

Explaining the Relationship Between Problematic Internet Use and Academic Disorders and Psychosocial Health Indicators Among Undergraduate Physical Education Students: A Correlational Study

Ali Korooki¹, Mohammad Askarizadeh^{2✉}, Mahdi Gharibzadeh³, Seyed Rahman Farizani Gohari⁴

1. PhD Graduate in Sport Management, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.
2. Master of Sports Management, Secretary of Physical Education, Kerman Province, Iran. (Corresponding Author), Email: m.askari2684@yahoo.com
3. PhD Graduate in Sport Management, Research Sciences Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
4. Assistant Professor, Department of Physical Education, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

Article Info	Abstract
Article Type: Research Article Article History: • Received 05/21/2026 • Accepted 06/21/2026 • Published online 06/21/2026 Keywords: Problematic Internet Use, Academic Problems, Psychosocial Health, Physical Education Students, Correlational Study.	Objective: The present study aimed to explain the relationship between problematic internet use and academic problems as well as psychosocial health indicators among undergraduate physical education students. Methods: This study was applied in purpose and descriptive–correlational in design. The statistical population consisted of all undergraduate students of physical education at Kerman Province Universities during the academic year 2025-2026. A sample was selected using a random sampling method. Data were collected using the Problematic Internet Use Questionnaire and a questionnaire assessing academic problems and psychosocial health indicators. The validity of the instruments was confirmed by experts, and their reliability was verified using Cronbach's alpha coefficient. Data were analyzed using descriptive statistics and Pearson correlation analysis in SPSS software. Results: The findings revealed a significant positive relationship between problematic internet use and academic problems among students. In addition, problematic internet use showed a significant relationship with psychosocial health indicators, indicating that higher levels of problematic internet use were associated with greater academic, psychological, and social difficulties. Conclusions: The results suggest that problematic internet use may be considered an important factor influencing students' academic performance and psychosocial well-being. Therefore, promoting digital literacy, encouraging controlled and purposeful internet use, and implementing preventive educational programs in universities may help reduce the negative consequences of excessive internet use.

Cite this article: Korooki, A., Askarizadeh, M., Gharibzadeh, M., Farizani Gohari, S. R. (2026), Explaining the Relationship Between Problematic Internet Use and Academic Disorders and Psychosocial Health Indicators Among Undergraduate Physical Education Students: A Correlational Study. *Journal of Sport, Education, and Mental Health*, 1 (1), 68-79. DOI: <https://doi.org/>



تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی در دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی: یک مطالعه همبستگی

علی کروکی^۱ , محمد عسکری‌زاده^۲ , مهدی غریب‌زاده^۳ , سیدرحمان فریزی گوهری^۴

۱. دانش‌آموخته دکتری مدیریت ورزشی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.
۲. کارشناس‌ارشد مدیریت ورزشی، دبیر تربیت‌بدنی آموزش و پرورش استان کرمان، ایران. (نویسنده مسئول)، ایمیل: m.askari2684@yahoo.com
۳. دانش‌آموخته دکتری مدیریت ورزشی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
۴. استادیار مدیریت ورزشی، گروه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، واحد جیرفت، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۴۰۵/۰۲/۳۱ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۳۱ تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۳/۳۱ کلیدواژگان: مصرف مسئله‌ساز اینترنت، اختلالات تحصیلی، سلامت روانی-اجتماعی، دانشجویان تربیت‌بدنی، مطالعه همبستگی.	هدف: هدف پژوهش حاضر تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی در دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی بود. روش پژوهش: این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان کارشناسی رشته تربیت‌بدنی دانشگاه‌های آزاد اسلامی استان کرمان در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ بود که از میان آنان نمونه‌ای به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه مصرف مسئله‌ساز اینترنت و پرسشنامه اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی استفاده شد. روایی ابزارها به تأیید متخصصان رسید و پایایی آن‌ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ تأیید شد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و آزمون همبستگی پیرسون در نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند. یافته‌ها: نتایج نشان داد بین مصرف مسئله‌ساز اینترنت و اختلالات تحصیلی دانشجویان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین مصرف مسئله‌ساز اینترنت و شاخص‌های سلامت روانی و اجتماعی رابطه معناداری مشاهده شد؛ به گونه‌ای که با افزایش مصرف مسئله‌ساز اینترنت، میزان اختلالات تحصیلی، روانی و اجتماعی نیز افزایش می‌یابد. نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش، مصرف مسئله‌ساز اینترنت می‌تواند به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر افت عملکرد تحصیلی و کاهش سلامت روانی-اجتماعی دانشجویان تلقی شود. بنابراین، آموزش استفاده هدفمند از اینترنت، ارتقای سواد دیجیتال و برنامه‌های پیشگیرانه در محیط‌های دانشگاهی می‌تواند در کاهش پیامدهای منفی آن مؤثر باشد.
استناد: کروکی، علی. عسکری‌زاده، محمد. فریزی گوهری، سیدرحمان. (۱۴۰۵)، تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی در دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی: یک مطالعه همبستگی. نشریه ورزش، آموزش و سلامت روان، ۱ (۱)، ۶۸-۷۹. https://doi.org/	
ناشر: واحد فیروزآباد، دانشگاه آزاد اسلامی. © نویسندگان.	



