



به نام خدا

بررسی تاثیر کمال گرایی و اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک

علی شفيعی^۱

نفیسه ساعدی سقرلو^{۲*}

حدیثه شیرکوند مقدم^۳

چکیده

استفاده بیش از حد از فضای مجازی می‌تواند موجب انزوا، افسردگی، اضطراب، و مشکلات ارتباطی شود. دانش‌آموزانی که به فضای مجازی معتاد هستند، ممکن است توانایی برقراری ارتباط سالم با دیگران را از دست بدهند و به طور کلی دچار اختلالات روانی شوند. در پژوهش حاضر به بررسی تاثیر کمال گرایی و اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک پرداخته شد. پژوهش حاضر از نظر هدف از نوع تحقیقات کاربردی و از جهت بررسی روابط بین متغیرها در میان تحقیقات توصیفی پیمایشی است. جامعه آماری پژوهش حاضر دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک بودند که با توجه به تعداد اعضای جامعه که ۲۸۵ نفر بودند با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد ۱۶۴ نفر برای توزیع پرسشنامه انتخاب گردیدند و بوسیله شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده داده‌ها جمع‌آوری گردید. در پژوهش حاضر برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های استاندارد که روانی و پایایی آن مورد سنجش قرار گرفت استفاده شده است. به منظور آزمون فرضیات از مدلسازی معادلات ساختاری استفاده شده است. نتایج به دست آمده از آزمون مدل تحقیق نشان داد که کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تاثیر مثبت و معناداری دارد. همچنین اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تاثیر مثبت و معناداری دارد. این پژوهش می‌تواند به برنامه‌ریزی دقیق‌تر و هدفمندتر برای پیشگیری و کنترل اعتیاد به اینترنت در بین دانش‌آموزان منجر شود.

واژگان کلیدی: کمال گرایی، اهمال کاری، اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان.

مقدمه

اعتیاد به فضای مجازی به عنوان یکی از چالش‌های مهم اجتماعی و روانشناسی دنیای مدرن به ویژه در میان دانش‌آموزان شناخته می‌شود. فضای مجازی به دلیل ارائه محتوای بی‌پایان، سرگرمی‌های جذاب و شبکه‌های اجتماعی، به ابزاری بسیار اعتیادآور برای نوجوانان تبدیل شده است (Liu, Sun, Chen, Fan, & journal, 2024). اعتیاد به فضای مجازی به وضعیتی اشاره دارد که فرد به طور وسواسی و غیرقابل کنترل از اینترنت و ابزارهای دیجیتال استفاده می‌کند. این رفتار به گونه‌ای است که زمان و انرژی زیادی صرف استفاده از این فضا می‌شود و منجر به نادیده گرفتن فعالیت‌های روزمره، مسئولیت‌ها، و حتی روابط فردی و خانوادگی می‌گردد.

^۱ استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه آزاد واحد الکترونیک، تهران، ایران

^۲ کارشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد ورامین، تهران، ایران

^۳ کارشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد ورامین، تهران، ایران



شود (Brouzos, Papadopoulou, & Baourda, 2024). استفاده بیش از حد از فضای مجازی می‌تواند موجب انزوا، افسردگی، اضطراب، و مشکلات ارتباطی شود. دانش‌آموزانی که به فضای مجازی معتاد هستند، ممکن است توانایی برقراری ارتباط سالم با دیگران را از دست بدهند و به طور کلی دچار اختلالات روانی شوند. اعتیاد به فضای مجازی می‌تواند باعث کاهش تمرکز و دقت در فعالیت‌های درسی شود. دانش‌آموزانی که وقت زیادی را در اینترنت یا بازی‌های آنلاین می‌گذرانند، اغلب زمان کافی برای مطالعه و آماده سازی برای امتحانات ندارند (Fareeq Saber, Masih, Karimirad, Sharifi, & Manookian, 2024). از عوامل تأثیرگذار در ایجاد و شدت یافتن اعتیاد به فضای مجازی، ویژگی‌های شخصیتی مانند کمال‌گرایی و اهمال‌کاری است. این دو ویژگی می‌توانند به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر رفتارهای فرد در مواجهه با استفاده از فضای مجازی تأثیر بگذارند. کمال‌گرایی به عنوان یک ویژگی شخصیتی که در آن فرد به دنبال دستاوردها و موفقیت‌های بی‌نقص است، می‌تواند تأثیرات زیادی بر روی استرس و اضطراب فرد داشته باشد. فرد کمال‌گرا در مواجهه با مشکلات و چالش‌های زندگی، به دلیل عدم توانایی در پذیرفتن نقص‌ها و شکست‌ها، ممکن است به استفاده از فضای مجازی به عنوان یک وسیله فرار و تسکین دهنده روی آورد (Lewczuk et al., 2024). از طرف دیگر، اهمال‌کاری که به معنی به تعویق انداختن وظایف و امور مهم است، می‌تواند باعث ایجاد فشار روانی و کاهش زمان مفید برای انجام فعالیت‌های ضروری شود. دانش‌آموزانی که به اهمال‌کاری عادت دارند، ممکن است از فضای مجازی به عنوان یک راه برای فرار از مسئولیت‌ها استفاده کنند، که این موضوع در نهایت به اعتیاد به فضای مجازی منجر می‌شود (Chen, Lyu, & Differences, 2024). با توجه به گسترش فضای مجازی و افزایش دسترسی به اینترنت در بین دانش‌آموزان، این موضوع به یکی از مشکلات بحرانی تبدیل شده است که نه تنها بر عملکرد تحصیلی آن‌ها تأثیر منفی می‌گذارد، بلکه به سلامت روانی و اجتماعی آن‌ها نیز آسیب وارد می‌کند. اعتیاد به فضای مجازی منجر به کاهش زمان مطالعه، کاهش توانایی در تمرکز، مشکلات ارتباطی و اجتماعی، و حتی افسردگی و اضطراب می‌شود (Brito et al., 2023). از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که ویژگی‌های شخصیتی مانند کمال‌گرایی و اهمال‌کاری نقش تعیین‌کننده‌ای در رفتارهای اعتیادی دارند. افراد کمال‌گرا به دلیل انتظارات بالای خود از دستاوردها و ترس از شکست، ممکن است به فضای مجازی به عنوان یک پناهگاه عاطفی و روانی پناه ببرند. این در حالی است که اهمال‌کاری باعث می‌شود دانش‌آموزان برای فرار از وظایف خود به رفتارهای فرارکننده، از جمله استفاده افراطی از اینترنت، روی آورند (Traore, Aguilo, & Nani, 2023). بنابراین، پژوهش در خصوص تأثیر کمال‌گرایی و اهمال‌کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش‌آموزان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. شناخت این عوامل می‌تواند به برنامه‌ریزی دقیق‌تر و هدفمندتر برای پیشگیری و کنترل اعتیاد به اینترنت در بین دانش‌آموزان منجر شود. همچنین، این پژوهش می‌تواند به تدوین سیاست‌ها و برنامه‌های آموزشی در مدارس کمک کند تا از این طریق دانش‌آموزان به مدیریت بهتر زمان و وظایف خود بپردازند و از ورود به دام اعتیاد به فضای مجازی جلوگیری کنند. با توجه به موارد بیان شده و اهمیت پرداختن به این موضوع در این پژوهش به این سوال اصلی می‌پردازیم که آیا کمال‌گرایی و اهمال‌کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش‌آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک موثر هستند؟

