



NOMOFOBIA EN ESTUDIANTES DE PREPARATORIA DEL ESTADO DE MÉXICO

Luz María Velázquez Reyes

Instituto Superior de Ciencias de la Educación del Estado de México

Área temática: A.15 Convivencia, disciplina y violencia en las escuelas

Línea temática: 6. Las TIC y la violencia

Tipo de ponencia: Reporte final de investigación

Resumen:

La ponencia tiene el propósito de indagar las interacciones sociales que despliegan 697 estudiantes (394 mujeres y 303 hombres) de cuatro escuelas preparatorias del Estado de México, a partir del uso y abuso del teléfono inteligente (Smartphone), se explora y cuantifica el grado de nomofobia, tanto en su *uso problemático* como en *uso intensivo* es decir cuando se torna adictivo, por el abuso, a partir de aplicación del autoinforme “¿Tienes nomofobia?” (Yildirim, Correira y Velázquez, 2017) El autoinforme con 25 preguntas escala Likert, incluye todas las condiciones que han sido asociadas a la nomofobia, es decir, experimentar incomodidad, angustia, temor e incluso desolación por no disponer del celular y/o perder la conexión. Se concluye que: Los preparatorianos sufren del *Síndrome del cambio constante*, a sus 16 años ya han adquirido más de cinco celulares en promedio, en casos extremos han contabilizado hasta 21 dispositivos, si bien se encuentran a la vanguardia de los avances tecnológicos también experimentan los efectos tóxicos, que el uso y sobretodo el abuso provoca. Las mujeres (38.85% en promedio) resultaron más afectadas que los hombres (31.31% en promedio). La vida cotidiana de chicos y chicas sufre diversas situaciones problemáticas ya que prestan mayor atención y apego al teléfono inteligente que a las personas de su entorno próximo. Siete de cada diez ha recibido quejas por su involucramiento y distracción permanente. La ciberadicción es violencia online que atenta la autorrealización de los estudiantes.

Palabras clave: TIC, ciberadicción, Nomofobia, estudiantes, autolesiones

Introducción

La ponencia tiene el propósito de indagar las interacciones sociales que despliegan 697 estudiantes de cuatro escuelas preparatorias del Estado de México, a partir del uso y abuso del celular inteligente, se explora y cuantifica el grado de nomofobia, su uso problemático y tal vez adictivo a partir de aplicación del autoinforme “¿Tienes nomofobia?” (Yildirim, Correira y Velázquez, 2017) El autoinforme incluye en 25 cuestiones tipo Likert, todas las condiciones que han sido asociadas a la nomofobia, es decir, experimentar incomodidad, angustia, temor e incluso desolación por no disponer del celular y/o perder la conexión. El reporte cuantitativo aquí presentado forma parte de la investigación más amplia sobre los consumos culturales del teléfono inteligente en la población estudiantil de diferentes niveles educativos del Estado de México, cuyo objetivo es documentar tanto el agrado por el celular como los efectos perversos, es decir la experiencia con la violencia online ocasionada por el uso y abuso del celular y su repercusión en la salud y vida social de los estudiantes.

En el espacio cultural se registran desplazamientos dado que “la vida social de los jóvenes hoy se mueve entre dos esferas la virtual (online), en los vínculos que los chicos establecen en el ciber espacio y la real (off line) en el mundo de las relaciones cara a cara. Los adolescentes entran y salen de ambos universos permanentemente sin necesidad de distinguir sus fronteras de manera explícita” (Morduchowicz, 2012: 10), pasamos de un nosotros presencial a un nosotros digital, velozmente avanzamos a una condición de *Homo digitalis* (Han, 2014), o como lo dice Eco, somos un *Homo celularis* (2008), que camina, come, se baña y duerme, cerca muy cerca, de su teléfono inteligente, este excesivo apego es mirado con sospecha por ambos autores, puesto que coinciden que el consumo de este dispositivo aísla a los hombres y los convierte en alguien anónimo. Si bien es cierto que poseer un teléfono inteligente para los jóvenes significa más tiempo con esta pantalla y una navegación sin presencia de adultos, la conexión deviene como una práctica cultural en soledad, con la siguiente paradoja: estar hiperconectado en el mundo virtual, empero solo en el mundo físico.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la violencia como “El uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o efectivo, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.

