

## The effect of virtual space and new technologies (Internet and computer) on students' mental health and lifestyle

*elham koohiagdam, elahe<sup>1\*</sup>, koohi agdam<sup>2</sup>, maryam davoudi,<sup>3</sup>  
mojgan asheghi,<sup>4</sup>*

1- Master's Degree, Education .elham.k3131@gmail.com

2- Master's Degree, Education .elahekoohiagdam@yahoo.com

3- Master's Degree, Education. davoudi8@gmail.com

4- Master's Degree, Education mojghan.asheghi@yahoo.com

### ABSTRACT

#### Keywords:

. educational system  
. student  
. new technology  
. , mental health

<sup>1</sup> .Corresponding author



Elham.k3131@gmail.com


**Background and Objectives:** The current research was conducted by examining the positive and negative effects of virtual spaces and new technologies on the mental health and lifestyle of students in the second year of elementary school. The statistical population included the students of the second year of elementary school, about 500 people who were studying in the academic year of 1401-1402 in Tehran province, Roudhen region. The statistical sample was estimated to be 350 people according to the table of Karjesi and Morgan, who were selected by random cluster sampling. To collect the data, the questionnaire of virtual space injuries and new technologies have been used. The statistical sample was estimated to be 350 people according to the table of Karjesi and Morgan, who were selected by cluster random sampling method. To collect the data, the questionnaire of virtual space injuries and new technologies have been used. In this research, after verifying the validity, the reliability of each questionnaire was calculated as 0.80 and 0.82 respectively. Descriptive and inferential statistics were used to analyze the data. At the descriptive level, indicators such as mean, variance, standard deviation, frequency and percentage were used. The results indicate that the virtual space causes harm such as generation gap, addiction to virtual space, social isolation, conflict of values, etc.. The most important task of education in this field is to increase students' media literacy through Teaching the skills of the correct use of virtual environments and new technologies by teachers.

ISSN (Online):

DOI:

Received: 1403/02/28 .Reviewed: 1403/05/14 Accepted: 1403/06/07 ..PP: 14

**Citation** (APA): koohiagdam,A. (2023). The effect of virtual space and new technologies (Internet and computer) on students' mental health and lifestyle: *The Journal of Theory and Practice in Teachers Education*, 6(2), 93-106.

 <https://doi.org/10.12345/tej.12.10.112>



## تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین (اینترنت و رایانه)

### بر سلامت روان و سبک زندگی دانش‌آموزان

مقاله پژوهشی / مروری

الهام کوهی اقدم<sup>۱\*</sup>، الهه کوهی اقدم<sup>۲</sup>، مریم داودی<sup>۳</sup>، مزگان عاشقی<sup>۴</sup>

۱- کارشناسی ارشد، آموزش و پرورش [elham.k3131@gmail.com](mailto:elham.k3131@gmail.com)

۲- کارشناسی ارشد، آموزش و پرورش [elahekoohiagd@gmail.com](mailto:elahekoohiagd@gmail.com)

۳- کارشناسی ارشد، آموزش و پرورش [davoudi8@gmail.com](mailto:davoudi8@gmail.com)

۴- کارشناسی ارشد، آموزش و پرورش [mojhgan.asheghi@yahoo.com](mailto:mojhgan.asheghi@yahoo.com)

#### چکیده

پژوهش حاضر با بررسی تأثیرات مثبت و منفی فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین (اینترنت و رایانه) بر سلامت روان و سبک زندگی دانش‌آموزان در دوره دوم ابتدایی صورت گرفته است. این پژوهش به لحاظ هدف، کاربردی و از لحاظ روش گردآوری داده‌ها، توصیفی پیمایشی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی بود که حدود ۵۰۰ نفر که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ در استان تهران منطقه رودهن مشغول به تحصیل بودند. نمونه آماری باتوجه جدول کرجسی و مورگان ۳۵۰ نفر برآورد شد که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه آسیب‌های فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین استفاده شده است. در این پژوهش بعد از تأیید روایی، پایایی هر یک از پرسشنامه‌ها به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۲ محاسبه گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح توصیفی از شاخص‌هایی مانند میانگین، واریانس، انحراف استاندارد، فراوانی و درصد استفاده شد. برای آزمون فرضیه‌ها پژوهش از روش آزمون تی تک نمونه‌ای، تحلیل فریدمن استفاده شد؛ و به کمک نرم‌افزار ۲۲ اس پی اس اس استفاده گردید. نتایج حاکی از آن است که فضای مجازی آسیب‌هایی چون شکاف نسل‌ها، اعتیاد به فضای مجازی، انزوای اجتماعی، تعارض ارزش‌ها را در پی دارد. مهمترین وظیفه آموزش‌وپرورش در این زمینه افزایش سواد رسانه‌ای دانش‌آموزان از طریق آموزش مهارت‌های استفاده درست از محیط‌های مجازی و تکنولوژی‌های نوین توسط معلمان است.

