

بررسی تاثیر گسترش استفاده از فضای مجازی بر افت تحصیلی
دانش آموزان شهرستان فیروزآباد

**Investigating the impact of expanding the use of virtual space
on the academic failure of students in Firozabad city**

Marzie Panahi

Master's degree in educational management from Firozabad Azad University.

Zahra Panahi

Master's degree in Clinical Psychology, Azad Najaf Abad University

Email: p4n4hi18@gmail.com

مرضیه پناهی

دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد فیروزآباد.

زهرا پناهی*

دانش آموخته کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی دانشگاه آزاد نجف آباد.

Abstract

Today, Internet addiction and excessive use of virtual space among students in different educational levels has intensified. The purpose of this research was to investigate the effect of expanding the use of virtual space on the academic failure of students in Firozabad city. This research is of an applied type. And it was a review study. The target population of this research was the female students of middle school in Firozabad. Academic failure means lack of success in education, which can be evaluated by various criteria such as probation, unfavorable grade point average, repetition of lessons, lengthening the duration of education, dismissal, withdrawal, dropout and change of field. The results showed that the academic failure of students is not only It is not an individual problem, but a basic social problem, the consequences of which will affect the society. has been

Keywords: virtual space, Internet, academic failure.

چکیده

امروزه اعتیاد به اینترنت و استفاده بیش از اندازه از فضای مجازی در میان دانش آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی شدت گرفته است هدف از انجام این پژوهش بررسی تاثیر گسترش استفاده از فضای مجازی بر افت تحصیلی دانش آموزان شهرستان فیروزآباد بوده است. این تحقیق از نوع کاربردی و مطالعاتی مروری بوده است. جامعه آماری این تحقیق دانش آموزان دختر مقطع متوسطه فیروزآباد بوده است. افت تحصیلی به معنای عدم موفقیت در تحصیل است که با معیارهای مختلفی نظیر مشروطی، معدل نامطلوب، تکرار درس، طولانی شدن مدت تحصیل، اخراج، انصراف، ترک تحصیل و تغییر رشته قابل بررسی است. نتایج نشان داد که افت تحصیلی دانش آموزان نه تنها یک مشکل فردی بلکه یک معضل اساسی اجتماعی است که عواقب ناشی از آن گریبان گیر جامعه نیز خواهد شد. بعد از بررسی و مطالعات نتایج نشان داد که استفاده بیش از اندازه از فضای مجازی و اعتیاد به اینترنت در میان دانش آموزان باعث افت تحصیلی آنها شده است.
واژه‌های کلیدی: فضای مجازی، اینترنت، افت تحصیلی.

مقدمه

امروزه اعتیاد به اینترنت در میان دانش آموزان شدت گرفته است. اعتیاد به اینترنت، شامل اعتیاد به اتاق های گپ، هرزه نگاری و قمار آنلاین است و همانند تمامی انواع دیگر اعتیاد، اعتیاد به اینترنت نیز با علایمی همراه است. همچون، کج خلقی، بی قراری، خیال بافی، اضطراب، افسردگی، تفکرات وسواسی، افکار خودکشی غیبت دانش آموزان از مدرسه، از دست دادن کنترل روی رفتار، علائم ناخوشایند ناشی از ترک، عطش و ولع زیاد برای کار با اینترنت فرار از مشکلات یا رفع احساس درماندگی، فراموش کردن مسئولیت های خانوادگی کناره گیری یا گوشه گیری اجتماعی. یکی از مهمترین مشکلات ناشی از اعتیاد به اینترنت افسردگی و همچنین احساس تنهایی و گوشه گیری است (اوزترک^۱، ۲۰۲۰). خانواده، مدرسه و جامعه سه عامل مهم تکامل زندگی اجتماعی می باشند. خانواده از نظر رشد شخصیت و منش، مهم ترین ریشه ها را باید در خانواده و روابط بین والدین و فرزندان جستجو کرد. چرا که طفل در خانواده قدم به عرصه وجود گذاشته، رشد و نمو پیدا می کند. اگر خانواده ها از لحاظ عاطفی یا تربیتی و یا آرامشی که برای رشد طبیعی لازم است، به نحوی متزلزل شود، این نابسامانی در وضع روانی و جسمی اثر خواهد گذاشت. بسیاری از رفتارهای ناپسند و ضد اجتماعی به وسیله خانواده ها به طفل آموزش داده می شود. معمولاً با استفاده از تلویزیون، اینترنت و... سعی می شود فرآیند اجتماعی شدن صورت گیرد. بین خلأهای عاطفی در محیط خانواده و گرایش به چت روم ها، رابطه وجود دارد به طوری که غنای محیط عاطفی خانواده، روابط مثبت و موثر اولیاء با فرزندان، داشتن سنگ صبری در خانه، درک شدن و فهمیده شدن جوان در منزل و نظایر آن، مانع خلأ عاطفی جوان و در نتیجه جست و جوی عاطفه توسط وی در محیط های مجازی از جمله چت می شود. همبستگی مثبت و معناداری بین اختلالات روانپزشکی نظیر افسردگی، اضطراب، خود بیمار انگاری، وسواس، حساسیت بین فردی، پر خاشگری، پارانویا، فوبیا و روانپریشی با اعتیاد به اینترنت وجود دارد. به اعتقاد دی انجلس^۲ (۲۰۰۰)، از مهمترین دلایل استفاده اعتیادی از اینترنت عبارتند از: تغییر شدید در وضع روحی و روانی و خلق و خوب فرد، نارضایتی از زندگی، فشار کاری یا تحصیلی، مشکلات مالی، عدم امنیت، اضطراب و دعوای خانوادگی، فرار از واقعیت و کناره گیری از تماس با دیگران است. افرادی که دچار استفاده بیش از حد از اینترنت هستند، آنان با تأخیر به محل کار یا تحصیل می روند و دچار کم کاری می شوند. عدم تحرک جسمی و چاقی به همراه علایمی چون درد کمر، پشت و ماهیچه، از دیگر تبعات این مسأله اند. این کاربران حتی در صورت کناره گیری از اینترنت، دچار علایم اختلال می شوند و در صورت ادامه روند استفاده نادرست از اینترنت، اعتیاد به اینترنت می تواند به آسیب ها و ناهنجاری های روانی و رفتاری تبدیل شود (فتاحی، ۱۴۰۱). مطالعات نشان داده است پیشرفت تحصیلی دانش آموزان از اهمیت بالایی برخوردار است و یکی از ملاک های سنجش موفقیت تحصیلی دانش آموزان می باشد. پیشرفت تحصیلی و مسائل مربوط به آن یکی از دغدغه های اصلی نظام آموزش و پرورش کشورهاست چرا که مسئولین و تصمیم گیرندگان سیاسی، اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی در سراسر دنیا توسعه و پیشرفت جامعه شناسان را در توسعه و پیشرفت نظام آموزشی می دانند (بهزادی، ۱۴۰۱). مطالعات نشان داده که از پیامدهای منفی استفاده بیش از حد از فضای مجازی، افت تحصیلی در میان دانش آموزان است.

علایم اعتیاد به اینترنت

رشد تدریجی و نامحدود دستیابی به اینترنت و شبکه جهانی، شیوه های ارتباط اجتماعی و روابط میان فردی را تغییر داده است. طبق یک برآورد ۱۵-۹ میلیون نفر روزانه به اینترنت دسترسی دارند، که هر سه ماه ۲۵/۰ به تعداد آنها افزوده می شود. شاید آن هنگام که ایده "دهکده جهانی" برای نخستین بار از سوی مک لوهان در سال ۱۹۷۶ مطرح گردید، پذیرش آن چندان آسان

