



Investigating the Relationship between Loneliness, Sensation Seeking, and Cyberspace Addiction among Female Second-Year High School Students in Qazvin City

Mostafa Ghaffari^{1*}

¹ Faculty member of Farhangian University of Qazvin Province, Shahid Rajaei Campus

* Corresponding author: mostafa.ghaffari@cfu.ac.ir

Received: 2025-05-01

Accepted: 2025-08-11

Published: 2025-09-23

Abstract

This study aimed to investigate the relationship between sensation seeking, loneliness, and cyberspace addiction among female high school students in Qazvin city. The statistical population of this study included all female high school students in Qazvin city, 8067 students in 2024-2025. For this purpose, 369 female high school students in Qazvin city were selected based on the Morgan table. Students were selected using the convenience sampling method. Data were collected using the Russell, Pilva, and Cortona Loneliness Scale (1980), Young's Cyberspace Addiction Questionnaire (1998), and Zuckerman's Sensation Seeking Questionnaire (1978) and analyzed using Pearson's correlation test and regression test. The results showed that there is a significant relationship ($P < 0.01$) between the components of sensation seeking, experience seeking, inhibition avoidance, and boredom susceptibility, and loneliness with cyberspace addiction. According to the results obtained, it can be concluded that as feelings of loneliness and excitement seeking increase, the level of cyberspace addiction also increases.

Keywords: Exictment, Addiction and virtual community, Femal studes

© 2023 Journal of Mental Health in School (JMHS)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article: Ghaffari, M. (2025). Investigating the Relationship between Loneliness, Sensation Seeking, and Cyberspace Addiction among Female Second-Year High School Students in Qazvin City. *JMHS*, 3(3): 50-58.





بررسی رابطه بین احساس تنهایی و هیجان خواهی با اعتیاد به فضای مجازی در بین دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین

مصطفی غفاری^{*۱}

^۱ عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان، استان قزوین، پردیس شهید رجایی
* نویسنده مسئول: mostafa.ghaffari@cfu.ac.ir

تاریخ چاپ مقاله: ۱۴۰۴/۰۷/۰۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۰۵/۲۰

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۰۲/۱۱

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین هیجان خواهی، احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی در بین دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین انجام یافته بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین، ۸۰۶۷ دانش آموز در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. برای این منظور بر اساس جدول مورگان ۳۶۹ نفر از دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین انتخاب شدند. دانش آموزان با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس احساس تنهایی راسل و پیلوا و کورتونا (۱۹۸۰)، پرسشنامه اعتیاد به فضای مجازی یانگ (۱۹۹۸) و پرسشنامه هیجان خواهی زاگرم (۱۹۷۸) جمع‌آوری و به کمک آزمون همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین مولفه‌های هیجان خواهی، تجربه طلبی، گریز از بازداری و ملال‌پذیری و احساس تنهایی با اعتیاد به فضای مجازی رابطه معناداری ($P < 0.01$) وجود دارد. با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان استنباط کرد که با افزایش احساس تنهایی و هیجان خواهی، میزان اعتیاد به فضای مجازی نیز افزایش می‌یابد.

واژگان کلیدی: هیجان خواهی، اعتیاد به فضای مجازی، احساس تنهایی، دانش آموزان متوسطه دوم

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه سلامت روان در مدرسه محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: غفاری، مصطفی. (۱۴۰۴). بررسی رابطه بین احساس تنهایی و هیجان خواهی با اعتیاد به فضای مجازی در بین دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین. فصلنامه سلامت روان در مدرسه، ۳(۳): ۸۵-۵۰.

مقدمه

منبع اطلاعاتی و ابزاری برای ارتباطات اجتماعی، به طور فزاینده‌ای در حال تبدیل شدن به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی افراد است. از سوی دیگر، با گسترش استفاده از اینترنت، تعداد افرادی که به فضای مجازی اعتیاد دارند نیز در حال افزایش است (خطیب و آگاه، ۱۳۹۳). این پدیده نگران‌کننده به گونه‌ای است که محققین ادعا می‌کنند اعتیاد به فضای مجازی یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده سلامت جامعه به شمار می‌آید (Rinkeff, 2018). اعتیاد به فضای مجازی می‌تواند تأثیرات

آمارهای مربوط به تعداد کاربران ایرانی اینترنت در سال ۲۰۰۶ نشان می‌دهد که ۱۱ میلیون نفر از اینترنت استفاده می‌کردند، در حالی که این آمار در سال ۲۰۱۰ به حدود ۳۳ میلیون نفر افزایش یافته است (علوی و همکاران، ۱۳۸۹). این افزایش قابل توجه در تعداد کاربران اینترنت، نشان‌دهنده گسترش کاربری اینترنت و نفوذ آن در زندگی روزمره مردم ایران است. با توجه به این روند، می‌توان نتیجه گرفت که اینترنت به عنوان یک

