



## تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه

محمد صالحی\*

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه است. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش توصیفی از نوع زمینه‌یابی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه یک شهرستان ساری به تعداد ۵۰۳۰ نفر که بر اساس جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۵۷ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بر اساس پایه‌های تحصیلی به عنوان نمونه انتخاب شدند. جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه بازی‌های رایانه‌ای با ۱۵ سؤال، پرسش‌نامه هوش هیجانی برادبری و جین گریوز (۲۰۰۵) در چهار مؤلفه (خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت ارتباطات) با ۲۸ سؤال استفاده شده است. روایی صوری و محتوایی ابزارها به تایید متخصصان امر رسید و پایایی آن‌ها با استفاده از آزمون ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه بازی‌های رایانه‌ای ۰/۷۵ و پرسش‌نامه‌ی هوش هیجانی ۰/۸۷ به دست آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از آزمون رگرسیون تک متغیره استفاده شده است. نتایج نشان داد که: بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن (خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت ارتباطات) تأثیر معناداری دارد.

### واژگان کلیدی

بازی‌های رایانه‌ای، هوش هیجانی، دانش‌آموزان، دوره متوسطه

\* دانشیار گروه علوم تربیتی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران [drsalehi@iausari.ac.ir](mailto:drsalehi@iausari.ac.ir)

نویسنده مسؤول یا طرف مکاتبه: محمد صالحی

## مقدمه

در جهان معاصر، هم‌زمان با پیشرفت سریع و روز افزون علوم و فن‌آوری اطلاعات و ارتباطات، بازی‌های رایانه‌ای محبوب‌ترین تفریح و هسته‌ی برنامه‌های فراغتی برای بسیاری از افراد در سنین مختلف در جوامع مدرن است. تولید این بازی‌ها و پیچیدگی آن‌ها به دلیل داشتن جذابیت‌های ناشی از تصاویر متنوع، گرافیک بالا، هیجان‌ات زیاد و راحتی استفاده از آن، به سرعت جای خود را در میان کودکان و نوجوانان باز کرده است. در میان صنایع مربوط به وسایل سرگرم‌کننده، صنعت بازی‌های رایانه‌ای پرشتاب‌ترین روند رشد را دارد. بازی‌های رایانه‌ای عمده‌ترین مخاطبان خود را از میان کودکان و نوجوانان انتخاب می‌کند و نه تنها بخش قابل توجهی از اوقات فراغت این قشر را به خود اختصاص داده، حتی به نظر می‌رسد اوقاتی را که آن‌ها باید به تکالیف درسی یا حضور در جمع خانواده اختصاص دهند نیز پوشش داده است. کودکان و نوجوانان در عصر حاضر به شدت تحت تأثیر این بازی‌ها قرار گرفته‌اند و با توجه به اهمیت بازی در زندگی اجتماعی این قشر سنی، بازی‌های رایانه‌ای به صورت اجتناب‌ناپذیری بخش عمده‌ای از جامعه‌پذیری کودکان و نوجوانان را به خود اختصاص داده است (Shaverdi, 2008).

امروزه اکثر کودکان و نوجوانان، وقت خود را با بازی‌های رایانه‌ای پر می‌کنند و کمتر به بازی‌های فیزیکی و بدنی می‌پردازند. بازی‌های رایانه‌ای در صورت استفاده مناسب می‌تواند اثرات مثبتی در تکامل شخصیت و رفتار، پرورش استعدادها، ایجاد خلاقیت، پرورش تمرکز و دقت، افزایش بهره‌هوشی، گسترش جهان‌بینی، تقویت ذوق هنری، آموزش مفاهیم پیچیده، انتقال فرهنگ و ... را به همراه داشته باشد. اما به دلیل عدم آگاهی دانش‌آموزان از اهداف بازی‌ها و آشنا نبودن کاربران به زبان رایانه و عدم آموزش صحیح، کودکان و نوجوانان به سمت بازی‌هایی سوق داده شده‌اند که می‌تواند اثرات زیانباری داشته باشد.

از پیامدهای منفی بازی‌های رایانه‌ای در بُعد جسمانی می‌توان به آسیب‌هایی چون خستگی چشم، درد گردن و انحراف ستون فقرات، و در بُعد اجتماعی به کاهش تعاملات اجتماعی، انزوای اجتماعی و افت کارکردهای مدرسه اشاره کرد. همچنین پژوهش‌های مختلف در داخل و خارج از کشور حاکی از آن هستند که این بازی‌ها نه تنها سبب انزوا و کناره‌گیری اجتماعی و کاهش ارتباطات اجتماعی می‌شوند، بلکه میزان نوع‌دوستی را کاهش داده و ارزش‌های مبتنی بر همکاری و همیاری را بی‌رنگ می‌سازند (Wei, 2007, 372).

