UMSHA Press

PSJ
Pajouhan Scientific Journal
Pajouhan Sci J, 2026; 24(2):180-189 DOI: 10.53208/psj.24.2.180
http://psj.umsha.ac.ir/

Original Article

Investigating the Mediating Role of Psychological Capital in the Relationship between Internet Addiction and Mental Health of Students

Parastoo Ansari[1], Samad Moslehi[2], Seyyed Abedin Hosseini Ahangari[1], Hossein Vakili Mofrad[1], Latif Moradveisi[3], Mohamad Reza Amiri[1*]

[1] Department of Medical Library and Information Sciences, Faculty of Paramedical Sciences, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
[2] Department of Biostatistics, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
[3] Behavioral Disorders and Substance Abuse Research Center, Institute of Neuroscience and Mental Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran

Article History:
Received: February 24, 2026
Revised: May 23, 2026
Accepted: May 25, 2026
ePublished: June 21, 2026

***Corresponding author:** Mohamad Reza Amiri, Department of Medical Library and Information Sciences, Faculty of Paramedical Sciences, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
E-mail: m.r.amirilib@gmail.com

Abstract

Background and Objectives: This study aimed to investigate the mediating role of psychological capital in the relationship between addiction to virtual networks and the mental health of students.

Materials and Methods: This descriptive-analytical study was conducted among female high school students in District 2 of Hamadan, Iran, in 2024. In this research, 362 students were selected as a sample, and the data collection tool was a questionnaire. The Kolmogorov-Smirnov test was used to assess the normality of the data distribution. Due to the non-normal distribution of the data, Spearman's correlation and structural equation modeling using Smart PLS 3 and SPSS (version 26) were employed for data analysis and hypothesis testing.

Results: The findings showed that the path coefficient between addiction to virtual networks and mental health was -0.291, which indicates a significant and inverse relationship. The path coefficient between psychological capital and mental health was 0.359, which indicates a direct and significant relationship. The path coefficient between addiction to virtual networks and mental health, considering the mediating role of psychological capital, was -0.106, which indicates that psychological capital indirectly has a significant and inverse mediating role.

Conclusion: The results showed that addiction to virtual networks negatively affects the mental health of students, and strengthening psychological capital can help improve the mental health of students. Psychological capital as a mediating factor can reduce the negative effects of this addiction to some extent. The findings emphasize the importance of strengthening psychological capital in schools.

Keywords: Mental health, Psychological capital, Students, Virtual networks

Please cite this article as follows: Ansari P, Moslehi S, Hosseini Ahangari SA, Vakili Mofrad H, Moradveisi L, Amiri MR. Investigating the Mediating Role of Psychological Capital in the Relationship between Internet Addiction and Mental Health of Students. Pajouhan Scientific Journal. 2026; 24(2):180-189 DOI: 10.53208/psj.24.2.180

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]
[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

Copyright © 2026. Pajouhan Scientific Journal. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

Extended Abstract

Background and Objective

Virtual networks are the main channel of interpersonal communication in the digital age, and addiction to them is considered a new topic of mental health among students; this has raised significant concerns among researchers, health professionals, policymakers, mass media, and the general public. Excessive use of virtual networks will be associated with a decrease in social communication and participation in group and social activities, and the continuation of this type of behavior is associated with anxiety, depression, irritability, restlessness, obsessive thoughts, withdrawal, emotional disorders, and disintegration and isolation in social relationships among adolescents. One way to prevent the occurrence of mental problems is to improve psychological capital. Based on studies, psychological capital can be developed across various domains (such as life, work, health, relationships, family, and school) and has a positive impact on performance, attitudes, behaviors, physical and mental health, and well-being. It also serves as a mediator between negative life events and students' adjustment to school, job stress, and mental health. Given the increasing trend of using virtual networks and its consequences on adolescents' mental health, this study examines this issue in more depth.

Materials and Methods

This study is a practical research conducted using an analytical survey method in 2024. Participants were selected using a cluster random sampling method. Data were collected using three standardized questionnaires: a) the Social Network Addiction Questionnaire for Adolescents, including 31 items; b) the Goldberg General Health Questionnaire, including 28 items, validated by Taghavi; and c) the Psychological Capital Questionnaire, including 24 items. Due to the non-normal distribution of the data, Spearman's correlation and structural equation modeling using Smart PLS 3 and SPSS (version 26) were employed for data analysis and hypothesis testing; and a *P* value of < 0.05 was considered statistically significant.

Results

The results of descriptive statistics for demographic characteristics of students showed that 27.6% were studying in Experimental Sciences, 21.5% in Humanities, 16.6% in Mathematics, 3.3% in Accounting, 5% in Network and Software, 3.3% in Fashion Design, 3% in Architecture, and 16.6% in Islamic Studies. A small percentage (3%) of respondents did not specify their field of study. Also, by grade level, 25.1% were in 10th grade, 42% in 11th grade, and 29.8% in 12th grade. The mean age was 17 years (SD = 0.75). The mean of addiction rate to the virtual network was 63.43, the average mental health was 58.13, and the average psychological capital was 97.75. The findings showed that the path coefficient between addiction to virtual networks and mental health was -0.291, which indicates a significant and inverse relationship. The path coefficient between psychological capital and mental health was 0.359, which indicates a direct and significant relationship. The path coefficient between addiction to virtual networks and mental health, considering the mediating role of psychological capital, was -0.106, which indicates that psychological capital indirectly has a significant and inverse mediating role.

Discussion

In this study, the mediating role of psychological capital in the relationship between addiction to virtual networks and mental health among female high school students in Hamadan, Iran, in 2024 was examined. Based on the first hypothesis of the research, the results showed a significant relationship between addiction to virtual networks and students' mental health, confirming that addiction to virtual networks can reduce students' mental health. Based on the second hypothesis of the study, the results of the study showed a significant relationship between psychological capital and students' mental health, and this hypothesis was confirmed, such that increasing psychological capital is associated with greater mental health. Studies have shown that strengthening psychological capital is a crucial strategy for preventing mental problems and promoting mental health. Educational environments should systematically foster individuals' self-efficacy, hope, resilience, and optimism to increase their overall mental health. Based on the research findings, the third hypothesis of the study, which states that psychological capital plays a mediating role in the relationship between addiction to virtual networks and students' mental health, was confirmed; thus, psychological capital can be considered as a mediating factor that can help students face the challenges caused by addiction to virtual networks.

Conclusion

The results of this study emphasize that addiction to virtual networks can be a serious threat to students' mental health and lead to problems such as anxiety, depression, and impaired social functioning. Positive psychological resources such as self-efficacy, optimism, hope, and resilience play a crucial role in promoting mental health among students, and these characteristics help students cope better with the challenges of addiction to virtual networks. Therefore, strengthening psychological capital in students can serve as an effective strategy to reduce the negative effects of addiction to virtual networks on their mental health.

