

The Role of Shame/Deficiency Schema, Basic Psychological Needs and Psychological Flexibility in Predicting Addiction to Virtual Networks in Students

Samaneh Zavar¹ , Amir Karami^{2*} , Mahdiyeh Norouzi³ 

1. Department of Psychology, Hakim Toos Higher Education Institute, Mashhad, Iran.

2. Department of Psychology, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

3. Department of Counseling, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

ARTICLE INFO

Article type

Original article

Article history

Received:2024/11/26

Accepted:2025/01/18

Keywords

Shame

Personal Autonomy

Adaptability, Psychological

Behavior, Addictive



10.22038/hmed.2025.84331.1445

ABSTRACT

Introduction: The growing prevalence of internet addiction among university students poses a significant threat to their mental health and academic functioning. Understanding the role of early maladaptive schemas, unfulfilled basic needs, and deficits in psychological adaptability is crucial for developing effective preventive and therapeutic interventions. The purpose of the present study was to investigate the role of shame/deficiency schema, basic psychological needs, and psychological flexibility in predicting addiction to virtual networks in students.

Materials & Methods: The present study was a cross-sectional research. The statistical population of the research was made up of female and male students of Mashhad city in the academic year of 2023-2024, and 200 of them were selected by available sampling method. The research tools were Young Schema Questionnaires (YSQ-SF), Basic Psychological Needs (BPNS), Psychological Flexibility (P-PPFI), Addiction to mobile-based social networks. Data were analyzed by stepwise regression test and Pearson correlation with SPSS-26 statistical software.

Results: The results of the study showed that the schema of defect and shame ($r=0.187$, $p<0.05$), the competence subscale ($r=-0.223$, $p<0.001$) and the communication subscale ($r=0.242$, $p<0.001$) of basic psychological needs and the avoidance subscale ($r=0.297$, $p<0.001$), acceptance ($r=-0.236$, $p<0.001$) and Harnessing subscale ($r=-0.172$, $p<0.05$) of cognitive flexibility had a significant relationship with addiction to virtual networks. Also, avoidance ($\beta=0.24$, $p<0.001$), acceptance ($\beta=-0.25$, $p<0.001$), communication ($\beta=0.24$, $p<0.001$) and competence ($\beta=-0.15$, $p<0.01$) predict addiction to virtual networks.

Conclusion: In general, schemas of defect and shame, basic psychological needs, and psychological flexibility are among the factors affecting virtual networks that should be paid attention to.

Cite this paper as:

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(2):67-79

* Corresponding author: Amir Karami

Address: Mashhad, Andisheh Blvd, Andisheh 68, Hekmat Razavi Institute of Higher.

Email: a.karami@hri.ac.ir



نقش طرحواره نقص/شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی در دانشجویان

سمانه زوار^۱ ID، امیر کریمی^{۲*} ID، مهدیه نوروزی^۳ ID

۱. گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی حکیم طوس، مشهد، ایران.

۲. گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

۳. گروه مشاوره، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

مشخصات مقاله	چکیده
نوع مقاله مقاله پژوهشی پیشینه پژوهش تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۰۶ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹ کلمات کلیدی: شرم خودمختاری سازگاری روانی رفنار اعتیادی	مقدمه گسترش روزافزون اعتیاد به شبکه‌های مجازی در میان دانشجویان، به عنوان یک چالش جدی برای سلامت روان و عملکرد تحصیلی آنان شناخته می‌شود. در این میان، درک ریشه‌های عمیق شناختی، عدم ارضای نیازهای درونی و ضعف در سازگاری روانی می‌تواند رویکردهای پیشگیرانه و درمانی کارآمدتری را در اختیار متخصصان قرار دهد. هدف پژوهش حاضر بررسی نقش طرحواره نقص/شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی در دانشجویان بود. روش کار: مطالعه حاضر، پژوهشی مقطعی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دختر و پسر شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل دادند که از بین آن‌ها ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای تحقیق، پرسشنامه‌های طرحواره‌های یانگ (YSQ-SF)، نیازهای بنیادین روان‌شناختی (BPNS)، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی (P-PPFI)، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل بود. داده‌ها با آزمون رگرسیون گام به گام و همبستگی پیرسون با نرم افزار آماری SPSS-26 تجزیه و تحلیل شدند. نتایج: بررسی نشان داد که طرحواره نقص و شرم ($r=0/187, p<0/05$)، زیرمقیاس شایستگی ($p<0/001$)، $r=-0/223$ ، و ارتباط ($r=0/242, p<0/001$) از نیازهای بنیادین روان‌شناختی و زیرمقیاس اجتناب ($p<0/001$)، $r=0/297$ ، پذیرش ($r=-0/236, p<0/001$) و بهره‌برداری ($r=-0/172, p<0/05$) از انعطاف‌پذیری شناختی رابطه معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی داشتند. همچنین زیرمقیاس اجتناب ($\beta=0/24, P<0/001$)، زیرمقیاس پذیرش ($\beta=-0/25, P<0/001$)، زیرمقیاس ارتباط ($\beta=0/24, P<0/001$)، و زیرمقیاس شایستگی ($\beta=-0/15, P<0/001$)، پیش‌بینی کننده اعتیاد به شبکه‌های مجازی بودند. نتیجه‌گیری: به صورت کلی، طرحواره‌های نقص و شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، از جمله عوامل موثر بر شبکه‌های مجازی هستند که باید به آن‌ها توجه کرد.



نحوه ارجاع به این مقاله

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2027;17(2):67-79

ایمیل: a.karami@hri.ac.ir

*نویسنده مسئول: امیر کریمی

آدرس: مشهد، بلوار اندیشه، اندیشه ۶۸، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی.

مقدمه

مخدر (۹) و اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی (۱۰) از جمله راهبردهای مقابله‌ای هستند که افراد برای اجتناب از اثرات منفی طرحواره‌های فعال شده استفاده می‌کنند؛ بنابراین، تعداد قابل توجهی از افراد مبتلا به اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی دارای برخی آسیب‌شناسی روانی و باورهای ناکارآمد هستند که منجر به استفاده بیش از حد از اینترنت می‌شود (۱۱).

اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی همچنین می‌تواند در نتیجه کاهش نیازهای بنیادین روان‌شناختی رخ دهد (۱۲). نیازهای بنیادین روان‌شناختی توسط دسی و رایان (۱۳) تحت عنوان تئوری خود تعیین‌گری ارائه شد. براساس این نظریه سه نیاز روان‌شناختی ذاتی شامل خودمختاری، شایستگی و توانایی ارتباط است (۱۴).

نیازهای بنیادین روان‌شناختی شامل نیازهایی است که شرایط لازم را برای رشد روانی، یکپارچگی و بهزیستی فرد فراهم می‌کند و بسیاری از رفتارهای انسان را تبیین می‌کند (۱۵). در صورتی که نیازهای بنیادین روان‌شناختی از جمله شایستگی و خودمختاری برآورده شوند، احساس عزت نفس و خودارزشمندی در فرد شکل می‌گیرد؛ اما در صورت ممانعت و برآورده نشدن این نیازها، فرد درکی ضعیف، منفی و انتقادآمیز نسبت به خود و جنبه‌های اجتماعی خواهد داشت و این امر فرد را در برابر آسیب‌های اجتماعی از جمله وابستگی به شبکه‌های اجتماعی قرار می‌دهد (۱۶).

