

The Mediating Role of Self-Control in the Relationship Between Helicopter Parenting and Smartphone Addiction in Emerging Adult Students

Mohammad Mahdi Akbarzadeh [Orcid](#)¹, Saeed Imani [Orcid](#)^{2*} & Mohammad Hossein Naghian [Orcid](#)³

1. Master student, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: moha.akbarzadeh@mail.sbu.ac.ir

2. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. Email: s_imani@sbu.ac.ir

3. Master, Department of Clinical Psychology, Faculty of Science and Medical Technologies, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran. Email: Psy.ctb1@protonmail.com

Abstract

Aim: This study aimed to investigate the mediating role of self-control in the relationship between helicopter parenting and smartphone addiction in emerging adult students.

Methods: The research was conducted using a descriptive-correlational design, specifically structural equation modeling (SEM). The statistical population included all university students in Tehran. Due to the large size of the population, it was not possible to determine the exact number. A total of 470 students were selected through convenience sampling, following Klein's recommendation. To collect data, the Helicopter Parenting Questionnaire (Pistella, 2020), the Smartphone Addiction Scale (Kwon, 2013), and the Short Form of the Self-Control Scale (Tangney, 2004) were used. The collected data were analyzed using structural equation modeling with SPSS and AMOS software.

Results: The findings indicated a strong positive correlation between helicopter parenting and smartphone addiction ($P < 0.01$), and a significant negative correlation between helicopter parenting and self-control ($P < 0.01$). Structural equation modeling (SEM) results further revealed that self-control mediates the relationship between helicopter parenting and smartphone addiction ($P < 0.01$).

Conclusion: Helicopter parenting contributes to smartphone addiction in students by hindering their self-control. Enhancing students' self-control skills could help lessen the negative impacts of this parenting style and decrease the risk of addiction.

Key words: Helicopter parenting, Self-control, Smartphone addiction, Students.

نقش واسطه‌ای خودکنترلی در رابطه بین والدگری هلی کوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در دانشجویان بزرگسال نوظهور

محمد مهدی اکبرزاده ارکید^۱، سعید ایمانی ارکید^{۲*} و محمد حسین نقیان ارکید^۳

۱. دانشجوی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید

بهشتی، تهران، ایران. ایمیل: Moha.akbarzadeh@mail.sbu.ac.ir

۲. استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. ایمیل:

s_amani@sbu.ac.ir

۳. کارشناس ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم و فناوری های پزشکی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم

و تحقیقات، تهران، ایران. ایمیل: Psy.ctbl@protonmail.com

چکیده:

هدف: پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش واسطه‌ای خودکنترلی در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی هوشمند در دانشجویان بزرگسال نوظهور انجام شد.

روش: پژوهش حاضر با روش توصیفی - همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران بود. باتوجه به گسترده بودن جامعه آماری پژوهش حاضر، امکان مشخص کردن تعداد دقیق جامعه آماری وجود ندارد. از بین جامعه آماری تعداد ۴۷۰ نفر بر اساس نظر کلاین به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه والدگری هلیکوپتری (پیستلا، ۲۰۲۰)، مقیاس اعتیاد به گوشی هوشمند (کوون، ۲۰۱۳) و مقیاس خودکنترلی (تانجی، ۲۰۰۴) استفاده شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی هوشمند رابطه مثبت و معنادار وجود داشت ($P < 0/01$). همچنین یافته‌ها حاکی از یک رابطه منفی و معنادار بین والدگری هلیکوپتری و خودکنترلی بود ($P < 0/01$). نتایج حاکی از مدل‌سازی معادلات ساختاری نیز نشان داد که خودکنترلی در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی هوشمند نقش واسطه‌ای داشت ($P < 0/01$).

نتیجه‌گیری: والدگری هلیکوپتری با کنترل بیش از حد والدین، از طریق کاهش خودکنترلی در دانشجویان، به رفتارهای اعتیادآور به گوشی هوشمند منجر می‌شود. یافته‌ها نشان می‌دهند که تقویت مهارت‌های خودکنترلی در دانشجویان می‌تواند اثرات منفی این سبک والدگری را کاهش و خطر اعتیاد به گوشی هوشمند را کم کند.

کلیدواژه‌ها: اعتیاد به گوشی هوشمند، خودکنترلی، دانشجویان، والدگری هلیکوپتری

مقدمه

قرن بیست و یکم به‌عنوان عصر فناوری اطلاعات شناخته می‌شود که ارتباطات بی‌سیم، اینترنت و گوشی‌های هوشمند به تغییرات انقلابی در این حوزه منجر شده‌اند. گوشی‌های هوشمند که از سال ۲۰۰۷ معرفی شدند، به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره تبدیل شده‌اند و به‌طور تصاعدی در سطح جهانی افزایش یافته‌اند (راتان، پاریش، زمان، الوطیبی و حسین زاده، ۲۰۲۱). به‌عنوان نمونه، تعداد کاربران تلفن هوشمند در سال ۲۰۱۷ به ۱/۵ میلیارد رسید و پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۵ این تعداد به ۵/۲۸ میلیارد نفر برسد (اوبرلو، ۲۰۲۴). همچنین، پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۲۹، ۷۵ درصد جمعیت جهان دارای گوشی هوشمند خواهند بود (گروه ردیکتی، ۲۰۲۱).

افزایش استفاده از گوشی‌های هوشمند منجر به وابستگی افراد و ظهور رفتارهای مشکل‌ساز مرتبط با آن، از جمله اعتیاد به گوشی‌های هوشمند شده است (تان، آپلین، مک آلیف و گولو، ۲۰۲۴). اعتیاد به گوشی‌های هوشمند به‌عنوان یک اعتیاد رفتاری با نشانه‌هایی همچون تحمل، میل شدید، ترک، تعارض و عود شناخته می‌شود (ووجیچ، وولارو، لاتاس، دیمیتروویچ و کیرالی، ۲۰۲۳). میزان شیوع این اعتیاد به‌ویژه در بین دانشجویان و افراد ۱۸ تا ۳۰ ساله حدود ۶۰ درصد و در ایران ۷۴/۴ درصد است (لو، آن و چن، ۲۰۲۴؛ عزیزی، امامیان، هاشمی و فتوحی، ۲۰۲۴) و می‌تواند تأثیرات منفی از جمله کاهش روابط اجتماعی، ناکامی تحصیلی، مشکلات خواب، اختلالات عاطفی و استرس ادراک‌شده را به همراه داشته باشد (وینکلر، جرومین، دوئرینگ و بارک، ۲۰۲۰).

علل اعتیاد به گوشی‌های هوشمند معمولاً شامل عوامل اجتماعی، فرهنگی و فردی است. به‌طور خاص، جوانان و بزرگسالان به دلیل نیاز به ارتباطات اجتماعی، سرگرمی و دسترسی به اطلاعات، به استفاده مداوم از این دستگاه‌ها روی می‌آورند. این نوع وابستگی می‌تواند به احساس تنهایی، استرس و فشارهای روزمره دامن بزند و نیاز به استفاده مکرر از گوشی‌های هوشمند را افزایش دهد. یکی از عوامل مهم که می‌تواند بر روی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند تأثیر بگذارد، والدگری

