

رابطه پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز

زهرا شفاغی، یلدا عباس زاده، سهیلا حسینیان

۱- کارشناس ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرگز: *Zshafaei307@gmail.com*

۰۹۱۱۹۶۴۰۴۷۷

۲- دکتری تخصصی روانشناسی، استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرگز: *Yalda62psych@gmail.com*

۰۹۱۱۱۵۵۶۶۷۰

۳- دکتری روانشناسی، حق التدریس دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج: *Soheilahoseinian@gmail.com*

۰۹۱۲۵۷۰۵۹۸۲

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه باورهای فراشناختی، پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز انجام گرفت. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی و از نظر هدف بنیادی بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل داد که تعداد آنها ۱۴۷۰ نفر بود. با استفاده از جدول نمونه گیری کرجسی و مورگان ۳۰۶ نفر به صورت در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شد. به منظور گردآوری اطلاعات از پرسشنامه های پردازش هیجانی باکر و همکاران (۲۰۱۰)، اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶) و فرسودگی تحصیلی برسو، سالانوا و اسچفلی (۲۰۰۷) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماري SPSS-20 در دو بخش توصیفی و در بخش استنباطی (آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام) انجام گرفت. نتایج نشان داد پردازش هیجانی با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری دارد، اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری دارد و پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت توانستند فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند ($P < 0/001$). با توجه به نتایج به دست آمده و ارتباط معنادار پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی می توان برنامه های مدیریتی شایسته ای برای جلوگیری از فرسودگی تحصیلی دانش آموزان طراحی کرد و در دوران تحصیل اجرایی شود و با این کار تا حدی سطح عملکرد دانش آموزان را افزایش داد.

کلیدواژه ها: پردازش هیجانی، اعتیاد به اینترنت، فرسودگی تحصیلی، دانش آموزان.

۱-مقدمه

رشد و بالندگی هر جامعه ای مرهون نظام آموزشی آن جامعه است. بر این اساس، همه ساله کشورها مبالغ قابل توجهی از درآمد ملی خود را صرف آموزش عالی می کنند. اما بعضی از عوامل وجود دارند که موجب هدر رفتن بخشی از این سرمایه گذاری می شوند. در

بررسی علل این پدیده، از جمله عوامل تاثیر گذار بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی^۱ دانش آموزان، می توان به عوامل روانشناختی اشاره کرد. از جمله عوامل روانشناختی مهمی که پیشرفت تحصیلی^۲ را تحت تاثیر قرار می دهد، فرسودگی تحصیلی^۳ است (عباسعلی نژاد، ۱۴۰۰). فرسودگی حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که حاصل سندرم استرس مزمن مانند گرانباری نقش، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محول شده است (وانگ^۴، گان^۵، لی^۶، ژینگ^۷ و روی^۸، ۲۰۱۹). فرسودگی تحصیلی شامل سه مولفه خستگی هیجانی^۹، بی علاقگی^{۱۰} و ناکارآمدی^{۱۱} است. خستگی هیجانی که اشاره به احساس خالی شدن و تهی شدن از منابع هیجانی فرد دارد، به عنوان مولفه ی استرس فردی مورد ملاحظه قرار می گیرد. بی علاقگی اشاره دارد به پاسخ های منفی بدبینانه یا بیش از حد با بی رغبتی به سایر افراد در محل کار، که مولفه ی بین فردی فرسودگی را نشان می دهد. سرانجام ناکارآمدی اشاره به حس کارایی پایین و احساس کاستی در شایستگی و میزان باروری فرد دارد که مولفه خودارزیابی فرسودگی را شامل می شود (کیم^{۱۲}، جی^{۱۳}، لی، آن^{۱۴} و لی، ۲۰۱۸).

بر اساس مطالعات انجام گرفته برخی عوامل پیش بینی کننده فرسودگی تحصیلی می باشند که در این خصوص می توان به پردازش هیجانی^{۱۵} (عباسی، ۱۴۰۱) و اعتیاد به اینترنت^{۱۶} (وانگ^{۱۷}، ۲۰۲۳) اشاره کرد. پردازش هیجانی به منظور توانایی تشخیص احساسات، پیش شرط تعامل بین فردی است و برای صلاحیت های هیجانی ضروری است. هیجانات نقشی مهم را در آموزش و فرایند یادگیری بازی می کند و از طرفی، احساسات یادگیرنده بر روی انگیزش، خودتنظیمی و پیشرفت تحصیلی اثر می گذارد. لذا به طور کلی می توان گفت پردازش هیجانی می تواند با کاهش آشفتگی هیجانی در طی تحصیل بر کاهش دلزدگی و فرسودگی تحصیلی تاثیر داشته باشد (حاتم زاده، ۱۴۰۰). از نظر راجمن چهار دسته عوامل که ممکن است به مشکلاتی در پردازش هیجانی منجر شود عبارت اند از: اجتناب شناختی، عدم تجربه خوگیری کوتاه مدت، افسردگی و عقاید بیش بها داده شده. نتایج نشان می دهند افرادی که از لحاظ پردازش هیجانی از سبک های شناختی ضعیف تری مانند نشخوار گری، فاجعه انگاری و ملامت خویش استفاده می کنند، نسبت به سایر افراد بیشتر در برابر مشکلات هیجانی آسیب پذیر می باشند (بشرپور، رحیمی و صداقت، ۱۳۹۸).

همچنین استفاده افراطی از اینترنت باعث شده است که در سالیان اخیر مسئله ای به نام اعتیاد اینترنتی پدیدار شود (آهنگر نسب، عزیزی و سعیدمنش، ۱۴۰۲). اعتیاد به اینترنت به منزله یک رفتار اعتیادی تعریف می شود که دارای ویژگی هایی از جمله استفاده اجباری و غیرقابل اجتناب از اینترنت است که موجب مشکلات هیجانی، اجتماعی و روانشناختی برای فرد می گردد (صدری دمیرچی، درگاهی، قاسمی جوبنه، اعیادی، ۱۳۹۹). گلدبرگ^{۱۸} اعتیاد به اینترنت را به عنوان الگوی ناسازگار استفاده از اینترنت که منجر به آسیب

-
- 1 Academic Performance
 - 2 Academic Achievement
 - 3 Academic Burnout
 - 4 Wang
 - 5 Guan
 - 6 Li
 - 7 Xing
 - 8 Rui
 - 9 Emotional Exhaustion
 - 10 Cynicism
 - 11 Inefficacy
 - 12 Kim
 - 13 Jee
 - 14 An
 - 15 Emotional Processing
 - 16 Internet addiction
 - 17 Wang
 - 18 Goldberg

و آشفته‌گی معنادار می‌شود، توصیف کرد. اصطلاح اعتیاد به اینترنت نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت را نشان می‌دهد و با ویژگی‌هایی مانند افسردگی^۱، درون‌گرایی، خجالتی بودن، کم‌حوصله بودن و تنهایی، احساس ترس، بیش‌فعالی و اضطراب اجتماعی^۲ تعیین می‌شود (آرمان پور، ۱۳۹۹). دانش‌آموزانی که درگیر اعتیاد به اینترنت هستند به احتمال بیشتری با افت تحصیلی مواجه می‌شوند. همچنین اعتیاد به اینترنت می‌تواند سلامت روانی افراد را تهدید نماید. اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی همبستگی منفی معنادار و با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری دارد. همچنین استفاده مفرط از اینترنت نه تنها عواقب سوء بهداشتی مستقیم بلکه اثرات منفی غیرمستقیم از طریق استرس ادراک شده بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان دارد (تیمورزاده، محمدی پور و بخشی پور، ۱۴۰۱).

