

## Relationship between Internet Addiction and Depression among Secondary School Students in Kordkuy, Iran, with an Emphasis on the Type of Virtual Network

Ebrahim Salehi Omran (PhD)<sup>1</sup>, Meimanat Abedini Baltork (PhD)<sup>1,\*</sup>, Mostafa Azizi Shomami (PhD)<sup>1</sup>, Kosar Keshavarz (BSc)<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Department of Education, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Mazandaran, Mazandaran, Iran

\* **Corresponding Author:** Meimanat Abedini Baltork, Department of Education, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Mazandaran, Mazandaran, Iran. Email: [Abedini.gilan@gmail.com](mailto:Abedini.gilan@gmail.com)

### Abstract

**Received:** 06/12/2017

**Accepted:** 08/04/2018

#### How to Cite this Article:

Salehi Omran E, Abedini Baltork M, Azizi Shomami M, Keshavarz K. Relationship between Internet Addiction and Depression among Secondary School Students in Kordkuy, Iran, with an Emphasis on the Type of Virtual Network. *J Educ Community Health*. 2018; 5(1): 13-18. DOI: 10.21859/jech.5.1.13

**Background and Objective:** The internet can sometimes endanger the users' mental health due to its improper use. Accordingly, this communication network has turned into an addictive factor in recent decades. This kind of addiction can lead to depression. Regarding this, the present study was conducted to determine the relationship between internet addiction and depression among secondary school students.

**Materials and Methods:** This descriptive and correlational study was conducted on secondary school students in Kordokuy city, Golestan, Iran, in the academic year of 2016-2017. The sample size was determined as 288 cases based on the Morgan sampling table. The study population was selected using cluster sampling method. The data were collected using the Beck Depression Inventory and Internet Addiction Inventory by Young. Data analysis was performed in SPSS (version 21) using independent t-test, one-way ANOVA, and Spearman's correlation coefficient.

**Results:** According to the results, there was a direct relationship between addiction to internet and students' depression ( $r=0.324$ ,  $P<0.001$ ). The largest use of virtual networks was related to Telegram software with the mean value of 40.29. Furthermore, no significant difference was observed between the male and female students in terms of internet addiction and depression ( $P>0.05$ ).

**Conclusion:** Given the significant relationship between the internet addiction and depression among students, it is recommended to design and implement educational programs for students and parents.

**Keywords:** Depression; Internet Addiction; Students

## رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان کردکوی با تأکید بر نوع شبکه‌های مجازی

ابراهیم صالحی عمران<sup>۱</sup>، میمنت عابدینی بلترک<sup>۱\*</sup>، مصطفی عزیزی شمامی<sup>۱</sup>، کوثر کشاورز<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دکترای تخصصی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

<sup>۲</sup> کارشناس، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

\* نویسنده مسئول: میمنت عابدینی بلترک، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران.

ایمیل: Abedini.gilan@gmail.com

### چکیده

**سابقه و هدف:** اینترنت گاهی به دلیل استفاده نامناسب، بهداشت روانی کاربران را با تهدید مواجه می‌سازد. این امر به گونه‌ای می‌باشد که در دهه‌های اخیر به عنوان یکی از عوامل اعتیاد مطرح شده است. یکی از اثرات این اعتیاد، ایجاد افسردگی بین افراد می‌باشد. در این راستا، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در میان دانش آموزان مقطع متوسطه دوم انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش توصیفی-همبستگی حاضر در ارتباط با دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهرستان کردکوی در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ انجام شد. تعداد نمونه براساس جدول نمونه‌گیری مورگان ۲۸۸ نفر برآورد گردید که به روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات عبارت بودند از: پرسشنامه‌های افسردگی B (BDI: Beck Depression Inventory) و اعتیاد به اینترنت Young (Internet Addiction Test). داده‌ها در نرم‌افزار SPSS 21 و با استفاده از آزمون‌های تی مستقل، تحلیل واریانس یک‌طرفه و ضریب همبستگی Spearman تحلیل گردیدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی دانش آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $r=0/324$ ،  $P<0/001$ ). همچنین، بیشترین میزان استفاده از شبکه‌های مجازی مربوط به نرم‌افزار تلگرام با میانگین ۴۰/۲۹ بود. شایان ذکر است که اختلاف معناداری بین دانش آموزان دختر و پسر در مورد متغیرهای اعتیاد به اینترنت و افسردگی مشاهده نشد ( $P>0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** با توجه به وجود ارتباط معنادار بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی دانش آموزان توصیه می‌شود که برنامه‌های آموزشی برای دانش آموزان، اولیای مدارس و والدین طراحی و اجرا گردد.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به اینترنت؛ افسردگی؛ دانش آموزان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۹/۱۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۰۱/۱۹

