



مروری بر تاثیر خانواده بر کاهش اعتیاد به فضای مجازی در دانش‌آموزان

علی بابائی آغمیونی^۱، زهرا اخوی‌ثمرین^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

آدرس پست الکترونیک: Email:babaeialisrb@gmail.com

شماره تماس: ۰۹۱۴۲۲۹۶۹۴۰

۲- دانشیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

آدرس پست الکترونیک: Email:Z.akhavi@uma.ac.ir

شماره تماس: ۰۹۱۲۴۴۹۷۶۱۰

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش خانواده در کاهش اعتیاد به فضای مجازی در دانش‌آموزان انجام گرفت. روش پژوهش مروری و کتابخانه‌ای بوده و نتایج پس از بررسی مروری مقالات و اسناد پژوهشی پایگاه گوگل اسکالر، با استفاده از تحلیل، ترکیب و استدلال منطقی به دست آمد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اعتیاد به فضای مجازی می‌تواند اثرات منفی زیادی بر رفتار، روان‌شناسی و عملکرد تحصیلی نوجوانان داشته باشد. از آنجایی که خانواده اولین و مهم‌ترین منبع حمایتی برای نوجوانان است، عملکرد آن در هدایت و کنترل استفاده از اینترنت اهمیت ویژه‌ای دارد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهند که سبک‌های فرزندپروری مناسب، ارتباط مثبت والدین با نوجوانان و جو عاطفی صمیمی می‌توانند به‌طور مؤثری از گرایش نوجوانان به فضای مجازی جلوگیری کنند. همچنین، نظارت والدین و دلبستگی ایمن نیز از عوامل مهمی هستند که می‌توانند به کاهش اعتیاد به اینترنت کمک کنند. پژوهش‌های مختلف تأکید دارند که روابط مثبت والد-فرزند و تأمین نیازهای روان‌شناختی نوجوانان می‌تواند موجب کاهش وابستگی به فضای مجازی شود. بر این اساس، توجه به عوامل خانوادگی و ارائه مداخلات پیشگیرانه در این زمینه می‌تواند به کاهش آسیب‌های ناشی از اعتیاد به فضای مجازی در نسل‌های آینده کمک کند.

واژگان کلیدی

اعتیاد به فضای مجازی، شبکه‌های اجتماعی، عملکرد خانواده، نیازهای روان‌شناختی، نوجوانان



۱. مقدمه

در دنیای امروز که به عصر فناوری شناخته می‌شود، فضای مجازی که عمده‌تاً شامل شبکه‌های اینترنتی است، جایگاه ویژه‌ای در خانه‌ها و خانواده‌ها پیدا کرده و استفاده از این تکنولوژی به امری غیرقابل اجتناب تبدیل شده است. با وجود کاربرد گسترده این ابزارها، چیزی که در حال حاضر به طور وسیع‌تری مورد استفاده قرار می‌گیرد و بخش زیادی از فعالیت‌های روزمره افراد را در بر می‌گیرد، اینترنت است که گرایش به آن به عنوان یک پدیده رایج در سراسر جهان شناخته می‌شود و می‌تواند تبعات زیادی برای جوانان به همراه داشته باشد (هلت، ۲۰۲۲).

بدون شک، اینترنت پیشگام انقلاب صنعتی جدید است و در حال حاضر در اوج قله انقلاب صنعتی دیجیتال قرار دارد. بسیاری از روان‌شناسان در این باره تردید دارند که آیا استفاده از واژه اعتیاد برای توصیف زمان زیادی که افراد صرف اینترنت می‌کنند، صحیح است یا نه. اعتیاد پدیده‌ای است که انسان‌ها از زمان‌های قدیم با مفهوم آن آشنا بوده‌اند. اکنون، با تغییر تدریجی شیوه زندگی و هم‌زمان با پیشرفت‌های علمی و فناوری و افزایش بی‌چون و چرای سطح آگاهی و شعور عمومی، موضوع گرایش به فضای مجازی و اینترنت در حوزه‌های مختلف به وجود آمده و به وضوح مشاهده می‌شود (بابایی مطلق، ۱۴۰۱).

رشد سریع اینترنت بدون تردید مزایا و اهمیت‌های غیرقابل انکاری دارد. تا جایی که در دنیای امروز، نقش مرکزی اینترنت آن‌قدر حیاتی است که بدون آن، امکان برنامه‌ریزی، توسعه و بهینه‌سازی در حوزه‌های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و علمی در آینده وجود نخواهد داشت. اینترنت به عنوان یک ابزار قدرتمند و فناوری چندرسانه‌ای، بخش عمده‌ای از نیازهای اساسی انسان‌ها را تأمین می‌کند و این ویژگی باعث جذب افراد به دنیای مجازی برای رفع نیازهایشان می‌شود (بای، کیو و واین، ۲۰۲۳).