نتایج نشان داده است که ۴۱ درصد از اعتیاد به بازی‌های آنلاین ناشی از نیازهای بنیادین روانی است (۱۷). پژوهش دیگری نیز نشان داد که نیازهای بنیادین روان‌شناختی بر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی تأثیر معکوس و معناداری دارد (۱۸). همچنین طبق نتایج برخی مطالعات پیشین افراد مبتلا به اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی نسبت به افراد سالم کاهش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را نیز نشان می‌دهند (۱۹). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را می‌توان تغییر پاسخ‌های شناختی در راستای سازگاری بهتر فرد با محیط اطراف دانست (۲۰).

انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به معنای آگاهی فرد از انتخاب‌ها و گزینه‌های جایگزین و مناسب بودن در هر موقعیت مفروض،

استفاده از سایت‌ها، شبکه‌های اجتماعی و اینترنت در چند سال اخیر محبوبیت زیادی پیدا کرده است، و استفاده از ابزارهای فناوری جدید مانند تلفن‌های هوشمند تقریباً امروزه ضروری شده است (۱). این شبکه‌های مجازی، ضمن فراهم آوردن امکان ارتباطات گسترده و دسترسی به اطلاعات، چالش‌های جدیدی را نیز به همراه داشته‌اند، یکی از این چالش‌ها، اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی است که به عنوان یک مشکل روانی-اجتماعی قابل توجه مطرح شده است (۲).

علائم اعتیاد به شبکه‌های مجازی بیانگر اصرار کاربران برای ادامه اتصال علیرغم تمایل به توقف، تجربه احساسات ناخوشایند در صورت عدم موفقیت است (۳) که منجر به اختلال در عملکردهای روزمره، روابط بین‌فردی و سلامت روان فرد می‌گردد، این پدیده، به ویژه در میان جوانان و دانشجویان، شیوع بالایی یافته و نگرانی‌های جدی را در مورد پیامدهای آن بر سلامت روان و رفاه اجتماعی برانگیخته است (۲،۴).

عوامل روان‌شناختی به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مطرح شده‌اند، از جمله این عوامل می‌توان به طرحواره‌های شناختی (۵)، نیازهای روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی اشاره کرد.

یکی از عواملی که ممکن است رفتار افراد را توضیح دهد، طرحواره‌های ناسازگار اولیه (EMSS) است، طرحواره‌ها در دوران کودکی زمانی ایجاد می‌شوند که نیازهای اصلی کودک (مانند پذیرش، عشق بی قید و شرط، مرزهای واقع بینانه) برآورده نشده باشند (۶). طرحواره ناسازگار نقص/شرم، یکی از طرحواره‌های حوزه طرد و بریدگی است، افرادی که طرحواره نقص/شرم دارند احساس می‌کنند افرادی ناقص، حقیر یا بی‌ارزش‌اند و اگر خود را در معرض نگاه دیگران قرار دهند، بدون شک طرد می‌شوند (۷).

بین طرحواره‌های ناسازگار (طرحواره قطع/رد و حوزه‌های طرحواره استقلال/عملکرد مختل) و اعتیاد به شبکه‌های مجازی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۸). مجموعه تحقیقات انجام شده نشان داده است که سوء مصرف مواد

جوانان است. همچنین بررسی پیشایندهای گرایش به شبکه‌های مجازی پژوهشی منحصر به فرد خواهد بود و با توجه به اهمیت این موضوع و کمبود مطالعات در این زمینه در کشور، نتایج این پژوهش می‌تواند به درک بهتر علل بروز اعتیاد به شبکه‌های مجازی کمک کند. بنابراین هدف از انجام این پژوهش، بررسی نقش طرحواره نقص/شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی در دانشجویان است.

روش کار

مطالعه حاضر، پژوهشی مقطعی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دختر و پسر دو دانشگاه غیر انتفاعی شهر مشهد (موسسه آموزش عالی حکیم طوس و حکمت رضوی) در رشته‌های (مشاوره، روانشناسی، حسابداری، ارتباط تصویری و علوم ورزشی) در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ تشکیل دادند که از بین آن‌ها ۲۰۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه‌ها بین دانشجویان توزیع گردید. طبق فرمول تاباچنیک و فیدل (۲۸)، $N \geq 50 + 8M$ که M تعداد متغیرهای پیش‌بین است و با توجه به وجود سه متغیر پیش‌بین به ۷۴ نمونه نیاز بوده است ولی برای دقت بالاتر ۲۰۰ آزمودنی انتخاب شده است. ابزارهای پژوهش پرسشنامه هستند که توضیحات مربوط به آن‌ها به قرار زیر است:

الف) پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار یانگ (YSQ-SF): فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار را یانگ در سال (۲۹) طراحی کرد، نسخه کوتاه ۷۵ سوالی کوتاه شده فرم ۲۰۵ سوالی است، آیت‌ها در مقیاس لیکرت شش درجه‌ای از (۱ = کاملاً موافق، ۶ = کاملاً مخالف) نمره گذاری می‌شوند (۲۹). پرسشنامه ۱۵ طرحواره را در پنج حوزه‌ی کلی می‌سنجد این پنج حوزه شامل حوزه بریدگی و طرد (۲۵ سوال)، حوزه خودمختاری و عملکرد مختل (۲۰ سوال)، حوزه‌ی دیگر جهت‌مندی (۱۰ سوال)، حوزه‌ی بازداری و گوش به زنگی بیش از حد (۱۰ سوال) و حوزه‌ی محدودیت‌های مختل (۱۰ سوال) است، در این پرسشنامه نمره بالا نشان دهنده طرحواره‌های

تمایل به انعطاف‌پذیر بودن جهت سازگاری با موقعیت و احساس خودکارآمدی در انعطاف‌پذیر بودن است (۲۱). تصور می‌شود که افراد دارای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌توانند مهارت‌هایی را در شناخت و انطباق با خواسته‌های زمینه‌ای مختلف توسعه دهند، طرز فکر یا رفتار خود را در طول تجربیات فردی و اجتماعی تغییر دهند، تعادل را در حوزه‌های مهم زندگی حفظ کنند (۲۲). افراد تمایل دارند در پاسخ به احساسات منفی واکنش عجولانه نشان دهند؛ این ممکن است آن‌ها را مستعد درگیر شدن در رفتارهایی کند که تسکین فوری و کوتاه مدت را فراهم می‌کند به عنوان مثال، استفاده از اینترنت (۲۳). علی‌رغم تسکین کوتاه‌مدت استفاده از اینترنت، چنین رفتارهایی ممکن است عواقب منفی طولانی‌مدتی را به همراه داشته باشد به عنوان مثال، ناتوانی در انجام تعهدات حرفه‌ای یا ترک سرگرمی‌های دیگر (۲۴). هنگام مواجهه با این پیامدهای منفی، افراد انعطاف‌پذیر ممکن است رفتارهای خود را تغییر دهند و راهبردهای مقابله‌ای جایگزین، تطبیقی‌تر را انتخاب کنند که متناسب با نیازهای فعلی باشد، در همین حال، افراد انعطاف‌ناپذیر ممکن است بدون در نظر گرفتن عواقب، در استفاده از اینترنت پافشاری کنند (۲۵). نتایج نشان داده است انعطاف‌ناپذیری روان‌شناختی خطر اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی را افزایش می‌دهد (۲۶). در پژوهشی مشخص شد که با اعمال برنامه‌ها و مداخلاتی برای افزایش انعطاف‌پذیری شناختی می‌توان از گرایش به اعتیاد به اینترنت کاست (۲۷).

