

تاریخ دریافت مقاله: ۹۴/۹/۲۲

تاریخ تصویب مقاله: ۹۶/۳/۲۷

## بررسی ارتباط روان رنجورخویی، تعلل‌ورزی و اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دختر

دکتر یوسف دهقانی\*

### چکیده

بهبود وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان، یکی از اهداف اساسی نظام‌های آموزش و پرورش معاصر است. هدف از این پژوهش، بررسی رابطه روان رنجورخویی، تعلل‌ورزی و اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان دختر پایه دهم و یازدهم دوره متوسطه دوم شهر دزفول است. تحقیق حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانش‌آموزان دختر پایه دهم و یازدهم دوره متوسطه دوم دزفول تشکیل داده‌اند که تعداد ۲۲۰ دانش‌آموز به صورت تصادفی ساده به‌عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، مقیاس روان رنجوری مک‌کری و کاستا، پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ و پرسشنامه اهمال کاری سولومون و راث بلوم می‌باشند. داده‌های به‌دست آمده با استفاده از روش‌های آماری همبستگی پیرسون و تجزیه و تحلیل رگرسیون مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج تحلیل نشان داد که میان روان رنجورخویی، تعلل‌ورزی و اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی، به صورت منفی ارتباط وجود دارد.

**واژه‌های کلیدی:** روان‌رنجورخویی، تعلل‌ورزی، اعتیاد به اینترنت، پیشرفت تحصیلی، دانش‌آموزان دختر.

#### مقدمه

موفقیت یا عدم موفقیت دانش‌آموزان و دانشجویان در امر تحصیل، یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی است؛ زیرا موفقیت و پیشرفت تحصیلی آنها نشان‌دهنده میزان موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف‌یابی و توجه به رفع نیازهای فردی دانش‌آموزان و دانشجویان است؛ بنابراین، نظام آموزشی یک جامعه را زمانی می‌توان موفق دانست که محصلان آن در تمام مقاطع تحصیلی بالاترین میزان پیشرفت تحصیلی را داشته باشند. صاحب‌نظران و کارشناسان آموزشی بر این باورند که پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان و تلاش در جهت افزایش آن، یکی از ضرورت‌های هر نظام آموزشی است؛ از این رو، هر نظام آموزشی باید بتواند عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی را شناسایی و آنها را به گونه‌ای تنظیم و هدایت کند تا به رشد و یادگیری بیشتر دانش‌آموزان و دانشجویان منجر شود ( الکساندر و آنوگبازی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). یکی از مهم‌ترین عوامل تفاوت‌های فردی، ویژگی‌های شخصیتی است و یکی از ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با پیشرفت تحصیلی، تعلل‌ورزی<sup>۲</sup> است. تعلل‌ورزی یک تمایل، نگرش یا صفت رفتاری است که شاه<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) آن را به صورت یک حالت غیرقطعی نداشتن توان اراده و نیروی حیاتی، به منظور انجام یک کار، توصیف کرده است. دانشجویان، زمانی که در انجام صحیح کار در یک زمان مشخص ناتوان می‌شوند، انجام آن را به زمان دیگر موکول می‌کنند که نتیجه آن ممکن است شکست عمیق و ابتلا به اختلال هیجانی باشد (حسین و سلطان، ۲۰۱۰).

<sup>۱</sup>. Alexander & Onwuegbuzie

<sup>۲</sup>. procrastination

<sup>۳</sup>. shah

اینترنت<sup>۱</sup> نیز به‌عنوان یکی از ابعاد نوپای فناوری‌های جدید جهان معاصر، نقش بسزایی در تغییر و تحول زندگی افراد جامعه دارد. بودن در فضای مجازی اینترنت به کاربران، فرصت‌های بیشتری می‌دهد و به هر اندازه که این فرصت‌ها و خشنودی‌های ناشی از استفاده از اینترنت افزایش یابد، کاربران بیشتر به سمت این پدیده‌ی نوین سوق خواهند یافت. با وجود مزایای گسترده‌ی اینترنت، سیاستگذاران و مسئولان آموزشی، تأثیرات منفی آن، به‌خصوص استفاده‌ی افراطی از اینترنت، مسائل و مشکلات فیزیکی و روان‌شناختی مرتبط و عواقب زیان‌بار آن را هشدار داده‌اند (برنر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶؛ ایگیر<sup>۳</sup>، ۱۹۹۶؛ گریفیثیس و دانکستر<sup>۴</sup>، ۱۹۹۸؛ به نقل از لین<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲؛ گامیتو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۶؛ چن و نات<sup>۷</sup>، ۲۰۱۶؛ شک و یو<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶؛ دیر، چن و نیمنن<sup>۹</sup>، ۲۰۱۵؛ جان و چوی<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۵).

هم‌زمان با دسترسی گسترده‌ی مردم به اینترنت، نوعی وابستگی در نوجوانان قابل مشاهده است. از طرفی، در عین حال که روابط افراد به‌ویژه (نوجوانان و جوانان) در جهان مجازی افزایش می‌یابد، در مقابل از روابط آنها در جهان واقعی کاسته می‌شود (سامسون و کین، ۲۰۰۵؛ به نقل از شهنی‌بیلاق، ۱۳۸۵). روان‌شناسان معتقدند هر رفتاری که فرد از خود نشان می‌دهد، تحت تأثیر عوامل بسیاری همچون: عوامل محیطی، عاطفی و شخصیتی است. مقصود از عوامل شخصیتی در واقع همان ویژگی‌های شخصیتی است که می‌تواند فرد را مستعد بروز یک‌سری از رفتارها کند، در صورتی که ممکن است فرد دیگری با ویژگی شخصیتی متفاوت، دست به چنین