La adicción, es definida por la misma OMS, como “una enfermedad física y psico-emocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación”; de esta manera Echeburúa, Labrador y Becoña (2009) afirman que cualquier actividad llevada a cabo de forma desmesurada puede desembocar en una adicción, haya sustancia o no.

La socialidad también se ve marcada por el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) ya que juegan un papel central en la vida de los contemporáneos, particularmente, el Smathphone a partir de su aparición en 2007, se convirtió en una *extensión del cuerpo en movimiento* (Benjamin, 2008) niños,

adolescentes, jóvenes y no pocos adultos viven literalmente pegados a su celular, de tal modo que no se sale de casa sin él, e igualmente representa el más jactancioso símbolo de estatus.

La palabra nomofobia proviene de “no-mobile-phone-phobia”, entre los síntomas más frecuentes se encuentran: experimentar pánico a perderse de algo, en el caso de imposibilidad de ver las notificaciones en cualquier momento o bien de revisar las redes sociales, además puede resultar extremadamente incómoda la sensación de sentirse desconectado al no poder chatear.

Para el apego excesivo a las TIC, particularmente al celular inteligente, se encuentran diferentes nominaciones, originalmente, se habló de “uso compulsivo” (Greenfield, 2009); “uso abusivo” (Ramos, *et al* 2017), “uso problemático” (Aguilar, 2012; Simó, 2017), o “uso intensivo” (Sánchez y Otero, 2009); también se ha denominado “uso envolvente” (Cuesta, 2012); e incluso de “adicción” (Echeburúa y Corral, 2010); mas fue Griffiths (2005), quien acuñó el término *adicciones tecnológicas*.

Ahmed y colaboradores (2011), discurren que la nomofobia deviene como “la adicción del siglo XXI”, en este sentido, se habla de ciberadicción si se acompaña de pérdida de control, dependencia y presenta daño por el uso, además de interferir negativamente en la vida cotidiana (Estallo, 2001); lo que la caracteriza es la relación que la persona establece con el dispositivo (Echeburúa y Corral, 2010), en otras palabras, el problema con el apego o adicción al teléfono inteligente no radica exclusivamente en la cantidad de horas invertidas o en los efectos directos de estar conectados sino en las cosas que se dejan por hacer por estar conectados (Twenge, 2017);

Carbonell, *et al.*, (2012), producto de la revisión de 14 estudios realizados en España, entre 2001 y 2011, refieren que la prevalencia para el uso problemático de Internet oscila entre el 3.7% y el 9.9%, siendo los más jóvenes quienes serían más vulnerables al uso inadecuado de esta tecnología. En el caso del uso abusivo de la telefonía móvil la prevalencia va desde el 2.8% hasta 13% en los adolescentes y 21.6% en las adolescentes.

Pedrero *et al.*, (2012), revisaron 86 artículos internacionales del período 2000-2011 que abordaban el tema de la adicción o abuso del teléfono móvil en adolescentes y adultos españoles. En este caso, las cifras de prevalencia iban del 0% al 38%, siendo las mujeres que presentaban baja autoestima las más vulnerables al uso excesivo del móvil. Reportaron además que la depresión y la baja autoestima se relacionaban con el uso abusivo del teléfono móvil.

Por su parte, Turkle (2013), encontró: 20% de las personas entre 18 y 34 años contestaba al teléfono mientras mantenía relaciones sexuales. 90% de los estudiantes afirma enviar mensajes de texto en clase y 80% duerme con sus móviles, mientras 44% reconoce que nunca se desconecta.

Ante este panorama considero necesario investigar, que sucede en el mundo juvenil mexicano, en el cual el apego al celular parece una situación constante ¿se trata de una adicción tecnológica? (Griffiths, 2010), o simplemente es ¿una adaptación de una nueva necesidad creada socialmente? por lo tanto me interesa interrogar sobre las relaciones sociales que se establecen consigo mismo y con el entorno a partir del uso y abuso de TIC, en su versión de teléfono inteligente (Smartphone).

