

Spring 2025, Volume 14, Issue 1

The Structural Model of Internet Addiction Prediction Based on Attachment Styles with the Mediation of Cognitive Flexibility in Adolescents of Karaj City

Mohaddeseh Abbas Nejad¹, Khadijeh Amoei Dizaji^{2*}

1- Master's Student in General Psychology, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

2- Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

Corresponding author: Khadijeh Amoei Dizaji, Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

Email: khamoei@yahoo.com

Received: 14 April 2024

Accepted: 10 Sep 2024

Abstract

Introduction: Cognitive flexibility and attachment styles are among the predictors of Internet addiction in adolescents. The present study aimed to predict Internet addiction based on attachment styles with the mediation of cognitive flexibility in adolescents in Karaj City.

Methods: The research method was descriptive-correlational and the statistical population of the present study included all second-high school adolescents of government and non-government schools in Karaj city in the academic year 2022-2023, of which 200 were selected by convenience sampling. Research instruments were demographic questionnaire, "Internet Addiction Test"; "Adolescent Attachment Style Questionnaire" and "Cognitive Flexibility Inventory". The validity of the instruments was measured using content validity using a qualitative method, and reliability was measured using the internal consistency method by calculating Cronbach's alpha coefficient. The collected data were analyzed using SPSS. 26 and Amos. 26.

Results: Internet addiction is predicted based on secure attachment ($\beta=-0.502$, $P<0.001$), anxious attachment ($\beta=0.483$, $P<0.001$), avoidant attachment ($\beta=0.374$, $P<0.001$), and cognitive flexibility ($\beta=-0.456$, $P<0.001$). Secure attachment ($\beta=-0.172$, $P<0.001$), anxious attachment ($\beta=0.110$, $P<0.001$), and avoidant attachment ($\beta=0.144$, $P<0.001$) through the mediation of cognitive flexibility predict Internet addiction.

Conclusions: The attachment styles predict internet addiction in adolescents through the mediation of cognitive flexibility. Therefore, it is suggested that child and adolescent counselors and psychologists focus on mental flexibility and attachment styles in the treatment of Internet addiction.

Keywords: Adolescents, Attachment, Cognitive Flexibility, Internet.

الگوی ساختاری پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی در نوجوانان شهر کرج

محدثه عباس نژاد^۱، خدیجه عمویی دیزجی^{۲*}

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، گروه روان شناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.
۲- استادیار، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

نویسنده مسئول: خدیجه عمویی دیزجی، استادیار، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.
ایمیل: khamoei@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۶/۲۰

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱/۲۶

چکیده

مقدمه: انعطاف پذیری شناختی و سبک های دلبستگی از جمله عوامل پیش بینی کننده اعتیاد به اینترنت در نوجوانان هستند. هدف پژوهش حاضر پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی در نوجوانان شهر کرج بود.

روش کار: روش پژوهش توصیفی- همبستگی و جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی نوجوانان متوسطه دوم مدارس دولتی و غیردولتی شهر کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که از میان آن ها ۲۰۰ تن به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه جمعیت شناختی، "آزمون اعتیاد به اینترنت" (Internet Addiction Test)، "پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان" (Adolescent Attachment Style Questionnaire) و "سیاهه انعطاف پذیری شناختی" (Cognitive Flexibility Inventory) بود. روایی ابزارها با استفاده از روایی محتوا به روش کیفی و پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ اندازه گیری شد. تحلیل داده های جمع اوری شده در نرم افزارهای اس پی اس نسخه ۲۶ و ایموس نسخه ۲۶ انجام شد.

یافته ها: اعتیاد به اینترنت بر اساس دلبستگی ایمن ($P < 0/001, \beta = -0/502$)، دلبستگی اضطرابی ($P < 0/001, \beta = 0/483$)، دلبستگی اجتنابی ($P < 0/001, \beta = 0/374$) و انعطاف پذیری شناختی ($P < 0/001, \beta = -0/456$) پیش بینی می شود. دلبستگی ایمن ($P < 0/001, \beta = -0/172$)، دلبستگی اضطرابی ($P < 0/001, \beta = 0/110$)، دلبستگی اجتنابی ($P < 0/001, \beta = 0/144$) با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی، اعتیاد به اینترنت را پیش بینی می کنند.

نتیجه گیری: سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی اعتیاد به اینترنت در نوجوانان را پیش بینی می کند. لذا پیشنهاد می شود، مشاوران و روانشناسان کودک و نوجوان بر انعطاف پذیری شناختی و سبک های دلبستگی در درمان اعتیاد به اینترنت متمرکز شوند.

کلیدواژه ها: اعتیاد به اینترنت، انعطاف پذیری شناختی، دلبستگی، نوجوانان.

مقدمه

رشد فزاینده کاربران اینترنت (internet) نگرانی‌های زیادی را نسبت به تأثیرات آن بر زندگی اجتماعی و فردی افراد برانگیخته است. در برخی مواقع کاربران زمان زیادی را در فضای مجازی سپری می‌کنند بطوری که مشکلاتی در سیر زندگی معمولی آن‌ها ایجاد می‌شود (۱). اینترنت یکی از ابزارهای پیشرفته فناوری است. اینترنت مانند یک دنیای مجازی عمل می‌کند و به افراد فرصت تجربه شکل خاصی از ارتباط‌های اجتماعی را می‌دهد که در آن حضور اجتماعی واقعی وجود ندارند (۲). اعتیاد به اینترنت (internet addiction) به عنوان اختلال ناشی از استفاده بیش از حد از اینترنت یا استفاده نامعقول و بیمارگونه از اینترنت تعریف می‌شود (۳). اعتیاد به اینترنت که با واژه‌هایی نظیر استفاده مشکل ساز از اینترنت (problematic internet use) و استفاده وسواس گونه از اینترنت (compulsive internet use) نیز معرفی می‌شود، الگوی مداوم و ناسازگارانه استفاده از اینترنت تعریف شده که بازی‌های آنلاین (online gaming)، قماربازی آنلاین (online gambling) و پورنوگرافی مجازی (cyber pornography) را شامل می‌شود و می‌تواند پیامدهای زیان باری در هر یک از جنبه‌های زندگی فرد داشته باشد (۴).