با توجه به آنچه در بالا مطرح شد در این بخش به بررسی پژوهش‌های انجام شده در خصوص موضوع پژوهش خواهیم پرداخت: به عنوان نمونه صادقی و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی با عنوان رابطه اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به تلفن همراه با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد به این نتیجه رسیدند که استفاده از اینترنت می‌تواند فرسودگی تحصیلی را در دانش‌آموزان افزایش دهد. اما اعتیاد به تلفن همراه بر فرسودگی تحصیلی تأثیری نداشت. اولیایی (۱۴۰۱) در پژوهشی با عنوان بررسی نقش میانجی اعتیاد به اینترنت در رابطه احساس تنهایی با فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان طبس به این نتیجه رسید که بین احساس تنهایی با اعتیاد به اینترنت و همچنین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. بین احساس تنهایی با فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم رابطه مثبت معنادار وجود دارد. رضوی زاد (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان رابطه بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی و ناتوانی در تصمیم‌گیری به این نتیجه رسید که بین اعتیاد به اینترنت و فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. فرسودگی تحصیلی به واسطه اعتیاد به اینترنت پیش‌بینی شد. جعفرزاده، قاسمیان فرد و شاهمرادی (۱۳۹۹) در پژوهشی با عنوان پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس فرسودگی تحصیلی و افسردگی در دانش‌آموزان دوره اول متوسطه شهر مشهد به این نتیجه رسیدند که بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی و افسردگی رابطه معناداری وجود داشت. اعتیاد به اینترنت توسط فرسودگی تحصیلی و افسردگی پیش‌بینی شد. فقیه‌عبداهی و فیاضی (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان پایه ششم شهر نوشهر به این نتیجه رسیدند که بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان ارتباط معنی‌داری وجود دارد. همچنین اعتیاد به اینترنت توسط فرسودگی شغلی و اضطراب اجتماعی پیش‌بینی شد. فانگ^۳، میلینگ^۴ و جیانگو^۵ (۲۰۲۳) در پژوهشی با عنوان تأثیر اعتیاد به اینترنت بر سرگردانی ذهن: تاب‌آوری و فرسودگی تحصیلی به عنوان واسطه در میان نوجوانان چینی به این نتیجه رسیدند که اعتیاد به اینترنت رابطه مثبت و مستقیمی با سرگردانی ذهن دارد، اعتیاد به اینترنت با تاب‌آوری رابطه منفی دارد. اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری دارد. همچنین تاب‌آوری و فرسودگی تحصیلی نقش میانجی را در رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سرگردانی ذهنی داشتند. ژو^۶، ایکسی^۷، لیو^۸، منگ^۹ و سونگ^{۱۰} (۲۰۲۳) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان به این نتیجه رسیدند که بین اعتیاد به اینترنت و فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معناداری

- 1 Depression
- 2 Social Anxiety
- 3 Fang
- 4 Meiling
- 5 Jianguo
- 6 Zhu
- 7 Xie
- 8 Liu
- 9 Meng
- 10 Song

وجود دارد. فرسودگی تحصیلی به واسطه اعتیاد به اینترنت پیش بینی شد. وانگ^۱ (۲۰۲۳) در پژوهشی با عنوان فرسودگی تحصیلی و سرگردانی ذهن در میان نوجوانان: نقش های واسطه ای اعتیاد به اینترنت و نقش تعدیل کننده تاب آوری به این نتیجه رسید که فرسودگی تحصیلی رابطه مثبتی با سرگردانی ذهن دارد، در حالی که اعتیاد به اینترنت واسطه این رابطه است. علاوه بر این، تاب آوری ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و سرگردانی ذهن را تعدیل کرد. لیو^۲، هانگ^۳ و چن^۴ (۲۰۲۲) در پژوهشی با عنوان روابط طولی بین فرسودگی تحصیلی، استفاده اعتیادی از اینترنت و فرسودگی تحصیلی به این نتیجه رسیدند که افزایش فرسودگی تحصیلی به طور قابل توجهی با استفاده اعتیادی از اینترنت مرتبط بود. استفاده اعتیادگونه از اینترنت نیز تأثیر پیش‌بینی‌کننده‌ای بر کاهش عملکرد تحصیلی داشت.

ابراهیم محمدی (۱۴۰۱) در پژوهشی با عنوان نقش پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام در پیش بینی دلزدگی تحصیلی دانش آموزان پسر سال آخر مقطع متوسطه دوم به این نتیجه رسید که بین پردازش هیجانی و دلزدگی تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد. بین اهمال کاری و دلزدگی تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد. همچنین بین تحمل ابهام و دلزدگی تحصیلی دانش آموزان رابطه وجود دارد. پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام (رفتارهای تسهیل کننده و رفتارهای بازدارنده) توانستند دلزدگی تحصیلی دانش‌آموزان را پیش‌بینی کنند. عباسی (۱۴۰۱) در پژوهشی با عنوان رابطه انعطاف پذیری شناختی، کنترل شناختی و پردازش هیجانی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان متوسطه دوم شهر تبریز به این نتیجه رسید که بین عملکرد تحصیلی با انعطاف‌پذیری شناختی رابطه مثبت و معنادار و با پردازش هیجانی رابطه منفی و معناداری دارد. همچنین بین عملکرد تحصیلی با خطای ارائه، خطای حذف و زمان واکنش پاسخ درست رابطه منفی و معناداری وجود دارد. انعطاف‌پذیری شناختی؛ کنترل شناختی و پردازش هیجانی قادرند تغییرات عملکرد تحصیلی را در دانش‌آموزان پیش‌بینی کنند. کوسلی، صادقی، برجسته و کیاپور (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان نقش واسطه‌ای پردازش هیجانی در رابطه بین نظریه ذهن با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دو زبانه به این نتیجه رسیدند که مدل نقش واسطه‌ای پردازش هیجانی در رابطه بین نظریه ذهن با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دوزبانه برازش مناسبی داشت. همچنین، نظریه ذهن بر پردازش هیجانی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دو زبانه و پردازش هیجانی بر عملکرد تحصیلی آنان اثر مستقیم و معنادار داشت. نظریه ذهن با نقش واسطه‌ای پردازش هیجانی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دوزبانه اثر غیرمستقیم و معنادار داشت. حاتم زاده (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان نقش پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام در پیش بینی دلزدگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر سرابله به این نتیجه رسید که بین پردازش هیجانی و دلزدگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه وجود دارد. بین اهمال کاری و دلزدگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه وجود دارد. پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام (رفتارهای تسهیل کننده و رفتارهای بازدارنده) توانستند دلزدگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. مورنو - فرناندز^۵ و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی با عنوان پردازش هیجانی، درگیری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان داروسازی در دوران قرنطینه به این نتیجه رسیدند که بین پردازش هیجانی و فرسودگی رابطه معناداری وجود دارد، بین درگیری تحصیلی و فرسودگی رابطه معناداری وجود دارد. وانگ، چو^۶، هوفکنس^۷ و سالملا - آرو^۸ (۲۰۱۵)

