

اثر ساختاری سبک دلبستگی و ترومای کودکی در خانواده بر اعتیاد به اینترنت با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان

The Structural Effect of Attachment Style and Childhood Trauma in the Family on Internet Addiction Mediated by Cognitive Regulation of Emotion

Seyedeh Tahereh Zolfaghari, PhD Student

Hossein Sheybani, PhD[✉]

Mahboobe Taher, PhD

سیده طاهره ذوالفقاری^۱

حسین شیبانی^۲

محبوبه طاهر^۱

Abstract

The present study aimed to examine the structural effect of attachment style and childhood trauma within the family on Internet addiction, with cognitive emotion regulation as a mediating factor. Method: This research employed a correlational design based on structural equation modeling. A total of 251 female students aged 12 to 18 were selected through cluster random sampling in the 1402–1403 academic year. The research instruments included the Simpson Attachment Style Questionnaire, Bernstein Childhood Trauma Questionnaire, Young Internet Addiction Test, and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire by Garnefski et al. Data were analyzed using SPSS 25 and Smart PLS 3. Findings: Insecure attachment style and childhood trauma were positively and significantly associated with Internet addiction. Moreover, both negative and positive cognitive emotion regulation functioned as mediating variables in these relationships. Discussion and Conclusion: These findings are consistent with Bowlby's attachment theory and underscore the importance of psychological interventions aimed at strengthening secure attachment and improving cognitive emotion regulation for the prevention and treatment of Internet addiction. It is therefore recommended that these factors be emphasized in clinical interventions. **Keywords:** Attachment, Childhood Trauma, Cognitive Regulation of Emotion, Internet Addiction.

چکیده

هدف پژوهش تعیین اثر ساختاری سبک دلبستگی و ترومای کودکی در خانواده بر اعتیاد به اینترنت با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان بود. روش پژوهش از نوع همبستگی و مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری بود و ۲۵۱ دانش‌آموز دختر ۱۲ تا ۱۸ ساله در سال تحصیلی ۱۴۰۲–۱۴۰۳ به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزارها شامل سیاهه سبک دلبستگی سیمپسون، پرسشنامه ترومای کودکی برنستاین، آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی و همکاران بودند. تحلیل داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS 25 و Smart PLS 3 انجام شد. براساس یافته‌ها سبک دلبستگی نایمن و ترومای کودکی با اعتیاد به اینترنت ارتباط مثبت و معناداری دارند. همچنین، تنظیم شناختی هیجان منفی و مثبت به‌عنوان متغیر میانجی در این روابط نقش دارد. این یافته‌ها با نظریه دلبستگی بالبی هم‌خوانی دارند و بر اهمیت مداخلات روان‌شناختی برای تقویت دلبستگی ایمن و بهبود تنظیم شناختی هیجان در پیشگیری و درمان اعتیاد به اینترنت تأکید می‌کنند. بنابراین پیشنهاد می‌شود در مداخلات بالینی این موارد مورد اهمیت قرار داده شود.

واژه‌های کلیدی: اعتیاد به اینترنت، ترومای کودکی، تنظیم شناختی، هیجان دلبستگی.

دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۴/۷ تصویب نهایی: ۱۴۰۴/۱۱/۱۹

۱. گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شاهرود، ایران.

۲. گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

● مقدمه

اعتیاد به اینترنت به‌عنوان یک رفتار مشکل‌ساز تعریف می‌شود که شامل استفاده بیش از حد و غیرقابل کنترل از اینترنت است و می‌تواند به اختلال‌های روانی، اجتماعی و حرفه‌ای منجر شود (مونتاگ و همکاران، ۲۰۱۹؛ یانگ، ۲۰۰۷). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که شیوع اعتیاد به اینترنت ۲۹/۶۴ درصد است (چمناد و همکاران، ۲۰۲۳). موسوس (۱۳۹۹) نیز شیوع اعتیاد به اینترنت را در ایران ۴/۲ درصد برآورد کرده است. اعتیاد به اینترنت نشان دهنده یک رفتار قابل توجه و از بین برنده منابع روانی است که می‌تواند به‌طور سیستماتیک منابع شخصی و انرژی دانش‌آموزان را از بین ببرد (فو و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین تحقیقات نشان می‌دهد که دانش‌آموزان مبتلا به این نوع از اعتیاد، زمان زیادی را صرف فعالیت‌های آنلاین می‌کنند تا تکالیف تحصیلی و این امر افت تحصیلی را به دنبال دارد (کومار و موندال، ۲۰۱۸). علاوه بر این، این مشکل با علائمی مانند انزو همراه است که می‌تواند تعاملات تحصیلی را کاهش دهد (چمناد و همکاران، ۲۰۲۳).

