تبیین رابطه بین مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی در دانش‌آموزان ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام

مهرزاد حمیدی[۱]، مجید جلالی فراهانی[۱]، حسین رجبی[۲]، فروزان یوسف جمال[۲*]

۱) گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۲) گروه مدیریت ورزشی، پردیس بین المللی کیش، دانشگاه تهران، کیش، ایران

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۳/۱۲ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۱/۹

چکیده

مقدمه: اعتیاد اینترنتی نوعی اختلال روان شناختی–اجتماعی است که شامل نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت بوده و استفاده بیمارگونه و وسواسی از اینترنت را شامل می شود. هدف این پژوهش تبیین رابطه بین مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی در دانش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه بود.

مواد و روش ها: این تحقیق با توجه به هدف کاربردی و از لحاظ روش توصیفی–همبستگی بود. نمونه آماری تحقیق ۱۲۹ نفر از دانـش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه در نیمه دوم سال تحصیلی ۹۶–۱۳۹۵ استان ایلام بودند که به روش تصادفی چند مرحله ای طبقه ای نمونه گیری شدند. با استفاده از مقیاس مهارت های اجتماعی نوجوانان(TISS)، خودکارآمدی عمومی(GSE)، سـبک زنـدگی(LSQ) و مقیاس اعتیاد اینترنتی(IAT) داده های مطالعه جمع آوری شدند. در تحلیل داده ها از نرم افزارهای SPSS vol.19 و smart PLS3 استفاده شد.

یافته های پژوهش: مطابق نتایج مطالعه نمره مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام ۱۲۶/۹۸، نمره خودکارآمدی ۶۳/۵۱، نمره سبک زندگی ۲۷۳/۵۱ و نمره اعتیاد اینترنتی ۴۵/۸۸ برآورد گردید. سبک زندگی نیز در سطح اطمینان ۹۵ درصد رابطه خودکارآمدی دانش‌آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آنه ا را تعدیل می نمود.

بحث و نتیجه گیری: با توجه به نتایج حاصل از مطالعه، سبک زندگی در رابطه خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار با اعتیاد اینترنتی، نقش تعدیل گر را داشت و لزوم مداخلات لازم جهت حفظ و بهبود سبک زندگی و تقویت خودکارآمدی در پیشگیری از اعتیاد به اینترنت با آموزش های موثر برای دانش آموزان ضروری می باشد.

واژه های کلیدی: ویژگی های شناختی، اعتیاد اینترنتی، دانش آموزان ورزشکار

* نویسنده مسئول: گروه مدیریت ورزشی، پردیس بین المللی کیش، دانشگاه تهران، کیش، ایران

Email: f.yousefjamal@yahoo.com

Copyright © 2018 Journal of Ilam University of Medical Science. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution international 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material, in any medium or format, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

مقدمه

امروزه اینترنت بیش از تلویزیون و ماهواره وقت مردم را به خود اختصاص داده، و به صورت گسترده در زمینه های آموزش، تحقیق، تبادل اطلاعات، ارتباط بین فردی، علم و سرگرمی به کار می رود(۱)، و دسترسی به آن در منازل، مدارس و دانشکده ها در حال فزونی است، به طوری که نوجوانان و دانش آموزان کاربران اصلی اینترنت محسوب می شوند(۴-۲). آن ها از اینترنت برای جستجوی اطلاعات، بازی های آنلاین، وب سایت های گفتگو، ارسال ایمیل، جستجوی وب، دانلود نرم افزار و فایل رسانه و گوش دادن به موسیقی و تماشای فیلم استفاده می کنند(۱،۳،۵،۶)، و ۳۶ درصد از کاربران اینترنت را تشکیل می دهند، با این حال استفاده بیش از حد از اینترنت یا اعتیاد اینترنتی در بین این قشر می تواند بسیار مشکل آفرین باشد(۲،۴،۵،۷،۸)، زیرا اعتیاد اینترنتی معمولاً منجر به اختلال در کنترل تکانش می شود که در آن فرد توانایی کنترل استفاده از اینترنت را ندارد(۱،۹،۱۰)، و این شرایط در نهایت برای وی منجر به عملکرد اجتماعی، روانی، فیزیکی، تحلیلی مختلف و دشواری های کاری و حرفه ای(۱۱،۱۲)، و اختلال در زمینه های مختلف زندگی می گردد(۱۳)، هم چنین اعتیاد اینترنتی تبعاتی چون ناراحتی های جسمانی هم چون سردرد، تورم و سوزش چشم، کمردرد، گردن درد، درد مفصل انگشتان و مچ دست، کم خوابی یا بی خوابی و اختلال در اشتها و عوامل دیگری چون افت تحصیلی، عدم تمایل به شرکت در کلاس ها، محافل خانوادگی یا جمع دوستان، بی توجهی به نظافت شخصی، پرخاشگری و تمایل بیش از حد به انزوا و تنهایی را در پی دارد(۱۴)، به علاوه اعتیاد اینترنتی موارد زیر را نیز در پی دارد: اثرات منفی بر عملکرد تحصیلی یا کاری؛ کاهش مشارکت در خانواده یا کاهش ارتباط با دوستان؛ کاهش و یا عدم علاقه به سایر عادت ها یا حرفه ها؛ احساس اضطراب یا افسردگی در زمان های بدون رایانه؛ انجام اقداماتی برای پنهان کردن میزان استفاده از رایانه/اینترنت(۱۵).

از این رو با توجه به گسترش روز افزون اعتیاد اینترنتی در میان نوجوانان و خاصه دانش آموزان شناسایی عوامل موثر بر آن مهم می باشد. قابل ذکر است که عواملی چون ویژگی های شخصیتی با اعتیاد اینترنتی مرتبط شناخته شده اند(۱۴). از جمله این ویژگی های شخصیتی که با اعتیاد اینترنتی همبستگی نشان داده اند، می توان به باورهای خودکارآمدی ضعیف، مهارت های اجتماعی ضعیف و سبک زندگی ناسالم اشاره کرد(۱۶)، لذا در این پژوهش به تبیین رابطه بین خودکارآمدی، مهارت های اجتماعی و سبک زندگی با اعتیاد اینترنتی دانش آموزان ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام پرداخته شده است.

