

# رابطه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شهر

## شیراز

### سعید اخلاق عالی<sup>۱</sup>

۱. کارشناس ارشد آموزش ابتدائی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول).

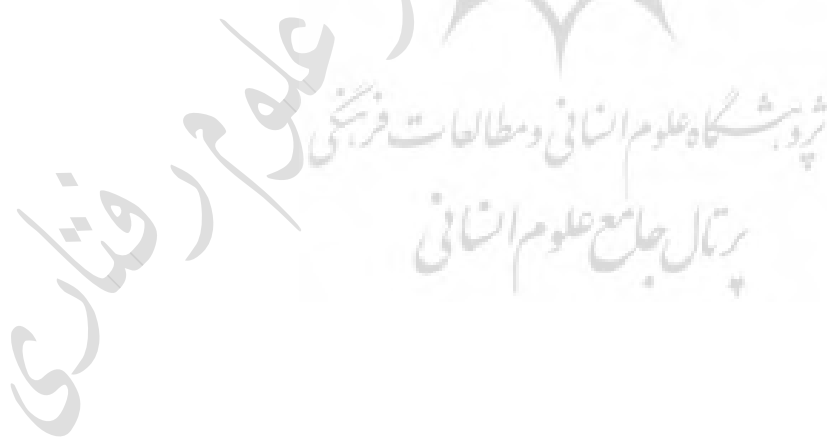
مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره چهارم، شماره سی و یکم، اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۸، صفحات ۶۷-۷۸

#### چکیده

هدف پژوهش بررسی رابطه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پسر متوسطه شهر شیراز است. حجم نمونه پژوهش ۳۱۰ نفر دانش‌آموز پسر دبیرستان‌های این شهر که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان محاسبه و از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه محقق ساخته بازی‌های رایانه‌ای، پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) بود. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌های به‌دست‌آمده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و نمرات حاصل از آزمون با روش همبستگی و تحلیل رگرسیون مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و سلامت روان دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و پیشرفت تحصیلی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد.

**کلیدواژه‌ها:** بازی‌های رایانه‌ای، سلامت روان، پیشرفت تحصیلی، دانش‌آموزان.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره چهارم، شماره سی و یکم، اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۸



## مقدمه

یکی از عوامل مهم ابعاد مختلف توسعه، نظام آموزشی کشور است که برای پرورش و آموزش نسل جدید هزینه های بسیار بالایی را متحمل می شود. هزینه هایی که به طور مستقیم یا غیرمستقیم بر دوش مردم قرار دارد. اگر نظام آموزشی کشور کارآمد و اثربخش باشد، در ازای هزینه های صرف شده درآمدهای معنوی و مادی عاید مردم و جامعه خواهد شد و چنان چه نظام آموزشی کارآمدی لازم را نداشته باشد، هزینه ها بی جهت به هدر خواهد رفت و استعدادهای دانش آموزان و توانایی های آنها که مورد نیاز جامعه است از قوه به فعل نخواهد رسید. در آموزش و پرورش، دوره متوسطه از اهمیت شایانی برخوردار است. از یک سو دانش آموزان در حال طی کردن دوران بلوغ هستند که به نوبه خود دغدغه استرس های ناشی از آن را متحمل می شوند و از سوی دیگر تغییر دوره تحصیلی دانش آموزان، متفاوت بودن شیوه های آموزش همگی استرس هایی را به همراه دارد که در پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مؤثر هستند (فراهنگ پور، خدیوی و ادیب، ۱۳۸۹).