1. internet

2. Brenner

3. Egger

4. Griffiths & Dancaster

5. Lin

6. Gamito

7. Chen & Nath

8. Shek & Yu

9. Dhir, Chen & Nieminen

10. Jun & Choi

رفتارهایی نزنند؛ بنابراین، عوامل شخصیتی از مهم‌ترین عواملی است که قادر است در شناخت پیچیدگی‌های رفتار انسان در موقعیت‌های مختلف کمک شایان توجهی کند و این نمی‌بایست از چشم محققان دور بماند (کو و همکاران، ۲۰۰۶). در مطالعه یانگ ۵۸ درصد از دانشجویان و دانش‌آموزان کاهش چشمگیری در عادت مطالعه، اُفت نمرهٔ درسی، مشروط‌شدن و غیبت از کلاس داشته‌اند. ۴۳ درصد این شاگردان به‌علت دیر خوابیدن ناشی از استفاده از اینترنت، با عدم‌موفقیت در مدرسه روبه‌رو شده‌اند (به نقل از قاسم‌زاده، ۱۳۸۶). براساس نظرسنجی ایالت متحدهٔ آمریکا که در سال ۱۹۹۷ منتشر شده، ۸۶ درصد از معلمان معتقد بودند، استفاده از اینترنت باعث شده که دانش‌آموزان در انجام تکالیف خود کوتاهی کنند (کو و همکاران، ۲۰۰۶). در سال‌های اخیر، مطالعات شیوع اعتیاد به اینترنت را ۰/۳ تا ۰/۲۲ گزارش کرده‌اند (کیم و همکاران، ۲۰۰۹).

با توجه به نتایج برخی پژوهش‌ها، اهمال‌کاری تحصیلی، بر میزان یادگیری و موفقیت فعلی و آتی فراگیران تأثیر منفی می‌گذارد. تأخیر در شروع و اتمام تکالیف باعث خواهد شد تا فرصت‌های مناسب یادگیری از دست برود و فرد مطالعه و انجام تکالیف را به زمان مناسب و همواره با محدودیت زمانی محول کند که این مسئله در فرایند یادگیری اختلال به‌وجود می‌آورد و موجب کاهش دقت، افزایش استرس و ارتکاب اشتباهات فراوان در انجام تکالیف و فرایند یادگیری می‌شود (سادلر<sup>۳</sup> و ساکس، ۱۹۹۳؛ جانسون<sup>۴</sup> و بلوم، ۱۹۹۵). اهمال‌کاری به‌دلیل ایجاد آمادگی نداشتن برای امتحانات، فرد را با اضطراب و استرس روبه‌رو کرده و ممکن است فرد به شیوه‌های غلط برای رفع فشار ناشی از حجم مطالب در روزهای پایانی روی آورد. این مسئله در حالت شدید آن، تمام نکردن تحصیلات، ترک تحصیل و یا حتی نبود بهره‌وری فردی و سازمانی را به‌دنبال دارد. طبق پژوهش‌های انجام‌شده، «اهمال‌کاری» با عملکرد تحصیلی ضعیف، ناتوانی

---

1. Ko

2. Kim

3. Saddler & Sacks,

4. Johnson & Bloom

در گذراندن واحدهای درسی، اضطراب، عزت نفس پایین، کاهش انگیزه، تلاش کم برای موفقیت و روان‌نژندی ارتباط دارد (میلگرام<sup>۱</sup> و توبیان<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹).

دامنه شیوع تعلل‌ورزی متغیر است، به طوری که بعضی از پژوهشگران میزان شیوع آن را ۱۵ تا ۲۵ درصد می‌دانند، البته این میزان، تا سال ۲۰۰۳ تغییری نکرده است (استیل<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳) و برخی ۸۰ تا ۹۵ درصد اعلام کرده اند (اوبرین<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲) و سهل انگاری در دانش آموزان دبیرستان‌های اهواز، در بین پسرها ۱۷ درصد و در بین دخترها ۱۴ درصد گزارش شده است و با این حال، حدود ۲۰ درصد از مردان و زنان بزرگسال برای رویدادهای روزمره زندگی از قبیل پرداخت صورت حساب، برنامه‌ریزی درسی و بهداشت شخصی سهل‌انگاری داشتند (شهنی‌یلاق، ۱۳۸۵). فراری (۲۰۰۰) اشاره می‌کند، اشکال مختلف تعلل‌ورزی در افراد متفاوت است؛ مثلاً دانشجویان ممکن است در زمینه مطالعه و انجام تکالیف درسی سهل‌انگاری کنند، اما به صورت فعال درگیر شغل‌های پاره وقت برای کسب درآمد باشند و برعکس بعضی از اشخاص مکرراً انجام تکالیف خود را به تأخیر می‌اندازند و وضعیت سهل‌انگاری مزمن آنان جزء سبک ناسازگارانه زندگی‌شان شده است. می‌توان گفت افراد از کارهایی که برای آنان ناخوشایند است، طفره می‌روند. پژوهش‌هایی نیز مؤید اُفت پیشرفت تحصیلی در افرادی است که از ویژگی‌های روان‌رنجورخویی برخوردار می‌باشند و بیش از حد نرمال از اینترنت استفاده می‌کنند (چن و نت، ۲۰۱۶؛ هاو و ساماها<sup>۵</sup>، ۲۰۱۶؛ یاسمن، علوی و شافق<sup>۶</sup>، ۲۰۱۶). روان‌رنجوری یکی از پنج عامل بزرگ شخصیتی است که با ویژگی‌هایی چون تحریک‌پذیری، زودرنجی، پریشانی، احساس درماندگی و آمادگی ابتلا به آسیب‌های روانی از قبیل اضطراب، افسردگی و خشم و دیگر پیامدهای آزاردهنده مشخص می‌شود. افرادی که نمره بالایی در این

1. Milgram

2. Toubiana

3. Steel

4. O'Brien

5. Hawi & Samaha

6. Usman, Alavi & Shafeq

بعد شخصیتی می گیرند، افکار غیرمنطقی بیشتر، قدرت کنترل تکانه کمتر و انطباق پذیری ضعیف تری با دیگران و شرایط نشان می دهند. آنها همچنین خود را انتقادی تر ارزیابی می کنند، اهداف پایینی برای خود برمی گزینند و از عملکرد خود ارزیابی نامناسبی به عمل می آورند (کاستا و مک کری<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲). بر این اساس می توان انتظار داشت که چنین ویژگی هایی بر عملکرد شناختی و رفتاری به گونه ای منفی اثر بگذارد. همچنین، نتیجه تحقیق سورجیج، پنزیچ و بورجیج<sup>۲</sup> (۲۰۱۷) نشان دهنده رابطه منفی روان رنجوری با پیشرفت تحصیلی است.

