

پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان متوسطه دوم

معصومه نعیمی آق‌کندی^۱، سیف‌الله آق‌جانی^۲

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل

۲. دکتری تخصصی روانشناسی عمومی، هیئت علمی دانشگاه محقق اردبیلی

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی انجام گرفت. روش پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان متوسطه دوم (رشته‌های علوم انسانی، علوم تجربی، ریاضی فیزیک) شهرستان میانه بودند که از بین آن‌ها ۳۳۱ نفر به‌وسیله روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. از پرسشنامه‌های اعتیاد به بازی آنلاین وانگ و چانگ (۲۰۰۲)، احساس تنهایی راسل (۱۹۸۴) و اضطراب اجتماعی لاجرسا (۱۹۹۸) برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها به‌وسیله ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد که اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی قابل پیش‌بینی است. درنتیجه می‌توان با بهبود احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان، اعتیاد به بازی‌های آنلاین آنان کاهش یابد.

کلیدواژه‌ها: اعتیاد به بازی‌های آنلاین، احساس تنهایی، اضطراب اجتماعی

مقدمه

یکی از عوامل کلیدی که به طور مداوم با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در نوجوانان مرتبط است، تجربه تنهایی است (هارینو، یولیادی و ستیانثو^۱، ۲۰۲۲). نیاز به ارتباط اجتماعی و تعلق یک انگیزه اساسی انسانی است و زمانی که این نیاز برآورده نشود، افراد ممکن است به بازی آنلاین به عنوان وسیله ای برای جبران کمبود تعاملات اجتماعی و ایجاد روابط مجازی روی بیاورند (سان، سان و یه^۲، ۲۰۲۳). علاوه بر این، اضطراب اجتماعی که با ترس و ناراحتی شدید در موقعیت‌های اجتماعی مشخص می‌شود، به عنوان پیش‌بینی‌کننده مهم اعتیاد به بازی‌های آنلاین در میان دانش‌آموزان شناخته شده است (گان^۳ و همکاران). نوجوانان با سطوح بالایی از اضطراب اجتماعی ممکن است تعامل و معاشرت در محیط بازی مجازی را آسان تر پیدا کنند، جایی که احساس می‌کنند کنترل بیشتری دارند و کمتر توسط همسالان خود قضاوت می‌شوند (چاوهان^۴ و همکاران، ۲۰۲۳). یکی از عوامل کلیدی که به طور مداوم با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در نوجوانان مرتبط است، تجربه تنهایی است (هارینو، یولیادی و ستیانثو^۵، ۲۰۲۲). نیاز به ارتباط اجتماعی و تعلق یک انگیزه اساسی انسانی است و زمانی که این نیاز برآورده نشود، افراد ممکن است به بازی آنلاین به عنوان وسیله ای برای جبران کمبود تعاملات اجتماعی و ایجاد روابط مجازی روی بیاورند (سان، سان و یه^۶، ۲۰۲۳). علاوه بر این، اضطراب اجتماعی که با ترس و ناراحتی شدید در موقعیت‌های اجتماعی مشخص می‌شود، به عنوان پیش‌بینی‌کننده مهم اعتیاد به بازی‌های آنلاین در میان دانش‌آموزان شناخته شده است (گان^۷ و همکاران). نوجوانان با سطوح بالایی از اضطراب اجتماعی ممکن است تعامل و معاشرت در محیط بازی مجازی را آسان تر پیدا کنند، جایی که احساس می‌کنند کنترل بیشتری دارند و کمتر توسط همسالان خود قضاوت می‌شوند (چاوهان^۸ و همکاران، ۲۰۲۳). انجام بازی در رشد کودکان و نوجوانان مهم است. در گذشته، کودکان به طور مکرر با دوستان و همسالان خود در فضاهای آزاد ارتباط برقرار می‌کردند، اما به دلیل پیشرفت فناوری‌ها، اکنون بازی‌ها از طریق رایانه، آنلاین و با افراد مجازی انجام می‌شود (اینانلو، بشردوست و ابوالمعالی الحسینی، ۱۴۰۰). اگرچه همه بازی‌های آنلاین اعتیادآور یا خطرناک نیستند، برخی از بازی‌ها، از جمله بسیاری از بازی‌های آنلاین چند نفره، به دلیل ماهیت تعاملی و مشارکتی و رقابتی‌شان به طور بالقوه اعتیادآور هستند. اعتیاد به بازی‌های آنلاین را می‌توان استفاده بیش از حد از بازی‌های آنلاین تعریف کرد که با اختلالات شناختی، عاطفی و رفتاری از جمله از دست دادن کنترل بازی‌ها، تحمل زمان و کناره‌گیری از محیط مشخص می‌شود (افریولدا و ویبوو^۹، ۲۰۲۰). به طور مشابه، سازمان بهداشت جهانی اعتیاد به بازی‌های آنلاین را به عنوان الگوی از رفتار بازی مداوم یا مکرر که عمدتاً از طریق اینترنت انجام می‌شود و با موارد اختلال در کنترل بازی، افزایش اولویت به بازی تا حدی که بازی بر سایر علایق زندگی و فعالیت‌های روزانه ارجحیت داشته باشد و ادامه یا تشدید بازی با وجود وقوع پیامدهای منفی (روزندو-ریوس، تروت و شوکلا^{۱۰}، ۲۰۲۲). احساس تنهایی مجموعه‌ای پیچیده از احساس، شناخت، پریشانی و تجربه هیجان‌های منفی است که از کمبودهای فردی در روابط اجتماعی ناشی می‌شود. در مطالعات متعدد به طور مداوم ارتباط بین تنهایی و اعتیاد به بازی‌های آنلاین بررسی شده است (موسیوند، عزیزی و فولادوند، ۱۴۰۲). پژوهش‌ها نشان داده است که تنهایی که افراد می‌توانند در هر دوره از زندگی به ویژه در نوجوانی تجربه کنند، با مشکلات فردی یا اجتماعی، مشکلات روانی، اعتماد به نفس پایین، چاقی، افسردگی مرتبط است. افرادی که نمی‌توانند با محیط خود رابطه سالم برقرار کنند به تنهایی

