

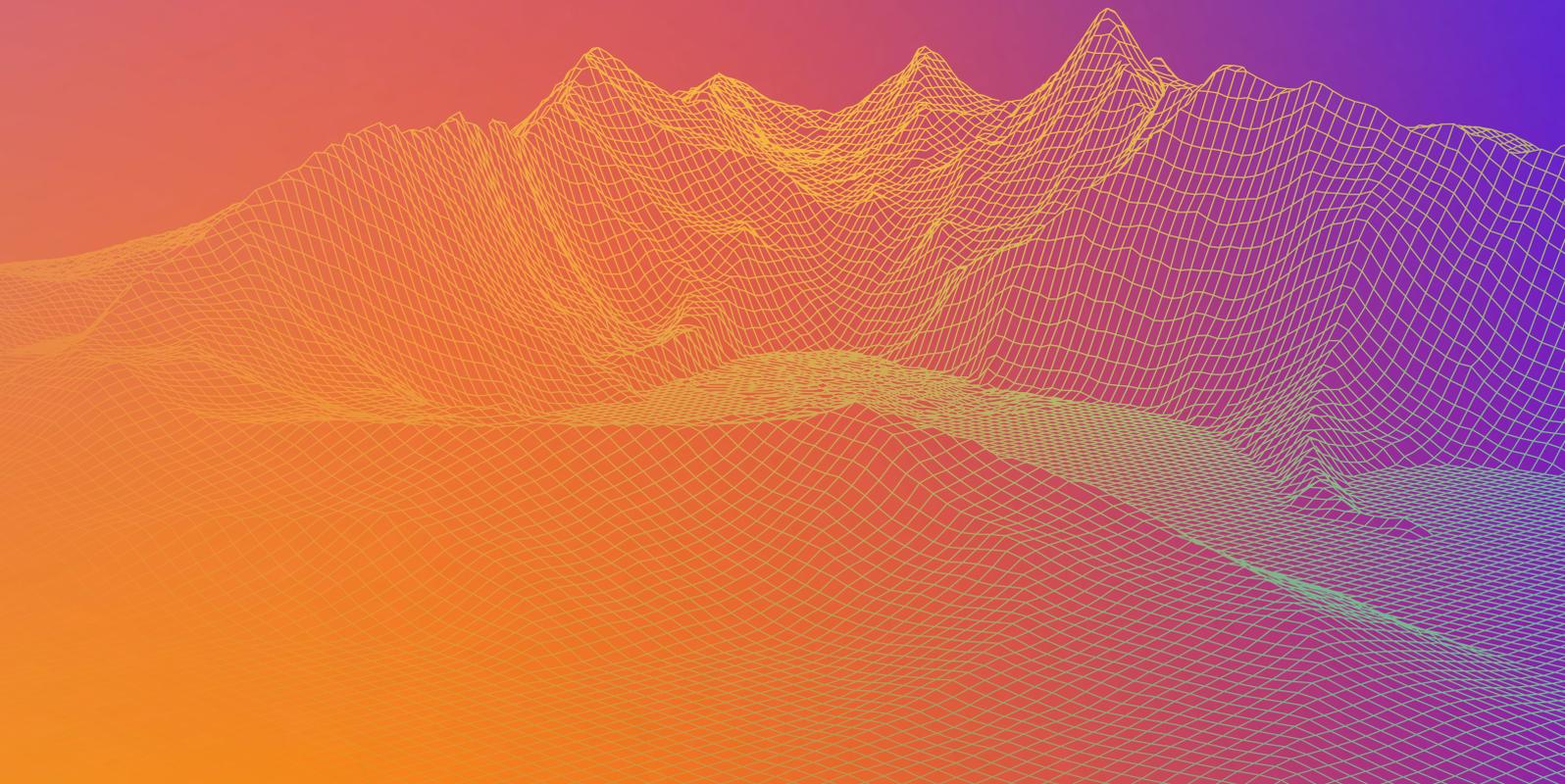


entertainment™  
software  
association



# Power of Play

2025 GLOBAL VIDEO GAMES REPORT





### 설문조사 협력업체

설문조사업체 오디언스넷(AudienceNet)은 21개국(한국, 호주, 브라질, 캐나다, 중국, 이집트, 프랑스, 독일, 인도, 이탈리아, 일본, 멕시코, 나이지리아, 폴란드, 사우디아라비아, 스페인, 스웨덴, 아랍에미리트, 영국, 미국)의 게임 이용자 24,216명 대상으로 조사를 진행했다. 국가별 응답자들은 16세-65세 이상이었고, 콘솔, PC/랩톱, 태블릿, 핸드폰, VR로 적어도 주간 1시간 이상 게임을 즐기는 활발한 게이머였다. 할당 및 선별 기준을 통해 국가별로 최소 1,000명의 게이머를 확보했다. 모든 응답자에 대한 접촉은 공인된 전문 소비자 조사 패널을 통해 이루어졌다.

오디언스넷은 공인 글로벌 소비자 조사업체로, 현재 52개국에서 전국 단위 연구를 수행하고 있다. 시장조사회(Market Research Society, MRS) 협력사로서, 소비자 조사 데이터 처리 및 수집에 관하여, MRS 행동 강령 및 일반데이터보호규정(General Data Protection Regulation, GDPR)을 따르고 있다.

- 5 소 개
- 6 게임에 대한 글로벌 관점
- 7 글로벌 게임 이용자
- 8 글로벌 관점 : 성별 중심
- 9 글로벌 관점 : 연령 중심
- 10 글로벌 관점 : 게임 플레이의 이점
- 12 글로벌 관점 : 사람들을 연결하는 게임
- 14 글로벌 관점 : 능력을 향상하는 게임
- 16 참여 국가

16 호주	38 멕시코
