مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۲۵، خرداد ۱۴۰۵، ۲۵۲-۲۳۹

بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان: یک مطالعه توصیفی

شیدا قربانی[۱]، مرضیه پورصالحی نویده[۲]

دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۰۱/۱۵ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۱۴۰۵/۰۲/۱۳ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۱۴۰۵/۰۳/۲۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۰۳/۲۴

چکیده

زمینه و هدف: اعتیاد به بازی‌های دیجیتال یکی از چالش‌های سلامت روان در نوجوانان است و پریشانی روان‌شناختی به‌عنوان عامل زمینه‌ساز آن شناسایی شده است. هدف پژوهش تعیین نقش میانجی اجتناب تجربی در رابطه پریشانی روانشناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان بود.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش را دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه مدارس دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ تشکیل دادند که از میان آن‌ها تعداد ۳۱۴ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل مقیاس پریشانی روان‌شناختی Lovibond و Lovibond (۱۹۹۵)، پرسش‌نامه اجتناب تجربی Bond و همکاران (۲۰۱۱) و مقیاس اعتیاد به بازی دیجیتالی Matinfar و همکاران (۱۳۹۶) بود. داده‌ها با استفاده از همبستگی Pearson و مدل‌یابی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که پریشانی روان‌شناختی تأثیر مثبت و معناداری بر اختلال اعتیاد به بازی دارا بود (β=۰/۴۱، P<۰/۰۱). هم‌چنین، اجتناب تجربی پیش‌بینی‌کننده معنادار اختلال اعتیاد به بازی بود (β=۰/۴۵، P<۰/۰۱). افزون بر این، بین پریشانی روان‌شناختی و اجتناب تجربی رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد (β=۰/۲۸، P<۰/۰۱). نتایج حاکی از اثر غیرمستقیم پریشانی روان‌شناختی بر اختلال اعتیاد به بازی از طریق اجتناب تجربی در نوجوانان (β=۰/۱۳، P<۰/۰۱) و اثر کل پریشانی روان‌شناختی بر این اختلال (β=۰/۵۴، P<۰/۰۱) بود.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها حاکی از نقش میانجی اجتناب تجربی در رابطه پریشانی روان‌شناختی و اعتیاد به بازی بود. لذا، برنامه‌های غربالگری و مداخلات مبتنی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در مدارس پیشنهاد می‌شود.

واژه‌های کلیدی: اختلال اعتیاد به بازی، اجتناب تجربی، پریشانی روان‌شناختی، نوجوانان

ارجاع: قربانی ش، پورصالحی نویده م. بررسی نقش واسطه‌ای خیال‌پردازی ناسازگارانه در رابطه بین آسیب‌های دوران کودکی با احتمال خودکشی در بیماران مبتلا به اختلال وسواسی جبری: یک مطالعه توصیفی . سال ۱۴۰۵، دوره ۲۵، شماره ۳، صفحات: ۲۵۲-۲۳۹.

۱- کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
۲- دکتری، گروه روانشناسی بالینی، واحد تهران شرق، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
تلفن: ۰۹۳۶۵۸۶۳۹۸۷، پست الکترونیکی:Marzieh.Poursalehy@iau.ac.ir

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

مقدمه

در عصر حاضر، گسترش فناوری‌های دیجیتال و دسترسی آسان به بازی‌های رایانه‌ای، الگوهای جدیدی از رفتارهای اعتیادی را در میان نوجوانان رقم زده است (۱). اعتیاد به بازی به‌عنوان یک اختلال رفتاری نوظهور، توجه پژوهش‌گران حوزه علوم پزشکی و روان‌شناسی را به خود جلب کرده است (۲). بر اساس طبقه‌بندی بیماری‌ها (International classification of diseases, 11th revision; ICD-11)، اختلال بازی (Gaming disorder) به‌عنوان یک وضعیت بالینی شناسایی شده و شامل الگوی رفتاری مداوم یا عودکننده در بازی‌های دیجیتال است که منجر به اختلال قابل‌توجه در عملکرد فردی، خانوادگی و تحصیلی می‌شود (۳).

مطالعات اپیدمیولوژیک نشان می‌دهند که شیوع اعتیاد به بازی در میان نوجوانان در حال افزایش است (۴). بر اساس مطالعات اپیدمیولوژیک، شیوع اختلال بازی در میان نوجوانان و جوانان بین یک تا ده درصد گزارش شده است (۷-۵). در ایران نیز پژوهش‌های متعددی حاکی از شیوع بالای اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در میان دانش‌آموزان و دانشجویان است (۹، ۸). این آمارها حاکی از اهمیت توجه جدی به این پدیده در حوزه سلامت عمومی است (۷). با توجه به اهمیت این معضل، شناسایی عوامل روان‌شناختی زیربنایی که در ایجاد یا تداوم این رفتار نقش دارند، ضرورتی انکارناپذیر است (۶).

پریشانی روان‌شناختی (Psychological distress) از جمله عوامل خطرساز مهم در بروز رفتارهای اعتیادی به شمار می‌رود (۱۰). مطالعات نشان داده‌اند که نوجوانان با سطوح بالای پریشانی روان‌شناختی، بیشتر در معرض ابتلاء به اختلالات اعتیادی قرار دارند (۱۱). این سازه شامل علائمی مانند اضطراب، افسردگی، تحریک‌پذیری، بی‌خوابی و علائم جسمی مرتبط با استرس است (۱۲). مطالعات متعددی رابطه بین پریشانی روان‌شناختی و اعتیاد به بازی را تأیید کرده‌اند (۱۴-۱۰). این رابطه می‌تواند از مسیرهای مختلفی مانند استفاده از بازی به‌عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای ناسازگار برای فرار از افکار و احساسات ناخوشایند، یا تأثیرات نوروبیولوژیک پریشانی بر سیستم پاداش مغزی، تحقق یابد (۱۱). Deng و همکاران نیز گزارش کردند افراد با سطح پریشانی روان‌شناختی (افسردگی، استرس و اضطراب) بالا به احتمال بیشتری اعتیاد به بازی‌های آنلاین را تجربه می‌کنند (۱۰). اما طبق مطالعات، در طولانی مدت این روند ناسازگار بوده و به‌طور کلی با کیفیت پایین زندگی و سلامت روانی کمتر همراه است (۵).

