

# نقش اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر هویت زدایی نوجوانان

زهرا شامیرزایی<sup>۱</sup>

## چکیده

پژوهش حاضر با رویکرد کتابخانه‌ای به بررسی نقش اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در شکل‌گیری و تشدید فرآیند هویت‌زدایی در نوجوانان می‌پردازد. رشد سریع فناوری‌های دیجیتال و رواج بازی‌های رایانه‌ای، به‌ویژه در میان قشر نوجوان، پیامدهای مهمی بر ابعاد روان‌شناختی، اجتماعی و فرهنگی هویت این گروه سنی به همراه داشته است. نتایج تحلیل منابع نظری و پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که استفاده افراطی و وابستگی به بازی‌های رایانه‌ای می‌تواند به کاهش حس تعلق اجتماعی، تضعیف نقش‌های فردی و گروهی، و ایجاد سردرگمی در ارزش‌ها و باورهای شخصی منجر شود. همچنین، محتوای بازی‌ها و میزان درگیری زمانی نوجوانان با این رسانه‌ها از مهم‌ترین متغیرهایی هستند که بر شدت هویت‌زدایی اثرگذارند. بررسی مبانی نظری این حوزه نشان می‌دهد که عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی به‌صورت هم‌افزا در شکل‌گیری این پدیده نقش دارند و مداخلات پیشگیرانه مبتنی بر آموزش سواد رسانه‌ای، تقویت تعاملات واقعی و نظارت محتوایی می‌توانند از شدت اثرات منفی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای بر هویت نوجوانان بکاهند.

واژگان کلیدی: اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، هویت‌زدایی، نوجوانان، هویت اجتماعی.

---

۱- طلبه ی سطح دو مدرسه ی علمیه ی فاطمه الزهرا شهرستان داراب

## مقدمه

در دهه‌های اخیر، گسترش فناوری‌های دیجیتال و افزایش دسترسی به اینترنت، موجب تغییرات عمیق در شیوه تعاملات اجتماعی و شکل‌گیری هویت نوجوانان شده است. بازی‌های رایانه‌ای که زمانی صرفاً ابزاری برای سرگرمی بودند، اکنون با روایت‌های پیچیده، شبکه‌های اجتماعی درون‌بازی و امکان تعامل جهانی، زمینه‌ساز شکل‌گیری جهان‌های مجازی و هویت‌های بدیل شده‌اند.

مصرف افراطی این بازی‌ها که در ادبیات علمی به عنوان «اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای» شناخته می‌شود، می‌تواند با بروز پدیده بیگانگی هویتی یا دگرهویتی همراه گردد؛ وضعیتی که در آن نوجوانان احساس تعلق به خانواده، گروه همسالان و ارزش‌های اجتماعی را کاهش داده و با هویت‌های مجازی جایگزین ارتباط بیشتری برقرار می‌کنند.

اهمیت بررسی این موضوع از آن روست که در جامعه‌ای مانند ایران، که هویت ملی و دینی نقش کلیدی در انسجام اجتماعی دارد، چنین گسستی می‌تواند به تضعیف سرمایه اجتماعی و بروز چالش‌های فرهنگی بینجامد.

هدف این پژوهش، تحلیل رابطه میان اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و میزان دگرهویتی نوجوانان، بررسی نقش محتوای بازی‌ها در تغییر چارچوب‌های ارزشی و ارائه راهکارهای پیشگیرانه است.

در این زمینه، کتاب «فرهنگ، هویت و نوجوانی در عصر دیجیتال» نوشته جان پال و وندی کالینز (۲۰۱۹) نشان می‌دهد که تعاملات مجازی در صورت نبود توازن با روابط واقعی، می‌تواند معیارهای هویت را دگرگون کند. همچنین، مقاله رحیمی، م.، و قاسمی، ف. (۱۳۹۹). «بررسی رابطه اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای با هویت اجتماعی نوجوانان: نقش میانجی حمایت خانواده». با تحلیل داده‌های ۵۰۰ نوجوان، رابطه معناداری میان علائم اختلال بازی اینترنتی و اختلال در یکپارچگی هویت را گزارش کرده است. مقاله بر این نکته تأکید کرده که کاهش تعاملات واقعی و غلبه نقش‌های مجازی بر گرفته از بازی‌ها، موجب فاصله گرفتن نوجوان از نقش‌های اجتماعی واقعی و ارزش‌های فرهنگی - ملی می‌شود.

