

نقش واسطه‌ای رفتارهای سلامت در رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت و استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت*

شیرین معزالدینی^۱، شهلا پاکدامن^{۲*}، امید شکری^۳

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه شهید بهشتی
۲. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران (pakdaman.shahla@gmail.com).
۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف آزمون نقش واسطه‌ای رفتارهای سلامت در رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رفتار استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت در دانشجویان انجام شد. **روش:** در این پژوهش همبستگی، ۲۷۹ دانشجوی (۱۱۶ پسر و ۱۶۳ دختر) که با استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند، به نسخه کوتاه پرسشنامه پنج عاملی بزرگ شخصیت (مک‌کری و کاستا، ۱۹۸۷)، نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت - نسخه تجدیدنظرشده دوم (والکر، سیچریست و پندر، ۱۹۹۵) و مقیاس غربالگری استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت (جلینکینگ و همکاران، ۲۰۱۴) پاسخ دادند. به منظور آزمون روابط مفروض در مدل پیشنهادی از روش آماری مدلیابی معادله ساختاری استفاده شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که مدل واسطه‌مندی نسبی رفتارهای ارتقا دهنده سبک زندگی سلامت‌محور در رابطه ویژگی‌های شخصیتی و استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت با داده‌ها برازش مطلوبی داشت. نتایج نشان داد که در مدل مفروض، تمامی وزن‌های رگرسیونی از لحاظ آماری معنادار بودند و متغیرهای صفات شخصیت و رفتارهای سلامت، ۴۲ درصد از واریانس نمرات رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت را تبیین کردند. **نتیجه‌گیری:** در مجموع، نتایج مطالعه حاضر همسو با دیگر دغدغه تحکات نظری و تجربی نشان داد که پنج عامل بزرگ شخصیت از طریق تقویت و یا تضعیف منابع خودنظم‌بخشی مانند حالت‌های عاطفی، ادراکات از کنترل و جهت‌گیری‌های هدف‌مدارانه و متعاقب آن فراخوانی رفتارهای تسهیل‌گر/بازدارنده سبک زندگی سلامت‌محور، در پیش‌بینی رفتار استفاده پرخطر و مشکل آفرین از فناوری اینترنت در دانشجویان موثر واقع می‌شود.

کلیدواژه‌ها: استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت، رفتارهای سلامت، ویژگی‌های شخصیتی

* مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول است.

مرور شواهد تجربی نشان می‌دهد که استفاده از اینترنت به طور روزانه در غالب گروه‌های سنی به یک پدیده جهانی تبدیل شده است. با رشد سریع فناوری اینترنت، اینترنت، بخشی اساسی از زندگی روزانه را شکل داده است. با این وجود، استفاده مفراط یا کنترل نشده از اینترنت، نرخ رفتارهای پرخطر را در بستر این فناوری سبب شده است (آریویلاگا و اکستریمرا، ۲۰۲۰؛ وینستین و لیجایوس، ۲۰۱۰). به بیان دیگر، روند شتابان استفاده از اینترنت، زمینه‌ساز پدیدایی اشکال مرضی و مشکل‌آفرین استفاده از اینترنت یا اعتیاد به اینترنت شده است (پیتاروسا و همکاران، ۲۰۲۰). بر اساس دیدگاه محققان، استفاده مشکل‌آفرین از اینترنت با نشانگرهایی مانند ناتوانی در محدودسازی استفاده از اینترنت^۱، تداوم استفاده از اینترنت با وجود مشکلات تحصیلی و بدکارکردی‌های اجتماعی^۲ و همچنین، احساس اضطراب در مواقع عدم دسترسی به اینترنت^۳ مشخص می‌شود (چانگ و لین، ۲۰۱۹). به بیان دیگر، استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت به ناتوانی فرد در کنترل خویشتن برای استفاده از اینترنت دلالت دارد که البته دشواری‌های روان‌شناختی، اجتماعی، تحصیلی و حرفه‌ای را در زندگی وی سبب می‌شود (اسپادا، ۲۰۱۴). علاوه بر این، محققان تاکید می‌کنند که استفاده از اینترنت با هدف‌هایی مانند قمار^۴، چت^۵، بازی^۶ و هرزه‌نگاری^۷ در ایجاد پدیده استفاده مشکل‌آفرین از اینترنت و اعتیاد به اینترنت تاثیرگذار است (مورینا، ایکاف، ژائو، یانگ و کاکس، ۲۰۱۹). همچنین، نتایج مطالعات مختلف نشان می‌دهد که در خلال دو دهه گذشته استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت به ویژه در بین نوجوانان و جوانان به یک نگرانی ناظر بر سلامت عمومی در سطح جهانی تبدیل شده است (تسیتسیکا، جانیکیان، گریدانیوس، عمر و مریک، ۲۰۱۳).

در خلال سال‌های گذشته، تعداد زیادی از محققان بر توان تبیینی عوامل شخصیتی در پیش‌بینی رفتار آدمی در موقعیت‌های مختلف تاکید کرده‌اند (عبدالله‌پور، شگری، تقی‌لو، طولابی و فولادوند، ۱۳۹۱؛ محمدی، شگری و و سپاه منصور، ۱۳۹۷؛ استاجکوویک، بندورا، لاکي، لی و سرجنت، ۲۰۱۸؛ فرنهام و چنگ، ۲۰۱۹؛ بیولاو و کایتن، ۲۰۲۰). در نظریه صفتی پنج عامل^۸، شخصیت به

1- pathological/problematic internet use
 2- internet addiction
 3- internet usage
 4- social dysfunction
 5- feeling anxious when internet access is limited
 6- gambling
 7- chatting
 8- playing games
 9- pornography
 1 - Big Five trait theory

عنوان پنج خوشه رفتار عادت‌ی^۱ شامل وظیفه‌شناسی^۲، سازگاری^۳، برون‌گردی^۴، گشودگی^۵ و روان‌آزوده‌گرایی^۶ است (ساوا و پوپا، ۲۰۱۱). در این نظام مفهومی، صفات بیانگر تمایلاتی درونی^۷ و رفتارهایی است که سبب می‌شود افراد در موقعیت‌ها و زمان‌های متفاوت علاقه‌مند به انتخاب فعالیت‌هایی باشند که به طور مشخص با صفات شخصیتی آنها رابطه نشان می‌دهند (اسلر و همکاران، ۲۰۱۷). طبقه‌بندی پنج عامل به عنوان یک نظام منسجم ایفای نقش می‌کند چرا که خطوط کاملاً متفاوتی از توصیف‌گری‌های شخصیتی را در یک چهارچوب مفهومی مشترک^۸ جمع می‌کند (آشیو، تاکا، هیرانو و سعید، ۲۰۱۸؛ یگانه، ۱۴۰۱).

مرور شواهد تجربی نشان می‌دهد که صفات شخصیت یکی از عوامل اثرگذار بر اشکال مختلف رفتارهای استفاده از اینترنت مانند رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین و استفاده مرضی از فناوری اینترنت، محسوب می‌شوند (لاندرس و لانسوری، ۲۰۰۶؛ ژو و همکاران، ۲۰۱۷؛ دیریس - هیرچی، پاپی، ویلدت، کیایان و بوتیل، ۲۰۲۰؛ پیتاروسا و همکاران، ۲۰۲۰؛ استید و بیبی، ۲۰۱۷). محققان علاقه‌مند به ظرفیت تفسیری صفات شخصیت در تبیین رفتارهای پرخطر تاکید می‌کنند با فرض مشابهت در مختصات کنشی عوامل بافتاری در رجوع به استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت، یکی از علل درونی تصریح‌کننده تمایز در رفتارهای اینترنتی از طریق صفات شخصیتی قابل توضیح است (کارور و کانر - اسمیت، ۲۰۱۰). افراد با نمره بالا در خصیصه گشودگی، کنجکاو، مستقل، غیرسنتی، اصیل، دلیر، دارای تخیل قوی، غیرمتعصب، باهوش، خلاق و نوآور و علاقه‌مند به تفاوت‌ها هستند (بایلاو و سایتان، ۲۰۲۰). در تعدادی از مطالعات محققان دریافته‌اند که عامل گشودگی نسبت به تجارب جدید با استفاده ناسالم از اینترنت رابطه ندارد (دارک و سینل - دارک، ۲۰۱۴؛ راندلر، هارزام و والمیر، ۲۰۱۴؛ سرویدیو، ۲۰۱۴) و در مقابل، گروه دیگری از محققان تاکید کردند بین عامل گشودگی و رفتارهای پرخطر اینترنتی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (کاس، ونروچی، شارتر، گریفیتس و وندیمین، ۲۰۱۳؛ رحمانی و لوسانی، ۲۰۱۱؛ تاتین و بوسنجاک، ۲۰۰۱). نتایج مطالعات داراک و سینل - داراک (۲۰۱۴) و مکایلروی، هندریچسان، تانسدن و دیماری (۲۰۰۷) نیز بر رابطه منفی و معنادار بین گشودگی نسبت به تجارب جدید با استفاده ناسالم از اینترنت، تاکید کردند. عامل وظیفه‌شناسی از طریق وجوهی مانند نظم و انضباط، برنامه‌ریزی، هدف‌گرایی، قانون‌گرایی و پایبندی به اصول و قواعد، سخت‌کوشی و تلاش‌باوری

