مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۲۳، آذر ۱۴۰۳، ۷۷۹-۷۶۴

رابطه کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت (نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری): یک مطالعه توصیفی

سحر حسن زاده بناکار[۱]، کبری نصرتی[۲]

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۳/۲۱ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۱۴۰۳/۰۶/۰۶ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۱۴۰۳/۰۹/۲۰ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۹/۲۱

چکیده

زمینه و هدف: اعتیاد به اینترنت با ویژگی‌های روان‌شناختی مانند کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی مرتبط است و نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در این زمینه، کمتر بررسی شده است. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در رابطه بین کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ انجام شد.

مواد و روش‌ها: روش مطالعه توصیفی حاضر، از نوع همبستگی و جامعه آن متشکل از دانشجویان بود. تعداد ۵۰۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس، انتخاب شدند و به آزمون اعتیاد به اینترنت (Young، ۱۹۸۸)، مقیاس اهمال‌کاری (Tuckman، ۱۹۹۱)، سیاهه کمال‌گرایی (Hill و همکاران، ۲۰۰۴)، سیاهه هراس اجتماعی (Connor و همکاران، ۲۰۰۰) و مقیاس تنهایی اجتماعی و هیجانی بزرگسالان-نسخه کوتاه (de Tomaso و همکاران، ۲۰۰۴) پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که متغیرهای اهمال‌کاری، کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی به‌صورت مستقیم و مثبت با اعتیاد به اینترنت رابطه دارند ($P<۰/۰۰۱$). هم‌چنین، نتایج مدل‌یابی معادلات ساختاری نشان داد اهمال‌کاری در رابطه بین کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت نقش واسطه‌ای دارد ($P<۰/۰۰۱$).

نتیجه‌گیری: مطالعه حاضر نشان داد که اهمال‌کاری در افراد با سطوح بالای کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی می‌تواند به وابستگی بیش‌ازحد به اینترنت منجر شود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که مداخلاتی برای کاهش این عوامل در نظر گرفته شود.

واژه‌های کلیدی: کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی، احساس تنهایی، اعتیاد به اینترنت، اهمال‌کاری.

ارجاع: حسن‌زاده بناکار س، نصرتی ک. رابطه کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت: نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، سال ۱۴۰۳، دوره ۲۳ شماره ۹، صفحات: ۷۷۹-۷۶۴.

۱- کارشناس ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب، تهران، ایران
۲- (نویسنده مسئول) استادیار گروه روانشناسی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب، تهران، ایران
تلفن: ۸۸۸۳۰۸۲۶-۲۱، پست الکترونیکی: sahar.hasanzadeh76@gmail.com

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

مقدمه

استفاده بیش از حد از اینترنت می‌تواند به اعتیاد اینترنتی منجر شود. Young اعتیاد به اینترنت را به‌عنوان استفاده مفرط از اینترنت و بروز رفتارهای اعتیادآور در برنامه‌های آنلاین تعریف کرده است، که می‌تواند مشکلات روان‌شناختی، تحصیلی، اجتماعی یا شغلی به همراه داشته باشد (۱). گزارش‌های مرکز Pew نشان می‌دهد که گروه سنی ۱۸ تا ۲۹ سال بیشترین استفاده از اینترنت را دارند و هم‌چنین دانشجویان از گروه‌های پرخطر در اعتیاد به اینترنت هستند (۴-۲). در ایران نیز این پدیده شایع است (۵).

یکی از عوامل مؤثر در بروز اعتیاد به اینترنت، ویژگی‌های شخصیتی فرد است (۶). کمال‌گرایی، به‌ویژه، با ویژگی‌هایی همچون نگرانی از اشتباهات، استانداردهای بالا برای دیگران و نیاز به تأیید، ارتباط دارد (۷). افراد کمال‌گرا معمولاً از موقعیت‌هایی که نیاز به برآورده ساختن استانداردهای سخت‌گیرانه خود دارند، اجتناب می‌کنند و به‌دلیل احساس شکست، ممکن است به اعتیاد به اینترنت پناه ببرند تا آن را به‌عنوان راهبرد مقابله‌ای به کار گیرند (۹-۸). پژوهش‌ها نیز رابطه مثبت میان کمال‌گرایی و اعتیاد به اینترنت را تأیید کرده‌اند (۱۰).

علاوه بر ویژگی‌های شخصیتی، مشکلات روان‌شناختی مختلف نیز می‌توانند به‌عنوان عوامل زمینه‌ساز در بروز اعتیاد به اینترنت مطرح شوند (۱۱). به‌ویژه پژوهش Ko و همکاران نشان داد که اضطراب اجتماعی می‌تواند به‌طور قابل‌توجهی باعث اعتیاد به اینترنت شود (۱۲). اضطراب اجتماعی به‌عنوان ترس مداوم و شدید از موقعیت‌های اجتماعی یا عملکردی تعریف می‌شود که با ترس از احساس شرم همراه است (۱۳)، و این امر معمولاً به اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی منجر می‌شود (۱۴). افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی در مقایسه با همسالان خود در برقراری روابط اجتماعی ضعیف‌تر عمل کرده و انتظارات کمتری از پاداش‌های اجتماعی دارند (۱۵). پژوهش‌های متعدد نقش اضطراب اجتماعی را در بروز اعتیاد به اینترنت تأیید کرده‌اند (۲۰-۱۶).

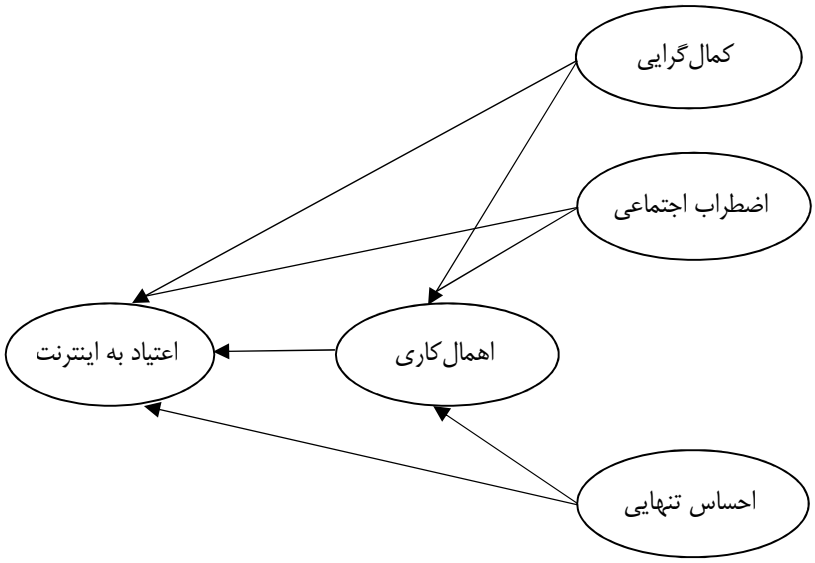
هم‌چنین، احساس تنهایی (Feeling lonely) به‌عنوان یکی از بحران‌های مهم دوران جوانی و سایر مراحل زندگی که به‌طور قابل‌توجهی بر سازگاری فرد با محیط تأثیر می‌گذارد، در بروز اعتیاد به اینترنت برجسته شده است (۲۱). احساس تنهایی به‌عنوان تجربه‌ای ذهنی و شدید از نقص در روابط اجتماعی یا ارتباطات فردی تعریف می‌شود (۲۲)، که می‌تواند باعث مشکلات روان‌شناختی متعدد و کاهش کیفیت زندگی گردد (۲۳). افرادی که روابط خانوادگی نامناسبی دارند، ممکن است به‌تدریج از ارتباط با اعضای خانواده فاصله بگیرند و زمان خود را در اینترنت به‌عنوان راهی برای جبران این فقدان صرف کنند (۲۴). مطالعات مختلف رابطه مثبت میان احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را تأیید کرده‌اند (۲۷-۲۵). پژوهش‌ها هم‌چنین به نقش واسطه‌ای متغیرهای مختلف، مانند افسردگی و اهمال‌کاری، در روابط بین ویژگی‌های شخصیتی و اعتیاد به اینترنت پرداخته‌اند (۳۰-۲۸). اهمال‌کاری (Procrastination) به تعویق انداختن غیرضروری وظایف با وجود آگاهی از پیامدهای منفی آن اطلاق می‌شود و می‌تواند به‌عنوان عاملی مهم در شکل‌گیری اعتیاد به اینترنت و سایر مشکلات روان‌شناختی عمل کند (۳۱). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اهمال‌کاری، به‌ویژه در میان دانشجویان، با اضطراب اجتماعی، احساس تنهایی و کمال‌گرایی ارتباط نزدیکی دارد (۳۳، ۳۲).

