

## مقایسه تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی

### Compartion of cognitive distortions and difficulty in emotion regulation in students with and without pornography addiction

#### Esmat Pourali

Master's graduate of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanity, University of Guilan, Rasht, Iran.

#### Reza Soltani Shal \*

Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanity, University of Guilan, Rasht, Iran.

[Reza.SoltaniShal@Guilan.ac.ir](mailto:Reza.SoltaniShal@Guilan.ac.ir)

#### Abbas Abolghasemi

Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanity, University of Guilan, Rasht, Iran.

#### عصمت پورعلی

کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

#### رضا سلطانی شال (نویسنده مسئول)

استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

#### عباس ابوالقاسمی

استاد، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

#### Abstract

This study aimed to compare, cognitive distortions and difficulty in emotion regulation in students with and without pornography addiction. A descriptive research design was used and a causal-comparative method was implemented. The statistical population of the study included all male and female students of Guilan University of Rasht in the academic years 2019-2021. For this purpose, 296 students were selected based on cluster sampling according to the inclusion criteria. In this study, the Pornography Craving Questionnaire (PCQ; Krauss-Rosenberg, 2014), Cognitive Distortions Inventory (CDI; Beck, 2004), and Emotion Difficulty Questionnaire (ERQ; Gross, 2003) were used to collect data. Single and multivariate variances analyzed the obtained data. The results showed that there is a difference in the cognitive distortions and difficulty in emotion regulation in students with and without pornography addiction ( $P < 0.05$ ). Therefore, it can be said that there is a difference between cognitive distortions and difficulty in Emotion regulation in groups with and without pornography and this can help to explain Pornography in university students.

**Keywords:** Cognitive distortions, difficulty in Emotion regulation, Pornography.

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی انجام شد. طرح پژوهش توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه گیلان رشت در سال‌های تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۸ بودند. بدین منظور ۲۹۶ دانشجو بر اساس نمونه‌گیری هدفمند با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند. در این تحقیق برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه میل شدید به پورنوگرافی کراوس و روزنبرگ (۲۰۱۴، PCQ)، پرسشنامه تحریف شناختی بک (۲۰۰۴، CDI) و پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان گراس (۲۰۰۳، ERQ) استفاده شد. داده‌های حاصله با تحلیل واریانس‌های چند متغیری تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد بین دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی در تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان تفاوت وجود دارد ( $P < 0/00$ ). بنابراین، می‌توان گفت که تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دو گروه با و بدون پورنوگرافی متفاوت است و در تبیین پورنوگرافی در دانشجویان دانشگاه کمک کنند.

**واژه‌های کلیدی:** تحریفات شناختی، دشواری در تنظیم هیجان، پورنوگرافی.

## مقدمه

رسانه‌های اجتماعی و در دسترس بودن تلفن‌های هوشمند اپیدمی اعتیاد به پورنوگرافی را به‌ویژه در نوجوانان و جوانان افزایش داده است. در برخی مطالعات تخمین زده شده است که ۴۲/۷ درصد از کاربران اینترنت به‌صورت کلی و ۲۵ درصد از آن‌ها هر روزه از سایت‌های پورنوگرافی دیدن می‌کنند (برایت وایت<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). هرچند برخی مطالعات نشان داده‌اند که در حدود ۹۴/۲ درصد افراد، قبل از ورود به دانشگاه، پورنوگرافی داشته‌اند اما شیوه و استمرار آن در طول دوره دانشجویی می‌تواند آسیب‌های جدی در بین دانشجویان داشته باشد و این در حالی است که شیوع پورنوگرافی در بین دانشجویان روندی افزایشی و روزافزون داشته است (کوی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و این مساله در بسیاری از کشور از جمله مالزی (ظهوری<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۱)، سوئد (متبو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۴)، ایران (بالوردی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲)، هنگ کنگ (جان قربانی<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۰۳)، چین (کوی و همکاران، ۲۰۲۱) و آمریکا (کامیلری<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) در بین دانشجویان متداول گزارش شده است. بعلاوه یک مطالعه نشان داد که نوجوانان اسرائیلی برای رفع تنهایی و فقدان کانون‌های جمعی دست به پورنوگرافی می‌زنند (افرتی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). طبق گزارش‌های دلایت و رزمسکی<sup>۹</sup> (۲۰۱۹) هشتاد درصد دانشجویان به طور میانگین از چهارده سالگی پورن تماشا می‌کنند. محققان یافته‌اند که پورنوگرافی سبب علاقه بیشتر به انواع غیرقانونی پورنوگرافی و به کار بردن آن در زندگی روزمره شده و میل به اجرای آنچه را که دیده می‌شود، بیشتر می‌کند. این میل به تکرار یا کاربرد اجبارگونه پورنوگرافی اینترنتی<sup>۱۰</sup>، دقیقاً مشابه مکانیسم اعتیاد به مواد مخدر است (گولا<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۷) و عواقب جسمانی و روان‌شناختی بسیاری در پی دارد. اعتیاد به پورنوگرافی یا پورنوگرافی اینترنتی اجبارگونه می‌تواند عوارض جانبی زیادی مانند تغییر رفتار، اضطراب، افسردگی، استرس و مشکلات بهداشت روان، تغییر در ارزش اخلاقی و طرد شدن از جامعه را برای فرد ایجاد کند (کاماریودین<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۸؛ کامیلری و همکاران، ۲۰۲۱). پورنوگرافی و اعتیاد به آن علاوه بر اینکه از ویژگی‌های شخصیتی و هیجانی افراد تأثیر می‌پذیرد (اسماعیلی و همکاران، ۱۴۰۲)، با انواع پرخاشگری رابطه دارد و این امر می‌تواند موجب خشونت در جامعه گردد و انواع جرم‌ها و تجاوزات را به همراه آورد و بر روحیات افراد نیز تأثیر بگذارد. بعلاوه، پورنوگرافی مداوم سبب می‌شود تا تصویری که فرد از رابطه جنسی و بدن خود دارد بسیار غیرواقعی باشد (راید<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۳). به علت گستردگی دسترسی به اینترنت و فضای مجازی در بین دانشجویان و مواجهه اجتناب‌ناپذیر با محتویات خارج عرف جنسی (پورنوگرافی)، نگرانی زیادی در بین گروه‌های مختلف جامعه و مسئولین ایجاد شده است که این مواجهه چگونه بر رفتارهای دانشجویان تأثیر می‌گذارد و این در حالی است که مطالعات تجربی و کیفی اندکی در این خصوص در ایران وجود دارد (خلج آبادی فراهانی<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۹؛ درپز<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین شناخت عوامل مستعد کننده و مرتبط با پورنوگرافی و مطالعه درباره آن، بسیار ضروری و کمک‌کننده خواهد بود و زمینه را برای شناخت مکانیسم‌های زیربنایی آن فراهم خواهد ساخت.

تحریفات شناختی<sup>۱۶</sup> یکی از متغیرهایی زمینه‌ساز و محتمل پورنوگرافی است چراکه به دنبال تحریفات شناختی، عملکرد ناکارآمد و رفتار ناسازگار شکل می‌گیرد. این نوع تحریف‌ها که خطاها و تحریف‌های شناختی نامیده می‌شوند، به اشکال گوناگونی ظاهر می‌شوند. این تحریف‌ها اگر به‌صورت متناوب رخ دهند، می‌توانند منجر به ناراحتی‌ها و اختلالات روان‌شناختی و رفتارهای نابهنجار (پوربابایی و یوسفی نیا<sup>۱۷</sup>، ۲۰۲۰) نظیر پورنوگرافی و کاربست مشکل‌ساز از سایت‌های پورن شوند (کاوچی<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). تصور می‌شود پورنوگرافی به

1. Braithwaite
2. Cui
3. Zohor Ali
4. Mattebo
5. Balvardi
6. Janghorbani
7. Camilleri
8. Efrati
9. Dwulit & Rzymiski
10. Compulsive Internet Pornography Use
11. Gola
12. Kamaruddin
13. Reid
14. Khalajabadi Farahani
15. Draps
16. cognitive distortions
17. Pourabadei & Yousefinia
18. Kahveci

پردازش‌های شناختی تحریف‌شده نظیر افکار منفی یا تفسیرهای تحریف‌شده، حافظه کاری سوگیرانه، سوگیری‌های توجه انتخابی، نقص در سیستم بازداری شناختی و شیوه حل مسئله تحریف‌شده مرتبط است و از طرفی، اختلال در تنظیم هیجان با فعال شدن ساختارهای شناختی بدکنش و تحریف‌شده در ارتباط است (کستروکالوو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ مولر و آنتونز<sup>۲</sup>، ۲۰۲۳). نگرش‌ها از طریق پردازش اطلاعات، بر رفتار، عواطف و هیجانات تأثیر می‌گذارند و در جریان تفکر به تصمیم‌گیری کمک می‌کنند و قابل‌انتظارترین پیش‌بینی را فراهم می‌آورند و بافتاری شناختی برای استفاده نابجا از اینترنت، اعتیاد به اینترنت و پورنوگرافی را فراهم می‌کنند (اوزپارلاک و کاراکایا<sup>۳</sup>، ۲۰۲۲؛ اسماعیلی و همکاران، ۱۴۰۲).

