

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

Investigating the relationship between social anxiety and social skills with the mediating role of cyberspace orientation in female students of the second grade of Fasa city

Somayeh Javidan

Master's Degree in Educational Psychology, Islamic Azad University, Marvdasht
Iran.

Email: s.javidan2020@gmail.com

سمیه جاویدان^۱

کارشناس ارشد رشته روان شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی
مرودشت، ایران.

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between social anxiety and social skills with the mediating role of cyberspace orientation in female high school students in Fasa city. The statistical population was all female high school students in Fasa city, numbering 2700, and according to Morgan's table, the number of statistical samples for distributing the questionnaire among the statistical sample was calculated as 337. The sampling method in this study was the cluster random method. The research tools were the Lajera Social Anxiety Scale (SAS) (1998), the Cyberspace Usage Questionnaire, Young (1999), and the Gresham and Elliott Social Skills Questionnaire (1990). After analyzing the data using SPSS 28 software, the results showed that there was a significant and direct relationship between social anxiety and cyberspace orientation in female high school students in Fasa city with a correlation coefficient of 0.254. There was a significant and inverse relationship between the tendency to cyberspace and social skills in second-grade female students in Fasa city with a correlation coefficient of -0.253. There was a significant and inverse relationship between social anxiety and social skills in second-grade female students in Fasa city with a

چکیده

هدف از انجام این تحقیق بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا بوده است. جامعه آماری تمام دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا به تعداد ۲۷۰۰ نفر بود که طبق جدول مورگان تعداد نمونه آماری برای توزیع پرسشنامه میان نمونه آماری ۳۳۷ نفر محاسبه شد. روش نمونه گیری در این تحقیق، روش تصادفی خوشه ای بود. ابزار تحقیق مقیاس اضطراب اجتماعی لاجرسا (SAS) (۱۹۹۸)، پرسشنامه میزان استفاده از فضای مجازی، یانگ (۱۹۹۹) و پرسشنامه مهارت اجتماعی گرشام و الیوت (۱۹۹۰) بوده است. بعد از تجزیه و تحلیل اطلاعات توسط نرم افزار spss ۲۸ نتایج نشان داد بین اضطراب اجتماعی و میزان گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و مستقیمی با ضریب همبستگی ۰.۲۵۴ برقرار بوده است. بین میزان گرایش به فضای مجازی و مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و معکوسی با ضریب همبستگی -۰.۲۵۳ برقرار بوده است. بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و معکوسی با ضریب همبستگی -۰.۲۴۷ برقرار بوده است. همچنین بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی با نقش میانجی

correlation coefficient of -0.247. There was also a significant relationship between social anxiety and social skills with a mediating role in the tendency to cyberspace in second-grade female students in Fasa city.

گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معناداری وجود داشت.

واژه‌های کلیدی: اضطراب اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی، فضای مجازی

Keyword: Social anxiety, social skills, cyberspace.

نوع مقاله: پژوهشی دریافت: مهر ۱۴۰۴ پذیرش: آذر ۱۴۰۴

مقدمه

نوجوانی دوره ای از رشد، در حد فاصل کودکی و بزرگسالی است که در طی آن روابط با همسالان تعمیق می‌شود. استقلال در تصمیم‌گیری رشد می‌کند و فرد در پی مشغله‌های فکری و اجتماعی بر می‌آید. نوجوانی عمدتاً دوره‌ی کاوش انتخاب و فرایند تدریجی حرکت به سمت خودپنداری منسجم^۱ است، همچنین بهترین توصیف این دوره فرایند پیشرفت است. که مشخصه‌ی آن افزایش توانایی تسلط بر چالش‌های پیچیده‌ی تکالیف تحصیلی، بین فردی و هیجانی و در عین حال جستجوی استعدادها هویت‌های اجتماعی و علایق جدید است. اختلال اضطراب اجتماعی نوعی اضطراب است که با ترس و اضطراب شدید در موقعیت‌های اجتماعی شناخته می‌شود و حداقل بخشی از فعالیت‌های روزمره شخص را مختل می‌کند (عسکری، ۱۴۰۴). اضطراب اجتماعی یک اختلال بسیار ناتوان‌کننده است که می‌تواند بسیاری از جنبه‌های زندگی فرد را مختل کند. در موارد شدید، اضطراب اجتماعی می‌تواند کیفیت زندگی فرد را به شکل چشمگیری کاهش دهد. بعضی از مبتلایان ممکن است هفته‌ها از خانه خارج نشوند یا از بسیاری موقعیت‌های اجتماعی مانند موقعیت‌های شغلی و تحصیلی خود صرف نظر کنند (الوماری^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). نظام‌های آموزشی نقش بنیادی در مهارت‌های اجتماعی افراد دارند. لذا جهت آماده‌سازی و پرورش این مهارت‌ها شایسته است با درگیرکردن آنان در فرایند انجام فعالیت‌های عملی، تبادل دیدگاه‌ها و بحث گفتگو پیرامون هر یک از موضوعات درسی و غیردرسی در راستای تحقق این مهم گام برداشته و کلیه برنامه‌ها منطبق بر نیازهای روزمره و زندگی واقعی آنها باشد.

مهارت‌های اجتماعی مجموعه رفتارهای آموخته شده و موردپذیرشی است که فرد را توانا می‌سازد با دیگران رابطه مؤثر و مفید داشته باشد و از رفتارهای نامعقول اجتماعی خودداری کند. به طور کلی عوامل مختلفی مانند خانواده، مدرسه، گروه دوستان، رسانه‌های جمعی و جامعه در یادگیری مهارت‌های اجتماعی نقش دارند (میتمن^۲ و همکاران، ۲۰۲۳). فقدان مهارت‌های اجتماعی می‌تواند آثار مثبت و منفی متفاوتی بر روی دانش آموزان از جمله مشکلات رفتاری در مدرسه، بزهکاری، طرد همسالان، مشکلات عاطفی، دشواری در دوستیابی، پرخاشگری، مشکلات در روابط بین فردی، خودپنداره ضعیف افت تحصیلی، داشته باشد (هلاکو، ۱۴۰۳). یکی از متغیرهای مهم در حوزه علوم تربیتی مهارت اجتماعی در میان دانش آموزان است. مهارت اجتماعی عبارت است از رفتارهای انطباقی فراگرفته که فرد را قادر می‌سازد با افراد مختلف روابط متقابل داشته باشد، واکنش‌های مثبت بروز دهد و از رفتارهایی که پیامد منفی دارد، اجتناب نماید. مهارت‌های اجتماعی رفتارهایی هستند که تحول آنها می‌تواند بر روابط بین افراد از یک سو و بهداشت روانی آنان و نیز عملکرد مفید در اجتماع از سوی دیگر، مؤثر باشد (زایا^۳ و همکاران، ۲۰۲۱). در واقع، کسی دارای مهارت اجتماعی است که با دیگران طوری رفتار کند که بتواند به حقوق،

¹ Alomari, N. A., Bedaiwi, S. K., Ghasib, A. M., Kabbarah, A. J., Alnefaie, S. A., Hariri, N., ... & Altowairqi, F.

² Mittmann, G., Zehetner, V., Hoehl, S., Schrank, B., Barnard, A., & Woodcock, K.

³ Zayia, D., Parris, L., McDaniel, B., Braswell, G., & Zimmerman, C.

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

الزامات، رضایت خاطر و انجام وظایف خود در حد معقولی نائل آید، بدون آن که حقوق، الزامات، رضایت خاطر یا وظایف دیگران را نادیده بگیرد و در عین حال مبادله‌ای آزاد با دیگران داشته باشد. ضعف در مهارت‌های اجتماعی موجب بروز رفتارهایی مانند بزهکاری، ناسازگاری، افت تحصیلی، مصرف مواد می‌گردد. دارا بودن مهارت‌های اجتماعی زمینه مشارکت فعال فرد در اجتماع را فراهم نموده و باعث می‌شود وی در رویارویی با وضعیت‌های دشوار اجتماعی واقعی، واکنش‌های اجتماعی مؤثری از خود بروز دهد. در واقع، داشتن مهارت‌های اجتماعی، توانایی‌های بالقوه فرد را به بالفعل تبدیل می‌کند و برای ایجاد، حفظ و سازماندهی یک رابطه انسانی ضروری می‌باشند. فضای مجازی، از دستاوردهای اخیر بشر است که یکی از قابل دسترس‌ترین رسانه‌ها در جهان و از پیشرفته‌ترین تکنولوژی‌های نوین ارتباطی است و دسترسی به انواع متنوعی از منابع اطلاعاتی را فراهم می‌سازد. برخلاف کاربردهای مثبت فضای مجازی، وجود رفتارهای افراطی و عوارض زیان‌آور ناشی از آن در میان بعضی از کاربران، توجه همگان را به خود جلب کرده است که فضای مجازی در کشور ما نیز از این قاعده جدا نیست (رنجبر، ۱۴۰۳). یکی از مهمترین مشکلاتی که فضای مجازی با خود به همراه داشته است، اعتیاد به استفاده از آن است. انجمن روان‌پزشکی آمریکا، اعتیاد به فضای مجازی را یک الگوی استفاده از فضای مجازی که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی در طول یک دوره دوماهه همراه باشد، تعریف کرده و برای تشخیص آن، هفت ملاک ارائه کرده است (حداقل سه معیار در طول دو ماه): تحمل؛ علائم ترک؛ زمان استفاده از فضای مجازی بیش از آنچه که فرد در ابتدا قصد دارد به طول انجامد؛ تمایل مداوم برای کنترل رفتار؛ صرف وقت قابل توجه برای امور مرتبط با فضای مجازی؛ کاهش فعالیت‌های اجتماعی، شغلی و تفریحی در اثر استفاده از فضای مجازی؛ تداوم استفاده با وجود آگاهی از آثار منفی آن. در واقع اعتیاد به فضای مجازی، یک اختلال کنترل تکانه و الگوی ناسازگارانه استفاده از فضای مجازی است که منجر به ناراحتی یا اختلال بالینی قابل توجه می‌شود و مشکلات روان‌شناختی، درسی و شغلی در زندگی فرد ایجاد می‌کند. برخی کاربران فضای مجازی، الگوی مصرف خاصی ندارند که باعث شده در زندگی روزمره آنها اختلالاتی به وجود آید. به طوری که گزارش‌های زیادی در زمینه پیامدهای سوء مصرف فضای مجازی در روابط خانوادگی، شغلی و تحصیلی افراد وجود دارد. اعتیاد به فضای مجازی یا استفاده بیش از حد از دیگر آسیب‌های فردی و تا حدودی اجتماعی فضای مجازی است که گاهی از این بیماری تحت عنوان اعتیاد مجازی و مشهورتر از آن با عنوان اختلال اعتیاد به فضای مجازی نام برده می‌شود. شبکه‌های اجتماعی تأثیرات گسترده‌ای بر روی تصویر ذهنی جوانان از بدنشان دارد (ریاحی، ۱۴۰۳).