بررسی نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در این روابط می‌تواند به شناسایی راه‌حل‌های مؤثر برای مقابله با اعتیاد به اینترنت در میان دانشجویان کمک کند. این امر می‌تواند برای افرادی که از اعتیاد به اینترنت رنج می‌برند، راهکارهای مقابله‌ای مؤثری ارائه دهد. هم چنین، بررسی و درک بهتر نحوه تأثیر این متغیرها بر یکدیگر

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

اهمیت ویژه‌ای دارد. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت، با نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری انجام شد. بر اساس مدل مفهومی، کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین و اعتیاد به اینترنت به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده‌اند. اهمال‌کاری به‌عنوان متغیر واسطه‌ای فرض شده است که می‌تواند تأثیر متغیرهای پیش‌بین را بر اعتیاد به اینترنت تبیین کند. این مدل تلاش دارد تا با شناسایی این مسیرهای علی، درک عمیق‌تری از عوامل روان‌شناختی مؤثر بر اعتیاد به اینترنت ارائه دهد (شکل ۱).



شکل ۱- مدل مفهومی نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در رابطه بین کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت

مواد و روش‌ها

این پژوهش به روش توصیفی از نوع همبستگی انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود. پس از اخذ مجوز از کمیته اخلاق در پژوهش‌های زیست‌پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی کد اخلاق (IR.IAU.CTB.REC.1401.131)، فرآیند جمع‌آوری داده‌ها آغاز شد. روش نمونه‌گیری به صورت هدف‌مند و در دسترس انجام شد. دانشجویانی که تمایل خود را برای شرکت در مطالعه اعلام کردند و معیارهای ورود به پژوهش را دارا بودند، به عنوان نمونه انتخاب شدند.

معیارهای ورود شامل نداشتن سابقه بیماری روان‌پزشکی یا بستری شدن در بیمارستان روان‌پزشکی، عدم استفاده از داروهای روان‌پزشکی، کسب حدنصاب نمره در آزمون اعتیاد به اینترنت (Young)، قرار داشتن در محدوده سنی ۲۰ تا ۶۰ سال و ارائه رضایت‌نامه کتبی برای مشارکت بود. معیارهای خروج نیز شامل مواردی بودند که ممکن بود در جریان اجرای پژوهش ایجاد شوند یا پس از آغاز مطالعه مشخص شوند. این معیارها عبارت بودند از: اعلام نارضایتی از ادامه همکاری، نقص یا خطای جدی در تکمیل پرسش‌نامه‌ها و وجود شرایط جسمانی یا ذهنی غیرمنتظره که مانع از مشارکت مؤثر فرد در مطالعه شود. این موارد، مستقل از معیارهای ورود بوده و به منظور حفظ کیفیت داده‌ها و رعایت اصول اخلاقی پژوهش تعریف شدند.

در مرحله اجرای مطالعه، پرسش‌نامه‌ها به صورت حضوری بین دانشجویان توزیع شد. پیش از توزیع، توضیحات لازم در مورد هدف پژوهش، محرمانه بودن اطلاعات و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها به شرکت‌کنندگان ارائه شد. داده‌های جمع‌آوری

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

شده از نظر کامل بودن بررسی شدند و در صورت وجود نقص جزئی، پرسش‌نامه برای تکمیل بازگردانده شد. اطلاعات نهایی در محیطی ایمن ذخیره و تحلیل شدند تا محرمانگی داده‌ها تضمین شود. برای تعیین حجم نمونه، از دستورالعمل‌های Kline در مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. بر اساس این دستورالعمل‌ها، حداقل نسبت حجم نمونه به تعداد پارامترهای مدل باید ۵ نفر به ازای هر پارامتر باشد. نسبت ۱۰ نفر به ازای هر پارامتر مناسب‌تر و نسبت ۲۰ نفر به ازای هر پارامتر مطلوب‌تر در نظر گرفته می‌شود (۳۴). با توجه به تعداد پارامترهای مورد بررسی در این پژوهش و به منظور کاهش احتمال ریزش نمونه‌ها و افزایش دقت و تعمیم‌پذیری نتایج، تعداد ۵۰۰ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شد. در نهایت داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از روش‌های آماری مناسب و مدل‌یابی معادلات ساختاری تحلیل شدند. تمامی مراحل اجرا و تحلیل با رعایت اصول اخلاقی و علمی انجام شد.

آزمون اعتیاد به اینترنت (Internet Addiction Test; IAT): این ابزار توسط Young ساخته شد. برای این ابزار ۲۰ ماده به‌منظور سنجش میزان اعتیاد افراد به اینترنت تدوین شده است. سؤال‌های این آزمون بر اساس ملاک‌های Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders برای اختلال قماربازی بیمارگون ساخته شده، زیرا تصور می‌شود بین این دو شباهت‌هایی وجود دارد و در مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود که حداکثر نمره اکتسابی در آن ۱۰۰ و حداقل ۲۰ است (۳۵). در این پرسش‌نامه نمره ۴۹ به بالا به‌عنوان اعتیاد به اینترنت و نمره زیر ۴۹ به‌عنوان عدم اعتیاد به اینترنت در نظر گرفته شده است. اعتبار این آزمون در پژوهش Nastizaei با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شده و روایی بالای آن مورد تأیید قرار گرفته است (۳۶). هم‌چنین در پژوهش Alavi و همکاران اعتبار بازآمایی این ابزار با فاصله دو هفته یا یک ماه برابر ۰/۸۲ گزارش شده و روایی محتوایی آن توسط ۱۰ متخصص تأیید شده است. در این پژوهش، اعتبار ابزار با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۱ به دست آمد (۳۷).

مقیاس اهمال‌کاری Tuckman (Tuckman Procrastination Scale): این پرسش‌نامه توسط Tuckman در سال ۱۹۹۱ تدوین شده است. این مقیاس ۱۶ ماده‌ای یک ابزار خودگزارش‌دهی است که به منظور سنجش تمایل به اهمال‌کاری ساخته شده و بر مبنای طیف پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود (۳۸). این پرسش نامه به صورت عینی نمره‌گذاری می‌شود، دارای چهار گزینه به منظور پاسخ‌دهی است. این چهار گزینه تحت عناوین «مطمئناً این‌چنین هستم»، «این تمایل در من وجود دارد»، «این تمایل در من وجود ندارد» و «مطمئناً این‌چنین نیستم» مطرح می‌شود. ماده‌های ۱۲، ۱۴ و ۱۶ به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود و کسب نمره بالا در این مقیاس نشانه اهمال‌کاری زیاد است. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه توسط سازنده ابزار بررسی و تأیید شده است؛ به این ترتیب که ضریب همبستگی مقیاس با آزمون خودکارآمدی عمومی ۰/۴۷- و ضریب اعتبار آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد (۳۶). در ایران نیز این پرسش نامه توسط Moghadas Bayat ترجمه و بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد رودهن هنجاریابی و پایایی آن ۰/۷۳ به‌دست آمده است (۳۷). در پژوهش حاضر، اعتبار ابزار با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۱ به دست آمد.

