

## تهدیدات بازی های رایانه ای در سلامت روان کودکان

باقر صادقیان<sup>۱</sup>، مریم حاجی پور (نویسنده مسئول)<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری تخصصی مدیریت خدمات بهداشت و درمان، دانشکده بهداشت، تهران، ایران

*bsadegian@yahoo.com*

<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد، مشاوره خانواده، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

*maryamhaj70@gmail.com*

09138548456

### چکیده :

بازی های رایانه ای از جذاب ترین فناوری های روبه توسعه واز جمله قدرتمند ترین ابزار برای پرکردن اوقات فراغت افراد به ویژه کودکان بشمار می آیند دوائر استفاده نامناسب خطر افزین است و آسیب هایی جسمانی و روانی و... را دربردارد. هدف ازنوشتن مقاله یافتن آسیب های مرتبط با بازی های رایانه ای وراهکارهای لازم جهت پیشگیری ازاین آسیب هاست.

به منظور یافتن مقالات مرتبط(۱۴۲۸مقاله)جهت ورود به پژوهش ازیک فرآیند سه مرحله ای استفاده شد. درنهایت متن کامل مقالات باقی مانده(۷۰مقاله)مورد مطالعه قرار گرفته ومقالاتی که باهدف پژوهش متناسب بودند(۸مقاله) وارد پژوهش شدند.

درمورد آسیب های جسمانی بازی های رایانه ای بایدگفت به گفته پزشکان، به دلیل خیره شدن مداوم به صفحه نمایش رایانه، چشمان فردبه شدت تحت فشار نورقرار می گیرد ودچار عوارض می شود. خردسالان،ساعت ها نشسته به بازی میپردازندو به همین دلیل،ستون فقرات واستخوان بندی آن ها نیز دچار مشکل می شود.

بازی های رایانه ای افزون براسیب های جسمانی،همراه بااسیب های روانی ازاختلال های روانی،اضطراب،افسردگی وپرخاشگری گرفته تااسیب های اجتماعی وتربیتی رادربرمیگیرد.

بازی به عنوان یکی از ابزار هایی مهم برای ارضانیازها ورشدشخصیت درکودکان بحساب می آید. باگذرمان وپیشرفت فناوری دردهه های گذشته دسترسی بیشترکودکان به وسایل دیجیتالی مانند موبایل، تبلت و...بازی هایبیشتر درزندگی کودکان نفوذ کرده اند وسبب آسیب های زیادی درکودکان می شود. باتوجه به آسیب هایی که دراصل مقاله اشاره شده است میتوان پیشنهاداتی جهت کم کردن آسیب هاداشت:

تشویق کودکان به بازی دسته جمعی سنتی و ورزش وفعالیت های دسته جمعی

بازی کردن به همراه کودک وبرنامه ریزی مناسب برای پرکردن اوقات آنها بافعالیت های مفید وتفریحات سالم

فرزندانتان رادرانجام کارهای خانه شریک کنید وبا همبازی شدن باکودکان راه دوستی ها راباز کنیم.

امیداست باآگاهی هرچه بیشتر والدین ومشاورین ازآسیب هایی که کودکان درآینده درمعرض آن هستند پیشگیری کنیم.

**واژگان کلیدی:** سلامت روان،بازی های رایانه ای ،کودکان

#### ۱- مقدمه :

با شروع قرن بیستم پیشرفت های تکنولوژیکی بشر سرعت بیشتری یافت و این پیشرفت بر شکل و کیفیت تفریحات انسان نیز تاثیر گذار بود به طوری که در عرصه های مختلف زندگی انسان از کسب و کار و صنعت گرفته تا بازی ها، سرگرمی ها نقش مؤثر ایفا کرده است (فرخی، سالمی، مقدم، بدلی، ۱۳۹۵) یکی از پدیده هایی که فناوری اطلاعات ایجاد کرده است بازی های رایانه ای است؛ بازی های رایانه ای یکی از هیجان برانگیزترین و جذاب ترین بازی های عصر حاضر که مخاطبین زیادی اعم از کودک تا بزرگسال را مجذب خود کرده است؛ بازی های ویدیویی - رایانه ای در سال ۱۹۷۲ با پانگ (یک بازی تنیس روی میز رایانه ای) آغاز شد و سپس در نظام سخت افزاری و نرم افزاری شروع به رشد کرد، بهبود کیفیت و تنوع بازیها سبب گسترش روزافزون این رسانه در میان جامعه به ویژه نوجوانان شد (موریسون و کروگمن، ۲۰۰۱، به نقل از عبدالخالقی و همکاران، ۱۳۸۴) هرچند ورود بازی های رایانه ای به ایران با کمی تأخیر صورت گرفت اما جذابیت و تنوعش باعث شد که افراد به ویژه کودکان و نوجوانان بدون توجه به گذر زمان ساعت هایی زیادی در طول شبانه رو را به بازی های رایانه ای اختصاص دهند.

