

پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال‌کاری دانش‌آموزان دارای اعتیاد به فضای مجازی

محمدآرمند^۱، سوما صبوری‌راد^۲ و غلامرضا محمدی فرهمند^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال‌کاری دانش‌آموزان دارای اعتیاد به فضای مجازی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان اعم از دختر یا پسر مقطع متوسطه اول شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ است. حجم نمونه، با استفاده از روش کلاین و در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه، ۳۳۵ نفر در نظر گرفته شد که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پس از جمع‌آوری داده‌ها تعداد نهایی نمونه به ۳۲۷ نفر کاهش یافت. اطلاعات اصلی این پژوهش با استفاده از رضایت از زندگی داینر، خطاهای شناختی لیتبرگ و همکاران، اهمال‌کاری تاکنن و اعتیاد به اینترنت یانگ به دست آمد. در تجزیه و تحلیل اطلاعات از آمار توصیفی (شاخص‌های میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی) و آمار استنباطی ضریب همبستگی پیرسون با نرم‌افزار SPSS-23 و مدل‌سازی معادلات ساختاری با نرم‌افزار LISREL استفاده شد. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال‌کاری توان پیش‌بینی رضایت از زندگی را در دانش‌آموزان دارای اعتیاد به فضای مجازی دارد.

واژه‌های کلیدی: رضایت از زندگی، خطاهای شناختی، اهمال‌کاری، اعتیاد به فضای مجازی

-
۱. دانشیار گروه برنامه‌ریزی درسی، پژوهشکده تحقیق و توسعه علوم انسانی (سمت)، تهران، ایران
 ۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی (نویسنده مسئول) somasaboori19921371@gmail.com
 ۳. کارشناسی روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهر قدس، شهر قدس، ایران

(دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۱۵ - پذیرش: ۱۴۰۲/۰۶/۲۰)

Predicting life satisfaction based on cognitive errors with the mediating role of procrastination in students with cyberspace addiction

Mohammad Armand^۱, Soma Saburi Rad^۲, Gholamreza Mohammadi Farhamand^۳

Abstract

The present study was aimed at predicting life satisfaction based on cognitive errors with the mediating role of procrastination of students with cyberspace addiction. The statistical population of this research includes all students of the first secondary level in Tehran in the academic year of 1401-1400. The sample size, using the Klein method and taking into account the possibility of sample dropout, was considered to be 180 people who were selected using available sampling method. The main data of this research was obtained using Diener's life satisfaction, Litenberg et al.'s cognitive errors, Tuckman's procrastination and Young's Internet addiction Descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness and kurtosis indices) and inferential statistics of Pearson's correlation coefficient and structural equation modeling with LISREL software were used in data analysis. The results of the research indicated that cognitive errors with the mediating role of procrastination can predict life satisfaction in students with cyberspace addiction.

Keywords: life satisfaction, cognitive errors, procrastination, cyberspace addiction

۱. Associate Professor of the Department of Curriculum Planning, Humanities Research and Development Institute, Tehran, Iran. armand@samt.ac.ir

۲. Master's student in psychology (corresponding author) somasaboori19921371@gmail.com

۳. Master of Psychology, Islamic Azad University Quds City Branch, Quds City, Iran.

مقدمه

انقلاب الکترونیک، انفجار اطلاعات و انقلاب رایانه‌ای تفاوت کمی و کیفی بسیاری را در جهان نسبت به دو دهه قبل با خود به همراه آورده است و امروزه شاهد تحولات شگرف فناوری و تأثیرات فرهنگی، اجتماعی و حرفه‌ای ناشی از آن هستیم (کانگ، وانگ و وانگ^۱، ۲۰۲۱). اینترنت به عنوان یکی از ابعاد نوپای فناوری‌های جدید جهان معاصر، نقش بسزایی در تغییر و تحول زندگی افراد جامعه داشته است. اگرچه استفاده از اینترنت، فرصت‌های متعدد برای افراد ایجاد می‌کند اما استفاده بیش از حد از آن، می‌تواند زمینه وابستگی و اعتیاد به آن را ایجاد کند (شریفی رهنمو، فتحی و شریفی رهنمو، ۱۴۰۰). در واقع اعتیاد به اینترنت^۲ نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت را نشان می‌دهد که با ویژگی‌هایی مانند افسردگی، کم‌حوصله بودن، احساس تنهایی، ترس، اضطراب و پرخاشگری همراه است (بونویکیو و بونویکیوس^۳، ۲۰۲۱). نتایج مطالعات دیلون و بوشمن^۴ (۲۰۱۵) نشان داد که ۹۳ درصد از نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ سال کاربر فضای مجازی هستند و به اشکال مختلف از آن بهره می‌گیرند. در ایران نیز، درگیر بودن در فضای مجازی و به تبع آن اعتیاد و وابستگی بیمارگون به فضای مجازی به بخشی از زندگی نوجوانان ایران بدل شده است (سیدقلعه، طالبی، خوش‌گفتار و پیرزاده، ۱۴۰۱). نوجوانانی که بیشتر وقت خودشان را در دنیای مجازی صرف می‌کنند مشارکت بسیار کمی در فعالیت‌های دنیای واقعی دارند و در نتیجه رضایتشان از خود در رسیدگی به تکالیف و نقش‌های کارکردی‌شان در سطح پایینی قرار دارد (ایلانلو، احمدی، زهراکار و گومز بنیتو^۵، ۱۴۰۱).

