



Sociology of Education

Predicting Academic Motivation Based on Social Media Use and Experiential Avoidance

Negar Aboutalebi¹, Mahsan Khodadadi², Reza Manzari Tavakoli^{3*}

1. MA, Department of General Psychology, Kharazmi University, Karaj, Iran.

2. MA student, Department of General Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

3. MA, Department of clinical psychology, Zarand Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

❖ **Corresponding Author Email:** rezatavakoli2022@gmail.com

Research Paper

Abstract

Receive: 2024/04/16
Accept: 2024/06/08
Published: 2024/08/10

Keywords:

Academic Motivation, Social Media Use, Experiential Avoidance, Acceptance And Action

Article Cite:

Aboutalebi N, Khodadadi M, Manzari Tavakoli R. (2024). Predicting Academic Motivation Based on Social Media Use and Experiential Avoidance, *Sociology of Education*. 10(2): 15-22.

Background & Aims: Understanding how various factors interact to influence academic motivation is crucial, as it leads to interventions that can enhance student productivity and academic success. The present study was conducted with the aim of investigating the relationships between academic motivation, use of social networks and experimental avoidance among university students.

Methods and Materials: The descriptive-correlation research method was predictive. The statistical population included all undergraduate students of the Faculty of Literature and Humanities of Shahid Bahonar University of Kerman in the academic year of 2023-2024 in the number of 4000 people, of which 350 people were selected as a sample based on the Morgan and Karjesi table. Data were collected using the Academic Motivation Scale (AMS) of Wallerand (1992), the Social Media Use Integration Scale (SMUIS) of Jenkins-Guarnieri et al. (2013) and the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II) of Bond et al. (2011) Experimental avoidance was collected. To analyze the data, Pearson's correlation test and multiple regression were used in SPSS software version 27 at a significance level of 0.05.

Findings: Regression analysis results indicated significant negative relationships between academic motivation and both social media use ($\beta = -0.21$, $p = 0.0002$) and experiential avoidance ($\beta = -0.47$, $p = 0.0001$). The regression analysis showed that these variables collectively explained 35% of the variance in academic motivation ($R^2 = 0.35$).

Conclusion: The findings suggest that higher use of social media and greater experiential avoidance are significantly associated with lower academic motivation among university students. This study highlights the need for educational strategies that address both the benefits and challenges posed by social media use and psychological coping mechanisms, such as experiential avoidance, to improve academic outcomes.



<https://doi.org/10.22034/ijes.2024.2020119.1526>



<https://dorl.net/dor/20.1001.1.23221445.1401.15.1.1.0>



Creative Commons: CC BY 4.0



جامعه شناسی آموزش و پرورش

پیش بینی انگیزه تحصیلی بر اساس میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربه‌ای

نگار ابوطالبی^۱، مهسان خدادادی^۲، رضا منظری توکلی^۳ 

۱. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران.

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

۳. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد زرند، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.

✉ ایمیل نویسنده مسئول: rezatavakoli2022@gmail.com

چکیده	مقاله تحقیقاتی
پیش‌زمینه و هدف: بررسی چگونگی تعامل عوامل مختلف بر انگیزه تحصیلی از اهمیت بالایی برخوردار است و به دستیابی به مداخلاتی منجر می‌گردد که می‌تواند باعث بهبود بهره‌وری و موفقیت تحصیلی دانشجویان شود. پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط موجود بین انگیزه تحصیلی، استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی در بین دانشجویان دانشگاه انجام گرفت. روش کار و مواد: روش پژوهش توصیفی- همبستگی از نوع پیش‌بینی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید باهنر کرمان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ به تعداد ۴۰۰ نفر بود که ۳۵۰ نفر به صورت تصافی طبقه‌ای متناسب و بر اساس جدول مورگان و کرجسی به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از مقیاس انگیزه تحصیلی (AMS) والراند (۱۹۹۲)، مقیاس یکپارچه‌سازی استفاده از شبکه‌های اجتماعی (SMUIS) جنکینز-گوارنیری و همکاران (۲۰۱۳) و پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II) بوند و همکاران (۲۰۱۱) برای اجتناب تجربی جمع‌آوری شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه در نرم افزار SPSS نسخه ۲۷ در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد. یافته‌ها: نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که روابط منفی معناداری بین انگیزه تحصیلی و هر دو متغیر استفاده از شبکه‌های اجتماعی ($\beta = -0.21, p = 0.002$) و اجتناب تجربی ($\beta = -0.47, p = 0.001$) وجود دارد. تجزیه و تحلیل رگرسیون نشان داد که این متغیرها به طور مجموع ۳۵٪ از واریانس انگیزه تحصیلی را تبیین می‌کنند ($R^2 = 0.35$). نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان می‌دهند که استفاده بیشتر از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی به طور معناداری با انگیزه تحصیلی پایین‌تر در بین دانشجویان همراه است. این مطالعه نیاز به راهبردهای آموزشی را برجسته می‌کند که هم به مزایا و هم به چالش‌های ناشی از استفاده از شبکه‌های اجتماعی و مکانیزم‌های روانشناختی مقابله‌ای مانند اجتناب تجربی پرداخته و به بهبود نتایج تحصیلی کمک می‌کند.	دریافت: ۱۴۰۳/۰۱/۲۸ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۱۹ انتشار: ۱۴۰۳/۰۵/۲۰ واژگان کلیدی: انگیزه تحصیلی، استفاده از شبکه‌های اجتماعی، اجتناب تجربی، پذیرش و عمل. استناد مقاله: شکوفی مقیمان ا، بنیسی پ، مصلح م. (۱۴۰۳). ابوطالبی ن، خدادادی م، منظری توکلی ر، جامعه شناسی آموزش و پرورش. ۱۰(۲): ۲۲-۱۵.



