



**MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA GENERAL
SANITARIA**

Curso 2016-2017

**Evitación experiencial, motivos para el juego MMORPG y
uso problemático de Internet**

Trabajo Fin de Máster

Autor/a: Carlos García Oliva

Tutor: Daniel Lloret Irles



Resumen

La popularidad de los videojuegos tipo MMORPG (Massively Multiplayer Online Role-Playing Games) ha aumentado considerablemente en los últimos años, así como también lo ha hecho la sospecha y alarma social de que puedan poseer cierto potencial adictivo. El presente trabajo explora las relaciones existentes entre las motivaciones hacia el juego MMORPG (socialización, exploración, logro y disociación), el uso problemático de Internet, y la evitación experiencial, una variable que ha mostrado su relevancia en el terreno de las adicciones conductuales. Para ello se contó con una muestra de 791 adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, de entre los cuales 198 usaban habitualmente juegos MMORPG, y se les administró pruebas para evaluar motivaciones hacia el juego MMORPG, uso problemático de Internet y evitación experiencial, a través de un cuestionario online. Se realizaron análisis de correlación entre todas las variables implicadas y diversos análisis de regresión lineal simple situando como variable predictora a la evitación experiencial. Los resultados mostraron que las motivaciones de logro y disociación se asocian significativamente al uso problemático de Internet, al contrario que las motivaciones de socialización y exploración. Asimismo, se constata la fuerte asociación entre evitación experiencial y uso problemático de Internet, así como el valor predictivo de la evitación experiencial sobre el uso problemático de Internet tanto en jugadores como no jugadores, y sobre las motivaciones hacia el juego MMORPG. Se discuten las implicaciones y se apuntan líneas futuras de investigación en el campo de la evitación experiencial y las adicciones conductuales.

Abstract

The popularity of MMORPG (Massively Multiplayer Online Role-Playing Games) video games has increased significantly in recent years, as well as the suspicion and social alarm that they may possess some addictive potential. The present paper explores the relationships between motivations towards MMORPG gaming (socialization, exploration, achievement and dissociation), problematic Internet use, and experiential avoidance, a variable that has shown its relevance in the field of behavioral addictions. A sample of 791 adolescents aged between 12 and 18 was used, among which 198 were MMORPG regular users, and they were assessed about motivations towards the MMORPG, problematic Internet use and experiential avoidance, through an online questionnaire. Correlation analysis between all the variables involved and several analysis of simple linear regression were performed, placing experiential avoidance as predictor variable. Results showed that achievement and dissociation motivations are significantly associated with problematic Internet use, unlike the socialization and exploration motivations. In addition, the strong association between experiential avoidance and problematic use of the Internet, as well as the predictive value of experiential avoidance on the problematic Internet use in players and non-players, and on the motivations towards the MMORPG gaming, are verified. The implications are discussed and future lines of research in the field of experiential avoidance and behavioral addictions are noted.

Introducción

Los Massively Multiplayer Online Role-Playing Games, conocidos también por su acrónimo MMORPG, son videojuegos que permiten a miles de jugadores interactuar entre ellos en un mundo virtual de forma simultánea (Carbonell, 2014) a través de Internet. La popularidad de dichos videojuegos ha aumentado considerablemente en los últimos años, así como también lo ha hecho la sospecha y alarma social de que puedan poseer cierto potencial adictivo, enmarcado en el contexto de las adicciones conductuales, o que los usuarios puedan desarrollar conductas desadaptativas entorno a esta tecnología (Fuster, Oberst, Griffiths, Carbonell, Chamarro y Talam, 2012).

El DSM-5 (APA, 2013) ha supuesto un cambio de tendencia hacia un reconocimiento de las adicciones conductuales (Carbonell, 2014). Esta última edición del manual ha incluido el Trastorno por Juego en Internet (*Internet Gaming Disorder*), el cual ha sido plasmado en la sección III, reservada a las condiciones que requieren estudio posterior. Se especifica, asimismo, que sólo se incluyen en este trastorno los juegos de Internet sin apuestas y que no se incluyen las actividades recreacionales o sociales, las profesionales ni las páginas sexuales. Esta inclusión abre una vía potencial para el diagnóstico de dicho trastorno (Petry, Rehbein, Ko y O'Brien, 2015).