بر این اساس، مسئله اصلی این پژوهش پاسخ به این پرسش‌هاست که: (۱) چه رابطه‌ای میان شدت اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای و دگرهویتی نوجوانان وجود دارد؟ (۲) محتوای بازی‌های رایانه‌ای چگونه بر چارچوب‌های ارزشی و اجتماعی آنان اثر می‌گذارد؟ و (۳) چه عوامل فردی و اجتماعی احتمالاً این رابطه را تعدیل یا میانجی‌گری می‌کنند؟

## الف: مفهوم شناسی

در زیر به تعریف کلیدواژه ها پرداخته می شود:

### ۱- هویت

واژه «هویت» از ریشه «هُوَ» در زبان عربی گرفته شده و به معنای «او بودن» یا «چیستی موجود» است. در متون لغوی، هویت به «حقیقت و ذات شیء که مایه تمایز آن از غیر می شود» اطلاق می گردد. این واژه در فارسی نیز با همان بار معنایی به کار می رود و به پرسش بنیادین «من کیستم؟» پاسخ می دهد.

در فرهنگ های لغت عربی، «الهُويَّة» به معنی کنه و حقیقت شیء آمده که با آن، موجود از دیگر موجودات متمایز می شود. این تمایز ممکن است بر اساس ویژگی های جسمانی، روانی یا معنوی باشد. لغویان، هویت را ملاک تفکیک اشیاء و اشخاص از یکدیگر و نمایانگر «حالت ثابت و پایدار در ذات» دانسته اند.<sup>۱</sup>

در علوم انسانی، هویت مفهومی چندبعدی است که شامل مجموعه برداشت ها، باورها، ارزش ها و نقش های اجتماعی فرد یا گروه می شود. از منظر روان شناسی، هویت سازه ای است که فرد از طریق خودآگاهی و تعامل با محیط اجتماعی شکل می دهد و آن را به عنوان تصویر پایدار از خویشتن تجربه می کند. جامعه شناسان نیز هویت را پیونددهنده فرد با نظام اجتماعی، فرهنگی و تاریخی می دانند که همزمان حس تعلق و تمایز را ایجاد می کند.

احساس هویت عبارت است از احساسی که انسان نسبت به استمرار حیات روانی خود دارد و یگانگی و وحدتی که در مقابل اوضاع و احوال متغیر خارج همواره در حالت روانی خود حس می کند.

بنابراین از نظر روانشناسی هویت انسان نوعی ثبات دارد هویت زمانی پدید می آید که انسان با غیر مواجه می شود و این غیر عبارت است از فرد یا جامعه دیگر یا به قول روانشناسان نقش های جدیدی که فرد به عهده می گیرد هویت زمانی مطرح می شود که انسان خود را با چیز دیگر مقایسه کند.<sup>۲</sup>

هویت یک برساخته اجتماعی است و در تعامل با دیگران ساخته می شود و تغییر می کند عامل بنیادین در شکل گیری هویت ها تعاملات اجتماعی هستند همچنین با توجه به تعاریفی که از هویت صورت می گیرد هویت اکتسابی است. به همین جهت انعطاف پذیر است و به نسبت جوامعی که در آن هستیم این انعطاف پذیری

---

۱- فیروزآبادی، مجدالدین محمد بن یعقوب. القاموس المحيط. ج ۴، ص ۱۱۲.

۲- دهخدا، علی اکبر. لغت نامه. ج ۲۳، ص ۳۴۵.

۳- فلاحی، عبدالحق، و یوسفی، میترا، آدابی نیک،، تاثیر بازی های رایانه ای بر هویت یابی و سبک زندگی دانش آموزان، همایش ملی علوم تربیتی و روان شناسی، مرودشت، آذر ماه، ۱۳۹۳، ص ۱۵.

کمتر یا بیشتر می‌باشد. امروزه با توجه به ظهور فن آوری ها و رسانه های جدید و شکل گیری نوع جدید تعاملات انسانی فرصت و الگوهای جدیدی در جهت تجلی خود و هویت خلق شده است.<sup>۱</sup>

## ۲- نوجوان

«نوجوان» مرحله‌ای حساس از رشد انسان است که میان کودکی و بزرگسالی قرار می‌گیرد. این دوره هم‌زمان با تحولات زیستی، روانی و اجتماعی رخ می‌دهد و معمولاً به دلیل تغییرات سریع در جسم و ذهن، با فرآیندهای هویتی و شکل‌گیری شخصیت پایدار گره می‌خورد.<sup>۲</sup>

