

بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در دانش آموزان متوسطه

فریده حمیدی^۱
مجید مهدیه نجف آبادی^۲
ثمانه نمازیان نجف آبادی^۳

فناوری آموزش و یادگیری
سال اول، شماره ۳، تابستان ۹۴

تاریخ دریافت: ۹۴/۱/۲۳
تاریخ پذیرش: ۹۴/۴/۳۰

چکیده

اهمال کاری تحصیلی یکی از موانع موفقیت تحصیلی و اهداف آموزشی است. با توجه به اینکه رایانه و اینترنت ابزار ضروری زندگی مسبب تسهیل زندگی مردم امروز است، از طرف دیگر خطرات جدیدی را به ارمغان آورده است؛ که یکی از این مخاطرات می تواند ایجاد اهمال کاری تحصیلی باشد. هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در دانش آموزان متوسطه بود. این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری کلیه دانش آموزان مدارس متوسطه شهر نجف آباد در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ بود؛ که به روش نمونه گیری خوشه ای تک مرحله ای یک دبیرستان انتخاب گردید حجم نمونه برابر ۱۲۴ دانش آموز بود. ابزار پژوهش پرسشنامه اعتیاد اینترنت یانگ و پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سواری است. داده ها به روش همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی رابطه مثبت $r=0.52$ برقرار است ($P \leq 0.01$) و اعتیاد به اینترنت ۲۶/۹ درصد واریانس اهمال کاری تحصیلی را پیش بینی می نماید. در دانش آموزان غیر معتاد به اینترنت این ضریب همبستگی به $r=0.46$ کاهش می یابد ($P \leq 0.01$). پس به طور گروهی می توان گفت که وابستگی به اینترنت پیش بینی کننده خوبی برای اهمال کاری تحصیلی می تواند باشد و در دانش آموزان غیر معتاد به اینترنت این پیش بینی ضعیف تر است بدین معنی وابستگی کمتر به اینترنت خطر اهمال کاری را بیشتر کاهش می دهد. از نتایج حاصل می توان به لزوم انجام راهکارهایی برای پیشگیری و مقابله با وابستگی به اینترنت پی برد.

۱. دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی (fhamidi@srttu.edu)

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر

واژگان کلیدی: اهمال کاری تحصیلی، اعتیاد به اینترنت، دانش آموزان متوسطه.

مقدمه

اهمال کاری تحصیلی^۱ یکی از بحث‌های مهمی است که در سال‌های اخیر مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفت و از آن به عنوان یک عادت بد (چیس^۲، ۲۰۰۳) و یک مشکل رفتاری یاد شده است که بسیاری از بزرگسالان در کارهای منظم روزانه خود تجربه می‌کنند (جانسن و کارتون^۳، ۲۰۰۳) به ویژه در تکالیفی که بایستی در مدت معینی انجام شوند (آوینی و هارتی^۴، ۲۰۰۵) سولومون و راثبلوم^۵ (۱۹۸۴، ص ۵۰۴) اهمال کاری را این طور تعریف کرده‌اند: «عمل به تأخیر انداختن غیر ضروری تکالیف تا جایی که پریشانی ذهنی تجربه شود». میلگرام (۱۹۹۱، به نقل از کوتلسا^۶، ۱۹۹۹) این تعریف را گسترش داده، در تعریف اهمال کاری بر چهار مؤلفه ضروری تأکید می‌کند: الف) یک سلسله رفتار به تعویق اندازی، ب) که منجر به یک محصول رفتاری پایین تر از متوسط شود، ج) از آنجا که انجام آن تکلیف برای فرد اهمال کار مهم است، د) به آشفتگی هیجانی^۷ منجر می‌شود (میرزایی، ۱۳۹۲). اهمال کاری منجر به انجام یک کار بی‌ثمر می‌شود، اهمال کاری سارق زمان است و باعث می‌شود فرد احساس گناه کند و نگاه دیگران نسبت به او تغییر کند. اهمال کاری یعنی به تعویق انداختن انجام کاری و ارجاع عمل به آینده (ساتن^۸، ۲۰۰۹). جوهره این آسیب روانی، تعویق انداختن، تعلل ورزیدن، سبک گرفتن و سهل انگاری در کاری است بنابراین اهمال در امور فردی و امور جمعی معنا پیدا می‌کند. پس در همه معانی نوعی این دست و آن دست کردن نهفته است، اهمال کاری به گونه‌های متفاوتی تجلی

1. academic procrastination
2. Chase
3. Johansen & Carton
4. Oweini & Harraty
5. Solomon, L., & Rothblum, E
6. Kutlesa N
7. emotion disorder
8. Sutton

می‌یابد که از جمله آن می‌توان به موارد رؤیا دیدن^۱، پرخاشگری^۲، نگرانی^۳، بحران‌سازی، پرکاری، حواس‌پرتی، بی‌زاری از تکلیف، ابهام و سردرگمی در امور، اشاره کرد (استیل، ۲۰۰۷؛ تریسی^۴، ۲۰۰۷؛ نینان و درایدن^۵، ۲۰۰۷؛ نقل از شاهرخی، ۱۳۹۱).