سیاهه کمال‌گرایی (Perfectionism Inventory; PI): Hill و همکاران در سال ۲۰۰۴ این پرسش‌نامه را طراحی کردند. این سیاهه شامل ۵۹ ماده است و هشت بعد نیاز به تأیید، نشخوار فکری، تلاش برای عالی بودن، نظم و سازمان‌دهی، ادراک فشار از سوی والدین، هدف‌مندی، استانداردهای بالا برای همکاران و تمرکز بر اشتباهات را در طیف پنج درجه‌ای لیکرت مورد سنجش قرار می‌دهد. Hill و همکاران روایی این ابزار را با سایر ابزارهای

CCBY-NC.4.0 DEED
[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

سنجش کمال‌گرایی تأیید کرده و ضریب آلفای کرونباخ سیاهه کمال‌گرایی را برای همه زیرمقیاس‌ها، طیفی از ۰/۷۹ تا ۰/۹۱ گزارش کرده‌اند (۴۰). در ایران نیز برای سیاهه کمال‌گرایی ۸ عامل استخراج شده و ضریب آلفای کرونباخ آن برابر ۰/۹۳ گزارش شده است (۴۱). در پژوهش حاضر، اعتبار ابزار با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۰ به دست آمد.

سیاهه هراس اجتماعی (Social Phobia Inventory; SPIN): Connor و همکاران در سال ۲۰۰۰ به ساخت این پرسش‌نامه پرداختند (۴۲). این ابزار خودگزارش‌دهی دارای سه زیرمقیاس ترس، اجتناب و ناراحتی فیزیولوژیکی می‌باشد که به‌صورت یک ابزار خودسنجی ۱۷ ماده‌ای ارائه شده است. هر ماده این پرسش نامه بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای (خیلی زیاد=۵، زیاد=۴، تا حدی=۳، کم=۲ و اصلاً=۱) درجه‌بندی می‌شود. اعتبار این پرسش‌نامه با روش بازآزمایی در گروه‌هایی با تشخیص اضطراب اجتماعی برابر با ضریب همبستگی ۰/۷۸ تا ۰/۸۹، ضریب آلفای کرونباخ در گروهی از افراد بهنجار برای کل پرسش‌نامه برابر ۰/۹۴ و برای زیرمقیاس‌های ترس، اجتناب و ناراحتی فیزیولوژیکی به ترتیب برابر ۰/۹۸، ۰/۹۲ و ۰/۸۰ گزارش شده است. در ایران، Hassanvand Amouzadeh روایی همگرای این سیاهه را با زیرمقیاس ترس مرضی، فهرست بازنگری شده نشانه‌های مرضی برابر با ۰/۸۳ و اعتبار سه زیرمقیاس را با روش آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۷، ۰/۹۷ و ۰/۸۲ گزارش کرده است (۴۳). هم‌چنین، ضریب آلفای کرونباخ سیاهه هراس اجتماعی در پژوهش Heidari and Nemattavoosi برابر ۰/۹۱ به‌دست آمده است (۴۴). در پژوهش حاضر نیز اعتبار ابزار با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۹ به دست آمد.

مقیاس تنهایی اجتماعی و هیجانی بزرگسالان- نسخه کوتاه (Social and Emotional Loneliness Scale for Adults - Short Version; SELSA-S): این مقیاس توسط DiTomaso و همکاران در سال ۲۰۰۴ طراحی شد. این مقیاس دارای ۱۴ ماده و سه زیرمقیاس احساس تنهایی رمانتیک (چهار ماده)، تنهایی خانوادگی (پنج ماده) و تنهایی اجتماعی (پنج ماده) است و احساس تنهایی عاطفی از مجموع نمرات زیرمقیاس‌های رمانتیک و خانوادگی به دست می‌آید. هر ماده مقیاس در طیف پنج‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود (۴۵).

روایی این ابزار توسط سازندگان از طریق همبستگی زیرمقیاس‌های احساس تنهایی رمانتیک، خانوادگی و اجتماعی با مقیاس رضایت از زندگی (Satisfaction with Life Scale; SWLS) به ترتیب برابر ۰/۳۱، ۰/۴۴ و ۰/۲۰ و ضریب آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های آن از ۰/۸۷ تا ۰/۹۰ گزارش شده است (۴۵). در پژوهشی که توسط Salimi صورت گرفت، برای تعیین روایی پرسش‌نامه از تحلیل عوامل به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده شد که مقدار ضریب کفایت نمونه‌برداری برابر ۰/۸۲ و ضریب کرویت بارتلت برابر ۲۱۹۳/۶۰ (P<۰/۰۰۱) گزارش شده است (۴۶). در پژوهش حاضر، اعتبار ابزار با روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۷۴ به دست آمد.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ و PLS نسخه ۴ استفاده شد و در تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره و هم‌چنین آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی Pearson و مدل‌یابی معادلات ساختاری (Structural Equations Modeling; SEM) به منظور بررسی برازش مدل نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در رابطه بین کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت استفاده شد. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

نتایج

نمونه آماری این پژوهش را ۵۰۰ آزمودنی تشکیل دادند. از این تعداد، ۲۷۰ نفر (۵۴ درصد) در گروه سنی ۳۰-۲۰ سال، ۱۰۲ نفر (۲۰/۵ درصد) در گروه سنی ۴۰-۳۰ سال، ۹۷ نفر (۱۹/۵ درصد) در گروه سنی ۵۰-۴۰ سال و ۳۱ نفر (۶ درصد) در گروه سنی ۵۰ سال به بالا قرار داشتند. توزیع فراوانی جنسیت پاسخ‌گویان حاکی از آن است که ۱۷۸ نفر (۳۵/۶ درصد) از پاسخگویان دارای جنسیت مرد و ۳۲۲ نفر (۶۴/۴ درصد) از پاسخ‌گویان دارای جنسیت زن بودند. هم‌چنین، توزیع فراوانی سطح تحصیلات پاسخ‌گویان حاکی از آن است که ۱۸/۸ درصد از پاسخ‌گویان میزان تحصیلات خود را کاردانی، ۲۳/۴ درصد از پاسخ‌گویان میزان تحصیلات خود را کارشناسی، ۴۸/۴ درصد کارشناسی ارشد و ۹/۴ درصد نیز میزان تحصیلات خود را دکتری گزارش نموده‌اند.