Preguntas de investigación

¿Padecen nomofobia los estudiantes preparatorianos? ¿Cuáles son los índices de *uso problemático y severo* entre los preparatorianos? ¿Cuáles son las condiciones problemáticas que generan su posesión y uso?

Para identificar tendencias se aplicó a 697 estudiantes de preparatoria, el autoinforme “¿Tienes nomofobia?” de Yildirim, Correira y Velázquez, 2017, durante los meses de abril a septiembre de 2017. El cuestionario está integrado por dos apartados: Datos generales (cinco preguntas) y Situaciones problemáticas que indican nomofobia. 25 aseveraciones tipo Likert cada una incluye cinco tipos de respuesta de acuerdo a la frecuencia: Nunca, Casi nunca, A veces, Casi siempre y Siempre. La aplicación consume menos de 30 minutos. El cuestionario fue previamente adaptado y piloteado en estudiantes de diferentes niveles educativos.

Resultados

I. Datos generales

697 estudiantes preparatorianos, 56.52% (394) mujeres y 43.47% (303) hombres, con una edad promedio, de 16.17 años, siendo el rango de seis años, que va desde una edad mínima de 15 y máxima de 21 años. En promedio los preparatorianos han tenido 5.23 celulares, el rango es bastante amplio ya que transita de dos a 21 celulares. No se observan diferencias significativas en el promedio de celulares entre mujeres y hombres. Los estudiantes investigados pertenecen a cuatro escuelas preparatorias de financiamiento público; tres ubicadas en una zona urbana (dos con turno matutino y la tercera con turno vespertino) la cuarta, aunque urbana se encuentra ubicada en una colonia marginal de la ciudad de Toluca, asisten a primer y tercer grado.

II. Nomofobia

La nomofobia es el miedo a perder la conectividad, experimentando diversas molestias como ansiedad, preocupación y agobio. En *uso problemático*, se encontró que en promedio 70.41% de los preparatorianos presentan nomofobia, es decir, siete de cada diez estudiantes padecen angustia por la desconexión, mantenerse alejado del celular resulta impensable, además se sienten agobiados si no están permanentemente revisándolo. Las mujeres (38.85% en promedio) resultaron más afectadas que los hombres (31.31% en promedio) empero si se atiende al grado de suscripción, se encuentra que la implicación en nomofobia severa es diferente para hombres y mujeres. Los índices de *uso abusivo o severo*, es decir los estudiantes que mantienen una implicación continua y permanente con su teléfono inteligente, (los cuales marcaron la columna siempre del autoinforme), fluctúan entre 0.85% y 31.06%, siendo las más frecuentes: al despertar mi celular es lo primero que miro (31.06%); dormirse con el celular (28.09%); regresar por él, en caso de olvidarlo (26.25%); nunca separarse (22.05%); asustarse porque se acabe la batería (11.61%); mirarlo

constantemente (11.44%); recibir quejas sobre que presta atención excesiva a su celular (10.73%); preocuparse de quedarse tirado en algún lugar si no funciona su celular (9.77%); sentir el deseo de mirarlo, cuando ha pasado un tiempo (9.04%); molestarse al no poder usar su dispositivo (8.76%); molestarse al querer buscar información y no poder hacerlo (8.47%); comprobar constantemente si hay alguna señal cercana a la que se conecte o tratar de encontrarla (8.04%); sentir pánico al quedarse sin crédito en la tarifa de datos mensual (7.18%); si no tiene su celular siente ansiedad al no poder comunicarse al instante con familia (6.61%); no saber qué hacer si no se tiene consigo el celular (6.31%); contestar mensajes aun estando con su pareja (4.6%), preferir comunicarse *online* (4.74%); y, en clase enviar mensajes (3.74%).