اگرچه بازی های رایانه ای در برخی انواع از جمله بازی های آموزشی، فکری و... همراه با مزیت هایی است مثلا بازی های رایانه ای سبب افزایش توجه و تمرکز در مهارتهای حساب و خواندن می شود (دونسر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ به نقل از خزایی و جلیلیان، ۱۳۹۳) یا بازیهای آموزشی رایانه ای، بر خلاقیت و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان اثر گذارند (خزایی و جلیلیان، ۱۳۹۳) و رویکرد مهندسی دانش نسبت به توسعه بازی های آموزشی رایانه ای بر پیشرفت تحصیلی و نگرش های یادگیری و انگیزشی اثر مثبت دارد (هوانگ<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۲) اما اگر در بازی های رایانه ای مدیریت زمان و استفاده وجود نداشته باشد آسیب های جسمانی و روانی را به همراه دارد. افزون بر اینکه بسیاری از مهارت های فردی در این کودکان تکامل پیدا نمی کند و از آنجا که حرکت دست تنها فعالیت بازی رایانه ای است کودکان نمی توانند فعالیت های شخصی شان را با سرعت عمل انجام دهند و هنگام بازی رایانه ای، چشم ها حدود چهار هزار حرکت در ساعت دارند و ناچار هستند فشار زیادی را برای دیدن دقیق و تمرکز روی صحنه هایی که پشت سر هم و با سرعت نمایش داده می شوند، تحمل کنند این اتفاق در نهایت باعث تحریک پذیری سیستم عصبی شده و مشکلات چشمی گوناگونی مثل تاری دید، عدم تطابق و دو بینی حتی تیک در پلک ها را به دنبال دارد. از طرف دیگر، ضعف توان بینایی و خستگی چشم، از عوارض تماشای ساعت ها بازی های رایانه ای هستند که سردرد، گردن درد و کمردرد را هم به دنبال دارند (احمدوند، ۱۳۹۳). آسیب های روانی بازی های رایانه ای، از آسیب های جسمانی نیز شدیدتر هستند (حیدر پور، بزی، تنها، ۱۳۹۶).

سلامت روان چیزی فراتر از فقدان یا نبود بیماری روانی است و مهمترین نهاد بین المللی که وظیفه تبیین مفهوم سلامت در سطح جهان را دارد، سازمان بهداشت جهانی است. در اساسنامه سازمان بهداشت جهانی سلامت، نه تنها نبود بیماری یا معلولیت، بلکه حالت بهینه خوب بودن جسمی،

<sup>1</sup> Pong

<sup>2</sup> Morrison , Krogman

<sup>3</sup> Donser

<sup>4</sup> Hwang

روانی و اجتماعی تعریف شده است. متن اساس نامه سلامت را چنین تعریف کرده است: سلامتی یک حالت رفاه کامل جسمی، روحی و اجتماعی است و نه تنها نبود بیماری یا ناتوانی (گروه خبری غذا و دارو، ۱۳۹۹). به عبارتی سلامت روان حالتی از رفاه است که در آن فرد توانایی هایی دارد تا بتواند استرس های معمول و روزمره زندگی را مدیریت کند و قدرت برقراری ارتباط اجتماعی و مشارکت و همکاری داشته باشد.

