

## The role of social skills & emotional intelligence in predicting internet addiction among university students

Fatemeh Raiisi<sup>1</sup>, Ameneh Hajikaram<sup>2</sup>, Maryam Tehrani Zadeh<sup>3</sup>, Fatteme Bakhshi<sup>4</sup>

1-PhD in Cognitive Science, Department of Psychology, Institute of Cognitive Science, Tehran, Iran (Corresponding Author). E-mail:elhamaraiisi@gmail.com

2- PhD in Counseling and Guidance, Department of Psychology, Abhar Branch, Islamic Azad University, Abhar, Iran.

3- Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Paiame-Noor University, Tehran, Iran.

4- Master of General Psychology, Department of Psychology, Olom va Tahghghat Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Received: 18/06/2020

Accepted: 22/08/2020

### Abstract

**Introduction:** Today internet addiction is considered as a kind of psychological disorder which can cause serious problem for students as a high-risk group.

**Aim:** The purpose of this study was to determine the relationship between social skills and emotional intelligence with internet addiction of students at Piame-Noor University of Alborz Province (Iran).

**Method:** The method was descriptive-correlational. The population of this study included all students of Piame-Noor University of Alborz in 2019 and based on this, 350 students were selected by random cluster sampling. Participants completed Young Internet Addiction Questionnaire (1996), Rigo and Canary Social Skills Questionnaire (2003), and Gelman Emotional Intelligence Questionnaire (2001). Descriptive statistics and multivariate regression analysis were used using SPSS-22 software.

**Results:** The Findings displayed that there was a significant negative relationship between internet addiction and social skills and emotional intelligence ( $P<0.05$ ). It means that, as students' social skills and emotional intelligence increased, their internet addiction decreased, and it can be true in the opposite way. Moreover, the results of regression analysis indicated that social skills and emotional intelligence were able to significantly predict internet addiction and, 9.3% of the variance in internet addiction was explained by social skills & 4.2% of the variance in internet addiction was explained by emotional intelligence.

**Conclusion:** It can be concluded that as the level of social skills and emotional intelligence in university students increases, the possibility of internet addiction decreases.

**Keywords:** Internet addiction, Social skills, Emotional intelligence, University students

---

**How to cite this article :** Raiisi F, Hajikaram A, Tehrani Zadeh M, Bakhshi F. The role of social skills & emotional intelligence in predicting internet addiction among university students. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2020; 7 (4): 93-104. URL: <http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-977-en.pdf>

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

## نقش مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی در پیش‌بینی میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان

فاطمه رئیسی<sup>۱</sup>، آمنه حاجی کرم<sup>۲</sup>، مریم طهرانی‌زاده<sup>۳</sup>، فاطمه بخشی<sup>۴</sup>

۱. دکتری علوم شناختی، گروه روان‌شناسی، موسسه آموزش عالی شناختی، تهران، ایران (مؤلف مسئول). ایمیل: elhamaraiisi@gmail.com

۲. دکترای مشاوره، گروه روان‌شناسی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران.

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد کرج، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

۴. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۶/۰۱

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۳/۲۹

### چکیده

**مقدمه:** با توجه به این که امروزه اعتیاد به اینترنت نوعی اختلال روان‌شناختی حساب می‌شود، می‌تواند آسیب‌های جدی برای دانشجویان به عنوان گروه در معرض خطر پدید آورد.

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر، تعیین رابطه بین مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت دانشجویان دانشگاه پیام نور-واحد‌های استان البرز بود.

**روش:** روش مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه این مطالعه شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور استان البرز در سال ۱۳۹۸ بود و بر این اساس ۳۵۰ دانشجو با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان پرسشنامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶) مهارت‌های اجتماعی ریگو و کاناری (۲۰۰۳) و هوش هیجانی گلمن (۲۰۰۱) را تکمیل کردند. شاخص‌های آمار توصیفی و تحلیل رگرسیون چند متغیره از طریق نرم‌افزار SPSS ورژن ۲۲ استفاده شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد رابطه منفی و معناداری بین اعتیاد به اینترنت با مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی وجود دارد ( $P < 0/05$ ). به عبارت دیگر، با افزایش میزان مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی در دانشجویان، میزان اعتیاد به اینترنت در بین آن‌ها کاهش می‌یابد و بالعکس. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی قادر به پیش‌بینی معنی‌دار اعتیاد به اینترنت هستند و ۹/۳ درصد از واریانس اعتیاد به اینترنت دانشجویان توسط مهارت‌های اجتماعی و ۴/۲ درصد توسط هوش هیجانی تبیین می‌شود.

**نتیجه‌گیری:** به عنوان نتیجه می‌توان گفت، هرچه میزان مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی در دانشجویان افزایش یابد، امکان ابتلا به اعتیاد به اینترنت کاهش می‌یابد.