مبانی نظری تحقیق

اعتیاد به فضای مجازی دانش‌آموزان: استفاده بیش از حد و وسواس‌گونه از اینترنت و ابزارهای دیجیتال به یک مشکل جدی تبدیل شده است. دانش‌آموزان به دلیل موقعیت تحصیلی و اجتماعی خود در معرض این آسیب قرار دارند. استفاده طولانی‌مدت از ابزارهای دیجیتال، به ویژه در حالت نشسته و بدون فعالیت جسمی، می‌تواند منجر به مشکلات جسمی مانند چاقی، ضعف بینایی، و مشکلات اسکلتی شود. همچنین تعامل مداوم در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند موجب مقایسه‌های ناسالم و از دست دادن اعتماد به نفس در نوجوانان شود، زیرا آن‌ها تلاش می‌کنند تا با ایده‌آل‌های کاذب رسانه‌های اجتماعی هم‌گام شوند. فضای مجازی محیطی فراهم می‌کند که در آن ممکن است نوجوانان با محتوای غیر اخلاقی یا خطرناک مواجه شوند و این مسئله می‌تواند تأثیرات منفی جدی بر رفتارها و



ارزش‌های آنها داشته باشد (Brouzos et al., 2024). برخی نظریه‌های مطرح شده در خصوص اعتیاد به فضای مجازی به شرح زیر هستند:

نظریه اعتیاد رفتاری^۴: این نظریه توسط مارک گریفیتس (۱۹۹۶) بیان شده است. این نظریه بیان می‌دارد که اعتیاد به اینترنت همانند سایر انواع اعتیادهای رفتاری مانند اعتیاد به قمار یا بازی‌های ویدئویی است. در این نظریه، استفاده مکرر از اینترنت به عنوان یک رفتار پاداش‌دهنده شناخته می‌شود که به تدریج به وابستگی و اعتیاد منجر می‌شود. (Fernández-Martínez, Sutil-Rodríguez, & Liébana-Presa, 2023)

نظریه روان اجتماعی^۵: این نظریه توسط یانگ (۱۹۹۸) بیان شده است. این نظریه بیان می‌کند که افراد با مشکلات روانی مانند افسردگی، اضطراب، یا تنهایی به استفاده مداوم از فضای مجازی پناه می‌برند. این استفاده مکرر باعث افزایش وابستگی به اینترنت و در نهایت ایجاد اعتیاد می‌شود (Zhou, Zhu, & Chen, 2024).

نظریه کمبودهای روان شناختی^۶: کوپر و همکاران (۲۰۰۰) این نظریه را بیان داشته‌اند. این نظریه بیان می‌کند که دانش‌آموزانی که با مشکلات روان شناختی مانند اضطراب، افسردگی، و کمبود عزت نفس دست‌وپنجه نرم می‌کنند، به احتمال بیشتری به اینترنت اعتیاد پیدا می‌کنند. این افراد به دنبال فرار از واقعیت یا جبران کمبودهای خود هستند و اینترنت به عنوان یک راه حل کوتاه مدت به کار می‌رود (Xie, Cheng, & Chen, 2023).

نظریه تئوری مدیریت اضطراب^۷: این نظریه توسط لئونارد و همکاران (۲۰۰۶) عنوان شده و بیان می‌کند که دانش‌آموزانی که با اضطراب‌های مختلف مواجه هستند، از اینترنت به عنوان راهی برای کاهش اضطراب‌های خود استفاده می‌کنند. این رفتار به صورت یک مکانیسم دفاعی عمل می‌کند و با گذشت زمان، به اعتیاد به اینترنت تبدیل می‌شود (Dong et al., 2024).

