



## بررسی انگیزه‌های گرایش به بازی‌های آنلاین در دانش آموزان

طاهره ازمشا<sup>۱</sup>، سیدحسین مرعشیان<sup>۲</sup>، رویا بوبری شمی<sup>۳</sup>، فرحناز شمس<sup>۴</sup>

۱. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۲. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۳. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۴. دکتری مدیریت ورزشی، گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

### چکیده

### اطلاعات مقاله

هدف از این پژوهش شناسایی انگیزه‌های گرایش به بازی‌های آنلاین در دانش آموزان بود. این پژوهش از نوع توصیفی پیمایشی بود که به روش میدانی و با استفاده از پرسشنامه انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر و دختر در مقاطع متوسطه اول و دوم شهر اهواز در سال ۱۴۰۳ حدود ۴۰۰ هزار نفر بودند که از طریق جدول کرجسی و مورگان ۳۶۰ نفر به عنوان نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه استاندارد افروزه و همکاران (۱۳۹۸) بود که در ۵ خرده مقیاس و در مقیاس پنج ارزشی لیکرت تنظیم شده بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد و درصدها) و آمار استنباطی (آزمون فریدمن، تی تک نمونه‌ای) استفاده شد. یافته‌ها نشان داد هر پنج عامل هزینه، تنش روحی، فرصت، حق انتخاب و لذت محال در سطح معناداری ( $\text{Sig} = 0.001$ ) به عنوان عوامل مؤثر در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای می‌باشد. عوامل فرصت با میانگین ۳/۱۳ مهمترین و عامل هزینه با میانگین ۲/۹۱ کم اهمیت‌ترین عامل در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای بود. نتایج پژوهش نشان‌دهنده عواملی نظیر هزینه (شامل هزینه‌های مالی و انرژی)، کاهش تنش روحی، ایجاد فرصت‌های موفقیت، حق انتخاب، لذت و انعطاف‌پذیری در جذب دانش آموزان به بازی‌های رایانه‌ای نقش کلیدی دارد. بنابراین نتیجه‌گیری می‌شود که با مدیریت صحیح، این بازی‌ها می‌توانند به ابزاری قدرتمند برای رشد شناختی، اجتماعی و عاطفی تبدیل شوند، بدون اینکه سلامت جسمانی یا موفقیت تحصیلی را به خطر بیندازند.

دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۰۱/۱۲

پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۰۲/۲۴

### کلیدواژه‌گان:

انگیزه،

بازی‌های آنلاین،

دانش آموزان

### نویسنده مسئول:

طاهره ازمشا

پست الکترونیکی:

t.azmsha@scu.ac.ir

# Investigating the Motivations for Engagement with Online Games Among Students

Tahereh Azmash<sup>1</sup>, seyed hosein marashian,<sup>2</sup>, roya boveiry shami<sup>3</sup>,  
FARAHNAZ SHAMS<sup>4</sup>

١. Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
٢. Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
٣. PhD student in Sports Management, Faculty of Sports Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
٤. PhD in Sports Management, Department of Physical Education, Farhangian University, Tehran, Iran.

## Abstract:

The purpose of this study was to identify the motivations behind students' inclination toward online games. This descriptive-survey research was conducted through field methods using a questionnaire. The statistical population consisted of 762 male and female students in the first and second levels of secondary education in Khuzestan Province in 2024. A sample of 260 students was selected using simple random sampling based on the Krejcie and Morgan table. The research instrument was the standardized questionnaire developed by Afrouzeh et al. (2019), comprising five subscales and structured on a five-point Likert scale. Data analysis involved descriptive statistics (mean, standard deviation, and percentages) and inferential statistics (Friedman test and one-sample t-test). The findings revealed that all five factors—cost, psychological tension, opportunity, autonomy, and enjoyment—were significant ( $\text{sig} = 0.001$ ) in influencing the choice of computer games. The factor of opportunity, with a mean of 3.13, was the most influential, while cost, with a mean of 2.91, was the least influential. The results indicate that factors such as cost (encompassing financial and energy expenses), reduction of psychological tension, opportunities for success, autonomy, enjoyment, and flexibility play a pivotal role in attracting students to computer games. It is therefore concluded that, with proper management, these games can serve as a powerful tool for cognitive, social, and emotional development without compromising physical health or academic achievement.

**Keyword :** Motivation, online gaming, students

## مقدمه

جهان معاصر تحت تأثیر پیشرفت‌های بی‌سابقه فناوری، به‌ویژه در حوزه رایانه‌ها و گسترش دسترسی به اینترنت، دستخوش تحولات عمیقی در سبک زندگی، تعاملات اجتماعی و الگوهای رفتاری افراد شده است (ایگون و چیترا تاتابک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). این تغییرات نه تنها نحوه کار، آموزش و ارتباطات را بازتعریف کرده، بلکه با ایجاد فرصت‌های نوین در حوزه سرگرمی، به‌ویژه بازی‌های آنلاین رایانه‌ای، تأثیرات گسترده‌ای بر فرهنگ عامه و رفتارهای اجتماعی به‌جا گذاشته است. بازی‌های آنلاین، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین بخش‌های صنعت فناوری اطلاعات، با رشد چشمگیر محبوبیت در میان کودکان، نوجوانان و جوانان، به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره تبدیل شده‌اند و درآمد قابل توجهی را برای این صنعت به ارمغان آورده‌اند (گائو و لی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). با این حال، این پدیده، همراه با جذابیت و فرصت‌های بی‌شمار، نگرانی‌های متعددی را در حوزه‌های سلامت جسمی، روانی و اجتماعی ایجاد کرده است، به طوری که پژوهشگران، والدین و سیاست‌گذاران را به بررسی دقیق‌تر اثرات آن واداشته است (لی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ مرافی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۷).

یکی از مهم‌ترین نگرانی‌ها در ارتباط با بازی‌های آنلاین، کاهش تحرک بدنی و گرایش به سبک زندگی کم‌تحرک است. صرف زمان طولانی در مقابل صفحه نمایش، چه از طریق رایانه، تلفن همراه، تبلت یا کنسول‌های بازی، با کاهش فعالیت بدنی و افزایش خطر ابتلا به چاقی، مشکلات اسکلتی-عضلانی (مانند کمردرد و گردن‌درد) و کاهش آمادگی جسمانی مرتبط است (کوال<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ پلتیر<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). گولو<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهشی نشان دادند که اعتیاد به بازی‌های دیجیتال با کاهش سطح فعالیت بدنی رابطه منفی دارد و این اثر در افراد با شاخص توده بدنی بالا، به‌ویژه در میان دختران، مشهودتر است. به‌طور خاص، این مطالعه نشان داد که افزایش سن و شاخص توده بدنی خطر اعتیاد به بازی‌های دیجیتال را افزایش می‌دهد و فعالیت بدنی منظم می‌تواند این خطر را تا ۱/۵۱ برابر کاهش دهد. همچنین، کراخت<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۲۰) بازی‌های آنلاین را به‌عنوان یکی از عوامل کلیدی در کاهش فعالیت بدنی و افزایش نرخ چاقی در میان نوجوانان شناسایی کرده‌اند. آمارها نشان می‌دهند که بیش از ۴۵ درصد از نوجوانان در سنین پیش از بلوغ روزانه بیش از سه ساعت به بازی‌های رایانه‌ای اختصاص می‌دهند، که این امر نه تنها تمایل به فعالیت‌های بدنی را کاهش می‌دهد، بلکه با افزایش رفتارهای رقابتی ناسالم و گرایش به بازی‌های خشن و غیراستاندارد همراه است (اولویریا<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). فراتر از تأثیرات جسمانی، بازی‌های آنلاین، به‌ویژه بازی‌های خشونت‌آمیز، با پیامدهای روانی و اجتماعی متعددی مرتبط هستند.