گذراندن مناسب اوقات فراغت، وسیله‌ای مؤثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی نوجوانان (adolescents) است و عاملی برای جلوگیری از کجروی‌های اجتماعی محسوب می‌شود. امروزه استفاده از اینترنت و حضور در شبکه‌های مجازی برای پرکردن اوقات فراغت بین نوجوانان فراگیر شده است (۵). نوجوانی را می‌توان به عنوان دوره حساسی تعریف کرد که در آن افراد ممکن است به فناوری اطلاعات و ارتباطات معتاد شوند. استفاده بیش از حد از اینترنت ارتباط نزدیکی با مشکلات سلامت جسمانی دارد (۶). در میان کسانی که عادت‌های خود را در ارتباط با استفاده از اینترنت شکل می‌دهند، نوجوانان، از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند. این گروه است که با سطح بالایی از خطر قرار گرفتن در معرض تهدیدات سایبری، از جمله ایجاد موقعیت‌های مشکل‌ساز مربوط به دستگاه‌های دیجیتالی رایج مشخص می‌شود (۷). بنابراین، تعیین عوامل شناختی و رفتارهای مرتبط با اعتیاد به فضای مجازی برای درک این پدیده و ایجاد مداخلات مؤثر بسیار مهم است (۸). استفاده بیش از حد از اینترنت با کاهش ارتباطات جمعی، خانوادگی و شرکت

در فعالیت‌های اجتماعی همراه خواهد بود که ادامه این نوع رفتار به انزوای اجتماعی، افسردگی و اضطراب منجر خواهد شد (۹).

یکی از متغیرهای مهم در حوزه اعتیاد به اینترنت، انعطاف‌پذیری شناختی (cognitive flexibility) است (۱۰). انعطاف‌پذیری شناختی یک عملکرد منحصر به فرد و یک صفت بارز یا توانایی شناخت کلی است که به فرد اجازه می‌دهد ایده‌های چندانگانه را بپذیرد، در صورت لزوم، شناخت خویش را تغییر دهد و هنگام تغییرات محیطی پاسخ مناسب بدهد (۱۱). انعطاف‌پذیری شناختی جنبه مهمی از عملکرد اجرایی تلقی می‌شود که توانایی انطباق مؤثر با تکالیف متغیر تعریف می‌گردد. با توجه به تغییر دائمی محیط، نیازها و اهداف، انعطاف‌پذیری شناختی به عنوان عاملی بسیار مهم در بقا شناخته می‌شود. انعطاف‌پذیر بودن در دستیابی به موفقیت و اهداف در هنگامه روبرو شدن با دشواری و مشکلات اثرگذار است (۱۲).

در این راستا، در پژوهشی که توسط Tanhan و همکاران (۱۳) انجام شد نتایج نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی تأثیر اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی را بر تنبلی واسطه‌گری می‌کند. بختیاری جوان و همکاران (۱۴) نشان دادند انعطاف‌پذیری شناختی را می‌توان به عنوان یکی از عوامل زمینه ساز و تداوم بخش در اعتیاد به اینترنت دانست. در پژوهش شریفی و همکاران (۱۵) نتایج نشان داد انعطاف‌پذیری شناختی عامل مهمی در تشخیص افراد دارای اعتیاد به اینترنت از افراد عادی هستند.

از عوامل مهمی که در سال‌های اخیر به آن توجه شده است و بر روی اعتیاد به اینترنت تأثیر دارد، تجارب اولیه فرد با والدین و یا نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی است (۱۶). یکی از سازه‌هایی که نقش مهمی در انعطاف‌پذیری شناختی افراد دارد، پاسخ‌دهی والد به نیازهای کودک در دوران کودکی است که به تشکیل سبک‌های دلبستگی (attachment styles) در کودک منجر می‌شود (۱۷). «نظریه دلبستگی» (Attachment Theory) بر روابط اولیه در محیط خانواده تأکید کرده و آن را بر روابط بعدی مؤثر می‌داند. طبق نظریه دلبستگی تعامل‌های اولیه والد-کودک موجب شکل‌گیری طرحواره‌های شناختی (cognitive schemas) در مورد خود و دیگران می‌شود که به عنوان یک راهنما برای رفتارهای خود و انتظار از دیگران در روابط نزدیک کمک می‌کند (۱۸). به طور

به اینترنت در داخل کشور خلاء پژوهشی مشاهده می شود. لذا پژوهش حاضر با هدف پیش بینی اعتیاد به اینترنت براساس سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی در نوجوانان شهر کرج انجام شد.

روش کار

روش پژوهش توصیفی- همبستگی و جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی نوجوانان دختر و پسر مقطع متوسطه دوم مدارس دولتی و غیردولتی شهر کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. با توجه به اینکه حداقل نمونه برای پژوهش های رگرسیون ۲۰۰ نمونه پیشنهاد شده است (۲۴)، از میان جامعه فوق، ۲۰۰ تن به روش نمونه گیری غیرتصادفی و در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل اشتغال به تحصیل، عدم وجود سابقه مردودی و عدم ابتلا به بیماری های جسمانی و روانی مزمن و مصرف داروها و دریافت درمان های روانشناختی بود که به صورت خوداظهار مشخص شد. معیارهای خروج از مطالعه شامل پرکردن ناقص پرسشنامه یعنی عدم پاسخ دهی به بیش از ۲۰ درصد کل عبارت ها و منصرف شدن از شرکت در پژوهش بود. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر شامل پرسشنامه جمعیت شناختی شامل سن و جنس و پایه تحصیلی و ابزار های زیر بود.

«آزمون اعتیاد به اینترنت» (Internet Addiction Test) توسط Young (۲۵) در کانادا در سال ۱۹۹۸ ساخته شده و شامل ۲۰ عبارت است که به صورت تک عاملی اعتیاد به اینترنت را در یک طیف ۵ درجه ای لیکرت از «بندرت = ۱» تا «همیشه = ۵» ارزیابی می کند. حداقل نمره در این ابزار ۲۰ و حداکثر نمره ۱۰۰ است. نمره ۲۰ تا ۴۰ به معنای اعتیاد به اینترنت کم، ۴۱ تا ۸۰ به معنای اعتیاد به اینترنت متوسط و ۸۱ تا ۱۰۰ به معنای اعتیاد به اینترنت زیاد است. در پژوهش Widyanto & Mcmurrans (۲۶) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «آزمون اعتیاد به اینترنت» در نمونه ای شامل ۸۶ تن از مردم عادی انگلیس بررسی و ساختار تک عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۸۲ گزارش شد.

در پژوهش Černja و همکاران (۲۷) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «آزمون اعتیاد به اینترنت» روی ۳۵۲ تن نوجوان ۱۵ تا ۲۰ سال کرواسی بررسی و ساختار تک

کلی، اصطلاح سبک های دلبستگی بزرگسالان به مجموعه ای از اطلاعات، انتظارات و نایمنی ها اشاره دارد که افراد در مورد خود و روابط نزدیک دارند (۱۹). مختل شدن حس ایمنی دلبستگی به ۲ سبک دلبستگی اضطرابی (attachment anxiety) (اشتیاق به صمیمیت و ترس از طرد و رها شدن توسط دیگران) و دلبستگی اجتنابی (attachment avoidance) (باورهای مبتنی بر بی اعتمادی و عدم وابستگی به دیگران) منجر می شود که عامل خطری برای مشکلات هیجانی هستند (۲۰).

