



Investigating the Effect of Cyberloafing on the Sense of Happiness and Academic Engagement of Medical Students

ElhamHaidari

Dept. of Management and Educational Planning, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

Article Information

Article History:

Received: 2017/09/06

Accepted: 2018/02/25

Available Online 2018/09/13

IJHEHP 2018; 6(3): 203-212

DOI:

10.30699/acadpub.ijhehp.6.3.203

Corresponding Author:

ElhamHaidari

Dept. of Management and Educational Planning, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

Tel: 09173871022

E-mail:

eheidari22@gmail.com

Use your device to scan
and read the article online



Abstract

Background and Objective: Increasing academic engagement is one of the most important priorities in higher education. It seems that with the increasing use of the Internet, how to use the Internet plays an important role in the level of student academic engagement. Therefore, the purpose of this study was to investigate the effect of “cyberloafing” on the “sense of happiness” and academic engagement of medical students.

Methods: This is a descriptive correlational study. The research sample consisted of 195 medical students of Shiraz University of Medical Sciences who were selected by random sampling method. The research tools included the triple scales of cyberloafing, academic engagement and happiness, which after calculating their validity and reliability, were distributed between samples and data were analyzed using structural equation model.

Results: Cyberloafing has a significant and negative effect on students’ academic engagement ($\beta = -0.14$ & $t = -2.08$) and happiness ($\beta = -0.15$ & $t = -2.85$), while the feeling of happiness has a positive and significant effect on their academic engagement ($\beta = 0.99$ & $t = 12.05$).

Conclusion: To increase students’ happiness and academic engagement, university authorities should direct the Internet use, and decrease their cyberloafing behavior.

Keywords: Cyberloafing, Sense of Happiness, Academic Engagement

Copyright © 2018 Journal of Health Education and Health Promotion. All rights reserved

How to cite this article:

Heidari E. Investigating the Effect of Cyberloafing on the Sense of Happiness and Academic Engagement of Medical Students. Iran J Health Educ Health Promot. 2018; 6 (3): 203-212

Heidari, E.(2018). Investigating the Effect of Cyberloafing on the Sense of Happiness and Academic Engagement of Medical Students. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*; 6 (3): 203-212



بررسی تأثیر پرهیزی سایبری بر احساس نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان پزشکی

الهام حیدری

گروه مدیریت و برنامه ریزی آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

چکیده

زمینه و هدف: افزایش مشغولیت تحصیلی یکی از مهم‌ترین اولویت‌های آموزش عالی است. به نظر می‌رسد با توجه به افزایش استفاده از اینترنت، چگونگی بهره‌گیری از آن نقش مهمی در میزان مشغولیت تحصیلی دانشجویان داشته باشد. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر پرهیزی سایبری بر نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان پزشکی است.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است. نمونه تحقیق شامل ۱۹۵ نفر از دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز است، که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس‌های سه‌گانه پرهیزی سایبری، احساس نشاط، و مشغولیت تحصیلی است که پس از محاسبه روایی و پایایی بین نمونه توزیع و داده‌ها با استفاده از مدل معادلات ساختاری تحلیل شدند.

یافته‌ها: پرهیزی سایبری تأثیر منفی و معناداری بر احساس نشاط ($t = -2/85$ و $\beta = -0/15$) و مشغولیت تحصیلی دانشجویان ($t = -2/08$ و $\beta = -0/14$) دارد، در حالی که احساس نشاط تأثیر مثبت و معناداری بر مشغولیت تحصیلی آنان ($t = 12/05$ و $\beta = 0/99$) دارد.

نتیجه‌گیری: مسئولان دانشگاه‌ها باید برای افزایش مشغولیت تحصیلی دانشجویان، به چگونگی استفاده آنان از اینترنت جهت دهند و با کاهش رفتار پرهیزی سایبری باعث افزایش نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان شوند.

واژگان کلیدی: پرهیزی سایبری، احساس نشاط، مشغولیت تحصیلی

کپی‌رایت ©: حق چاپ، نشر و استفاده علمی از این مقاله برای مجله آموزش بهداشت و ارتقای سلامت محفوظ است.

اطلاعات مقاله

تاریخچه مقاله
دریافت: ۱۳۹۶/۰۶/۱۵
پذیرش: ۱۳۹۶/۱۲/۰۶
انتشار آنلاین: ۱۳۹۷/۰۶/۲۲

IJHEHP 2018; 6(3): 203-212

نویسنده مسئول:

الهام حیدری

گروه مدیریت و برنامه ریزی آموزشی،
دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی،
دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

تلفن: ۰۹۱۷۳۸۷۱۰۲۲

پست الکترونیک:
cheidari22@gmail.com

برای دانلود این مقاله، کد زیر را با
موبایل خود اسکن کنید.



مقدمه

به گونه‌ای که اگر به مراکز کامپیوتر دانشگاه‌ها و سیستم‌هایی که به دانشجویان خدمات ارائه می‌کنند توجه کنیم، خواهیم دید که با وجود تذکر بسیار در استفاده از اینترنت دانشگاه برای مقاصد علمی و پژوهشی، اغلب دانشجویان از این‌گونه خدمات و سیستم‌ها برای بازدید از سایت‌های سرگرمی، فیس‌بوک، توئیتر، بازی و مانند این‌ها استفاده می‌کنند. این شرایط زمانی بغرنج‌تر می‌شود که دانشجویان در طول کلاس درس و هنگام تدریس استاد با استفاده از فناوری‌های بی‌سیم مانند تلفن‌های هوشمند، تبلت، فبلت و امثال این‌ها با اینترنت شخصی یا دانشگاهی به فعالیت‌های غیرکلاس می‌پردازند. به عبارت دیگر، زمانی که باید حضور فعال در کلاس داشته باشند و به مطالب درسی استاد توجه کنند و در فعالیت‌های کلاسی مشارکت داشته باشند، صرف پرهیزی در دنیای اینترنت برای امور شخصی می‌شود.

پرهیزی سایبری به معنی استفاده از اینترنت دانشگاه

در دهه‌های اخیر تعاملات اینترنتی بخش مهمی از زندگی روزانه ما را تشکیل می‌دهد و بسیاری از نیازهای آدمی را در ابعاد مختلف تحت پوشش قرار می‌دهد. با این حال، استفاده مفرط از اینترنت می‌تواند آثاری منفی بر زندگی افراد داشته باشد و رفتارهای اجتماعی، سلامتی، عادات و مهارت‌های آنان را تحت تأثیر قرار دهد (۱). نتیجه چنین شرایطی بروز بسیاری از پدیده‌های اجتماعی - روان‌شناختی از جمله اضطراب فناوری (technology anxiety)، اعتیاد اینترنتی (Internet addiction)، و تعدی سایبری (cyberbullying) است. در میان پدیده‌های مذکور، استفاده عمدی دانشجویان از اینترنت برای امور شخصی و غیرتحصیلی در طول کلاس درس، که به پدیده پرهیزی سایبری (cyber loafing) معروف است، به یک نگرانی جدی در نظام‌های آموزشی تبدیل شده است، نگرانی‌ای که هر روزه با افزایش سرعت رشد فناوری‌های موبایلی و دسترسی بیشتر به اینترنت رو به افزایش است (۲).

