

Virtual Social Networks: The Opportunity for Academic Progress or the Threat of Procrastination of Medical Students

Leila Safabakhsh (PhD)¹, Javid Dehghan Haghighi (MD)², Amin Shariati (MD)³, Afsaneh Karimi (PhD)

^{4*}

1. Education Studies and Development Center, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.
2. Department of Community Medicine, School of Medicine, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.
3. Student Research Committee, School of Medicine, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.
4. Pregnancy Health Research Center, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.

ARTICLE INFO

Article type

Research article

Article history

Received: 27.06.2024

Accepted: 25.09.2024

Keywords

Academic procrastination,
Social Networks,
Medical Students.



[10.22038/hmed.2024.80807.1387](https://doi.org/10.22038/hmed.2024.80807.1387)

ABSTRACT

Introduction: Procrastination is a widespread global phenomenon among university students that interferes with academic performance and daily activities. Procrastination may be exacerbated by technologies such as social networks. This study aimed to determine the relationship between the use of virtual social networks and the academic procrastination of medical students.

Materials & Methods: In this descriptive-analytical study, 220 medical students were studied with a convenient sampling method. Data was collected using a 3-part online questionnaire. The first part of the questionnaire was related to demographic characteristics, the second part was the academic procrastination questionnaire and the third part was the questionnaire about the use of virtual networks whose validity and reliability were confirmed in previous studies. Descriptive and analytical statistics and SPSS software were used to analyze the collected data.

Results: All students used social networks. Among social networks, all students used Telegram, while only 3.2% used Facebook. The highest and lowest average duration of using social networks were Instagram (58.31 ± 42.19 minutes per day) and Twitter (7.59 ± 9.73 minutes per day), respectively. Basic science students used WhatsApp and Instagram social networks significantly less than students of other courses ($P=0.004$ and $P<0.001$). The average score of the research community from the academic procrastination questionnaire was 69.65 ± 22.41 . The average score obtained from the virtual networks usage questionnaire was 56.30 ± 21.48 . There was a significant moderate positive correlation between academic procrastination and virtual networks ($P<0.001$, $r=0.228$).

Conclusion: Virtual social networks were related to students' academic procrastination, and procrastinating students spent more time using mobile phones, especially Instagram, WhatsApp, and Telegram social networks.

Cite this paper as:

Safabakhsh L, Dehghan Haghighi J, Shariati A, Karimi A. Virtual Social Networks: The Opportunity for Academic Progress or the Threat of Procrastination of Medical Students. *Horizon of Medical Education Development*. 2025;16(3):79-86

* Corresponding author: Afsaneh Karimi

Email: afsnekarimi2014@gmail.com

Address: Zahedan University of Medical Sciences, Khalij-e-Fars Blvd, Zahedan, Sistan & Balochestan Province, Iran.



شبکه‌های اجتماعی مجازی: فرصت پیشرفت تحصیلی یا تهدید اهمال کاری دانشجویان پزشکی

لیلا صفابخش (PhD)^۱ ID، جاوید دهقان حقیقی (MD)^۲ ID، امین شریعتی (MD)^۳ ID، افسانه کریمی (PhD)^{۴*} ID

۱. مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.
۲. گروه پزشکی اجتماعی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.
۳. کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.
۴. مرکز تحقیقات سلامت بارداری، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

