



رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، اضطراب اجتماعی و هیجانی خواهی با عملکرد تحصیلی نوجوانان: نقش تعدیل کنندگی خودکنترلی

* محبوبه منصوری

** هادی فرهادی

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی: نقش تعدیل کنندگی خودکنترلی در نوجوانان انجام گرفت. طرح پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری پژوهش مشتمل بر ۲۰۰ نفر (۹۹ پسر و ۱۰۱ دختر) از دانش‌آموزان ناحیه ۵ شهر اصفهان بود که بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های خودکنترلی تانجی و همکاران (۲۰۰۴)، هیجان‌خواهی ماروین زااکرمن (۱۹۷۸)، اضطراب اجتماعی نوجوانان پاکلک (۲۰۰۴)، عملکرد تحصیلی فام و تیلور (۱۹۹۹)، اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای فرهادی (۱۳۹۵) بود. داده‌های جمع‌آوری شده از پرسش‌نامه‌ی پژوهش، به روش حداقل مربعات جزئی در معادلات ساختاری و با استفاده از دو نرم افزار SPSS-22 و Smart_PLS-3 تجزیه و تحلیل شد. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که خودکنترلی می‌تواند رابطه‌ی بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و عملکرد تحصیلی را تعدیل نماید و مقدار اثر تعدیل کنندگی به میزان ۰/۲۳۹ می‌باشد ($P < ۰/۰۵$). در حالی که خودکنترلی نتوانسته رابطه‌ی بین اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی و رابطه بین هیجانی خواهی با عملکرد تحصیلی نقش تعدیل کنندگی را ایفا نماید. ($P > ۰/۰۵$). با توجه به نتایج به دست آمده، می‌توان نتیجه گرفت که خودکنترلی مختل شده، زمینه را برای اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و اختلال در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان فراهم می‌کند.

واژگان کلیدی

بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی خواهی، اضطراب اجتماعی، عملکرد تحصیلی، خودکنترلی

* کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران mmansoori410@gmail.com

** استادیار گروه روانشناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران farhadihadi@yahoo.com

مقدمه

مهم‌ترین عامل موفقیت هر نظام آموزشی، میزان عملکرد تحصیلی^۱ فراگیران آن است (Asarta & Schmidt, 2017). عملکرد تحصیلی به معنای توانایی اثبات موفقیت تحصیلی در اکتساب پیامدی است که برای آن طرح‌ریزی و برنامه‌ریزی شده است (Adeyemi, 2012). هر فراگیر می‌تواند با عملکرد تحصیلی مناسب، مورد تأیید و پذیرش هم‌سالان، معلمان و والدینش قرار گیرد که بدین طریق عزت نفس و احساس کفایت بیشتری پیدا می‌کند، در مقابل، فردی با عملکرد تحصیلی ضعیف، به توانایی و کفایت خود شک می‌کند و احساس بی‌کفایتی و حقارت می‌کند و از ادامه‌ی تحصیل و یادگیری باز می‌ماند (Phan & Ngu, 2014). عملکرد تحصیلی بر جنبه‌های مهمی از زندگی افراد مثل ارتقاء به مقاطع تحصیلی بالاتر، کسب شغل بهتر، جایگاه اجتماعی مناسب و رضایت خاطر بیشتر، تأثیر می‌گذارد (Brian et al, 2014). برای تحقق عملکرد تحصیلی باید در فراگیران، انگیزش، نگرش و باور مثبت ایجاد کرد (Klocokova & Munk, 2011). عملکرد تحصیلی و عوامل مؤثر بر آن همواره مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان تعلیم و تربیت بوده، به طوری که طی سال‌های اخیر، آنان درصدد شناسایی متغیرهایی هستند که با کمک آن بتوانند عملکرد تحصیلی را ارتقاء بخشند (Ashoori, 2014). اغلب مطالعات گذشته، بر جنبه‌های روان‌شناسی و رفتاری تمرکز دارند، با این تصور که در مشکلات آموزشی و یادگیری دانش‌آموزان، مسائل روان‌شناختی و رفتاری، نقش عمده‌ای را ایفا می‌نمایند (Cao et al, 2018). امروزه با افزایش روزافزون تکنولوژی و همگانی شدن عرصه‌ی اینترنت در قرن حاضر، مسئله‌ی استفاده افراطی از این فن‌آوری توجه روان‌شناسان و پژوهشگران را به خود جلب کرده است. یکی از ابعاد استفاده افراطی، اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در نوجوانان می‌باشد. پدیده اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در گروه‌های مختلف به ویژه نوجوانان و جوانان، به دلیل آسیب‌پذیری بیشتر، غیر قابل انکار می‌باشد. بنابراین بررسی این نوع اختلال در این قشر، ضرورت بیشتری دارد. از جمله تأثیرات مخرب اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، اثر بخشی آن بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان می‌باشد. در این پژوهش، با تمرکز بر عملکرد تحصیلی، به بررسی بیشتر متغیرهای اثربخش از جمله: اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی، همچنین نقش خودکنترلی نوجوان پرداخته شده است.

در سرتاسر جهان، انجام بازی رایانه‌ای، یک فعالیت همه گیر و در حال افزایش در اوقات فراغت افراد است؛ که می‌تواند پیامدهای مثبت و منفی فراوانی به همراه داشته باشد (King et al, 2010). اثرات مثبت آن شامل: مهارت‌های تصور و خیال، هماهنگی چشم و دست، تقویت تفکر انتزاعی می‌باشد. در حالی که تأثیرات منفی ممکن است شامل اختلال بینایی، سردرد، گرایش به خشونت، تغییر شخصیت، رفتارهای ضد اجتماعی و اعتیاد باشد (Tejeiro et al, 2012) که در قشر نوجوان بیشترین اثر مخرب را بر کاهش عملکرد تحصیلی آنان می‌گذارد. در ادبیات پژوهشی، اجتماعی بر روی مسئله‌ی اعتیاد به بازی وجود ندارد و پژوهشگران آن را در جهات مختلفی تعریف کرده‌اند و از واژه‌هایی چون «استفاده بیش از حد»، «وابستگی»^۱ و «اعتیاد»^۲ برای نشان دادن استفاده‌ی بیش از حد از بازی‌های رایانه‌ای استفاده کرده‌اند (Griffiths et al, 2012). در حقیقت، اعتیاد به بازی، به معنای استفاده مفرط و وسواس گونه از بازی‌های رایانه‌ای یا ویدیویی به گونه‌ای است که موجب ایجاد مشکلات روانی و اجتماعی خارج از کنترل برای کاربر شود (Keser & Esgi, 2012). از نظر تجیرو و برسابه^۴ (۲۰۰۲) بسیاری از ابعاد اعتیاد به سوء مصرف مواد (از جمله اشتغال ذهنی، تحمل، فقدان کنترل، عقب‌نشینی، گریز، دروغ‌گویی و فریب، بی‌توجهی به پیامدهای جسمی و روان‌شناختی و بی‌نظمی در مسائل مربوط به خانه و مدرسه)، در اعتیاد به بازی نیز وجود دارند (Griffiths et al, 2012). به طور کلی این بازی‌ها در کنار محاسنش، گاه می‌تواند آثار مخرب روانی و جسمی در کودکان و نوجوانان بر جای گذارد (Ganji, Shafaei Moghadam, 2013).