آموزشی مراکز خدمات کامپیوتری وجود دارد که دسترسی دانشجویان به کامپیوتر و اینترنت بی‌سیم را تسهیل می‌سازد. اغلب هدف این مراکز استفاده از کامپیوتر و اینترنت به عنوان منبعی اطلاعاتی برای تسهیل یادگیری و رشد علم و پژوهش در بین دانشجویان است. اما با وجود محاسنی که این امکانات می‌تواند برای سیستم آموزشی داشته باشد، به دلیل استفاده مفراط، غیرمسئولانه و غیرقابل کنترل شخصی دانشجویان از این امکانات و پرسه‌زنی بسیار در فضای سایبری، مشکلات متعددی را نیز ایجاد کرده است (۹). شاید بتوان گفت که یکی از مشکلات عمده این نوع پدیده کاهش احساس نشاط در میان دانشجویان در پی احساس نبود امنیت در برابر بی‌اخلاقی‌های سایبری و اعتیاد اینترنتی است. چراکه در پی بحران‌های مختلف جهانی که تحت تأثیر عوامل مختلف از جمله رشد فناوری به وقوع پیوسته است، شادی و نشاط به آمل و آرزوی بشر در سراسر جهان تبدیل شده است (۱۰).

احساس نشاط نوعی حالت روانی و به معنای احساس رضایت و لذت از زندگی است (۱۱). سه مؤلفه مهم در تعریف احساس نشاط وجود دارد شامل نبود احساس منفی، وجود احساس مثبت، و متغیرهای شناختی مانند رضایت از زندگی است (۱۲). تاکنون نظریات مختلفی در زمینه احساس شادی و نشاط مطرح شده است. یکی از آن‌ها نظریه لذت‌گرایی (hedonism) است که بر اساس آن شادی و نشاط تنها یک احساس تلقی می‌شود. لذا افرادی که احساس شادی زیادی دارند بسیار می‌خندند، همه چیز را خوب می‌بینند و تلاش می‌کنند از هر چیزی تا حد ممکن لذت ببرند. دیدگاه دوم نظریه میل (desire) است. بر اساس این نظریه، فردی احساس نشاط دارد که در زندگی به اولویت‌ها و امیالش رسیده باشد. لذا نشاط تابعی از دستیابی به اموری است که افراد به آن تمایل دارند. دیدگاه سوم نظریه دستیابی به ارزش‌هاست (achieving values). بر اساس این نظریه نشاط احساسی فردی نیست، بلکه واقعیتی مستقل از احساسات فردی است و بر اساس دستیابی به اموری که واقعا ارزشمند هستند، تعریف می‌شود (۱۳). GomisChorro و همکاران معتقدند که شادی واقعی مبتنی بر شناخت هر رویداد به بهترین وجه ممکن است که می‌تواند برای فرد اتفاق بیفتد (۱۴). درواقع، وقتی از دیدگاه فرد بهترین رویداد بر اساس شرایط وی برای او به وقوع می‌پیوندد، احساس نشاط در او ایجاد می‌شود. ایجاد چنین احساسی نه تنها می‌تواند باعث بهبود زندگی فرد شود، بلکه چنان نیرویی در او ایجاد می‌کند که می‌تواند دنیای اطراف خود را نیز تحت تأثیر قرار دهد (۱۴).

بررسی‌ها نشان می‌دهد که در سیستم‌های آموزشی، یادگیرندگان تحت تأثیر رشد فناوری و چالش‌های جهانی، تبدیل به افرادی مضطرب و رقابت‌گر شده‌اند که این امر میزان شادی آنان را تحت تأثیر قرار داده است. به دلیل تأثیراتی که این موضوع بر سلامت و عملکرد تحصیلی دانشجویان دارد، در سال‌های اخیر به احساس نشاط در دانشجویان بسیار توجه شده است (۱۰). تحقیقات نشان می‌دهند دانشجویان شاد کمتر احساس فرسودگی می‌کنند و غیبت آنان کمتر است.

برای مقاصد شخصی و فعالیت‌های غیرعلمی و تحصیلی است و شامل رفتارهایی مانند بازی‌های اینترنتی، استفاده از شبکه‌های اجتماعی و خرید آنلاین می‌شود (۳). همچنین این مفهوم می‌تواند به معنای استفاده شخصی دانشجویان از فناوری‌های اطلاعات و ارتباطات در طول کلاس درس و هنگام تدریس استاد باشد (۲). این پدیده شامل رفتارها و فعالیت‌های پرسه‌زنی گوناگون است مانند انجام امور و فعالیت‌های فردی (امور بانکی، امور مسافرت، خرید، شغل‌یابی، و فعالیت شغلی)، فعالیت‌های اجتماعی (چک کردن شبکه‌های اجتماعی، چت، ارسال پیام، و ایمیل)، جستجوی اطلاعات (جستجوی اطلاعات مورد نیاز، تصاویر و فیلم)، و اخبار (بررسی سایت‌های خبری، ورزشی و هواشناسی) (۴).

رفتار پرسه‌زنی سایبری شامل چهار نوع رفتار بهسازی، رفتار بازیابی، رفتار انحرافی و رفتار اعتیادآمیز است. رفتارهای بهسازی اشاره به پرسه‌زنی در دنیای مجازی برای یادگیری بیشتر در زمینه‌های مختلف است. رفتارهای بازیابی نیز به منظور یادآوری اطلاعات فراموش شده صورت می‌گیرد. رفتارهای انحرافی به معنی استفاده از فضای سایبری برای مقاصد غیریادگیری هنگام آموزش است. رفتارهای اعتیادآمیز نیز اشاره به پرسه‌زنی سایبری از سر عادت مبتنی بر نوعی اجبار درونی است (۴).