در این میان، اجتناب تجربی (Experiential avoidance) به‌عنوان یک سازه روان‌شناختی مطرح می‌شود که به تمایل فرد برای فرار یا اجتناب از افکار، احساسات و تجارب ناخوشایند اشاره دارد (۱۵). طبق نظریه پذیرش و تعهد (Acceptance and commitment therapy; ACT)، اجتناب تجربی می‌تواند به‌عنوان یک مکانیسم ناسازگار در برخورد با پریشانی عمل کرده و زمینه‌ساز بروز رفتارهای جایگزین مانند اعتیاد به بازی شود (۱۶). پژوهش‌ها نیز حاکی از اهمیت اجتناب تجربی در بروز اختلال بازی اینترنتی در نمونه‌های غیربالینی است و شرایط خاصی مانند پریشانی روان‌شناختی، با افزایش اجتناب تجربی در ارتباط هستند (۱۹-۱۷). پژوهش Yi و همکاران نشان داد که علائم اختلال بازی اینترنتی منجر به کاهش انعطاف‌پذیری شناختی در فرد و به دنبال آن کاهش سلامت روان‌شناختی در وی می‌گردد (۱۸).

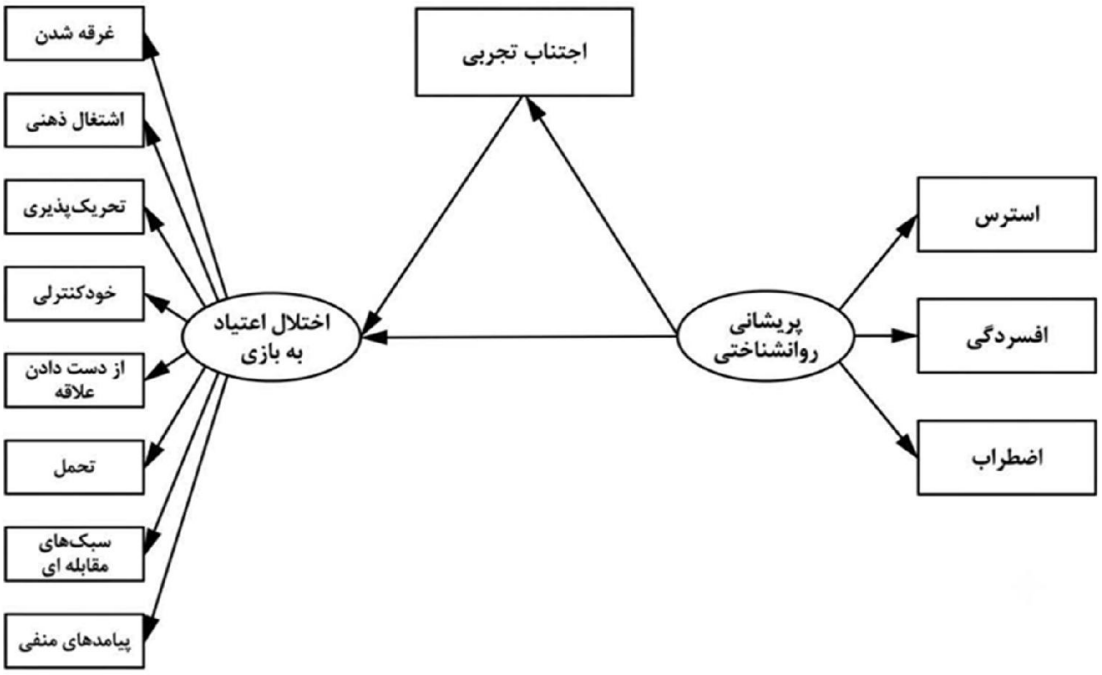
با وجود مطالعات متعدد در زمینه اعتیاد به اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای (۱۴-۱۰)، پژوهش‌های اندکی به بررسی نقش میانجی اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی و اعتیاد به بازی پرداخته‌اند. بیشتر مطالعات قبلی بر روابط مستقیم بین متغیرها متمرکز بوده و کمتر به بررسی مسیرهای غیرمستقیم و

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

مکانیسم‌های زیربنایی این رابطه پرداخته‌اند که شکاف تحقیقاتی در این زمینه وجود دارد (۱۰). هم‌چنین، با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و شیوع بالای اعتیاد به بازی در این گروه سنی در ایران، ضرورت انجام پژوهش حاضر بیش از پیش احساس می‌شود. نتایج این پژوهش می‌تواند در طراحی مداخلات پیشگیرانه و درمانی برای کاهش اعتیاد به بازی در نوجوانان مؤثر باشد و به درک بهتر مکانیسم‌های روان‌شناختی این اختلال کمک کند. بنابراین، هدف پژوهش حاضر تعیین نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان است. در شکل ۱ مدل پیشنهادی پژوهش ارائه شده است.



نمودار ۱- مدل مفهومی بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان

مواد و روش‌ها

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر ماهیت، توصیفی-همبستگی و از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه مدارس دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۵ بود. هرچند در خصوص تعیین حجم نمونه لازم برای مدل‌یابی معادلات ساختاری توافق کلی وجود ندارد، اما انتخاب حجم نمونه در این پژوهش بر اساس فرمول پیشنهادی در مدل‌یابی معادلات ساختاری ($5q<n<15q$) انجام گرفت. در این فرمول، n حجم نمونه و q تعداد گویه‌های پرسش‌نامه‌ها است (۲۰). با توجه به مجموع گویه‌های ابزارهای پژوهش، حجم نمونه مورد نیاز ۳۲۰ نفر برآورد شد. بنابراین، ۳۲۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابتدا دو ناحیه از پنج ناحیه شهر تهران با استفاده از روش قرعه‌کشی به‌عنوان ناحیه‌های مورد مطالعه انتخاب شدند، سپس از هر ناحیه سه دبیرستان و از هر مدرسه سه کلاس برگزیده شد.

پژوهش پس از اخذ کد اخلاق از کمیته اخلاق دانشگاه دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی با شناسه

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]
[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

(IR.IAU.CTB.REC.1404.229) انجام شد. پرسش‌نامه‌ها شامل اطلاعات جمعیت‌شناختی و متغیرهای پژوهش به‌صورت حضوری در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و جلسه توجیهی برای توضیح اهداف، نحوه پاسخ‌گویی، محرمانگی و اختیاری بودن مشارکت برگزار شد. در نهایت، ۳۱۴ پاسخ‌نامه معتبر وارد تحلیل شدند. معیارهای ورود شامل سن ۱۵ تا ۱۸ سال، اشتغال به تحصیل در مدارس دولتی شهر تهران، رضایت کتبی آگاهانه دانش‌آموز و والدین پس از توضیح کامل پژوهش و عدم ابتلاء به اختلالات روانی (مانند اختلال افسردگی اساسی، اختلال اضطراب فراگیر، اختلال وسواس فکری-عملی و اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی) و اختلالات جسمی (مانند صرع، دیابت، بیماری‌های قلبی-عروقی و آسم) بودند. عدم ابتلاء به این اختلالات از طریق مصاحبه‌ی بالینی ساختاریافته بر اساس راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی ویرایش پنجم (Structured clinical interview for DSM-5, clinician version; SCID-5-CV) توسط روان‌شناس بالینی و بررسی پرونده سلامت تحصیلی دانش‌آموزان تأیید گردید. معیار خروج شامل عدم تکمیل پرسش‌نامه بود. ملاحظات اخلاقی از جمله رضایت آگاهانه، نداشتن هیچ گونه ضرر مالی و جانی رعایت شده است.