1 Wang

2 Liou

3 Huang

4 Chen

5 Moreno-Fernandez

6 Chow

7 Hofkens

8 Salmela - Aro

در پژوهشی با عنوان رابطه پردازش هیجانی و فرسودگی تحصیلی نوجوانان فنلاندی به این نتیجه رسیدند که بین پردازش هیجانی و فرسودگی تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین پردازش هیجانی پیش‌بینی‌کننده فرسودگی تحصیلی است.

نکته مهم در استفاده از نتایج بیشتر این مطالعات، آن است که وقتی درباره پدیده پیچیده‌ای مانند فرسودگی بحث می‌شود، باید به نقش مجموعه‌ای از عوامل توجه ویژه‌ای کرد و توجه داشت که یک متغیر به تنهایی اثری را بر متغیر دیگری دارد که اگر اثر آن با سایر متغیرها به طور همزمان مطالعه گردد، ممکن است نتایج متفاوتی به دست آید. فرسودگی تحصیلی تاثیر بسزایی در سرنوشت فرد داشته و همچنین هزینه‌های گزافی به خانواده و جامعه تحمیل کند. در کشور ما مهمترین مشکل کنونی آموزشی، افت عملکرد تحصیلی است و هر ساله هزینه‌های زیادی از بودجه کشور را به هدر می‌دهد و نیروهای بالقوه و سرمایه‌های جامعه که همان نیروی انسانی است بی‌ثمر می‌ماند. بنابراین، توجه به عوامل پیش‌بینی‌کننده فرسودگی تحصیلی اهمیت ویژه‌ای دارد. لذا با توجه به آنچه گفته شد، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه باورهای فراشناختی، پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز انجام گرفت.

با توجه به مطالب مطرح شده در بالا، فرضیه‌های پژوهش حاضر عبارتند از:

- ۱- بین پردازش هیجانی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد.
- ۲- بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد.
- ۳- پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت می‌توانند فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز را پیش‌بینی کنند.

۲- روش شناسی

روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی و از نظر هدف بنیادی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل داد که بر اساس آمار اخذ شده از آموزش و پرورش تعداد آنها ۱۴۷۰ نفر بود. با استفاده از جدول نمونه‌گیری کرجسی و مورگان ۳۰۶ نفر به صورت در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شد. به منظور اجرای پژوهش پس از کسب معرفی نامه از دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرگز ابتدا به آموزش و پرورش شهر بندرگز مراجعه شد، سپس درباره طرح پژوهش و اهداف مطالعاتی این مطالعه با مسئولین محترم اداره گفتگو شد. در ادامه پس از کسب اطلاعات در خصوص تعداد دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول به مدارس منتخب مراجعه گردید. سپس درباره هدف تحقیق و محرمانه بودن نتایج با مسئولین مدارس صحبت شد و پس از کسب اجازه تعداد ۳۰۶ نفر از دانش‌آموزان مشغول تحصیل در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم که برای شرکت در پژوهش رضایت دارند به عنوان نمونه انتخاب شدند. در ادامه پرسشنامه‌های پردازش هیجانی باکر و همکاران (۲۰۱۰)، اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶) و فرسودگی تحصیلی برسو، سالانوا و اسچفلی (۲۰۰۷) در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت تا تکمیل نمایند. در نهایت پس از تکمیل شدن پرسشنامه‌ها توسط آزمودنی‌ها داده‌های به دست آمده از طریق نرم افزار آماری SPSS20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

۱-۳- پرسشنامه پردازش هیجانی باکر و همکاران (۲۰۱۰)

این پرسشنامه توسط باکر و همکاران در سال (۲۰۰۷) ساخته شده است. نسخه ی اول این مقیاس شامل ۴۸ سوال بود. در سال (۲۰۱۰) باکر نسخه کوتاه این پرسشنامه که شامل ۲۵ سوال و ۵ مولفه بود را منتشر کرد. باکر و همکاران (۲۰۱۰) ضرایب آلفای کرونباخ و بازآزمایی این مقیاس را به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۷۹ گزارش کردند. در ایران لطفی، ابوالقاسمی و نریمانی (۱۳۹۶) ضریب همبستگی این مقیاس را با مقیاس تنظیم هیجان ۰/۵۴ به دست آورد که حاکی از روایی همگرایی آزمون است. در مطالعه رعیت نیا، عمادیان و میرزاییان (۱۳۹۹) پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای مولفه های سرکوب، نشانه عدم پردازش، تجربه هیجانی ناخوشایند، عدم تنظیم هیجان و کنترل هیجانی به ترتیب ۰/۸۱؛ ۰/۹۰؛ ۰/۹۲؛ ۰/۸۷ و ۰/۸۹ گزارش شد. در مطالعه ای که توسط تکلوی ورنیاب و زکی زاده (۱۳۹۵) انجام گرفت، ضریب آلفای کرونباخ برای نمره کل پرسشنامه ۰/۹۵ گزارش شد. نمره گذاری این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه ای و به شرح ذیل می باشد: کاملاً مخالفم=۱ مخالفم=۲ نظری ندارم=۳ نمره ۴ موافقم=۴ کاملاً موافقم=۵

سوالات مربوط به هر مولفه:

- سرکوبی: ۷، ۹، ۱۶، ۱۹، ۲۵
- تجربه هیجانی ناخوشایند: ۳، ۸، ۱۱، ۱۲، ۲۲
- نشانه های هیجان پردازش نشده: ۱، ۵، ۲۰، ۲۴
- اجتناب: ۴، ۱۳، ۱۴، ۲۱، ۲۳
- کنترل هیجانی: ۶، ۱۰، ۱۵، ۱۷، ۱۸

۲-۲- پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶)

