

## تأثیر بازی‌های رایانه‌ای بر شخصیت کودکان ۶ تا ۸ سال

فاطمه خلیلی<sup>۱</sup>

### چکیده

از آن‌جا که امروزه، یکی از ابزارهای اساسی سرگرمی کودکان است و زمان زیادی از روز را با آن مشغول‌اند و از این طریق بسیاری از آموزه‌ها بر آنان منتقل می‌شود و از طرفی، این بازی‌ها تولید ملی و متناسب با فرهنگ اسلامی نیست. این بازی‌ها به‌صورت مطلق و صددرصد این بازی‌ها قابل نفی نیست، اما می‌توان تأثیرات آن‌ها را در دو نوع مثبت و منفی تقسیم‌بندی کرد. مقاله حاضر درصدد بیان تأثیرات مثبت و منفی بازی‌های رایانه‌ای بر شخصیت کودکان است. برخی آسیب‌های روانی آن عبارت‌اند از؛ ایجاد وابستگی، انزوای طلبی، اضطراب، پرخاشگری، افسردگی و... علاوه بر آسیب‌های روانی، آسیب‌های جسمی نیز وجود دارد، از جمله؛ آسیب‌های بینایی، مفصلی، چاقی و... که مجموع این آسیب‌ها می‌توانند در شخصیت و به تبع آن، در آینده کودک اثرگذار باشند. برخی تأثیرات مثبت بازی‌های رایانه‌ای نیز عبارت‌اند از؛ بهبود تمرکز، کمک به بیماری‌های مزمن، هماهنگی چشم و دست و... .

**کلید واژه:** رایانه، بازی، شخصیت، کودک.

---

<sup>۱</sup> - فاطمه خلیلی، طلبه سطح دو، مدرسه علمیه رکن الملک، اصفهان.

## ۱- مقدمه

در میان منابع مربوط به وسایل سرگرم کننده، صنعت بازی‌های رایانه‌ای، پرشتاب‌ترین روند رشد را دارد. این بازی‌ها، یکی از سرگرمی‌های کودکان، نوجوانان، جوانان و حتی بزرگسالان در عصر جدید است که می‌تواند ساعت‌ها، کودک و نوجوان را در مقابل صفحه نمایشگر میخکوب کند و او را از دنیای واقعی به عالم خیال بکشاند و در این گیرودار، چیزی را به او می‌آموزد و یا چیزی را از او می‌گیرد و یا حتی در تخیلات بی‌پایان، به حال خود رها می‌کند.

این بازی‌ها گذشته از محسناتشان، در صورت استفاده نابجا، می‌تواند آثار مخرب روحی و جسمی در کودکان و نوجوانان برجای بگذارد که شاید جبران آن بسیار طولانی و گاهی ناممکن باشد. بنابراین وظیفه والدین و دست‌اندرکاران امور فرهنگی است که بازی‌های رایانه‌ای را جهت بدهند و به ابزاری برای پیشرفت و خلاقیت در کودک تبدیل کنند تا از تأثیرات مخرب آن کاسته شود.

بازی نیاز اساسی کودک، به‌ویژه تا سن هفت سالگی است. در اسلام به این امر توجه زیادی شده است و روایات فراوانی در این زمینه وجود دارد. امروز بازی متناسب با زمانه عوض شده و بیشترین سرگرمی کودکان را بازی‌های رایانه‌ای به خود اختصاص داده است. تغییرات سبک زندگی از قبیل؛ کوچک شدن خانواده‌ها، تک‌فرزندی و نبود هم‌بازی، زندگی آپارتمانی، نداشتن فعالیت و جست‌وخیزهای کودکان، تنهایی کودکان و غیبت‌های طولانی والدین در کنار عوامل و زمینه‌های مختلف دیگر، استفاده کودکان و نوجوانان را از رایانه، تبلت و گوشی‌های هوشمند اجتناب‌ناپذیر کرده است.

بازی‌های رایانه‌ای این توانایی را دارند که بتوانند به رشد و توسعه فکری کودکان کمک کنند و یا بالعکس، عاملی برای ترویج خشونت و بی‌بندوباری آن‌ها باشند. شناخت فواید و مواد مضرات بازی‌های رایانه‌ای، می‌تواند به والدین برای انتخاب درست بازی کمک کند.