از دیگر متغیرهایی زمینه‌ساز پورنوگرافی، می‌توان به تنظیم هیجان اشاره کرد زیرا به دنبال دشواری در تنظیم هیجان یا بدتنظیمی هیجان، عملکرد ناکارآمد و رفتار ناسازگار و آسیب رسان شکل می‌گیرد. تنظیم هیجان شامل همه راهبردهای آگاهانه و غیرآگاهانه‌ای می‌شود که برای افزایش، حفظ و کاهش مؤلفه‌های هیجانی، رفتاری و شناختی یک پاسخ هیجانی می‌شود. افراد دچار دشواری در تنظیم هیجانی بیشتر از راهبردهای ناسازگار مانند نشخوار فکری، نگرانی، اجتناب و غیره استفاده می‌کنند (مانسوئتو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). پژوهشگران با تأکید روزافزون به نقش دشواری در تنظیم هیجان و راهبردهای کنترل فکر در استفاده از پورنوگرافی (بوش<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲) نشان دادند که دشواری در تنظیم هیجان، با پورنوگرافی در ارتباط است (آنتونز<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۳) به گونه‌ای که برخی افراد برای تنظیم هیجانات خود، تعدیل استرس و نگرانی‌ها و مدیریت تجارب هیجانی متعارض<sup>۷</sup> خود دست به پورنوگرافی می‌زنند (پریوارا و باب<sup>۸</sup>، ۲۰۲۳) چراکه دسترسی‌پذیری، استطاعت مالی داشتن و ناشناس بودن<sup>۹</sup> در پورنوگرافی که از عوامل زمینه‌ساز آن ذکر شده‌اند (دیالارکن<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۹) می‌تواند راهبردهایی برای تنظیم هیجاناتی نظیر شرم، ترس و گناه و تجربه نکردن آن‌ها تلقی شود.

در مجموع، تحریف شناختی که یک الگوی اغراق آمیز از اندیشه، باور و تفکر است و سبب تحریف در استدلال و تفسیر رویدادها می‌شود، می‌تواند در اتخاذ و کاربست یک روش حل مساله نامناسب از نظر روانشناختی و نامتناسب با مولفه های دینی و فرهنگی نقش معناداری داشته باشد. این امر سبب می‌شود فرد بر اساس تحریف ذهنی، شیوه پردازش اطلاعات نادرست، تفکر سوگیرانه و شیوه اسدلال غیرمنطقی، روشهایی را برای حل مساله اتخاذ کند که منجر به آسیب های روانشناختی متعددی برای او شود. تنظیم هیجان نیز کارکرد مدیریت هیجانات فرد را بر عهده دارد و دشواری در آن سبب می‌شود فرد به رویکردهایی نامناسب و نامتناسب و شاید سرعتی و سهل الوصول تر برای تعدیل و تنظیم هیجان گرایش پیدا کند که البته ممکن است این روشهای آسان، سلامت روان وی را با مشکل مواجه سازد و با زمینه های دینی و فرهنگی نیز تناسب نداشته باشند. در مطالعه حاضر به نیمرخ تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان دو گروه از افراد با و بدون پورنوگرافی پرداخته شد تا از مقایسه این دو گروه به مطالعه تفاوت در تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان پرداخته شود و آگاهی بیشتری از عوامل مؤثر در گرایش به پورنوگرافی به دست آید.

پورنوگرافی از لحاظ روان‌شناختی، پیامدها و آسیب‌های زیادی به همراه دارد که تأثیر منفی بر سلامت روان، افزایش احتمال ابتلا به اختلالاتی نظیر افسردگی، اضطراب، اختلالات عاطفی، ازهم‌گسیختگی روابط اجتماعی و استرس و کاهش کیفیت زندگی از جمله آن‌ها هست (کامیلری و همکاران، ۲۰۲۰؛ اسودین<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ منیگ<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). علاوه بر اهمیت روزافزون این مسئله، در ایران به ندریت به این مسئله پرداخته شده است و در این زمینه خلأ پژوهشی فراوانی دیده می‌شود (اسماعیلی و همکاران، ۱۴۰۲). از طرفی، دانشجویان به‌عنوان ارکان اساسی نظام آموزشی کشورها، در دستیابی به اهداف نظام آموزشی جایگاه ویژه‌ای دارند. با توجه به اهمیت نقش دانشجویان در پیشرفت و تعالی جوامع، طبیعی است که بررسی و شناخت عوامل مؤثر بر بروز اختلالات و مشکلات روان‌شناختی آن‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار باشد. با توجه به شیوع استفاده دانشجویان از اینترنت و فضاهای مجازی و پورنوگرافی در

1. Castro-Calvo

2. Müller &amp; Antons

3. Özparlak &amp; Karakaya

4. Mansueto

5. Büsche

6. Antons

7. conflicting emotional experiences

8. Privara &amp; Bob

9. accessibility, affordability &amp; anonymity

10. De Alarcón

11. Svedin

12. Mennig

محیط‌های دانشگاهی باید با انجام مطالعاتی مکانیسم‌های زیربنایی آن مشخص شود تا از راهکارهای مناسب جهت بهبود وضعیت تحصیلی و کاهش آسیب‌های روان‌شناختی آن در دانشجویان استفاده شود. لذا هدف پژوهش حاضر مقایسه تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی بود.

## روش

روش تحقیق حاضر از نوع علی مقایسه‌ای و نوع تحقیق بنیادی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه گیلان در سال‌های تحصیلی ۱۳۹۸-۱۴۰۰ بود. از کل جامعه، ۲۹۶ نفر به روش هدفمند انتخاب شدند. برای تعیین حجم نمونه از برنامه نرم‌افزاری Gpower استفاده شد. با در نظر گرفتن آلفای ۰/۰۵ و سطح قابل‌قبول توان آزمون برابر با ۰/۸۰ و اندازه اثر ۰/۵۰، هر گروه ۸۰ نفر به دست آمد که برای افزایش اعتبار بیرونی و احتمال نقص و تصادفی تکمیل شدن پرسشنامه‌ها، تقریباً دو برابر نمونه‌گیری شد و برای گروه با اعتیاد به پورنوگرافی ۱۲۲ نفر و گروه بدون اعتیاد به پورنوگرافی ۱۷۴ انتخاب گردید. بر اساس نمرات بالاتر و پایین‌تر از میانگین پرسشنامه پورنوگرافی، دو گروه با و بدون پورنوگرافی مشخص شدند. معیارهای ورود به پژوهش در دو گروه عبارت بود از دامنه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال، داشتن تجربه پورنوگرافی، موافقت برای شرکت در پژوهش، دانشجوی فعال بودن و عدم مصرف داروهای ضدروانپزشکی. معیارهای خروج از پژوهش، عبارت بود از عدم تمایل به همکاری در تکمیل پرسشنامه، بی‌اعتمادی به اصول اخلاقی ذکر شده، و تکمیل ناقص پرسشنامه. برای شرکت‌کنندگان درباره‌ی هدف پژوهش، محرمانه بودن نتایج، عدم نیاز به ذکر نام، امکان انصراف از تکمیل پرسشنامه و حفظ اطلاعات توضیحات لازم داده شد. به منظور حفظ اصل محرمانه بودن، داده‌های به دست آمده از پرسشنامه‌ها به صورت ناشناس (بدون ذکر نام یا مشخصاتی که هویت افراد را نشان دهد) از شرکت‌کنندگان جمع‌آوری شد تا هویت آنها پنهان بماند. همچنین، به شرکت‌کنندگان در پژوهش درباره‌ی اختیاری بودن شرکت در پژوهش و هدف انجام پژوهش توضیحات لازم ارائه شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری به کمک نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