18 브라질	40 나이지리아
20 캐나다	42 폴란드
22 캐나다 : 퀘벡	44 사우디아라비아
24 중국	46 남아프리카공화국
26 이집트	48 한국
28 프랑스	50 스페인
30 독일	52 스웨덴
32 인도	54 아랍에미리트
34 이탈리아	56 영국
36 일본	58 미국

- 60 학술 연구

## 참여 세계 게임 협단체 목록



# 소개

전 세계적으로 비디오 게임은 재미있고 즐거운 엔터테인먼트로 여겨진다. 물론, 비디오 게임이라는 말에 '게임'이 들어가 있기 때문이다.

그러나 게임 업계 종사자들은 오랫동안 비디오 게임의 더 밝은 면을 볼 수 있었다. 게임 플레이어라는 공동 관심사를 통해, **사회공동체**나 심지어 인생의 동반자를 발견했다는 게임 이용자를 자주 봤다. 의사와 환자가 게임을 인생 전환적 **치료법이나 테라피**로 활용했다는 예도 있었다. 가족끼리 게임을 즐기며, 가족 관계가 돈독해지는 등, 게임이 서로 다른 세대를 잇는 모습을 봤다. e 스포츠 프로 선수와 스트리머의 취미 생활이 성공적인 커리어로 이어지는 사례도 있었다. 또한 전 세계 게임 이용자는 비디오 게임이 재미있을 뿐만 아니라, **영향력이 있다고** 했다.

게임 업계는 오랫동안 **혁신의 선두**에 서서, 플레이어의 경계를 재정의했을 뿐만 아니라, 업계 전반의 **소비자 소통, 직원 훈련과, 비즈니스 전환 및 성장 추진 방법을 혁신적으로 바꿨다.** 아울러 게임은 오랫동안 **문화의 중심**에서, 수십억 게임 이용자에게 음악, 텔레비전 프로그램, 영화 콘텐츠를 소개하고, 가장 좋아하는 브랜드 및 연예인과 교감할 기회를 제공했다. 그리고 많은 경우, 게이머들은 왕년 이후에도 게임 플레이를 통해 **스포츠와 취미생활을 지속**할 수 있었다.