اگر نیازهای عاطفی و روان‌شناختی و همچنین تمایل به استقلال نوجوانان در فضایی عاطفی و روانی و با حفظ کرامت و استقلال آنان تأمین شود، تمایل و گرایش نوجوانان به تأمین نیازهای خود از طریق فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی به صورت کاذب و مصنوعی کاهش خواهد یافت. سبک فرزندپروری اسلامی، به دلیل ویژگی‌های خاص خود، می‌تواند به طور مؤثر نیازهای روان‌شناختی، عاطفی-هیجانی، شناختی، معنوی و ارتباطی نوجوانان را تأمین کند و این کار را با حفظ کرامت، استقلال‌طلبی و نیاز به هیجان آن‌ها انجام دهد (احمدپناهی، ۱۴۰۳).

بررسی نقش خانواده در شبکه‌های اجتماعی از اهمیت زیادی برخوردار است. خانواده به عنوان اولین منبع حمایتی برای نوجوانان، می‌تواند تأثیر زیادی بر مشکلات رفتاری، روانی و شخصیتی آنان داشته باشد (حجتی و همکاران، ۱۴۰۱). عملکرد خانواده به عنوان عاملی مؤثر در تعامل نوجوانان با گروه همسالانشان شناخته می‌شود. در صورتی که رفتارهای خانواده شامل درگیری، انتقاد، توهین و عدم علاقه باشد، وابستگی نوجوانان به شبکه‌های اجتماعی افزایش خواهد یافت (حسیه و همکاران، ۲۰۲۲؛ وو و همکاران، ۲۰۲۱).

در دنیای امروز که استفاده از اینترنت و فضای مجازی بخش جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره شده است، اثرات آن بر نوجوانان و جوانان از اهمیت خاصی برخوردار است. با توجه به رشد فزاینده و نفوذ وسیع شبکه‌های اجتماعی، موضوع اعتیاد به فضای مجازی و تأثیرات منفی آن بر رفتار و روان‌شناسی افراد به یکی از چالش‌های مهم اجتماعی تبدیل شده است. از آنجا که خانواده اولین محیط اجتماعی تأثیرگذار بر نوجوانان است، نقش آن در هدایت و کنترل استفاده از اینترنت بسیار حیاتی است. اهمیت توجه به عملکرد خانواده در کاهش اعتیاد به فضای مجازی به ویژه در نوجوانان از این جهت است که این گروه سنی به دلیل ویژگی‌های رشدی خاص، آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به تأثیرات منفی فضای مجازی دارند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که خانواده‌هایی که از حمایت عاطفی، ارتباط مؤثر و نظارت مناسب برخوردارند، می‌توانند به طور مؤثری از گرایش نوجوانان به اینترنت جلوگیری کنند و آن‌ها



را از مشکلات رفتاری، روانی و اجتماعی ناشی از استفاده بی‌رویه از شبکه‌های اجتماعی محفوظ دارند. به‌ویژه، سبک‌های فرزندپروری مناسب و تأمین نیازهای روان‌شناختی، عاطفی و اجتماعی نوجوانان می‌تواند به کاهش وابستگی آن‌ها به دنیای مجازی کمک کند. بنابراین، پرداختن به تأثیر خانواده در کاهش اعتیاد به فضای مجازی به‌ویژه در دوره نوجوانی امری ضروری است که می‌تواند به پیشگیری از عوارض منفی این پدیده در نسل‌های آینده کمک کند.

۱-۱. پیشینه

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اعتیاد به اینترنت ارتباط منفی با کنترل والدین دارد؛ به طوری که هرگاه کنترل والدین بر استفاده از اینترنت اعمال شده، احتمال وقوع اعتیاد به اینترنت کاهش یافته است؛ نوجوانانی که کنترل‌های رفتاری والدین را تجربه می‌کنند، در مقایسه با کنترل‌های روانی مانند القای احساس گناه یا تحریم محبت، کمتر به اینترنت معتاد می‌شوند (مارتینز و همکاران، ۲۰۲۰). با این حال، نتایج برخی مطالعات نشان داده‌اند که کنترل روانی والدین می‌تواند در گرایش نوجوانان به اعتیاد به اینترنت مؤثر باشد، در حالی که کنترل‌های رفتاری چنین تأثیری ندارند (چتینکایا، ۲۰۱۹).

مطالعات حاکی از آن هستند که سبک‌های مشکل‌ساز فرزندپروری، مانند نگرش‌های سخت‌گیرانه، مجازات‌های شدید و عدم محبت، می‌توانند به‌طور معناداری اعتیاد به اینترنت را پیش‌بینی کنند. روابط ناکارآمد والدین و فرزند نیز از عواملی هستند که کودکان را به استفاده افراطی از اینترنت سوق می‌دهند. به‌علاوه، ویژگی‌های شخصیتی مانند درون‌گرایی، نورو تیسیسم و روان‌پریشی به‌طور مثبت با اعتیاد به اینترنت مرتبط هستند (سان و ویلکینسون، ۲۰۲۰).