در این پژوهش، پس از اخذ مجوز اجرای پژوهش از دانشگاه و دریافت کداخلاق از کمیته اخلاق پژوهش، پژوهش‌گر ابتداء دو ناحیه به صورت تصادفی ساده (قرعه‌کشی) از شهر تهران را انتخاب نمود. سپس فهرست تمام مدارس دولتی دوره دوم متوسطه این ناحیه تهیه گردید و از میان هر ناحیه سه مدرسه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. در این روش، هر مدرسه به‌عنوان یک خوشه درنظر گرفته شد و شش خوشه به‌طور تصادفی (قرعه‌کشی) از کل خوشه‌ها انتخاب گردید تا نماینده جمعیت مورد مطالعه باشند. پیش از شروع فرآیند جمع‌آوری داده‌ها نیز، رضایت آگاهانه از دانش‌آموزان و والدین به صورت دو مرحله‌ای اخذ شد.

ابتداء والدین فرم رضایت‌نامه کتبی را دریافت کرده و پس از مطالعه، موافقت خود را با مشارکت فرزندانشان اعلام کردند. سپس در جلسه توجیهی در کلاس روند پژوهش، ناشناس ماندن پاسخ‌ها و اختیار کامل در مشارکت برای دانش‌آموزان توضیح داده شد و رضایت آگاهانه نیز از آنان دریافت شد. پس از هماهنگی با مدیران مدارس منتخب، پژوهش‌گر هدف پژوهش را برای دانش‌آموزان توضیح داد. پرسش‌نامه‌ها در محیط مدرسه و به صورت گروهی، با حضور مستقیم پژوهش‌گر در شیفت صبح تکمیل و در همان جلسه جمع‌آوری گردید. فرآیند جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از ابزارهای زیر انجام گرفت.

پرسش‌نامه اطلاعات جمعیت‌شناختی: این پرسش‌نامه ابزار محقق ساخته است که اطلاعات جمعیت شناختی سن، جنسیت و پایه تحصیلی را جمع‌آوری می‌کند.

مقیاس اعتیاد به بازی دیجیتالی (Digital Game Addiction Scale; DGAS): مقیاس اعتیاد به بازی دیجیتالی یک ابزار محقق ساخته توسط Matinfar و همکاران در سال ۱۳۹۶ طراحی شده است. این پرسش‌نامه دارای ۳۶ سؤال و ۸ مؤلفه شامل پیامدهای منفی (بدکارکردی تحصیلی/اجتماعی، تغییر سبک زندگی، کاهش فعالیت بدنی، بی توجهی به سلامتی و اجتناب از پرداختن به فعالیت‌های مهم زندگی)، خودکنترلی (تلاش‌های ناموفق برای کنترل شرکت در بازی، ناتوانی در کنترل استفاده افراطی از بازی)، تحمل (نیاز به صرف مقادیر فزایندهای از زمان جهت پرداختن به بازی)، سبک‌های مقابله‌ای (پرداختن به رفتارهای اعتیادی به عنوان راهی برای گریز از مشکلات یا رهایی از خلق بیقرار)، تحریک‌پذیری (بروز علائم محرومیت در صورت حذف بازی اینترنتی که به طور معمول به صورت تحریکپذیری، اضطراب یا

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

غمگینی توصیف می‌شوند)، اشتغال ذهنی (فرد به بازی‌های قبلی فکر می‌کند یا به پیش‌بینی بازی بعدی می‌پردازد)، ازدست دادن علاقه به سایر سرگرمی‌ها (فقدان علاقه‌مندی به سرگرمی‌ها و تفریحات قبلی) و غرقه شدن (احساس غوطه‌وری و غرقه‌شدن در دنیای بازی) می‌باشد. گویه های این پرسش‌نامه با استفاده از از مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از ۱(برای کاملاً مخالفم) تا ۶ (برای کاملاً موافقم) مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. دامنه نمره کل از ۳۶ تا ۲۱۶ است که نمرات بالا نشان دهنده اعتیاد به بازی بیشتر و نمرات کمتر نشانه اعتیاد به بازی کمتر است. سازندگان این مقیاس اعتبار آن را به روش همسازی درونی و با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش نموده‌اند (۲۱). در پژوهش حاضر، پایایی پرسش‌نامه با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که مقدار آن برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۱ و برای مؤلفه‌های پیامدهای منفی (۰/۸۸)، خودکنترلی (۰/۸۹)، تحمل (۰/۸۷)، سبک‌های مقابله‌ای (۰/۹۱)، تحریک‌پذیری (۰/۸۸)، اشتغال ذهنی (۰/۸۷)، ازدست دادن علاقه به سایر سرگرمی‌ها (۰/۹۰) و غرقه شدن (۰/۹۳) بود.

مقیاس پریشانی روان‌شناختی (Depression Anxiety Stress Scales; DASS-21): این مقیاس دارای ۲۱ گویه با طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (هیچ، کمی، گاهی، همیشه) است که توسط Lovibond و Lovibond در سال ۱۹۹۵ ساخته شده است. این مقیاس شامل سه مؤلفه افسردگی (۳، ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۶، ۱۷، ۲۱)، اضطراب (۲، ۴، ۷، ۹، ۱۵، ۱۹، ۲۰) و استرس (۱، ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۴، ۱۸) است. دامنه نمرات هر مؤلفه از ۰ تا ۲۱ است که نمره بالاتر در این مقیاس بیانگر علائم شدیدتر است. Lovibond و Lovibond این پرسش‌نامه را در یک نمونه غیربالینی اجرا کردند و ضریب آلفای کرونباخ برای سه خرده مقیاس در اضطراب، استرس و افسردگی به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۴ و ۰/۹۰ به‌دست آوردند (۲۲).

Ameri و Najafi همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس به‌ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۸ و ۰/۸۳ و برای مقیاس پریشانی روان‌شناختی ۰/۹۱ گزارش نمودند (۲۳). در پژوهش حاضر، پایایی پرسش‌نامه با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که مقدار آن برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۰ و برای مؤلفه‌های افسردگی (۰/۸۶)، اضطراب (۰/۸۴) و استرس (۰/۸۹) بود.