پرسه‌زنی سایبری اغلب تحت تأثیر عوامل مختلف مانند اهداف، عادات و شرایط و امکانات فردی به وقوع می‌پیوندد. برخی مواقع افراد برای حفظ شبکه‌های اجتماعی و تداوم ارتباط خود با دیگران هنگام فعالیت کلاسی از اینترنت استفاده می‌کنند. به علاوه، ممکن است افراد برای حفظ تعادل بین زندگی شخصی و تحصیلی خود، و بنا به دلایل عاطفی نیز درگیر پدیده پرسه‌زنی سایبری شوند (۵). Regehr و همکاران معتقدند که پدیده پرسه‌زنی سایبری می‌تواند دو جنبه مثبت و منفی داشته باشد (۶). بعد منفی آن هدر رفتن منابع برای فعالیت‌های غیرتحصیلی و کاهش عملکرد دانشجو در نظام آموزشی است، اما بعد مثبت آن کاهش استرس‌های فردی است، چراکه یکی از دلایل روی آوردن افراد به پرسه‌زنی سایبری دور کردن ذهن از منبع استرس درونی است. البته باید گفت به دلیل نبودن موضوع، نتایج این نوع پدیده برای نظام آموزشی چندان مشخص نیست و به تازگی نظر محققان و مسئولان آموزشی را به خود جلب کرده است (۲). Stoddart معتقد است که این موضوع نیاز به بررسی بیشتر دارد (۷)، اما نکته قابل ذکر آن است که مثبت و یا منفی بودن پدیده پرسه‌زنی سایبری به دستاوردهای آن برای افراد و سازمان‌ها بستگی دارد. با این حال، از نگاه سازمانی این پدیده مطلوب نیست و بسیاری از سازمان‌ها در دنیا از جمله دانشگاه‌ها برای جلوگیری از این پدیده راهکارهای مختلفی اتخاذ کرده‌اند مانند تنبیه خاطیان، اجرای سیاست‌های مختلف و نظارت بر استفاده افراد از اینترنت (۸).

به هر حال، امروزه مؤسسات آموزشی تلاش می‌کنند از مزایای فناوری‌های اطلاعاتی و ارتباطی در فعالیت‌های آموزشی خود استفاده کنند. در نتیجه اغلب در مؤسسات

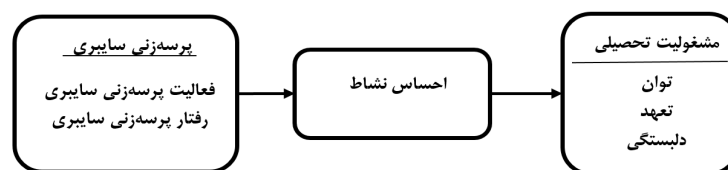
فعالیت‌های علمی و اجتماعی در دانشگاه، افزایش احساس تعلق و ارتباطات درونی و بیرونی، کاهش نرخ افت و ترک تحصیلی دانشجویان، و افزایش سطح موفقیت آنان کمک کند (۲۱). بنابراین با توجه به پیامدهای مثبتی که مشغولیت تحصیلی به همراه دارد، این موضوع به یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی تبدیل شده است (۲۲).

پژوهش‌های مختلفی در زمینه این متغیرها صورت گرفته است؛ برای مثال نتایج پژوهش‌های Lee و Ono (۲۳)، Cheung و Chang (۲۴)، Çelik (۲۵)، و Askew (۲۶) نشان می‌دهد که ارتباط منفی و معناداری بین پرسه‌زنی سایبری و احساس نشاط و شادی وجود دارد. همچنین نتایج پژوهش‌های Taneja و همکاران (۲۷)، Vitak و همکاران (۲۸) نشان می‌دهد که رابطه معناداری بین رفتار پرسه‌زنی سایبری و مشغولیت تحصیلی دانشجویان وجود دارد. نتایج پژوهش‌های Lewis و همکاران (۲۹)، Skinner و Belmont (۳۰)، Çaliskan و Mercangöz (۳۱)، Rabe-Hemp و همکاران (۳۲)، Field و Buitendach (۳۳) نیز نشان می‌دهد که بین ابعاد مشغولیت تحصیلی و احساس نشاط در افراد رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. با این حال تاکنون پژوهشی که به بررسی تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان و بررسی روابط همزمان این سه متغیر بپردازد مشاهده نشده است. پرسه‌زنی سایبری یکی از پیامدهای نامیمون استفاده از فناوری است که تعیین نقش آن در مشغولیت تحصیلی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نگرانی‌های سیستم‌های آموزش عالی اهمیت بسیار دارد و می‌تواند مسئولان نظام آموزشی را در برنامه‌ریزی بهتر برای افزایش اشتیاق و مشارکت دانشجویان در امور علمی یاری رساند. با این حال به نظر می‌رسد با توجه به پیشینه‌های پژوهشی و نظری، عوامل دیگری نیز بر تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی نقش داشته باشند که یکی از این عوامل می‌تواند میزان احساس نشاط دانشجویان در نتیجه پرسه‌زنی سایبری باشد. تعیین میزان این نقش به برنامه‌ریزی و انجام اقدامات مناسب‌تر و هدفمندتر در ارتقای سطح مشغولیت تحصیلی یاری‌رسان خواهد بود. بر این اساس و با توجه به پیشینه پژوهشی و نظری، مدل مفهومی انجام این پژوهش در شکل ۱ نشان داده شده است. نتایج این پژوهش نه‌تنها می‌تواند مورد استفاده مسئولان علوم پزشکی دانشگاه شیراز قرار گیرد، بلکه می‌تواند راهنمای دیگر مؤسسات آموزش عالی باشد و رهیافت‌هایی نیز برای سایر مؤسسات آموزشی داشته باشد.

این افراد تعهدشان به دانشگاه بیشتر است و از مهارت‌های ارتباطی خوبی برخوردارند. این مهارت‌ها می‌تواند منجر به رشد تعاملات فردی شود و به دلیل ایجاد حمایت‌های اجتماعی بر افزایش احساس نشاط آنان نیز مؤثر باشد (۱۵). امری که در نتیجه رشد فناوری و اعتیاد انسان به آن کمتر توجه می‌شود، زیرا وابستگی به فناوری باعث ایجاد احساس انزوا و کاهش تعاملات رودرروی افراد می‌شود. به همین دلیل است که احساس شادی به‌عنوان یکی از عوامل مؤثر بر رشد و بهسازی فرهنگی، اجتماعی، فردی و حرفه‌ای که می‌تواند عملکرد افراد را تحت تأثیر قرار دهد بسیار مورد توجه محققان است (۱۶). بنابراین می‌توان گفت احساس نشاط در افراد می‌تواند انرژی و انگیزه لازم برای فعالیت و رشد و بهسازی فردی و حرفه‌ای را ایجاد کند. شاید بتوان گفت یکی از نتایج ایجاد نشاط در دانشجویان رشد مشغولیت تحصیلی در آنان به‌عنوان یکی از نگرانی‌های نظام آموزشی است.

مشغولیت تحصیلی انرژی و نیرویی است که فرد را به تحصیل وامی‌دارد و بین فرد و فعالیت او ارتباط برقرار می‌کند (۱۷). هسته مرکزی مشغولیت تحصیلی دانشجویان مشارکت است. درواقع مشارکت نه محصول، بلکه فرآیند و یکی از عناصر مهم مشغولیت تحصیلی آنان محسوب می‌شود (۱۸). مشغولیت تحصیلی دربرگیرنده سه بعد دلبستگی، تعهد و توان و بنیه است. دلبستگی اشاره به تمرکز و غرق شدن در کار دارد. تعهد نیز به معنی درگیری شدید روحی فرد با کار خود یا به عبارتی وابستگی و همانندسازی فرد با کار است و درنهایت توان و بنیه نیز اشاره دارد به داشتن سطح بالایی از انرژی و خاصیت ارتجاعی بودن ذهن هنگام انجام کار (۱۹).

