

ORIGINAL ARTICLE

Predicting Video Game Addiction Based on Self-Confidence and Social Exclusion Among Adolescent Girls

Seyedeh Zahra Hosseini chaleshtari^{*1}, Ghasem Ghojavand², Jafar Talebian sharif³

1. Master's Student in Social Work, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Social Work, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

3. Faculty Member, Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Mashhad, Iran.

Correspondence:

Seyedeh Zahra Hosseini chaleshtari
Email:
zahrahosseini843@yahoo.com

Received: 02/May/2025

Revised: 19/Jul/2025

Accepted: 05/Sep/2025

How to cite:

Hosseini chaleshtari, S. Z.; Ghojavand, G.; & Talebian sharif, J. (2025). Predicting Video Game Addiction Based on Self-Confidence and Social Exclusion Among Adolescent Girls, *Journal of Social Cognition*, 13 (26), 101-115.
(DOI: [10.30473/sc.2025.73959.3054](https://doi.org/10.30473/sc.2025.73959.3054))

ABSTRACT

This study aimed to predict video game addiction based on the variables of self-confidence and social exclusion among adolescent girls in Mashhad. The research employed a descriptive-correlational design with an applied purpose. The statistical population comprised all female high school students aged 16-18 in Mashhad during the 2024-2025 academic year. A sample of 310 participants was selected through cluster sampling. Data collection instruments included Wang and Chang's (2022) Video Game Addiction Questionnaire, Moradi et al.'s (2024) Self-confidence Questionnaire, Hof and Roman's (2011) Social Exclusion Questionnaire. Data analysis was performed using SPSS version 26. Descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness, and kurtosis) were calculated, while inferential analysis employed stepwise linear regression and Pearson's correlation coefficient. The results revealed Social exclusion alone accounted for 37 percent of the variance in video game addiction ($R^2=0.37$), A significant positive correlation was found between video game addiction and both self-confidence and social exclusion. Together, these variables predicted 43percent of video game addiction variance ($R^2=0.43$, $F=118.781$, $p<0.001$). Video game addiction was significantly predictable based on self-confidence and social exclusion measures. The results demonstrate that both self-confidence and social exclusion serve as crucial predictive factors for video game addiction among adolescent girls. These findings suggest that School counselors and adolescent psychologists should prioritize these variables when addressing video game addiction cases, Intervention programs should focus on enhancing self-confidence while reducing social exclusion experiences, Preventive strategies need to incorporate both psychological and social dimensions.

KEYWORDS

Adolescent girls, Self-confidence, Social exclusion, Video game addiction.



Introduction

Video games are considered one of the most exciting human activities of the 21st century, with many children and adolescents spending significant hours of their day playing them. The appeal of these games and their widespread popularity among youth have secured them a unique position among other forms of entertainment. With the rapid expansion of video games and the considerable time children and adolescents dedicate to them, concerns have grown among parents, professionals, and health organizations in recent decades (Dadfar, Shahnazari, & Ostovar, 2020). A recent study by Anderson & Jiang (2021) indicates that approximately 88 percent of adolescents aged 13–18 spend more than 3 hours daily on digital gaming—a significant increase compared to the previous decade .

There are differing perspectives on video games. Some researchers hold a supportive and positive view, while others emphasize their negative effects. Proponents argue that video games can improve problem-solving skills by 23 percent, enhance learning motivation, and strengthen hand-eye coordination (Hamari & Keronen, 2021; Bediou, 2018). Conversely, critics argue that violent games can increase aggression by 37 percent, excessive use leads to psychological dependence, and 68 percent of gaming-addicted teens suffer from sleep disorders (Prescott et al., 2022; Paulus et al., 2021) .

Although video games offer positive aspects, such as educational value and entertainment, recent research suggests they may also contribute to issues like aggression, social isolation, obesity, and psychological disorders—manifested as Internet Gaming Disorder (IGD) (Zajac et al., 2020; Limon et al., 2023). Video game addiction refers to an inability to control gaming habits, disrupting daily life, academic performance, and social functioning. Like other addictions, it involves tolerance, withdrawal, and behavioral changes (Dadfar, Shahnazari, & Ostovar, 2020). Studies show that adolescents with low self-confidence often turn to online games to compensate for feelings of inadequacy, such as an inability to handle daily responsibilities (Dadfar, Shahnazari, & Ostovar, 2020; Zandi Payam et al., 2020; Sicarelli et al., 2022). Consequently, a lack of social self-confidence drives individuals toward social exclusion, avoidance of real-world interactions, and increased time in virtual spaces where they feel free to express themselves (Wu et al., 2024). This study aimed to predict video game addiction based on self-confidence and social exclusion among adolescent girls in Mashhad. The research tested three hypotheses :

- Self-confidence and social exclusion can predict video game addiction in adolescent girls .
- Self-confidence alone can predict video game addiction in adolescent girls.
- Social exclusion alone can predict video game addiction in adolescent girls.

METHODOLOGY

This study employed a descriptive-correlational design and was applied in terms of purpose. The target population consisted of 1,600 female high school students aged 16–18 in Mashhad during the 2024–2025 academic year. Due to the impracticality of accessing the entire population, Morgan and Krejcie's (1970) table was used to determine the sample size, resulting in 310 participants. A cluster sampling method was applied as follows: Simple random sampling was used to select 5 schools from District 4 of Mashhad's all-girls high schools, Cluster sampling was then employed, with 2–3 classes per school selected based on student population. After obtaining approval from the university and coordinating with the Department of Education and Abbaszadegan Research Institute, the researcher selected District 4, coordinated with school administrators, and explained the study's objectives. The research tools included the Video Game Addiction Questionnaire by Wang and Chang (2002), the Self-Confidence Questionnaire by Moradi et al. (2013), and the Social Exclusion Questionnaire by Hoff and Roman (2011). Distributed questionnaires pre-approved by the advisor and committee to participants. Collected and analyzed data using SPSS, with stepwise linear regression for hypothesis testing .

Furthermore, to adhere to ethical considerations, participants voluntarily participated in the study, and their personal information was kept confidential.

RESULT

The table shows that social exclusion alone significantly predicts 37% of the variance in video game addiction. In the second model where self-confidence is added to social exclusion, these two variables together can significantly predict 43% of the variance in video game addiction. Furthermore, the Durbin-Watson statistic confirms the independence of errors. Table 3 displays the regression coefficients of the independent variables in each model.

Table 1. displays the regression coefficients for the independent variables in each model

Variable	P	F	R ² Adjusted	R ²	R	Durbin-Watson
Social exclusion	0/000	181/864	0/369	0/371	0/609	1/615
Social exclusion, Self-confidence	0/000	118/781	0/433	0/436	0/660	

Discussion and Conclusion

In conclusion, this study demonstrated that self-confidence and social exclusion can predict video game addiction. Numerous factors contribute to an individual's addiction to video games, with social issues such as social isolation and poor relationships with family and peers being among the primary ones. Both self-confidence and social exclusion are social factors that develop in individuals based on social approval or disapproval. Self-confidence is directly influenced by the system of social and cultural norms, as well as by parental upbringing within the family. These social factors can either instill or deprive individuals of feelings of self-worth, trustworthiness, and reliability. Social exclusion, on the other hand, indicates society's disapproval of an individual, which may result from non-compliance with cultural and social norms. A socially excluded individual cannot adequately fulfill their internal and external needs that depend on society. When adolescents maintain proper relationships with their surrounding society being accepted within their family, friend groups, classmates, and larger social circles without facing rejection from community members even in small communities like families they develop higher self-confidence through these social interactions. Consequently, possessing self-confidence and avoiding social exclusion enables them to engage more with their social environment and dedicate more time to it. This possibility can significantly reduce excessive tendencies toward video games. In other words, adolescents with adequate self-confidence who are not socially excluded will make appropriate and moderate use of video games, rather than turning to them due to social deficiencies. Conversely, adolescents experiencing social exclusion and lacking self-confidence, given the entertaining and appealing nature of video games along with unmet social needs, tend to develop excessive and addictive patterns of video game use.

