

مدل اعتیاد به اینترنت براساس هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت، و رفتارهای پرخطر، با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان

لیلا ذوقی^۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر تدوین یک مدل برای اعتیاد به اینترنت براساس هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت، و رفتارهای پرخطر، با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان بود. بدین منظور یک مطالعه کاربردی از نوع توصیفی-هم‌بستگی و با روش معادلات ساختاری شکل گرفت. جامعه آماری شامل دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیکی بود. با استفاده از فرمول کوکران، حجم نمونه ۳۱۲ نفر تعیین شد که به روش در دسترس از بین افراد جامعه آماری پژوهش انتخاب شده و به پرسش‌نامه‌های اعتیاد به اینترنت، پنج عامل بزرگ شخصیت، هوش فرهنگی، تنظیم شناختی هیجان، و رفتارهای پرخطر پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای اس.پی.اس.اس. و ایموس نسخه ۲۲ انجام شد. تحلیل معادلات ساختاری نشان داد مدل پژوهش از برازش خوبی برخوردار است. به عبارت دیگر هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت، و رفتارهای پرخطر، با تنظیم شناختی هیجان رابطه مستقیم داشته و بر آن تأثیر مثبت دارند. علاوه بر آن، تنظیم شناختی هیجان نیز با اعتیاد به اینترنت رابطه مستقیم داشته و بر آن تأثیر مثبت دارد.

واژه‌های کلیدی: اعتیاد به اینترنت، هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت، رفتارهای پرخطر، تنظیم شناختی هیجان.

۱. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علوم انتظامی امین، تهران، ایران. (leila.zoghi@yahoo.com)

**Internet Addiction Model based on Cultural intelligence,
Big Five Personality Factors, and High-Risk Behaviors, Mediated by
Cognitive Emotion Regulation in Students**

Leyla zoghi¹

Abstract

The aim of this study was to develop a model for Internet addiction based on cultural intelligence, big five personality factors, and high-risk behaviors, mediated by cognitive emotion regulation in students. For this purpose, an applied study of descriptive-correlation type and with structural equation method was formed. The statistical population included all students of Islamic Azad University, Tehran Electronic Branch. Using the Cochran's formula, the sample size of 312 people was determined by available sampling method from the statistical population of the study and they responded to the Internet addiction big five NEO personality factors, cultural intelligence, cognitive emotion regulation, and high-risk behaviors questionnaire. Data analysis was performed using SPSS software version 22 and AMOS version 22. Analysis of structural equations showed that the research model has a good fit. In other words, variables of cultural intelligence, big five personality factors and high-risk behaviors have a direct and significant relationship with cognitive regulation of emotion and have a positive effect on it. In addition, cognitive emotion regulation has a direct and significant relationship with Internet addiction and has a positive effect on it.

Keywords: Internet addiction, cultural intelligence, big five personality factors, high Risk behaviors, cognitive emotion regulation

1. Assistant professor, Department of psychology, amin university of polics sciences.

مقدمه

امروزه، یکی از مهم‌ترین مشکلات زندگی در کنار فناوری‌های ارتباطی جدید، اعتیاد به استفاده از فناوری‌های جدید یا وابستگی شدید به آن‌ها، به‌ویژه اعتیاد به اینترنت است که به‌عنوان یک اختلال روان‌شناختی که تمام جنبه‌های شخصیتی انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد در حال رشد است (کانت^۱؛ ژو^۲ و همکاران، ۲۰۱۷) که می‌تواند آسیب‌ها و مشکلات زیادی را برای نسل جوان، به‌خصوص قشر دانشجویی ایجاد کند (ولفلینگ^۳، ۲۰۱۱).

انجمن روان‌شناسی آمریکا اعتیاد به اینترنت را یک الگوی استفاده از اینترنت می‌داند که در طی دو ماه موقی از اختلال در عملکرد را ایجاد می‌کند که با حالات ناخوشایند درونی همراه است. نتایج پژوهش‌ها در این زمینه حاکی از آن است که اعتیاد شدید به اینترنت با اختلال در عملکرد، اضطراب، و افسردگی رابطه معناداری داشته و به حوزه‌های عملکرد روان‌شناختی، اجتماعی، تحصیلی و شغلی افراد آسیب‌های جدی وارد می‌کند (درسپ، ۲۰۲۰؛ ون رویج^۴ و همکاران، ۲۰۱۷). بررسی مطالعات سو^۵ و همکاران (۲۰۱۹) مؤید این مطلب است که اعتیاد به اینترنت با افزایش درگیری ذهنی، ضعف در کنترل زمان استفاده از اینترنت، اختلال و پریشانی همراه است. رشد فزاینده و اثرات زیان‌بار اعتیاد به اینترنت باعث شده است که از آن به‌عنوان اصلی‌ترین اعتیاد از بین تمام اعتیادهای رفتاری یاد شود. بنابراین، شناسایی عوامل مرتبط با اعتیاد به اینترنت از ضرورت و اهمیت خاصی برخوردار است (طالقانی‌نژاد و همکاران، ۱۴۰۰).

براساس مطالعات صورت گرفته، یکی از عوامل مؤثر بر اعتیاد به اینترنت هوش فرهنگی است که مشخص شده ۷/۳ درصد توانایی پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت را داراست (عطریان، ۱۳۹۵). در همین راستا، نتایج پژوهش هو^۶ و همکاران (۲۰۲۱) نشان می‌دهد که اعتیاد به استفاده از رسانه‌های اجتماعی باعث ایجاد اختلال در رشد هوش فرهنگی یک جامعه می‌شود، و بر این اساس می‌تواند به نوبه خود بر تغییر هویت فرهنگی افراد آن جامعه تأثیرگذار باشد. هوش فرهنگی یک قابلیت فردی برای درک،

1. Kant
2. Zou
3. Wolfling
4. Van Rooij
5. Su
6. Hu

تفسیر و اقدام اثربخش در موقعیت‌هایی است که از تنوع فرهنگی برخوردارند (آنگ^۱ و همکاران، ۲۰۰۷). هوش فرهنگی یک سازه با مؤلفه‌های فراشناختی، شناختی، و انگیزشی-رفتاری است (نعامی و همکاران، ۱۳۹۷) که براساس مدل ارائه شده توسط ایرلی^۲ (۲۰۰۷) بر رفتار و عملکرد افراد در اجتماع اثرگذار بوده است (امیدیان و علیپور، ۱۳۹۶) و طبق نتایج حاصل از پژوهش حاجی زاده (۱۳۹۷) با تنظیم هیجان و گرایش به اینترنت ارتباط معنادار دارد.

بنابر یافته‌های حاصل از پژوهش یکه و مرسیوز^۳ (۲۰۱۶) بین هوش فرهنگی و پنج عامل بزرگ شخصیت رابطه وجود دارد. در همین راستا، نتایج پژوهش نعامی و همکاران (۱۳۹۷) نیز نشان می‌دهد که هوش فرهنگی براساس پنج عامل بزرگ شخصیت پیش‌بینی می‌شود و عوامل شخصیتی در برخورد مناسب با تعارض‌های ارزشی و تفاوت‌های فرهنگی اثر دارند.

یافته حاصل از پژوهش پرسیترو^۴ (۲۰۱۶) حاکی از آن است که هوش فرهنگی و شخصیت دو سازه متفاوت از یکدیگرند که هر دو تفاوت‌های فردی را نشان داده و هم‌بستگی معناداری با یکدیگر دارند. در همین رابطه، نتایج پژوهش مودی^۵ (۲۰۰۷) بیانگر این است که از بین پنج عامل بزرگ شخصیت، گشودگی به تجربه با هوش فرهنگی ارتباط دارد. همچنین نتایج پژوهش ون دینه^۶ و آنگ^۷ (۲۰۰۵) بر روی دانشجویان نشان داده که بین عوامل شخصیتی وظیفه‌شناسی، موافق بودن، برون‌گرایی و گشودگی به تجربه با هوش فرهنگی رابطه معناداری وجود دارد.

بر این اساس، علاوه بر هوش فرهنگی، یکی دیگر از عوامل مؤثر بر اعتیاد به اینترنت، عوامل شخصیتی است (ابراهیم‌پور و علی‌نواز، ۱۳۹۸). مک کری و کاستا^۷ (۱۹۹۲) عوامل شخصیتی را این گونه تعریف می‌کند: «الگوهای نسبتاً پایداری از افکار، احساسات و رفتار که در طول عمر نسبتاً پایداری دارند». شناخته شده‌ترین مدل شخصیت، مدل پنج عامل بزرگ شخصیت است که عوامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، وظیفه‌شناسی و موافق بودن را شامل می‌شود (مقدم و همکاران، ۱۳۹۳). آقابابائی (۱۳۹۹)

1. Ang
2. Irly
3. Yeke & Semerciöz
4. Presbitero
5. Moody
6. Van Dyne
7. MaCare & Costa

نیز در بررسی نظام‌مند پژوهش‌های تجربی و روان‌شناختی داخل ایران که در حیطه شخصیت انجام شده بودند دریافت که حدود ۹۰ درصد از مجموع ۳۴۰ مقاله منطبق با ملاک‌های ورود به تحلیل، مبتنی بر نظریه رگه/ صفت بودند و در دامنه رگه‌ها بیشترین الگوی مطالعه شده الگوی پنج عامل بزرگ شخصیت بود.

