Medical Science Journal of Islamic Azad University Vol. 36, No. 1, Spring 2026 ORIGINAL ARTICLE

Investigating the relationship between internet addiction and anxiety and stress among students of Islamic Azad University, Kermanshah Branch

Niloofar Torabi[1], Nooshin Salimi[2], Masoumeh Heydarian[3]
[1] Bachelor of Public Health, Department of Public Health, Ker.C., Islamic Azad University, Kermanshah, Iran
[2] Assistant Professor, Department of Public Health, Ker.C., Islamic Azad University, Kermanshah, Iran
[3] Assistant Professor, Department of Clinical psychology, Ker.C., Islamic Azad University, Kermanshah, Iran

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]

[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

Abstract

Background: The present study was conducted with the aim of investigating the relationship between internet addiction and anxiety and stress among the students of Islamic Azad University, Kermanshah branch.
Materials and methods: This research was quantitative in terms of its practical purpose and research method. The statistical population included all students of Islamic Azad University, Kermanshah Branch. The sample size was estimated using Cochran's formula of 300 people who were selected by random sampling. The tool for collecting information in the current research was a questionnaire that consisted of four sections. The first part included demographic questions. The second part includes the Young Internet Addiction Questionnaire, the third part includes the Beck Anxiety Inventory (BAI), and the fourth part is the Cohen Perceived Stress Questionnaire.
Results: The results showed that 25 percent of students had internet addiction. Among the demographic variables, marital status, employment status, and grade point average were significantly related to the level of internet addiction. This means that internet addiction was higher in single and employed students. Also, with the increase in internet addiction in students, we saw a decrease in their grade point average. There was a significant relationship between internet addiction and anxiety and stress. The anxiety and stress variables were able to predict 27.3 percent of the changes in internet addiction in students.
Conclusion: In this regard, designing intervention and educational programs to help effectively reduce Internet addiction and improve the mental state of students seems essential.
Keywords: *Internet addiction disorder, Anxiety, Stress, Students.*

Cited as: Torabi N, Salimi N, Heydarian M. Investigating the relationship between internet addiction and anxiety and stress among students of Islamic Azad University, Kermanshah Branch. Medical Science Journal of Islamic Azad University, Tehran Medical Branch 2026; 36(1): **116-124.**

Correspondence to: Nooshin Salimi
Tel: *+98 9186212848*
E-mail: nooshin.salimi@iau.ac.ir
ORCID ID: 0000-0001-9989-5227
Received: 15 Apr 2025; **Accepted:** 15 Jul 2025

مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی
دوره ۳۶، شماره ۱، بهار ۱۴۰۵، صفحات ۱۱۶ تا ۱۲۴

Original Article

بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه

نیلوفر ترابی[۱]، نوشین سلیمی[۲]، معصومه حیدریان[۳]

[۱] دانشجوی کارشناسی، گروه بهداشت عمومی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران
[۲] استادیار، گروه بهداشت عمومی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران
[۳] استادیار، گروه روانشناسی بالینی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران

چکیده

سابقه و هدف: *پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه انجام شد.*

روش بررسی: *این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و روش تحقیق، از نوع کمّی و شیوهٔ گردآوری پیمایشی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه بودند. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۳۰۰ نفر تخمین زده شد که با روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات در پژوهش حاضر شامل سوالات جمعیت‌شناختی، پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ، پرسشنامه اضطراب بک (BAI) و پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن بود.*

یافته‌ها: *نتایج نشان داد که ۲۵ درصد دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند. از بین متغیرهای دموگرافیک وضعیت تاهل، وضعیت اشتغال و معدل با میزان اعتیاد به اینترنت ارتباط معنی‌داری داشتند. بدین معنا که اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مجرد و دانشجویان شاغل بیشتر بود. همچنین با افزایش اعتیاد به اینترنت در دانشجویان شاهد کاهش معدل آنان بودیم. بین اعتیاد به اینترنت و اضطراب و استرس رابطه معنی‌داری وجود داشت. متغیرهای اضطراب و استرس توانستند ۲۷/۳ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت در دانشجویان را پیش بینی کنند.*

نتیجه‌گیری: *در این راستا طراحی برنامه‌های مداخله‌ای و آموزشی برای کمک به کاهش موثر اعتیاد به اینترنت و بهبود وضعیت روانی دانشجویان ضروری به نظر می‌رسد.*

واژگان کلیدی: *اختلال اعتیاد به اینترنت، اضطراب، استرس، دانشجویان.*

مقدمه

در طول دهه گذشته، اینترنت به ابزار ضروری افراد برای یافتن اطلاعات و برقراری ارتباط با یکدیگر تبدیل شده است (۱). فقط تا آوریل ۲۰۲۴ تعدادکاربران اینترنت در سطح جهانی به بیش از ۵/۲ میلیارد نفر رسید که معادل حدود ۶۵ درصد از جمعیت جهان است (۲, ۳) .