Yee (2006) inició una interesante línea de trabajo en la que apela a la necesidad de discriminar los diferentes perfiles de jugadores, puesto que a menudo se ignora el hecho de que eligen jugar por razones muy diferentes, y por lo tanto, el mismo videojuego puede tener significados o consecuencias muy diferentes para diferentes jugadores. De acuerdo con este autor, los jugadores utilizan MMORPGs para socializar con otros, para obtener logros, o para sumergirse en un mundo alternativo (Yee, 2006).

En esta misma línea, Fuster et al. (2012) obtuvo un modelo que involucra cuatro motivaciones: socialización (interés en hacer amigos y en el apoyo mutuo), exploración (interés en el descubrimiento del entorno y en participar en la mitología del juego y las aventuras que propone), logro (interés en el prestigio, el liderazgo y el dominio sobre otros jugadores) y la disociación (interés en escapar de la realidad y en la identificación con su avatar virtual). Independientemente del modelo motivacional cabe subrayar la importancia del componente social del juego (Billieux et al., 2015; Fuster, Carbonell, Chamarro y Oberst, 2013; Griffiths, Davies y Chappell, 2004).

Algunas de estas motivaciones, principalmente la de disociación, han sido relacionadas con el uso problemático de Internet (Canan, Ataoglu, Ozcetin e Icmeli, 2012; Craparo, 2011; Schimmenti, Guglielmucci, Barbasio y Granieri, 2012), una de las denominadas ‘adicciones conductuales’ más estudiadas en las dos últimas décadas.

Cada vez existen más datos que apoyan la importancia de la evitación experiencial en el terreno de las adicciones (García-Oliva y Piqueras, 2016). La evitación experiencial (EE en adelante) hace referencia a una estrategia de autorregulación que consiste en realizar esfuerzos dirigidos a controlar o escapar de cualquier estímulo negativo como pensamientos, sentimientos o sensaciones que generan un fuerte malestar (Hayes, 1994). Este recurso, que a corto plazo puede resultar útil y adaptativo a la hora de manejar la emoción asociada a determinadas situaciones, puede resultar nocivo si se generaliza y se convierte en un patrón inflexible. La EE implica que el individuo lucha constantemente con dichos eventos negativos, lo que provoca un mayor sufrimiento y se convierte en un obstáculo para que la persona dirija su vida hacia metas valiosas y positivas (Hayes, Wilson, Gifford, Follete y Strosahl, 1996; Luciano y Hayes, 2001). Asimismo, Luciano (2001) definió la EE como la utilización de la evitación de forma sistemática, lo que produce un malestar crónico y generalizado, y en consecuencia

genera una vida muy limitada en tanto que este patrón de evitación termina por extender el sufrimiento a muchas otras facetas de la vida del sujeto. En el concepto se pueden identificar dos componentes frecuentes en la literatura sobre estrategias de afrontamiento, como son: intentar escapar de las experiencias estresantes (afrontamiento de tipo evitativo) e inhibir las expresiones emocionales (supresión de la emoción). Además, otro componente que subyace a la EE es la creencia de que el control personal sobre los acontecimientos que amenazan a uno se sitúa fuera de uno mismo (falta de control), y por ello se recurre a la evitación. Sin embargo, la EE hace referencia a un constructo más amplio que el afrontamiento señalado y la ausencia de control personal (Hayes et al., 1996). En este sentido Hayes et al. (1996) plantean que la EE se compone de dos partes relacionadas: 1) la falta de voluntad de permanecer en contacto con experiencias privadas aversivas incluyendo las sensaciones corporales, emociones, pensamientos, recuerdos, y las predisposiciones conductuales), y 2) las medidas adoptadas para modificar las experiencias aversivas o los acontecimientos que los provocan.