مشخصات مقاله	چکیده
نوع مقاله مقاله پژوهشی	مقدمه: اهمال کاری یک پدیده جهانی گسترده در میان دانشجویان دانشگاه است که در عملکرد تحصیلی و فعالیت های روزانه افراد اختلال ایجاد می کند. اهمال کاری ممکن است با فناوری هایی مانند شبکه های اجتماعی تشدید شود. این مطالعه با هدف تعیین ارتباط شبکه های اجتماعی مجازی بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان پزشکی انجام شد.
پیشینه پژوهش تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۰۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۷/۰۴	روش کار: در این مطالعه توصیفی-تحلیلی (مقطعی) ۲۲۰ نفر از دانشجویان پزشکی به روش آسان و در دسترس مورد مطالعه قرار گرفتند. داده های طرح با استفاده از پرسشنامه سه قسمتی آنلاین جمع آوری شد. بخش اول پرسشنامه مربوط به مشخصات جمعیت شناختی، بخش دوم پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی و بخش سوم پرسشنامه استفاده از شبکه های مجازی بود که روایی و پایایی آنها در مطالعات قبلی تایید شده بود. برای تحلیل داده های گردآوری شده از آمار توصیفی و تحلیلی و نرم افزار SPSS استفاده شد.
کلمات کلیدی اهمال کاری تحصیلی، شبکه های اجتماعی، دانشجویان پزشکی.	نتایج: همه دانشجویان از شبکه های اجتماعی استفاده می کردند. در میان شبکه های اجتماعی، همه دانشجویان از تلگرام و فقط ۳/۲ درصد از دانشجویان از فیسبوک استفاده می کردند. بیشترین و کمترین میانگین مدت زمان استفاده از شبکه های اجتماعی به ترتیب مربوط به اینستاگرام ($42/19 \pm 58/31$ دقیقه در روز) و توییتر ($9/73 \pm 7/59$ دقیقه در روز) بود. دانشجویان علوم پایه به صورت معناداری کمتر از دانشجویان سایر مقاطع از شبکه های اجتماعی واتس اپ و اینستاگرام استفاده می کردند ($P=0/004$ و $P<0/001$). میانگین نمره کسب شده توسط جامعه پژوهش از پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی $22/41 \pm 69/65$ بود. میانگین نمره کسب شده از پرسشنامه استفاده از فضای مجازی $21/48 \pm 56/30$ بود. بین اهمال کاری تحصیلی و استفاده از فضای مجازی همبستگی مثبت متوسط معناداری وجود داشت ($P<0/001$, $r=0/228$).
	نتیجه گیری: شبکه های اجتماعی مجازی با اهمال کاری تحصیلی یادگیرندگان ارتباط داشت و دانشجویان اهمال کار میزان بیشتری از زمان خود را صرف استفاده از موبایل به خصوص شبکه های اجتماعی اینستاگرام، واتس اپ و تلگرام می کردند.

نحوه ارجاع به این مقاله

Safabakhsh L, Dehghan Haghighi J, Shariati A, Karimi A. Virtual Social Networks: The Opportunity for Academic Progress or the Threat of Procrastination of Medical Students. *Horizon of Medical Education Development*. 2025;16(3):79-86

ایمیل: afsnekarimi2014@gmail.com

*نویسنده مسئول: افسانه کریمی

آدرس: دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، بلوار خلیج فارس، زاهدان، استان سیستان و بلوچستان، ایران.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License

مقدمه

اکثر دانشجویان پزشکی در سراسر جهان از نوعی پلت فرم رسانه های اجتماعی برای تکمیل یادگیری خود از طریق اشتراک گذاری فایل و به روز ماندن در رویدادهای پزشکی استفاده می کنند. رشد سریع رسانه های اجتماعی و فضای مجازی در دهه گذشته باعث تغییر پارادایم در نحوه استفاده از آن شده است (۱). در نظام آموزشی شبکه های اجتماعی مجازی، حوزه تحقیقاتی برای اطلاعات جامع دانشجویان است که به سرعت در حال رشد می باشند (۲). با پیدایش شبکه های اجتماعی، استفاده از این شبکه ها جز جدایی ناپذیری از زندگی بسیاری از دانشجویان شده است و بر روی کلیه جوانب زندگی دانشجویی، از جمله میزان مطالعه، عملکرد تحصیلی و سایر مهارت های تحصیلی آنها تأثیر مستقیم داشته است و فرصتی است تا دانشجو از زمان خود استفاده نماید و برای پیشرفت علمی و رشد و توسعه شخصی خود از آن استفاده نماید (۳).

پژوهش های مختلفی که در زمینه انگیزه استفاده از شبکه های اجتماعی انجام شده اند، نشان می دهد که این شبکه ها به میزان زیادی نیازهای دانشجویان، از جمله کسب مهارت، جستجوی مقالات و منابع یادگیری، کنجکاوی، تعاملات اجتماعی و سرگرمی را پاسخ می دهد (۴). در واقع دانشجویان نیازهای بین فردی، هویت فردی و اجتماعی و نیازهای علمی با حضور در این فضاها مرتفع می کنند (۵). هرچند که استفاده از این فضاها و رسانه های اجتماعی سبب تسهیل ارتباط با دیگران، بیان نظرات شخصی و شادی می شود، ولی به همان میزان با کاهش زمان مطالعه دانشجویان، کاهش تمرکز و کاهش انرژی در زمان مطالعه سبب اختلال در روند علمی و پیشرفت تحصیلی می شود و این عوامل تهدیدکننده تلاش و یادگیری فراگیر و حرکت سریع تر به اهمال کاری می باشد (۶).

