

نقش واسطه‌ای استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند در رابطه بین استرس ادراک‌شده، ایستادگی، عزت‌نفس و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان

Mediating Role of Relationship Problematic Smartphone Use on the Relationship Between Perceived Stress, Grit, Self-esteem and Academic performance

Zabihollah Kaveh-Farsani, PhD[✉]

Zahra Janghorban, Master's student

ذبیح‌الله کاوه‌فارسانی^۱

زهره جانقربان^۲

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of problematic smartphone use in the relationship between perceived stress, grit, self-esteem, and academic performance. The research method was descriptive-correlational using structural equation modeling. The statistical population consisted of all high school students in the second period in Isfahan city, from whom ۲۵۰ students were selected through multi-stage cluster sampling based on inclusion and exclusion criteria. The participants completed the following questionnaires: Cohen's Perceived Stress Scale (۱۹۸۳); Smartphone Addiction Short Scale Cowan et al.'s (۲۰۱۳); Rosenberg's self-esteem scale (۱۹۶۵); Short Grit Scale Duckworth & Quinn (۲۰۰۹) and academic grade answered.

For data analysis, descriptive statistics, Pearson correlation coefficients, and structural equation modeling (SEM) were used through SPSS and AMOS software. The data analysis revealed a significant negative relationship between problematic smartphone use and perceived stress with academic performance, and a significant positive relationship between grit, self-esteem, and academic performance ($p < ۰.۰۵$, $p < ۰.۰۰۱$). Structural equation modeling results showed that perceived stress, grit, and problematic smartphone use had a direct effect on academic performance ($p < ۰.۰۰۱$), and that perceived stress, grit, and self-esteem had an indirect effect on academic performance through the mediation of problematic smartphone use ($p < ۰.۰۰۱$). Therefore, considering the high usage of smartphones among adolescents, authorities should implement strategies for the prevention and intervention of smartphone addiction.

Keywords: Smartphone, Perceived Stress, Grit, Self-Esteem, Academic Performance

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش واسطه‌ای استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند در رابطه بین استرس ادراک‌شده، ایستادگی، عزت‌نفس و عملکرد تحصیلی بود. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دبیرستانی دوره دوم شهر اصفهان بودند که ۲۵۰ نفر از آنان به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای و براساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب شدند و به مقیاس استرس ادراک‌شده کوهن (۱۹۸۳)، مقیاس کوتاه اعتیاد به گوشی هوشمند کووان و همکاران (۲۰۱۳)، مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ (۱۹۶۵)، مقیاس پایداری دارکووث و کیون (۲۰۰۹) و معدل تحصیلی پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و آزمون معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS استفاده شد. تحلیل داده‌ها نشان داد رابطه منفی و معناداری بین استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند و استرس ادراک‌شده با عملکرد تحصیلی و رابطه مثبت و معناداری بین ایستادگی، عزت‌نفس و عملکرد تحصیلی وجود داشت ($p < ۰.۰۵$ و $p < ۰.۰۰۱$). همچنین نتایج معادلات ساختاری نشان داد استرس ادراک‌شده، ایستادگی و استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند بر عملکرد تحصیلی اثر مستقیم ($p < ۰.۰۱$) و استرس ادراک‌شده، ایستادگی و عزت‌نفس با میانجی‌گری استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند بر عملکرد تحصیلی اثر غیرمستقیم داشتند ($p < ۰.۰۰۱$). بنابراین با توجه به اینکه نوجوانان از گوشی‌های هوشمند خود زیاد استفاده می‌کنند، متولیان امر باید استراتژی‌هایی جهت پیشگیری و مداخله اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در نظر گیرند.

واژه‌های کلیدی: استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند، استرس ادراک‌شده، ایستادگی، عزت‌نفس، عملکرد تحصیلی

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۸/۴ تصویب نهایی: ۱۴۰۳/۱۲/۱۸

۱. گروه مشاوره، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران. (نویسنده مسئول)

۲. گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

● مقدمه

از زمان شروع همه‌گیری ناشی از کووید-۱۹ (COVID-۱۹)، مؤسسات آموزشی در سراسر جهان مجبور شدند برای ادامه برنامه‌های آموزشی‌شان، روش غیرحضور را اتخاذ کنند و از تکنولوژی‌های مختلفی که امکان برقراری ارتباط هم‌زمان و غیرهم‌زمان بین دانش‌آموزان و معلمان را فراهم می‌کنند، استفاده کنند (وارگاس راموس و همکاران، ۲۰۲۱). با وجود همه این تلاش‌ها، نتایج بسیاری از پژوهش‌ها نشان داد، دانش‌آموزان در این دوران، فعالیت‌های حضوری را بر فعالیت‌های مجازی به‌دلایلی از جمله، نگرش منفی و انگیزه پایین نسبت به این تکنولوژی‌ها و آموزش مجازی، سطح استرس و اضطراب بالا و غیره ترجیح می‌دادند (ایکس وانگ و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین از لحاظ نظری به‌نظر می‌رسد، ادراک و نگرش منفی، اضطراب و استرس دانش‌آموزان می‌تواند بر عملکرد تحصیلی (academic performance) آنان تأثیر منفی بگذارد (حسن و باو، ۲۰۲۰). عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان همیشه موضوع مورد علاقه هر مؤسسه آموزشی بوده است (آمپوفو و اوسی - اووسو، ۲۰۱۵). عملکرد تحصیلی نشان‌دهنده میزان دستیابی به هدف‌ها و معیارهای آموزشی است که اغلب با نمرات به‌دست آمده، ارزیابی می‌شود (پیری و همکاران، ۱۴۰۱). عوامل مختلفی بر عملکرد تحصیلی تأثیرگذار هستند و ما قصد نداریم همه این عوامل را در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار دهیم؛ بلکه سعی بر آن است که به برخی از متغیرهای مرتبط با عملکرد تحصیلی از جمله، استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند (problematic smartphone use)، استرس ادراک‌شده (perceived Stress)، ایستادگی (grit) و عزت‌نفس (self-esteem) متمرکز شویم.

در این پژوهش استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند (PSU) به‌عنوان متغیر واسطه‌ای در نظر گرفته شد. در ادامه ابتدا به ارتباط آن با عملکرد تحصیلی و سپس به نقش واسطه‌ای آن در ارتباط با استرس ادراک‌شده، عزت‌نفس و ایستادگی با عملکرد تحصیلی پرداخته می‌شود. در ارتباط بین عملکرد تحصیلی و PSU می‌توان گفت، کسب دانش شامل ترکیبی از توجه انتخابی، حافظه کاری، کوتاه مدت و بلندمدت، خودکنترلی، نظارت بر رفتار و غیره است که PSU احتمالاً هریک از آنها را مختل می‌کند (فلیسونی و گودوی، ۲۰۱۸؛ هاوی و ساماها، ۲۰۱۶). PSU در طول آموزش منجر به حواس‌پرتی، وقفه در یادگیری، مختل شدن فرآیند شناختی می‌شود و این موارد در کنار حضور بیش از اندازه در شبکه‌های اجتماعی منجر به کاهش عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان می‌شود (فلیسونی و گودوی، ۲۰۱۸؛ هاوی و ساماها، ۲۰۱۶). در پژوهشی فلیسونی و گودوی (۲۰۱۸)، گزارش دادند که حذف گوشی هوشمند منجر به افزایش عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان شد (به‌طور متوسط به ازای هر ساعت دوری از تلفن به میزان ۶ درصد عملکرد تحصیلی آنان بهبود یافت).