اضطراب اجتماعی

اضطراب هنگامی ناپه‌نجان محسوب می‌شود که در پاسخ به موقعیت‌هایی باشد که کنار آمدن با آن مشکل است. اضطراب اجتماعی به اضطراب یا تجربه هراس که در موقعیت‌های میان فردی یا عملکرد ایجاد می‌شود، اطلاق می‌گردد. محققان از مدت‌ها پیش متوجه مسایل روانی اجتماعی در میان افراد مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری شده‌اند. این مسایل از مشکل‌های عصبی ناشی و به شکست‌های تحصیلی منجر می‌شود که این عامل به نوبه‌ی خود به افزایش احساس سرخوردگی، خشم، غم و یا شرم منجر می‌شود که می‌تواند اضطراب اجتماعی، افسردگی و یا عزت نفس پایین را به دنبال داشته باشد. نتایج پژوهش‌ها نشان دادند که دانش آموزان دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی، ادراک از خود مختل و تحریف شده تری دارند. همچنین دانش آموزان دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی در مؤلفه‌های پذیرش اجتماعی، سلوک رفتاری و ظاهر جسمانی، میانگین نمرات پایین تری کسب کردند. دانش آموزان امروزه با بسیاری از ضرورت‌های مربوط به آموزش، به دلیل تقاضای سختگیرانه و ارزیابی دقیق جامعه برای تعامل با جامعه قرن ۲۱ مواجه هستند. همانطور که محیط دبیرستان را ترک کرده و به دانشگاه وارد می‌شوند و بعد از آن جذب بازار کار می‌شوند، انتظار می‌رود با استفاده از مهارت‌هایی شامل توانایی

خواندن واژه‌ها در یک صفحه، به همراه توانایی ارتباط برقرار کردن با متن و پرسیدن سؤال و درک اهمیت متن را داشته باشند. بسیاری از کودکانی که ظاهری طبیعی دارند، رشد جسمی و قد و وزنشان حاکی از بهنجار بودن آنان است. هوش، کم و بیش عادی است، به خوبی صحبت می‌کنند. مانند سایر کودکان بازی می‌کنند و مثل همسالان خود با سایرین ارتباط برقرار می‌کنند. در خانه نیز خود بازی‌های لازم را دارند و کارهایی را که والدین به آنان واگذار می‌کنند، به خوبی انجام می‌دهند و از رفتار و اخلاق عادی برخوردارند. اما وقتی به مدرسه می‌روند و می‌خواهند خواندن و نوشتن و حساب یاد بگیرند، دچار مشکل‌های جدی می‌شوند. تعریفی که برای این کودکان ذکر کرده اند، عبارت است از اختلال در یک یا چند فرایند اساسی روان شناختی که در فهم یا کاربرد زبان گفتاری یا نوشتاری ایجاد مشکل کرده و ممکن است به صورت توانایی ناقص در گوش دادن، فکر کردن، صحبت کردن، خواندن، نوشتن، هجی کردن واژه‌ها یا محاسبه‌های ریاضی، ظاهر گردد (تمدن نژاد، ۱۴۰۲).

این اصطلاح حالت‌هایی همچون معلولیت‌های ادراکی آسیب مغزی، بدکاری جزئی مغزی، خوانش پیشی و زبان پریشی رشدی را برمی‌گیرد. اما کودکانی را که در ابتدا در نتیجه ی معلولیت‌های دیداری، شنیداری یا حرکتی، یا عقب ماندگی ذهنی، یا اختلال هیجانی یا محرومیت‌های اقتصادی، فرهنگی یا محیطی دچار ناتوانی‌های یادگیری شده اند، شامل نمی‌شود. میزان شیوع ناتوانی یادگیری در جامعه بسته به نوع، تعریف و ارزیابی که از این گروه به عمل می‌آید، متفاوت بوده، بین ۲ تا ۱۰ درصد گزارش شده است. حدود ۳ تا ۵ درصد دانش آموزان مدارس دولتی آمریکا دارای ناتوانی یادگیری هستند (عزآبادی و همکاران، ۱۴۰۳). مطالعات نشان داد که دانش آموزانی که در بهزیستی هستند، نسبت به دانش آموزان عادی از اضطراب اجتماعی بیشتری برخوردار هستند. این دانش آموزان در موقعیت‌های اجتماعی و خصوصاً مدرسه، اضطراب بیشتری را تجربه می‌کنند که کارایی آنها را در مقایسه با کودکان عادی تحت تأثیر قرار می‌دهد و در نتیجه با کسب نتیجه‌های ضعیف، که موجب خودکارآمدی و عزت نفس پایین در این دانش آموزان می‌شود، سبب می‌شود که از سلامت اجتماعی کمتری برخوردار شوند. به عبارت دیگر، اضطراب بالا در موقعیت‌های اجتماعی و مدرسه، در عملکرد دانش آموزان این دانش آموزان تداخل ایجاد می‌کند و در نتیجه با کسب نتیجه‌های ضعیف، نسبت به خود و دیگران دید منفی اتخاذ می‌کنند که موجب می‌شود مشارکت و پیوند کمتری با دیگران داشته باشند و در نتیجه به احتمال کمتری مورد پذیرش و حمایت دیگران قرار گیرند و به دلیل مهارت‌های اجتماعی ضعیف و مشکل‌هایی که در زمینه ی سازگاری با دیگران دارند، از احساس کارآمدی اجتماعی پایینی برخوردارند که به ترس از اشتباه در مقابل دیگران، یا ارزیابی منفی توسط دیگران می‌انجامد. همچنین با توجه به این که دانش آموزان دارای اختلال یادگیری از محیط خانوادگی پر استرسی برخوردارند، و مهارت‌های بین فردی و اجتماعی کمتری نسبت به کودکان عادی دارند، بیشتر در معرض اضطراب اجتماعی قرار می‌گیرند که از این حالت اضطراب بالا موجب انزوا و گوشه گیری این دانش آموزان در مدرسه و در ارتباط با همسالان می‌شود و در نهایت سبب می‌شود که این دانش آموزان محبوبیت کمتری در بین همسالان داشته باشند و در نتیجه مشارکت و همبستگی کمتری در مقایسه با دانش آموزان عادی از خود نشان می‌دهند. این دانش آموزان به دلیل اضطراب بیشتری که نسبت به دانش آموزان عادی تجربه می‌کنند، در موقعیت‌های اجتماعی کمتر درگیر می‌شوند و میزان شرکتشان در فعالیت‌های کلاسی و مدرسه کمتر است که احتمال عدم پذیرش این دانش آموزان از سوی دیگران و در نتیجه طرد از سوی آنها را بیشتر می‌کند. مطالعات نشان داده است که کودکانی که در بهزیستی نگهداری می‌شوند نسبت به کودکان عادی جامعه استثناء، تک و در اقلیت بوده و آموزش آنها به مدرسه‌های خاصی نیاز دارند و همین مسئله، آنها را نگران برخورد جامعه با خودشان کرده و اضطراب اجتماعی را در آنها افزایش می‌دهد. در عین حال این افراد که در مقابل آسیب این چنین بزرگی توان تغییر نداشته و مجبور به پذیرش می‌باشند، به دلیل احساس اضطراب و تنش ناشی از برخورد با اجتماع و یا ترس و هراس ناشی از برخورد نادرست اجتماع با خودشان، به مرور زمان آسیب‌های شایان توجهی بر پیکرشان وارد می‌آورد که این سیر خود در افزایش میزان هراس و اضطراب آنها مؤثر می‌باشد. در ارتباط با بالا بودن ترس از ارزیابی