Keywords

Adolescent girls, Self-confidence, Social exclusion, Video game addiction.

«مقاله پژوهشی»

پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اساس اعتماد به نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان

سیده زهرا حسینی چالستری*^۱، قاسم قجاوند^۲، جعفر طالبیان شریف^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اساس متغیرهای اعتمادبه‌نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان شهر مشهد انجام گرفت. این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی و از نظر هدف، کاربردی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانش‌آموزان دختر ۱۶-۱۸ سال مقطع متوسطه‌ی دوره‌ی دوم شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که از میان آنها ۳۱۰ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب و مورد آزمون قرار گرفتند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌ی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای وانگ و چانگ (۲۰۰۲)، پرسشنامه‌ی اعتمادبه‌نفس مرادی و همکاران (۱۳۹۳) و پرسشنامه‌ی طرد اجتماعی هوف و رومن (۲۰۱۱) استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۲۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در بخش توصیفی، از شاخص‌های میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی، و در بخش استنباطی از رگرسیون خطی گام‌به‌گام و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که طرد اجتماعی به‌تنهایی ۳۷٪ از واریانس اعتیاد به بازی‌های رایانه را تبیین می‌کند و بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با اعتمادبه‌نفس و طرد اجتماعی رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد و این دو متغیر در مجموع توانستند ۴۳ درصد از واریانس اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را پیش‌بینی کنند ($R^2=0/43$)، همچنین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اساس متغیرهای اعتمادبه‌نفس و طرد اجتماعی قابل پیش‌بینی است ($F = 118/781$ و $P < 0/001$). اعتمادبه‌نفس و طرد اجتماعی دو مؤلفه‌ی مهم و تأثیرگذار بر اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای هستند که باید مورد توجه ویژه قرار گیرند. بنابراین، مشاوران مدارس و روان‌شناسان حوزه‌ی نوجوان بهتر است در مواجهه با مسئله‌ی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، به این دو متغیر توجه بیشتری داشته باشند.

واژه‌های کلیدی

اعتمادبه‌نفس، اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، دانش‌آموزان دختر، طرد اجتماعی.

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد مددکاری اجتماعی، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.
۲. استادیار، گروه مددکاری اجتماعی، موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.
۳. عضو هیئت علمی موسسه آموزش عالی حکمت رضوی، مشهد، ایران.

نویسنده مسئول:

سیده زهرا حسینی چالستری

رایانامه:

zahrahosseini843@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۱۲

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۴/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۱۴

استناد به این مقاله:

حسینی چالستری، سیده زهرا؛ قجاوند، قاسم؛ طالبیان شریف، جعفر (۱۴۰۴). پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اساس اعتماد به نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان، *دوفصلنامه شناخت اجتماعی*، ۱۳ (۲۶)، ۱۱۵-۱۰۱.

DOI: [10.30473/sc.2025.73959.3054](https://doi.org/10.30473/sc.2025.73959.3054)



مقدمه

می‌توانند: مهارت‌های حل مسئله را تا ۲۳ درصد بهبود بخشند، انگیزه یادگیری را افزایش دهند و هماهنگی بین چشم و دست را تقویت کنند (هاماری و کرونن^۴، ۲۰۲۱؛ بدیو^۵، ۲۰۱۸). دیدگاه‌های منفی نیز بیانگر آن است که: بازی‌های خشن می‌توانند پرخاشگری را ۳۷ درصد افزایش دهند، استفاده مفرط منجر به وابستگی روانی می‌شود و در نهایت ۶۸ درصد نوجوانان معتاد به بازی دچار اختلال خواب می‌شوند (پرسکات و همکاران^۶، ۲۰۲۲؛ پائولوس و همکاران^۷، ۲۰۲۱).

اگر چه این بازی‌ها ویژگی‌های مثبتی چون آموزشی بودن و پر کردن اوقات فراغت برخوردار هستند. اما تحقیقات جدید نشان می‌دهد که بازی‌های رایانه‌ای، علی‌رغم داشتن مزایای آموزشی و سرگرم‌کننده، می‌توانند منجر به بروز مشکلاتی مانند پرخاشگری، انزوا، چاقی و اختلالات روان‌شناختی شوند که در قالب اعتیاد به بازی‌های اینترنتی^۸ و رایانه‌ای مورد توجه قرار گرفته‌اند (زاجاک و همکاران^۹، ۲۰۲۰؛ لیمون و همکاران^{۱۰}، ۲۰۲۳). اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای به معنای وابستگی به بازی و ناتوانی در کنترل آن است که به ایجاد اختلال در چرخه زندگی طبیعی و عملکرد تحصیلی، شغلی و اجتماعی می‌انجامد. اعتیاد به بازی‌ها نیز همانند سایر انواع اعتیاد، دارای مؤلفه‌های اساسی تحمل، عود، تغییر رفتار و نظایر آن است (دادفر، شاه‌نظری و استوار، ۱۳۹۹). از منظر نظری، دیدگاهی چون نظریه پیازه، بازی را بستری برای رشد شناختی کودکان دانسته‌اند (پیاژه، به نقل از توفیق، ۱۳۹۴)، در حالی که نظریه‌پردازانی مانند سولر^{۱۱} (۲۰۰۵) اعتیاد به بازی‌ها را ناشی از فرار از واقعیت و جستجوی پاداش‌های آنی می‌دانند. ویدیانتو^{۱۲} (۲۰۰۴) نیز در پژوهشی در تایوان به این نتیجه رسید که اعتیاد به بازی‌ها با سطح پایین مهارت‌های اجتماعی و موفقیت تحصیلی مرتبط است. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد نوجوانان دارای اعتمادبه‌نفس پایین برای جبران مشکلات و کاستی‌هایی چون عدم توانایی در انجام مسئولیت‌های روزمره به بازی‌های آنلاین علاقه‌مند می‌شوند (دادفر، شاه‌نظری و

بازی‌های رایانه‌ای^۱ یکی از هیجان‌انگیزترین فعالیت‌های بشر در قرن بیست و یکم محسوب می‌شود، به طوری که عده کثیری از کودکان و نوجوانان ساعات زیادی از شبانه روز را به آنها می‌پردازند و جذابیت این بازی‌ها و استقبال کودکان و نوجوانان از آنها باعث شده است که جایگاه خاصی در میان سایر وسایل بازی پیدا کنند با گسترش روز افزون بازی‌های رایانه‌ای و زمان قابل توجهی که کودکان و نوجوانان صرف این بازی‌ها می‌کنند در دهه‌های اخیر از منابع عمده نگرانی والدین متخصصان و نهادهای مسئول در حوزه سلامت بوده است (دادفر، شاه‌نظری و استوار، ۱۳۹۹). مطالعه‌ای جدید توسط آندرسون و جیانگ^۲ (۲۰۲۱)، نشان می‌دهد که حدود ۸۸ درصد از نوجوانان ۱۳-۱۸ ساله روزانه بیش از ۳ ساعت را صرف بازی‌های دیجیتال می‌کنند که این میزان در مقایسه با دهه گذشته افزایش چشمگیری داشته است. فناوری بازی‌های رایانه‌ای در مجموع تاریخچه کوتاهی دارد و نخستین بار در سال ۱۹۵۲ دانشجویی به نام داگلاس^۳ برای دریافت درجه دکترا از دانشگاه کمبریج بازی تیک تاک تو را ارائه کرد که محتوای حافظه را با جلوه مجازی نشان میداد و در سال ۱۹۷۱ بازی‌های رایانه‌ای وارد دنیای تجارت شد، همچنین در ایران هم روند گسترش بازی‌های رایانه‌ای با تأخیری ۱۰-۱۵ ساله نسبت به غرب در جامعه پدیدار شده شروع به رشد کردند. آتاری و میکرو نخستین بازی‌های رایانه‌ای بودند که بازار ایران را به تسخیر خود درآوردند. سگا بازی دیگری بود که با تصاویری دوبعدی به بازار ایران آمد و میزان تطبیق با تصاویر واقعی در آن ۵۰ درصد برآورد شد. بازی‌های دیگری هم به صورت CD و پلی‌استیشن و... عرضه شدند که به تلویزیون وصل می‌شوند و واقع‌نمایی آن‌ها ۸۵ تا ۹۵ درصد برآورد شده است، همچنین محققان، بازی‌های رایانه‌ای را به سه دسته تقسیم می‌کنند که با رایانه و دستگاه‌های بازی (کنسول)، اینترنت و تلفن همراه بازی می‌شوند (شهرکی و کاوسی، ۱۴۰۲). دیدگاه‌های متفاوتی در مورد بازی‌های رایانه‌ای وجود دارد، برخی پژوهش‌گران نگرشی حمایت‌کننده و مثبت نسبت به این بازی‌ها دارند، در حالی که برخی دیگر بر تأثیرات منفی آن تأکید می‌کنند،

