



بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی
(مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد محمودآباد)

نادی علیزاده^۱ - امیرحسین خجسته^۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۰/۱۴ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۲/۲۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ انجام گرفت. از لحاظ هدف پژوهش کاربردی و از لحاظ ماهیت و نحوه گردآوری داده ها توصیفی و همبستگی می باشد. جامعه آماری کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد محمودآباد بوده است که ۶۹۵ نفر است. نمونه آماری مطابق با جدول کرجسی مورگان ۲۴۵ نفر برآورد شد. روش نمونه گیری از نوع تصادفی ساده بوده است. ابزار اندازه گیری، پرسشنامه های استاندارد بوده است که از پرسشنامه های اشتیاق به رایانه هایسن و همکاران (۱۹۸۷)، اضطراب اجتماعی کانور (۲۰۰۰)، اهمال کاری تحصیلی سولومون و راتبلوم (۱۹۸۴) اقتباس شده است. جهت تعیین روایی پرسشنامه از روایی صوری و تحت نظر استاد راهنما استفاده شد. جهت تعیین پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و با توجه به اینکه کلیه متغیرها دارای ضریب بیشتر از ۰/۷ بوده، پایایی آنها تأیید شد. اشتیاق به رایانه دارای پایایی ۰/۸۶ و اهمال کاری تحصیلی دارای پایایی ۰/۹۰ و اضطراب اجتماعی دارای پایایی ۰/۹۳ است. جهت بررسی فرضیات پژوهش از مدل سازی معادلات ساختاری و نرم افزار PLS استفاده شد. فرضیه اصلی تحقیق مبنی بر تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی تأیید شد؛ نتایج فرضیه فرعی اول تحقیق مبنی بر تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی تأیید شد؛ نتایج فرضیه فرعی دوم مبنی بر تأثیر اشتیاق به رایانه بر اهمال کاری تحصیلی تأیید شد؛ نتایج فرضیه سوم مبنی بر تأثیر اهمال کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی تأیید شد.

کلید واژه ها: اشتیاق به رایانه، اضطراب اجتماعی، اهمال کاری، اهمال کاری تحصیلی

^۱ گروه کامپیوتر، واحد نور، مرکز محمودآباد، دانشگاه آزاد اسلامی، محمودآباد، ایران. (نویسنده مسئول)

nadi.alizadeh.noor@gmail.com

^۲ دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، واحد نور، مرکز محمودآباد، دانشگاه آزاد اسلامی، محمودآباد، ایران.

مقدمه

واژه اهمال‌کاری معادل تعلل، سه‌لانگاری و به تعویق انداختن است (رضایی و همکاران، ۱۳۹۵). اهمال‌کاری یک پدیده رفتاری است که موجب ایجاد استرس، احساس گناه و کاهش شدید بازدهی فردی می‌شود. همچنین به دلیل عدم تعهد به تکالیف و مسئولیت‌ها، به عدم تأیید اجتماعی منجر می‌شود (فراری و کالاهان، ۲۰۱۵).

اینترنت یکی از وسایل ارتباطی در عصر جدید است که توسط انسان به کار گرفته شده است. اینترنت به‌عنوان یک منبع حیاتی در جامعه معاصر در نظر گرفته می‌شود. اشتیاق شدید به داشتن رایانه در منزل و مراکز آموزشی کشورهای مختلف دنیا، گسترش پیدا کرده است. به همین خاطر، عوارض ناشی از بهره‌گیری از رایانه، به‌ویژه در عرصه‌های آموزشی، مضاعف شده است. فن‌آوری رایانه به‌طور وسیع در جامعه گسترش پیدا کرده است و با تمامی جنبه‌های زندگی از مدرسه تا محل کار، خدمات بانکی، خرید و فروش، پرداخت مالیات و حتی رأی‌گیری تلفیق شده است (معافی و کاکوان، ۱۳۹۶). از سازه‌هایی که می‌تواند در ارتباط با اشتیاق به رایانه باشد، اهمال‌کاری تحصیلی و اضطراب اجتماعی می‌باشد. اهمال‌کاری به‌عنوان یک صفت نامطلوب و منفی، بخش جدایی‌ناپذیر و طبیعی رفتار تمامی انسان‌ها است؛ اهمال‌کاری تحصیلی این است که فراگیران بخشی از کارشان را به دلیل فقدان مهارت‌های خودتنظیمی، به تعویق بی‌اندازند، درحالی‌که می‌توانند بر آن تسلط داشته باشند و این مشکل متداولی در بین دانش‌آموزان و دانشجویان است (زغبی و همکاران، ۱۳۹۶). میزان شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانشجویان را از ۴۶ درصد تا ۸۴ درصد گزارش کرده‌اند (اسدزاده، ۱۳۹۷). این آمار نشان می‌دهد که همواره اهمال‌کاری به یک نوع چالش بزرگ در بین دانشجویان تبدیل شده است که پیامدهای سوء می‌گذارد.

دانشگاه‌ها سازمان‌هایی هستند که هر ساله تعداد قابل‌توجهی از جمعیت جوان را جذب می‌کنند و طی زمان معینی توانمندی‌های علمی و عملی این اشخاص را پرورش می‌دهند و درنهایت نیروهای آموزش‌دیده و متخصص را در اختیار جامعه وسیع‌تر می‌گذارند (کاپلان و سادوک، ۲۰۱۷). با توجه به تشدید سطوح استرس در دوره تحصیلات دانشگاهی در صدی از دانشجویان که سطوح بالاتر آسیب‌پذیری را دارا می‌باشند، در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های روانی خاص قرار می‌گیرند (بخشی پور، پیروی، عابدیان، ۱۳۹۰). یکی از بیماری‌های روانی، اضطراب اجتماعی است. اضطراب اجتماعی ترس افراطی یا غیرمعقول از موقعیت‌هایی است که طی آن رفتار یا عملکرد فرد ممکن است وارسی یا ارزیابی شود (بیدل، ۲۰۱۰). ویژگی اصلی اختلال اضطراب اجتماعی، ترس آشکار و مستمر از یک یا چند موقعیت اجتماعی یا عملکردی است که شخص در معرض دید اشخاص ناآشنا، یا احتمالاً در معرض توجه دیگران قرار می‌گیرد. فرد از این واهمه دارد کاری انجام دهد که موجب تحقیر یا شرمندگی او شود (انجمن روانشناسی آمریکا، ۲۰۱۷؛ ترجمه نیکخو و آوادایس یانیس، ۱۳۹۶). همچنین از متغیرهای پژوهش که می‌تواند با اضطراب اجتماعی در ارتباط باشد، اشتیاق به رایانه می‌باشد. اشتیاق رایانه به میزان انرژی که یک دانشجو برای انجام کارهای رایانه‌ای خود صرف می‌کند و نیز میزان اثربخشی و کارایی حاصل‌شده اطلاق می‌شود (مسلش و همکاران، ۲۰۱۰). اشتیاق رایانه‌ای دانشجویان می‌تواند به‌منظور شناسایی جنبه‌های اشتیاق رایانه‌ای و نیز تعدیل سیاست‌ها، راهبردها و برنامه‌ها در نظام آموزشی موردبررسی و امکان نظر قرار گیرد (کوه و همکاران، ۲۰۱۴). از دیگر متغیرهای پژوهش اهمال‌کاری تحصیلی است. اهمال‌کاری به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین آفت‌ها در کارایی نیروی انسانی محسوب می‌گردد.

همچنین اضطراب اجتماعی، ترس پابرجا از یک یا چند موقعیت اجتماعی یا عملکردی است که در آن موقعیت‌ها، فرد در معرض مشاهده دقیق احتمالی دیگران قرار می‌گیرد و می‌ترسد که به‌گونه‌ای تحقیرآمیز عمل کند (دادستان، ۱۳۹۶). افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی به‌طور معمول از موقعیت‌های ترس‌آور پرهیز می‌کنند و به‌ندرت خود را مجبور به تحمل موقعیت‌های اجتماعی یا عملکردی می‌نمایند، اما اگر با این موقعیت‌ها روبه‌رو شوند، دچار اضطراب شدیدی می‌شوند. ویژگی تشخیصی اصلی آن ترس بارز و پایدار از موقعیت‌های اجتماعی است که در آن‌ها احتمال دستپاچگی برای شخص وجود دارد (علیزاده فرد و رافضی، ۱۳۹۷).

مسئله این است شبکه‌های اجتماعی مجازی و وابستگی‌های رفتاری به آن، صرف‌نظر از اینکه آن را یک بیماری یا آسیب روانی یا معضل اجتماعی بدانیم پدیده‌ای است مزمن، فراگیر و عودکننده که با صدمات جدی جسمانی، مالی، روانی، خانوادگی و اجتماعی همراه است. به‌خصوص در دانشگاه‌ها و در بین دانشجویان استفاده از رایانه و شبکه‌های اینترنتی مربوط به آن فراگیر شده است. اشتیاق به رایانه سبب اعتیاد به آن گردیده و فرد انجام تکالیف تحصیلی خود را به تعویق می‌اندازد که این امر خود سبب افزایش افت تحصیلی دانشجویان شده است. علی‌رغم وجود چنین چالش بزرگی، تاکنون پژوهشی که به بررسی این مسئله بپردازد انجام نگرفته است. از طرفی دیگر دانشجویان با مشغول شدن به رایانه و استفاده از شبکه‌های مجازی مختلف، به‌طور مداوم و پی‌درپی تمام‌وقت خود را روی آن می‌گذرانند و این کار خود سبب می‌گردد تا تکالیف درسی خود را به تعویق انداخته و شب امتحان دچار نوعی اضطراب گردند و همچنین نوعی ترس از موفقیت در آنان ایجاد می‌گردد که به اضطراب اجتماعی معروف است. علی‌رغم اهمیت زیادی که این مسئله دارد و به یک چالش

اساسی در بین دانشجویان تبدیل شده است، اما تلاش چندانی برای حل این معضل صورت نگرفته است یا پژوهشی که به بررسی این موضوع به‌صورت توأمان پرداخته باشد انجام نشده است. در نتیجه با توجه به کمبودهای پژوهش‌های انجام‌شده در این حوزه و همچنین با توجه به چالش‌های موجود، این پژوهش به دنبال بررسی این مسئله است که آیا اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال‌کاری تحصیلی تأثیر دارد؟

فرضیه های پژوهش

فرضیه اصلی: اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد.

فرضیه های فرعی

- ۱) اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد.
- ۲) اشتیاق به رایانه بر اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد.
- ۳) اهمال‌کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد.

پیشینه نظری پژوهش

بخش اول: نظریه‌ها و مفاهیم مربوط به اشتیاق به رایانه
تعاریف اشتیاق

ریشه‌ی واژه اشتیاق از سه حرف ش؛ و. ق (شوق) تشکیل می‌یابد. واژه‌های انگیزش، مشغولیت، رغبت، آرزو، میل، کشش، ... و اشتیاق. همگی مترادف بوده یا قرابت معنایی دارند؛ بنا بر تعریف لغت‌نامه‌ی دهخدا اشتیاق میل به حرکت است. از آنجاکه در کتب مختلف علوم انسانی به‌جای واژه‌ی «اشتیاق» از کلمه «انگیزش» استفاده شده است. ما نیز در این‌ها کلیدواژه‌ی انگیزش را در منابع گوناگون موردبررسی قرار خواهیم داد. دکتر هوشیار اعمال آدمی را دو گونه

خود را به آن اختصاص دهند و انجام تکالیف را به تعویق اندازند. بدیهی است که در محیط دانشگاهی دسترسی به اینترنت، آسان‌تر و سریع‌تر است و این مسئله احتمال پیامدهای منفی را برای دانشجویان افزایش می‌دهد. آنلاین بودن مداوم در فضای اینترنت بدون آگاه بودن از گذشت زمان، یا به عبارتی دیگر، وابستگی به اینترنت باعث می‌شود که وقت زیادی از دانشجویان گرفته شود و فرصت انجام تکالیف تحصیلی را پیدا نکنند. این پدیده با اصلاح اعتیاد به اینترنت توصیف می‌شود. کاربردهای فراوان اینترنت و جدایی‌های آن سبب شده است که در سال‌های اخیر اعتیاد به اینترنت ظهور یابد. افراد رد این حالت ساعت‌ها و روزها وقت خویش را صرف رابطه‌های درون‌شبکه‌ای می‌کنند و توان قطع این ارتباط را ندارند و علاقه‌ای به ترک کامپیوتر از خود نشان نمی‌دهند و از فعالیت‌های طبیعی زندگی خود عقب می‌مانند و دچار مسائلی مانند اختلال در خواب، انجام ندادن تکالیف در دانش‌آموزان و دانشجویان و به تعویق انداختن آن‌ها می‌شود (شهبازیان و بهادری خسروشاهی، ۱۳۹۶).