در این راستا، خشخو و عیسی زادگان (۲۱) در نتایج مطالعه خود نشان دادند سبک های دلبستگی و پردازش هیجانی، اعتیاد به اینترنت را پیش بینی می کنند. جهت کاهش اعتیاد به اینترنت، متولیان امور سلامت می توانند با تمرکز بر روی دلبستگی، ماهیت اعتیاد به اینترنت را بهتر درک کنند و جهت پیشگیری از ابتلای دانش آموزان دختر به این اختلال اقدامات لازم را بعمل آورند. در پژوهش D'Arienzo و همکاران (۲۲) یافته ها همبستگی مثبت معناداری را بین دلبستگی نایمن (اضطرابی و اجتنابی) و استفاده شدیدتر و ناکارآمدتر از اینترنت و رسانه های اجتماعی نشان داد. Eichenberg و همکاران (۲۳) در مطالعه خود نشان دادند استفاده بیمارگونه از اینترنت تابعی از دلبستگی نایمن و روابط بین فردی محدود است.

در میان کسانی که عادت های خود را در ارتباط با استفاده از اینترنت شکل می دهند، نوجوانان، از اهمیت ویژه ای برخوردارند. توجه به سلامت روان و کمک به ارتقای رشد نوجوانان می تواند آسیب های موجود در این حوزه را کاهش دهد و در سلامت جامعه تأثیرگذار باشد. به همین دلیل لازم است تا پژوهشگران نقش متغیرهای مختلفی را که در سلامت رشد نوجوانان تأثیرگذار هستند، مورد توجه و بررسی قرار دهند (۵). با تعیین عوامل مؤثر بر اعتیاد به اینترنت در نوجوانان، تصور می شود که آگاهی متخصصان شاغل در حوزه سلامت نوجوانان در مورد مسائل از طریق این مطالعه افزایش یابد. از آنجاکه سبک های دلبستگی بر فرآیندهای رفتاری، شناختی و عاطفی فرد تأثیر می گذارد و موجب شکل گیری فرآیندهای شناختی فرد می شود، از این رو به نظر می رسد بتوان الگویی را طراحی کرد که در آن سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی، اعتیاد به اینترنت را پیش بینی می کند. در زمینه بررسی سازوکارهای میانجی در رابطه سبک های دلبستگی با اعتیاد

عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۹۱ گزارش شد. در پژوهش علوی و همکاران (۲۸) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «آزمون اعتیاد به اینترنت» روی ۲۳۳ تن از دانشجویان شهر اصفهان بررسی و ساختار تک عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی و با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۸۸ گزارش شد. در پژوهش امیری و سپهریان آذر (۲۹) روایی سازه به روش روایی همگرا «آزمون اعتیاد به اینترنت» با «مقیاس تکانشگری بارت» (Barratt Impulsiveness Scale) روی ۲۹۰ تن از دانشجویان دانشگاه ارومیه را بررسی و در دامنه ای از ۰/۲۵ تا ۰/۴۰ گزارش شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۸۸ حاصل شد.

«پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان» (Adolescent Attachment Style Questionnaire) توسط Simpson (۳۰) در آمریکا در سال ۱۹۹۰ ساخته شده و شامل ۱۳ عبارت است که ۳ مولفه سبک «دلبستگی ایمن» (secure attachment) با عبارت های ۱، ۲، ۴، ۶ و ۱۲، «دلبستگی اضطرابی/دوسوگرا» (anxious/ambivalent attachment) با عبارت های ۳، ۸، ۹ و ۱۱ و «دلبستگی اجتنابی» (avoidant attachment) با عبارت های ۵، ۷، ۱۰ و ۱۳ را که در یک طیف ۵ درجه ای لیکرت از کاملاً موافقم=۵، موافقم=۴، نظری ندارم=۳، مخالفم=۲ و کاملاً مخالفم=۱ مورد ارزیابی قرار می دهد. عبارت های ۲ و ۶ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. حداقل نمره در سبک دلبستگی ایمن ۵ و حداکثر ۲۵ است. نمره ۵ تا ۱۰ به معنای میزان پایین سبک دلبستگی ایمن، نمره ۱۱ تا ۱۵ به معنای میزان متوسطی از سبک دلبستگی ایمن و نمره ۱۶ تا ۲۵ به معنای میزان بالای سبک دلبستگی ایمن است. حداقل نمره در هر یک از سبک های دلبستگی اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی ۵ و حداکثر ۲۰ است. نمره ۵ تا ۱۰ به معنای میزان پایین سبک های دلبستگی اضطرابی/اجتنابی، نمره ۱۱ تا ۱۵ به معنای میزان متوسطی از سبک های دلبستگی اضطرابی/اجتنابی و نمره ۱۶ تا ۲۰ به معنای میزان بالای سبک های دلبستگی اضطرابی/اجتنابی است.

در پژوهش Simpson (۳۰) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان» روی ۱۴۴ زوج آمریکایی بررسی و ساختار ۳ عاملی تأیید شد. پایایی به

روش همسانی درونی و با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، برای ۳ سبک دلبستگی ایمن، دوسوگرا/اضطرابی و اجتنابی به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۳ و ۰/۷۳ گزارش شد. در پژوهش Simpson و همکاران (۳۱) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان» روی ۱۵۰ زوج آمریکایی بررسی و ساختار ۳ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، برای ۳ سبک دلبستگی ایمن، اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۸۱ و ۰/۷۱ گزارش شد.

در پژوهش مقدم و همکاران (۳۲) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان» روی ۳۳۰ دانشجوی دانشگاه آزاد واحد علوم و تحقیقات خوزستان بررسی و ساختار ۳ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، برای ۳ سبک دلبستگی ایمن، اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۱ و ۰/۷۱ گزارش شد. در پژوهش برخوردار و همکاران (۳۳) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان» روی ۳۷۰ تن از نوجوانان مقطع متوسطه اول و دوم شهرستان هلیلان بررسی و ساختار ۳ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، برای ۳ سبک دلبستگی ایمن، اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۱ و ۰/۸۱ گزارش شد. «سیاهه انعطاف پذیری شناختی» (Cognitive Flexibility Inventory) توسط Dennis & Vander Wal (۳۴) در آمریکا در سال ۲۰۱۰ ساخته شده و شامل ۲۰ عبارت است که ۲ مؤلفه جایگزین ها (alternatives) با ۱۳ عبارت شامل عبارت های ۱، ۳، ۵، ۶، ۸، ۱۰، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۱۹ و ۲۰ و کنترل (control) با ۷ عبارت شامل عبارت های شماره ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۵ را در یک طیف ۷ درجه ای لیکرت از کاملاً مخالف=۱، مخالف=۲، تا حدودی مخالف=۳، خنثی=۴، تا حدودی موافق=۵، موافق=۶ تا کاملاً موافق=۷ مورد ارزیابی قرار می دهد. حداقل نمره در این ابزار ۲۰ و حداکثر ۱۴۰ است. نمره ۲۰ تا ۶۰ به معنای انعطاف پذیری شناختی پایین، نمره ۶۱ تا ۸۰ به معنای انعطاف پذیری شناختی متوسط و نمره ۸۱ تا ۱۴۰ به معنای انعطاف پذیری شناختی بالا است.