نظریه های اجتماعی \_ روانی مختلف درباره چگونگی تأثیر بازی های رایانه ای بر اختلال های رفتاری، بر تعامل عوامل و ویژگی های اجتماعی، عوامل محیطی و فردی تأکید دارند، کودکان با قرار گرفتن در میدان بازیهای مجازی و رایانه ای، بسیاری از رفتارهای منفی و مخرب را می گیرند و فراگیری این رفتارها به نوبه خود به ایجاد و تقویت اختلال های رفتاری کمک می کند، قرار گرفتن در گردونه رقابت های بازی های رایانه ای منجر به هیجان پذیری بالا می شود و کودکان به گونه ای غرق این بازی ها می شوند که از محیط اطراف، از جمله افراد دیگر کامل غافل می شوند، در نتیجه اختلال هایی مانند بی توجهی، بیش فعالی، اختلال در سلوک و نظایر آن در آن ها به وجود می آید (مسعودنیا، پوررحیمیان، ۱۳۹۴) همینطور هیجان های شدید عصبی تقویت حس پرخاشگری و ستیزه جویی و تخریبگری و تقویت حس خودخواهی و زیاده خواهی افراطی، سرخوردگی، افسردگی و کاهش اعتماد به نفس و خود اتکایی از مهمترین آسیب های آنلاین است و تنوع در بازیهای رایانه ای و محتوای آنها بخصوص بازی های دارای محتوای خشن و اعمال بزهکارانه از سویی باعث ترویج این موارد و زمینه ای برای وقوع بزهکاری به ویژه برای کودکان و نوجوانان شناخته می شوند (خسروشاهی، عالی پور، پیدائی، ۱۳۹۵)

با در نظر گرفتن دسترسی آسان و بیش از حد کودکان به وسایل تکنولوژی مانند موبایل، کامپیوتر شخصی، تبلت و و افزایش روز افزون تنوع بازی های رایانه ای که سبب وابستگی ها و اعتیاد به بازی های رایانه می شود، خطراتی، سلامت روان کودکان را تهدید می کند لذا این مقاله خطرات و آسیب های بازی های رایانه ای در سلامت روان کودک بیان می کند و راهکار و پیشنهاداتی در جهت کاهش آسیب های روانی ارائه می دهد.

## ۲- روش شناسی :

روش تحقیق حاضر مرور سیستماتیک است. هدف از انجام این مطالعه، مرور نظامند مقالات چاپ شده در مورد بازی های رایانه ای و سلامت روان بود بر این اساس، مقالات فارسی و انگلیسی چاپ شده در مجلات علمی پژوهشی داخل و خارج از کشور به صورت زیرمورد جستجو قرار گرفت.