1. Haryono, Yuliadi & Setyanto

2. Sun, Sun & Ye

3. Gan,

4. Chauhan

5. Haryono, Yuliadi & Setyanto

6. Sun, Sun & Ye

7. Gan,

8. Chauhan

9. Afriwilda, & Wibowo

10. Rosendo-Rios, Trott & Shukl

کشیده می شوند و زمان صرف شده در محیط مجازی افزایش می یابد (کنات^{۱۱}، ۲۰۱۹). اضطراب اجتماعی^{۱۲} به عنوان پریشانی و احساس ناراحتی در هنگام ملاقات و صحبت با افراد تعریف می شود. علائم خفیف تر اضطراب اجتماعی به عنوان یک دلهره اجتماعی، اغلب در پاسخ به موقعیت های ارزیابی اجتماعی رخ می دهد. با افزایش شدت، ترس های اجتماعی ممکن است ناتوان کننده و فراگیر شوند و افراد ممکن است درگیر اجتناب اجتماعی شوند. اضطراب اجتماعی یک نگرانی و احساس ناتوانی مداوم و پنهان است که بر یادگیری و بهزیستی روانی تأثیر می گذارد (آرچبل و کوپلان^{۱۳}، ۲۰۲۲). یکی از عوارض اضطراب اجتماعی، کاهش ارتباطات واقعی و پناه بردن به فضای مجازی و ارتباطات مجازی است. افراد با اضطراب اجتماعی، هیجان منفی زیاد، تنهایی، افکار خودکشی، رضایت در روابط و عملکرد تحصیلی را تجربه می کنند (سیدان و رنجکش کلاگر، ۱۳۹۸). مطالعه کارکا^{۱۴} و همکاران (۲۰۲۰) حاکی از این بود که اضطراب اجتماعی نوجوانان با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه معنی داری دارد.

در اهمیت پژوهش حاضر می توان گفت نوجوانان بیشترین مشکل را در استفاده از بازی های آنلاین دارند که این مشکلات ارتباط تنگاتنگی با اعتیاد به بازی های آنلاین دارد. اعتیاد به بازی های آنلاین در نوجوانان بر جنبه های مختلفی از زندگی مانند جنبه های سلامتی، روانی، تحصیلی، اجتماعی و مالی تأثیر می گذارد. مطالعات انجام شده در کشورهای مختلف نشان داده اند درصد شیوع نشانگان اعتیاد به بازی های آنلاین در بین نوجوانان قابل توجه است. پدیده اعتیاد به بازی های آنلاین به طور فزاینده ای گسترده و نگران کننده است، به ویژه که بسیاری از نوجوانان به بازی های آنلاین اعتیاد دارند (نوریالدی، نیروانا و احمد، ۲۰۱۹). لذا بررسی متغیرهای فردی تأثیر گذار بر آن مانند احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی می تواند به مربیان و مشاورانی که با نوجوانان در ارتباط هستند کمک کند تا تأثیر گذاری این متغیرها در اعتیاد به بازی های آنلاین نوجوانان را مورد اهمیت قرار دهند و نسبت به درمان و کاهش آن در نوجوانان راهبردهای عملی و کاربردی به کار ببرند. به عبارتی متخصصان بهداشت جامعه می توانند نقش منحصر به فردی در پیشگیری، شناسایی و درمان مشکلات سلامتی کودکان و نوجوانان در سنین مدرسه ایفا کنند (کارکا و همکاران، ۲۰۱۹).

نتایج مطالعه حاضر دانشی در اختیار مسولان و برنامه ریزان سیستم آموزشی و همچنین خانواده ها قرار می دهد که بر امر بازی های آنلاین دانش آموزان نظارت داشته باشند و آگاهی خود را نسبت به عوامل فردی تشدید کننده اعتیاد به بازی های آنلاین مانند احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی را مورد اهمیت قرار دهند. همچنین با شناسایی دانش آموزانی که مشکل اعتیاد به بازی های آنلاین دارند، برنامه های مداخله ای برای درمان برنامه ریزی نمایند.

نتایج مطالعه حاضر می تواند به پژوهشگران کمک کند تا ابعاد مختلف اعتیاد به بازی های آنلاین را مورد توجه قرار دهند و عوامل زمینه ساز و پیامدهای اعتیاد به بازی های آنلاین را با عمق بیشتری مورد بررسی قرار دهند. در واقع نتایج می تواند به غنی کردن ادبیات در حیطه عوامل فردی موثر بر اعتیاد به بازی های آنلاین برای تئوری، درمان و پیشگیری نتایج مفیدی داشته باشد. اهمیت دیگر پژوهش مربوط به آگاهی بخشی دانش آموزان نسبت به درک عوامل زمینه ساز اعتیاد به بازی های آنلاین است. چرا که پژوهشگران تأثیر اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی در اعتیاد به بازی های آنلاین را مورد تأکید قرار داده اند (نواز و ندیم^{۱۵}، ۲۰۲۰، پریس^{۱۶} و همکاران، ۲۰۲۰)؛ بنابراین مطالعه اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی در جلوگیری از اعتیاد به بازی آنلاین و پیامدهای آن برای دانش آموزان با اهمیت است.

نوروزیان، خانمحمدی و خانه کشی (۱۴۰۳) مطالعه ای در بررسی روابط ساختاری سبک های دلبستگی با اضطراب اجتماعی در نوجوانان وابسته به بازی های اینترنتی با نقش واسطه ای تنهایی انجام دادند. نمونه تصادفی ۲۰۰ نفر از نوجوانان وابسته به بازی های اینترنتی (شهرستان بابل) انتخاب و به پرسشنامه های سبک دلبستگی، اضطراب اجتماعی و تنهایی تکمیل شد. نتایج

11. Kanat

12 - Social anxiety

13 - Archbell, & Coplan

14. Karaca

15. Nawaz, Nadeem

16. Peris

نشان داد که سبک دلبستگی ایمن به طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق کاهش تنهایی منجر به کاهش اضطراب اجتماعی می شود. علاوه بر این، سبک های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی-دوسوگرا به طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق افزایش تنهایی منجر به افزایش اضطراب اجتماعی می شود. این یافته ها نشان می دهد که تنهایی نقش واسطه ای معناداری در رابطه بین سبک های دلبستگی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان وابسته به بازی های اینترنتی دارد.