راچونیسکا^۱ و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهش خود نشان دادند اعتیاد به اینترنت و فناوری اطلاعات توسط پنج عامل بزرگ شخصیت قابل پیش‌بینی است. در پژوهش امینی و همکاران (۱۳۹۹) نیز مشخص شد که از بین عامل‌های شخصیت، دو عامل روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی قادرند استفاده زیاد از شبکه‌های اجتماعی را به‌طور معنی‌دار و در حد مطلوب تبیین کنند. علاوه‌براین، اکبری (۱۳۹۸) نیز در پژوهش خود رابطه بین پنج عامل بزرگ شخصیتی و اعتیاد به اینترنت را نشان داد، بدین صورت که بین ویژگی‌های برون‌گرایی، موافق بودن، گشودگی به تجربه و وظیفه‌شناسی هم‌بستگی منفی و بین روان‌رنجورخویی هم‌بستگی مثبت با اعتیاد به اینترنت وجود دارد. در همین راستا، نتایج پژوهش فتحی و همکاران (۱۳۹۲) نیز نشان داد که دانشجویان درگیر اعتیاد به اینترنت، روان‌رنجورخویی بیشتر و برون‌گرایی، موافق بودن و وظیفه‌شناسی کم‌تری در مقایسه با دانشجویانی که دچار اعتیاد به اینترنت نبودند گزارش شد، درحالی‌که از نظر عامل شخصیتی گشودگی به تجربه تفاوتی بین این دو گروه مشاهده نشد. یافته‌های نالوا و آناند^۲ (۲۰۰۳) بر روی دانش‌آموزان نیز نشان داد بین دو گروه معتاد و غیرمعتاد به اینترنت از نظر پنج عامل بزرگ شخصیت تفاوت معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش قربانی و همکاران (۱۳۹۵) نیز نشان می‌دهد ارتباط معناداری بین دو عامل شخصیتی برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی با دشواری در تنظیم هیجان وجود دارد.

صفات و عوامل شخصیتی باعث می‌شوند افراد رفتارهای خاصی را انجام دهند که این رفتارهای خاص با کمک ویژگی‌های روانی، زیستی و اجتماعی فرد برای برآوردن نیازهای شخصی او انجام شود (اسکوارتز^۳ و همکاران، ۲۰۲۱) و گاهی این رفتارها می‌توانند پرخطر باشند. رفتارهای پرخطر رفتارهایی هستند که سلامت و بهزیستی افراد را در معرض خطر قرار می‌دهند و به دو بخش تقسیم می‌شوند: بخش اول رفتارهایی که سلامت

1. Rachubińska
2. Nalwa & Anand
3. Schwartz

خود فرد را به خطر می اندازد و بخش دوم رفتارهایی که سلامت و تندرستی دیگر افراد جامعه را تهدید می کنند (لوکن^۱، ۲۰۱۰).

بررسی مطالعاتی آدلوی^۲ (۲۰۱۰) نشان می دهد رایج ترین رفتارهای پرخطر، مصرف زیاد مشروبات الکلی، سوء مصرف مواد، رفتار جنسی نایمن، رانندگی بی پروا، ورزش های خطرناک، قماربازی، اعمال بی بندوبار و غیرقانونی است. در ایران نیز خشونت، خودکشی، بی ملاحظگی در رانندگی، مصرف دخانیات، الکل و مواد مخدر، رفتارهای پرخطر جنسی خطرناک، رفتارهای تغذیه ای ناسالم و عدم انجام فعالیت های بدنی و ورزشی رایج است (عطادخت و همکاران، ۱۳۹۲).

مطالعه پیرامون رفتارهای پرخطر در پژوهش جوادی و بارانی (۱۳۹۶) نشان می دهد که رفتارهای پرخطر توان پیش بینی اعتیاد به اینترنت در دانشجویان را داراست و هم بستگی بالایی بین این دو متغیر وجود دارد، از بین رفتارهای پرخطر دانشجویان، مصرف قلیان بیشترین تأثیر را دارد و اعتیاد به اینترنت و رفتارهای پرخطر دانشجویان پسر بیشتر از دانشجویان دختر است. نتایج پژوهش امانی و رعنائی (۱۳۹۸) بیانگر آن است که استفاده از شبکه های مجازی با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش آموزان (مؤلفه های بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان شناختی و بهزیستی اجتماعی) رابطه معناداری دارد.

نتایج پژوهش علوی نژاد و همکاران (۱۳۹۸) نشان داده است که رابطه مستقیم و مثبت بین عامل های ناسازگار شخصیتی و نارسایی در تنظیم هیجان با اعتیاد به اینترنت وجود دارد. بر این اساس، تنظیم هیجان نیز می تواند از دیگر عوامل تأثیرگذار بر اعتیاد به اینترنت باشد. تنظیم هیجان شکل خاصی از خودتنظیمی است و فرایندی است که طی آن افراد احساسات خود را آگاهانه یا ناخودآگاه تنظیم می کنند تا به خواسته های محیطی خود پاسخ مناسب دهند. مشکل در تنظیم هیجانات از طریق مشکلات در آگاهی، درک و پذیرش هیجانات، عدم دسترسی به استراتژی های سازگاران یا انطباقی در مواجهه با هیجانات مختلف یا ناتوانی در کنترل رفتار هنگام مواجهه با هیجانات مختلف یا ناتوانی در کنترل رفتار هنگام مواجهه با برانگیختگی هیجانات شدید تعریف می شود (گراتز و رومر^۳، ۲۰۰۴). زلمک و هان^۴ (۲۰۱۰) و مهربان و لیوارجانی (۱۳۹۷) در پژوهش خود نشان دادند

1. Lokken

2. Aldao

3. Gratz & Roemer

4. Zlomke & Hahn

که تنظیم هیجان غیرانطباقی یا ناسازگارانه با روان‌رنجورخویی مرتبط است. علاوه‌براین، نتایج پژوهش پیری و همکاران (۱۳۹۸) مشخص کرد بین اعتیاد به اینترنت و دشواری در تنظیم هیجان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در همین راستا، نتایج پژوهشی ذوقی و همکاران (۱۳۹۹) نیز حاکی از اثر مستقیم و معنادار تنظیم هیجان بر اعتیاد به اینترنت بود. بررسی مطالعات یلدیز^۱ (۲۰۱۷) مبین این مطلب است که اعتیاد شدید به اینترنت احتمالاً راهی برای فرار از واقعیت و منحرف کردن ذهن از استرس و هیجانات منفی است. افرادی که در تنظیم هیجان دچار مشکل هستند به احتمال زیاد از اینترنت به‌عنوان راهبردی برای تنظیم هیجان‌های منفی خود استفاده می‌کنند. در نتایج پژوهش نظری و همکاران (۱۳۹۹) مشخص شد متغیر دشواری در تنظیم هیجان، رابطه بین رفتارهای پرخطر و اعتیاد به اینترنت را میانجی‌گری می‌کند. نتایج پژوهشی کارائر و آکدمیر^۲ (۲۰۱۹) نیز نشان داد نوجوانانی که دچار اعتیاد به اینترنت هستند نسبت به سایر نوجوانان، مشکلات بیشتری در شناسایی و توصیف هیجانات و احساساتشان و همین‌طور تنظیم هیجاناتشان دارند. صدری دمی‌چی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در مطالعه پژوهشی خود به رابطه معنادار بین تنظیم هیجان و اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دست یافتند. در پژوهش گازو^۳ (۲۰۲۰) بین اعتیاد به اینترنت و راهبردهای مقابله‌ای هیجان محور و اجتنابی، رابطه مثبت و معنادار مشاهده شد. جوپوکومن^۴ (۲۰۱۱) هم در پژوهش خود دریافت که رفتارهای پرخطر می‌توانند عاملی برای پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت باشند. همین‌طور، یافته‌های پژوهش قدم‌پور و همکاران (۱۳۹۸) نشان داد که بین اعتیاد به فضای مجازی و گرایش دانش‌آموزان به رفتارهای پرخطر با خودتنظیمی هیجانی آن‌ها، رابطه منفی و معنادار وجود دارد.