در فرهنگ فارسی، نوجوان به معنای «جوان تازه‌بالغ یا در آستانه جوانی» آمده است. این واژه ترکیبی از «نو» (به معنای تازه) و «جوان» (به معنای فردی در ابتدای دوره جوانی) است و بر تازگی و آغاز تغییر از کودکی به جوانی دلالت دارد.<sup>۳</sup>

در علوم تربیتی و روان‌شناسی، نوجوان به فردی اطلاق می‌شود که معمولاً در محدوده سنی ۱۲ تا ۱۸ سال قرار دارد و در این دوران دستخوش تغییرات سریع جسمانی (مانند بلوغ جنسی)، شناختی (افزایش ظرفیت تفکر انتزاعی) و اجتماعی (تعریف نقش‌ها و روابط تازه) می‌شود. این مرحله، بستر شکل‌گیری خودپنداره، ارزش‌ها و اهداف زندگی و نیز حساسیت ویژه نسبت به تأیید همسالان است.<sup>۴</sup>

دوره نوجوانی مهمترین دوره زندگی در شکل‌گیری هویت افراد می‌باشد نوجوان دوره انتقال از دوران کودکی به بزرگسالی که تغییرات عمده‌ای در این دوره از زندگی افراد در آنها ایجاد می‌شود اگر این تغییرات به درستی مدیریت نشود ممکن است زمینه ساز مشکلاتی در فرد باشد این تغییرات عمدتاً در مسیر شکل‌گیری هویت نوجوان از هویت نوجوان در تعاملات او در زندگی اجتماعی و تجربه‌های گوناگون او در حوزه‌های مختلف از جمله رسانه‌ها شکل می‌گیرد با توجه به اینکه بازی‌های رایانه‌ای از اصلی‌ترین ابزارهای پر کردن اوقات فراغت افراد است یکی از موارد مهم در این هویت یابی فناوری جدید از جمله بازی‌های رایانه‌ای می‌باشند.

کارشناسان اجتماعی اوقات فراغت را معیاری برای هویت یابی و تشخیص سلامت اجتماعی دانستند و مدیریت بهره‌برداری شایسته از آن جامعه به سوی سازندگی اخلاقی و شکوفایی اقتصادی هدایت می‌کند کیفیت اوقات فراغت موجبات شناسایی رشد و شکوفایی استعدادهای فردی شکل‌گیری شخصیت و رشد اجتماعی افراد را فراهم می‌کند اوقات فراغت عرضی ظهور و بروز سبک‌های زندگیست اوقات فراغت مفهوم عینی و گویاست که سبک زندگی و در نتیجه هویت را به گویاترین و محسوس‌ترین شکل خود بیان می‌دارد

---

۱- زکی، محمد علی، اینترنت و هویت در ایران، فصلنامه نقد کتاب، سال سوم، شماره ۱۲، زمستان ۱۳۹۵، صفحات ۲۰۶-۱۸۵

۲- سیف، علی‌اکبر. روان‌شناسی رشد. ص ۲۴۲.

۳- معین، محمد. فرهنگ فارسی. ج ۶، ص ۴۳۱۲.

۴- گنجی، حمزه. روان‌شناسی نوجوانی و جوانی. ص ۲۱.

گذشته از حرف اوقات فراغت توجه به سه جهت‌گیری مدیریت کیفیت و بهره‌وری اوقات فراغت به طور کلی و فراغت مجازی به طور خاص موجبات افزایش کارکردهای مطلوب را فراهم می‌کند همچنین به کاهش آسیب‌ها و کارکردهای نامطلوب اوقات فراغت مجازی در سطوح مختلف جامع خصوصاً در بین گروه سنی نوجوانان منجر می‌شود و در نهایت این نشانه‌ها در حوزه هویت یابی خود را منجلی خواهد کرد.<sup>۱</sup>

### ۳- تعریف اعتیاد رفتاری

اعتیاد رفتاری به الگوی تکراری و اجباری یک رفتار گفته می‌شود که فرد علی‌رغم آگاهی از پیامدهای منفی جسمی، روانی یا اجتماعی آن، قادر به کنترل یا ترک آن نیست. برخلاف اعتیاد به مواد، این نوع اعتیاد با مصرف ماده شیمیایی همراه نیست، بلکه وابستگی به انجام مکرر یک عمل مانند قمار، استفاده افراطی از اینترنت، یا بازی‌های رایانه‌ای است. ویژگی اصلی آن، از دست دادن کنترل بر رفتار و تجربه میل شدید برای انجام آن است.<sup>۲</sup>