دیدگاه‌های مثبت نشان می‌دهند که بازی‌های رایانه‌ای

4. Hamari & Keronen
5. Bediou, Adams, Mayer, Tipton, Green & Bavelier
6. Prescott, Sargent & Hull
7. Paulus, Ohmann, Von Gontard, & Popow
8. Internet gaming
9. Zajac, Ginley, Chang & Petry
10. Limone, Ragni & Toto
11. Suler
12. Widianto & McMurrin

1. Video Games
2. Anderson & Jiang
3. Douglas

دادند که احساس تنهایی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای اعتیاد به بازی‌هاست. نیازی و همکاران (۱۳۹۸) نیز ارتباط مثبت بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و انزوای نوجوانان را گزارش کرده‌اند. پژوهش امینی‌منش و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد که عزت نفس پایین، اضطراب و افسردگی از عوامل زمینه‌ساز اعتیاد به بازی‌های آنلاین در جوانان هستند. در پژوهش‌های خارجی، لیمون و همکاران (۲۰۲۳) از طریق فرا تحلیل خود، ارتباط معنادار بین عزت نفس پایین و اختلال بازی را تأیید کردند و موزین و همکاران^۹ (۲۰۲۴) دریافتند که طرد اجتماعی، پیش‌بینی‌کننده اعتیاد به بازی‌های آنلاین است. نوجوانان از آینده‌سازان هر جامعه‌ای به‌شمار می‌آیند و چنانچه سلامت روانی و اجتماعی آنان با اختلال مواجه شود، این قشر از جامعه نقش فعال خود را از دست داده و پیامدهای چنین وضعیتی، جامعه را با مسائل و مشکلاتی روبه‌رو می‌کند. بازی‌های رایانه‌ای دریچه ورود به دنیای فناوری اطلاعات^{۱۰} هستند و بی‌شک با استفاده از امکانات و برنامه‌ریزی‌های انجام شده می‌توانند ذهن کاربر را به کار گیرند. برخی روانشناسان از کاربران حرفه‌ای بازی‌های رایانه‌ای به عنوان بیماران روانی ناشناخته نیز نام می‌برند، بنابراین به دلیل اینکه بازی‌های رایانه‌ای مزایا و نیز آسیب‌های فراوانی دارند، لازم است که تحقیقاتی در این زمینه انجام گیرد و وظیفه والدین مسئولان و مربیان آموزشی در این راستا مشخص می‌گردد. بررسی کلی بازی‌های رایانه‌ای نشانگر آن است که شرکت‌های تولیدکننده برای جذب کودکان و نوجوانان به دنبال آن فروش بیشتر از سه عامل اصلی خشونت، شهوت و وحشت استفاده می‌کنند، این در حالی است که بازی‌های رایانه‌ای میان گروه‌های سنی مختلف محبوبیت خاصی یافته است و به دلیل اعتیاد برگرفته از رقابت و هیجان بازی‌ها از رایج‌ترین سرگرمی‌های عصر حاضر محسوب می‌شوند (اقبال، ۱۳۹۹).

اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در نوجوانان با پیامدهای روانی، اجتماعی و جسمانی متعددی همراه است که می‌تواند عملکرد تحصیلی، رشد اجتماعی و سلامت عمومی آنان را مختل کند. نوجوانان اغلب برای فرار از احساس تنهایی، اضطراب، ناکامی‌های تحصیلی یا فشارهای خانوادگی به بازی‌های آنلاین پناه می‌برند، اما این رفتار می‌تواند منجر به وابستگی رفتاری، کاهش اعتماد به نفس و تشدید انزوای

استوار، ۱۳۹۹؛ زندی پیام و همکاران، ۱۳۹۹؛ سبکارلی و همکاران^۱، ۲۰۲۲). اعتماد به نفس به معنی داشتن احساس اطمینان به خود است. به بیان دیگر، اعتماد به نفس یک شخص به شیوه احساس در مورد خودش وابسته است (حاجی حسنی دره‌سوری، ۱۴۰۱). در مجموع، اعتمادبه‌نفس شامل دو مؤلفه اصلی است. مؤلفه اول اطمینان به خود و مؤلفه دوم احترام به خود (عزت نفس) می‌باشد. به گفته دونگ و همکاران^۲ (۲۰۲۳)، هنگامی که سطح پایین اعتمادبه‌نفس با احساس بی‌کفایتی فردی همراه می‌شود، حساسیت بین فردی فرد افزایش می‌یابد و احتمال انتخاب تنهایی قوی‌تر می‌شود. بنابراین فقدان اعتمادبه‌نفس اجتماعی به موقعیتی تبدیل می‌شود که فرد را به دوری از محیط‌ها، طرد اجتماعی و روابط بین فردی با دیگران و گذراندن زمانی در محیط اینترنتی که بتواند خود را بیان کند، سوق می‌دهد (وو و همکاران^۳، ۲۰۲۴).

طرد اجتماعی^۴ از جمله متغیرهای مهم روانی-اجتماعی است که در گرایش نوجوانان به بازی‌های آنلاین نقش ویژه‌ای دارد (آلایانی^۵، ۲۰۲۵). طرد اجتماعی به‌عنوان فرآیندی چندبعدی تعریف می‌شود که افراد و گروه‌ها را از روابط و نهادهای اجتماعی جدا کرده و مانع مشارکت کامل آنان در فعالیت‌های اجتماعی مجاز در جامعه می‌شود (یو و همکاران^۶، ۲۰۲۲؛ چویی^۷، ۲۰۲۴). افراد باتجربه طرد اجتماعی بالا به‌علت نیاز به توجه زیاد و به‌امید احیای مجدد احساس ورود به جامعه، به رسانه‌های دیجیتال وابسته می‌شوند (وو و همکاران، ۲۰۲۴). هان و همکاران^۸ (۲۰۲۲) در تحقیقات خود نشان دادند که نوجوانان استفاده از رسانه‌های اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی را به‌عنوان راهی برای بهبودی از طرد اجتماعی تلقی می‌کنند، در وضعیتی که فرد در موقعیت طردکننده‌ای قرار می‌گیرد، به‌دنبال محیطی امن برای فرار از این تعارض‌ها می‌گردد و یکی از محیط‌هایی که آن را امن تلقی می‌کند، بازی‌های رایانه‌ای است. شواهد تجربی نیز این رابطه‌ها را تأیید کرده‌اند. به‌عنوان مثال، عربی و همکاران (۱۳۹۹) رابطه میان سبک‌های دلبستگی، احساس تنهایی و وابستگی به فضای مجازی را بررسی کردند و نشان

1. Ciccarelli, Cosenza, Nigro, Griffiths & D'Olimpio
2. Dong, Li & Wang
3. Wu, Feng & Zhang
4. Social Exclusion
5. Alalyani
6. Yue, Yue, Zhang, Liu & Bao
7. Choi
8. Han, Cho, Sung & Park.

9. Muezzin, Arslan & Karaaziz,
10. Information Technology

- طرد اجتماعی می‌تواند اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را در دختران نوجوان پیش‌بینی کند.