گفتنی است که مهارت های اجتماعی به عنوان رفتارهای اجتماعی مورد قبول و فراگرفته شده ای که موجب ارتباط با دیگران و بهبود کیفیت زندگی می شوند، تعریف شده اند(۱۷)، و در برقراری کنش متقابل موثر و ارتباط مفید در پذیرش اجتماعی نقش مهمی دارند(۱۸)، به علاوه این مهارت ها توانایی های لازم برای انجام رفتار هدفمند و موفقیت آمیز می باشند(۱۹). از سوی دیگر بر اساس نظریه شناختی-اجتماعی بندورا که انسان را عامل تعیین کننده و تاثیرگذار بر محیط خود می داند یکی از عوامل موفقیت در زندگی خودکارآمدی است که به باورها یا قضاوت های فرد به توانایی های خود در انجام وظایف و مسئولیت ها اشاره دارد. باید توجه داشت که انسان موجودی فعال بوده و بر رویدادهای زندگی خود اثر می گذارد. به باور بندورا افراد نه توسط نیروهای درونی رانده می شوند و نه محرک های محیطی آن ها را به عمل سوق می دهند، بلکه کارکردهای روان شناختی عملکرد، رفتار، محیط و محرکات آن را تعیین می کند(۲۰). از دیگر سو سبک زندگی نیز یک الگو از ترجیحات، تمایلات و ارزش های فرد می باشد(۲۱).

باید مدنظر داشت که مطابق پژوهش های صورت گرفته افراد معتاد به اینترنت نسبت به کاربران عادی از نظر سبک زندگی سالم در وضعیت نامطلوبی به سر می برند(۲۲)، هم چنین مطابق پژوهش ها مهارت های اجتماعی و خودکارآمدی با نگرش به مصرف مواد در نوجوانان رابطه دارند(۲۳)، در حالی که در دیگر پژوهش ها رابطه ای منفی بین خودکارآمدی اجتماعی و اعتیاد به اینترنت گزارش شد(۲۴)، به علاوه با استناد

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

به نتایج مطالعات مشخص شد که هر چقدر افراد خودکارآمدی بالایی داشته باشند، وابستگی به اینترنت در آن ها پایین می شود(۲۶). با توجه به موارد مطرح شده در این پژوهش به بررسی نقش تعدیل گر سبک زندگی در رابطه مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار با اعتیاد اینترنتی آن ها و هم چنین نقش تعدیل گر سبک زندگی در رابطه خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار با اعتیاد اینترنتی آن ها می پردازد.

مواد و روش ها

در این پژوهش از روش تحقیق توصیفی-همبستگی استفاده شده است. توصیفی به این سبب که پژوهشگران درصدد بودند که به توصیف شرایط یا پدیده ها بپردازند و همبستگی از آن جهت که با استفاده از تحلیل همبستگی یا کوواریانس به دست آمده توسط رویکرد مدل یابی معادلات ساختاری در پی شناسایی روابط ساختاری موجود در بین متغیرها بودند. این تحقیق از نظر هدف کاربردی و جزء تحقیقات کمی محسوب می شود.

ملاک های ورود به مطالعه عبارت بودند از دانش آموزان مقطع متوسطه که در قالب یک تیم رسمی باشگاهی به ورزش حرفه ای می پرداختند و به مشارکت در تحقیق رضایت داشتند. بر اساس آمار مستند از دایره طرح و برنامه سازمان آموزش و پرورش استان ایلام در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ تعداد دانش آموزان مقطع متوسطه ۱۶۹۰۰ نفر برآورد گردید. لازم به ذکر است که در این پژوهش نمونه گیری به صورت تصادفی چند مرحله ای طبقه ای با انتساب متناسب صورت گرفت. ابتدا مناطق و شهرستان های چهارده گانه استان ایلام به دو حوزه جغرافیایی شمالی و جنوبی تقسیم شده و از حوزه انتخابی شمالی سه شهرستان و دو منطقه و از حوزه انتخابی جنوبی یک شهرستان و دو منطقه انتخاب شدند. به دلیل مرکزیت شهرستان ایلام و تعداد زیاد دانش آموزان آن که سهم عمده ای از دانش آموزان استان را تشکیل می دهند، سهمیه ای مستقل برای شهر ایلام در نظر گرفته شد. در نهایت برای تعیین حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شد که مطابق آن تعداد نمونه ۴۰۲ دانش آموز برآورد گردید که از این تعداد ۱۲۹ دانش آموز، ورزشکار (پرداختن به ورزش حرفه ای در قالب یک تیم رسمی باشگاهی) بودند.

مقیاس مهارت های اجتماعی نوجوانان(TISS): پرسش نامه مهارت های اجتماعی نوجوانان توسط ایندربیتزن و فوستر(۱۹۹۲) طراحی شده و دارای ۴۰ گویه بوده که گویه شماره(۲۳) به دلیل عدم انطباق با فرهنگ ایران حذف شد(۲۷). قابل ذکر است که عبارات این پرسش نامه دارای شش گزینه به این شرح می باشد. اصلاً درست نیست(صفر)، خیلی کم درست است(۱)، کمی درست است(۲)، تا حدی درست است(۳)، بیشتر اوقات درست است(۴) و همیشه درست است(۵). گفتنی است که نحوه ارزیابی مهارت های اجتماعی هر فرد توسط این پرسش نامه بدین صورت است که اگر فردی نمره اش بالاتر از میانگین باشد، دارای مهارت های اجتماعی بالا بوده و اگر پایین تر باشد، مهارت های اجتماعی پایین دارد. لازم به ذکر است که نمره ۹۸ بر اساس استاندارد تست به عنوان میانگین در نظر گرفته شده است. اعتبار این سیاهه توسط ایندربیتزن و فوستر(۱۹۹۲) ۰/۹ گزارش شده است. روایی همگرایی پرسش نامه مهارت های اجتماعی ایندربیتزن و فوستر به شیوه های متفاوت مورد ارزیابی قرار گرفته و نتایج به دست آمده دلالت بر روایی همگرا و روایی تشخیصی قابل قبول این پرسش نامه دارد. پایایی این پرسش نامه برای ثبات درونی ۰/۸۸ گزارش شده است.