در بررسی عوامل تأثیرگذار بر اعتیاد به اینترنت، می‌توان گفت که سبک‌های دلبستگی (attachment styles) در گرایش دانش‌آموزان به اعتیاد به اینترنت می‌تواند مؤثر باشد. سبک‌های دلبستگی که براساس نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۵۸) شکل گرفته است، الگوهای رفتاری افراد در روابط را توصیف می‌کنند. این سبک‌ها شامل دلبستگی ایمن، اضطرابی، اجتنابی و گاهی آشفته هستند. افراد با دلبستگی ایمن معمولاً روابط سالم و متعادلی دارند، درحالی‌که افراد با دلبستگی نایمن ممکن است با چالش‌هایی در روابط مواجه شوند. تحقیقات نشان می‌دهد که سبک‌های دلبستگی می‌توانند بر رفتارهای آنلاین، از جمله اعتیاد به اینترنت، تأثیر بگذارند (خانزاده و شریف، ۲۰۲۴؛ کرم و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که سبک‌های دلبستگی نایمن (اضطرابی و اجتنابی) با افزایش احتمال اعتیاد به اینترنت مرتبط هستند (کاس و گریفیتس، ۲۰۱۹). همچنین خیرالله و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک اضطرابی به‌طور خاص با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مرتبط بود و دلبستگی ایمن با کاهش اعتیاد به اینترنت مرتبط است. مدل استفاده جبرانی از اینترنت پیشنهاد می‌کند که افراد با دلبستگی نایمن ممکن است از اینترنت برای جبران کمبودهای روابط واقعی خود استفاده کنند (اچنبرگ و همکاران، ۲۰۱۷).

ترومای کودکی (childhood trauma) به صورت جسمانی، جنسی، کلامی و عاطفی، هم با اختلال اعتیاد به اینترنت و هم با سبک‌های دلبستگی رابطه معناداری دارد. تروما در دوره کودکی یا تجربیات منفی کودکی شامل آزار جسمی، عاطفی، جنسی و بی‌توجهی، تأثیرات عمیقی بر سلامت روانی افراد دارد و می‌تواند به رفتارهای مشکل‌ساز مانند اعتیاد به اینترنت منجر شود (چادھاری و همکاران، ۲۰۲۴). در مطالعه شنگ و همکاران (۲۰۲۲)، بی‌توجهی عاطفی شایع‌ترین نوع تروما بود (۵۵ درصد)، پس از آن بی‌توجهی جسمی (۴۶/۱ درصد)، سوءاستفاده عاطفی (۲۰/۹ درصد)، سوءاستفاده جسمی (۱۰/۷ درصد) و سوءاستفاده جنسی (۷/۳ درصد) قرار داشتند. در همین زمینه، مطالعه فراتحلیلی توسط تانگ و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد که ترومای کودکی با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان ارتباط مثبت قوی دارد.

عوامل مختلفی می‌تواند شدت و نوع رابطه بین سبک دلبستگی و ترومای کودکی با اعتیاد به اینترنت را تحت تأثیر قرار دهد. یکی از این عوامل می‌تواند تنظیم شناختی هیجان (cognitive regulation of emotion) باشد. تنظیم هیجان به‌عنوان فرآیندهایی که از طریق آن افراد هیجان‌شان را برای پاسخ به توقعات محیطی هشیارانه و ناهشیارانه تعدیل می‌کنند، در نظر گرفته می‌شود (الدوا و همکاران، ۲۰۱۰) و مکانیسمی است که افراد به واسطه آن (دانسته یا ندانسته) هیجان‌شان را برای رسیدن به پیامد مورد نظر تغییر می‌دهند (شپیز و همکاران، ۲۰۱۵). در واقع تنظیم هیجان فرآیند رشدی است که بر سبک دلبستگی وابسته است (بویوراگویی و همکاران، ۲۰۱۷). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مشکلات در تنظیم هیجان می‌توانند به رفتارهای اعتیادی، از جمله استفاده بیش از حد از اینترنت، منجر شوند؛ زیرا افراد ممکن است از اینترنت برای فرار از هیجان‌ات منفی استفاده کنند که همین امر می‌تواند مرتبط با دلبستگی اضطرابی نیز باشد (وانگ و همکاران، ۲۰۱۹). از طرفی دیگر، الهالال و همکاران (۲۰۲۰) گزارش کردند که راهبردهای تنظیم هیجانی نامناسب رابطه بین ترومای کودکی و اختلال‌های روانی مانند اضطراب و افسردگی را میانجی‌گری می‌کنند که می‌تواند به رفتارهای اعتیادی مرتبط باشند. لی و همکاران (۲۰۲۵) نشان داد که سوءاستفاده جسمی و عاطفی در کودکی با اعتیاد به اینترنت همبستگی دارد و اضطراب به‌عنوان

میانجی عمل می‌کند. همچنین ژو و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که تجربیات منفی کودکی از طریق دلبستگی اضطرابی و روابط بین‌فردی با اعتیاد به تلفن همراه مرتبط است.

بنابراین با توجه به مسائل گفته شده می‌توان گفت که عوامل عمیق‌تری همچون سبک‌های دلبستگی و تجارب آسیب‌زای دوره کودکی می‌توانند نقش تعیین‌کننده‌ای در گرایش افراد به استفاده افراطی از اینترنت ایفا کنند، زیرا این متغیرها با الگوهای تنظیم هیجان و راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد ارتباط دارند. از سوی دیگر، تنظیم شناختی هیجان به‌عنوان سازه‌ای کلیدی در تبیین رفتارهای اعتیادگونه، واسطه‌ای مهم میان تجارب هیجانی اولیه و رفتارهای ناسازگارانه محسوب می‌شود. بررسی اثر ساختاری این متغیرها می‌تواند به درک عمیق‌تری از سازوکارهای روان‌شناختی زیربنایی اعتیاد به اینترنت منجر شود و مبنایی علمی برای طراحی مداخلات درمانی مؤثر با تأکید بر بهبود تنظیم هیجان و اصلاح سبک‌های دلبستگی ناسازگار فراهم سازد. همچنین با توجه به افزایش دسترسی دانش‌آموزان به فناوری و شیوع اعتیاد به اینترنت که در برخی مطالعات تا ۲۳ تا ۴۵ درصد گزارش شده است (دانگ و همکاران، ۲۰۲۲)، در نتیجه هدف پژوهش حاضر بررسی اثر ساختاری سبک دلبستگی و ترومای کودکی در خانواده بر اعتیاد به اینترنت با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان بود.

