

هفتمین همایش ملی بنیاد علمی قانون یار

همایش پژوهش های علمی علوم اسلامی و انسانی در عصر نوین

بنیاد علمی قانون یار - آموزش و پرورش استان کرمانشاه - واحد پژوهش سپاه پاسداران (با همکاری و حمایت معنوی دانشگاه رازی، دانشگاه آزاد، دانشگاه فرهنگیان، دانشگاه پیام نور کرمانشاه، دانشگاه علمی و کاربردی، جهاد دانشگاهی واحد کرمانشاه، دانشگاه صنعتی کرمانشاه، بنیاد شهید و سازمان ارشاد و ... سردبیر علمی و مسئول برگزاری همایش: دکتر بهنام اسدی (نمایه مقالات در پایگاه های ملی و بین المللی) تاریخ برگزاری همایش: ۸ اسفندماه ۱۴۰۳ شماره مقاله: ۲۸/۹۷۷۷۲ رده بندی کنگره: ب ۵۶/۸۸۸۰

بررسی تاثیر اعتیاد به بازی های موبایلی بر تنهایی و افسردگی

در میان دانش آموزان متوسطه اول شهر اسلام آباد غرب

سهیلا حسن پور

دبیر متوسطه اول شهرستان اسلام آباد غرب، کارشناسی ارشد جامعه شناسی

چکیده

اعتیاد به بازی های موبایلی در بین دانش آموزان در حال افزایش است که می تواند آثار مثبت و منفی بر روی دانش آموزان داشته باشد. با این حال، این اعتیاد به طور عمده به افزایش تنهایی و افسردگی در دانش آموزان منجر می شود. هدف اصلی این پژوهش بررسی تاثیر اعتیاد به بازی های موبایلی بر تنهایی و افسردگی در بین دانش آموزان متوسطه اول شهر اسلام آباد غرب بوده است. این پژوهش به روش پیمایش انجام شد. جامعه آماری این پژوهش به تعداد ۱۲۵۸ نفر، شامل تمام دانش آموزان متوسطه اول شهر اسلام آباد غرب در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ است که تعداد ۳۶۴ نفر به عنوان حجم نمونه با استفاده از فرمول کوکران و نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسش نامه های استاندارد، تنهایی میس و همکاران، پرسشنامه افسردگی ماریاکواس فرم کوتاه شده و پرسش نامه محقق ساخته اعتیاد به بازی های موبایلی استفاده شد و داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته های پژوهش نشان داد که: بین اعتیاد به بازی های موبایلی با تنهایی و افسردگی رابطه معنی داری وجود دارد. یافته های رگرسیون خطی نشان داد که میزان تاثیر اعتیاد به بازی های موبایلی بر تنهایی ($\beta = ۴۵/۴$) و میزان تاثیر اعتیاد به بازی های موبایلی بر افسردگی ($\beta = ۳۹/۶$) می باشد.



نتیجه‌گیری: نقش والدین و مدرسه در سلامت روانی دانش‌آموزان بسیار مهم است و افزایش آگاهی آن‌ها درباره خطرات بازی‌های موبایلی و لزوم نظارت بر استفاده از این بازی‌ها می‌تواند سودمند باشد. شناخت دقیق اثرات منفی اعتیاد به بازی‌های موبایلی می‌تواند به طراحی برنامه‌های مداخله‌ای مؤثر برای کاهش این نوع اعتیاد و بهبود سلامت روانی دانش‌آموزان کمک کند.