Las mujeres se ven más afectadas que los hombres en las siguientes condiciones: se duermen cerca de su celular, lo tocan apenas despiertan, regresan por él, en caso de haberlo olvidado, sentir el deseo de comprobar si tiene notificaciones, asustarse ante la idea de que se acabe la batería y quedarse tirada en algún lugar o quedarse sin datos. Mientras que los hombres lo miran constantemente, lo tocan apenas despiertan y definitivamente prestan más atención a su celular que a sus interlocutores, con mayor frecuencia desean mirarlo y se molestan al querer buscar información y no poderlo usar en el momento que quieren hacerlo. Como se observa los hombres puntúan más frecuentemente en las condiciones que perturban su deseo y poder, expresando escasa tolerancia a la frustración. Mientras que las mujeres exhiben mayor dependencia psicológica y expresan su temor a la pérdida de conexión.

Discusión

En promedio, de las 25 condiciones problemáticas evaluadas en el autoinforme, se encontraron los siguientes hallazgos: 70.41% de los preparatorianos se ven afectados de nomofobia, en grado de *uso problemático*, es decir, siete de cada diez estudiantes padecen la sensación angustiante ante la falta de conectividad, mantenerse alejado del celular resulta impensable y se muestran agobiados si no están permanentemente revisándolo, situación similar, reporta el informe PISA 2015, ya que 69% de los alumnos españoles de 15 años confiesa sentirse muy estresados al no conectarse a internet. No obstante, este índice (70.41%) se encuentra por encima del promedio reportado en los países que integran la OCDE el cual es de 54%.

Los índices encontrados son altos, por lo tanto, se puede afirmar que para los jóvenes mexiquenses quedarse desconectado representa un problema severo, por ello mantenerlo a la vista resulta primordial no obstante que se les acuse de prestarle mayor atención a su dispositivo que a sus interlocutores o a las actividades *outline*. Indudablemente los preparatorianos viven la paradoja de la proximidad digital y la lejanía física de lo cercano.

Las mujeres (38.85% en promedio) resultaron más afectadas que los hombres (31.31% en promedio) Los porcentajes encontrados son superiores, tanto de *uso problemático* (70.41%) como de *uso abusivo* (9.34%) que los reportados por Carbonell *et al* (2012), y Pedrero *et al* (2012), además si se atiende a comportamientos específicos tenemos las siguientes comparaciones: nunca desconectarse 72.95% es muy superior al 44%

reportado por Turkle (2013), mientras que enviar mensajes de texto, aun estando en clase 55.47% es menor al encontrado por Turkle que asciende a 90%.

El porcentaje de preparatorianos mexiquenses que duermen cerca de su celular 79.77% es similar al 80% reportado por Turkle (2013); y al 80% reportado por el Centro de Estudios Especializados en Trastornos de Ansiedad, CEETA para población española.

Además 71.41% ha recibido quejas respecto a que presta más atención a su celular que a sus interlocutores, tal apego interfiere con las relaciones sociales cara a cara, lo cual es un indicador definitivo para calificarlo de adicción (Ramos, López, Quiles 2017; Echeburúa y Corral, 2010); esta alta incidencia es evidencia de un *uso envolvente* (Cuesta, 2012), similar al 70% de usuarios que se desconectan del mundo real y se aleja de los que lo rodean, reportado por CEETA de España.

Conclusiones

Los preparatorianos sufren del *Síndrome del cambio constante*, a sus 16 años ya han adquirido más de cinco celulares en promedio, en casos extremos han contabilizado hasta 21 dispositivos, si bien se encuentran a la vanguardia de los avances tecnológicos también experimentan los efectos indeseables y tóxicos, que el uso y sobretodo el abuso provoca, como aislarse físicamente mientras se encuentra hiperconectado.

Es posible distinguir un patrón de género de uso diferenciado en la *implicación severa* en nomofobia, donde chicos y chicas se muestran adictos en diferentes condiciones. Las chicas se preocupan más por la desconexión debido a que exhiben una mayor necesidad de mostrarse online, mientras que a los chicos la desconexión les afecta su deseo y poder. Ellas más impactadas por la sociedad del espectáculo (Debord, 2007), ellos particularmente influenciados por la tiranía de la dominación masculina (Bourdieu, 1999), en ambos casos se trata de distintas formas de violencia, dado que limitan su autorrealización.

