



## تاثیر اعتیاد به فضای مجازی بر نوجوانان تاثیر اعتیاد به فضای مجازی بر نوجوانان

نتایج یک پژوهش نشان می‌دهد بین اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر با خودتنظیمی عاطفی دانش آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد.

نتایج یک پژوهش نشان می‌دهد بین اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر با خودتنظیمی عاطفی دانش آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد. محققان پیشنهاد می‌کنند مشاوران و روان‌شناسان بالینی مدارس به متغیرهای روانشناختی از جمله خودتنظیمی عاطفی به منظور پیشگیری از اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر توجه کنند.

به گزارش ایسنا، امروزه شبکه‌های اجتماعی به بخش جداناپذیر زندگی بیشتر کاربران تبدیل شده است. این شبکه‌ها نه تنها تاثیر عمیقی بر جنبه‌های اجتماعی کاربران در جوامع گوناگون گذاشته است بلکه در زمینه‌های مختلف دارای کاربردهای فراوانی هستند. از سوی دیگر، استفاده فزاینده از فناوری رایانه و نفوذ گسترده اینترنت، بسیاری از افراد خصوصا دانش آموزان را با اختلال بهداشت روانی و ارتباطات اجتماعی ناشی از ابتلا به اعتیاد فضای مجازی مواجه ساخته است. محققان در پژوهشی با عنوان "پیش بینی اعتیاد به فضای مجازی و گرایش به رفتارهای پرخطر براساس خودتنظیمی عاطفی در دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر تهران" این موضوع را بررسی کرده اند.

این پژوهش توسط عزت الله قدم پور(دانشیار روان شناسی تربیتی دانشگاه لرستان)، زینب مهدیانی(کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران)، حافظ پادروند(دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی دانشگاه لرستان)، بهزاد امرایی(استادیار زیست شناسی دانشگاه پیام نور) و حسین سوری(استادیار روان شناسی تربیتی دانشگاه پیام نور) انجام شده و روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری نیز عبارت بود از تمامی دانش آموزان پسر مقطع دبیرستان شهر تهران که در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ مشغول به تحصیل بودند.

محققان از میان جامعه آماری تمامی مناطق آموزشی شهر تهران، منطقه ۱۸ آموزش و پرورش را انتخاب و از بین تمامی مدارس منطقه آموزشی مذکور به روش نمونه گیری خوشه ای دو دبیرستان پسرانه را مشخص کردند. از بین جمعیت دانش آموزان پسر مدارس تعداد ۱۵۰ دانش آموز به عنوان حجم نمونه در این پژوهش جای داده شدند. در این پژوهش، نمونه‌های موردنظر در متغیرهای سن، جنسیت و معدل تحصیلی همتا شدند.

در این مقاله آمده است: «آزمون اعتیاد به اینترنت توسط یانگ در ۲۰ آیتم طراحی و به روش لیکرت بین صفر تا چهار نمره گذاری شده است؛ بدین صورت که به پاسخ اصلا، نمره صفر؛ خیلی کم، نمره یک؛ کم، نمره دو؛ زیاد، نمره سه و به گزینه خیلی زیاد نمره چهار تعلق می‌گیرد. بدین ترتیب دامنه نمره هر فرد در پرسشنامه بین صفر تا ۸۰ است. نمرات به دست آمده برای هر فرد، وی را در سه گروه طبقه بندی می‌کند: ۱. کاربر عادی اینترنت، ۲. کاربری که در اثر استفاده زیاد دچار مشکلاتی شده است، ۳. کاربر معتاد که استفاده بیش از حد، وی را وابسته کرده است و نیاز به درمان دارد.»

پادروند و همکارانش می‌گویند: «برای سنجش گرایش به رفتارهای پرخطر، از مقیاس خطرپذیری جوانان ایرانی استفاده شده است. زاده محمدی، احمدآبادی و حیدری در سال ۱۳۹۰ این پرسشنامه را در ۲۸ عبارت تدوین کرده اند که آسیب پذیری نوجوانان در هفت دسته رفتارهای پرخطر از قبیل خشونت، رانندگی مخاطره آمیز، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، رابطه و رفتار جنسی و گرایش به جنس مخالف را می‌سنجد.»

در این پژوهش بیان شده است: «به منظور سنجش خودتنظیمی عاطفی از مقیاس خودتنظیمی عاطفی مارس استفاده شد. سوالات این پرسشنامه عمدتا از کتاب راهنمایی جامع خودتنظیمی تالیف لارسن و پریز مایک برداشت شده است. این پرسشنامه دارای ۴۴ سوال است که ابعاد شناختی، رفتاری، تغییر موقعیت، تغییر عاطفه، کاهش خلق منفی و افزایش خلق مثبت را شامل می‌شود.»

براساس نتایج این پژوهش، بین اعتیاد به فضای مجازی در دانش آموزان و خود تنظیمی عاطفی آنان رابطه منفی معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، اعتیاد به فضای مجازی براساس خود تنظیمی عاطفی به شکل منفی قابل پیش بینی است. علاوه بر آن، بین خودتنظیمی عاطفی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد، به عبارت دیگر گرایش به رفتارهای پرخطر براساس ضعف در خودتنظیمی عاطفی قابل پیش بینی است. در

تبیین این یافته پژوهشی می توان چنین استنباط کرد نوجوانانی که در زمینه شناخت خود دچار مشکل هستند و توانایی های لازم را برای خودتنظیمی عاطفی ندارند در شرایط پر استرس، از کنترل خوبی برخوردار نبوده، ماهیت استرس را با شدت بالاتری درک می کنند و از سازگاری روان شناختی کمتری برخوردارند.

این پژوهش در شماره پنجاه و سوم پانزدهمین دوره ی فصلنامه روان شناسی تربیتی منتشر شده است.