در سال های اخیر بازی های رایانه ای به عنوان یک پدیده اجتماعی در کنار سایر رسانه های صوتی و تصویری در دنیای امروز به دلیل رشد چشمگیر فناوری های ارتباطی ملی با کشش و جاذب های حیرت انگیز، عمده ترین مخاطبان خود را از میان کودکان و نوجوانان انتخاب کرده است. این بازی ها نه تنها بخش قابل توجهی از اوقات فراغت این قشر را به خود اختصاص داده است، بلکه به نظر می رسد حتی اوقاتی را که آنان باید به انجام تکالیف درسی یا حضور در جمع خانواده اختصاص دهند را نیز در بر گرفته است. سن شروع بازی ها بیشتر از ۷ سالگی و اوج آن ۱۲-۱۳ سالگی است (شاوردی، ۲۰۰۹). نیروی جاذبه بازی های رایانه ای به طور عمده در ماهیت تعاملی آن نهفته است. این بازی ها برخلاف سرگرمی های شنیداری-دیداری سنتی، به ویژه تلویزیون بازیکنان را تا بدان اندازه مشغول می کنند که با ایجاد رابطه ای متقابل با رویداد بازی و اعمال کنترل بر آنها می پردازند. برخی از پژوهشگران از تحولات فناوری های معاصر در بازی های رایانه ای به عنوان انقلاب رایانه ای یاد کرده اند. امروزه بازی های رایانه ای نه فقط ابزاری برای سرگرمی

و تفریح، بلکه یکی از بزرگ‌ترین صنایع دنیای فناوری اطلاعات و ارتباطات هستند، صنعتی که در دو دهه اخیر، تأثیرات عظیمی بر سخت‌افزارها و نرم‌افزارهای مورد استفاده در سرتاسر جهان به جا گذاشته است (کبیری، ۱۳۹۲).

یکی از متغیرهایی که با میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای ارتباط دارد، سلامت روان است. سلامت عمومی عبارت است از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی فرد که بین این سه جنبه تأثیر متقابل و پویا وجود دارد؛ بنابراین، سلامت روان به‌عنوان یکی از ملاک‌های تعیین‌کننده سلامت عمومی افراد در نظر گرفته می‌شود؛ که مفهوم آن عبارت است از احساس خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکا به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین نسلی و خود شکوفایی توانایی‌های بالقوه فکری، هیجانی و غیره (سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۰۱). همچنین کرسینی (۱۹۹۹) سلامت روان را حالت ذهنی، همراه با سلامت هیجانی نسبتاً رهاسده از نشانه‌های اضطراب و ناتوانی در برقراری روابط سازنده، مقابله با خواسته‌ها و محرک‌های تنش‌زای زندگی می‌داند. بدیهی است که شکل‌گیری ذهن علمی قوی و دستیابی به توانایی‌های لازم در جهت کسب موفقیت تحصیلی به‌صورت خلق‌الساعه تحقق نمی‌پذیرد و عوامل تشکیل‌دهنده این ظرفیت در طی سالیان تحول شخصیت شکل می‌گیرد و به‌این ترتیب نقش کانون خانواده در ایجاد این ظرفیت‌ها برجسته می‌گردد. سلامت روانی لازمه حفظ و دوام عملکرد اجتماعی، شغلی و تحصیلی افراد جامعه است (بحرینیان، نورعلی، ۱۳۸۳) و در واقع سلامتی پاسخ سه‌گانه وضعیت‌های جسمی، روانی و اجتماعی نسبت به محرک‌های داخلی و خارجی در جهت نگهداری ثبات و راحتی است (شریعتی، کفاشی، فاتح، قلهبندی و عبادی، ۱۳۸۵). طبق آمار WHO، ۵۲ میلیون نفر از مردم جهان در سنین مختلف از بیماری‌های شدید روانی رنج می‌برند و ۲۵۰ میلیون نفر بیماری خفیف روانی دارند؛ در ایران نیز این آمار از سایر کشورها کمتر نیست (سلطانیان و همکاران، ۱۳۸۷). در طرح ملی بررسی سلامت و بیماری در ایران با استفاده از پرسشنامه GHQ<sup>۱</sup> ۲۸، میزان اختلالات در افراد بالای ۱۵ سال ایران ۲۱٪ گزارش شد (نوربالا و محمد، ۱۳۷۸).

