



## Predicting Addiction to Online Games Based on Mood and Anxiety Symptoms, Psychological Adjustment and Academic Self-Efficacy in Students

Parivash Mohammadi Gheshlagh<sup>1</sup>, AliAkbar Pirzad<sup>2</sup>, Narges Khatoon Zabihi Hesari<sup>3</sup>  
Azar Kiamarsi<sup>4</sup>, Seyede Samira Hosseini<sup>\*5</sup>, Zahra Arabsalari<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Assistant Professor, Department of Educational Science, Mahabad Branch, Islamic Azad University, Mahabad, Iran

<sup>2</sup> PhD, Department of Educational Science, Islamic Azad University, Khorasgan (Isfahan) Branch, Khorasgan, Iran

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

<sup>4</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, Iran

<sup>5</sup> PhD Student of Neurosciences, Department of Neurosciences, School of Advanced Medical Sciences and Technologies, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran

<sup>6</sup> MA of Educational Psychology, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

\* Corresponding author: samira.h1363@gmail.com

Received: 2024-06-27

Accepted: 2024-07-30

### Abstract

**Background and aim:** Today, addiction to online games in children has grown significantly and the aim of this study was to predicting addiction to online games based on mood and anxiety symptoms, psychological adjustment and academic self-efficacy in students. **Methods:** This study was descriptive from correlation type. The research population was the sixth grade students of Mashhad city in the 2022-20233 academic years, which 400 students were selected as a sample with using multi-stage cluster sampling method. The research tools were included questionnaires of addiction to online games (Wang and Chang, 2002), mood and anxiety symptoms (Wardenaar et al., 2010), psychological adjustment (Sinha & Singh, 1993) and academic self-efficacy (Jinks and Morgan, 1999) and its data were analyzed by Pearson correlation coefficients and multiple regression with enter model methods in SPSS-23 software. **Results:** The results indicated that the score of mood and anxiety symptoms and score of psychological adjustment had a positive and significant correlation with the score of addiction to online games in students, and the score of academic self-efficacy had a negative and significant correlation with the score of addiction to online games in them ( $P < 0.01$ ). Also, the mood and anxiety symptoms, psychological adjustment and academic self-efficacy could predict 41% of the changes of addiction to online games in students ( $P < 0.001$ ). **Conclusion:** According to the results, in order to reduce the addiction to online games in students can be decreased the mood and anxiety symptoms and increased the psychological adjustment and academic self-efficacy.

**Keywords:** Addiction to online games, Mood and anxiety symptoms, Psychological adjustment, Academic Self-Efficacy, Students

© 2019 Journal of New Approach to Children's Education (JNACE)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2022 The Authors.

**How to Cite This Article:** Hosseini ,S. (2024). Predicting Addiction to Online Games Based on Mood and Anxiety Symptoms, Psychological Adjustment and Academic Self-Efficacy in Students. *JNACE*, 6(3): 70-80.





## پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان

پریوش محمدی قشلاق<sup>۱</sup>، علی‌اکبر پیرزاد<sup>۲</sup>، نرجس خاتون ذبیحی حصار<sup>۳</sup>، آذر کیامرثی<sup>۴</sup>، سیده سمیرا حسینی<sup>۵\*</sup>، زهرا عرب‌سالاری<sup>۶</sup>

<sup>۱</sup> استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران  
<sup>۲</sup> دکتری تخصصی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، خوراسگان، ایران  
<sup>۳</sup> استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران  
<sup>۴</sup> استادیار، گروه روانشناسی، واحد رشت، دانشگاه آزاد اسلامی، رشت، ایران  
<sup>۵</sup> دانشجوی دکتری تخصصی علوم اعصاب، گروه علوم اعصاب، دانشکده علوم و فناوری‌های نوین پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران  
<sup>۶</sup> کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران  
 \* نویسنده مسئول: samira.h1363@gmail.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۵/۰۹

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۴/۰۷

### چکیده

زمینه و هدف: امروزه، اعتیاد به بازی‌های آنلاین در کودکان رشد چشمگیری داشته و هدف این مطالعه پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان بود. روش پژوهش: این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند که تعداد ۴۰۰ دانش‌آموز با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه‌های اعتیاد به بازی‌های آنلاین (وانگ و چانگ، ۲۰۰۲)، علائم خلقی و اضطراب (واردینار و همکاران، ۲۰۱۰)، سازگاری روانشناختی (سینها و سینگ، ۱۹۹۳) و خودکارآمدی تحصیلی (جینکز و مورگان، ۱۹۹۹) بود و داده‌های آن با روش‌های ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با مدل همزمان در نرم‌افزار SPSS-23 تحلیل شدند. یافته‌ها: نتایج حاکی از آن بود که نمره علائم خلقی و اضطراب و نمره سازگاری روانشناختی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معنادار و نمره خودکارآمدی تحصیلی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در آنان همبستگی منفی و معنادار داشت ( $P < 0/01$ ). همچنین، علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی توانستند ۴۱ درصد از تغییرهای اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان را پیش‌بینی نمایند ( $P < 0/001$ ). نتیجه‌گیری: طبق نتایج، برای کاهش اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان می‌توان علائم خلقی و اضطراب را کاهش و سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی را افزایش داد.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به بازی‌های آنلاین، علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روان شناختی، خودکارآمدی تحصیلی، دانش‌آموزان

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: محمدی قشلاق، پریوش؛ پیرزاد، علی‌اکبر؛ ذبیحی حصار، نرجس خاتون؛ کیامرثی، آذر؛ عرب‌سالاری، زهرا. (۱۴۰۳) پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان. فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۶(۳): ۸۰-۷۰.

اعتیاد به بازی‌های آنلاین همبستگی مثبت داشتند. فاضلی و همکاران (۱۳۹۷) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین اضطراب و افسردگی با مدت زمان بازی‌های رایانه‌ای ارتباط مثبت و معنادار وجود داشت.