<https://doi.org/10.22034/ijes.2024.2020119.1526>



<https://dorl.net/dor/20.1001.1.23221445.1401.15.1.1.0>



Creative Commons: CC BY 4.0

مقدمه

انگیزه تحصیلی که یکی از عوامل تعیین‌کننده مهم دستاوردهای آموزشی است به علل یا اهدافی اشاره دارد که زیربنای رفتار در محیط‌های آموزشی محسوب می‌شود (Sadat Mousavi & Ebrahimi, 2024). انگیزه در زمینه آموزشی می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر نتایج یادگیری و رفتار دانشجویان داشته باشد؛ با این حال، ظهور شبکه‌های اجتماعی چالش‌ها و فرصت‌های جدیدی را برای درک انگیزه دانشجویان فراهم کرده است. تحقیقات نشان می‌دهند که رابطه پیچیده‌ای بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و عملکرد تحصیلی وجود دارد، جایی که هم می‌تواند تعامل و نتایج یادگیری دانشجویان را افزایش دهد و هم می‌تواند مانع آن شود (Boahene et al., 2019; Gulzar et al., 2021).

استفاده از شبکه‌های اجتماعی به طور گسترده‌ای برای توانایی خود در تأثیرگذاری بر عملکرد تحصیلی از طریق مکانیزم‌های روانشناختی مختلف مورد مطالعه قرار گرفته است. برخی مطالعات نشان می‌دهند که شبکه‌های اجتماعی ممکن است با تشویق به چند وظیفه‌ای بودن که منجر به کاهش تمرکز تحصیلی می‌شود، عملکرد را تضعیف کند (Yu et al., 2019). دیگران نشان می‌دهند که شبکه‌های اجتماعی می‌توانند هنگام استفاده استراتژیک، خلاقیت و تعامل را تقویت کنند (Malik et al., 2020). مفهوم اجتناب تجربی که به گرایش برای اجتناب از افکار، احساسات یا تجربیات منفی حتی زمانی که این کار در بلندمدت زیان‌آور است اشاره دارد (Ordóñez-Carrasco et al., 2021) نیز نقش حیاتی در شکل‌دهی به رفتارهای تحصیلی دارد. اجتناب تجربی با نتایج روانشناختی ضعیف‌تر مرتبط شده است و ممکن است تأثیرات منفی استفاده از شبکه‌های اجتماعی را با ترغیب دانشجویان به استفاده از این برنامه‌ها برای فرار از استرس تحصیلی تشدید کند (Martínez-Rubio et al., 2023; Munsamy, 2023).

تحقیقات زیادی، تأثیرات مستقیم شبکه‌های اجتماعی بر نتایج تحصیلی را بررسی کرده‌اند. Alnjadat و همکاران (۲۰۱۹) تفاوت‌های جنسیتی در نحوه تأثیرگذاری استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر عملکرد تحصیلی را برجسته کردند (Alnjadat et al., 2019). همچنین، Boahene و همکاران (۲۰۱۹) دریافتند که خودکارآمدی تحصیلی می‌تواند به‌عنوان میانجی در رابطه بین تعامل با شبکه‌های اجتماعی و نتایج تحصیلی عمل کند. با این حال، مطالعات کمی وجود دارد که نقش استراتژی‌های روانشناختی مانند اجتناب تجربی را در نظر گرفته باشند (Boahene et al., 2019). به طور مثال، Jiang (2021) نقش میانجی سرمایه روانشناختی را در زمینه اضطراب ناشی از شبکه‌های اجتماعی موردبررسی قرار داد اما تعامل موجود بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی، اجتناب تجربی و انگیزه تحصیلی کمتر موردبررسی قرار گرفته است (Jiang, 2021).

علاوه بر این، ادبیات موجود اغلب بر مزایا یا معایب استفاده از شبکه‌های اجتماعی تمرکز دارد اما تعداد کمی از مطالعات نتایج جامعی را ارائه می‌دهند که شامل هر دو نتیجه روانشناختی و رفتاری است. Deng, Zhou Hu (2022) استفاده از شبکه‌های اجتماعی در زمان غیرمرتبط را بررسی کردند اما عوامل روانشناختی زیربنایی مانند اجتناب تجربی موردبررسی قرار نگرفتند (Deng et al., 2022). علاوه بر این، مطالعاتی مانند Martínez-Rubio و همکاران (۲۰۲۳) که به ذهن‌آگاهی و خودشفقتی پرداخته‌اند، به عوامل تعدیل‌کننده‌ای اشاره دارند که ممکن است اثرات منفی اجتناب تجربی را کاهش دهند، اما این بینش‌ها را به طور صریح با استفاده از شبکه‌های اجتماعی و انگیزه تحصیلی مرتبط نمی‌کنند (Martínez-Rubio et al., 2023).