بی‌شک رشد روزافزون اینترنت فواید و اهمیت غیرقابل‌انکاری دارد. چندان که در دوران حاضر، نقش محوری اینترنت چنان اساسی است که بدون آن امکان برنامه‌ریزی، توسعه و بهره‌وری در زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و علمی در جهان آینده امکان‌پذیر نخواهد بود. اینترنت به‌عنوان رسانه‌ای قوی و فناوری چندرسانه‌ای، اکثر نیازهای بنیادین بشر را تأمین می‌کند. این فناوری ویژگی‌های خاص و منحصر به فردی دارد که جذابیت آن را برای کاربران صدچندان می‌کند. امکان ناشناس ماندن، دسترسی آسان به آن، تنوع مطالب موجود در اینترنت و فراهم آوردن امکان دور شدن از واقعیت‌های ناخوشایند زندگی از جمله این جذابیت‌ها است. در این بین کودکان، نوجوانان و جوانان بیش از هر رده سنی دیگری شیفته جست‌وجو و برقراری ارتباط با دنیای جدید هستند و ذهن پویای آن‌ها مستعد گرایش به ناشناخته‌هاست و همین مسئله موجب کشش آنان برای تأمین نیازهایشان به دنیای مجازی است. در این شرایط عدم شناخت کافی نسبت به چگونگی استفاده از اینترنت در کنار جذابیت‌های آن در ترکیب با برخی صفات و ویژگی‌های شخصی افراد، موجب استفاده یا سوءاستفاده مفرط از اینترنت می‌شود تا حدی که این وابستگی تبدیل به اعتیاد آن‌ها به این محیط می‌شود (فرشباغ، ۱۳۸۸) و نباید از پیامدهای ناگوار و مخرب آن به‌ویژه در زمینه‌های اجتماعی و فرهنگی غافل ماند. "البته سخن گفتن از آسیب‌های اینترنت به معنای نفی این پدیده و نگاه منفی بدان نیست. بلکه واقعیت این است که اینترنت دارای کارکردهای مثبت و منفی است. اینترنت از فناوری‌هایی نیست که بی‌چون‌وچرا تحمیل شده باشد بلکه رسانه‌ای است که به انتخاب

1. vision
2. aggression
3. worry
4. Tracy
5. Neenan & Derayden

خود همان طور که هست، می توان از آن استفاده کرد و یا به طور کلی از آن چشم پوشید. اینترنت به مثابه یک تیغ دو لبه است که با آموزش صحیح و فرهنگ سازی می توان، استفاده های فراوانی از آن نمود. در غیر این صورت با استفاده نامناسب، آموزش غیر اصولی و عدم وجود فرهنگ کاربری، هویت اجتماعی و فردی انسان به وسیله آن از بین می رود." (فتوره چی، ۱۶، ۱۳۸۵).

اعتیاد به اینترنت^۱ در آغاز به وسیله ایوان گلدبرگ^۲ (۱۹۹۷) مطرح شد. وی راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی^۳ را به عنوان راهنمای مدل خود برای توصیف اختلال اعتیاد به اینترنت برگزید. استفاده آسیب شناختی از اینترنت یا اعتیاد به اینترنت عبارت از استفاده از اینترنت همراه با کنترل ضعیف کاربر تعریف شده است که می تواند به اختلال های کنترل تکانه^۴ منجر شود که معیارهایی همچون تحمل و علائم کناره گیری، از شاخصه های آن هستند (لام و همکاران^۵، ۲۰۰۹) اعتیاد اینترنتی به گستره وسیعی از مشکلات رفتاری کنترل انگیزه استفاده از اینترنت اشاره دارد (یاست^۶، ۲۰۰۱).

یونگ^۷ نیز اشاره می کند که فرد معتاد کسی است که حداقل ۳۸ ساعت در هفته و یا ۸ ساعت در روز، وقت خود را صرف استفاده از اینترنت می کند. متخصصان در زمینه آسیب شناسی، محدودترین تعریف را برای طبقه بندی استفاده از اینترنت ارائه می دهند. به طوری که چنانچه فرد در هفته ۲ تا ۳ ساعت از اینترنت استفاده کند، یک کاربر معمولی و چنانچه میزان استفاده وی از اینترنت به ۸/۵ ساعت و یا بیشتر برسد، کاربری است که باید مورد بررسی های آسیب شناسانه قرار گیرد (لیم^۸ و همکاران، ۲۰۰۴).

اعتیاد اینترنتی پدیده ای است که از سه ویژگی برخوردار است:

1. Internet Addiction
2. Ivan Goldberg
3. DSM-IV
4. impulse-control disorder
5. Lam et al
6. Yacet
7. Young
8. Lim

۱. اعتیاد اینترنتی، نوعی اختلال و بی‌نظمی وسواسی است که برخی ویژگی‌های آن مشابه شرایط آسیب شناسانه است. در واقع، زمانی می‌توان گفت که فرد دچار اعتیاد به اینترنت شده است که دارای علائم خستگی زودرس، تنهایی، افسردگی و غیره باشند. افرادی همچون اورزاک و یونگ به چنین تعریفی از اعتیاد اینترنتی اعتقاد دارند. روش‌های درمان این نوع اعتیاد نیز، رفتاردرمانی شناختی و تقویت درمانی انگیزش است.