براساس آنچه بیان شد، در پژوهش حاضر سعی شده تا برخی از متغیرهای مؤثر بر اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان موردبررسی قرار گرفته و در قالب یک مدل معادلات ساختاری ارائه شوند تا بتوان از نتایج به‌دست‌آمده در جهت ارائه راه‌حل‌های کاربردی برای پیش‌گیری، کنترل و درمان اعتیاد به اینترنت به‌عنوان یک آسیب اجتماعی رایج در بین جوانان، به‌ویژه دانشجویان بهره جست. بر همین اساس سؤال پژوهش حاضر از این قرار است که آیا مدل اعتیاد به اینترنت براساس هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت و

1. Yildiz

2. Karaer & Akdemir

3. Gazo

4. Chaveepojnkamjorn

رفتارهای پرخطر با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان (مثبت و منفی) در دانشجویان دارای برازش است؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ روش یک پژوهش توصیفی-هم‌بستگی مبتنی بر معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل تمام دانشجویان دانشگاه آزاد واحد الکترونیک شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود. حجم نمونه لازم با استفاده از فرمول کوکران ۳۱۲ نفر برآورد شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین جامعه آماری پژوهش انتخاب شدند. پس از ارائه توضیحات کامل در مورد هدف پژوهش و چگونگی اجرای آن و جلب اعتماد شرکت‌کنندگان مبنی بر محرمانه ماندن اطلاعات شخصی و نداشتن بار مالی و داشتن اختیار برای خروج از پژوهش در هر زمان که بخواهند، رضایت آن‌ها برای مشارکت در پژوهش کسب شد. سپس، پرسش‌نامه‌های اعتیاد به اینترنت، هوش فرهنگی، پنج عامل بزرگ شخصیت، رفتارهای پرخطر و تنظیم شناختی هیجان، به صورت فردی در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت و به آن‌ها پاسخ دادند. معیارهای ورود به مطالعه، داشتن ۲۰ سال یا بیشتر، استفاده روزانه اینترنت به مدت ۳ ساعت یا بیشتر و معیار خروج از پژوهش داشتن بیماری روان‌پزشکی یا پزشکی مستلزم مصرف دارو در زمان اجرای پژوهش بود.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش به منظور توصیف یافته‌ها، از شاخص‌های مرکزی نظیر میانگین و همچنین شاخص‌های پراکندگی نظیر انحراف استاندارد و جهت آزمون برازش مدل پژوهش، روش معادلات ساختاری به کار گرفته شده است. نرم‌افزارهای مورد استفاده در این پژوهش اس.پی.اس.اس. نسخه ۲۲ و ایموس نسخه ۲۲ هستند.

ابزارها

۱. پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت^۱: یکی از معتبرترین آزمون‌های مربوط به سنجش اعتیاد اینترنتی است که یانگ^۲ (۱۹۸۸) آن را تهیه کرد. این پرسش‌نامه شامل ۲۰ ماده

1. Internet Addiction Questionnaire
2. Young

چندگزینه‌ای (از به‌ندرت تا همیشه) است که به شیوه لیکرت طراحی شده است. طالقانی‌نژاد و همکاران (۱۴۰۰) پایایی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش کرده‌اند.

۲. پرسش‌نامه پنج عامل بزرگ شخصیت نئو^۱: این پرسش‌نامه توسط مک‌گری و کاستا (۱۹۹۵) تهیه شده است. فرم کوتاه آن (NEO-FFI) ۶۰ سؤالی است و پنج عامل اصلی شخصیت با نام‌های روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، وظیفه‌شناسی و موافق بودن را می‌سنجد. پاسخ‌دهی براساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً مخالفم، مخالفم، بی تفاوت، موافقم و کاملاً موافقم) تنظیم شده است. نمره‌گذاری برخی از سؤالات به صورت معکوس است و به پاسخ کاملاً مخالفم نمره ۴، مخالفم نمره ۳، بی تفاوت نمره ۲، موافقم نمره ۱ و کاملاً موافقم نمره ۰ تعلق می‌گیرد. در پژوهش آتش‌روز و همکاران (۱۳۸۷) با استفاده از روش همسانی درونی، ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از پنج عامل شخصیت به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۵۵، ۰/۲۷، ۰/۳۸ و ۰/۷۷ به دست آمد.

۳. پرسش‌نامه هوش فرهنگی^۲: پرسش‌نامه هوش فرهنگی که توسط آننگ و همکاران (۲۰۰۴) طراحی شده است ۲۰ سؤال دارد که پاسخ به آن‌ها بر روی یک طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف طراحی شده است. این پرسش‌نامه دارای چهار عامل راهبرد، دانش، انگیزشی، رفتاری است که آننگ و همکاران (۲۰۰۴) آلفای کرونباخ این عامل‌ها را به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۸۴، ۰/۷۶، ۰/۸۳ به دست آوردند. در پژوهشی که توسط باقرپور و همکاران (۱۳۹۵) انجام شده است آلفای کرونباخ برای ۲۰ سؤال پرسش‌نامه ۰/۷۵ به دست آمده است.

۴. پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان^۳: این پرسش‌نامه که توسط گارنفسکی و کرایج^۴ (۲۰۰۶) برای سنجش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان‌ها در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و تنیدگی‌زای زندگی طراحی شده است، ابزاری ۳۶ ماده‌ای است که پاسخ به سؤالات آن براساس لیکرت ۵ درجه‌ای (از ۱ برای هرگز تا ۵ برای همیشه) صورت می‌گیرد. این پرسش‌نامه دارای ۹ زیرمقیاس با عنوان‌های خودسرزنشگری، تمرکز بر فکر/نشوارگری،

1. Neo Five Factor Inventory
2. Cultural Intelligence Questionnaire
3. Cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ)
4. Garnefski & Kraaij

دیگرسرزنشگری، فاجعه‌نمایی (فاجعه‌آمیزپنداری)، کم‌اهمیت‌شماری، پذیرش، ارزیابی مجدد مثبت، تمرکز مجدد مثبت، و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی است. حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۶ و ۱۰ بوده و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی است. راهبرد شناختی تنظیم هیجان در پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان به دو دسته کلی راهبردهای تنظیم هیجان مثبت (سازش‌یافته) و راهبردهای تنظیم هیجان منفی (سازش‌نیافته) تقسیم می‌شوند. زیرمقیاس‌های کم‌اهمیت‌شماری، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، راهبردهای تنظیم مثبت هیجان و زیرمقیاس‌های خودسرزنشگری، دیگرسرزنشگری، تمرکز بر فکر/نشخوارگری و فاجعه‌نمایی، راهبردهای تنظیم منفی هیجان را تشکیل می‌دهد. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه به وسیله گرانفسکی و همکاران (۲۰۰۲) در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ گزارش شده است. اعتباریابی فرم فارسی این مقیاس به وسیله سامانی و صادقی (۱۳۸۹) مورد اعتباریابی قرار گرفته و تأیید شده است.

۵. پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر^۱: پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر با اقتباس از پرسش‌نامه مرکز پیشگیری از رفتارهای پرخطر (مرکز کنترل بیماری‌ها، ۲۰۰۸) طراحی شده است (مرکز مدیریت بیماری‌ها، ۲۰۰۸-۲۰۱۵؛ محمدخانی، ۱۳۸۵-۱۳۹۵). این ابزار شامل دو بخش جمعیت‌شناختی و رفتارهای پرخطر است که شیوع هفت گروه از رفتارهای پرخطر شامل (۱) مصرف سیگار و قلیان، (۲) مصرف مشروبات الکلی، (۳) مصرف مواد روان‌گردان، (۴) رفتارهای پرخاشگرانه، (۵) فکر و اقدام به خودکشی، (۶) فرار، (۷) ارتباط با جنس مخالف را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این پرسش‌نامه میزان شیوع رفتارهای پرخطر را در طول عمر، ۱۲ ماه گذشته و یک ماه اخیر و تمایل به مصرف انواع مواد در آینده را ارزیابی می‌کند. پایایی این پرسش‌نامه توسط محمدخانی (۱۳۹۰) با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش شده است.

یافته‌ها

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای جمعیت‌شناختی گروه نمونه ارائه شده است.