این مطالعه با هدف پر کردن این خلأها، تعامل بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی و تأثیر آن‌ها بر انگیزه تحصیلی دانشجویان دانشگاه را بررسی می‌کند. به طور خاص، این مطالعه به دنبال تبیین این است که آیا اجتناب تجربی و استفاده از شبکه‌های اجتماعی بر انگیزه تحصیلی تأثیر می‌گذارد و قادر به پیش‌بینی آن است؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع پیش‌بینی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید باهنر کرمان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ به تعداد ۴۰۰۰ نفر بود که ۳۵۰ نفر به‌صورت تصادفی طبقه‌ای متناسب و بر اساس جدول مورگان و کرجسی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند؛ به این صورت که بعد از آنکه تعداد دانشجویان دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید باهنر کرمان مشخص شد، برای هر گروه، به‌تناسب جامعه آماری و تنوع جمعیت شناختی شامل جنسیت، رشته و سن درصدی محاسبه شد و حجم نمونه هم با استفاده از جدول مورگان و کرجسی تعیین شد. پرسشنامه به‌صورت آنلاین توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد. به این صورت پس از هماهنگی با افراد نمونه و دریافت شماره تماس و نام کاربری شبکه‌های اجتماعی مجازی آنان، لینک آنلاین پرسشنامه‌ها از طریق ایتا، بله و واتساپ و تلگرام در اختیار آنان گذاشته شد و شرکت‌کنندگان اقدام به تکمیل پرسشنامه‌ها نمودند. توضیح هدف پژوهش برای افراد نمونه، اطمینان به آن‌ها در مورد محرمانه ماندن اطلاعات، اطمینان به آن‌ها در مورد اختیاری بودن شرکت در پژوهش و امکان اعلام انصراف در هر مرحله از پر کردن پرسشنامه‌ها اطمینان به افراد گروه نمونه که در صورت تمایل نتایج مطالعه در اختیار آن‌ها قرار داده خواهد شد و خودداری از درج نام آن‌ها در کلیه مدارک مربوط به پژوهش از شروطی بود که در حین جمع‌آوری اطلاعات در خصوص افرادی شرکت در پژوهش لحاظ شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نسخه ۲۷ نرم‌افزار SPSS انجام شد. در ابتدا، آمار توصیفی برای ارائه دیدگاه کلی از ویژگی‌های نمونه و متغیرهای اصلی مطالعه محاسبه شد. ضرایب همبستگی پیرسون برای سنجش روابط بین انگیزه تحصیلی و هر یک از متغیرهای مستقل (استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی) محاسبه شدند. در ادامه، تحلیل رگرسیون خطی چندگانه انجام شد تا بررسی شود که چگونه استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی می‌توانند انگیزه تحصیلی را پیش‌بینی کنند. فرضیات رگرسیون خطی، از جمله نرمال بودن، خطی

بودن، چندخطی بودن و همسان پراکنی، برای اطمینان از صحت مدل آزمایش شدند. معناداری آماری در سطح $p < 0.05$ برای تمام آزمون‌ها تنظیم شد؛ همچنین از ابزارهای زیر برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد:

ابزار پژوهش

انگیزه تحصیلی: ابزار پژوهش مقیاس (AMAS) انگیزه تحصیلی والرند و همکاران (۱۹۸۵) می‌باشد. این مقیاس بر اساس نظریه خودتنظیمی، طراحی شده است و سه بعد اصلی انگیزه: انگیزه درونی، بیرونی و بی‌انگیزی را موردبررسی قرار می‌دهد. این آزمون دارای ۲۸ ماده و ۷ زیر مقیاس است که ۳ مورد آن مربوط به بعد انگیزه درونی (دانستن، حرکت در جهت پیشرفت و تجربه محرک) و ۳ مورد هم مربوط به بعد انگیزه بیرونی (همسان کردن، فرافکنی و تنظیم بیرونی) و یک زیر مقیاس مربوط به بعد بی‌انگیزی است. نمرات ۱۳۰ و بالاتر نشان‌دهنده انگیزه تحصیلی بالا، نمرات بین ۶۵ تا ۱۲۹ انگیزه تحصیلی متوسط و نمرات کمتر از ۶۵ نشان‌دهنده انگیزه تحصیلی پایین می‌باشد. این مقیاس هفت سازه انگیزشی را می‌سنجد: انگیزش درونی با سه سطح: انگیزش درونی برای فهمیدن، انگیزش درونی برای انجام کار، انگیزش درونی برای تجربه تحریک انگیزش بیرونی با سه سطح: انگیزش بیرونی برای تنظیم تفریحی، انگیزش بیرونی برای تنظیم همانندسازی شده، انگیزش بیرونی برای تنظیم بیرونی و نهایتاً سازه بی‌انگیزی. این مقیاس به‌طور گسترده تأییدشده و در مطالعات مختلف نشان‌دهنده قابلیت اعتماد بالا است که آن را به انتخاب مطمئنی برای ارزیابی انگیزه در محیط‌های آموزشی تبدیل می‌کند (Gulzar et al., 2021; Malik et al., 2020; McVarnock & Closson, 2022). این مقیاس توسط باقری در سال ۱۳۷۹ از متن انگلیسی به فارسی ترجمه و ویرایش شده است و توسط کدیور و همکاران هنجاریابی شده است که ضریب پایایی به‌دست‌آمده از طریق آلفای کرونباخ برای انگیزه درونی ۰/۷۶، انگیزه بیرونی ۰/۷۱ و بی‌انگیزی ۰/۶۸ می‌باشد و روایی پرسشنامه با روش تحلیل عاملی اکتشافی توسط پروین کدیور و همکاران بررسی گردیده که دارای روایی قابل قبول می‌باشد. همچنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۴ (نمره کل) به دست آمد.