-
- 1- five clusters of habitual behaviors
 - 2- conscientiousness
 - 3- agreeableness
 - 4- extraversion
 - 5- openness to experience
 - 6- neuroticism
 - 7- innate dispositions
 - 8- common conceptual framework

مشخص می‌شود (بایلاو و سایتان، ۲۰۲۰). نتایج غالب مطالعات نشان می‌دهد که بین صفت وظیفه‌شناسی و رفتارهای استفاده ناسالم از اینترنت رابطه منفی و معنادار وجود دارد (دارک - باتیگان و کلیک، ۲۰۱۱؛ رحمانی و لواسانی، ۲۰۱۱؛ راندلر و همکاران، ۲۰۱۴؛ سرویدیو، ۲۰۱۴؛ ژو، لی، لی، وانگ و ژائو، ۲۰۱۶). طبق دیدگاه کایس و همکاران (۲۰۱۶) در مقایسه با افراد دارای وظیفه‌شناسی بالا، افراد با وظیفه‌شناسی پایین، کمتر به رفتارهای استفاده پرخطر از اینترنت تمایل نشان می‌دهند. برونگردی از طریق میزان و شدت تعامل اجتماعی افراد تعریف می‌شود و بیانگر آن است که آنها قادرند در ساحت عمل، خودباورانه، جسورانه و رقابت‌جویانه عمل کنند. تعداد زیادی از محققان علاقه‌مند هستند بدانند افراد برونگرا چگونه با استفاده از اینترنت خود را بیان می‌کنند و این که اساساً آنها بیشتر به شیوه‌های سالم استفاده از اینترنت تمایل نشان می‌دهند یا شیوه‌های ناسالم (بایلاو و سایتان، ۲۰۲۰). بر اساس نتایج برخی از مطالعات رابطه بین برونگردی و استفاده ناسالم از اینترنت، منفی و معنادار (اندرسون، ۲۰۰۸؛ مک‌ایلروی و همکاران، ۲۰۰۷؛ سرویدیو، ۲۰۱۴؛ وندرا و همکاران، ۲۰۰۹؛ پورتا - کورتس و کاربانیل، ۲۰۱۳) و بر اساس نتایج مطالعات رحمانی و لواسانی (۲۰۱۱) و هوانگ و همکاران (۲۰۱۴)، رابطه بین برونگردی و استفاده ناسالم از اینترنت، مثبت و معنادار بود. در مطالعات دیگری مانند آندرسن و همکاران (۲۰۱۳)، باتیگان و کلیک (۲۰۱۱) و باکتر، کاستیلی و شیتس (۲۰۱۲) بر عدم معناداری رابطه بین عامل برونگردی و استفاده ناسالم از اینترنت تاکید شده است. افراد سازگار تمایلی به رقابت ندارند و کمتر در موقعیت‌های متعارض قرار می‌گیرند. همچنین، این افراد اغلب صبور و بخشایشگر هستند و به روش‌های مواجهه قهرآمیز، آمرانه و اجتنابی تمایل نشان نمی‌دهند (کارور و کانر - اسمیت، ۲۰۱۰). نتایج غالب مطالعات به طور باثباتی نشان داده‌اند که بین عامل سازگاری و استفاده ناسالم از اینترنت، رابطه منفی وجود دارد (ژو و همکاران، ۲۰۱۶؛ آندرسن، ۲۰۰۸؛ رندلر و همکاران، ۲۰۱۴؛ سرویدیو، ۲۰۱۴؛ وندرا و همکاران، ۲۰۰۹؛ پورتا - کارتیس و کاربونیل، ۲۰۱۳). روان‌آزوده‌گرایی یا فقدان تعادل هیجانی از طریق تجربه احساسات منفی و تلاش برای استفاده از روش‌های مقابله ناسازگارانه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا مانند انکار و فاصله‌گذاری، مشخص می‌شود (کارور و کانر - اسمیت، ۲۰۱۰). بنابراین، افراد نوروتیک به دلیل تجربه احساسات منفی و تلاش برای استفاده از روش‌های مقابله ناسازگارانه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا، اغلب از اینترنت به صورت ناسالم استفاده می‌کنند (دانگ و داماس، ۲۰۲۰؛ کائو و سو، ۲۰۰۶؛ هامبرگر و بن - آرتزی، ۲۰۰۰؛ هاردی و تی، ۲۰۰۷؛ بولات - سرین، ۲۰۱۱؛ تسای و همکاران، ۲۰۰۹).

با وجود انباشت اطلاعاتی معطوف بر رابطه بین پنج عامل بزرگ شخصیت و رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت، فقر اطلاعاتی درباره تصریح مکانیزم‌های زیربنایی این رابطه با

استفاده از رویکردی فرایندنگر؛ توسعه مدل‌های علی واسطه‌ای را سبب می‌شود. بر اساس شواهد نظری و تجربی موجود، در بافت اطلاعاتی مدل صفتی پنج عامل بزرگ شخصیت و نظریه شخصیت - مقابله - پیامد (گلاگر، ۱۹۹۶)، یکی از مهمترین حلقه‌های مفهومی توضیح دهنده ویژگی‌های کارکردی صفات شخصیتی در قلمروهای مختلف، سازه چندوجهی راهبردهای مقابله است (ژو و همکاران، ۲۰۱۷؛ ژو و همکاران، ۲۰۱۶). بر اساس شواهد موجود، رفتارهای تسهیل‌گر سبک زندگی سلامت‌محور به مثابه یک شیوه مقابله، یکی از مهمترین معابر مفهومی قابل جستجو در رابطه صفات شخصیت و عناصر پساپسندی مختلف است (آی، لیو و ژئو، ۲۰۱۹؛ سیرویس و هیرسچ، ۲۰۱۵). رفتارهای تبیین‌کننده سلامت بیانگر اعمال و ادراکاتی هستند که بر سطح بهزیستی، خودشکوفایی و رضامندی افراد اثرگذارند (گنزالز و همکاران، ۲۰۱۶). طبق دیدگاه والکر، سیچریست و پندر (۱۹۹۵) رفتارهای سلامت شامل مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین‌فردی^۱ و مدیریت تنیدگی^۲ است. نتایج مطالعات مختلف نشان می‌دهد عوامل شخصیتی برای کمک به فهم و پیش‌بینی رفتارهای سلامت از نقش تعیین‌کننده‌ای برخوردارند (سیرویس و هیرسچ، ۲۰۱۵؛ سیرویس و پیچیل، ۲۰۱۳). سیرویس (۲۰۱۵ الف و ب) از طریق توسعه مدل منابع خودنظم‌بخشی، چهارچوبی مفهومی را برای فهم رابطه بین صفات شخصیت و رفتارهای سلامت ارائه کرد. در این مدل، با تمرکز بر نقش منابع تغذیه‌کننده خودنظم‌بخشی مانند حالت‌های عاطفی، جهت‌گیری‌های آینده‌نگر^۳ و ادراکات از کنترل^۴ بر ظرفیت تسهیل‌گر خودنظم‌بخشی موفقیت‌آمیز برای استفاده از رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور تاکید می‌شود. علاوه بر این، در این مدل تاکید می‌شود که صفات شخصیت از طریق تغذیه منابع خودنظم‌بخشی، با رفتارهای سلامت رابطه نشان می‌دهند (سیرویس، ۲۰۱۵ الف و ب).

-
- 1- process-oriented approach
 - 2- personality-coping-outcome theory
 - 3- personality-coping-outcome theory
 - 4- health responsibility
 - 5- physical activity
 - 6- nutrition
 - 7- spiritual growth
 - 8- interpersonal relations
 - 9- stress management
- 1 - Self-Regulation Resource Model (SRRM)
- | | |
|--------------------------------|---|
| 1 - affective states | 1 |
| 1 - future orientation | 2 |
| 1 - perceptions of control | 3 |
| 1 - successful self-regulation | 4 |

محققان مختلف کوشیده‌اند با تاسی از آموزه‌های مفهومی نظریهٔ فعالیت‌های روزانهٔ ناظر بر سبک زندگی؛ نقش بااهمیت رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور را در تصریح تمیز تاثیرپذیری افراد مختلف از آسیب‌های فضای مجازی مرور کنند (مارکویس، لاریرو، آویلار - روسا، نایا و دیماتوس، ۲۰۱۹؛ کاکیناس و ساریپاندیس، ۲۰۱۷). به طور کلی، در این نظام مفهومی با تاکید بر گریزناپذیری مواجهه و تجربهٔ فناوری اینترنت برای آدمی در شرایط فعلی، تمایز در آسیب‌پذیری افراد در روایی با این واقعیت انکارناپذیر، از طریق رجوع به فعالیت‌های زندگی روزانهٔ افراد تصریح می‌شود. علاوه بر این، در این نظریهٔ تاکید می‌شود که استفاده از پرخطر و مشکل‌آفرین از فناوری اینترنت، ضمن نمایش تصویری ناسازگار و غیرمنطبق با انتظارات معطوف بر رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور، نقش علل فردی و بافتاری را در انتخاب سبک زندگی ناسالم برجسته می‌کند (پتریس و همکاران، ۲۰۱۰؛ کاپاداسیا، کرایگ و پیپلر، ۲۰۱۳؛ پلاچیتی، کارل، وود و ویلیامز، ۲۰۱۵).

