

## بررسی ارتباط اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب و استرس در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مشهد

تاریخ دریافت: ۹۸/۰۸/۱۸ - تاریخ پذیرش: ۹۸/۱۲/۱۳

### خلاصه

**مقدمه:** امروزه، اینترنت جزء لاینفک زندگی روزمره افراد است. در کنار مزایای فراوان اینترنت، آثار مخرب آن خصوصاً در حوزه سلامت مورد بحث می‌باشد. اختلالات روانی از قبیل افسردگی، اضطراب و استرس می‌تواند عملکرد روزانه زندگی افراد را تحت تأثیر قرار دهد. در این مطالعه برآنیم تا به بررسی وجود رابطه اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب و استرس در میان دانشجویان علوم پزشکی مشهد بپردازیم.

**روش کار:** مطالعه حاضر توصیفی-تحلیلی است که به صورت مقطعی در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ در دانشگاه علوم پزشکی مشهد صورت گرفت، ۳۲۹ دانشجو مورد بررسی قرار گرفتند. دانشجویان به صورت نمونه گیری طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات در این مطالعه، پرسشنامه‌ی سنجش اعتیاد اینترنتی یانگ (IAT) و پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (۲۱- DASS) بود.

**نتایج:** میانگین سن دانشجویان  $22/72 \pm 4/01$  سال بود. میانگین زمان استفاده از اینترنت  $4/18 \pm 2/51$  ساعت در شبانه روز بود. میانگین نمرات افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب  $5/72 \pm 4/87$ ،  $4/65 \pm 4/06$  و  $8 \pm 4/70$  (از ۲۱ نمره) ارزیابی شد. نتایج رگرسیون لجستیک نشان داد که اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب و استرس رابطه معنادار دارد.

**نتیجه گیری:** با توجه به بالا بودن میانگین زمان استفاده از اینترنت در بین دانشجویان و ارتباط آن با افسردگی، اضطراب و استرس، ضروری است که مسئولین مربوطه، با فرهنگ سازی، آگاه سازی و برنامه ریزی در جهت پر کردن اوقات فراغت به بررسی و رفع این معضل بپردازند.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، اضطراب، افسردگی، استرس، دانشجو، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

**پی نوشت:** این مطالعه فاقد تضاد منافع می باشد.

فاطمه عسکریان<sup>۱</sup>

محمدتقی شاکری<sup>۱</sup>

وحید قوامی<sup>۱</sup>

جمشید جمالی<sup>۱\*</sup>

اگرچه آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران.

Email: jamalij@mums.ac.ir

## مقدمه

اینترنت به طور عمده برای تبادل اطلاعات و اهداف تحقیقاتی طراحی شده است و در هر جنبه‌ای از زندگی انسانی، از جمله ارتباطات اجتماعی، آموزش، تحقیق، جستجوی بهداشتی، بانکی، کسب و کار، خرید، اداره و سرگرمی نفوذ کرده است. امروزه اینترنت به عنوان یکی از فناوری‌های سودمند و ابزاری قوی در راستای پیشرفت و بالندگی زندگی بشر معرفی شده است. از سویی دیگر، اینترنت می‌تواند مورد سوء استفاده قرار گیرد و استفاده بیش از حد اینترنت می‌تواند مخرب و اعتیاد آور باشد. اعتیاد به اینترنت می‌تواند جنبه‌های مختلف زندگی فردی و اجتماعی افراد را تحت الشعاع قرار دهد و در دهه اخیر توجه بسیاری از متخصصان و آسیب شناسان را به خود جلب کرده است. این استفاده ناسازگار از اینترنت توسط برجسب‌های متفاوتی توسط محققین مختلف از قبیل اعتیاد به اینترنت<sup>۱</sup>، اختلال اعتیاد به اینترنت<sup>۲</sup>، استفاده از اینترنت آسیب شناختی<sup>۳</sup>، استفاده از اینترنت مشکل ساز<sup>۴</sup>، استفاده بیش از حد از اینترنت<sup>۵</sup>، وابستگی به اینترنت<sup>۶</sup>، استفاده از کامپیوتر اجباری<sup>۷</sup> و اعتیاد مجازی<sup>۸</sup>، اشاره شده است (۱، ۲). سهولت در دسترسی به اینترنت، حرکت به سمت جهان الکترونیکی، غنی سازی دنیای مجازی با محتوای دیجیتالی باکیفیت، جذاب تر و دیگر دلایل، باعث افزایش کاربران آن و در نتیجه افزایش میزان اعتیاد به اینترنت می‌شود. بنا به نتایج حاصل از وب سایت آمار جهانی اینترنت<sup>۹</sup>، تعداد کاربران اینترنت در سراسر دنیا در سال ۲۰۱۹ حدود ۴/۵ میلیارد نفر گزارش شده است و بر این اساس، ضریب نفوذ اینترنت در دنیا ۵۸/۸ درصد جمعیت است (۳)؛ همچنین ضریب نفوذ اینترنت در ایران ۷۶ درصد گزارش شده است (۳). این اعتیاد به اینترنت می‌تواند منجر به مشکلات روان شناختی،