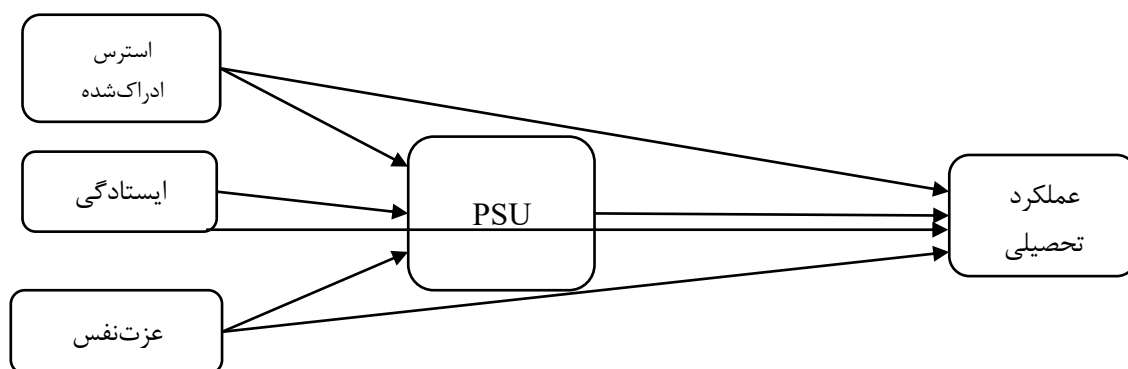
یکی از متغیرهای مرتبط با عملکرد تحصیلی، استرس ادراک‌شده است. استرس تقریباً در هر مرحله‌ای از رشد (به‌عنوان مثال، کودکی، نوجوانی و بزرگسالی) و در هر زمینه‌ای (مانند محل کار، مدرسه و روابط) به‌عنوان یک واقعیت اجتناب‌ناپذیر در زندگی انسان پذیرفته شده است (شهسواری و همکاران، ۱۳۹۴). استرس ادراک‌شده و بالقوه، دانش‌آموزان را در برابر مشکلات روانی آسیب‌پذیر می‌کند و همچنین بر سلامت جسمانی آنان نیز تأثیر می‌گذارد (الانی، ۲۰۱۴). پژوهشی نشان داد که دانش‌آموزانی که استرس بیشتری را گزارش می‌کردند، عملکرد تحصیلی (معدل) پایین‌تری داشتند (کوثر و همکاران، ۲۰۱۷). نتایج پژوهش توماس و بورایو (۲۰۱۶) نشان داد دانش‌آموزانی که سطوح بالاتری از استرس ادراک‌شده را گزارش کرده بودند، بیشتر از دیگران غیبت می‌کردند به‌ویژه اگر حمایت اجتماعی کمتری را گزارش می‌کردند و در نتیجه نمرات پایین‌تری را به‌دست می‌آوردند. در ادامه به بررسی رابطه استرس با عملکرد تحصیلی با واسطه PSU اشاره می‌شود. در میان عوامل مختلفی که PSU را پیش‌بینی می‌کند، استرس یکی از مهم‌ترین عواملی است که با PSU مرتبط است (لیو و همکاران، ۲۰۱۸). افرادی که دارای سطوح بالایی از استرس هستند تمایل زیادی به استفاده PSU برای فرار از مشکلات زندگی و کاهش استرس دارند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۵). پژوهش چنگ و هونگ (۲۰۱۸) نشان داد که استرس یک پیش‌بینی‌کننده قوی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند است و افرادی که استرس بیشتری را ادراک می‌کنند، تمایل بیشتری به درگیر شدن به اعتیاد به گوشی‌های هوشمند دارند. در تأیید این یافته، پژوهش کیم و همکاران (۲۰۲۲)، نشان داد که سطوح بالای استرس می‌تواند منجر به افزایش احتمال اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در میان نوجوانان شود.

در میان پیش‌بینی‌کننده‌های عملکرد تحصیلی، عزت‌نفس یکی از مهم‌ترین آنها است، زیرا این حس شهودی را در افراد ایجاد کند که احساس مثبتی در مورد خودشان داشته باشند و در نتیجه ممکن است آنان را از نظر روانی برای انجام

وظایف چالش برانگیز، به ویژه در زمینه مدرسه، آماده کنند (رایینز و همکاران، ۲۰۱۲). عزت نفس عبارت است از ارزیابی و قضاوت شخص درباره همه ارزش های خوب (آلسی و همکاران، ۲۰۱۴؛ به نقل از خیلدار و فتحی آشتیانی، ۱۴۰۳). پژوهش های بریتوم و همکاران (۲۰۲۰) و ژنگ و همکاران (۲۰۲۰)، همبستگی مثبت و هم زمان بین عزت نفس و عملکرد تحصیلی گزارش داده اند. در توضیح این رابطه باید بیان کرد دانش آموزان با عزت نفس بالا تمایل بیشتری دارند تا در زمینه پیشرفت درگیری و پایدارتر باشند، زمان بیشتری را صرف تکالیف کنند، بیشتر در مورد یک سؤال امتحانی فکر کنند و در نتیجه نمرات بیشتری در آزمون ها کسب می کنند (ژنگ و همکاران، ۲۰۲۰). در زمینه واسطه بودن PSU در ارتباط با عزت نفس و عملکرد تحصیلی باید بیان کرد در دهه گذشته، پژوهشگران این سؤال را مطرح کردند که آیا عزت نفس می تواند پیش بینی کننده PSU باشد؟ (ارنبرگ و همکاران، ۲۰۰۸). ارنبرگ و همکاران (۲۰۰۸)، در پژوهشی گزارش کردند نوجوانانی که عزت نفس پایینی داشتند، استفاده از تلفن همراه برای ساعت های زیادی در طول روز گزارش می کردند. بنابراین آنان دریافتند که عزت نفس به طور قابل توجهی تمایلات اعتیاد به تلفن همراه را پیش بینی می کند. پژوهش وانگ و همکاران (۲۰۱۷)، نشان داد عزت نفس بالا در دانش آموزان باعث افزایش روابط مثبت و صمیمی با همسالان و کاهش PSU می شود؛ و بالاخره نتایج پژوهش لی و همکاران (۲۰۱۹)؛ نشان داد عزت نفس پیش بینی کننده PSU بود و دانش آموزان با عزت نفس پایین، PSU بالاتری را گزارش می کردند.

