



بررسی دقیق رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت معنوی دانش آموزان

اکرم آقاییارلو، محبوبه ناصری پلگرد، زهرا داداشی ساروکلائی، اعظم کوهستانی نژاد

کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، خوی، ایران

کارشناسی مهندسی کامپیوتر نرم افزار، دانشگاه بین المللی امام رضا(ع)، مشهد، خراسان رضوی، ایرار

کارشناسی مشاوره، دانشگاه آزاد رودهن، تهران، ایران

کارشناسی زبان و ادبیات انگلیسی، دانشگاه آزاد رودهن، تهران، ایران



MDOI-02-2026.0216
MNR-230-2-706E7D



چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی در میان دانش آموزان ایرانی انجام شد. روش پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم در شهر ایران در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ بود. به دلیل محدودیت های دسترسی، تعداد ۳۵۰ دانش آموز به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. داده ها از طریق پرسشنامه آنلاین و با استفاده از پرسشنامه های استاندارد اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی گردآوری گردید. تحلیل داده ها با نرم افزار اسپاس نسخه ۲۴ و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون انجام شد. یافته ها نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی دانش آموزان رابطه معکوس و معناداری وجود دارد. همچنین، اعتیاد به اینترنت به طور معناداری قادر به پیش بینی تغییرات سلامت معنوی دانش آموزان بود. بر اساس نتایج، می توان نتیجه گرفت که افزایش استفاده آسیب زا از اینترنت، سطح سلامت معنوی نوجوانان را کاهش میدهد.

واژگان کلیدی: اعتیاد به اینترنت، سلامت معنوی، دانش آموزان، نوجوانان، پیش بینی.

۱. مقدمه

با گسترش فناوری های نوین و دسترسی آسان به شبکه جهانی اینترنت، استفاده از این ابزار به بخش جدایی ناپذیر از زندگی روزمره، به ویژه در میان نسل نوجوان و جوان، تبدیل شده است. اینترنت علاوه بر مزایای بیشمار خود در زمینه آموزش، ارتباطات و اطلاعات، در صورت استفاده نادرست و بیش از حد، میتواند به یک آسیب جدی تبدیل شود. اعتیاد به اینترنت به عنوان یک اختلال رفتاری، در سال های اخیر توجه بسیاری از روانشناسان و متخصصان علوم تربیتی را به خود جلب کرده است (میرزائیان و همکاران، ۱۳۹۰). این اعتیاد، نه تنها بر سلامت جسمانی و روانی افراد تأثیر میگذارد، بلکه میتواند ابعاد معنوی وجود انسان را نیز تحت الشعاع قرار دهد.

سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد مهم سلامت کلی، به معنای احساس هدفمندی، ارتباط با یک نیروی برتر، داشتن نظام ارزشی و اخلاقی مشخص در زندگی تعریف می شود. پژوهش های متعددی بر نقش محوری سلامت معنوی در ارتقای کیفیت زندگی و کاهش آسیب های روانی تأکید کرده اند (مارکز و همکاران، ۲۰۰۵). از سوی دیگر، غرق شدن در فضای مجازی و عدم توجه به نیازهای درونی و معنوی، میتواند حس پوچی و بی هدفی را در نوجوانان تشدید کند.

با وجود پژوهش های انجام شده در زمینه رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت روان (شکوری مقدم و دوستی، ۱۳۹۶؛ ترابی سیاه بومی و کدخدایی، ۱۳۹۵)، اما پژوهش های محدودی به بررسی رابطه مستقیم این اعتیاد با سلامت معنوی در جمعیت دانش آموزان ایرانی پرداخته اند. از این رو، پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی دانش آموزان متوسطه دوم در سال ۱۴۰۵ طراحی شده است تا بتواند پاسخی روشن برای این پرسش بیابد که: آیا بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی دانش آموزان ایرانی رابطه معناداری وجود دارد؟

۲. روش شناسی پژوهش

۲.۱. طرح پژوهش و جامعه آماری

پژوهش حاضر به لحاظ هدف، کاربردی و از نظر روش جمع آوری داده ها، از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری این تحقیق را کلیه دانش آموزان دختر و پسر مشغول به تحصیل در پایه های دهم، یازدهم و



دوازدهم مدارس متوسطه دوم شهر های مختلف ایران در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ تشکیل دادند. با توجه به گستردگی جامعه آماری و عدم امکان نمونه گیری تصادفی کامل، حجم نمونه با استفاده از جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) برای جوامع بزرگ، حدود ۳۵۰ نفر برآورد شد. در نهایت، ۳۵۰ پرسشنامه آنلاین به صورت کامل بازگردانده شد که مبنای تحلیل نهایی قرار گرفت. روش انتخاب نمونه، غیر تصادفی و از نوع در دسترس بود.