جدول ۱ توزیع فراوانی نمونه آماری (n=۳۱۲)

وضعیت تأهل فراوانی	سطح تحصیلات فراوانی	سن	فراوانی	رشته آموزشی	فراوانی
مجرد	۱۵۲	کاردانی	۱۰۴	کمتر از ۲۰ سال	۷۷
متاهل	۱۶۰	کارشناسی	۱۰۰	۲۰ تا ۳۰ سال	۷۴
		کارشناسی ارشد	۸۸	۳۰ تا ۴۰ سال	۱۱۲
		دکتری	۲۰	۴۰ تا ۵۰ سال	۳۷
				۵۰ سال به بالا	۱۲
				روان‌شناسی	۷۳
				معارف	۱۲
				هنر	۸
				سایر	۴۸

همان‌طور که در جدول ۱ نمایش داده شده، بیشترین فراوانی متعلق به افراد متأهل، مقطع تحصیلی کاردانی، طبقه سن ۳۰ تا ۴۰ سال و رشته‌های علوم پایه و کم‌ترین فراوانی متعلق به افراد مجرد، مقطع تحصیلی دکتری، طبقه سنی ۵۰ سال به بالا و رشته هنر است. در جدول ۲ شاخص‌های توصیفی و نتایج پایایی پرسش‌نامه‌های مورد استفاده برای متغیرهای پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ نشان داده شده است.

جدول ۲ شاخص‌های توصیفی و آلفای کرونباخ متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	آلفای کرونباخ
روان‌رنجوری	۲۲/۸۰	۷/۸۱	۰/۸۱
برون‌گرایی	۲۸/۴۰	۶/۲۸	۰/۷۹
تجربه‌پذیری	۲۶/۷۸	۵/۱۴	۰/۸۵
موافق بودن	۳۰/۱۲	۵/۸۵	۰/۹۱
وظیفه‌شناسی	۳۳/۸۰	۶/۵۹	۰/۷۵
تنظیم هیجانی مثبت	۶۶/۲۳	۸/۲۹	۰/۸۲
تنظیم هیجانی منفی	۵۱/۶۰	۶/۸۵	۰/۸۹
هوش فرهنگی	۵۹/۳۲	۱۰/۸۵	۰/۷۹
اعتیاد به اینترنت	۷۹/۲۴	۱۳/۶۹	۰/۸۵
رفتارهای پرخطر	۷۷/۶۹	۲۳/۷۶	۰/۸۷

با توجه به جدول ۲، ضرایب آلفای کرونباخ همه متغیرها بالاتر از ۰/۶۷ است که نشان می‌دهد پرسش‌نامه‌های به کاررفته برای سنجش متغیرهای پژوهش از همسانی درونی قابل قبولی برخوردارند.

به منظور ارزیابی نرمال بودن توزیع داده‌های متغیرهای پژوهش، مقادیر کشیدگی و چولگی متغیرها و جهت بررسی مفروضه عدم هم خطی چندگانه، مقادیر عامل تورم واریانس^۱ (VIF) و ضریب تحمل^۲ مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج مربوطه در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول ۳ بررسی نرمالیتی و هم خطی چندگانه

متغیر	چولگی	کشیدگی	ضریب تحمل	تورم واریانس
روان رنجورخویی	۰/۲۸	۰/۱۰	۰/۲۶	۳/۸۷
برون گرایی	۰/۱۲-	۰/۳۴-	۰/۴۲	۲/۳۶
گشودگی به تجربه	۰/۱۵	۰/۳۹	۰/۸۱	۱/۲۴
موافق بودن	۰/۱۴-	۰/۲۱	۰/۲۱	۴/۷۵
وظیفه شناسی	۰/۱۲-	۰/۱۹-	۰/۷۷	۱/۳۰
تنظیم هیجانی مثبت	۰/۲۱	۰/۰۱	۰/۷۴	۱/۳۴
تنظیم هیجانی منفی	۰/۳۱-	۱/۸۴	۰/۷۰	۱/۴۲
هوش فرهنگی	۰/۲۱	۰/۷۹	۰/۶۵	۱/۵۴
اعتیاد به اینترنت	۰/۵۸-	۰/۰۱-	۰/۳۱	۳/۱۹
رفتارهای پرخطر	۰/۵۲	۰/۴۰-	متغیر ملاک	

جدول ۳ نشان می‌دهد که مقادیر کشیدگی و چولگی هیچ یک از متغیرها از محدوده بین ۲+ و ۲- خارج نشده است. این مطلب بیانگر آن است که توزیع داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش از نرمال بودن تک متغیری انحراف آشکاری ندارند. علاوه بر این، تمام مقادیر ضریب تحمل بالای ۰/۱ و تمام مقادیر عامل تورم واریانس برای هر یک از متغیرهای پیش‌بین، کم‌تر از ۱۰ هستند و این مقادیر نشان‌دهنده برقراری مفروضه عدم هم خطی چندگانه هستند.

به منظور ارزیابی مفروضه نرمال بودن توزیع چندمتغیری، مقادیر چولگی و کشیدگی اطلاعات مربوط به فاصله مهلبوبایس^۳ (D) به ترتیب برابر با ۱/۲۷ و ۱/۶۵ به دست آمد که برقراری مفروضه نرمال بودن توزیع چندمتغیری در بین داده‌ها را نشان می‌دهد.

1. variance inflation factor
2. tolerance
3. Mahalanobis distance (D)

علاوه بر این، بررسی روش ماتریس‌های نمودار پراکندگی نشان داد، هیچ کدام از روابط بین متغیرها انحراف آشکار از خطی بودن ندارند.

جدول ۴ ضرایب هم‌بستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۴ ضرایب هم‌بستگی بین متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱. روان‌رنجورخوئی									
۲. برون‌گرایی	۰/۶۵**								
۳. گشودگی به تجربه	۰/۲۹**	۰/۲۵							
۴. موافق بودن	۰/۸۲**	۰/۷۳**	۰/۲۰**						
۵. وظیفه‌شناسی	۰/۴۱**	۰/۲۱**	۰/۲۴**	۰/۳۷**					
۶. تنظیم هیجانی مثبت	۰/۳۱**	۰/۱۸**	۰/۱۸**	۰/۳۴**	۰/۳۰**				
۷. تنظیم هیجانی منفی	۰/۴۰**	۰/۱۵**	۰/۳۲**	۰/۲۷**	۰/۲۲	۱			
۸. هوش فرهنگی	۰/۵۴**	۰/۴۲**	۰/۲۴**	۰/۵۲**	۰/۲۶**	۰/۳۲**	۰/۲**		
۹. اعتیاد به اینترنت	۰/۶۱**	۰/۴۹**	۰/۳۱**	۰/۶۱**	۰/۱۸**	۰/۳۸**	۰/۳۵**	۰/۵۲**	۱
۱۰. رفتارهای پرخطر	۰/۷۴**	۰/۵۹**	۰/۳۰**	۰/۷۸**	۰/۳۶**	۰/۳۹**	۰/۳۹**	۰/۵۳**	۰/۶۲**

**سطح معنی‌داری ۰/۰۱ و *سطح معنی‌داری ۰/۰۵

بر اساس جدول ۴، اعتیاد به اینترنت با روان‌رنجورخوئی، گشودگی به تجربه، تنظیم هیجانی منفی و رفتارهای پرخطر هم‌بستگی مثبت و با برون‌گرایی، موافق بودن، وظیفه‌شناسی، تنظیم هیجانی مثبت و هوش فرهنگی هم‌بستگی منفی در سطح معنی‌داری ۰/۰۱ دارد.

به منظور بررسی سؤال پژوهش، تحلیل مسیر با استفاده از نرم‌افزار ایموس نسخه ۲۲ و برآورد بیشینه احتمال (ML) به کار گرفته شد. در این مدل ساختاری چنان فرض شد که روان‌رنجورخوئی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، موافق بودن، وظیفه‌شناسی، هوش فرهنگی و رفتارهای پرخطر به صورت مستقیم و با میانجی‌گری تنظیم هیجانی مثبت و تنظیم هیجانی منفی بر اعتیاد به اینترنت تأثیر دارند. جدول ۵ شاخص‌های برازش را برای مدل تحلیل مسیر نشان می‌دهد.

