اعتیاد در نوجوانان و جوانان بود.

اعتیاد به اینترنت به عنوان یکی از چالش‌های نوظهور در حوزه سلامت روان نوجوانان، توجه بسیاری از پژوهشگران را به خود جلب کرده است (شن و همکاران، ۲۰۲۳). مطالعات اخیر نشان می‌دهند که بین تجربه‌های فشارزا و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری وجود دارد، به طوری که نوجوانانی که با استرس‌های روزمره بیشتری مواجه هستند، تمایل بیشتری به استفاده افراطی از فضای مجازی نشان می‌دهند (ایلماز و همکاران، ۲۰۲۳). این در حالی است که اضطراب ظاهر اجتماعی نیز به عنوان یکی از عوامل پیش‌بینی‌کننده مهم در گرایش به اعتیاد اینترنتی شناسایی شده است. نوجوانانی که از ترس ارزیابی منفی توسط دیگران رنج می‌برند، اغلب به فضای مجازی به عنوان پناهگاهی امن می‌برند (ایلماز و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، نقش حمایت اجتماعی در تعدیل این روابط کمتر مورد توجه قرار گرفته است. پژوهش‌ها حاکی از آن است که وجود شبکه‌های حمایتی قوی می‌تواند اثرات منفی استرس و اضطراب اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت را کاهش دهد (لو و همکاران، ۲۰۲۳). با این حال، سازوکارهای دقیق این تأثیرات و چگونگی نقش‌آفرینی حمایت اجتماعی در این رابطه هنوز به خوبی شناخته نشده است. این شکاف پژوهشی اهمیت بررسی مدل‌های علی جامع را که بتوانند روابط پیچیده بین این متغیرها را تبیین کنند، دوچندان می‌سازد (شن و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، مطالعه حاضر با هدف مدل‌یابی علی اعتیاد به اینترنت بر اساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی با در نظر گرفتن نقش میانجی حمایت اجتماعی انجام شده است و مدل مفروض زیر در این مطالعه مورد آزمون قرار گرفت.



نمودار ۱. مدل مفروض مدل‌یابی علی اعتیاد به اینترنت بر اساس تجربه‌های فشارزا: بررسی نقش میانجی حمایت اجتماعی

روش

روش این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی بود که به صورت مقطعی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان پسر ۱۲ تا ۱۴ ساله مدارس دوره اول متوسطه شهر اردبیل (حدود ۵۰۰۰ نفر) بود. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران برای مطالعات همبستگی با سطح اطمینان ۹۵٪ و دقت ۵٪ محاسبه شد. با توجه به تعداد سؤالات ترکیبی پرسش‌نامه‌ها ($88 = 12 + 16 + 40 + 20$ سؤال) و طبق اصل $5q < n < 15q$ (کوهن، ۲۰۱۳)، حجم نمونه بین ۴۴۰ تا ۱۳۲۰ نفر برآورد گردید. با در نظر گرفتن میزان ریزش ۱۰٪ و ملاحظات عملی اجرا، تعداد ۴۵۰ نفر به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند.

نمونه‌گیری به روش تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد به این صورت که ابتدا از بین ۲ ناحیه آموزشی شهر اردبیل، ۱ ناحیه به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس در هر ناحیه، ۴ مدرسه به صورت تصادفی انتخاب گردید. بعد از مراجعه به مدارس از هر پایه تحصیلی دو کلاس انتخاب و تمامی دانش‌آموزان کلاس‌ها به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای افزایش دقت نتایج دانش‌آموزان با سابقه اختلالات روان‌پزشکی تشخیص داده شده از مطالعه حذف شدند. همچنین متغیرهای وضعیت اقتصادی-اجتماعی و میزان دسترسی به اینترنت با استفاده از پرسش‌نامه دموگرافیک محقق ساخته کنترل شدند.

ابزار

پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت^۱: مشتمل بر ۲۰ سؤال توسط یانگ (۱۹۹۸) طراحی شده است. پاسخگویی براساس طیف لیکرت پنج گزینه‌ای (به ندرت ۱ تا همیشه ۵) می‌باشد. نحوه امتیازدهی این پنج گزینه از به ندرت (۱)، گاهی اوقات (۲)، اغلب (۳)، بیشتر اوقات (۴)، همیشه (۵) می‌باشد. حداقل نمره ۲۰ و حداکثر نمره ۱۰۰ است. در این پرسش‌نامه هرچه فرد نمره بالاتری در کسب نماید، بیانگر اعتیاد به اینترنت بیشتر است. این پرسش‌نامه استاندارد است و روایی و پایایی آن در مطالعات قبلی با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده است. نسخه فارسی این پرسش‌نامه در ایران توسط حیدری (۱۳۹۴) نیز مورد استفاده قرار گرفته و پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آورد.

پرسش‌نامه تجربه‌های فشار^۲: مشتمل بر ۴۰ سؤال توسط مسلج (۱۹۸۹) طراحی شده است. پرسش‌نامه فشار روانی یا استرس با توجه به علائم فیزیولوژیکی، شناختی و رفتاری استرس تهیه شده است. این پرسش‌نامه در سال ۱۹۸۹ توسط مسلج در مورد سنجش میزان استرس بیماران قلبی بکار گرفته شد. این پرسش‌نامه شامل ۴۰ آیت است. این پرسش‌نامه را می‌توان به صورت انفرادی و گروهی اجرا نمود. پس از ارائه پرسش‌نامه بدون اینکه به آزمودنی در خصوص اهداف پرسش‌نامه توضیحی بدهیم، از وی می‌خواهیم که علائم ذکر شده‌ای را که در یک ماه گذشته تجربه نموده، با توجه به شدت آن به صورت «هرگز، گاه‌گاهی، غالباً و تقریباً هر روز» علامت بزند. پاسخگویی براساس طیف لیکرت پنج گزینه‌ای (هرگز ۱ تا تقریباً هر روز ۵) می‌باشد. حداقل نمره ۴۰ و حداکثر نمره ۱۶۰ است. در این پرسش‌نامه هرچه فرد نمره بالاتری در کسب نماید، بیانگر تجربه‌های فشارزا بیشتر است. با توجه به نمره‌ای که از این پرسش‌نامه به دست می‌آید، براساس طیف پنج ارزشی لیکرت، میزان تجربه‌های فشارزا براساس استرس در فرد ارزیابی می‌گردد. پایایی درونی با ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسش‌نامه در میان ۳۱۵ نوجوان ورزشکار ۰/۸۳ به دست آمد.

