



Predicting High-Risk Behaviors Based on Internet Addiction, Academic Burnout, and Loneliness Among High School Girls

Saba Abedi¹, Mohammad Shamsian²

1. Department of Psychology, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran. Email: m.shamsian.psych@gmail.com

2 Corresponding Author, Department of Clinical Psychology, Kish International Branch, Islamic Azad University, Kish, Iran. Email: mohammad.shamsian@yahoo.com

Article Info		ABSTRACT
Article type: Research Article		Background and Objective: Risky behaviors during adolescence are important mental health concerns. This study aimed to examine the relationships of internet addiction, academic burnout, and loneliness with risky behaviors and to determine the simultaneous predictive ability of these variables among female high school students. Methods: This applied, quantitative, descriptive-correlational study was conducted in 1405 in District 2 of Kermanshah. The statistical population consisted of 2,120 female high school students, of whom 286 were selected using cluster sampling. Data were collected using the Young Internet Addiction Test (Young, 1998), the Academic Burnout Scale developed by Bresó, Salanova, and Schaufeli (2007), the UCLA Loneliness Scale Version 3 (Russell, 1996), and the Risky Behavior Questionnaire developed by Shojaei-Baghini (2008). Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient, and simultaneous multiple linear regression. Findings: Internet addiction was positively and significantly correlated with risky behaviors ($r = 0.46, P < 0.001$). Academic burnout was also positively and significantly correlated with risky behaviors ($r = 0.41, P < 0.001$), as was loneliness ($r = 0.54, P < 0.001$). In the simultaneous regression analysis, internet addiction ($\beta = 0.31, P < 0.001$), academic burnout ($\beta = 0.29, P < 0.001$), and loneliness ($\beta = 0.34, P < 0.001$) significantly predicted risky behaviors. The model yielded $R = 0.59, R^2 = 0.34$, and $F = 24.83 (P < 0.001)$, indicating that these three variables jointly explained 34% of the variance in risky behaviors. Conclusion: The findings highlight the importance of simultaneously addressing internet addiction, academic burnout, and loneliness in programs aimed at preventing risky behaviors. Screening students and implementing school-based interventions focused on managing internet use, reducing academic pressure and burnout, strengthening peer relationships, and increasing social support may be useful for school counselors and adolescent specialists.
Article history: Received: 22 August 2026 Received in revised form: 9 September 2026 Accepted: 10 September 2026 Available online: 16 September 2026		
Keywords: Academic burnout, Internet addiction, Loneliness, Risky behaviors		
Cite this article: Abedi, S., Shamsian, M. (2026). Predicting High-Risk Behaviors Based on Internet Addiction, Academic Burnout, and Loneliness Among High School Girls. <i>Journal of Rehabilitation Counseling</i> , 2(2), 422-434. https://doi.org/10.22034/jrc.2026.146697.1049		
© The Author(s) retain the copyright. DOI: https://doi.org/10.22034/jrc.2026.146697.1049 DOR: 20.1001.1.31160344.1405.2.2.6.9		Publisher: University of Kurdistan Press.



پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی دختران دبیرستانی

صبا عابدی^۱، محمد شمسیان^۲

۱. گروه روان‌شناسی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران. ایمیل: m.shamsian.psych@gmail.com

۲. نویسنده مسئول: گروه روان‌شناسی بالینی، واحد بین‌المللی کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران. ایمیل: mohammad.shamsian@yahoo.com

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی تاریخچه مقاله: تاریخ دریافت: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۶/۱۸ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۶/۱۹ تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۶/۲۵ کلیدواژه‌ها: احساس تنهایی، دزدگی تحصیلی، رفتارهای پرخطر، وابستگی به اینترنت	زمینه و هدف: رفتارهای پرخطر در دوره نوجوانی از مسائل مهم سلامت روان هستند. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر و تعیین توان پیش‌بینی‌کنندگی هم‌زمان این متغیرها در دختران دوره متوسطه دوم انجام شد. روش: این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش کمی و از نوع توصیفی-همبستگی بود که در سال ۱۴۰۵ در ناحیه دو شهر کرمانشاه انجام شد. جامعه آماری شامل ۲۱۲۰ دانش‌آموز دختر دوره متوسطه دوم بود که ۲۸۶ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ (یانگ، ۱۹۹۸)، مقیاس دزدگی تحصیلی برسو، سالانوا و شوفلی (۲۰۰۷)، مقیاس احساس تنهایی یوسی‌ال‌ای نسخه سوم (راسل، ۱۹۹۶) و پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر شجاعی‌باغینی (۱۳۸۷) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی چندگانه همزمان تحلیل شدند. یافته‌ها: بین وابستگی به اینترنت و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معنادار وجود داشت ($r=0/46$, $p<0/001$). همچنین بین دزدگی تحصیلی و رفتارهای پرخطر ($r=0/41$, $p<0/001$) و بین احساس تنهایی و رفتارها ($r=0/54$, $p<0/001$) رابطه مثبت و معنادار مشاهده شد. در رگرسیون هم‌زمان، وابستگی به اینترنت ($\beta=0/31$, $p<0/001$)، دزدگی تحصیلی ($\beta=0/29$, $p<0/001$) و احساس تنهایی ($\beta=0/34$, $p<0/001$) توانستند رفتارهای پرخطر را به‌طور معناداری پیش‌بینی کنند. مقدار ($F=24/83$, $R^2=0/59$, $p<0/001$) نشان داد که این سه متغیر در مجموع ۳۴ درصد از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین می‌کنند. نتیجه‌گیری: یافته‌ها بر ضرورت توجه هم‌زمان به وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در برنامه‌های پیشگیری از رفتارهای پرخطر تأکید دارند. غربالگری دانش‌آموزان و مداخلات مدرسه‌محور با تمرکز بر مدیریت استفاده از اینترنت، کاهش فشار و فرسودگی تحصیلی، تقویت روابط با همسالان و افزایش حمایت اجتماعی می‌تواند مورد توجه مشاوران مدارس و متخصصان حوزه نوجوانان قرار گیرد.
استناد: عابدی، ص.، شمسیان، م. (۱۴۰۵). پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی دختران دبیرستانی. <i>نشریه مشاوره توانبخشی</i>، ۲ (۲)، ۴۳۴-۴۲۲. https://doi.org/10.22034/jrc.2026.146697.1049 ناشر: انتشارات دانشگاه کردستان.	© نویسندگان. DOI: https://doi.org/10.22034/jrc.2026.146697.1049 DOR: 20.1001.1.31160344.1405.2.2.6.9



۱. مقدمه

دوران نوجوانی یکی از مهم‌ترین مراحل تحول انسان است؛ که با تغییرات گسترده جسمانی، شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه است. در این دوره، نوجوانان در فرایند شکل‌دهی هویت، استقلال‌طلبی و گسترش روابط اجتماعی قرار دارند و هم‌زمان ممکن است در معرض عوامل مختلف فردی، خانوادگی، آموزشی و اجتماعی قرار گیرند که بر سلامت روان و رفتار آنان تأثیر می‌گذارد. یکی از حوزه‌های مهم در سلامت نوجوانان، رفتارهای پرخطر است؛ زیرا تداوم این رفتارها می‌تواند پیامدهای نامطلوبی برای سلامت جسمانی و روان‌شناختی، عملکرد تحصیلی و روابط اجتماعی نوجوانان به همراه داشته باشد. رفتارهای پرخطر طیف متنوعی از رفتارها، از جمله مصرف مواد، رفتارهای جنسی پرخطر، فرار از منزل، خودآسیب‌رسانی و سایر رفتارهای آسیب‌زا را دربرمی‌گیرد. شناسایی عوامل مرتبط با این رفتارها می‌تواند در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات مدرسه‌محور مؤثر باشد.