پژوهش‌ها همچون پژوهش حیات، کجوری و امینی (۲۰۲۰)؛ رئیسی و امینی (۱۴۰۱)؛ جنگ، هان، گائو، جو و هانگ^۶ (۲۰۱۸) نشان می‌دهند که بین اهمال‌کاری^۷ با اعتیاد به اینترنت رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. اهمال‌کاری عبارت است از به تأخیر

۱. Gong, Wang, L. & Wang H.

۲. Internet addiction

۳. Buneviciene & Bunevicius

۴. Dillon & Bushman

۵. Gómez-Benito

۶. Geng, Han, Gao, Jou & Huang

۷. Procrastination

انداختن وظایف و تکالیف محول شده به یک فرد که اغلب به پریشانی روان‌شناختی منجر می‌شود (ایزن‌بک، کارینوب و یوکلز-ژوارز^۱، ۲۰۱۹). دو نوع اهمال‌کاری وجود دارد که شامل اهمال‌کاری رفتاری (تأخیر عمدی در کارهای اصلی و فرعی) و اهمال‌کاری در تصمیم‌گیری دربارهٔ امور مهم زندگی است (کلین، بوتل، مولر^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). اهمال‌کاری در زمینهٔ سلامت روان مشکلاتی از جمله افسردگی، آسیب به عزت نفس، اضطراب و کاهش کیفیت زندگی و در زمینهٔ تحصیلی مشکلاتی از جمله اجتناب از درس و تکالیف و عملکرد تحصیلی ضعیف را ایجاد می‌کند (حق‌محمدی شراهی، استوار و برماس، ۱۴۰۰). اهمال‌کاری به همان اندازه که نامطلوب است، جزء طبیعی و لاینفک از رفتار اکثریت افراد جامعه است و تکرار مستمر و شدت یافتن آن می‌تواند مانعی جدی در دستیابی افراد به پیشرفت، موفقیت و به دنبال آن کسب احساس رضایت از زندگی باشد (مرادقلی، روزخوان، قدیری حکم و ابهر زنجانی، ۱۴۰۰). این در حالی است که عبدی‌زرین، اکبرزاده مصطفوی (۱۳۹۸) در پژوهشی نشان دادند، تنظیم هیجانی و زیرمقیاس‌های آن غیر از فقدان آگاهی هیجانی رابطهٔ معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی داشت. همچنین، هر سه خرده‌مقیاس فرسودگی تحصیلی، یعنی خستگی عاطفی، شک و بدبینی و خودکارآمدی تحصیلی نیز رابطهٔ معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی داشتند.

رضایت از زندگی نقش مهمی در افزایش آسایش روانی و پیشگیری از آسیب‌های روانی دارد (فرهوش، عرفانی و حبیب‌اللهی، ۱۳۹۸). رضایت از زندگی به معنای احساس فرد در مورد عملکرد و شرایط زندگی‌اش و یا به عبارت دیگر ارزیابی سلامت و بهزیستی‌اش است که لازمهٔ یک زندگی مفید، مؤثر و رضایت‌بخش فردی است (نام، کیم و تام^۳، ۲۰۱۸). در واقع رضایت زندگی دلالت بر آن دارد که چگونه مردم واقعاً رشد می‌کنند و یک ارزیابی کلی از زندگی را فراهم می‌کند که بازتاب افکار، شرایط و توانایی‌هاست (عثمانی، سلیمانی و زینالی، ۱۳۹۹). کم بودن رضایت از زندگی، به استفاده از مکانیسم‌های مقابله‌ای نادرست و غیرسازگارانه برای رفع تنش به وجود آمده می‌انجامد که همین امر می‌تواند به گرایش به اعتیاد منتج شود (مام‌شریفی، اکبری‌بجندی و اسدی، ۱۳۹۹).

۱. Eisenbeck, Carrenob & Ucles-Juarezb

۲. Klein, Beutel, Müller, Wöfling, Brähler & Zenger

۳. Nam, Kim & Tam

پژوهش‌هایی همچون پژوهش بلاچینو، پرزپیکورا، بنونوتی، مازونی و سیدمن^۱ (۲۰۱۹) نشان می‌دهد که افراد دارای اعتیاد به اینترنت، رضایت از زندگی کمتری نسبت به دیگران دارند. یکی دیگر از مواردی که در رضایت از زندگی نقش دارد، خطاهای شناختی است (همتی، ۱۳۹۸؛ حسین‌زاده، ۱۳۹۰). همچنین نتایج پژوهش‌هایی همچون ریترز، روکات، باریس و واندرلیندن^۲ (۲۰۱۸) حاکی از آن است که بین اهمال‌کاری و خطاهای شناختی نیز رابطه معناداری وجود دارد، به عبارت دیگر خطاهای شناختی و تحریف در پردازش، نقش معناداری در پیش‌بینی اهمال‌کاری ایفا می‌کنند (حسین‌زاده فیروزآباد، بساک‌نژاد و داودی، ۱۳۹۶). خطاهای شناختی، باورهای تحریف‌شده درباره شخص و یا موقعیت هستند که بر اساس الگوی آرون بک (۱۹۷۶) از طرحواره‌های ناکارآمد سرچشمه می‌گیرند (حق‌محمدی‌شراهی و همکاران، ۱۴۰۰). خطاهای شناختی منفی دارای انواعی است که از جمله آنها می‌توان به فاجعه‌سازی، شخصی‌سازی، تعمیم افراطی و انتزاع انتخابی اشاره کرد (لوک و براولی^۳، ۲۰۱۶) و در همه این موارد، افراد در می‌کوشند تا ذهن دیگران را بخوانند و یا تلاش کنند احساسات و عقاید آنها را حدس بزنند و به حدس خود اعتقاد کامل دارند (حسین‌زاده، ۱۳۹۰).