بررسی ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ نشان داد که همه ضرایب همبستگی دو متغیری بین زوج متغیرهای پژوهش در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار هستند. سطح معناداری اهمال‌کاری، کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت کمتر از سطح خطای ۰/۰۵ به دست آمده است؛ لذا نتیجه می‌شود که رابطه بین این متغیرها مثبت و معنادار می‌باشد که نتایج آن در جدول ۱، ارائه شده است.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش و ضریب همبستگی Pearson بین متغیرهای پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
۱. اعتیاد به اینترنت	۳/۵۴۹	۰/۶۴۸	-			
۲. اهمال‌کاری	۳/۴۸۱	۰/۶۸۸	۰/۶۷*	-		
۳. کمال‌گرایی	۳/۶۳۴	۰/۷۳۷	۰/۵۷*	۰/۴۸*	-	
۴. اضطراب اجتماعی	۳/۸۶۰	۰/۸۷۵	۰/۵۴*	۰/۴۴*	۰/۵۳*	-
۵. احساس تنهایی	۳/۴۳۷	۰/۸۷۰	۰/۵۸*	۰/۵۲*	۰/۶۰*	۰/۵۰*

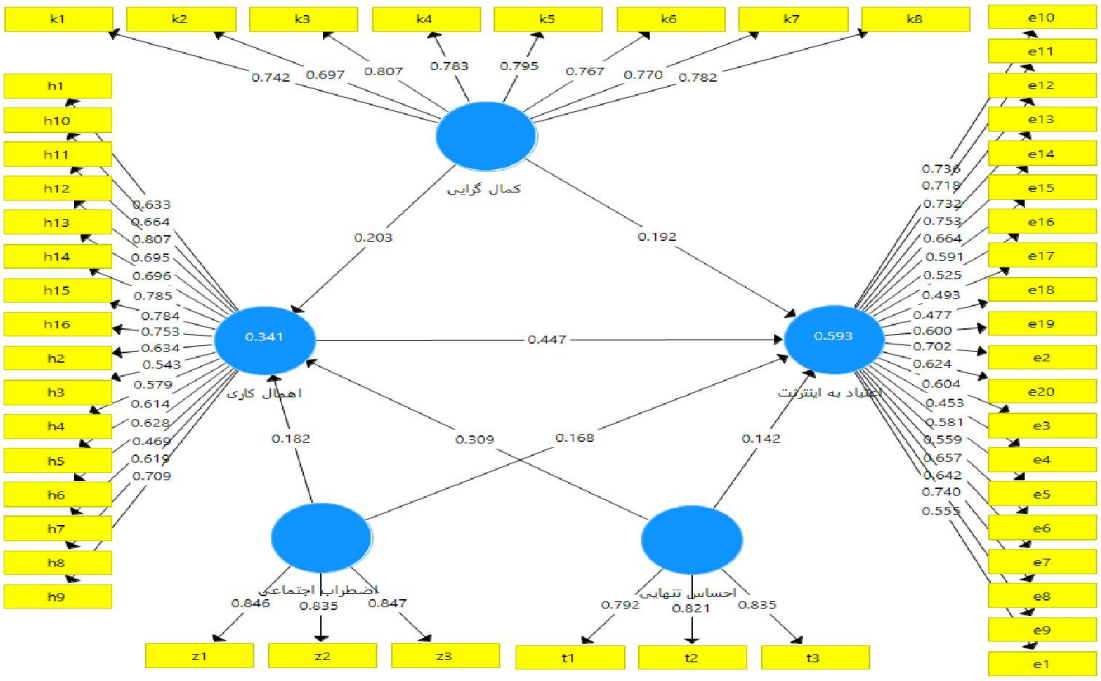
** P<۰/۰۰۱*

هم‌چنین، در بخش آمار استنباطی جهت بررسی نرمال بودن متغیرها از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که نشان داد متغیرها نرمال هستند. مقادیر به‌دست‌آمده متغیرها اعتیاد به اینترنت (۰/۰۰۱)، اهمال‌کاری (۰/۰۰۲)، کمال‌گرایی (۰/۰۰۵)، احساس تنهایی (۰/۰۰۱) و اضطراب اجتماعی (۰/۰۱۲) بود.

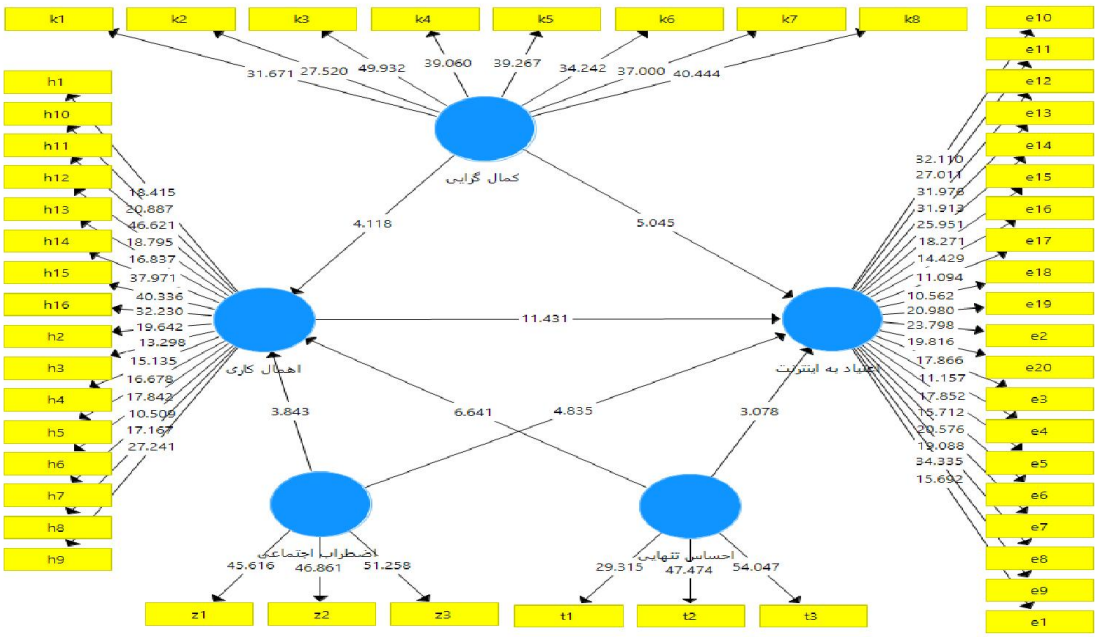
روش معادلات ساختاری از طریق مجموعه‌ای از معادلات شبیه به رگرسیون چندگانه ساختار روابط درونی متغیرها را آشکار می‌کند. لذا برای پاسخ به پرسش‌های این تحقیق، از روش معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار PLS استفاده شده است (شکل‌های ۱ و ۲). با توجه به شکل ۲، مقادیر t برای کلیه عامل‌ها و روابط آن با مقوله‌ها بزرگ‌تر از ۱/۹۶ بوده و در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار هستند که این ضرایب نشان از برازش مناسب مدل ساختاری می‌باشد.دومین معیار بررسی ضریب تعیین (R^2) مربوط به متغیرهای پنهان وابسته (درون‌زا) مدل است و نشان‌دهنده تأثیر یک متغیر مستقل (برون‌زا) بر یک متغیر وابسته است این معیار قابلیت کاهش خطاها در مدل اندازه‌گیری و افزایش واریانس بین سازه و شاخص‌ها را دارد که صرفاً در PLS کنترل می‌شود. در این مطالعه مقدار ضریب تعیین متغیرهای درون‌زا در حد قابل قبولی هستند (۴۸).

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]



شکل ۲- مدل ساختاری پژوهش در حالت ضریب استاندارد متغیرهای پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰



شکل ۳- مدل ساختاری پژوهش در حالت ضریب معناداری متغیرهای پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی۱۴۰۱-۱۴۰۰

مدل ساختاری از طریق روابط بین متغیرهای مکنون، مورد اندازه‌گیری قرار گرفت در مدل ساختاری برخلاف مدل اندازه‌گیری، به سؤالات (مشاهده شده) کاری ندارند و تنها متغیرهای مکنون (پنهان)، همراه با روابط میان آن‌ها بررسی می‌گردد. در این مطالعه از سه معیار؛ ضریب معناداری (T-Values)، ضریب تعیین (R^2) و ضریب قدرت پیش‌بینی (Q2) استفاده شده است. اولین معیار بررسی مدل ساختاری، ضرایب معناداری t است و در صورتی که مقادیر آن بیش از ۱/۹۶ باشد،

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

نشان از صحت رابطه بین سازه‌ها و در نتیجه تأیید فرضیه‌های پژوهش در سطح اطمینان ۹۵ درصد است.