ایستادگی و عملکرد تحصیلی نیز در ارتباط با یکدیگر هستند. فرناندز مارتین و همکاران (۲۰۲۰)، ادعا کردند که ایستادگی عامل مهمی برای موفقیت است. آنان در پژوهشی روی دانش آموزان نوجوان، ایستادگی را پیش بینی کننده معدل گزارش دادند. تانگ و همکاران (۲۰۱۹)، دریافتند که ایستادگی با افزایش مشارکت و پیشرفت تحصیلی مرتبط است. نتایج پژوهش میسون (۲۰۱۸)، نشان داد که همبستگی معناداری بین خرده مقیاس های ایستادگی یعنی تلاش و ثبات علاقه با عملکرد تحصیلی وجود دارد. در زمینه واسطه بودن PSU در ارتباط با ایستادگی و عملکرد تحصیلی باید بیان کرد، نتایج پژوهش برازیکوسکی و برنهارت (۲۰۱۸)، نشان داد، افرادی که در ایستادگی نمره بالایی گرفتند احتمال کمتری وجود داشت تا به بازی های آنلاین معتاد شوند که این نتایج نشان می دهد ایستادگی می تواند به عنوان یک عامل محافظتی برای اعتیاد به اینترنت و گوشی های هوشمند عمل کند. پژوهش یو و چوی (۲۰۱۹)، نشان داد که ایستادگی با اعتیاد به گوشی های هوشمند ارتباط منفی دارد. پژوهشگران توضیح دادند که این رابطه احتمال دارد به این دلیل باشد که اعتیاد به گوشی های هوشمند با صبر و حوصله کمتر مرتبط باشد، در صورتی که مفهوم ایستادگی مفهوم پشتکار و پایداری روی اهداف را در برمی گیرد.

با توجه به آنچه گفته شد، هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه ای استفاده آسیب زا از گوشی هوشمند در رابطه بین استرس ادراک شده، ایستادگی، عزت نفس و عملکرد تحصیلی بود. از این رو پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به سؤال های اصلی این پژوهش که عبارتند از: ۱) آیا مدل مفروض رابطه استرس ادراک شده، عزت نفس و ایستادگی با عملکرد تحصیلی با میانجی گری PSU برازنده داده ها است؟ ۲) آیا استرس ادراک شده، عزت نفس، ایستادگی و PSU با عملکرد تحصیلی رابطه دارند؟ و ۳) آیا استرس ادراک شده، عزت نفس و ایستادگی به صورت غیرمستقیم و از طریق PSU بر عملکرد تحصیلی تأثیر دارد؟ هستند.



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

• روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی با استفاده از معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دبیرستانی دوره دوم (دخترانه و پسرانه) شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۲ تشکیل دادند. در مورد حجم بهینه در پژوهش‌هایی که از روش معادلات ساختاری استفاده می‌کنند، توافق کلی وجود ندارد اما اکثر پژوهشگران حداقل نمونه‌ای که برای این روش توصیه می‌کنند، ۲۰۰ نفر است (هوی، ۲۰۰۸). اما در پژوهش حاضر برای کاهش خطای اندازه‌گیری، حجم نمونه ۲۶۰ نفری از دانش‌آموزان دبیرستانی در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد. بدین صورت که از بین تمامی دبیرستان‌های دوره دوم شهر اصفهان، دو دبیرستان دخترانه و دو دبیرستان پسرانه و از هر دبیرستان سه کلاس به‌شیوه تصادفی با توجه ملاک‌های ورود و خروج که عبارتند از (۱) دانش‌آموز دوره دوم دبیرستان بودن (۲) داشتن گوشی همراه هوشمند مختص به خود دانش‌آموز (۳) تمایل به شرکت در پژوهش و شرایط خروج، نبود ثبت معدل کلی سال گذشته، نبود تمایل به شرکت در پژوهش و پاسخ‌دادن به اکثر سؤالات پرسشنامه‌ها که تعیین شده بود، انتخاب شدند. لازم به ذکر است که ۱۰ پرسشنامه پس از بررسی و هنگام ورود داده‌ها دانش‌آموزان یا معدل گزارش نشده بود و یا اکثر سؤالات را پاسخ نداده بودند که از روند تجزیه و تحلیل کنار گذاشته شد و تحلیل داده‌ها با ۲۵۰ پرسشنامه انجام گرفت. در ادامه به ابزارهای به کار رفته در این پژوهش اشاره می‌شود.

• ابزارها

الف) مقیاس استرس ادراک‌شده (perceived stress scale- PSS): این مقیاس ۱۰ ماده‌ای توسط کوهن (۱۹۸۳) و بریک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از (هرگز = ۰) تا (خیلی اوقات = ۴) طراحی شد. در این مقیاس ۴ ماده به‌صورت مثبت و ۶ ماده به‌صورت منفی آورده شده است. مجموع نمرات ۰ تا ۱۳ استرس کم، نمرات ۱۴ تا ۲۶ استرس متوسط و نمرات ۲۷ تا ۴۰ به‌عنوان استرس بالا تلقی می‌شود. لیو و همکاران (۲۰۲۰)، اعتبار این مقیاس را به‌روش آلفای کرونباخ را ۰/۹۷ گزارش کردند. در ایران معروفی‌زاده و همکاران (۱۳۹۳)، در پژوهشی اعتبار این مقیاس را به‌روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش دادند. همچنین آلفای کرونباخ این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۷۵ گزارش می‌شود.

ب) نسخه کوتاه مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند (smartphone addiction scale short version- SASV): نسخه کوتاه مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند توسط کووان و همکاران (۲۰۱۳)، در ۱۰ ماده و روی یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از (۱=کاملاً مخالفم) تا (۶=کاملاً موافقم) طراحی شد. این مقیاس رفتارهای اعتیاد به گوشی‌های هوشمند را اندازه‌گیری می‌کند و بسته به نمره کل، کاربرانی را که اعتیاد به گوشی‌های هوشمند دارند را شناسایی می‌کند. لی و همکاران (۲۰۱۸)، در پژوهشی اعتبار این مقیاس را به‌روش آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش دادند. در ایران حاجی حسینی و همکاران (۱۴۰۱)، همسانی درونی به‌روش آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۲ گزارش دادند. همچنین آلفای کرونباخ این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۹ گزارش می‌شود.

ج) مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ (Rosenberg's self-esteem scale- RSES): این مقیاس توسط روزنبرگ (۱۹۶۵)، در ۱۰ ماده و روی یک طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از (۰=کاملاً مخالفم) تا (۳=کاملاً موافقم) طراحی شد. وانگ و همکاران (۲۰۱۷)، همسانی درونی این مقیاس را به‌روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش دادند. در ایران بشلیده و همکاران (۱۳۹۱)، ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۸۷ گزارش کردند. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس، ۰/۸۵ گزارش می‌شود.