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

منفی در کودکان خاص نسبت به کودکان عادی می توان گفت که کودکانی که خاص هستند، به خاطر این اختلال خود را متمایز از دیگران درک کرده و رفتار دیگران با آنها این تصور و ادراک را مورد تایید قرار می دهد (سرحدی، ۱۴۰۲). لذا می توان گفت که این کودکان همیشه نگرانند که دیگران آنها را مورد قضاوت قرار دهند و به نوعی به آنها دید منفی داشته باشند. این کودکان از شنیدن برچسب های مختلف از طرف دوستان خود فرار می کنند. ارزیابی دیگران از رفتار آنها نوعی خطای هاله ای را شکل می دهد که رفتار آنها را در موقعیت های مختلف تحت تأثیر قرار می دهد. ترس از مورد تمسخر قرار گرفتن و نادیده قرار گرفتن و زدن برچسب های مختلف این کودکان را منزوی کرده و باعث می شود آنها خلوت گزینی را به بودن با جمع و دوستان ترجیح دهد. آنها مشارکت اجتماعی کمتری دارند. افراد دارای مشارکت اجتماعی پایین، خود را در مسئولیت های اجتماعی سهیم نمی دانند و به حضور در اجتماع تمایل کمتری دارند و به دلیل مشکل های سازگاری و میان فردی بیشتری که نسبت به کودکان عادی دارند، کمتر به حضور در موقعیت های اجتماعی تمایل دارند و در موقعیت های اجتماعی درگیری و فعالیت کمتری دارند (امیل کمپ^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین ممکن است این کودکان به دلیل درک نادرست مقاصد دیگران رفتارهای تکانشی و همراه با خشونت از خود نشان دهند که واکنش های دیگران به آنها را تحت تأثیر قرار می دهد و در بعضی موردها به عدم پذیرش این کودکان و طرد آنها منجر می شود. بطور کلی، دانش آموزان دارای اختلال یادگیری به دلیل برخورداری از محیط خانوادگی پراسترس، در زمینه مهارت های اجتماعی و میان فردی با مشکل های زیادی روبرو هستند که سبب می شود این دانش آموزان نسبت به دانش آموزان عادی خودکارآمدی اجتماعی کمتر و اضطراب اجتماعی بیشتری تجربه کنند. همچنین اضطراب اجتماعی بالا در این دانش آموزان موجب می شود که این دانش آموزان به دلیل ترس از اشتباه در جمع و ارزیابی منفی دیگران مشارکت اجتماعی کمتری داشته باشند که سبب کاهش پذیرش و همبستگی اجتماعی این دانش آموزان می شود و به دنبال آن طرد بیشتر این دانش آموزان از سوی دیگران، موجب کاهش بهزیستی اجتماعی آنها در مقایسه با دانش آموزان عادی می شود.

مهارت اجتماعی

در چند دهه اخیر تعاریف متعددی از مهارت های اجتماعی ارائه شده است که شاید یکی از دلایل آن مشکل بودن تعریف واژه ای است که به راحتی در غالب کلمات و تعاریف نمی گنجد. حدود سال های ۱۹۸۰ به بعد، روانشناسان به پیشرفت مهارت های اجتماعی در کودکان توجه بیشتری نشان دادند و تعاریف متعددی از این موضوع ارائه کردند که تقریباً تعاریف ارائه شده کلی و مبهم بودند و یا این که همه ابعاد مهارت های اجتماعی را در بر نمی گرفتند (رحمانی و همکاران، ۱۴۰۲). شاید تعریف واژه مهارت های اجتماعی برای همه افراد، حتی کسانی که با روانشناسی ارتباطی ندارند، ساده به نظر برسد، اما همان گونه که مریل و گیمپل^۲ (۱۹۹۸) بیان می کنند این موضوع به شدت تحت تأثیر سازه های شناختی و ویژگی های اساسی انسان مانند شخصیت، هوش، زبان، ادراک، ارزیابی نگرش و تعامل میان رفتار و محیط قرار دارد (پریشان، ۱۴۰۱). گرشام و الیوت^۳ (۱۹۹۳) که در این زمینه تحقیقات بسیاری انجام داده اند، مهارت های اجتماعی را این گونه تعریف می کنند: رفتارهای انطباقی فرا گرفته شده که فرد را قادر می سازد با افراد دیگر رابطه متقابل داشته باشد، واکنش های مثبت بروز دهد و از رفتارهایی که پیامد منفی دارند اجتناب ورزد. همچنین مهارت های اجتماعی به آن گروه از مهارت هایی گفته می شود که اشخاص در روابط و تعاملات میان فردی خویش به کار می برند و به شخص کمک می کنند تا با دیگران به شکلی ارتباط برقرار کرده که بتواند از حقوق خویش دفاع کند، وظایف خود را به شکل مناسب و منطقی انجام دهد، در رابطه با دیگران دچار کشمکش و درگیری نشود، مردم گریز یا

^۱ Emmelkamp, P. M., Meyerbröcker, K., & Morina, N.

^۲ Merrell & Gimpel

^۳ Gresham & Elliott

مردم ستیز نباشد، بلکه با مردم روابطی دوستانه، آزادانه و صمیمانه داشته باشد. مجموعه توانمندی‌هایی است که موجب موفقیت در زندگی اجتماعی فرد می‌شود. هر فرد برای زندگی موفق در یک جامعه، علاوه بر مهارت‌های فردی به مهارت‌های دیگری نیاز دارد که از آن به نام مهارت‌های اجتماعی یاد می‌کنند. مهارت‌های اجتماعی، مجموعه رفتارهایی است اکتسابی که از طریق مشاهده، مدل‌سازی، تمرین و بازخورد آموخته می‌شود و دارای ویژگی‌های زیر است و رفتارهای کلامی و غیر کلامی را در بر می‌گیرند و پاسخ‌های مناسب و مؤثر را در بر دارند، بیشتر جنبه تعاملی داشته، تقویت اجتماعی را به حداکثر می‌رسانند و بر اساس ویژگی‌ها و محیطی که فرد در آن واقع شده است، توسعه می‌یابند و از طریق آموزش رشد می‌کنند (شیرزادی و همکاران، ۱۴۰۴).

مهارت اجتماعی رفتارهایی نظیر همکاری، مسئولیت‌پذیری، خویشتن‌داری (خودکنترلی)، همدلی و ابراز وجود (جرات‌مندی) را نیز شامل می‌شود (رضایی زاده و امیری، ۱۴۰۴).

همکاری شامل رفتارهایی مانند کمک کردن به دیگران، اشتراک وسایل با دیگران، اطاعت و دنباله‌روی از راهنمایی‌ها و دستورات عمل‌های دیگران است. مسئولیت‌پذیری، دربرگیرنده رفتارهایی نظیر توانایی ارتباط با دیگران، دعوت از دوستان برای جشن یا مهمانی، کسب اجازه قبل از استفاده از اموال دیگران و پاسخ درست به تلفن و مواردی از این قبیل است: خویشتن‌داری یا کنترل خود عبارت است از مدیریت فرد بر رفتار و یادگیری خود. ابراز وجود، شامل احقاق حقوق خود و ابراز افکار، احساسات و اعتقادات به نحو مناسب، مستقیم و صادقانه است، به نحوی که حقوق اطرافیان ضایع نگردد. در تعریف گرشام و الیوت (۲۰۱۱)، ابراز وجود، شامل رفتارهای آغازگرانه از قبیل پرسش جهت کسب اطلاعات دیگران، معرفی خود به دیگران و دادن پاسخ مناسب به عمل دیگر است (اسدی و همکاران، ۱۴۰۴).

کمبود مهارت‌های اجتماعی نیز تاثیر منفی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان می‌گذارد. و منجر به مشکلات زیادی در سازگاری در محیط مدرسه و یا اختلالات روانی بعدی می‌شود. یقیناً مهارت‌های اجتماعی طیف گسترده‌ای از رفتارهای دیگری را نیز در بر می‌گیرند که در ادامه، شرح داده می‌شوند.

استقلال، بخشی از مهارت‌های اجتماعی می‌باشد که به کودکان برای به عهده گرفتن مسئولیت‌های فردی و رفتارهایشان کمک می‌کند و در تکامل مهارت‌های اجتماعی نقش اساسی دارد. در نظریه روانی- اجتماعی اریکسون، کودکان در سنین پیش دبستانی نیاز به فرصت‌هایی دارند تا وظایف خود را با موفقیت به اتمام برسانند و بتوانند مفهوم استقلال را در مقابل احساس حقارت رشد دهند. به بیان ساده برای ارائه عملکردی موفق، کودکان باید بیاموزند که فعالیت‌های خود را جهت داده (هدایت کنند) تصمیم‌گیری کنند و اهداف و نقشه‌های خود را دنبال کنند. علاوه بر این، آنها باید بیاموزند که توجه خود را متمرکز و فعالیت‌های مستقل خود را زمانی که در کنار دیگران هستند ادامه دهند. نهایتاً باید بیاموزند فرصت‌هایی را که برایشان ایجاد می‌شود هدایت کرده و از آن به درستی استفاده نمایند (میتمن و همکاران، ۲۰۲۳).

یکی دیگر از جنبه‌های مهم مهارت اجتماعی، اعتماد به نفس می‌باشد. کودکان نیاز به یادگیری مهارت‌های اعتماد به نفس دارند تا بتوانند در زندگی، کلاس درس و جامعه ایفای نقش کرده، نیازهای خود را شناخته و روابط دوستانه‌ای ایجاد کرده و از آزار دیدن و رفتارهای خشن جلوگیری کنند. کودکان و نوجوانان اعتماد به نفس را در ارتباط با همسالان و بزرگسالان یاد گرفته و آن را در موقعیت‌های مختلف بروز می‌دهند. اعتماد به نفس در کودکان و نوجوانان، مهارت اجتماعی بسیار مهمی است، اما آموزش آن به کودکان دشوار می‌باشد زیرا اکثر کودکان به زعم خود رفتارهای حاکی از اعتماد به نفس را نشان می‌دهند ولی اغلب از تفاوت بین اعتماد به نفس و خشونت و پافشاری در مورد مسائلی که با قوانین اجتماعی مغایرت دارند آگاه نیستند و آزار دیگران و رفتارهای نامناسب توأم با پرخاشگری را با اعتماد به نفس اشتباه می‌گیرند. وجود مهارت‌های اعتماد به نفس برای کمک به واکنش کودکان در مواقع گوناگون به خصوص در موقعیت‌های خطرناک مورد نیاز است. بسیاری از والدین و معلمان به کودکان آموزش می‌دهند که خود را از آسیب‌ها دور نگه دارند. البته یادگیری این مهارت‌ها برای کودکانی که دارای ضعف