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

مجله علمی پژوهان

دوره ۲۴ شماره ۲، بهار ۱۴۰۵ صفحات: ۱۸۰-۱۸۹
DOI: 10.53208/psj.24.2.180
http://psj.umsha.ac.ir/

UMSHA Press

مقاله پژوهشی

بررسی نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان

پرستو انصاری[۱]، صمد مصلحی[۲]، سیدعابدین حسینی آهنگری[۱]، حسین وکیلی مفرد[۱]، لطیف مرادویسی[۳]، محمدرضا امیری[۱*]

[۱] گروه کتابداری و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشکدهٔ پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران
[۲] گروه آمار زیستی، دانشکدهٔ بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران
[۳] مرکز تحقیقات اختلالات رفتاری و سوءمصرف مواد، پژوهشکدهٔ علوم اعصاب و سلامت روان، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۱۲/۰۵
تاریخ داوری مقاله: ۱۴۰۵/۰۳/۰۲
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۰۳/۰۴
تاریخ انتشار مقاله: ۱۴۰۵/۰۳/۳۱

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

* **نویسندگان مسئول:** محمدرضا امیری، گروه کتابداری و اطلاع‌رسانی پزشکی، دانشکدهٔ پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران

ایمیل: m.r.amirilib@gmail.com

چکیده

سابقه و هدف: هدف این پژوهش بررسی نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان بوده است.

مواد و روش ها: این پژوهش توصیفی-تحلیلی در مدارس دخترانهٔ مقطع متوسطه دوم در ناحیهٔ ۲ شهرستان همدان در سال ۱۴۰۳ انجام شده است. در این پژوهش، ۳۶۲ دانش‌آموز به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسش‌نامه بود. برای بررسی نرمال‌بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. با توجه به نرمال‌نبودن توزیع داده‌ها، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌ها از هم‌بستگی اسپیرمن و مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) با استفاده از نرم‌افزارهای Smart PLS 3 و SPSS نسخهٔ ۲۶ استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد ضریب مسیر بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان ۰/۲۹۱- بود که نشان‌دهندهٔ رابطهٔ معکوس و معنادار است. ضریب مسیر بین سرمایهٔ روان‌شناختی و سلامت روان برابر با ۰/۳۵۹ بود که نشان‌دهندهٔ رابطهٔ مستقیم و معنادار است. ضریب مسیر بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان با توجه به نقش میانجی سرمایهٔ روان‌شناختی ۰/۱۰۶- بود که نشان می‌دهد سرمایهٔ روان‌شناختی به‌طور غیرمستقیم دارای نقش میانجی‌گری معکوس و معناداری است.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد اعتیاد به شبکه‌های مجازی بر سلامت روان دانش‌آموزان تأثیر منفی می‌گذارد و تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی می‌تواند به بهبود سلامت روان دانش‌آموزان کمک کند. سرمایهٔ روان‌شناختی به‌عنوان یک عامل میانجی می‌تواند تا حدودی اثرات منفی این اعتیاد را کاهش دهد. یافته‌ها بر اهمیت تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی در مدارس تأکید دارند.

واژگان کلیدی: شبکه‌های مجازی، سلامت روان، سرمایهٔ روان‌شناختی، دانش‌آموزان

استناد: انصاری، پرستو؛ مصلحی، صمد؛ حسینی آهنگری، سیدعابدین؛ وکیلی مفرد، حسین؛ مرادویسی، لطیف؛ امیری، محمدرضا. بررسی نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان. مجله علمی پژوهان، بهار ۱۴۰۵؛۲۴(۲): ۱۸۰-۱۸۹

مقدمه

قرن بیست‌ویکم عصر گسترش سریع شبکه‌های اجتماعی در اینترنت است. شبکه‌های مجازی مردم را قادر می‌سازند تا محتوایی را ایجاد کنند و به‌اشتراک بگذارند و به برقراری ارتباط و تبادل اطلاعات بپردازند. ازاین‌رو، به وسیله‌ای محبوب برای تعامل اجتماعی تبدیل شده است [۵]. در ایران در سال ۲۰۲۵، حدود ۵۱/۶ درصد از جوانان و نوجوان اعتیاد به اینترنت دارند که این تعداد روزبه‌روز درحال

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

افزایش است [۶]. اعتیاد به اینترنت در نوجوانان تحت‌تأثیر عوامل پیچیده‌ای مانند ویژگی‌های روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی مانند وضعیت اقتصادی یا نوع مدرسه قرار دارد [۷].

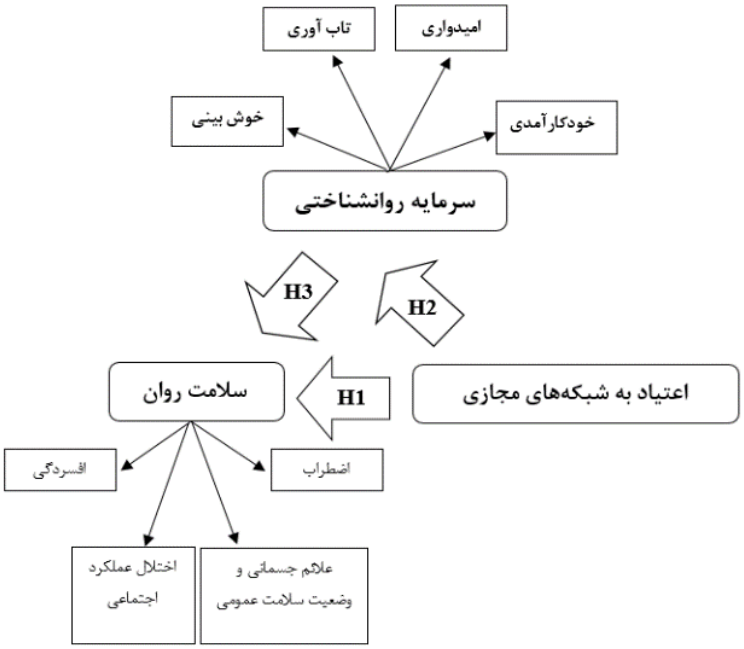
ازآنجاکه شبکه‌های مجازی کانال اصلی ارتباطات بین‌فردی در عصر دیجیتال است، اعتیاد به آن نیز به‌عنوان یک موضوع جدید سلامت روان مطرح شده است که نگرانی‌های قابل‌توجهی را در میان محققان، متخصصان سلامت، سیاست‌گذاران، رسانه‌های جمعی و عموم مردم ایجاد کرده است [۸]. نوجوانان به‌دلیل تنهابودن و نداشتنِ ارتباطات اجتماعی و حمایت کافی، تمایل بیشتری به استفاده از شبکه‌های مجازی دارند [۹]. استفادهٔ بیش‌ازحد از شبکه‌های مجازی با کاهش ارتباطات جمعی و شرکت در فعالیت‌های گروهی و اجتماعی همراه خواهد بود که ادامهٔ این نوع رفتار با اضطراب، افسردگی، کج خلقی، بی‌قراری، افکار وسواسی، کناره‌گیری، اختلالات عاطفی و ازهم‌گسیختگی و منزوی‌شدن در روابط اجتماعی در بین نوجوانان همراه است [۱۰].