بر اساس آنچه گفته شد، توسعهٔ مدل‌های مفهومی فرایندی‌نگر با هدف تصریح نقش تعیین‌کننده عامل درون فردی صفات شخصیت در پیش‌بینی رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت با تاکید بر توان تبیینی رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور، ضمن کمک به فهم‌پذیری مکانیزهای شکل دهنده به رابطهٔ علی بین صفات شخصیت و رفتارهای استفاده از اینترنت، در تعیین میزان بسندگی تحرکات نظری موجود در این قلمرو پژوهشی نیز موثر واقع می‌شود. بنابراین، محقق در پژوهش حاضر می‌کوشد نقش واسطه‌ای رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور را در رابطهٔ صفات شخصیت و رفتارهای استفادهٔ پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت آزمون کند (شکل ۱).



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

روش

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های همبستگی است که در آن از روش آماری مدل‌یابی معادلات ساختاری یا مدل‌یابی علی استفاده شد. در مطالعهٔ حاضر، جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شهید بهشتی بودند. نمونه آماری نیز در این پژوهش شامل ۲۷۹ [دانشجو ۱۱۶ پسر با میانگین سنی ۲۲/۱۴ سال (انحراف معیار=۲/۸۷، ۱۸-۳۳) و ۱۶۳ دختر با میانگین سنی ۲۲/۰۶ سال (انحراف معیار=۳/۱۱، ۱۸-۳۳)] به کمک روش نمونه‌گیری در دسترس

انتخاب شدند. از بین مشارکت کنندگان، ۶۲ دانشجو (۲۲/۲ درصد) از دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۱۰۸ دانشجو (۳۸/۷ درصد) از دانشکده حقوق، ۲۳ دانشجو (۸/۲ درصد) از دانشکده ادبیات و علوم انسانی، ۴۴ دانشجو (۱۵/۸ درصد) از دانشکده معماری، ۲۴ دانشجو (۸/۶ درصد) از دانشکده مدیریت و در نهایت، ۱۸ دانشجو (۶/۵ درصد) از دانشکده علوم کامپیوتر انتخاب شدند. برای این منظور، محقق پس از مراجعه به هر دانشکده و گفتگویی کوتاه با دانشجویان حاضر در صحن دانشکده، پس از کسب رضایت آنها، بسته سنجش خود را به دانشجویان علاقه‌مند به مشارکت تقدیم می‌کرد. در پژوهش در استفاده از روش آماری مدل‌یابی معادله ساختاری حداقل نسبت حجم نمونه برای هر پارامتر برآورد شده ۵ نفر است، نسبت ۱۰ به ۱ مناسب‌تر و نسبت ۲۰ به ۱ مطلوب قلمداد می‌شود. در مدل مفروض پژوهش حاضر، ۴۰ پارامتر اندازه‌گیری می‌شود. بنابراین، برای دستیابی به نتایجی قابل قبول نمونه‌ای برابر با ۲۸۰ شرکت‌کننده انتخاب شدند. به بیان دیگر، در این پژوهش، از قاعده ۷ به ۱ استفاده شد. در این پژوهش، فقط یک دانشجو به دلیل عدم پاسخ به بیش از ۵ درصد سوالات در مرحله غربالگری داده‌ها حذف شد. در ادامه، محققان با هدف تأمین ملاحظات اخلاقی پژوهش بر رعایت اصولی مانند رازداری، گمنامی، تکریم و رضایت آگاهانه تأکید داشتند. در این پژوهش، ملاک‌های ورود شامل دانشجوی کارشناسی و مشغول به تحصیل در دانشگاه شهید بهشتی و ملاک خروج، عدم پاسخدهی به بیش از ۵ درصد کل سوالات بسته سنجش بود.

در پژوهش حاضر از ابزارهای سنجش زیر استفاده شد.

پرسشنامه پنج عاملی بزرگ شخصیت (مک‌کری و کاستا، ۱۹۸۷). مک‌کری و کاستا (۱۹۸۷) نسخه اصلی این پرسشنامه را با ۲۴۰ ماده و دو نسخه درجه‌بندی توسط خود فرد و درجه‌بندی توسط دیگران توسعه دادند. در این ابزار، پنج عامل بزرگ شخصیت شامل روان‌آزرده‌گرایی، برونگردی، گشودگی نسبت به تجربه، سازگاری و وظیفه‌شناسی و شش وجه منتسب به هر عامل اندازه‌گیری می‌شوند و از این طریق، ارزیابی جامعی از شخصیت فرد فراهم می‌شود. نسخه تجدیدنظر شده این آزمون شامل ۶۰ ماده است که مشارکت کنندگان به هر یک از ماده‌ها روی یک طیف پنج درجه‌ای از کاملاً موافقم (۰) تا کاملاً مخالفم (۴) پاسخ می‌دهند. در پژوهش مک‌کری و کاستا (۱۹۸۷) ضرایب همسانی درونی پنج عمل بزرگ شخصیت بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش حاضر، ضرایب همسانی درونی برای صفات روان‌آزرده‌گرایی،

-
- 1- confidentiality
 - 2- anonymity
 - 3- benevolence
 - 4- Informed consent
 - 5- Five Factor Personality Traits Questionnaire

برونگردی، گشودگی نسبت به تجربه، سازگاری و وظیفه‌شناسی به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۷۴، ۰/۵۵، ۰/۶۸ و ۰/۸۰ به دست آمد. علاوه بر این، در این مطالعه، ابتدا با هدف تحلیل مشخصه‌های فنی پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت، از برخی آماره‌های مبتنی بر گویه مانند دستور «آلفا پس از حذف ماده» و دستور «همبستگی هر گویه با نمره کلی مقیاس» استفاده شد. استفاده از دو آماره مزبور قبل از انجام تحلیل عاملی تأییدی سبب شد که از هر یک از رگه‌های پنج‌گانه یک سؤال، حذف شود. سپس، نتایج تحلیل عاملی تأییدی نسخه فارسی پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت نشان داد که ساختار پنج عاملی این ابزار با داده‌ها برازش مطلوبی داشت.

نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت - نسخه تجدید نظر شده دوم^۱(والکر، سیچریست و پندر، ۱۹۹۵). نخستین بار پندر (۱۹۸۲؛ نقل از والکر و همکاران، ۱۹۹۵) ابزار سنجش عادات سلامت و سبک زندگی را توسعه داد. این ابزار که شامل ۱۰۷ ماده بود، ده زیرمقیاس را اندازه‌گیری می‌کرد. در مطالعه واکر، سیچریست و پندر (۱۹۸۷) نتایج تحلیل روان‌سنجی نسخه ۱۰۷ ماده‌ای نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت به توسعه نسخه کوتاه ۴۸ ماده‌ای این نیمرخ شامل شش زیرمقیاس خودشکوفایی، احساس مسئولیت برای سلامت، ورزش، تغذیه، حمایت بین‌فردی و مدیریت تنیدگی انجامید. در این مطالعه نتایج تحلیل مولفه‌های اصلی با استفاده از چرخش واریماکس نشان داد که شش زیرمقیاس ۴۷/۱ درصد از واریانس عامل مکنون زیربنایی رفتارهای ارتقا دهنده سبک زندگی سالم را تشکیل دادند. والکر و همکاران (۱۹۹۵) بار دیگر نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت را به منظور شمول هر چه بیشتر دستاوردهای اطلاعاتی در حوزه مطالعاتی رفتارهای سلامت، مورد تجدید نظر قرار دادند. در نسخه دوم تجدید نظر شده نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت، رفتارهای تبیین کننده سلامت به مثابه اعمالی و ادراکاتی مفهومی سازی شدند که بر سطح بهزیستی، خودشکوفایی و رضامندی افراد اثرگذار بودند. در این نسخه ۵۲ ماده‌ای که شامل شش زیرمقیاس احساس مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی (شامل گویه‌های ۳، ۹، ۱۵، ۲۱، ۲۷، ۳۳، ۳۹، ۴۵ و ۵۱)، فعالیت جسمانی (شامل گویه‌های ۴، ۱۰، ۱۶، ۲۲، ۲۸، ۳۴، ۴۰ و ۴۶)، تغذیه (شامل گویه‌های ۲، ۸، ۱۴، ۲۰، ۲۶، ۳۲، ۳۸، ۴۴ و ۵۰)، تعالی معنوی (شامل گویه‌های ۶، ۱۲، ۱۸، ۲۴، ۳۰، ۳۶، ۴۲، ۴۸ و ۵۲)، روابط بین‌فردی (شامل گویه‌های ۱، ۷، ۱۳، ۱۹، ۲۵، ۳۱، ۳۷، ۴۳ و ۴۹) و مدیریت تنیدگی (شامل گویه‌های ۵، ۱۱، ۱۷، ۲۳، ۲۹، ۳۵، ۴۱ و ۴۷) است هر یک از گویه‌ها روی یک طیف چهار درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۴) پاسخ داده می‌شوند. در این نیمرخ، نمره بالاتر نشان دهنده تعداد بیشتر رفتارهای ارتقا دهنده سلامت است. در مطالعه واکر (۱۹۹۸) ضرایب همسانی درونی نمره کلی نیمرخ

1- Health-Promoting Lifestyle Profile-II(HPLP-II)

