

روابط علی - ساختاری الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی بواسطه اضطراب

تورج هاشمی^۱، خلیل اسماعیل پور^۲، زینب خانجانی^۳، پروانه اشرفیان^۴

^۱ دانشکده روان شناسی دانشگاه تبریز

^۲ دانشکده روان شناسی دانشگاه تبریز

^۳ دانشکده روان شناسی دانشگاه تبریز

^۴ دانشجوی دکترای عمومی روانشناسی دانشگاه تبریز

نام نویسنده مسئول:

پروانه اشرفیان

چکیده

امروزه شاهد گسترش روز افزون نوعی اعتیاد رفتاری آسیب شناختی با عنوان اعتیاد اینترنتی مواجه هستیم و آن به استفاده وسیع و غیر قابل کنترل از اینترنت گفته می شود که منجر به پیامدهای ناسازگارانه ای مثل افت تحصیلی، کاهش عملکردشغلی و اختلال در روابط بین فردی می شود. چندین مطالعه به وجود رابطه بین ویژگی آلکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی در دانش آموزان اشاره کرده اند. آلکسی تایمیا اشاره به اختلال در عملکرد عاطفی و شناختی دارد که با دشواری در شناسایی و توصیف احساسات، سبک تفکر بیرون مدار شناخته میشود و در تمیز احساسات درونی از احساسات بدنی مشکل دارند. از طرفی هیجانات منفی مثل اضطراب موجب گرایش بیشتر به اینترنت میشود. روش: پژوهش حاضر با ارایه مدل فرضی، رابطه بین الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی و اضطراب را مورد بررسی قرار داد. برای این منظور ۳۸۵ نفر از دانش آموزان دبیرستانی تبریز به شیوه نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شدند. پرسشنامه های الکسی تایمیا، اعتیاد اینترنتی و اضطراب به منظور جمع آوری اطلاعات استفاده شدند. روابط ساختاری میان مولفه مورد آزمون قرار گرفته و مدل یابی معادلات ساختاری متغیرهای موجود در مدل به کمک شاخص های عینی سنجیده شده و سپس برازش مدل برای داده ها سنجیده شده است. طبق یافته ها، اثر مستقیم آلکسی تایمیا و اضطراب بر اعتیاد اینترنتی معنی دار است. نتیجه گیری: الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی و اضطراب، رابطه معنادار و مثبتی دارند.

واژگان کلیدی: اعتیاد اینترنتی، الکسی تایمیا، اضطراب.

مقدمه

امروزه استفاده از اینترنت، به دلیل جذابیت‌های منحصر به فرد آن در بین نوجوانان و جوانان رواج گسترده ای یافته و به سرعت در حال افزایش است و همپای اعتیاد به موادمخدر، می تواند به منزله بحرانی جدی در زندگی فردی و اجتماعی آنان مورد بحث قرار گیرد. در سال ۲۰۱۲ موسسه تحقیقاتی pew (موسسه ارزیابی زندگی آمریکایی و اینترنت) نشان داد که حدود ۹۰٪ جوانان ۳۰ تا ۱۲ ساله به اینترنت دسترسی دارند (۱). امکان استفاده گسترده از اینترنت در واقع از این جهت به سود مردم است که آنها را به طیف وسیعی از اطلاعات می رساند و یک مسیر برای ارتباط اجتماعی و سرگرمی ایجاد می کند (۲). با این حال، نفوذ اینترنت در زندگی روزانه برخی از مردم به یک مشکل اساسی تبدیل شده و نتایج منفی مانند اعتیاد های رفتاری را به همراه دارد (۳). چنانچه ادبیات تحقیق متعدد نیز حاکی از ظهور طبقه ای جدید از رفتار اعتیاد بنام اعتیاد اینترنتی هستند (۴). همچنین روانشناسان معتقدند هر رفتاری که فرد از خود نشان می دهد، تحت تاثیر عوامل بسیاری چون عوامل محیطی، عاطفی و شخصیتی می باشد. و در این میان، عوامل شخصیتی از مهمترین عواملی است که میتواند فرد را مستعد بروز یک سری رفتارها نماید (۵).

