



بررسی میزان مصرف اینترنت و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در سال 1401

محمد بهرامی¹، فیروز امانی²

1. دانشجوی کارشناسی علوم آزمایشگاهی، دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران

2. دانشیار آمار زیستی، دانشکده پزشکی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، اردبیل، ایران

چکیده

به جرات می توان گفت امروزه اینترنت، به یک جزء جدایی ناپذیر از انسان و تکنولوژی تبدیل شده است که میزان مصرف این شبکه جهانی، از زمان ایجاد تا کنون به شدت افزایش یافته است. به مانند هر عمل افراطی دیگری، استفاده بیش از حد از اینترنت می تواند اثرات نامناسبی داشته باشد. هرچند استفاده از اینترنت سبب گسترش علوم و دانش می شود ولی اینترنت می تواند باعث افت تحصیلی دانشجویان نیز شود؛ البته در صورتی که میزان استفاده از آن، از حالت نرمال خارج گردد. ما در این مقاله قصد داریم به بررسی ارتباط میزان استفاده از اینترنت و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل بپردازیم. مطالعه حاضر از نوع مشاهده ای - مقطعی بوده و تعداد 152 نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در مطالعه شرکت نموده اند. پرسش نامه ای حاوی 4 سؤال دموگرافیک و 15 سؤال اختصاصی مربوط به مصرف اینترنت در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت. در این مطالعه، 64 نفر پسر و 88 نفر دختر بودند. 81 درصد اعلام کرده بودند که مجرد و 19 درصد هم متأهل هستند. میانگین نمره سؤالات مربوط به میزان استفاده از اینترنت در افراد مورد بررسی، برابر با 38.24 با انحراف معیار 7.98 محاسبه گردید. تفاوت معنی داری در بین میانگین نمره پسران و دختران مشاهده نشد ($P=0.288$). اما تفاوت شدیداً معناداری بین میانگین نمره افراد مجرد و متأهل مشاهده گردید ($P=0.010$). همچنین نمره آزمون در بازه های مختلفی مختلف دانشجویان تفاوت معنی داری نداشت ($P=0.068$). با توجه به اینکه میزان استفاده از اینترنت در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در حد نرمال است ولی باز لازم است، برنامه ها و تصمیماتی جهت استفاده صحیح و حداکثری از اینترنت بدون اعتیاد به آن اخذ شوند.

کلمات کلیدی: اینترنت، دانشجوی، پزشکی، سلامت، تحصیل

مقدمه

" اینترنت به عنوان یک شبکه جهانی از رایانه ها (کامپیوترها)، سرورها، تلفن ها و لوازم هوشمند متصل تعریف می گردد که با استفاده از استاندارد¹ TCP با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند تا امکان تبادل سریع اطلاعات و فایل ها را همراه با انواع دیگر خدمات فراهم نمایند." این جمله یک تعریف کلی و جامع از اینترنت است که ویژگی ها و کلا هدف

¹ پروتکل کنترل انتقال



از کاربرد اینترنت را توضیح می‌دهد^۲. به جرات می‌توان گفت امروزه اینترنت، به یک جزء و رکن جدایی‌ناپذیر از انسان و تکنولوژی تبدیل شده است. نکته جالب توجه این است که میزان مصرف این شبکه جهانی، از زمان ایجاد تا کنون به شدت افزایش یافته است (کریمی جوهنی و همکاران، 2020). به عنوان مثال در دهه 1990 میلادی، اندک شماری از کاربران ایرانی توانایی اتصال به اینترنت را داشتند (250 نفر) که این تعداد، تا سال 2010 به بیش از چندین میلیون کاربر رسیده است (Soleymani Nejad at al, 2012).

از تمام کاربردهای مفید و مناسب اینترنت از قبیل دستیابی سریع به اطلاعات، کسب دانش، برقراری ارتباط آسان و... که بگذریم، موضوعی که اهمیت پیدا می‌کند، اعتیاد به اینترنت است. به مانند هر عمل افراطی دیگری، استفاده بیش از حد از اینترنت نیز می‌تواند اثرات سوء و نامناسبی داشته باشد (Pawlikowski and Altstötter-Gleich, 2012). با توجه به این مطلب، چنانچه از اینترنت به درستی استفاده شده و همچنین در استفاده از آن، تعادل به کار برده شود، در اغلب موارد مشکلی برای افراد پیش نخواهد آمد. زیرا استفاده بی‌رویه و بدون تعادل از اینترنت، علاوه بر مشکلات جسمی مانند ضعف چشم، سبب آسیب‌های روحی - روانی نیز خواهد شد (کریمی جوهنی و همکاران، 2020).