۲. اعتیاد اینترنتی، نوعی اختلال و بی‌نظمی روانی است. از این دیدگاه زمینه تحقیقی جدیدی تحت عنوان «روان‌درمانی اینترنتی» ظهور کرده است. این دیدگاه، معتادان اینترنت را به‌عنوان بیمار می‌بیند. روش درمان این نوع اعتیاد نیز، تشکیل گروه‌های خبری و گروه‌های بحث است. در این شکل از درمان، اعضای اختلالات روانی مرتبط به هم نقش یک گروه حمایتی را بازی کرده و با ارائه پیشنهادهای برخط و روش‌های برخورد با آن، از شدت اعتیاد اینترنتی می‌کاهند. افرادی چون استن، هانگ و آلسی به چنین دیدگاهی اعتقاد دارند.

۳. اعتیاد اینترنتی نوعی مشکل رفتاری است. دلیل این مسئله نیز، وجود یک رابطه قوی بین اعتیاد اینترنتی و وابستگی شیمیایی است. مطالعات نشان داده‌اند که افرادی که مشکلات وابستگی شیمیایی دارند، در هفته وقت بیشتری را صرف اینترنت می‌کنند تا کاربران «وابسته غیر شیمیایی» (لیم و همکاران، ۲۰۰۴).

اولیور و اندی^۱ (۲۰۰۳) چندین معیار را برای اعتیاد به اینترنت و بازشناسی آن برشمرده‌اند. سه مورد از این معیارهای مهم عبارت‌اند از:

۱. موقعی که شخص سعی می‌کند تا از اینترنت خارج شود، احساس بی‌قراری و بدخلقی می‌کند.

۲. از اینترنت، برای فرار از مشکلات و یا کاستن از احساس یأس و ناامیدی، گناه، اضطراب و یا افسردگی استفاده می‌شود.

۳. کاربرد اینترنت در مورد میزان و وسعت استفاده خود از اینترنت، به اعضای خانواده و یا دوستانش دروغ گفته و آن را کتمان می‌کند؛ و نهایتاً، شخص با وجود هزینه بالای استفاده از اینترنت، مکرراً از آن استفاده می‌کند (اولیور و اندی، ۲۰۰۳)

پینلی^۱ (۲۰۰۲) علائم اعتیاد اینترنتی و علائم اختلال اعتیاد اینترنتی را این گونه بیان می‌دارد.

علائم اعتیاد اینترنتی: مانند تمامی انواع دیگر اعتیادها، اعتیاد اینترنتی، نوعی اختلال و بی‌نظمی روانی - اجتماعی با مشخصه‌هایی چون تحمل (نیاز به افزایش زمان لازم برای کسب مطلوبیت برابر با زمان‌های اولیه استفاده)، علائم کناره‌گیری (به‌ویژه رعشه و ارتعاش، اضطراب، بی‌حوصلگی)، اختلالات عاطفی (افسردگی، تندخویی و بدخلقی) و ازهم‌گسیختگی روابط و مناسبات اجتماعی (کاهش و یا فقدان روابط اجتماعی به لحاظ کمی یا کیفی) است.

علائم اختلال اعتیاد اینترنتی عبارت‌اند از: مشکلات میان فردی و یا مشکلات در هنگام کار یا مطالعه، نادیده گرفتن مسئولیت‌های مربوط به دوستان، خانواده، کار و یا مسئولیت‌های فردی، کناره‌گیری پس از دست کشیدن از اینترنت، کج خلقی هنگام تلاش برای دست کشیدن از اینترنت، برخط ماندن بیش از زمان برنامه‌ریزی شده، دروغ گفتن یا مخفی نگه داشتن زمان واقعی کار با اینترنت از نظر دوستان یا خانواده، تغییر در سبک زندگی به منظور گذران وقت بیشتر با اینترنت، کاهش فعالیت فیزیکی، بی‌توجهی به سلامت شخصی و بی‌خوابی یا کم‌خوابی و یا تغییر در الگوی خواب به منظور گذران وقت در اینترنت.

از طرفی، افراد در صورت استفاده از اینترنت، نه تنها رفتارهایی متفاوت با الگوهای رایج در جامعه از خود نشان می‌دهند، بلکه نوع تفکرشان نیز با اکثریت افراد جامعه، متفاوت می‌شود. این افراد اندیشه‌های وسواسی راجع به اینترنت دارند، کنترل چندانی بر وسواس و انگیزه‌های اینترنتی‌شان نداشته و حتی فکر می‌کنند اینترنت تنها دوست آن‌هاست. همچنین،

1. Pinnelli

این گونه افراد فکر می کنند که اینترنت تنها جایی است که آن ها در آن، احساس خوبی نسبت به خود و جهان اطراف دارند. (پینلی، ۲۰۰۲، ص ۱۲۶۳).

