



A Phenomenological Study of the Lived Experiences of Gifted High School Students with Internet Addiction

Journal of Rehabilitation
Counseling

2026, Vol 1(4): 242-254

Jmr.uok.ac.ir

Negin Shah Hosseini ^{1&*}
Rasoul Heshmati ²

Abstract

Background and Objective: Nowadays, internet addiction is one of the most significant issues in the digital life of the new generation. The present study was conducted with the aim of identifying the lived experiences of high school gifted students with internet addiction.

Method: This study was conducted using a qualitative approach and phenomenological method. Sampling was purposive, carried out among male students with internet addiction during the 2024-2025 academic year in the city of. To achieve theoretical saturation, in-depth, semi-structured interviews were conducted with 11 of them. Individuals with internet addiction were identified using Young's Internet Addiction Test. Data were analyzed using Colaizzi thematic analysis.

Findings: The findings led to the extraction of 5 main themes and 18 sub-themes. The main themes included: Escape from cultural, social constraints and lack of welfare facilities; Generational gap and intra-family tensions; Psychological impacts; Dependency; and Experiencing academic decline. Among the most important sub-themes were the conflict between the adolescent's traditional identity at home and digital identity, parents' inability to understand the digital world, experience of modern life, low academic self-efficacy, inability to concentrate, and feeling of emotional Tabriz abandonment in the absence of the digital space.

Conclusion: The findings of this study showed that internet addiction in students is largely a reaction to cultural pressures, lack of recreational facilities, weaknesses in family communication, and an inability to manage emotions. Therefore, designing educational and counseling interventions in schools, enhancing digital literacy in families, and providing alternative spaces for adolescents' emotional release can play an effective role in preventing and reducing dependency on the virtual space.

Keywords: Internet Addiction, Lived Experience, Gifted Students

Received: 2025.12.08

Revised: 2026.02.04

Accepted: 2026.02.06

Citation: Shah Hosseini, N., & Heshmati, R. (2026). A Phenomenological Study of the Lived Experiences of Gifted High School Students with Internet Addiction. *Journal of Rehabilitation Counseling*, 1 (4), 242-254.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

¹ **Corresponding Author:** M.A Candidate of General psychology, Department of psychology, Faculty of Education sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran. Email: shahhosseininegin@gmail.com

² **Professor in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran**



نشریه مشاوره توانبخشی
سال اول / شماره ۴ / زمستان ۱۴۰۴
شماره صفحات: ۲۵۴-۲۴۲
Jmr.uok.ac.ir

فهم تجربه زیسته دانش‌آموزان دبیرستانی تیزهوش دارای تجربه اعتیاد به اینترنت با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی

نگین شاه حسینی^{۱*}
رسول حشمتی^۲

چکیده

زمینه و هدف: امروزه اعتیاد به اینترنت یکی از مهم‌ترین مسائل در زیست دیجیتال نسل جدید است. پژوهش حاضر، با هدف شناسایی تجارب زیسته دانش‌آموزان تیزهوش مقطع متوسطه دوم دارای اعتیاد به اینترنت انجام شد.

روش: این پژوهش با رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی انجام شده است. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند از میان دانش‌آموزان پسر دارای اعتیاد به اینترنت در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ در شهر تبریز انجام گرفت. برای رسیدن به اشباع نظری، با ۱۱ نفر از آنان مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختاریافته صورت گرفت. شناسایی افراد دارای اعتیاد به اینترنت با استفاده از پرسش‌نامه یانگ انجام شد. همچنین داده‌ها با روش تحلیل مضمون از نوع کلایزی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: یافته‌ها منجر به استخراج ۵ مضمون اصلی و ۱۸ مضمون فرعی شدند. مضامین اصلی شامل: گریز از محدودیت‌های فرهنگی، اجتماعی و امکانات رفاهی، شکاف نسلی و تنش‌های درون خانوادگی، تأثیرات روانی، وابستگی و تجربه افت تحصیلی بودند. از مهم‌ترین مضامین فرعی می‌توان به تقابل میان هویت سنتی نوجوان در خانه و هویت دیجیتال، ناتوانی والدین در درک دنیای دیجیتال، تجربه زندگی مدرن، خودکارآمدی تحصیلی پایین، ناتوانی در تمرکز و احساس رهاشدگی عاطفی در غیاب فضای دیجیتال اشاره کرد.

نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش نشان داد که اعتیاد به اینترنت در دانش‌آموزان بیشتر واکنشی به فشارهای فرهنگی، نبود امکانات تفریحی، ضعف در ارتباطات خانوادگی و ناتوانی در مدیریت احساسات است. بنابراین، طراحی مداخلات آموزشی و مشاوره‌ای در مدارس، تقویت سواد دیجیتال در خانواده‌ها و فراهم کردن فضاهای جایگزین برای تخلیه هیجانی نوجوانان می‌تواند نقش مؤثری در پیشگیری و کاهش وابستگی به فضای مجازی ایفا کند.

کلید واژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، تجربه زیسته، دانش‌آموزان تیزهوش

پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۱۷

اصلاح: ۱۴۰۴/۱۱/۱۵

دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۱۷

ارجاع: شاه‌حسینی، ن. و حشمتی، ر. (۱۴۰۴). فهم تجربه زیسته دانش‌آموزان دبیرستانی تیزهوش دارای تجربه اعتیاد به اینترنت با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی. *فصلنامه مشاوره توانبخشی*، ۱(۴)، ۲۵۴-۲۴۲.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

^۱. نویسنده مسئول: دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز،

ایران. ایمیل: shahhosseininegin@gmail.com

^۲. استاد تمام روان‌شناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

۱. مقدمه

در عصر ارتباطات، اینترنت بخشی اساسی از زندگی شده است و فرصت‌هایی برای یادگیری، سرگرمی و پیشرفت فراهم می‌کند، اما اعتیاد به آن به‌عنوان یک آسیب روانی در حال گسترش است و چالشی جهانی، به‌ویژه برای نوجوانان به شمار می‌رود (مارین^۱ و همکاران، ۲۰۲۴). اعتیاد به اینترنت^۲ به استفاده افراطی، وسواسی و غیرقابل کنترل از اینترنت اطلاق می‌شود؛ که منجر به اختلال در فعالیت‌های روزمره، روابط اجتماعی، عملکرد تحصیلی و سلامت روان می‌گردد؛ نشانه‌های اصلی آن شامل صرف زمان زیاد، ناتوانی در کنترل، بی‌قراری هنگام عدم دسترسی و غفلت از مسئولیت‌ها است (لبنی^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). شیوع جهانی این اختلال پیش از پاندمی کووید-۱۹ بین ۶ تا ۱۴ درصد بود، اما با افزایش استفاده از فضای مجازی، به‌طور چشمگیری افزایش یافت (چنگ^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). در ایران نیز شیوع آن در میان جوانان تا ۳۱/۵ درصد گزارش شده است (سالاروند^۵ و همکاران، ۲۰۲۲) و در برخی جوامع پژوهشی حدود ۲۵ درصد بوده است (شکری^۶ و همکاران، ۲۰۲۴). دانش‌آموزان، به‌دلیل هیجانات ناپایدار، نیاز به استقلال، فشارهای تحصیلی و دسترسی آسان به ابزارهای دیجیتال، گروهی بسیار آسیب‌پذیر هستند (کوچرووا^۷ و همکاران، ۲۰۲۴). پیامدهای منفی این اعتیاد شامل افت تحصیلی، کاهش تمرکز، انزوای اجتماعی، پرخاشگری، اختلالات خواب و مشکلات جسمانی مانند دردهای عضلانی و کاهش فعالیت‌های بدنی است که رشد روانی-اجتماعی آنان را تهدید می‌کند (ستکو^۸ و همکاران، ۲۰۲۴؛ خدکا^۹، ۲۰۲۵؛ زویده^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۴).