• روش

روش پژوهش حاضر همبستگی و مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر تهران در بازه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بودند. در تعیین حجم نمونه پژوهش حاضر، با توجه به ماهیت مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر رویکرد حداقل مربعات جزئی (PLS)، از قاعده پیشنهادی بارکلای و همکاران (۱۹۹۵) استفاده شد. براساس این قاعده، حجم نمونه باید حداقل ۱۰ برابر بیشترین تعداد شاخص‌های مشاهده‌شده در هر سازه یا بیشترین تعداد مسیرهای ورودی به یک متغیر پنهان در مدل مفهومی باشد. در مدل این پژوهش، بیشترین تعداد مسیرهای ورودی به یک متغیر پنهان ۵ مسیر بود، بنابراین حجم نمونه اولیه ۲۰۰ نفر در نظر گرفته شد. افزون‌بر این، با توجه به توصیه‌های هیر و همکاران (۲۰۱۹) مبنی بر مناسب‌بودن حجم نمونه‌های نسبتاً بزرگ در تحلیل‌های PLS و با لحاظ احتمال ریزش شرکت‌کنندگان، تعداد کل افراد انتخاب‌شده ۳۰۰ نفر بود. اما در نهایت با توجه به افت نمونه، تعداد افراد نمونه پژوهشی ۲۵۱ نفر برآورد شد و به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های مورد نظر پاسخ دادند. روش اجرا با توجه به نوع روش نمونه‌گیری بدین صورت بود که در گام نخست از میان مناطق آموزش و پرورش شهر تهران، چند منطقه به‌صورت تصادفی انتخاب شد (مناطق ۳، ۶ و ۱۴). در مرحله دوم، از هر منطقه ۶ مدرسه متوسطه به‌طور تصادفی برگزیده شد. در مرحله سوم نیز از هر مدرسه، ۳ کلاس به‌عنوان خوشه انتخاب گردید و تمامی دانش‌آموزان آن کلاس‌ها در پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل داده‌ها از مدل‌سازی معادلات ساختاری با کمک از نرم افزارهای SPSS 25 و Smart PLS 3 استفاده شد.

ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: سن ۱۲-۱۸ سال، داشتن سلامت روانی براساس فرم خوداظهاری و پرونده سلامت، تمایل به شرکت در پژوهش و تکمیل فرم رضایت آگاهانه. ملاک خروج از مطالعه نیز ناقص بودن پرسشنامه‌ها بود.

• ابزارها

الف) سیاهه سبک‌های دلبستگی نوجوان سیمپسون (adolescent attachment styles inventory -AAI): این سیاهه توسط سیمپسون (۱۹۹۰) ساخته شده است و دارای ۱۳ ماده در مقیاس لیکرتی است که پاسخ‌دهنده در پاسخ به هر ماده باید یکی از گزینه‌های طیف ۵ درجه‌ای (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) را انتخاب کند. از این ۱۳ جمله، ۵ جمله برای ارزیابی سبک دلبستگی ایمن، ۴ جمله برای ارزیابی سبک دلبستگی اجتنابی و ۴ جمله برای ارزیابی سبک دلبستگی دوسوگرایی اضطرابی می‌باشد. سیمپسون به‌منظور بررسی روایی این سیاهه از مقیاس عشق رابین (۱۹۷۰؛ به نقل از سیمپسون، ۱۹۹۰) و مقیاس وابستگی برشید و فی (۱۹۹۷) استفاده کرد. همبستگی بین مقیاس عشق رابین با سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرایی اضطرابی به ترتیب ۰/۲۲، ۰/۲۲- و ۰/۱۲- بود. عطاری و همکاران (۱۳۸۵) برای بررسی روایی این آزمون از سه سوال محقق ساخته استفاده نمودند که همبستگی برای

این سه سوال با سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرای اضطرابی به ترتیب ۰/۵۹، ۰/۵۴ و ۰/۲۴- به دست آمد. اعتبار این سیاهه برحسب آلفای کرونباخ و اجرای مجدد در فاصله‌های زمانی یک هفته تا دو سال حدوداً ۰/۷۰ برآورد شده است. سیمپسون (۱۹۹۲) آلفای کرونباخ و ضریب تصنیف این سیاهه نیز در همین پژوهش به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۶۲ به دست آوردند. در این پژوهش سبک دلبستگی ناایمن، یعنی سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی مدنظر بود. در پژوهش حاضر اعتبار این سیاهه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۹ محاسبه شد.