در پژوهش Dennis & Vander Wal (۳۴) روایی سازه به روش

دانش آموزان داوطلب جهت شرکت در پژوهش خواسته شد با اعلام رضایت آگاهانه خود در ابتدای پرسشنامه جمعیت شناختی، با توجه به معیارهای ورود به پژوهش شامل سن و اشتغال به تحصیل و عدم ابتلا به بیماری های جسمانی و روانی مزمّن و مصرف داروها و دریافت درمان های روان شناختی به پرسشنامه ها پاسخ دهند. پرسشنامه های ناقص از پژوهش کنار گذاشته شدند. این پژوهش در ماه اردیبهشت سال ۱۴۰۲ انجام شد. در این پژوهش اصول اخلاقی پژوهش از جمله رازداری، محرمانه ماندن و حریم خصوصی افراد رعایت خواهد شد و به شرکت کننده ها اطمینان داده شد که شرکت در پژوهش هیچ گونه آسیب احتمالی برای شرکت کنندگان نداشته است.

برای تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی از جمله میانگین و انحراف معیار و روش الگویابی معادلات ساختاری به شرط برقراری پیش فرض های معادلات ساختاری استفاده شد. پیش فرض های نرمال بودن و نرمال بودن توزیع چند متغیری با استفاده از چولگی (skewness)، کشیدگی (kurtosis) و فاصله مهلنوبایس (Mahalanobis distance) و عدم وجود رابطه همخطی (alignment) در بین متغیرهای پیش بین با استفاده از ضریب تحمل (tolerance coefficient) و تورم واریانس (variance inflation) بررسی شد. برای آزمون برآزش الگوی معادلات ساختاری از شاخص های نیکویی برآزش مجذور کای (Chi Square) با مقدار احتمال بزرگ تر از ۰/۰۵؛ مجذور کای هنجارشده (Normed Chi Square) با نقطه برش کوچک تر از ۵؛ «ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب» (Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)) با نقطه برش کوچک تر از ۰/۰۸؛ شاخص نکویی تطبیقی (Comparative Fit Index (CFI)) شاخص برآزندگی نرم شده (Normed Fit Index (NFI)) شاخص توکرلوییس (Tucker-Lewis Index (TLI)) و شاخص نکویی نسبی (Relative Fit Index (RFI)) با نقطه برش بزرگ تر از ۰/۹۰ استفاده شد. داده ها با نرم افزارهای اس پی اس اس نسخه ۲۶ و آموس نسخه ۲۴ و روش برآورد «بیشینه احتمال» (Maximum Likelihood) تحلیل شد.

یافته ها

در این پژوهش ۱۰۰ دختر و ۱۰۰ پسر با میانگین \pm انحراف معیار سنی $15/45 \pm 2/02$ حضور داشتند. ۹۷ تن (۴۸/۵ درصد) از شرکت کنندگان سن ۱۵ سال، ۴۵ تن (۲۲/۵

تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» روی ۱۹۶ تن دانشجوی آمریکایی بررسی و ساختار ۲ عاملی تأیید شد. ضریب ثبات به روش بازآزمایی با فاصله زمانی ۷ هفته روی نمونه های فوق، ۰/۸۱ گزارش شده است. در پژوهش Navarro و همکاران (۳۵) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» روی ۹۶۸ تن از مردم عادی کلمبیا بررسی و ساختار ۲ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۸۹ گزارش شد.

در پژوهش کهندانی و ابوالمعالی الحسینی (۳۶) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» روی ۲۴۵ تن از کارکنان وظیفه در پدافند هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران بررسی و ساختار ۲ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۸۹ گزارش شد. در پژوهش شاره و همکاران (۳۷) روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» روی ۲۷۷ تن از دانشجویان دانشگاه شیراز بررسی و ساختار ۲ عاملی تأیید شد. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ روی نمونه های فوق، ۰/۹۰ گزارش شد. در پژوهش حاضر روایی محتوا به روش کیفی «آزمون اعتیاد به اینترنت»، «پرسشنامه سبک دلبستگی نوجوانان»، «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» برای تمام عبارت ها مورد تأیید ۵ تن از مدرسین روانشناسی صاحب نظر در حوزه کودک و نوجوان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج قرار گرفت. پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ ابزارها روی ۲۰۰ تن از نوجوانانی که در پژوهش حاضر شرکت داشتند، برای «آزمون اعتیاد به اینترنت» ۰/۷۸، برای سبک های دلبستگی ایمن، دوسوگرا و اجتنابی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۶ و ۰/۷۱ و برای ۲ مؤلفه کنترل و جایگزین ها به ترتیب ۰/۷۰ و ۰/۷۴ و برای نمره کل «پرسشنامه انعطاف پذیری شناختی» ۰/۷۷ به دست آمد که همه موارد بالاتر از ۰/۷۰ و به لحاظ میزان همسانی درونی قابل قبول بودند.

برای دسترسی به نمونه های پژوهش، بعد از دسترسی به گروه ها و کانال های مدارس دولتی و غیردولتی شهر کرج، لینک پاسخگویی به پرسشنامه های پژوهش به صورت برخط در نرم افزارهای اطلاع رسانی مدارس مانند شاد، ایتا و بله که در مدارس مورد استفاده قرار می گیرند، ارسال شد و از

دوازدهم بودند. جدول ۱ ماتریس همبستگی متغیرهای سبک های دلبستگی، انعطاف پذیری شناختی و اعتیاد به اینترنت را نشان می دهد.

درصد) سن ۱۶ سال، ۴۸ تن (۲۴ درصد) سن ۱۷ سال و ۱۰ تن (۵ درصد) سن ۱۸ سال داشتند. ۱۱۰ تن (۵۵ درصد) از شرکت کنندگان پایه تحصیلی دهم، ۶۵ تن (۳۲/۵ درصد) پایه تحصیلی یازدهم و ۲۵ تن (۱۲/۵ درصد) پایه تحصیلی

جدول ۱: ماتریس همبستگی متغیرهای اصلی پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. اعتیاد به اینترنت	۱					
۲. دلبستگی ایمن	۰/۳۹۱**	۱				
۳. دلبستگی اضطرابی	۰/۳۷۰**	۰/۴۳۸**	۱			
۴. دلبستگی اجتنابی	۰/۴۳۰**	۰/۳۵۴**	۰/۴۵۱**	۱		
۵. جایگزین ها	۰/۴۳۲**	۰/۳۵۶**	۰/۳۷۷**	۰/۳۵۱**	۱	
۶. کنترل	۰/۳۸۹**	۰/۳۸۱**	۰/۳۹۲**	۰/۲۶۰**	۰/۴۸۹**	۱
میانگین	۲۶/۶۷	۱۴/۴۵	۱۴/۵۹	۱۵/۷۸	۲۷/۷۸	۱۸/۳۹
انحراف معیار	۲/۱۰	۱/۱۲	۱/۴۵	۲/۰۱	۲/۵۶	۱/۴۹

**p<۰/۰۱

معنادار در سطح ۰/۰۱ وجود داشت. در ادامه در جدول ۲ برازش الگوی ساختاری با استفاده از شاخص های برازندگی مورد بررسی قرار گرفت.