واژگان کلیدی: اعتیاد به بازی‌های موبایلی، تنهایی، افسردگی، دانش‌آموزان

مقدمه

بازی کردن از نظر رشد در اوایل کودکی مهم است. کودکان از طریق بازی کردن خودشان را نشان می‌دهند و انرژی اضافی خود را مصرف می‌کنند. همزمان، از نظر رشد اجتماعی و زبانی، بازی‌ها کودکان را قادر می‌سازد تا با دوستان خود ارتباط برقرار کنند (هورزم^۱، ۲۰۱۱). خلاقیت خود را آشکار و رشد دهند. بازی فرآیند یادگیری را برای کودکان لذت بخش‌تر و ماندگارتر می‌کند (اوسلان^۲، ۲۰۱۹). بازی کردن کودکان را قادر می‌سازد تا دنیایی را که در آن زندگی می‌کنند از طریق تجربیات خود درک کنند (آکسوی^۳ و دره چیفتچی^۴، ۲۰۲۰). بازی‌ها نقش فعالی در جذب محرک‌ها، توانایی‌های شناختی و الگوهای دنیای بیرون دارند (دمیرهان ساین^۵، ۲۰۱۶). کودکان سعی می‌کنند جهان را با ابزار احساساتی مانند خشم، شادی و غم از طریق بازی درک کنند (لاندترث، هومیر و موریسون^۶، ۲۰۰۶). بازی، که بخشی از زندگی کودک است به حس موفقیت کودک کمک می‌کند و به این ترتیب کودک یاد می‌گیرد که از این حس موفقیت لذت ببرد (آیدمیر^۶، ۲۰۲۲). بازی‌هایی که از رشد شناختی کودک حمایت می‌کنند به مهارت‌های تصمیم‌گیری و حل مسئله کودک کمک می‌کنند (هورزم، ۲۰۱۱).

^۱ -Horzum

^۲ -Ocelan

^۳ -Aksoy & Dere Çiftçi

^۴ -Demirhan Sayin

^۵ -Landreth, Homeyer & Morrison

^۶ -Aydemir



امروزه، محبوبیت بازی‌های دیجیتال در بین کودکان و جوانان در سراسر جهان در حال افزایش است (دنگ^۴ و همکاران، ۲۰۱۵). افراد در سنین پایین با بازی‌های دیجیتال آشنا می‌شوند و بیش از یک میلیارد نفر در سراسر جهان درگیر این بازی‌ها هستند (اونر^۵، ۲۰۲۰). این بازی‌ها دارای مزایایی مانند کاهش استرس، ایجاد لذت، حس چالش و رقابت، تقویت تعامل اجتماعی و حتی فرار ذهنی از دنیای واقعی هستند (بشیر^۶ و همکاران، ۲۰۲۴)، دانش‌آموزان به دلیل دسترسی آسان به تلفن‌های همراه، اکنون با یک مسئله مهم اعتماد به بازی‌های موبایلی دست و پنجه نرم می‌کنند (فنگ^۷، ۲۰۲۲). بازی‌های معمولی که در گوشی‌های هوشمند انجام می‌شوند، بازی‌های موبایلی نامیده می‌شوند. قابل حمل بودن تلفن‌های هوشمند و اتصال بی‌سیم به دانش‌آموزان این امکان را می‌دهد تا هر زمان و هر کجا که می‌خواهند بازی‌های موبایلی را انجام دهند. اعتماد به بازی‌های موبایلی یک مشکل رو به رشد است که سلامت جسمی و روحی کاربران خود را به خطر می‌اندازد (بشیر و همکاران، ۲۰۲۴). اعتماد به بازی‌های موبایل زمانی اتفاق می‌افتد که گیم‌ها بیش از حد از بازی‌های گوشی‌های هوشمند استفاده می‌کنند،

- Feng



تمایل شدیدی برای بازی کردن در آن‌ها احساس می‌شود و زمان زیادی را به بازی اختصاص می‌دهند. استفاده بیش از حد از گوشی‌های هوشمند و انجام بازی‌های موبایلی ممکن است منجر به مشکلاتی مانند گردن درد، اختلال بینایی، انحنای ستون فقرات، کاهش رشد مغز، مشکلات رشدی، مشکلات اسکلتی - عضلانی، عدم فعالیت فیزیکی، چاقی و کیفیت خواب ناکافی شود (مصطفی اوغلو^۱ و همکاران، ۲۰۱۸).