ب) پرسشنامه ترومای دوره کودکی برنستاین (childhood trauma questionnaire (CTQ): این پرسشنامه توسط برنستاین و همکاران (۲۰۰۳) طراحی شده و دارای ۲۸ ماده است که ۲۵ ماده آن برای سنجش مؤلفه‌های اصلی پرسشنامه به کار می‌رود و ۳ ماده آن برای تشخیص افرادی که مشکلات دوره کودکی خود را انکار می‌کنند به کار می‌رود. پاسخگویی به ماده‌ها براساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) صورت می‌گیرد. این پرسشنامه پنج بعد سوء استفاده جنسی، سوء استفاده جسمی، سوء استفاده عاطفی، غفلت عاطفی و جسمی را می‌سنجد. ۷ ماده از این پرسشنامه (۱۵، ۷، ۱۳، ۱۹، ۲۸، ۲ و ۲۶) به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. نمره بالاتر نشان‌دهنده تروما یا آسیب بیشتر است. برنستاین و همکاران (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه را برای ابعاد سوء استفاده عاطفی، سوء استفاده جسمی، سوء استفاده جنسی غفلت عاطفی و غفلت عاطفی به ترتیب برابر با ۰/۸۷، ۰/۸۶، ۰/۹۵، ۰/۸۹ و ۰/۷۸ گزارش کردند. اعتبار این پرسشنامه به دو روش آزمون-بازآزمون و آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۹۴ گزارش شده است (ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۲). در ایران هم ابراهیمی و همکاران (۱۳۹۲) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ترومای دوره کودکی را از ۰/۸۱ تا ۰/۹۸ برای مؤلفه‌های پنج‌گانه آن گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر اعتبار این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۱ محاسبه شد.

ج) آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ (internet addiction test -IAT): آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ توسط کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ تهیه شده است. این آزمونداری ۲۰ ماده است که براساس مقیاس لیکرت ۵ گزینه‌ای (به ندرت ۱/۶ گاهی اوقات ۲، اغلب ۳، بیشتر اوقات ۴ و همیشه ۵) نمره‌گذاری شد. جمع نمرات بین ۲۰ تا ۴۰ نبود (اعتیاد به اینترنت)، بین ۴۰ تا ۷۹ (در معرض اعتیاد به اینترنت) و بین ۸۰ تا ۱۰۰ (اعتیاد به اینترنت) در نظر گرفته شد (یانگ، ۲۰۰۷). روایی و اعتبار این آزمون در پژوهش‌های مختلفی بیان شده است؛ برای مثال ویندیانتو و مکموران (۲۰۰۴) در پژوهش خود اعتبار این ابزار را ۰/۸۹ و حسن‌زاده و همکاران (۱۳۸۹) ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند. همچنین علوی و همکاران (۲۰۱۱) در پژوهش خود برای نسخه فارسی پنج عامل صرف زمان بیش از حد از اینترنت، استفاده از اینترنت جهت کسب آرامش درونی، برجستگی، بی‌توجهی به وظایف شغلی، استفاده مرضی از چت روم را استخراج نموده‌اند. علاوه بر این، برای این آزمون دو نوع روایی محتوایی و افتراقی (۰/۵)، سه نوع اعتبار بازآزمایی (۰/۷۴) همسانی درونی (۰/۸۸) و دومه‌سازی را بررسی و بهترین نقطه برش بالینی آن را ۴ ذکر کرده‌اند. در پژوهش حاضر اعتبار این آزمون با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۴ محاسبه شد.

ه) پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گرانفسکی (cognitive emotion regulation questionnaire- CERQ): این پرسشنامه‌ای چندبعدی است که توسط گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۱) تدوین شده و جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع با موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این پرسشنامه افکار افراد را پس از یک تجربه تلخ ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی ساده است و برای افراد ۱۲ سال به بالا بهنجار است و شامل ۳۶ ماده طیف پنج نمره‌ای (هرگز (۱)، به ندرت (۲)، برخی اوقات (۳)، اغلب اوقات (۴)، همیشه (۵)) است که در مجموع ۹ عامل زیر را ارزیابی می‌کند: تمرکز مثبت مجدد، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، فاجعه‌سازی، دیدگاه‌پذیری، نشخوارگری، ملامت خود، ملامت دیگران و پذیرش. ضریب آلفا برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ گزارش شده است (گرانفسکی و کراج، ۲۰۰۶). همچنین ضریب روایی نیز به شیوه بازآزمایی بافاصله زمانی یک هفته را بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۵ گزارش کرده‌اند (زارع و سلگی، ۱۳۹۱). در پژوهش حاضر اعتبار این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۴ محاسبه شد.

● یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۲۵۱ نفر شرکت داشتند که از نظر تحصیلات پدر و مادر شرکت‌کنندگان، بیشترین فراوانی مرتبط با مدرک تحصیلی دیپلم یا کاردانی (۳۹ درصد) بود. از نظر سنی نیز بیشترین فراوانی سنی پدر و مادر شرکت‌کنندگان، ۴۱ تا ۵۰ سال بود. در ادامه و در جدول (۱) آمار توصیفی متغیرهای مورد بررسی گزارش شده است.

در جدول (۱) برخی از مفاهیم آمار توصیفی متغیرها شامل میانگین و انحراف معیار ارائه شده است. همین‌طور مقادیر سطح معناداری متغیرهای پژوهش، بیشتر از ۰/۰۵ بود. لذا فرض نرمال بودن توزیع این متغیرها رد و فرض خلاف مبنی بر غیرنرمال توزیع داده‌ها تأیید گردید و در نتیجه برای معادلات ساختاری مناسب است. جهت بررسی میزان روایی واگرا یا افتراق میان ماده‌های تشکیل‌دهنده از شاخص روایی یگانه-دوگانه استفاده شد. نتایج نشان داد که روایی واگرا با استفاده از شاخص روایی یگانه-دوگانه (HTMT) بین متغیرهای مورد بررسی تأیید شده است (بین ۰/۳۷ تا ۰/۵۵).

