

## بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین

الهه دروگر<sup>۱\*</sup>، علی فتحی آشتیانی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۶/۱۱/۱۵

تاریخ پذیرش: ۹۷/۰۲/۱۵

### چکیده

هدف از این پژوهش تعیین ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین (MOG) است. روش پژوهش حاضر در زمره پژوهش‌های غیر آزمایشی است که در چارچوب یک طرح تحقیق توصیفی-تحلیلی انجام گرفته است. جامعه آماری پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مشهد بودند که در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ به تحصیل اشتغال داشتند. و از بین آنها تعداد ۲۵۱ نفر به عنوان نمونه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده بودند. برای بررسی اعتبار این مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ و برای تعیین روایی آن، از روش تحلیل عاملی تاییدی و رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد. تحلیل عاملی تاییدی وجود سه عامل اصلی شامل فراشناخت منفی راجع به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین، فراشناخت منفی راجع به خطرات بازی آنلاین و فراشناخت مثبت راجع به سودمندی بازی‌های آنلاین را مورد تأیید قرارداد. ضریب آلفای کرونباخ برای فراشناخت مثبت. ۰/۸۹ و برای فراشناخت منفی راجع به غیرقابل کنترل بودن بازی آنلاین ۰/۸۴ برای فراشناخت منفی مربوط به خطرات بازی‌های آنلاین ۰/۷۷ و برای کل آزمون ۰/۸۵ به دست آمد. نتایج تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که مدل سه عاملی برای این پرسشنامه از برازش قابل قبولی برخوردار است. همچنین تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد که مقیاس بازی‌های آنلاین از روایی پیش‌بین قابل قبول برای پیش‌بینی نمره اعتیاد به اینترنت برخوردار است. با توجه به میزان روایی و اعتبار

۱. \* دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علم و فرهنگ، تهران،

ایران. edrogar77@gmail.com

۲. استاد مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج) و گروه روانشناسی بالینی دانشگاه علم و فرهنگ، تهران، ایران.

مشاهده شده در این پژوهش مقیاس بازی‌های آنلاین ابزاری است که می‌تواند برای سنجش فراشناخت‌های مربوط به بازی‌های آنلاین مورد استفاده در مانگران، محققین و دست‌اندرکاران آموزش و پژوهش قرار بگیرد.

**واژگان کلیدی:** فراشناخت مثبت، فراشناخت منفی، غیرقابل‌کنترل بودن، خطرناک بودن، بازی‌های آنلاین، اعتماد به اینترنت

### مقدمه

فراشناخت را می‌توان چنین تعریف کرد، دانش و باور ثابت در مورد نظام شناختی خود فرد و دانش راجع به عواملی که عملکرد سیستم، تنظیم و آگاهی از حالت شناختی فعلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ولز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). نظریه پردازان این حیطه بر این عقیده‌اند که بین دو بعد از فراشناخت تمایز وجود دارد؛ یکی دانش راجع به شناخت و دیگری تنظیم شناخت که شامل برنامه‌ریزی، ارزیابی، نظارت و تنظیم فعالیت‌هایی است که فرایندهای شناختی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به نظر ولز (۲۰۰۹) دانش راجع به شناخت یا فراشناخت یک مفهوم محوری در مدل فراشناختی از آسیب‌شناسی روانی است. طبق این مدل گمان می‌رود که فراشناخت‌ها نقش مهمی در فعال‌سازی و تداوم راهبردهای مقابله‌ای (مانند تفکر تثبیت‌شده، پایش تهدید، سرکوبی فکر و راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد مثل پرداختن مشکل‌آفرین به بازی‌های آنلاین و غیره) دارند که این خود باعث می‌شود افکار و هیجانات منفی تداوم یابد. در واقع راهبردهای فراشناختی پاسخ‌هایی هستند که برای کنترل و تغییر تفکر به کار گرفته می‌شوند و به خود تنظیمی هیجانی و شناختی کمک می‌کنند. این راهبردهای انتخابی می‌توانند فعالیت شناختی را تشدید یا سرکوب نموده و یا ماهیت آن را تغییر دهند. هدف بعضی از راهبردها کاهش افکار یا هیجان‌های منفی از طریق ایجاد تغییر در ابعاد خاص شناخت است. در سبک پاسخ‌دهی فرد دو حیطه محتوایی متفاوت از باورهای فراشناختی دخیل هستند، باورهای فراشناختی مثبت و باورهای فراشناختی منفی. باورهای فراشناختی مثبت بر سودمندی راهبرد انتخاب شده متمرکز هستند مانند این باور که بازی آنلاین باعث می‌شود که کمتر به مشکلاتم فکر کنم. در ظاهر ممکن است این باور منطقی به نظر برسد اما در واقع وجود این