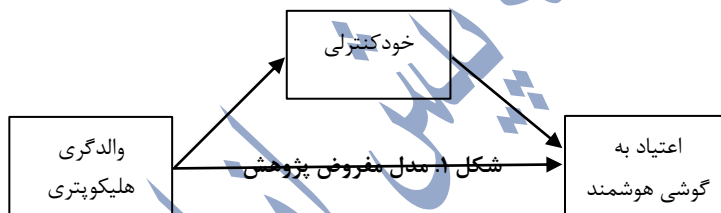
هلیکوپتری^۱ است (سوزن، هالیل و چویک، ۲۰۲۲). دانشجویان دانشگاه در مرحله گذار از اواخر نوجوانی به بزرگسالی (بزرگسالی نوظهور) قرار دارند و بسیاری از آن‌ها روابط نزدیک با والدین خود را حفظ می‌کنند. والدین معمولاً از سلامت روحی و جسمی فرزندان حمایت می‌کنند تا آن‌ها از نظر عاطفی و جسمی سالم و از زندگی راضی باشند (یونگ، هووانگ، کیم، سین، ژائو و ژانگ، ۲۰۲۰). با این حال، برخی از خانواده‌ها که سعی می‌کنند بیش از حد از فرزندان خود حمایت کنند، خودشان را بیش از حد درگیر کارهای دانشگاه و زندگی روزمره فرزندشان می‌کنند و هنگامی که این دخالت‌ها بیش از حد باشد، ممکن است خطر فرزندپروری بیش از حد وجود داشته^۲ باشد که اغلب به عنوان والدگری هلیکوپتری شناخته می‌شود (ژانگ و وانگ، ۲۰۲۴). این سبک فرزندپروری شامل دخالت بیش از حد والدین در زندگی شخصی و کاری فرزندان و کنترل رفتارهای آینده آن‌ها است. رفتارهای متداول والدین در این سبک شامل پرکردن اوقات فراغت فرزندان با فعالیت‌های مختلف، نام‌بردن مکرر از آن‌ها، انجام وظایف فرزندان و مداخله در تصمیم‌گیری‌هایشان است (نیه، کای و چن، ۲۰۲۳). این سبک فرزندپروری با شاخص‌های نامطلوب سازگاری مانند پیشرفت تحصیلی پایین، فرسودگی تحصیلی، خودکارآمدی ضعیف، کمال‌گرایی ناسازگار و مشکلات سلامت روان مرتبط است (هیز و ترنر، ۲۰۲۱؛ زینپ، ۲۰۲۰). علاوه بر تأثیری که والدگری هلیکوپتری بر فرزندان دارد، این سبک فرزندپروری به عنوان یک عامل خطر برای رفتارهای اعتیادآور در جوانان شناخته شده است. والدینی که به طور مداوم بر فعالیت‌ها و ارتباطات فرزندان نظارت می‌کنند، ممکن است آن‌ها را به استفاده از فناوری‌ها به عنوان مکان امنی برای فرار از کنترل و فشارهای والدین سوق دهند (پیستلا، ایزولانی، مورلی، ایزو و بایوکو، ۲۰۲۲). بطور مثال، وانگ، لای، یانگ، یانگ و گوو (۲۰۲۱) نشان دادند که والدگری هلیکوپتری با سطوح بالاتری از اعتیاد به بازی و رسانه‌های اجتماعی در ایالات متحده مرتبط است. همچنین سیمسیر (۲۰۲۳) در پژوهشی دریافت که این سبک فرزندپروری با اعتیاد به صفحه‌نمایش نیز ارتباط دارد. با این حال، پژوهش‌های موجود غالباً بر روی نوجوانان و در

¹ Helicopter Parenting (HP)

² over-parenting

کشورهای ترکیه و آمریکا انجام شده‌اند و تعداد مطالعات در زمینه نقش والدگری هلیکوپتری در اعتیادهای تکنولوژیکی به طور کلی محدود است. با وجود مطالعاتی که نشان‌دهنده رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند هستند و با توجه به پژوهش‌های متناقض موجود، برخی متغیرها، به‌ویژه خودکنترلی، می‌توانند در این رابطه مؤثر باشند. خودکنترلی به عنوان یک متغیر کلیدی در درک ارتباط بین والدین و اعتیاد به فناوری در نظر گرفته می‌شود، زیرا والدین نقشی اساسی در توسعه خودکنترلی فرزندانشان دارند (میندرسکو و انوئو، ۲۰۲۲). خودکنترلی به عنوان یک ظرفیت ارادی، توانایی به تأخیر انداختن لذت فوری و تنظیم رفتارها، افکار و احساسات به منظور دستیابی به اهداف بلندمدت را توصیف می‌کند (بومایستر، برتسلایوسکی، موراون و تییس، ۲۰۱۸). در رابطه با ارتباط بین خودکنترلی، والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند، دو خط پژوهشی قابل توجه وجود دارد. از یک‌سو، والدین هلیکوپتری ممکن است به‌طور ناخواسته توانایی فرزندان برای استقلال را محدود کنند، که ممکن است منجر به کاهش توانایی خودکنترلی آن‌ها شود (سریواستاوا و ماثور، ۲۰۲۰). به عبارت دیگر، والدگری هلیکوپتری می‌تواند یکی از دلایل اصلی عدم خودکنترلی در جوانان باشد (لی و همکاران، ۲۰۱۸) و از طرف دیگر نیز شکست در خودکنترلی یک عامل خطر برای اعتیادهای تکنولوژیکی مانند اعتیاد به اینترنت و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند است (گنگ، گو، وانگ و ژانگ، ۲۰۲۱). همچنین مدل‌های روانشناسی مختلف پیشنهاد می‌دهند که متغیرهای شخصی مانند خودکنترلی می‌توانند به عنوان عوامل میانجی در روابط بین متغیرهای دیگر عمل کنند. بر اساس نظریه‌های خودتنظیمی، اگر فرد نتواند هیجانات و رفتارهای خود را به درستی مدیریت کند، ممکن است به رفتارهای افراطی و اعتیادآور از جمله اعتیاد به گوشی هوشمند گرایش پیدا کند (لوکسا، مارگولیوس، بکر، کریچ و دنی، ۲۰۲۲). پس باتوجه به رابطه بین والدگری هلیکوپتری با خودکنترلی و تأثیر خودکنترلی بر روی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند، پس می‌توانیم فرض کنیم که خودکنترلی در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نقش واسطه‌ای دارد؛ اما این موضوع بررسی نشده است.

همان‌طور که بررسی‌ها نشان داده‌اند، پژوهش‌هایی در ارتباط با والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند انجام شده است؛ اما این پژوهش‌ها بسیار اندک بوده است. ضمن اینکه در داخل کشور، پژوهش‌های اندکی درباره والدگری هلیکوپتری و تأثیرات آن بر روی جامعه ایرانی انجام شده است که از جمله آنها می‌توان به پژوهش پورشهریار، فولادی و اسکندری جم (۱۴۰۲) اشاره کرد. همچنین تاکنون نیز نقش میانجی خودکنترلی در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند بررسی نشده است؛ بنابراین، باتوجه به مواردی که ذکر گردید، هدف پژوهش حاضر پاسخ به این پرسش است که آیا در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در دانشجویان بزرگسال نوظهور خود کنترلی نقش واسطه ای دارد؟ قابل مشاهده در شکل ۱.



روش

طرح مطالعه حاضر توصیفی - همبستگی از نوع مدل سازی معادلات ساختاری بود. تمام دانشجویان دانشگاه‌های شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ جامعه آماری این پژوهش را تشکیل دادند. باتوجه به اینکه جامعه آماری این پژوهش گسترده بود امکان مشخص کردن تعداد دقیق جامعه آماری وجود ندارد. بر اساس نظر کلاین (۲۰۲۳) برای انجام پژوهش‌های مدلیابی معادلات ساختاری نیاز است که تعداد نمونه حداقل ۲۰۰ نفر باشد و به‌ازای هریک از پارامترها ۱۵ تا ۲۰ نفر حجم نمونه در نظر گرفت. باتوجه به اینکه در پژوهش حاضر ۲۰ پارامتر وجود داشت، حجم نمونه لازم برای مطالعه حاضر ۳۰۰ تا ۴۰۰ نفر تخمین زده شد؛ بنابراین، باتوجه به در نظر گرفتن نرخ ریزش ۳۰ درصدی، از بین جامعه، تعداد ۴۷۰ نفر (۲۶۲ زن و ۲۰۸ مرد با میانگین سنی ۲۴/۰۶ و انحراف معیار ۳/۱۱) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

ملاک‌های ورود در پژوهش حاضر شامل داشتن رضایت آگاهانه جهت شرکت در پژوهش، دانشجو بودن، سن بین ۱۸ تا ۳۰ و در قید حیات بودن مادر یا تجربه زندگی کردن با او بود. همچنین پاسخگویی ناقص به ۳۰ درصد یا بیشتر از آن به سؤالات پرسشنامه‌ها یا پاسخ‌دادن به سؤالات پرسشنامه‌ها به صورت تصادفی از جمله ملاک‌های خروج این پژوهش بود. تحلیل داده‌ها نیز بر اساس مدل سازی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۷ و AMOS نسخه ۲۴ انجام شد.

