

## رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

### The relationship between self-control, technology addiction and academic achievement in ADHD and normal students

Y. Abedini, Ph.D.

دکتر یاسمین عابدینی \*

#### چکیده

خودمهارگری مهارتی مشابه با خودتنظیمی است که به‌نظر می‌رسد برای کسب موفقیت در دنیای مملو از فناوری‌های امروزی ضروری باشد. هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی بر اساس خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها، جنسیت و ابتلا به کم‌توجهی/فزون‌کنشی بود. به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای مرحله‌ای تعداد ۳۶۰ نفر از دانش‌آموزان دبیرستانی به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه خودمهارگری (SCQ)، پرسشنامه اعتیاد به فناوری‌ها (TAQ) و چک لیست تشخیصی اختلال کم‌توجهی/فزون‌کنشی (ADDCL) بود. جهت تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چندگانه و آزمون یومن ویتنی استفاده شد. یافته‌ها نشان‌دهنده وجود رابطه معنادار بین خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی و همچنین تفاوت الگوی این رابطه در دخترها و پسرها بود. مشاهده شد که ابتلا به کم‌توجهی/فزون‌کنشی پیش‌بینی‌کننده

---

\*. دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه اصفهان

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

خوبی برای پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی است. همچنین رابطه منفی و معناداری بین خودمهارگری با کم‌توجهی/فزون‌کنشی و اعتیاد به فناوری‌ها مشاهده شد. **واژه-کلیدها:** خودمهارگری، وابستگی به فناوری‌ها، عملکرد تحصیلی، کم‌توجهی/فزون‌کنشی.

## Abstract

Self-control as a skill is similar to the self-regulation and in today's technological world is a necessary skill for success. The purpose of present study was to predict the high school student's academic achievement on the basis of self-control, technologies addiction (internet, mobile phone and computer games), sex and ADHD. 360 students (185 girls and 175 boys) were selected by multistage cluster sampling method. The research instruments included self-control questionnaire (SCQ), technologies addiction questionnaire (TAQ), and diagnostic check list for ADHD (ASRS). Data were analyzed by using Pearson correlation coefficient, multiple regression analyses and U Man-Whitney test. results indicated that there was a significant relation between self-control, technologies addiction and academic achievement, where its pattern was also different in male and female students. ADHD was a significant predictor for student's academic achievement. There were also negative and significant relationship between student's self-control, technologies addiction and ADHD.

**Keywords:** dependence to technologies, self-control, ADHD, academic performance, sex difference.

**Contact Information:** [y.abedini@edu.ui.ac.ir](mailto:y.abedini@edu.ui.ac.ir)

\*\*\*

## مقدمه

میزان پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در همه نظام‌های تعلیم و تربیت جهان، یکی از شاخص‌های موفقیت در فعالیت‌های علمی است. پیشرفت تحصیلی به معنای مقدار یادگیری آموزشی فرد است، به طوری که بتوان آن را در مقوله کلی عوامل مربوط به تفاوت‌های فردی و عوامل مربوط به مدرسه و نظام آموزش و پرورش مورد مطالعه قرار داد (سلیمان‌نژاد و

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

شهرآرای، ۱۳۸۰). عوامل درونی و بیرونی متعددی در پیشرفت تحصیلی دخالت دارند، از جمله ویژگی‌های شخصیتی، میزان خودمهارگری<sup>۱</sup> و انگیزش افراد. یکی از این عوامل شخصی درونی، خودمهارگری است. مفهوم خودمهارگری شبیه به خودتنظیمی است. خودمهارگری یا مهار شخصی به توانایی فرد در مهار و کنترل رفتار خود در غیاب تقویت یا تنبیه گفته می‌شود. در واقع در قیاس با خودمهارگری خودتنظیمی استفاده مدام از مهارت‌های خودمهارگری در موقعیت‌های تازه است (سیف، ۱۳۹۲). بررسی نقش میزان خودمهارگری دانش‌آموزان، به‌عنوان یک عامل واسطه‌ای در ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و عملکرد مدرسه‌ای آنها موضوعی است که تحقیقات اندکی به آن پرداخته‌اند (نورمان دیو و گای، ۱۹۹۸). به‌عنوان مثال نتایج یافته‌های تانگنی و همکاران (۲۰۰۴) از این فرض که خودمهارگری بالا عملکرد تحصیلی بهتری را پیش‌بینی کند، حمایت می‌کند. دانفورس و چارلتون (۲۰۰۷) طی تحقیقی دریافتند که خودمهارگری دو برابر هوش در پیشرفت تحصیلی تأثیر داشته است.

از طرفی عصر حاضر به‌عنوان عصری دیجیتال، فناوری‌های<sup>۲</sup> زیادی در اختیار انسان قرار داده است. اگرچه خود این فناوری‌ها چهره زندگی انسان را دگرگون کرده‌اند، اما میزان چگونگی استفاده از آنها نیز خود عاملی است که می‌تواند عملکردهای مختلف انسان در بسیاری از زمینه‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. یکی از مهمترین این حوزه‌ها عملکرد و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقاطع تحصیلی مختلف است. به‌طوری که استفاده افراطی و نادرست از فناوری‌ها منجر به اُفت تحصیلی شدید فراگیران می‌شود. لذا استفاده از فناوری‌ها نه تنها به‌عنوان بخشی لاینفک از ملزومات زندگی انسان در قرن حاضر در آمده است، بلکه مشکلات و چالش‌های خاصی را پیش روی او قرار داده است. برای مثال اعتیاد به اینترنت، تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای مشکلی شایع در میان جوانان و نوجوانان کشورهای مختلف دنیا است (زمانی، عابدینی و کلانتری، ۱۳۹۲؛ حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری، ۱۳۸۹؛ کیم، نامکونگ و کیو، ۲۰۱۳). نتایج تحقیقات متعدد نشان داده‌اند که انجام بازی‌های رایانه‌ای بر پیشرفت تحصیلی کودکان و نوجوانان تأثیر منفی دارد (هاریس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱؛ به نقل از حق‌بین، ۱۳۹۰؛ زمانی و عابدینی، ۱۳۹۲؛ صادقیان، ۱۳۸۴). به‌طوری که استفاده از بازی‌های رایانه‌ای به‌عنوان یکی از فعالیت‌های اوقات فراغت در کودکان و نوجوانان به‌طور فزاینده‌ای جایگزین

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

بازی‌های سنتی و ارتباط‌ها و فعالیت‌های متقابل شده است (فرولیچ و همکاران، ۲۰۰۹). هاگ و جنتیل (۲۰۰۳) بیان می‌کنند سطح تحصیلی نوجوانانی که به بازی‌های رایانه‌ای اعتیاد دارند، اُفت پیدا می‌کند.