En síntesis, la evitación experiencial aglutinaría en un constructo las siguientes características definitorias: 1) estilo de afrontamiento evitativo; 2) inhibición emocional; 3) locus de control externo; y 4) conductas de escape. Dichas características se dan como un patrón rígido y crean un malestar significativo a la persona.

Hasta el momento, en distintas investigaciones se ha mostrado que la EE es frecuente en todo tipo de población clínicas, pues subyace a una gran cantidad de problemas psicológicos, tales como trastornos afectivos, de alimentación, sexuales y estrés postraumático (p.ej.: Berman, Wheaton, McGrath y Abramowitz, 2010; Hayes, Masuda, Bissett, Luoma y Guerrero, 2004; Hayes et al., 1996, Luciano y Hayes, 2001) e incluso en pacientes con enfermedades crónicas como dolor crónico o congénitas del desarrollo,

entre otras (Costa y Pinto-Gouveia, 2011; Esteve, Ramírez-Mestre y López-Martínez, 2013). En muestras clínicas y no clínicas, la EE explica negativamente los resultados de adaptación a la enfermedad y está fuertemente relacionada con la ansiedad y la depresión (Berman et al., 2010; Forsyth, Parker, y Finlay, 2003; Levitt, Brown, Orsillo y Barlow, 2004; Marx y Sloan, 2005; Tull y Gratz, 2008).

En la revisión de Pepper (2012) se puede constatar la relación entre la EE y un amplio abanico de problemáticas, entre las que se encuentran las conductas adictivas. Más concretamente, en el trabajo de Kingston, Clarke, and Remington (2010) la EE predijo abuso de alcohol, tabaco y otras drogas, así como autolesiones, promiscuidad sexual, atracones, uso excesivo de videojuegos a través de Internet y agresiones. Además, en el estudio de Wetterneck, Burgess, Short, Smith y Cervantes (2012) se muestra cómo la EE está involucrada en comportamientos compulsivos, como es el consumo de pornografía a través de la red. En dicho artículo y posteriores se hace mención a otras investigaciones recientes sobre comportamientos compulsivos, impulsivos e incluso adicciones conductuales, que indican el papel mediador de la EE en estos comportamientos problemáticos (Hong, You, Kim y No, 2014; Wetterneck et al., 2012). De acuerdo con todo lo indicado se desprende la idea de que el consumo abusivo de las TICs podría formar parte del espectro de conductas que un individuo realiza para escapar de estímulos internos aversivos, una vez que se ha instaurado el patrón inflexible de la EE.

El objetivo del presente estudio es triple: en primer lugar, se pretende analizar qué tipos de motivaciones para el juego MMORPG se asocian con un mayor uso problemático de Internet en una muestra de población adolescente. En segundo lugar, se propone estudiar la relación entre la evitación experiencial y el uso problemático de Internet. Por

último, se busca explorar la relación entre la evitación experiencial y los diferentes tipos de motivaciones para el juego MMORPG en la misma muestra.

Método

Participantes

La muestra fue reclutada dentro del marco de un proyecto más amplio sobre el uso problemático de Internet y factores asociados, en el que participaron 791 estudiantes pertenecientes a 7 centros de Educación Secundaria de la provincia de Alicante, con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años. La distribución por sexos fue de 465 chicos (58.8%) y 326 chicas (41.2%), con una edad media de 14.2 (SD: 1.6). Todos los sujetos estaban inscritos en alguno de los cursos comprendidos desde 1º de E.S.O. hasta 2º de Bachiller en el año académico 2016/2017.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de la muestra

		Jugadores		No jugadores	
		M	DT	M	DT
Evitación experiencial (Rango= 30)	Chicos	12.38	7.48	11.90	7.19
	Chicas	11.90	6.41	13.70	6.72
	Total	12.33	7.37	12.82	7.00
Uso problemático de Internet (Rango= 4)	Chicos	2.27	.91	2.06	.83
	Chicas	2.74	.82	2.22	.90
	Total	2.32	.92	2.14	.87