مقدمه

در دهه‌های اخیر، توسعه فناوری‌های اطلاعات و ارتباطات به‌ویژه اینترنت، تحولات بنیادینی در شیوه‌های ارتباطی، آموزشی، اقتصادی و اجتماعی جوامع انسانی ایجاد کرده است. اینترنت به‌عنوان یکی از مهم‌ترین دستاوردهای فناوری نوین، امکان دسترسی سریع و گسترده به اطلاعات، تبادل دانش و برقراری ارتباطات گسترده را فراهم ساخته و به بخش جدایی‌ناپذیر زندگی روزمره انسان‌ها تبدیل شده است. این فناوری علاوه بر تسهیل فرایندهای آموزشی و پژوهشی، زمینه‌های جدیدی را برای تعاملات اجتماعی، فعالیت‌های اقتصادی و توسعه خدمات در حوزه‌های مختلف از جمله ورزش فراهم کرده است (Korooki, 2025A). در حوزه ورزش نیز گسترش اینترنت و فناوری‌های دیجیتال موجب شکل‌گیری خدمات متنوعی در زمینه آموزش، اطلاع‌رسانی، بازاریابی و ارتباطات ورزشی شده است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که خدمات اینترنتی در حوزه ورزش طی سال‌های اخیر رشد قابل‌توجهی داشته و در بسیاری از ابعاد از جمله خدمات آموزشی، اطلاعاتی و پژوهشی در سطح نسبتاً مطلوبی قرار گرفته است (Korooki, 2025B). همچنین توسعه وبسایت‌ها و پلتفرم‌های آنلاین در باشگاه‌ها و سازمان‌های ورزشی، نقش مهمی در افزایش تعامل با مخاطبان و ارائه خدمات ورزشی ایفا می‌کند. در همین راستا، مطالعات تطبیقی در زمینه کیفیت طراحی وبسایت‌های باشگاه‌های ورزشی نشان داده است که بهره‌گیری از استانداردهای مناسب در طراحی وب می‌تواند موجب ارتقای کیفیت خدمات و رضایت کاربران شود (Korooki et al., 2024A). با وجود مزایای فراوان اینترنت، استفاده بیش از حد و غیرکنترل‌شده از آن می‌تواند پیامدهای منفی متعددی برای کاربران به همراه داشته باشد. یکی از مهم‌ترین این پیامدها، پدیده «مصرف مسئله‌ساز اینترنت» یا وابستگی به اینترنت است که در سال‌های اخیر توجه بسیاری از پژوهشگران حوزه علوم رفتاری و اجتماعی را به خود جلب کرده است. این پدیده نوعی اعتیاد رفتاری محسوب می‌شود که با نشانه‌هایی مانند صرف زمان طولانی در فضای آنلاین، ناتوانی در کنترل میزان استفاده از اینترنت و بروز مشکلات در حوزه‌های فردی، اجتماعی و تحصیلی همراه است (Dargahi, 2003; ZiaieParvar, 2008).

دانشجویان به‌عنوان یکی از مهم‌ترین گروه‌های استفاده‌کننده از اینترنت، بخش قابل‌توجهی از فعالیت‌های آموزشی، پژوهشی و حتی اوقات فراغت خود را در فضای مجازی سپری می‌کنند. اینترنت در محیط‌های دانشگاهی به‌طور گسترده برای فعالیت‌هایی نظیر جستجوی منابع علمی، ارتباطات آموزشی، ارسال و دریافت اطلاعات و انجام پژوهش‌های علمی مورد استفاده قرار می‌گیرد. با این حال، استفاده افراطی از اینترنت ممکن است موجب کاهش تمرکز بر فعالیت‌های آموزشی، افت عملکرد تحصیلی و بروز مشکلات روانی و اجتماعی در میان دانشجویان شود. مطالعات متعددی نشان داده‌اند که وابستگی به اینترنت می‌تواند با پیامدهایی همچون احساس تنهایی، افسردگی، اضطراب، کاهش عزت نفس و اختلال در روابط اجتماعی همراه باشد. برای مثال، پژوهش‌های انجام‌شده نشان می‌دهد که افراد دارای مصرف مسئله‌ساز اینترنت معمولاً زمان کمتری را با خانواده و دوستان سپری می‌کنند و در مقایسه با سایر افراد بیشتر در معرض مشکلات روان‌شناختی قرار دارند (Grohol, 2002). همچنین نتایج برخی پژوهش‌ها حاکی از آن است که استفاده بیش از حد از اینترنت می‌تواند به کاهش عملکرد تحصیلی و بروز اختلالات تحصیلی در میان دانشجویان منجر شود. در پژوهشی که توسط Kajbaf et al., (2014) در میان دانشجویان دانشگاه اصفهان انجام شد، نتایج نشان داد که درصد قابل‌توجهی از دانشجویان دارای درجاتی از وابستگی به اینترنت هستند و این مسئله می‌تواند بر جنبه‌های مختلف زندگی آنان تأثیر بگذارد. همچنین Pirzadeh (2011) در مطالعه‌ای گزارش کرد که میان مدت زمان استفاده از اینترنت و میزان وابستگی به آن رابطه معناداری وجود دارد و بخشی از دانشجویان استفاده زیاد از اینترنت را عامل افت تحصیلی خود عنوان کرده‌اند. در سطح بین‌المللی نیز مطالعات نشان داده‌اند که کاربران اینترنت اغلب زمان کمتری را برای تعاملات اجتماعی واقعی و فعالیت‌های روزمره صرف می‌کنند که این امر می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات اجتماعی و روانی باشد (Spada, 2014).