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت توسط یانگ (۱۹۹۶) ساخته شد و شامل ۲۰ گویه می باشد. و هر سؤال در یک طیف لیکرت از ۱-۵ نمره گذاری می شود به این صورت که به گزینه خیلی کم نمره یک، گاهی وقت ها نمره دو، معمولاً نمره سه، اکثراً نمره چهار و دائماً نمره پنج تعلق می گیرد. هر چه نمرات بالاتر باشد نشان دهنده ی وابستگی بیشتر به اینترنت است. در پژوهش انجام شده توسط یانگ (۱۹۹۶) مشخص شد که ابزار فوق از اعتبار درونی (۰/۹۲) مناسبی برخوردار است. عسگری و مرعشیان (۱۳۸۷)؛ به نقل از حسینی، (۱۳۹۵) به منظور تعیین اعتبار این مقیاس از آلفای کرونباخ و تصنیف استفاده کردند که به ترتیب ضرایب ۰/۹۷ و ۰/۹۷ را گزارش کردند. ثبات درونی این آزمون بر اساس نمونه پژوهش عقابایی، کاکاوند و بهرامی هیدچی (۱۳۹۷) به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

۳-۳- پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو، سالانوا و اسچفلی (۲۰۰۷)

این پرسشنامه توسط برسو، سالانوا و اسچفلی (۲۰۰۷) ساخته شده است. پرسشنامه شامل ۱۵ ماده و سه مولفه (خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) می باشد. در مطالعه موسوی و شکری (۱۳۹۴) ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش شد. در مطالعه طهماسبی، رضانی و زارع (۱۳۹۷) پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش شد. در مطالعه ای که توسط گرایلی، بریمانی و اسماعیلی شاد (۱۴۰۰) انجام گرفت نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۲ به دست آمد. نمره گذاری این پرسشنامه به صورت لیکرت ۵ درجه ای و به شرح ذیل می باشد: کاملاً مخالفم=۱ مخالفم=۲ نظری ندارم=۳ موافقم=۴ کاملاً موافقم=۵ نمرات بالاتر در این پرسشنامه به معنای فرسودگی تحصیلی بالاتر است.

سوالات مربوط به هر مولفه:

– خستگی تحصیلی: ۱، ۴، ۷، ۱۰، ۱۳

– بی‌علاقگی تحصیلی: ۲، ۵، ۱۱، ۱۴، ۶

– ناکارآمدی تحصیلی: ۳، ۸، ۹، ۱۲، ۱۵

همچنین به منظور تجزیه و تحلیل داده ها در این تحقیق از نرم افزار آماری SPSS-20 در دو بخش توصیفی (شامل میانگین، انحراف استاندارد، درصد، فراوانی، کمینه، بیشینه، نمودار و جداول) و در بخش استنباطی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام استفاده شد.

۴- نتایج و بحث

جدول ۱: چولگی و کشیدگی داده ها

متغیر	چولگی		کشیدگی	
	آماره	خطای استاندارد	آماره	خطای استاندارد
سرکوبی	۰/۸۰۰	۰/۱۳۹	۰/۰۴۷	۰/۲۷۸
تجربه هیجانی ناخوشایند	-۰/۳۲۸	۰/۱۳۹	-۰/۴۶۵	۰/۲۷۸
نشانه های هیجان پردازش نشده	۰/۴۱۸	۰/۱۳۹	-۰/۶۵۶	۰/۲۷۸
اجتناب	۰/۰۶۸	۰/۱۳۹	-۰/۸۱۶	۰/۲۷۸
عدم کنترل هیجان	۰/۴۸۹	۰/۱۳۹	۰/۱۷۷	۰/۲۷۸
نمره کل پردازش هیجانی	۰/۵۴۱	۰/۱۳۹	-۰/۸۹۵	۰/۲۷۸
اعتیاد به اینترنت	۰/۲۳۷	۰/۱۳۹	-۱/۰۷۹	۰/۲۷۸
خستگی تحصیلی	۰/۳۰۲	۰/۱۳۹	-۰/۱۸۴	۰/۲۷۸
بی‌علاقگی تحصیلی	۰/۲۹۷	۰/۱۳۹	-۰/۶۴۹	۰/۲۷۸
ناکارآمدی تحصیلی	۰/۲۷۱	۰/۱۳۹	-۰/۹۹۳	۰/۲۷۸
نمره کل فرسودگی تحصیلی	۰/۴۴۲	۰/۱۳۹	-۰/۵۶۲	۰/۲۷۸

با توجه به جدول بالا تمامی مقادیر به دست آمده از بررسی کشیدگی و چولگی، در بازه ی (۲ تا -۲) قرار دارد. بنابراین وضعیت متغیرها کشیده و چوله نمی باشد.

جدول ۲: نتایج آزمون کلموگروف- اسمیرنوف

متغیر	مقدار آزمون کولموگروف - اسمیرنوف	مقدار احتمال
پردازش هیجانی	۱/۳۲۱	۰/۰۷
اعتیاد به اینترنت	۱/۳۰۱	۰/۰۷
فرسودگی تحصیلی	۱/۲۶۰	۰/۰۹

با توجه به جدول بالا به طور کلی با توجه به مقادیر بدست آمده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف^۱، توزیع تمامی متغیرها با توجه به سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵، نرمال است.

نکته: با توجه به نرمالی داده های شرایط لازم برای استفاده از آزمون های پارامتریک به طور مشخص برای تعیین همبستگی از روش همبستگی پیرسون استفاده می گردد.

۱- بین پردازش هیجانی با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۳: ماتریس همبستگی متغیرهای پردازش هیجانی و فرسودگی تحصیلی

نمره کل فرسودگی تحصیلی	ناکارآمدی تحصیلی	بی علائگی تحصیلی	خستگی تحصیلی	
**۰/۶۹۴	**۰/۵۳۴	**۰/۴۰۹	**۰/۶۵۳	ضریب همبستگی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری
**۰/۴۷۳	**۰/۴۵۶	۰/۰۵۴	**۰/۲۷۸	ضریب همبستگی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۳	۰/۰۰۰	سطح معناداری
**۰/۶۱۲	**۰/۲۴۸	**۰/۴۶۴	**۰/۶۹۶	ضریب همبستگی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری
**۰/۳۴۵	**۰/۳۴۷	۰/۱۰۹	**۰/۲۸۹	ضریب همبستگی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۵	۰/۰۰۰	سطح معناداری
۰/۰۸۷	**۰/۲۲۲	**۰/۴۰۴	*۰/۱۱۳	ضریب همبستگی
۰/۱	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۴	سطح معناداری
**۰/۶۴۳	**۰/۵۲۲	**۰/۴۵۸	**۰/۶۸۹	ضریب همبستگی
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری

**در سطح ۰/۰۱ معنی داری است، *در سطح ۰/۰۵ معنی داری است.

جدول بالا نشان می دهد که:

مولفه سرکوبی با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/653, p<0/01$)، بی علائگی تحصیلی ($r=0/409, p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/534, p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/694, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش مولفه سرکوبی؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علائگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

مولفه تجربه هیجانی ناخوشایند با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/278, p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/456, p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/473, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش مولفه تجربه هیجانی ناخوشایند؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