در پژوهش‌های انجام‌شده در ایران نیز بر نقش عوامل روان‌شناختی در تبیین رفتارهای پرخطر نوجوانان و جوانان تأکید شده است. کاظمی و همکاران (۱۴۰۴) در پژوهشی با بررسی افراد دارای گرایش به مصرف مواد، به بررسی نقش دلبستگی به خدا در پیش‌بینی گرایش به مصرف مواد با میانجی‌گری تاب‌آوری پرداختند و نشان دادند که عوامل روان‌شناختی و منابع درونی فرد می‌توانند در تبیین گرایش به رفتارهای آسیب‌زا نقش داشته باشند. همچنین حاجی‌لو (۱۴۰۴) در پژوهشی بر روی افراد ۱۵ تا ۲۵ ساله دارای سابقه اقدام به خودکشی و افراد عادی در شهر قم، نقش مهارت‌های مقابله‌ای، کیفیت زندگی و تاب‌آوری را بررسی کرد و بر اهمیت عوامل روان‌شناختی در تفاوت‌های مرتبط با رفتارهای آسیب‌زا تأکید نمود. این یافته‌ها ضرورت توجه به مجموعه‌ای از عوامل روان‌شناختی مرتبط با رفتارهای پرخطر را در دوره نوجوانی برجسته می‌کند.

یکی از متغیرهایی که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است، وابستگی به اینترنت است. گسترش دسترسی نوجوانان به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، فرصت‌های جدیدی برای یادگیری، ارتباطات اجتماعی و سرگرمی فراهم کرده است؛ با این حال، استفاده افراطی و کنترل‌نشده از اینترنت می‌تواند با اختلال در عملکرد روزمره، کاهش تعاملات واقعی، مشکلات هیجانی و افزایش برخی رفتارهای ناسالم همراه شود. وابستگی به اینترنت به الگوی استفاده مداوم و کنترل‌نشده از اینترنت اشاره دارد که می‌تواند در عملکرد تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی فرد اختلال ایجاد کند. شواهد پژوهشی نشان داده‌اند که استفاده مسئله‌ساز از اینترنت در نوجوانان با طیفی از پیامدهای روان‌شناختی و رفتاری همراه است (پونتس^۱ و ماکور^۲، ۲۰۲۱).

اهمیت این موضوع با گسترش استفاده نوجوانان از شبکه‌های اجتماعی بیشتر شده است. شبکه‌های اجتماعی می‌توانند بر الگوهای ارتباطی، نگرش‌ها و تصمیم‌گیری نوجوانان تأثیر بگذارند و در شرایطی که استفاده از آن‌ها با ضعف در خودتنظیمی یا الگوهای ارتباطی ناسالم همراه باشد، زمینه بروز برخی رفتارهای پرخطر را افزایش دهند. پوریا و همکاران (۲۰۲۳) نیز در بررسی ارتباط استفاده از شبکه‌های اجتماعی و پیامدهای مرتبط با سلامت، بر اهمیت توجه به الگوهای استفاده از رسانه‌های دیجیتال در دوره نوجوانی تأکید کرده‌اند. از این رو، بررسی وابستگی به اینترنت در کنار سایر عوامل روان‌شناختی می‌تواند در شناخت بهتر عوامل مرتبط با رفتارهای پرخطر نوجوانان مؤثر باشد.

متغیر دیگری که می‌تواند با رفتارهای نوجوانان ارتباط داشته باشد، دزدگی تحصیلی است. دزدگی تحصیلی به حالتی از خستگی و فرسودگی روانی مرتبط با فعالیت‌های تحصیلی، نگرش منفی یا بی‌علاقگی نسبت به فعالیت‌های آموزشی و احساس ناکارآمدی در زمینه تحصیل اشاره دارد. فشارهای تحصیلی، انتظارات آموزشی، حجم تکالیف و نگرانی درباره موفقیت تحصیلی می‌توانند زمینه تجربه فشار روانی و کاهش انگیزش دانش‌آموزان را فراهم کنند. پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که فشارهای تحصیلی و مشکلات سلامت روان در میان نوجوانان و دانش‌آموزان با یکدیگر ارتباط دارند (استیر^۳ و همکاران، ۲۰۲۳؛ وانسوسترستد^۴ و همکاران، ۲۰۲۳).

در این زمینه، دزدگی تحصیلی ممکن است از طریق کاهش انگیزش، احساس ناکارآمدی و افزایش فشار روانی، زمینه‌ساز استفاده از شیوه‌های ناسازگارانه برای مقابله با مشکلات شود. هنگامی که نوجوان در محیط مدرسه احساس خستگی، بی‌علاقگی یا ناکارآمدی مداوم داشته باشد، احتمال استفاده از رفتارهای اجتنابی و راهبردهای مقابله‌ای نامناسب افزایش می‌یابد. یافته‌های پژوهشی جدید نیز بر ارتباط میان تجربه‌های منفی تحصیلی، سلامت روان و الگوهای رفتاری نوجوانان تأکید دارند (یائو^۵ و همکاران، ۲۰۲۵). بنابراین، بررسی نقش دزدگی تحصیلی در ارتباط با رفتارهای پرخطر می‌تواند به شناسایی یکی از زمینه‌های مهم مرتبط با این رفتارها کمک کند.

1 Pontes

2 Macur

3 Steare

4 Vansoeterstede

5 Yao

احساس تنهایی نیز از دیگر متغیرهای روان‌شناختی مهم در دوره نوجوانی است. احساس تنهایی تجربه ذهنی و ناخوشایندی است که زمانی شکل می‌گیرد که فرد روابط اجتماعی موجود خود را از نظر کمیت یا کیفیت ناکافی ادراک کند. نوجوانان به دلیل اهمیت روابط همسالان و پذیرش اجتماعی، ممکن است نسبت به طرد اجتماعی، نبود حمایت اجتماعی و کیفیت روابط بین فردی حساسیت بیشتری داشته باشند. تداوم احساس تنهایی می‌تواند با مشکلات هیجانی، کاهش رضایت از زندگی و افزایش آسیب‌پذیری روان‌شناختی همراه باشد.

یافته‌های پژوهشی نیز بر ارتباط احساس تنهایی با مشکلات روان‌شناختی و رفتاری نوجوانان تأکید کرده‌اند. زنگ و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهشی در زمینه سلامت روان نوجوانان، نقش روابط اجتماعی و احساس تنهایی را در تبیین مشکلات روان‌شناختی مورد بررسی قرار دادند و بر اهمیت توجه به تجربه تنهایی در دوره نوجوانی تأکید کردند. همچنین شاه‌مرادزاده و نعمتی‌الله‌زاده ماهانی (۱۴۰۴) در پژوهشی در شهر بَیم، اثربخشی درمان گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد را بر احساس تنهایی و سازگاری زناشویی زنان بررسی کردند و اهمیت مداخلات روان‌شناختی در کاهش احساس تنهایی را نشان دادند. بر این اساس، احساس تنهایی می‌تواند یکی از عوامل مرتبط با آسیب‌پذیری نوجوانان در برابر رفتارهای ناسازگارانه و پرخطر باشد.

با توجه به مباحث مطرح‌شده، به نظر می‌رسد رفتارهای پرخطر نوجوانان حاصل تأثیر یک عامل منفرد نیست، بلکه می‌تواند در ارتباط با مجموعه‌ای از عوامل فردی، هیجانی، اجتماعی و تحصیلی شکل گیرد. وابستگی به اینترنت می‌تواند با کاهش تعاملات واقعی و افزایش قرارگیری در معرض محتوای نامناسب، دزدگی تحصیلی می‌تواند با افزایش فشار و ناکامی تحصیلی، و احساس تنهایی می‌تواند با کاهش احساس تعلق و حمایت اجتماعی، زمینه آسیب‌پذیری نوجوان را افزایش دهد. بررسی هم‌زمان این سه متغیر می‌تواند تصویر جامع‌تری از عوامل مرتبط با رفتارهای پرخطر در نوجوانان ارائه دهد.