د) نسخه کوتاه مقیاس ایستادگی (short grit scale- SGS): داکورث و کیون (۲۰۰۹) این مقیاس را در ۸ ماده و در دو عامل ثبات علاقه و تلاش به‌منظور سنجش ایستادگی در سطح ویژگی‌های شخصیتی با ثبات برای اهداف بلندمدت طراحی کردند. هر ماده به صورت یک طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای (۴=بسیار شبیه من است تا ۰=اصلاً شبیه من نیست) پاسخ‌دهی و نمره‌گذاری می‌شود. داکورث و کیون (۲۰۰۹)، همسانی درونی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ برای گروه‌های اعضای خانواده، همسالان و خود پاسخ‌دهندگان به‌ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۳، ۰/۸۳ گزارش کردند. در ایران باقری و همکاران (۱۳۹۸)، آلفای کرونباخ کل مقیاس ایستادگی را ۰/۸۸؛ عامل علاقه ۰/۸۲ و تلاش را ۰/۸۳ گزارش کردند. در این پژوهش از نمره کلی این مقیاس استفاده شد و ضریب آلفای کرونباخ کل این مقیاس ۰/۷۶ گزارش می‌شود.

ه) عملکرد تحصیلی: در این پژوهش از نمره معدل سال گذشته دانش آموزان به عنوان عملکرد تحصیلی استفاده شد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها و مفروضات آماری از نرم‌افزار SPSS و AMOS به روش معادلات ساختاری انجام گرفت. در این پژوهش اجباری در تکمیل پرسشنامه وجود نداشت و همچنین ذکر نام شرکت کنندگان خواسته نشد و اطلاعات کاملاً به صورت محرمانه و حفظ ارزش‌های اخلاقی بود.

• یافته‌ها

یافته‌ها نشان داد از تعداد ۲۵۰ نفر نمونه، ۱۱۳ نفر دانش آموز دختر و ۱۳۷ نفر دانش آموز پسر بودند که در دامنه سنی ۱۵-۱۸ قرار داشتند. بیشترین گروه سنی شرکت کنندگان ۱۸ ساله‌ها به تعداد ۱۰۴ نفر (۴۱/۶ درصد) به خود اختصاص دادند. ۷۰ نفر از این نمونه (۲۸ درصد) مقطع تحصیلی خود را کلاس اول دبیرستان؛ ۷۶ نفر (۳۰/۴ درصد) کلاس دوم دبیرستان و ۱۰۴ نفر (۴۱/۶ درصد) کلاس سوم دبیرستان گزارش دادند.

جدول شماره ۱ میانگین، انحراف معیار و همبستگی میان متغیرهای این پژوهش را نشان می‌دهند که نتایج نشان داد بین متغیرهای PSU و استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنادار و بین متغیرهای ایستادگی و عزت نفس با عملکرد تحصیلی در سطح آماری (P < ۰/۰۰۱، ۰/۰۵) روابط مثبت معناداری وجود دارد.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و همبستگی میان متغیرهای پژوهش

متغیرها	آمار توصیفی		همبستگی				
	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵
PSU	۲۹/۵۶	۱۲/۰۹	۱				
استرس	۲۰/۵۰	۵/۱۷	۰/۳۴**	۱			
عزت نفس	۱۹/۸۵	۵/۶۵	۰/۴۶**	-۰/۱۸**	۱		
ایستادگی	۲۶/۷۶	۶/۰۱	۰/۵۴**	-۰/۱۸**	۰/۶۰**	۱	
عملکرد تحصیلی	۱۷/۹۱	۱/۷۳	-۰/۳۵**	-۰/۱۰*	۰/۲۹**	۰/۳۵**	۱

p < ۰/۰۰۱**

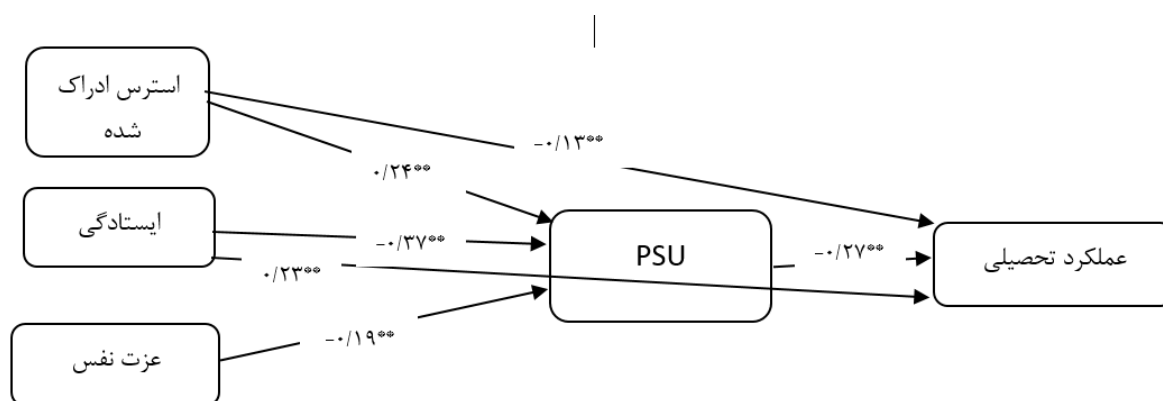
p < ۰/۰۵*

جدول شماره ۲ شاخص‌های برازندگی الگوی اصلاح شده پژوهش را نشان می‌دهد. همان گونه که در جدول شماره ۲ نشان داده شده است، مجذور کای مدل با $df=1$ برابر با ۱/۲۳۹ (P < ۰/۰۰۱) معنادار است. شاخص‌های برازندگی مدل از جمله، CFI و TLI، NFI به ترتیب ۰/۹۹۶، ۰/۹۹۲ و ۰/۹۹۸ است که همگی بالاتر از مقدار قابل قبول ۰/۹۰ و شاخص جذر برآورد واریانس خطای تقریب (RMSEA) ۰/۰۳ است که بیانگر مناسب بودن مدل است. بنابراین می‌توان گفت که مدل پژوهش حاضر با یک اصلاح از برازش بسیار خوبی برخوردار است.