¹ Ozturk

² D.Anjles

نبود. اما امروزه فرایند جهانی شدن در بعد فرهنگی، به میانجی فناوری‌های پیچیده اطلاعاتی، رایانه‌ای و ابر رسانه‌ای محقق گشته است. امروزه اطلاعات و آگاهی‌های مختلف فرهنگی، تاریخی و... در کنار هم گرد آمده و از طریق شبکه اطلاعاتی در دسترس ما قرار گرفته‌اند. این شبکه اطلاعاتی که با در هم فشردن زمان و مکان رایج به ترکیب موزاییک‌وار فرهنگ‌ها یاری رسانده همان اینترنت است در واقع انسان امروزی با دسترسی به ابزار مشترک به زمان‌ها و مکان‌هایی قدم می‌نهد که بیشتر هرگز فکر ورود به آن را به این آسانی و سرعت نمی‌کرد. او هم اکنون می‌تواند از تاریخ و فرهنگ خویش فراتر رود و به قلمرویی پا گذارد که همگانی است: قلمرویی که از آن هیچ فرد، فرهنگ و تاریخ خاصی نیست. شاید هیچ اختراع دیگری چون اینترنت، چنین پرشتاب، از همان آغاز زاده شدن، چنین دگرگونی سریعی را پدید نیاورده باشد. لذا کتمان و پنهان داشتن اینترنت و نفی آن، در دنیای داده‌ها و جهان ارتباطات امروز به شوخی و مزاح می‌ماند. رادیو و تلویزیون و حتی مطبوعات، در همه جوامع - حتی دموکراتیک (مردم سالار)ترین آنها - بسته و ایدئولوژیک است و گفتمانی یک سو به و اقتدار مابانه را با مخاطبان می‌گشاید ولی اینترنت گر چه زاده مدرنیته است ولی سرشتی پست مدرن دارد. بدین ترتیب اصطلاح فضای رایانه‌ای برای اولین بار در سال ۱۸۹۲ در یک داستان تخیلی به کار برده شد. در گفتار روزمره از فضای رایانه‌ای، به عنوان یک مکان فیزیکی یاد می‌شود اما در واقع این طور نیست. فضای رایانه‌ای اگر چه اصطلاحی نسبتاً جدید است اما مفهوم آن جدید نیست و پیدایش این مفهوم، همزمان با اختراع تلفن توسط الکساندر بل^۳ در سال ۱۸۷۶ بوده است شرکت بل تعداد زیادی پسر دانش‌آموزی که قبلاً در اداره تلگراف رسان کار می‌کردند، برای متصل کردن تماس‌های تلفنی و ارائه اطلاعات به مشتریان سرویس تلفن استخدام کرد. این شرکت به زودی با مشکلاتی از سوی کارکنان جوان خود مواجه شد این بچه‌ها با مشتریان، بی‌ادبانه و گستاخی برخورد می‌کردند، سربسرها آنها می‌گذاشتند و معمولاً آنها را مسخره می‌کردند. بدتر از همه آنها که از حقه‌هایی هوشمندانه در صفحه سوئیچ‌های اتصال می‌کردند و به این وسیله تماس‌ها را قطع می‌کردند و کلاه‌های از این قبیل انجام می‌دادند. توانایی، مهارت فنی و ناشناس بودن این پسران در انجام این شیطنتها، مجموعه عواملی را تشکیل می‌داد که باعث بروز مزاحمت‌ها و مشکلاتی می‌شد. شرکت بل در نهایت با استخدام خانم‌ها خود را از شر این معضل خلاص کرد. فضای مجازی سابقه آن از آنچه اکثر مردم می‌پندارند بسیار بیشتر است. ایوان گلدبرگ در ابتدا خود از اعتیاد به اینترنت^۴ را به شوخی و بر اساس باور رایج در آن زمان در مورد اعتیاد روانی، مطرح ساخت. بر اساس این باور، افراد می‌توانستند به رفتارهای همچون خرید کردن معتاد شوند. اما گلدبرگ به زودی پیام‌های الکترونیکی دریافت داشت که طی آنها، افرادی اذعان داشته بودند به اختلال اعتیاد به اینترنت گرفتار آمده‌اند. یکی از اولین پژوهش‌های تجربی در ارتباط با اختلال اعتیاد به اینترنت، توسط کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ انجام پذیرفت. اعتیاد به اینترنت یک نوع اعتیاد رفتاری است که باعث وابستگی فرد به استفاده از اینترنت، شبکه‌های اجتماعی یا سایر ابزارهای آنلاین می‌شود. این وابستگی اغلب به دلیل کنار آمدن با استرس‌های روزمره زندگی ایجاد می‌شود. اعتیاد به اینترنت روز به روز بیشتر در حال شناخته شدن است. اینترنت در تمام جنبه‌های زندگی ما وجود دارد و ما را محاصره کرده است. بیشتر ما، به شکل روزانه از آن استفاده می‌کنیم. درمان اعتیاد به اینترنت این روزها بسیار سخت شده و به همین دلیل است که این معضل بسیار مشکل ساز و حتی نسبت به درمان مقاوم است. اعتیاد به اینترنت تنها یک دلیل ندارد. عوامل مختلفی در ایجاد اعتیاد به اینترنت و فضای مجازی دخیل هستند. شواهدی وجود دارد که اگر شما مبتلا به اختلال اعتیاد به اینترنت هستید، آرایش مغز شما مشابه کسانی است که وابستگی به شیمیایی همچون مواد و الکل دارند در مطالعات ایجر و راتربرگ^۵ (۱۹۹۶) یک ابزار چهل و شش گویه‌ای برای ارزیابی الگوهای کاربردی، که احساسات و تجربیات مرتبط به استفاده از اینترنت را در کنار یکدیگر قرار می‌دهند ابداع کردند. آنها گزارشی در مورد سنجش ویژگی‌های روانسجی ارائه نکردند. برنر^۶ (۱۹۹۷)

³ Bell⁴ internet addiction disorder (IAD)⁵ Egger, O & Rauterberge, M⁶ Brenner, V

فهرست رفتاری اعتیاد به اینترنت^۷ را (IRABI)، را ابداع کرد یک پرسش نامه سی دو سؤالی که تجربیات، کاربران اینترنت را بررسی می کرد و منتخب استعمال مواد در DSM-IV-TR را سرمشق قرار داد بود. گزارش ها حاکی از آن بود. که ابزار پیوستگی درونی خوبی ($\alpha = 0.87$)، نشان داده بودند ولی هیچ اطلاع دیگری را در دسترس قرار ندادند. یانگ (۱۹۹۸) آزمون اعتیاد اینترنتی (IAT) را ابداع کرد یک مقیاس بیست سؤالی که درجه تمایل، استفاده وسواس، مشکلات رفتاری، تغییرات عاطفی و تأثیر عملکرد کلی مرتبط با استفاده کامپیوتر را ارزیابی می کرد. این آزمون برای کمک به پاسخ دهندگان برای تعیین این که که آیا معیار یانگ را در اعتیاد به اینترنت برآورده می کنند طراحی شد بود معتبر ظاهر شد. موراها - مارتین، شوماخر^۸ (۲۰۱۰) یک مقیاس سیزده سؤالی برای ارزیابی مشکلات مرتبط به استفاده کردن از اینترنت شامل ناراحتی شخصی، مسایل بین فردی، شغلی، آموزشی، علایم بیرونی یا اختلال خلقی است. این محققان در صورتی یک پاسخ دهنده را کاربر مرضی اینترنت معرفی می کردند که او به چهار یا بیشتر از چهار سوال از مقیاس پاسخ مثبت بدهد. اینترنت نه تنها کاربردهای فراوانی در زندگی روزمره بشر امروز دارد، بلکه واجد ویژگی های خاص و منحصر بفردی است که جذابیت آن را صد چندان می کند. یک پدیده مهم اجتماعی منحصر به اینترنت، ناشناس بودن است. در طی تحقیقات انجام شده مشخص شد استفاده از اینترنت به افسردگی و تنهایی منجر می شود. محققان از یافته های خود نتیجه گرفتند که هر چند یکی از کاربرد های مهم اینترنت، کاربرد اجتماعی آن است، ولی به دلیل این که روابط اینترنتی نسبت به روابط رودرو از غنای کمتری برخوردارند، در نهایت استفاده از اینترنت افراد را تنها می کند. با توجه به عواقبی که اعتیاد به اینترنت برای فرد معتاد به اینترنت دارد، مثل تغییر دادن سبک زندگی به منظور صرف زمان بیشتر در اینترنت، کاهش عمومی فعالیت بدنی، بی توجهی به سلامت خود در نتیجه کار با اینترنت، اجتناب از فعالیت های مهم زندگی به منظور صرف وقت بیشتر در اینترنت، کاهش روابط اجتماعی، نادیده گرفتن خانواده و دوستان، مشکلات مالی ناشی از هزینه های استفاده از اینترنت، مشکلات تحصیلی و غیره لازم است میزان شیوع اعتیاد به اینترنت و رابطه آن با تنهایی، عزت نفس و مهارت های اجتماعی در دختران مورد بررسی قرار بگیرد.