با توجه به مطالب مذکور، شناسایی عللی که بر روی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تأثیر دارد، از اهمیت فوق العاده ای برخوردار است و این مسائل ضرورت پژوهش را بیشتر آشکار می کند. از سوی دیگر، با مروری بر پیشینه پژوهشی می توان دریافت که اگرچه پژوهش های فراوانی در حیطه اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با روان رنجورخویی و تعلق ورزی بر روی دانشجویان انجام گرفته است، ولی تحقیقی که رابطه هر سه متغیر مورد پژوهش با پیشرفت تحصیلی را در گروه دانش آموزان مورد مطالعه قرار دهد، یافت نشد که همین امر بر ضرورت انجام این پژوهش می افزاید.

بر اساس موارد ذکر شده، هدف اصلی تحقیق حاضر بررسی ارتباط روان رنجورخویی، تعلق ورزی و اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان دختر پایه دهم و یازدهم دوره متوسطه دوم شهر دزفول است. بر این اساس، فرضیه پژوهش حاضر عبارت است از: «رنجورخویی، تعلق ورزی و اعتیاد به اینترنت قادر به پیش بینی پیشرفت تحصیلی دانش آموزان هستند».

<sup>1</sup>. Costa & McCrae

<sup>2</sup>. Soric, Penezic & Buric

### روش پژوهش

طرح پژوهش: با در نظر گرفتن موضوع پژوهش و هدف تحقیق که بررسی ارتباط روان‌رنجورخویی، تعلل‌ورزی و اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان است، روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: در پژوهش حاضر، جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان دختر پایه دهم و یازدهم دوره متوسطه دوم شهر دزفول در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ به تعداد ۵۲۳ نفر است. نمونه مورد مطالعه عبارت است از: ۲۲۰ دانش‌آموز دختر (با میانگین سنی ۱۶/۶۴ و انحراف استاندارد ۰/۸۱) که با استفاده از جدول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان<sup>۱</sup> (۱۹۷۰) و با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، از میان جامعه مذکور انتخاب شد؛ بدین صورت که از هر یک از نواحی دوگانه آموزش و پرورش شهرستان دزفول، ۱۲ مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شد و از هر مدرسه دو کلاس و از هر کلاس تعداد نمونه مورد نظر به صورت تصادفی انتخاب شدند.

### ابزارهای اندازه‌گیری

**الف- پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی:** سولومون و راث‌بلوم<sup>۳</sup> (۱۹۸۴) این مقیاس را که تعلل‌ورزی تحصیلی در سه حوزه آماده‌شدن برای امتحان (سؤالات ۱ تا ۶)، آماده‌کردن تکالیف درسی (سؤالات ۹ تا ۱۷) و آماده‌کردن مقالات پایان نیم‌سال تحصیلی (سؤالات ۲۰ تا ۲۵) را مورد بررسی قرار می‌دهد، ابداع کردند. لازم به ذکر است که در ادامه هر یک از موارد، دو سؤال ارائه شده است که سه سؤال اول (۷، ۱۸، ۲۶) احساس و عاطفه دانش‌آموزان در مورد تعلل‌ورزی و سه سؤال دوم (۸، ۱۹، ۲۷) تمایل آنها را برای تغییر عادت تعلل‌ورزی‌شان می‌سنجد. پاسخ سؤالات پرسشنامه در مقیاس لیکرت، از هرگز (نمره ۱) تا همیشه (نمره ۵)

<sup>1</sup>. Krejcie & morgan

<sup>2</sup>. academic procrastination questionnaire

<sup>3</sup>. Solomon & Rothblum

محاسبه می‌شود. در این مقیاس، سؤالات ۲، ۴، ۶، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۲۱، ۲۳، ۲۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. الکساندر و آنوگبازی (۲۰۱۴) در بررسی پایایی این پرسشنامه، ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ را گزارش کردند. در تحقیقی دیگر، حسین چاری و دهقانی (۱۳۸۷) روایی همسانی درونی این پرسشنامه را ۰/۸۴ گزارش کردند. در مطالعه حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد و برای محاسبه روایی از روش همسانی درونی که یکی از روش‌های تعیین روایی سازه می‌باشد، استفاده شد و مقدار آن در دامنه ۰/۸۴ - ۰/۷۸ حاصل شد.