استفاده از شبکه‌های اجتماعی: برای اندازه‌گیری استفاده از شبکه‌های اجتماعی، مقیاس یکپارچه استفاده از شبکه‌های اجتماعی (SMUIS) ایجادشده توسط جنکینز-گوارنیری و همکاران در سال ۲۰۱۳ توصیه می‌شود. این مقیاس شامل ۱۰ سؤال است که میزان یکپارچه‌سازی استفاده از شبکه‌های اجتماعی در زندگی روزمره افراد را ارزیابی می‌کند. مقیاس یکپارچه استفاده از شبکه‌های اجتماعی شامل زیرمقیاس‌هایی است که ارتباط عاطفی با شبکه‌های اجتماعی و یکپارچه‌سازی آن‌ها در عادات اجتماعی را موردسنجش قرار می‌دهد. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس فراوانی ۶ نقطه‌ای از «هرگز» تا «همیشه» داده می‌شود. تحقیقات پیشین صحت و اعتبار SMUIS را تأیید کرده‌اند و اثربخشی آن را در مطالعات دانشگاهی درباره رفتارهای شبکه‌های اجتماعی نشان داده‌اند (Alnjadat et al., 2019; Boahene et al., 2019; Durak & Seferoğlu, 2020; Jiang, 2021).

اجتناب تجربی: برای سنجش اجتناب تجربی، پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ-II) که توسط باند و همکاران در سال ۲۰۱۱ در ۱۰ گویه توسعه‌یافته، استفاده شد. نسخه اولیه این پرسشنامه شامل ۳۶ گویه بود که به‌وسیله لوما و همکاران (۲۰۰۶) تدوین شده بود. این پرسشنامه دو زیر مؤلفه اجتناب تجربی (گویه‌های ۱ تا ۷) و کنترل روی زندگی (گویه‌های ۸ تا ۱۰) را مورد آزمون قرار می‌دهد در پژوهش حاضر هدف سنجش اجتناب تجربی بوده است که ۷ گویه پرسشنامه موردبررسی قرار گرفته است. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس طیف ۷ درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم) ۷ (کاملاً موافقم) انجام می‌شود و گویه‌های زیر مقیاس اجتناب از تجارب هیجانی به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند به‌این ترتیب نمرات بالا نشان‌دهنده اجتناب تجربی بیشتر است. در پژوهش Bond و همکاران (۲۰۱۱) نتایج ۲۸۱۶ شرکت‌کننده با شش نمونه نشان داد که این ابزار پایایی، روایی رضایت بخشی دارد. میانگین ضریب آلفا (۰/۷۸ تا ۰/۸۴) و پایایی بازآزمایی در فاصله‌ی ۳ و ۱۲ ماه به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۹ به دست آمد و روایی واگرایی آن با پرسشنامه‌های افسردگی Beck و همکاران (۱۹۶۱) اضطراب Clark, Steer, & Beck (۱۹۹۴) از طریق همبستگی پیرسون به ترتیب ۰/۷۰ ارزیابی شد. AAQ-II به‌طور گسترده در تحقیقات روان‌شناسی استفاده‌شده و به‌طور مداوم خواص روان‌سنجی خوبی، از جمله صحت و اعتبار، در جمعیت‌ها و محیط‌های مختلف نشان داده است (Howe-Martin et al., 2012; Martínez-Rubio et al., 2023; Mohammadkhani et al., 2016; Munsamy, 2023; Ordóñez-Carrasco et al., 2021). در پژوهش Abbasi و همکاران (۲۰۱۲) این پرسشنامه موردبررسی قرار گرفت و همسانی درونی پرسشنامه ۰/۸۴ ضریب پایایی بازآزمایی در طول سه هفته آن ۰/۷۱ و ضریب آلفای کرونباخ آن ۰/۸۹ به‌دست‌آمده است و روایی همگرا و واگرایی آن با همبستگی پیرسون با پرسشنامه‌های افسردگی بک و همکاران (۱۹۶۱) اضطراب بک و کلارک (۱۹۸۸) مشکل در تنظیم هیجان گراتز و رومر (۲۰۰۴) و سلامت عمومی گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹) به ترتیب ۰/۵۹، ۰/۴۴، ۰/۵۹، ۰/۶۳ ارزیابی شد.