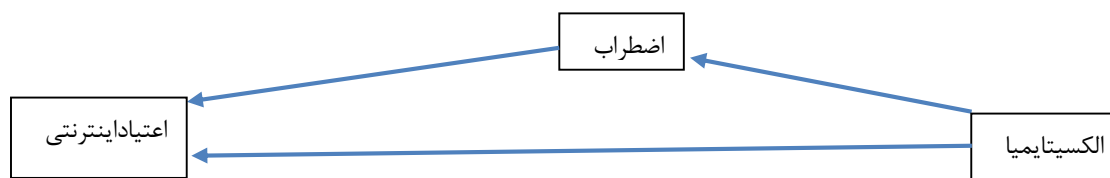
یکی از مفاهیمی که وارد حوزه روانشناسی شده است، الکسی تایمیا است. الکسی تایمیا یک صفت شخصیتی نسبتا ثابتی است (۶). این ویژگی به یک سبک شناختی - عاطفی اشاره دارد که نتیجه آن اختلال خاص در بیان و پردازش هیجانات است. ولی معنای حقیقی آن "پریشانی در توصیف کلامی احساسات" است (۷). لذا، میتواند منجر به مشکلاتی در روابط بین فردی، در انطباق با هیجانات مختلف، حوادث استرس آور زندگی و آسیب پذیری بیشتر فرد در برابر آنها شود. و از طریق استفاده مکانیزم های مقابله ای ناکارآمد افراد، احتمال گرایش آنها به مصرف مواد و الکل و سایر اعتیاد های رفتاری را فراهم کند. شاید بتوان گفت، تنظیم هیجانات، انگیزه اصلی اعتیاد های رفتاری هستند. معتادان به اینترنت نیز اغلب گزارش کرده اند وقتی مضطرب، ناراحت و یا تحت استرس بوده اند، بیشتر تمایل به گذراندن زمان با اینترنت داشته اند. این بد تنظیمی هیجانی قلب اعتیاد است و در ۷۵٪ اختلالات ثبت شده در DSM-5 دیده میشود (۸). از طرفی شاید بتوان اضطراب را به عنوان احساس رنج آوری که با یک موقعیت ضربه آمیز کنونی یا با انتظار خطری که به شیئی نامعین وابسته است، تعریف کرد. اضطراب نیز به عنوان هیجان منفی پیش بینی کننده قوی برای ابتلا به اعتیاد اینترنتی گزارش شده است (۹). با این که رابطه این متغیرها به تنهایی بررسی شده است، ولی در قالب روابط ساختاری، این متغیرها مورد بررسی قرار نگرفته اند. از این روفرضیات و سوالهای اصلی پژوهش به قرار زیر است:

فرضیات تحقیق

۱. بین الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی رابطه مثبت وجود دارد.
۲. بین اضطراب و اعتیاد اینترنتی رابطه مثبت وجود دارد.
۳. بین الکسی تایمیا و اضطراب رابطه مثبت وجود دارد.

سوال تحقیق

آیا اضطراب میتواند نقش واسطه در رابطه بین الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی داشته باشد؟
در راستای سوال مذکور، مدل مفهومی زیر، تدوین گردیده است.



روش

این پژوهش، با توجه به اهداف، از نوع بنیادی و با توجه به شیوه جمع آوری داده ها از نوع همبستگی است برای این منظور ۳۸۵ نفر از دانش آموزان دبیرستانی تبریز به شیوه نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شدند. روابط ساختاری میان مولفه مورد آزمون قرار گرفته و مدل یابی معادلات ساختاری متغیرهای موجود در مدل به کمک شاخص های عینی سنجیده شده و سپس برازش مدل برای داده ها با بهره گیری از آماره ها میزان انطباق سنجیده شده است پرسشنامه های زیر به منظور جمع آوری اطلاعات استفاده شدند.

ابزار

پرسشنامه الکسی تایمیا: مقیاس ۲۰ آیتمی تورنتو (TAS-20): این مقیاس در سال ۱۹۸۶ توسط تیلور ساخته شد، در این مقیاس سازه آلکسی تایما در سه زیر مقیاس دشواری در توصیف احساسات: که شامل ۵ ماده، دشواری در شناسایی احساسات: که شامل ۷ ماده، تفکر عینی: که شامل ۸ ماده، است ارزیابی میشود. که دارای سه نمره در هر زیر مقیاس و یک نمره کل می باشد. این آزمون همسانی درونی و پایایی بازآزمایی خوبی دارد. افشاری (۱۰) در یک نمونه ۸۰ نفری از دانشجویان پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه کرده است. ضرایب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۵ و سه زیر مقیاس به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۷۲ و ۰/۵۳ بدست آمد. همچنین روایی همزمان این مقیاس را با همبسته نمودن نمره کل مقیاس الکسی تایمیا با مقیاس هیجانی در یک نمونه ۸۰ نفری بررسی کرد رابطه معناداری ($r = ۰/۴۷, P < ۰/۰۰۱$) بدست آمد.