اشتیاق به فناوری (رایانه)

اشتیاق شدید به داشتن رایانه در منزل و مراکز آموزشی کشورهای مختلف دنیا گسترش پیدا کرده است. به همین خاطر عوارض ناشی از بهره‌گیری از رایانه، به‌ویژه در عرصه‌های آموزشی مضاعف شده است. فناوری رایانه به‌طور وسیع در جامعه گسترش پیدا کرده است و با تمامی جنبه‌های زندگی از مدرسه تا محل کار، خدمات بانکی، خرید و فروش، پرداخت مالیات و حتی رأی‌گیری تلفیق شده است. علی‌رغم جنبه‌های مثبت از قبیل جنبه‌های آموزشی و ارائه خدمات ارتباطی پلگرام معتقد است که در بسیاری از کشورها به‌کارگیری فناوری اطلاعات و ارتباطات در نظام آموزشی، به‌منظور ارتقای کیفیت روش‌های

می‌داند. یکی ارادی و دیگری سائقی (انگیزشی). افعال ارادی افعلی است که آدمی از روی آگاهی انجام می‌دهد و در آن نظم و قصدی موجود می‌باشد. جان دیویی نگاهی خاص به اشتیاق و انگیزش داشته است. دیویی وجود قوایی مثل حافظه، دقت، تداعی معانی، تفکر و ... را موردتردید دانسته و اولاً آن تقسیم‌بندی‌ها را نامحدود دانسته و دوما فعالیت‌های انگیزشی را نوعی رابطه در میان نوروهای سیستم عصبی فرض کرده است. او می‌گوید اعمال انگیزشی در سایه‌ی تمرین و تکرار تعالی نمی‌یابند و همچنین، هر چه قدر که اختصاصی‌تر باشند به همان میزان قابلیت تعمیم آن‌ها کمتر می‌شوند (شریعتمداری، ۱۳۹۶).

شریعتمداری (۱۳۹۶) نیز یکی از اصول تربیت را همین انگیزش یا ایجاد اشتیاق در مرتب‌ی دانسته و متذکر شده است که «اگر بناست که شاگرد از راه تجربه افکار و عقاید، عادات و تمایلات و طرز کار خود را تغییر دهد باید نسبت به موضوع یادگیری علاقه‌مند باشد، در جریان یادگیری هدف معینی را دنبال کند، نسبت به یادگیری امر موردنظر احساس احتیاج نماید. بنابراین معلم باید علاقه و رغبت شاگردان را نقطه شروع کار خود کند». گنجی (۱۳۹۵) در تعریف اشتیاق آورده است: «سبب، علت و آنچه کسی را به کاری وادارد». پاسخ اینکه چرا موضوع اشتیاق و انگیزه در تعلیم و تربیت مطرح می‌شود این است که:

اشتیاق باعث آماده ساختن دانش‌آموز برای یادگیری است،

اشتیاق برای فعال نگه‌داشتن دانش‌آموز در طول دوره یادگیری است.

اشتیاق برای ایجاد توجه و دقت و تمرکز برای یادگیری است

در دسترس بودن اینترنت در واحدهای خوابگاهی و آموزشگاهی موجب شده که بیشتر دانشجویان، زمان

یاددهی و یادگیری مورد توجه خاص قرار گرفته است (معافی مدنی و کاکوان، ۱۳۹۶).

باید توجه داشت که رایانه و اینترنت جنبه‌های منفی نیز دارند. به‌عنوان مثال ارتباطات کامپیوتری و اینترنت می‌تواند منجر به بحران بین والدین و نوجوانان، بحران در چگونگی استفاده، تنظیم برنامه، محتویات آنچه دیده می‌شود و شکافی که بین انتظارات ایجاد می‌گردد، بشود. از سوی دیگر کاربردهای فراوان رایانه و جذابیت‌های آن سبب شده است که در سال‌های اخیر، افراد ساعت‌ها و روزها، وقت خویش را صرف رایانه و خصوصاً ارتباط‌های درون‌شبکه‌ای می‌کنند و توان قطع این ارتباط را ندارند و علاقه‌ای به ترک رایانه‌هایشان نشان نمی‌دهند. اینترنت (و استفاده از رایانه) به‌خودی‌خود ابزاری بی‌ضرری است؛ اما استفاده بیش‌ازحد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به اینترنت را به دنبال دارد که این پدیده مشکل عمده‌ای را برای بهداشت روانی جامعه ایجاد کرده است (معافی مدنی و کاکوان، ۱۳۹۶).

هنگامی که انتظار رشد برای فناوری نوظهور افزایش می‌یابد، پیش‌بینی اینکه آیا فناوری مذکور دارای پتانسیل تجاری مناسب هست یا خیر؟ بسیار دشوار خواهد بود. خصوصاً که زمانی ادعا برای فناوری مورد نظر دارای اقبال زیادی از سوی عموم میان شرکت مشاوره مردم قرار گرفته باشد. در این میان شرکت مشاوره‌ای گارتر سعی نموده تا با بهره‌گیری از ابزاری مانند منحنی اشتیاق فناوری، آینده فناوری مذکور را تحلیل و پیش‌بینی نماید. این منحنی با بهره‌گیری از منطق کاربرد فناوری در طول زمان بینشی را در مورد چشم‌انداز فناوری باهدف کسب‌وکار به دست می‌دهد تا بر اساس آن بتوان برنامه‌ریزی نمود که آیا دوره حیات فناوری مورد نظر با نیازها و اهداف سازمان ما منطبق خواهد بود یا خیر (خسرو پور و همکاران، ۱۳۹۴).

به‌عبارتی‌دیگر منحنی اشتیاق فناوری اطلاعات ارزشمندی را در رابطه با تحلیل اقتباس نوآوری به‌صورت مصور در اختیار مدیران قرار می‌دهد. اساس کار این تحلیل بر اشتیاق فزاینده انسان به پدیده‌های نوظهور استوار است که عمدتاً با واقعیت اختلاف فاحشی دارد. علاوه بر این باید به این نکته توجه نمود که نوآوری که با توجه به هیجانانورد توجه قرار گرفته مانند یک هوش زودگذری است که به راحتی کنار گذاشته خواهد شد، ولی نوآوری که به تدریج و گام‌به‌گام تکمیل می‌شود، به دلیل ایجاد ساختارهای پشتیبان خود از ثبات بیشتر و بالاتری برخوردار خواهد بود (خسرو پور و همکاران، ۱۳۹۴).

بخش دوم: نظریه‌ها و مفاهیم اهمال کاری تحصیلی

تاریخچه اهمال کاری

مسئله اهمال کاری در منابع اسلامی از دیرباز مورد توجه بوده و در روایات و ادعیه درباره آن سخن به میان آمده است. این واژه در غرب، به‌ویژه در عرصه روان‌شناسی، حدود چهل سال است که مطرح شده است. تنها استاد روان‌شناسی که درباره تاریخچه اهمال کاری بحث کرده است، پلت. رینجن باخ می‌باشد. وی کتابی به نام بررسی تاریخی علل اهمال کاری تألیف کرده است. هرچند موضوع انتخابی او جالب است، اما کمک چندانی برای حل مسئله ارائه نداده است. پس از وی، دو نفر از نویسندگان بهنام‌های آلبرت آلیس و ویلیام جیمز، به نگارش کتاب روان‌شناسی اهمال کاری همت گماردند که در نوع خودکاری بدیع و قابل‌ارائه است (آقا تهرانی، ۱۳۹۲). هرچند صحبت از اهمال کاری در متن‌های مصر و یونان و روم باستان به چشم می‌خورد؛ اما برای اولین بار این لغت در زبان انگلیسی و در سال ۱۵۴۸ در دیکشنری آکسفورد آمده است (خاکپور و قلی پور، ۱۳۹۶؛ سلیمانی و همکاران، ۱۳۹۵).

تعریف اهمال‌کاری

اصطلاح اهمال‌کاری ترجمه پروکراستینیشن از کلمه لاتین پروکستینوس^۱ گرفته شده است. پرو به معنای جلو یا پیشرو و کرسستینوس به معنای فردا است. ترکیب این دو یعنی به بعد موکول کردن، به تأخیر انداختن، طولانی کردن، عقب انداختن، قصور ورزیدن و یا به تعویق انداختن انجام یک تکلیف است (اسدزاده، ۱۳۹۷). اهمال‌کاری در زبان لاتین از دو بخش pro به معنی «جلو»، «پیش» و «در حمایت از» و crastinus به معنای فردا تشکیل شده و معنای تحت‌اللفظی آن تا فردا است (عطا دخت و همکاران، ۱۳۹۴؛ خاکپور و قلی‌پور، ۱۳۹۶). مترادف‌های آن نیز شامل مسامحه، دودلی، به تأخیر اندازی و به عقب انداختن انجام کار به‌ویژه به علت عادت در بی‌دقتی، یا تنبلی و به تعویق انداختن یا تأخیر غیرضروری می‌شود (رستمی و همکاران، ۱۳۹۵؛ ون ویک، ۲۰۰۴).

اهمال‌کاری یک موضوع جالب بین‌رشته‌ای است که از امور مالی و سرمایه‌گذاری تا سلامتی را در برمی‌گیرد. برخی اهمال‌کاری را به اشتباه معادل تنبلی می‌دانند، درحالی‌که این دو باهم متفاوت است، زیرا در تنبلی، فرد میلی برای انجام کار ندارد، اما در اهمال‌کاری به تأخیر انداختن و جایگزین کردن تکالیف فردی با انجام فعالیت‌های غیرضروری دیگر است. اهمال‌کاری میلیون‌ها نفر را تحت تأثیر قرار داده و از مشکلات گریبان‌گیری است که تقریباً همیشه بر بهره‌وری و بهزیستی افراد اثر سوء می‌گذارد (خاکپور و قلی‌پور، ۱۳۹۶).

اهمال‌کاری به‌عنوان تأخیر یا اجتناب آگاهانه یا ناآگاهانه در شروع یا تکمیل یک تکلیف یا یک فرآیند تصمیم‌گیری تعریف شده است. شیوع اهمال‌کاری مزمن ۲۵-۲۰ درصد و در جمعیت‌های دانشجویی ۷۵ درصد گزارش شده است؛ به طوری‌که ۹۵ درصد از آن‌ها تمایل دارند اهمال‌کاری خود را کاهش دهند (حشمتی جدا و همکاران، ۱۳۹۷).

اهمال‌کاری را توانایی در کنترل شدید بر افکار، هیجان‌ها و عملکرد در راستای معیارها معرفی کرده‌اند. اهمال‌کاری را شکلی از تأخیر در کامل کردن تکلیف یا متوقف کردن مطالعه برای امتحان می‌دانند که در بین تمام دانشجویان در سراسر دنیا وجود دارد. برآورد شده است که حدود ۸۰ تا ۹۵ درصد از دانشجویان یا دست‌کم نیمی از کل دانشجویان دچار اهمال‌کاری هستند. اهمال‌کاری تصمیم‌گیری را ناتوانی در تصمیم‌گیری در دوره زمانی مشخص تعریف کرده‌اند (حسین زاده فیروزآباد و همکاران، ۱۳۹۶).