اهمال کاری یک پدیده جهانی گسترده در میان دانشجویان دانشگاه است که در عملکرد تحصیلی و فعالیت های روزانه افراد اختلال ایجاد می کند (۷). اهمال کاری تحصیلی، عملی است که در آن دانشجویان، امور تحصیلی و تکالیف درسی خود را به آینده موکول می کنند (۸، ۹). آمارها نشان می دهد

که بیش از ۵۲ درصد از دانشجویان وظایف تحصیلی خود را تا حد افراطی به تعویق می اندازند (۱۰). عوامل مختلفی باعث اهمال کاری در دانشجویان می شود. بی انگیزگی برای رسیدن به موفقیت، ناتوانی کنترل افکار، هیجانات، عدم مدیریت زمان، مسئولیت اجتماعی ضعیف، اعتماد به نفس پایین، اضطراب، ترس از شکست و احساسات منفی دیگر و البته استفاده از شبکه های اجتماعی که خود می توانند القا کننده بسیاری از این احساسات باشند (۱۱).

نتایج برخی از مطالعات نشان داد که سطوح بالای اهمال کاری باعث می شود که دانشجویان نتوانند اهداف تحصیلی خود را سازماندهی و به آن دست یابند (۷). اهمال کاری ممکن است با فناوری هایی مانند رسانه های اجتماعی و تلفن های هوشمند تشدید شود. این احتمال برای اولین بار در تحقیقات اولیه در اینترنت مطرح شد، جایی که مشخص شد افرادی که اینترنت را لذت بخش می دانند، بیشتر احتمال دارد سطوح بالاتری از اهمال کاری را گزارش کنند (۱۲). یکی از شاخص های مهم در ارزیابی نظام آموزشی، پیشرفت تحصیلی دانشجویان است و تمام کوشش ها فعالیت های علمی و آموزشی باید در راستای عملی شدن این هدف باشد. برای دستیابی به این هدف باید به عوامل موثر بر ارتقاء تحصیلی دانشجویان توجه خاص داشت و میزان استفاده از شبکه های اجتماعی در بین دانشجویان به عنوان یکی از این عوامل ضروری بنظر می آید تا این فرصت فناورانه باعث توسعه فردی و علمی شود نه مانع حرکت و تلاش. لذا با توجه به این که تا کنون پژوهشی در این زمینه در دانشگاه علوم پزشکی زاهدان صورت نپذیرفته است، این مطالعه با هدف تعیین ارتباط شبکه های اجتماعی مجازی بر اهمال کاری تحصیلی دانشجویان پزشکی انجام شد.

روش کار

جامعه این پژوهش دانشجویان پزشکی بودند که در سال ۱۴۰۲ در دانشگاه علوم پزشکی زاهدان مشغول به تحصیل بودند. با توجه به مطالعه مشابهی که توسط علی آبادی و همکاران در دانشگاه بهبهان انجام شد، حجم نمونه این مطالعه براساس داده های مربوط به اهمال کاری تحصیلی با استفاده از فرمول کوکران ($n = \frac{Z^2 S^2}{d^2}$) محاسبه گردید. مقدار

موافقم) بود که هر گزینه دارای ارزشی بین ۱ تا ۵ بود. دامنه امتیازها بین ۷۵ تا ۱۰۵ نشان دهنده نگرش مثبت، دامنه امتیاز بین ۳۵ تا ۷۵ نشان دهنده نگرش تا حدودی مثبت و دامنه امتیاز کمتر از ۳۵ نشان دهنده نگرش منفی نسبت به استفاده از دنیای مجازی در نظر گرفته شد. این پرسشنامه توسط مهدیخانی و همکاران ساخته و طراحی گردید و پایایی آن با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ 0.78 گزارش شده است (۱۵). برای توصیف داده ها از فراوانی و درصد و برای تحلیل داده ها نیز از آزمونهای تی مستقل، کروسکال والیس، مجذور کای و ضریب همبستگی استفاده شد. سطح معنی داری کمتر از ۵ صدم در نظر گرفته شد.