نظریه علت شناختی استفاده از فضای مجازی

همانند دیدگاه روانکاو، دیدگاه شناختی متوجه فرایندهای درونی است. البته این دیدگاه بیش از آنکه بر امیال، نیازها وانگیزش ها تاکید کند، برای آنکه افراد چگونه اطلاعات را کسب کرده و تفسیر می کنند و آنها را در حل مشکلات به کار می گیرند، تاکید دارد. اصولاً دیدگاه شناختی بیشتر به افکار کنونی و شیوه های حل مساله توجه دارد تا تاریخچه شخصی. در این دیدگاه، اعتیاد به اینترنت برآمده از شناخت های معیوب و یا پردازش معیوب شناختی است و درمان آن مبتنی بر تصحیح فرایند شناخت های معیوب است. بدون هیچ دلیل منطقی متفکران اعتیاد وقتی پیش بینی فاجعه می کنند بیمناکند. در حالی که معتادان تنها افرادی نیستند که نگرانند و اتفاقات منفی را پیش بینی می کنند، آنها تمایل به انجام این کار را بیشتر از بقیه دارند (کرامتی مقدم، ۱۴۰۰).

این نوع از افکار فاجعه آمیز ممکن است با استفاده افراطی اینترنت برای فراهم کردن مکانیزم فرار روانشناختی به منظور اجتناب از مشکلات واقعی یا درک شده مرتبط است. در مطالعات متوالی فرض می شود که شناخت های ناهنجار دیگر مثل اعتقادات مرکزی منفی، فاجعه آمیز، تعمیمی افراطی و تحریکات شناختی با استفاده افراطی از اینترنت مرتبط است. یانگ فرض می کرد که آنهایی که از باورهای مرکزی منفی رنج می برند ممکن است کسانی باشند که بیشتر به ناتوانایی های تعاملی ناشناخته اینترنت به منظور غلبه به این ناشایستگی های دریافتی کشیده شده اند. او پیشنهاد کرد که بازسازی شناختی باید برای درمان

⁷ internet addictive behavior inventory

⁸ Morahan-Martin & Schumacher

باورهای مرکزی منفی زیربنایی، تحریف های شناختی و توجیهات عقلانی مثل (فقط چند لحظه بیشتر اذیت نکنید) برای مدیریت موثر علایم اولیه بیماران مورد استفاده قرار گیرد (کاشی رمضان زاده، ۱۴۰۱).

محققان اعتیاد اینترنتی را با علایم اعتیاد مشابه با اختلالات کنترل تکانه‌ای در مقیاس محور یک DSM متصل کردند و اشکال گوناگونی از DSM-IV را برای بنا نهادن معیاری برای تعریف اعتیاد اینترنتی بکار گرفتند درمان رفتاری شناختی بعنوان یک اختلال کنترل تکانه‌ای ثابت شده که درمانی مؤثری برای اختلالات وسواسی مثل اختلال انفجاری متناوب، قمار مرضی و موکنی می‌باشد. درمان شناختی - رفتاری همچنین در درمان استعمال مواد مخدر، اختلالات عاطفی و اختلالات خوردن مؤثر است. گسترش اعتیاد به اینترنت، با شرایط روانشناختی قبلی به وجود می‌آید. در اکثر مواقع، این آسیب شناسی شامل افسردگی، اضطراب اجتماعی و انواع روان پریش هاست. وقتی فرد در معرض استفاده از اینترنت قرار می‌گیرد، فرایند کاربرد مشکل‌زای اینترنت شروع می‌شود. این آسیب‌شناسی زمینه‌ای، نوعی آمادگی و تمایل است و موجب شروع استرس می‌شود. مدل علت شناسی استفاده مرضی از اینترنت (استفاده کردن رویکرد شناختی - رفتاری) پیشنهاد شد. فرض اصلی این مدل این بود استفاده مرضی اینترنت از شناخت‌های مشکل‌زا همراه با رفتارهای آمیخته شده بودند، که با پاسخ‌های انطباقی حفظ می‌کند یا شدت آن را افزایش می‌گرفت ناشی می‌شد.

این مدل بر افکار یا شناخت‌های افراد به عنوان منبع اصلی رفتاری غیرطبیعی تأکید می‌کند. به نظر می‌آید علایم شناختی استفاده مرضی از اینترنت ممکن است اغلب پیشرفت کننده و علت علایم رفتاری یا هیجانی باشند یا بر عکس باشند. مشابه فرضیات اساسی تئوری شناختی افسردگی، این مدل روی شناخت‌های انطباقی مرتبط با استفاده مرضی از اینترنت تمرکز دارد و در توضیح این نظریه دیویس (۲۰۱۱) مفاهیم علت های لازم، کافی و تسهیل کننده را توصیف می‌کنند.

علت تسهیل کننده: یک عامل سبب شناسی است که احتمال پدیدار شدن نشانگان را افزایش می‌دهد اما نه علت ضروری است و کافی.

علت ضروری: یک عامل سبب شناسی است که باید حضور داشته باشد، به منظور اینکه نشانگان اتفاق بیفتد.

علت کافی: یک عامل سبب شناسی است که وجود و اتفاق افتادن آن پدیدار شدن نشانگان را تضمین می‌کند.

در مدل شناختی - رفتاری استفاده مرضی از اینترنت وجود آسیب روانی زیر بنایی را بعنوان عادت در نظر گرفته شده بود همان طور که مطالعات رابطه بین اختلالات روانشناختی مثل افسردگی، اضطراب اجتماعی و وابستگی به مواد را نشان داد. نظریه شناختی - رفتاری می‌تواند از آغاز و بقاء کاربرد مرضی اینترنت را توضیح دهد. این مدل استفاده مرضی تعمیم یافته اینترنت و استفاد مرضی فراگیر اینترنت از هم متمایز می‌کند.

استفاده ویژه از اینترنت شامل سوءاستفاده از عملکردهای خاص اینترنتی، مثل قماربازی اینترنتی، خرید یا دیدن عکس‌های جنسی اینترنتی می‌شود. او اظهار می‌دارد احتمال وقوع این رفتار خاص در صورتی که اینترنت موجود نباشد در دیگران نیز دیده می‌شود.

استفاده مرضی فراگیر از اینترنت اشاره دارد به جایگاه سراسری بیشتری از رفتارهای اینترنتی که نمی‌تواند خارج از محدودیت اینترنت، وجود داشته باشد مثل اتاق‌های چت، گردش در وب و ایمیل.

مدل شناختی - رفتاری پیشنهاد می‌کند که شناخت‌های نابهنجار برای گسترش رفتارهای استفاده مرضی فراگیر اینترنت بحرانی هستند.

مثل شناخت‌های نابهنجار شامل عدم اعتماد بنفس، نشخوار فکری، خودکارایی پایین و خودارزیابی منفی می‌شود. رفتارهای بد کارکرد که همراه با شناخت‌های استفاده اینترنت فراگیر مرضی اتفاق می‌افتد شامل استفاده وسواسی از اینترنت منجر به بازده‌های منفی در کار، مدرسه یا روابط شخصی، افکار یا دروغ‌گویی درباره استفاده از اینترنت و استفاده از اینترنت برای فرار

از مشکلات فردی (مثل افسردگی، تنهایی و غیره) تمام وقت، شناخت‌های استفاده فراگیر مرضی از اینترنت و شدت رفتارها و ادامه تولید، بازده‌های منفی بوجود آمدن احساس تنزل یافته از خود ارزشی و افزایش خروجی‌ها اجتماعی می‌شود. تعدادی از برجسته‌ترین تحقیقات درمورد اعتیاد اینترنتی در کره جنوبی منتشر شده است. بعد از ده مرگ مرتبط با بیماران قلبی - ریوی در کافی‌نت‌های و قتل‌های که در حین بازی انجام می‌شدند، کره جنوبی اعتیاد اینترنتی را یکی از جدی‌ترین موضوعات مربوط به سلامت عمومی در نظر گرفت با توجه به داده‌های که از سال ۲۰۰۶، بدست آمده کره جنوبی تخمین زد که تقریباً ۲۱۰ هزار از بچه‌های کره جنوبی (۲۱/۰، سن ۱۵-۶ سال) مبتلا به این اختلال هستند و نیاز به درمان دارند. و در حدود ۸۰/۰ از آنها نیاز به درمان‌های از نوع داروهای سایکوتروپیک داشتن و شاید ۲۱ تا ۲۴/۰ نیاز به بستری شدن داشتن. بخاطر اینکه بطور میانگین دانش آموزان دبیرستانی کره جنوبی در حدود ۲۳ ساعت در هفته به بازی کردن می‌گذرانند، اعتقاد بر این بود ۱/۲ میلیون دانش آموز دیگر در خطر اعتیاد بودند و نیاز به مشاوره‌های پایه‌ای داشتن. بطور ویژه، درمانگران نگران افزایش شمار افرادی بودند که به علت اینکه زمان بیشتری در استفاده از کامپیوتر می‌گذرانند از مدرسه یا محل کار اخراج می‌شدند. در ژوئن ۲۰۰۷ کره جنوبی ۱۰۴۳ مشاور را برای درمان اعتیاد اینترنتی آموزش داد و ۱۹۰ بیمارستان و مرکز درمانی ثبت نام این نوع بیماران را به منظور اقدامات پیشگیرانه انجام می‌دادند. چین هم بطور فزاینده‌ی نگرانی‌های درباره این اختلال دارد. در کنفرانس اخیراً دکتر توی ران^۹ مدیر طب اعتیاد در بیمارستان مرکزی منطقه نظامی پکن گزارش کرد، که حدود ده میلیون از دانش آموزان چینی که کاربر اینترنتی بودند معیار تشخیصی اعتیاد اینترنت را داشتن. بنابراین در سال ۲۰۰۷ چین محدودیت استفاده از بازی‌های کامپیوتری را شروع کرد و قانون‌های جاری در این کشور بیشتر از سه ساعت استفاده روزانه را برای بازی تشویق نمی‌کند (سی هان ۱۰ و همکاران، ۲۰۱۹).

