

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## تحلیلی بر آسیب‌های اجتماعی؛

## اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به کار

دکتر افشین جعفری

استادیار حقوق بین‌الملل عضو هیأت علمی دانشگاه پیام نور، تهران- ایران.

jafariashin@yahoo.com

دریافت: ۱۳۹۸/۵/۳۰ پذیرش: ۱۳۹۸/۹/۲۳

### چکیده

شناخت عوامل مؤثر بر آسیب‌های اجتماعی یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های جوامع امروزی است. به‌طور مشخص، معضلات اجتماعی نظیر اعتیاد به اینترنت و حتی اعتیاد به کار از جمله آسیب‌های اجتماعی هستند که نیازمند کنترل، برنامه‌ریزی و پیشگیری هستند. این مطالعه با رویکردی توصیفی-تحلیلی و بهره‌گیری از منابع اسنادی و کتابخانه‌ای نسبت به بررسی آسیب‌های اجتماعی نظیر اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به کار اقدام نموده است. رویکرد مزبور از این مزیت برخوردار است که داده‌های جمع‌آوری شده را با روش تحلیلی مورد کنکاش قرار می‌دهد. اعتیاد با یک نیاز آغاز می‌شود و بی‌شک هر جامعه‌ای متناسب با شرایط، فرهنگ و رشد خود با انواعی از انحرافات و مشکلات روبه‌رو است که تأثیرات مخربی روی فرایند ترقی آن جامعه دارد. با این وجود، اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به کار در انواع و اقسام جدید از معضلات نوپدید جامعه معاصر هستند که خود عاملی برای پدید آمدن سایر آسیب‌های اجتماعی محسوب می‌شوند. به‌کارگیری روش‌هایی نظیر ضابطه‌مند کردن قوانین کار و بهره‌گیری صحیح از رسانه‌های اینترنتی و افزایش سواد رسانه‌ای از جمله راه‌حلی‌هایی است که می‌تواند آثار ناشی از اعتیاد به کار را به حداقل برساند. ضمن اینکه حمایت از فعالیت‌های حمایتی دولت‌ها در زمینه اصلاح قوانین کار و همچنین ایجاد محدودیت‌هایی برای اقشار آسیب‌پذیر در فضای مجازی می‌تواند راه‌حلی برای کاهش اعتیاد به کار و اعتیاد به اینترنت تلقی شوند.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به کار، اعتیاد به اینترنت، آسیب‌های اجتماعی

## ۱- مقدمه

برخی از اعمال فردی یا جمعی با منع قانونی و یا قبح اخلاقی و اجتماعی روبرو می‌گردند. به همین دلیل، این‌گونه اعمال را آسیب اجتماعی می‌گویند و تحت عنوان مفهوم جدیدی به نام آسیب‌شناسی اجتماعی به این موارد می‌پردازد. برای کنترل آسیب‌های اجتماعی و شناخت علمی آن‌ها در برنامه‌ریزی‌های کوتاه مدت و بلند مدت دولت‌ها به منظور مقابله صحیح با این پدیده، درمان یا پیشگیری از گسترش و پیدایش آن‌ها را ضروری و پراهمیت می‌سازد. از نظر عملی آسیب‌های اجتماعی، هیچ‌گاه به طور کامل ریشه کن نخواهد شد، اما با تدبیر، اندیشه و برنامه‌ریزی دقیق حداقل می‌توان آن را کنترل کرد. فقر، بیکاری، طلاق، خودکشی، اعتیاد و موارد دیگری مثل انحرافات اجتماعی در مجموع در فهرست مشکلات اجتماعی قرار می‌گیرند و از یک ماهیت برخوردارند و به این اعتبار می‌توان گفت ارتباط مشخصی بین مجموعه مشکلات اجتماعی نیز وجود دارد.

اعتیاد در انحاء و اقسام مختلف آن را یک آسیب اجتماعی دانسته‌اند که در تعهدات اجتماعی افراد نیز اثر می‌گذارد، سلامت فرد اجتماع را به خطر می‌اندازد و موجب انحطاط روانی و اخلاقی افراد می‌شود. اصولاً اعتیاد نوعی اعتراف به شکست است که ضعف اراده و ناتوانی در ایجاد آن تأثیر قاطع دارد و موجب از دست دادن پایگاه‌های اجتماعی آنان می‌شود (کوکبی ۲۰۰۴، ص ۴۱). شناخته شده‌ترین نوع اعتیاد، اعتیاد به مواد مخدر است که در جامعه امروزی ما نیز غالباً همین مفهوم به ذهن متبادر می‌شود. با این حال، اعتیاد به عنوان یک آسیب اجتماعی دارای انحاء و اقسام مختلفی است و می‌تواند از وابستگی افراد به یک شیء و یک حالت رفتاری تا یک عادت اجتماعی گسترده را شامل شود. اما در کل می‌توان اعتیاد را به معنی عادت کردن، تعلق خاطر، وابستگی و انس با یک شخص، کار یا شیء دانست، به گونه‌ای که جدا شدن و فاصله گرفتن و ترک گفتن او برای انسان، دشوار و گاهی طاقت فرسا می‌سازد.

به طور کلی، آثار و پیامدهای اجتماعی نامطوب اعتیاد در حوزه‌های مختلف باعث شده تا اغلب جوامع برای حل این مشکل اقداماتی را اتخاذ نمایند. از این نظر، شناخت و پیشگیری از چنین عواملی می‌تواند مسیر حرکت جامعه را به سوی ترقی و تعامل هموار سازد؛ به طوری که علاوه بر درک عمل آن‌ها و جلوگیری از تداوم آن با ارائه راه‌حلهایی به سلامت جامعه کمک نماید. یکی از انواع آسیب‌ها، اعتیاد

به اینترنت و اعتیاد به کار می‌باشد که به دلیل گسترش اینترنت و فضای مجازی و تکنولوژی شدن اقتصادی، سیاسی و فرهنگی و همچنین محوریت یافتن رفاه و اقتصاد، گسترش بی سابقه ای یافتند. بدین ترتیب درباره اعتیاد به اینترنت می‌توان گفت بی شک قدم گذاردن در دنیای مجازی بی‌خطر نبوده و پیامدهایی را برای فرد کاربر به همراه دارد. اعتیاد اینترنتی نیز در پی تأمین بیش از حد یک یا چندین نیاز برای فرد کاربر به وجود می‌آید. اعتیاد به اینترنت عبارت است از استفاده‌ی بیش از حد، نادرست و بیمارگونه از اینترنت. این مشکل ناشی از عوارض زندگی در دنیای مدرن است.