جدول ۵ شاخص‌های برازندگی مدل تحلیل مسیر

مرحله	شرح اصلاح	مجدور کای	درجه آزادی مدل	χ^2/df	CFI	RMSEA	P	GFI	AGFI
۰	مدل اولیه	۴۰/۰۱	۱۴	۳/۰۰۲	۰/۹۷	۰/۰۹۳	۰	۰/۹۴	۰/۹۲
۱	حذف ارتباط برون‌گرایی و تنظیم هیجانی منفی	۳۹/۰۲	۱۳	۳/۰۰۲	۰/۹۹	۰/۰۹	۰	۰/۹۷	۰/۹۴
۲	حذف ارتباط هوش فرهنگی و تنظیم هیجانی منفی منفی	۲۸/۱۲	۱۲	۲/۳۴	۰/۹۹	۰/۰۹	۰/۰۰۵	۰/۹۸	۰/۹۵
۳	حذف ارتباط گشودگی به تجربه و تنظیم هیجانی منفی	۲۱/۵۳	۱۱	۱/۹۵	۰/۹۹	۰/۰۸	۰/۰۲۸	۰/۹۹	۰/۹۶
۴	حذف ارتباط موافق بودن و تنظیم هیجانی منفی	۳۹/۰۲	۱۳	۳/۰۰۲	۰/۹۹	۰/۰۸	۰	۰/۹۷	۰/۹۴
معیار پذیرش									$0.85 < 0.9 < 0.05 < 0.08 < 0.9 < 0.5$

در مرحله ۰ مدل تحلیل مسیر اجرا شد و مقدار شاخص ریشه میانگین مجذورات خطای برآورد (RMSEA) برابر با ۰/۰۹۳ به دست آمد. در ادامه و به پیشنهاد نرم‌افزار ایموس، ارتباط بین برون‌گرایی و تنظیم هیجانی منفی، هوش فرهنگی و تنظیم هیجانی منفی، ارتباط گشودگی به تجربه با تنظیم هیجانی منفی، موافق بودن و تنظیم هیجانی حذف شد و در نهایی مقدار RMSEA به ۰/۰۸ رسید. همچنین مقدار شاخص نیکویی برازش اصلاح‌شده (AGFI) مطابق نظر زیکموند^۱ در سال ۲۰۰۳ بیشتر از ۰/۸، و مقدار شاخص برازندگی تطبیقی (CFI) و شاخص نیکویی برازش (GFI) در محدوده پذیرش به دست آمدند.

جدول ۶ ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۶ ضریب مسیر استاندارد بین متغیرهای پژوهش

C.R	S.E.	β	P	
۶/۹۰-	۰/۰۶	۰/۲۲-	۰/۰۱	روان‌رنجورخویی - تنظیم هیجانی مثبت
۴/۹۰	۰/۰۷	۰/۱۱	۰/۰۱	گشودگی به تجربه - تنظیم هیجانی مثبت
۶/۳۰	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۰۰	موافق بودن - تنظیم هیجانی مثبت
۶/۲۰	۰/۱۱	۰/۱۶	۰/۰۳	وظیفه‌شناسی - تنظیم هیجانی مثبت

ادامهٔ جدول ۶

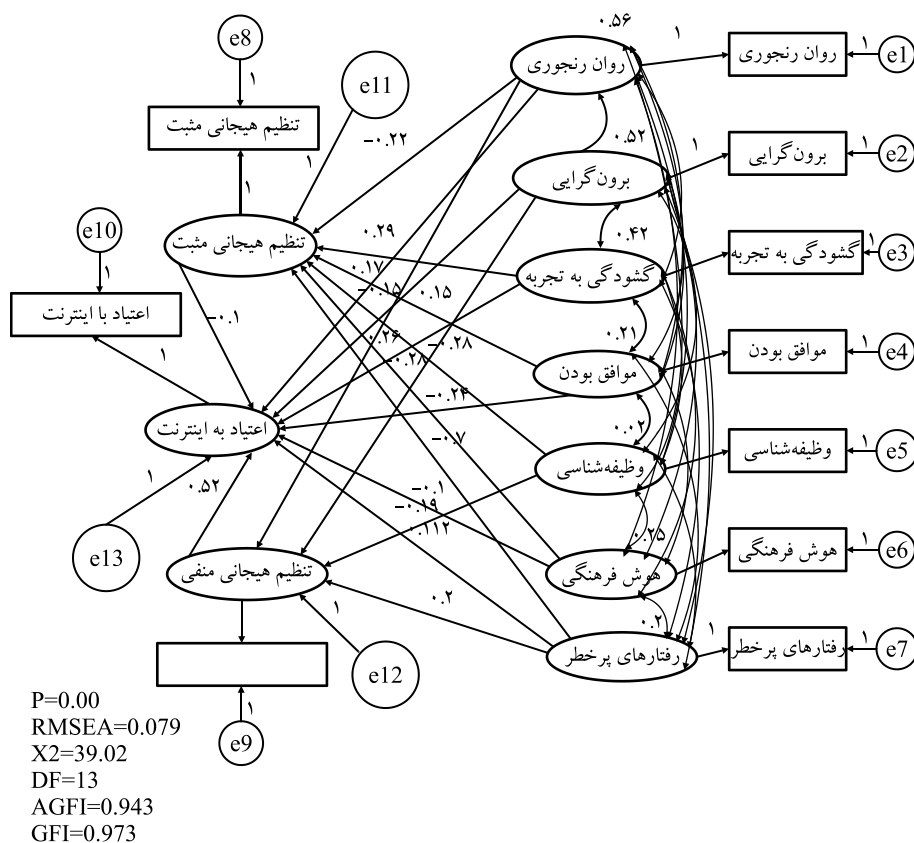
C.R	S.E.	β	P	
۶/۰۰	۰/۱۰	۰/۱۸	۰/۰۱	هوش فرهنگی - تنظیم هیجانی مثبت
۴/۴۰-	۰/۰۲	۰/۱۷-	۰/۰۲	رفتارهای پرخطر - تنظیم هیجانی مثبت
۶/۵۰	۰/۱۰	۰/۱۷	۰/۰۳	روان‌رنجورخویی - تنظیم هیجانی منفی
۶/۲۰-	۰/۰۵	۰/۲۸-	۰/۰۰	برون‌گرایی - تنظیم هیجانی منفی
۶/۲۰-	۰/۱۲	۰/۱۹-	۰/۰۰	وظیفه‌شناسی - تنظیم هیجانی منفی
۴/۸۰	۰/۱۵	۰/۲۸	۰/۰۰	رفتارهای پرخطر - تنظیم هیجانی منفی
۶/۶۰	۰/۱۰	۰/۲۹	۰/۰۲	روان‌رنجورخویی - اعتیاد به اینترنت
۶/۴۰-	۰/۱۰	۰/۱۵-	۰/۰۲	برون‌گرایی - اعتیاد به اینترنت
۶/۹۰	۰/۰۸	۰/۲۶	۰/۰۳	گشودگی به تجربه - اعتیاد به اینترنت
۶/۵۰-	۰/۰۹	۰/۲۴-	۰/۰۴	موافق بودن - اعتیاد به اینترنت
۶/۹۰-	۰/۰۵	۰/۲۸-	۰/۰۱	وظیفه‌شناسی - اعتیاد به اینترنت
۶/۲۰-	۰/۱۶	۰/۱۰-	۰/۰۳	هوش فرهنگی - اعتیاد به اینترنت
۵/۳۰	۰/۱۱	۰/۲۰	۰/۰۱	رفتارهای پرخطر - اعتیاد به اینترنت
۶/۰۰	۰/۱۷	۰/۵۲	۰/۰۴	تنظیم هیجانی منفی - اعتیاد به اینترنت
۶/۷۰-	۰/۱۳	۰/۱۰-	۰/۰۰	تنظیم هیجانی مثبت - اعتیاد به اینترنت

مدل نهایی تحلیل مسیر با ضرایب استاندارد در نمودار ۱ ارائه شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر برازش مدل اعتیاد به اینترنت براساس هوش فرهنگی، ۵ عامل بزرگ شخصیت و رفتارهای پرخطر، با میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان (مثبت و منفی) و روابط درون مدل موردبررسی قرار گرفت. طبق نتایج به‌دست آمده، مدل پیشنهادی پژوهش دارای برازش خوبی بود و تمامی روابط درون مدل معنادار بودند. درواقع مشخص شد، روان‌رنجورخویی، گشودگی به تجربه و رفتارهای پرخطر از طریق تنظیم شناختی هیجان منفی باعث افزایش اعتیاد به اینترنت می‌شوند و بر همین منوال، برون‌گرایی، موافق بودن، وظیفه‌شناسی و هوش فرهنگی از طریق تنظیم شناختی هیجان مثبت باعث کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شوند ($P < 0/01$).