<sup>۱</sup> General Health Question

فرد برخوردار از سلامت روان نسبت به اهداف خودآگاه است و برای رسیدن به آنها، شهامت و جسارت به خرج می‌دهد. در مقابل، از هم‌گسیختگی روانی، خودآگاهی فرد را کاهش می‌دهد و جهت مندی او را مخدوش می‌نماید. بدیهی است که بیماری روانی مخصوص قشری خاص نبوده و تمام طبقات جامعه را شامل می‌گردد. این خطری است که مرتباً نسل فعلی و آینده را تهدید می‌کند (احمدوند، ۱۳۸۳). دوره تحصیل، موقعیت‌های فشارزایی چون: امتحانات، انتظارات، فشار زمان و... را ایجاد می‌نماید که این عوامل سلامت روان دانشجویان را مخدوش می‌نماید (همایی، ۱۳۸۱) و سبب پیامدهایی چون افت عملکرد تحصیلی خواهد شد. تحقیقات زیادی به این نتیجه رسیده‌اند که حوادث فشارزای زندگی و تحصیلی سبب افزایش مشکلات روانی خواهد شد و هر چه افراد بیشتر در معرض این فشارها باشند، عملکرد ضعیف‌تری را نسبت به سایرین از خود نشان می‌دهند (الهی، برهانی و افشاری، ۱۹۹۳). سلامت روان هم پیش‌بینی کننده دستاوردهای آموزشی، روان‌شناختی، رفتاری و اجتماعی به شمار می‌رود و در برخی پژوهش‌ها نیز به‌عنوان پیامد موفقیت‌های دوران تحصیل عنوان شده است.

نتایج تحقیق قطریفی، رشید و دلاور (۲۰۰۶) بیانگر این است که بازی‌های رایانه‌ای علاوه بر این‌که به لحاظ بهداشت بدنی در رفتارهای ضداجتماعی می‌شوند، باعث افت تحصیلی دانش‌آموزان نیز می‌شوند. نتایج پژوهش عبدالخالقی و همکاران (۲۰۰۵) نشان داد که اکثریت دانش‌آموزان مورد مطالعه وی (۷۲/۱ درصد)، بازی‌های رایانه‌ای را جز برنامه و سرگرمی‌های هفتگی خود قرار داده بودند و انجام این بازی‌ها سبب کاهش عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان شده بود. وایتیکر و بوشمن در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند ۹۹ درصد پسرها و ۹۴ درصد دخترها از بازی‌های رایانه‌ای گوناگون استفاده می‌کنند. جنتیل و اندرسون نیز به نتایج مشابه رسیدند. مطالعه آنها نشان می‌دهد که ۷۰ درصد جوانان پسر بین ۹ تا ۱۸ ساله بازی‌های خشن را ترجیح می‌دهند. مطالعات داخلی نیز به نتایج مشابه رسیده‌اند (مهجوری، ۱۳۷۶؛ احمدی، ۱۳۷۷؛ زارعی، ۱۳۷۸؛ علی زاده، ۱۳۸۵؛ کوثری، ۱۳۸۷؛ منطقی، ۱۳۸۰). انجام تحقیقات اندک در این زمینه به‌ویژه در کشور وجود داشته، در ضمن یافته‌های پراکنده در انجام این پژوهش ضرورتی مهم

برای انجام پژوهش بیشتر در این زمینه را فراهم کرده است. هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه میزان استفاده از بازی های رایانه ای با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان است.

### روش پژوهش

این پژوهش از نظر ماهیت و روش توصیفی-همبستگی است. جامعه تحقیق شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره متوسطه چهار ناحیه آموزش و پرورش شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ است. برای برآورد حجم نمونه در این پژوهش از جدول کرجسی و مورگان استفاده گردید. بر اساس جدول تعیین حجم نمونه، تعداد نمونه ۳۱۰ نفر دانش آموز برآورد گردید. نمونه گیری با روش نمونه گیری چندمرحله ای انجام شد. لازم به ذکر است که پژوهشگر ابتدا با معرفی خود و ضمن تشکر از دانشجوین از اینکه وقت خود را در اختیار او قرار داده اند، توضیحات لازم را در مورد چگونگی انجام و تکمیل پرسشنامه ها به آن ها داد و از آن ها خواست با نهایت دقت و صداقت به پاسخگویی پرسشنامه ها بپردازند. اخلاق پژوهش در این مطالعه کاملاً رعایت گردید به گونه ای که به مشارکت کنندگان در زمینه ی محرمانه ماندن اطلاعات، اطمینان خاطر داده شد و آن ها با رضایت کامل، پرسشنامه ها را در محیطی آرام و بدون ذکر نام تکمیل کردند. جمع آوری داده ها در این مطالعه از طریق پرسشنامه استفاده از بازی های رایانه ای، پرسشنامه سلامت عمومی فرم ۲۸ سؤالی (GHQ-28)، انجام شد.