از سوی دیگر، بخش قابل‌توجهی از پژوهش‌های موجود، هر یک از این متغیرها را به صورت جداگانه بررسی کرده‌اند و پژوهش‌های کمتری به بررسی هم‌زمان وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر پرداخته‌اند. این مسئله در مورد دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اهمیت بیشتری دارد؛ زیرا ویژگی‌های محیط مدرسه، فشارهای تحصیلی، روابط همسالان و الگوی استفاده از فضای مجازی می‌تواند در این گروه با یکدیگر تعامل داشته باشند. همچنین بررسی این موضوع در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر کرمانشاه می‌تواند اطلاعات بومی و کاربردی برای مشاوران مدارس، متخصصان سلامت روان و برنامه‌ریزان حوزه پیشگیری فراهم کند.

نوآوری پژوهش حاضر در بررسی هم‌زمان نقش سه عامل وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر در میان دختران دبیرستانی است. این رویکرد امکان شناسایی سهم هر یک از متغیرهای مذکور و همچنین توان پیش‌بینی‌کنندگی مشترک آن‌ها را فراهم می‌کند. نتایج چنین پژوهشی می‌تواند در شناسایی دانش‌آموزان در معرض خطر و طراحی برنامه‌های پیشگیرانه در محیط مدرسه مورد استفاده قرار گیرد.

بنابراین، پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی رفتارهای پرخطر بر اساس وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در دختران دبیرستانی انجام شد. فرضیه‌های این پژوهش عبارتند از: ۱) بین وابستگی به اینترنت و رفتارهای پرخطر در دختران دبیرستانی رابطه معنادار وجود دارد؛ ۲) بین دزدگی تحصیلی و رفتارهای پرخطر در دختران دبیرستانی رابطه معنادار وجود دارد؛ ۳) بین احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر در دختران دبیرستانی رابطه معنادار وجود دارد؛ و ۴) وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی می‌تواند رفتارهای پرخطر را در دختران دبیرستانی به طور معنادار پیش‌بینی کنند.

۲. روش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، کمی و از نوع توصیفی-همبستگی بود؛ که در سال ۱۴۰۵ انجام شد. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۵ تشکیل دادند؛ که تعداد آنها ۲۱۲۰ نفر گزارش شد. حجم نمونه پژوهش ۲۸۶ نفر تعیین شد و نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای انجام گرفت. بدین منظور، ابتدا از میان مدارس دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه، دو مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس از هر مدرسه چهار کلاس به عنوان خوشه‌های نمونه‌گیری انتخاب گردید. در ادامه، دانش‌آموزان واجد شرایط در کلاس‌های منتخب وارد فرایند پژوهش شدند و در نهایت ۲۸۶ دانش‌آموز دختر در مطالعه شرکت کردند.

معیارهای ورود به پژوهش شامل اشتغال به تحصیل در دوره متوسطه دوم در مدارس منتخب، دختر بودن، حضور در مدرسه در زمان اجرای پژوهش، تمایل به شرکت در پژوهش و برخورداری از شرایط لازم برای تکمیل ابزارهای پژوهش بود. معیارهای خروج نیز شامل عدم تمایل به ادامه همکاری، انصراف از شرکت در پژوهش و تحویل پرسش‌نامه‌های ناقص یا غیرقابل استفاده در نظر گرفته شد. پیش از

جمع‌آوری داده‌ها، اهداف پژوهش و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها برای دانش‌آموزان توضیح داده شد و پس از اعلام آمادگی آنان برای مشارکت، ابزارهای پژوهش در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. اطلاعات جمع‌آوری شده پس از بررسی و آماده‌سازی، برای انجام تحلیل‌های آماری مورد استفاده قرار گرفت. همچنین، در تمامی مراحل اجرای پژوهش، محرمانه‌بودن اطلاعات شرکت‌کنندگان و استفاده از داده‌ها صرفاً در راستای اهداف پژوهش مورد توجه قرار گرفت.

۲-۱. ابزارها

۲-۱-۱. پرسش‌نامه وابستگی به اینترنت یانگ

برای سنجش میزان وابستگی به اینترنت از آزمون وابستگی به اینترنت یانگ^۱ استفاده شد. این پرسش‌نامه توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ تدوین شده و شامل ۲۰ ماده است که براساس طیف پنج درجه‌ای از «هرگز» تا «همیشه» نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات کل ابزار از ۲۰ تا ۱۰۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده میزان بیشتر وابستگی به اینترنت است.

نسخه فارسی این ابزار نیز در مطالعات ایرانی مورد بررسی روان‌سنجی قرار گرفته است. در مطالعه انجام‌شده بر روی نسخه فارسی پرسش‌نامه، ساختار عاملی و ویژگی‌های پایایی آن بررسی شد و نتایج، مناسب بودن ابزار برای سنجش وابستگی به اینترنت را تأیید کرد (محمدصالحی و همکاران، ۲۰۱۵). از نظر روایی، پژوهش‌های روان‌سنجی نشان داده‌اند که پرسش‌نامه یانگ از روایی سازه و افتراقی مناسبی برخوردار است. در مطالعه انجام‌شده بر روی نسخه فارسی، تحلیل عاملی مؤلفه‌های مرتبط با وابستگی و نشانه‌های وابستگی به اینترنت را تأیید کرد و روابط معنادار این مقیاس با متغیرهای مرتبط، از جمله میزان استفاده از اینترنت و خودکنترلی، شواهدی از روایی سازه آن فراهم ساخت. از نظر پایایی، در مطالعات روان‌سنجی بین‌المللی، پایایی درونی این ابزار در سطح مطلوب گزارش شده است؛ به‌طوری‌که یک فراتحلیل از ۱۱ مطالعه با مجموع ۶۸۲۱ شرکت‌کننده، میانگین آلفای کرونباخ ۰/۸۸۹ را برای نسخه ۲۰ ماده‌ای گزارش کرده است. همچنین، در مطالعه ویدیانتو^۲ (۲۰۰۴) همبستگی قابل‌توجهی میان نمرات پرسش‌نامه و ارزیابی مستقل وابستگی به اینترنت گزارش شد که مؤید روایی مناسب ابزار است. بنابراین، با توجه به شواهد موجود، پرسش‌نامه وابستگی به اینترنت یانگ از ویژگی‌های روان‌سنجی قابل قبولی برای استفاده در پژوهش‌های مربوط به نوجوانان برخوردار است.

۲-۱-۲. مقیاس دلزدگی تحصیلی

برای سنجش دلزدگی تحصیلی از مقیاس دلزدگی تحصیلی برسو^۳ و همکاران (۲۰۰۷) استفاده شد. این ابزار دارای ۱۵ ماده است و سه مؤلفه خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را ارزیابی می‌کند. در پژوهش اصلی، ساختار سه بُعدی این سازه مورد بررسی قرار گرفت و نتایج تحلیل عاملی تأییدی از ساختار مربوط به ابعاد دلزدگی تحصیلی حمایت کرد. این پژوهش بر روی دو نمونه از دانشجویان اسپانیا و هلند انجام شد و ساختار عاملی ابزار در هر دو نمونه از ثبات مناسبی برخوردار بود. از نظر پایایی، ضرایب آلفای کرونباخ گزارش شده برای سه مؤلفه خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی به‌ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ بوده است که نشان‌دهنده پایایی قابل قبول خرده‌مقیاس‌هاست. در پژوهش حاضر نیز به‌منظور بررسی پایایی ابزار، ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۴ به‌دست آمد. این مقدار نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب مقیاس دلزدگی تحصیلی در نمونه پژوهش حاضر است.