پرسش نامه خودکارآمدی عمومی(GSE): این پرسش نامه توسط شرر و همکاران(۱۹۸۲) برای سنجش خودکارآمدی عمومی طراحی شد. این پرسش نامه دارای ۱۷ گویه بوده و انتظارات خودکارآمدی آزمودنی ها در سه سطح میل به آغازگری رفتار، ادامه تلاش جهت تکمیل رفتار و مقاومت در رویارویی با موانع را می سنجد. نمره گذاری آن بر اساس لیکرت پنج درجه ای کاملاً مخالفم(۱)، مخالفم(۲)، بی نظر(۰)، موافقم(۳)، کاملاً موافقم(۴) انجام می شود. بالاترین نمره خودکارآمدی ۸۵ و پایین ترین نمره برابر ۱۷ خواهد بود. نمرات بالاتر نشانگر خودکارآمدی بیشتر و قوی تر است. شرر(۱۹۸۲)

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

اعتبار محاسبه شده از طریق آلفای کرونباخ را برای خودکارآمدی عمومی ۰/۷۶ ذکر نموده است. در پژوهشی ضریب اعتبار از طریق دو نیمه کردن ۰/۸۵ و آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شده است(۲۸).

پرسش نامه سبک زندگی(LSQ): به منظور سنجش متغیر سبک زندگی از پرسش نامه سبک زندگی استفاده شده که دارای ابعاد(سلامت جسمانی، ورزش و تندرستی، کنترل وزن و تغذیه، پیشگیری از بیماری ها، سلامت روان شناختی، سلامت معنوی، سلامت اجتماعی، اجتناب از داروها و مواد مخدر، پیشگیری از حوادث و سلامت محیطی) می باشد. این پرسش نامه دارای ۷۰ گویه بوده و طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می باشد که از خیلی مخالفم(۱) تا کاملاً موافقم(۶) نمره گذاری می شود. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسش نامه مجموع امتیازات همه گویه ها را با هم جمع می کنند. در پژوهشی با استفاده از آزمون تحلیل عاملی روایی سازه پرسش نامه سبک زندگی را به منزله ابزاری چند بعدی برای ارزیابی و برای اندازه گیری سبک زندگی مورد تائید قرار دادند(۲۹)، هم چنین پایایی پرسش نامه با استفاده از روش اندازه گیری آلفای کرونباخ محاسبه شد. معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از صفر(۰) به معنای عدم پایداری تا مثبت ۱ به معنای پایایی کامل قرار می گیرد و هر چه مقدار به دست آمده به عدد مثبت نزدیک تر باشد، قابلیت اعتماد پرسش نامه بیشتر می شود. آلفای کرونباخ برای بعد سلامت جسمانی ۰/۸۹، ورزش و تندرستی ۰/۸۷، کنترل وزن و تغذیه ۰/۸۵، پیشگیری از بیماری ها ۰/۸۷، سلامت روان شناختی ۰/۸۸، سلامت معنوی ۰/۸۴، سلامت اجتماعی ۰/۸۲، اجتناب از داروها و مواد مخدر ۰/۷۹، پیشگیری از حوادث ۰/۸۵، سلامت محیطی ۰/۷۶ و آلفای کرونباخ کل پرسش نامه ۰/۸۷ محاسبه گردیده است(۲۹).

پرسش نامه اعتیاد به اینترنت یانگ(IAT): این پرسش نامه در سال ۱۹۸۸ توسط کیمبرلی یانگ ساخته شد و در زمینه سنجش اعتیاد اینترنتی مورد استقبال بسیاری قرار گرفت. سوالات این آزمون بر اساس ملاک های DSM-IV-TR برای اختلال قماربازی بیمارگون طراحی شده اند، چرا که گمان می رود اختلال اعتیاد به اینترنت شباهت زیادی با اختلال قماربازی بیمارگونه دارد. این پرسش نامه دارای ۲۰ گویه بوده و برخی از آیتم های آن به این گونه است. ۱-چند وقت یک بار برای زمانی طولانی تر از آن چه که دوست داشتی در اینترنت می مانی؟ ۲-چند وقت یک بار از انجام کارهای خانه صرف نظر می کنی تا زمان بیشتری را در اینترنت بمانی؟ و تعیین می کند که آیا استفاده بیش از حد از اینترنت بر جنبه های مختلف زندگی فرد اثر گذاشته است یا خیر. یانگ(۱۹۹۹) روایی و پایایی پرسش نامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آورده است. در ایران نیز این مقدار ۰/۸۱ بوده است(۳۰). در این پرسش نامه هر سوال در قالب طیف لیکرت از ۱ تا ۵ نمره گذاری می شود و از بندرت(۱) تا همیشه(۵) نمره گذاری می شود و نمره کلی پرسش نامه دامنه ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را دارد. پس از نمره گذاری امکان تفسیر نمرات به ترتیب زیر وجود دارد:

کاربر عادی اینترنت ۴۹-۲۰

کاربر دارای اعتیاد به اینترنت خفیف ۷۹-۵۰

کاربر دارای اعتیاد به اینترنت شدید ۱۰۰-۸۰

در این پژوهش برای سنجش پایایی پرسش نامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که مقدار آن برای متغیر مهارت های اجتماعی ۰/۸۷، برای متغیر خودکارآمدی ۰/۸۹، سبک زندگی ۰/۸۴ و اعتیاد اینترنتی ۰/۷۸ برآورد گردید.

