

## نقش آموزش در کاهش آسیب‌های ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر دبیرستان تهران

زهره آهنگری<sup>۱</sup>

بتول فقیه‌آرام<sup>۲</sup>

علی محبی<sup>۳</sup>

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر «بررسی نقش آموزش در کاهش آسیب‌های ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران» به روش نیمه آزمایشی و در قالب طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه حاضر را دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده ۶۰ دانش‌آموز در دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. استفاده از محیط مجازی در ۶ هفته (هر هفته به مدت ۶۰ دقیقه) آموزش داده شد و از پرسشنامه کاهش آسیب‌های اجتماعی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد و پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۲ بدست آمد. جهت تحلیل داده از آزمون کوواریانس استفاده شد. نتایج آزمون حاکی از آن بود که آموزش استفاده از محیط مجازی در موجب کاهش نارضایتی‌های خانوادگی، اعتماد به اینترنت، تعارض ارزش‌ها، انزوای اجتماعی، و افسردگی دانش‌آموزان شده است. به طور کلی اجرای برنامه آموزش موجب کاهش آسیب‌های فضای مجازی در بین دانش‌آموزان شده است.

واژگان کلیدی: آموزش، فضای مجازی، دانش‌آموزان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۶/۰۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۱۲/۲۶

۱. کارشناس ارشد علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامشهر، ایران (ahangarii55@gmail.com)

۲. استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد اسلامشهر، دانشکده آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران

(نویسنده مسئول: faghiharam1388@gmail.com)

۳. دانشیار دانشگاه علوم انتظامی امین (mohebbiarr@yahoo.com)

## مقدمه و بیان مسئله

روزگاری انسانها در دنیای واقعی زندگی می کردند و ارتباطات بین آنها ملموس بود و با کسانی ارتباط داشتند که در یک مکان باهم زندگی می کردند، اما اکنون مهم ترین تغییر دنیای معاصر که شالوده تغییرهای آینده جهان را می سازد، رقابتی شدن دنیای واقعی و مجازی است. دنیای واقعی با ویژگی هایی مانند مکان داشتن، دارای نظام سیاسی خاص بودن، محبوس بودن و طبیعی بودن از دنیای مجازی متمایز می شود و دنیای مجازی با بی مکانی، دستیابی به آخرین اطلاعات، تکثر داشتن و هم زمانی از دنیای واقعی جدا می شود. مهم ترین تغییر دنیای مجازی این است که روابط انسانی با واسطه و از راه دور جایگزین روابط انسانی چهره به چهره شده است (زندوانیان و همکاران، ۱۳۹۲: ۵۳). با رشد روز افزون اینترنت و افزایش شمار کاربرانی که به اینترنت متصل می شوند، لزوم بررسی تاثیر اینترنت بر زندگی اجتماعی کاربران اجتناب ناپذیر به نظر می رسد. اینترنت به عنوان یک وسیله ارتباطی چندرسانه ای که در درون خود دنیایی از اطلاعات را جای داده و چندین رسانه مثل تلویزیون، تلفن، و ... را در درون خود ادغام کرده، خصوصیات شرایط پیچیده ای را برای کاربران ایجاد کرده است، به نحوی که اینترنت در هر محیطی با هر میزان مصرف می تواند بر مخاطبین خود تاثیر خاص داشته باشد (ربیعی و محمد زاده یزد، ۱۳۹۲: ۳۰). ما در قرنی زندگی می کنیم که پیشرفت های فناورانه سریع و تغییرات فرهنگی، اجتماعی، سیاسی غیرقابل اجتناب اند (Altinoz et al., 2013:20).

فضای مجازی محیطی مشتمل بر شبکه های رایانه ای، رسانه های ارتباطی و کاربرانی است که به تبادل داده ها و اطلاعات می پردازند و هر کس مشغول کار و تأمین نیازها و علایق خویش است. این فضا باعث کوتاه شدن فاصله ها و استقلال از مکان شده است که بارزترین تفاوت دنیای واقعی و فضای مجازی است؛ زیرا در دنیای واقعی انسانها در طول زمان و در چارچوب مکان محصورند و محدوده فعالیت هایشان متأثر از این واقعیات است؛ اما در دنیای مجازی با استفاده از فناوری های نوین ارتباطی و رایانه ها نقاط ضعف انسان شامل سرعت، دقت، حافظه و خستگی و مشکل جوامع کاری که همانا زمان، هزینه، نیروی انسانی و محدودیت های جغرافیایی است، برطرف می شود و با سرعتی نزدیک به سرعت نور خواسته ها و پاسخ ها به مقصد و مبدأ انتقال می یابد. در هر حال، فضای مجازی در هر تعبیری و با هر تعریفی، قلمرویی وسیع، بدیع و بکر است که برای ساکنان خود امکانات، آزادیها، فرصتها، دلهره ها، آسیب ها و محدودیت های تازه ای همراه دارد (شاه محمدی، ۱۳۹۵: ۴۱).

