



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

رابطه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای با بهزیستی تحصیلی و نظم

جویی شناختی هیجان در نوجوانان

دکتر ایرج شاکری‌نیا^۱، دلناز کمالی‌پور^{۲*}، هادی دوست^۳، سیده زهرا سیدنوری^۴

۱- دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه گیلان

Email: irajeshakerinia@guilan.ac.ir

۲- دانشجوی ارشد روانشناسی کودک دانشگاه گیلان

Email: kmlidelnaz@gmail.com

۳- دانشجوی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه گیلان

Email: dr.hadidoost@gmail.com

۴- دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه گیلان

Email: zsn.psy@gmail.com

چکیده

بازی‌های رایانه‌ای نقشی برجسته در زندگی نوجوانان داشته و زمان زیادی از اوقات فراغت آنها را به خود اختصاص می‌دهد بنابراین؛ این پژوهش با هدف بررسی رابطه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای با بهزیستی تحصیلی و نظم‌جویی شناختی هیجان در نوجوانان شهر رشت انجام شد.

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه تمامی نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله شهر رشت که در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در گیم‌نت‌ها بازی میکردند بود که از میان آنها ۷۵ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به پرسشنامه‌های بهزیستی تحصیلی تومینین سوینی، نظم‌جویی شناختی هیجان گارنسفکی و همکاران (۲۰۰۱) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون چندمتغیره و نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد بین بهزیستی تحصیلی و خودنظم‌جویی شناختی رابطه مستقیم و معنی‌دار وجود دارد. بین بهزیستی تحصیلی و مدت‌زمان بازی‌های رایانه‌ای رابطه معکوس بود هرچه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش یابد میزان بهزیستی تحصیلی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود. رابطه بین سن و بهزیستی تحصیلی معکوس بود، هرچه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد بهزیستی تحصیلی‌شان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین تحصیلات و بهزیستی تحصیلی معکوس بود، هر چه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد میزان بهزیستی تحصیلی آنان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین مدت‌زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان معکوس بود هر چه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش می‌یابد میزان خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین سن و خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان معکوس بود هرچه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد میزان خودنظم‌جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین تحصیلات و خودنظم‌جویی شناختی منفی بود



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

یعنی هرچه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد خودنظم‌جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما رابطه معنی‌دار نبود. رابطه بین تحصیلات پاسخگویان و مدت‌زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای معکوس بود هرچه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد مدت‌زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای کاهش می‌یابد و این رابطه معنی‌دار بود. این نتایج می‌تواند در تدوین برنامه‌های آموزشی برای کاربران نوجوان بازی‌های رایانه‌ای کمک‌کننده باشد.

واژگان کلیدی: بازی رایانه‌ای، بهزیستی تحصیلی، نظم‌جویی شناختی

مقدمه

یکی از حوزه‌های فعال در میان رسانه‌های دیجیتال و صنایع فرهنگی مرتبط با آن‌ها حوزه بازی‌های رایانه‌ای و ویدئویی است که به جرئت می‌توان گفت این صنعت یکی از محبوب‌ترین صنایع رسانه‌ای است که کودکان تا افراد مسن‌تر را درگیر خود کرده است [۱]. بازی‌های رایانه‌ای به عنوان یک پدیده اجتماعی در کنار سایر رسانه‌های صوتی و تصویری در دنیای امروز به دلیل رشد چشمگیر فناوریهای ارتباطی، طی سال‌های اخیر با کشش و جاذبه‌های حیرت‌انگیز خود کودکان و نوجوانان را به خود جذب کرده است و نه تنها بخش قابل توجهی از اوقات فراغت این قشر را به خود اختصاص داده، حتی اوقاتی را که آنان باید به انجام تکالیف درسی یا حضور در جمع خانواده اختصاص دهند نیز پوشش داده است و به نظر می‌رسد، بر افت تحصیلی آنان تأثیرگذار باشد لذا، توجه به این امر مهم باید بیش از پیش مورد توجه و بازنگری قرار گیرد [۲]. و همچنین 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 از این رو می‌توان تأثیر منفی این نوع از بازی‌ها را در یادگیری و انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان شاهد بود. برخی شواهد نشان می‌دهد که پرداختن زیاد به بازی‌ها باعث کاهش فعالیت جسمی و در نهایت کاهش سلامت جسمانی و روانی می‌شود [۳].