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

### مقدمه

در زمینه‌های مختلفی همچون آموزش و پرورش، پزشکی، تجارت و قانون کاربرد فراوانی یافته است [۵]. در حقیقت، شبکه‌های اجتماعی اینترنتی برای افزایش و تقویت تعاملات اجتماعی در فضای مجازی طراحی شده‌اند؛ به گونه‌ای که از طریق اطلاعاتی که بر روی پروفایل افراد قرار می‌گیرند (مانند عکس کاربر، اطلاعات شخصی و علایق وی)، برقراری ارتباط تسهیل می‌گردد [۶،۷].

آمارهای موجود حاکی از آن هستند که در ایران بالغ بر ۵۶ میلیون و ۷۰۰ هزار نفر کاربر اینترنت وجود دارد که این مهم ایران را در صدر کشورهای استفاده‌کننده از اینترنت در خاورمیانه

امروزه اینترنت تأثیر انکارناپذیر خود را در جوامع به اثبات رسانده است. اینترنت منتقل‌کننده میلیون‌ها پیام می‌باشد؛ پیام‌هایی که بر ارزش‌ها، نگرش‌ها و هویت فرهنگی کاربران آن در سطح خرد و بر نظام‌های فرهنگی-اجتماعی در سطح کلان تأثیر می‌گذارند [۱-۳]. در این میان شاهد شکل‌گیری نسل جدیدی از ابزارهای اینترنتی هستیم که امکانات بیشتری را برای روابط متقابل، مذاکره، گفتگو و به‌طور کلی ارتباط دوسویه فراهم آورده است [۴]. شبکه‌های اجتماعی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین این ابزارها با قابلیت‌ها و امکانات خود نه تنها تأثیر عمیقی بر جنبه‌های اجتماعی کاربران در جوامع گوناگون داشته است؛ بلکه

غیره خود را نمایان سازند. لازم به ذکر است که این یک رابطه دوسویه می‌باشد.

از سوی دیگر، دوره متوسطه به دلیل شکل‌گیری هویت‌های مستقل و روحیه استقلال‌طلبی دانش‌آموزان نسبت به شخصیت تابع دانش‌آموزان دوره ابتدایی مورد توجه و دغدغه صاحب‌نظران آموزش و پرورش است. در این راستا، نتایج برخی از مطالعات مرتبط با موضوع اعتیاد به اینترنت و اضطراب، استرس و افسردگی حاکی از وجود رابطه معنادار بین وابستگی به اینترنت و متغیرهای ذکر شده می‌باشند [۲۲-۲۴، ۲۷-۳۵]. علاوه بر این، امروزه در اختیار داشتن تلفن همراه در بین دانش‌آموزان و گسترش فعالیت در شبکه‌های مجازی مانند تلگرام و اینستاگرام بیش از پیش شده است؛ از این رو پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان کردکوی انجام شد.

### مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است که جامعه آماری آن شامل تمامی دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان کردکوی در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ می‌باشد. مطابق با جدول نمونه‌گیری مورگان، حجم نمونه معادل ۲۸۸ نفر برآورد گردید که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب گشته و وارد مطالعه شدند. بدین منظور، ابتدا شهرستان کردکوی به دو قسمت شمال و جنوب تقسیم گردید. در ادامه، از هر منطقه دو مدرسه (یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه) (در مجموع چهار مدرسه) انتخاب شد و سپس از هر مدرسه ۷۲ نفر انتخاب گردیدند. پس از موافقت مسئولان آموزش و پرورش شهرستان کردکوی و با ایجاد اطمینان از محرمانه بودن نتایج و کسب رضایت آگاهانه از دانش‌آموزان، ابزارهای پژوهش در بین شرکت‌کنندگان در مطالعه توزیع گردید. شایان ذکر است که هنگام انجام پژوهش و مراجعه به کلاس‌ها و درخواست از دانش‌آموزان برای تکمیل پرسشنامه، به افراد مخالف با تکمیل پرسشنامه گفته شد که آن‌ها مجاز هستند کلاس را ترک نمایند.