مولفه نشانه های هیجان پردازش نشده با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/696, p<0/01$)، بی علائگی تحصیلی ($r=0/464, p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/248, p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/612, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش مولفه نشانه های هیجان پردازش نشده؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علائگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

مولفه اجتناب با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/289, p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/347, p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/345, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش مولفه اجتناب؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

مولفه عدم کنترل هیجان با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/113, p<0/05$)، بی علائگی تحصیلی ($r=0/404, p<0/01$) و ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/222, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش مولفه عدم کنترل هیجان؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علائگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

نمره کل پردازش هیجانی با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/689, p<0/01$)، بی علائگی تحصیلی ($r=0/458, p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/522, p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/643, p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش پردازش هیجانی؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علائگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

۲- بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۴: ماتریس همبستگی متغیرهای اعتیاد به اینترنت و فرسودگی تحصیلی

نمره کل فرسودگی تحصیلی	ناکارآمدی تحصیلی	بی علائگی تحصیلی	خستگی تحصیلی	ضریب همبستگی	اعتیاد به اینترنت
***/۶۸۲	***/۶۵۱	***/۵۸۵	***/۵۴۰		
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	سطح معناداری	

**در سطح ۰/۰۱ معنی داری است، *در سطح ۰/۰۵ معنی داری است.

جدول بالا نشان می دهد که:

اعتیاد به اینترنت با مولفه های خستگی تحصیلی ($r=0/540$, $p<0/01$)، بی علاقگی تحصیلی ($r=0/585$, $p<0/01$)، ناکارآمدی تحصیلی ($r=0/651$, $p<0/01$) و نمره کل فرسودگی تحصیلی ($r=0/682$, $p<0/01$) رابطه مثبت معناداری دارد. بدین معنا که با افزایش اعتیاد به اینترنت؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس.

۳- پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت می توانند فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز را پیش بینی کنند.

جدول ۵: ضرایب همبستگی چندگانه

مدل	ضریب همبستگی چندگانه (R)	مجذور ضریب همبستگی چندگانه (R^2)	تغییر R^2	دوربین واتسون
۱	۰/۷۴۷	۰/۶۹۷	۰/۷۰۲	۲/۱۱۹

نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره با استفاده از روش گام به گام نشان می دهد مقدار ضریب همبستگی برابر است با $R=0/747$ ، به این معنی که متغیرهای پژوهش ارتباط معناداری با هم دارند. همچنین ضریب تعیین برابر است با $R^2=0/697$ به این معنی که متغیرهای پیش بین (پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت) ۶۹ درصد از تغییرات در متغیر وابسته (فرسودگی تحصیلی) را تبیین می کند. همچنین با هدف تعیین تفاوت بین مقادیر واقعی و مقادیر پیش بینی شده با مدل رگرسیون، از آماره دوربین واتسون استفاده شد، که برابر با ۲/۱۱۹ بود که این مقدار در دامنه بین ۱ تا ۳، نشان از مستقل بودن خطاها داشته است.

جدول ۶: تحلیل واریانس رگرسیون خطی

منبع تغییرات	مجموع مجزورات (SS)	درجه آزادی (df)	میانگین مجزورات (MS)	F	سطح معناداری (Sig)
رگرسیون	۶۵۹۸/۲۵۹	۳	۲۱۹۹/۴۲۰	۲۵۴/۷۱۸	۰/۰۰۰
باقی مانده	۲۶۰۷/۶۸۹	۳۰۲	۸/۶۳۵		
کل	۹۲۰۵/۹۴۸	۳۰۵			

نتایج جدول بالا نشان می‌دهد آزمون آماری F برای معنی‌داری ضریب همبستگی و مدل برابر با ۲۵۴/۷۱۸ است که از نظر آماری معنادار است. که به معنای برازش داده‌ها با مدل است.

جدول ۷: ضرایب رگرسیونی برای متغیرهای پیش‌بینی‌کننده

متغیر	B	انحراف معیار خطا	Beta	مقدار t	سطح معناداری
مقدار ثابت	۳۸/۱۲۰	۴/۳۸۸		۸/۶۸۸	۰/۰۰۰
پردازش هیجانی	۰/۱۲۵	۰/۰۵۸	۰/۱۳۶	۲/۱۴۳	۰/۰۳
اعتیاد به اینترنت	۰/۴۲۲	۰/۰۳۲	۰/۵۹۰	۱۳/۲۱۳	۰/۰۰۰

جدول بالا ضرایب رگرسیون استاندارد و غیراستاندارد برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی را نشان می‌دهد. همانطور که مشاهده می‌شود، پردازش هیجانی ($Beta=0/136$) و اعتیاد به اینترنت ($Beta=0/590$) وارد معادله رگرسیون شده است و مقدار t آنها معنادار است، بدین معنا که این متغیرها توان پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی را دارند. بدین معنا که بر اساس ضریب بتا به ازای یک واحد افزایش در پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت به ترتیب به میزان ۰/۱۳۶ و ۰/۵۹۰ واحد بر حسب انحراف استاندارد، به فرسودگی تحصیلی افزوده می‌شود. لذا می‌توان گفت: پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت به صورت مثبت توانستند فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کردند.

۵- نتیجه گیری

۱- بین پردازش هیجانی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد؟

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که پردازش هیجانی و مولفه‌های سرکوبی و نشانه‌های هیجان پردازش نشده با فرسودگی تحصیلی و مولفه‌های (خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی) رابطه مثبت معناداری داشت. مولفه تجربه هیجانی ناخوشایند و اجتناب با فرسودگی تحصیلی و مولفه‌های (خستگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) رابطه مثبت معناداری داشت. مولفه عدم کنترل هیجان با مولفه‌های خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی رابطه مثبت معناداری داشت. بدین معنا که با افزایش پردازش هیجانی؛ فرسودگی تحصیلی افزایش می‌یابد و بالعکس. نتایج به دست آمده با پژوهش‌های ابراهیم محمدی (۱۴۰۱)، کوسلی، صادقی، برجسته و کیاپور (۱۴۰۰)، حاتم زاده (۱۴۰۰)، مورنو - فرناندز و همکاران (۲۰۲۰) و وانگ، چو، هوفکنس و سالملا - آرو (۲۰۱۵) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت هیجان یکی از حوزه‌های مورد علاقه در روانشناسی مثبت نگر است که به دلیل جایگاه و اهمیت در زندگی فردی و اجتماعی و ضرورت آن در حفظ سلامت روان مورد توجه بسیاری از محققان قرار گرفته است. پاره‌ای از نظریه‌ها (فردریکسون، ۲۰۰۱) بر نقش سازنده هیجان در حل مسئله و پردازش اطلاعات (پالفایی و سالووی، ۱۹۹۳)، نوآوری و خلاقیت (استردا، یونگ و ایزن، ۱۹۹۴) و افزایش یادگیری (کاهیل و همکاران، ۱۹۹۴) تاکید دارند. یکی از عوامل موثر در فرسودگی تحصیلی، ناتوانی در تنظیم و پردازش هیجانی است، یافته‌های نوروبیولوژیکی نیز بیانگر آن است که عدم کنترل هیجانی، باعث فرسودگی و دلزدگی تحصیلی می‌گردد، یعنی مقاصد و اهداف درازمدت ابتدا در کورتکس (پیش‌پیشانی قشر خاکستری) ساخته می‌شوند، اما توسط تکانه‌های تولید شده به وسیله لیمبیک قابلیت جانشین شدن دارند که تا حدودی به محرک‌های عینی دلالت‌کننده بر ارضا فوری حساس است در اثر این فرآیند ممکن است فردی قصد انجام عملی را داشته