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید

DOI:

#### واژه‌های کلیدی:

- . نظام آموزشی،
- . دانش‌آموز،
- . سلامت روان،
- . تکنولوژی نوین،

۱. نویسنده مسئول

[Elham.k3131@gmail.com](mailto:Elham.k3131@gmail.com)

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۲۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۵/۱۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۶/۰۷

شماره صفحات: ۱۴

## مقدمه

گسترش اینترنت در جامعه موجب بروز فرصت‌هایی جهت افزایش آگاهی افراد و حتی ایجاد اشتغال برای برخی از افراد شده است، ولی تهدیداتی نیز به همراه دارد. این روزها کودکان مجذوب تلویزیون، کامپیوتر، بازی‌های ویدئویی و تلفن‌های هوشمند می‌شوند و شاید ساده‌ترین راه جهت سرگرم نگهداشتن آنها برای طولانی مدت، اجازه استفاده از این لوازم الکترونیکی می‌باشد، اما به دلیل تأثیرات منفی بسیاری که رسانه‌ها بر کودکان دارند، شاید بهتر باشد قوانینی وضع نمایید و به این قوانین پایبند باشید. والدینی که اطلاعات کامپیوتری و اینترنتی فرزندان‌شان نسبت به آنها بیشتر است، باید بدانند کودکان به اندازه کافی بزرگ نیستند تا همه رفتار و موارد گوناگونی که در اینترنت وجود دارد را درک کنند و حتی در مواردی در اینترنت مورد تهدید قرار می‌گیرند، پس والدین می‌بایست روی کامپیوتر فرزندان‌شان در منزل نظارتی دقیق داشته باشند. فرزند شما در هر سنی که باشد می‌توانید قوانین جدیدی را برای او وضع نمایید (Khadam et al.2020).

هر چند که همیشه ایجاد قوانین برای کودکان کوچک‌تر آسان‌تر است، اما برای کودک با هر سنی غیرممکن نیست. ممکن است کودکان در ابتدا مقاومت نمایند، اما با مصمم و قاطع بودن شما ناچار به پذیرفتن قوانین جدید می‌گردند. برخی از افراد و خانواده‌ها و نیز آموزش و پرورش، بلوغ زودرس فرزندان خود را جدی نمی‌گیرند و از آسیب‌های آن بی‌اطلاع هستند. آنان به این نکته توجه ندارند که بلوغ زودرس زندگی حال و آینده فرزندان‌شان را به مخاطره می‌اندازد و آسیب‌های فراوانی همچون افت تحصیلی، مسلط شدن اینترنت بر دنیای کودکان، اختلال در هویت‌یابی کودکان، افسردگی و تنها ماندن را به دنبال می‌آورد (Zindani et al.2022).

بهداشت روانی یکی از مسایلی می‌باشد که امروزه از اهمیت بسیاری برخوردار است. از بهداشت روانی تعاریف متعددی ارائه شده است. اصطلاح بهداشت روانی این گونه تعریف می‌شود: این اصطلاح به معنی بهزیستی جسمانی، هیجانی و نداشتن بیماری روانی است. هم‌چنین این اصطلاح به توانایی ادامه‌ی یک زندگی فعال و انعطاف‌پذیری در مقابله با فشارهایی که در زندگی رخ می‌دهد اشاره دارد، اما در میان تعاریف متفاوت ارائه شده، تعریف سازمان بهداشت جهانی جامع‌تر و کامل‌تر می‌باشد. در این تعریف آمده است که بهداشت روانی برابر با سلامت بدنی، روانی، اجتماعی، خشنودی و شاد زیستن می‌باشد که در آن افراد قادرند توانایی‌های خود را شکوفا ساخته، با فشارهای روانی روزمره مواجه شده و بر آنها فایز شوند، به طور مولد کار و کوشش کنند و با ویژگی‌های بیان شده در جامعه‌ی خود مشارکت نمایند (Kashbi et al.2019).

این روزها دانش‌آموزان مجذوب تلویزیون، کامپیوتر، بازی‌های ویدئویی و تلفن‌های هوشمند، از همه مهم‌تر جستجو در وب (اینترنت) می‌شوند و شاید ساده‌ترین راه جهت سرگرم نگهداشتن آنها برای طولانی مدت، اجازه استفاده از این تکنولوژی‌های ارتباطی می‌باشد. اینترنت نیز مانند تمام وسایل ارتباط جمعی جنبه‌های مثبت و منفی دارد و استفاده نادرست از آن می‌تواند نیروی پویا و کارآمد کشور به

ویژه دانش‌آموزان را تهدید کند. اینترنت در میان جوانان ایرانی رسانه پرتعدادی است. در رابطه با محیط فضای مجازی نیز آورده شده است که «معنای لغوی فضای مجازی عبارت است از «فضای قابل هدایت» که به معنای هدایت کردن و سکانداری کشتی است. کیزا فضای سایبرنتیک را محیط بر ساخته از اطلاعات نامرئی و اطلاعاتی که اشکال متفاوتی به خود می‌گیرد می‌داند. فضای مجازی در واقع نامی است که تعداد زیادی از کاربردهای امروز فناوری های جدید ارتباطی را دربرمی‌گیرد. این نام را نخستین بار ویلیام گیسون در رمان نورومانس ابداع کرد. به باور کاستلز فضای مجازی، مکان نیست، دالان و راهرویی بین مکانها است. شما در حالیکه در محل خودتان اقامت دارید، در فضای مجازی، گردش و مردمی را ملاقات می‌کنید که در مکان‌های دیگری زندگی می‌کنند؛ اما با استفاده از فضای مجازی در جهان ذهنی خودتان هستید؛ بنابراین، فضای مجازی نوعی فرافضا و فضای ذهن است. فضایی که ما هر روز در آن دست به عمل می‌زنیم و با مردم، اندیشه‌ها، مکانها و زمانهایی دیگر ملاقات می‌کنیم به عبارت دیگر، فضای سایبر در معنا به مجموعه‌ای از ارتباطات درونی انسان‌ها با کامپیوتر و وسایل مخابراتی، بدون در نظر گرفتن جغرافیای فیزیکی گفته می‌شود. فضای مجازی مجموعه‌ای از سخت افزار و تعاریف نمادین است که شبکه‌ای از عقاید و باورها را در قالب دادوستد بین افراد منتقل می‌کند. برخلاف فضای واقعی در فضای مجازی نیاز به جابجایی‌های فیزیکی نیست و کلی فعالیت‌ها از طریق فضای سایبر، انجام و ایجاد شبکه عظیمی از افراد را سبب می‌شود که مرزهای سیاسی و جغرافیایی را درهم می‌شکنند و گاه مرزهای فرهنگی را کمرنگ می‌کنند بر تمام ابعاد زندگی بشر تأثیر می‌گذارند. شبکه‌های اجتماعی، محل گردهمایی صدها میلیون کاربر اینترنت است که بدون توجه به مرز، زبان، جنس و فرهنگ به تعامل و تبادل اطلاعات می‌پردازند. شبکه‌های اجتماعی، متناسب با نوع موضوع فعالیتشان امکانات دیگری از جمله خبرخوانی اینترنتی، بازیهای می‌گذارند. پس بی‌دلیل نیست که کاربران، بخش زیادی از زمان اینترنت را به حضور در شبکه‌های اجتماعی اختصاص می‌دهند». (انصاری و همکاران، ۱۳۹۷).