همین‌طور، جهت تبیین واریانس متغیر وابسته توسط متغیرهای مستقل از ضریب تعیین بهره گرفته شد. نتایج نشان داد که ضریب تعیین تعدیل‌شده اعتیاد به اینترنت ۰/۱۵ و تنظیم شناختی هیجان ۰/۳۳ بود. همچنین اندازه اثر ترومای کودکی نسبت به اعتیاد به اینترنت ۰/۶۴ و تنظیم شناختی هیجان ۰/۰۹؛ سبک دلبستگی نسبت به اعتیاد به اینترنت ۰/۰۰۶ و تنظیم شناختی هیجان ۰/۱۴ بود. بر همین اساس نتایج به‌دست آمده از روابط و اثر مستقیم و غیر مستقیم متغیرها در جدول (۳) گزارش شده است.

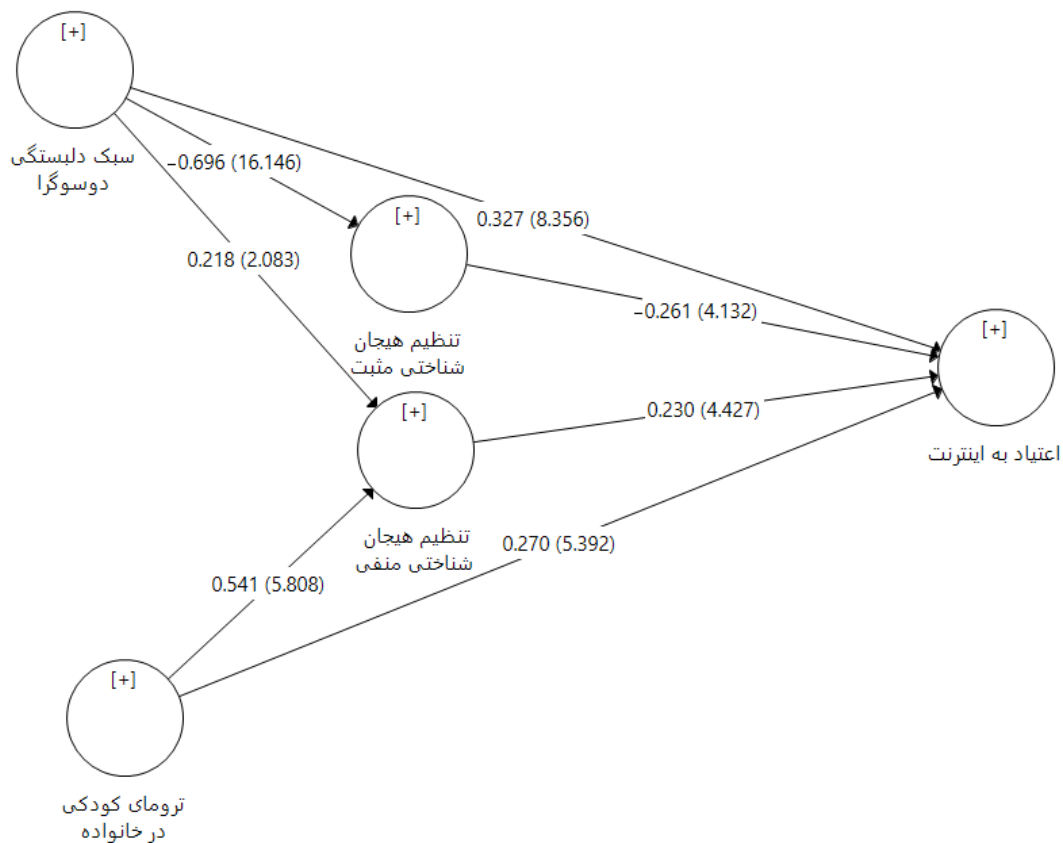
نتایج نشان داد که نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان (مثبت و منفی) در تأثیر رابطه سبک ساختاری دلبستگی با اعتیاد به اینترنت در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار است $[P-Value \leq 0.05]$. همچنین نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان (مثبت و منفی) در رابطه بین ترومای کودکی بر اعتیاد به اینترنت در بین نوجوانان در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار است $[P-Value \leq 0.05]$. بر همین اساس مدل نهایی نتایج از قرار زیر شد.

جدول ۱. شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و توزیع عوامل

Sig	کلموگرف - اسمیرنوف	انحراف معیار	میانگین	متغیر
۰/۰۰۱	۳/۲۵	۷/۸۷	۶۵/۱۱	ترومای کودکی
۰/۰۰۱	۳/۴۱	۱۶/۸۶	۵۲/۰۹	اعتیاد به اینترنت
۰/۰۰۱	۳/۷۳	۵/۷۲	۲۵/۴۴	دلبستگی (اضطرابی و اجتنابی)
۰/۰۰۱	۳/۹۰	۱۰/۶۵	۵۸/۳۰	تنظیم هیجان مثبت
۰/۰۰۱	۲/۲۳	۱۱/۹۹	۳۹/۱۲	تنظیم هیجان منفی