**کلیدواژه:** اعتیاد به اینترنت، مهارت‌های اجتماعی، هوش هیجانی، دانشجویان

## مقدمه

در دنیای امروز، مشکلات رفتاری یا اختلالات رفتاری بسیاری مانند اعتیاد به اینترنت<sup>۱</sup> گریبان‌گیر افراد از جمله دانشجویان و دانش‌آموزان شده است. این مسئله و شکل رفتاری از دو بعد قابل بررسی است، یکی آن که اعتیاد به اینترنت موجب مشکلات و آسیب‌های روان‌شناختی به افراد می‌شود و به صورت برعکس هم صدق می‌کند، یعنی عوامل روان‌شناختی مختلفی بر روی میزان گرایش به اینترنت و اعتیاد به آن تأثیر می‌گذارند. اعتیاد به اینترنت برای اولین بار در سال ۱۹۹۵ توسط ایوان گلدبرگ<sup>۲</sup> مطرح شد؛ اما در سال ۱۹۹۶ یانگ<sup>۳</sup> چارچوب نظری آن را گسترش داد. گلدبرگ اعتیاد به اینترنت را به عنوان الگوی ناسازگار استفاده از اینترنت کته منجر به آسیب و آشفتگی معنی‌دار می‌شود، توصیف کرده است (تمنایی‌فر، صدیقی ارفعی و گندمی، ۲۰۱۳). با وجود این که امروزه استفاده درست از فضای مجازی دارای محاسن زیادی برای همه افراد است و زندگی انسان‌ها را از بسیاری از جهات راحت کرده است، اما مانند هر امر دیگری مشکلات خاص خود را دارد. مهم‌ترین مشکل در این زمینه امکان ابتلاء به اعتیاد به اینترنت است که امروزه مورد توجه بسیاری از متخصصین حوزه‌های مختلف علوم رفتاری، علوم اجتماعی و غیره قرار گرفته است.

از طرفی، دنیای مجازی جولانگاه افرادی است که برای برقراری ارتباط صحیح با دنیای واقعی و اطراف خود از مهارت‌های اجتماعی<sup>۴</sup> بسنده و قابل‌برخوردار نیستند. مهارت‌های اجتماعی اشاره به مهارت‌هایی دارند که از

بیشتر هنر برقراری ارتباط با دیگران است. اغلب ارتباطات و تعاملات انسان‌ها به دو به صورت کلامی و غیر کلامی است. البته بخش غیر کلامی ارتباطات از طریق حرکات و اشارات بدن، زبان بدن و ظاهر شخصی موجب تعامل و فهم ارتباطات می‌شود؛ بنابراین این مهارت‌ها برای زندگی اجتماعی بشر لازم هستند. از طرف دیگر، مهارت‌های اجتماعی مهارت‌های لازم و ضروری برای سازگاری با نیازها و ملزومات اجتماعی می‌باشند و اگر فردی آن را دارا باشد، می‌تواند روابط بین فردی خود را مدیریت با کفایت و به درستی کند (صدری دمیرچی و اسماعیلی قاضی ولوئی، ۲۰۱۶).

هوش هیجانی<sup>۵</sup> نوعی پردازش هیجانی اطلاعات است که می‌تواند باعث محافظت فرد در مقابل اعتیاد به اینترنت باشد. این نوع هوش دربرگیرنده شناخت، کنترل عواطف و هیجان‌های خود و دیگران است؛ به عبارت دیگر، شخصی که هوش هیجانی بالایی دارد، سه مؤلفه هیجان‌ها را به‌طور موفقیت‌آمیزی با یکدیگر تلفیق می‌کند: مؤلفه شناختی، مؤلفه فیزیولوژیکی و مؤلفه رفتاری (گلنمن<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸). برخورداری از هوش هیجانی مناسب باعث می‌شود تا فرد بتواند مدیریت هیجانی داشته باشد و در روابط بین فردی به سرعت و درست داده‌های عاطفی و هیجانی را پردازش کرده و اقدامات مناسب با عاطفه را با توجه به شرایط محیطی انجام دهد. در نتیجه افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند در روابط بین فردی و تعاملات اجتماعی با کفایت عمل می‌کنند (گلنمن، ۱۹۹۵). با توجه به تعریف هوش هیجانی، این هوش یک سازه جامعی است که در برگیرنده طیف وسیعی از مهارت‌ها و خصوصیات شخصی است و به طور کلی،

1- Internet addiction

2- Ivan Goldberg

3- Young

4- Social skills

5- Emotional intelligence

6- Goleman

بیشتر از عوامل اجتماعی بر روی اعتیاد به اینترنت مؤثر هستند. سان، لیو و یو<sup>۵</sup> (۲۰۱۹) ضمن پژوهشی دریافتند که اعتیاد به گوشی همراه هوشمند بر اساس سوء استفاده روان‌شناختی با میانجی‌گری هوش هیجانی قابل پیش‌بینی است. ونگ و زانگ<sup>۶</sup> (۲۰۲۰) در یک تحقیق با هدف بررسی اثر حمایت اجتماعی ادراک شده بر اعتیاد به اینترنت با میانجی‌گری هوش هیجانی دریافتند که هوش هیجانی می‌تواند رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و اعتیاد به اینترنت را میانجی‌گری کند.