رفتارهای سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت، مسئولیت پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، رشد معنوی، روابط بین فردی و مدیریت تنیدگی به ترتیب برابر با ۰/۸۶، ۰/۸۵، ۰/۸۰، ۰/۸۶، ۰/۸۷ و ۰/۷۹ به دست آمد. در این مطالعه، ابتدا با هدف تحلیل مشخصه‌های فنی ابزارهای سنجش و با هدف ابقاء ماده‌هایی که در سنجش عامل مکنون زیربنایی به طور موثری ایفای نقش می‌کنند، از آماره‌های مبتنی بر گویه مانند دستور «آلفا پس از حذف ماده» و دستور «همبستگی هر گویه با نمره کلی مقیاس» استفاده شد. در مطالعه حاضر، استفاده از دو آماره مزبور قبل از انجام تحلیل عاملی تاییدی به حذف هیچ ماده‌ای منجر نشد. سپس، در این مطالعه نتایج تحلیل عاملی تاییدی نسخه فارسی نیمرخ سبک زندگی تسهیل کننده سلامت نشان داد که ساختار شش عاملی این ابزار شامل مقیاس‌های مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین فردی و مدیریت تنیدگی با داده‌ها برازش قابل قبولی دارد. در این مطالعه، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی بین ۰/۴۵ تا ۰/۷۵، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون فعالیت جسمانی بین ۰/۴۹ تا ۰/۷۰، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون تغذیه بین ۰/۴۵ تا ۰/۷۰، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون تعالی معنوی بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۱، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون روابط بین فردی بین ۰/۴۴ تا ۰/۷۳ و در نهایت، مقادیر بارهای عاملی متغیر مکنون مدیریت تنیدگی بین ۰/۵۰ تا ۰/۷۷ به دست آمد. مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اصلاح شده شش عاملی اصلاح شده نیمرخ سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت به طور تجربی از ساختار شش عاملی نیمرخ در نمونه دانشجویان ایرانی دفاع کرد. در پایان، در مطالعه حاضر مقادیر ضرایب همسانی درونی مقیاس‌های احساس مسئولیت برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین فردی و مدیریت تنیدگی به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۷۶، ۰/۵۰، ۰/۷۵، ۰/۷۲ و ۰/۶۶ به دست آمد.

مقیاس غربالگری استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت (جلنچیک و همکاران، ۲۰۱۴). جلنچیک و همکاران (۲۰۱۴) با هدف طراحی تلاش‌های پیشگیرانه و غربالگری در قلمرو مطالعاتی استفاده مشکل‌آفرین از اینترنت در نوجوانان و جوانان ۱۸ تا ۲۵ سال آمریکایی PRIUSS را توسعه دادند. بر اساس نتایج مطالعه جلنچیک و همکاران (۲۰۱۴) مقیاس غربالگری استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت از سه عامل آسیب اجتماعی (شامل گویه‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶)، آسیب هیجانی (شامل گویه‌های ۷، ۸، ۹، ۱۰ و ۱۱)، و استفاده تکانشوارانه از اینترنت (شامل گویه‌های ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷ و ۱۸) تشکیل شده است. مشارکت کنندگان به هر گویه روی یک طیف پنج درجه‌ای از [هرگز = ۰، به ندرت = ۱، گاهی = ۲، اغلب = ۳ و همیشه = ۴]

پاسخ می‌دهند. در استفاده از PRIUSS از مشارکت کنندگان تقاضا می‌شود که در طول ۶ ماه گذشته، مدت زمانی را که از اینترنت استفاده کرده‌اند، مشخص سازند. در PRIUSS با افزایش نمره کلی افراد، بر نمره استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت آنها افزوده می‌شود. در مطالعه شگری (۱۳۹۴) که با هدف آزمون ساختار عاملی نسخه فارسی PRIUSS انجام شد نتایج تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که در نمونه ایرانی ساختار چندبعدی PRIUSS شامل آسیب هیجانی، آسیب اجتماعی و استفاده تکانشورانه از اینترنت با داده‌ها برازش مطلوبی دارد. ضرایب همسانی درونی عامل‌های آسیب هیجانی، آسیب اجتماعی و استفاده تکانشورانه از اینترنت به ترتیب برابر با ۰/۷۴ تا ۰/۸۷ به دست آمد. در این مطالعه، ابتدا با هدف تحلیل مشخصه‌های فنی PRIUSS از برخی آماره‌های مبتنی بر گویه مانند دستور «آلفا پس از حذف ماده» و دستور «همبستگی هر گویه با نمره کلی مقیاس» استفاده شد. در مطالعه حاضر، استفاده از دو آماره مزبور قبل از انجام تحلیل عاملی تاییدی به حذف هیچ ماده‌ای منجر نشد. سپس، در این مطالعه نتایج تحلیل عاملی تاییدی نسخه فارسی PRIUSS نشان داد که ساختار سه عاملی این ابزار شامل آسیب هیجانی، آسیب اجتماعی و استفاده تکانشورانه از اینترنت با داده‌ها برازش مطلوبی دارد. در این مطالعه، ضرایب همسانی درونی مقیاس‌های آسیب هیجانی، آسیب اجتماعی و استفاده تکانشورانه از اینترنت به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۳ و ۰/۸۱ به دست آمد.

یافته‌ها

جدول ۱ اندازه‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. جدول ۱. شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای اصلی تحقیق

عامل کلی	زیرمقیاس‌ها	میانگین	انحراف استاندارد
صفات شخصیت	روان‌آزرده‌گرایی	۲۱/۱۴	۵/۸۱
	برون‌گردی	۲۳/۱۹	۶/۲۴
	گشودگی	۲۴/۵۷	۴/۸۹
	سازگاری	۲۷/۶۰	۵/۲۱
	وظیفه‌شناسی	۲۹/۱۲	۷/۰۷
رفتارهای سبک زندگی	مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی	۱۹/۶۶	۴/۳۳
	تغذیه	۱۴/۷۹	۲/۸۵
	تعالی معنوی	۲۴/۴۴	۴/۴۱
	روابط بین فردی	۲۴/۴۴	۴/۴۰
	مدیریت استرس	۱۹/۶۰	۳/۴۶

۴/۴۳	۱۹/۱۷	فعالیت جسمانی	
۴/۱۵	۸/۲۵	آسیب هیجانی	
۵/۸۸	۱۰/۶۹	آسیب اجتماعی	استفاده پرخطر از اینترنت
۴/۸۹	۷/۳۳	استفاده تکانشورانه از اینترنت	

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که رابطه بین عامل روان‌آزرده‌گرایی با رفتارهای سبک زندگی تسهیل‌کننده سلامت شامل مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین فردی و مدیریت استرس، منفی و معنادار است. رابطه بین رگه برون‌گردی با ابعاد مختلف رفتارهای سبک زندگی تسهیل‌کننده سلامت مثبت و معنادار است. همچنین، نتایج نشان داد که رابطه رگه گشودگی با ابعاد مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی و مدیریت استرس مثبت و غیرمعنادار و با ابعاد تعالی معنوی و روابط بین فردی مثبت و معنادار است. علاوه بر این نتایج نشان می‌دهد که رابطه بین رگه سازگاری با سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین فردی و مدیریت استرس مثبت و معنادار و با وجه مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی مثبت و غیرمعنادار است. در نهایت، رابطه رگه وظیفه‌شناسی با تغذیه، تعالی معنوی، روابط بین فردی و مدیریت استرس مثبت و معنادار و با مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی و فعالیت جسمانی مثبت و غیرمعنادار است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی صفات شخصیت با رفتارهای سبک زندگی دانشجویان

مدیریت استرس	روابط بین فردی	تعالی معنوی	تغذیه	فعالیت جسمانی	مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی	
						روان‌آزرده-گرایی
						برون‌گردی
						گشودگی
						سازگاری
						وظیفه‌شناسی

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که رابطه بین عامل روان‌آزرده‌گرایی با ابعاد مختلف رفتار پرخطر و مشکل‌آفرین شامل آسیب هیجانی، آسیب اجتماعی و استفاده تکانشورانه از اینترنت مثبت و معنادار است. همچنین، نتایج نشان می‌دهد که رابطه بین عامل برون‌گردی با ابعاد مختلف رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین منفی و معنادار و رابطه بین عامل گشودگی با ابعاد مختلف رفتار استفاده

پرخطر و مشکل آفرین منفی و معنادار است. در نهایت نتایج نشان داد که رابطه بین رگه‌های سازگاری و وظیفه‌شناسی با ابعاد مختلف رفتار استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت، منفی و معنادار است. علاوه بر این، رابطه بین ابعاد مسئولیت پذیری برای سلامت فردی، فعالیت جسمانی، تعالی معنی، روابط بین فردی و مدیریت استرس با وجوه رفتارهای پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت، منفی و معنادار و رابطه بُعد تغذیه با وجوه رفتارهای مشکل آفرین، منفی و غیرمعنادار است.