آسیب‌های روانی - تربیتی بازی‌های رایانه‌ای شامل ۱- تقویت حس پرخاش‌گری: مهم‌ترین ویژگی بازی‌های رایانه‌ای، حالت جنگی بیش‌تر آن‌هاست و این که فرد باید برای رسیدن به مرحله بعدی بازی، با نیروهای به اصطلاح دشمن بجنگد. استمرار بازی‌ها، نوجوان را پرخاش‌گر و ستیزه‌جو می‌سازد و تلاش می‌کند خواسته‌هایش را با زور و تهاجم به دست آورد. ۲- انزواطلبی: نوجوانانی که همیشه با بازی‌های رایانه‌ای درگیرند، به انزوا و درون‌گرایی متمایل شده و در برقراری ارتباط اجتماعی پویا با دیگران ناتوان خواهند بود. ۳- تنبل شدن ذهن: در این بازی‌ها، به دلیل این که بیش‌تر، کودک و نوجوان با ساخته‌ها و برنامه‌های دیگران روبه‌روست و کم‌تر قدرت دخالت و تصرف در آن‌ها را می‌یابد، حالت انفعال گرفته و اعتماد به نفس او در برابر ساخته‌ها و پیشرفت دیگران متزلزل می‌شود ۴- پیامد منفی در روابط خانوادگی: در دوره کنونی که زندگی‌ها به سوی ماشینی شدن پیش می‌رود، خودبه‌خود، روابط عاطفی رنگ باخته و در کنار هم بودن خانواده کم‌تر شده است. ۵- افت اخلاقی: اشاعه فرهنگ برهنگی و رقص و موسیقی غربی و ... از آفت‌های دیگر بازی‌های رایانه‌ای است. ۶- افت تحصیلی: به دلیل جاذبه مسحورکننده این بازی‌ها، نوجوانان وقت بسیاری را صرف آن می‌کنند و در واقع با مصرف انرژی عصبی و روانی خویش و با چشمان و ذهنی خسته به بستر می‌روند و گاه، صبح زودتر از وقت معمولی بیدار می‌شوند تا پیش از مدرسه نیز اندکی بازی کنند. بی‌تردید، این علاقه سبب افت تحصیلی خواهد شد. ۷- زمینه‌ساز از خود بیگانگی: دنیای مجازی ولی نزدیک به واقعیتی که در بازی‌های رایانه‌ای به تصویر کشیده می‌شود، آن‌قدر مسحورکننده و جذاب است که مخاطب کودک و نوجوان در معرض تأثیر تمام باورهایی قرار می‌گیرد که از سوی طراحان این بازی‌ها به او القاء می‌شود. برای نوجوانی که در حال بازی است، فرقی نمی‌کند که دشمن کیست، دشمن همان است که بازی می‌گوید (Jafari Rainy, 2007, 24).

هوش هیجانی به عنوان یک مبحث علمی در روان‌شناسی، نزدیک به دو دهه است که در جهان و اندکی دیرتر، در ایران مطرح است و اهمیت آن با بروز تحولات اجتماعی مربوط به عصر صنعتی و فراصنعتی، به ویژه در گستره‌ی روابط میان‌فردی در محیط تحصیل، کار و خانواده نموده، روز به روز بیشتر می‌شود. به طوری که بسیاری بر این باور هستند که فرد، برای آن که در این شرایط بتواند به کامیابی نسبی در زندگی دست یابد، لازم است در کنار بهره‌مندی از بهره

هوشی متعارف (IQ)<sup>۱</sup> از بهره هوشی عاطفی (EQ)<sup>۲</sup> مناسب نیز برخوردار باشد. (Abdolrezaeei, 2011). از طرفی هوش هیجانی با شناخت فرد از خود و دیگران، ارتباط با دیگران، سازگاری و انطباق با محیط پیرامون که برای موفق شدن در برآوردن خواسته‌های اجتماعی لازم است، ارتباط دارد و یک توانمندی تاکتیکی در عملکرد فردی محسوب می‌شود و پیش‌بینی موفقیت را ممکن می‌سازد؛ زیرا نشان می‌دهد که چگونه فرد بلافاصله دانش خود را در موقعیت‌های مختلف به کار می‌گیرد (Moira & Oliver, 2008, 447).

هوش هیجانی یعنی توانایی افراد در درک و کنترل احساسات و هیجانات خود و همچنین توانایی افراد در تشخیص احساسات دیگران به منظور هدایت فکر و عمل آن‌ها (Mayer et al, 2004, 198). باید بدانیم هوش هیجانی واقعی این نیست تا افراد مطابق میل ما رفتار کنند. هوش هیجانی به معنی شناخت عواطف خود و دیگران است تا بتوانیم بر اساس آن، رفتاری مبتنی بر اخلاق توأم با وجدان اجتماعی داشته باشیم. هوش هیجانی یعنی احساسات خود و دیگران را به خوبی شناخته و آن را هدایت کنیم (Salehi et al, 2008, 97). در حقیقت، هوش هیجانی یکی از عوامل و فاکتورهای مهم در سلامت ذهنی و انطباق فرد با شرایط زندگی می‌باشد. این توانایی شامل تعامل بین احساسات و شناخت است که افراد را به سمت انطباق با شرایط زندگی هدایت می‌نماید (Shooshtarian et al, 2009, 48). هوش هیجانی طیف گسترده‌ای از مهارت‌ها و برجسته‌ترین آن‌ها یعنی مهارت اجتماعی است که بر مبنای خود آگاهی، یعنی توانایی شناخت دقیق احساسات، عواطف و ویژگی‌های خود است. هوش هیجانی به مدیریت کردن روابط با دیگران به منظور اثربخشی است که موجب افزایش آگاهی و مهارت‌های ارتباطی می‌شود و نتیجه‌اش اثربخشی کارگروهی و برقراری ارتباط بهتر با مخاطبان است که دارای مبانی نظری خاصی همچون خود آگاهی، خود مدیریتی، خود آگاهی اجتماعی و توسعه و رشد روابط می‌باشد (Salehi et al, 2008, 95).