باوجود مزیت‌های استفاده از اینترنت، نگرانی‌های جدیدی در خصوص استفاده از آن و تاثیراتی که این تکنولوژی بر ابعاد مختلف زندگی انسان می گذارد هر روز در حال افزایش است. کاربران در پی استفاده روزافزون از اینترنت و زندگی در فضای مجازی به مدت طولانی، نوعی اعتیاد پیدا می‌کنند که رهایی از آن امری سخت و دشوار است (۴). اعتیاد به اینترنت به تدریج در حال افزایش است و به رفتارهای آنلاین غیرقابل کنترل تحت تأثیر مواد غیر اعتیادآور اطلاق می‌شود که به عنوان آسیب آشکار

آدرس نویسنده مسئول: کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، گروه بهداشت عمومی، نوشین سلیمی (**email**: nooshin.salimi@iau.ac.ir)
ORCID ID: 0000-0001-9989-5227
تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۱/۲۶
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۴/۲۴

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

به عملکردهای اجتماعی و روانی افراد به دلیل استفاده بیش از حد از اینترنت ظاهر می شود (۵). همانند تمام انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به اینترنت نیز با علائمی همچون اضطراب در تعاملات اجتماعی، استرس، بی قراری، کج خلقی و خیال بافی یا افکار وسواسی راجع به اینترنت همراه است که باعث از هم گسیختگی روابط اجتماعی می‌شود (۶)

استفاده از اینترنت در بین نسل جدید جامعه در حال گسترش است و بخش مهمی از زندگی افراد را تشکیل می دهد. در این بین دانشجویان در معرض خطر زیادی قرار دارند (۷) گروه دانشجویی نیروی اصلی استفاده از اینترنت بوده و یک گروه پرخطر برای اعتیاد به اینترنت محسوب می‌شود (۸). در ایران شیوع اعتیاد به اینترنت (متوسط تا شدید) در بین دانشجویان در مطالعات مختلف از ۵ تا ۶۳ درصد گزارش شده است (۹-۱۱)

اعتیاد به اینترنت می‌تواند با از دست دادن کنترل، کناره گیری و انزوای اجتماعی همراه باشد که خود می‌تواند منجر به مشکلات روانپزشکی مانند استرس، اضطراب و افسردگی شود استرس با برانگیختگی مزمن غیر اختصاصی، تنش، بی قراری و تحریک پذیری، افسردگی یا بی‌لذتی، نارسایی، ناامیدی و از دست دادن علاقه همراه است (۱۲). همچنین اضطراب نیز یک نوع اختلال روانی است که شخص با وجود برخورداری از سلامت بدنی معتقد است که به یک بیماری جدی مبتلا شده است (۱۳, ۱۴). عوامل استرس زا بر جسم و وضعیت روانی فرد تأثیر عمده ای میگذارند و موجب می شوند فرآیندهای هیجانی به ویژه تنظیم هیجان، فرآیندهای شناختی و فیزیولوژیکی وی از سطح بهنجار خارج شده و دچار آسیب گردد. درنتیجه آن فرد تلاش می‌کند تا برای دوری از این هیجانات ناخوشایند و اجتناب از مشکلات آنها، به مکانسیم های جبرانی، ازجمله استفاده بیش ازحد و اعتیادآمیز از اینترنت روی آورد (۱۵).

مطالعات متعدد نشان داده است که بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس رابطه‌ای مثبت و معنی‌دار وجود دارد (۱, ۱۶) Makwana و همکارانش در مطالعه خود نشان دادند که شیوع کلی اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان پرستاری باوناگار ۴۲/۶ درصد بود و بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب، استرس، افسردگی و عملکرد تحصیلی ارتباط معناداری وجود داشت (۱۷). Rani و همکارانش نیز در مطالعه خود بیان کردند که ۳۱/۲ درصد از دانشجویان پزشکی هند اعتیاد به اینترنت داشتند و این اعتیاد به طور قابل توجهی با بی خوابی، استرس و اضطراب مرتبط بود (۱۸).

دانشگاه‌ها در جهان از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند و دانشجویان به عنوان یکی از ارکان اصلی دانشگاه، مهم‌ترین سرمایه هر کشور برای حرکت به سوی آینده هستند. پیشرفت یا اُفت تحصیلی دانشجویان تحت تأثیر عوامل متعددی همچون اعتیاد به اینترنت است (۱۹). بدین منظور در این مطالعه به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه پرداختیم.

مواد و روشها

این پژوهش یک مطالعه توصیفی تحلیلی از نوع مقطعی است که در سال ۱۴۰۳ با مشارکت ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه که به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند، صورت گرفت.