ابزار مورد استفاده در پژوهش حاضر عبارت بودند از: اطلاعات جمعیت‌شناختی و پرسشنامه‌های افسردگی Beck و اعتیاد به اینترنت Young. پرسشنامه افسردگی Beck شکل بازنگری شده این پرسشنامه می‌باشد که برای سنجش شدت افسردگی تدوین شده است. این ویرایش همانند پرسشنامه اضطراب Beck دارای ۲۱ سؤال بوده و تمام عناصر افسردگی براساس نظریه شناختی را پوشش می‌دهد. در این پرسشنامه افرادی که نمره ۱ تا ۱۴ را به دست آورند، افسردگی نداشته و در سطح عادی قرار دارند و افرادی که نمرات بالای ۱۴ را به دست آورند دارای افسردگی می‌باشند. باید خاطرنشان ساخت که پایایی این ابزار ۰/۹۴ گزارش شده است [۲۶]. ابزار دیگر پژوهش پرسشنامه اعتیاد به اینترنت Young بود. باید توجه داشت که دو پرسشنامه اعتیاد

قرار داده است [۸]. اگرچه پیشرفت تکنولوژی و ارتباطات و به دنبال آن استفاده از اینترنت در اشکال مختلف مثبت می‌باشد؛ اما استفاده بیش از حد از آن جوانب منفی را به دنبال داشته است؛ به‌ویژه اینکه امروزه استفاده از اینترنت به یکی از گزینه‌های اوقات فراغت نوجوانان و جوانان جامعه تبدیل شده است. اعتیاد به اینترنت برای اولین بار در سال ۱۹۹۵ توسط Goldberg مطرح گردید. به اعتقاد وی اعتیاد به اینترنت به‌عنوان الگوی ناسازگار استفاده از اینترنت مطرح می‌باشد که منجر به آسیب و آشفتگی معنادار می‌شود [۹]. انجمن روان‌پزشکی آمریکا نیز اعتیاد به اینترنت را به‌عنوان یک الگوی استفاده از اینترنت توصیف می‌کند که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی طی یک دوره دو ماهه همراه می‌باشد. وابستگی به اینترنت همانند اعتیاد به مواد مخدر و وابستگی‌های دیگر است [۱۰]. اصطلاح اعتیاد به اینترنت بیانگر نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت می‌باشد که با ویژگی‌هایی چون افسردگی، درون‌گرایی، خجالتی‌بودن، کم‌حوصله‌بودن و تنهایی، احساس ترس، بیش‌فعالی و اضطراب اجتماعی تعیین می‌شود [۱۱].

افسردگی یکی از شایع‌ترین اختلالات روان‌پزشکی است که براساس برآورد سازمان جهانی بهداشت تا سال ۲۰۲۰ پس از بیماری‌های قلبی و عروقی دومین بیماری تهدیدکننده سلامت و حیات انسان در سراسر جهان خواهد بود [۱۲]. افسردگی شامل: غمگینی و هیجانات خودمنعکس‌کننده همچون شرمساری می‌باشد. افسردگی غالباً با در نظر گرفتن پنج دسته ویژگی تعریف می‌شود که شامل: غمگینی و خلق بی‌عاطفه [۱۳]، خودپنداشت منفی شامل: سرزنش‌گری و خودشرم‌ساز [۱۴]، تمایل به اجتناب از دیگران [۱۵]، کاهش خواب و اشتها که کاهش وزن را به دنبال دارد و کاهش تمایل جنسی و تغییر در میزان فعالیت [۱۶، ۱۷] که معمولاً همراه با خواب‌آلودگی و گاه آشفتگی است، می‌باشد [۱۸]. افراد افسرده احساس می‌کنند که هیچ آینده‌ای ندارند و به اهداف خود نمی‌رسند، مفید نیستند، جذاب نمی‌باشند و هیچ ارزشی ندارند [۱۹، ۲۰]. علائم این اختلال مانند غم و اندوه، احساس بی‌ارزشی، عدم تمرکز و توانایی اندیشیدن، احساس گناه، بی‌خوابی، احساس شکست، خودکشی و بسیاری از نشانه‌های خطرناک دیگر در انسان‌های افسرده قابل مشاهده می‌باشد [۲۱]. دلایل افسردگی از سوی سازمان جهانی بهداشت بیش از ۵۰ مورد ذکر شده است. مطالعات نشان داده‌اند که افسردگی در کاربران معتاد به اینترنت نسبت به کاربران عادی شیوع بیشتری دارد [۲۲، ۲۳].