---

1. Wells.

باور رفتار فرد را طوری تنظیم می‌کند که دست کشیدن از بازی برای او مشکل می‌گردد. دومین حیطه مربوط به باورهای فراشناختی منفی می‌باشد که به اهمیت و معنای منفی رخدادهای شناختی درونی مربوط است. این باورها که شامل دو زیر مجموعه‌ی گسترده هستند. باورهایی مربوط به کنترل ناپذیری افکار و باورهای مربوط به خطرناک بودن و اهمیت این افکار را در بر می‌گیرند. در حوزه رفتارهای اعتیادی مطالعات اولیه فراشناخت را در استفاده از الکل بررسی کرده است (اسپادا<sup>۱</sup> و ولز، ۲۰۰۶). پژوهش‌ها همچنین به نقش فراشناخت در قماربازی و استفاده از نیکوتین (اسپادا، کسلی<sup>۲</sup>، نیکسویک<sup>۳</sup> و ولز، ۲۰۱۵) سطح کاربرد مشکل‌دار اینترنت (اسپادا، ۲۰۱۴) و استفاده مشکل‌آفرین از فیسبوک (مارینو<sup>۴</sup>، آلیسو<sup>۵</sup>، کسلی، نیکسویک و اسپادا، ۲۰۱۶) هم پرداخته‌اند. در حوزه رفتارهای اعتیادی فراشناخت‌ها به دو دسته تقسیم می‌شوند: ۱- فراشناخت‌های مثبت<sup>۶</sup> راجع به فواید درگیر شدن در رفتارهای اعتیادی به عنوان وسیله‌ای برای تنظیم شناختی و هیجانی مانند این فکر «استفاده از سیگار به من کمک می‌کند که مشکلات زندگی را راحت‌تر تحمل کنم» و یا سیگار کشیدن به من کمک می‌کند که تمرکز بیشتری پیدا کنم. ۲- فراشناخت‌های منفی که مرتبط است به کنترل ناپذیری و خطرات فکرها در مورد رفتارهای اعتیادی و درگیر شدن در رفتارهای اعتیادی مانند «من نمی‌توانم دست از سیگار کشیدن بردارم» یا «استفاده از اینترنت به مغزم آسیب خواهد زد». در طی سال‌های اخیر بازی‌های آنلاین بسیار عمومیت پیدا کرده است و در دسترس عموم قرار گرفته است. هم‌زمان با گسترش این بازی‌ها و روی آوردن تعداد زیادی از افراد به آن، با افزایش نگرانی راجع به پیامدهای آسیب‌زای این پدیده مخصوصاً کاربرد اعتیاد گونه و مشکل‌دار آن نیز مواجه هستیم. مشکل‌آفرین شدن بازی‌های آنلاین را چنین می‌توان تعریف کرد؛ پرداختن به بازی آنلاین به صورتی که در عملکردهای روانشناختی، اجتماعی شغلی یا تحصیلی و زندگی خانوادگی فرد مشکل ایجاد کند (برد و

- 
1. spada
  2. Caselli
  3. Nikcevic
  4. Marino
  5. Alessio
  6. positive metacognition

ولف<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). مشکل آفرین شدن بازی‌های آنلاین با چند مشخصه مطرح شده است. وقتی فراوانی آن بالاتر از حد مورد انتظار است و باعث غفلت از وظایف روزانه می‌شود و تأثیر نامطلوبی بر روی عملکردهای شخصی و روابط اجتماعی دارد و یا باعث کناره‌گیری از اجتماع و روابط انسانی می‌شود (کول و گریفیتس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). دامنه شیوع اعتیاد به بازی‌های آنلاین ۳ تا ۱۰ درصد در آمریکا گزارش شده است (دلواز، روچات، رومو، واندرلیندن، آچات و تورنز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵). طبق نتایج پژوهش‌ها هم ابتلایی زیادی بین اعتیاد به اینترنت و ابتلا به اختلال‌های نقص توجه (باتیان، مولر، بنکر و ولفلینگ<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹)، افسردگی و اضطراب اجتماعی (جنتایل، چوی، لیویی، سیم، لی و فونگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱) وجود دارد. از طرفی ویژگی‌های مشترکی که بین پرداختن مشکل آفرین به بازی‌های آنلاین<sup>۶</sup> و اعتیاد رفتاری وجود دارد این فرضیه را تقویت می‌کند که بازی آنلاین می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای برای تنظیم افکار منفی اثراتی به مانند نیکوتین و الکل داشته باشد (بایلیوکس، تورنز، خازال، زولینو، اچاب و واندرلیندن<sup>۷</sup>، ۲۰۱۵). همچنین نشان داده شده است که استفاده آنلاین از اینترنت به عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان (کسیلی، کاپلان و فیوراوانتی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶) و راهکاری برای فرار از انتقادات محیطی و کسب امنیت و لذت (لی و استاپینسکی<sup>۹</sup>، ۲۰۱۲) نتایج مطلوبی برای فرد داشته و میل به تداوم آن و تبدیل شدن به رفتار اعتیادی را تقویت می‌کند. در سال‌های اخیر به نقش فراشناخت‌ها در دامنه‌ی گسترده‌ای از مشکلات روان‌شناختی و رفتاری توجه شده است (آلما، اسپادا، فرنای، یلماز<sup>۱۰</sup> کسیلی و نیکسوویک، ۲۰۱۸). پژوهش اکبری<sup>۱۱</sup> (۲۰۱۷) به نقش مهم فراشناخت‌ها در فعال سازی راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد مانند نشخوار ذهنی و نگرانی می‌پردازد و عنوان می‌کند که فرد از اینترنت به عنوان راهبردی برای تنظیم