جدول ۳. ماتریس همبستگی صفات شخصیت و ابعاد رفتار استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت

آسیب هیجانی	آسیب اجتماعی	استفاده تکانشورانه از اینترنت
روان آزرده‌گرایی	۰/۲۲**	۰/۲۰**
برون‌گردی	-۰/۰۷	-۰/۰۸
گشودگی	۰/۰۵	۰/۰۷
سازگاری	-۰/۲۰**	-۰/۲۴**
وظیفه‌شناسی	-۰/۲۲**	-۰/۲۶**
مسئولیت‌پذیری برای سلامت	-۰/۱۳*	-۰/۱۸**
فعالیت جسمانی	-۰/۱۹**	-۰/۱۵*
تغذیه	-۰/۰۷	-۰/۰۸
تعالی معنوی	-۰/۲۹**	-۰/۲۳**
روابط بین فردی	-۰/۲۲**	-۰/۱۶*
مدیریت استرس	-۰/۲۰**	-۰/۲۲**

* $P < 0.05$ ** $P < 0.01$

در مطالعه حاضر قبل از تحلیل داده‌ها به کمک روش آماری مدل‌یابی معادلات ساختاری، همسو با پیشنهاد کلاین (۲۰۰۵) و میرز، گامست و گارینو (۲۰۱۶) مفروضه‌های بهنجاری تک‌متغیری - به کمک برآورد مقادیر چولگی و کشیدگی - بهنجاری چندمتغیری - به کمک ضریب مردیا - و مقادیر پرت - از طریق روش فاصله ماهالانوبیس^۱ - آزمون و تایید شدند. علاوه بر این، در این مطالعه، نتایج مربوط به پراکندگی مشترک بین متغیرهای مشاهده شده نشان داد که مفروضه‌های خطی بودن و هم‌خطی چندگانه رعایت شده است. در مطالعه حاضر مقادیر آماره تحمل برای متغیرهای پیش‌بین بین ۰/۴۵ تا ۰/۸۸ و برای آماره عامل تورم واریانس، بیشینه واحد مقداری،

^۱ - Mahalanobis distance

۲ به دست آمد. در نهایت، در مطالعه حاضر، به منظور مدیریت داده‌های گمشده از روش بیشینه انتظار استفاده شد. علاوه بر این، در مطالعه حاضر برای برآورد مدل از روش بیشینه درست‌نمایی^۲ نیز استفاده شد.

در این بخش، به منظور آزمون مدل مفروض واسطه‌مندی رفتارهای سلامت در رابطه رگه‌های شخصیتی روان‌آزرده‌گرایی، برون‌گردی، سازگاری، وظیفه‌شناسی و گشودگی با رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت در نمونه دانشجویان از روش مدل‌یابی معادله ساختاری استفاده شد. نتایج مربوط به شاخص‌های برازش مدل مفروض واسطه‌مندی نسبی برای هر یک از شاخص‌های پیشنهادی میرز و همکاران (۲۰۱۶) شامل شاخص مجذور خی (χ^2)، شاخص مجذور خی بر درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش انطباقی (AGFI) و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب (RMSEA) به ترتیب برابر با ۳۵۰/۹۹، ۳/۱۰، ۰/۸۵، ۰/۸۶، ۰/۸۳ و ۰/۰۷۸ به دست آمد. بر اساس منطق پیشنهادی میرز و همکاران (۲۰۱۶) برای تعیین برازش مدل پیشنهادی با داده‌ها بر اساس شاخص‌های پیش گفته، ارزش عددی بالاتر از ۳ برای شاخص مجذور خی بر درجه آزادی (χ^2/df)، ارزش عددی بالاتر از ۰/۰۶ برای شاخص خطای ریشه مجذور میانگین تقریب (RMSEA) و ارزش عددی کمتر از ۰/۹۰ شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش انطباقی (AGFI)، بیش از پیش ضرورت اصلاح مدل مفروض را با هدف کمک به بهبود برازندگی آن با داده‌های مشاهده شده، نشان می‌دهد (جدول ۴).

جدول ۴. شاخص‌های نیکویی برازش الگوی مفروض قبل و بعد از اصلاح

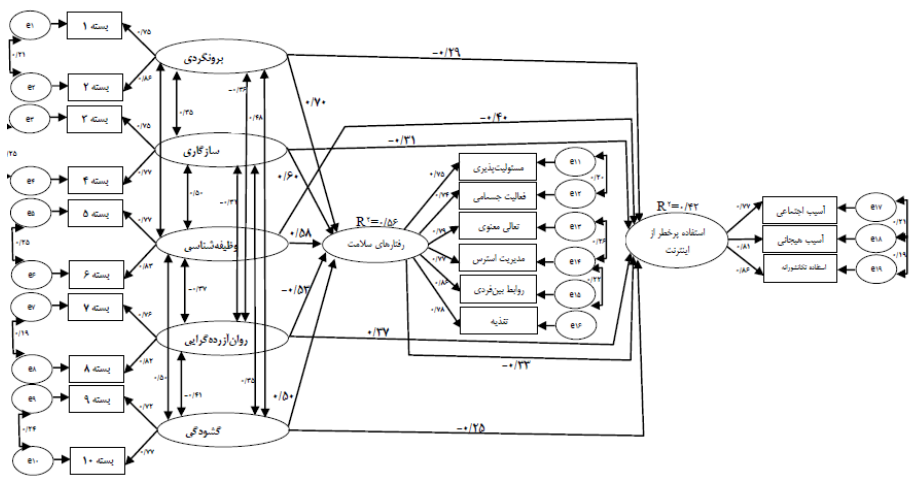
RMSEA	CFI	AGFI	GFI	χ^2/df	df	χ^2	
۰/۰۷۸	۰/۸۶	۰/۸۳	۰/۸۵	۳/۱۰	۱۱۴	۳۵۰/۹۹	قبل از اصلاح مدل
۰/۰۵۱	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۵	۲/۱۷	۱۰۴	۲۰۳/۵۷	بعد از اصلاح مدل

آزمون برازندگی مدل با داده‌ها با استفاده از انتخاب گام اصلاح مدل نشان داد که در متغیر مکنون برون‌گردی از طریق ایجاد کواریانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «بسته ۱ و

¹- expectation maximization

²- maximum likelihood

بسته ۲»، در متغیر مکنون سازگاری از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «بسته ۳ و بسته ۴»، در متغیر مکنون وظیفه‌شناسی از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «بسته ۵ و بسته ۶»، در متغیر مکنون روان‌آزرده‌گرایی از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «بسته ۷ و بسته ۸»، در متغیر مکنون گشودگی از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «بسته ۹ و بسته ۱۰»، در متغیر مکنون رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «مسئولیت‌پذیری برای سلامت فردی و فعالیت جسمانی»، «تعالی معنوی و مدیریت استرس» «مدیریت استرس و روابط بین‌فردی» و در نهایت، در متغیر استفاده پرخطر از اینترنت از طریق ایجاد کوارینانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای «آسیب اجتماعی و آسیب هیجانی» و «آسیب هیجانی و استفاده تکانشورانه»، پس از کاهش ۱۰ واحد در درجه آزادی مدل اصلاح شده، مقدار ۱۴۷/۴۲ واحد از ارزش عددی مقدار خی دو در این مدل کم شد (شکل ۲).



شکل ۲. مدل مفروض رفتارهای سلامت در رابطه ابعاد شخصیتی با رفتار استفاده پرخطر و مشکل آفرین از اینترنت

نکته ۱: در شکل ۲، برای متغیر مکنون روان‌آزرده‌گرایی، بسته اول از تجمیع گویه‌های ۲۴، ۳۴، ۹ و ۴ و بسته دوم از تجمیع گویه‌های ۱۴، ۳۹، ۲۹ و ۱۹، برای متغیر مکنون برونگردی، بسته اول از تجمیع گویه‌های ۱۶، ۱۱، ۲۶ و ۳۶ و بسته دوم از تجمیع گویه‌های ۲۱، ۳۱، ۱ و ۶، برای متغیر مکنون گشودگی، بسته اول از تجمیع گویه‌های ۱۵، ۲۵، ۵، ۱۰ و ۴۰ و بسته دوم از تجمیع گویه‌های ۳۵، ۴۱، ۳۰، ۴۴ و ۲۰، برای متغیر مکنون سازگاری، بسته اول از تجمیع گویه‌های ۳۲، ۲۲، ۴۲ و ۱۷ و بسته دوم از تجمیع گویه‌های ۲، ۷، ۱۲، ۲۷ و ۳۷ و برای متغیر مکنون وظیفه‌شناسی، بسته اول از تجمیع گویه‌های ۲۸، ۳۳، ۳، ۱۳ و ۳۸ و بسته دوم از تجمیع گویه‌های ۱۴، ۲۹، ۳۹ و ۱۹ ایجاد شد.

برای مدل اصلاح شده مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش شامل شاخص مجذور خی (χ^2)، شاخص مجذور خی بر درجه آزادی (χ^2/df)، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش انطباقی (AGFI) و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب (RMSEA) به ترتیب برابر با ۲۰۰/۹۰، ۱/۸۹، ۰/۹۵، ۰/۹۴، ۰/۹۱ و ۰/۵۲ به دست آمد. در این مطالعه، ارزش عددی مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش برای مدل اصلاح شده نشان می‌دهد که مدل مفروض با داده‌ها برازندگی قابل قبولی دارد (جدول ۴).