پرسشنامه سنجش اعتیاد اینترنتی یانگ (IAT): اولین بار با ۸ سؤال در سال ۱۹۹۴ توسط کیمبرلی یانگ طراحی و سپس فرم تکمیل شده آن با ۲۰ سؤال از سوی وی در سال ۱۹۹۸، ارایه گشت (۱۱). این پرسشنامه مشتمل بر ۲۰ سؤال بر مبنای مقیاس لیکرت پنج درجه ای شامل هرگز، به ندرت، گاهی، اغلب و همیشه می باشد که به ترتیب نمره ی ۰ تا ۵ را به خود اختصاص می دهند. دامنه ی نمرات بین ۲۰ تا ۱۰۰ و کسب نمره ی بالاتر، نشانه ی وابستگی بیشتر به اینترنت است. نقطه ی برش پیشنهادی این پرسشنامه در اکثر مطالعات انجام شده از جمله مطالعه ی درگاهی و رضوی بر روی ساکنان منطقه ی ۲ غرب تهران، شامل طیف ۲۰-۴۹ طبیعی، ۵۰-۷۹ در معرض خطر و نیازمند غربالگری، ۸۰-۱۰۰ وجود اعتیاد به اینترنت است، اما در مطالعه ی علوی و همکاران بر روی دانشجویان دانشگاه های اصفهان، نقطه ی برش ۴۶ به دست آمده است، به ترتیبی که نمره بالاتر از ۴۶، نشانگر وجود اعتیاد اینترنتی در فرد می باشد (۱۲). یانگ و همکاران اعتبار درونی این پرسشنامه را ۰/۹۲ برآورد کردند و اعتبار به روش بازآزمایی نیز معنی دار گزارش شده است (۱۳). ویدیانتو و مک موران، روایی صوری این پرسشنامه را بسیار بالا ذکر کرده اند. همچنین از طریق تحلیل عوامل، شش عامل برجستگی، استفاده ی بیش از حد، بی توجهی به وظایف شغلی، فقدان کنترل، مشکلات اجتماعی و تاثیر بر عملکرد را به دست آوردند (۱۴). علوی و همکاران (۱۲) در پژوهش خود همسانی درونی پرسشنامه ی یانگ را برابر $\alpha = ۰/۸۸$ برآورد کردند. در مطالعه آنها، ضریب آلفای بدست آمده در نسخه فارسی و هم در نسخه اصلی بالاتر از ۰/۷ بوده است.

پرسشنامه اضطراب بک (BAI): این پرسشنامه ابزار خود گزارشی است که برای اندازه گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده است. این پرسشنامه یک مقیاس ۲۱ ماده ای است که آزمودنی در هر ماده یکی از چهار گزینه که نشان دهنده شدت اضطراب است را انتخاب می کند. بک و همکارانش در سال ۱۹۹۰ پرسشنامه اضطراب بک، BAI (۱۵) را معرفی کردند که به طور اختصاصی شدت علائم اضطراب بالینی را در افراد می سنجد. این پرسشنامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. ضریب همسانی درونی آن (ضریب آلفا) ۰/۹۲، اعتبار آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۷۵ و همبستگی ماده های آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶ متغیر 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 می باشد (۱۶). چهار گزینه هر سؤال در یک طیف چهار بخشی از ۰ تا ۳ نمره گذاری می شود و نمره کل پرسشنامه در دامنه ای از ۰ تا ۶۳ قرار می گیرد (۱۷).

نتایج

الف) بخش توصیفی

در این بخش با استفاده از شاخص های مرکزی و پراکندگی به ویژه میانگین و انحراف استاندارد، چگونگی تمرکز و پراکندگی داده ها مشخص شده است. نتایج در جدول ۱ ارایه شده است:

جدول ۱: شاخص های مرکزی و پراکندگی متغیرها

شاخص متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	تعداد آزمودنی ها
اعتیاد اینترنتی	۴۴/۷۴	۱۷/۶۴	۳۸۵
الکسیتایمیا	۵۶/۱۹	۱۲/۰۸	۳۸۵
اضطراب	۲۲/۳۹	۱۱/۳۴	۳۸۵

مندرجات جدول ۱ نشان می دهد که:

- ۱) میزان پراکندگی اعتیاد اینترنتی در حد مطلوب و متوسط به بالا است.
- ۲) میزان پراکندگی الکسیتایمیا در حد متوسط است.
- ۳) میزان پراکندگی اضطراب در حد متوسط است.
- ۴) میزان اعتیاد اینترنتی با توجه به نرم ابزار مورد استفاده، در حد متوسط به بالا است.
- ۵) میزان الکسیتایمیا با توجه به نرم ابزار مورد استفاده، در حد متوسط است.
- ۶) میزان اضطراب با توجه به نرم ابزار مورد استفاده، در حد متوسط به پایین است.