با وجود اهمیت روزافزون این پدیده، اغلب پژوهش‌های انجام شده در ایران و سایر کشورها رویکردی کمی داشته‌اند و کمتر به کاوش‌های کیفی با تمرکز بر تجربه زیسته پرداخته‌اند. در مرور مطالعات داخلی، تاکنون تنها پژوهش‌های ترابیان و همکاران (۱۴۰۲) به روش پدیدارشناسی با مشارکت ۳۹ دانش‌آموز دختر و پسر دبیرستانی در شهر تهران انجام شده است. این پژوهش به شناسایی هفت مقوله اصلی انجامید: (۱) علائم روان‌شناختی، (۲) علائم رفتاری، (۳) مشکلات جسمانی، (۴) آسیب‌های روان‌شناختی، (۵) مشکلات تحصیلی، (۶) تعارضات بین فردی و (۷) تغییر نگرش‌ها و ارزش‌ها. همچنین در پژوهشی دیگر که توسط پاشایی و همکاران (۱۳۸۷) با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی انجام شد، از طریق مصاحبه با ۱۲ جوان ۱۸ تا ۳۰ ساله (نه دانش‌آموزان دبیرستانی) دارای اعتیاد به اینترنت در شهر اصفهان، چهار مضمون اصلی شناسایی شد: (۱) دنیای اینترنت به‌عنوان ایده‌ای مجازی برای جوانان، (۲) اینترنت و تغییر در سبک زندگی، (۳) اینترنت به‌مثابه حصار برای تنهایی و (۴) اینترنت و تغییر در وضعیت جسمی-روانی. همچنین در بررسی مطالعات انجام شده در خارج از کشور، در پژوهشی راخماواتی و همکاران^{۱۱} (۲۰۲۱) با رویکرد کیفی و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با ۹ نوجوان پسر ۱۵ تا ۱۷ ساله در اندونزی، چهار مضمون اصلی استخراج کردند: (۱) دلایل اعتیاد به اینترنت (تأثیر همسالان، تنهایی، فشارهای خانوادگی و تشدید در دوران کووید-۱۹)، (۲) نیازهای اجتماعی برآورده نشده بدون اینترنت (احساس ناقص بودن و اضطراب شدید در نبود دسترسی)، (۳) اثرات اعتیاد به اینترنت (اختلال در خواب، غذا، بهداشت، روابط خانوادگی و تحصیلی، همراه با علائم جسمی مانند سردرد، درد چشم و خستگی مزمن) و (۴) خودکنترلی بر استفاده از اینترنت (تشکیل روابط واقعی، فعالیت‌های جایگزین مانند ورزش و کنترل مستقیم زمان و برنامه‌ها).

با توجه به این که تعمیم مطالعات کیفی به سایر فرهنگ‌ها مرسوم نبوده و یافته‌ها بایستی در بستر فرهنگی خاص و با مشارکت افراد واقعی همان جامعه، مورد بررسی قرار گیرد و تنها این نوع مطالعات می‌توانند تجربه‌ها، احساسات، نیازها، معانی ذهنی عمیق و پیچیده‌ای را که نوجوانان درگیر به اینترنت با آن مواجه‌اند، به‌طور کامل و دقیق درک کنند؛ فهم عمیق این پدیده به ما کمک می‌کند تا ریشه‌های روانی و رفتاری این اعتیاد را در بافتار فرهنگی بومی شناسایی کرده و با پر کردن خلأهای موجود، زمینه ارائه راهکارهایی مؤثرتر برای پیشگیری و درمان را فراهم سازیم. در همین راستا، هدف پژوهش حاضر، کشف و توصیف تجارب زیسته دانش‌آموزان دبیرستانی دارای اعتیاد به اینترنت در شهر تبریز با استفاده از رویکرد پدیدارشناسی است. یافته‌های این پژوهش می‌تواند به طراحی مداخلات روان‌شناختی، تدوین برنامه‌های آموزشی برای مدارس و راهنمایی والدین و سیاست‌گذاران آموزشی در مواجهه مؤثر با این پدیده نوظهور کمک کند.

¹ Marin

² Internet Addiction

³ lebni

⁴ Cheng

⁵ Salarvand

⁶ Shokri

⁷ Kocherova

⁸ Setko

⁹ Khadka

¹⁰ Zewude

¹¹ Rakhmawati

۲. روش

این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش پدیدارشناسی انجام شده است. جامعه پژوهش را دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم دارای اعتیاد به اینترنت در شهر تبریز، در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ تشکیل دادند. غربالگری با مراجعه به یک مدرسه تیزهوشان پسرانه و ارتباط با مشاوران انجام شد. در این پژوهش، دانش‌آموزان تیزهوش به افرادی اطلاق می‌شود که براساس آیین‌نامه اجرایی سازمان ملی پرورش استعدادها درخشان (سمپاد)، از طریق آزمون ورودی متمرکز کشوری پذیرفته شده‌اند.^۱ بنابراین، تحصیل در این مدرسه معادل برخورداری از معیارهای رسمی تیزهوشی سمپاد است، هرچند پذیرش بر پایه استعداد تحصیلی و تحلیلی سنجیده می‌شود، نه صرفاً آزمون هوش کلی مانند وکسلر، اما ظرفیت محدود این مدارس و شرط امتیاز بالا مانع ورود افراد بدون معیارهای اولیه می‌گردد. این تعریف عملیاتی با مدل‌های رایج تیزهوشی در ایران همخوانی دارد.

روش نمونه‌گیری هدفمند بود و نحوه تعیین تعداد نمونه آماری براساس دستیابی به اشباع نظری صورت گرفت. حجم نمونه ۱۱ نفر بود. معیارهای انتخاب آزمودنی‌ها عبارت بودند از: (۱) دانش‌آموزان دارای اعتیاد به اینترنت (شناسایی شده با پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ با نمره بالاتر از ۸۰)، (۲) تحصیل در مقطع متوسطه دوم، (۳) پسر بودن، (۴) سکونت در شهر تبریز. معیارهای حذف عبارت بود از: عدم تمایل به همکاری در انجام مصاحبه.

۲-۱. ابزارها

۲-۱-۱. پرسش‌نامه اعتیاد/اینترنتی^۲ یانگ^۳ (IAT)

آزمون اعتیاد به اینترنت توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ طراحی شده است. این ابزار به‌عنوان روشی قابل اعتماد برای سنجش میزان وابستگی افراد به اینترنت یا کار با کامپیوتر شناخته می‌شود. پرسش‌نامه شامل ۲۰ سؤال است که هر کدام در مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (از ۱ تا ۵) نمره‌گذاری می‌شوند، نمره به‌دست آمده نمره کلی پرسش‌نامه بوده و دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ را دارد و به این شرح تفسیر می‌شود: ۲۰-۴۹ (عدم اعتیاد به اینترنت)، ۵۰-۷۹ (در معرض اعتیاد به اینترنت)، ۸۰-۱۰۰ (اعتیاد به اینترنت)؛ هرچه این نمره بالاتر باشد، بیانگر اعتیاد بالاتر فرد به اینترنت خواهد بود و برعکس. در مطالعه اصلی یانگ، اعتبار درونی این پرسش‌نامه بالاتر از ۰/۹۲ گزارش شده و همچنین روش بازآزمایی آن نیز اعتبار قابل توجهی داشته است. عسگری و مرعشیان (۱۳۸۸) برای تعیین پایایی این پرسش‌نامه، از ضریب آلفای کرونباخ و ضریب تصنیف استفاده کردند، که هر دو برابر با ۰/۹۷ گزارش شده‌اند. در پژوهش عقابایی (۱۳۹۷) هم ضریب آلفای کرونباخ به منظور اندازه‌گیری ثبات درونی این آزمون برابر با ۰/۹۲ به‌دست آمده است. همچنین روایی پرسش‌نامه مذکور توسط ویدیانتو و موران^۴ (۲۰۰۴) بسیار بالا ذکر شده و علاوه بر آن علوی و همکاران (۱۳۸۹) ویژگی‌های روان‌سنجی این آزمون را مورد بررسی قرار داده و نتیجه گرفتند می‌تواند به‌طور قابل قبولی خصیصه‌های اعتیاد اینترنتی را مورد اندازه‌گیری قرار دهد.