طبق تحقیقاتی که سازمان ملی جوانان انجام داده است، مثل خیلی از کشورهای جهان، در کشور ایران نیز بازه سنی کاربران اینترنتی بسیار کاهش یافته و امروزه طیف وسیعی از دانش‌آموزان مدارس و دانشجویان دانشگاه‌ها به شبکه جهانی وب متصل بوده و از اینترنت استفاده می‌کنند؛ پس مطابق با آمار به دست آمده، بیش از 35 درصد کاربران اینترنتی ایران را جوانان و نوجوانان شامل می‌شوند (Vahidi at al, 2012). بیشتر این افراد نیز یا در سن مدرسه بوده و یا در دانشگاه مشغول تحصیل هستند.

در طی چند سال گذشته، میزان استفاده از اینترنت به ویژه در بین نوجوانان و جوانان افزایش شدیدی داشته است و آن هم به دلیل رخداد پاندمی خطرناک کرونا (Covid-19) بوده است و به مراتب، میزان اعتیاد به اینترنت نیز افزایش یافته است (Fathi at al, 2020). البته اگر تکنولوژی مثل اینترنت وجود نداشت، شاید نظام آموزش نمی‌توانست تعلیم از راه دور را راه اندازی کرده و به پیش ببرد. بیماری کرونا باعث شد تا دانش‌آموزان و دانشجویان بیشتر به استفاده از اینترنت و فضای مجازی روی آورند که این عامل نیز در جای خود سبب افزایش آسیب‌های حاصله از استفاده زیاد از اینترنت می‌شد (Ghafourifard, 2020). افزون بر موضوع کرونا، با توجه به اینکه اینترنت بستری برای دستیابی به اطلاعات آزاد و نامحدود است، این قشر از جامعه مخصوصاً دانشجویان، به این چنین فضایی برای دسترسی راحت به دانش و اطلاعات نیاز دارند.

هرچند استفاده از اینترنت سبب گسترش علوم و دانش می‌شود ولی اینترنت می‌تواند باعث افت تحصیلی دانشجویان نیز شود؛ البته در صورتی که میزان استفاده از آن از حالت نرمال خارج گردد. ممکن است توجه زیاد به فضای مجازی و گذراندن بیشتر وقت خود در پلتفرم‌های ارتباطی مختلف باعث مشکلات درسی و تحصیلی دانشجویان شود که همین مورد به دفعات ثابت شده است (Davis at al, 2002). علاوه بر این، بسیاری از دانشجویان برای انجام تحقیقات و تکالیف خود از اینترنت استفاده می‌کنند و این عامل ممکن است با تأثیر بر سلامت عمومی آنان، به صورت غیر مستقیم نیز عملکرد تحصیلی دانشجویان را تحت تأثیر قرار دهد (nastiezaie, 2009).



بنابراین، با توجه به اینکه میزان استفاده از اینترنت روز به روز در بین دانشجویان افزایش می یابد و همچنین اهمیتی که دانشجویان و بهبود عملکرد تحصیلی آنان بر جامعه دارد، این مطالعه صورت گرفته است. ما در این مقاله به بررسی ارتباط میزان استفاده از اینترنت و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل می پردازیم. زیرا این دانشجویان، از لحاظ شغلی، بیشتر با موارد بالینی و سلامت انسان سر و کار خواهند داشت. پس انجام این طرح کمک شایانی در اخذ تصمیمات جدید و بهتر برای کنترل میزان مصرف اینترنت و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی خواهد نمود.