یکی از راه‌های پیشگیری از بروز مشکلات روانی ارتقاء سرمایهٔ روان‌شناختی است [۱۱]. سرمایهٔ روان‌شناختی ازجمله مفاهیم نوین روان‌شناسی محسوب می‌شود که توسط لوتاز معرفی شده و برگرفته از رفتار سازمانی مثبت‌گرا است و شامل چهار بُعد اصلی خودکارآمدی، امید، تاب‌آوری و خوش‌بینی است که می‌تواند به توضیح و درک بهتر رفتارهای اعتیادآور و پرخطر کمک کند [۱۲]. سرمایهٔ روان‌شناختی دانش‌آموزان را واجد افکار، احساسات و رفتارهای سازنده و مثبت می‌کند و از آسیب‌پذیری آنان به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای می‌کاهد [۱۳]. درصورت شکل‌گیری و تداوم رفتارهایی مانند اعتیاد به شبکه‌های مجازی، امیدواری در دانش‌آموزان باعث می‌شود که هنگام مواجه با موانع، توانایی بالایی در یافتن مسیرهای جایگزین برای رسیدن به اهداف خود داشته باشند و تاب‌آوری باعث می‌شود که در شرایط سخت و دشوار از خود انعطاف‌پذیری نشان دهند و خوش‌بینی نیز باعث افزایش ایجاد اسنادهای مثبت از موفقیت‌هایشان می‌شود و خودکارآمدی نیز منجر به ایجاد باورهای مثبت فرد از توانایی‌هایش برای غلبه بر چالش‌ها و کنترل بیشتر بر موقعیت‌ها می‌شود [۱۴].

سرمایهٔ روان‌شناختی به‌جای تمرکز بر کاهش یا حذف ضعف‌های فردی، بر رشد و ساختن توانایی‌های فردی تمرکز می‌کند [۱۵]. براساس مطالعات انجام شده در سراسر جهان، سرمایهٔ روان‌شناختی در زمینه‌های مختلف (مانند زندگی، کار، سلامت، روابط، خانواده، مدرسه) قابل‌توسعه است و تأثیر مطلوبی ازنظر عملکرد، نگرش‌ها، رفتارها، سلامت جسمی و روانی و رفاه دارد [۱۶]. همچنین دارای نقش واسطه‌ای بین وقایع منفی زندگی و سازگاری دانش‌آموزان با مدرسه، استرس شغلی و سلامت روان است [۱۷].

با توجه به روند رو به افزایش استفاده از شبکه‌های مجازی و پیامدهای آن بر سلامت روان نوجوانان، این مطالعه به بررسی عمیق‌تر این موضوع می‌پردازد. هدف این پژوهش بررسی نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان در بین دانش‌آموزان بوده است. یافته‌های این پژوهش می‌تواند به تدوین سیاست‌ها و راهبردهایی برای مدیریت استفاده از شبکه‌های مجازی در بین نوجوانان منجر شود. براساس بررسی متون، فرضیه‌های پژوهش عبارت‌اند از:

- بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان رابطه وجود دارد.
- بین سرمایهٔ روان‌شناختی و سلامت روان دانش‌آموزان رابطه وجود دارد.
- بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان به‌واسطهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی رابطه وجود دارد. شکل ۱ مدل مفهومی پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

مواد و روش ها

این مطالعه با هدف بررسی نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان انجام شد. پژوهش حاضر ازنظر هدف کاربردی و ازنظر روش از نوع هم‌بستگی رگرسیونی با استفاده از مدل معادلات ساختاری بوده است. این پژوهش در مدارس دخترانه مقطع متوسطهٔ دوم (پایه‌های دهم، یازدهم، و دوازدهم) در ناحیهٔ ۲ شهرستان همدان در سال ۱۴۰۳ انجام شده است. بعد از دریافت مجوز از دانشگاه به ادارهٔ آموزش و پرورش شهرستان همدان مراجعه و بعد از موافقت آن اداره و ارائهٔ مجوز لازم برای همکاری، ۶۴۸۰ نفر به‌عنوان جامعه آماری پژوهش توسط ادارهٔ کل آموزش و پرورش معرفی شد. حجم نمونه در پژوهش حاضر براساس فرمول کوکران ۳۶۲ نفر در نظر گرفته شد. جهت گردآوری داده‌های مربوط به تحقیق از پرسش‌نامه‌های اعتیاد به شبکه‌های مجازی در نوجوانان صادق‌زاده و همکاران [۱]، سلامت عمومی گلدبرگ [۲،۳] و سرمایهٔ روان‌شناختی لوتاز [۴] استفاده شد. هر سه پرسش‌نامه از روایی و پایایی مناسبی برخوردار بودند.

پرسش‌نامهٔ اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی در نوجوانان توسط صادق‌زاده و همکاران [۱] در سال ۱۳۹۷ به‌منظور سنجش اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی در نوجوانان طراحی و تدوین شده است. این پرسش‌نامه دارای ۳۱ سؤال است و در طیف لیکرت چهاردرجه‌ای طراحی شده است. در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخهٔ اولیه ابزار شاخص اعتبار با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ محاسبه شد و روایی محتوایی و صوری این پرسش‌نامه مناسب ارزیابی شده است. برای بررسی میزان اعتبار این آزمون از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. میزان آلفای کرونباخ پذیرفته‌شده بالای ۰/۷ بود؛ که این شاخص در پرسش‌نامهٔ مورد بررسی ۰/۹۲ محاسبه شد و نشان‌دهندهٔ این است که از کفایت خوبی برخوردار است.