همچنین انجام بازی‌های رایانه‌ای و ویدئویی برای بسیاری از نوجوانان در سراسر جهان یک فعالیت سرگرمی محبوب است با این حال افزایش روزانه صرف زمان برای بازی‌های رایانه‌ای این نگرانی را ایجاد می‌کند که این امر به هزینه مدرسه تمام شود و در طولانی مدت، پیشرفت تحصیلی را مختل کند [۴]. بازی رایانه‌ای در نوجوانی پدیده‌ای گسترده است و بسیاری از نوجوانان به طور منظم درگیر این فعالیت در اوقات فراغت خود هستند [۵]. براین اساس مفهوم بهزیستی تحصیلی با هدف پیوند کارکردهای عاطفی و تحصیلی، بهسازی رابطه‌ی فراگیرنده‌ی مدرسه و ایجاد تغییرات موازی پیشرونده در فرد و مدرسه توسط تومینین و سوبینی [۶] مطرح می‌شود که به صورت یک سازه چندبعدی مفهومی سازی شده آن را تعریف کرده‌اند که هم جنبه‌های منفی (فرسودگی) و هم جنبه‌های مثبت (تعامل و درگیرشدن) را دربر می‌گیرد. بعد نخست آن ارزش مدرسه است،



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

ارزش مدرسه منعکس‌کننده‌ی میزان ارج و قداستی است که دانش‌آموز برای مدرسه قائل است. بعد دوم که به عنوان خستگی از پاسخگویی به انتظارات مدرسه، نگرش بدبینانه و گسلیده به مدرسه و احساس بی‌کفایتی از آموختن تعریف می‌شود، فرسودگی نسبت به مدرسه نامیده می‌شود [۷].

در بعد دیگر عامل رضایتمندی تحصیلی در نظر گرفته شده است که بر احساس رضایت شخصی از انتخاب مسیر و گزینه تحصیلی برای دستیابی به اهداف شخصی دلالت دارد و درنهایت در بعد چهارم درآمیزی با کار مدرسه یا مشارکت در امور مدرسه قرار دارد که به عنوان حالت مثبت و متمرکز ذهن که با ویژگی‌های انرژی‌گذاری، پایداری توجه و دریافت مطالب همراه است، تعریف می‌شود [۸]. راش یکی از مهم‌ترین موفقیت‌ها را موفقیت تحصیلی می‌نامد و معتقد است که عوامل متعددی در تحصیل و مدرسه وجود دارد که بر فرایند تحول و رشد دانش‌آموزان اثر گذار است. هم‌چنین روابط موجود در مدرسه، میزان همبستگی دانش‌آموز و معلم را از جمله متغیرهای موثر در موفقیت تحصیلی فرزندان می‌نامد [۹]. میستری، بنر، تام و کین [۱۰] بهزیستی تحصیلی را تحت عنوان نتایج تحصیلی نام برده‌اند و مقیاس‌های آن را نمرات، اشتیاق تحصیل و نگرش مثبت به مدرسه دانسته‌اند. مطالعات مختلف حاکی از آن است که در بعد روانشناختی انجام بازی‌های رایانه‌ای سبب رفتارهای پرخاشگرانه، اعتیاد به رایانه، افسردگی، گوشه‌گیری و اضطراب می‌شود. در ایران نیز براساس آمار اعلام شده در سال ۱۳۹۴، حدود ۱۹ میلیون بازیکن یا به اصطلاح گیمر وجود دارد همچنین مرکز تحقیقات بازیهای دیجیتال در سال ۱۳۹۵ مشابه چنین آماری را در نقاط دیگر دنیا نیز کم و بیش نشان می‌دهد که این امر نشان‌دهنده محبوبیت ویژه این صنعت است [۱۱].