## ابزار سنجش

**پرسشنامه میل شدید به پورنوگرافی (PCQ)<sup>۱</sup>:** این پرسشنامه توسط کراوس و روزنبرگ<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) برای اندازه‌گیری میل شدید به دیدن شدید پورنوگرافی ساخته شده است و دارای ۱۲ گویه است. شرکت‌کنندگان در یک مقیاس لیکرتی ۷ درجه‌ای از به شدت مخالفم تا به شدت موافقم پاسخ می‌دهند. در مطالعات خارجی، روایی همزمان همگرای این پرسشنامه با پرسشنامه وسواس رفتاری جنسی ۰/۳۸ (گراس و روزنبرگ، ۲۰۱۴) و پایایی آن به شیوه همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ ۰/۹۱ و پایایی بازآزمایی یک هفته‌ای ۰/۸۲ به دست آمد (به نقل از خالقیان و همکاران، ۱۳۹۸). در مطالعات ایرانی، روایی همزمان این پرسشنامه از طریق همبستگی با پرسشنامه اعتیاد به هرزه نگاری ۰/۸۲ (به نقل از خالقیان و همکاران، ۱۳۹۸) و پایایی این ابزار به شیوه همسانی درونی پرسش‌ها با یکدیگر و نمره کل از طریق آلفای کرونباخ از ۰/۹۳ تا ۰/۹۵ به دست آمد (مولوی و همکاران، ۲۰۲۰؛ خالقیان و همکاران، ۲۰۲۰). در پژوهش حاضر، پایایی کل پرسشنامه به شیوه همسانی درونی از طریق محاسبه آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد.

**پرسشنامه تحریف شناختی (CDI)<sup>۳</sup>:** پرسشنامه تحریفات شناختی مقیاس ۲۰ سؤالی است که توسط عبدالله زاده و سالار در سال ۱۳۸۹ ساخته شده است. پرسشنامه مورد نظر شامل ۲۰ عبارت است که هرکدام در یک مقیاس ۱ تا ۵ درجه‌ای (کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم) درجه بندی شده است و به سنجش تحریفات شناختی مطرح شده بر اساس نظریه آلبرت آلیس پرداخته و هر تفکر نامعقول تعداد ۲ عبارت را به خود اختصاص داده است. این پرسشنامه شامل ۱۰ خرده مقیاس همه یا هیچ، تعمیم اغراق‌آمیز، فیلتر ذهنی، بی‌توجهی به امر مثبت، نتیجه‌گیری شتاب‌زده، استدلال احساسی، درشت بینی و ریزبینی، تحریف باید و بهتر، برچسب زدن و شخصی‌سازی است. نمره گذاری به این صورت است که هر چه جمع نمرات بالاتر باشد، نشان‌دهنده تفکر مثبت‌تر است و فردی که نمره پایین تری بگیرد دچار تحریف شناختی بیشتری است. در مطالعات ایرانی، فرمانی (۱۳۹۳) مقدار روایی محتوایی گویه‌ها و کل پرسشنامه را بالای ۰/۷۲ گزارش کرده است (به نقل از بهروزی و همکاران، ۱۴۰۲) و پایایی این ابزار به شیوه همسانی درونی

1. Pornography Craving Questionnaire (PCQ)

2. Kraus, S., & Rosenberg

3. cognitive distortions Inventory (CDI)

از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۵ (کبیری و واحدی، ۱۴۰۱) و به شیوه دونیمه سازی ۰/۷ گزارش شده است (غلامی و اسماعیلی، ۱۴۰۰). در پژوهش حاضر، پایایی خرده مولفه‌ها و کل پرسشنامه به شیوه همسانی درونی از طریق محاسبه آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۶۸ تا ۰/۷۴ به دست آمد.

**پرسشنامه راهبردهای تنظیم هیجان (ERQ)<sup>۱</sup>:** این پرسشنامه به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان توسط گراس و جان<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) تدوین شده است. این پرسشنامه مشتمل بر دو خرده مقیاس ارزیابی مجدد با ۶ گویه و سرکوبی با ۴ گویه است. سؤالات ۲، ۴، ۶ و ۹ پرسشنامه بعد سرکوبی را مورد سنجش قرار می‌دهند و بقیه سؤالات تنظیم ارزیابی مجدد را مورد سنجش قرار می‌دهد که مقیاس اول متمرکز بر پیش‌آیند و مقیاس دوم متمرکز بر پاسخ دسته‌بندی می‌شوند. شرکت‌کنندگان در یک مقیاس لیکرتی ۷ درجه‌ای از به شدت مخالفم تا به شدت موافقم پاسخ می‌دهند. در مطالعات خارجی، روایی ملاکی این پرسشنامه از طریق همبستگی با مقیاس‌های رضایت زندگی ۰/۳۰، مقیاس بازیابی خلق ۰/۳۶ و عواطف مثبت ۰/۴۲ (یونودیس و سیگلینگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵) و پایایی به شیوه همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و برای سرکوبی ۰/۷۳ و ضریب پایایی به شیوه بازآزمایی بعد از ۳ ماه برای کل مقیاس ۰/۶۹ به دست آمد (به نقل از احمدی و همکاران، ۱۳۹۷). در مطالعات ایرانی، روایی همگرای این پرسشنامه از طریق همبستگی با پرسشنامه تحمل پریشانی ۰/۴۳ (کیانفر و همکاران، ۱۴۰۲) و پایایی به شیوه همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد، سرکوبی و کل مقیاس به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۵۲ و ۰/۷۱ به دست آمد (به نقل از احمدی و همکاران، ۱۳۹۷). در پژوهش حاضر، پایایی کل پرسشنامه به شیوه همسانی درونی از طریق محاسبه آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به دست آمد.

## یافته‌ها

در این پژوهش ۲۹۶ نفر به عنوان نمونه مورد اندازه‌گیری قرار گرفته بودند که بر اساس نمره پرسشنامه اعتیاد به پورنوگرافی به دو گروه دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی تقسیم شدند. میانگین و انحراف استاندارد متغیر سن در گروه دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی ۲۴/۰۶ (۲/۷۲) و در گروه دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی ۲۴/۰۸ (۲/۸۷) بود. در دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی، مردان با ۴۸/۷ درصد بیشترین فراوانی و زنان با ۳۲/۶ کمترین فراوانی را داشتند. در دانشجویان بدون اعتیاد به پورنوگرافی، مردان با ۵۱/۳ کمترین فراوانی و زنان با ۶۷/۴ بیشترین فراوانی را داشتند. بر اساس رشته تحصیلی، در دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی، دانشکده فنی با ۷/۴۵ درصد دارای بیشترین فراوانی، دانشکده انسانی با ۳۵/۵ درصد و دانشکده کشاورزی با ۱۵/۸ درصد بود. همچنین در دانشجویان بدون اعتیاد به پورنوگرافی دانشکده فنی با ۴۸/۱ درصد بیشترین فراوانی و دانشکده انسانی با ۳۶/۷ درصد و سپس دانشکده کشاورزی با ۱۵/۲ درصد را داشت. در ادامه در جدول ۱ اطلاعات توصیفی متغیرها به تفکیک دو گروه ارائه شده است.