گزارشات مبین این موضوع هستند که اینترنت و شبکه‌های اجتماعی همچون وی‌چت، لاین، تانگو و وایبر در چند سال اخیر محبوبیت چشم‌گیری پیدا کرده‌اند که این امر می‌تواند بیش از پیش زندگی افراد جامعه و سبک زندگی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد [۲۴]. این تأثیرات می‌توانند در ابعاد مختلف زندگی مانند اشتغال [۲۵]، افزایش کارایی و بهره‌وری در محل کار [۲۶] و

میانگین نمرات افسردگی و اعتیاد به اینترنت در بین دختران و پسران مشاهده نشد ( $P > 0/05$ ).

همچنین براساس یافته‌های به‌دست‌آمده، نمره اعتیاد به اینترنت در بین دانش‌آموزان معادل  $37/57$  و میانگین نمره افسردگی برابر با  $7/72$  بود. یافته‌های جدول ۲ و نتایج آزمون تی تک‌نمونه‌ای نیز نشان می‌دهند که بین میانگین مشاهده‌شده متغیرهای افسردگی و اعتیاد به اینترنت و میانگین آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$ ).

رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان با توجه به شبکه‌های اجتماعی در جدول ۳ ارائه شده است. مطابق با یافته‌ها، کمترین نمره اعتیاد به اینترنت و افسردگی متعلق به دانش‌آموزانی بود که از هیچ‌کدام از شبکه‌های اجتماعی تلگرام و اینستاگرام استفاده نمی‌کردند و بیشترین نمره اعتیاد به اینترنت و افسردگی به دانش‌آموزانی اختصاص داشت که از تلگرام استفاده می‌کردند. نتایج آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه نیز نشان داد که با توجه به استفاده از نوع شبکه اجتماعی، بین دانش‌آموزان تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/001$ )؛ به طوری که دانش‌آموزانی که از هیچ‌کدام از شبکه‌های اجتماعی تلگرام و اینستاگرام استفاده نمی‌کردند، به‌طور معناداری کمترین نمره را کسب نمودند.

به اینترنت ۸ سؤالی و ۲۰ سؤالی Young معمولاً در مطالعات تشخیصی اعتیاد به اینترنت مورد استفاده قرار می‌گیرند. در پژوهش حاضر اگر فرد در آزمون IAT نمره مساوی یا پایین‌تر از ۴۹ را به دست می‌آورد، در گروه کاربران عادی اینترنت قرار می‌گرفت و اگر نمره بالاتر از آن را کسب می‌نمود، در گروه کاربران معتاد به استفاده از اینترنت جای داده می‌شد. لازم به ذکر می‌باشد که نسخه فارسی این مقیاس در ایران مورد استفاده قرار گرفته و ناستی‌زایی (۱۳۸۷) پایایی آن را با آلفای کرونباخ  $0/81$  تأیید نموده است [۲۷].

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS 21 و آزمون‌های آماری t تک‌نمونه‌ای، t مستقل، تحلیل واریانس یک‌طرفه و ضریب همبستگی Spearman استفاده گردید. ذکر این نکته ضرورت دارد که سطح معناداری در تمامی آزمون‌ها کمتر از  $0/05$  در نظر گرفته شد.

## یافته‌ها

در مطالعه حاضر ۱۸۰ دانش‌آموز دختر و ۱۰۸ دانش‌آموز پسر شرکت داشتند. بر مبنای یافته‌های جدول ۱ و با توجه به نتایج آزمون تی مستقل، اختلاف آماری معناداری در ارتباط با

جدول ۱: مقایسه اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان دختر و پسر

متغیر	دانش‌آموز	تعداد	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	t	معناداری
اعتیاد به اینترنت	دختر	۱۸۰	۳۶/۷۷	۱۳/۰۱	۲۸۶	-۱/۴۲۴	۰/۱۵۵
	پسر	۱۰۸	۳۸/۸۹	۱۰/۷۹			
افسردگی	دختر	۱۸۰	۷/۴۵	۵/۱۵	۲۸۶	-۰/۸۳۰	۰/۴۰۸
	پسر	۱۰۸	۸/۱۶	۷/۹۶			