عامل بنیادین در شکل‌گیری هویت‌های اجتماعی تعاملات انسانی است. در واقع فرد هنگامیکه به تعامل با فرد دیگری می‌پردازد هویت خویشتن را به عنوان یک عضو جامعه پیدا میکند. هویت در بستر تعاملات اجتماعی تعریف می‌شود. ظهور فن‌آوریهای نوین ارتباطی، دگرگونی بنیادینی را در معاملات و ارتباطات انسانی ایجاد کرده است. از آنجا که انتقال و جریان فرهنگ از طریق ارتباطات صورت می‌گیرد، حوزه فرهنگ که نظام‌هایی از عقاید و رفتارها را شامل می‌شود، با ظهور تکنولوژی جدید دستخوش دگرگونی‌های بنیادین می‌گردد. هویت فرهنگی، حول محورهایی همچون مرز جغرافیایی، دین، مذهب، باورها و سنن فرهنگی و زبان مشترک تعریف میشود. دستیابی به جامعه آنلاین، منجر به اجتماعی شدن بیشتر و سطوح بالاتری از جامعه پذیری می‌شود. و در ایجاد ایدئولوژی و رفتارهای نو پدید کنشگران اجتماعی تاثیر به سزایی دارد. (وکیل‌ها، ۱۳۹۲: ۳۱). فضای سایبر مرز جدیدی در ارتباطات اجتماعی ایجاد کرده است. مردم در آن، دوستی‌ها و دشمنی‌هایی ایجاد می‌کنند و در آن کارهایی انجام می‌دهند و چیزهایی می‌گویند که در دنیای واقعی و رودرو هرگز طرح نمی‌کنند. امروزه کمتر انسانی را می‌توان یافت که ساعتی از وقت خود را صرف استفاده از فضای مجازی نکند و رفتار و افکارش تحت تاثیر آن قرار نگیرد. در هر حال، فضای مجازی (سایبری)، قلمروی وسیع، بدیع و بکر است که فرصت‌ها، آسیب‌ها و محدودیت‌هایی دارد. بحث فواید و مضرات فضای مجازی، تمام جوامع را فرا گرفته است. فضای مجازی نیاز به فعالیت آشکار و نمایان ندارد. ممکن است فردی یک هفته از خانه بیرون نیاید، ولی با هزاران نفر ارتباط برقرار کند. جدای از خوبی یا بدی آن، مهم این است که با واقعیتی انکارناپذیر روبرو هستیم و باید بیندیشیم که چگونه حداکثر استفاده مثبت را از آن ببریم (زندوانیان و همکاران، ۱۳۹۲: ۵۳). در امید به دست آوردن یک مزیت استراتژیک، بسیاری از کشورها از جمله ایالات متحده، روسیه و چین درحال توسعه قابلیت‌های سایبری تهاجمی هستند که باعث اختلال در نهادهای سیاسی، اقتصادی و اجتماعی در کشورهای رقیب شده است (Roche et al., 2014: 62). بنابراین مسئله ما در این پژوهش این است که آیا آموزش در کاهش آسیب‌های اجتماعی ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران نقش دارد؟

### مبانی نظری تحقیق

فضای مجازی محیطی مشتمل بر شبکه‌های رایانه‌ای، رسانه‌های ارتباطی و کاربرانی است که به تبادل داده‌ها و اطلاعات پرداخته و هر کس به کار، تأمین نیازها و علایق خود می‌پردازد. این فضا باعث کوتاه شدن فاصله‌ها و استقلال از مکان شده است که بارزترین تفاوت دنیای واقعی و فضای

مجازی می باشد، زیرا در دنیای واقعی انسان ها در طول زمان و در چارچوب مکان محصور بوده و محدوده فعالیت ایشان متأثر از این واقعیات است. اما در دنیای مجازی با استفاده از فناوری های نوین ارتباطی و رایانه ها به نقاط ضعف انسان که همانا سرعت، دقت، حافظه و خستگی و مشکل جوامع کاری که همانا زمان، هزینه، نیروی انسانی و محدودیت های جغرافیایی هستند، پوشش داده و با سرعتی نزدیک به سرعت نور خواسته ها و پاسخ ها به مقصد و مبدأ منتقل می شود. به تبع تغییرات ناشی از فناوری اطلاعات، زندگی بشر به فضای جدیدی منتقل شده و در حال انتقال است. به همین سبب جرائم در اجتماع شکل جدیدی یافته و روش های جدیدی را برای پیشگیری و کشف می طلبد. زندگی جدید، قوانین و مقررات اجتماعی جدیدی را در پی خواهد داشت که قوانین کشورهای مختلف برای مقابله با جرائم فضای مجازی از جمله این قوانین است. در فضای جدید زندگی، پلیس نقشی متفاوت از گذشته داشته و مراقبت از خیابان، مانع ارتکاب و کشف جرم نمی شود (شاه محمدی و اکباتانی، ۱۳۹۴: ۲۸). از جمله چالش های اساسی گسترش فناوری ارتباطات در جهان به ویژه کشورهای در حال توسعه و بهره گیری از اینترنت، آسیب های فرهنگی و اجتماعی است. قرار گرفتن در معرض فرهنگ های گوناگون، آزادی های زیاد در یک دوره زمانی نسبتاً کوتاه و امکان دسترسی به اطلاعات غیراخلاقی گوناگون از طریق اینترنت، برخی از نمونه های این خطرها می باشند. در کشورهای در حال توسعه، از جمله کشور ما، بنابر شرایط فرهنگی و اجتماعی، احتمال آسیب پذیری در اثر تعامل گسترده با دیگر فرهنگ ها وجود دارد. با وجود پیشرفت های حاصل شده در سازوکارهای امنیتی و کنترلی در اینترنت، قابلیت های کنترلی در اینگونه موارد کمتر مؤثر واقع می شوند (شاه محمدی، ۱۳۹۵: ۴۱). شاه محمدی (۱۳۹۵) در پژوهش خود با عنوان راهبردهایی برای پیشگیری وضعی از آسیب های فضای مجازی به این نتیجه دست یافتند در زمینه راهبردهای پیشگیری وضعی از آسیب های فضای مجازی، ابعاد حذف توجیه کننده ها، کاهش منافع حاصل از جرم، افزایش تلاش و زحمت تراشی برای ارتکاب جرم و افزایش خطرهای مد نظر برای ارتکاب جرم به ترتیب بالاترین تا پایینترین میانگین رتبه ای تأثیر در پیشگیری از آسیب های فضای مجازی را دارند. مهم ترین نتیجه این تحقیق، استخراج تدابیری در قالب راهبردهای پیشگیری وضعی برای جلوگیری از آسیب های فضای مجازی است که استفاده از آنها می تواند تأثیر زیادی در پیشگیری از آسیب های فضای مجازی داشته باشد. اسمعیلی زاده (۱۳۹۵) در پژوهش خود با عنوان بررسی آسیب های اجتماعی فضای سایبری در خانواده به این نتیجه دست یافتند که گسترش فضاهای مجازی، مانند سایر تحولات و پیشرفتهای، پیامدها و آثار مثبت و منفی گوناگونی را در زمینه آداب و اخلاق زندگی کاربران به دنبال دارد که پیشنهاد می شود، راهکارهای مناسب در جهت کاهش آسیب های