صالحی (۱۴۰۳) پژوهشی با هدف بررسی مدل اعتیاد به بازی های آنلاین براساس انسجام خانواده با نقش واسطه ای احساس تنهایی در میان دانش آموزان پسر متوسطه دوم انجام دادند. روش پژوهش همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش آموزان پسر مقطع دبیرستان دوره دوم شاخه نظری شهر قم بود. نمونه آماری شامل ۳۰۰ نفر و به روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه اعتیاد به بازی های آنلاین، انسجام خانواده و پرسشنامه احساس تنهایی راسل بودند. یافته ها نشان داد که مدل ساختاری اعتیاد به بازی های آنلاین براساس انسجام خانواده با تأکید بر نقش میانجی احساس تنهایی در دانش آموزان پسر متوسطه دوم شهر قم با داده ها برازش دارد. تنهایی بر اعتیاد به بازی های آنلاین اثر علی و غیرمستقیم دارد. فرهادی (۱۴۰۲) پژوهشی با هدف بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی با اعتیاد به بازی های آنلاین در بین نوجوانان انجام دادند. جامعه آماری کلیه نوجوانان ۱۲ الی ۱۸ سال در شهرستان نورآباد ممسنی مشغول به تحصیل بود. ۳۰۰ نفر بعنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. شیوه نمونه گیری در این پژوهش به صورت تصادفی خوشه ای بود. از پرسشنامه های اعتیاد به بازی های آنلاین، ویژگی های پنج گانه شخصیت نئو- استفاده شد. از آمار استنباطی (همبستگی و رگرسیون) بهره گرفته شد. یافته های پژوهش نشان داد که بین روان نژندی و اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین برون گرایی، باز بودن نسبت به تجربه، توافق پذیری و وظیفه شناسی (مسئولیت پذیری) با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه منفی و معناداری وجود دارد. رضایی (۱۴۰۰) مطالعه ای باهدف پیش بینی اعتیاد به بازی های آنلاین بر اساس اضطراب فراگیر، ویژگی های شخصیتی و عدم تحمل بلا تکلیفی دانش آموزان انجام داد. مطالعه از نوع توصیفی بود که به روش همبستگی انجام گرفت. از پرسشنامه های اعتیاد به بازی آنلاین، پنج عاملی شخصیت، عدم تحمل بلا تکلیفی و اضطراب فراگیر برای جمع آوری داده ها استفاده شد. یافته ها نشان داد که ویژگی شخصیتی روان رنجوری، اضطراب فراگیر و تحمل بلا تکلیفی با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. همچنین بین وظیفه شناسی، گشودگی به تجربه و برون گرایی با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه منفی معنی داری دارد. عباسی (۱۳۹۷) پژوهشی با هدف بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت دانش آموزان پسر انجام دادند. روش پژوهش حاضر با توجه به موضوع و اهداف پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. حجم نمونه بر طبق جدول کرجسی ۳۶۷ نفر که از طریق روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. ابزار گرد آوری داده ها پرسشنامه اعتیاد به اینترنت، پرسشنامه اضطراب اجتماعی و پرسشنامه فرسودگی تحصیلی بود. یافته ها ی پژوهش نشان داد که بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت دانش آموزان پسر ارتباط معنی داری وجود دارد. عبدالنبی و جرادت^{۱۷} (۲۰۲۴) مطالعه با هدف شناسایی توانایی پیش بینی اعتیاد به سایت های شبکه های اجتماعی بر عزت نفس و تنهایی در بین نمونه ای از دانش آموزان دبیرستانی انجام دادند. نمونه پژوهش شامل ۶۲۷ دانش آموز پسر و دختر در دوره دوم متوسطه از هشت مدرسه متوسطه بود. از سه مقیاس برای سنجش اعتیاد به شبکه های اجتماعی، عزت نفس و تنهایی استفاده شد. نتایج نشان داد که زیرمقیاس های اعتیاد به شبکه های اجتماعی می تواند عزت نفس احساس تنهایی را پیش بینی کنند.

دونگ و تانگ^{۱۸} (۲۰۲۴) مطالعه ای با هدف بررسی رابطه بین تنهایی، اضطراب اجتماعی و سبک های مقابله ای و اعتیاد به اینترنت را در نوجوانان چینی انجام دادند. این مطالعه از مقیاس اضطراب اجتماعی، آزمون اعتیاد به اینترنت، مقیاس تنهایی و پرسشنامه سبک مقابله ساده برای بررسی ۱۱۸۸ دانش آموز در دو دبیرستان راهنمایی و دبیرستان در استان هنان، چین استفاده کرد. از تحلیل همبستگی پیرسون و مدل ماکرو فرآیند ۸۱ در تحلیل رگرسیون استفاده کردیم تا روابط بین اضطراب

17. Abdulnabi, & Jaradat

18. Dong, Tang

اجتماعی، تنهایی، سبک‌های مقابله و اعتیاد به اینترنت را بررسی شود. یافته‌ها نشان داد که اضطراب اجتماعی نه تنها مستقیماً بر اعتیاد نوجوانان به اینترنت تأثیر می‌گذارد، بلکه از طریق تنهایی و سبک‌های مقابله، بر اعتیاد به اینترنت نوجوانان نیز تأثیر می‌گذارد. پارلاک^{۱۹} و همکاران (۲۰۲۳) در مطالعه‌ای به بررسی روابط بین اعتیاد به اینترنت، تنهایی، کمرویی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان پرداختند. فرضیه‌های پیشنهادی با استفاده از داده‌های جمع‌آوری شده از ۹۹۱ نوجوان و تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی مورد آزمون قرار گرفته‌اند. نتایج چندین یافته مهم را نشان داد: اعتیاد به دیجیتال با احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی همبستگی مثبت داشت. تنهایی هم با کمرویی و هم با اضطراب اجتماعی ارتباط مثبت داشت. کمرویی با اضطراب اجتماعی همبستگی مثبت نشان داد. این نتایج نشان می‌دهد که بین اعتیاد دیجیتال، احساس تنهایی، کمرویی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان روابط به هم پیوسته‌ای وجود دارد. نوجوانانی که علائم اعتیاد به دیجیتال را نشان می‌دهند ممکن است سطوح بالاتری از تنهایی و اضطراب اجتماعی را نیز تجربه کنند. علاوه بر این، احساس تنهایی ممکن است به افزایش سطح کمرویی و در نهایت منجر به سطوح بالاتری از اضطراب اجتماعی در این جمعیت شود.