این مقاله در این جهت سعی دارد، اطلاعاتی را در اختیار خواننده قرار دهد و با این عنوان، کتاب و مقاله‌ای یافت نشد، اما مقالات متعددی نگاشته شده است که هر کدام به‌نوعی، به تأثیر بازی‌های رایانه‌ای پرداخته‌اند، از جمله؛ «تأثیر تکنولوژی‌های نوین و بازی‌های رایانه‌ای بر خلاقیت دانش‌آموزان» اثر سارا مطهری، «بررسی رابطه اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری بر

أفت تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر زاهدان» اثر احمد میرگل، «عوامل مؤثر بر  
پرخاشگری افراد راه‌های مقابله با آن» اثر شهرام مانی و «مزایا و معایب بازی‌های رایانه‌ای  
برای کودکان چیست؟»<sup>۲</sup> و... . مقاله حاضر با الهام از این آثار و با روش کتابخانه‌ای و توصیفی-  
اسنادی نوشته شده است.

---

<sup>۲</sup> .lminoapp.com/blog.

## ۲- مفهوم‌شناسی

پیش از ورود به بحث اصلی، باید مفاهیم بنیادین پژوهش؛ یعنی شخصیت، بازی و بازی‌های رایانه‌ای تعریف گردد.

### ۲-۱- شخصیت

یکی از موضوعات اساسی علم روانشناسی، شخصیت است. شخصیت در زبان لاتین معادل واژه peronalite از ریشه persona؛ به معنای نقاب یا ماسکی است که بازیگران تئاتر در یونان قدیم به صورت خود می‌زدند. بنابراین با توجه به معنای ریشه، مفهوم اصلی و اولیه شخصیت، تصویری ظاهری و اجتماعی است که براساس نقشی که فرد در جامعه بازی می‌کند، قرار دارد؛ یعنی در واقع، فرد به اجتماع خود شخصیتی را ارائه می‌دهد تا جامعه براساس آن وی را ارزیابی کند.<sup>۳</sup>

درباره شخصیت تعاریف مختلفی وجود دارد که هر کدام با توجه به مکتب یا گرایشی خاص، بیان شده‌اند، اما در تعریف جامع می‌توان گفت: شخصیت عبارت است از مجموعه‌ای سازمان‌یافته و واحدی متشکل از خصوصیات نسبتاً پایدار و ثابت که یک فرد را از افراد دیگر متمایز می‌سازد.<sup>۴</sup>

### ۲-۲- بازی

فعالیتی که با میل و اختیار و با هدف سرگرمی و تفریح در اوقات فراغت انجام می‌شود، بازی نام دارد. با توجه به این تعریف، ویژگی‌های بازی عبارت است از: اختیاری بودن، خوش آیند و لذت بخش بودن و در نهایت بازی کودک سازماندهی، ساعت کار و وقت معین ندارد و در آن از کشمکش و پرخاش خبری نیست.<sup>۵</sup> ساده‌ترین تعریف بازی؛ یعنی کاری که به قصد لذت و تفریح انجام شود و فایده‌ای در بر نداشته باشد.<sup>۶</sup>

---

۳. شاملو، مکاتب و نظریه‌ها در روان‌شناسی شخصیت (با تجدید نظر و اضافات)، ص ۱۵.

۴. همان، صص ۱۶-۱۷.

۵. Ketabak.org.

۶. شجاعی، بازی کودک در اسلام، ص ۱۵.

بازی یکی از نیازهای اساسی و طبیعی کودک است که بی توجهی به آن حقارت روحی-روانی بسیاری برای کودک به بار می آورد. کودک بر اثر تغذیه دارای انرژی فراوان است که تخلیه آن جز از طریق بازی ممکن نیست و عدم استفاده از آن، کودک را دچار بیماری های گوناگون روانی و جسمی خواهد کرد.