جدول ۱ نشان می دهد بین دلبستگی ایمن و مؤلفه های جایگزین ها و کنترل با اعتیاد به اینترنت همبستگی منفی و معنادار در سطح ۰/۰۱ وجود داشت. بین دلبستگی اضطرابی و دلبستگی اجتنابی با اعتیاد به اینترنت همبستگی مثبت و

جدول ۲: شاخص های برازش الگوی ساختاری

نام شاخص	مقدار	نقطه برش	شاخص های برازش
مجذور کای هنجار شده	۲/۹۷	کمتر از ۵	
ریشه خطای میانگین مجزورات تقریب	۰/۰۷۷	کمتر از ۰/۰۸	
شاخص نکویی تطبیقی	۰/۹۳۱	بالاتر از ۰/۹	
شاخص برازندگی نرم شده	۰/۹۲۳	بالاتر از ۰/۹	
شاخص توکر لوییس	۰/۹۲۵	بالاتر از ۰/۹	
شاخص نکویی نسبی	۰/۹۰۲	بالاتر از ۰/۹	

جدول ۳ ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم بین سبک های دلبستگی، انعطاف پذیری شناختی و اعتیاد به اینترنت را نشان می دهد.

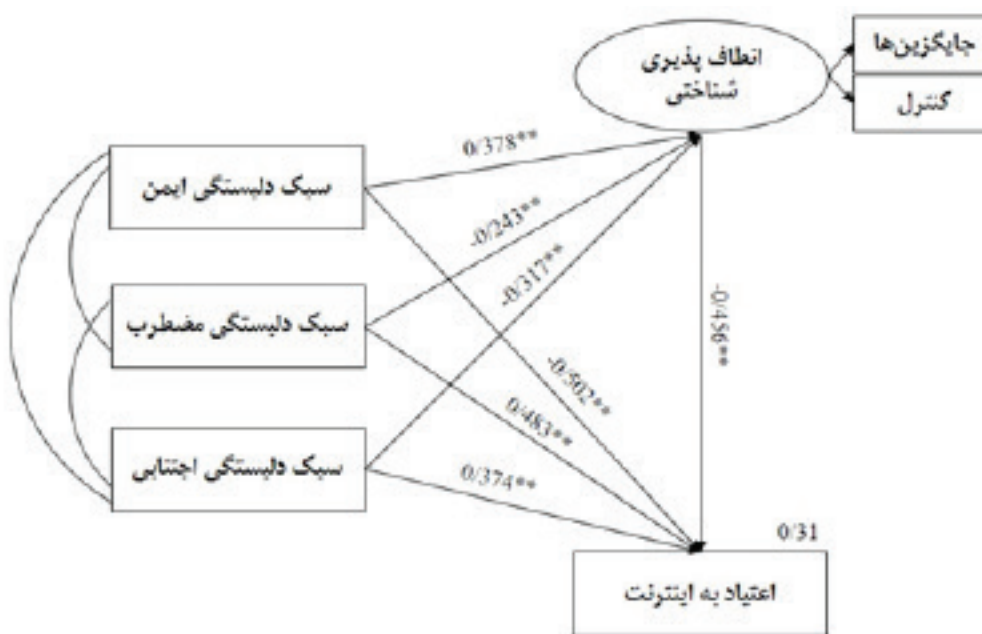
جدول ۲ نشان می دهد الگوی ساختاری اعتیاد به اینترنت براساس سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی در نوجوانان شهر کرج حاصل شده با داده های گردآوری شده برازش داشت.

جدول ۳: اثرات مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش

مسیرها	برآورد اثر استاندارد نشده	خطای معیار	برآورد اثر استاندارد شده	مقدار احتمال
دل بستگی ایمن - اعتیاد به اینترنت	-۰/۱۳۹	۰/۰۲۸	-۰/۵۰۲	۰/۰۰۱
دل بستگی اضطرابی - اعتیاد به اینترنت	۰/۵۰۵	۰/۱۱۸	۰/۴۸۳	۰/۰۰۱
دل بستگی اجتنابی - اعتیاد به اینترنت	۰/۱۲۶	۰/۰۳۴	۰/۳۷۴	۰/۰۰۱
دل بستگی ایمن - انعطاف پذیری شناختی	۰/۲۳۳	۰/۰۳۴	۰/۳۷۸	۰/۰۰۱
دل بستگی اضطرابی - انعطاف پذیری شناختی	-۰/۱۱۲	۰/۰۲۵	-۰/۲۴۳	۰/۰۰۱
دل بستگی اجتنابی - انعطاف پذیری شناختی	-۰/۲۳۸	۰/۰۴۰	-۰/۳۱۷	۰/۰۰۱
انعطاف پذیری شناختی - اعتیاد به اینترنت	-۰/۳۴۵	۰/۰۶۷	-۰/۴۵۶	۰/۰۰۱
دل بستگی ایمن - انعطاف پذیری شناختی - اعتیاد به اینترنت	-۰/۱۱۱	۰/۰۵۶	-۰/۱۷۲	۰/۰۰۱
دل بستگی اضطرابی - انعطاف پذیری شناختی - اعتیاد به اینترنت	۰/۱۳۶	۰/۰۴۴	۰/۱۱۰	۰/۰۰۱
دل بستگی اجتنابی - انعطاف پذیری شناختی - اعتیاد به اینترنت	۰/۱۷۸	۰/۰۶۴	۰/۱۴۴	۰/۰۰۱

جدول ۳ نشان می دهد اعتیاد به اینترنت بر اساس دل بستگی ایمن ($\beta = -0.502$, $P < 0.001$)، دل بستگی اضطرابی ($\beta = 0.483$, $P < 0.001$)، دل بستگی اجتنابی ($\beta = 0.317$, $P < 0.001$)، انعطاف پذیری شناختی ($\beta = -0.456$, $P < 0.001$) و اعتیاد به اینترنت را پیش می کنند. شکل ۱ الگوی ساختاری اصلاح شده پژوهش براساس داده های استاندارد را نشان می دهد.