یو و پینگ^{۲۰} (۲۰۲۲) پژوهشی با هدف بررسی نقش واسطه‌ای احساس تنهایی در رابطه بین سازگاری و اختلال بازی اینترنتی دانش‌آموزان انجام دادند. پژوهش به روش همبستگی از نوع معادلات ساختاری انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین احساس تنهایی، سازگاری رابطه و اختلال بازی اینترنتی رابطه معنی‌دار وجود دارد و احساس تنهایی در رابطه بین سازگاری و اختلال بازی اینترنتی نقش واسطه‌ای دارد. پریس^{۲۱} و همکاران (۲۰۲۰) پژوهشی باهدف شناسایی عوامل خطر روان‌شناختی در اعتیاد به اینترنت انجام دادند. یافته‌های پژوهش نشان داد که جنسیت و مهارت‌کنندگی توانایی قوی برای پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت بودند. همچنین روان‌رنجوری، خو شیفتگی نقش مهمی در رفتارهای اعتیادی نوجوانان نشان داد. کاراسا^{۲۲} و همکاران (۲۰۲۰) در مطالعه‌ای به بررسی اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اضطراب اجتماعی و ویژگی‌های جمعیت شناختی پرداختند. یافته‌ها نشان داد که اضطراب اجتماعی نوجوانان با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه معنی‌دار دارد. همچنین داشتن مادر شاغل با اعتیاد به بازی‌های آنلاین دانش‌آموزان مرتبط بود. سایکیا^{۲۳} و همکاران (۲۰۱۹) در مطالعه‌ای به بررسی اعتیاد به اینترنت و اضطراب و استرس نوجوانان پرداختند. پژوهش به روش توصیفی انجام گرفت و تعداد ۴۰۴ نوجوان با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. نتایج مطالعه حاکی از این بود که اعتیاد به اینترنت با اضطراب، استرس نوجوانان رابطه معنی‌داری دارد.

روش پژوهش

پژوهش حاضر براساس هدف هدف کاربردی و بر اساس روش جمع‌آوری داده‌ها توصیفی از نوع همبستگی است. متغیر اعتیاد به بازی‌های آنلاین متغیر ملاک و متغیرهای احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی متغیرهای پیش‌بین در نظر گرفته شده‌اند. **جامعه آماری:** در پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان (دختر و پسر) متوسطه دوم (رشته‌های علوم انسانی، علوم تجربی، ریاضی فیزیک) شهرستان میانه که با استعلام از آموزش و پرورش تعداد دانش‌آموزان ۲۳۰۰ نفر به دست آمد. **حجم نمونه:** با استفاده از جدول مورگان حجم نمونه ۳۳۱ نفر به دست آمد.

روش نمونه‌گیری: برای انتخاب نمونه پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. از آنجا که رعایت اصول اخلاقی در هر پژوهش از اهمیت بسزایی برخوردار است، در انجام مطالعه حاضر نیز موارد زیر در نظر گرفته شد: (۱) به دانش‌آموزان اطمینان داده شد که پاسخ‌های آنان محرمانه خواهد ماند. (۲) به آزاد بودن افراد برای پاسخ‌گویی به پرسشنامه تأکید شد (۳)

-
19. Parlak,
 20. Yu, Peng,
 21. Peris
 22. Karaca
 23. Saikia

در ثبت اطلاعات و آمار به دست آمده از پژوهش در زمان جمع‌آوری اطلاعات و تجزیه و تحلیل آن‌ها و استفاده از منابع دقت و امانتداری علمی به عمل آمد.

ابزار اندازه‌گیری

پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین: این پرسشنامه توسط وانگ و چانگ (۲۰۰۲) با اقتباس از پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ طراحی کردند. پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین دارای ۲۰ سؤال است و دو مولفه به نام‌های مشکلات اجتماعی و خلقی (۱۰ گویه) و مشکلات مربوط به عملکرد تحصیلی و شغلی (۱۰ گویه) که به روش لیکرت پنج درجه‌ای (به ندرت، گهگاه، اغلب، مکرراً و همیشه) نمره گذاری می‌شود. دامنه نمره پرسشنامه بین ۲۰ تا ۱۰۰ قرار دارد. در مطالعات خارجی پایایی پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش شده است (ناواز^{۲۴} و همکاران، ۲۰۲۰). در مطالعات داخلی نیز پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۵ به دست آمده است. همچنین روایی همگرایی با پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۸) به وسیله ضریب همبستگی برابر ۰/۷۱ به دست آمد که معنی‌دار بود (زندگی پیام و همکاران، ۱۳۹۴). در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه به وسیله آزمون آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۸۳ و برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۹ بدست آمد.

پرسشنامه استاندارد احساس تنهایی^{۲۵} راسل (۱۹۸۴): این پرسشنامه تک عاملی و دارای ۲۰ گویه است. نمره‌گذاری این پرسشنامه، بر اساس مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (هرگز تا همیشه) صورت می‌گیرد (جعفری سیاوشانی، برجعلی، کیامنش، ۱۳۹۷). روایی و پایایی پرسشنامه احساس تنهایی: سازندگان این مقیاس آلفای کرونباخ پرسشنامه را برابر با ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. راسل، پیلاو و کرتونا، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و ضریب بازآزمایی ۰/۸۹ و هانیون (۲۰۰۷) در پژوهش خود ۰/۸۸ و ضریب بازآزمایی ۰/۸۹ را در پژوهش خود گزارش کرده‌اند (یعقوبی و مردانی، ۱۳۹۷). ضریب آلفای کرونباخ مقیاس احساس تنهایی در ایران ۰/۷۸ گزارش شده است و روایی آن نیز به وسیله ضریب توافق بین متخصصان برابر با ۰/۵۲ گزارش گردیده است (یعقوبی و مردانی، ۱۳۹۷). در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه به وسیله آزمون آلفای کرونباخ برای پرسشنامه برابر با ۰/۸۶ بدست آمد.

مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان^{۲۶} لاجرسا (۱۹۹۸): این مقیاس شامل ۱۶ گویه بوده و از سه زیر مقیاس ترس از ارزیابی منفی، اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید و اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی تشکیل شده است. نمره‌گذاری در مقیاس ۵ درجه‌ای (کاملاً متفاوت از من برابر یک تا کاملاً شبیه من برابر ۵) انجام می‌گیرد. دامنه نمره بین ۱۶ تا ۸۰ است (شیخ الاسلامی، بشیر گنبیدی و سید اسماعیلی قمی، ۱۳۹۸). روایی و پایایی پرسشنامه اضطراب اجتماعی: ویژگی‌های روانسنجی اضطراب اجتماعی در ایران توسط استوار و رضویه (۱۳۹۲) مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج تحلیل عاملی وجود سه عامل را مورد تایید قرار داد. روایی پرسشنامه با استفاده از روایی همگرا و واگرا از پرسشنامه‌های افسردگی کودکان و پرسشنامه اضطراب آشکار کودکان انجام گرفت که روایی پرسشنامه را مورد تایید قرار داد. برای پایایی نیز از روش بازآزمایی استفاده شده که ضریب پایایی بازآزمایی برای کل پرسشنامه ۰/۸۸ به دست آمد. همچنین آلفای کرونباخ برای عوامل در دامنه بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۴ به دست آمد (استوار و رضویه، ۱۳۹۲). در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه به وسیله آزمون آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۲ و برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۸ بدست آمد.

24. Nawaz

25. University of California Los Angeles

26 - Social Anxiety scale for Adolescents (SAS-A)

یافته ها

جدول ۱. شاخص های توصیفی

کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار	
۱۰۰۰	۴۴۰۰	۲۵۳۰	۸۰۳	مشکلات اجتماعی و خلقی
۱۰۰۰	۴۶۰۰	۳۷۳۷	۷۴۹	مشکلات عملکرد تحصیلی و شغلی
۲۲۰۰	۸۸۰۰	۵۲۶۷	۱۴۶۴	اعتیاد به بازی آنلاین (کل)
۳۰۰۰	۷۳۰۰	۴۴۹۲	۱۰۴۱	احساس تنهایی
۷۰۰	۳۵۰۰	۱۹۱۲	۵۸۳	ترس از ارزیابی منفی
۵۰۰	۲۳۰۰	۱۲۶۵	۴۳۵	ترس از موقعیت های جدید
۴۰۰	۲۰۰۰	۱۰۴۰	۳۵۸	اجتناب عمومی
۱۶۰۰	۷۰۰۰	۴۲۱۸	۱۱۸۶	اضطراب اجتماعی (کل)

طبق جدول ۱ میانگین اعتیاد به بازی آنلاین، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی به ترتیب برابر با ۵۲/۶۷، ۴۴/۹۲ و ۴۲/۱۸ بدست آمده است.

جدول ۲. چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

چولگی		کشیدگی	
آماره	خطای معیار	آماره	خطای معیار
-۲۹۴	۱۳۴	-۷۶۰	۲۶۸
-۲۲۸	۱۳۴	-۴۷۷	۲۶۸
-۰۹۱	۱۳۴	-۳۳۰	۲۶۸

در جدول ۲. مشاهده می شود، چولگی و کشیدگی متغیرهای اعتیاد به بازی های آنلاین، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی در بازه نمره بین ۲+ و ۲- قرار دارد؛ بنابراین می توان از آزمون های پارامتریک استفاده نمود.

جدول ۳. همبستگی بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی های آنلاین

اعتیاد به بازی آنلاین		
Sig.	ضریب همبستگی	
.۰۰۰۱	.۵۴۵**	احساس تنهایی
.۰۰۰۱	.۵۱۹**	اضطراب اجتماعی

با توجه به جدول مشاهده می شود ضریب همبستگی بین احساس تنهایی با اعتیاد به بازی های آنلاین برابر با ۰/۵۴۵ و ضریب همبستگی بین اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی آنلاین برابر با ۰/۵۱۹ بدست آمده است که هر دو ضریب معنی دار هستند ($p < ۰/۰۱$). جهت همبستگی بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی آنلاین مثبت است و شدت همبستگی بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی آنلاین از نظر کوهن (۱۹۹۷) در سطح نسبتاً بالا قرار دارد.

جدول ۴. همبستگی بین احساس تنهایی با اعتیاد به بازی های آنلاین

اعتیاد به بازی آنلاین		
Sig.	ضریب همبستگی	
.۰۰۰۱	.۵۴۵**	احساس تنهایی

با توجه به جدول مشاهده می شود ضریب همبستگی بین احساس تنهایی با اعتیاد به بازی های آنلاین برابر با $0/545$ بدست آمده است که معنی دار است ($P < 0/01$). جهت همبستگی بین احساس تنهایی با اعتیاد به بازی آنلاین مثبت است و شدت همبستگی در سطح نسبتاً بالا قرار دارد.