به طور کلی، مشغولیت تحصیلی عنصری است که باعث افزایش درگیری دانشجویان با فعالیت‌های تحصیلی می‌شود. درواقع، دانشجویان غرق در شرایطی می‌شوند که از نظر روانی با انرژی و تمرکز تمام به مشارکت در انجام کارها و فعالیت‌ها می‌پردازند و کارها را با موفقیت به اتمام می‌رسانند. ازجمله مواردی که می‌تواند موجب افزایش مشغولیت تحصیلی دانشجویان شود به این موارد می‌توان اشاره کرد: یادگیری فعال و مشارکتی، تعامل بیشتر دانشجویان با اعضای هیئت‌علمی، چالش‌برانگیز بودن فعالیت‌های علمی، تقویت تجارب آموزشی، وجود محیط‌های یادگیری حمایتی، تغییر فرهنگ دانشگاهی به سمت استفاده مطلوب از فرصت‌ها و ارتقای سطح احترام، حمایت و مشارکت (۲۰). Severiens و Schmidt معتقدند که تجارب دانشجویان در سیستم اجتماعی و علمی دانشگاه بر میزان مشغولیت تحصیلی آنان تأثیر می‌گذارد و می‌تواند به توانایی مشارکت و تسهیل آن در انجام



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

مواد و روش‌ها

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان است. به لحاظ هدف، کاربردی و به لحاظ روش، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز می‌شود که در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بوده‌اند. روش نمونه‌گیری تصادفی ساده است که بر اساس آن و با استفاده از جدول مورگان تعداد ۲۰۴ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. از بین پرسش‌نامه‌های توزیع شده، در نهایت ۱۹۵ پرسش‌نامه برگشت داده شد که از این تعداد ۵۴/۳۵ درصد زن (۱۰۶ نفر) و ۴۵/۶۵ درصد مرد (۸۹ نفر) بودند. همچنین ۴۳/۵۹ درصد (۸۵ نفر) در مقطع استیودنتی، ۳۲/۳ درصد (۶۳ نفر) در مقطع اینترنی، و ۲۴/۱۱ درصد (۴۷ نفر) در مقطع اکسترنی مشغول به تحصیل بودند.

برای بررسی رفتار پرسه‌زنی سایبری دانشجویان از پرسش‌نامه‌ای که Doorn Van تنظیم کرده (۳۴) استفاده شد. این پرسش‌نامه که ۲۴ گویه دارد، در دو بعد اصلی یعنی رفتار پرسه‌زنی سایبری (علت پرسه‌زنی سایبری) و فعالیت‌های پرسه‌زنی سایبری (انواع پرسه‌زنی سایبری) طراحی شده است. لازم به ذکر است که هریک از این دو بعد ۱۲ گویه با طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای (از بسیار کم تا بسیار زیاد) دارد. پایایی این ابزار بر اساس ضریب آلفای کرونباخ برای هریک از زیرمقیاس‌های فعالیت‌های سایبری ۰/۷۷ و رفتار سایبری ۰/۸۴ است. ضریب روایی نیز برای فعالیت‌های سایبری بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۹ و برای رفتار سایبری بین ۰/۸۷ تا ۰/۶۵ است. در این پژوهش نیز روایی و پایایی ابزار بررسی شد. نتایج نشان داد که ضریب روایی این ابزار در بعد فعالیت پرسه‌زنی سایبری بین ۰/۲۴ تا ۰/۷۴ و در بعد رفتار پرسه‌زنی سایبری بین ۰/۳۰ تا ۰/۷۵ با سطح معناداری ۰/۰۰۱ برای کلیه گویه‌هاست و ضریب پایایی آن نیز بر حسب ضریب آلفای کرونباخ در بعد فعالیت پرسه‌زنی سایبری ۰/۸۴ و در بعد رفتار پرسه‌زنی سایبری ۰/۷۶ به دست آمد که حاکی از پایایی مطلوب پرسش‌نامه است.

برای سنجش احساس شادکامی دانشجویان نیز از فرم کوتاه پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد استفاده شد که آن را Dehshiri و همکاران روان‌سنجی کرده‌اند (۳۵). این پرسش‌نامه دارای ۸ گویه با طیف لیکرت شش‌گزینه‌ای است (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم). نتایج تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی روایی این ابزار نشان داد که قابلیت سنجش شادکامی را به عنوان سازه‌ای تک‌بعدی دارد. نتایج حاصل از بررسی پایایی این ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۱ بیانگر قابل قبول بودن پایایی پرسش‌نامه است (۳۵). نتایج این پژوهش نیز نشان داد که ضریب روایی این ابزار بین ۰/۵۳ تا ۰/۷۲ با سطح معناداری ۰/۰۰۱ برای کلیه گویه‌هاست و ضریب پایایی آن نیز بر حسب ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد که حاکی از پایایی مطلوب پرسش‌نامه است.

برای بررسی مشغولیت تحصیلی دانشجویان از ابزاری ۱۷ گویه‌ای با طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای (از بسیار کم تا بسیار زیاد) استفاده شد. این ابزار با اقتباس از سؤالات پرسش‌نامه شافلی و باکر طراحی شده و دارای سه بعد توان (۶ گویه)، تعهد (۵ گویه) و دلبستگی (۶ گویه) است. روایی این ابزار مطلوب گزارش شده و پایایی آن بر حسب ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمده است (۳۷). نتایج حاصل از اعتباریابی این ابزار در پژوهش حاضر نیز نشان داد که ضریب روایی آن بین ۰/۴۰ تا ۰/۸۴ با سطح معناداری ۰/۰۰۱ برای کلیه گویه‌ها و ضریب پایایی آن بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۷۶ است.

در گردآوری اطلاعات، اصول اخلاقی رعایت شد مانند امانتداری علمی، محرمانه ماندن اطلاعات هویتی افراد نمونه، و رضایت آگاهانه آن‌ها از شرکت در پژوهش. پس از کسب مجوزهای لازم، پرسش‌نامه بین دانشجویان توزیع شد و درباره محرمانه ماندن اطلاعات به آن‌ها اطمینان داده شد. در طول پاسخ به پرسش‌نامه به سؤالات آن‌ها پاسخ داده شد. در نهایت پرسش‌نامه‌ها جمع‌آوری و داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۱ و Lisrel نسخه ۸/۸ و همچنین، با به کارگیری روش‌های آماری توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری تحلیل شدند. قابل ذکر است که معادلات ساختاری به بررسی رابطه ساختاری علی مستقیم و غیرمستقیم متغیرها با استفاده از یک طرح همبستگی می‌پردازند. این مدل فن نیرومند تحلیل چندمتغیره با متغیرهای نهفته است که در تحلیل‌های همبستگی آزمایشی و غیرآزمایشی کاربرد دارد. برای بررسی برازش مدل معادلات ساختاری از شاخص‌های مختلفی استفاده می‌شود، مانند نسبت خي دو به درجه آزاد که باید کمتر از ۳ باشد، به علاوه RMSEA که عدد آن باید ۰/۰۹ و کمتر از آن باشد و همچنین IFI، NFI، GFI، CFI و NNFI که هرچه به ۰/۹ نزدیک‌تر یا بیش از آن باشند مدل از تناسب مطلوب برخوردار است (۳۷).