**جدول ۱. اطلاعات توصیفی تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان به تفکیک گروه‌ها**

متغیرها		بدون اعتیاد به پورنوگرافی (نفر ۱۷۴)		با اعتیاد به پورنوگرافی (نفر ۱۲۲)	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
تفکر همه‌یاهیج	۵/۱۳	۲/۲۴	۶/۸۶	۲/۲۴	
تعمیم مبالغه‌آمیز	۵/۴۰	۲/۴۰	۵/۴۰	۳/۴۶	
فیلتر ذهنی	۵/۲۳	۲/۲۸	۶/۷۰	۲/۴۸	
بی‌توجهی به امر مثبت	۵/۵۰	۲/۲۹	۶/۸۳	۲/۴۱	
نتیجه‌گیری شتاب‌زده	۵/۳۹	۲/۲۲	۶/۷۳	۲/۳۱	
درشت‌بینی-ریزبینی	۵/۴۸	۲/۲۱	۶/۸۵	۲/۳۱	
استدلال احساسی	۵/۶۳	۲/۰۹	۶/۷۹	۲/۴۴	
بایدها-بهتر	۵/۶۵	۲/۳۱	۶/۵۳	۲/۶۷	

1. Emotion Regulation Questionnaire (ERQ)

2. Gross & John

3. Ioannidis & Siegling

۲/۴۷	۶/۷۵	۲/۲۹	۵/۷۰	برچسب زدن
۲/۴۵	۷/۱۲	۲/۱۳	۵/۶۵	شخصی سازی
۱۷/۸۳	۶۲/۴۳	۱۷/۸۱	۴۳/۷۶	تحریف شناختی کل
۴/۶۳	۲۰/۲۷	۵/۹۷	۱۴/۲۹	سرکوبی
۶/۰۹	۳۰/۱۰	۸/۳۷	۲۱/۳۹	ارزیابی مجدد
۱۰/۲۶	۵۰/۳۷	۱۳/۹۶	۳۵/۶۸	تنظیم هیجانی کل

در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمرات تحریفات شناختی در افراد مورد مطالعه به تفکیک گروه نمایه شده است. بر اساس نتایج، میانگین متغیرهای تفکر همه‌یاهیچ، فیلتر ذهنی، بی‌توجهی به امر مثبت، نتیجه‌گیری شتاب‌زده، درشت بینی-ریزبینی، استدلال احساسی، باید‌ها-بهبتر، برچسب زدن، شخصی سازی و تحریف شناختی کل در گروه دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی از گروه دانشجویان بدون اعتیاد به پورنوگرافی بالاتر و بیشتر است. همچنین در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمرات اعتیاد به پورنوگرافی در افراد مورد مطالعه به تفکیک گروه نمایه شده است. بر اساس نتایج، میانگین متغیرهای سرکوبی، ارزیابی مجدد، تنظیم هیجانی کل در گروه دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی از گروه دانشجویان بدون اعتیاد به پورنوگرافی بالاتر و بیشتر است. اما برای اطمینان از اینکه آیا این تفاوت معنادار است یا خیر، از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره به تفکیک متغیرها استفاده خواهد شد. برای انجام آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره، ابتدا پیش فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت که نتایج نشان داد بر اساس آماره کالموگروف-اسمیرنوف توزیع نمرات متغیرها نرمال بود ( $P > 0.05$ ). نتایج آزمون لوین درباره همگونی خطای واریانسها در گروه‌ها برقرار است ( $P > 0.05$ ). نتیجه آزمون ام باکس برای بررسی همگونی ماتریس کوواریانس‌ها نشان داد این مفروضه به تفکیک متغیرها معنادار نیست و لذا این مفروضه برقرار بود ( $P > 0.05$ ). در جدول ۲ نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری به تفکیک مؤلفه‌ها اجرا و ارائه شده است.

جدول ۲: نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری

اثر گروه	ارزش	F	df	معناداری	ضریب ایستا
اثر پیلایی	۰/۲۰۲	۱۸/۸۵	۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۲
لامبدای ویلکز	۰/۲۰۲	۱۸/۸۵	۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۲
اثر هتلینگ	۰/۲۰۲	۱۸/۸۵	۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۲
بزرگترین ریشه روی	۰/۲۰۲	۱۸/۸۵	۴	۰/۰۰۱	۰/۲۰۲

نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری نشان داد که بین گروه‌ها در مؤلفه‌های تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان حداقل در یکی از آنها تفاوت معناداری وجود دارد ( $F=18/85$ ;  $P < 0.05$ ). در نتیجه ترکیب مؤلفه‌های تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان گروه‌ها با هم متفاوت بوده و تفاوت معناداری دارند. ولی این آماره نشان نمی‌دهد که در کدام یک از متغیرهای وابسته تفاوت معنی دار وجود دارد. لذا بعد از آن به بررسی این موضوع پرداخته میشود که کدام یک از مؤلفه‌های تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان به طور جداگانه در گروه‌ها باهم تفاوت دارند؟ در ادامه نتیجه آزمون تحلیل واریانس تک متغیره جهت مقایسه هر یک از مؤلفه‌ها در بین گروه‌ها آورده شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره هر یک از مؤلفه‌های متغیرها

متغیر وابسته	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	Sig	ضریب ایستا
تفکر همه‌یاهیچ	۲۱۸/۷۰	۲۱۸/۷۰	۴۳/۴۰	۰/۰۰۱	۰/۱۲۹
فیلتر ذهنی	۱۵۷/۷۵	۱۵۷/۷۵	۲۷/۵۰	۰/۰۰۱	۰/۰۸۶
بی‌توجهی به امر مثبت	۱۲۹/۹۴	۱۲۹/۹۴	۲۳/۳۴	۰/۰۰۱	۰/۷۴۰
نتیجه‌گیری شتاب‌زده	۱۳۱/۴۰	۱۳۱/۴۰	۲۵/۵۱	۰/۰۰۱	۰/۰۸۰
درشت بینی-ریزبینی	۱۳۸/۰۳	۱۳۸/۰۳	۲۶/۸۷	۰/۰۰۱	۰/۰۸۴

استدلال احساسی	۹۹/۲۴	۹۹/۲۴	۱۸/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۰۶۱
بایدها-بهرتر	۵۷/۷۹	۵۷/۷۹	۹/۱۵	۰/۰۰۱	۰/۰۳۰
برچسب زدن	۸۲/۲۳	۸۲/۲۳	۱۴/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۰۴۷
شخصی‌سازی	۱۵۷/۱۹	۱۵۷/۱۹	۲۹/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۰۹۳
سرکوبی	۲۶۳۲/۳۳	۲۶۳۲/۳۳	۹۰/۴۶	۰/۰۰۱	۰/۲۳۵
ارزیابی مجدد	۵۵۸۷/۰۸	۵۵۸۷/۰۸	۱۰۲/۰۶	۰/۰۰۱	۰/۲۵۸