باشد اما هنگام اجرای نمودن آن تحت تاثیر نیازهای فوری و تکانه های لذتبخش لیمبیک قرار گرفته و به صورت ناگهانی تصمیم قبلی را تغییر دهد. بر اساس تبیین روانشناختی معادل آن می توان گفت شخص به این دلیل فرسودگی تحصیلی نشان می دهد که محرک های اعمال کم اهمیت تر فعلی به دلیل عدم کنترل محرک ها بر محرک های فعالیت های اهداف درازمدت غلبه می کنند و در نتیجه نیروی اعمال فعلی بیشتر می گردند و شخص را از تحقق تصمیم گرفته شده باز می دارند (حاتم زاده، ۱۴۰۰). یافته ها نشان می دهد که کاستن از وفور محرک های عینی دلالت کننده بر ارضای فوری، به کاستن فرسودگی تحصیلی کمک خواهد کرد. به عبارتی افرادی که توانایی کنترل بالاتری از هیجانان خود را دارند می توانند احساسات و تکانه های عمل خویش را مدیریت نموده و در فرصت مقتضی از آنها در تعامل با محیط بهره گیری نمایند و به تعلل ورزی کمتری دچار شوند. کمبود رفتارهای خودتنظیم شونده مانند تعیین هدف، استفاده از راهبرد و نظارت بر فرایندهای تفکر و یادگیری، منجر به ناقص ماندن یا اجتناب از کار می شود (عباسی، ۱۳۹۵).

۲- بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز رابطه معناداری وجود دارد؟

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) رابطه مثبت معناداری داشت. بدین معنا که با افزایش اعتیاد به اینترنت؛ فرسودگی تحصیلی و مولفه های (خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی) افزایش می یابد و بالعکس. نتایج به دست آمده با پژوهش های صادقی و همکاران (۱۴۰۱)، رضوی زاد (۱۴۰۰)، جعفرزاده، قاسمیان فرد و شاهمرادی (۱۳۹۹)، وانگ (۲۰۲۳) و لیو، هانگ و چن (۲۰۲۲) همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان گفت اعتیاد به اینترنت یعنی وابستگی بیش از حد به اینترنت در زندگی روزانه که این رفتار غیرارادی، باعث بروز علائم روانی یا رفتاری نظیر عدم تمرکز، پرخاشگری، استرس و اضطراب، کم خوابی و اشتغال خاطر و درگیری ذهنی می شود. تمامی این علائم موجب ممی شود که دانش آموزان نتوانند به راحتی به تکالیف خود بپردازد و برای یادگیری درس چه در کلاس و چه در خانه تمرکز کند و به تدریج عملکرد تحصیلی فرد از سطحی رضایت بخش به سطحی نامطلوب کاهش پیدا می کند و فرد دچار فرسودگی تحصیلی و دزدگی تحصیلی و نهایتاً اضطراب می شود. در واقع صرف وقت زیاد در فضای مجازی و فرصت محدود برای انجام تکالیف و مطالعه منجر به اهمال کاری تحصیلی، اضطراب امتحان، فرسودگی و ... می شود. این افراد به دلیل صرف وقت زیاد در اینترنت، آمادگی برای امتحان را به شب امتحان موکول می کنند و در نتیجه در زمان امتحان دچار اضطراب می شوند. شکست در امتحان خود منجر به احساس ضعف در دانش آموزان می شود و در امتحان های بعدی نیز نسبت به توانایی های خود احساس ضعف می کنند و اعتماد به نفس پایینی خواهند داشت (نوری، ۱۳۹۹). در واقع دانش آموزان به دلیل ناشناخته ماندن در هنگام استفاده از اینترنت و عدم محدودیت در ارسال هر گونه پیام و دسترسی به انواع چت روم ها به شدت مجذوب اینترنت شده اند، با صرف وقت خود، بر سر آن از مطالعه دروس غافل می شوند و همین امر افت شدید تحصیلی آنان و به دنبال آن فرسودگی تحصیلی را در پی دارد. استفاده مداوم از رایانه و اینترنت خستگی و سوزش چشم ها، کمردرد ناشی از نشستن مداوم، بی خوابی، بی قراری برای ادامه چت در ساعات آینده، دوشخصیتی شدن و گریز از خانواده را به دنبال دارد که همه این موارد دانش آموز را به سوی افت و فرسودگی تحصیلی سوق می دهد. افت و فرسودگی با درجات بالایی از اضطراب همراه می باشد. این افراد از انگیزه کمتری برای موفقیت برخوردار خواهند بود (آذری، آذری و صباحی زاده، ۱۳۹۸).

۳- پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت می توانند فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر بندرگز را پیش بینی کنند.