معیارهای ورود به مطالعه شامل عدم استفاده از داروهای روان‌پزشکی و رضایت برای شرکت در مطالعه بود. این مطالعه با کد اخلاق IR.IAU.KSH.REC.1403.001 در کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه مورد تایید قرار گرفت. در این پژوهش تمامی اصول اخلاقی مرتبط، ازجمله محرمانه بودن و رضایت آگاهانه شرکت کنندگان در پژوهش لحاظ شد.

ابزار مورد استفاده در این تحقیق پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ، پرسشنامه اضطراب بک (BAI) و پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن بودند که با استفاده از قابلیت docs.google به صورت آنلاین طراحی و برای گروه‌های دانشجویی در فضای مجازی ارسال گردید. راهبردهای افزایش نرخ پاسخدهی به پرسشنامه‌ها عبارت بودند از حداکثر سه بار یادآوری، تاکید بر محرمانه بودن اطلاعات و بیان اهمیت پاسخ‌های شرکت کنندگان برای ارتقای سلامت دانشجویان. بعد از ارسال پرسشنامه آنلاین و تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانشجویان، اقدام به جمع آوری و تحلیل داده‌ها شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نسخه ۱۹ نرم افزار SPSS و سطح معنی‌داری ۵ درصد انجام شد. برای تعیین روابط متغیرها از ضریب همبستگی (پیرسون- اسپیرمن)، آزمون تی مستقل و من ویتنی استفاده شد. ابزار جمع آوری اطلاعات از ۴ بخش تشکیل شده بود. بخش اول شامل سوالات جمعیت شناختی (سن، جنس، نوع زندگی ساکن در خوابگاه/ همراه با خانواده، وضعیت تاهل، وضعیت اشتغال، مقطع تحصیلی و معدل) بود.

بخش دوم شامل پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ است که در سال ۱۹۹۸ توسط دکتر کیمبرلی یانگ ساخته شده است. این پرسشنامه میزان اعتیاد افراد به اینترنت را مورد سنجش قرار

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

می‌دهد. این پرسشنامه دارای ۲۰ سوال است و جواب هر سوال به صورت لیکرت پنج درجه ای از همیشه تا به ندرت است. نمره به دست آمده نمره کلی پرسشنامه بوده و دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. بدیهی است که هر چه این نمره بالاتر باشد، بیانگر اعتیاد بالاتر فرد به اینترنت خواهد بود. نقطه برش این پرسشنامه ۴۶ است. همچنین پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ دارای روایی و اعتبار و نمره گذاری است (۲۰) در مطالعه حاضر برای این پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷۴ به دست آمد.

بخش سوم شامل پرسشنامه اضطراب بک (BAI) یک پرسش‌نامه خودگزارشی است که برای اندازه‌گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده‌است. این پرسش‌نامه یک مقیاس

جدول ۱. ارتباط متغیرهای جمعیت شناختی و اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان

متغیرها		فراوانی	درصد	اعتیاد به اینترنت	اضطراب	استرس	P ارتباط با اعتیاد به اینترنت	P ارتباط با اضطراب	P ارتباط با استرس
سن	۲۲-۱۸	۱۲۹	۴۳	۴۱/۷۶	۳۷/۲۴	۳۱/۶۷	۰/۰۵۴	۰/۰۷۵	۰/۲۳۳
	۲۶-۲۲	۱۴۴	۴۸	۴۲/۲۸	۳۶/۶۷	۳۱/۶۸			
	۳۰-۲۶	۲۰	۶/۷	۴۰/۳۰	۳۷/۸۰	۳۳/۰۰			
	بیشتر از ۳۰	۷	۲/۳	۴۴/۵۷	۳۳/۲۹	۳۳/۷۱			
جنس	زن	۲۴۴	۸۱/۳	۴۲/۱۶	۳۷/۰۱	۳۱/۸۰	۰/۱۶۶	۰/۳۴۶	۰/۹۳۸
	مرد	۵۶	۱۸/۷	۴۱/۸۹	۳۶/۴۶	۳۱/۸۶			
نوع زندگی	با خانواده	۱۴۵	۴۸/۳	۴۲/۲۰	۳۶/۹۰	۳۲/۰۱	۰/۷۸۵	۰/۹۵۴	۰/۴۸۸
	ساکن در خوابگاه	۱۵۵	۵۱/۷	۴۲/۰۳	۳۶/۹۲	۳۱/۶۳			
وضعیت تاهل	مجرد	۲۶۴	۸۸	۴۲/۱۷	۳۶/۹۷	۳۱/۷۹	۰/۰۱۴	۰/۴۷۶	۰/۷۹۸
	متاهل	۳۶	۱۲	۴۱/۶۹	۳۶/۴۷	۳۲/۰۰			
وضعیت اشتغال	شاغل	۳۲	۱۰ /۷	۴۲/۹۷	۳۵/۹۱	۳۱/۲۵	۰/۰۰۱	۰/۱۲۶	۰/۴۷۰
	غیر شاغل	۲۶۸	۸۹/۳	۴۲/۰۱	۳۷/۰۳	۳۱/۸۸			
مقطع تحصیلی	کاردانی	۱۱	۳/۶۶	۴۲/۷۳	۳۶/۱۸	۳۲/۷۳	۰/۲۱۸	۰/۵۲۹	۰/۳۳۳
	کارشناسی	۲۷۵	۹۱/۶۶	۴۲/۱۱	۳۶/۹۴	۳۱/۷۹			
	کارشناسی ارشد	۱۰	۳/۳۴	۴۰/۳۳	۳۵/۰۰	۳۲/۰۰			
	دکترا	۴	۱/۳۴	۴۲/۰۰	۴۱/۰۰	۲۷/۰۰			
معدل	۲۰-۱۸	۱۳۳	۴۴/۳	۴۱/۵۸	۳۶/۹۷	۳۱/۹۲	۰/۰۰۳	۰/۸۱۲	۰/۷۸۲
	۱۸-۱۶	۱۱۶	۳۸/۷	۴۲/۶۸	۳۶/۸۷	۳۱/۶۹			
	۱۶-۱۴	۳۸	۱۲/۷	۴۲/۳۴	۳۷/۰۰	۳۱/۸۹			
	۱۴-۱۲	۱۰	۳/۳	۴۲/۴۰	۳۵/۸۰	۳۱/۵۰			
	۱۲ و کمتر	۳	۱	۴۰/۰۰	۳۸/۳۳	۳۱/۶۷			
فعالیت در شبکه‌های اجتماعی	واتساپ	۸۸	۲۹/۳	۴۲/۱۹	۳۶/۳۴	۳۲/۴۳	۰/۰۰۱	۰/۴۷۹	۰/۹۹۰
	تلگرام	۷۰	۲۳/۳	۴۲/۲۴	۳۶/۹۳	۳۰/۹۶			
	اینستاگرام	۸۲	۲۷/۳	۴۱/۸۸	۳۷/۵۹	۳۱/۷۲			
	فیسبوک	۱۶	۵/۳	۴۲/۳۸	۳۷/۴۴	۳۱/۶۹			
	توئیتر	۹	۳	۴۲/۱۱	۳۵/۴۴	۳۱/۷۸			
	روبیکا	۸	۲/۷	۴۱/۵۰	۳۵/۱۲	۳۱/۸۸			
	ایتا	۷	۲/۳	۳۹/۱۴	۳۶/۲۹	۳۲/۱۴			
	بله	۱۲	۴	۴۴/۳۳	۳۸/۴۲	۳۳/۹۲			
	آی گپ	۸	۲/۷	۴۱/۸۸	۳۶/۷۵	۳۰/۲۵			

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

۲۱ ماده‌ای است که آزمودنی در هر ماده یکی از چهار گزینه که نشان‌دهنده شدت اضطراب است را انتخاب می‌کند. این پرسشنامه از پایایی بالایی برخوردار است. پنج نوع روایی محتوا، همزمان، سازه، تشخیصی و عاملی برای این آزمون سنجیده شده است که همگی نشان دهنده کارایی بالای این ابزار در اندازه گیری شدت اضطراب است. این پرسشنامه یک مقیاس ۲۱ ماده-ای است که آزمودنی در هر ماده یکی از چهارگزینه که نشان دهنده شدت اضطراب است را انتخاب می‌کند. چهار گزینه هر سوال در یک طیف چهار بخشی از صفر تا ۳ نمره گذاری می‌شود و هر یک از ماده‌های آزمون یکی از علایم شایع اضطراب (علایم ذهنی، بدنی و هراس) را توصیف می‌کند. بنابراین نمره کل این پرسشنامه در دامنه‌ای از ۰ تا ۶۳ قرار می‌گیرد (۲۱). در مطالعه حاضر برای این پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱۱ به دست آمد.

بخش چهارم پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن است که برای ارزیابی میزان استرس و تنیدگی ادراک شده ساخته شده است و دارای ۱۶ سوال و براساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای است. این پرسشنامه از شما می‌خواهد تا احساسات و افکاری را که در طول ماه گذشته بیان کنید و بگویید آن فکر یا احساس تا چه اندازه تجربه کرده‌اید. البته برخی شبیه یکدیگر به نظر می‌رسند با وجود این بین آنها تفاوت هایی وجود دارد و به همین دلیل باید آنها را به طور جداگانه مورد توجه قرار دهید. بنابراین لازم نیست به شمارش دقیق تعداد دفعاتی بپردازید که احساس خاصی داشته-اید بلکه انتظار می‌رود گزینه‌ای را انتخاب کنید که به بهترین صورت در مورد شما صدق کند (۲۲). در مطالعه حاضر برای این پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴۴ به دست آمد.

برای تحلیل داده ها علاوه بر روش های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، از آزمون های آمار پارامتریک، آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی با نرم افزار آماری SPSS۲۶ استفاده شد.

یافته‌ها

میانگین سنی دانشجویان ۱۹/۵۳±۲۲/۲ بود. ۸۱/۳ درصد زن و ۸۸ درصد آنها مجرد بودند. بیشترین فعالیت به ترتیب در شبکه‌های اجتماعی واتساپ (۲۹/۳ درصد) اینستاگرام (۲۷/۳) و تلگرام (۲۳/۳) بود. میانگین نمره کسب شده از پرسشنامه یانگ ۴/۹۲±۴۲/۱۱ بود و ۲۵ درصد دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند.

یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهند که بین وضعیت اشتغال و اعتیاد به اینترنت (p<۰/۰۰۱)، معدل و اعتیاد به اینترنت (p=۰/۰۰۳)، وضعیت تأهل و اعتیاد به اینترنت (p=۰/۰۱۴)، فعالیت در شبکه‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت (p=۰/۰۰۱) رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین سن (p=۰/۰۵۴)، جنس (p=۰/۱۶۶)، نوع زندگی (p=۰/۷۸۵)، مقطع تحصیلی (p=۰/۲۱۸) و اعتیاد به اینترنت رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

جدول ۲ ارتباط اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس را نشان می‌دهد. مطابق یافته‌های جدول فوق بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب (r=۰/۲۰۲) و استرس و اعتیاد به اینترنت (r=۰/۱۳۸) رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۲: ارتباط اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس در بین دانشجویان

متغیرها	اعتیاد به اینترنت	اضطراب	استرس
اعتیاد به اینترنت	۱	۰/۲۰۲**	۰/۱۳۸*
اضطراب	۰/۲۰۲**	۱	۰/۰۵۴*
استرس	۰/۱۳۸*	۰/۰۵۴*	۱

*سطح معنی داری (p <۰/۰۵).

**سطح معنی داری (p <۰/۰۱).

جدول ۳ پیش بینی کننده‌های رفتار اعتیاد به اینترنت بر اساس متغیرهای اضطراب و استرس را نشان می‌دهد. نتایج آنالیز رگرسیون خطی نشان داد که متغیرهای اضطراب و استرس (p<۰/۰۰۱) توانستند به صورت معنی‌دار اعتیاد به اینترنت را پیش بینی کنند. این متغیرها در مجموع توانستند ۲۷/۳ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت در دانشجویان را پیش بینی کنند.

جدول ۳. آنالیز رگرسیون جهت پیش بینی رفتار اعتیاد به اینترنت بر اساس متغیرهای اضطراب و استرس در بین دانشجویان

سازه ها	میانگین ±انحراف معیار	ضریب استاندارد شده (beta)	t	P	R^2
(Constant)				<۰/۰۰۱	
اضطراب	۳/۹۲ ± ۳۱/۸۱	۱۹۵	۳/۴۵۱	<۰/۰۰۱	۰/۲۷۳
استرس	۴/۶۶ ± ۳۶/۹۱	۲۲۷	۳/۹۲۳	<۰/۰۰۱	

R^2: ضریب تعیین

بحث

این مطالعه به منظور بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با اضطراب و استرس در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

واحد کرمانشاه انجام شد. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، میانگین نمره کسب شده از پرسشنامه یانگ توسط دانشجویان ۱۱/۹۲±۴۲/۴ بود و ۲۵ درصد آنان اعتیاد به اینترنت داشتند. در این راستا نتایج مطالعه سید قلعه و همکارانش بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان نشان داد که میانگین کل نمره اعتیاد به اینترنت ۱۳/۱۲±۴۱/۶۶ بود که ۷۱/۶ درصد دانشجویان عدم اعتیاد به اینترنت و ۲۸/۴ درصد اعتیاد به اینترنت داشتند (۲۳). همچنین صحرائیان و همکاران نشان دادند که ۵۶/۷ درصد از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز اعتیاد خفیف و ۱/۹ درصد اعتیاد شدید به اینترنت دارند (۲۴). مطالعه‌ای در دانشجویان علوم پزشکی زاهدان نیز شیوع اعتیاد به اینترنت را ۲۷/۵ درصد گزارش کرده است (۲۵). در این راستا Brito و همکارانش نشان دادند ۵۲/۳ درصد دانش آموزان دبیرستانی در برزیل اعتیاد به اینترنت داشتند (۲۶). همچنین مطالعه Omoyemiju و همکارانش نشان داد از بین ۱۴۴۸ دانش آموز ۱۴ درصد از آنها سطوح شدید اعتیاد به اینترنت را نشان دادند که این میزان در بین دانش آموزان پسر بیشتر از دانش آموزان دختر بود (۲۷). تفاوت موجود در شیوع اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان و در مطالعات مختلف می‌تواند به دلیل استفاده از ابزارهای گوناگون جهت سنجش اعتیاد به اینترنت و تنوع فرهنگی در مناطق مختلف قابل توجیه باشد.