<sup>۱</sup> Aygün & Çakır-Atabek

<sup>۲</sup> Gao & Lee

<sup>۳</sup> Lee

<sup>۴</sup> Maraffi

<sup>۵</sup> Kowal

<sup>۶</sup> Pelletier

<sup>۷</sup> Gülü

<sup>۸</sup> Kracht

<sup>۹</sup> Oliveira

ورهایجن<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱) استدلال می‌کنند که این بازی‌ها ممکن است رفتارهای پرخطر را ترویج کرده و خطر بروز خشونت در دنیای واقعی را افزایش دهند. این موضوع در رسانه‌ها با اشاره به رویدادهای تراژیک مانند قتل عام‌های کلمبیا و سندی‌هوک برجسته شده است. همچنین، لاکو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۴) به اعتیاد به بازی‌های آنلاین به‌عنوان یک آسیب‌شناسی روانی اشاره کرده‌اند که در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی توسط انجمن روان پزشکی آمریکا به رسمیت شناخته شده است. این مسئله در کشورهایی مانند کره جنوبی و سنگاپور، جایی که بازی‌های ویدیویی در فرهنگ عامه نفوذ گسترده‌ای دارند، به‌گونه‌ای است که گزارش شده برخی جوانان بیش از ۲۰ ساعت در هفته به بازی اختصاص می‌دهند. علاوه بر این، بازی‌های آنلاین می‌توانند بر کیفیت خواب تأثیر منفی بگذارند، زیرا نور آبی منتشرشده از صفحه نمایش با اختلال در چرخه خواب و کاهش کیفیت استراحت مرتبط است، که این امر به نوبه خود بر عملکرد تحصیلی، تمرکز و سلامت روانی تأثیر می‌گذارد (خاریزما<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

با وجود این نگرانی‌ها، برخی پژوهش‌ها به مزایای بالقوه بازی‌های آنلاین، به‌ویژه در حوزه‌های آموزشی و رشد شناختی، اشاره کرده‌اند. لطیف و همکاران (۲۰۱۷) و ولازکوئیز<sup>۴</sup> (۲۰۲۴) نشان داده‌اند که بازی‌های آموزشی می‌توانند مهارت‌های حل مسئله، تفکر انتقادی و انگیزه یادگیری را بهبود بخشند. به‌عنوان مثال، ولازکوئیز (۲۰۲۴) در مطالعه‌ای نشان داد که بازی‌های آموزشی به‌طور قابل توجهی کیفیت یادگیری دانش‌آموزان را ارتقا داده و انگیزه آن‌ها را برای مشارکت در فرآیند یادگیری افزایش می‌دهند. همچنین یداو و گوپتا<sup>۵</sup> (۲۰۲۵) در پژوهشی در منطقه الوار هند، به بررسی تأثیر بازی‌های آنلاین بر رفتار، عملکرد تحصیلی و سلامت عاطفی دانش‌آموزان پرداختند و نشان دادند که این بازی‌ها می‌توانند مهارت‌های تفکر تحلیلی را تقویت کرده و به کاهش ناامیدی و پرخاشگری کمک کنند. باین‌حال، این مزایا اغلب در سایه استفاده بیش‌ازحد و بدون نظارت قرار می‌گیرند، که می‌تواند به کاهش عملکرد تحصیلی، انزوای اجتماعی، کاهش تعاملات خانوادگی و حتی بروز رفتارهای مخرب منجر شود (مرافی و همکاران، ۲۰۱۷).

یکی دیگر از جنبه‌های مهم، تأثیر بازی‌های آنلاین بر جامعه‌پذیری و روابط اجتماعی است. گونزالس تورس<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۲۴) استدلال می‌کنند که بازی‌های آنلاین، با ایجاد دنیایی متفاوت با قوانین خاص خود، ممکن است توانایی نوجوانان برای مقابله با شکست‌های دنیای واقعی را کاهش دهند. این بازی‌ها اغلب گزینه‌هایی مانند "شروع دوباره" ارائه می‌دهند، که می‌تواند منجر به کاهش تاب‌آوری در برابر ناکامی‌های واقعی، مانند شکست‌های تحصیلی و بروز اضطراب، استرس و احساس ناکافی شود. همچنین، امانی و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که بازی‌های گروهی می‌توانند مهارت‌های اجتماعی و رهبری را بهبود بخشند، اما چالش‌هایی مانند کمبود آگاهی معلمان از روش‌های استفاده صحیح از این بازی‌ها و محدودیت‌های منابع آموزشی، مانع بهره‌برداری کامل از این پتانسیل می‌شوند.

۱ Verheijen

۲ Lacko

۳ Kharisma

۴ Velazquez

۵ Yadav & Gupta

۶ Gonzalez-Torres

در ایران، بر اساس پیمایش‌های بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای (۱۳۸۹-۱۴۰۰)، تعداد کل بازیکنان با نرخ رشد ترکیبی سالیانه ۷ درصد افزایش یافته و حدود ۵۸ درصد از بازیکنان (معادل ۲۰ میلیون نفر) به صورت آنلاین بازی می‌کنند. این آمار، به‌ویژه در میان نوجوانان (۷۶ درصد) و جوانان (۶۸ درصد)، نشان‌دهنده نفوذ گسترده بازی‌های آنلاین در این گروه‌های سنی است. تحقیقات داخلی نیز این نگرانی‌ها را تأیید می‌کنند. محمدی و لطیفیان (۱۴۰۲) به تأثیر منفی بازی‌های رایانه‌ای بر مهارت‌های حرکتی پایه و افزایش شاخص توده بدنی اشاره کرده‌اند، درحالی‌که مسعودنیا و پوررحیمیان (۱۳۹۵) ارتباط بین بازی‌های رایانه‌ای و بروز اختلالات رفتاری مانند بی‌قراری، حواس‌پرتی و اختلال سلوک را نشان داده‌اند. همچنین، افروزه و همکاران (۱۳۹۸) عواملی مانند هزینه، لذت، کاهش تنش روانی و دسترسی آسان را به‌عنوان دلایل اصلی گرایش دانشجویان به بازی‌های رایانه‌ای در مقایسه با فعالیت‌های بدنی شناسایی کرده‌اند. رحمانی و همکاران (۱۳۸۹) نیز در پژوهشی در شهر زاهدان نشان دادند که اگرچه ارتباط معناداری بین بازی‌های رایانه‌ای و اکثر فاکتورهای آمادگی جسمانی وجود ندارد، اما استقامت قلبی-تنفسی با افزایش زمان بازی رابطه منفی ضعیفی دارد. ژائو<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۴) نیز نشان داده‌اند که بازی‌های ویدیویی فعال می‌توانند به‌عنوان جایگزینی برای فعالیت‌های بدنی سنتی، رفتار کم‌تحرك را کاهش داده و سطح فعالیت بدنی توصیه‌شده را ارتقا دهند.

