





## The requirements of education in virtual space in order to improve children's well-being

**Marzieh Aali** , Assistant Professor, Department of Social Philosophical Foundations of Education, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Iran. Email: [m.aali@ut.ac.ir](mailto:m.aali@ut.ac.ir)

**Mohammad Bagheri Dadokolai** , Ph.D. Candidate, Department of Education, Faculty of Human Sciences, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)  
Email: [m.bagheri.d@ut.ac.ir](mailto:m.bagheri.d@ut.ac.ir)

### Extended Abstract

**Introduction:** In recent decades, the rapid expansion of digital media and virtual spaces has emerged as a major determinant of contemporary human lifestyles, particularly among children. From an early age, children are increasingly exposed to digital technologies, and substantial aspects of their learning processes, play, social interactions, and even emotional development occur within digital environments. Despite the educational and cultural opportunities afforded by these media, excessive, unbalanced, or unsupervised use may result in a range of adverse physical, psychological, and social outcomes. Consequently, examining the relationship between children's engagement with virtual spaces and their digital well-being, as well as clarifying the educational roles of parents and teachers in addressing this phenomenon, has become both a scientific priority and a social necessity.

**Methodology:** This study employed a systematic review methodology. A total of 22 relevant studies addressing "children's well-being in virtual spaces," "educational implications of digital media," and "parental and teacher strategies for managing children's online engagement" were retrieved from international academic databases, including Google Scholar and ScienceDirect. Following a screening process based on predefined inclusion and exclusion criteria-namely recency of publication, focus on childhood, and inclusion of both genders-19 articles were selected for final analysis. Data were coded using qualitative content analysis, and reliability was established through Cohen's Kappa coefficient ( $\kappa = 0.77$ ), indicating a high level of inter-coder agreement.

**Findings:** The systematic review indicated that the factors influencing children's digital well-being can be categorized into external and internal dimensions.

- **External factors:** These factors include the nature and quality of media content, the duration of screen time, the supervisory and participatory roles of parents and teachers, the family's level of educational attainment and media literacy, and the child's cultural and peer environment. The findings demonstrate that increased parental and teacher involvement in children's digital activities, combined with balanced regulation of screen time, significantly reduces psychological and behavioral risks.
- **Internal factors:** These encompass individual characteristics such as self-control,

self-regulation, cognitive and emotional development, and perceptions of body image. Children who exhibit higher levels of emotional regulation, self-awareness, and cognitive understanding tend to demonstrate greater resilience to the negative effects of virtual environments.

Overall, the findings suggest that balanced and guided use of digital media can generate positive outcomes, including the development of cognitive skills, improved technological literacy, enhanced social communication, and the promotion of self-directed learning. In contrast, excessive or unsupervised media use is associated with negative consequences such as depression, anxiety, sleep disturbances, obesity, low self-esteem, and increased aggression.

**Conclusion:** Virtual space constitutes an inevitable dimension of children's lives—one that cannot be avoided, yet should not be accepted uncritically. This study demonstrates that maintaining children's digital well-being depends on the integration of media education, digital literacy, and the quality of children's real-life experiences. Children raised in safe, emotionally supportive, and culturally enriched environments are more likely to display balanced and conscious behaviors in virtual spaces.

Accordingly, the most effective strategy is not restrictive prohibition, but rather informed and active engagement by parents and teachers, which includes: • Transforming passive supervision into active participation within digital environments; • Teaching media literacy and critical thinking skills; • Strengthening real-life relationships and psychological well-being at home and school; • Regulating screen time and ensuring access to age-appropriate media content.

Ultimately, children's digital well-being can be realized when policymakers, educational systems, and families adopt a comprehensive and preventive approach that facilitates the safe, purposeful, and developmentally appropriate use of the virtual world for future generations.

**Keywords:** children's well-being, virtual space, children's mental health, children's physical health



## بایسته‌های تربیت در فضای مجازی در جهت ارتقاء بهزیستی کودکان

مرضیه عالی<sup>۱</sup>، محمد باقری دادوکلایی<sup>۲</sup>

### چکیده

این مطالعه باهدف دستیابی به شیوه‌های تربیتی مواجهه والدین و معلمان از منظر بهزیستی کودکان در زمینه استفاده بهینه از فضای مجازی انجام شده است. روش پژوهش در این مطالعه از نوع مرور نظام‌مند با استفاده از روش پریزما است که در مردادماه سال ۱۴۰۳ با مرور مقالات انگلیسی در پایگاه‌های ساینس دایرکت، گوگل اسکالر، باکلیدواژه‌های بهزیستی کودکان در فضای مجازی، آثار رسانه‌های دیجیتال بر زندگی کودکان، سلامت عاطفی هیجانی کودکان در فضای مجازی و پیامدهای فضای مجازی برای کودکان و درنهایت راهکارهای مواجهه و رفتار با کودکان در فضای مجازی انجام شده است. با توجه به معیارهای ورود و خروج ۱۹ مقاله مرتبط وارد پژوهش شد. بر اساس یافته‌ها می‌توان چنین نتیجه‌گیری نمود که حفظ بهزیستی کودکان در فضای مجازی درگرو توجه به عوامل بهزیستی کودکان در فضای واقعی آن‌ها است. والدین رشد یافته که به کودکان توجه دارند، محیط فرهنگی غنی، فضاهای مجازی که از نظر محتوا غنی هستند و رعایت استانداردهای سلامت جسمی و روحی در سبک زندگی کودکان مانند زمان درگیری در فضای مجازی، سواد رسانه و عزت نفس بالا و احساس رضایت از زندگی واقعی مهم‌ترین عوامل مؤثر در کاهش آثار مخرب فضای مجازی است.

### واژگان کلیدی

بهزیستی کودکان، فضای مجازی، سلامت روان کودکان، سلامت جسمی کودکان.

## مقاله

در سال‌های اخیر رسانه‌های دیجیتال از طریق کاربردهای مختلفی که در زندگی ایجاد کرده‌اند توانسته تغییرات قابل توجهی را در سبک زندگی اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی در سراسر جهان ایجاد نمایند. فناوری‌های جدید، پلتفرم‌های دیجیتال، نرم‌افزارهای سرگرم‌کننده و مداخله‌گر و رفتارهای مرتبط با رسانه به سرعت در حال تغییر هستند و فراتر از درک ما بر بهزیستی انسان‌ها در تمامی سنین اثر می‌گذارد. به طوری که می‌توان گفت فضای مجازی به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی همه افراد، از جمله کودکان، تبدیل شده است. کودکان از سنین بسیار کم با فضای مجازی آشنا می‌شوند و از آن برای اهداف مختلفی مانند بازی، آموزش، ارتباط با دوستان و خانواده و کسب اطلاعات و غیره استفاده می‌کنند (فصیح رانندی، ۱۳۹۸).