1. Young internet addiction test (IAT)
2. Maslach Stress Inventory

پرسش‌نامه اضطراب ظاهر اجتماعی^۱: مشتمل بر ۱۶ سؤال توسط هارت و همکاران (۲۰۰۸) طراحی شده است. پاسخگویی براساس طیف لیکرت پنج گزینه‌ای (اصلاً ۱ تا خیلی زیاد ۵) می‌باشد و سؤال شماره یک این پرسش‌نامه به صورت معکوس است. حداقل نمره ۱۶ و حداکثر نمره ۸۰ است. در این پرسش‌نامه هر چه فرد نمره بالاتری در کسب نماید، بیانگر اضطراب ظاهر اجتماعی بیشتر است. اسکات و همکاران (۲۰۰۴) پایایی زمانی این آزمون را براساس روش باز آزمایی ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. یوسفی و همکاران (۲۰۰۹) اعتبار و روایی عاملی این پرسش‌نامه را در میان جمعیت دانشجویی ایرانی مطالعه کرده‌اند. محاسبه آلفای کرونباخ حاکی از آن بود که پایایی درونی آزمون برای دانشجویان مؤنث ۰/۸۵ و برای دانشجویان مذکر ۰/۸۱ است که پایایی قابل قبولی محسوب می‌شود. این ابزار توسط محققان و تعدادی از استادان مجرب در رشته‌های تربیت بدنی، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی به‌طور جداگانه ترجمه شد و پس از رفع تناقض‌های موجود و برگردان مجدد، محتوای آن مورد تأیید قرار گرفت، آلفای کرونباخ برابر ۰/۹ و اعتبار آزمون - باز آزمایی برابر با ۰/۸۲ برای این پرسش‌نامه توسط طراحان آن گزارش شده است. سؤال شماره یک پرسش‌نامه دارای نمره معکوس می‌باشد. ضریب پایایی آن در سه نمونه مورد مطالعه، ۹۵، ۹۵ و ۹۴ درصد می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ این آزمون بر روی آزمودنی‌های مطالعه حاضر ۰/۹۰ به دست آمد. پرسش‌نامه اضطراب ظاهر اجتماعی SAAS یک معیار معتبر روان‌سنجی که برای پیش‌بینی اضطراب ظاهر اجتماعی و ارزیابی از تصویر بدن می‌باشد

پرسش‌نامه حمایت اجتماعی^۲: مشتمل بر ۱۲ سؤال و سه مؤلفه (دوستان، خانواده و جامعه) توسط زیمت و همکاران (۱۹۸۸) طراحی شده است. پاسخگویی براساس طیف لیکرت هفت گزینه‌ای (کاملاً مخالفم ۱ تا کاملاً موافقم ۷) می‌باشد. حداقل نمره ۱۲ و حداکثر نمره ۸۴ است. در این پرسش‌نامه هر چه فرد نمره بالاتری در پرسش‌نامه کسب نماید، بیانگر برخورداری بیشتر از حمایت اجتماعی ادراک شده است. بنابراین، آزمودنی در هر سؤال از این پرسش‌نامه، نمره‌ای از ۱ تا ۷ کسب می‌کند. به عبارت دیگر، نمره کل برای هر خرده پرسش‌نامه از ۴ تا ۲۸ و برای کل پرسش‌نامه از ۱۲ تا ۸۴ در نوسان می‌باشد. پرسش‌نامه چندی بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده^۳، یک ابزار ۱۲ سؤالی است که به منظور ارزیابی حمایت اجتماعی ادراک شده از سه خرده پرسش‌نامه دوستان، خانواده و دیگران مهم طراحی شده است. هدف از طراحی پرسش‌نامه چندی بعدی حمایت اجتماعی ادراک شده، سنجش میزان دریافت حمایت اجتماعی ادراک شده در شرکت‌کنندگان می‌باشد، چراکه دریافت کم میزان حمایت اجتماعی ادراک شده، با میزان بالای اضطراب و افسردگی در افراد همراه می‌باشد. در پژوهش جوکار و سلیمی (۱۳۹۰) روایی واگرایی و همگرایی پرسش‌نامه چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده از طریق همبسته نمودن با پرسش‌نامه احساس تنهایی اجتماعی - عاطفی بزرگسالان^۴ و پرسش‌نامه رضایت از زندگی^۵ به ترتیب ۰/۷۷ - ۰/۴۲ گزارش شده است. در پژوهش بابایی امیری، حقیقت و عاشوری (۱۳۹۵) از طریق همبسته نمودن با سیاهه فرسودگی شغلی مسلش^۶، ۰/۳۴ - گزارش شده است. زیمت و همکاران (۱۹۸۸) همبستگی با خرده پرسش‌نامه خانواده ۰/۷۶، خرده پرسش‌نامه دوستان، ۰/۳۳ و خرده پرسش‌نامه دیگران مهم ۰/۴۸ گزارش داده است.

تمامی پرسش‌نامه‌ها به صورت خودگزارش دهی و با رعایت اصول اخلاقی اجرا شدند:

1. social Appearance Anxiety Questionnaire

2. Perceived Social Support Questionnaire

3. MSPSS

4. social and emotional loneliness scale for adults

5. Life satisfaction scale

6. Maslach Burnout Inventory

جدول ۱. خلاصه معرفی پرسش‌نامه‌ها

نمره‌دهی	نحوه اجرا	ویژگی‌های روان‌سنجی	ابزار
۱=به‌ندرت تا ۵=همیشه	اجرای گروهی در کلاس‌های درس با حضور محقق	• آلفای کرونباخ اصلی: ۰.۹۰ • آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر: ۰.۸۸	پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸) ۲۰۰ سؤال لیکرت ۵ ارزشی دامنه نمره: ۱۰۰-۲۰
۱=هرگز تا ۵=تقریباً هر روز	اجرای انفرادی با توضیح دستورالعمل استاندارد	• آلفای کرونباخ در نوجوانان: ۰.۸۳ • روایی محتوایی تأییدشده	پرسش‌نامه تجربه‌های فشارزا مسلج (۱۹۸۹) ۴۰۰ سؤال لیکرت ۵ ارزشی دامنه نمره: ۱۶۰-۴۰
۱=اصلاً تا ۵=خیلی زیاد (سؤال ۱ معکوس)	اجرای گروهی با تأکید بر محرمانه‌بودن پاسخ‌ها	• آلفای کرونباخ در ایران: ۰.۸۱-۰.۸۵ • پایایی بازآزمایی: ۰.۸۲	پرسش‌نامه اضطراب ظاهر اجتماعی هارت (۲۰۰۸) ۱۶۰ سؤال لیکرت ۵ ارزشی دامنه نمره: ۸۰-۱۶
۱=کاملاً مخالفم تا ۷=کاملاً موافقم	اجرای انفرادی با ارائه مثال‌های کاربردی	• آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌ها: ۰.۷۶-۰.۴۸ • روایی واگرا با فرسودگی شغلی: ۰.۳۴-	پرسش‌نامه حمایت اجتماعی زیمت (۱۹۸۸) ۱۲۰ سؤال لیکرت ۷ ارزشی دامنه نمره: ۸۴-۱۲

ملاحظات اخلاقی

جهت اجرای پژوهش حاضر پس از کسب مجوزهای لازم از دانشگاه محقق اردبیلی و کسب اجازه از سازمان آموزش و پرورش اردبیل، لیست تمام مدارس پسرانه دوره اول متوسطه قرار گرفت و سپس از بین این مدارس تعداد ۵ مدرسه به تصادف انتخاب و از هر مدرسه نیز به‌طور تصادفی تعداد ۳ کلاس انتخاب و بعد از مراجعه به کلاس‌ها و تبیین اهداف پژوهش به دانش‌آموزان و کسب رضایت آگاهانه آن‌ها برای شرکت در پژوهش از آن‌ها خواسته شد به پرسش‌نامه‌های اعتیاد به اینترنت، تجربه فشارزا، اضطراب ظاهر اجتماعی و حمایت اجتماعی پاسخ دهند. کسب رضایت آگاهانه از والدین و دانش‌آموزان، امکان انصراف از مطالعه در هر مرحله پژوهش و حفظ محرمانه‌بودن اطلاعات از ملاحظات اخلاقی مطالعه حاضر بود. داده‌های بدست آمده به‌وسیله ابزارهای آمار توصیفی چون فراوانی و درصد فراوانی، میانگین و انحراف معیار و آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری از طریق نرم‌افزارهای SPSS²⁴ و Smart PLS³ مورد تجزیه قرار گرفت.

