

ارتباط بین افسردگی و انزوای اجتماعی کاربران اینترنت نوجوان و جوان با مدت زمان روزانه معمول کاربری اینترنت

ایلناز سجادیان^{(MSc)*}، محمدعلی نادری^{(MSc)**}

*- کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه اصفهان.

** - عضو هیئت علمی گروه علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان.

چکیده

● **زمینه و هدف:** در هزاره‌ی سوم، اینترنت نقش مهم و روزافزونی در زندگی نوجوانان و جوانان ایفا می‌کند. جاذبه اینترنت باعث شده تا بسیاری از جوانان و نوجوانان به جای تعامل با همسالان و والدین، کامپیوتر را برگزینند. این همنشینی با کامپیوتر به مرور زمان تجربه شیرین در جمع بودن را از فرد می‌گیرد و می‌تواند منجر به انزوا و افسردگی شود. مطالعه حاضر به منظور تعیین ارتباط احتمالی میان افسردگی و انزوای اجتماعی کاربران اینترنت با میزان ساعات کار آنها طراحی شده است.

● **مواد و روش‌ها:** مطالعه، از نوع توصیفی-همبستگی است که در آن ۱۱۸ نفر از مشتریان معمول کافی‌نت‌های مجاز شهر اصفهان در سال ۱۳۸۴ شرکت داشته‌اند. تست افسردگی بک و تست محقق ساخته انزوای اجتماعی برای ارزیابی افسردگی و انزوای اجتماعی استفاده شد. اطلاعات دموگرافیک نیز جمع‌آوری شد. داده‌ها به کمک بسته نرم‌افزار SPSS و با استفاده از ضرایب همبستگی پیرسون، اسپیرمن و t گروه‌های مستقل تحلیل گردید.

● **یافته‌ها:** یافته‌های مطالعه، حاکی از وجود رابطه مثبت بین افسردگی و انزوای اجتماعی با مدت زمان معمول استفاده از اینترنت در کاربران نوجوان و جوان است ($p < 0/01$).

● **نتیجه‌گیری:** استفاده بیش از حد از اینترنت می‌تواند برای سلامت، رشد روانی و رشد اجتماعی نوجوان و جوانان خطرآفرین باشد. ضروری است که مطالعات دقیق‌تری در این رابطه طراحی شود و نتایج این مطالعات به آگاهی خانواده‌ها رسانده شود.

● **کلید واژه‌ها:** اینترنت، کاربران نوجوان و جوان، افسردگی، انزوای اجتماعی.

وصول مقاله: ۸۵/۱/۲۶

اصلاح نهایی: ۸۵/۳/۱۴

پذیرش مقاله: ۸۵/۴/۲۰

تلفن: ۰۳۱۱-۵۲۳۰۶۴۰

*- نویسنده مسئول: گروه علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان

● مقدمه

فناوری کامپیوتر به طور وسیعی در جوامع گسترش پیدا کرده است، بدین معنا که مردم نقاط مختلف در سراسر کره زمین به مثابه یک دهکده امکان برقراری ارتباط با یکدیگر و اطلاع از اخبار و رویدادهای جهانی را دارند (۱). استفاده از اینترنت در جهان از ۱۵ درصد به ۵۲ درصد در فاصله

سالهای ۲۰۰۰-۱۹۹۲ افزایش پیدا کرده است. سرعت انتشار اینترنت ۹ برابر سریعتر از رادیو، ۴ برابر سریعتر از کامپیوترهای شخصی و سه برابر سریعتر از تلویزیون بوده است (۲). تحقیقات دلالت دارد که ۱۴۹ میلیون نفر در سراسر دنیا به شبکه اینترنت مرتبط هستند که به میزان ۱۲ درصد در هر ماه افزایش پیدا می‌کند (۳). براساس گزارش سالیانه