اعتیاد به اینترنت یا در سطحی وسیع‌تر استفاده بیش از حد از اینترنت‌های رایانه یا تبلت و گوشی است که زندگی فردی و اجتماعی را مختل کرده و در صورت وابستگی شدید به آن باعث اختلال در انجام کارهای روزانه می‌شود. این اختلال گونه‌ای از آسیب‌های روانی محسوب می‌شود، اگرچه این طبقه‌بندی همچنان مورد تحقیق و بررسی است. فعالیت آنلاین افراد مبتلا به این اختلال می‌تواند انجام بازی‌های رایانه‌ای، وبلاگ‌نویسی‌ها، پورنوگرافی، شبکه‌های اجتماعی یا خرید اینترنتی باشد. مخالفان اعتیاد بودن این نوع رفتارها معتقدند که این رفتارها نوعی عادت و رفتار تکراری هستند و در مقوله‌های انواع اعتیاد نمی‌گنجد؛ اما بیشتر روان‌شناسان و اغلب مردم به این گونه از رفتارها اعتیاد اینترنتی می‌گویند. با توجه به این نکات، هنوز در این حوزه مطالعات کافی با توجه به متغیرهای روان‌شناختی صورت نگرفته است و هنوز فضا برای پژوهش‌های بیشتر و حتی با متغیرهای گوناگون روان‌شناختی وجود دارد. به گونه‌ای که مشخص شود وجود یا فقدان چه عوامل روان‌شناختی در تشدید و تداوم اعتیاد به اینترنت مؤثر

شامل تمام مهارت‌های درون فردی و بین فردی است و علاوه بر تجارب شخصی و یادگیری از این تجربه‌ها تا حدودی هوش شناختی را هم در بر می‌گیرد (سلووی، مایر و کاروسو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴).

بر پایه پژوهش‌های انجام شده، مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی به عنوان منبع مهمی از منابع مؤثر روان‌شناختی بر اعتیاد به اینترنت افراد به حساب می‌آیند. بر این اساس، پژوهش‌های مختلفی بر روی نمونه‌های گوناگون انجام شده است. برای مثال؛ رئیسی، حاجی‌کرم، بخشی، طهرانی‌زاده و امانی (۲۰۲۰) در مطالعه‌ای بر روی دانشجویان دریافتند که رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت با مهارت‌های اجتماعی آن‌ها وجود دارد. کشاورز و روزبهانی (۲۰۱۶) در مطالعه‌ای دریافتند بین هوش هیجانی و هوش اجتماعی مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها ارتباط معناداری وجود دارد. حمیدی، جلالی، فراهانی، رجبی و یوسف جمال (۲۰۱۸) در ضمن مطالعه‌ای دریافتند که بین مهارت‌های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد به اینترنت دانش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام رابطه وجود دارد. چو و لی<sup>۲</sup> (۲۰۱۷) در مطالعه‌ای نشان داده اند که گرایش به اعتیاد به موبایل در نوجوانان با رفتارهای مشکل‌زا و هوش هیجانی آن‌ها ارتباط دارد. فونکس، مو، شان، شان و لائو<sup>۳</sup> (۲۰۱۸) در پژوهشی یافتند که ناکارآمدی هیجانی یک عامل خطر بالقوه برای مبتلا شدن به اعتیاد به اینترنت در بین نوجوانان چینی است. فومرو، ماررو، ولتس و پنا<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) در یک مطالعه فرا تحلیل نشان دادند که عوامل شخصی و هوش هیجانی

1- Salovey, Mayer & Caruso

2- Cho & Lee

3- Phoenix, Mo., Chan, Chan, & Lau

4- Fumero, Marrero, Voltés, & Peñate

5- Sun, Liu & Yu

6- Wang & Zhang

هستند. در این مطالعه برای پژوهشگران بیشتر مهارت‌های اجتماعی در ارتباط با اعتیاد به اینترنت مدنظر بوده است. با مرور پیشینه تحقیق و با توجه به اهمیت این مطالب، پژوهشگران این مطالعه به دنبال پاسخگویی به این سؤال هستند که آیا براساس مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی چه نقشی در میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان دارد؟

## روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است که به طور مقطعی در سال ۱۳۹۸ انجام شد. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور- استان البرز بود. تعداد نمونه ۳۵۰ دانشجو (بر اساس فرمول  $50K+$ ) بود که به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. بدین منظور پژوهشگران از بین مراکز دانشگاهی پیام نور استان البرز (سه مرکز کرج، هشتگرد و شهریار) دو مرکز (کرج و هشتگرد) را به صورت تصادفی انتخاب کردند و به این مراکز مراجعه کرده و بعد از هماهنگی‌های لازم با واحد آموزش، از هر واحد ۲۰ کلاس را (از مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد) به صورت تصادفی انتخاب کردند. سپس از دانشجویان هر کلاس درخواست شد تا پرسشنامه‌های این مطالعه را تکمیل کنند. ۳۰ پرسشنامه به دلیل مخدوش بودن و عدم همکاری دانشجویان کنار گذاشته شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از توانایی به اختیار گذاشتن اطلاعات و تجربیات خود، قرار داشتن بین سنین ۱۸ تا ۴۰ سال و دانشجو بودن. همچنین ملاک خروج عبارت بود از فارغ التحصیل یا کارمند بودن دانشگاه. سنین بالای ۵۰ سال. بر این اساس، پس از هماهنگی با مسئولین مراکز دانشگاهی مذکور، بعد از

ایجاد ارتباط اولیه و همچنین ایجاد حس اعتماد نسبت به محرمانه بودن اطلاعات در بین دانشجویان و عدم نیاز به ذکر نام و رعایت اصول رازداری پرسشنامه‌ها توزیع شد. از هر دانشجو خواسته شد تا پرسشنامه‌های مربوطه را کاملاً تکمیل کرده و تحویل دهد. پس از جمع‌آوری پرسشنامه، نمرات خام با استفاده از کلید نمره‌گذاری، محاسبه گردید. در این پژوهش، برای تحلیل داده‌ها از آماره‌های توصیفی میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی پیرسون و در آمار استنباطی از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد.