هرچند پژوهش حاضر رویکرد کیفی پدیدارشناختی دارد و تمرکز اصلی بر تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان است، استفاده از پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ صرفاً در مرحله غربالگری اولیه برای شناسایی افراد واجد شرایط (نمره ≤ 80) انجام شد. این رویکرد با منطق پژوهش‌های ترکیبی پدیدارشناختی^۵ همخوانی دارد؛ که ابزارهای کمی را برای غربالگری یا انتخاب هدفمند شرکت‌کنندگان به کار می‌برند تا عمق و تمرکز کیفی حفظ شود (مایوچ و آنوئگبوزی^۶، ۲۰۱۵). از منظر فلسفی، پدیدارشناسی در روش انعطاف‌پذیر است و اجازه می‌دهد ابزارهای کمی به‌عنوان فیلتر اولیه عمل کنند؛ این امر از ورود موارد حاشیه‌ای جلوگیری کرده و غنای توصیف‌های پدیدارشناختی را افزایش می‌دهد (مارتینی^۷ و همکاران، ۲۰۲۱).

۲-۱-۲. مصاحبه

قبل از اجرای مصاحبه‌های اصلی، سوالات پیشنهادی توسط یک متخصص پدیدارشناسی و پژوهش کیفی بررسی و تأیید شد. سپس به صورت مقدماتی بر روی دو دانش‌آموز مشابه که در نمونه نهایی نبودند، اجرا گردید و براساس بازخورد نهایی شد.

^۱ <https://sampad.gov.ir>

^۲ Internet Addiction Test

^۳ Young

^۴ Widyanto & Murran

^۵ Mixed Methods Phenomenological Research - MPMR

^۶ Mayoh & Onwuegbuzie

^۷ Martiny

مصاحبه‌ها نیمه‌ساختاریافته بودند و پس از سؤالات جمعیت‌شناسی، با چهار سؤال اصلی باز «چه و چگونه» آغاز می‌شدند تا تجربه زیسته پدیده اعتیاد به اینترنت را به‌طور عمیق کاوش کنند: (۱) اولین تجربه شما از اینترنت چگونه بود؟ (۲) چه عواملی باعث شد که استفاده شما از اینترنت به مرور زمان بیشتر و مکرر شود؟ (۳) هنگام قطع یا محدودیت استفاده از اینترنت، چه چیزهایی برایتان سخت‌ترین بخش است؟ (۴) استفاده طولانی‌مدت از اینترنت چه تأثیراتی بر وضعیت روانی، جسمی، خانوادگی و تحصیلی روزمره شما گذاشته است؟

در طول مصاحبه، براساس پاسخ‌ها از سؤالات پیگیری^۱، مانند «می‌توانید بیشتر توضیح دهید؟»، «این تجربه چه احساسی در شما ایجاد کرد؟» یا «مثالی بزنید» استفاده شد تا عمق و غنای توصیف‌های پدیدارشناختی افزایش یابد. هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۹۰ دقیقه طول کشید و این زمان اجازه داد تا شرکت‌کنندگان تجربیات خود را به‌طور آزاد و بدون محدودیت بیان کنند.

۲-۲. شیوه اجرای پژوهش

نمونه‌ها در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ و از طریق مراجعه به یک مدرسه تیزهوشان پسرانه تبریز و از طریق ارتباط با مشاوران و غربالگری دانش‌آموزان با استفاده از پرسش‌نامه اعتیاد اینترنتی یانگ (۱۹۸۸) در این مرکز شناسایی شدند. در این راستا ۱۱ دانش‌آموز مطابق دستورالعمل یانگ، که نمره بالاتر از عدد ۸۰ کسب کردند و تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، معرفی شدند. مصاحبه‌ها با حضور تنها یک پاسخ‌دهنده، در مرکز مشاوره مدرسه انجام گرفت، قبل از مصاحبه از دانش‌آموزان و والدین اجازه ضبط مکالمات به‌صورت کتبی گرفته شد و برای هر فرد توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش داده شد. پس از مصاحبه‌های اولیه براساس منطق نمونه‌گیری هدفمند مصاحبه‌شونده بعدی انتخاب شد. بعد از مصاحبه عمیق و نیمه‌ساختاریافته با ۱۱ نفر، مضامین تقریباً تکراری و اشباع نظری حاصل گردید.

۲-۳. شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تحلیل و تفسیر داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها از نرم‌افزار MAXQDA 20 و روش هفت مرحله‌ای کلایزی به شرح ذیل استفاده شد: (۱) تمامی مکالمات ضبط شده به‌صورت مکتوب نوشته شد و متن تمام مصاحبه‌ها برای دستیابی به مفهوم کلی مورد مطالعه قرار گرفت. (۲) عبارات مهم و معنادار در هر مصاحبه استخراج شد. (۳) هریک از عبارات در یک واحد معنایی قرار گرفت. (۴) واحد معنایی براساس تشابه دسته‌بندی و مضامینی بیرون کشیده شد. (۵) توضیحاتی برای هریک از مضامین نوشته شد. (۶) مضامین بنیادی به شکل ساختاری درآمدند. (۷) سرانجام برای اعتبارسنجی، به هریک از مصاحبه‌کنندگان مراجعه شد و در مورد یافته‌ها از آن‌ها سؤالاتی پرسیده و مصاحبه مجدد انجام گرفت. در نهایت برای اعتبار بیشتر از دو ارزیاب خارجی که هیچ ارتباط مشخصی با تحقیق نداشتند استفاده شد و ضریب توافق دو ارزیاب براساس آلفای کریپندورف^۲ ۰/۷۹ بود که نشان داد مضامین از پایایی قابل قبول برخوردار است. بدین صورت که تمام متن‌های مصاحبه در اختیار دو ارزیاب قرار گرفت و بدون اطلاع از کدگذاری‌های انجام‌شده، به نتایج تقریباً واحدی رسیدند.

۳. یافته‌ها

توصیف جمعیت‌شناختی: مشارکت‌کنندگان این پژوهش دارای بازه سنی ۱۶ تا ۱۸ سالگی با میانگین سنی ۱۶/۶ و سطح تحصیلات زیر دیپلم بودند. در جدول ۱ اطلاعات دقیق‌تری از مشارکت‌کنندگان این پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

شماره مشارکت‌کنندگان	سن	پایه تحصیلی
۱	۱۶	پایه دهم
۲	۱۷	پایه یازدهم
۳	۱۸	پایه دوازدهم
۴	۱۷	پایه یازدهم
۵	۱۶	پایه دهم
۶	۱۶	پایه دهم
۷	۱۷	پایه یازدهم
۸	۱۶	پایه دهم

¹ probing questions

² Krippendorff

پایه یازدهم	۱۷	۹
پایه یازدهم	۱۷	۱۰
پایه دهم	۱۶	۱۱

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش کلایزی شامل ۵ مضمون اصلی و ۱۸ مضمون فرعی شدند. به علت حفظ جنبه رازداری و ملاحظات اخلاقی، به جای اسم شرکت‌کنندگان از کد عددی استفاده شد.