حسن زاده (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان رابطه بین استفاده افراطی از فناوری (اعتیاد به اینترنت و پیامک) و وضعیت آموزشی و روانی دانش آموزان به این نتیجه رسید که بین دو متغیر استفاده افراطی از اینترنت و پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار وجود ندارد؛ و همچنین بین دو متغیر استفاده افراطی از پیامک و پیشرفت تحصیلی رابطه معنادار وجود ندارد؛ اما بین دو متغیر استفاده افراطی از اینترنت و احساس تنهایی رابطه معنادار وجود داشت. روحانی (۱۳۹۰) در پژوهشی تحت عنوان بررسی میزان اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با انگیزه تحصیلی و رشد اجتماعی دانش آموزان دوره متوسطه استان مازندران بین انگیزه تحصیلی و اعتیاد به اینترنت همبستگی منفی ۰/۲۲ را محاسبه نمود. محمد بیگی، (۱۳۸۸) نشان داد که وابستگی به اینترنت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک با تعداد واحدهای افتاده، تعداد واحدهای گذرانده، افت معدل کل در ترم های اخیر، ترم تحصیلی و مشروطی در طول دوره تحصیل در سطح ۰/۰۵ ارتباط معنی داری نشان داد. بیدختی (۱۳۹۱) با مقایسه معدل دانش آموزان بین دو سال تحصیلی به عنوان نشان دهنده پیشرفت تحصیلی نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و پیشرفت تحصیلی همبستگی معنادار و منفی ۰/۶۷ وجود دارد. بین دانش آموزان دختر و پسر از نظر میزان استفاده از اینترنت تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین استفاده از اینترنت در پسران بالاتر از دختران است. هم چنین، ویژگی های شخصیتی از عوامل مؤثر و پیش بینی کننده در استفاده از اینترنت است.

یانگ^۱ (۱۹۹۸) نیز در تحقیقات خود دریافت ۵۸ درصد دانش آموزان پس از استفاده زیاد از اینترنت در عادات های مطالعه خود دچار افت شدند و نمرات آن ها به طور قابل ملاحظه ای کاهش یافت و میزان غیبت های این دانش آموزان افزایش یافت. اگرچه شایستگی های اینترنت این ابزار را به عنوان یک وسیله ایده آل آموزشی قرار داده است، اما دانش آموزان به جای فعالیت خلاقانه، اغلب در سایت های نامربوط، اتاق های گپ،

1. Young

سرویس‌های دوستان مکاتبه‌ای و نرم‌افزارهای بازی به گشت‌وگذار می‌پردازند. نجمی^۱ (۲۰۱۵) نشان داد که اختلاف معنی‌داری بین اعتیاد به اینترنت با معدل نمرات پایان‌ترم دانشجویان خارجی مالزی وجود ندارد. اوداسی^۲ (۲۰۱۱) در پژوهشی به این نتیجه رسید که بین خود کارآمدی تحصیلی و اعتیاد اینترنتی همبستگی منفی وجود دارد ولی رابطه بین اعتیاد اینترنتی و اهمال‌کاری تحصیلی از نظر آماری معنی‌دار نیست و خود کارآمدی تحصیلی به خوبی اعتیاد اینترنتی را پیش‌بینی می‌کند. استاوروپولس^۳ و همکاران (۲۰۱۳) نشان دادند که اعتیاد اینترنتی با پیشرفت تحصیلی رابطه عکس دارد. جون و چوی^۴ (۲۰۱۵) بیان کردند که استرس تحصیلی به طور مثبت با احساسات منفی و اعتیاد اینترنتی ارتباط دارد و احساسات منفی با اعتیاد به اینترنت ارتباط مستقیم دارد. علاوه بر این، نتایج حاصل از مدل معادلات ساختاری نشان می‌دهد که استرس تحصیلی نوجوانان از طریق هیجانات منفی به طور غیرمستقیم تحت تأثیر اعتیاد به اینترنت است. اوداسی (۲۰۱۳) همبستگی $R = 0/37$ بین اعتیاد به اینترنت و رفتارهای پرخطر و همبستگی $R = -0/12$ بین اعتیاد به اینترنت و خود کارآمدی تحصیلی به دست آورد.

در داخل کشور تحقیقی به صورت مستقیم به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت و اهمال‌کاری تحصیلی پرداخته نشده است در برخی از تحقیقات به صورت ضمنی در مقدمه به آن اشاره‌ای شده است و در برخی دیگر ارتباط اعتیاد به اینترنت را با پیشرفت تحصیلی بررسی کرده‌اند و نتایج ناهمخوانی به دست آمده است و با توجه به اهمیت اهمال‌کاری تحصیلی در پیشرفت تحصیلی، در این تحقیق محققان درصدد بررسی سؤالات زیر هستند.

۱- رابطه اعتیاد و وابستگی به اینترنت با اهمال‌کاری تحصیلی چگونه است؟

۲- چقدر از اهمال‌کاری تحصیلی را می‌توان با توجه به اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی کرد؟

1. Najmi
2. Odaci
3. Stavropoulos
4. Jun&Choi

۳- رابطه وابستگی به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در کاربرانی که به اینترنت معتاد نیستند چگونه است؟

روش

این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی است. جامعه آماری کلیه دانش آموزان دوم تا چهارم مدارس متوسطه شهر نجف آباد می باشند که به روش نمونه گیری خوشه ای تک مرحله ای یک مدرسه (دبیرستان امام رضا (ع)) انتخاب گردید و با توجه به تعداد سؤالات پرسشنامه ها و استفاده از روش کلاین تعداد نمونه مورد نیاز ۹۶ نفر برآورد شد. (دلاور، ۱۳۸۳)

$$n = 96 = (12 + 20) \times 3 = (5 \text{ تا } 2/5) \times (\text{مجموع تعداد سؤالات پرسشنامه ها})$$

پس تمام دانش آموزان دوم تا چهارم این مدرسه که تعداد آن ها ۱۲۴ نفر بود به عنوان نمونه در نظر گرفته شدند.