یکی دیگر از عوامل مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین، سازگاری روانشناختی<sup>۴</sup> است که به فعالیت‌های شناختی، رفتاری، عاطفی و اجتماعی اشاره دارد تا از عهده خواسته‌های محیط متغیر برآیند (Purnama et al, 2023). سازگاری یکی از معیارهای سلامت روان است و هنگامی که افراد نمی‌توانند به‌صورت موفق بر بحران‌ها و چالش‌های زندگی فائق آیند، دچار افزایش پریشانی روانشناختی، کاهش سلامت و افت سازگاری روانشناختی می‌شوند (Flujas-Contreras et al, 2023). سازگاری به‌عنوان امری نسبی انطباق پویا با تغییرها و ایجاد ارتباط بین فرد و محیط است که زمینه را برای رفاه فرد هموار نماید و در این شرایط فرد می‌تواند با توجه به بافت فرهنگی و اجتماعی به هدف‌ها و خواسته‌های خود دست یابد (Karim et al, 2022). سازگاری روانشناختی به‌عنوان فرآیند انطباق، مقابله و مدیریت مشکل‌ها، چالش‌ها و مطالبه‌های زندگی به معنای داشتن رضایت از زندگی، عدم وجود علائم بیماری، افزایش عاطفه مثبت و کاهش عاطفه منفی است (Hsu et al, 2024). هرگاه تعادل فرد طوری دچار اختلال شود که سبب ناخشنودی و نارضایتی وی گردد، برای ایجاد تعادل و توازن نیازمند به‌کارگیری نیروهای درونی و بیرونی جهت حل مسئله، افزایش خشنودی و دستیابی به سازگاری روانشناختی است (Widbom et al, 2022). نتایج پژوهش Purnama et al (2023) نشان داد که افزایش سازگاری اجتماعی با کاهش تمایل اعتیاد بازی آنلاین همراه می‌باشد. در پژوهشی دیگر موسیوند و همکاران (۱۴۰۲) گزارش کردند که سازگاری با کاهش اعتیاد به بازی‌های آنلاین در نوجوانان در دوران همه‌گیری کووید-۱۹ بهبود می‌یابد. اسرافیلی و بشرپور (۱۳۹۸) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سازگاری تحصیلی با افزایش اعتیاد به بازی آنلاین افت می‌کند.

یکی دیگر از عوامل مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین، خودکارآمدی تحصیلی<sup>۵</sup> است (Kyung et al, 2021). خودکارآمدی به‌عنوان یکی اصطلاح‌های مهم نظریه شناختی اجتماعی بندورا<sup>۶</sup> و یکی از فرآیندهای مهم شناختی بر انتخاب تکلیف، تلاش و پشتکار در رسیدن به هدف‌ها و تحقق پیشرفت تاثیر می‌گذارد (Yi et al, 2024). همچنین، خودکارآمدی باور به توانایی‌های خود برای سازماندهی و اجرای یک سلسله فعالیت‌های موردنیاز جهت دستیابی به دستاوردهای معین می‌باشد (سبزی‌پور و دانش‌پایه، ۱۴۰۲). یکی از جنبه‌های

امروزه، یکی از دغدغه‌ها و نگرانی‌های اصلی خانواده‌ها و متخصصان، مدیران و مسئولان حوزه بهداشت و سلامت روان، گسترش روزافزون بازی‌های آنلاین<sup>۱</sup> است (Fenn, 2024). بازی‌های آنلاین یکی از انواع بازی‌های اینترنتی می‌باشد که با توجه به رشد سرعت اینترنت و دسترسی به موبایل‌ها و تبلت‌های هوشمند در کودکان و نوجوانان رشد چشمگیری داشته است (Sun et al, 2023). این بازی‌ها به دلیل داشتن خصوصیت‌هایی مانند تعاملی‌بودن، هیجان‌انگیزی، سرگرم‌کنندگی و غیره توانستند سریع در بین کودکان و نوجوانان و حتی بزرگسالان محبوبیت زیادی پیدا کنند (Nurmalia, 2021). اعتیاد به بازی‌های آنلاین<sup>۲</sup> به‌عنوان یکی از اختلال‌های عصر صنعتی به معنای وابستگی به بازی و ناتوانی در کنترل و مدیریت آن است که سبب ایجاد اختلال در چرخه طبیعی زندگی می‌شود و بر عملکرد تحصیلی، اجتماعی و شغلی تاثیر منفی می‌گذارد (Nursala et al, 2023). این اعتیاد شامل رفتارهای افراطی، تکانشی، وسواسی و غیرقابل کنترل هستند که سبب ایجاد مشکل‌های عاطفی، اجتماعی، جسمانی و روانشناختی می‌شوند (Avinash, 2021). افراد معتاد به بازی‌های آنلاین سعی می‌کنند تا نیازهای اجتماعی و روانشناختی خود را از طریق ارتباط و تعامل سطحی در بازی‌های آنلاین پوشش دهند (Gao et al, 2024).

یکی از عوامل مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین، علائم خلقی و اضطراب<sup>۳</sup> است که ویژگی‌های مشترک دو اختلال اضطراب و افسردگی را نشان می‌دهد (Nassar et al, 2023). اضطراب و افسردگی ضمن داشتن ملاک‌های خاص خود با هم همپوشانی زیادی دارند و ویژگی‌های مشترک نشان‌دهنده پریشانی کلی شامل بی‌خوابی، بی‌قراری، تحریک‌پذیری و تمرکز پایین، برانگیختگی فیزیولوژیکی به‌عنوان ویژگی خاص اضطراب شامل لرزش دست، تنش عضلانی و تنگی تنفس و فقدان لذت به‌عنوان ویژگی خاص افسردگی شامل عاطفه منفی بالا، عاطفه مثبت پایین و عدم لذت از فعالیت‌ها می‌باشد (Sultson et al, 2024). اضطراب و افسردگی از شایع‌ترین اختلال‌های روان‌پزشکی هستند که اضطراب به‌صورت احساس نارآرامی، تنش و هراس و افسردگی به‌صورت احساس بی‌کفایتی، بی‌علاقگی، فقدان احساس لذت فراگیر، کناره‌گیری اجتماعی و احساس گناه مشخص می‌شود (Hellstrom et al, 2021). نتایج پژوهش Wang et al (2022) نشان داد که اضطراب، افسردگی و استرس با اختلال بازی‌های اینترنتی همبستگی مثبت داشتند. در پژوهشی دیگر امینی‌منش و همکاران (۱۳۹۳) گزارش کردند که اضطراب، افسردگی و عزت‌نفس پایین با