در شکل ۲، ۵۶ درصد از پراکندگی نمرات رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور از طریق ابعاد شخصیتی روان‌آزرده‌گرایی، برونگردی، گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی تبیین شد. همچنین، در این الگو، ۴۲ درصد از پراکندگی نمرات استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت از طریق ابعاد شخصیتی روان‌آزرده‌گرایی، برونگردی، گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی و رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور تبیین شد. نتایج نشان داد که در این مدل، رابطه روان‌آزرده‌گرایی با رفتارهای سبک زندگی، منفی و معنادار و رابطه برونگردی، وظیفه‌شناسی، گشودگی و سازگاری با رفتارهای سلامت مثبت و معنادار بود. همچنین، رابطه روان‌آزرده‌گرایی با رفتار استفاده پرخطر از اینترنت، مثبت و معنادار و رابطه بین برونگردی، وظیفه‌شناسی، گشودگی و سازگاری با رفتار استفاده پرخطر از اینترنت، منفی و معنادار بود. علاوه بر این، در این مدل، رابطه رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور با استفاده پرخطر از اینترنت نیز منفی و معنادار بود (شکل ۲). علاوه بر این، نتایج مطالعه حاضر نشان داد که اثر غیرمستقیم ابعاد شخصیتی روان‌آزرده‌گرایی، برونگردی، گشودگی، سازگاری و وظیفه‌شناسی بر رفتار استفاده پرخطر از اینترنت از طریق رفتارهای سلامت به ترتیب برابر با ۰/۱۷، ۰/۲۲، -۰/۱۶، -۰/۱۹ و -۰/۱۸ به دست آمد که از لحاظ آماری معنادار بود ($P < 0.05$).

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف آزمون نقش واسطه‌ای رفتارهای سلامت در رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت در دانشجویان انجام شد. در مجموع، در پژوهش حاضر، نتایج نشان داد که مدل واسطه‌مندی نسبی رفتارهای سلامت در رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت در نمونه دانشجویان با داده‌ها برازش مطلوبی داشت. به بیان دیگر، در یک بخش، نتایج مطالعه حاضر همسو با یافته‌های مطالعات دیریس - هیرچی و همکاران (۲۰۲۰)، پیتاروسا و همکاران (۲۰۲۰)، کایس و همکاران (۲۰۱۶)، ژو و همکاران (۲۰۱۶)، لاندس و لانسبوری (۲۰۰۶)، هارود و آنگلیم (۲۰۱۸)، راندلر و همکاران (۲۰۱۴) و سرویدیو (۲۰۱۴) بر نقش پنج عامل بزرگ شخصیت در توضیح پراکندگی رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت تاکید می‌کند. در بخش دیگر نیز، یافته‌های مطالعه حاضر همسو با نتایج مطالعات ژو و همکاران (۲۰۱۷) و آی و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که رفتارهای سبک زندگی افراد یکی از مطمئن‌ترین بسترهای اطلاعاتی قابل انتخاب با هدف رمزگشایی از ظرفیت تبیینی ویژگی‌های شخصیتی در پیش‌بینی رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت، تلقی می‌شود.

نتایج مطالعه حاضر همسو با دغدغه نظریه مواجهه - سبک زندگی نشان می‌دهد که صفات شخصیت به مثابه عللی درونی و زمینه‌ساز از طریق شکل‌دهی به رفتارهای سلامت، در پیش‌بینی رفتارهای استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت در افراد نقش‌آفرینی می‌کند. به بیان دیگر، بر اساس آموزه‌های مفهومی نظریه فعالیت‌های روزانه معطوف بر سبک زندگی، در شرایط فعلی، گریزناپذیری رویارویی یا مواجهه با پیچیدگی‌های غیرقابل‌انکار فضای مجازی ایجاب می‌کند که افراد به کمک توانش مدیریت‌الگوی استفاده از فناوری اینترنت و متعاقب آن حفظ و تداوم سبک زندگی سلامت‌محور، خویشان را در برای آسیب‌های چندگانه این فناوری مصون بدارند (کاپاداسیا و همکاران، ۲۰۱۳؛ پلاچیتی و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین، کاکیناس و ساریپاندیس (۲۰۱۷) نیز تاکید می‌کند که آدمی با تاثیرپذیری از علل درون - برون‌فردی مختلف و اصرار به عدم تطابق با انتظارات معطوف بر کیفیت استفاده از فناوری اینترنت و همچنین رجوع به رفتارهای بازدارنده سبک زندگی سالم، و در نهایت، رویارویی با اشکال مختلف بدکارکردی‌ها در عرصه کنش‌وری‌های تحصیلی، اجتماعی و حرفه‌ای، حیات روانی خود را با تهدیدی جدی روبرو می‌کند.

همسو با نتایج مطالعه سیرویس (۲۰۱۵ الف و ب)، سیرویس و هیرسچ (۲۰۱۵) و سیرویس و پیچیل (۲۰۱۳) چهارچوب مفهومی مدل خودنظم‌بخشی منابع مقابله‌ای نیز در تصریح نقش پنج عامل شخصیت در پیش‌بینی رفتارهای تسهیل‌گر/بازدارنده سبک زندگی سلامت‌محور افراد در موقعیت‌های مختلف در بستر اطلاعاتی منابع مقابله‌ای خودنظم‌بخشی مانند حالت‌های عاطفی، جهت‌گیری‌های آینده‌نگر و ادراکات از کنترل، انجام می‌شود. به بیان دیگر، در مدل منابع خودنظم‌بخش تاکید می‌شود که صفات شخصیت از طریق رابطه با منابع خودنظم‌بخشی مانند حالت‌های عاطفی، جهت‌گیری‌های آینده‌نگر و ادراکات از کنترل با رفتارهای سبک زندگی سلامت‌محور رابطه نشان می‌دهند (سیرویس، ۲۰۱۵ الف و ب). در این نظام مفهومی، بر نقش مولفه بنیادین عاطفه و به طور ویژه تعادل نسبی بین عاطفه مثبت و منفی، در پیش‌بینی رفتارهای سبک زندگی از طریق صفات شخصیت، تاکید می‌شود. سیرویس (۲۰۱۴) یادآوری می‌کند که عاطفه مثبت از طریق تقویت یک آمایه ذهنی وسیع و آینده‌نگر و در مقابل تضعیف اثرات استرس و عاطفه منفی، در تشویق افراد به گزینش رفتارهای تسهیل‌گر سبک زندگی سلامت‌محور از نقشی اساسی برخوردار است. نتایج مطالعات آزمایشی، مقطعی و طولی، نیز همسو با دغدغه نظام مفهومی مدل منابع خودنظم‌بخشی از اثرات نبروزایی عاطفه مثبت و تشویق رفتارهای سبک زندگی سالم به طور تجربی حمایت کرده‌اند (تسی، بامیستر، اشمولی و موراون، ۲۰۰۷؛ کانر، ۲۰۱۳؛ پرسمن و کوهن، ۲۰۰۵؛ سیرویس و همکاران، ۲۰۱۵؛ استپتوی، ۲۰۱۰). در مقابل، در این نظام مفهومی

تاکید می‌شود که عاطفه منفی در ناکامی برای خودنظم‌بخشی، نقشی اساسی دارد (واگنر و هیترتان، ۲۰۱۵). در مدل منابع خودنظم‌بخشی فرض می‌شود که عاطفه منفی از دو طریق خودنظم‌بخشی را تهدید می‌کند. اول، عاطفه منفی با اولویت‌گذاری برای بهبود خلق منفی فرد در کوتاه‌مدت و اشغال منابع مقابله‌ای خودنظم‌بخش در آنها سبب می‌شود که از جهت‌دهی منابع به سوی فعالیت‌های هدف‌گذاری شده معطوف بر سلامت، خوداری شود (سیرویس و پیچیل، ۲۰۱۳). دوم، عاطفه منفی با محدودسازی دامنه و گستره‌گزینش اولویت‌های رفتاری متنوع و فعال‌شدگی ارزیابی‌های تهدیدنگر، امکان رجوع به راه‌حل‌های تسکین‌دهنده موقت و ناسالم را بر انتخاب‌های رفتاری سالم و بلندمدت را قوت می‌بخشد (سیرویس، ۲۰۱۴؛ سیرویس، ۲۰۱۵ الف؛ وانگر و هیترتن، ۲۰۱۵). علاوه بر این، نتایج مطالعات سیرویس و همکاران (۲۰۱۵) و سیرویس (۲۰۱۵) الف و ب) نشان می‌دهد که عاطفه مثبت از طریق تقویت تمایلات خوددوستدارنه، زمینه‌ساز گزینش رفتارهای سلامت‌مدار و در مقابل، عاطفه منفی نیز از طریق تسهیل گرایش‌های خودآسیب‌رسان، زمینه‌ساز رجوع به رفتارهای بازدارنده سلامت، واقع می‌شود.

بر این اساس، در مدل منابع خودنظم‌بخشی فرض می‌شود که عاطفه مثبت و منفی، مکانیزم زیربنایی رابطه بین صفات شخصیت و رفتارهای تسهیل‌گر/بازدارنده سبک زندگی را تشکیل می‌دهد. برای مثال همسو با نتایج مطالعات شارپی، مارتین و رس (۲۰۱۱) و سیرویس و هیرسیچ (۲۰۱۵) صفات شخصیتی وظیفه‌شناسی، برونگردی، سازگاری و گشودگی از طریق رابطه با عاطفه مثبت و گرایش‌های خوددوستدار در فراخوانی رفتارهای تسهیل‌گر سبک زندگی و عامل روان‌آزرده‌گرایی نیز از طریق رابطه با عاطفه منفی در رجوع به رفتارهای بازدارنده سبک زندگی منفی، موثر واقع می‌شود (مک‌کان، ۲۰۱۱؛ لیو، وانگ، لی، ۲۰۱۲؛ استیل، اسچمیدت و شالتز، ۲۰۰۸؛ نف، رادی و کرکیپاتریک، ۲۰۰۷).