براساس پژوهشی دیگر در ایران نشان داده شد که افراد به انجام بازی به صورت ۱-۵ ساعت در هفته [۱۲] تا کمی بیش از ۶ ساعت [۱۳] در هفته اشاره شده است. اخیراً نگرانی‌های خاصی از اثرهای جانبی ناخوشایند جسمانی، روانی و اجتماعی بازی‌های رایانه‌ای و در برخی از موارد، در مورد شیفتگی زیانبار به این بازیها ابراز شده است. برخی از منتقدان ادعا کرده‌اند، بازیهای رایانه‌ای تأثیری ویرانگر بر نسل جوان می‌گذارد، خشونت را زیبا جلوه میبخشد و رفتار ضد اجتماعی را تشویق می‌کند حتی از سی. اورت کوپ، چنین نقل شد که «هیچ ویژگی سازنده‌ای در این بازیها نیست. هر چه هست این است که: از سرراه بردار، بکش، نابود کن!» [۱۴].

نظم جویی شناختی هیجان نقش مهمی در فهم همبسته‌های رفتاری و هیجانی استرس و وقایع عاطفی منفی ایفا می‌کند توانایی موفق نظم جویی هیجان با شماری از پیامدهای سلامت جسمانی، اجتماعی و فیزیولوژیک مرتبط می‌باشد [۱۵، ۱۶]. نظم جویی هیجان به راهبردهایی اطلاق میشود که به منظور کاهش، افزایش یا نگهداشت تجارب هیجانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. [۱۷] در مجموع فرض براین است که نظم جویی هیجان یکی از عوامل اساسی بهزیستی و کنش وری موفق است [۱۸]. با توجه به آنچه گفته شد هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه میزان استفاده از بازیهای رایانه‌ای با بهزیستی تحصیلی و خودنظم جویی شناختی هیجان در میان نوجوانان بود.

روش پژوهش



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه تمامی نوجوان ۱۲ تا ۱۸ ساله شهر رشت که در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در گیم‌نت‌ها بازی میکردند بود که از میان آنها ۷۵ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش دارا بودن حداقل سن ۱۲ و حداکثر ۱۸ برای گروه مورد مطالعه، حضور در گیم‌نت‌های شهر رشت و انجام بازی رایانه‌ای بود.

پرسشنامه بهزیستی تحصیلی^۱

تومینین-سوینی و همکاران (۲۰۱۲) مقیاس بهزیستی تحصیلی را با الگوگیری و تجمیع ابعاد چهارگانه ارزش مدرسه، فرسودگی نسبت به مدرسه، رضایت‌مندی تحصیلی و درآمیزی با کار مدرسه توسعه دادند. این مقیاس یک پرسشنامه خودسنجی است که میزان موافقت یا عدم موافقت پاسخ دهنده را با ۳۱ گویه که درباره‌ی عقاید وی هستند، در طیف لیکرت مورد سوال قرار می‌دهد [۱۹]. تومینین-سوینی و همکاران (۲۰۱۲) روایی مقیاس را مطلوب ارزیابی کردند. این محققان مقدار آلفای کرونباخ برای ابعاد چهارگانه را به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۷۷، ۰/۹۱، و ۰/۹۴ محاسبه کردند [۱۹].

پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان^۲

این پرسش‌نامه توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی که هر فرد بعد از تجربه رخداد‌های تهدید کننده یا استرس‌های زندگی به کار می‌برد ابداع شده است که دارای ۳۶ سوال بوده است و شامل ۹ خرده مقیاس است که هر کدام یک راهبرد خاص از راهبردهای شناختی را ارزیابی می‌کند. خرده مقیاس‌ها عبارتند از: مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، پذیرش رخداد، توجه مجدد برنامه‌ریزی برای چگونگی برخورد با رخداد، توجه مثبت مجدد به مسائل خوشایند به جای تفکر درباره آن رخداد واقعی، نشخوار فکری، باز ارزیابی مثبت، رسیدن به یک دور نما (افکار مربوط به نسبی بودن آن رخداد در مقایسه با سایر رخدادها) و مصیبت‌بار تلقی کردن است. از میان این راهبردها، مقصر دانستن خود، مقصر دانستن دیگران، نشخوار فکری، مصیبت‌بار تلقی کردن رخداد راهبردهای منفی تنظیم هیجان هستند و پذیرش، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، توجه مثبت مجدد، باز ارزیابی مثبت و رسیدن به یک دور نما راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را نشان می‌دهند. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمرات داده شده به هر یک از عبارات تشکیل دهنده آن راهبرد به دست می‌آید و می‌تواند در دامنه‌ای از ۴ تا ۲۰ قرار بگیرد و جمع کل نمرات در دامنه‌ای از ۳۶ تا ۱۸۰ قرار می‌گیرد. گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳ به دست آوردند. در ایران نیز روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات خرده مقیاس‌ها آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را دربر می‌گرفت که همگی آنها معنادار بودند. در سال ۱۳۸۲ پایایی پرسشنامه در فرهنگ ایرانی توسط یوسفی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس‌های شناختی ۰/۸۲ گزارش شده است [۲۰].