آیا خودکارآمدی تحصیلی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی معنادار دارند؟  
 آیا علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی توانایی پیش‌بینی معنادار اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان را دارند؟

### روش پژوهش

این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند که تعداد ۴۰۰ دانش‌آموز با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. در روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای ابتدا شهر مشهد به پنج بخش شمالی، جنوبی، شرقی، غربی و مرکزی تقسیم و از هر دو بخش دو مدرسه دخترانه و پسرانه و از هر مدرسه یک کلاس به روش تصادفی انتخاب و همه دانش‌آموزان پایه ششم آنها به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. لازم به ذکر است که ملاک‌های انتخاب نمونه‌ها شامل کسب نمره ۵۳ و بالاتر در پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین، عدم مردودی در پایه‌های گذشته بر اساس پرونده تحصیلی، زندگی همراه با پدر و مادر، عدم سابقه طلاق در خانواده، عدم دریافت خدمات روانشناختی در سه ماه گذشته و عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی و ملاک‌های خروج از مطالعه آنان شامل انصراف از ادامه همکاری و عدم امضای فرم آگاهانه شرکت در پژوهش توسط پدر دانش‌آموزان بود.

### ابزارهای پژوهش

**الف) پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین<sup>۷</sup>:** این پرسشنامه توسط Whang & Chang (2002) با ۲۰ گویه طراحی شد؛ به‌طوری که برای پاسخگویی به هر گویه از طیف لیکرت پنج درجه‌ای از به‌ندرت با نمره یک تا همیشه با نمره پنج استفاده شد. نمره این ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۲۰ تا ۱۰۰ و نمره برش آن ۵۳ است و نمره بالاتر به معنای اعتیاد به بازی آنلاین بیشتر می‌باشد. Whang & Chang (2002) روایی صوری ابزار را تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش کردند (به نقل از موسیوند و همکاران، ۱۴۰۲). زندی پیام و همکاران (۱۳۹۵) روایی همگرایی پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین را با سیاهه اعتیاد به اینترنت یانگ<sup>۸</sup> برابر با ۰/۷۱ و در سطح کوچک‌تر از ۰/۰۰۱ معنادار و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش کردند. در پژوهش حاضر روایی صوری توسط ۱۰ نفر از اساتید رشته روانشناسی تایید و میزان پایایی از طریق

خودکارآمدی، خودکارآمدی تحصیلی است که به باور و برداشت فرد از توانایی‌هایش جهت سازماندهی تکالیف تحصیلی و دستیابی به هدف‌های آموزشی اشاره دارد (Shen, 2018). خودکارآمدی تحصیلی به‌عنوان یک عامل انگیزشی نقش موثری در افزایش عملکرد تحصیلی و کاهش استرس تحصیلی دارد (Malik et al, 2024). همچنین، افراد دارای خودکارآمدی تحصیلی بالا ضمن اطمینان به خود جهت انجام موفق تکالیف تحصیلی مانند یادگیری مطالب و آمادگی برای آزمون دارای اضطراب تحصیلی کمتری هستند، سازگاری، سلامت و خودپنداره تحصیلی بالاتری دارند و برای دستیابی به هدف‌ها از خود تلاش، استقامت و پشتکار بیشتری نشان می‌دهند (Tang & Zhu, 2024). نتایج پژوهش Kyung et al (2021) نشان داد که خودکارآمدی و اعتیاد به بازی اینترنتی همبستگی منفی و معنادار داشت. در پژوهشی دیگر صادق‌نیا سلکجانی و همکاران (۱۴۰۰) گزارش کردند که خودکارآمدی تحصیلی، خلاقیت و مهارت‌های اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین همبستگی منفی و معنادار داشتند. اصغری گنجی و همکاران (۱۳۹۹) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین خودکارآمدی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی همبستگی منفی و معنادار وجود داشت.

با توجه به رشد سرعت اینترنت و دسترسی آسان همه به آن، امروزه شاهد افزایش چشمگیر و روزافزون استفاده کودکان و نوجوانان از بازی‌های آنلاین و اعتیاد به آن هستیم. بنابراین، برای کاهش اعتیاد به بازی‌های آنلاین ابتدا باید عوامل مرتبط با آن را شناسایی و سپس به‌دنبال راهکارهایی برای تعدیل آنها بود تا بتوان گام موثری در این زمینه برداشت. با توجه به بررسی‌های پژوهشگران از عوامل مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین که کمتر هم مورد بررسی قرار گرفتند، می‌توان به علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی اشاره کرد. نکته حائز اهمیت دیگر اینکه، بیشتر پژوهش‌های قبلی مرتبط با اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر روی نوجوانان انجام شدند و کمتر پژوهشی به بررسی کودکان پرداختند که این خلأها باعث شد تا پژوهشگران پژوهش حاضر بر روی کودکان یا دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی پژوهش انجام دهند. در نتیجه، هدف این مطالعه پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان بود. بنابراین، سوال‌های پژوهش به شرح زیر می‌باشند:

آیا علائم خلقی و اضطراب با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی معنادار دارند؟  
 آیا سازگاری روانشناختی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی معنادار دارند؟