آنالیز آماری: به منظور تجزیه و تحلیل داده ها در دو بخش آمار توصیفی و استنباطی از نرم افزارهای SPSS vol.19 و smart PLS 3 استفاده شده است. گفتنی است که نسل دوم مدل یابی معادلات ساختاری علاوه بر کوواریانس بر ساختارهای واریانس مبتنی هستند، مانند PLS و هنگامی مورد استفاده قرار می گیرند که حجم نمونه کم باشد، به علاوه باید نظر نمود که از طریق این روش می توان قابل قبول بودن مدل های نظری را در جوامع خاص با استفاده از داده های همبستگی غیرآزمایشی و آزمایشی آزمود. در ذیل شاخص های برازندگی مدل PLS آورده شده است: ضریب آلفای کرونباخ، صفر(عدم برازش) تا ۱ (برازش کامل) است و مقادیر بالاتر از ۰/۷۰ قابل قبول

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

می باشد؛ ضریب قابلیت اطمینان ساختاری(CR)، صفر(عدم برازش) تا ۱ (برازش کامل) است و مقادیر بالاتر از ۰/۷۰ قابل قبول می باشد؛ اعتبار همگرایی(AVE)، صفر(عدم برازش) تا ۱ (برازش کامل) است و مقادیر بالاتر از ۰/۵ قابل قبول می باشد؛ در شاخص افزونگی(Communality)، اعداد مثبت نشانگر کیفیت مناسب مدل است و در شاخص برازش کلی مدل(GOF)، ۰/۳۶ به عنوان مقدار قوی در نظر گرفته می شود.

یافته های پژوهش

از مجموع دانش آموزان مورد مطالعه ۳۷/۲ درصد دارای ۱۵ سال سن، ۴۳/۴ درصد ۱۶ سال و ۱۹/۴ درصد ۱۷ سال سن داشتند. ۳۸/۸ درصد از جامعه مورد مطالعه را دانش آموزان دختر و ۶۱/۲ درصد را دانش آموزان پسر تشکیل می دادند.

در جدول شماره ۱ نمره مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه آورده شده است.

جدول شماره ۱. میانگین و انحراف معیار نمره مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی دانش آموزان ورزشکار

متغیرها	تعداد نمونه	نمره میانگین براساس مقیاس	میانگین	نمره از ۱۰۰	انحراف معیار	کمترین میانگین نمره	بیشترین میانگین نمره
مهارت‌های اجتماعی	۱۲۹	۹۸	۱۲۶/۹۸	٪۶۵	۲۵/۱۱	۵۲	۲۴۹
خودکارآمدی	۱۲۹	۸۵	۶۳/۵۱	٪۳۷	۱۵/۵۸	۴۲/۲۹	۱۶۲/۲۴
سبک زندگی	۱۲۹	۲۱۰	۲۷۳/۵۱	٪۶۵	۷۹/۵۷	۶۳	۷۵۵
اعتیاد اینترنتی	۱۲۹	۵۰	۴۵/۸۸	٪۴۵	۳۵/۰۵	۲۰	۲۲۰

نمره مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه بر اساس مقیاس TISS، ۱۲۶/۹۸ بوده و از میانگین مقیاس یعنی ۹۸ بالاتر می باشد که نشان از وضعیت مطلوب مهارت های اجتماعی در میان دانش آموزان ورزشکار استان ایلام دارد.

نمره خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه بر اساس مقیاس GSE، ۶۳/۵۱ بوده و از میانگین مقیاس یعنی ۸۵ کمتر می باشد که نشان از عدم مطلوبیت خودکارآمدی در میان دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه استان ایلام دارد.

نمره سبک زندگی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه بر اساس مقیاس LSQ، ۲۷۳/۵۱ بوده و از میانگین مقیاس یعنی ۲۱۰ بالاتر می باشد که نشان از وضعیت مطلوب سبک زندگی در میان دانش آموزان ورزشکار استان ایلام دارد.

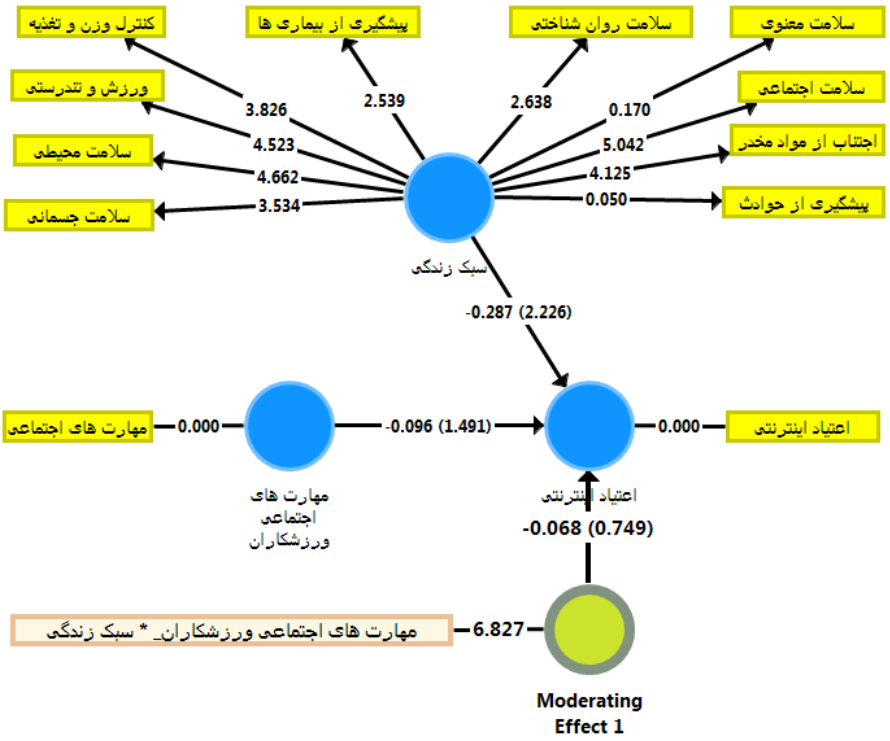
نمره اعتیاد اینترنتی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه بر اساس مقیاس IAT، ۴۵/۸۸ بوده و از میانگین مقیاس یعنی ۵۰ کمتر می باشد که نشان از عدم اعتیاد اینترنتی در میان دانش آموزان ورزشکار استان ایلام دارد.