همچنین از دیگر موارد آسیب‌های اجتماعی، اعتیاد به کار مفرط می‌باشد. بی‌شک شرایط زندگی امروز به گونه‌ای است که موجب می‌شود بسیاری از افراد بخش قابل توجهی از زندگی و اوقات خود را به کار اختصاص دهند. یکی از پیامدهای چنین وضعیتی، پیدایش اعتیاد به کار است. در فرهنگ عامه اعتیاد به کار، مترادف با سخت‌کوشی و شدیداً کار کردن است اما این تعریف نمی‌تواند کاملاً پویای پدیده اعتیاد به کار باشد و نیاز به آسیب‌شناسی و درمان آن احساس می‌شود.

با این حال، اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به کار دارای تعاریف خاصی هستند که لزوم بررسی اجمالی آنان می‌تواند آغازی برای تحقیق حاضر در نظر گرفته شود. به ترتیب درباره اعتیاد به اینترنت چنین می‌توان گفت که «نوعی استفاده از اینترنت که بتواند مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی، درسی یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند. در واقع؛ رایج‌ترین این اصطلاح اعتیاد به اینترنت، نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد می‌کند» (فریز، ۲۰۰۲، ص ۱۸). همچنین درباره اعتیاد به کار نیز چنین بیان شده است: اعتیاد به کار، وضعیتی است که طی آن، فرد به نحوی رفتار می‌کند که برای خانواده و زندگی اجتماعی وی در محیط کار و خارج از آن، زیان‌آور است. علی‌رغم پرکاربرد بودن واژه اعتیاد به کار، تحقیقات تجربی کمی جهت بهبود و افزایش درک افراد از این پدیده صورت گرفته است. از این رو اتفاق نظر روی معنی و ابعاد آن وجود ندارد (سنیر و همکاران ۲۰۰۴).

بدین ترتیب، اعتیاد، طریف متعددی از انواع آسیب‌های اجتماعی را شامل می‌شود که ممکن است در اشکال مختلفی ظهور پیدا کنند. بدین ترتیب پژوهش حاضر درصدد است تا با بررسی دو نوع از اعتیاد، تحلیلی علمی در این زمینه ارائه دهد و به بررسی دلایل، شیوه‌ها، آثار و راه‌های جلوگیری از آنان راه حل ارائه دهد.

## ۲- مواد و روش ها

این مطالعه برحسب ضرورت، روش توصیفی-تحلیلی را سرلوحه پژوهش حاضر قرار داده است که با بررسی متون، منابع اسنادی و کتابخانه ای و بهره گیری از مقالات و دیدگاه های مرتبط در زمینه تحقیق، نسبت به جمع آوری داده ها و سپس تجزیه و تحلیل آنان اقدام نموده است.

## ۳- بحث

اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به کار از جمله معضلات اجتماعی نوپدید هستند که بهداشت روانی و حتی جسمی افراد را تحت تأثیر خود قرار می دهند و به نوبه خود آسیب های اجتماعی جدیدی را پدید می آورند. هرچند کار یک پدیده تاریخی و همزاد زندگی بشری بوده است و ممکن است حتی در دوره های گذشته تاریخی، نشانه هایی از اعتیاد به کار در نزد جوامع مختلف نیز دیده شود، اما آنچه روشن است این که با انقلاب صنعتی و تسلط یافتن عنصر اقتصاد و سرمایه، تلاش بی سابقه ای برای کار بیشتر در حوزه های مختلف اقتصادی نیز شکل گرفته است. همین موضوع به نوبه خود باعث می شود تا برخی جوامع و فرهنگ ها، حتی فراغت کافی برای پرداختن به سایر مسائل اجتماعی را نداشته باشند و به نوعی اعتیاد به کار در آنان شکل بگیرد. بنابراین درباره اعتیاد به کار می توان گفت که این مسأله اجتماعی در دوره جدید عمق بیشتری پیدا کرده است. در سوی مقابل، اعتیاد به اینترنت، مسأله ای کاملاً نوپدید و مخصوصاً با ظهور ارتباطات و اینترنت پدید آمده است و در کمتر از یک قرن، اغلب جوامع بشری را درنوردیده است.

توضیح اینکه، اعتیاد به کار، اعتیادی است که ممکن است لذت بخش ولی خسته کننده و مشکل ساز باشد. به گونه ای که حتی عده ای این حالت را یک بیماری می دانند. معتادان به کارالزاماً عاشق کارشان نیستند ولی بدون کار نمی توانند ساعات خود را بگذرانند. آن ها تصور می کنند که خودشان تنها کسانی هستند که می توانند یک کار به خصوص را انجام دهند و به دلیل افراط در کار، به این نام خوانده می شوند (زارعی و همکاران ۲۰۱۰، ص ۱۳۲). امروزه اعتیاد به کار در اغلب جوامع و از جمله جوامع صنعتی و توسعه یافته نیز شیوع بیشتری یافته است. حتی این موضوع، جنسی نیست و می توان گفت با توجه به رویکردهای اقتصادی و فرهنگی جوامع، جنسیت های مختلف را تحت تأثیر خود قرار دهد. بنابراین اعتیاد به کار با فراروی از