**د) پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی<sup>۱۱</sup>:** این پرسشنامه توسط Jinks & Morgan (1999) با ۳۰ گویه طراحی شد؛ به طوری که برای پاسخگویی به هر گویه از طیف لیکرت چهار درجه‌ای از کاملاً مخالفم با نمره یک تا کاملاً موافقم با نمره پنج استفاده شد. نمره این ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۳۰ تا ۱۲۰ است و نمره بالاتر به معنای خودکارآمدی تحصیلی بیشتر می‌باشد. Jinks & Morgan (1999) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش کردند. رضائی ایشیانی و همکاران (۱۴۰۳) پایایی پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی را توسط با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش کردند. در پژوهش حاضر روایی صوری توسط ۱۰ نفر از اساتید رشته روانشناسی تایید و میزان پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

#### شیوه اجرا

برای انجام این مطالعه ابتدا هماهنگی لازم با مسئولان اداره آموزش و پرورش شهر مشهد به عمل آمد و پس از تهیه لیست مدارس دوره ابتدایی اقدام به نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چندمرحله‌ای شد. برای کلاس‌های منتخب اهمیت و ضرورت پژوهش تشریح و فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به آنان تحویل داده شد تا توسط پدر آنها تکمیل و امضاء گردد. دانش‌آموزانی که والدین آنها موافق شرکت در پژوهش بودند در پژوهش شرکت داده شدند و در انتهای پژوهش نیز از آنان تقدیر و تشکر به عمل آمد. لازم به ذکر است که داده‌های پژوهش حاضر پس از گردآوری با ابزارهای فوق با روش‌های ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با مدل همزمان در نرم‌افزار SPSS-23 در سطح معناداری ۰/۰۵ تحلیل شدند.

#### یافته‌ها

نمونه‌های پژوهش حاضر ۴۰۰ دانش‌آموز پایه ششم ابتدایی بودند که فراوانی و درصد فراوانی اطلاعات جمعیت‌شناختی آنها در جدول ۱ ارائه شد.

ضریب همبستگی بین گویه‌ها با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

**ب) پرسشنامه علائم خلقی و اضطراب<sup>۹</sup>:** این پرسشنامه توسط Wardenaar et al (2010) با ۳۰ گویه طراحی شد؛ به طوری که برای پاسخگویی به هر گویه از طیف لیکرت پنج درجه‌ای از به هیچ وجه با نمره یک تا بسیار زیاد با نمره پنج استفاده شد. نمره این ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۳۰ تا ۱۵۰ است و نمره بالاتر به معنای علائم خلقی و اضطراب بیشتر می‌باشد. Wardenaar et al (2010) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند. اردلانی فرسا و همکاران (۱۴۰۲) روایی صوری پرسشنامه علائم خلقی و اضطراب را توسط پنج تن از صاحب‌نظران و متخصصان روان‌شناسی تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش کردند. در پژوهش حاضر روایی صوری توسط ۱۰ نفر از اساتید رشته روانشناسی تایید و میزان پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد.

**ج) پرسشنامه سازگاری روانشناختی<sup>۱۰</sup>:** این پرسشنامه توسط Sinha & Singh (1993) با ۶۰ گویه طراحی شد؛ به طوری که برای پاسخگویی به هر گویه از طیف لیکرت دو درجه‌ای بله با نمره یک و خیر با نمره صفر استفاده شد. نمره این ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود و دامنه نمرات آن بین ۰ تا ۶۰ است و نمره بالاتر به معنای سازگاری روانشناختی کمتر می‌باشد. Sinha & Singh (1993) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و دونیمه‌کردن ۰/۹۵ گزارش کردند. عسکری و همکاران (۱۴۰۰) روایی صوری پرسشنامه سازگاری روانشناختی را توسط خبرگان تایید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر روایی صوری توسط ۱۰ نفر از اساتید رشته روانشناسی تایید و میزان پایایی از طریق ضریب همبستگی بین گویه‌ها با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

جدول ۱: فراوانی و درصد فراوانی اطلاعات جمعیت‌شناختی در دانش‌آموزان پژوهش حاضر

متغیر	سطح	فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	دختر	۱۹۶	۴۹/۰۰
	پسر	۲۰۴	۵۱/۰۰
تحصیلات پدر	زیر دیپلم	۶۳	۱۵/۷۵
	دیپلم	۷۵	۱۸/۷۵
	کاردانی	۵۶	۱۴/۰۰
	کارشناسی	۱۶۸	۴۲/۰۰
تحصیلات مادر	بالاتر از کارشناسی	۳۸	۹/۵۰
	زیر دیپلم	۸۳	۲۰/۷۵
	دیپلم	۱۷۰	۴۲/۵۰
	کاردانی	۲۱	۵/۲۵
کارشناسی	کاردانی	۱۰۵	۲۶/۲۵
	بالاتر از کارشناسی	۲۱	۵/۲۵

اساس عامل تورم واریانس با مقدار ۲/۳۲ و به دلیل کوچک‌تر از ۱۰ بودن رد شد. افزون بر آن، فرض همبستگی باقی‌مانده‌ها با مقادیر ۱/۷۶ تا ۲/۲۰ و به دلیل قراردادن در دامنه ۱/۵۰ تا ۲/۵۰ رد شد. بنابراین، شرایط استفاده از روش تحلیل ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه وجود داشت. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی، خودکارآمدی تحصیلی و اعتیاد به بازی‌های آنلاین در جدول ۲ ارائه شد.