جسمی و اجتماعی مانند اختلال عملکرد در محل کار، اختلال در عملکرد تحصیلی، محرومیت از خواب، عادات غذا خوردن ضعیف، سردرد، فشار چشم، انزوای اجتماعی و مشکلات ارتباطی شود (۴-۶). همچنین اعتیاد به اینترنت به طور قابل توجهی با برخی از اختلالات روان پزشکی مانند سوء مصرف الکل، کمبود توجه و بیش فعالی، افسردگی و اضطراب همراه است (۷).

برخی از مطالعات انجام شده در کشورهای مختلف و دانشگاه‌ها، نشان داده‌اند که استفاده بیش از حد از اینترنت در سطح اعتیاد به آن، منجر به بسیاری از واکنش‌های جانبی مانند افسردگی، اضطراب، خصومت، حساسیت بین فردی، روان پریشی، نشانه‌های روان شناختی، فقدان انرژی فیزیکی، فیزیولوژیکی اختلال عملکرد، ضعف ایمنی، علائم عاطفی، علائم رفتاری و مشکلات سازگاری اجتماعی می‌گردد (۸). از طرفی دیگر اختلالات خلقی و رفتاری در جوامع امروز بسیار مشهود است و کمتر کسی در برابر اختلالات روانی مصونیت دارد. اختلالات خلقی در صورت تداوم بر کیفیت زندگی تأثیر گذارنده و به سختی مهار می‌شود. فشار روزافزون عوامل استرس زا و همچنین اضطراب و افسردگی نتایج ناگواری را برای بشر امروزی به ارمغان آورده اند. بنا به گزارش سازمان بهداشت جهانی (WHO)<sup>۱۰</sup>، اختلالات روانی شایع به دو دسته اصلی اختلالات افسردگی و اختلالات اضطرابی تقسیم می‌شوند. تعداد تقریبی افراد مبتلا به افسردگی در جهان ۳۲۲ میلیون نفر (۴/۴ درصد از جمعیت کل دنیا) برآورد شده است به طوری که از سال ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۵ رشد ۱۸/۴ درصدی مشاهده شده است. افسردگی یکی از عوامل اصلی مرگ و میر در خودکشی‌ها است که این تعداد نزدیک به ۸۰۰ هزار نفر در سال می‌رسد. همچنین شیوع افسردگی در بین زنان بیشتر از مردان است (۳). اضطراب یک احساس ناخوشایند و مبهم است و اغلب به شکل دلواپسی است که با حس تردید نسبت به یک عامل ناشناخته تعریف می‌شود. این حس ناخوشایند می‌تواند با علائم فیزیولوژیکی،

<sup>1</sup> Internet addiction

<sup>2</sup> including Internet addiction disorder

<sup>3</sup> pathological internet use

<sup>4</sup> problematic Internet use

<sup>5</sup> excessive Internet use

<sup>6</sup> Internet dependence

<sup>7</sup> compulsive computer use

<sup>8</sup> virtual addiction

<sup>9</sup> Internet world stats

<sup>10</sup> World Health Organization

سنی کشور و آینده سازان کشور و آمار بالای وابستگی به اینترنت در این قشر انجام این پژوهش ضرورت دارد. پژوهش حاضر به عنوان نخستین مطالعه در شهر مشهد است که به بررسی رابطه معنادار بین اعتیاد به اینترنت و اضطراب، افسردگی و استرس می‌پردازد.