^۱ . Academic Wellbeing

^۲ . Cognitive Emotion Regulation



ششمین کنفرانس بین‌المللی «بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

یافته‌ها

جدول ۱. نتایج ضریب همبستگی بین بهزیستی تحصیلی و خود نظم جویی شناختی

نتیجه	سطح معناداری	مقدار آزمون	نام آزمون	متغیر مستقل	متغیر وابسته
قبول	034/0	212/0	پیرسون	خود نظم جویی	بهزیستی تحصیلی

با توجه به نتایج جدول شماره (۱) میزان ضریب همبستگی بین متغیر بهزیستی تحصیلی و خود نظم جویی شناختی رابطه مستقیم و معنی دار وجود دارد و از آنجا که میزان سطح معنی داری کمتر از ۰/۰۵ شده است نتایج تحقیق قابل تعمیم به جامعه است.

جدول ۲. نتایج ضریب همبستگی بین بهزیستی تحصیلی و متغیرهای مستقل تحقیق

نتیجه	سطح معناداری	مقدار آزمون	نام آزمون	متغیر مستقل	متغیر وابسته
رد	306/0	120/0-	پیرسون	مدت زمان	بهزیستی تحصیلی
رد	779/0	033/0-	پیرسون	سن	
رد	624/0	057/0-	اسپیرمن	تحصیلات	

با توجه به نتایج جدول (۲) میزان ضریب همبستگی بین متغیر بهزیستی تحصیلی و مدت زمان بازی‌های رایانه‌ای نشان می‌دهد که رابطه بین این دو متغیر معکوس است یعنی هر چه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش یابد میزان بهزیستی تحصیلی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما از آنجا که میزان سطح معنی داری بیشتر از ۰/۰۵ شده است رابطه بین این دو متغیر معنی دار نیست و قابل تعمیم به جامعه نبوده است. همچنین رابطه بین متغیر سن و بهزیستی تحصیلی معکوس بوده است، بدین گونه که هر چه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد بهزیستی تحصیلی آنان کاهش می‌یابد اما از آنجا که میزان سطح معنی داری بیشتر از ۰/۰۵ شده است رابطه معنی دار نیست. در ادامه نتایج نشان می‌دهد که رابطه بین متغیر تحصیلات و بهزیستی تحصیلی معکوس است، هر چه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد میزان بهزیستی تحصیلی آنان کاهش می‌یابد اما از آنجا که میزان سطح معنی داری بیشتر از ۰/۰۵ شده است رابطه معنی دار نیست و قابل تعمیم به جامعه نبوده است.



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ – دانشگاه اصفهان

جدول ۳. نتایج ضریب همبستگی بین خود نظم جویی شناختی و متغیرهای مستقل تحقیق

نتیجه	سطح معناداری	مقدار آزمون	نام آزمون	متغیر مستقل	متغیر وابسته
رد	933/0	010/0-	پیرسون	مدت زمان	خود نظم جویی
رد	346/0	110/0-	پیرسون	سن	
رد	627/0	057/0-	اسپیرمن	تحصیلات	

نتایج جدول شماره (۳) به ما نشان می‌دهد که متغیر مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و خود نظم جویی شناختی پاسخگویان معکوس است هر چه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش می‌یابد میزان خود نظم جویی شناختی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی دار نبوده و قابل تعمیم به جامعه نیست. با توجه به نتایج رابطه بین متغیر سن و خود نظم جویی شناختی پاسخگویان نیز معکوس است. یعنی هر چه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد میزان خود نظم جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما از آنجا که میزان سطح معنی داری بیشتر از $0/05$ شده است رابطه معنی دار نبوده و قابل تعمیم به جامعه نیست. همانطور که مشاهده میکنید رابطه بین تحصیلات و خود نظم جویی شناختی پاسخگویان منفی است. یعنی هر چه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد خود نظم جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما از آنجا که میزان سطح معنی داری بیشتر از $0/05$ شده است رابطه معنی دار نیست.