ب) بخش استنباطی

در این بخش، با استفاده از روش مدل یابی معادلات ساختاری (SEM)، نسبت به آزمودن فرضیه ها و پاسخ دهی به سوالات پژوهشی اقدام شده است. در این راستا، ابتدا پیش فرضهای این روش مورد بررسی قرار گرفت که به شرح زیر است:

الف) فاصله ای بودن مقیاس اندازه گیری متغیرها

نظر به اینکه در این پژوهش برای اندازه گیری متغیرها از ابزارهایی استفاده شده است که حائز صفر قراردادی بوده و فواصل نمرات به دست آمده از یکدیگر برابر فرض شده است، لذا کلیه متغیرها از مقیاس فاصله ای برخوردارند.

ب) نرمال بودن توزیع متغیرها

برای بررسی این پیش فرض از آزمون غیرپارامتریک کالموگروف-اسمیرنف استفاده شد. داده های مربوط به این آزمون در جدول ۲ ارایه شده است.

جدول ۲: آزمون کالموگروف-اسمیرنف

متغیر	Z	سطح معناداری
اعتیاد اینترنتی	۱/۰۷	۰/۲۸
الکسیتایمیا	۱/۰۲	۰/۳۱
اضطراب	۱/۱۹	۰/۲۰

مندرجات جدول ۲ نشان می دهد توزیع متغیرهای مورد مطالعه، در حد نرمال است. چرا که مقادیر Z محاسبه شده در سطح آلفای کوچکتر از ۰/۰۱ معنی دار نیست.

ج) پیش فرض هم خطی چندگانه متغیرهای پیش بین
برای بررسی این پیش فرض از شاخص های VIF (شاخص تورم واریانس) و Tolerance (شاخص تحمل) به شرح جدول ۳ استفاده شد.

جدول ۳ چندگانه متغیرها: شاخص های هم خطی

شاخص متغیر	VIF (تورم واریانس)	Tolerance (تحمل)
الکسیتایمیا	۱/۱۱	۰/۹۰
اضطراب	۱/۱۸	۰/۸۵

مندرجات جدول ۳ نشان می دهد که پیش فرض هم خطی چند گانه در متغیرهای پیش بین، محقق شده است. چرا که مقادیر VIF محاسبه شده از حد بحرانی (۳) کوچکتر بوده و مقادیر Tolerance به حد مطلوب (۱) نزدیک است.

د) پیش فرض استقلال منابع خطا در متغیرها
جهت بررسی این پیش فرض از آزمون دوربین- واتسون به شرح جدول ۴ استفاده شد.