با توجه به مطالب ارائه شده می‌توان گفت که امروزه بنا به دلایل متعدد استفاده از شبکه‌های مجازی توسط دانشجویان از میزان بالایی برخوردار است که اگر برای رفع این مشکل راهکار مناسبی اندیشیده نشود و برای استفاده بهینه آن برنامه ریزی لازم صورت نگیرد، موجب ایجاد وابستگی و بروز مشکلات عدیده‌ای بر سلامتی روانی، تصمیم‌گیری، نحوه مقابله با مسائل مختلف و دور شدن دانشجویان از رسالت اصلی می‌شود. از سوی دیگر از ضرورت‌های انجام این پژوهش می‌توان به این نکته اشاره کرد که استفاده بیش از حد از شبکه‌های مجازی مخرب و اعتیادآور است. در کل می‌توان گفت که اعتیاد به شبکه‌های مجازی یک موضوع شایع در بین

شامل: اجتناب، پذیرش و بهره‌برداری می‌باشد و کمترین نمره ۱۵ و بیشترین نمره ۱۰۵ است، ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش اکبری و همکاران (۳۵) برای نمره کل این پرسشنامه ۰/۸۲ و برای خرده مقیاس‌های اجتناب، پذیرش و بهره‌برداری به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۷۱ و ۰/۷۳ به دست آمد.

د) پرسشنامه اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مبتنی بر موبایل: این پرسشنامه توسط خواجه احمدی و همکاران (۳۶)، طراحی شد که دارای ۲۳ سوال می‌باشد، سوالات پرسشنامه بر اساس طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت (کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) طراحی شده است؛ حداقل امتیاز در این پرسشنامه ۲۳ و حداکثر امتیاز کل ۱۱۵ می‌باشد نمره‌ی سطح کاربر پایین‌تر از حد معمول (۲۳-۴۶)، کاربر معمولی (۴۶-۶۹)، کاربر در شرف اعتیاد (۶۹-۹۲) و کاربر معتاد (۹۲-۱۱۵) توصیف می‌شود؛ پرسشنامه از ۴ عامل عملکرد فردی شامل ۹ گویه، مدیریت زمان شامل ۶ گویه، خودکنترلی ۴ عبارت و روابط اجتماعی مشتمل بر ۴ عبارت به ترتیب با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰، ۰/۸۱، ۰/۷۲ و ۰/۶۸ تشکیل شده است (۳۶). در پژوهش بهمنی و همکاران (۳۷)، پایایی این پرسشنامه به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۷ محاسبه شد. لازم به ذکر است که شیوه اجرای پژوهش بدین صورت بود که ابتدا با دانشجویان ارتباطی برقرار شود تا آن‌ها با صداقت و به طور کامل اقدام به پاسخگویی به پرسشنامه‌ها کنند.

سپس خلاصه‌ای از اهداف تحقیق به ویژه دغدغه‌مندی در ارتباط با اعتیاد جوانان به اینترنت مطرح شد و به شرکت‌کنندگان جهت ناشناس ماندن هویت شان و همچنین محرمانه ماندن اطلاعات شان اطمینان خاطر داده شد، توزیع پرسشنامه‌ها توسط پژوهشگران به صورت حضوری انجام شد و محدودیت زمانی برای پاسخگویی وجود نداشت. در نهایت اطلاعات نیز به روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی از نوع گام به گام تجزیه و تحلیل گردیدند.

ناسازگار اولیه است، نمره کل این پرسشنامه بین ۷۵ تا ۴۵۰ است، برای هر حوزه‌ی طرحواره حداقل و حداکثر نمره محاسبه می‌شود و اگر نمره فرد در یک طرحواره به حداکثر نمره نزدیکتر باشد معمولاً بدین معناست که این طرحواره را دارد. (۳۰). پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۹۶ و برای تمامی خرده مقیاس‌ها بیشتر از ۰/۸۰ در نسخه اصلی به دست آمد (۲۹).

در پژوهش روشا و همکاران (۳۱)، همسانی درونی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس کل این پرسشنامه ۰/۹۶ بود. همچنین در پژوهش احمدزاده سامانی و همکاران (۳۰) پایایی پرسشنامه‌ی فوق با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای پنج حوزه‌ی بریدگی و طرد، خودمختاری و عملکرد مختل، دیگر جهت مندی، بازداری و گوش به زنگی بیش از حد و محدودیت‌های مختل به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۸۱، ۰/۷۶، ۰/۸۲ و ۰/۷۹ محاسبه شد.

ب) پرسشنامه نیازهای بنیادین روان‌شناختی (BPNS): این مقیاس توسط دسی و رایان (۱۳) ساخته شده است که ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی را در سطح خودمختاری، شایستگی و ارتباط با دیگران را اندازه می‌گیرد و شامل ۲۱ ماده است که بر اساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت (۱= اصلاً درست نیست، ۷= بسیار درست است) درجه بندی می‌شود و کمترین نمره ۲۱ و بیشترین نمره ۱۴۷ است، در این مقیاس ۷ گویه مربوط به مولفه‌ی خودمختاری، ۶ گویه مربوط به مولفه‌ی شایستگی و ۸ گویه مربوط به مولفه‌ی ارتباط است (۳۲).

در مطالعه کایا و همکاران (۳۳) ضریب آلفای کرونباخ برای نیاز به خودمختاری ۰/۷۶، نیاز به شایستگی ۰/۶۷ و نیاز به ارتباط ۰/۸۲ بود. در پژوهش اصفا و ابوالمعالی الحسینی (۳۲) مقدار همسانی درونی نیاز به خودمختاری ۰/۷۴، نیاز به شایستگی ۰/۷۳ و نیاز به ارتباط ۰/۷۴ به دست آمد.

ج) پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی (P-PPFI): این پرسشنامه توسط کاشدن و همکاران (۳۴) تدوین شده و در ایران توسط اکبری و همکاران (۳۵) اعتباریابی و ترجمه گردید. این پرسشنامه دارای ۱۵ سوال براساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (۱= شدیداً مخالفم تا ۷= شدیداً موافقم) و ۳ بعد،

یافته‌ها

در پژوهش حاضر، تحلیل توصیفی داده‌ها نشان داد که ۶۲ نفر از شرکت‌کنندگان مرد (۳۱ درصد) و ۱۳۸ نفر زن (۶۹ درصد) بودند. در بازه سنی، اغلب شرکت‌کنندگان بین ۱۸ تا ۲۵ سال (۱۸۱ نفر و ۹۰/۵ درصد) قرار داشتند و از نظر تحصیلات نیز ۱۹۴ نفر در مقطع کارشناسی بودند (۹۷ درصد).