جدول ۲. نتایج تحلیل پدیدار شناختی دانش آموزان دارای اعتیاد به اینترنت

مضامین اصلی	مضامین فرعی	کدهای اولیه
گریز از محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی، رفاهی	تجربه آزادی در فضای مجازی استفاده از اینترنت برای عبور از خط قرمزهای عرفی تجربه زندگی مدرن نبود سرگرمی و مکان‌های تفریحی و امکانات	آزادانه عمل کردن، رهایی از کنترل والدین دسترسی به محتوای ممنوع، تجربه محتوی آزاد الگوگیری از سایر فرهنگ‌ها، احساس همگام با جهان کمبود امکانات، محدودیت در سرگرمی‌های بیرون سؤتفاهم درباره اینترنت، محدود کردن بدون آگاهی فقدان گفتگو، انزوا و احساس تنهایی در خانواده
تأثیرات روانی	تقابل هویت نوجوانان سنتی در خانه و هویت دیجیتال مقایسه اجتماعی خود با نوجوانان سایر فرهنگ‌ها احساس حقارت احساس گناه	دوگانگی هویتی، تعارض هویتی، ناسازگاری نقش‌ها مقایسه پایین به بالا، فاصله فرهنگی سرزنش خود، خودکم‌بینی شرم از رفتار خود، حس مقصر بودن تنهایی عاطفی، فقدان حمایت
وابستگی	تجربه ره‌اشدگی عاطفی در غیاب فضای دیجیتال درک آسیب‌های اعتیاد به اینترنت ولی ناتوان از ترک فقدان همدلی توسط معلمان و خانواده تجربه اضطراب و بی‌قراری در نبود اینترنت جایگزینی اینترنت به عنوان پناهگاه عاطفی	آگاهی از ضرر، ناتوانی در کنترل عدم حمایت عاطفی، سرزنش بدون درک استرس ناشی از قطع اینترنت فرار از استرس، جستجوی حمایت مجازی
تجربه افت تحصیلی	ناتوانی در توجه فشار معلمان و خانواده برای موفقیت تحصیلی در کنکور	حواس‌پرتی، اختلال در توجه توقعات بالا، فشار روانی ناامیدی از موفقیت، احساس شکست
خودکارآمدی تحصیلی پایین		

نخستین مضمون اصلی، «گریز از محدودیت‌های فرهنگی، اجتماعی و رفاهی» بود. این مضمون نشان داد که دانش‌آموزان با پناه بردن به فضای مجازی، تلاش می‌کردند که از فشارها، نظارت‌ها و کمبودهای محیط واقعی فاصله بگیرند و نوعی آزادی و تجربه متفاوت از زندگی روزمره را برای خود رقم بزنند. اولین مضمون فرعی، «تجربه آزادی در فضای مجازی» بود. فضای مجازی برای بسیاری از آن‌ها جایی برای رهایی از کنترل والدین، مدرسه و هنجارهای اجتماعی تلقی می‌شد؛ محیطی که در آن می‌توانستند بدون ترس از قضاوت یا محدودیت، خود دلخواهشان باشند. مصاحبه‌کننده شماره ۵ در این باره گفت: «*تو اینستا هر کاری بخوام می‌کنم، نه کسی می‌پرسه کجایی؟، نه کسی گیر می‌ده چرا این پستو گذاشتی؟*». مضمون فرعی دوم، «استفاده از اینترنت برای عبور از خط قرمزهای عرفی» بود. دانش‌آموزان از اینترنت برای دسترسی به اطلاعات یا تجربیاتی استفاده می‌کردند که در دنیای واقعی به دلایل فرهنگی و عرفی ممنوع یا محدود بود. مصاحبه‌کننده شماره ۱۱ در این باره گفت: «*تو گوگل همه چی هست، چیزایی که روم نمی‌شه از کسی ببرسم رو اونجا راحت پیدا می‌کنم*». مضمون فرعی سوم، «تجربه زندگی مدرن» بود. مواجهه مداوم با سبک زندگی افراد در شبکه‌های اجتماعی باعث شده بود آن‌ها احساس کنند بخشی از دنیای مدرن هستند، حتی اگر در واقعیت فاصله زیادی با آن داشته باشند. مصاحبه‌شونده شماره ۳ گفت: «*وقتی بلاگرها رو می‌بینم، انگار منم باهاشون تو همون خونه‌های قشنگ و شهرای قشنگم*». مضمون فرعی چهارم، «نبود سرگرمی، مکان تفریحی و امکانات» بود. کمبود فضاهای سرگرم‌کننده و امکانات رفاهی در زندگی واقعی باعث شده بود اینترنت به تنها راهکار برای پر کردن اوقات فراغت و فرار از یکنواختی تبدیل شود. مصاحبه‌کننده شماره ۶ در این باره گفت «*اینجا امکانات درست حسابی نیست اصلا، اگه اینترنت نباشه فقط باید بشینی یه گوشه زل بزنی به دیوار*».

دومین مضمون اصلی، «شکاف نسلی و تنش‌های درون خانواده» بود. این مضمون بیانگر آن بود که فاصله میان نسل نوجوان با والدین، به‌ویژه در زمینه درک و تعامل با فناوری‌های نوین، منجر به بروز تعارض‌ها و سوء تفاهم‌هایی در فضای خانوادگی شده است که تأثیر مستقیم بر تجربه زیسته نوجوانان در استفاده از اینترنت دارد. مضمون فرعی پنجم، «ناتوانی والدین در درک دنیای دیجیتال» بود. مشارکت‌کنندگان اظهار داشتند که والدین اغلب درک روشنی از کارکردها و قابلیت‌های فضای مجازی ندارند و نگاه آن‌ها نسبت به اینترنت عمدتاً منفی، کنترلی و گاه تهدیدآمیز است؛ مسئله‌ای که موجب بروز احساس عدم درک متقابل و کاهش اعتماد میان نسل‌ها می‌شود. مصاحبه‌شونده شماره ۴ در این رابطه بیان کرد: «مادرم فکر می‌کنه هرکسی که گوشی دستشه، معتاد اینترنت شده. اصلاً متوجه نیستن که زندگی ما با فضای مجازی عجین شده». مضمون فرعی ششم، «فقدان روابط اجتماعی و بین‌فردی در خانواده» بود. شرکت‌کنندگان به نبود تعاملات مؤثر، گفت‌وگوی سازنده و روابط عاطفی درون خانواده اشاره داشتند و فضای مجازی را جایگزینی برای خلأهای ارتباطی موجود در محیط خانواده تلقی می‌کردند. مصاحبه‌شونده شماره ۹ در این زمینه اظهار داشت: «تو خونه هیچ‌کس با دیگری صحبت نمی‌کنه، هر کسی تو دنیای خودش غرقه. ولی تو اینترنت حداقل کسی هست که بشه باهش حرف زد یا حرف‌هاش رو شنید».