از پژوهش‌های همخوان با روابط غیرمستقیم درون مدل و در نتیجه تأیید برازش مدل می‌توان به پژوهش‌های حاجی‌زاده (۱۳۹۷) که نشان داد بین هوش فرهنگی و تنظیم



نمودار ۱ مدل نهایی تحلیل مسیر با ضرایب استاندارد

هیجانی و گرایش به اینترنت ارتباط معنی داری وجود دارد، ولفلینگ (۲۰۱۱) که در آن مشخص شد ویژگی های شخصیتی در تعامل با تنظیم هیجان در اعتیاد به اینترنت نقش دارند، نیازی و همکاران (۱۳۹۶) در آن نشان داده شد که ویژگی های شخصیتی و تنظیم هیجان با اعتیاد به اینترنت رابطه دارند، علوی نژاد و همکاران (۱۳۹۸) که نشان داد رابطه مستقیم و مثبتی بین صفات ناسازگار شخصیتی، نارسایی هیجانی و اعتیاد به اینترنت وجود دارد، نظری و همکاران (۱۳۹۹) که در آن دشواری های تنظیم هیجان نقش میانجی در رابطه بین رفتارهای پرخطر و اعتیاد به اینترنت را دارا بود، قدم پور و همکاران (۱۳۹۸) که نشان داد رابطه منفی و معناداری بین اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر با خودتنظیمی هیجانی وجود دارد، همخوان است. همچنین با نتایج حاصل از پژوهش های عطریان (۱۳۹۵) که در آن توانایی پیش بینی اعتیاد به اینترنت از طریق هوش فرهنگی نشان

داده شد، یکه و سمرسیوز (۲۰۱۶)، ون‌دینه و آنک (۲۰۰۵)، مددی (۲۰۰۷) و ابرهیم‌پور و همکاران (۱۳۹۸) که همگی وجود رابطه مستقیم بین ویژگی‌های شخصیتی و هوش فرهنگی را نشان دادند، جوادی و بارانی (۱۳۹۶) و نظری و همکاران (۱۳۹۹) که از رابطه مثبت بین بعضی از رفتارهای پرخطر با اعتیاد به اینترنت حمایت می‌کنند و جوپوکومن (۲۰۱۱) که دریافت رفتارهای پرخطر می‌تواند پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به اینترنت باشد در یک راستا قرار می‌گیرد.

یافته پژوهش حاضر درمورد رابطه مثبت بین هوش فرهنگی و تنظیم شناختی هیجان مثبت در دانشجویان با نتیجه پژوهش‌های حاجی‌زاده (۱۳۹۷) که رابطه معنادار بین هوش فرهنگی و تنظیم هیجانی را نشان داد همخوان است. به‌منظور هوشمند بودن از نظر فرهنگی، یک فرد نیاز دارد که بداند چگونه قضاوت‌ها درمورد یک موقعیت و شرایط را تا زمان ارزیابی تمامی نشانه‌ها و علائم چندگانه، موقتاً به تأخیر بیندازد و همچنین چگونه دانش به‌دست آمده از موقعیت را یکپارچه و ادغام و آن را درک کند (کرون^۱، ۲۰۱۶). علاوه‌براین، پترسون^۲ (۲۰۰۴) معتقد است که بالا بودن هوش فرهنگی، توانایی و قابلیت درگیری فرد در مجموعه‌ای از رفتارها و مهارت‌ها، ازجمله مهارت‌های زبانی و مهارت‌های بین‌فردی را افزایش داده و او را واجد خصوصیات همچون تحمل ابهام^۳ و انعطاف‌پذیری^۴ می‌کند. بنابراین، یک فرد هوشمند فرهنگی با داشتن چنین مهارت‌هایی می‌تواند به‌صورتی مناسب و شایسته از ارزش‌ها و نگرش‌های فرهنگ‌محور افراد دیگر آگاهی یابد، تفاوت‌های داخل فرهنگی و بین‌فرهنگی را به خوبی درک کند و رفتار خود نسبت به این تفاوت‌ها را به‌طور مؤثرتری کنترل و مدیریت کند و در موقعیت‌های چندفرهنگی و تعاملات بین‌فرهنگی عملکرد مناسبی داشته باشد (لوگو^۵، ۲۰۱۷). با توجه به آنچه بیان شد، مشخصاً بهره‌مند بودن از چنین توانمندی‌های سطح بالایی، فرد دارای هوش فرهنگی بالا را قادر می‌سازد تا بتواند هیجان‌ات برانگیخته‌شده ناشی از تفاوت‌ها و عدم تطابق قواعد و محورهای فکری، ارزشی، اعتقادی، قضاوتی، قانونی، عرفی وابسته به فرهنگ خود با فرهنگ‌های دیگر را از طریق راهبردهای سازگار و کارآمد شناختی تنظیم و مدیریت کند.

1. Crowne
2. Petereson
3. tolerance for ambiguity
4. flexibility
5. Lugo

یافته بعدی پژوهش رابطه بین ۵ عامل بزرگ شخصیت با تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی در دانشجویان بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های مقدم و همکاران (۱۳۹۳)، اکبری (۱۳۹۸)، فتحی و همکاران (۱۳۹۱)، نالوا و آناند (۲۰۰۳)، قربانی و همکاران (۱۳۹۵) و علوی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸) که در آن‌ها رابطه بین این دو متغیر یا تأثیر ۵ عامل بزرگ شخصیت بر تنظیم شناختی هیجان مورد تأیید قرار گرفته، همخوان است. همین‌طور با یافته پژوهش‌های زلمک و هان (۲۰۱۰) و مهربان و لیوارجانی (۱۳۹۷) که نشان از وجود رابطه بین عامل شخصیتی روان‌رنجورخویی با هیجان منفی دارند، در یک راستا قرار می‌گیرد. در تبیین این یافته، با تکیه بر مطالعات صورت گرفته در مورد تنظیم شناختی هیجان که آشکار ساخته‌اند وجود مشکل در تنظیم هیجانات می‌تواند ناشی از وجود مشکلاتی در حیطه آگاهی، درک و پذیرش هیجانات یا عدم دسترسی به استراتژی‌های سازگار و کارآمد تنظیم هیجان یا ناتوانی در کنترل رفتار هنگام مواجهه با هیجانات مختلف یا برانگیختگی هیجانات باشد. همین قبیل مطالعات مشخص کرده‌اند که ویژگی‌های شخصیتی می‌توانند بر تنظیم هیجان اثر بگذارند و این فرایند را تسهیل یا کند یا تخریب کنند. چراکه شخصیت کلی فرد، یک الگوی نسبتاً پایدار از روابط موجود بین افکار، هیجانات و رفتارهای شخص است که از تعامل بین ویژگی‌های شخصیتی او به وجود می‌آید و در این الگوی به نسبت پایدار، افکار و شناخت‌های حاصل از فرایند تفکر فرد، هیجانات خاصی را که پیامد آن تفکرات در شرایط خاص هستند برمی‌انگیزد و درنهایت، این هیجانات برانگیخته شده رفتارهای خاصی را فعال می‌سازند. بدین ترتیب است که تنظیم هیجانات از طریق شناخت‌های فرد به انجام رفتارهایی در جهت پاسخ‌دهی مناسب به درخواست‌های محیطی منجر می‌شود. این فرایند می‌تواند به صورت هشیار یا ناهشیار اتفاق بیفتد.

یافته بعدی پژوهش حاضر نشان داد که رفتارهای پرخطر با تنظیم شناختی هیجان منفی دانشجویان رابطه مثبت دارد. این یافته را می‌توان با نتایج پژوهش‌های جوادی و بارانی (۱۳۹۶)، امانی و رعنائی (۱۳۹۸) و نظری و همکاران (۱۳۹۹) که نشان‌دهنده رابطه بین این دو متغیر هستند همخوان دانست. به‌طور کلی، مؤلفه‌های تنظیم هیجان همچون مدیریت هیجان، توان تصمیم‌گیری، مهار هیجان خود و دیگران و مهارت‌های اجتماعی، توانایی فرد در از میان برداشتن کمبودها، بازداري ایجاد حالات هیجانی منفی و خودداري از روی آوردن به

رفتار پرخطر را افزایش می‌دهد. بر این اساس، به‌نظر می‌رسد که هنگام مبادرت به رفتار پرخطر، احتمالاً به واقعه اصلی که محرک خلق و هیجان منفی بوده است، پرداخته نمی‌شود و هنگامی که رفتار پرخطر متوقف می‌شود، فرد مستعد بازگشت به همان حالت هیجانی منفی‌ای است که تلاش می‌کرد از آن فرار کند. افرادی که از رفتارهای پرخطر، به‌منظور کاهش حالت‌های هیجان‌های منفی خود استفاده می‌کنند و از این طریق دست به تنظیم هیجانات خود می‌زنند، مستعد گرفتار شدن در دوری از هیجان منفی و گرایش به رفتار پرخطر و بالعکس هستند. به‌خصوص زمانی که رفتارهای پرخطر به تقویت‌کننده‌های مثبتی تبدیل می‌شوند که رهایی موقتی از هیجان منفی را به همراه دارند و درنهایت، این احساس آرامش موقتی می‌تواند احتمال انجام چنین رفتارهایی را در آینده افزایش دهد.