جدول ۳. روابط و اثر مستقیم و غیر مستقیم متغیرها

نتیجه	Sobel	P-Value	آماره t	ضریب مسیر (β)	مسیر
تأیید	۲/۳۸				سبک دلبستگی → تنظیم هیجان مثبت → اعتیاد به اینترنت
-	-	۰/۰۰۱	۲/۰۸	۰/۲۱	اثر مستقیم
تأیید	۲/۳۸	۰/۰۰۱	۲/۳۸	-۰/۰۸	اثر غیرمستقیم
-	-	۰/۰۰۱	۲/۶۰	۰/۱۳	اثر کل
تأیید	۲/۵۶				سبک دلبستگی → تنظیم هیجان منفی → اعتیاد به اینترنت
-	-	۰/۰۰۱	۲/۰۸	۰/۲۱	اثر مستقیم
تأیید	۲/۵۶	۰/۰۰۱	۲/۵۶	۰/۰۵	اثر غیرمستقیم
-	-	۰/۰۰۱	۲/۶۰	۰/۲۶	اثر کل
تأیید	۲/۲۱				ترومای کودکی → تنظیم هیجان مثبت → اعتیاد به اینترنت
-	-	۰/۰۰۱	۵/۸۰	۰/۵۴	اثر مستقیم
تأیید	۲/۲۱	۰/۰۳	۲/۲۱	۰/۱۴	اثر غیرمستقیم
-	-	۰/۰۰۱	۴/۱۰	۰/۴۰	اثر کل
تأیید	۲/۱۰				ترومای کودکی → تنظیم هیجان منفی → اعتیاد به اینترنت
-	-	۰/۰۰۱	۵/۸۰	۰/۵۴	اثر مستقیم
تأیید	۲/۱۰	۰/۰۳	۲/۱۰	۰/۱۴	اثر غیرمستقیم
-	-	۰/۰۰۱	۴/۱۰	۰/۶۸	اثر کل



شکل ۱. معناداری ضرایب مسیر

• بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی اثر ساختاری سبک دلبستگی (اضطرابی و اجتنابی) و ترومای کودکی در خانواده بر اعتیاد به اینترنت با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان بود. نتایج نشان داد که سبک دلبستگی نایمن (به‌ویژه نوع اضطرابی) و ترومای کودکی (به‌ویژه سوءاستفاده عاطفی و بی‌توجهی) با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معناداری دارند و تنظیم شناختی هیجان نقش میانجی در این روابط ایفا می‌کند. یافته‌های پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی نایمن، به‌ویژه نوع اضطرابی، با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معناداری دارد. این نتیجه با یافته‌های خانزاده و شریف (۲۰۲۴) همسو است که گزارش کردند ۲۲/۷ درصد از دانشجویان با دلبستگی نایمن به رسانه‌های اجتماعی اعتیاد داشتند و سبک دلبستگی اضطرابی ارتباط قوی‌تری با این رفتار نشان داد. کرم و همکاران (۲۰۲۰) نیز نشان دادند که سبک‌های دلبستگی نایمن (اضطرابی و اجتنابی) با افزایش احتمال اعتیاد به اینترنت مرتبط هستند، درحالی‌که دلبستگی ایمن به‌عنوان عامل محافظتی عمل می‌کند. همچنین، اچنبرگ و همکاران (۲۰۱۷) در مدل استفاده جبرانی از اینترنت پیشنهاد کردند که افراد با دلبستگی نایمن از اینترنت برای جبران کمبودهای روابط واقعی استفاده می‌کنند. این یافته‌ها را می‌توان براساس نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۵۸) تبیین کرد که بیان می‌کند افراد با دلبستگی نایمن، به‌ویژه نوع اضطرابی، به‌دلیل ناتوانی در تنظیم هیجانات، به رفتارهای اعتیادی مانند استفاده بیش از حد از اینترنت گرایش دارند. افراد با دلبستگی اضطرابی به دلیل ترس از طرد شدن و نیاز به تأیید، به تعاملات آنلاین روی می‌آورند تا نیازهای عاطفی خود را جبران کنند.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد که ترومای کودکی، به‌ویژه سوءاستفاده عاطفی و بی‌توجهی، با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و معناداری دارد. این یافته با نتایج چادهاری و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی دارد که ارتباط بین تجارب منفی کودکی و اعتیاد به اینترنت را تأیید کردند. تانگ و همکاران (۲۰۲۴) در یک فراتحلیل نشان دادند که ترومای کودکی با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان رابطه قوی دارد. شنگ و همکاران (۲۰۲۲) نیز بی‌توجهی عاطفی را شایع‌ترین نوع تروما (۵۵ درصد) گزارش کردند که با اعتیاد به اینترنت مرتبط است. همچنین، دانگ و همکاران (۲۰۲۳) شیوع ۴۵/۶ درصد اعتیاد به اینترنت را در دانش‌آموزان با ترومای کودکی گزارش کردند. ازمنظر روان‌شناختی، ترومای کودکی می‌تواند توانایی مدیریت هیجانات منفی را مختل کند، که به استفاده اجباری از اینترنت به‌عنوان مکانیسم مقابله‌ای منجر می‌شود (شنگ و همکاران، ۲۰۲۲). افراد با سابقه تروما ممکن است از اینترنت برای فرار از خاطرات دردناک یا کاهش

اضطراب و افسردگی استفاده کنند. این پژوهش با تمرکز بر دانش‌آموزان دختر و بررسی انواع خاص تروما (سوءاستفاده عاطفی و بی‌توجهی)، به یافته‌های پیشین عمق بیشتری بخشیده و بر اهمیت مداخلات متمرکز بر تروما تأکید دارد.