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد که پردازش هیجانی و اعتیاد به اینترنت به صورت مثبت توانستند فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کردند. نتایج به دست آمده با پژوهش های عباسی (۱۴۰۱)، اولیایی (۱۴۰۱)، خواجهی بجستانی، صبورا اسماعیلی و حاجی اربابی (۱۴۰۰)، فانگ، میلینگ و جیانگو (۲۰۲۳)، ژو، ایکسی، لیو، منگ و سونگ (۲۰۲۳) و بالیرام (۲۰۱۹) همسو می باشد. در خصوص پیش بینی پذیری فرسودگی تحصیلی بر اساس پردازش هیجانی می توان گفت، یک دلیل احتمالی برای مشکلات هیجانی دانش آموزان دارای فرسودگی تحصیلی این است که آنها نقایصی در حوزه شناخت هیجانی دارند. آنها نشانه های اجتماعی را غلط درک کرده و ممکن است احساسات و هیجانات دیگران را سوء تعبیر کنند. به طوری که دانش آموزان دچار فرسودگی تحصیلی، مشکلاتی در تمیز علائم اشاره، نشانه های موقعیتی و رمزگشایی نشانه های غیر کلامی - هیجانی دارند. دانش آموزان دچار فرسودگی تحصیلی، اطلاعات غیر کلامی - هیجانی را به روشی متفاوت از دانش آموزان دیگر دریافت و ارسال می نمایند که این عامل می تواند منجر به عملکرد ضعیف آنان در پردازش هیجانی گردد (آوربچ^۱، گروس - تسور^۲، مانور^۳ و شالو^۴، ۲۰۰۸). به طوری که دانش آموزانی که از عملکرد تحصیلی، انگیزه و پیشرفت مناسبی برخوردارند و به طور کلی دچار فرسودگی تحصیلی نیستند، به دلیل منابع و توانمندی شناختی و هوشی بیشتر، بهتر می توانند هیجانات خود را نظم دهی کنند. به عبارتی آنان از توانایی نظم بخش شناختی بالاتری در مورد هیجاناتشان برخوردارند. در نتیجه پردازش شناختی مناسبتری دارند (عباسی، ۱۳۹۵). باتوجه به پژوهش های موجود در زمینه نقش اعتیاد به اینترنت بر فرسودگی تحصیلی و سایر جنبه های زندگی دانش آموزان، رابطه مثبت اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان را چنین می توان تبیین نمود که اعتیاد به اینترنت موجب تحمیل شکست در بیشتر ابعاد زندگی فرد می شود و موجب کاهش فعالیت از سوی دانش آموزان و در نتیجه افت عملکرد تحصیلی آنها می شود. افت عملکرد تحصیلی به دنبال اعتیاد به اینترنت موجب خواهد شد که دانش آموزان نه تنها معدل پایینی داشته باشند، بلکه نارضایتی و فرسودگی تحصیلی آنها را نیز به دنبال خواهد داشت و در نتیجه با کاهش رضایت از تحصیل و همچنین کاهش نتایج تحصیلی، اشتیاق و انگیزه آنها برای فعالیت های تحصیلی نیز کاهش خواهد یافت (گنجی، توکلی، بنی اسدی شهر بابک و اسدی، ۱۳۹۵). همچنین اعتیاد به اینترنت و به دنبال آن صرف زمان طولانی در اینترنت موجب خستگی جسمانی و روانی دانش آموزان می شود که در نتیجه باعث صرف زمان کمتری برای رسیدگی به امور تحصیلی از سوی دانش آموزان می شود که شکست در زمینه تحصیلی برای دانش آموزان را به دنبال خواهد داشت. در نتیجه به دنبال کسب نتایج ضعیف در زمینه تحصیلی، اشتیاق تحصیلی آنها نیز کاهش می یابد که موجب شکل گیری یک چرخه معیوب و منفی می شود. بدین صورت که شکست تحصیلی در نتیجه اعتیاد به اینترنت منجر به فرسودگی تحصیلی می شود و از سوی دیگر کاهش اشتیاق تحصیلی به کسب نتایج ضعیف تر می انجامد (حسن زاده، بیدختی، رضایی و رهایی، ۲۰۱۲؛ مطیع دوست، حسینی، فتی، میرحسینی و بیگدلی، ۲۰۱۵؛ کاندمیر^۵، ۲۰۱۴).

۶- منابع

۶-۱- منابع فارسی

آهنگر نسب، علی؛ عزیزی، مهدیه؛ سعیدمنش، محسن. (۱۴۰۲). اثربخشی توانبخشی شناختی بر اعتیاد به اینترنت، بازداری شناختی و کنترل عواطف در نوجوانان درگیر با اعتیاد به اینترنت، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۱(۵۳): ۱۴۹-۱۲۵.

1 Auerbach
 2 Gross-Tsur
 3 Manor
 4 Shalev
 5 Kandemir

آرمان پور، مجید. (۱۳۹۹). رابطه بین کارکرد خانواده و اعتیاد به اینترنت و فضای مجازی با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم در شهر شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

آذری، سیده طیبه؛ آذری، آسیه؛ صباحی زاده، محمود. (۱۳۹۸). رابطه اعتیاد به اینترنت با اضطراب امتحان، فرسودگی تحصیلی و باورهای مذهبی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهر بندر کنگ، مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، ۱(۴۸): ۲۸-۲۳.

اولیایی، نجیبه. (۱۴۰۱). بررسی نقش میانجی اعتیاد به اینترنت در رابطه احساس تنهایی با فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان طبس، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی عمومی، موسسه آموزش عالی کاویان.

ابراهیم محمدی، صادق. (۱۴۰۱). نقش پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام در پیش بینی دلزدگی تحصیلی دانش آموزان پسر سال آخر مقطع متوسطه دوم، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور واحد مبارکه.

ابوالقاسمی، عباس؛ گلپور، رضا؛ نریمانی، محمد؛ قمری، حسین. (۱۳۸۸). بررسی رابطه ی باورهای فراشناختی با موفقیت تحصیلی دانش آموزان دارای اضطراب امتحان، مطالعات تربیتی و روانشناسی، ۱۰(۳): ۲۰-۵.

بشرپور، سجاد؛ رحیمی، سعید؛ صداقت، مهرناز. (۱۳۹۸). نقش انعطاف پذیری روانشناختی و سبک های پردازش هیجان در پیش بینی اضطراب مرگ در سالمندان، مجله روانشناسی پیری، ۵(۲): ۱۴۱-۱۳۱.

تیمورزاده، حسن؛ محمدی پور، محمد؛ بخشی پور، ابوالفضل. (۱۴۰۱). مدلیابی روابط ساختاری اعتیاد به اینترنت بر اساس خودتنظیمی تحصیلی با نقش واسطه ای تاب آوری تحصیلی، فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۱(۳): ۱۰۳-۱۲۲.

جعفرزاده، حسین؛ قاسمیان فرد، فرزانه؛ شاهمرادی، سمیه. (۱۳۹۹). پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس فرسودگی تحصیلی و افسردگی در دانش آموزان دوره اول متوسطه شهر مشهد، هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، تهران.

حاتم زاده، مهناز. (۱۴۰۰). نقش پردازش هیجانی، اهمال کاری و تحمل ابهام در پیش بینی دل زدگی تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر سراپله، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی، موسسه آموزش عالی باختر ایلام.

حسینی، مینا. (۱۳۹۵). رابطه اعتیاد به اینترنت و رفتارهای کنترل گرایانه زن و شوهر با شیوه های تعارض زناشویی، پایان نامه کارشناسی روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات.

خواجوی بجستانی، فهیمه؛ صبوراسماعیلی، نوشین؛ حاجی اربابی، فاطمه (۱۴۰۰). رابطه باورهای فراشناخت با فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان مقطع دوم متوسطه شهر مشهد، اولین کنفرانس روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و علوم انسانی، تهران.

رعیت نیا، عارفه؛ عمادیان، علیا؛ میرزاییان، بهرام (۱۳۹۹). تاثیر نظریه ذهن بر یادگیری تحصیلی (حیطه عاطفی - شناختی) با نقش میانجی پردازش هیجانی، مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، ۱۳(۵): ۵۰۴-۴۹۷.

رضوی زاد، ناهید (۱۴۰۰). رابطه بین اعتیاد به اینترنت با فرسودگی تحصیلی و ناتوانی در تصمیم گیری، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.