یافته ها

در این پژوهش، ۲۲۰ نفر از دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان مورد مطالعه قرار گرفتند. میانگین سنی دانشجویان $22/38 \pm 2/58$ سال بود. بیشتر دانشجویان ($59/1$ درصد) مرد بودند. اکثر دانشجویان ($29/5$ درصد) مشغول به تحصیل در دوره علوم پایه و فقط $22/3$ درصد آنها در دوره کارورزی مشغول به تحصیل بودند.

بیشترین میانگین مدت زمان استفاده از شبکه های اجتماعی مربوط به اینستاگرام ($42/19 \pm 58/31$ دقیقه در روز) بود و پس از آن به ترتیب تلگرام ($19/41 \pm 33$ دقیقه بر روز)، واتس آپ ($11/71 \pm 13/86$ دقیقه بر روز)، توئیتر ($9/73 \pm 7/59$ دقیقه بر روز) و فیسبوک ($2/92 \pm 0/47$ دقیقه بر روز) بیشترین استفاده را داشتند (جدول ۱).

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مدت زمان استفاده از انواع شبکه های اجتماعی (برحسب دقیقه در روز) در جامعه مورد مطالعه

مدت زمان استفاده از شبکه های مجازی	میانگین (دقیقه در روز)	انحراف معیار
تلگرام	۳۳/۰۰	۱۹/۴۱
واتس آپ	۱۳/۸۶	۱۱/۷۱
اینستاگرام	۵۸/۳۱	۴۲/۱۹
توییتر	۷/۵۹	۹/۷۳
فیسبوک	۰/۴۷	۲/۹۲

$Z=1/96$ ، $S=1/3$ و $d=0/15$ در نظر گرفته شد. حجم نمونه ۲۲۰ نفر محاسبه شد. روش نمونه گیری در این مطالعه به روش در دسترس بود. برای گردآوری داده ها از سه پرسشنامه استفاده شد. پرسشنامه اول مربوط به مشخصات دموگرافیک جامعه بود. پرسشنامه دوم، پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی بود. این پرسشنامه را سولومون و راث بلوم^۱ در سال (۱۹۸۴) طراحی کردند و آن را مقیاس اهمال کاری تحصیلی نامیدند، این پرسشنامه دارای ۲۷ گویه بود که ۳ مؤلفه را بررسی می کرد. مؤلفه اول با ۸ گویه مربوط به «آماده شدن برای امتحانات» و مؤلفه دوم با ۱۱ گویه مربوط به «آماده شدن برای تکالیف» و مؤلفه سوم با ۸ گویه مربوط به «آماده شدن برای مقاله های پایان ترم» بود. هر یک از گویه ها با طیف ۵ قسمتی لیکرت و با گزینه های «هرگز»، «به ندرت»، «گاهی»، «اکثر اوقات» و «همیشه» سنجیده شدند. به ترتیب به گزینه های ذکر شده نمرات ۱ تا ۵ تعلق گرفت. همچنین در این مقیاس گویه های «۲-۴-۶-۱۱-۱۳-۱۵-۱۶-۲۱-۲۳-۲۵» به صورت معکوس نمره گذاری شدند. جوکار و دلاورپور (۱۳۸۶) روایی این ابزار را بررسی کرده اند. نتایج تحلیل عاملی به شیوه مؤلفه های اصلی با چرخش واریماکس، موید روایی سازه ای مقیاس بوده است. مقدار ضریب KMO توسط این پژوهشگران $0/88$ و ضریب کرویت بارتلت برابر با $2158/38$ و در سطح ($P<0/001$) بوده است. ضریب پایایی مقیاس در پژوهش حسینیچاری و دهقانی (۱۳۸۷) (۱۳) با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/79$ گزارش شده، همچنین میزان همسانی درونی، به منزله شاخصی برای روایی مقیاس، در بعد اهمال کاری در آمادگی برای امتحان $0/85$ ، اهمال کاری در آمادگی برای تکالیف $0/86$ و اهمال کاری در آماده سازی مقاله ها $0/89$ گزارش شده است. ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ در پژوهش نامیان و حسینیچاری (۱۳۹۰) $0/73$ به دست آمد (۱۴).

پرسشنامه سوم که ۲۱ سوال داشت مربوط به ارزیابی میزان استفاده افراد از شبکه های اجتماعی بود. طیف پاسخ دهی آن از نوع لیکرت پنج گزینه ای (گزینه های کاملاً مخالفم تا کاملاً

solomon and rothblum^۱

براساس یافته های حاصل از آزمون کروکسال-والیس، تفاوت معناداری در نمره اهمال کاری تحصیلی برحسب دوره تحصیلی وجود نداشت ($P=0/091$).