ی صنعت رایانه، شمار کاربران جهانی اینترنت در سال ۲۰۰۵ از مرز یک میلیارد نفر عبور کرد و پیش بینی شده است که این رقم تا سال ۲۰۱۱ به دو میلیارد نفر برسد (۴). علی رغم جنبه های مثبت از قبیل جنبه های آموزشی و ارائه خدمات ارتباطی و مواردی از این دست، رایانه و اینترنت جنبه های منفی نیز دارد (۵). استفاده کنترل نشده از کامپیوتر تکامل فیزیکی، رشد اجتماعی و روانی جوان و نوجوان را در معرض خطر قرار می دهد (۶). مطالعات آفونسو^۱، خاطرنشان می کند که استفاده از اینترنت سبب ایجاد احساس بدبختی، انزوای اجتماعی، تنهایی، دوری از خانواده و بطور کلی کاهش سلامت روانی می شود (۳). این دوری از خانواده و دوستان نوعی حالت روانی است که به آن انزوای اجتماعی می گویند (۷). مچ^۲، دریافت که استفاده از اینترنت یک فعالیت زمان گیر است پس می تواند مدت تعامل نوجوان با خانواده اش را کاهش دهد. مچ در مطالعه دیگری به این نتیجه رسید که ۵۰ درصد خانواده ها در زمانی که «آن لاین» هستند کمتر با هم صحبت می کنند و ۴۱ درصد شرکت کنندگان تمایل به یادگیری رفتارهای ضد اجتماعی در این مدت داشته اند (۸). در مطالعه شوتون^۳، مشخص شد که کاربران کامپیوتر، تمایل چندانی به یادگیری مهارت های اجتماعی از خود نشان نمی دهند (۹). کورتیس معتقد است دوستی ها و ارتباطات مجازی، انزوا و جدایی اجتماعی به همراه خواهد داشت. یانگ^۴ بیان می دارد، افزایش تنهایی با کاهش در پیوندها و ارتباطات اجتماعی زندگی واقعی با افزایش استفاده از اینترنت مطابقت دارد (۱۰). کرات و همکارانش^۵ دریافتند که استفاده بیشتر از اینترنت با پیامد کاهش ارتباطات خانوادگی همراه بوده است و استفاده زیاد از اینترنت برای

اهداف ارتباطی نیز با کاهش مقدار چرخه ارتباط اجتماعی، محلی و راه دور همراه خواهد بود. همچنین نتایج این تحقیق که بر روی خانواده ها انجام گرفت نشان داد، افرادی که بیشتر از اینترنت استفاده کرده اند تنهایی آنها افزایش یافته است، به علاوه اینکه استفاده از اینترنت با افزایش افسردگی و عقب نشینی از زندگی واقعی عجین بوده است (۱۱). پتری و گان^۶، تحقیقی را برای بررسی اثرات جنسیت، سن، افسردگی و درون گرایی بر روی کاربران اینترنت انجام دادند. نتایج این تحقیق نشان داد، ۴۵ درصد آنان زنانی هستند که دارای دوره هایی از افسردگی در طول زندگی خود بوده اند. همچنین ۵۱ درصد آنان خود را دارای تیپ شخصیتی درون گرا معرفی کردند. شاپیرا و همکاران، برای یافتن ویژگی های روانشناختی افرادی که دارای وابستگی به اینترنت بودند، ۲۰ فرد تایوانی (۱۱ مرد و ۹ زن) را انتخاب کردند. نتایج نشان داد که تمام این آزمودنی ها بر طبق ملاک های DSM-IV دارای اختلال کنترل تکانشی و همچنین یک دوره زمانی نیز دارای علائم محور یک (اختلالات بالینی به استثنای اختلالات رشد و شخصیت بودند). ۱۴ نفر از آنان نیز یک دوره علائم دوقطبی را در طول زندگی تجربه کرده بودند (۱۲). موراهان و همکاران^۷ برای سنجش میزان شیوع و رابطه آسیب شناختی استفاده از اینترنت در بین دانشجویان دانشگاه های تایوان، به این نتیجه رسیدند که مردان بطور متوسط نمرات بالاتری را در علائم آسیب شناسی استفاده از اینترنت نسبت به زنان بدست می آوردند (۱۳). سندرز و همکاران^۸ در پژوهشی نشان دادند که استفاده مداوم از اینترنت با افسردگی و انزوای اجتماعی در بین نوجوانان همراه است (۱۴). همچنین لین و تسای^۹، در پژوهشی نشان دادند که دانش آموزان معتاد به اینترنت در بعد مخاطره