بسیاری از ساختارهای جوامع تحت تأثیر فضای مجازی تغییراتی را تجربه نموده‌اند. مدارس نیز به عنوان یکی از این ساختارها با داشتن پایگاه خاص که شامل مجموعه‌ای از نقشها و روابط میان آنها است و روابط بین معلم و دانش‌آموز و همچنین دانش‌آموز با دانش‌آموز نیز، از این قاعده مستثنی نمانده است و دستخوش تغییرات حاصل از فضای مجازی گردیده است بدون شک در نظام آموزش و پرورش رسمی هر کشوری مقطع ابتدایی هم به لحاظ کمی یعنی تعداد معلمان و دانش‌آموزان و هم از لحاظ کیفی یعنی تأثیری که این دوره در موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان در سراسر زندگی و دوران تحصیل دارد. از اساسی‌ترین و مهمترین مقاطع تحصیلی است و به جرات می‌توان گفت هیچ یک از دوره‌های تحصیلی از چنین اهمیتی برخوردار نیستند؛ اهمیت دوره ابتدایی در جهت رشد و شکوفایی استعداد دانش‌آموزان تا این اندازه اهمیت دارد نام گرفته است. به دلیل این اهمیت و نقشی که معلمان و مدیران این مقطع تحصیلی در رشد تربیتی و «اساس» که در تعریف نظام جدید آموزشی

به دوره آموزشی دانش‌آموزان به عهده دارند تا دوره‌های تحصیلی آینده شکل بگیرد؛ لازم است کارکردهای مهم این دوره از نگاه فعالیت آموزشی و پرورشی شناخته شود تا جایگاه فعالیت مدیران و معلمان مجال بررسی پیدا کند. (Forgivene.2021).

امروزه به علت رشد فناوری‌های رایانه‌ای، سرعت نقل و انتقالات اطلاعاتی و مسئله انفجار دانش، اطلاعات و دانش به سهولت و سرعت می‌تواند در اختیار همگان قرارگیرد و دیگر مانند گذشته مدرسه تنها چارچوبی نیست که معلم بخواهد دانش، مهارت و ارزش‌ها را در آن به دانش‌آموزان منتقل کند؛ بلکه چهارچوب‌های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و وسائل ارتباط جمعی در شکل‌پذیری پنداره‌های دانش‌آموزان نقش تعیین‌کننده‌ای دارند. یکی از تبعات این امر بالا رفتن سطح دانش متعارف دانش-آموزان است که هماهنگی با دوره‌های آموزشی را بر هم می‌زند. استفاده از رایانه و اینترنت به معلم کمک می‌کند که امکان تدریس با شیوه‌های نو، داشتن طیف وسیعی از برنامه‌ها و روش‌های آموزشی و محوریت بخشیدن به نقش دانش‌آموز با در نظر گرفتن تفاوت‌های فردی و توجه بیشتر به نیازها، علایق و استعدادها دانش‌آموزان می‌توانند در جهت از بین بردن یا کاهش دادن شکاف آموزشی مؤثر و مفید باشند. بررسی و گردآوری اطلاعات از پژوهش‌های انجام شده نشانگر این بود که اینترنت ابزار قدرتمندی است که هم می‌تواند باعث فساد گردد و هم ابزار آموزش و تعلیم و تربیت و رشد علمی فرهنگی و اجتماعی دانش‌آموزان را فراهم آورد. تنهایی، افسردگی، اضطراب، عزت نفس پایین، برخی از مشکلات احتمالی است که کودکان در استفاده بیش از حد از اینترنت بصورت آنلاین با آن مواجه هستند. زمانی که کودک به اینترنت معتاد شود، انگیزه‌اش برای تعامل با دیگران کم می‌شود که خود اثرات منفی بر ارتباط شخصی و تعاملات اجتماعی او دارد. دادی؛ در پژوهشی به بررسی تأثیرات مثبت و منفی فناوری‌های نوین بر سبک زندگی کودکان و نوجوانان پرداخته است، هنگامی که ما از استفاده ناخودآگاه از فناوری صحبت می‌کنیم، کودکان اولین کسانی هستند که به ذهن ما خطور می‌کنند. اگر یک بزرگسال از فناوری به طریقی مضر استفاده کند، می‌توانیم این موضوع را در نهایت هضم کنیم، اما این اتفاق برای کودکان متفاوت است، زیرا آن‌ها به طور کلی از تأثیرات منفی احتمالی فناوری آگاهی ندارند که ناشی از استفاده نادرست آن است (Dadi, 2023).