جدول ۲. شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش

شاخص‌های برازندگی	χ^2	Df	P	(χ^2/df)	NFI	TLI	CFI	RMSEA
مدل پیشنهادی	۹/۱۹	۱	۰/۰۰۲	۹/۱۹	۰/۹۶	۰/۷۹	۰/۹۷	۰/۱۸۱
مدل اصلاح شده	۱/۲۳۹	۱	۰/۲۶۶	۱/۲۳۹	۰/۹۹۶	۰/۹۹۲	۰/۹۹۸	۰/۰۳۱
دامنه قابل قبول			P > ۰/۰۵	۱ تا ۳	۰/۹۵	۰/۹۵	۰/۹۵	< ۰/۰۸

همان طور که در شکل شماره ۲ مشاهده می‌شود، ضرایب مسیر مستقیم استرس ادراک شده به عملکرد تحصیلی ($\beta = -۰/۱۳$)، ایستادگی به عملکرد تحصیلی ($\beta = ۰/۲۳$)، PSU به عملکرد تحصیلی ($\beta = -۰/۲۷$)، همچنین عزت نفس به PSU ($\beta = -۰/۱۹$)؛ ایستادگی به PSU ($\beta = -۰/۳۷$) و استرس ادراک شده به PSU ($\beta = ۰/۲۴$) در سطح آماری (P < ۰/۰۰۱، ۰/۰۵) معنادار هستند. لازم به ذکر است یک اصلاح در مدل پیشنهادی این پژوهش صورت گرفت، ضریب مسیر مستقیم عزت نفس به عملکرد تحصیلی ($\beta = ۰/۰۸$) و از آنجایی که ($P = ۰/۲۵۶$) به دست آمد که در سطح (P < ۰/۰۰۱، ۰/۰۵) معنادار نبود که در اصلاح مدل نهایی این ارتباط مستقیم حذف گردید و مدل بدون این رابطه مستقیم مورد بررسی و برازش قرار گرفت.



شکل ۲. مدل نهایی پژوهش حاضر

یکی از مهمترین سؤال‌های این پژوهش آن بود آیا PSU می‌تواند نقش میانجی‌گری استرس، ایستادگی و عزت نفس و عملکرد تحصیلی را داشته باشند. برای آزمون این سؤال، از آزمون بوت استرپ (Bootstrap) استفاده شد. نتایج بوت استرپ برای مسیرهای واسطه‌ای الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر را می‌توان در جدول ۳ مشاهده کرد.

جدول ۳. نتایج بوت استرپ برای مسیرهای واسطه‌ای

مسیرها	Unstandardized Estimate	حد پایین	حد بالا	سطح معناداری	Standardized Estimate
استرس ادراک شده ← PSU ← عملکرد تحصیلی	-۰/۰۴۷	-۰/۰۶۷	-۰/۰۳۱	۰/۰۰۱	-۰/۱۴۰***
ایستادگی ← PSU ← عملکرد تحصیلی	۰/۰۳۶	۰/۰۱۶	۰/۰۶۰	۰/۰۰۱	۰/۱۲۶**
عزت نفس ← PSU ← عملکرد تحصیلی	۰/۰۴۰	۰/۰۲۳	۰/۰۶۴	۰/۰۰۱	۰/۱۳۱**

*** $p < 0.001$

مطابق با نتایج مندرج در جدول ۳، حد پایین و بالا فاصله اطمینان برای PSU به عنوان متغیر میانجی بین استرس ادراک شده و عملکرد تحصیلی به ترتیب (0.031) و (0.067) ؛ برای PSU به عنوان متغیر میانجی بین ایستادگی و عملکرد تحصیلی حد پایین (0.016) و حد بالای آن (0.060) ؛ برای PSU به عنوان متغیر میانجی بین عزت نفس و عملکرد تحصیلی به حد پایین (0.023) و حد بالای آن (0.064) به دست آمد. سطح اطمینان برای این فاصله اطمینان $(P < 0.001)$ و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استرپ ۵۰۰۰ است. بنابراین با توجه به سطح اطمینان $(P < 0.001)$ که از لحاظ آماری معنادار است، نقش متغیر PSU به عنوان متغیر میانجی میان استرس ادراک شده، ایستادگی و عزت نفس مورد تأیید قرار می‌گیرد.

• بحث

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش واسطه‌ای استفاده آسیب‌زا از گوشی هوشمند در رابطه استرس، ایستادگی و عزت نفس با عملکرد تحصیلی بود. یافته اول این پژوهش حاکی از ارتباط منفی PSU با عملکرد تحصیلی بود که با پژوهش‌های کاین و همکاران (2016) ؛ فیلسونی و گودوی (2018) ؛ هاوی و ساماها (2016) و نیکولوپولو (2018) هماهنگ بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت استفاده بیش از حد از گوشی هوشمند و زمان صرف شده در شبکه‌های اجتماعی پیش‌بینی‌کننده عملکرد تحصیلی پایین بودند (فیلسونی و گودوی، 2018). به عبارتی دیگر، هرچه دانش‌آموز بیش از حد از گوشی هوشمند خود استفاده کند، احتمال اعتیاد او بیشتر می‌شود در نتیجه زمان کمتری را صرف انجام فعالیت‌های تحصیلی (یعنی حضور در کلاس، انجام تکالیف و مطالعه) خود می‌کند. بنابراین می‌توان گفت، علی‌رغم اینکه گوشی‌های هوشمند امروزی دارای مجموعه‌ای از ابزارهای کارآمد یادگیری است، اما بیشتر منبعی برای حواس‌پرتی در کلاس‌های درس و هر محیط دیگری که به مطالعه اختصاص داده شده است، شناخته شده‌اند.

دیگر یافته این پژوهش از ارتباط منفی و معنادار بین استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی هماهنگ با پژوهش‌های کرگو و همکاران (2016) و کوتر و همکاران (2017) بود. همچنین استرس از طریق PSU روی عملکرد تحصیلی تأثیر گذاشت که با پژوهش‌های

لیو و همکاران (۲۰۱۸)؛ وانگ و همکاران (۲۰۱۵) و چنگ و هونگ (۲۰۱۷) همخوان بود. در تبیین رابطه بین استرس با عملکرد تحصیلی می‌توان گفت از آنجایی که در کشور ما (ایران) خانواده‌ها تأکید زیادی روی تحصیل و گرفتن نمرات خوب برای فرزندان‌شان دارند، به‌نظر می‌رسد استرس در مورد تکالیف مدرسه و آزمون‌ها تأثیر منفی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان خواهد گذاشت. نتایج نظرسنجی در سال (۲۰۱۵)، نشان داد که دختران دبیرستانی ترس از اشتباه کردن را عاملی مهمی می‌دانستند که عملکرد تحصیلی آنان را مختل می‌کند. همچنین دانش‌آموزان در سه ماهه آخر سال تحصیلی در مقایسه با سه ماهه اول در حیطه عملکرد تحصیلی، استرس بیشتری را گزارش دادند. این پژوهش نشان می‌دهد که سطوح استرس ادراک شده بالاتر با عملکرد تحصیلی پایین همراه است (پاسکو و همکاران، ۲۰۲۰). یافته‌های فوق نشان می‌دهد استرسی که دانش‌آموزان دبیرستانی تجربه می‌کنند عامل اصلی و مؤثر بر پیشرفت تحصیلی آنان است. دانش‌آموزان با ادراک استرس بالاتر احتمالاً پیشرفت تحصیلی کمتری دارند. در ادامه به تبیین نقش واسطه‌ای PSU در ارتباط با استرس و عملکرد تحصیلی پرداخته می‌شود. یک همبستگی بین استرس و انواع مختلف اعتیاد از جمله اعتیاد به اینترنت وجود دارد (لام و همکاران، ۲۰۰۹). با این حال می‌توان گفت زمانی که افراد استرس درونی و بیرونی را تجربه می‌کنند، ممکن است از گوشی هوشمند، به‌عنوان راهی برای پرت کردن حواس خود از استرس یا پاسخی به استرس، استفاده کنند. به عبارت دیگر، اعتیاد به اینترنت رویکردی برای رهایی از درد و تنش روزانه تبدیل می‌شود که توسط پژوهش‌های آزمایشی مورد حمایت و تأیید قرار گرفته است. بنابراین، به‌نظر می‌رسد افرادی که از گوشی هوشمند زیاد استفاده می‌کنند و وابسته به آن شدند از طریق آن از احساسات منفی، تجربه درد و تنش روزانه جلوگیری کنند. زمانی که فرد به PSU دچار شد همان‌طور که اشاره شد، عملکرد تحصیلی دانش‌آموز هم پایین می‌آید.