## ابزار

**پرسشنامه جمعیت شناختی:** که شامل اطلاعاتی در مورد سن، جنس، وضعیت تأهل، مقطع تحصیلی و وضعیت شغلی بود.

**پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی<sup>۱</sup>:** پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی به منظور سنجش میزان مهارت‌های اجتماعی توسط ریگو<sup>۲</sup> (۱۹۸۶) تهیه شده و توسط ریگو و کاناری<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) اصلاح گردیده است. این پرسشنامه توسط جوانان و بزرگسالان سنین ۱۸ تا ۸۷ سال تکمیل می‌گردد و دارای ۲۹ سؤال است این پرسشنامه جهت سنجش ۶ زیرمقیاس؛ بیان اجتماعی<sup>۴</sup>، بیان هیجانی<sup>۵</sup>، کنترل اجتماعی<sup>۶</sup>، کنترل هیجانی<sup>۷</sup>، حساسیت اجتماعی<sup>۸</sup> و حساسیت هیجانی<sup>۹</sup> مورد استفاده قرار گرفته است. در این پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی تمامی عامل‌ها با هم جمع

<sup>1</sup>- Social skills questionnaire

<sup>2</sup>- Rigo

<sup>3</sup>- Canary

<sup>4</sup>- Social expression

<sup>5</sup>- Emotional expression

<sup>6</sup>- Social control

<sup>7</sup>- Emotional control

<sup>8</sup>- Social sensitivity

<sup>9</sup>- Emotional sensitivity

آزمون توسط منصورى (۲۰۰۱) هنجاریابی شده است، اما از قسمت دوم این آزمون به علت عدم همخوانی داستان-های آن با فرهنگ ما استفاده نشده است. در اجرای مقدماتی این آزمون، از قسمت اول که شامل ۴۰ گویه بود استفاده شده که تعداد هفت سؤال به علت همبستگی کم با نمره کل آزمون حذف شده‌اند. سؤالاتی را که برای اجرای نهایی در نظر گرفته شده‌اند ۳۳ گویه است. میزان همسانی آزمون ۳۳ گویه‌ای، در اجرای مقدماتی، به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بوده است. در این مطالعه، پرسشنامه هوش هیجانی با آلفای کرونباخ ۰/۸۳ از همسانی درونی برخوردار بود.

**پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۶</sup>:** این پرسشنامه شامل ۲۰ گویه است که توسط یانگ در سال ۱۹۹۶ تهیه و اعتبار یابی شده است. طیف پاسخ‌دهی آن به صورت لیکرت بوده و دارای پنج درجه است. نمره به دست آمده نمره کلی پرسشنامه بوده و دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. بدیهی است که هرچه این نمره بالاتر باشد، بیانگر اعتیاد بالاتر فرد به اینترنت خواهد بود. نمره برش این پرسشنامه ۵۰ است. همچنین، این پرسشنامه استاندارد است و روایی و پایایی آن در مطالعات یانگ با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده است. نسخه فارسی این مقیاس در ایران نیز مورد استفاده قرار گرفته و قاسم‌زاده (۲۰۱۱) روایی و پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ تأیید کرده است. در این مطالعه، پرسشنامه اعتیاد به اینترنت با آلفای کرونباخ ۰/۷۳ از همسانی درونی برخوردار بود.

### یافته‌ها

می‌گردد؛ بنابراین نمره بالا نشان دهنده مهارت اجتماعی بالا و نمره پایین نشان دهنده مهارت اجتماعی پایین است. سؤالات زیر مقیاس‌ها عبارت‌اند از: بیان اجتماعی ۴، ۱۰، ۱۲، ۱۶، ۱۹، بیان هیجانی ۷، ۱۳، ۲۵، حساسیت اجتماعی ۵، ۸، ۱۱، ۱۸، ۲۳، ۲۸، حساسیت هیجانی ۱، ۲، ۱۷، ۲۲، کنترل اجتماعی ۶، ۱۴، ۲۰، ۲۴، ۲۷، ۲۹ و کنترل هیجانی ۳، ۹، ۱۵، ۲۱، ۲۶. برای تعیین پایایی؛ آلفای کرونباخ این پرسشنامه توسط ریگو و کاناری (۲۰۰۳) در آمریکا ۰/۸۱ گزارش شده است. در ایران، یزدخواستی (۲۰۰۹) ضریب همسانی درونی آزمون برابر ۰/۷۰ است. برای روایی سازه پرسشنامه از طریق همبستگی بین خرده آزمون‌ها با نمره کل آزمون محاسبه شد. برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب بیان اجتماعی، ۰/۷۹، بیان هیجانی ۰/۱۸، حساسیت اجتماعی ۰/۴۲، حساسیت هیجانی ۰/۶۴، کنترل اجتماعی ۰/۹۰ و کنترل هیجانی ۰/۳۴ به دست آمد. در این مطالعه، پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی با آلفای کرونباخ ۰/۸۸ از همسانی درونی برخوردار بود.