از بین متغیرهای دموگرافیک وضعیت تاهل، وضعیت اشتغال و معدل با میزان اعتیاد به اینترنت ارتباط معنادار داشتند. در مطالعه حاضر اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مجرد به شکل معنی‌داری بیشتر از دانشجویان متاهل بود. در این راستا Lakhdir و همکارانش نیز نشان دادند که دانشجویان مجرد اعتیاد به اینترنت بیشتری نسبت به دانشجویان متاهل داشتند (۲۸). در تبیین این موضوع می‌توان گفت که زندگی زناشویی مسئولیت های خاصی را به همراه دارد و زمان بیشتری را برای خانواده می طلبد، در نتیجه بسیاری از فعالیت‌ها مانند استفاده از اینترنت را محدود می‌کند. از سوی دیگر، افراد مجرد ممکن است برای جبران زندگی خانوادگی و تعامل اجتماعی، زمان بیشتری را در اینترنت صرف کنند.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد اعتیاد به اینترنت در دانشجویان شاغل به شکل معنی‌داری بیشتر از دانشجویان غیرشاغل بود. در این راستا Pereira و همکاران در پرتغال نشان دادند که ۱۳/۳ درصد از کارکنان به میزان متوسط تا شدید اعتیاد به اینترنت داشتند (۲۹). در تبیین این موضوع می‌توان گفت که کارکنان اغلب برای مدت طولانی به اینترنت متصل هستند و گاها پاسخ دادن به ایمیل‌ها یا پیام‌ها در خارج از ساعات کاری باعث وابستگی هرچه بیشتر آنها به اینترنت می‌شود. همچنین افراد شاغل اغلب از اینترنت برای حفظ روابط اجتماعی با همکاران و دوستان خود در شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند که این مساله خود می‌تواند اعتیاد به اینترنت را در آنان تشدید کند.

در مطالعه حاضر اعتیاد به اینترنت با معدل دانشجویان ارتباط آماری معنی‌داری داشت. بدین معنا که با افزایش اعتیاد به اینترنت در دانشجویان شاهد کاهش معدل آنان بودیم. در همین راستا نتایج مطالعه Sarkar و همکارانش نشان داد که بین پیشرفت تحصیلی و اعتیاد به اینترنت و رسانه‌های اجتماعی در نوجوانان شرکت‌کننده در مطالعه، رابطه همبستگی منفی وجود دارد. این بدان معناست که هرچه اعتیاد به اینترنت بیشتر باشد، عملکرد تحصیلی نوجوانان پایین‌تر است و برعکس (۳۰) Akhter و همکارانش نشان دادند که اعتیاد به اینترنت با عملکرد تحصیلی دانشجویان کارشناسی دانشگاه همبستگی منفی و معنی‌داری دارد (۳۱).

در مطالعه حاضر بین اعتیاد به اینترنت و اضطراب و استرس رابطه معناداری وجود داشت؛ در این راستا نتایج مطالعه Ismail در عربستان سعودی نشان داد که ۶۸ درصد از نوجوانان اعتیاد به اینترنت خفیف تا شدید، ۶۰ درصد افسردگی خفیف تا بسیار شدید، ۵۸ درصد اضطراب خفیف تا بسیار شدید و ۴۴ درصد استرس خفیف تا بسیار شدید داشتند به نحوی که نوجوانان با نمرات اعتیاد به اینترنت بیشتر استرس، اضطراب و افسردگی بیشتری را داشتند (۳۲). مطالعه Selvamani و همکارانش نیز نشان داد که ۷۲ درصد پاسخگویان اعتیاد به اینترنت داشتند و بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب و استرس ارتباط معنی‌داری وجود داشت (۳۳). به نظر می رسد استفاده بیش از حد اینترنت، به خصوص رسانه‌های اجتماعی، می‌تواند موجب کاهش تعاملات اجتماعی رو در رو شود که این موضوع می‌تواند احساسات تنهایی و اضطراب اجتماعی را افزایش دهد. همچنین استفاده زیاد از اینترنت، به‌خصوص قبل از خواب، می‌تواند الگوی خواب را مختل کند، که این موضوع به نوبه خود می‌تواند به افزایش اضطراب و استرس منجر شود. از طرفی دسترسی بی‌وقفه به اخبار یا محتواهای استرس‌زا در اینترنت می‌تواند به طور مستقیم بر سطوح استرس و اضطراب تأثیر بگذارد.