همچنین، مو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۴) بر تأثیر مثبت بازی‌های تربیت بدنی بر لذت و انگیزه کودکان تأکید کرده‌اند، به‌ویژه در جلساتی که حداقل ۳۰ دقیقه و سه بار در هفته برگزار می‌شوند. ژو<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۵) نیز نشان دادند که عوامل سطح کلاس، مانند محتوای دروس تربیت بدنی و مکان برگزاری آن‌ها، می‌توانند بر میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان تأثیر بگذارند. این شواهد بر اهمیت طراحی برنامه‌های آموزشی مبتنی بر بازی‌های فعال و جذاب تأکید دارند. با توجه به تأثیرات دوگانه بازی‌های آنلاین و افزایش روزافزون استفاده از آن‌ها، شناسایی عوامل مؤثر بر انتخاب این بازی‌ها در مقایسه با فعالیت‌های بدنی، به‌ویژه در میان دانش‌آموزان، از اهمیت بسزایی برخوردار است. پژوهش حاضر با تمرکز بر دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول و دوم شهر اهواز، به دنبال پاسخ به این سؤال اصلی است که چه عواملی بر انتخاب بازی‌های آنلاین رایانه‌ای در مقایسه با فعالیت‌های بدنی در میان دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم اهواز اثرگذار است؟ این مطالعه با بهره‌گیری از چارچوب‌های نظری چندوجهی، از جمله عوامل روان‌شناختی (مانند لذت، کاهش استرس و انگیزه)، اجتماعی (مانند تأثیر همسالان، مربیان و فرهنگ مدرسه) و محیطی (مانند دسترسی به امکانات ورزشی و فناوری)، درصد است تا درک جامعی از این پدیده ارائه دهد (یداو و همکاران، ۲۰۲۵؛ امانی و همکاران، ۲۰۱۹).

یافته‌های این پژوهش می‌تواند به والدین، مربیان و سیاست‌گذاران در طراحی مداخلات آموزشی و برنامه‌های ترویج سلامت کمک کند. در نهایت، این پژوهش با هدف ارائه توصیه‌های عملی برای ایجاد تعادل بین استفاده از فناوری و فعالیت‌های بدنی، به دنبال کاهش اثرات منفی بازی‌های آنلاین و تقویت مزایای بالقوه آن‌هاست.

---

۱ Zhao

۲ Mo

۳ Zhou

بررسی انگیزه‌های گرایش به بازی‌های آنلاین... دوفصلنامه مدیریت و کارآفرینی ورزشی، ۶ (۱۴۰۴)، ۱-۱۶

با توجه به نفوذ روزافزون فناوری دیجیتال در زندگی دانش‌آموزان، درک عوامل مؤثر بر گرایش به بازی‌های آنلاین و ارائه راهکارهایی برای ترویج سبک زندگی سالم، نه تنها به بهبود سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان کمک می‌کند، بلکه به تقویت نظام آموزشی و تربیت بدنی در مواجهه با چالش‌های دنیای دیجیتال یاری می‌رساند (ویری‌اپونگ و سوکیپام، ۲۰۱۹).

### روش‌شناسی پژوهش:

این پژوهش از نوع توصیفی پیمایشی بود که به روش میدانی و با استفاده از پرسشنامه انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر و دختر در مقاطع متوسطه اول و دوم شهر اهواز در سال ۱۴۰۳ بودند و تعداد آن‌ها حدود ۴۰۰ هزار نفر برآورد گردید. نمونه آماری پژوهش با توجه به حجم جامعه آماری از طریق جدول کرجسی و مورگان ۳۶۰ نفر تعیین شد که به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه استاندارد افروزه و همکاران (۱۳۹۸) بود که با توجه به اهداف تحقیق در ۲۶ سوال و ۵ خرده مقیاس (هزینه، تنش روحی، فرصت، حق انتخاب و لذت محال) و در مقیاس پنج ارزشی لیکرت تنظیم شده بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد و درصدها) و آمار استنباطی (آزمون فریدمن، تی تک نمونه‌ای) استفاده شد. همچنین سطح معناداری فرضیه‌ها ی تحقیق نیز ( $p < 0/05$ ) در نظر گرفته شد.

### یافته‌های پژوهش:

با توجه به یافته‌های پژوهش، هر پنج مقیاس به عنوان عوامل مؤثر در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای مورد بررسی قرار گرفت که در جدول (۱) گزارش آن آمده است.

جدول شماره ۱- نتیجه t یک نمونه‌ای برای مولفه‌های پرسشنامه

متغیر	Mean	SD	Test value	DF	T	Sig
هزینه	۳/۴۵۰	۰/۸۲۵	۳	۷۶۳	۱۵/۰۹	۰/۰۰۱
تنش روحی	۳/۴۷۹	۰/۶۵۶	۳	۷۶۳	۲۰/۱۹	۰/۰۰۱
فرصت	۳/۵۲	۰/۸۶۳	۳	۷۶۳	۱۶/۸۷	۰/۰۰۱
حق انتخاب	۳/۵۲۲	۰/۶۲۱	۳	۷۶۳	۲۳/۲۲	۰/۰۰۱
لذت محال	۳/۴۹۹	۰/۷۵۲	۳	۷۶۳	۱۸/۳۳	۰/۰۰۱

همانگونه که در جدول (۱) نشان داده شده است با توجه به سطح معناداری ( $sig=0/001$ ) و میانگین به دست آمده از هر یک از خرده مقیاس‌ها که بیشتر از حد متوسط می‌باشد، هر پنج عامل به عنوان عوامل مؤثر در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای می‌باشد.

در جدول (۲) نیز به اولویت بندی این خرده مقیاس‌ها پرداخته شد.