جدول ۴. نتایج ضریب همبستگی بین مدت زمان بازی‌های رایانه‌ای و تحصیلات پاسخگویان

نتیجه	سطح معناداری	مقدار آزمون	نام آزمون	متغیر مستقل	متغیر وابسته
قبول	042/0	236/0-	اسپیرمن	تحصیلات	مدت زمان

با توجه به نتایج جدول شماره (۴) رابطه بین متغیر تحصیلات پاسخگویان و مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای معکوس است و هر چه تحصیلات افراد افزایش می‌یابد مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای کاهش می‌یابد و از آنجا که میزان سطح معنی داری کمتر از $0/05$ شده است رابطه بین این دو متغیر معنی دار و قابل تعمیم به جامعه است.



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای با بهزیستی تحصیلی و نظم‌جویی شناختی هیجان در نوجوانان شهر رشت انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که بین بهزیستی تحصیلی و خودنظم‌جویی شناختی رابطه مستقیم و معنی‌دار وجود دارد. بین متغیر بهزیستی تحصیلی و مدت زمان بازی‌های رایانه‌ای رابطه معکوس بود یعنی هر چه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش یابد میزان بهزیستی تحصیلی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود. در این راستا نتایج پژوهش خداملرادی و افشارنیا [۲۱] نشان داد که بین متغیر نظم‌جویی شناختی با بهزیستی روانشناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت تنظیم هیجان و مخصوصاً راهبرد مثبت باز ارزیابی شناختی هیجان‌ها باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازگارانه افراد میشود و این راهبردهای تنظیم‌کننده ممکن است اهداف شخصی را تحقق بخشند و به فرد در ارتقای سلامت عمومی و بهزیستی روانشناختی کمک نماید [۲۲] در نتیجه می‌توان انتظار داشت که افرادی که از خودنظم‌جویی شناختی بیشتری برخوردارند عملکرد تحصیلی بهتری هم داشته باشند. نوجوانانی که از نظم‌جویی شناختی بالایی برخوردارند از بازی‌های رایانه‌ای به جا و مناسب در زمان استراحت یا فراغت استفاده می‌کنند و یا از بازی‌هایی استفاده میکنند که می‌تواند در بهبود توجه، تمرکز و عملکرد آنها نقش داشته باشد در واقع این نوجوانان بر رفتار خود مدیریت دارند و این امر می‌تواند به بهبود عملکرد روانشناختی آنها کمک کند.

به همین دلیل است که انجام بازی‌های رایانه‌ای برای مدت کوتاهی تحت نظارت والدین می‌تواند تأثیرات مثبتی بر کیفیت زندگی در نوجوانان داشته باشد، در حالی که، صرف ساعت‌های طولانی برای انجام بازی‌های رایانه‌ای ممکن است اثرات منفی طولانی مدت داشته باشد [۲۳]. نتایج پژوهش آنند [۲۴] نشان داد که بازی‌های ویدیویی ممکن است اثرات مخربی بر معدل شخصی و احتمالاً در نمرات پیشرفت تحصیلی داشته باشند. این ارتباط به دلیل ماهیت پیچیده زندگی دانشجویی و عملکرد تحصیلی همچنان دشوار است. همچنین، استفاده از بازی‌های ویدیویی ممکن است به سادگی تابعی از تپ‌ها و ویژگی‌های خاص شخصیتی باشد. همچنین مشخص شده که بین نمرات تحصیلی و زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای همبستگی منفی و بین زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و تجارب مثبت مدرسه همبستگی منفی، بین زمان گذراندن بازی‌های رایانه‌ای و تجارب منفی مدرسه همبستگی مثبت وجود دارد [۲۵]. رابطه بین سن و بهزیستی تحصیلی معکوس بود، بدین‌گونه که هرچه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد بهزیستی تحصیلی آنان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین متغیر تحصیلات و بهزیستی تحصیلی معکوس بود، هر چه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد میزان بهزیستی تحصیلی آنان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، نتیجه مشابهی با نتایج پژوهش ما یافت نشد که این امر می‌تواند به دلیل کم بودن حجم نمونه باشد.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که رابطه بین مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای و خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان معکوس بود هر چه میزان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای افزایش می‌یابد میزان خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود. همسویا این نتیجه مشخص شده که خودنظم‌جویی به عنوان یک ویژگی شخصیتی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین ارتباط منفی دارد [۲۶] و کمبود خودنظم‌بخشی یکی از عوامل مهم اعتیاد به بازی