نتایج نشان داد که بین دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی در مؤلفه‌های تفکر همه‌باهیچ ( $F=۴۳/۴۰$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، فیلتر ذهنی ( $F=۲۷/۵۰$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، بی‌توجهی به امر مثبت ( $F=۲۳/۳۴$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، نتیجه‌گیری شتاب‌زده ( $F=۲۵/۵۱$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، درشت بینی-ریزبینی ( $F=۲۶/۸۷$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، استدلال احساسی ( $F=۱۸/۹۹$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، بایدها-بهرتر ( $F=۹/۱۵$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، برچسب زدن ( $F=۱۴/۳۶$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، شخصی‌سازی ( $F=۲۹/۹۷$ ;  $P=۰/۰۰۱$ )، سرکوبی ( $F=۹۰/۴۶$ ;  $P=۰/۰۰۱$ ) و ارزیابی مجدد ( $F=۱۰۲/۰۶$ ;  $P=۰/۰۰۱$ ) وجود داشت بر اساس نتایج، میانگین متغیرهای سرکوبی، ارزیابی مجدد، تنظیم هیجانی کل در گروه دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی از گروه دانشجویان بدون اعتیاد به پورنوگرافی بالاتر و بیشتر است. بنابراین می‌توان گفت، تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دو گروه دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی تفاوت دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر مقایسه تحریفات شناختی و دشواری در تنظیم هیجان در دانشجویان با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی بود. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که در متغیرهای تحریفات شناختی در دو گروه مورد مطالعه تفاوت‌معناداری وجود داشت و تحریفات شناختی در دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی بیشتر بود. این یافته با نتایج اسماعیلی و همکاران (۲۰۲۳)، مولر و آنتونز (۲۰۲۳)، لوین<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۹) و اسماعیلی و همکاران (۲۰۲۲) همسو بود. تحریف شناختی استدلال‌های غلطی هستند که نقش مهمی را در بروز بسیاری از رفتارها و اختلالات ایفا می‌کنند (کوروملوگلوگیل و تانریوردی<sup>۲</sup>، ۲۰۲۲). افرادی که دچار تحریفات شناختی هستند به دلیل سوگیری شناختی، روشهای حل مساله تحریف شده، پردازش ناکارآمد اطلاعات و کاربست روشهای ناکارآمد و نامتناسب، نمی‌توانند به نحو مطلوب عمل کنند (اسریپادا<sup>۳</sup>، ۲۰۲۲). این خطاهای فکری و سوگیری‌ها منجر به کژکارکردی تصمیم‌گیری شده و تحلیل سود و زیان در کاربست یک رفتار اعتیادی را با مشکل مواجه می‌کند و باعث می‌شود که فرد نتواند به‌طور منطقی رفتار یا عمل درست را پیش‌بینی و اتخاذ کند (اوتا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). بعلاوه، یافته‌های یک پژوهش نشان داد که در پورنوگرافی، فراواقعیت رابطه‌ای (کنش جنسی رسانه‌ای و توهم سرخوشی و رضایت)، فراواقعیت تجربه‌ای (ماجراجویی جنسی و تداخل تخیل جنسی با امور روزمره) و فراواقعیت پیامدی (رابطه جنسی به‌مثابه کالای مصرفی و گرفتاری در تسلسل جنسی) رخ می‌دهد که همه این موارد نوعی خیال‌پردازی و تحریف شناختی در راستای رضایت جنسی هستند (مختاری و ملک احمدی، ۱۳۹۶) و عواقب روان‌شناختی و جسمانی بیش از پیش در پورنوگراف ایجاد می‌کنند. در تبیین این یافته می‌توان اظهار داشت که تحریفات شناختی زمانی ظاهر می‌شوند که پردازش اطلاعات، نادرست، سوگیرانه، غیرمنطقی و غیرمؤثر باشد، به این معنا که تجزیه و تحلیل اطلاعات تحریف می‌شود و از فیلتر استدلال و منطق عبور نمی‌کند و لذا این نوع تحریف‌ها که تحریف‌های شناختی نامیده می‌شوند، می‌توانند منجر کژکاری شناختی در تصمیم‌گیری و در نتیجه منجر به شکل‌گیری اختلالات روان‌شناختی و رفتارهای نابهنجار نظیر مصرف مواد، زیاده روی در مصرف الکل و روابط جنسی نابهنجار (کرمانی و همکاران، ۱۴۰۰) و پورنوگرافی (اوزپارلاک و کاراکایا، ۲۰۲۲) شوند. از طرف دیگر، وجود تحریفات شناختی باعث مختل شدن رفتار خود تنظیمی می‌شود چراکه سبب عدم پردازش دقیق سود و زیان یک رفتار و پیامدهای روان‌شناختی-اجتماعی-فرهنگی آن شده و فرد را در راستای انجام یک سوءرفتار نظیر سرقت، مصرف مواد مخدر، سوءرفتارهای اقتصادی و پورنوگرافی قرار می‌دهد (بابایی و همکاران، ۱۴۰۰؛

1. Levin

2. Kürtümlüoğlugil &amp; Tanrıverdi

3. Sripada

4. Ota

اوزپارلاک و کاراکایا، ۲۰۲۲). بعلاوه، تحریفات شناختی ممکن است زمینه ساز و زیربنای برخی اختلالات روانشناختی باشد و از این طریق زمینه ساز پورنوگرافی و اعتیاد به آن شود چراکه مطالعات نشان داده اند که اضطراب اجتماعی (نادرزاده و همکاران، ۱۳۹۸)، اعتیاد به بازی های آنلاین (آقایی کمالی و همکاران، ۱۴۰۱)، اختلال شخصیت خودشیفته (لرزنگنه و سلیمانی، ۱۴۰۱)، دشواری در بازداری رفتاری (عظیمی و همکاران، ۱۴۰۰)، ضعف در امنیت روانشناختی (بهروزی و همکاران، ۱۴۰۲) و عزت نفس پایین (سیرلی و همکاران، ۲۰۲۳) ریشه در تحریفات شناختی دارند و لذا محتمل است که افراد برای تعدیل این دسته از آسیب های روانشناختی خود، گرایش به رفتارهای اعتیادگونه نظر پورنوگرافی پیدا کنند، زیرا باورهای شناختی مختل و تحریف های شناختی، سبب تعدیل فرایند پردازش اطلاعات شده و مهارتهای حل مساله و مقابله ای سازگانه، بهنجار و اثربخش فرد را تضعیف می کنند و سبب کاربست روشهای نامتناسب می شوند و زمینه ای را فراهم می آورند که افراد در آن از پورنوگرافی به عنوان روشی برای مدیریت هیجان و عواطف استفاده کنند (ولفرز و اشنایدر، ۲۰۲۱). از منظری دیگر، پورنوگرافی از نظر روانشناختی یک رفتار جامعه ناپسند و از نظر فرهنگی یک سوءرفتار اخلاقی به شمار می رود و این در حالی است که افراد بهنجار برای اتخاذ یک رفتار، معیارهای بهنجاری اجتماعی-فرهنگی را مبنا قرار می دهند. با توجه به وجود پرتنگ تحریفات شناختی در پورنوگراف ها، می توان کاربست این رفتار را در عدم پردازش شناختی دقیق و ذهن آگاهانه (احدی و مرادی، ۱۳۹۶) هنجارهای اجتماعی-فرهنگی تلقی کرد چرا که نادیده انگاری هنجارهای بافتاری ریشه در چند زیرمولفه از تحریفات شناختی نظیر فیلتر ذهنی، نتیجه گیری شتابزده و استدلال احساسی دارد (اوتا و همکاران، ۲۰۲۰).