جدول ۲: مقایسه وضعیت اعتیاد به اینترنت و افسردگی با نمره آزمون

متغیر	نقطه برش	t	درجه آزادی	سطح معناداری	تفاضل میانگین		سطح زیر منحنی	
					حد پایین	حد بالا	حد پایین	حد بالا
اعتیاد به اینترنت	۴۹	-۱۵/۸۲۶	۲۸۷	۰/۰۰۱	-۱۱/۴۲۷	-۱۲/۸۴۸	-۱۰/۰۰۵	
افسردگی	۱۴	-۱۶/۷۸۰	۲۸۷	۰/۰۰۱	-۶/۲۷۷	-۷/۰۱۴	-۵/۵۴۱	

جدول ۳: آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه مربوط به اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان با توجه به شبکه‌های اجتماعی

متغیر	شبکه اجتماعی	تعداد	میانگین	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
اعتیاد به اینترنت	تلگرام	۷۴	۴۰/۲۹	بین گروهی	۶۲۳۹/۶۴	۳	۲۰۷۹/۸۸	۱۶/۰۲۷	۰/۰۰۱
	اینستاگرام	۲۶	۳۷/۸۰	درون گروهی	۳۶۸۵۴/۸۲	۲۸۴	۱۲۹/۷۷		
	تلگرام و اینستاگرام	۱۴۲	۳۹/۵۳	کل	۴۳۰۴۹/۴۶	۲۸۷			
افسردگی	هیچ‌کدام	۴۶	۲۷/۰۰						
	تلگرام	۷۴	۸/۳۲	بین گروهی	۸۸/۵۰	۳	۲۹/۵۰	۰/۷۳۰	۰/۵۳۵
	اینستاگرام	۲۶	۷/۳۸	درون گروهی	۱۱۴۸۱/۲۷	۲۸۴	۴۰/۴۲		
	تلگرام و اینستاگرام	۱۴۲	۷/۸۳	کل	۱۱۵۶۹/۷۷	۲۸۷			
	هیچ‌کدام	۴۶	۶/۶۰						

همچنین بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان حاکی از آن بود که بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد ( $t=0.324, P<0.001$ )؛ به عبارت دیگر با افزایش نمره اعتیاد به اینترنت، میزان افسردگی در بین دانش‌آموزان افزایش می‌یافت.

## بحث

مطالعه حاضر با هدف تعیین رابطه بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی در بین دانش‌آموزان شهرستان کردکوی با تأکید بر نوع شبکه‌های اجتماعی مورد استفاده انجام شد. نتایج نشان داد که رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی وجود دارد؛ به عبارت دیگر هرچه نمره اعتیاد به اینترنت افزایش یابد، افسردگی در بین دانش‌آموزان نیز افزایش پیدا می‌کند. این یافته با نتایج مطالعات مشابه همخوانی دارد [۹، ۲۳، ۲۴، ۲۷-۲۹، ۳۱-۳۵]. همچنین مشخص گردید که نوع استفاده از اینترنت در بین دانش‌آموزان مورد بررسی به ترتیب فعالیت در شبکه‌های مجازی تلگرام، هر دو و اینستاگرام بوده است. در حقیقت، کمترین نمره اعتیاد به اینترنت و افسردگی متعلق به دانش‌آموزانی بود که از هیچ‌کدام از شبکه‌های اجتماعی تلگرام و اینستاگرام استفاده نمی‌کردند. علاوه بر این، نتایج حاکی از آن بود که بین دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد. در این راستا، نتایج پژوهشی دیگر نشان داد که بین نمره اعتیاد به اینترنت و افسردگی بین دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد [۳۱]. شاید یکی از دلایل این امر این باشد که در گذشته‌های نه‌چندان دور، اوقات فراغت پسران در بیرون از منزل و صرف تفریحات، گردش با دوستان و تفریح در طبیعت سپری می‌شد؛ اما امروزه بیشترین زمان اوقات فراغت و یا حتی زمان غیر از آن در بین پسران به حضور در شبکه‌های اجتماعی خلاصه شده است. به‌طور کلی، یکی از عواملی که باعث می‌شود اعتیاد به اینترنت افسردگی را به دنبال داشته باشد این است که اعتیاد به اینترنت تنهایی را به دنبال خواهد داشت؛ زیرا فرد در بیشتر مواقع در حال استفاده از اینترنت می‌باشد و این امر گوشه‌گیری، کم‌حرفی و تنهایی را برای وی به ارمغان می‌آورد [۳۲]. در حقیقت، استفاده فزاینده از اینترنت با کاهش ارتباطات خانوادگی و شرکت در محافل اجتماعی محلی همراه است. در این راستا، نتایج پژوهشی دیگر نشان داد که بین برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، کیفیت روابط اجتماعی، خوشایندی و کیفیت روانی کاربران با وابستگی به اینترنت رابطه منفی و معناداری وجود دارد [۳۸]. این امر بدان معنا است که افراد وابسته به اینترنت تمایل کمتری به مراد و ارتباط دارند. در حقیقت، وابستگی افراطی به دنیای مجازی با جداشدن فرد از دنیای واقعی و کم‌حرکی در ارتباط بوده و باعث کاهش شادی و تعاملات اجتماعی می‌شود و ذهن کاربر را درگیر تخیلات ناکارآمدی می‌کند که نتیجه‌ای جز افسردگی، اضطراب