La vida cotidiana de chicos y chicas sufre diversas interferencias ya que prestan mayor atención y apego al teléfono inteligente que a las personas de su entorno próximo. Siete de cada diez ha recibido quejas por su involucramiento y distracción permanente. Además nueve de cada diez mira constantemente su dispositivo, porcentaje similar reporta que su celular es lo primero que toca al despertar, mientras que ocho de cada diez nunca se separa de él, misma proporción muestra incomodidad al no tener acceso, también ocho de cada diez son capaces de regresar a casa en caso de olvidarlo y misma proporción duerme cerca de él; todas estas incidencias graves que denotan un *uso envolvente* (Cuesta, 2012), que remarcan dos condiciones de la ciberadicción: la indispensabilidad tanto física como psicológica (Young, 1998), en todas las condiciones se trata de violencia online contra sí mismo debido a las altas probabilidades de sufrir lesiones, daños psicológicos y/o trastornos del desarrollo (OMS).

Las consecuencias de la ciberadicción repercuten no solo en la vida cotidiana de los estudiantes sino en su vida en la escuela, su desempeño y las relaciones sociales que establecen con sus pares. Los periodos de atención se ven acortados, su atención en clase se ve reiteradamente interrumpida por la necesidad de mirar constantemente el celular y estar pendiente de él, así como de la costumbre de enviar mensajes de texto dentro del salón de clase, situaciones que minan su poder de concentración.

La preferencia por comunicarse online sobre la comunicación cara a cara tendrá impactantes consecuencias sobre una escuela anclada en esta última. Si la escuela quiere seguir estando presente en la vida de los estudiantes, tendrá que entenderlos y actuar en consecuencia, potenciando los beneficios de la interconexión.

Los índices de nomofobia se incrementan año con año, por lo cual es conveniente concientizar sobre el uso responsable de dispositivos inteligentes, es decir, *apuntalar la ciudadanía digital*, además de priorizar el desarrollo de la capacidad de autorregularse, prohibir el uso de la tecnología, se desaconseja ya que resulta contraproducente debido a que estimula no solo el uso sino el abuso que como se discutió arriba, socaba el potencial de realización de los jóvenes estudiantes.

La nomofobia o ciberadicción resulta un tema pertinente dado que la población mundial y los estudiantes en particular pasan la mayor parte de su tiempo conectados, en muchos casos el teléfono inteligente se ha convertido en una extensión del cuerpo, pero valga la pena interrogarse: hiperconectados. Sí, pero ¿Para qué?

Bibliografía

- Aguilar, D. S. (2016). *El uso problemático de Internet en adolescentes: una revisión*. Tenerife: Universidad de la Laguna.
- Ahmed, I, Qazi, T.F., y Perji, K.A. (2011). Mobile phone to youngsters: Necessity or addiction. *African Journal of Business Management* Vol.5 (32), pp. 12512-12519, 14 December, 2011. www.academicjournals.org/A DOI: 10.5897/AJBM11.626.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (2014). *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales*. Médica Panamericana.
- Benjamin, W. (2008). *La obra de arte en la época de su reproducibilidad técnica*. En *Obras completas*, Libro I, Volumen 2, Madrid: Abada Ediciones.
- Beranuy, F. M., Chamarro, A., Graner, J. Carla y Carbonell S., Xavier. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, vol.21, pp. 480-485.
- Bourdieu, P. (1999). *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama.
- Carbonell, X., Fúster, H., A. Chamarro, & Ú. Oberst (2012). Adicción a Internet y móvil: Una Revisión de estudios empíricos Españoles. *Papeles del Psicólogo*, 33 (2), 82-89.
- Cuesta C., Ubaldo (2012). Uso "envolvente" del móvil en jóvenes: propuesta de un modelo de análisis". *Estudios sobre el mensaje periodístico*. Vol. 18, núm. especial octubre, págs.: 253-262. Madrid: Servicio de Publicaciones de la Universidad Complutense.
- Debord, G. (2007). *La sociedad del espectáculo*. Barcelona: Anagrama.
- Echeburúa, E., Amor, P.J. y Cenea, R. (1998). Adicción a Internet: ¿una nueva adicción psicológica?. *Monografías de Psiquiatría*, 2, Pp.38-44.

- Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E. (eds.) (2009). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*. Madrid: Pirámide.
- Echeburúa, E. y Corral Paz de, P. (2010). "Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto" *ADICCIONES*, 2010. Vol. 22, (2), pp.91-96.
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Espinar, E.; González M.J. (2009). Jóvenes en las redes sociales virtuales. Un análisis exploratorio de las diferencias de género. *Feminismo/s*, 14, 87-106. Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/13302/1/Feminismos_14_06.pdf
- Estallo, J.A. (2001). Usos y abusos de Internet. *Anuario de Psicología*, 32, pp.95-108.
- Gómes, F.; Sendín, J.C. (2016). Internet como refugio y escudo social: Usos problemáticos de la Red por jóvenes españoles. *Comunicar [revista en Internet]*, 22(43), 45-53. Disponible en: <http://www.revistacomunicar.com/verpdf.php?numero=43&articulo=43-2014-04>
- Griffiths, M.D. (2005). A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Griffiths, M.D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction. Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and addiction*, 8, 119-125.
- Greenfield, D.N. (2009). "Tratamiento psicológico de la adicción a Internet y a las nuevas tecnologías". En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.). *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes* (pp. 189-200) Madrid: Pirámide.
- Han, B.CH. (2014). *En el enjambre*. Barcelona. Herder.
- Morduchowicz, R. (2012). *Los adolescentes y las redes sociales*. Buenos Aires, FCE.
- Morduchowicz, R. (2014). *Los chicos y las pantallas*. Buenos Aires, FCE.
- Pedrero, P., Eduardo J. M. T. Rodríguez & José María Ruiz (2012). Adicción o abuso del teléfono móvil. Revisión de la literatura. *Adicciones*, 24 (2), 139-152.
- PISA, (2015). *Informe PISA, 2015*. <https://www.20minutos.es/noticia/3014965/0/bienestar-estudiantes-informe-pisa-acoso-escolar-ocde/> "Los alumnos españoles los más enganchados de la OCDE" https://www.telecinco.es/informativos/sociedad/alumnos-espanoles-enganchados-Internet_2_2357805122.html
- Potenza, M. (2006). Should addictive disorders include non-substance related conditions?. *Addiction*, 101 (Suppl. 1), 142-151.
- Ramos Soler, I., López Sánchez, C. y Quiles-Soler, M^a C. (2017). Adaptación Y Validación De La Escala De Nomofobia De Yildirim Y Correia En Estudiantes Españoles De La Educación Secundaria Obligatoria. *Health and Addictions* (2017) Vol. 17, No.2, 201-213.
- Sánchez-Martínez, M. y Otero, A. (2009). Factors associated with cell phone use in adolescents in the community of Madrid (Spain) *Cyberpsychology and Behavior*, 12 (2), pp. 131-137. doi: 10.1089/ cpb.2008.0164.
- Simó Sanz, C.; Martínez, A.; Ballester, M.L; Domínguez, A. (2017). Instrumentos de evaluación del uso problemático del teléfono móvil/Smartphone. *Health and Addictions*, 17 (1), 5-14. Disponible en: <http://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/265/274>.
- Smahel, D., Wright, M. F., & Cernikova, M. (2015). The impact of digital media on health: children's perspectives. *International journal of public health*, 60(2), 131-137.
- Turkle, S. (2013). *En defensa de la conversación*. Barcelona: Ático de Los Libros.
- Twenge, J. (2017). "La generación smarthophone no está preparada para la adultez". BBC Mundo, 28/08/2017.
- Yildirim C. y Correia. A.P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research. Repository digital. Iowa State University.
- Young, K. (1998). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.