آخرین یافته پژوهش حاضر، رابطه منفی تنظیم شناختی هیجان مثبت و رابطه مثبت تنظیم شناختی هیجان منفی با اعتیاد به اینترنت در دانشجویان بود که این نتیجه با یافته‌های پژوهش‌های ذوقی و همکاران (۱۳۹۹) که نشان‌دهنده اثر مستقیم تنظیم هیجان بر اعتیاد به اینترنت بود، گازو (۲۰۲۰) که در آن بین راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌محور و اجتنابی با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت مشاهده شد، همسوست. همانطور که پیشتر نیز اشاره شد، مشخص شده افرادی که درماندگی عاطفی و هیجانی بیشتری داشته و در تنظیم هیجانات خود مشکل دارند، تمایل بیشتری به انواع اعتیاد ازجمله اعتیاد به اینترنت دارند و به احتمال بیشتری از اینترنت به‌عنوان راهبردی برای تنظیم هیجان‌های خود استفاده می‌کنند. چنین به‌نظر می‌رسد که افراد آسیب‌پذیر در مقابل اعتیاد به اینترنت، با پناه بردن به دنیای مجازی، راهی سریع و فوری برای تسکین عواطف آسیب‌خورده و هیجانات ناخوشایند خود پیدا می‌کنند و استفاده بیش‌ازحد از اینترنت و اعتیاد به آن می‌تواند راهی برای فرار از واقعیت و منحرف کردن ذهن آن‌ها از استرس و هیجانات منفی باشد که به عادت تبدیل می‌شود. گفتنی است که فضای مجازی به‌دلیل دارا بودن ویژگی‌های خاص و منحصربه‌فردی همچون تنوع بالای مطالب و محتوا، سهولت و سرعت در دستیابی به مطالب و اهداف مورد جست‌وجو، در دسترس بودن راحت، آزادی ارتباطات، امکان گمنامی کاربران، ایجاد شرایط گریز از واقعیت، قابلیت ازبین بردن حالات هیجانی ناخوشایند و جایگزین کردن حالات هیجانی خوشایند، و همین‌طور امکان انجام رفتارهای غیراخلاقی و انحرافی بدون لو رفتن هویت فرد از جذابیت

فوق العاده بالایی برای تمامی افراد در همه رده های سنی، به ویژه جوانان و نوجوانان برخوردار است و می تواند افراد را از گذر زمان غافل کند و به سمت استفاده بیش از حد و حتی اعتیاد به اینترنت پیش ببرد. مدل ارائه شده در پژوهش حاضر نشان داد که تعامل بین عواملی همچون بالا یا پایین بودن هوش فرهنگی و مؤلفه های آن؛ پررنگ یا کم رنگ بودن هریک از ویژگی های شخصیتی روان رنجورخویی، برون گرایی، وظیفه شناسی، تجربه گرایی و توافق پذیری؛ انواع و تعداد رفتارهای پرخطری که انجام می شوند و شدت و تکرار انجام یا عدم انجام آن ها؛ بر دشواری یا عدم دشواری در تنظیم شناختی هیجان و مؤلفه های آن تأثیر گذار بوده و ماحصل این تعاملات و تأثیر گذاری ها در شکل گیری اعتیاد یا عدم اعتیاد به اینترنت نقش داشته و تأثیر دارد. بنابراین می توان گفت، اعتیاد به اینترنت براساس هوش فرهنگی، ویژگی های شخصیتی و رفتارهای پرخطر با میانجی گری تنظیم شناختی هیجان قابل پیش بینی است.

با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می شود، به دلیل نقش تنظیم هیجانات در پیشگیری از رفتارهای پرخطر و اعتیاد به اینترنت، آموزش تنظیم هیجانات در سیستم آموزشی دانشجویان و حداقل در مشاغل حساس اعمال شود. همچنین به دلیل نقش هوش فرهنگی، ویژگی های شخصیتی و رفتارهای پرخطر در پیش بینی اعتیاد به اینترنت در راستای توانمندسازی دانشجویان، کلاس های آموزشی مرتبط توسط دانشگاه های دولتی، آزاد و غیرانتفاعی برای اقشار مختلف دانشجویان برگزار شود و ارتقای این متغیرها در ارائه سخنرانی ها و تدوین محتوای آموزشی و پژوهشی دانشجویان در نظر گرفته شود. همچنین یافته های پژوهش حاضر در مراکز مشاوره و روان شناسی دانشگاه ها و سایر مراکز و نهادهای مربوطه مورد استفاده قرار گیرند.

با توجه به محدودیت های پژوهش که تصادفی نبودن روش نمونه گیری، محدود بودن جامعه آماری، و وارد نکردن متغیرهای تأثیر گذار دیگر در مدل پژوهش، به پژوهشگران و دانشجویان حوزه روان شناسی پیشنهاد می شود مدل پژوهش حاضر را با استفاده از نمونه گیری تصادفی، در جوامع آماری دیگر، خرده فرهنگ های متفاوت و سایر شهرهای کشور، در قلمرو زمانی و مکانی مختلف، به منظور تعمیم دهی بهتر نتایج تکرار کنند و تأثیر گذاری متغیرهای دیگری مثل شاخص های جمعیت شناختی و روان شناختی همچون سلامت روان، ذهن آگاهی، احساس تنهایی، هویت یابی، هیجان خواهی و از این قبیل بر متغیر اعتیاد به اینترنت را در پژوهش های آتی مورد بررسی قرار دهند.

منابع

- آتش‌روز، ب.، پاک‌دامن، ش.، و عسگری، ع. (۱۳۸۷). ارتباط بین پنج رگه شخصیتی و پیشرفت تحصیلی. *روان‌شناسان ایرانی*، ۴(۱۶)، ۳۶۷-۳۷۶.
- آقابابائی، ن. (۱۳۹۹). روند پژوهش‌های روان‌شناختی شخصیت در ایران. *روان‌شناسی فرهنگی*، ۴(۲)، ۱۷۹-۱۶۱.
- ابراهیم‌پور، ق.، و علی‌نواز، ف. (۱۳۹۸). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی، هیجان‌خواهی، ناگویی خلقی با وابستگی به اینترنت در دانش‌آموزان. *دانش‌انتظامی گلستان*، ۱۰(۲)، ۱۱۴-۹۵.
- اکبری، ب. (۱۳۹۸). رابطه خودآگاهی و ویژگی‌های شخصیت با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان. *رویش روان‌شناسی*، ۸(۹)، ۱۵۷-۱۶۴.
- امانی، ا.، و رعنائی، م. (۱۳۹۸). *رابطه استفاده از اینترنت و برنامه‌های شبکه‌های ماهواره‌ای با هویت ملی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان*، سومین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، محمودآباد.
- امیدیان، ف.، و علیپور، ن. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای هوش فرهنگی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با مهارت‌های اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۷(۲۷)، ۷۹-۱۰۰.
- امینی، ر.، محمدپناه اردکان، ع.، و چوپن‌روش‌زاده، آ. (۱۳۹۹). نقش واسطه‌ای میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر تلفن همراه در رابطه عامل‌های شخصیت با هویت فرهنگی. *روان‌شناسی فرهنگی*، ۴(۱)، ۱۵۷-۱۷۵.
- باقرپور، م.، محبوبی، ط.، و محبوبی، ک. (۱۳۹۵). بررسی رابطه هوش فرهنگی و آگاهی فراشناختی و باورهای هوشی با عملکرد تحصیلی. *نوآوری‌های مدیریت آموزشی*، ۱۱(۱)، ۴۷-۵۹.
- پیری، ز.، امیری مجد، م.، بزازیان، س.، و قمری، م. (۱۳۹۸). نقش میانجی راهبردهای مقابله‌ای در رابطه بین دشواری تنظیم هیجان و اعتیاد به اینترنت. *افق دانش*، ۲۶(۱)، ۳۸-۵۳.
- جعفری، ن.، و فاتحی‌زاده، م. (۱۳۹۶). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر پایه هوش هیجانی در دانشجویان دانشگاه اصفهان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۲(۴۵)، ۷۹-۸۶.
- جوادی، ع.، و بارانی، ف. (۱۳۹۶). بررسی وضعیت اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با رفتارهای پرخطر در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. *دومین کنگره ملی روان‌شناسی و آسیب‌های روانی-اجتماعی*، چابهار.
- حاجی‌زاده، ز. (۱۳۹۷). نقش تنظیم هیجان و هوش فرهنگی در پیش‌بینی نیازهای اساسی روان‌شناختی افراد شرکت‌کننده در نزاع و درگیری گروهی شهر اردبیل. *فصلنامه علمی - تخصصی دانش‌انتظامی اردبیل*، ۵(۲۰)، ۱۱۰-۱۴۳.
- ذوقی، ل.، آجیل‌چی، ب.، شاهرضا گم‌سای، م.، اعتمادی، ا.ر.، و مشهدی، ف. (۱۳۹۹). پیش‌بینی اعتیاد اینترنتی براساس متغیرهای احساس تنهایی، کیفیت خواب، با میانجی‌گری تنظیم هیجان در زنان متأهل. *دوفصلنامه پژوهشی/انتظامی-اجتماعی زنان و خانواده*، ۸(۲)، ۵۷۴-۵۹۶.
- سامانی، س.، و صادقی، ل. (۱۳۸۹). کفایت شاخص‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۱(۱)، ۶۲-۵۱.
- طالقانی‌نژاد، م.ع.، داوری، ر. و لطفی کاشانی، ف. (۱۴۰۰). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت براساس حمایت