ساعتی و همکاران؛ در پژوهشی به بررسی تأثیر آموزش سواد دیجیتال بر کاهش آسیب‌های فضای مجازی در زمان پساکرونا دانش‌آموزان ابتدایی پرداخته است. نتایج حاکی از آن بود که استفاده از روش‌های نوین و برنامه‌ریزی دقیق می‌توان موجب ارتقای سطح کمی و کیفی سواد دیجیتال و کاهش آسیب‌های اجتماعی میان دانش‌آموزان ابتدایی شد. (Saati et al.2022) ادبی در پژوهشی دیگر به بررسی آسیب‌های اجتماعی ناشی از فضای مجازی برای دانش‌آموزان پرداخته است. نتایج حاکی از آن بود که امروزه یادگیری و بهره‌مندی از آنان حداقل برای قشر تحصیل کرده و دانشگاهی به اختیار افراد وابسته نیست، بلکه امری کاملاً ضروری و اجتناب‌ناپذیر است. از سوی دیگر، انفجار دانش، تحولات تکنولوژیکی و نوآوری‌های سودمند و نیز به هنگام ماندن افراد از نظر علمی از جمله عواملی هستند

که ضرورت استفاده از فناوری اطلاعات در آموزش عالی را نشان می‌دهد. در عین حال فناوری اطلاعات و ارتباطات روی روش‌های، بهره‌وری فردی، ارتباطات شبکه‌ای، تحقیقات علمی، توسعه حرفه‌ای تأثیر گذاشته است. علم و فناوری هر دو سازنده تمدن بشر است، توسعه هر کدام بدون دیگری ممکن نیست (Adabi, 2022). راستی و همکاران در پژوهشی دیگر به بررسی روش کنترل دانش‌آموزان در فضای مجازی توسط والدین برای جلوگیری از افت تحصیلی و آسیب‌های تربیتی پرداخته‌اند نتایج حاکی از آن بود که امروزه با گسترش روزافزون شبکه‌های اجتماعی که بر جنبه‌های مختلف زندگی دانش‌آموزان تأثیر داشته و نظارت والدین در چگونگی استفاده از این شبکه‌ها یکی از مباحث اصلی و مهم در تعلیم و تربیت دانش‌آموزان می‌باشد. نوع برخورد والدین با فرزندان که محتواهای کمتر مناسب و یا نامناسب را در محیط اینترنت مشاهده می‌کنند، از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است (Rasti et al:2022)

محمدیان در پژوهشی دیگر به بررسی شناسایی آسیب‌های فضای مجازی و راهکارهای کاهش آن در دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی پرداخته است. نتایج حاکی از آن بود که فضای مجازی بر ارتباط دانش‌آموزان با خانواده، وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان، سازگاری دانش‌آموزان با دیگران، وضعیت اعتقادی، عبادی و وضعیت روانی دانش‌آموزان تأثیر مطلوبی دارد. همچنین در رتبه بندی راهکارهای کاهش آسیب‌های فضای مجازی جایگزینی تفریح‌های سالم و درگیر کردن افراد در فعالیت‌ها و برنامه‌های مثبت، تقویت صمیمیت و یکدلی در بین مسئولان و پاسخگویی به سؤال‌ها و رفع شبهه‌های جوانان، سرمایه‌گذاری نرم‌افزاری و تقویت سایت‌ها و فیلم‌های پیشرفته و پرمحتوا در اولویت اول تا سوم قرار گرفتند. در نتیجه می‌توان با هدایت و نظارت والدین در کنار شناخت و آگاهی از آسیب‌های پیش روی فضای مجازی، بهترین راهکارها را در جهت رفع آسیب‌های فضای مجازی برای دانش‌آموزان برنامه ریزی کرد (Mohammedans: 2021).

یانگ و همکاران در مطالعه خود از نوع فراتحلیلی، نتایج چهارده مطالعه به صورت سیستماتیک موردتحلیل قرار دادند. در این فراتحلیل نیز مشخص شد که استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه، خطرات ناشی از کیفیت پایین خواب، افسردگی و اضطراب را به طور قابل توجهی افزایش می‌دهد. یافته‌های این تحقیق ضرورت مدیریت استفاده از تلفن‌های هوشمند را برجسته می‌کند. آنچه از پژوهش‌ها بیان شده قابل برداشت است، محققان مهمترین آسیب فضای مجازی را مربوط به خانواده و از جانب ابزارهای تلفن هوشمند (انواع اپلیکیشن‌ها، بازیها، شبکه‌های اجتماعی و...) می‌دانند.