پرسش‌نامهٔ سلامت عمومی اولین بار توسط گلدبرگ در سال ۱۹۷۲ ساخته شد. پرسش‌نامهٔ اصلی دارای ۶۰ سؤال است اما فرم‌های کوتاه‌شدهٔ ۳۰، ۲۸ و ۱۲ سؤالی آن در مطالعات مختلف استفاده شده است و در طیف لیکرت چهاردرجه‌ای طراحی شده است. همهٔ گویه‌های پرسش‌نامهٔ سلامت عمومی دارای ۴ مؤلفه هستند (بیش‌ازحد معمول، در حد معمول، کمتر از حد معمول، خیلی کمتر از حد معمول). مؤلفه‌های پرسش‌نامه شامل علائم جسمانی و وضعیت سلامت عمومی (۱-۷)، مقیاس اضطراب (۸-۱۴)، مقیاس اختلال عملکرد اجتماعی (۱۵-۲۱)، و مقیاس افسردگی (۲۲-۲۸) است. پایایی پرسش‌نامهٔ سلامت عمومی براساس سه روش بازآزمایی، دونیمه‌کردن و آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفته که به‌ترتیب، ضرایب پایایی ۰/۹۳، ۰/۷۰ و ۰/۹۰ به‌دست آمده است. همچنین برای مطالعهٔ روایی پرسش‌نامهٔ سلامت روانی از روش‌های روایی هم‌زمان و تحلیل عوامل استفاده شده است. روایی پرسش‌نامهٔ سلامت عمومی ۰/۵۵ گزارش شده است [۲،۳].

پرسش‌نامهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی توسط لوتانز (۲۰۰۷) طراحی شده است. این پرسش‌نامه دارای ۲۴ سؤال و ۴ مؤلفهٔ امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی است و براساس طیف شش‌گزینه‌ای لیکرت به سنجش سرمایهٔ روان‌شناختی می‌پردازد. در این پژوهش روایی پرسش‌نامه در پژوهش (بهادری خسروشاهی و همکاران) سنجیده شده است. برای بررسی میزان اعتبار این آزمون از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده در پژوهش بهادری خسروشاهی و همکاران (۱۳۹۱) برای این پرسش‌نامه بالای ۰/۷ برآورد شد [۴].

نمونه‌گیری به‌روش تصادفی خوشه‌ای دومرحله‌ای انجام شد. در مرحلهٔ اول براساس جامعهٔ پژوهش، تعداد شش مدرسه (هجرت، مهدیه، اخوان، علوم ومعارف اسلامی، جاویدالاثر، چمران) از مدارس متوسطهٔ ناحیهٔ دو به‌صورت تصادفی انتخاب و در مرحلهٔ دوم به‌صورت تصادفی از هر مدرسه حدود ۶۰ دانش‌آموز انتخاب شدند. معیار ورود به مطالعه شامل دسترسی به شبکه‌های مجازی، تمایل به شرکت در پژوهش و دانش‌آموزبودن و معیارهای خروج شامل شهرستان‌های اطراف همدان، دانش‌آموزان متوسطهٔ اول و جنسیت پسر بودند. برای بررسی نرمال‌بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که نتایج نشان داد داده‌ها نرمال نبودند؛ بنابراین برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌ها از هم‌بستگی اسپیرمن و مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) با استفاده از نرم‌افزارهای Smart PLS 3 و SPSS نسخهٔ ۲۶ استفاده شد.

در این مطالعه، همهٔ اصول اخلاقی مرتبط، ازجمله مسئولیت‌پذیری، احترام به حقوق و کرامت افراد، تحریف‌نکردنِ اطلاعات، تضاد منافع، محرمانه‌بودن پرسش‌نامه‌ها، رضایت آگاهانهٔ شرکت‌کنندگان در مطالعه و حق انصراف از آن رعایت شد و به آنها اطمینان داده شد که اطلاعات جمع‌آوری‌شده به‌صورت گروهی تجزیه و تحلیل خواهد شد.

یافته‌ها

نتایج آمار توصیفی برای ویژگی‌های جمعیت‌شناختی دانش‌آموزان (جدول ۱) نشان داد که بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان از رشتهٔ علوم تجربی (۲۷/۶٪) و کمترین تعداد از رشتهٔ معماری (۳٪) بودند، همچنین براساس پایهٔ تحصیلی شرکت‌کنندگان، ۲۵/۱٪ در پایه دهم، ۴۲٪ در پایهٔ یازدهم و ۲۹/۸٪ در پایهٔ دوازدهم بودند. همچنین آمار توصیفی متغیرهای کمّی (جدول ۲) نشان می‌دهد میانگین سنی مشارکت‌کنندگان ۱۷ سال، میانگین میزان اعتیاد به شبکهٔ مجازی ۶۳/۴۳، میانگین شاخص سلامت روان ۵۸/۱۳، و میانگین سرمایهٔ روان‌شناختی ۹۷/۷۵ به‌دست آمد.

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

جدول ۱. رشته و پایهٔ تحصیلی پاسخ‌دهندگان

متغیر	وضعیت	تعداد	فراوانی(درصد)
رشتهٔ تحصیلی	تجربی	۱۰۰	۲۷/۶
	انسانی	۷۸	۲۱/۵
	ریاضی	۶۰	۱۶/۶
	حسابداری	۱۲	۳/۳
	شبکه و نرم افزار	۱۸	۵/۰
	طراحی و دوخت	۱۲	۳/۳
	معماری	۱۱	۳/۰
	علوم و معارف اسلامی	۶۰	۱۶/۶
	نامعلوم	۱۱	۳/۰
	کل	۳۶۲	۱۰۰
پایهٔ تحصیلی	دهم	۹۱	۲۵/۱
	یازدهم	۱۵۲	۴۲/۰
	دوازدهم	۱۰۸	۲۹/۸
	نامعلوم	۱۱	۳/۰
	کل	۳۶۲	۱۰۰

جدول ۲. شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای کمّی

	تعداد	میانگین	انحراف‌معیار	چولگی	کشیدگی
سن	۳۵۲	۱۷/۰۵	۰/۷۵	-۰/۰۸۹	-۱/۲۲
شبکه‌های مجازی	۳۴۶	۶۳/۴۳	۱۹/۸۲	۰/۰۵۷	۰/۳۴
علائم جسمانی	۳۳۰	۱۴/۳۵	۴/۸۶	۰/۶۸	-۰/۱۲
اضطراب	۳۲۸	۱۷/۴۳	۵/۹۱	۰/۶۱	-۰/۵۱
اختلال عملکرد اجتماعی	۳۲۸	۱۲/۸۳	۴/۱۹	۰/۲۴	۰/۴۷
افسردگی	۳۲۰	۱۴/۱۳	۶/۴۰	۰/۷	-۰/۷۲
سلامت روان	۳۳۰	۵۸/۱۳	۱۷/۹۸	۰/۵۹	۰/۲۸
خودکارآمدی	۳۱۴	۲۶/۲۱	۶/۸۴	-۰/۷۴	۰/۱۵
امیدواری	۳۱۲	۲۳/۹۷	۶/۷۶	-۰/۳۸	-۰/۴
تاب آوری	۳۱۰	۲۳/۶۵	۶/۰۱	۰/۵۳	۴/۴۸
خوش‌بینی	۳۰۹	۲۴/۷۷	۴/۸	-۰/۱۹	۰/۵۷
سرمایهٔ روان‌شناختی	۳۱۴	۹۷/۷۵	۲۰/۵۱	-۰/۶۳	۱/۰۱