**ب- پرسشنامه پنج‌عاملی شخصیت<sup>۱</sup>:** این پرسشنامه در سال ۱۹۸۵ توسط کاستا و مک‌کری<sup>۲</sup> (۱۹۹۲) تهیه شده بود که یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی است و برای ارزیابی ۵ عامل اصلی شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، خوشایندی، گشودگی به تجربه و باوجدان بودن) به کار می‌رود. کاستا و مک‌کری، در سال ۱۹۸۶ فرم ۶۰ سؤالی «نئو» را بر روی ۲۰۸ دانشجو به فاصله ۴ ماه اجرا کردند و ضرایب پایایی ۰/۸۳، ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۷۱ و ۰/۷۹ را به ترتیب برای عوامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، خوشایندی و باوجدان بودن به دست آوردند. در تحقیق مانی (۱۳۸۳)، پایایی بازآزمون به فاصله دو هفته برای خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و دامنه ضریب همسانی درونی آن ۰/۶۸ تا ۰/۸۶ گزارش شده است. اکثر تحقیقات، روایی این پرسشنامه را مورد تأیید قرار داده‌اند. برناردو و همکاران (۲۰۰۵) همبستگی موجود بین ابعاد اصلی را در دو فرم نئو کوتاه و نئو بلند بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. ضریب آلفای کرونباخ در این مطالعه ۰/۷۹ و ضریب روایی همسانی درونی (یکی از روش‌های تعیین روایی سازه) در دامنه ۰/۸۲ - ۰/۷۰ به دست آمد. لازم به ذکر است که در این پژوهش فقط از خرده‌مقیاس روان‌رنجورخویی استفاده شده است.

<sup>۱</sup>. five factor personality questionnaire

<sup>۲</sup>. Costa & McCrae



ج- پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۱</sup> (IAT): این پرسشنامه دارای ۲۰ سؤال با مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای شامل هرگز، به ندرت، گاهی، اغلب و همیشه است. دامنه این نمرات آن از ۰ تا ۱۰۰ است که نمره بیشتر، نشان‌دهنده وابستگی بیشتر به اینترنت و شدیدتر بودن مشکلاتی است که در نتیجه استفاده مفرط از آن برای شخص به وجود آمده است.

در این پژوهش برای ارزیابی، از دستورالعمل یانگ (۱۹۹۶) استفاده شده است؛ به این معنی که نمره ۲۰ تا ۴۹ نشان‌دهنده کاربر معمولی، نمره ۵۰ تا ۷۹ نشان‌دهنده کاربر در معرض خطر و نمره ۸۰ تا ۱۰۰ نشان‌دهنده کاربر معتاد است. یو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۳)؛ به نقل از قاسم‌زاده، (۱۳۸۶) در تحقیقی در کره، ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه را بیش از ۰/۹۰ به دست آوردند. مورن<sup>۳</sup> (۲۰۰۰)؛ به نقل از قاسم‌زاده، (۱۳۸۶) در پژوهشی که برای بررسی پایایی و روایی پرسشنامه یانگ انجام داد، بیان کرد که گرچه این پرسشنامه براساس اصول روان‌سنجی ساختاریافته تهیه نشده است؛ ولی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که به‌عنوان ابزاری در جهت سنجش اعتیاد به اینترنت، از پایایی و روایی بالایی برخوردار است. در ایران نیز در پژوهش قاسم‌زاده (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد. در مطالعه حاضر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ حاصل شد. همچنین، برای بررسی روایی پرسشنامه از روش همسانی درونی (یکی از روش‌های تعیین روایی سازه) استفاده شد که مقدار آن در دامنه ۰/۸۷-۰/۷۲ به دست آمد.

د- پیشرفت تحصیلی: به منظور سنجش پیشرفت تحصیلی از معدل کل دانش‌آموزان به استثنای دروس تربیت بدنی، فعالیت‌های پرورشی و نقاشی استفاده شد.

1. Young internet addiction test

2. Yu

3. Morene

## یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی مربوط به نمره‌های کسب‌شده دانش‌آموزان در متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره کسب‌شده دانش‌آموزان در متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش			
	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کمترین نمره بیشترین نمره
پیشرفت تحصیلی	۲۲۰	۱۶/۲۴	۲/۳۰	۱۱ ۲۰
اعتیاد به اینترنت	۲۲۰	۳۴/۳۶	۱۶/۶۲	۲۰ ۸۶
روان‌رنجورخویی	۲۲۰	۳۳/۶۹	۸/۹۳	۱۲ ۵۵
تعلاورزی	۲۲۰	۴۸/۹۸	۱۳/۵۳	۲۳ ۷۷

جدول ۲. ضریب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

شاخص	متغیر وابسته	
	متغیر مستقل	پیشرفت تحصیلی
	r	P
روان‌رنجورخویی	-۰/۲۸۱	۰/۰۰۱
اعتیاد به اینترنت	-۰/۳۰۴	۰/۰۰۱
تعلاورزی	-۰/۳۰۲	۰/۰۰۱

مندرجات جدول ۲ نشان می‌دهد که بین روان‌رنجورخویی و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان، همبستگی منفی وجود دارد ( $r = -0.281$ ,  $p = 0.001$ ). همچنین، بین اعتیاد به اینترنت و پیشرفت تحصیلی همبستگی منفی وجود دارد ( $r = -0.304$ ,  $p = 0.001$ ). همچنین، مشاهده می‌شود بین تعلاورزی و پیشرفت تحصیلی نیز همبستگی منفی وجود دارد ( $p = 0.001$ ,  $r = -0.302$ ).

جدول ۳ نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش ورود همزمان (Enter)، ضریب همبستگی چندمتغیری برای ترکیب خطی اعتیاد به اینترنت و روان‌رنجورخویی و تعلل‌ورزی با پیشرفت تحصیلی را نشان می‌دهد. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، همبستگی چندگانه در سطح ۰/۰۵ معنادار است ( $MR = 0/384$ ). ضریب تعیین نیز برابر با ۰/۱۴۷ است.