ابزارهای پژوهش

مقیاس اعتیاد به گوشی‌های هوشمند (SAS):^۱ این مقیاس توسط کوون^۲، لی، وون، پارک، مین و کیم (۲۰۱۳) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۳۳ گویه (هنگامی که از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم احساس آزادی بیشتری دارم) و زیر مقیاس‌های آشفتگی در زندگی روزانه، پیش‌بینی مثبت، سندرم ترک، روابط مبتنی بر فضای مجازی، سوء مصرف و سندرم تحمل است و در مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ برای «کاملاً مخالفم» تا ۶ برای «کاملاً موافقم» درجه‌بندی می‌شود. دامنه نمرات برای کل مقیاس بین ۳۳ تا ۱۹۸ است. نمرات بالاتر نشان‌دهنده اعتیاد بالاتر است. کوون و همکاران (۲۰۱۳) روایی این مقیاس را با استفاده از روایی همگرا خوب گزارش کردند به شکلی که همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه اعتیاد به اینترنت در حدود ۰/۷۱ بود. همسانی درونی را نیز با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۶ و برای شش خرده مقیاس در دامنه ۰/۸۸ تا ۰/۹۱ گزارش کردند. در ایران نیز شاه احمدی، جویباری، لطفی، آقایی و قشلاق (۲۰۲۱) روایی مقیاس را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی گزارش کردند که ۶ زیر مقیاس توانستند ۶۳/۲۶ درصد از واریانس کل را تبیین کنند. همچنین آلفای کرونباخ را برای کل پرسشنامه ۰/۹۵ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای شش خرده مقیاس در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۸۸ بود.

¹ Smartphone Addiction Scale

² Kwon

مقیاس خودکنترلی - فرم کوتاه شده (BSCS):^۱ این مقیاس توسط تانجی، بوماستر و بوون (۲۰۰۴) ساخته شد. فرم اصلی این مقیاس ۳۶ گویه دارد و فرم کوتاه شده آن ۱۳ گویه دارد (من مجبورم به سختی عادت بدم را ترک کنم) که در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس بر اساس یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز = ۱ تا بسیار = ۵) نمره‌گذاری می‌شود. البته برای گویه‌های ۲، ۳، ۴، ۵، ۷، ۹، ۱۰، ۱۲ و ۱۳ به شکل عکس حالت گفته شده نمره‌گذاری صورت می‌گیرد. دامنه نمرات برای کل پرسش‌نامه ۱۳ تا ۶۵ است. نمرات بالاتر نشان‌دهنده خودکنترلی بالاتر است. تانجی و همکاران (۲۰۰۴) روایی مقیاس را با استفاده از روایی همگرا خوب گزارش کردند به صورتی که همبستگی این پرسش‌نامه با پرسش‌نامه خودکنترلی گری - ویلسون در حدود ۰/۸۰ گزارش کردند. همچنین آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۸۳ گزارش کردند. در ایران نیز غفاری، قنادزادگان و فخری (۱۴۰۰) روایی مقیاس را با استفاده از روایی همگرا گزارش کردند. آن‌ها نشان دادند که این مقیاس با سایر معیارهای خودکنترلی و ویژگی‌های مرتبط مانند وظیفه‌شناسی و توافق‌پذیری همبستگی قوی دارد و همبستگی آن را با وظیفه‌شناسی به صورت $r = 0/45$ تا $r = 0/50$ گزارش کردند که نشان‌دهنده روایی همگرای خوبی است. همچنین آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۸۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۷ گزارش شد.

ابزار والدگری هلیکوپتری (HPI-S):^۲ این پرسش‌نامه توسط پیستلا، ایزو، ایزولانیا، اورنو و بایوکو (۲۰۲۰) ساخته شد. این پرسش‌نامه ۱۰ گویه دارد که ادراک فرد را از والدگری با عباراتی از جمله (مادرم همه تصمیم‌های مهم زندگی‌ام را می‌گیرد و مادرم فکر می‌کند که وظیفه اوست که من را از گرفتاری دور کند) می‌سنجد. نمره‌گذاری این پرسش‌نامه بر اساس یک طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) است. دامنه نمرات این پرسش‌نامه بین ۱۰ تا ۵۰ قرار دارد. نمرات بالاتر نشان‌دهنده بالاتر بودن والدگری هلیکوپتری والدین یا بالاتر

¹ The Brief Self-Control Scale

² helicopter parenting instrument- short version

بودن میزان دخالت والدین است. پیترسلا و همکاران (۲۰۲۰) پایایی این پرسشنامه را از طریق آلفای کرونباخ برای مادران ۰/۷۸ و برای پدران ۰/۷۹ گزارش کردند. همچنین روایی همگرا را خوب گزارش کردند به صورتی که همبستگی بین دو نسخه پدر و مادر را ۰/۶۵ محاسبه کردند. در ایران نیز، فولادی، پورشه‌ریار و ابراهیمی (۱۴۰۲) پایایی پرسشنامه را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کردند. همچنین روایی را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی بررسی کردند که نتایج تحلیل عاملی اکتشافی بر روی نمونه‌ای از نوجوانان دختر ایرانی با استفاده از روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس نشان‌دهنده ساختار دو عاملی برای ابزار والدگری هلیکوپتری بود که این عوامل شامل «درگیری ذهنی» و «درگیری عملی» هستند. این دو عامل توانستند مجموعاً ۵۵/۰۴ درصد از واریانس کل را تبیین کنند. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۵ و برای خرده مقیاس‌های درگیری ذهنی و درگیری عملی به ترتیب ۰/۷۵ و ۰/۸۴ به دست آمد.

روش اجرای پژوهش

ابتدا لینک آنلاین ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات جهت ارسال در شبکه‌های اجتماعی در سایت پرسلین طراحی شد. سپس لینک پرسشنامه با ارائه توضیحاتی درباره مسائل اخلاقی از جمله حفظ حریم شخصی، محرمانه ماندن اطلاعات، تحلیل گروهی داده‌ها و همچنین هرزمان که بخواهند می‌توانند از پژوهش خارج شوند و شرکت در این پژوهش کاملاً داوطلبانه است، در شبکه‌های اجتماعی قرار داده شد. همچنین درباره هدف و ضرورت پژوهش، معیارهای ورود و معیارهای خروج از پژوهش نیز به شرکت‌کنندگان توضیحات لازم داده شد. در ابتدای پرسشنامه‌ها نیز عبارت "از شرکت در این پژوهش رضایت دارم و به خواست خودم در این پژوهش شرکت می‌کنم (رضایت آگاهانه)" قرار داده شد که شرکت‌کنندگان با تأیید آن، ابتدا به بخش اطلاعات دموگرافیک وارد می‌شدند و با پرکردن آن، بخش سؤالات آغاز می‌شد. در پایان نیز، داده‌های حاصل از پر کردن پرسشنامه‌ها توسط شرکت‌کنندگان از طریق سایت پرسلین به صورت خروجی اکسل دریافت شد.

یافته ها

در مطالعه حاضر، ۴۷۰ نفر شرکت کردند که ۲۶۲ نفر آن‌ها (۵۵/۷ درصد) زن بودند. بررسی ویژگی‌های جمعیت شناختی نشان داد که میانگین و انحراف استاندارد سن آن‌ها به ترتیب ۲۴/۰۶ و ۳/۱۱ بود. دامنه سنی افراد شرکت‌کننده بین ۱۸ تا ۳۰ سال قرار داشت. در پژوهش حاضر ۳۸۷ نفر (۸۲/۳ درصد) مجرد و ۸۳ نفر (۱۷/۷ درصد) متاهل بودند. همچنین از نظر تحصیلات نیز ۳۲۴ نفر (۶۸/۹ درصد) دانشجوی کارشناسی، ۱۰۳ نفر (۲۱/۹ درصد) دانشجوی کارشناسی ارشد و ۴۳ نفر (۹/۱ درصد) نیز دانشجوی دکتری تخصصی بودند.