ابزارهای پژوهش شامل مقیاس اهمال کاری تحصیلی سواری^۱ (۱۳۹۰) و پرسشنامه اعتیاد اینترنت یانگ^۲ (IAT) (۱۹۹۹) است. پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی در سال ۱۳۹۰ توسط کریم سواری به روش تحلیل عاملی ساخته شده است؛ و تعداد گویه های پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی ۱۲ سؤال بوده و دارای سه مؤلفه (۱) اهمال کاری عمدی، (۲) اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی روانی (۳) اهمال کاری ناشی از بی برنامه گی و سؤال ۱ تا ۵ اهمال کاری عمدی، سؤال ۶ تا ۹ اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی روانی و سؤال ۱۰ تا ۱۲ اهمال کاری ناشی از بی برنامه گی را می سنجد و جواب ها در مقیاس لیکرت به صورت: هرگز (صفر)، به ندرت (۱)، بعضی اوقات (۲)، بیشتر اوقات (۳)، همیشه (۴) نمره گذاری می گردد. پایایی آزمون از طریق آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۰/۸۵ به دست آمد. روایی آزمون از طریق همبسته کردن با آزمون اهمال کاری تاکمن (۱۹۹۱)

1. Savari Academic Procrastinare Inventory
2. Young Internet Addiction Test

تعیین و مقدار آن ۰/۳۵ برآورد گردید (سواری، ۱۳۹۰)؛ و پایایی این آزمون در این پژوهش برابر ۰/۸۹ به دست آمد.

با توجه به عدم اتفاق نظر بر سر معیارهای تشخیصی اعتیاد به اینترنت، پژوهشگران در پژوهش‌های خود پرسشنامه‌های گوناگون را برای سنجش این پدیده تدوین کرده و به کار برده‌اند. از میان این مقیاس‌ها، پرسشنامه هشت سؤالی یانگ و پس از آن پرسشنامه بیست سؤالی او بیش از همه مورد استفاده قرار گرفته است (سادات احمدی و همکاران، ۱۳۹۱). در این پژوهش نیز از پرسشنامه بیست سؤالی یانگ استفاده شد. در اجرای آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ در کره، یو^۱ و همکاران (۲۰۰۴) و کیم و همکاران (۲۰۰۵) آلفای کرونباخ بیش از ۰/۹۰ را به دست آوردند و یانگ، چو، بیٹی، لی و چو^۲ (۲۰۰۵) پایایی آزمون باز آزمون پس از دو هفته را ۰/۸۵ به دست آوردند. در پژوهش شهرآرای و همکاران (۱۳۸۷) آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد؛ و در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ ۰/۹۴ محاسبه شد. در این پرسشنامه، پاسخ‌دهنده باید به هر یک از ۲۰ سؤال روی مقیاس ۵ درجه‌ای شامل به ندرت (۱)، گاهی (۲)، معمولاً (۳)، اغلب (۴) و همیشه (۵) پاسخ بدهد. برای ارزیابی نمره حاصل از دستورالعمل یانگ استفاده شد، بدین معنا که نمره ۲۰ تا ۴۹ نشان‌دهنده کاربر معمولی، نمره ۵۰ تا ۷۹ نشان‌دهنده کاربر در معرض خطر و نمره کاربر ۸۰ تا ۱۰۰ نشان‌دهنده کاربر معتاد به اینترنت است.

داده‌های جمع‌آوری شده از طریق آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است. از آمار توصیفی جهت تنظیم جداول، محاسبه درصدها، محاسبه شاخص‌های مناسب مرکزی و پراکندگی شامل میانگین و انحراف معیار استفاده شده است و در بخش استنباطی جهت آزمودن فرضیه‌های تحقیق از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شده است و برای این منظور از نرم‌افزار SPSS ۲۰ استفاده شده است.

1. Yoo
2. Yang CK. Choe BM. Baity M. Lee JH. Cho JS

نتایج

میانگین و انحراف معیار نمرات آزمودنی‌ها در پرسشنامه اعتیاد یانگ و اهمال کاری تحصیلی مطابق جدول ۱ است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار نمرات

نمره	میانگین	انحراف معیار
اعتیاد به اینترنت	۴۱/۰۶	۱۸/۱۰
اهمال کاری تحصیلی	۲۰/۷۷	۹/۹۱

و با ارزیابی با توجه به دستورالعمل یانگ وضعیت آزمودنی‌ها را در وابستگی به اینترنت در سه گروه معتاد، در معرض خطر و کاربر معمولی می‌توان جای داد که فراوانی و درصد فراوانی مطابق جدول ۲ محاسبه گردید.