از سوی دیگر، در حوزه ورزش و مدیریت ورزشی نیز گسترش اینترنت و رسانه‌های دیجیتال موجب افزایش وابستگی کاربران به فضای آنلاین شده است. توسعه وبسایت‌ها و خدمات اینترنتی در باشگاه‌های ورزشی و سازمان‌های مرتبط، میزان تعامل کاربران با فضای مجازی را افزایش داده است و همین امر اهمیت بررسی پیامدهای رفتاری و اجتماعی استفاده از اینترنت را دوچندان می‌کند. مطالعات مختلف نشان داده‌اند که ارتقای کیفیت خدمات اینترنتی و طراحی مناسب بسترهای آنلاین می‌تواند نقش مهمی در هدایت صحیح استفاده کاربران از فضای مجازی داشته باشد (Korooki et al., 2024B; Korooki et al., 2024C). با توجه به افزایش روزافزون استفاده از اینترنت در میان دانشجویان و پیامدهای بالقوه آن در حوزه‌های تحصیلی، روانی و اجتماعی، بررسی رابطه میان مصرف مسئله‌ساز اینترنت و این متغیرها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. دانشجویان رشته تربیت‌بدنی نیز به‌عنوان بخشی از جامعه دانشگاهی که علاوه بر فعالیت‌های آموزشی با حوزه‌های ارتباطی و رسانه‌ای ورزش نیز در ارتباط هستند، ممکن است بیش از سایر گروه‌ها در معرض پیامدهای استفاده گسترده از اینترنت قرار گیرند. از این‌رو، شناخت ابعاد مختلف مصرف مسئله‌ساز اینترنت و پیامدهای آن می‌تواند در طراحی برنامه‌های آموزشی و پیشگیرانه در محیط‌های دانشگاهی مؤثر باشد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی در دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی انجام شده است.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر روش اجرا توصیفی-همبستگی است. هدف از این نوع پژوهش بررسی رابطه میان متغیرها بدون دستکاری آن‌ها در محیط واقعی است. ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش شامل دو پرسشنامه استاندارد بود. نخست، پرسشنامه اعتیاد به اینترنت Yang (1999) که دارای ۲۰ گویه بوده و در مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» تنظیم شده است. ضریب پایایی این پرسشنامه در مطالعات پیشین ۹۰/۰ گزارش شده است. ابزار دوم، پرسشنامه اختلالات تحصیلی، روانی و اجتماعی عسکری‌زاده (۱۳۹۴) بود که شامل ۳۰ گویه در سه مؤلفه اختلالات تحصیلی، اختلالات روانی و اختلالات اجتماعی می‌باشد و بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت طراحی شده است. پایایی این پرسشنامه نیز در پژوهش عسکری‌زاده ۹۶/۰ گزارش شده است که بیانگر قابلیت اعتماد مناسب ابزار اندازه‌گیری می‌باشد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان کارشناسی رشته تربیت‌بدنی دانشگاه‌های آزاد اسلامی استان کرمان بود که تعداد آن‌ها در مجموع ۶۰۵ نفر گزارش شد. با توجه به جدول تعیین حجم نمونه مورگان، حجم نمونه مناسب ۲۳۴ نفر برآورد گردید. برای افزایش دقت نمونه‌گیری و نمایندگی مناسب از زیرگروه‌های جامعه، از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم جامعه استفاده شد. در این روش، جامعه آماری بر اساس محل تحصیل دانشجویان در شهرستان‌های مختلف استان کرمان طبقه‌بندی گردید و نمونه‌ها به نسبت جمعیت هر طبقه انتخاب شدند. توزیع جامعه آماری در شهرستان‌های مورد مطالعه به شرح زیر بود:

دانشگاه آزاد اسلامی کرمان ۳۶۵ نفر، رفسنجان ۵۰ نفر، سیرجان ۴۵ نفر، زرنده ۴۵ نفر، بم ۴۰ نفر، جیرفت ۳۵ نفر و بردسیر ۲۵ نفر. بر این اساس، تعداد نمونه مورد نیاز از هر شهرستان به صورت متناسب با حجم جامعه تعیین و پرسشنامه‌ها میان دانشجویان توزیع شد. در نهایت پس از توزیع پرسشنامه‌ها، ۲۳۰ پرسشنامه قابل استفاده جمع‌آوری گردید و داده‌های حاصل از این تعداد پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. به منظور تحلیل داده‌ها و بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش، از ضریب همبستگی پیرسون در نرم‌افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

جهت بررسی فرضیه‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید.