پرسش‌نامه اجتناب تجربی (Acceptance and Action Questionnaire; AAQ-II): این پرسش‌نامه توسط Bond و همکاران در سال ۲۰۱۱ به عنوان ابزاری جهت سنجش پذیرش، اجتناب تجربی و انعطاف‌پذیری روانی طراحی شده است. دارای ۷ گویه است و پاسخ به هر سؤال براساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملاً مخالف (نمره یک) تا کاملاً موافق (نمره هفت) مشخص می‌گردد که نمره‌های بالاتر در این پرسش‌نامه نشانگر انعطاف‌پذیری کمتر و اجتناب تجربی بیشتر است و دارای ساختار تک عاملی است. Bond و همکاران پایایی آزمون را از طریق روش بازآزمایی طی دوره ۳ و ۱۲ ماهه به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۷۹ گزارش داده‌اند (۲۴). Ameri و Najafi آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند (۲۳). در پژوهش حاضر، پایایی پرسش‌نامه با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که مقدار آن برای کل پرسش نامه ۰/۸۹ بود.

به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۷ و AMOS نسخه ۲۴ استفاده شد و داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی Pearson) و مدل‌یابی معادلات ساختاری (Structural Equations Modeling; SEM) تحلیل شد. سطح معناداری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

نتایج

در این مطالعه ۳۱۴ نفر از نوجوانان با میانگین و انحراف معیار سنی ۰/۸۶ ± ۱۷/۲۷ سال در طیف سنی ۱۵ تا ۱۸ سال مورد بررسی قرار گرفت. تعداد ۱۳۱ نفر (۴۱/۷ درصد) از شرکت‌کنندگان دختر و ۱۸۳ نفر (۵۸/۳ درصد) از شرکت‌کنندگان پسر بودند و ۸۵ نفر (۲۷/۱ درصد) از آنان در پایه دهم، ۶۰ نفر (۱۹/۱ درصد) در پایه یازدهم و ۱۶۹ نفر (۵۳/۸ درصد) در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند.

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش حاضر شامل میانگین و انحراف استاندارد در جدول ۱ گزارش شده است. با توجه به نتایج ماتریس همبستگی، بین پریشانی روان‌شناختی و اجتناب تجربی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان رابطه مثبت و معنادار وجود داشت (P<۰/۰۰۱). هم‌چنین، بین پریشانی روان‌شناختی با اجتناب تجربی رابطه مثبت و معنادار وجود داشت (P<۰/۰۰۱).

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی و همبستگی متغیرهای پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ (n=۳۱۴)

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	بیشینه- کمینه	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- استرس	۹/۶۶	۴/۴۱	۰-۲۱	۱					
۲- اضطراب	۸/۹۷	۴/۰۴.	۰-۲۱	۰/۵۹**	۱				
۳- افسردگی	۸/۶۳	۴/۲۵	۰-۲۱	۰/۶۰**	۰/۷۱**	۱			
۴- پریشانی روان‌شناختی	۲۷/۲۷	۱۱/۰۷	۳-۶۳	۰/۸۴**	۰/۸۷**	۰/۸۸**	۱		
۵- اجتناب تجربی	۱۵/۹۷	۹/۰۴	۷-۴۸	۰/۳۵**	۰/۱۵**	۰/۲۱**	۰/۲۸**	۱	
۶- اختلال اعتیاد به بازی	۹۶/۱۴	۲۳/۷۸	۵۴-۱۵۸	۰/۵۲**	۰/۲۸**	۰/۳۶**	۰/۴۵**	۰/۵۵**	۱

***** ضریب همبستگی Pearson، P<۰/۰۱***

در پژوهش حاضر، برای بررسی برازش روابط، از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد و پیش از آن، پیش‌فرض‌های آماری ارزیابی گردید. نرمال بودن تک‌متغیره با شاخص‌های کجی و کشیدگی تأیید شد (دامنه ۲±)، و نرمال بودن چندمتغیره با ضریب کشیدگی استاندارد Mardia (۴/۳۸) و نسبت بحرانی (۱/۹۹) بررسی شد که هر دو کمتر از ۵ و نشان‌دهنده برقراری پیش‌فرض بودند (۲۵). داده‌های پرت با شاخص Mahalanobis شناسایی (۲۶) و شش مورد حذف شد. پیش‌فرض عدم هم‌خطی چندگانه با شاخص‌های تحمل و عامل تورم واریانس بررسی شد و هیچ تخطی مشاهده نشد. جزئیات آماری متغیرها شامل پریشانی روان‌شناختی دارای کجی برابر با ۱/۱۳، کشیدگی ۰/۶۰، شاخص تحمل ۰/۹۲ و عامل تورم واریانس برابر با ۱/۰۸ بود؛ اجتناب تجربی دارای کجی ۱/۴۶، کشیدگی ۰/۸۹، شاخص تحمل ۰/۹۲ و عامل تورم واریانس برابر با ۱/۰۸ بود؛ و اختلال اعتیاد به بازی دارای کجی ۰/۴۴ و کشیدگی ۰/۶۰- بود. بنابراین، پیش‌فرض‌های آماری برقرار بوده و مدل معادلات ساختاری روش مناسبی برای ارزیابی برازش مدل است (۲۵).

پیش از بررسی ضرایب ساختاری، برازندگی مدل پیشنهادی مورد ارزیابی قرار گرفت. شاخص‌های برازش مدل در جدول ۲ گزارش شده است. به طور کلی، یک مدل مناسب باید دارای مقدار خی‌دو (Chi-square test) غیرمعنادار و خی‌دو نسبت به درجه آزادی (χ^2/df) کمتر از ۳ باشد. همچنین، شاخص نیکویی برازش

CCBY-NC.4.0 DEED

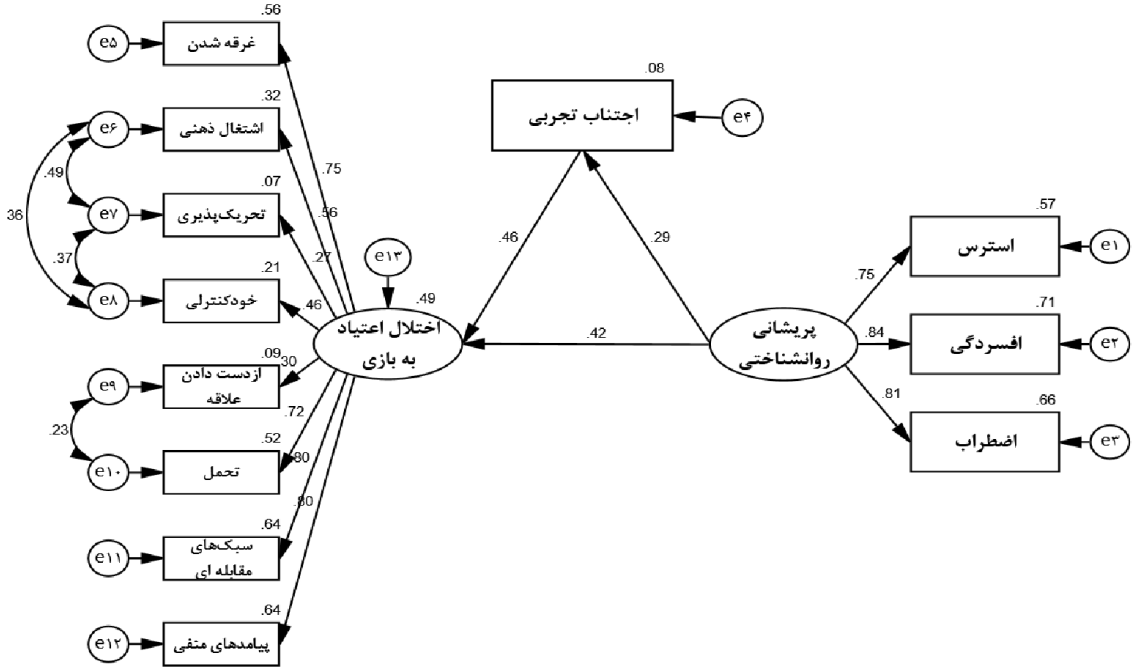
[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]
[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