بر اساس آخرین نظرسنجی‌ها، اکنون ۹۱/۷ درصد از کودکان از رسانه‌های دیجیتال استفاده می‌کنند و به طور متوسط روزانه ۵/۲ ساعت را صرف آن می‌کنند که این زمان و آمار با افزایش سن دانش‌آموز افزایش می‌یابد (Comscore, 2024). با نظر به این آمارها این فضا با توجه به تحولات زندگی جدید، بخشی گریزناپذیر از زندگی کودکان شده است و از این رو نیازمند تأملی تربیتی در جهت مواجهه صحیح با آن است.

ارتباط میان استفاده از فضای مجازی و بهزیستی کودکان مسئله‌ای جدید و مهم در حوزه تربیت و رسانه‌ها در عصر جدید است. در قلب این مسئله مفهوم بهزیستی قرار دارد که شامل سلامت جسمانی، روانی هیجانی، رضایت از زندگی و کیفیت روابط اجتماعی می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده از فناوری‌های دیجیتال نمی‌تواند خودبه‌خود موجب بهزیستی شود بلکه نوع، شرایط، محتوا و نظارت بزرگسالان در آن نقش عمده دارد (Cao & Li, 2023).

از طرف دیگر، سازمان‌هایی مانند OECD گزارش داده‌اند که کودکان از سنین اولیه به اینترنت و دستگاه‌های هوشمند دسترسی دارند و همین امر می‌تواند فرصت‌ها و مخاطرات متعددی برای بهزیستی آنان ایجاد کند. برای مثال، در گزارش OECD آمده است: «استفاده از رسانه‌های دیجیتال کودکانه در کشورهای عضو OECD بسیار متداول بوده و در برخی موارد با افزایش ساعت استفاده و کاهش کیفیت خواب، رضایت از زندگی، یا سلامت روان ارتباط داشته است» (OECD, 2025). در این زمینه، دو مسیر عمده برای تحلیل وجود دارد: نخست این که زمان و میزان استفاده از فضای مجازی افزایش یابد و دوم اینکه کیفیت نقش پدران، مادران، معلمان و محیط

خانوادگی و مدرسه در نظارت و شکل‌دهی تجربه کودکان تعیین‌کننده باشد. مطالعات نشان می‌دهند که استفاده متعادل از رسانه‌های دیجیتال ممکن است با نتایج مثبت همراه باشد، اما استفاده خارج از تعادل یا بدون نظارت، زمینه‌ساز پیامدهای منفی است (UNICEF Innocenti, 2017).

بنابراین، مفهوم «بهبودی دیجیتال کودکان» یکی از کلیدی‌ترین مفاهیم در این پژوهش است. این مفهوم به تعریف استفاده سالم، ایمن، هدفمند و متعادل از رسانه‌های دیجیتال برای کودکان می‌پردازد، به طوری که رشد و شکوفایی آنان را در محیط واقعی و مجازی تضمین نماید (Cao & Li, 2023). در این راستا، نقش تربیت رسانه‌ای والدین و معلمان، فضای فرهنگی غنی، سواد رسانه‌ای، تعیین زمان استفاده و فراهم کردن محتوای مناسب، به‌عنوان عوامل مؤثر در مسیر ارتقای بهبودی دیجیتال مطرح هستند.

از منظر تربیتی، والدینی که از دانش رسانه‌ای برخوردار هستند، در تعامل مؤثر با فرزندان‌شان، توجه به سبک زندگی کودک، تعیین محدودیت‌های زمانی و محتوایی و فراهم کردن علایق و فعالیت‌های جایگزین در دنیای واقعی، می‌تواند اثرات منفی فضای مجازی را کاهش دهند. به همین ترتیب، معلمان به‌عنوان هدایتگر محیط آموزشی و فراهم‌کننده فرصت‌های یادگیری (حضوری و دیجیتال)، در شکل‌دهی تجربه کودکان از فضای مجازی نقش مهمی دارند. در مجموع، مبانی نظری این پژوهش بر این اصل استوار است که «حفظ بهبودی کودکان در فضای مجازی» مستلزم توجه هم‌زمان به عوامل فردی (کودک)، خانوادگی (والدین)، مدرسه‌ای/معلمی و محیط رسانه‌ای است و بدون ترکیب این عوامل، تجربه مجازی کودک ممکن است به‌گونه‌ای نابرابر رشد و بهبودی او را تحت تأثیر قرار دهد. پژوهش حاضر با بررسی شیوه‌های تربیتی مواجهه والدین و معلمان در استفاده بهینه از فضای مجازی، تلاش می‌کند این شکاف را پر کند.

### پیشینه پژوهش

تاکنون مطالعات مختلفی در این زمینه در سطح جهان انجام گرفته که نشان می‌دهد استفاده از فضاهای دیجیتال از منظر تربیتی برای کودکان هم مزایا و هم معایب متعددی دارد به‌عنوان مثال در مطالعه‌ای که یونیسف در سال ۲۰۱۷ انجام داد استدلال می‌کنند که رسانه‌های دیجیتال فرصت‌های برابر آموزشی را توانسته برای کودکان ایجاد کند

که منجر به رشد اجتماعی، عاطفی و فکری بخش زیادی از کودکان جهان خواهد شد (Granic et al, 2014). در گزارشی پژوهشی چنین نتیجه‌گیری نمودند اگرچه در مقالات و آثاری که تاکنون درباره تأثیر فضای مجازی بر زندگی کودکان انجام شده است به‌طور اغراق‌آمیزی به معایب پرداخته‌شده در حالی که شواهد نشان می‌دهد تأثیرات مثبت بالقوه‌ای نیز در استفاده از فضاهای مجازی برای کودکان وجود دارد؛ مانند ایجاد و حفظ روابط بین فردی در شرایطی که این امکان از نظر محدودیت‌های جغرافیایی فراهم نیست و حصول شناخت واقعی‌تر از فرهنگ‌ها و نگرش‌ها در سراسر جهان که می‌تواند به‌عنوان مهم‌ترین شاخص در توسعه اجتماعی دستاورد مهمی برای سیستم‌های آموزشی باشد.