اینترنت یکی دیگر از فناوری‌های نوین است که نقش به‌سزایی در تغییر و تحول زندگی افراد جامعه دارد. مطالعات اخیر نشان می‌دهد میزان استفاده از اینترنت توسط نوجوانان طی سال‌های ۱۹۹۶ تا ۲۰۰۰ از ۱۵ درصد به ۵۲ درصد افزایش پیدا کرده است و سرعت انتشار اینترنت ۹ برابر سریع‌تر از رادیو، ۴ برابر سریع‌تر از کامپیوترهای شخصی و ۳ برابر سریع‌تر از تلویزیون بوده است (حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری، ۱۳۸۹). آمار کانون پرورش فکری نیز حاکی از این است که در کشور ما ۶۳ درصد از کودکان و نوجوانان ۱۱ تا ۱۸ ساله به اینترنت اعتیاد پیدا کرده‌اند (کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ۱۳۸۸) و این در حالی است که اعتیاد به اینترنت تأثیری منفی بر پیشرفت تحصیلی دارد. یونگ (۱۹۹۶) در تحقیقات خود دریافت ۵۸ درصد دانش‌آموزان پس از استفاده زیاد از حد اینترنت دچار اُفت تحصیلی شدید شدند و نمرات آن‌ها به‌طور قابل ملاحظه‌ای کاهش و میزان غیبت‌های این دانش‌آموزان افزایش یافت. تحقیقات نشان داده‌اند که دانش‌آموزانی که بیش از حد از اینترنت استفاده می‌کنند، نسبت به مدرسه تمایل کمتری دارند. چون استفاده بیش از حد از اینترنت زمان تخصیص دادن به کارهای خانه را کاهش می‌دهد، که بالتبع می‌تواند عملکرد تحصیلی فرد را به‌طور منفی تحت تأثیر قرار دهد (روی و موآجس، ۱۹۹۸). نتایج تحقیق زمانی، عابدینی و کلانتری (۱۳۹۲) نیز نشان داده که استفاده اعتیادگونه نوجوانان دبیرستانی از اینترنت تأثیری منفی بر پیشرفت تحصیلی آنان دارد.

تلفن همراه<sup>۴</sup> فناوری جدید دیگری است که استفاده زیادی از آن می‌شود و نوجوانان و جوانان پرطرفدارترین کاربران آن‌ها در همه کشورهای جهان هستند (کولیز، ۲۰۱۲). آمار گزارش شده توسط مرکز آمار ایران نشان می‌دهد ۷۱/۳٪ از کودکان و نوجوانان ۱۰ تا ۱۹ ساله دارای یک تلفن همراه هستند و ۵۳٪ از دانش‌آموزان ۱۱ تا ۱۸ ساله کشور به تلفن همراه اعتیاد دارند (کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ۱۳۸۸) و این اعتیاد می‌تواند منجر به اختلال در عملکرد تحصیلی آنان شود (حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری، ۱۳۸۹). از

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

این رو به نظر می‌رسد تحقیق در این زمینه یکی از نیازهای مهم چه در کشور ما و چه در سایر کشورهای جهان باشد. علاوه بر این با توجه به برانگیختگی شدید و بالای کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال کم‌توجهی/ فزون‌کنشی (گلاسنی و کانر، ۲۰۱۳؛ گلداشتاين، ۲۰۱۴؛ دیورال، ۲۰۱۴) و به دلیل اینکه این کودکان و نوجوانان به علت بدکارکردی‌هایی<sup>۶</sup> که در ترشح مواد شیمیایی مغز دارند نسبت به همسالان عادی خود از خودمهارگری و مهارت‌های خودمدیریتی کمتری برخوردارند (دیورال، ۲۰۱۴؛ گلداشتاين، ۲۰۱۴). احتمال می‌رود این کودکان و نوجوانان آمادگی بیشتری برای استفاده اعتیادآور از فناوری‌هایی چون اینترنت، تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای داشته باشند. در این راستا چانگ و چن (۲۰۰۹) معتقدند انجام بازی‌های ویدئویی بصورت مستمر با ابتلا به ADHD<sup>۶</sup> یا اختلال کم‌توجهی/ فزون‌کنشی ارتباط دارد و این دو متغیر نقش مهمی در عملکرد تحصیلی کودکان و نوجوانان دارند. به طوری که ابتلا به اختلال کم‌توجهی/ فزون‌کنشی هم با اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و هم با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد و تقریباً ۷۵٪ از مبتلایان به این اختلال دارای علائمی چون رفتارهای شدیداً برانگیخته، پرخاشگری و نافرمانی، مشکلات تحصیلی و یادگیری هستند (کاپلان و سادوک، ۱۹۹۴).

با توجه به آنچه آمد هدف اصلی پژوهش حاضر پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان بر اساس خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها (اینترنت، تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای) و ابتلا به اختلال کم‌توجهی/ فزون‌کنشی است و سایر هدف‌های پژوهش عبارتند از:

- ۱- تعیین رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دبیرستانی.
- ۲- بررسی تفاوت دانش‌آموزان کم‌توجه/ فزون‌کنش و عادی از نظر میزان خودمهارگری.
- ۳- تعیین رابطه خودمهارگری و اعتیاد به فناوری‌ها در دانش‌آموزان دبیرستانی.
- ۴- پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و جنسیت آنان.