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی مرتبط با متغیرهای پژوهش حاضر به همراه کشیدگی و چولگی گزارش شده است. جهت بررسی مفروضه نرمال بودن نیز از کشیدگی و چولگی استفاده شد که با توجه به جدول ۱ کشیدگی و چولگی تمام متغیرها بین ۱+ و ۱- قرار داشت که نشان از برقرار بودن این مفروضه داشت.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
آشناگی در زندگی روزانه	۱۷/۱۴	۵/۳۰	-۰/۰۴۶	-۰/۶۱۹
پیش بینی مثبت	۱۳/۲۰	۴/۴۳	-۰/۱۷۱	-۰/۴۵۰
سندرم ترک	۳۰/۸۳	۹/۷۲	۰/۱۴۸	-۰/۴۰۰
روابط مبتنی بر فضای مجازی	۱۵/۰۴	۵/۸۰	۰/۱۸۱	-۰/۷۰۰
سوء مصرف	۱۴/۶۸	۴/۱۲	-۰/۱۹۰	-۰/۲۹۳
سندرم تحمل	۱۹/۶۲	۵/۷۹	-۰/۳۱۰	-۰/۶۱۳
درگیری عملی	۷/۶۵	۳/۳۵	۰/۰۱۸	-۰/۴۴۷
درگیری ذهنی	۳۱/۲۴	۹/۹۹	-۰/۱۲۸	-۰/۵۴۲
نمره کل خودکنترلی	۴۲/۳۵	۸/۱۵	-۰/۲۸۸	-۰/۰۶۶

همچنین جهت بررسی مفروضه عدم هم خطی چندگانه از تحمل^۱ و شاخص تورم واریانس^۲ استفاده شد. در صورتی که مقدار آماره تحمل بزرگ‌تر از ۰/۱ و مقدار آماره شاخص تورم واریانس نیز کوچک‌تر از ۱۰ باشد این مفروضه برقرار است. با توجه به اینکه در پژوهش حاضر در تمام متغیرها مقدار آماره تحمل بزرگ‌تر از ۰/۱ بود و مقدار آماره شاخص تورم واریانس نیز کوچک‌تر از ۱۰ بود؛ بنابراین این مفروضه نیز برقرار بود. جهت بررسی مفروضه استقلال باقی‌مانده‌ها نیز از آماره دوربین-واتسون استفاده شد که برای برقراری مفروضه استقلال باقی‌مانده‌ها باید مقدار آن بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشد (گرین، ۲۰۰۰) که این مفروضه نیز برقرار بود.

نتایج همبستگی در جدول ۲ حاکی از این بود که مولفه‌های والدگری هلیکوپتری (درگیری ذهنی و درگیری عملی) با تمام مؤلفه‌های اعتیاد به گوشی‌های هوشمند رابطه مثبت و معنادار دارد ($P < 0/01$). همچنین تمام مؤلفه‌های والدگری هلیکوپتری با نمره کل خودکنترلی رابطه

خرده مقیاس‌ها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
درگیری عملی	۱								
درگیری ذهنی	۰/۵۲**	۱							
نمره کل خودکنترلی	-۰/۲۸**	-۰/۱۹**	۱						
آشفته‌گی در زندگی روزانه	۰/۳۳**	۰/۲۱**	-۰/۵۵**	۱					
پیش‌بینی مثبت	۰/۲۱**	۰/۱۳**	-۰/۴۰**	۰/۳۲**	۱				
سندرم ترک	۰/۲۵**	۰/۱۵**	-۰/۵۶**	۰/۵۲**	۰/۶۴**	۱			
روابط مبتنی بر فضای مجازی	۰/۳۷**	۰/۲۳**	-۰/۴۱**	۰/۴۷**	۰/۴۲**	۰/۶۵**	۱		
سو مصرف	۰/۲۵**	۰/۱۹**	-۰/۴۴**	۰/۴۵**	۰/۴۳**	۰/۶۵**	۰/۶۵**	۱	
سندرم تحمل	۰/۳۱**	۰/۲۶**	-۰/۶۰**	۰/۶۲**	۰/۳۷**	۰/۶۵**	۰/۶۲**	۰/۶۹**	۱

منفی و معنادار دارد ($P < 0/01$). نتایج ضریب پیرسون حاکی از یک رابطه منفی و معنادار بین $N=470$ * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$ نمره کل خودکنترلی و تمام مؤلفه‌های اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نیز بود ($P < 0/01$).

¹ tolerance

² variance Inflation Factor (VIF)

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

آزمون مدل اندازه‌گیری با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی انجام شد. باتوجه به جدول ۳ می‌توان گفت که برازش مدل برای هر سه پرسشنامه در سطح مطلوب قرار داشت. همچنین بر اساس نظر کلاین (۲۰۲۳) حداقل مقدار قابل قبول برای بار عاملی هریک از متغیرهای مشاهده‌شده با متغیر مکنون مرتبط ۰/۵ است و در این پژوهش بار عاملی تمام متغیرها بزرگ‌تر از ۰/۵ بود. جهت بررسی روایی همگرا و پایایی نیز به ترتیب از شاخص متوسط واریانس استخراج‌شده^۱ و پایایی ترکیبی^۲ استفاده شد. بر اساس نظر هیر، هالت، رینگل، سارستد، دانکس و ری (۲۰۲۱) مقادیر بزرگ‌تر از ۰/۴ برای شاخص متوسط واریانس استخراج‌شده و مقادیر بزرگ‌تر از ۰/۶ برای پایایی ترکیبی مورد قبول است. مقدار شاخص متوسط واریانس استخراج‌شده و پایایی ترکیبی به ترتیب برای متغیر خودکنترلی ۰/۴۲ و ۰/۸۵ بود. مقادیر این شاخص‌ها برای متغیر والدگری هلیکوپتری به ترتیب ۰/۴۸ و ۰/۸۵ و برای متغیر اعتیاد به گوشی هوشمند نیز به ترتیب ۰/۵۶ و ۰/۸۸ بود.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری

پرسشنامه‌ها	RMSEA	NFI	GFI	IFI	CFI	TLI	df	χ^2/df	χ^2
والدگری هلیکوپتری	۰/۰۷۰	۰/۹۲	۰/۹۹	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۸	۴۵	۳/۰۹	۱۰۸/۴۴
اعتیاد به گوشی هوشمند	۰/۰۹۴	۰/۹۰۸	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۹۱	۰/۹۳	۹	۴/۳۲	۳۸/۹۵
خودکنترلی	۰/۰۸۰	۰/۹۱	۰/۹۵	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۱	۶۵	۴/۶۴	۳۰۲/۰۰
مقدار مناسب شاخص	> ۰/۱ قابل قبول	> ۰/۹	> ۰/۹	> ۰/۹	> ۰/۹	> ۰/۹	-	> ۵ خوب	-
تفسر برازش	قابل قبول	خوب	خوب	خوب	خوب	خوب	-	خوب	-

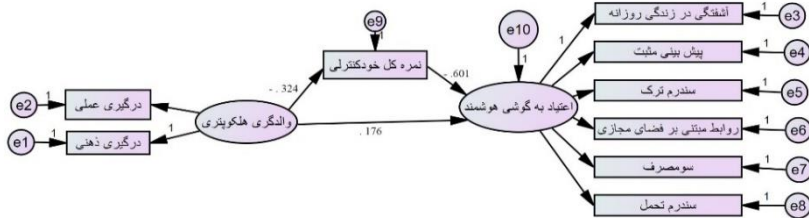
جهت بررسی آزمون مدل ساختاری در قدم اول شاخص‌های برازش مرتبط با مدل بررسی شدند. شاخص‌های برازش، تفسیر آنها و مقدار مناسب هر کدام در جدول ۴ ارائه شده است.

^۱ average variance extracted (AVE)

^۲ composite reliability (CR)

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل ساختاری

برای فهم بهتر، تحلیل مدل معادلات ساختاری انجام شده و مدل همراه با ضرایب استاندارد شده معنادار در شکل ۲ گزارش شده است.



