نقش بازی‌های دیجیتال در شکل‌گیری هویت نوجوانان در عصر حاضر

استاد راهنما:[1] لیلا نصیری

نویسندگان:[2] ریحانه کیانی نیا، فاطمه حبیبی، الهام آقازاده، فاطمه علیزاده

حوزه علمیه صادقیه تبریز/ آذربایجان شرقی

چکیده

تحولات شتابان فناوری‌های دیجیتال در دو دهه اخیر، بازی‌های دیجیتال را به بستری فراتر از سرگرمی تبدیل کرده و آن‌ها را به عرصه‌ای برای بازاندیشی هویت و تعاملات اجتماعی بدل ساخته است. هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش بازی‌های دیجیتال در شکل‌گیری هویت نوجوانان است. این پژوهش به شیوه مروری–تحلیلی و بر پایه جستجو در پایگاه‌های علمی داخلی و خارجی انجام شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که بازی‌های دیجیتال کارکردی دوگانه دارند؛ به‌گونه‌ای که از یک سو می‌توانند به ارتقای مهارت‌های شناختی، افزایش عزت‌نفس، تقویت تعاملات اجتماعی و کاوش هویتی کمک کنند و از سوی دیگر، استفاده افراطی یا مواجهه با محتوای نامناسب می‌تواند به اعتیاد رفتاری، پرخاشگری، افت تحصیلی و بحران هویت منجر شود. همچنین مرور مطالعات نشان می‌دهد که عوامل میانجی همچون انگیزش فردی، سبک فرزندپروری و زمینه فرهنگی در شدت و نوع پیامدها نقش تعیین‌کننده دارند. بر این اساس، بازی‌های دیجیتال نه ذاتاً فرصت‌اند و نه تهدید؛ بلکه کارکرد آن‌ها وابسته به شرایط فردی و فرهنگی است.

کلمات کلیدی

بازی‌های دیجیتال؛ هویت نوجوان؛ رسانه‌های نوین؛ اعتیاد به بازی؛ هویت فرهنگی

---

[1]. سطح ۳ حوزه، رشته کلام اسلامی

[2]. طلبه سطح ۲ حوزه

مقدمه

تحولات پرشتاب فناوری اطلاعات و ارتباطات در دهه‌های اخیر ابعاد گوناگون زندگی فردی و اجتماعی را دگرگون ساخته است. رسانه‌های دیجیتال نه‌تنها ابزار انتقال اطلاعات و سرگرمی‌اند، بلکه به بسترهایی برای بازتعریف هویت، شکل‌دهی به تعاملات اجتماعی و ساخت سبک‌های جدید زندگی بدل شده‌اند .(Castells, 2010) در میان این رسانه‌ها، بازی‌های دیجیتال جایگاهی ویژه یافته و به یکی از مهم‌ترین محصولات فرهنگی جهان تبدیل شده‌اند. آمارها نشان می‌دهد بیش از ۹۰ درصد نوجوانان در ایالات متحده و اروپا به‌طور منظم بازی می‌کنند (Rideout & Robb, 2019) و این میزان در کشورهای آسیایی نظیر کره‌جنوبی و ژاپن حتی بالاتر است (Huh & Williams, 2010). در ایران نیز، بنا به گزارش بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای (۱۴۰۱)، بیش از ۳۰ میلیون کاربر بازی‌های دیجیتال وجود دارد که بخش عمده‌ای از آنان نوجوانان‌اند. چنین گستره‌ای بیانگر آن است که بازی‌های دیجیتال دیگر صرفاً یک ابزار سرگرمی نیستند، بلکه به محیطی تأثیرگذار بر فرایند هویت‌یابی نوجوانان تبدیل شده‌اند.