استفاده بیش از حد از بازی‌های موبایلی تأثیرات منفی بر عملکرد تحصیلی، سلامت جسمی و روانی کودکان دارد و احتمالاً پیامدهای شدید و غیرقابل برگشتی دارد (فنگ، ۲۰۲۲). بازی‌های موبایلی طولانی مدت می‌تواند سطح استرس را افزایش دهد، نوراستنی^۲ را تشدید کند و ایمنی را تضعیف کند. قرار گرفتن طولانی مدت در معرض محتوای خشونت‌آمیز بازی‌های موبایلی ممکن است منجر به رفتار خشونت‌آمیز در زندگی واقعی در کودکان شود. بازی بیش از حد بازی‌های موبایلی می‌تواند تأثیرات منفی بر تفکر و مهارت‌های ارتباطی کودکان داشته باشد و منجر به قطع ارتباط آنها با واقعیت شود. اگر مجبور به ترک دنیای مجازی شوند، ممکن است دچار اختلالات اضطرابی و افسردگی شوند (فنگ، ۲۰۲۲). دانش‌آموزانی که با چالش‌های بازی‌های موبایلی مواجه می‌شوند، اغلب حالت‌های غیرقابل دسترس و بی‌تفاوتی از خود نشان می‌دهند که نشان دهنده عدم علاقه به تعامل با همسالان، معلمان و والدین خود است. تحقیقات نشان می‌دهد که افرادی که با اعتیاد به بازی‌های موبایلی دست و پنجه نرم می‌کنند، اغلب با ارتباطات مشکل دارند و سرد به نظر می‌رسند و تحریک‌پذیری نشان می‌دهند (همان).

بازی بیش از حد می‌تواند تلاش‌های فرد برای پیدا کردن دوستان واقعی را با تأثیر بر مهارت‌های اجتماعی از بین ببرد. در دراز مدت، کودکان گیمرها از نظر اجتماعی منزوی می‌شوند. این امر راه را برای افسردگی و دیگر عادات آسیب‌زننده به خود هموار می‌کند. بازی کردن مدارهای لذت را تا حدی فعال می‌کند، که منجر به رفتار تکانشی می‌شود که مانع از درگیر شدن فعال کودکان در زندگی اجتماعی می‌شود (لاندو و نگوین^۳، ۲۰۱۹). بیدو^۴ و همکاران (۲۰۱۸) در مورد اثرات بازی موبایلی بر روی تنهایی و

^۱ -Mustafaoğlu

^۲ -neurasthenia

^۳ -Landau & Nguyen

^۴ -Bediou



و افسردگی کودکان، تأیید کرده‌اند که این بازی‌های، به‌ویژه در سنین پایین، می‌توانند عمدتاً اثرات روان‌شناختی منفی ایجاد کنند. به عنوان مثال، می‌تواند وابستگی‌های روانی عمیقی را ایجاد کند که منجر به انزوا از سایر همسالان شود. این امر زندگی اجتماعی و مهارت‌های چنین کودکانی را در معرض خطر رشد پایین قرار می‌دهد و حتی می‌تواند منجر به افسردگی شود (لانس و گرو^۱، ۲۰۱۷). یافته‌های کیم و آن^۲ (۲۰۱۶) این نکته را تقویت می‌کند که انجام بازی با ذهنیت «فرار و گریز» و انجام این کار برای نادیده گرفتن مشکلات، فرد را بیشتر مستعد تأثیرات منفی بازی‌ها مانند افسردگی و تنهایی می‌کند (لاندو و نگوین، ۲۰۱۹).

اعتیاد به بازی در میان کودکان با مجموعه‌ای از انتقال دهنده‌های عصبی به نام تحریک کننده است. این انتقال دهنده‌های عصبی به طور جمعی با انتقال دهنده‌های عصبی بازدارنده مانند اسید گامامینو بوتیریک^۳ و همچنین گلوتامات^۴، سروتونین^۵، نوراپی نفرین^۶ و دوپامین^۷ کار می‌کنند و باعث اعتیاد به بازی می‌شوند. این وضعیتی را ایجاد می‌کند که در آن کودک به بازی‌ها وابسته می‌شود و در نتیجه باعث می‌شود که خود را از همسالان خود جدا کند و منزوی شوند (هوروات^۸ و همکاران، ۲۰۱۸). بیش از ۱۸ درصد از افراد بین سنین ۱۲ تا ۱۹ سال، چاق هستند. نشستن و بازی بیش از حد در داخل خانه بدون هیچ گونه فعالیت فیزیکی یکی از عوامل مهم مسئول این اپیدمی بازی است (لاندو و نگوین، ۲۰۱۹).