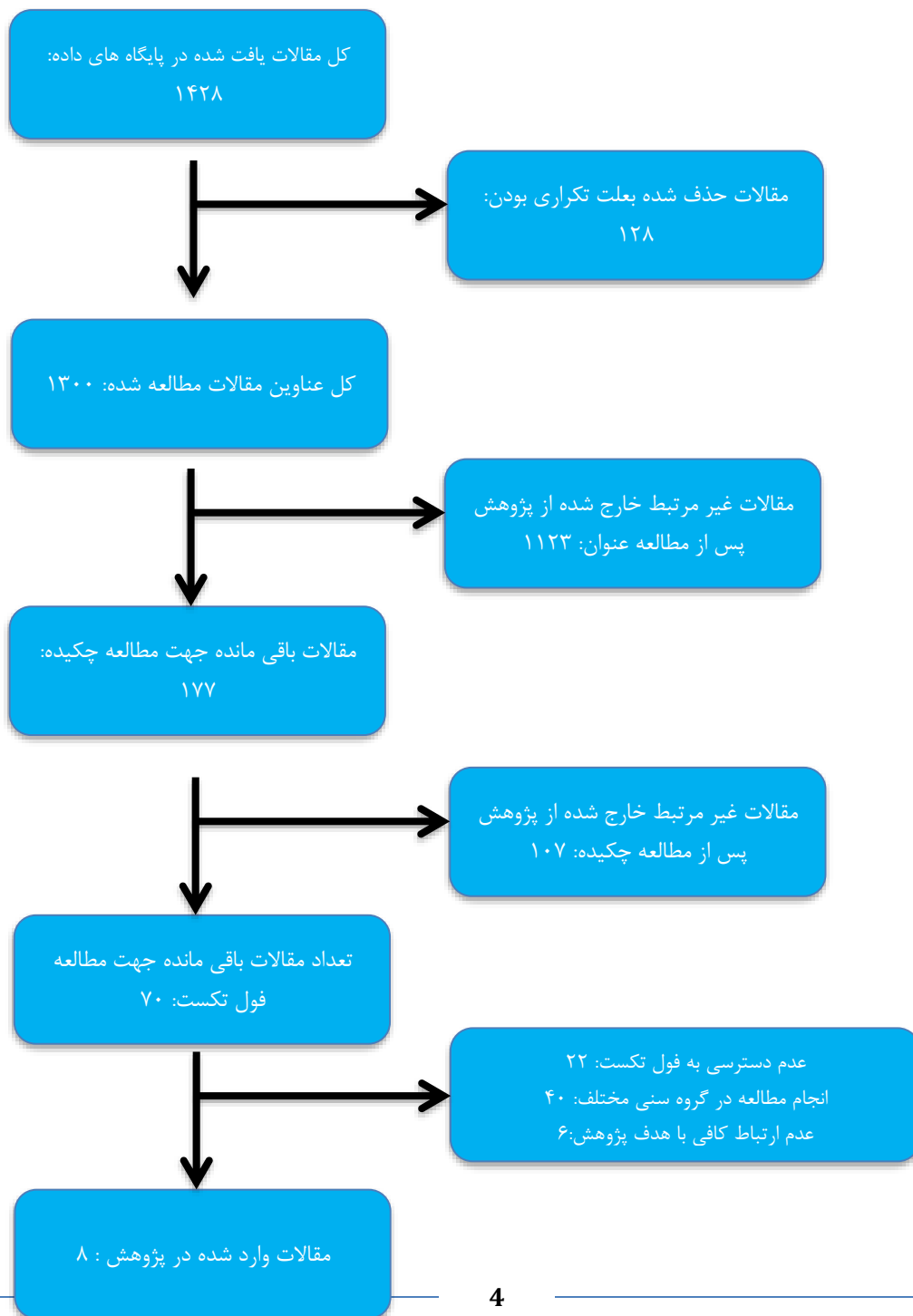
کلید واژه های جستجو: ترکیب واژه های بازی های رایانه ای، بازی های ویدیویی ( PC game OR Computer game OR Video Games) با سلامت روان، بهداشت روان (OR mental health OR meteral health OR health care) در عنوان و چکیده مقالات.

پایگاه های مورد جستجو:

به منظور یافتن مقالات مرتبط در این پژوهش از پایگاه های داده از جمله پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)، پایگاه استنادی علوم جهان اسلام (ISC)، Scopus و Pubmed و Web of Science و Google Scholar استفاده شد.

فرآیند انتخاب مقالات: به منظور یافتن مقالات نهایی جهت ورود به پژوهش از یک فرآیند سه مرحله ای استفاده شد. در مرحله اول کلیه عناوین کلیه مقالات مطالعه شد و مقالاتی که به موضوع پژوهش ارتباطی نداشتند از پژوهش حذف شدند در مرحله دوم، چکیده مقالات مورد مطالعه قرار گرفت و

مقالات غیرمرتبط حذف شدند. در نهایت متن کامل مقالات باقی مانده مورد مطالعه قرار گرفته و مقالاتی که با هدف پژوهش متناسب بودند وارد پژوهش شدند به این ترتیب کل مقالات یافت شده در پایگاه های داده ۱۴۲۸ بود، ۱۲۸ مقالات حذف شده بعلت تکراری بودن، مقالات غیر مرتبط خارج شده از پژوهش پس از مطالعه عنوان: ۱۱۲۳، مقالات غیر مرتبط خارج شده از پژوهش پس از مطالعه چکیده: ۱۰۷ مقالات غیر مرتبط خارج شده از پژوهش پس از مطالعه عنوان ، عدم دسترسی به فول تکست، ۲۲ حذف شد، ۴۰ انجام مطالعه در گروه های سنی بزرگسالان و سالمندان . در نهایت ۸ مقاله مورد مطالعه قرار گرفت.



در ضمن معیار ورود مطالعات به پژوهش، با توجه به اهداف پژوهش چندین معیار به منظور ورود و بررسی مقالات به پژوهش مورد استفاده قرار گرفت که شامل موارد زیر بود:

مقالاتی که از سال ۲۰۱۵ به بعد منتشر شده اند.