علاوه براین، نتایج نشان داد که بین دشواری در تنظیم هیجان در دو گروه مورد مطالعه تفاوت معناداری وجود داشت و دشواری در تنظیم هیجان در دانشجویان با اعتیاد به پورنوگرافی بیشتر بود. این یافته با نتایج پژوهش کاسترووالو و همکاران (۲۰۲۱) و بوث<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱) بوش و همکاران (۲۰۲۲) و کاردوسو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. در تبیین این یافته می توان گفت دشواری در تنظیم هیجان با مدل های مختلف آسیب های روانی مرتبط است تنظیم هیجان اشاره به توانایی فرد برای درک و قبول کردن احساس خود و استفاده از راهبردهای مدیریت مناسب هیجان های ناخوشایند هنگام اضطراب اشاره دارد. اگر فرد از راهبردهای تنظیم هیجان مناسب و رشد یافته برخوردار نباشد، در برابر انواع فشارها برای کاهش اضطراب از راهبردهای مقابله ای نامناسب بهره می برد و از پورنوگرافی برای کاهش تنش استفاده می کند (بیبی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). این روند می تواند موجب ایجاد پردازش اطلاعات نادرست و در نتیجه تحریفات شناختی شود و این چرخه معیوب با تداوم خود سبب آسیب های روان شناختی روزافزون فرد می شود. درواقع افراد نگرش های سوگیرانه ای دارند و به واسطه داشتن نگرش های ناکارآمد، تکانشی بودن و راهبردهای مقابله ای نامناسب در مواجهه با موقعیت های زندگی، دچار احساسات و هیجانات منفی می شوند (وانگ<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳) که این گونه هیجانات، موجب سوق بیشتر فرد به پورنوگرافی به عنوان روشی نامناسب و ناکارآمد برای تعدیل و تنظیم هیجان و حواس پرتی یا دور شدن از مشکل و آرامش موقت می شود و این یعنی اتخاذ یک روش پرخطر و آسیب زا برای تنظیم و تعدیل هیجان. از طرف دیگر، فردی که در رویارویی با هیجانات دشوار، آگاهانه از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان استفاده می کند تا هیجانات خود را به خوبی مدیریت کند و درگیر رفتارهای هدفمند شود، رفتارهای پرخطر کمتری دارد (بوث و همکاران، ۲۰۲۱). هنگامی که فرد مضطرب می شود تنظیم هیجان نقش مهمی در سازگاری او با وقایع استرس زای زندگی دارد. عدم توانایی مدیریت هیجانات باعث می شود فرد از راهبردهای نامناسب استفاده کند که توانایی فرد را برای حل مشکل کاهش می دهد و درواقع افرادی که راهبردهای مناسبی برای تنظیم هیجان ندارند، رفتارهای اعتیادگونه، پرخطر و آسیب زای آگاهانه و غیر آگاهانه را به عنوان راهی برای از بین بردن هیجانات منفی استفاده می کنند و افرادی که نمی توانند برانگیختگی خود را کنترل کنند به احتمال زیادتری به پورنوگرافی روی می آورند (کاردوسو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). در حقیقت افرادی که راهبردهای تنظیم هیجان سازگارانه و رشد نداشته باشند بیش از دیگران مستعد استفاده از رفتارها پرخطر به عنوان ابزاری برای تعدیل هیجان های منفی خود خواهند بود و از طرف دیگر، توانایی مدیریت هیجان ها باعث می شود که فرد در موقعیت های پرتنش، از راهبردهای مقابله ای مناسب استفاده کند. با توجه به اینکه پژوهش حاضر برخلاف پژوهش های قبلی که تنها بر روی یک گروه انجام شده اند، بر روی دو گروه با و بدون اعتیاد به پورنوگرافی صورت گرفته است، می تواند با مشخص نمودن عوامل تأثیرگذار در این مسئله، باعث شفاف تر شدن عوامل زمینه ای اثرگذار بر اعتیاد به پورنوگرافی شده و بدین شکل

1. Wolfers & Schneider  
2. Böthe  
3. Cardoso  
4. Bibi  
5. Wang  
6. Cardoso

سبب گسترش حوزه مطالعاتی در این موضوع شود. شرکت‌کنندگان به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت کرده‌اند و هیچ‌گونه اجباری برای شرکت در پژوهش وجود نداشته است.

از مجموع این مطالعه می‌توان نتیجه گرفت که تحریف‌های شناختی نظیر تفکر همه‌یاهیچ، فیلتر ذهنی، بی‌توجهی به امر مثبت، نتیجه‌گیری شتاب‌زده، درشت‌بینی-ریزبینی، استدلال احساسی، بایدها-بهتر، برجسب زدن، شخصی‌سازی و همچنین دشواری در تنظیم هیجان نظیر سرکوبی و ارزیابی مجدد می‌توانند زمینه‌ساز گرایش افراد به اعتیاد به پورنوگرافی باشند. از نظر روانشناسی، آشکار است که اتخاذ رفتارهای آسیب‌رسان و نابهنجار می‌تواند زمینه‌ساز آسیب‌شناسی روانی افراد را مهیا سازد. پورنوگرافی و اعتیاد به آن که شامل دو اختلال پورنوگرافی و وابستگی بیمارگونه به آن است می‌تواند تمامی زمینه‌های زندگی فرد را تحت شعاع خود قرار دهد و بهداشت روان، بهزیستی و کیفیت زندگی افراد را بطور معناداری کاهش دهد. با توجه به یافته‌های مطالعه حاضر می‌توان با افزایش آگاهی و تدوین مداخلات مناسب، زمینه بهبود مهارت‌های تنظیم هیجان و کاهش تحریف شناختی را فراهم کرد تا از این طریق از آسیب‌شناسی روانی دانشجویان جلوگیری کرد.

هر پژوهشی در هنگام اجرا با محدودیت‌هایی مواجه است و از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به محدود بودن جامعه آماری این پژوهش به دانشجویان دانشگاه گیلان، روش نمونه‌گیری در دسترس و ابزارهای خودگزارشی اشاره کرد. بنابراین در تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها و مناطق لازم است که جانب احتیاط رعایت شود. با توجه به محدودیت‌ها پیشنهاد می‌شود که در صورت امکان در مطالعات آتی از نمونه‌گیری تصادفی استفاده شده، پژوهش بر روی جوامع آماری دیگر انجام شود و علاوه بر پرسشنامه از مصاحبه نیز برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده گردد و نتایج با تفکیک جنسیت بررسی شوند. با تشکر از تمام افرادی که در این پژوهش نویسنده‌گان را یاری نمودند. هیچ‌گونه تعارض منافی بین نویسنده‌گان مقاله وجود ندارد.

## منابع

- احدی، ب.، مرادی، ف. (۱۳۹۶). رابطه ذهن آگاهی با خطاهای شناختی: نقش تعدیل‌کننده تحصیلات. *سالمنشناسی*، ۲ (۴)، ۱-۱۰.  
[http://joge.ir/browse.php?a\\_id=185&slc\\_lang=fa&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1](http://joge.ir/browse.php?a_id=185&slc_lang=fa&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1)
- احمدی، غ.، سهرابی، ف.، برجعلی، ا. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر ارزیابی مجدد و فرونشانی هیجانی سربازان با اختلال مصرف مواد افیونی. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۹ (۳۴)، ۱۹۱-۲۰۹. doi: 10.22054/qccpc.2018.33455.1876
- اسماعیلی، ع.، اسماعیلی، م.، حسینی بیوکی، ن. پیش‌بینی تمایزی اعتیاد به پورنوگرافی: بر اساس دینداری و ناهمخوانی اخلاقی. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۱۴۰۲، ۷ (۱)، ۲۲-۳۲.  
<https://islamiclifej.com/article-1-769-fa.html>
- اسماعیلی، ع.، فرحبخش، ک.، شریعتمدار، آ. (۱۴۰۱). پیش‌بینی تمایزی اعتیاد به پورنوگرافی: بر اساس احساس شرم و خودشیفتگی ناسالم. *پژوهش‌های کاربردی روانشناختی*، ۱۳ (۴)، ۱۵۷-۱۷۲.  
[https://japrr.ut.ac.ir/article\\_91191.html?lang=fa](https://japrr.ut.ac.ir/article_91191.html?lang=fa)
- بهروزی، ح.، پاکدامن، م.، صاحب‌دل، ح. (۱۴۰۲). پیش‌بینی امنیت روانی دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه بر اساس ترومای کودکی و خطاهای شناختی. *رویش روان‌شناسی*، ۱۲ (۶)، ۱۳۳-۱۴۰.  
<https://frooyesh.ir/article-1-4728-fa.html>
- آقایی کمالی، ن.، جهرمی، ر.، کریم‌زاده، م.، شهابی، ر. (۱۴۰۱). ارائه مدل ساختاری اعتیاد به بازی‌های آنلاین دانش‌آموزان متوسطه دوم بر اساس تحریف شناختی و اضطراب اجتماعی با نقش میانجی دشواری در تنظیم هیجان. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۶ (۲)، ۴۷۷-۴۹۱.  
<https://islamiclifej.com/article-1-1845-fa.html>
- بابایی، ا.، صفایی، ا.، حسینی سورکی، ط. (۱۴۰۰). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و تحریف‌های شناختی زندانیان محکومین به سرقت، مواد مخدر و محکومین مالی. *مددکاری اجتماعی*، ۱۰ (۲)، ۴۴-۵۱.  
<https://socialworkmag.ir/article-1-655-fa.html>
- بهروزی، ح.، پاکدامن، م.، صاحب‌دل، ح. (۱۴۰۲). پیش‌بینی امنیت روانی دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه بر اساس ترومای کودکی و خطاهای شناختی. *رویش روان‌شناسی*، ۱۲ (۶)، ۱۳۳-۱۴۰.  
<https://frooyesh.ir/article-1-4728-fa.html>
- جعفری پنچی، ز.، رحمانیان، م.، زارع، ح. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تفکر انتقادی بر اساس مدل پاول-الدر در تحریف‌های شناختی و خودکارآمدی نوجوانان. *روانشناسی شناختی*، ۶ (۲)، ۶۱-۷۰.  
<https://jcp.khu.ac.ir/article-1-2974-fa.html>
- جعفری فرد، س.، سهرابی، ف.، برجعلی، ا.، خانجانی، م.، فرخی، ن. (۱۳۹۸). تدوین برنامه آموزشی ارتقای کیفیت زندگی و تعیین اثربخشی آن بر تنظیم هیجان افراد مبتلا به اختلال وسواس فکری- عملی. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۱۴ (۵۳)، ۲۷-۳۶.  
[https://jtbcpc.roudehen.iau.ir/article\\_1565.html](https://jtbcpc.roudehen.iau.ir/article_1565.html)

