

## بررسی رابطه‌ی وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اردبیل فاطمه تموک<sup>۱</sup> و مرتضی ابراهیمی<sup>۲</sup>

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین رابطه‌ی وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه (دوره دوم) در شهر اردبیل بود. روش تحقیق از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری این پژوهش، شامل کلیه‌ی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه‌ی شهر اردبیل ( $N=11716$ ) می‌باشد. نمونه‌ی پژوهش بر اساس جدول مورگان ۳۷۴ دانش‌آموز می‌باشد که به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسش‌نامه وابستگی به پیامک تلفن همراه، مقیاس سنجش بیگانگی از خود و پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی جمع‌آوری شدند. برای تحلیل داده‌ها روش ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری به کار رفت. نتایج همبستگی نشان داد که وابستگی به پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد متغیرهای وابستگی به پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی ۸۲٪ فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها ضرورت توجه جدی برنامه‌ریزان و مسئولین را به موضوع فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان نشان داده است.

**واژه‌های کلیدی:** وابستگی، پیام کوتاه، از خود بیگانگی، فرسودگی تحصیلی

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز

۲. نویسنده‌ی رابط: استادیار گروه معارف اسلامی، دانشگاه محقق اردبیلی (m452brahimi@yahoo.com)

تاریخ دریافت مقاله: ۹۴/۳/۶

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۴/۸/۵

## مقدمه

یکی از عوامل بسیار مهم و اثرگذار در فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان عوامل روان‌شناختی آنان است و از جمله ویژگی‌های روان‌شناختی مهمی که فرسودگی تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی می‌باشد. افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند معمولاً علایمی مانند بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی و در نهایت افت تحصیلی را تجربه می‌کنند. فرسودگی تحصیلی، شامل سه حیطه: خستگی تحصیلی<sup>۱</sup>، بی‌علاقگی تحصیلی<sup>۲</sup>، ناکارآمدی تحصیلی<sup>۳</sup> می‌شود (میکائیلی، افروز و قلیزاده، ۱۳۹۱). به عبارتی دیگر، فرسودگی حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که حاصل سندرم استرس تحصیلی مزمن مانند گرانباری نقش، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محوّل شده است (رستم اوغلی و خشنودنای چماچایی، ۱۳۹۲).

از جمله عوامل محیطی تأثیرگذار بر فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان، اعتیاد به پیام‌های کوتاه تلفن همراه و از خود بیگانگی آنان می‌باشد. در گذشته اعتیاد تنها به وابستگی دارویی، مانند وابستگی به الکل و داروهای روان‌گردان، اطلاق می‌شد. اما بررسی‌های بعدی نشان داد که برخی از رفتارها، به دلیل تکرار شوندگی و سواس گونه‌ای که می‌یابند از الگوی مشابه وابستگی دارویی تبعیت می‌کنند (منطقی، ۱۳۸۷). شواهد نشان دهنده‌ی آن است که استفاده‌ی مفرط از تلفن همراه مرتبط با الگوهای رفتاری دیگر از جمله بیدار ماندن در شب و اشتغال به تبادل پیام کوتاه و همچنین وابستگی عاطفی است که در ذهن کاربران ایجاد می‌شود. به طوری که این افراد معتقدند که بدون استفاده از تلفن همراه قادر به زندگی کردن نیستند. این یافته‌ها حمایت‌کننده‌ی تأثیر منفی استفاده مفرط از تلفن همراه و تأثیر منفی آن بر سلامت جسمی و روان‌شناختی کاربران است. اشتغال زیاد به تماس‌های تلفن همراه به ویژه ارسال و دریافت پیامک در بین جوانان نگرانی‌ها و

1. academic Exhaustion
2. academic cynicism
3. academic Inefficacy

دلشوره‌های زیادی ایجاد می‌کند. به طوری که برخی از کاربران در خصوص پاسخ‌ها و کیفیت آنها مشغله‌ی فکری زیادی دارند و نتیجه‌ی این فعالیت‌ها موجب اختلال در نظم خواب و پرداختن به تکالیف روزمره می‌شود. (یاسمی‌نژاد، گل محمدیان و یوسفی، ۱۳۹۱).