سوجورنر (۲۰۱۱) اشاره می‌کند که اگر یک کودک یک بازی را با طرز فکر فرار بازی کند، که به موجب آن تمرکز اصلی او بر نادیده گرفتن مشکلات، اجتناب از احساسات ناخوشایند، و اجتناب از موقعیت‌های استرس زا باشد، چنین کودکی به احتمال زیاد از افسردگی، انزوای اجتماعی یا اضطراب مرتبط با بازی‌های موبایلی رنج خواهد برد. این امر همچنین تنهایی و افسردگی را افزایش می‌دهد (لاندو و

- ^۱ -Lancy & Grove
- ^۲ -Kim and Ahn
- ^۳ -gammaaminobutyric acid) GABA(
- ^۴ -glutamate
- ^۵ -serotonin
- ^۶ -norepinephrine
- ^۷ -dopamine
- ^۸ -Horvath



نگوین، ۲۰۱۹). ساعات بازی طولانی عمدتاً، کودکان را از هم سن و سالان خود جدا می‌کند که باعث تنهایی و افسردگی طولانی مدت می‌شود (سوچورنر ۲۰۱۱، ۱). در عین حال، تنهایی همراه با گذراندن ساعات طولانی از روز در بازی، فرد را از زندگی عادی محروم می‌کند. این امر فرصت‌هایی را برای رشد افسردگی در طول یک دوره طولانی از زمان ایجاد می‌کند (لاندو و نگوین، ۲۰۱۹، ۲). مطالعه الله‌وردی پور و همکاران (۲۰۱۰) اشاره می‌کنند که نوجوانانی که چالش‌های اجتماعی را تجربه می‌کنند، همیشه از بازی به عنوان روشی برای مدیریت مشکلاتی که با آن مواجه هستند، استفاده می‌کنند. با این حال، این روش‌ها ممکن است افسردگی و تنهایی آن‌ها را از خانواده و همسالان خود افزایش دهد. نتایج تحقیق فتنوم^۳ و همکاران (۲۰۲۳)، نشان داد که بین بازی‌های تلفن همراه و تنهایی و افسردگی رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج تحقیق وانگ و همکاران (۲۰۱۹)، نشان داد که بین بازی‌های تلفن همراه با افسردگی و تنهایی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. نتایج تحقیق کوک ارن و اورسال^۴ (۲۰۱۸)، نیز رابطه معنی‌داری بین اعتیاد به بازی رایانه‌ای و تنهایی نشان داد و نتایج مطالعه جین (۲۰۱۹)، نشان داد که اعتیاد به بازی‌های موبایلی سبب تنهایی می‌شود.

انجمن پزشکی اعتیاد آمریکا^۵ و انجمن روانپزشکی آمریکا^۶ اعتیاد دیجیتال را به عنوان یک بیماری مغزی اولیه و مزمن که بر پاداش، انگیزه، حافظه و مدارهای مرتبط تأثیر می‌گذارد، تعریف می‌کنند. اختلال در این مدارها می‌تواند به اختلال زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی خاصی منجر شود. این در افرادی دیده می‌شود که از طریق مصرف مواد و سایر رفتارها مانند بازی اینترنتی به دنبال پاداش یا تسکین هستند. علائم اعتیاد به دیجیتال، مانند تنهایی شدید و افسردگی می‌باشد (پیپر و هاروی^۷، ۲۰۱۸). (۲۰۱۸). بنابراین دلیلی برای نگرانی در مورد آسیب طولانی مدت اعتیاد به بازی‌های گوشی‌های هوشمند وجود دارد، زیرا استفاده بیش از حد ممکن است تأثیر بدتری نسبت به اعتیاد به مواد افیونی داشته

^۱ -Sojourner

^۲ -Landau & Nguyen

^۳ -Phetphum

^۴ -Kök Eren & Örsal

^۵ -ASAM

^۶ -APA

^۷ -Peper & Harvey

بخش اول: روش تحقیق

- 1 -Swingle
- 2 -Holt-Lunstad
- 3 -Cacioppo



مدرسه‌های این چهار منطقه را مشخص و سپس به صورت تصادفی ساده از هر منطقه دو مدرسه انتخاب و پرسشنامه در بین آنان توزیع شد. همچنین برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد که در ادامه به معرفی آنها پرداخته شده است.