یافته‌ها

از لحاظ ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در این مطالعه از ۳۵۰ شرکت‌کننده ۱۷۴ نفر (۴۹،۷۱ درصد) زن و ۱۷۶ نفر (۵۰،۲۹ درصد) مرد بودند. سن شرکت‌کنندگان بین ۱۸ تا ۲۵ سال بود، با میانگین سنی ۲۱،۳۴ سال. اکثریت دانشجویان، ۱۲۳ نفر (۳۵،۱۴ درصد)، در رشته‌های روانشناسی و علوم تربیتی مشغول به تحصیل بوده و به دنبال آن ۸۷ نفر (۲۴،۸۶ درصد) در رشته‌های حقوق و علوم سیاسی، ۶۸ نفر (۱۹،۴۳ درصد) در رشته‌های جغرافیا و تاریخ، علوم اجتماعی و باقی‌مانده ۷۲ نفر (۲۰،۵۷ درصد)

در رشته‌های زبان‌های خارجی بودند. علاوه بر این، حدود ۱۱۲ نفر (۳۲ درصد) گزارش دادند که بیش از ۳ ساعت در روز از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کنند، در حالی که ۲۳۸ نفر (۶۸ درصد) کمتر از ۳ ساعت استفاده می‌کردند.

جدول (۱): آمار توصیفی برای متغیرهای مطالعه

انحراف معیار	میانگین	متغیر
۰,۸۸	۳,۴۵	انگیزه تحصیلی
۰,۶۷	۲,۳۶	استفاده از شبکه‌های اجتماعی
۰,۷۲	۲,۷۸	اجتناب تجربی

جدول ۱ آمار توصیفی برای متغیرهای کلیدی مورد مطالعه را ارائه می‌دهد، از جمله انگیزه تحصیلی، استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی. میانگین امتیاز انگیزه تحصیلی در بین شرکت‌کنندگان ۳,۴۵ بود، با انحراف معیار ۰,۸۸ که نشان‌دهنده سطح متوسط انگیزه در نمونه است. استفاده از شبکه‌های اجتماعی میانگینی برابر با ۲,۳۶ و انحراف معیار ۰,۶۷ داشت که استفاده پایین اما یکنواختی را در بین شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد. اجتناب تجربی نمره میانگینی برابر با ۲,۷۸ و انحراف معیار ۰,۷۲ داشت که نشان‌دهنده گرایش نسبتاً بالاتر به اجتناب از افکار و احساسات ناراحت‌کننده است.

پیش از انجام تحلیل‌های اصلی، فرضیات مورد نیاز برای رگرسیون خطی چندگانه به دقت بررسی و تأیید شدند. توزیع باقی‌مانده‌ها برای بررسی نرمال بودن از طریق آزمون شاپیرو-ویلک مورد آزمایش قرار گرفت که مقدار $W = 0,991$ و $p = 0,215$ را نشان داد که نشان‌دهنده برآورده شدن مناسب فرضیه نرمال بودن است. خطی بودن روابط بین متغیرهای مستقل و متغیر وابسته از طریق نمودارهای پراکندگی بررسی شد که الگوهای خطی واضحی را نشان داد. همسان‌پراکنی از طریق بررسی بصری نمودار باقی‌مانده‌های استاندارد شده در برابر مقادیر پیش‌بینی شده ارزیابی شد که هیچ الگوی بارزی را نشان نداد (مانند شکل قیفی)، بنابراین فرضیه همسان‌پراکنی را تأیید کرد. در نهایت، چندخطی بودن از طریق عامل تورم واریانس (VIF) ارزیابی شد؛ تمام مقادیر VIF کمتر از ۲,۵ بودند که نشان‌دهنده عدم نگرانی از چندخطی بودن بین پیش‌بین‌کننده‌ها است.

جدول (۲): ضرایب همبستگی پیرسون و مقادیر p

متغیر	انگیزه تحصیلی	مقدار p
استفاده از شبکه‌های اجتماعی	-۰,۲۱	۰,۰۴۳
اجتناب تجربی	-۰,۴۷	۰,۰۰۱

جدول ۲ ضرایب همبستگی پیرسون و مقادیر p مرتبط را بین متغیر وابسته، انگیزه تحصیلی و هر یک از متغیرهای مستقل نشان می‌دهد. همبستگی بین انگیزه تحصیلی و استفاده از شبکه‌های اجتماعی منفی بود ($r = -0,21$, $p = 0,043$) که نشان‌دهنده این است که استفاده بیشتر از شبکه‌های اجتماعی با انگیزه تحصیلی پایین‌تر همراه است. به طور مشابه، همبستگی قوی‌تری منفی بین انگیزه تحصیلی و اجتناب تجربی مشاهده شد ($r = -0,47$, $p = 0,001$) که نشان می‌دهد دانشجویانی که بیشتر در اجتناب تجربی شرکت می‌کنند، انگیزه تحصیلی به طور قابل توجهی پایین‌تری دارند.