یافته‌ها

همان‌گونه که بیان شد، هدف این پژوهش بررسی تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان پزشکی است. برای این منظور از مدل معادلات ساختاری برای تعیین روابط علی بین متغیرهای پژوهش استفاده شد. اما قبل از ارائه مدل و برازش آن، لازم است نرمال بودن توزیع متغیرها بررسی شود، بنابراین از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج حاصل نشان داد که سطح معناداری در هریک از متغیرهای توان (۰/۰۸)، تعهد (۰/۱۷)، دلبستگی (۰/۱۵)، فعالیت پرسه‌زنی (۰/۰۷)، رفتار پرسه‌زنی (۰/۰۶) و احساس نشاط (۰/۱۲) بیش از ۰/۰۵ است. در نتیجه می‌توان بیان کرد که توزیع متغیرها نرمال است. سپس میانگین و انحراف و استاندارد و همبستگی بین متغیرها محاسبه شد. نتایج نشان می‌دهد که کلیه میانگین‌ها کمتر از حد متوسط (۳) است و این در حالی است که بیشترین

سایبری و احساس نشاط نیز چنین رابطه منفی و معناداری مشاهده می‌شود. به علاوه، بین ابعاد مختلف مشغولیت تحصیلی با یکدیگر، ابعاد پرسه‌زنی سایبری با هم و همچنین بین احساس نشاط با ابعاد مختلف مشغولیت تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (جدول ۲).

میانگین متعلق به بعد توان مشغولیت تحصیلی است (جدول ۱).

نتایج حاصل از آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین رفتار و فعالیت پرسه‌زنی سایبری با توان و تعهد رابطه منفی و معنادار وجود دارد. همچنین بین رفتار پرسه‌زنی

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	پرسه‌زنی سایبری		احساس نشاط			مشغولیت تحصیلی	
	فعالیت پرسه‌زنی	رفتار پرسه‌زنی	توان	تعهد	دلبستگی	آمار توصیفی	
میانگین	۲/۵۶	۲/۶۱	۲/۶۴	۲/۹۲	۲/۴۹	۲/۷۹	
انحراف استاندارد	۰/۵۶	۰/۶۷	۰/۷	۰/۸۵	۱/۶۱	۱/۵۵	

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی هریک از ابعاد پژوهش

متغیرها	احساس نشاط	فعالیت پرسه‌زنی سایبری	رفتار پرسه‌زنی سایبری	توان	تعهد	دلبستگی
احساس نشاط						
فعالیت پرسه‌زنی سایبری	-۰/۰۷					
رفتار پرسه‌زنی سایبری	-۰/۲۵**	۰/۶۷**				
توان	۰/۵۶**	-۰/۲۱**	-۰/۲۲**			
تعهد	۰/۶۶**	-۰/۲۸**	-۰/۲۲**	۰/۵۶**		
دلبستگی	۰/۴۴**	-۰/۱۲	-۰/۰۷	۰/۵۴**	۰/۴۶**	

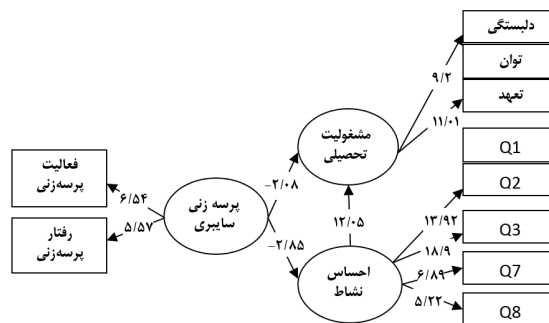
$P < ۰/۰۱$ **, $P < ۰/۰۵$ *

تأثیر مثبت و معناداری دارد ($\beta = ۰/۹۹$). لازم به ذکر است که در متغیر پرسه‌زنی سایبری، بعد فعالیت پرسه‌زنی سایبری دارای بیشترین بار عاملی است. در مشغولیت تحصیلی نیز بعد تعهد دارای بیشترین بار عاملی است. همچنین در متغیر احساس نشاط، سؤال سوم بیشترین بار عاملی را دارد و سه سؤال آن به دلیل داشتن بار عاملی کمتر از ۰/۳ حذف شدند. قابل ذکر است که بیشترین ضریب تأثیر مربوط به تأثیر احساس نشاط بر مشغولیت تحصیلی است و کمترین آن مربوط به پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی است. با این حال، شدت تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی به واسطه احساس نشاط بیشتر از تأثیر مستقیم پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی است.

نتایج حاصل از بررسی شاخص‌های برازش مدل علی پژوهشی نشان‌دهنده برازش مناسب مدل است (جدول ۳).

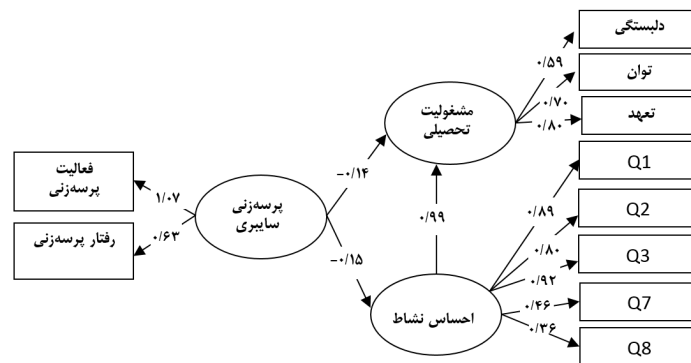
نتایج حاصل از مدل ساختاری متغیرهای پژوهش بر اساس مقادیر t-value در شکل ۲ نشان داده شده است. یافته‌ها بیانگر این است که پرسه‌زنی سایبری دانشجویان تأثیر منفی و معناداری بر احساس نشاط در آنان دارد ($t\text{-value} = -۲/۸۵$). به علاوه، پرسه‌زنی سایبری تأثیر منفی و معناداری بر مشغولیت تحصیلی دانشجویان می‌گذارد ($t\text{-value} = -۲/۰۸$). این در حالی است که احساس نشاط در دانشجویان تأثیر مثبت و معناداری بر مشغولیت تحصیلی آنان دارد ($t\text{-value} = ۱۲/۰۵$).