۲-۱-۳. مقیاس احساس تنهایی

برای سنجش احساس تنهایی از مقیاس احساس تنهایی^۴ دانشگاه کالیفرنیا استفاده شد. این مقیاس نخستین بار توسط راسل^۵ و همکاران در سال ۱۹۷۸ تدوین شد و در سال‌های بعد مورد بازنگری قرار گرفت. نسخه سوم مقیاس توسط راسل در سال ۱۹۹۶ ارائه شد و شامل ۲۰ ماده است که احساس تنهایی ادراک‌شده و کیفیت روابط بین‌فردی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. پاسخ‌ها براساس طیف چهار درجه‌ای تنظیم می‌شوند و برخی ماده‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره بالاتر نشان‌دهنده احساس تنهایی بیشتر است. از نظر روایی، راسل (۱۹۹۶) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه سوم مقیاس را در نمونه‌هایی از دانشجویان، پرستاران، معلمان و سالمندان بررسی کرد. نتایج نشان داد که مقیاس با سایر سنجش‌های احساس تنهایی همبستگی معنادار دارد و روابط آن با کیفیت روابط بین‌فردی، سلامت و بهزیستی، شواهد مناسبی برای روایی همگرا و سازه ابزار فراهم می‌کند. همچنین، تحلیل عاملی تأییدی از ساختار مناسب مقیاس حمایت کرد. از نظر پایایی،

1 Young

2 Widyanto

3 Bresó

4 UCLA Loneliness Scale

5 Russell

ضریب آلفای کرونباخ نسخه سوم در نمونه‌های مختلف بین ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ گزارش شده و ضریب پایایی بازآزمایی در فاصله یک‌ساله ۰/۷۳ به دست آمده است که نشان‌دهنده همسانی درونی و ثبات زمانی مطلوب این ابزار است. بنابراین، مقیاس UCLA از نظر روایی و پایایی، ابزار مناسبی برای سنجش احساس تنهایی در گروه‌های مختلف جمعیتی محسوب می‌شود.

۲-۱-۴. پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر

برای سنجش رفتارهای پرخطر از پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر شجاعی‌باغینی (۱۳۷۸) استفاده شد. این پرسش‌نامه با هدف بررسی رفتارهای پرخطر در نوجوانان طراحی شده و اطلاعاتی درباره برخی ویژگی‌های فردی و میزان بروز رفتارهای پرخطر ارائه می‌دهد. رفتارهای مورد بررسی در این ابزار شامل فرار از منزل، سوءمصرف مواد و روابط جنسی زودرس است. این پرسش‌نامه شامل ۱۱ ماده است که برای سنجش رفتارهای پرخطر در نوجوانان به کار می‌رود. نمره بالاتر در این پرسش‌نامه نشان‌دهنده میزان بیشتر رفتارهای پرخطر در فرد است. برای بررسی روایی پرسش‌نامه، گویه‌های ابزار براساس مؤلفه‌ها و شاخص‌های مرتبط با رفتارهای پرخطر تدوین و توسط متخصصان مربوطه مورد بررسی قرار گرفت و روایی محتوایی آن تأیید شد. همچنین، نتایج بررسی‌های انجام‌شده نشان‌دهنده برخورداری پرسش‌نامه از روایی مناسب برای شناسایی و سنجش رفتارهای پرخطر در نوجوانان بوده است. از نظر پایایی نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌نامه رفتارهای پرخطر شجاعی‌باغینی ۰/۷۱ گزارش شده است؛ که نشان‌دهنده همسانی درونی قابل قبول و پایایی مناسب ابزار برای استفاده در پژوهش حاضر است. بر این اساس، پرسش‌نامه مذکور از ویژگی‌های روان‌سنجی قابل قبول برای سنجش رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان برخوردار است.

۲-۲. روش اجرا

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، کمی و از نوع توصیفی-همبستگی بود و در سال ۱۴۰۵ در میان دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه بود که تعداد آنان ۲۱۲۰ نفر گزارش شد. حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران و با در نظر گرفتن حجم جامعه آماری تعیین شد و در نهایت ۲۸۶ دانش‌آموز دختر به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. نمونه‌گیری نیز به روش خوشه‌ای انجام گرفت. بدین منظور، ابتدا فهرست مدارس دخترانه دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه تهیه و از میان مدارس موجود، دو مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شد. سپس از هر یک از مدارس منتخب، چهار کلاس به صورت تصادفی انتخاب گردید. پس از انتخاب کلاس‌ها، دانش‌آموزان واجد شرایط در فرایند پژوهش شرکت کردند و در مجموع ۲۸۶ دانش‌آموز دختر وارد نمونه نهایی شدند.

معیارهای ورود به پژوهش شامل اشتغال به تحصیل در دوره متوسطه دوم در مدارس منتخب ناحیه دو شهر کرمانشاه، دختر بودن، قرار داشتن در پایه‌های تحصیلی مورد مطالعه، تمایل به شرکت در پژوهش، برخورداری از رضایت آگاهانه دانش‌آموز و رضایت والدین و توانایی خواندن و پاسخ‌گویی به سؤالات پرسش‌نامه‌ها بود. معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل انصراف از ادامه همکاری، عدم تمایل به تکمیل پرسش‌نامه‌ها، غیبت در زمان اجرای پژوهش و تکمیل ناقص یا غیرقابل استفاده پرسش‌نامه‌ها در نظر گرفته شد.

پس از انتخاب مدارس و کلاس‌های مورد نظر، پژوهشگر با هماهنگی مسئولان مدارس و ارائه توضیحات لازم درباره اهداف و نحوه اجرای پژوهش، دانش‌آموزان واجد شرایط را وارد مطالعه کرد. پیش از تکمیل ابزارها، هدف پژوهش و نحوه پاسخ‌گویی به پرسش‌نامه‌ها برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و پس از کسب رضایت دانش‌آموزان و والدین آنان، پرسش‌نامه‌های پژوهش در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت. دانش‌آموزان در محیط مدرسه و در شرایط مناسب به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها، تمامی پرسش‌نامه‌ها از نظر کامل بودن پاسخ‌ها بررسی شدند و پرسش‌نامه‌های ناقص یا غیرقابل استفاده مطابق معیارهای خروج از پژوهش کنار گذاشته شدند. سپس پرسش‌نامه‌های قابل استفاده نمره‌گذاری و داده‌های حاصل برای ورود به نرم‌افزار آماری آماده شدند.

به منظور تعیین کفایت حجم نمونه، علاوه بر استفاده از فرمول کوکران، توان آماری مورد نیاز برای تحلیل‌های پژوهش نیز مورد توجه قرار گرفت. بر این اساس، با در نظر گرفتن سطح معناداری ۰/۵۰، توان آزمون ۰/۸۰، اندازه اثر متوسط و تعداد متغیرهای پیش‌بینی پژوهش، حجم نمونه مورد نیاز برآورد شد و حجم نهایی ۲۸۶ نفر برای انجام تحلیل‌های آماری کافی در نظر گرفته شد.

در تمامی مراحل اجرای پژوهش، اصول اخلاق پژوهش رعایت شد. شرکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بود و شرکت‌کنندگان می‌توانستند در هر مرحله از ادامه همکاری انصراف دهند. همچنین، اطلاعات جمع‌آوری‌شده محرمانه تلقی شد و داده‌ها بدون درج نام و مشخصات هویتی دانش‌آموزان و صرفاً در راستای اهداف پژوهش مورد استفاده قرار گرفت. در نهایت، پرسش‌نامه‌ها نمره‌گذاری شدند و داده‌های حاصل جهت تجزیه و تحلیل آماری در نرم‌افزار SPSS وارد شدند.

۳-۲. ملاحظات اخلاقی

در اجرای پژوهش، هماهنگی لازم با مسئولان مدارس منتخب انجام شد و هدف پژوهش و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها برای دانش‌آموزان توضیح داده شد. مشارکت در پژوهش داوطلبانه بود و شرکت‌کنندگان امکان خودداری از مشارکت را داشتند. با توجه به سن شرکت‌کنندگان، رضایت آگاهانه والدین یا سرپرستان قانونی اخذ شد و دانش‌آموزان نیز پس از دریافت توضیحات لازم، رضایت خود را برای شرکت در پژوهش اعلام کردند. همچنین، محرمانگی اطلاعات و استفاده از داده‌ها در قالب نتایج گروهی برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد.