گسترش بازی‌های رایانه‌ای، نگرانی‌های ناشی از تأثیرات منفی آن را افزایش داده و نو بودن این پدیده و راهیابی آن به خصوصی‌ترین حیطه زندگی افراد، به خصوص کودکان و نوجوانان، مسئولیت تربیتی خانواده‌ها را سنگین تر کرده است؛ زیرا یکی از مؤثرترین عملکردهای بازی‌های

<sup>۱</sup>-Intelligence Quantity

<sup>۲</sup>-Emotional Intelligence

رایانه‌ای، تحریک گرایش‌های تهاجمی با توجه به نظریه‌های اجتماعی فراگیری است (Azari, 2008). تأثیرهایی که بازی‌های رایانه‌ای بر شرایط مخاطبان خود به جای می‌گذارند، فراوان هستند؛ ولی پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تأثیرهای این بازی‌ها در سه گروه آثار جسمانی، رفتاری-هیجانی و روانی-اجتماعی، قابل بررسی هستند. آثار جسمانی بازی‌های خشن بر بازی‌کنندگان افراطی، بیش‌تر مربوط به بیماری‌های ماهیچه‌ای-اسکلتی، افزایش یا کاهش غیر عادی سوخت و ساز بدن، افزایش معنی‌دار ضربان قلب، فشار خون، تعداد تنفس و درجه حرارت بدن است. در زمینه‌ی آثار رفتاری و هیجانی، اکثر پژوهش‌ها بر رابطه میان بازی‌های پرهیجان و خشن و بروز رفتارهای پرخاش‌گرانه در زندگی واقعی افراد متمرکز هستند. همچنین معلوم شده است که برخی بازی‌های ترسناک با اختلالات اضطرابی، علائم ترس (از جمله کابوس) و افزایش برانگیختگی در افراد، ارتباط دارد. از جمله می‌تواند منجر به کاهش روابط اجتماعی و انزوای اجتماعی کودکان شود. از تأثیرات دیگر در این زمینه، می‌توان به کاهش نمرات بازی‌کنندگان در فعالیت‌های شناختی مانند انجام تکالیف درسی، آزمون‌های هوشی و تکالیف پیچیده اشاره داشت (Asadollahpoor, 2009).

ماردپور و همکاران (Maredpour et al, 2017) در پژوهشی با عنوان "ارتباط بازی‌های رایانه‌ای با بهره‌هوشی، هوش هیجانی و هوش اجتماعی دانش‌آموزان مقطع راهنمایی شهر یاسوج" که بر روی ۲۰۰ دانش‌آموز انجام دادند، به این نتایج دست یافتند که بین بازی‌های رایانه‌ای و نوع آن‌ها با بهره‌ی هوشی، هوش اجتماعی و هوش هیجانی رابطه‌ی معناداری وجود دارد و پسرها بیش‌تر به بازی‌های پر تحرک و خشن، و دخترها بیش‌تر به بازی‌های اجتماعی علاقه داشته‌اند.

نبوی و همکاران (Nabavi et al, 2015) در پژوهشی با عنوان "ارتباط بازی‌های رایانه‌ای با هوش هیجانی در دانش‌آموزان" که بر روی ۳۰۵ دانش‌آموز دوره اول دبیرستان شهر بجنورد انجام دادند به این نتایج دست یافتند که هوش هیجانی دانش‌آموزان با نوع بازی‌های رایانه‌ای ارتباط دارد و تأثیرگذاری آن دو سویه است که باید مورد توجه قرار گیرد.

نوری راد (Nourirad et al, 2015) در پژوهشی با عنوان "شناخت رابطه بازی‌های رایانه‌ای و مؤلفه‌های هوش هیجانی در میان دانش‌آموزان پسر شهر تهران" که بر روی ۱۵۰ دانش‌آموز انجام دادند به این نتایج دست یافتند که بین مؤلفه‌های هوش هیجانی از جمله خودآگاهی هیجانی،

واقع‌گرایی، مؤلفه کنترل تکانش و انعطاف‌پذیری با میزان و سابقه استفاده از بازی رایانه‌ای رابطه‌ی معناداری وجود دارد.

تیرگر و همکاران (Tirgar et al, 2015) در پژوهشی با عنوان «بررسی ارتباط بین بازی‌های رایانه‌ای، پرخاش‌گری و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان شهر کرمان» که بر روی ۲۹۲ نفر از دانش‌آموزان پایه سوم راهنمایی شهر کرمان انجام دادند، به این نتایج دست یافتند که پرخاش‌گری با انجام بازی‌های رایانه‌ای، مدت استفاده و نوع بازی رابطه معناداری دارد. هم‌چنین افرادی که بیش از یک ساعت در روز بازی رایانه‌ای می‌کنند، پرخاش‌گری بیشتری داشتند. هم‌چنین پیشرفت تحصیلی با انجام بازی‌های رایانه‌ای، مدت استفاده و نوع بازی رابطه معناداری ندارد.

آستیناویچین و همکاران (Ustinaviciene et al, 2016) در پژوهشی با عنوان «استفاده از بازی‌های کامپیوتری به عنوان اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با سلامت روان در نوجوانان لیتوانیایی» نشان دادند که اعتیاد به اینترنت به طور قابل توجهی با سلامت روان در پسران ارتباط داشت. هم‌چنین استفاده از بازی‌های رایانه‌ای در پسران به طور معناداری بیشتر از پسران بود.

دمیروک و همکاران (Demirok et al, 2012) در پژوهشی با عنوان «رابطه بازی‌های رایانه‌ای و خشم گزارش شده در افراد جوان» که بر روی دانش‌آموزان سنین ۱۸-۱۵ سال در قبرس شمالی انجام دادند، به این نتایج دست یافتند که دانش‌آموزانی که ۲ الی ۳ ساعت در روز بازی‌های رایانه‌ای انجام می‌دادند، خشم بالاتری نسبت به کسانی که کمتر از نیم ساعت در روز بازی انجام می‌دادند، داشتند. هم‌چنین دانش‌آموزانی که بازی اکشن، ماجراجویی و مبارزه را ترجیح می‌دادند نسبت به دانش‌آموزانی که به انواع بازی‌های رایانه‌ای دیگر گرایش داشتند، خشم بالاتری را گزارش نمودند.

هونگ و همکاران (Hong et al, 2012) در پژوهشی با عنوان «رابطه بین اضطراب دانش‌آموزان و علاقه آن‌ها به بازی‌های آنلاین» نشان دادند که دانش‌آموزانی که بیشتر از بازی‌های کامپیوتری استفاده کردند، درجه‌ی بالاتری از اضطراب روانی و جسمانی از خود نشان دادند.