تنهایی یکی از مهم‌ترین علت رفتارهای خود آسیبی است (مدگه و همکاران، ۲۰۰۸). علاوه بر این، مشخص شده است که احساس تنهایی در طولانی‌مدت موجب کاهش قوای جسمانی، روان‌شناختی و عاطفی می‌شود و توان فرد برای مقابله کاهش می‌یابد (اسچنکا، وندلمن، بوسرت و سواهن، ۲۰۱۲) از جمله متغیرهایی که با احساس تنهایی رابطه دارد، اعتیاد به اینترنت می‌باشد. به‌گونه‌ای که محققین بیان می‌کنند که یکی از پیامدهای منفی احساس تنهایی، استفاده بیش‌ازاندازه از اینترنت است، به ترتیبی که افرادی که از احساس تنهایی بیشتری رنج می‌برند، به‌احتمال بیشتری به‌صورت اعتیادگونه از اینترنت استفاده می‌کنند (زربخش، راشدی و خادمی، ۱۳۹۱). این موضوع نشان‌دهنده این است که افراد برای فرار از احساس تنهایی و ایجاد ارتباطات مجازی، به فضای مجازی پناه می‌برند و این امر می‌تواند به اعتیاد به اینترنت منجر شود. با توجه به مطالب گفته‌شده و با در نظر گرفتن شیوه اعتیاد به فضای مجازی، بررسی متغیرهای مرتبط با آن دارای اهمیت می‌باشد. به این ترتیب، سؤال اساسی این پژوهش این است که آیا بین هیجان خواهی، احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی در بین دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین رابطه معناداری وجود دارد؟ این سؤال می‌تواند به درک بهتر از عوامل مؤثر بر اعتیاد به فضای مجازی کمک کند و راهکارهایی برای پیشگیری و درمان این پدیده ارائه دهد و در نهایت به بهبود سلامت روانی و اجتماعی افراد کمک نماید.

مبانی نظری

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین، ۸۰۶۷ دانش‌آموز در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. با توجه به جامعه آماری که شامل تمام دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان قزوین بود، حجم نمونه بر اساس جدول مورگان ۳۶۹ نفر مشخص شد. روش نمونه‌گیری این پژوهش از نوع در دسترس بود. به این صورت که از میان دانش‌آموزان به صورت در دسترس نمونه‌ها انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از بسته نرم‌افزاری SPSS ۲۷ تحلیل شد. در تحلیل آمار استنباطی از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد.

ابزار پژوهش

مقیاس احساس تنهایی

Russel & Caplen در سال ۱۹۸۰ مقیاس احساس تنهایی (Russel & Caplen) را طراحی کردند که شامل ۲۰

منفی زیادی بر روی سلامت روانی و اجتماعی افراد داشته باشد و به مشکلاتی نظیر افسردگی، اضطراب و اختلالات خواب منجر شود. بنابراین، بررسی این موضوع از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا با شناخت عوامل مؤثر بر اعتیاد به فضای مجازی، می‌توان راهکارهایی برای پیشگیری و درمان این پدیده ارائه داد و به بهبود کیفیت زندگی افراد کمک کرد. متغیرهای گوناگونی با اعتیاد به فضای مجازی ارتباط دارند. یکی از عواملی که با اعتیاد به فضای مجازی در ارتباط می‌باشد، هیجان است (Moller, Dier & Brindly, 2016). هیجان به عنوان یک احساس طبیعی در انسان‌ها شناخته می‌شود و افراد به دنبال ارضای آن می‌باشند. (Zuckerman (2007 هیجان خواهی را به‌صورت یک میل تعریف کرده است که فرد به جستجوی تجربه‌های متنوع، تازه و پیچیده و جدید میل دارد و به دنبال پرداختن به خطرهای بدنی و مالی می‌باشد. افراد دارای هیجان خواهی بالا از طریق تجارب تازه و محرک‌های پیچیده برانگیخته می‌شوند و تلاش دارند تا شدت تحریک دریافت شده از این تجارب را افزایش دهند (Robert, Leyy & Krashen, 2004) هیجان خواهی یکی از خصیصه‌های شخصیتی است که با انواع اعتیاد، از جمله اعتیاد به مواد مخدر (پینچوسکی، ۲۰۰۹) و اعتیاد به اینترنت (Jank, 2009) مرتبط می‌باشد. به‌عبارت‌دیگر، یکی از راه‌هایی که افراد می‌توانند میل به هیجان خواهی خود را ارضا کنند، اعتیادهای رفتاری می‌باشد (ولزمورو، لاسفیلد و رابرتی، ۲۰۱۰) از جمله این اعتیادها می‌توان به اعتیاد به فضای مجازی اشاره کرد که به دلیل دسترسی آسان و تنوع بالای محتوا، به راحتی می‌تواند افراد را به خود جذب کند و به رفتارهای اعتیادی منجر شود. مطالعات نشان داده است که حمایت اجتماعی و فعالیت‌های مثبت اجتماعی در پیشگیری از عود مصرف مواد در افراد مبتلا به اعتیاد مؤثر می‌باشد، به‌گونه‌ای که احتمال عود را کاهش می‌دهد (Allis & Herrel, 2004). یکی از مفاهیمی که در مورد ارتباط اجتماعی افراد مطرح شده است، احساس تنهایی می‌باشد. به‌گونه‌ای که افرادی که از احساس تنهایی رنج می‌برند، به‌احتمال زیاد در تعاملات اجتماعی خود موفق نمی‌باشند (دجانگیرولد و تچ-رومر، ۲۰۱۲). احساس تنهایی تجربه نامطلوبی است که ریشه در تعارضات ارتباطی بین فردی و کاستی‌هایی در روابط اجتماعی شخص دارد و با مشکلات رفتاری مانند عصبانیت، غمگینی و افسردگی همراه می‌باشد و به‌صورت رفتارهایی مانند پرهیز از ارتباط با دیگران نمایان می‌شود (الهاگین، ۲۰۰۴) نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که افراد، تنهایی را تا زمان نوجوانی تجربه نمی‌کنند؛ به‌گونه‌ای که اغلب بعد از نوجوانی فرد با آن مواجه نمی‌شود (سالویان، ۲۰۱۳). پژوهشگران بر این اعتقادند که احساس