فرهنگ، جنسیت و جامعه ای خاص، به یک آسیب اجتماعی تبدیل شده است که به نوبه خود سلامت روانی و بهداشت افراد جامعه را نیز تحت تأثیر خود قرار می دهد. اعتیاد به اینترنت نیز یکی دیگر از آسیب های اجتماعی است که استفاده مفرط از آن می تواند معضلات فردی و روانی متعددی پدید آورد. امروزه، بهره گیری از اینترنت به جامعه یا فرهنگ خاصی محدود نمی شود و حتی می توان گفت دامنه فراگیری آن از اعتیاد به کار عمیق تر و گسترده تر است. ضمن اینکه رواج مشاغل اینترنتی، پیوستگی عنصر پول و فضای مجازی باعث شده تا گرایش ها به سمت بهره گیری از اینترنت بیش از پیش گسترش یابد. در این زمینه می توان چنین بیان کرد که اینترنت و ماهواره برای برقراری ارتباط به گذرنامه یا روادید نیاز ندارد و می توانند به خلوت عزلت نشین افراد تعدی کنند و کهن ترین اصالت های ایشان را به چالش فراخواند (غزل سفلی، ۲۰۱۸، ص ۷۰). بنابراین دنیای اینترنت با پیوند زدن فرد به سایر جوامع، اصالت های دیرینه و حتی آینده ای نامعلوم و خیالی، راه را برای وابستگی هرچه بیشتر افراد به این پدیده نوظهور باز گذاشته است. ضمن اینکه اعتیاد به اینترنت به دلایل مختلفی از جمله مشاغل اینترنتی، بازی های اینترنتی، پیگیری اخبار و حوادث، حضور در شبکه های اجتماعی و ... صورت می گیرد که حتی منع کردن افراد از آن نوعی محرومیت اجتماعی تلقی می شود. ضمن اینکه وابستگی بیش از اندازه به اینترنت و دنیای مجازی و ایجاد محدودیت برای اوقات فراغت، تفریح، رسیدگی به امور خانواده، کار، خواب و استراحت حاکی از نوعی بیماری روانی و معضلات روحی است که بشر امروز بدان دچار شده است. در کنار این مسأله معتادان اینترنتی اینگونه افراد فکر می کنند اینترنت تنها جایی است که آن ها در آن احساس خوبی نسبت به خود و به جهان اطراف دارند (امیدوار و صارمی، ۲۰۰۱، ص ۳۳). بنابراین خارج از دنیای اینترنت نمی توانند دنیای مطلوبی برای خویش بسازند. این مسأله هنگامی که سایر جنبه های زندگی افراد را تحت تأثیر قرار می دهد، تحت عنوان اعتیاد اینترنتی قابل بررسی است.

### ۳-۱- تعاریف اعتیاد به کار و ویژگی افراد معتاد به کار

اصطلاح اعتیاد به کار یا کارشیفتگی نخستین بار در سال ۱۸۷۱ توسط وین اوتس در کتابش، با عنوان: اعترافات یک معتاد به کار عنوان شد. در نظر وی معتادان به کار افرادی هستند که نیاز به کار در آن ها به حدی زیاد و افراطی است که ممکن

است خطری جدی برای سلامتی، شادی فردی، روابط درون فردی و وظایف و نقش‌های اجتماعی آن‌ها بوجود آورد، چرا که تعهد غیرمعمولی به کار بیش از حد دارند و زمان بسیار زیادی را به طور دلخواه و درونی به فعالیت‌های کاری اختصاص می‌دهند. البته این واژه در دهه ۱۹۹۰ میلادی کاربرد بسیار گسترده‌ای یافت. امروزه به دلیل جوان بودن این رشته علمی، بیشتر نوشته‌های موجود در خصوص اعتیاد به کار در نظام‌های علمی مجزا نظیر روان‌شناسی سازمانی، روان‌شناسی آزمایشگاهی، تحقیقات در حوزه سلامت، تجارت، روان‌پزشکی قرار دارند (مک‌میلن و همکاران ۱۹۹۲، ص ۴۱). علاوه بر این، چنان‌چه گفته شد مسأله اعتیاد به کار در جوامع صنعتی و پیشرفته نیز بیش از پیش به چشم می‌خورد. در همین راستا، "کاروشی" واژه ژاپنی است و به شرایطی از کار گفته می‌شود که فرد به کار اعتیاد پیدا می‌کند. ترجمه کلمه "کاروشی"، به مرگ ناشی از کار زیاد اطلاق می‌شود. ژاپن معمولاً به شکل یک فرهنگ "معتاد به کار" تصویر می‌شود. بسیاری از آن‌ها بر این باورند که ساعات زیاد کار کردن پشت میز، نشان‌دهنده وفاداری به سازمان است. بسیاری از کارمندان ژاپنی نسبت به ترک کردن زود هنگام کار بی‌میل بوده، براین عقیده‌اند که: «رئیس‌م نمی‌خواهد زودتر به منزل برود. چون رئیس وی نمی‌خواهد زودتر به منزل برود، پس من هم نمی‌توانم زودتر به منزل بروم، چون رئیس نمی‌خواهد زودتر به منزل برود». تخمین زده شده که سالیانه هزار نفر در ژاپن بر اثر "کاروشی" فوت می‌کنند. تحقیقی که در کشور هلند صورت گرفت، نشان می‌دهد ۳ درصد جمعیت کاری آن کشور، به عارضه‌ای به نام بیماری "اوقات فراغت" مبتلا هستند. یعنی افرادی که در تعطیلات آخر هفته یا تعطیلات رسمی که کار تعطیل است و باید به استراحت پرداخته یا تفریح کنند، به لحاظ روانی و جسمی، دچار مشکل می‌شوند و نمی‌دانند اوقات خود را چگونه سپری کنند و به ناچار، مدام به کار فکر می‌کنند (عنایتی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۱۱۰).

از این منظر، مهم‌ترین مشخصه‌های افراد معتاد به کار، جست‌وجو و حتی کار کردن در ایامی است که غالباً به عنوان اوقات فراغت خوانده می‌شود. این مسأله مخصوصاً با محوریت یافتن اقتصاد و همچنین رقابت‌های اقتصادی در جوامع بزرگ شدت بیشتری به خود گرفته است.