در شکل ۳ نیز روابط بین متغیرها بر اساس ضرایب مسیر نشان داده شده است. یافته‌های به‌دست‌آمده حاکی از تأثیر منفی و معنادار پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی ($\beta = -۰/۱۴$) و پرسه‌زنی سایبری بر احساس نشاط است ($\beta = -۰/۱۵$). همچنین احساس نشاط بر مشغولیت تحصیلی



Chi-Square = ۵۴/۷۳, DF = ۲۹, P-value = ۰/۰۰۲, RMSEA = ۰/۰۶۷

شکل ۲. مدل ساختاری با مؤلفه‌های اصلی بر اساس مقادیر t-value



Chi-Square = ۵۴/۷۳, DF=۲۹, P-value = ۰/۰۰۲, RMSEA = ۰/۰۶۷

شکل ۳. مدل ساختاری با مؤلفه‌های اصلی بر اساس ضرایب مسیر

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل نهایی

NFI	GFI	NNFI	CFI	IFI	RMSEA	P-value	X ^۲ /df	Df	χ ^۲
۰/۹۷	۰/۹۵	۰/۹۷	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۰۶۷	۰/۰۰۲	۱/۸۸	۲۹	۵۴/۷۳

(۲۴)، Çelik (۲۵)، و Askew (۲۶) همسو است؛ چراکه در این پژوهش‌ها به نوعی به ارتباط منفی و معنادار بین پرسه‌زنی سایبری و احساس نشاط در افراد اشاره شده است. بر این اساس می‌توان دریافت که با افزایش استفاده غیردرسی از فناوری و به‌ویژه پرسه‌زنی بی‌هدف در اینترنت احساس نشاط و شادمانی در دانشجویان کاهش خواهد یافت.

یافته دیگر این پژوهش تأثیر مثبت و معنادار احساس نشاط دانشجویان بر مشغولیت تحصیلی آنان است. این یافته به این معناست که با افزایش احساس مثبت، نبود احساس منفی، و وجود متغیرهای شناختی مانند رضایت از زندگی، فرد احساس شادی بیشتری می‌کند (۱۲) که نتیجه آن می‌تواند ایجاد نیرو و انرژی لازم برای انجام کار و در یک کلمه مشغولیت تحصیلی دانشجویان باشد (۱۷). در تبیین این یافته باید بیان کرد که احساس نشاط می‌تواند باعث ایجاد احساسی در فرد شود که نه تنها زندگی او را بهبود می‌بخشد، بلکه چنان نیرویی در او برمی‌انگیزد که می‌تواند دنیای اطراف خود را نیز بسازد (۱۴). بنابراین نشاط انرژی لازم برای انجام فعالیت‌های تحصیلی را به دانشجو می‌دهد و مشغولیت تحصیلی او را بالا می‌برد. از طرف دیگر، افراد شاد کمتر احساس فرسودگی می‌کنند و غیبت آنان کمتر است. این افراد تعهداتشان به دانشگاه بیشتر است و از مهارت‌های ارتباطی خوبی برخوردارند (۱۵). همین عوامل می‌تواند باعث افزایش انرژی، احساس مسئولیت و مشارکت با دیگران شود که هسته مرکزی مشغولیت تحصیلی است (۱۸). همچنین احساس شادی از عوامل مؤثر بر رشد و بهسازی فرهنگی، اجتماعی، فردی و حرفه‌ای است (۱۶) که این رشد و بهسازی نیز می‌تواند به‌واسطه مشغولیت تحصیلی اتفاق بیفتد. بنابراین منطقی به نظر می‌رسد که احساس نشاط یکی از عوامل مؤثر بر رشد مشغولیت تحصیلی دانشجویان باشد. این یافته با پژوهش‌های Taneja و همکاران (۲۷)، Vitak و همکاران (۲۸) همسو است، چراکه محققان در این پژوهش‌ها به ارتباط مثبت و معنادار بین مشغولیت تحصیلی و احساس

بحث

امروزه در فرآیند تدریس و یادگیری، تحت تأثیر بهره‌گیری از فناوری‌های اینترنتی در محیط‌های یادگیری، شرایط منفی ایجاد شده است، به طوری که استفاده دانشجویان از اینترنت برای مقاصد شخصی بیش از مقاصد تحصیلی و انجام وظایف یادگیری است (۴). پرسه‌زنی سایبری می‌تواند عواقب منفی متعددی داشته باشد. به نظر می‌رسد یکی از عواقب منفی آن کاهش سطح مشغولیت تحصیلی دانشجویان به دلیل کاهش سطح احساس نشاط در آنان باشد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان انجام شد. نتایج نشان داد که پرسه‌زنی سایبری می‌تواند تأثیر منفی و معناداری بر احساس نشاط در دانشجویان داشته باشد. این یافته بیانگر این است که هرچه دانشجویان برای مقاصد شخصی و فعالیت‌های غیرعلمی و غیرتحصیلی استفاده بیشتری از اینترنت دانشگاه داشته باشند (۳) و در طول کلاس و هنگام تدریس استاد از آن استفاده کنند (۲)، احساس رضایت و لذت از زندگی در آنان کمتر است (۱۱). دلیل احتمالی این یافته کاهش سطح ارتباطات رودرروی دانشجویان است، چراکه در نتیجه استفاده نامناسب از اینترنت، از تعامل حضوری افراد با یکدیگر کاسته می‌شود و حمایت‌های اجتماعی کمتری برای اقدامات مختلف خود کسب می‌کنند. به این ترتیب هنگام انجام امور مختلف و مقابله با مشکلاتی، که برخی از آن‌ها ناشی از استفاده بسیار از اینترنت است، افرادی را برای مشورت و همکاری در اطراف خود ندارند. بنابراین ممکن است درگیر احساساتی مانند استرس، افسردگی، کاهش سطح عملکرد و مانند این‌ها شوند و سطح نشاط در آنان کاهش یابد.