روش پژوهش

این پژوهش از نظر روش اجرا توصیفی-همبستگی بوده و از نظر هدف، پژوهشی کاربردی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دختران نوجوان ۱۶ تا ۱۸ سال در مقطع متوسطه دوم شهر مشهد به تعداد ۱۶۰۰ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. با توجه به عدم امکان دسترسی به تمامی دانش‌آموزان، با استفاده از جدول مورگان و کرجسی (۱۹۷۰) تعداد حجم نمونه مشخص شد و این تعداد برابر است با ۳۱۰ نفر که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای نمونه انتخاب شد. بدین ترتیب که ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده از بین مدارس دختران مقطع متوسطه دوم ناحیه ۴ مشهد، ۵ مدرسه انتخاب شد. سپس با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای از هر مدرسه باتوجه به تعداد دانش‌آموزان ۲ یا ۳ کلاس انتخاب و اطلاعات از دانش‌آموزان دریافت شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل مشغول به تحصیل بودن دانش‌آموز در دوره دوم متوسطه و عدم مصرف داروی اعصاب و روان بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم پاسخ به پنج سوال از پرسشنامه‌ها و درخواست انصراف از پژوهش توسط دانش‌آموز یا والدین وی بود. پژوهشگر پس از گرفتن مجوز از دانشگاه و انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولین آموزش و پرورش و پژوهشکده عباس‌زادگان، موفق به کسب مجوز انجام پژوهش گردید. پس از انتخاب ناحیه ۴، هماهنگی با مدیران مدارس مربوطه، توضیحات لازم در خصوص موضوع تحقیق و شفاف‌سازی کار به مسئولین ارائه شد و سپس تعداد نمونه‌های آماری ارائه شده و درباره هدف پژوهش و مزایای مشارکت در آن توضیح داده شد. در نهایت، پرسشنامه مربوطه پس از تایید استاد راهنما و شورا به آزمودنی‌ها ارائه گردید و آزمودنی‌ها به تکمیل پرسشنامه‌ها پرداختند. در نهایت پرسشنامه‌ها جمع‌آوری گردید و داده‌ها وارد نرم‌افزار SPSS شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از روش رگرسیون خطی گام به گام استفاده شد. همانند سایر پژوهش‌ها و تحقیقات علمی، ملاحظات اخلاقی در این پژوهش نیز به صورت کامل اجرا شد. شرکت‌کنندگان پژوهش بدون هیچ‌گونه اجبار و به صورت کاملاً داوطلبانه در این مطالعه شرکت نموده و هر زمان به دلخواه خود قادر به

اجتماعی شود (احمد و همکاران^۱، ۲۰۲۲؛ هان و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده‌اند که استفاده افراطی از بازی‌های دیجیتالی با افت در تحرک بدنی، کاهش سلامت جسمی، اختلالات خواب و از دست دادن کنترل در مصرف زمان همراه است زیرا این نوع اعتیاد با کاهش مهارت‌های خودتنظیمی و ضعف در مدیریت زمان مرتبط است، که خود زمینه‌ساز تداوم وابستگی و کاهش عملکرد تحصیلی نوجوانان می‌شود (چن و همکاران^۲، ۲۰۲۰). افزایش هشداردهنده نرخ اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در میان نوجوانان، نیاز به مداخلات پیشگیرانه، برنامه‌های آموزشی والدین و آموزش مهارت‌های خودکنترلی را دوچندان کرده اس (هان و همکاران، ۲۰۲۲؛ احمد و همکاران، ۲۰۲۲).

همانگونه که پیش‌تر ذکر گردید، اعتماد بنفوس و طرد اجتماعی از جمله متغیرهایی است که ارتباط معناداری با اعتیاد به بازی‌های اینترنتی دارند. بررسی ارتباط بین این متغیرها با بازی‌های رایانه‌ای در بین دختران نوجوان می‌تواند ابعاد گسترده تری از میزان و سمت و سوی این ارتباط را آشکار کند و نتایجی به دست دهد تا سیاست‌گذاران و متولیان حوزه نوجوانان از یک سو و بازی‌های رایانه‌ای از سوی دیگر را در راستای طرح ریزی برنامه‌ها و سیاست‌هایی جهت پیشگیری و درمان اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای یاری رساند. از جمله این نهادها می‌تواند به وزارت آموزش و پرورش و بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای اشاره کرد. همچنین با توجه به اینکه بر اساس بررسی‌های صورت گرفته توسط پژوهشگر، تاکنون پژوهشی در زمینه پیش‌بینی، پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اعتماد به نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان یافت نشد و به نظر می‌رسد این مطالعه، در کنار کارکردهای کاربردی آن، زمینه‌ساز کاهش بخشی از خلأهای موجود در این حوزه باشد. لذا این پژوهش با هدف پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای براساس اعتماد به نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان شهر مشهد اجرا گردید. در این راستا، پژوهش حاضر سه فرضیه را دنبال می‌کند:

- اعتماد به نفس و طرد اجتماعی می‌تواند اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را در دختران نوجوان پیش‌بینی کند.
- اعتماد به نفس می‌تواند اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را در دختران نوجوان پیش‌بینی کند.

گزارش دادند که نتایج این مطالعه حاکی از ویژگی های روان سنجی مطلوب پرسشنامه اعتیاد به بازی های آنلاین است. بنابراین می توان از این ابزار جهت بررسی اعتیاد به بازی های رایانه ای در ایران استفاده کرد. ، روایی این پرسشنامه در پژوهش زندگی پیام و همکاران، (۱۳۹۴) توسط اساتید و متخصصان حوزه روان شناسی مورد تایید قرار گرفت.

۲- پرسشنامه اعتماد به نفس مرادی و

همکاران^۳ (۱۳۹۳): این پرسشنامه محقق ساخته شده با هدف ارزیابی میزان اعتماد به نفس در قالب ۳۰ سوال طراحی شده و بر اساس طیف ۵ درجه ای لیکرت (مطمئننا خیر=۱، خیر=۲، بی نظر=۳، بله=۴، مطمئننا بله=۵) تنظیم شده است. این پرسشنامه خرده مقیاس نداشته و صرفاً نمره کل به دست آمده نشان دهنده میزان اعتماد به نفس فرد است. اگر نمره آزمودنی بین ۳۰ تا ۷۰ باشد، نشان دهنده اعتماد به نفس پائین و اگر نمره آزمودنی بین ۷۰ تا ۱۰۹ باشد، نشان دهنده اعتماد به نفس متوسط و نمرات بالاتر از ۱۱۰ به معنی اعتماد به نفس بالا است. روایی پرسشنامه در پژوهش (مرادی و همکاران، (۱۳۹۳)؛ سرمد و همکاران، (۱۳۹۰) توسط اساتید و متخصصان حوزه روان شناسی تایید شده ، همچنین روایی صوری و محتوای ابزار مذکور توسط پانل خبرگان ارزیابی شد و میزان پایایی ترکیبی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمده است.

۳- پرسشنامه طرد اجتماعی هووف و رومن^۴

(۲۰۱۱): پرسشنامه طرد اجتماعی هوف و ورومن یک پرسشنامه ۲۴ عبارتی که ۴ بعد ۱- مشارکت اجتماعی، ۲- یکپارچگی هنجاری، ۳- دسترسی به حقوق اجتماعی، ۴- محرومیت مادی را شامل می شود. این پرسشنامه که دارای ۲۴ گویه و سطح اندازه گیری آن سوالات بسته و با پاسخ ۵ درجه ای لیکرت طراحی شده است. پرسشنامه طرد اجتماعی را در قالب ابعاد مشارکت اجتماعی (گویه های ۱ تا ۶)، یکپارچگی هنجاری (گویه های ۷ تا ۱۲)، محرومیت مادی و دسترسی به حقوق اجتماعی (گویه های ۱۳ تا ۲۴) مورد سنجش قرار می دهد. نمره گذاری گویه ها براساس مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از (کاملاً موافقم=۵، موافقم=۴، تاندازه ای=۳، مخالفم=۲، کاملاً مخالفم=۱) انجام می شود. البته سوالات ۲ - ۱۱ - ۱۳ - ۱۶ - ۱۷ - ۱۸ به صورت معکوس نمره گذاری

ترک و یا انصراف از ادامه روند بودند. پیش از آغاز مراحل نیز تمام مراحل پژوهش و همچنین هدف از انجام مطالعه به صورت کاملاً روان و قابل درک به شرکت کنندگان توضیح داده شد. همچنین داده های به دست آمده از شرکت کنندگان بدون هیچ گونه ذکر عمومی نام و یا هر گونه اطلاعات قابل شناسایی و ردیابی مورد استفاده قرار گرفته اند و هویت این افراد محرمانه باقی مانده است. همچنین هیچ یک از مراحل این پژوهش حالت مداخله ای نداشته و هیچ ضرر احتمالی برای شرکت کنندگان نداشت. در نهایت شرکت کنندگان برای شرکت در این پژوهش ملزم به پرداخت هزینه نبودند و تمام فرآیند برای داوطلبان به صورت کاملاً رایگان انجام گرفت.