روش کار

مطالعه حاضر از نوع مشاهده ای - مقطعی بوده و تعداد 160 نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در مطالعه شرکت نموده اند. پرسش نامه ای حاوی 4 سؤال دموگرافیک و 15 سؤال اختصاصی مربوط به مصرف اینترنت در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت و افراد به صورت کاملاً داوطلبانه نسبت به تکمیل پرسش نامه ها اقدام نمودند. 8 پرسش نامه به دلیل ناقص بودن داده ها حذف شده و در کل 152 پرسش نامه مورد آنالیز قرار گرفتند. 4 سؤال دموگرافیک موجود در پرسش نامه عبارت از موارد زیر بودند:

- 1- جنسیت (به صورت دو گزینه ای مرد و زن)
 - 2- وضعیت تأهل (به صورت دو گزینه ای مجرد و متأهل)
 - 3- رشته تحصیلی (به صورت جای خالی برای اعلام رشته توسط دانشجو)
 - 4- معدل نیمسال گذشته (به صورت 5 گزینه ای از معدل 10 تا 20 تنظیم شده بود).
- 15 سؤال اختصاصی نیز شامل سؤالات با 4 یا 5 گزینه بودند که به عنوان معیاری برای سنجش میزان استفاده از اینترنت به کار برده شدند. نمره به دست آمده برای هر فرد از 15 تا 73 متغیر است که هر چه نمره بیشتر باشد، نشان دهنده میزان استفاده بیشتر از اینترنت است و برعکس. چنانچه نمره، کمتر مساوی 34 باشد، به صورت استفاده کم (یا کاربر معمولی) در نظر گرفته شده است و اگر بین 35 تا 53 باشد، به عنوان استفاده متوسط (یا در معرض اعتیاد به اینترنت) و اگر بیشتر مساوی 54 به دست آید، به عنوان استفاده زیاد (یا اعتیاد به اینترنت) مشخص شده است. بعد از استخراج داده ها و ثبت آن ها در SPSS نسخه 26، داده ها مورد آنالیز آماری قرار گرفتند. سطح اطمینان در این مطالعه، 95 درصد در نظر گرفته شده است.

یافته ها

از بین 152 دانشجوی شرکت کننده در این مطالعه، 64 نفر پسر و 88 نفر دختر بودند. بنابراین نزدیک 60 درصد افراد را جنس مذکر به خود اختصاص می دهد. تقریباً 81 درصد اعلام کرده بودند که مجرد هستند و 19 درصد هم متأهل هستند. تعداد دانشجویان مربوط به هر رشته نیز در جدول زیر آمده است.



جدول 1: تعداد دانشجویان بر حسب رشته تحصیلی

رشته	تعداد	درصد
پیراپزشکی	39	25.7
پزشکی	39	25.7
دندانپزشکی	20	13.2
داروسازی	17	11.2
پرستاری	13	8.6
مامایی	5	3.3
بهداشت	19	12.5
جمع	152	100.0

در جدول زیر نیز تفکیک تعداد دانشجویان در بازه‌های مختلف معدل نیمسال قبل آورده شده است.

جدول 2: تفکیک تعداد دانشجویان بر اساس معدل نیمسال قبل

معدل نیمسال گذشته	تعداد	درصد	درصد فراوانی تجمعی	نمره آزمون
12-14	15	9.9	9.9	38.07
14-16	56	36.8	46.7	38.32
16-18	65	42.8	89.5	37.06
18-20	16	10.5	100.0	42.93
جمع	152	100.0		

با توجه به جدول فوق، نزدیک 47 درصد دانشجویان دارای معدل پایین‌تر از 16 و بیش از 10 درصد دانشجویان (16 نفر) نیز دارای معدل بیشتر از 18 هستند. همچنین طبق بررسی‌ها، تعداد دختران دارای معدل بیشتر از 18، تقریباً 4 برابر پسران دارای این معدل بود. ولی در کل با توجه به آزمون کای دو، تفاوت معنی داری در معدل نیمسال گذشته دو جنس مختلف وجود نداشت ($P=0.080$).

میانگین نمره سؤالات مربوط به میزان استفاده از اینترنت در دانشجویان مورد بررسی برابر با 38.24 با انحراف معیار 7.98 محاسبه گردید. جدول زیر تفکیک میانگین این آزمون 15 سؤالی بر اساس جنسیت و وضعیت تأهل است.