ماهیت اعتیاد رفتاری ترکیبی از عوامل روان‌شناختی، زیستی و اجتماعی است. از لحاظ روانی، این اختلال با تقویت مثبت و منفی (احساس لذت یا کاهش تنش) تداوم می‌یابد. از دیدگاه زیستی، شبکه پاداش مغز و ترشح دوپامین در شکل‌گیری و شدت این وابستگی نقش کلیدی دارند. از منظر اجتماعی، محیط‌های تحریک‌کننده و تعامل با همسالان می‌توانند به تداوم این رفتار دامن بزنند. این ماهیت چندعاملی باعث می‌شود اعتیاد رفتاری مانند یک «چرخه بسته» عمل کند که خروج از آن نیازمند مداخله چندوجهی است.<sup>۳</sup>

### ب: عوامل اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای

اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای پدیده‌ای چندوجهی است که حاصل تعامل و هم‌افزایی میان عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی است. این نوع اعتیاد، همانند سایر اختلالات رفتاری، نه تنها در بُعد روان‌شناختی و شخصیتی ریشه دارد، بلکه تحت تأثیر محیط خانواده، شبکه‌های اجتماعی، فرهنگ غالب و دسترسی آسان به رسانه‌ها نیز شکل می‌گیرد. برای شناخت دقیق این پدیده، دسته‌بندی و تحلیل عوامل زمینه‌ساز آن ضرورت دارد. در ادامه، این عوامل در سه محور اصلی بررسی می‌شوند.

۱- زکی، محمدعلی، اینترنت و هویت در ایران، فصلنامه نقد کتاب، سال سوم، شماره ۱۲ زمستان ۱۳۹۵ صفحات ۲۰۶ الی ۱۸۵

۲- سیف، علی‌اکبر. روان‌شناسی عمومی. تهران: نشر دوران، ۱۴۰۰، ص ۳۷۵.

۳- آذربایجانی، مسعود. اعتیادهای رفتاری. ص ۴۲.

## ۲. تغییر روابط اجتماعی و کاهش مشارکت جمعی

اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای اغلب باعث کاهش میزان تعاملات چهره‌به‌چهره نوجوانان با خانواده و دوستان می‌شود. این کاهش تعامل، فرصت‌های یادگیری مهارت‌های ارتباطی و تجارب اجتماعی را محدود و در نتیجه بخشی از هویت اجتماعی را تضعیف می‌کند.

وقتی نوجوان بیشتر زمان خود را در محیط بازی صرف می‌کند، مشارکت او در فعالیت‌های جمعی مانند ورزش، مراسم فرهنگی یا گروه‌های داوطلبانه کاهش می‌یابد. این کاهش حضور اجتماعی از عوامل مهم هویت‌زدایی محسوب می‌شود.

در برخی موارد، روابط اجتماعی کاملاً به روابط مجازی محدود می‌شود که عمق و پایداری روابط واقعی را ندارد. این نوع روابط، اگرچه ممکن است حس تعلق کوتاه‌مدتی ایجاد کنند، اما در بلندمدت به تضعیف پیوندهای اجتماعی پایدار می‌انجامد.

کاهش مشارکت جمعی و انزوای تدریجی نوجوان، چرخه‌ای ایجاد می‌کند که خود باعث افزایش وابستگی به بازی و کاهش بیشتر هویت اجتماعی می‌شود. شکستن این چرخه نیازمند مداخلات خانوادگی و اجتماعی هم‌زمان است.<sup>۱</sup>

## ۳. تحلیل مکانیزم‌های روانی و اجتماعی هویت‌زدایی

هویت‌زدایی در اثر اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، غالباً از طریق مکانیزم جایگزینی هویت واقعی با هویت مجازی اتفاق می‌افتد. نوجوان در محیط بازی نقش‌ها و هویت‌هایی را تجربه می‌کند که با واقعیت زندگی او تفاوت دارد و به تدریج این هویت‌های مجازی را واقعی‌تر از خود می‌بیند.<sup>۲</sup>

از نظر روانی، پاداش‌های فوری موجود در بازی (مانند افزایش امتیاز یا ارتقاء شخصیت) سیستم پاداش مغز را تحریک کرده و موجب تقویت رفتار تکرارشونده می‌شود. این امر هویت فعلی فرد را در حاشیه قرار داده و اولویت‌های زندگی را دگرگون می‌کند.