جدول ۱. آزمون فرضیه‌ها

متغیر	وابستگی به اینترنت			
	ضریب همبستگی	سطح معناداری	تعداد	وجود رابطه
اختلالات تحصیلی	۰/۷۶۶	۰/۰۰۱	۲۳۰	دارد
اختلالات روانی	۰/۸۶۸	۰/۰۰۱	۲۳۰	دارد
اختلالات اجتماعی	۰/۷۹۱	۰/۰۰۱	۲۳۰	دارد

بر اساس نتایج بدست آمده از جدول (۱) بین وابستگی به اینترنت و اختلالات تحصیلی، روانی و اجتماعی دانشجویان کارشناسی تربیت بدنی استان کرمان رابطه مستقیم معناداری وجود دارد.

جدول ۲. رابطه وابستگی به اینترنت با مجموع اختلالات

متغیر	وابستگی به اینترنت			
	ضریب همبستگی	سطح معناداری	تعداد	وجود رابطه
مجموع اختلالات	۰/۸۵۸	۰/۰۰۱	۲۳۰	دارد

با توجه به اطلاعات بدست آمده، بین وابستگی به اینترنت و مجموع اختلالات دانشجویان کارشناسی تربیت بدنی رابطه مستقیم معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با اختلالات تحصیلی و شاخص‌های سلامت روانی-اجتماعی در دانشجویان کارشناسی تربیت بدنی بود. نتایج حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین مصرف مسئله‌ساز اینترنت و اختلالات تحصیلی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. این یافته بیانگر آن است که با افزایش میزان وابستگی یا مصرف کنترل نشده اینترنت، احتمال بروز مشکلات تحصیلی از جمله کاهش تمرکز، افت عملکرد آموزشی، کاهش انگیزه تحصیلی، تأخیر در انجام تکالیف و کاهش کیفیت یادگیری افزایش می‌یابد. این نتیجه با یافته‌های یانگ (۲۰۰۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت اینترنت اگرچه ابزاری مهم برای دسترسی به منابع علمی، انجام فعالیت‌های آموزشی، ارتباطات دانشگاهی و توسعه مهارت‌های فردی است، اما استفاده افراطی، بی‌هدف و کنترل نشده از آن می‌تواند زمان و انرژی شناختی دانشجویان را از فعالیت‌های اصلی تحصیلی منحرف کند. دانشجویانی که بخش زیادی از اوقات روزانه خود را در فضای مجازی، شبکه‌های اجتماعی، بازی‌های آنلاین یا جستجوهای غیرهدفمند اینترنتی سپری می‌کنند، معمولاً زمان کمتری برای مطالعه، تمرین، حضور مؤثر در کلاس و انجام فعالیت‌های علمی اختصاص می‌دهند. در نتیجه، مصرف مسئله‌ساز اینترنت می‌تواند از طریق کاهش مدیریت زمان، اختلال در خواب، افت تمرکز و کاهش انگیزش تحصیلی، عملکرد آموزشی دانشجویان را تحت تأثیر قرار دهد.

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که بین مصرف مسئله‌ساز اینترنت و اختلالات روانی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. این نتیجه با یافته‌های یانگ (۲۰۰۱) همخوانی دارد. بر این اساس، دانشجویانی که استفاده افراطی‌تری از اینترنت دارند، بیشتر در معرض نشانه‌هایی مانند اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، کاهش عزت نفس، تحریک پذیری، بی‌قراری و ناتوانی در کنترل رفتار آنلاین قرار می‌گیرند. از منظر روان‌شناختی، اینترنت ممکن است در ابتدا به عنوان ابزاری برای سرگرمی، کاهش



فشار روانی یا فرار از مشکلات روزمره مورد استفاده قرار گیرد؛ اما در صورت تداوم و فقدان کنترل، خود به عاملی برای تشدید مشکلات روانی تبدیل می‌شود.

یکی از نکات مهم در تبیین رابطه مصرف مسئله‌ساز اینترنت با سلامت روان آن است که فضای مجازی نوعی محیط تقویتی فوری ایجاد می‌کند. دریافت پیام، تعامل آنلاین، مشاهده محتواهای متنوع و تجربه سرگرمی‌های سریع، می‌تواند موجب وابستگی رفتاری شود. در چنین شرایطی، فرد به تدریج برای کاهش تنش، فرار از احساس ناکامی یا پر کردن خلأهای عاطفی به استفاده بیشتر از اینترنت روی می‌آورد. این چرخه می‌تواند منجر به کاهش تعاملات واقعی، اختلال در خواب، خستگی ذهنی و کاهش توان مقابله با مسائل واقعی زندگی شود. بنابراین، مصرف مسئله‌ساز اینترنت تنها یک عادت رفتاری ساده نیست، بلکه می‌تواند با سازوکارهای روان‌شناختی عمیق‌تری مانند اجتناب هیجانی، ضعف در خودتنظیمی و کاهش مهارت‌های مقابله‌ای ارتباط داشته باشد.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که بین مصرف مسئله‌ساز اینترنت و اختلالات اجتماعی دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی رابطه معناداری وجود دارد. بر اساس این یافته، استفاده افراطی از اینترنت می‌تواند روابط اجتماعی واقعی دانشجویان را تضعیف کرده و موجب کاهش ارتباطات حضوری، انزوای اجتماعی، کاهش مشارکت در فعالیت‌های گروهی و ضعف در تعاملات خانوادگی و دوستانه شود. اگرچه اینترنت امکان ارتباط سریع و گسترده را فراهم می‌کند، اما جایگزینی ارتباطات مجازی به جای تعاملات رو در رو ممکن است کیفیت روابط اجتماعی را کاهش دهد.