یافته‌های پژوهش سان و ویلکینسون (۲۰۲۰) نشان می‌دهند که احساس بی‌محبتی از سوی والدین، مجازات‌های مکرر و عدم اعتماد به نفس در فرزندان می‌تواند منجر به جستجوی تسلی در فضای مجازی شود. همچنین سبک‌های تربیتی سخت‌گیرانه و مستبدانه والدین، احتمال بروز اعتیاد به اینترنت را افزایش می‌دهند (ستواتی و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهش رحمانی (۱۳۹۰) نیز رابطه معناداری میان سبک‌های فرزندپروری و کارکردهای اجتماعی کودک گزارش کرده است.

پژوهش حکیمی و خسروی (۱۳۹۱) نشان داد که بین سبک‌های فرزندپروری والدین و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با اختلالات یادگیری در دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد. پژوهش‌های دیگری نیز بر تأثیر سبک‌های فرزندپروری بر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی تأکید دارند. ازگور (۲۰۱۶)، به نقل از مارتینز و همکاران (۲۰۲۰) نیز رابطه بین سبک‌های فرزندپروری والدین و میزان استفاده فرزندان از شبکه‌های اجتماعی را بررسی کرده است و به وجود این ارتباط اشاره می‌کند.

مطالعات شیوام و همکاران (۲۰۲۱) نشان داده است که نظارت و کنترل والدین، به‌طور معناداری اعتیاد به اینترنت را کاهش می‌دهد. کارابابا (۲۰۲۰) نیز به ارتباط منفی میان محبت و حمایت والدین با اعتیاد به اینترنت اشاره کرده است. پژوهش چابکی و همکاران (۲۰۲۰) بیانگر رابطه منفی بین سبک دلبستگی ایمن و اعتیاد به اینترنت است، در حالی که سبک‌های دلبستگی ناایمن با اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت دارند (چتینکایا، ۲۰۱۹). بر اساس یافته‌های پژوهش چتینکایا (۲۰۱۹) مشخص شده است که سبک‌های فرزندپروری محبت و کنترل، در کاهش اعتیاد به اینترنت تأثیر معناداری دارند. هر چه از این دو سبک فرزندپروری به نحو شایسته استفاده شود، سبک‌های ناایمن دلبستگی اضطرابی و اجتنابی کمتر شکل گرفته و در نهایت منجر به کاهش اعتیاد به اینترنت در نوجوانان می‌شود.



پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهند که روابط عاطفی والدین و نوجوانان در پیشگیری و درمان اعتیاد به اینترنت مؤثر است. یک مطالعه گسترده نشان داده است که حضور عاطفی والدین می‌تواند به کاهش رفتارهای هیجانی ناهنجار در نوجوانان کمک کند. همچنین اختلالات عاطفی و اضطراب در میان نوجوانان معتاد به اینترنت شایع‌تر از سایر نوجوانان است (لوکاووسکا و همکاران، ۲۰۲۰). به گفته سندزیک و همکاران (۲۰۱۷)، اختلالات عاطفی هیجانی در نوجوانان معتاد به اینترنت بیشتر مشاهده می‌شود.

زارعی و زارعی (۲۰۲۱) یکی از دلایل گرایش دانش آموزان به اینترنت را مشکلات خانوادگی معرفی کرده‌اند. مهرورزی و حمایت والدین نقش مهمی در کاهش استفاده از فضای مجازی دارد (سان و ویلیکینسون، ۲۰۲۰). پژوهش‌های اوزلم و ال‌کایاب (۲۰۲۱) و هیرلین و آتکین (۲۰۲۱) نیز بر اهمیت سبک‌های فرزندپروری در وابستگی به شبکه‌های اجتماعی تأکید داشته‌اند.

پژوهش هی (۲۰۲۲) نشان می‌دهد که سبک فرزندپروری، روابط خانوادگی و وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده در اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی نقش مهمی ایفا می‌کنند. ارتباط نزدیک و حمایت خانواده می‌تواند وابستگی به شبکه‌های اجتماعی را کنترل کند. همچنین یافته‌ها حاکی از آن هستند که عملکرد مناسب خانواده از طریق تأمین نیازهای روانشناختی اساسی دانش‌آموزان، میزان اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کاهش می‌دهد. یافته دیگر پژوهش بیانگر آن است که روابط بهتر والد-فرزند می‌تواند منجر به بهبود عملکرد روانشناختی و کاهش تمایل به اعتیاد به اینترنت شود (مارزیلی و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که کاهش عملکرد تحصیلی فرزندان (کاتالدو و همکاران، ۲۰۲۱)، اضطراب تعامل با همسالان و اختلال در عملکرد زندگی روزمره، همگی از عوارض اعتیاد به اینترنت هستند (لو کائوسکا و همکاران، ۲۰۲۰).