**پرسشنامه محقق ساخته بازی های رایانه ای:** پرسشنامه محقق ساخته دارای ۲۰ سؤالی از دو قسمت سؤالات مربوط به اطلاعات عمومی پاسخ گویان شامل جنسیت و پایه تحصیلی دانش آموزان، میزان تحصیلات، سطح درآمد و وضعیت اشتغال والدین و سؤالات مربوط به متغیرهای پژوهش از جمله نوع بازی، میزان استفاده از بازی، معدل و عملکرد تحصیلی، میزان بهره مندی از امکانات تفریحی و بازی ای رایانه ای تشکیل شده است. سؤالات مربوط به متغیرهای تحقیق برحسب طیف لیکرت ۵ درجه ای تنظیم گردید و در اختیار نمونه انتخابی قرار گرفت. این پرسشنامه باراهنمایی استاد راهنما و مشاور و همچنین تعدادی از اساتید صاحب نظر در این زمینه ساخته شد، به این صورت که ابتدا در مورد پرسشنامه سؤالاتی طراحی شد و اساتید نظرات خود را در مورد سؤالات دادند. سپس

سؤالات نامناسب حذف گردید، همچنین سؤالاتی توسط اساتید اضافه شد و در نهایت بعد از انجام تمام اصلاحاتی که اساتید اشاره کرده بودند، پرسشنامه برای اجرا حاضر گردید. پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ  $0/80$  به دست آمد.

**پرسشنامه سلامت عمومی GHQ:** به منظور بررسی سلامت روان دانشجویان از پرسشنامه سلامت عمومی فرم 28 سؤالی (GHQ-28) استفاده شد. این پرسشنامه به صورت فرم های 60، 30، 28، 12 سؤالی است. فرم 28 سؤالی در اقدامی به منظور افزایش واریانس و بر اساس تحلیل عوامل بر روی فرم اصلی ساخته شد و شامل 4 مقیاس 7 سؤالی (نشانه های جسمی، نشانه های اضطرابی، اختلال در عملکرد اجتماعی و نشانه های افسردگی) است. مطالعات روان سنجی مختلف حاکی از پایایی و روایی قابل توجه پرسشنامه سلامت عمومی 28 سؤالی است. هومن در پژوهشی تحت استانداردسازی پرسشنامه سلامت عمومی بر روی دانشجویان دختر و پسر دوره های کارشناسی دانشگاه تربیت معلم بر روی گروه 751 نفری، ضریب آلفای کرونباخ که نشان دهنده هماهنگی درونی است برای مقیاس های فرعی علائم جسمانی  $0/85$ ، علائم اضطراب  $0/87$ ، اختلال در کنش اجتماعی  $0/79$  و علائم افسردگی اساسی برابر  $0/91$  و برای کل مقیاس که نشان دهنده سلامت عمومی است برابر با  $0/83$  به دست آمده و همچنین مقدار ضریب روایی آزمون برابر با  $0/82$  بوده است. در پژوهشی دیگر ضریب پایایی بازآزمایی پرسشنامه GHQ-28 را با فاصله زمانی 2 تا 4 هفته  $0/55$  به دست آوردند که ضریب پایایی بازآزمایی را برای هریک از خرده مقیاس های چهارگانه بین  $0/42$  تا  $0/47$  بوده است. پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ  $0/85$  به دست آمد.

**پیشرفت تحصیلی:** منظور از پیشرفت تحصیلی در پژوهش حاضر معدل نیمسال اول دانش آموزان در سال تحصیلی 92-91 است.

## یافته ها

میانگین و انحراف معیار نمرات بازی های رایانه ای، سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان در جدول شماره ۱ آمده است.