دوران نوجوانی مرحله‌ای حساس از رشد انسانی است که با پرسش‌های بنیادین درباره هویت فردی و اجتماعی همراه می‌شود. اریکسون (۱۹۶۸) هویت‌یابی را مهم‌ترین وظیفه روانی–اجتماعی نوجوان دانسته و ناکامی در آن را منشأ «سردرگمی نقش» معرفی می‌کند. مارسیا (۱۹۹۳) نیز با مدل چهارگانه هویت (موفق، تعلیقی، زودرس و پراکنده) نشان داد که هویت نتیجه تعامل میان کاوش فعالانه و تعهد است. در همین راستا، گیدنز(۱۹۹۱) در نظریه هویت بازاندیشانه بر نقش رسانه‌ها در بازتعریف مداوم خود تأکید می‌کند. بدین‌ترتیب، بازی‌های دیجیتال با امکاناتی چون انتخاب و شخصی‌سازی آواتار، ایفای نقش‌های متنوع و تجربه موقعیت‌های اجتماعی گوناگون، می‌توانند بستر مناسبی برای اکتشاف، بازاندیشی و تثبیت هویت نوجوانان فراهم آورند (Bessière et al, 2007) .

شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که بازی‌های دیجیتال می‌توانند مهارت‌های شناختی همچون توجه و حل مسئله را ارتقا دهند (Bediou et al., 2018) و موجب تقویت عزت‌نفس و تعاملات اجتماعی شوند (Granic et al, 2014). در عین حال، استفاده افراطی یا مواجهه با محتوای نامناسب پیامدهایی منفی نظیر افت تحصیلی، انزوای اجتماعی، اختلال خواب و حتی بحران هویت به همراه دارد (Kuss & Griffiths, 2017; Gentile et al, 2017). بنابراین، تحلیل نقش بازی‌های دیجیتال نیازمند رویکردی دوسویه است که هم فرصت‌ها و هم تهدیدها را در نظر گیرد.

در ایران نیز، مسئله بازی‌های دیجیتال به دغدغه‌ای مهم برای خانواده‌ها، سیاست‌گذاران و پژوهشگران تبدیل شده است. برخی تحقیقات داخلی پیامدهای منفی همچون کاهش روابط خانوادگی و گرایش به خشونت را برجسته کرده‌اند (عبدی و عبدی، ۱۴۰۳)، در حالی که برخی دیگر به ظرفیت‌های مثبت بازی‌ها در ارتقای مهارت‌های شناختی و اجتماعی پرداخته‌اند (جدگال، ۱۴۰۳). با این حال، اکثر مطالعات موجود بیشتر جنبه آسیب‌شناختی داشته و کمتر به بررسی نظام‌مند نقش بازی‌ها در فرآیند هویت‌یابی نوجوانان ایرانی پرداخته‌اند. این خلأ پژوهشی ضرورت مطالعه‌ای جامع و تحلیلی را دوچندان می‌سازد.

از منظر اجتماعی-فرهنگی نیز توجه به این موضوع در ایران اهمیت ویژه‌ای دارد؛ نوجوانان امروز در فضای دوگانه‌ای رشد می‌کنند: از یک‌سو با ارزش‌های بومی و دینی مواجه‌اند و از سوی دیگر با جریان جهانی رسانه‌ها و بازی‌های دیجیتال در تماس‌اند. پژوهش کیفی (Mazaherizadeh et al, 2024) نشان داده است که جوامع بازی و فرهنگ محلی تأثیر بسزایی بر شکل‌گیری هویت نوجوانان دارند؛ نوجوانان با استفاده از بازی‌ها، موضوعاتی چون تعلق‌جویی، هویت اجتماعی و آرمان حرفه‌ای خود را بازتعریف می‌کنند. در عین حال، موانع فرهنگی نظیر تضاد میان انتظارات خانوادگی و محدودیت‌های اجتماعی ممکن است منجر به درگیری هویتی یا احساس گسست شود.
بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر آن است که با رویکردی مروری و مبتنی بر چارچوب‌های نظری روان‌شناسی رشد (اریکسون، مارسیا)، روان‌شناسی اجتماعی (بندورا) و جامعه‌شناسی (گیدنز، کاستلز)، مدلی مفهومی از تعامل بازی‌های دیجیتال و هویت‌یابی نوجوانان ارائه دهد. انتظار می‌رود یافته‌ها ضمن آشکار ساختن فرصت‌ها و تهدیدهای بازی‌های دیجیتال، مبنایی علمی برای سیاست‌گذاری فرهنگی و تربیتی در جامعه ایرانی فراهم سازند.