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، جنسیت بیشتر دانش‌آموزان پسر (۵۱ درصد) و تحصیلات بیشتر پدر آنها کارشناسی (۴۲ درصد) و مادر آنها دیپلم (۴۲/۵۰ درصد) بود. پیش از تحلیل داده‌ها، پیش‌فرض‌های آن بررسی شد که فرض نرمال بودن هر چهار متغیر علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی، خودکارآمدی تحصیلی و اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس آزمون کولموگروف-اسمیرنوف به دلیل معنی‌دار بزرگ‌تر از ۰/۰۵ رد نشد. همچنین، فرض هم‌خطی چندگانه بر

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی، خودکارآمدی تحصیلی و اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان پژوهش حاضر

متغیر	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
۱. علائم خلقی و اضطراب	۷۵/۲۰	۹/۶۴	۱			
۲. سازگاری روانشناختی	۲۵/۸۹	۴/۱۱	۰/۴۰**	۱		
۳. خودکارآمدی تحصیلی	۴۶/۷۷	۶/۲۵	-۰/۳۵**	-۰/۳۳**	۱	
۴. اعتیاد به بازی‌های آنلاین	۶۸/۳۲	۶/۷۰	۰/۴۲**	۰/۳۹**	-۰/۲۸**	۱

\*\*P<۰/۰۱

همبستگی منفی و معنادار داشت ( $P<۰/۰۱$ ). رگرسیون چندگانه با مدل همزمان برای پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در جدول ۳ ارائه شد.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، نمره علائم خلقی و اضطراب و نمره سازگاری روانشناختی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معنادار و نمره خودکارآمدی تحصیلی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در آنان

جدول ۳. رگرسیون چندگانه با مدل همزمان برای پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان پژوهش حاضر

متغیر	R	R <sup>2</sup>	تغییر F	df	Sig	Beta	Sig
۱. علائم خلقی و اضطراب	۰/۶۴	۰/۴۱	۱۷/۳۵	۳	<۰/۰۰۱	۰/۳۴	<۰/۰۰۱
۲. سازگاری روانشناختی				۳۹۶	<۰/۰۰۱	۰/۳۱	<۰/۰۰۱
۳. خودکارآمدی تحصیلی					<۰/۰۰۱	-۰/۱۹	<۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی توانستند ۴۱ درصد از تغییرهای اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان را پیش‌بینی نمایند که با توجه به مقدار بتاها سهم علائم خلقی و اضطراب در پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بیشتر از سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی بود ( $P < 0/001$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

آمار اعتیاد به بازی‌های آنلاین بالا و در حال افزایش است و بر همین اساس، هدف این مطالعه پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان بود. طبق یافته‌های پژوهش حاضر بین نمره علائم خلقی و اضطراب با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت. به عبارت دیگر، با افزایش نمره اضطراب میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین افزایش و بالعکس با کاهش نمره اضطراب میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین کاهش می‌یابد. این یافته با یافته پژوهش‌های Wang et al (2022)، فاضلی و همکاران (۱۳۹۷) و امینی‌منش و همکاران (۱۳۹۳) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که افسردگی و اضطراب با اینکه از یکدیگر متمایز هستند، اما شباهت، ارتباط و همبودی نسبتاً بالایی دارند که علائم خلقی و اضطراب به بررسی آنها می‌پردازد و ویژگی‌های مشترک دو اختلال اضطراب و افسردگی را نشان می‌دهد. افسردگی یک واکنش روانی منفی در برابر فشارها و استرس‌های زندگی است و شامل بی‌کفایتی، بی‌علاقگی، فقدان لذت، کناره‌گیری اجتماعی، احساس گناه و اشتغال ذهنی می‌باشد. همچنین، اضطراب به‌صورت احساس ناآرامی، تنش و هراس مشخص می‌شود و شامل افزایش ضربان قلب، سرعت تنفس، فشار خون، سردرد و سرگیجه، عرق کردن و درد قفسه سینه می‌باشد. از آنجایی که علائم خلقی و اضطراب شامل سه مولفه پریشانی عمومی (به‌عنوان ویژگی مشترک افسردگی و اضطراب شامل بی‌خوابی، بی‌قراری، تحریک‌پذیری و تمرکز

ضعیف)، برانگیختگی اضطرابی (به‌عنوان ویژگی اختصاصی اضطراب شامل بیش برانگیختگی فیزیولوژیکی مانند لرزش درست، تنش عضلانی و تنگی نفس) و فقدان لذت (به‌عنوان ویژگی اختصاصی افسردگی شامل عاطفه منفی بالا و عاطفه مثبت پایین) می‌باشد، لذا منطقی است که با افزایش علائم خلقی و اضطراب میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان افزایش یابد.

طبق یافته‌های دیگر پژوهش حاضر بین نمره سازگاری روانشناختی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معنادار وجود داشت. به عبارت دیگر، با افزایش نمره سازگاری روانشناختی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین افزایش و بالعکس با کاهش نمره سازگاری روانشناختی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین کاهش می‌یابد. از آنجایی که نمره بیشتر در پرسشنامه سازگاری روانشناختی به معنای سازگاری کمتر می‌باشد، لذا با بهبود سازگاری روانشناختی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین کاهش می‌یابد. این یافته با یافته پژوهش‌های Purnama et al (2023)، موسیوند و همکاران (۱۴۰۲) و اسرافیلی و بشرپور (۱۳۹۸) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد افراد دارای سطوح بالای سازگاری روانشناختی فرصت بیشتری برای انجام تکالیف و فعالیت‌های خود دارند و کمتر زمان خود را صرف بازی‌های آنلاین می‌کنند. حال اگر جامعه مورد بررسی دانش‌آموزان باشد، این افراد برای انجام تکالیف و فعالیت‌های تحصیلی خود زمان بیشتری صرف می‌کنند و زمان کمتری را به بازی‌های آنلاین اختصاص می‌دهند و بر همین اساس در دوران تحصیل کمتر دچار افت تحصیلی می‌شود و در مقابل به موفقیت‌های بیشتری دست می‌یابند. در نتیجه، منطقی است که با بهبود سازگاری روانشناختی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان کاهش یابد.