- 
1. Beard & Wolf
  2. Cole & Griffiths
  3. Deleuze, Rochat, Romo, Vander Linden, Achab & Thorens
  4. Bethany, Muller, Benker & Wolfling
  5. Gentile, Choo, Liao, Sim, Li, Fung
  6. Problematic online gaming
  7. Billieux, Thorens, Khazaal, Zullino, Achab & Van der Linden
  8. Casale, Caplan & Fioravanti
  9. Lee & Stapinski
  10. Almaa, Spadab
  11. Akbari

هیجان و کاهش هیجانات نامطلوب استفاده می‌کند. همچنین عنوان شده است که فراشناخت‌ها پیش‌بین مناسبی برای استفاده مشکل‌دار از شبکه‌های اجتماعی است (مارینو، واینو، موس و کسیلی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). فراشناخت‌های مثبت در ترغیب فرد به درگیر شدن با رفتارهای اعتیادی نقش مهمی بازی می‌کنند، درحالی که گمان می‌رود فراشناخت‌های منفی در تداوم بخشی به رفتارهای اعتیادی نقش مهمی دارند به این صورت که در حین و پایان رفتار این نشخوار فکری متمرکز بر تهدید به حفظ و تداوم رفتار ناسازگار و هیجان منفی می‌انجامد (اسپادا و همکاران ۲۰۱۵). اگر این موضوع درست باشد، عمیق‌تر کردن فهم ما از مکانیسم‌های خودتنظیمی فراشناختی دخیل در افزایش رفتارهای اعتیادی مخصوصاً اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اعتیاد به اینترنت که جوانان و نوجوانان در معرض آن هستند، می‌تواند ارزشمند باشد. در اقصی نقاط کشور ما دسترسی به اینترنت رشد روز افزون دارد و بیشترین کاربران نیز جوانان و نوجوانانی هستند که ساعتهای زیادی را به استفاده از اینترنت می‌پردازند، با آنکه نگرانی روز افزونی در بین خانواده‌ها و سیستم‌های آموزشی در مورد استفاده مشکل‌دار از اینترنت مخصوصاً بازیهای رایانه‌ای به صورت آنلاین و آفلاین وجود دارد، به نظر می‌رسد که هنوز پژوهش ثبت شده‌ای در خصوص میزان شیوع این مشکل و دلایل گرفتار شدن افراد در این مساله، شناخت‌ها، باورها و فراشناخت‌های موثر در وابستگی به اینترنت و بازی‌های آنلاین وجود ندارد چنین مسایلی این ضرورت را ایجاد می‌کند که ابزاری معتبر وجود داشته باشد که بتواند فراشناخت‌های افرادی را که به استفاده مشکل‌دار از بازی‌های آنلاین گرفتار می‌شوند بسنجد و راه‌گشای پژوهش‌گران علاقه‌مند، نظام‌های آموزشی، درمانگران و مشاوران حوزه جوانان و نوجوانان بشود. مطالعه حاضر بر پایه این یافته‌ها به دنبال بررسی مشخصات روان‌سنجی یک مقیاس خود گزارش دهی است که توسط اسپادا و کسیلی (۲۰۱۷) برای ارزیابی فراشناخت‌ها در بازی‌های آنلاین طراحی شده است. فرض ما این است که نمرات در این مقیاس با نمرات اعتیاد به اینترنت همبسته است. ما اعتیاد به اینترنت را به‌عنوان متغیر وابسته در نظر گرفتیم چراکه ثابت شده است که این متغیر با

پرداختن مشکل آفرین به بازی‌های آنلاین رابطه دارد (بایلوکس و همکاران، ۲۰۱۵). هدف از این پژوهش این است که معرفی این مقیاس بتواند راه‌گشایی برای مطالعاتی در زمینه نقش فراشناخت‌ها در بازی‌های آنلاین باشد و وسیله‌ای اولیه فراهم کند برای شناسایی افرادی که فراشناخت‌های ناسازگار در ارتباط با بازی‌های آنلاین دارند و بازی آنلاین در آن‌ها به رفتار اعتیادی تبدیل شده است.