شکل ۲. مدل ساختاری پژوهش همراه با ضرایب رگرسیونی استاندارد شده

در ادامه مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. مسیرهای مستقیم و غیر مستقیم متغیرها در کل نمونه

مسیرهای مستقیم	ضرایب غیر استاندارد	ضرایب استاندارد	نسبت بحرانی	سطح معناداری (P)
والدگری هلیکوپتری ← خودکنترلی	-۰/۸۸۹	-۰/۳۲۴	-۴/۷۷	۰/۰۰۱
خودکنترلی ← اعتقاد به گوشی هوشمند	۰/۹۳۶	۰/۶۰۱	۱۳/۶۳	۰/۰۰۱
اعتقاد به گوشی هوشمند ← والدگری هلیکوپتری	۰/۰۷۹	۰/۹۴۵	۲۰	۰/۰۰۱
والدگری هلیکوپتری ← خودکنترلی	۰/۱۹۴	۰/۱۳۴	۰/۲۶۰	۰/۰۰۱
خودکنترلی ← اعتقاد به گوشی هوشمند	۰/۱۹۴	۰/۱۳۴	۰/۲۶۰	۰/۰۰۱

مسیر غیر مستقیم	ضرایب استاندارد	حد پائین	حد بالا	معناداری دوسویه
والدگری هلیکوپتری ← خودکنترلی	۰/۱۹۴	۰/۱۳۴	۰/۲۶۰	۰/۰۰۱
خودکنترلی ← اعتقاد به گوشی هوشمند	۰/۱۹۴	۰/۱۳۴	۰/۲۶۰	۰/۰۰۱

باتوجه به جدول ۵ مسیر مستقیم متغیر والدگری هلیکوپتری به متغیر خودکنترلی و مسیر مستقیم متغیر خودکنترلی به متغیر اعتیاد به گوشی هوشمند منفی و معنادار است ($P < 0/001$). همچنین مسیر مستقیم متغیر والدگری هلیکوپتری به متغیر اعتیاد به گوشی هوشمند مثبت و معنادار است ($P < 0/001$). همچنین برای بررسی اثر غیرمستقیم متغیر والدگری هلیکوپتری بر اعتیاد به گوشی هوشمند از طریق خودکنترلی از روش بوت استرپ با ۲۰۰۰ بار نمونه استفاده شد که نتایج آن نیز در جدول ۵ قابل مشاهده است.

باتوجه به جدول ۵ و از آنجایی که حد پائین و حد بالا عدد صفر را در برنمی‌گیرد، می‌توان گفت که اثر غیرمستقیم والدگری هلیکوپتری بر اعتیاد به گوشی هوشمند از طریق خودکنترلی معنادار است ($P < 0/001$). این نتیجه حاکی از این است که در دانشجویان با والدگری هلیکوپتری بالاتر میزان خودکنترلی کاهش می‌یابد و با کاهش میزان خودکنترلی میزان اعتیاد به گوشی هوشمند افزایش می‌یابد و برعکس.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر باهدف مدلیابی علی والدگری هلیکوپتری با اعتیاد به گوشی‌های هوشمند با نقش واسطه‌ای خودکنترلی انجام شد. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که میان والدگری هلیکوپتری با اعتیاد به گوشی‌های هوشمند رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. این نتایج با پژوهش‌های سوزن و همکاران (۲۰۲۲) و سیمسیر (۲۰۲۳) همسو بود. والدین هلیکوپتری با حل کردن مشکلات فرزندان‌شان به جای آموزش مهارت‌های حل مسئله، مانع از رشد استقلال و خودتنظیمی در آنها می‌شوند. این امر، کودکان را در مواجهه با چالش‌ها و استرس‌ها آسیب‌پذیرتر می‌کند. گوشی‌های هوشمند در این شرایط می‌توانند به عنوان مکانیزم مقابله با استرس و فرار از مشکلات عمل کنند. وابستگی به این مکانیزم مقابله‌ای به مرور زمان به اعتیاد، علائم ترک و سندرم تحمل منجر خواهد شد. این ادعا با مدل‌های خودتنظیمی نظیر مدل بومایستر سازگار است که بر نقش حیاتی خودکنترلی در مهار رفتارهای ناسازگار تأکید دارد (ژیائو، مائو، چن و هی، ۲۰۲۴). همچنین

دخالتهای بیش از حد والدین در روابط اجتماعی فرزندان می‌تواند مانع از شکل‌گیری مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی صحیح گردد. این امر به تنهایی می‌تواند به منزوی شدن، آشفتگی در زندگی روزانه و جستجوی ارتباطات جایگزین منجر شود که در این مورد، گوشی‌های هوشمند می‌توانند نقش مهمی ایفا کنند. از طریق شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های آنلاین، افراد می‌توانند نیازهای اجتماعی خود را به صورت غیرمستقیم و با تعاملات محدودتر رفع کنند که به وابستگی به گوشی هوشمند و روابط مبتنی بر فضای مجازی منجر می‌شود (پنگ، وانگ، لیو و هو، ۲۰۲۲؛ شیر محمدی، الهی و ابراهیمی، ۱۴۰۰). از طرفی والدگری هلیکوپتری با افزایش سطح اضطراب و افسردگی در فرزندان مرتبط است. این امر می‌تواند باعث شود که فرزندان به دنبال راه‌هایی برای کاهش این احساسات ناراحت‌کننده باشند. گوشی‌های هوشمند با ارائه محرک‌های مداوم و دسترسی به اطلاعات و سرگرمی‌های متنوع، می‌توانند به عنوان راهی برای فرار از اضطراب و افسردگی مورد استفاده قرار بگیرند (کارون، بنزی، مویزی، پارولین و فونتانا، ۲۰۲۳).

نتایج حاصل از مدلیابی در مطالعه حاضر همچنین نشان داد که والدگری هلیکوپتری با خودکنترلی و خودکنترلی با اعتیاد به گوشی هوشمند رابطه معنادار دارد. این نتایج با یافته‌های هانگ و کوئی (۲۰۲۰)، وانگ و همکاران (۲۰۲۱) و مک‌گینلی و دیویس (۲۰۲۱) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت شکل‌گیری خودکنترلی بیشتر در دوران کودکی و اوایل نوجوانی رخ می‌دهد. هنگامی که کودکان تصور می‌کنند والدینشان زندگی آنها را در دست گرفته‌اند یا در تلاش‌اند تا به جای آنها برای رهایی از موقعیت‌های چالش‌برانگیز آنها اقدام کنند. این امر مانع از رشد مهارت‌های اساسی بزرگسال نوظهور در شکل‌گیری و تقویت خودکنترلی آنها می‌شود. همچنین از آنجاکه خودکنترلی در نوجوانی باید به تدریج و به صورت خودکار در افراد تقویت شود، می‌توان به نقش والدین در پشتیبانی از استقلال جوانان و اثرات آن نیز اشاره کرد. والدینی با سبک فرزندپروری هلیکوپتری به واسطه‌ی اعمال تصمیم‌گیری‌های خود در انتخاب‌های سرنوشت‌ساز فرزندان، با از بین بردن بسترهای لازم برای ظهور خلاقیت و خودمختاری فرزندان، مانع از شکل‌گیری خودکنترلی شده و به بیانی دیگر منجر به خودکنترلی ضعیف در آنها می‌شوند.