در مطالعه حاضر متغیرهای اضطراب و استرس توانستند ۲۷/۳ درصد از تغییرات اعتیاد به اینترنت در دانشجویان را پیش بینی کنند. در این راستا Chua و همکاران نشان دادند که اضطراب اجتماعی به طور مثبت و معنی‌دار اعتیاد به گوشیهای

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

هوشمند را پیش بینی می‌کند، در حالی که سطح استرس و حمایت اجتماعی درک شده در پیش بینی اعتیاد به گوشی-های هوشمند معنی‌دار نبودند (۳۴). همچنین نتایج مطالعه یوسفی و همکاران نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب و استرس رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد (P< ۰/۰۱). علاوه بر این، اضطراب به تنهایی به عنوان بهترین پیش بینی کننده ۱۱٪ از واریانس اعتیاد به اینترنت را پیش بینی می کرد. بعد از آن افسردگی ۲٪ و فشار روانی ۲٪ پیش بینی کننده های بهتری بودند (۳۵)

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به مقطعی بودن آن اشاره کرد که امکان استنباط مسیر علیتی متغیرهای مستقل و وابسته را با چالش مواجه می‌کند. محدودیت دیگر، استفاده از روش خودگزارش دهی در رابطه با سنجش متغیرها است که احتمال خطا در برآورد دقیق آنها را مطرح می‌کند.

با توجه به نتایج تحقیق، اعتیاد به اینترنت از پدیده‌های رو به گسترش، به ویژه در میان جوانان است و این مسأله می‌تواند عملکرد روزانه زندگی افراد را تحت تأثیر قرار دهد. لازم است هشدارهای لازم درباره استفاده بی‌رویه از اینترنت داده شود و استراتژی‌هایی برای مدیریت زمان آنلاین دانشجویان ارائه شود. همچنین طراحی برنامه‌های مداخله‌ای و آموزشی برای کمک به کاهش موثر اعتیاد به اینترنت و بهبود وضعیت روانی دانشجویان ضروری به نظر می‌رسد.

قدردانی و تشکر

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند تا از معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه به خاطر حمایت مالی و همچنین از تمامی افراد شرکت‌کننده در این پژوهش، تشکر و قدردانی کند.

REFERENCES

1. Sayed M, Naiim CM, Aboelsaad M, Ibrahim MK. Internet addiction and relationships with depression, anxiety, stress and academic performance among Egypt pharmacy students: a cross-sectional designed study. BMC Public Health 2022;22:1826.

2.Hosseini SY, Rafezi Z. Predicting Internet Addiction Through Various Time Perspectives and Object Relations in Students. Social Psychology Research 2024;14: 37-48.

3.Nazzal A, Thoyib A, Zain D, Hussein A. The effect of digital literacy and website quality on purchase intention in internet shopping through mediating variable: The case of internet users in Palestine. Webology 2022;19:2414-34.

4.Lebni JY, Toghroli R, Abbas J, NeJhaddadgar N, Salahshoor MR, Mansourian M, et al. A study of internet addiction and its effects on mental health: A study based on Iranian University Students. Journal of Education and Health Promotion 2020;9:205.

5.Zhang S, Yao X, Zhang L, Wu D, Chen D, Zhang H, et al. Correlation between Internet Addiction Disorder and Mental Health of Junior Middle School Students in Chengdu. Psychology 2021;6: 37-44.

6.Soltani E, Baghaie Fard H. Evaluating the relationship between internet addiction with social interactions anxiety and coping strategies among Shiraz medical science university students in 2018-2019. Sadra Medical Journal 2020;8:429-42.

7.Kermani Mamazandi Z, Aboutorabi R. The Role of Loneliness, Social Anxiety and Sensation Seeking in Predicting Students' Internet Addiction. Social Psychology Research 2024;14:101-12.

8.Zhang X, Chen K, Wang M, Chen C. The relationship between academic procrastination and internet addiction in college students: The multiple mediating effects of intrusive thinking and depression-anxiety-stress. Psychology 2022;13:591-606.

9.Roshanzadeh M, Tajabadi A, Mazhari Dehkordi B, Mohammadi S. Investigating the role of internet addiction in predicting academic procrastination in nursing students. Journal of Modern Medical Information Sciences 2022;8:26-35.

10.Danaei M, Rohani AA, Sajadi A, Momeni M. The Frequency and Related Factors of Internet Addiction in Externship and Internship Students of Kerman University of Medical Sciences, Tolooebehdasht Journal 2021;19:12-20.

11.Pourhoseini SA, Akbary A, Ahmadi Z. The association between Internet addiction and personality traits in medical students. Journal of Fundamentals of Mental Health 2023;25:303-7.

12.Stanković M, Nešić M, Čičević S, Shi Z. Association of smartphone use with depression, anxiety, stress, sleep quality, and internet addiction. Empirical evidence from a smartphone application. Personality and Individual Differences 2021;168:110342.