این مطالعه جهت بررسی اعتبار، روایی، ساختار عاملی و ارزیابی توانایی پیش‌بینی مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین (MOG) انجام گرفت. طبق مدل فراشناختی از آسیب‌شناسی روانی، فراشناخت‌های مثبت در مورد بازی‌های آنلاین ممکن است در شروع بازی آنلاین مؤثر باشد. درحالی‌که فراشناخت‌های منفی در مورد بازی آنلاین ممکن است در طولانی شدن یک دوره بازی آنلاین و ناتوانی در دست کشیدن از آن نقش داشته باشد (اسپادا و همکاران، ۲۰۱۵). در این مطالعه اعتیاد به اینترنت به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد تا روایی پیش‌بین مربوط به مقیاس فراشناخت‌های بازی‌های آنلاین مورد بررسی قرار گیرد.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر در زمره پژوهش‌های غیر آزمایشی است که در چارچوب یک طرح تحقیق توصیفی-تحلیلی انجام گرفته است و از تحلیل عاملی به عنوان روش آماری برای تبیین عوامل مربوط به فراشناخت‌های بازی‌های آنلاین استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مشهد بودند که در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ به تحصیل اشتغال داشتند. پرسشنامه فراشناخت بازی‌های آنلاین بر روی ۲۵۱ دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی مشهد (۱۱۵ مرد) و (۱۳۶ زن) با میانگین سنی ۲۲/۱۶ که به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای به عنوان نمونه این پژوهش انتخاب شده بودند اجرا شد. ابتدا از بین ۷ دانشکده سه دانشکده شامل دانشکده علوم انسانی، مهندسی و زبان‌های خارجه به تصادف انتخاب گردید و از بین آن‌ها تعداد ۱۰ کلاس درسی به عنوان نمونه انتخاب گردید. ابتدا به صورت حضوری طرح برای دانشجویان تشریح گردید و از آن‌ها درخواست گردید که در صورت تمایل در این پژوهش شرکت نمایند. ملاک ورود آزمودنی‌ها به طرح این بود که حداقل ۱۸ سال

کامل داشته باشند و برای شرکت در آزمون رضایت کامل داشته باشند. آزمودنی‌هایی که به بازی‌های آنلاین علاقه‌ای نداشتند، هیچ سابقه‌ای از آشنایی با بازی‌های آنلاین نداشتند و در این محدوده سنی نبودند از طرح خارج شدند. در نهایت داده‌های پژوهش توسط نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل گردید. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین (MOG)، مقیاس اضطراب - افسردگی بیمارستانی (HDAS) و مقیاس اعتیاد به اینترنت کیمبرلی یانگ (IAT) بود که در ادامه به تفصیل معرفی می‌گردد.

الف) مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین (MOG) توسط اسپادا و کسلیلی (۲۰۱۷) ساخته شده است. آن‌ها برای ساخت این مقیاس بر روی ۲۲۵ نفر آزمودنی ۱۸ تا ۴۴ ساله دو پژوهش انجام دادند که پژوهش اول برای ساخت مقیاس و پژوهش دوم جهت اعتبار یابی مقیاس انجام شد. در پژوهش اول فرم اولیه مقیاس شامل بیست سؤال بود که بعد از بررسی رابطه سؤالات با یکدیگر و با کل آزمون تعداد هشت سؤال حذف شد و از ۱۲ ماده باقی‌مانده جهت تجزیه و تحلیل استفاده شد. آن‌ها در تحلیل خود به روش اکتشافی سه عامل را در این پرسشنامه به دست آوردند شامل فراشناخت مثبت راجع به بازی‌های آنلاین که نوعی راهبرد خودتنظیمی شناختی عاطفی است و فراشناخت منفی راجع به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین و فراشناخت منفی راجع به خطرات بازی‌های آنلاین. در بررسی دوم آن‌ها که جهت سنجش اعتبار و روایی مقیاس انجام شد، ضریب آلفای کرونباخ برای عامل فراشناخت مثبت برابر با ۰/۸۴، برای عامل فراشناخت منفی راجع به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین ۰/۸۶ و برای عامل فراشناخت منفی راجع به خطرات بازی‌های آنلاین ۰/۷۹ به دست آمده است. ب) مقیاس اضطراب افسردگی بیمارستانی (HDAS) توسط زیگموند و اسنیت (۱۹۸۳) ساخته شده است. این مقیاس شامل ۱۴ پرسش است که ۷ پرسش آن اضطراب و ۷ پرسش آن افسردگی را ارزیابی می‌کند. نمره بالا نشان‌دهنده سطوح بالای اضطراب و افسردگی است. این مقیاس دارای روایی و اعتبار خوبی است و به‌طور وسیع در نمونه‌های تحقیقی و بالینی مورد استفاده قرار می‌گیرد (مایکلتن، استوردال و داهی، ۲۰۰۱). در ایران این

پرسشنامه توسط منتظری و حیدریان، ابراهیمی، و جروندی<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) مورد بررسی روان‌سنجی قرار گرفته و سطح آلفای کرونباخ برای اعتبار آن ۰/۸۷ به دست آمده است. (ج) مقیاس اعتیاد به اینترنت کیمبرلی یانگ (IAT). این مقیاس توسط کیمبرلی یانگ (۱۹۹۸) ساخته شده است و شامل ۲۰ سؤال است که درجه مشغولیت مشکل‌آفرین فرد به اینترنت را می‌سنجد. نمره بالا در این مقیاس نشان‌دهنده درجات بالای اعتیاد به اینترنت است. این مقیاس دارای مشخصات روان‌سنجی خوبی است. این پرسشنامه استاندارد است و اعتبار آن در مطالعه ناستی زایی (۱۳۸۸) آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شده است.