جعفریان، م.، عسکری، م. (۱۳۹۷). مقایسه تحریفات شناختی و تنظیم شناختی هیجان در افراد معتاد و غیر معتاد. *رویش روان شناسی*، ۷(۱۱)، ۲۵۹-۲۷۲. <http://frooyesh.ir/article-1-434-fa.html>

خالقیان، آ.، سجادیان، ا.، فاتحی زاده، م.، منشئی، غ. (۱۳۹۸). بررسی نقش میانجی نگرش به هرزه نگاری و خودکنترلی در رابطه بین پای-بندی مذهبی و میل به هرزه نگاری اینترنتی. *پژوهش های روانشناسی اجتماعی*، ۹(۳۶)، ۵۵-۷۲. [https://www.socialpsychology.ir/article\\_105542.html](https://www.socialpsychology.ir/article_105542.html)

عظیمی، ک.، احدی، ب.، پیوسته گر، م.، خدابخش پیرکلانی. (۱۴۰۰). مدل یابی رابطه بین سیستم بازداری رفتاری، پاداش و قربانی شدن با بدشکلی بدن با توجه به نقش میانجی تحریف های شناختی بین فردی در دانش آموزان. *مطالعات روان شناختی*، ۱۷(۲)، ۳۲-۱۱. [https://journal.alzahra.ac.ir/article\\_5626.html](https://journal.alzahra.ac.ir/article_5626.html)

غلامی، س.، اسمعیلی، ع. (۱۴۰۰). بررسی روایی و پایایی پرسشنامه تحریف های شناختی، یازدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی. <https://civilica.com/doc/1446200>

کاظمی، سید ولی، کاکابرابی، ک. (۱۴۰۰). تأثیر آموزش تنظیم هیجانی بر راهبردهای ارزیابی مجدد و فرونشانی تجارب هیجانی بیماران قلبی و عروقی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۲۸(۴)، ۵۸۱-۵۹۵. [https://jsums.medsab.ac.ir/article\\_1428.html?lang=fa](https://jsums.medsab.ac.ir/article_1428.html?lang=fa)

کبیری، ع.، واحدی، م. (۱۴۰۱). اثربخشی برنامه فلسفه برای کودکان با غنی سازی فناوری های دیجیتال بر تحریفات شناختی و ادراک شایستگی کودکان پسر بی سرپرست و بدسرپرست علوم روانشناختی، ۲۱(۱۱۰): ۲۶۴-۲۴۹. <https://psychologicalscience.ir/article-1-1362-fa.html>

کرمانی، ع.، رحیمی، ش.، فنودی، ح.، نریمانی، م. (۱۴۰۰). گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر: نقش پیش بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین فردی. *رویش روان شناسی*، ۱۰(۱۰)، ۲۵۱-۲۶۰. <https://frooyesh.ir/article-1-2957-fa.html>

کیانفر، ف.، باهنر، ف.، صنیعی منش، م. (۱۴۰۲). بررسی ویژگی های روان سنجی پرسشنامه راهبردهای تنظیم هیجان و پرسشنامه تحمل پریشانی در دانش آموزان متوسطه. *پژوهش های کاربردی در مشاوره*، ۱۳(۱)، ۳۳-۵۳. [https://www.jarci.ir/article\\_708235.html](https://www.jarci.ir/article_708235.html)

لرزنگنه، س.، سلیمانی، ا. (۱۴۰۱). بررسی مدل روابط ساختاری ترومای کودکی و تحریفات شناختی با اختلال شخصیت خودشیفته: با میانجی گری طرحواره های ناسازگار اولیه. *مطالعات روان شناسی بالینی*، ۱۲(۴۸)، ۸۵-۱۰۸. [https://jcps.atu.ac.ir/article\\_15408.html](https://jcps.atu.ac.ir/article_15408.html)

مختاری، م.، ملک احمدی، ح. (۱۳۹۶). هرزه نگاری و فراواقعیت؛ مطالعه کیفی تجارب کاربران ایرانی در استفاده از محصولات هرزه نگاری. *راهبرد فرهنگ*، ۱۰(۳۸)، ۷۱-۹۹. [https://www.jsfc.ir/article\\_50903.html?lang=fa](https://www.jsfc.ir/article_50903.html?lang=fa)

نادرزاده، ه.، صالحی، م.، جعفری روشن، م.، کوچک انتظار، ر. (۱۳۹۸). مدل یابی معادلات ساختاری رابطه علائم اختلال اضطراب اجتماعی با طرح واره های ناسازگار اولیه و تحریف های شناختی در نوجوانان. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۳(۱)، ۴۰-۵۷. <https://rph.khu.ac.ir/article-1-3398-fa.html>

- Antons S, Büsche K, Mallon L, Wolf OT, Diers M, Brand M. (2023). Stress susceptibility, affective responses toward acute stressors and emotion regulation strategies in the context of problematic pornography use. *Sex Health Compulsivity*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/26929953.2023.2220003>
- Balvardi, M., Dehdashti, N., Imani Ghoghary, Z., Bashiri, H., & Alavi Arjas, F. (2022). Prevalence of Sexual Behaviors among Medical Students in Southeast of Iran. *Iranian Journal of Health Sciences*, 10(3), 32–43. <https://doi.org/10.18502/jhs.v10i3.10520>
- Bibi, K., Fatima, A., Amin, R., & Rowland, D. L. (2022). Understanding Serial Mediators of Problematic Pornography Use in Pakistani Men and Women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14336. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114336>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2021). Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(2), 172–186. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>
- Braithwaite, S. R., Coulson, G., Keddington, K., & Fincham, F. D. (2015). The Influence of Pornography on Sexual Scripts and Hooking Up Among Emerging Adults in College. *Archives of Sexual Behavior*, 44(1), 111–123. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0351-x>
- Büsche, K., Stark, R., Brand, M., & Antons, S. (2022). Self-regulatory Processes in Problematic Pornography Use. *Current Addiction Reports*, 9(4), 344–352. <https://doi.org/10.1007/s40429-022-00447-2>
- Camilleri, C., Perry, J. T., & Sammut, S. (2020). Compulsive Internet Pornography Use and Mental Health: A Cross-Sectional Study in a Sample of University Students in the United States. *Frontiers in Psychology*, 11, 613244. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.613244>
- Cardoso, J., Ramos, C., Brito, J., & Almeida, T. C. (2022). Predictors of Pornography Use: Difficulties in Emotion Regulation and Loneliness. *The Journal of Sexual Medicine*, 19(4), 620–628. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2022.01.005>
- Cardoso, J., Ramos, C., Brito, J., & Almeida, T. C. (2023). Difficulties in Emotion Regulation and Problematic Pornography Use: The Mediating Role of Loneliness. *International Journal of Sexual Health*, 35(3), 481–493. <https://doi.org/10.1080/19317611.2023.2224807>