게임은 오래전부터 단순 엔터테인먼트를 넘어, 강력한 문화, 비즈니스, 사회 현상으로 정착했고, 게임 플레이를 사랑하는 이들도 있다. 그럼에도 불구하고, 게임에 대한 해묵은 편견은 아직도 존재한다. 이제는 세계가 **게임 플레이어의 영향력**을 인정할 때이다.

이번 2025년 <게임 플레이 영향력(Power of Play)> 보고서는 게임 업계를 대표하는 전 세계 게임 협단체가 협력하여, 게임 이용자를 대상으로 진행한 가장 큰 설문조사다.

한국, 호주, 브라질, 캐나다, 중국, 이집트, 프랑스, 독일, 인도, 이탈리아, 일본, 멕시코, 나이지리아, 폴란드, 사우디아라비아, 남아프리카공화국(남아공), 스페인, 스웨덴, 아랍에미리트(UAE), 영국, 미국 등 21개국의 16세 이상 게임 이용자 24,216명에게 게임 플레이 이유, 플레이 방식과, 개인이 느끼는 플레이어의 장점에 대해 질의했다.

그 결과, 세계적으로 게임을 즐기는 가장 큰 이유는 **재미를 위해서**고, 게임은 이용자들의 **스트레스 해소**와, **어려운 시기 극복**에 도움을 준다는 사실을 확인했다. 게이머들은 또한, 게임이 **문제 해결력, 협동력, 적응력, 비판적 사고** 같은 **능력 개발에 도움**을 준다고 했다.

전 세계적으로 게임은 **친구, 아이들, 가족과 긍정적이고, 지속적인 연결** 관계를 쌓을 수 있는 대중적 매체로 인정 받는 한편, 매우 고립적 환경에서도 **새로운 관계**를 발견하고 형성할 수 있는 공간으로 여겨지기도 한다.

게임 플레이어의 이점은 플레이를 사랑하는 이들만의 전유물이 아니다. 게임에 대한 만연한 편견에 이의를 제기하는 학술적 연구가 증가하고 있다. 이러한 연구는 게임이 **인지 발달을 향상**하고, **정서적 회복력을 증진**하고, **사회 및 정신 건강을 지원**하며, **학습 및 발달을 높인**다는 발견에 지속적으로 힘을 보태고 있다.

이번 보고서에는 게이머 24,000여 명의 설문 조사 결과와, 피어리뷰를 받은 철저한 연구 결과를 수록했다. 이는 모두 전 세계 게임 이용자 수십억 명이 느끼고 있는 플레이어의 이점과 긍정적 감정을 입증한다.

전부 통틀어서, 이번 연구는 진정한 **게임 플레이어 영향력을 증명**한다.

# 게임에 대한 글로벌 관점

## 24,216 전 세계 응답자 수

매주 게임을 즐기는 16세 이상 게임 이용자 대상

6개 대륙 내 21개국

전국 대표 표본

글로벌 결과란 21개국에 대해 조사한 결과를 뜻함



### 아프리카

이집트 : 1,027  
나이지리아 : 1,082  
남아공 : 1,283



### 유럽

영국 : 1,002  
프랑스 : 1,047  
독일 : 1,012  
이탈리아 : 1,021  
스페인 : 1,006  
스웨덴 : 1,016  
폴란드 : 1,072



### 아시아

중국 : 1,501  
인도 : 1,501  
일본 : 1,049  
사우디아라비아 : 1,076  
한국 : 1,005  
아랍에미리트 : 1,018