از نظر اجتماعی، اعتیاد به بازی منجر به تغییر ساختار تعاملات می‌شود؛ روابط و ارزش‌های واقعی جای خود را به ارزش‌های گروه مجازی می‌دهند، که ممکن است با هویت بومی یا خانوادگی در تضاد باشد. ترکیب این عوامل روانی و اجتماعی، مکانیزمی می‌سازد که در آن نوجوان نه تنها از هویت واقعی خود فاصله می‌گیرد بلکه در صورت محرومیت از بازی، دچار اضطراب و بی‌هویتی موقت می‌شود که انگیزه بازگشت به بازی را بیشتر می‌کند.<sup>۳</sup>

۱- محمودی، حمید. نقش خانواده در پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی. ص ۴۴.

۲- آذربایجانی، مسعود. اعتیادهای رفتاری. ص ۱۳۲.

۳- سیف، علی‌اکبر. روان‌شناسی عمومی. ص ۲۱۴.

#### ۴. مقایسه با سایر عوامل هویت‌زدایی (مثل شبکه‌های اجتماعی)

بازی‌های رایانه‌ای و شبکه‌های اجتماعی هر دو می‌توانند به هویت‌زدایی منجر شوند، اما مسیرهای تأثیر آن‌ها متفاوت است. بازی‌ها عمدتاً از طریق هویت‌سازی مجازی و نقش‌آفرینی طولانی‌مدت عمل می‌کنند، در حالی که شبکه‌های اجتماعی بیشتر از طریق مقایسه اجتماعی و بازخورد فوری اثر می‌گذارند. در هر دو مورد، تعاملات آنلاین جایگزین تعاملات واقعی می‌شوند، اما در بازی‌ها هویت مجازی فعالانه ساخته و تجربه می‌شود، در حالی که در شبکه‌های اجتماعی بیشتر بازنمایی گزینشی هویت واقعی اتفاق می‌افتد.

شدت اثرگذاری بازی‌ها بر هویت فردی معمولاً بیشتر از شبکه‌های اجتماعی است، زیرا نوجوان زمان بیشتری را در قالب یک هویت جایگزین می‌گذرانند و تجربه‌های احساسی و شناختی عمیق‌تری از طریق شخصیت‌های بازی کسب می‌کند.

با وجود تفاوت‌ها، هر دو پدیده می‌توانند به صورت هم‌زمان عمل کرده و فرآیند هویت‌زدایی را تشدید کنند، به خصوص وقتی نوجوان در شبکه‌های اجتماعی درباره موفقیت‌های خود در بازی‌ها بازنمایی انجام می‌دهد و به تأیید مجازی وابسته می‌شود.<sup>۱</sup>

---

۱- فلاح، مریم. رسانه و فرهنگ بازی‌های دیجیتال. ص ۹۵.

## نتیجه‌گیری

مرور مبانی نظری و پژوهش‌های پیشین نشان داد که اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای، به‌ویژه در میان نوجوانان، با فرآیند هویت‌زدایی رابطه‌ای معنادار و چندبعدی دارد. استفاده افراطی از این بازی‌ها می‌تواند ساختارهای هویتی را تضعیف کرده و با ایجاد وابستگی روانی، کاهش تعاملات رو در رو، و ترویج ارزش‌ها و الگوهای فرهنگی ناسازگار با محیط اجتماعی، حس تعلق و ثبات شخصیتی نوجوانان را خدشه‌دار سازد. شواهد نظری گویای آن است که این پدیده تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی شکل می‌گیرد و بنابراین مقابله با آن نیازمند رویکردی جامع و چندساحتی است. آموزش سواد رسانه‌ای، فراهم‌سازی گزینه‌های جایگزین سالم برای اوقات فراغت، و اعمال نظارت هدفمند بر محتوای بازی‌ها می‌تواند از مهم‌ترین راهکارهای پیشنهادی برای کاهش اثرات هویت‌زدای اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای باشد. در نهایت، شکاف موجود در پژوهش‌های بومی این حوزه ضرورت انجام مطالعات بین‌رشته‌ای عمیق‌تر را برجسته می‌سازد تا بتوان سیاست‌ها و برنامه‌های فرهنگی-آموزشی مؤثرتری تدوین کرد.