لازم به ذکر است که پیش از استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام، پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. یکی از این پیش‌فرض‌ها، آزمون بررسی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش به واسطه نداشتن کجی و چولگی معنادار مورد تایید قرار گرفت. مفروضه خطی بودن متغیرها نیز رعایت شده است. همچنین مقدار آماره دوربین واتسون ۲/۰۹ بود که مفروضه استقلال خطاها رعایت شد.

جدول ۱. آماره توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
طرحواره نقص/شرم		۱۷/۷۲	۷/۵۸	۱۰	۴۶
نیازهای بنیادین روانشناختی	نمره کل خودمختاری شایستگی ارتباط	۸۱/۱۰ ۲۷/۴۴ ۲۹/۰۹	۱۴/۳۸ ۵/۷۳ ۷/۴۱	۲۳ ۷ ۷	۱۴۷ ۴۹ ۴۹
انعطاف‌پذیری روانشناختی	نمره کل اجتناب پذیرش بهره‌برداری	۵۷/۶۱ ۱۵/۴۴ ۲۱/۹۳	۱۳/۴۰ ۶/۲۰ ۵/۹۷	۱۵ ۵ ۵	۱۰۵ ۳۵ ۳۵
اعتیاد به شبکه‌های مجازی		۶۳/۸۴	۱۹/۳۶	۲۳	۱۰۵

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، کمینه و بیشینه طرحواره نقص/شرم، نیازهای بنیادین، انعطاف‌پذیری و اعتیاد به شبکه‌های مجازی و زیرمقیاس‌ها را به تفکیک نشان می‌دهد. بر اساس این جدول، میانگین طرحواره نقص/شرم ۱۷/۷۲ می‌باشد. در متغیرهای نیازهای بنیادین بیشترین میانگین

مربوط به شایستگی (۲۹/۰۹) و در متغیر انعطاف‌پذیری بیشترین میانگین مربوط به پذیرش (۲۱/۹۳) می‌باشد. این جدول همچنین نشان می‌دهد که میانگین اعتیاد به شبکه‌های مجازی ۶۳/۸۴ است.

جدول ۲. همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

متغیرها	اعتیاد به شبکه‌های مجازی	سطح معناداری
طرحواره نقص/شرم	**۰/۱۸۷	۰/۰۰۸
خودمختاری	-۰/۰۸۴	۰/۲۳۸
شایستگی	**۰/۲۲۳	۰/۰۰۱
ارتباط	**۰/۲۴۲	۰/۰۰۱
نمره کل نیازهای بنیادین روانشناختی	-۰/۰۴۱	۰/۵۶۳
اجتناب	**۰/۲۹۷	<۰/۰۰۱
پذیرش	**۰/۲۳۶	۰/۰۰۱
بهره‌برداری	**۰/۱۷۲	۰/۰۱۵
نمره کل انعطاف‌پذیری روانشناختی	-۰/۰۴۵	۰/۵۲۵

بر اساس جدول ۲ می‌توان گفت که طرحواره نقص و شرم، ارتباط (زیرمقیاس نیازهای بنیادین روانشناختی) و اجتناب (زیرمقیاس انعطاف‌پذیری) همبستگی مثبت و معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی داشتند ($P < 0/01$). نتایج جدول همچنین نشان داد که شایستگی (زیرمقیاس نیازهای بنیادین) و پذیرش ($P < 0/01$) و بهره‌برداری (ابعاد انعطاف‌پذیری) ($P < 0/05$) رابطه معکوس و معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی داشتند. در این راستا، برای بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی متغیرها در اعتیاد به شبکه‌های مجازی از رگرسیون گام به گام استفاده شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی

مدل	R	R ²	F	میانگین مجزورات	مجموع مجزورات	df	sig
اجتناب	۰/۲۹۷	۰/۰۸۸	۱۹/۱۱۵	۶۵۶۸/۶۰۸	۶۵۶۸/۶۰۸	۱	۰/۰۰۰
اجتناب پذیرش	۰/۴۰۹	۰/۱۶۷	۱۹/۷۷۷	۶۲۳۷/۷۸۵	۶۸۰۴۱/۵۸۷	۱۹۸	۰/۰۰۰
اجتناب پذیرش ارتباط	۰/۴۵۳	۰/۲۰۶	۱۶/۹۰۲	۵۱۱۱/۶۰۸	۶۲۱۳۴/۶۲۵	۱۹۷	۰/۰۰۲
اجتناب پذیرش ارتباط شایستگی	۰/۴۷۲	۰/۲۲۲	۱۳/۹۳۶	۴۱۴۶/۷۸۸	۵۹۷۲۵/۳۷۱	۱۹۶	۰/۰۴۲

جدول ۴. پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی از طریق متغیرهای

پیش‌بین

مدل	ضریب غیراستاندارد B	SEB	ضریب استاندارد β	t	معناداری
۱	۰/۹۲۵	۰/۲۱۲	۰/۲۹۷	۴/۳۷۲	<۰/۰۰۱
۲	۱/۰۵۳	۰/۲۰۵	۰/۳۳۷	۵/۱۳۷	<۰/۰۰۱
پذیرش	-۰/۹۲۱	۰/۲۱۳	-۰/۲۸۴	-۴/۳۲۸	<۰/۰۰۱
۳	۰/۹۴۹	۰/۲۰۲	۰/۳۰۴	۴/۶۶۳	<۰/۰۰۱
پذیرش	-۰/۹۲۳	۰/۲۰۸	-۰/۲۸۵	-۴/۴۲۹	<۰/۰۰۱
ارتباط	۰/۶۰۲	۰/۱۹۶	۰/۱۹۹	۳/۰۷۵	۰/۰۰۲
۴	۰/۱۶۵	۰/۲۲۱	۰/۲۴۵	۳/۴۶۳	۰/۰۰۱
پذیرش	-۰/۸۲۰	۰/۲۱۳	-۰/۲۵۳	-۳/۸۵۳	<۰/۰۰۱
ارتباط	۰/۷۱۶	۰/۲۰۲	۰/۲۳۶	۳/۵۴۴	<۰/۰۰۱
شایستگی	-۰/۳۸۲	۰/۱۸۶	-۰/۱۴۷	-۲/۰۵۲	۰/۰۴۲

رابطه معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارند و پیش-بینی کننده اعتیاد به شبکه‌های مجازی می‌باشند و می‌توان گفت طبق ضرایب بتا بدست آمده، مولفه پذیرش قدرت بیشتر و شایستگی قدرت کمتری در پیش‌بینی‌کنندگی اعتیاد به شبکه‌های مجازی داشتند.