**پرسشنامه هوش هیجانی<sup>۱</sup>:** این آزمون توسط سیریا شرینگ گلن در سال ۲۰۰۱ ساخته شد که در قالب مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت تنظیم شده است. فرم اصلی این آزمون دارای ۷۰ گویه است و از دو قسمت تشکیل شده، قسمت اول دارای ۴۰ گویه و قسمت دوم دارای ۳۰ گویه است. زیرمقیاس‌ها شامل خودتنظیمی<sup>۲</sup>، خودآگاهی<sup>۳</sup>، خودانگیختگی<sup>۴</sup>، همدلی<sup>۵</sup> و مهارت‌های اجتماعی است. بر این اساس نقطه برش این پرسشنامه نمره ۲۱ است. در قسمت بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی، پایایی این پرسشنامه نمره ۰/۹۰ گزارش شده است. این

<sup>۱</sup>- Gelman Emotional Intelligence Questionnaire

<sup>۲</sup>- Self-regulatory

<sup>۳</sup>- Self-awareness

<sup>۴</sup>- Spontaneity

<sup>۵</sup>- Empathy

<sup>۶</sup>- Young internet addiction questionnaire

دانشجو کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل بودند. نتایج جدول شماره ۱ شامل شاخص‌های توصیفی از جمله میانگین، انحراف معیار، شاخص‌های کجی و کشیدگی متغیرهای مورد مطالعه است. همان‌طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود توزیع نمره‌های گروه نمونه مورد مطالعه به توزیع نرمال میل دارد.

براساس یافته‌های به دست آمده در خصوص توزیع نمره‌های جمعیت شناختی از ۳۵۰ دانشجوی شرکت‌کننده در این مطالعه تعداد ۱۲۳ دانشجو پسر و ۲۲۷ نفر دختر و در گروه سنی ۱۸ تا ۵۰ سال قرار داشتند و میانگین سنی (و انحراف استاندارد) شرکت‌کنندگان  $25/93 \pm 2/08$  بود. همچنین، ۲۲۷ دانشجو در مقطع کارشناسی و ۱۲۳

جدول ۱ خلاصه شاخص‌های آماری گروه نمونه در متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	زیر مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
مهارت اجتماعی	بیان اجتماعی	۱۶/۲۹	۶/۴۸	-۰/۵۳	۰/۷۳
	بیان هیجانی	۹/۴۷	۴/۲۸	۰/۴۲	۰/۳۵
	کنترل اجتماعی	۱۴/۰۶	۶/۵۱	۰/۳۳	-۰/۴۸
	کنترل هیجانی	۱۳/۲۲	۵/۶۳	-۰/۲۸	۰/۱۸
	حساسیت اجتماعی	۱۶/۳۱	۶/۸۴	-۰/۸۲	۰/۴۶
	حساسیت هیجانی	۱۱/۰۸	۵/۱۵	۰/۹۱	۰/۷۴
هوش هیجانی	خودآگاهی	۲۶/۹۳	۲/۰۴	۰/۲۴	-۰/۲۵
	خودتنظیمی	۲۲/۲۴	۲/۱۲	-۰/۱۵	۰/۶۲
	خودانگیختگی	۱۴/۱۵	۲/۱۳	۰/۴۹	-۰/۳۴
	همدلی	۱۶/۴۸	۱/۸۹	۰/۱۱	-۰/۶۲
اعتیاد به اینترنت	-	۷۶/۸۹	۱۲/۲۵	۰/۷۴	-۰/۳۸
مهارت اجتماعی		۱۵/۰۳	۱/۵۹	۰/۳۷	-۰/۵۷

پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی دانشجویان از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد. مقدار  $R^2$  به دست آمده (۰/۰۹۳) برای مهارت اجتماعی، بدین معنی است که ۹/۳ درصد از واریانس متغیر سطح اعتیاد به اینترنت توسط متغیر مهارت‌های اجتماعی تبیین می‌شود؛ به عبارت دیگر، ۹/۳ درصد از پراکندگی مشاهده شده در متغیر اعتیاد به اینترنت توسط این متغیر توجیه می‌شود. مقدار R مشاهده شده (۰/۶۴) نیز نشان‌دهنده آن است که مدل رگرسیون خطی حاضر می‌تواند برای پیش‌بینی استفاده شود. علاوه بر این، نسبت F محاسبه شده (۱۲/۸۲) در سطح اطمینان

در جدول ۲، جهت بررسی میزان رابطه بین مهارت اجتماعی، هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. ضرایب به دست آمده در جدول شماره ۲ بیانگر همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک است. جهت همبستگی‌ها حاکی از رابطه منفی و معنادار بین کلیه مؤلفه‌های مهارت اجتماعی، هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت است؛ بنابراین، شواهد برای پذیرش این فرضیه کافی است. طبق نتایج به دست آمده بین همه خرده مقیاس‌های مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت دانشجویان رابطه معنادار منفی (۰/۰۵) مشاهده شد. همچنین در این جدول برای

دهنده آن است که مدل رگرسیون خطی حاضر می‌تواند برای پیش‌بینی استفاده شود. علاوه بر این، نسبت  $F$  محاسبه شده (۴/۲۵) در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد معنادار است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیرهای مورد مطالعه و متغیر اعتیاد به اینترنت همبستگی معناداری وجود دارد و می‌توان بر اساس این متغیرها و مؤلفه‌هایشان اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کرد. در نتیجه، شواهد برای پذیرش این فرضیه‌ها کافی است.