در یک نگاه اجمالی، گاتفردسون^۱ و هیرشی^۲ در نظریه خود تحت عنوان "خودکنترلی پایین"، سطح پایین این مؤلفه تأثیرگذار بر فرایندهای درونی و برون‌دادهای رفتاری را نتیجه نقص در فرایندهای تربیتی در دوران کودکی بیان کرده‌اند (کیم و کانگ، ۲۰۲۳). در این شرایط فرزندان به‌جای بهره‌مندی از فرصت‌های لازم برای تمرین خودکنترلی و کسب مهارت‌های مربوط به آن، با برون‌سپاری تصمیمات و وظایف خود به والدین و تکیه بر آنها برحسب عادت، به‌مراتب انگیزه کمی برای ایجاد خودکنترلی نشان داده که این خود منجر به خودکنترلی ضعیف در آنها و زمینه‌ساز تجربه ناسازگاری روانی می‌شود؛ زیرا این افراد به‌تنهایی از عهده مقابله با چالش‌های متعدد زندگی بر نمی‌آیند (هانگ و کوئی، ۲۰۲۰). از سوی دیگر خودکنترلی افراد را قادر می‌سازد تا به طور مؤثر با تجربیات بد کنار بیایند و احساسات، شناخت و رفتار خود را تنظیم کنند (تربتی، زندی و عباسپور، ۲۰۲۲). افرادی که خودکنترلی پائینی دارند در تنظیم احساسات و هیجانات منفی خود مشکل دارند و از طریق رفتارهای اعتیادآور به دنبال کاهش این احساسات و هیجانات هستند. زیرا انگیزه اصلی رفتار اعتیادآور، کاهش هیجانات منفی است که از طریق فرار میسر می‌شود. یکی از این مسیرهای فرار استفاده از گوشی‌های هوشمند است که به افراد اجازه می‌دهد تا از احساسات منفی برآمده از دنیای واقعی فرار کنند (علی مرادی، بروستروم، پوتنزا و لین، ۲۰۲۴). همچنین خودکنترلی به توانایی چشم‌پوشی از پاداش‌های فوری به‌خاطر دستیابی به اهداف بلندمدت نیز اشاره دارد. از این‌رو افرادی که سطح بالاتری از خودکنترلی را از خود نشان می‌دهند، تمایل دارند تا با اراده خود فعالیت‌های مفیدی را در بلندمدت انتخاب کنند و از طریق انجام این فعالیت‌ها رضایت از خود را کسب کنند؛ اما افراد با خودکنترلی پایین ترجیح می‌دهند فعالیت‌هایی را انتخاب کنند که با پاداش فوری همراه باشد و شادی بیشتری را در پی داشته باشد (کودو، کوپیس و گریفیث، ۲۰۲۳). در واقع، این افراد با دریافت کمترین سیگنال پاداش به‌راحتی احساسات مثبت و خوشایندی را تجربه می‌کنند و استفاده از گوشی‌های هوشمند شرایط دسترسی به پاداش فوری را فراهم می‌نمایند. سپس، لذت و رضایت حاصل از این موضوع، آنها را

¹ Gottfredson

² Hirschi

به سمت استفاده بیشتر از این گوشی‌ها سوق داده و در نهایت، راه را برای بروز رفتار اعتیادی هموار می‌کند (ژائو، جین و هوآنگ، ۲۰۲۳).

در مجموع نتایج مطالعه حاضر نشان داد که والدگری هلیکوپتری با اعتیاد به گوشی‌های هوشمند مرتبط بود. خودکنترلی نیز در رابطه بین والدگری هلیکوپتری و اعتیاد به گوشی‌های هوشمند نقش واسطه‌ای داشت. باتوجه به مطالب بیان شده، این مطالعه اهمیت تقویت خودکنترلی را به عنوان یک عامل حفاظتی در برابر نتایج منفی والدگری هلیکوپتری برجسته می‌کند. درحالی که بزرگسالان نوظهور در حال عبور از محیط‌های دانشگاهی و اجتماعی خود هستند، تقویت خودکنترلی می‌تواند آن‌ها را قادر سازد تا انتخاب‌های بهتری در مورد استفاده از گوشی‌های هوشمند داشته باشند. همچنین ترویج مهارت‌های خودکنترلی در زمینه والدگری هلیکوپتری می‌تواند به عنوان یک نقطه مداخله حیاتی برای کاهش خطرات ناشی از اعتیاد به گوشی هوشمند نیز عمل کند. همچنین با بررسی این روابط پیچیده، می‌توان به بهترشدن توازن در زندگی دیجیتال جوانان نوظهور کمک کرد.

محدودیت‌های این پژوهش عبارتند از: (۱) عدم همگنی شرکت‌کنندگان از نظر وجود اعتیاد؛ (۲) ماهیت توصیفی-همبستگی و مقطعی پژوهش که امکان استنتاج روابط علی و معلولی را منتفی می‌کند؛ (۳) استفاده از پرسشنامه والدگری هلیکوپتری صرفاً از دیدگاه مادر، بدون در نظر گرفتن دیدگاه پدر. پژوهش‌های آینده می‌توانند با همگن‌سازی نمونه بر اساس میزان اعتیاد، استفاده از طرح‌های پژوهشی طولی و جمع‌آوری داده از هر دو والد، این محدودیت‌ها را برطرف کنند. علاوه بر این، نتایج این پژوهش می‌تواند برای طراحی برنامه‌های مداخله‌ای هدفمند در جهت بهبود سبک‌های والدگری و کاهش اعتیاد به گوشی‌های هوشمند مورد استفاده قرار گیرد. این برنامه‌ها می‌توانند شامل کارگاه‌های آموزشی برای والدین، برنامه‌های درمانی شناختی-رفتاری برای دانشجویان یا اپلیکیشن‌های موبایلی برای مدیریت استفاده از گوشی هوشمند باشند. ضمن اینکه نتایج این تحقیق می‌تواند برای آموزش والدین در مورد عواقب منفی والدگری هلیکوپتری و راهکارهای تربیتی سالم‌تر و مؤثرتر استفاده شود. این آموزش‌ها می‌توانند از طریق کارگاه‌ها،

سمینارها یا پلتفرم‌های آنلاین ارائه شوند. در نهایت، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان، مانند سن، جنسیت و تحصیلات ممکن است نقش تعدیل‌گر بر مدل فعلی داشته باشند، اگرچه این تأثیرات در مطالعه حاضر مورد بررسی قرار نگرفت؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده این موضوع نیز بررسی شود.

مشارکت نویسندگان

در مطالعه حاضر جناب دکتر سعید ایمانی، نظارت و نهایی‌سازی بر اصلاحات مقاله را برعهده داشتند. همچنین آقای محمدمهدی اکبرزاده گردآوری داده‌ها و نگارش بخش‌های مقدمه، روش و یافته‌ها را برعهده داشته و آقای محمدحسین نقیان نگارش بخش بحث و نتیجه‌گیری و تفسیر یافته‌ها را برعهده داشتند.

موازین اخلاقی

در این مطالعه تمام اصول اخلاقی از جمله رازداری و اصول دیگر رعایت شد.

منابع مالی

این پژوهش از هیچ نهاد و موسسه‌ای کمک مالی دریافت نکرده است.

تعارض منافع

این پژوهش تعارض منافع نداشته است.

سپاسگزاری

از تمام دانشجویان شرکت‌کننده در این پژوهش کمال تشکر را داریم که اگر همکاری آنها نبود این پژوهش شکل نمی‌گرفت.

References

- Alimoradi, Z., Broström, A., Potenza, M. N., Lin, C. Y., & Pakpour, A. H. (2024). Associations between behavioral addictions and mental health concerns during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Current Addiction Reports*, 1-23. [\[Link\]](#)
- Azizi, A., Emamian, M. H., Hashemi, H., & Fotouhi, A. (2024). Smartphone addiction in Iranian schoolchildren: a population-based study. *Scientific Reports*, 14(1), 22304. [\[Link\]](#)