به عبارتی دیگر، اعتیاد کاری، نتیجه خواست فردی، بی‌استعدادی، نبود تحصیلات کافی، اشکالات اخلاقی و یا خانوادگی نیست. در بسیاری از نمونه‌ها تعداد زیادی از

افرادی که به این اختلال دچار می‌شوند، خودشان هم از مشکل خود بی‌اطلاع‌اند. تنها چیزی که می‌دانند این است که زندگی دیگر برایشان جذابیت ندارد و این امر هم به محیط کار و هم به خانه بسط پیدا می‌کند. در برخی از نمونه‌های دیگر هم افراد به موفقیت‌های بسیار زیادی می‌رسند، اما این موفقیت‌ها توانایی جلب رضایت آن‌ها را ندارد. کسی که به کار کردن معتاد می‌شود سعی می‌کند هر روز سخت‌تر از روز گذشته کار کند و به موفقیت‌های بیشتری برسد چرا که نمی‌تواند لحظه‌ای استراحت کند، وقایع اطراف خود را احساس کند و بوی موفقیت‌های امروز خود را استشمام کند. این برنامه‌های فشرده کاری نشات گرفته از عوامل درونی تر نظیر احساس ناامنی و تصویر مخرب ذهنی شخصی است. در بسیاری از موارد رفتارهای فرد معتاد به کار شامل تحمیل کردن کارهای زیاد به خودش است. از طرفی دیگر، این افراد معتاد به کار با توجه به اهمیتی که به کار خویش می‌دهند، حاضرند که فراتر از شرح وظایف خود به صورت داوطلبانه به فعالیت در جهت کارآیی و اثربخشی سازمانی بپردازند.

در نهایت معتادان به کار، رضایت از زندگی، رضایت شغلی، سلامت جسمی و روانی، عملکرد شغلی، تعهد سازمانی و درجه عجین شدن با کار بالایی دارند. با وجود ویژگی‌های منفی که اعتیاد به کار برای افراد در سازمان فراهم می‌آورد، جنبه‌ها و پیامدهای مبتنی نیز به همراه دارد. به عنوان مثال این پدیده باعث بروز تعهد سازمانی در محیط کار می‌شود (عسگری و همکاران ۱۳۹۰، ص ۱۳).

دنیای امروزی که سازمان‌ها ندانسته افراد مبتلا به اعتیاد کاری را تشویق می‌کنند بسیاری از سازمان‌های بزرگ همچنان در بی‌توجهی غرق شده‌اند و نمی‌دانند که چه مشکلات بزرگی این افراد را تهدید می‌کند.

این مشکلات می‌توانند از نبود دلگرمی در این افراد شروع شده و تا آزار و اذیت فردی، استرس بیش از اندازه و سایر مشکلات شخصی مانند طلاق و در نهایت ترک کار ادامه پیدا کند. چنین شرایطی می‌تواند به سرعت استرس و تنش بی‌شائبه‌ای را در فرد ایجاد کند و باعث ایجاد هرج و مرج و آشفتگی در محیط کار او شود. کسانی که دچار اختلال اعتیاد به کار هستند، تصور می‌کنند که همواره در حال راه رفتن بر روی لبه تیغ هستند و این امر ممکن است در نهایت بر سلامت روانی و اجتماعی فرد و همچنین بهره‌وری سازمان تاثیر منفی بر جای گذارد (قلی پور و همکاران ۱۳۸۷، ص ۱۱).



### ۳-۱- تفاوت اعتیاد به کار با پرکار بودن

مسئله اعتیاد به کار و اعتیاد روحی و روانی به آن، غالباً متفاوت از شرایطی است که به دلیل مشغله کاری و کار کردن زیاد رخ می‌دهد. آسیب اجتماعی اعتیاد به کار هنگامی قابل رؤیت است که در شرایطی خاص، افراد مبتلا به اعتیاد کاری، «کار» را به همه دغدغه روحی و روانی خود تبدیل سازند و مشکلات روانی و بهداشتی نیز برای خود و حتی اطرافیان خود پدید آورند. به عبارتی دیگر، اعتیاد به کار با پرکار بودن به دلایل ذیل تفاوت دارد (شافلی و همکاران، ۲۰۰۹، ص ۲۱).

۱. افراد پر کار، کار را به عنوان چیزی واجب انجام می‌دهند و گاه آن را یک وظیفه ارضا کننده می‌دانند. ولی معتادان به کار، کار خود را به عنوان جای امنی در نظر می‌گیرند که می‌توانند در حین انجام آن از احساسات و تعهدات ناخواسته خارج از کار دور شوند.

۲. افراد پر کار می‌دانند چگونه و در چه زمانی محدوده ای برای کار خود قائل شوند تا بتوانند به طور مناسب در کنار خانواده و دوستان حضور یابند. ولی کار برای معتادان به کار، بالاترین اهمیت را در فهرست امور زندگی دارد و به خاطر الزامات کار نمی‌توانند زمان کافی به خانواده و دوستان اختصاص دهند.

۳. از نظر فیزیولوژیکی معتادان به کار در مواجهه با ضرورت‌ها و موقعیت‌های سخت شغلی، ترشح اعتیاد آور آدرنالین را تجربه می‌کنند، ولی افراد کوشا و پر کار چنین حالتی ندارند.

۴. همچنین افراد کوشا و پرکار می‌توانند اشتیاق خود به کار را از بین ببرند ولی معتادان به کار نمی‌توانند دست از کار بکشند. آن‌ها حتی اگر در حال بازی گلف هم باشند، یا به دیدن نمایش مدرسه فرزند خود رفته باشند، باز هم فکرشان مشغول کار است. ذهن این افراد مدام درگیر مسایل و مشکلات کاری است.

در نهایت اینکه، افراد پر کار، کار را به عنوان چیزی واجب انجام می‌دهند و گاه آن را یک وظیفه ارضاء کننده می‌دانند ولی معتادان به کار، کار خود را به عنوان جای امن در نظر می‌گیرند که می‌توانند در حین انجام آن از احساسات و تعهدات ناخواسته خارج از کار دور شوند. افراد پرکار می‌دانند چگونه و در چه زمانی محدوده ای برای کار خود قائل شوند تا بتوانند به طور مناسب در کنار خانواده و دوستان حضور یابند، ولی کار برای معتادان به کار بالاترین اهمیت را در فهرست امور زندگی دارد و به خاطر الزامات کار نمی‌توانند زمانی به خانواده و دوستان اختصاص دهند. به طور کلی اعتیاد

به کارمربوط به صرف کردن زمان زیادی از وقت درکاراست، یعنی درگیری شناختی مداوم به همراه فکر به کار درطی اوقات فراغت (سنیر و همکاران، ۲۰۰۸، ص ۱۱۰). علاوه بر اثرات خارجی مؤثر بر روند اعتیاد به کار، ویژگی های روانی و شخصی افراد و همچنین شرایط فرهنگی حاکم بر یک جامعه، نیز در اعتیاد به آن مؤثر هستند. چنان چه در این باره می توان گفت از نظر افراد معتاد به کار، کار برای موجودیت شان حیاتی تلقی می شود.