جدول ۱. یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

انحراف معیار	میانگین	شاخص های آماری متغیر
۱۳/۴۹	۲۰/۴۲	بازی های رایانه ای
۲۵/۷۲	۷۷/۸۶	سلامت روان
۱/۳۹	۵/۹۳	پیشرفت تحصیلی

همان طوری که در جدول ۱ مشاهده می شود میانگین و انحراف معیار، به ترتیب، در متغیر بازی های رایانه ای به ترتیب ۲۰/۴۲ و ۱۳/۴۹، متغیر سلامت روان، ۷۷/۸۶ و ۲۵/۷۲، متغیر پیشرفت تحصیلی، ۱۷۰/۰۸ و ۲۹/۵۰ می باشد. به منظور بررسی رابطه بین میزان استفاده از بازی های رایانه ای با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی از ضریب همبستگی استفاده گردید که نتایج آن در قالب جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرها

سطح معناداری	ضریب همبستگی	متغیر	متغیر
۰/۰۵	-۰/۶۶	سلامت روان	بازی های رایانه ای
۰/۰۵	-۰/۷۳	پیشرفت تحصیلی	

با توجه به جدول بالا نتایج به دست آمده نشان می دهد که بین میزان استفاده از بازی های رایانه ای و سلامت روان دانش آموزان با ضریب همبستگی  $-0/66$  و سطح معناداری  $0/05$  رابطه منفی معناداری وجود دارد. همچنین بین میزان استفاده از بازی های رایانه ای

و پیشرفت تحصیلی با ضریب همبستگی  $0.73-$  و سطح معناداری  $0.05$  رابطه منفی معنی داری وجود دارد؛ یعنی می توان گفت که دانش آموزانی که از بازی های رایانه ای مدت زیادی استفاده می کنند، پیشرفت تحصیلی پایینی دارند.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون میزان استفاده از بازی های رایانه ای با متغیر سلامت روان و پیشرفت تحصیلی

Std.error of the Estimate	Adjusted R Square	Model R Rsquares square	R	مدل
۹/۳۱	۰/۱۷	۰/۱۷	۰/۴۲	۱
۹/۱۹	۰/۱۹	۰/۲۰	۰/۴۴	۲

با توجه به جدول ۳ متغیرهای سلامت روان و پیشرفت تحصیلی ۱۹ درصد از واریانس بازی های رایانه ای را تبیین می کنند.

### بحث و نتیجه گیری

هدف اصلی این پژوهش بررسی میزان استفاده از بازی های رایانه ای با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی است. بازی های رایانه ای می تواند اثرات مثبتی مانند تکامل شخصیت و رفتار، پرورش استعدادها، ایجاد خلاقیت، پرورش تمرکز و دقت، افزایش بهره هوشی، گسترش جهان بینی، تقویت ذوق هنری، آموزش مفاهیم پیچیده، انتقال فرهنگ و غیره را به همراه داشته باشد. ولی به دلایلی مانند عدم آموزش صحیح به کودکان و نوجوانان، معرفی بازی های رایانه ای و انواع آن به طور غیر صحیح، آشنا نبودن کاربران به زبان رایانه و غیره، اهداف بازی های رایانه ای به درستی شناخته نشده است و کودکان و نوجوانان در عمل به سمت بازی هایی سوق داده شده اند که اثرات زیان باری داشته است. متخصصان اثرات مخرب زیادی برای بازی ها رایانه ای بر شمرده اند. به عنوان مثال مشاهده شده است که با جایگزینی بازی های الکترونیکی و رایانه ای، روحیه جمع گرایی به سرعت ضعیف شده و به سست شدن روابط خانوادگی، بی حوصلگی، پرخاشگری و بی قراری در کودکان و نوجوانان انجامیده است. از جمله یکی از بارزترین آثار مخرب عدم استفاده صحیح از بازی های رایانه ای اُفت تحصیلی و تأثیری است که بر کاهش سطح یادگیری دانش آموزان دارد.