اجتماعی فضای سایبری (اینترنت) در خانواده‌ها ارائه شود. بهزاد (۱۳۹۵). در پژوهش خود با عنوان آسیب‌شناسی کاربری فضای مجازی در بین خانوارهای ساکن شهرستان بندرعباس به این نتیجه دست یافتند که بیش از یک سوم پاسخگویان هیچگونه آشنایی با قوانین و مقررات فضای مجازی نداشته‌اند. بیشترین آسیب‌پذیری در بعد فردی-اجتماعی بوده اکثریت پاسخگویان ضمن تاکید بر ابعاد آسیب‌زایی فضای مجازی نسبت به قابل‌پیشگیری بودن آن از طریق آموزش، کنترل خانواده‌ها، مسئولیت خود فرد و نظارت پلیس سایبری تاکید داشته‌اند. در مجموع با توجه به نتایج زمینه‌های آسیب‌زایی و آسیب‌پذیری مطروحه ایجاب می‌کند تا با طراحی مناسب و اقدامات پیشگیرانه و اتخاذ استراتژیهای مناسب به مقابله با آسیبهای بالقوه فضاهاى مجازى پرداخته شود. شاه محمدی و اکباتانی (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان فضای سایبر، پیشگیری مبتنی بر فناوری اطلاعات، آسیب‌های فضای مجازی به این نتیجه دست یافتند که در زمینه راهکارهای پیشگیری مبتنی بر فناوری اطلاعات از آسیب‌های فضای مجازی، مؤلفه‌های پیشگیری مبتنی بر اطلاع‌رسانی امنیتی، پیشگیری مبتنی بر روش‌های پایشی، پیشگیری مبتنی بر امنسازی و پیشگیری مبتنی بر ایجاد و استفاده از ابزارهای بومی در فضای مجازی در پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی تأثیرگذار است. نتایج نشان داد راهکارهای ارائه شده به ترتیب تقدم عبارت‌اند از: ۱) پیشگیری مبتنی بر اطلاع-رسانی امنیتی، ۲) پیشگیری مبتنی بر روش‌های پایشی، ۳) پیشگیری مبتنی بر امن‌سازی و ۴) پیشگیری مبتنی بر ایجاد و استفاده از ابزارهای بومی در فضای مجازی.

پاداشیان فرد (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان رابطه بین تأثیرات فضای مجازی و تربیت دینی خانواده‌ها به این نتیجه رسیدند که بین تأثیرات منفی فضای مجازی و تربیت دینی خانواده‌ها، رابطه معناداری وجود دارد. نیکخواه قمصری و راوندی (۱۳۹۳) تاملی بر رابطه فضای مجازی و هویت جنسی مطالعه موردی کاربران اینترنت در شهر کاشان به این نتیجه رسیدند که حاکی از آن است که سابقه و مدت زمان استفاده هفتگی از اینترنت در تقویت و تضعیف هویت جنسیتی موثر بوده است. بدین نحو که هرچه میزان و سابقه استفاده از اینترنت از سوی کاربران افزایش پیدا می‌کند، هویت جنسیتی قوی‌تر می‌شود. زندوانیان و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان آسیب‌های فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر به این نتیجه رسیدند که استفاده از فضای مجازی در ابعاد خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی-عبادی و روانی دانش‌آموزان تأثیر منفی دارد و بین وسایل تلفن همراه بیشترین و بازی‌های رایانه‌ای کمترین آسیب را بر دانش‌آموزان داشته است. دانش‌آموزان در اولویت بندی راهکارهایی مقابله با آسیب‌های فضای مجازی، تقویت ارتباطات منطقی و عاطفی در خانواده و جایگزین کردن تفریح‌های سالم، درگیرکردن افراد در فعالیت‌ها و

برنامه های مثبت را مهم ترین و افزایش نظارت حوزه های سیاسی- امنیتی و فیلترینگ را کم اهمیت ترین راهکار برای کاهش آسیب های فضای مجازی دانسته اند. Polanski (2017) در پژوهش خود با عنوان فضای سایبری: یک شاخه جدید از قانون عرفی بین المللی به این نتیجه دست یافت که روابط بین المللی بین کشورها به طور فزاینده ای در فضای مجازی انجام می شود. از نگرانی در مورد امنیت سایبری و نظارت بر اینترنت به حریم خصوصی - بازیگران دولتی و غیر دولتی شیوه ها و مفاهیم هنجاری را توسعه دادند که می تواند به عنوان قانون عرف بین المللی در نظر گرفته شود. Sabir et al. (2014) در یک مطالعه با عنوان تاثیرات منفی شبکه های اجتماعی مجازی بر زندگی دانشجویان پاکستانی در یافتند که افرادی که به طور مداوم از شبکه های اجتماعی مجازی استفاده می کردند، نسبت به افرادی که از این شبکه ها استفاده نمی کردند از احساس تنهایی، افسردگی، عدم توانایی برقراری ارتباط موثر، عملکرد تحصیلی پایین، گرایش به انحراف جنسی و کاهش معنویت بیشتری برخوردار بودند. Bijari et al. (2013) در پژوهش خود با عنوان تاثیر شبکه های اجتماعی مجازی بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان به این نتیجه دست یافتند که ارتباط با دوستان قدیمی، شایعترین علت استفاده از شبکه های اجتماعی در هر دو مورد و کنترل بود. نتیجه این مطالعه رابطه منفی بین استفاده از شبکه های مجازی و میانگین نمره نشان داد. در این زمینه ما نیاز به فرهنگ استفاده از شبکه های مجازی با توجه به تاثیرات آن بر موفقیت تحصیلی دانشجویان داریم.