به نظر می‌رسد افسردگی، بی‌قراری، رقابت‌های ناصحیح، خشونت، پرخاشگری و بسیاری از رفتارهای غیرعادی افراد، تحت تأثیر خطاهای شناختی آنهاست (نعیمی و گلشنی، ۱۳۹۸). از آنجا که اعتیاد به اینترنت و فضای مجازی به عنوان شکلی جدید از اعتیاد موجب برهم زدن امنیت روان‌شناختی، ارتباطی، خانوادگی و اجتماعی نوجوانان می‌شود (خانجانی، قنبری و نعیمی، ۱۳۹۸) مورد توجه پژوهشگران و صاحب‌نظران قرار گرفته است. از طرفی پژوهش‌های مختلف وجود رابطه بین اعتیاد به اینترنت با رضایت از زندگی را تأیید می‌کند، لزوم انجام پژوهش‌هایی در زمینه رضایت از زندگی در افراد معتاد به اینترنت و مؤلفه‌های پیش‌بینی‌کننده آن را نشان می‌دهد. چرا که نارضایتی از زندگی ممکن است به پیامدهای منفی‌ای همچون افزایش تنیدگی و مشکلات رفتاری منجر شود و به کاهش مشارکت و اعتیاد اجتماعی بینجامد (دهقانی و آزادی، ۱۳۹۷) و از سوی دیگر رضایت از زندگی می‌تواند راه را برای رضایت در زمینه‌های فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و

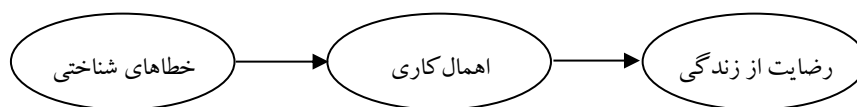
۱. Blachino, Przepiokra, Benvenuti, Mazzoni & Seidman

۲. Rebetez, Rochat, Barsics, & Van der Linden

۳. Locke & Brawley

اقتصادی هموار سازد (مرادقلی و همکاران، ۱۴۰۰). با توجه به مطالب ذکر شده و از آنجا که تا به حال پژوهشی که در آن رابطه بین سه مؤلفه رضایت از زندگی، خطاهای شناختی و اهمال کاری به صورت هم‌زمان مورد بررسی قرار گرفته باشد وجود ندارد و همچنین خطاهای شناختی در زمینه اهمال کاری و رضایت از زندگی در جامعه آماری مورد نظر پژوهش حاضر، به صورت بسیار محدود مورد توجه پژوهشگران بوده است، هدف از انجام این پژوهش پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال کاری در دانش‌آموزان دارای اعتیاد به فضای مجازی است.

از آنجا که پیشینه پژوهش نشان از وجود رابطه بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی (حسین‌زاده، ۱۳۹۰)، وجود رابطه بین خطاهای شناختی و اهمال کاری (حق‌محمدی شراهی و همکاران، ۱۴۰۰ و ریبتز و همکاران، ۲۰۱۸) و وجود رابطه بین اهمال کاری با رضایت از زندگی (مرادقلی و همکاران، ۱۴۰۰ و متولیان و همکاران، ۱۳۹۸) دارد، مدل مفهومی پژوهش به قرار زیر است:



مدل مفهومی پژوهش

روش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش شناختی، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه دانش‌آموزان اعم از دختر یا پسر مقطع متوسطه اول شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. یکی از روش‌های برآورد حجم نمونه در مدل‌سازی معادلات ساختاری، روش برآورد حجم نمونه کلاین است که ۵ کمینه و ۱۵ بیشینه بر اساس گویه‌هاست (هومن، ۱۳۸۴). با توجه به ۶۵ گویه موجود در این پژوهش، حجم نمونه مورد نیاز بین ۳۲۵ و ۹۷۵ بود که در این پژوهش با در نظر گرفتن ریزش احتمالی به دلیل تکمیل نکردن پرسشنامه‌ها به صورت کامل و یا برنگرداندن آن به پژوهشگر، تعداد ۳۳۵ نفر در نظر گرفته شد که در نهایت، تعداد نهایی پرسشنامه‌ها برای استخراج داده از آنها ۳۲۷ نفر شد. نمونه مورد نظر به روش نمونه‌گیری در دسترس و با

اختیار قرار دادن لینک پرسشنامه‌ها در اختیار دانش‌آموزانی که نمرهٔ اعتیاد به اینترنت در آنها یک انحراف معیار بالاتر از میانگین بود، به صورت آنلاین انجام شد.

ابزار پژوهش

پرسشنامهٔ رضایت از زندگی داینر^۱ (۱۹۸۵): این پرسشنامه را داینر، ایمونز، لارسن و گریفین^۲ (۱۹۸۵) ساخته‌اند و جنبهٔ مثبت تجارب افراد را به جای تمرکز بر هیجان‌های منفی اندازه‌گیری می‌کند. نسخهٔ نهایی آن دارای ۵ سؤال است که بر اساس طیف لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شود. ضرایب همبستگی درونی مقیاس رضایت از زندگی به طور هماهنگی بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ گزارش شده است. در پژوهش مرادقلی و همکاران (۱۴۰۰) نیز، آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۷ گزارش شده است.