اهمال‌کاری شامل دو سطح رفتاری و شناختی است. در سطح رفتاری، فرد به‌طور کاملاً اختیاری تکلیف خود را در زمان مقرر انجام نمی‌دهد. اهمال‌کاری در سطح شناختی به‌صورت ناتوانی در تصمیم‌گیری به‌موقع است. از دیدگاه رفتارگرایان، رفتار اهمال‌کارانه بر اساس محیط و تجربه‌های پیشین فرد یاد گرفته می‌شود. از نظر روانشناسان شناختی، باورهای غیرمنطقی، رفتار اهمال‌کارانه را شکل می‌دهد؛ به‌ویژه در دانش‌آموزانی که ارزش خود را تنها بر اساس توانایی‌شان در انجام تکالیف می‌سنجند. طبق نظریه روانکاوی، اضطراب موجب بروز مکانیزه دفاعی اجتناب فعال، «خود» اهمال‌کاری می‌شود. به‌محض تشخیص اضطراب توسط می‌شود و در نتیجه تکالیف به اتمام نمی‌رسند؛ زیرا تهدیدی برای خود محسوب می‌شوند (نوری امام‌زاده‌ای و نیل فروشان، ۱۳۹۵).

از بین انواع رفتارهای تأخیری، اهمال‌کاری تحصیلی به‌عنوان نوعی تأخیر غیرمنطقی و زیان‌بار معرفی شناخته شده است زیرا رابطه منفی با عملکرد تحصیلی، سلامت و به‌طور اخص سلامتی هیجانی دانشجویان دارد. اهمال‌کاری تحصیلی با پیامدهای مختلفی از قبیل افزایش سوء رفتار در حوزه تحصیل، کاهش درآمدی تحصیلی و مشکلات سلامت روان در حوزه سلامت عاطفی و سلامت شناختی همراه است. دلایل مهمی وجود دارد که اهمال‌کاری آسیب‌رسان است،

برای نمونه اهمال کاری می‌تواند به عملکرد دانشگاهی ضعیف، تجربه هیجان‌های منفی در مورد خود، رفتارهای خطرناک برای سلامتی مانند تأخیر در رسیدگی به مشکلات بهداشتی منجر شود بنابراین اجتناب و تأخیر در انجام وظایف و تصمیمات می‌تواند به مسئله‌ای تضعیف‌کننده و مزمن تبدیل شود (حشمتی جدا و همکاران، ۱۳۹۷).

اهمال کاری تحصیلی را به تأخیر انداختن وظایف تحصیلی تعریف می‌کنند. این وظایف شامل آماده شدن برای امتحان، آماده کردن مقالات در طول نیمسال تحصیلی، امور اداری مربوط به مدرسه و حضور مستمر در کلاس‌ها هستند. دانش آموزان اهمال‌کار آمادگی برای امتحان را به شب پایانی موکول می‌کنند و در نتیجه در زمان امتحان اضطراب شدیدی را تجربه می‌کنند. اهمال کاری موجب درجات بالایی از اضطراب و افسردگی در دانش‌آموز می‌شود و عزت نفس او را پایین می‌آورد (پورعبدل و همکاران، ۱۳۹۴؛ سلطان نژاد و همکاران، ۱۳۹۴).

اهمال کاری تحصیلی می‌تواند تا جایی پیش رود که بعضی از دانشجویان به علت عملکرد نامناسب ترک تحصیل کنند. افراد معمولاً برای کمک کردن اضطراب و به دست آوردن لذت آنی دست به اهمال کاری می‌زنند، اما این راهبردهای تعویقی، به ندرت باعث نتایج مثبت و تقریباً همیشه به افزایش استرس، بی‌نظمی و شکست منجر می‌شوند در واقع، اهمال کاری تحصیلی نوعی آسیب به خود است، همان‌طور که اهمال‌کاران به‌طور نامعقول از انجام کارهای ضروری و مدنظرشان اجتناب می‌کنند، تسلیم احساسات منفی از قبیل احساس گناه، استرس یا اضطراب هم می‌شود. از پیامدهای اهمال کاری استرس ذهنی و فیزیکی، مشکلات خواب و خستگی است رفتار اهمال کاری میان دانشجویان مشهود است و آن را می‌توان میان درخواست‌های کمک آنان از مشاوران به‌صورت چشمگیری مشاهده کرد (مطیعی و همکاران، ۱۳۹۸).

اهمال کاری تحصیلی ممکن است اثرات منفی در تحصیلات و به دنبال آن در زندگی فرد داشته باشد. اهمال کاری تحصیلی به معنی تمایل غیرمنطقی برای به تعویق انداختن آغاز یک تکلیف و یا کامل کردن آن است. بدین ترتیب فراگیران ممکن است قصد انجام دادن تکالیف تحصیلی را در زمان مشخص شده و یا مورد انتظار داشته باشند، اما نتوانند برای انجام دادن در خود انگیزه کافی ایجاد نمایند. در نتیجه انجام دادن تکالیف در فاصله زمانی تعیین شده به دلیل انجام دادن کارهای غیرضروری و خوش‌گذرانی‌های زودگذر به شکست منتهی می‌شود (عنایتی و رستگارتبار، ۱۳۹۶).

بخش سوم: نظریه‌ها و مفاهیم اضطراب اجتماعی

تاریخچه اختلال اضطراب اجتماعی

اختلال اضطراب اجتماعی که به‌عنوان هراس اجتماعی نیز شناخته می‌شود، اولین بار در اواخر دهه ۱۹۶۰ به‌عنوان یک تشخیص خاص و مستقل مطرح شد (عریضی و همکاران، ۱۳۹۴). اولین موردی که با اختلال هراس اجتماعی در متون گزارش شده است؛ توصیفی می‌باشد که بقراط پزشک یونانی در قرن چهارم قبل از میلاد از یک فرد مبتلا به اضطراب اجتماعی کلاسیک؛ ارائه کرده است که دارای این ویژگی‌ها می‌باشد. (در همه‌جا دیده نمی‌شود؛ زندگی در تاریکی را دوست دارد؛ و نمی‌تواند روشنایی را تحمل کند یا در مکان‌های روشن بنشیند؛ کلاهی چشمانش را پوشانده است؛ نه می‌بیند و نه دیده می‌شود. او از ترس اینکه مبادا در حرکات و گفتارها مورد سوءاستفاده قرار گیرد؛ مورد تعرض قرار گیرد؛ پذیرفته نشود یا مریض شود؛ با هرکسی معاشرت نمی‌کند؛ او فکر می‌کند هرکسی او را می‌بیند). اضطراب اجتماعی برای نخستین بار در امریکا توسط بیرد و در فرانسه به‌وسیله ژانه توصیف شد. نخستین بار اصطلاح (هراس اجتماعی) را مارکس گلدر (۱۹۶۶) برای این اختلال بکار بردند. این دو فرد بر

احساسات و رفتارها و نشانه‌های عدم رضایت از دیگران همراه است. تئوری‌های شناختی در زمینه اضطراب حاکی از آن هستند که توجه انتخابی به تهدیدها، اضطراب را شدیدتر کرده و قضاوت در زمینه رویدادهای اجتماعی را به انحراف می‌کشاند (معافی مدنی و کاکوان، ۱۳۹۶).

ویژگی اصلی اضطراب اجتماعی ترس یا اضطراب شدید از موقعیت‌های اجتماعی است که در آن‌ها این امکان وجود دارد که فرد از سوی دیگران مورد کنجکاو قرار گیرد. افراد مبتلابه این اختلال از موقعیت‌هایی که ممکن است مورد ارزیابی قرار بگیرند، اجتناب کرده یا علائم شدید اضطراب را از خود نشان می‌دهند. نقص اجتماعی آن‌ها باعث می‌شود به گونه‌ای رفتار کنند که پیامدهای منفی نظیر مشکلات ارتباطی با خانواده، همسر، دوستان حاصل شده و همچنین در ایجاد یک زندگی اجتماعی فعال و سودمند ناتوان باشند (علیزاده فرد و رافضی، ۱۳۹۷).

ترس از ارزیابی منفی و ترس از ارزیابی مثبت از مؤثرترین شناخت‌های ناکارآمد در شکل‌گیری اضطراب اجتماعی است. ترس از ارزیابی منفی یک وجه محوری اضطراب اجتماعی است و عبارت است از ترس مورد قضاوت منفی قرار گرفتن. حتی نشانه‌های اجتماعی بی‌خطر و مبهم از طرف دیگران می‌تواند بالقوه به عنوان ارزیابی منفی تفسیر شود (کراون، ۲۰۱۵). دلواپسی، تسلیم، مطیع بودن و اجتناب اجتماعی با ترس از ارزیابی منفی مرتبط است. افرادی که نمره بالایی در مقیاس ترس از ارزیابی منفی به دست می‌آورند، نسبت به این‌که دیگران درباره آن‌ها چگونه فکر می‌کنند احساس نگرانی دارند. آزمودنی‌های دچار ترس از ارزیابی منفی بالا، توجه و واکنش بیشتری به عوامل موقعیتی نشان می‌دهند (دمرچلی و همکاران، ۱۳۹۶).

اساس یافته‌های خود مبنی بر اینکه هراس اجتماعی از نظر سن شروع از سایر هراس‌ها متفاوت است؛ این اختلال را از سایر هراس‌ها تمایز کردند که تأثیر به سزایی در تثبیت این واحد تشخیصی به عنوان یک اختلال مستقل داشت. این اختلال تا پیدایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی ویرایش سوم در سال ۱۹۸۰؛ به عنوان یک اختلال یا نشانگان خاص قلمداد نمی‌شد. در این سال بود که این اختلال وارد نظام طبقه‌بندی اختلال‌های روانی گردید و سیمایه‌های این اختلال در دو بازنگری با وضوح بیشتری تعریف شدند (هافمن و لوه، ۲۰۱۰).

تعاریف اضطراب اجتماعی

اضطراب اجتماعی یکی از شایع‌ترین اختلال‌های کودکی و نوجوانی است. این اختلال در ۱/۱ درصد تا ۳/۷ درصد از جمعیت کلی کودکان و نوجوانان دیده می‌شود؛ و بین ۳ تا ۱۳ درصد در جمعیت بزرگسالان؛ گزارش شده است. به طور کلی این اختلال در کودکان به عملکرد تحصیلی ضعیف و مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی و سوءمصرف مواد منجر می‌شود. افزون به این؛ نوجوانان مبتلابه اضطراب اجتماعی در خطر ناپختگی اجتماعی قرار دارند؛ اختلالی که در درماندگی و اجتناب از روابط اجتماعی را در پی دارد؛ و می‌تواند به نارسا کنش وری اجتماعی و روان‌شناختی و حتی بروز شخصیت اجتنابی در بزرگسالی منتهی شود (سادوک و سادوک، ۱۳۹۶).