از سوی دیگر عزت نفس با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنادار دارد که با پژوهش‌های یاکوسبون و همکاران (۲۰۱۱)؛ رابینز و همکاران (۲۰۱۲)؛ بریتوم و همکاران (۲۰۲۰) و ژنگ و همکاران (۲۰۲۰) هماهنگ است. در تبیین این یافته باید بیان کرد داشتن عزت نفس بالا به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا خود را افرادی فعال و توانا ببینند، تلاش کنند تغییراتی را ایجاد و اهداف بالاتری را تعیین کنند که همین امر منجر به یادگیری چیزهای جدید شود. نتایج بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بهترین راه برای بهبود پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، افزایش عزت نفس آنان است. از این رو، کسانی که پیشرفت تحصیلی بالاتری دارند، عزت نفس بیشتری نیز دارند و در مقابل، کسانی که به خودشان اعتماد ندارند، معمولاً موفقیت کمتری کسب می‌کنند (مارش و کروان، ۲۰۰۶). در تبیین نقش واسطه‌ای PSU در ارتباط با عزت نفس و عملکرد تحصیلی می‌توان گفت که ارتباط منفی و معناداری بین PSU و عزت نفس در این پژوهش به دست آمد و همچنین نقش واسطه‌ای PSU نیز مورد تأیید قرار گرفت که با پژوهش‌های وانگ و همکاران (۲۰۱۷)؛ لی و همکاران (۲۰۱۹) و اونبرگ و همکاران (۲۰۰۸) همخوان بود. در تبیین این یافته می‌توان به مدل شناختی- رفتاری دیویس (۲۰۰۱)، اشاره کرد که پیشنهاد می‌کند شناخت ناسازگار از خود، عامل اصلی استفاده مشکل ساز از اینترنت است و عزت نفس پایین جنبه مهمی از شناخت ناسازگار است (لی و همکاران، ۲۰۱۹). افراد با عزت نفس پایین ممکن است بر این باور باشند که فقط در تعاملات آنلاین مورد توجه قرار می‌گیرند و در نتیجه از گوشی‌های هوشمند برای کسب تأیید و شناسایی دیگران استفاده می‌کنند. به این ترتیب، رفتارهای مشکل ساز، از جمله PSU، یک نقش جبران کننده به‌نظر می‌رسد در نتیجه وابستگی عملکرد تحصیلی را کاهش می‌دهد.

در ادامه به تبیین ارتباط ایستادگی با عملکرد تحصیلی که ارتباطی مثبت و معناداری به دست آمد، پرداخته می‌شود که با پژوهش‌های فرناندزمارتین و همکاران (۲۰۲۰)؛ وست و همکاران (۲۰۱۶)؛ نانگ و همکاران (۲۰۱۹) و میسون (۲۰۱۸) هماهنگ بود. در تبیین این رابطه باید بیان کرد اگر دانش‌آموزی دارای ویژگی ایستادگی باشد حتی اگر توانایی تحصیلی کمتری در مقایسه با سایر دانش‌آموزان داشته باشد، می‌تواند عملکرد خوبی داشته باشند. یکی از دلایل این استدلال این است که عملکرد و موفقیت صرفاً براساس توانایی‌های یادگیرنده نیست، بلکه ترکیبی از توانایی‌های شناختی و ویژگی‌های شخصیتی مانند ایستادگی و همچنین تمرین و تکرار زیاد است. این افراد تمایل دارند سخت تر و طولانی تر کار کنند، تمرین و تکرار مطالب تحصیلی به صورت عمدی و خودخواسته دارند و این موارد برای افزایش عملکرد یا موفقیت تحصیلی می‌تواند کمک کننده باشد. در زمینه نقش واسطه‌ای PSU در ارتباط ایستادگی و عملکرد تحصیلی، براساس یافته‌های این پژوهش نقش واسطه‌ای PSU در ارتباط با ارتباط پایداری و عملکرد تحصیلی مورد تأیید قرار گرفت که در راستای پژوهش‌های برازیکوسکی و برنهارت (۲۰۱۸) و یو و چوی (۲۰۱۹) است. در این پژوهش رابطه ایستادگی با PSU

رابطه منفی و معناداری به دست آمد. همان طور که قبلاً بیان شد، پژوهش های پیشین گزارش کردند که ایستادگی با رفتارهای ناسازگارانه مانند رفتارهای سوء مصرف مواد، اعتیاد به بازی های آنلاین و غیره مرتبط است. این نتیجه حاکی از آن است که سطوح بالای ایستادگی می تواند به عنوان یک عامل محافظتی در برابر PSU باشد. از آنجایی که افراد دارای ویژگی ایستادگی بیشتر بر موفقیت تمرکز می کنند تا شکست؛ کمتر تحت تأثیر موقعیت های استرس زا قرار می گیرند؛ تمایل دارند تا از استراتژی های حل مسئله مؤثرتری استفاده کنند؛ دارای اهداف بلندمدت هستند و این امر منجر به این می شوند که این افراد حتی در فعالیت های سخت تر و کمتر لذت بخش تر در جهت اهداف بلندمدت خود شرکت کنند (داکورت و همکاران، ۲۰۱۱).

این پژوهش همانند پژوهش های دیگر دارای محدودیت هایی بود از جمله: این پژوهش روی دانش آموزان دبیرستانی دوره دوم شهر اصفهان انجام شده است بنابراین تعمیم نتایج سایر به دانش آموزان استان ها و شهرهای کشورمان (ایران) باید با احتیاط صورت پذیرد؛ از آنجایی که این پژوهش یک پژوهش همبستگی است نه علت و معلولی؛ بنابراین در تفسیر نتایج باید احتیاط بیشتری صورت گیرد؛ همچنین به دلیل محدود بودن تعداد شرکت کنندگان، دامنه عملکرد تحصیلی دانش آموزان (معدل) دارای واریانس کمی بود. پیشنهاد می شود با توجه به اینکه در این پژوهش از ابزار خود گزارش دهی استفاده شده است در پژوهش های آینده از روش های کیفی و آزمایشی استفاده شود.