بر اساس پژوهش‌های پیشین، یکی از علل گرایش افراطی نوجوانان به بازی‌های رایانه‌ای، استرس و اضطراب فراگیر (اضطراب اجتماعی)، هیجان‌خواهی بالا و عدم کنترل درونی در این قشر می‌باشد که مجموع این عوامل می‌تواند بر عملکرد تحصیلی آنان نیز اثر بخش باشد. برای مثال، اضطراب اجتماعی^۵ (هراس اجتماعی)، از عوامل تأثیرگذار بر روی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان می‌باشد که یکی از مشکلات اصلی هیجانی است که حیطه‌هایی از کارکردهای فرد را دچار مشکل می‌کند (Bendelow, Wedekind, 2014).

-
1. Excessive Use
 2. Dependency
 3. Addiction
 4. Tejeiro & Bersabe
 5. Social anxiety

اضطراب اجتماعی یکی از انواع اختلالات اضطرابی است که به ترس بارز و مستمر از یک یا چند موقعیت یا عملکرد اجتماعی که در آن شخص با افراد ناآشنا مواجه است یا ممکن است موضوع کنجکاوی آن‌ها قرار گیرد، اطلاق می‌شود. در این موقعیت‌ها، شخص می‌ترسد به گونه‌ای رفتار کند که موجب تحقیر و شرمندگی او گردد و یا مورد ارزیابی منفی قرار گیرد (Seyed Mohammadi, 2013). این پدیده بخش بزرگی از فعالیت‌های روزانه‌ی فرد را تخریب می‌کند و ممکن است به طور قابل توجهی سطح عملکرد شغلی / تحصیلی و فعالیت‌های روزمره را کاهش دهد (Veriendes et al, 2014). ابتلا به هراس اجتماعی و ترس از صحبت کردن در میان جمع، از دو جنبه می‌تواند بر عملکرد تحصیلی فرد تأثیر منفی داشته باشد: ۱- اجتناب از موقعیت‌های عملکردی و صحبت کردن در میان جمع که از ملزومات سیستم آموزشی می‌باشد. و ۲- در صورت اجبار به قرار گرفتن در چنین موقعیت‌هایی، فرد از برخی مانورهای اجتنابی با هدف کاهش ارزیابی منفی دیگران از خود استفاده می‌کند که از آن جمله می‌توان به سریع صحبت کردن و اجتناب از تماس چشمی اشاره کرد. پژوهش مانچینی و همکاران (۲۰۰۳) نشان داد که دانش‌آموزانی که دبیرستان را ناتمام گذاشته بودند، ۵۰ درصد به اختلالات اضطرابی مبتلا بودند که شایع‌ترین آن‌ها اضطراب اجتماعی بود و مشکلاتی مانند عدم توانایی در صحبت کردن جلوی دیگران و اضطراب عملکردی، دو مشکل عمده منجر به ترک تحصیل و مشکلات آموزشی بود (Mazhari et al, 2015).

بر اساس پژوهش‌های پیشین، هیجان‌خواهی در نوجوان می‌تواند زمینه‌ساز رفتارهای افراطی و اعتیاد گردد که به طور کلی بر عملکرد فرد تأثیر خواهد گذاشت. هیجان‌ها بخش جدایی‌ناپذیری از سازگاری فردی و اجتماعی هستند و در سازگاری با رویدادهای تنیدگی‌زا و تغییرات زندگی مؤثر می‌باشند. هدف بسیاری از بررسی‌های انجام شده در زمینه هیجان، تنظیم پیامدهای آن بر رفتار، شناخت و حتی یادگیری است (Garnefski et al, 2002). هیجان‌خواهی^۱ امری طبیعی در انسان‌ها به شمار می‌آید و افراد، در صدد ارضای آن هستند که این میل در نوجوانان پررنگ‌تر است و به عنوان جست‌وجوی تجربه‌های متنوع، تازه و پیچیده و میل پرداختن به خطرهای بدنی و مالی تعریف می‌شود. هیجان‌خواهی متأثر از سبک‌های فکری و اسنادهایی هستند که برای امور آورده

می‌شود، این که افراد با توجه به سبک تفکر خود، چگونه به تعبیر و تفسیر موفقیت‌ها و شکست‌های تحصیلی بپردازند، قابل بررسی است (Ahadi & Khoeini, 2013).

برای مثال لازاروس (۱۹۹۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که افراد دارای تفکر مثبت، هیجان‌های مثبتی را تجربه می‌کنند و هیجان‌های مثبت، موجب پیشرفت تحصیلی می‌شود (Shiota et al., 2014). در نتیجه، تأکید مهم روش‌های آموزشی معلمان در رابطه با افزایش مفهوم خودیادگیرندگان باید مبتنی بر تغییر دادن تفکر یادگیرندگان از فقدان توانایی، به فقدان کوشش باشد؛ یعنی یادگیرندگان با تغییر تفکر خود، هیجان‌هایی مثبت را در خود ایجاد کنند که به افزایش عملکرد آن‌ها بیانجامد (Ahadi & Khoeini, 2013). به طور کلی، کنترل هیجان‌خواهی سبب کنترل بعضی از رفتارها در افراد خواهد شد.