جدول (۳): خلاصه تحلیل رگرسیون برای متغیرهای پیش‌بینی‌کننده انگیزه تحصیلی

منبع	مجموع مربعات	درجه‌های آزادی	میانگین مربعات	R	R^2	R^2 تعدیل شده	F	مقدار p
رگرسیون	۱۵,۳۲	۲	۷,۶۶	۰,۵۹	۰,۳۵	۰,۳۴	۱۴,۲۲	$0,001 <$
باقی‌مانده	۲۸,۶۸	۳۴۷	۰,۰۸۳					
کل	۴۴,۰۰	۳۴۹						

جدول ۳ خلاصه‌ای از نتایج تجزیه و تحلیل رگرسیون را ارائه می‌دهد که واریانس در انگیزه تحصیلی را بر اساس استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی توضیح می‌دهد. مدل رگرسیون ۳۵٪ از واریانس در انگیزه تحصیلی را توضیح داد ($R^2 = 0,35$)، با R^2 تعدیل شده ۰,۳۴ که نشان‌دهنده تناسب خوب مدل است. آماره F به میزان ۱۴,۲۲ بود که بسیار معنی‌دار است ($p < 0,001$)، تأیید می‌کند که مدل به طور معنی‌داری انگیزه تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند.

جدول (۴): تحلیل رگرسیون چندمتغیره پیش‌بینی‌کننده انگیزه تحصیلی

پیش‌بین	B	خطای استاندارد	بتا	t	مقدار p
ثابت	۴,۵۰	۰,۴۵		۱۰,۰۰	$0,001 < p$
استفاده از شبکه‌های اجتماعی	-۰,۳۰	۰,۰۸	-۰,۲۱	-۳,۷۵	$0,0002 < p$
اجتناب تجربی	-۰,۶۲	۰,۱۰	-۰,۴۷	-۶,۲۰	$0,001 < p$

جدول ۴ جزئیات تحلیل رگرسیون چندمتغیره را نشان می‌دهد که تأثیر هر پیش‌بین بر انگیزه تحصیلی را مشخص می‌کند. ثابت رگرسیون ۴,۵۰ بود ($p < 0,001$)، که سطح بالایی از انگیزه تحصیلی پایه را تعیین می‌کند. استفاده از شبکه‌های اجتماعی تأثیر منفی بر انگیزه تحصیلی داشت ($\beta = -0,21$ ، $p = 0,0002$)، در حالی که اجتناب تجربی تأثیر منفی قوی‌تری نشان داد ($\beta = -0,47$ ، $p = 0,0001$). این ضرایب اثرات مخرب هر دو پیش‌بین بر انگیزه تحصیلی را نشان می‌دهند، با اجتناب تجربی که تأثیر قابل توجه‌تری دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف اصلی این مطالعه بررسی روابط بین انگیزه تحصیلی، استفاده از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی در بین دانشجویان دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید باهنر کرمان بود. نتایج نشان داد که استفاده از شبکه‌های اجتماعی به طور معناداری انگیزه تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند و اجتناب تجربی به طور منفی بر این رابطه تأثیر می‌گذارد. به طور خاص، سطوح بالای اجتناب تجربی با انگیزه تحصیلی پایین‌تر همراه بود که نشان می‌دهد هرچه دانشجویان بیشتر از تجربه‌های منفی از طریق شبکه‌های اجتماعی اجتناب کنند، ممکن است احساس انگیزه کمتری برای تحصیل داشته باشند. بخشی از تجزیه و تحلیل پژوهش حاضر نشان داد که استفاده از شبکه‌های اجتماعی به طور معناداری انگیزه تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند که با تحقیقات پیشین که تأثیر شبکه‌های اجتماعی بر نتایج آموزشی را بررسی کرده‌اند هم‌راستا است. مطابق با یافته‌های Boahene, Fang, Sampong (2019) نتایج ما نشان می‌دهد که نحوه استفاده دانشجویان از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند به طور مستقیم بر تعامل و عملکرد تحصیلی آن‌ها تأثیر بگذارد (Boahene et al., 2019). همچنین، Gulzar, Ahmad, Hassan و Rasheed (2021) اشاره کردند که استفاده سازنده از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند خلاقیت و تعامل دانشجویان را افزایش دهد که اجزاء کلیدی انگیزه تحصیلی هستند (Gulzar et al., 2021).