یافته‌ها

براساس نتایج به‌دست‌آمده از اطلاع جمعیت شناختی، تعداد ۴۵۰ نفر یا میانگین و انحراف معیار سنی ۱۲ تا ۱۴ سالگی در این مطالعه شرکت داشتند از این تعداد ۱۵۰ نفر (۳۳/۳۳) در پایه هفتم، ۱۳ نفر (۲۸/۸۹) در پایه هشتم و ۱۷۰ نفر (۳۷/۷۸) در پایه نهم مشغول تحصیل بودند. رده سنی بیشتر افراد نمونه بین ۱۴ سالگان با درصد ۳۷/۷۸ بوده است. شاخص‌های توصیفی هر یک از متغیرهای نشانه‌های اعتیاد به اینترنت، اضطراب ظاهر اجتماعی، تجربه فشارزا و حمایت اجتماعی در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

مؤلفه	دامنه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار
اعتماد به اینترنت	۴	۱	۵	۳/۵۶	۰/۶۵
اضطراب ظاهر اجتماعی	۴	۱	۵	۳/۶۶	۰/۵۱
تجربه فشارزا	۳	۲	۵	۳/۶۴	۰/۸۵
حمایت اجتماعی	۳	۱	۴	۳/۵۲	۰/۶۸

قبل از آزمون فرضیات تحقیق برای انتخاب نوع آماره مناسب، فرض نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۲ آماره‌های توصیفی آزمون کلموگروف اسمیرنوف

مؤلفه	آماره Z	سطح معناداری
تجربه‌های فشارزا	۰/۷۴۷	۰/۲۶۳
اعتماد به اینترنت	۰/۶۸۹	۰/۲۸۹
حمایت اجتماعی	۰/۷۱۲	۰/۲۶۶
اضطراب ظاهر اجتماعی	۰/۶۹۱	۰/۲۹۰

با توجه به جدول ۲، به دلیل اینکه سطح معناداری متغیرهای تحقیق بیشتر از ۰/۰۵ است و نیز مقدار آماره کولموگروف-اسمیرنوف خارج بازه بحرانی قرار دارد، فرض صفر رد نمی‌شود و ادعای نرمال بودن توزیع این متغیرها پذیرفته می‌شود. با توجه به نرمال بودن توزیع متغیرهای تحقیق برای تأیید مدل از روش حداقل مربعات جزئی^۱ (PLS) استفاده شده است. روش تخمین PLS ضرایب را به گونه‌ای تعیین می‌کند که مدل حاصله، بیشترین قدرت تفسیر و توضیح را دارا باشد؛ بدین معنا که مدل بتواند با بالاترین دقت و صحت، متغیر وابسته نهایی را پیش‌بینی نماید.

نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف که در جدول ۲ ارائه شده است، نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع متغیرهای تحقیق است، زیرا سطح معناداری برای تمامی متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ بوده و آماره Z نیز خارج از بازه بحرانی قرار دارد. به همین دلیل، فرض نرمال بودن داده‌ها رد نمی‌شود و این امر ضرورت استفاده از روش حداقل مربعات جزئی را برای تحلیل داده‌ها ایجاد می‌کند. روش PLS به عنوان یک روش مناسب برای داده‌های نرمال شناخته می‌شود و امکان مدل‌سازی همزمان چندین متغیر وابسته و مستقل را فراهم می‌آورد، که در این پژوهش به منظور تأیید مدل و بررسی روابط علی بین متغیرها به کار گرفته شده است.

همان‌طور که مشاهده می‌شود، کلیه ضرایب بارهای عاملی مربوط به سؤالات هریک از سازه‌های پژوهش از مقدار ۰/۵ بیشتر بوده که مناسب بودن پایایی مدل را نشان می‌دهد. دومین معیار برای بررسی پایایی ضرایب آلفای کرونباخ می‌باشد که مقادیر آن‌ها در جدول ۳ ارائه شده است. کرونباخ^۲ (۱۹۵۱) مقدار ۰/۷ را به عنوان سرحد ضریب آلفای کرونباخ قابل قبول معرفی نموده است. با توجه به اینکه مقادیر آلفای کرونباخ برای تمام متغیرها بالاتر از ۰/۷ بوده است، بنابراین معیار آلفای کرونباخ برای همه متغیرها مقدار قابل قبول را دارد.

1. Partial Least Square

2. Cronbach

جدول ۳ ضریب آلفای کرونباخ

نام متغیر	آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی
تجربه‌های فشارزا	۰/۷۹۰	۰/۸۸۰
اعتیاد به اینترنت	۰/۸۰۰	۰/۸۸۳
حمایت اجتماعی	۰/۸۹۰	۰/۹۴۸
اضطراب ظاهر اجتماعی	۰/۸۹۰	۰/۹۵۱

برای بررسی پایایی شاخص، پایایی ترکیبی می‌باشد که مقادیر آن در جدول ۳ ارائه شده است. با توجه به اینکه مقدار پایایی ترکیبی ۰/۷ به بالا نشان از پایداری درونی مناسب و مقدار کمتر از ۰/۶ این معیار بیانگر عدم وجود پایایی می‌باشد. بنابراین، این معیار نیز برای تمام متغیرها دارای مقدار قابل قبول بوده و در مجموع پایایی شاخص برای مدل اندازه‌گیری مورد تأیید قرار می‌گیرد. همچنین، معیار بعدی برای بررسی برازش مدل‌های اندازه‌گیری در PLS، اعتبار همگرا می‌باشد که بر مبنای مقادیر ضرایب میانگین واریانس استخراج شده^۱ سازه‌ها محاسبه می‌شود. فورنل و لارکر (۱۹۸۱) معیار میانگین واریانس استخراج شده را برای سنجش روایی همگرا معرفی کرده و مقدار بحرانی را عدد ۰/۵ تعیین نموده‌اند به گونه‌ای که مقادیر بالای ۰/۵ روایی همگرای قابل قبول را نشان می‌دهد. مقادیر ضریب میانگین واریانس استخراج شده برای متغیرهای (تجربه‌های فشارزا، اعتیاد به اینترنت، حمایت اجتماعی و اضطراب ظاهر اجتماعی) بر اساس مدل پژوهش به ترتیب (۰/۷۱۱، ۰/۷۱۶، ۰/۷۹۰، ۰/۹۰۱) آمده است.

در این پژوهش، برای ارزیابی پایایی و روایی مدل اندازه‌گیری از دو شاخص آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی^۲ و همچنین میانگین واریانس استخراج شده استفاده شده است. آلفای کرونباخ به عنوان معیاری برای سنجش پایایی درونی ابزارها به کار می‌رود و مقادیر بالای ۰/۷ نشان‌دهنده پایایی قابل قبول است. پایایی ترکیبی نیز به عنوان معیاری برای ارزیابی کیفیت ساختارهای اندازه‌گیری در نظر گرفته می‌شود و مقادیر بالای ۰/۷ نشان‌دهنده پایداری درونی مناسب است. از سوی دیگر، روایی همگرا با استفاده از میانگین واریانس استخراج شده سنجیده می‌شود و مقادیر بالای ۰/۵ نشان‌دهنده روایی همگرای قابل قبول است. در این پژوهش، تمامی مقادیر آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی و میانگین واریانس استخراج شده برای متغیرهای پژوهش بالاتر از مقادیر بحرانی تعیین شده بوده و این امر نشان‌دهنده پایایی و روایی مناسب مدل اندازه‌گیری است.