یافته های حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین دو متغیر اهمال کاری تحصیلی و میزان استفاده از فضای مجازی همبستگی مثبت متوسط معناداری وجود داشت ($P<0/001$, $r=0/228$).

بحث

در نظام آموزشی غالباً اولین بازدهی که مورد توجه اساتید و دانشجویان قرار می گیرد، موفقیت تحصیلی فراگیران است. یکی از مشخصه های روانشناختی که بر پیشرفت تحصیلی فراگیران موثر است و در سال های اخیر مورد توجه پژوهشگران و نظریه پردازان حوزه آموزش پزشکی قرار گرفته است، اهمال کاری است. در حال حاضر شبکه های اجتماعی به صورت گسترده در بین دانشجویان مورد استفاده قرار می گیرند. بیشترین شبکه های اجتماعی مورد استفاده در این پژوهش به ترتیب تلگرام، اینستاگرام، واتس آپ، توییتر و فیس بوک بود. همچنین، بیشترین میانگین استفاده از شبکه های اجتماعی به ترتیب مربوط به اینستاگرام، تلگرام، واتس آپ، توییتر و فیس بوک بود. مطابق با یافته های این پژوهش دانشجویان علوم پایه به صورت معناداری کمتر از دانشجویان سایر مقاطع از شبکه های اجتماعی واتس آپ و اینستاگرام استفاده می کردند. میانگین نمره کسب شده از پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی برابر $22/41 \pm 6/65$ و میانگین نمره کسب شده از پرسشنامه میزان استفاده از فضای مجازی برابر $21/48 \pm 5/30$ بود. کاهش اهمال کاری تحصیلی با گرایش منفی نسبت به استفاده از فضای مجازی همراه بوده است (به عبارتی دیگر، دو متغیر همبستگی مثبت متوسط معناداری با یکدیگر داشتند). اهمال کاری تحصیلی همبستگی متوسط مثبت معناداری با زمان استفاده از تلگرام، واتس آپ و اینستاگرام داشت. علاوه بر این، اهمال کاری تحصیلی همبستگی ضعیف مثبت معناداری با میزان استفاده از فیس بوک داشت. با این حال، اهمال کاری تحصیلی همبستگی متوسط منفی با میزان استفاده از توییتر داشت.

مطابق با جدول ۲، دانشجویان علوم پایه به صورت معناداری کمتر از دانشجویان سایر مقاطع از شبکه های اجتماعی واتس آپ و اینستاگرام استفاده می کردند (به ترتیب $P=0/004$ و $P<0/001$).

جدول ۲. تعیین توزیع فراوانی استفاده از شبکه های اجتماعی مختلف در جامعه مورد مطالعه برحسب دوره تحصیلی

نام شبکه اجتماعی	دوره	تعداد	درصد	P-Value
تلگرام	علوم پایه	۶۵	۱۰۰	-
	فیزیوتولوژی	۵۱	۱۰۰	
	کارآموزی	۵۵	۱۰۰	
	کارورزی	۴۹	۱۰۰	
واتس آپ	علوم پایه	۴۳	۶۶/۱۵	۰/۰۰۴
	فیزیوتولوژی	۴۶	۹۰/۲	
	کارآموزی	۴۵	۸۱/۸	
	کارورزی	۴۳	۸۷/۷	
اینستاگرام	علوم پایه	۴۰	۶۱/۵۳	۰/۰۰۱
	فیزیوتولوژی	۵۱	۱۰۰	
	کارآموزی	۵۰	۹۰/۹	
	کارورزی	۴۷	۹۵/۹	
توییتر	علوم پایه	۳۸	۵۸/۴	۰/۰۸۲
	فیزیوتولوژی	۲۰	۳۹/۲	
	کارآموزی	۲۱	۳۸/۲	
	کارورزی	۲۵	۵۱/۰	
فیس بوک	علوم پایه	۲	۳/۱	۰/۰۱۴
	فیزیوتولوژی	۵	۹/۸	
	کارآموزی	۰	۰	
	کارورزی	۰	۰	

مطابق با یافته های پژوهش (جدول ۳)، میانگین نمره کسب شده توسط جامعه پژوهش از پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی برابر $22/41 \pm 6/65$ (بازه نمره پرسشنامه ۲۷ تا ۱۳۵) و میانگین نمره کسب شده توسط جامعه پژوهش از پرسشنامه میزان استفاده از فضای مجازی برابر $21/48 \pm 5/30$ بود (بازه نمره پرسشنامه ۲۱ تا ۱۰۵).