### یافته‌ها

برای بررسی اعتبار این مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ و برای تعیین روایی آن، از روش تحلیل عاملی تاییدی و رگرسیون سلسله‌مراتبی استفاده شد که نتایج آن در این بخش به همراه جداول مربوطه ارائه می‌گردد. تعداد ۱۱۵ دانشجوی پسر و ۱۳۶ دانشجوی دختر در این طرح شرکت کردند. میانگین سنی کل آزمودنی‌ها ۲۲/۱۶ با دامنه سنی ۱۸ تا ۴۰ سال و انحراف استاندارد ۴/۹۱ به دست آمد.

تحلیل مؤلفه‌های اصلی (PCA) تاییدی بر روی ۱۲ ماده برای تعیین مؤلفه‌های اصلی با روش واریمکس انجام شد که نتایج آن در جدول شماره ۲ نشان داده شده است. قبل از تحلیل عاملی، داده‌ها جهت بررسی تناسب برای تحلیل عاملی مورد سنجش قرار گرفت. آزمون کفایت نمونه‌برداری (KMO) نشان داد که نمونه برای انجام تحلیل عوامل مناسب است و مقدار این ضریب ۰/۸۴ به دست آمد. همچنین ارزش آزمون کرویت بارتلت نیز معنادار است ( $P=0/001$ ). بنابراین داده‌ها برای تحلیل عاملی مناسب است. با استفاده از ملاک کایرز و توجه به ارزش‌های ویژه نشان داده شد که تعداد سه تا از مؤلفه‌ها دارای ارزش ویژه بالاتر از یک می‌باشند (۴/۸۶، ۲/۱۶ و ۱/۴۴) این سه مؤلفه روی هم ۷۰/۸ درصد از واریانس را تبیین می‌کند. در تأیید مدل عاملی نمودار شیب‌دار اسکری هم مورد توجه قرار گرفت. چنان‌که در نمودار شماره ۱ مشهود است، بعد از عامل سوم نمودار تغییر جهت پیدا می‌کند.

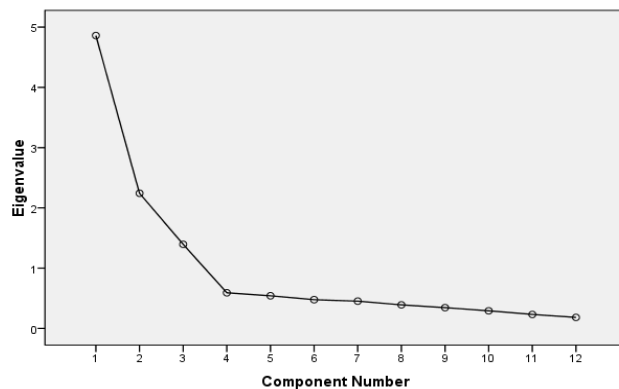
1. Montazeri, Vahdaninia, Ebrahimi, Jarvandi



جدول ۱. تحلیل عامل تاییدی با مؤلفه‌های اصلی

شماره سؤال	اولیه	پس از چرخش
۱	۱	۰/۶۶۲
۲	۱	۰/۷۵۶
۳	۱	۰/۶۷۶
۴	۱	۰/۸۰۵
۵	۱	۰/۸۱۲
۶	۱	۰/۷۱۰
۷	۱	۰/۵۵۱
۸	۱	۰/۷۴۱
۹	۱	۰/۷۶۰
۱۰	۱	۰/۷۲۱
۱۱	۱	۰/۷۳۳
۱۲	۱	۰/۵۷۷

Scree Plot



نمودار ۱. نمودار اسکری مربوط به تحلیل عوامل

جدول ۲. بار عاملی سؤالات

عوامل			
۳	۲	۱	
		۰/۸۸	Q9
		۰/۸۸	Q11
		۰/۸۶	Q10
		۰/۸۴	Q8
		۰/۷۱	Q12
		۰/۶۴	Q7
	۰/۹۱		Q5
	۰/۸۷		Q4
	۰/۸۲		Q6
۰/۸۷			Q2
۰/۸۲			Q1
۰/۷۲			Q3

ضریب آلفای کرونباخ جهت ارزیابی همسانی درونی کل مقیاس معادل ۰/۸۵ به دست آمده است. برای عامل فراشناخت مثبت راجع به بازی‌های آنلاین آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۹ و برای فراشناخت منفی راجع به خطرات بازی آنلاین معادل ۰/۸۴ و برای فراشناخت مربوط به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین معادل ۰/۷۷ به دست آمد.