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش طرحواره نقص و شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های مجازی در دانشجویان بود. نتایج نشان داد که طرحواره نقص و شرم ارتباط مثبت و معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارد، اما نقش پیش‌بینی‌کنندگی معناداری برای اعتیاد به شبکه‌های مجازی را ندارد. این یافته با بخشی از یافته‌های پژوهش‌های آرباسی (۵)، استوار و همکاران (۸)، کودو و همکاران (۷)، بخشی بوجد و نیک منش (۱۰) و تیمور و همکاران (۱۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افرادی که طرحواره نقص و شرم دارند، معمولاً عزت نفس و اعتماد به نفس پایینی را تجربه می‌نمایند، احساس حقارت می‌کنند و گمان می‌نمایند که دیگران در دنیای بیرونی آنان را دوست ندارند یا قرار است مورد قضاوت قرار گیرند؛ به همین دلیل، این اشخاص از دنیای بیرونی کناره می‌گیرند و تلاش می‌کنند که با استفاده افراطی از دنیای مجازی، خلاءهایشان را پر کنند، کنار آمدن با

نتایج آزمون رگرسیون گام به گام در جدول ۳ نشان می‌دهد که در گام اول اجتناب به تنهایی توانسته ۰/۰۹ اعتیاد به شبکه‌های مجازی را پیش‌بینی کند. در گام دوم اجتناب و پذیرش روی هم توانستند ۰/۱۷، در گام سوم اجتناب، پذیرش و ارتباط روی هم توانستند ۰/۲۱ و در گام چهارم اجتناب، پذیرش، ارتباط و شایستگی روی هم توانستند ۰/۲۲، اعتیاد به شبکه‌های مجازی را پیش‌بینی نمایند. مطابق جدول ۴، اجتناب ($\beta=0/24, P<0/001$)، پذیرش ($\beta=-0/25, P<0/001$)، ارتباط ($\beta=0/24, P<0/001$) و شایستگی ($\beta=-0/15, P<0/001$)،



بوده و باعث افزایش و وابستگی بیش از حد به شبکه‌های اجتماعی می‌شود (۴۰). عدم ارضای نیازهای بنیادین در سازگاری فرد با محیط اثرگذار است و از آنجا که این افراد انطباق‌پذیری ضعیف تری نسبت به دیگران دارند، در شرایط و موقعیت‌های تنش‌زا به راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه متوسل می‌شوند (۴۱).

با ارضای نیاز به شایستگی فرد به این باور کارآمد دست می‌یابد که از قابلیت حل مسئله بالایی برخوردار است و ارضای نیاز ارتباط با فراهم آوردن شبکه‌ای از افراد و حمایت اجتماعی برای وی موجب می‌شود تا فرد از تاب‌آوری کافی در برخورد با تنش‌ها برخوردار باشد و در نهایت ارضای همه این نیازها موجب می‌شوند فرد آشفتگی کمتری را به واسطه متوسل شدن به راهبردهای مقابله‌ای انطباقی و نه غیر انطباقی و اجتنابی تجربه کند (۴۲) که نتیجه آن می‌تواند باعث استفاده کمتر از اینترنت و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی شود. اشخاصی که شایستگی بالایی در درک امور و پذیرش آن‌ها و همچنین حل و فصل مسائل دارند، تلاش کمتری برای فرار می‌کنند و کوشش می‌نمایند تا با واقعیت بهتر مواجه شوند که این مطلب در نهایت سبب کاهش وابستگی آنان به فضای مجازی می‌شود (۴۳).

همچنین زمانی که افراد نتوانند ارتباط مثبت و مطلوبی با دیگران برقرار نمایند، تلاش می‌کنند که با استفاده از فضای مجازی و ماندن طولانی مدت در آن، این نوع نیاز را برطرف سازند. بطور کلی اگر فردی احساس شایستگی داشته باشد حس اعتماد به نفس و حرمت نفس نیز خواهد داشت و نیازی به اعتیاد و استفاده زیاد از شبکه‌های مجازی به عنوان یک مکانیسم دفاعی را نمی‌بیند. همچنین ارتباط و حمایت‌های اجتماعی توسط دیگران علاوه بر تأمین سلامت و بهزیستی افراد، می‌تواند از انزوا و تنهایی فرد جلوگیری کرده و میزان اعتیاد و عادت بیشتر فرد به شبکه‌های اجتماعی را کاهش دهد. به طوری که ارتباط داشتن با دیگران می‌تواند سلامت فردی و اجتماعی فرد را تضمین کرده و از کجروی‌های اجتماعی مصون نگه دارد.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که زیرمقیاس‌های انعطاف‌پذیری (اجتناب، پذیرش و بهره‌برداری) رابطه معنادار

احساسات منفی دشوار است، در نتیجه، فرد سعی می‌کند راه خود را برای کنار آمدن، نه با موقعیت، بلکه با احساسات منفی بیابد (۷). گذراندن وقت در اینترنت ممکن است فرار از احساساتی باشد که در غیر این صورت از نظر عاطفی دردناک خواهند بود (۱۰). فقدان استراتژی‌های کافی برای مقابله با این احساسات منفی ممکن است به استفاده بیش از حد از رسانه‌های جدید (مانند پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی، بازی‌های ویدیویی) به عنوان راهی برای مقابله با این احساسات منفی کمک کند (۳۸). اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی از جمله راهبردهای مقابله‌ای هستند که افراد برای اجتناب از اثرات منفی طرحواره‌های فعال شده استفاده می‌کنند (۱۱).

بطور کلی می‌توان گفت افرادی که طرحواره نقص و شرم دارند، ترجیح می‌دهند محیط اجتماعی را ترک کنند یا اگر راهی برای ترک موقعیت وجود نداشته باشد، تلاش می‌کنند که خود را از دیگران پنهان کنند و از واقعیت موجود جدا شوند، در نتیجه فرد این احساس را به شکل اجتناب و ترجیح تنهایی نشان می‌دهد از این رو افراد با سطوح بالاتر طرحواره نقص و شرم محیط‌هایی با تعاملات غیرواقعی مانند شبکه‌های مجازی را نسبت به محیط‌های واقعی ترجیح می‌دهند.

همچنین مشخص شد که شایستگی و ارتباط که جزو ابعاد نیازهای بنیادین روان‌شناختی بودند، رابطه معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارند و توانستند اعتیاد به شبکه‌های مجازی را پیش‌بینی کنند. شایستگی به عنوان یکی از ابعاد متغیر نیازهای بنیادین توانست با اعتیاد به شبکه‌های مجازی رابطه معکوس و معناداری داشته باشد. مولفه ارتباط نیز رابطه مثبت و معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارد.

این یافته با بخشی از یافته‌های پژوهش‌های جلالیان و همکاران (۱۷)، رایان و همکاران (۱۶)، ریو و تسنگ (۳۹) و زینالی و زینالی (۱۸) همسو است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت ناکامی در رفع نیازهای بنیادین روان‌شناختی، احساس عدم کنترل بر امور و عدم توانمندی برای خلق موقعیت‌های خوشایندتر را در پی دارد، این ادراکات منفی موجب احساس درماندگی شده و عامل خطر برجسته‌ای برای جنبه‌های گوناگون منفی در زندگی

بهره‌برداری نیز افراد می‌توانند موقعیت و شرایط را کنترل کنند و از وضعیت موجود جهت پیشبرد کارهایشان استفاده نمایند، این موضوع نیز سبب بهبود عملکرد اشخاص در دنیای واقعی و استفاده کمتر از فضای مجازی می‌شود (۴۶).