جدول ۳. ضرایب همبستگی چندگانه اعتیاد به اینترنت و روان‌رنجورخویی و تعلل‌ورزی با پیشرفت تحصیلی

الف: Enter	همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	نسبت F	ضریب رگرسیون ( $\beta$ )
شاخص‌های آماری	MR	$R^2$	احتمال p	
متغیر				
متغیرهای پیش‌بین				
ملاک				
اعتیاد به اینترنت	۰/۳۸۴	۰/۱۴۷	F= ۱۲/۳۹	B= -۰/۰۴۷ $\beta$ = -۰/۱۹۲ t= ۲/۷۵ p= ۰/۰۰۶
روان‌رنجورخویی			p= ۰/۰۰۱	B= -۰/۰۳۸ $\beta$ = -۰/۱۶۷ t= ۲/۰۵ p= ۰/۰۴۱
تعلل‌ورزی				B= -۰/۰۲۷ $\beta$ = -۰/۱۵۶ t= ۲/۱۰ p= ۰/۰۳۷

برای تعیین یک معادله پیش‌بینی مناسب با استفاده از کوچکترین مجموعه احتمالی از قوی‌ترین ترکیب متغیرهای پیش‌بین، از روش رگرسیون مرحله‌ای استفاده شده است. جدول ۴ نتیجه تحلیل رگرسیون چندگانه مربوط به روان‌رنجورخویی، اعتیاد به اینترنت و تعلل‌ورزی با پیشرفت تحصیلی را با روش مرحله‌ای نشان می‌دهد.

جدول ۴. ضرایب همبستگی چندگانه اعتیاد به اینترنت و روان‌رنجورخویی و تعلق‌ورزی با پیشرفت تحصیلی با روش مرحله‌ای

متغیر ملاک	گام‌ها	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین $R^2$	نسبت F احتمال p	ضرایب رگرسیون
اعتیاد به اینترنت					$B = -0/042$
		0/304	0/062	$F = 22/20$ $p = 0/001$	$\beta = -0/304$ $t = 4/71$ $p = 0/001$
اعتیاد به اینترنت					$B = -0/030$
		0/361	0/130	$F = 16/24$ $p = 0/001$	$\beta = -0/217$ $t = 3/12$ $p = 0/002$
تعلق‌ورزی					$B = -0/036$
		0/384	0/147	$F = 12/39$ $p = 0/001$	$\beta = -0/213$ $t = 3/07$ $p = 0/002$
روان‌رنجورخویی					$B = -0/056$
		0/384	0/147	$F = 12/39$ $p = 0/001$	$\beta = -0/185$ $t = 2/81$ $p = 0/004$
تعلق‌ورزی					$B = -0/042$
		0/384	0/147	$F = 12/39$ $p = 0/001$	$\beta = -0/157$ $t = 2/44$ $p = 0/023$
روان‌رنجورخویی					$B = -0/34$
		0/384	0/147	$F = 12/39$ $p = 0/001$	$\beta = -0/145$ $t = 2/32$ $p = 0/016$

پیشرفت تحصیلی

طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش مرحله‌ای، متغیر «اعتیاد به اینترنت» بهترین پیش‌بینی‌کننده و به ترتیب متغیرهای «تعلق‌ورزی» در رتبه دوم و متغیر «روان‌رنجورخویی» در رتبه سوم به عنوان پیش‌بینی‌کننده پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهرستان

دزفول، نقش خود را به‌خوبی ایفا کرده‌اند. این اولویت‌بندی از قدرت پیش‌بینی‌کنندگی هرکدام از متغیرها نسبت به متغیرهای دیگر برای پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان گواهی می‌دهد که در این تحقیق اعتیاد به اینترنت به‌عنوان تأثیرگذارترین متغیر بر پیشرفت تحصیلی مشخص شده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط روان‌رنجورخویی، تعلل‌ورزی و اعتیاد به اینترنت، با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دختر پایه دهم و یازدهم دوره متوسطه دوم انجام شد. یافته‌ها نشان داد که بین روان‌رنجورخویی و پیشرفت تحصیلی رابطه معنی‌داری وجود دارد؛ یعنی هرچه روان‌رنجورخویی در دانش‌آموزان بیشتر باشد، کاهش پیشرفت تحصیلی آنان را به‌همراه خواهد داشت. این یافته با مطالعه مقیمیان (۱۳۸۹) همسو است. یافته‌های این مطالعه نشان داده است که صفت روان‌رنجورخویی به‌صورت معکوس دارای رابطه معنادار با انگیزش تحصیلی است. در تبیین این یافته می‌توان گفت از آنجاکه در یک سوی روان‌رنجورخویی ثبات و اضطراب پایین و در سوی دیگر، بی‌ثباتی و اضطراب بالاتر قرار دارد؛ در نتیجه، افراد با سطوح بالای روان‌رنجورخویی، با وجود اضطراب بالا نمی‌توانند انگیزش پیشرفت در تحصیل را داشته باشند. یادگیرندگان با داشتن این صفت با بی‌ثبات هیجانی بالا و عزت‌نفس پایین همواره از خطر اشتباه کردن اجتناب می‌کنند؛ بنابراین، از انجام تکالیفی که نیازمند به‌بازتولید صرف مطالب یادگرفته‌شده می‌باشد، بیشتر احساس راحتی می‌کنند و کمتر خود را درگیر فعالیت‌های جدید می‌کنند (مقیمیان، ۱۳۸۹). مقیمیان (۱۳۸۹) بیان می‌کنند که یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی، ویژگی‌های روانی افراد است و انگیزش تحصیلی تنها پیامد هوش فردی یا امکانات سخت‌افزاری موجود در محیط نیست؛ بلکه جنبه‌های روان‌شناختی افراد مانند صفات شخصیت و سبک‌های یادگیری نیز نقش مهمی دارند و حتی در گستره موفقیت آموزشی، نقش صفات شخصیت فراتر از هوش است. مطابق با نتایج پژوهش‌های مختلف، صفات شخصیتی

روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی و سازگاری به اندازه‌های پیشرفت و وظیفه‌شناسی بر انگیزش و عملکرد تحصیلی مورد توجه قرار نگرفته‌اند و روان‌رنجورخویی می‌تواند اثر منفی بر این متغیرها داشته باشد. کاردیوم و کارپیس<sup>۱</sup> (۲۰۱۵) رابطه منفی و معناداری بین پیشرفت تحصیلی و عامل‌های پذیرش، وظیفه‌شناسی و روان‌رنجورخویی یافتند. همچنین، یافته‌ها نشان داد که بین نمره اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی، رابطه معکوس وجود دارد. به عبارت دیگر، هرچه نمره اعتیاد به اینترنت بیشتر باشد، پیشرفت تحصیلی کمتر است. نتیجه مطالعه بیدختی (۱۳۹۰) که به بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و ویژگی‌های شخصیتی فراگیران پرداخته نیز، همبستگی منفی نشان داده است که با این مطالعه هم‌خوان است. رضوان (۱۳۸۷) نیز به این یافته رسید که بین اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، رابطه معکوس معنادار با ضریب همبستگی ۰/۶۰۴ وجود دارد.