از طرفی دیگر، پیوستگی خاصی میان اعتیاد به کار و ظهور وسایل ارتباطی و حتی صنعتی نوین دیده می شود. به طوری که معضل اعتیاد به کار نه تنها با ظهور وسایل تکنولوژیکی جدید از بین نرفته است، بلکه حتی عمق و گسترش بی سابقه ای نیز پیدا کرده است. بنابراین می توان گفت که در کنار تسهیلاتی که فناوری های جدید برای کار پدید آورده اند، به نوبه خود نوعی اعتیاد به کار را نیز تقویت کرده اند.

توضیح اینکه، اساساً این اعتقاد وجود دارد که فن آوری می تواند فشار حجم کاری افراد را کاهش دهد. ظهور کامپیوتر، دسترسی به اینترنت و فناوری موبایل پیش بینی شده بود، تا راه حلی برای رسیدن افراد به دستاوردهای بیشتر باشد. در واقع این تکنولوژی رفتارهای ناسازگاری را در راه های مهمی تقویت کرده است. حد فاصل بین کار و خانه به طور مؤثر حذف شده است. کارکنانی که تلاش می کنند تا محل کارشان را برای رسیدن به زندگی شخصی شان ترک کنند به طور مداوم با محل کارشان در ارتباط هستند. فشارهای محل کار هرگز از بین نمی رود. در همین زمان افزایش تکنولوژی فشارهای زمان را افزایش می دهد. اکنون با پست الکترونیک مجریان کار تحت فشار قرار می گیرند تا در طی چند ساعت نه چند روز پاسخگو باشند. علاوه بر این ابزار بهره وری ارائه شده از طریق فناوری تمایل به سمت تفکر کمال گرایی را افزایش داده است. بر این اساس به جای ایجاد زمان بیشتر برای صرف امورات زندگی شخصی، فناوری مدرن رفتارهای اعتیاد به کار موجود را تقویت کرده است.

### ۳-۲- اعتیاد به اینترنت

یکی از آسیب های اجتماعی، اعتیاد به اینترنت است و در جامعه جهانی با گسترش روز افزون اینترنت شاهد این مسئله هستیم که در اینجا به آن می پردازیم.

### ۳-۲-۱- تعریف اینترنت (شبکه جهانی)

اینترنت به عنوان یکی از ابزارهای اساسی رسانه‌های جمعی در جامعه امروز، نقش بارزی در خانواده‌ها از همان دوران کودکی دارد و حتی بیشتر از خانواده بر فرهنگ و هویت افراد، به خصوص در میان نسل جوان تأثیر می‌گذارد. «در جامعه‌ای که به سمت فناوری و فناوری مدرن سوق یافته و اطلاعات و آگاهی از همه واقعیت‌ها و حقایق زندگی در این فناوری موجود است، شاهد آن هستیم که جوانان و نسل نوجوان جامعه ما ارزش‌ها و اعتقادات خود را متفاوت از خانواده، حکومت و حتی رسانه ملی بدانند. امروزه این فناوری بر هویت اجتماعی جدید جوانان در تمام سطوح زندگی با توجه به محدودیت‌هایی هنجاری، رفتاری و عملکردی که در سطح خرد و کلان جامعه به عنوان یک حقیقت واقعی وجود دارد، اثرگذارست. این وسیله توانسته جامعه‌پذیری ارزشی و هنجاری جدیدی را برای نسل جوان ما به وجود آورد. استفاده مفرط نسبت به گسترش این فرایند جامعه‌پذیری و اشاعه تعاملات مجازی در اتاق‌های گفتگو، بازی‌های رایانه‌ای و... همگی به اعتیاد برخط کمک شایانی می‌کند» (شعاع کاظمی و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۲۱). به علاوه می‌توان گفت که شبکه اینترنت همانند یک محل مجازی ملاقات عمومی شهروندان جهان است. یک نقطه تلاقی عمومی است که در آن میلیون‌ها نفر از بیش از ۱۵۵ کشور جهان با هم در رابطه قرار می‌گیرند. سازمان عظیمی است که نظم آن از پیش تا حدودی تنظیم شده است. آنان در هر آن، به کسب اطلاع درباره مسایل مختلف، گفتگو، بازی، تجارت، جستجوی علمی، مشاهده تصاویر مختلف، استماع صداها و آهنگ‌ها، مشاهده فیلم‌ها و بسیاری اقدامات دیگر می‌پردازند. اینترنت یک بانک اطلاعاتی نیست، بلکه گسترده‌ترین و با اهمیت‌ترین شبکه کامپیوتری جهان است و شاید نمونه‌ای اولیه از بزرگراه‌های اطلاعاتی ربع اول قرن بیست و یکم باشد. اینترنت در حکم مخزنی از اطلاعات خوب، بد، زشت و زیبا، اخلاقی و غیره اخلاقی می‌تواند تلقی شود (محسنی، ۱۳۸۰، ص ۲۱).

### ۳-۲-۲- معضلات و ویژگی‌های اعتیاد به اینترنت

نتیجه پژوهش‌های انجام شده در اکثر کشورها نشان می‌دهد که بیشترین استفاده کنندگان از اینترنت جوانان هستند و ۳۵ درصد از آن‌ها به دلیل حضور در چت روم، ۲۸ درصد برای بازی‌های اینترنتی، ۳۰ درصد به منظور چک کردن پست الکترونیکی

و ۲۵ درصد به دلیل جستجو در شبکه‌های جهانی هستند (رحیمی ۱۳۹۰، ص ۸۳).  
 اعتیاد به اینترنت می‌تواند مشکلات جدی تحصیلی و خانوادگی برای مخاطبان به وجود آورد اگر استفاده کنندگان از اینترنت نتوانند به مدت یک ماه دوری از اینترنت را تحمل کنند، در معرض خطر اعتیاد به آن قرار دارند. و متأسفانه شاهد این پدیده در میان جوانان هستیم. به طوری که برخی از جوانان شبها را تا صبح با اینترنت می‌گذرانند و تمام صبح را خواب هستند و این مسئله آغازگر آسیب‌های متعدد دیگر نیز می‌شود. از جمله این آسیب‌ها می‌توان به آسیب‌های خانوادگی، ارتباطی، عاطفی، روانی، جسمی و اقتصادی اشاره کرد (رحیمی ۱۳۹۰، ص ۸۳).