ابزار

برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های زیر استفاده شد:

۱- پرسشنامه اعتیاد به بازی های رایانه ای

وانگ و چانگ^۱ (۲۰۰۲): پرسشنامه اعتیاد به بازی های رایانه ای توسط وانگ و چانگ (۲۰۰۲) ساخته شده و با ایجاد تغییراتی در پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ به منظور سنجش اعتیاد به بازی های رایانه ای طراحی و تدوین شده است. پرسشنامه اعتیاد به بازی های رایانه ای دارای ۲۰ سوال می باشد و بر اساس طیف ۵ درجه ای (به ندرت=۱، گاه گاهی=۲، مکرراً=۳، اغلب=۴، همیشه=۵) به سنجش اعتیاد به بازی های رایانه ای می پردازد. این پرسشنامه خرده مقیاس نداشته و برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه های پرسشنامه را با هم جمع کنید. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۲۰ تا ۱۰۰ خواهد بود. هرچه امتیاز حاصل شده از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان دهنده میزان بیشتر اعتیاد به بازی های رایانه ای خواهد بود و بالعکس. به طور کلی نمره بالای ۵۳ نشانه اعتیاد به بازی رایانه ای است. پایایی این پرسشنامه در پژوهش پورعباس (۱۳۹۷) و از طریق محاسبه ضریب آلفای ۰/۷۰ برآورد شده است. وانگ و چانگ (۲۰۰۲) ضریب آلفا کرونباخ را برای این ابزار را ۰/۹۰ گزارش کرده اند. همچنین روایی پرسشنامه توسط یونگ و همکاران^۲ (۲۰۰۹) به منظور بررسی روایی همگرا، همبستگی بین نمرات این پرسشنامه و پرسشنامه اعتیاد به اینترنت را محاسبه کردند و همبستگی بالایی ($P < 0/001$ و $r = 0/71$) را بین دو ابزار

3. Self-confidence Questionnaire Moradi, Mohammadi, Bahman Ziari & Teymourian

4. Dimensions of Social Exclusion Questionnaire

1. Addiction to computer games Questionnaire Whang & Chang

2. Young internet Addiction Inventory

اعداد کشیدگی و چولگی در جدول فوق در بازه ۲-۲-الی می باشد که این امر نشان دهنده پیروی داده‌ها از منحنی نرمال می باشد. جدول ۲ نشان دهنده ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی پیرسون

متغیر	۱	۲	۳
۱- اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای	۱		
۲- اعتماد به نفس	-.۰۴۸۱**	۱	
۳- طرد اجتماعی	-.۰۶۰۹**	-.۰۳۲۷*	۱

ماتریس همبستگی پیرسون نشان دهنده وجود رابطه معکوس معنادار در سطح معناداری ۰/۰۰۱ بین متغیرهای مستقل با متغیر وابسته است. جدول ۳ نشان دهنده نتیجه تحلیل رگرسیون به روش گام به گام است.

جدول ۳ نشان می‌دهد که طرد اجتماعی به‌تنهایی ۳۷ درصد از واریانس اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را به‌طور معنادار پیش‌بینی می‌کند. در مدل دوم که اعتماد به نفس به طرد اجتماعی افزوده می‌شود، این دو متغیر می‌توانند ۴۳ درصد از واریانس اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را به‌صورت معنادار پیش‌بینی نمایند. همچنین آماره‌ی دوربین-واتسون نیز استقلال خطاها را تأیید می‌کند. جدول ۳ نشان‌دهنده‌ی ضرایب رگرسیون متغیرهای مستقل در هر مدل است.

جدول ۳. نتیجه تحلیل رگرسیون

مدل	متغیر پیش‌بین	R	R ²	R ² Adjusted	F	P	Durbin-Watson
۱	طرد اجتماعی	۰/۶۰۹	۰/۳۷۱	۰/۳۶۹	۱۸۱/۸۶۴	۰/۰۰۰	۱/۶۱۵
۲	طرد اجتماعی، اعتماد به نفس	۰/۶۶۰	۰/۴۳۶	۰/۴۳۳	۱۱۸/۷۸۱	۰/۰۰۰	

جدول ۴. ضرایب رگرسیون متغیرهای مستقل

مدل	متغیرهای پیش‌بینی کننده	B	SE	Beta	t	P
۱	ثابت معادله	۱۳۹/۲۴۲	۷/۳۷۹		۱۸/۸۷۰	۰/۰۰۰
	طرد اجتماعی	-۱/۲۴۳	۰/۰۹۲	-۰/۶۰۹	-۱۳/۴۸۶	۰/۰۰۰
۲	ثابت معادله	۸۱/۱۴۹	۱۲/۰۱۴		۶/۷۵۵	۰/۰۰۰
	طرد اجتماعی	-۱/۰۱۱	۰/۰۹۶	-۰/۴۹۵	-۱۰/۵۵۶	۰/۰۰۰
	اعتماد به نفس	-۰/۴۰۹	۰/۰۶۹	-۰/۲۷۹	-۵/۹۴۹	۰/۰۰۰

بتا نشان می‌دهد که رابطه بین متغیرهای مستقل با اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای معکوس است و ($P < ۰/۰۰۱$) می‌باشد.

می‌شود. سبکتکین‌ریزی و موسی‌زاده (۱۳۹۶) روایی این پرسشنامه را تأیید کرده و پایایی ابعاد ۴ گانه این پرسشنامه را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ گزارش کرده و این مقدار برای ابعاد مشارکت اجتماعی-۰/۸۵، یکپارچگی هنجاری-۰/۹۳، دسترسی به حقوق اجتماعی-۰/۹۵ و محرومیت مادی-۰/۸۸ بدست آمده است.

یافته‌ها

در فرآیند نمونه‌گیری تعداد ۱۰۳ نفر از پایه تحصیلی دهم، ۱۰۳ نفر از پایه یازدهم و ۱۰۴ نفر از پایه دوازدهم به عنوان نمونه انتخاب شده و مورد بررسی قرار گرفتند. همچنین میانگین سنی کلیه آزمودنی‌ها ۱۷/۲۶ بود. جدول ۱ نشان دهنده تحلیل توصیفی داده‌ها است.

جدول ۱. تحلیل توصیفی داده‌ها

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کشیدگی	چولگی
اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای	۳۱۰	۴۰/۶۸	۲۲/۶۱	۰/۸۱۹	۱/۳۲۲
اعتماد به نفس	۳۱۰	۹۷/۰۱	۱۵/۴۳	۱/۴۰۳	۰/۳۹
طرد اجتماعی	۳۱۰	۷۹/۲۹	۱۱/۰۸	۱/۲	-۰/۸۲۳

جدول ۴ نشان می‌دهد که ضرایب رگرسیون متغیرهای مستقل در هر مدل معنادار هستند. منفی بودن مقدار ضریب

نتیجه‌گیری و بحث

این پژوهش با هدف پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر اساس اعتمادبه‌نفس و طرد اجتماعی در دختران نوجوان شهر مشهد اجرا گردید. یکی از نتایج به‌دست‌آمده در این پژوهش، وجود رابطه معنادار بین اعتمادبه‌نفس و اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بود. لذا اعتمادبه‌نفس می‌تواند اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را در دختران نوجوان پیش‌بینی کند و فرضیه مورد تأیید قرار گرفت. نتیجه‌ی بررسی این فرضیه با پژوهش پورعباسی و همکاران (۱۳۹۷) هم‌سو و هم‌جهت می‌باشد.