کمال گرایی: کمال گرایی به عنوان یک ویژگی شخصیتی تعریف می‌شود که در آن فرد استانداردهای بسیار بالایی برای خود تعیین کرده و به دنبال دستیابی به اهدافی است که اغلب فراتر از توانایی‌های اوست. این افراد معمولاً به طور مداوم احساس می‌کنند که کارهایشان به اندازه کافی خوب نیست و برای به دست آوردن نتایج عالی تلاش می‌کنند، حتی اگر شرایط یا منابع محدود باشد (Xun, Zheng, Lee, & Yang, 2024). در کمال گرایی، شکست یا ناتوانی در دستیابی به اهداف ممکن است به اضطراب، افسردگی و استرس منجر شود که دانش‌آموزان برای کاهش آن ممکن است به فضای مجازی پناه ببرند. کمال‌گرایان ممکن است به دنبال فرار از واقعیت‌های ناخوشایند و شکست‌های خود باشند. فضای مجازی می‌تواند به عنوان یک راه فرار و محلی برای فراموشی مشکلات واقعی به کار گرفته شود (Lewczuk et al.). بنابراین فرضیه زیر مطرح می‌گردد:

فرضیه اول: کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش‌آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تاثیر معناداری دارد.

^۴ Behavioral Addiction Theory

^۵ Psychosocial Theory

^۶ Psychological Deficiency Theory

^۷ Anxiety Management Theory



دانش آموزانی که دارای شخصیت توافق پذیری هستند وابستگی بیشتری را به استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی نشان داده اند. این رابطه در سطح 0.05 و با ضریب همبستگی 0.26 معنادار بود. بعد روان آزردهی 0.13 از واریانس مربوط به کیفیت استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی را تبیین نمود.

انووو و ایکی (۲۰۲۴) تحقیقی با عنوان ویژگی های شخصیتی و اعتیاد به اینترنت در بین دانش آموزان نوجوان: نقش تعدیل کننده کارکرد خانواده صورت دادند. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تعدیل کننده عملکرد خانواده در رابطه بین ویژگی های شخصیتی و اعتیاد به اینترنت در نوجوانان انجام شد. این مطالعه یک مطالعه مقطعی است که بر روی ۳۱۵۰ دانش آموز نوجوان در سطح کلاس/کلاس JSS1-SS3 انجام شد که با معیارهای استاندارد شده پرسشنامه شخصیتی پنج بزرگ، آزمون اعتیاد به اینترنت و شاخص آپگار خانواده مورد ارزیابی قرار گرفتند. برای بررسی روابط دو متغیره بین متغیر جمعیت شناختی و سایر متغیرهای مورد پژوهش از همبستگی پیرسون استفاده شد، نتایج: (۱) گشودگی به تجربه، اهمال کاری، برون گرایی و روان رنجورخویی با اعتیاد به اینترنت همبستگی مثبت داشت، در حالی که موافق بودن با اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی داشت. (۲) عملکرد مثبت خانواده با اعتیاد به اینترنت همبستگی منفی داشت. (۳) عملکرد مثبت خانواده روابط برون گرایی و سازگاری را با اعتیاد به اینترنت تعدیل می کند (Nwufu, Ike, & health, 2024).

لیو و همکاران (۲۰۲۲) پژوهشی تحت عنوان، نگرانی های کمال گرایی و اعتیاد به تلفن همراه دانشجویان کالج چینی: میانجیگری تعدیل شده اهمال کاری تحصیلی و جهت گیری های علیت صورت دادند. این مطالعه با هدف بررسی تأثیر کمال گرایی بر اعتیاد به تلفن همراه و نقش واسطه ای اهمال کاری تحصیلی و همچنین نقش تعدیل کننده جهت گیری های علیت (گرایش خودگردان/کنترل شده/غیر شخصی) انجام شد. یک نمونه مقطعی از ۶۲۵ دانشجوی چینی (۲۰.۸٪ مرد، میانگین سنی = ۲۰.۴۷ سال) پرسشنامه را تکمیل کردند. داده های نظر سنجی با استفاده از مدل سازی معادلات ساختاری (SEM) در Mplus 8.0 تجزیه و تحلیل شد. کمال گرایی ارتباط مثبتی با اعتیاد به تلفن همراه داشت. علاوه بر این، اهمال کاری تحصیلی تا حدی واسطه این ارتباط بود. اثر تعدیل کننده فرضی جهت گیری خودمختار و جهت گیری کنترل شده مورد تایید قرار نگرفت. جهت گیری غیرشخصی مرحله دوم اثر میانجی اهمال کاری تحصیلی را بر پیوند کمال گرایی با اعتیاد به تلفن همراه تعدیل کرد، به این صورت که اثر میانجی هنگامی که جهت گیری غیرشخصی بالا بود، مثبت بود، در حالی که اثر میانجی زمانی که جهت گیری غیر شخصی کم بود، معنی دار نبود. یافته ها اهمیت برر سی اینکه چگونه تفاوت فردی به اعتیاد به تلفن همراه کمک می کند را تایید می کند. پیامدهای یافته ها برای کاهش اعتیاد به تلفن همراه یا جلوگیری از ایجاد اعتیاد به تلفن همراه توسط دانشجویان کالج نیز به طور عمیق و کامل مورد بحث قرار گرفته است (Nwufu et al., 2024). با بررسی پیشینه تحقیق مشخص شد در پژوهشها تاکنون به موضوع تحقیق پرداخته نشده است همچنین جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان دختر می باشند که از این لحاظ نیز پژوهشی با این موضوع بر روی دانش آموزان دختر صورت نگرفته است.