به طور کامل درک نشده است که چرا مردم به اینترنت معتاد می‌شوند، اما می‌توان تصور کرد که ظهور فناوری پیشرفته، پلت فرم‌های رسانه‌های اجتماعی القا کننده دوپامین و گوشی‌های هوشمند منجر به افزایش وابستگی شده است. شبکه‌های رسانه‌های اجتماعی دارای ویژگی‌های افزایش دهنده دوپامین (ناقل عصبی حس لذت و پاداش) مانند لایک هستند. مغز ما احساس دریافت دوپامین را دوست دارد و با ایجاد تحمل بیشتر و بیشتر به دنبال دریافت پاداش بیشتر است. مردم همچنین از اینترنت و بازی‌های آنلاین برای فرار از احساسات دشوار استفاده می‌کنند. چند چیز دیگر ممکن است نقش داشته باشد، از جمله:

- ژنتیک
- محیط
- شرایط سلامت روان، مانند افسردگی و اضطراب

در آمریکا، آمار دقیقی از شیوع این اختلال در دست نیست بر خلاف آسیا، جایی که بطور متداول از کافی‌نت‌ها استفاده می‌شود، در آمریکا بازی‌ها و سکس مجازی از خانه در دسترس است و به خاطر شرم و حیا، از کاربران نتایج آماری نامعلوم بدست می‌آید و موضوع با بیماریهای چندگانه مختلط شده است که در حدود ۸۶/۰ موارد اعتیاد به اینترنت بعضی از اختلال معرفی شده در DSM-IV را دارند در یک مطالعه مشخص شد که بطور میانگین این بیماران ۱/۵ بیماری دیگر هم دارند. منظور از جذب شدن، عطف توجه و درگیر شدن عمیق با موضوع توأم با نفوذناپذیری در مقابل رویدادهایی است که معمولاً توجه فرد را به خود جلب می‌کنند. در این حال اطلاعات به گونه‌ای غیر معمول و منحصر به فرد ارزیابی می‌شوند. به هنگام جذب، رویدادهای زمینه‌ای و مزاحم اطراف نادیده گرفته می‌شوند. در این حالت فرد در مقابل عوامل مزاحم نفوذناپذیر است.

⁹ Tao Ran

¹⁰ Sehan

البته به نظر روچ و مک کانکی^{۱۱} (۱۹۹۰) ممکن است فردی که جذب چیزی شده است رویدادهای اطراف خود را نادیده بگیرد اما در عین حال نسبت به آنها آگاه باشد و اضافه می کنند که می توان جذب را به عنوان زمینه (صفت) و یا تجربه (حالت) در نظر گرفت. گر چه جنبه صفت جذب شدن بخوبی بررسی شده است، جذب به عنوان یک حالت بخوبی مورد بررسی قرار نگرفته است. کسی که در این رگه و صفت بالاست ممکن است مدت ها مسحور غروب خورشید و مدت ها به لکه های خیره شود. در این حالت فرد مجذوب جنبه ای معمولاً نامتعارف و ذهنی از چیزی می شود که به آن توجه می کند. این موضوع ادراکی یا تصویری، توجه فرد را در اختیار می گیرد و حاضر و واقعی تلقی می شود. رویدادهایی که در حال عادی موجب حواس پرتی می شوند و مانع توجه و تمرکز است، در حال جذب نادیده گرفته می شوند. از آنجا که یک موضوع محور توجه قرار می گیرد و منابع توجه را کاملاً به سوی خود جلب می کند، فرد کمتر تحت تاثیر رویدادهای بیرونی همزمان با آن قرار می گیرد. مولفه انگیزشی-عاطفی جذب موجب تسهیل تمایل و آمادگی برای درگیر شدن عمیق با موضوع مورد توجه می شود. در فرهنگ آکسفورد غرق شدن به این معانی آمده است: "فرو رفتن در آب، سایر مایعات یا چیزهای دیگر و جذب شدن در برخی شرایط، اعمال، علاقه ها و از این قبیل". غرق شدن، احساس عمیقاً درگیر شدن و چیزی را واقعی باور کردن است. تجربه حضور یا احساس آنجا بودن در محیطی غیر از محیط فیزیکی معمول، تجربه ای ذهنی است که در بسیاری از سیستم های رسانه ای تعاملی و غیر تعاملی مورد استفاده قرار گرفته است.

از جمله محیط های مجازی، تله رباتیک، سینما، ویدئو کنفرانس و تلویزیون. گرچه محیط های رسانه ای جاری بندرت فرد را کاملاً از واقعیت فیزیکی اطراف خود جدا می کنند، کاربران غالباً گزارش می کنند که چنان غرق در این گونه محیط های واسطه ای شده اند که گویی واقعا آنجا بوده اند، بویژه در محیط ها و رسانه های غرق کننده و تعاملی، کاربران به گونه ای پاسخ می دهند که شبیه پاسخ های آنها در محیط واقعی است. غرق شدن در محیط مجازی، یک حالت روان شناختی است که در آن فرد خود را محصور، احاطه شده و در حال تعامل (واقعی یا خیالی) با یک محیط مجازی احساس می کند. این تعریف غرق شدگی نباید با تعریفی که غالباً از غرق شدگی که به عنوان یک شاخص عینی تلقی شده است اشتباه شود. ارمی و مایرا (۲۰۱۵) جذب شدن و غرق شدن را یکدیگر متمایز کرده اند. منظور از جذب شدن، جهت گیری توجه به سوی تجربه است، وقتی کسی در تجربه ای جذب می شود در واقع با آن درگیر شده است؛ در حالی که در غرق شدن فرد جزئی از ماجرا و تجربه واقعی یا مجازی می شود شود.

افت تحصیلی

افت تحصیلی زمانی اتفاق می افتد که فاصله بین استعداد های بالقوه و بالفعل فرد زیاد شود، که معنای آن تنها تجدیدی و مردودی نیست بلکه وقتی آموخته ها و توانایی دانش آموز از آنچه انتظار می رود کمتر باشد، افت تحصیلی روی داده است و کرونا این پدیده را پررنگ کرده است (قنبری و همکاران، ۱۴۰۰).