۴-۲. شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

پس از اخذ مجوزهای لازم از مسئولان آموزش و پرورش و هماهنگی با مدیران مدارس منتخب، پژوهشگر با حضور در مدارس، اهداف پژوهش و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها را برای دانش‌آموزان توضیح داد. شرکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بود و به دانش‌آموزان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه باقی خواهد ماند و نتایج صرفاً در راستای اهداف پژوهشی مورد استفاده قرار خواهد گرفت. با توجه به سن دانش‌آموزان، رضایت آگاهانه والدین یا سرپرست قانونی و رضایت خود دانش‌آموزان برای شرکت در پژوهش اخذ شد. پرسش‌نامه‌ها در شرایط مناسب و در محیط مدرسه در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و پژوهشگر توضیحات لازم درباره نحوه پاسخ‌گویی به سؤالات را ارائه کرد. از دانش‌آموزان خواسته شد با دقت و براساس شرایط و تجربیات واقعی خود به سؤالات پاسخ دهند. پس از تکمیل پرسش‌نامه‌ها، پاسخ‌ها جمع‌آوری و از نظر کامل بودن بررسی شدند و پرسش‌نامه‌های ناقص یا غیرقابل استفاده از فرایند تحلیل کنار گذاشته شدند.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها ابتدا از شاخص‌های آمار توصیفی شامل فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار استفاده شد. به منظور بررسی رابطه بین وابستگی به اینترنت، فرسودگی تحصیلی، احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. همچنین، برای بررسی قدرت پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس متغیرهای وابستگی به اینترنت، فرسودگی تحصیلی و احساس تنهایی، از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه به روش همزمان (Enter) استفاده شد. پیش از اجرای تحلیل رگرسیون، مفروضه‌های لازم برای استفاده از این آزمون مورد بررسی قرار گرفت. برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، شاخص‌های چولگی و کشیدگی و همچنین نمودارهای توزیع مورد بررسی قرار گرفتند. مقادیر چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در دامنه قابل قبول قرار داشتند و نمودارها نیز از توزیع تقریباً نرمال داده‌ها حمایت کردند. به منظور شناسایی داده‌های پرت تک متغیره، نمرات استاندارد متغیرها بررسی شد و هیچ یک از مشاهدات دارای نمره استاندارد خارج از دامنه قابل قبول نبودند. همچنین، برای شناسایی داده‌های پرت چند متغیره از فاصله‌ها (مانند انویس استفاده شد و نتایج نشان داد که مورد پرت چند متغیره قابل توجهی در داده‌ها وجود ندارد. همچنین، برای بررسی هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین، شاخص‌های تحمل (Tolerance) و عامل تورم واریانس (VIF) مورد بررسی قرار گرفتند. مقادیر شاخص تحمل برای متغیرهای پیش‌بین بالاتر از ۰/۱۰ و مقادیر VIF پایین‌تر از ۱۰ به دست آمد که نشان‌دهنده مشکل جدی هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای مستقل بود. استقلال خطاهای مدل رگرسیون نیز با استفاده از آماره دوربین-واتسون بررسی شد. مقدار آماره دوربین-واتسون برابر با ۸۷/۱ به دست آمد که در محدوده قابل قبول ۵/۱ تا ۵/۲ قرار دارد؛ بنابراین، فرض استقلال خطاها برقرار بود و استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه بلامانع تشخیص داده شد. برای بررسی داده‌های مفقود نیز تمامی پرسش‌نامه‌ها پس از جمع‌آوری مورد بررسی قرار گرفتند و موارد فاقد پاسخ‌های اساسی شناسایی و از تحلیل نهایی حذف شدند. در نهایت، داده‌های قابل استفاده وارد نرم‌افزار آماری SPSS شدند و تحلیل‌های آماری در سطح معناداری ۰/۰۵ انجام گرفتند.

۳. یافته‌ها

در این پژوهش، به منظور بررسی رابطه وابستگی به اینترنت، دلزدگی تحصیلی و احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر در دختران دبیرستانی، ابتدا شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین و انحراف معیار محاسبه شد. سپس، به منظور بررسی روابط بین متغیرها، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. در ادامه، برای تعیین میزان سهم هر یک از متغیرهای پیش‌بین در تبیین رفتارهای پرخطر، تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود همزمان و مرحله‌ای انجام گرفت.

جدول شماره ۱. توزیع فراوانی و درصد شرکت‌کنندگان براساس سن و پایه تحصیلی

درصد	فراوانی (n)	طبقه	متغیر
۷/۱۴	۴۲	۱۵ سال	سن
۶/۳۳	۹۶	۱۶ سال	

۳/۳۵	۱۰۱	۱۷ سال	
۴/۱۶	۴۷	۱۸ سال	
۲/۳۳	۹۵	دهم	پایه تحصیلی
۹/۳۳	۹۷	یازدهم	
۹/۳۲	۹۴	دوازدهم	
۱۰۰	۲۸۶	—	مجموع

شرکت‌کنندگان پژوهش شامل ۲۸۶ دانش‌آموز دختر دوره متوسطه دوم ناحیه دو شهر کرمانشاه بودند. بیشترین فراوانی سنی مربوط به دانش‌آموزان ۱۷ ساله و بیشترین فراوانی بر اساس پایه تحصیلی مربوط به پایه یازدهم بود.

جدول شماره ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

انحراف معیار	میانگین	تعداد	متغیر
۰۹/۷	۲۶/۴۱	۲۸۶	وابستگی به اینترنت
۶۲/۷	۶۱/۴۶	۲۸۶	دلزدگی تحصیلی
۱۵/۷	۶۶/۳۵	۲۸۶	احساس تنهایی
۸۱/۶	۸۵/۳۹	۲۸۶	رفتارهای پرخطر

همان‌گونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود، میانگین وابستگی به اینترنت در دانش‌آموزان ۲۶/۴۱ با انحراف معیار ۰۹/۷، میانگین دلزدگی تحصیلی ۶۱/۴۶ با انحراف معیار ۶۲/۷، میانگین احساس تنهایی ۶۶/۳۵ با انحراف معیار ۱۵/۷ و میانگین رفتارهای پرخطر ۸۵/۳۹ با انحراف معیار ۸۱/۶ به‌دست آمد.

جدول شماره ۳. ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

۴	۳	۲	۱	متغیر
***.۰/۴۶	—	—	۱	۱. وابستگی به اینترنت
***.۰/۴۱	—	۱	—	۲. دلزدگی تحصیلی
***.۰/۵۴	۱	—	—	۳. احساس تنهایی
۱	***.۰/۵۴	***.۰/۴۱	***.۰/۴۶	۴. رفتارهای پرخطر

مطابق جدول شماره ۳، بین هر سه متغیر پیش‌بینی و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. به این معنا که با افزایش وابستگی به اینترنت، دلزدگی تحصیلی و احساس تنهایی، میزان رفتارهای پرخطر نیز افزایش می‌یابد. در میان روابط مشاهده‌شده، احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر بیشترین ضریب همبستگی را نشان داد (۰/۵۴)، پس از آن وابستگی به اینترنت (۰/۴۶) و دلزدگی تحصیلی (۰/۴۱) قرار داشتند.

جدول شماره ۴. ضریب همبستگی پیرسون بین وابستگی به اینترنت و رفتارهای پرخطر

تعداد	سطح معناداری	ضریب همبستگی پیرسون (r)	متغیرها
۲۸۶	۰/۰۰۱ <	۰/۴۶	وابستگی به اینترنت — رفتارهای پرخطر

نتایج جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که بین وابستگی به اینترنت و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($r=0/46$ ، $p<0/001$). بنابراین، با افزایش میزان وابستگی به اینترنت، میزان رفتارهای پرخطر نیز افزایش می‌یابد. بر این اساس، فرضیه نخست پژوهش تأیید شد.

جدول ۵. ضریب همبستگی پیرسون بین دلزدگی تحصیلی و رفتارهای پرخطر

تعداد	سطح معناداری	ضریب همبستگی پیرسون (r)	متغیرها
۲۸۶	۰/۰۰۱ <	۰/۴۱	دلزدگی تحصیلی — رفتارهای پرخطر

براساس نتایج جدول شماره ۵، بین دزدگی تحصیلی و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد ($p < 0.001$, $r = 0.41$). بنابراین، هرچه میزان دزدگی تحصیلی دانش‌آموزان افزایش یابد، احتمال بروز رفتارهای پرخطر نیز افزایش می‌یابد. در نتیجه، فرضیه دوم پژوهش تأیید شد.