از آنجا که نوع بشر شیفته برقراری ارتباط با دیگران است، توانایی پیامک در ارسال پیام میان تلفن‌های همراه، و همچنین بین کامپیوترهای شخصی با تلفن همراه، توانسته آن را به محبوب‌ترین و پر استفاده‌ترین ابزار تبدیل کند. عمده‌ترین مصرف‌کنندگان تلفن همراه و به ویژه (پیامک) جوانان و نوجوانان هستند؛ که به دلایل گوناگونی از جمله احساس تنهایی به سمت این ابزار ارتباطی جذب شده و اکثر آنان نیز وابستگی زیادی به آن پیدا کرده‌اند، به طوری که تغییراتی در خلق و خو، رفتارها، اعمال مربوط به مدرسه و عقاید و افکار و باورهای آنان ایجاد شده است (قربانی، ۱۳۸۷). ادغام تلفن همراه با زندگی نوجوانان و جوانان موجب ایجاد برخی مشکلات شده که باید مدیریت و کنترل شوند. بسیاری از جوانان به عمد یا غیر عمد در استفاده از تلفن همراه افراط می‌کنند (شهبازی، باقیانی مقدم، محمدلو، مطلق و مسعودی بروجنی، ۱۳۹۱). از آنجایی که دانش‌آموزان به‌عنوان رکن اساسی نظام آموزش کشور، در دستیابی به اهداف نظام آموزشی نقش و جایگاه ویژه‌ای دارند، توجه به این قشر از جامعه از لحاظ آموزشی و تربیتی، باروری و شکوفایی هرچه بیشتر نظام آموزش و تربیتی جامعه را موجب می‌گردد. با وجود این از کل دانش‌آموزانی که وارد سیستم آموزش و پرورش می‌شوند، تعداد کمی از آنها می‌توانند استعدادهای خود را شکوفا کنند و در این مرحله موفق گردند (میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۱). در تحقیق شهبازی و همکاران (۱۳۹۱) میزان ۲۲/۴ درصد از دانشجویان، تلفن همراه را یک عامل مزاحم برای درس خواندنشان می‌دانستند. پژوهشی که در انگلستان توسط کریستال<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) انجام شد، نشان داد که ۸۱ درصد کاربران تلفن همراه در انگلستان بین ۱۵ تا ۲۴ سال داشتند و عمدتاً از خدمات پیام کوتاه برای گسترش روابط اجتماعی خود استفاده می‌کردند. ۳۷ درصد از این پیام‌ها ابراز

## 1. Crystal

عشق یا تنفر بوده‌اند، هر چند که کاربردهای دیگری همچون تهدید، اشاعه شایعات و حتی تماس‌های مشکوک قاچاق‌چیان مواد مخدر هم در آن دیده شده است. جیمز و درینان (۲۰۰۵؛ به نقل از قربانی، ۱۳۸۷) نیز در تحقیق خود، موفق به شناسایی پیامدهای منفی وابستگی به SMS شدند که شامل صرف هزینه زیاد (هر ماه تقریباً ۸۲ دلار)، ضربه‌های روانی، ارتباطات اجتماعی صدمه دیده، مشکلات شغلی، مشکلات جسمی، پیامدهای قانونی، استرس و هیجان و کاهش سواد بوده است. در تحقیق نوریزاوزوبیدا (۲۰۰۳؛ به نقل از قربانی، ۱۳۸۷) که از روش متمرکز بر گروه استفاده کردند، بعضی از دانشجویان اذعان داشته‌اند که استفاده از پیامک بر روی تحصیل و مطالعات آنان تأثیر منفی داشته و باعث کاهش در نمره‌های آنان بوده است. زیرا وابستگی به پیام کوتاه، آن‌ها را وسوسه می‌کند که همه جا، حتی در سر کلاس درس هم از آن استفاده کنند. همچنین در مطالعه ای هارتلی<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) نشان داد که وابستگی به تلفن و اینترنت در دانش‌آموزان تأثیر سوئی بر عملکرد تحصیلی آنان دارد. در پژوهش دیگری حسن زاده، بیدختی، رضایی و رهایی (۱۳۹۱) نشان دادند بین اعتیاد به تلفن همراه و اینترنت با پیشرفت تحصیلی همبستگی معنادار و منفی وجود دارد.

دومین متغیر پیش‌بین در این مطالعه از خود بیگانگی است. روان‌شناسان معتقدند فرد از خود بیگانه در حقیقت خود را طرد کرده و خویشتن را قبول ندارد، او احساس بی‌ارزشی می‌کند و این احساس او را به سوی تنفر و دوری از خویشتن و انزجار از دیگران سوق می‌دهد. از خود بیگانگی می‌تواند به این علت باشد که شخص تصور کند زندگی او نه از طریق خودش، بلکه از سوی دیگران طرح‌ریزی و کنترل می‌شود. از این جهت مایوس می‌شود و باور می‌کند که قادر نیست بر عواملی که بر او اثر می‌گذارند، کنترلی داشته باشد. عده‌ای از خود بیگانگی را عکس‌العملی طبیعی نسبت به پوچی و سردی زندگی مدرن می‌دانند. فردی که بخواهد «از خود بیگانه» نشود باید بکوشد تا زندگی‌اش را مهم و ارزشمند کند (جعفری نیا، ۱۳۸۸). جوانان و دانشجویان قشر