این موضوع در میان دانشجویان تربیت‌بدنی اهمیت بیشتری دارد؛ زیرا ماهیت رشته تربیت‌بدنی با فعالیت بدنی، تعامل گروهی، مشارکت اجتماعی، همکاری تیمی و ارتباطات بین‌فردی پیوند مستقیم دارد. دانشجویان این رشته علاوه بر فعالیت‌های نظری، نیازمند حضور فعال در محیط‌های عملی، ورزشی و اجتماعی هستند. بنابراین، مصرف افراطی اینترنت می‌تواند نه تنها بر وضعیت تحصیلی و روانی آنان، بلکه بر کیفیت مشارکت اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی و حتی سبک زندگی فعال آن‌ها اثرگذار باشد. از این منظر، وابستگی به اینترنت در دانشجویان تربیت‌بدنی ممکن است با کاهش تحرک، کاهش حضور در فعالیت‌های ورزشی و افت کیفیت روابط اجتماعی همراه شود.

در کنار پیامدهای منفی مصرف مسئله‌ساز اینترنت، باید توجه داشت که اینترنت ذاتاً پدیده‌ای آسیب‌زا نیست؛ بلکه نوع، میزان و هدف استفاده از آن تعیین‌کننده پیامدهای مثبت یا منفی آن است. مطالعات حوزه خدمات اینترنتی ورزشی نشان داده‌اند که اینترنت می‌تواند نقش مهمی در توسعه آموزش، پژوهش، اطلاع‌رسانی، بازاریابی و ارتباطات ورزشی داشته باشد و کیفیت خدمات در حوزه ورزش را ارتقا دهد (Korooki, 2025B). همچنین پژوهش‌های مرتبط با طراحی و ارزیابی وبسایت‌های باشگاه‌های ورزشی نشان می‌دهد که بسترهای دیجیتال، در صورت طراحی صحیح و مبتنی بر استانداردهای علمی، می‌توانند موجب بهبود دسترسی، رضایت کاربران و توسعه خدمات ورزشی شوند (Korooki et al., 2024C; Korooki, 2025A). بنابراین، مسئله اصلی حذف یا محدودسازی مطلق اینترنت نیست، بلکه آموزش استفاده سالم، هدفمند و خودتنظیم‌شده از آن است.

نتایج کلی پژوهش حاضر نشان داد که مصرف مسئله‌ساز اینترنت با مجموع اختلالات تحصیلی، روانی و اجتماعی دانشجویان رابطه معناداری دارد. این یافته بیانگر آن است که وابستگی به اینترنت می‌تواند به صورت چندبعدی بر زندگی دانشجویان اثر بگذارد و پیامدهای آن صرفاً به یک حوزه محدود نمی‌شود. در واقع، افت تحصیلی، مشکلات روانی و اختلالات اجتماعی می‌توانند به صورت متقابل یکدیگر را تقویت کنند. برای مثال، دانشجویی که به دلیل استفاده بیش از حد از اینترنت دچار افت تحصیلی می‌شود، ممکن است احساس ناکامی و اضطراب بیشتری را تجربه کند و همین امر او را به استفاده بیشتر از اینترنت برای فرار از فشار روانی سوق دهد. این چرخه معیوب می‌تواند به تدریج موجب تشدید مشکلات فردی، آموزشی و اجتماعی شود.

بر این اساس، می‌توان نتیجه گرفت که مصرف مسئله‌ساز اینترنت یکی از متغیرهای مهم و اثرگذار بر وضعیت تحصیلی و سلامت روانی-اجتماعی دانشجویان کارشناسی تربیت‌بدنی است. اگرچه اینترنت ظرفیت‌های ارزشمندی برای آموزش، پژوهش، ارتباطات

و توسعه ورزش فراهم کرده است، اما استفاده افراطی و کنترل نشده از آن می تواند پیامدهای نامطلوبی برای دانشجویان به همراه داشته باشد. بنابراین، ضروری است دانشگاه ها، گروه های آموزشی تربیت بدنی، مشاوران دانشجویی و خانواده ها نسبت به الگوهای مصرف اینترنت در میان دانشجویان حساسیت بیشتری داشته باشند و برنامه هایی برای آموزش سواد رسانه ای، مدیریت زمان، خودکنترلی، ارتقای سلامت روان و تقویت تعاملات اجتماعی طراحی کنند.