پرسشنامه تنهایی میس^۱ و همکاران (۲۰۱۵):

این مقیاس برای نخستین بار توسط میس و همکاران (۲۰۱۵)، بر روی دو نمونه از دانش‌آموزان کلاس پنجم و ششم در بلژیک برای ۱۰۶۹ کودک انجام شد. و یک ساختار تک عاملی با ۱۶ گویه است. که بر روی مقیاس لیکرت از هرگز با نمره (۰)، گاهی با نمره (۱)، اغلب با نمره (۲) و همیشه با نمره (۳)، نمره‌گذاری شده است؛ کمترین مقدار نمره آن برابر با (۰) و بیشترین مقدار نمره آن برابر با (۴۸) است، با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری و تحلیل عامل تاییدی، پایایی و روایی آن تایید شده است. اکثر مطالعات روان‌سنجی در مورد این مقیاس در ایالات متحده انجام شده است، که ضریب آلفای کرونباخ برای آن ۰/۸۸ گزارش شده است.

پرسشنامه افسردگی ماریاکواس فرم کوتاه شده CDI

CDI یک ابزار خود گزارشی ۱۰ آیتمی می‌باشد که جهت ارزیابی نشانه‌های افسردگی در دانش‌آموزان استفاده می‌شود. سوالات این پرسشنامه از پرسشنامه افسردگی بک برگرفته شده است. این پرسشنامه بر اساس اصلا=۰ گاهی اوقات =۱، بسیاری از اوقات =۲ و همیشه =۳، نمره گذاری می‌شود. مقدار آلفای کرونباخ بدست آمده برای این ابزار (۰/۸۴) بود.

پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های موبایلی

این پرسشنامه دارای ۱۰ گویه است، که بر روی مقیاس لیکرت از خیلی کم با نمره (۱)، تا خیلی زیاد با نمره (۵)، نمره‌گذاری شده است.

^۱ -Maes



جدول ۱. جدول ضریب پایایی مقیاس‌ها

متغیرها	تعداد گویه	آلفای کرونباخ
اعتماد به بازی های موبایلی	۱۰	۰/۸۹
تنهایی	۱۶	۰/۹۱
افسردگی	۱۰	۰/۸۸

مطابق نتایج جدول (۲)، ۳۰/۵ درصد (۱۱۱ نفر) پاسخگویان ۱۳ ساله، ۳۵/۴ درصد (۱۲۹ نفر) ۱۴ ساله و ۳۴/۱ درصد (۱۲۴ نفر) ۱۵ ساله هستند. ۳۰/۵ درصد (۱۱۱ نفر) پاسخگویان پایه هفتم، ۳۵/۴ درصد (۱۲۹ نفر) پایه هشتم و ۳۴/۱ درصد (۱۲۴ نفر) در پایه نهم مشغول به تحصیل هستند. ۴۹/۵ درصد (۱۸۰ نفر) دختر و ۵۰/۵ درصد (۱۸۴ نفر) پسر هستند. ۲۶/۶ درصد (۹۷ نفر) کمتر از ۲ ساعت، ۳۶/۳ درصد (۱۳۲ نفر) بین ۲ تا ۴ ساعت و ۳۷/۱ درصد (۵ ساعت و بیشتر) از بازی‌های موبایلی استفاده کرده‌اند.