رگرسیون چندگانه سلسله مراتبی برای سنجش توانایی سه عامل مقیاس فراشناخت بازی‌های آنلاین برای پیش‌بینی سطح اعتیاد به اینترنت بعد از کنترل تأثیر متغیرهای اضطراب و افسردگی مورد استفاده قرار گرفت. تحلیل‌های اولیه به منظور اطمینان از عدم تخطی از مفروضه‌های نرمال بودن، خطی بودن، چند هم خطی و یکسانی پراکندگی انجام شد. اضطراب و افسردگی در گام یک وارد تحلیل شدند که ۱۱ درصد از واریانس را تبیین می‌کرد. بعد از ورود سه عامل مربوط به فراشناخت بازی‌های آنلاین در گام دوم واریانس

کلی تبیین شده به وسیله مدل به عنوان یک کل برابر ۵۲/۲ درصد مشاهده شد، ( $P < 0/001$ ) و  $F = 18/29$  سه عامل بازی‌های آنلاین بعد از کنترل اضطراب و افسردگی ۵۲/۲ درصد از واریانس در اعتیاد به اینترنت را تبیین می‌کند. که سهم هر یک به ترتیب اثر چنین است: فراشناخت منفی مربوط به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین ( $B = 0/39$ ) با سطح معناداری، ( $P < 0/001$ ) فراشناخت منفی مربوط به خطرات بازی‌های آنلاین ( $B = 0/22$ ) با سطح معناداری ( $P < 0/001$ )، فراشناخت مثبت راجع به بازی‌های آنلاین ( $B = 0/17$ ) با سطح معناداری ( $P < 0/005$ ).

جدول ۳. رگرسیون چندگانه سلسله مراتبی

الگو	R	R مجذور	R اصلاح شده	خطای استاندارد برآورد	شاخص‌های توصیفی تغییر		
					R	F	df1
۱ الف. ۰/۳۴	۰/۱۱۷	۰/۱۱۰	۶۴/۱۴	۰/۱۱۷	۴۰/۱۶	۲	۲۴۷
۲ ب. ۰/۵۰	۰/۲۵	۰/۲۴۴	۵۰/۱۳	۰/۱۳۹	۹۲/۲۲	۲	۲۴۵

الف. پیش‌بین‌ها: (ثابت)، افسردگی، اضطراب

ب. پیش‌بین‌ها: (ثابت)، افسردگی، اضطراب، فراشناخت‌های مثبت، منفی

ج. متغیر وابسته: اعتیاد به اینترنت

جدول ۴. تحلیل واریانس یک‌راهه ANOVA

الگو	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
رگرسیون	۶۲/۷۰	۲	۸۱/۳۵		۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۵۶/۵۲	۲۴۷	۱۲/۲۱	۴۰۶/۱۶	الف
کل	۱۹/۵۹	۲۴۹			
رگرسیون	۳۷/۱۵	۴	۰۹/۳۸		۰/۰۰۰۱ ب
باقیمانده	۸۱/۴۴	۲۴۵	۸۴/۱۸	۱۱/۲۱	
کل	۱۹/۵۹	۲۴۹			

الف. پیش‌بین‌ها: (ثابت)، افسردگی، اضطراب

ب. پیش‌بین‌ها: (ثابت)، افسردگی، اضطراب، فراشناخت‌های مثبت، منفی

ج. متغیر وابسته: اعتیاد به اینترنت

## بحث و نتیجه‌گیری

مدل فراشناختی آسیب‌شناسی به اختلالات روانی، شامل نوعی سبک تفکر درجا مانده و تکرار شونده به صورت نگرانی، نشخوار فکری متمرکز بر تهدید و رفتارهای مقابله‌ای ناسازگار مانند سرکوب فکر، اجتناب یا مصرف مواد و سایر رفتارهای اعتیادی است (ولز، ۲۰۰۹). در سال‌های اخیر در کنار پرداختن به فواید فناوری‌های اینترنتی به عوارض آسیب‌شناختی آنها نیز توجه گردیده است چنان‌که عنوان شد پژوهش‌های بسیاری به خطرات و آسیب‌های روان‌شناختی که کاربران اینترنت در معرض آن هستند توجه کرده‌اند. از آنجا که امروزه بازی کردن آنلاین در حال تبدیل شدن به یک بازار بزرگ تجاری جهانی است توجه به پیامدهای خطرناک و آسیب‌های روان‌شناختی آن به کاربران برای متخصصین حوزه سلامت روان ضروری می‌باشد. پرداختن به استفاده مشکل‌دار از اینترنت و به تبع آن بازی‌های آنلاین به این دلیل بسیار اهمیت دارد که با سلامت روانی و اجتماعی افراد مرتبط است (کسیلی، کاپلان و فیوروانتی، ۲۰۱۶). در دو دهه اخیر تحقیقات بسیاری به رابطه استفاده ناکارآمد از امکانات آنلاین و نقش آن در مشکلات روانشناختی و اجتماعی پرداخته‌اند. کسیلی و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند که بین مشکل در مدیریت هیجان و این باور فراشناختی که اینترنت می‌تواند به عنوان وسیله‌ای مفید برای پرت کردن حواس از هیجان منفی عمل کند رابطه وجود دارد و افراد از مشغول شدن به اینترنت به عنوان راهی برای تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. پژوهش‌های بسیار دیگری (دراگان<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵؛ اسپادا و ولز، ۲۰۱۰؛ اسپادا، ۲۰۰۸) نیز بر همین موضوع تاکید می‌کند. لی و استاپینسکی (۲۰۱۲) روشن می‌سازند که اینترنت توسط مصرف‌کنندگان به عنوان یک محیط امن درک می‌شود که آنها را از انتقادات محیطی در امان نگه می‌دارد، این فراشناخت مثبت می‌تواند در مورد بازی‌های آنلاین هم مصداق پیدا کند چرا که نه تنها در بازی‌های آنلاین فرد می‌تواند از انتقادات و ارتباطات محیطی غیر دلخواه در امان بماند، که می‌تواند با بازی آنلاین به لذت و سرگرمی هم برسد و این به نوبه خود می‌تواند خطر استفاده اعتیاد گونه از آن را افزایش دهد.