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار اهمال کاری تحصیلی و استفاده از فضای مجازی در جامعه مورد مطالعه

متغیر	دوره تحصیلی	میانگین	انحراف معیار	P-Value
اهمال کاری تحصیلی (نمره)	علوم پایه	۶۹/۳	۲۰/۵۹	۰/۰۹۱
	فیزیوتولوژی	۷۳/۳۵	۱۹/۶۹	
	کارآموزی	۷۰/۴۰	۱۹/۷۹	
	کارورزی	۷۲/۸۹	۲۸/۴۱	

می‌تواند بر عملکرد تحصیلی تاثیر داشته باشد. الهودا و دیمتری^۲ در مطالعه‌ای به بررسی تأثیر استفاده از فیس‌بوک و سایر شبکه‌های اجتماعی بر عملکرد تحصیلی و زندگی اجتماعی در بین دانشجویان پزشکی دانشگاه خارطوم پرداختند. یافته‌ها نشان داد استفاده از شبکه‌های اجتماعی تاثیر منفی معناداری بر روی عملکرد تحصیلی دانشجویان داشته است. لذا در نهایت پیشنهاد کردند که آموزش نحوه صحیح استفاده از شبکه اجتماعی می‌تواند به بهبود عملکرد تحصیلی افراد کمک کند (۱۹). الشیبانی و همکاران سطوح اهمال کاری و ارتباط آن را با اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی در دانشگاه عربستان سعودی بررسی کردند. میزان اهمال کاری در دانشجویان متوسط بود اما ارتباط قوی اهمال کاری و میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی را گزارش نموده و بیان کردند استفاده از اینترنت و شبکه‌های اجتماعی یک تهدید نگران کننده برای دانشجویان و مخرب برای پیشرفت تحصیلی می‌باشد (۱۲). در مطالعه‌ای که توسط سرودی و همکاران با هدف تاثیر شبکه‌های مجازی بر افسردگی انجام شده ارتباط شبکه‌های مجازی و میزان افسردگی را مثبت و معنادار بیان کرده است نشان می‌دهد که استفاده بیش از حد شبکه‌های مجازی نه تنها بر عملکرد تحصیلی که بر روان دانشجویان تاثیر گذار است و می‌تواند تاثیرات همدیگر را تشدید نماید (۲۰). در مطالعه دیگر با افزایش اهمال کاری تحصیلی میزان فرسودگی آموزشی هم افزایش داشته است (۲۱).

از نقاط قوت این مطالعه بررسی اکثر شبکه‌های اجتماعی و بررسی در تمام مقاطع پزشکی بود. محدودیت این مطالعه این بود که نمونه پژوهش حاضر فقط محدود به دانشجویان پزشکی بود و در مقطع زمانی مشخصی داده‌ها گردآوری شدند، بنابراین تعمیم نتایج باید با احتیاط انجام شود. پیشنهاد می‌شود که تحقیقات بیشتر به صورت طولی برای تعیین میزان رفتارهای اهمال کاری در بین دانشجویان انجام شود. همچنین، نتایج این مطالعه بر اساس کیفیت معیارهای خود گزارشی است. علیرغم محدودیت‌های ذکر شده، اعتقاد بر این