جدول ۵. همبستگی بین اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی های آنلاین

آنلاین بازی به اعتیاد			
Sig.	ضریب همبستگی		
.0001	.466**	ترس از ارزیابی منفی	اضطراب اجتماعی
.0001	.477**	ترس از موقعیت های جدید	
.0001	.379**	اجتناب عمومی	
.0001	.519**	اضطراب اجتماعی (کل)	

با توجه به جدول مشاهده می شود که مولفه های ترس از ارزیابی منفی، ترس از موقعیت های جدید، اجتناب عمومی و نمره کل اضطراب اجتماعی به ترتیب برابر با $0/466$ ، $0/477$ ، $0/379$ و $0/519$ بدست آمده است که همگی ضرایب معنی دار هستند ($P < 0/01$). جهت ضریب بین اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی های آنلاین مثبت و شدت همبستگی نیز در سطح نسبتاً بالا قرار دارد.

جدول ۶. خلاصه مدل رگرسیون اعتیاد به بازی های آنلاین

R	مجذور ضریب	مجذور ضریب تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
.545	.297	.294	۱۲.۲۹
متغیر پیش بین: احساس تنهایی متغیر ملاک: اعتیاد به بازی آنلاین			

جدول ۶ خلاصه مدل رگرسیون را نشان می دهد که ضریب تعیین (مجذور R) برابر با $0/297$ به دست آمده است. مدل رگرسیون نشان می دهد که $29/7$ درصد از کل واریانس اعتیاد به بازی های آنلاین توسط احساس تنهایی تبیین می شود.

جدول ۷. آزمون آنوا برای معنی داری مدل رگرسیون

مدل	خلاصه مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	Sig.
رگرسیون	۲۰۹۰۷.۱۲	۱	۲۰۹۰۷.۱۲	۱۳۸.۲۸	.0001
باقی مانده ها	۴۹۵۸۹.۸۷	۳۲۸	۱۵۱.۱۸		
کل	۷۰۴۹۶.۹۹	۳۲۹			
متغیر ملاک: اعتیاد به بازی آنلاین					
متغیر پیش بین: احساس تنهایی					

در جدول ۷ نتیجه ی آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معناداری مدل رگرسیون اعتیاد به بازی آنلاین بر اساس احساس تنهایی ارائه شده است. بر اساس مدل، مقدار آماره ی F برابر با $138/28$ است که از لحاظ آماری معنادار است ($P < 0/05$).

طبق جدول ۸ مقدار آماره ی ضریب استاندارد شده بتا (β) برای احساس تنهایی برابر با ۰/۵۴۵، بدست آمده است. ضرایب بتای استاندارد در سطح ($p < ۰/۰۵$) معنی دار می باشد. جهت تاثیر احساس تنهایی مثبت است.

جدول ۸. ضرایب مدل رگرسیون

Sig.	t	ضریب استاندارد نشده			
		Beta	Std. Error	B	
.۰۰۰۱	۶.۰۸		۳.۰۰	۱۸.۲۷	ثابت
.۰۰۰۱	۱۱.۷۵	.۵۴۵	.۰۶	.۷۶	احساس تنهایی
متغیر ملاک: ا اعتیاد به بازی های آنلاین					
متغیر پیش بین: احساس تنهایی					

جدول ۹. خلاصه مدل رگرسیون اعتیاد به بازی های آنلاین

R	مجذور همبستگی	مجذور همبستگی اصلاح شده	خطای انحراف معیار
.۵۱	.۲۶	.۲۶	۱۲.۵۳
متغیر ملاک: ا اعتیاد به بازی های آنلاین			
متغیر پیش بین: اضطراب اجتماعی			

جدول خلاصه مدل رگرسیون را نشان می دهد که ضریب تعیین (مجذور R) برابر با ۰/۲۶ به دست آمده است. مدل رگرسیون نشان می دهد که ۲۶ درصد از کل واریانس اعتیاد به بازی های آنلاین توسط اضطراب اجتماعی تبیین می شود.

۲. آزمون تحلیل واریانس برای معناداری مدل رگرسیون

طبق جدول ۱۰ مقدار آماره ی ضریب استاندارد شده بتا (β) برای اضطراب اجتماعی برابر با ۰/۵۱۹، بدست آمده است. ضرایب بتای استاندارد در سطح ($p < ۰/۰۵$) معنی دار می باشد. جهت تاثیر اضطراب اجتماعی بر اعتیاد به بازی آنلاین مثبت است.

جدول ۱۰. ضرایب مدل رگرسیون

Sig.	t	ضریب استاندارد نشده			
		Beta	Std. Error	B	
.۰/۰۰۱	۱۰.۰۵		۲.۵۵	۲۵.۶۶	ثابت
.۰۰۰۱	۱۰.۹۹	.۰/۵۱۹	.۰۵	.۶۴	احساس تنهایی
متغیر ملاک: ا اعتیاد به بازی های آنلاین					
متغیر پیش بین: اضطراب اجتماعی					

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر پیش بینی اعتیاد به بازهای آنلاین بر اساس احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش آموزان بود. یافته های پژوهش نشان داد که بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه معنی دار وجود دارد. همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد که اعتیاد به بازی های آنلاین بر اساس احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی قابل پیش بینی است. مقایسه نتایج پژوهش با نتایج پژوهش های گذشته و تبیین آنها در قالب فرضیه های پژوهش ارائه شده است. فرضیه اصلی: احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی های آنلاین رابطه معنی دار دارد.

یافته پژوهش نشان داد که احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه مثبت معنی دار دارد. یافته پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های گذشته همسو است. مطالعه پارلاک و همکاران (۲۰۲۳) نشان می‌دهد نوجوانانی که علائم اعتیاد به دیجیتال را نشان می‌دهند ممکن است سطوح بالاتری از تنهایی و اضطراب اجتماعی را نیز تجربه کنند. دونگ و تانگ (۲۰۲۴) نشان داد که اضطراب اجتماعی نه تنها مستقیماً بر اعتیاد نوجوانان به اینترنت تأثیر می‌گذارد، بلکه از طریق تنهایی بر اعتیاد به اینترنت نوجوانان نیز تأثیر می‌گذارد. یافته‌های عباسی (۱۳۹۷) نشان داد که بین اضطراب اجتماعی و اعتیاد به اینترنت دانش آموزان پسر ارتباط معنی‌داری وجود دارد.