جدول 3: تفکیک میانگین آزمون بر اساس جنسیت و وضعیت تأهل

	میانگین نمره آزمون میزان استفاده از اینترنت			
	وضعیت تأهل		دختر	پسر
	متأهل	مجرد		
میانگین	36.45	38.67	37.53	39.22
انحراف معیار	8.50	7.82	8.30	7.46

با توجه به جدول فوق، میانگین نمره آزمون میزان استفاده از اینترنت در دانشجویان پسر کمی بیشتر از دختر و در دانشجویان مجرد نیز مقداری بیشتر از متأهل است. با توجه به انجام تست t ، تفاوت در میانگین نمره پسران و دختران به صورت غیر معنی دار ($P=0.288$) اما تفاوت میانگین نمره افراد مجرد و متأهل به صورت کاملاً معنی دار بود ($P=0.010$).

همچنین طبق انجام تست کروסקال - والیس، بین میانگین نمره آزمون میزان استفاده از اینترنت دانشجویان رشته‌های مختلف دانشگاه تفاوت معنی داری وجود داشت ($P=0.003$). اما میانگین نمره آزمون در بازه‌های معدلی مختلف دانشجویان تفاوت معنی داری نداشت ($P=0.068$). اگر بخواهیم بر اساس میزان استفاده دانشجویان از اینترنت، آن‌ها را دسته بندی کنیم، سه گروه خواهیم داشت: استفاده کم - متوسط - زیاد

جدول 4: گروه بندی دانشجویان بر اساس میزان استفاده از اینترنت

		تعداد	درصد
استفاده از اینترنت	کم	48	31.6
	متوسط	100	65.8
	زیاد	4	2.6
	جمع	152	100.0

بر اساس جدول بالا، نزدیک 66 درصد دانشجویان، به صورت متعادل یا به میزان متوسط از اینترنت استفاده می‌کنند. 48 نفر استفاده کم از اینترنت و 4 نفر نیز به میزان زیاد از اینترنت استفاده می‌کنند.

بحث و نتیجه گیری

در طول هزاران سال تاریخ تکاملی انسان، انواع مختلف سیستم‌های شناختی، موازی با پیشرفت و ظهور اختراعات تکنولوژی جدید، بسیار زیاد دستخوش تغییر شده‌اند. به عنوان مثال ابزارهای اولیه جهت رساندن منظور خود به دیگران، زبان‌های گفتاری و نوشتاری مختلف که با گذر زمان دچار دگرگونی شده‌اند. تقریباً 30 سال پیش، اینترنت به عنوان آخرین اختراع تکنولوژی پیشرفته ظاهر شد و این اینترنت قدرت تغییر شناخت انسان‌ها را دارا بود (Loh and Kanai, 2015).

با استفاده از شبکه جهانی وب یا اینترنت می‌توان با افراد از سراسر جهان ارتباط برقرار کرده و اشخاصی که از لحاظ ویژگی‌های خاصی برجسته هستند را برای عمل مخصوصی به کار گرفت (یا به نوعی استخدام کرد). همچنین به کمک



اینترنت می‌توان اغلب روش‌ها، رویه‌ها و... که انسان‌ها مدام با آن‌ها سروکار دارند را استاندارد سازی کرد. افزون بر این موارد، اینترنت تکرار مطالعات را برای انسان آسان می‌کند (Birnbbaum, 2004).

امروزه اینترنت به یک بخش جداناپذیر از زندگی انسان تبدیل شده است و می‌توان گفت زندگی انسان به کل با اینترنت آمیخته شده است. طبق بررسی‌ها، در تمام جوامع از جمله ایران، جوانان و نوجوانان (که در سن مدرسه یا دانشگاه هستند) بیشترین شمار کاربران اینترنت را به خود اختصاص می‌دهند (Vahidi at al, 2012). مخصوصاً بعد از پاندمی کرونا، این آمار به شدت افزایش یافت و دانشجویان برای پیگیری امر تحصیل و انجام پژوهش‌ها و تکالیف خود از اینترنت و فضای مجازی استفاده نمودند. این مورد بعد از کرونا نیز همچنان ادامه داشته و می‌توان گفت که تحصیل دانشجویان امروزه بسیار وابسته به اینترنت شده است.

اما استفاده افراطی از هر چیزی از جمله اینترنت می‌تواند اثر سوء نیز داشته باشد مثلاً در همین امر تحصیل، امکان دارد دانشجویان به جای پیشرفت تحصیلی دچار افت شدید تحصیلی شوند؛ زیرا اینترنت یک بستر جامع بوده و اعتیاد به آن، اثرات جبران ناپذیری بر جسم و روان انسان خواهد زد.