داشتن اعتمادبه‌نفس در حوزه‌های مختلف فردی و اجتماعی، بر کارکرد فرد تأثیرگذار است. نوجوانان در سنین هستند که به‌واسطه‌ی تأثیرپذیری بسیار از اجتماع و فرهنگ، ممکن است اعتمادبه‌نفس بیشتری کسب کنند و یا اعتمادبه‌نفس خود را از دست بدهند (نجاتی و همکاران، ۱۴۰۱). در این زمینه، نوجوانان دختر احتمالاً تأثیرپذیرتر هستند و بازخوردهای اجتماعی می‌تواند تأثیر بسیاری بر آن‌ها داشته باشد. در نتیجه، بازخوردهای اجتماعی مثبت، اعتمادبه‌نفس نوجوان را افزایش می‌یابد و در صورتی که نوجوان در اجتماعات اصلی خود بازخوردهای مناسبی نسبت به خود و جنبه‌های مختلف خود دریافت نکند، اعتمادبه‌نفس وی کمتر می‌شود و این مسئله خود موجب کناره‌گیری فرد از اجتماع می‌گردد (مهری و همکاران، ۱۳۹۹). زمانی که نوجوان روابط اجتماعی خود را محدود می‌کند و به‌واسطه‌ی کم‌بودن اعتمادبه‌نفس خود نمی‌خواهد در اجتماع حضور فعال داشته باشد، به دنبال تفریحی فردی خواهد بود که با توجه به جذابیت بسیار زیاد و در دسترس بودن بازی‌های رایانه‌ای، یکی از اصلی‌ترین انتخاب‌های نوجوان می‌تواند بازی رایانه‌ای باشد. از طرفی، فرد با انجام بازی رایانه‌ای و احساس توانمندی در آن، نسبت به انجام بازی رایانه‌ای تشویق می‌گردد و اعتمادبه‌نفس بیشتری در این زمینه‌ی خاص پیدا می‌کند که این مسئله نیز می‌تواند بر استفاده‌ی بیشتر از بازی رایانه‌ای تأثیر داشته باشد و موجب بروز اعتیاد به بازی رایانه‌ای در فرد شود.

نتیجه‌ی دیگر به‌دست‌آمده از این پژوهش نشان می‌دهد که بین طرد اجتماعی با اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای رابطه‌ی معنادار مشاهده شد؛ لذا طرد اجتماعی می‌تواند اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را پیش‌بینی کند و فرضیه‌ی فرعی دوم پژوهش نیز مورد تأیید قرار گرفت. نتیجه‌ی بررسی این

فرضیه با پژوهش‌های عربی و همکاران (۱۳۹۹)، موزین، ارسلان و کارعزیز (۲۰۲۴)، لیمون، راگنی و توتو (۲۰۲۳) و آلماشووا و همکاران (۲۰۲۰) هم‌سو می‌باشد.

طرد اجتماعی یکی از عواملی است که فرد مطرود از نظر اجتماع، علاقه‌ای به کناره‌گیری از اجتماع ندارد، اما اجتماع او را نمی‌پذیرد (یوسفی و همکاران، ۱۴۰۱). در مفهوم طرد اجتماعی، ممکن است طرد فرد در مقیاس اجتماع پیرامون خود او باشد که در این صورت، فرد مورد پذیرش اجتماع محدود اطراف خودش نیست. اما در حالتی وسیع‌تر، فرد به‌گونه‌ای از سوی بخش بزرگی از جامعه (مانند یک شهر) طرد می‌گردد و مجبور می‌شود در مقیاسی بزرگ به حاشیه برود (پدیده‌ی حاشیه‌نشینی) (کلاتتری و همکاران، ۱۳۹۹). طرد اجتماعی به عنوان یک پدیده روانی-اجتماعی، افراد را وادار می‌سازد تا به دنبال جایگزین‌هایی برای تعاملات اجتماعی معمول خود باشند (باومایستر و رابسون^۱، ۲۰۲۱). در جمعیت نوجوان، این واکنش به دو شکل عمده مشاهده می‌شود: گروهی از نوجوانان به تشکیل یا پیوستن به گروه‌های همسان خود روی می‌آورند، در حالی که گروه دیگر به سمت انزوا گرایش پیدا کرده و فعالیت‌های جایگزین مانند بازی‌های رایانه‌ای را برمی‌گزینند (اودونل^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). ویژگی‌های جذاب و طراحی خلاقانه بازی‌های رایانه‌ای، آن‌ها را به گزینه‌ای پرتعداد در میان نوجوانان تبدیل کرده است. هنگامی که نوجوانان با پدیده طرد اجتماعی مواجه می‌شوند، ساعتی که به طور طبیعی به تعاملات اجتماعی اختصاص می‌دادند را صرف انجام بازی‌های رایانه‌ای می‌کنند. این افزایش زمان اختصاص داده شده به بازی می‌تواند به تدریج به الگوی مصرف ناسالم و در نهایت به اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای منجر شود. اگرچه بازی‌های رایانه‌ای به عنوان یک فعالیت تفریحی برای تمامی گروه‌های سنی شناخته می‌شوند، اما نوجوانان به طور ویژه نسبت به آنها گرایش نشان می‌دهند. مطالعات نشان می‌دهند که عوامل متعددی در شکل‌گیری اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای نقش دارند که شامل متغیرهای فردی، بین‌فردی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی می‌شوند (لیمونه و همکاران، ۲۰۲۳). در این پژوهش، رابطه بین اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با دو متغیر کلیدی اعتماد به نفس و طرد اجتماعی مورد بررسی قرار گرفته است. هر دو این متغیرها - طرد اجتماعی (به عنوان یک عامل بیرونی) و کمبود اعتماد به نفس (به عنوان یک عامل درونی)

1. Baumeister & Robson

2. O'Donnell

بازی‌ها قرار دارند. این یافته‌ها بر اهمیت توجه به عوامل اجتماعی در پیشگیری و مداخله در زمینه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای تأکید دارد.

محدودیت و پیشنهادات

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکات اشاره نمود: ممکن است برخی از آزمودنی‌ها به دلیل عدم فهم صحیح معنای برخی از سؤال‌ها، پاسخ‌های درستی ارائه نکرده باشند و در صورت داشتن ابهام نیز از پژوهشگر کمک نخواستند باشند و این مسئله در نتیجه‌ی نهایی تأثیرگذار باشد. ممکن است حالات خلقی یا هیجانی آزمودنی در لحظه‌ی پاسخ‌دهی به سؤال‌های پرسش‌نامه، بر پاسخ‌دهی وی تأثیر گذاشته باشند. محدودیت دیگر این پژوهش، عدم استفاده از نوجوانان پسر است. لذا در تعمیم‌دهی نتایج این پژوهش به نوجوانان پسر باید احتیاط نمود. محدودیت دیگر این پژوهش، محدود بودن جامعه‌ی آماری به دانش‌آموزان مقطع متوسطه‌ی دوم شهر مشهد است، لذا در تعمیم‌دهی نتایج برای دیگر دانش‌آموزان باید احتیاط نمود.