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (2018). Ego depletion: Is the active self a limited resource? In *Self-regulation and self-control* (pp. 16-44). Routledge. [\[Link\]](#)
- Carone, N., Benzi, I. M. A., Muzi, L., Parolin, L. A. L., & Fontana, A. (2023). Problematic Internet use in emerging adulthood to escape from maternal helicopter parenting: defensive functioning as a mediating mechanism. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 26(3). [\[Link\]](#)
- Cudo, A., Kopiś-Posiej, N., & Griffiths, M. D. (2023). The role of self-control dimensions, game motivation, game genre, and game platforms in gaming disorder: Cross-sectional and longitudinal findings. *Psychology Research and Behavior Management*, 4749-4777. [\[Link\]](#)
- Fooladi, F., PourPshahriar, H., & Ebrahimi, S. (2023). Psychometric Properties of Helicopter Parenting Instrument in Adolescents. *Psychological Achievements*, 30(1), 59-78. [\[Link\]](#)
- Geng, Y., Gu, J., Wang, J., & Zhang, R. (2021). Smartphone addiction and depression, anxiety: The role of bedtime procrastination and self-control. *Journal of affective disorders*, 293, 415-421. [\[Link\]](#)
- Ghafari Cherati, R., ghanadzadgan, H., & Fakhri, M. K. (2021). The effectiveness of reality therapy on self-control, difficulty in regulating emotion, resilience and psychological flexibility in patients with practical obsession. *medical journal of Mashhad university of medical sciences*, 64 (3): 3240-3252. [\[Link\]](#)
- Greene, W. H. (2000). Econometric analysis 4th edition. *International edition, New Jersey: Prentice Hall*, 201-215. [\[Link\]](#)
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., Ray, S., ... & Ray, S. (2021). An introduction to structural equation modeling. *Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using R: a workbook*, 1-29. [\[Link\]](#)
- Hao, Z., Jin, L., & Huang, J. (2023). Offline and online basic need satisfaction and smartphone use behaviors: A mediation model. *Journal of Psychiatric Research*, 161, 99-105. [\[Link\]](#)
- Hayes, K. N., & Turner, L. A. (2021). The relation of helicopter parenting to maladaptive perfectionism in emerging adults. *Journal of Family Issues*, 42(12), 2986-3000. [\[Link\]](#)
- Hong, P., & Cui, M. (2020). Helicopter parenting and college students' psychological maladjustment: The role of self-control and living arrangement. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 338-347. [\[Link\]](#)
- Jung, E., Hwang, W., Kim, S., Sin, H., Zhao, Z., Zhang, Y., & Park, J. H. (2020). Helicopter parenting, autonomy support, and student wellbeing in the United States and South Korea. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 358-373. [\[Link\]](#)
- Kim, Y. S., & Kang, M. J. (2023). The Effect of Paternal and Maternal Helicopter Parenting on the Career Preparation Behaviour of High-School Students: Sequential Mediation Effects of

- Academic Achievement Attribution and Career Decision-Making Self-Efficacy. *Human Ecology Research*, 61(3), 401-414. [\[Link\]](#)
- Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications. [\[Link\]](#)
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS one*, 8(2), e56936. [\[Link\]](#)
- Loksa, D., Margulieux, L., Becker, B. A., Craig, M., Denny, P., Pettit, R., & Prather, J. (2022). Metacognition and self-regulation in programming education: Theories and exemplars of use. *ACM Transactions on Computing Education (TOCE)*, 22(4), 1-31. [\[Link\]](#)
- Lu, X., An, X., & Chen, S. (2024). Trends and Influencing Factors in Problematic Smartphone Use Prevalence (2012–2022): A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(9). [\[Link\]](#)
- McGinley, M., & Davis, A. N. (2021). Helicopter parenting and drinking outcomes among college students: The moderating role of family income. *Journal of Adult Development*, 28, 221-236. [\[Link\]](#)
- Mindrescu, V., & Enoiu, R. S. (2022). Deconstructing the parent–child relationship during the COVID-19 pandemic through tech-wise outlets such as the internet and media consumption. *Sustainability*, 14(20), 13138. [\[Link\]](#)
- Nie, T., Cai, M., & Chen, Y. (2023). An investigation of helicopter parenting and interpersonal conflict in a competitive college climate. *In Healthcare* 11(10), 1484. MDPI. [\[Link\]](#)
- Oberlo. (2024). How Many People Have Smartphones? Retrieved from [\[Link\]](#)
- Peng, Y., Wang, Y., Liu, S., & Hu, X. (2022). Parenting and mobile phone addiction tendency of Chinese adolescents: the roles of self-control and future time perspective. *Frontiers in Psychology*, 13, 985608. [\[Link\]](#)
- Pistella, J., Isolani, S., Morelli, M., Izzo, F., & Baiocco, R. (2022). Helicopter parenting and alcohol use in adolescence: A quadratic relation. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 39(2), 134-145. [\[Link\]](#)
- Pistella, J., Izzo, F., Isolani, S., Ioverno, S., & Baiocco, R. (2020). Helicopter mothers and helicopter fathers: Italian adaptation and validation of the Helicopter Parenting Instrument. *Psychology Hub*, 37(1), 37-46. [\[Link\]](#)
- Pourshahryar, H., Fouladi, F., & Eskandari Jam, R. (2023). The Relationship Between Helicopter Parenting and Academic Adjustment: The Mediating Role of Anxiety in Students. *Appl. Psychol*, 17 (3): 97-120. [\[Link\]](#)
- Radicati Group. (2021). Mobile Statistics Report, 2021-2025. Retrieved from [\[Link\]](#)
- Ratan, Z. A., Parrish, A. M., Zaman, S. B., Alotaibi, M. S., & Hosseinzadeh, H. (2021). Smartphone addiction and associated health outcomes in adult populations: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 12257. [\[Link\]](#)

- Shaahmadi, Z., Jouybari, T. A., Lotfi, B., Aghaei, A., & Gheshlagh, R. G. (2021). The validity and reliability of Persian version of smartphone addiction questionnaire in Iran. *Substance abuse treatment, prevention, and policy*, 16, 1-8. [\[Link\]](#)
- Sharma, A., & Grant, D. (2011). Narrative, drama and charismatic leadership: The case of Apple's Steve Jobs. *Leadership*, 7(1), 3-26. [\[Link\]](#)
- shirmohammadi, F., Elahi, T. and ebrahimi, L. (2021). The Effectiveness of Emotional Self-Control Training on Managing Interpersonal Conflicts and Problem-Solving Strategies Among Women with Marital Problems. *Applied Psychology*, 15(2), 271-249. [\[Link\]](#)
- Şimşir Gökulp, Z. (2023). Examining the relationships between helicopter parenting, self-control, self-efficacy, and multi-screen addiction among Turkish emerging adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 184(4), 229-242. [\[Link\]](#)
- Srivastav, D., & Mathur, M. L. (2020). Helicopter parenting and adolescent development: from the perspective of mental health. *Parenting-studies by an ecocultural and transactional perspective*. [\[Link\]](#)
- Süsen, Y., Halil, P. A. K., & Çevik, E. (2022). Helicopter parenting, self-control, and problematic online gaming in emerging adults. *Journal of Clinical Psychology Research*, 6(3), 331-341. [\[Link\]](#)
- Tan, H. L., Aplin, T., McAuliffe, T., & Gullo, H. (2024). An exploration of smartphone uses by, and support for people with vision impairment: a scoping review. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 19(2), 407-432. [\[Link\]](#)
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). Self-control scale. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*. [\[Link\]](#)
- Torbati, A. G., Zandi, A., & Abbaspour, S. (2022). Effectiveness of educational intervention-based compassion therapy on emotional regulation and self-control after discharge of patients With COVID-19. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 279. [\[Link\]](#)
- Vujić, A., Volarov, M., Latas, M., Demetrovics, Z., Kiraly, O., & Szabo, A. (2023). Are cyberchondria and intolerance of uncertainty related to smartphone addiction? *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-19. [\[Link\]](#)
- Wang, J., Lai, R., Yang, A., Yang, M., & Guo, Y. (2021). Helicopter parenting and depressive level among non-clinical Chinese college students: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 295, 522-529. [\[Link\]](#)
- Winkler, A., Jeromin, F., Doering, B. K., & Barke, A. (2020). Problematic smartphone use has detrimental effects on mental health and somatic symptoms in a heterogeneous sample of German adults. *Computers in Human Behavior*, 113, 106500. [\[Link\]](#)
- Xiao, H., Mao, J., Chen, J., Wei, J., He, J., & Nie, Y. (2024). The mediation roles of self-regulation and problematic internet use: How maladaptive parenting during the

COVID-19 pandemic influenced adolescents' academic procrastination in the postpandemic era. *Journal of Adolescence*. [Link]

Zeynep, S. E. T. (2020). The mediating role of inflated sense of self and impulsivity in the relationship between helicopter parenting and psychological symptoms. *Archives of Neuropsychiatry*, 57(4), 318. [Link]

Zhang, R., & Wang, Z. (2024). Effects of Helicopter Parenting, Tiger Parenting and Inhibitory Control on the Development of Children's Anxiety and Depressive Symptoms. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-12. [Link]