جدول شماره ۶. ضریب همبستگی پیرسون بین احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر

تعداد	سطح معناداری	ضریب همبستگی پیرسون (r)	متغیرها
۲۸۶	$0.001 <$	۰/۵۴	احساس تنهایی_رفتارهای پرخطر

مطابق جدول شماره ۶، بین احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($p < 0.001$, $r = 0.54$). بنابراین، با افزایش احساس تنهایی در دانش‌آموزان، میزان رفتارهای پرخطر نیز افزایش می‌یابد. بر این اساس، فرضیه سوم پژوهش نیز تأیید شد. پیش از اجرای تحلیل رگرسیون چندگانه، پیش‌فرض‌های لازم مورد بررسی قرار گرفت. نتایج بررسی شاخص‌های چولگی و کشیدگی نشان داد که توزیع متغیرهای پژوهش در دامنه قابل قبول قرار دارد. همچنین، بررسی نمرات استاندارد نشان داد که هیچ یک از مشاهدات دارای نمره Z خارج از دامنه 3 ± 29 نبودند و شواهدی از وجود داده‌های پرت تک متغیری مشاهده نشد. به‌منظور بررسی داده‌های پرت چند متغیری نیز فاصله ماحالانویس مورد بررسی قرار گرفت. بیشترین مقدار به‌دست آمده برابر با $72/15$ بود که نشان‌دهنده مورد پرت چند متغیری اثرگذار در داده‌ها بود. همچنین، مقادیر شاخص تحمل (Tolerance) بین 0.78 تا 0.86 و مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) بین 1.16 تا 1.28 به‌دست آمد. این نتایج نشان داد که بین متغیرهای پیش‌بینی مشکل هم‌خطی چندگانه وجود ندارد. در نهایت، مقدار آماره دوربین_واتسون برابر با $87/1$ به‌دست آمد که بیانگر استقلال خطاهای مدل رگرسیون بود. بنابراین، پیش‌فرض‌های لازم برای اجرای تحلیل رگرسیون چندگانه برقرار بود. برای بررسی هم‌زمان نقش وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر، تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود هم‌زمان انجام شد؛ نتایج در جدول شماره ۷ ارائه شده است.

جدول شماره ۷. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به روش ورود هم‌زمان برای پیش‌بینی رفتارهای پرخطر

سطح معناداری	t	β	متغیر پیش‌بینی
$0.001 <$	۰۴/۸	۰/۳۱	وابستگی به اینترنت
$0.001 <$	۲۰/۷	۰/۲۹	دزدگی تحصیلی
$0.001 <$	۹۸/۹	۰/۳۴	احساس تنهایی

$$R^2 = 0.34, R = 0.59, F = 83/24, P < 0.001$$

نتایج جدول شماره ۷ نشان می‌دهد که مدل رگرسیون کلی معنادار است ($F = 83/24$, $P < 0.001$) و سه متغیر وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی به‌طور معناداری رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کنند. ضریب تعیین برابر با 0.34 به‌دست آمد؛ بنابراین، مجموع این سه متغیر توانستند ۳۴ درصد از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین کنند. در میان متغیرهای پیش‌بینی، احساس تنهایی با ضریب بتای 0.34 ، وابستگی به اینترنت با ضریب بتای 0.31 و دزدگی تحصیلی با ضریب بتای 0.29 ، به‌ترتیب بیشترین سهم را در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر داشتند. جهت مثبت ضرایب نشان می‌دهد که افزایش هر یک از این متغیرها با افزایش رفتارهای پرخطر همراه است. به‌منظور تعیین ترتیب ورود متغیرهای پیش‌بین و بررسی سهم افزوده هر متغیر در تبیین رفتارهای پرخطر، تحلیل رگرسیون به روش مرحله‌ای نیز انجام شد.

جدول شماره ۸. نتایج تحلیل رگرسیون مرحله‌ای برای پیش‌بینی رفتارهای پرخطر

سطح معناداری	t	β	F	R^2	R	متغیر واردشده	مرحله
$0.001 <$	۳۴/۶	۰/۴۴	۸۸/۲۳	۰/۱۹	۰/۴۴	احساس تنهایی	۱
$0.001 <$	۱۱/۸	۰/۴۱	۶۵/۲۶	۰/۲۰	۰/۴۶	وابستگی به اینترنت	۲
$0.001 <$	۴۵/۵	۰/۲۹	۵۱/۳۲	۰/۲۸	۰/۵۳	دزدگی تحصیلی	۳

در مدل مرحله اول، احساس تنهایی به‌عنوان نخستین متغیر وارد مدل شد و به‌تنهایی ۱۹ درصد از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین کرد ($R^2 = 0.19$). در مرحله دوم، وابستگی به اینترنت وارد مدل شد و مقدار ضریب تعیین به 0.20 افزایش یافت. در مرحله سوم نیز دزدگی تحصیلی وارد مدل شد و مقدار R^2 تجمعی مدل به 0.28 رسید.

در مجموع، نتایج رگرسیون مرحله‌ای نشان داد که احساس تنهایی، وابستگی به اینترنت و دزدگی تحصیلی به‌ترتیب ورود به مدل، از عوامل معنادار مرتبط با پیش‌بینی رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان بودند. این یافته‌ها در کنار نتایج رگرسیون هم‌زمان نشان می‌دهد که هر سه متغیر مورد مطالعه، نقش معناداری در تبیین رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان دارند.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر و همچنین بررسی توان پیش‌بینی مشترک این متغیرها در دختران دبیرستانی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که هر سه متغیر وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری دارند. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که ترکیب این سه متغیر توانایی معناداری در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر دارد و بخشی از واریانس این رفتارها را تبیین می‌کند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که رفتارهای پرخطر در دوره نوجوانی را نمی‌توان صرفاً براساس یک عامل منفرد توضیح داد و لازم است مجموعه‌ای از عوامل فردی، تحصیلی، اجتماعی و فناورانه به‌صورت هم‌زمان مورد توجه قرار گیرد.

یافته پژوهش نشان داد که بین وابستگی به اینترنت و رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته با شواهد پژوهشی درباره ارتباط استفاده مشکل‌زا از اینترنت و آسیب‌پذیری‌های روانی-اجتماعی نوجوانان همسو است. پونتس و ماکور (۲۰۲۱) در بررسی الگوهای استفاده مشکل‌زا از اینترنت در نوجوانان، بر ارتباط این الگوها با عوامل خطر روانی-اجتماعی تأکید کرده‌اند. همچنین، مرور نظام‌مند و فراتحلیل پوربا و همکاران (۲۰۲۳) نشان داده است که استفاده از رسانه‌های اجتماعی با برخی رفتارهای پرخطر مرتبط با سلامت در جوانان ارتباط دارد. بنابراین، یافته حاضر از این دیدگاه پیروی می‌کند که الگوهای استفاده مشکل‌زا از اینترنت می‌توانند در کنار سایر عوامل روان‌شناختی و اجتماعی با افزایش رفتارهای پرخطر در نوجوانان همراه باشند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت استفاده مشکل‌زا از اینترنت ممکن است زمان و منابع روانی مورد نیاز برای فعالیت‌های سازگاران، تعاملات حضوری و تنظیم مناسب سبک زندگی را کاهش دهد. علاوه بر این، استفاده مفرط از اینترنت می‌تواند نوجوان را بیشتر در معرض محتوای نامناسب، الگوهای رفتاری ناسالم و گروه‌های همسالان مجازی قرار دهد. در چنین شرایطی، احتمال شکل‌گیری یا تقویت برخی رفتارهای ناسازگارانه افزایش می‌یابد. از سوی دیگر، حضور گسترده نوجوان در محیط‌های مجازی ممکن است فرصت مقایسه اجتماعی، مواجهه با هنجارهای رفتاری متفاوت و تأثیرپذیری از الگوهای رفتاری همسالان را افزایش دهد و از این طریق با رفتارهای پرخطر همراه شود. البته با توجه به ماهیت همبستگی پژوهش حاضر، این رابطه نباید به‌عنوان رابطه علی تفسیر شود؛ بلکه می‌توان گفت وابستگی بیشتر به اینترنت با سطح بالاتر رفتارهای پرخطر همراه بوده است.