امام کاظم علیه السلام می فرمایند: «خوب است که فرزند در کودکی به جست و خیز پردازد تا در بزرگسالی بردبار شود و جز این سزاوار نیست»<sup>۷</sup>. انسان باید در کودکی روحیه ستیزه جویی و ترس ها و تردیدهای خود را با بازی ارضا کند تا در بزرگسالی بتواند، بردباری پیشه کند. علاوه بر این، کودکان همیشه بر اثر ناکامی های گوناگون، به عقده های درونی مبتلا می شوند که تخلیه آن در بازی ممکن است؛ چون با کسب موفقیت ها در بازی، ناکامی های زندگی را از یاد می برند و یا با فریاد و هیجان آن را تخلیه می کنند.<sup>۸</sup>

### ۳-۲- بازی رایانه ای

بازی رایانه ای معادل واژه pcgam/computer game در زبان انگلیسی است و یک نوع بازی ویدیویی است که به جای اجرا روی دستگاه آرکید، در رایانه شخصی انجام می شود. به عبارت دیگر، بازی رایانه ای نوعی سرگرمی تعاملی است که توسط یک دستگاه الکترونیکی مجهز به پردازشگر یا میکرو کنترلر انجام می شود؛ از این رو بازی های رایانه ای پُر سودترین صنعت تجارت جهان است.<sup>۹</sup>

### ۳- تأثیرات مثبت بازی در اسلام

پس از بیان مفاهیم کلیدی و قبل از ورود به بحث، ابتدا تأثیرات مثبت بازی در اسلام به صورت کلی بیان می شود. یکی از غرایزی که خداوند در باطن کودکان نهاده است میل به بازی است. بازی وسیله ای برای رشد همه جانبه کودک اعم از؛ رشد شناختی و ذهنی رشد اجتماعی و... است.

---

<sup>۷</sup>. کلینی، اصول کافی، ج ۶، ص ۵۲.

<sup>۸</sup>. Jafarhashemlou.blogfa.com.

<sup>۹</sup>. gooyait.com.

همچنین یکی از مسائلی که موجب نگرانی والدین می‌شود و مربوط به یبوست و استرس است، شب ادراری است. طبق آنچه گفته شد، هم استرس و هم یبوست از پیامدهای بازی‌های رایانه‌ای است. ترسی که توسط بعضی بازی‌های رایانه‌ای به روح کودک تزریق می‌شود، در شب ادراری او بی‌تأثیر نیست. مسأله شب ادراری تنها در آلوده شدن رخت‌خواب نیست، بلکه کودکان هر بار که جای خود را خیس می‌کنند، حقارتی را تحمل می‌کنند که در شکل‌گیری شخصیت آن‌ها حکم سمی مهلک دارد.<sup>۳۴</sup>

سایر آسیب‌های جسمانی نظیر؛ تغییر ظاهری بدن، تأثیر در حالات خواب، تورم پاها، سردرد، صرع و... همه نشأت گرفته از افراط در بازی‌های رایانه‌ای هستند.

درباره پیامدهای منفی روانی و جسمی نکاتی مطرح شد که البته بازهم جای تأمل و پژوهش دارد، اما ناگفته پیداست که تمامی این عوارض، کودک را به حیطه درمان می‌کشاند و حتماً در شخصیت او اثرگذار خواهد بود؛ زیرا او به‌عنوان یک بیمار در جامعه معرفی می‌شود و در نوجوانی و جوانی بسیاری از فعالیت‌های او را دچار محدودیت می‌کند. شخصی که از سلامت روحی و جسمی برخوردار نباشد، نمی‌تواند با همسالان خود ارتباط صحیحی برقرار کند، در نتیجه زمینه بروز بسیاری از رفتارهای آسیب‌زا از جمله؛ خشونت و... را برای خود رقم خواهد زد.

### ۳-۴- تأثیرات مثبت بازی‌های رایانه‌ای

بازی‌های رایانه‌ای سراسر منفی نیستند و در صورت استفاده صحیح و به‌جا، می‌توان تأثیرات مثبتی هم برای آن‌ها لحاظ کرد که در شکل‌گیری شخصیت کودک مؤثر باشد که به برخی از این تأثیرات در ادامه اشاره می‌شود.

۱-۳-۴- کمک به کودکان و نوجوانان دارای بیماری‌های مزمن: پژوهشگران دانشگاه "یوتا"، سال گذشته تحقیقی را منتشر ساختند که نشان می‌داد، انجام منظم بازی‌های رایانه‌ای توسط بچه‌های دارای بیماری و اختلالاتی نظیر اوتیسم، افسردگی و پارکینسون، سبب افزایش استقامت و روحیه مقاومت آن‌ها در برابر مشکلات ناشی از بیماری می‌شود. این بازی‌ها موجب می‌شود در کودک، یک‌سری هیجانات مثبت ایجاد شود. بنابراین کودکی که درگیر بیماری مزمن است، بهتر می‌تواند با بیماری خود مبارزه کند.