یافته‌ها نشان داد که بین بازی‌های رایانه‌ای و سلامت روان رابطه معنی‌داری وجود دارد. این یافته با مطالعات انجام‌گرفته توسط صمدی (۱۳۸۸)، جنتیل و همکاران (۲۰۰۴)، قطریفی و همکاران (۲۰۰۶)، عبدالخالقی و همکاران (۲۰۰۵)، صفاریان همدانی و همکاران (۲۰۱۳) همخوانی دارد. به‌طورکلی یافته‌های این پژوهش بیانگر این مسئله است که دانش‌آموزانی که به بازی‌های رایانه‌ای نمی‌پردازند از نظر سطح سلامت روان در شرایط بسیار بهتری نسبت به دانش‌آموزانی که کم یا زیاد به بازی می‌پردازند، قرار داشتند. این نتایج نگران‌کننده است زیرا با افزایش میزان ساعت بازی میزان اضطراب و وسواس افزایش می‌یابد. لذا توصیه می‌شود والدین به‌منظور حفظ سلامت روان فرزندان و پیش‌گیری از آسیب‌های روانی میزان زمان بازی فرزندان خود را کنترل کنند و به آن‌ها در برنامه‌ریزی صحیح برای استفاده از بازی‌های رایانه‌ای کمک کنند (شیری و همکاران، ۱۳۹۵).

همچنین یافته‌ها نشان داد بین بازی‌های رایانه‌ای و پیشرفت تحصیلی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. این نتایج با پژوهش‌های قطریفی (۲۰۰۵)، رحمتی (۲۰۱۰)، محبی کیا (۲۰۱۰) و فرانکلین و لویس (۲۰۰۳) که بر اساس تحقیقات آن‌ها مشخص شد بازی‌های رایانه‌ای باعث افزایش توجه و تمرکز بر مهارت‌های خواندن و نوشتن می‌شود، یادگیری دانش‌آموزان را تسهیل می‌کند و موجب مشارکت فعال دانش‌آموزان در کلاس درس می‌شود، هم‌سوئی دارد. ازجمله محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که تنها ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه بود که جنبه خود گزارشی دارد. علاوه بر این، به‌منظور تأیید مقیاس‌های خود گزارشی از مشاهده رفتاری و دیگر شاخص‌های بالینی استفاده نشده است و در آخر با توجه به اینکه این پژوهش روی دانش‌آموزان دبیرستانی انجام شده است، لذا تعمیم آن به دانشجویان امکان‌پذیر نمی‌باشد. پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آتی به‌طور هم‌زمان از چند روش آزمون دیگر (نظیر مصاحبه‌ی بالینی، آزمون عملی) و استفاده از جمعیت‌ها و سنین مختلف جهت تکمیل اطلاعات استفاده شود.

منابع

- احمدوند، محمدعلی (۱۳۸۳). بهداشت روانی. انتشارات دانشگاه پیام نور: تهران.
- احمدی، س (۱۳۷۷). بررسی آثار اجتماعی بازی های کامپیوتری بر دانش آموزان پسر کلاس سوم راهنمایی شهر اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی، دانشگاه اصفهان.
- بحرینیان، سید عبدالمجید؛ نورعلی، اندیشه (۱۳۸۳). بررسی وضعیت سلامت کارورزان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی. فصلنامه پژوهش در پزشکی، دوره ۲۸، شماره ۱، صص ۷۰-۶۵.
- زارعی، ع (۱۳۷۸). رابطه بازی های رایانه ای با مهارت اجتماعی دانش آموزان پسر دبیرستان های شهرستان پارسین. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تهران.
- شبیری، سید محمد؛ عرب نوذری، فاطمه؛ کوهی، الهام؛ میبودی، حسین؛ لیلپور، نرگس؛ رشیدی، سحر (۱۳۹۵). بازی های رایانه ای و اثرات آن بر سلامت روانی دانش آموزان. نشریه روان پرستاری، دوره ۴، شماره ۴، ۷-۱.
- شاوردی، تهمینه؛ شاوردی، شهرزاد (۱۳۸۸). بررسی نظرات کودکان، نوجوانان و مادران نسبت به اثرات اجتماعی بازی های رایانه ای. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره ۲، شماره ۷، صص ۷۶-۷۴.
- علیزاده، ع (۱۳۸۵). جوان و بازی های رایانه ای: بررسی میزان و عوامل مؤثر بر گرایش دانش آموزان دبیرستان های تهران به بازی های رایانه ای. پایان نامه کارشناسی ارشد ارتباطات اجتماعی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- فراهنگ پور، فرناز؛ خدیوی، اسداله؛ ادیب، یوسف (۱۳۸۹). رابطه هوش معنوی و عزت نفس با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان در سال تحصیلی ۸۹-۹۰. فصلنامه زن و مطالعات خانواده، سال سوم، شماره ۹، صص ۹۷-۱۱۹.
- کبیری، اکبر (۱۳۹۲). بررسی دانش، نگرش و میزان استفاده دانش آموزان پسر پایه ی ششم ابتدایی شهرستان ازنا از بازی های رایانه ای. پایان نامه کارشناسی ارشد فناوری آموزشی، دانشگاه علامه طباطبایی.