بنابراین کاربرد تکنولوژی‌های نوین همچون رایانه و اینترنت در آموزش برای کلیه دانش‌آموزان تأثیر مثبتی دارد، زیرا دانش‌آموز در حین تدریس و بعد از آن، فعال می‌شود. کلاس از یکنواختی بیرون می‌آید. فراگیر درگیر آموزش می‌شود و به نوعی آموزش چند حسی ایجاد می‌گردد. با ایجاد آموزش جذاب و مورد علاقه دانش‌آموز و مشاهده بی‌خطر حوادث واقعی مربوط به آموزش، تعمیق یادگیری صورت می‌پذیرد. اختراع اینترنت گونه‌های جدیدی از ارتباطات مجازی و جوامع مجازی را به دنبال

داشته است. از سال ۱۹۹۰ که امکان بهره‌گیری از اینترنت عمومیت یافته است. از آن به دلیل دارا بودن قابلیت‌هایی چون فرامتنی و چندرسانه‌ای به سرعت رشد کرد. تکامل سرویس‌های اینترنت تا بدان جا پیشرفت کرد که دسترسی همگانی به اطلاعات و اخبار را در نسل اول پایگاه‌های اینترنتی به مشارکت همگانی و امکان تعامل در فضای وب در نسل دوم پایگاه‌های اینترنتی تحت عنوان رسانه‌های اجتماعی ارتقا یافت. مشارکت همگانی به معنی امکان تولید و به اشتراک‌گذاری انواع محتوا مانند: متن، فیلم، عکس و حتی نرم افزار توسط کاربران است. رسانه‌های اجتماعی مبتنی بر فناوری‌های وب و تلفن همراه می‌باشند. شبکه‌های اجتماعی مجازی از انواع رسانه‌های اجتماعی هستند. کاربران برای عضویت در این شبکه‌ها می‌توانند با دوستان و آشنایان، اقوام و همکاران قدیمی و حتی آنها که فراموش کرده‌اند مرتبط شوند، دوستی‌های جدید را آغاز نمایند و بر اساس نیاز و خواست خود به عضویت گروه‌های مختلف درآیند و بدین ترتیب عضو اجتماعات مجازی شوند. تمامی این پیوندها فارغ از محدودیت‌های زمانی و مکانی، فرهنگی، اجتماعی، قشری و طبقاتی امکانپذیر است». اما در عین حال باعث ایجاد آسیب‌هایی هم می‌شود. بنابراین باتوجه به افزایش میزان استفاده دانش‌آموزان از فضای مجازی، به عنوان کنشگرانی فعال که توانایی معناسازی دارند و خلاق هستند، این پژوهش به دنبال بررسی این مسئله است که حضور در فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین (اینترنت و رایانه) چه آسیب‌هایی را ممکن است در سلامت و بهداشت روانی دانش‌آموزان به وجود آورد.

## روش

بر اساس موضوع و اهداف مورد مطالعه، این پژوهش به لحاظ هدف، کاربردی و از لحاظ روش گردآوری داده‌ها، توصیفی پیمایشی است. اطلاعات مربوط به مبانی نظری بر اساس روش میدانی، اسنادی، کتابخانه‌ای، اینترنتی و از طریق ابزار پرسشنامه جمع‌آوری شده است جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی (پایه ششم و پنجم) بود که حدود ۵۰۰ نفر که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ در استان تهران منطقه رودهن مشغول به تحصیل بودند. نمونه آماری پژوهش حاضر با توجه جدول کرجسی و مورگان ۲۴۳ بود که با در نظر گرفتن ریزش به ۳۵۰ نفر افزایش پیدا کرد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش، روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود که تعداد ۳۵۰ عدد پرسشنامه به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای به این صورت که ابتدا از بین مدارس ابتدایی ۱۴ مدرسه انتخاب شد. و از هر مدرسه ۲ کلاس و از هر کلاس ۱۵ نفر به طور تصادفی انتخاب شد.

ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه بود. پرسشنامه آسیب‌های فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین که توسط زندوانیان و همکاران طراحی شده است. این پرسشنامه از ۲۰ عبارت یا گویه تشکیل شده است که ۴ مؤلفه یا خرده مقیاس را موردسنجش قرار می‌دهند. خرده مقیاس‌های پرسشنامه عبارتند از خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی - عبادی، روانی (Zandavanian and colleagues:2013).

عامل خانوادگی: گویه‌های ۱ الی ۵؛

- عامل تحصیلی دانش‌آموزان: گویه‌های ۵ الی ۱۰؛
- عامل سازگاری دانش‌آموزان: گویه‌های ۱۰ الی ۱۵؛
- عامل اعتقادی- عبادی: گویه‌های ۱۵ الی ۲۰؛

این پرسشنامه، بر درجه‌بندی دوگانه صورت‌بندی شده است. بیشترین تأثیر = ۵ و کمترین تأثیر = ۱. برای محاسبه امتیاز هر زیرمقیاس، نمره تک تک گویه‌های مربوط به آن زیرمقیاس را در هر وسیله با هم جمع کنید. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه در هر وسیله، نمره همه گویه‌های پرسشنامه را با هم جمع کنید.

دامنه امتیاز این پرسشنامه در هر وسیله بین ۳۰ تا ۱۵۰ خواهد بود. هر چه امتیاز حاصل شده از این پرسشنامه در هر وسیله بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر آسیب‌های آن خواهد بود و بالعکس. راهکارهای کاهش آثار منفی فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بین ۱ تا ۵ اولویت‌بندی خواهند شد در این پژوهش بعد از تایید روایی، پایایی هر یک از پرسشنامه‌ها به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۲، محاسبه گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح توصیفی از شاخص‌هایی مانند میانگین، واریانس، انحراف استاندارد، فراوانی و درصد استفاده شد. برای آزمون فرضیه‌ها پژوهش از روش آزمون تی تک نمونه‌ای، تحلیل فریدمن استفاده شد؛ و به کمک نرم‌افزار ۲۲۰ اس پی اس اس استفاده گردید.