روش تحقیق

تحقیق حاضر از نوع تحقیقات کاربردی است و با توجه به اینکه برای سنجش فرضیات اطلاعات یک بار جمع آوری شده پژوهش حاضر از لحاظ افق زمانی مقطعی بوده که بدان بررسی های مقطعی گویند. از نظر روش جمع آوری اطلاعات نیز جزء تحقیقات توصیفی-پیمایشی می باشد و از نظر نوع داده ها نیز کمی می باشد. روش نمونه گیری در تحقیق حاضر نمونه گیری تصادفی ساده بوده است. زمان اجرای تحقیق حاضر تابستان سال ۱۴۰۳ بوده و جامعه آماری پژوهش حاضر دانش آموزان مدرسه شهید روزبه نیا قرچک بودند که با توجه به تعداد اعضای جامعه که ۲۸۵ نفر بودند با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد ۱۶۴ نفر برای توزیع پرسشنامه انتخاب گردیدند و بوسیله پرسشنامه اطلاعات لازم برای آزمون فرضیات از آنها جمع آوری گردید و در پرسشنامه از مقیاس لیکرت پنج نقطه ای برای سنجش هر یک از مؤلفه ها استفاده شده است. برای تست روابط بین متغیرهای مدل بدلیل در نظر گرفتن همزمان تاثیرات کلیه



متغیرها از روش مدل سازی معادلات ساختاری استفاده شده و جهت آزمون های آماری از نرم افزارهای Lisrel 8.8 و Spss26 استفاده شده است.

جدول ۱- Error! No text of specified style in document. متغیرهای اصلی تحقیق و روایی و پایایی

متغیر	تعداد سوالات	منبع	پایایی کل ۰/۹۰۱	میانگین واریانس استخراجی AVE
کمال گرایی	۱۰ سوال	اسمیت و همکاران (۲۰۱۶)	۰/۸۸۳	۰/۵۲
اهمال کاری	۱۶ سوال	تاکمن، (۲۰۰۱)	۰/۸۲۹	۰/۵۲
اعتیاد به فضای مجازی	۲۰ سوال	کیمبرلی یانگ (۱۹۹۸)	۰/۸۲۳	۰/۵۱

تجزیه و تحلیل نتایج تحقیق

برای ارزیابی پایایی پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده که این ضریب ۰/۹۰۱ بدست آمده که با توجه به این که حداقل ضریب پایایی لازم در پرسشنامه های پژوهشی ۰/۷ می باشد لذا می توان چنین نتیجه گیری کرد که پرسشنامه مورد استفاده در این تحقیق از پایایی بالایی برخوردار می باشد؛ همچنین برای تک تک متغیرها نیز آلفای کرونباخ محاسبه شده است که مقدار همگی بالاتر از ۰/۷ می باشد (جدول ۱) و نشان از پایایی سوالات هر عامل دارد. جهت تخمین اعتبار؛ پرسشنامه تحقیق در میان جمعی از خبرگان توزیع و سپس با استفاده از سنجش شاخص روایی محتوا و نسبت روایی محتوا مورد بررسی و تایید قرار گرفت. در مطالعه حاضر برای سنجش اعتبار محتوا از ۱۵ ارزیاب استفاده شد؛ حداقل مقدار قابل قبول سی وی آر با این تعداد ارزیاب بر اساس جدول لاوشه ۰/۴۹ می باشد که مقدار CVR برای تمام متغیرها بالای ۰/۴۹ بوده است. همچنین میزان CVI برای کلیه متغیرها بالای ۰/۷۹ بوده که نشان از مناسب بودن شاخص روایی محتوا دارد. برای سنجش روایی معیار یا ملاک از سنجش همبستگی نمرات آزمون و اندازه گیری بیرونی استفاده گردیده است و همچنین برای سنجش روایی سازه یا مفهومی نیز از تحلیل عاملی در لیزرل استفاده گردید. مقدار کلیه بارهای عاملی سوالات و هینطور میانگین واریانس استخراج شده هر مفهوم همانطور که در جدول ۱ آمده است بزرگتر از ۰/۵ بوده که نشان از وجود روایی همگرا است و هینطور میزان جذر AVE هر سازه در حالت تخمین استاندارد لیزرل (شکل ۱) بیشتر از همبستگی میان سازه ها بوده که نشان از وجود روایی تشخیصی دارد (شفیعی و تات، ۱۳۹۹). همچنین میزان ارتباط هر متغیر با سازه مربوطه بیش از ارتباط آن متغیر با دیگر سازه ها در تحلیل عاملی اکتشافی بوسیله نرم افزار اس پی اس اس بوده است که نشان از وجود روایی واگرا دارد. همچنین ضریب شاخص ۰/۸۷۲ بدست آمده که نشان از کافی بودن تعداد نمونه برای تحلیل عاملی است. به منظور بررسی پاسخ سوالات تحقیق از نظر معناداری آماری، نخست توزیع نمرات به لحاظ نرمال بودن مورد آزمون قرار گرفت. برای بررسی نرمال بودن توزیع ها از آزمون اسمیرنف - کولموگروف استفاده شد که با توجه به بالای ۰/۰۵ بودن سطح معناداری خروجی کلیه متغیرهای پژوهش مشخص گردید که کلیه متغیرها از توزیع نرمال برخوردارند. در این پژوهش از روش مدل سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار لیزرل برای تعیین برازندگی مدل ساختاری و آزمون فرضیه های پژوهش استفاده شده است که شاخص های برازش و نتایج مقایسه آن با مقادیر مجاز در جدول زیر آمده است.