---

1. Hartley

عظیمی از جامعه هستند که با توجه به خصایص و ویژگی‌های خاص این دوره از زندگی بیشتر در معرض آسیب‌های روانی و اجتماعی قرار دارند. حساسیت، غرور و تکبر، احساس خود بزرگ‌بینی و بلندپروازی در دوره جوانی بیشتر از سایر دوره‌های زندگی است. این شرایط و خصایص روانی، زمینه‌های مساعدی را برای از خود بیگانگی جوانان و دانشجویان به وجود می‌آورد. اگر شرایط اجتماعی و محیطی به گونه‌ای باشد که مشکلات تنگناهایی برای جوانان ایجاد کند احتمال گرایش این قشر به سوی از خود بیگانگی بیشتر خواهد شد. اگر نهادهای موجود در جامعه قادر نباشند کارکردهای خود را به نحو احسن برای مرتفع ساختن نیازهای اساسی جوانان به کار گیرند، زمینه‌های پیدایش بیگانگی از خود، بیگانگی از دیگران و بیگانگی از ارزشها و هنجارهای اجتماعی در جوانان تقویت می‌شود (بیگدلی، ۱۳۷۹). از خود بیگانگی از فلسفه آرمانگرایانه آلمانی به ویژه از طریق هگل و آنهایی که نوه‌گلیان جوان نامیده می‌شوند وارد جامعه شناسی نوین شده است. هگل جوهر از خود بیگانگی را در این نکته نهفته می‌بیند که فرد انسان احساس می‌کند. حیات شخصیت فردی او خارج از ذات او، یعنی در جامعه و دولت وجود دارد. وی پایان از خود بیگانگی را عصر روشنگری می‌داند که حقایق تقویت کننده بیگانگی کاهش می‌یابد (علی احمدی، تیموری اصل و محمودی میمند، ۱۳۹۰).

در پژوهش میکائیلی و همکاران (۱۳۹۱) بین خودپنداره تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معنادار وجود داشت. ستوده (۱۳۸۴) نشان داد از جمله ویژگی‌های روان‌شناختی مهمی که عملکرد تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد از خود بیگانگی می‌باشد. از خود بیگانگی نوعی بیماری روانی است که موجب می‌شود انسان کیفیات و حالات دیگری را به جای واقعیت وجودی خودش بنشاند. پژوهش‌های طائفی (۱۳۷۸) و فاضلی (۱۳۸۲) در زمینه از خود بیگانگی نشان می‌دهد که از خود بیگانگی، تمام متغیرهای فرسودگی تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و باعث افزایش خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی می‌باشد. همچنین سیدابراهیمی (۱۳۹۲) در تحقیقی با هدف بررسی رابطه احساس بیگانگی و خود پنداره با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر، نشان داد بین احساس بیگانگی و خود پنداره با عملکرد تحصیلی

رابطه معناداری وجود دارد. به طوری که بین خود پنداره با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت معنادار و بین احساس بیگانگی با عملکرد تحصیلی رابطه منفی معناداری به دست آمد.

بر اساس آنچه گفته شد فرضیه‌های این پژوهش عبارتند از: ۱- بین وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه مثبت وجود دارد. ۲- بین از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه مثبت وجود دارد. بدین ترتیب پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این سؤال کلی است که آیا وابستگی به پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی می‌تواند فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کند؟

## روش

این تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی است. در این پژوهش وابستگی به پیامک‌های تلفن همراه و از خود بیگانگی به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین و فرسودگی تحصیلی به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده‌اند.

**جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری:** جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه (دوره دوم) شهر اردبیل در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ است که بر اساس آماري که از اداره کل آموزش و پرورش استان اردبیل درخواست شد، تعداد آنها ۱۱۷۱۶ نفر هستند. حجم نمونه این پژوهش شامل ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر می‌باشد که ۲۶ نفر داده‌ی از دست رفته وجود داشت و در نهایت تحلیل روی ۳۷۴ نفر صورت گرفت. حداقل حجم نمونه بر اساس جدول مورگان در این تحقیق ۳۷۴ نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری به صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای می‌باشد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌های زیر استفاده شده است:

**پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی:** این پرسش‌نامه را برسو<sup>۱</sup> و همکاران در سال ۱۹۹۷ ساخته‌اند. این پرسش‌نامه سه حیطه فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی

---

1. Berso

تحصیلی، و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسش‌نامه مذکور ۱۵ ماده دارد که با روش درجه‌بندی لیکرت ۵ ماده (مطالب درسی خسته کننده هستند)، بی‌علاقگی ۴ ماده (احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه‌ای ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده (احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده مشکلات درسی بریایم) دارد. سؤال‌های ۱، ۴، ۷، ۱۰ و ۱۳ مربوط به خرده‌مقیاس خستگی هیجانی؛ سؤال‌های ۲، ۵، ۱۱ و ۱۴ مربوط به خرده‌مقیاس بدبینی (بی‌علاقگی)؛ و سؤال‌های ۳، ۶، ۸، ۹، ۱۲ و ۱۵ مربوط به خرده‌مقیاس ناکارآمدی درسی هستند که البته با توجه به اینکه از مقیاس کارآمدی درسی (یعنی جملات مثبت) برای خرده‌مقیاس اخیر استفاده شد، سؤال‌های این خرده‌مقیاس به صورت وارونه نمره‌گذاری شدند. پایایی پرسش‌نامه به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ برای سه حیطه فرسودگی تحصیلی محاسبه کرده‌اند. اعتبار پرسش‌نامه را محققان با روش تحلیل عامل تاییدی محاسبه شده که شاخص‌های برازندگی تطبیق، شاخص برازندگی افزایش و شاخص جذر میانگین مجذورات خطای تقریب مطلوب گزارش کرده‌اند (عظیمی، پیری و زوار، ۱۳۹۲).