### یافته‌ها

نتایج آمار توصیفی نشان داد که ۴۶/۴ درصد پاسخگویان پسر و ۵۰/۶ درصد آنان دختر بودند. همچنین بیشترین فراوانی پاسخگویان در پایه‌های تحصیلی ششم و پنجم با ۴۰/۸ درصد و ۴۳/۲ درصد می باشد.

جدول شماره ۱: توصیف متغیرهای پژوهش

فرضیه اول : فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و ارتباط دانش‌آموزان

با خانواده تأثیر دارد.

ردیف	متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	مینیمم	ماکزیمم
۱	ارتباط دانش‌آموزان با خانواده	۳۵۰	۳/۵۱	۰/۴۳۰	۲/۶۵	۴/۶۷
۲	وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان	۳۵۰	۳/۶۰	۰/۴۲۲	۲/۳۰	۴/۶۷
۳	سازگاری دانش‌آموزان با دیگران	۳۵۰	۳/۵۵	۰/۴۵۰	۲/۱۷	۴/۸۳
۴	وضعیت اعتقادی عبادی دانش‌آموزان	۳۵۰	۳/۷۲	۰/۴۶۰	۲/۶۷	۴/۸۳



باتوجه به جدول شماره ۲ و با تأکید بر میزان  $t$  به دست آمده، می‌توان مطرح نمود که تفاوت معناداری در  $\alpha = 0/05$  بین میانگین نظری با میانگین‌های میانگین‌های تجربی وجود دارد. بنابراین، باتوجه به اینکه میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و ارتباط دانش‌آموزان با خانواده بالاتر از حد متوسط است؛ بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر ارتباط دانش‌آموزان با خانواده تأثیر مطلوبی دارد.

**فرضیه دوم: تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان و بر وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر**

**دارد.**

**جدول شماره ۲: تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان و ارتباط دانش‌آموزان با خانواده**

ردیف	متغیر	میانگین	df	t	سطح معناداری	میانگین فرضی
۱	تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های ارتباطی بر ارتباط دانش‌آموزان با خانواده	۳/۵۰	۳۵۰	۷۶۲	۰/۰۰۱	۳
				۲۲/		

**فرضیه سوم: فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و سازگاری دانش‌آموزان**

**با دیگران تأثیر دارد.**

**جدول شماره ۳: تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان**

ردیف	متغیر	میانگین	df	t	سطح معناداری	میانگین فرضی
۱	تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت تحصیلی	۳/۶۰	۳۵۰	۲۰/۲۰۶	۰/۰۰۱	۳

باتوجه به جدول شماره ۳ و با تأکید بر میزان  $t$  به دست آمده، می‌توان مطرح نمود که تفاوت معناداری در  $\alpha = 0/05$  بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی وجود دارد. بنابراین، باتوجه به اینکه میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان بالاتر از حد متوسط است بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر مطلوبی دارد.

فرضیه چهارم: فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی عبادی دانش آموزان تأثیر دارد.

جدول شماره ۴: تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان و سازگاری دانش آموزان

ردیف	متغیر	میانگین	df	t	سطح معناداری	میانگین فرضی
۱	تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت تحصیلی	۳/۶۰	۳۵۰	۲۰/۲۰۶	۰/۰۰۱	۳

باتوجه به جدول شماره ۴ و با تأکید بر میزان  $t$  به دست آمده، می‌توان مطرح نمود که تفاوت معناداری در  $\alpha = 0/05$  بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی وجود دارد. بنابراین، با توجه به اینکه میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و سازگاری دانش آموزان بالاتر از حد متوسط است. بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر و سازگاری دانش آموزان با دیگران تأثیر مطلوبی دارد.

جدول شماره ۵: تأثیر فضای مجازی بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی عبادی دانش آموزان

ردیف	متغیر	میانگین	df	t	سطح معناداری	میانگین فرضی
۱	تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی دانش آموزان	۳/۷۲	۳۵۰	۳۰/۴۰۲	۰/۰۰۱	۳

باتوجه به جدول شماره ۵ و با تأکید بر میزان  $t$  به دست آمده، می‌توان مطرح نمود که تفاوت معناداری در  $\alpha = 0/05$  بین میانگین نظری با میانگین‌های تجربی وجود دارد. بنابراین، باتوجه به اینکه میانگین تجربی بالاتر از میانگین نظری می‌باشد، عنوان می‌شود که از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی دانش آموزان بالاتر از حد متوسط است. بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی عبادی دانش آموزان تأثیر مطلوبی دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