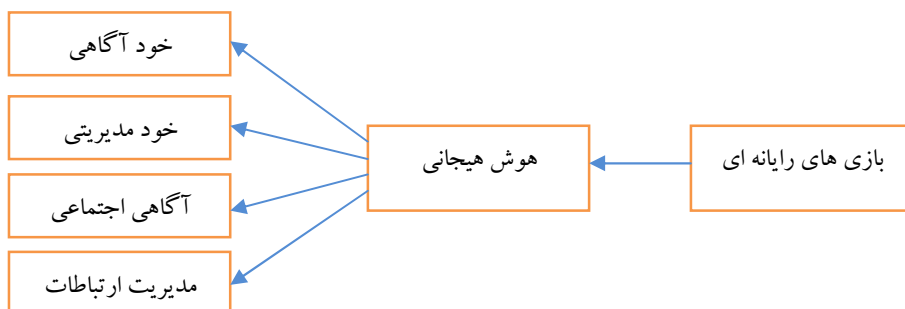
بورگونجون و همکاران (Bourgonjon et al, 2010) در پژوهشی با عنوان «دیدگاه‌های دانش‌آموزان درباره کاربرد بازی‌های رایانه‌ای در کلاس» نشان داده‌اند که بازی‌های رایانه‌ای اغلب به عنوان ابزارهای یادگیری و تدریس اطمینان‌بخش در نظر گرفته می‌شوند. در این مطالعه

یک مدل برای پیش‌بینی کردن پذیرش دانش‌آموز مدرسه راهنمایی بررسی شدند؛ نتایج نشان داد که خواست دانش‌آموزان برای کاربرد بازی‌های رایانه‌ای در کلاس به طور مستقیم با چند معیار پذیرش دانش‌آموزان در رابطه با سودمندی، آسانی استفاده یادگیری فرصت‌ها و تجربه شخصی با بازی‌های رایانه‌ای تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

آنجلا (Angela, 2009) در پژوهشی با عنوان «رابطه بین هوش هیجانی و مشکلات رفتاری» نشان داد که بین هوش هیجانی و مشکل رفتاری رابطه معکوس و معناداری وجود دارد. مدیریت هیجان‌های خود با تمام انواع مشکلات رفتاری رابطه منفی دارد. کاربرد کمتر هیجان‌ها ممکن است منجر به سطوح بالاتر مشکلات رفتاری مثل افسردگی، پرخاش‌گری و حواس‌پرتی شود و درجه بالاتری از مدیریت خود ممکن است منجر به اضطراب اندک شود.

پارک و همکاران (Park et al, 2008) در پژوهشی با عنوان "رابطه بین هوش هیجانی با اعتیاد به اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای" که بر روی ۴۵۹۸ دانش‌آموز سیزده تا هیجده ساله انجام دادند به این نتایج دست یافتند که بین میزان هوش هیجانی و میزان وابستگی به اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای رابطه‌ی متوسط تا قوی برقرار است. با توجه به رواج بازی‌های رایانه‌ای در بین دانش‌آموزان، پژوهشگران زیادی بر آن شدند تا ارتباط این بازی‌ها را با فعالیت‌ها و متغیرهای مختلف بازیکنان آن‌ها بیابند؛ لذا با توجه به ضرورت ذکر شده، هدف از پژوهش حاضر، تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان می‌باشد. در این راستا، سؤال‌های زیر، مورد بررسی قرار گرفته است.

۱. آیا بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟
۲. آیا بازی‌های رایانه‌ای بر خودآگاهی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟
۳. آیا بازی‌های رایانه‌ای بر خود مدیریتی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟
۴. آیا بازی‌های رایانه‌ای بر آگاهی اجتماعی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟
۵. آیا بازی‌های رایانه‌ای بر مدیریت ارتباطات دانش‌آموزان تأثیر دارد؟



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش





## روش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش توصیفی از نوع زمینه‌یابی است. جامعه‌ی آماری این پژوهش را کلیه‌ی دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه یک شهرستان ساری به تعداد ۵۰۳۰ نفر تشکیل می‌دهند. بر اساس جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) تعداد ۳۵۷ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بر اساس پایه تحصیلی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند.

در این پژوهش، از روش کتابخانه‌ای در بخش مبانی نظری و بررسی دیدگاه‌های صاحب‌نظران و تدوین پیشینه‌ی پژوهش پیرامون موضوع پژوهش استفاده شده است و جهت بررسی و آزمون سؤال‌های پژوهش با استفاده از پرسش‌نامه‌های (بازی‌های رایانه‌ای و هوش هیجانی) از روش میدانی استفاده شده است. پرسش‌نامه بازی‌های رایانه‌ای پژوهش گرساخته بوده که دارای ۱۵ سؤال بر اساس طیف ۵ گزینه‌ای لیکرت (خیلی کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) طراحی شده است که به ترتیب از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری شده اند و پرسش‌نامه هوش هیجانی (Travis Bradbury & Jain Grioz, 2005) دارای ۲۸ سؤال و چهار مؤلفه (خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت)، خودآگاهی شامل سؤال‌های ۱ تا ۶، خودمدیریتی ۷ تا ۱۵، آگاهی اجتماعی ۱۶ تا ۲۰ و مدیریت ارتباطات ۲۱ تا ۲۸، در طیف ۶ گزینه‌ای (همیشه، تقریباً همیشه، معمولاً، گاهی، به ندرت و هرگز) که از ۱ تا ۶ نمره‌گذاری شده‌اند، بدین صورت نمره ۱ برای گزینه هرگز و نمره ۶ برای گزینه همیشه، طراحی شده است.