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

مهارت های شناختی لازم برای تشخیص موقعیت های خطرناک هستند، دشوار است. ایجاد رابطه دوستانه و پیدا کردن دوست و ارتباط مثبت موثر با دیگران نیز بخش مهمی از مهارت های اجتماعی طی دوران کودکی و نوجوانی می باشد. همه کودکان علاقمند هستند که همسالان، آنها را دوست داشته و برایشان احترام قائل شوند، علاوه بر ایجاد رابطه دوستانه لازم است تمام کودکان درک و تفسیر نیازها و احساسات افراد دیگر را بیاموزند و رفتار احترام آمیز نسبت به آنها بروز دهند این مسأله یکی از جنبه های دیگر مهارت های اجتماعی است که نیاز به آموزش دارد. همچنین چگونگی به کارگیری مهارت های اجتماعی، یکی دیگر از جنبه های مهارت اجتماعی می باشد. زمانی که کودک مهارت اجتماعی را می آموزد، باید بداند که چه هنگام از آن استفاده کرده و آن را به کار گیرد. این تمایز نیاز فرد را به نظارت بر موقعیت ها و تغییر رفتار در برابر واکنش سایر افراد می سنجند. ایسلر و فردریکسن^۱ (۱۹۸۰) به نقل از کارتلج و میلبرن (۱۹۸۵) مهارت های اجتماعی را هم دارای جنبه های مشهود و هم دارای عناصر شناختی نامشهود می دانند. عناصر شناختی نامشهود افکار و تصمیماتی است که باید در ارتباطات متقابل بعدی گرفته شود یا انجام گیرد این عناصر همچنین مقاصد و بینش فر دیگری را شامل می شود که واکنش در برابر آن احتمالا بر اندیشه های طرف مقابل تأثیر می گذارد. لیبرمن^۲ (۱۹۸۹) کنش متقابل اجتماعی را به یک فرآیند مرحله ای که هر مرحله نیازمند یک مجموعه از مهارت های متفاوتی است، تجزیه نموده اند، مرحله اول ارتباط، نیازمند مهارت گیرندگی است که شامل مهارت هایی است که شامل مهارت هایی است که برای توجه کردن و درک درست اطلاعات اجتماعی متناسب که در موقعیت ها وجود دارد لازم می باشد، چون متناسب بودن رفتار میان فردی وابسته به موقعیت هاست، اتفاق رفتار اجتماعی درست بستگی زیادی به شناخت صحیح نشانه های میان فردی و محیطی دارد، که ما را به پاسخ های مؤثر رهنمون می شوند. مثال های مهارت های گیرندگی شامل شناخت متناسب اشخاصی است که با آنها تعامل می کنیم. شناخت صحیح احساسات و امیالی که دیگران بیان می کنند. در واقع شنیدن صحیح آنچه دیگران بیان می کنند و دانستن اهداف شخصی فردی که با ما تعامل می نماید، می باشد. در مرحله بعدی ما نیازمند مهارت های پردازشی می باشیم. برای موفق شدن در رویارویی میان فردی، نیازمند به این هستیم که بدانیم می خواهیم چه چیزی را به دست آوریم و چگونه می توانیم به بهترین وجه آن را کسب کنیم. انتخاب مهارت هایی که برای کسب اهداف نزدیک مؤثرند هست مستلزم توانایی حل مشکل به شیوه منظم و سازمان یافته می باشد. بعد از درک صحیح اطلاعات اجتماعی متناسب با موقعیت (مهارت های گیرندگی) و شناخت مهارت های لازم برای تعامل (مهارت های پردازش) می بایستی مهارت ها را به طرز شایسته ای برای تکمیل موفقیت آمیز مبادله های میان فردی به اجرا در آورد. این مرحله سوم از ارتباط، مستلزم مهارت های فرستندگی رفتارهای واقعی درگیر در تبادل اجتماعی می باشد. مهارت های فرستندگی شامل محتوای کلامی یا آنچه که بیان می شود و همین که چگونه پیام با دیگران ارتباط پیدا می کند، می باشد. ارتباط خوب مستلزم درک صحیح اجتماعی (مهارت های گیرندگی) و توانایی برنامه ریزی شناختی (مهارت های پردازش) قبل از دادن یک پاسخ (رفتار مؤثر مهارت فرستندگی) می باشند در مجموع هارچی و همکاران (۱۹۹۴) بر این نکات تأکید دارند:

- ۱- نخست این که رفتارهای اجتماعی هدفمندند. ما از این رفتارها برای کسب نتایج مطلوب استفاده می کنیم و بنابراین بر خلاف سایر رفتارها که اتفاقی یا غیر عمدی هستند. مهارت های اجتماعی هدف دارند.
- ۲- دومین ویژگی رفتارهای اجتماعی ماهرانه، به هم مرتبط بودن این توانایی هاست. یعنی آنان رفتارهای متفاوتی هستند که به منظور هدف ویژه مورد استفاده قرار می گیرند و ما به طور همزمان از آنها استفاده می کنیم.
- ۳- سومین ویژگی مهارت های اجتماعی متناسب بودن آن با وضعیت است. فردی از لحاظ اجتماعی ماهر است که بتواند رفتارهایش را متناسب با انتظارات دیگران تغییر دهد. به این ترتیب داشتن ارتباط ماهرانه بستگی به استفاده صحیح (از لحاظ بافتی) و تسهیل کننده (از نظر رفتاری) از شیوه های برقراری ارتباط مناسب کار آمد با دیگران دارد.

¹ Eisler and Fredericksen

² Lieberman

۴- چهارمین ویژگی مهارت‌های اجتماعی این است که این مهارت‌ها در واقع واحدهای رفتاری مجزا هستند. فردی که از لحاظ اجتماعی مهارت داری قادر است رفتارهای مختلف و مناسبی داشته باشد. این توانایی‌های اجتماعی را در قالب عملکرد، رفتاری پی ریزی می‌کنند. این نکته یکی از ویژگی‌های بارز ارتباط اجتماعی ماهرانه است. مهارت‌های اجتماعی، آموختنی است. در حال حاضر تمامی محققان اختلاف نظر دارند که اکثر رفتارهای اجتماعی آموختنی هستند.

۵- آخرین مورد از ویژگی‌های مهارت‌های اجتماعی این است که افراد بر این مهارت‌ها کنترل شناختی دارند. بنابراین کسی که از لحاظ اجتماعی کمبود مهارت دارد، ممکن است عناصر اصلی مهارت اجتماعی را فرا گرفته باشد اما از فرآیندهای فکری لازم برای استفاده از این عناصر در تعاملات خود بی بهره باشد (انصاری و همکاران، ۱۴۰۴)، کمک کنند.

گرایش به فضای مجازی

لفظ اعتیاد، بیشتر تداعی گر اعتیادهای سنتی همچون اعتیاد به الکل، نیکوتین، مواد مخدر و قمار است؛ اما اعتیاد از طریق فضای مجازی با وجهه جدیدی روبه‌رو شده است. گسترش رایانه‌های شخصی و افزایش اتصال به فضای مجازی در خانه و محل کار، منجر به ظهور معضلی به نام «اعتیاد برخط» شده است. لازم به ذکر است، قبل از اعتیاد فضای مجازی نوعی دیگر از اعتیاد به نام «اعتیاد به رایانه» در سال ۱۹۸۹ توسط محققى به نام شوتان^۱ برای اولین بار مطرح شده بود. این محقق ضمن بررسی‌هایی که در زمینه انواع اعتیاد (اعتیاد به مواد مخدر، مشروبات الکلی، اعتیاد به قمار و...) انجام داده بود به این نتیجه رسیده بود که گروهی از افراد از رایانه بیش از حد استفاده می‌کنند و یک رفتار بیمارگونه نسبت به این فن‌آوری نوپا از خود نشان می‌دهند. ولی مفهوم اعتیاد فضای مجازی برای اولین بار در سال ۱۹۹۱ میلادی توسط روان‌پزشکی به نام ایوان گلدبرگ^۲ مطرح شد (کاسمی‌راد و همکاران، ۱۴۰۲). ایوان گلدبرگ در ابتدا خود از اعتیاد به فضای مجازی^۳ را به شوخی و بر اساس باور رایج در آن زمان در مورد اعتیاد روانی، مطرح ساخت. بر اساس این باور، افراد می‌توانستند به رفتارهای همچون خرید کردن معتاد شوند. اما گلدبرگ به زودی پیام‌های الکترونیکی دریافت داشت که طی آنها، افرادی اذعان داشته بودند به اختلال اعتیاد به فضای مجازی گرفتار آمده‌اند. یکی از اولین پژوهش‌های تجربی در ارتباط با اختلال اعتیاد به فضای مجازی، توسط کیمبرلی یانگ در سال ۱۹۹۶ انجام پذیرفت (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۲).