نشان دهنده هیجان خواهی بالاتر وی می باشد. همسانی درونی این پرسشنامه بین ۰/۸۳ تا ۰/۸۶ گزارش شده است. آلفای کرونباخ نسخه فارسی این پرسشنامه ۰/۷۹ گزارش شده است (محوئی شیرازی، ۱۳۸۵).

یافته های پژوهش

جدول ۱: نتایج همبستگی هیجان خواهی و احساس تنهایی با اعتیاد به فضای مجازی

متغیرها	اعتیاد به فضای مجازی
هیجان خواهی	۰/۷۳**
احساس تنهایی	۰/۵۷**

جدول ۲: نتایج همبستگی مولفه های هیجان خواهی پژوهش

متغیرها	مولفه ها	اعتیاد به فضای مجازی
هیجان خواهی	هیجان خواهی	۰/۶۰**
	تجربه طلبی	۰/۴۳**
	گریز از بازداری	۰/۳۷**
	ملال پذیری	۰/۳۹**
احساس تنهایی	احساس تنهایی	۰/۵۷**

جدول ۳: نتایج همبستگی مولفه های هیجان خواهی با احساس تنهایی

متغیرها	احساس تنهایی
هیجان خواهی	۰/۴۲**
تجربه طلبی	۰/۲۴**
گریز از بازداری	۰/۳۳**
ملال پذیری	۰/۲۵**

سوال می باشد که با استفاده از یک طیف لیکرت ۴ تایی ارزیابی می شود. این مقیاس شامل ۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت است. نمرات در این مقیاس به صورت نمره کل محاسبه می شود و فاقد زیرمقیاس می باشد. هر چه نمره فرد در این مقیاس بیشتر باشد، احساس تنهایی بیشتری را تجربه می کند. پایایی این آزمون در نسخه تجدید نظر شده ۷۸٪ گزارش شده است. پایایی آزمون با استفاده از روش بازآزمایی توسط Russel & Caplen (۱۹۷۸) ۸۹٪ به دست آمد. این مقیاس توسط شکر کن و میردیکوند ترجمه و هنجاریابی شد و آلفای کرونباخ آن ۰/۷۶ گزارش شد (نادری، حق شناس، ۱۳۸۸).

پرسشنامه اعتیاد به فضای مجازی

این پرسشنامه دارای ۲۰ ماده است که برای سنجش میزان وابستگی به افراد به اینترنت یا فضای مجازی توسط یانگ (۱۹۹۸) طراحی شده است و به روش لیکرت ۵ درجه ای نمره گذاری می شود (۵=همیشه؛ تا ۱=به ندرت). این پرسشنامه فاقد زیرمقیاس می باشد و جمع نمرات آن محاسبه می شود. نمره کمتر از ۲۰ نشان دهنده عدم وابستگی، نمره بین ۲۰-۴۹ نشان دهنده کاربرد طبیعی و نمره ۵۰-۷۹ نشان دهنده اعتیاد خفیف (افراد در معرض خطر) و نمره ۸۰=۱۰۰ نشان دهنده اعتیاد شدید است. علوی و همکاران (۱۳۸۹) اعتبار و روایی نسخه فارسی این پرسشنامه را بررسی کردند و بیان کردند که همسانی درونی این پرسشنامه ۰/۸۸ و پایایی بازآزمایی آن ۰/۷۴ است.