داشتن قدرت کنترل بر شرایط و چگونگی تعبیر و تفسیر موفقیت‌ها و شکست‌های تحصیلی، نقش چشم‌گیری در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد. از جمله مشکلات بزرگ آموزشی، وجود یادگیرندگانی است که دارای مفهوم خودکنترلی^۱ ضعیف یا سطح پایینی هستند (Hill, 2016). خودکنترلی بیانگر میزان مطابقت ویژگی‌های رفتاری خود با شرایط و موقعیت موجود است. همچنین انعکاس تفاوت‌های فردی در تمایلات است که شکل مشخصی را در مدیریت احساسات و عواطف به خود می‌گیرد (Tate, 2008). افرادی که از نظر خودکنترلی ضعیفند، همواره با احساس ناامیدی، افسردگی و بی‌علاقگی نسبت به فعالیت دست به‌گریبانند. از سویی، خودکنترلی ضعیف با مفهوم تکانش‌گری رابطه دارد و نشان‌دهنده توانایی پایین فرد در اندیشیدن به پیامدهای رفتار است. در حالی که افراد دارای مهارت زیاد در این زمینه با سرعت بیشتری می‌توانند ناملایمات را پشت سر بگذارند و میزان مشخصی از احساسات را با تفکر همراه کنند و مسیر درست را انتخاب نمایند (Safari, 2008). نکته ضروری آن است که خودکنترلی به معنای سرکوب کردن هیجان‌ها و احساسات نیست. به عکس، خودکنترلی به این معنی است که انسان‌ها یک انتخاب برای چگونگی ابراز احساساتشان دارند و چیزی که مورد تأکید است، روش ابراز احساسات است به طوری که جریان تفکر را تسهیل بخشد (Parsa, 2011). هنگامی که یادگیرندگان بین موفقیت و اعمال خود رابطه‌ای نمی‌بینند و شکست خود را به فقدان توانایی نسبت می‌دهند، این نوع تفکر ناسازگار، ناشی از خودکنترلی ضعیف است و می‌بایست آن را در

یادگیرندگان تغییر داد و اصلاح کرد (Ahadi & Khoeini, 2013). در تحقیقات پیشین، بین خودکنترلی و میزان گرایش افراطی به بازی‌های رایانه‌ای رابطه منفی یافت شده است که نتیجه آن اثربخشی بر عملکرد تحصیلی می‌باشد.

علی‌رغم این که در دهه‌های اخیر، پژوهش‌های زیادی در باب عملکرد تحصیلی انجام شده است و محققان بسیاری تلاش نموده‌اند تا پیش‌آیندهای تأثیرگذار (روانی و آموزشی) را شناسایی کنند، عواملی چون خودپنداره تحصیلی، عزت نفس و خودکنترلی رابطه معناداری را با عملکرد تحصیلی نشان داده‌اند (poornaghash Tehrani et al, 2018). اما با توجه به گسترش تکنولوژی و افزایش استفاده مفرط از اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای و اثرات زیان‌آور روانی و رفتاری که در نوجوانان ایجاد می‌کند، می‌توان اعتیاد در این حوزه را هم به عنوان یکی از پیش‌آیندهای اثرگذار بر عملکرد تحصیلی مورد پژوهش قرار داد. از جمله عوارض و تأثیرات منفی اعتیاد نوجوانان به بازی‌های رایانه‌ای می‌توان اضطراب، افسردگی، اختلالات خواب و اختلال‌های روانی مانند: بیش‌فعالی با کمبود توجه، کاهش روابط اجتماعی، اجتناب از فعالیت‌های روزمره زندگی و اهمال‌کاری که منشاء کاهش عملکرد تحصیلی می‌باشد را نام برد (Rezaiee & Farhadi, 1397).

نتایج پژوهش صفاریان همدانی و همکاران (Saffarian Hamedani et al, 2013) نشان داد که بین میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و سلامت روان دانش‌آموزان با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان با نوع بازی‌های رایانه‌ای مورد استفاده، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. کاظم‌زاده و همکاران (Kazemzadeh et al, 2015) نشان دادند که بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی و بین خودکنترلی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. مشکانی و همکاران (Meshkani et al, 2016) دریافتند که بین وابستگی به اینترنت و مؤلفه‌ی جسمانی اضطراب، رابطه‌ی مستقیم معنادار و بین وابستگی به اینترنت و هیجان‌زدگی، تجربه‌جویی و هیجان‌خواهی، رابطه‌ی غیر مستقیم معنادار وجود دارد. مهرروف و گریفیتز (Mehroof & Griffiths, 2010) دریافتند که بین هیجان‌خواهی، خودکنترلی، پرخاش‌گری، روان‌رنجورخویی، اضطراب موقعیتی و صفت اضطراب با اعتیاد به بازی‌های آنلاین، رابطه معناداری وجود دارد.

با توجه به بررسی مطالعات و پژوهش‌های پیشین، کمتر پژوهشی می‌توان یافت که به بررسی ارتباط بین متغیرهای ذکر شده فوق (اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی، اضطراب اجتماعی، عملکرد تحصیلی نوجوانان و خودکنترلی) بپردازد. از طرف دیگر، با توجه با گسترش روز افزون این موضوع و خلاء مطالعاتی، ضرورت انجام پژوهش بیشتر احساس می‌شود. بنابراین این پژوهش قصد دارد تا به بررسی رابطه‌ی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی نوجوانان با توجه به نقش تعدیل‌گر خودکنترلی بپردازد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع هم‌بستگی و جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر شامل کلیه‌ی دانش‌آموزان پایه‌های هفتم، هشتم، نهم و دهم ناحیه ۵ شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ می‌باشد که ۲۰۰ نفر (۹۹ پسر و ۱۰۱ دختر) از دانش‌آموزان مدارس ناحیه ۵ شهر اصفهان که به صورت نمونه‌گیری در دسترس به عنوان حجم نمونه انتخاب گردیدند. فرآیند اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از کسب مجوزهای لازم از معاونت پژوهشی دانشگاه جهت اجرای پژوهش در آموزش و پرورش شهر اصفهان، پژوهش‌گر با مراجعه به آموزش و پرورش منطقه ۵ اصفهان و ارائه معرفی‌نامه دانشگاه، مجوزی از آموزش و پرورش برای ۴ مدرسه (۲ مدرسه دخترانه و ۲ مدرسه پسرانه) را کسب و سپس با مراجعه به مدارس و جلب نظر مدیران و معلمان و با همکاری آنان ۲۰۵ پرسش‌نامه به روش نمونه‌گیری در دسترس بین دانش‌آموزان توزیع و پس از ارائه‌ی توضیحات لازم و جلب نظر دانش‌آموزان جهت پاسخ‌گویی، پرسش‌نامه‌های تکمیل شده جمع‌آوری و داده‌های حاصل از ۲۰۰ پرسش‌نامه تکمیل شده وارد فرایند تحلیل گشت. هم‌چنین داده‌های جمع‌آوری شده از پرسش‌نامه‌ی پژوهش به روش حداقل مربعات جزئی در معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزار SPSS-22 و Smart_PLS-3 تجزیه و تحلیل شد. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شده است:

پرسش‌نامه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای: این پرسش‌نامه توسط فرهادی در سال ۱۳۹۵ تهیه شده است و شامل ۱۹ سؤال می‌باشد. همچنین کلیه سؤال‌های آن بر اساس یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۵= همیشه، ۴= اغلب، ۳= گاهی، ۲= به ندرت، ۱= هرگز) نمره‌گذاری شده است. دامنه‌ی نمرات در این پرسش‌نامه بین ۱۹ تا ۹۵ می‌باشد. نمره بالاتر نشان‌دهنده اعتیاد بیشتر به بازی‌های رایانه‌ای می‌باشد. در پژوهش فرهادی (Farhadi, 2016) برای ارزیابی پایایی پرسش‌نامه از روش محاسبه آلفای کرونباخ به عنوان شاخصی از هم‌سانی درونی پرسش‌نامه استفاده شد و ضریب آلفای برابر با ۰/۸۶ برای آن به دست آمد.

پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی نوجوانان: این پرسش‌نامه توسط پاکلک (Puklek, 2004) طراحی شده و دارای ۲۸ گویه است که نگرانی‌ها، ترس‌ها و رفتارهای اجتنابی نوجوانان را در موقعیت‌های اجتماعی مختلف مثل تعامل با دوستان و در مدرسه اندازه‌گیری می‌کند. پرسش‌نامه شامل دو زیرمقیاس درک و ترس از ارزیابی منفی با ۱۵ سؤال و تنش و بازداری در برخورد

اجتماعی با ۱۳ سؤال است که پاسخ‌دهنده، وضعیت خود را در هر سؤال در یک طیف پنج درجه‌ای کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) می‌سنجد. حداقل امتیاز ممکن در مقیاس برابر با ۲۸ و حداکثر ۱۴۰ خواهد بود که کسب نمره بالاتر به معنای اضطراب اجتماعی بیشتر است. در پژوهش خدائی و همکاران (Khodaei et al, 2010) روایی پرسش‌نامه توسط اساتید و متخصصان این حوزه تأیید شده است و پایایی پرسش‌نامه از روش آلفای کرونباخ بالای ۰/۷۰ به دست آمده است که ضریب مطلوبی است.

پرسش‌نامه هیجان‌خواهی: پرسش‌نامه هیجان‌خواهی توسط زاکرمن (Zuckerman) در سال ۱۹۷۸ طراحی شده و دارای ۴۰ گویه است. پرسش‌نامه دارای چهار مقیاس فرعی است که هر یک ۱۰ سؤال را شامل می‌شود. مقیاس‌های فرعی عبارتند از: (۱) هیجان‌خواهی شدید و ماجراجویانه (۲) تجربه‌خواهی (۳) عدم بازداری (۴) حساسیت به کسالت. حداقل امتیاز ممکن در مقیاس برابر با صفر و حداکثر ۴۰ خواهد بود که کسب نمره بالاتر به معنای هیجان‌خواهی بیشتر است. زاکرمن (۱۹۷۸) پایایی درونی (به روش آلفای کرونباخ) زیرمقیاس‌های ماجراجویانه، تجربه‌جویی، بازداری‌زدایی و حساسیت نسبت به یک‌نواختی را به ترتیب برابر با ۰/۸۱، ۰/۸۱، ۰/۸۵ و ۰/۸۸ گزارش نموده است. لازم به ذکر است که در ایران، پایایی ابزار استرس شغلی آلتمایر با استفاده از روش بازآزمایی، ۰/۸۶ به دست آمده است و پایایی ابزار هیجان‌خواهی زاکرمن نیز با استفاده از فرمول کودر ریچاردسون برابر ۰/۸۵ محاسبه شده است (Mahboubi et al, 2013).

پرسش‌نامه خودکنترلی: این پرسش‌نامه توسط تانجی و همکاران در سال ۲۰۰۴ تدوین شد که شامل دو خرده‌مقیاس خودکنترلی منع‌کننده یا بازدارنده و خودکنترلی اولیه می‌باشد. این پرسش‌نامه دارای ۳۶ سؤال است و هدف آن، سنجش میزان کنترل افراد بر خودشان است. طیف پاسخ‌گویی آن از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای (همیشه در مورد من صدق می‌کند = ۵ و به هیچ‌وجه در مورد من صدق نمی‌کند = ۱) می‌باشد. ریدر و همکاران (Ridder et al, 2011) با انجام تحقیق، به بررسی تفاوت‌های این دو خرده‌مقیاس پرداختند و هم‌سانی درونی این پرسش‌نامه را با گزارش آلفای هر دو خرده‌مقیاس، مورد بررسی قرار دادند و آلفای کرونباخ خودکنترل منع‌کننده ۰/۸۶ و آلفای کرونباخ برای خودکنترلی اولیه ۰/۶۸ به دست آمد. هم‌بستگی بین دو خرده‌مقیاس خودکنترلی نیز در پژوهش اطلسی و همکاران برابر با ۰/۷۲ به دست آمد (Atlasi et al, 2014).

پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی: پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی اقتباسی از پژوهش‌های فام و تیلور (Pham & Taylor, 1999) در حوزه عملکرد تحصیلی است که برای جامعه‌ی ایران ساخته شده است. این پرسش‌نامه دارای ۴۸ سؤال بوده و هدف آن، ارزیابی عملکرد تحصیلی از حوزه‌های مختلف می‌باشد. نمره‌گذاری پرسش‌نامه به صورت طیف لیکرت ۵ نقطه‌ای (هیچ = ۰ تا خیلی زیاد = ۵) می‌باشد. پرسش‌نامه عملکرد تحصیلی پنج مؤلفه خودکارآمدی (۸ آیتم)، تأثیرات هیجانی (۸ آیتم)، برنامه‌ریزی (۱۴ آیتم)، فقدان کنترل پیامد (۴ آیتم)، و انگیزش (۱۳ آیتم) را اندازه‌گیری می‌کند. همچنین نمره کمتر از ۱۲۰، بیانگر عملکرد تحصیلی ضعیف و نمره بالاتر از ۱۷۵، بیانگر عملکرد تحصیلی قوی و نمره بین ۱۷۴-۱۲۱، بیانگر عملکرد تحصیلی متوسط می‌باشد. روایی محتوایی و روایی سازه پرسش‌نامه در پژوهش در تاج (Dortaj, 2003) مورد تایید قرار گرفت. همچنین روایی‌سازی این مقیاس، توسط روش تحلیل عاملی مورد تایید قرار گرفت. ضریب آلفای کرونباخ در مؤلفه‌های خودکارآمدی، تأثیرات هیجانی، برنامه‌ریزی، فقدان کنترل پیامد، انگیزش به ترتیب برابر با ۰/۹۲، ۰/۷۳، ۰/۹۳، ۰/۶۴ و ۰/۷۳ و در کل مقیاس برابر با ۰/۷۴ گزارش شده است.