بر اساس فرآیند اجرا و نتیجه‌ی به‌دست‌آمده در این پژوهش، پیشنهادهای نیز ارائه می‌گردد: پیشنهاد می‌شود پژوهشگران در پژوهش‌های آینده‌ی خود به بررسی نتیجه‌ی این پژوهش در جامعه‌ی پسران نوجوان بپردازند و نتیجه را با این پژوهش مورد مقایسه قرار دهند. همچنین پژوهشگران می‌توانند در پژوهش‌های آینده، نقش علاقه‌ی اجتماعی را در اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای مورد بررسی قرار دهند. پیشنهاد می‌شود در زمینه‌ی رابطه‌ی اعتمادبه‌نفس با اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، اعتیاد به تلفن‌های هوشمند و اعتیاد به اینترنت پژوهش‌های گسترده‌تری انجام شود. بررسی پیشینه‌ی پژوهشی در داخل کشور نشان می‌دهد رابطه‌ی این متغیرها نیازمند پژوهش‌های بیشتر است. همچنین می‌شود همه‌ی افراد و مشاورینی که با نوجوانان سر و کار دارند، بر مهارت‌های اجتماعی نوجوانان تمرکز بیشتری داشته باشند تا طرد اجتماعی و تخریب اعتمادبه‌نفس نوجوانان توسط آن‌ها کمتر شود و همچنین بتوانند در مقابل طرد اجتماعی بایستند و اعتمادبه‌نفس خود را حفظ کنند. به مشاوران مدارس پیشنهاد می‌شود به دانش‌آموزانی که به بازی‌های رایانه‌ای اعتیاد دارند، مهارت‌های ارتباط‌گیری، مهارت‌های اجتماعی و افزایش اعتمادبه‌نفس را بیاموزند تا سطح اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در آن‌ها کاهش یابد.

می‌تواند منجر به کاهش تعاملات اجتماعی و افزایش وابستگی به بازی‌های رایانه‌ای شوند. نتایج این پژوهش بر اهمیت توجه به عوامل اجتماعی در مدیریت و پیشگیری از اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در جمعیت نوجوان تأکید دارد. درک این روابط می‌تواند به طراحی مداخلات مؤثرتر برای حمایت از نوجوانانی که با چالش‌های اجتماعی مواجه هستند، کمک شایانی نماید.

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که دو متغیر اعتماد به نفس و طرد اجتماعی قابلیت پیش‌بینی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای را دارند. در میان عوامل متعدد مؤثر بر اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، مسائل اجتماعی از قبیل انزوای اجتماعی و کیفیت پایین روابط با خانواده و همسالان از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند. اعتماد به نفس و طرد اجتماعی به عنوان سازه‌های اجتماعی، بر اساس میزان تأیید یا عدم تأیید فرد در بستر اجتماعی شکل می‌گیرند. اعتماد به نفس به طور مستقیم تحت تأثیر نظام ارزشی و فرهنگی جامعه و همچنین شیوه‌های تربیتی خانواده قرار دارد. این عوامل اجتماعی می‌توانند احساس ارزشمندی و خودکارآمدی را در فرد تقویت یا تضعیف نمایند (زاپکو^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). از سوی دیگر، طرد اجتماعی بازتاب عدم پذیرش فرد توسط جامعه است که عمدتاً ناشی از عدم انطباق با هنجارهای اجتماعی و فرهنگی می‌باشد (باک^۲، ۲۰۱۸). فردی که تجربه طرد اجتماعی دارد، قادر به ارضای مطلوب نیازهای روانی-اجتماعی خود نخواهد بود. در مقابل، نوجوانی که از روابط اجتماعی مثبت و پایدار در محیط خانواده، گروه همسالان و جامعه برخوردار است، از سطح اعتماد به نفس بالاتری نیز بهره‌مند می‌شود. این کیفیت مطلوب تعاملات اجتماعی موجب می‌شود که فرد زمان و انرژی بیشتری را به فعالیت‌های اجتماعی اختصاص دهد و در نتیجه، احتمال گرایش افراطی به بازی‌های رایانه‌ای به میزان قابل توجهی کاهش می‌یابد. به عبارت دیگر، نوجوانانی که از اعتماد به نفس کافی برخوردار بوده و طرد اجتماعی را تجربه نکرده‌اند، معمولاً الگوی مصرف متعادل و سالمی در استفاده از بازی‌های رایانه‌ای دارند. در مقابل، نوجوانانی که با طرد اجتماعی مواجه بوده و از سطح اعتماد به نفس پایینی برخوردارند، به دلیل ویژگی‌های جذاب بازی‌های رایانه‌ای و عدم ارضای نیازهای اجتماعی خود، بیشتر در معرض خطر استفاده افراطی و اعتیادآور از این

اجرای این پژوهش هیچ‌گونه تعارض منافی وجود نداشته است. در نهایت از کلیه‌ی دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش تقدیر و تشکر به‌عمل می‌آید.

پژوهش حاضر برگرفته از پایان‌نامه‌ی مقطع کارشناسی‌ارشد نویسنده‌ی اول می‌باشد که نویسنده‌ی دوم در پایان‌نامه نقش استاد راهنما و نویسنده‌ی سوم نقش استاد مشاور را داشته است. نویسندگان اعلام می‌دارند که در

منابع

- Ahmed, G. K., Abdalla, A. A., Mohamed, A. M., Mohamed, L. A., & Shamaa, H. A. (2022). Relation between internet gaming addiction and comorbid psychiatric disorders and emotion avoidance among adolescents: A cross-sectional study. *Psychiatry Research, 312*, 114584. doi:10.1016/j.psychres.2022.114584
- Alalayani, M. (2025). Identifying struggling students: Exploring student factors such as gaming addiction which lead to grade retention and other challenges. *Al-Majallah Al-Dawliyah lil-ulum al-Tarbawiyah wa-al-Adab, 4*(1), 17. doi:10.59992/IJESA.2025.v4n1p17
- Almášiová, A., Šavrnichová, M., Barták, M., Almáši, M., Holdoš, J., Vaška, L., & Hudecová, A. (2019). Excessive use of the internet and playing computer games in socially excluded Slovak communities. *Adiktologie, 19*(4), 169–177. <https://doi.org/10.35198/01-2019-004-0001>
- Amini Manesh, S., Nazari, A. M., Moradi, A., & Farzad, V. (2015). Youth addiction to online games: The role of self-esteem, anxiety, and depression. *Strategic Studies in Sports and Youth, 13*(25), 1–20. [In Persian] <https://www.civilica.com/doc/1411920>
- Anderson, M., & Jiang, J. (2021). Digital media use and adolescent mental health: A longitudinal study. *Computers in Human Behavior, 115*, 106528. doi:10.1016/j.chb.2020.106528
- Arabi, P., Bagheri, N., & Mirhashmi, M. (2021). Modeling the mediating role of loneliness in the relationship between attachment styles and dependence on virtual social networks. *Educational Innovations, 19*(4), 65–84. [In Persian] <https://doi.org/10.22034/JEI.2020.121549>
- Bak, C. K. (2018). Definitions and measurement of social exclusion—A conceptual and methodological review. *Advances in Applied Sociology, 8*(5), 422–443.
- Baumeister, R. F., & Robson, D. A. (2021). Belongingness and the modern schoolchild: On loneliness, socioemotional health, self-esteem, evolutionary mismatch, online sociality, and the numbness of rejection. *Australian Journal of Psychology, 73*(1), 103–111. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1877573>
- Bediou, B., Adams, D. M., Mayer, R. E., Tipton, E., Green, C. S., & Bavelier, D. (2018). Meta-analysis of action video game impact on perceptual, attentional, and cognitive skills. *Psychological Bulletin, 144*(1), 77–110. <https://doi.org/10.1037/bul0000130>
- Chen, I. H., Lee, Z. H., Dong, X. Y., & Gamble, J. H. (2020). The influence of parenting style and time management tendency on internet gaming disorder among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(23), 9120. doi:10.3390/ijerph17239120
- Choi, S. (2024). Welfare attitudes in Korean society: Effects of cohort and social exclusion. *Policy & Politics*. doi:10.1332/17598273Y2024D000000018
- Ciccarelli, M., Cosenza, M., Nigro, G., Griffiths, M., & D'Olimpio, F. (2022). Gaming and gambling in adolescence: The role of personality, reflective functioning, time perspective and dissociation. *International Gambling Studies, 22*(1), 161–179. doi:10.1080/14459795.2021
- Dadfar, M., Shah Nazari, M., & Ostvar, Z. (2021). Predicting online gaming addiction based on perceived parenting styles and schemas. *Advances in Psychology, Educational Sciences, and*