جدول ۴ آزمون دوربین- واتسون

آزمون	اندازه
دوربین-واتسون	۱/۸۱

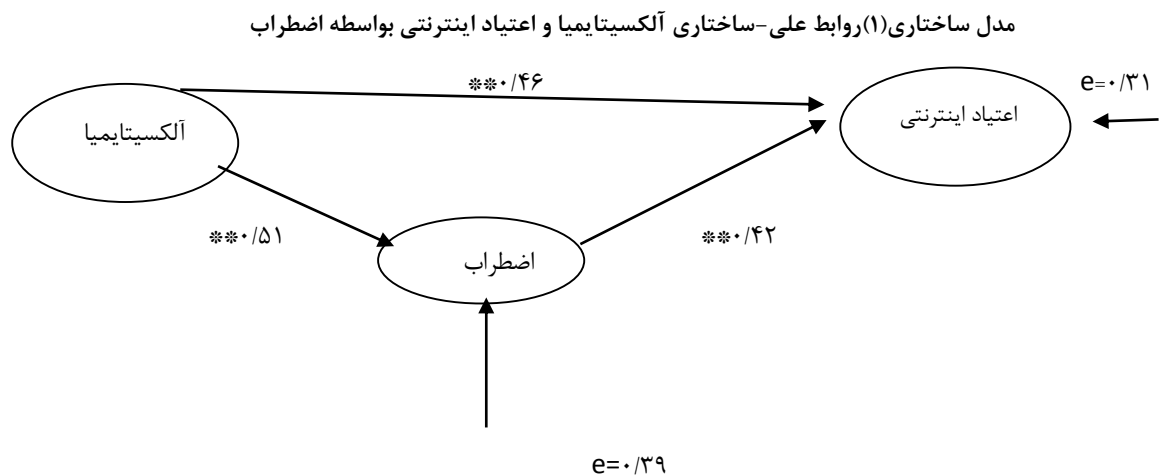
مندرجات جدول ۴ نشان می دهد که پیش فرض استقلال منابع خطا در متغیرهای مورد مطالعه، محقق شده است. چرا که مقدار دوربین-واتسون (۱/۸۱) از دو حد بحرانی (۲/۵ - ۱/۵) خارج نشده است.
از آنجا که پیش فرض های اساسی روش مدل یابی معادلات ساختاری محقق شده اند، لذا برای تحلیل داده های مربوط به سوالات و فرضیه های پژوهشی، از این روش استفاده شد. در این راستا ابتدا ماتریس همبستگی متغیرها ترسیم و محاسبه گردید و به دنبال آن مدل اندازه گیری شده با استفاده از نرم افزار ایموس محاسبه شد. نتایج در جداول ۵ و مدل ساختاری (۱) ارائه شده است.

جدول ۵: ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵
۱. اعتیاد	۱				
۲. اینترنتی آلکسیتایمیا	۰/۵۹**	۱			
۳. اضطراب	۰/۴۴**	۰/۵۴**	۰/۳۲**	۰/۴۹**	۱

P<0/01**

مندرجات جدول ۵ نشان می دهد که:
الف) بین آلکسیتایمیا و اعتیاد اینترنتی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد.
ب) بین اضطراب و اعتیاد اینترنتی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد.
ج) بین اعتیاد اینترنتی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد.
د) بین اضطراب و آلکسیتایمیا رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد.



TLI	IFI	NFI	CFI	AGFI	GFI	P	χ^2/df	df	χ^2	RMSEA
۰/۹۵	۰/۹۵	۰/۹۳	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۰۰۱	۳	۱۲۱	۳۶۳	۰/۰۳

مندرجات مدل ساختاری (۱) نشان می دهد که:

(۱) مدل اندازه گیری شده با مدل مفهومی برازش مطلوب دارد چرا که (الف) ریشه مجذور میانگین خطای برآورد (RMSEA) در حد مطلوب (کوچتر از ۰/۰۵) قرار دارد (ب) نسبت χ^2/df در حد مطلوب (کمتر از ۵) قرار دارد و این نسبت در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است (ج) شاخص های برازش شامل TLI, IFI, NFI, CFI, AGFI, GFI همگی در حد مطلوب (بزرگتر از ۰/۹۰) قرار دارند.
(۲) اثر مستقیم آلکسیتایمیا بر اعتیاد اینترنتی با ضریب β (۰/۴۶) در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است. بنابراین فرضیه (۱) مورد تایید قرار می گیرد.

(۳) اثر مستقیم اضطراب بر اعتیاد اینترنتی با ضریب β (۰/۴۲) در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است. بنابراین فرضیه (۲) مورد تایید قرار می گیرد.

(۴) اثر مستقیم آلکسیتایمیا بر اضطراب با ضریب β (۰/۵۱) در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است. بنابراین فرضیه (۳) مورد تایید قرار می گیرد..

در راستای بررسی اثرات غیر مستقیم آلکسیتایمیا بر اعتیاد اینترنتی بواسطه اضطراب از آزمون بوت استراپ تحت برنامه ماکروی استفاده شد. نتایج در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۶: اثرات غیر مستقیم آلکسیتایمیا بر اعتیاد اینترنتی بواسطه بد تنظیمی هیجانی و اضطراب

متغیر مستقل	متغیر واسطه	متغیر وابسته	حدود بوت استراپ		مقدار سوگیری	خطای برآورد	مقدار اثر	سطح معنا داری
			بالا	پایین				
آلکسیتایمیا	اضطراب	اعتیاد اینترنتی	۰/۲۵۷۱	۰/۱۹۴۶	۰/۹۰۰۰	۰/۰۱۵	۰/۲۲	۰/۰۱

مندرجات جدول ۶ نشان میدهد که:

اثر غیر مستقیم آلکسیتایمیا بر اعتیاد اینترنتی به واسطه اضطراب در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار است. بنابراین پاسخ سوال پژوهش مثبت است ($\beta=0/22$).