روش پژوهش

پژوهش حاضر با توجه به هدف آن بنیادی بوده و از نظر چگونگی به دست آوردن داده‌های مورد نیاز در زمره تحقیقات توصیفی - همبستگی قرار دارد. جامعه آماری در این تحقیق تمام دانش آموزان دختر متوسطه دوم شهر فسا به تعداد ۲۷۰۰ نفر بود که طبق جدول مورگان تعداد نمونه آماری برای توزیع پرسشنامه میان نمونه آماری ۳۳۷ نفر محاسبه شد. روش نمونه‌گیری بصورت تصادفی خوشه‌ای انجام گرفت. به این صورت که از بین ۱۴ مدرسه موجود، ۵ مدرسه به صورت تصادفی و از هر مدرسه یک کلاس انتخاب شد و سپس پرسشنامه میان تمام دانش آموزان همان کلاس‌ها توزیع گردید. از ابزار زیر برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش استفاده شد:

الف) مقیاس اضطراب اجتماعی لاجرسا (SAS) (۱۹۹۸):

¹ Shotton

² Ivan Goldberg

³ internet addiction disorder, (IAD)

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

این مقیاس را لاجرسا (۱۹۹۸) ساخته است. این مقیاس ۱۸ آیتم دارد و از سه زیر مقیاس ترس از ارزیابی منفی، اجتناب اجتماعی و آندوه در موقعیت های جدید و اجتناب اجتماعی و آندوه عمومی تشکیل شده است. ضریب پایایی بازآزمایی (در فاصله ۳-۷ روزه) در دامنه ای از ۸۹/۰ تا ۹۴/۰ و ضریب آلفای کرونباخ در دامنه ای از ۹۰/۰ تا ۹۷/۰ گزارش شده است. لاجرسا و لویز (۱۹۹۸) ضریب آلفای کرونباخ خرده مقیاس های ترس و اجتناب را به ترتیب ۰/۹۱ و ۰/۸۹ گزارش کردند. استوار و رضویه (۱۳۹۲) ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی بازآزمایی این مقیاس را به ترتیب ۰/۹۳ و ۰/۸۷ گزارش کرده اند.

(ب) پرسشنامه میزان استفاده از فضای مجازی، یانگ (۱۹۹۹):

مقیاس تمایل و میزان استفاده از به فضای مجازی به وسیله یانگ (۱۹۹۹) طراحی شده است که شامل ۲۰ سوال شش گزینه ای می باشد. طریقه نمره گذاری این مقیاس براساس طیف لیکرت شش گزینه ای و گزیندها از اصلاً=۰ تا همیشه=۵ است. که نمره ۵۰ نقطه برش پرسشنامه است که اعداد کوچکتر از آن نشان دهنده تمایل به فضای مجازی کمتر و نمرات بیشتر از ۵۰ نشان دهنده تمایل بالا به فضای مجازی می باشد. بازه ی نمرات بین صفر الی ۱۰۰ می باشد. در مطالعه یانگ (۱۹۹۹)، اعتبار درونی پرسشنامه بالاتر از ۰/۹۲ ذکر شده و اعتبار به روش بازآزمایی نیز معنی دار گزارش شده است (علوی و همکاران، ۱۳۸۹).

(ج) پرسشنامه مهارت اجتماعی گرشام و البوت (۱۹۹۰):

این پرسشنامه توسط گرشام و البوت (۱۹۹۰) به نقل از اسلامی و همکاران، (۲۰۱۴) جهت سنجش مهارت های اجتماعی دانش آموزان تهیه شده است و دارای ۲۷ گویه و ۴ مؤلفه خودکنترلی، همدلی، ابراز وجود و همکاری می باشد. در ایران این پرسشنامه توسط اسلامی و همکاران (۲۰۱۴) به فارسی ترجمه و اعتباریابی شده است. پاسخ به سؤالات در قالب طیف لیکرت سه گزینه ای (هرگز معادل با ۰ و اغلب معادل با ۲) نمره گذاری می شود. گرشام و البوت (۱۹۹۰) جهت اعتباریابی پرسشنامه، آن را بر روی ۴۱۷۰ دانش آموز کلاس سوم تا دوازدهم اجرا نموده و مقدار پایایی پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ بین ۰/۸۵ تا ۰/۹۱ به دست آمد.

یافته ها

بین اضطراب اجتماعی و میزان گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معناداری وجود دارد.

رابطه بین اضطراب اجتماعی با گرایش به فضای مجازی آزمودنی ها

وضعیت فرضیه	آزمون پیرسون (سنجش رابطه)		متغیر وابسته (Y)	متغیر مستقل (X)
	سطح معنادار	ضریب همبستگی		
تایید (P<0.05)	۰.۰۰۰	۰.۲۵۴	گرایش به فضای مجازی	اضطراب اجتماعی

از آنجایی که سطح معناداری از ۰.۰۵ کمتر و برابر ۰.۰۰۰ به دست آمد، بنابراین، فرضیه تایید می گردد. همچنین شدت همبستگی به میزان ۰.۲۵۴ به دست آمد. به طور کلی چنین استنباط می شود که بین اضطراب اجتماعی و میزان گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و مستقیمی با ضریب همبستگی ۰.۲۵۴ برقرار است. بین مهارت های اجتماعی با میزان گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معناداری وجود دارد.

رابطه بین گرایش به فضای مجازی و مهارت‌های اجتماعی آزمودنی‌ها

وضعیت فرضیه	آزمون پیرسون (سنجش رابطه)		متغیر وابسته (Y)	متغیر مستقل (X)
	سطح معنادار	ضریب همبستگی		
تایید ($P < 0.05$)	۰.۰۰۰	-۰.۲۵۳	مهارت‌های اجتماعی	گرایش به فضای مجازی

از آنجایی که سطح معناداری از ۰.۰۵ کمتر و برابر ۰.۰۰۰ به دست آمد، بنابراین، فرضیه تایید می‌گردد. همچنین شدت همبستگی به میزان -۰.۲۵۳ به دست آمد. به طور کلی چنین استنباط می‌شود که بین میزان گرایش به فضای مجازی و مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و معکوسی با ضریب همبستگی -۰.۲۵۳ برقرار است.

بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معناداری وجود دارد.

رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی آزمودنی‌ها

وضعیت فرضیه	آزمون پیرسون (سنجش رابطه)		متغیر وابسته (Y)	متغیر مستقل (X)
	سطح معنادار	ضریب همبستگی		
تایید ($P < 0.05$)	۰.۰۰۰	-۰.۲۴۷	مهارت‌های اجتماعی	اضطراب اجتماعی

به طور کلی چنین استنباط می‌شود که بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معنادار و معکوسی با ضریب همبستگی -۰.۲۴۷ برقرار است.

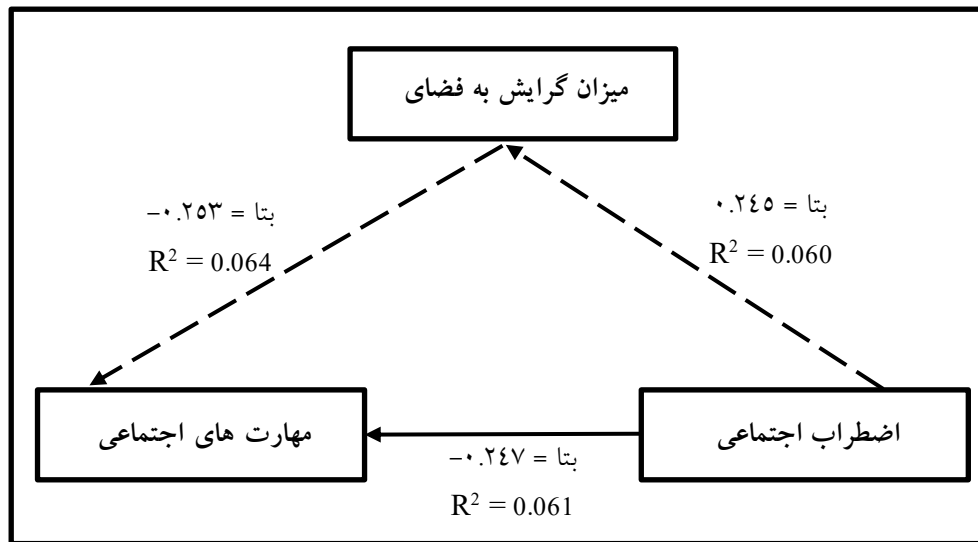
بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا ارتباط معناداری وجود دارد.

ضرایب مستقیم مسیر اول

وضعیت مسیر	آماره t	ضریب غیراستاندارد	دوربین واتسون	ضریب تعیین (R^2)	ضریب بتا	متغیر وابسته	مسیر	متغیر مستقل
تایید ($P < 0.05$)	۴.۵۶۰	۰.۳۴۹	۱.۸۹۱	۰.۰۶۰	۰.۲۵۴	گرایش فضای مجازی	←	اضطراب اجتماعی

از آنجایی که سطح معناداری از ۰.۰۵ کمتر و برابر ۰.۰۰۰ به دست آمد، بنابراین، مسیر اول معنادار است. ضریب بتا به میزان ۰.۲۵۴ به دست آمد که بیانگر پایداری متغیر وابسته، توسط متغیر مستقل می‌باشد. همچنین ضریب تعیین بیانگر میزان پیش بینی و تبیین متغیر وابسته توسط متغیر مستقل می‌باشد که میزان این ضریب برابر ۶ درصد می‌باشد. افزون بر این، از آنجایی که مقدار دوربین واتسون در بازه استاندارد ۱.۵ تا ۲.۵ و برابر با ۱.۸۹۱ به دست آمده، بنابراین ادامه تحلیل مسیر مجاز می‌باشد. از طرفی ضریب غیراستاندارد بیانگر درجه تغییری است که متغیر وابسته از سوی متغیر مستقل می‌پذیرد. این درجه برابر ۰.۳۴۹ می‌باشد. همچنین، مقدار آماره t از استاندارد ۱.۹۶ بالاتر و برابر با ۴.۵۶۰ است. بنابراین، فرضیه حالت بحرانی ندارد. در نهایت، علامت اعداد و ضرایب، مثبت است. این امر بیانگر این موضوع است که رابطه بین متغیر مستقل و وابسته در این مسیر، مستقیم و مثبت بوده، افزایش اضطراب اجتماعی، افزایش گرایش به فضای مجازی آزمودنی‌ها را در پی دارد. به طور کلی چنین استنباط می‌شود این مسیر، تایید شده است.