جدول ۳ نشان می دهد اعتیاد به اینترنت بر اساس دل بستگی ایمن ($\beta = -0.502$, $P < 0.001$)، دل بستگی اضطرابی ($\beta = 0.483$, $P < 0.001$)، دل بستگی اجتنابی ($\beta = 0.317$, $P < 0.001$)، انعطاف پذیری شناختی ($\beta = -0.456$, $P < 0.001$) و اعتیاد به اینترنت را پیش می کنند. شکل ۱ الگوی ساختاری اصلاح شده پژوهش براساس داده های استاندارد را نشان می دهد.



شکل ۱: الگوی ساختاری

شکل ۱ نشان می دهد مجذور همبستگی های چندگانه برای متغیر اعتیاد به اینترنت ۰/۳۱ به دست آمده، به این معنا که ۰/۳۱ از تغییرات اعتیاد به اینترنت به وسیله سبک های دل بستگی و انعطاف پذیری شناختی تبیین می شوند.

هدف پژوهش حاضر پیش بینی اعتیاد به اینترنت براساس انعطاف پذیری شناختی و سبک های دل بستگی در نوجوانان بود. نتایج نشان داد اعتیاد به اینترنت براساس دل بستگی ایمن، دل بستگی اضطرابی و دل بستگی اجتنابی پیش بینی

دریافت کرده باشند و حس امنیت روانی در آن‌ها شکل گرفته باشد و پدر و مادرها بتوانند نیازهای عاطفی کودک را برطرف سازند و با محبتی که به کودک می‌کنند یک دلبستگی ایمن را در او به وجود آورند، در نتیجه این افراد کمتر ممکن است که اعتیاد به اینترنت پیدا کنند، چون منبع دلبستگی او پدر و مادر بوده و همانندسازی او با پدر و مادر بوده و به همین علت نمی‌تواند به چیزی جز پدر و مادر دلبستگی و وابستگی داشته باشد. چنانچه افرادی نتوانند رابطه دلبستگی ایمن را با یک بزرگسال برقرار کنند، معمولاً در بزرگسالی، در برقراری رابطه سالم با هم‌تاها، اعضای خانواده و سایرین دچار مشکل شده، در معرض مشکلات بسیاری قرار می‌گیرند. روابط دلبستگی ایمن به دلیل انعطاف‌پذیری شناختی که برای فرد به وجود می‌آورد، گسترش توانایی‌های مقابله با تنش و موقعیت‌های جدید را در فرد تسهیل می‌کند (۴۰). همسو با این نتایج غیث آبادی فراهانی و جعفری هرندی (۱۲) نتیجه گرفتند انعطاف‌پذیری فرد را قادر می‌سازد که در برابر فشارها، چالش‌ها و سایر مسائل عاطفی و اجتماعی برخورد مناسب و کارآمد داشته باشد. افراد با انعطاف‌پذیری شناختی بالا قادر به برنامه‌ریزی و تعدیل رفتارهای خود به روشی انعطاف‌پذیر برای تحقق برنامه‌های هدفمند خود هستند. این افراد قادرند حواس خود را از محرک‌های نامطلوب (مانند اینترنت، رسانه‌های اجتماعی یا گوشی‌های هوشمند) منحرف کنند (۱۳).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد اعتیاد به اینترنت براساس دلبستگی دلبستگی اضطرابی و دلبستگی اجتنابی با میانجیگری انعطاف‌پذیری شناختی پیش‌بینی می‌شود. این یافته‌ها با نتایج حاصل از پژوهش‌های Tanhan و همکاران (۱۳)، بختیاری جوان و همکاران (۱۴)، شریفی و همکاران (۱۵)، خشخو و عیسی زادگان (۲۱)، D'Arienzo و همکاران (۲۲) و Eichenberg و همکاران (۲۳) همسو بود. یافته پژوهش D'Arienzo و همکاران (۲۲) نشان داد همبستگی مثبت معناداری را بین دلبستگی نایمن اضطرابی و اجتنابی و اعتیاد به اینترنت وجود دارد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت همسو با این نتایج خشخو و عیسی زادگان (۲۱) نشان دادند اشخاص با سبک دلبستگی نایمن در روابط بین فردی احساس ترس، بی‌اعتمادی و عدم امنیت دارند و خرسندی کمی در روابط اجتماعی دارند. در نتیجه، برای این اشخاص اینترنت می‌تواند ابزاری برای

می‌شود. این یافته‌ها با نتایج حاصل از پژوهش‌های خشخو و عیسی زادگان (۲۱)؛ D'Arienzo و همکاران (۲۲) و Eichenberg و همکاران (۲۳) همسو بود. همسو با این یافته‌ها نتایج پژوهش Eichenberg و همکاران (۲۳) نشان داد اعتیاد به اینترنت تابعی از سبک دلبستگی افراد است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت افراد با سبک دلبستگی نایمن اضطرابی معمولاً در روابط خود ترس از طرد شدن دارند. همچنین غالباً تمایلی به نزدیک شدن به دیگران ندارند و نگران‌اند طرف مقابل شان متقابلاً به احساسات آن‌ها پاسخ ندهد که منجر به سردی و دوری رابطه می‌گردد (۳۸). بزرگسالان با سبک‌های دلبستگی اجتنابی، خود را خودکفا می‌بینند. همچنین آن‌ها خود را نادیده می‌گیرند، آسیب‌پذیر هستند و ادعا می‌کنند که نیازی به روابط نزدیک ندارند و احتمالاً از صمیمیت اجتناب می‌کنند (۳۹). همسو با این نتایج D'Arienzo و همکاران (۲۲) نشان دادند افرادی که دلبستگی نایمن دارند از سایت‌های رسانه‌های اجتماعی به عنوان راهی برای جایگزینی و جبران محبتی استفاده می‌کنند که در اطرافیان فرد (مانند خانواده و همسالان) وجود نداشته است. Eichenberg و همکاران (۲۳) نتیجه گرفتند تعامل آنلاین در اینترنت می‌تواند احساس انزوای اجتماعی افراد با سبک دلبستگی نامشخص را کاهش دهد. به ویژه، امکان ارتباط ناشناس از طریق اینترنت نقش حیاتی در جبران انزوای اجتماعی از طریق تماس‌ها و روابط آنلاین ایفا می‌کند. اینترنت فرصت‌های خاصی را برای تعامل ارائه می‌کند که افراد با تمایل بالا به اعتیاد به اینترنت آن را به عنوان اشکال ارتباطی کافی درک می‌کنند. این افراد می‌توانند از این رسانه به نفع خود استفاده کنند، به نظر می‌رسد که می‌توانند یک دنیای روابط آنلاین ایجاد کنند که در آن بتوانند حمایت عاطفی را تجربه کنند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد اعتیاد به اینترنت براساس دلبستگی ایمن با میانجیگری انعطاف‌پذیری شناختی پیش‌بینی می‌شود. این یافته‌ها با نتایج حاصل از پژوهش‌های Tanhan و همکاران (۱۳)؛ بختیاری جوان و همکاران (۱۴)؛ شریفی و همکاران (۱۵) و خشخو و عیسی زادگان (۲۱) همسو بود. همسو با این یافته‌ها، نتایج پژوهش خشخو و عیسی زادگان (۲۱) نشان داد سبک‌های دلبستگی به واسطه پردازش هیجانی با اعتیاد به اینترنت رابطه دارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت اگر در دوره اولیه زندگی محبت و توجه مورد نیاز را از پدر و مادر و مراقب