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با ارایه مدل فرضی، رابطه بین الکسی تایمیا و اعتیاد اینترنتی و اضطراب را مورد بررسی قرار داد. در رابطه با فرضیه اول پژوهش، یافته ها نشان داد، اثر مستقیم الکسی تایمیا بر اعتیاد اینترنتی معنی دار بوده است. وجود این رابطه همسو است با یافته های (۱۸) (۱۹) (۲۰) (۲۱) (۲۲). کریپارو معتقد است که الکسی تایمیا به دلیل نارسایی در درک، پردازش و توصیف هیجان باعث میشود که افراد در گرایش به اعتیاد اینترنتی آمادگی داشته باشند (۲۰). اوزان نیز بر اساس فرضیه خود درمانی پیشنهاد می کند که معتادان، مصرف الکل و داروها (و استفاده از اینترنت) را به منظور مقابله با هیجان های منفی خود به کار می برند این رفتارها می توانند راهی برای تسکین در موقعیت های استرس زا در افراد مبتلا به آلکسی تایمیا باشد و موجب تسهیل ارتباط هیجانی و کلامی این افراد شده و تجربه خوشایند مصرف الکل و مواد یا اینترنت، در نهایت منجر به وابستگی به رفتارهای اعتیادی در این افراد می شود (۲۳).

از طرفی، افراد الکسی تایمیا، هیجان های کودکانه در سطح پیش کلامی با ظرفیت شناختی آسیب دیده دارند که این ناتوانی باعث می شود که در تفسیر افکار، ناکارآمد و ناموفق عمل کنند در نتیجه، در این افراد تعارض فرد با محیط افزایش می یابد و شخص مکرراً درماندگی و استرس در برابر هیجان ها را تجربه می کند و به منظور مقابله با این درماندگی ها، روش های مقابله ای ناپخته مانند رفتارهای اعتیادی را ادامه می دهند (۲۴) و از آنجا که افراد مبتلا به الکسی تایمیا، نشانه های بدنی انگیزختگی هیجانی را بد تفسیر می کنند، درماندگی هیجانی را از طریق شکایت های بدنی نشان می دهند و در اقدامات درمانی نیز به دنبال درمان نشانه های جسمانی هستند (۲۵) و چون احساس های نامتمایز دارند، و این احساس ها همراه با یک برانگیختگی جسمانی است، اما به علت مشکل در تمایز، توصیف و تنظیم احساس ها، برانگیختگی فعال باقی مانده و از بین نمی رود و این امر باعث اختلال در دستگاه عصبی خود کار و دستگاه ایمنی می شود. چنین برانگیختگی که همراه الکسی تایمیا است، در نهایت باعث تولید اضطراب و افسردگی (۲۶) می شود و در نهایت ممکن است گرایش به رفتارهای اعتیادی را به منظور کاهش این هیجان های منفی برگزیند.

هرچند برخی از نظریه پردازان، رابطه ای بین الکسی تایمیا و اعتیاد را تایید نکرده اند. از طرفی معتادانی که طبق تست های خود گزارشی الکسی تایمیک تشخیص داده میشوند، باور و گزارش نادرستی نسبت به هیجاناتشان دارند که ناشی از انگیزش ضعیف آنهاست. اگر افراد بر این باور باشند که قادر به مواجهه موثر با هیجاناتشان نیستند، کمتر برانگیخته می شوند تا کاری را انجام دهند و برانگیختگی پایین منجر به رفتارهای الکسی تایمیک می شوند (۲۷).

طبق یافته های این پژوهش، اثر مستقیم اضطراب بر اعتیاد اینترنتی معنی دار است. این یافته با بررسی های (۲۸) (۱۹) (۲۹) همسو است.

مطالعات انجام یافته در معیارهای بین المللی نشان داده است که نوجوانان و جوانانی که به اینترنت اعتیاد دارند، دارای صفات ژنتیکی و مزاجی مشابهی با افراد مبتلا به اختلالات مصرف مواد دارند و رفتارهای تکانشی و پرخاشگری دارند (۲۸). نوجوانانی با مشکل هویت یابی برای غلبه بر اضطراب ناشی از این حالت و ایجاد روابط با دیگران و برآورد نیازهای اجتماعی شان به استفاده بیش از حد به اینترنت روی می آورند (۱۹).