جدول شماره ۲- اولویت بندی عوامل ۵ گانه

Sig	DF	X <sup>2</sup>	Mean	شاخص‌های آماری خرده مقیاس‌ها
			۲/۹۱	هزینه
			۲/۹۳	تنش روحی
۰/۰۰۱	۴	۱۰/۱۳۳	۳/۱۳	فرصت
			۳/۰۰	حق انتخاب
			۳/۰۳	لذت محال

نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد اختلاف میانگین پنج دسته عوامل موثر در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای در سطح ۰/۰۵ معنادار می‌باشد که عوامل فرصت با میانگین ۳/۱۳ مهمترین و عامل هزینه با میانگین ۲/۹۱ کم اهمیت‌ترین عامل در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای بود.

در جدول (۳) نیز هر کدام از خرده مقیاس‌ها مورد تحلیل قرار گرفته است که میانگین همه گویه‌های آن‌ها ذکر شده است.

جدول شماره ۳- اولویت بندی مهمترین عوامل انتخاب بازی‌های رایانه‌ای

Sig	D F	X <sup>2</sup>	Mean	شاخص‌های آماری گویه‌ها	رتبه	خرده مقیاس
۰/۰۰۰	۱	۴۴/۰۱۰	۱/۴۰	مانند ورزش احتیاج به صرف انرژی درحین بازی ندارد.	۱	هزینه
			۱/۶۰	قدرت خرید لباس و تجهیزات ورزش واقعی را ندارد.	۲	
۰/۰۰۰	۶	۱۸۶/۱۵۴	۴/۰۳	می‌توان از حضور تماشاگران صرف نظر کرد.	۳	تنش روحی
			۳/۸۱	لازم به حرف زدن یا داد زدن نیست.	۴	
			۳/۸۲	در معرض قضاوت قرار نمی‌گیرم.	۵	
			۳/۶۹	هزینه روحی باخت در بازی‌های جاری کمتر است.	۶	
			۴/۷۹	لازم نیست مانند ورزش واقعی بدن خود را به نمایش بگذارم.	۷	
			۳/۷۶	ما را از شر ناداوری‌ها محفوظ نگه میدارد.	۸	
			۴/۱۱	خستگی ورزش واقعی را ندارد.	۹	
۰/۳۴۶	۲	۲/۱۲۰	۱/۹۸	بازی‌های رایانه‌ای آنلاین به ما فرصت پیروزی می‌دهند.	۱۰	فرصت
			۲/۰۳	در بازی‌های رایانه‌ای آنلاین فرصت تلاش نامحدود وجود دارد.	۱۱	

۱۲	در بازی‌های رایانه‌ای آنلاین یادگیری مهارت سریع و نامحدود است.	۱/۹۹			
۱۳	برای حضور در زمین بازی‌های رایانه‌ای آنلاین وقت آزاد است.	۵/۰۶			
۱۴	حق انتخاب رنگ لباس‌ها و نوع تیم‌ها نامحدود است.	۵/۹۶			
۱۵	محدودیت سنی وجود ندارد.	۴/۶۰			
۱۶	تبعیض جنسیتی برای بازی‌های رایانه‌ای آنلاین وجود ندارد.	۵/۶۶	۴۳۳/۹۰۸	۹	۰/۰۰۰
۱۷	می‌توانم دوستان خود را انتخاب کنم.	۵/۷۵			
۱۸	زمان بازی انعطاف پذیر است.	۴/۹۰			
۱۹	می‌توان بازی رقابتی یا انفرادی انتخاب کرد.	۸۴/۶			
۲۰	برای بازی‌های رایانه‌ای آنلاین حق انتخاب سطح مهارت وجود دارد.	۵/۸۹			
۲۱	حق انتخاب تعامل با گوشه گیری را می‌دهد.	۵/۱۷			
۲۲	می‌توانم از حضور مربی صرف نظر کرد.	۵/۱۷			
۲۳	کارهایی را که در ورزش واقعی محال است، انجام می‌دهم.	۲/۵۰			
۲۴	دوستان غیرواقعی نامحدودی را به من می‌دهد.	۲/۳۷	۱۳۰/۲۰۳	۳	۰/۰۰۰
۲۵	می‌توانم خود را به جای بازیکنان محبوب بگذارم.	۲/۸۵			
۲۶	لذت‌های فانتزی من را ارضا می‌کند.	۲/۲۸			

نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد که در خرده مقیاس هزینه، "قدرت خرید لباس و تجهیزات ورزش واقعی را ندارد." با میانگین ۱/۶۰ بیشترین اهمیت و "مانند ورزش احتیاج به صرف انرژی درحین بازی ندارد." با میانگین ۱/۴۰ کمترین اهمیت را دارند. در خرده مقیاس تنش روحی، "لازم نیست مانند ورزش واقعی بدن خود را به نمایش بگذارم." با میانگین ۴/۷۹ بیشترین اهمیت و "هزینه روحی باخت در بازی‌های جاری کمتر است." با میانگین ۳/۶۹ کمترین اهمیت را دارد. در خرده مقیاس فرصت، "در بازی‌های رایانه‌ای آنلاین فرصت تلاش نامحدود وجود دارد." با میانگین ۲/۰۳ بیشترین اهمیت و "بازی‌های رایانه‌ای آنلاین به ما فرصت پیروزی می‌دهند." با میانگین ۱/۹۸ کمترین اهمیت را دارد. در خرده مقیاس حق انتخاب، "می‌توانم بازی رقابتی یا انفرادی انتخاب کرد." با میانگین ۶/۸۴ بیشترین اهمیت و "محدودیت سنی وجود ندارد." با میانگین ۴/۶۰ کمترین اهمیت را دارد. همچنین، "می‌توانم خود را به جای بازیکنان محبوب بگذارم." با میانگین ۲/۸۵ بیشترین اهمیت و "لذت‌های فانتزی من را ارضا می‌کند." با میانگین ۲/۲۸ کم اهمیت‌ترین عامل خرده مقیاس لذت محال هستند.

## بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر به بررسی انگیزه‌های گرایش به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان پرداخت. نتایج پژوهش نشان‌دهنده نقش کلیدی عواملی نظیر هزینه (شامل هزینه‌های مالی و انرژی)، کاهش تنش روحی، ایجاد فرصت‌های موفقیت، حق انتخاب، لذت و انعطاف‌پذیری در جذب دانش‌آموزان به بازی‌های رایانه‌ای است. این یافته‌ها با مطالعات افروزه (۲۰۲۰) همخوانی دارند؛ او گرانی تجهیزات ورزشی را به‌عنوان مانعی برای مشارکت دانشجویان، به‌ویژه دختران دانشگاه بوعلی سینای همدان، در فعالیت‌های ورزشی شناسایی کرده است. همچنین، باور نادرست رایج در میان دانشجویان مبنی بر اینکه فعالیت‌های ورزشی انرژی زیادی مصرف کرده و توان انجام فعالیت‌های روزمره را کاهش می‌دهد، گرایش آن‌ها به سرگرمی‌های کم‌هزینه، قابل‌دسترس و کم‌نیاز به زیرساخت در دنیای مجازی را تقویت کرده است. این باور، همراه با محدودیت‌های اقتصادی، به‌ویژه در جوامعی با منابع محدود، به‌عنوان یکی از موانع اصلی مشارکت در ورزش‌های سنتی عمل می‌کند. یکی از عوامل محوری در این پژوهش، نقش بازی‌های رایانه‌ای در کاهش تنش روحی و روانی دانش‌آموزان است. دانش‌آموزان گزارش داده‌اند که این بازی‌ها، برخلاف ورزش‌های رقابتی سنتی، محیطی امن و بدون قضاوت فراهم می‌کنند که در آن نیازی به مواجهه با ناداوری، رقابت‌های تنش‌زا یا ارزیابی‌های اجتماعی توسط تماشاگران و مربیان نیست. این ویژگی به‌ویژه برای افرادی که شکست در ورزش‌های سنتی را با احساس سرخوردگی، ضعف یا کاهش اعتمادبه‌نفس تجربه می‌کنند، جذاب است. بازی‌های رایانه‌ای به کاربران امکان می‌دهند در فضایی کنترل‌شده و بدون پیامدهای اجتماعی یا عاطفی سنگین، به رقابت بپردازند و موفقیت را تجربه کنند. با این حال، مطالعات لی و همکاران (۲۰۲۱) هشدار می‌دهند که بازی‌های رایانه‌ای خشونت‌آمیز ممکن است رفتار پرخاشگرانه را تقویت کرده و به امنیت اجتماعی و سلامت روانی آسیب برسانند. این تناقض، پیچیدگی تأثیرات روانی بازی‌های رایانه‌ای را نشان می‌دهد و ضرورت تحقیقات دقیق‌تر در مورد اثرات کوتاه‌مدت و بلندمدت این بازی‌ها بر رفتار و سلامت روان را برجسته می‌کند. به‌عنوان مثال، ارتباط بین بازی‌های خشونت‌آمیز و حوادث غم‌انگیز که توسط ورهایجن<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱) مطرح شده، نیاز به بررسی عمیق‌تر این موضوع را تقویت می‌کند.

عامل فرصت نیز در این پژوهش از اهمیت ویژه‌ای برخوردار بود. بازی‌های رایانه‌ای به کاربران امکان می‌دهند در محیطی انعطاف‌پذیر و بدون محدودیت‌های دنیای واقعی، مانند رقابت‌های دشوار، تبعیض جنسیتی، نیاز به تجهیزات گران‌قیمت یا محدودیت‌های زمانی و مکانی، به موفقیت دست یابند. این ویژگی برای دانشجویانی که در دنیای واقعی ورزش به دلیل موانع اقتصادی، اجتماعی یا فرهنگی فرصت کمتری برای موفقیت دارند، به‌ویژه جذاب است. به‌عنوان مثال، در بازی‌های رایانه‌ای ورزشی، کاربران می‌توانند به‌عنوان عضوی از تیم‌های معتبر جهانی بازی کرده و تجربه پیروزی را بدون نیاز به مهارت‌های جسمانی یا سرمایه‌گذاری مالی قابل‌توجه به دست آورند.

بررسی انگیزه‌های گرایش به بازی‌های آنلاین... دوفصلنامه مدیریت و کارآفرینی ورزشی، ۶ (۱۴۰۴)، ۱۶-۱

این یافته با پژوهش (مارکوس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ لورنز<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ ویگاتو و بابیک<sup>۳</sup>، ۲۰۲۱؛ فریتز و استاکل<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲؛ پرینسن و اسکافیلد<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱) هم‌راستا است. آن‌ها سرگرمی، رقابت، تعامل، فرار از یکنواختی و شناخت را از دلایل اصلی گرایش به بازی‌های رایانه‌ای عنوان کرده‌اند. همچنین، ولازکوئیز (۲۰۲۴) نشان داد که بازی‌های آموزشی می‌توانند انگیزه یادگیری، تفکر انتقادی و مهارت‌های حل مسئله را به‌طور قابل توجهی بهبود بخشند. با این حال، استفاده بیش‌ازحد از این بازی‌ها ممکن است توانایی پذیرش شکست در دنیای واقعی را کاهش داده و به اضطراب، ناکامی یا کاهش تاب‌آوری در مواجهه با چالش‌های واقعی منجر شود (گونزالس تورس و همکاران، ۲۰۲۴). این موضوع به‌ویژه در مورد نوجوانانی که به گزینه "شروع دوباره" در بازی‌ها عادت کرده‌اند، نگران کننده است، زیرا ممکن است در مواجهه با شکست‌های واقعی، مانند ناکامی‌های تحصیلی یا اجتماعی، دچار مشکلات عاطفی شوند. با وجود مزایای شناختی، اجتماعی و سرگرمی بازی‌های رایانه‌ای، نگرانی‌های قابل توجهی درباره اثرات منفی آن‌ها وجود دارد. مطالعات ورهایجن و همکاران (۲۰۲۱) به خطراتی نظیر کاهش فعالیت جسمانی، انزوای اجتماعی، تحریک تشنج، آسیب‌های تاندونی، درون‌گرایی بیش‌ازحد و ترویج رفتار پرخاشگرانه در نتیجه بازی‌های خشونت‌آمیز اشاره کرده‌اند.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که عامل فرصت با میانگین ۱۳٫۳ مهم‌ترین و هزینه با میانگین ۲/۹۱ کم‌اهمیت‌ترین عامل در انتخاب بازی‌های رایانه‌ای است. ویژگی‌هایی مانند نبود محدودیت‌های سنی، جنسیتی، زمانی، امکان انتخاب آزادانه تیم، سبک یا رنگ لباس در بازی‌های ورزشی و تقویت حس استقلال و تصمیم‌گیری، از جمله دلایل اصلی جذابیت این بازی‌ها هستند که با نتایج پژوهش‌های (رینالدو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ عزیز و همکاران، ۲۰۲۵) همخوانی دارد. علاوه بر این، بازی‌های گروهی مهارت‌های رهبری، مسئولیت‌پذیری، همکاری و مدیریت منابع را تقویت می‌کنند، زیرا کاربران باید در لحظه تصمیم‌گیری کرده و به عنوان بخشی از یک تیم به اهداف مشترک دست یابند (اسچرییر<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ لیسک<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). این ویژگی‌ها به‌ویژه در بازی‌های رقابتی و چالش‌برانگیز برجسته هستند، جایی که کاربران تحت فشار زمانی و استراتژیک قرار می‌گیرند و مهارت‌های تصمیم‌گیری سریع و مدیریت بحران را تمرین می‌کنند.