برای ارزیابی نرمال‌بودن نمرات کل هر متغیر، از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف (KS) استفاده شد. نتایج جدول ۳ نشان داد که داده‌ها توزیع نرمال ندارند (P < ۰/۰۰۱). مقدار آلفای کرونباخ ۰/۷ نشانگر پایایی قابل‌قبول است. نتایج حاصل از بررسی مقادیر آلفای کرونباخ برای متغیرهای اصلی مدل در جدول ۴ ارائه شده که حاکی از این است که مقادیر آلفای کرونباخ برای متغیرها در محدودهٔ قابل‌قبول قرار دارند و نشان‌دهندهٔ پایایی سازگاری درونی خوب برای مدل است.

جدول ۳. بررسی نرمال‌بودن متغیرها

متغیرها	آمارهٔ Z	سطح معناداری
اعتیاد به شبکه‌های مجازی	۰/۰۵۸	۰/۰۱۶
سلامت روان	۰/۱۱۸	<۰/۰۰۱
سرمایهٔ روان‌شناختی	۰/۰۵۴	۰/۰۳۵

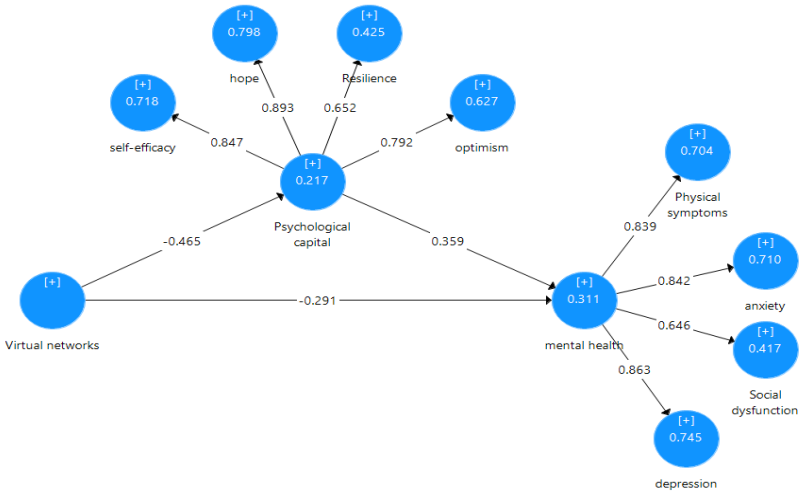
[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

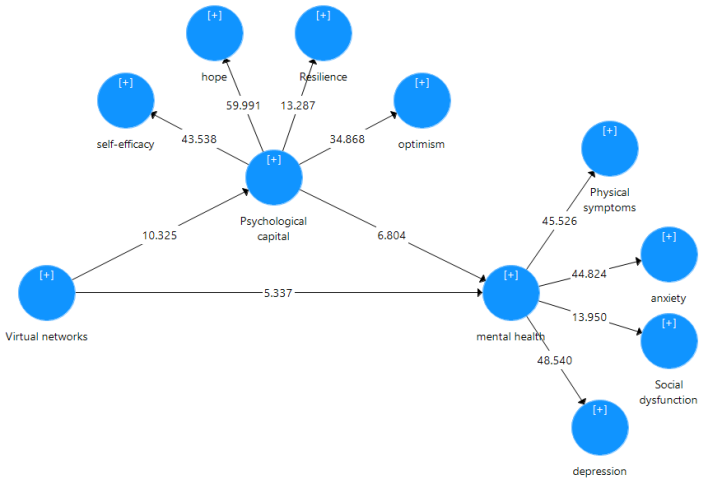
جدول ۴. مقادیر ضرایب پایایی سازگاری درونی (آلفای کرونباخ)

مؤلفه‌ها	تعداد سؤالات	ضریب آلفای کرونباخ
اعتیاد به شبکه‌های مجازی	۳۱	۰/۹۴۰
سلامت روان	۲۸	۰/۹۳۶
علائم جسمانی و وضعیت سلامت عمومی	۷	۰/۷۹۶
اضطراب	۷	۰/۸۵۳
اختلال عملکرد اجتماعی	۷	۰/۹۲۵
افسردگی	۷	۰/۹۱۲
سرمایهٔ روان‌شناختی	۲۴	۰/۸۸۷
خودکارآمدی	۶	۰/۸۵۵
امیدواری	۶	۰/۸۲۴
تاب‌آوری	۶	۰/۶۹۶
خوش‌بینی	۶	۰/۵۳۸

بررسی فرضیه‌های پژوهش ازطریق دو بخش ضرایب مسیر (β) و ضرایب t صورت می‌گیرد که درصورت معنی‌داری نشان‌دهندهٔ رابطهٔ متغیر اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان با نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی است. در شکل‌های (۲) و (۳) و جدول ۵ نتایج حاصل از این مدل آورده شده است.



شکل ۲. ضرایب مسیر بین مدل‌های مفهومی



شکل ۳. مقادیر t بین مدل‌های مفهومی

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

اگر ضرایب مسیر بین متغیرها بیشتر از ۰/۶ باشد، به این معنی است که تأثیر متغیر پنهان پیش‌بین بر متغیر وابسته قوی است. اگر این مقدار بین ۰/۳ تا ۰/۶ باشد، تأثیر متوسط و اگر کمتر از ۰/۳ باشد، ضعیف در نظر گرفته می‌شود. برای این منظور، با توجه به خروجی‌های شکل ۲ می‌توان گفت در این آزمون، ضریب مسیر بین متغیر اعتیاد به شبکه‌های مجازی و متغیر سلامت روان، ۰/۲۹۱- (β=- ۰/۲۹۱) است که در حد ضعیف در نظر گرفته می‌شود. همچنین، ضریب مسیر بین متغیر سرمایهٔ روان‌شناختی و متغیر سلامت روان، ۰/۳۵۹ (β=- ۰/۳۵۹) است که در حد متوسط در نظر گرفته می‌شود. مقدار آمارهٔ t در شکل ۳ آورده شده است:

جدول ۵ مقادیر ضریب مسیر استاندارد و مقدار آمارهٔ t را در سطح اطمینان ۹۵٪ براساس یافته‌های شکل‌های ۲ و ۳ برای آزمون فرضیه‌ها نشان می‌دهد.