- کوثری، مسعود (۱۳۸۷). درآمدی بر بازی های ویدیویی و رایانه ای، تهران: انتشارات سلماس
- منطقی، مرتضی (۱۳۸۰). بررسی پیامدهای بازی های ویدیویی-رایانه ای، انتشارات فرهنگ و دانش
- مهجوری، سیامک (۱۳۷۶). روانشناسی بازی. نشر راهگشا: شیراز
- همایی، رحمان (۱۳۸۱). بررسی رابطه استرس روان شناختی و سلامت روان دختران پیش دانشگاهی اهواز با توجه به نقش تعدیل کننده سختی در آن ها. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی آموزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- Abdolkhalghi, M., Davachi, A., Sahbaei, F., Mahmoudi, M. (2005). The relationship between video-computer games and aggression in guidance school boys in Tehran in 2003. *Med Sci Q J Islam Azad Univ*, 3(15).
- Corsini, R. J. (1999). The dictionary of psychology. Publisher office: Brunner/mazel.
- Elahi, K.H., Braheni, M., Afshari M. (1993). *Stress. Summary The stress Symposium*. Tehran University of Medical Sciences.
- Franklins, S., Peat, M., & Lewis, A. (2003). Non-traditional intervention to simulation discussion: The use of games and puzzles. *Biological Education*, 37(2), 79-84.
- Ghatrifi, M. (2005). *The effect of computer games on mental health and academic performance*. MSc Thesis, School of Education, Tarbiat Moallem University. (in Persian).
- Ghatrifi, M., Rashid, K.H., & Delaver, A. (2006). The effect of computer games on guidance school female and male students' mental health and academic performance in tehran. *Journal of Psychology and Educational Sciences*, Allameh University, 3. (in Persian).
- Mohebbi Kia, R. (2010). *The effect of training on learning and performance software, educational aids efficiency elementary school in Mashhad*. MSc Thesis, Ferdowsi University of Mashhad. (in Persian).

- Noorbala, A., Mohammad, K. (1999). National Plan of health and disease in Iran. Tehran: Ministry of Health and Medical Education.
- Rahmati, B. (2010). *Effect on learning of computer software educational aid region, two primary schools in Tehran*. MSc Thesis, Ferdowsi University of Mashhad. (in Persian).
- Saffarian Hamedani, S., Abdollahi, M., Daeizade, H., Bayat, Y.(2013). The relationship between the amount of playing computer games and students mental health and academic performance. *J Infrom Commun Tech Educ Sci*, 3(11),5-20.
- Samadi, J. (2009). *The relationship between the use of computer games and guidance school students' mental health and academic performance*. Roudehen: Islamic Azad University, Roudehen branch.
- Shariati, M., Kafashi, A., Qlhbndy, M., Fateh, A., Obadi, M. (2002). The mental health status and related factors among students of Iran University of Medical Sciences. Monitoring. *Journal of Health Sciences Research Institute*, 1 (3), 29-37. [Persian]
- Soltanian, A., Bahraini, F., Namazi, S., Amiri, M., Ghaedi, H., Kohan, Gh. (2004). Mental health status of high school students in the province and factors affecting academic year 2003-2004. *South Medical Journal. Bushehr University of Medical Sciences*, 7 (2), 173-182. [Persian]
- World health organization. (2001). *The world health report. Health system: Geneva*.