اضطراب اجتماعی به اضطراب یا تجربه هراس که در موقعیت‌های میان فردی یا عملکردی ایجاد می‌گردد، اطلاق می‌شود. افراد دارای اضطراب اجتماعی بالا از ارزیابی منفی دیگران نسبت به خود و یا انجام عملی که باعث شرمندگی شود، بیمناک هستند. تحقیقات حاکی از آن است که اضطراب اجتماعی با گرایش به اختصاص توجه به اطلاعات تهدیدآمیز اجتماعی از جمله اضطراب مرتبط با

پیشینه تجربی پژوهش

حسین زاده و همکاران (۱۳۹۷) پژوهشی را با عنوان «پیش‌بینی مؤلفه‌های اضطراب امتحان با توجه به اهمال‌کاری رفتاری، اهمال‌کاری تصمیم‌گیری و اجتناب شناختی در دانشجویان» انجام دادند. پژوهش حاضر، مطالعه‌ای پیمایشی و از نوع همبستگی است. نمونه این پژوهش شامل ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز هستند که به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. در این پژوهش به منظور تحلیل داده‌ها از همبستگی متعارف و رگرسیون چندگانه استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند ترکیب خطی مؤلفه‌های اضطراب امتحان را می‌توان با ترکیب خطی متغیرهای پیش‌بین، پیش‌بینی کرد. بر اساس نتایج تحلیل رگرسیون، اهمال‌کاری رفتاری و تصمیم‌گیری به طور معناداری پیش‌بینی کننده تحقیر اجتماعی و خطای شناختی در دانشجویان بودند. همچنین، اهمال‌کاری رفتاری و اجتناب شناختی پیش‌بینی کننده تنیدگی بودند. نتیجه‌گیری از آنجاکه متغیرهای مذکور نقش مؤثری در اضطراب امتحان دارند، ضروری است دانشگاه‌ها توجه بیشتری به عوامل تأثیرگذار بر کاهش اهمال‌کاری و اجتناب شناختی داشته باشند تا از این طریق اضطراب امتحان کاهش یابد.

معافی مدنی و کاکوان (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان «واکاوای رابطه بین مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی و اشتیاق به رایانه دانشجویان» انجام دادند. روش پژوهش به لحاظ هدف کاربردی، از نوع توصیفی-همبستگی بود و به روش میدانی اجرا گردید. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رامسر به تعداد ۲۷۸۰ بود. حجم نمونه بر اساس جدول کرجسی و مورگان با توجه به حجم جامعه، ۳۳۸ نفر تعیین شد. افراد نمونه به صورت تصادفی و با روش نمونه‌گیری طبقه‌ای بر اساس جنسیت انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌های پژوهش از

پرسش‌نامه‌های اشتیاق به رایانه هاینسن و همکاران و پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی واتسون و فرند استفاده شد. پایایی دو پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ محاسبه گردید و به ترتیب با ضریب آلفای ۰/۷۸ و ۰/۸۰ تأیید گردید. به منظور بررسی فرضیه پژوهش از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون خطی با استفاده از نرم‌افزار SPSS استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی و اشتیاق به رایانه دانشجویان در سطح احتمال ۹۵ درصد رابطه معنی‌دار وجود دارد و هم‌چنین، هر دو مؤلفه اضطراب اجتماعی؛ یعنی، اجتناب و پریشانی اجتماعی و ترس از ارزیابی منفی، ۶/۳۳ درصد از واریانس اشتیاق به رایانه دانشجویان را تبیین می‌کنند.

رحمانی جوانمرد و محمدی (۱۳۹۶)، پژوهی با عنوان «نقش عاطفه مثبت و منفی، ترس از شکست و جهت‌گزینی هدف پیشرفت در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان» پرداختند. هدف پژوهش، بررسی نقش عاطفه مثبت و منفی، ترس از شکست و جهت‌گزینی هدف پیشرفت در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان بود. ۱۲۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه پیام نور واحد نورآباد در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. جمع‌آوری و توسط ضریب همبستگی ساده و رگرسیون چندگانه تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که بین متغیرهای عاطفه منفی، جهت‌گزینی هدف اجتناب و ترس از شکست رابطه مثبت و معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی و بین عاطفه مثبت و جهت‌گزینی هدف تسلط رابطه منفی و معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی وجود دارد؛ اما بین جهت‌گزینی هدف گرایش و اهمال‌کاری تحصیلی رابطه‌ای یافت نشد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای عاطفه مثبت، هدف‌گزینی هدف تسلط و ترس از شکست در ر پیش‌بینی واریانس متغیر ملاک یعنی

اهمال کاری تحصیلی نقش دارند که در این بین ترس از شکست قدرت پیش‌بینی شده بالایی دارد.

غفاری (۱۳۹۶) پژوهشی با عنوان «تأثیرات فرهنگی استفاده از سایت‌های مجازی با سلامت روانی و اهمال کاری تحصیلی در دانش آموزان پسر» بود. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش کلیه دانش آموزان پسر سال سوم متوسطه شهرستان گرگان که در حدود ۱۸۰۰ نفر بودند. روش نمونه‌گیری از نوع نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی و حجم نمونه بر اساس جدول کرجسی و مورگان ۳۱۷ نفر، انتخاب شد. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۸۸)، پرسشنامه سلامت عمومی (۱۹۷۹)، پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سولومون و راث بلوم (۱۹۸۴) استفاده شد. از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج بین استفاده از سایت‌های مجازی با سلامت روانی در نوجوانان از لحاظ آماری ارتباط معکوس و معنادار وجود دارد. همچنین بین استفاده از سایت‌های مجازی با خرده مقیاس‌های نشانگان جسمانی و نشانگان اضطرابی و کارکردهای اجتماعی ارتباط معکوس و معنادار وجود دارد. بین استفاده از سایت‌های مجازی با خرده مقیاس نشانگان افسردگی ارتباط معنادار مشاهده نشد. بین استفاده از سایت‌های مجازی با اهمال کاری تحصیلی در نوجوانان از لحاظ آماری ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد. بین سلامت روان با اهمال کاری تحصیلی در نوجوانان از لحاظ آماری ارتباط معکوس و معنادار وجود دارد.

رشمی (۱۳۹۵) پژوهشی را با عنوان «تأثیر شبکه‌های اجتماعی اینترنتی بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی (دوره اول) منطقه چهار شهر تهران» انجام دادند. تحقیق حاضر از نوع توصیفی-کاربردی است که به روش پس‌رویدادی انجام شده است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دوره اول متوسطه دخترانه و پسرانه منطقه ۴ شهر

تهران در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۷۵ نفر به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سولومون و راتبلوم (۱۹۸۴) و پرسشنامه محقق ساخته شبکه‌های اجتماعی جمع‌آوری شد. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون کای دو و یو-من-ویتی استفاده شد. یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن است که بین تغییر عادت اهمال کاری و احساس بد و ناخوشایند ناشی از اهمال کاری تحصیلی در بین دانش‌آموزان پسر و دختر تفاوت معنی‌داری وجود ندارد و مؤلفه‌های میزان استفاده روزانه از شبکه‌ها، عضویت در شبکه‌ها، مدت عضویت در شبکه‌ها و دفعات وارد شدن به شبکه‌ها بیشترین همبستگی و تأثیر را بر اهمال کاری دانش‌آموزان دبیرستانی دوره اول منطقه چهار شهر تهران دارند.

کانستانتین و همکاران (۲۰۱۸)، پژوهشی تحت عنوان «اضطراب، افسردگی، اهمال کاری در میان دانش‌آموزان: سرگیجه نقشی میانجی مهم‌تر از نگرانی» پرداختند. جامعه آماری دانش‌آموزان در مدارس روسیه می‌باشند. نمونه آماری ۳۹۱ نفر می‌باشد. روش پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی است. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه می‌باشد. تحلیل‌ها با استفاده از آزمون‌های رگرسیونی صورت گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که افسردگی و اضطراب بر اهمال کاری تأثیر معنی‌داری دارد. همچنین نگرانی این رابطه را میانجی‌گری می‌کند.

والش و آگنی (۲۰۱۷) پژوهشی تحت عنوان «اهمال کاری بر اضطراب امتحان» پرداختند. پژوهش روی نمونه‌ای ۹۳ نفری از دانشجویان در دانشگاه لندن انجام گرفت. روش پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی بوده است. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه می‌باشد. جامعه آماری دانشجویان مدرسی در لندن بوده است. نتایج پژوهش نشان داد که اهمال کاری مانند اضطراب، صفت پیش‌بینی کننده قوی برای

ساله در کلاس چهارم بود. جهت جمع‌آوری داده از ابزار پرسشنامه استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری می‌باشد. نتایج پژوهش نشان داد که بازی‌های رایانه‌ای بر عملکرد مدرسه تأثیر منفی و معنی‌داری دارد.

کیم و سئو (۲۰۱۵)، پژوهشی تحت عنوان «رابطه بین اهمال کاری و عملکرد تحصیلی» پرداختند. آن‌ها یک فرآیند تجزیه و تحلیل از ۳۳ مطالعات مرتبط انجام دادند که مجموعاً ۳۸۵۲۲۹ شرکت‌کننده برای تهیه این یافته‌ها انجام دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش‌های رگرسیونی صورت پذیرفت. روش پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی است. این تجزیه و تحلیل نشان داد که اهمال کاری با عملکرد تحصیلی رابطه‌ای منفی و معنی‌دار دارد.

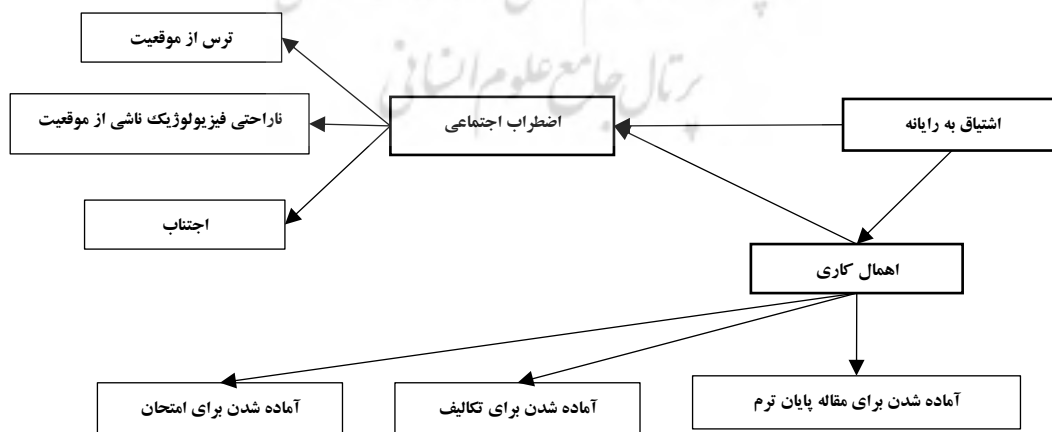
مدل مفهومی تحقیق

مدل مفهومی پژوهش به شرح شکل زیر می‌باشد که در آن اشتیاق به رایانه به عنوان متغیر مستقل، اضطراب اجتماعی به عنوان متغیر وابسته، اهمال کاری به عنوان متغیر میانجی در نظر گرفته شده است.

اضطراب درس آمار و ترس از کم‌کمک خواستن و همچنین ترس از معلم آمار است و بین تعلل و اضطراب امتحان و کلاس درس رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

اوداسی (۲۰۱۵) پژوهشی تحت عنوان «خودکارآمدی تحصیلی، اعتیاد به اینترنت، اهمال کاری تحصیلی» پرداختند. روش پژوهش از نوع توصیفی و همبستگی بوده است. جامعه آماری دانشجویان در روسیه می‌باشند. تعداد نمونه آماری ۳۹۰ نفر بوده است. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه می‌باشد. تحلیل‌های آماری با استفاده از آزمون‌های رگرسیونی صورت گرفت. نتایج نشان داد که بین خود کارآمدی تحصیلی و اعتیاد اینترنتی همبستگی منفی وجود دارد ولی رابطه بین اعتیاد اینترنتی و اهمال کاری تحصیلی از نظر آماری معنی‌دار نیست و خود کارآمدی تحصیلی به‌خوبی اعتیاد اینترنتی را پیش‌بینی می‌کند.