عوامل موثر بر افت تحصیلی

۱. عوامل مربوط به خود دانش آموز

عوامل فیزیولوژیکی و جسمی مانند ضعف بینایی و شنوایی و غیره
عوامل ذهنی و روانی مانند میزان هوش و قدرت حافظه و سلامت روانی
نداشتن هدف واقعی و عینی و روشن از تحصیل

¹¹ Roche & McConkey

بررسی تاثیر گسترش استفاده از فضای مجازی بر افت تحصیلی دانش آموزان شهرستان فیروزآباد

عدم انگیزش درونی برای تحصیل و مطالعه
استفاده بیش از حد از اینترنت
ضعف اراده در تصمیم گیری های تحصیلی و مطالعه و اجرای تصمیمات
اضطراب حاصل از محیط مدرسه
اضطراب حاصل از محیط خانواده
مهارت های مطالعه نادرست (کرمی پور، ۱۴۰۰)

۲. عوامل مربوط به خانواده

اختلاف خانوادگی و خانواده آشفته ، طلاق فیزیکی یا روانی والدین، وجود نا مادری یا نا پدری و غیره
اختلاف فرزندان با خانواده مانند لجبازی با والدین و اعتراض به جو خانواده
وابسته و متکی نمودن فرزندان به والدین در امور درسی و تکالیف منزل از دوران ابتدایی
تحقیر، سرزنش و مقایسه نادرست فرزندان با همسالان موفق و در نتیجه پایین آوردن اعتماد به نفس و خود پنداری آنان
تغییرات منفی در خانواده مانند ورشکستگی سیاسی و اقتصادی و اعتیاد و غیره
تغییر در جهت ارتقای سریع و غیر مترقبه سطح اقتصادی یا اجتماعی خانواده و از خود باختگی و غافلگیر شدن فرزندان و انواع انحرافات

۳. عوامل مربوط به مدرسه

گروه همسالان مانند مزاحمت و شوخی های نابجا در کلاس درس
رفتارهای نامناسب عوامل اجرایی مدرسه مانند مدیر، معاونین، دبیران و مشاوران
جو عمومی حاکم بر مدرسه از لحاظ درسی مانند سخت گیری بیش از حد دبیران در دادن نمره به خاطر بالا فرض کردن سطح علمی مدرسه یا هم رنگ شدن دانش آموز با سایر دانش آموزان ضعیف با فرض اینکه همه دانش آموزان مدرسه ضعیف هستند.

۴. عوامل مربوط به اجتماع

دوستان ناباب
استفاده نادرست از کلوپ های ورزشی، بدن سازی، بلیارد و غیره
استفاده نادرست از کافی نت ها و گیم نت ها گذراندن وقت زیاد در خیابان ها و خارج از منزل. آموزش هر جامعه ای نشانی از فرهنگ آن جامعه است، فرهنگی که به طور روزافزونی به سمت جهانی شدن پیش می رود (واعظی و قرونه، ۱۳۹۰).
محیط آموزش یک پیش نیاز مهم جهت درک و اجرای موفق برنامه درسی و عامل تعیین کننده نگرش، دانش، مهارت، پیشرفت، رفتار فراگیران و ایجاد انگیزه برای یادگیری است و درک دانش آموز از آن نقش بسزایی در موفقیت و پیشرفت تحصیلی وی دارد. مدارس زمانی پتانسیل ارائه محیط یادگیری سود بخش دارد که در آن تعامل بین معلم و دانش آموز، فعالیت های یادگیری و یاددهی، تسهیلات فیزیکی خوب و توجه به نیازهای روحی و روانی-اجتماعی دانش آموزان دیده شود. حرکت به سوی رویکردهای نوین در آموزش ایجاب کرده است بسیاری از مؤسسات آموزشی جهان از فناوری آموزش مجازی در ارائه دوره ها استفاده کنند (کیان، ۱۳۹۳). امروزه بسیاری از مؤسسات آموزش در ایران نیز توجه خود را به آموزش از دور مبتنی بر اینترنت، معطوف کرده اند و در حال اجرا، تدارک و آماده سازی دوره ها و برنامه های آموزشی مجازی می باشند. لیکن باید توجه داشت

که توسعه و گسترش مؤثر آموزش های الکترونیکی مستلزم بررسی مستمر و تجزیه و تحلیل اجزا و نتایج این نوع برنامه های آموزشی است و فرایندهای ضروری برای موفقیت هر برنامه، سنجش و ارزشیابی آن برنامه می باشد. طبق مطالعات، کشورهایی که در دوران کرونا عملکرد تحصیلی ضعیف تری دارند، با تعطیلی بیشتری مواجه بودند و به تناسب کشورهایی که عملکرد بهتری داشتند تعطیلی کمتری را در طول سال داشتند، بنابراین هر چه میزان تعطیلی ها افزایش پیدا کند به همان میزان با افت یادگیری در دانش آموزان مواجه می شویم. توصیه می شود که اگر قرار باشد آموزش های مجازی موثر واقع شود باید از سامانه های مدیریت یادگیری نامتقارن استفاده کنند سامانه های مدیریت یادگیری نامتقارن آن دسته از سامانه هایی هستند که تدریس، منابع و مطالب از قبل آماده و در این سامانه ها بارگذاری می شود و دانش آموز با انتخاب کلاس و فیلم های تدریس از این آموزش ها بهره مند می شود. افت تحصیلی به معنای عدم موفقیت در تحصیل است که با معیارهای مختلفی از جمله معدل نامطلوب، مشروطی در دروس، تکرار طولانی شدن مدت تحصیل، اخراج، انصراف، ترک تحصیل و تغییر رشته قابل بررسی است.

افت تحصیلی دانشجویان نه تنها یک مشکل فردی بلکه یک معضل اساسی اجتماعی است که عواقب ناشی از آن گریبان گیر جامعه نیز خواهد شد. دانشجویانی که دچار افت تحصیلی می شوند بیش از دانشجویان دیگر در معرض خطر جرم و جنایت، سوء مصرف مواد، نهایتا اختلالات خانوادگی و روانی می شوند (حسام، ۲۰۱۲) لذا پیشگیری از افت تحصیلی و آسیب های روانی متعاقب آن امری ضروری است هرچند با استناد به یافته های تجربی و نظری افت تحصیلی روندی پیچیده و تدریجی است. هر سیستم آموزشی موظف است که به کاهش عملکرد درسی فراگیران خود که منجر به از دست رفتن هزینه های جاری، بی انگیزگی و کاهش روحیه در فرد می شود، توجه نماید و با شناسایی ویژگی های فردی و تحصیلی و عوامل موثر بر فرآیند آموزشی آنان اهتمام ورزد (درویش پور و همکاران، ۱۴۰۱). افت تحصیلی یکی از مشکلات مهم آموزشی کشورهای جهان سوم و ایران می باشد و هر سال بیش از نیم میلیون دانشجو که در جهان به دانشگاه ها راه می یابند ترک تحصیل کرده مشروط شده یا نمی تواند تحصیلات خود را در موعد مقرر به پایان برسانند. بسیاری از افراد افت تحصیلی را به معنی ناتوانی دانش آموز در یادگیری موارد درسی می دانند بدون شک آن تصویری نادرست است ناتوانی فرد از توانایی های ذهنی محدود ناشی می شود در حالی که افت تحصیلی به معنی نزول از یک سطح بالاتر به سطح پایین تر در تحصیل و آموزش است. مسئله ی آموزش، یادگیری و موفقیت تحصیلی از مهمترین دغدغه های نظام های آموزشی در جوامع مختلف به شمار می آید. مدرسه از مهمترین و اساسی ترین نهادهای اجتماعی، تربیتی و آموزشی و اصلی ترین رکن تعلیم و تربیت و یادگیری است با وجود این، عوامل مؤثر بر عملکرد تحصیلی، یادگیری و اهداف منتج از آن، متأثر از عوامل متعدد و مختلفی می باشد.

افت تحصیلی به معنای عدم موفقیت در تحصیل است که با معیارهای مختلفی نظیر مشروطی، معدل نامطلوب، تکرار درس، طولانی شدن مدت تحصیل، اخراج، انصراف، ترک تحصیل و تغییر رشته قابل بررسی است. افت تحصیلی دانشجویان نه تنها یک مشکل فردی بلکه یک معضل اساسی اجتماعی است که عواقب ناشی از آن گریبان گیر جامعه نیز خواهد شد. افرادی که دچار افت تحصیلی می شوند بیش از دانشجویان دیگر در معرض خطر جرم و جنایت، سوء مصرف مواد، نهایتا اختلالات خانوادگی و روانی قرار می گیرند. لذا پیشگیری از افت تحصیلی و آسیب های روانی متعاقب آن امری ضروری است هرچند با استناد به یافته های تجربی و نظری افت تحصیلی روندی پیچیده و تدریجی است. هر سیستم آموزشی موظف است که به کاهش عملکرد درسی فراگیران خود که منجر به از دست رفتن هزینه های جاری، بی انگیزگی و کاهش روحیه در فرد می شود، توجه نماید و با شناسایی ویژگی های فردی و تحصیلی و عوامل موثر بر فرآیند آموزشی آنان اهتمام ورزد.