یافته‌ها

بررسی اطلاعات دموگرافیک نشان داد که ۴۹٪ شرکت کنندگان در پژوهش، پسر و ۵۱٪ دختر بوده‌اند. ۲۸٪ دانش‌آموزان پایه هفتم، ۲۲/۵٪ پایه هشتم، ۲۶/۵٪ پایه نهم، ۲۳٪ پایه دهم بوده‌اند. از لحاظ شروع سن بازی، ۳۶٪ دانش‌آموزان از سنین ۳ تا ۵ سالگی شروع به بازی کرده‌اند، ۳۸٪ از سنین ۶ تا ۸ سالگی و ۲۶٪ از سنین ۹ تا ۱۱ سالگی شروع به انجام بازی‌های رایانه‌ای کرده‌اند. اکثریت افراد پاسخ‌دهنده به پرسش‌نامه‌ها، دارای معدل بین ۱۷ تا ۱۹ بوده‌اند که ۴۷/۵٪ نمونه را تشکیل می‌دهند و کمترین افراد نمونه، معدل کمتر از ۱۵ داشته‌اند که تنها ۶/۶٪ نمونه را به خود اختصاص داده‌اند. جهت بررسی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی، ابتدا ماتریس فورنل و لارکر^۱ جهت بررسی روایی و اگر ارائه و سپس معیارهای ضریب تعیین، Q^2 ، مدل پیشنهادی پژوهش و شاخص‌های برازش مدل ارائه شده است.

جدول ۱. ماتریس ضرایب هم‌بستگی سازه‌ها (روایی واگرا) در مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی

در رابطه متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک

هیجان‌خواهی	عملکرد تحصیلی	خودکنترلی	اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای	اضطراب اجتماعی	
				0/854	اضطراب اجتماعی
			1/000	-0/021	اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای
		1/000	0/249	-0/196	خودکنترلی
	0/723	-0/221	-0/385	0/191	عملکرد تحصیلی
0/827	0/536	-0/387	-0/332	0/335	هیجانی‌خواهی

در این روش، میزان هم‌بستگی بین شاخص‌های یک سازه و میزان هم‌بستگی شاخص‌های یک سازه با سازه‌های دیگر مقایسه می‌شود و اگر مقادیر روی قطر اصلی که همان جذر AVE هستند،

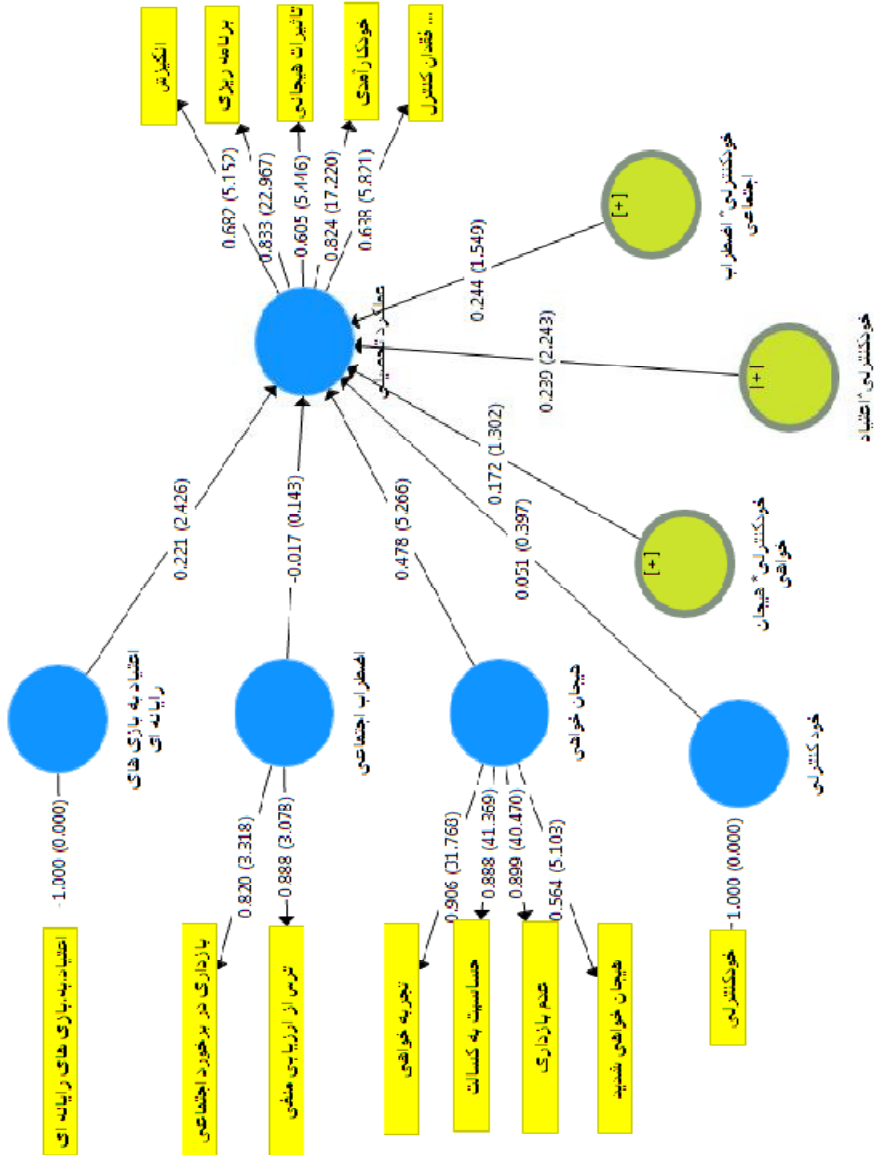
برای تمامی متغیرها از هم‌بستگی میان آن‌ها (مقادیر قطر فرعی) بالاتر باشد، این امر روایی و اگرایی مناسب و برازش خوب مدل اندازه‌گیری را نشان می‌دهد و همان‌طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود، در مدل پژوهش مقادیر روی قطر اصلی بالاتر از قطرهای فرعی است و مدل از روایی و اگرایی مناسبی برخوردار است.