جدول ۲. جدول فراوانی وضعیت وابستگی به اینترنت

وضعیت وابستگی	فراوانی	درصد فراوانی
معتاد	۳	۲/۴
در معرض خطر	۳۰	۲۴/۲
کاربر معمولی	۹۱	۷۳/۴
جمع	۱۲۴	۱۰۰

سؤال اول: رابطه اعتیاد و وابستگی به اینترنت اهمال کاری تحصیلی چگونه است؟

جدول ۳. همبستگی اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت

متغیرها	ضریب همبستگی	تعداد	سطح معنی داری
اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت	۰/۵۲	۱۲۴	۰/۰۰۰

با توجه به نتایج به دست آمده از همبستگی پیرسون که در جدول ۳ ذکر شده است. همبستگی اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت با ضریب همبستگی ۰/۵۲ در سطح ۰/۰۱ پذیرفته می‌شود.

سؤال دوم: چقدر از اهمال کاری تحصیلی را می‌توان با توجه به اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی کرد؟

جدول ۴. رگرسیون خطی بین اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	سطح معنی‌داری	R	R ²
اهمال کاری تحصیلی	اعتیاد به اینترنت	۰/۰۰	۰/۵۲	۰/۲۷

با توجه به نتایج حاصل از رگرسیون که در جدول ۴ آمده است می‌توان گفت که ۲۷ درصد از اهمال کاری تحصیلی را می‌توان با اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی کرد.

سؤال سوم: رابطه وابستگی به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در کاربرانی که به اینترنت معتاد نیستند چگونه است؟

با توجه به جدول ۲ می‌توان گفت که نمره تنها ۳ نفر (۲/۴ درصد) از کل دانش‌آموزان در مقیاس اعتیاد به اینترنت یانگ بالاتر از ۸۰ بوده است و معتاد به اینترنت تشخیص داده شده‌اند. با بیرون آوردن آن‌ها می‌توان به سؤال سوم پاسخ داد.

جدول ۵. همبستگی اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت در کاربران غیر معتاد

متغیرها	ضریب همبستگی	تعداد	سطح معنی‌داری
اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت	۰/۴۶	۱۲۱	۰/۰۰۰

با مراجعه به نتایج به دست آمده از همبستگی پیرسون که در جدول ۵ ذکر شده است همبستگی اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت در کاربران غیر معتاد با ضریب همبستگی ۰/۴۶ در سطح ۰/۰۱ پذیرفته می‌شود.

جدول ۶. رگرسیون خطی بین اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان غیر معتاد به اینترنت

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	سطح معنی‌داری	R	R ²
اهمال کاری تحصیلی	اعتیاد به اینترنت	۰/۰۰	۰/۴۶	۰/۲۱

با توجه به نتایج حاصل از رگرسیون برای دانش‌آموزان غیر معتاد به اینترنت که در جدول ۶ آمده است می‌توان گفت که ۲۱ درصد از اهمال کاری تحصیلی را می‌توان با اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی کرد.

بحث

بر اساس نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر وابستگی و اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی با یکدیگر همبستگی برابر ۰/۵۲ دارند که با این همبستگی می توان پیش بینی های گروهی انجام داد ولی پیش بینی های فردی نمی توان انجام داد (بیابانگرد، ۱۳۹۰). پس می توان گفت که در دانش آموزانی که بیشتر به اینترنت وابسته هستند احتمال اهمال کاری تحصیلی بیشتر است و با توجه به نتایج رگرسیون، ۲۷ درصد از اهمال کاری تحصیلی را می توان با وابستگی و اعتیاد به اینترنت پیش بینی نمود.

برخی از نتایج تحقیقات گذشته حاکی از اثرات منفی وابستگی به اینترنت است از جمله، یانگ (۱۹۹۸) که ۵۸ درصد دانش آموزان پس از استفاده زیاد از اینترنت در عادات های مطالعه خود دچار افت شدند و نمرات آن ها کاهش یافت. همچنین روحانی (۱۳۹۰) بین انگیزه تحصیلی و اعتیاد به اینترنت همبستگی منفی ۰/۲۱ را محاسبه نمود و محمد بیگی (۱۳۸۸) که وابستگی به اینترنت در دانشجویان با افت تحصیلی ارتباط معنی داری دارد، بیدختی (۱۳۹۱) با مقایسه معدل دانش آموزان بین دو سال تحصیلی نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و پیشرفت تحصیلی همبستگی منفی وجود دارد. اوداسی (۲۰۱۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که بین خود کارآمدی تحصیلی و اعتیاد اینترنتی همبستگی منفی وجود دارد، استاوروپولس (۲۰۱۳) نشان دادند که اعتیاد اینترنتی با پیشرفت تحصیلی رابطه عکس دارد. جون و چوی (۲۰۱۵) اعتیاد اینترنتی می تواند سبب ایجاد احساسات منفی شود و ایجاد استرس تحصیلی نماید. اوداسی (۲۰۱۳) نشان داد که اعتیاد به اینترنت با خود کارآمدی تحصیلی رابطه عکس دارد.