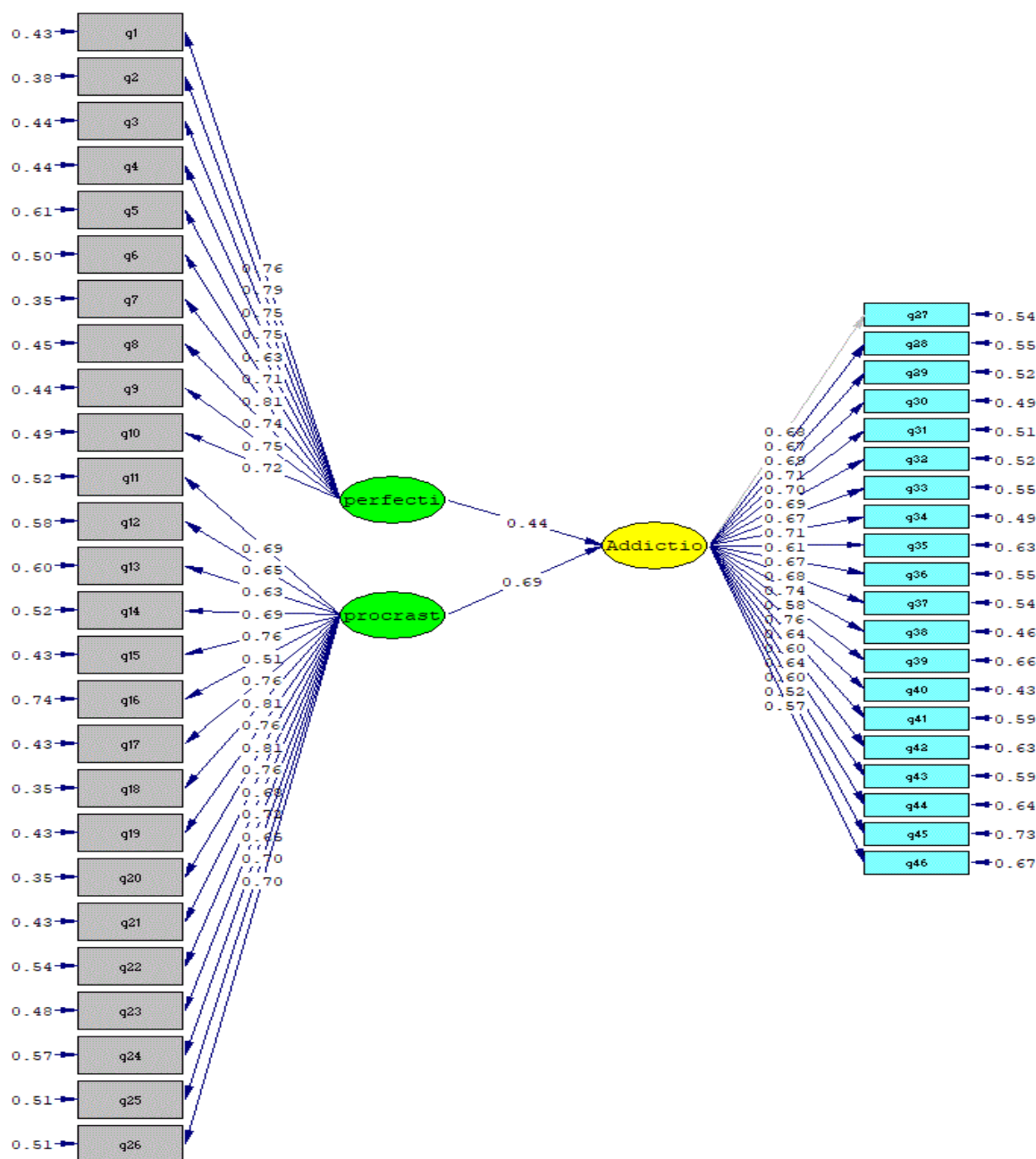
جدول ۲- شاخص های برازش مدل

نام شاخص	مقدار بدست آمده	حد مجاز
X^2/df	۲/۵۰	کمتر از ۳
GFI	۰/۹۱	بالاتر از ۰/۹
AGFI	۰/۹۰	بالاتر از ۰/۹



CFI	۰/۹۰	بالاتر از ۰/۹
NFI	۰/۹۱	بالاتر از ۰/۹
NNFI	۰/۹۱	بالاتر از ۰/۹
RMSEA	۰/۰۶۶	کمتر از ۰/۱

با توجه به شاخص های ارائه شده در جدول بالا می توان گفت که مدل پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است. مدل نهایی معادلات ساختاری نیز در دو حالت تخمین ضرایب و معناداری ضرایب در شکل های زیر ارائه شده است.