سومین مضمون اصلی، «تأثیرات روانی» بود. این مضمون نشان‌دهنده تأثیرات عمیق و چندلایه استفاده مستمر از فضای مجازی بر هویت‌یابی و وضعیت عاطفی نوجوانان است؛ بسیاری از آنان با دگرگونی ادراک خود، احساسات متعارض و ناپایداری هیجانی مواجه بودند. مضمون فرعی هفتم، «تقابل هویت سنتی خانوادگی با هویت دیجیتال» بود. شرکت‌کنندگان در خانه مجبور به رعایت هنجارهای سنتی بودند، اما در فضای مجازی هویتی آزادتر و مستقل تجربه می‌کردند. مصاحبه‌کننده شماره ۱ گفت: «تو خونه باید به جور خاص باشم که اونا دوست دارن، ولی تو فضای مجازی خودم، بدون نقاب». مضمون فرعی هشتم، «مقایسه اجتماعی خود با نوجوانان سایر فرهنگ‌ها» بود. مشاهده سبک زندگی دیگران در جوامع دیگر اغلب منجر به نارضایتی و ناکامی می‌شد. مصاحبه‌کننده شماره ۲ اظهار داشت: «وقتی زندگی بچه‌های خارجی رو می‌بینم، با خودم می‌گم چرا من این‌جوری‌ام؟ چرا اونا انقدر راحت ولی ما انقدر محدودیم؟» مضمون فرعی نهم، «احساس حقارت» بود. مقایسه با تصاویر موفقیت، زیبایی یا رفاه دیگران در فضای مجازی باعث کاهش عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس می‌شد. مصاحبه‌کننده شماره ۳ اظهار کرد: «تو اینستا همه خوشگل و پولدارن، بعد آدم خودشو می‌بینی، حالش بد می‌شه». مضمون فرعی دهم، «احساس گناه» بود. وابستگی شدید به اینترنت، به‌ویژه همراه با افت تحصیلی یا نارضایتی والدین، عذاب وجدان ایجاد می‌کرد. مصاحبه‌کننده شماره ۹ عنوان کرد: «گاهی خودم می‌فهمم زیادی پای گوشی‌ام، بعدش عذاب وجدان می‌گیرم که چرا وقتمو تلف کردم». مضمون فرعی یازدهم، «تجربه ره‌اندگی عاطفی در غیاب فضای دیجیتال» بود. بدون دسترسی به اینترنت، نوجوانان احساس تنهایی، پوچی و بی‌معنایی می‌کردند؛ فضای مجازی تنها پناهگاه عاطفی‌شان بود. مصاحبه‌کننده شماره ۷ بیان کرد: «وقتی نت قطع می‌شه انگار از همه‌جا کنده می‌شم، حس می‌کنم هیچ‌کس دورم نیست، و منم هیچ‌جا نیستم».

چهارمین مضمون اصلی، «وابستگی» بود. این مضمون به تجربه وابستگی روانی، عاطفی و رفتاری نوجوانان نسبت به فضای مجازی اشاره داشت؛ وابستگی‌ای که اگرچه با آگاهی از آسیب‌های آن همراه بود، اما در نبود حمایت محیطی و جایگزین‌های مناسب، به مرور تشدید شده بود و جنبه‌های مختلف زندگی نوجوانان را تحت تأثیر قرار داده بود. مضمون فرعی دوازدهم، «درک آسیب‌های اعتیاد به اینترنت، اما ناتوانی در ترک آن» بود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که از پیامدهای منفی استفاده افراطی از اینترنت، مانند افت تحصیلی، اختلال در خواب یا کاهش روابط واقعی آگاه‌اند، اما به دلیل وابستگی روانی یا نبود راهکار عملی، قادر به ترک یا کنترل آن نیستند. مصاحبه‌کننده شماره ۵ در این باره گفت: «خودمم می‌دونم زیاد تو گوشی‌ام، می‌فهمم ضرر داره، ولی نمی‌تونم بنارمش کنار». مضمون فرعی سیزدهم، «فقدان همدلی از سوی معلمان و خانواده» بود. شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که در مواجهه با وابستگی‌شان به فضای مجازی، بیشتر مورد سرزنش و انتقاد قرار گرفته‌اند تا درک و حمایت. این رویکرد نه تنها کمکی به بهبود وضعیت نکرده، بلکه احساس طرد و بی‌پناهی را در آن‌ها تقویت کرده است. مصاحبه‌کننده شماره ۴ در این زمینه اظهار داشت: «فقط دعوا می‌کنن که چرا همش آنلاینی، هیچ‌کس نمی‌پرسه چه‌جوری می‌شه کمک کرد؟» مضمون فرعی چهاردهم، «تجربه اضطراب و بی‌قراری در نبود اینترنت» بود. برخی از دانش‌آموزان اشاره داشتند که در زمان قطعی یا محدودیت دسترسی به اینترنت، دچار احساساتی همچون بی‌قراری، اضطراب و حتی پرخاشگری می‌شوند؛ وضعیتی که نشانه‌ای از شدت وابستگی روانی آنان به اینترنت است. مصاحبه‌کننده شماره ۱ در این خصوص گفت: «وقتی نت قطع می‌شه، حالم بد می‌شه، انگار چیزی رو گم کردم یا به جایی از بدنم کار نمی‌کنه». مضمون فرعی پانزدهم، «جایگزینی اینترنت به‌عنوان پناهگاه عاطفی» بود. برخی نوجوانان فضای مجازی را نه صرفاً ابزار سرگرمی، بلکه پناهگاهی برای فرار از تنهایی، اضطراب و تنش‌های خانوادگی می‌دانستند. آن‌ها از اینترنت برای تسکین هیجانی و جایگزینی خلأهای روانی استفاده می‌کردند. مصاحبه‌کننده شماره ۱۰ در این رابطه گفت: «وقتی ناراحتم یا اعصابم خورده، می‌رم تو گوشی تا به کم حالم بهتر شه، انگار تنها چیزی که منو آرام می‌کنه اینه».

پنجمین مضمون اصلی، «تجربه افت تحصیلی» بود. این مضمون نشان‌دهنده تأثیرات منفی استفاده مفرط از اینترنت بر عملکرد آموزشی دانش‌آموزان بود؛ به گونه‌ای که بسیاری از مشارکت‌کنندگان به کاهش انگیزه، کاهش تمرکز و افزایش فشارهای تحصیلی به‌ویژه در دوران آمادگی برای کنکور اشاره داشتند. مضمون فرعی شانزدهم، «ناتوانی در توجه» بود. بسیاری از شرکت‌کنندگان بیان کردند که پس از صرف زمان زیاد در فضای مجازی، در انجام تکالیف درسی دچار اختلال شده‌اند و تمرکز آن‌ها به شدت کاهش یافته است. مصاحبه‌کننده شماره ۵ اظهار داشت: «وقتی خیلی تو گوشی/م، دیگه نمی‌تونم درست درس بخونم، هی حواسم پرت می‌شه.» مضمون فرعی هفدهم، «فشار معلمان و خانواده برای موفقیت تحصیلی در کنکور» بود. برخی نوجوانان از این موضوع گلایه داشتند که با وجود کاهش عملکرد تحصیلی‌شان، همچنان از سوی معلمان و والدین تحت فشار شدید برای موفقیت در کنکور هستند؛ فشاری که با اضطراب، احساس ناتوانی و گاه سرخوردگی همراه بوده است. یکی از مشارکت‌کنندگان در این زمینه گفت: «همه ازم توقع دارن رتبه بیارم، ولی خودم می‌دونم تمرکز ندارم، نمی‌تونم مثل قبل درس بخونم.» مضمون فرعی هجدهم، «خودکارآمدی پایین تحصیلی» بود. تعدادی از دانش‌آموزان عنوان کردند که به دلیل مقایسه خود با دیگران در فضای مجازی یا تجربه شکست‌های مکرر در انجام وظایف درسی، به تدریج باور خود به توانایی‌های تحصیلی‌شان را از دست داده‌اند و دچار احساس ناکارآمدی شده‌اند. مصاحبه‌کننده شماره ۱ در این باره گفت: «حس می‌کنم دیگه از پس درس خوندن برنمیام، هر کاری می‌کنم، نمی‌تونم خودمو جمع کنم.»