پرسشنامه هیجان خواهی

این پرسشنامه توسط زاگرمین در سال ۱۹۷۸ تهیه شده است. دارای ۴۰ ماده می باشد که در هر ماده دو عبارت وجود دارد. ۴ زیرمقیاس این پرسشنامه عبارت اند از هیجان خواهی، تجربه طلبی، گریز از بازداری و ملال پذیری. نمرات آزمودنی ها بین ۰ تا ۴۰ می باشد. هر چه نمره فرد در این پرسشنامه بیشتر باشد

جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش بینی اعتیاد به فضای مجازی بر اساس هیجان خواهی و احساس تنهایی

الگو	متغیر	R	R ²	R ² _{adj}	B	Beta	t
۱		۰/۷۷	۰/۵۹	۰/۵۸			
	هیجان خواهی				۰/۴۵	۰/۲۸**	۷/۱۹
	احساس تنهایی				۰/۸۷	۰/۵۹**	۱۵/۰۷

** (P<۰/۰۱)

جدول ۵: تحلیل واریانس رگرسیون برای اعتیاد به فضای مجازی بر اساس هیجان خواهی و احساس تنهایی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آزمون F	سطح معناداری
۱	۵۱۷۷۷/۸۹	۲	۲۵۸۸۸/۹۴	۲۵۹/۳۵	۰/۰۰۰
	۳۶۳۳۵/۲۳	۳۶۴	۹۹/۸۲		
مجموع	۸۸۱۱۳/۱۱۷	۳۶۶			

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی اعتیاد به فضای مجازی بر اساس مولفه های هیجان خواهی

الگو	متغیر	R	R ²	R ² _{adj}	B	Beta	t
۱		۰/۷۴	۰/۵۵	۰/۵۴			
	هیجان خواهی				۱/۴۲	۰/۴۸**	۱۲/۹۲
	تجربه طلبی				۰/۸۷	۰/۲۵**	۶/۸۵
	گریز از بازداری				۰/۷۶	۰/۱۸**	۴/۷۵
	ملال پذیری				۱/۱۲	۰/۲۲**	۶/۰۱

** (p<۰/۰۱)

جدول ۷: تحلیل واریانس رگرسیون برای اعتیاد به فضای مجازی بر اساس مولفه های هیجان خواهی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آزمون F	سطح معناداری
۱	۴۸۳۰۵/۱۷	۴	۱۲۰۷۶/۲۹	۱۰۹/۸۲	۰/۰۰۰
	۳۹۸۰۷/۹۵	۳۶۲	۱۰۹/۹۷		
مجموع	۸۸۱۱۳/۱۱۷	۳۶۶			

جدول ۸: نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی اعتیاد به فضای مجازی بر اساس احساس تنهایی

الگو	متغیر	R	R ²	R ² _{adj}	B	Beta	t
۱	احساس تنهایی	۰/۵۷	۰/۳۳	۰/۳۳	۰/۹۲	۰/۵۷**	۱۳/۴۱

** (p<۰/۰۱)

جدول ۹: تحلیل واریانس رگرسیون برای اعتیاد به فضای مجازی بر اساس احساس تنهایی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آزمون F	سطح معناداری
۱	۲۹۰۹۱/۵۲	۱	۲۹۰۹۱/۵۲	۱۷۹/۹۱	۰/۰۰۰
	۵۹۰۲۱/۶۰	۳۶۵	۱۶۱/۷۰		
مجموع	۸۸۱۱۳/۱۱۲	۳۶۶			

جدول ۱۰: نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس مولفه های هیجان خواهی

الگو	متغیر	R	R ²	R ² _{adj}	B	Beta	t
۱		۰/۵۲	۰/۲۷	۰/۲۶			
	هیجان خواهی				۰/۶۴	۰/۳۴**	۷/۳۱
	تجربه طلبی				۰/۲۱	۰/۱۰*	۲/۰۹
	گریز از بازداری				۰/۵۸	۰/۲۲**	۴/۵۸
	ملال پذیری				۰/۳۹	۰/۱۲**	۲/۶۹

** (p<۰/۰۱)

جدول ۱۱: تحلیل واریانس رگرسیون برای احساس تنهایی بر اساس مولفه های هیجان خواهی

سطح معناداری	F آزمون	میانگین مجزورات	درجه آزادی	مجموع مجزورات	مدل	
۰/۰۰۰	۲۳/۷۳	۲۳۱۵۰/۲۰	۴	۹۲۶۰/۸۱	رگرسیون	۱
		۶۸/۶۴	۳۶۲	۲۴۸۵۰/۶۱	باقیمانده	
			۳۶۶	۳۴۱۱۱/۴۲	مجموع	