### روش کار

در این مطالعه توصیفی-تحلیلی که به صورت مقطعی صورت گرفت، جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان مشغول به تحصیل در دانشگاه علوم پزشکی مشهد در نیم‌سال دوم تحصیلی سال ۹۸-۱۳۹۷ بود. دانشجویان با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای با تخصیص متناسب با حجم دانشجویان هر دانشکده از دانشکده‌های بهداشت، پرستاری، پزشکی، دندانپزشکی، داروسازی و پیراپزشکی انتخاب شدند. در این روش، ابتدا هر دانشکده به عنوان یک طبقه در نظر گرفته شد و سپس با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده از هر دانشکده به تعداد متناسب با حجم دانشجویان آن، نمونه گرفته می‌شود. معیارهای ورود به مطالعه در این پژوهش، تمایل به شرکت در مطالعه و تحصیل در دانشگاه علوم پزشکی مشهد در نیم‌سال تحصیلی دوم ۹۸-۱۳۹۷ است. معیار عدم ورود، مهمان بودن دانشجو بود. پژوهشگر بعد از دادن اطلاعات مختصری درباره پرسشنامه و هدف مطالعه، پرسشنامه را در اختیار آنها قرار داد. اطلاعات به صورت خود گزارشی از طریق سه پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه سنجش اعتیاد اینترنتی یانگ (IAT) و پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-21) جمع‌آوری گردید. در پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک ویژگی‌هایی نظیر سن، جنس، رشته تحصیلی، وضعیت تأهل، نام دانشکده، میانگین زمان استفاده روزانه اینترنت در یک ماه گذشته بررسی شد. پرسشنامه‌ی سنجش اعتیاد اینترنتی یانگ (IAT) مشتمل بر ۲۰ سؤال بر مبنای مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای شامل هرگز، به ندرت، گاهی، اغلب و همیشه می‌باشد که به ترتیب نمره‌ی ۱ تا ۵ را به خود اختصاص می‌دهند (۱۷). دامنه‌ی نمرات بین ۲۰ تا ۱۰۰ و کسب نمره‌ی بالاتر، نشانه‌ی وابستگی بیشتر به اینترنت است. روایی و پایایی این پرسشنامه قبلاً در ایران به اثبات رسیده است

علایم عاطفی و علایم روحی بسیاری همراه باشد و به شکل یک احساس عاطفی شدید بروز کند. افسردگی اختلالی است که سبب از دست دادن علاقه به زندگی می‌شود. غم و اندوه، کاهش انرژی، مختل شدن تمرکز، اختلال در خواب و اشتها، دردهای فیزیکی، سردرد و مشکلات گوارشی از علایم افسردگی هستند. عملکرد فرد افسرده در مجموع از نظر فردی و اجتماعی دچار اختلال می‌شود (۹-۱۱). علاوه بر اضطراب و افسردگی، استرس در زندگی امروز بیش از هر زمان دیگری وجود دارد. در گذشته هم بشر تحت استرس قرار می‌گرفته است، به نوعی، استرس جزئی از زندگی بشر است (۱۲). استرس مداوم برای سلامت جسم و روان مضر بوده و باعث ایجاد عوارضی چون بی‌تفاوتی، خواب منقطع، غیبت‌های مکرر از کار، استفاده از مواد مخدر، احساس بی‌کفایتی، مشکلات جسمی و تغذیه‌ای، افزایش هزینه‌های درمانی و کاهش رضایت شغلی می‌شود (۱۳). مضاف بر آن اضطراب، ممکن است باعث کاهش ارتباطات واقعی و پناه بردن به فضای مجازی و ارتباطات مجازی ناشناخته شود. از طرفی به نظر می‌رسد که دانشجویان بیش از هر قشر دیگری در معرض ابتلا به اعتیاد به اینترنت و همچنین افسردگی، اضطراب و استرس قرار داشته باشند. زیرا که دانشجویان اغلب به دلایلی چون دسترسی نامحدود به اینترنت ارائه شده توسط دانشگاه، تشویق دانشجویان توسط اساتید خود برای استفاده از اینترنت جهت اهداف دانشگاهی، تمایل بیشتری به استفاده از آخرین ابزارها و فن‌آوری‌ها و نرم‌افزار موجود در اینترنت، کنترل کمتر توسط والدین و حس کنجکاوی و دانستن جوانی، بیشتر از اینترنت استفاده می‌شود.