پرسشنامهٔ خطاهای شناختی منفی لیتنبرگ و همکاران (۱۹۸۵)^۳: این پرسشنامه را لیتنبرگ، یوست و ویلسون (۱۹۸۵) ساخته‌اند. یک ابزار ۲۴ سؤالی است که توسط چهار زیرمقیاس نظری به سنجش چهار نوع خطای شناختی (فاجعه‌سازی، شخصی‌سازی، تعمیم افراطی و انتزاع انتخابی) می‌پردازد. این پرسشنامه با مطرح کردن سناریوهایی از کودکان و نوجوانان می‌خواهد در مقیاس لیکرت (برای مثال ۱: اصلاً چنین فکری نداشتم تا ۵: دقیقاً همین فکر را می‌کردم) به احتمال داشتن افکار ناکارآمد در این موقعیت‌ها پاسخ دهند. از این مقیاس به عنوان معیاری برای اعتبار همگرایی ابزارها استفاده شده است. در پژوهش لیتنبرگ و همکاران (۱۹۸۵) پایایی با روش همسانی درونی ۰/۸۴ به دست آمده است. در پژوهش حق‌محمدی شراهی (۱۴۰۰) برای هنجاریابی این پرسشنامه ابتدا پرسشنامه از انگلیسی به فارسی برگردانده شد و سپس ترجمهٔ معکوس گردید و از نظر معنا، واژه‌گزینی آن با متن اصلی مقایسه و تطبیق شد. نتایج تحلیل عاملی ابزار با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس برای بررسی روایی سازهٔ مقیاس، چهار عامل فاجعه‌سازی، شخصی‌سازی، تعمیم افراطی، انتزاع انتخابی را استخراج نمود. روایی هم‌زمان این پرسشنامه با مقیاس افسردگی بک اثبات گردید و میزان روایی برای عامل فاجعه‌سازی ۰/۸۱، عامل

۱. Diener Life Satisfaction Questionnaire

۲. Diener, Emmons, Larsen & Griffin

۳. Children's Negative Cognitive Error Questionnaire (CNCEQ)

شخصی‌سازی ۰/۷۹، عامل تعمیم افراطی ۰/۸۵، عامل انتزاع انتخابی ۰/۸۹ و مقیاس کل ۰/۹۱ به دست آمد. پایایی ابزار با روش همسانی درونی مورد بررسی قرار گرفت و میزان آلفای کرونباخ برای فاجعه‌سازی ۰/۷۹، شخصی‌سازی ۰/۷۳، تعمیم افراطی ۰/۸۱، انتزاع انتخابی ۰/۸۵ و برای مقیاس کلی ۰/۸۸ به دست آمد.

پرسشنامه اهمال‌کاری تاکن^۱ (۱۹۹۱): این پرسشنامه یک مقیاس خود‌گزارشی ۱۶ ماده‌ای است که بر مبنای طیف لیکرت طراحی شده است. گرفتن نمره بالا در این مقیاس نشانه تعلق بالا در آن است. تاکن، پایایی این پرسشنامه را ۰/۸۶ گزارش کرده است. در پژوهش کاظمی و همکاران (۱۳۸۹)، مقدار آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد که گویای اعتبار بالای پرسشنامه است. از آنجا که برای سنجش عوامل مؤثر بر تعلق پرسشنامه استاندارد یافت نشد، همین محققان پس از مطالعه تحقیقات و مستندات پیشین در حیطه تعلق و همچنین مصاحبه اولیه و نظرسنجی از متخصصان و اساتید، عوامل مؤثر بر تعلق را شناسایی و در قالب ۴۰ عامل ریز و جزئی دسته‌بندی کردند. سپس این عوامل در اختیار ۱۵ نفر از اساتید و خبرگان قرار گرفت و پس از اجماع نظر بین آنها نهایتاً در قالب ۲۰ عامل فرعی و سه طبقه عوامل فردی سؤالات ۱ تا ۷، سازمانی سؤالات ۸ تا ۱۵ و محیطی سؤالات ۱۶ تا ۲۰ دسته‌بندی و مشخص گردید و با مقیاس لیکرت مورد سنجش قرار گرفت. برای اطمینان از صحت پرسشنامه طراحی شده، تحلیل عاملی صورت گرفت. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی (ماتریس چرخش یافته عاملی با روش واریماکس) نشان می‌دهد با توجه به اینکه کیسر-مایر اولکین^۲ بزرگ‌تر از ۰/۸۵ و عدد معناداری بارتلت (۰) کوچک‌تر از ۰/۰۵ است، داده‌ها شرایط مورد نیاز برای تحلیل عاملی را دارند. از دیگر یافته‌های جدول تحلیل عاملی اکتشافی آن است که سه عامل فردی، سازمانی و محیطی، در مجموع، ۶۳/۲۵ درصد واریانس تعلق را تبیین می‌کنند و سؤالات مربوط به هر مؤلفه، به درستی گویای دسته‌بندی ارائه شده هستند. روایی پرسشنامه با نظرخواهی از خبرگان و اساتید مورد تأیید قرار گرفت و جهت تأیید پایایی آن نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. مقدار آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی بالا و مطلوب پرسشنامه است.

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یاگ^۳ (۲۰۰۹): این پرسشنامه از معتبرترین تست‌های