طبق دیگر یافته‌های پژوهش حاضر بین نمره خودکارآمدی تحصیلی با نمره اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان همبستگی منفی و معنادار وجود داشت. به عبارت دیگر، با افزایش خودکارآمدی تحصیلی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین کاهش و بالعکس با کاهش خودکارآمدی تحصیلی میزان اعتیاد

مهارت‌های اجتماعی، روابط اجتماعی و غیره را مورد بررسی و ارزیابی قرار دهند. طبق نتایج، برای کاهش اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان می‌توان علائم خلقی و اضطراب را کاهش و سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی را افزایش داد. نتایج این مطالعه می‌تواند توسط والدین، کارکنان سازمان آموزش و پرورش و متخصصان، مسئولان و برنامه‌ریزان نظام آموزش و پرورش تلویحات کاربردی بسیاری داشته باشد و این افراد با توجه به نتایج این مطالعه زمینه را از طریق کارگاه‌های آموزشی برای دانش‌آموزان، والدین و کارکنان سازمان آموزش و پرورش برای کاهش اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان فراهم آورند و آنان را درگیر فعالیت‌های جسمی و اجتماعی کنند.

### موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول و موازین اخلاقی مانند رازداری، محرمانه‌ماندن اطلاعات شخصی، امضای رضایت‌نامه شرکت در پژوهش توسط پدر دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی و غیره رعایت شد.

### تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از همه کسانی که سهمی در انجام این پژوهش داشتند، تشکر و قدردانی می‌شود

### تعارض منافع

بین نویسندگان این مطالعه هیچ تضاد منافی وجود نداشت.

### واژه نامه

1. Online Games ۱. بازی‌های آنلاین
2. Addiction to Online Games ۲. اعتیاد به بازی‌های آنلاین
3. Mood and Anxiety Symptoms ۳. علائم خلقی و اضطراب
4. Psychological Adjustment ۴. سازگاری روانشناختی
5. Academic Self-Efficacy ۵. خودکارآمدی تحصیلی
6. Bandura Social Cognitive Theory ۶. نظریه شناختی اجتماعی بندورا
7. Online Gaming Addiction Questionnaire ۷. پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین
8. Young Internet Addiction Inventory ۸. سیاهه اعتیاد به اینترنت یانگ
9. Mood and Anxiety Symptoms Questionnaire ۹. پرسشنامه علائم خلقی و اضطراب
10. Psychological Adjustment Questionnaire ۱۰. پرسشنامه سازگاری روانشناختی
11. Academic Self-Efficacy Questionnaire ۱۱. پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی

به بازی‌های آنلاین افزایش می‌یابد. این یافته با یافته پژوهش‌های Kyung et al (2021)، صادق‌نیا سلکجانی و همکاران (۱۴۰۰) و اصغری گنجی و همکاران (۱۳۹۹) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد که خودکارآمدی تحصیلی در مقایسه با توانایی نقش موثرتری در موفقیت‌های تحصیلی و بهبود عملکرد تحصیلی دارد. در واقع، خودکارآمدی تحصیلی یکی از ابعاد خودکارآمدی برگرفته از نظریه شناختی اجتماعی بندورا است که به توانایی ادراک‌شده فرد در سازگاری با موقعیت‌های خاص تحصیلی اشاره دارد. همچنین، سازه خودکارآمدی تحصیلی نشان‌دهنده اطمینان از انجام مناسب تکالیف تحصیلی و دستیابی به موفقیت تحصیلی است. در نتیجه، منطقی است که با افزایش خودکارآمدی تحصیلی میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان کاهش یابد.

علاوه بر آنها، طبق یافته‌های پژوهش حاضر علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی نقش موثری در پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان داشتند. با اینکه پژوهشی در این زمینه یافت نشد، اما در تبیین این یافته می‌توان استنباط کرد دانش‌آموزانی که کمتر دارای علائم اضطراب و افسردگی هستند (علائم خلقی و اضطراب پایین)، بهتر با محیط و موقعیت‌های مختلف سازگار می‌شوند (سازگاری روانشناختی مطلوب) و به توانمندی‌های خود در انجام تکالیف و فعالیت‌های تحصیلی باور و اطمینان دارند (خودکارآمدی تحصیلی بالا) در زندگی شخصی و تحصیلی با تنش‌ها، مشکل‌ها و چالش‌های کمتری مواجه می‌شوند، از راهبردهای مقابله‌ای مناسب و سازگار استفاده می‌کنند، رفتارهای موظف خود را به نحو مطلوب‌تری انجام می‌دهند، به تنهایی یا با کمک دیگران از حل مسئله‌ها و چالش‌ها برمی‌آیند و از سلامت و کیفیت زندگی بالاتری برخوردار هستند. بنابراین، می‌توان انتظار داشت که علائم خلقی و اضطراب، سازگاری روانشناختی و خودکارآمدی تحصیلی نقش موثری در پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان داشته باشند.

پژوهش حاضر با محدودیت خاصی مواجه نبود، اما از محدودیت‌های رایج می‌توان به محدودشدن جامعه پژوهش به دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی شهر مشهد، عدم بررسی نتایج به تفکیک جنسیت و استفاده از ابزارهای خودگزارشی اشاره کرد. بنابراین، انجام پژوهش بر روی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی سایر پایه‌های تحصیلی و بررسی روابط متغیرهای پژوهش حاضر به تفکیک بر روی دانش‌آموزان دختر و پسر پیشنهاد می‌شود. افزون بر آنها، پیشنهاد می‌گردد که پژوهشگران در آینده نقش سایر عوامل موثر بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین مثل میزان همدلی، ذهن‌آگاهی، شفقت به خود، شادی اجتماعی،



دوران همه‌گیری کووید-۱۹. دست‌آوردهای روانشناختی، ۳۰(۱)، ۱۰۵-۱۲۰.