در مجموع، یافته های پژوهش حاضر تأکید می کند که استفاده سالم از اینترنت باید به عنوان بخشی از مهارت های ضروری زندگی دانشجویی مورد توجه قرار گیرد. دانشجویان باید بیاموزند که اینترنت را در خدمت اهداف علمی، آموزشی، پژوهشی و حرفه ای خود به کار گیرند، نه اینکه استفاده بی برنامه از آن موجب تضعیف عملکرد تحصیلی، سلامت روان و روابط اجتماعی آنان شود. از این رو، پیشنهاد می شود در محیط های دانشگاهی، کارگاه های آموزشی با محوریت مدیریت مصرف اینترنت، پیشگیری از اعتیاد رفتاری، ارتقای سواد دیجیتال و استفاده هدفمند از فناوری های نوین برگزار شود. همچنین انجام پژوهش های آینده با در نظر گرفتن متغیرهایی مانند کیفیت خواب، فعالیت بدنی، سبک زندگی، حمایت اجتماعی و خودتنظیمی تحصیلی می تواند در شناخت دقیق تر ابعاد مصرف مسئله ساز اینترنت در میان دانشجویان تربیت بدنی مؤثر باشد.

پیام مقاله

پیام اصلی این پژوهش آن است که مصرف مسئله ساز اینترنت می تواند به عنوان یکی از عوامل اثرگذار بر عملکرد تحصیلی و سلامت روانی-اجتماعی دانشجویان مورد توجه قرار گیرد. نتایج نشان داد استفاده افراطی و غیرهدفمند از اینترنت با افزایش اختلالات تحصیلی، روانی و اجتماعی در میان دانشجویان کارشناسی تربیت بدنی همراه است؛ از این رو ضروری است دانشگاه ها و مدیران آموزشی با برنامه ریزی مناسب، زمینه استفاده هدفمند و کنترل شده از اینترنت را در میان دانشجویان فراهم کنند. آموزش سواد دیجیتال، مدیریت زمان در استفاده از فضای مجازی، تقویت مهارت های خودکنترلی و توسعه فعالیت های اجتماعی و ورزشی می تواند از بروز پیامدهای منفی مصرف افراطی اینترنت پیشگیری کرده و به بهبود عملکرد تحصیلی و ارتقای سلامت روانی و اجتماعی دانشجویان کمک کند.

ملاحظات اخلاقی

در اجرای این پژوهش، تمامی اصول و ملاحظات اخلاقی پژوهش رعایت شد. شرکت کنندگان با آگاهی کامل از هدف پژوهش و به صورت داوطلبانه در مطالعه مشارکت کردند و پیش از تکمیل پرسشنامه ها رضایت آگاهانه آنان اخذ گردید. به آزمودنی ها اطمینان داده شد که اطلاعات جمع آوری شده صرفاً برای اهداف علمی مورد استفاده قرار می گیرد و محرمانگی و ناشناس بودن داده ها به طور کامل حفظ خواهد شد. همچنین شرکت کنندگان در هر مرحله از پژوهش امکان انصراف از همکاری را داشتند و تلاش شد تا فرآیند جمع آوری داده ها بدون ایجاد هرگونه آسیب یا فشار روانی برای افراد انجام گیرد.

مشارکت نویسندگان

مفهوم سازی: محمد عسکری زاده، علی کروکی

گردآوری داده ها: سیدرحمان فریزنی، مهدی غریب زاده، محمد عسکری زاده

تحلیل داده ها: علی کروکی

نگارش مقاله: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی

بازبینی و ویرایش: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی

تامین منابع مالی: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی

مرور ادبیات: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی
مدیریت پروژه: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی
سایر مشارکت ها: محمد عسکری زاده، علی کروکی، مهدی غریب زاده، سیدرحمان فریزنی

تعارض منافع

این پژوهش هیچگونه حمایت مالی از بخش عمومی یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است. نویسندگان اعلام می کنند که هیچگونه تعارض منافع در انجام این پژوهش وجود ندارد.