۱. Tuckman

۲. Kaiser-Mayer Olkin

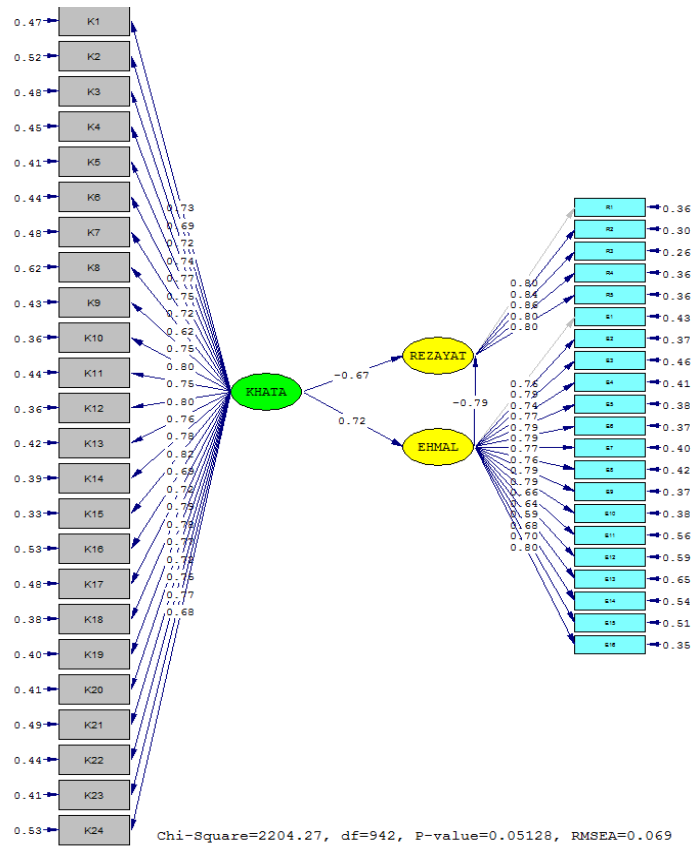
۳. Internet Addiction Test Young

مربوط به سنجش اعتیاد اینترنتی است که به وسیله یانگ (۲۰۰۹) ساخته شده است که دارای ۲۰ سؤال بوده و هدف آن سنجش میزان اعتیاد به اینترنت در افراد مختلف است. طیف پاسخدهی آن به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (به ندرت تا همیشه) است. نمره به دست آمده نمره کلی پرسشنامه بوده و دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. بدیهی است که هرچه این نمره بالاتر باشد، بیانگر اعتیاد بالاتر فرد به اینترنت خواهد بود و بر عکس. این پرسشنامه استاندارد است و روایی و پایایی آن در مطالعه کائو و همکاران (۲۰۰۷) با آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش شده است. نسخه فارسی این مقیاس در ایران نیز مورد استفاده قرار گرفته و پایایی آن با آلفای کرونباخ ۰/۸۱ تا ۰/۸۸ به دست آمده است.

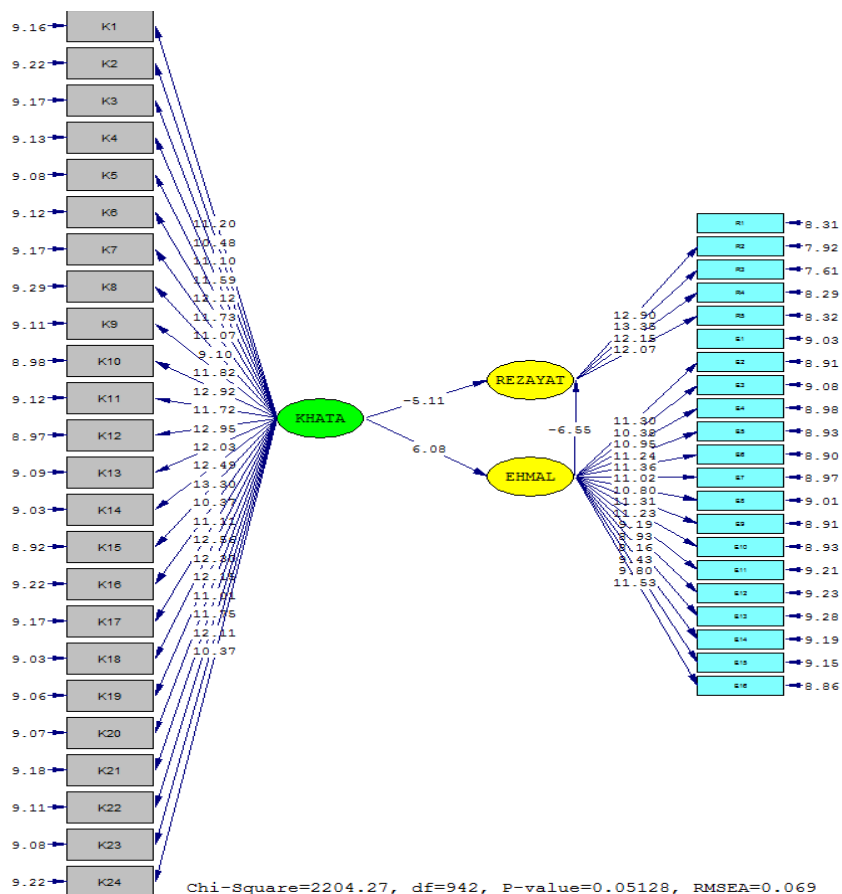
تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم‌افزار SPSS 23 و LISREL در دو بخش توصیفی (شاخص‌های مرکزی و پراکندگی) و استنباطی (مدل‌سازی معادلات ساختاری) انجام پذیرفت.

یافته‌ها

به منظور بررسی رابطه نقش میانجی «اهمال کاری» در رابطه «خطاهای شناختی» و «رضایت از زندگی» در یک مدل، از مدل معادلات ساختاری تأییدی استفاده شد. بدین منظور، پس از رسم ساختار در نرم‌افزار LISREL، اضافه نمودن قیود مدل و انتخاب روش ماکسیمم درست‌نمایی، مدل اجرا شده و نمودار مسیر برازش شکل‌های ۱ و ۲ به دست آمد.



شکل ۱ ضرایب مسیر و بارهای عاملی مدل



شکل ۲ t-Value مربوط به مدل

با توجه به معیارهای خنثی-دو و RMSEA این مدل برازش مناسبی به داده‌ها ارائه می‌کند. در جدول ۱، مهم‌ترین و متداول‌ترین شاخص‌های برازش آورده شده است. همان‌گونه که در جدول ۱ دیده می‌شود، همه شاخص‌ها کفایت آماری دارند. بنابراین، با اطمینان می‌توان دریافت محقق در مورد این شاخص‌ها به برازش نسبتاً کاملی دست یافته است. در جدول ۱، ضرایب مسیر به همراه مقادیر t برای فرضیه‌های فوق آورده شده است. همان‌طور که مشخص است، مسیرهای مورد آزمون، پذیرفته می‌شوند.