در عصر دیجیتال کنونی، بازی‌های آنلاین به یکی از رایج‌ترین اشکال سرگرمی برای کودکان، نوجوانان و جوانان تبدیل شده‌اند و تأثیرات گسترده‌ای بر رشد شناختی، رفتار اجتماعی، سلامت روانی و عملکرد تحصیلی آن‌ها دارند. لطیف و همکاران (۲۰۱۷) نشان داده‌اند که این بازی‌ها می‌توانند مهارت‌های حل مسئله، اعتمادبه‌نفس، توانایی‌های تحلیلی و حتی کاهش استرس را تقویت کنند بنابراین نتایج این دو پژوهش همسو می‌باشد و اهمیت پیامدهای این بازی‌ها را نشان می‌دهد.

۱ Marques

۲ Laurence

۳ Vigato & Babic

۴ Fritz & Stöckl

۵ Prinsen & Schofield

۶ Reynaldo

۷ Schrier

۸ Lisk

با این حال، استفاده بیش‌ازحد ممکن است به کاهش عملکرد تحصیلی، انزوای اجتماعی، کاهش فعالیت جسمانی و مشکلات سلامت جسمانی مانند خستگی چشم، مشکلات اسکلتی-عضلانی و چاقی منجر شود. از پیامدهای این پژوهش برای دانش‌آموزان می‌توان به مواردی اشاره کرد از جمله: این پژوهش به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با درک تأثیرات مثبت (مانند تقویت مهارت‌های شناختی، کاهش استرس و بهبود همکاری) و منفی (مانند انزوای اجتماعی، کاهش فعالیت جسمانی و رفتار پرخاشگرانه) بازی‌های رایانه‌ای، انتخاب‌های آگاهانه‌تری در مورد عادات بازی خود داشته باشند. این آگاهی می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا بازی را به‌عنوان ابزاری برای رشد شخصی، آموزشی و حتی حرفه‌ای به‌کار گیرند، به‌جای اینکه به فعالیتی مخرب تبدیل شود. همچنین بازی‌های استراتژیک، آموزشی و گروهی می‌توانند تفکر انتقادی، حل مسئله، همکاری، مدیریت زمان و مهارت‌های رهبری را بهبود بخشند (کانبای و اوکندی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). این مهارت‌ها نه‌تنها به عملکرد تحصیلی بلکه به موفقیت در موقعیت‌های حرفه‌ای و اجتماعی در آینده کمک می‌کنند. به‌عنوان مثال، بازی‌هایی که نیازمند هماهنگی تیمی هستند، می‌توانند حس مسئولیت‌پذیری و توانایی کار گروهی را تقویت کنند. از دیگر پیامدها این می‌باشد که دانش‌آموزان باید با محدود کردن زمان بازی، مشارکت در فعالیت‌های جسمانی منظم و حفظ تعاملات اجتماعی واقعی، سبک زندگی متعادلی را دنبال کنند. این رویکرد می‌تواند اثرات منفی بازی‌های طولانی‌مدت، مانند خستگی ذهنی، کاهش تمرکز، انزوای اجتماعی یا مشکلات جسمانی را کاهش دهد (ناووتارسکی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۴) و در نهایت دانش‌آموزان باید یاد بگیرند که شکست در بازی‌های رایانه‌ای یا دنیای واقعی را به‌عنوان بخشی از فرآیند یادگیری بپذیرند.

این مهارت می‌تواند از طریق آموزش‌های هدفمند یا بازی‌هایی که تاب‌آوری را تشویق می‌کنند، تقویت شود. این پژوهش پیامدهایی برای معلمان دارد از جمله: معلمان با درک تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر رفتار، تمرکز، انگیزه و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، می‌توانند روش‌های تدریس و مدیریت کلاس خود را برای مقابله با چالش‌هایی مانند حواس‌پرتی، پرخاشگری یا کاهش انگیزه تنظیم کنند. این آگاهی به ایجاد محیط یادگیری حمایتی‌تر و فراگیرتر کمک می‌کند. همچنین استفاده از بازی‌های آموزشی و تکنیک‌های گیمیفیکیشن در کلاس می‌تواند انگیزه، تعامل و همکاری دانش‌آموزان را افزایش دهد. این ابزارها یادگیری را تعاملی‌تر، لذت‌بخش‌تر و مرتبط‌تر با دنیای دیجیتال امروزی می‌کنند و مهارت‌هایی مانند تفکر تحلیلی، حل مسئله و کار تیمی را تقویت می‌کنند و نیز معلمان باید دانش‌آموزان را به مدیریت زمان صفحه‌نمایش، انتخاب بازی‌های مناسب و ایجاد تعادل بین بازی، تحصیل، فعالیت‌های جسمانی و تعاملات اجتماعی تشویق کنند (سان<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۳؛ واتسون<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹؛ دیالو و گای<sup>۵</sup>، ۲۰۲۴). ارائه دستورالعمل‌های روشن، کارگاه‌های آموزشی و منابع اطلاعاتی می‌تواند به بهبود سلامت روانی و جسمانی دانش‌آموزان کمک کند (لیائو<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) و در نهایت معلمان می‌توانند از بازی‌های گروهی به‌عنوان ابزاری برای تقویت مهارت‌های اجتماعی و عاطفی استفاده کنند.

۱ Kanbay & Okanlı

۲ Nowotarski

۳ Sun

۴ Watson

۵ Diallo & Gaye

۶ Liao

این بازی‌ها می‌توانند به دانش‌آموزان کمک کنند تا مهارت‌هایی مانند همدلی، مدیریت تعارض و همکاری را در محیطی امن و کنترل‌شده تمرین کنند. از پیشنهادهایی که این پژوهش برای دانش‌آموزان دارد می‌توان به ایجاد تعادل در بازی، مشارکت در فعالیت‌های جسمانی، نظارت بر تعاملات اجتماعی، آموزش خودمدیریتی و تاب‌آوری و انتخاب بازی‌های مثبت اشاره نمود. برای معلمان نیز پیشنهاد می‌گردد گیمیفیکیشن در آموزش ترکیب شود، راهنمایی برای عادات سالم دانش‌آموزان باشند، بر تغییرات رفتاری نظارت نمایند و با والدین و جامعه همکاری کنند. برای سیاست‌گذاران نیز تدوین سیاست‌های آموزشی دیجیتال، سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی، ترویج آگاهی عمومی و حمایت از تحقیقات بین‌رشته‌ای پیشنهاد می‌گردد. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان عدم بررسی تفاوت‌های فردی، محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی، عدم توجه به سابقه استفاده از بازی‌ها و محدودیت‌های روش‌شناختی را ذکر نمود.