Para la realización del presente estudio se tomó un subgrupo de dicha muestra, formado por aquellos estudiantes que en el cuestionario online habían afirmado ser usuarios habituales de juegos tipo MMORPG. La submuestra definitiva estuvo compuesta por 198 sujetos, de los cuales 178 eran chicos (89.9%) y tan sólo 20 fueron chicas (10.1%). En la tabla 1 se pueden consultar los estadísticos descriptivos de la muestra de jugadores y de no jugadores.

Variables e instrumentos

Motivaciones para jugar MMORPG. Se empleó la *Massively Multiplayer Online Games Motivations Scale* (MMO-MS; Fuster, Oberst, Griffiths, Carbonell, Chamarro y Talam, 2012). Esta escala se utilizó para medir las motivaciones implicadas a la hora de jugar con los diferentes mundos virtuales. La MMO-MS se compone de 20 elementos divididos en cuatro subescalas: Socialización (tres ítems), Exploración (cinco ítems), Logro (cinco ítems) y Disociación (siete ítems). Cada ítem es evaluado usando una escala de Likert de 7 puntos, indicando el grado de acuerdo con cada ítem. Los coeficientes alfa de Cronbach en esta muestra oscilaron entre .73 y .91.

Uso problemático y generalizado de Internet. Se empleó la *Generalized and Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS2; Caplan 2010) en su versión traducida y validada en población española (Gámez-Guadix et al., 2013). La GPIUS2 evalúa los diferentes componentes del uso problemático y generalizado de Internet. Está integrada por 15 ítems agrupados en cuatro subescalas diferenciadas: 1) Preferencia por la interacción social online (tres ítems; p. ej., “Me siento más cómodo comunicándome con otras personas por Internet que haciéndolo cara a cara”); 2) Regulación del estado de ánimo a través de Internet (tres ítems; p. ej., “He usado Internet para sentirme mejor cuando he estado triste”); 3) Consecuencias negativas (tres ítems; p. ej., “Mi uso de Internet ha creado problemas en mi vida”) y 4) Autorregulación deficiente, que incluye

una subescala de Preocupación cognitiva (tres ítems; p. ej., “Cuando no me conecto a Internet durante algún tiempo empiezo a preocuparme con la idea de conectarme”) y otra de Uso compulsivo de Internet (tres ítems; p. ej., “Tengo dificultad para controlar la cantidad de tiempo que estoy conectado a Internet”). El formato de respuesta empleado fue tipo Likert de seis puntos, desde 1 (Totalmente en desacuerdo) hasta 6 (Totalmente de acuerdo). La consistencia interna de la escala en los estudios previos (Caplan, 2010; Gámez-Guadix et al., 2013) fue de $\alpha = .91$. En esta muestra obtuvo un alfa de Cronbach de .89.

Evitación experiencial. Medida mediante la versión española del Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (AFQ-Y; Greco, Murrell y Coyne, 2005; Greco, Lambert y Baer, 2008) validada por Valdivia-Salas, Martín-Albo, Zaldivar, Lombas y Jiménez (2016). Se trata de una escala autoaplicable que consta de 17 ítems con respuesta tipo Likert de 5 puntos. Permite obtener una puntuación en la dimensión evitación experiencial, donde, a mayor puntuación, mayor grado de evitación experiencial. En esta muestra obtuvo un alfa de Cronbach de .87.

Procedimiento

En el inicio se solicitó permiso a la Secretaría Autónoma de Educación e Investigación para llevar adelante el proyecto. También se cuenta con evaluación ética del proyecto favorable por parte del Órgano Evaluador de Proyectos de la Universidad Miguel Hernández (Referencia DPS.JPR.04.16) Después se contactó con los responsables educativos de cada uno de los 11 centros incluidos en la propuesta (muestreo de conveniencia), de los cuales 7 aceptaron participar. Posteriormente se solicitó a los alumnos que desearan participar en la investigación presentar un consentimiento informado firmado por uno de sus progenitores, con lo cual las garantías éticas fueron cubiertas.