1. Affonso.

2. Mesch

3. Shotton

4. Young

5. Kraut & et al

6. Petry & Gune

7. Morahan & et al

8. Sanders & et al

9. Leen & Tessai

توجه به اینکه در هیچکدام از پژوهشهای مطرح شده، افسردگی و انزوای اجتماعی با ساعات استفاده از اینترنت در بین نوجوانان و جوانان انجام نگرفته است، پژوهش حاضر قصد بررسی این اختلالات را در بین دامنه سنی مشخصی از نوجوانان و جوانان (۱۸-۲۸ سال) شهر اصفهان دارد تا این نکته را روشن نماید که آیا تأثیرات کار با اینترنت در بین نوجوانان و جوانان با سازه های فرهنگی ایرانی نیز همان اختلالات روانی را که در نمونه های غربی وجود داشت، نشان می دهد؟ بدین لحاظ این پژوهش با هدف بررسی ارتباط بین افسردگی و انزوای اجتماعی کاربران نوجوان و جوان با توجه به میزان استفاده از اینترنت انجام گرفته است. نتایج این پژوهش به برنامه ریزی آموزشی، فرهنگی و همچنین به خانواده ها و مراکز آموزشی کمک می نماید تا استفاده از اینترنت را با هر هدفی تعدیل نمایند.

● مواد و روش ها

آزمودنی های این تحقیق، تعداد ۱۱۸ نفر از کاربران دختر و پسر جوان و نوجوان (۱۸-۲۸ ساله) استفاده کننده از کافی نت های تحت نظارت شهرداری اصفهان، اداره کل ارشاد و فرهنگ اسلامی و یا مؤسسات زیربند در سال ۱۳۸۴ بود. تعداد این کافی نت ها ۸ مرکز بود. روش نمونه گیری در این پژوهش، تصادفی خوشه ای چند مرحله ای بود.

در این پژوهش مقیاس افسردگی بک و مقیاس اندازه گیری انزوای اجتماعی استفاده گردید.

از اطلاعات مربوط به سوابق دموگرافیک و همچنین میزان ساعات کار با اینترنت در شبانه روز به کمک یک پرسشنامه سؤالاتی پیرامون جنس، مدرک تحصیلی، تأهل و مجرد، میزان ساعات استفاده و نوع استفاده از اینترنت جمع آوری گردید.

جویی و هیجان، نمرات بالاتری از افراد غیرمعتاد بدست آوردند، لیکن خودشان هیچگاه بطور مستقیم دست به کارهای خطرناک و تجارب هیجانی نزده بودند و تنها بازداری های اجتماعی را در زمان متصل بودن به اینترنت نقض کرده بودند (۱۵). غلامعلیان در تحقیقی به بررسی میزان شیوع سندروم اعتیاد به اینترنت و تأثیرات روانی- اجتماعی آن در کاربران اصفهانی پرداخته است. نتایج تحقیق نشان داد میزان سندرم اعتیاد به اینترنت در گروه سنی ۲۰-۳۰ سال از سایر گروهها بیشتر است، همچنین کاربران معتاد با نشانه های اختلال افسردگی و پارانوئید مشخص شدند و کار کردن با اینترنت را به هم نشینی با خانواده و گردش رفتن با دیگران ترجیح می دادند. به علاوه نوع و سبک تفکر کاربران نیز می تواند عاملی در علاقمندی آنان به اینترنت و نوع رفتارهای آنان باشد (۱۶). آتش پور و آقایی، سبک تفکر کاربران اینترنت را با استفاده از پرسشنامه استرن برگ مورد ارزیابی قرار دادند. نتایج تحقیق آنان نشان داد تنها بین سن کاربران با سبک تفکر قضاوت نگر رابطه وجود دارد. ولی بین سبک تفکر مردان و زنان تفاوت معنی داری وجود ندارد. همچنین افراد دارای شغل آزاد از نظر تفکر هرج و مرج طلب نمرات بیشتری نسبت به دانشجویان، دانش آموزان و کاربران کامپیوتر بدست آوردند (۱۷). همجواری فیزیکی، از پیوندهای قدرتمند فردی پشتیبانی می کند. اگرچه اینترنت بصورت بالقوه، از اهمیت همجواری فیزیکی برای ایجاد و نگهداری شبکه های قدرتمند پیوندهای اجتماعی می کاهد اما به این نکته نیز باید توجه داشت که نیازهای فیزیکی، روانشناختی، اجتماعی و عاطفی انسان را بطور مجازی و غیرواقعی مرتفع می کند و این نکته باعث بوجود آمدن اختلالات روانی و هیجانی و گاهاً فیزیکی و جسمی در نوجوانان می شود (۱۸). ولی به علت جاذبه ها و دنیای همیشه در حال تغییر و تحول اینترنت جوانان بدان علاقمند هستند و در آن غرق می شوند. با

● یافته‌ها

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه بین افسردگی و انزوای اجتماعی با میزان ساعات استفاده از اینترنت در بین کاربران نوجوان و جوان شهر اصفهان می باشد. اکثر کاربران مورد مطالعه پسر، مجرد، با تحصیلات می باشد.