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا



مدل پژوهشی (محقق یافته)

نتایج

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین اضطراب اجتماعی و میزان گرایش به فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر فسا رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این نتیجه بیانگر آن است که با افزایش سطح اضطراب اجتماعی، تمایل و گرایش به استفاده از فضای مجازی نیز بیشتر می‌شود. این یافته را می‌توان از منظر نظریه‌ها و چارچوب‌های روان‌شناسی اجتماعی و ارتباطات دیجیتال تحلیل کرد. بر اساس نظریه اجتناب از مواجهه مستقیم^۱، افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی غالباً از موقعیت‌های اجتماعی چهره‌به‌چهره که مستلزم تعامل مستقیم و ارزیابی همتایان است، دوری می‌کنند. فضای مجازی، با فراهم کردن بستری غیرحضور و فاقد فشارهای آنی ارتباطی، امکان برقراری تعاملات اجتماعی را با حداقل درگیری عاطفی و اضطراب عملکردی فراهم می‌سازد. در این چارچوب، فرد می‌تواند هویت خود را کنترل کرده، زمان بیشتری برای پاسخ‌گویی در مکالمات داشته باشد و از فشار نگاه‌ها و ارزیابی‌های آنی دیگران مصون بماند. بنابراین، استفاده از شبکه‌های اجتماعی و محیط‌های آنلاین برای این گروه، نوعی راهبرد مقابله‌ای برای مدیریت اضطراب تلقی می‌شود. همچنین، نظریه جبران اجتماعی^۲ بر این نکته تأکید دارد که افرادی که در تعاملات اجتماعی واقعی محدودیت یا ناتوانی دارند، از فناوری‌های ارتباطی برای جبران کمبودهای ارتباطی خود بهره می‌گیرند. در این دیدگاه، فضای مجازی به عنوان ابزاری برای کاهش احساس انزوای ناشی از اضطراب اجتماعی عمل می‌کند. دانش‌آموزانی که در تعاملات حضوری دچار استرس و تنش می‌شوند، با فعالیت در بسترهای مجازی می‌توانند شبکه‌ای از روابط و تعاملات کم‌تنش‌تر ایجاد کنند که به طور نسبی رضایت روانی آن‌ها را افزایش می‌دهد. از منظر مدل استفاده و خشنودی^۳، کاربران اینترنت و شبکه‌های اجتماعی، بسته به نیازهای روانی و اجتماعی خود، الگوهای مصرف متفاوتی را دنبال می‌کنند. برای افراد با اضطراب اجتماعی، نیاز به امنیت روانی، کاهش تهدیدهای اجتماعی و کنترل بر شرایط ارتباطی، از عوامل اصلی گرایش به فضای مجازی است. در این مدل، فضای مجازی به عنوان یک رسانه «کم‌خطر»^۴ عمل می‌کند که امکان تعاملات گزینشی و کنترل‌شده را فراهم می‌سازد. بدین ترتیب، تعامل آنلاین می‌تواند جایگزین یا مکمل تعاملات حضوری شود. یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج برخی مطالعات پیشین نیز همسو است. برای مثال، تحقیقات

^۱ Avoidance Theory

^۲ Social Compensation Theory

^۳ Uses and Gratifications Model

^۴ Low-Risk Medium

کاپلان (۲۰۰۷) نشان داده است که اضطراب اجتماعی با استفاده بیش از حد از اینترنت و وابستگی به ارتباطات آنلاین رابطه مثبت دارد. او استدلال می‌کند که اینترنت برای این گروه از افراد، نه تنها وسیله‌ای برای تعاملات اجتماعی کم‌استرس است، بلکه به تدریج می‌تواند به بستر اصلی تعاملات آن‌ها تبدیل شود. این امر، به‌ویژه در میان نوجوانان که هویت اجتماعی آن‌ها در حال شکل‌گیری است، نمود بیشتری پیدا می‌کند. از منظر روان‌شناسی رشد، دوران نوجوانی مرحله‌ای بحرانی برای شکل‌گیری مهارت‌های ارتباطی و هویت اجتماعی محسوب می‌شود. اضطراب اجتماعی در این دوره می‌تواند رشد مهارت‌های تعاملی ضروری را مختل کند و به جایگزینی تدریجی آن‌ها با تعاملات آنلاین منجر شود. این جایگزینی، در کوتاه‌مدت می‌تواند به کاهش اضطراب کمک کند، اما در بلندمدت احتمال تشدید وابستگی به فضای مجازی و کاهش فرصت‌های یادگیری مهارت‌های اجتماعی واقعی را افزایش می‌دهد. در همین راستا، کلارک و ولز^۱ (۱۹۹۵) در مدل شناختی خود از اضطراب اجتماعی، بر نقش «پردازش متمرکز بر خود»^۲ تأکید می‌کنند که باعث می‌شود فرد در تعاملات حضوری بیش از حد بر ارزیابی‌های منفی احتمالی دیگران تمرکز کرده و از موقعیت‌های اجتماعی اجتناب کند. فضای مجازی، با کاهش این فشار، امکان تجربه تعاملات با سطح کنترل بیشتر را فراهم می‌آورد.

با این حال، باید توجه داشت که رابطه مثبت میان اضطراب اجتماعی و گرایش به فضای مجازی، الزاماً به معنای اثرات مثبت فضای مجازی بر اضطراب اجتماعی نیست. استفاده بیش از حد از فضای مجازی در افراد مضطرب، می‌تواند منجر به تشدید احساس انزوا و کاهش مشارکت در تعاملات واقعی شود. این چرخه معیوب، به‌مرور موجب می‌شود که وابستگی به فضای مجازی افزایش یافته و فرصت‌های اصلاح و بهبود مهارت‌های اجتماعی کمتر شود.

از منظر جامعه‌شناسی ارتباطات، این یافته‌ها را می‌توان در چارچوب تئوری سرمایه اجتماعی^۳ نیز بررسی کرد. بر اساس این نظریه، ارتباطات اجتماعی سرمایه‌ای هستند که از طریق تعاملات انسانی ایجاد می‌شوند. در حالی که تعاملات حضوری معمولاً سرمایه اجتماعی قوی‌تری ایجاد می‌کنند، تعاملات آنلاین، به‌ویژه در شبکه‌های گسترده، بیشتر به ایجاد سرمایه اجتماعی ضعیف می‌انجامند. در مورد افراد دارای اضطراب اجتماعی، گرایش بیشتر به فضای مجازی می‌تواند باعث شود سرمایه اجتماعی آن‌ها عمدتاً از نوع ضعیف باشد، که گرچه به گسترش دامنه ارتباطات کمک می‌کند، اما لزوماً پشتیبانی عاطفی عمیق فراهم نمی‌آورد.

در مجموع، یافته این پژوهش مبنی بر وجود رابطه مثبت و معنادار بین اضطراب اجتماعی و گرایش به فضای مجازی، همسو با مبانی نظری متعددی است که بر نقش فضای مجازی به عنوان یک محیط جبرانی و کاهنده فشارهای تعاملات اجتماعی حضوری تأکید دارند. با این حال، این رابطه همچنین هشداردهنده است، زیرا نشان می‌دهد که استفاده بیش از حد از فضای مجازی در این گروه می‌تواند به جای کاهش اضطراب، آن را تثبیت یا حتی تشدید کند. بر این اساس، هرگونه مداخله یا برنامه آموزشی برای دانش‌آموزان مضطرب باید با در نظر گرفتن ماهیت دوگانه فضای مجازی (هم فرصت و هم تهدید) طراحی شود تا از یک‌سوز ظرفیت آن برای کاهش فشار اجتماعی بهره گرفته شود و از سوی دیگر، مهارت‌های تعامل حضوری نیز تقویت شوند.

نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که بین مهارت‌های اجتماعی و میزان گرایش به فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر فسا رابطه منفی و معناداری وجود دارد. این یافته بیانگر آن است که با افزایش سطح مهارت‌های اجتماعی، تمایل دانش‌آموزان به استفاده از فضای مجازی کاهش می‌یابد و بالعکس، ضعف در این مهارت‌ها می‌تواند با گرایش بیشتر به تعاملات آنلاین همراه باشد.

¹ Clark and Wells

² Self-focused Processing

³ Social Capital Theory

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش‌آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

از منظر نظریه شایستگی اجتماعی¹، مهارت‌های اجتماعی مجموعه‌ای از توانایی‌های شناختی، هیجانی و رفتاری هستند که فرد را قادر می‌سازند تا تعاملات مؤثر، مثبت و سازنده‌ای با دیگران برقرار کند. افرادی که از سطح بالایی از مهارت‌های اجتماعی برخوردارند، معمولاً روابط بین‌فردی غنی‌تر و رضایت‌بخش‌تری در محیط واقعی دارند و به همین دلیل، نیاز یا انگیزه کمتری برای جایگزین کردن این روابط با تعاملات مجازی پیدا می‌کنند. به بیان دیگر، توانایی ایجاد ارتباطات موفق حضوری، جذابیت استفاده بیش‌ازحد از فضای مجازی را کاهش می‌دهد. همچنین، بر اساس مدل تعامل اجتماعی حضوری²، تعاملات واقعی نسبت به تعاملات مجازی، به دلیل وجود نشانه‌های غیرکلامی، تماس چشمی، لحن صدا و بازخورد آنی، کیفیت عمیق‌تری دارند و می‌توانند نیازهای عاطفی و ارتباطی را بهتر برآورده کنند. افرادی که مهارت‌های اجتماعی بالایی دارند، از این مزیت به‌خوبی بهره می‌برند و در نتیجه، استفاده از فضای مجازی برایشان بیشتر جنبه مکمل دارد تا جایگزین. این رابطه منفی را می‌توان از زاویه نظریه خودکارآمدی اجتماعی³ نیز توضیح داد. این نظریه تأکید می‌کند که باور فرد به توانایی خود در برقراری و حفظ روابط اجتماعی، به‌طور مستقیم بر الگوی تعاملات او تأثیر می‌گذارد. کسانی که خودکارآمدی اجتماعی بالاتری دارند، در محیط‌های حضوری احساس امنیت، کنترل و شایستگی می‌کنند و به همین دلیل، کمتر به محیط‌های مجازی برای برقراری ارتباط وابسته می‌شوند. در مقابل، ضعف در این مهارت‌ها می‌تواند منجر به ترجیح ارتباطات آنلاین شود که امکان کنترل بیشتری بر تصویر خود و میزان افشای اطلاعات فراهم می‌آورد. از منظر روان‌شناسی رشد، نوجوانی مرحله‌ای است که نیاز به تعلق اجتماعی و تأیید همسالان اهمیت بالایی دارد. اگر فرد در این دوره از مهارت‌های اجتماعی قوی برخوردار باشد، بخش عمده این نیاز را در محیط‌های واقعی ارضا می‌کند. اما دانش‌آموزانی که در برقراری ارتباط حضوری با دشواری مواجه‌اند، احتمالاً از فضای مجازی به‌عنوان جایگزینی کم‌چالش‌تر استفاده خواهند کرد.