Para la aplicación de las pruebas se utilizó la plataforma DetectaWeb para la detección de la salud mental en niños y adolescentes (véase protocolo completo en Piqueras, Garcia-Olcina, Rivera-Riquelme, Rodríguez-Jiménez, Martínez-González y Cuijpers, 2017; para más información véase <http://www.detecta-web.com/blog/>). Los alumnos reclutados fueron organizados desde sus respectivos centros para cumplimentar el cuestionario en aulas informáticas. Los tutores responsables de los grupos fueron previamente adiestrados en la aplicación de la prueba, y recibieron orientación telemática.

Análisis de los datos

El presente estudio sigue un diseño de investigación transversal y de tipo descriptivo. Para desarrollarlo utilizamos el programa estadístico IBM SPSS Statistics 24 para Windows realizando: 1) Análisis de correlación con el coeficiente producto-momento de Pearson, para estudiar las relaciones entre las puntuaciones de cada tipo de motivaciones hacia el juego MMORPG, la puntuación general de uso problemático de Internet y la puntuación de evitación experiencial. 2) Análisis de Regresión Lineal introduciendo como variable predictora la evitación experiencial y como variables criterio las puntuaciones de cada tipo de motivaciones hacia el juego MMORPG y las puntuaciones de uso problemático de Internet de jugadores y no jugadores.

Los tamaños de los efectos fueron calculados para indicar la magnitud de la asociación entre las variables en los modelos predictivos. El índice utilizado fue el de Cohen (1988), para el cual se considera que los valores por encima de 0.20 indican tamaños de efecto pequeños, por encima de 0.40 tamaños de efecto medianos, y por encima de 0.80 tamaños de efecto grandes.

Resultados

Por medio de la tabla 2 se muestra el análisis de correlación entre las puntuaciones de cada tipo de motivaciones hacia el juego MMORPG, la puntuación general de uso problemático de Internet y la puntuación de evitación experiencial. Se puede observar que la puntuación total del uso problemático de Internet correlaciona positiva y significativamente con las motivaciones de logro y disociación, en una mayor proporción con esta última. También se halla una correlación positiva y significativa entre el uso problemático de Internet y la evitación experiencial. Por último, la evitación experiencial presenta de igual forma una correlación positiva y significativa con las motivaciones de logro y disociación.

Tabla 2. Análisis de correlación bivariada entre las puntuaciones de cada tipo de motivaciones hacia el juego MMORPG, la puntuación general de uso problemático de Internet y la puntuación de evitación experiencial

	Socialización	Exploración	Logro	Disociación	Evitación experiencial
Uso problemático de Internet	.13	.13	.24*	.52*	.42*
Evitación experiencial	.10	.13	.22*	.32*	-

* Correlación significativa al nivel $p < 0.01$

La tabla 3 presenta los resultados de los análisis de regresión sobre las variables criterio de puntuación en uso problemático de Internet en cada una de las muestras estudiadas: jugadores, no jugadores y muestra total. La evitación experiencial aparece como

variable significativa en todos los modelos, obteniéndose un tamaño del efecto grande ($d= .94$, $d= .82$ y $d= .84$, respectivamente) en todos los grupos.

Tabla 3. Análisis de regresión lineal simple sobre las variables criterio de puntuación en uso problemático de Internet en cada una de las muestras

	ΔR^2	β	F	t	d
Jugadores	.18	.42	43.20	6.57**	.94
No jugadores	.14	.38	103.50	10.17**	.82
Total	.15	.39	153.45	12.39**	.84

Variable predictora: Evitación experiencial; * $p < 0.01$; ** $p < 0.001$

En la tabla 4 aparecen los resultados de los análisis de regresión lineal en los que se utiliza como variable predictora la evitación experiencial y como variables criterio las puntuaciones en los diferentes tipos de motivaciones hacia el juego MMORPG. La evitación experiencial se revela como una variable significativa a la hora de explicar las puntuaciones de logro y disociación. En ambos casos se obtiene un tamaño del efecto mediano ($d= .44$ y $d= .67$, respectivamente).