برازش مدل کلی (Goodness Of Fit; GOF) هر دو مدل اندازه‌گیری و ساختاری را مدنظر قرار می‌دهد و به‌عنوان معیاری برای سنجش عملکرد کلی مدل به کار می‌رود. برای برازش مدل کلی تنها یک معیار به نام GOF وجود دارد. سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ را به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF تعریف شده است (۴۴). مقدار میانگین مقادیر اشتراکی آن ۰/۳۵۶و میانگین R^2 آن ۰/۴۶۷ به‌دست آمد و با توجه به فرمول، مقدار GOF برای مدل این پژوهش برابر با ۰/۴۱۷ محاسبه شده که نشان از برازش کلی قوی و بسیار مناسب مدل دارد. نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- شاخص‌های نیکویی برازش مدل پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰

متغیر	R^2	Q2	(Communality)	GOF
اعتیاد به اینترنت	۰/۵۹۳	۰/۲۱۴	۰/۳۲۳	
اهمال‌کاری	۰/۳۴۱	۰/۲۴۱	۰/۳۶۹	
کمال‌گرایی	-	-	۰/۴۴۹	۰/۴۱۷
اضطراب اجتماعی	-	-	۰/۳۹۸	
احساس تنهایی	-	-	۰/۳۳۰	

با توجه به شاخص‌های مدل معادلات ساختاری پژوهش که در جدول ۳ آمده است، مقدار T به‌دست آمده در تمامی فرضیه‌ها از حد مرزی ۱/۹۶ بیشتر شده و هم‌چنین سطح معناداری آزمون در این خصوص کمتر از سطح خطای ۰/۰۵ محاسبه شده است. بنابراین، می‌توان اظهارنظر کرد که تمامی فرضیه‌های مستقیم تأیید می‌شوند.

جدول ۳- آزمون فرضیه‌های مستقیم مدل پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

فرضیه‌های مستقیم	ضریب استاندارد (β)	مقدار T	مقدار P	نتیجه فرضیه
کمال‌گرایی ← اعتیاد به اینترنت	۰/۱۹۲	۵/۰۴۵	۰/۰۰۱	تأیید فرضیه
اضطراب اجتماعی ← اعتیاد به اینترنت	۰/۱۶۸	۴/۸۳۵	۰/۰۰۱	تأیید فرضیه
احساس تنهایی ← اعتیاد به اینترنت	۰/۱۴۲	۳/۰۷۸	۰/۰۰۲	تأیید فرضیه
اهمال‌کاری ← اعتیاد به اینترنت	۰/۴۴۷	۱۱/۴۳۱	۰/۰۰۱	تأیید فرضیه

با توجه به اطلاعات جدول ۴، مقدار آماره سوبل (Sobel) فرضیه‌های غیرمستقیم فوق از قدر مطلق ۱/۹۶ بیشتر محاسبه شده و سطح معناداری آن‌ها کمتر از سطح خطای ۰/۰۵ به‌دست آمده است، می‌توان در سطح اطمینان ۹۵ درصد تأثیر میانجی‌گری اهمال‌کاری به‌صورت کامل در رابطه بین متغیرهای کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت را تأیید کرد.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

جدول ٤- آزمون سوبل جهت بررسی فرضیه‌های غیرمستقیم پژوهش در دانشجویان دانشگاه آزاد تهران واحد جنوب در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱

فرضیه‌های غیرمستقیم	مقدار آماره سوبل	سطح معناداری	نتیجه آزمون
کمال‌گرایی ← اعتیاد به اینترنت (با میانجی‌گری اهمال‌کاری)	۳/۸۷۴	۰/۰۰۱	تأیید شد
اضطراب اجتماعی ← اعتیاد به اینترنت (با میانجی‌گری اهمال‌کاری)	۳/۶۴۲	۰/۰۰۱	تأیید شد
احساس تنهایی ← اعتیاد به اینترنت (با میانجی‌گری اهمال‌کاری)	۵/۷۴۲	۰/۰۰۱	تأیید شد

بحث

این پژوهش با هدف تعیین نقش واسطه‌ای اهمال‌کاری در رابطه بین کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت انجام شد. نتایج نشان داد که مدل اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پیش‌بینی‌کننده (اهمال‌کاری، کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی) بر اعتیاد به اینترنت از برازندگی مطلوبی برخوردار است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های پیشین همسو بود. برای مثال، پژوهش‌هایی نشان داده‌اند که اضطراب اجتماعی و تنهایی می‌توانند احتمال اعتیاد به اینترنت را افزایش دهند (۴۹). هم‌چنین، دیگر پژوهش‌ها به این نتیجه رسیده‌اند که اهمال‌کاری می‌تواند به‌عنوان یک واسطه در رابطه بین تنهایی و اعتیاد به اینترنت عمل کند (۴۷). در روابط مستقیم، تحقیقات نشان داده‌اند که اضطراب اجتماعی ارتباط معناداری با اعتیاد به اینترنت دارد (۵۰). در همین راستا، اهمال‌کاری نیز با اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی همبستگی مثبت نشان داده است (۴۷). هم‌چنین، برخی پژوهش‌ها نشان دادند که تنهایی نقش واسطه‌ای معناداری در رابطه بین عوامل مختلف مانند تربیت والدین و اعتیاد به اینترنت ایفاء می‌کند (۵۱). این نتایج به‌طور کلی با مطالعات پیشین در این زمینه همخوانی دارند و بر اهمیت مداخلات روان‌شناختی برای کاهش اعتیاد به اینترنت، به‌ویژه در افرادی با ویژگی‌های ذکر شده، تأکید می‌کنند.

یکی از فرضیات پژوهش بررسی کمال‌گرایی بر اعتیاد به اینترنت بود که نتایج پژوهش ارتباط بین این دو را نشان داد. این یافته‌ها هم‌چنین با نتایج پژوهش‌های پیشین همخوانی داشت. در تبیین این یافته می‌توان اشاره کرد که افراد کمال‌گرای بیش‌ازحد نگران اشتباه کردن هستند و به خودشان تردید دارند. آن‌ها هم چنین به ارزیابی همکاران اهمیت زیادی می‌دهند. این ویژگی‌ها می‌تواند منجر به رفتارهای اهمال‌کاری مانند تأخیر در شروع یا تکمیل کارهای مهم شود و در نتیجه برای کاهش اضطراب ناشی از این مشکلات، به رفتارهای اعتیادآور، به‌ویژه اعتیاد به اینترنت روی می‌آورند (۵۰).

یکی دیگر از فرضیات پژوهش مبنی بر اثر مستقیم و مثبت اضطراب اجتماعی بر اعتیاد به اینترنت بود. نتایج نشان داد که این رابطه با یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسو است (۵۲). در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی به‌واسطه ترس شدید و غیرمنطقی از موقعیت‌های اجتماعی، از قرار گرفتن در جمع اجتناب می‌کنند و در تعامل‌های بین فردی به‌دلیل انتظار دریافت پاداش اندک، احساس عدم موفقیت دارند. این عدم موفقیت و ناتوانی در نظم‌جویی هیجان، آن‌ها را به سمت استفاده افراطی از اینترنت سوق می‌دهد تا از این طریق فشارهای روانی خود را کاهش دهند (۴۸). علاوه بر این، اضطراب اجتماعی موجب می‌شود که افراد موقعیت‌های اجتماعی را فاجعه‌بار تصور کنند و نگرانی‌های غیرواقعی تجربه کنند که با واقعیت سازگاری ندارند (۱۹). این افراد نگران این هستند که چگونه در نظر دیگران به نظر می‌آیند و بیشتر در موقعیت‌ها بدبین هستند، به‌ویژه زمانی که رفتارهای دیگران را به‌طور منفی تفسیر می‌کنند (۱۸). در

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

محیط‌های مجازی که کمتر با رفتارهای منفی روبه‌رو هستند، به‌راحتی ارتباط برقرار کرده و از این طریق بیشتر در معرض استفاده افراطی از اینترنت قرار می‌گیرند (۷).