در نوجوانان را پیش بینی می کند. لذا پیشنهاد می شود، مشاوران و روانشناسان کودک و نوجوان بر انعطاف پذیری شناختی و سبک های دلبستگی در درمان اعتیاد به اینترنت در نوجوانان و مدارس متمرکز شوند. این پژوهش نیز همچون سایر پژوهش ها با محدودیت هایی چون محدود بودن نمونه به شهر کرج و استفاده از نمونه گیری در دسترس روبرو بود. در این پژوهش همچنین تخصیص نمونه ها به گروه های سنی به صورت متوازن انجام نشد و ممکن است این امر روی پاسخدهی تاثیر گذاشته باشد. لذا در تعمیم نتایج احتیاط باید صورت گیرد.

سیاسگزاری

مقاله حاضر بخشی از نتایج پایان نامه کارشناسی ارشد محدثه عباس پور، رشته روانشناسی عمومی، با راهنمایی سرکار خانم دکتر خدیجه عمویی دیزجی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج است که با کد ۱۱۵۲۲۹۵۰۰۵۳۸۷۵۳۴۶۳۰۱۰۱۶۲۷۴۱۴۶۳ ثبت شده است. بدین وسیله از همه نوجوانانی که در این پژوهش شرکت کردند، همچنین مسئولین دانشگاه آزاد اسلامی که با همکاری خود امکان این پژوهش را فراهم آوردند تشکر می شود.

تضاد منافع

نویسندگان مقاله حاضر هیچ گونه تضاد منافی را گزارش نکردند.

References

1. Moosivand M, Zarean M, Kaboli M. [Modeling Internet addiction based on identity styles and academic performance: The mediating role of depression]. *Social Psychology Research*. 2022;11(44):73-92. https://www.socialpsychology.ir/article_145803.html?lang=en
2. Xie X, Cheng H, Chen Z. Anxiety predicts internet addiction, which predicts depression among male college students: A cross-lagged comparison by sex. *Frontiers in Psychology*. 2022;13(1):1-10. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36726503/> <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1102066>
3. Pan YC, Chiu YC, Lin YH. Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience and*

Biobehavioral Reviews. 2020;118(1):612-622. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0149763420305510> <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.08.013>

گریز از زندگی واقعی باشد. D'Arienzo و همکاران (۲۲) نتیجه گرفتند افرادی که دارای دلبستگی نایمن هستند، در زمان کودکی خود محبت، احترام و پذیرش کمتری دارد که به اینترنت وابستگی پیدا کنند و گرفتار اعتیاد اینترنتی می شوند. در تبیین یافته های حاضر می توان گفت افراد با دلبستگی نایمن به دلیل انعطاف پذیری پایین درجه انطباق ضعیف تری با دیگران دارند و از نظر عاطفی بی ثبات هستند و علت دستیابی به اینترنت در بسیاری از این افراد برای سرکوب کردن تنش های ناشی از انطباق ناپذیری در زندگی بوده است. افراد وابسته به اینترنت به دلیل وجود ویژگی های مذکور و به علت ناتوانی در درگیر شدن با مشکلات به سوی اینترنت جذب و به آن معتاد می شوند، چیزی که به ظاهر کمک می کند تا آن ها از تنهایی، احساس کلافگی و کم رویی و ناسازگاری رهایی یابند (۴۱). به طور کلی می توان گفت نوجوانان و جوانانی که از دلبستگی نایمن بیشتری برخوردارند، وابستگی بیشتری نسبت به اینترنت پیدا می کنند. آن ها به واسطه اینترنت درصد کاهش اضطراب و به دست آوردن آرامش روانی هستند. حال با توجه به این که آن ها نتوانسته اند به یک منبع دلبستگی ایمن دست یابند و دچار یک از خود بیگانگی شده اند، اینترنت را هدف قرار می دهند.

نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سبک های دلبستگی با میانجیگری انعطاف پذیری شناختی اعتیاد به اینترنت

4. Robertson TW, Yan Z, Rapoza KA. Is resilience a protective factor of internet addiction? *Computers in Human Behavior*. 2018;78(1):255-260. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563217305538> <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.09.027>
5. Safari S, Soleimani AA, Jajarmi M. [The effectiveness of "Reality Therapy" training on Internet addiction and perceptions of social support-family in teenage girls]. *Journal of Health Promotion Management*. 2021;10(5):107-120. <https://pdfs.semanticscholar.org/4a61/6be395e9>