شکل شماره ۱ و ۲ نتایج فرضیات تحقیق را نشان می دهند.

فرضیه ۱ سبک زندگی رابطه مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آن ها را تعدیل می کند.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]



شکل شماره ۱. نمایش ضریب مسیر و میزان t-Value فرضیه اول

از نتایج سنجش فرضیه اول با استفاده از نرم افزار Smart PLS، آماره t برابر با ۰/۷۴۹ می باشد و چون مقدار آماره t کوچک تر از قدر مطلق ۱/۹۶ است، در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض صفر رد نمی شود. در نتیجه متغیر سبک زندگی به عنوان متغیر تعدیل گر در نظر گرفته نمی شود، به عبارتی سبک زندگی بر رابطه مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آن ها تاثیرگذار نمی باشد.

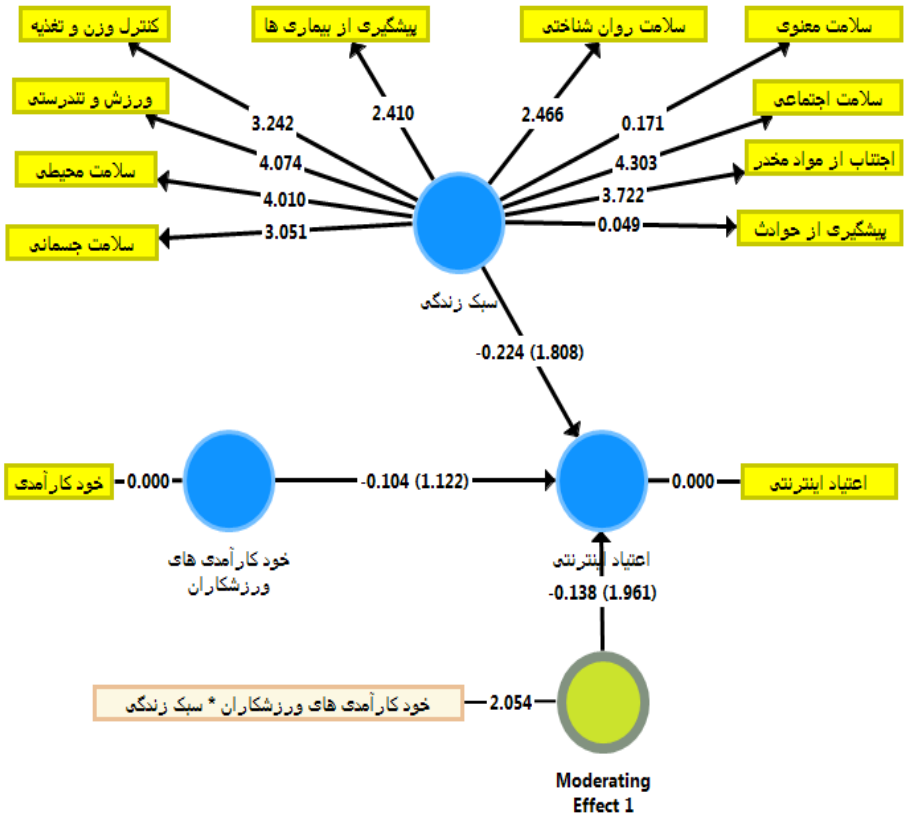
جدول شماره ۲. معیارهای درونی و بیرونی مدل تحقیق برای دانش آموزان ورزشکار

متغیرها	Redundancy	Cornbrash Alpha	Communality	CR	R^2	AVE	GOF
Moderating Effect		۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰		۱/۰۰۰	
اعتیاد اینترنتی	۰/۰۲۹	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۰/۰۹۲	۱/۰۰۰	
سبک زندگی		۰/۷۷۰	۰/۱۲۱	۰/۷۶۵		۰/۲۹۲	۰/۵۹۳
مهارت‌های اجتماعی		۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰		۱/۰۰۰	

با توجه به نتایج جدول شماره ۲ مقدار شاخص افزونگی و روایی متقاطع برای متغیر سبک زندگی به ترتیب برابر با ۰/۰۲۹ و ۱ است و میزان شاخص برازش کلی مدل برابر با ۰/۵۹۳ می باشد که نشان دهنده برازش خوب مدل تحقیق است و هم چنین مطابق معیار فرونل و لارکر ریشه دوم مقادیر واریانس شرح داده شده(AVE) هر سازه باید بزرگ تر از مقادیر همبستگی آن سازه با سازه های دیگر باشد، به علاوه مقادیر موجود روی قطر اصلی ماتریس باید از کلیه مقادیر موجود در ستون مربوطه بزرگ تر باشد. با توجه به نتایج چون میزان اعداد قطر اصلی ماتریس بیشتر از کلیه مقادیر موجود بود، در نتیجه مدل از اعتبار تشخیصی مناسبی برخوردار است. فرضیه ۲ سبک زندگی نقش تعدیل‌گر را در رابطه خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار با اعتیاد اینترنتی آن ها دارد.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]



شکل شماره ۲. نمایش ضرایب مسیر و میزان t-Value فرضیه دوم

از نتایج سنجش فرضیه دوم با استفاده از نرم افزار Smart PLS، آماره t برابر با ۱/۹۶۱ می باشد و چون مقدار آماره t بزرگ تر از قدر مطلق ۱/۹۶ است، در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض صفر رد می شود. در نتیجه متغیر سبک زندگی به عنوان متغیر تعدیل گر در نظر گرفته می شود، به عبارتی سبک زندگی بر رابطه خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آن ها تاثیرگذار است.