حداقل ۹۵ درصد معنادار است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که بین متغیر مورد مطالعه و زیرمقیاس‌های آن متغیر اعتیاد به اینترنت همبستگی معناداری وجود دارد. همچنین، مقدار  $R^2$  به دست آمده برای هوش هیجانی (۰/۰۴۲) بدین معنی است که ۴/۲ درصد از واریانس متغیر سطح اعتیاد به اینترنت توسط متغیر هوش هیجانی تبیین می‌شود؛ به عبارت دیگر، ۴/۲ درصد از پراکندگی مشاهده شده در متغیر اعتیاد به اینترنت توسط این متغیر توجیه می‌شود. مقدار  $R$  مشاهده شده (۰/۸۱۳) نیز نشان

جدول ۲ خلاصه نتایج همبستگی و تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس مهارت اجتماعی و هوش هیجانی

سطح معناداری	T	متغیر وابسته: اعتیاد به اینترنت	ضرایب استاندارد نشده	R	پیش‌بینی کننده‌ها
۰/۰۰۰	۸/۹۲	-	۵/۵۲	-	عدد ثابت مهارت اجتماعی
۰/۰۰۰	-۳/۰۱	-۰/۲۵	۰/۱۶	-۰/۴۱	بیان اجتماعی
۰/۰۰۶	۰/۰۵	۰/۰۰۲	۰/۱۳	-۰/۶۱	بیان هیجانی
۰/۰۰۸	-۰/۰۲	۰/۰۰۱	۰/۱۷	-۰/۴۹	کنترل اجتماعی
۰/۷۰۰	۰/۳۴	۰/۰۰۵	۰/۴۱	-۰/۳۴	کنترل هیجانی
۰/۴۰۸	-۰/۶۶	-۰/۰۰۶	۰/۲۹	-۰/۵۲	حساسیت اجتماعی
۰/۷۲۵	-۱/۱۹	۰/۰۳۵	۰/۲۷	-۰/۳۹	حساسیت هیجانی
۰/۰۰۰	۱۱/۹۱	-	۳/۵۸	-	عدد ثابت هوش هیجانی
۰/۰۵۱	-۱/۷۳	۰/۱۱	۰/۶۳	-۰/۴۷	خودآگاهی
۰/۶۲	۰/۵۴	۰/۱۳	۰/۸۹	-۰/۴۸	خودانگیزگی
۰/۸۸	۰/۰۳۴	۰/۱۴	۰/۹۹	۰/۲۶	خودتنظیمی
۰/۳۳	-۱/۵۳	۰/۰۹	۱/۱۸	-۰/۸۲	همدلی
۰/۶۲	-۱/۲۳	۰/۰۶	۱/۱۳	۰/۷۳	مهارت اجتماعی

$R^2$  ۰/۰۹۳  $F$  ۱۲/۲۸۲ تعدیل شده ۰/۶۴۹  $R$  مهارت اجتماعی

$R^2$  ۰/۰۴۲،  $F$ : ۴/۲۵۷ تعدیل شده: ۰/۸۱۳  $R$  هوش هیجانی

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱؛ \* معنادار در سطح ۰/۰۵ برای همبستگی

## بحث

بر این اساس یافته‌ها نشان داد که رابطه بین مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی دانشجویان با اعتیاد به اینترنت رابطه معناداری وجود دارد؛ به عبارت دیگر، با افزایش

این مطالعه با هدف تعیین نقش مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی دانشجویان در اعتیاد به اینترنت انجام شد.

مهارت‌های اجتماعی و بالا رفتن هوش هیجانی، میزان اعتیاد به اینترنت کاهش می‌یابد؛ بنابراین، شواهد برای پذیرش این مفروضه کافی است. یافته‌های فرضیه اول این مطالعه نشان داد که براساس مهارت‌های اجتماعی دانشجویان می‌توان اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کرد. نتایج این فرضیه با مطالعه رئیسی و همکارانش (۲۰۲۰) مبنی بر این که بین اعتیاد به اینترنت و مهارت اجتماعی دانشجویان رابطه معنی‌داری وجود دارد، با تحقیق کشاورز و روزبهرانی (۲۰۱۶) مبنی بر این که بین هوش هیجانی و هوش اجتماعی مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها ارتباط معناداری وجود دارد. با پژوهش حمیدی و همکارانش (۲۰۱۸) مبنی بر این که بین مهارت‌های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت دانش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام رابطه وجود دارد، تقریباً همخوان است.

یکی از عواملی که باعث اختلال و یا کاهش مهارت‌های اجتماعی می‌شود، وابستگی به اینترنت است. وابستگی به اینترنت موجب اختلال در زندگی فرد، کاهش مهارت‌های اجتماعی و یا انزوای اجتماعی می‌گردد (آدالیر و بالکان، ۲۰۱۲). استفاده زیاد از اینترنت و به‌ویژه استفاده‌های غیراجتماعی از آن مانند وب‌گردی و صرف زمان زیاد برای آن، با کاهش فعالیت‌های اجتماعی افراد از جمله مهارت همکاری و در نتیجه انزوای اجتماعی همراه است (چارداک<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). چنین افرادی از شرکت در فعالیت‌های گروهی سر باز زده، از همکاری با همسالان و هم‌گروهی‌های خود اجتناب می‌کنند و هر چه وابستگی به اینترنت بیشتر شود، مهارت همکاری و اجتماعی کاهش می‌یابد (کوز و لویز-