کولیکولا و ماوی (۲۰۱۵)، پژوهشی تحت عنوان «همبستگی بین بازی‌های رایانه‌ای و عملکرد مدرسه دانش آموزان جوان» پرداختند. هدف از پژوهش آنان ارتباط بین بازی‌های رایانه‌ای و عملکرد مدرسه در بین دانش آموزان مدرسی در روسیه می‌باشد. این پژوهش شامل ۳۲ دانش‌آموز (۱۲ دختر و ۲۰ پسر) ۱۰-۱۱



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش با اقتباس از

(معافی مدنی و کاکوان، ۱۳۹۶؛ شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۵)

روش تحقیق

منظور هرچقدر مقدار معنادار کمتر از ۰/۰۵ باشد، داده‌ها از توزیع نرمال بودن پیروی نمی‌کنند. همان‌طور که بیان شد آلفا^۱ سطح خطایی است که محقق در نظر می‌گیرد که معمولاً ۵ درصد است، بنابراین، از آنجایی که مقدار معناداری همه متغیرها با استفاده از آزمون کولموگروف اسمیرنوف کوچک‌تر از ۰/۰۵ است، می‌توان فرض غیر نرمال بودن توزیع داده‌ها را تأیید کرد و عنوان کرد که داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار نیستند، لذا در این پژوهش از نرم‌افزار SmartPLS2 جهت بررسی و تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده گردید.

جدول ۱: آزمون نرمالیت کولموگروف اسمیرنوف

نتیجه‌گیری	سطح معنی‌داری	متغیرها
غیرنرمال	۰/۰۰۰	اشتیاق به رایانه
غیرنرمال	۰/۰۰۲	اهمال‌کاری تحصیلی
غیرنرمال	۰/۰۰۴	اضطراب اجتماعی

آزمون فرضیه‌های پژوهش

پس از بررسی برازش مدل‌های اندازه‌گیری، مدل‌های ساختاری و مدل کلی به بررسی و آزمون فرضیه اصلی و فرضیه‌های فرعی پژوهش خود می‌پردازیم. نتایج حاصل از آزمون فرضیه اصلی پژوهش در جدول ۲ بیان شد. در و تأیید فرضیات بر اساس سطح اطمینان ۰/۹۵ انجام شده است.

فرضیه اصلی: اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد.

با توجه به جدول ۴، مقدار آماره Z آزمون سوبل برای تعیین تأثیر میانجی اهمال‌کاری تحصیلی در رابطه بین اشتیاق به رایانه و اضطراب اجتماعی، از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد و در نتیجه در خارج از بازه (۱/۹۶+ و ۱/۹۶-) قرار دارد و در نتیجه فرضیه اصلی پژوهش تأیید شد. همچنین مقدار شدت تأثیر این متغیر مقدار ۰/۵۸ محاسبه شده است که نشان می‌دهد که ۰/۵۸ از اثر کل اشتیاق رایانه بر اضطراب اجتماعی از

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی، از نظر ماهیت و نحوه گردآوری داده‌ها از نوع توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی محمودآباد در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ می‌باشد که تعداد کل آن‌ها برابر ۶۹۵ نفر برآورد شده است. تعداد نمونه آماری پژوهش از طریق جدول مورگان محاسبه شده که طبق جدول مورگان ۲۴۵ نفر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند و از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شده است. در این تحقیق برای جمع‌آوری اطلاعات و داده‌ها از دو روش کتابخانه‌ای و میدانی استفاده شده است. در بخش کتابخانه‌ای، مبانی نظری و پیشینه تحقیق عمدتاً از مقالات متعدد اخذ شده از اینترنت و نیز کتاب‌ها و مجلات تخصصی فارسی و لاتین جمع‌آوری شده است. در بخش میدانی جهت جمع‌آوری داده‌ها از روش پرسشنامه استفاده شده است.

در این پژوهش جهت جمع‌آوری داده‌ها از ابزار پرسشنامه استفاده شده است. برای اندازه‌گیری شاخص‌های تحقیق، جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات لازم از پرسشنامه‌های استاندارد استفاده گردید. طیف پاسخی مورد استفاده در آن طیف لیکرت^۵ تایی از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم به شرح جدول (۱) بوده است، لازم به ذکر است پرسشنامه به تعداد مساوی بین پاسخ‌دهندگان توزیع شده است. به گزینه کاملاً موافقم نمره ۵، به گزینه موافقم نمره ۴، نظری ندارم نمره ۳، به گزینه مخالفم نمره ۲ و به گزینه کاملاً مخالفم نمره ۱ داده‌ایم.

یافته‌های پژوهش

بررسی نرمال بودن داده‌ها

به منظور بررسی ادعای نرمال بودن متغیرهای پژوهش و داده‌های جمع‌آوری شده، از نرم‌افزار SPSS و آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده گردید. بدین

جدول ۲: آزمون فرضیه اصلی پژوهش

متغیر مستقل	اثر	متغیر وابسته	متغیر میانجی	ضریب استاندارد شده مسیر	آماره Z	نتیجه
فرضیه اصلی	اشتیاق به رایانه	← اضطراب اجتماعی	اهمال کاری تحصیلی	۰/۵۸	۲۱/۲۴	تأیید

نشان می‌دهد و این بیانگر این مطلب است که اشتیاق به رایانه به میزان ۹۰ درصد بر اضطراب اجتماعی تأثیرگذار است؛ به عبارتی اشتیاق به رایانه می‌تواند ۰/۹۰ درصد از تغییرات متغیر اضطراب اجتماعی را تبیین نماید.

فرضیه فرعی دوم: اشتیاق به رایانه بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد

با توجه به جدول ۴، مقدار آماره T برای فرضیه فرعی دوم، مقدار ۳۴/۹۲ به دست آمده است که از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد و در نتیجه در خارج از بازه (۱/۹۶+ و ۱/۹۶-) قرار دارد و در نتیجه فرضیه فرعی دوم پژوهش تأیید شد. به عبارتی اشتیاق به رایانه بر اهمال کاری تحصیلی تأثیر معناداری دارد. همچنین مقدار ضریب استاندارد شده مسیر مقدار ۰/۸۳ درصد را نشان می‌دهد و این بیانگر این مطلب است که اشتیاق به رایانه به میزان ۸۳ درصد بر اهمال کاری تحصیلی تأثیرگذار است؛ به عبارتی اشتیاق به رایانه می‌تواند ۰/۸۳ درصد از تغییرات متغیر اهمال کاری تحصیلی را تبیین نماید.

طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی اهمال کاری تحصیلی می‌باشد. همچنین روش دوم برای تعیین شدت تأثیر متغیر میانجی و آزمون فرضیه اصلی استفاده از مقدار آماره T مربوط به هر یک از روابط میانجی و غیرمستقیم متغیرها می‌باشد؛ به عبارت دیگر، مقدار آماره T برای متغیر اشتیاق به رایانه و اهمال کاری تحصیلی ۳۴/۳۵؛ برای متغیر اهمال کاری تحصیلی و اضطراب اجتماعی ۲۱/۴۶ به دست آمده است که مقدار آماره T از طریق ضرب این دو مسیر (۲۱/۴۶ × ۳۴/۳۵) هم به دست می‌آید که به دلیل بیشتر بودن از مقدار بحرانی ۱/۹۶؛ فرضیه فوق تأیید می‌گردد.

فرضیه فرعی اول: اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد

با توجه به جدول ۳، مقدار آماره T برای فرضیه فرعی اول، مقدار ۸۵/۴۸ به دست آمده است که از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد و در نتیجه در خارج از بازه (۱/۹۶+ و ۱/۹۶-) قرار دارد و در نتیجه فرضیه فرعی اول پژوهش تأیید شد. به عبارتی اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی تأثیر معناداری دارد. همچنین مقدار ضریب استاندارد شده مسیر مقدار ۰/۹۰ درصد را

جدول ۳: آزمون فرضیه فرعی اول پژوهش

متغیر مستقل	اثر	متغیر وابسته	ضریب استاندارد شده مسیر	آماره Z	نتیجه
فرضیه فرعی اول	اشتیاق به رایانه	← اضطراب اجتماعی	۰/۹۰	۸۵/۴۸	تأیید

جدول ۴: آزمون فرضیه فرعی دوم پژوهش

متغیر مستقل	اثر	متغیر وابسته	ضریب استاندارد شده مسیر	آماره Z	نتیجه
فرضیه فرعی دوم	اشتیاق به رایانه	← اهمال کاری تحصیلی	۰/۸۳	۳۴/۹۲	تأیید

منبع: یافته‌های پژوهش

جدول ۵: آزمون فرضیه فرعی سوم پژوهش

نتیجه	آماره Z	ضریب استاندارد شده مسیر	متغیر وابسته	اثر	متغیر مستقل
تأیید	۱۴۱/۷۹	۰/۹۴	اضطراب اجتماعی	←	فرضیه فرعی سوم اهمال کاری تحصیلی

منبع: یافته‌های پژوهش

تأخیر در انجام تکالیف در وقت مناسب و به موقع می‌گردد. اهمال کاری تحصیلی می‌تواند تا جایی پیش رود که بعضی از دانشجویان به علت عملکرد نامناسب ترک تحصیل کنند. افراد معمولاً برای کمک کردن اضطراب و به دست آوردن لذت آنی دست به اهمال کاری می‌زنند، اما این راهبردهای تعویقی، به ندرت باعث نتایج مثبت و تقریباً همیشه به افزایش استرس، بی‌نظمی و شکست منجر می‌شوند در واقع، اهمال کاری تحصیلی نوعی آسیب به خود است، همان‌طور که اهمال‌کاران به‌طور نامعقول از انجام کارهای ضروری و مدنظرشان اجتناب می‌کنند، تسلیم احساسات منفی از قبیل احساس گناه، استرس یا اضطراب هم می‌شود. دانشجویانی که زمان زیادی را در اینترنت به سر می‌برند و یا اشتیاق به رایانه و اینترنت دارند، به دلیل اینکه تکالیف درسی خود را به تعویق می‌اندازند و در کارشان اهمال کاری می‌کنند، به نوعی استرس دچار می‌شوند.

فرضیه فرعی اول: «اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد».

در ارتباط با فرضیه فرعی اول که در آن به بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی پرداخته است، نتایج تحقیق نشان‌دهنده تأیید این فرضیه است. نتایج این فرضیه با پژوهش معافی مدنی و کاکوان (۱۳۹۶)، دلیر و همکاران (۱۳۹۴)، هوتچیسون و همکاران (۲۰۱۸)، چانگ^۷ (۲۰۱۴) سازگار است.

این‌طور می‌توان استنباط نمود که اشتیاق به رایانه، اینترنت و حتی بازی‌های رایانه‌ای تأثیرات بدی بر دانشجویان می‌گذارد. اعتیاد به اینترنت و استفاده

فرضیه فرعی سوم: اهمال کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد

با توجه به جدول ۵، مقدار آماره T برای فرضیه فرعی سوم، مقدار ۱۴۱/۷۹ به دست آمده است که از مقدار بحرانی ۱/۹۶ بیشتر می‌باشد و در نتیجه در خارج از بازه (۱/۹۶+ و ۱/۹۶-) قرار دارد و در نتیجه فرضیه فرعی سوم پژوهش تأیید شد. به عبارتی اهمال کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی تأثیر معناداری دارد. همچنین مقدار ضریب استاندارد شده مسیر مقدار ۰/۹۴ درصد را نشان می‌دهد و این بیانگر این مطلب است که اهمال کاری تحصیلی به میزان ۰/۹۴ درصد بر اضطراب اجتماعی تأثیرگذار است؛ به عبارتی اهمال کاری تحصیلی می‌تواند ۰/۹۴ درصد از تغییرات متغیر اضطراب اجتماعی را تبیین نماید.

بحث و تفسیر

فرضیه اصلی: «اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد».

در ارتباط با فرضیه اصلی که در آن به بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی پرداخته شد، نتایج حاصل از تحلیل همبستگی، نشان‌دهنده تأیید این فرضیه است. نتایج این فرضیه با پژوهش‌های معافی مدنی و کاکوان (۱۳۹۶)، دلیر و همکاران (۱۳۹۴) سازگار است.