بر اساس پژوهش‌های بسیاری (اسپادا و همکاران، ۲۰۱۵)، نقش فراشناخت در رفتارهای اعتیادی تأیید شده است. وجود رابطه بین وابستگی به بازی‌های آنلاین و اختلالاتی مانند افسردگی، اختلالات هراس و اضطراب اجتماعی در پژوهش‌ها نیز گزارش شده است (جتایل و همکاران، ۲۰۱۱). در بین آزمودنی‌های ایرانی نیز پژوهش بیدی نامداری، کارشکی و احمدیان<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) و اکبری (۲۰۱۷) به نقش میانجی فراشناخت‌ها در اعتیاد به اینترنت اشاره کرده‌اند. از طرفی می‌دانیم که مدل فراشناختی اختلالات روان‌شناختی به نقش مهم فراشناخت‌ها در انتخاب راهبردهای خود تنظیمی اشاره کرده است (ولز، ۲۰۰۹). فراشناخت‌های مثبت و منفی راجع به بازی‌های آنلاین مخصوصاً این فرا باور که «بازی کردن آنلاین می‌تواند در تنظیم هیجان به من کمک کند» و یا این فراشناخت منفی که «من نمی‌توانم از بازی دست بردارم» می‌تواند بازی آنلاین را به یک راهبرد تنظیم هیجان تبدیل کند و خطر اعتیاد به بازی‌های آنلاین را در دراز مدت به دنبال خواهد داشت. چنین به نظر می‌رسد که در وابستگی به بازی‌های آنلاین نیز نوعی از نشخوار ذهنی دائمی در قالب فراشناخت‌های مربوط به بازی‌های آنلاین فرد را از دست کشیدن از بازی بازمی‌دارد. از آنجاکه درمان فراشناختی این اختلالات شامل تغییر باورهای فراشناختی ناسازگارانه و تغییر پردازش فراشناختی است، می‌توان انتظار داشت که این مدل درمانی بتواند با تغییر فراشناخت‌های مثبت و منفی مربوط به بازی‌های آنلاین بر کاهش نشخوار ذهنی و وابستگی به آن‌ها نیز اثربخش باشد و این فرایند مستلزم وجود ابزاری کارآمد برای سنجش مقدماتی این فراشناخت‌ها در افراد است. به نظر می‌رسد که مقیاس سنجش فراشناخت بازی‌های آنلاین توانایی قابل قبولی در ارزیابی و دسته‌بندی این فراشناخت‌ها در افراد وابسته به بازی‌های آنلاین دارد. ما این پژوهش را باهدف اعتبار سنجی آزمون فراشناخت مربوط به بازی‌های آنلاین در بین دانشجویان انجام دادیم. در یک تحلیل عاملی، یک مدل سه عاملی در این پرسشنامه آشکار شد. شامل فراشناخت مثبت نسبت به بازی‌های آنلاین، فراشناخت منفی در مورد غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلاین و فراشناخت منفی مربوط به خطرناک بودن

بازی‌های آنلایین. این یافته منطبق با نتایج پژوهش اسپادا و کسلی (۲۰۱۷) است در پژوهش آن‌ها نیز مدل سه عاملی مورد تأیید قرار گرفته است.

نتایج نشان داد هر سه عامل فرا شناخت‌های مثبت نسبت به بازی‌های آنلایین، فراشناخت‌های منفی نسبت به خطرات بازی‌های آنلایین و فراشناخت‌های منفی نسبت به غیر قابل کنترل بودن بازی‌های آنلایین از همبستگی درونی کافی برخوردار است. همچنین تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد که هر سه عامل مربوط به فراشناخت با کنترل متغیرهای افسردگی و اضطراب به طور معنادار و مثبتی با اعتیاد به اینترنت همبستگی دارد. که بیشترین اثر در این پژوهش مربوط به فراشناخت منفی مربوط به غیرقابل کنترل بودن بازی‌های آنلایین بود. پس از آن فراشناخت منفی مربوط به خطرناک بودن و در نهایت فراشناخت مثبت مربوط به فواید بازی‌های آنلایین قرار داشت. علاوه بر این پژوهش حاضر آشکار کرد که نمره اعتیاد به اینترنت با میزان افسردگی نیز رابطه مثبت و معناداری دارد. به طور کلی پژوهش حاضر نشان داد که مقیاس فراشناخت مربوط به بازی‌های آنلایین از اعتبار و روایی قابل قبولی در بین دانشجویان برخوردار است و می‌توان آن را به عنوان ابزاری برای پایش وابستگی به بازی‌های آنلایین در بین دانشجویان مورد استفاده قرارداد. محدودیت این پژوهش این بود که نمونه مورد بررسی فقط شامل دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی مشهد می‌شد و همچنین در گروه سنی بالای ۱۸ سال اجرا شد. پیشنهاد می‌گردد پژوهش‌های بعدی در گروه‌های نمونه بزرگ‌تر و با آزمودنی‌های غیردانشجو و با تفکیک زن و مرد و در گروه‌های سنی پایین‌تر انجام گیرد.