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود مقدار ضریب میانگین واریانس استخراج شده برای تمامی مؤلفه‌ها بیشتر از ۰/۵ می‌باشد که این امر نشان‌دهنده روایی همگرای بالا برای متغیرهای پنهان مرتبه اول تحقیق است.

در نهایت، آخرین معیار برای بررسی برازش مدل اندازه‌گیری معیار روایی واگرا بوده میزان رابطه یک سازه با شاخص‌هایش در مقایسه رابطه آن سازه با سایر سازه‌ها است به طوری که روایی واگرایی قابل قبول یک مدل حاکی از آن است که یک سازه در مدل، تعامل بیشتری با شاخص‌های خود دارد تا با سازه‌های دیگر. به منظور بررسی روایی واگرا از روش ماتریس فورنل و لارکر (۱۹۸۱) استفاده گردیده است که نتایج آن در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴ ماتریس سنجش روایی واگرا به روش فورنل و لارکر مدل پژوهش

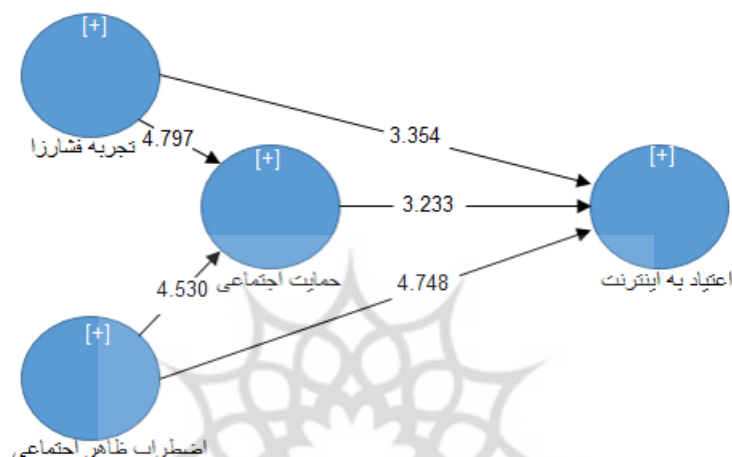
اعتیاد به اینترنت	اضطراب ظاهر اجتماعی	تجربه فشارزا	حمایت اجتماعی
۰/۸۵			
۰/۸۲	۰/۹۵		
۰/۶۴	۰/۶۴	۰/۸۹	
۰/۶۳	۰/۶۳	۰/۸۳	۰/۷۰

1 AVE

2 Composite Reliability

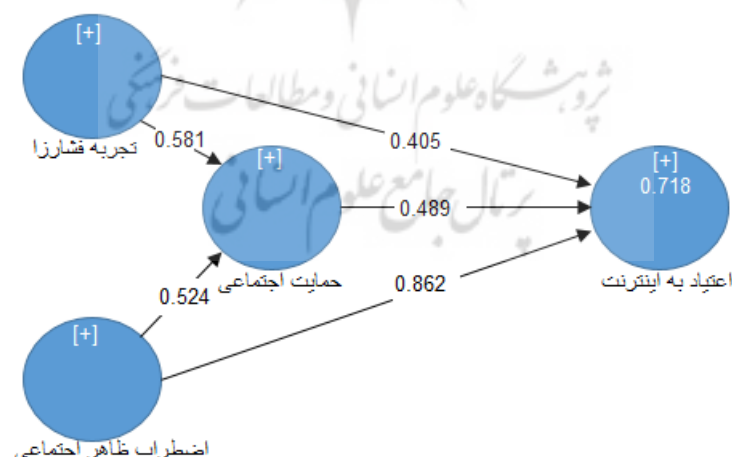
در جدول ۴، مقادیر روی قطر اصلی ماتریس جذر مقادیر میانگین واریانس استخراج‌شده متغیرهای پنهان مرتبه اول و مقادیر زیرقطر اصلی همبستگی میان متغیرهاست. این جدول نشان‌دهنده روایی و اگرای مناسب و برازش مناسب مدل‌های اندازه‌گیری است.

پس از تأیید برازش مطلوب مدل اندازه‌گیری، نوبت به بررسی بخش ساختاری مدل می‌رسد. در این قسمت، یکی از مهم‌ترین و عام‌ترین معیارها برای بررسی برازش مدل ساختاری ضرایب معناداری Z یا همان t -value است. برازش مدل ساختاری با استفاده از ضرایب t به این صورت است که این ضرایب باید از $1/96$ بیشتر باشد تا بتوان در سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار بودن آن‌ها را تأیید نمود. همان‌طور که در شکل (۲) قابل مشاهده است کلیه ضرایب معناداری t از مقدار $1/96$ بیشتر است که معنادار بودن کلیه مسیرها و مناسب بودن مدل ساختاری را نشان می‌دهد.



نمودار ۲ ضرایب و مقادیر آماره T مدل

در نهایت مدل پژوهش به همراه ضرایب مسیر در شکل ۳ نمایش داده شده است.



نمودار ۳ ضرایب استاندارد مسیر مدل

دومین معیار برای اندازه‌گیری برازش بخش ساختاری مدل، ضریب R^2 است. این ضریب مربوط به متغیرهای پنهان درون‌زای مدل می‌باشد و نشان از تأثیر یک متغیر برون‌زا بر یک متغیر درون‌زا دارد. جدول (۶) مقادیر R^2 را مربوط به متغیرهای وابسته مدل نشان می‌دهد. با توجه به اینکه سه مقدار $0/19$ ، $0/33$ ، $0/67$ را به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی R^2

معرفی می‌گردد و با در نظر گرفتن مقادیر ارائه‌شده در جدول ۷ که نشان می‌دهد مقدار R^2 برای همه مؤلفه‌ها از ۰/۱۹ بیشتر است، مناسب بودن برازش مدل تأیید می‌گردد.

سومین معیار برای اندازه‌گیری برازش بخش ساختاری مدل Q^2 است که قدرت پیش‌بینی مدل را مشخص می‌کند مقدار Q^2 باید در مورد تمامی سازه‌های درون‌زای مدل محاسبه شود و نتیجه آن در قسمت تفسیر مدل بیان گردد. در صورتی که مقدار Q^2 در مورد یک سازه درون‌زا صفر و یا کمتر از صفر شود، نشان از آن دارد که روابط بین سازه‌های دیگر مدل و آن سازه درون‌زا به‌خوبی تبیین نشده است و در نتیجه مدل نیاز به اصلاح دارد.