در چارچوب مدل مهارت-استفاده⁴ نیز می‌توان گفت که تعاملات آنلاین در میان افراد با مهارت اجتماعی پایین، نه‌تنها پرننگتر است بلکه ممکن است نقش اصلی در روابط آن‌ها ایفا کند. این امر می‌تواند منجر به وابستگی شدیدتر به فضای مجازی شود، زیرا برای این گروه، روابط حضوری مستلزم صرف انرژی روانی و احتمال تجربه شکست‌های ارتباطی است. در مجموع، این یافته نشان می‌دهد که مهارت‌های اجتماعی نقش محافظتی در برابر گرایش بیش‌ازحد به فضای مجازی ایفا می‌کنند. دانش‌آموزانی که این مهارت‌ها را در سطح بالاتری دارند، نه‌تنها از فرصت‌های واقعی ارتباطی بیشتر بهره می‌گیرند بلکه استفاده از فضای مجازی را در حد متعادل و کارکردی نگه می‌دارند. این رابطه منفی به‌خوبی اهمیت تقویت مهارت‌های ارتباطی حضوری را در کاهش وابستگی به فضای مجازی برجسته می‌سازد.

نتایج پژوهش نشان داد که بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسط دوم شهر فسا رابطه منفی و معناداری وجود دارد. این یافته حاکی از آن است که هرچه سطح اضطراب اجتماعی در فرد بالاتر باشد، مهارت‌های اجتماعی او کاهش می‌یابد و برعکس، برخورداری از مهارت‌های اجتماعی بالاتر با سطح پایین‌تری از اضطراب اجتماعی همراه است. از منظر مدل مهارت-کمبود⁵، اضطراب اجتماعی با ایجاد نگرانی مفرط درباره ارزیابی منفی دیگران، موجب می‌شود فرد در تعاملات حضوری، تمرکز خود را به جای محتوای ارتباط، بر روی نشانه‌های اضطراب و واکنش احتمالی مخاطب بگذارد. این فرایند، کیفیت تعامل را کاهش داده و مانع یادگیری و تقویت مهارت‌های اجتماعی در تجربه‌های واقعی می‌شود. در واقع، فرد دچار چرخه‌ای معیوب می‌گردد که در آن اضطراب، فرصت تمرین مهارت‌های اجتماعی را محدود می‌کند و ضعف مهارت‌ها،

¹ Social Competence Theory

² Face-to-Face Social Interaction Model

³ Social Self-Efficacy Theory

⁴ Skill-Use Model

⁵ Deficit Model

خود به تشدید اضطراب می‌انجامد. از دیدگاه نظریه یادگیری اجتماعی بندورا^۱، بسیاری از مهارت‌های اجتماعی از طریق مشاهده، تقلید و تجربه مستقیم در محیط‌های واقعی آموخته می‌شوند. دانش‌آموزانی که به دلیل اضطراب اجتماعی، از حضور در جمع یا آغاز گفتگو اجتناب می‌کنند، فرصت کمتری برای مشاهده و تمرین این مهارت‌ها پیدا می‌کنند. این اجتناب، فرآیند یادگیری را مختل کرده و به مرور منجر به شکاف بیشتر در توانایی‌های ارتباطی می‌شود. از منظر مدل اجتناب-وابستگی هیجانی^۲ نیز می‌توان این رابطه را تبیین کرد. در این مدل، اضطراب اجتماعی باعث می‌شود فرد برای محافظت از خود در برابر اضطراب، موقعیت‌های اجتماعی بالقوه استرس‌زا را ترک کند یا به حداقل برساند. این رفتار اجتنابی، فرصت مواجهه تدریجی و یادگیری مهارت‌های تعامل را از بین می‌برد و منجر به تضعیف بیشتر این مهارت‌ها می‌گردد.

در بُعد تحولی، نوجوانی دوره‌ای است که رشد مهارت‌های اجتماعی اهمیت مضاعف دارد، زیرا این مهارت‌ها نقش مهمی در پذیرش اجتماعی، هویت‌یابی و موفقیت تحصیلی ایفا می‌کنند. اضطراب اجتماعی در این سنین، نه تنها مانع تجربه تعاملات سالم می‌شود بلکه می‌تواند اثرات بلندمدتی بر روابط آینده فرد بگذارد. بنابراین، رابطه منفی بین اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی، هشدار برای لزوم مداخلات به موقع در مدارس و محیط‌های آموزشی است.

در مجموع، یافته این پژوهش تأکید می‌کند که اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی رابطه‌ای دوطرفه و بازدارنده دارند. افزایش یکی، به کاهش دیگری می‌انجامد و این چرخه اگر شکسته نشود، می‌تواند پیامدهای پایدار بر زندگی اجتماعی و روانی نوجوانان داشته باشد. از این منظر، هرگونه اقدام برای کاهش اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان باید همزمان با آموزش و تقویت مهارت‌های اجتماعی طراحی شود تا هر دو مؤلفه به صورت هم‌افزا بهبود یابند.

¹ Social Learning Theory

² Emotional Avoidance Model

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

منابع

- [۱] احمدی، دلاور و حسینی، کبری و توحیدی، نشمیل و رضائی، پروین. (۱۴۰۳). تاثیر نقش آموزش مهارت های زندگی و مهارت های اجتماعی بر یادگیری و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، اولین همایش بین المللی تحولات نوین در علوم تربیتی، روانشناسی و آموزش و پرورش، ارومیه.
- [۲] ارباب، محمد و آبار، جمشید و علی احمدی، سودابه. (۱۴۰۴). بررسی ارتباط بین استفاده افراد از فضای مجازی و اضطراب اجتماعی، اولین همایش بین المللی راهبردهای تربیت معلمان پژوهنده در آموزش و پرورش، اهواز.
- [۳] اسدی دومکانی، محمدرضا و پاسبانی بروجنی، زهرا. (۱۴۰۲). شیوه های پیشگیری از آسیب های فضای مجازی و اعتیاد به آن در دانش آموزان مقطع متوسطه توسط والدین و معلمان، ششمین همایش بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی، همدان.
- [۴] افتخاری، حجت و رضایی فرد، اکبر و اقبابا، حیدر و زارع عمادی، فاطمه. (۱۴۰۳). بررسی رابطه میزان استفاده افراد از فضای مجازی با اضطراب اجتماعی و کارکرد حافظه کوتاه مدت در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهر شیراز.
- [۵] افلاکی فرد، حسین و کشاورز، مهدی. (۱۴۰۳). تکنولوژی آموزشی و ارتقاء مهارت های اجتماعی کودکان، سومین همایش ملی امور تربیتی، یزد.
- [۶] امینی مهر، فاطمه و مکوندی، حمد. (۱۴۰۳). تاثیر فضای مجازی بر مهارت های اجتماعی دانش آموزان چگونه است؟، اولین همایش ملی راهبردهای آموزشی و پژوهشی در آموزش و پرورش، اهواز.
- [۷] انصاری، سمیه و عباسی پروشی، فاطمه و حسینی، سید سعید. (۱۴۰۴). پرورش همدلی در کودکان: راهکارهای عملی برای والدین و معلمان و تاثیر آن بر مهارت های اجتماعی و عاطفی آنها، اولین همایش بین المللی هوش مصنوعی در آموزش و پرورش، روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات دینی، فرهنگی، اجتماعی و مدیریتی در هزاره سوم، بوشهر.
- [۸] ایمانی، نگین و ایمانی، زهرا و اسعد، وحیده. (۱۴۰۳). تحلیل اثرات اعتیاد به فضای مجازی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان، سومین کنفرانس ملی تازه های روانشناسی تکاملی و تربیتی، بندرعباس.
- [۹] تیرگر، زهرا و طاهری بجد، محمد علی وهاشمی، سید حسن. (۱۴۰۳). سیاست جنایی ایران در قبال پیشگیری رشد مدار در فضای مجازی: آموزه ها و راهکارها. نشریه حقوق و مطالعات سیاسی، دوره چهارم، شماره ۲.
- [۱۰] جعفری کلکان، مسلم. (۱۴۰۳). ارزیابی تاثیر استفاده از فناوری های نوین در ارتقای مهارت های اجتماعی و ارتباطی دانش آموزان ابتدایی. ماهنامه پایا شهر، دوره ششم، شماره ۷۲.
- [۱۱] حمیدی فرد، سرور و دشت بزرگی، زهرا و حافظی، فریبا. (۱۴۰۲). اثربخشی بازی درمانی مبتنی بر رویکرد شناختی رفتاری بر اضطراب اجتماعی و رفتارهای خودآسیب رسان در کودکان مبتلا به اختلال اتیسم نشریه روان پرستاری، دوره یازدهم، شماره ۳.
- [۱۲] حیدری، رقیه و جلیلی منفرد، فاطمه. (۱۴۰۴). فرصت ها و تهدیدهای فضای مجازی در امر تعلیم و تربیت، بیستمین کنفرانس ملی.
- [۱۳] خادمی، محمد و عابدی تراب، مجید و عابدی، سیروس و یاوریان، علی. (۱۴۰۳). بررسی تاثیر اضطراب اجتماعی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، اولین همایش بین المللی معلمان استعدادیاب و فرهنگ ساز در توسعه آموزش های فنی و حرفه ای و کاردانش در مسیر توسعه پایدار.
- [۱۴] خالصی نائینی، کوبک و منصوریان، حجت اله و عبدی زاد، شیمما. (۱۴۰۳). تاثیر ایجاد عزت نفس در دانش آموزان بر مهارت های اجتماعی آنها، دومین همایش بین المللی جامعه شناسی، علوم اجتماعی و آموزش و پرورش با رویکرد نگاهی به آینده، بوشهر.