در مطالعه‌ای که با موضوع بررسی رابطه میزان استفاده از اینترنت با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی کاشان توسط گندمی و همکاران (۱۳۸۸) انجام شده بود، نشان داد که میان اعتیاد به اینترنت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان رابطه معنی‌داری وجود دارد؛ ولی تفاوت معنی‌داری در دختران و پسران از نظر اعتیاد به اینترنت وجود نداشت. در تبیین این یافته می‌توان ذکر کرد که هرچه کاربران وابسته به اینترنت وقت بیشتری را برای بازی‌های رایانه‌ای، چت و دوست‌یابی، دانلود فیلم و استفاده از سایت‌های متعدد اختصاص دهند، باعث تمرکززدایی و اتلاف وقت بیشتر و در نتیجه کاهش پیشرفت تحصیلی و یادگیری می‌شود. گروهی از مخاطبان اینترنت، نسل جوان و نوجوانانی هستند که بر اثر متغیرهای رشدی-روانی و نیز بسیاری از متغیرهای ناشناخته دیگر، بیشتر مستعد قرار گرفتن در معرض این‌گونه مشکلات هستند.

از جمله یافته‌های دیگر تحقیق حاضر این بود که بین اهمال‌کاری و پیشرفت تحصیلی رابطه معکوس معناداری برقرار است. همچنین، در مطالعه‌ای که مقدسین (۱۳۹۰) با موضوع ارتباط

<sup>1</sup>. Kardum & Krapic

میان پیشرفت تحصیلی، مسند مهارگذاری و اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان ارشد کاشان انجام داده بود، نشان داد که میان پیشرفت تحصیلی و اهمال‌کاری ارتباط منفی معنادار وجود دارد که با مطالعه بالا هم‌خوانی دارد. در توجیه این یافته می‌توان گفت که اهمال‌کاری تحصیلی دلایل متعددی می‌تواند داشته باشد؛ از جمله می‌توان به ضعف مهارت‌های مدیریت زمان، باورهای خودکارآمدی ضعیف (الکساندر، آن‌وگزبوزی، ۲۰۱۴)، گرایش‌های روان‌نزدی، کمال‌گرایی، باورهای غیرمنطقی، ناتوانی در تمرکز کردن، اضطراب وابستگی (هاول و واتسون، ۲۰۱۳) و فقدان انرژی (سولومون و راث‌بلوم، ۱۹۸۴) اشاره کرد.

در پژوهشی دیگر که توسط نامداری (۱۳۹۰) انجام شده بود، نشان داده شد که بین اهمال‌کاری و پیشرفت تحصیلی همبستگی معنی‌دار در جهت منفی وجود دارد که با مطالعه حاضر هم‌خوان است. توکلی (۱۳۸۹) در مطالعه خود که به بررسی شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، ترجیح زمان مطالعه و هدف از ورود به دانشگاه پرداخته است، دریافت که بین اهمال‌کاری تحصیلی و پیشرفت، ارتباط منفی وجود دارد. پژوهش‌های متعددی بیانگر این نکته است که بین اهمال‌کاری و پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه منفی وجود دارد (فرتزش<sup>۲</sup>، یونگ و هیکسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳؛ بالکیس و دورو<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲). مطالعه تمدنی (۱۳۸۹) نیز بیانگر ارتباط منفی بین اهمال‌کاری با پیشرفت تحصیلی است. خامسان و شیرزادی (۱۳۸۹) در پژوهشی به بررسی رابطه تعلل‌ورزی تحصیلی با جنسیت و پیشرفت تحصیلی پرداختند. نتایج این مطالعه نشان داد، بین دختران و پسران تفاوت معناداری از نظر آماری در چهار مؤلفه تعلل‌ورزی تحصیلی وجود دارد و تعلل‌ورزی تحصیلی رابطه منفی و معناداری با پیشرفت تحصیلی دارد. در تبیین یافته فوق می‌توان گفت که تعلل‌ورزی تحصیلی به صورت تعویق در رفتارهایی همچون حاضر شدن برای امتحان، انجام تکالیف درسی و مطالعه

1. Howell & Watson

2. Fritsch

3. Hickson

4. Balkis & Duru

دروس دیده می‌شود. نمونه بسیار آشنای آن، به تعویق انداختن مطالعه درس‌ها تا شب امتحان و شتاب و اضطراب ناشی از آن است که گریبان‌گیر دانش‌آموزان یا دانشجویان شده و به دلیل پیامدهای شناختی و هیجانی منفی که دارد، رفتاری ناسازگارانه است که می‌تواند آثار منفی جدی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشد (حسین‌چاری و دهقانی، ۱۳۸۷). این قبیل دانش‌آموزان در زمان حال و امروز زندگی می‌کنند. از نظر آنان آینده، فقط ادامه زندگی حال می‌باشد و به گونه‌ای زندگی می‌کنند که گویی فردایی وجود ندارد. در نهایت، این نوع تفکر منجر به ناتوانی در مدیریت مؤثر زمان می‌شود. ناکارآمدی فردی در مدیریت زمان، ضعف اعتماد به نفس، اشکال در تمرکز و احساس مسئولیت ضعیف، اضطراب و ترس از ناموفق بودن اعمال فردی به علت برداشت‌های منفی، انتظارات غیرواقعی که فرد از خود یا عملکرد خود دارد، انگیزه ناکافی، خودکم‌بینی، پایین بودن سطح تحمل و عصبانیت، همگی از ویژگی‌هایی هستند که با عادت به تعویق انداختن تکالیف رابطه دارند. از آنجا که معمولاً فعالیت‌های تحصیلی در مهلت‌های معین و نسبتاً طولانی انجام می‌گیرند و موفقیت در عملکرد تحصیلی، مستلزم کوشش و تلاش مستمر برای حداقل یک نیمسال تحصیلی است؛ بنابراین، بی‌اهمیت شمردن تکالیف درسی و ارجح شمردن فعالیت‌های دیگر به هر دلیل، باعث افت عملکرد تحصیلی می‌شود (توکاف، واشکا و دلگوا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳).