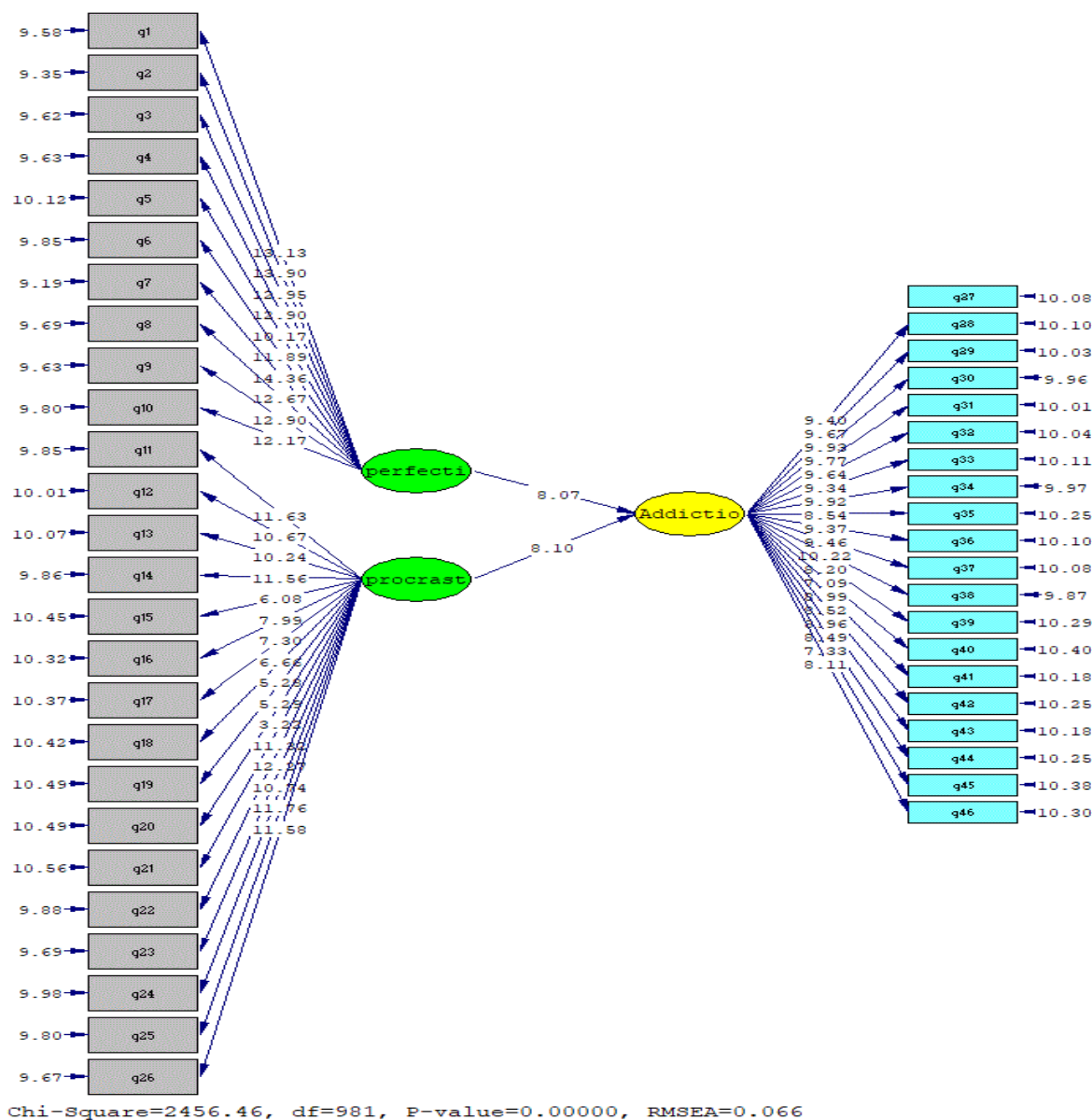


Chi-Square=2456.46, df=981, P-value=0.00000, RMSEA=0.066

شکل ۲: مدل تحقیق در حالت استاندارد



خروجی بعدی یعنی شکل زیر، مدل در حالت معناداری ضرایب و پارامترهای بدست آمده را نشان می دهد در مدلسازی معادلات ساختاری اگر مقدار آزمون معناداری (T-VALUE) بزرگتر از ۱,۹۶ یا کوچکتر از -۱,۹۶ نشان دهنده معناداری بودن روابط است و در غیر اینصورت رابطه تایید نمیشود.



شکل ۳: مدل تحقیق در حالت معناداری

یافته های تحقیق

نتایج حاصل از آزمون فرضیات پژوهش در جدول زیر ارائه می گردد:



جدول ۳ - ضرایب مسیر اثرات متغیرها و معنی داری پارامترهای برآورد شده

تأیید یا رد	معناداری	ضریب مسیر	فرضیات
تأیید	۸,۰۷	۰,۴۴	فرضیه اول: کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر معناداری دارد.
تأیید	۸,۱۰	۰,۶۹	فرضیه دوم: اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر معناداری دارد.

فرضیه اول- کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر معناداری دارد. در مدل‌سازی معادلات ساختاری اگر مقدار آزمون معناداری (T-VALUE) بزرگتر از ۱,۹۶ یا کوچکتر از -۱,۹۶ - نشان دهنده معناداری بودن روابط است و در غیر اینصورت رابطه تأیید نمیشود. با توجه به مقدار T-VALUE محاسبه شده که ۸,۰۷ بدست آمده که از ۱/۹۶ بزرگتر است می‌توان فرضیه فوق را تأیید کرد. با این تفاسیر می‌توان بیان نمود که کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان موثر است و با توجه به ضریب مسیر که ۰,۴۴ بدست آمده این تأثیر در حد متوسط است. نتیجه حاصل از این فرضیه با نتیجه تحقیق قربانی و یکتا (۱۴۰۲) و لیو و همکاران (۲۰۲۲) همخوانی دارد.