جدول ۲. مقادیر ضریب تعیین و Q^2 سازه‌های مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی

در رابطه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک

Q2	ضریب تعیین تعدیل‌شده	ضریب تعیین	
0/177	۰۲0/4	۴۴0/4	عملکرد تحصیلی

با توجه به جدول شماره ۲، مقدار ضریب تعیین برای متغیر وابسته عملکرد تحصیلی بالای ۰/۳۳ و برابر مقدار ۰/۴۰۲ است، بدین معنا که اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی به همراه متغیر تعدیل‌گر خودکنترلی، به میزان تقریبی ۴۰/۲ درصد از تغییرات عملکرد تحصیلی را توضیح داده‌اند. همچنین معیار Q^2 توسط استون و گیزر معرفی شده است و قدرت پیش‌بینی مدل را مشخص می‌کند. هنسلر و همکاران، قدرت پیش‌بینی مدل را مقادیر ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ تعیین نموده‌اند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، در مدل حاضر، این میزان برای متغیر عملکرد تحصیلی ۰/۱۷۷ بوده و بالای ۰/۱۵ است که نشان از قدرت پیش‌بینی متوسط برای این مدل می‌باشد. در ادامه مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی در حالت تخمین ضرایب استاندارد ارائه شده است.



شکل ۱. مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی در حالت تخمین ضرایب استاندارد (بارهای عاملی) و مقادیر آماره t

جدول ۳. برآورد انجام شده برای ضرایب و تفاوت معناداری مؤلفه‌های پارامترها با مقدار صفر در مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی

کران پایین	کران بالا	P- Value	t	ضریب تأثیر	مسیرهای اصلی مدل	
-0/042	-0/423	0/018	2/426	-0/221	اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای < عملکرد تحصیلی	متغیرهای مستقل
0/199	-0/256	0/884	0/143	-0/017	اضطراب اجتماعی < عملکرد تحصیلی	
0/677	0/323	0/0001	5/266	0/478	هیجان‌خواهی < عملکرد تحصیلی	
0/322	-0/175	0/692	0/397	0/051	خودکنترلی < عملکرد تحصیلی	تعدیل‌گر
0/456	0/056	0/024	2/267	0/239	خودکنترلی * اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای < عملکرد تحصیلی	تعاملی تعدیل‌گر
0/151	-0/534	0/125	۱/۵۴۹	-0/244	خودکنترلی * اضطراب اجتماعی < عملکرد تحصیلی	
0/394	-0/098	0/192	۱/۳۰۲	0/172	خودکنترلی * هیجان‌خواهی < عملکرد تحصیلی	مستقل و تعدیل‌گر

نتایج جدول شماره ۳ نشان می‌دهد که مقدار آماره‌ی t در تعیین نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای یا عملکرد تحصیلی برابر با $۲/۶۷$ می‌باشد که در سطح $۰/۰۵$ معنادار می‌باشد، بنابراین می‌توان گفت خودکنترلی توانسته است رابطه‌ی بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با عملکرد تحصیلی را تعدیل کند و میزان تأثیر این اثر تعدیل‌کنندگی به میزان $۰/۲۳۹$ می‌باشد و به معنای تأثیر $۲۳/۹$ درصدی خودکنترلی در نقش تعدیل‌کنندگی رابطه‌ی بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با عملکرد تحصیلی می‌باشد. در حالی که مقدار آماره‌ی t در تعیین نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه بین اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی برابر با $۱/۵۴$ و در رابطه بین هیجانی‌خواهی با عملکرد تحصیلی برابر با $۱/۳۰$ می‌باشد که غیر معنادار می‌باشد ($P > ۰/۰۵$)، بنابراین می‌توان گفت خودکنترلی نتوانسته است رابطه‌ی بین اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی و رابطه‌ی بین هیجانی‌خواهی با عملکرد تحصیلی را تعدیل کند و رابطه‌ی بین

این دو متغیر را تحت تأثیر قرار دهد. همچنین برای بررسی برازش مدل در نرم افزار Smart PLS شاخص‌های برازش مدل ساختاری شامل ۵ شاخص عمده می‌باشد که در جدول شماره ۴ ارائه شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود در مدل مفروض تمامی شاخص‌ها در محدوده یا نزدیک به مقادیر مطلوب هستند و مدل تدوین شده تقریباً در محدوده‌ی قابل قبول می‌باشد و نشان از برازش نسبتاً مطلوب مدل است.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل روابط علی نقش تعدیل‌گری خودکنترلی در رابطه متغیرهای پیش‌بین با عملکرد تحصیلی

شاخص	معادل فارسی	دامنه قابل قبول	مدل تدوین شده
Chi- Square	مقدار خی دو	وابسته به حجم نمونه	۱۷۸/۴۱۷
d-uls	-	کمتر از ۰/۹۵	۰/۸۸۴
d_G	-	کمتر از ۰/۹۵	۰/۳۹۱
NFI	شاخص برازش بتلر - بنت	۰/۹۰ - ۱	۰/۷۶۹
SRMR	ریشه دوم میانگین مربعات باقی‌مانده‌های استاندارد	۰ - ۰/۱	۰/۰۹۹

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هیجانی‌خواهی و اضطراب اجتماعی با عملکرد تحصیلی نوجوانان با توجه به نقش تعدیل‌گر خودکنترلی انجام شده است. نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان داد که خودکنترلی توانسته است رابطه‌ی بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با عملکرد تحصیلی را تعدیل کند. اگرچه با توجه به جدید بودن عنوان کمتر پژوهشی به بررسی این موضوع پرداخته است اما تعدادی از یافته‌های پیشین می‌تواند در تایید یافته‌های پژوهش حاضر هم‌سو باشد. برای مثال: یافته‌های پژوهش پورنقاش و همکاران (poornaghash Tehrani et al, 2018)، کاظم‌زاده و همکاران (Kazemzadeh et al, 2015)، حجت‌پناه و همکاران (Hojjatpanah et al, 2018) و صفاریان همدانی و همکاران (Saffarian Hamedani et al, 2013) نشان داده‌اند که خودپنداره تحصیلی، عزت نفس و خودکنترلی واریانس عملکرد تحصیلی را تبیین می‌کند. کاظم‌زاده و همکاران (Kazemzadeh et al, 2015) دریافتند که بین خودکنترلی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. حجت‌پناه و همکاران (Hojjatpanah et al, 2018) در پژوهشی دریافتند که خودکنترلی می‌تواند تغییرات مربوط به پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پایه پنجم ابتدایی را به طور مثبت و معناداری پیش‌بینی نماید. صفاریان همدانی و همکاران (Saffarian Hamedani et al, 2013) نشان دادند که بین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان با نوع بازی‌های رایانه‌ای مورد استفاده، رابطه معناداری وجود دارد. بهرامی و مکتبی (Bahrami & Maktabi, 2015) دریافتند که تفاوت معناداری بین اختلالات پرخاش‌گری و اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان دختر موفق و ناموفق پایه دوم دبیرستان‌های شهر اهواز وجود دارد. مشکانی و همکاران (Meshkani et al, 2016) دریافتند که بین وابستگی به اینترنت و هیجان‌زدگی، تجربه‌جویی و هیجان‌خواهی رابطه‌ی غیر مستقیم معنادار وجود دارد. مهرروف و گریفیتر (Mehroof & Griffiths, 2010) دریافتند که بین هیجان‌خواهی، خودکنترلی، پرخاش‌گری و اضطراب، با اعتیاد به بازی‌های آنلاین، رابطه معناداری وجود دارد.