از طرفی دیگر مطالعات صدیقی و سینگ (۲۰۱۶) نشان می‌دهد که بهزیستی کودکان و رشد عاطفی آن‌ها از طریق ایجاد روابط مثبت با دوستان و تماشای برخی سرگرمی‌ها از طریق فناوری دیجیتال در شرایطی که عموماً کودکان محروم از دریافت واقعی آن‌ها هستند محقق می‌شود. به‌عنوان مثال این پژوهشگران بر این نکته تأکید می‌کنند که رسانه‌های دیجیتال خانواده‌ها را دور هم جمع می‌کنند - از طریق تولیدات رسانه‌ای و فیلم‌های مشترک خانوادگی، بازی‌های ویدیویی مشترک و شرکت در فعالیت‌های خلاقانه مشترک مانند ایجاد موسیقی و عکس‌های اشتراکی و غیره. در خصوص موضوعات آموزشی آندیا آندای (۲۰۱۴)، در نتایج پژوهش خود نتیجه می‌گیرد که یادگیری حروف الفبا از طریق بازی‌های کامپیوتری می‌تواند مهارت خواندن را برای کودکان توسعه دهد. علاوه بر این، تماشای محتوای داستانی و مستند در رسانه‌های اجتماعی می‌تواند فواید شناختی مانند توسعه حل مسئله و تفکر انتقادی را به همراه داشته باشد. در مجموع در گزارشی که توسط سویست و همکاران (۲۰۱۵)، با دفتر همکاری کودکان و جوانان غرب استرالیا انجام شد، هشت حوزه تأثیر مثبت رسانه‌های اجتماعی بر کودکان و نوجوانان را به شرح زیر ارائه کرده است؛

۱. ترویج هنجارهای مثبت در حوزه سلامت و بهزیستی و تقویت استانداردهای

بهداشتی؛

۲. پرورش شکل‌گیری هویت و ایجاد شبکه‌های اجتماعی خاص و هدفمند؛

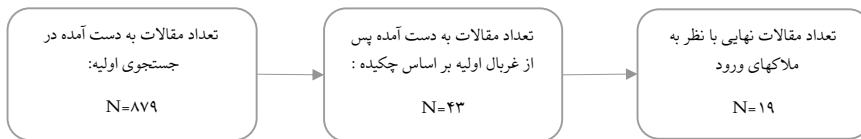
۳. حمایت از خود راهبری در یادگیری و پیگیری اهداف و آرزوهای فردی به‌ویژه برای کودکان و نوجوانان حاشیه‌نشین از طریق شبکه‌های دانش غیررسمی و حمایت اجتماعی از این‌گونه فعالیت‌ها؛

۴. فرصت‌های قابل توجه تفریحی، بازی و سرگرمی‌های جدید برای کودکان و نوجوانان؛
  ۵. تأثیر مثبت بر الگوهای مصرف با تسهیل شبکه حمایتی و ایجاد نگرش به سواد مالی؛
  ۶. ایجاد فضاهای جدید برای مشارکت مدنی و سیاسی با باز کردن فرصت‌هایی برای اشکال متنوع مشارکت، خوداظهاری و؛
  ۷. همچنین امکان رسیدگی خلاقانه به مسائل اجتماعی.
- علاوه بر مزایای مذکور مطالعات متعددی نیز به مضرات و تأثیر مخرب استفاده از رسانه‌های دیجیتال بر بهزیستی اجتماعی و سلامت روان کودکان تأکید نموده‌اند؛ که شامل افزایش افسردگی، اضطراب، امکان بروز اختلال شخصیت ضداجتماعی، رفتارهای وسواسی، تضعیف دستاوردهای تحصیلی، تأثیر بر عزت‌نفس کودکان از طریق ایجاد استانداردهای زیبایی خاص، افزایش سطح ناراحتی روانی و اختلالات منجر به خودکشی است (Stiglic & Viner, 2019).
- در زمینه مشکلات جسمانی نیز پژوهش‌ها به مسائلی شامل مشکلات بینایی، سردرد، خستگی، چاقی، کیفیت خواب ناکافی و مشکلات اسکلتی - عضلانی اشاره نمودند (Robinson et al, 2017).
- در کنار مشکلات جسمی مطالعات حاکی از آن است که سایبر آزاری در دوران کودکی، آزار و اذیت جنسی آنلاین، افزایش خطر رفتارهای پرخطرگراانه و بی‌تفاوتی نسبت به خشونت نیز از جمله پیامدهای روانی اجتماعی استفاده از رسانه‌های دیجیتال است که به یک عامل خطر اصلی برای مشکلات سلامت روان تبدیل می‌شود که اغلب تا بزرگسالی ادامه می‌یابد (Rios, 2016)؛ زیرا مشکلات سلامت روانی که در دوران کودکی رخ می‌دهند اگر به‌خوبی مورد توجه قرار نگیرند، می‌توانند بر رشد بعدی تأثیر بگذارند.

## روش پژوهش

در این مطالعه از روش مطالعه مرور سیستماتیک استفاده شد و تعداد ۲۲ مقاله مرتبط با موضوع که باهدف بررسی پیامدهای تربیتی زندگی کودکان در فضای مجازی به آسیب‌شناسی و ارائه راهکار پرداختند مورد مطالعه قرار گرفتند. در انتخاب مقالات ملاک‌هایی چون پراکندگی جغرافیایی، تمرکز بر هر دو جنسیت و بازه سنی کودکانی

ملاک‌های ورود مقالات در مطالعه بود و سعی شد از مقالاتی استفاده شود که متأخر بوده و فضای مجازی را به معنایی نزدیک‌تر به زمان حال مورد مطالعه قرار داده باشند. از این رو اغلب مطالعات مربوط به سال‌های ۲۰۱۸ تا ۲۰۲۳ است. از این رو در مردادماه سال ۱۴۰۳ با مرور مقالات انگلیسی در پایگاه‌های ساینس دایرکت، گوگل اسکولار، با کلیدواژه‌های بهزیستی کودکان در فضای مجازی، آثار رسانه‌های دیجیتال بر زندگی کودکان، سلامت عاطفی هیجانی کودکان در فضای مجازی و پیامدهای فضای مجازی برای کودکان و در نهایت راهکارهای مواجهه و رفتار با کودکان در فضای مجازی انجام شده است. با توجه به معیارهای ورود و خروج ۱۹ مقاله مرتبط وارد پژوهش شد.