ولی برخی دیگر از تحقیقات، حسن زاده (۱۳۸۹) بین دو متغیر استفاده افراطی از اینترنت و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری پیدا نکرد. نجمی (۲۰۱۵) دریافت که اختلاف معنی داری بین اعتیاد به اینترنت با معدل نمرات پایان ترم دانشجویان وجود ندارد. اوداسی (۲۰۱۱) رابطه ای بین اعتیاد اینترنتی و اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان پیدا نکرد. رابطه

منفی بین وابستگی به اینترنت و عوامل تحصیلی پیدا نکرد. با توجه به این که بین اهمال کاری و سن، ارتباط منفی وجود دارد (بالکیس و دیوریو، ۲۰۰۹)؛ و بیشتر افرادی که کمتر اهمال کارند صرفاً به خاطر خودکنترلی درونی این کار را انجام نمی دهند، به علت این که طرح واره های رشد یافته ای برای غلبه بر اهمال کاری دارند کمتر اهمال کارند. تحقیقات مختلف نشان داده است که افراد با تمرین های مکرر می توانند اجتناب از اهمال کاری را یاد بگیرند (بامیستر، ۱۹۹۴؛ به نقل از استیل، ۲۰۰۷).

تفاوت بین تحقیقات ذکر شده را می توان این گونه توجیه کرد که نمونه های تحقیقات از نظر سن و جنس و سطح تحصیلات و فرهنگ متفاوت بوده اند و وابستگی به اینترنت در هر نمونه ای متفاوت اثر گذاشته است چنان که اثرات منفی اینترنت در دانشجویان کمتر از دیگران به دست آمده است؛ و با آموزش و تمرین می توان از اثرات وابستگی به اینترنت کاست و هرچه سن و تحصیلات افراد بالاتر برود طرح واره های اشخاص رشد بیشتری داشته و سبب ایجاد خودکنترلی بیشتری می گردد.

در برخی از تحقیقات متغیر مناسبی برای پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته نشده است از جمله بیدختی (۱۳۹۱) که از مقایسه معدل دانش آموزان بین دو سال تحصیلی به تغییر پیشرفت تحصیلی پی برده است و به عواملی چون رشد، اثرات تاریخ و پدیده های همزمان توجه ننموده است.

اگر دانش آموزان معتاد به اینترنت که ۲/۴ درصد نمونه را تشکیل داده اند را در نظر بگیریم خواهیم دید که فقط ۲۱ درصد اهمال کاری را می توان با وابستگی به اینترنت توجیه کرد یعنی حدود ۶ درصد کاهش نسبت به موقعی که این ۲/۴ درصد نیز در محاسبه وارد می شوند و می توان نتیجه گرفت هرچه ما از نزدیک شدن دانش آموزان به حد بالای وابستگی به اینترنت جلوگیری کنیم، اهمال کاری تحصیلی با درصد بیشتری کاهش پیدا

1. Balkis & Duru
2. Baumeister

بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری...

می‌کند؛ و این لزوم اتخاذ راهکارهایی برای پیشگیری و مقابله با این پدیده نوظهور و غیرقابل اجتناب را نشان می‌دهد.

امروزه اینترنت به یکی از اجزاء و وسایل غیرقابل اجتناب و چشم‌پوشی در زندگی امروزی تبدیل شده است؛ و هر پدیده‌ای دارای مزیت‌ها و معایب مختص خود است ما باید بتوانیم با شناخت این ویژگی‌ها بهترین استفاده را از این پدیده انجام دهیم و جامعه را آن‌چنان توانمند سازیم که کمترین آسیب را دریافت کنند. از این رو پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده بر روی راهکارهای مقابله با وابستگی به اینترنت، استفاده از نمونه‌ها در مقیاس‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر، پژوهش بر روی وابستگی به شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های همزمان اینترنتی که از طریق تلفن همراه انجام می‌شود، پرداخت.

منابع

بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۹۰). روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: انتشارات دوران.

بیدختی، عاطفه و حسن‌زاده، رمضان (۱۳۹۱). رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و ویژگی‌های شخصیتی فراگیران، فصلنامه فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، سال سوم، شماره اول، ص ۹۵-۱۰۷.

حسن‌زاده، رمضان (۱۳۸۹). رابطه بین استفاده افراطی از فناوری (اعتیاد به اینترنت و پیامک) و وضعیت آموزشی و روانی دانش‌آموزان. فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال اول، شماره ۳، ص ۶۹-۸۱.

دلاور، علی (۱۳۸۳). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. تهران: انتشارات رشد.

روحانی، فضیله؛ تاری، سعیده (۱۳۹۰). بررسی میزان اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با انگیزه تحصیلی و رشد اجتماعی دانش‌آموزان دوره متوسطه استان مازندران. فصلنامه فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی سال دوم، شماره دوم، ص ۱۹-۳۵.

سادات احمدی، هدی؛ زاده محمدی، فاطمه؛ معصوم بیگی، مهدیه و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۱). بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با ویژگی های جمعیت شناختی در بین دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی. *روانشناسی تربیتی (روانشناسی و علوم تربیتی)*، دوره ۸، شماره ۲۵، ص ۱۹-۳۴.