۲. روش شناسی

جهت نگارش این مقاله با استفاده از کلیدواژه‌های لاتین و معادل فارسی آنها در پایگاه اطلاعاتی گوگل اسکالر بررسی صورت گرفته و در انتها از مجموع ۳۸۳ مقاله، ۳۴ مقاله مرتبط باهدف مورد بررسی قرار گرفت.

۳. بحث درباره یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که خانواده نقش حیاتی در کاهش اعتیاد به فضای مجازی دارد. سبک‌های فرزندپروری مناسب، ارتباط مثبت والدین-نوجوان، و جو عاطفی صمیمی می‌توانند از طریق تأمین نیازهای اساسی روان‌شناختی و ارتقای مشارکت در مدرسه، اعتیاد به اینترنت را کاهش دهند. همچنین، نظارت والدین و وجود دلبستگی ایمن می‌توانند به پیشگیری از وابستگی نوجوانان به فضای مجازی کمک کنند. به طور کلی، توجه به عوامل خانوادگی و ارائه مداخلات پیشگیرانه و درمانی در این زمینه می‌تواند به کاهش اعتیاد به فضای مجازی در دانش‌آموزان کمک کند.

نتایج پژوهش لی و همکاران (۲۰۲۱)، نشان داد که ارتباط مثبت بین ارتباط والدین-نوجوان و اعتیاد به اینترنت نوجوانان با مشارکت مدرسه واسطه می شود. علاوه بر این، این پیوند غیرمستقیم در میان نوجوانان با حساسیت طرد بالا قوی تر از نوجوانان با حساسیت طرد پایین بود. این یافته ها مشارکت مدرسه را به عنوان مکانیزم بالقوه ای که ارتباط والدین-نوجوان را به اعتیاد اینترنتی نوجوانان مرتبط می کند، با حساسیت بالای طرد شدن یک عامل خطر مهم تقویت کننده این تأثیر غیرمستقیم برجسته می کند. این تحقیق نشان



داد که نوجوانان با ارتباط مثبت والدین-نوجوان، مشارکت بیشتری در مدرسه نشان دادند که به نوبه خود با اعتیاد کمتر به اینترنت مرتبط است. علاوه بر این، این پیوند غیر مستقیم توسط حساسیت طرد شدن نوجوانان تعدیل می شود. به طور کلی، ارتباط مثبت والد-نوجوان می تواند مشارکت نوجوانان در مدرسه را ارتقا دهد، که به نوبه خود اعتیاد نوجوانان به اینترنت را کاهش می دهد. علاوه بر این، زمانی که نوجوانان دارای سطوح بالایی از حساسیت به طرد شدن باشند، اثر هدایت مشارکت در مدرسه تضعیف می شود.

به طور کلی نتایج پژوهش ستیواتی و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که سبک های فرزندپروری پدری و مادری به طور همزمان با سطح اعتیاد نوجوانان به اینترنت مرتبط است. همچنین نوجوانان دارای والدین حامی سطوح کمتری از زمان صرف آنلاین و همچنین استفاده مرتبط با اوقات فراغت را گزارش کردند (رن و ژو، ۲۰۲۲). کودکان دارای والدینی که گرمای بالایی داشتند و همچنین کنترل رفتاری کافی را اعمال می کردند، میزان کمتری از اعتیاد به اینترنت داشتند (لوکاسکا و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین بر اساس پژوهش رن و ژو (۲۰۲۲) والدین حمایت کننده از کودک، نوجوانانی داشتند که زمان کمتری را به صورت آنلاین سپری می کردند و کمتر درگیر استفاده مرتبط با اوقات فراغت بودند.

نتایج پژوهش میثاقی، سعدی پور، درتاج، و معتمدی (۱۳۹۹) نیز نشان داده است که انواع سبک های نظارتی ادراک شده والدین با استفاده از فناوری اطلاعات و ارتباطات فرزندان بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی رابطه مستقیم دارد و رابطه جو عاطفی خانواده، کارکرد خانواده و شکاف نسلی، با سبک های نظارتی و اعتیاد به شبکه های اجتماعی، غیرمستقیم است؛ همچنین جو عاطفی خانواده، با کارکرد خانواده رابطه مستقیم و کارکرد خانواده با شکاف نسلی نیز رابطه دارد. سبک های نظارتی والدین، بر استفاده فرزندان از فناوری اطلاعات و ارتباطات فرزندان و اعتیاد به شبکه های اجتماعی، تأثیر مستقیم دارد؛ رفتار والدین و سبک نظارتی آنان بر استفاده فرزندان از شبکه های اجتماعی آنها تأثیر گذار است. همچنین جو عاطفی خانواده با سبکهای نظارتی و اعتیاد به شبکه های اجتماعی رابطه غیرمستقیم دارد (میثاقی، سعدی پور، درتاج، و معتمدی، ۱۳۹۹).