جدول شماره ۳. معیارهای درونی و بیرونی مدل تحقیق برای دانش آموزان ورزشکار

متغیرها	Redundancy	Cornbrash Alpha	Communality	CR	R^2	AVE	GOF
Moderating Effect		۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰		۱/۰۰۰	
اعتیاد اینترنتی	-۰/۰۳۳	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۱/۰۰۰	۰/۱۳۸	۱/۰۰۰	
خودکارآمدی		۱/۰۰۰	۰/۲۰۲	۱/۰۰۰		۱/۰۰۰	۰/۵۶۳
سبک زندگی		۰/۷۷۰	۱/۰۰۰	۰/۲۹۲		۰/۶۶۹	

با توجه به نتایج جدول شماره ۳، مقدار شاخص افزونگی و روایی متقاطع برای متغیر سبک زندگی به ترتیب برابر با ۰/۰۳۳ و ۱ است و میزان شاخص برازش کلی مدل برابر با ۰/۵۶۳ می باشد که نشان دهنده برازش خوب مدل تحقیق است.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

جدول شماره ۴. ماتریس فرونل و لارکر مدل کلی تحقیق برای دانش آموزان ورزشکار

	Moderating Effect	اعتیاد اینترنتی	خودکارآمدی ورزشکاران	سبک زندگی
Moderating Effect	۱/۰۰۰			
اعتیاد اینترنتی	-۰/۲۸۸	۱/۰۰۰		
خودکارآمدی	-۰/۷۳۱	-۰/۱۵۰	۱/۰۰۰	
سبک زندگی	۰/۲۲۶	-۰/۲۸۳	-۰/۱۱۱	۰/۵۴۱

جدول شماره ۴ نشان دهنده ماتریس فرونل و لارکر می باشد. با توجه به جدول فوق چون میزان اعداد قطر اصلی ماتریس بیشتر از کلیه مقادیر موجود در جدول است، در نتیجه مدل از اعتبار تشخیصی مناسبی برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

امروزه ویژگی های منحصر به فرد اینترنت از جمله محتوای تهدیدآمیز، سهولت دسترسی، آسودگی و سادگی کار با رایانه، هزینه پایین و تحریک برانگیزی همگی موجب استقلال عظیم مردم در سراسر جهان شده اند، با این وجود یکی از مشخصات این پدیده اعتیاد اینترنتی است که عوارض بسیاری بر جـــای می گذارد و زندگی طبیعی کاربران را تحت الشـــعاع قرار می دهد. گفتنی است که اعتیاد اینترنتی شامل اعتیاد به اتاق گپ، هرزه نـــگاری و قـــمار آنـــلاین می باشـــد. باید در نظر داشت که این پدیده مشکلات عمده ای را برای بهداشت روانی جامعه در پی دارد، لذا این پژوهش با هدف تبیین رابـــطه بین متغـــیرهای مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی انجام شده که نتایج زیر را در پی داشت:

نمره مهارت های اجتماعی ۱۲۶/۹۸ و در مقایسه با میانگین ۹۸ مطابق مقیاس TISS بالاتر بود. گفتنی است که مهارت های اجتماعی موجب آغاز و ادامه تعاملات مثبت با دیگران و بهبود کیفیـــت زنـــدگی می شوند و در پذیرش اجتماعی نقش مهمی دارند، لذا با توجه به نمره بالای مهارت های اجتماعی می توان اظهار داشت که دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه در زمینه برقراری تعامل مثبت با دیگران و بهبود کیفیت زندگی و نیز پذیرش اجتماعی از وضعیت مطلوبی برخوردار می باشند.

نمره متغیر خودکارآمدی ۶۳/۵۱ و در مقایسه با میانگین ۸۵ مطابق مقیاس GSE پایین تر بود. باید اذعان داشت که خودکارآمدی یک ساز و کار شناختی بوده و زمانی که افراد دارای خودکارآمدی مطلوب باشند، از سلامت روان شناختی بیشتری برخوردارند. این افراد به دیدگاهی روشن در مورد خود رسیده و کمتر تحت تاثیر وقایع روزانه و ارزیابی های این وقایع قرار می گیرند، لذا می توان گفت که دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه از سلامت روان شناختی چندان خوبی برخوردار نیستند.

نمره سبک زندگی ۲۷۳/۵۱ و در مقایسه با میانگین ۲۱۰ مطابق مقیاس LSQ بالاتر بود. قابل ذکر است که سبک زندگی به معنای سبک زیستن بوده که منعکس کننده گرایش ها و ارزش های یک فرد یا گروه می باشد، هم چنین سبک زندگی الگوی زندگی فرد بوده که در فعالیت ها، دلبستگی ها و افکار شخصی خود را نشان می دهد. گفتنی است که وضعیت سبک زندگی دانش آموزان ورزشکار مورد مـــطالعه مطلوب می باشد.