در این قسمت لازم است که به ارزیابی بخش کلی مدل که شامل بخش‌های اندازه‌گیری و بخش ساختاری به‌طور هم‌زمان می‌باشد، پرداخته شود. برای بررسی برازش مدل کلی از معیارهای مختلفی استفاده می‌شود که از مهم‌ترین این معیارها می‌توان به معیارهای ریشه میانگین مربعات باقیمانده استاندارد شده^۱ و شاخص نیکویی برازش^۲ (GOF) اشاره نمود. ورتلس^۳ و همکاران (۲۰۰۹) سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵، ۰/۳۶ را به‌عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای شاخص نیکویی برازش معرفی نموده‌اند. به این معنی که در صورت محاسبه مقدار ۰/۰۱ و نزدیک آن به‌عنوان شاخص نیکویی برازش در یک مدل، می‌توان نتیجه گرفت که برازش کلی آن مدل در حد ضعیفی است و باید به اصلاح روابط بین سازه‌های مدل پرداخت. به همین ترتیب در مورد دو مقدار دیگر شاخص نیکویی برازش نیز (۰/۲۵ برازش کلی متوسط و ۰/۳۶ برازش کلی قوی) این دستورالعمل برقرار است. معیار نیکویی برازش به‌عنوان یکی از معیارهای کلیدی برای ارزیابی برازش کلی مدل در PLS به‌کار می‌رود. با محاسبه مقدار GOF و دستیابی به عدد ۰/۲۶۸، که بالاتر از مقدار ۰/۲۵ است، می‌توان نتیجه گرفت که برازش کلی مدل در سطح قابل‌قبولی قرار دارد. این مقدار نشان‌دهنده این است که مدل به‌خوبی توانسته است روابط بین متغیرهای پنهان را تبیین کند و به‌طور مؤثری ساختارهای اندازه‌گیری و ساختاری را به هم مرتبط سازد. بنابراین، برازش مناسب مدل ساختاری و اندازه‌گیری به‌واسطه این معیار تأیید می‌شود و نشان‌دهنده قابلیت پیش‌بینی مدل در تبیین روابط علی بین متغیرها است.

میانگین *Communalities* از میانگین مقادیر اشتراکی متغیرهای پنهان مرتبه اول مدل به دست می‌آید که مقدار آن برابر با $\overline{R^2}$ میانگین مقادیر ضریب تعیین متغیرهای درون‌زای مرتبه اول و دوم مدل است که مقدار آن برابر ۰/۳۱۸ است. با جایگذاری مقادیر به‌دست‌آمده در رابطه ۱ مقدار شاخص نیکویی برازش برابر با ۰/۲۶۸ گشته که نشان از برازش قوی مدل کلی پژوهش دارد.

جدول ۵ تحلیل مسیر اثرات مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای اصلی پژوهش

رابطه بین متغیرها	ضریب اثر آماره t سطح معناداری
تجربه‌های فشارزا -> اعتیاد به اینترنت	۰/۳۹۴ ۲/۱۲۸ ۰/۰۰۱
اضطراب ظاهر اجتماعی -> اعتیاد به اینترنت	۰/۸۶۲ ۴/۷۴۸ ۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی -> اعتیاد به اینترنت	۰/۴۸۹ ۳/۲۳۳ ۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی -> میانجی رابطه میان تجربه‌های فشارزا بر اعتیاد به اینترنت	۰/۳۷۴ ۲/۶۸۰ ۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی -> میانجی رابطه میان اضطراب ظاهر اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت	۰/۳۵۷ ۲/۶۳۱ ۰/۰۰۱

نمودارهای ۲ و ۳ و همچنین نتایج جدول ۹ نشان می‌دهد که تجربه‌های فشارزا ($\beta = ۰/۳۹۴$; $p < ۰/۰۰۱$)، اضطراب ظاهر اجتماعی ($\beta = ۰/۸۶۲$; $p < ۰/۰۰۱$) و حمایت اجتماعی ($\beta = ۰/۴۸۹$; $p < ۰/۰۰۱$) اثر مثبت مستقیمی بر اعتیاد به اینترنت دارند.

1 SRMR

2. Goodness of Fit

3. Wetzels

همچنین، نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که ضرایب مسیرهای مربوط به اثرات غیرمستقیم حمایت اجتماعی بر رابطه میان تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت را میانجی می‌کند ($p < 0.001$).

بحث

پژوهش حاضر با استفاده از یک مدل علی به بررسی تأثیر تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت و نقش میانجی حمایت اجتماعی پرداخته است. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی به‌طور مستقیم و مثبت بر اعتیاد به اینترنت تأثیر دارند و حمایت اجتماعی به‌عنوان یک متغیر میانجی، این روابط را تعدیل می‌کند. به‌عبارت دیگر، در شرایطی که فرد تحت فشارهای روانی و اضطراب قرار دارد، وجود حمایت اجتماعی می‌تواند اثرات منفی این عوامل را کاهش دهد و به‌این‌ترتیب، احتمال اعتیاد به اینترنت را کاهش دهد. این یافته‌ها با مدل نظری پژوهش همخوانی دارد، زیرا نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی می‌تواند به‌عنوان یک عامل محافظتی عمل کند و در نتیجه، به‌طور مؤثری بر روابط علی بین متغیرها تأثیر بگذارد.

مطالعه حاضر با هدف مدل‌یابی علی‌اعتیاد به اینترنت براساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی با بررسی نقش میانجی حمایت اجتماعی انجام شد. نتایج این مطالعه نشان داد که تجربه‌های فشارزا اثر مثبت مستقیم بر اعتیاد به اینترنت دارند. این نتایج همسو با نتایج اکبری و فتحی آشتیانی (۱۴۰۰)، حاجی‌زاده میمند و همکاران (۱۳۹۵) و جعفری و فاتحی زاده (۱۳۹۱) بود. بنابراین، نتایج نشان داد که تجربه‌های فشارزا، اضطراب ظاهر اجتماعی و حمایت اجتماعی اثر مثبت مستقیمی بر اعتیاد به اینترنت دارند. همچنین، حمایت اجتماعی رابطه میان تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی با اعتیاد به اینترنت را تعدیل می‌کند. این یافته‌ها با نتایج برخی از پژوهش‌های پیشین همسو است. برای مثال، شن و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که استرس دانشجویان با اضطراب و اعتیاد به اینترنت مرتبط است. چائو و همکاران (۲۰۲۲) نیز دریافتند که اضطراب اجتماعی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند را پیش‌بینی می‌کند. با این حال، پژوهش حاضر برخلاف مطالعه چائو و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که حمایت اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت تأثیر دارد. به نظر می‌رسد که این تفاوت می‌تواند ناشی از تفاوت در جامعه آماری و نوع وسیله مورد استفاده (گوشی هوشمند در مقابل اینترنت) باشد. علاوه بر این، پژوهش‌های دیگر نیز بر نقش عوامل روان‌شناختی و اجتماعی در اعتیاد به اینترنت تأکید کرده‌اند. برای مثال، دی بریل و همکاران (۲۰۱۹) رابطه بین اعتیاد به یوتیوب، اضطراب ظاهر اجتماعی و روابط فراشناختی را نشان دادند. عیار و همکاران (۲۰۱۸) نیز تأثیر اعتیاد به اینترنت و استفاده از رسانه‌های اجتماعی بر اضطراب ظاهر اجتماعی و نوموفوبیا را بررسی کردند. در مجموع، پژوهش حاضر و پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهند که اعتیاد به اینترنت پدیده‌ای پیچیده و چندوجهی است که تحت تأثیر عوامل مختلف روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی قرار دارد.

تفاوت نتایج پژوهش حاضر با مطالعه چائو و همکاران (۲۰۲۲) در زمینه تأثیر حمایت اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت می‌تواند ناشی از تفاوت در جامعه آماری و نوع وسیله مورد استفاده باشد. در حالی که پژوهش چائو و همکاران بر روی دانشجویان و تأثیر گوشی‌های هوشمند تمرکز داشته است، پژوهش حاضر بر روی دانش‌آموزان و تأثیر اینترنت به‌طور کلی متمرکز است. این تفاوت در نوع وسیله و جامعه آماری می‌تواند منجر به نتایج متفاوتی شود. همچنین، ممکن است در پژوهش چائو و همکاران، نوع و شدت حمایت اجتماعی در جامعه مورد مطالعه تأثیر کمتری بر اعتیاد به اینترنت داشته باشد، در حالی که در پژوهش حاضر، حمایت اجتماعی به‌عنوان یک عامل کلیدی در کاهش اعتیاد به اینترنت شناسایی شده است.