**مقیاس سنجش بیگانگی از خود:** مقیاس از خود بیگانگی<sup>۱</sup> توسط دین در سال ۱۹۶۱ ساخته شد. این مقیاس ۲۴ آیتم دارد. هر آزمودنی به این آیتم‌ها به صورت کاملاً موافق (۵)، موافق (۴)، نظری ندارم (۳)، مخالفم (۲) و کاملاً مخالف (۱) پاسخ می‌گوید. در مقیاس بیگانگی از خود آیتم‌های شماره ۵، ۸، ۱۴، ۲۲، ۲۴ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. بر اساس این شیوه نمره‌گذاری، کسب نمره بالا توجه این مقیاس نشانگر میزان بیشتری از احساس بیگانگی از خود در آزمودنی است. حداقل نمره‌ای که آزمودنی می‌تواند در این مقیاس به دست آورد ۲۴ و حداکثر نمره ۱۲۰ است. در مطالعه دین<sup>۲</sup> ضریب پایایی دو نیم‌سازی کل مقیاس ۰/۷۸، ناتوانی ۰/۷۸، بی‌هنجاری ۰/۷۳، و انزوا ۰/۸۳ گزارش شده است. در پژوهش شفیع آبادی و ولی نوری (۱۳۷۳)

1. Alienation Scale  
2. Dean

ضریب پایایی مقیاس بیگانگی از خود دین ۰/۸۱ و ضریب همبستگی این مقیاس با آزمون خود پنداره راجرز ۰/۴۰ به دست آمد (ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۵).

**پرسش‌نامه‌ی وابستگی به پیامک‌های تلفن همراه:** ابزار اندازه‌گیری داده‌ها در این تحقیق شامل پرسش‌هایی است که با استفاده از معیارهای پیشنهادی توسط کیبرلی یانگ و موراها-مارتین و شوماخر (۲۰۰۰)، بی اصطلاحات جزئی، به‌عنوان راهنمای مصاحبه، در نظر گرفته شدند. سؤال‌های ۱-۷، سؤال‌های مبتنی بر معیارهای پیشنهادی تشخیصی برای اعتیاد به اینترنت توسط یانگ و موراها-مارتین و شوماخر است. سؤال ۸، مبتنی بر معیار پیشنهادی تشخیص یانگ و سؤال‌های ۹-۱۴ مبتنی بر معیارهای پیشنهادی تشخیصی موراها-مارتین و شوماخر است. سؤال ۱۵، تنها معیار افزوده شده به مجموعه معیارهای پیشنهادی محققان پیش گفته است. در تمامی سؤال‌های جای اینترنت با پیام کوتاه عوض شده پرسش‌نامه مقدماتی به دست آمده، به‌عنوان راهنمای مصاحبه‌های تشخیصی برای گمانه زنی طرح وابستگی و اعتیاد به پیام کوتاه، به کار خواهد رفت (منطقی، ۱۳۸۷). این پرسش‌نامه ۱۵ سؤال دارد که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت درجه‌بندی شده است. کسب نمره‌ی بالا نشانگر میزان بیشتری از وابستگی است. پایایی آزمون پس از اجرا توسط آلفای کرونباخ ۰/۸۸۶ محاسبه شد.

**روش اجرا:** روش کار بدین صورت بود که ابتدا از هر ناحیه (یک و دو)، پنج مدرسه و از هر مدرسه دو کلاس در نظر گرفته شد. سپس هر سه پرسش‌نامه‌ی وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی و فرسودگی تحصیلی در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و به این تست‌ها پاسخ دادند.

## نتایج

در این پژوهش ۳۷۴ نفر از دانش‌آموزان شرکت کردند، که از پنج مدرسه از نقاط مختلف شهر انتخاب شده بود.



Vol.5, No.2/39-54

دوره‌ی ۵، شماره‌ی ۲/۵۴-۳۹

## جدول ۱. میانگین و انحراف معیار دانش‌آموزان دختر در متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	M	SD	متغیر	M	SD
پیام کوتاه تلفنی	۳۷/۶۶	۱۲/۵۵	ناکارآمدی تحصیلی	۲۱/۵۹	۳/۹۰
خستگی تحصیلی	۱۳/۹۶	۴/۱۹	از خود بیگانگی	۷۶/۷	۱۱/۰۴
بی‌علاقگی تحصیلی	۱۰/۶۱	۳/۶۶			

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود میانگین (انحراف معیار) پیام کوتاه ۳۷/۶۶ (۱۲/۵۵)، خستگی تحصیلی ۱۳/۹۶ (۴/۱۹)، بی‌علاقگی تحصیلی ۱۰/۶۱ (۳/۶۶)، ناکارآمدی تحصیلی ۲۱/۵۹ (۳/۹۰)، از خود بیگانگی ۷۶/۷ (۱۱/۰۴) می‌باشد.

## جدول ۲. ماتریس ضریب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	پیام کوتاه تلفنی	از خود بیگانگی
خستگی تحصیلی	$r=0/495^{**}$ $P=0/000$	$r=0/464^{**}$ $P=0/005$
بی‌علاقگی تحصیلی	$r=0/379^{**}$ $P=0/000$	$r=0/378^{**}$ $P=0/000$
ناکارآمدی تحصیلی	$r=0/319^{**}$ $P=0/000$	$r=0/158^*$ $P=0/03$
فروودگی تحصیلی	$r=0/474^{**}$ $P=0/000$	$r=0/507^{**}$ $P=0/000$

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود بین خستگی تحصیلی و پیام کوتاه تلفنی ( $r=0/495$ )؛ خستگی تحصیلی و از خود بیگانگی ( $r=0/464$ )؛ بی‌علاقگی تحصیلی با پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی ( $r=0/379$  و  $r=0/378$ )؛ و ناکارآمدی تحصیلی با پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی ( $r=0/319$  و  $r=0/158$ ) رابطه‌ی معنادار مثبت وجود دارد.