نمره متغیر اعتیاد اینترنتی ۴۵/۸۸ و در مقایسه با میانگین ۵۰ مطابق مقیاس IAT پایین تر بود، به عبارتی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه کاربران عادی اینترنت بوده و به اینترنت وابستگی و اعتیاد نداشتند. گفتنی است که مطابق بررسی های صورت گرفته تمایل نوجوانان و دانش آموزان به اینترنت بسیار شدیدتر از سایر گروه ها است. به نظر می رسد ریشه این عمل فرار از مشکلات شخصی باشد. متنوع بودن قسمت های مختلف اینترنت فرصتی برای فرار از مشکلات عاطفی هم چون افسردگی، استرس، اضطراب یا مشکلات ارتباط با دیگـــران را فـــراهم می آورد. اعتیاد به اینترنت به واسطه نادیده گرفتن مسئولیت های اقتصادی، اجتماعی و فیزیکی باعث آسیب رساندن به فرد می شود. بسیاری از معتادین به اینترنت سلامتی خود را به مخاطره می اندازند، مکرراً

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

خواب خود را فدای برقراری ارتباط می کنند و خوردن و ورزش را فراموش می کنند، با این حال می توان اذعان نمود که دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه تا حدودی از این پدیده مبرا هستند، چه آن که پرداختن به مقوله ورزش به شکل حرفه ای منجر به آن شده است که این دانش آموزان به جای وابستگی به اینترنت و دنیای مجازی زمان بیشتری را صرف سایر امورات زندگی خود نموده و از الگو و سبک زندگی مناسبی در زندگی خود بهره برند و به موازات آن از آثار سوء استفاده بیش از اندازه از اینترنت خود را در امان نگه دارند که این نتیجه با نتایج مطالعه(۲۳) مطابقت داشت.

مطابق نتایج، سبک زندگی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه رابطه مهارت های اجتماعی و اعتیاد اینترنتی آن ها را تعدیل نمی نمود، به عبارتی سبک زندگی بر رابطه مهارت های اجتماعی دانش آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آن ها اثرگذار نبود که این نتیجه با نتایج مطالعه(۲۴) هم خوانی نداشت.

مطابق نتایج سبک زندگی دانش آموزان ورزشکار مورد مطالعه رابطه خودکارآمدی و اعتیاد اینترنتی آن ها را تعدیل می نمود، به عبارتی سبک زندگی بر رابطه خودکارآمدی دانش آموزان ورزشکار و اعتیاد اینترنتی آن ها تاثیرگذار بود که این نتیجه با نتایج مطالعه(۲۴) مطابقت داشت، در پژوهش مذکور نتیجه گیری شده است که هر چقدر افراد خودکارآمدی بالایی داشته باشند، اعتیاد به اینترنت در آن ها پایین است. از آن جایی که خودکارآمدی در انگیزه های مرتبط با سلامت روان شناختی و بین فردی و رفتارها مشارکت دارد، می تواند رفتارهای معتادانه و غیر سالم مانند اعتیاد به اینترنت را در میان دانش آموزان پیش بینی کند و خودکارآمدی ضعیف پیش بینی کننده مهمی برای اعتیاد به اینترنت در نوجوانان است به گونه ای که هنگام رویارویی با رویدادهای نامطلوب، نوجوانانی که خودکارآمدی بالایی دارند، پایداری بیشتری از خود نشان می دهند و تفکرات منفی درباره خود و توانایی هایشان را نمی پذیرند، بر این اساس احساس خودکارآمدی به نوجوان کمک می کند تا در مقابل مواد اعتیادآور مقاومت نموده، رفتارهای خود را کنترل نماید از جمله مدت زمان استفاده از اینترنت را به درستی مدیریت نماید و با توجه به این که نوجوانی دوره ای است که در آن افراد در معرض خطر انجام بسیاری از رفتارهای تهدیدکننده سلامت قرار می گیرند، لذا نظر به نتایج به دست آمده از این مطالعه نیاز به اجرای مداخلات لازم جهت حفظ و بهبود سبک زندگی و تقویت خودکارآمدی و پیشگیری از اعتیاد به اینترنت با آموزش های موثر برای دانش آموزان ضروری می باشد.

محدودیت های پژوهش: از جمله محدودیت های این پژوهش می توان به استفاده از پرسش نامه به دلیل پراکندگی جامعه مورد مطالعه، و زمان بر بودن پاسخ گویی به سوالات پرسش نامه اشاره نمود. و هم چنین با توجه به این که یافته های پژوهش حاضر با استفاده از پرسش نامه های خودسنجی گردآوری شده است، با این حال اعتبار پاسخ های آزمودنی ها قابل تامل است.

سپاسگزاری

این مقاله از رساله دکتری رشته مدیریت ورزشی با عنوان مدل یابی رابطه بین مهارت های اجتماعی، خودکارآمدی، سبک زندگی و اعتیاد اینترنتی در دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار مقطع متوسطه استان ایلام به راهنمایی استاد ارجمند دکتر مهرزاد حمیدی استخراج گردیده است. در پایان نویسندگان بر خود لازم می دانند، کمال تشکر و قدردانی را از تمام کسانی که در این مطالعه همکاری و همیاری نموده اند ابراز دارند.

References

1. Goel D, Subramanyam A, Kamath RA. Study on the prevalence of Internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents. Indian J Psych 2013; 55:140.
2. Ak S, Koruklu N, Yilmaz Y. A study on Turkish adolescents internet use Possible predictors of internet addiction. J Cyberpsych Beh Soc N 2013; 16:205-9.
3. Koyuncu T, Unsal A, Arslantas D. Assessment of Internet addiction and loneliness in secondary and high school students. J PMA 2014; 64:998-1002.