از آنجا که در مطالعات فراوانی از جمله مطالعه استوار و همکاران (۱۴). یونس و همکاران (۱۵)، ناصحی و همکاران (۱۶) بین اعتیاد به اینترنت و استرس، اضطراب و افسردگی رابطه معناداری دیده شده است. در این مطالعه بر آن شدیم تا به بررسی وجود رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی، اضطراب و استرس در میان دانشجویان علوم پزشکی مشهد بپردازیم. همچنین اهمیت توجه به سلامت دانشجویان به عنوان جوانترین گروه

مورد) دختر و ۱۶/۲٪ (۳۲ نفر) از آنها متأهل بوده اند. ۴۱/۱٪ دانشجویان (۱۳۲ مورد) پسر و ۹/۱٪ (۱۲ نفر) از آنها متأهل بوده اند. ۷/۳۲٪ دانشجویان (۲۴ نفر) استعمال دخانیات داشته اند. میانگین مدت زمان استفاده از اینترنت در هر روز از یک ماه قبل از تکمیل پرسشنامه به این صورت است: در ۳۴٪ از دانشجویان (۱۱۲ نفر) بیشتر از ۵ ساعت، ۱۹/۳٪ (۶۳ نفر) بین ۴ تا ۵ ساعت، ۱۸/۷٪ (۶۲ نفر) بین ۳ تا ۴ ساعت، ۱۷/۴٪ (۵۷ نفر) و تنها ۱۰/۶٪ (۳۵ نفر) آنها کمتر از ۲ ساعت اینترنت در روز از اینترنت استفاده می کردند. براساس نقطه برش ۴۶ برای پرسشنامه IAT، ۲۷/۱٪ دانشجویان (۸۹ نفر) اعتیاد به اینترنت داشتند. میانگین نمرات افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب ۸۷/۴۷±۵/۷۲، ۴/۰۶±۴/۶۵ و ۷۰/۷±۴/۸۱ ارزیابی شد. براساس نتایج حاصل از زیرمقیاس افسردگی، ۷۶٪ از دانشجویان در سطح عادی، ۱۴/۶٪ در سطح خفیف، ۴/۶٪ در سطح متوسط و ۰/۹٪ از افسردگی شدید رنج می برند. براساس نتایج حاصل از زیرمقیاس اضطراب، ۷۶/۳٪ از دانشجویان در سطح عادی، ۸/۲٪ در سطح خفیف، ۱۱/۲٪ در سطح متوسط، ۱/۲٪ در سطح شدید و ۰/۶٪ از اضطراب شدید رنج می برند. براساس نتایج حاصل از زیرمقیاس استرس، ۹۰/۳٪ از دانشجویان در سطح عادی، ۷/۶٪ در سطح خفیف و ۱/۸٪ از استرس متوسط رنج می برند. میزان همبستگی نمره پرسشنامه IAT با متغیرهای سن، میانگین استفاده از اینترنت، افسردگی، اضطراب و استرس، معدل و تعداد واحد گذرانده شده در جدول یک آورده شده است. ضریب همبستگی پیرسون نشان داد رابطه معناداری بین سن، میانگین استفاده از اینترنت، افسردگی، اضطراب و استرس با نمره پرسشنامه IAT وجود دارد ( $p < 0/05$ )؛ اما وجود رابطه اعتیاد به اینترنت با معدل و تعداد واحد گذرانده شده به اثبات نرسید ( $p = 0/54$ ). نتایج به تفصیل در جدول ۱ آمده است.

(۱۸). در مطالعه‌ای که با هدف بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه یانگ در سال ۲۰۱۰ توسط علوی و همکارانش بر روی ۲۳۳ دانشجو صورت گرفت. بهترین نقطه برش این پرسشنامه ۴۶ بدست آمد. بدین صورت که امتیاز بیش از ۴۶ را نشانگر وجود اعتیاد اینترنتی در فرد دانسته‌اند (۱۸). برای سنجش اضطراب، افسردگی و استرس از پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (DASS- 21) که شامل ۲۱ سوال ۴ گزینه‌ای (اصلا، کم، متوسط، زیاد) و سه خرده مقیاس (افسردگی، اضطراب و استرس) است استفاده شد. نمره هریک از ابعاد از طریق مجموع نمرات سوال‌های مربوط به آن به دست می‌آید. بر اساس نقاط برش تعیین شده برای پرسش نامه DASS- 21، افراد به پنج طبقه عادی، خفیف، متوسط، شدید و بسیار شدید، دسته بندی می‌شوند. پایایی و روایی این ابزار در ایران مورد بررسی و تایید قرار گرفته است (۱۸).