برای تعیین رابطه‌ی پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی در پیش‌بینی فروودگی تحصیلی دانش‌آموزان با تحلیل رگرسیون چند متغیری به روش ورود تحلیل شدند.

بررسی رابطه‌ی وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی و از خودبیگانگی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان ...

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری پیام کوتاه تلفنی، از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی

مدل	SS	df	MS	f	p
رگرسیون	۴۵۵۰/۹۶۴	۲	۴۸۲/۲۲۷۵		
باقیمانده	۹۵۷/۰۹۸/۱۷۵	۱۲۶	۷/۵۹۶	۲۹۹/۵۶۲	۰/۰۰۰
کل	۵۵۰۸/۰۶۲	۱۲۸			

  

متغیرهای پیش‌بین	R	Rs	ARS	ضرایب غیر استاندارد			T(p)
				B	Se	Beta	
constant				۲/۳۳۳	۱/۶۲۰	-	۲۲/۴۸۸ (۰/۰۰۰)
پیام کوتاه تلفنی	۰/۴۷۴	۰/۲۱۹	۰/۲۲۵	۰/۲۴۸	۰/۰۴۱	۰/۴۷۴	۶/۰۶۸ (۰/۰۰۰)
از خود بیگانگی	۰/۹۰۹	۰/۸۲۳	۰/۸۲۶	۰/۰۲۷	۰/۰۲۷	۰/۹۱۰	۲۰/۸۸۴ (۰/۰۰۰)

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود میزان  $F$  مشاهده شده معنادار است و استفاده از مدل خطی رگرسیون بلامانع است ( $F=۲۹۹/۵۶۲$ ). ۸۲ درصد از واریانس فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان توسط پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی پیش‌بینی می‌شود. نتایج نشان می‌دهد که از میان پیام کوتاه تلفنی، از خود بیگانگی، پیام کوتاه تلفنی ( $\beta=۰/۴۷۴$ ) و از خود بیگانگی ( $\beta=۰/۹۱۰$ )، فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان را پیش‌بینی می‌کند.

### بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش رابطه‌ی وابستگی به پیام کوتاه تلفنی و از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت. در این بخش ضمن بررسی نتایج فرضیه‌های پژوهش، به بحث و نتیجه‌گیری در مورد آن پرداخته می‌شود. نتایج پژوهش نشان داد که بین وابستگی به پیام‌های کوتاه تلفنی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان و زیر مقیاس‌های آن رابطه‌ی مثبت معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش لی و چانگ (۲۰۰۶)، نوریزاوزوبیدا (۲۰۰۳)، نقل از قربانی، (۱۳۸۷)،

ساندرس و چستر (۲۰۰۹)، هارتلی (۲۰۱۱) و حسن زاده و همکاران (۱۳۹۱) همسو می‌باشد. نوریزاووبیدا (۲۰۰۳) در نتایج تحقیق گزارش کرد دانشجویان اذعان داشته‌اند که استفاده از پیامک بر روی تحصیل و مطالعات آنان تأثیر منفی داشته و باعث کاهش در نمرات آنان بوده است. همچنین در مطالعه‌ی هارتلی (۲۰۱۱) نشان داد که وابستگی به تلفن و اینترنت در دانش‌آموزان تأثیر سوئی بر عملکرد تحصیلی آنان دارد. در پژوهش دیگری حسن زاده و همکاران (۱۳۹۱) نشان دادند بین اعتیاد به تلفن همراه و اینترنت با پیشرفت تحصیلی همبستگی معنادار و منفی وجود دارد. نتایج بررسی ساندرس و چستر (۲۰۰۹) نشان داد که افرادی که استفاده مکرر از تلفن همراه و اینترنت می‌کنند، علاقمندی کمتری به تحصیل نشان می‌دهند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که استفاده مفرط از تلفن همراه مرتبط با الگوهای رفتاری دیگر از جمله بیدار ماندن در شب و اشتغال به تبادل پیام کوتاه و همچنین وابستگی عاطفی است که در ذهن کاربران ایجاد می‌شود. به طوری که این افراد معتقدند که بدون استفاده از تلفن همراه قادر به زندگی کردن نیستند. این یافته‌ها حمایت کننده تأثیر منفی استفاده مفرط از تلفن همراه و تأثیر منفی آن بر تحصیل و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان است (کامیبیو و سوگیرا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵). گذشته از آن ارتباط پیامکی به صورت ارسال متون طنز در جامعه ما به عنوان یک سرگرمی شناخته شده و بسیاری افراد در سنین مختلف، ساعت‌های فراغت و بیکاری خود را به این کار اختصاص می‌دهند. فرصتی که می‌توان با مطالعه، تفریح و ورزش سپری کرد در ثانیه‌ها و دقیقه‌ها و یا حتی ساعت‌ها پیامک بازی تلف می‌شود و جز خستگی و خمودگی سودی ندارد. وابستگی به پیام کوتاه باعث صرف انرژی و وقت با گوشی همراه شده و در نتیجه باعث خستگی در زمینه‌های دیگر به خصوص زمینه آموزشی می‌باشد. خصیصه‌های مرتبط با خستگی هیجانی عبارتند از احساس خستگی و بی میلی و نیز بی قراری و عصبی بودن دانش‌آموزانی که دچار خستگی هیجانی شده‌اند احساس تخلیه‌ی هیجانی و ناکامی می‌کنند و بنابراین به لحاظ