References

- Dargahi, H. (2003). Virtual addiction. Faculty of Tehran University Articles, pp. 67–80.
- Grohol, J. (2002). Cited in: Asgari, H. R. (2013). A study of internet use and dependency among students of Islamic Azad University, Farahan. Journal of Educational Psychology, 8(23), 1–2.
- Kajbaf, M. B., Korooki, M., & Safarian, Z. (2014). Comparison of psychological disorders between internet-addicted students and normal internet users at the University of Isfahan. Hormozgan Medical Journal, 18(2), 1–6.
- Korooki, A., Hakakzadeh, M., Pourranjbar, M. (2024B), A comparative study of the design quality of the websites of private sports clubs in Iran and Germany based on the Web Assessment Index method. Human Resources Excellence, vol. 5, no. 1, pp. 20-38. <https://doi.org/10.30495/EHR.1403.927103>
- Korooki, A. (2025A), Designing the index model for compiling and evaluating the websites of Iran's private sports clubs. Jahesh, vol. 2, no. 3, pp. 39-52. <https://doi.org/10.71954/jahesh.2024.1192423>
- Korooki, A. (2025B), Evaluation and comparative comparison of the state of sports Internet services in the last 10 years. Jahesh, vol. 2, no. 4, pp. 1-10. https://www.researchgate.net/publication/388350848_Evaluation_and_comparative_comparison_of_the_state_of_sports_Internet_services_in_the_last_10_years
- Korooki, A., Hakakzadeh, M., Pourranjbar, M. (2024A). Comparative study of webometric indicators of fitness and recreational sports clubs in Iran and England (selected clubs under study). *New Approaches in Sports Management*, 12(44), 46-60. https://www.researchgate.net/publication/381964334_Comparative_study_of_webometric_indicators_of_fitness_and_recreational_sports_clubs_in_Iran_and_England_selected_clubs_under_study
- Korooki, A., Hakakzadeh, M., Pourranjbar, M. (2024C), Evaluation of the design of websites of private sports clubs in Iran based on WEB-QEM, *Innovation in Sports Management*, vol 2, no 1, pp: 83-90, <https://doi.org/10.30495/jism.2023.74233.1057>
- Pirzadeh, A. (2011). Investigating the level of Internet addiction among students of Payame Noor University of Isfahan, Kehnedej Branch. Journal of Health System Research, 7(5), 580–585.
- Spada Marcantonio M (2014) an overview of problematic internet use, addictive behaviors 39, Pages: 3-6.
- Yang C K (2001) Sociopsychiatric Characteristics of Adolescents who Use Computers to Excess, *Acta Psychiatrica Scandinavica*, Vol.104, No.3.
- ZiaieParvar, H. (2008). Internet addiction in Iran and the world and its treatment methods. Available at: <http://www.reporter.ir/archives/87/01/005489.php>

Extended Abstract

Explaining the Relationship Between Problematic Internet Use and Academic Disorders and Psychosocial Health Indicators Among Undergraduate Physical Education Students: A Correlational Study

Ali Korooki¹, Mohammad Askarizadeh², Mahdi Gharibzadeh³, Seyed Rahman Farizani⁴

Introduction

The rapid development of information and communication technologies has profoundly transformed various aspects of modern life, including education, communication, and social interactions. Among these technologies, the Internet has become an essential tool for accessing information, facilitating communication, and supporting academic activities. For university students, particularly those engaged in higher education, the Internet provides extensive opportunities for learning, research, and collaboration. However, alongside these benefits, excessive or uncontrolled use of the Internet has emerged as a growing concern in recent years. This phenomenon, commonly referred to as problematic internet use (PIU), is characterized by an inability to control online behavior, excessive time spent online, and negative consequences in daily life. Problematic internet use has been increasingly associated with various adverse outcomes, including academic difficulties, psychological distress, and social problems. Several studies have indicated that students who spend excessive time online may experience reduced academic engagement, lower concentration levels, poor time management, and decreased academic performance. Moreover, problematic internet use has been linked with psychological issues such as anxiety, depression, loneliness, and reduced self-esteem. From a social perspective, excessive engagement with online environments may weaken face-to-face interactions and reduce participation in real-world social activities. These issues may be particularly relevant for students in physical education programs. The field of physical education emphasizes active lifestyles, interpersonal interaction, teamwork, and social participation. Excessive internet use may reduce time allocated to physical activity and social engagement, potentially affecting students' academic performance, psychological well-being, and social functioning. Therefore, understanding the relationship between problematic internet use and students' academic and psychosocial conditions is essential for developing effective preventive and educational strategies within university environments. The main objective of the present study was to explain the relationship between problematic internet use and academic problems as well as psychosocial health indicators among undergraduate physical education students.

Methodology

The present study was applied in purpose and employed a descriptive–correlational research design. The statistical population consisted of all undergraduate students majoring in physical education at ... University during the academic year 2025-2026. From this population, a sample of students was selected using a random sampling method.

¹ PhD Graduate in Sport Management, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran

² Master of Sports Management, Secretary of Physical Education, Kerman Province, Iran. (Corresponding Author), Email: m.askari2684@yahoo.com

³ PhD Graduate in Sport Management, Research Sciences Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

⁴ Assistant Professor, Department of Physical Education, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran.

Data were collected using standardized questionnaires. Problematic internet use was assessed using the Problematic Internet Use Questionnaire, which measures the extent of excessive and uncontrolled internet usage among individuals. Academic problems were evaluated using a questionnaire designed to assess various aspects of academic functioning, including concentration difficulties, decreased academic motivation, delays in completing assignments, and reduced academic performance. In addition, psychosocial health indicators were assessed using a validated instrument measuring psychological and social well-being. The validity of the instruments was confirmed through expert review, and their reliability was assessed using Cronbach's alpha coefficient, which indicated acceptable internal consistency. After data collection, the information was analyzed using descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics. Pearson correlation analysis was conducted to examine the relationships between problematic internet use, academic problems, and psychosocial health indicators. All statistical analyses were performed using SPSS software.