Tabla 4. Análisis de regresión lineal simple sobre las variables criterio puntuaciones en motivaciones hacia el juego MMORPG

	ΔR^2	β	F	t	d
Socialización	.01	.10	1.83	1.35	.19
Exploración	.02	.13	3.49	1.87	.27
Logro	.05	.22	9.58	3.09*	.44
Disociación	.10	.32	21.63	4.65**	.67

Variable predictora: Evitación experiencial; * $p < 0.01$; ** $p < 0.001$

Discusión

Los objetivos del estudio eran: 1) analizar la asociación entre los tipos de motivaciones hacia el juego MMORPG y el uso problemático de Internet; 2) estudiar la relación entre la evitación experiencial y el uso problemático de Internet; y 3) explorar la relación entre la evitación experiencial y los diferentes tipos de motivaciones hacia el juego MMORPG, en una muestra de población adolescente.

Los análisis de correlación han puesto de manifiesto que existen importantes diferencias entre los tipos de motivaciones a la hora de relacionarse con el uso problemático de Internet. Las motivaciones de socialización y exploración parecen no asociarse con dicho uso, constituyéndose a priori como “motivaciones saludables”, puesto que se asocian a un tipo de juego adaptado (Carbonell, 2014). En cambio, las motivaciones de logro y disociación sí se presentan como asociadas al uso problemático, principalmente en el caso de la disociación, lo cual es coherente con los hallazgos previos (Fuster et al., 2012). Una posible explicación a este fenómeno se encuentra en la denominada comunicación alterada de identidad, por la cual en aquellos entornos virtuales en que el usuario utiliza avatares y en los que la identidad se puede ocultar o alterar, se puede producir un uso problemático, en tanto en cuanto dicha identidad ‘ficticia’ llega a ser más satisfactoria que la real (Carbonell, Fuster, Chamarro y Oberst, 2012).

También se ha podido replicar la fuerte asociación entre evitación experiencial y uso problemático de Internet hallada en trabajos precedentes (García-Oliva y Piqueras, 2016; García-Oliva, Piqueras y Marzo, 2017). Los análisis de regresión han confirmado estas premisas, mostrando un gran poder predictivo de la evitación experiencial sobre las puntuaciones de uso problemático de Internet en toda la muestra. En opinión de los autores de esta serie de trabajos, el uso de Internet puede convertirse en un potente

medio para manejar o evitar emociones displacenteras, como el aburrimiento o sentimientos de soledad, en aquellos sujetos con altos niveles de evitación experiencial.

En último lugar, los análisis de regresión también han arrojado luz sobre el papel que juega la evitación experiencial a la hora de predecir qué motivaciones guían al usuario de juegos MMORPG. En los resultados se ha podido apreciar que la evitación experiencial explica una buena parte de las puntuaciones en logro y disociación, presentando en este último caso incluso un tamaño del efecto grande. Resulta congruente con la literatura sobre evitación experiencial que el sujeto que presenta elevados niveles de este patrón desadaptativo, se sienta motivado a implicarse en actividades que puedan ayudarle a suprimir o evitar emociones desagradables, buscando de ese modo una “evasión” o “escape” (Hayes, Guiford y Follete, 1996). En este sentido, el sujeto con altos niveles de evitación experiencial puede encontrar en esa comunicación alterada de identidad antes mencionada, un medio para escapar de sí mismos a través del juego (Griffiths, 2000).