از سوی دیگر، هنگام تدریس استاد، استفاده نابه‌جا از اینترنت و سایر فناوری‌های سیار می‌تواند باعث کاهش سطح توجه و یادگیری شود و عملکرد تحصیلی دانشجو را کاهش دهد (۶) که در نتیجه باعث کاهش سطح نشاط فرد می‌شود. این یافته با پژوهش‌های Lee و Ono (۲۳)، Cheung و Chang

نتیجه‌گیری

با توجه به یافته‌های پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که پرسه‌زنی سایبری دانشجویان نگرانی اساسی نظام‌های آموزشی است که می‌تواند منجر به کاهش احساس نشاط و مشغولیت تحصیلی دانشجویان شود. این در حالی است که افزایش یا کاهش سطح نشاط نیز می‌تواند میزان مشغولیت تحصیلی دانشجویان را تحت تأثیر قرار دهد. این یافته حاوی این پیام مهم است که برای افزایش مشغولیت تحصیلی دانشجویان، به‌عنوان یکی از دغدغه‌های نظام آموزشی، و بهره‌مندی از مزایای آن از جمله بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان و دانشگاه، باید اولاً به اقداماتی در زمینه کاهش پرسه‌زنی سایبری دانشجویان پرداخت و ثانیاً بستر رشد احساس نشاط دانشجویان را فراهم ساخت. به نظر می‌رسد مهم‌ترین اقدام سیاست‌گذاری و عرضه آموزش‌های لازم در حوزه رفتار شهروندی سایبری به دانشجویان است. چراکه بهره‌گیری از اقدامات تنبیهی و کاهش دسترسی به فناوری تنها می‌تواند به صورت مقطعی مشکل پرسه‌زنی سایبری را حل کند. به علاوه، چنین اقداماتی می‌تواند منجر به استفاده از فناوری در خفا شود و عواقب منفی‌تری را به دنبال داشته باشد. بنابراین پیشنهاد می‌شود به شیوه‌های گوناگون از جمله رشد انسجام دانشجویان و دیگر اعضای دانشگاه به کمک فضای مجازی به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی، بسترسازی رشد ارتباطات حمایتی بین اساتید و دانشجویان، و احساس دلبستگی و تعهد دانشجویان به دانشگاه افزایش داده شود و زمینه افزایش مشارکت هرچه بیشتر دانشجویان فراهم شود. چنین اقداماتی در کنار آموزش‌های مناسب شهروندی در فضای سایبری از طریق برگزاری کارگاه، طرح درس یا حتی آگاه‌سازی دانشجویان از رفتار صحیح در برابر فناوری در ضمن کلاس و تدریس اساتید نیز می‌تواند راهگشا باشد و به رفتار دانشجویان در فضای مجازی جهت دهد. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی عوامل مؤثر بر رفتار پرسه‌زنی سایبری دانشجویان بررسی شود و پیامدهای کاهش یا افزایش مشغولیت تحصیلی تحلیل شود.

در پایان گفتنی است پژوهش حاضر با محدودیت خاصی مواجه نبود و تنها محدودیت آن مسئله تعمیم‌پذیری بود، چراکه این پژوهش تنها دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز را بررسی کرد.

تقدیر و تشکر

از حمایت‌های بنیاد ملی نخبگان و همکاری کلیه کارکنان و دانشجویان دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، که محققان را در انجام پژوهش یاری رساندند، تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

تضاد منافع

سهام تمامی نویسندگان در این مطالعه یکسان است و هیچ‌گونه تضاد منفعی وجود ندارد.

نشاط در افراد دست یافته‌اند. بنابراین با توجه به این یافته و نتایج پژوهش‌های پیشین، می‌توان دریافت که احساس نشاط و رضایت از زندگی می‌تواند باعث ایجاد انرژی لازم در افراد شود، تعهد و دلبستگی آنان را به دانشگاه افزایش دهد و بستر رشد مشارکت آنان در امور تحصیلی را فراهم سازد.

از دیگر یافته‌های پژوهش، تأثیر منفی و معنادار رفتار پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی دانشجویان است. این یافته بیانگر این است که هرچه دانشجویان بیشتر درگیر استفاده نامناسب و فراوان فناوری برای مقاصد شخصی به‌ویژه در طول کلاس می‌شوند (۳)، انرژی و توان کمتری برای انجام فعالیت‌های تحصیلی دارند و قدرت جذب دانش و اطلاعات و پایداری آنان به امور تحصیلی کمتر می‌شود (۱۹). دلیل احتمالی این یافته این است که وقتی دانشجو عمده زمان خود را صرف بطلالت در دنیای سایبری می‌کند و حتی در طول کلاس درگیر فعالیت کلاسی نمی‌شود و توجهی به درس استاد ندارد، کمتر درگیر فعالیت تحصیلی می‌شود. چراکه از یک طرف زمان کافی برای انجام امور تحصیلی را ندارد و از طرف دیگر طبیعی است که با کاهش سطح مشارکت فعال در کلاس و بی‌توجهی به توضیحات استاد هنگام تدریس، نیازمند زمان بیشتر برای فهم مطالب و انجام امور تحصیلی نسبت به سایر افراد است، لذا انرژی و توان لازم برای انجام فعالیت‌های کلاسی را ندارد. همچنین استفاده بسیار از فناوری می‌تواند باعث خستگی ذهن شود و ذهن انرژی و خاصیت ارتجاعی خود را که لازمه مشغولیت تحصیلی است از دست بدهد (۱۹). این یافته با پژوهش‌های Lewis و همکاران (۲۹)، Skinner و Belmont (۳۰)، Çaliskan و Mercangöz (۳۱) و Rabe-Hemp و همکاران (۳۲) همسو است، چراکه هریک از این پژوهش‌ها به‌نوعی به ارتباط منفی و معنادار پرسه‌زنی سایبری با مشغولیت و درگیری بیشتر افراد در امور تحصیلی پرداخته‌اند. بر اساس این یافته و نتیجه پژوهش‌های پیشین می‌توان دریافت که با افزایش پرسه‌زنی دانشجویان در فضای مجازی، میزان انرژی برای انجام امور تحصیلی، تعهد و تمایل آنان به انجام امور تحصیلی کاهش می‌یابد و در نتیجه سطح مشارکت و درگیری آن‌ها در فعالیت‌های علمی کم می‌شود.

بر اساس یافته این پژوهش می‌توان دریافت که تأثیر پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی به واسطه احساس نشاط بیشتر از تأثیر مستقیم پرسه‌زنی سایبری بر مشغولیت تحصیلی است. بنابراین، پرسه‌زنی‌های بی‌هدف در فضای مجازی، به دلیل کاهش سطح احساس نشاط در افراد، می‌تواند منجر به کاهش سطح مشغولیت تحصیلی آنان شود. این کاهش نشاط که در نتیجه پرسه‌زنی سایبری اتفاق می‌افتد می‌تواند به دلیل ایجاد شرایط مختلفی باشد که بررسی آن نیازمند انجام پژوهش‌های مستقل دیگر است.