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ - دانشگاه اصفهان

های آنلاین است [۲۷]. فردی که از خود نظم بخشی پایینی برخوردار است علی‌رغم آگاهی از پیامدهای منفی احتمالی ناشی از این گونه بازی‌ها در کاهش استفاده از بازی‌های آنلاین مشکل دارد [۲۸]. برخی معتقدند افرادی که از خودنظم بخشی پایینی برخوردارند به طور مکرر برای مقابله و فرار از ناکامی‌ها به خرید بازی‌های رایانه‌ای روی می‌آورند [۲۹]. اگرچه نمی‌توان ارتباط علی و معلولی بین استفاده از بازی‌های ویدیویی، اعتیاد به بازی‌های ویدیویی و پیشرفت تحصیلی را نشان داد، اما این امر نشان می‌دهد که درگیری زیاد در انجام بازی‌های ویدیویی زمان کمتری را برای انجام کارهای دانشگاهی باقی می‌گذارد [۳۰]. همچنین رابطه بین متغیر سن و خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان نیز معکوس بود یعنی هرچه میزان سن پاسخگویان افزایش می‌یابد میزان خودنظم‌جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما این رابطه معنی‌دار نبود، رابطه بین تحصیلات و خودنظم‌جویی شناختی پاسخگویان منفی بود یعنی هرچه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد خودنظم‌جویی شناختی آنان کاهش می‌یابد اما رابطه معنی‌دار نبود. رابطه بین متغیر تحصیلات پاسخگویان و مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای معکوس بود هرچه میزان تحصیلات افراد افزایش می‌یابد مدت زمان استفاده از بازی‌های رایانه‌ای کاهش می‌یابد و این رابطه معنی‌دار بود. از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان حجم نمونه اندک، استفاده از نمونه گیری در دسترس، محدود بودن جامعه به شهر رشت را نام برد که بهتر است در پژوهش‌های آتی به آن توجه شود.

تشکر و قدردانی

لازم می‌دانیم از کلیه کسانی که در انجام این تحقیق ما را یاری رسانیده‌اند، به ویژه نوجوانان شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر و قدردانی نماییم.

منابع

۱. جواهری، جواد، شریفی، مهدی، داستیری، مهرداد، تدوین راهکارهای کسب و کار در بازیهای رایانه‌ای در ایران، فصلنامه تحقیقات فرهنگی ایران، شماره ۱۲، بهار ۱۳۹۸.
2. Shaverdi, T., Shaverdi, Sh. The review of children, adolescents and their mothers' opinion about social effects of computer games. *Journal of Cultural Research*. 2009. 2(7), 47-763.
3. Gilan NR, Reshadat S, Ghasemi SR. The relationship between playing computer games and aggression in guidance school students of Kermanshah (2012). *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences*. 2013;17(3):164-71.
4. Kökönyei G, Kocsel N, Király O, Griffiths MD, Galambos A, Magi A, Paksi B, Demetrovics Z. The role of cognitive emotion regulation strategies in problem gaming among adolescents: A nationally representative survey study. *Frontiers in psychiatry*. 2019 Apr 29;10:273.



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ – دانشگاه اصفهان

5. L. Kraus and e. al.: ESPAD report 2015 results from the European School Survey Project on 514 Alcohol and Other Drugs. In, Luxembourg (2016).

6. Tominin and Sweeney, Academic Welfare Questionnaire, 2012

7. Salmela-Aro K Upadaya K. The schoolwork engagement inventory. European Journal of Psychological Assessment. 2012.

8. Salmela-Aro K, Kiuru N, Leskinen E, Nurmi JE. School burnout inventory (SBI) reliability and validity. European journal of psychological assessment. 2009 Jan;25(1):48-57.

9. DeGarmo DS, Martinez Jr CR. A culturally informed model of academic well-being for Latino youth: The importance of discriminatory experiences and social support. Family relations. 2006 Jul;55(3):267-78.