به طور کلی افراد انعطاف‌پذیر می‌توانند رفتارهای خود را تغییر دهند و راهبردهای مقابله‌ای جایگزین، تطبیقی‌تر را انتخاب کنند که متناسب با نیازهای فعلی باشد، در حالی که افراد انعطاف‌ناپذیر ممکن است بدون در نظر گرفتن عواقب در مواجهه با شرایط تنش‌زا به شبکه‌های اجتماعی متوسل شوند (۲۵).

لازم به ذکر است که این مطالعه دارای محدودیت‌هایی نیز بود. این مطالعه تنها بین دانشجویان صورت گرفته است و برای تعمیم نتایج به دیگر جوامع آماری لازم است احتیاط صورت گیرد. همچنین روش نمونه‌گیری دردسترس بود که تعمیم‌پذیری نتایج را در مقایسه با روش تصادفی محدودتر می‌سازد. علاوه بر اعتیاد به شبکه‌های مجازی، پیشنهاد می‌شود که میزان استفاده (ساعات استفاده در طول شبانه‌روز، تعداد دفعات استفاده) از گوشی هوشمند، لپ‌تاپ، کامپیوتر، تبلت و دیگر وسایل ارتباط جمعی و الکترونیکی نیز در رابطه با مولفه‌های پژوهش حاضر یعنی طرحواره نقص و شرم، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری شناختی بررسی شود.

لازم به ذکر است که در مطالعه حاضر تنها طرحواره نقص و شرم مورد بررسی قرار گرفت و پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه به صورت جمعی بررسی شوند و ابعاد وسیع‌تری از این طرحواره‌ها مورد توجه قرار گیرد.

نتیجه‌گیری

با توجه به محبوبیت اینترنت و شبکه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر افراد با چالش مهمی به نام اعتیاد به شبکه‌های مجازی و اینترنت روبه‌رو هستند. نتایج مطالعه حاضر نشان داد عوامل روان‌شناختی مهمی از جمله نیازهای بنیادین روان‌شناختی که شرایط لازم برای یکپارچگی و رشد روانی فرد را فراهم می‌کند و احساس عزت نفس و خودارزشمندی

با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارند. بدین صورت که اجتناب رابطه مثبت و معنادار و پذیرش و بهره‌برداری رابطه معکوس و معناداری با اعتیاد به شبکه‌های مجازی دارند. با این حال مولفه بهره‌برداری نتوانست پیش‌بینی‌کننده معناداری برای اعتیاد به شبکه‌های مجازی باشد.

این یافته‌ها با بخشی از یافته‌های پژوهش‌های یانگ و همکاران (۲۲)، لیو و همکاران (۲۵)، چو و همکاران (۲۶)، چو و همکاران (۴۴)، گلدال و همکاران (۴۵) و قادری و معینان (۲۷) همسو است. در تبیین رابطه اجتناب با اعتیاد به شبکه‌های مجازی نیز می‌توان عنوان کرد اجتناب، به عدم تمایل فرد به تجربه رویدادهای نفرت‌انگیز یا خصوصی در حین پیگیری ارزش‌ها و اهداف اشاره دارد (۴۴).

افرادی که به صورت مکرر و دائم از محیط و اتفاقات و رویدادهای منفی موجود در دنیای واقعی اجتناب می‌کنند، به فضای مجازی متوسل می‌شوند و عکس‌ها و تصاویر مثبتی که در این فضا مشاهده می‌کنند را همواره دنبال می‌نمایند تا دردهای روانی خویش را تسکین بخشند؛ در حقیقت این اجتناب و فرار از شرایط موجود باعث می‌شود که اشخاص از راهبردهای حل مسئله استفاده نکنند و در حل مشکلات خویش ضعف داشته باشند، این احساس ضعف باعث بروز ناراحتی در اشخاص می‌شود و برای تسکین این ناراحتی به فضای مجازی پناه می‌برند تا موقتا خویش را آرام سازند و از دنیای واقعی کناره بگیرند (۴۶).

اینترنت یک محیط مجازی برای نیازهای برآورده نشده اجتماعی فراهم می‌کند و این ویژگی‌های شبکه‌های اجتماعی ممکن است جوانان با اجتناب بالا را به استفاده بیش از حد از اینترنت جذب کند و بنابراین خطر ابتلا به اعتیاد به رسانه‌های اجتماعی را در آن‌ها افزایش دهد (۲۶). اما افراد با انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالا کمتر بر اجتناب، سرکوب یا کنترل تجارب ناخواسته یا دشوار درونی تمرکز می‌کنند، این به خودی خود، سلامت روان بهتر را تسهیل می‌کند (۲۲). در رابطه با پذیرش نیز باید عنوان کرد که هر چه پذیرش شرایط و واقعیت برای اشخاص بالاتر برود، سطح واقع‌گرایی در آنان بیشتر می‌شود و بدین ترتیب زمان کمتری را به فضای مجازی به عنوان یک دنیای غیرواقعی اختصاص می‌دهند؛ در

حمایت مالی

پژوهش حاضر فاقد هرگونه حمایت مالی می باشد.

ملاحظات اخلاقی

اصول اخلاقی مورد نیاز در پژوهش از جمله آگاهی کامل شرکت‌کنندگان از روند اجرای پژوهش، محرمانه ماندن اطلاعات آن‌ها و اجازه خروج هر زمان که بخواهند رعایت شده است.

را در افراد شکل می‌دهند، انعطاف پذیری روانی که تمایل به سازگاری در موقعیت‌های مختلف است با اعتیاد به شبکه‌های مجازی رابطه داشته و آن را به طور معناداری پیش‌بینی می‌کنند. همچنین طرحواره نقص و شرم که یکی از طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌باشد و ناشی از برآوردن نشدن نیازهای اصلی فرد در طول مدت رشد است و اهمیت دوران کودکی را که می‌تواند بر روی رفتارهای بزرگسالی اثرگذار باشد را منعکس می‌کند با اعتیاد به شبکه‌های مجازی رابطه مثبت و معناداری دارد.