گسترش فناوری‌های نوین در کشور ایران باید به گونه‌ای باشد که به رشد خلاقیت در جوانان کمک کند، نه اینکه موجبات خلاقیت‌زدایی و انزوای را فراهم آورد. همچنین سیاست‌گذاری در مورد توسعه فناوری‌های نوین نباید به توسعه مصرف یا بازتولید محتوای آن محدود شود؛ بلکه باید گسترش فرهنگ بومی مذهبی و مقاومت فرهنگی را به دنبال داشته باشد؛ بنابراین بیش از توسعه فناوری‌های نوین باید به نظام تولید و سازمان‌دهی الکترونیک اطلاعات علمی، فرهنگی بر اساس استانداردهای قابل تبادل در شبکه اهتمام داشت و بودجه‌های کلانی را به این امر اختصاص داد. تدوین و اجرای قوانین مورد نیاز و روزآمد در حوزه ارتباطات شبکه‌ای بسیار اساسی است. در سیاست‌گذاری آموزشی باید چگونگی کاربرد فناوری توسط متولیان آموزش و پرورش و بررسی تأثیر آن بر مخاطبان در نظر گرفته شود. از آنجایی که هر چیزی از جمله اینترنت می‌تواند بطور بالقوه اعتیاد آور باشد، توصیه کارشناسان این است که بهتر است میانه‌روی را رعایت کنید. یکی از ساده‌ترین راه‌های جلوگیری از بروز این مشکل محدود کردن مدت زمان استفاده از اینترنت است. مساله دیگر شب‌بیداری کودکان است که تحت تأثیر استفاده از انواع و اقسام فضای مجازی ایجاد شده است. فعالیت‌های شبانه و این بی‌خوابی‌ها، افت تحصیلی را به ارمغان آورده است و اکنون آموزش و پرورش با مشکل حادی مواجه است که بچه‌ها از فضای مجازی استفاده می‌کنند و به شدت افت تحصیلی داشته‌اند و این در حالی است که خانواده‌هایی که نظارت بیشتری بر استفاده کودکان‌شان از فضای مجازی دارند با مشکلات کمتری مواجه‌اند. کودکان بزرگ‌ترین قربانیان فضای مجازی هستند، کودک از دو جهت در این ورطه قربانی می‌شود: نخست آنکه در یک جو و بستر ناسالم قرار می‌گیرد و پیش‌روی او انواع بازی‌ها، شبکه‌های اجتماعی و موتورهای جستجو قرار گرفته است. این شرایط برای کودکان مثل این است که یک بچه بی‌دفاع را در جنگلی پر از حیوانات درنده رها کرده باشیم. چرا که مواجهه با اینترنت ناسالم در همین حد خطرناک است. مساله دیگر خانواده است، اینترنت با جاذبه‌ای که دارد علاوه بر ایجاد فاصله میان خانواده سبب شد تا بچه‌ها در خانه تنها باشند. نتایج در فرضیات نشان داد که ۴۶/۴ درصد پاسخگویان پسر و ۵۰/۶ درصد آنان دختر بودند. همچنین بیشترین فراوانی پاسخگویان در پایه‌های تحصیلی ششم و پنجم با ۴۰/۸ درصد و ۴۳/۲ درصد می‌باشد

آسیب اجتماعی نوپدید فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین تا حدودی در دختران نمایان تر است. دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و ارتباط دانش‌آموزان با خانواده بالاتر از حد متوسط است؛ بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر ارتباط دانش‌آموزان با خانواده تأثیر مطلوبی دارد. نتایج این فرضیه با نتایج محمدیان، راستی، یانگ<sup>۱</sup> و... مطابقت دارد. از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان

و سازگاری دانش‌آموزان بالاتر از حد متوسط است. بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر و سازگاری دانش‌آموزان با دیگران تأثیر مطلوبی دارد. و نتایج با ساعی و ادبی مطابقت دارد. از دیدگاه نمونه‌های پژوهش تأثیر فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی عبادی دانش‌آموزان بالاتر از حد متوسط است. بنابراین فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین بر سلامت روان و وضعیت اعتقادی عبادی دانش‌آموزان تأثیر مطلوبی دارد. محمدیان و دادی مطابقت دارد. با توجه به مطالعات انجام‌شده می‌توان چنین نتیجه‌گرفت که فناوری‌های نوین در بخش فضای مجازی و تکنولوژی‌های نوین، عاملی مؤثر در فرهنگ‌پذیری، انتقال ارزش‌ها و هنجارها و پر کردن اوقات فراغت برای نوجوانان و جوانان و آسیب شدید به روان و ذهنیت است. فضای مجازی، فرصت‌های تعاملات خانوادگی را از اعضای خانواده می‌گیرند و فضای خانواده را به سوی فردگرایی پیش می‌برند. اینترنت، در عین جذابیت، در صورتی که استفاده از آن بدون ملاحظات و برنامه باشد، آسیب‌های روانی، عصبی، اخلاقی را برای کاربران به دنبال خواهد داشت. در عین حال می‌توان از اینترنت به‌عنوان وسیله‌ای برای آموزش‌های رسمی (از راه دور) بازماندگان از تحصیل و عامل مؤثری در جهت رفع تبعیض و استفاده از اطلاعات و همسان‌سازی فرهنگی و آموزشی استفاده کرد. فضای مجازی با توجه به گستره و نفوذ جهانی و استفاده از کیفیت برتر فن‌آورانه و جذابیت‌های تصویری، عاملی مؤثرتر در انتقال ارزش‌ها، هنجارها و فرهنگ غربی است که باید بتوان با آن رقابت کرد. رسانه‌ها، از جمله اینترنت، افراد را به‌صورت منفعل و پذیرنده درمی‌آورند و غالباً قدرت انتخاب، تحلیل و تفکر را از بیننده‌ها، به‌ویژه کودکان و نوجوانان می‌گیرند. گسترش استفاده بی‌حد و حصر از رسانه‌های جدید موجب گسست فرهنگی و تقدس‌زدایی از ارزش‌های دینی و ملی و میراث فرهنگی به‌جامعه ایرانی می‌شود.