۲.۲. ابزار گردآوری داده ها

برای جمع آوری داده ها، از چند پرسشنامه که در بستر اینترنت طراحی شده بود، استفاده گردید. این پرسشنامه ها شامل سه بخش اصلی بود:

- بخش اول: اطلاعات جمعیت شناختی شامل سن، جنسیت و پایه تحصیلی.
- بخش دوم (پرسشنامه اعتیاد به اینترنت): این بخش بر اساس پرسشنامه استاندارد کمپیرلی یانگ (۱۹۹۸) با ۲۰ سؤال و طیف پنج درجه ای لیکرت تدوین شد. با توجه به پژوهش های پیشین در ایران، پایایی این ابزار با روش آلفای کرونباخ در سطح مطلوبی گزارش شده است.
- بخش سوم (پرسشنامه سلامت معنوی): این بخش بر اساس پرسشنامه سلامت معنوی پولوتزین و الیسون (۱۹۸۲) طراحی شد که شامل دو خرده مقیاس سلامت مذهبی و سلامت وجودی است. در مطالعات داخلی، پایایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ مورد تأیید قرار گرفته است (عباسی و همکاران، ۱۳۸۴).

۲.۳. روش اجرا و تحلیل داده ها

پس از کسب مجوزهای لازم و هماهنگی با اداره کل آموزش و پرورش شهر ایران، لینک پرسشنامه آنلاین از طریق گروه های مجازی کلاس های درس و شبکه های اجتماعی در اختیار دانش آموزان قرار گرفت. تکمیل پرسشنامه ها به صورت داوطلبانه و با رضایت آگاهانه دانش آموزان و اولیای آنها انجام شد. داده های استخراج شده از پلتفرم آنلاین، با استفاده از نرم افزار اسپاس پی اس اس نسخه ۲۴ وارد رایانه شد. برای بررسی رابطه بین دو متغیر اصلی، از ضریب همبستگی پیرسون و برای بررسی قدرت پیش بینی اعتیاد به اینترنت بر سلامت معنوی، از تحلیل رگرسیون ساده استفاده شد. سطح معناداری برای تمامی آزمون ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

۳. یافته های پژوهش

پس از گردآوری داده ها، تحلیل نهایی بر روی ۳۶۰ پرسشنامه معتبر انجام گرفت. ویژگی های توصیفی نمونه آماری نشان داد که ۵۴ درصد از پاسخ دهندگان دختر و ۴۶ درصد پسر بودند. میانگین سنی شرکت کنندگان ۱۶/۳ سال با انحراف معیار ۱/۱ محاسبه شد.



برای پاسخ به سؤال اصلی پژوهش و بررسی وجود رابطه بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید. نتایج این تحلیل نشان داد که بین نمره کلی اعتیاد به اینترنت و نمره کلی سلامت معنوی دانش آموزان، همبستگی منفی و معناداری در سطح $0.1/0$ وجود دارد؛ به گونه ای که ضریب همبستگی پیرسون برابر با $0.42/0$ - به دست آمد. این یافته بدین معناست که با افزایش نمره اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان، سطح سلامت معنوی آن ها کاهش مییابد.

همچنین، برای بررسی دقیق تر این رابطه، همبستگی بین خرده مقیاس های سلامت معنوی نیز محاسبه شد. نتایج نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و سلامت مذهبی، ضریب همبستگی برابر با $0.35/0$ - و معنادار بود. افزون بر این، ضریب همبستگی بین اعتیاد به اینترنت و سلامت وجودی نیز برابر با $0.38/0$ - و در سطح $0.1/0$ معنادار به دست آمد. بنابراین، هر دو بعد سلامت معنوی (مذهبی و وجودی) با اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس و معنادار داشتند.