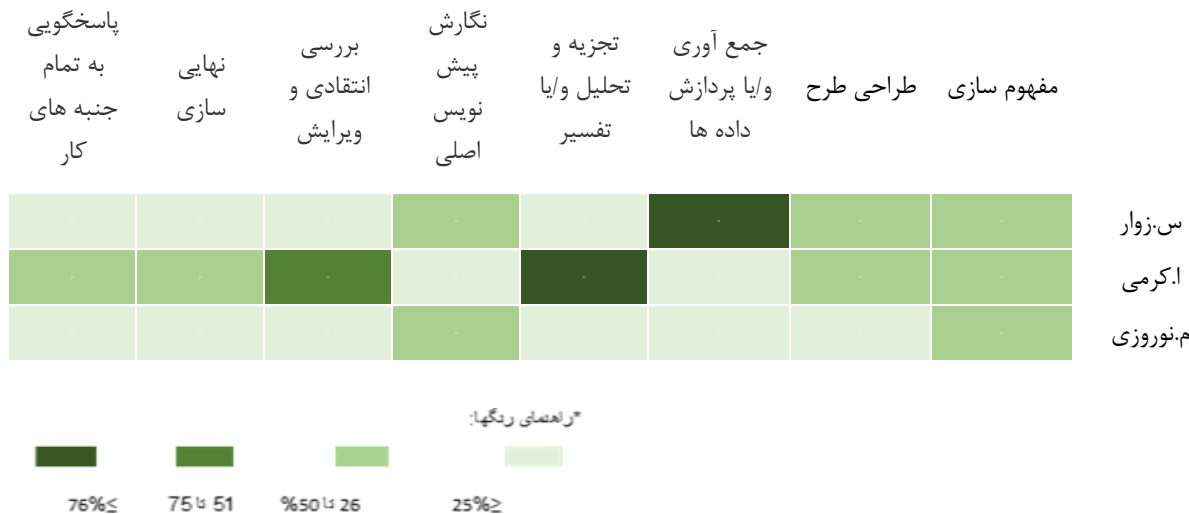
تقدیر و تشکر

از کلیه دانشجویانی که در پژوهش حاضر همکاری کردند، کمال تشکر را داریم.

تضاد منافع

هیچ‌گونه تعارض منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

مشارکت نویسندگان



References

- Buctot DB, Kim N, Kim JJ. Factors associated with smartphone addiction prevalence and its predictive capacity for health-related quality of life among filipino adolescents. *Child Youth Serv Rev*. 2020;110:104758. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.chilyouth.2020.104758>
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.104758>
- Torkian S, Malek Mohammadi N, Mohammadzadeh M, Shahesmaeili A. Virtual Social Networks Addiction and High-Risk Group among Health Science Students in Iran: A Latent Class Analysis. *Iran J Health Sci*. 2022; 10(1):1-9. <https://doi.org/10.18502/jhs.v10i1.9105>
- Kuss DJ, Griffiths MD. Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *Int J Environ Res Public Health*. 2017;14(3):311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
<https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
PMid:28304359 PMCID:PMC5369147
- Peris M, de la Barrera U, Schoeps K, Montoya-Castilla I. Psychological Risk Factors that Predict Social Networking and Internet Addiction in Adolescents. *Int J Environ Res Public Health*. 2020; 17(12):4598. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124598>
<https://doi.org/10.3390/ijerph17124598>
PMid:32604834 PMCID:PMC7344613
- Arpaci. Relationships between early maladaptive schemas and smartphone addiction: the moderating role of mindfulness. *Int J Ment Health Addict*. 2021;19(3):778-792. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11469-019-00186-y>
<https://doi.org/10.1007/s11469-019-00186-y>
- Young JE, Klosko J, Weishaar M. Schema therapy: a practitioner's guide. Guilford Press: New York, NY, USA; 2003.
- Cudo A, Măcic D, Griffiths MD. The Relationship between Early Maladaptive Schemas and Problematic Facebook Use: The Indirect Effects of Perceived Stress. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(4):2969. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042969>
<https://doi.org/10.3390/ijerph20042969>
PMid:36833666 PMCID:PMC9957475
- Ostovar S, Bagheri R, Griffiths MD, Mohd Hashima IH. Internet addiction and maladaptive schemas: The potential role of disconnection/rejection and impaired autonomy/performance. *Clin Psychol Psychother*. 2021;28(6):1509-1524. <https://doi.org/10.1002/cpp.2581>
<https://doi.org/10.1002/cpp.2581>
- Riso LP, Froman SE, Raouf M, Gable P, Maddux RE, Turini-Santorelli N, Penna S, Blandino JA, Jacobs CH, Cherry M. The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cogn Ther Res*. 2006; 30(4):515-529. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10608-006-9015-z>
<https://doi.org/10.1007/s10608-006-9015-z>
- Bakhshi Bojed F, Nikmanesh Z. Role of early maladaptive schemas on addiction potential in youth. *Int J High Risk Behav Addict*. 2013; 2(2): 72-76. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.10148>
<https://doi.org/10.5812/ijhrba.10148>
PMid:24971278 PMCID:PMC4070144
- Taymur I, Budak E, Demirci H, Akdağ HA, Güngör BB, Özdel K. A study of the relationship between internet addiction, psychopathology and dysfunctional beliefs. *Comput Hum Behav*. 2016; 61:532536. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.chb.2016.03.043>
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.043>
- Yang F, Chen X, Wang L. Shyness-sensitivity and social, school, and psychological adjustment in urban chinese children: a four-wave longitudinal study. *Child Dev*. 2015; 86(6): 1848-1864. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/cdev.12414>
<https://doi.org/10.1111/cdev.12414>
PMid:26331958
- Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychol Inq*. 2000; 11(4): 227-268. https://psycnet.apa.org/doi/10.1207/S15327965PLI1104_01
https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Bowker JC, Santo JB, Adams RE. A Dynamic Examination of the Associations between Shyness, Psychological Difficulties, and Stressful Life Events during Early Adolescence. *J Abnorm Child Psychol*. 2019;47(7):1183-1195. <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00520-x>
<https://doi.org/10.1007/s10802-019-00520-x>
PMid:30714075 PMCID:PMC6602808
- Hong W, Liu RD, Oei TP, Zhen R, Jiang S, Sheng X. The mediating and moderating roles of social anxiety and relatedness need satisfaction on the relationship between shyness and problematic mobile phone use among adolescents. *Comput Hum Behav*. 2019;93:301-308. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.02>
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.020>