بیان مسئله

با گسترش شتابان فناوری‌های نوین، بازی‌های دیجیتال به یکی از اصلی‌ترین عرصه‌های فرهنگی و اجتماعی در زندگی نوجوانان تبدیل شده‌اند. این بازی‌ها دیگر صرفاً ابزاری برای سرگرمی نیستند، بلکه بسترهای تازه‌ای برای تعامل اجتماعی، یادگیری، بازنمایی خود و تجربه نقش‌های گوناگون فراهم آورده‌اند (Gee, 2003). از منظر روان‌شناسی رشد، نوجوانی مرحله‌ای حساس در هویت‌یابی است؛ مرحله‌ای که فرد در آن به دنبال پاسخ به پرسش‌های بنیادین درباره «کیستی» و «جایگاه اجتماعی» خود می‌باشد (Erikson, 1968؛ Steinberg, 2014) هر رسانه یا ابزار فرهنگی که در این دوره وارد زندگی نوجوان شود، می‌تواند آثار عمیقی بر فرایند شکل‌گیری هویت او برجای بگذارد.

بازی‌های دیجیتال به‌ویژه با ویژگی‌هایی چون روایت تعاملی، امکان ایفای نقش‌های متعدد و ایجاد جوامع مجازی، ظرفیت‌های منحصربه‌فردی برای هویت‌یابی نوجوانان دارند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانان در این فضاها قادرند هویت‌های متفاوتی را بیازمایند، مرزهای فردی خود را بازتعریف کنند و از طریق تعاملات گروهی و بازاندیشی در این تجربه‌ها، به بازسازی یا تقویت هویت فردی و اجتماعی خود بپردازند (Vasalou et al, 2008; Giddens, 1991). این فرایند می‌تواند فرصت‌هایی برای رشد شناختی، تقویت خلاقیت، ارتقای مهارت‌های اجتماعی و حتی یادگیری فراهم آورد (Adachi & Willoughby, 2013; Granic et al, 2014).

با این حال، آثار بازی‌های دیجیتال صرفاً مثبت و فرصت‌ساز نیست. پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که استفاده افراطی یا مواجهه با محتوای خشونت‌آمیز و مغایر با ارزش‌های فرهنگی می‌تواند منجر به پیامدهای منفی همچون اعتیاد رفتاری، پرخاشگری، افت تحصیلی، کاهش تعاملات خانوادگی و حتی بحران هویت شود (Anderson & Dill, 2000; Gentile et al, 2017; (Lemmens et al, 2011; Kuss & Griffiths, 2017. این پیامدها در جامعه ایرانی نیز گزارش شده است. پژوهش‌های داخلی نشان می‌دهند که بازی‌های دیجیتال علاوه بر مزایای احتمالی، زمینه‌ساز چالش‌های جدی در ابعاد فرهنگی، اجتماعی و روان‌شناختی نوجوانان هستند؛ به‌ویژه زمانی که نظارت و سیاست‌گذاری فرهنگی مؤثر وجود نداشته باشد (فلاح و همکاران، ۱۳۹۲؛ عبدی و عبدی، ۱۴۰۳؛ جدگال، ۱۴۰۳).

اهمیت و ضرورت پژوهش

رشد روزافزون استفاده از بازی‌های دیجیتال در میان نوجوانان، این رسانه را به یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر فرایندهای روانی و اجتماعی نسل جدید تبدیل کرده است. گزارش اخیر سازمان جهانی بهداشت نشان می‌دهد که بیش از یک‌سوم نوجوانان روزانه از بازی‌های دیجیتال استفاده می‌کنند و در برخی کشورها حدود یک‌پنجم نوجوانان بیش از چهار ساعت در روز به بازی اختصاص می‌دهند (World Health Organization [WHO], 2024). چنین آماری بیانگر آن است که بازی‌های دیجیتال نقشی فراتر از سرگرمی پیدا کرده‌اند و می‌توانند بر شکل‌گیری هویت فردی و اجتماعی نوجوانان تأثیر عمیق بگذارند.