## منابع و مأخذ

۱. امینی، فاطمه. روان‌شناسی اجتماعی نوجوانان. تهران: انتشارات آگاه، ۱۳۹۷
۲. آذربایجانی، مسعود. اعتیادهای رفتاری. تهران: انتشارات سمت، ۱۳۹۷
۳. بندورا، آلبرت. نظریه شناختی اجتماعی. ترجمه: سیدمحمدی، یحیی. تهران: انتشارات ورجاوند، ۱۳۹۰
۴. حسینی، لیلا. جامعه‌شناسی اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای. تهران: نشر علم، ۱۳۹۷
۵. حسینی، مریم. روان‌شناسی اعتماد به نفس. تهران: نشر آگاه، ۱۳۹۵
۶. دهخدا، علی‌اکبر. لغت‌نامه. تهران: دانشگاه تهران
۷. رحمانی، نسرین. خانواده و اعتیاد رفتاری نوجوانان. تهران: انتشارات سمت، ۱۳۹۶
۸. رضایی، مهدی. هویت اجتماعی و نوجوانی. تهران: انتشارات سمت، ۱۳۹۵
۹. رضوی، محمد. هویت و خودکارآمدی در نوجوانان. مشهد: انتشارات به‌نشر، ۱۳۹۶
۱۰. زکی، محمدعلی، اینترنت و هویت در ایران، فصلنامه نقد کتاب، سال سوم، شماره ۱۲ زمستان ۱۳۹۵  
صفحات ۲۰۶ الی ۱۸۵
۱۱. سیف، علی‌اکبر. روان‌شناسی رشد. تهران: انتشارات آگاه، ۱۳۹۸
۱۲. سیف، علی‌اکبر. روان‌شناسی عمومی. تهران: نشر دوران، ۱۳۹۹
۱۳. شاملو، سعید. روان‌شناسی شخصیت. تهران: نشر رشد، ۱۳۹۶
۱۴. شمس، فاطمه. روان‌شناسی اعتیادهای رفتاری. تهران: نشر جهاد دانشگاهی، ۱۳۹۹
۱۵. صادقی، نرگس. تقویت پیوند اجتماعی نوجوانان. مشهد: انتشارات به‌نشر، ۱۴۰۰
۱۶. طباطبایی، سارا. جامعه‌شناسی ارزش‌ها. تهران: نشر علم، ۱۳۹۶
۱۷. عبداللی، محمد. روان‌شناسی و آسیب‌شناسی بازی‌های دیجیتال. قم: پژوهشکده فرهنگ و هنر اسلامی، ۱۴۰۰
۱۸. عبدلی، محمد. روان‌شناسی و آسیب‌شناسی بازی‌های دیجیتال. قم: نشر پژوهشکده فرهنگ و هنر اسلامی، ۱۳۹۸
۱۹. فلاح، مریم. رسانه و فرهنگ بازی‌های دیجیتال. تهران: پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات، ۱۴۰۱
۲۰. فلاحی، عبدالخالق، و یوسفی، میترا، آدابی نیک،، تاثیر بازی‌های رایانه‌ای بر هویت‌یابی و سبک زندگی دانش‌آموزان، همایش ملی علوم تربیتی و روان‌شناسی، مردودشت، آذر ماه، ۱۳۹۳،
۲۱. فیروزآبادی، مجدالدین محمد بن یعقوب. القاموس المحيط. بیروت: دارالکتب العلمیه

۲۲. کاظمی، سمیه. بررسی اختلالات رفتاری ناشی از بازی‌های رایانه‌ای. تهران: انتشارات ارجمند، ۱۴۰۰.
۲۳. کریمی، زهرا. پرورش ارزش‌های اجتماعی در مدارس. تهران: نشر قطره، ۱۴۰۰.
۲۴. گنجی، حمزه. روان‌شناسی نوجوانی و جوانی. تهران: انتشارات ساوالان، ۱۳۹۵.
۲۵. محسنی، رضا. عوامل مؤثر بر اعتیاد به بازی‌های رایانه‌ای در نوجوانان. تهران: انتشارات رشد، ۱۳۹۷.
۲۶. محمودی، حمید. نقش خانواده در پیشگیری از آسیب‌های فضای مجازی. مشهد: انتشارات به‌نشر، ۱۳۹۸.
۲۷. معین، محمد. فرهنگ فارسی. تهران: انتشارات امیرکبیر.
۲۸. موسوی، حمید. هویت و انسجام اجتماعی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۸.
۲۹. موسوی، زهرا. اعتمادبه‌نفس در نوجوانی. قم: نشر پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۷.
۳۰. هاشمی، علی. تربیت روانی نوجوانان. تهران: انتشارات مدرسه، ۱۳۹۲.