استفاده از اینستاگرام، توییتر و فیس‌بوک با اهمال کاری تحصیلی ارتباط معناداری داشتند؛ با این حال، استفاده از واتس‌آپ ارتباط معناداری با اهمال کاری تحصیلی نداشت. در مطالعه سلیمانی و همکاران رابطه بین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی تلفن همراه با اهمال کاری تحصیلی، احساس تنهایی و سلامت روان دانشجویان مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌های این مطالعه نشان داد که میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی با اهمال کاری و احساس تنهایی رابطه مستقیم و با سلامت روان رابطه منفی داشته است (۱۶). یافته‌های این پژوهش نیز با مطالعه حاضر همسو بود. در همین راستا چاووش زاده و همکاران در پژوهشی نشان دادند که زمان زیاد استفاده از اینترنت باعث مشکلات درسی و کم شدن نمرات دانش‌آموزان و دانشجویان می‌شود (۱۷). در تبیین یافته‌های این دو مطالعه می‌توان گفت طبق نظریه شناختی، اهمال کاری به دلیل تنبلی یا بی‌انگیزگی صورت نمی‌گیرد، بلکه فرد اهمال کار به فعالیت‌های دیگر به غیر از تکلیفی که برای آنان در نظر گرفته شده است علاقه‌مند است و اهمال کاری در یک موقعیت تحصیلی به این معنی است که فشار انگیزشی مطالعه کمتر از فشار انگیزشی سایر افکار در آن موقعیت می‌باشد. با این توضیح آشکار می‌شود که شبکه‌های اجتماعی با درگیر کردن افراد می‌توانند انگیزه‌های قوی‌تر و پاداش‌های سریع‌تری از قبیل دوست‌یابی، نیاز به تایید دیگران، اطلاع از دوستان و اخبار، رد و بدل کردن تصاویر و ویدئوهای جذاب فرصت رشد و پیشرفت را به سمت اهمال‌کاری تهدید کند.

تراس^۲ و همکاران نیز به بررسی اعتیاد به اینترنت در جوانان و ارتباط آن با اهمال کاری تحصیلی و اضطراب اجتماعی در ترکیه پرداختند. در این مطالعه سه پرسشنامه اعتیاد به اینترنت، یانگ، اهمال کاری تحصیلی و اضطراب اجتماعی بزرگسالان استفاده شد. همبستگی مثبت بین اعتیاد به اینترنت و اهمال کاری تحصیلی برقرار بود، از نتایج این مطالعه بوده است (۱۸). لذا اعتیاد به اینترنت و شبکه‌های اجتماعی با درگیر کردن دانشجویان به مسائل غیر مرتبط با تحصیل

معنادار بین این دو متغیر وجود دارد. شناسایی و تقویت رفتارهای پیشگیرانه از اهمال کاری مانند تقویت اعتماد به نفس، درمان اضطراب، مدیریت زمان، افزایش فعالیت های سالم و بهبود عملکردهای فراشناختی می تواند مسیر پیشرفت تحصیلی را هموارتر کند.

تقدیر و تشکر

پژوهشگران از همه دانشجویان گرامی که در این مطالعه همکاری کردند قدردانی می نمایند.

تضاد منافع

در این مطالعه هیچگونه تضاد منافی وجود ندارد.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه از پایان نامه مقطع پزشکی عمومی استخراج شده است و با کد اخلاق شماره IR.ZAUMS.REC.1401.103 در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی زاهدان به تصویب رسیده است.

مشارکت نویسندگان

پاسخگویی	نگارش	تجزیه و	جمع آوری	مفهوم سازی	طراحی طرح	و/یا پردازش داده ها	تحلیل و/یا تفسیر	پیش نویس اصلی	بررسی انتقادی و ویرایش	نهایی سازی	به تمام جنبه های کار

ل. صفابخش
ج. دهقان
حقیقی
ا. شریعتی
ا. کریمی

* راهنمای رنگ ها:

۲۵٪ ≥ ۲۶ تا ۵۰٪ ۵۱ تا ۷۵ ۷۶٪ ≤

است که پژوهش حاضر موجب افزایش بینش مسئولین نسبت به موضوع مورد مطالعه در زمینه دانشجویی و دانشکده پزشکی می شود. اهمال کاری موضوعی نیست که بتوان به راحتی از آن گذشت؛ بلکه باید مورد توجه جدی قرار گیرد. مطالعات دیگر می توانند علل و پیامدهای فضای مجازی و اهمال کاری را در دانشجویان از طریق مشاهدات و مصاحبه های عمیق بررسی کنند. انجام مداخلات آموزشی و روانشناسی برای تاثیر بهبود رفتارهای شناختی بر کاهش اهمال کاری نیز از جمله پیشنهادات این پژوهش می باشد.