Light et al. (2008) در تحقیقی با عنوان استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی (دوستی و یا تهدید اخلاقی امنیتی؟) به این نتیجه رسیدند همانطوری که از تکنولوژی می توان استفاده مفید و غیر مفید داشت استفاده از شبکه های اجتماعی مجازی نیز در بعضی موارد زمینه ساز ایجاد هزینه نگاری، تهدید اخلاقی، تجارت های نامشروع، هک کردن اطلاعات شخصی و ایجاد شایعه و تهمت و افترا زدن به شخصیت های تاثیر گذار گردد. Ezoie (2008) در پژوهشی بر روی دانشجویان دختر پرستاری، دریافتند که بین وابستگی به تلفن همراه و سبک زندگی بی کیفیت و ویژگی های برون گرایی و روان رنجورخویی رابطه وجود دارد و روان رنجور خویی رابطه ای مثبت و برون گرایی رابطه ای منفی دارد.

### روش تحقیق

پژوهش حاضر در حیطه طرح های نیمه آزمایشی و در قالب طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل برای بررسی اثر آموزش در کاهش آسیب های ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش-

آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران می‌باشد. از نظر هدف؛ پژوهش حاضر، کاربردی است. جامعه مورد نظر در این تحقیق را تمامی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تشکیل داد که با استفاده از روش نمونه‌گیری از نوع تصادفی ساده دو گروه ۳۰ نفری (۳۰ نفر گروه کنترل و ۳۰ نفر گروه آزمایش) انتخاب شدند.

### ابزار گردآوری اطلاعات

در این پژوهش از پرسشنامه کاهش آسیب‌های فضای مجازی استفاده شد: پرسشنامه کاهش آسیب‌های فضای مجازی دارای ۲۵ سوال و مولفه‌های (نارضایتی‌های خانوادگی، اعتیاد به اینترنت، تعارض ارزش‌ها، انزوای اجتماعی، افسردگی) می‌باشد. عمده‌ترین روش‌های جمع‌آوری اطلاعات در پژوهش حاضر عبارتست از: الف) مطالعات کتابخانه‌ای: در این قسمت جهت گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری و تدوین چارچوب نظری تحقیق، از منابع کتابخانه‌ای همانند کتاب، مقالات، همایش‌ها و همچنین منابع اینترنتی و سایت‌های تخصصی استفاده شد.

#### ب) پروتکل آموزش

در این پژوهش منظور از آموزش، به استفاده از محیط مجازی اشاره می‌کند که طی ۶ جلسه هفتگی (هر جلسه به مدت ۶۰ دقیقه) برای گروه آزمایش به اجرا در خواهد آمد. در جلسه اول به نحوه استفاده از اینترنت به دانش‌آموزان آموزش داده شد. در جلسه دوم به مزایای استفاده از اینترنت از طریق عملی آموزش داده شد. در جلسه سوم به معایب استفاده بیش از حد از اینترنت با تلفن همراه اشاره شد. در جلسه چهارم برخی مطالب علمی جهت کاهش آسیب‌های فضای مجازی به دانش‌آموزان آموزش داده شد. در جلسه پنجم نمونه‌هایی از خطرات فضای مجازی و نحوه مقابله با آن آموزش داده شد. و در نهایت در جلسه ششم استفاده مقید از فضای مجازی به دانش‌آموزان آموزش داده شد.

ج) مطالعات میدانی: پرسشنامه مد نظر قبل از اجرای آموزش برای دو گروه آزمایش اجرا شد، سپس در جلسه آخر از اعضای دو گروه آزمایش و گروه کنترل پس از آزمون گرفته شد.

برای تجزیه و تحلیل نتایج به دست آمده از این پژوهش از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. برای آمار توصیفی میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد استفاده شده است. و هم چنین برای فرضیه های پژوهش از روش تحلیل واریانس استفاده به عمل آمده است. در ضمن داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS 22 تجزیه و تحلیل شدند.

### یافته‌های تحقیق

جدول ۱) آزمون کولموگروف اسمیرنوف متغیرهای پژوهش

متغیر	پیش آزمون		پس آزمون	
	انحراف معیار ± میانگین	سطح معناداری	انحراف معیار ± میانگین	سطح معناداری
نارضایتی های خانوادگی	۰/۳ ± ۶۲۰/۶۳	۰/۱۰۰	۰/۳ ± ۶۶۲/۳۷	۰/۲۲۶
اعتیاد به اینترنت	۰/۳ ± ۷۰۶/۲۹	۰/۱۲۳	۰/۳ ± ۷۲۹	۰/۰۵۲
تعارض ارزش‌ها	۰/۳ ± ۷۹۵/۴۱	۰/۴۳۳	۰/۳ ± ۷۸۵/۲۶	۰/۳۸۰
انزوای اجتماعی	۰/۳ ± ۵۳۸/۶۲	۰/۱۴۶	۰/۳ ± ۴۹۱/۴۱	۰/۳۴۱
افسردگی	۰/۳ ± ۶۱۷/۳۷	۰/۰۵۶	۰/۳ ± ۷۵۵/۲۰	۰/۵۷۹

همانطور که از داده‌های جدول ۱ مشخص است، سطح معناداری آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای تمامی متغیرهای پژوهش در پیش آزمون و پس آزمون بزرگتر از مقدار ۰/۰۵ است. در نتیجه تمامی متغیرهای مورد بررسی در پژوهش حاضر در پیش آزمون و پس آزمون دارای توزیع نرمال می‌باشند.

در این بخش برای بررسی تاثیر اثر بخشی آموزش استفاده از محیط مجازی بر کاهش آسیب‌های اجتماعی از تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده شده است.