یافته دوم نشان داد که دزدگی تحصیلی با رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری دارد. این نتیجه با ادبیات مربوط به فرسودگی و دزدگی تحصیلی در نوجوانان همسو است. مرور نظام‌مند و انسوترستد و همکاران (۲۰۲۳) نشان می‌دهد که فرسودگی تحصیلی در دوره نوجوانی پدیده‌ای چندعاملی است و با پیامدهای مختلف تحصیلی و روان‌شناختی ارتباط دارد. همچنین، شواهد حاصل از مرور نظام‌مند استیر و همکاران (۲۰۲۳) بر ارتباط فشار تحصیلی با مشکلات سلامت روان نوجوانان تأکید دارد. از این منظر، یافته پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تجربه فشار و مشکلات مرتبط با محیط تحصیلی می‌تواند در کنار سایر عوامل روان‌شناختی با افزایش رفتارهای پرخطر در نوجوانان همراه باشد.

در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که استمرار فشارهای تحصیلی، خستگی روانی، کاهش علاقه به فعالیت‌های آموزشی و احساس ناکارآمدی ممکن است منابع مقابله‌ای نوجوان را کاهش دهد. در نتیجه، نوجوان ممکن است برای کاهش موقت فشار روانی یا فاصله گرفتن از موقعیت‌های ناخوشایند، به راهبردهای کوتاه‌مدت و کم‌سازگارانه روی آورد. در این چارچوب، رفتارهای پرخطر می‌توانند در برخی نوجوانان به‌عنوان شیوه‌ای ناکارآمد برای کسب هیجان، فرار از فشار یا تجربه استقلال ظاهر شوند. همچنین، کاهش مشارکت و درگیری مثبت با محیط مدرسه ممکن است فرصت ارتباط نوجوان با منابع حمایتی مدرسه را محدود کند و زمینه آسیب‌پذیری بیشتر را فراهم سازد. همچنین، رابطه میان دزدگی تحصیلی و رفتارهای پرخطر را می‌توان در چارچوب یک چرخه تعاملی در نظر گرفت؛ به این معنا که فشار و دزدگی تحصیلی ممکن است احتمال رفتارهای پرخطر را افزایش دهد و در مقابل، درگیری با رفتارهای پرخطر نیز می‌تواند پیامدهای منفی تحصیلی ایجاد کرده و شرایط دزدگی تحصیلی را تشدید کند. این تبیین با ماهیت چندعاملی مشکلات نوجوانان سازگار است؛ زیرا عوامل تحصیلی و رفتاری می‌توانند به‌صورت متقابل بر یکدیگر اثرگذار باشند. با این حال، تعیین جهت این رابطه به پژوهش‌های طولی نیاز دارد. یافته سوم پژوهش نشان داد که احساس تنهایی با رفتارهای پرخطر رابطه مثبت و معناداری دارد و در میان سه متغیر پیش‌بین، بیشترین ضریب همبستگی با رفتارهای پرخطر را نشان داد. این یافته با پژوهش‌هایی که بر اهمیت پیوندهای اجتماعی در دوره نوجوانی

تأکید دارند، همسو است. ژانگ و همکاران (۲۰۲۴) نشان داده‌اند که پیوند با مدرسه و میزان تماس با دوستان با تجربه تنهایی نوجوانان ارتباط دارد و کیفیت ارتباطات اجتماعی می‌تواند در وضعیت روانی و سلامت نوجوانان نقش داشته باشد. بنابراین، یافته حاضر بر اهمیت وضعیت روابط اجتماعی و احساس تعلق نوجوانان در ارتباط با رفتارهای پرخطر تأکید می‌کند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت احساس تنهایی صرفاً به معنای تنها بودن فیزیکی نیست، بلکه بیشتر به ادراک فرد از ناکافی بودن روابط اجتماعی و فقدان ارتباط و تعلق مطلوب اشاره دارد. نوجوانی دوره‌ای است که در آن پذیرش اجتماعی، تعلق به گروه همسالان و دریافت حمایت اجتماعی اهمیت زیادی پیدا می‌کند. هنگامی که این نیازها برآورده نشوند، احساس تنهایی و پریشانی روان‌شناختی افزایش می‌یابد و ممکن است نوجوان برای دستیابی به پذیرش، هیجان یا کاهش موقت ناراحتی به رفتارهای ناسازگارانه روی آورد. از این منظر، رفتارهای پرخطر ممکن است در برخی نوجوانان کارکرد اجتماعی یا هیجانی پیدا کنند؛ برای مثال، فرد ممکن است برای پذیرفته شدن در گروه همسالان یا تجربه احساس تعلق، در فعالیت‌هایی مشارکت کند که در شرایط عادی احتمالاً آنها را انتخاب نمی‌کرد. همچنین، تلاش برای کاهش احساس انزوا یا دستیابی به تجربه‌های هیجانی می‌تواند در برخی شرایط نوجوان را به سمت انتخاب رفتارهایی سوق دهد که پیامدهای منفی دارند. بنابراین، توجه به کیفیت روابط اجتماعی و احساس تعلق نوجوانان می‌تواند یکی از محورهای مهم پیشگیری از رفتارهای پرخطر باشد.

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی در کنار یکدیگر توانستند بخش معناداری از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین کنند. این یافته از دیدگاه چندعاملی در تبیین رفتارهای پرخطر نوجوانان حمایت می‌کند؛ دیدگاهی که بر تعامل عوامل مختلف فردی، اجتماعی و محیطی تأکید دارد. به بیان دیگر، نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بررسی رفتارهای پرخطر نوجوانان در صورتی جامع‌تر خواهد بود که عوامل مرتبط با زندگی اجتماعی، تجربه تحصیلی و الگوهای استفاده از فناوری به صورت همزمان مورد توجه قرار گیرند. در این مدل، احساس تنهایی بیشترین ضریب بتای استاندارد را داشت و پس از آن وابستگی به اینترنت و دزدگی تحصیلی قرار گرفتند. این الگو نشان می‌دهد که در نمونه مورد بررسی، کیفیت تجربه اجتماعی و احساس تعلق ممکن است نقش برجسته‌تری در رفتارهای پرخطر داشته باشد؛ با این حال، وابستگی به اینترنت و دزدگی تحصیلی نیز سهم معناداری در پیش‌بینی این رفتارها داشتند. از این رو، توجه صرف به یکی از عوامل مذکور ممکن است تصویر کاملی از زمینه‌های مرتبط با رفتارهای پرخطر در نوجوانان ارائه نکند.