مقالاتی که در آن ها به مزایای بازی های رایانه ای اشاره کرده اند.

مقالاتی که در آن ها به معایب بازی های رایانه ای اشاره کرده اند.

مقالاتی که ارتباط بین سلامت روان و بازی های رایانه ای را مورد بررسی قرار داده اند.

### ۳- بحث درباره یافته ها

در مورد آسیب های جسمانی بازی های رایانه ای باید گفت به گفته پزشکان، به دلیل خیره شدن مداوم به صفحه نمایش رایانه، چشمان فرد به شدت تحت فشار نور قرار می گیرد و دچار عوارض می شود. خردسالان، چنان غرق این بازی ها می شوند که توجه نمی کنند در یک وضعیت ثابت، ساعت ها نشسته اند و به همین دلیل، ستون فقرات و استخوان بندی آن ها نیز دچار مشکل می شود (شوارتزمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷). همچنین احساس سوزش و سفت شدن گردن، کتف ها و مچ دست از دیگر عوارض کار ثابت و طولانی مدت کار با رایانه است. پوست هم در معرض مداوم اشعه هایی قرار می گیرد که از صفحه رایانه پخش می شود و ایجاد تهوع و سرگیجه، به خصوص در کودکان و نوجوانانی که زمینه تهوع نیز دارند، از دیگر عوارض جسمانی بازی های رایانه ای است. باید افزود مهارت های حرکتی و تکامل رشد جسمانی همه از آثار مثبت و جنب و جوش و بازی در دوران کودکی است اما هنگامی که حرکات فیزیکی محدود می شود و کودک ساعت ها وقت خود را به روبه روی تلویزیون یا رایانه می گذراند، استخوان ها و مفاصلی که در این دوران باید نهایت رشد خود را داشته باشند، از تکامل بازمانده و آسیب می بینند. در نتیجه رشد کودک دچار اختلال می شود (ساتن اسمیت، رابرتز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷) بازی های رایانه ای افزون بر آسیب های جسمانی، همراه با آسیب های روانی از اختلال های روانی، اضطراب، افسردگی و پرخاشگری گرفته تا آسیب های اجتماعی و تربیتی را در بر می گیرد. میزان زیاد بازی با نشانه های وابستگی و اختلالات روانپزشکی ارتباط دارد (آندریسن، بیلوکس، گریفیث، ۲۰۱۶)

مهم ترین مشخصه بازی های رایانه ای که مبتنی بر حالت جنگی و تنش فیزیکی بین شخصیت هاست، اغلب این که فرد باید برای رسیدن به مرحله بعد بازی، با نیروهای به اصطلاح دشمن بجنگد. استمرار چنین بازی هایی، کودک را پرخاشگر و ستیزه جو بار می آورد. خشونت، مهم ترین محرکه ای است که در طراحی برخی از جدیدترین و جذاب ترین بازی های کامپیوتری به حد افراط از آن استفاده می شود (حیدرپور، بزی تنها، ۱۳۹۶) انجام بازی

<sup>1</sup> Schwartzman

<sup>2</sup> Sutton Smith, Roberts

های رایانه ای با افکار، احساسات و رفتار ناسازگارانه ارتباط دارد (شو آندریسن، بیلوکس، گریفیس دمتر و ف ۲۰۱۶؛ گرایتمایر، ماگ ۲۰۱۴؛ فرگوسن ۲۰۱۵) تحریک پذیری و هیجان بیش از اندازه بازی های کامپیوتری باعث بی حالی و کاهش انرژی در کودکان شده، در نتیجه کودک شروع به بدخلقی، بهانه گیری، توقعات بی جا، اذیت و آزار دیگران و حتی پرخوری می کند و چون این بازی ها نظم خاصی ندارند و کودک یا نوجوان هر زمان که اراده کند، مشغول بازی می شود همین ویژگی، بی نظمی را به کودک می آموزد در این بازی ها شکست یا پیروزی مفهومی ندارد و در نتیجه کودکان، به جای احترام به ارزش ها و هنجارها خودمحوری را می آموزند همچنین با سرگرم شدن و اشتغال به بازی های رایانه ای، رفته رفته زمان کمتری را با اعضای خانواده اش می گذرانند و حتی گاه، حاضر نیست لذت بازی با کامپیوتر یا تبلت یا موبایل را با هیچ چیز دیگری عوض کند. (حیدرپور، بزی تنها، ۱۳۹۶) همچنین بازی های رایانه ای سبب کاهش تحمل (آنتونی، ملونه، ۲۰۱۴)، اعتیاد و وابستگی (گریفینث، هانت، ۱۹۹۸)، کاهش روابط اجتماعی و ضعف عملکرد تحصیلی (دورکین، باربر، ۲۰۰۴) همچنین تنوع در بازیهای رایانه ای و محتوای آنها بخصوص بازی های دارای محتوای خشن و اعمال بزهکارانه از سویی باعث ترویج این موارد و زمینه ای برای وقوع بزهکاری به ویژه برای کودکان و نوجوانان شناخته می شوند (خسروشاهی، عالی پور، پیدایی، ۱۳۹۹)