در کل، به نظر میرسد که استفاده از اینترنت میتواند روابط اجتماعی افراد را گسترش دهد کسانی که روابط اجتماعی بالایی دارند شاید این ابزار به افزایش هر چه بیشتر این مهارتها نیز بینجامد ولی افرادی که در برقراری روابط اجتماعی از مهارت کمتری برخوردارند (مثل فوبی اجتماعی که در روابط رو در رو اضطراب بیشتری را تحمل میکنند، یا فردی که از اختلال وسواسی-اجباری رنج میبرند و تعامل با دیگران برایشان اضطراب زاست) ناچاراً برای حفظ رابطه با دوستان به روابط مجازی بیشتری روی می آورند و چون این اجتناب، موجب دریافت پاداش میشود، حضور بیشتر در دنیای مجازی جهت جلب توجه بیشتری از سوی همسالان، تقویت میشود خود این مساله منجر به کاهش کمی و کیفی هرچه بیشتر روابط اجتماعی شان میشود در نتیجه برخورد اجتماعی با همسالان کاهش می یابد و یک سری مهارتهای اجتماعی رو در روی شان نیز کاهش می یابد لذا استفاده از اینترنت و دنیای مجازی بیشتر به شکل افراطی و اعتیاد گونه درآمده و چرخه معیوب شکل میگیرد. طبق یافته های این پژوهش، اثر مستقیم الکسی تایمیا بر اضطراب معنی دار است. این یافته با بررسی های (۱۹) (۳۰) همسو است. در تبیین رابطه الکسی تایمیا با اضطراب می توان گفت که الکسی تایمیا یک ویژگی شناختی عاطفی است و فرد مبتلا به آن در تنظیم و فهم هیجان های خود و دیگران ناتوان است و با توجه به این که افراد الکسی تایمیا با فقدان هیجان در تنظیم هیجان، دشواری در توصیف احساسات و کاهش ابراز هیجان مواجه است، زمانی که اطلاعات هیجانی نتواند در فرایند پردازش شناختی ادراک و ارزشیابی گردند، افراد از نظر عاطفی و شناختی دچار آشفتگی و درماندگی شده و این ناتوانی باعث مختل شدن سازمان عواطف و شناخت های آنان می شود. یکی از روش های کنترل تنش، خصوصاً در مورد هیجانهای منفی، تخلیه و بیان هیجانی ناشی از تنش است. وقتی فرد نتواند به خوبی هیجانهای خود را تخلیه کند و یا احساسات و عواطف خود را به صورت کلامی ابراز کند، جزء روانشناختی ابراز هیجانی از جمله افسردگی و اضطراب افزایش می یابد.