بحث و نتیجه گیری

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که بین هیجان خواهی و احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی رابطه معناداری و مثبتی وجود دارد. هیجان خواهی یکی از خصیصه های شخصیتی است که با انواع اعتیاد مانند اعتیاد به مواد مخدر (Pechoskini, 2009) و اعتیاد به اینترنت (Chang, Chang, Lucas, Li, 2009) مرتبط می باشد. به عبارت دیگر، یکی از راه هایی که افراد می توانند میل به هیجان خواهی خود را ارضا کنند، اعتیادهای رفتاری می باشد (ولزمورو و همکاران، ۲۰۱۰؛ شی و همکاران، ۲۰۱۱). از جمله این اعتیادها می توان به اعتیاد به فضای مجازی اشاره کرد. هیجان خواهی از جمله نیازهای برجسته در انسان می باشد و تاثیر بسزایی در تمام مراحل زندگی انسان دارد و مخاطرات اجتماعی (رانندگی در زمان مستی)، مخاطرات بدنی (آسیب رساندن به خود و دیگر افراد)، مخاطرات قانونی (تحت تعقیب پلیس بودن) و مخاطرات مالی (بیکار شدن) را در پی داشته باشد (Zuckerman, 2007). افراد هیجان خواه دارای ویژگی هایی نظیر خودمختاری، برون گرایی، با جسارت و ناهمخوان هستند. در افکار سیاسی میل به آزاداندیشی دارند، در هنگام موفقیت های مبهم تحمل بیشتری از خود نشان می دهند. سلطه جویی ضعیف تری در نگرش های جنسی آنان وجود دارد و پاسخ های فیزیولوژیکی آنان به محرک های جدید قوی تر از سایر افراد است (Zuckerman, 1978). هیجان خواهی یکی از متغیرهای پیش بینی کننده اعتیاد به فضای مجازی است، به گونه ای که با افزایش هیجان خواهی احتمال اعتیاد به فضای مجازی نیز افزایش پیدا می کند (لیسیور و بلوم، ۱۹۹۳). افرادی که از هیجان خواهی بالایی برخوردارند، نیاز به داشتن تجربه های متنوع و جدید دارند، تنوع طلبی و جستجوی تجربه های جذاب و هیجان انگیز در این افراد وجود دارد، از طرفی مهیج بودن و هیجان انگیز بودن فضای مجازی و تازگی و تنوع آن، در جذب این افراد به فضای مجازی نقش دارد (هوانگ و پارک، ۲۰۱۵). پژوهشگران معتقدند که ویژگی هایی مانند علاقه به کشف امور جدید و کاوش موقعیت های نو و غیر تکراری در افراد هیجان خواه موجب می شود که آنان به احتمال بیشتری به سمت اعتیاد به فضای مجازی کشیده شوند (هیتر و اسویکرت، ۲۰۰۶). افراد دارای هیجان خواهی بالا از طریق رفتار بی بند و بارانه که

یافته های پژوهش حاضر نشان داد که بین هیجان خواهی و احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی رابطه معناداری و مثبتی وجود دارد. هیجان خواهی یکی از خصیصه های شخصیتی است که با انواع اعتیاد مانند اعتیاد به مواد مخدر (Pechoskini, 2009) و اعتیاد به اینترنت (Chang, Chang, Lucas, Li, 2009) مرتبط می باشد. به عبارت دیگر، یکی از راه هایی که افراد می توانند میل به هیجان خواهی خود را ارضا کنند، اعتیادهای رفتاری می باشد (ولزمورو و همکاران، ۲۰۱۰؛ شی و همکاران، ۲۰۱۱). از جمله این اعتیادها می توان به اعتیاد به فضای مجازی اشاره کرد. هیجان خواهی از جمله نیازهای برجسته در انسان می باشد و تاثیر بسزایی در تمام مراحل زندگی انسان دارد و مخاطرات اجتماعی (رانندگی در زمان مستی)، مخاطرات بدنی (آسیب رساندن به خود و دیگر افراد)، مخاطرات قانونی (تحت تعقیب پلیس بودن) و مخاطرات مالی (بیکار شدن) را در پی داشته باشد (Zuckerman, 2007). افراد هیجان خواه دارای ویژگی هایی نظیر خودمختاری، برون گرایی، با جسارت و ناهمخوان هستند. در افکار سیاسی میل به آزاداندیشی دارند، در هنگام موفقیت های مبهم تحمل بیشتری از خود نشان می دهند. سلطه جویی ضعیف تری در نگرش های جنسی آنان وجود دارد و پاسخ های فیزیولوژیکی آنان به محرک های جدید قوی تر از سایر افراد است (Zuckerman, 1978). هیجان خواهی یکی از متغیرهای پیش بینی کننده اعتیاد به فضای مجازی است، به گونه ای که با افزایش هیجان خواهی احتمال اعتیاد به فضای مجازی نیز افزایش پیدا می کند (لیسیور و بلوم، ۱۹۹۳). افرادی که از هیجان خواهی بالایی برخوردارند، نیاز به داشتن تجربه های متنوع و جدید دارند، تنوع طلبی و جستجوی تجربه های جذاب و هیجان انگیز در این افراد وجود دارد، از طرفی مهیج بودن و هیجان انگیز بودن فضای مجازی و تازگی و تنوع آن، در جذب این افراد به فضای مجازی نقش دارد (هوانگ و پارک، ۲۰۱۵). پژوهشگران معتقدند که ویژگی هایی مانند علاقه به کشف امور جدید و کاوش موقعیت های نو و غیر تکراری در افراد هیجان خواه موجب می شود که آنان به احتمال بیشتری به سمت اعتیاد به فضای مجازی کشیده شوند (هیتر و اسویکرت، ۲۰۰۶). افراد دارای هیجان خواهی بالا از طریق رفتار بی بند و بارانه که