این‌طور می‌توان استنباط نمود که اشتیاق به رایانه از عواملی است که منجر افزایش اضطراب اجتماعی می‌گردد. از طرفی منجر به اهمال کاری تحصیلی و

پرداخت و نشان داد که این دو متغیر با یکدیگر رابطه معناداری دارند.

این طور می توان استنباط نمود که اشتیاق به رایانه و استفاده از آن از جمله اعتیاد به اینترنت، استفاده از شبکه های مجاری و غیره سبب می گردد تا دانشجویان زمان زیادی را در فضای مجازی و کامپیوتر مشغول شوند و کمتر به تکالیف درسی خود بپردازند. در دسترس بودن اینترنت در واحدهای خوابگاهی و آموزشگاهی و همچنین در منازل موجب شده که بیشتر دانشجویان، زمان خود را به آن اختصاص دهند و انجام تکالیف را به تعویق اندازند. بدیهی است که در محیط دانشگاهی دسترسی به اینترنت، آسان تر و سریع تر است و این مسئله احتمال پیامدهای منفی را برای دانشجویان افزایش می دهد. آنلاین بودن مداوم در فضای اینترنت بدون آگاه بودن از گذشت زمان، یا به عبارتی دیگر، وابستگی به اینترنت باعث می شود که وقت زیادی از دانشجویان گرفته شود و فرصت انجام تکالیف تحصیلی را پیدا نکنند. کاربردهای فراوان اینترنت و جذابیت های آن سبب می گردد که اعتیاد به اینترنت شهود یابد. افراد در این حالت ساعت ها و روزها وقت خویش را صرف رابطه های درون شبکه ای می کنند و توان قطع این ارتباط را ندارند و علاقه ای به ترک کامپیوتر از خود نشان نمی دهند و از فعالیت های طبیعی زندگی خود عقب می مانند و دچار مسائلی مانند اختلال در خواب، انجام ندادن تکالیف در دانش آموزان و دانشجویان و به تعویق انداختن آن ها می شود. در نتیجه استفاده مفرط از رایانه منجر به اهمال کاری تحصیلی و به تعویق انداختن تکالیف درسی و کارهای روزمره دانشجویان می گردد.

فرضیه فرعی سوم: «اهمال کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد».

در ارتباط با فرضیه فرعی سوم که در آن به بررسی تأثیر اهمال کاری تحصیلی بر اضطراب اجتماعی

بیش از حد رایانه، اختلالات خلقی نظیر افسردگی، انزوای اجتماعی و کاهش ارتباط خانوادگی را به همراه دارد. دانشجویان در معرض خطر اعتیاد اینترنتی با علائمی چون اضطراب، احساس تنهایی، افسردگی، کج خلقی و ضعف خودپنداری قرار دارند. اعتیاد به رایانه و اینترنت و اشتیاق به رایانه سبب می گردد تا ترس از ارزیابی منفی افزایش یابد. از آنجایی که افراد مشتاق به استفاده از رایانه ساعت ها بر کامپیوتر می نشینند و از آن استفاده می کنند، در انجام تمامی تکالیف و کارهای خود عقب می مانند و این خود منجر به نوعی استرس و اضطراب می شود. این گونه افراد به شدت دچار اضطراب و ترس از موشکافی شدن توسط دیگران هستند. افرادی که ساعت ها با رایانه سپری می کنند به نوعی انزوای اجتماعی می رسند که مدام در خانه به سر برده و از قرار گرفتن در جمع خودداری می کنند. در چنین حالتی اضطراب اجتماعی ایجاد می گردد که فرد هیچ گونه تمایلی به قرار گرفتن در جمع ندارد و هیچ گونه تمایلی به آغاز ارتباط با دیگران ندارد و با احساسی از ترس از هر موقعیتی که ممکن است در معرض داوری دیگران قرار گیرد، اجتناب می ورزد. در نتیجه استفاده از رایانه به میزان زیاد و در شرایط افراطی می تواند منجر به اضطراب اجتماعی دانشجویان گردد.

فرضیه فرعی دوم: «اشتیاق به رایانه بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مرکز محمودآباد تأثیر دارد».

در ارتباط با فرضیه فرعی دوم که در آن به بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اهمال کاری تحصیلی پرداخته شد، نتایج حاصل از تحلیل همبستگی، نشان دهنده تأیید این فرضیه است. تاکنون پژوهشی که به طور مستقیم به بررسی اشتیاق به رایانه و اهمال کاری تحصیلی پرداخته باشد صورت نگرفته است؛ اما مطالعات رشمئی (۱۳۹۵) به بررسی تأثیر شبکه های اجتماعی اینترنتی بر اهمال کاری تحصیلی دانش آموزان

نقشی است که آنان در اداره آینده کشور ایفاء می‌کنند؛ و اهمیت این نقش از آنجا ناشی می‌شود که نه تنها دانشجویان، بخش اصلی متخصصان حوزه‌های مختلف علمی، فنی و هنری آینده هر کشوری را تشکیل می‌دهند، بلکه همچنین به این علت است که این گروه، بدنه اصلی مدیران هر کشوری را تشکیل می‌دهند و اصولاً هرگونه توجه به این گروه به خصوص توجه به سلامت روان آن‌ها در آینده‌شان و آینده کشور تأثیرات مهمی خواهد داشت. در سال‌های اخیر افزایش پیش‌رونده شمار دانشجویان مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره دانشجویی، افزایش شیوع و شدت مشکلات مربوط به سلامتی روانی آن‌ها، سبب افزایش نگرانی متخصصان درباره سلامت روانی دانشجویان شده است. از آنجاکه دانشجویان در هر جامعه‌ای از مهم‌ترین نیروهای تأثیرگذار بر توسعه‌ی کشور محسوب می‌گردند و شیوع هرگونه اختلال روانی در بین آنان، می‌تواند به هدر رفتن سرمایه‌گذاری‌های مادی و معنوی منجر گردد؛ از این رو شناسایی وضعیت سلامت روان آنان و تجزیه و تحلیل عوامل مرتبط و مؤثر بر آن، می‌تواند در بالندگی این قشر حساس جامعه مؤثر واقع گشته و در درازمدت، آثار مثبت و فواید آن نصیب کل جامعه گردد. چه بسیار کسانی که علی‌رغم داشتن استعدادهای کافی به دلیل اضطراب اجتماعی و اهمال‌کاری تحصیلی قادر به شکوفا کردن استعدادهایشان در زندگی نیستند و چه بسیار دانشجویانی که در کلاس درس علی‌رغم برخورداری از دانش کافی، خود را پنهان کرده و از ابراز عقیده خودداری می‌کنند. پدیده اضطراب اجتماعی می‌تواند بر سطح تعامل اجتماعی افراد با دیگران، تأثیر نامطلوبی ایجاد کنند. افرادی که نمی‌توانند روابط موفقیت‌آمیزی با همسالان خود برقرار کنند، علاوه بر این که منبع مهمی از خوشنودی را از دست می‌دهند، در عین حال فرصت‌های قطعی برای اکتساب مهارت‌های ذهنی،

پرداخته شد، نتایج حاصل از تحلیل همبستگی، نشان‌دهنده تأیید این فرضیه است. نتایج این فرضیه با پژوهش‌های هوتچیسون و همکاران (۲۰۱۸)، چانگ (۲۰۱۴) سازگار است.

این طور می‌توان استنباط نمود که از آنجایی که اهمال‌کاری تحصیلی منجر به تأخیر در انجام تکالیف درسی می‌گردد عواقب سوء بر دانشجویان می‌گذارد. اهمال‌کاری سبب عملکرد ضعیف تحصیلی، وقت‌شناسی و مشکل در پیگیری تکلیف، سعی ناکافی برای موفقیت، عزت‌نفس پایین، اضطراب، وابستگی، ترس از شکست، تنفر از کار، فقدان انرژی، کمال‌گرایی، ارزیابی منفی، عزت‌نفس پایین، درماندگی آموخته‌شده، جهت‌گیری هدفی اجتنابی، خودکم‌بینی، پایین بودن سطح عمل و عصبانیت می‌شود. زمانی که دانشجویان در انجام تکالیف خود کوتاهی کنند، با نوعی اضطراب روبه‌رو می‌شوند. تقریباً یک‌چهارم دانش‌آموزان و دانشجویان گزارش می‌کنند که مکرراً تا درجه‌ای اهمال‌کاری می‌کنند که برای آن‌ها استرس ایجاد می‌کند و این امر نیز اختلال در عملکرد آموزشی آن‌ها را موجب می‌شود. این نوع اهمال‌کاری بر میزان یادگیری و موفقیت فعلی و آتی فراگیران تأثیر منفی می‌گذارد. تأخیر در شروع و اتمام تکالیف سبب خواهد شد تا یادگیری در فرصت‌های مناسب از دست برود و فرد، مطالعه و انجام تکالیف را در زمان نامناسب و همواره با محدودیت زمانی پیگیری کند که این مسئله در فرایند یادگیری اختلال ایجاد می‌کند و موجب کاهش دقت، افزایش استرس و ارتکاب اشتباهات فراوان در انجام تکالیف و فرایند یادگیری می‌شود. در نتیجه انجام ندادن کارها در سروقت مناسب منجر به اضطراب و استرس دانشجویان می‌گردد.

نتیجه‌گیری

امروزه دانشجویان، بخش بسیار مهمی از جمعیت جوان در هر کشور محسوب می‌شوند و علت این امر،

جسمی و اجتماعی را نیز از دست می دهند (زرگر و همکاران، ۱۳۹۳).

اهمال کاری تحصیلی قادر است فرایند یادگیری را بازداری کند و پیشرفت تحصیلی را کاهش دهد. اهمال کاری، خصیصه‌ای که مانع از به موقع انجام دادن کارها می شود (اسدزاده، ۱۳۹۷). اهمال کاری را به عنوان یک خصیصه شخصیتی و عادت، می توان هم معلول و هم علت در نظر گرفت. اهمال کاری از عوامل مختلفی مانند اعتماد به نفس پایین، نداشتن طرح و برنامه کاری، عدم توانایی در مدیریت زمان، ترس از عدم موفقیت، احساس حقارت، اضطراب و افسردگی تأثیر می پذیرد و به نوبه خود موجب سلامت روانی پایین، آشفتگی ذهنی، سرزنش خود، ناامیدی و افت عملکرد می شود (اسدزاده، ۱۳۹۷). اهمیت پرداختن به اهمال کاری تا جایی است که در بسیاری از پژوهش‌ها در زمینه میزان شیوع آن، میزان بالای شیوع این رفتار گزارش شده است. مطالعات نشان داد که ۷۰ درصد دانشجویان و ۲۰ درصد عموم مردم دارای تمایلات اهمال کاری هستند. دانشجویان گزارش کرده اند که اهمال کاری در بیشتر از یک سوم فعالیت‌های روزانه شان وجود دارد (سلطان نژاد و همکاران، ۱۳۹۴).

هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی با نقش میانجی اهمال کاری تحصیلی بوده است. نتایج پژوهش نشان داد که اشتیاق به رایانه بر اضطراب اجتماعی تأثیر دارد. همچنین اعمال کاری تحصیلی نیز می تواند نقش واسطه‌ای در این رابطه را ایفا نماید. رایج ترین واکنش به فشار روانی و محرک تنش‌زا، اضطراب است. منظور از اضطراب هیجان ناخوشایندی است که با اصلاحاتی مانند نگرانی، تنش و ترس بیان می شود. یکی از ترس‌های رایج در بن دانشجویان اضطراب اجتماعی است که با توجه به مدت، شدت و تکرار آن نیاز به مداخله درمانی دارد. جمع هراسی یا اضطراب اجتماعی، ترس شدید و دائمی از موقعیت‌های

اجتماعی یا اجرایی است. افراد مبتلا به فوری اجتماعی از هرگونه موقعیت اجتماعی که فکر می کنند ممکن است در آن رفتار خجالت آور داشته باشند یا هرگونه وضعیتی که فکر می کنند در آن مورد ارزیابی منفی دیگران قرار می گیرند، می ترسند و سعی می کنند از آن‌ها دور باشند. ابزارهای اطلاع رسانی در جهان متحول شده است، اگر در قرن بیستم رادیو، تلویزیون، تلفن و برخی از وسایل و ابزارهای مشابه از مهم ترین عوامل انتقال اطلاعات بودند، اینک با وجود رایانه، مفاهیم و ابزارهای انتقال اطلاعات متحول شده و با قابلیت‌های خاص، محدودیت‌های مکانی و زمانی را برای به دست آوردن اطلاعات، از پیش پای فراگیران علم و دانش برداشته است. به کارگیری رایانه در سال‌های اخیر افزایش یافته است. امروزه داشتن سواد رایانه‌ای و فناوری اطلاعات و آشنایی با کامپیوتر و برخورداری از مهارت‌های ابزارهای مورد نیاز جامعه مثل تلفن همراه، رایانه، اینترنت و سایر ابزارهای نوین فناوری اطلاعات برای همه امری ضروری است؛ اما باید توجه داشت که چطور از این ابزارها و به چه میزان باید استفاده کرد و تا حد ممکن از استفاده بیش از حد آن جلوگیری کرد. از طرفی اعتیاد به رایانه و اشتیاق به استفاده مکرر از آن منجر به اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان می گردد. اهمال کاری یک ویژگی شخصیتی است که از مدیریت زمان به دور است. اهمال کاری به تأخیر انداختن و اجتناب کردن از وظایف و تکالیفی است که باید به اتمام برسند.

منابع و مأخذ

اسدزاده، ح. (۱۳۹۷)، پیش بینی عملکرد درسی دانشجویان بر اساس سبک‌های شناختی و اهمال کاری تحصیلی، نشریه راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، دوره ۱۱، شماره ۱، ص ۳۱-۳۹.
اسمعیلی، ن؛ شگری، ا؛ فتح آبادی، ج؛ حیدری، م. (۱۳۹۴)، آزمون روابط ساختاری بین باورهای

- تمدنی، ح. (۱۳۸۹). اهمالکاری در دانشجویان. روان شناسی تحولی. شماره ۲۴. ۳۴۴-۳۳۷.
- حافظ نیا، م. (۱۳۸۴). مقدمه‌ای بر روش تحقیق در علوم انسانی، انتشارات سمت، چاپ یازدهم.
- حبیبی کلیر، ر. (۱۳۹۵)، تفاوت‌های جنسیتی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز از نظر میزان اهمال کاری و سبک‌های کمک خواهی تحصیلی، گام‌های توسعه در آموزش پزشکی، دوره ۱۳، شماره ۲، ص ۱۴۲-۱۵۰.
- حسین زاده فیروزآباد، ی؛ بساک نژاد، س؛ داودی، ا. (۱۳۹۶)، پیش‌بینی مؤلفه‌های اضطراب امتحان با توجه به اهمال کاری رفتاری، اهمال کاری تصمیم‌گیری و اجتناب شناختی در دانشجویان، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، دوره ۲۳، شماره ۴، ص ۴۲۷-۴۳۶.
- حسین زاده، ی؛ بساک نژاد، س؛ داودی، ا. (۱۳۹۷). پیش بینی مؤلفه‌های اضطراب امتحان با توجه به اهمال کاری رفتاری، اهمالکاری تصمیم‌گیری و اجتناب شناختی در دانشجویان. روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی. دوره ۲۳، شماره ۴، ص ۴۲۴-۴۳۷.
- حشمتی جدا، آ؛ ساعد، ا؛ محمدی بایتمر، ج؛ زنونزبان، س؛ یوسفی، ف. (۱۳۹۷)، اثربخشی درمان پذیرش و تعهد گروهی بر کاهش اهمال کاری تحصیلی و بهبود دشواری در تنظیم هیجان: کار آزمایشی بالینی تصادفی شده، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی کردستان، دوره ۲۳، ص ۶۵-۷۷.
- حمیدی، ف؛ نجف‌آبادی، م؛ نمازیان، ث. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه. فناوری آموزش و یادگیری سال اول، شماره ۳، ص ۹۰-۱۰۶.
- خاکپور، ع؛ قلی پور، م. (۱۳۹۶)، نقش اهمال کاری شغلی در عدالت سازمانی ادراک شده (مطالعه خودکارآمدی تحصیلی، الگوهای اسنادی، راهبردهای مقابله، هیجان‌های پیشرفت و اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان، پژوهش در نظام‌های آموزشی، سال نهم، شماره ۳۰، ص ۶۴-۱۲۲.
- آقا تهرانی، م. (۱۳۹۲). اهمال‌کاری: بررسی علل، راه کارها و درمان. معرفت. شماره ۶۴. ۵۳-۳۸.
- انجمن روان پزشکی آمریکا. (۲۰۱۷). متن تجدید نظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی DSM-IV-TR. ترجمه ی محمدرضا نیکخو و هامایا آوادیس یانس. تهران: انتشارات سخن.
- بخشی پور، ع؛ پیروی، ح؛ عابدیان، ا. (۱۳۹۰). بررسی رابطه میان رضایت از زندگی و حمایت اجتماعی با سلامت روان در دانشجویان. فصلنامه اصول بهداشت روانی. سال هفتم، ص ۱۵۲-۱۴۵.
- بشارت، م. ع؛ فرهمند، ه؛ غلامعلی لواسانی، م. (۱۳۹۷)، نقش واسطه‌ای اهمال کاری در رابطه بین آسیب‌های کمال‌گرایی و نشانه‌های افسردگی و اضطراب، روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال ۱۴، شماره ۵۵، ص ۲۳۵-۲۴۷.
- به پژوه، ا. (۱۳۹۱). اهمالکاری چیست و اهمالکار کیست. پیوند. شماره ۳۹۷. ۲۴-۲۰.
- بیرامی، م؛ محبی، م. (۱۳۹۵)، رابطه دلبستگی به والدین و ادراک از تعارض بین والدین با اختلال اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان دختر: نقش میانجی‌گری راهبرد مقابله‌ای هیجان مدار، مجله روانشناسی بالینی، سال هشتم، شماره ۱، ص ۷۱-۸۲.
- پورعبدل، س؛ صبحی قرامکی، ن؛ عباسی، م. (۱۳۹۴)، مقایسه اهمال کاری تحصیلی و سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان با و بدون اختلال یادگیری خاص، مجله ناتوانی‌های یادگیری، دوره ۴، شماره ۳، ص ۲۲-۳۸.

دمرچلی، ن؛ کاکاوند، ع؛ جلالی، م.ر. (۱۳۹۶)، نقش واسطه‌ای ترس از ارزیابی مثبت و منفی در ارتباط اضطراب اجتماعی و اختلال خوردن، روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال ۱۳، شماره ۵۱، ص ۲۷۱-۲۸۴.

رجبیان، م. (۱۳۹۵). بررسی رابطه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و کیفیت تجارب یادگیری در دانش آموزان اول متوسطه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.

رحمانی جوانمرد س؛ محمدی، س. (۱۳۹۶)، نقش عاطفه مثبت و منفی، ترس از شکست و جهت‌گزینی هدف پیشرفت در پیش‌بینی اهمال کاری تحصیلی دانشجویان، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال ۱۸، شماره ۱، ص ۱۱۰-۱۱۸.

رستمی، چ؛ جهانگیر لو، ا؛ سهرابی، ا؛ احمدیان، ح. (۱۳۹۵)، نقش انعطاف‌پذیری شناختی و ذهن آگاهی در پیش‌بینی اهمال کاری دانشجویان، مجله علوم پزشکی زانکو، ص ۵۰-۶۱.

رشمی، م. (۱۳۹۵). تأثیر شبکه‌های اجتماعی اینترنتی بر اهمال کاری تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی (دوره اول) منطقه چهار شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.

رضائی، ب، یارمحمدیان، م. ح، محمودزاده، ح. (۱۳۹۵). بررسی شیوع اهمال کاری سازمانی و عوامل فردی و شغلی مرتبط با آن، در کارکنان پرستاری و مامایی. فصلنامه مدیریت پرستاری. سال پنجم، دور هینجم، شماره اول، ص ۱۷-۲۷.

زارع چاهوکی، م. ع. (۱۳۸۹)، روش‌های تحلیل چند متغیره در نرم‌افزار SPSS، دانشکده منابع طبیعی دانشگاه تهران.

موردی کارکنان دانشگاه پیام نور همدان)، جامعه‌شناسی کاربردی، سال ۲۸، ص ۱۱۳-۱۲۲.

خدابخشی، م؛ سپهوندی، م.ع؛ شیخ‌الاسلامی، ع؛ حبیبی، ا. (۱۳۹۴)، پیش‌بینی اهمال کاری سازمانی و رضایت از زندگی بر اساس فرسودگی شغلی و سابقه خدمت، مجله طب نظامی، دوره ۱۷، شماره ۴، ص ۲۰۷-۲۱۳.

خرمائی، ف؛ آزادی ده بیدی، ف. (۱۳۹۶)، تبیین اهمال کاری تحصیلی دانشجویان بر اساس سازه دینی - اخلاقی تیر (ارائه مدل معادلات ساختاری)، فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۲۲، سال هفتم، شماره ۱، ص ۷۸-۹۲.

خسرو پور، ح؛ دهقانی، م؛ میرافشار، م؛ آذری بنی، ع. (۱۳۹۴)، پیش‌بینی و تحلیل جایگاه فناوری بر اساس منحنی اشتیاق فناوری مورد مطالعه: فناوری‌های چاپگر سه‌بعدی، دو فصلنامه فناوری صنعتی، شماره ۲۶، ص ۴۵-۵۲.

خواجه دادمیر، آ؛ ناستی زایی، ن؛ پورقاز، ع. (۱۳۹۵)، رابطه مدیریت کلاس با اهمال کاری تحصیلی دانشجویان تحصیلات تکمیلی، مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی، دوره ۹، شماره ۲۳، ص ۱۰-۱۹.

دادستان، پ. (۱۳۹۶). روانشناسی مرضی تحولی از کودکی تا پیری. تهران: انتشارات سمت
دانایی فرد، ح؛ الوانی، م؛ آذر، ع. (۱۳۸۸)، «روش‌شناسی پژوهش کمی در مدیریت: رویکردی جامع، تهران: انتشارات صفار».

داودی، ا؛ صلاحیان، ا؛ ویسی، ف. (۱۳۹۱)، اضطراب اجتماعی و ترس از ارزیابی مثبت، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره ۲۲، شماره ۹۶، ص ۸۰-۸۸.

داوری، ع؛ رضازاده، آ، (۱۳۹۲)، مدل‌سازی معادلات ساختاری با نرم‌افزار PLS، سازمان انتشارات جهاد دانشگاهی، چاپ اول.