با توجه به نتایج پژوهش تمنایی فر و خنشان (۱۴۰۲) مبنی بر رابطه سبک های فرزندپروری و اعتیاد به اینترنت نوجوانان و نقش واسطه ای سبک های دلبستگی، این یافته ها دارای تلویحات کاربردی برای روانشناسان جهت مداخله های پیشگیرانه درمانی برای کاهش اعتیاد به اینترنت در نوجوانان است.

وجود دلبستگی ایمن و روابط والد-فرزندی صمیمی میان فرزندان و والدین، می تواند نقش سازنده و گسترده ای در عدم تمایل و عدم نیاز فرزندان به سکوه های اجتماعی و فضای مجازی داشته باشد. کودکان و نوجوانانی که به طور ایمن وابسته هستند، نیازی به استفاده گسترده از فضای مجازی و اینترنت به عنوان یک دنیای معنوی و به عنوان تسکینی بر احساسات خویش ندارند (بونگ و سیونگ، ۲۰۲۱).

نتایج پژوهش زارعی محمودآبادی، یکتافر، و اسعدی (۱۴۰۱) حاکی از آن بود که احساس تنهایی در رابطه با مهرورزی والدین بر اعتیاد به اینترنت نقش واسطه ای دارد اما مهارت اجتماعی تنها اثر مستقیم بر اعتیاد به اینترنت داشته و احساس تنهایی در رابطه مهارت های اجتماعی و اعتیاد به اینترنت واسطه معناداری نبوده است.



جو عاطفی خانواده، راهبردهای حل مسئله و پیوند والدینی دانش آموزان نقش مهمی در کاهش اعتیاد به اینترنت دانش آموزان ایفا می کند. لذا پرداختن به عوامل خانوادگی مانند جو عاطفی خانواده و پیوند والدینی در کاهش اختلالات اجتماعی و روانی اهمیت خاصی دارد (رستمی، تقی زاده، و پرهیزکار، ۲۰۲۳).

یکی دیگر از عواملی که ممکن است پیش بینی کننده گرایش به فضای مجازی و اینترنت باشد پیوند والدینی است. پیوند والدینی به نوع و چگونگی تعامل کودک با والدین اطلاق می شود که همپوشی بالایی با دل بستگی دارد (گانگ، ژو و وانگ، ۲۰۲۲).

باتوجه به کاهش اعتیاد به اینترنت و افزایش خودکارآمدی کودکان ۹-۱۲ ساله باید به نقش درمان مبتنی بر اصلاح تعامل والد-کودک به عنوان یکی از راهکارهای درمان اعتیاد به اینترنت و افزایش خودکارآمدی در کودکان توجه شود (فرشته دانش و محمدی، ۱۴۰۲).

نتایج پژوهش زینالی و زینالی (۱۴۰۱) نشان داد که عملکرد خانواده بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی و نیازهای اساسی روانشناختی تأثیر مستقیم و معنادار دارد. همچنین نیازهای اساسی روانشناختی بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی تأثیر معکوس و معناداری دارد. همچنین عملکرد خانواده از طریق میانجی نیازهای اساسی روانشناختی بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی تأثیر غیرمستقیم و معناداری دارد. در مطالعه دیگری امین و همکاران (۱۴۰۱) گزارش کردند که الگوهای ارتباطی خانواده، سبک های والدگری و شایستگی اجتماعی، می تواند بر وابستگی به شبکه های مجازی اثر بگذارد. عملکرد مطلوب خانواده میزان اعتیاد به شبکه های اجتماعی را کاهش می دهد. این یافته با نتایج پژوهش های غفوری و حقایق (۱۴۰۰) و هی (۲۰۲۰) مطابقت دارد. به طوری که در مطالعات خود به این نتیجه دست یافتند که عملکرد نامطلوب خانواده باعث افزایش اعتیاد به شبکه های اجتماعی در دانش آموزان می شود. یافته دیگر تحقیق نشان داد که نیازهای اساسی روانشناختی بر اعتیاد به شبکه های اجتماعی در دانش آموزان اثر معکوس و منفی دارد. به عبارتی با افزایش نیازهای اساسی روانشناختی، میزان اعتیاد به شبکه های اجتماعی دانش آموزان کاهش می یابد.

و در نهایت هر اندازه نیازهای ارتباط در دانش آموزان ارضاء شود، احساس امنیت اجتماعی بیشتر خواهد بود و لذا این خودمختاری و ارتباط با دیگران باعث می شود تعاملات اجتماعی مثبتی با دیگران شکل گرفته و کمتر گرایش به وابستگی به شبکه های اجتماعی داشته باشد (امین و همکاران، ۱۴۰۱).