در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که تجربه‌های فشارزا می‌توانند به ایجاد اعتیاد به اینترنت منجر شوند. افراد ممکن است برای فرار از واقعیت و کاهش اضطراب به اینترنت روی آورند، چراکه این فضا فرصتی برای ارتباط و سرگرمی فراهم می‌کند. این استفاده به‌عنوان یک مکانیزم مقابله‌ای عمل کرده و می‌تواند به‌تدریج تبدیل به عادت شود. همچنین، فعالیت‌های آنلاین باعث

افزایش ترشح دوپامین در مغز می‌شوند که احساس لذت و پاداش را تقویت می‌کند. این ترکیب عواملی مانند فرار از واقعیت، کاهش اضطراب و افزایش دوپامین باعث ایجاد وابستگی به اینترنت می‌شود. استفاده از اینترنت یک راهبرد مقابله‌ای در ایجاد عوارض روانی منفی است. کاربرانی که استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت دارند، همان‌هایی هستند که از اینترنت به‌عنوان ابزاری برای رهایی از فشارهای روانی و هیجان‌های منفی و ناخوشایند استفاده می‌کنند. اما درعین‌حال، استفاده آسیب‌شناختی از اینترنت خود به باز تولید یا افزایش آسیب‌های روانی مانند اضطراب منجر می‌شود.

نتایج این مطالعه نشان داد که اضطراب ظاهر اجتماعی اثر مثبت مستقیم بر اعتیاد به اینترنت دارند. این نتایج همسو با نتایج شن و همکاران (۲۰۲۳)، ایلماز و همکاران (۲۰۲۳)، ایلماز و همکاران (۲۰۲۳)، غلامی و همکاران (۱۴۰۰)، سلطانی و بقایی فرد (۱۳۹۹)، سیدان و رنج‌کش کلاگر (۱۳۹۷) و شاکری و همکاران (۱۳۹۵) بود. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که افرادی که دچار اضطراب ظاهر اجتماعی هستند، معمولاً از قضاوت‌ها و نظرات منفی دیگران در مورد ظاهرشان هراس دارند. این اضطراب می‌تواند منجر به کاهش اعتماد به نفس و افزایش تمایل به فرار از موقعیت‌های اجتماعی شود. در چنین شرایطی، اینترنت به‌عنوان یک پناهگاه امن عمل می‌کند که در آن فرد می‌تواند بدون نگرانی از قضاوت دیگران، با دیگران ارتباط برقرار کند و فعالیت‌های مختلفی انجام دهد. این افراد ممکن است زمان زیادی را صرف شبکه‌های اجتماعی کنند، زیرا این پلتفرم‌ها امکان ارتباط غیرمستقیم و بدون حضور فیزیکی را فراهم می‌کنند. همچنین، بازی‌های آنلاین و سایر فعالیت‌های اینترنتی نیز می‌توانند به‌عنوان راهی برای فرار از واقعیت و کاهش اضطراب ظاهر اجتماعی مورد استفاده قرار گیرند. بنابراین، اضطراب ظاهر اجتماعی می‌تواند به‌طور مستقیم و مثبت بر اعتیاد به اینترنت اثر بگذارد. این تأثیر مستقیم به این معناست که هرچه اضطراب ظاهر اجتماعی فرد بیشتر باشد، احتمال اعتیاد او به اینترنت نیز افزایش می‌یابد. افراد مبتلا به این نوع اضطراب ممکن است به‌مرور زمان وابستگی بیشتری به اینترنت پیدا کنند و استفاده از آن را به‌عنوان راهی برای مقابله با احساسات منفی خود ببینند. درنهایت، برای مقابله با این مسئله، لازم است تا راهکارهای مؤثری برای کاهش اضطراب ظاهر اجتماعی ارائه شود. مشاوره روان‌شناختی، افزایش آگاهی عمومی در مورد اثرات منفی قضاوت‌های ظاهری و ترویج پذیرش بدن می‌توانند از جمله اقداماتی باشند که به کاهش این اضطراب و در نتیجه کاهش احتمال اعتیاد به اینترنت کمک کنند.

نتایج این مطالعه نشان داد که حمایت اجتماعی اثر مستقیم بر اعتیاد به اینترنت دارند. این نتایج همسو با نتایج لو و همکاران (۲۰۲۳)، چائو و همکاران (۲۰۲۲)، تاش (۲۰۲۲)، رضوی کلپشادی و همکاران (۱۴۰۲)، طالقانی نژاد و همکاران (۱۴۰۰) و کاکاوند و همکاران (۱۳۹۶) بود. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که حمایت اجتماعی می‌تواند از خانواده، دوستان و جامعه تأمین شود و بر سلامت روانی و جسمی فرد اثرگذار باشد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند، اینترنت یک محیط اجتماعی آرمانی، فراهم می‌کند. گمنامی، عدم حضور فیزیکی دیگران و فقدان رودررویی واقعی و نبودن تماس بدنی به کاربران اجازه می‌دهد تعامل اجتماعی خود را کنترل کنند. ارتباطات اینترنتی بازسازی زدایی کند و همچنین عرصه را برای ممارست و بهبود خود افشایی، صمیمیت و خود ابرازی را تسهیل می‌کند و مهارت‌های اجتماعی فراهم می‌کند. این گونه تسهیلات آنلاین، در ترکیب با کاهش اضطراب برخی از افراد اجتماعی، به افراد تنها اجازه می‌دهد تا خود را آرمانی‌تر عرضه کنند. به‌علاوه، اینترنت را به‌عنوان تنها راه فرار برای کاهش استرس و احساسات منفی مرتبط با احساس تنهایی به کار می‌برند (انسرودی و همکاران، ۱۴۰۳).

با برخورداری از حمایت اجتماعی مناسب، افراد احساس تعلق و امنیت بیشتری کرده و نیاز کمتری به فرار به دنیای مجازی خواهند داشت. بنابراین، روابط خانوادگی و دوستان صمیمی می‌توانند نیازهای اجتماعی فرد را در دنیای واقعی برآورده کنند و باعث کاهش تمایل او به ارتباطات مجازی شوند. درنهایت، تقویت روابط اجتماعی و ایجاد شبکه‌های حمایتی می‌تواند به بهبود سلامت روانی و کاهش اعتیاد به اینترنت کمک کند.

نتایج این مطالعه نشان داد که تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی به واسطه حمایت اجتماعی اثر غیرمستقیمی بر اعتیاد به اینترنت داشته‌اند. این نتایج در راستای متغیرهای تجربه‌های فشارزا و اعتیاد به اینترنت همسو با نتایج اکبری و فتحی آشتیانی (۱۴۰۰)، حاجی‌زاده میمندی و همکاران (۱۳۹۵) و جعفری و فاتحی زاده (۱۳۹۱) بود. همچنین، نتایج در راستای متغیرهای حمایت اجتماعی و اعتیاد به اینترنت همسو با نتایج لو و همکاران (۲۰۲۳)، چائو و همکاران (۲۰۲۲)، تاش (۲۰۲۲)، رضوی کلیشادی و همکاران (۱۴۰۲)، طالقانی نژاد و همکاران (۱۴۰۰) و کاکاوند و همکاران (۱۳۹۶) بود. تجربه‌های فشارزا به‌طور غیرمستقیم با تأثیر بر حمایت اجتماعی، می‌تواند بر اعتیاد به اینترنت اثرگذار باشند. به عبارت دیگر، حتی اگر فرد تجارب فشارزا داشته و اضطراب ظاهر اجتماعی بالایی داشته باشد در صورتی که مورد حمایت اجتماعی از طرف والدین و دوستان قرار بگیرد تأثیر منفی این دو عامل تعدیل و اصلاح می‌گردد یعنی حمایت اجتماعی می‌تواند اثرات منفی عوامل فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی را تعدیل کند و با وجود حمایت اجتماعی اعتیاد به اینترنت کمتر می‌شود.