نگاره ۱. مراحل

## تجزیه و تحلیل داده‌ها

با نظر به هدف پژوهش و ارائه راهکار بهینه برای مربیان و معلمان در ابتدا مرور نظام‌مند مقالات با هدف دستیابی به عوامل شکل‌دهنده به مزایا و معایب انجام پذیرفت تا از طریق آن ارائه راهکارهای متناسب ممکن گردد. برای تأیید پایایی یافته‌های حاصل از تحلیل از توافق بین کدگذاران استفاده شد به طوری که از یک متخصص به‌عنوان کدگذار بیرونی برای تأیید موافقت و نهایی شدن کدهای حاصل از تحلیل تیم پژوهش استفاده شد و میزان موافقت به معنای تأیید کدها و پایایی مورد تأیید قرار گرفت. برای اطمینان از پایایی فرایند کدگذاری داده‌ها، از ضریب کاپای کوهن<sup>۱</sup> برای سنجش میزان توافق بین دو کدگذار استفاده شد. بدین منظور، ۲۰ درصد از داده‌ها به‌صورت تصادفی انتخاب و توسط دو پژوهشگر مستقل کدگذاری گردید. مقدار ضریب کاپا با استفاده از نرم‌افزار SPSS محاسبه شد. بر اساس تفسیر لندیس و کوچ (۱۹۹۷)، مقدار کاپا بین ۰/۶۱ تا ۰/۸۰ نشان‌دهنده توافق زیاد و بالاتر از ۰/۸۱ بیانگر توافق بسیار بالا است. نتایج تحلیل پایایی نشان داد که میانگین ضریب کاپای کوهن بین دو کدگذار برابر با ۰/۷۷ به‌دست آمد که در سطح توافق زیاد قرار دارد ( $p < 0.001$ )؛ بنابراین، می‌توان پایایی فرایند کدگذاری را در حد قابل قبول ارزیابی کرد.

1. Cohen's Kappa

جدول ۱. ضریب کاپای حاصل از تحلیل توافق میان کدگذاران

تفسیر	ضریب کاپا (K)	مجموع	تعداد عدم توافق	تعداد توافق داوران	کد / دسته‌بندی
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۱
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۲
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۳
توافق زیاد	۰/۷۰	۱۷	۴	۱۳	کد شماره ۴
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۵
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۶
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۷
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۸
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۹
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۱۰
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۱۱
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۱۲
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۱۳
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۱۴
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۱۵
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۱۶
توافق زیاد	۰/۷۶	۱۷	۲	۱۵	کد شماره ۱۷
توافق زیاد	۰/۷۴	۱۷	۳	۱۴	کد شماره ۱۸
توافق بسیار زیاد	۰/۸۱	۱۷	۱	۱۶	کد شماره ۱۹
توافق زیاد	۰/۷۷	۳۲۲	۳۹	۲۸۳	کل / میانگین

پس از نهایی شدن کدها در بررسی مطالعات عوامل مؤثر به دودسته عوامل بیرونی و درونی تقسیم شد. در این دسته‌بندی منظور از عوامل درونی عواملی است که متمرکز

بر ویژگی‌های شخصی کودکان اعم از وضعیت رشد روانی و شخصیتی و غیره است که لازم است در طول دوران تربیت در کودکان رشد یابد و عوامل بیرونی شامل عللی است که وابسته به شرایط محیطی و بیرون از کنترل کودکان بوده و از طریق معلمان و والدین در حین استفاده کودکان از فضای مجازی مورد توجه باشد.

جدول ۲. تحلیل موضوعی مقالات مرور شده

نویسنده	سال	کد	یافته
Anderson, D.R. & Subrahmanyam, K	۲۰۱۷	۴	مکانیزم اثر فضای مجازی بر رشد شناختی کودکان
Agina, A.M., & Tennyson, R. D.	۲۰۱۲	۶	توجه به افزایش مهارت‌های شناختی کودکان
Badri, M., Alnuaimi, A., Al Rashedi, A., Yang, G., & Temsah, K.	۲۰۱۷	۷	توجه به دانش والدین در خصوص فضای مجازی
Cliff, D. P., McNeill, J., Vella, S., Howard, S. J., Kelly, M. A., Angus, D. J., . . . de Rosnay, M.	۲۰۱۷	۱۱	توجه به افزایش مهارت‌های شناختی کودکان
Com Cole, D. A., Zerkowitz, R. L., Nick, E., Martin, N. C., Roeder, K. M., Sinclair-McBride, K., & Spinelli, T.	۲۰۱۶	۱۵	تأثیر فضای مجازی بر افسردگی و کاهش اعتماد به نفس کودکان
Dalope, K. A., & Woods, L. J.	۲۰۱۸	۳	توجه به تأثیر مداخله خانواده در کاهش آسیب‌ها
Daly, L. A., & Perez, L. M.	۲۰۰۹	۸	تأثیر مشارکت والدین بر آثار مخرب رسانه در خصوص خشونت
DePaolis, K., & Williford, A.	۲۰۱۵	۱	تأثیر استفاده از رسانه و محتوای آن بر خودکشی و افسردگی کودکان
Dohnt, H. K., & Tiggemann, M.	۲۰۰۶	۱۰	تأثیر استفاده از رسانه بر تصور از خود و اعتماد به نفس درباره ظاهر
Dyer, T.	۲۰۱۸	۱۴	آثار اجتماعی استفاده از رسانه بر کودکان مانند انزوای اجتماعی و مهارت‌های زندگی اجتماعی

تأثیر ویدئو گیم‌ها بر خشونت و ارزیابی اخلاقی کودکان	۱۹	۲۰۰۳	Funk, J. B., Buchman, D. D., Jenks, J., & Bechtoldt, H.
اثر استفاده از رسانه‌های دیجیتال بر خشونت و سوءاستفاده از کودکان	۱۳	۲۰۱۷	Ho, S. S., Chen, L., & Ng, A. P.
روش‌های مقابله مؤثر با استفاده کودکان از فضای مجازی	۵	۲۰۱۶	Kaloeti, D.V.S.
توجه به عوامل مؤثر بر بهزیستی روانی کودکان در فضای مجازی	۲	۲۰۱۳	Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., & Lin, N.
آثار مثبت و منفی رسانه‌های دیجیتال بر بهزیستی روان‌شناختی کودکان	۱۷	۲۰۱۶	Rios, R.
توجه به سواد رسانه والدین در کاهش آثار مخرب استفاده از فضای مجازی	۱۶	۲۰۱۶	Terras, M. M., & Ramsay, J.
توجه به اثر زمان صرف شده در شبکه‌های مجازی و آثار مخرب آن بر بهزیستی روان‌شناختی کودکان	۶	۲۰۱۷	UNICEF.
آثار رسانه‌ها بر کودکان و نوجوانان و تأثیر خانواده بر آن	۱۸	۲۰۱۴	Undiyaundeye, F.
تأثیر رسانه‌های دیجیتال بر تجارب هیجانی کودکان	۹	۲۰۱۵	Wood, M. A., Bukowski, W. M., & Lis, E.