روایی پرسش‌نامه این پژوهش در اختیار چند نفر از متخصصان امر قرار داده شد که روایی صوری و محتوایی آن‌ها مورد تایید قرار گرفت. محقق جهت سنجش پایایی ابزارها، از آزمون ضریب آلفای کرونباخ استفاده کرده است. در این روش پرسش‌نامه‌ها به تعداد ۳۰ نفر توزیع شد و نمرات حاصل محاسبه که مقادیر آن برای پرسش‌نامه بازی‌های رایانه‌ای  $\alpha=0/75$  و پرسش‌نامه هوش هیجانی  $\alpha=0/87$  به دست آمده که این مقادیر از لحاظ آماری معنادار و مورد تأیید می‌باشند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی از فراوانی، درصد فراوانی، نمودار، جدول، میانگین و انحراف معیار استفاده شده است. در بخش آمار استنباطی از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها استفاده شده است و برای بررسی سؤال‌های پژوهش از آزمون رگرسیون تک متغیره با استفاده از نرم افزار SPSS استفاده شده است.

جدول ۱. تعداد جامعه و نمونه آماری به تفکیک پایه تحصیلی

پایه تحصیلی	تعداد جامعه	نسبت	تعداد نمونه
اول	۱۸۰۳	۰/۳۶	۱۲۸
دوم	۱۷۱۹	۰/۳۴	۱۲۲
سوم	۱۵۰۸	۰/۳۰	۱۰۷
مجموع	۵۰۳۰	۱	۳۵۷

جدول ۲. آماره توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	تعداد	میانگین	انحراف معیار
بازی‌های رایانه‌ای	۳۵۷	۲/۶۲۷	۰/۵
هوش هیجانی	۳۵۷	۳/۶۶۵	۰/۶۲۱
خودآگاهی	۳۵۷	۳/۸۷۲	۰/۹۳۷
خودمدیریتی	۳۵۷	۳/۶۵۴	۰/۸۲
آگاهی اجتماعی	۳۵۷	۳/۳۶۱	۰/۵۹۹
مدیریت ارتباطات	۳۵۷	۳/۳۷۱	۰/۷۶۲

نتایج جدول شماره ۲ بیان‌گر آن است که: *انسانی و مطالعات فرهنگی*  
 - متغیر بازی‌های رایانه‌ای دارای میانگین ۲/۶۲۷ و انحراف معیار ۰/۵ می‌باشد. این امر نشان‌دهنده آن است که میانگین بازی‌های رایانه‌ای در دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه یک شهرستان ساری کمتر از متوسط یا میانگین نظری (۳) است.

- متغیر هوش هیجانی دارای میانگین ۳/۶۶۵ و انحراف معیار ۰/۶۲۱ می‌باشد. این امر نشان‌دهنده آن است که میانگین هوش هیجانی در دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه یک شهرستان ساری بیشتر از متوسط یا میانگین نظری (۳/۵) است. همچنین از مؤلفه‌های هوش هیجانی، خودآگاهی با میانگین ۳/۸۷۲ دارای بیشترین میانگین و آگاهی اجتماعی با میانگین ۳/۳۶۱ دارای کمترین میانگین می‌باشد.

- آزمون نرمالیته

جدول ۳. تجزیه و تحلیل نرمال بودن توزیع داده‌ها

متغیر	میانگین	انحراف معیار	حجم نمونه	مقدار Z	سطح معناداری
بازی‌های رایانه‌ای	۲/۶۲۷	۰/۵	۳۵۷	۱/۱۸۳	۰/۰۸۲
هوش هیجانی	۲/۶۲۷	۰/۵		۱/۹۸۲	۰/۰۵۷

مطابق جدول شماره ۳، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری  $\alpha = 0/05$ ، سطح معناداری برای همه متغیرها  $\text{Sig} > 0/05$  محاسبه شده است، لذا داده‌ها از توزیع نرمال پیروی می‌کنند و جهت تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها، استفاده از آزمون‌های آماری پارامتریک مجاز است.

### بررسی سؤال‌های پژوهش

سؤال شماره یک: آیا بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۴. نتایج آزمون رگرسیون در سوال شماره یک

متغیر مستقل	F	Sig	R	R2	$\beta$	T	Sig
ثابت	۳۸/۸۶۲	۰/۰۰۰۱	۰/۳۱۴	۰/۰۹۹	-	۲۸/۰۲۱	۰/۰۰۰۱
بازی‌های رایانه‌ای					-۰/۳۱۴	-۶/۲۳۴	۰/۰۰۰۱

مطابق جدول شماره ۴، با توجه به این که سطح معناداری آماره F، کوچکتر از  $0/05$  ( $0/0001$ ) است، محاسبه شده، حاکی از اعتبار مدل رگرسیون مورد نظر است. مطابق یافته‌های این جدول؛ سطح معناداری برای بازی‌های رایانه‌ای ( $\text{Sig} < 0/05$ ) و ضریب بتا ( $\beta = -0/314$ ) محاسبه شده است، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که «بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش هوش هیجانی دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد». همچنین مقدار  $R^2$  نشان می‌دهد که حدود ۱۰ درصد از تغییرات هوش هیجانی توسط بازی‌های رایانه‌ای پیش‌بینی می‌شود.