فرضیه دیگر این پژوهش مبنی بر رابطه مستقیم و مثبت احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت بود که نتایج نشان داد که بین این دو متغیر ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد (۲۸-۲۶). در تبیین این نتیجه، می‌توان بیان کرد که افرادی که دچار احساس تنهایی هستند؛ معمولاً احساساتی مانند غمگینی، عدم تعلق و خلأ عاطفی را تجربه می‌کنند که این شرایط به‌عنوان تهدیدی برای سلامت روان شناخته می‌شود (۲۳). چنین احساساتی می‌تواند منجر به تجربیات منفی مانند پوچی، شرم و ناامیدی شود و فرد را به‌دنبال راهی برای فرار از این احساسات ناخوشایند و دردناک سوق دهد. زمانی که افراد برای اجتناب از احساس ناامیدی و پوچی به استفاده از اینترنت روی می‌آورند، فرصت کمتری برای تفکر یا نشخوار فکری در مورد کمبود روابط اجتماعی یا نیازهای برآورده نشده خود دارند. در نتیجه، آن‌ها وقت بیشتری را در فضای اینترنت صرف می‌کنند تا به مدت طولانی‌تری از درد و رنج خود رهایی یابند. این امر باعث می‌شود که استفاده از اینترنت به‌تدریج به فعالیتی غیرارادی تبدیل شده و فرد کنترل کمتری بر فعالیت‌های خود در این فضا داشته باشد. بنابراین، به نظر می‌رسد که تجربه احساس تنهایی می‌تواند زمینه‌ساز اعتیاد به اینترنت باشد (۲۵).

نتایج پژوهش نشان داد که بین اهمال‌کاری و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت معناداری وجود دارد که این یافته با پژوهش‌های پیشین همسو است (۳۸، ۳۶). در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که افراد اهمال‌کار اغلب به تأخیر انداختن تکالیف و وظایف ضروری خود را به انجام فعالیت‌های غیرضروری ترجیح می‌دهند. این افراد به دلیل ناخوشایند بودن وظایف، انجام آن‌ها را به آینده موکول می‌کنند و به همین دلیل از انجام کارهای مهم خود اجتناب می‌کنند. به علاوه، این افراد ممکن است باورهای غیرمنطقی و ناکارآمدی درباره نتایج کارها و فعالیت‌های خود داشته باشند و از فقدان انگیزه رنج ببرند. درنتیجه، برای اجتناب از انجام کارهای ملال‌آور، آن‌ها به فعالیت‌های مهیج و غیرضروری مانند استفاده از اینترنت روی می‌آورند. بدین ترتیب، استفاده بیمارگونه از اینترنت در این افراد می‌تواند به‌طور بالقوه زمینه‌ساز اعتیاد به اینترنت شود (۳۸). هم‌چنین، چون اهمال‌کاری ممکن است منجر به اضطراب و استرس در فرد شود، افراد اهمال‌کار ممکن است برای کاهش این اضطراب به سمت استفاده از اینترنت و مشغول شدن با آن روی آورند تا تنش‌های روانی خود را کاهش دهند (۳۴).

هم‌چنین، نتایج مدل معادلات ساختاری نشان داد که اهمال‌کاری به عنوان یک متغیر تعدیل‌گر، ارتباط مثبت اضطراب اجتماعی با اعتیاد به اینترنت را تبیین می‌کند. این یافته در پژوهش‌های پیشین مورد بررسی قرار نگرفته بود. افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی که از قرار گرفتن در موقعیت‌های اجتماعی هراس دارند، اغلب از انجام وظایف خود اجتناب می‌کنند و این امر به افزایش اهمال‌کاری در آن‌ها منجر می‌شود (۳۹). این تأخیر در انجام کارهای مهم، می‌تواند پیامدهای منفی همچون اضطراب، افسردگی و کاهش رضایت از زندگی را در پی داشته باشد (۳۳). بنابراین، افراد با اضطراب اجتماعی برای کاهش هیجانات منفی خود به استفاده از اینترنت روی می‌آورند که در درازمدت می‌تواند به اعتیاد به اینترنت منجر شود (۴۹).

نتایج مدل معادلات ساختاری نشان داد که اهمال‌کاری به عنوان یک متغیر تعدیل‌گر، رابطه بین کمال‌گرایی و اعتیاد به اینترنت را تأیید می‌کند. در برخی پژوهش‌ها، کمال‌گرایی مثبت با اعتیاد به اینترنت رابطه منفی و معناداری نشان داده شده است، در حالی‌که کمال‌گرایی منفی چنین ارتباطی نداشته است (۳۱). افراد با کمال‌گرایی مخرب، به دلیل ترس از ناتوانی در برآوردن

CCBY-NC.4.0 DEED
[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

استانداردهای خود یا محیط، ممکن است برای اجتناب از شکست و ارزیابی منفی از دیگران، به رفتارهای اهمال‌کاری روی آورند. این تأخیر در انجام کارها می‌تواند به ایجاد شرایطی برای استفاده از اینترنت به عنوان یک مکانیزم دفاعی علیه اضطراب و استرس ناشی از احساس ناکامی تبدیل شود (۵۱).