فرماندز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶). در واقع، اعتیاد به اینترنت گونه‌ای اختلال روان‌شناختی اجتماعی محسوب می‌شود که بر رشد و توسعه مهارت‌های اجتماعی و همچنین روابط اجتماعی افراد تأثیر چشمگیری می‌گذارد. همچنین انزوای حاصل از گذران وقت در فضاهای مجازی سطح تمایل فرد برای حضور اجتماعی و نشان دادن مهارت‌های اجتماعی را کم‌رنگ می‌کند و فرد را به لحاظ توانمندی و برخورداری از اعتماد به نفس لازم برای ایجاد و توسعه روابط بین فردی در موقعیت‌های واقعی ضعیف می‌کند (ساداتی بالادهی و تقی‌پور جوان، ۲۰۱۸). از طرفی، تقویت در روابط اجتماعی از طرف خانواده و دوستان موجب افزایش تعامل و حفظ آن می‌شود و نشانگر علاقه به ایده‌ها، افکار و احساسات طرف مقابل است. وقتی که فرد از طرف اجتماع و خانواده تقویت یا پاداش دریافت نمی‌کند و از طریق اینترنت به علاقه‌ها و احساسات او جواب داده می‌شود ترجیح می‌دهد به این تقویت‌ها، جواب داده و آن‌ها را حفظ کند پس بیشتر به اینترنت وابسته می‌شود و از جمع دوستان و اجتماع کناره‌گیری می‌کند (گومز، ریال، برانا، گولپه و وارلا<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷).

یافته دیگر این مطالعه حاکی از این موضوع بود که بر اساس هوش هیجانی دانشجویان می‌توان میزان اعتیاد به اینترنت آن‌ها را پیش‌بینی کرد. آزمون این فرضیه نشان داد که بر اساس هوش هیجانی، میزان اعتیاد به اینترنت دانشجویان قابل پیش‌بینی است؛ بنابراین؛ شواهد برای پذیرش این فرضیه کافی است. نتایج به دست آمده برای این فرضیه با مطالعه چو و لی (۲۰۱۷) مبنی بر این که گرایش به اعتیاد به موبایل در نوجوانان با رفتارهای مشکل‌زا و هوش هیجانی آن‌ها ارتباط دارد، با تحقیق

<sup>3</sup>- Kuss & Lopez-Fernandez

<sup>4</sup>- Gómez, Rial, Braña, Golpe, & Varela

<sup>1</sup>- Adalier & Balkan

<sup>2</sup>- Çardak

سنتوز، کیلونن، جان و دوفرویت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). قطعاً چنین افرادی چون موقعیت ابراز وجود دارند و در موقعیت‌ها و مسیرهای گوناگون زندگی این شرایط برای آن‌ها فراهم است، بهتر می‌توانند با شرایط کنار بیایند و نیاز ندارند برای سازگاری با شرایط از آن موقعیت فرار کرده یا دست به دنیای مجازی ببرند (روئیز- آریزا، کازوزو، مانزانو و مارتینه- لویز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸).

### نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه حاضر نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت در دانشجویان با مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی آن‌ها رابطه معناداری وجود دارد و می‌توان بر اساس مهارت‌های اجتماعی و هوش هیجانی میزان اعتیاد به اینترنت آن‌ها را پیش‌بینی کرد. پژوهش حاضر خالی از محدودیت نبوده است. از جمله می‌توان به مقطعی بودن نوع مطالعه و عدم کنترل متغیرهای تعدیل‌گر نمونه اشاره کرد؛ اما با این وجود یافته‌های این مطالعه، نتایج مطالعات گذشته را توسعه داده است؛ بنابراین، به محققان برای پژوهش‌ها در آینده پیشنهاد می‌شود تا در این زمینه مطالعاتی بر روی گروه‌های مختلف دیگر مثل کارمندان، زنان خانه‌دار و دانش‌آموزان انجام دهند.

### سپاسگزاری

از دانشجویان پیام نور واحدهای استان البرز (واحد کرج و هشتگرد) که در این مطالعه ما را یاری کردند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

### References

- <sup>3</sup>- Abrahams, Pancorbo Valdivia, Primi, Santos, Kyllonen, John, & De Fruyt  
<sup>4</sup>- Ruiz-Ariza, Casuso, Manzano, & Martínez-López

فونکس و همکارانش (۲۰۱۸) مبنی بر این که ناکارآمدی هیجانی یک عامل خطر بالقوه برای مبتلا شدن به اعتیاد به اینترنت در بین نوجوانان چینی است. با تحقیق ونگ و زانگ (۲۰۲۰) مبنی بر این که هوش هیجانی می‌تواند رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و اعتیاد به اینترنت را میانجی‌گری کند، تقریباً همخوان است.

در تبیین این فرضیه می‌توان گفت؛ افرادی که درماندگی عاطفی و هیجانی بیشتری دارند، تمایل بیشتری به انواع اعتیاد از جمله اعتیاد به اینترنت دارند. به نظر می‌رسد افرادی که در مقابل اعتیاد به اینترنت آسیب‌پذیر هستند با پناه بردن به دنیای مجازی، راهی سریع و فوری برای تسکین عواطف و هیجانات خود پیدا می‌کنند (صالحی عمران، عابدینی بلترک، عزیزی شمami و کشاورز، ۲۰۱۸). این‌گونه از افراد اغلب درگیر احساسات و عواطفی هستند که به آن آگاهی چندانی ندارند و در نتیجه با این احساس که هیچ کنترلی بر زندگی عاطفی خود ندارند، هیچ‌گونه تلاشی به عمل نمی‌آورند (پارکر، تیلور، ایستابروک، شل و وود<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). در واقع، فردی که دارای هوش هیجانی بالا است، توانایی این را دارد که در مواجهه با چالش‌های محیطی از قابلیت‌های عاطفی خود و دیگران، در رفتارهای فردی و گروهی، برای کسب حداکثر نتیجه استفاده مفید و مؤثر کند (سیاروچی و روسته<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵) و افرادی که از چنین موقعیت‌های چالش برانگیزی با موفقیت عبور می‌کنند، علاوه بر احساسات خود، احساسات دیگران را نیز به‌خوبی می‌شناسند و می‌توانند با بهره‌گیری از مهارت‌های اجتماعی، از یک موقعیت چالشی به نفع خود و دیگران بهترین نتیجه را بگیرند (آبراهامز، پانکوروبو والدیویا، پریمی،