فرضیه دوم- اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر معناداری دارد. با توجه به مقدار T-VALUE محاسبه شده که ۸,۱۰ بدست آمده که از ۱/۹۶ بزرگتر است می‌توان فرضیه فوق را تأیید کرد. با این تفاسیر می‌توان بیان نمود که اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان موثر است و با توجه به ضریب مسیر که ۰,۶۹ بدست آمده این تأثیر قوی است. نتیجه حاصل از این فرضیه با نتیجه تحقیق شاکه نیا (۱۴۰۲) و انووفو و ایکی (۲۰۲۴) همخوانی دارد.

نتیجه گیری و پیشنهادات

در پژوهش حاضر به بررسی تأثیر کمال گرایی و اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک پرداخته شد. نتایج به دست آمده از آزمون مدل تحقیق نشان داد که کمال گرایی بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر مثبت و معناداری دارد و این تأثیر در حد متوسط است. کمال گرایی به عنوان یک ویژگی شخصیتی، تمایل به دستیابی به اهداف و معیارهای بالاست که اغلب با احساس عدم رضایت و انتقاد از خود همراه است. دانش آموزان کمال‌گرا به دلیل فشارهای درونی برای رسیدن به اهداف غیرواقع‌بینانه ممکن است به دنبال راه‌های فرار از این فشارها باشند و فضای مجازی یکی از این راه‌ها می‌تواند باشد. فضای مجازی به دانش آموزان فرصتی می‌دهد تا از واقعیت‌های روزمره و ناکامی‌های خود فرار کنند و به جهان مجازی پناه ببرند، جایی که می‌توانند به صورت موقتی احساس رضایت و تأیید اجتماعی کسب کنند. نتایج تحقیق نشان می‌دهند که دانش آموزان کمال‌گرا به احتمال بیشتری در معرض اعتیاد به فضای مجازی قرار می‌گیرند، زیرا فضای مجازی به آن‌ها امکان می‌دهد از فشارهای واقعی فرار کنند و کنترل موقتی بر احساسات خود داشته باشند. همچنین مشخص شد اهمال کاری بر اعتیاد به فضای مجازی دانش آموزان مدرسه شهید روزبه‌نیا قرچک تأثیر مثبت و معناداری دارد و این تأثیر قوی است. اهمال کاری به معنای به تأخیر انداختن یا اجتناب از انجام کارهای مهم و ضروری است. دانش آموزان اهمال‌کار معمولاً از انجام وظایف مهم خود اجتناب کرده و به جای آن زمان خود را در فعالیت‌های غیرمفید، مانند گشت و گذار در فضای مجازی، سپری می‌کنند. فضای مجازی با ارائه محتوای متنوع و جذاب به یکی از عوامل اصلی تقویت اهمال کاری تبدیل شده است، زیرا افراد می‌توانند به راحتی از کارهای ضروری خود فرار کرده و به سرگرمی‌های دیجیتال مشغول شوند. دانش آموزانی که دچار اهمال کاری هستند به احتمال بیشتری درگیر اعتیاد به فضای مجازی می‌شوند. فضای مجازی به آن‌ها این امکان را می‌دهد که وظایف خود را به تعویق بیندازند و از فشارهای ناشی از مسئولیت‌های خود فرار کنند.

همچنین در خصوص هریک از فرضیه‌های تحقیق پیشنهادات زیر ارائه می‌گردد:



فرضیه اول

در خصوص این فرضیه پیشنهادات زیر مطرح می گردد:

- آموزش مدیریت استرس: به دانش‌آموزان کمال‌گرا آموزش داده شود که چگونه با استرس‌ها و فشارهای خود به شیوه‌های سالم مقابله کنند تا نیاز به استفاده از فضای مجازی به عنوان یک مکانیسم فرار نداشته باشند.
- برنامه‌های مشاوره: مدارس باید برنامه‌های مشاوره‌ای برای دانش‌آموزان کمال‌گرا ترتیب دهند تا به آن‌ها در شناخت و مدیریت انتظارات خود کمک کنند.
- تشویق به تنظیم اهداف واقع‌بینانه: برنامه‌های آموزشی باید به دانش‌آموزان کمک کند تا اهداف منطقی‌تر و قابل دسترسی‌تری برای خود تعیین کنند.

فرضیه دوم

در خصوص این فرضیه پیشنهادات زیر مطرح می گردد:

- آموزش مدیریت زمان: به دانش‌آموزان آموزش داده شود که چگونه با مدیریت بهتر زمان از اهمال‌کاری جلوگیری کنند و به موقع به وظایف خود بپردازند.
- تقویت خودنظم‌دهی: برنامه‌های تقویت مهارت‌های خودنظم‌دهی در دانش‌آموزان اجرا شود تا بتوانند به طور مؤثر وظایف خود را به انجام برسانند و از استفاده غیرضروری از فضای مجازی پرهیز کنند.
- تشویق به هدف‌گذاری کوچک: دانش‌آموزان باید تشویق شوند که وظایف خود را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم کنند و به مرور زمان آن‌ها را انجام دهند تا به دلیل حجم زیاد کارها دچار اهمال‌کاری نشوند.