۴. نتیجه گیری

مطالعات نشان داده اند که عملکرد خانواده نقش مؤثری در کاهش اعتیاد به فضای مجازی دارد. جو عاطفی خانواده، سبک های فرزندپروری، و پیوند والدینی به عنوان عوامل مهم در کاهش وابستگی نوجوانان به فضای مجازی مطرح شده اند. این پژوهش به بررسی نقش سبک های فرزندپروری، جو عاطفی خانواده، و عوامل مرتبط با پیوند والدینی در کاهش اعتیاد به فضای مجازی در دانش آموزان پرداخته است. یافته های حاصل از پژوهش عبارتند از:

۴-۱. سبک های فرزندپروری و اعتیاد به اینترنت

- نتایج پژوهش لو و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که سبک های فرزندپروری تأثیر مستقیمی بر اعتیاد به اینترنت نوجوانان دارند. فرزندپروری سهل گیرانه می تواند تأثیر مخرب نگرانی بر اعتیاد به اینترنت را تشدید کند، در حالی که نظارت والدین می تواند از



درگیر شدن فرزندان در استفاده اعتیادآور اینترنت جلوگیری کند. همچنین، وجود دلبستگی ایمن و روابط والد-فرزندی گرم می‌تواند نقش سازنده‌ای در کاهش نیاز به فضای مجازی داشته باشد (لوکاسکا و همکاران، ۲۰۲۰).

۴-۲. نقش ارتباط والدین-نوجوان

- ارتباط مثبت والدین-نوجوان موجب افزایش مشارکت در مدرسه و کاهش اعتیاد به اینترنت می‌شود. این رابطه غیرمستقیم توسط حساسیت به طرد شدن تعدیل می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۱).

۴-۳. جو عاطفی خانواده و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی

- پژوهش‌ها نشان داده‌اند که جو عاطفی خانواده تأثیر غیرمستقیمی بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی دارد. سبک‌های نظارتی والدین و راهبردهای حل مسئله خانواده در کاهش اعتیاد به اینترنت نقش کلیدی دارند (میثاقی، سعدی‌پور، درتاج، و معتمدی، ۱۳۹۹).

۴-۴. عملکرد خانواده و نیازهای اساسی روان‌شناختی

- عملکرد مطلوب خانواده می‌تواند از طریق تأمین نیازهای اساسی روان‌شناختی، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را کاهش دهد. نیازهای اساسی روان‌شناختی مانند خودمختاری و ارتباط با دیگران نقش معکوس و منفی بر اعتیاد به اینترنت دارند (زینالی و زینالی، ۱۴۰۱).

۴-۵. پیوند والدینی و تأثیر آن بر اعتیاد به اینترنت

- پیوند والدینی، که نوع تعامل کودک با والدین را نشان می‌دهد، می‌تواند به طور معناداری در کاهش اعتیاد به اینترنت مؤثر باشد. نوجوانانی که والدین حمایت‌کننده دارند، زمان کمتری را به صورت آنلاین سپری می‌کنند و کمتر درگیر فعالیت‌های مرتبط با اوقات فراغت هستند (رن و ژو، ۲۰۲۲).

۴-۶. نقش سبک‌های دلبستگی

- سبک‌های دلبستگی نقش واسطه‌ای مهمی در رابطه بین سبک‌های فرزندپروری و اعتیاد به اینترنت ایفا می‌کنند. دلبستگی ایمن به کاهش اعتیاد به اینترنت منجر می‌شود (تمنایی‌فر و خنشان، ۱۴۰۲).

۴-۷. تأثیر عوامل خانوادگی بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی

- عوامل خانوادگی مانند راهبردهای حل مسئله، پیوند والدینی، و جو عاطفی خانواده، نقش مهمی در کاهش اختلالات اجتماعی و روانی مرتبط با اعتیاد به اینترنت دارند (رستمی، تقی‌زاده، و پرهیزکار، ۲۰۲۳).

منابع و مراجع

منابع و مراجع فارسی

احمدپناهی، ع. (۱۴۰۳). تحلیل نقش سبک فرزندپروری اسلامی در مصونیت نوجوانان از آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی و گوشی‌های هوشمند. فصلنامه علمی تربیت اسلامی، ۱۹ (۵۰)، ۷۱-۸۶. <https://doi.org/10.30471/edu.10.30471>. ۲۰۲۴، ۱۰۲۴۱، ۲۹۱۸/edu.۱۰، ۳۰۴۷۱.



امین، ش.، هارون رشیدی، ه.، و کاظمیان مقدم، ک. (۱۴۰۱). بررسی رابطه سبک‌های والدگری و الگوهای ارتباطی خانواده با وابستگی به شبکه‌های مجازی: نقش واسطه‌ای شایستگی اجتماعی. فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده، ۱۷ (۵۸)، ۱۳۳-۱۵۷.

تمنایی‌فر، م.، و خنشان، م. (۱۴۰۲). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت نوجوانان بر اساس سبک‌های فرزندپروری با میانجی‌گری سبک‌های دلبستگی. فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده، ۱۸ (۶۵)، ۲۶۹-۲۹۱.