(Goodness of Fit Index; GFI)، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته (Adjusted Goodness of Fit Index; AGFI)، شاخص برازش تطبیقی (Comparative Fit Index; CFI) و شاخص برازندگی هنجار شده (Normed Fit Index; NFI) مقادیری بالاتر از ۰/۹۰ داشته باشند. علاوه بر این، شاخص برازش افزایشی (Incremental Fit Index; IFI) نیز مقادیری بالاتر از ۰/۹۰ را بیان می‌کند. مهمترین معیار برازش مدل، شاخص ریشه میانگین مجذورات خطای تقریب (Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA) است که مقادیر کمتر از ۰/۰۸ بیان گر برازش مطلوب مدل بوده و نسبت به حجم نمونه حساسیت کمتری دارد (۲۷). طبق نتایج جدول ۲، شاخص‌های برازش (CFI=۰/۹۳، GFI=۰/۹۰، NFI=۰/۹۰، IFI=۰/۹۳ و RMSEA=۰/۰۷۶) حاکی از برازش خوب مدل پیشنهادی با داده‌ها است (۲۷).

جدول ۲- شاخص‌های برازش مدل پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ (n=۳۱۴)

شاخص برازندگی	χ^2/df	CFI	NFI	GFI	AGFI	IFI	RMSEA	PCLOSE
سطح قابل قبول (۲۷)	۵>	۰/۹۰<	۰/۹۰<	۰/۹۰<	۰/۹۰<	۰/۹۰<	۰/۰۸>	۰/۰۵<
پیشنهادی	۳/۲۹۵	۰/۹۳۰	۰/۹۰۴	۰/۹۰۴	۰/۹۱۰	۰/۹۳۱	۰/۰۷۶	۰/۱۲۴
نتیجه	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید

هم‌چنین، شاخص R^2 نشان‌دهنده واریانس تبیین شده متغیرهای درونزا می‌باشد؛ ضریب تعیین متغیر اختلال اعتیاد به بازی ۰/۴۱ بود که نشان می‌دهد پریشانی روان‌شناختی و اجتناب تجربی ۴۱ درصد از تغییرات اختلال اعتیاد به بازی را پیش‌بینی می‌کنند و این میزان در حد متوسط قرار دارد. نمودار ۲ الگوی پیشنهادی پژوهش را نمایش می‌دهد.



نمودار ۲- ضرایب استاندارد مدل پیشنهادی بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ (n=۳۱۴)

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]
[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

ضرایب استاندارد کلیه مسیرها و مقادیر بحرانی در مدل آزمون شده در جدول ۳ قابل مشاهده است. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، پریشانی روان‌شناختی (β=۰/۴۱، P<۰/۰۱) و اجتناب تجربی (β=۰/۴۵، P<۰/۰۱) بر اختلال اعتیاد به بازی اثر مثبت و معناداری دارد. هم‌چنین نتایج نشان داد، پریشانی روان‌شناختی بر اجتناب تجربی اثر مثبت و معناداری داشت (β=۰/۲۸، P<۰/۰۱).

جدول ۳- ضرایب استاندارد مسیرهای الگوی پیشنهادی بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ (n=۳۱۴)

مسیر	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	خطای معیار	نسبت بحرانی	مقدار P
پریشانی روان‌شناختی ---> اختلال اعتیاد به بازی	۰/۱۱۷	۰/۴۱۶	۰/۰۲۸	۴/۱۷۲	<۰/۰۰۱
اجتناب تجربی ---> اختلال اعتیاد به بازی	۰/۰۴۷	۰/۴۵۸	۰/۰۱۱	۴/۴۷۳	<۰/۰۰۱
پریشانی روان‌شناختی ---> اجتناب تجربی	۰/۷۷۷	۰/۲۸۶	۰/۱۶۶	۴/۶۹۶	<۰/۰۰۱

در ادامه، نتایج حاصل از روابط واسطه‌ای با استفاده از آزمون بوت استرپ (Bootstrap) به جهت آزمودن مسیر واسطه‌ای در جدول ۴ نشان داده شده است. نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که اثر غیرمستقیم پریشانی روان‌شناختی بر اختلال اعتیاد به بازی از طریق اجتناب تجربی برابر ۰/۱۳۱ به‌دست آمد که از لحاظ آماری معنادار بود (β=۰/۱۳، P<۰/۰۱) و اجتناب تجربی به‌صورت جزئی و نه کامل قادر به میانجی‌گری بین متغیرهای پیش‌بین با ملاک؛ یعنی بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی بود و اثر کل پریشانی روان‌شناختی بر اختلال اعتیاد به بازی نیز معنادار بود (β=۰/۵۴، P<۰/۰۱).

جدول ٤- نتایج بوت استرپ برای مسیر غیر مستقیم الگوی پیشنهادی بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ (n=۳۱۴)

مسیر	اثر غیرمستقیم	خطا	حد پایین	حد بالا	مقدار P
پریشانی روان‌شناختی به اختلال اعتیاد به بازی از طریق اجتناب تجربی	۰/۱۳۱	۰/۰۳۱	۰/۰۷۵	۰/۲۰۱	<۰/۰۰۱