این نتایج در راستای متغیرهای اضطراب ظاهر اجتماعی و اعتیاد به اینترنت همسو با نتایج شن و همکاران (۲۰۲۳)، ایلماز و همکاران (۲۰۲۳)، ایلماز و همکاران (۲۰۲۳)، غلامی و همکاران (۱۴۰۰)، سلطانی و بقایی فرد (۱۳۹۹)، سیدان و رنج‌کش کلاگر (۱۳۹۷) و شاکری و همکاران (۱۳۹۵) بود. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که افراد مبتلا به اضطراب ظاهر اجتماعی معمولاً نگران قضاوت دیگران درباره ظاهر خود هستند که این نگرانی‌ها به کاهش اعتمادبه‌نفس و افزایش استرس می‌انجامد. در این شرایط، افراد ممکن است برای فرار از اضطراب به اینترنت پناه ببرند. با اینکه اینترنت امکانات زیادی برای تعامل اجتماعی و سرگرمی فراهم می‌آورد، استفاده نادرست از آن می‌تواند منجر به اعتیاد شود؛ وضعیتی که تأثیر منفی بر فعالیت‌های روزمره و کیفیت زندگی فرد خواهد داشت.

نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه نشان داد که مدل علی‌اعتیاد به اینترنت براساس تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی: نقش میانجی حمایت اجتماعی از برازش مطلوبی بر اساس داده‌ها برخوردار است و حمایت اجتماعی می‌تواند میانجی اثرات نامطلوب عوامل فشارزا و اضطراب ظاهر اجتماعی بر استفاده اعتیادی از اینترنت شود. همچنین، حمایت اجتماعی می‌تواند اثر غیرمستقیمی بر رابطه بین تجربه‌های فشارزا و اضطراب ظاهر بر اعتیاد به اینترنت داشته باشند.

برای مقابله با اعتیاد به اینترنت و کاهش تأثیرات منفی آن، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های مشاوره روان‌شناختی به‌طور گسترده‌تری در مدارس و مراکز آموزشی اجرا شود. این برنامه‌ها می‌توانند شامل آموزش مهارت‌های مقابله‌ای، مدیریت استرس و افزایش آگاهی در مورد اثرات منفی اعتیاد به اینترنت باشند. همچنین، برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای والدین و معلمان به منظور افزایش آگاهی عمومی در مورد نشانه‌های اعتیاد به اینترنت و روش‌های حمایت از نوجوانان می‌تواند مؤثر باشد. علاوه بر این، ایجاد فضاهای اجتماعی و فعالیت‌های گروهی در دنیای واقعی می‌تواند به کاهش تمایل به استفاده از اینترنت به‌عنوان یک راهکار فرار کمک کند. در نهایت، پیشنهاد می‌شود که سیاست‌گذاران و مسئولان آموزشی به منظور تقویت روابط اجتماعی و ایجاد شبکه‌های حمایتی، برنامه‌های مناسبی را طراحی و اجرا کنند.

این مطالعه با وجود دستاوردهای ارزشمند، دارای محدودیت‌هایی بود که باید در تفسیر یافته‌ها مدنظر قرار گیرد. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به تمرکز بر نمونه‌ای خاص (دانش‌آموزان پسر ۱۲ تا ۱۴ ساله اردبیلی) که تعمیم نتایج را محدود می‌سازد، استفاده از طرح مقطعی که امکان استنباط روابط علی را کاهش می‌دهد، تکیه بر ابزارهای خودگزارشی که ممکن است تحت تأثیر سوگیری‌های پاسخ باشد، و عدم کنترل کامل متغیرهای مداخله‌گر بالقوه مانند سبک‌های فرزندپروری و میزان دسترسی به فناوری اشاره کرد. این محدودیت‌ها بر اهمیت انجام مطالعات طولی آینده با نمونه‌های متنوع‌تر و روش‌های ترکیبی تأکید می‌کنند.

سیاسگزاری

پژوهشگران این مطالعه، از دانش‌آموزان به جهت مشارکت صبورانه در اجرای مطالعه حاضر، از اساتید و مسئولین مدارس به دلیل صبر و همکاری در اجرای پرسش‌نامه‌ها به جهت همکاری در فراهم نمودن مکان و امکانات اجرای پژوهش، صمیمانه قدردانی و تشکر می‌نمایند.

منابع

- اکبری، عدنان؛ فتحی آشتیانی، علی. (۱۴۰۰). عوامل و اثرات روان‌شناختی اعتیاد به گوشی هوشمند: یک مطالعه مرور نظام‌مند. *رویش روان‌شناسی*، ۱۰(۱۲)، ۱-۱۲.
- انسوردی، الناز، حسینیان، سیمین، صالحی، فاطمه، مؤمنی، فرشته. (۱۴۰۳). رابطه بین اعتیاد به اینترنت با تعارض نوجوان با والدین، حمایت اجتماعی ادراک‌شده چندبعدی و شادکامی. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، شماره ۲۲، ۷۶-۹۴.
- بابایی‌امیری، ناهید؛ حقیقت، سارا؛ عاشوری، جمال. (۱۳۹۵). ارتباط فرسودگی شغلی، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روان پرستاران. *مجله مراقبت پرستاری و مامایی ابن سینا (مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان)*، ۲۴(۲)، ۱۲۰-۱۲۸.
- بشرپور، سجاد؛ محمدنژاد دوین، عارفه. (۱۴۰۱). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و ویژگی‌های سایکوپاتیک با آمادگی به اعتیاد: با آزمون نقش واسطه‌ای بی‌اشتیاقی اخلاقی. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۱۶(۶۵)، ۹۷-۱۲۰.
- بشرپور، سجاد؛ احمدی، شیرین؛ حیدری، فاضله. (۱۳۹۹). مدل‌یابی اعتیاد به اینترنت بر اساس حساسیت بین فردی و تعارض زناشویی والدین با میانجی‌گری کنترل هدفمند در دانش‌آموزان شهر اردبیل در سال تحصیلی ۱۳۹۹: یک مطالعه توصیفی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۹(۱۰)، ۱۰۷۰-۱۰۵۳.
- جوکار، بهرام؛ سلیمی، عظیمه. (۱۳۹۰). ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پرسش‌نامه احساس تنهایی اجتماعی و عاطفی بزرگسالان. *مجله علوم رفتاری*، ۵(۴)، ۳۱۷-۳۱۱.
- حاجی‌زاده میمندی، مسعود؛ وکیلی قاسم‌آباد، سمیه؛ میرمنگره، اکرم. (۱۳۹۵). بررسی رابطه عوامل روانی اجتماعی اعتیاد به اینترنت (مطالعه موردی: دانشجویان دختر دانشگاه یزد). *نشریه زن در فرهنگ و هنر (پژوهش زنان)*، ۸(۴)، ۴۹۲-۴۷۳.
- حیدری، طیبه. (۱۳۹۴). رابطه‌ی اعتیاد به اینترنت با سبک‌های هویت در دانشجویان دانشگاه پیام نور ابرکوه. *پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی*، دانشگاه پیام نور ابرکوه.
- رضوی‌کلشادی، میترا؛ بی‌ریا، محمد؛ موسوی، سید اصغر. (۱۴۰۲). نقش میانجی حمایت اجتماعی در رابطه بین تجارب آسیب‌زای دوران کودکی و اعتیاد به اینستاگرام در دانشجویان. *رویش روان‌شناسی*، ۱۲(۶)، ۱۵۰-۱۴۲.
- ساروخانی، باقر. (۱۳۹۳). روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی: اصول و مبانی. جلد ۱، چاپ ۱۸، تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- طالقانی نژاد، محمدعلی؛ داوری، رحیم؛ لطفی کاشانی، فرح. (۱۴۰۰). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت براساس حمایت اجتماعی ادراک‌شده و سبک‌های کنار آمدن با استرس و هوش هیجانی دانش‌آموزان. *فصلنامه فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*، ۱۱(۳)، ۱۰۹-۱۲۹.
- قنادزادگان، حسینعلی؛ سپاه منصور، مژگان؛ کوچک انتظار، رویا؛ صالحی، مهدیه. (۱۴۰۰). مدل‌یابی اعتیاد به اینترنت براساس حمایت اجتماعی با میانجی‌گری ناگویی خلقی در دانش‌آموزان. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۰(۲)، ۱۱۹-۱۳۷.