بر اساس مدل معادلات ساختاری، این پژوهش نشان داد که اهمال‌کاری نقش میانجی بین احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت را ایفا می‌کند. این یافته با مطالعات پیشین همسو است، از جمله پژوهش‌هایی که به بررسی رابطه بین تنهایی، اعتیاد به اینترنت و اهمال‌کاری پرداخته‌اند. برای مثال، مطالعه‌ای که رابطه بین تنهایی و اعتیاد به اینترنت را با توجه به اهمال‌کاری بررسی کرده، به این نتیجه رسیده است که این رفتارهای پرهیزگرایانه (یعنی اهمال‌کاری) موجب می‌شود که فرد به محیط اینترنتی پناه ببرد تا از تنهایی خود فرار کند (۴۹). در مجموع، نتایج این پژوهش به‌طور کلی تأثیر مهمی در ارتقای فهم روان‌شناختی از اعتیاد به اینترنت دارد و پیشنهاد می‌کند که مداخلات روان‌شناختی برای کاهش اضطراب اجتماعی، احساس تنهایی، و کمال‌گرایی می‌تواند در مدیریت و پیشگیری از اعتیاد به اینترنت مؤثر واقع شود.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از روش نمونه‌برداری در دسترس بود که تعمیم‌پذیری نتایج را به سایر جمعیت‌ها کاهش می‌دهد و نتایج را به ویژگی‌های خاص نمونه محدود می‌کند. هم‌چنین، ابزارهای خودگزارشی که در این پژوهش به کار گرفته شدند ممکن است تحت تأثیر سوءگیری‌هایی نظیر تمایل به مطلوبیت اجتماعی یا عدم دقت در پاسخ‌دهی قرار گیرند. محدودیت دیگر این پژوهش، تمرکز بر یک جامعه خاص (دانشجویان یک دانشگاه در یک منطقه جغرافیایی خاص) و بازه زمانی محدود است که ممکن است تحت تأثیر شرایط اجتماعی، فرهنگی و تحصیلی خاص قرار گرفته باشد. در نهایت، پژوهش حاضر با استفاده از روش مقطعی انجام شده است که استنباط روابط علی را محدود می‌کند. در راستای رفع این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آینده از روش‌های نمونه‌برداری تصادفی یا طبقه‌بندی شده استفاده شود تا تعمیم‌پذیری نتایج به سایر جوامع افزایش یابد. هم‌چنین، بهره‌گیری از ابزارهای چندمنبعی مانند گزارش‌های ناظران یا استفاده از روش‌های تجربی و مشاهده‌ای می‌تواند به دقت بیشتر در جمع‌آوری داده‌ها کمک کند. برای افزایش قابلیت تعمیم‌پذیری، پیشنهاد می‌شود مطالعات مشابه در مناطق جغرافیایی و فرهنگی مختلف و با نمونه‌های متنوع‌تر انجام شود. علاوه بر این، استفاده از طراحی‌های طولی می‌تواند به فهم بهتر روابط علی بین متغیرهای پژوهش کمک کند.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میان اهمال‌کاری، کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. علاوه بر این، اهمال‌کاری نقش تعدیل‌کننده‌ای در ارتباط میان کمال‌گرایی و اعتیاد به اینترنت، اضطراب اجتماعی و اعتیاد به اینترنت، و احساس تنهایی و اعتیاد به اینترنت ایفاء می‌کند. به‌طور خاص، این مطالعه نشان داد که در افراد با سطوح بالای کمال‌گرایی، اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی، اهمال‌کاری می‌تواند وابستگی به اینترنت را تشدید کند. این نتایج بر اهمیت مداخلات روان‌شناختی برای کاهش اهمال‌کاری و اضطراب اجتماعی تأکید می‌کنند، به‌ویژه در افرادی که در معرض خطر وابستگی به اینترنت هستند. هم‌چنین، توجه به این متغیرها در طراحی برنامه‌های پیش‌گیرانه می‌تواند به کاهش اثرات منفی مرتبط با اعتیاد به اینترنت کمک کند.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله از دانشجویان شرکت کننده در مطالعه حاضر که با تکمیل پرسش‌نامه‌ها پژوهش‌گران را یاری دادند، کمال تشکر را دارند.

تعارض در منافع: در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافعی میان نویسندگان مقاله وجود ندارد.

حامی مالی: این پژوهش هیچ‌گونه حامی مالی نداشته است.

ملاحظات اخلاقی (کد اخلاق): کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران کد مطالعه را تأیید کرد (IR.IAU.CTB.REC.1401.131).

مشارکت نویسندگان

- **طراحی ایده:** سحر حسن زاده بناکار
- **روش کار:** سحر حسن زاده بناکار
- **جمع‌آوری داده‌ها:** سحر حسن زاده بناکار
- **تجزیه و تحلیل داده‌ها:** سحر حسن زاده بناکار
- **نظارت:** کبری نصرتی
- **مدیریت پروژه:** کبری نصرتی
- **نگارش – پیش‌نویس اصلی:** سحر حسن زاده بناکار
- **نگارش – بررسی و ویرایش:** سحر حسن زاده بناکار

References

1. Young KS. What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use. In 105th annual conference of the American Psychological Association, 1997 (Vol. 15, pp. 12-30).
2. Pew Research Center. Demographics of internet and home broadband usage in the United States. Retrieved from 2021.
3. Shorchi F, Javadi MJ, Davaie M, Farokhi N. The effectiveness of mindfulness-based group therapy with respect to the modification of early maladaptive schemas in reducing Internet addiction in high school girls. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences (MUMS)* 2020; 63(4): 2534-9 [Farsi]
4. Baturay MH, Toker S. Internet addiction among college students: Some causes and effects. *ERIC* 2019; 24: 2863-85.
5. Bustin S, Mohammadipour M. The Role of Positive Psychology Interventions on Emotion Control and Internet Addiction Treatment. *Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences(MUMS)* 2024; 67(1): 127-38. [Farsi]
6. Lehmann IS, Konstam V. Growing up perfect: Perfectionism, problematic Internet use, and career indecision in emerging adults. *Journal of Career Development* 2011; 89(2): 155-62.
7. Hill RW, Huelsman TJ, Furr RM, Kibler J, Vicente BB, Kennedy C. A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment* 2004; 82(1): 80-91.
8. Hewitt PL, Flett GL, Besser A, Sherry SB, McGee B. Perfectionism is multidimensional: A reply to. *Behavior Research and Therapy* 2003; 41(10): 1221-36.
9. Hauck C, Schipfer M, Ellrott T, Cook B. The relationship between food addiction and patterns of disordered eating with exercise dependence: In amateur endurance athletes. *Eating and Weight Disorders* 2020; 25: 1573-82.
10. Yang W, Morita N, Zuo Z, Kawaida K, Ogai Y, Saito T, et al. Maladaptive perfectionism and Internet addiction among

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

Chinese college students: A moderated mediation model of depression and gender. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021; 18(5): 2748.

11. Kuss DJ, Lopez-Fernandez O. Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry* 2016; 6(1): 143.
12. Ko CH, Yen JY, Chen CS, Yeh YC, Yen CF. Predictive values of psychiatric symptoms for Internet addiction in adolescents: A 2-year prospective study. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 2009; 163(10): 937-43.
13. Sadock BJ, Sadock VA. Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry. 9th ed. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins; 2009. pp. 237.
14. Shannon J. The shyness and social anxiety workbook for teens: CBT and ACT skills to help you build social confidence. 1st ed. New Harbinger Publications; 2022. pp. 45.
15. Givon-Benjio N, Oren-Yagoda R, Aderka IM, Okon-Singer H. Biased distance estimation in social anxiety disorder: A new avenue for understanding avoidance behavior. *Depression and Anxiety* 2020; 37(12): 1243-52.
16. ALHarbi BH, Al-Mehsin SA, Al-Rababaah JK, Ibrahim KA. The predictive ability of social anxiety within Internet addiction among university students. *Journal of Education and e-Learning Research* 2021; 8(3): 290-8.
17. Jaiswal A, Manchanda S, Gautam V, Goel AD, Aneja J, Raghav PR. Burden of Internet addiction, social anxiety, and social phobia among university students in India. *Journal of Family Medicine and Primary Care* 2020; 9(7): 3607-12.
18. Leo K, Kewitz S, Wartberg L, Lindenberg K. Depression and social anxiety predict Internet use disorder symptoms in children and adolescents at 12-month follow-up: Results from a longitudinal study. *Frontiers in Psychology* 2021; 12: 787162.
19. McGinty EE, Presskreischer R, Han H, Barry CL. Psychological distress and loneliness reported by US adults in 2018 and April 2020. *JAMA* 2020; 324(1): 93-4.
20. DiTommaso E, Brannen C, Best LA. Measurement and validity characteristics of the short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S). *Personality and Individual Differences* 2004; 64(1): 99-119.
21. Buecker S, Horstmann KT, Luhmann M. Lonely today, lonely tomorrow: Temporal dynamics of loneliness in everyday life and its associations with psychopathological symptoms. *SAGE* 2024; 15(2): 170-81.
22. Maitland DW. Experiential avoidance and fear of intimacy: A contextual behavioral account of loneliness and resulting psychopathology symptoms. *Journal of Contextual Behavioral Science* 2020; 18: 193-200.
23. Oguz E, Cakir O. Relationship between the levels of loneliness and Internet addiction. *The Anthropologist* 2014; 18(1): 183-9.
24. Zareei MH, Yektafar M, Asadi S. The prediction of Internet addiction based on parental affection and social skills: The mediating role of loneliness in the ninth-grade students in Yazd. *Journal of Family Research* 2022; 18(1): 121-34. [Farsi]
25. Latief NS, Retnowati E. Loneliness and self-esteem as predictors of Internet addiction in adolescents. In *3rd*

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

International Conference on Current Issues in Education. Atlantis Press; 2019 Jun (pp. 382-6).