نتایج رگرسیون مرحله‌ای نیز ورود احساس تنهایی، وابستگی به اینترنت و دزدگی تحصیلی را به ترتیب نشان داد. این یافته اهمیت بررسی همزمان عوامل اجتماعی، فناورانه و تحصیلی را برجسته می‌کند. به عبارت دیگر، برای فهم رفتارهای پرخطر نوجوانان نمی‌توان صرفاً بر یک عامل تمرکز کرد، بلکه لازم است شرایط تحصیلی، روابط اجتماعی و الگوهای استفاده از فناوری در بستر رشد نوجوان مورد توجه قرار گیرد. چنین رویکردی می‌تواند در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه در محیط مدرسه نیز کاربرد داشته باشد؛ به‌ویژه برنامه‌هایی که به‌طور هم‌زمان بر تقویت ارتباطات اجتماعی، کاهش مشکلات مرتبط با استفاده از اینترنت و مدیریت فشارهای تحصیلی تمرکز می‌کنند. با وجود این، یافته‌های حاضر با مطالعاتی که متغیرهای مورد بررسی را به صورت جداگانه یا در جمعیت‌های متفاوت بررسی کرده‌اند، تنها از نظر جهت کلی روابط قابل مقایسه‌اند. بنابراین، برای تأیید الگوی مشاهده‌شده و تعیین روابط علی میان متغیرها، انجام پژوهش‌های طولی و چندروشی ضروری است.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی و احساس تنهایی، هر سه با رفتارهای پرخطر در دختران دوره متوسطه دوم رابطه مثبت و معناداری دارند. همچنین، ترکیب این سه متغیر توانست بخش قابل توجهی از تفاوت‌های فردی در رفتارهای پرخطر را تبیین کند. این نتایج بر ضرورت توجه هم‌زمان به عوامل مرتبط با استفاده از فناوری، تجربه تحصیلی و روابط اجتماعی نوجوانان تأکید دارد. از منظر کاربردی، نتایج می‌تواند برای مشاوران مدارس و متخصصان حوزه نوجوانان اهمیت داشته باشد. شناسایی زودهنگام دانش‌آموزانی که نشانه‌هایی از وابستگی مشکل‌زا به اینترنت، دزدگی تحصیلی یا احساس تنهایی دارند، می‌تواند زمینه مداخلات پیشگیرانه را فراهم کند. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات مدرسه‌محور، علاوه بر توجه به رفتارهای پرخطر، بر مهارت‌های مقابله‌ای، تنظیم استفاده از فناوری، تقویت پیوند با مدرسه، افزایش حمایت اجتماعی و بهبود روابط با همسالان تمرکز داشته باشند. توجه هم‌زمان به این حوزه‌ها می‌تواند به شناسایی نوجوانان در معرض خطر و طراحی مداخلات جامع‌تر برای کاهش عوامل مرتبط با رفتارهای پرخطر کمک کند.

۴-۱. محدودیت‌ها و پیشنهادها

طرح پژوهش از نوع مقطعی و همبستگی بود؛ بنابراین امکان استنباط روابط علی میان متغیرهای پژوهش محدود است. جامعه پژوهش به دختران دوره متوسطه دوم در یک ناحیه از شهر کرمانشاه محدود بود؛ از این رو، تعمیم یافته‌ها به پسران، سایر مناطق جغرافیایی و سایر گروه‌های سنی باید با احتیاط انجام شود. استفاده از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی، تمایل به ارائه پاسخ‌های اجتماعی مطلوب و خطای یادآوری قرار گرفته باشد. رفتارهای پرخطر سازه‌ای ناهمگون است و می‌تواند انواع مختلفی از رفتارها را دربرگیرد. بررسی جداگانه انواع رفتارهای پرخطر می‌تواند در پژوهش‌های آینده تصویر دقیق‌تری از روابط میان متغیرها ارائه کند. حجم نمونه و شیوه نمونه‌گیری پژوهش، تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به جمعیت‌های گسترده‌تر محدود می‌کند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های طولی با هدف بررسی جهت و پایداری روابط میان وابستگی به اینترنت، دزدگی تحصیلی، احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر انجام شود و در پژوهش‌های آینده نقش متغیرهایی مانند حمایت خانوادگی، پیوند با مدرسه، کیفیت رابطه با همسالان، خودکنترلی و مشکلات سلامت روان در تبیین رفتارهای پرخطر بررسی شود. توصیه می‌شود انواع مختلف رفتارهای پرخطر به صورت جداگانه مورد بررسی قرار گیرند تا مشخص شود هر یک از عوامل پیش‌بین با کدام نوع رفتار پرخطر ارتباط بیشتری دارد. در محیط مدارس می‌توان برنامه‌های غربالگری و مداخلات پیشگیرانه با تمرکز بر شناسایی تنهایی، دزدگی تحصیلی و استفاده مشکل‌زا از اینترنت طراحی و اثربخشی آنها را ارزیابی کرد. پیشنهاد دیگر اینکه برنامه‌های آموزشی مرتبط با مهارت‌های مقابله‌ای، مدیریت فشار تحصیلی، سواد دیجیتال، مهارت‌های ارتباطی و تقویت احساس تعلق به مدرسه در قالب مداخلات مدرسه‌محور بررسی شوند. در مطالعات آینده استفاده از روش‌های چندروشی، از جمله مصاحبه و گزارش والدین یا معلمان در کنار پرسش‌نامه‌های خودگزارشی، پیشنهاد می‌گردد.

۵. تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که تعارض منافی مرتبط با پژوهش وجود ندارد.

۶. منابع مالی

این پژوهش با حمایت مالی سازمان یا نهادی بیرونی انجام نشده است.

۷. دسترسی به داده‌ها

داده‌های پژوهش به دلیل ملاحظات مربوط به محرمانگی و حفظ حریم خصوصی شرکت‌کنندگان به صورت عمومی منتشر نشده‌اند و دسترسی به آنها تابع ملاحظات اخلاقی و مقررات مربوط به پژوهش است.

References

- Bresó, E., Salanova, M., & Schaufeli, W. B. (2007). In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy? *Applied Psychology*, 56(3), 460–478. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00290.x>
- Hajiloo, K. (2025). Comparison of stress coping skills, quality of life, and resilience in 15–25-year-old suicide attempters and normal individuals in Qom County. *Journal of Rehabilitation Counseling*, 1(2), 114–123. <https://doi.org/10.22034/jrc.2025.144183.1016>
- Kazemi, J., Khabazi, M., & Majidi, E. (2025). The role of attachment to God in predicting substance use tendency mediated by resilience. *Journal of Rehabilitation Counseling*, 1(1), 17–26. <https://doi.org/10.22034/jrc.2025.63881>
- Mohammadsalehi, N., Mohammadbeigi, A., Jadidi, R., Anbari, Z., Ghaderi, E., & Akbari, M. (2015). Psychometric properties of the Persian language version of Young Internet Addiction Questionnaire: An explanatory factor analysis. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 4(3), e21560. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.21560>
- Pontes, H. M., & Macur, M. (2021). Problematic internet use profiles and psychosocial risk among adolescents. *PLOS ONE*, 16(9), e0257329. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257329>
- Purba, A. K., Thomson, R. M., Henery, P. M., Pearce, A., Henderson, M., & Katikireddi, S. V. (2023). Social media use and health risk behaviours in young people: Systematic review and meta-analysis. *The BMJ*, 383, e073552. <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-073552>
- Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>

- Shahmoradzadeh, V., & Nematiollahzadeh Mahani, K. (2025). Effectiveness of acceptance and commitment-based group therapy on loneliness and marital adjustment in women referring to counseling centers in Bam. *Journal of Rehabilitation Counseling*, 1(2), 82–93. <https://doi.org/10.22034/jrc.2025.144024.1014>
- Shojaei-Baghini, S. (2008). The relationship between hope and optimism with avoidance of risky behaviors in 15–18-year-old girls in Kerman [Master's thesis, Allameh Tabataba'i University, Faculty of Psychology and Educational Sciences]. ViraScience. <https://www.virascience.com/thesis/476075/>
- Stear, T., Gutiérrez Muñoz, C., Sullivan, A., & Lewis, G. (2023). The association between academic pressure and adolescent mental health problems: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 339, 302–317. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.028>
- Vansoeterstede, A., Cappe, E., Lichtlé, J., & Boujut, E. (2023). A systematic review of longitudinal changes in school burnout among adolescents: Trajectories, predictors, and outcomes. *Journal of Adolescence*, 95(2), 224–247. <https://doi.org/10.1002/jad.12121>
- Widyanto, L., & McMurran, M. (2004). The psychometric properties of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 443–450. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
- Yao, W., Hou, H., Yang, P., & Ni, S. (2025). The co-occurrence of adolescent smartphone addiction and academic burnout: The role of smartphone stress and digital flourishing. *Education and Information Technologies*, 30, 4987–5007. <https://doi.org/10.1007/s10639-024-13017-y>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Zheng, Y., Panayiotou, M., Currie, D., Yang, K., Bagnall, C., Qualter, P., & Inchley, J. (2024). The role of school connectedness and friend contact in adolescent loneliness, and implications for physical health. *Child Psychiatry & Human Development*, 55, 851–860. <https://doi.org/10.1007/s10578-022-01449-x>