جدول ۲. آمار توصیفی متغیرها

سن			پایه تحصیلی			جنس			میزان استفاده از بازی های موبایلی		
سن	فراوانی	درصد	-	فراوانی	درصد	-	فراوانی	درصد	-	فراوانی	درصد
۱۳ سال	۱۱۱	۳۰/۵	هفتم	۱۱۱	۳۰/۵	دختر	۱۸۰	۴۹/۵	کمتر از ۲ ساعت	۹۷	۲۶/۶
۱۴ سال	۱۲۹	۳۵/۴	هشتم	۱۲۹	۳۵/۴	پسر	۱۸۴	۵۰/۵	۲ تا ۴ ساعت	۱۳۲	۳۶/۳
۱۵ سال	۱۲۴	۳۴/۱	نهم	۱۲۴	۳۴/۱	-	-	-	۵ ساعت و بیشتر	۱۳۵	۳۷/۱
کل	۳۶۴	۱۰۰	-	۳۶۴	۱۰۰	-	۳۶۴	۱۰۰	-	۳۶۴	۱۰۰

هفتمین همایش پژوهش های علمی علوم اسلامی و انسانی در عصر نوین (انجمن برگزار کننده: بنیاد علمی قانون یار - آموزش و پرورش و سپاه پاسداران کرمانشاه - ۸ اسفند ۱۳۹۳)



مطابق نتایج جدول (۳)، میانگین تنهایی در بین پسران ۲۵/۲۱۱ و در بین دختران ۲۹/۳۳۱ می باشد که نشان می دهد تنهایی در بین دختران بیشتر از پسران است. میانگین افسردگی در بین پسران ۱۷/۹۸۳ و در بین دختران ۱۸/۸۶۴ می باشد که نشان می دهد افسردگی در بین دختران بیشتر از پسران است و میانگین اعتیاد به بازی های موبایلی در بین پسران ۳۴/۹۶۶ و در بین دختران ۲۸/۲۳۹ می باشد که نشان می دهد اعتیاد به بازی های موبایلی در بین پسران بیشتر از دختران است.

جدول ۳. آماره های توصیفی متغیرهای تنهایی، افسردگی و اعتیاد به بازی های موبایلی

متغیر	جنس	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
تنهایی	پسر	۱۸۰	۲۵/۲۱۱	۹/۰۹۵
	دختر	۱۸۴	۲۹/۳۳۱	۷/۷۵۰
افسردگی	پسر	۱۸۰	۱۷/۹۸۳	۵/۱۶۳
	دختر	۱۸۴	۱۸/۸۶۴	۳/۷۴۸
اعتیاد به بازی های موبایلی	پسر	۱۸۰	۳۴/۹۶۶	۷/۶۷۳
	دختر	۱۸۴	۲۸/۲۳۹	۱۱/۷۵۹

برخسونت کودکان در مدل رگرسیونی

		ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد		
p	t	beta	خطای استاندارد	B	متغیر
+ / + + +	۱۸/۴۱۷	+ / ۴۵۴	+ / ۰۲۴	+ / ۳۵۹	اعتماد به بازی های موبایلی ← تنهایی
+ / + + +	۱۶/۵۰۲	+ / ۳۹۶	+ / ۰۲۸	+ / ۲۲۷	اعتماد به بازی های موبایلی ← افسردگی

اگرچه بازی‌های موبایلی به طور فزاینده‌ای در بین دانش‌آموزان محبوب شده‌اند، مطالعات کمی در مورد اعتیاد به بازی‌های موبایلی انجام شده است. آگاهی از شیوع مشکلات اعتیاد به بازی‌های موبایلی در دانش‌آموزان و ارتباط آن‌ها با تنهایی و افسردگی، در این مطالعه گزارش شده است.

نتایج این مطالعه نشان داد که اعتیاد به بازی‌های موبایلی بر تنهایی دانش‌آموزان تاثیر دارد، که این یافته با یافته‌های الله‌وردی پور و همکاران (۲۰۱۰)، سوجورنر (۲۰۱۱)، لاندو و نگوین (۲۰۱۹)، وانگ و همکاران (۲۰۱۹)، قفقوم و همکاران (۲۰۲۳)، کوک ارن و اورسال (۲۰۱۸) و جین (۲۰۱۹) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت: بیشتر دانش‌آموزان که به بازی‌های موبایل اعتیاد دارند، غرق دنیای بازی