جدول ۱: فراوانی و درصد آزمودنی‌ها به تفکیک جنس، سن، تأهل و مجرد و مدرک تحصیلی

مؤلفه مورد بررسی	فراوانی	درصد
پسر	۷۸	۶۶/۱
دختر	۴۰	۳۳/۹
مجرد	۱۱۰	۹۳/۱
متاهل	۸	۶/۹
دیپلم و کمتر	۴۸	۴۰/۷
فوق دیپلم به بالا	۷۰	۵۹/۳
کمتر از ۲۰ سال	۴۶	۳۹
۲۱-۲۵ سال	۶۴	۵۴/۲
بالتر از ۲۶ سال	۸	۶/۸

جدول ۲: فراوانی و درصد آزمودنی‌ها به تفکیک کاربرد

نوع کاربرد	انواع	فراوانی	درصد
۱	بازی	۴۹	۴۷/۸
۲	علمی	۲۲	۲۰/۸
۳	خبری	۵	۳/۸۲
۴	هنری	۴	۲/۸۲
۵	همه	۲۲	۲۰/۸
۷	بازی - علمی	۸	۶/۸۲
۸	کل فراوانی	۷۴	۹۴/۱۸
۹	علامت زده	۸	۶/۸۲
۱۰	کل	۱۱۸	۱۰۰

داده‌های جدول (۲) حاکی از آنست که بیشترین وقت کاربران صرف بازیهای کامپیوتری و کمترین زمان آنها در استفاده از جنبه های هنری اینترنت مصروف می شود (جدول ۲).

رابطه بین انزوای اجتماعی و افسردگی، افسردگی و ساعات کار با اینترنت و همچنین انزوای اجتماعی و میزان کار با اینترنت در سطح ($P < 0.05$) معنادار است و روابط با ضریب بالائی تأیید می شود (جدول ۲).

جهت بررسی اهداف فرعی پژوهش و بمنظور بررسی تفاوت بین نمرات افسردگی، انزوای اجتماعی و ساعات کار با اینترنت با توجه به متغیرهای جنس، مدرک تحصیلی، تأهل، مجرد آزمون t اجرا شد یافته ها نشان داد، هیچ تفاوت معنادار آماری بین نمرات افسردگی، انزوای اجتماعی و میزان کار با اینترنت کاربران با توجه به متغیرهای مذکور وجود ندارد به استثنای وجود تفاوت نمرات افسردگی در بین دختران و پسران که میانگین آن در بین دختران بیش از پسران بوده است. همچنین یافته های پژوهش نشان داد که شدت افسردگی در بین کاربران پسر بیش از کاربران دختر می باشد بطوریکه میانگین افسردگی در بین کاربران پسر (۱۵) است که نمایانگر سطح متوسط افسردگی می باشد در حالی که این میانگین در دختران (۱۰/۲۳) بوده است. ولی میانگین انزوای اجتماعی در پسران (۵۵/۳۶) نسبت به دختران (۷۴/۳۵) پایین تر بوده است.

● بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر، بیانگر وجود رابطه معنی دار بین میزان ساعات کار با اینترنت و افسردگی و انزوای اجتماعی کاربران اینترنت نوجوان و جوان شهر اصفهان است. که این ضرایب همبستگی در سطح ($P < 0.01$) مورد تأیید قرار گرفت. با توجه به پژوهشهایی که توسط پژوهشگرانی چون سندرز و همکاران، پتری و گان، کرات و همکاران انجام گرفته است می توان اذعان نمود که نتایج این پژوهشها با پژوهش حاضر همخوانی دارد. همچنین با در نظر گرفتن این نکته که پژوهش های ذکر شده در یک بستر کاملاً متفاوت فرهنگی و در کشورهای غربی