بحث

پژوهش حاضر به بررسی نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در رابطه بین پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان پرداخت. اولین یافته پژوهش نشان داد بین پریشانی روانشناختی و اختلال اعتیاد به بازی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد که با پژوهش‌های سایر پژوهش‌گران همسو می‌باشد (۱۴-۱۰). براین اساس، پریشانی روان‌شناختی می‌تواند از طریق ایجاد ناراحتی و آشفتگی، فرد را به سمت رفتارهای جایگزین مانند بازی سوق دهد. بازی‌های دیجیتال با ایجاد تجربه‌های لذت‌بخش و تحریک سیستم پاداش مغزی، می‌توانند به‌عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای ناسازگار برای فرار از پریشانی عمل کنند (۱۲). هم‌چنین، پریشانی روان‌شناختی می‌تواند از طریق تأثیر بر عملکرد اجرایی و کاهش کنترل خود، توانایی فرد در کنترل رفتارهای بازی را کاهش دهد (۱۱). افزون براین، در نوجوانانی که مهارت‌های مقابله‌ای سازگارانه کمتری دارند، احتمال استفاده از بازی به‌عنوان راهی برای تنظیم هیجانی بیشتر است (۱۴). نظریه آسیب‌پذیری شناختی بیان می‌کند که پریشانی روانی باعث ایجاد سوگیری‌های منفی در پردازش اطلاعات می‌شود. فردی که تحت استرس و اضطراب شدید است، محیط واقعی را ناامن و غیرقابل کنترل

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]
[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

تفسیر می‌کند. از این رو، هرچه سطح پریشانی روانی (شامل اضطراب اجتماعی و افسردگی) بالاتر باشد، احتمال این‌که فرد به بازی به عنوان تنها فضای امن نگاه کند، بیشتر می‌شود (۱۰)؛ بنابراین، در تبیین نهایی باید گفت که هرچه سطح پریشانی بالاتر باشد، نوجوان به دلیل اجتناب از مواجهه با واقعیت، بیشتر به سمت ساختارهای پاداش‌دهنده بازی کشیده می‌شود تا جایی که واقعیت مجازی جایگزین واقعیت زیست‌شناختی و اجتماعی او می‌گردد.

هم‌چنین، یافته بعدی این پژوهش مبنی بر وجود رابطه مستقیم و معنادار بین اجتناب تجربی با اختلال اعتیاد به بازی، با نتایج سایر مطالعات هم‌راستا است (۱۹-۱۷). در تبیین این یافته می‌توان گفت، در میان نوجوانان، که به لحاظ رشدی در مرحله‌ای حساس از شکل‌گیری هویت و مواجهه با فشارهای اجتماعی قرار دارند، اجتناب تجربی به عنوان یک راهبرد مقابله‌ای ناسازگارانه عمل می‌کند. زمانی که نوجوان با دنیای واقعی و چالش‌های آن روبه‌رو می‌شود، به جای پذیرش و پردازش این هیجانات، به دنبال راهی برای بی‌حس‌سازی خود می‌گردد. در این مرحله، بازی‌های آنلاین نه به عنوان یک سرگرمی، بلکه به عنوان یک محیط اجتنابی ظاهر می‌شوند (۱۷). نقش اجتناب تجربی در اعتیاد به بازی از طریق مکانیسم تقویت منفی عمل می‌کند. زمانی که فرد با یک هیجان دشوار روبه‌رو می‌شود، ورود به دنیای بازی باعث می‌شود که توجه او توسط محرک‌های دیداری و شنیداری جذب بازی شود. این درگیری ذهنی شدید، منجر به کاهش آنی سطح رنج روانی می‌شود (۱۸). این کاهش درد، به صورت یک تقویت‌کننده عمل کرده و مغز یاد می‌گیرد که در مواجهه با هرگونه تنش، بازی را به عنوان موثرترین راه حل برگزیند (۲۸)؛ بنابراین، اجتناب تجربی نه تنها شروع‌کننده اعتیاد به بازی، بلکه عامل اصلی پایداری و عود آن در درازمدت محسوب می‌شود.

یافته‌ها هم‌چنین نشان داد که اجتناب تجربی اثر مستقیم بر پریشانی روان‌شناختی دارد. این یافته با نتایج پژوهش (۲۳) مطابقت داشت. طبق مطالعات، پریشانی روان‌شناختی باعث افزایش فعالیت سیستم عصبی سمپاتیک و ایجاد حالت برانگیختگی ناخوشایند می‌شود که فرد را به سمت رفتارهای اجتنابی سوق می‌دهد (۱۸). هم‌چنین، پریشانی می‌تواند سوگیری شناختی ایجاد کند که در آن فرد تمام توجه خود را معطوف به کاهش ناراحتی می‌کند و از این رو به اجتناب روی می‌آورد (۲۳) و کمبود مهارت‌های تنظیم هیجانی سازگارانه در نوجوانان می‌تواند آن‌ها را مستعدتر به استفاده از اجتناب به‌عنوان راهبرد مقابله‌ای کند (۱۶).

هم‌چنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اجتناب تجربی نقش میانجی در رابطه میان پریشانی روان‌شناختی و اختلال اعتیاد به بازی ایفاء می‌کنند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که نوجوانان با پریشانی روان‌شناختی بالا، برای اجتناب از افکار و احساسات ناخوشایند، به بازی روی می‌آورند. بازی به آن‌ها امکان می‌دهد که از پریشانی فاصله بگیرند و در دنیای مجازی غرق شوند. این اجتناب موقتی می‌تواند به‌عنوان یک تقویت‌کننده منفی عمل کند؛ یعنی فرد با کاهش پریشانی در کوتاه‌مدت، به این رفتار ادامه می‌دهد، اما در بلندمدت این رفتار به اعتیاد و تشدید پریشانی می‌انجامد. به عبارت دیگر، اجتناب تجربی یک چرخه معیوب ایجاد می‌کند که در آن فرد برای فرار از پریشانی به بازی پناه می‌برد، اما این فرار باعث کاهش مهارت‌های مقابله‌ای و افزایش وابستگی به بازی می‌شود. در تبیین دیگر می‌توان بیان داشت که نوجوانان ممکن است از بازی به‌عنوان ابزاری برای فرار از پریشانی روان شناختی استفاده کنند (۱۳). آن‌ها با غرق شدن در دنیای مجازی بازی، از مواجهه با افکار و احساسات ناخوشایند اجتناب می‌کنند، اما این راهبرد در کوتاه‌مدت ممکن است تسکین موقتی ایجاد کند،

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

در حالی‌که در بلندمدت به اعتیاد و تشدید پریشانی می‌انجامد (۱۷). هم‌چنین، تبیین این فرضیه بر اساس مدل‌های تعاملی نشان می‌دهد که پریشانی روان‌شناختی و اجتناب تجربی در یک چرخه بازگشتی منجر به اختلال اعتیاد به بازی می‌شوند. پریشانی بالا منجر به تمایل بیشتر برای اجتناب شده و اجتناب تجربی از طریق بازی، باعث انزوای اجتماعی، افت تحصیلی و تخریب روابط بین‌فردی در دنیای واقعی می‌گردد. این پیامدها خود به نوبه خود، سطح پریشانی و استرس نوجوان را افزایش داده و نیاز به اجتناب از طریق بازی را تشدید می‌کنند. با جمع‌بندی نتایج پژوهش حاضر می‌توان گفت که ترکیبی از پریشانی روان‌شناختی و اجتناب تجربی می‌تواند افراد آسیب دیده را به استفاده افراطی از بازی اینترنت به عنوان یک بهبود دهنده خلق و خوی ناسازگار و یا یک راهبرد برای غلبه بر رویدادهای منفی زندگی سوق دهد. بنابراین، نتایج نشان‌دهنده یک مدل است که در آن، پریشانی به عنوان محرک اولیه و اجتناب تجربی به عنوان سازوکار تداوم‌بخش عمل کرده و در نهایت منجر به گسست پیوند فرد با واقعیت و تثبیت رفتارهای اعتیادگونه می‌گردد.