### 북미

캐나다 : 1,007  
퀘벡 : 515  
멕시코 : 1,073  
미국 : 1,554



### 남미

브라질 : 1,348



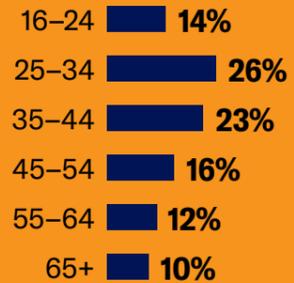
### 호주

호주 : 1,002

# 글로벌 게임 이용자

## 게임이용자 연령

16세 이상 게이머 대상



평균 연령



## 게임이용자 성별



1%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

## 게임 플레이 이유 상위 3위



재미를 위해



스트레스 해소/휴식을 위해



정신을 기민하게 유지하기 위해/두뇌 운동을 위해

## 다양한 게임이용 상황



## 가장 좋아하는 기기



## 글로벌 관점 : 연령 중심

가장 좋아하는 기기

■ 남성 ■ 여성



선호하는 장르



게임 플레이 이유 상위 3위



## 글로벌 관점 : 연령 중심

가장 좋아하는 기기

■ 35세 미만 ■ 55세 이상

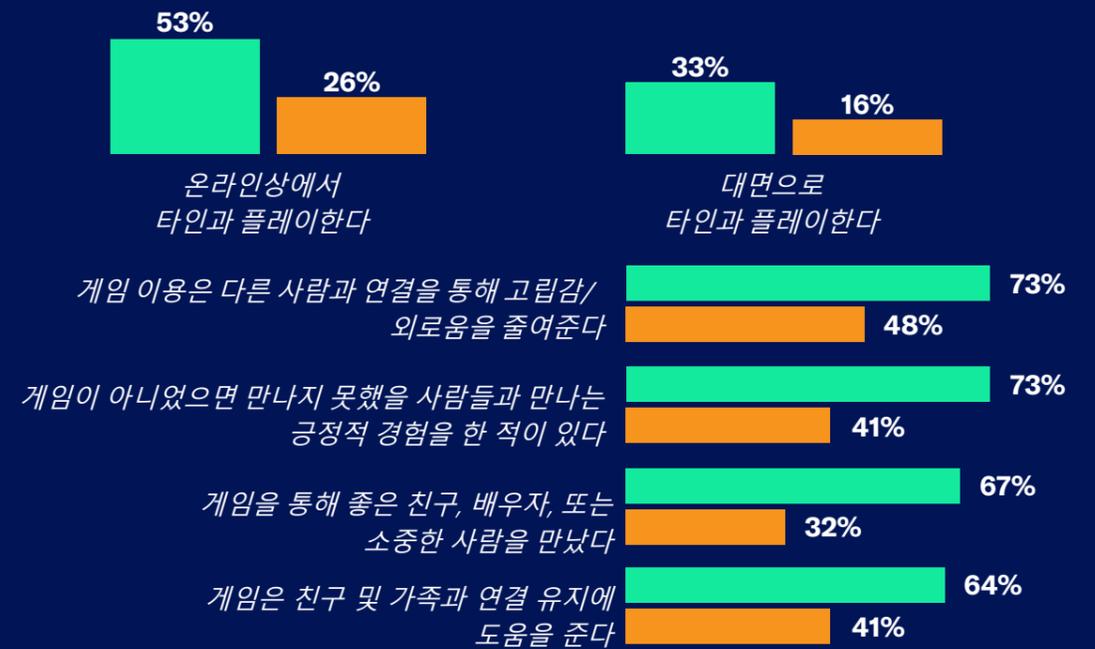


선호하는 장르



타인과 연결

주간 플레이 기준



## 글로벌 관점 : 게임 플레이어의 이점

전 세계적으로 게이머들은 게임에 다음과 같은 이점이 존재한다고 했다.