جدول ۵. نتایج حاصل از تحلیل معادلات ساختاری برای فرضیات تحقیق

مسیر					ضریب β	مقدار t	P-value	نتیجه
اعتیاد به شبکه‌های مجازی	←	سلامت روان			-۰/۲۹۱	۵/۳۳۷	<۰/۰۰۱	تأیید
سرمایهٔ روان‌شناختی	←	سلامت روان			۰/۳۵۹	۶/۸۰۴	<۰/۰۰۱	تأیید
اعتیاد به شبکه‌های مجازی	←	سرمایهٔ روان‌شناختی	←	سلامت روان	-۰/۱۰۶	۵/۴۲۰	<۰/۰۰۱	تأیید

تصمیم‌گیری در مورد تأیید یا رد فرضیه‌ها براساس آمارهٔ t و مقدار p انجام می‌شود. سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ و آمارهٔ t بزرگ‌تر از ۱/۹۶ نشان‌دهندهٔ تأیید فرضیه‌ها است. همان‌طور که در جدول ۵ و شکل‌های ۲ و ۳ مشاهده می‌شود، مقدار ضریب مسیر بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان برابر با ۰/۲۹۱- بوده که نشان از رابطهٔ معکوس و معنادار متغیر اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان دارد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، مقدار آمارهٔ t تقریباً برابر با ۵/۳۳۷ بوده که از سطح احتمال ۱/۹۶ بیشتر است؛ درنتیجه می‌توان با حداقل ۹۵ درصد اطمینان پذیرفت که بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان ارتباط معکوس و معنی‌داری وجود دارد و درنتیجه فرضیهٔ اول قابل‌قبول است. ضریب مسیر بین سرمایهٔ روان‌شناختی و سلامت روان برابر ۰/۳۵۹ و مقدار آمارهٔ t آن تقریباً برابر با ۶/۸۰۴ است که از سطح احتمال ۱/۹۶ بیشتر است؛ درنتیجه، می‌توان با حداقل ۹۵ درصد اطمینان پذیرفت که بین سرمایهٔ روان‌شناختی و سلامت روان دانش‌آموزان ارتباط مستقیم و معنی‌داری وجود دارد و درنتیجه فرضیه دوم قابل‌قبول است.

ضریب مسیر در فرضیهٔ سوم برابر ۰/۱۰۶- است و مقدار آمارهٔ t آن تقریباً برابر با ۵/۴۲۰ است که از سطح احتمال ۱/۹۶ بیشتر است؛ درنتیجه، می‌توان با حداقل ۹۵ درصد اطمینان پذیرفت که اثر میانجی سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطه میان اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان تأیید می‌شود و درنتیجه، فرضیهٔ سوم پژوهش قابل‌قبول است، به‌طوری که این اثر با توجه به ضریب تأثیرِ به‌دست‌آمده منفی است و می‌توان گفت سرمایهٔ روان‌شناختی به‌طور غیرمستقیم دارای نقش میانجی‌گری معکوس و معناداری بین متغیرهای اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان است.

بحث

در این پژوهش نقش میانجی‌گری سرمایهٔ روان‌شناختی در رابطهٔ بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان در بین دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطهٔ دوم شهرستان همدان در سال ۱۴۰۳ مورد بررسی قرار گرفت.

براساس فرضیهٔ اول پژوهش نتایج مطالعهٔ حاضر رابطهٔ معناداری بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان نشان داد و این فرضیه مورد تأیید قرار گرفت، به‌طوری که اعتیاد به شبکه‌های مجازی، یکی از عوامل آسیب‌رسان به سلامت روان دانش‌آموزان است. نتایج این تحقیق به‌نحوی درراستای نتایج مطالعات بسیاری است؛ به‌عنوان مثال عسگری [۱۸] در مطالعهٔ خود نشان داد که فضای مجازی می‌تواند اثرات مختلفی بر روان دانش‌آموزان داشته باشد. ازیک‌سو، این فضا می‌تواند توانمندی‌ها و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان را تقویت کند و ازسوی‌دیگر مشکلات روانی و نقص سلامت روانی را نیز ایجاد کند. همچنین، نتایج این مطالعه با یافته‌های حیدرزاده [۱۹]، Ozturk و Ayaz-Alkaya [۲۰] و Septiana [۲۱] مطابقت دارد. این یافته به‌وضوح بیانگر این واقعیت است که استفادهٔ مفرط از شبکه‌های مجازی می‌تواند به افزایش مشکلات روانی منجر شود. در توجیه این مسئله می‌توان اشاره کرد که استفادهٔ بیش‌ازحد از اینترنت باعث می‌شود زمان کمتری در کنار خانواده و دوستان صرف شود و درنتیجه باعث کاهش بهزیستی روان‌شناختی، عزت‌نفس ضعیف‌تر، کاهش سلامت روان، افزایش میزان تنهایی و افسردگی و... می‌شود [۲۲].

براساس فرضیهٔ دوم پژوهش نتایج مطالعهٔ حاضر رابطهٔ معناداری بین سرمایهٔ روان‌شناختی و سلامت روان دانش‌آموزان نشان داد و این فرضیه مورد تأیید قرار گرفت، به‌طوری که افزایش سرمایهٔ روان‌شناختی با سلامت روان بیشتر مرتبط است. در همین راستا فروهر و همکاران [۲۳] در مطالعهٔ خود به این نتیجه رسیدند که سرمایهٔ روان‌شناختی قادر است سطح سلامت روانی و جسمانی افراد را پیش‌بینی کند. آنها معتقد بودند سرمایهٔ روان‌شناختی تنها روی عملکرد افراد تأثیر ندارد، بلکه طیف گسترده‌ای از مکانیسم‌های روانی را در بر می‌گیرد که درمجموع، می‌تواند سطح سلامت جسمی و روانی

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

افراد را تحت‌تأثیر قرار دهد. همچنین Tahvilian و همکارانش [۲۴] در پژوهشی نشان دادند تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی می‌تواند باعث بهبود سلامت نوجوانان شود. نتایج پژوهش Wersebe و همکاران [۲۵] با نتایج این پژوهش مطابقت دارد، به‌طوری که افراد با سرمایهٔ روان‌شناختی بالا در مقایسه با افرادی که سطوح سرمایهٔ روان‌شناختی پایین‌تری دارند، از راه‌حل‌های انطباقی و اختصاصی جایگزین استفاده می‌کنند که درنتیجه، باعث می‌شود از سلامت روان بالاتری برخوردار باشند.