با توجه به نتایج به دست آمده از مطالعاتی حاضر، به نظر می‌رسد بین صفت شخصیتی روان‌رنجورخویی دانش‌آموزان و آسیب‌پذیری آنها در برابر اعتیاد به اینترنت و در نتیجه کاهش عملکرد تحصیلی رابطه وجود دارد؛ بر این اساس پیشنهاد می‌شود با ارزیابی شخصیت کاربران اینترنت، اشخاص در معرض خطر، در جهت پیشگیری از اعتیاد به اینترنت شناسایی و از افت تحصیلی آنها پیشگیری شود. همچنین، با توجه به اینکه نتایج پژوهش حاضر از نقش روان‌رنجورخویی در پیش‌بینی تعلل‌ورزی و افت تحصیلی دانش‌آموزان دختر حمایت می‌کند؛

<sup>1</sup>. Tukaev, Vasheka & Dolgova



بنابراین، پیشنهاد می‌شود که به نقش و اهمیت روان‌رنجورخویی در تعلل‌ورزی و وجود نشانه‌های روان‌شناختی منفی در جهت ارتقای سلامت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر توجه شود. در حوزه کاربردی نیز پیشنهاد می‌شود که فعالان و برنامه‌ریزان نظام آموزش عالی همواره در تدوین برنامه‌های نظام آموزشی عالی به آموزش راهبردهای استفاده صحیح و مناسب از اینترنت در دانش‌آموزان توجه ویژه‌ای داشته باشند. این آموزش‌ها از طریق برگزاری کارگاه‌هایی در مدارس قابل اجراست.

از آنجایی که یکی از یافته‌های پژوهش حاضر، تأثیر منفی تعلل‌ورزی بر پیشرفت تحصیلی می‌باشد، پیشنهاد می‌شود آگاهی دانش‌آموزان و والدین و حتی معلمان در زمینه تعلل‌ورزی و علل و آثار جسمی و روانی و پیامدهای بین فردی آن، به‌عنوان یکی از اهداف اصلی مدارس مدنظر قرار گیرد و این کار از طریق برگزاری جلسات مشاوره خانواده برای اولیاء و دوره‌های ضمن خدمت برای معلمان انجام گیرد. لازم به ذکر است که تعمیم نتایج این پژوهش به دیگر گروه‌های جامعه، با محدودیت‌هایی روبه‌رو است. نمونه مورد بررسی در این پژوهش یک نمونه دانش‌آموزی از میان دختران بود که در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود.

### منابع و مأخذ

۱. بیدختی، عاطفه (۱۳۹۰). رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و ویژگی‌های شخصیتی فراگیران. فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی. ۳ (۱)، ۹۵-۱۰۷.
۲. تمدنی، مجتبی (۱۳۸۹). اهمال‌کاری در دانشجویان دانشگاه‌های آزاد اسلامی و دولتی شهر تهران. فصلنامه روان‌شناسی تحولی (روانشناسان ایرانی). ۶ (۲۴)، ۳۳۷-۳۴۴.
۳. توکلی، محمدعلی (۱۳۸۹). بررسی شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان و ارتباط آن با ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، ترجیح زمان مطالعه و هدف از ورود به دانشگاه. فصلنامه روان‌شناسی تربیتی. ۲۸ (۹)، ۶۸-۵۱.
۴. حسین‌چاری، مسعود؛ دهقانی، یوسف (۱۳۸۷). پیش‌بینی میزان اهمال‌کاری تحصیلی براساس راهبردهای خودتنظیمی در یادگیری. پژوهش در نظام‌های آموزشی. ۴ (۲)، ۷۳-۶۳.
۵. خامسان، اکبر؛ شیرزادی، وحید (۱۳۸۹). رابطه تعلل‌ورزی تحصیلی و ادراک از ساختار کلاس: نقش باورهای انگیزشی و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی. پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، ۵۶، ۴۱-۱.
۶. رضوان، اعظم (۱۳۸۷). بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و کمرویی در نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
۷. شهنی بیلاق، منیجه (۱۳۸۵). بررسی شیوع تعلل و تأثیر روش‌های درمان‌شناختی-رفتاری و مدیریت رفتار بر کاهش آن در دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان اهواز. مجله روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران، ۳، ۴۹-۳۹.
۸. قاسم‌زاده، لیلی (۱۳۸۶). بررسی نرخ شیوع اعتیاد به اینترنت در دختران دبیرستانی شهر تهران و مقایسه دختران معتاد و غیرمعتاد به اینترنت در متغیرهای تنهایی، عزت نفس و مهارت‌های اجتماعی. فصلنامه مطالعات فرهنگی دفاعی زنان، ۳ (۱)، ۱۴-۹.
۹. گندمی، زینب (۱۳۸۸). بررسی رابطه روان‌رنجورخویی با اعتیاد به اینترنت در گروهی از دانش‌آموزان. مجله پزشکی هرمزگان، ۱۷ (۱)، صص ۲۸-۱۶.