**پیشنهادات:** هر نسلی باید فرزند زمان خویش باشد. از فناوری‌ای استفاده می‌کنیم که به روز باشیم و گستره ارتباطی بیشتری پیدا کنیم و از این طریق می‌توانیم فرهنگ بومی خود را نیز منتقل کنیم. ماشینی‌شدن بسیاری از فعالیت‌های فردی و اجتماعی باعث تسریع امور شده و تسهیل در رفت و آمد و وسایل ارتباط جمعی از دیگر مواهب بهره‌برداری از فناوری‌های جدید است، اما در برخی امور شخصی و خانوادگی استفاده از این فناوری‌ها سرعتی به روند زندگی بخشیده که هشداردهنده و خطرآفرین است. افزودن ترکیب مناسبی از فناوری به خانواده به ما امکان می‌دهد از هر دو جنبه به‌طور همزمان لذت ببریم. ما موظفیم از فناوری مسئولانه استفاده کنیم، زیرا این فناوری برای خیر و صلاح بشر اختراع شده است. وقتی والدین مزایا و معایب فناوری را می‌سنجند، می‌توانند فرزندان خود را برای داشتن زندگی رضایت‌بخشی راهنمایی کنند. مدارس متوجه اثرات منفی استفاده بیش از حد از فناوری و بیرون بردن کودکان از چهار دیوار کلاس درس برای تعامل با طبیعت هستند زندگی ما به لطف فناوری بسیار آسان‌تر شده است، زیرا اطلاعات در مورد هر چیزی که زیر نور خورشید است در دسترس ماست. با این حال، ما باید درک کنیم که حتی وقتی فناوری زندگی را بهتر می‌کند، نباید ارزش‌های انسانی را به خطر بیندازیم.

۱. استفاده از فناوری دیجیتال به خصوص کار با رایانه برای دانش‌آموزان باید مدیریت شود تا باعث اختلال نشود و با ایجاد یادگیری مشارکتی و ارزیابی فعالیت‌های فراگیران، بازخوردهای مفید و سازنده ارائه شود.

۲. آشنا کردن والدین این کودکان با فناوری رایانه می‌توان محرک‌های آموزشی را حتی در خانه و محیط‌های واقعی زندگی و اجتماع ارائه کرد و نقش خانواده را در آموزش پر رنگ نمود

۳. مربیان با ایجاد تنوع و تغییر در روش‌های تدریس، نرم‌افزارهای گوناگونی که بازخوردهای شنیداری و کمک نوشتاری ایجاد می‌کنند را بکارگیرند و مدرسه با خرید برنامه‌های متنوع، امکان تمرین‌های سرگرم‌کننده‌ای را برای ریاضیات و خواندن و ارزشیابی دروس بوجود آورد. کارگاه آموزشی در مدارس باید فعال باشد.

۴. آموزش بر مبنای تکنولوژی‌های نوین نویدی برای آموزش فراگیر، پیش‌رونده و فارغ از زمان و مکان است، ولی نگرانی‌های معلمان از اینکه این دانش‌آموزان با دشواری‌هایی برای فراگیری بعضی از اصول آموزشی دارد. بنابراین شناخت چالش‌های مختلف آن ضرورتی انکارناپذیر است.

#### منابع

Adabi, H (2022). " *Examining the social harms caused by cyberspace for students, the first international conference of educational sciences, psychology*", consulting, education and training, Shiraz, p. 15 [In Persian]

Bakhsh, M; Nowrozi, S (2021). *The Impact of Cyberspace on Children's Social Harms, First International Conference on Educational Sciences, Psychology, Sports Sciences and Physical Education*, [In Persian]

Dadi, Z (2023). " *Examining the positive and negative effects of new technologies on the lifestyle of children and adolescents, the first international conference of sociology, social sciences and education with a look to the future, conference paper*. [In Persian]

Fu X, Liao X, Li Y (2020). *Association of problematic smartphone use with poor sleep quality, depression, and anxiety: A systematic review and meta-analysis. Psychiatry Res.; 284:112686. doi: 10.1016/j. psychres.2019.112686. Epub 2019 Nov 12. PMID: 31757638 .*

Khoddam H, Modanlo M, Ziaee T, Keshtkar. (2020) *Behavioral disorders and related factors in school age children of Gorgan*. *Nursing research*; 4(4): 31-5. [In Persian]

Khushabi K, Moradi SH, Hemati A GH, Dehshiri GH, Isamorad A (2019). *A survey of prevalence behavioral disorders in Ilam primary schools.. Journal of diseases and mental disorders rehabilitation 2019; 8: 29-32.. [In Persian]*

Mohammadian, R; Hafizian, M (2021) " *Identifying the harms of virtual space and ways to reduce it in students of the second year sciences, p. 10. of elementary school*", the first international conference on the leap of management, economics and accounting. [In Persian]

Really, J; Jahormi, A (2021)". *Examining the method of controlling students in virtual space by parents to prevent academic failure and educational damage*", 4<sup>th</sup> international conference of psychology, educational sciences and social studies, Tehran, p. 12 [In Persian]

Saati, S; Sultani Far, Mo (2022). "Investigation of the effect of digital literacy training on reducing the harms of cyberspace in the post-corona era of primary school students", the first national conference of applied researches in family social harms, health and behavioral sciences, Tehran, 9 . [In Persian]

Yazdan Panah, M (2022), "Investigation of the harms of teaching in virtual space and the role of education in its prevention, National Conference of National Researches in Psychology and Counseling. [In Persian]

Zandwanban, A; Bagheri, Re; Heydari, M (2012) "Harms of virtual space among female students. Culture and communication studies" No. 12-33 [In Persian].