بطور کلی اعتیاد به اینترنت را می‌توان به عنوان نوعی استفاده از اینترنت که بتواند مشکلات روان شناختی، اجتماعی، درسی و یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند تعریف کرد (امیدوار و صارمی، ۲۰۰۱، ص ۳۳). می‌توان گفت با توجه به اینکه در دنیای امروزه نیازمندی به اینترنت بیشتر شده است و دانش آموزان بازی های رایانه‌ای و استفاده از اینترنت را جایگزین بازی های معمول و اوقات فراغت سالم کرده اند احتمال اینکه این افراد دچار اعتیاد به اینترنت شوند زیاد است. در واقع هرچه افراد وقت بیشتری را صرف دنیای اینترنت کنند، احتمال اینکه وابستگی به آن پیدا کنند بیشتر است.

به طور کلی، اعتیاد اینترنتی به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری و کنترل انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد. اعتیاد اینترنتی به عنوان یک رفتار وسواسی یا آرزوی برقراری پیوند، یا شاید حتی نمودی از انتقال و یا بازتاب روابط ابژه و یا رفع نیاز قلمداد می‌شود (۱۶). اعتیاد اینترنتی پدیده‌ای است که از سه ویژگی برخوردار است:

۱. نوعی اختلال و بی‌نظمی وسواسی است که برخی ویژگی‌های آن مشابه شرایط آسیب شناسانه است. در واقع زمانی می‌توان گفت که فرد دچار اعتیاد به اینترنت شده است که دارای علائم خستگی زودرس، تنهایی و افسردگی و غیره باشد.

۲. نوعی اختلال و بی‌نظمی روانی است. از این دیدگاه زمینه تحقیق جدیدی تحت عنوان روان‌درمانی اینترنتی ظهور کرده است. این دیدگاه معتادان اینترنتی را به عنوان بیمار می‌بینند.

۳. نوعی مشکل رفتاری است. دلیل این مسئله نیز، وجود یک رابطه قوی بین اعتیاد اینترنتی و وابستگی شیمیایی است. مطالعات نشان داده است که افرادی که مشکلات وابستگی شیمیایی دارند در هفته وقت بیشتری را صرف اینترنت می‌کنند تا کاربران

وابسته غیر شیمیایی (۱۶). بنابراین اعتیاد اینترنتی به دلایل متعددی که می‌تواند افراد را به مدت زیادی در فضای مجازی نگه دارد و زندگی فردی و اجتماعی آنان را به طور گسترده‌ای تحت تأثیر قرار دهد، می‌تواند آثار سوئی در پی داشته باشد. از این منظر، افرادی که اعتیاد اینترنتی را تجربه می‌کنند دارای ویژگی‌ها و علائم مخصوصی هستند که شواهد زیادی برای ابتلای آنان به مشکلات روحی، روانی و بهداشتی مشاهده می‌شود. در همین زمینه، سامسون و کین، براین باورند که فرد معتاد به اینترنت دارای علائم ذیل هستند:

۱. در حین برخط بودن، زمان را از دست می‌دهد.
  ۲. ساعات ضروری خواب را صرف برخط بودن می‌کند.
  ۳. موقعی که زمان برخط بودن تمام یا قطع شود، عصبانی می‌شود.
  ۴. چنانچه به وی اجازه دسترسی به اینترنت داده نشود، کج خلقی می‌کند.
  ۵. زمانی را که باید تکلیف درسی یا کاری را انجام دهد، صرف برخط بودن می‌کند.
  ۶. ترجیح می‌دهد برخط شود تا اینکه با دوستان و خانواده باشد.
  ۷. از محدودیت زمانی که برای وی جهت استفاده از اینترنت تعیین شده است، سرپیچی می‌کند.
  ۸. به دیگران راجع به اینکه چه مدت برخط بوده است، دروغ می‌گوید.
  ۹. روابط جدیدی با کسانی که هنگام برخط بودن ملاقات کرده است، تشکیل می‌دهد.
  ۱۰. خسته تر و کج خلق تر از زمانی می‌شود که ذهن خود اینترنت جزیی از زندگی وی نبود.
  ۱۱. موقعی که از کامپیوتر دور است، ظاهراً را مشغول نوع فعالیت‌های موردنظر در برخط شدن بعدی می‌کند.
  ۱۲. استفاده وی از اینترنت باعث شده از سایر فعالیت‌هایی که قبلاً برای او لذت بخش بودند، دست بکشد.
  ۱۳. موقعی که برخط نباشد، احساس خستگی، بدخلقی و افسردگی می‌کند. حالت بدخلقی وی موقعی بهبود می‌یابد که دوباره برخط شود» (معیدفر و همکاران، ۱۳۸۳، ص ۲۵).
- بنابراین وجود چنین ویژگی‌هایی حاکی از اعتیاد اینترنتی است که به نوبه خود آسیب‌های روانی و فردی را به دنبال خود می‌آورد.

## ۳-۲-۳- آسیب‌های اینترنتی

با توجه به گسترش پژوهش‌های متعدد در حوزه آسیب‌های اینترنتی، توافقی هنوز در حوزه تعریف اعتیاد به اینترنت در بین روان‌شناسان و جامعه‌شناسان به صورت اجماع بیان نشده است. همچنین، نظریه جامعی که بتواند تعیین کند که چگونه این اختلال بهداشت روانی و اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، ممکن است وجود نداشته باشد. با این حال، اختلالات روحی و روانی آسیب‌های اینترنتی امری مشهود است و از این جهت می‌توان آثار ناشی از اعتیاد به اینترنت را در حوزه‌های مختلف زندگی فرد مشاهده نمود. به همین دلیل است که در زمینه آسیب‌های اینترنتی چنین بیان می‌شود: «نوعی استفاده از اینترنت که بتواند مشکلات روان‌شناختی، اجتماعی، درسی یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند. در واقع؛ رایج‌ترین این اصطلاح اعتیاد به اینترنت، نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد می‌کند» (۲). به هر حال، پیامدهای آسیب‌زایی اینترنت از عوارض زندگی دنیای مدرن است و در جوامع شرقی و در حال توسعه ممکن است بدون برنامه‌ریزی و بدون کنترل و نظارت باشد. به همین دلیل است که مشکل اعتیاد اینترنتی در ایران نسبت به جامعه غربی معنایی خاص به خود گرفته است. توضیح اینکه «یکی از علت‌های مهم روند رو به رشد مشکل اعتیاد اینترنتی در ایران، این است که مدیریت کلان اجتماعی برنامه‌ریزی مناسبی برای رفع مشکلات کاربران، شرایط مناسب ادامه تحصیل و مشکلات معیشت ننموده، برنامه‌ریزان اجتماعی برنامه مناسبی ارائه نکرده‌اند. همچنین در زمینه نحوه استفاده از اینترنت کار فرهنگی صورت نگرفته است. در صورت ادامه این روند، باید شاهد عوارض آسیب‌جدیدی باشیم که جامعه را تهدید می‌کند» (کرمانشاهی، ۲۰۰۶، ص ۲۱).