۴. بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر، با هدف فهم تجربه زیسته دانش‌آموزان دارای اعتیاد به اینترنت در شهر تبریز و با رویکرد پدیدارشناسی انجام شد. مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۱۱ دانش‌آموز مقطع متوسطه دوم انجام و داده‌ها به روش کلایزی^۱ (۱۹۷۸) تحلیل گردید. نخستین مضمون «گریز از محدودیت‌های فرهنگی، اجتماعی و رفاهی» بود که نشان داد نوجوانان برای فرار از فشارها، نظارت‌ها و کمبودهای محیطی به فضای مجازی پناه می‌برند. این نتایج با یافته‌های پژوهش ترووالا^۲ (۲۰۱۹) که فضای اینترنت را محیطی برای جستجوی فرصت‌های اجتماعی و تفریحی در شرایط محدودکننده معرفی کرده است همسو است. از دیدگاه نظریه خودتعیین‌گری^۳ دسی و رایان^۴ (۱۹۸۵)، نیاز ذاتی انسان به خودمختاری، محرکی برای گرایش به فضای مجازی در فقدان چنین شرایطی در دنیای واقعی است. در بافت فرهنگی ایران، به‌ویژه میان دانش‌آموزان مدارس تیزهوشان که با فشارهای فرهنگی محافظه‌کارانه و انتظارات بالای کنکوری مواجه‌اند، اینترنت به مکانیسم جبرانی برای برآورده‌سازی نیازهای خودمختاری و شایستگی تبدیل می‌شود و امکان تجربه آزادی، سبک زندگی مدرن و عبور از مرزهای عرفی را فراهم می‌کند (چنگ و همکاران، ۲۰۲۱؛ سالاروند و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات پدیدارشناختی در جوامع مشابه نیز نشان می‌دهند که گریز به فضای مجازی اغلب پاسخی به فشارهای هنجاری و کمبود منابع تفریحی واقعی است (راخماواتی و همکاران، ۲۰۲۱).

مضمون اصلی دوم، «شکاف نسلی و تنش‌های خانوادگی» بود که ناتوانی والدین در درک دنیای دیجیتال و کاهش کیفیت روابط خانوادگی را برجسته کرد. این یافته‌ها با پژوهش‌های بهرامی و قاسمی نژاد^۵ (۱۴۰۳)، ترابی‌ان و همکاران^۶ (۱۴۰۲) و آل بهبهانی و مؤمنی^۷ (۱۳۹۷) که تأکید بر نقش تعاملات بین نسلی در سلامت روان نوجوانان دارند، همخوانی دارد. در تبیین این یافته مبتنی بر نظریه سیستم‌های خانواده بوئن^۵ (۱۹۷۸)، شکاف نسلی، تنش‌های خانوادگی و کمبود تمایز عاطفی می‌تواند به افزایش آسیب‌پذیری نوجوانان منجر شود و آن‌ها را به سوی تنظیم هیجانی خارجی از طریق فضای مجازی هدایت می‌کند. در جوامع جمع‌گرا مانند ایران، جایی که سلسله مراتب خانوادگی و اقتدار سنتی همچنان قوت دارد، کمبود سواد دیجیتال والدین تعارض را شدیدتر کرده و احساس امنیت عاطفی نوجوانان را کاهش داده و وابستگی به روابط آنلاین را به‌عنوان عرصه جایگزین افزایش می‌دهد (لبنی و همکاران، ۲۰۲۰). مضمون سوم، «تأثیرات روانی» شامل تقابل هویت سنتی در خانه با هویت دیجیتال، مقایسه اجتماعی صعودی، احساس گناه، حقارت و رهاشدگی عاطفی در غیاب فضای مجازی بود که با پژوهش‌های مارتین^۶ (۲۰۲۵) و آنوار^۷ (۲۰۲۵) همسو است؛ که به میانجی‌گری هویت

¹ colaizzi

² Throuvala

³ Self-determination Theory

⁴ Deci & Ryan

⁵ Bowen Family Systems Theory

⁶ Martín

⁷ Anwar

و خطرات سلامت روان در محیط‌های رسانه‌ای اشاره کرده‌اند. نظریه بحران هویت^۱ اریکسون^۲ (۱۹۶۸) توضیح می‌دهد که مرحله نوجوانی برای شکل‌گیری هویت حیاتی است و تعارض میان خود سنتی و خود دیجیتال، تنش درون‌روانی ایجاد کرده و به الگوهای ناسازگار مانند استفاده افراطی آنلاین منجر می‌شود. در میان دانش‌آموزان تیزهوش ایرانی که اغلب تحت فشار انطباق با نقش‌های سنتی و موفق قرار دارند و هم‌زمان با ایده‌آل‌های جهانی‌شده دیجیتال مواجه‌اند، این دوگانگی هویتی تشدید شده و به کاهش ارزشمندی خود و وابستگی عاطفی به تأیید مجازی می‌انجامد (کوچروا، ۲۰۲۴).

مضمون چهارم، «وابستگی به اینترنت» بود که با وجود آگاهی از آسیب‌ها، دانش‌آموزان قادر به ترک اعتیاد نبودند و فقدان همدلی و حمایت‌های عاطفی از سوی خانواده و مدرسه روند بهبود را مختل می‌کند. این با پژوهش اوزتکین^۳ (۲۰۲۴) همسو است، که اعتیاد به اینترنت را با کاهش تعلق تحصیلی از طریق پریشانی روانی مرتبط می‌داند. مدل اجزای اعتیاد رفتاری^۴ گریفیثز^۵ (۲۰۰۵) نشان می‌دهد که اعتیاد به اینترنت یک اختلال پیچیده روانی-اجتماعی-زیستی است که نیازمند حمایت چند جانبه می‌باشد. تأکید این مطالعه بر نقش کم‌رنگ حمایت‌های عاطفی و فرهنگی در محیط بومی ایران است. دانش‌آموزان تیزهوش، علی‌رغم مزیت شناختی، در تقاطع فشار تحصیلی و نیازهای هیجانی برآورده نشده، به‌ویژه آسیب‌پذیرند و پناهگاه مجازی را عمیق‌تر جستجو می‌کنند (پترووا^۶، ۲۰۲۰). مضمون پنجم، «افت تحصیلی» شامل کاهش تمرکز و توجه، فشارهای روانی و خودکارآمدی تحصیلی پایین بود که مشابه یافته‌های جواوید^۷ و همکاران (۲۰۲۰) است که رابطه منفی اعتیاد به اینترنت و عملکرد تحصیلی را گزارش کرده‌اند. نظریه خودکارآمدی بندورا^۸ (۱۹۷۷) توضیح می‌دهد که شکست‌های مکرر و مقایسه‌های نامطلوب آنلاین، باور به توانایی تحصیلی را فرسوده کرده و چرخه اجتناب و افت بیشتر ایجاد می‌کند. در سیستم رقابتی کنکوری ایران، دانش‌آموزان تیزهوش با ریسک‌های بالایی روبه‌رو هستند؛ استفاده بیش از حد از اینترنت تمرکز پایدار را مختل کرده و ادراک ناکارآمدی را تقویت می‌کند و پتانسیل بالای آن‌ها را تهدید می‌نماید (خدکا، ۲۰۲۵).