جدول ۱ شاخص‌های برازش مهم مدل ترسیمی

شاخص	نام شاخص	اختصار	مقدار	برازش قابل قبول
شاخص‌های برازش مطلق	سطح تحت پوشش (کای اسکوتر)	-	۲۲۰۴/۲۷	
شاخص‌های برازش تطبیقی	شاخص نیکویی برازش	GFI	۰/۹۵	بزرگ‌تر از ۰/۸
	شاخص نیکویی برازش اصلاح‌شده	AGFI	۰/۹۳	بزرگ‌تر از ۰/۸
	شاخص برازش تطبیقی	CFI	۰/۹۸	بزرگ‌تر از ۰/۹
شاخص‌های برازش مقتصد	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSEA	۰/۶۹	کمتر از ۰/۱

جدول ۲ ضرایب مسیر و مقادیر t

مسیر	ضریب مسیر	مقدار t	وضعیت
خطاهای شناختی --> اهمال کاری	۰/۷۲	۶/۰۸	پذیرفته شد
اهمال کاری --> رضایت از زندگی	-۰/۷۹	-۶/۵۵	پذیرفته شد
خطاهای شناختی --> رضایت از زندگی	-۰/۶۷	۵/۱۱	پذیرفته شد

برای بررسی میزان تأثیر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته لازم است تا اثرات کل، مستقیم و غیرمستقیم برای متغیر درون‌زای مدل ارائه شود که این آثار در جدول ۲ قابل مشاهده است.

جدول ۳ تفکیک اثر مستقیم و غیرمستقیم

متغیر مستقل	متغیر وابسته	اثر	
		مستقیم	غیرمستقیم
خطاهای شناختی	اهمال کاری	۰/۷۲	-
اهمال کاری	رضایت از زندگی	-۰/۷۹	-
خطاهای شناختی	رضایت از زندگی	-۰/۶۷	۰,۷۲ * -۰,۷۹ = -۰,۵۷
			کل
			۰,۷۲
			-۰,۷۹
			-۱,۲۴

همان‌طور که در جدول ۳ قابل مشاهده است، تأثیر خطاهای شناختی بر رضایت از زندگی از طریق اهمال کاری به میزان ۱/۲۴- است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از بخش آماری پژوهش نشان داد که بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال‌کاری در دانش‌آموزان دارای اعتیاد به فضای مجازی رابطه وجود دارد. این یافته از پژوهش در مورد وجود رابطه بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی با پژوهش‌هایی همچون حسین‌زاده (۱۳۹۰)، وجود رابطه بین خطاهای شناختی و اهمال‌کاری با پژوهش‌هایی همچون حق‌محمدی شراهی و همکاران (۱۴۰۰) و ریبتز و همکاران (۲۰۱۸) و وجود رابطه بین اهمال‌کاری با رضایت از زندگی با پژوهش‌هایی همچون مرادقلی و همکاران (۱۴۰۰) و متولیان و همکاران (۱۳۹۸) همسوست. اما تابه‌حال پژوهشی که مشخصاً نقش میانجی اهمال‌کاری را در رابطه بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی مورد مطالعه قرار داده باشد توسط پژوهشگر یافت نشد.

در تبیین یافته اصلی پژوهش مبتنی بر وجود رابطه معنادار بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی با نقش میانجی اهمال‌کاری، می‌توان گفت خطاهای شناختی و یا الگوهای تفکر غیرمنطقی مانند آینه‌ای عمل می‌کنند که اشکال را همان‌گونه که هست بازنمایی نمی‌کند، این تحریفات در افراد نهادینه شده و باعث می‌شوند که درک درست و منطقی از مسائل نداشته باشند. این الگوهای تفکر اغلب اوقات افکار و در نتیجه احساسات منفی را تقویت می‌کند و مداومت در داشتن این نگرش‌های منفی نسبت به خود، دیگری و زندگی مشکلات زیادی برای فرد به وجود می‌آورد (همتی، ۱۳۹۸) و در نهایت به نارضایتی از زندگی می‌انجامد. در واقع خطاهای شناختی منفی می‌تواند باعث خودفریبی و تحریف واقعیت در فرد شود و موقعیت‌های زندگی را به صورت غیرواقع‌بینانه ارزیابی و در نتیجه رضایت از زندگی کمتری را تجربه کند. می‌توان گفت رفتارهای هر فرد برخاسته از احساسات و احساساتش برخاسته از نوع تفکر است. اگر خطاهای شناختی در افکار فرد وجود داشته باشد، به احساس سرایت کرده و به دنبال آن، رفتارش رنگ منفی به خود می‌گیرد و از حالت مناسب خارج می‌شود. لذا زمانی که فرد دارای خطاهای شناختی منفی باشد، احساس و رفتار از این خطاها تأثیر گرفته و در نتیجه امکان دارد که رضایت از زندگی کمتری را تجربه کند.