• نتیجه گیری

استفاده آسیب زا از گوشی های هوشمند به عنوان یک عامل واسطه ای می تواند رابطه بین متغیرهای روان شناختی (مانند استرس ادراک شده، ایستادگی و عزت نفس) و عملکرد تحصیلی را تحت تأثیر قرار دهد. پژوهش ها نشان می دهند دانش آموزانی که سطوح بالایی از استرس را تجربه می کنند، به ویژه در شرایط فشار تحصیلی، ممکن است برای کاهش تنش به استفاده بیش از حد از گوشی های هوشمند روی آورند و اگرچه در کوتاه مدت تسکین دهنده به نظر می رسد، در بلندمدت منجر به افت عزت نفس و اختلال در عملکرد تحصیلی و غیره می شود. از سوی دیگر، دانش آموزانی که از ایستادگی بالاتری برخوردارند، معمولاً راهبردهای مقابله ای سازگارانه تری در مواجهه با استرس به کار می گیرند و کمتر به استفاده وسواسی از گوشی هوشمند متوسل می شوند. همچنین عزت نفس به عنوان یک عامل محافظتی عمل می کند؛ افرادی که خودپنداره مثبتی دارند، تمایل کمتری به استفاده اجتنابی از فناوری نشان می دهند و در نتیجه عملکرد تحصیلی بهتری دارند. بنابراین استفاده آسیب زا از گوشی هوشمند می تواند به عنوان یک مکانیسم واسطه ای، رابطه منفی بین استرس ادراک شده و عملکرد تحصیلی را تشدید کند، درحالی که ایستادگی و عزت نفس با تعدیل این اثر، نقش محافظتی ایفا می کنند. بنابراین، برنامه های آموزشی که بر تقویت مهارت های مدیریت استرس، افزایش ایستادگی و بهبود عزت نفس تمرکز دارند، می توانند از وابستگی بیمارگونه به گوشی های هوشمند جلوگیری کرده و عملکرد تحصیلی را ارتقا دهند.

• تعارض منافع

در این پژوهش هیچ تعارض منافی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

• تقدیر و تشکر

از مدیران دبیرستان های شهر اصفهان و کلیه دانش آموزان شرکت کننده ای که در انجام این پژوهش نهایت همکاری را با پژوهشگران داشتند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

• منابع

باقری، فرزین؛ شباهنگ، رضا؛ سادات عباسی، اکرم؛ موسوی؛ سیده مریم؛ حاجی علیانی، وحید و شهریاری سرحدی، مرضیه. (۱۳۹۸). پیش بینی انگیزش تحصیلی براساس استحکام روانی و ظرفیت نگهداری تلاش و علاقه برای اهداف بلندمدت. *فصلنامه سلامت روان کودک*، ۶(۴)، ۱۳-۲۲.

بشلیده، کیومرث؛ یوسفی، ناصر؛ حقیقی، جمال و بهروزی، ناصر. (۱۳۹۱). بررسی ساختار عاملی مقیاس عزت نفس روزنبرگ با سه شکل واژه پردازی مثبت، منفی و نیمه از ماده ها مثبت و نیمه منفی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. *مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۹(۱۵)، ۶۱-۶۱.