در فرایند تحلیل پدیدارشناختی با روش کالایزی، هم‌پوشانی مفهومی میان برخی مضامین فرعی مانند «فقدان همدلی معلمان و خانواده»، «تجربه ره‌اشدگی عاطفی در غیاب فضای دیجیتال» و «جایگزینی اینترنت به‌عنوان پناهگاه عاطفی» مشاهده شد. این هم‌پوشانی، که ریشه در طبیعت به‌هم‌پیوسته تجربیات زیسته دارد، امری رایج در مطالعات کیفی و پدیدارشناختی است و لزوماً نشانه ضعف روش شناختی نیست (نوول^۹ و همکاران، ۲۰۱۷؛ ساندلر^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹). هر چند مطالعات پدیدارشناختی پیشین، مانند ترابی‌ان و همکاران (۱۴۰۲)، آسیب‌های شبکه‌های اجتماعی را در دانش‌آموزان عمومی بررسی کرده‌اند، پژوهش حاضر اولین کاوش پدیدارشناختی تجربه زیسته دانش‌آموزان تیزهوش در پسران ساکن تبریز است و بر فشارهای تحصیلی-فرهنگی خاص این گروه تمرکز دارد. نوآوری آن در توجه به شرایط محلی و ارائه درک بومی‌تر از اعتیاد به اینترنت است.

۴-۱. محدودیت‌ها و پیشنهادها

این پژوهش، مانند سایر مطالعات کیفی، با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود. از جمله می‌توان به تمرکز بر دانش‌آموزان پسر یک مدرسه تیزهوشان در شهر تبریز اشاره کرد که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به سایر گروه‌های جنسیتی، فرهنگی یا جغرافیایی محدود می‌سازد. علاوه‌براین، ابزارهای خودگزارشی مانند پرسش‌نامه یانگ ممکن است تحت تأثیر سوگیری‌هایی قرار گیرد. همچنین، زمینه‌های فرهنگی خاص ایران، مانند فشارهای کنکور، یافته‌ها را وابسته به بافتار بومی می‌کند. در نهایت، اندازه نمونه کوچک (۱۱ نفر) و تمرکز رویکرد پدیدارشناختی بر عمق به جای تعمیم‌پذیری، قدرت عمومیت‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد.

برای غلبه بر این محدودیت‌ها، پیشنهادها پژوهشی آتی می‌تواند بر جهات ذیل تمرکز کند: نخست، انجام مطالعات تکراری^{۱۱} در زمینه‌های متنوع مانند مدارس عادی دولتی یا غیرانتفاعی در سایر شهرهای ایران، به منظور ارزیابی ثبات یافته‌ها. دوم، مطالعات مقایسه‌ای با در نظر گرفتن تنوع جنسیتی (شامل دختران)، فرهنگی (مانند اقلیت‌های قومی کرد یا لر) و اقتصادی، برای بررسی تأثیر این تفاوت‌ها بر

¹ Identity Crisis Theory

² Erikson

³ Oztekin

⁴ Behavioral Addiction Theory

⁵ Griffiths

⁶ Petrova

⁷ Javaeed

⁸ Bandura

⁹ Nowell

¹⁰ Sundler

¹¹ replication studies

تجربیات زیسته اعتیاد به اینترنت. سوم، بهره‌گیری از رویکردهای مختلط، مانند ترکیب روش‌های کیفی پدیدارشناختی با مطالعات کمی طولی، برای پیگیری تغییرات تجربیات شرکت‌کنندگان از نوجوانی تا بزرگسالی و روشن کردن مکانیسم‌های علی مانند نقش فشار کنکور در تشدید وابستگی. چهارم، بررسی سیر تکاملی اعتیاد به اینترنت با تمرکز بر عوامل پیش‌بینی‌کننده مانند حمایت اجتماعی، نظارت والدین و سواد دیجیتال خانواده‌ها، و نقش متغیرهای تعدیل‌کننده (مانند سن و سطح هوش) در مدل‌های نظری مانند نظریه خودتعیین‌گری یا بحران هویت.

همچنین یافته‌های پژوهش بر ضرورت تقویت سواد دیجیتال خانواده‌ها و مداخلات مشاوره‌ای در مدارس تأکید دارد. این نیاز با چالش‌های هدایت تحصیلی دانش‌آموزان با نیازهای ویژه همخوانی دارد؛ کاظمی‌نژاد و فداکار داورانی (۱۴۰۴) نشان دادند که مشاوران با ضعف دانش و مهارت‌های تخصصی و فقدان امکانات فیزیکی و تجهیزات سازگار مواجه‌اند، که مشابه نیاز به زیرساخت‌های حمایتی برای دانش‌آموزان تیزهوش با مشکلات روانی مانند اعتیاد به اینترنت است.

از منظر نوآورانه، تمرکز بر جمعیت‌های خاص مانند دانش‌آموزان مبتلا به اختلالاتی همچون بیش‌فعالی یا افسردگی، با استفاده از روش‌های تصویربرداری عصبی مانند افام‌آرای وظیفه‌محور^۱ برای کاوش تغییرات عملکردی مغز مرتبط با اعتیاد به اینترنت، می‌تواند پژوهش‌های میان‌رشته‌ای را تقویت کند. همچنین، توسعه و ارزیابی مداخلات دیجیتال مانند اپلیکیشن‌های گیمیفیکیشن^۲ شده برای خودکنترلی، براساس یافته‌های این پژوهش و با آزمون اثربخشی در مطالعات آزمایشی، به غنای ادبیات کمک خواهد کرد.

۵. تعارض منافع

نویسندگان هیچ گونه تعارض منافی در ارتباط با این پژوهش ندارند.

۶. تأییدیه اخلاقی و رضایت مشارکت‌کنندگان

با رعایت کامل اصول اخلاقی، از همه شرکت‌کنندگان در این پژوهش، رضایت آگاهانه شفاهی گرفته شد. محرمانگی اطلاعات و هویت شرکت‌کنندگان و نیز محتوای مصاحبه‌ها به‌صورت کامل تضمین گردید. پیش از شروع، هدف و روش‌های پژوهش به‌طور کامل برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد. همچنین به آنان اطمینان داده شد که در هر مرحله از تحقیق می‌توانند بدون تحقق هرگونه عواقب از ادامه همکاری انصراف دهند. در مجموع کلیه فرایندهای این مطالعه، مطابق با اصول اعلامیه هلسینکی^۳ انجام شد.

۷. منابع مالی

این پژوهش بدون دریافت هر گونه کمک مالی از نهادها یا سازمان‌ها انجام شده است.

۸. دسترسی به مواد و داده‌ها

داده‌ها و مواد مرتبط با این مطالعه بنا به درخواست منطقی و از طریق تماس با نویسنده مسئول از طریق ایمیل در دسترس خواهند بود.

۹. رضایت به انتشار

نویسندگان متعهد می‌شوند که نسخه مورد نظر این مقاله به نشریه دیگری جهت چاپ ارسال نشده و موافقت خود را جهت انتشار در این مجله اعلام می‌دارند.

۱۰. سپاسگزاری

از تمامی دانش‌آموزان مشارکت‌کننده که در فرایند جمع‌آوری داده‌ها همکاری داشتند، صمیمانه سپاسگزاریم.