---

1. Kamibepu & sugiura

روان‌شناختی قادر به رسیدگی به تکالیفشان نیستند دانش‌آموزانی که از خستگی رنج می‌برند قادر نیستند که آن طور که قبلاً به تکالیفشان می‌پرداختند به آنها پردازند. بی‌علاقگی به دید بدبینانه اشاره دارد و بیان‌کننده‌ی مسئله‌ی جدی در بین دانش‌آموزان است که با بی‌تفاوتی نسبت به مدرسه و معلم مشخص می‌شود وابستگی به پیام کوتاه باعث می‌شود تا دانش‌آموز از لحاظ عاطفی وابسته به تلفن باشد و تمام توجهشان معطوف به وابستگی‌شان بوده و نسبت به تحصیل بی‌علاقه شوند. دانش‌آموزانی که از بی‌علاقگی رنج می‌برند احساس منفی و بی‌عاطفی نسبت به تکالیفشان دارند و در نتیجه از طریق فاصله گرفتن با آنها به صورت غیر شخصی با آنها برخورد می‌کنند خصیصه‌های مرتبط با بی‌علاقگی عبارتند از، بدبینی، سردی و عدم صمیمیت، ترک آرزوها و... که به‌عنوان یک ساز و کار خود حمایتی عمل می‌کند (ماسلاچ و همکاران، ۲۰۰۱).

عدم کارآیی در وابستگان به تلفن همراه به دلیل عدم توجه به تکالیف مدرسه افزایش می‌یابد. در دوره‌ی سنی مدرسه، به دلیل شرایط روانی، اجتماعی و عاطفی خاصی که وجود دارد، نوجوانان بیش از کودکان و بزرگسالان با موضوعات جدید و نو اعم از مثبت یا منفی اشتغال ذهنی پیدا می‌کنند و به سمت آن کشیده می‌شوند. و تلفن همراه نیز از جمله این موارد است که باعث وابستگی و اعتیاد آنها شده در نتیجه به دلیل اتلاف زمان مطالعه با پیامک در تکالیف و تحصیلشان با ناکارآمدی مواجه می‌شوند.

براساس نتایج پژوهش بین از خود بیگانگی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان و زیر مقیاس‌های آن رابطه‌ی مثبت معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش طائفی (۱۳۷۸)، فاضلی (۱۳۸۲)، ذکایی (۱۳۹۰)، هاسچر و هاگناتر (۲۰۱۰) و سید ابراهیمی (۱۳۹۲) همسو می‌باشد. طائفی (۱۳۷۸) و فاضلی (۱۳۸۲) در پژوهشی نشان دادند که از خود بیگانگی، تمام متغیرهای فرسودگی تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و باعث افزایش خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی می‌باشد. سید ابراهیمی (۱۳۹۲) در تحقیقی نشان داد بین احساس بیگانگی و خود پنداره با عملکرد تحصیلی رابطه‌ی معناداری وجود دارد. به طوری که بین خود پنداره با عملکرد تحصیلی رابطه‌ی مثبت معنادار و بین احساس بیگانگی با عملکرد تحصیلی رابطه‌ی منفی معناداری به دست آمد.

همچنین هاسچر و هاگنائر<sup>(۲۰۱۰)</sup> نیز نشان داده است بین کیفیت تحصیل و کیفیت روابط دانش‌آموزان با هم یکدیگر رابطه‌ی معناداری با کاهش میزان از خودبیگانگی دانش‌آموزان دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت یکی از عوامل بسیار مهم و اثرگذار در فرسودگی دانش‌آموزان عوامل روان‌شناختی آنان است، و از جمله ویژگی‌های روان‌شناختی مهمی که عملکرد تحصیلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد از خودبیگانگی می‌باشد. از خودبیگانگی نوعی بیماری روانی است که موجب میشود انسان کیفیت‌ها و حالت‌های دیگری را به جای واقعیت وجودی خودش بنشاند (ستوده، ۱۳۸۴).