<sup>1</sup>- Parker, Taylor, Eastabrook, Schell & Wood

<sup>2</sup>- Ciarrochi & Rosete,

- Abrahams L, Pancorbo Valdivia G, Primi R, Santos D, Kyllonen P, John O, & De Fruyt F. (2019). Social-emotional skill assessment in children and adolescents: advances and challenges in personality, clinical and educational contexts. *Psychological Assessment J*, 31(4), 460-473.
- Adaher A, Balkan E. (2012). The relationship between internet addiction and psychological symptoms. *Inter Jour of Glo Edu*. 2012; 1(2). file:///C:/Users/WIN\_8.1/Downloads/globeeducada.pdf
- Ahghar GH, Ahmadi A, & Ghanbari L. (2013). The impact of storytelling in social skills. *Journal of American science*, 9, 105-112.
- Bahrami Ehsan H, Shahvaroghi A, & Shahvaroghi MA. (2019). Relationship between internet addiction and personality traits: a meta-analysis review. *Frooyesh*, 8 (4):213-224. (Persian)
- Çardak M. (2013). Psychological Well-Being and Internet Addiction among University Students. *Turk Onl Jou of Edu Tech*. 12(3), 134-141.
- Cho KS, Lee JM. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, 66: 303-311.
- Ciarrochi J, & Rosete D. (2005). Emotional intelligence and its relationship to workplace performance outcomes of leadership effectiveness. *Leadership & Organization Development Journal*, 26 (5): 388-399.
- Coleman D. (2008). *A Dictionary of Psychology* (3 ed.). London; Oxford University Press.
- Fumero A, Marrero RJ, Voltes D, & Penate W. (2018). Personal and social factors involved in internet addiction among adolescents: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 86: 384-400.
- Goleman D. (1995). *Emotional Intelligence*, New York, NY, England: Bantam Books, Inc.
- Gomez P, Rial A, Brana T, Golpe S, & Varela J. (2017). Screening of problematic internet use among Spanish adolescents: prevalence and related variables. *Cyber-psychology, behavior, and social networking journal*, 20 (4): 259-267.
- Hamidi M, Jalalifarhani M, Rajabi H, & Yousefjamal F. (2018). Clarifying Association of Various Types of Social Skills, Self-efficacies, Lifestyles, with Internet Addiction Disorders (IAD) in High School Sport Students of Ilam Province. *sjimu*. 26 (1) :1-12. (Persian)
- Keshavarz L, & Roozbahani Z. (2016) Modeling the Relationship of Emotional Intelligence, Social Intelligence and Cognitive Intelligence in Physical Education Managers of Iran Universities. 4 (14) :69-81. (Persian)
- Kuss D, & Lopez-Fernandez O. (2016). Internet-use related addiction: the state of the art of clinical research. *European psychiatry journal*, 33: 303-312.
- Parker JD, Taylor RN, Eastabrook JM, Schell SL, & Wood LM. (2008). Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personal Individ Differ*. 45(2): 174-180.
- Phoenix KH, Mo Virginia WY, Chan Samuel W, Chan T, & Lau L. (2018). The role of social support on emotion dysregulation and Internet addiction among Chinese adolescents: A structural equation model. *Addictive Behaviors*, 82: 86-93.
- Raiisi F, Hajikaram A, Bakhshi F, Tehrani Zadeh M, & Amani F. (2020). Predicting internet addiction based on social skills & mental security among university students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 7 (2) :128-139. (Persian)
- Ruiz A, Rafael A, Casuso A, Suarez-Manzano S, & Martínez-López EJ. (2018). Effect of augmented reality game Pokémon GO on cognitive performance and emotional intelligence in adolescent young. *Computers & Education*, 116: 49-63.
- Sadati Baladehi M, & Taghi Pour Javan A. (2018). The Relationship Between Internet Addiction, Social Development and Health Behaviors of High School Students in Tehran. *Iran J Health Educ Health Promot*. 6 (3):222-230. (Persian)

- Sadri Damirchi A, & Esmaili Ghazivaloii F. (2016). Effectiveness of social- emotional skills training on cognitive emotion regulation and social skills in children with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 5(4): 59-86. (Persian)
- Salehi Omran E, Abedini baltork M, Azizi Shomani M, & Keshavarz K. (2018). 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*. 5 (1):13-18.
- Salovey P, Mayer J, & Caruso D. (2004), Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications, *Psychological Inquiry*, 15(3): 197–215.
- Sun J, Liu Q, & Yu L. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*. 90: 74-83.
- Tamannayafar M, Seddighi Arfai F, & Gandomi Z. (2013). Relationship between Internet use and academic achievement among high school students in Kashan. *J Qazvin Univ Med Sci*. 17 (2):77-8. (Persian)
- Wang S, & Zhang D. (2020). The impact of perceived social support on students' pathological internet use: The mediating effect of perceived personal discrimination and moderating effect of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 106, 106247. Online.