- اجتماعی ادراک شده و سبک های کنار آمدن با استرس و هوش هیجانی دانش آموزان. فصلنامه فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۱۱ (۴۳)، ۱۰۹-۱۲۹.
- عطادخت، ا.، رنجبر، م.ج.، غلامی، ف.، و نظری، ط. (۱۳۹۲). گرایش دانشجویان به رفتارهای پرخطر و ارتباط آن با متغیرهای فردی-اجتماعی و بهزیستی روان شناختی. مجله سلامت و مراقبت، ۱۵ (۴)، ۵۹-۵۰.
- عطریان، ن. (۱۳۹۵). بررسی رابطه هوش فرهنگی و تمایل به اعتیاد در جوانان شهرستان شاهین شهر. همایش ملی پیشگیری از اعتیاد، شاهین شهر و میمه.
- علوی نژاد، ر.، کوشکی، ش.، باغدارساریانس، آ.، و گلشنی، ف. (۱۳۹۸). الگوی ساختاری اعتیاد به اینترنت براساس صفات ناسازگاری شخصیت و ناسازگاری هیجانی با میانجی گری احساس تنهایی دانشجویان. مدل ها و روش های روان شناختی، ۱۰ (۳۷)، ۱۱۷-۱۳۸.
- فتحی، م.، سهرابی، ف.، و سعیدیان، م. (۱۳۹۲). مقایسه ویژگی های شخصیتی و سبک های هویتی در دانشجویان معتاد و غیرمعتاد به اینترنت. مجله تحقیقات علوم رفتاری، ۱۱ (۲)، ۹۰-۹۹.
- قدم پور، ع.، مهدیانی، ز.، پادروند، ح.، امرایی، ب.، و سوری، ح. (۱۳۹۸). پیش بینی اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر براساس خودتنظیمی عاطفی در دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر تهران. فصلنامه روان شناسی تربیتی، ۱۵ (۵۳)، ۹۳-۱۰۸.
- قربانی، ط.، شریفی، ا.، و نوروزی، م. (۱۳۹۵). بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی و دشواری در تنظیم هیجان در افراد وابسته به مواد صنعتی نوین. همایش ملی پیشگیری از اعتیاد.
- کاگلین، پ. (۲۰۱۷). ارتقای اثربخشی در روان درمانی پویایی. ترجمه ب. آجیل چی (۱۳۹۸). تهران: ارجمند.
- محمدخانی، ش. (۱۳۹۰). شیوع مصرف سیگار، مشروبات الکلی و مواد روان گردان در نوجوانان ایرانی. مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمان، ۱۹ (۱)، ۳۲-۴۸.
- مقدم، ز.، مهرابی زاده هترمند، م.، احدی، ح.، عسکری، پ.، و حیدری، ع. (۱۳۹۳). اثر سبک های دلبستگی و سبک های والدینی بر خودشکوفایی: نقش واسطه ای ویژگی های شخصیتی. پژوهش های مشاوره، ۱۳ (۵۱)، ۱۳۶-۱۵۶.
- مهربان، ر.، و لیوارجانی، ش. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی آموزش گروهی تنظیم هیجان مبتنی بر فنون گراس بر تاب آوری، پرخاشگری واکنشی و هوش هیجانی در دانش آموزان دوره اول دبیرستان دخترانه وابسته به مهد قرآن تبریز. زن و مطالعات خانواده، ۱۱ (۳۹)، ۸۳-۱۱۹.
- نظری، م.، لطفی، م.، و امینی، م. (۱۳۹۹). نقش واسطه ای دشواری های تنظیم هیجان در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده با گرایش به رفتارهای پرخطر و اعتیاد به اینترنت. رویش روان شناسی، ۹ (۱۱)، ۶۵-۷۶.
- نعمی، ع. زمانی فروشانی، ن.، خلجی پیربلوطی، م.، و رستم زاده، ف. (۱۳۹۷). نقش میانجی گری هوش فرهنگی در رابطه بین ویژگی های شخصیتی و سازگاری با دانشگاه، فصلنامه پژوهش های نوین روان شناختی، ۱۳ (۵۱)، ۱۸۵-۲۰۶.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*, 30 (2), 217-237.
- Ang, S., Van Dyne, L., Koh, C., Ng, K. Y., Templer, K. J., Tay, C., & Chandrasekar, N. A. (2007). Cultural intelligence: Its measurement and effects on cultural judgment and decision making, cultural adaptation and task performance. *Management and organization review*, 3 (3), 335-371.
- Chaveepojnkamjorn, W., & Pichainarong, N. (2011). Current drinking and health-risk

- behaviors among male high school students in central Thailand. *BMC public health*, 11 (1), 1-8.
- Dresp, B. (2020). Internet Addiction Disorder (IAD).
- Gazo, A. M., Mahasneh, A. M., Abood, M. H., & Muhediat, F. A. (2020). Social Self-Efficacy and Its Relationship to Loneliness and Internet Addiction among Hashemite University Students. *International Journal of Higher Education*, 9 (2), 144-155.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 26 (1), 41-54.
- Hu, Sh., Hu, L., & Wang, G. (2021). Moderating role of addiction to social media usage in managing cultural intelligence and cultural identity change. *Information Technology & People*, 34(2):704-730. DOI: 10.1108/ITP-10-2019-0518
- Kant, R. (2021). Internet Addiction And Emotional Intelligence: An Exploration Among University's Students. *Education Science and Psychology*, 2(59), 3-9.
- Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive psychiatry*, 92, 22-27.
- Lokken Worthy S, Jonkman J, Blinn-Pike L. (2010) Sensation-seeking, risk-taking, and problematic financial behaviors of college students. *Journal of Family and Economic Issues*, 31 (2), 161-170.
- Moody, M. C. (2007). Adaptive behavior in intercultural environments: The relationship between cultural intelligence factors and big five personality traits (Doctoral dissertation, George Washington University).
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology & behavior*, 6 (6), 653-656.
- Presbitero, A. (2016). Cultural intelligence (CQ) in virtual, cross-cultural interactions: Generalizability of measure and links to personality dimensions and task performance. *International Journal of Intercultural Relations*, 50, 29-38.
- Rachubińska, K., Cybulska, A., Szkup, M., Elżbieta, G. (2021). Analysis of the relationship between personality traits and Internet addiction. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 25 (6), 2591-2599, DOI: 10.26355/eurrev_202103_25422
- Schwartz, F., Djeriouat, H., & Trémolière, B. (2021). The association between personality traits and third-party moral judgment: A preregistered study. *Acta Psychologica*, 219, 103392, DOI: 10.1016/j.actpsy.2021.103392
- Su, W., Han, X., Jin, C., Yan, Y., & Potenza, M. N. (2019). Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis involving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 86-100.
- Van Dyne, L., & Ang, S. (2005). Cultural intelligence: An essential capability for individuals in contemporary organizations. *Global Edge. Msu. Edu*, 14.
- Van Rooij, A. J., Ferguson, C. J., Van de Mheen, D., & Schoenmakers, T. M. (2017). Time to abandon Internet Addiction? Predicting problematic Internet, game, and social media use from psychosocial well-being and application use. *Clinical Neuropsychiatry*, 14(1), 113-121.
- Wolfling, K. (2011). Internet addiction-The new digital disorder. *European Psychiatry*. 26 (1), 18-23.
- Yeke, S., & Semerciöz, F. (2016). Relationships between personality traits, cultural intelligence and intercultural communication competence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 235, 313-319.
- Yildiz, M. A. (2017). Emotion regulation strategies as predictors of internet addiction and smartphone addiction in adolescents. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 7 (1).
- Young, KS. (1998) Internet addicton: The emergence of a new clinical dis order. *Cyberpsychology & Behavior*, 1 (3), 237-44.

- Zlomke, K. R., & Hahn, K. S. (2010). Cognitive emotion regulation strategies: Gender differences and associations to worry. *Personality and individual Differences*, 48 (4), 408-413.
- Zou Hon, Shi Xinxin, Wang Juan. (2017). Family functioning and Internet addiction among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 76, 201-210.