از منظر روان‌شناسی رشد، دوره نوجوانی حساس‌ترین مرحله برای شکل‌گیری هویت است (Steinberg, 2014). بنابراین، هرگونه عاملی که در این مقطع وارد زندگی نوجوانان شود، ضرورت مطالعه و واکاوی دقیق دارد. پژوهش‌های جدید تأکید می‌کنند که طراحی بازی‌های دیجیتال اگر به‌گونه‌ای باشد که فرصت تجربه نقش‌های متنوع، تصمیم‌گیری مستقل و تعامل مثبت را فراهم آورد، می‌تواند به تقویت عزت نفس، احساس خودکارآمدی و رشد هویت منجر شود (UNICEF, 2024). در مقابل، استفاده افراطی یا مواجهه با محتوای ناسالم می‌تواند هویت

نوجوانان را دچار بحران سازد و مشکلاتی مانند اعتیاد رفتاری، پرخاشگری یا گسست اجتماعی را افزایش دهد (Dienlin et al, 2020).

در ایران نیز شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که سبک زندگی دیجیتال رابطه‌ای مستقیم با تغییر در مؤلفه‌های هویت اجتماعی نوجوانان دارد. برای نمونه، صفایی (۱۴۰۱) در پژوهش خود بر روی دانش‌آموزان همدانی نشان داد که استفاده بیش از حد از رسانه‌های دیجیتال موجب کاهش تعلق اجتماعی و تضعیف ابعاد هویت جمعی می‌شود. همچنین، احمدیان (۱۴۰۳) به این نتیجه رسید که رسانه‌های دیجیتال علاوه بر فرصت‌های ارتباطی، ممکن است فشارهای اجتماعی و استانداردهای غیرواقعی بر نوجوانان تحمیل کنند که به تزلزل هویت آنان بینجامد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که در جامعه ایرانی نیز توجه به فرصت‌ها و تهدیدهای بازی‌های دیجیتال ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است.

بنابراین، پژوهش حاضر از دو جهت اهمیت دارد: نخست، پر کردن خلأ دانشی در زمینه نقش بازی‌های دیجیتال در شکل‌گیری هویت نوجوانان در بستر فرهنگی ایران؛ دوم، ارائه راهکارهای کاربردی برای والدین، مربیان و سیاست‌گذاران فرهنگی جهت هدایت استفاده نوجوانان از این رسانه. نتایج این پژوهش می‌تواند مبنای طراحی سیاست‌های فرهنگی و آموزشی قرار گیرد و زمینه‌ساز تدوین بازی‌های بومی سازگار با ارزش‌های ملی و دینی باشد.

اهداف پژوهش

هدف کلی:

هدف کلی این پژوهش بررسی تأثیر بازی‌های دیجیتال بر شکل‌گیری هویت فردی و اجتماعی نوجوانان در بستر فرهنگی ایران است. این پژوهش با هدف روشن‌سازی رابطه میان بازی‌های دیجیتال و فرآیند هویت‌یابی نوجوانان در بستر رسانه‌های دیجیتال و بررسی فرصت‌ها و تهدیدهای آن برای هویت‌سازی فردی و اجتماعی نوجوانان طراحی شده است.

اهداف جزئی:

۱-تحلیل تأثیر بازی‌های دیجیتال بر هویت فردی نوجوانان

این هدف به تحلیل چگونگی اثرگذاری بازی‌های دیجیتال بر جنبه‌های مختلف هویت فردی مانند عزت نفس، احساس خودکارآمدی، و فرآیند بازاندیشی در نقش‌های شخصی نوجوانان می‌پردازد(Granic et al, 2014).

فهرست منابع و مآخذ

الف) مقالات

۱-احمدیان، فاطمه. **نقش رسانه های دیجیتال در شکل گیری هویت نوجوانان**، (۱۴۰۳).

۲- جدگال، حسن و جدگال، حمید و جدگال، هارون و بلوچ، عبدالحمید. **نقش و تاثیر بازی های آموزشی در پرورش مهارت های اجتماعی دانش آموزان**، پنجمین همایش بین المللی علوم تربیتی، مشاوره، روانشناسی و علوم اجتماعی، همدان (۱۴۰۳).