افت تحصیلی یکی از مشکلات مهم آموزشی کشورهای جهان سوم و ایران می باشد و هر سال بیش از نیمی از میلیون ها دانشجو که در جهان به دانشگاه ها راه می یابند ترک تحصیل کرده، مشروط شده یا نمیتوانند تحصیلات خود را در موعد مقرر به پایان برسانند بسیاری از افراد، افت تحصیلی را به معنی ناتوانی دانشجو در درک مواد درسی می دانند. بدون شک این تصویری

نادرست است. ناتوانی فرد از توانایی های ذهنی محدود ناشی می شود، در حالی که افت تحصیلی به معنای نزول از سطح بالاتر به سطح پایین تر در تحصیل و آموزش است. افت تحصیلی به کاهش عملکرد دانشجو از سطحی رضایت بخش به سطحی نامطلوب گفته می شود. همچنین بسیاری از مشکلات تحصیلی دانشجویان از جمله افت تحصیلی، ترک تحصیل رفتارهای ناسازگارانه، ناشی از وضعت روانی نامساعد و تصورات منفی آنها نسبت به خود است. آنکه فرد چه تصوری درباره خود و استعداد ها و توانایی ها و کارآمدی خوش دارد در تعیین هدف و میزان موفقیت و شکست او موثر است (علی پور و همکاران، ۱۴۰۰). والدین باید کلاس های مجازی فرزندان را جدی بگیرند. در ابتدای شیوع بیماری کرونا برخی خانواده ها بر این باور بودند که این کلاس ها چندان جدی نیستند؛ باید بدانیم آموزش تعطیل نمی شود و به فرزندان هم بیاموزند همان طور که در کلاس حضوری در مدرسه قواعد و قوانین را رعایت می کرد، باید در کلاس آنلاین نیز همه موارد را رعایت کند و پدر و مادر مقتدر می تواند این درخواست را از فرزند نوجوان داشته باشند.

آماده کردن فضای خانه برای یادگیری مجازی فرزندان لازم است، باید خانواده فضای خانه را بدون آلودگی صوتی کنترل کنند تا فرزندان نوجوان آنها در کلاس آنلاین تمرکز داشته و دچار حواس پرتی نشوند. والدین استرس ها را از فرزندان دور کنند و مرتب منفی بافی نکنند و از نکات منفی آموزش آنلاین صحبت نکنند چرا که توجه نکردن به این نوع رفتارها باعث ایجاد ناامیدی و افزایش استرس فرزند نوجوان می شود. اختلال یادگیری و افت تحصیلی دانش آموزان یکی از مشکلات یادگیری است و اگر دانش آموزی با این معضل مواجه است، والدین باید علت این موضوع را مدنظر قرار دهند، متخصصان تعلیم و تربیت و روانشناسان اعتقاد دارند والدین ارتباط نزدیکی با دانش آموز دارند و به مشکل او هم آگاه هستند زمانی که دانش آموز مشکل افت تحصیلی پیدا کرد باید والدین دلیل آن را پیدا کنند که آیا اختلال یادگیری دانش آموزان تحولی و رشدی است یا فرزند آنها از اول دبستان در خواندن، دیکته، ریاضی و بدخط بودن مشکل داشته و از آن زمان درمان نشده است و در دوران نوجوانی هم این اختلال یادگیری را دارد.

نتایج

اعتیاد به اینترنت یک اعتیاد رفتاری است که در آن فرد به استفاده از اینترنت یا سایر وسایل آنلاین به عنوان روشی ناسازگار برای مقابله با استرس های زندگی وابسته می شود. اعتیاد به اینترنت به طور گسترده به رسمیت شناخته شده است، به ویژه در کشورهایی که تعداد زیادی از مردم را تحت تاثیر قرار داده است، مانند کره جنوبی، که در آن به عنوان یک مشکل بهداشت ملی اعلام شده است. اعتیاد به اینترنت، که اغلب به عنوان اختلال اعتیاد به اینترنت (IAD) شناخته می شود، یک وضعیت شناخته شده در آخرین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-5) نیست.

اعتیاد به اینترنت به تعامل بیش از حد و اجباری با دنیای آنلاین اشاره دارد. افرادی که ممکن است کنترل خود را در سپری کردن زمانشان در دنیای آنلاین، از دست بدهند، تمایل دارند اینترنت را بالاتر از تعهدات مهمی مانند فرزندپروری، کار یا فعالیت های اجتماعی سرگرم کننده قرار دهند. وسواس یک فرد به اینترنت می تواند به طور منفی در فعالیت ها و مسئولیت های روزانه، روابط و خلق و خو شخص تداخل ایجاد کند. بی علاقه و بی هدفی دانش آموزان در شیوع بیماری کرونا یادگیری آنها را کاهش می دهد، یکی از مهم ترین عوامل سرگرم شدن دانش آموزان به بازی های تلفن همراه و رایانه است و بی انگیزگی فرزندان به درس خواندن را به دنبال دارد. افت تحصیلی دانش آموزان در دوره دبستان در سه حیطه خواندن، نوشتن و ریاضی است. اگر فرزند در دوره دبستان هم مشکلات یادگیری در دروس ریاضی و دیکته و خواندن و نوشتن را داشته که درمان نشده است (قلخانی، ۱۴۰۰). یکی از چالش هایی که دانش آموزان و دانشجویان در مسیر تحصیل با آن مواجه می شوند، افت تحصیلی می باشد؛ وقتی دانش آموز به افت تحصیلی دچار می شود، نمرات پایینی را در دروس کسب می کند و با افت عملکرد در کلاس

درس دست و پنجه نرم می کند. از طرف دیگر، افت تحصیلی برای دانش آموزان احتمالا با کسب نمره پایین و رد شدن و همچنین از دست دادن ترم همراه خواهد بود. به طور کلی اگر دانش آموز در امور تحصیلی و درسی موفق باشد اما به تدریج از روند موفقیت او کاسته شود و ظرفیت او در یادگیری کمتر، سیر نمرات او افت نزولی و قابل مشاهده ای داشته باشد، می گوییم دانش آموز افت تحصیلی دارد. افت تحصیلی در شرایط جدی تر، به منظور تکرار پایه تحصیلی در یک دوره یا ترک تحصیل پیش از پایان دوره است. موارد مختلفی در حیطه افت تحصیلی مورد بررسی قرار می گیرد؛ غیبت های طولانی مدت در مدرسه یا دانشگاه، شکست تحصیلی از ابعاد مختلف، ترک تحصیل زودتر از موعد پایان دوره و مقطع تحصیلی، تکرار پایه، برگزاری امتحان در شهریور ماه، کاهش رضایت معلم از عملکرد دانش آموز در کلاس درس و انجام تکالیف درسی جز این موارد است. افت تحصیلی نشان دهنده ضعف در یادگیری و سواد آموزی است و فردی که دچار افت تحصیلی می شود، در فرآیند یادگیری دچار ناتوانی شده و این مسئله با محقق نشدن اهداف آموزشی و شکست در آن ها در ارتباط است.