### عوامل بیرونی

بررسی گزارش پژوهش‌ها نشان داد که قرار گرفتن در معرض محتوای خشونت‌آمیز رسانه‌ای عمدتاً باعث رفتار پرخاشگرانه می‌شود، بنابراین محتوای تولیدات رسانه‌ای در ایجاد و بروز معایب و مضرات این فضا بسیار مؤثر است. مسئله دیگر مدت‌زمان درگیری کودکان با فضای مجازی است (کد ۱). اگر زمان درگیری کودکان در فضای مجازی نسبت به مشارکت‌های واقعی آن‌ها در زندگی بیشتر باشد آثار مخرب این فضاها به‌عنوان مثال رفتارهای خشونت‌آمیز و افسردگی و غیره بیشتر خواهد بود (کد ۶). نکته قابل‌تأمل دیگر انزوای کودکان است در واقع آثار پرخاشگرانه در شرایطی در مطالعات گزارش شده است که کودکان در انزوا قرار داشته و عمده تجارب اجتماعی خود را صرفاً از فضای مجازی به‌صورت فردی و غیرتعاملی دریافت می‌نمودند

به صورت ملموس تری رشد داشته است (کد ۵). در سه مطالعه دیگر که نقش اینترنت در ایجاد علائم افسردگی و احساس تنهایی را بررسی کردند نیز علاوه بر انزوا زمان استفاده از این فضا به عنوان یک عامل مورد شناسایی قرار گرفته است. در نتیجه مطالعات افسردگی و احساس انزوا هنگام استفاده بیش از حد از اینترنت رخ می‌دهد، نشان می‌دهد (کد ۷ و ۴).

با نظر به موارد فوق مشارکت والدین با کودکان در فضای مجازی اعم از همراهی، تعامل و فعالیت‌های اشتراکی، کنترل زمان درگیری کودکان با فضای مجازی و مدیریت آن پژوهش‌ها به عوامل درونی نیز دست یافتند که در استفاده بهینه کودکان در فضای مجازی و تأمین بهزیستی آن‌ها نقش دارند؛ زیرا اگرچه برخی مطالعات معایب استفاده از این فضا را برای کودکان ذکر نموده‌اند اما مطالعات زیادی نیز بر فواید این فضا تأکید داشته‌اند (کد ۱۳ و ۶).

### عوامل درونی

برخی ویژگی‌های درونی به صورت زمینه‌ای بر بهزیستی کودکان در استفاده از رسانه‌های دیجیتال تأثیر می‌گذارد. طبق تمام مطالعاتی که در این بررسی گنجانده شده‌اند، حداقل سه عامل درونی در مواجهه بهینه کودکان در استفاده از رسانه‌های دیجیتال وجود دارد: خودکنترلی و خودتنظیمی، رشد شناختی و اجتماعی-عاطفی و ادراک/تصویر بدن (به طور ویژه در دختران). خودکنترل و تنظیم نقش اساسی در تعدیل عادت رسانه‌ای و همچنین تأثیر ناشی از عادت را دارد. کودکانی که سطح پایین تری از خودکنترل و تنظیم دارند، قادر به کنترل عادت خود در استفاده از رسانه نیستند و عادت به آن‌ها منجر به تعدادی رفتارهای منفی می‌شود، به عنوان مثال، قربانی شدن رسانه و رفتار پرخاشگرانه (کد ۱۴ و ۲).

عوامل شناختی و اجتماعی-عاطفی شامل چندین عاملی است که با استفاده از رسانه‌های دیجیتال و پیامدهای آن مرتبط است. عوامل شناختی شامل حافظه کاری و هوش است که در سطح بالاتر این عوامل، کودکان قادر به جذب، فیلتر کردن و تکرار محتوای رسانه در زندگی واقعی هستند (کد ۷). علاوه بر این، همدلی عامل کلیدی در رشد اجتماعی-عاطفی کودکان برای ایجاد نگرش‌های ضد قلدری و قربانی شدن و همچنین جلوگیری از رفتارهای پرخاشگرانه است (کد ۱۲).

علاوه بر این، ادراک/تصویر بدن به طور انحصاری در کودکان در تعدیل رضایت بدن آن‌ها به دلیل تماشای مجلات آنلاین که آن‌ها را در معرض تصویر یک مدل قرار

می‌دهد، رخ می‌دهد (کد ۱۰). این رویداد همچنین بدنامی بدن را در میان دختران در رسانه‌های دیجیتال انجام می‌دهد. کودکانی که شکاف بزرگ‌تری بین تصویر بدن و تصویر ایدئال بدن خود مطابق با مجلات آنلاین دارند، دارای سطح بهزیستی پایین‌تری هستند (کد ۱۱ و ۱۵).

## راهکارهای تربیتی جهت تعدیل عوامل مؤثر بر آثار منفی فضای مجازی

### الف) مشارکت و همراهی با کودکان در فضای مجازی

والدین و معلمان نقش اساسی در شکل دادن به استفاده صحیح از رسانه‌های دیجیتال برای کودکان دارند، بنابراین بهزیستی کودکان ممکن است ایجاد شود. در همین زمینه در دو مقاله بر تأثیر مشارکت والدین بر بهزیستی کودکان در استفاده از رسانه‌های دیجیتال تأکید شده است و نشان داده شده که در صورتی که والدین با کودکان در فضای مجازی همراهی کنند نقش الگویی آن‌ها در این فضا همچنان پابرجا خواهد ماند (کد ۱۸)، علاوه بر نقش الگویی این همراهی می‌تواند دلبستگی والدین یا خانواده را برای کودک حفظ کند و از آسیب‌های روانی حاصل از انزوای کودک بکاهد (کد ۵)؛ که خود عامل کاهش شکل‌گیری رفتارهای پرخطر است که گاه فضاهای دیجیتال آن را تشدید می‌کنند. به عبارتی دقیق‌تر تحقیقات مورد مطالعه نشان داده‌اند رفتارهای حاصل از انزوا و پرخطرگری در کودکانی که والدین و معلمان خود را همسو و همراه خود در استفاده از فضاهای دیجیتال می‌بینند در مقایسه با سایرین کمتر است (کد ۱۳).

### ب) توجه و تعدیل محیط دوستان و هم‌تایان کودک در جهان واقعی

هم‌تایان همچنین بخشی از عوامل خارجی هستند که تأثیر استفاده از رسانه‌ها در میان کودکان را تعیین می‌کند. اگرچه در این نوشتار آسیب‌های فضای مجازی مورد مطالعه است اما نتایج تحقیقات نشان داده است همسالان کودکان در دنیای واقعی نقش مؤثری بر آسیب‌پذیری اجتماعی و روانی کودکان در فضای مجازی دارند و می‌توانند بیش از هر عامل دیگری بر ویژگی‌های روان‌شناختی کودکان، مانند ادراک، نگرش‌ها و رفتارهای آن‌ها، اثر گذاشته و این ویژگی‌های را تحت تأثیر و کنترل قرار دهند، به‌عنوان مثال هم‌تایان مجرم منجر به ایجاد رفتار مجرمانه می‌شود (کد ۷ و ۳ و ۱۱).