- قریب بلوک، معصومه؛ میکائیلی، نیلوفر؛ بشرپور سجاده. (۱۴۰۱). پیش‌بینی کیفیت خواب در نوجوانان بر اساس نگرش ناکارآمد درباره خواب، روان‌آزردگی‌گرایی، اعتیاد به اینترنت و حساسیت اضطرابی با میانجی‌گری راهبردهای تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی. مجله علوم روان‌شناختی، ۲۱ (۱۱۶)، ۱۵۳۸-۱۵۲۱.
- کاکاوند، علیرضا؛ نیک‌اختر، شقایق؛ سرداری‌پور، مهران. (۱۳۹۶). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس حمایت اجتماعی ادراک‌شده، احساس تنهایی و هراس اجتماعی. فصلنامه علمی پژوهشی روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه، ۶ (۱)، ۹۸-۸۱.
- مظفری، شهناز؛ غضنفری، فیروزه؛ سپهوندی، محمدعلی. (۱۳۹۸). بررسی برخی همبسته‌های آسیب‌شناختی روانی اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دبیرستان‌های یاسوج. نشریه ارمغان دانش، ۲۴ (۲)، ۲۶۱-۲۴۷.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington.
- Appleyard, K., Yang, C., & Runyan, D. K. (2010). Delineating the maladaptive pathways of child maltreatment: A mediated moderation analysis of the roles of self-perception and social support. *Development and psychopathology*, 22(2), 337-352.
- Barton, B. A., Adams, K. S., Browne, B. L., & Arrastia-Chisholm, M. C. (2021). The effects of social media usage on attention, motivation, and academic performance. *Active Learning in Higher Education*, 22(1), 11-22.
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T. W., & Potenza, M. N. (2019). The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104, 1-10.
- Chua, Pei Yi and Chuah, Yi Ting and See, Jie Sheng. (2022). Social anxiety, perceived stress level and perceived social support as predictors of smartphone addiction among undergraduate students in Malaysia. Final Year Project, UTAR, 30(12), 1-25.
- De Bérail, P., Guillon, M., Bungener, C. (2019). The relations between YouTube addiction, social anxiety and parasocial relationships with YouTubers: a moderated-mediation model based on a cognitive-behavioral framework. *Computers in Human Behavior*, 99, 190-204.
- Hou, Y., Xiong, D., Jiang, T., Song, L., & Wang, Q. (2019). Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. *Cyberpsychology: Journal of psychosocial research on cyberspace*, 13(1), 4.
- Joksimović, S., Gašević, D., Kovanović, V., Riecke, B. E., & Hatala, M. (2015). Social presence in online discussions as a process predictor of academic performance. *Journal of Computer Assisted Learning*, 31(6), 638-654.
- Lu, X., Zhang, M., & Zhang, J. (2023). The relationship between social support and Internet addiction among Chinese college freshmen: A mediated moderation model, *Front Psychology*, 13(2), 1-20.
- Lo, C. K., Ho, F. K., Emery, C., Chan, K. L., Wong, R. S., Tung, K. T., & Ip, P. (2021). Association of harsh parenting and maltreatment with internet addiction, and the mediating role of bullying and social support. *Child Abuse & Neglect*, 113, 104928.
- Mamun MA, Griffiths MD. (2019). the assessment of internet addiction in Bangladesh: why are prevalence rates so different? *Asian J Psychiatry*, 40, 46-47. Doi: 10.1016/j.ajp.2019.01.017
- Maslach, C. (1989). Job burnout. *Annual review of psychology*. 23, 335-347.
- Mari, Emanuela. Biondi, Silvia. Varchetta, Manuela. Quagliari, Alessandro.(2023). Gender differences in internet addiction: A study on variables related to its possible development. *Computers in Human Behavior Reports*, 9 (10024).
- Negri, S., James, A., & Trickett, P. K. (2015). Characteristics of the social support networks of maltreated youth: Exploring the effects of maltreatment experience and foster placement. *Social Development*, 24(3), 483-500.
- Nikbin, D., Taghizadeh, S. K., & Rahman, S. A. (2022). Linking Dark Triad traits to Instagram addiction: The mediating role of motives. *Technology in Society*, 68, 101892.
- Pekpazar, A., Aydın, G. K., Aydın, U., Beyhan, H., & Arı, E. (2021). Role of instagram addiction on academic performance among Turkish university students: mediating effect of procrastination. *Computers and Education Open*, 2, 100049.

- Rousidis, D., Koukaras, P., & Tjortjis, C. (2020). Social media prediction: a literature review. *Multimedia Tools and Applications*, 79(9-10), 6279-6311.
- Shen, X., Chenggong Wang., ORCID Icon, Caiyan Chen., Yifan Wang., Zinuo Wang., Yanpei Zheng. (2023). Stress and Internet Addiction: Mediated by Anxiety and Moderated by Self-Control. *Psychology Research and Behavior Management*, 16(1), 1975-1986.
- Wongpakaran, T., Nahathai Wongpakaran, Ruk Ruktrakul. (2011). Reliability and Validity of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS): Thai Version. *Clinical Practice in Epidemiological Mental Health*, 7, 161-166.
- Ye, Z., Yang, X., Zeng, C., Wang, Y., Shen, Z., Li, X., & Lin, D. (2020). Resilience, social support, and coping as mediators between COVID-19-related stressful experiences and acute stress disorder among college students in China. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 12(4), 1074-1094.
- Young KS. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning Strategy for recovery*. 1st Ed. New York: John Wiley and sons; 181-231
- Zhang, Y., Liu, Z., & Zhao, Y. (2021). Impulsivity, social support and depression are associated with latent profiles of internet addiction among male college freshmen. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 642914.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.
- Zivnuska, S., Carlson, J. R., Carlson, D. S., Harris, R. B., & Harris, K. J. (2019). Social media addiction and social media reactions: The implications for job performance. *The Journal of Social Psychology*, 159(6), 746-760.