پژوهش حاضر دارای چند محدودیت است. نخست، استفاده از طرح مقطعی اجازه استنتاج علی را نمی‌دهد. هرچند مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد، اما برای تأیید روابط علی بهتر است از طرح‌های طولی استفاده شود. دوم، نمونه‌گیری فقط از شهر تهران انجام شد و تعمیم‌پذیری نتایج به سایر شهرها و باید با احتیاط صورت گیرد. سوم، استفاده از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی ممکن است با خطای روش‌شناختی همراه باشد. چهارم، متغیرهای مداخله‌گر مانند حمایت اجتماعی، ویژگی‌های خانوادگی و شخصیت در پژوهش حاضر بررسی نشدند. همچنین بررسی مدل حاضر در سایر گروه‌های سنی و فرهنگی و نیز در نمونه‌های بالینی به تعمیم‌پذیری یافته‌ها کمک می‌کند. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود متغیرهایی مانند حمایت اجتماعی و سبک‌های تنظیم هیجانی به‌عنوان تعدیل‌گر در این مدل وارد شوند. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد به بازی در مدارس بر آموزش مهارت‌های تنظیم هیجانی و کاهش اجتناب تجربی متمرکز شوند. متخصصان سلامت روان در طراحی مداخلات درمانی برای اعتیاد به بازی، باید به نقش اجتناب تجربی توجه ویژه‌ای داشته باشند. با توجه به شیوع بالای اعتیاد به بازی در نوجوانان، ضرورت دارد که سیاست‌گذاران حوزه سلامت برنامه‌های جامعی برای پیشگیری و درمان این اختلال طراحی کنند.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که پریشانی روان‌شناختی با اختلال اعتیاد به بازی در نوجوانان رابطه مثبت و معنادار دارد و اجتناب تجربی به‌عنوان میانجی در این رابطه عمل می‌کند. به عبارت دیگر، پریشانی روان‌شناختی نه‌تنها به‌طور مستقیم، بلکه از طریق افزایش اجتناب تجربی نیز می‌تواند خطر اعتیاد به بازی را در نوجوانان افزایش دهد. این یافته‌ها با نظریه پذیرش و تعهد همخوانی دارد و نشان می‌دهد که نوجوانان با پریشانی روانی بالا، برای فرار از احساسات ناخوشایند، به بازی پناه می‌برند که این رفتار در بلندمدت به اعتیاد منجر می‌شود. بنابراین، مداخلات پیشگیرانه و درمانی باید بر کاهش پریشانی روان‌شناختی و افزایش پذیرش تجربی تمرکز کنند.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد در دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی است. نویسندگان صمیمانه از تمامی شرکت‌کنندگان که با حمایت ارزشمند خود زمینه اجرای این پژوهش را فراهم کردند، قدردانی می‌کنند.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

تعارض منافع: مطابق با اظهارات نویسندگان، این مطالعه فاقد هرگونه تعارض منافع است.

حامی مالی: این پژوهش از هیچ منبع مالی یا حمایتی بهره‌مند نبوده است.

ملاحظات اخلاقی (کد اخلاق): این پژوهش با کد اخلاق IR.IAU.CTB.REC.1404.229 در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی تصویب شده است.

مشارکت نویسندگان

- **طراحی ایده:** شیدا قربانی، مرضیه پورصالحی نویده
- **روش کار:** شیدا قربانی، مرضیه پورصالحی نویده
- **جمع‌آوری داده‌ها:** شیدا قربانی
- **تجزیه و تحلیل داده‌ها:** شیدا قربانی
- **نظارت:** مرضیه پورصالحی نویده
- **مدیریت پروژه:** مرضیه پورصالحی نویده
- **نگارش-پیش‌نویس اصلی:** شیدا قربانی
- **نگارش-بررسی و ویرایش:** شیدا قربانی، مرضیه پورصالحی نویده

References

1. Xie Y, Tang L. The symptom network of internet gaming addiction, depression, and anxiety among children and adolescents. *Scientific Reports* 2024; 14(1): 29732.

2. Sharma R, Weinstein AM. Recent treatment and novel imaging studies evaluating treatment of internet gaming disorder: A narrative review. *Frontiers in Psychiatry* 2024; 15: 1408560.

3. WHO. International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics (11th Revision). 2018.

4. Pan Y, Motevalli S, Yu L. The relationship between game addiction and aggression among adolescents with mediating role of narcissism and self-control. *Iranian Journal of Psychiatry* 2024; 19(3): 274.

5. Akçakese A, Demirel M. Recreational awareness prevents digital game addiction associated with social exclusion in adolescents. *World Leisure Journal* 2025; 67(1): 54-73.

6. Falcione K, Weber R. Psychopathology and Gaming Disorder in Adolescents. *JAMA Network Open* 2025; 8(7): e2528532.

7. Caba-Machado V, Díaz-López A, Machimbarrena JM, Gonzalez-Cabrera J. Fear of missing out, gaming disorder and internet gaming disorder: Systematic review. *Current Addiction Reports* 2024; 11(6): 1006-15.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

8. Bayanfar F, Khatami SMH, Halakouyi Filabadi Z, Rajaee Manesh AR. Model testing of internet gaming addiction based on academic performance decline, concentration skills and aggressive behaviors with mediation of family life events and changes. *Family Psychology* 2021; 8(2): 39-56.

9. Niazi M, Shafaei Moghadam E, Hassanzadeh Z. Relationship between computer game addiction and adolescent loneliness; case study of male middle school students in Kashan in 2016. *Cultural Research in Iran* 2019; 12(1(45)): 85-108.

10. Deng X, Hu YB, Liu CY, Li Q, Yang N, Zhang QY, et al. Psychological distress and aggression among adolescents with internet gaming disorder symptoms. *Psychiatry Research* 2024; 331: 115624.

11. Cheng Y, Jiang S, Chen J. Academic expectation stress and online gaming disorder among Chinese adolescents: The mediating role of psychological distress and the moderating role of stress mindset. *Children and Youth Services Review* 2024; 158: 107492.