فرضیه اصلی: آموزش در کاهش آسیب‌های ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.

در این قسمت همبستگی بین متغیرها برای بررسی وجود هم خطی چندگانه آورده شده است.

جدول ۲. جدول همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

ردیف	شاخص‌ها	۱	۲	۳	۴	۵
۱	نارضایتی‌های خانوادگی	۱	**۰/۵۴۷	*۰/۵۱۹	*۰/۴۷۰	*۰/۶۱۰
۲	اعتیاد به اینترنت		۱	*۰/۵۷۴	*۰/۴۱۲	*۰/۶۹۸
۳	تعارض ارزش‌ها			۱	*۰/۴۳۴	*۰/۶۶۰
۴	انزوای اجتماعی				۱	*۰/۵۵۵
۵	افسردگی					۱

\* همبستگی در سطح ۰/۹۵ معنادار است. \*\* همبستگی در سطح ۰/۹۹ معنادار است.

همانطور که از ضرایب همبستگی داده‌های جدول ۲ مشخص است، هیچ یک از زوج همبستگی بین متغیرهای وابسته بزرگتر از ۰/۸ نیست. بنابراین فرض عدم وجود هم خطی چندگانه رعایت شده است.

در این قسمت برای بررسی معناداری میزان تغییرات بدست آمده و تعیین اندازه اثرات آموزش استفاده از محیط مجازی بر کاهش آسیب‌های اجتماعی، از طریق آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره، میانگین‌های پس آزمون (بعد از درمان) بعد از تعدیل نمودن نمرات پیش آزمون، مورد مقایسه قرار می‌گیرند تا اندازه تاثیر کل اصلاح شده گزارش شود. پیش فرض همگنی ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها توسط آزمون باکس مورد بررسی قرار می‌گیرد. نتایج مربوط به این آزمون در جدول زیر داده شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون باکس برای بررسی فرض همگنی ماتریس کوواریانس

مقدار باکس	مقدار آماره F	df1	df2	سطح معناداری
۱۱/۳۳۳	۲/۴۹۹	۱۵	۵۴۴/۵۲۶	۰/۱۱۷

با توجه به داده‌های جدول ۳ سطح معناداری آزمون باکس برابر با ۰/۱۱۷ و بزرگتر از مقدار ۰/۰۵ است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵٪ فرض تجانس ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در گروه‌های مختلف پذیرفته می‌شود. خروجی نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره در جدول زیر داده شده است.

جدول ۴. تحلیل کوواریانس چند متغیری برای بررسی اثر بخشی آموزش استفاده از محیط مجازی بر کاهش

آسیب‌های اجتماعی

مداخله	نام آزمون	مقدار	مقدار آماره F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
	آزمون اثر پیلایی	۰/۴۵۲	۸/۰۹۶	۵	۴۹	۰/۰۰۱
آموزش استفاده از محیط ویلکز	آزمون لامبدای	۰/۵۴۸	۸/۰۹۶	۵	۴۹	۰/۰۰۱
مجازی	آزمون اثر هتلینگ	۰/۸۲۶	۸/۰۹۶	۵	۴۹	۰/۰۰۱
	بزرگترین ریشه روی	۰/۸۲۶	۸/۰۹۶	۵	۴۹	۰/۰۰۱

همانطور که از جدول ۴. مشخص است، یافته‌های حاصل از تحلیل کوواریانس چند متغیری حاکی از این است که مقدار  $F$  چند متغیری برای آموزش استفاده از محیط مجازی در تمامی آزمون‌ها در سطح  $P < ۰/۰۵$  از لحاظ آماری معنادار می‌باشد. لذا می‌توان گفت که بین دو گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از مولفه‌های آسیب‌های اجتماعی تفاوت معناداری وجود دارد. برای پی بردن به این تفاوت در ادامه از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیری استفاده گردیده است.

پیش فرض استفاده از تحلیل کوواریانس تک متغیری فرض همگن بودن واریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها است. برای بررسی این فرضیه از آزمون لون استفاده شده است. نتایج مربوط به آزمون لون در جدول زیر داده شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون لون برای بررسی فرض همگنی واریانس‌ها

متغیر	مقدار آماره F	df1	df2	سطح معناداری
نارضایتی‌های خانوادگی	۰/۹۹۴	۱	۵۸	۰/۳۲۳
اعتیاد به اینترنت	۰/۰۶۳	۱	۵۸	۰/۸۰۳
تعارض ارزش‌ها	۰/۱۰۳	۱	۵۸	۰/۷۵۰
انزوای اجتماعی	۰/۴۹۴	۱	۵۸	۰/۴۸۵
افسردگی	۰/۲۹۲	۱	۵۸	۰/۵۹۱

با توجه به داده‌های جدول ۵ فرض همگنی واریانس‌ها در گروه‌ها پذیرفته می‌شود. در ادامه به بررسی تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بر هر یک از مولفه‌های آسیب‌های اجتماعی با استفاده از تحلیل کوواریانس تک متغیره پرداخته خواهد شد. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره در جدول ۴-۷ داده شده است.

جدول ۶. نتایج حاصل از اجرای تحلیل کوواریانس اثرات بین گروهی

مؤلفه	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار آماره F	سطح معناداری	اندازه اثر
نارضایتی‌های خانوادگی	۴/۲۸۰	۱	۴/۲۸۰	۱۵/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۲۲۸
اعتیاد به اینترنت	۱/۷۵۶	۱	۱/۷۵۶	۵/۱۶۳	۰/۰۲۷	۰/۰۸۹
تعارض ارزش‌ها	۷/۰۴۲	۱	۷/۰۴۲	۲۰/۸۲۸	۰/۰۰۱	۰/۲۸۲
انزوای اجتماعی	۲/۴۱۸	۱	۲/۴۱۸	۱۹/۲۲۳	۰/۰۰۱	۰/۲۶۶
افسردگی	۴/۶۴۶	۱	۴/۶۴۶	۱۶/۶۲۴	۰/۰۰۱	۰/۲۳۹

با توجه به مقادیر جدول ۶ مشخص است که، سطح معناداری برای هر ۵ مولفه آسیب‌های اجتماعی کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون در این ۵ مولفه، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود. در ادامه با توجه به نتایج به دست آمده از تحلیل کوواریانس چند متغیره در بالا به بررسی تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بر هر یک از مولفه‌های آسیب‌های اجتماعی پرداخته خواهد شد.