۳-زندی پیام، آرش؛ میرزائی دوستان، زینب. **پیش‌بینی اعتیاد به بازی آنلاین با توجه به تحریف شناختی**، سبک فرزندپروری و ویژگی شخصیتی خودشیفته در دانش‌آموزان. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران.; ۲۵ (۱) :۸۳-۷۲، (۱۳۹۸).

۴-سلطانی نظرلو، مسعود؛ دلاورپور، محمدآقا. **رابطه کارکردهای اجرایی و خودکارآمدی تحصیلی با اعتیاد به بازی های آنلاین**، مجله علوم روانشناختی، ۲۴ (۱۴۵) :۶۳-۷۹، (۱۴۰۴).

۵ -صفایی، صفی‌الله . **بررسی تأثیر سبک زندگی دیجیتال بر هویت اجتماعی (مورد مطالعه: دانش‌آموزان دبیرستان شهر همدان)**. فصلنامه دانشگاه آزاد اسلامی، ۱۲(۴۵)، ۹۳–۱۲۶، (۱۴۰۱).

۶-عبدی، طاهره و عبدی، نورا. **تاثیر اعتیاد به بازی های آنلاین در شکل گیری هویت در دنیای مجازی نوجوانان و جوانان**، اولین کنفرانس بین المللی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت، بندرعباس. (۱۴۰۳).

۷-فلاح، وحید؛ محمودی عالمی، قهرمان، و کاظمی، سیده شهین. **تاثیر بازی های رایانه ای غیربومی بر تغییر هویت دانش آموزان**. فن آوری اطلاعات و ارتباطات در علوم تربیتی، ۳(۴ (پیاپی ۱۲))، ۵۹-۸۳. (۱۳۹۲).

۸- قربانی, رجا و اریمی, سولماز. **رابطه بین اعتیاد به بازی‌های آنلاین با سرزندگی تحصیلی، خلاقیت و سلامت روانی دانش آموزان**. پژوهش های کاربردی در مدیریت و علوم انسانی, (۹), ۱۶۸-۱۷۸. (۱۴۰۱).

۹-نیازی، محسن، شفایی مقدم، الهام، و حسن زاده، زهرا. **رابطه اعتیاد به بازی های رایانه ای و انزواطلبی نوجوانان؛ مطالعه موردی دانش آموزان پسر مقطع راهنمایی شهرستان کاشان در سال ۱۳۹۵**. تحقیقات فرهنگی ایران، ۱۲(۱ (پیاپی ۴۵))، ۱۰۸-۸۵. (۱۳۹۸).

ب)کتب انگلیسی

1-Bandura, A**. Social foundations of thought and action: A social cognitive theory**. Prentice-Hall. (1986).

2-Castells, M**. The rise of the network society**. Wiley-Blackwell. (2010).

3-Erikson, E. H. **Identity: Youth and crisis.** W. W. Norton. (1968).

4-Giddens, A. **Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age**. Stanford University Press. (1991).

5- Marcia, J. E. **The status of identity: A developmental perspective**. In J. Kroger (Ed.), Discussions on ego identity (pp. 3–21). Lawrence Erlbaum Associates. (1993).

6- Steinberg, L**. Adolescence (10th ed.)**. New York: McGraw-Hill. (2014).

ج) مقالات انگلیسی

1-Adachi, P. J. C., & Willoughby, T**. Do video games promote positive youth development?** Journal of Adolescent Research, 28(2), 155–165. (2013). https://doi.org/10.1177/0743558412464522

2-Allahverdipour, H., Bazargan, M., Farhadinasab, A., & Moeini, B. **Correlates of video games playing among adolescents in an Islamic country**. BMC Public Health, 10(1), 286. (2010). https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-286.