### ج) سطح تحصیلات و آگاهی والدین (سرمایه فرهنگی)

علاوه بر این، جنبه گسترده‌تر ارتباط بین استفاده از رسانه و بهزیستی، فرهنگ است. فرهنگ رفتار جستجوی اطلاعات و نحوه پاسخ کودکان به رسانه‌های دیجیتال را

تمایز می‌کند. مطالعاتی که در این بررسی گنجانده شده‌اند نشان می‌دهد که کودکان با جامعه با تحصیلات بالاتر سطح عزت‌نفس و بهزیستی بالاتری نسبت کودکان با جامعه تحصیلات پایین دارند (کد ۱۶). علاوه بر این، فرهنگ همچنین دسترسی کودکان به رسانه‌های دیجیتال را متمایز می‌کند. کودکان روستایی عموماً محتوای رسانه‌های دیجیتال را بیشتر از کودکان شهری باور کرده و بدیهی فرض می‌کنند؛ و از این رو بیشتر آن در زندگی خود به کار می‌گیرند، یکی از مهم‌ترین دلایل این اختلاف آموزش‌های آشکار و ضمنی خانواده‌ها به کودکان است که با توجه به بالاتر بودن سواد رسانه در خانواده‌های شهری این شرایط را ایجاد می‌کند (کد ۳).

#### د) کنترل زمان استفاده کودکان از فضای مجازی

طول مدت صرف شده برای استفاده از رسانه‌های دیجیتال یکی از عوامل مهم در بروز آسیب‌های روانی است (کد ۶) و (۹ کد) دریافتند که استفاده روزانه ۳-۴ ساعت از اینترنت باعث احتمال بالای اعتیاد و وجود رفتار پرخاشگرانه در زندگی واقعی کودکان می‌شود. به عبارت دیگر، مدت زمان استفاده از رسانه‌های دیجیتال باید کمتر از انجام فعالیت‌های واقعی باشد (کد ۲) و (کد ۵).

#### ه) رشد توانایی‌های شناختی کودکان جهت تحلیل و ارزیابی محتوا در فضای مجازی

اثر نامطلوب رسانه‌های دیجیتال که در آن کودکان درگیر رفتار پرخاشگرانه هستند دقیقاً تحت تأثیر محتوای خشونت‌آمیز رسانه است (کد ۱۹ و ۱۶). طبیعت کودکان به‌طور ذاتی کنجکاوی زیادی در مورد همه‌چیز دارد که متأسفانه رسانه‌های دیجیتال بدون آگاهی والدین و معلمان این امکان را فراهم می‌کند (کد ۸ و ۱۶). اگر کودکان نتوانند به‌درستی محتوای رسانه‌های دیجیتال را تشخیص دهند و تفسیر کنند، همه محتوای مثبت و منفی رسانه را بدیهی خواهند گرفت. این وضعیت در صورت وجود برخی از وضعیت‌های روانی بد بدتر نیز می‌شود. (کد ۹ و ۱۷). همچنین یافته‌ها نشان داد که مصرف رسانه‌های دیجیتال متمرکز بر تصویر بدن به‌طور قابل توجهی بر ادراک دختران از بدن خود تأثیر می‌گذارد و منجر به نارضایتی از بدن، اضطراب و ناراحتی روانی آن‌ها می‌شود خصوصاً اگر کودکان از بدن خود رضایت نداشته باشند. علاوه بر این، یکی از عوامل مهم بروز رفتار پرخاشگرانه در کودکان، آسیب‌پذیری آن‌ها نسبت به خشونت است. برخلاف ادراک بد بدن که معمولاً در دختران رخ می‌دهد، پسران بیشتر به پرخاشگر تمایل می‌یابند (کد ۸). اگرچه در تمامی این شرایط هم پسران و هم دختران تحت تأثیر همتایان خود قرار می‌گیرند و همتای بزهکار به معنای احتمال

بالای رفتار بزهکارانه است (کد ۱۶). این وضعیت تفاوت‌های موجود در قلدری سایبری بین پسران و دختران را ایجاد می‌کند. برخی از متون نشان دادند که خودکنترلی و خودتنظیمی برای اینکه کودکان در برابر این شرایط نامطلوب مقاومت کنند و به بهزیستی خود دست یابند ضروری است (کد ۱۹). نخستین چیزی که باید مورد توجه والدین و معلمان قرار گیرد، توانایی کودکان در تشخیص و تفسیر محتوای رسانه‌ها است. اگر کودکان نشان دهند که توانایی تشخیص و تفسیر محتوا را ندارند، والدین و معلمان باید به آن‌ها راهنمایی کنند تا محتوای مناسب را مطابق با گروه سنی خود مصرف کنند. در سوی دیگر، اگر کودکان نشان دهند که توانایی تشخیص و تفسیر محتوا را دارند، والدین و معلمان موظف‌اند آن‌ها را در مورد آنچه می‌دانند و درک کرده‌اند تأیید و دوباره درک کنند (کد ۱۳).

علاوه بر این، استفاده صحیح کودکان از رسانه‌های دیجیتال منجر به ایجاد بهزیستی آن‌ها می‌شود زیرا مزایای آن در بسیاری از جنبه‌های زندگی روزانه کودکان وجود دارد، به‌عنوان مثال ارتباط، بهبود خلاقیت و خلاقیت کودکان در وظایف آکادمیک و همچنین وظایف روزانه آن‌ها. استفاده از رسانه‌های دیجیتال به‌عنوان یک فعالیت چندوجهی باید در کنار سایر جنبه‌های زندگی کودکان مورد توجه قرار گیرد تا تأثیر آن بر بهزیستی روانی آن‌ها مشخص شود.

### نتیجه‌گیری

فضای مجازی به‌عنوان یک واقعیت‌گریزناپذیر در زندگی کودکان امروزی، تیغ دولبه‌ای است که هم فرصت‌های بی‌بدیل آموزشی، اجتماعی و شناختی را فراهم می‌آورد و هم تهدیداتی جدی برای بهزیستی روانی، جسمانی و اجتماعی آنان به همراه دارد. این مطالعه مرور نظام‌مند با واکاوی ۱۹ پژوهش معتبر، به این نتیجه کلیدی دست یافت که حفظ و ارتقای بهزیستی کودکان در فضای مجازی، درگرو تقویت و توجه به ارکان بهزیستی در فضای واقعی آنان است. به‌عبارت‌دیگر، دنیای مجازی نه به‌عنوان قلمرویی مستقل، بلکه به‌عنوان امتدادی از دنیای واقعی کودک در نظر گرفته می‌شود که کیفیت زندگی در آن، تابعی مستقیم از کیفیت محیط واقعی، روابط و ویژگی‌های درونی کودک است.