حجتی، م.، قدم‌پور، ع.، و عباسی، م. (۱۴۰۱). مدل‌یابی پرخاشگری در مدرسه براساس عملکرد خانواده، روان‌رنجورخویی و جو مدرسه: نقش واسطه‌ای باور به پرخاشگری، همدلی و دلبستگی به مدرسه. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۱۲ (۴۷)، ۷۷-۹۸.

حکیمی، س.، و خسروی، م. (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های فرزندپروری والدین و اعتیاد به اینترنت با اختلالات یادگیری در دانش‌آموزان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان.

رحمانی، پ. (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری و جو عاطفی خانواده با هراس اجتماعی در کودکان پیش‌دبستانی. در اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، تهران.

رستمی، ن.، تقی‌زاده، ک.، و پرهیزکار، ز. (۲۰۲۳). پیش‌بینی گرایش به فضای مجازی و اینترنت بر اساس جو عاطفی خانواده، راهبردهای حل مسئله و پیوند والدینی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم. پویایی روانشناختی در اختلال‌های خلقی، ۲ (۳)، ۱۴-۲۵. <https://maherpub.com/pdmd/article/view/۸۹>

زارعی محمودآبادی، ح.، یکتافر، م.، و اسعدی، س. (۱۴۰۱). پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر پایه مهرورزی والدین و مهارت‌های اجتماعی با در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای احساس تنهایی در دانش‌آموزان شهر یزد. خانواده پژوهی، ۱۸ (۱)، ۱۲۱-۱۳۴. <https://doi.org/1۰.۵۲۵۴۷/JFR.۱۸,۱,۱۲۱>

زینالی، ز.، و زینالی، ع. (۱۴۰۱). مدل اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی: نقش عملکرد خانواده با میانجی‌گری نیازهای اساسی روان‌شناختی. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۱۲ (۴۸)، ۲۱-۳۴. <https://doi.org/۱۰.۲۲۰۳۴.۲۰۲۳,۳۷۴۵۱۳,۱۷۹۶/spr>

غفوری، ن.، و حقایق، ع. (۱۴۰۰). رابطه عملکرد خانواده با وابستگی به شبکه‌های اجتماعی با نقش واسطه‌ای خودتنظیمی هیجانی در نوجوانان. فصلنامه فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۱۱ (۳)، ۴۷-۶۴.

فرشته‌دانش، و محمدی، م. (۱۴۰۲). اثربخشی درمان مبتنی بر اصلاح تعامل والد - کودک بر خودکارآمدی و کاهش اعتیاد اینترنتی در کودکان ۹-۱۲ ساله. فصلنامه روان‌شناسی تحلیلی شناختی، ۱۴ (۵۳)، ۷۱-۸۶.

میثاقی، ا.، سعدی‌پور، ا.، درتاج، ف.، و معتمدی، ع. (۱۳۹۹). مدل ساختاری سبک نظارتی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با میانجی‌گری شکاف نسلی (مورد مطالعه: جوانان شهر تهران). پژوهش‌های ارتباطی، ۲۷ (۱۰۲)، ۹۳-۹۳. <https://doi.org/۲۰۲۰,۱۱۸۹۲۸,۱۹۷۷/cr.۱۰,۲۲۰۸۲>

منابع و مراجع انگلیسی

Babaei Mutlaq, F. (۲۰۲۱). The relationship between individual isolation and internet addiction with the tendency to pornographic behaviors in the era of Corona. *Journal of Interdisciplinary Women's Research*, ۲(۴), ۷۵-۸۶.

Bai, Y., Qu, J., & Yin, H. (۲۰۲۳). Neural basis underlying the relation between internet addiction tendency and sleep quality: The intrinsic default-mode network connectivity pathways. *International Journal of Psychophysiology*, ۱۵ November ۲۰۲۳. <https://doi.org/1۰.۱۰۱۶/j.ijpsycho.۲۰۲۳.۱۱,۰۰۲>

Bong, M., & Seyoung, L. (۲۰۲۱). How does parental smartphone addiction affect adolescent smartphone addiction? Testing the mediating roles of parental rejection and adolescent depression. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, ۲۴(۶), ۳۹۹-۴۰۷. <https://doi.org/1۰.۱۰۸۹/cyber.۲۰۲۰,۰۷۸۷>

Cetinkaya, L. (۲۰۱۹). The Relationship between Perceived Parental Control and Internet Addiction: A Cross-sectional study among Adolescents. *Contemporary Educational Technology*, ۱۰(۱), ۷۴-۵۵. <https://doi.org/1۰.۳۰۹۳/cet.۵۱۲۵۳۱>



Chen, I.-H., Lee, Z.-H., Dong, X.-Y., Gamble, J. H., & Feng, H.-W. (۲۰۲۰). The Influence of Parenting Style and Time Management Tendency on Internet Gaming Disorder among Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, ۱۷(۲۳), ۹۱۲۰. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239120>.

Gong, Y., Zhou, Y., & Wang, Y. (۲۰۲۲). How parental smartphone addiction affects adolescent smartphone addiction: The effect of the parent-child relationship and parental bonding. *Journal of Affective Disorders*, ۲۰۲۲, ۲۰۲۲. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.02.027>.