- Castro-Calvo, J., Cervigón-Carrasco, V., Ballester-Arnal, R., & Giménez-García, C. (2021). Cognitive processes related to problematic pornography use (PPU): A systematic review of experimental studies. *Addictive Behaviors Reports*, 13, 100345. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100345>
- Cui, Z., Mo, M., Chen, Q., Wang, X., Yang, H., Zhou, N., Sun, L., Liu, J., Ao, L., & Cao, J. (2021). Pornography Use Could Lead to Addiction and Was Associated With Reproductive Hormone Levels and Semen Quality: A Report From the MARHCS Study in China. *Frontiers in Endocrinology*, 12, 736384. <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.736384>
- De Alarcón, R., de la Iglesia, J. I., Casado, N. M., & Montejo, A. L. (2019). Online Porn Addiction: What We Know and What We Don't—A Systematic Review. *Journal of Clinical Medicine*, 8(1), 91. <https://doi.org/10.3390/jcm8010091>
- Draps, M., Sescousse, G., Wilk, M., Obarska, K., Szumska, I., Żukrowska, W., Majkowska, A., Kowalewska, E., Szymanowska, J., Hamerska, U., Trybuś, M., Golec, K., Adamska, I., Szymczak, K., & Gola, M. (2021). An empirical study of affective and cognitive functions in Compulsive Sexual Behavior Disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(3), 657–674. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00056>
- Dwulit, A. D., & Rzymiski, P. (2019). Prevalence, Patterns and Self-Perceived Effects of Pornography Consumption in Polish University Students: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), Article 10. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101861>
- Efrati, Y., & Amichai-Hamburger, Y. (2019). The Use of Online Pornography as Compensation for Loneliness and Lack of Social Ties Among Israeli Adolescents. *Psychological Reports*, 122(5), 1865–1882. <https://doi.org/10.1177/0033294118797580>
- Gola, M., Wordecha, M., Sescousse, G., Lew-Starowicz, M., Kossowski, B., Wypych, M., Makeig, S., Potenza, M. N., & Marchewka, A. (2017). Can Pornography be Addictive? An fMRI Study of Men Seeking Treatment for Problematic Pornography Use. *Neuropsychopharmacology*, 42(10), 2021–2031. <https://doi.org/10.1038/npp.2017.78>
- Ioannidis K, Hook R, Goudriaan Ae, Vlies S, Fineberg Na, Grant Je, & Chamberlain Sr. (2019). Cognitive deficits in problematic internet use: Meta-analysis of 40 studies. *The British Journal of Psychiatry: The Journal of Mental Science*, 215(5). <https://doi.org/10.1192/bjp.2019.3>
- Ioannidis, C. A., & Siegling, A. B. (2015). Criterion and incremental validity of the emotion regulation questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00247>
- Janghorbani, M., Lam, T. H., & Youth Sexuality Study Task Force. (2003). Sexual media use by young adults in Hong Kong: Prevalence and associated factors. *Archives of Sexual Behavior*, 32(6), 545–553. <https://doi.org/10.1023/a:1026089511526>
- Kahveci, S., van Bockstaele, B., Blechert, J., & Wiers, R. W. (2020). Pulling for pleasure? Erotic approach-bias associated with porn use, not problems. *Learning and Motivation*, 72, 101656. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2020.101656>
- Khalajabadi Farahani, farideh. (2019). Sexual Explicit Materials in Internet & Cyber Space and its Role in inter-personal relationship among Adolescents Aged 15-18 Years in Tehrans. *Journal of Family Research*, 15(1), 127-153. [https://jfr.sbu.ac.ir/article\\_97710.html](https://jfr.sbu.ac.ir/article_97710.html)
- Khaleghian, A., Sajjadian, I., Fatehizade, M., & Manshaei, G. (2020). The Mediating Role of Impulsivity and Experiential Avoidance in the Relationship between Emotion Regulation and Pornography Viewing in Married Men. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 8(4), 287–296. <https://doi.org/10.32598/jpcp.8.4.645.1>
- Kraus, S., & Rosenberg, H. (2014). The Pornography Craving Questionnaire: Psychometric Properties. *Archives of Sexual Behavior*, 43(3), 451–462. <https://doi.org/10.1007/s10508-013-0229-3>
- Kürümlüoğlu, R., & Tanrıverdi, D. (2022). The effects of the psychoeducation on cognitive distortions, negative automatic thoughts and dysfunctional attitudes of patients diagnosed with depression. *Psychology, health & medicine*, 27(10), 2085–2095. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1944654>
- Levin, M. E., Lee, E. B., & Twhig, M. P. (2019). The Role of Experiential Avoidance in Problematic Pornography Viewing. *The Psychological Record*, 69(1), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s40732-018-0302-3>
- Mansueto, G., Marino, C., Palmieri, S., Offredi, A., Sarracino, D., Sassaroli, S., Ruggiero, G. M., Spada, M. M., & Caselli, G. (2022). Difficulties in emotion regulation: The role of repetitive negative thinking and metacognitive beliefs. *Journal of Affective Disorders*, 308, 473–483. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.086>
- Mattebo, M., Tydén, T., Häggström-Nordin, E., Nilsson, K. W., & Larsson, M. (2014). Pornography and sexual experiences among high school students in Sweden. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics: JDBP*, 35(3), 179–188. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000034>
- Mennig, M., Tennie, S., & Barke, A. (2022). Self-Perceived Problematic Use of Online Pornography Is Linked to Clinically Relevant Levels of Psychological Distress and Psychopathological Symptoms. *Archives of Sexual Behavior*, 51(2), 1313–1321. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02101-w>
- Molavi, N., Khosravifar, S., Ghazanfanpour, M., Najaradegan, M. R., Saeidi, A., & Babakhanian, M. (2020). Psychometric Properties of the Pornography Craving Questionnaire (PCQ) in Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 14(3), Article 3. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.88756>
- Müller, S. M., & Antons, S. (2023). Decision making and executive functions in problematic pornography use. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1191297. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1191297>
- Ota, M., Takeda, S., Pu, S., Matsumura, H., Araki, T., Hosoda, N., Yamamoto, Y., Sakakihara, A., & Kaneko, K. (2020). The relationship between cognitive distortion, depressive symptoms, and social adaptation: A survey in Japan. *Journal of affective disorders*, 265, 453–459. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.094>

## Compartion of cognitive distortions and difficulty in emotion regulation in students with and without pornography addiction

- Özparlak, A., & Karakaya, D. (2022). The associations of cognitive distortions with internet addiction and internet activities in adolescents: A cross-sectional study. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 35(4), 322–330. <https://doi.org/10.1111/jcap.12385>
- Pourabadei, P., & Yousefinia, F. (2020). Effectiveness of mindfulness on resiliency and cognitive distortion of patients with physical symptoms. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*, 7(3), 16–31. <https://doi.org/10.52547/shenakht.7.3.16>
- Privara, M., & Bob, P. (2023). Pornography Consumption and Cognitive-Affective Distress. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 211(8), 641–646. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001669>
- Sireli, O., Dayi, A., & Colak, M. (2023). The mediating role of cognitive distortions in the relationship between problematic social media use and self-esteem in youth. *Cognitive processing*, 24(4), 575–584. <https://doi.org/10.1007/s10339-023-01155-z>
- Sripada C. (2022). Impaired control in addiction involves cognitive distortions and unreliable self-control, not compulsive desires and overwhelmed self-control. *Behavioural brain research*, 418, 113639. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2021.113639>
- Svedin, C. G., Donevan, M., Bladh, M., Priebe, G., Fredlund, C., & Jonsson, L. S. (2023). Associations between adolescents watching pornography and poor mental health in three Swedish surveys. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(9), 1765–1780. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01992-x>
- Wang, B., Zhao, Y., Lu, X., & Qin, B. (2023). Cognitive distortion based explainable depression detection and analysis technologies for the adolescent internet users on social media. *Frontiers in Public Health*, 10, 1045777. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1045777>
- Wolfers, L. N., & Schneider, F. M. (2021). Using Media for Coping: A Scoping Review. *Communication Research*, 48(8), 1210-1234. <https://doi.org/10.1177/0093650220939778>
- Zohor Ali, A. A., Muhammad, N. A., Jamil, T. R., Ahmad, S., & Abd Aziz, N. A. (2021). Internet pornography exposures amongst young people in Malaysia: A cross-sectional study looking into the role of gender and perceived realism versus the actual sexual activities. *Addictive Behaviors Reports*, 14, 100350. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100350>