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

13.Kühne F, Lacki FJ, Muse K, Weck F. Strengthening competence of therapists-in-training in the treatment of health anxiety (hypochondriasis): Validation of the Assessment of Core CBT Skills (ACCS). Clinical Psychology and Psychotherapy 2019;26:319-27.

14.Salimi N, Heydarian M, Askari Sh. Anxiety and Fear of COVID-19 among People Aged> 18 Years in Kermanshah, Iran. Qom University of Medical Sciences Journal 2023;16:942-53.

15.Hamaideh SH. Alexithymia among Jordanian university students: Its prevalence and correlates with depression, anxiety, stress, and demographics. Perspectives in Psychiatric Care 2018;54.

16.Ostovar S, Allahyar N, Aminpoor H, Moafian F, Nor MBM, Griffiths MD, et al. Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study. International Journal of Mental Health and Addiction 2016;14:257-67.

17.Makwana M, Ahir G, Damor J. Prevalence Of Internet Addiction And Its Association With Depression, Anxiety And Stress Among Nursing Students Of Bhavnagar-A Cross-Sectional Study. National Journal of Integrated Research in Medicine 2023;14.

18.Rani S, Sinha N, Kumar R. Prevalence of internet addiction and its relationship with insomnia, depression, anxiety, and stress among medical students of a tertiary care medical institute of Eastern India. Industrial Psychiatry Journal 2024;33:94-100.

19.Khodadadifard L, Alirezaei F, Mohammadbeige A, Saleh A, Mehdipour A. Association Between Internet Addiction, Perceived Stress, Salivary Cortisol Level and Educational Declare in Dental Students. Qom University of Medical Sciences Journal 2023;17:202-17.

20.Young K, Pistner M, O'mara J, Buchanan J. Cyber disorders: The mental health concern for the new millennium. Cyberpsychology and Behavior 1999;2:475-79.

21.Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. Journal of Consulting and Clinical Psychology 1988;56:893-97.

22.Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior 1983;24.

23.Sayyed-Ghaleh FS, Talebi N, Khoshgoftar M, Pirzadeh A. Prevalence of Internet Addiction and some related factors in students of Isfahan University of Medical Sciences, Iran, in 2019-2020. Journal of Health System Research 2022;18:1-7.

24.Sahraian A, Piroozkhah M. Determining the Internet Addiction in Medical Students of Shiraz University of Medical Sciences during the COVID-19 Pandemic. Sadra Medical Journal 2023;11:113-24.

25.Gorgich EAC, Moftakhar L, Barfroshan S, Arbabisarjou A. Evaluation of internet addiction and mental health among medical sciences students in the southeast of Iran. Shiraz E-Medical Journal 2018;19.

26.Brito AB, Lima CdA, Brito KDP, Freire RS, Messias RB, Rezende LFd, et al. Prevalence of internet addiction and associated factors in students. J Estudos de Psicologia 2023;40:e200242.

27.Omoyemiju MA, Popoola BI. Prevalence of internet addiction among university students in Nigeria. British Journal of Guidance Counselling 2021;49:132-39.

28.Lakhdir MPA, Hameed AN, Hasnani FB, Angez M, Nawaz MT, Khan MMH, et al. Demographic and psychosocial factors associated with internet addiction among the Pakistani population during COVID-19: A web-based survey. INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, Financing 2022;59:00469580221138671.

29.Pereira H, Fehér G, Tibold A, Esgalhado G, Costa V, Monteiro S. The impact of internet addiction and job satisfaction on mental health symptoms among a sample of Portuguese workers. International Journal of Environmental Research and Public Health 2021;18:6943.

30.Sarkar N. Social media addiction and academic achievement of secondary level school students. International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR) 2023;5:1-9.

31.Akhter N. Relationship between internet addiction and academic performance among university undergraduates. Educational Research and Reviews 2013;8:1793.

32.Ismail A. The relationship between internet addiction and stress, anxiety, and depression in adolescents in Saudi Arabia. Journal of Pediatric Nursing 2024;77:111-6.

33.Selvamani I, Natarajan V, Ahamed KF, Krishnan R. Prevalence of Internet Addiction and Its Association with Depression, Anxiety and Stress in Medical Students during The Covid-19 Pandemic. Journal of Pharmaceutical Negative Results 2022;13:4102-7.

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]
[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]
[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]

34.Chua PY, Chuah YT, See JS. Social anxiety, perceived stress level and perceived social support as predictors of smartphone addiction among undergraduate students in Malaysia. UTAR 2022.

35.Yusufi MH, Veiskarami HA, Sepahvandi MA. Investigating the psychological correlations of Internet addiction in Afghan students studying in Iranian universities. Journal of Psychological Science 2024;23:1587-606.

[Downloaded from tmuj.iautmu.ac.ir on 2026-10-31]

[DOR: 20.1001.1.10235922.1405.36.1.12.5]

[DOI: 10.66224/iau.36.1.116]