- [۱۵] خدارحمی، سارا. (۱۴۰۲). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در بهبود حساسیت اضطرابی در افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی، دهمین کنفرانس بین المللی دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران.
- [۱۶] ذوقی، مریم؛ ترابیان، محبوبه؛ و آجیل چی، محمد. (۱۳۹۸). رابطه تمایز یافتگی خود با اضطراب اجتماعی با میانجی‌گری ذهن آگاهی در زنان چاق. مجله ایرانی سلامت زنان، ۲(۱۱۵)-۲۱۱۵-۱۲۴.
- [۱۷] رحمانی، جواد و دارایی، مهدیه و پوراصغر، مهدی (۱۴۰۳)، جذابیت جسمانی و مهارت‌های اجتماعی در نوجوانان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی و سالم: یک مطالعه پس رویدادی، اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی، علوم اجتماعی و علوم انسانی.
- [۱۸] ریاحی، زهره سادات. (۱۴۰۳). تاثیر فضای مجازی بر باورهای دینی دانش آموزان و راهکارهای مقابله با آن، سومین کنفرانس ملی تازه‌های روانشناسی تکاملی و تربیتی، بندرعباس.
- [۱۹] ریگی، سحر و ریگی، محسن. (۱۴۰۳). بررسی رابطه بین مهارت اجتماعی با اشتیاق و شایستگی تحصیلی دانش آموزان متوسطه دوم شهر خاش.
- [۲۰] سرحدی، مهدیه. (۱۴۰۲). واکاوی نقش میانجی اضطراب در ارتباط با مسئولیت پذیری اجتماعی و خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان در ایام کرونا، هشتمین همایش ملی پژوهش‌های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران، تهران.
- [۲۱] سلطانی، حلیا. (۱۴۰۴). تاثیر فضای مجازی بر بلوغ عاطفی و اضطراب اجتماعی در دختران نوجوان، بیست و یکمین همایش ملی پژوهش‌های مدیریت و علوم انسانی در ایران، تهران.
- [۲۲] عالی نسب، حسین و میرزایی، سکینه. (۱۴۰۳). بررسی کیفیت تدریس دبیران ادبیات فارسی پلدشت در فضای مجازی شاد از دیدگاه دانش آموزان متوسطه اول، اولین همایش بین المللی پیشروان تعلیم و تربیت، خرم آباد.
- [۲۳] عباس آبادی، مهشید و هوشمندی، حانیه و شهبابی زاده، فاطمه. (۱۴۰۰). نقش حساسیت اضطرابی مادر در پیش بینی اضطراب اجتماعی فرزندان دوره اول متوسطه، هفتمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، اجتماعی و سبک زندگی.
- [۲۴] عباس زاده، زینب و رضایی، فاطمه و عبدالله زاده، سکینه و محمد علی زاده، لیلا و احمدعلی دخت، صدیقه. (۱۴۰۴). چالش‌ها و راهکارهای توسعه مهارت‌های اجتماعی دانش آموزان در مدارس. فصلنامه تحقیقات راهبردی در تعلیم و آموزش و پرورش، دوره ۵، شماره ۴۴.
- [۲۵] عزآبادی، زهرا و بهجتی اردکانی، فاطمه و شیروی، الهه. (۱۴۰۳). اثربخشی بازی درمانی شناختی- رفتاری بر اضطراب اجتماعی و خودپنداشت تحصیلی دانش آموزان دارای لکنت زبان، فصلنامه روانشناسی افراد استثنایی، دوره چهاردهم، شماره ۵۳.
- [۲۶] عسکری، فاطمه. (۱۴۰۴). تاثیر مشاوره گروهی بر مهارت‌های اجتماعی دانش آموزان ابتدایی، نهمین کنفرانس بین المللی و دهمین کنفرانس ملی یافته‌های نوین در مدیریت، روان شناسی و حسابداری، تهران.
- [۲۷] قادری، سیامند، محمودی، فیروز، ادیب، یوسف، ایمان زاده، علی. (۱۴۰۲). بازنمایی فرایند شکل گیری مهارت‌های اجتماعی دانش آموزان دوره ابتدایی با محوریت برنامه درسی پنهان. دوره هفدهم، شماره ۶۲، صص ۳۳-۱۹.
- [۲۸] قاسم نژاد، زینب. (۱۴۰۳). اثربخشی مداخله شناختی- رفتاری بر ارتقای سلامت روانی و کاهش اضطراب اجتماعی در مادران کودکان مبتلا به اختلال یادگیری، هفتمین کنگره ملی در علوم انسانی، تهران.
- [۲۹] قاسمی، رقیه و سیفی، آیسان و فرازمنده، الهه و علیزاده، مریم. (۱۴۰۳). بررسی تاثیر استفاده از اسناد الکترونیکی و فضای مجازی در فرایند تدریس و نقش سبک‌های یادگیری بر افزایش کنجکاوی و پرسشگری در دانش آموزان، سومین کنفرانس بین المللی پژوهش‌های مدیریت، تعلیم و تربیت در آموزش و پرورش، تهران.

بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی و مهارت های اجتماعی با نقش میانجی گرایش به فضای مجازی در دانش آموزان دختر متوسط دوم شهر فسا

- [30] Beidel, D. C., Tuerk, P. W., Spitalnick, J., Bowers, C. A., & Morrison, K. (2021). Treating childhood social anxiety disorder with virtual environments and serious games: A randomized trial. *Behavior Therapy*, 52(6), 1351–1363.
- [31] Borghard, E. D., & Lonergan, S. W. (2023). Deterrence by denial in cyberspace. *Journal of Strategic Studies*, 46(3), 534–569.
- [32] Boulianne, S. (2020). Twenty years of digital media effects on civic and political participation. *Communication Research*, 47(7), 947–966.
- [33] Caponnetto, P., Triscari, S., Maglia, M., & Quattropiani, M. C. (2021). The simulation game—Virtual reality therapy for the treatment of social anxiety disorder: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 13209.
- [34] Chen, J., Hu, J., Zhang, K., Zeng, X., Ma, Y., Lu, W.,... & Wang, G. (2024). Virtual reality enhances the social skills of children with autism spectrum disorder: A review. *Interactive Learning Environments*, 32(5), 2321–2342.
- [35] Chen, M., Claramunt, C., Çöltekin, A., Liu, X., Peng, P., Robinson, A. C.,... & Lü, G. (2023). Artificial intelligence and visual analytics in geographical space and cyberspace: Research opportunities and challenges. *Earth-Science Reviews*, 241, 104438.
- [36] Fletcher, R., & Nielsen, R. K. (2018). Are people incidentally exposed to news on social
- [37] Hermit, A. (2024). The relationship between virtual space tendency and anxiety among university students. [Journal name], [Volume(Issue)], [Page range].
- [38] Hollis, D. (2021). A brief primer on international law and cyberspace. Carnegie Endowment for International Peace. <https://carnegieendowment.org>
- [39] Islam, M. M. (2025). Impact of social media in political participation (2010–2020): A study on students of public universities of Bangladesh (Doctoral dissertation). University of Dhaka.
- [40] Kahne, J., & Bowyer, B. (2018). Can media literacy education increase digital engagement in politics? *Learning, Media and Technology*, 43(4), 346–362.
- [41] Kalsnes, B., & Larsson, A. O. (2022). Political communication. In K. Röttger & F. Zöllner (Eds.), *Research handbook on strategic communication* (pp. 290–300). Edward Elgar Publishing.
- [42] Ke, F., Moon, J., & Sokolij, Z. (2022). Virtual reality–based social skills training for children with autism spectrum disorder. *Journal of Special Education Technology*, 37(1), 49–62.
- [43] Koyuncu, A., İnce, E., Ertekin, E., & Tükel, R. (2019). Comorbidity in social anxiety disorder: Diagnostic and therapeutic challenges. *Drugs in Context*, 8, 212573.
- [44] Odukale, B. O. (2024). Online political participation among younger generations: A case study of the Nigerian presidential election (Master's thesis). Clemson University.
- [45] Ohannessian, C. M. (2018). Video game play and anxiety during late adolescence: The moderating effects of gender and social context. *Journal of Affective Disorders*, 226, 216–219.
- [46] Park, J. H., Han, D. H., Kim, B. N., Cheong, J. H., & Lee, Y. S. (2016). Correlations among social anxiety, self-esteem, impulsivity, and game genre in patients with problematic online game playing. *Psychiatry Investigation*, 13(3), 297–304.
- [47] Paul, O., Chaudhuri, A., Banerjee, U., & Paul, K. K. (2022). A study to assess the impact of gender and psychiatric distress on coping responses and the levels of anxiety, depression, and suicidal ideation in undergraduate medical students. *Journal of the Scientific Society*, 49(2), 59–64.