۱۰. مانی، آرش (۱۳۸۳). بررسی رابطه طبقات دلبستگی و ویژگی‌های شخصیتی با احساس شادکامی بین دانشجویان دانشگاه تبریز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تبریز.
۱۱. مقدسین، زهرا (۱۳۹۰). ارتباط میان پیشرفت تحصیلی، مسند مهرگذاری و اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه کاشان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه کاشان.
۱۲. مقیمیان، مریم (۱۳۸۹). ارتباط صفات شخصیت و انگیزش تحصیلی در دانشجویان پرستاری. نشریه مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران (نشریه پرستاری ایران). ۲۵ (۷۵)، ۲۰-۹.
۱۳. نامداری، اسرین (۱۳۹۰). رابطه بین خودکارآمدی و اهمال‌کاری با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دختر پایه اول دوره متوسطه شهر سنندج. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان.

14. Alexander, E; Onwuegbuzie, A. (2014). Academic procrastination and the role of hope as a coping strategy. *Personality differences*, 42, 1301-1310.

15. Balkis, M; Duru, E. (2012). Prevalence of Academic Procrastination Behavior Among preservice Teachers, and its Relationship with Demographics and individual preference. *Journal of Theory and practice in Education*, 5(1), 18-32.

16. Brenner, V. (1996). An initial report on the on-line assessment of Internet addiction: The first 30 days of the Internet usage survey. <http://www.ccsnet.com/prep/pap/pap8b/638b012p.txt>

17. Chen, L; Nath, R. (2016). Understanding the underlying factors of Internet addiction across cultures: A comparison study. *Electronic Commerce Research and Applications*, 17, 38-48.

18. Ko, C. H; Yen, J. Y; Chen, C. C; Chen, S. H; Wu, K; Yen, C. F. (2006). Tridimensional personality of adolescents with internet addiction and substance use experience. *Canadian Journal of Psychiatry*, 51(14), 887-94.

19. Costa, P.T; Mc Crae, R. R. (1992). Revised NEO personality inventory (NEOPI-R) and NEO five factor inventory. *Psychological Assessment Resources*, 12, 45-62.
20. Dhir, A; Chen, S; Nieminen, M. (2015). Predicting adolescent Internet addiction: The roles of demographics, technology accessibility, unwillingness to communicate and sought Internet gratifications. *Computers in Human Behavior*, 51, 24-33.
21. Egger, O; Rauterberg, M. (1996). Internet addiction disorder. [Online]. Available: <http://www.ifap.bepr>.
22. Fritzsich, B. A; Young, B. R; Hickson, K. C. (2003). Individual differences in academic procrastination tendency and writing success. *Personality and Individual Differences*, 35 (7), 549-557.
23. Gamito, P. S; Morais, D. G; Oliveira, G. J; Brito, R; Rosa, P. J; de Matos, M. G. (2016). Frequency is not enough: Patterns of use associated with risk of Internet addiction in Portuguese adolescents. *Computers in Human Behavior*, 58, 471-478.
24. Hawi, N; Samaha, M. (2016). To excel or not to excel: Strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computers & Education*, 98, 81-8.
25. Howell, A; Watson, D. C. (2013). Procrastination: associations with achievement goalorientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*, 18, 127-133.
26. Hussain, I; Sultan, S. (2010). Analysis of procrastination among university students. *Social and Behavior Sciences*, 5 (2), 1897 – 1904.
27. Johnson, J. L; Bloom, A. M. (1995). An analysis of the contribution of the five factors of personality to variance in academic procrastination. *Personality and Individual Differences*, 18, 127-133.
28. Jun, S; Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, 49, 282-287.
29. Kardum, I; Krapic, N. (2015). Personality traits, stressful life events, and coping styles in early adolescence. *Personality Individual Differences*, 30(3), 503-515.

30. Kim, J. H; Lou, C. H; Cheuk, K. K; Kan, P; Hui, H; Griffiths, S. M. (2009). Predictors of heavy internet use and associations with health-promoting and health risk behavior among Hong Kong university students. *Journal of Adolescence*, 10, 10-16.
31. Krejcie, R.V; Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
32. Lin, S. S. J. (2002). An analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction. Paper presented at the 106th annual convention of the American Psychological Association: Boston.
33. Milgram, N; Toubiana, Y. (1999). Academic anxiety procrastination , parental involvement in students and their parents. *British Journal of Education psychology*, 69, 345-361.
34. O'Brien, W. K. (2002). Applying the trans theoretical model to academic of developmental. *Psychology Educational psychology*, 43, 1479-1512.
35. Saddler, C. D; Sacks, L. A. (1993). Multidimensional perfectionism and academic Procrastination: relationship with depression in university students. *Psychological report*, 73, 863-871.
36. Shek, D. T. L; Yu, L. (2016). Adolescent Internet Addiction in Hong Kong: Prevalence, Change, and Correlates. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29 (1), 22-30.
37. Solomon, L. J; Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive- behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 504-510.
38. Soric, I; Penezić, Z; Buric, I. (2017). The Big Five personality traits, goal orientations, and academic achievement. *Learning and Individual Differences*, 54(2), 126-134.
39. Steel, P. (2003). The nature of procrastination. Haskayne. Ucalgary.ca/research/working/paper research//2003.
40. Tukaev, S. V; Vasheka, T. V; Dolgova, O. M. (2013). The Relationships between Emotional Burnout and Motivational, Semantic and Communicative Features of Psychology Students. *Procedia - Social and Behavior Sciences*, 82(16): 553 – 556.

41. Usman, N; Alavi, M; Shafeq, M. (2016). *Relationship between Internet Addiction and Academic Performance among Foreign Undergraduate Students. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 114, 845-851.*

42. Young, K. (1996). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Cyber psychology and Behavior, 1(3):237-244.*