و انزوای اجتماعی را به همراه ندارد. در تأیید این مهم، پژوهشی که در ارتباط با ۷۳۲ نفر از کاربران اینترنت در سنین ۱۵-۳۹ سال انجام شد، نشان از آن داشت که ۳۰ درصد از افراد معتاد به اینترنت دارای درجات مختلفی از اجتماع‌گریزی و رفتارهای ناهنجار اجتماعی می‌باشند [۳۹]. باید خاطرنشان ساخت که پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی بود؛ از جمله اینکه این پژوهش یک مطالعه مقطعی می‌باشد؛ از این رو لازم است در زمینه اعتیاد به اینترنت و افسردگی، مطالعات دقیق‌تری در طول زمان صورت گیرد تا با اطمینان بیشتری بتوان در این زمینه اظهار نظر نمود. پژوهش حاضر از نظر قلمرو مکانی نیز دارای محدودیت‌هایی بود؛ زیرا این مطالعه در ارتباط با دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان کردکوی انجام شده و قابلیت تعمیم به شهرهای دیگر را ندارد. محدودیت دیگر این پژوهش مربوط به نوع مطالعه (همبستگی) می‌باشد؛ در نتیجه نمی‌توان از آن تبیین‌های علت و معلولی داشت. با توجه به مطالب بیان‌شده پیشنهاد می‌گردد که موضوع مورد بررسی در این پژوهش در شهرها و استان‌های دیگر نیز اجرا شود و دوره‌های آموزشی برای دانش‌آموزان در استفاده از اینترنت و شبکه‌های مجازی و فرهنگ‌سازی برگزار گردد. استفاده از روش‌های دیگر همچون مصاحبه همراه با اجرای پرسشنامه‌ها نیز می‌تواند مفید باشد. پیشنهاد دیگر پژوهش آن است که این متغیر همراه با سایر متغیرهای سلامت روان مورد بررسی قرار گیرد تا بدین‌وسیله دانش منسجمی در این زمینه حاصل گردد.

## نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و افسردگی دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد؛ بدین معنا که هرچه نمره اعتیاد به اینترنت افزایش یابد، افسردگی در بین دانش‌آموزان نیز افزایش پیدا می‌کند. بر مبنای نتایج، میزان استفاده دانش‌آموزان از شبکه مجازی تلگرام بیش از اینستاگرام یا هر دو بود که این مسأله در بین دختران و پسران تفاوتی نداشت. با توجه به نتایج به‌دست‌آمده پیشنهاد می‌گردد که والدین دانش‌آموزان در تنظیم اوقات فراغت فرزندان خود دقت نظر بیشتری را اعمال کنند. همچنین، لازم است سیستم‌های آموزشی و رسانه‌ها در این زمینه فعال شوند تا میزان استفاده از اینترنت به‌ویژه در این سنین کاهش پیدا کند و در نتیجه گوشه‌گیری، انزوا و افسردگی را به دنبال نداشته باشد.

## تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان این پژوهش از تمامی دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش تقدیر و تشکر می‌نمایند. شایان ذکر می‌باشد که تمامی هزینه‌های این پژوهش توسط نویسندگان تأمین شده است و هیچ‌گونه تضاد منافی با سازمان و یا اشخاص دیگر ندارد.