بدین ترتیب، آسیب‌های اینترنتی همانند دیگر اعتیادهای موجود در سطح جامعه به صورت خرد و کلان همراه با اختلال روانی و بی‌نظمی اجتماعی روبه‌روست. این‌گونه مشکلات و معضلات بر روی فرد، خانواده و جامعه‌ای که فرد در آن زندگی می‌کند، اثرگذار است. مشخصه‌هایی چون: نیاز به افزایش زمان الزم برای کسب مطلوبیت در هنگام استفاده از اینترنت، کناره‌گیری از زندگی روزمره و عدم تعاملات انسانی و اجتماعی مناسب با دیگران، اضطراب و استرس، بی‌حوصلگی، رعشه و ارتعاش در روان و بدن افراد و... اختلالاتی هم‌چون: افسردگی، تندخویی و بدخلقی که جنبه‌های عاطفی زندگی افراد را در بر می‌گیرد، از هم‌گسیختگی خانواده و روابط و مناسبات

اجتماعی با خانواده، دوستان، فامیل، همسایگان و همکاران و... نبود یا کاهش روابط اجتماعی از بعد کمی و کیفی و... از نشانه‌های اجتماعی اعتیاد برخط (آنلاین) است. از طرفی، افراد در صورت استفاده بی‌رویه از اینترنت، نه تنها رفتارهایی متفاوت با الگوی رایج در جامعه از خود نشان می‌دهند، بلکه نوع تفکرشان نیز با اکثریت افراد جامعه متفاوت است. افراد؛ اندیشه‌های و سواستی راجع به اینترنت دارند، کنترل چندانی بر سواست و انگیزه‌های اینترنتی-شان ندارند و حتی فکر می‌کنند اینترنت تنها دوست آن‌هاست.

#### ۴- نتیجه‌گیری

اعتیاد دارای جنبه‌ها و مظاهر متعددی است که لزوماً نمی‌تواند به مباحث عامیانه‌ای نظیر اعتیاد به مواد مخدر ختم شود. چه اینکه اعتیاد به یک شیء، شخص و حتی یک رفتار اجتماعی ناسالم و تکرار آن در دوره‌های زمانی مختلف می‌تواند آثار و تبعاتی به دنبال داشته باشد. هرچند بهره‌گیری از اینترنت و کار و تلاش یک امر پس‌نیدیده و یک حسن فردی و اجتماعی تلقی می‌شود، اما وابستگی به این دو و جایگزین کردن آنان با سایر فعالیت‌های اجتماعی تأثیرات نامطلوبی بر روان و بهداشت فرد می‌گذارد که به نوبه خود نوعی اعتیاد نیز تلقی می‌شوند و سلامت و فرد و جامعه را نیز تهدید می‌کنند.

از مواردی که در این نوشتار به آن پرداخته شده، اعتیاد به کار و اعتیاد به اینترنت است. پیامدهای اعتیاد به کار نیز در برخی از مطالعات مثبت و برای سازمان، مفید عنوان شده‌اند و در مطالعات دیگر اعتیاد به کار را پدیده‌ای منفی و مضر برای افراد و سازمان معرفی نموده‌اند. در نهایت به سازمان‌ها پیشنهاد می‌شود که در درجه اول، به طور مستمر یا در مقاطع زمانی خاص، وضعیت اعتیاد به کار کارکنان را مورد اندازه‌گیری و ارزیابی قرار دهند و بر اساس آن، راهبردهای برخورد و مواجهه با این پدیده را تدوین کنند. مدیریت پدیده اعتیاد به کار، صرفاً به معنای حذف، کاهش یا افزایش آن نیست، بلکه کنترل این پدیده و حفظ آن در سطح مناسب اهمیت دارد. با توجه به اینکه اعتیاد به کار می‌تواند اثرات منفی نیز در بلندمدت بر روی کارکنان یک سازمان و حتی آحاد جامعه داشته باشد، بر همین اساس باید به طور مؤثری مدیریت شود و با تنظیم ضوابط و قواعدی، از صرف کردن وقت قانونی و اعتیاد افراد به کار جلوگیری شود. این مسأله مخصوصاً در ادارات دولتی معمولاً در نزد برخی از

کارمندان نیز دیده می شود که با علاقه وافری اعتیاد به کار دارند و حتی از وظایف خانوادگی و اجتماعی خویش باز می مانند. به طوری که هم باعث ارتقاء رفتارهای مطلوب سازمانی گردیده و هم بر زندگی شغلی و شخصی کارکنان اثر سوء برجای نگذارد.

علاوه بر اعتیاد به کار، اعتیاد به اینترنت یکی دیگر از معضلات و آسیب های اجتماعی است که تأثیرات نامطلوبی بر اقشار جامعه از جمله جوانان بر جای می گذارد. اینترنت در بین افراد جامعه دشمن تلقی نمی شود؛ اما باعث شده که به دلایل متعدد، افراد جامعه را از زندگی واقعی دور کند و تأثیرات منفی بر زندگی افراد بگذارد. بر این اساس، امروزه پیشگیری بر درمان در جامعه ما، به خصوص نسل جوان که گریبان گیر آن است، بسیار اساسی است و باید توجه خاصی به آن داشت. تحقیقات نشان داده است که رابطه افسردگی با اعتیاد به اینترنت در میان نسل جوان بیانگر آن است که علائمی که افراد معتاد به اینترنت از خود نشان می دهند نوعی تفکر وسواس گونه در آنان است و به عقیده برخی از کاربران، اینترنت احتمال رهایی از استرس در دنیای واقعی را فراهم می کند و این با پرخاشگری فرد ارتباط دارد. برای پیشگیری از بحران اعتیاد به اینترنت میتوان از طریق آموزش در خانواده، مدارس و دانشگاه ها، فرهنگ استفاده صحیح از کامپیوتر، اینترنت و امکانات آن را جایگزین شیوه های نادرست استفاده از اینترنت کرد.