---

<sup>۳۴</sup>. همان، ص ۶۴.

۲-۳-۴- کاهش شدت درد: بازی‌های رایانه‌ای می‌توانند دردهای جسمی را کاهش دهند. دانشمندان دانشگاه "واشنگتن" نوعی بازی طراحی کردند که به بیماران کمک می‌کند، درد خود را فراموش کنند. این بازی دنیای برفی نام دارد. در این بازی، فرد خود را در یک سرزمین برفی می‌بیند و به‌این ترتیب، حواس بیمار از درد به بازی معطوف شده و از شدت درد می‌کاهد. بررسی‌ها نشان داده است، بیمارانی که از این بازی استفاده کرده‌اند، نیازمند داروی مسکن کمتری بودند.<sup>۳۵</sup>

۳-۳-۴- بهبود تمرکز در کودکان: کودکان امروزه، زمان قابل توجهی را صرف بازی‌های رایانه‌ای می‌کنند و والدین نگران هستند که این بازی‌ها می‌تواند تأثیرات مثبتی هم داشته باشد؟ تحقیقات علمی نشان داده است که این بازی‌ها می‌تواند، مهارت شناختی کودکان را ارتقا دهد. آن دسته از کودکانی که اختلال توجه و تمرکز دارند، با انجام بازی‌های رایانه‌ای، شدت اختلال در آن‌ها کم‌تر شده و میزان دقت را افزایش داده است.

ناگفته پیداست که افزایش ساعات بازی ممکن است، تأثیر عکس داشته باشد و در توجه و تمرکز کودکان مشکل ایجاد کند. بنابراین پیشنهاد می‌شود، والدین بر زمان و نوع بازی کودکان نظارت داشته باشند.<sup>۳۶</sup>

۴-۳-۴- هماهنگی چشم و دست و تقویت هوش فضایی: در بسیاری از بازی‌ها، از بازیکن خواسته می‌شود مسیری را طی کند و آن‌ها درحین بازی، باید به محرک‌های مختلف توجه داشته باشند. بازیکن باید تمام این‌ها را در نظر بگیرد و سپس تفسیرهای ذهنی خود را با حرکات دستش بر روی صفحه هماهنگ کند. برای به‌دست آوردن این توانایی، بازیکن باید تصویری سه‌بعدی از موقعیت بازی در ذهن خود ایجاد کند.

پیشرفت در تجسم اشیا، در محیط سه‌بعدی و بهبود مهارت‌های مربوط به هنرهای تجسمی، از فواید بازی‌های رایانه‌ای برای کودکان است.<sup>۳۷</sup>

---

<sup>۳۵</sup>. <https://www.asriran.com; 319055; 1392/11/16>.

<sup>۳۶</sup>. کیدزی

<https://kidzy.land>.

<sup>۳۷</sup>. همان.

## ۵- نتیجه‌گیری

بازی‌های رایانه‌ای؛ مانند بسیاری از پدیده‌های عصر فناوری اطلاعات، به زندگی همه وارد شده است و نمی‌توان آن‌ها را نادیده گرفت. از طرفی نمی‌توان مانع ورود کودک به عرصه بازی‌های رایانه‌ای شد؛ چراکه ابتدا در گروه هم‌سالان شاهد آن است و علاوه بر آن اقتضای زمانه زیست او است. در آموزه‌های دینی ما نیز بیان شده است که انسان از هرچه منع شود، نسبت به آن حریص‌تر خواهد شد. با توجه به این مطلب، باید راهکار اعتدال را پیش‌گرفت و مانع افراط و تفریط شد. لازمه آن، این است که والدین ابتدا نسبت به تأثیرات مثبت و منفی این بازی‌ها آگاه باشند، تا بتوانند با برنامه‌ریزی دقیق و در نظر داشتن راهکارهای مناسب، اعتدال را رعایت کنند.