این پژوهش نشان داد که بازی‌های رایانه‌ای به دلیل ویژگی‌هایی نظیر انعطاف‌پذیری، کاهش تنش روحی، ایجاد فرصت‌های موفقیت، تقویت حس استقلال و ارائه محیطی بدون تبعیض، جذابیت قابل توجهی برای دانش‌آموزان دارند. این بازی‌ها می‌توانند مهارت‌های شناختی، اجتماعی و عاطفی را تقویت کنند و به‌عنوان ابزاری برای یادگیری و رشد شخصی مورد استفاده قرار گیرند (پالوئیسینی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸؛ تو و کریسچینر<sup>۲</sup>، ۲۰۲۳). با این حال، اثرات منفی مانند کاهش فعالیت جسمانی، انزوای اجتماعی، رفتار پر خاشک‌گرانه و کاهش عملکرد تحصیلی، ضرورت اتخاذ رویکردی متعادل و آگاهانه را برجسته می‌کند. برای بهره‌برداری از پتانسیل‌های آموزشی و سرگرمی بازی‌های رایانه‌ای و کاهش اثرات منفی آن‌ها، همکاری بین دانش‌آموزان، معلمان، والدین، سیاست‌گذاران و محققان ضروری است. این پژوهش پیشنهاد می‌کند که با طراحی برنامه‌های آموزشی مبتنی بر بازی، ترویج عادات دیجیتال سالم، سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی و افزایش آگاهی عمومی، می‌توان تجربه‌های دیجیتال سازنده و متعادل برای نسل‌های آینده ایجاد کرد. یافته‌های این مطالعه می‌توانند به‌عنوان پایه‌ای برای سیاست‌گذاری‌های آموزشی، برنامه‌های تربیتی و تحقیقات آینده در حوزه فناوری‌های دیجیتال و آموزش عمل کنند. در نهایت، این پژوهش بر ضرورت بازنگری در دیدگاه‌های سنتی نسبت به بازی‌های رایانه‌ای تأکید دارد و نشان می‌دهد که با مدیریت صحیح، این بازی‌ها می‌توانند به ابزاری قدرتمند برای رشد شناختی، اجتماعی و عاطفی تبدیل شوند، بدون اینکه سلامت جسمانی یا موفقیت تحصیلی را به خطر بیندازند.

## تشکر و قدردانی

نگارندگان این پژوهش بر خود لازم می‌دانند از کارشناس تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی اداره آموزش و پرورش شهر اهواز و همکاران عزیز شرکت‌کننده در تکمیل پرسشنامه‌ها سپاسگزاری نمایند.

<sup>۱</sup> Pallavicini

<sup>۲</sup> Toh & Kirschner

## Reference

۱. Afroozeh, M. S., Zareian, H., & Afrouzeh, H. (2020). Identification of Factors Influencing the Selection of Computer Games in Comparison with Physical Activities among Students. *Sport Management Studies*, 11(58), 163-182.
۲. Aziz, N., Safdar, G., & Salis, S. (2025). Impact of Video Games on Players' Decision-Making Power: A Study of Rawalpindi, Pakistan. *Journal of Social Sciences Review*, ۵(۱), ۱۶۳-۱۷۹. <https://doi.org/10.6۲۸۴۳/jssr.۵۰۱.۱۵۱>
۳. Amani, M., Koruzhdeh, E., & Taiyari, S. (2019). The effect of strengthening executive functions through group games on the social skills of preschool children. *Games for health journal*, 8(3), 213-219.
۴. Aygün, C., & Çakır-Atabek, H. (2018). The futuristic model for physical activity and exercise: active video games. *Physical Activity Review*, ۶, ۴۵-۵۳.
۵. Bevan, N., Drummond, C., Abery, L., Elliott, S., Pennesi, J. L., Prichard, I., ... & Drummond, M. (2021). More opportunities, same challenges: adolescent girls in sports that are traditionally constructed as masculine. *Sport, education and society*, ۲۶(۶), ۵۹۲-۶۰۵.
۶. Diallo, S., & Gaye, P. M. (2024). Video Games and School Performances of Dakar High School Students. *Open Journal of Applied Sciences*, 14(7), 1851-1862.
۷. Fritz, B., & Stöckl, S. (2022). Why do We Play? Towards a Comprehensive Player Typology. *Games and Culture*, 18(3), 300-321. <https://doi.org/10.1177/15554120221094844> (Original work published 2023)
۸. Gao, Z., & Lee, J. E. (2019). Emerging technology in promoting physical activity and health: challenges and opportunities. *Journal of clinical medicine*, ۸(۱۱), ۱۸۳۰.
۹. Gonzalez-Torres, M. A. (2024). Technology at the rescue? Online games, adolescent mental health and the Covid pandemic. *The American Journal of Psychoanalysis*, ۱-۱۳.
۱۰. Güllü, M., Yagin, F. H., Gocer, I., Yapici, H., Ayyildiz, E., Clemente, F. M., ... & Nobari, H. (2023). Exploring obesity, physical activity, and digital game addiction levels among adolescents: A study on machine learning-based prediction of digital game addiction. *Frontiers in Psychology*, 14, 1097145.
۱۱. Jeanes, R., Hills, L., & Kay, T. (2016). Women, sport and Gender Inequity. In B. Houlihan, & D. Malcolm (Eds.), *Sport and Society: A Student Introduction* (۳rd ed pp. 134-156). London UK: SAGE Publications Ltd
۱۲. Kanbay, Y., & Okanlı, A. (2017). The effect of critical thinking education on nursing students' problem-solving skills. *Contemporary nurse*, 53(3), 313-321.
۱۳. Kharisma, A. C., Fitriyari, R., & Rahmawati, P. D. (2020). Online games addiction and the decline in sleep quality of college student gamers in the online game communities in Surabaya, Indonesia. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(7), 8987-۸۹۹۳.
۱۴. Kowal, M., Conroy, E., Ramsbottom, N., Smithies, T., Toth, A., & Campbell, M. (2021). Gaming your mental health: a narrative review on mitigating symptoms of depression and anxiety using commercial video games. *JMIR Serious Games*, 9(2), e۲۶۵۷۵.
۱۵. Kracht, C. L., Joseph, E. D., & Staiano, A. E. (2020). Video games, obesity, and children. *Current obesity reports*, ۹, ۱-۱۴.