انجام گرفته است، مقایسه این عوامل با متغیرهای اصلی تحقیق، نشان داد که هیچ تفاوتی بین نمرات افسردگی، انزوای اجتماعی و میزان ساعات کار با اینترنت در بین دختران و پسران با توجه به تأهل و مجرد و مدرک تحصیلی وجود ندارد بجز تفاوتی که در نمرات افسردگی در جنس دختر و پسر مشاهده گردید که این تفاوت نیز وابسته به جنس بوده و هیچ ارتباطی به زمینه فرهنگی یا اجتماعی کاربران ندارد چرا که اختلاف نمرات در شیوع افسردگی زنان و مردان حاکی از بالا بودن میزان افسردگی در زن‌هاست که این تفاوت در این پژوهش و در یک جمعیت خاص همچون کاربران زن نیز کاملاً مشهود است. ($t=2/49$ و $P=0/015$) این تفاوت به علت عوامل مختلفی از جمله عوامل بیوشیمیایی، استعداد ژنتیک، عوامل عصبی - غددی، عوامل استرس زای محیطی، نگرش‌های منفی، درماندگی آموخته شده می باشد (۱۸). بعضی از این عوامل را می توان در بین کاربران نیز بوضوح مشاهده کرد. فضای مجازی اینترنت و دنیای پر از تخیل و تصورات و هیجان برانگیز آن به گفته تامپسون^۱ شخصیت نوینی را به نوجوان ارائه می دهد که زندگی فرد را در فضا و زمان، بصورتی غیرارادی شکل می دهد (۱۹). ارتباط دنیای تخیلات مملو از هیجانات و تکانه های عصبی و روانی است که امکان دریافت بعضی از این ادراکات در دنیای واقعی امکان پذیر نیست. فضای روانی مداوماً در حال تغییر اینترنت، تعادل روانی کاربر را مدام تحت تأثیر خود قرار می دهد و فشارهایی را بر فرد وارد می کند که حقیقتاً مجازی نبوده اگرچه سازنده و ایجاد کننده ی آن دنیای مجازی اینترنت است. حضور در اتاقهای گفتگو^۲، استفاده از پست الکترونیک، محاوره های تصویری ماهیتی کاملاً پنهان و رمزی دارد و مشخص نیست واقعاً چه نوع ارزشها، نگرشها یا محتوایی را منتقل می کند. مشاهده تصویر سایبرسکس چه تأثیری بر

سیستم عصبی غددی بدن می گذارد و چه واکنش هایی را برمی انگیزاند. افسردگی در کاربران می تواند نتیجه نوعی درماندگی قراردادی به علت ارتباط با دنیای مافوق تصور باشد. شاید هیچ گاه کاربران اینترنت از افسردگی و انزوای اجتماعی خود آگاه نباشند و در صورت آگاهی نیز آن را تأیید نکنند اما ماهیت کار با اینترنت چنان است که فرد را در خود غرق می نماید. استریت فیلد، تأکید بارزی بر این مطلب می نماید که استفاده از اینترنت به نحو بارزی می تواند زمان زیادی از انسان را به خود اختصاص دهد و فرد را چه در خانه و چه در محیط کار، به موجودی تنها و منزوی تبدیل نماید (۲۰). هنگامی که جوان در جهان خود به حرکت درمی آید، می تواند به بسیاری از امور واقعی دست یابد و هر روز با افراد مختلفی به تعامل بپردازد و نوعاً در جهان خود فعالیت هایی انجام دهد، و این امر زمانی اتفاق می افتد که فرد در عین تعامل با محیط، خود را جدای از آن تصور کند. ولی زمانی که از اینترنت استفاده می کند نمی تواند دیگران را در آغوش گرفته، به آنها احساس نزدیکی کند و صدای گرمشان را بشنود. براساس یافته های این پژوهش و پژوهش های انجام یافته خارجی، به نظر می رسد دنیای اجتماعی در آینده یک دنیای منزوی باشد. بنابراین انزوا یا کناره گیری اجتماعی را باید یکی از خصوصیات جامعه آینده دانست (۲۱). با توجه به نکات مطروحه می توان دریافت که استفاده از اینترنت به دلیل جذابیت های کاذبی که برای نوجوان و جوانان ایجاد می کند به آرامی آنها را به خود معتاد ساخته و می تواند به رغم آنها نیازهای روانی و هیجانی آنها را تأمین نماید، این در حالی است که اشتغال بیش از حد به اینترنت (که البته تاکنون هیچ استاندارد برای میزان استفاده مطرح نشده است)، رشد روانی، اجتماعی و عاطفی آنها را به دلیل عدم تجارب معمول و گروهی با همسالان دچار اختلالات رفتاری و در خود فرورفتگی می کند. بنابراین جایگزین نمودن اینترنت در منزل به جای

1. Thompson.

2. Chatroom.

افراد سالن های گفتگو که گاهی دارای اختلالات متعدد شخصیتی هستند و یا تصاویر مستهجن اینترنتی باشد (۴). در نهایت پیشنهاد می شود که به منظور پیشگیری از چنین اختلالات خطرناکی، خانواده ها، مراکز آموزشی و رسانه ها در این رابطه برنامه ریزیهای کلان و استراتژیکی را تدوین و اجرا نمایند.