Haberlin, K., & Atkin, D. (۲۰۲۱). Mobile gaming and Internet addiction: When is playing no longer just fun and games? *Computers in Human Behavior*, ۱۲۶, ۱۰۶۹۸۹. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106989>.

He, Q. (۲۰۲۲). The relationship between family and social media. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, ۶۷۰, ۳۱۸-۳۲۲.

He, Q. (۲۰۲۲). The relationship between family and social media. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, ۶۷۰, ۳۱۸-۳۲۲.

Holt, S. (۲۰۲۲). Virtual reality, augmented reality, and mixed reality: For astronaut mental health; and space tourism, education, and outreach. *Acta Astronautica*, ۱۷December ۲۰۲۲. <https://doi.org/10.1016/j.actaastro.2022.12.009>.

Hsieh, H. F., Mistry, R., Kleinsasser, M. J., Puntambekar, N., Gupta, P. C., Raghunathan, T., ... & Pednekar, M. S. (۲۰۲۲). Family functioning within the context of families with adolescent children in urban India. *Family Process*, e۱۲۷۸۴. <https://doi.org/10.1111/famp.12784>.

Li, J., Yu, C., Zhen, S., & Zhang, W. (۲۰۲۱). Parent-Adolescent Communication, School Engagement, and Internet Addiction among Chinese Adolescents: The Moderating Effect of Rejection Sensitivity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, ۱۸(۷), ۳۵۴۲. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073542>.

Lo, B. C. Y., Lai, R. N. M., Ng, T. K., & Wang, H. (۲۰۲۰). Worry and Permissive Parenting in Association with the Development of Internet Addiction in Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, ۱۷(۲۱), ۷۷۲۲. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217722>.

Lukavská, K., Vacek, J., & Gabhelík, R. (۲۰۲۰). The effects of parental control and warmth on problematic internet use in adolescents: A prospective cohort study. *Journal of Behavioral Addictions*, ۹(۷), ۶۷۵-۶۶۴. <https://doi.org/10.1524/jba.2020.00681>.

Martins, M. V., Formiga, A., Santos, C., Sousa, D., Resende, C., Campos, R., Nogueira, N., Carvalho, P., & Ferreira, S. (۲۰۲۰). Adolescent internet addiction: Role of parental control and adolescent behaviours. *International Journal of Pediatrics & Adolescent Medicine*, ۷ (۳), ۱۱۶-۱۲۰. <https://doi.org/10.1016/j.ijpam.2019.12.003>.

Marzilli, E., Cerniglia, L., Ballarotto, G., & Cimino, S. (۲۰۲۰). Internet Addiction among Young Adult University Students: The Complex Interplay between Family Functioning, Impulsivity, Depression, and Anxiety. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, ۱۷(۲۱), ۸۲۳۱. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218231>.

Ozlem, F., & Alkayab, A. (۲۰۲۱). Internet addiction and psychosocial problems among adolescents during the COVID-۱۹ pandemic: A cross-sectional study. *Archives of Psychiatric Nursing*, ۳۵ (۶), ۶۰۱-۵۹۵. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.06.014>.

Ren, W., & Zhu, X. (۲۰۲۲). Parental mediation and adolescents' internet use: The moderating role of parenting style. *Journal of Youth and Adolescence*, ۵۱ (۸), ۱۴۸۳-۱۴۹۶. <https://doi.org/10.1007/s11260-022-10974-w>.

Setiawati, Y., Hartanti, D. T., Husada, D., Irwanto, I., Ardani, I. G. A. I., & Nazmuddin, M. (۲۰۲۱). Relationship between Paternal and Maternal Parenting Style with Internet Addiction Level of Adolescents. *Iranian journal of psychiatry*, ۱۶(۴), ۴۳۸-۴۴۳. <https://doi.org/10.185۰۲/ijps.v1۶i۴.۷۲۳۱>.

Shek, D. T. L., Zhu, X., & Dou, D. (۲۰۱۹). Influence of family processes on internet addiction among late adolescents in Hong Kong. *Frontiers in Psychiatry*, ۱۰, ۱۱۳. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00113>.



Sun, Y., & Wilkinson, J. (۲۰۲۰). Parenting Style, Personality Traits, and Interpersonal Relationships: A Model of Prediction of Internet Addiction. *International Journal Of Communication*, ۱۴, ۲۳. Retrieved from <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/۱۱۲۲۶>

Wu, L., Ding, F., Hu, T., Cheng, G., & Chen, X. (۲۰۲۱). Daily stress and behavioral problems in Chinese children: The moderating roles of family functioning and the classroom environment. *Frontiers in Psychology*, ۱۲, ۷۴۲۲۹۳. <https://doi.org/۱۰.۳۳۸۹/fpsyg.۲۰۲۱.۷۴۲۲۹۳>