References

- Al Behbahani, M., & Momeni, H. (2018). Causes and contexts of internet addiction among students: Presenting a grounded theory. *Educational Technology in Learning*, 4(14), 133–168. <https://doi.org/10.22054/jti.2020.49109.1292> (Persian)
- Alavi, S., Eslami, M., Maracy M. R., Najafi M., Jannatifard F., Rezapour H. (2010). Psychometric properties of Young internet addiction test. *Journal of Behavioral Sciences*, 13(4), 183-190. <https://sid.ir/paper/129781/fa> (Persian)

¹ task-based fMRI

² Gamification

³ Declaration of Helsinki

- Anwar, M. (2024). The impact of social media on adolescent identity formation and mental health: Opportunities, risks, and policy implications. *Sinergi International Journal of Psychology*, 2(2), 66–79. <https://doi.org/10.61194/psychology.v2i3.504>.
- Aqbaei, S., Kakavand, A., & Bahrami Hidchi, M. (2018). The relationship between depression and Internet addiction mediated by alexithymia. *Psychological Studies*, 14(1), 163–181. <https://doi.org/10.22051/psy.2017.16072.1446> (Persian)
- Asgari, P., & Marashian, F. (2008). *The relationship between personality traits, computer anxiety and internet addiction among students of Islamic Azad University, Ahvaz Branch* [Master's thesis, Islamic Azad University, Ahvaz Branch]. IranDoc. (Persian)
- Bahrami, V., & Ghaseminejad, A. (2024). A study of social challenges arising from excessive use of virtual social networks (Case study: High school students in Poldokhtar City). *Communication Research*, 31(2), 147–181. <https://doi.org/10.22082/CR.2024.2027514.2685> (Persian)
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson. <https://murraybowenarchives.org/books/family-therapy-in-clinical-practice/>
- Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 234–242. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9963>
- Chen, L., Yan, Z., Tang, W., Yang, F., & Xie, X. (2015). Mobile phone addiction levels and negative emotions among Chinese young adults: The mediating role of interpersonal problems. *Computers in Human Behavior*, 55, 1127–1134. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.026>
- Cheng, C., Lau, Y.-C., & Chan, L. (2021). COVID-19 and internet use: A global perspective. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(4), 928–936. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00071>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. *Springer Science & Business Media*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.
- Hamed, F., Shaabani, N., Mahdavi, F., Nezamdoust, S., Arshian, S., & Mohammadi, A. Z. (2023). Prevalence of problematic Internet use (PIU) after the COVID-19 pandemic in Iranian adolescents: A systematic review. *Journal of Archives in Military Medicine*, 13(1). <https://doi.org/10.5812/jamm-160299>
- Javaeed, A., Jeelani, R., Gulab, S., & Ghauri, S. K. (2020). Relationship between internet addiction and academic performance of undergraduate medical students of Azad Kashmir. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(2), 229–233. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.2.1061>
- Kazemi-Nejad, H., & Fadakar Davarani, F. (2025). Examining the challenges of counselors in the academic guidance of students with physical and motor disabilities. *Journal of Rehabilitation Counseling*, 1(3), 225–241. <https://doi.org/10.22034/jrc.2025.144728.1024>
- Khadka, C. (2025). Internet addiction and its impact on student mental health. *Dristikon: A Multidisciplinary Journal*, 15(1), 41–58. <https://doi.org/10.3126/dristikon.v15i1.77120>
- Kocherova, O. Yu., Filkina, O. M., Boboshko, A. V., Vorobyova, E. A., Dolotova, N. V., & Malyshkina, A. I. (2024). Personal risk factors of internet addiction in adolescents aged 15–17 years. *Health Risk Analysis*, 4(3), 21–29. <https://doi.org/10.21668/health.risk/2024.3.03.eng>
- Lebni, J. Y., Togholi, R., Abbas, J., Nejhadadgar, N., Salahshoor, M. R., Mansourian, M., ... & Ziapour, A. (2020). A study of internet addiction and its effects on mental health: A study based on Iranian university students. *Journal of Education and Health Promotion*, 9(1), 205. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_148_20
- Lee, H., & Kim, J. (2021). Adolescents' lived experiences of internet addiction: A phenomenological approach. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(5), 321–330. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.XXXX>

- Marin, M. G., Machado, A. B. C., Freitas, G. D. S., & Almeida, R. M. M. D. (2024). Internet addiction, sleeping habits and psychological distress in Brazilian adolescents and young adults. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 37. <https://doi.org/10.1186/s41155-024-00323-0>
- Martín, A. S. R. (2025). From on-air rebelliousness to the cult of positivity: Mediated identities and technological change in Pump Up the Volume (1990) and Eighth Grade (2018). *Alicante Journal of English Studies/Revista Alicantina de Estudios Ingleses*, 8(42), 7–24. <https://doi.org/10.14198/raei.23530>
- Martiny, K. M., Toro, J., & Høffding, S. (2021). Framing a phenomenological mixed method: From inspiration to guidance. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 602081. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.602081>
- Mayoh, J., & Onwuegbuzie, A. J. (2015). Toward a conceptualization of mixed methods phenomenological research. *Journal of Mixed Methods Research*, 9(1), 91–107. <https://doi.org/10.1177/1558689813505358>
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), 1–13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Öztekin, G. G. (2024). Associations between internet addiction and school engagement among Turkish college students: Mediating role of psychological distress. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1367462. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1367462>
- Pashaei, S., Nikbakht Nasrabadi, A., & Tavakol, K. (2009). Young people's experience of living with the Internet: A qualitative study. *International Journal of Behavioral Sciences*, 2(4), 333. <https://www.magiran.com/p599920> (Persian)
- Petrova, S. (2020). Social-psychological adaptation of academic gifted adolescents with various degrees of internet addiction. *European Proceedings*. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2020.11.02.74>
- Rakhmawati, W., Kosasih, C. E., Widiastih, R., Suryani, S., & Arifin, H. (2021). Internet addiction among male adolescents in Indonesia: A qualitative study. *American Journal of Men's Health*, 15(3), 1–9. <https://doi.org/10.1177/15579883211029459>
- Salarvand, S., Albatineh, A. N., Dalvand, S., Baghban Karimi, E., & Ghanei Gheshlagh, R. (2022). Prevalence of internet addiction among Iranian university students: A systematic review and meta-analysis. *Nursing and Midwifery Studies*, 11(1), e126720. <https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0120>
- Setko, N. P., Zhdanova, O. M., & Setko, A. G. (2024). Psychophysiological features of students at different risk of internet-addictive behavior. *Russian Bulletin of Hygiene*, 5(1), 34–41. <https://doi.org/10.24075/rbh.2024.091>
- Shokri, A., Mohamadi, A., Mohammadi, D., Moradi, M., Sadeghi, S., Mahmoodi, H., et al. (2024). The relationship between internet addiction and lifestyle among high school students: A cross-sectional study in the west of Iran. *PLoS ONE*, 19(9), Article e0308333. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0308333>
- Sundler, A. J., Lindberg, E., Nilsson, C., & Palmér, L. (2019). Qualitative thematic analysis based on descriptive phenomenology. *Nursing Open*, 6(3), 733–739. <https://doi.org/10.1002/nop2.275>
- Throuvala, M. A., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study. *Computers in Human Behavior*, 93, 164–175. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.012>
- Torabian, L., Ameri, F., Khosravi, Z., & Bani-Jamali, Sh. (2023). A phenomenological study of physical and psychological harms caused by social networks among high school students: A qualitative study. In *Proceedings of the National Conference on Modern Research in Psychology and Educational Sciences* (Vol. 2, pp. 1–18). Civilica. <https://civilica.com/doc/1882312> (Persian)
- Widyanto, L., & McMurran, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior*, 7(4), 443–450. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.44>

- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39, 241–246. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9120-x>
- Zewude, G. T., Bereded, D. G., Abera, E., Tegegne, G., Goraw, S., & Segon, T. (2024). The impact of internet addiction on mental health: Exploring the mediating effects of positive psychological capital in university students. *Adolescents*, 4(2), 200–221. <https://doi.org/10.3390/adolescents4020014>
- Zhang, L., Wang, S., & Liu, Y. (2019). A phenomenological study of internet addiction among high school students. *Journal of Adolescent Research*, 34(2), 123–145. <https://doi.org/10.1177/15579883211029459>