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

۵- پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان بر اساس اعتیاد به فناوری‌ها، خودمهارگری و کم‌توجهی/فزون‌کنشی.

## روش

**طرح پژوهش:** تحقیق حاضر با توجه به هدف، از نوع تحقیقات کاربردی و با توجه به نحوه گردآوری داده‌ها، جزء تحقیقات غیرآزمایشی یا به‌طور دقیق‌تر از نوع تحقیقات همبستگی محسوب می‌گردد.

**جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش:** جامعه آماری پژوهش حاضر عبارت است از کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر سال دوم و سوم دبیرستان‌های دولتی شهر تهران که در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ مشغول به تحصیل بودند و نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای تصادفی به‌صورت زیر تعیین شده است: ابتدا طی مطالعه‌ای مقدماتی پرسشنامه‌ها بر روی ۷۰ نفر از دانش‌آموزان دختر و پسر (۳۵ دختر و ۳۵ پسر) سال دوم و سوم دبیرستان اجرا و جمع‌آوری شد. سپس حجم نمونه بر اساس واریانس جامعه تعیین شد. بدین ترتیب تعداد ۳۶۰ دانش‌آموز دختر و پسر سال دوم و سوم دبیرستان به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند که ۱۸۵ نفر از آنان دختر و ۱۷۵ نفر پسر بودند.

**ابزار پژوهش:** در این پژوهش برای گردآوری اطلاعات از ۳ ابزار به شرح زیر استفاده شده است:

۱- پرسشنامه خودمهارگری<sup>۷</sup> (SCQ): این پرسشنامه توسط تانگنی و همکاران (۲۰۰۴) تهیه و تدوین شده است و شامل ۳۶ آیتم بوده که بر اساس مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از اصلاً تا خیلی زیاد نمره‌گذاری شده است. این پرسشنامه ۵ عامل (خودمهارگری کلی، خودانضباطی، عادات صحیح و سالم، خودتنظیمی، قابل اعتماد بودن) را می‌سنجد. درستی آزمایی و قابلیت اعتماد این پرسشنامه توسط تانگنی و همکاران (۲۰۰۴) هر دو برابر با ۰/۸۹ گزارش شده است. در پژوهش حاضر جهت سنجش درستی آزمایی پرسشنامه خودمهارگری از روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار آن برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۰ و برای خرده‌مقیاس‌های آن به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۶، ۰/۸۵، ۰/۷۵، ۰/۶۰ به‌دست آمد.

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

۲- پرسشنامه اعتیاد به فناوری‌ها<sup>۸</sup> (TAQ). این پرسشنامه از ۳ مقیاس مستقل به شرح زیر تشکیل شده است: الف) مقیاس اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای<sup>۹</sup> (CGAQ) تهیه شده توسط لیمنز، ولکنبرگ و جو [چن در سال ۲۰۰۹ این پرسشنامه از ۲۱ سؤال تشکیل شده که همگی بر روی یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری شده‌اند (هرگز = ۱، همیشه = ۵)، ۷ معیار اساسی از قبیل: برجستگی، تاب و تحمل، تغییر خلق و خو، عودت، نشانگان ترک، تعارض، مشکلات را مورد سنجش قرار می‌دهد. ضرایب آلفای کرونباخ به دست آمده برای این خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب: ۰/۹۳، ۰/۹۳، ۰/۶۹، ۰/۹۸، ۰/۹۱، ۰/۸۸، ۰/۹۹ می‌باشد. لازم به توضیح است که در پژوهش حاضر نمره کلی مقیاس محاسبه و وارد تحلیل‌های آماری مربوطه شده است. ب) پرسش‌نامه وابستگی به اینترنت<sup>۱۱</sup> (IDQ). این پرسش‌نامه توسط دمیترویچ و همکاران (۲۰۰۸) بر مبنای آزمون وابستگی به اینترنت یانگ (۱۹۹۸) تهیه شده است و وابستگی به اینترنت را در سه مؤلفه تحت عنوان وسواس فکری، سهل‌انگاری و اختلال کنترل تحت بررسی قرار می‌دهد. محققان مذکور ضرایب آلفای کرونباخ را برای این سه مؤلفه به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۴ و ۰/۷۶ به دست آوردند و ضریب همبستگی بین دو بار آزمون پرسش‌نامه برابر ۰/۹ محاسبه شد. این پرسش‌نامه دارای ۱۸ آیتم است که پاسخ آن‌ها براساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای (۱. هرگز و ۵. همیشه) درجه‌بندی شده است (یانگ و راجرز، ۱۹۹۸). این مقیاس توسط ۷ نفر از اساتید گروه‌های روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه اصفهان و یک روان‌پزشک ترجمه و مورد بازبینی قرار گرفت و درستی آزمایشی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ محاسبه شد. لازم به توضیح است که در پژوهش حاضر نمره کلی مقیاس محاسبه و وارد تحلیل‌های آماری مربوطه شده است ج) پرسشنامه وابستگی به تلفن همراه<sup>۱۱</sup> (MPDQ). این پرسشنامه ۳۲ آیتم دارد و توسط کولیز (۲۰۱۲) بر اساس ملاک‌های تشخیصی مطرح شده برای اختلال وابستگی در چهارمین مجموعه تجدید نظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی<sup>۱۲</sup> (DSM-IV-TR, 2000) که توسط انجمن روانپزشکان آمریکا به چاپ رسیده است تهیه و تنظیم شده است. پرسشنامه ۳ سطح از وابستگی را مورد سنجش قرار می‌دهد و همگی سؤال‌های آن بر روی یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای نمره‌گذاری شده‌اند (کاملاً موافقم = ۵ و کاملاً مخالفم = ۱). کولیز (۲۰۱۲) قابلیت اعتماد این پرسشنامه را با استفاده از

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

روش تحلیل عاملی بررسی کرده و ۳ عامل برای آن گزارش کرده است که عامل اول یا وابستگی ۵۶ درصد و عامل دوم یا فقدان کنترل ۴۵ درصد و عامل سوم یا تحمل ۶۸ درصد از واریانس کل مقیاس را تبیین کرده‌اند. این محقق مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس را برابر با ۰/۸۸ و برای ۳ خرده مقیاس آن به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۲ و ۰/۸۶ گزارش کرده است. لازم به توضیح است که در پژوهش حاضر نمره کلی مقیاس محاسبه و وارد تحلیل‌های آماری مربوطه شده است.