سواری، کریم (۱۳۹۰). ساخت و اعتبار یابی آزمون اهمال کاری تحصیلی. *فصلنامه اندازه گیری تربیتی*، شماره ۵، سال دوم، ص ۹۷-۱۱۰.

شاهرخی، مسلم (۱۳۹۱). بررسی ارتباط کمال گرایی و اضطراب امتحان با اهمال کاری تحصیلی دانشجویان. *پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی*.
شهرآرای، مهرناز؛ قاسم زاده، لیلی و مرادی، علیرضا (۱۳۸۷). بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی و عزت نفس در دانش آموزان دبیرستانی شهر تهران، *فصلنامه تعلیم و تربیت* شماره ۸۹.

فتوره چی، محمد مهدی (۱۳۸۵). *اعتیاد سایبری، اعتیاد نوظهور*. تهران: نشر ویرایش. ص ۱۶

فرشباغ، ساحل (۱۳۸۸). *اعتیاد اینترنتی، علل و انگیزه ها*. تهران: انتشارات مرکز تحقیقات و مطالعات رسانه ای هم شهری.

محمد بیگی، ابوالفضل؛ قضاوی، علی؛ محمد صالحی، نرگس؛ قمری، فرهاد و سعیدی، عاطفه (۱۳۸۸). تأثیر وابستگی به اینترنت بر وضعیت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک بهار ۸۸ *مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک (ره آورد دانش)*، دوره ۱۲، شماره، ص ۹۵-۱۰۲.

میرزایی، مصلح؛ غرابی، بنفشه و بیرشک، بهروز (۱۳۹۲). نقش کمال گرایی مثبت و منفی، خودکارآمدی، نگرانی و مشکل در نظم بخشی هیجانی در پیش بینی اهمال کاری رفتاری و تصمیم گیری. *مجله روان پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، سال نوزدهم، شماره ۳، ص ۲۳۰-۲۴۰.

Balkis, M & Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination. behavior among pre – service teacher, and its Relationship with demographics

- and individual preferences. *Journal of theory and practice in education article*. 5 (1): 18-32.
- Chase, L. (2003). *Procrastination: the new master skill of time management*. Agency Sales Magazine, 33, 60-62.
- Jansenn, T. & Carton, J.S. (1999). The effects of locus of control and task difficulty on procrastination. *Journal of Genetic Psychology*, 160.
- Najmi Hayati Usman, Masoumeh Alavi, Syed Mohamed Shafeq (2014); Relationship between Internet Addiction and Academic Performance among Foreign Undergraduate Students; *Procedia - Social and Behavioral Sciences, Volume 114, 21 February 2014, Pages 845-851*
- Oliver, Andy (2003), Is this all just a Bunch of Hype?, Internet Addiction Home.
- Oliver, Andy (2003), Defining Internet Addiction, Internet Addiction Home.
- Oweini, A. & Harraty, N (2005). The carrots or the stick: What motivate students? *A Manuscript. Lebanese American University. USA.*
- Odacı Hatice (2013). Risk-taking behavior and academic self-efficacy as variables accounting for problematic internet use in adolescent university students; *Children and Youth Services Review, Volume 35, Issue 1, January 2013, Pages 183-187*
- Odacı Hatice (2011). Academic self-efficacy and academic procrastination as predictors of problematic internet use in university students; *Computers & Education, Volume 57, Issue 1, August 2011, Pages 1109-1113*
- Pinnelli, Stefania (2002), Internet Addiction Disorder and Identity on line: the Educational Relationship, Faculty of Teaching Science, University of Lecce, Italy, stefania@ilenic.unile.it
- Fenichel, Michael (2003), Internet Addiction: "Addictive Behavior, Transference or More?", www.fenichel.com/addiction.shtml.
- Lam, L. T., Peng, Z. W., Mai, J. C. and Jing, J. (2009); "Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents"; *Cyber Psychology and Behavior*, Vol. 12, pp. 1-5.
- Lim, Jin-Sook and et al. (2004), A Learning System for Internet Addiction Prevention, Proceedings of the IEEE International Conference on Advanced Learning Technologies (ICALT'04).
- Jun, Sangmin; Choi, Eunsil (2015): Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework, *Computers in Human Behavior, Volume 49, August 2015, Pages 282-287*
- Stavropoulos Vasilis; Alexandraki Kiriaki, Motti-Stefanidi Frosso (2013); Recognizing internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools; *Journal of Adolescence, Volume 36, Issue 3, June 2013, Pages 565-576*

- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-519.
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulation Failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94.
- Sutton, Joy (2009). Avoid procrastination. Urge action now, not later.
- Yacet (2001), What Is Internet Addiction?. The Consumer Jungle. www.consumerjungle.org
- Yoo, H.J., Cho, S.C., Ha, J., Yune, S.K., Kim, S.J. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet Addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 58, 487-494.
- Yang CK, Choe BM, Baity M, Lee JH, Cho JS. SCL-90-R and 16PF profiles of senior high school students with excessive internet use. *Can J psychiatry* 2005 Jun;50(7):407-14.
- Young, KS (1998). Internet addiction: the emergence of a new disorder. *CyberPsychology and Behavior* 1998; 1(3): 237-44.