در این مطالعه که در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل انجام شد، هدف، بررسی میزان استفاده از اینترنت در بین دانشجویان این دانشگاه و همچنین ارتباط آن با جنسیت، رشته تحصیلی، وضعیت تأهل و مخصوصاً وضعیت تحصیلی دانشجویان بود.

طی بررسی‌ها مشاهده شد که میزان استفاده از اینترنت در دانشجویان مجرد بیشتر از دانشجویان متأهل است و این تفاوت به صورت معنی دار بود ($P=0.010$). بدیهی است افراد مجرد به دلیل کم بودن وظایف و مسئولیت‌های زندگی، وقت بیشتری را برای گذراندن در اینترنت سپری می‌کنند ولی افراد متأهل به خاطر زیاد بودن مشغله زندگی در کنار امر تحصیل، به میزان کمتری از اینترنت استفاده می‌کنند. طی یک بررسی که در دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد انجام شده بود، بین اعتیاد به اینترنت دانشجویان و وضعیت تأهل آنان رابطه معناداری وجود نداشت (Namiranian at al, 2020).

میانگین نمره سؤالات مربوط به میزان استفاده از اینترنت در افراد مورد بررسی برابر با 38.24 با انحراف معیار 7.98 محاسبه گردید. این عدد در محدوده متوسط قرار دارد و می‌توان گفت دانشجویان علوم پزشکی اردبیل در استفاده از اینترنت تعادل را رعایت کرده، نه خیلی زیاد به اینترنت وابسته و معتاد شده‌اند و نه بسیار کم از اینترنت استفاده می‌کنند. بسیاری از مطالعات مشابهی که به بررسی اعتیاد دانشجویان به اینترنت پرداخته‌اند نیز چنین نتیجه‌ای را گزارش نموده‌اند که وضعیت استفاده دانشجویان از اینترنت در حد تعادل است (نه خیلی زیاد و نه خیلی کم). البته در خیلی از مطالعات، سؤالات اختصاصی استفاده شده متفاوت از مطالعه ما هستند ولی هدف در همه ی آن‌ها تعیین میزان استفاده از اینترنت و اعتیاد به آن است (Kouhnavard at al, 2021).

با توجه به $P=0.068$ ، نمره آزمون در گروه‌های مختلف معدل که 4 دسته هستند، تفاوت معناداری ندارد. در این مطالعه، معدل نیمسال گذشته دانشجویان مبنای بررسی ارتباط استفاده از اینترنت و وضعیت تحصیلی بود. در مطالعه‌ای که در دانشگاه کاشان انجام شد، نشان داد که استفاده مفرط از اینترنت می‌تواند اثرات منفی مستقیم و غیر مستقیم بر عملکرد تحصیلی دانشجویان بگذارد که با نتیجه مطالعه حاضر هم خوانی نداشت (صدوقی و صالحی، 1396). همچنین نتایج یک پژوهش دیگر نیز نشان داد که اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معنی دار دارد (Sadeghi Bimorgh at al, 1401).

میزان استفاده از اینترنت در دانشجویان پسر و دختر تفاوت معنی داری نداشت که نتایج مطالعه حاضر با یک پژوهش دیگر که نشان می‌داد اعتیاد به اینترنت در پسران بیش‌تر از دختران است، هم خوانی نداشت (کریمی جوهنی و همکاران، 2020). میانگین نمره آزمون به دست آمده، در بین رشته‌های مختلف تفاوت معنی دار داشت. بیشترین



استفاده مربوط به دانشجویان مامایی (44.40) و کمترین استفاده مربوط به دانشجویان دندان پزشکی (33.75) بود. بررسی‌ها نشان داد که دانشجویان داروسازی و پیراپزشکی تقریباً به یک میزان از اینترنت استفاده می‌کنند. 40 درصد دانشجویان اعلام کرده بودند که به طور کلی، فناوری اینترنت تأثیر مثبتی بر عملکرد تحصیلی‌شان داشته است و 30 درصد تأثیر خنثی و 30 درصد نیز تأثیر کاملاً منفی اینترنت را اعلام کردند. همچنین این نگرش تفاوت معناداری را در میزان استفاده از اینترنت به ارمغان آورده است ($P=0.016$) به طوری که افرادی که اعتقاد به تأثیر مثبت اینترنت در عملکرد تحصیلی‌شان دارند، به میزان بیشتری از اینترنت استفاده می‌کنند. 77 نفر از دانشجویان در پاسخ به این سؤال که چقدر بازدهی روزمره‌شان تحت تأثیر استفاده تفریحی از اینترنت قرار گرفته است؛ پاسخ دادند به میزان کم و 41 نفر اعلام کردند به میزان متوسط و 34 نفر نیز پاسخ دادند که به میزان خیلی زیاد بازدهی‌شان تحت تأثیر قرار گرفته است. همچنین میزان استفاده از اینترنت گروه آخر، به طور معناداری بیشتر از دو گروه دیگر بود ($P=0.002$).