پیوست

مقیاس اعتیاد به گوشی های هوشمند

ردیف	گویه‌ها	کاملاً مخالفم	مخالقم	تأحدودی مخالفم	تأحدودی موافقم	موافقم	کاملاً موافقم
۱	به علت استفاده از گوشی هوشمند کار برنامه‌ریزی شده‌ام را انجام نمی‌دهم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۲	تمرکز کردن در کلاس یا هنگام فعالیت و انجام تکالیف بدلیل استفاده از گوشی های هوشمند دشوار است.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۳	به علت استفاده خیلی زیاد از گوشی هوشمند تجربه تاری دید و سبکی سر را داشته‌ام.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۴	وقتی از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم در مچ دست و پشت گردنم احساس درد می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۵	به علت استفاده بیش از حد از گوشی هوشمند احساس خستگی و کمبود خواب می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۶	هنگامی که از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم احساس راحتی و آرامش دارم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶

۷	هنگامی که از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم احساس خشنودی و هیجان دارم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۸	هنگامی که از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم حس اعتماد به نفس بیشتری دارم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۹	با کمک گوشی هوشمند قادر به خلاص شدن از استرس هستم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۰	هیچ چیز سرگرم کننده‌تر از استفاده از گوشی‌های هوشمند نیست.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۱	زندگی من بدون گوشی هوشمند پوچ است.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۲	هنگامی که از گوشی هوشمند استفاده می‌کنم احساس آزادی بیشتری دارم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۳	استفاده از گوشی هوشمند جالب‌ترین فعالیت می باشد.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۴	قادر به تحمل این سیستم که گوشی هوشمند نداشته باشم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۵	وقتی که گوشی هوشمندم کنارم نیست یا همراهم نیست احساس بی‌قراری و بی‌تابی می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۶	گوشی هوشمندم در ذهنم هست حتی وقتی که از آن استفاده نمی‌کنم (دائما به گوشی هوشمندم فکر می‌کنم)	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱۷	من هرگز استفاده از گوشی هوشمندم را رها نمی‌کنم، حتی	۱	۲	۳	۴	۵	۶

زمانیکه زندگی روزمره ام تحت تاثیر آن قرار گرفته باشد.						
۱۸	استفاده می‌کنم اگر ناراحت شوم تحریک پذیرتر می‌شوم.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۱۹	هنگامی که توالت می‌روم گوشی هوشمندم را با خودم می‌برم حتی اگر عجله داشته باشم.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۲۰	احساس می‌کنم با استفاده از گوشی هوشمندم با افراد بیشتری ملاقات مهم دارم. احساس می‌کنم روابطم با دوستان مجازی در گوشی هوشمندم صمیمانه‌تر از روابطم با دوستان در زندگی واقعی است.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۲۱	قادر نبودن به استفاده از گوشی هوشمندم برای من مانند از دست دادن یک دوست، دردناک است.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۲۲	احساس می‌کنم دوستان مجازی در گوشی هوشمندم از دوستان زندگی واقعی ام بهتر مرا درک می‌کنند.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۲۳	به طور مداوم گوشی هوشمندم را چک می‌کنم تا مکالمه‌ای بین دیگر افراد را در تلگرام و اینستاگرام و ... از دست ندهم.	۱	۲	۳	۴	۵ ۶
۲۴	شبکه‌های اجتماعی (تلگرام و اینستاگرام و...) را بلافاصله پس	۱	۲	۳	۴	۵ ۶

از بیدار شدن از خواب چک می‌کنم.						
صحبت کردن با دوستانم در گوشه هوشمند را به بیرون رفتن با دوستانم در زندگی واقعی و یا دیگر اعضای خانواده ام ترجیح می‌دهم.						۲۶
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
به جای سؤال پرسیدن از دیگران، جستجو در گوشه هوشمندم را ترجیح می‌دهم.						۲۷
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
شارژ کامل گوشه هوشمندم برای یک روز کامل دوام نمی‌آورد.						۲۸
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
از گوشه هوشمندم بیشتر از مدت زمانی که برای آن در نظر گرفته بودم استفاده می‌کنم.						۲۹
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
بلافاصله پس از اتمام کارم با گوشه هوشمندم مجدد احساس می‌کنم به استفاده از آن تمایل دارم.						۳۰
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
من بارها سعی کرده ام زمان استفاده از گوشه هوشمندم را کم کنم، اما همواره شکست خورده‌ام.						۳۱
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
همیشه فکر می‌کنم که باید زمان استفاده از گوشه هوشمندم را کمتر کنم.						۳۲
۱	۲	۳	۴	۵	۶	
اطرافیانم به من می‌گویند که از گوشه هوشمندم خیلی زیاد استفاده می‌کنم.						۳۳
۱	۲	۳	۴	۵	۶	

پرسشنامه والدگری هلیکوپتری

ردیف	گویه‌ها	کاملاً مخالفم	مخالقم	نظری ندارم	موافقم	کاملاً موافقم
۱	مادرم می‌خواهد که همه تصمیم‌های مهم زندگی را بگیرد.	۱	۲	۳	۴	۵
۲	هنگامی که با تجربه بدی مواجه می‌شوم، مادرم واکنش زیادی نشان می‌دهد.	۱	۲	۳	۴	۵
۳	گاهی مادرم بیشتر از خود من برای کارهایی که انجام می‌دهم وقت و انرژی می‌گذارد.	۱	۲	۳	۴	۵
۴	مادرم اگر هنگام بروز مشکل برای من مداخله نکند و نجاتم ندهد، خود را مادر بدی می‌داند.	۱	۲	۳	۴	۵
۵	هنگامی که انتخاب‌های بدی می‌کنم، مادرم احساس می‌کند مادر بدی است.	۱	۲	۳	۴	۵
۶	مادرم نظرش را درباره روابط شخصیم ابراز می‌کند.	۱	۲	۳	۴	۵
۷	مادرم وقتی مشکلم را حل می‌کند، خود را مادر خوبی می‌داند.	۱	۲	۳	۴	۵
۸	مادرم اصرار دارد که او را از کارهای روزانه‌ام مطلع کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۹	هنگامی که در شرایط دشواری قرار دارم، مادرم همیشه تلاش می‌کند آن را درست کند.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۰	مادرم فکر می‌کند وظیفه اوست که من را از گرفتاری دور کند.	۱	۲	۳	۴	۵

پرسشنامه خودکنترلی (فرم کوتاه شده)

ردیف	گویه‌ها	هرگز	به ندرت	گاهگاهی	زیاد	بسیار زیاد
۱	من به خوبی در برابر وسوسه‌ها مقاومت می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵

۲	من مجبورم به سختی عادات بدم را ترک کنم.	۵	۴	۳	۲	۱
۳	من تنبل هستم.	۵	۴	۳	۲	۱
۴	من مطالب نامناسبی را بیان می‌کنم.	۵	۴	۳	۲	۱
۵	من بعضی کارهای خاص را که لذت بخش و سرگرم کننده هستند را حتی اگر برای من زیان‌آور هم باشند، انجام می‌دهم.	۵	۴	۳	۲	۱
۶	من از چیزهایی که برایم ضرر دارد اجتناب می‌کنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۷	ای کاش منظم‌تر بودم.	۵	۴	۳	۲	۱
۸	دیگران می‌گویند من نظم آهنینی دارم.	۱	۲	۳	۴	۵
۹	گاهی اوقات، تفریحات و سرگرمی‌ها مرا از انجام کارهایم باز می‌دارد.	۵	۴	۳	۲	۱
۱۰	برای من تمرکز کردن مشکل است.	۵	۴	۳	۲	۱
۱۱	من قادرم برای رسیدن به اهداف بلند مدت تلاش‌های مؤثری بکنم.	۱	۲	۳	۴	۵
۱۲	گاهی اوقات من نمی‌توانم از انجام دادن برخی کارها اجتناب کنم، هرچند می‌دانم که آن کار اشتباه است.	۵	۴	۳	۲	۱
۱۳	من اغلب بدون در نظر گرفتن تمام گزینه‌ها و روش‌ها، اقدام به انجام کاری می‌کنم.	۵	۴	۳	۲	۱