**فرضیه اول: آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش نارضایتی‌های خانوادگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.**

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس در جدول ۶، سطح معناداری آزمون کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ شده است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون مولفه نارضایتی‌های خانوادگی، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود ( $F = 15,624, p < 0,05$ ). با توجه به میانگین نمرات پس آزمون در جدول ۴-۱ به وضوح مشخص است که، آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش نارضایتی‌های خانوادگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. همچنین با توجه به مقدار اندازه اثر ( $\eta^2 = 0,228$ ) نتیجه می‌شود که ۲۲/۸٪ از تفاوت در نمرات پس آزمون نارضایتی‌های خانوادگی مربوط به تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بوده است.

**فرضیه دوم:** آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس در جدول ۶، سطح معناداری آزمون کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ شده است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون مولفه اعتیاد به اینترنت، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود ( $F = ۵,۱۶۳, p < ۰,۰۵$ ). با توجه به میانگین نمرات پس آزمون در جدول ۴-۱ به وضوح مشخص است که، آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. همچنین با توجه به مقدار اندازه اثر ( $\eta^2 = ۰,۰۸۹$ ) نتیجه می‌شود که ۸/۹٪ از تفاوت در نمرات پس آزمون اعتیاد به اینترنت مربوط به تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بوده است.

**فرضیه سوم:** آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش تعارض ارزش‌ها در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس در جدول ۶، سطح معناداری آزمون کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ شده است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون مولفه تعارض ارزش‌ها، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود ( $F = ۲۰,۸۲۸, p < ۰,۰۵$ ). با توجه به میانگین نمرات پس آزمون در جدول ۴-۱ به وضوح مشخص است که، آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش تعارض ارزش‌ها در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. همچنین با توجه به مقدار اندازه اثر ( $\eta^2 = ۰,۲۸۲$ ) نتیجه می‌شود که ۲۸/۲٪ از تفاوت در نمرات پس آزمون تعارض ارزش‌ها مربوط به تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بوده است.

**فرضیه چهارم:** آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش انزوای اجتماعی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس در جدول ۶، سطح معناداری آزمون کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ شده است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون مولفه انزوای اجتماعی، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود ( $F = ۱۹,۲۲۳, p < ۰,۰۵$ ). با توجه به میانگین نمرات پس آزمون در جدول ۴-۱ به وضوح مشخص است که، آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش انزوای اجتماعی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش

تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. همچنین با توجه به مقدار اندازه اثر ( $\eta^2 = 0,266$ ) نتیجه می‌شود که ۲۶/۶٪ از تفاوت در نمرات پس آزمون انزوای اجتماعی مربوط به تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بوده است.

**فرضیه پنجم: آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش افسردگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.**

با توجه به نتایج تحلیل کوواریانس در جدول ۶، سطح معناداری آزمون کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ شده است. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد فرض برابری نمرات پس آزمون مولفه افسردگی، بین دو گروه آموزش و کنترل تایید نمی‌شود ( $F = 16,624, p < 0,05$ ). با توجه به میانگین نمرات پس آزمون در جدول ۴-۱ به وضوح مشخص است که، آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش افسردگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. همچنین با توجه به مقدار اندازه اثر ( $\eta^2 = 0,239$ ) نتیجه می‌شود که ۲۳/۹٪ از تفاوت در نمرات پس آزمون افسردگی مربوط به تاثیر آموزش استفاده از محیط مجازی بوده است.

### نتیجه‌گیری و پیشنهادها

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش آموزش در کاهش آسیب‌های ناشی از استفاده فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران بود. نتایج یافته‌ها حاکی از آن بود که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش آسیب‌های ناشی از استفاده فضای مجازی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های شاه‌محمدی (۱۳۹۵: ۴۱)، اسمعیلی‌زاده (۱۳۹۵: ۶۷)، بهزاد (۱۳۹۵: ۸۲)، شاه‌محمدی و اکباتانی (۱۳۹۴: ۲۸)، زندوانیان و همکاران (۱۳۹۲: ۵۳) همخوانی دارد. زندوانیان و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان آسیب‌های فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر به این نتیجه رسیدند که استفاده از فضای مجازی در ابعاد خانوادگی، تحصیلی، سازگاری، اعتقادی-عبادی و روانی دانش‌آموزان تاثیر منفی دارد و بین وسایل تلفن همراه بیشترین و بازی‌های رایانه‌ای کمترین آسیب را بر دانش‌آموزان داشته است. دانش‌آموزان در اولویت بندی راهکارهایی مقابله با آسیب‌های فضای مجازی، تقویت ارتباطات منطقی و عاطفی در خانواده و جایگزین کردن تفریح‌های سالم، درگیرکردن افراد در فعالیت‌ها و برنامه‌های مثبت را مهم‌ترین و افزایش نظارت حوزه‌های سیاسی-امنیتی و فیلترینگ را کم‌اهمیت‌ترین راهکار برای

کاهش آسیب های فضای مجازی دانسته اند. در واقع طبق نتایج تحقیق می توان گفت اگر ما در مدارس نحوه استفاده از فضای مجازی را به دانش آموزان آموزش دهیم از این طریق می توان از آسیب های فضای مجازی که ناشی از عدم آگاهی دانش آموزان از نحوه استفاده از آن می باشد می توان جلوگیری کرد. قرارگرفتن در معرض فرهنگ های گوناگون، آزادی های زیاد در یک دوره زمانی نسبتاً کوتاه و امکان دسترسی به اطلاعات غیراخلاقی گوناگون از طریق اینترنت موجب آسیب رساندن به دانش آموزان شده که از طریق آموزش موثر می توان از تبعات منفی آن جلوگیری کرد.