در تبیین یافته مبتنی بر رابطه مثبت بین احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین می‌توان از دریچه نظریه خود تعینی^{۲۷} تبیین نمود. بر طبق نظریه خود تعینی افراد نیازهای روانشناختی اساسی برای استقلال، شایستگی و ارتباط دارند. هنگامی که این نیازها در تعاملات اجتماعی زندگی واقعی به دلیل تنهایی یا اضطراب اجتماعی برآورده نمی‌شود، افراد ممکن است به بازی‌های آنلاین به عنوان راهی برای برآورده کردن نیاز خود به ارتباط با دیگران روی آورند. در واقع ارضای کم نیازهای روانی می‌تواند خطر اعتیاد به بازی آنلاین را افزایش دهد، زیرا بازی‌های آنلاین ممکن است به عنوان راهی برای جبران نیازهای برآورده نشده عمل کنند و به‌طور بالقوه منجر به استفاده بیش از حد شوند.

فرضیه اول: احساس تنهایی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه معنی دار دارد.

یافته پژوهش نشان داد که احساس تنهایی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه مثبت معنی دار دارد. یافته پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های گذشته همسو است. مطالعه فرهادی (۱۴۰۲) نشان داد که بین وظیفه‌شناسی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه منفی و معناداری وجود دارد. مطالعه صحتی یزدی (۱۳۹۸) نشان داد بین اعتیاد به اینترنت و بهزیستی روانی رابطه معناداری وجود دارد. مطالعه یو و پینگ (۲۰۲۲) نشان داد که بین احساس تنهایی، سازگاری رابطه و اختلال بازی اینترنتی رابطه معنی دار وجود دارد. مطالعه ون رویج و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد که استفاده مشکل ساز از اینترنت و بازی‌های آنلاین و شبکه‌های اجتماعی با سلامت روانی پایین نوجوانان در رابطه هست.

فرضیه دوم: اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه معنی دار دارد.

یافته پژوهش نشان داد که اضطراب اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه مثبت معنی دار دارد. یافته پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های گذشته همسو است. یافته‌های نوروزیان، خانمحمدی و خانه کشی (۱۴۰۳) نشان داد که در نوجوانان وابسته به بازی‌های اینترنتی تنهایی با اضطراب اجتماعی رابطه دارد. یافته‌های رضایی (۱۴۰۰) نشان داد که بین اضطراب فراگیر با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. مطالعه پریس و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که روان رنجوری، خو شیفتگی نقش مهمی در رفتارهای اعتیادی نوجوانان نشان داد. مطالعه وانگ و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که نوجوانان پسر تمایل به گزارش اضطراب اجتماعی بیشتری در هنگام استفاده اعتیادآور از بازی‌های تلفن همراه دارند.

فرضیه سوم: احساس تنهایی در پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین نقش دارد.

یافته پژوهش نشان داد که اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس احساس تنهایی قابل پیش‌بینی است. یافته پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های گذشته همسو است. یافته‌های صالحی (۱۴۰۳) نشان داد که تنهایی بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین اثر مستقیم و غیرمستقیم دارد. عبدالنبی و جرادت (۲۰۲۴) نشان داد که زیرمقیاس‌های اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی می‌تواند عزت نفس احساس تنهایی را پیش‌بینی کنند. یافته‌های ژانگ و همکاران (۲۰۱۸) حاکی از آن است که تنهایی می‌تواند یک دور باطل با اعتیاد به اینترنت ایجاد کند و در طول زمان یکدیگر را تقویت کرده و منجر به چرخه منفی وابستگی و انزوا شود.

فرضیه چهارم: اضطراب اجتماعی در پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین نقش دارد.

یافته پژوهش نشان داد که اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس اضطراب اجتماعی قابل پیش‌بینی است. یافته‌های اشعری (۱۳۹۷) نشان داد که اختلال اضطراب اجتماعی توانست اعتیاد به اینترنت دانش آموزان را پیش‌بینی کنند. یافته‌های امینی منش و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد که اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس همکاری با دیگران و میل به کسب تجربه شیفتگی در

بازی پیش‌بینی می‌شود. یافته‌های امینی منش و همکاران (۱۳۹۴) نشان داد که اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس افسردگی، اضطراب و عزت‌نفس قابل پیش‌بینی است. مطالعه سایکیا و همکاران (۲۰۱۹) حاکی از این بود که اعتیاد به اینترنت با اضطراب، استرس نوجوانان رابطه معنی‌داری دارد. یافته‌های کاراسا و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که اضطراب اجتماعی نوجوانان با اعتیاد به بازی‌های آنلاین رابطه معنی‌دار دارد.

منابع

۱. اینانلو، مریم، بشردوست، سیمین و ابوالمعالی الحسینی، خدیجه (۱۴۰۱). ارائه الگوی پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس ویژگی‌های شخصیتی هگزاکو و رابطه والد-فرزند با میانجی‌گری تکانشگری. خانواده درمانی کاربردی، ۳ (۱)، ۲۸۵-۳۱۰.
۲. سیدان، سیدابوالقاسم و رنجش کلاگر، معین. (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با میزان اضطراب اجتماعی دانشجویان. کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و رفتاری.
۳. صالحی، مبین (۱۴۰۳). تدوین مدل اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس انسجام خانواده با نقش واسطه‌ای احساس تنهایی در میان دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، موسسه آموزش عالی طلوع مهر، قم.
۴. عباسی، جلال (۱۳۹۷). رابطه بین اضطراب اجتماعی، فرسودگی تحصیلی با اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ملارد.
۵. فرهادی، پوریا (۱۴۰۲). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های دلبستگی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در بین نوجوانان (مطالعه موردی: شهرستان نورآباد ممسنی). پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، دانشکده علوم انسانی.
۶. موسیوند، محبوبه، عزیزی، سجاد و فولادوند، شاپور. (۱۴۰۲). مدل یابی اعتیاد به بازی‌های آنلاین بر اساس مهارت‌های ارتباطی و احساس تنهایی با میانجی‌گری سازگاری در میان نوجوانان در دوران همه‌گیری کووید-۱۹. دست‌آوردهای روان‌شناختی (علوم تربیتی و روان‌شناسی)، ۳۰ (دوره ۴) (۱ (پیاپی ۲۹)، ۱۰۵-۱۲۰.