## منابع

ناستی زایی، ناصر. (۱۳۸۸). «بررسی ارتباط سلامت عمومی با اعتیاد به اینترنت»، مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، ۱۱، ۱، ۵۷-۶۳.

Akbari, M. (2017). Metacognitions or distress intolerance: The mediating role in the relationship between emotional dysregulation and problematic internet use. *addictive behaviors Reports*, 128-133.

Almaa, L., Spada, M., Fernie, B., Yilmaz, S., Caselli, G., & Nikevig, A. (2018). Metacognitions in smoking. *Psychiatry Research*, 160-168.

- Batthyany, D., Muller, K.W., Benker, F., & Wolfling, K. (2009). *Computer game playing: Clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. Wiener Klinische Wochenschrift, 121, 502–509.*
- Billieux, J., Thorens, G., Khazaal, Y., Zullino, D., Achab, S., & Van der Linden, M. (2015). Problematic involvement in online games: A cluster analytic approach. *Computers in Human Behavior, 43, 242–250.*
- Bidi, F., Namdari-Pejman, M., Kareshki, H., & Ahmadnia, H. (2012). The mediating role of metacognition in the relationship between Internet addiction and general health. *Addiction & health, 4 (1-2), 49.*
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology and Behavior, 4, 377–383.*
- Cole, H., & Griffiths, M.D. (2007). Social interactions in massively multiplayer online roleplaying gamers. *Cyberpsychology & Behavior, 10, 575–583.*
- Casale, S., Caplan, S.E., & Fioravanti, G. (2016). Positive metacognitions about Internet use: the mediating role in the relationship between emotional dysregulation and problematic use. *Addictive behaviors, 59, 84–88.*
- Dragan, M. (2015). Difficulties in emotion regulation and problem drinking in young women: The mediating effect of metacognitions about alcohol use. *Addictive Behaviors, 48, 30–35.*
- Deleuze, J., Rochat, L., Romo, L., Van der Linden, M., Achab, S., Thorens, G., et al. (2015). Prevalence and characteristics of addictive behaviors in a community sample: A latent class analysis. *Addictive behaviors reports* (Published electronically 11th of April 2015).
- Gentile, D.A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D.D., Fung, D., et al. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics, 127, 319–329.*
- Lee, B.W., & Stapinski, L.A. (2012). Seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorders, 26, 197–205.*
- Mykletun, A., Stordal, E., & Dahl, A.A. (2001). Hospital Anxiety and Depression Scale: Factor structure, item analyses and internal consistency. *British Journal of Psychiatry, 179, 540–544.*
- Marino, C., Vieno, A., Moss, A.C., Caselli, G., Nikčević, A.V., Spada, M. (2016). Personality, motives and metacognitions as predictors of problematic Facebook Use in university students. *Personality and Individual Differences, 101, 70–77*
- Montazeri, A., Vahdaninia, M., Ebrahimi, M., Jarvandi, S. (2003). The hospital anxiety and depression scale (HADS): translation and

- validation study of the Iranian version. *health qual life outcomes*. Apr28: 1: 14
- Spada, M., Caselli, G. (2017). The Metacognitions about Online Gaming Scale: Development and psychometric properties. *Addictive Behaviors*, 64, 281–286.
- Spada, M.M., & Wells, A. (2010). Metacognitions across the continuum of drinking behavior. *Personality and Individual Differences*, 49, 425–429.
- Spada, M.M. (2014). An overview of problematic Internet use. *Addictive Behaviors*, 39, 3–6.
- Spada, M.M., Caselli, G., Nikčević, A.V., & Wells, A. (2015). *Metacognition in addictive behaviors*. *Addictive Behaviors*, 44, 9–15.
- Spada, M.M., & Wells, A. (2006). Metacognitions about alcohol use in problem drinkers. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 13, 138–143.
- Spada, M.M., Langston, B., Nikčević, A.V., & Moneta, G.B. (2008). The role of metacognitions in problematic Internet use. *Computers in Human Behavior*, 24 (5), 2325-2335.
- Spada, M.M., Caselli, G., Nikčević, A.V., & Wells, A. (2015). Metacognition in addictive behaviors. *Addict Behavior*, 44, 9–15.
- Wells, A. (2009). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. New York, USA Guilford Press