**نتایج حاصل از فرضیه اول نشان داد** که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش نارضایتی های خانوادگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد. نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی این فرضیه نشان داد که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش نارضایتی های خانوادگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته های پژوهش حاضر با یافته های پاداشیان فرد (۱۳۹۴: ۴۹)، عاملی و حسنی (۱۳۹۱: ۸۳) همخوانی دارد. پاداشیان فرد (۱۳۹۴) در پژوهش خود با عنوان رابطه بین تأثیرات فضای مجازی و تربیت دینی خانواده ها به این نتیجه رسیدند که بین تأثیرات منفی فضای مجازی و تربیت دینی خانواده ها، رابطه معناداری وجود دارد. در تبیین این نتیجه می توان گفت که بیشتر خانواده های امروزی از نحوه استفاده دانش آموزان از فضای مجازی و اینترنت ناراضی هستند و کنترلی بر فرزندان خود در این محیط گسترده ندارند، بنابراین با آموزش مناسب به دانش آموزان در محیط مدارس تا حد امکان می توان نحوه استفاده از محیط مجازی را به آنها آموزش داد تا بتوانند به صورت مفید از این محیط استفاده نمایند.

**نتایج حاصل از فرضیه دوم نشان داد** که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد. نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی این فرضیه نشان داد آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش نارضایتی های خانوادگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته های پژوهش حاضر با یافته های ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲: ۳۰)، زندوانیان و همکاران (۱۳۹۲: ۵۳) همخوانی دارد. ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲) آسیب شناسی فضای مجازی، بررسی تاثیر استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی دانشجویان به این نتیجه رسیدند که یکی از متغیرهایی که بیشترین اثر را بر انزوای اجتماعی دارد، استفاده اجتماعی از اینترنت است. نتیجه تحقیق حاکی از آن است که استفاده اجتماعی از اینترنت با بتای ۲۴ درصد

دارای تاثیر مستقیمی بر انزوای اجتماعی است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت اعتیاد به اینترنت می‌تواند مشکلات جدی تحصیلی و خانوادگی برای مخاطبان به وجود آورد. اگر استفاده کنندگان از اینترنت نتوانند به مدت یک ماه دوری از اینترنت را تحمل کنند در معرض خطر اعتیاد به آن قرار دارند. متأسفانه ما شاهد این پدیده در میان جوانان هستیم، به طوری که برخی از جوانان، شب‌ها را تا صبح با اینترنت می‌گذرانند و تمام صبح را خواب هستند و این مسأله آغازگر آسیب‌های متعدد دیگر نیز می‌شود. بنابراین اگر در محیط مدرسه ما بتوانیم نحوه استفاده از محیط مجازی را به دانش‌آموزان آموزش دهیم می‌توان تا حدی به دانش‌آموزان استفاده آگاهانه از آن را آموزش داد تا دچار اختلالات گوناگونی نشوند.

**نتایج حاصل از فرضیه سوم نشان داد که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش تعارض** ارزش‌ها در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد. نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی این فرضیه نشان داد آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش تعارض ارزش‌ها در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های بهزاد (۱۳۹۵: ۸۲)، اسمعیلی-زاده (۱۳۹۵: ۶۷) همخوانی دارد. در تبیین یافته این فرضیه می‌توان گفت چون اساساً ورود اینترنت همراه با ارزش‌های غربی، چالش‌های جدیدی را در کشورهای دیگر به وجود آورده است. از آنجایی که برخی از عناصر موجود در این پدیده مغایر با فرهنگ خودی (ارزش‌های اسلامی-ایرانی) است، پس می‌توان گفت اینترنت می‌تواند آسیب‌های زیادی را به همراه داشته باشد. مثلاً ورود اینترنت در حوزه خانواده موجب تغییر نظام ارزشی در خانواده‌ها می‌شود. استفاده جوانان از اینترنت موجب کاهش ارزش‌های خانواده شده است. بنابراین می‌توان با آموزش اصولی از پایه‌های ابتدایی نسبت به کاهش تعارض ارزش‌ها در خانواده‌ها گام برداشت تا فضای مجازی موجب همدلی بیشتر در خانواده‌ها شود.

**نتایج حاصل از فرضیه چهارم نشان داد که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش انزوای** اجتماعی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد. نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی این فرضیه نشان داد آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش انزوای اجتماعی در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های Sabir et al. (2014: 66)، ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲: ۳۰) همخوانی دارد. ربیعی و محمدزاده یزد (۱۳۹۲) آسیب‌شناسی فضای مجازی، بررسی تاثیر استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی دانشجویان به این نتیجه رسیدند که یکی

از متغیرهای که بیشترین اثر را بر انزوای اجتماعی دارد، استفاده اجتماعی از اینترنت است. نتیجه تحقیق حاکی از آن است که استفاده اجتماعی از اینترنت با بتای ۲۴ درصد دارای تاثیر مستقیمی بر انزوای اجتماعی است. در تبیین این فرضیه می توان گفت امروزه اینترنت در زندگی اجتماعی، جای دوستان و نزدیکان را گرفته و در حقیقت جایگزین روابط دوستانه و فامیلی شده است. افرادی که ساعت ها وقت خود را در سایت های اینترنتی می گذرانند بسیاری از ارزش های اجتماعی را زیر پا می نهند. چرا که فرد دیگر فعالیت های اجتماعی خود را کنار گذاشته و به فعالیت های فردی روی می آورد. از اینرو با آموزش درست استفاده کردن از محیط مجازی می توان به استفاده مفید دانش آموزان جهت برآوردن نیازهای علمی گام برداشت.