- 17721f9315cea99fe3412a8fba56.pdf
6. Yildiz Durak H. Investigation of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: Demographic variables and academic performance. *The Social Science Journal*. 2019;56(4):1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0362331918301289> <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.09.003>
 7. Tomczyk Ł, Lizde ES. Nomophobia and phubbing: Wellbeing and new media education in the family among adolescents in bosnia and herzegovina. *Children and Youth Services Review*. 2022;137(1):1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0190740922001256> <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106489>
 8. Wen J, Huang Y, Liu G, Miao M. The nature of nomophobia and its associations with contents of smartphone use and fear of missing out: A network perspective. *Telematics and Informatics*. 2023;82(1):1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0736585323000758> <https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.102011>
 9. Zare N, Hosseinian S, Taheri A. [The moderating role of mindfulness in the relationship between addiction to social networks and social-emotional health]. *Social Psychology Research*. 2024;14(53):33-46. https://www.socialpsychology.ir/article_198029_en.html
 10. Dong G, Lin X, Zhou H, Lu Q. Cognitive flexibility in internet addicts: fMRI evidence from difficult-to-easy and easy-to-difficult switching situations. *Addict Behav*. 2014;39(3):277-283. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24368005/> <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.11.028>
 11. Dajani DR, Uddin LQ. Demystifying cognitive flexibility: Implications for clinical and developmental neuroscience. *Trends in Neurosciences*. 2015;38(9):571-578. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26343956/> <https://doi.org/10.1016/j.tins.2015.07.003>
 12. Ghiasabadi Farahani E, Jafari Harandi R. [Predict cognitive flexibility through social adjustment and responsibility among female students]. *Social Psychology Research*. 2021;10(40):135-150. https://www.socialpsychology.ir/article_127718.html?lang=en
 13. Tanhan F, Özok Hİ, Kaya A, Yıldırım M. Mediating and moderating effects of cognitive flexibility in the relationship between social media addiction and phubbing. *Current Psychology*. 2024;43(1):192-203. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04242-8>
 14. Bakhtiary Javan S, Farrokhi NA, Bakhtiary Javan S, Sadeghi R. [Predicting internet addiction through executive functions; emphasizing on the components of inhibition, working memory and cognitive flexibility among students of Allameh Tabataba'i University]. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020;7(5):80-91. <https://shenakht.muk.ac.ir/article-1-969-en.html> <https://doi.org/10.52547/shenakht.7.5.80>
 15. Sharifi P, Mousavi SA, Hasani J. [The discriminational role of reinforcement sensitivity theory, emotion regulation processes strategies and cognitive flexibility in discrimination of people with internet addiction]. *Cognitive Psychology Journal*. 2018;6(2):51-60. https://jcp.khu.ac.ir/browse.php?a_id=2987&sid=1&slc_lang=en
 16. Eichenberg C, Schott M, Decker O, Sindelar B. Attachment style and internet addiction: An online survey. *Journal of medical Internet research*. 2017;19(5):170-180. <https://www.jmir.org/2017/5/e170/> <https://doi.org/10.2196/jmir.6694>
 17. Baradaran M, Ranjbar Noushari F. [The role of cognitive flexibility and attachment style as predictors of student social cognition]. *Social Cognition*. 2021;10(19):135-148. https://sc.journals.pnu.ac.ir/article_7844_en.html?lang=fa
 18. Marchand-Reilly JF. Attachment anxiety, conflict behaviors, and depressive symptoms in emerging adults' romantic relationships. *Journal of Adult Development*. 2012;19(3):170-176. <https://doi.org/10.1007/s10804-012-9144-4>
 19. Fraley RC, Roisman GI. The development of adult attachment styles: Four lessons. *Current Opinion in Psychology*. 2019;25(1):26-30. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29510301/> <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.008>
 20. Mikulincer M, Shaver PR. Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*. 2019;25(1):1-10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2352250X18300071> <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>
 21. Khoshkhoo R, Issazadegan A. [Correlation

- between circadian types, attachment styles and emotional processing styles with Internet addiction among the high school girl students of Urmia city]. *Journal of Health Promotion Management*. 2022;11(2):1-10. https://jhss.sums.ac.ir/article_48113.html
22. D'Arienzo MC, Boursier V, Griffiths MD. Addiction to social media and attachment styles: A systematic literature review. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2019;17(4):1094-1118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00082-5>
 23. Eichenberg C, Schott M, Decker O, Sindelar B. Attachment style and internet addiction: An online survey. *Journal of Medical Internet Research*. 2017;19(5):170-180. <https://www.jmir.org/2017/5/e170/> <https://doi.org/10.2196/jmir.6694>
 24. Kline RB. *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. 5th Edition. New York, NY, US: Guilford Press; 2023. <https://dl.icdst.org/pdfs/files4/befc0f8521c770249dd18726a917cf90.pdf>
 25. Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*. 1998;1(3):237-244. <https://netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf> <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
 26. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the Internet Addiction Test. *Cyberpsychology & Behavior*. 2004;7(4):1-10. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
 27. Černja I, Vejmelka L, Rajter M. Internet Addiction Test: Croatian preliminary study. *BMC Psychiatry*. 2019;19(1):1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2366-2>
 28. Alavi SS, Eslami M, Maracy MR, Najafi M, Jannatifard F, Rezapour H. [Psychometric properties of Young Internet Addiction Test]. *Journal of Behavioral Sciences*. 2010;4(13):183-189. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15331031/>
 29. Amiri S, Sephrian Azar F. [Validation of the psychometric properties of the short version of Young's Internet Addiction Test]. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*. 2018;7(1):65-92. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563212002828>
 30. Simpson JA. Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990;59(5):971-980. <https://osf.io/4hg9x/download> <https://doi.org/10.1037//0022-3514.59.5.971>
 31. Simpson JA, Rholes WS, Phillips D. Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996;71(5):899-914. <https://psycnet.apa.org/record/1996-06593-005> <https://doi.org/10.1037//0022-3514.71.5.899>
 32. Moghadam Z, Mehrabizadeh Honarmand M, Ahadi H, Askari P, Heidari A. [The effect of attachment styles and parenting styles on self-actualization: The mediating role of personality characteristics]. *Journal of Counseling Research*. 2014;13(51):136-156. <https://jhr.ssu.ac.ir/article-1-815-en.pdf>
 33. Barkhordari M, Hojat khah M, Seydi MS. Investigating the moderating role of self-compassion and positive thinking in the relationship between attachment styles and adolescents' happiness. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*. 2022;11(3):115-124. https://frooyesh.ir/browse.php?a_id=3523&sid=1&slc_lang=en
 34. Dennis JP, Vander Wal JS. The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*. 2010;34(3):241-253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>
 35. Navarro MC, Quiroz Molinares N, Mebarak M. Psychometric study of the Cognitive Flexibility Inventory in a Colombian sample. *International Journal of Psychological Research*. 2022;15(1):42-54. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9529284/> <https://doi.org/10.21500/20112084.5371>
 36. Kohandani M, Abolmaali Alhosseini K. [Factor structure and psychometric properties of Persian version of cognitive flexibility of Dennis, Vander Wal and Jillon]. *Psychological Models and Methods*. 2017;8(29):53-70. <https://www.sid.ir/paper/227485/en>
 37. Shareh H, Farmani A, Soltani E. [Investigating the reliability and validity of the Cognitive Flexibility Inventory (CFI-I) among Iranian university students]. *Practice in Clinical Psychology*. 2014;2(1):43-50. https://jpcp.uswr.ac.ir/browse.php?a_id=163&sid=1&slc_lang=en
 38. Beirami M. [Predicting marital satisfaction on the basis of attachment styles and differentiation components]. *Journal of Fundamentals of Mental*

- Health. 2012;14(53):66-77. https://jfmh.mums.ac.ir/article_935_en.html
39. Gillath O, Karantzas GC, Fraley RC. Chapter 2 - What Is an Attachment Relationship? In: Gillath O, Karantzas GC, Fraley RC, editors. *Adult Attachment*. San Diego: Academic Press; 2016. p. 31-58. <https://core.ac.uk/download/pdf/33099433.pdf> <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-420020-3.00002-5>
40. Jewell T, Gardner T, Susi K, Watchorn K, Coopey E, Simic M, Fonagy P, Eisler I. Attachment measures in middle childhood and adolescence: A systematic review of measurement properties. *Clinical Psychology Review*. 2019;68(1):1-10. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30732974/> <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.12.004>
41. Xu XP, Liu QQ, Li ZH, Yang WX. The mediating role of loneliness and the moderating role of gender between peer phubbing and adolescent mobile social media addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022;19(16):1-10. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/16/10176> <https://doi.org/10.3390/ijerph191610176>