سؤال شماره دو: آیا بازی‌های رایانه‌ای بر خودآگاهی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۵. نتایج آزمون رگرسیون

Sig	T	$\beta$	R2	R	Sig	F	متغیر مستقل
۰/۰۰۰۱	۱۸/۸۵۶	-	۰/۰۴۴	۰/۲۰۹	۰/۰۰۰۱	۱۶/۲۰۸	ثابت
۰/۰۰۰۱	-۴/۰۲۶	-۰/۲۰۹					بازی‌های رایانه‌ای

مطابق جدول شماره ۵، با توجه به این که سطح معناداری آماره F، کوچکتر از  $0/05$  ( $0/0001$ ) است، محاسبه شده، حاکی از اعتبار مدل رگرسیون مورد نظر است. مطابق یافته‌های این جدول، سطح معناداری برای بازی‌های رایانه‌ای ( $Sig < 0/05$ ) و ضریب بتا ( $\beta = -0/209$ ) محاسبه شده است، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که «بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش خودآگاهی دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد». همچنین مقدار R2 نشان می‌دهد که حدود ۴ درصد از تغییرات خودآگاهی توسط بازی‌های رایانه‌ای پیش‌بینی می‌شود.

سؤال شماره سه: آیا بازی‌های رایانه‌ای بر خودمدیریتی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۶. نتایج آزمون رگرسیون

Sig	T	$\beta$	R2	R	Sig	F	متغیر مستقل
۰/۰۰۰۱	۲۱/۲۴	-	۰/۰۶۷	۰/۲۵۹	۰/۰۰۰۱	۲۵/۵۷۶	ثابت
۰/۰۰۰۱	-۵/۰۵۷	-۰/۲۵۹					بازی‌های رایانه‌ای

مطابق جدول شماره ۶، با توجه به این که سطح معناداری آماره F، کوچکتر از  $0/05$  ( $0/0001$ ) است، محاسبه شده، حاکی از اعتبار مدل رگرسیون مورد نظر است. مطابق یافته‌های این جدول، سطح معناداری برای بازی‌های رایانه‌ای ( $Sig < 0/05$ ) و ضریب بتا ( $\beta = -0/259$ ) محاسبه شده است، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که «بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش خودمدیریتی دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد». همچنین مقدار R2 نشان می‌دهد که حدود ۷ درصد از تغییرات خودمدیریتی توسط بازی‌های رایانه‌ای پیش‌بینی می‌شود.

سؤال شماره چهار: آیا بازی‌های رایانه‌ای بر آگاهی اجتماعی دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۷. نتایج آزمون رگرسیون

Sig	T	$\beta$	R2	R	Sig	F	متغیر مستقل
۰/۰۰۰۱	۲۶/۶۶۳	-	۰/۰۹۳	۰/۳۰۴	۰/۰۰۰۱	۳۶/۲۴۱	ثابت
۰/۰۰۰۱	-۶/۰۲	-۰/۳۰۴					بازی‌های رایانه‌ای

مطابق جدول شماره ۷، با توجه به این که سطح معناداری آماره F، کوچکتر از  $۰/۰۵$  ( $۰/۰۰۰۱$ )، محاسبه شده، حاکی از اعتبار مدل رگرسیون مورد نظر است. مطابق یافته‌های این جدول، سطح معناداری برای بازی‌های رایانه‌ای ( $Sig < ۰/۰۵$ ) و ضریب بتا ( $\beta = -۰/۳۰۴$ ) محاسبه شده است، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که «بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش آگاهی اجتماعی دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد». همچنین مقدار R2 نشان می‌دهد که حدود ۹ درصد از تغییرات آگاهی اجتماعی توسط بازی‌های رایانه‌ای پیش‌بینی می‌شود.

سؤال شماره پنج: آیا بازی‌های رایانه‌ای بر مدیریت ارتباطات دانش‌آموزان تأثیر دارد؟

جدول ۸. نتایج آزمون رگرسیون

Sig	T	$\beta$	R2	R	Sig	F	متغیر مستقل
۰/۰۰۰۱	۲۲/۵۵۹	-	۰/۰۵۸	۰/۲۴	۰/۰۰۰۱	۲۱/۷۸۱	ثابت
۰/۰۰۰۱	-۴/۶۶۷	-۰/۲۴					بازی‌های رایانه‌ای

مطابق جدول شماره ۸، با توجه به این که سطح معناداری آماره F، کوچکتر از  $۰/۰۵$  ( $۰/۰۰۰۱$ )، محاسبه شده، حاکی از اعتبار مدل رگرسیون مورد نظر است. مطابق یافته‌های این جدول، سطح معناداری برای بازی‌های رایانه‌ای ( $Sig < ۰/۰۵$ ) و ضریب بتا ( $\beta = -۰/۲۴$ ) محاسبه شده است، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که «بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش مدیریت ارتباطات دانش‌آموزان تأثیر معناداری دارد». همچنین مقدار R2 نشان می‌دهد که حدود ۶ درصد از تغییرات مدیریت ارتباطات توسط بازی‌های رایانه‌ای پیش‌بینی می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

امروزه با مخاطبانی مواجه هستیم که نسبت به نسل گذشته، روش فکر کردن، پردازش اطلاعات، انگیزه‌ها و بازی‌های آن‌ها تغییر کرده است. این بازی‌ها هم‌چون بازی‌های رایانه‌ای که نوعی سرگرمی تعاملی است، توسط یک دستگاه الکترونیکی مجهز به پردازش گر یا میکروکنترلر انجام می‌شود و به عنوان قوی‌ترین و مؤثرترین رسانه مجازی که کمتر به بازی‌های فیزیکی و بدنی می‌پردازد، محسوب می‌شود و در صورت استفاده مناسب، می‌تواند اثرات مثبتی در رفتار، پرورش استعدادها، ایجاد خلاقیت، پرورش تمرکز و دقت، تقویت ذوق هنری، انتقال فرهنگ و ... را به همراه داشته باشد. اما به دلیل عدم آگاهی دانش‌آموزان از اهداف بازی‌ها و آشنا نبودن کاربران به زبان رایانه و عدم آموزش صحیح، کودکان و نوجوانان به سمت بازی‌هایی سوق داده شده‌اند که می‌تواند اثرات زیانباری داشته باشد. اما از عوامل عمده گرایش نوجوانان و جوانان به بازی‌های رایانه‌ای، جذاب بودن و قابلیت دسترسی آسان به آن‌ها، نبودن برنامه‌ریزی‌های مناسب از طرف مسئولان و خانواده‌ها برای پر کردن اوقات فراغت و عدم دسترسی به امکانات ورزشی و تفریحی مناسب است. از پیامدهای منفی بازی‌های رایانه‌ای، خشونت و پرخاش‌گری، بیگانگی اجتماعی - فرهنگی، افت تحصیلی، انزوا و کاهش تعاملات اجتماعی، عدم سازگاری اجتماعی، احساس اضطراب و عدم اعتماد به نفس، اعتیاد به بازی، بی‌حوصلگی، القای ارزش‌های خاص سیاسی و خدشه‌دار شدن ارزش‌های دینی و فرهنگی را به دنبال دارد.