### فهرست منابع

- AminiManesh, S., Nazari, A., Moradi, A., & Farzad, V. (2014). Youth online gaming addiction: The role of self-esteem, anxiety and depression. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 13(25), 97-112. [Persian]
- Ardalani Farsa, F., Shahabizadeh, F., Hashemi, M., & Payman, D. (2023). Designing a conceptual model of mood and anxiety symptoms with quality of life and pain outcomes in patients with chronic back pain: The mediating role of emotional schemas and self-compassion. *Journal of Health Promotion Management*, 12(4), 40-56. [Persian]
- Asghari Ghanji, S., Esmaili, M., & Haji Anzehai, Z. (2020). Correlation between self-efficacy and addiction to social networks with the motivation of academic achievement in high school students in Tehran. *Journal of Health Promotion Management*, 9(5), 72-86. [Persian]
- Askari, F., Manzari Tavakoli, A., Manzari Tavakoli, H., & Zeinodiny, Z. (2021). The effectiveness of adaptation to school on academic success in secondary school students: The cyclical role of Islamic lifestyle and Western lifestyle. *Journal of Educational Psychology*, 18(42), 212-243. [Persian]
- Avinash, D. S. (2021). The gaming industry and its role in the prevention of video game addiction. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 37(3), 260-261.
- Sabzipour, A., & Daneshpayeh, S. (2024). Predicting the sense of belonging to school based on perceived self-efficacy, emotional atmosphere of school and feeling of social-emotional competence of second secondary students. *Journal of New Approach to Children's Education*, 5(4), 87-102. [Persian]
- Esrifili, H., & Basharpour, S. (2019). The correlation of addiction to online games

- اردلانی فرسا، فرانک؛ شهبازی‌زاده، فاطمه؛ هاشمی، سیدمسعود و دادخواه، پیمان. (۱۴۰۲). طراحی الگوی مفهومی نشانه‌های خلقی و اضطرابی با کیفیت و پیامدهای درد در بیماران با کم‌درد مزمن: نقش میانجی طراحی‌ها و هیجانی و شفقت به خود. فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت، ۱۲(۴)، ۵۶-۴۰.
- اسرافیلی، هاجر و بشرپور، سجاد. (۱۳۹۸). رابطه اعتیاد به بازی آنلاین با جو عاطفی خانواده، اشتیاق تحصیلی و سازگاری تحصیلی در دانش‌آموزان. پژوهش در علوم توانبخشی، ۱۵(۴)، ۲۱۰-۲۰۴.
- اصغری گنجی، سعید؛ اسماعیلی، محمدرضا و حاجی انزهایی، زهرا. (۱۳۹۹). همبستگی خودکارآمدی و اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی با انگیزه پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم شهر تهران. فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت، ۹(۵)، ۸۶-۷۲.
- امینی‌منش، سجاد؛ نظری، علی‌محمد؛ مرادی، علیرضا و فرزاد، ولی‌اله. (۱۳۹۳). اعتیاد جوانان به بازی‌های آنلاین: نقش عزت‌نفس، اضطراب و افسردگی. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱۳(۲۵)، ۹۷-۱۱۲.
- رضائی اشپانی، ایران؛ کوچک انتظار، رویا؛ قاسمی، مسعود و امامی‌پور، سوزان. (۱۴۰۳). مدل‌یابی سرزندگی تحصیلی بر اساس درگیری تحصیلی با نقش میانجی خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان تیزهوش مدارس استعدادهای درخشان. فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۱۶(۱)، ۲۴۳-۲۳۳.
- زندپیام، آرش؛ داودی، ایران و مهرابی‌زاده، مهناز. (۱۳۹۵). رابطه اجتناب تجربه‌ای، جو عاطفی خانواده و خودکنترلی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله آموزش و سلامت جامعه، ۳(۱)، ۳۵-۲۸.
- سبزی‌پور، امیر و دانش‌بایه، سمیرا. (۱۴۰۲). پیش‌بینی احساس تعلق به مدرسه بر اساس خودکارآمدی ادراک‌شده، جو عاطفی مدرسه و احساس شایستگی اجتماعی - عاطفی دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم. فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۵(۴)، ۱۰۲-۸۷.
- صادق‌نیا سلکجانی، زهرا؛ ملکی پیربازاری، معصومه و عشورنژاد، فاطمه. (۱۴۰۰). پیش‌بینی خودکارآمدی، خلاقیت و مهارت‌های اجتماعی بر اساس مولفه‌های اعتیاد به بازی‌های آنلاین. نشریه روانشناسی نوین، ۱(۴)، ۴۳-۳۰.
- عسکری، فهیمه؛ منظری توکلی، علیرضا؛ منظری توکلی، حمداله و زین‌الدینی، زهرا. (۱۴۰۰). اثربخشی سازگاری با مدرسه بر موفقیت تحصیلی در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه: نقش حلقوی سبک‌زندگی اسلامی و سبک‌زندگی غربی. مطالعات روانشناسی تربیتی، ۱۸(۴۲)، ۲۴۳-۲۱۲.
- فاضلی، زهرا؛ مزارانی، شهزاد و حسینی، حمزه. (۱۳۹۷). رابطه مدت زمان بازی‌های رایانه‌ای با اضطراب و افسردگی. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۸(۱۶۴)، ۱۵۱-۱۴۶.
- موسیوند، محبوبه؛ عزیزی، سجاد و فولادوند، شاپور. (۱۴۰۲). مدل‌یابی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس مهارت‌های ارتباطی و احساس تنهایی با میانجی‌گری سازگاری در میان نوجوانان در

- Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas, 72(4), 224-230.
- Karim, A. A., Tanaka, K., Nagata, C., Arakawa, M., & Miyake, Y. (2022). Association between parental occupations, educational levels, and household income and children's psychological adjustment in Japan. *Public Health*, 213, 71-77.
- Kyung, K. S., Shin, S., & Lee, J. I. (2021). The moderating effect of self-efficacy on the relationship between internet game addiction and aggression among Korean adolescents. *Social Sciences*, 10(2), 58-66.
- Malik, A. I., Batool, R., & Tabassum, S. (2024). Academic self-efficacy, academic motivation and coping skills in academia: A cross-sectional exploration. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 12(1), 573-580.
- Moosivand, M., Azizi, S., & Fooladvand, Sh. (2023). Modeling online gaming addiction based on communication skills and feelings of loneliness with the mediating role of adjustment among adolescents during the Covid-19 epidemic. *Psychological Achievements*, 30(1), 105-120. [Persian]
- Nassar, E. L., Abdulkareem, D. A., & Thombs, B. D. Results from a living systematic review of the prevalence of mood and anxiety disorders and factors associated with symptoms in systemic sclerosis. *Scientific Reports*, 13(5181), 1-10.
- Nurmala, I. (2021). The impact of online game addiction on adolescent mental health: A systematic review and meta-analysis. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(6), 260-274.
- Nursala, N., Iswanti, D. I., Agustini, N., Rohmi, F., Permana, B., & Erwanyah, R. A. (2023). Factors contributing to online game addiction in adolescents: A systematic review. *International Journal of Public Health Science*, 12(4), 1763-1770.
- Purnama, D., Cahyani, B. H., & Farida, H. (2023). The tendency of online game addiction with social adjustment in "X" high school students. *International Journal of Educational Research*, 12(4), 224-230.
- with family emotional climate, academic longing, and academic adjustment in students. *Journal of Research in Rehabilitation Sciences*, 15(4), 204-210. [Persian]
- Fazeli, Z., Mazdarani, S., & Hosseini, H. (2018). Relationship between duration of gaming with anxiety and depression. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 28(164), 146-151. [Persian]
- Fenn, J. (2024). Game addiction, imposter phenomenon and social adjustment among young adults in India. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 28(1), 1-8.
- Flujas-Contreras, J. M., Recio-Berlanga, A., Andres, M. P., Fernandez-Torres, M., Sanchez-Lopez, P., & Gomez, I. (2023). The relationship between parental stress and psychological adjustment of the children: The role of parental psychological flexibility as a mediator. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 29, 202-208.
- Gao, B., Cai, Y., Zhao, C., Qian, Y., Zheng, R., & Liu, C. (2024). Longitudinal associations between loneliness and online game addiction among undergraduates: A moderated mediation model. *Acta Psychologica*, 243, 104134.
- Hellstrom, L., Madsen, T., Nordentoft, M., & Eplöv, L. F. (2021). Trajectories of symptoms of anxiety and depression among people on sick leave with mood or anxiety disorders: Secondary analysis from a randomized controlled trial. *Journal of Psychiatric Research*, 137, 250-257.
- Hsu, F. Y., Hsiao, Y. C., Su, Y. J., Chang, C. S., & Yen, C. I. (2024). A prospective study of psychological adjustment during and after forehead flap nasal reconstruction. *Journal of Cranio-Maxillofacial Surgery*, 52(6), 692-696.
- Jinks, J., & Morgan, V. (1999). Children's perceived academic self-efficacy: An inventory scale. *The Clearing House: A*

- Tang, L., & Zhu, X. (2024). Academic self-efficacy, grit, and teacher support as predictors of psychological well-being of Chinese EFL students. *Frontiers in Psychology*, 14(1332909), 1-15.
- Wang, Y., Liu, B., Zhang, L., & Zhang, P. (2022). Anxiety, depression, and stress are associated with internet gaming disorder during COVID-19: Fear of missing out as a mediator. *Frontiers in Psychiatry*, 13(827519), 1-7.
- Wardenaar, K. L., Van Veen, T., Giltay, E. J., De Beurs, E., Penninx, B. W. J. H., & Zitman, F. G. (2010). Development and validation of a 30-item short adaptation of the mood and anxiety symptoms questionnaire (MASQ). *Psychiatry Research*, 179(1), 101-106.
- Widbom, A., Sydsjo, G., & Lampic, C. (2022). Psychological adjustment in disclosing and non-disclosing heterosexual-couple families following conception with oocytes or spermatozoa from identity-release donors. *Reproductive BioMedicine Online*, 45(5), 1046-1053.
- Yi, S., Zhang, Y., Lu, Y., & Shadiev, R. (2024). Sense of belonging, academic self-efficacy and hardiness: Their impacts on student engagement in distance learning courses. *British Journal of Educational Technology*, 55(4), 1-25.
- Zandipayam, A., Davoudi, I., & Mehrabizadeh, M. (2016). The relationship of experiential avoidance, familial emotional atmosphere and self-control with online gaming addiction in bachelor student of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Journal of Education and Community Health*, 3(1), 28-35. [Persian]
- Conference on Indigenous Psychology and Culture, 1(1), 272-276.
- Rezaei Oshyani, I., Koochak Entezar, R., Ghasemi, M., & Emamipour, S. (2024). Modeling academic vitality based on academic engagement with the mediating role of academic self-efficacy in gifted students of schools of brilliant talents. *Journal of New Approach to Children's Education*, 6(1), 233-245. [Persian]
- Sadeghnia Salakgani, Z., Maleki Pirbazari, M., & Ashournejad, F. (2021). Predicting self-efficacy, creativity and social skills based on the components of online games addiction. *Journal of Modern Psychology*, 1(4), 30-43. [Persian]
- Shen, C. X. (2018). Does school-related internet information seeking improve academic self-efficacy? The moderating role of internet information seeking styles. *Computers in Human Behavior*, 86, 91-98.
- Sinha, A. K. P., & Singh, R. P. (1993). Manual for adjustment inventory for school students. National Psychological Corporation, 48, 281-290.
- Sultson, H., Murd, C., Havik, M., & Konstabel, K. (2024). Negative affect instability predicts elevated depressive and generalized anxiety disorder symptoms even when negative affect intensity is controlled for: an ecological momentary assessment study. *Frontiers in Psychology*, 15(1371115), 1-12.
- Sun, R. Q., Sun, G. F., Ye, J. H. (2023). The effects of online game addiction on reduced academic achievement motivation among Chinese college students: the mediating role of learning engagement. *Frontiers in Psychology*, 14(1185353), 1-12.