با وجود آن که، نتایج مطالعه حاضر، اطلاعات ارزشمندی را درباره ویژگی کارکردی رفتارهای سلامت در بافت مطالعاتی پیش‌بینی رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از طریق پنج عامل بزرگ شخصیت فراهم کرد، اما برخی از محدودیت‌های مطالعه حاضر، تعمیم‌پذیری نتایج آن را با محدودیت مواجه می‌کند. اول، مطالعه حاضر دارای ماهیتی مقطعی است. بنابراین، طرح استنتاج‌های علی و معلولی بر اساس یافته‌های آن باید با احتیاط انجام شود. بر این اساس، به محققان علاقه‌مند به این قلمرو پژوهشی پیشنهاد می‌شود با استفاده از یک طرح تحقیقاتی آینده‌نگر که در آن تمامی اندازه‌گیری‌های به عمل آمده از مفاهیم مختلف در فواصل زمانی متفاوت انجام می‌شوند، روابط علی بین سازه‌های روان‌شناختی چندگانه را در الگوی ساختاری مفروض بیازمایند. بنابراین،

با هدف کسب اطلاع از تغییرپذیری یا عدم تغییرپذیری ویژگی‌های کارکردی مفاهیم منتخب در مدل مفروض، جمع‌آوری اطلاعات به کمک یک طرح تحقیق طولی پیشنهاد می‌شود. دوم، نتایج مطالعه حاضر همچون بسیاری از مطالعات دیگر به دلیل استفاده از ابزارهای خودگزارشی به جای مطالعه رفتار واقعی ممکن است مشارکت کنندگان را به استفاده از شیوه‌های مبتنی بر کسب تایید اجتماعی و اجتناب از بدنامی مربوط به عدم کفایت فردی ترغیب کند. به بیان دیگر، به منظور تایید مقیاس‌های خودگزارشی از مشاهده رفتاری و دیگر شاخص‌های بالینی استفاده نشد. سوم، با توجه به آن که نمونه مطالعه حاضر فقط از بین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شهید بهشتی انتخاب شدند، بنابراین، تقویت ظرفیت تعمیم‌دهی ویژگی‌های کارکردی مفاهیم منتخب در مدل مفروض، نیازمند انتخاب گروه‌های نمونه دیگر نیز است. چهارم، با توجه به ترکیب مفهومی انتخاب شده در مدل پیشنهادی و همچنین با توجه به فن آماری منتخب برای آزمون مدل مفروض، ضرورت آزمون مدل‌های رقیب که ظرفیت اطلاع‌دهندگی مطالعه‌ی منتخب را افزایش می‌دهند پیشنهاد می‌شود. طبق دیدگاه وستون و گوری (۲۰۰۶) انتخاب گزینه‌ی مدل‌های رقیب در استفاده از فن آماری معادله ساختاری مانند مقایسه مدل واسطه‌مندی نسبی در برابر مدل واسطه‌مندی کامل، یک انتخاب توجیه‌پذیر است. پنجم، در مطالعه حاضر، از طریق ایجاد کواریانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای عوامل مکنون منتخب در مدل مفروض تلاش شد شاخص‌های نیکویی برازش در نمونه انتخابی بهبود یابند. در واقع، کواریانس بین باقیمانده‌های خطا برای نشانگرهای مربوط به عوامل مختلف به طور تجربی نشان می‌دهد که همپوشانی بین هر زوج نشانگر در پاسخ‌دهی، از توان تبیینی عامل زیربنایی کنش‌وری عمومی فراتر است. انتخاب گزینه اصلاح مدل تا حدی ظرفیت تعمیم‌پذیری داده‌ها را کاهش می‌دهد.

در مجموع، نتایج مطالعه حاضر همسو با دغدغه تحركات نظری و تجربی مانند نظریه فعالیت‌های روزانه سبک زندگی و مدل منابع خودنظم‌بخشی نشان داد که پنج عامل بزرگ شخصیت از طریق تقویت و یا تضعیف منابع خودنظم‌بخشی مانند حالت‌های عاطفی، ادراکات از کنترل و جهت‌گیری‌های هدف‌مدارانه و متعاقب آن فراخوانی رفتارهای تسهیل‌گر/بازدارنده سبک زندگی سلامت‌محور، در پیش‌بینی رفتار استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از فناوری اینترنت در دانشجویان موثر واقع می‌شود.

موازین اخلاقی: برای انجام این پژوهش، رضایت آگاهانه مشارکت کنندگان اخذ شد. هنگام جمع‌آوری داده‌ها، هدف‌های پژوهش به اجمال برای مشارکت کنندگان تصریح شد. همه مشارکت کنندگان فرصت داشتند که از همکاری با محققان انصراف دهند.

سیاسگزاری: از تمامی دانشجویانی که با مساعدت مسئولانه و مهربانانه خود در این پژوهش، به محققان یاری رساندند، تشکر می‌شود.

مشارکت نویسندگان: تمامی نویسندگان در انجام پژوهش از سهم یکسانی برخوردارند.

تعارض منافع: پژوهش حاضر از هیچ سازمان و یا فردی، حمایت ریالی دریافت نکرده است.

منابع

شکری، ا. (۱۳۹۴). تحلیل عاملی تاییدی مقیاس غربالگری استفاده پرخطر و مشکل‌آفرین از اینترنت. *دوفصلنامه روان‌شناسی بالینی و شخصیت*، سال ۲۲ (۱۲)، ۱۳۳-۱۴۲.

عبدالله‌پور، م. آ.، شکری، ا.، تقی‌لو، ص.، طولابی، س.، فولادوند، خ. (۱۳۹۱). تغییرناپذیری جنسی روابط بین‌روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله، تنشگرهای تحصیلی و واکنش به آنها با بهزیستی ذهنی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۶ (۴)، ۱۰۳-۱۱۸.

محمدی، آ.، شکری، ا.، و سپاه منصور، م. (۱۳۹۷). رابطه بین رگه‌های شخصیتی و فریبکاری تحصیلی: نقش واسطه‌ای فرایندهای ارزیابی شناختی. *فصلنامه اخلاق در علوم و فناوری*. سال ۱۳، (۱)، ۱۶۴-۱۷۶.

یگانه، ن. (۱۴۰۱). روابط ساختاری پنج عامل بزرگ شخصیت با نشانه‌های صفت شخصیتی دگرآزاری با میانجیگری شادنفروود در دانشجویان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶ (۱)، ۱۵۹-۱۳۵.

Ai, P., Liu, Y., & Zhao, X. (2019). Big five personality traits predict daily spatial behavior: Evidence from smartphone data. *Personality and Individual Differences*, 147, 285–291.

Anderson, L. M. (2008). *MySpace use as a potentially dysfunctional Internet behavior*. Unpublished Master's Thesis. Texas: The University of Texas Department of Psychology.

Andreassen, C., Griffiths, M., Gjertsen, S., Krossbakken, E., Kvam, S., & Pallesen, S. (2013). The relationships between behavioral addictions and the five-factor model of personality. *Journal of Behavioral Addictions*, 2 (2), 90-99.

Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2020). Adolescents' problematic internet and smartphone use is related to suicide ideation: Does emotional intelligence make a difference? *Computers in Human Behavior*, 110, 106-113.

Batigün, A. D., & Kiliç, N. (2011). The Relationships between Internet Addiction, Social Support, Psychological Symptoms and Some Socio-Demographical Variables. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-9.

- Buckner, J. E. V., Castille, C. M., & Sheets, T. L. (2012). The five factor model of personality and employees' excessive use of technology. *Computers in Human Behavior*, 28, 1947e1953.
- Buelow, M. T., & Cayton, C. (2020). Relationships between the big five personality characteristics and performance on behavioral decision making tasks. *Personality and Individual Differences*, 160, 101-109.
- Bulut-Serin, N. (2011). An examination of predictor variables for problematic internet use. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(3), 54e62.
- Cappadocia, M. C., Craig, W., & Pepler, D. (2013). Cyberbullying: Prevalence, stability, and risk factors during adolescence. *Canadian Journal of School Psychology*, 28, 171-192.
- Cao, F., & Su, L. (2006). Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological feature. *Child Care Health and Development*, 33, 275-281.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*, 61, 679-704.
- Conner, M. (2013). Health cognitions, affect and health behaviors. *The European Health Psychologist*, 15 (2), 33-39.
- Chang, S., & Lin, S. S. J. (2019). Online gaming motive profiles in late adolescence and the related longitudinal development of stress, depression, and problematic internet use. *Computers & Education*, 135, 123-137.
- Dieris-Hirche, J., Pape, M., Wildt, B. T., Kehyayan, A., & Bottel, L. (2020). Problematic gaming behavior and the personality traits of video gamers: A cross-sectional survey. *Computers in Human Behavior*, 106, 106-115.
- Dong, Y., & Dumas, D. (2020). Are personality measures valid for different populations? A systematic review of measurement invariance across cultures, gender, and age. *Personality and Individual Differences*, 160, 109-115.
- Durak, M., & Senol-Durak, E. (2014). Which personality traits are associated with cognitions related to problematic Internet use? *Asian Journal of Social Psychology*, 17 (3), 206e218.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2019). The Big-Five personality factors, mental health, and social-demographic indicators as independent predictors of gratification delay. *Personality and Individual Differences*, 150, 109-116.
- Gallagher, D. J. (1996). Personality, coping, and objective outcomes: Extraversion, neuroticism, coping styles, and academic performance. *Personality and Individual Differences*, 21, 421-429.
- Gonzalez, C. S., Gomez, N., Navarro, V., Cairos, V., Quirce, C., Toledo, P., & Marrero-Gordillo, N. (2016). Learning healthy lifestyles through active videogames, motor games and the gamification of educational activities. *Computers in Human Behavior*, 55, 529-551.
- Hwang, J. Y., Choi, J. S., Gwak, A. R., Jung, D., Choi, S. W., Lee, J., et al. (2014). Shared psychological characteristics that are linked to aggression