حضور والدین و تعامل با آنان و همچنین جانشینی تعامل واقعی با اجتماع با حضور در کافی نت که فضایی محدود از نظر فیزیکی است، باعث خواهد گردید ارتباطات اجتماعی و عاطفی نوجوان در دوره رشد شخصیت به شکل صحیحی تکامل نیابد و الگوبرداری فرد بجای پدر و مادر و همسالان، از شخصیت های بازیهای کامپیوتری، هنرپیشه ها،

● منابع

۱. اسلوین ج. اینترنت و جامعه. چاپ اول، ترجمه عباس گیلوری و علی رادباوه. تهران: نشر کتابدار؛ ۱۳۸۰. ۲۷-۲۹ و ۳۵.
2. shields M K, Beharman R E. Children and computer technology: Analysis and recommendations. The future of children and computer technology, 2000; 10.(20): 697-701.
3. Affonso B. Is the internet affecting the social skills of your children? University of Nevada: Reno; 1999.
4. Davis, R. A cognitive-behavioural model of psychological internet use. Computers in human behaviour. 2001; 17:187-195.
۵. شاملو س. بهداشت روانی. تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۲.
۶. صادقیان ع. تأثیر کامپیوتر و اینترنت بر کودکان و نوجوانان. مجله الکترونیکی پژوهشگاه اطلاعات و مدارک علمی ایران، سی ام مرداد ۱۳۸۴: ۱۳۸۴.
- ع(ع).
7. Umberson D, Chen D, House S, Hopkins K, Slaten E. The effect of social relationships on psychological well-being: Are men and women really so different? American Sociological Review. 1996; 61(5): 837-857.
8. Mesch G S. The internet and family. A study on Israel. 2005; Available at: <http://www.soc.haifa.ac.il/>
9. Shotton M. The costs and benefits of computer addiction m Behavior and Information technology. 1997; 10: 219-230.
10. Young K S, Caught in the net. New york: John willey. 1997.
11. Kraut R, Patterson M, Landmack V. Internet paradox, American psychologists. 1998; 53: 1017-1037.
۱۲. نادى مریم، و آتش پور س ج. بررسی افسردگی در بین کاربران اینترنت. دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، همایش کشوری اوقات فراغت، ۱۳۸۳.
13. Morahan – Mactin J. Schumacher P. Incidence and correlates of pathological internet use among college students. Computers and Human. 2000;
14. Sanders C F, filed T M, Diego M. Kaplan M. The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. 2000; 35(138): 372-378.
15. Leen S Tessai W. Pathological gambling in eating disorders, and psychoactive substance use disorders, comorbidity of Addictive and psychiatric disorders. 2002; 89-102.
۱۶. آتش پور س ح، نادى مریم. بررسی انزوای اجتماعی کاربران اینترنت شهر اصفهان، شاهرود: دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، همایش کشوری اوقات فراغت. ۱۳۸۳.
۱۷. آتش پور س ح، آقائی ا. اثرات استفاده از اینترنت در رشد و انزوای اجتماعی کاربران شهر اصفهان. اصفهان. مجله دانش و پژوهش در روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان. ۱۳۸۳؛ ۵۶-۷۲.
۱۸. عظیمی ع، صالحی م، صالحی ف، مسعودی. اثرات کار با کامپیوتر بر عملکرد بینایی. مجله راز بهزیستی. ۱۳۸۳؛ ۳۰: ۴۱-۳۳.
19. Thompson S. Internet connectivity, Available at: URL: [http://www. Psy. Edusjtiads. 1995](http://www.Psy. Edusjtiads. 1995) accessed July 2006.
20. Streitfild, D, Web of wordaholic. Mesfits? Stanford Institute for Quantitative study of society Washington poscompany. 16. February. 2000.
۲۱. آتش پور س ح، کاظمی ا. آسیب شناسی و روانشناسی اینترنت، اصفهان، نشر محبان. ۱۳۸۳؛ ۳۶، ۵۲ و ۸۴.