می‌شوند، ارتباط خود را با زندگی واقعی از دست می‌دهند، اعتیاد به بازی‌های همراه ممکن است باعث شود که جوانان با جدا کردن خود از جامعه اطراف احساس تنهایی کنند. با وجود این واقعیت که انجام بازی‌های آنلاین می‌تواند به جوانان کمک کند تا از احساسات منفی عدم فعالیت فرار کنند، بازی بیش از حد، به ویژه در مراحل اولیه، می‌تواند تاثیر منفی بر روابط اجتماعی در دنیای واقعی داشته باشد و در نهایت منجر به احساس تنهایی شود. بازی بیش از حد برای تسهیل توسعه یا حفظ روابط زندگی واقعی، کار اندکی انجام می‌دهد. در عوض، جایگزینی برای تعاملات بین فردی در زندگی واقعی ممکن است زوال روابط اجتماعی موجود را تشدید کند و در نتیجه احساس تنهایی را افزایش دهد. همچنین نتایج تحقیق حاضر نشان داد که اعتیاد به بازی‌های موبایلی بر افسردگی دانش‌آموزان تاثیر دارد، که این یافته با یافته‌های الله‌وردی‌پور و همکاران (۲۰۱۰)، سوچورنر (۲۰۱۱)، لاندو و نگوین (۲۰۱۹)، وانگ و همکاران (۲۰۱۹) و فتوف و همکاران (۲۰۲۳) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت: بیشتر جوانانی که به بازی‌های موبایل اعتیاد دارند، خود را از روابط اجتماعی زندگی واقعی جدا می‌کنند که این مسئله باعث مشکلات سلامت روانی شدیدتر، به عنوان مثال، خلق و خوی غمگین، بی‌خوابی، عدم تمرکز و نگرش‌های منفی می‌شوند. علاوه بر این، افرادی که از افسردگی رنج می‌برند، بیشتر به بازی‌های موبایل به عنوان راهی برای مقابله با پریشانی عاطفی استفاده می‌کنند.

نتایج این مطالعه از تلاش همه ذینفعان برای پیشگیری از اعتیاد دانش‌آموزان به بازی‌های موبایلی و همچنین درمان گیمرهای مبتلا به اعتیاد به بازی‌های موبایلی به منظور کاهش شدت بار روانی بیماری در میان دانش‌آموزان تاکید می‌کند. لذا در این راستا پیشنهادات ذیل ارائه می‌شود:

- امروزه مقابله با تکنولوژی و نوآوری مناسب نیست و استفاده هوشمندانه از آنها ضروری است. والدین باید به جای محدود کردن استفاده کودکان از فناوری، آگاهی آنها را درباره مزایا و معایب بازی‌های موبایلی افزایش دهند.
- بازی‌های موبایلی می‌توانند به رشد کودکان کمک کنند اگر به صورت کنترل شده انجام شوند. اما اگر کودکان مدت طولانی به بازی مشغول شوند، این موضوع می‌تواند منجر به



اعتیاد به بازی‌های موبایلی شود. بنابراین، لازم است زمان بازی‌های موبایلی دانش‌آموزان توسط والدین کاهش یابد.

- والدین می‌توانند با فرزندان خود بازی‌های تعاملی انجام دهند و جلسات داستان‌خوانی، شعرخوانی، آشپزی و صنایع دستی را در برنامه روزانه فرزندان خود بگنجانند. این فعالیت‌ها به راحتی از طریق اینترنت قابل آموزش هستند.
- بازی‌های موبایلی آموزشی جایگزین مناسبی برای دیگر بازی‌های هستند، بازی‌های آموزشی می‌توانند به تقویت رفتارهای مثبت، مهارت‌های زبانی، مهارت‌های ذهنی و رشد حافظه کمک کنند.