اینترنت استفاده می‌کنند (زربخش و همکاران، ۱۳۹۱). ادراک حمایت اجتماعی به صورت معکوس قدرت پیش بینی اعتیاد به فضای مجازی را دارد و احساس تنهایی با اعتیاد به فضای مجازی رابطه مثبتی دارد (سلیمی و همکاران، ۲۰۰۹). فضای مجازی به عنوان یک رسانه، زندگی مرفه و امنی را برای تعدادی از افراد فراهم می‌سازد که در دنیای واقعی انکار شده اند (Nowland et al, 2018). فضای مجازی می‌تواند راه فراری باشد برای افرادی که از مشکلات روانی رنج می‌برند و به تشویش و احساس تنهایی دچار شده اند و همچنین وسیله ای برای ارضای نیازهای روانی و هیجانی آن هاست (Demir & Kutlu, 2016). این گونه می‌توان بیان کرد که افراد تنها به دلیل پتانسیل بالای فضای مجازی برای مصاحبت، الگوهای تغییر یافته تعاملات اجتماعی بر خط و همچنین به عنوان شیوه ای برای تعدیل حالات منفی مرتبط با احساس تنهایی، به سمت فضای مجازی کشیده می‌شوند (Skues et al, 2016).

گمنامی و نداشتن ارتباط رو در رو در محیط های مجازی، از خودآگاهی و اضطراب اجتماعی می‌کاهد که خود تسهیل کننده رفتار جامعه پسند و شکل گیری روابط دوستانه در این محیط ها برای افراد تنها می‌باشد (هباچی و همکاران، ۲۰۱۸). افرادی که در روابط واقعی بین فردی موفق نبودند، اکنون به واسطه فضای مجازی می‌توانند بدون آنکه چهره خود را برملا کنند، روابط گسترده ای را برقرار کنند و احساسات خویش را ظاهر سازند (عیسی نژاد و باقری، ۲۰۱۸). بنابراین، می‌توان این گونه نتیجه گیری کرد که بین احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی رابطه وجود دارد. به صورتی که با افزایش احساس تنهایی دانش آموزان احتمال اعتیاد به فضای مجازی، افزایش می‌یابد.

پیشنهاد های کاربردی

- به مشاوران و روانشناسانی که دارای مراجعانی هستند که به علت اعتیاد به فضای مجازی به آن ها رجوع کردند، پیشنهاد می‌شود که به احساس تنهایی و هیجان خواهی، توجه خاصی داشته باشند.

- با توجه به اینکه در دانشگاه دانش آموزان از شهرهای متعددی کنار هم تحصیل می‌کنند و یا در خوابگاه ها زندگی می‌کنند، ممکن است به علت دوری از خانواده و دوستان سابق خود دچار احساس تنهایی شوند که این امر زمینه ساز اعتیاد به فضای مجازی به شمار می‌آید. به این ترتیب، پیشنهاد می‌شود مرکز مشاوره دانشگاه کلاس هایی به صورت گروهی و فردی برای دانش آموزان برگزار کند تا دانش آموزانی

شامل فعالیت های خطرناک، شیوه غیرمعارف زندگی و عدم پذیرش یکنواختی می‌باشد، بر روی نیاز برای تجارب جدید و متنوع تمرکز می‌کنند. بازداری زدایی میل به رها کردن خود از قید و بندهای اجتماعی به خاطر لذت جویی است و استفاده مداوم از جهان مجازی امکان فرار از محدودیت های اجتماعی را بدون سرزنش دیگران و یا تنبیه قانون فراهم می‌سازد (ولزمورو و همکاران، ۲۰۱۰). علاوه بر این، حساسیت نسبت به یکنواختی و ملال و بیزاری از هر گونه کار یکنواخت در افراد هیجان خواه موجب می‌شود که بر روی نیاز برای تجارب جدید و متنوع تمرکز کنند و فضای مجازی می‌تواند یکی از راه های رفع این نیاز باشد (شی و همکاران، ۲۰۱۱). بنابراین، می‌توان این گونه بیان کرد که مولفه های هیجان خواهی قدرت پیش بینی اعتیاد به فضای مجازی را دارند