همچنین افکار غیرمنطقی و خطاهای شناختی، دانش‌آموزان را با تفسیرهای منفی و برداشت‌های بدبینانه‌ای در مورد زندگی و مسائل دیگر مواجه می‌سازند و این عامل باعث می‌شود تا فرد در انجام وظایف خود کوتاهی کند و نتواند آنها را انجام بدهد. خطاهای

شناختی نقش مؤثری در انجام امور مختلف ایفا می‌کنند و دانش آموزانی که دارای چنین خطاهایی در زندگی هستند به اهمال‌کاری بیشتری در زندگی و تحصیل دچار می‌شوند (حق‌محمدی‌شراهی و همکاران، ۱۴۰۰). دانش آموزانی که به اینترنت اعتیاد دارند بیشتر از سایر دانش‌آموزان به استفاده از فضای مجازی روی می‌آورند و ساعات زیادی از شبانه‌روز خود را به فضای مجازی اختصاص می‌دهند در نتیجه اینترنت برای آنها در اولویت اول قرار می‌گیرد و فعالیت‌های دیگر از جمله فعالیت‌های تحصیلی در درجه اهمیت کمتر. در واقع این افراد به دلیل رفتار اعتیادگونه خود، مدیریت زمان را از دست می‌دهند و به همین دلیل وقت کافی برای انجام امور دیگر نخواهند داشت در نتیجه انتظار می‌رود که اهمال‌کاری در آنها افزایش یابد.

اهمال‌کاری در سطح شناختی و رفتاری وجود دارد که در سطح رفتاری فرد کاری را که قصد انجام دادنش را دارد با اختیار و تمایل خود در زمان مدنظر به پایان نمی‌رساند و در سطح شناختی فرد در گرفتن تصمیمات به موقع تعلل می‌ورزد (مرادقلی و همکاران، ۱۴۰۰) که در این صورت احتمالاً فرد با تجمع کارها و عدم تصمیم‌گیری مواجه می‌شود که می‌تواند به کاهش رضایت از زندگی بینجامد. چرا که رضایت از زندگی توسط فرد و با ارزیابی شخصی خودش و احساسش در رابطه با آینده صورت می‌گیرد و این ارزیابی بر مبنای این است که فرد چطور زندگی‌اش را می‌گذراند، فردی که به اهمال‌کاری دچار می‌شود به دلیل پیش نرفتن کارهایش و احساس عقب بودن از برنامه‌های زندگی‌اش، انتظار می‌رود که رضایت از زندگی کمتری را تجربه کند.

تقریباً همه فعالیت‌های بشری از جمله پژوهش‌های علمی و به ویژه پژوهش‌های حوزه علوم انسانی و رفتاری محدودیت‌هایی دارد، از جمله محدودیت‌ها در این پژوهش عبارت‌اند از: نوع ابزار اندازه‌گیری که محدود به پرسشنامه‌ها شده و عدم امکان کنترل برخی متغیرهای مداخله‌گر. همچنین ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی و ملاحظاتی که ایجاد می‌کند افراد در بسیاری از موارد از جمله در زمینه اهمال‌کاری محافظه‌کار باشند و بخواهند خود را بهتر از آنچه هست جلوه دهند که این امر در این پژوهش صادق است. در مجموع این پژوهش در راستای سایر تحقیقاتی که در زمینه بررسی مسائل مرتبط با اعتیاد به اینترنت نوجوانان و شناسایی پیشایندهای مؤثر بر رضایت از زندگی هستند گام برداشته و با توجه به یافته‌ها، چنین استنباط می‌شود که اهمال‌کاری نقش میانجی در رابطه بین رضایت از زندگی و خطاهای شناختی دارد لذا پیشنهاد می‌شود در مدارس، دوره‌های مشاوره‌ای و

آموزشی به منظور کمک به کاهش اهمال کاری در افرادی که دچار اعتیاد به فضای مجازی هستند برگزار گردد و مداخلات لازم روان‌شناختی برای رسیدن به آگاهی و بهبودی در ارتباط با خطاهای شناختی، برای آنها ارائه شود.

منابع

- ایلانلو، ح.، احمدی، ص؛ زهراکار، ک. و گومز بنیتو، ج. (۱۴۰۱)، «اثربخشی مشاوره گروهی فراشناختی بر اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در دانش‌آموزان»، *روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۹ (۲): ۱۴۵-۱۳۱.
- حسین زاده فیروزآباد، ی.، بساک‌نژاد، س. و داوودی، ا. (۱۳۹۶)، «پیش‌بینی مؤلفه‌های اضطراب امتحان با توجه به اهمال کاری رفتاری، اهمال کاری تصمیم‌گیری و اجتناب شناختی در دانشجویان»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۲۳ (۴): ۴۳۷-۴۲۴.
- حسین زاده، ع. (۱۳۹۰)، «خطاهای شناختی و نقش آن در نارضایتی از زندگی»، *روان‌شناسی و دین*، ۴ (۳): ۱۴۴-۱۲۵.
- حق محمدی شراهی، ق. (۱۴۰۰)، «بررسی رابطه‌ی تعلل‌ورزی با خطاهای شناختی و کمال‌گرایی در نوجوانان»، اولین همایش ملی روان‌شناسی بالینی کودکان و نوجوان، اردبیل.
- حق محمدی شراهی، ق.، استوار، ز. و برماس، ح. (۱۴۰۰)، «اهمال کاری: نقش پیش‌بین خطاهای شناختی و کمال‌گرایی»، *رویش روان‌شناسی*، ۱۰ (۳): ۷۱-۵۵.
- خانجانی، م.، قنبری، ف. و نعیمی، ا. (۱۳۹۸)، «بررسی ارتباط کارکرد خانواده، سبک دلبستگی و سبک‌های تربیتی والدین با اعتیاد به اینترنت در نوجوانان»، *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۳۷: ۱۴۲-۱۲۱.
- دهقانی، م. و آزادی، م. (۱۳۹۷)، «بررسی ارتباط بین شوخ‌طبعی، حمایت اجتماعی ادراک شده و رضایت از زندگی در میان دانشجویان»، *بررسی مسائل اجتماعی ایران*، ۹ (۲): ۱۵-۱.
- رئسی، ف. و ریاسی، م. (۱۴۰۱)، «پیش‌بینی میزان اهمال کاری دانشجویان بر اساس اعتیاد به اینترنت و درک استعاری زمان در دوران شیوع ویروس کرونا»، *روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۹ (۱): ۸۳-۷۳.
- سیدقلعه، ف.، س.، طالبی، ن.، خوش‌گفتار، م. و پیرزاده، آ. (۱۴۰۱)، «بررسی شیوع اعتیاد به اینترنت و برخی عوامل مرتبط با آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان سال‌های ۱۳۹۸-۹۹»، *تحقیقات نظام سلامت*، ۱۸ (۱): ۵۲-۳۴.
- شریفی رهنمو، س.، فتحی، آ.آ. و شریفی رهنمو، م. (۱۴۰۰)، «رابطه میزان اعتیاد اینترنتی با اهمال کاری تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان متوسطه»، *چشم‌انداز برنامه‌دستی و آموزش*، ۱ (۲): ۴۱-۲۴.
- عبدی‌زرین، س.، اکبرزاده، م. و مصطفوی، م. (۱۳۹۸)، «نقش تنظیم هیجانی و فرسودگی تحصیلی در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان دانشگاه اصفهان»، *فصلنامه روان‌شناسی فرهنگی*، ۳ (۱): ۱۹۲-۱۷۵.
- عثمانی، ا.، سلیمانی، ا. و زینالی، ش. (۱۳۹۹)، «بررسی مدل معادلات ساختاری حمایت اجتماعی ادراک شده