پس از گرفتن مجوزهای لازم برای انجام پژوهش و با رعایت ملاحظات اخلاقی لازم در حین انجام پژوهش از قبیل محرمانه نگه داشتن اطلاعات و کسب رضایت آگاهانه آزمودنی‌ها برای شرکت در مطالعه و توضیح در مورد اهداف و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها، پرسش‌نامه‌ها و چک لیستی حاوی اطلاعات جمعیت شناختی در بین شرکت کنندگان توزیع گردید. بعد از تکمیل، اطلاعات جهت تجزیه و تحلیل مورد بررسی قرار گرفت. بعد از ورود اطلاعات به نرم افزار SPSS، از نمودارها و جداول فراوانی برای توصیف داده‌ها و از ضرایب همبستگی و رگرسیون لجستیک برای بررسی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب، افسردگی و استرس استفاده شد. برای تفسیر نتایج، سطح معناداری ( $p < 0/05$ ) در نظر گرفته شد.

### نتایج

ضریب مشارکت دانشجویان در این مطالعه ۹۸٪ است و میانگین سن دانشجویان ۲۲/۷۲±۴/۰۱ سال بود. ۵۹/۹٪ دانشجویان (۱۹۷)

جدول ۱- میزان ضریب همبستگی پرسون بین نمره پرسشنامه IAT و متغیرهای تحت مطالعه

متغیر	میانگین	انحراف معیار	ضریب همبستگی	p-value
سن	۲۲/۷۲	۴/۰۱	-۰/۱۳	۰/۰۲
میانگین زمان استفاده از اینترنت (ساعت)	۴/۱۸	۲/۵۱	۰/۳۸	<۰/۰۰۱
افسردگی	۵/۷۲	۴/۸۷	۰/۴۶	<۰/۰۰۱
اضطراب	۴/۶۵	۴/۰۶	۰/۴۲	<۰/۰۰۱
استرس	۸/۰۰	۴/۷۰	۰/۴۷	<۰/۰۰۱
معدل کل تحصیلی	۱۶/۷۴	۱/۷۴	-۰/۰۶	۰/۳۷
تعداد واحد گذرانده شده	۷۴/۶۹	۶۳/۶۸	-۰/۰۴	۰/۵۴

نتایج تحلیل واریانس نشان داد میانگین زمان استفاده از اینترنت در دانشجویان دانشکده‌های مختلف با یکدیگر تفاوت آماری معناداری ندارد ( $p=۰/۴۱۴$ ). همچنین نشان داد اختلاف آماری معناداری در مقاطع تحصیلی مختلف در اعتیاد به اینترنت وجود

ندارد ( $p=۰/۶۴۹$ ). نتایج این مطالعه نشان داد، اعتیاد به اینترنت در سطوح متغیرهای جنسیت، وضعیت تأهل، بومی بودن و مصرف دخانیات اختلاف معناداری ندارد. نتایج به تفصیل در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲- مقایسه نمره پرسشنامه IAT در زیر مجموعه‌های ویژگی‌های جمعیت شناختی

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	p-value
جنسیت	دختر	۱۹۶	۲/۰۴	۰/۳۸
	پسر	۱۳۱	۲/۱۰	
وضعیت تأهل	متأهل	۴۳	۱/۹۲	۰/۰۷
	مجرد	۲۸۱	۲/۰۹	
بومی بودن	بومی	۱۳۵	۲/۱۴	۰/۰۸
	غیر بومی	۱۹۲	۲/۰۲	
مصرف دخانیات	دارد	۳۰۲	۲/۰۶	۰/۵۹
	ندارد	۲۴	۲/۱۳	

جهت بررسی اثر همزمان شاخص‌های سن، میانگین زمان استفاده از اینترنت و افسردگی، اضطراب و استرس بر اعتیاد به اینترنت (نمره بیش از ۴۶ و کمتر از آن) از رگرسیون لجستیک استفاده گردید. نتایج این تحلیل نشان داد متغیرهای

افسردگی، اضطراب و استرس و میانگین زمان استفاده از اینترنت رابطه معناداری با اعتیاد به اینترنت دارند. اطلاعات جزئی تر در جدول ۳ آورده شده است.