26. Demir Y, Kutlu M. The relationship between loneliness and depression: Mediation role of Internet addiction. *Educational Process: International Journal* 2016; 5(2): 97-105.
27. Ren YJ, Yang JJ, Liu LQ. Social anxiety and Internet addiction among rural left-behind children: The mediating effect of loneliness. *Iranian Journal of Public Health* 2017; 46(12): 1659–68.
28. Bagheri Asl S, Ebrahimi H, Ayadi N, Kasirloo N. The effects of perfectionism and fear of failure on performance in high school students. *Middle East Journal of Disability Studies* 2021; 11(1): 113. [Farsi]
29. Beutel ME, Klein EM, Aufenanger S, Brähler E, Dreier M, Müller KW, et al. Procrastination, distress, and life satisfaction across the age range–a German representative community study. *PLoS ONE* 2016; 11(2): e0148054.
30. Constantin K, English MM, Mazmanian D. Anxiety, depression, and procrastination among students: Rumination plays a larger mediating role than worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy* 2018; 36: 15-27.
31. Tras Z, Gökçen G. Academic procrastination and social anxiety as predictive variables of Internet addiction in adolescents. *Canadian Center of Science and Education* 2020; 13(9): 23-35.
32. Lardinoix J, Neumann I, Wartberg L, Lindenberg K. Procrastination predicts future Internet use disorders in adolescents but not vice versa: Results from a 12-month longitudinal study. In *Healthcare* 2023 Apr 29 (Vol. 11, No. 9, pp. 1274). MDPI.
33. Tarman GZ, Sari BA. The mediating role of mindfulness on social anxiety and procrastination. *International Journal of Mental Health and Addiction* 2023; 21(2): 1013-24.
34. Kline RB. Methodology in the social sciences. *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. 2005;2.
35. Young KS. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*. 2004 Dec;48(4):402-15.
36. Nastizaei N. Validity and reliability of Internet Addiction Test. *Journal of Educational Psychology Research* 2012; 20: 45-54.
37. Alavi SS, Maracy MR, Jannatifard F, Eslami M. Psychometric properties of IAT in Persian context. *Addiction and Health* 2010; 2(3-4): 51-6.
38. Tuckman BW. Development of procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement* 1991; 51(2): 473-80.
39. Moghadas Bayat D. Validation of procrastination scale in Iran. *Journal of Counseling Research* 2005; 10: 65-80.
40. Hill RW, Huelsman TJ, Araujo G. Development and validation of the Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment* 2004; 82(1): 80-101.
41. Besharat MA. Psychometric evaluation of perfectionism inventory in Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology* 2006; 12(4): 350-9.
42. Connor KM, Davidson JR, Churchill LE, Sherwood A, Weisler RH, Foa E. Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry (BJPsych)* 2000; 176(4): 379-86.
43. Hassanvand Amouzadeh M. Psychometric properties of SPIN in Iranian students. *Iranian Journal of Psychiatry* 2013; 8(2): 78-89.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

44. Heidari S, Nemattavoosi M. Validation of SPIN among Iranian populations. *Iranian Journal of Clinical Psychology* 2017; 19(3): 289-99.

45. DiTommaso E, Brannen C, Best LA. Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement.* 2004; 64(1): 99-119.

46. Salimi A. Validation and factor analysis of SELSA-S in Persian. *Psychological Research Quarterly* 2012; 24(1): 33-40.

47. Khoshnood M, Farhadi M. Procrastination and its relationship with social anxiety in adolescents. *J Behav Sci* 2020; 18(4): 322-37.

48. Lee DS, McCrary J, Moreira MJ, Porter JR, Yap L. What to do when you can't use'1.96'Confidence Intervals for IV. *National Bureau of Economic Research*; 2023 Nov 27.

49. Hu LT, Bentler PM. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. Structural equation modeling: *a Multidisciplinary Journal* 1999; 6(1): 1-55.

50. Parsa H, Azizi S. The mediating role of procrastination in the relationship between perfectionism and internet addiction. *J Ment Health Stud* 2019; 7(2): 128-45.

51. Farahani A, Rezaei S. The role of procrastination in mediating the relationship between anxiety and internet addiction. *J Clin Psychol* 2022; 25(1): 100-15.

52. Asgarian S, Shamsi R. The relationship between perfectionism and internet addiction in adolescents. *J Addict Stud* 2021; 10(4): 174-85.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]

CCBY-NC.4.0 DEED

The Relationship between Perfectionism, Social Anxiety, and Loneliness and Internet Addiction withThe Mediating Role of Procrastination: A Descriptive Study

Sahar Hasanzadeh Banakar[1], Kobra Nosrati[2]

Received: 10/06/24 Sent for Revision: 27/08/24 Received Revised Manuscript: 10/12/24 Accepted: 11/12/24

Background and Objectives: Internet addiction is associated with psychological characteristics such as perfectionism, social anxiety, and loneliness. The mediating role of procrastination in these relationships has been less explored. Therefore, this research was conducted to determine the mediating role of procrastination in the relationship between perfectionism, social anxiety, and loneliness and internet addiction among students at Islamic Azad University, South Tehran Branch, during the 2021-2022 academic year.

Materials and Methods: In the present descriptive correlational study, the community consisted of students. A number of 500 people were selected by convenience sampling method and responded to Internet Addiction Test (Young, 1988), Procrastination Scale (Tuckman, 1991), Perfectionism Scale (Hill et al., 2004), Social Phobia Scale (Connor et al., 2000), and Adult Social and Emotional Loneliness Scale-Short Version (de Tomaso et al., 2004). Data analysis was performed by structural equations modeling.

Results: The results of the research showed that the variables of procrastination, perfectionism, social anxiety, and loneliness are directly and positively related to Internet addiction ($p<0.001$). Also, the results of structural equation modeling showed that procrastination plays a mediating role in the relationship between perfectionism, social anxiety, and loneliness, and Internet addiction ($p<0.001$).

Conclusion: The current study indicated that procrastination in individuals with high levels of perfectionism, social anxiety, and loneliness could lead to excessive internet dependency. Therefore, it is recommended that interventions be considered to reduce these factors.

Keywords: Perfectionism, Social anxiety, Loneliness, Internet addiction, Procrastination

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical considerations: The Ethics Committee of Islamic Azad University, Tehran-Central Branch, approved the study (IR.IAU.CTB.REC.1401.131).

Authors' contributions:

- Conceptualization: Sahar Hasanzadeh Banakar

- Methodology: Sahar Hasanzadeh Banakar

- Data collection: Sahar Hasanzadeh Banakar

- Formal analysis: Sahar Hasanzadeh Banakar

- Supervision: Kobra Nosrati

- Project administration: Kobra Nosrati

- Writing – original draft: Sahar Hasanzadeh Banakar

- Writing – review & editing: Sahar Hasanzadeh Banakar

Citation: Hasanzadeh Banakar S, Nosrati K. The Relationship Between Perfectionism, Social Anxiety, and Loneliness and Internet Addiction withThe Mediating Role of Procrastination: A Descriptive Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2024; 23 (9): 764-79. [Farsi]

1- MSc, Dept. of Clinical Psychology, Islamic Azad University, South Tehran Branch, Tehran, Iran

2- Assistant Prof., Dept. of Psychology and Counseling, Islamic Azad University, South Tehran Branch, Tehran, Iran, ORCID: 0000-0002-6365-0591

(Corresponding Author) Tel: (021) 88830826, E-mail: sahar.hasanzadeh76@gmail.com

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.61186/jrums.23.9.764]