12. Ameri N, Jamali S. The Effectiveness of Self-Compassion-Based Mindfulness Training on Psychological Distress and Craving in Stimulant-Dependent People. *Etiad Pajohi* 2024; 17(70): 107-28. [Farsi]

13. Xie Y, Tang L. The symptom network of internet gaming addiction, depression, and anxiety among children and adolescents. *Scientific Reports* 2024; 14(1): 29732.

14. She R, Lin J, Wong KM, Yang X. Cognitive-behavioral statuses in depression and internet gaming disorder of adolescents: A transdiagnostic approach. *Plos One* 2024; 19(7): e0304715.

15. Ameri N, Najafi M. Structural relationships of emotional inadequacy and tendency to risky behaviors in adolescents: the mediating role of psychological flexibility. *Journal of Psychology* 2024; 2(28): 142-51. [Farsi]

16. Kabakcı B, Traş Z. The Roles of Internet Addiction and Cyberbullying Sensitivity for Prediction of University Students' Psychological Inflexibility. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi* 2024; 6(1): 30-42.

17. Wang J, Tang L, Liu Y, Wu X, Zhou Z, Zhu S. Physical activity moderates the mediating role of depression between experiential avoidance and Internet addiction. *Scientific Reports* 2025; 15(1): 20704.

18. Yi Z, Wang W, Wang N, Liu Y. The relationship between empirical avoidance, anxiety, difficulty describing feelings and internet addiction among

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

college students: A moderated mediation model. *The Journal of Genetic Psychology* 2025; 1-17.

19. Alkal A. The Role of Psychological Flexibility and Emotion Regulation in the Relationship between Smartphone Addiction and Psychological Wellbeing in Adolescents: Three-Wave Longitudinal Serial Mediation Study. 2025.

20. Habibi A, Kolahi B. Structural equation modeling and factor analysis. 2nd ed. Tehran: Jahad Daneshgahi; 2022; 69-71.

21. Matinfar AR, Yadollahi S, Poursalehi Navideh M. Construction and normalization of digital game addiction scale. Completed project approved by Cyberspace Organization (Shadow of Hope Research Team). 2017.

22. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. Behaviour research and therapy 1995; 33(3): 335-43.

23. Ameri N, Najafi M. The mediating role of psychological distress (stress, anxiety, and depression) in the relationship between experiential avoidance and obsessive-compulsive symptoms. *Psychol Stud* 2021; 17(4): 11-31. [Farsi]

24. Bond FW, Hayes SC, Baer RA, Carpenter KM, Guenole N, Orcutt HK, et al. Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy* 2011; 42(4): 676-88.

25. Blunch NJ. Introduction to structural equation modeling using IBM SPSS Statistics and EQS. London: SAGE Publications Ltd; 2015: 360.

26. Holmes TH, Rahe RH. The Social Readjustment Rating Scale. J Psychosom Res 1967; 11(2): 213-8.

27. Sanjari S, Tavan A, Abbasi H, Salajegheh A, Mohammadi Soliemani MR. Development and Psychometric Evaluation of the Tehran Adolescent Aggression Scale: A Mixed-Methods Study. *Iran J Psychiatry Behav Sci* 2025; 619(4): e153646.

28. Xu X, Cao M, Chen Q, Xu F, Zhou Z. Escape the uncertainty by internet gaming: A serial mediation model of intolerance of uncertainty and internet gaming disorder. *Personality and Individual Differences* 2025; 233: 112917.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]

CCBY-NC.4.0 DEED

The Mediating Role of Experiential Avoidance in the Relationship between Psychological Distress and Game Addiction Disorder in Adolescents: A Descriptive Study

Sheida Ghorbani[1], Marzieh Poursalehi Navideh[2]

Received: 04/04/26 Sent for Revision: 03/05/26 Received Revised Manuscript: 13/06/26 Accepted: 14/06/26

Background and Objectives: Digital gaming addiction is one of the mental health challenges in adolescents, and psychological distress has been identified as its underlying factor. This study aimed to determine the mediating role of experiential avoidance in the relationship between psychological distress and gaming addiction disorder in adolescents.

Materials and Methods: This is a descriptive-correlational study using structural equation modeling. The statistical population of the study consisted of senior high school students in public schools in Tehran in the academic year 2025-2026; of them, 314 students were selected using multistage cluster random sampling. The main data collection instruments included the Psychological Distress Scale (Lovibond & Lovibond, 1995), the Experiential Avoidance Questionnaire (Bond et al., 2011), and the Digital Game Addiction Scale (Matinfar et al., 2017). Data were analyzed using Pearson's correlation and structural equation modeling.

Results: The findings indicated that psychological distress had a significant positive effect on game addiction disorder (β=0.41, $p<0.01$). Also, experiential avoidance was a significant predictor of game addiction disorder (β=0.45, $p<0.01$). Furthermore, a significant positive relationship was observed between psychological distress and experiential avoidance (β=0.28, $p<0.01$). The results indicated a significant indirect effect of psychological distress on gaming addiction disorder through experiential avoidance (β=0.13, $p<0.01$) and a significant total effect of psychological distress on this disorder (β=0.54, $p<0.01$) among adolescents.

Conclusion: The findings indicated the mediating role of experiential avoidance in the relationship between psychological distress and gaming addiction. Accordingly, screening programs and interventions based on psychological resilience are suggested in schools.

Keywords: Game addiction disorder, Experiential avoidance, Psychological distress, Adolescents

Funding: This study did not receive any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical considerations: The Ethics Committee of Islamic Azad University, Tehran Central Branch, approved the study (IR.IAU.CTB.REC.1404.229).

Authors' contributions:

- **Conceptualization:** Marzieh Poursalehi Navideh, Sheida Ghorbani
- **Methodology:** Marzieh Poursalehi Navideh, Sheida Ghorbani
- **Data collection:** Sheida Ghorbani
- **Formal analysis:** Sheida Ghorbani
- **Supervision:** Marzieh Poursalehi Navideh
- **Project administration:** Marzieh Poursalehi Navideh
- **Writing – original draft:** Sheida Ghorbani
- **Writing – review & editing:** Marzieh Poursalehi Navideh, Sheida Ghorbani
- **Writing - review and editing:** Marzieh Poursalehi Navideh, Sheida Ghorbani

Citation: Ghorbani Sh, Poursalehi Navideh M. The Mediating Role of Experiential Avoidance in the Relationship between Psychological Distress and Game Addiction Disorder in Adolescents: A Descriptive Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2026; 25 (3): 239-52. doi: 10.66224/jrums.25.3.239. [Farsi].

1- MA Student, Dept. of Clinical Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2- PhD, Dept. of Clinical Psychology, Tehran East Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran, ORCID: 0000-0001-5296-9778

(Corresponding Author) Tel: 09365863987, E-mail: Marzieh.Poursalehy@iau.ac.ir

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-07]

[DOI: doi: 10.66224/jrums.25.3.239]