نتایج پژوهش Gloster و همکاران [۲۶] حاکی از آن بود که سرمایهٔ روان‌شناختی به‌طور مداوم ارتباط بین استرس و افسردگی را کاهش می‌دهد و به‌طور کلی باعث افزایش میزان سلامت روان در دانشجویان می‌شود. در همین راستا، مطالعهٔ Zhang [۲۷]، کاربرد نظریهٔ سرمایهٔ روان‌شناختی را در بافت فرهنگی چین تأیید می‌کند و از تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی به‌عنوان یک استراتژی مهم برای پیشگیری از مشکلات روانی و ارتقای سلامت روان حمایت می‌کند. همچنین نتایج این مطالعه نشان داد که محیط‌های آموزشی باید از مدل‌های مداخله سنتی مسئله محور به مدل‌های مثبت‌نگر تغییر جهت دهند و به‌طور سیستماتیک خودکارآمدی، امید، تاب‌آوری و خوش‌بینی افراد را برای افزایش سطح کلی سلامت روان آنها پرورش دهند. در شرایط فعلی که مشکلات سلامت روان به‌طور فزاینده‌ای در بین دانش‌آموزان رو به افزایش است، تحقیق و کاربرد سرمایهٔ روان‌شناختی اهمیت عملی مهمی برای بهبود سلامت روان و پرورش استعدادهای مثبت و باکیفیت دارد.

براساس یافته‌های تحقیق، فرضیهٔ سوم پژوهش مبنی‌بر اینکه سرمایهٔ روان‌شناختی نقش میانجی در ارتباط بین اعتیاد به شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان دارد، مورد تأیید قرار گرفت؛ به‌طوری که سرمایهٔ روان‌شناختی می‌تواند به‌عنوان یک عامل میانجی در نظر گرفته شود که ممکن است به دانش‌آموزان در مواجهه با چالش‌های ناشی از اعتیاد به شبکه‌های مجازی کمک کند. در همین راستا مطالعهٔ تارک زیووده (Tareke Zewude) [۲۸] نشان داد که سرمایهٔ روان‌شناختی به‌طور کامل رابطهٔ بین اعتیاد به اینترنت و سلامت روان را در بین دانشجویان اتوپی میانجی‌گری می‌کند و ازطرفی تأثیر مخرب اعتیاد به اینترنت بر سلامت روان در درجهٔ اول ناشی از تأثیر آن بر منابع روان‌شناختی مثبت است. وقتی افراد سطح بالاتری از اعتیاد به اینترنت داشته باشند، سرمایهٔ روان‌شناختی کاهش می‌یابد که به‌نوبهٔ خود به پیامدهای سلامت روان ضعیف‌تر منجر می‌شود.

براساس یافته‌های این مطالعه، پیشنهادهای زیر برای مطالعات آتی ارائه می‌شود:

ـ بررسی عوامل خانوادگی و فرهنگی بر رابطهٔ بین استفاده از شبکه‌های مجازی و سلامت روان دانش‌آموزان.

ـ بررسی تأثیر حمایت اجتماعی بر سلامت روان دانش‌آموزان با نقش میانجی سرمایهٔ روان‌شناختی.

ـ بررسی نقش سرمایهٔ روان‌شناختی در مدیریت استرس ناشی از مقایسهٔ اجتماعی در شبکه‌های مجازی.

محدودیت این پژوهش این بود که مطالعه بر روی جمعیت کوچکی از دانش‌آموزان دختر دبیرستانی انجام شده است که تعمیم‌پذیری آن را با محدودیت مواجه کرده است. بنابراین می‌توان مطالعات بیشتری روی گروه‌های سنی و جنسیتی مختلف انجام داد.

نتیجه‌گیری

نتایج این مطالعه تأکید می‌کند که اعتیاد به شبکه‌های مجازی می‌تواند تهدیدی جدی برای سلامت روان دانش‌آموزان باشد. سرمایهٔ روان‌شناختی می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت روان دانش‌آموزان داشته باشد. منابع روان‌شناختی مثبت مانند خودکارآمدی، خوش‌بینی، امید و تاب‌آوری نقش مهمی در ارتقای سلامت روان در بین دانش‌آموزان دارند و این ویژگی به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا با چالش‌های ناشی از اعتیاد به شبکه‌های مجازی بهتر کنار بیایند. این نتایج اهمیت توجه به تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی در مدارس را برجسته می‌کند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود برنامه‌ها و مداخلات آموزشی در مدارس برای تقویت سرمایهٔ روان‌شناختی دانش‌آموزان طراحی شود. این برنامه‌ها می‌توانند شامل کارگاه‌های امیدواری برای تعیین اهداف و نقشه‌راه، کارگاه‌های تاب‌آوری برای تقویت مهارت‌های مقابله‌ای و فعالیت‌های خوش‌بینی مانند تمرینات شکرگزاری باشند. همچنین، آموزش مهارت‌های جدید و تعیین اهداف به افزایش خودکارآمدی افراد کمک می‌کند. درنهایت، این تحقیق می‌تواند زمینه‌ساز تحقیقات بیشتر در این زمینه باشد و به سیاست‌گذاران و متخصصان سلامت روان کمک کند تا راه‌حل‌های مؤثرتری برای مقابله با چالش‌های ناشی از اعتیاد به شبکه‌های مجازی ارائه دهند.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله، پژوهشگران نهایت سپاس و قدردانی خود را از معاونت محترم تحقیقات دانشگاه علوم پزشکی همدان و تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش ابراز می‌کنند.

تضاد منافع

نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافعی در گزارش یافته‌های این پژوهش نداشتند.

سهم نویسندگان

تمامی نویسندگان امور مربوط به مقاله و پیگیری‌های آن را بر عهده داشته‌اند.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه برگرفته از طرح تحقیقاتی هیئت علمی مصوبهٔ شورای

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]

پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی همدان با شماره ۱۴۰۲۰۸۳۰۷۲۸۷ بوده است. همچنین توسط کمیتهٔ اخلاق دانشگاه علوم پزشکی همدان با شمارهٔ IR.UMSHA.REC.1402.571 تأیید شده است و برای رعایت استانداردهای اخلاقی، با توضیح اهداف پژوهش، به آزمودن‌ها اطمینان داده شد که مشخصات و اطلاعات آن‌ها محرمانه باقی می‌ماند.

حمایت مالی

حامی مالی این پژوهش معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی همدان بوده است.