منابع و مراجع

- [1] Miniwatts Marketing Group (2014) Internet world stats: usage and population statistics. Available: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>. Accessed 2014 Jun 15.
- [2] Byun S, Ruffini C, Mills JE, Douglas AC, Niang M, et al. (2009) Internet addiction: Metasynthesis of 1996–2006 quantitative research. *Cyberpsychol Behavior*. 12: 203–207.
- [3] Liu, T. Potenza, MN. (2007) Problematic Internet use: Clinical implications. *CNS Spectr* 12: 453–46
- [4] Holden.(2001). ““Behavioral” addictions: do they exist?” *Science*, vol. 294, no. 5544, ۵] اکبری وطن خواه. م.؛ زرگر. ی.؛ تیموری.ن.؛ احمدیان. آ. (۱۳۹۳) «ارتباط ویژگیهای شخصیتی و الکسیثیمیا و اعتیاد اینترنتی در دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد». *مجله مطالعات اجتماعی*. شماره ۳۳. صفحات ۱۶۳–۱۷۹.
- [6] Saarijarvi S, Salminen JK, Toikka TB. (2001). Alexithymia and depression: a 1-year follow-up study in outpatients with major depression. *J Psychosom Res*; 51(6):729-33.
- [7] Caltin, M(1989). *Manual of cognition behavior of addiction*. Translate by Bakhshipoor, Abass and Mohammad khani, shahram. *Journal of honar*. Tehran.
- [8] Baker, T. Piper, M. McCarthy, D. et al. (2004). Addiction motivation reformulated: An affective processing model of negative reinforcement. *Psychol Rev*: 111: 33-51.
- [9] Berardis, D. Albenzio, A. Gambi, F. Sepede, G. Valchera, A. Conti, C. Fulcheri, M. (2009). Alexithymia and its relationships with Dissociative Experiences and Internet Addiction in a Nonclinical Sample. *Cyberpsychology & Behaviour*. volume 12, Number 1 page ۱۰] افشاری، ا. (۱۳۸۷). «بررسی صفات شخصیتی، سبک های دلبستگی، رویدادهای استرس زای زندگی و جنسیت به عنوان پیش بین های ناگویی خلقی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران». پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه شهید چمران اهواز
- [11] Young K (1998) Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology Behav* 1: 237–244.
- [۱۲] علوی، م.؛ اسلامی، م.؛ نجفی، د.؛ جنتی فرد، و.؛ رضایپور. ع.؛ (۱۳۸۹) «ویژگی های روان سنجی آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ» *مجله علوم رفتاری*. دوره ۴، شماره ۳ (مسلسل ۱۳) صفحه ۱۸۳–۱۸۹
- [13] Yang, C. K. Choe, B. M. Baity, M. Lee, J. H and Cho, J. S. (2005). “SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive internet use,” *Canadian Journal of Psychiatry*, vol. 50, no. 7, pp. 407–414.
- [14] Widyanto L, Murran M. (2004) The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychol Behav*. 7(4):443-50.
- [15] Beck, A.T, Steer, R.A. (1990). *The Beck Anxiety Inventory Manual*. San Antonio, TX: Psychological Corporation properties. *Journal of Consulting and Psychology*, 50, 893-677.
- [16] Beck, A.T., Epstein, N., Brown, G., Steer, R. (1988). An inventory formeasuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 893-89
- [۱۷] فتحی آشتیانی، ع (۱۳۸۹) «آزمون های روان شناختی» ارزشیابی شخصیت و سلامت روان. نشر بعثت.
- [18] Schimmenti A. and V. Caretti, (2010). “Psychic retreats or psychic pits?: unbearable states of mind and technological addiction,” *Psychoanalytic Psychology*, vol. 27, no. 2, pp. 115–132
- [19], G. Bruno, A. Cava, L. Pandolfo, G. Rosaria, M. Muscatello, A. and Zoccali (2014). The Relationship between Alexithymia, Anxiety, Depression, and Internet Addiction Severity in a Sample of Italian High School Students. *The Scientific World Journal* Volume
- [20] Craparo, (2011) “Internet addiction, dissociation, and alexithymia,” *Procedia—Social and Behavioral Sciences*, vol. 30, pp. 1051–1056,
- [21] Dalbudak, C. Evren, S. Aldemir, K. S. Coskun, H. Ugurlu, and F. G. Yildirim, (2013). Relationship of internet addiction severity with depression, anxiety, and alexithymia,

- temperament and character in university students,” *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, vol. 16, no. 4, pp. 272–278,.
- [22] Oskis, A. Clow, F. Hucklebridge, A. Bifulco, C. Jacobs, and C. Loveday, “Understanding alexithymia in female adolescents: the role of attachment style,” *Personality and Individual Differences*, vol. 54, no. 1, p
- [23] Ozgun Ozturk, Fatma, Ekinci, Mine , Onder Ozturk, and Fatih Canan(2013):T he Relationship of Affective Temperament and Emotional-Behavioral Difficulties to Internet Addiction in Turkish Teenagers ISRN. *Psychiatr, Article*, 6 pages y. 275-281.
- [۲۴] قلعه بان، مریم(۱۳۸۷). بررسی و مقایسه ناگویی خلقی و خود تنظیم گری در افراد مبتلا به سوء مصرف مواد و افراد غیر مبتلا. پایاننامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران
- [25] Taylor, G. J. Bagby, R. M and Parker, J. D.(1997). *Disorders of Affect Regulation: Alexithymia in Medical and Psychiatric Illness*, Cambridge University Press, Cambridge, Mass, USA.1029-1034.
- [26] Swain D¹, Scarpa A², White S², Laugeson E³.(2015) Emotion Dysregulation and Anxiety in Adults with ASD: Does Social Motivation Play a Role? *J Autism Dev Disord*. 2015 Dec;45(12):3971-7.
- [27] Lane RD, Sechrest L, Reidel R, Weldon V, Kaszniak A, Schwartz GE.(1996). Impaired verbal and nonverbal emotion recognition in alexithymia. *Psychosomatic Medicine* 58:203-2010.
- [28] Spada MM (2014) An overview of problematic Internet use. *Addict Behav* 39:3–6.
- [29] Davis RA (2001) Cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Comput Human Behavior* 17: 187–19
- [30] Rieffe, P. Oosterveld, and M. M. Terwogt,(2006). “An alexithymia questionnaire for children: factorial and concurrent validation results,” *Personality and Individual Differences*, vol. 40, no. 1, pp. 123–133