- زارعی، خ؛ پرنده مطلق، ز؛ سید فاطمی، ن؛ خوشبخت، ف؛ حقانی، ح؛ زارعی، م. (۱۳۹۲). تأثیر قصه‌گویی بر اضطراب فیزیولوژیک، نگرانی و اضطراب اجتماعی کودکان سن مدرسه بستری در بیمارستان، فصلنامه پرستاری داخلی-جراحی، سال دوم، شماره ۳ و ۴، ص ۱۱۵-۱۲۱.
- زغبی قناد، س؛ عالیپور، س؛ مرادی، م. (۱۳۹۶). خودتر دیدی، گرایش به اهمال‌کاری تحصیلی، عزت‌نفس و عملکرد تحصیلی: واریسی یک مدل علی در دانش‌آموزان نوجوان. مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره دوم، شماره چهاردهم، ص ۱-۲۰.
- سادوک، ب؛ سادوک، و. (۱۳۹۶). خلاصه روانپزشکی، جلد سوم، ترجمه: نصرت الله پورافکاری. تهران: انتشارات شهرآب.
- سلطان‌نژاد، س؛ سعدی پور، ا؛ اسدزاده، ح. (۱۳۹۴). رابطه سبک‌های فرزندپروری ادراک‌شده با اهمال‌کاری و خودناتوان‌سازی، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، سال یازدهم، شماره ۳۷، ص ۱-۲۲.
- سلیمانی، خ. (۱۳۹۴). رابطه اضطراب اجتماعی، اهمال‌کاری و رضایت زناشویی با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی در دانشجویان متأهل دانشگاه‌های شهر اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید چمران اهواز.
- سلیمانی، م؛ سعدی پور، ا؛ اسدزاده، ح. (۱۳۹۵). رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی تلفن همراه با اهمال‌کاری تحصیلی، احساس تنهایی و سلامت روان دانش‌آموزان، فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، سال ششم، شماره ۴، ص ۱۲۷-۱۴۴.
- سوری نژاد، م؛ فرهادی، م؛ کردنوقابی، ر. (۱۳۹۵). تبیین اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های فرزندپروری، فصلنامه خانواده و پژوهش، شماره ۲۹، ص ۷-۲۵.
- شاهسواری، پ؛ اسماعیلی، م. (۱۳۹۶). تأثیر مداخله شکوفایی سلیگمن بر شایستگی اجتماعی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه مبتلا به اختلال، فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال ۱۸، شماره ۲، ص ۴۴-۵۱.
- شهبازیان، آ؛ بهادری خسروشاهی، ج. (۱۳۹۶). تمایز دانشجویان دارای اهمال‌کاری تحصیلی و دانشجویان عادی بر اساس اعتیاد به اینترنت، دوم‌هنامه دانشگاه شاهد، سال ۲۵، شماره ۱۳۱، ص ۱-۸۹.
- شهنی بیلاق، م؛ سلامتی، س.ع؛ مهرابی زاده، ه حقیقی، ج. (۱۳۹۰). بررسی شیوع تعلل و تأثیر روش‌های درمان شناختی و رفتاری بر کاهش آن در دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان اهواز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز. دوره سوم، سال ۱. دوره ۱۳. شماره ۳. ۳۰-۱۵.
- عریضی، ح.ر؛ دانشمندی، س؛ عابدی، ا. (۱۳۹۴). فراتحلیل مداخله‌های گروهی در اختلال اضطراب اجتماعی، روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال ۱۲، شماره ۴۶، ص ۱۲۱-۱۳۸.
- عصفوری، م؛ سروری، م؛ کارسازی، ح؛ بیرامی، م؛ هاشمی، ت. (۱۳۹۵). بررسی نقش سیستم‌های فعال‌سازی و بازداری رفتاری در نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی با توجه به نقش میانجی سوگیری شناختی، مجله پزشکی ارومیه، دوره ۲۸، شماره ۱، ص ۱-۱۳.
- عطاذخت، ا؛ محمدی، ع؛ بشرپور، س. (۱۳۹۴). بررسی اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس متغیرهای جمعیت شناختی و رابطه آن با انگیزش پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی، مجله روان‌شناسی مدرسه، دوره ۴، شماره ۲، ص ۵۵-۶۸.

- علوی، س.م؛ رفیعی نیا، پ؛ مکوند حسینی، ش؛ صباحی، پ.(۱۳۹۷)، مقایسه نیمرخ دشواری در تنظیم هیجانی و سیستم‌های مغزی رفتاری در بیماران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی و افراد بهنجار، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، دوره ۲۵، شماره ۵، ص ۶۹۶-۷۰۵.
- علی‌اکبری دهکردی، م؛ زارع، ح؛ اصغرنژاد فرید، ع.؛ هاشمیان، ر.(۱۳۹۵)، بررسی رابطه ابعاد رفتاری و شناختی اضطراب اجتماعی در دوره نوجوانی با جنسیت و نقش‌های جنسیتی، مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران، دوره ۲۲، شماره ۴، ص ۳۴۱-۳۴۷.
- علیزاده فرد، س؛ رافضی، ز.(۱۳۹۷)، تأثیر درمان بین فردی بر اضطراب اجتماعی و نظریه ذهن دانشجویان دانشگاه پیام نور استان تهران، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال ۱۹، شماره ۲، ص ۸۸-۹۶.
- عنایتی، ت؛ رستگارتبار، ف.(۱۳۹۶)، رابطه نگرش دانشجویان به دانشگاه و فرسودگی تحصیلی با میانجی‌گری اهمال‌کاری تحصیلی، گام‌های توسعه در آموزش پزشکی، دوره ۱۴، شماره ۳، ص ۲۰-۳۰.
- غفاری، ز. (۱۳۹۶). تأثیرات فرهنگی استفاده از سایت‌های مجازی با سلامت روانی و اهمال‌کاری تحصیلی در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه. اولین اجلاس بین‌المللی فرهنگ، آسیب‌شناسی روانی و تربیت.
- کاظمی، م؛ فیاضی، م؛ کاوه، م.(۱۳۸۹). بررسی میزان شیوع تعلق و عوامل موثر بر آن در بین مدیران و کارکنان دانشگاه. پژوهش نامه مدیریت تحول. شماره ۲. دوره ۴. ۴۲-۶۳.
- کریمی، د.(۱۳۸۸). میزان شیوع اهمال‌کاری در دانشجویان و ارتباط آن با اضطراب و افسردگی. اندیشه و رفتار. دوره چهارم. شماره ۱۳. ۲۵-۳۵.
- کشاوری افشار، ح؛ صفاری فرد، ر؛ حسینی، م؛ هدهدی، ز.(۱۳۹۷)؛ طراحی و آزمون مدل کیفیت روابط خانوادگی و اضطراب اجتماعی با نقش واسطه‌ای انسجام خانواده، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره ۲۶، شماره ۱۶۶، ص ۸۱-۹۵.
- کوثری، ر. (۱۳۹۰). بررسی وضعیت اهمال‌کاری در دانش‌آموزان دبیرستانی و رابطه آن با انگیزه پیشرفت و اضطراب امتحان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه فردوسی مشهد.
- محمدی بایتمر، ح؛ ساعد، ا.(۱۳۹۷)، ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه باورهای فراشناختی در مورد اهمال‌کاری در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زنجان، مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی، دوره ۱۱، شماره ۳۰، ص ۴۰-۵۵.
- مسگریان، ف؛ آزادفلاح، پ؛ فراهانی، ح؛ قربانی، ن.(۱۳۹۶)، رابطه موضوعی و مکانیزم‌های دفاعی در اضطراب اجتماعی، روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال ۱۴، شماره ۵۳، ص ۳-۱۴.
- مطیعی، ح؛ حیدری، م؛ باقریان، ف؛ زرانی، ف.(۱۳۹۸)، ساخت و بررسی اثر بسته آموزشی بر ذهن آگاهی کاهش اهمال‌کاری تحصیلی، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، دوره ۲۵، شماره ۱، ص ۲۶-۴۰.
- معافی مدنی، س.خ؛ کاکوان، م.(۱۳۹۶)، واکاوی رابطه بین مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی و اشتیاق به رایانه دانشجویان، فصلنامه فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، سال هفتم، شماره سوم، ص ۱۴۵-۱۵۸.
- مؤمنی، م، (۱۳۸۶). «تحلیل‌های آماری با استفاده از SPSS»، تهران: انتشارات کتاب نو.
- نمانی، ا؛ نجفی، ف.(۱۳۹۷)، نقش میانجی گرایانه هیجان خواهی در رابطه اشتیاق به شبکه‌های اجتماعی و سبک دلبستگی با انسجام خانواده در

- social phobia. *Journal of Psychiatric Research*, 40 (17), 214-220.
- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26-33.
- Kulikova, T. I., & Maliy, D. V. (2015). The correlation between a passion for computer games and the school performance of younger schoolchildren. *Psychology in Russia*, 8(3), 124.
- Kaplan HI, Sadock BJ, Grebb JA. (2017). Contributions of the Psychosocial sciences to Human Behavior in: *Synopsis of psychiatry*. Baltimore: Williams and Wilkins: 157-206.
- Kuh, G. D., Cruce, T. M., Shoup, R., Kinzie, J., Gonyea, R. M. (2014). Unmasking the effects of student engagement on first-year college grades and persistence.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2010). Job Burnout. *Annual Review of psychology*, 52, 327-422.
- Musa, C. Z., & Lepine, J. P. (2010). Cognitive Aspects of social phobia. a Review of Theories and Experimental Research. *European Psychiatry*, 15, 59-66.
- Puklek, M. (2008). Development of the two forms of social anxiety in adolescence. *Horizon of psychology*, 13, 3, 27-40.
- Tenenhaus, M., Amato, S., & Esposito Vinzi, V. (2004, June). A global goodness-of-fit index for PLS structural equation modelling. In *Proceedings of the XLII SIS scientific meeting* (Vol. 1, pp. 739-742).
- Wetzels, M., Odekerken-Schroder, G., & Van Oppen, C. (2009). Using PLS path modeling for assessing hierarchical construct models: Guidelines and empirical illustration. *MIS Quarterly*, 33(1), 177.
- Yurtseven, N., & Akpur, U. (2018). Perfectionism, Anxiety and Procrastination as Predictors of EFL Academic Achievement: A Mixed Methods Study. *Novitas-ROYAL (Research on Youth and Language)*, 12(2), 96-115.
- زنان متأهل، فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، سال نهم، شماره ۳۶، ص ۱۱۷-۱۱۴.
- یعقوبی، ا؛ محقق، ح؛ امیری، ل؛ اسفندیاری، ک. (۱۳۹۴)، رابطه بین نگرش نسبت به سوء مصرف مواد با باورهای غیرمنطقی و اهمال‌کاری تحصیلی، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، سال نهم، شماره ۳۶، ص ۱۰-۱۸.
- یوسفی کله خانه، ز؛ هاشمی نصرت‌آباد، ت؛ محمودعلیلو، م. (۱۳۹۶)، نقش سیستم‌های مغزی - رفتاری و تجربیات استرس‌زا در نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی، فصلنامه اندیشه و رفتار، دوره ۱۱، شماره ۴۴، ص ۷۸-۸۸.
- Beidel, D. C. & Turner, S. M. (2010). *Shy children, phobic adults: nature and treatment of social anxiety disorder*. Washington, DC: American Psychological Association. *Biological Psychiatry*, 51, 92-100.
- Beck, A.T & Emery, G & Greenberg R. L. (2014). *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*, New York : Basic Books.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *psychometrika*, 16(3), 297- 334.
- Clark, D. M., Mc Manus, F. (2015). Information processing in social phobia.
- Constantin, K., English, M. M., & Mazmanian, D. (2018). Anxiety, depression, and procrastination among students: Rumination plays a larger mediating role than worry. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 36(1), 15-27.
- Chang, H. K. (2014). The relationship between perfectionism, anxiety, and academic procrastination in college students. *Psychology Student Research Journal*, 2, 6-13.
- Ferrari JR, Callaghan JO. (2015). Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and Avoidance Delays among Adults. *North American Journal of Psychology*, Vol. 7, No. 1, 1-6.
- Hutchison, T. E., Penney, A. M., & Crompton, J. E. (2018). Procrastination and anxiety: Exploring the contributions of multiple anxiety-related disorders. *Current Issues in Personality Psychology*, 6(2), 122-129.
- Hofmann S.G. & Loh, R. (2010). The tridimensional personality questionnaire: Changes during psychological treatment of

یادداشت‌ها

¹ *procrastination*² *Van Vic*³ *Hofmann & Loh*⁴ *Craven*⁵ *LIKERT SCALE*⁶ *a*⁷ *Chang*