#### ۴- نتیجه گیری

بازی به عنوان یکی از ابزار هایی مهم برای ارضا نیازها و رشد شخصیت در کودکان بحساب می آید همچنین بازی ها به عنوان راهبردی برای وارد شدن در دنیای کودک و شناخت و ارزیابی اختلال ها در کودکان مورد استفاده قرار می گیرد. بازی های سنتی بیشتر در برگیرنده هر دو فعالیت های ذهنی و جسمی بود و کودکان را در هر دو بعد تقویت می کرد و بازی با همسالان روابط متقابل و تعاملات اجتماعی را افزایش می داد اما با گذر زمان و پیشرفت فناوری در دهه های گذشته و دسترسی بیشتر کودکان به وسایل دیجیتالی مانند موبایل، تبلت و... بازی ها بیشتر در زندگی کودکان نفوذ کرده اند و سبب آسیب های زیادی در کودکان می شود. همچنین عوامل موثر دیگر مثل افزایش مشغله های مادر و پدر، بی حوصلگی والدین، طرد محترمانه یا آرام سازی کودک از شیوه تشویق کودک به بازی رایانه منجر به این شد که بازی های رایانه ای جزیی از زندگی کودک شود و عدم نظارت والدین بر کودکان در استفاده از موبایل، تبلت، کامپیوتر و... با توجه به اینکه برخی از بازی ها اینترنتی هستند و باید بصورت آنلاین بازی انجام شود خطرات فضای مجازی نیز اضافه شده و کودکان را تهدید می کند، کودکان بدلیل حس کنجکاوی، وب گردی هایی دارند که باعث نگرانی والدین از تماشا کردن فیلم ها و آموزش هایی نامناسب کودکان تا فرو رفتن در دام های کلاه برداری می شود. امروزه، هر نوع بازی، بازی مطلوب برای کودکان به شمار نمی رود و برخی بازی ها حسب کارکردهای منفی که در رشد جسمانی و عاطفی و شناختی و معرفتی و شخصیتی کودکان دارند، در زمره بازی های بد یا نامطلوب محسوب می شوند که نسبت به کودکان ممنوع اعلام شده است (دوروتی شریدان، به ترجمه توکلی، سنایی نسب، براتی

<sup>1</sup> Schou Andreasse, Billieux, GriffithsDemetrov

<sup>2</sup> Greitemeyer, Mügge

<sup>3</sup> Ferguson

<sup>4</sup> Antonietti, Mellone

<sup>5</sup> Griffiths, Hunt

<sup>6</sup> Durkin, Barber

۱۳۸۲). آسیب های روانی مانند پرخاشگری، افسردگی، کندی ذهنی، اضطراب، خشم و... در برمی گیرد اما لازم به ذکر است با توجه به اینکه هر پدیده مزیت ها و معایب خاص خودش را دارد لذا بازی رایانه نیز به همراه محاسنی نظیر افزایش قدرت تمرکز و حل مسئله، وجود امکاناتی تا کودک بتواند در دنیای مجازی محیط هایی را تجربه کند که شاید در زندگی واقعی امکان پذیر نباشد، صرفه جویی در وقت و هزینه، تقویت تمرکز بین دست و چشم در بعضی بازی های رایانه ای را می توان بیان کرد. همچنین با توجه به اینکه بازی، در مقایسه با سایر روش های یاددهی - یادگیری، قابلیت هایی حائز اهمیت دارد بازی های آموزشی رایانه ای عملکرد های خوبی دارند به طور مثال افزایش دقت، هماهنگی و سرعت، درگیری ذهنی و چالش، فعالیت های استدلال انتزاعی چون حل مسئله و ابداع را تقویت می کنند، افزایش رشد عاطفی فرد، توانایی خواندن تصویر، عکس و نمودار را تقویت می کنند، امکان ارزیابی داشتن و بازخورد سریع، تدارک محیطی امن، محسوس کردن یادگیری را شامل می شوند که سبب کاهش فشارها و نگرانی های یادگیری مفهوم آموزشی می شود.