- between patients with Internet addiction and those with alcohol dependence. *Annals of general psychiatry*, 13 (1), 6-14.
- Isler, L., Fletcher, G. J. O., Liu, J. H., & Sibley, C. G. (2017). Validation of the four-profile configuration of personality types within the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 106, 257–262.
- Hamburger, Y. A., & Ben-Artzi, E. (2000). The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 16 (4), 441-449.
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive internet use: the role of the personality, loneliness and social support networks in internet addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 1 (5), 34-47.
- Horwood, S., & Anglim, J. (2018). Personality and problematic smartphone use: A facet-level analysis using the Five Factor Model and HEXACO frameworks. *Computers in Human Behavior*, 85, 349-359.
- Jelenchick, L. A., Eickhoff, J., Christakis, D. A. Brown, R. L., Zhang, C., Benson, M., Moreno, A. (2014). The Problematic and Risky Internet Use Screening Scale (PRIUSS) for adolescents and young adults: Scale development and refinement. *Computers in Human Behavior*, 35, 171–178.
- Kayis, A. R., Satıcı, S. A., Yilmaz, M. F., Simsek, D., Ceyhan, E., & Bakioglu, F. (2016). Big five-personality trait and internet addiction: A meta-analytic Review. *Computers in Human Behavior*, 63, 35-40.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practices of structural equation modeling*. NY: Guilford.
- Kokkinos, C. M., & Saripanidis, L. (2017). A lifestyle exposure perspective of victimization through Facebook among university students. Do Individual Differences Matter? *Computers in Human Behavior*, 74, 235-245.
- Kuss, D. J., van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29, 1987-1996.
- Landers, R. N., & Lounsbury, J. W. (2006). An investigation of Big Five and narrow personality traits in relation to Internet usage. *Computers in Human Behavior*, 22, 283–293.
- Liu, Y., Wang, Z. -H., & Li, Z. -G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 52 (7), 833–838.
- Marques, A., Loureiro, N., Avelar-Rosa, B., Naia, A., de Matos, M. G. (2019). Adolescents' healthy lifestyle. *Journal of Pediatrics*, 96 (2), 217-224.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81–90.
- McCann, S.J.H. (2011). Emotional health and the Big Five personality factors at the American state level. *Journal of Happiness Studies*, 12 (4), 547–560.

- McElroy, J. C., Hendrickson, A. R., Townsend, A. M., & DeMarie, S. M. (2007). Dispositional factors in internet use: personality versus cognitive style. *MIS Quarterly*, *13*, 809-820.
- Meyers, L. S., Gamest. G., & Goarin, A. J. (2016). *Applied multivariate research, design and interpretation*. Thousand oaks. London. New Deihi, Sage publication.
- Moreno, M. A., Eickhoff, J., Zhao, Q., Young, H. N., & Cox, E. D. (2019). Problematic internet use: A longitudinal study evaluating prevalence and predictors. *The Journal of Pediatrics*, *1*, 100-107.
- Neff, K.D., Rude, S.S., & Kirkpatrick, K.L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, *41* (4), 908–916.
- Oshio, A., Taku, K., Hirano, M., & Saeed, G. (2018). Resilience and Big Five personality traits: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, *127*, 54–60.
- Peluchette, J. V., Karl, K., Wood, C., & Williams, J. (2015). Cyberbullying victimization: Do victims' personality and risky social network behaviors contribute to the problem? *Computers in Human Behavior*, *52*, 424-435.
- Petrides, K. V., Vernon, P.A., Schermer, J. A., Ligthart, L., Boomsma, D. I., & Veselka, L. (2010). Relationships between trait emotional intelligence and the Big Five in the Netherlands. *Personality and Individual Differences*, *48*, 906–910.
- Pettoruso, M., Valle, S., Cavic, E., Martinotti, G., Giannantonio, M., & Grant, J. E. (2020). Problematic Internet use (PIU), personality profiles and emotion dysregulation in a cohort of young adults: trajectories from risky behaviors to addiction. *Psychiatry Research*, *289*, 113-120.
- Pressman, S.D., & Cohen, S. (2005). Does positive affect influence health? *Psychological Bulletin*, *131*(6), 925–971.
- Puerta-Cort_es, D. X., & Carbonell, X. (2013). The model of the big five personality factors and problematic Internet use in Colombian youth. *Adicciones*, *26*(1), 54-61.
- Rahmani, S., & Lavasani, M. G. (2011). The relationship between internet dependency with sensation seeking and personality. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *30*, 272-277.
- Randler, C., Horzum, M. B., & Vollmer, C. (2014). Internet addiction and its relationship to chronotype and personality in a Turkish university student sample. *Social Science Computer Review*, *32*(4), 484-485.
- Sava, F. A., & Popa, R. I. (2011). Personality types based on the Big Five model: A cluster analysis over the Romanian population. *Cognition, Brain, Behavior: An Interdisciplinary Journal*, *15*, 359–384.

- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, Internet usage and personality traits on Internet addiction in a sample of Italian university students. *Computers in Human Behavior*, 35, 85-92.
- Sharpe, J.P., Martin, N.R., & Roth, K.A. (2011). Optimism and the Big Five factors of personality: Beyond neuroticism and extraversion. *Personality and Individual Differences*, 51(8), 946–951.
- Sirois, F.M. (2014). Out of sight, out of time? Ameta-analytic investigation of procrastination and time perspective. *European Journal of Personality*, 28, 511–520.
- Sirois, F.M. (2015a). A self-regulation resource model of self-compassion and health behavior intentions in emerging adults. *Preventive Medicine Reports*, 2, 218–222.
- Sirois, F.M. (2015b). *Perfectionism and health behaviors: A self-regulation resource perspective*. In F.M. Sirois, & D.S. Molnar (Eds.), *Perfectionism, health and well-being*: Springer.
- Sirois, F. M., & Hirsch, J. K. (2015). Big five traits, affect balance and health behaviors: A self-regulation resource perspective. *Personality and Individual Differences*, 87, 59–64.
- Sirois, F. M., Kitner, R., & Hirsch, J. K. (2015). Self-compassion, affect, and health-promoting behaviors. *Health Psychology*, 34, 661–669.
- Sirois, F.M., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115–127.
- Spada, M. M. (2014). An overview of problematic Internet use. *Addictive Behaviors*, 39, 3-6.
- Stajkovic, A. D., Bandura, A., Locke, E. A., Lee, D., & Sergent, K. (2018). Test of three conceptual models of influence of the big five personality traits and self-efficacy on academic performance: A meta-analytic path-analysis. *Personality and Individual Differences*, 120, 238–245.
- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534-540.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138–161.
- Steptoe, A. (2010). *Positive well-being and health*. In A. Steptoe (Ed.), *Handbook of behavioral medicine* (pp. 185–195). New York: Springer.
- Tice, D.M., Baumeister, R.F., Shmueli, D., & Muraven, M. (2007). Restoring the self: Positive affect helps improve self-regulation following ego depletion. *Journal of Experimental Social Psychology*, 43(3), 379–384.
- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., Yang, Y. C., et al. (2009). The risk factors of Internet addiction a survey of university freshmen. *Psychiatry Research*, 167(3), 294-299.

- Tsitsika, A., Janikian, M., Greydanus, D. E., Omar, H. A., & Merrick, J. (2013). *Internet addiction: A public health concern in adolescence*. Hauppauge, NY: Nova Science Publishers.
- Tuten, T. L., & Bosnjak, M. (2001). Understanding differences in web usage: the role of need for cognition and the five factor model of personality. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 29(4), 391-398.
- Van der Aa, N., Overbeek, G., Engels, R. C., Scholte, R. H., Meerkerk, G. J., & Van den Eijnden, R. J. (2009). Daily and compulsive internet use and well-being in adolescence: a diathesis-stress model based on big five personality traits. *Journal of Youth and Adolescence*, 38 (6), 765-776.
- Wagner, D.D., & Heatherton, T.F. (2015). *Self-regulation and its failure: The seven deadly threats to self-regulation*. In M.Mikulincer, P.R. Shaver, E. Borgida, & J.A. Bargh (Eds.), *APA handbook of personality and social psychology, volume 1: Attitudes and social cognition*. APA handbooks in psychology (pp. 805–842). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Walker, S. N., Sechrist, K. R., & Pender, N. J. (1995). *The health-promoting lifestyle profile II*. Omaha: University of Nebraska Medical Center, College Of Nursing.
- Weston, R., & Gore, Jr. P. A. (2006). A brief guide to structural equation modeling. *Journal of Counseling Psychology*, 5, 719-751.
- Weinstein, A., & Lejoux, M. (2010). Internet addiction or excessive Internet use. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 277-283.
- Zhou, Y., Li, D., Jia, J., Li, X., Zhao, L., Sun, W., & Wang, Y. (2017). Interparental conflict and adolescent internet addiction: The mediating role of emotional insecurity and the moderating role of Big Five personality traits. *Computers in Human Behavior*, 73, 470–478.