صادقی، محمد؛ اکبرزاده، فرزاد؛ محرری، فاطمه؛ اکبری، علی؛ پورغفار، حسین؛ ابراهیمی، علیرضا (۱۴۰۱). رابطه اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به تلفن همراه با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مجله اصول بهداشت روانی، ۲۵(۱): ۸-۱.

صدری دمیرچی، اسماعیل؛ درگاهی، شهریار؛ قاسمی جوبنه، رضا؛ اعیادی، نادر (۱۳۹۹). نقش تاب آوری ادراک شده خانواده و تنظیم هیجان در پیش بینی اعتیاد به اینترنت دانش آموزان، روانشناسی مدرسه، ۹(۱): ۶۸-۵۴.

طهماسبی، غلامحسین؛ رضانی، گل افروز؛ زارع، حشمت (۱۳۹۷). تاثیر راهبردهای فراشناختی بر انگیزه پیشرفت و فرسودگی تحصیلی دانش آموزان دختر، رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۹(۱): ۱۹۰-۱۷۳.

عباسی، فاطمه (۱۴۰۱). رابطه انعطاف پذیری شناختی، کنترل شناختی و پردازش هیجانی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان متوسطه دوم شهر تبریز، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی، موسسه آموزش عالی چرخ نیلوفری آذربایجان.

عباسی، مسلم (۱۳۹۵). مقایسه سبک های مقابله ای و پردازش هیجانی دانش آموزان تیزهوش و عادی مقطع متوسطه، مجله روانشناسی مدرسه، ۵(۳): ۱۴۷-۱۳۲.

عباسعلی نژاد، الهه (۱۴۰۰). مقایسه فرسودگی تحصیلی و بهزیستی روانشناختی در دانش آموزان وابسته به فضای مجازی و عادی در شرایط اپیدمی کووید ۱۹، پایان نامه کارشناسی ارشد، موسسه آموزش عالی پیشتازان.

فقیه عبداهی، محدثه؛ فیاضی، فاطمه (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان پایه ششم شهر نوشهر، چهارمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، محمودآباد.

قربانی، روح انگیز؛ پرنسین، شیما (۱۳۹۶). بررسی رابطه باورهای فراشناختی و خودکارآمدی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان شهر ایلام، کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم اجتماعی، تربیتی، علوم تربیتی و روانشناسی، تهران.

- کوسلی، فرشته؛ صادقی، جمال؛ برجسته، حامد؛ کیاپور، آزاده. (۱۴۰۰). نقش واسطه ای پردازش هیجانی در رابطه بین نظریه ذهن با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دو زبانه، فصلنامه جامعه شناسی آموزش و پرورش، ۷(۲): ۲۷۶-۲۶۶.
- گرایلی، سکینه؛ بریمانی، ابوالقاسم؛ اسماعیلی شاد، بهرنگ. (۱۴۰۰). رابطه بین فرسودگی تحصیلی و درگیری تحصیلی با نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر، مجله پژوهش های نوین میان رشته ای زنان، ۳(۱): ۶۰-۴۷.
- گنجی، بی نظیر؛ توکلی، سمیرا؛ بنی اسدی شهر بابک، فائزه؛ اسدی، سکینه. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اشتیاق تحصیلی دانشجویان، ماهنامه علمی پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، ۹(۲): ۱۵۵-۱۵۰.
- لطفی، صدیقه؛ ابوالقاسمی، عباس؛ نریمانی، محمد. (۱۳۹۶). مقایسه پردازش هیجانی و ترس از ارزیابی های مثبت و منفی در زنان دارای فوبی اجتماعی و زنان عادی، دانش و پژوهش در روان شناسی، ۱۴(۵۳): ۱۰۱-۱۱۱.
- موسوی، سیده فاطمه؛ شکری، فرزانه. (۱۳۹۴). مطالعه پیشرفت تحصیلی دانشجویان بر اساس پیش بینی کننده های فرسودگی تحصیلی و تنیدگی زندگی دانشجویی، رویش روانشناسی، ۴(۱۰): ۸۰-۵۹.
- نوری، مهتاب. (۱۳۹۹). مقایسه عواطف مثبت و منفی و رفتارهای پرخاشگرانه در دانش آموزان دبیرستانی وابسته و غیروابسته به استفاده آسیب زا از شبکه های اجتماعی مجازی در شهرستان علی آباد، پایان نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد آزادشهر.

۶-۲- منابع لاتین

- Auerbach, J. G. Gross-Tsur, V. Manor, O., Shalev, R. S. (2008). Emotional and Behavioral characteristics over a six year period in youths with persistent and nonpersistent dyscalculia. **Journal of Learning Disabilities, 4(1):** 263-273.
- Baker R, Thomas S, Thomas PW, Gower P, Santonastaso M, Whittlesea A. (2010). The Emotional Processing Scale: scale refinement and abridgement (EPS-25). **J Psychosom Res, 68(1):**83-8.
- Baliram, Nalline; Ellis, Arthur K. (2019). The impact of metacognitive practice and teacher feedback on academic achievement in mathematics. **School Science and Mathematics, 1(2):**100-110.
- Fang W, Meiling H, Jianguo Q. (2023). The effect of Internet addiction on mind wandering: Resilience and academic burnout as mediators among Chinese adolescents. **Social Behavior and Personality: an international journal, 51(2):** 1-13.
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2018). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. **Stress and Health, 34(1),** 372- 384.
- Kandemir M. (2014). Predictors of academic procrastination: coping with stress, internet addiction and academic motivation. **World Appl Sci J. 32(5):** 930-38.

- Liou P, Huang S, Chen S. (2022). Longitudinal relationships between school burnout, compulsive Internet use, and academic decrement: A three-wave cross-lagged study. **Computers in Human Behavior**, **1(35)**: 1-10.
- Moreno-Fernandez J, Ochoa J, Lopez-Aliaga I, Alferez M, Gomez-Guzman M, Lopez-Ortega S, Diaz-Castro J. (2020). Lockdown, Emotional Intelligence, Academic Engagement and Burnout in Pharmacy Students during the Quarantine. **Pharmacy**, **8(4)**: 194-200.
- Wang, M., Guan, H., Li, Y., Xing, C., & Rui, B. (2019). Academic burnout and professional self-concept of nursing students: A cross-sectional study. **Nurse Education Today** **777**, 27-31.
- Wang M, Chow A, Hofkens T, Salmela – Aro K. (2015). The trajectories of student emotional engagement and school burnout with academic and psychological development: Findings from Finnish adolescents. **Learning and Instruction**, **3(6)**: 57-65.
- Wang F. (2023). School Burnout and Mind Wandering among Adolescents: The Mediating Roles of Internet Addiction and the Moderating Role of Resilience. **The Journal of Genetic Psychology**, **1(1)**:100-110.
- Zhu K, Xie X, Liu Q, Meng H, Song R .(2023). Internet addiction: Prevalence and relationship with academic burnout among undergraduates during widespread online learning. **Archives of Environmental and Occupational Health**, **74(3)**: 130-139.