### پیشنهادات:

بازی های رایانه ای از جمله سرگرمی های هیجان انگیز و پر رنگ در زندگی کودکان بشمار می رود و عواملی در این اهمیت دخیلند از جمله گسترش انواع مختلف و جذابیت بازی های رایانه ای، دسترسی راحت به وسیله های اجرا کننده به بازی، اهمیت دادن و توجه والدین به کودکان در فراهم کردن خواسته های کودکان در این زمینه برای طرد محترمانه کودک تا کودک در گوشه ای مشغول به بازی شود و مزاحمت کمتری ایجاد کند، تعداد فرزند کم در خانواده، آرام سازی خانه و فضای مهمانی از عواملی هستند که باعث می شود مرور کودک به بازی های رایانه ای وابسته شود و به نوعی درگیر اعتیاد به بازی های رایانه ای شود به طوری که کودک زمانی که به بازی ها دسترسی نداشته باشند احساس خلا می کنند و حالت پریشانی و پرخاشگری نشان می دهند اما این وابستگی و اعتیاد به بازی های رایانه ای همراه با آسیب های همه جانبه از جمله جسمانی، تربیتی، اجتماعی و روانی است. در ادامه به راهکارهایی برای پیشگیری و به حداقل رساندن آسیب های متاثر از بازی های رایانه ای بیان می پردازیم.

تشویق کودکان به بازی دسته جمعی سنتی و ورزش و فعالیت های حرکتی و گردش های دسته جمعی

بازی کردن به همراه کودک و معرفی و تشویق و ترغیب فرزندان به بازی های مناسب و آموزشده و رها نکردن فرزندان و برنامه ریزی مناسب برای پرکردن اوقات آنها با فعالیت های مفید و تفریحات سالم برای کاستن از امکان فعالیت آنها در فضای بازی های رایانه ای و مدیریت و زمان بندی برای استفاده کودک از بازی های رایانه و موکول کردن زمان بازی بعد از انجام تکلیف

استفاده از زمان سنج و وضع قوانین برای کودک که در چه زمان هایی و چه مدتی می تواند بازی انجام دهد طبق قانون عمل کنید زمانی که نزدیک به زمان پایان وقت بازی است به کودکان یاد اوری کنید برای قانون شکنی محدودیت و جریمه تعیین کنید. احتمال دارد کودک تا چند روز رفتارهای پرخاشگرانه، گریه یا پافشاری کند به بازی اما شما مصمم طبق قانون عمل کنید.

قرار دادن رایانه در فضای عمومی منزل مثل نشیمن و پذیرایی و توجه به سطح بندی وسایل بازی متناسب با سن، جنسیت و رشد کودک و بازی ها که مورد تایید کارشناسان و مراکز معتبر از جمله بنیاد ملی بازی های رایانه ای است و امکان بازی های معمایی و آموزشی را برای کودکان فراهم کنید.

فرزندانتان را در انجام کارهای خانه شریک کنید و با همبازی شدن با کودکان راه دوستی‌ها را باز کنیم به طوری که نمود تجربه‌ای لذت بخش در ذهن کودک باقی بماند و آداب اجتماعی و چگونگی رفتار با دیگران را ضمن همبازی شدن با کودکان به صورت غیر مستقیم به آنها آموخته شود تا بتوانند در جامعه و با دیگران ارتباط مثبت برقرار کنند و به نحوی اعتماد بنفس و عزت نفس کودک افزایش یابد.