جدول ۳- نتایج آزمون رگرسیون لجستیک برای پیش بینی نمره پرسشنامه IAT

p-value	بازه اطمینان ۹۵٪ برای نسبت شانس		نسبت شانس	متغیر پیش بین
	کران بالا	کران پایین		
۰/۰۴۹	۱/۱۹	۱/۰	۱/۰۹	افسردگی
۰/۰۹۸	۱/۲۱	۰/۹۸	۱/۰۹	اضطراب
۰/۲۵۶	۱/۱۹	۰/۹۵	۱/۰۷	استرس
۰/۲۳۹	۱/۰۴	۰/۸۶	۰/۹۵	سن
<۰/۰۰۱	۱/۴۱	۱/۱۰	۱/۲۵	میانگین زمان استفاده روزانه از اینترنت (ساعت)

نور سمنان (۲۳) و مطالعه‌ای که بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه صورت گرفت، همخوانی دارد (۲۴). اما با مطالعات جمالی<sup>۴</sup> و همکاران (۲۵)، علوی و همکاران (۲۶)، سیفی و همکاران (۲۷)، غلامیان و همکاران (۲۸) و صلحی و همکاران (۲۹) همخوانی ندارد. شاید بتوان کاهش روز افزون تبعیض جنسی در زمینه‌های آموزشی، شغلی و دیگر زمینه‌ها را از دلایل آن ذکر کرد.

بین دانشجویان متأهل و مجرد در اعتیاد به اینترنت تفاوتی وجود نداشت. که این یافته با مطالعه شهبازی راد و همکاران همخوانی دارد (۲۴)؛ اما با مطالعه علوی همخوانی ندارد (۲۶). در توجیه این مسئله می‌توان که در محدوده سنی این پژوهش متأهلین در سال‌های ابتدایی تأهل به سر می‌برند که تأثیر چندانی بر اعتیاد به اینترنت نداشته‌است.

بین دانشجویان بومی و غیر بومی در اعتیاد به اینترنت تفاوت معناداری دیده نشد. این نتیجه با مطالعه شهبازی راد و همکاران همخوانی دارد (۲۴). شاید بتوان نزدیک شدن جامعه امروزی به نظریه دهکده جهانی و برداشته شدن فاصله‌های زمانی و مکانی تحت تأثیر رسانه‌ها وسایل ارتباط جمعی را از دلایل آن ذکر کرد.

همچنین بر اساس نتایج حاصل از این مطالعه بین سن و اعتیاد به اینترنت رابطه معنی داری وجود دارد. به طوری که با افزایش سن، اعتیاد به اینترنت کاهش یافت. این نتیجه با نتایج حاصل از مطالعه احمدی و همکاران (۳۰) و حاجی زاده میمنندی (۳۱) و همکاران همخوانی دارد.

بر اساس نتایج حاصل از رگرسیون لجستیک، متغیرهای افسردگی و میانگین زمان استفاده از اینترنت در مدل معنی دار شدند. نسبت بخت افسردگی و میانگین زمان استفاده از اینترنت در افراد دارای اعتیاد به اینترنت نسبت به افراد سالم به ترتیب برابر ۱/۰۹ و ۱/۲۵ است.

### بحث و نتیجه گیری

این مطالعه به منظور بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و افسردگی، اضطراب و استرس در دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی مشهد انجام گردید. که بر اساس آن در ۲۷/۱٪ دانشجویان رفتار اعتیاد به اینترنت مشاهده گردید.

همچنین بر اساس نتایج حاصل از این مطالعه رابطه معناداری بین افسردگی، اضطراب، استرس با نمره پرسشنامه اعتیاد به اینترنت وجود دارد؛ که نتایج حاصل با مطالعه‌ای که بر روی دانشجویان دانشگاه اصفهان صورت گرفت همخوانی داشت (۱۹). همچنین با نتایج حاصل از مطالعه ادیتی جمالی و همکاران (۱۹)، سایکیا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰)، یونس و همکاران و مطالعه گوئل<sup>۲</sup> و همکاران (۲۱) همخوانی دارد. اما در مطالعه جاواید<sup>۳</sup> و همکاران با وجود رابطه معنادار بین اضطراب و استرس با اعتیاد به اینترنت، بین افسردگی و اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری دیده نشد (۲۲).