همین‌طور، نتایج نشان داد که تنظیم شناختی هیجان (مثبت و منفی) نقش میانجی معناداری در رابطه بین سبک دلبستگی و ترومای کودکی با اعتیاد به اینترنت ایفا می‌کند. این یافته با نتایج وانگ و همکاران (۲۰۱۹) همسو است که نشان دادند راهبردهای تنظیم هیجانی ناسازگار، رابطه بین دلبستگی اضطرابی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را تقویت می‌کنند. الهالال و همکاران (۲۰۲۰) گزارش کردند که تنظیم هیجانی ناکارآمد، رابطه بین ترومای کودکی و اختلال‌های روانی مانند اضطراب را میانجی‌گری می‌کند، که می‌تواند به رفتارهای اعتیادی منجر شود. لی و همکاران (۲۰۲۵) نیز نشان دادند که اضطراب به‌عنوان میانجی، رابطه بین سوءاستفاده عاطفی و اعتیاد به اینترنت را تقویت می‌کند. ژو و همکاران (۲۰۲۰) نیز نقش میانجی دلبستگی اضطرابی و روابط بین‌فردی را در رابطه بین تجارب منفی کودکی و اعتیاد به تلفن همراه تأیید کردند. از منظر تبیینی، سبک دلبستگی اضطرابی و ترومای کودکی با مختل کردن سیستم‌های تنظیم هیجان، افراد را به استفاده از استراتژی‌های ناکارآمد مانند خودسرزنش یا نشخوارگری سوق می‌دهند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۹). این استراتژی‌ها شدت هیجانات منفی را افزایش داده و اینترنت را به‌عنوان پناهگاهی برای تسکین موقت جذاب می‌سازند. از منظر عصبی-زیستی، تروما و دلبستگی نایمن با فعال‌سازی بیش‌از حد محور هیپوتالاموس-هیپوفیز-آدرنال (HPA) و افزایش کورتیزول، توانایی مدیریت استرس را کاهش می‌دهند و وابستگی به اینترنت را از طریق فعال‌سازی سیستم پاداش مغز تقویت می‌کنند (ژو و همکاران، ۲۰۲۰). این پژوهش با تأکید بر نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان، به درک عمیق‌تری از مکانیزم‌های زیربنایی اعتیاد به اینترنت کمک کرده است.

• نتیجه‌گیری

در مجموع، این پژوهش شواهد ارزشمندی ارائه می‌دهد که نشان می‌دهد تنظیم هیجان می‌تواند ابزاری مؤثر برای بهبود، سبک دلبستگی و ترومای کودکی و اعتیاد به اینترنت باشد. تنظیم شناختی هیجان با تعدیل شدت هیجانات منفی ناشی از تروما و دلبستگی نایمن، خطر اعتیاد به اینترنت را افزایش می‌دهد و مداخلات درمانی متمرکز بر بهبود استراتژی‌های تنظیم هیجان، مانند بازنگری شناختی، می‌تواند این رابطه را تضعیف کنند. پژوهش با محدودیت‌هایی مانند تمرکز صرف بر دانش‌آموزان دختر دبیرستانی تهران، ماهیت همبستگی مطالعه، استفاده از ابزارهای خودگزارشی و نبود بررسی متغیرهای مداخله‌گر مانند حمایت اجتماعی یا فشار همسالان مواجه بود، که تعمیم‌پذیری و استنباط علی نتایج را محدود می‌کند. برای پژوهش‌های آینده، پیشنهاد می‌شود مطالعات طولی برای بررسی روابط علی، نمونه‌گیری متنوع‌تر شامل پسران و مناطق مختلف، روش‌های کیفی و ارزیابی متغیرهای مداخله‌گر و ابزارهای جدید انجام شود. در حوزه کاربردی، مداخلات درمانی مانند درمان شناختی-رفتاری و متمرکز بر تروما، تقویت دلبستگی ایمن و آموزش تنظیم هیجانی برنامه‌های پیشگیری در مدارس، سیاست‌گذاری برای کاهش بذر رفتاری با کودکان و تقویت حمایت خانوادگی و اجتماعی توصیه می‌شود تا اثرات تروما کاهش یافته و از اعتیاد به اینترنت پیشگیری شود؛ این رویکردها می‌توانند سلامت روانی نوجوانان را بهبود بخشیده و پیامدهای منفی آنرا کاهش دهند.

• تعارض منافع

نویسندگان این پژوهش اعلام می‌دارند که هیچ‌گونه تعارض منافی ندارند.

• تشکر و قدردانی

نویسندگان پژوهش حاضر از تمامی کسانی که صمیمانه در پژوهش شرکت داشتند، کمال تشکر و قدردانی را دارند.

• منابع

ابراهیمی، حجت‌الله؛ دژکام، محمود و ثقه‌الاسلام، طاهره. (۱۳۹۲). تروماهای دوره کودکی و اقدام به خودکشی در بزرگسالی. *مجله روان پزشکی و روان‌شناسی بالینی*، ۱۹(۴)، ۲۸۲-۲۷۵.