- Education*, 3(31), 190–210. [In Persian] <https://www.civilica.com/doc/1501040>
- Dong, W., Li, S., & Wang, X. (2023). Parental phubbing and Chinese adolescents' SNSs addiction: Loneliness as a mediator and self-esteem as a moderator. *Current Psychology*, 42(29), 25699–25712. doi:10.1007/s12144-022-04152-2
- Eqbal, A. (2020). The impact of online games on internet addiction among adolescents in Tehran. *The 5th Freethinking Media Defense Chair and the 25th Specialized Meeting on Economics and Media*, Damavand, Iran. [In Persian] <https://www.civilica.com/doc/1136955>
- Haji Hasani Darresuri, K. (2023). A review of the concept of self-confidence and strategies to enhance it in students. *Journal of Educational Psychology*, 5(50), 94–104. [In Persian] <http://noo.rs/6j4o8>
- Hamari, J., & Keronen, L. (2017). Why do people play games? A meta-analysis. *International Journal of Information Management*, 37(3), 125–141. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2017.01.006>
- Han, T. S., Cho, H., Sung, D., & Park, M. H. (2022). A systematic review of the impact of COVID-19 on the game addiction of children and adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 976601. doi:10.3389/fpsy.2022.976601
- Hoff, S., & Vrooman, C. (2011). *Dimensions of social exclusion: Towards an improved instrument*. The Hague: Social and Cultural Planning Office. <https://parsmodir.com/db/hrm/social-exclusion.php>
- Kalantari, B., Sajadi, Z., & Razavian, M. T. (2021). Evaluation and analysis of social exclusion indicators in urban spaces (Case study: District 12 of Tehran Municipality). *Journal of Urban Social Geography*, 7(17), 1–26. [In Persian] <https://doi.org/10.22103/JUSG.2020.2016>
- Limone, P., Ragni, B., & Toto, G. A. (2023). The epidemiology and effects of video game addiction: A systematic review and meta-analysis. *Acta Psychologica*, 241, 104047. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104047>
- Mehri, A., Yaseri, M., Rahimi, D., & Nejat, S. (2021). Psychometric properties of the Persian version of the Self-Confidence Questionnaire (PEI). *Iranian Journal of Epidemiology*, 16(2), 134–143. [In Persian] <http://irje.tums.ac.ir/article-1-6591-fa.html>
- Moradi, R., Mohammadi, M., Bahman Ziyari, N., & Timourian, N. (2014). The relationship between self-confidence and risk-taking among female students residing in dormitories of Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 14(7), 626–632. [In Persian] <http://ijme.mui.ac.ir/article-1-3275-fa.html>
- Muezzin, E. E., Arslan, N. F., & Karaaziz, M. (2024). Do social exclusion and parental attitudes predict online gaming addiction in adolescents? *Bağimlilik Dergisi*, 25(2), 153–164. <https://doi.org/10.51982/bagimli.1359134>
- Nejati, S., Bashardoust, S., & Saberi, H. (2023). Presenting a clinical decision-making model based on emotional intelligence with the mediation of self-efficacy beliefs and self-confidence among nursing staff in hospitals in Rasht. *Journal of Mashhad University of Medical Sciences*, 65(2), 543–558. [In Persian] <https://doi.org/10.22038/MJMS.2022.65585.3854>
- Niazi, M., Shafaei Moghadam, E., & Hassanzadeh, Z. (2019). The relationship between video game addiction and social isolation in adolescents: A case study of middle school boys in Kashan in 2016. *Iranian Cultural Research*, 12(1), 85–108. [In Persian] <https://doi.org/10.22035/jicr.2019.380>
- O'Donnell, S. C., Falk, E. B., & Lieberman, M. D. (2018). The neurocognitive basis of social rejection and its consequences for adolescent health and well-being. In B. Knutson (Ed.), *The teenage brain: A neuroeconomic approach to healthy adolescent decision-making* (pp. 147–

- 164). Oxford University Press.
- O'Donnell, P., O'Donovan, D., & Elmusharaf, K. (2018). Measuring social exclusion in healthcare settings: a scoping review. *International journal for equity in health*, 17, 1-16.
- Paulus, F. W., Ohmann, S., von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: A systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 60(7), 645-659.
<https://doi.org/10.1111/dmcn.13754>
- PourAbbas, A. (2019). *The relationship between loneliness and alienation with addiction to computer games among high school students* [Master's thesis, University of Tabriz]. [In Persian]
<https://bit.ly/3Zt4ov8>
- Prescott, A. T., Sargent, J. D., & Hull, J. G. (2018). Meta-analysis of the relationship between violent video game play and physical aggression over time. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(40), 9882-9888.
<https://doi.org/10.1073/pnas.1611617114>
- Shahraki, N., and Kavsi, M. (2023). Investigating the benefits and harms of computer games for children and adolescents. In the National Conference on Modern Research in Psychology and Educational Sciences, Iran, Sadra Center for Applied Studies and Research in Islamic Humanities. [In Persian]
<https://civilica.com/doc/1967711>
- Sarmad, Z., Hejazi, E., & Bazargan, A. (2011). Research methods in behavioral sciences. Tehran: Agah Publications. [In Persian]
- Sebektekin-Rizi, G., & Moosazadeh, A. (2018). A sociological study of the relationship between quality of life and social exclusion (Case study: Residents of District 18 of Tehran). *Social-Cultural Strategy Journal*, 23(6), 221-253. [In Persian]
<https://www.civilica.com/doc/1259250>
- Suler, J. (2005). The online disinhibition effect. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 2(2), 184-188.
<https://doi.org/10.1002/aps.42>
- Tofigh, Z. (2015). *Child psychology*. Nashre Nay. [In Persian]
- Whang, L. S., & Chang, G. Y. (2002). Psychological analysis of online game users. *Proceedings of Human Computer Interaction*, 2, 81-90.
<https://bit.ly/4f9bqee>
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the Internet Addiction Test. *CyberPsychology & Behavior*, 7(4), 443-450.
<https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>
- Wu, P., Feng, R., & Zhang, J. (2024). The relationship between loneliness and problematic social media usage in Chinese university students: A longitudinal study. *BMC Psychology*, 12, 13. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01498-4>
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246. [Doi: 10.1007/s10879-009-9120-x]
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- Yousefi, M. M., Amirmozafari, A., & Kaldi, A. (2022). The roots and dimensions of social exclusion: A case study of marginalized communities in Masiri, Fars Province. *Journal of Anthropology*, 19(34), 273-314. [In Persian]
<https://www.magiran.com/p2532985>
- Yue, H., Yue, X., Zhang, X., Liu, B., & Bao, H. (2022). Exploring the relationship between social exclusion and smartphone addiction: The mediating roles of loneliness and self-control. *Frontiers in Psychology*, 13, 945631.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.945631>
- Zajac, K., Ginley, M. K., Chang, R., & Petry, N. M. (2017). Treatments for internet gaming disorder and internet addiction: A systematic review. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(8), 979-994.
<https://doi.org/10.1037/adb0000315>
- Zandi Payam, A., & Mirzaeidoostan, Z. (2020). Online game addiction

- relationship with cognitive distortion, parenting style, and narcissistic personality traits in students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 25(1), 72–83. [In Persian] <https://doi.org/10.32598/ijpcp.25.1.72>
- Zandi Payam, A., Davoudi, I., & Mehrabi Zadeh Honar Mand, M. (2015). *Normative assessment and psychometric properties of the Persian version of the online gaming addiction questionnaire*. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 21(4), 351–361. [In Persian] <https://sid.ir/paper/16563/fa>
- Zapko, K. A., Ferranto, M. L. G., Blasiman, R., & Shelestak, D. (2018). Evaluating best educational practices, student satisfaction, and self-confidence in simulation: A descriptive study. *Nurse education today*, 60, 28-34.