بنابراین با توجه به اینکه در حال حاضر در کشور ما بخش زیادی از اوقات فراغت دانش‌آموزان در خارج از ساعات مدرسه را بازی‌های رایانه‌ای پر می‌نماید، هوش هیجانی در کنار بازی‌های رایانه‌ای، نوعی از هوش محسوب می‌شود که شامل توجه به احساسات و هیجان‌های خود فرد و دیگران، فرق گذاشتن بین آن‌ها و استفاده از اطلاعات برای راهنمایی افکار و اعمال فرد می‌شود که رویکردی دو بخشی دارد. بخش اول رویکرد پردازش کلی اطلاعات عمومی و بخش دوم اختصاصی کردن مهارت‌ها است. هوش هیجانی در حقیقت مجموعه‌ی وسیعی از مهارت‌ها، همچون خودآگاهی عاطفی، خودارزیابی دقیق، خویش‌داری، اعتماد به نفس، کنجکاوی، انطباق و سازگاری، ابتکار و نوآوری است که دارنده‌ی آن می‌تواند از طریق خودمدیریتی آن را بهبود بخشد (Salehi et al, 2008,95). لذا در این پژوهش تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر هوش هیجانی دانش‌آموزان دختر مورد بررسی قرار گرفته است.

نتایج این پژوهش نشان داد که بازی‌های رایانه‌ای بر کاهش هوش هیجانی (خودآگاهی، خودمدیریتی، آگاهی اجتماعی و مدیریت ارتباطات) دانش‌آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه یک شهرستان ساری تأثیر معناداری دارد؛ یعنی با افزایش میزان بازی‌های رایانه‌ای در بین دانش‌آموزان، خودآگاهی یعنی "نگرش بی طرفانه نسبت به حالات درونی خود، اعتماد به نفس و مشاهده خویش یا خویش‌نگری"، خودمدیریتی یعنی "مدیریت هیجان‌های خود، توانایی بازیافت هیجانی پس از یک صدمه هیجانی، توانایی برای عمل و نه برای واکنش، ثبات در رفتارها در همه موقعیت‌ها، احساس مسئولیت در کار، انعطاف در برابر تغییرات و استقبال از نظرات جدید"، آگاهی اجتماعی یعنی "همدلی، توسعه و بهبود دیگران، کنترل دقیق هیجان‌های خود، واکنش مناسب، قانع‌سازی، درک تفاوت‌ها، کار گروهی، توان گفتگو، ارتباط شفاف، میانجیگری و توان برقراری ارتباط"، مدیریت ارتباطات یعنی "درک دیگران، آگاهی و ارزش گذاشتن به نیازهای سایرین، شوق داشتن برای خدمت کردن به دیگران، مفید بودن و توان درک و قبول اندیشه دیگران" کاهش می‌یابد.

این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های ماردپور و همکاران (Maredpour et al, 2017) که نشان دادند بازی‌های رایانه‌ای با بهره‌مندی، هوش هیجانی و هوش اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد؛ نبوی و همکاران (Nabavi et al, 2015) که نشان دادند هوش هیجانی دانش‌آموزان با نوع بازی‌های رایانه‌ای که انجام می‌دادند ارتباط دارد و باید تأثیرگذاری دوسویه این ارتباط مورد توجه قرار گیرد؛ نوری راد و همکاران (Nourirad et al, 2015) که نشان دادند مؤلفه‌های هوش هیجانی از خودآگاهی هیجانی، واقع‌گرایی، مؤلفه کنترل تکانش و انعطاف‌پذیری با میزان و سابقه استفاده از بازی رایانه‌ای ارتباط معنی‌داری وجود دارد؛ عرب تیموری (Arabteimouri, 2015) که نشان داد بازی‌های رایانه‌ای بر خلاقیت و هوش هیجانی دانش‌آموزان تأثیر منفی و معنی‌داری دارد؛ آستیناویچین و همکاران (Ustinaviciene et al, 2016) که نشان دادند، اعتیاد به اینترنت به طور قابل توجهی با سلامت روان در پسران ارتباط داشت.

همچنین استفاده از بازی‌های رایانه‌ای در پسران به طور معناداری بیشتر از دختران بود؛ هونگ و همکاران (Hong et al, 2012) که نشان دادند دانش‌آموزانی که بیشتر از بازی‌های کامپیوتری استفاده کردند، درجه‌ی بالاتری از اضطراب روانی و جسمانی از خود نشان دادند؛ پارک و همکاران (Park et al, 2008) که نشان دادند بین میزان هوش هیجانی و میزان وابستگی به اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای رابطه‌ی متوسط تا قوی برقرار است؛ هم‌سو می‌باشد.