## REFERENCES

1. Khoushinat H. The role of digital media and social change. [Masters Thesis]. Amol, Iran: University of Science Research, Ayatollah Amoli Unit; 2014. [Persian]
2. Bagheri Benjar A, Heshmati MR, Kermani B. The effect of internet addiction on academic failure among students of Shahed University in Tehran, The first National Student Conference on Social Determinants of Health; 2010. [Persian]
3. Abdel-Aziz AA, Abdel-Salam H, El-Sayad Z. The role of ICTs in creating the new social public place of the digital era. *Alexandri Eng J.* 2016;**55**(1):487-93. DOI: [10.1016/j.aej.2015.12.019](https://doi.org/10.1016/j.aej.2015.12.019)
4. Bashir H, Sadegh Afrasyabi M. Internet social networks and youth lifestyles. *Rahavarenoor.* 2013;**12**(43):2-15. [Persian]
5. Akhavan MF, Noghaani M, Mazlum KM. Virtual social networks and happiness. *Rasane Farhang.* 2014;**4**(2):1-24. [Persian]
6. Shekari NS, Hajiyani E. A study on effects of virtual social networks (facebook) on youngsters' lifestyle. *J Cult Manag.* 2014;**8**(26):63-79. [Persian]
7. Miniwatts marketing group. Internet World State. Available at URL: <http://www.internet.world.stats.com>; 2017.
8. Soltanifar M. Modern public diplomacy and electricity public relations. Tehran: Simaye Shargh; 2010. [Persian]
9. Tamannaefar MR, Seddighi Arfaei F, Gandomi Z. Relationship between Internet use and academic achievement among high school students in Kashan. *J Qazvin Univ Med Sci.* 2013;**17**(2):78-82. [Persian]
10. Hosseinpour E, Asgari A, Ayati M. The relationship between internet and cell-phone additions and academic burnout in university students. *J Informat Communicat Technol Educ Sci.* 2016;**6**(4):59-73. [Persian]
11. Bakhshayesh AR. Prediction of internet addiction through personality traits and its relationship with perception of social interaction among female university students. *Woman Culture Art.* 2014;**6**(1):29-44. [Persian]
12. World Health Organization. Depression: a global crisis. World mental health day, October 10 2012. Occoquan, Va, USA: World Federation for Mental Health; 2012.
13. National Institute of Mental Health. Depression basics. Bethesda: National Institute of Mental Health; 2016.
14. Zahn R, Lythe KE, Gethin JA, Green S, Deakin JF, Young AH, et al. The role of self-blame and worthlessness in the psychopathology of major depressive disorder. *J Affect Disord.* 2015;**186**:337-41. PMID: [26277271](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26277271/) DOI: [10.1016/j.jad.2015.08.001](https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.08.001)
15. Bajraktarov S, Gudeva-Nikovska D, Manuševa N, Arsova S. Personality characteristics as predictive factors for the occurrence of depressive disorder. *Open Access Maced J Med Sci.* 2017;**5**(1):48-53. PMID: [28293316](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28293316/) DOI: [10.3889/oamjms.2017.022](https://doi.org/10.3889/oamjms.2017.022)
16. Deumic E, Butcher BD, Clayton AD, Dindo LN, Burns TL, Calarge CA. Sexual functioning in adolescents with major depressive disorder. *J Clin Psychiatry.* 2016;**77**(7):957-62. PMID: [27464316](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27464316/) DOI: [10.4088/JCP.15m09840](https://doi.org/10.4088/JCP.15m09840)
17. Depression. Anxiety and Depression Association of America. Available at: URL: <https://adaa.org/understanding-anxiety/depression>; 2016.
18. Ferreira TS, Moreira CZ, Guo J, Noce F. Effects of a 12-hour shift on mood states and sleepiness of Neonatal Intensive Care Unit nurses. *Rev Esc Enferm USP.* 2017; **51**:e03202. PMID: [28300964](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28300964/) DOI: [10.1590/S1980-220X2016033203202](https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016033203202)
19. Karimi ZA, Mazaheri M. A study of the spiritual intelligence and quality of life among imprisoned women of Zahedan city. *Soc Sci.* 2016;**11**(12):3059-62.
20. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders.* 5<sup>th</sup> ed. Washington, DC: American Psychiatric Association; 2013.