References

1. Keser H, Kavuk M, Numanoglu G. The Relationship between Cyber-Loafing and Internet Addiction. *Cypriot Journal of Educational Sciences*. 2016;11(1):37-42. <https://doi.org/10.18844/cjes.v11i1.431>
2. Akbulut Y, Dursun ÖÖ, Dönmez O, Şahin YL. In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*. 2016 Feb 29;55:616-25. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002>
3. Hussain S, Parida T. Exploring cyberloafing behavior in South-central Ethiopia: A close look at MaddaWalabu University. *Journal of Media and Communication Studies*. 2017 Feb 1;9(2):10. <https://doi.org/10.5897/JMCS2016.0499>
4. Yaşar S, Yurdugül H. The investigation of relation between cyberloafing activities and cyberloafing behaviors in higher education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2013 Jul 4;83:600-4. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.114>
5. Soh PC, Koay KY, Chew KW. Conceptual view of Cyberloafing and Non-Work Domain. In *SHS Web of Conferences 2017 (Vol. 33)*. EDP Sciences. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20173300029>
6. Regehr C, Glancy D, Pitts A, LeBlanc VR. Interventions to reduce the consequences of stress in physicians: a review and meta-analysis. *The Journal of nervous and mental disease*. 2014 May 1;202(5):353-9. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000130> PMID:24727721
7. Stoddart SR. The Impact Of Cyberloafing And Mindfulness On Employee Burnout. Wayne State University Dissertations. 2016.
8. Andreassen CS, Torsheim T, Pallesen S. Predictors of use of social network sites at work-a specific type of cyberloafing. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2014 Jul 1;19(4):906-21. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12085>
9. Yılmaz FG, Yılmaz R, Öztürk HT, Sezer B, Karademir T. Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments. *Computers in Human Behavior*. 2015 Apr 30;45:290-8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.023>
10. UNESCO. Promoting Learner Happiness and Wellbeing. 2017. <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002489/248948e.pdf>.
11. Yang Y. Long and happy living: Trends and patterns of happy life expectancy in the US, 1970–2000. *Social Science Research*. 2008 Dec 31;37(4):1235-52. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2007.07.004> PMID:19227700 |
12. Gökler R, Gürkan U, Tastan N. The effect of quality of school life on sense of happiness: A study on University students. *Educational Research and Reviews*. 2015 Apr 10;10(7):967. <https://doi.org/10.5897/ERR2014.1867>
13. Diener E, Seligman ME. Very happy people. *Psychological science*. 2002 Jan;13(1):81-4. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00415> PMID:11894851
14. GomisChorro E, Morales Fernández Á, Gilar-Corbi R. Happiness and Values in the Formation of Personal Identity in Students of the Fifth and Sixth Grade at Primary School. *Universal Journal of Educational Research*. 2017; 5 (5): 881-890. <https://doi.org/10.13189/ujer.2017.050520>
15. Kim J, Lee JE. The Facebook paths to happiness: Effects of the number of Facebook friends and self-presentation on subjective well-being. *CyberPsychology, behavior, and social networking*. 2011 Jun 1;14(6):359-64. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0374> PMID:21117983
16. Fisher CD. Happiness at work. *International journal of management reviews*. 2010 Dec 1;12(4):384-412.
17. Fredricks JA, Blumenfeld PC, Paris AH. School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of educational research*. 2004 Mar;74(1):59-109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
18. Webb T, Russell E & Jarnecki L. The Principles of Student Engagement. The Student Engagement partnership. 2014. <https://can.jiscinvolve.org/wp/files/2014/10/Student-Engagment-Conversation-Pamphlet-v11-ERussell.pdf>.
19. Saeed E, Naiami A, Nisea A. Communication of important dimensions of job control with the commitment of Abadan refinery staff. 2012; 3 (10): 73- 84.
20. Vaughan N. Student engagement and blended learning: Making the assessment connection. *Education Sciences*. 2014 Nov 27;4(4):247-64. <https://doi.org/10.3390/educsci4040247>
21. Severiens SE, Schmidt HG. Academic and social integration and study progress in problem based learning. *Higher Education*. 2009 Jul 1;58(1):59. <https://doi.org/10.1007/s10734-008-9181-x>
22. Groves M, Sellars C, Smith J, Barber A. Factors affecting student engagement: A case study examining two cohorts of students attending a post-1992 university in the United Kingdom. *International Journal of Higher Education*. 2015 Jan 8;4(2):27. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v4n2p27>
23. Lee KS, Ono H. Specialization and happiness

PMCID:PMC3609702

- in marriage: A US–Japan comparison. *Social Science Research*. 2008;37(4):1216-34. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2008.02.005> PMID:19227699
24. Chang MK, Cheung W. Determinants of the intention to use Internet/WWW at work: a confirmatory study. *Information & Management*. 2001;39(1):1-4. [https://doi.org/10.1016/S0378-7206\(01\)00075-1](https://doi.org/10.1016/S0378-7206(01)00075-1)
25. Çelik N. Job Satisfaction's Impact on Cyberloafing: An University Example. *Proceedings of International Academic Conferences*. 2014.
26. Askew, Kevin Landon. The Relationship Between Cyberloafing and Task Performance and an Examination of the Theory of Planned Behavior as a Model of Cyberloafing. *Graduate Theses and Dissertations*. 2012. <https://scholarcommons.usf.edu/etd/3957>
27. Taneja A, Fiore V, Fischer B. Cyber-slacking in the classroom: Potential for digital distraction in the new age. *Computers & Education*. 2015 Mar 31;82:141-51. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.11.009>
28. Vitak J, Crouse J, LaRose R. Personal Internet use at work: Understanding cyberslacking. *Computers in Human Behavior*. 2011 Sep 30;27(5):1751-9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.03.002>
29. Lewis AD, Huebner ES, Malone PS, Valois RF. Life satisfaction and student engagement in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*. 2011 Mar 1;40(3):249-62. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9517-6> PMID:20204687
30. Skinner EA, Belmont MJ. Motivation in the classroom: Reciprocal effects of teacher behavior and student engagement across the school year. *Journal of educational psychology*. 1993 Dec;85(4):571. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.85.4.571>
31. Çaliskan BÖ, Mercangöz BA. Satisfaction and academic engagement among undergraduate students: A case study in Istanbul University. *International Journal of Research in Business and Social Science*. 2013;2(4):84.
32. Rabe-Hemp C, Woollen S, Humiston GS. A comparative analysis of student engagement, learning, and satisfaction in lecture hall and on-line learning settings. *Quarterly Review of Distance Education*. 2009;10(2):207.
33. Field LK, Buitendach JH. Happiness, work engagement and organisational commitment of support staff at a tertiary education institution in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 2011; 37 (1): 1-10. <https://doi.org/10.4102/sajip.v37i1.946>
34. Van Doorn ON. Cyberloafing: A multi-dimensional construct placed in a theoretical framework (Doctoral dissertation, Master's thesis in innovation management, Eindhoven University of Technology; 2017.
35. Dehshiri G, Balootbangan A, Najafi M, Moghaddamzadeh A. Oxford Happiness Inventory Psychometric Properties. *Quarterly Journal of Measuring and Educational Evaluation Studies*. 2014; 5 (12): 9-26.
36. Salimi G, Heidari E, Keshavarzi F. The Relationship between Student Engagement and Knowledge Sharing Behavior in University: A Contribution to the Knowledge Sharing Attitude. *Academic Library and Information Research*., 2013; 47 (4): 351-74.
37. Kareshki H. Linear structural relations in humanities research (basic and easy guide for applying Lisrel software). 2012; Tehran: AvayNoor. PMID:24494136 PMCID:PMC3905550