En cuanto a las limitaciones del estudio, cabe señalar las propias del diseño transversal, las cuales no permiten establecer relaciones causa-efecto. Así como el tipo de muestreo utilizado, de conveniencia, que lastra la generalización de resultados. También es relevante recordar el reducido tamaño muestral y la gran diferencia en la proporción entre sexos. Por otra parte, un problema común tanto en trabajos sobre uso problemático de Internet como en otros comportamientos adictivos, puede ser el sesgo de deseabilidad social en el autoinforme.

El presente trabajo supone una exploración inicial, así como un intento inédito de relacionar los tres constructos evaluados: uso problemático de Internet, motivaciones hacia el juego MMORPG y la evitación experiencial. Son necesarios estudios que

profundicen en las relaciones halladas, que amplíen la muestra y que realicen un seguimiento longitudinal que permita esclarecer la dirección de dichas relaciones.

El principal aporte consiste en sumar mayor evidencia al papel de la evitación experiencial en relación a comportamientos que supongan un riesgo psicosocial para el adolescente, lo que permitiría el diseño de intervenciones preventivas más eficaces.

Referencias

- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA.
- Berman, N. C., Wheaton, M. G., McGrath, P. y Abramowitz, J. S. (2010). Predicting anxiety: The role of experiential avoidance and anxiety sensitivity. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 109–113. doi:10.1016/j.janxdis.2009.09.005
- Billieux, J., Thorens, G., Khazaal, Y., Zullino, D., Achab, S. y Van der Linden, M. (2015). Problematic involvement in online games: A cluster analytic approach. *Computers in Human Behavior*, 43, 242-250.
- Canan, F., Ataoglu, A., Ozcetin, A. e Icmeli, C. (2012). The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive psychiatry*, 53(5), 422-426.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089-1097.
- Carbonell, X. (2014). La adicción a los videojuegos en el DSM-5. *Adicciones*, 26(2), 91-95.

- Carbonell, X., Fúster, H., Chamarro, A., & Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del psicólogo*, 33(2), 82-89.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Costa, J. y Pinto-Gouveia, J. (2011). The mediation effect of experiential avoidance between coping and psychopathology in chronic pain. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 18, 34–47. doi:10.1002/cpp.699
- Craparo, G. (2011). Internet addiction, dissociation, and alexithymia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051-1056.
- Forsyth, J. P., Parker, J. D. y Finlay, C. G. (2003). Anxiety sensitivity, controllability, and experiential avoidance and their relation to drug of choice and addiction severity in a residential sample of substance-abusing veterans. *Addictive Behaviours*, 28, 851–870. doi:10.1016/S0306-4603(02)00216-2
- Fuster, H., Carbonell, X., Chamarro, A. y Oberst, U. (2013). Interaction with the game and motivation among players of massively multiplayer online role-playing games. *The Spanish journal of psychology*, 16, 1-8.
- Fuster, H., Oberst, U., Griffiths, M., Carbonell, X., Chamarro, A. y Talarn, A. (2012). Psychological motivation in online role-playing games: A study of Spanish World of Warcraft players. *Anales de Psicología*, 28(1), 274-280.
- Gámez-Guadix, M., Orue, I. y Calvete, E. (2013). Evaluation of the cognitive-behavioral model of generalized and problematic Internet use in Spanish adolescents. *Psicothema*, 25, 299-306.

- García-Oliva, C. y Piqueras, J. A. (2016). Experiential avoidance and technological addictions in adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(2), 293-303.
- García-Oliva, C., Piqueras, J. A. y Marzo, J. C. (2017). Uso problemático de Internet en adolescentes y factores asociados. *Manuscrito enviado*.
- Greco, L. A., Murrell, A. R. y Coyne, L. W. (2005). Avoidance and fusion questionnaire for youth. *Manuscrito no publicado*, Department of Psychology, University of Missouri, St. Louis. Recuperado de <http://www.contextualpsychology.org>
- Griffiths, M.D. (2000). Internet addiction - Time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8, 413-418.
- Griffiths, M., Davies, M. N. y Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *CyberPsychology & Behaviour*, 7, 479–487. doi:10.1089/cpb.2004.7.479
- Hayes, S. C. (1994). Content, context, and the types of psychological acceptance. En S. C. Hayes, N. S. Jacobson, V. M. Follette, and M. J. Dougher (Eds.), *Acceptance and change. Content and context in psychotherapy* (pp. 13–32). Reno, NV: Context Press.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M. y Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(6), 1152.