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

4. Li C, Dang J, Zhang X, Zhang Q, Guo J. Internet addiction among Chinese adolescents the effect of parental behavior and self-control. J Comput Hum Behav 2014; 41:1-7.
5. Wang H, Zhou X, Lu C, Wu J, Deng X, Hong L, et al. Problematic internet use in high school students in Guangdong province China. J Plosone 2011; 6:5.
6. Yadav P, Banwari G, Parmar C, Maniar R. Internet addiction and its correlates among high school students a preliminary study from Ahmedabad India Asian. J Psych 2013; 6:500-5.
7. ALqudah K. Internet addiction among students at Jordanian universities. J Arabic Hum Sci 2011; 4:71-88.
8. Esen E, Siyez DM. An investigation of psycho social variables in predicting internet addiction among adolescents. Turkish Psychol Couns Guid J 2011; 4:137-8.
9. Ko C, Yen J, Yen C, Chen C, Chen C. The association between internet addiction and psychiatric disorder a review of the literature. J Eur Psych2012; 27:1-8.
10. Lee M, Jung I. Comparisons of temperament and character between problematic Internet users and problematic drug users in Korean adolescents. J Psych 2012; 2:228-34.
11. Lee BW, Stapinski LA. Seeking safety on the internet relationship between social anxiety and problematic internet use. J Anx Dis 2012; 26:197-205.
12. Tahiroglu AY, Celik GG, Uzel M, Ozcan N, Avci A. Internet use among Turkish adolescents. J Cyberpsychol Behav 2008; 11:537-43.
13. Weinstein A, Feder LC, Rosenberg KP, Dannon P. Internet addiction disorder overview and controversies.1 th ed. Behavior Add Sandiego USA Acad Publication. 2014; P.114.
14. Khosrojerdi M. [The study of internet addiction in adolescents]. J Rahbord Quart2009; 53:213-5. (Persian)
15. Jun W. An analysis work on correlation of internet addiction and school age group. J Clust Comput 2017; 20:879-82.
16. Soltani M, Foladvand A, Fathi A. [The relationship between identity and sensation seeking with internet addiction]. J Behav Sci 2010; 4:191-7. (Persian)
17. Alkan F, Eerdem E. The effect of elective courses on candidate teachers level of social skills. J Proced Soc Behav Sci 2011; 15:3451-5.
18. Jalali J, Jalali M, Jalali M. The effect of exercise on psychomotor skills and social adjustment of 8-9 years old children in Tehran. Master Thesis Psychol Uni Tarbiat Modares 2007.
19. Hosseini SM. [Social skills]. Aramesh J Sci 2007; 22:48-57. (Persian)
20. Nooranipour R. [The study of addiction causes and effective counseling methods]. J Add Stud 2004; 2:13-53. (Persian)
21. Saheb al Zamani M, Fesharaki M, Abdollahi Monfared Z. [The relationship between life style and self-esteem in female high schools on Tehran]. J Med Sci Islam Azad Uni 2010; 20:45-51. (Persian)
22. Duncan L, Hall CR, Wilson POJ. Exercise motivation a cross sectional analysis examining its relationships with frequency intensity and duration of exercise. Int J Behav Nu Tr Phy 2010; 7:7.
23. Nematollahi Kh, Mokhtari K. Comparison of lifestyle and addiction to internet among graduate and post graduate female students with a Bachelor degree of psychology in Islamic Azad University of Marvdasht educational sciences faculty. First Nation Con Sustain Dev Edu Psychol Soc Cult Stud 2014; Shiraz,Iran.
24. Abolghasemi A, Pourkord M, Narimani M. [The relationship between social skills and self-efficacy with tendency to use drugs in adolescents]. J Sabzevar Uni Med Sci Health Serv 2009; 16:181-8. (Persian)
25. Iskender M, Akin A. social self - efficacy, academic locus of control internet addiction. J Comput Edu 2010; 54:1101-6.
26. Odaci HC, clik CB. Who are problematic Internet users? An investigation of the correlations between problematic Internet use and shyness loneliness, narcissism aggression and self-perception. J Comput Hum Behav 2013; 29: 2382-7.
27. Dowran B, Azadfallah P, Ejehee J. [Investigating the relationship between computer games and social skills of adolescents]. J Psychol 2002; 6:1. (Persian)
28. Najafi H. [The effect of information technology on students educational achievement]. J Peik Nour 2008; 63:82-93. (Persian)

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

Banafsheh E. [Internet addiction status and its relation with students general health at Gonabad medical University]. J Mod Care 2011; 8:166-73. (Persian)

29. Lali M, Abedi A, Kajbaf MB. [Construction and validation of the life style questionnaire LSQ]. J Psychol Res 2012; 15:1. (Persian)

30. Bahri N, Sadegh Moghadam L, Khodadost L, Mohammadzadeh Y,

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]

Explaining the Relationship between Different Types of Social Skills, Self-efficacy, Lifestyle, and Internet Addiction Disorder (IAD) among High School Athlete Students of Ilam Province

M Hamidi[1], M Jalalifarahani[1], Rajabi H[2], F yousefjamal[2]*

(Received: January 29, 2018 Accepted: June 2, 2017)

Abstract

Introduction: Internet addiction disorder (IAD) is a socio-psychological disorder which includes a behavioral attachment to the Internet and its pathological and compulsive use. This research intends to explain the interrelationship between different types of social skills, self-efficacy, lifestyle, and IAD among high school athlete students.

Materials & methods: Considering the objective, this research was practical and qualitative. A sample consisted of 129 high school athlete students in second term of the educational year of 95-96 in Ilam province were selected and randomized through multistage stratified sampling. Data gathering was carried out using the following scales: General Self-Efficacy Scale (GSE), Teenage Inventory of Social Skills (TISS), Lifestyle Questionnaire (LSQ), and Internet Addiction Test (IAT). Data analysis was carried out using SPSS 19 and smart PLS3 applications, respectively.

Findings: According to the results, the high school athlete students' social skills grade of Ilam province was 126.98, GSE 63.51, LSQ 273.51, and IAT 45.88. At. 95%. Certainty level, life style moderated the relationship between athlete students' GSE and their IAT.

*Discussion & conclusion*s: Based on the results of the current study, in the relationship between high school athlete students' Self-efficacy and Internet addiction, lifestyle acted as a moderator and it is necessary to interfere so that one can keep and improve lifestyle and strengthen self-efficacy among students in order to prevent internet addiction with effective training.

Keywords: Cognitive characteristics, Internet addiction, Athlete students

1. Sport Management Group, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Tehran University,Tehran, Iran
2. Sport Management Group, Kish International Campus, Tehran University, Kish, Iran
** Corresponding author Email: f.yousefjamal@yahoo.com*

[Downloaded from sjimu.medilam.ac.ir on 2026-11-12]

[DOI: 10.29252/sjimu.26.1.1]