در پایان بر اساس یافته‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود:

- والدین باید نظارت جدی، دقیق و مداوم بر کار فرزندان خود با کامپیوتر در خانه خصوصاً استفاده از بازی‌های رایانه‌ای داشته باشند و فرهنگ صحیح استفاده از بازی‌های رایانه‌ای را به فرزندان آموزش دهند.
- والدین و مسئولان آموزش و پرورش سعی نمایند برنامه‌های صحیح و مدون برای اوقات فراغت دانش‌آموزان تهیه نمایند تا آن‌ها کمتر به بازی‌های رایانه‌ای بپردازند.
- مدیران و مسئولان آموزش و پرورش، روش‌های صحیح استفاده از بازی‌های رایانه‌ای را از طریق آموزش‌های غیررسمی و بروشور که محتوای علمی و تقویت هوش و خلاقیت را دارد در اختیار مدارس و دانش‌آموزان قرار دهند.
- تهیه‌کنندگان بازی‌های رایانه‌ای برای ساخت و تولید نرم‌افزارها از نظرات روان‌شناسان و متخصصان تعلیم و تربیت استفاده نمایند تا برنامه‌هایی طراحی کنند که موجب افزایش عملکرد تحصیلی و خودآگاهی دانش‌آموزان شود.
- مدیران و مسئولان آموزش و پرورش استفاده مطلوب و مفید از بازی‌های رایانه‌ای را در بین دانش‌آموزان فرهنگ‌سازی نمایند و از طریق رسانه‌های گروهی اطلاعات لازم و ضروری در خصوص بازی‌های رایانه‌ای را در اختیار خانواده‌ها قرار دهند.



## References

- Abdolrezaei, M. Effects of a computerized educational games and traditional pencil-paper] on Elhighschool female students in the first cycle, master's thesis, Islamic Azad University, Kermanshah (2010).
- Asadollagpour, A.V. Seyyed Shariati, N. Alireza, Z. Daneshbashar B, Pirshak M, Tehrani Doust, et al. Ranking of computer games from psychological point of view. A study in Delphi method. *The Latest in Cognitive Sciences* 2009; 11(2): 8-18
- Angela, F.Y.S. (2009). Trait emotional intelligence and its relationships with problem behavior in Hongkong adolescents. Department of Educational psychology. The Chinese university of Hongkong. New Territories. Hongkong.
- Azari S. Computer games and violence. *Research and Evaluation Magazine* 2008, 15(54). 121-36.
- Bradbury, Travis and Graves, Jane. (2009). Emotional intelligence (skills and quizzes), translation of Hasan Ganji. Tehran: Savalan Publishing.
- Bourgonjon, J., Valcke, M., Soetaert, R., & Schellens, T. (2010). Students perceptions about the use of video games in the classroom. *Computers & Education*, 54(4), 1145-1156. *Computers & Education*, 54, 1145-1156.
- Demirok, Mukaddes., Ozdamli, Fezile., Hursen, Cigdem., Ozcinar, Zehra., & Kutguner, Muge. (2012). The Relationship of Computer Games and Reported Anger in Young People. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 22 (1), 33-43.
- Hong, Jon-Chao; Hwang, Ming-Yueh; Hsu, Tsui-Fang; Chen, Yu-Ju. (2012). The Relations between Students' Anxiety and Interest in Playing an Online Game. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11 (2), 255-263.
- Jafari Raeny, Reza (2007) Computer Games and its Effects. *Educational Profile - Educational Bonding* (328), 28-34.
- Maredpour, Alireza. Mahmoudi, Armin; Kharamin, Shirali, Papi, Maryam. (2017) Association of Computer Games with IQ, Emotional Intelligence and Social Intelligence. *Arminaghan Danesh*, Ph.D., No. 22, Azar Unit, Pages 670-663
- Mayer JD, Salovey P, Caruso D. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215.
- Moir, M., & Olivier, L. (2008). Trait emotional intelligence and the cognitive appraisal of stressful events: An exploratory study. *Personality and Individual Differences*, 44(7), 1445-1453.
- Nourirad, Fatemeh; Bonyadi, Fatemeh (2015) Understanding the Relationship between Computer Games and Emotional Intelligence Components among Male Students in Tehran, *Journal of Research in Media of the Twenty-Sixth*, No. 4, pp. 173-149
- Nabavi, Seyed Hamid. Mohammadi, Sona. Ghorbani, Sara. Lashgardoust, Hossein (2015) Association of Computer Games with Emotional Intelligence in Students, *Journal of Research in North Khorasan University of Medical Sciences*, Vol. 7, No. 9, pp. 927-917.

- Parker, J. D. A., Taylor, R. N., Eastabrook, J. M., Schell, S. L., & Wood, L. M. (2008), Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 45.
- Salehi, M. Vakili, K. (2008), Emotional intelligence and vital cells of the organization, Ghaemshahr, Mehr al-Nabi publications.
- Shaverdi, Tahmineh (2008), Review of the Views of Children, Adolescents and Mothers on the Social Impact of Computer Games, *Journal of Cultural Research*, (Issue 7).
- Shooshtarian, Zakkieh; Ameli, Fatemeh & Amin Lari, Mahmoud (2009), The effect of emotional intelligence on attitude and job performance of labor force. *Healthy Labor Quarterly*, Second Year, No. 7, pp. 52-47.
- Tirgar, Hedayat; Balalimeibodi, Fatemeh & Hasani, Mehdi. (2015). Investigating the relationship between computer games, aggression and academic achievement among students in Kerman. *Quarterly Journal of Health and Development*, Vol. 4, No. 1, pp. 75-65.
- Ustinaviciene, R. skemiene, L. Luksiene, D. Radisauskas, R., Kaliniene, G., Vasilavicius, p. (2016) Problematic computer game use as expression of Internet addiction and its association with self-rated health in the Lithuanian adolescent Population. *journal home page* 128, 1-8.
- Wei, R. (2007), Effects of playing violent video games on chines adolescents Proviolence attitude, attitudes towards others, and aggressive behavior. *CyberPsychology & Behavior*, 10(3), 371-380.