۳- چک لیست تشخیصی اختلال کم‌توجهی/فزون‌کنشی<sup>۱۳</sup> (ADDCL). این مقیاس توسط کسلر و همکاران (۲۰۰۷) تهیه شده است و یک مقیاس خودگزارش دهی است و براساس ۶ ملاک مطرح شده برای اختلال کم‌توجهی/فزون‌کنشی در چهارمین مجموعه تجدید نظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-IV-TR, 2000) تهیه و تنظیم شده است. این چک لیست دارای یک مقیاس نمره‌گذاری ۵ درجه‌ای بر اساس طیف لیکرت بوده و از هرگز تا همیشه را شامل می‌شود. قابلیت اعتماد این پرسشنامه بر روی یک گروه نمونه ۶۶۸ نفری که از یک برنامه بزرگ سلامتی در آمریکا انتخاب شده‌اند به دست آمده است. همسانی درونی برای آن بر اساس ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۲-۰/۶۳ و ضریب بازآزمایی آن بر اساس ضریب همبستگی پیرسون بین ۰/۷۷-۰/۵۸ بدست آمده است. در پژوهش حاضر برای بررسی درستی آزمایی و قابلیت اعتماد ابزار مقدار ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و مقدار ۰/۸۴ به دست آمد. نقطه برش این چک لیست که در کل شامل ۱۸ سؤال است برابر با ۵۴ و بالاتر است (کسلر و همکاران، ۲۰۰۷). همچنین معدل دانش‌آموزان در پایان سال تحصیلی به‌عنوان شاخصی از پیشرفت تحصیلی آنان در نظر گرفته شد و یک نمره کلی از حاصل جمع نمرات دانش‌آموزان در مقیاس‌های سه‌گانه اعتیاد به اینترنت، تلفن همراه و بازی‌های رایانه‌ای به دست آمد و به‌عنوان نمره اعتیاد به فناوری‌ها وارد تحلیل شد.

## داده‌ها یافته‌ها

در این بخش با توجه به هدف‌های پژوهش به گزارش یافته‌ها خواهیم پرداخت. یکی از هدف‌های پژوهش حاضر بررسی رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها (اینترنت، تلفن همراه



رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

و بازی‌های رایانه‌ای) و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان بود. بدین منظور از روش تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد که نتایج آن را در جدول‌های شماره (۱ و ۲) مشاهده می‌کنید.

#### جدول ۱: اطلاعات توصیفی مربوط به تحلیل رگرسیون گام به گام

مدل	متغیرهای پیش‌بین وارد شده در مدل	ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی	همبستگی تعدیل شده	تغییرات $\Delta R^2$	سطح معنی‌داری
۱	خود مهارگری	۰/۳۰	۰/۰۹	۰/۰۸۸	۰/۰۹	۰/۰۱
۲	خود مهارگری اعتیاد فناوری‌ها	۰/۳۹	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۰۶	۰/۰۱

چنانکه در جدول بالا ملاحظه می‌گردد متغیر پیش‌بین "خودمهارگری" اولین متغیری است که وارد مدل شده همبستگی بین "خودمهارگری" با "پیشرفت تحصیلی" برابر با ۰/۳۰ است. به عبارت دیگر "خود مهارگری" به‌تنهایی می‌تواند تقریباً ۹/۱ درصد از تغییرات مربوط به "پیشرفت تحصیلی" دانش‌آموزان را پیش‌بینی کند ( $R^2=0/09$ ). در گام بعدی وقتی متغیر اعتیاد به فناوری‌ها وارد مدل می‌شود، مقدار  $R^2$  به ۰/۱۵۴ افزوده می‌شود، یعنی تقریباً ۱۵/۴ درصد واریانس متغیر "پیشرفت تحصیلی" دانش‌آموزان، به‌وسیله رابطه خطی با متغیرهای "خودمهارگری" و "اعتیاد به فناوری‌ها" تبیین می‌شود که سهم متغیر "اعتیاد به فناوری‌ها" تقریباً برابر با ۶/۳ درصد است. همچنین محاسبات مربوط به آماره F نشان داد که مجذور همبستگی چندگانه در سطح ۰/۰۱ معنادار است ( $F=155/1, df=2$  و  $323, p=0/01$ ). در ادامه ضریب رگرسیون در جدول شماره (۲) گزارش خواهد شد.

#### جدول ۲: ضرایب هر یک از متغیرها در مدل اندازه‌گیری

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد شده متغیرها (Beta)	انحراف استاندارد	B	مدل	متغیرهای وارد شده در مدل
۰/۰۱	۹/۵		۱/۳۱	۱۲/۳۱	۱. عرض از مبدا	خود مهارگری اعتیاد به فناوری‌ها
۰/۰۱	۵/۴	۰/۲۸	۰/۰۰۹	۰/۰۵۱	ضریب متغیر	
۰/۰۱	-۴/۹	-۰/۲۵	۰/۰۱	-۰/۰۵۵	ضریب متغیر	

بر اساس داده‌های موجود در جدول، می‌توان معادله رگرسیون بر اساس ضرایب استاندارد

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

را به این صورت نوشت: (اعتیاد به فناوری‌ها)  $0/252 -$  (خودمهارگری)  $0/278 -$  (Y) = پیشرفت تحصیلی پیش‌بینی شده.