3-Anderson, C. A., & Dill, K. E. **Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life**. Journal of Personality and Social Psychology, 78(4), 772–790. (2000). https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.4.772

4-Bediou, B., Adams, D. M., Mayer, R. E., Tipton, E., Green, C. S., & Bavelier, D. **Meta-analysis of action video game impact on perceptual, attentional, and cognitive skills**. Psychological Bulletin, 144(1), 77–110. (2018). https://doi.org/10.1037/bul0000130

5-Bessière, K., Seay, A. F., & Kiesler, S. **The ideal elf: Identity exploration in World of Warcraft**. CyberPsychology & Behavior, 10(4), 530–535. (2007). https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9994

6-Cerezo-Pizarro, M., Díaz-García, J., Reigal, R. E., & Hernández-Mendo, A. **The cultural impact of video games: A systematic review**. Education Sciences, 13(11), 1116. (2023). https://doi.org/10.3390/educsci13111116

7-Dienlin, T., & Johannes, N. **The impact of digital technology use on adolescent well-being.** Dialogues in Clinical Neuroscience, 22(2), 135-142. (2020). https://doi.org/10.31887/DCNS.2020.22.2/tdienlin

8-Dindar, M., & Akbulut, Y. **Motivational characteristics of Turkish MMORPG players.** Computers in Human Behavior, 33, 119–125. (2014).https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.01.016

9-Gee, J. P. **What video games have to teach us about learning and literacy**. New York, NY: Palgrave Macmillan. (2003).

10-Gentile, D. A., Coyne, S., & Walsh, D. A**. Media violence, physical aggression, and relational aggression in school-age children: A short-term longitudinal study**. Aggressive Behavior, 43(2), 165–176.(2017).https://doi.org/10.1002/ab.21679

11-Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. **The benefits of playing video games.** American Psychologist, 69(1), 66–78. (2014). https://doi.org/10.1037/a0034857

12-Huh, S., & Williams, D. **Dude looks like a lady: Gender swapping in an online game**. In R. Schroeder & A. Axelsson (Eds.), Avatars at work and play (pp. 161–174). Springer. (2010).

13-Kaye, L. K., & Bryce, J. **Putting the "fun factor" into gaming: The influence of social contexts on experiences of playing videogames**. International Journal of Internet Science, 7(1), 23–37. (2012).

14-Kuss, D. J., & Griffiths, M. D**. Social networking sites and addiction: Ten lessons learned.** International Journal of Environmental Research and Public Health, 14(3), 311. (2017). https://doi.org/10.3390/ijerph14030311

15-Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. **Psychosocial causes and consequences of pathological gaming.** Computers in Human Behavior, 27(1), 144–152. (2011). https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.07.015

16- Mazaherizadeh, A., Taherifar, Z., & Farahani, H. **Screened realities: a Grounded Theory exploration of gaming disorder dynamics among Iranian male adolescents**. Frontiers in Psychiatry, 15, 1357211. (2024). https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1357211

17-Mohammadi, M., Alizadeh, H., Tehrani, H., & Gharaaghaji, R. **Association between playing computer games and mental and social health among adolescents in Iran.** Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences, 10(3), e3602. (2016). https://doi.org/10.17795/ijpbs-3602

18-Przybylski, A. K., & Weinstein, N. **Violent video game engagement is not associated with adolescents' aggressive behaviour: Evidence from a registered report**. Royal Society Open Science, 6(2), 171474. (2019). https://doi.org/10.1098/rsos.171474

19-Rideout, V., & Robb, M. B. **The Common Sense census: Media use by tweens and teens, 2019.** Common Sense Media. (2019).

20-Sherry, J. L. **The effects of violent video games on aggression: A meta-analysis**. Human Communication Research, 27(3), 409–431. (2001).

https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2001.tb00787.x

21-UNICEF. **Video games can have a positive impact on children—if designed right, says new study.** (2024). https://www.unicef.org/innocenti/press-releases/video-games-can-have-positive-impact-children-if-they-are-designed-right-says-new.

22-Vasalou, A., Joinson, A. N., Bänziger, T., Goldie, P., & Pitt, J**. Avatars in social media: Balancing accuracy, playfulness and embodied messages**. International Journal of Human-Computer Studies, 66(11), 801–811. (2008). https://doi.org/10.1016/j.ijhcs.2008.07.011

23-**World Health Organization. Teens, screens and mental health**. (2024). https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health