10. Mistry RS, Benner AD, Tan CS, Kim SY. Family economic stress and academic well-being among Chinese-American youth: The influence of adolescents' perceptions of economic strain. Journal of family psychology. 2009 Jun;23(3):279.

۱۱. رودساز، علیرضا، واعظی نژاد، محمد، صنعت بازی‌های رایانه‌ای و آسیب‌شناسی توسعه صنعت بازی در ایران، تهران، انتشارات تمنا، ۱۳۹۴.

12. Abdolkhaleghi M, Davachi A, Sahbaie F, Mahmoudi M. Surveying the association between computer – videogames and aggression in male students of guidance schools in Tehran, 2003. Med Sci J Islamic Azad Univ Tehran Med Branch. 2005;15(3):141-5.

13. Allahverdipour H, Bazargan M, Farhadinasab AA, Moeini B. Correlates of video games playing among adolescents in an Islamic country. BMC Public Health. 2010 May;10:286-92.

14. Mayfield M. Video games only fit for old. USA Today. 1982 Nov 10:1.

15- Gross JJ. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. Psychophysiol. 2002; (39): 191-281.

16- Gross JJ. Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press; 2007.

17- Gross JJ. Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. Cur. Direc. Psychol. Science. 2001; (10): 209-214.

18- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Pers Individ Dif. 2001; 30(8): 1311-1327.

19- Tuominen-Soini H, Salmela-Aro K, Niemivirta M. Stability and change in achievement goal orientations: A person-centered approach. Contemporary Educational Psychology. 2011 Apr 1;36(2):82-100.

20- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual differences. 2001 Jun 1;30(8):1311-27.



ششمین کنفرانس بین‌المللی

«بازی‌های رایانه‌ای؛ فرصت‌ها و

چالش‌ها»

۳۰ بهمن و ۱ اسفند ۱۳۹۹ – دانشگاه اصفهان

21- خدامرادپور، سحر و افشارنیا، کریم، رابطه هیجان منفی و نظم‌جویی شناختی هیجان با بهزیستی روانشناختی زنان و مردان معلم سطح شهر سنندج سال ۹۵-۹۴؛ نخستین همایش جامع بین‌المللی روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی، تهران، ۱۳۹۵.

۲۲- فرنام، علی؛ حیدری، عزیزالله. رابطه خودکارآمدی و نظم‌جویی شناختی هیجان با بهزیستی روان‌شناختی کارکنان یک سازمان نظامی. فصلنامه روانشناسی نظامی، ۱۳۹۸، ۳۸، ۱۰، ۵-۱۴.

23- Dolatabadi, N.K., Eslami, A.A., Mostafavi, F., Hassanzade, A., Moradi, A. The relationship between computer games and quality of life in adolescents. *J Educ Health Promot.* 2013, 30,2,20.

24-Anand, V. A study of time management: the correlation between video game usage and academic performance markers. *Cyberpsychol Behav.* 2007;10,4,552-9.

25-Terry, M., Malik, A. Video Gaming as a Factor that Affects Academic Performance in Grade Nine. *Reports – Research.*2018, 1-16.

26- Son, D. T., Yasuoka, J., Poudel, K. C., Otsuka, K., and Jimba, M. "Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (Mmorpg): Association between Its Addiction, Self-Control and Mental Disorders among Young People in Vietnam," *International Journal of Social Psychiatry* (59:6),2013, pp. 570-577.

27- Lee, D., and LaRose, R. "A Socio-Cognitive Model of Video Game Usage," *Journal of Broadcasting & Electronic Media* (51),2007, pp. 632-650.

28- Liu, M., and Peng, W. "Cognitive and Psychological Predictors of the Negative Outcomes Associated with Playing Mmogs (Massively Multiplayer Online Games)," *Computers in Human Behavior* (25),2009, pp. 1306-1311.

29- Soroush, M., Hancock, M., Bonns, V.K. "Self-control in casual games: The relationship between Candy Crush Saga™ players' in-app purchases and self-control," *2014 IEEE Games Media Entertainment, Toronto, ON*, 2014, pp. 1-6, doi: 10.1109/GEM.2014.7048099.

30-Hagbin, M., Shaterian, F., Hosseinzadeh, D., Griffiths, M.D. A brief report on the relationship between self-control, video game addiction and academic achievement in normal and ADHD students. *Journal of Behavioral Addictions.* 2013,2,4,239-43.