16. Ryan RM, Ryan WS, Di Domenico SI, Deci EL. The chapter6 nature and the conditions of human autonomy and flourishing. The Oxford Handbook of Human Motivation, 2019; 89. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190666453.013.6>
17. Jalalian ZS, Sadeghi J, Shaban Nejad Shani M, Mahdavi Hamzekolaei Z. The mediating role of islamic quality of life in the relationship between basic psychological needs and addiction to online games in high school students. JAYPS. 2023; 4(4): 8-15. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.4.2>
18. Zeinali Z, Zeinali A. Model of social networks Addiction: the role of family functioning with the mediation of basic psychological needs. Social Psychology Research. 2023; 12(48): 21-34. [Persian]
19. Devine D, Ogletree AM, Shah P, Katz B. Internet addiction, cognitive, and dispositional factors among us adults. Comput Hum Behav Rep. 2022; 6: 100180. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100180>
- .Buitenweg JIV, Van De Ven RM, Ridderinkhof KR, Murre JM]. Does cognitive flexibility training enhance subjective mental functioning in healthy older adults?. Neuropsychol Dev Cogn B Aging Neuropsychol Cogn. 2019; 26(5): 688-710. <https://doi.org/10.1080/13825585.2018.1519106> PMID: 30221578
21. Honn KA, Hinson JM, Whitney P, Van Dongen HPA. Cognitive flexibility: A distinct element of performance impairment due to sleep deprivation. Accid Anal Prev. 2019; 126: 191-197. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2018.02.013> PMID: 29549968
22. Yang X, Ebo TO, Wong K, Wang X. Relationships between psychological flexibility and internet gaming disorder among adolescents: Mediation effects of depression and maladaptive cognitions. PLoS One. 2023; 18(2): e0281269. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281269> PMID: 36735753 PMCID: PMC9897526
23. Brand M, Wegmann E, Stark R, Müller A, Wölfling K, Robbins TW, Potenza MN. The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model for addictive behaviors: Update, generalization to addictive behaviors beyond internet-use disorders, and specification of the process character of addictive behaviors. Neurosci Biobehav Rev. 2019; 104: 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032> <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.06.032> PMID: 31247240
24. Brand M. Can internet use become addictive?. Science. 2022; 376(6595): 798-799. <https://doi.org/10.1126/science.abn4189> <https://doi.org/10.1126/science.abn4189> PMID: 35587961
25. Liu C, Rotaru K, Chamberlain SR, Ren L, Fontenelle LF, Lee RSC, Suo C, Raj K, Yücel M, Albertella L. The Moderating Role of Psychological Flexibility on the Association between Distress-Driven Impulsivity and Problematic Internet Use. Int J Environ Res Public Health. 2022; 19(15): 9592. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159592> PMID: 35954947 PMCID: PMC9368545
26. Chou WP, Yen CF, Liu TL. Predicting Effects of Psychological Inflexibility/Experiential Avoidance and Stress Coping Strategies for Internet Addiction, Significant Depression, and Suicidality in College Students: A Prospective Study. Int J Environ Res Public Health. 2018; 15(4): 788. <https://doi.org/10.3390/ijrph15040788> <https://doi.org/10.3390/ijerph15040788> PMID: 29670025 PMCID: PMC5923830
27. Ghaderi Z, Moeinan D. Presenting a prediction model of Internet addiction based on the brain-behavioral system with the mediation of cognitive flexibility in adolescents. Rooyesh. 2024; 13(4): 183-192. [Persian]
28. Tabachnick B, Fidell L. Using multivariate statistics (5th edn) New York. NY: Allyn and Bacon. 2019.
29. Young JE. The Young Schema Questionnaire: Short form. New York: Cognitive Therapy Center; 1998. <https://doi.org/10.1037/t12644-000>
30. Ahmad zadeh samani S, deghani A, Kalantari M, rezaei dehnavi S. Effectiveness of Schema Therapy on Cognitive Avoidance of Female Students with Early Maladaptive Schemas. Empowering Exceptional Children. 2021; 12(2): 56-65. [Persian]
31. Rocha S, Fernández XM, Castro YR, Ferreira S, Teixeira L, Campos C, Rocha NB. Exploring the associations between early maladaptive schemas and impulsive and compulsive buying tendencies. Front Psychiatry. 2023; 14: 1157710. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1157710> <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1157710> PMID: 37484671 PMCID: PMC10362270
32. Asfa A, Abolmaali Alhosseini K. Prediction of academic procrastination based on basic psychological needs with mediation of

- psychological wellbeing in undergraduate students. *Educational Psychology*. 2022; 18(65): 23-42. [Persian]
- 33.Kaya A, Türk N, Batmaz H, Griffiths MD. Online Gaming Addiction and Basic Psychological Needs Among Adolescents: The Mediating Roles of Meaning in Life and Responsibility. *Int J Ment HealthAddict*.2023;22(4):2413_2437. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00994-9> <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00994-9> PMID:36643385 PMCID:PMC9831379
- 34.Kashdan TB, Disabato DJ, Goodman FR, Doorley JD, McKnight PE. Understanding psychological flexibility: A multimethod exploration of pursuing valued goals despite the presence of distress. *PsycholAssess*.2020;32(9):829-850. <https://doi.org/10.1037/pas0000834> <https://doi.org/10.1037/pas0000834> PMID:32614192
- 35.Akbari M, Disabato D, Seydavi M, Zamani E. The persian personalized psychological flexibility index (P-PPFI): psychometric properties in a general population sample of iranians. *JCBS*. 2021; 22: 32-43.<https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.jcbs.2021.09.004> <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.09.004>
- 36.Khajeahmadi M, Pooladi S, Bahreini M. Design and Assessment of Psychometric Properties of the Addiction to Mobile Questionnaire Based on Social Networks. *IJPN*. 2017; 4(4): 43-51. [Persian]
- 37.Bahmani P, Makvandi B, Johari Fard R. Structural Equation Modelling of High-Risk Behaviors with Loneliness and Social Network Addiction Mediated by Academic Burnout in Adolescents. *JHPM*. 2021; 10(5): 1-11. [Persian]
- 38.Brand M, Young KS, Laier C, Wölfling K, Potenza MN. Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neurosci Biobehav Rev*. 2016; 71: 252-266.<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033> <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033> PMID:27590829 PMCID:PMC12034966
- 39.Reeve J, Tseng CM. Agency as a fourth aspect of students' engagement during learning activities. *Contemp Educ Psychol*. 2011; 36(4): 257-267. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2011.05.002> <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2011.05.002>
- 40.Unanue W, Gómez ME, Cortez D, Oyanedel JC, Mendiburo-Seguel A. Revisiting the Link between Job Satisfaction and Life Satisfaction: The Role of Basic Psychological Needs. *Front Psychol*. 2017; 8: 680. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00680> <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00680> PMID:28536541 PMCID:PMC5423407
- 41.Aftab R, Bermas H, Abolmaali Alhosseini K. The Mediating Role of Defense Mechanisms and Feeling of Guilt in the Relationship between Personality Traits and Dissociation Experiences. *Journal of Applied Psychological Research*. 2021; 11(4): 293-316. [Persian]
- 42.Jamali M, Ghodsi P, Taghiloo S, Mirhashemi M. Explain the Structural Pattern between Basic Needs and Marital Quality Based on the Mediating Role of Ego Power. *JHPM*. 2021; 10(3): 70-82. [Persian]
- 43.Babapoor Kheroddin J, Poor Sharifi H, Heshmati R, Naseri Anbardan H. The role of temperamental and characteristics shades of personality, basic psychological needs, and early maladaptive schemas in prediction of vulnerability to addiction. *RBS*. 2018; 16(2): 143-150. [Persian]
- 44.Chou WP, Lee KH, Ko CH, Liu TL, Hsiao RC, Lin HF, Yen CF. Relationship between psychological inflexibility and experiential avoidance and internet addiction: Mediating effects of mental health problems. *Psychiatry Res*. 2017; 257: 40-44. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.021> <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.021> PMID:28719830
- 45.Güldal Ş, Kılıçoğlu NA, Kasapoğlu F. Psychological Flexibility, Coronavirus Anxiety, Humor and Social Media Addiction During COVID-19 Pandemic in Turkey. *Int J Adv Couns*. 2022; 44(2): 220-242. <https://doi.org/10.1007/s10447-021-09461-x> <https://doi.org/10.1007/s10447-021-09461-x> PMID:35125562 PMCID:PMC8796603
- 46.Bakhtiary Javan S, Farrokhi NA, Bakhtiary Javan S, Sadeghi R. Predicting internet addiction through executive functions; emphasizing on the components of inhibition, working memory and cognitive flexibility among students of Allameh Tabataba'i University. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry*. 2020; 7(5): 80-91. [Persian]<https://doi.org/10.52547/shenakht.7.5.80>