علاوه بر این، یافته‌های پژوهش حاضر در مورد اجتناب تجربی بعد مهمی را برای درک مکانیزم‌های روانشناختی که ممکن است رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و انگیزه تحصیلی را میانجی‌گری کنند، افزوده است. مشخص شد که اجتناب تجربی به طور منفی انگیزه تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند، به این معنا که دانشجویانی که به طور منظم از احساسات منفی یا افکار ناراحت‌کننده با استفاده از شبکه‌های اجتماعی اجتناب می‌کنند، ممکن است انگیزه تحصیلی پایین‌تری داشته باشند. این مطابق با Martínez-Rubio و همکاران (۲۰۲۱) است که بحث کردند چگونه اجتناب از تجربیات روانشناختی ناخوشایند می‌تواند به نتایج روانشناختی ضعیف منجر شود که می‌تواند به تنظیمات آموزشی گسترش یابد (Martínez-Rubio et al., 2021). به طور مشابه، Munsamy (2023) تأکید کرد که اجتناب تجربی می‌تواند به استرس عاطفی منجر شود که بیشتر بر تمرکز و انگیزه تحصیلی دانشجویان تأثیر می‌گذارد (Munsamy, 2023).

علاوه بر این، مطالعه حاضر با نشان دادن اینکه رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی و انگیزه تحصیلی می‌تواند توسط سطح اجتناب تجربی تعدیل شود را می‌توان بر اساس نتایج Jiang (2021) تبیین نمود که نقش عوامل روانشناختی را در میانجی‌گری تأثیر استفاده مشکل‌ساز از شبکه‌های اجتماعی بر اضطراب بررسی کرد و نشان داد که این مکانیزم‌های میانجی‌گری در زمینه آموزشی کاربردی‌تر است (Jiang, 2021). نتایج همچنین با مدل استرس-افشار-نتیجه که توسط Yu, Shi و Cao (2019) شرح داده شده است هم‌راستا بوده که فرض می‌کند بار اضافی ناشی از استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند به عنوان یک استرس‌ور عمل کند که عملکرد تحصیلی را کاهش می‌دهد. در دانشجویانی با سطوح بالای اجتناب تجربی، این فشار احتمالاً تشدید می‌شود و منجر به انگیزه پایین‌تر و نتایج تحصیلی ضعیف‌تر می‌شود (Yu et al., 2019).

این پژوهش نیز همانند سایر مطالعات در این حوزه فاقد محدودیت‌ها نبوده و یکی از محدودیت‌های آن طراحی مقطعی بوده که قدرت استنباط علی را در مورد روابط بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی، اجتناب تجربی و انگیزه تحصیلی محدود می‌کند. علاوه بر این، تکیه بر داده‌های خوداظهاری ممکن است باعث انحراف پاسخ‌دهی شود و نمونه ممکن است نتواند تنوع دانشجویان دانشگاهی در سراسر ایران را به طور کامل نمایندگی کند. همچنین، این مطالعه بین انواع برنامه‌های شبکه‌های اجتماعی که ممکن است تأثیرات متفاوتی بر متغیرهای مورد مطالعه داشته باشند، تمایز قائل نشده است.

پژوهش‌های آینده باید طرح‌های طولی را در نظر بگیرند تا درک بهتری از روابط علی و دینامیک‌های مرور زمان بین متغیرها به دست آورند. همچنین مفید خواهد بود که تأثیرات انواع مختلف پلتفرم‌های شبکه‌های اجتماعی را به طور جداگانه بررسی کنیم تا مشخص شود کدام جنبه‌ها بیشترین تأثیر منفی یا مفید را بر انگیزه تحصیلی دارند. گسترش دامنه جمعیتی برای شامل کردن جمعیت‌های متنوع‌تر نیز می‌تواند بینش‌های عمیق‌تری در مورد نحوه تأثیر پس‌زمینه‌های فرهنگی، اقتصادی و آموزشی بر روابط مورد مطالعه ارائه دهد.

بر اساس یافته‌ها، متخصصان آموزشی باید استراتژی‌هایی را در نظر بگیرند تا اثرات منفی استفاده بیش از حد از شبکه‌های اجتماعی و اجتناب تجربی را کاهش دهند. توسعه برنامه‌های جامع سواد دیجیتال می‌تواند به دانشجویان کمک کند تا از شبکه‌های اجتماعی به طور مؤثرتر و مسئولانه‌تر استفاده کنند. علاوه بر این، اجرای برنامه‌های ذهن‌آگاهی و مدیریت استرس می‌تواند نیاز به اجتناب تجربی را کاهش دهد و انعطاف‌پذیری روانشناختی دانشجویان را بهبود بخشد که در نهایت انگیزه تحصیلی را افزایش می‌دهد. مدارس و دانشگاه‌ها نیز ممکن است از سیاست‌هایی که استفاده متعادل از تکنولوژی در محیط‌های آموزشی را ترویج می‌کنند، بهره‌مند شوند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

قبل از جمع‌آوری داده‌ها، از تمام شرکت‌کنندگان رضایت نامه کتبی اخذ شد. توضیحات کامل در مورد هدف مطالعه، نحوه جمع‌آوری داده‌ها و حفظ حریم خصوصی اطلاعات به آن‌ها داده شده بود.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.