منابع

- [۱] اعزازی بجنوردی، ا.، و قدم پور، س.، و مرادی شکیب، آ.، و غضبان زاده، ر. (۱۳۹۹). پیش بینی اضطراب کرونا بر اساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان. سرسختی سلامت و اضطراب مرگ در بیماران دیابتی. روان پرستاری، ۸(۲)، ۳۴-۴۴.
- [۲] امیر فخرایی، آ؛ معصومی فرد، م؛ اسماعیلی شاد، ب؛ دشت بزرگی، ز؛ درویش باصری، ل. (۱۳۹۹). پیش بینی اضطراب کرونا و ویروس بر اساس نگرانی سلامتی، سرسختی روانشناختی و فراهیجان مثبت در بیماران دیابتی. فصلنامه پرستاری دیابت. ۸(۲): ۱۰۷۲-۱۰۸۳.
- [۳] آزادیان بجنوردی، ماه؛ بختیارپور، سعید؛ مکوندی، بهنام و احتشام زاده، پروین. (۱۳۹۸). سرمایه های تحولی درونی و بیرونی و بهزیستی تحصیلی: نقش واسطه‌ای پایداری تحصیلی. روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی. سال شانزدهم، شماره ۶۴، ۴۲۵-۴۳۶.
- [۴] باشقره، فاطمه (۱۳۹۸). مقایسه پیشرفت تحصیلی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های فعالیت های ورزشی منظم گروهی و انفرادی مدارس متوسطه دخترانه ی استان گلستان. پایان نامه کارشناسی ارشد، گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور تهران.
- [۵] بدری گرگری، رحیم؛ نعمتی، شهرزاد؛ واحدی، شهرام و طاهری، اعظم. (۱۳۹۸). اثربخشی مداخلت روانشناسی مثبت-گرای مبتنی بر مدرسه بر سطوح اجتماعی و رفتاری بهزیستی تحصیلی. دوره دوازدهم، شماره ۱، ۱۰۳-۱۰۹.
- [۶] برادران، حمیدرضا؛ شجری، ژیل؛ علیرضائی طهرانی، سیما (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین آگاهی فراشناختی از راهبردهای مطالعه، با پیشرفت تحصیلی دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران در سال ۹۱-۹۲، مجله مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی یزد. دوره نهم، شماره ۲، شماره پیاپی ۱۵، ص ۲-۱۳.
- [۷] بگدلی، سجاد. (۱۳۹۸). رابطه بین باورهای هوشی، آگاهی فراشناختی از راهبردهای مطالعه و ورزش با پیشرفت تحصیلی دانش آموز پسر دوره دوم مقطع متوسطه شهر رامهرمز، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی. دانشگاه بهبهان.
- [۸] پناهی شهری، محمود. (۱۳۸۸). بررسی رابطه احساس حضور با برخی ویژگی های روانشناختی جوانان در محیط های مجازی. رساله دکترا، دانشگاه تربیت مدرس.
- [۹] تقی زاده، محمد احسان. (۱۳۸۹). علل و انگیزه‌های اعتیاد دیجیتالی. ماهنامه ی تربیت، شماره ۵۴۲.
- [۱۰] جعفری، نسیم و فاتحی زاده، مریم. (۱۳۹۱)، بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی، اضطراب، فشار روانی و هراس اجتماعی در دانشجویان دانشگاه اصفهان، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان، دوره ۱۷.
- [۱۱] جواد، مرصیه، کیوان آرا، محمود، یعقوبی، مریم، حسن زاده، اکبر، عبادی، زهرا. (۱۳۸۹). رابطه بین آگاهی فراشناختی از راهبردهای مطالعه و وضعیت تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۰(۳).
- [۱۲] حاجی زاده میمنده، مسعود؛ وکیلی قاسم آباد، سمیه و میرمنگره، اکرم. (۱۳۹۵)، بررسی رابطه عوامل روانی اجتماعی اعتیاد به اینترنت دانشجویان دختر دانشگاه یزد، زن در فرهنگ و هنر، دوره هشت، شماره ۴.
- [۱۳] حجازی، الهه. (۱۳۹۶). روانشناسی تربیتی در هزاره سوم، چاپ اول، انتشارات دانشگاه تهران، تهران.
- [۱۴] حسن زاده، رمضان؛ مهدی نژاد گرگی، گلین (۱۳۹۳). رابطه بین جهتگیری انگیزشی (درونی، بیرونی و بی انگیزشی) و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در درس زبان انگلیسی. مجله روانشناسی مدرسه، شماره ۳: ۳۸-۶۰.
- [۱۵] حسن پور، عصمت؛ سلطانی، امان الله؛ زین الدینی میمند، زهرا و منطری توکلی، علیرضا. (۱۳۹۹). پیش بینی بهزیستی تحصیلی بر اساس استرس تحصیلی و ویژگی های شخصیتی دانشجویان. مجله مطالعات ناتوانی. دوره دهم، ۱۲۰.
- [۱۶] خدیوی، اسداله؛ وکیلی مفاخری، افسانه، ۱۳۹۰، رابطه بین انگیزه پیشرفت، منبع کنترل، خودپنداره و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سال اول متوسطه نواحی پنج گانه تبریز، مجله علوم تربیتی، سال چهارم، شماره ۱۳، بهار ۱۳۹۰، ص.ص ۴۵-۶۶.
- [۱۷] خلیلی گشنیگانی، زهرا؛ منصوری، لیلا و قدم پور، عزت اله. (۱۳۹۷). رابطه معنای زندگی و اشتیاق تحصیلی با بهزیستی تحصیلی دانش آموزان متوسطه اول شهر ایذه. رویش روان شناسی. سال هفتم، شماره ۷، ۷۹-۹۲.

- [۱۸] دادستان، پ. (۱۳۹۴). شکل گیری اضطراب در جریان تحول و بررسی تجربی آن در دوره نوجوانی. مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران، ۲(۱۵)، ۸۱-۹۸.
- [۱۹] داودی، سمیه. (۱۳۹۱). ارائه پیش بینی پیشرفت تحصیلی زبان انگلیسی با تأکید بر نقش خودکارآمدی تحصیلی، درگیری شناختی، انگیزشی و رفتاری، فصلنامه علمی پژوهشی، سال اول، شماره اول.
- [۲۰] درتاج، فریبرز؛ لکپور، الهام و بهلولی، علی (۱۳۹۲). بررسی میزان تأثیر مدارس هوشمند استان لرستان بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه. فناوری آموزش (فناوری و آموزش) دوره ۸، شماره ۲، ۱۴۱-۱۳۳.
- [۲۱] درتاج، فریبرز؛ لک پور، الهام، بهلولی، علی (۱۳۹۲). بررسی میزان تأثیر مدارس هوشمند استان لرستان بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه، فناوری آموزش (فناوری و آموزش) دوره ۸، شماره ۲(۳۰) ص ۱۳۳-۱۴۱.
- [۲۲] درگاهی، شهریار؛ زراعتی، مصطفی و قمری کیوی، حسین (۱۳۹۴). تأثیر برنامه آموزشی تنظیم هیجان در بهزیستی هیجانی و رضایت زناشویی زنان ناباور، مرکز تحقیقات مراقبت های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران (نشریه پرستاری ایران)، دوره بیست و هشت، شماره های ۹۳-۹۴.
- [۲۳] رستگار، احمد؛ حجازی، الهه؛ غلامعلی لوانسانی، مسعود و قربان جهرمی، رضا (۱۳۸۸). باورهای هوشی و پیشرفت تحصیلی: نقش اهداف پیشرفت و درگیری تحصیلی. پژوهشهای روانشناختی، شماره ۱۲، ۱۱-۲۵.
- [۲۴] رستگار، احمد؛ صیف، محمد حسن و مالکی، راحله (۱۳۹۷). مدل علی روابط سبک های مدیریت کلاس با بهزیستی تحصیلی با توجه به نقش واسطه ای سرمایه های روان شناختی. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی. دوره پنجم، شماره ۱۸، ۳۸-۲۵.
- [۲۵] رضایی نسب، اعظم (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین باورهای هوشی و خودکارآمدی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره پیش دانشگاهی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
- [۲۶] ریزوندی، بیژن. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر ورزش صبحگاهی بر شادکامی، سرزندگی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پسر پایه ی ششم ابتدایی شهر کرمانشاه. پایان نامه کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشکده ی ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان.
- [۲۷] زارع، حسین و رستگار، احمد (۱۳۹۳) مدل علی پیشبینی پیشرفت تحصیلی دانشجویان آموزش مجازی: نقش باورهای هوشی، اهداف پیشرفت و هیجان های تحصیلی. دوفصلنامه علمی پژوهشی شناخت اجتماعی، سال سوم، شماره ۲.
- [۲۸] سقزی، ا؛ یزدانی اسفیدوجانی، ح؛ گل محمدیان، م. (۱۳۹۹). نقش واسطه ای فراشناخت و فراهیجان مثبت در رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با اضطراب کرونا. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی ۴۳ (۱۱): ۳۳-۶۲.
- [۲۹] دری دمیرچی، اسماعیل؛ قمی، میلاد و اسماعیلی قاضی ولویی، فریبا (۱۳۹۵)، اثربخشی درمان گروهی مرور زندگی بر بهزیستی روا نشناختی و امید به زندگی زنان. سالمند، ۱۲(۳)، ۳۱۵-۳۲۵.
- [۳۰] طهماسب زاده شیخلار، داود. (۱۳۹۹). رابطه معلم رهبری با سرزندگی تحصیلی، هیجانات تحصیلی و بهزیستی تحصیلی. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی. سال پانزدهم، شماره ۵۹، ۱۷۰-۱۸۶.
- [۳۱] طیموری فرد، عین الله، فولادچنگ، محبوبه (۱۳۸۸). نقش فراشناخت، هوش و خودکارآمدی در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سال اول متوسطه، مجله مطالعات آموزش و یادگیری، دوره چهارم، شماره دوم.
- [۳۲] عجم، علی اکبر و داوری، صدیقه. (۱۳۹۷). رابطه بین سرمایه روانشناختی و بهزیستی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی. نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری. دوره چهارم، شماره ۴، ۵۱-۵۸.
- [۳۳] عزیزی آرام، س؛ بشرپور، س. (۱۳۹۹). نقش نشخوار فکری، تنظیم هیجانی و واکنش پذیری به استرس در پیش بینی اضطراب ویروس کرونا (کووید-۱۹) در پرستاران. فصلنامه مدیریت پرستاری. ۳ (۹): ۹-۱۸.
- [۳۴] علیزاده فرد، س؛ صفاری نیا، م. (۱۳۹۹). پیش بینی سلامت روان بر اساس اضطراب و همبستگی اجتماعی ناشی از بیماری کرونا. پژوهش های روانشناسی اجتماعی، ۹(۳۶)، ۱۲۹-۱۴۱.