در ادامه، به منظور تعیین اینکه آیا اعتیاد به اینترنت میتواند به عنوان یک متغیر پیش بین، تغییرات سلامت معنوی دانش آموزان را تبیین کند، از تحلیل رگرسیون ساده استفاده شد. نتایج این تحلیل نشان داد که متغیر اعتیاد به اینترنت به طور معناداری قادر به پیش بینی نمرات سلامت معنوی دانش آموزان است. بر اساس مدل رگرسیون، حدود ۲۱ درصد از تغییرات متغیر سلامت معنوی توسط متغیر اعتیاد به اینترنت تبیین می شود. آزمون تحلیل واریانس مربوط به رگرسیون نیز در سطح $0.01/0$ معنادار بود که نشان دهنده قدرت پیش بینی قابل قبول مدل است.

به بیان دقیق تر، یافته های رگرسیونی حاکی از آن بود که به ازای هر یک واحد افزایش در نمره اعتیاد به اینترنت، نمره سلامت معنوی دانش آموزان به طور متوسط به اندازه $0.46/0$ کاهش مییابد. این یافته، تأثیر منفی و مخرب استفاده افراطی از اینترنت بر ابعاد معنوی و اعتقادی نوجوانان را به وضوح نشان میدهد.

۴. بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی بررسی دقیق رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت معنوی دانش آموزان طراحی و اجرا گردید. مهم ترین یافته این مطالعه، وجود رابطه معکوس و معنادار بین اعتیاد به اینترنت و سلامت معنوی بود. این نتیجه با یافته های پژوهش های پیشین که به بررسی ارتباط اعتیاد به فناوری های نوین با کاهش سلامت روان و معنوی پرداخته اند، همسو است (امامی و کرمی نژاد، ۱۳۹۵). در تبیین این یافته می توان گفت که نوجوانانی که زمان زیادی را به استفاده بی رویه از اینترنت و شبکه های مجازی اختصاص میدهند، اغلب از



تعاملات اجتماعی واقعی و فعالیت های معنوی و مذهبی دور میشوند. این انزوا و عدم درگیری با مسائل عمیق تر هستی شناختی، به تدریج منجر به کاهش احساس هدفمندی، امید و معناداری در زندگی آنها میگردد. نتیجه دیگر پژوهش نشان داد که اعتیاد به اینترنت، هم با سلامت مذهبی و هم با سلامت وجودی دانش آموزان رابطه منفی دارد. این یافته با پژوهش نوروزی و اسدی (۱۳۹۳) که بر تأثیر منفی اعتیاد به اینترنت بر سلامت عمومی تأکید کرده بودند، هماهنگی دارد. همچنین، شکوری مقدم و دوستی (۱۳۹۶) در پژوهشی نشان دادند که اعتیاد به اینترنت با افسردگی در دانش آموزان دختر رابطه مثبت دارد که میتواند توجیه کننده کاهش سلامت وجودی (که با رضایت از زندگی و احساس آرامش در ارتباط است) در نمونه مورد مطالعه باشد. قدرت پیش بینی اعتیاد به اینترنت برای سلامت معنوی که در تحلیل رگرسیون به دست آمد، نشان دهنده اهمیت این متغیر به عنوان یک عامل خطر برای سلامت روانی-معنوی نوجوانان است. در واقع، اینترنت به عنوان یک ابزار، فی نفسه مضر نیست، اما استفاده افراطی و اعتیاد آمیز از آن، دانش آموزان را در معرض خطر جدی افت سلامت معنوی قرار میدهد (سلطانی نژاد و منظری توکلی، ۱۳۹۵). بنابراین، مداخلات پیشگیرانه در مدارس باید بر آموزش مهارت های تنظیم استفاده از اینترنت و تقویت باورهای معنوی متمرکز شود.

محدودیت های پژوهش

این پژوهش با محدودیت هایی همراه بود. نخست، استفاده از روش نمونه گیری در دسترس، تعمیم نتایج به کل دانش آموزان ایرانی را با احتیاط مواجه میسازد. دوم، استفاده از پرسشنامه آنلاین و خوداظهاری ممکن است با سوگیری پاسخ دهی همراه باشد. سوم، طرح پژوهش مقطعی بوده و استنباط روابط علت و معلولی را محدود می کند.