Three standardized instruments were used for data collection:

1. Sherer General Self-Efficacy Questionnaire, translated into Persian by Barati, consisting of 17 items rated on a five-point Likert scale from strongly disagree to strongly agree. Several items were reverse scored. In the present study, the reliability of the questionnaire, assessed by Cronbach's alpha, was 0.78.
2. Harter Academic Motivation Questionnaire, including 33 items, used to assess both intrinsic and extrinsic academic motivation. The instrument was scored on a five-point Likert scale ranging from never to almost always. The reliability coefficients obtained in the present study were 0.81 for intrinsic motivation and 0.77 for extrinsic motivation.
3. Academic Well-Being Questionnaire developed by Pietarinen and colleagues, consisting of 11 items designed to assess students' feelings of security, satisfaction, and health in the educational environment. Responses were rated on a five-point Likert scale. The Cronbach's alpha coefficient for this scale in the present study was 0.83.

Data were analyzed using descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness, and kurtosis) and inferential statistics, including Pearson correlation coefficients and linear regression analysis, in SPSS26.

Results

The results of the study revealed a significant positive relationship between problematic internet use and academic problems among undergraduate physical education students. This finding indicates that students with higher levels of problematic internet use tend to experience greater academic difficulties, such as reduced concentration during academic activities, lower academic motivation, delayed completion of assignments, and decreased academic performance. Furthermore, the findings demonstrated a significant relationship between problematic internet use and psychosocial health indicators. Higher levels of problematic internet use were associated with increased psychological and social difficulties among students. In particular, students with excessive internet use reported higher levels of psychological distress and lower levels of social well-being. Overall, the results suggest that problematic internet use is associated with multiple dimensions of students' functioning, including academic performance and psychosocial health. These findings highlight the potential risks associated with uncontrolled internet usage in the student population.

Conclusion

The findings of this study are consistent with previous research indicating that excessive internet use can negatively affect students' academic and psychological outcomes. One possible explanation for this relationship is that excessive time spent online may interfere with students' ability to manage their time effectively. Students who frequently engage in online activities such as social media, entertainment, or gaming may allocate less time to studying and academic responsibilities. In addition, problematic

internet use may disrupt sleep patterns and increase mental fatigue, which can further impair academic performance and psychological well-being. From a psychological perspective, excessive internet use may also function as a coping mechanism for stress or emotional difficulties. While online activities may temporarily reduce stress or provide entertainment, excessive reliance on them may ultimately lead to increased psychological problems and reduced social interaction. For physical education students, these issues may be particularly significant. The nature of physical education emphasizes physical activity, teamwork, and social interaction. Excessive internet use may reduce opportunities for participation in physical activities and face-to-face communication, which are essential components of students' educational and professional development in this field. In conclusion, the findings of the present study indicate that problematic internet use is significantly associated with academic problems and psychosocial health indicators among undergraduate physical education students. Excessive and uncontrolled internet use may contribute to decreased academic performance, psychological difficulties, and social challenges. Therefore, universities and educational institutions should pay greater attention to students' patterns of internet use. Implementing educational programs that promote digital literacy, responsible internet use, and effective time management may help students maintain a healthy balance between online activities and academic responsibilities. Additionally, encouraging participation in physical and social activities may reduce the negative effects of excessive internet use and support students' overall well-being.

Keywords: Problematic Internet Use, Academic Problems, Psychosocial Health, Physical Education Students, Correlational Study.

Article Message

The main message of this study is that problematic internet use can be considered one of the factors influencing students' academic performance and psychosocial health. The findings showed that excessive and purposeless use of the Internet is associated with increased academic, psychological, and social problems among undergraduate physical education students. Therefore, it is essential for universities and educational administrators to implement appropriate planning in order to promote purposeful and controlled internet use among students. Enhancing digital literacy, improving time management in the use of virtual environments, strengthening self-control skills, and promoting social and physical activities can help prevent the negative consequences of excessive internet use and contribute to improving students' academic performance as well as their psychological and social well-being.

Ethical Considerations

All ethical principles and research considerations were observed in conducting this study. Participants took part in the research voluntarily and with full awareness of the study's objectives, and informed consent was obtained from them prior to completing the questionnaires. The participants were assured that the collected information would be used solely for scientific purposes and that the confidentiality and anonymity of their data would be strictly maintained. Furthermore, participants were free to withdraw from the study at any stage, and efforts were made to ensure that the data collection process was conducted without causing any psychological pressure or harm to the participants.

Authors' Contributions

Ethical standards including informed consent, confidentiality, and integrity in data analysis were duly observed.

- Conceptualization: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki
- Data Collection: Ali Korooki
- Data Analysis: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Manuscript Writing: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Review and Editing: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Funding Responsibility: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Literature Review: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Project Management: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari
- Other Contributions: Mohammad Askarizadeh, Ali Korooki, Mahdi Gharibzadeh, Seyed Rahman Farizani Gohari

Conflict of Interest

This study did not receive any financial support from public, commercial, or non-profit funding agencies. The authors declare that there is no conflict of interest regarding the conduct of this research.