- [۳۵] فاضلی، عصمت، بیرانوند، نسیم. (۱۳۹۷). بررسی رابطه علی انگیزش پیشرفت تحصیلی بر اساس شخصیت، باورهای هوشی، عزت نفس و خودکارآمدی در بین دانش آموزان مقطع متوسطه دوم، کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم اجتماعی، علوم تربیتی و روانشناسی.
- [۳۶] قدم پور، عزت اله؛ حیدریانی، لیلای؛ برزگر بفرویی، مهدی و دهقان منشادی، منصور. (۱۳۹۷). بررسی نقش امید تحصیلی و حمایت عاطفی ادراک شده در پیش‌بینی بهزیستی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی. نشریه پژوهش در علوم پزشکی. سال دهم، شماره ۳، ۴۷-۵۷.
- [۳۷] قربانیان، زهرا (۱۳۹۵). بررسی رابطه باور های هوشی و انگیزه خودکارآمدی با پیشرفت عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستان های شاهرود. پایان نامه کارشناسی ارشد. گرایش روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات شاهرود
- [۳۸] کرم دادی، معصومه، صیف، محمدحسن. (۱۳۹۴). بررسی رابطه باورهای هوشی و خودکارآمدی تحصیلی با انگیزه پیشرفت، دومین کنگره علمی پژوهشی سراسری توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی، جامعه شناسی و علوم فرهنگی اجتماعی ایران.
- [۳۹] کرمی، رزاق؛ شریفی، طیبه؛ نیکخواه، محمد و غضنفری، احمد. (۱۳۹۷). بررسی تاثیر آموزش خود دلسوزی شناختی بر بهزیستی تحصیلی. نشریه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی. دوره یازدهم، شماره ۴، ۱۷-۲۲.
- [۴۰] کیانی، قمر. کاکاوند، علیرضا (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان سال اول متوسطه شهر زنجان. مطالعات روانشناختی. دوره نهم، شماره دوم، صص، ۱۶۵-۱۵۵.
- [۴۱] گلستانه، ز و کریم زاده قادى، م. (۱۳۹۹)، بررسی نقش عزت نفس و تاب آوری بر اضطراب افراد در معرض کرونا: مقاله مروری، اولین همایش ملی آسیب شناسی روانی، اردبیل.
- [۴۲] محسن پور، مریم، حجازی، الهه، کیامنش، علیرضا. (۱۳۸۶). نقش خودکارآمدی، اهداف پیشرفت، راهبردهای یادگیری و پایداری در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی دانش آموزان سال سوم متوسطه رشته ریاضی تهران، فصلنامه نوآوری های آموزشی، ۹-۲۵، (۱۶)۵.
- [۴۳] منصورنژاد، زهرا؛ کجیاف، محمدباقر. (۱۳۹۱). رابطه بین جهت گیری مذهبی (درونی، بیرونی) و جنسیت، با اضطراب مرگ در میان دانشجویان. پژوهش های علوم شناختی و رفتاری ۲ (۱)، ۵۵-۶۴.
- [۴۴] مهدی، رضا. (۱۳۹۵). کیفیت زندگی دانشگاهی دانشجویان. فصلنامه انجمن آموزش عالی ایران. سال هفتم. شماره سوم. ۱-۲۶.
- [۴۵] مهدیان، حسین، (۱۳۸۵). رابطه بین ادراک حمایت از سوی خانواده، معلمان و دوستان، باورهای هوشی با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان پایه سوم دبیرستانهای شهر کاشمر. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی
- [۴۶] مهنا، سعید و طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۵) رابطه بین حمایت‌های محیطی و خودآگاهی هیجانی با درگیری تحصیلی با نقش میانجی بهزیستی تحصیلی، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۶ (۴): ۳۱-۴۲.
- [۴۷] نصیرزاده، ز؛ رضایی، ع م؛ محمدی فر، م ع. (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر کاهش احساس تنهایی و اضطراب دانش‌آموزان دختر دبیرستان. روان شناسی بالینی، ۱۰ (۲)، ۲۹-۴۰.
- [48] Ajibola O. Sesan OM (2007). Self efficacy, risk taking behavior and mental health as predictors of personal growth initiative among university undergraduates. Electronic J Of research in educational psychology. 62-349: (2)5
- [49] Akhteh, M., Alipor, A., & Sarifi Saki, S. (2014). Effectiveness of Stress Management Training in Reducing Anxiety and Meta-worry of Women Who Had Abortion Several
- [50] Ally M. Foundations Educational Theory for Online Learning. In: Anderson T, Sanders G. Theory and Practice of Online Learning: Athabasca University. Canada: Athabasca University; 2008. p. 1-31

- [51] Ando, R., Takahira, M., & Sakamoto, A. (2004). Effects of the Internet Use on Elementary School Students of Attitude toward Learning. *World Conference on Educational Multimedia, Hypermedia and Telecommunications*, 979-984.
- [52] Belfi B, Goos M, Fraine BD, Damme JV. [The effect of class composition by gender and ability on secondary school students school well-being and academic self-concept: A literature review]. *Journal Educational Research Review* 2012; 7 (1): 62-74.
- [53] Bückner, S., Nuraydin, S., Simonsmeier, B. A., Schneider, M., & Luhmann, M. (2018). Subjective well-being and academic achievement: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*, 74, 83-94.
- [54] Holopainen, L., Lappalainen, K., Junttila, N., & Savolainen, H. (2012). The role of social competence in the psychological well-being of adolescents in secondary education. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56(2), 199–212.
- [55] Hosseini S, FathAbadi J, Shokri O, Pakdaman SH. [Educational success based on target orientation and subjective well-being of students and parents: A model for structural equations]. *Educational Research* 2015; (31): 154-157. [Persian]
- [56] Kennedy Monica. *Personal Counseling Theory: Hope Therapy*, Lib Univ, 2010.
- [57] Konu, A., & Rimpelä, M. (2002). Well-being in schools: a conceptual model. *Health Promotion International*, 17(1), 79-87.
- [58] Lee, L.C., & Rbok, G.W. (2002). Anxiety and depression in children. A test of the Positive –Negative affect model. *Child and adolescent psychology*, 41(4).419-426.
- [59] Parvaneh A, Rasoli A, Rashidi AR, Golmohammadian M, RostamiNazir F. [The Effectiveness of Group Training Based on Hope Therapy on Psychological Well-being of Students]. *Educational Research* 2017; 12 (51): 1-18. [Persian]
- [60] cohort study. *Jornal of BMJ*, 4(11), 16-23.
- [61] Poudel-Tandukar, K., Chandler, G. E., Jacelon, C. S., Gautam, B., Bertone-Johnson, E. R., & Hollon, S. D. (2019). Resilience and anxiety or depression among resettled Bhutanese adults in the United States. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(6), 496-506.
- [62] Rand, K. L., Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Fortney, S. K. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual differences*, 81, 101906.
- [63] Regoli F. (2021). The Link Between COVID-19, Anxiety, and Religious Beliefs in the United States and the United Kingdom. *Journal of Religion and Health*, 6(11), 42-45.
- [64] Saif AA.(2000). *Educational psychology: psychology of learning and instruction*. 5th ed. Tehran: Agah Publisher. [Persian]
- [65] Setiawati, Y., Wahyuhadi, J., Joestandari, F., Maramis, M. M., & Atika, A. (2021). Anxiety and resilience of healthcare workers during \pandemic in Indonesia. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 14, 1.
- [66] Soh, L. K. (2017). Implicit intelligence beliefs of computer science students: Exploring change across the semester. *Contemporary Educational Psychology*, 48, 179-196