## منابع

- \* امیدوار، احمد و صارمی، علی اکبر. (۱۳۸۱ب)، «اعتیاد به اینترنت». مشهد: تمرین.
- \* رحیمی محمد، آشفته تهرانی، امیر (۱۳۹۱)، عوامل اجتماعی مؤثر بر شکاف بین نسلی (مطالعه موردی شهر خلخال در سال ۱۳۹۰)، مقاله ۵، دوره ۲، شماره ۷، زمستان ۱۳۹۱، صفحه ۷۹-۹۸
- \* زارعی متین، حسن، جمشیدی کهساری، حمزه. (۱۳۸۹). بررسی پدیده اعتیاد به کار در بین پرستاران ایران (تفاوت جنسیتی بین زن و مرد) مطالعه موردی: پرستاران شاغل در بیمارستان های استان مازندران. مجله علمی مدیریت فرهنگ سازمانی، ۸(۲۱)، ۱۳۳-۱۵۷.
- \* شجاع کاظمی، مهرانگیز (۱۳۸۵) جرم و راههای پیشگیری از آن، معرفت، شماره ۱۰۳.
- \* عصر اطلاعات: اقتصاد، جامعه و فرهنگ / مانوئل کاستلز؛ [مترجم] عبدالاحد علیقلیان، افشین خاکباز، تهران: طرح نو، ۱۳۸۰.
- \* کوکی، مهدی (۱۳۸۳)، علل اعتیاد جوانان و نوجوانان از نظر روانشناختی و جامعه شناسی و توصیه های پیشگیرانه، ماهنامه دادرسی، پیاپی ۴۵ (مرداد و شهریور ۱۳۸۳)، ص ۳۹
- \* فریز، جنیفر، ۱۳۸۱، اعتیاد مدرن، ترجمه احمد رحیمی مقدم، نشریه ابرار.
- \* عسکری آزاده، نوری ابوالقاسم. بررسی رابطه اعتیاد به کار با ابعاد سلامت عمومی در کارکنان یک شرکت صنعتی در اصفهان. سلامت کار ایران. ۱۳۹۰ □ ۸ (۲): ۱۴-۰.
- \* قلی پور، آریین، نرگسیان، عباس، طهماسبی، رضا. (۱۳۸۷). اعتیاد به کار: چالش جدید مدیریت منابع انسانی سازمان ها. فصلنامه دانش مدیریت (منتشر نمی شود) ۲۱(۴)، -.
- \* معید فر، سعید، حبیب پور گتابی، کرم، و گنجی، احمد. (۱۳۸۴). اعتیاد اینترنتی علل و پیامدهای آن فصلنامه رسانه، ۱۶(۳) ۳۹ - ۶۷

- \* Ghezelsoffa. M. T. The Middle East and Islam: A Critical Analytical Media in Post-Colonial Studies. Journal of Geographical Research. ۱۲۸) ۱ :۲۰۱۸); pp ۷۷-۶۵.
- \* Inayati. GH.R. Shaekari. GH. Tahmasebi. R. Ghaffari. H. Shabani. M. Investigating the relationship between workaddiction and organizational commitment. Journal Management and Development Process. ۱) ۲۵ :۲۰۱۲); pp ۱۱۴-۹۳.
- \* Kermshaie. M. Networking Society and the Information Age. Translated by Chavoshian. M. Tehran: Publications Tarh No; ۲۰۰۶.
- \* McMillan, L.H.W., Brady, E.C., O'Driscoll, M.P., Marsh, N.V. "A multifaceted study of Spence and Robbins' (۱۹۹۲) workaholism battery", Journal of Occupational and Organizational Psychology, Vol. ۳) ۷۵ :۲۰۰۲); pp. ۶۸-۳۵۷.
- \* Schaufeli, W.B.; Bakker, A.B.; Van Der Heijden, F. M. M. A., & Prins, J. T. (۲۰۰۹).
- \* Snir, R. and Harpaz, I. Attitudinal and demographic antecedents of workaholism, Journal of Organizational Change Management, University of Haifa, Haifa, Israel. ۲۰۰۴.
- \* Snir, R. and Zohar, D. (۲۰۰۸). "Workaholism as Discretionary Time Investment at Work: An Experience-Sampling Study", Applied Psychology: An International Review, Vol. ۵۷, Issue. ۱, P: ۱۲۷-۱۰۹.

## **An Analysis of Social Injuries; Internet Addiction and Work Addiction**

Afshin Jafari

(Ph.D) Assistant of Professor, Payame-Noor University, P.O.BOX: ۳۶۹۷-۱۹۳۹۵, Tehran, Iran. Email: jafariafshin@yahoo.com

Received: ۲۱ August ۲۰۱۹ Accepted: ۱۴ Desember ۲۰۱۹

### **Abstract**

Introduction: Understanding the factors affecting social harm is one of the most important concerns of today's societies. Specifically, social problems such as Internet addiction and even work addiction are social injuries that require control, planning, and prevention. This descriptive-analytical study utilized documentary and library resources to investigate social damages such as internet addiction and addiction. This approach has the advantage that it analyzes the collected data in an analytical way. Addiction begins with a need, and certainly every society is faced with a variety of aberrations and problems that are detrimental to its developmental process, appropriate to its conditions, culture, and growth. However, Internet addiction and addiction to work in new kinds of problems are emerging issues in contemporary society that are themselves a factor in the emergence of other social disadvantages. Using techniques such as labor law regulation and proper use of Internet media and increasing media literacy are some of the solutions that can reduce the effects of work addiction. Supporting governments' support for reforming labor laws and limiting cyberbullying can also be a solution to reducing work addiction and Internet addiction.

**Keywords:** work addiction, internet addiction, social injuries.



studies of economic  
jurisprudence