در نهایت، با توجه به اینکه میزان استفاده از اینترنت در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اردبیل در حد نرمال است ولی باز لازم است، برنامه‌ها و تصمیماتی جهت استفاده صحیح و حداکثری از اینترنت، بدون اعتیاد به آن اخذ شوند. همچنین پیشنهاد می‌شود جهت جلوگیری از اعتیاد به اینترنت دانشجویان این دانشگاه، آموزش‌های لازم برای استفاده صحیح و استاندارد از اینترنت به دانشجویان داده شود تا با نظر بر اینکه دانشجویان برای انجام تحقیقات و تکالیف خود از اینترنت بهره می‌برند، بتوانند حد تعادل را چه در انجام فعالیت تحصیلی و چه در امورات تفریحی رعایت نمایند.



منابع

- صدوقی م، محمد صالحی ز. رابطه استفاده مفرط از اینترنت با عملکرد تحصیلی دانشجویان: نقش واسطه‌ای استرس ادراک شده. فصلنامه فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی. 2017;7(3) (پیاپی 27):45-61.
- رابطه اعتیاد Sadeghi Bimorgh M, Akbarzadeh F, Moharreri F, Akbari A, Porghafar H, Ebrahimi A. به اینترنت و اعتیاد به تلفن همراه با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد. 1401.
- Birnbaum MH. Human Research and Data Collection via the Internet. *Annual Review of Psychology*. 2004;55(1):803-32.
- Davis RA, Flett GL, Besser A. Validation of a new scale for measuring problematic internet use: implications for pre-employment screening. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*. 2002;5(4):331-45.
- Fathi A, Sadeghi S, Maleki Rad AA, Sharifi Rahmno S, Rostami H, Abdolmohammadi K. The Role of Cyberspace Use on Lifestyle Promoting Health and Coronary Anxiety in Young Peopl. *ijpcp*. 2020;26(3):332-47.
- Ghafourifard M. The promotion of Virtual Education in Iran: The Potential which Turned into reality by Coronavirus. *IJME*. 2020;20(0):33-4.
- Karimi Johani R, Imani Zeratkar S, Abbasi N. Survey of Internet Addiction among Paramedical Students of Islamic Azad University. *Pajouhan Scientific Journal*. 2020;19(1):32-7.
- Kouhnavard B, Asdiar M, Honarbakhsh M, Zare MR, Shahmohammadi Z. Investigation of Internet Addiction and Its Relationship with Sleep Quality and Depression among Dormitory Students of Larestan School of Health. *ssu-ohhp*. 2021;5(2):106-17.
- Loh KK, Kanai R. How Has the Internet Reshaped Human Cognition? *The Neuroscientist*. 2015;22(5):506-20.
- Namirani N, Mansouri SS, Shafiee M. An Evaluation of Internet Addiction and Its Related Factors among the Students of Yazd University of medical Science in 2016. *SSU*. 2020;9(4):215-21.
- nastiezaie N. The Relationship between general health and internet addiction. 2009;11(1):e94442.
- Pawlikowski M, Altstötter-Gleich C, Brand M. Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Comput Hum Behav*. 2013;29:1212-23.
- Soleymani Nejad M, Shams M, Charkazi A, Rahimi F, Fayaz-bakhsh A, Goudarzi F. Effects of Internet Use on Lifestyle of University Students in Gorgan, Iran. *Health System Research*. 2012;8(5):834-43.
- Vahidi A, Arzamani M, moghadam A, Vahidi M, Hashemi M. Investigation into performance of emergency units of hospitals of North Khorasan University of Medical Sciences in 2012. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*. 2013;5:159-65.