## منابع

- خزایی، کامیان، جلیلیان، نوشین (۱۳۹۳). تأثیر بازیهای آموزشی رایانه ای بر پیشرفت تحصیلی و دانش آموزان مقطع ابتدایی. مجله فناوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۹(۸)، ۸۱-۱۴.
- عبدالخالقی، معصومه؛ دواجی، اقدس؛ صحبائی، فائزه و محمودی، محمود (۱۳۸۴). بررسی ارتباط بازیهای ویدیویی - رایانه‌های با پرخاشگری در دانش آموزان پسر مقطع راهنمایی تهران سال ۱۳۸۲. مجله علوم پزشکی دانشگاه آزاد، اسلامی، ۳۹(۱)، ۳۹۳-۳.
- فرخی، سوس؛ سالمی، پناه؛ مقدم، کیمیا؛ بدلی، مهدی (۱۳۹۵). مقایسه تأثیر بازیهای رایانه‌های استراتژیک و بازیهای رایانه ای تفننی بر تفکر خلاق دانش آموزان. فصلنامه خانواده و پژوهش شماره ۸ احمدوند، محمدعلی (۱۳۹۳). روانشناسی بازی. پیشین، ص ۶۶.
- حیدرپور، حمیدرضا؛ بزی تنها، ژیلایا (۱۳۹۶). آسیب شناسی بازی های رایانه ای با رویکرد جامعه شناختی و روان شناختی (در پرتو مفهوم و مولفه های «حق بر بازی مطلوب») ، سومین همایش ملی بازی های رایانه ای ، فرصت ها و چالش ها
- خسروشاهی، قدرت الله؛ عالی پور، حسن؛ پیدائی، راضیه (۱۳۹۹). جلوه های تأثیر بازی های رایانه‌ای بر پیشگیری از بزهکاری اطفال و نوجوان، ششمین کنفرانس بین المللی بازیهای رایانه ای؛ فرصت ها و چالش ها
- Hwang, G. J., Sung, H. Y., Hung, C. M., Huang, I., Tsai, C. C. (2012). Development of a personalized educational computer game based on students' learning styles. *Educational Technology Research and Development*, 60(4), 623 -638.
- Schwartzman, H. B., A Cross- Cultural perspective on Child- Structured Play Activities and Materials, In A. W Gottfried and C.C Brown (Eds.), Oxford University Press, 2007, p. 125.
- Sutton Smith, B., & Roberts, J. M., Play, Games and Sports, In: H. C. Trionclis & A. Heron (Eds.), *Handbook of Cross- Cultural Psychology: Boston*, 2007, p. 89.
- Anderson, C. A., Dill, K. E. "v. Video games and aggressiveness Thoughts, Feelings and behavior in the laboratory and in life", *Journal of Personality and Social Psychology*, 78v, pp. 772-790, 2000v. Anderson, C. A., and Bushman, B. J. "v. Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive affect, psychological arousal and prosocial behavior", *Psychological Science*, 12v, pp. 353- 359, 2001v.
- R. B. Williams and C. A. Clippinger "v. Aggression competition and computer and human opponents", *Computers in Human Behavior*, 18v, pp. 459-506, 2002
- A. Antonietti and R. Mellone, "The difference between playing games with and without the computer: A preliminary review.", *Journal of Psychology*, vol. 2, no. 137, pp. 133-144, 2003.
- M. D. Griffiths and N. Hunt, "Dependence on Computer games by adolescents.", *Psychological Reports*, vol. 82, pp. 475-480, 1998.
- K. Durkin and B. Barber, "Not so doomed: Computer game play and positive adolescent development.", *Applied Developmental Psychology*, vol. 23, pp. 373-392, 2002.





- C. Schou Andreassen, J. Billieux, M. D. Griffiths, D. J. Kuss, Z. Demetrovics, E. Mazzoni and S. Pallesen, "The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study.," *Psychology of Addictive Behaviors*, vol. 30, pp. 252-262, 2016
- T. Greitemeyer and D. O. Mügge, "Video games do affect social outcomes. A meta-analytic review of the effects of violent and prosocial video game play.," *Personality and Social Psychology Bulletin*, vol. 40, pp. 578-589, 2014.
- C. J. Ferguson, "Do angry birds make for angry children? A meta-analysis of video game influences on children's and adolescents' aggression, mental health, prosocial behavior, and academic performance.," *Perspectives on Psychological Science*, vol. 10, pp. 646-666, 2001