در تبیین احتمالی یافته فوق، می‌توان گفت که ویژگی اساسی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، استفاده‌ی افراطی و تکانشی از بازی به صورتی است که منجر به مشکلات اجتماعی و عاطفی گردد و علی‌رغم این مشکلات، فرد قادر به کنترل رفتار افراطی خود نباشد. به باور وو (Wo, 2014)، کودکان و نوجوانان دارای اعتیاد به بازی‌های آنلاین، توانایی کمتری در کنترل احساسات

خود دارند. این افراد معمولاً دارای تعارضات بین فردی هستند و در شناخت و کنترل هیجانات خود دچار مشکل می‌شوند. در واقع آن‌ها از تلاش برای کنترل هیجانات خود جلوگیری می‌کنند و به نوعی در کنترل خود مشکل دارند. مفهوم کنترل در حوزه‌های بسیاری از روان‌شناسی، از سلامت جسمانی گرفته تا پیشرفت و هیجان، کاربرد دارد و داشتن احساس کنترل بر رویدادهای زندگی، پیش‌بینی‌کننده‌ی مهمی در مورد سلامت است (Sterling, 2007). خودکنترلی به معنای کنترل رفتارها، احساسات و گرایش‌های غریزی علی‌رغم برانگیخته شدن عمل در فرد است. یک کودک یا نوجوان، با خودکنترلی زمانی را صرف فکر کردن به انتخاب‌ها و نتایج احتمالی می‌کند و سپس بهترین انتخاب را می‌کند (Frieese & Hofmann, 2009). به باور صفری (Safari, 2008) اعتیاد به بازی‌های آنلاین در جوانان با ضعف در خودکنترلی و نظم مرتبط است و همچنین افراد معتاد نسبت به کاربران عادی توانایی کمتری در کنترل احساسات خود دارند.

در حقیقت، ناتوانی در کنترل رفتار، هیجانات و احساسات از نشانگان بارز مشکلات رفتاری نظیر اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در کودکان و نوجوانان است. وقتی خودکنترلی به شکل به تأخیر انداختن خشنودی در نظر گرفته شود، مشخص می‌شود که بسیاری از مشکلات دوره نوجوانی، ریشه در همین نارسایی دارند. به نظر می‌رسد که از یک سو، اعتیاد به بازی‌های آنلاین در جوانان با ضعف در خودکنترلی و نظم مرتبط است و از سوی دیگر، افراد معتاد نسبت به کاربران عادی، توانایی کمتری در کنترل عواطف و احساسات خود دارند. همچنین ضعف در به تعویق انداختن وسوسه برای انجام بازی و ناتوانی در کنترل تکانه، از جمله ویژگی‌های بارز افراد معتاد به بازی‌های رایانه‌ای است که منجر به اختلال در انجام فعالیت‌های تحصیلی و ناتوانی در برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی هدف‌مند رفتار مربوط به یادگیری می‌شود. این‌گونه افراد در برابر ناکامی، تحمل اندکی دارند و فعالیت‌های اجتماعی را به گونه‌ای نامناسب انجام می‌دهند. بنابراین دانش‌آموزان با خودکنترلی ضعیف، دائماً با احساس ناامیدی، افسردگی و بی‌علاقگی به فعالیت تحصیلی، دست به گریبانند؛ در حالی که دانش‌آموزان با مهارت زیاد در این زمینه، با سرعت بیشتری می‌توانند ناملايمات محیط آموزشی و مسائل تحصیلی را پشت سر گذاشته و میزان مشخصی از احساسات را با تفکر، همراه نموده و مسیر درست اندیشه را پیمایند.

به طور کلی می‌توان تبیین کرد که اعتیاد رفتاری به ویژه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در نوجوانانی که خودکنترلی پایین‌تری دارند، بیشتر بروز می‌کند؛ این گرایش افراطی سبب اهمال کاری و به تعویق انداختن تکالیف می‌شود که به دنبال آن، کاهش عملکرد تحصیلی برای دانش‌آموزان به وجود می‌آید.

با توجه به نتایج به دست آمده، پیشنهاد می‌گردد که از نتایج این پژوهش، در مراکز مشاوره تحصیلی و تربیتی کودک و نوجوان و استفاده گردد و همچنین پیشنهاد می‌شود ارگان‌هایی که در زمینه‌ی کودک و نوجوان کار می‌کنند (مانند مدارس، کانون‌های پرورشی و...) در خصوص ارائه برنامه‌هایی در جهت پیش‌گیری از وابستگی کودکان و نوجوانان به بازی‌های رایانه‌ای و وابستگی به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، کارگاه‌هایی را برگزار کنند. از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که این پژوهش صرفاً بر روی دانش‌آموزان شهر اصفهان انجام گرفت، لذا در تعمیم نتایج به اقشار دیگر جامعه و سایر شهرها یا بافت‌های فرهنگی، باید احتیاط لازم صورت گیرد. همچنین عدم کنترل کافی بر متغیرهای محیطی، خانوادگی و مسائل و مشکلات دانش‌آموزان در خانه، از دیگر محدودیت‌های این پژوهش می‌باشد.