۱۶. Lacko, D., Machackova, H., & Smahel, D. (2024). Does violence in video games impact aggression and empathy? A longitudinal study of Czech adolescents to differentiate within-and between-person effects. *Computers in Human Behavior*, 159, ۱۰۸۳۴۱.
۱۷. Latif, R. A., Aziz, N. A., & Jalil, M. T. A. (2017, April). Impact of online games among undergraduate students. In *Proceedings of the 1<sup>th</sup> International Conference on Computing and Informatics*, Kuala Lumpur, Malaysia (pp. ۲۵-۲۷)
۱۸. Laurence, Hermawan, A., Bernarto, I., & Antonio, F. (2023). Video game engagement: a passkey to the intentions of continue playing, purchasing virtual items, and player recruitment (3Ps). *International Journal of Computer Games Technology*, ۲۰۲۳(۱), ۲۶۴۸۰۹۷.
۱۹. Lee, E. J., Kim, H. S., & Choi, S. (2021). Violent video games and aggression: stimulation or catharsis or both?. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, ۲۴(۱), ۴۱-۴۷.
۲۰. Liao, G. Y., Tseng, F. C., Cheng, T. C. E., & Teng, C. I. (2020). Impact of gaming habits on motivation. to attain gaming goals, perceived price fairness, and online gamer loyalty: Perspective of consistency principle. *Telematics and Informatics*, 49, 101367.
۲۱. Lisk, T. C., Kaplancali, U. T., & Riggio, R. E. (2011). Leadership in Multiplayer Online Gaming Environments. *Simulation & Gaming*, 43(1), 133-149. <https://doi.org/10.1177/1046878110391975> (Original work published 2012)
۲۲. Maraffi, S., Sacerdoti, F. M., & Paris, E. (2017). Learning on gaming: A new digital game based learning approach to improve education outcomes. *US-China Education Review A*, 7(9), ۴۲۱-۴۳۲
۲۳. Marques, L. M., Uchida, P. M., Aguiar, F. O., Kadri, G., Santos, R. I., & Barbosa, S. P. (2023). Escaping through virtual gaming—what is the association with emotional, social, and mental health? A systematic review. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1257685.
۲۴. Masoudnia, E. and Pourrahimian, E. (2016). Impact of Computer Game on Incidence of Behavioral Disorders among Male Elementary School Students. *Journal of Applied Sociology*, 27(3), 117-134. doi: 10.22108/jas.2016.20501
۲۵. Mo, W., Saibon, J. B., Li, Y., Li, J., & He, Y. (2024). Effects of game-based physical education program on enjoyment in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *BMC public health*, 24(1), 517.
۲۶. Mohammadi, Sardar, Latifian, Arefeh. (1402). The effect of computer games and the Internet on basic motor skills and body mass index. *Journal of Modern Achievements in Humanities Studies*, 6(59). 45-58.
۲۷. Nowotarski, A., Rothen, S., Kasina, F., Zullino, D., & Thorens, G. (2024). Physical Activity as a Predictor of Internet Gaming Disorder in a Swiss Male Cohort (C-SURF): L'activité physique comme prédicteur des troubles liés aux jeux vidéo en ligne dans une cohorte de jeunes hommes suisses (C-SURF). *The Canadian Journal of Psychiatry*, ۶۹(۱۲), ۸۵۵-۸۶۰.
۲۸. Oliveira, J. F. D., Lagares, É. B., Belo, V. S., Romano, M. C. C., & Araújo, A. (2020). Impact of software for mobile devices on the behavior of adolescents in obesity prevention. *Texto & Contexto-Enfermagem*, ۲۹, e۲۰۱۹۰۰۲۲.

۲۹. Pallavicini, F., Ferrari, A., & Mantovani, F. (2018). Video games for well-being: A systematic review on the application of computer games for cognitive and emotional training in the adult population. *Frontiers in psychology*, 9, 407892.
۳۰. Pelletier, V. H., Lessard, A., Piché, F., Tétreau, C., & Descarreaux, M. (2020). Video games and their associations with physical health: A scoping review. *BMJ open sport & exercise medicine*, ۶(۱), e۰۰۰۰۸۳۲.
۳۱. Prinsen, E., & Schofield, D. (2021). Video game escapism during quarantine. *Computer and Information Science*, 14(4), 1-12.
۳۲. Rahmani nia, F. , Mirzaei, B. and Jafarzadeh, A. (2010). Investigation of TV and Computer Games in Underweight and Obese Boys and their Relationship with Physical Activity, Fitness and Body Composition. *Journal of Sport Biosciences*, 2(5), 71-94.
۳۳. Reynaldo, C., Christian, R., Hosea, H., & Gunawan, A. A. (2021). Using video games to improve capabilities in decision making and cognitive skill: A literature review. *Procedia Computer Science*, 179, 211-221.
۳۴. Schrier, K., Zahradnik, A., & Shaenfield, D. (2023). Playful Approaches to Leadership Development: Three Innovative Uses of Games in the Classroom. *Journal of Management Education*, 48(4), 777-801. <https://doi.org/10.1177/10525629231215065> (Original work published 2024)
۳۵. Sun, R. Q., Sun, G. F., & Ye, J. H. (2023). The effects of online game addiction on reduced academic achievement motivation among Chinese college students: the mediating role of learning engagement. *Frontiers in Psychology*, 14, 1185353.
۳۶. Toh, W., & Kirschner, D. (2023). Developing social-emotional concepts for learning with video games. *Computers & Education*, 194, 104708.
۳۷. Velazquez, E. P. (2024). Facing a VUCA World: Developing Learning Skills through Serious Games. *The International Journal of Design Education*, 18(2), 31.
۳۸. Verheijen, G. P., Burk, W. J., Stoltz, S. E., van den Berg, Y. H., & Cillessen, A. H. (2021). A longitudinal social network perspective on adolescents' exposure to violent video games and aggression. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(1), ۲۴-۳۱.
۳۹. Vigato, M., & Babic, T. (2021). Research on gamer motivation factors based on the gamer motivation model framework. 2021 44th International Convention on Information, Communication and Electronic Technology (MIPRO).
۴۰. Viriyapong, R., & Sookpiam, M. (2019). Education campaign and family understanding affect stability and qualitative behavior of an online game addiction model for children and youth in Thailand. *Mathematical Methods in the Applied Sciences*, ۴۲(۱۸), ۶۹۰۶-۶۹۱۶.
۴۱. Watson, Z., & Zaidi, S. F. M. (2019, October). Understanding positive impact of game interactivity in education. In *Proceedings of the 2019 International Conference on Video, Signal and Image Processing* (pp. 118-123).
۴۲. Xie, J., Wang, M., & Hooshyar, D. (2021). Student, Parent, and Teacher Perceptions towards Digital Educational Games: How They Differ and Influence Each Other. *Knowledge Management & E-Learning*, 13(2), 142-160.
۴۳. Yadav, M., & Gupta, S.(2025). STUDY ON IMPACT OF ONLINE GAMING IN EDUCATION OF CHILDREN

۴۴. Yang, P., & Qian, S. (2025). The Factors Affecting Students' Behavioral Intentions to Use E-learning for Educational Purposes: A Study of Physical Education Students in China. *SAGE Open*, 15(1), ۲۱۵۸۲۴۴۰۲۵۱۳۱۳۶۵۴.
۴۵. Zhao, Y., Soh, K. G., Saad, H. A., Liu, C., & Ding, C. (2024). Effects of active video games on physical activity among overweight and obese college students: A systematic review. *Frontiers in Public Health*, 12, 1320112
۴۶. Zhou, Y., Wang, L., Chen, R., & Wang, B. (2025). Associations between class-level factors and student physical activity during physical education lessons in China. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 22(1), 1.