نتایج این مطالعه نشان داد متغیرهای پیام کوتاه تلفنی و از خودبیگانگی ۸۲٪ فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند و از میان متغیرهای فرسودگی تحصیلی ۵۹٪ خستگی تحصیلی، ۱۴٪ بی‌علاقگی تحصیلی و ۶۶٪ نا کارآمدی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند. محدود بودن جامعه به دانش‌آموزان دختر اردبیل و تازگی پژوهش و عدم دسترسی محقق به تحقیقات مربوطه و یا نبود تحقیقات مربوطه و لحاظ نکردن متغیرهایی مانند مؤثر و وضعیت اقتصادی - اجتماعی دانش‌آموزان از محدودیت‌های پژوهش حاضر است. این نتایج نشان دهنده اهمیت عوامل وابستگی به پیامک تلفن همراه و از خودبیگانگی در فرسودگی تحصیلی است. بنابراین در آموزش و پرورش، به این عوامل باید بیش از پیش توجه گردد، تا هم دانش‌آموزان و هم والدین در این زمینه‌ها، آموزش کافی را ببینند و خانواده و جامعه، نظارت بیشتری بر این عوامل داشته باشند.

## منابع

- ابوالقاسمی، عباس و نریمانی، محمد (۱۳۸۵). آزمونهای روان‌شناختی، چاپ اول، تهران: انتشارات کیهان.  
 بیگدلی، معرفت ..... (۱۳۷۹). بررسی مولفه‌های از خودبیگانگی و خود باوری دانشجویان: مطالعه موردی دانشجویان در دانشگاه اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی، دانشگاه اصفهان

- جعفری نیا، محمدرضا (۱۳۸۸). بررسی تکنیک‌های روان‌شناختی و تربیتی رشد نوجوان در همه عرصه‌های زندگی: نوجوان من و همه دنیای او، چاپ دوم، قم: نشر نسیم هوا.
- حسن زاده، رمضان؛ بیدختی، عاطفه؛ رضایی، عباس و رهایی، فاطمه (۱۳۹۱). بررسی رابطه اعتیاد به اینترنت با پیشرفت تحصیلی و ویژگی‌های شخصیتی فراگیران. *فصلنامه‌ی فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*، ۳ (۵)، ۹۵-۱۰۷.
- ذکایی، محمد سعید (۱۳۹۰)، جوانان و بیگانگی تحصیلی و دانشگاهی. *فصلنامه‌ی تحقیقات فرهنگی*، ۴ (۴)، ۵۵-۹۰.
- رستم اوغلی، زهرا و خشنودنیای چماچایی، بهنام (۱۳۹۲). مقایسه‌ی وجدان تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. *مجله‌ی ناتوانی‌های یادگیری*، ۲ (۳)، ۱۸-۳۷.
- ستوده، هدایت الله (۱۳۸۳). روان‌شناسی اجتماعی، تهران: آوای نور.
- سید ابراهیمی، سمیه (۱۳۹۲). رابطه احساس بیگانگی و خود پنداره با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر شهرستان اندیمشک. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- شهبازی، حسن؛ باقیانی مقدم، محمدحسین؛ محمددلو، اعظم؛ مطلق، زهرا و مسعودی بروجنی، داریوش (۱۳۹۱). ارزیابی تأثیر تلفن همراه بر عملکرد اجتماعی - آموزشی دانشجویان شهر یزد در سال ۱۳۹۱، *مجله جهانی رسانه - نسخه فارسی*، ۸ (۳)، ۶۹-۸۹.
- طائفی، علی (۱۳۷۸)، فرهنگ علمی - پژوهشی ایران (بررسی قابلیت‌ها و تنگناها)، *فصلنامه‌ی سیاست علمی و پژوهشی رهیافت*، ۲۱ (۲)، ۴۷-۵۳.
- عظیمی، محمد؛ پیری، موسی و زوار، تقی (۱۳۹۲). رابطه‌ی فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه. *پژوهش در برنامه ریزی درسی*، ۱۰ (۱۱)، ۱۱۶-۱۲۸.
- علی احمدی، علی رضا؛ تیموری اصل، یاسر و محمودی میمند، محمد. (۱۳۹۰). از خود بیگانگی: مقایسه‌ای از دیدگاه هگلیان جوان و برخی مفسران قرآن، *دو فصلنامه‌ی تخصصی پژوهش‌های میان رشته‌ای قرآن کریم*، ۲ (۴)، ۳۷-۴۳.
- فاضلی، نعمت الله (۱۳۸۲). بررسی تطبیقی فرهنگ دانشگاهی ایران و بریتانیا. *فصلنامه‌ی انسان‌شناسی*، ۱ (۳)، ۹۳-۱۳۲.

قربانی، مریم (۱۳۸۷). مقایسه‌ی درون‌گرایی، برون‌گرایی و احساس تنهایی در دانشجویان دختر وابسته و غیر وابسته به پیامک در دانشگاه‌های شهر تهران. پایان‌نامه‌ی کاشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی،

دانشگاه الزهرا

منطقی، مرتضی (۱۳۸۷). راهنمای والدین در استفاده‌ی فرزندان از فن‌آوری‌های ارتباطی جدید، چاپ دوم، تهران: انتشارات عابد.

میکائیلی، نیلوفر؛ افروز، غلامعلی و قلیزاده، لیلا (۱۳۹۱). ارتباط خود پنداره و فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *مجله‌ی روان‌شناسی مدرسه*، ۴ (۱)، ۹۰-۱۰۳.

یاسمی‌نژاد، پرینا؛ گل محمدیان، محسن و یوسفی، ناصر (۱۳۹۱). رابطه‌ی سلامت عمومی و استفاده مفراط از تلفن همراه در دانشجویان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۳ (۱)، ۶۱-۷۳.