21. Rivaz M, Shokrollahi P, Ghadakpour S, Zarshenas L. Depression and its associated effects on nursing and midwifery school female students. *J Women Soc.* 2013;**4**(3):63-85. [Persian]
22. Turi A, Miri MR, Beheshti D, Yari E, Khodabakhshi H, Sarab GR. The prevalence of internet addiction and its relationship with anxiety, stress and depression in high school students in Birjand in 2014. *J Birjand Univ Med Sci.* 2014;**22**(1):67-75. [Persian]
23. Shahbazirad A, Mirderikvand F. The relationship of internet addiction with depression, mental health and demographic characteristic in the students of Kermanshah University of Medical Sciences. *J Ilam Univ Med Sci.* 2014;**22**(4):1-8. [Persian]
24. Barat Dastjerdi N, Sayadi S. Relationship between using social networks and internet addiction and depression among students. *J Res Behav Sci.* 2013;**10**(5):332-41. [Persian]
25. Steadman K, Taskila T. Symptoms of depression and their effects on employment. London: The Work Foundation; 2015.
26. Stander MP, Korb FA, De Necker M, De Beer JC, Miller-Janson HE, Moont HE. Depression and the impact on productivity in the workplace: findings from a South African survey on depression in the workplace. *J Depress Anxiety.* 2016;**2**(12):1-8. DOI: [10.4172/2167-1044.S2-012](https://doi.org/10.4172/2167-1044.S2-012)
27. Kemijani S. The relationship between Internet addiction and anxiety depression and introverted and extrovert learning styles. [Master Thesis]. Tehran: Tarbiat Moallem University; 2014. [Persian]
28. Jafari N, Fatehizadeh M. Investigation of the relationship between internet addiction and depression, anxiety, stress and social phobia among students in Isfahan University. *Sci J Kurdistan Univ Med Sci.* 2012;**17**(4):1-9. [Persian]
29. Gholamian B, Shahnazi H, Hassanzadeh A. the prevalence of internet addiction and its association with depression, anxiety, and stress, among high-school students. *Int J Pediatr.* 2017;**5**(4):4763-70. DOI: [10.22038/ijp.2017.22516.1883](https://doi.org/10.22038/ijp.2017.22516.1883)
30. Matar Boumosleh J, Jaalouk D. Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- a cross sectional study. *PLoS One.* 2017;**12**(8):e0182239. PMID: [28777828](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28777828/) DOI: [10.1371/journal.pone.0182239](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239)
31. Shirazi M, Pour BA, Ghaffari P, Jahangir F, Daryae E, Pour ZA, et al. The relationship between internet addiction and depression in nursing students of Larestan school of nursing and gerash paramedical school. *J Obstet Gynecol Cancer Res.* 2016;**1**(1):e7148. DOI: [10.17795/joger-7148](https://doi.org/10.17795/joger-7148)
32. Ostovar S, Allahyar N, Aminpoor H, Moafian F, Nor MB, Griffiths MD. 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. *Int J Mental Health Addict.* 2016;**14**(3): 257-67. DOI: [10.1007/s11469-015-9628-0](https://doi.org/10.1007/s11469-015-9628-0)
33. Jamwali A, Shekhar C, Choudhary N. Internet addiction as a predictor of depression, anxiety and stress (DASS). *Int J Appl Home Sci.* 2016;**3**(3-4):110-7.
34. Kaur K. Internet addiction among adolescents in relation to depression. *Int J Manag Appl Sci.* 2015;**1**(9):207-9.
35. Seghati T, Jahanpour H, Amirshahi R. Depression and internet dependence in students at Islamic Azad University of Rasht. *WALIA J.* 2015;**31**(4):148-53.
36. Dabson KS, Mohammad KP. Psychometric characteristics of Beck depression inventory-II in patients with major depressive disorder. *J Rehabil.* 2007;**8**(29):80-6. [Persian]
37. Bahrei N, Sadegh Moghadam L, Khodadost L, Mohammadzadeh J, Banafsheh E. Internet addiction status and its relation with students' general health at Gonabad Medical University. *Mod Care J.* 2011;**8**(3):166-73. [Persian]
38. Nadi MA, Sajjadian I. Path analysis of relationship between personality traits and Internet addiction with quality of life of Internet users in Isfahan city. *J Res Behav Sci.* 2010;**8**(1):34-45.
39. Dargahi H, Razavi M. Internet addiction and factors related with it in Tehran city. *J Payesh.* 2007;**6**(3):265-72. [Persian]