بر اساس نتایج مطالعه ما بین دانشجویان دختر و پسر، در اعتیاد به اینترنت تفاوت معنادار آماری وجود نداشت، که این نتیجه با نتیجه حاصل از مطالعه‌ای که بر روی دانشجویان دانشگاه پیام

<sup>1</sup> Saikia

<sup>2</sup> goel

<sup>3</sup> Javaeed

<sup>4</sup> Jamwali

با توجه به نتایج تحقیق، اعتیاد به اینترنت پدیده‌ای رو به گسترش، به ویژه در میان جوانان است و همچنین شانس بالای افراد با اختلال خفیف روانی در ابتلا به اعتیاد به اینترنت لزوم توجه بیشتر و تدوین اقدامات و برنامه ریزی در جهت پیشگیری و درمان به موقع، احساس می‌گردد. لذا آموزش، آگاه سازی و فرهنگ سازی مناسب به منظور استفاده بهینه از اینترنت راهکاری مفید برای این مهم می‌باشد.

### تقدیر و تشکر

مطالعه حاضر بخشی از پایان نامه کارشناسی ارشد خانم فاطمه عسکریان در مقطع کارشناسی ارشد آمارزیستی می‌باشد. این مطالعه با حمایت مالی معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در قالب طرح تحقیقاتی شماره ۹۷۱۲۱۴ و کد کمیته اخلاق IR.MUMS.REC.1398.054 صورت گرفته است".  
از تمامی دانشجویانی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

بر اساس نتایج مطالعه ما بین اعتیاد به اینترنت و میانگین زمان استفاده از اینترنت رابطه معناداری دیده شد. این نتیجه با مطالعات ویزشفر (۳۲)، وحیدی فر و همکاران (۳۳) و حاجی زاده میمنندی و همکاران (۳۱) همخوانی دارد. ممکن است تصور گردد که براساس مقدار زمان سپری شده در اینترنت، اعتیاد به اینترنت تشخیص داده میشود. در صورتی که مقدار زمان استفاده از اینترنت از مولفه‌های اعتیاد به آن نمی‌باشد. چه بسا کاربری زمان زیادی را در اینترنت به سر برد اما معتاد به آن تلقی نشود.

مانند سایر پژوهش‌ها این مطالعه نیز عاری از محدودیت نبود. از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به مقطعی و خوداظهاری بودن پرسشنامه مورد بررسی اشاره کرد. به دلیل محدودیت‌های پرسشنامه DASS، پیشنهاد می‌گردد در مطالعات بعدی از پرسشنامه‌های تخصصی برای ارزیابی افسردگی، استرس و اضطراب استفاده گردد.

## Original Article

# The Relationship Between Internet Addiction and anxiety, stress, and depression in Students of Mashhad University of Medical Sciences

Received: 09/11/2019 - Accepted: 03/03/2020

Fatemeh Askarian<sup>1</sup>  
Mohammad Taghi Shakeri<sup>1</sup>  
Vahid Ghavami<sup>1</sup>  
Jamshid Jamali<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Department of Biostatistics,  
School of Health, Mashhad  
University of Medical Sciences,  
Mashhad, Iran.

**Email:** jamalij@mums.ac.ir

### Abstract

**Introduction:** Today, the Internet is an integral part of students' daily lives. Alongside the many benefits that are available on the Internet, its harmful effects are particularly debated in the health field. Minor psychological disorders such as depression, anxiety, and stress can affect people's daily functioning of life. The purpose of this study was to investigate the relationship between internet addiction and anxiety, stress, and depression in Mashhad medical students.

**Materials and Methods:** A descriptive-analytical study was conducted on 329 medical science students of Mashhad University of Medical Sciences in the second semester of the academic year 2018-2019. The students were selected using stratified random sampling method. Data were collected using two questionnaires of Young Internet Addiction Assessment Questionnaire (IAT) and Depression, Anxiety and Stress Questionnaire (DASS-21).

**Results:** The mean age of students was  $22.72 \pm 4.01$  years. The mean duration of Internet use was  $4.18 \pm 2.51$  hours / day and the mean score of Depression was  $5.72 \pm 4.87$  and Anxiety was  $4.65 \pm 4.06$  and Stress was  $8 \pm 4.70$  (from 21 score). The results of logistic regression showed that there is a significant relationship between internet addiction and minor psychological disorders.

**Conclusion:** Due to the high prevalence of Internet use among students and its association with minor psychological disorders, it seems essential that relevant authorities, by cultivating, informing, and planning to leisure optimization, resolve the problem of addiction Internet and thus reduce the severity of mild mental disorders.

**Key words:** Internet Addiction, Anxiety, Depression, Stress, Student, Mashhad University of Medical Sciences

**Acknowledgement:** There is no conflict of interest.