- و رضایت از زندگی با اعتیاد به اینترنت: با نقش واسطه‌ای سرمایه اجتماعی، «انتظام اجتماعی»، ۱۲ (۲): ۲۱-۴۵.
- فروش، م.، عرفانی، ا. و حبیب‌اللهی، ح. ر. (۱۳۹۸)، «رابطه دلبستگی به خدا با شادکامی و رضایت از زندگی در طلاب و غیرطلاب»، فصلنامه روان‌شناسی فرهنگی، ۳ (۱): ۲۰۹-۲۲۳.
- کاظمی، م.، فیاضی، م. و کاوه، م. (۱۳۸۹)، «بررسی میزان شیوع تعلل و عوامل مؤثر بر آن در بین مدیران و کارکنان دانشگاه»، پژوهشنامه مدیریت تحول، ۲ (۴): ۷۱-۵۴.
- مام‌شریفی، پ.، اکبری بجنودی، ن. و اسدی، ن. (۱۳۹۹)، «تدوین مدل پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بر اساس کیفیت زندگی و رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله با استرس»، علوم روان‌شناختی، ۱۹ (۸۹): ۵۴۱-۵۵۱.
- مرادقلی، ف.، روزخوان، م.، قدیری حکم، ا. و ابهر زنجانی، ف. (۱۴۰۰)، «نقش ابعاد شخصیتی هگزاگو و اهمال کاری در پیش‌بینی رضایت از زندگی دانشجویان، پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی»، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۴ (۲۹): ۲۹.
- نعمی، ل. و گلشنی، ف. (۱۳۹۸)، «اثربخشی آموزش هوش اخلاقی بر خطاهای شناختی زنان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر»، سلامت اجتماعی، ۶ (۴): ۳۸۹-۳۹۶.
- همتی، م. (۱۳۹۸)، «بررسی رابطه بین خطاهای شناختی و باورهای غیرمنطقی با کیفیت زندگی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه آزاد مرودشت»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. هومن، ح. ع. (۱۳۸۴)، مدلیابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار لیزرل، تهران: سمت.
- Blachino, A. Przepiokra, A. Benvenuti, M. Mazzoni, E. & Seidman, G. (2019). "Relations between Facebook Intrusion, Internet Addiction, Life Satisfaction, and Self-Esteem: a Study in Italy and the USA". *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17 (4), 793-805.
- Buneviciene, I., & Bunevicius, A. (2021). "Prevalence of internet addiction in healthcare professionals: Systematic review and meta-analysis". *International Journal of Social Psychiatry*, 67 (5), 483-491
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). "The Satisfaction with Life Scale". *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Dillon KP, Bushman BJ. (2015). Unresponsive or unnoticed? Cyberbystander intervention in an experimental cyberbullying context. *Computers in Human Behavior*, 45, 144-150
- Eisenbeck N, Carrenob DF, Ucles-Juarez U. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103-108.
- Geng J, Han L, Gao F, Jou M, Huang CC. (2018). Internet addiction and procrastination among Chinese young adults: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 84, 320-33
- Gong, Z., Wang, L., & Wang, H. (2021). Perceived stress and internet addiction among Chinese College Students: Mediating effect of procrastination and moderating effect of flow. *Frontiers in Psychology*, 12, 2290.
- Hayat AA, Kojuri J, Amini M. (2020). Academic procrastination of medical students: The role of Internet addiction. *Journal of advances in medical education & professionalism*, 8 (2), 83-89
- Klein EM, Beutel ME, Muller K W, Wolfling K, Braehler E, Zenger M. (2019). Assessing procrastination. *European Journal of Psychological Assessment*, 35, 633-640

- Locke, S. R., & Brawley, L. R. (2016). Development and initial validity of the exercise-related cognitive errors questionnaire. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 82-89
- Nam, Y., Kim, Y.-H., & Tam, K. K.-P. (2018). Effects of Emotion Suppression on Life Satisfaction in Americans and Chinese. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 49 (1), 149–160.
- Rebetz, M. M. L., Rochat, L., Barsics, C., & Van der Linden, M. (2018). Procrastination as a self-regulation failure: The role of impulsivity and intrusive thoughts. *Psychological reports*, 121 (1), 26-41.