یافته‌ها حکایت از آن دارند که بهزیستی کودکان در فضای مجازی درگرو توجه به بسترهای بهزیستی در فضای حقیقی است. کودکانی که در دنیای واقعی خود، در آغوش

خانواده‌ای رشد یافته و پاسخگو پرورش می‌یابند، در محیطی فرهنگی و غنی از محتوای ارزشمند نفس می‌کشند، استانداردهای سلامت جسمی و روانی در سبک زندگی‌شان رعایت می‌شود و از سرمایه‌های درونی چون عزت‌نفس بالا، خودکنترلی و مهارت‌های شناختی و اجتماعی-هیجانی توسعه یافته برخوردارند، این قابلیت را پیدا می‌کنند که از امواج سهمگین فضای مجازی نه تنها آسیب نبینند، بلکه با مهارت تمام از آن برای پیشرانیدن قایق خویش به سوی افق‌های روشن‌تر بهره بگیرند. در مقابل، کودکانی که در جهان واقعی با فقر ارتباطی، فرهنگی و عاطفی دست‌وپنجه نرم می‌کنند، در فضای مجازی نیز به‌طور اجتناب‌ناپذیری در معرض شدیدترین آسیب‌ها قرار خواهند گرفت. یافته‌های این پژوهش بر این نکته تأکید دارد که رویکرد «ممنوعیت محض» نه تنها راهکار عملی و مؤثری نیست، بلکه فرصت‌های رشد موجود در این فضا را نیز از بین می‌برد. در عوض، یک «رویکرد تربیتی فعال و تعاملی» از سوی والدین و مربیان ضروری است. این رویکرد شامل موارد زیر است:

۱. تغییر نقش از ناظر به همراه: والدین و معلمان باید از حالت نظارت منفعل خارج شده و با مشارکت و انجام فعالیت‌های مشترک در فضای مجازی، نقش الگویی و راهنمای خود را حفظ کنند.

۲. سرمایه‌گذاری بر «سواد رسانه‌ای»: ارتقای سواد رسانه‌ای خانواده و خود کودک، به‌عنوان یک اولویت حیاتی، توانایی تشخیص، تحلیل و نقد محتوای دیجیتال را در کودک تقویت می‌کند و او را از یک مصرف‌کننده منفعل به یک کاربر هوشمند تبدیل می‌نماید.

۳. تقویت زیرساخت‌های زندگی واقعی: تضمین اینکه کودک در دنیای واقعی از روابط عاطفی غنی، محیط فرهنگی پربار، فعالیت‌های بدنی کافی و عزت‌نفس بالا برخوردار است، قدرتمندترین سپر دفاعی او در برابر آسیب‌های فضای مجازی خواهد بود.

با نظر به پژوهش‌های انجام‌شده در مجموع می‌توان مزایای استفاده از فضای مجازی برای کودکان را در دسته‌های زیر خلاصه کرد:

- بهبود آموزش و یادگیری: فضای مجازی می‌تواند ابزاری قدرتمند برای آموزش و یادگیری کودکان باشد. کودکان می‌توانند از طریق فضای مجازی به منابع آموزشی متنوعی دسترسی داشته باشند، با معلمان و سایر دانش‌آموزان ارتباط برقرار کنند و در فعالیت‌های آموزشی مشارکت داشته باشند؛

- کمک در توسعه شبکه‌های ارتباطی کودکان: فضای مجازی می‌تواند به کودکان کمک کند تا با دیگران، از جمله دوستان، خانواده و افراد با فرهنگ‌های مختلف، ارتباط برقرار کنند. کودکان می‌توانند از طریق فضای مجازی با یکدیگر بازی کنند، گفتگو کنند و تجربیات خود را به اشتراک بگذارند؛
  - و در نهایت توسعه مهارت‌های شناختی: استفاده از فضای مجازی می‌تواند به توسعه مهارت‌های شناختی کودکان، مانند تفکر انتقادی، حل مسئله و حل مسئله، کمک کند. کودکان می‌توانند از طریق فضای مجازی با محتوای متنوعی مواجه شوند و با چالش‌های جدیدی روبرو شوند که به رشد این مهارت‌ها کمک می‌کند.
- در مجموع بر اساس پیشینه پژوهش در کنار مزایای ذکر شده پیامدهای منفی و زیانباری نیز در پی استفاده کودکان از این فضا تاکنون شناسایی شده است که می‌توان آن را به دسته‌های ذیل تقسیم نمود:
- آسیب‌های جسمی: استفاده بیش از حد از فضای مجازی می‌تواند منجر به مشکلات جسمی مانند کم‌تحرکی، چاقی، مشکلات بینایی و غیره شود؛
  - آسیب‌های روانی: فضای مجازی می‌تواند به بروز مشکلات روانی مانند اضطراب، افسردگی و اعتیاد کمک کند. کودکان ممکن است در فضای مجازی با محتوای نامناسب، مانند خشونت، سوءاستفاده جنسی و محتوای نامناسب برای سن خود، مواجه شوند که می‌تواند منجر به آسیب‌های روانی شود؛
  - خطرات اجتماعی: کودکان ممکن است در فضای مجازی مورد آزار و اذیت، سوءاستفاده جنسی یا کلاهبرداری قرار گیرند. کودکان ممکن است هویت خود را در فضای مجازی فاش کنند که می‌تواند منجر به خطرات امنیتی شود.
- با نظر به مزایا و معایب مذکور رویکردهای پیشگیرانه‌ای را برای کاهش مخاطرات و افزایش ایمنی کودکان در فضای مجازی مبتنی بر مطالعات می‌توان ارائه نمود برخی از این راهکارها عبارت‌اند از:
- آموزش کودکان در مورد فضای مجازی: کودکان باید در مورد مزایا و آسیب‌های فضای مجازی آموزش ببینند. آن‌ها باید یاد بگیرند که چگونه از فضای مجازی به‌طور ایمن و مسئولانه استفاده کنند؛
  - نظارت والدین بر فعالیت‌های کودکان در فضای مجازی: والدین باید بر فعالیت‌های کودکان خود در فضای مجازی نظارت داشته باشند. آن‌ها باید

از فعالیت‌های کودکان خود در فضای مجازی آگاه باشند و در صورت مشاهده هرگونه محتوای نامناسب یا رفتار مشکوک، مداخله کنند؛

- استفاده از ابزارهای کنترل والدین: ابزارهای کنترل والدین می‌توانند به والدین در نظارت بر فعالیت‌های کودکان خود در فضای مجازی کمک کنند. این ابزارها می‌توانند به والدین اجازه دهند تا زمان استفاده کودکان از فضای مجازی را محدود کنند، محتوای قابل دسترسی برای کودکان را فیلتر کنند و فعالیت‌های کودکان خود را در فضای مجازی ردیابی کنند.