منابع و مأخذ

- Aksoy, A. B., & Dere Çiftçi, H. (۲۰۲۰). Play in Early Childhood. In PEGEM Academy. PEGEM Academy, Ankara.
- Allahverdiipour, H., Bazargan, M., Farhadinasab, A., & Moeini, B. (۲۰۱۰). Correlates of video games played among adolescents in an Islamic country. *BMC Public Health*, ۱۰(۱), ۲۸۶.
- Aydemir, F. (۲۰۲۲). Digital Games and Their Effects on Children. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, ۴۰-۶۹.
- Bashir, M., Ghazi, S. R., Zamir, M., & Nadeem, F. (۲۰۲۴). The Addiction of Mobile Games in Secondary School Students. *International Journal of Social Science Archives (IJSSA)*, ۱(۲).
- Bediou, B., Adams, D. M., Mayer, R. E., Tipton, E., Green, C. S., & Bavelier, D. (۲۰۱۸). Meta-analysis of action video game impact on perceptual, attentional, and cognitive skills. *Psychological Bulletin*, ۱۴۴(۱), ۷۷.
- Cacioppo, J. T., Cacioppo, S., Capitanio, J. P., & Cole, S. W. (۲۰۱۵). The neuroendocrinology of social isolation. *Annual Review of Psychology*, ۶۶, ۷۳۳-۷۶۷. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015240>.
- Demirhan, Sayın, M. E. (۲۰۱۶). Effects of digital games on cognitive abilities: Comparison of factor-referenced cognitive test kit and gamer and non-player. Marmara University.
- Deng, J., Cuadrado, F., Tyson, G. & Uhlig, S. (۲۰۱۵). Behind the game: Exploring the twitch streaming platform. *EEE 14th International Workshop on Network and Systems Support for Games (NetGames)*, pp. ۱-۶.



- Landau, S., & Nguyen, T. (۲۰۱۹). Effects of Gaming on Children's Brains: Depression and Social Isolation. *Advances in Social Sciences Research Journal*, ۶(۹) ۲۹۱-۳۰۲.
- Landreth, G., Homeyer, L. & Morrison, M. (۲۰۰۶). Play as the language of children's feelings. *Play from birth to twelve*. D. P. Fromberg ve D. Bergen (Ed.). Contexts, perspectives and meanings (pp. ۴۷-۵۲). NY: Routledge.
- Maes, Marlies & Van den Noortgate, Wim & Vanhalst, Janne & Beyers, Wim & Goossens, Luc. (۲۰۱۵). The Children's Loneliness Scale: Factor Structure and Construct Validity in Belgian Children. *Assessment*. ۱۰.۱۱۷۷/۱۰.۷۳۱۹۱۱۱۵۶۰۵۱۷۷.
- Mustafaoglu, R., Zirek, E., Yasaci, Z. & Özdiñler, A. R. (۲۰۱۸). Negative effects of digital technology use on children's development and health. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, ۲(۲), ۱-۲۱.
- Oçalan, Z. (۲۰۱۹). Comparison of digital game addiction and gaming levels of ۱۰-۱۴ age group students studying in different schools [Unpublished master's thesis]. Kırıkkale University.
- Oner, D. (۲۰۲۰). Technology use and digital games in early childhood: An examination of preschool teacher's views. *Journal of Inonu University Institute of Educational Sciences*, ۷(۱۴), ۱۳۸-۱۵۴.
- Ozsoy, D. & Atilgan, S. S. (۲۰۱۸). Internet use of children aged ۰-۸ in the Northeast Anatolian Region and parental mediation in this context: A qualitative study. *Selcuk University Faculty of Communication Academic Journal*, ۱۱(۲), ۹۶-۱۲۵.

لوگو سازمان ها و نهادها علمی، سیاسی و دولتی حامی معنوی هفتمین همایش ملی بیژن و هنر ها علمی علوم اسلامی و انسانی در عصر نوین

اکانت اینستا و ایمیل رسمی همایش جهت ارسال مقاله
Ghanonyar@YAHOO.COM ۰۹۱۰۰۶۳۶۰۰۲

۱۴۰۳/۱۲/۰۸

دانشگاه رازی-سالن همایش دانشکده علوم اجتماعی

سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران
تحت پوشش خبری صدا و سیما

جهت همکاری در برگزاری همایش با دبیر اجرایی تماس بگیرید:
خانم دکتر شهلا رضایی ۰۹۱۹۶۷۴۸۶۲۵