بر اساس مدل رگرسیون بالا می‌توان گفت: با افزایش یک واحد به "خودمهارگری"، به اندازه  $0/278$  واحد به "پیشرفت تحصیلی" دانش‌آموزان افزوده و با افزایش یک واحد به "اعتیاد به فناوری‌ها" به اندازه  $0/252$  واحد از پیشرفت تحصیلی فراگیران کاسته می‌شود. چنانکه ملاحظه می‌شود، نقش متغیر "خودمهارگری" در تغییرات "پیشرفت تحصیلی"، افزایشی، و نقش "اعتیاد به فناوری‌ها"، کاهش‌ی است.

هدف دیگر پژوهش بررسی تفاوت دانش‌آموزان کم‌توجه / فزون‌کنش و عادی از نظر خودمهارگری بود که یافته‌های مربوط به آن را در جدول شماره (۳) مشاهده می‌کنید.

جدول ۳: نتایج آزمون یومن ویتنی

گروه	آزمون	سطح معناداری
کم‌توجه / فزون‌کنش و عادی	$Z = -0/013$	$0/04$

نتایج بدست آمده از جدول بالا نشان می‌دهد که سطح معناداری از  $0/05$  کمتر بوده و فرض صفر رد می‌شود. می‌توان نتیجه گرفت که میزان خودمهارگری در بین دو گروه کم‌توجه / فزون‌کنش و عادی تفاوت معناداری دارد. در ادامه یافته‌های مربوط به بررسی رابطه خودمهارگری و اعتیاد به فناوری‌ها در جدول شماره (۴) ارائه خواهد شد.

جدول ۴: ماتریس همبستگی بین خودمهارگری و اعتیاد به فناوری‌ها ( $n = 360$ )

اعتیاد به فناوری‌ها	خودمهارگری	
$0/192 = -$ $0/03p =$	۱	خودمهارگری
۱	$0/192 = -$ $0/03p =$	اعتیاد به فناوری‌ها

طبق یافته‌های جدول شماره (۴) بین متغیر اعتیاد به فناوری‌ها و خودمهارگری رابطه‌ای منفی و معنادار وجود دارد ( $r = -0/19$  و  $p \leq 0/03$ ). به عبارت دیگر هر چه میزان خودمهارگری

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

دانش‌آموزان بیشتر باشد اعتیاد آنها به فناوری‌ها کمتر است.

از جمله هدف‌های پژوهش بررسی رابطه اعتیاد به فناوری‌ها، خودمهارگری و پیشرفت تحصیلی با توجه به جنسیت دانش‌آموزان بود که با استفاده از رگرسیون چندمتغیره به روش سلسله‌مراتبی مورد آزمون قرار گرفت و خلاصه محاسبات مربوط به آن در جدول زیر نشان داده شده است.

جدول ۵: نتایج تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی

سطح معناداری	T	(Beta)	B	ضریب	R <sup>2</sup>	متغیرهای وارد شده در مدل	شماره
۰/۰۱ ۰/۰۱	۷/۹ ۵/۷		۹/۴ ۰/۰۶	۱. عرض از مبدا ضریب متغیر	۰/۰۹۱	خودمهارگری	۱
۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۹۲	۹/۵ ۵/۴ -۴/۹		۱۲/۵ ۰/۰۵۱ -۰/۰۶	۱. عرض از مبدا ضریب متغیر ضریب متغیر	۰/۱۵۴	خودمهارگری اعتیاد به فناوری‌ها	۲
۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۰۱	۸/۸ ۸/۰۴ -۲/۹ -۶/۹		۱۰/۹۹ ۰/۰۸ -۰/۰۳۲ -۱/۸۵	۱. عرض از مبدا ضریب متغیر ضریب متغیر ضریب متغیر	۰/۲۶۳	خودمهارگری اعتیاد به فناوری‌ها جنسیت	۳

چنانکه در جدول بالا ملاحظه می‌شود، در مدل ۱، وقتی تنها متغیر "خودمهارگری" وارد تحلیل شده است مقدار R<sup>۲</sup> برابر با ۰/۰۹۱ است. از سویی مقدار بتا (۰/۳۰۱) نیز در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است، همچنین در مدل ۲ وقتی متغیر "اعتیاد به فناوری‌ها" وارد تحلیل می‌شود، میزان R<sup>۲</sup> به ۰/۱۵۴ افزایش یافته و مقدار بتا نیز هنوز در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است و بالاخره در مدل ۳ هنگامی که متغیر "جنسیت" وارد مدل می‌شود، مقدار R<sup>۲</sup> به ۰/۲۶۳ افزایش می‌یابد، به عبارت صحیح‌تر، تقریباً ۲۶/۳ درصد از تغییرات پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان توسط متغیرهای پیش‌بین خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و جنسیت قابل پیش‌بینی است که سهم جنسیت در حدود ۱۰/۹ درصد می‌باشد که از نظر آماری معنی‌دار است. همچنین ضریب بتای مربوط به این متغیر نیز به اندازه‌ای بزرگ است (۰/۳۷۲-) که از نظر آماری معنی‌دار باشد. بنابراین می‌توان گفت روابط متغیرهای "خودمهارگری" و "اعتیاد به فناوری‌ها" با "پیشرفت

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

تحصیلی" دانش‌آموزان، در دانش‌آموزان دختر و پسر متفاوت می‌باشد.

هدف آخر پژوهش بررسی رابطه بین اعتیاد به فناوری‌ها، خودمهارگری و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان کم‌توجه / فزون‌کنش و عادی بود که با استفاده از روش رگرسیون سلسله مراتبی موردآزمون قرار گرفت و نتایج آن را در جدول شماره (۶) مشاهده می‌کنید.