REFERENCES

1. Sadeghzadeh R, Ahadi H, Doratj F, Manshaei G. Constructing and examining the psychometric properties of the virtual social network addiction questionnaire in teenagers. *EMES*. 2019;**8**(24):235-64. [Link]
2. Taghavi MR. Validity and reliability of the general health questionnaire (ghq-28) in college students of Shiraz University. *J Psychol*. 2002;**5**(4):381-98. [Link]
3. Goldberg DP. The detection of psychiatric illness by questionnaire: a technique for the identification and assessment of non-psychotic psychiatric illness. London; New York: Oxford University Press; 1972. [Link]
4. Bahadori Khosroshah J, Hashemi Nosratabad T, Babapour Kheirodin J. The relationship of psychological capital with social capital among students. *J Res Health*. 2012;**2**(1):63-71. [Link]
5. Austin LL, Jin Y, editors. Social media and crisis communication. New York: Routledge; 2018. 461 p. [Link]
6. Mohammadi A, Khodabandeh F, Nazari H, Soleimannezhad B, Bahrami-Vazir E. Predictors of addiction to smartphone social networks in Iranian first-year medical sciences students. *Turk J Public Health*. 2025;23(1):69-79. DOI: 10.20518/tjph.1538978
7. Fadel Mohsen M, Ramineh N, Malik Tiryag A, Sadat Mousavi M. Relationship between health-promoting behaviors and internet addiction among Iraqi adolescent girls. *Pajouhan Sci J*. 2025;**23**(2):92-100. DOI: 10.53208/psj.23.2.92
8. Cheng C, Ebrahimi OV, Luk JW. Heterogeneity of prevalence of social media addiction across multiple classification schemes: latent profile analysis. *J Med Internet Res*. 2022;**24**(1):e27000. PMID: 35006084 DOI: 10.2196/27000
9. O'Day EB, Heimberg RG. Social media use, social anxiety, and loneliness: a systematic review. *Comput Hum Behav Rep*. 2021;**3**:100070. DOI: 10.1016/j.chbr.2021.100070
10. Kokko K, Korkalainen A, Lyyra A-L, Feldt T. Structure and continuity of well-being in mid-adulthood: a longitudinal study. *J Happiness Stud*. 2013;**14**:99-114. DOI:10.1007/s10902-011-9318-y
11. Alipour A, Sarami Forushani G, Agha Alikhani A, Akhundi N. Evaluation of the effectiveness of psychological capital intervention of luthans on job burnout in the experts working in Iran Khodro Diesel company. *Occup Med J*. 2013;**5**(3):30-41. [Link]
12. Avey JB, Patera JL, West BJ. The implications of positive psychological capital on employee absenteeism. *J Leadersh Organ Stud*. 2006;**13**(2):42-60. DOI:10.1177/10717919070130020401
13. Avey JB, Luthans F, Smith RM, Palmer NF. Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *J Occup Health Psychol*. 2010;**15**(1):17-28. PMID: 20063956 DOI: 10.1037/a0016998
14. Rahmati S. The relationship between psychological capital and spirituality with internet addiction among students at Jondishapuor University of Medical Sciences. *Med Ethics J*. 2017;**10**(38):7-17. DOI: 10.21859/mej-10387
15. Zhao Z, Hou J. The study on psychological capital development of intrapreneurial team. *Int J Psychol Stud*. 2009;**1**(2). DOI: 10.5539/ijps.v1n2p35
16. Youssef-Morgan CM. Psychological capital and mental health: twenty-five years of progress. *Organ Dyn*. 2024;**53**(4):101081. DOI: 10.1016/j.orgdyn.2024.101081
17. Yi L, Tian X, Lin H, Ma L, Shuai T, Liu Y, et al. Stress exposure on compassion fatigue in internship nursing students: mediating roles of empathy, psychological capital, and perceived stress. *BMC Nurs*. 2026;**25**(1):128. PMID: 41514236
18. Asgari MJ. The role of teachers in managing students' mental health in cyberspace. In: The Fourth International Conference and the Seventh National Conference on Management, Psychology and Behavioral Sciences.Tehran, Iran; 2024. [Link]
19. Heydarzadeh M. Investigating the security and mental health of cyberspace users. Conference on New Findings in Management, Psychology and Accounting. 2024;7(7):44-55.
20. Ozturk FO, Ayaz-Alkaya S. Internet addiction and psychosocial problems among adolescents during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *Arch Psychiatr Nurs*. 2021;**35**(6):595-601. PMID: 34861951 DOI: 10.1016/j.apnu.2021.08.007
21. Septiana NZ. Dampak peggunaan media sosial terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan sosial remaja dimasa pandemi covid-19. *Nusant Res J Has Penelit*. 2021;**8**(1):1-13. DOI:10.29407/nor.v8i1.15632
22. Ahmadi M, Nikomanesh Z, Farnam A. Effectiveness of stress-based mindfulness therapy on the students' feelings of loneliness and internet addiction. *Pajouhan Sci J*. 2021;**19**(4):1-9. DOI: 10.61186/psj.19.4.1
23. Forouhar M. A review of the relationship between psychological capital and individual health. In: Proceedings of the First National Conference on Literacy and Health; 2016; Mashhad, Iran. [Link]
24. Tahvilian F, Borjali A, Mashayekh M, Kraskian A .The educational effectiveness of positive psychological capital in improving self-regulation and health-developing lifestyle in depressed adolescent girls. *J Appl Family Ther*. 2021;**2**(2):86-102. DOI:10.61838/kman.aftj.2.2.4
25. Wersebe H, Lieb R, Meyer AH, Hofer P, Gloster AT. The link between stress, well-being, and psychological flexibility during an acceptance and commitment therapy self-help intervention. *Int J Clin Health Psychol*. 2018;**18**(1):60-8. PMID: 30487911 DOI: 10.1016/j.ijchp.2017.09.002
26. Gloster AT, Meyer AH, Lieb R. Psychological flexibility as a malleable public health target: evidence from a representative sample. *J Contextual Behav Sci*. 2017;**6**(2):166-71. DOI:10.1016/j.jcbs.2017.02.003
27. Zhang Z. Psychological capital and mental health among Chinese university students: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychol*. 2026;**14**(1):207. PMID: 41535981 DOI: 10.1186/s40359-025-03929-w
28. Zewude GT, Bereded DG, Abera E, Tegegne G, Goraw S, Segon T. The impact of internet addiction on mental health: Exploring the mediating effects of positive psychological capital in university students. *Adolescents*. 2024;**4**(2):200-21. DOI: 10.3390/adolescents4020014.

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-27]

[DOI: 10.53208/psj.24.2.180]