Abolghasemi, A. & Narimani, M. (2005). Psychological tests First edition, Kayhan Publisher. Tehran. (Persian).

AliAhmadi, A. TeimouriAsl, Y. Mahmoudi, M, M. (2010). 'Alienation: a comparison the view of Young Hegelian and some commentators of the Quran. *the Quran Research Journal*, 2(4), 37-43. (Persian).

Azimi, M., Piri, M., & Zavaar, T. (2014). Relationship of Academic Burnout And Self-Regulated Learning With Academic performance of High School Students. *Research in Education Planning*, 10 (11), 116-128. (Persian).

Beigdeli, M. (2000). Survey of students alienation and self-esteem's components: Case Study students of Isfahan University. Master Thesis in Sociology, University of Isfahan. (Persian).

Crystal, D. (2008). Txtng: The Gr8 Db8. Oxford: Oxford University Press.

Fazli, N. (2002). A comparative study of academic culture of Iran and Britain', *Journal of Anthropology*, 1(3), 93-132. (Persian).

Hartly, j.(2011). Communication, cultures and media studies. London and new York: routledge. *Cyber psychology and behavior*, 12(1), 1-6.

Hasanzadeh R, Bidokhti A, Rezaei A, Rahaei F.(2012). The relation of Internet addiction with Learners educational achievement and personality Characteristics. *J inf commun Technol*, 3 (1), 95-107. (Persian).

Hascher, T. & G. Hagenauer. (2010). Alienation from school. *International Journal of Educational Research*. 49, 220-232.

JaafariNeia, M. (2009). Survey psychological and educational techniques of teenager growth in all areas of life: My teenage and his world. second edition. Nasim Hava publisher, Qom. (Persian).

Kamibeppu, K., & Sugiura, H. (2005). Impact of the mobile phone on junior high-school students' friendships in the Tokyo metropolitan area. *Cyber Psychology and Behavior*, 8, 121-130.

- Li, S & chung, T.(2006). Internet function and internet addictive behavior. *Comput human behave*, 22, 67-71.
- Manteghi, M. (2008). Parents guide for their children's use of new communication technologies. Second Edition, Abed Publisher, Tehran. (Persian).
- Maslach. C ., Schaufeli. W. B. & Leeiter. M. P. (2001). Job Burnout - Annual Review of Psychology, 52, 397-422.
- Micaeli, N., Afrooz, G., & Gholizadeh, L. (2012). Relationship between self concept and academic burnout with education function in female students. *Journal of School psychology*, 1 (4), 90-103. (Persian).
- Rostamogli, Z. & Khoshnoodnia Chomachaei, B. (2013). Comparing academic conscience and academic burnout in students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 2(3), 18-37. (Persian).
- Saunders, P.L.& Chester, A. (2009). Shyness and the internet: social problem or panacea? *Comput Hum Behav*; 24, 2649–2658.
- Seyed Ebrahimi, S. (2013). The relation between alienation and self-concept with academic performance of female students in City of Andimeshk. Master's Thesis Psychology, Islamic Azad University of Ahvaz.
- Shahbazi, H. Baghianimoghadam, M. Mohammadlou, A., Motlagh, Z. Masoud Boroujeni, D. (2012). Mobile social impact assessment on the performance of students in the city of Yazd in 1391. *Global Media Journal - Persian version*, 8(3), 69-89. (Persian).
- Taefi, A. (1999). Research of Iranian culture (Survey of capabilities and bottlenecks). *Journal of science policy and research Rahyaf*, (21), 47-53. (Persian).
- YasmiNezhad, P. GoolMohammadeian, M.& Yousefi, N. (2012). The relationship between public health and excessive use of mobile phones among students. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 13 (1), 61-73. (Persian).
- Zokaei, M., Esmaili, M. (2014). Youth And Academic and Educational Alienation, *J culture Researches*, 4 (4), 55-90. (Persian).



## **Surveying the amount of dependence on short messages (SMS) and alienation with academic burnout among female high school students in Ardebil**

**F. Tamouk<sup>1</sup> & M. Ebrahimi<sup>2</sup>**

### **Abstract**

The purpose of this correlational research was to survey the amount of dependence on short messages (SMS) and alienation with academic burnout among female high school students in Ardebil. The population consisted of all female students in Ardebil high schools (N=11716). The sample included 374 female high school students selected through cluster random sampling. The data collection was performed by employing dependence on short messages questionnaire, alienation scale, and academic burnout questionnaire. The data were analyzed using Pearson correlation coefficient and multivariate regression analysis. The results of correlation analysis showed that dependence on short messages and alienation with academic burnout and its components have a significant positive correlation. The results of regression analysis showed that variables of short messages and alienation predict 82% of academic burnout, 59% of academic exhaustion, 14% of academic cynicism, and 66% of academic inefficiency. These results indicate the necessity of policymakers and stakeholders' attention to students' academic burnout.

**Keywords:** dependence, short messages, alienation, academic burnout

---

1. MA in Educational Psychology, Tabriz Azad University

2. Corresponding Author: Assistant Professor of Islamic Science, University of Mohaghegh Ardabili (m45ebrahimi@yahoo.com)