- Hayes, S. C., Masuda, A., Bissett, R., Luoma, J. y Guerrero, L. F. (2004). BDT, FAP, and ACT: How empirically oriented are the new behavior therapy technologies? *Behavior Therapy*, *35*, 35–54. doi:10.1016/S0005-7894(04)80003-0
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M. y Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behaviour disorder: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *64*, 1152–1168. doi:10.1037/0022-006X.64.6.1152
- Hong, S., You, S., Kim, E., y No, U. (2014). A group-based modeling approach to estimating longitudinal trajectories of Korean adolescents' on-line game time. *Personality and Individual Differences*, *59*, 9–15. doi:10.1016/j.paid.2013.10.018
- Kingston, J., Clarke, S. y Remington, B. (2010). Experiential avoidance and problem behavior: A mediational analysis. *Behavior Modification*, *34*, 145–163. doi:10.1177/0145445510362575
- Levitt, J. T., Brown, T. A., Orsillo, S. M. y Barlow, D. H. (2004). The effects of acceptance versus suppression of emotion on subjective and psychophysiological response to carbon dioxide challenge in patients with panic disorder. *Behavior Therapy*, *35*, 747–766. doi:10.1016/S0005-7894(04)80018-2
- Luciano, C. (2001). Sobre el trastorno de evitación experiencial y la terapia de aceptación y compromiso (ACT) [Experiential avoidance disorder and acceptance and commitment therapy (ACT)]. *Análisis y Modificación de Conducta*, *27*(113), 317–332.
- Luciano, M. C. y Hayes, S. C. (2001). Trauma of experiential avoidance. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *1*, 109–157.

- Marx, B. P. y Sloan, D. M. (2005). Peritraumatic dissociation and experiential avoidance as predictors of posttraumatic stress symptomatology. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 569–583. doi:10.1016/j.brat.2004.04.004
- Pepper, S. E. (2012). *The role of experiential avoidance in trauma, substance abuse, and other experiences* (Tesis doctoral). Recuperado de <http://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc149651/>
- Petry, N. M., Rehbein, F., Ko, C. H. y O'Brien, C. P. (2015). Internet gaming disorder in the DSM-5. *Current psychiatry reports*, 17(9), 72.
- Piqueras, J. A., García-Olcina, M., Rivera-Riquelme, M., Rodríguez-Jiménez, T., Martínez-González, A. E., y Cuijpers, P. (2017). DetectaWeb Project: Web-based detection of mental health continuum in children and adolescents. *Manuscrito enviado*.
- Schimmenti, A., Guglielmucci, F., Barbasio, C. y Granieri, A. (2012). Attachment disorganization and dissociation in virtual worlds: a study on problematic internet use among players of online role playing games. *Clinical Neuropsychiatry*, 9(5), 195-202.
- Tull, M. T. y Gratz, K. L. (2008). Further examination of the relationship between anxiety sensitivity and depression: The mediating role of experiential avoidance and difficulties engaging in goal-directed behavior when distressed. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 190–210. doi:10.1016/j.janxdis.2007.03.005
- Valdivia-Salas, S., Martín-Albo, J., Zaldivar, P., Lombas, A. S. y Jiménez, T. I. (2016). Spanish validation of the avoidance and fusion questionnaire for youth (AFQ-Y). *Assessment*, 26, 1–13. doi:10.1177/1073191116632338

Wetterneck, C. T., Burgess, A. J., Short, M. B., Smith, A. H. y Cervantes, M. E. (2012).

The role of sexual compulsivity, impulsivity and experiential avoidance in Internet pornography use. *The Psychological Record*, 62, 3–18.

Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & behavior*, 9(6), 772-775.