در این مقاله، تأثیرات منفی بازی‌های رایانه‌ای از لحاظ روانی و جسمی بیان شده است. آسیب‌های روانی، البته در صورت افراط در این بازی‌ها، عبارت‌اند از: ایجاد وابستگی، انزوایی، اضطراب در حین بازی، تقویت حس پرخاشگری، افسردگی، خشونت‌گرایی، افت تحصیلی. از دیگر تأثیرات بازی‌های رایانه‌ای، تأثیرات منفی بر روی جسم کودک است که از نمونه‌های آن می‌توان به این موارد زیر اشاره کرد: سندروم متابولیک، آسیب بینایی، آسیب‌های مفصلی، چاقی، اختلال در تغذیه، اختلال در دفع.

نکته قابل‌توجه این است که اگر این بازی‌ها، زیر نظر بزرگترها انتخاب شود و متناسب با سن کودک باشد و در انجام بازی تعادل ایجاد شود، می‌تواند اثرات منفی را کاهش دهد و حتی تأثیرات مثبتی را نیز برای آن برشمرد که در این نوشتار به آن اشاره شده است. مانند؛ کمک به کودکان دارای بیماری‌های مزمن، کاهش شدت درد، بهبود تمرکز کودکان، هماهنگی چشم و دست و تقویت هوش فضایی.

در نهایت باید کوشید، بازی‌هایی در داخل تولید شود که هماهنگ با فرهنگ ایرانی-اسلامی باشد و از ورود بازی‌های خارجی هم‌سو با فرهنگ غرب که همراه با ترویج فساد و... است و در فرهنگ دینی ما مورد تأیید نیست، جلوگیری کرد.



## منابع و مآخذ

- قرآن کریم، ترجمه استاد بهرام‌پور.

## کتاب فارسی

۱. اسدآلهی، سیدرضا، «بازی‌های رایانه‌ای، مربیان نسل فردا»، قم: آیین فطرت، چاپ هشتم، ۱۳۹۷.
۲. شاملو، سعید، *مکاتب و نظریه‌ها در روان‌شناسی* شخصیت (با تجدید نظر و اضافات)، تهران: رشد، چاپ هفتم، ۱۳۹۱.
۳. شجاعی، محمد صادق، *بازی کودک در اسلام*، قم: بوستان کتاب، ۱۳۹۳.
۴. عباسی ولدی، محسن، *ارزش رایانه‌ای و نوازش تازیه‌ای*، قم: آیین فطرت، ۱۳۹۶.
۵. علامه مجلسی، محمد باقر، *بحارالأنوار*، ج ۴ و ۶۳.
۶. قائمی امیری، علی، *حدود آزادی در تربیت*، انجمن اولیاء و مربیان، تهران: انجمن اولیاء و مربیان، ۱۳۹۰.
۷. کلینی، محمد بن یعقوب، *الکافی*، ترجمه: مصطفوی، ج ۶، قم: انتشارات اسلامی، بی‌تا.

## مقالات

۱۰. فرخی، جمشید، «اثر بازی‌های رایانه‌ای بر فعالیت‌های ذهنی و شاخص‌های ایمن شناختی کودکان»، مجله روانشناسی ۲۴، سال ششم، شماره ۲، ۱۳۸۱.
۱۱. میرگل، احمد و دیگران، «بررسی رابطه اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری بر آفت تحصیلی دانش‌آموزان شهر زاهدان»، پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره ۴، شماره ۳۰، ۱۳۸۱.
۱۲. مامی، شهرام و نادری، مصطفی، «عوامل مؤثر در پرخاشگری افراد و راه‌های مقابله با آن»، نام مجله علمی بوبوک، سال پنجم، شماره ۳۱، اسفند ۱۳۹۲.
۸. فاضل، مجتبی، «آسیب‌های جسمانی ناشی از بازی‌های رایانه‌ای»، مجله شهرزاد، شماره ۲۱، ۱۳۹۰.

۹. کیوانلو، حسین، «بازی‌های یارانه‌ای و تأثیرات آن در کودکان و نوجوانان سبزوار»،  
sbsa.tabaar.org

#### سایت‌ها

12. Iminoapp.com/blog.
13. Ketabak.org.
14. Jafarhashemlou.blogfa.com.
15. gooyait.com.
16. https://sbsa-tebaar.org.
17. barooshop.com.
18. Shanid2@Nograr.com.
19. Henry ford.
20. https://rasekhon.net.com.
21. https://www.asriran.com.
22. https://kidzy.land.