نتیجه گیری

اهمال کاری یک تهدید نگران کننده در دانشگاه محسوب می شود که می تواند آتش شوق یادگیری، ارتقاء و توسعه را خاکستر کند. علیرغم فرصت های سبز شبکه های اجتماعی جنبه سیاه و تهدیدکننده آن همچنان مشهود است. یافته های این مطالعه نشان داد که رفتارهای اهمال کاری بطور چشمگیری در دانشجویانی که مدت زمان زیادی از فضای مجازی استفاده می کنند بیشتر می شود و همبستگی مثبت و

References

1. Harrison B, Gill J, Jalali A. Social media etiquette for the modern medical student: a narrative review. *International Journal of Medical Students*. 2014; 2(2):64-7.
2. Ziegler N, Opdenakker MC. The development of academic procrastination in first-year secondary education students: The link with metacognitive self-regulation, self-efficacy, and effort regulation. *Learning and Individual Differences*. 2018 May 1; 64:71-82.
3. Emamirizi C. The effect of use social networks on the girls students' academic achievement. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2016 Aug 10; 9(3):206-13. [In Persian]
4. Ebrahimi A, Azar F. The Effect of Excessive Use of Virtual Social Networks on the Academic Performance of Bamyan University Students: The Mediating Role of Quality of Sleep. *International Journal of Social Sciences and Human Research*. 2021 Apr; 4(4):723-729. [In Persian]
5. Kirschner PA, Karpinski AC. Facebook® and academic performance. *Computers in human behavior*. 2010; 26(6):1237-45.
6. Izadpanah S, Charimi M. The effect of social networks on academic self-handicapping with the mediating role of self-regulatory learning strategies and academic achievement among EFL students. *Frontiers in Psychology*. 2022; 13:987381. [In Persian]
7. Hayat AA, Jahanian M, Bazrafcan L, Shokrpour N. Prevalence of academic procrastination among medical students and its relationship with their academic achievement. *Shiraz E-Medical Journal*. 2020 Jul 31; 21(7). [In Persian]
8. Dong T-P, Cheng N-C, Wu Y-CJ. A study of the social networking website service in digital content industries: The Facebook case in Taiwan. *Computers in Human Behavior*. 2014; 30:708-14.
9. Ghasemi Jobaneh R, Mousavi SV, Zanipoor A, Hoseini Seddigh MA. The relationship between mindfulness and emotion regulation with academic Procrastination of Students. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2016 Jul 10; 9(2):134-41. [In Persian]
10. Wang Y, GAO H, Liu J, Fan XL. Academic procrastination in college students: The role of self-leadership. *Personality and Individual Differences*. 2021 Aug 1; 178:110866.
11. Al Shaibani MH, Hejab M, Shaibani A. Academic procrastination among university students in Saudi Arabia and its association with social media addiction. *Psychology and Education*. 2020; 57(8):1118-24.
12. Motie H, Heidari M, Sadeghi MA. Predicting academic procrastination during self-regulated learning in Iranian first grade high school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2012 Dec 24; 69:2299-308.
13. Chari MH, Dehghani Y. Predicting the amount of academic procrastination based on self-regulation strategies in learning. *Research in educational systems*. 2017; 2(4):63-73.
14. Namian S, Hosseinchari M. Explaining Academic Procrastination of Students Based on Religious Beliefs and Controlling Core. *Quarterly Journal of Educational Psychology*. 2011; 8(24):49-70. [In Persian]
15. Mahdikhani M, Yazdani B. Transformational leadership and service quality in e-commerce businesses: The role of trust and team performance. *International Journal of Law and Management*. 2020; 62(1):23-46. [In Persian]
16. Soleymani M, Sadipoor E, Asadzadeh H. Relationship between using mobile phone's virtual social media and students' academic procrastination, feeling lonely and mental health. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*. 2016; 6(4 (24)):127-44. [In Persian]
17. Chavoshzadeh ZS. The relationship between mental health and Internet addiction in between young adults in Yazd [Master Thesis]. Tehran: Allameh Tabatabaei University Tehran Persian 2009. [In Persian]
18. Tras Z, Gökçen G. Academic Procrastination and Social Anxiety as Predictive Variables Internet Addiction of Adolescents. *International Education Studies*. 2020; 13(9):23-35.
19. A'lamElhuda D, Dimetry DA. The impact of facebook and others social networks usage on academic performance and social life among medical students at Khartoum university. *International Journal of Scientific & Technology Research*. 2014; 3(5):6-41.
20. Soroudi S, Mostafapour S, Olumi Sh. Investigating the relationship between "social network use" and "depression" among students of Mashhad School of Paramedical Sciences. *Horizon of Medical Education Development*. 2021; 12(1); 6-24.
21. Salehi L, Palizban F. Academic Procrastination, Educational Burnout and its Predictors in Rehabilitation Sciences Students of Iran University of Medical Sciences. *Horizon of Medical Education Development*. 2022; 13(4); 6-17.