همچنین یافته های این پژوهش نشان داد که بین احساس تنهایی و اعتیاد به فضای مجازی رابطه معناداری و مثبتی وجود دارد. پژوهشگران معتقدند که حمایت اجتماعی و فعالیت های مثبت اجتماعی در پیشگیری از عود مصرف مواد در افراد مبتلا به اعتیاد مؤثر می‌باشد به گونه ای که احتمال عود را کاهش می‌دهد (الیس و همکاران، ۲۰۰۴). یکی از مفاهیمی که در مورد ارتباط اجتماعی افراد مطرح شده است، احساس تنهایی می‌باشد. به گونه ای که افرادی که از احساس تنها رنج می‌برند، به احتمال زیاد در تعاملات اجتماعی خود موفق نمی‌باشند (دجانگیرولد و تچ-رومر، ۲۰۱۲). احساس تنهایی تجربه نامطلوبی است که ریشه در تعارضات ارتباطی بین فردی و کاستی هایی در روابط اجتماعی شخص، دارد و با مشکلات رفتاری مانند عصبانیت، غمگینی و افسردگی همراه می‌باشد و به صورت رفتارهایی مانند پرهیز از ارتباط با دیگران نمایان می‌شود (الهاگین، ۲۰۰۴). نتایج پژوهش ها نشان داده است که افراد، تنهایی را تا زمان نوجوانی تجربه نمی‌کنند؛ به گونه ای که اغلب بعد از نوجوانی فرد با آن مواجه نمی‌شود (سالیوان، ۲۰۱۳). پژوهشگران بر این اعتقادند که احساس تنهایی یکی از مهم ترین علت رفتارهای خود آسیمی است (مدگه و همکاران، ۲۰۰۸). علاوه بر این، مشخص شده است که احساس تنهایی در طولانی مدت موجب کاهش قوای جسمانی، روان شناختی و عاطفی می‌شود و توان فرد برای مقابله کاهش می‌یابد (Schinka, VanDulmen, Bossarte & Swahn, 2012). از جمله متغیرهایی که با احساس تنهایی رابطه دارد، اعتیاد به اینترنت می‌باشد، به گونه ای که محققین بیان می‌کنند که یکی از پیامدهای منفی احساس تنهایی، استفاده بیش از اندازه از اینترنت است، به ترتیبی که افرادی که از احساس تنهایی بیشتری رنج می‌برند، به احتمال بیشتری به صورت اعتیاد گونه از

عیسی نژاد و باقری. (۲۰۱۸). "مفهوم پداگوژی در تعلیم و تربیت و هوش هیجانی" انتشارات رشد
لیسور و بلوم - مترجم: فرهاد کریم پور. (۱۹۹۳). "برنامه ریزی درسی بر محور انگیزش و هیجان" انتشارات گالچ
لیسور و بلوم. (۱۹۹۳). "مدیریت مدارس لس آنجلس از طریق عزم استفاده از داروهای خودگردان" انتشارات ترجمه
محوای شیرازی، یسد محمد. (۱۳۸۵). "روابط انسانی و هیجانی در فرایند آموزش و پرورش" انتشارات پژوهشکده فرهنگیان
مدگه و همکاران. (۲۰۰۸). "بررسی تاب آوری در هیجانات تدریس و اثر بخشی آن از دیدگاه دبیران مقطع متوسطه دوم" انتشارات رشد

ولزمز و رابرتی و همکارانش. (۲۰۱۱). "امکان سنجی برای راهکارهای تمرکز و انگیزه در فرایند تدریس در بین معلمان ابتدایی" انتشارات اکسفورد
الهاگین. (۲۰۰۴). "طراحی سرفصل های انگیزش در فرایند مدیریت مدرسه" فصلنامه نوآوری های آموزشی. شماره ۱۲
هوانگ و پارک. (۲۰۱۵). "روابط انسانی در تدریس" انتشارات جنگل
هیتنر و اسکویرت (۲۰۱۶). "تمرکز زدایی در آموزش با استفاده از انگیزش های درونی" انتشارات یونسکو
یانگ و بک لین. (۱۹۸۹). "مدیریت مبتنی بر فرایند انگیزش" تهران انتشارات مدرسه

فهرست منابع

- Alavi. (2010), *Decentralization in Students and the Behavior of Educational Sciences* - Roshd Publications
- Allis B. & Herrel, T. (2004) "toward psychology and teaching" Cambridge Univversty Press.
- Booster and Sawahan. (2012). translated by Saeed Jaffrey, "Evaluation of Motivation and Emotional Intelligence", Education Research Institute Publications
- Chang, E. C., Chang, O. D., Lucas, A. G., Li, M., Beavan, C. B., Eisner, R. S., ... & de la Fuente, A. (2018). Depression, loneliness, and suicide risk among Latino college students: a test of a psychosocial interaction model. *Social work*, 64(1), 51-60.
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2016). The Relationship between loneliness and depression: Mediation role of Internet addiction. *Educational Process: International Journal*.
- Elhagin. (2004) "Designing Motivational Headlines in the School Management

که از احساس تنهایی بالایی رنج می برند، از کمک مشاوران بهره گیرند.
-با در نظر گرفتن نقش هیجان خواهی در اعتیاد به فضای مجازی و نیاز هیجان خواهی بالا در جوانان این امر ضروری به نظر می رسد که امکاناتی در دانشگاه باید وجود داشته باشد تا این نیاز دانش آموزان به شیوه صحیح و تاحد ممکن به صورت کنترل شده و تحت نظارت برطرف شود. بنابراین، پیشنهاد می شود تا حد امکان وسایل ورزشی و سرگرمی در دانشگاه و خوابگاه وجود داشته باشد تا دانش آموزان بتوانند نیاز هیجان خواهی خود را برطرف نمایند.

موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

منابع فارسی

- زربخش، محمدرضا؛ راشدی، وحید؛ خادمی، محمد. (۱۳۹۱). احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان. *مجله مدیریت و ارتقای سلامت*. ۲(۱)، ۳۸-۳۲.
- خطیب، نازیلا؛ آگاه، مژگان. (۱۳۹۳). شیوع اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان پیام نور استان سمنان. *مجله دانشگاهی یادگیری الکترونیکی*. ۵(۲)، ۷-۱.
- بوستر و سواهن. (۲۰۱۲). "ارزشیابی در انگیزه و هوش هیجانی" مترجم سعید جفری انتشارات پژوهشکده تعلیم و تربیت سالیوان. (۲۰۱۳). "مدیریت هوش هیجانی در کودکان" برنامه ریزی درسی چاپ دوازدهم - تهران، انتشارات مدرسه
سلیمی و همکارانش. (۲۰۰۹). "امکان سنجی و ارزشیابی" انتشارات رشد
شی و همکاران. (۲۰۱۱). "مشارکت در آموزش و پرورش با روانشناسی" تهران - انتشارات پژوهشکده تعلیم و تربیت
علوی. (۱۳۸۹). تمرکز زدایی در دانش آموزان و نحوه چگونگی رفتار علوم تربیتی - انتشارات رشد

- Russel & Caplen. (1980). "Is there any natural sequences for controlling anxiety in educational setting" TEFL journal.
- Salimi and et al. (2009) "Feasibility Assessment and Evaluation" Roshd Publications
- Salimi, A. R., JOUKAR, B., & NIKPOUR, R. (2009). Internet and communication: Perceived social support and loneliness as antecedent variables.
- Schinka, K. C., VanDulmen, M. H., Bossarte, R., & Swahn, M. (2012). Association between loneliness and suicidality during middle childhood and adolescence: longitudinal effects and the role of demographic characteristics. *The Journal of psychology*, 146(1-2), 105-118.
- Shi et al. (2011) "Participation in Education with Psychology" Tehran - Education Research Institute Publications
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The effects of boredom, loneliness, and distress tolerance on problem internet use among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(2), 167-180.
- Sullivan. (2013) "Managing Emotional Intelligence in Children" 12th Edition Curriculum Planning - Tehran, Madrasah Publications
- Wolmes, Roberti et al. (2011) "Feasibility Assessment for Focus and Motivation Strategies in the Teaching Process Among Elementary School Teachers" Oxford Publications
- Yang and Becklin. (1989) "Management Based on the Motivation Process" Tehran Madrasah Publications
- Zarbaksh, MR., Rashedi, V., Khademi, M. (2012). Loneliness and Internet Addiction in Students. *Journal of Health Management and Promotion*. 2(1), 38-32. [Persian]
- Zuckerman, M. (2007). The sensation seeking scale V (SSS-V): Still reliable and valid. *Personality and Individual Differences*, 43(5), 1303-1305.
- Zukerma. V. (1987). "motivation and schools' contexts" UK press
- Zukerma. V. (2007). "learners attitudes toward teaching concepts" UK press
- Process" Educational Innovations Quarterly. Issue 12
- Hitner, Vasquiert. (2016). "Decentralizing Education Using Intrinsic Motivation" UNESCO Publications
- Huang, Park. (2015). "Human Relationships in Teaching" Jangal Publications
- Issa Nejad, Bagheri. (2018) "The Concept of Pedagogy in Education and Emotional Intelligence" Roshd Publications
- Jank.p. (2009). " Internatioanl journal of motivation" UK press.
- Khatib, N., Agah, M. (2014). Prevalence of Internet Addiction in Students of Payam Noor University of Semnan Province. *Academic Journal of E-Learning*. 5(2), 7-1. [Persian]
- Lesseur and Bloom (1993) "Managing Los Angeles Schools Through the Use of Self-Administered Medications" Publications Translated by
- Lesseur and Bloom. (1993) "Curriculum Planning Based on Motivation and Emotion", Translated by Farhad Karimpour. Galage Publications
- Mahavi Sh, Yased M. (2006) "Human and Emotional Relationships in the Education Process" Farhangian Research Institute Publications
- Medgeh, et al. (2008) "Investigating Resilience in Teaching Emotions and Its Effectiveness from the Perspective of Secondary School Teachers" Roshd Publications
- Moller, D. Dier F, Brindly, (2016). "Needs and psychology in commuicatiive setting" : Oxford University Press.
- Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and social internet use: pathways to reconnection in a digital world?. *Perspectives on Psychological Science*, 13(1), 70-87.
- Pechoskini, Z. (2009). " what is the instrumental motivation" UK Press
- PelowF. Fregson, M. (1987). " anxiety in teaching context in Uk. "Oxford Press.
- Rinkeff, M. (2018). "Essential of context learning in education" (eds)
- Robert, Leyy. C., krashen, S. (2004). "social context of teaching and learning process" .