References

بذرافشان محمدرفع، قائدیان شایان، فروتنی محمدرضا، غلامی یونس. تحلیلی بر ابعاد شخصیت دانش‌آموزان متوسطه دوم و استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی در ناحیه ۴ شهر شیراز سال ۱۳۹۳. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. ۱۳۹۶؛ ۱۶ (۱۰): ۹۱۳-۹۲۴

شاکه نیا، زینب، ۱۴۰۲، اعتیاد به فضای مجازی و اهمال‌کاری تحصیلی در دانش‌آموزان، The third national conference on applied studies in education processes
<https://civilica.com/doc/1844143>، Minab.of

شفیعی، ع. و.، تات، س. (۱۳۹۹). روش تحقیق در مدیریت. (چاپ دوم)، انتشارات بازاریابی، تهران

قربانی، فاطمه و یکتا، فاطمه، ۱۴۰۲، بررسی رابطه بین کمال‌گرایی و اضطراب با اعتیاد به فضای مجازی در دانشجویان دانشگاه آزاد
Fourth National Conference on Psychopathology، Ardabil،
<https://civilica.com/doc/1954861>

Brito, A. B., Lima, C. d. A., Brito, K. D. P., Freire, R. S., Messias, R. B., Rezende, L. F. d., . . . Silveira, M. F. J. E. d. P. (2023). Prevalence of internet addiction and associated factors in students. 40, e200242.

Brouzos, A., Papadopoulou, A., & Baourda, V. C. J. P. R. (2024). Effectiveness of a web-based group intervention for internet addiction in university students. 336, 115883.

Chen, G., Lyu, C. J. P., & Differences, I. (2024). The relationship between smartphone addiction and procrastination among students: A systematic review and meta-analysis. 224, 112652.



- Dong, W., Tang, H., Wu, S., Lu, G., Shang, Y., & Chen, C. J. B. p. (2024). The effect of social anxiety on teenagers' internet addiction: the mediating role of loneliness and coping styles. 24(1), 395.
- Fareeq Saber, A., Masih, S., Karimirad, M. R., Sharifi, F., & Manookian, A. J. P. H. N. (2024). The relationship between internet addiction, sleep quality, and psycho-social problems among secondary school students in Erbil, 2023–2024. 41(5), 933-942.
- Fernández-Martínez, E., Sutil-Rodríguez, E., & Liébana-Presa, C. J. H. (2023). Internet Addiction and Emotional Intelligence in university nursing students: A cross-sectional study. 9(9).
- Lewczuk, K., Pinas, P., Ruśniok, M., Czako, A., Demetrovics, Z. J. S. N. U., & Gaming, V. The Role of Different Perfectionism Dimensions in the Severity of Behavioral Addiction Symptoms: An Examination of Problematic Internet Use, Pornography Use, Social Network Use, and Video Gaming.
- Lewczuk, K., Pinas, P., Ruśniok, M., Czako, A., Demetrovics, Z. J. S. N. U., & Gaming, V. (2024). The Role of Different Perfectionism Dimensions in the Severity of Behavioral Addiction Symptoms: An Examination of Problematic Internet Use, Pornography Use, Social Network Use, and Video Gaming.
- Liu, M., Sun, W., Chen, H., Fan, J. J. S. B., & journal, P. a. i. (2024). The impact of internet addiction on college students' academic procrastination: A moderated mediation model. 52(8), 1-9.
- Nwufo, I. J., Ike, O. O. J. I. j. o. e. r., & health, p. (2024). Personality traits and internet addiction among adolescent students: the moderating role of family functioning. 21(5), 520.
- Traore, B., Aguilo, Y., Hassoune, S., & Nani, S. J. G. H. J. (2023). Determinants of internet addiction among medical students in Casablanca: a cross-sectional study. 7(2), 101-109.
- Xie, X., Cheng, H., & Chen, Z. J. F. i. p. (2023). Anxiety predicts internet addiction, which predicts depression among male college students: A cross-lagged comparison by sex. 13, 1102066.
- Xun, Y., Zheng, X., Lee, M., & Yang, F. J. I. R. (2024). The influence of technology affordance on addictive use in MMOGs: from the perspective of virtual-domain perfectionism. 34(2), 631-664.
- Zhou, K., Zhu, X., & Chen, B.-B. J. C. i. H. B. (2024). Understanding the link between social relationships and adolescent Internet addiction: Perspectives from two approaches to well-being. 151, 107995.

The effect of perfectionism and procrastination on cyberspace addiction among students of Shahid Rozbehnia Qarchak School.



Abstract

Excessive use of virtual space can cause isolation, depression, anxiety, and communication problems. Students who are addicted to cyberspace may lose the ability to communicate with others in a healthy way and may suffer from mental disorders in general. In the present study, the effect of perfectionism and procrastination on cyberspace addiction among students of Shahid Rozbehnia Qarchak School was investigated. In terms of the purpose of this research, it is an applied research and in order to investigate the relationships between variables among descriptive survey research. The statistical population of the current research was the students of Shahid Rozbeh Niya Qarchak School, according to the number of members of the community, which were 285, 164 people were selected to distribute the questionnaire using the Karjesi and Morgan table, and the data was collected by simple random sampling. . In the current research, standard questionnaires were used to collect data, whose validity and reliability were evaluated. In order to test the hypotheses, structural equation modeling has been used. The results obtained from the test of the research model showed that perfectionism has a positive and significant effect on the addiction to the virtual space of the students of Shahid Rozbehnia Qarchak School. Also, neglecting work has a positive and significant effect on the cyber space addiction of the students of Shahid Rozbehnia Qarchak School. This research can lead to more accurate and targeted planning to prevent and control Internet addiction among students.

Key words: perfectionism, procrastination, addiction to the virtual space of students.