**نتایج حاصل از فرضیه پنجم نشان داد که آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش افسردگی در دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر دارد.** نتایج تحلیل کوواریانس در بررسی این فرضیه نشان داد آموزش استفاده از محیط مجازی در کاهش افسردگی دانش آموزان دختر دبیرستانی در منطقه ۵ آموزش و پرورش تهران تاثیر داشته و باعث کاهش آن شده است. یافته های پژوهش حاضر با یافته های شاه محمدی (۱۳۹۵: ۴۱)، نیکخواه قمصری و راوندی (۱۳۹۳: ۱۸)، Ezoe (2008: 29) همخوانی دارد. در تبیین این فرضیه می توان گفت که یکی از راه های تخلیه روحی- روانی داشتن رفت و آمدهای خانوادگی و داشتن ارتباط نزدیک با دیگران است. در واقع وقتی افراد از نظر روحی و روانی تحت فشارهای مختلف قرار می گیرند، از طریق نشستن با دیگران و حرف زدن رو در رو و نزدیک با یکدیگر تخلیه می شوند اما تلفن همراه این نوع ارتباط را در جامعه کنونی کاهش داده است و باعث شده است تا بیشتر جوانان دچار افسردگی شوند، بنابراین می توان گفت از طریق آموزش نحوه استفاده از محیط مجازی از افسردگی دانش آموزان جلوگیری کرد تا بتوانند از طریق ارتباطات بیشتر با هم سالان خود روحیه خوبی داشته باشند و بتوانند به پیشرفت تحصیلی خود نیز ادامه دهند.

## منابع فارسی

- اسمعیلی‌زاده، وحید (۱۳۹۵). بررسی آسیب‌های فضای سایبری (اینترنت) در خانواده، فصلنامه دانش انتظام ایلام، سال پنجم، شماره ۱۷.
- بهباد، داود (۱۳۹۵). آسیب‌شناسی کاربری فضای مجازی در بین خانوارهای ساکن شهرستان بندرعباس، دو فصلنامه مشارکت و توسعه اجتماعی، دوره ۲، شماره ۳.
- پاداشیان فرد، عزیزه (۱۳۹۴). رابطه بین تاثیرات فضای مجازی و تربیت دینی خانواده‌ها، پژوهش‌های معنوی، شماره ۷.
- ربیعی، علی؛ محمدزاده یزد، فرشته (۱۳۹۲). آسیب‌شناسی فضای مجازی، بررسی تاثیر استفاده از اینترنت بر انزوای اجتماعی دانشجویان، فصلنامه راهبرد اجتماعی فرهنگ، سال دوم، شماره ششم.
- زندوانیان، احمد و همکاران (۱۳۹۲). آسیب‌های فضای مجازی بین دانش‌آموزان دختر، سال چهارم، شماره بیست و سوم.
- شاه‌جعفری، طاهره؛ ابراهیم‌آبادی، حسین؛ رضائی، محمد هاشم؛ ابراهیم‌زاده، عیسی (۱۳۹۴). الگوی استفاده از اینترنت در طراحی برنامه پس از مدرسه، فصلنامه مطالعات میان رشته‌ای در علوم انسانی، دوره هفتم، شماره ۲.
- شاه‌محمدی، غلام‌رضا؛ اکباتانی، سمیه (۱۳۹۴). پیشگیری مبتنی بر فناوری اطلاعات از آسیب‌های فضای مجازی، پژوهشنامه نظم و امنیت انتظامی، شماره ۲۹، صفحات ۶۴-۲۷.
- شاه‌محمدی، غلام‌رضا (۱۳۹۵). راهبردهایی برای پیشگیری وضعی از آسیب‌های فضای مجازی، پژوهشنامه مطالعات راهبردی ناجا، شماره ۱، دوره اول.
- عاملی، سعیدرضا؛ حسینی، حسین (۱۳۹۱). دوفضایی شدن آسیب‌ها و ناهنجاری‌های فضای مجازی: مطالعه تطبیقی سیاست‌گذاری‌های بین‌المللی، تحقیقات فرهنگی ایران، دوره پنجم، شماره ۱، ۳۰-۱.
- نیکخواه قمصری، نرگس؛ منصوریان راوندی، فاطمه (۱۳۹۳). تاملی بر رابطه فضای مجازی و هویت جنسی مطالعه موردی کاربران اینترنت در شهر کاشان، مطالعات رسانه‌ای، دوره نهم، شماره ۴، ۱۰۷-۱۲۰.
- وکیل‌ها سمیرا، (۱۳۹۲)، تاثیر فضای مجازی بر عرصه هویت فرهنگی، فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی ایران، سال سوم، شماره نهم.

## منابع لاتین

- Altinoz, M., Cakiroglu, D., & Cop, S. (2013). Effects of Talent Management on Organizational Trust: A Field Study. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 99, 843-851.
- Bijari, B., Javadinia, S. A., Erfanian, M., Abedini, M., & Abassi, A. (2013). The impact of virtual social networks on students' academic achievement in Birjand University of Medical Sciences in East Iran. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 83, 103-106.

3. Ezoe, S. (2008). Relationships of personality and lifestyle with mobile phone dependence among female nursing students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(2), 231-238.
4. Light, B., McGrath, K., & Griffiths, M. (2008). *More than just friends? Facebook, disclosive ethics and the morality of technology*. Twenty Ninth International Conference on Information Systems, Paris .
5. Polanski, P. P. (2017). Cyberspace: A new branch of international customary law?. *Computer*
6. Roche, E. M., & Blaine, M. J. (2014). International convention for the peaceful use of cyberspace. *Orbis*, 58(2), 282-296.
7. Sabir, I. R. et al (2014). Face Book Has Bad Effects Too: A Study of the Negative Effects of Face Book on Pakistani Students' Lives. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 4(3)253-260.