<https://core.ac.uk/outputs/33096056>

- حسن‌زاده، رمضان؛ صالحی، محمد؛ رضایی کیاسری، علیرضا. (۱۳۸۹). رابطه استفاده افراطی از تکنولوژی (اعتماد به اینترنت و SMS) و وضعیت آموزشی و روانی دانش‌آموزان. *فصل‌نامه روان‌شناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن*، ۱(۳)، ۶۹-۸۱. <https://sanad.iau.ir/fa/Article/953689?FullText=FullText>
- زارع، حسین؛ سلگی، زهرا (۱۳۹۱). بررسی رابطه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با افسردگی، اضطراب و استرس در دانشجویان. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۶(۳)، ۱۹-۲۹. <https://rph.khu.ac.ir/article-1-1524-fa.html>
- عطاری، یوسف‌علی؛ عباسی سرچشمه، ابوالفضل؛ مهربانی‌زاده هنرمند، مهناز. (۱۳۸۵). روابط ساده و چندگانه نگرش مذهبی، خوش‌بینی و سبک‌های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان مرد متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز. *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۳، ۹۲-۱۱۰. <https://alefbalib.com/index.aspx?pid=6&ID=87735&Complete=1&CBNID>
- موسوی، سیدولی اله. (۱۳۹۹). شیوع اعتیاد به اینترنت و وضعیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در نوجوانان و جوانان ایرانی در سال ۱۳۹۷. *مجله طب نظامی*، ۲۲(۳)، ۲۸۱-۲۸۸. <https://search.ricest.ac.ir/inventory/8/1176736.htm>
- Alavi, S. S., Jannatifard, F., Eslami, M., & Rezapour, H. (2011). Survey on validity and reliability of Internet Addiction Test among university students in Iran. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 13(49), 56-67.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 30(2), 217-237
- Alhalal, E., Halabi, R., & Alhamad, S. (2020). Emotion regulation as a mediator in the relationship between early life stress and mental health among Syrian refugees. *Translational Psychiatry*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.1038/s41398-020-01062-3>
- Barclay, D., Higgins, C., & Thompson, R. (1995). The Partial Least Squares (PLS) Approach to Causal Modeling: Personal Computer Adoption and Use as an Illustration. *Technology Studies*, 2(2), 285-309.
- Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahluvalia, T., ... & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect*, 27(2), 169-190. [https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(02\)00541-0](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00541-0)
- Bouragui, K. E., Wauthia, E., Simon, A., & Rossignol, M. (2017). Processing of Emotional Facial Expressions (EFE) in Pediatric Anxiety: Are Child Faces More Noteworthy than Adult Faces. *Acta Psychopathol*, 3(4), 34.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 39(5), 350-373. <https://psycnet.apa.org/record/1959-02674-001>
- Chaudhary, P., Gupta, S., & Gupta, R. (2024). Association between adverse childhood experiences and internet addiction: A cross-sectional study. *Global Mental Health*, 1, 100060. <https://doi.org/10.1016/j.glmedi.2024.100060>
- Chemnad, K., Al-Shafi, M., & Ali, R. (2023). Adolescents' internet addiction: Does it all begin with their environment? *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(1), 87. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Dong, X., Zhang, R., Zhornitsky, S., & Le, T. M. (2023). Influence of childhood trauma on adolescent internet addiction: A moderated mediation model. *World Journal of Psychiatry*, 13(12), 1133-1142. <https://doi.org/10.5498/wjp.v13.i12.1133>
- Eichenberg, C., Schott, M., Decker, O., & Sindermann, C. (2017). Attachment style and internet addiction: An online survey. *Journal of Medical Internet Research*, 19(5), Article e170. <https://doi.org/10.2196/jmir.6694>
- Fu, S., Cai, Z., Lim, E. T., Liu, Y., Tan, C. W., Lin, Y., & Deng, S. (2023). Unraveling the effects of mobile application usage on users' health status: Insights from conservation of resources theory. *Journal of the Association for Information Systems*, 24(2), 452-489.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, 30(8), 1311-1327.
- Karam, J., Moustafa, A., Malaeb, D., Saadeh, D., & Obeid, S. (2020). Attachment styles and addictions in Lebanese adolescents: A call for further investigation. *BMC Psychology*, 8, 40. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00404-6>
- Khanzadeh, A., & Sharif, S. (2024). Social media addiction: Associations with attachment style, mental health, and personality traits in a representative student sample. *BMC Psychiatry*, 24, 246. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05709-z>
- Kheirallah, K. A., AlSayegh, A. H., Al-Hasan, T. M., & Zobayen, H. A. (2020). Attachment style and addictions among Lebanese adolescents: A national study. *BMC Psychology*, 8(1), 44.
- Kumar, M., & Mondal, A. (2018). A study on internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Industrial Psychiatry Journal*, 27(1), 61-66. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_61_17
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2019). Addiction to social media and attachment styles: A systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4), 1026-1042. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_61_17
- Li, J., Zhang, Y., & Wang, L. (2025). Physical and emotional abuse with internet addiction and anxiety: A cross-sectional study. *Scientific Reports*, 15(1), 1-9. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-85943-x>

- Montag, C., Becker, B., & Gan, C. (2019). The multipurpose application WeChat: a review on recent research. *Frontiers in psychology*, 9, 2247. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02257>
- Sheng, J., Wang, Y., & Wang, Q. (2022). Internet addiction and childhood trauma in adolescents: The mediating role of social support. *Frontiers in Psychology*, 13, 996086.
- Sheppes, G., Suri, G., & Gross, J. J. (2015). Emotion regulation and psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11, 379-405.
- Simpson, E. G., Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2018). Family functioning and adolescent internalizing symptoms: A latent profile analysis. *Journal of Adolescence*, 64, 136-145.
- Tang, W., Zhang, X., & Chen, Y. (2024). The relationship between childhood trauma and internet addiction in adolescents: A meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 13(1), 1–12.
- Wang, J., Chen, Y., & Zhang, L. (2019). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in Psychology*, 10, 2352. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02352>
- Young, K. S. (2007). *Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction—and a Winning Strategy for Recovery*.
- Zhou, Y., Li, D., & Jia, J. (2020). Adverse childhood experiences and mobile phone addiction: The roles of attachment and interpersonal relationships. *Frontiers in Psychology*, 11, 834. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00834>