جدول ۶: ضرایب رگرسیون سلسله‌مراتبی

سطح معناداری	t	(Beta)	B	ضریب	R <sup>2</sup>	متغیرهای وارد شده در مدل	شماره
۰/۰۱ ۰/۰۱	۷/۹ ۵/۷		۹/۴ ۰/۰۶	۱- عرض از مبدا ضریب متغیر	۰/۰۹۱	خودمهارگری	۱
۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۹۲	۹/۵ ۵/۴ -۴/۹		۱۲/۵ ۰/۰۵۱ -۰/۰۶	۱- عرض از مبدا ضریب متغیر ضریب متغیر	۰/۱۵۴	خودمهارگری اعتیاد به فناوری‌ها	۲
۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۰۱ ۰/۰۱	۸/۸ ۸/۰۴ -۲/۹ -۶/۹		۱۲/۰۳ ۰/۰۵۲ -۰/۰۵۷ ۰/۳۵۳	۱- عرض از مبدا ضریب متغیر ضریب متغیر ضریب متغیر	۰/۱۵۶	خودمهارگری اعتیاد به فناوری‌ها کم‌توجهی / فزون‌کنشی	۳

بر اساس اطلاعات جدول بالا در مدل‌های ۱ و ۲ مقدار R<sup>2</sup> و مقدار ضریب بتا برای دو متغیر خودمهارگری و اعتیاد به فناوری‌ها در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است. اما در مدل سوم با ورود همزمان سه متغیر خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و کم‌توجهی / فزون‌کنشی مجدداً مقدار t معنادار می‌شود که حاکی از تفاوت معنادار بین دانش‌آموزان بیش‌فعال و عادی است. به عبارت دیگر می‌توان گفت که رابطه بین خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان کم‌توجه / فزون‌کنش و عادی متفاوت بوده و متغیر ابتلا یا عدم ابتلا به کم‌توجهی/ فزون‌کنشی در این زمینه از اهمیت زیادی برخوردار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

دبیرستان بر اساس خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و ابتلا به اختلال کم‌توجهی/فزون‌کنشی بود. در ادامه بر اساس هدف‌های پژوهش به بحث در مورد یافته‌های پژوهش می‌پردازیم. در رابطه با هدف اول پژوهش یافته‌ها نشان داد که اعتیاد به فناوری‌ها رابطه‌ای منفی و معناداری با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دارد، در حالی که رابطه بین خودمهارگری و پیشرفت تحصیلی در این دانش‌آموزان مثبت و معنادار است. به عبارت دیگر به این معنا که هرچه اعتیاد به فناوری‌های بیشتر باشد، پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان کمتر است. در قسمتی از نتیجه پژوهش آمده است که اعتیاد به فناوری‌ها موجب می‌شود پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان کاهش پیدا می‌کند. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهشی که توسط اندرسون و دیل (۲۰۰۵)؛ دورکین و باربر (۲۰۰۰)، جنتیل و همکاران (۲۰۰۴)، حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری (۱۳۸۹) انجام گرفته، همسویی دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که گرچه در تحقیقات مختلف رابطه علت و معلولی روشنی بین انجام بازی‌های رایانه‌ای، استفاده افراطی از اینترنت و تلفن همراه با پیشرفت تحصیلی مشاهده نشده است، اما به نظر می‌رسد دانش‌آموزانی که به‌طور مداوم بازی می‌کنند خصوصاً آنهایی که به بازی‌های آنلاین وابستگی دارند نسبت به مدرسه تمایل کمتری دارند. چون زیاد بازی کردن، زمان تخصیص دادن به فعالیت‌های دیگر به‌ویژه تکالیف درسی را کاهش می‌دهد، که بالتبع می‌تواند پیشرفت تحصیلی فرد را به‌طور منفی تحت تأثیر قرار دهد. از نظر علمی ثابت شده است دانش‌آموزانی که ۳ ساعت یا بیشتر را به بازی کردن در فضای اینترنتی و آنلاین اختصاص می‌دهند، نسبت به همسالانشان که از این بازی‌ها کمتر استفاده می‌کنند یا اصلاً استفاده نمی‌کنند پیشرفت تحصیلی کمتری دارند (حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری، ۱۳۸۹؛ زمانی، عابدینی و کدخدایی، ۱۳۸۹). چون استفاده مکرر از بازی‌های رایانه‌ای آمادگی فرد را برای تلاش کردن جهت آموختن و تحصیل کاهش می‌دهد. گرچه عوامل بسیاری سبب اُفت تحصیلی می‌شود، شاید بتوان گفت هر چیزی که ذهن دانش‌آموزان را درگیر و از مسیر آموزش منحرف کند، یکی از عوامل اُفت تحصیلی است. در مورد رابطه مثبت میان خودمهارگری و پیشرفت تحصیلی باید اشاره کرد که این متغیر نقشی میانجی‌گری و مهم در مدیریت عملکرد تحصیلی، زمان اختصاص‌یافته به تکالیف درسی و اوقات فراغت و هیجانانگیز بودن فرد دارد، از این رو می‌تواند در پیشرفت تحصیلی عاملی اساسی باشد (حق‌بین، ۱۳۹۰).