با اتخاذ این راهکارها، می‌توان از کودکان در برابر آسیب‌های فضای مجازی محافظت کرد و فضای مجازی را به محیطی امن و مفید برای رشد و یادگیری کودکان تبدیل کرد.

درنهایت این پژوهش به وضوح نشان می‌دهد که راه نجات، در انزوای طلبی و محروم کردن کودکان از این فضا نیست، چراکه این کار، محروم کردن آنان از یک بخش جدایی‌ناپذیر از جهان معاصر و فرصت‌های بی‌بدیل آن است. راه حل حقیقی، در تقویت پایگاه امن کودک در جهان واقعی است. والدین و مربیان نمی‌توانند تنها با ایستادن در ساحل، به تماشای قایقرانی کودک بنشینند؛ آنان باید خود سکانداران همراه و آگاهی باشند که در کنار کودک، در دریا حاضر می‌شوند، جهت‌ها را به او نشان می‌دهند، در مواجهه با طوفان‌ها پناهش می‌دهند و مهارت‌های ناوبری را به تدریج به او می‌آموزند. این همراهی فعال، توأم با نظارت هوشمندانه و نه کنترل استبدادی، کلید تبدیل تهدید به فرصت است. درنهایت، باید پذیرفت که آینده بهیستی کودکان در گرو عزمی سه‌جانبه است: خانواده‌ای که می‌آموزد و همراهی می‌کند، نظام آموزشی که سواد رسانه‌ای و مهارت‌های زندگی را در اولویت می‌گذارد و سیاست‌گذارانی که بسترساز تولید و دسترسی به محتوای غنی و ایمن هستند. تنها با چنین نگاهی جامع و پیشگیرانه است که می‌توان امید داشت نسل آینده نه تنها از آسیب‌های این دریای عظیم در امان بماند، بلکه به جستجوگرانی توانمند، خلاق و مسئول در آن تبدیل شوند.

## تعارض منافع

تعارض منافع ندارم.

## منابع و مأخذ

- فصیح رامندی، منصوره (۱۳۹۸). ملاحظات اخلاقی و حقوقی در مواجهه نوجوانان با پورنوگرافی در فضای مجازی، مجله اخلاق زیستی، ۹ (۳۴)، ۸۳-۹۳.
- Agina, A.M., & Tennyson, R. D. (2012). Towards understanding the positive effect of playing violent video games on children's development. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 780- 789. Doi: 10.1016/j.sbspro.2012.11.473.
- Anderson, D.R. & Subrahmanyam, K. (2017). Digital screen media and cognitive development. *Pediatrics*, 140(2), 557-561. Doi: 10.1542/peds.2016-1758C.
- Badri, M., Alnuaimi, A., Al Rashedi, A., Yang, G., & Temsah, K. (2017). School children's use of digital devices, social media and parental knowledge and involvement - the case of Abu Dhabi. *Education and Information Technologies*, 22(5), 2645-2664.
- Cao, S., & Li, H. (2023). A scoping review of digital wellbeing in early childhood: Definitions, measurements, contributors, and interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3510. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043510>
- Cliff, D. P., McNeill, J., Vella, S., Howard, S. J., Kelly, M. A., Angus, D. J., de Rosnay, M. (2017). The Preschool Activity, Technology, Health, Adiposity, Behaviour and Cognition (PATHABC) cohort study: Rationale and design. *BMC Pediatrics*, 18(95), 1-9. Doi: 10.1186/s12887- 017-0846-4.
- Com Cole, D. A., Zelkowitz, R. L., Nick, E., Martin, N. C., Roeder, K. M., Sinclair-McBride, K., & Spinelli, T. (2016). Longitudinal and incremental relation of cybervictimization to negative self-cognitions and depressive symptoms in young adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44, 1321-1332. Doi: 10.1007/s10802-015- 0123-7.
- Comscore. (2024). Children's and parents' media use and attitudes report. Retrieved from [www.comscore.com](http://www.comscore.com).
- Dalope, K. A., & Woods, L. J. (2018). Digital media use in families: Theories and strategies for intervention. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 27, 145-158. Doi: 10.1016/j.chc.2017.11.001.
- Daly, L. A., & Perez, L. M. (2009). Exposure to media violence and other correlates of aggressive behavior in preschool children. *Early Childhood Research & Practice (ECRP)*, 1-13.
- DePaolis, K., & Williford, A. (2015). The nature and prevalence of cyber victimization among elementary school children. *Child Youth Care Forum*, 44, 377-393. Doi: 10.1007/s10566-014- 9292-8.
- Dohnt, H. K., & Tiggemann, M. (2006). Body image concerns in young girls: The role of peers and media prior to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 141-151. Doi: 10.1007/ s10964-005- 9020-7.
- Dyer, T. (2018). The effects of social media on children. *Dalhousie Journal of Interdisciplinary Management* 14. Doi: 10.5931/djim.v14i0.7855.
- Fasih Ramandi, Mansoureh (2019). Ethical and legal considerations in adolescents' exposure to pornog-

- raphy in cyberspace, *Journal of Biological Ethics*, Volume 9, Issue 34: 83-93 [in persian]
- Fasih Radmandi, Mansoureh (2019). Ethical and legal considerations in adolescents' exposure to pornography in cyberspace, *Journal of Biological Ethics*, Volume 9, Issue 34: 83-93 [in persian].
- Funk, J. B., Buchman, D. D., Jenks, J., & Bechtoldt, H. (2003). Playing violent video games, desensitization, and moral evaluation in children. *Applied Developmental Psychology*, 24, 413-436. Doi: 10.1016/S0193-3973(03)00073-X.
- Granic, I., Lobel, A., & Rutger C. M. E. Engels . (2014). The benefits of playing video games. *American Psychological Association: Radboud University Nijmegen*.
- Ho, S. S., Chen, L., & Ng, A. P. (2017). Comparing cyberbullying perpetration on social media between primary and secondary school students. *Computers & Education*, 109, 74-84. Doi: 10.1016/j.compedu.2017.02.004.
- Kaloeti, D.V.S. (2016). Prison parenting rehabilitation programs as a way to reduce traumatic experience caused by parental incarceration. In E. Witruk. S. Novita. Y. Lee & D. S. Utami (Eds.). *Dyslexia and traumatic experiences* (pp. 151 - 156).
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., & Lin, N. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *Plos One*, 8(8), 1-6. Doi: 10.1371/journal.pone.0069841.
- Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33(1), 159-174. <https://doi.org/10.2307/2529310>
- OECD. (2025). *How's life for children in the digital age?* OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/0854b900en>
- 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. doi:10.3389/fpsyg.2018.02127.
- Rios, R. (2016). *Positive and negative effects of media on children's health*. Master of science in health communication Northwestern University. Retrieved from <https://healthcomm.northwestern.edu/node/106>.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.