References

- Adeyemi, B. A. (2012). Effects of computer assisted instruction (CAI) on students' achievement in social studies in Osun state, Nigeria. *Journal of Social Sciences*, 3(2), 269- 277.
- Ahadi, H., Khoeini, F. (2013). Thinking Styles, Sensation Seeking, and Academic Achievement. *The Journal of Modern Thoughts in Education*, 7(4), 34-23. (in Persian).
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM*, 5th ed. Seyed Mohammadi translation. Tehran: Ravan Publication
- Asarta, C. J., & Schmidt, J. R. (2017). Comparing student performance in blended and traditional courses: Does prior academic achievement matter? *The Internet and Higher Education*, 32(1), 29-38.
- Ashoori J. (2014). Relationship between academic achievement and self-efficacy, critical thinking, thinking styles and emotional intelligence in nursing students. *Sci J Hamadan Nurs Midwifery Fac*, 22 (3) :15-23.(in Persian).
- Atlasi, M., Narimani, R., Musa Zadeh, T. (2014). Comparison of the effectiveness of de-dysmation therapy with eye movement and re-rehabilitation with metacognitive therapy on self-control in patients with panic attacks. *Journal of Behavioral Sciences*, 8 (3): 269-263.(in Persian).
- Bendelow B, Wedekind D. Social phobia. *Nervenzet*. 2014; 85: 635-4.
- Brian, M., Galla, J., Wood, E. T., Kim Har, A. W., & Chiu David, A. (2014). A longitudinal multilevel model analysis of the within-person and between-person effect of effortful engagement and academic self-efficacy on academic performance. *Journal of School Psychology*, 24, 123-130.
- Cao Y, Gao J, Lian D2, Rong Z, Shi J, Wang Q3, Wu Y, Yao H, Zhou T. (2018). Orderliness predicts academic performance: behavioural analysis on campus lifestyle. *J R Soc Interface*. 2018 Sep 19;15(146).
- Dortaj, f. (2003). The study of the effect of process mental and procedural mental enhancement in improving academic performance of students. Making and standardization of academic performance test, PhD dissertation, Allameh Tabatabaei University of Tehran.
- Friese, M., & Hofmann, W. (2009). Control me or I will control you: Impulses, trait self-control, and the guidance of behavior. *J Res Pers*,43(5):795-805.
- Ganji, M., Shafaei Moghadam, A. (2013). The Role of Addiction to Computer Games in Student's Aggression and Isolationism. *QJFR*; 9(2) :127-159. (in Persian).
- Garnefski, N., Van Den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2006). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *Eur J Personality*;16(5):403-20.

- Goleman, D. (1390). Emotional Intelligence. Translation by Nasrin Parsa, Tehran, Roshd Publishing. (in Persian).
- Griffiths, M. D., Kuss, D. L., & King, D. L. (2012). Video game addiction: past, present and future. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 308e318.
- Hill, R. (2016). Locus of Control, Academic Achievement, and Discipline Referrals. Murray State Theses and Dissertations.
- Hojjatpanah, H., Amani, Z., & Talepasand, S. (2018). The relationship between self-control and moral judgment on the academic achievement of fifth grade students. *Erj*, 5 (36) :74-91. (in Persian).
- Kaushal, R., & Kwantes, C. T. (2006). The role of culture and personality in choice of conflict management strategy. *International Journal of Intercultural Relations*, 30(5), 579-603.
- Kazemzadeh, R., Badri, T., Kamali, A., & Nourizad, S. (2015). Study of the relationship between self-esteem and self-control with students' academic achievement, second scientific congress of educational sciences and psychology of social and cultural harm in Iran, Qom, Center for Islamic Studies and Research Soroush Hekmat Mortazavi. (in Persian).
- Keser, H., & Esgi, N. (2012). An analysis of self-perceptions of elementary school students in terms of computer game addiction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 247-251.
- Khodaei, A., Geravand, F., Afzali, M., Shokri, O., Puklek, M., Toulabi, S. (2010). Gender and Age Differences in Social Anxiety in Adolescence., 7(26), 165-174. (in Persian).
- King, D., Delfabbro, P., & Griffiths, M. (2010). The role of structural characteristics in problem video game playing: A review. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 4(1), article 6.
- Klocokova, D., & Munk, M. (2011). Usage analysis in the web-based distance learning environment in a foreign language education: case study. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 15, 993-997.
- Mahboubi M, Jalali A, & Mohammadi M. (2103). Comparative assessment of relationship between sensation seeking with job stress in emergency medicine workers and non-emergency medicine workers. *Jhosp*, 12 (3) :75-82.
- Mazhari, S., Ekhlaspour, & M., Banazadeh, N. (2015). Social phobia and its relationship with academic status among students of Kerman University of Medical Sciences. *Developmental steps in medical education*;11(2): 227- 235. (in Persian).
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(3), 313-316. (in Persian).
- Meshkani, M., Sahebkar, V., & Sadeghi, Z. (2017), The Relationship Between Anxiety and Excitement with Internet Affiliation Students in Social Networking Students, *Journal of Knowledge Entrepreneurship Golestan*, 27 (5): 115- 134. (in Persian).

- Phan, H. P., & Ngu, B. H. (2014). An empirical analysis of students' learning and achievements: a motivational approach. *Educational Journal*, 3(4), 203-216.
- Pornaghash Tehrani, S., fadavi ardakanni, E., & nasri taj abadi, M. (2017). Predicting academic performance in terms of self-concept, self-esteem and self-control in elementary students. *frooyesh*. 2017; 6 (2) :79-102. (in Persian).
- Puklek, M. (2004). Development of the two forms of social anxiety in adolescence. *Horizons Psychology*, 13,27-40.
- Ridder, D., De Boer, B., Lugtig, P., B. Bakker, A., & Hooft, E. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right thing: Distinguishing between inhibitory and initiatory self-control. *Personality and Individual Differences*, 50, 1006–1011.
- Rezaiee, S., farhadi, H. (2018). Effectiveness of Quality of Life Therapy on Internet Addiction, Lonliness, and Selfe-steem of Female Second High School Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*,19(1),37-49.(in Persian).
- Safari, N. (2008), Comparison of the effectiveness of Perkinson's momentum control method and self-control training on reducing the shock of adolescent girls in Tehran, Master's thesis of General Psychology, School of Educational Sciences and Psychology, Allameh Tabatabaei University.(in Persian).
- Saffarian Hamedani, S., Abdollahi, M., Daeizade, H., & Bayat, Y. (2013). The Relationship between the Amount of Playing Computer Games and Students ' Mental Health and Academic Performance. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*, 3(11): 5-20. (in Persian).
- Shiota, M. N., Neufeld, S. L., Danvers, A. F., Osborne, E. A., Sng, O. & Yee, C. I. (2014), Positive Emotion Differentiation: A Functional Approach. *Social and Personality Psychology Compass*, 8: 104-117.
- Sterling, M. R. (2007). Effects of rumination on internal and external locus of control. Rowan University.
- Tate, EB. (2008). Hypo-egoic self-regulation: exercising self-control by diminishing the influence of the self. *J Pers*,74 (6), pp. 1803-31.
- Tejeiro, R. A., Gómez-Vallecillo, J. L., Pelegrina, M., Wallace, A., & Emberley, E. (2012). Risk factors associated with the abuse of video games in adolescents. *Psychology*, 3(4), 310-314.
- Veriendes N., Bolt, OC., & Kunz SM. (2014). Social anxiety disorder, a lifelong disorder? A review of the spontaneous remission and its predictor. *Acta Psychiatrica Scandinavia*. 2014; 130:109-22.
- WO, H. (2014). Factors influencing internet addiction tendency among middle school students in Gyeong-buk area. *Taehan Kanho Hakhoe Chi*, 33(8):1135-44.