- پیری، ولی؛ شهنی بیلاق، منیجه و آتش افروز، عسگر. (۱۴۰۱). آزمایش مدل رابطه التزام تحصیلی با اهمال‌کاری تحصیلی، غیبت از مدرسه و عملکرد تحصیلی از طریق نقش میانجیگری پایداری تحصیلی در دانش‌آموزان. *مجله روانشناسی*، ۲۶ (۴)، ۳۳۶-۳۲۷.
- حاجی حسینی، شادی؛ فتی، لادن و فتی آشتیانی، علی. (۱۴۰۱). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی و ساختارعاملی نسخه فارسی مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند. *مجله روانشناسی*، ۲۶ (۲)، ۳۲-۲۴.
- خلیدار، ریحانه و فتی آشتیانی، مینا. (۱۴۰۳). رابطه بین صمیمت خانواده بر عزت‌نفس نوجوانان: نقش میانجیگری اعتیاد به اینترنت. *مجله روانشناسی*، ۲۸ (۲)، ۱۳۱-۱۲۳.
- معروفی زاده، سامان؛ زارعیان، آرمین و سیگاری، ناصح. (۱۳۹۳). خصوصیات روان‌سنجی نسخه‌های ۱۴، ۱۰ و ۴ عبارتی مقیاس تنش درک شده در بیماران مبتلا به آسم. *پایش*، ۱۳ (۴)، ۴۶۵-۴۵۷.
- Ampofo, E. T., & Osei-Owusu, B. (۲۰۱۵). Students' academic performance as mediated by students' academic ambition and effort in the public senior high schools in Ashanti Mampong Municipality of Ghana. *International Journal of Academic Research and Reflection*, 3(۵), ۱۹-۳۵.
- Borzikowsky, C., & Bernhardt, F. (۲۰۱۸). Lost in virtual gaming worlds: Grit and its prognostic value for online game addiction. *The American journal on addictions*, 27(۵), ۴۳۳-۴۳۸.
- Britwum, F., Amoah, S. O., Acheampong, H. Y., & Adjei, E. (۲۰۲۲). Self-esteem as a predictor of students' academic achievement in the colleges of education. *International Journal of Learning and Teaching*, 14(۱), ۲۹-۴۰.
- Cheng, K.T., & Hong, F.Y. (۲۰۱۷). Study on relationship among university students' life stress, smart mobile phone addiction, and life satisfaction. *Journal of Adult Development*, 24, ۱۰۹-۱۱۸.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (۲۰۰۹). Development and validation of the Short Grit Scale (GRIT-S). *Journal of personality assessment*, 91(۲), ۱۶۶-۱۷۴.
- Duckworth, A. L., Kirby, T. A., Tsukayama, E., Berstein, H., & Ericsson, K. A. (۲۰۱۱). Deliberate practice spells success: Why grittier competitors triumph at the National Spelling Bee. *Social psychological and personality science*, 2 (۲), ۱۷۴-۱۸۱.
- Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M., & Walsh, S. P. (۲۰۰۸). Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & behavior*, 11(۶), ۷۳۹-۷۴۱.
- Elani, H. W., Allison, P. J., Kumar, R. A., Mancini, L., Lambrou, A., & Bedos, C. (۲۰۱۴). A systematic review of stress in dental students. *Journal of dental education*, 78(۲), ۲۲۶-۲۴۲.
- Felisoni, D. D., & Godoi, A. S. (۲۰۱۸). Cell phone usage and academic performance: An experiment. *Computers & Education*, 117, ۱۷۵-۱۸۷.
- Fernández Martín, F. D., Arco Tirado, J. L., & Hervás Torres, M. (۲۰۲۰). Grit as a predictor and outcome of educational, professional, and personal success: a systematic review. *Psicología Educativa* 26(۲), ۱۶۳-۱۷۳.
- Hasan, N., & Bao, Y. (۲۰۲۰). Impact of e-Learning crack-up" perception on psychological distress among college students during COVID-۱۹ pandemic: A mediating role of "fear of academic year loss. *Children and youth services review*, 118, ۱۰۵۳۵۵.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (۲۰۱۶). To excel or not to excel: Strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computers & Education*, 98, ۸۱-۸۹.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (۲۰۲۰). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety, and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25 (۱), ۷۹-۹۳.
- Kim, C., Kwak, K., & Kim, Y. (۲۰۲۲). The Relationship between stress and smartphone addiction among adolescents: The mediating effect of grit. *Current Psychology*, 42, ۸۴۵۱-۸۴۵۹.
- Kötter, T., Wagner, J., Brüheim, L., & Voltmer, E. (۲۰۱۷). Perceived medical school stress of undergraduate medical students predicts academic performance: an observational study. *BMC medical education*, 17(۱), ۱-۶.
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H., & Yang, S. (۲۰۱۲). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(۱۲), e۸۳۵۵۸.
- Lam, L. T., Peng, Z., Mai, J., & Jing, J. (۲۰۰۹). Factors associated with internet addiction among adolescents. *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(۵), ۵۵۱-۵.
- Lee, J., Sung, M.-J., Song, S.-H., Lee, Y.-M., Lee, J.-J., Cho, S.-M., Shin, Y.-M. (۲۰۱۸). Psychological factors associated with smartphone addiction in South Korean adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 38(۳), ۲۸۸-۳۰۲.
- Li, C., Liu, D., & Dong, Y. (۲۰۱۹). Self-esteem and problematic smartphone use among adolescents: A moderated mediation model of depression and interpersonal trust. *Frontiers in psychology*, 10, ۲۸۷۲.
- Liu, Q.-Q., Zhang, D.-J., Yang, X.-J., Zhang, C.-Y., Fan, C.-Y., & Zhou, Z.-K. (۲۰۱۸). Perceived stress and mobile phone addiction in Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 87, ۲۴۷-۲۵۳.
- Liu, X., Zhao, Y., Li, J., Dai, J., Wang, X., & Wang, S. (۲۰۲۰). Factor structure of the ۱۰-item perceived stress scale and measurement invariance across genders among Chinese adolescents. *Frontiers in psychology*, 9(۱۱), ۵۳۷.
- Maroufizadeh, S., Zareiyan, A., & Sigari, N. (۲۰۱۴). Psychometric properties of the ۱۴، ۱۰ and ۴-item Perceived Stress Scale among asthmatic patients in Iran. *Payesh (Health Monitor)*, 13(۴), ۴۵۷-۴۶۵.
- Marsh, H. W., & Craven, R. G. (۲۰۰۶). Reciprocal effects of self-concept and performance from a multidimensional perspective: Beyond seductive pleasure and unidimensional perspectives. *Perspectives on Psychological Science*, ۱(۲), ۱۳۳-۱۶۳. <https://doi.org/۱۰.۱۱۱۱/j.۱۷۴۵-۶۹۱۶.۲۰۰۶.۰۰۰۷.x>

- Mason, H. D. (۲۰۱۸). Grit and academic performance among first-year university students: A brief report. *Journal of Psychology in Africa*, 28(۱), ۶۶-۶۸.
- Monteiro, N. M., Balogun, S. K., & Oratile, K. N. (۲۰۱۴). Managing Stress: The Influence of Gender, Age and Emotion Regulation on Coping among University Students in Botswana. *International Journal of Adolescence and Youth*, 19(۲), ۱۵۳-۱۷۳.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (۲۰۲۰). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(۱), ۱۰۴-۱۱۲.
- Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., & Donnellan, M. B. (۲۰۱۲). A brief primer on self-esteem. *The Prevention Researcher*, 19(۲), ۳-۸.
- Rozgonjuk, D., Kattago, M., & Täht, K. (۲۰۱۸). Social media use in lectures mediates the relationship between procrastination and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, ۱۹۱-۱۹۸.
- Sandi, C. (۲۰۱۳). Stress and cognition. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 4(۳), ۲۴۵-۲۶۱.
- Shahsavarani, A. M., Azad Marz Abadi, E., & Hakimi Kalkhoran, M. (۲۰۱۵). Stress: Facts and theories through literature review. *International Journal of Medical Reviews*, 2(۲), ۲۳۰-۲۴۱.
- Thomas, J. J., & Borrayo, E. A. (۲۰۱۶). The impact of perceived stress and psychosocial factors on missed class and work in college students. *Journal of College Counseling*, 19(۳), ۲۴۶-۲۶۰.
- Vargas-Ramos, J. C., Lerma, C., Guzmán-Saldaña, R. M. E., Lerma, A., Bosques-Brugada, L. E., & González-Fragoso, C. M. (۲۰۲۱). Academic Performance during the COVID-۱۹ Pandemic and Its Relationship with Demographic Factors and Alcohol Consumption in College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(۱), ۳۶۵.
- Wang, J.-L., Wang, H.-Z., Gaskin, J., & Wang, L.-H. (۲۰۱۵). The role of stress and motivation in problematic smartphone use among college students. *Computers in Human Behavior*, 53, ۱۸۱-۱۸۸.
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X., Xie, X., Wang, Y., & Lei, L. (۲۰۱۷). Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of behavioral addictions*, 6(۴), ۷۰۸-۷۱۷.
- Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A., & Sasangohar, F. (۲۰۲۰). Investigating mental health of US college students during the COVID-۱۹ pandemic: cross-sectional survey study. *Journal of medical Internet research*, 22(۹), e۲۲۸۱۷.
- West, M. R., Kraft, M. A., Finn, A. S., Martin, R. E., Duckworth, A. L., Gabrieli, C. F., & Gabrieli, J. D. (۲۰۱۶). Promise and paradox: Measuring students' non-cognitive skills and the impact of schooling. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 38(۱), ۱۴۸-۱۷۰.
- Young, K.Y.S. (۲۰۰۷). Cognitive Behavior Therapy with internet Addicts: Treatment Outcomes and implications. *Cyberpsychology & Behavior*, ۱۰, ۵, ۶۷۱-۶۷۹.
- Zheng, L. R., Atherton, O. E., Trzesniewski, K., & Robins, R. W. (۲۰۲۰). Are self-esteem and academic achievement reciprocally related? Findings from a longitudinal study of Mexican-origin youth. *Journal of personality*, 88(۶), ۱۰۵۸-۱۰۷۴.