7. Abdulnabi, A. J., & Jaradat, A. K. M. (2024). The Predictive Ability of addiction to Social Networking sites on Self-esteem and Loneliness among Second-year Secondary School Students. *Jordanian Educational Journal*, 9(2), 509-534.
8. Afriwilida, M. T., & Wibowo, M. E. (2020). Craving For Game Online Game Addiction And Its Association With Self-Control On High School Students. *European Journal Of Psychological Research*. Vol, 7(2).
9. Alomari, N. A., Bedaiwi, S. K., Ghasib, A. M., Kabbarah, A. J., Alnefaie, S. A., Hariri, N., ... & Altowairqi, F. M. (2022). Social anxiety disorder: Associated conditions and therapeutic approaches. *Cureus*, 14(12).
10. Archbell, K. A., & Coplan, R. J. (2022). Too anxious to talk: Social anxiety, academic communication, and students' experiences in higher education. *Journal of emotional and behavioral disorders*, 30(4), 273-286
11. Blinka, L. (2015). Online gaming addiction: The role of avatars and sociability of gamers. *Brno, Czechia: Masaryk University Faculty of Social Studies*.
12. Cejudo, J., Rodrigo-Ruiz, D., López-Delgado, M. L., & Losada, L. (2018). Emotional intelligence and its relationship with levels of social anxiety and stress in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 15(6), 1073.
13. Chauhan, S., Mittal, M., Singh, H., Kumar, S., Goel, P., & Gupta, S. (2023, December). Predictive Analysis on Student's Mental Health towards Online Mobile

- Games Using Machine Learning. In *2023 IEEE 15th International Conference on Computational Intelligence and Communication Networks (CICN)* (pp. 321-324). IEEE.
14. Cross, N. A. (2016). *The relationship of online gaming addiction with motivations to play and craving* (Doctoral dissertation, Bowling Green State University).
 15. Dong, W., Tang, H., Wu, S., Lu, G., Shang, Y., & Chen, C. (2024). The effect of social anxiety on teenagers' internet addiction: the mediating role of loneliness and coping styles. *BMC psychiatry*, 24(1), 395.
 16. ElBarazi, A., & Meshreky, P. (2024). The Management of Social Anxiety: More Than 25 Years Later, Where are we?. *Illness, Crisis & Loss*, 32(1), 131-141.
 17. Gan, Y., Zhang, T., Zhang, J., Wu, X., & Shao, M. (2022). Impact of mobile game addiction tendency on Chinese university students: A hierarchical linear modeling study. *Frontiers in Psychology*, 13, 937446.
 18. Haryono, T. P., Yuliadi, I., & Setyanto, A. T. (2022). Kesepian Dan Kontrol Diri Pada Adiksi Online Games Remaja Lonely And Self Control In Adolescent Online Games. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 7(1), 01-15.
 19. Hew, J. J., Lee, V. H., T'ng, S. T., Tan, G. W. H., Ooi, K. B., & Dwivedi, Y. K. (2024). Are online mobile gamers really happy? On the suppressor role of online game addiction. *Information Systems Frontiers*, 26(1), 217-249.
 20. Kanat, S. (2019). The Relationship Between Digital Game Addiction, Communication Skills and Loneliness Perception Levels of University Students. *International Education Studies*, 12(11).
 21. Karaca, S., Karakoc, A., Can Gurkan, O., Onan, N., & Unsal Barlas, G. (2020). Investigation of the online game addiction level, sociodemographic characteristics and social anxiety as risk factors for online game addiction in middle school students. *Community Mental Health Journal*, 56, 830-838.
 22. Nawaz, M. W., Nadeem, T., Rao, S. L., Fatima, T., & Shoaib, S. (2020). Impact of PUBG game addiction on social isolation and narcissistic tendencies among gamers. *Asian Journal of Social Sciences and Management Studies*, 7(3), 166-172.
 23. Norouzian, R., Khanmohammadi, A., & Khanehkeshi, A. (2024). Structural Relationships of Attachment Styles with Social Anxiety in Adolescents Dependent on Internet Games: The Mediating Role of Loneliness. *Health Nexus*, 2(4), 1-10.
 24. Parlak, M. E., Öz, E., Ener, D., Kurt, F., Küçükkelepçe, O., & Kapıcı, Y. (2023). The Relationship Between Digital Game Addiction and Loneliness and Social Dissatisfaction in Adolescents. *Cureus*, 15(2).
 25. Peris, M., de la Barrera, U., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2020). Psychological risk factors that predict social networking and internet addiction in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4598.
 26. Rosendo-Rios, V., Trott, S., & Shukla, P. (2022). Systematic literature review online gaming addiction among children and young adults: A framework and research agenda. *Addictive Behaviors*, 129, 107238.
 27. Saikia, A. M., Das, J., Barman, P., & Bharali, M. D. (2019). Internet addiction and its relationships with depression, anxiety, and stress in urban adolescents of Kamrup District, Assam. *Journal of family & community medicine*, 26(2), 108.
 28. Sun, R., Li, W., Lu, S., & Gao, Q. (2023). Psychological needs satisfaction and smartphone addiction among Chinese adolescents: The mediating roles of social anxiety and loneliness. *Digital Health*, 9, 20552076231203915.

29. 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.
30. Yang, S. Y. (2020). Effects of self-efficacy and self-control on internet addiction in middle school students: a social cognitive theory-driven focus on the mediating influence of social support. *Child Health Nursing Research, 26*(3), 357.
31. Yu, Y., Peng, L., Mo, P. K., Yang, X., Cai, Y., Ma, L., ... & Lau, J. T. (2022). Association between relationship adaptation and Internet gaming disorder among first-year secondary school students in China: Mediation effects via social support and loneliness. *Addictive behaviors, 125*, 107166.
32. Wang, J. L., Sheng, J. R., & Wang, H. Z. (2019). The association between mobile game addiction and depression, social anxiety, and loneliness. *Frontiers in public health, 7*, 247.