References

- Alnjadat, R., Hmairi, M. M., Samha, T. E. D., Mhd Munzer Ayman Hijazi, K., & Hasswan, A. (2019). Gender Variations in Social Media Usage and Academic Performance Among the Students of University of Sharjah. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 14(4), 390-394. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2019.05.002>
- Boahene, K. O., Fang, J., & Sampong, F. (2019). Social Media Usage and Tertiary Students' Academic Performance: Examining the Influences of Academic Self-Efficacy and Innovation Characteristics. *Sustainability*, 11(8), 2431. <https://doi.org/10.3390/su11082431>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., ... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Clark, D. A., Steer, R. A., & Beck, A. T. (1994). Common and specific dimensions of self-reported anxiety and depression: implications for the cognitive and tripartite models. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 645. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0021-843X.103.4.645>
- Deng, L., Zhou, Y., & Hu, Q. (2022). Off-Task Social Media Multitasking During Class: Determining Factors and Mediating Mechanism. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s41239-022-00321-1>
- Durak, H., & Seferoğlu, S. S. (2020). Antecedents of Social Media Usage Status: Examination of Predictiveness of Digital Literacy, Academic Performance, and Fear of Missing Out Variables. *Social Science Quarterly*, 101(3), 1056-1074. <https://doi.org/10.1111/ssqu.12790>
- Gulzar, M. A., Ahmad, M., Hassan, M., & Rasheed, M. I. (2021). How Social Media Use Is Related to Student Engagement and Creativity: Investigating Through the Lens of Intrinsic Motivation. *Behaviour and Information Technology*, 41(11), 2283-2293. <https://doi.org/10.1080/0144929x.2021.1917660>
- Howe-Martin, L., Murrell, A. R., & Guarnaccia, C. A. (2012). Repetitive Nonsuicidal Self Injury as Experiential Avoidance Among a Community Sample of Adolescents. *Journal of Clinical Psychology*, 68(7), 809-829. <https://doi.org/10.1002/jclp.21868>
- Jiang, Y. (2021). Problematic Social Media Usage and Anxiety Among University Students During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Psychological Capital and the Moderating Role of Academic Burnout. *Frontiers in psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612007>
- Malik, M. J., Ahmad, M., Kamran, M. R., Aliza, K., & Elahi, M. Z. (2020). Student Use of Social Media, Academic Performance, and Creativity: The Mediating Role of Intrinsic Motivation. *Interactive Technology and Smart Education*, 17(4), 403-415. <https://doi.org/10.1108/itse-01-2020-0005>
- Martínez-Rubio, D., Colomer-Carbonell, A., Sanabria-Mazo, J. P., Pérez-Aranda, A., Navarrete, J., Martínez-Brotóns, C., Escamilla, C., Muro, A., Montero-Marin, J., Luciano, J. V., & Feliu-Soler, A. (2023). How Mindfulness, Self-Compassion, and Experiential Avoidance Are Related to Perceived Stress in a Sample of University Students. *PLoS One*, 18(2), e0280791. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280791>
- Martínez-Rubio, D., Martínez-Brotóns, C., Monreal-Bartolomé, A., Barceló Soler, A., Campos, D., Pérez Aranda, A., Colomer-Carbonell, A., Cervera-Torres, S., Solé, S., Moreno, Y. B. B., & Montero-Marin, J. (2021). Protective Role of Mindfulness, Self compassion and Psychological Flexibility on the Burnout Subtypes Among Psychology and Nursing Undergraduate Students. *Journal of Advanced Nursing*, 77(8), 3398-3411. <https://doi.org/10.1111/jan.14870>
- McVarnock, A., & Closson, L. M. (2022). Motivations for Social Withdrawal and Academic Adjustment in Emerging Adulthood. *British Journal of Developmental Psychology*, 40(2), 352-367. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12411>
- Mohammadkhani, P., Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadi, A., & Fatehi, M. (2016). The Role of Neuroticism and Experiential Avoidance in Predicting Anxiety and Depression Symptoms: Mediating Effect of Emotion Regulation. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 10(3). <https://doi.org/10.17795/ijpbs-5047>
- Munsamy, K. (2023). Repetitive Negative Thinking Mediates the Relationship Between Experiential Avoidance and Emotional Distress Among South African University Students. *South African Journal of Psychology*, 53(3), 377-388. <https://doi.org/10.1177/00812463231186340>
- Ordóñez-Carrasco, J. L., Cuadrado-Guirado, I., & Tejada, A. J. R. (2021). Experiential Avoidance in the Context of the Integrated Motivational-Volitional Model of Suicidal Behavior. *Crisis*, 42(4), 284-291. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000721>
- Sadat Mousavi, S., & Ebrahimi, A. (2024). Structural Model of the Effect of Psychological Capital on Innovative Behavior in Teaching: The Mediating Role of Conscientiousness Personality Trait. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(4), 1-10. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.4.1>
- Yu, L., Shi, C., & Cao, X. (2019). Understanding the Effect of Social Media Overload on Academic Performance: A Stressor-Strain-Outcome Perspective. <https://doi.org/10.24251/hicss.2019.320>