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

یافته‌های پژوهش‌ها نشان می‌دهد این متغیر پیش‌بینی‌کننده‌ای بسیار نیرومند برای پیشرفت تحصیلی نوجوانان سال اول دبیرستان است. در رابطه با هدف دوم پژوهش یافته‌ها نشان داد که تنها میزان خودمهارگری در بین دانش‌آموزان بیش‌فعال و عادی تفاوت معناداری دارد بلکه این متغیر رابطه‌ای معناداری با اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در آنان دارد. نتایج بدست آمده با نتایج سایر پژوهش‌ها از جمله گریفیث (۲۰۱۰)، کیم و همکاران (۲۰۱۳) و حق‌بین (۱۳۹۰) همسویی دارد. این محققان نیز میزان خودمهارگری در دانش‌آموزان بیش‌فعال و عادی را متفاوت به‌دست آوردند. برای تبیین این یافته می‌توان گفت که احتمالاً میزان برانگیختگی بالا<sup>۴</sup> در دانش‌آموزان بیش‌فعال عامل اصلی اعتیاد بیشتر آنان به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی کمتر آنان نسبت به دانش‌آموزان عادی است. فرد بیش‌فعال بر روی خود تسلط کمتری داشته و نمی‌تواند میل خود برای انجام بازی، استفاده از اینترنت و تلفن همراه خود را به تعویق انداخته و مدیریت کند در نتیجه مدیریتی بر زمان خود نداشته و دچار افت شدید در علاقه نسبت به انجام تکالیف درسی شده و از این نظر پیشرفتی نخواهد داشت (یانگ، ۲۰۰۷). یافته هم‌چنین نشان داد که روابط بین متغیرهای "خودمهارگری" و "اعتیاد به فناوری‌ها" با "پیشرفت تحصیلی" در دانش‌آموزان دختر و پسر متفاوت می‌باشد. این یافته همسوبا یافته‌های پژوهش‌های براون و همکاران (۱۹۹۷)؛ چانگ و چن (۲۰۰۹)؛ کولیز (۲۰۱۲) و حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری (۱۳۸۹) است. برای مثال نتایج تحقیق و حسن‌زاده، صالحی و رضایی کیاسری (۱۳۸۹) نشان داد میزان و الگوی استفاده از فناوری‌ها (اینترنت و استفاده از خدمات سرویس پیام کوتاه در تلفن همراه) در دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستانی متفاوت بوده، به‌صورتی که پسرها اعتیاد بیشتری به اینترنت و دخترها اعتیاد بیشتری به تلفن همراه داشتند. این محققان در مورد علل این تفاوت‌ها به نقش تفاوت‌های جنسیتی از نظر میزان هیجانی بودن و احساس تنهایی و نوع فعالیت‌های ترجیحی برای گذراندن اوقات فراغت اشاره کرده‌اند که از نظر اینجانب نیاز به تحقیق بیشتر دارد.

یافته‌ها حاکی از این است که رابطه بین خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان کم‌توجه/فزون‌کنش و عادی متفاوت بوده و متغیر ابتلا یا عدم ابتلا به کم‌توجهی/فزون‌کنشی در این زمینه از اهمیت زیادی برخوردار است. پژوهش‌های انجام شده

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

برای تبیین این نظریه به بعد برانگیختگی و خودمهارگری اشاره کرده‌اند. نارسایی در خودمهارگری با مفهوم برانگیختگی رابطه دارد و نشانگر ناتوانی از تفکر در مورد پیامد رفتار است. اختلال‌های کنترل برانگیختگی نیز برای رسیدن به خشنودی آنی انجام می‌شوند، اما به‌زودی منجر به ایجاد پیامدهای منفی می‌شود (گریفیت، ۲۰۰۸b). گریفیت و ماهروف علاوه بر این بیان کرده‌اند که فرد به سبب اینکه بر روی رفتار خود مسلط نیست و نمی‌تواند کنترل کند، همچنین در زمان‌هایی که به بازی‌های رایانه‌ای، اینترنت و تلفن همراه می‌پردازد معمولاً برای رفع تنش‌ها، بی‌حوصلگی و استرس می‌باشد، در نتیجه گذر زمان را نیز احساس نخواهد کرد.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر انتخاب گروه نمونه از میان دانش‌آموزان سال دوم و سوم دبیرستان است، پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌های بعدی گروه نمونه خود را از سایر مقاطع و پایه‌های تحصیلی انتخاب کنند. همچنین پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌های بعدی روابط علت و معلولی میان متغیرهای مورد بررسی در این پژوهش را از طریق مدل‌های معادلات ساختاری مورد بررسی قرار داده و همچنین برای دستیابی به نتایج دقیق‌تر از طرح‌های آزمایشی کنترل شده و برنامه‌های مداخله‌ای استفاده کنند.

با توجه به نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر و بر این اساس که ابزارهای الکترونیکی عصر جدید جای بازی‌های فعال و گروهی را در بین نوجوانان و جوانان گرفته است لازم است تدابیری اندیشیده شود که بازی‌های فعال و گروهی مخصوصاً در محل زندگی و در مدارس به فراموشی سپرده نشوند تا نوجوانان و جوانان که آینده‌سازان جامعه هستند از تأثیرات منفی آن مصون باشند.

## پی‌نوشت‌ها:

- 1- Self- Control
- 3- Hariss, M.
- 5- Disfunction

- 7- Self-Control Questionnair

- 2- Technologies
- 4- Mobile Phone
- 6- Attention Deficit  
HyperactiveDisorder
- 8- Technology Addiction  
Questionnair

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

- 9- Computer Game Addiction Questionair      10- Internet Dependence Questionair  
 11- Mobile Phone Dependence Questionair      12- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders  
 13- Attention Deficit Diagnostic Chek List      14- Impulsivity

## منابع و مآخذ فارسی:

- حسن‌زاده، رضا؛ صالحی، محمد؛ و کیاسری، علی‌رضا. (۱۳۸۹). رابطه استفاده افراطی از تکنولوژی (اعتیاد به اینترنت و SMS) و وضعیت آموزشی و روانی دانش‌آموزان. فصلنامه روانشناسی تربیتی، ۳، ۶۹-۸۱.
- حق‌بین، مریم. (۱۳۹۰). پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان بر اساس اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، خودکنترلی و پیش‌فعالی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- زمانی، بی‌بی‌عشرت؛ و عابدینی، یاسمین. (۱۳۹۳). الگوی ساختاری از تأثیر سبک‌های فرزندپروری اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و پیشرفت تحصیلی در نوجوانان پسر دبیرستانی. رویکردهای نوین آموزشی، (۱۸)، ۲، ۱۳۳-۱۵۶.
- زمانی، بی‌بی‌عشرت؛ عابدینی، یاسمین و کلانتری، میترا. (۱۳۹۲). بررسی رابطه میزان و چگونگی استفاده از اینترنت در دانش‌آموزان دبیرستانی با توجه به عوامل جمعیت‌شناختی. فصلنامه روانشناسی کاربردی، (۲۷)، ۳، ۳۴-۲۳.
- سلیمان‌نژاد، اکبر؛ و شهرآرای، مهرناز. (۱۳۸۰). ارتباط منبع کنترل، خودمهارگری با پیشرفت تحصیلی. مجله روانشناسی و علوم تربیتی، ۲، ۱۷۹-۱۷۵.
- سیف، علی‌اکبر. (۱۳۹۲). روانشناسی پرورشی نوین: روانشناسی یادگیری و آموزش. تهران: نشر دوران.



رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش صادقان، عفت. (۱۳۸۴). تأثیر کامپیوتر و اینترنت بر کودکان و نوجوانان. ماهنامه الکترونیکی پژوهشگاه علوم و فناوری اطلاعات ایران، ۴ (۴)، ۸۶-۷۸.

عابدینی، یاسمین؛ زمانی، بی‌بی‌عشرت و کدخدایی، محبوبه‌السادات. (۱۳۹۰). مدلی علی از روابط میان سبک‌های فرزندپروری، اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان دختر راهنمایی. مجله روانشناسی و علوم تربیتی، ۲ (۲)، ۴۱-۳۴.

کاپلان، هارولد و سادوک، بنیامین. (۱۹۹۴). خلاصه روانپزشکی: علوم رفتاری- روانپزشکی بالینی. ترجمه پورافکاری، نصرت‌اله، ۱۳۶۸؛ تهران: نشر ذوق، جلد ۴.

کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان. (۱۳۸۸). اعتیاد به تکنولوژی اثر بد روی تحصیلات نوجوانان دارد. نشریه شاپرک، ۲، ۱۸۴۰-۳.

مرکز آمار ایران. (۱۳۸۷). چکیده یافته‌های طرح آمارگیری از کاربران اینترنت. برگرفته از سایت <http://WWW.amar.org.ir> روز ۲۳/۰۸/۱۳۹۲.

## منابع و مآخذ خارجی:

- American Psychiatric Association. (2001). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-IV-TR (text revision)*. Washington DC: American Psychiatric Association.
- Anderson, J.; & Dill, J. (2005). Spot on: Korea reacts to increase in game addiction. Available at: [http://www.au.gamespot.com/News/2005/09/12/News\\_6132357](http://www.au.gamespot.com/News/2005/09/12/News_6132357).
- Brown, R. M.; Haltzer, R.; Brown, S.L.; & Brown, N.L. (1997). Gender and video game performance. *Sex Roles, 36*, 793 - 812.
- Choliz, M. (2012). Mobile- phone addiction in adolescence: the test of mobile phone dependence (TMD). *Prog Health Sci, 12(1)*, 33-44.
- Chung, T.Y. & Chen, W.F. (2009). Effect of computer-based video games on children. *Educational technology & society, 12(2)*, 1-10.
- Danforth, I. D.W. & Charlton, J.P. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in human Behavior, 2(23)*, 1531-48.

- Demetrovics, Z.; Beatrix, S.; & Sándor, R. (2008). The three-factor model of Internet addiction: The development of the Problema. *Behavior Research Methods, 40* (2), 556-563.
- Durall, J.(2014). Toward an understanding of ADHD: A developmental delay in self- control. Retrieved from <http://WWW.greatschools.org>. 23/02/2014.
- Durkin, K.; & Barber, B. (2002). Not so doomed: Computer game play and positive adolescent development. *Applied Developmental Psychology, 23*, 373-392.
- Frolich, J.; Leh, M.; Kuhl, S.; & Dopfner, M. (2009). Computer games in childhood and adolescence : relations to addictive behavior , ADHD , and aggression. *Z kinder jugend psychother 37* (5, 393-402).
- Glasney, S.; & Connor, C. (2013).The association between self-regulation and ADHD in first grade classrooms. *Florida State University and the Florida center for reading research*.
- Goldstein, S. (2014). What is the relation between AD/HD and self-control? Retrieved from <http://WWW.greatschools.org>. 23/02/2014 at 14 AM.
- Griffith, M. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction : some case study Evidence. *Journal of Mental Health and Addiction, 8*, 119-125.
- Griffiths, M. D. (2008b). *Video-game and internet addiction*. In Adolescent addiction: Epidemiology, assessment and treatment. New York: Academic Press.
- Huge, M.R. & Gentile, Douglas. A. (april2003).Video game addiction among adolescents: associations with academic performance and aggression. *Society for research in development conference*, tampa: fl.
- Kessler, R.C.; Lenard, A.; Michael, J.; Gruber, Chaitanya. A.; Sarawate, Thomas. S.; & van Brun, David. L. (2007).validity of the world health organization Adult ADHD self-report scale (ASRS) screener in a representative sample of health plan members. *Int j methods psychiatr Res, 16*(2), 52-56.
- Kim, E.J.; Namkoong, K.; & Ku, T. (2013). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry, 23*, 54-69.
- Lemmens, Jeroen. S.; Valkenburg, Patti. M.; & Jochen, P. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology, 12*, 77-95.
- Normandeau, S. Y; & gaudy, F. (1998). Preschool behavior and first-grade *Of educational psychology. 90*(1), 111-121.
- Tangney, P.J.; Baumeister, R.F.; & Boone, A.L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 5*(2), 56- 72.

رابطه خودمهارگری، اعتیاد به فناوری‌ها و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان عادی و کم‌توجه/فزون‌کنش

- Roe, K., & Muijs, D. (1998). Children and computer: A profile of the heavy user. *European journal of communication, 13*(2), 181-200.
- School achievement: the mediational role of cognitive self-control. *Journal*
- Yang, Z. (2007). Research on the correlation between life event and video game addiction in junior middle school students. *Chinese journal of clinical psychology, 113* (2), 182-193.
- Young, K.S. (1996). Addictive use of Internet: A case that breaks the stereotype *Psychological reports, 3*, 123-134.