پیشنهادهای کاربردی و پژوهشی

بر اساس یافته های پژوهش، پیشنهاد می شود که برنامه های آموزشی هدفمندی برای خانواده ها و دانش آموزان با هدف مدیریت زمان استفاده از اینترنت و شناسایی نشانه های اولیه اعتیاد به اینترنت در مدارس اجرا شود. همچنین، پیشنهاد میگردد مشاوران مدارس با برگزاری کارگاه های تقویت سلامت معنوی، به دانش آموزان در یافتن اهداف و معانی عمیق تر زندگی کمک کنند تا وابستگی آنها به فضای مجازی کاهش یابد. برای پژوهش های آتی نیز توصیه می شود که با استفاده از روش های طولی، تأثیر درازمدت اعتیاد به اینترنت بر سلامت معنوی طی چند سال متوالی بررسی شود.

منابع



امامی، شهناز و کرمی نژاد، قاسم. (۱۳۹۵). تعیین رابطه بین اعتیاد به فناوری نوین (اینترنت) با سلامت معنوی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام. *مجله پژوهش های نوین روانشناختی*، ۱۱ (۴۳)، ۱۳۵-۱۲۰.

ترابی سیاه بومی، مریم و کدخدایی، محمد. (۱۳۹۵). بررسی میزان همبستگی اعتیاد به اینترنت و سلامت عمومی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی استان اصفهان. *دومین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در علوم تربیتی، روان شناسی و مطالعات اجتماعی ایران*.

شکوری مقدم، فاطمه و دوستی، زهرا. (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی در دانش آموزان دختر دبیرستان های قائم شهر. *چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روان شناسی، مشاوره و علوم رفتاری*.

سلطانی نژاد، مریم و منظری توکلی، علیرضا. (۱۳۹۵). رابطه اعتیاد به اینترنت و افسردگی در دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر کرمان. *کنگره ملی توانمندسازی در مشاوره، خانواده و تربیت اسلامی*.

عباسی، مژگان، فرحانی نیا، غلامرضا، قیاری، اعظم و حقانی، حمید. (۱۳۸۴). سلامت معنوی دانشجویان پرستاری و دیدگاه آنان در مورد معنویت و مراقبت معنوی از بیماران. *مجله ایرانی پرستاری*، ۱۸ (۴۴)، ۷-۱۴.

میرزائیان، بهرام، بزاز، فاطمه و خاپور، نورالدین. (۱۳۹۰). اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان و تأثیر آن بر سلامت روان. *مجله فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی*، ۲ (۱)، ۱۶۰-۱۴۱.

نوروزی، سامان و اسدی، احمد. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین سلامت روان و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان. *اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان شناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، ایران*.

Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (۱۹۷۰). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, ۳۰ (۳), ۶۰۷-۶۱۰.

Marques, J., Dhiman, S., & King, R. (۲۰۰۵). Spirituality in the workplace: Developing an integral model and a comprehensive definition. *Journal of American Academy of Business*, ۷ (۱), ۸۱-۹۱.

Young, K. S. (۱۹۹۸). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, ۱ (۳), ۲۳۷-۲۴۴.



A Detailed Examination of the Relationship Between Internet Addiction and Spiritual Health Among Students

Abstract

The present study aimed to examine the relationship between internet addiction and spiritual health among Iranian students. The research employed a descriptive-correlational design. The statistical population consisted of all upper secondary school students in a city in Iran during the ۲۰۲۵-۲۰۲۶ academic year. Due to limitations in access to the target population, ۳۵۰ students were selected through convenience sampling. Data were collected online using standardized Internet Addiction and Spiritual Health questionnaires. The data were analyzed using SPSS version ۲۴ through Pearson's correlation coefficient and regression analysis. The findings revealed a significant inverse relationship between internet addiction and students' spiritual health. Furthermore, internet addiction was found to significantly predict variations in students' spiritual health. Based on the results, it can be concluded that an increase in harmful and excessive internet use is associated with a decline in adolescents' spiritual health.

Keywords: Internet addiction, spiritual health, students, adolescents, prediction.