**81%**  
정신적 자극을  
제공한다



**80%**  
스트레스를  
해소한다



**78%**  
장애가 있는 사람들을 위해  
접근 가능한 경험을 제공한다



**73%**  
더 행복하게  
해준다



**72%**  
일상적 어려움을 해소  
할 수 있게 한다



**71%**  
사람들에게 새로운 친구와  
관계를 소개한다



**70%**  
불안감을 덜  
느끼게 한다



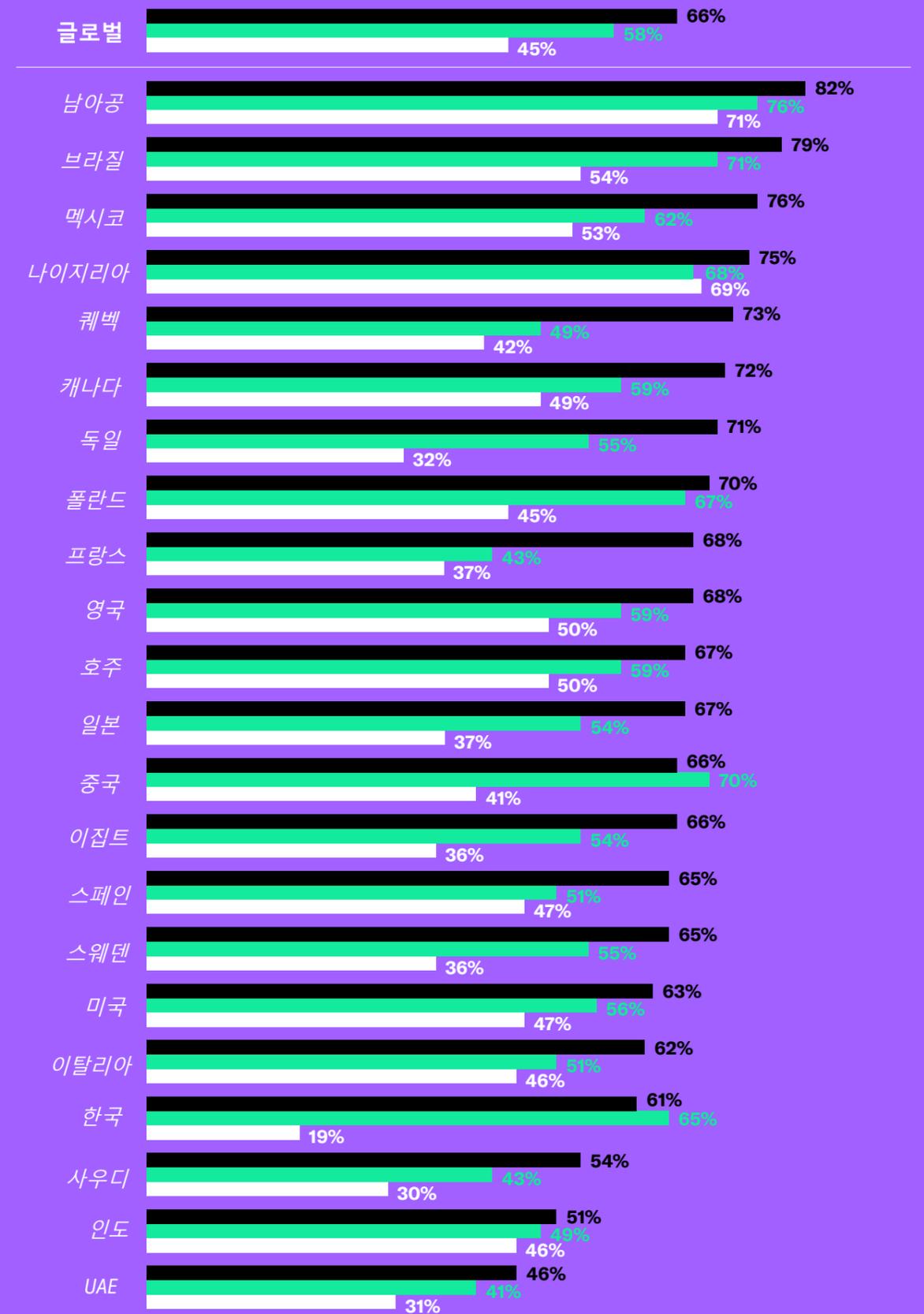
**64%**  
타인과 연결을 통해 고립감  
/외로움을 덜 느끼게 한다



**62%**  
어려운 시기를  
극복하는 데 도움을 주었다

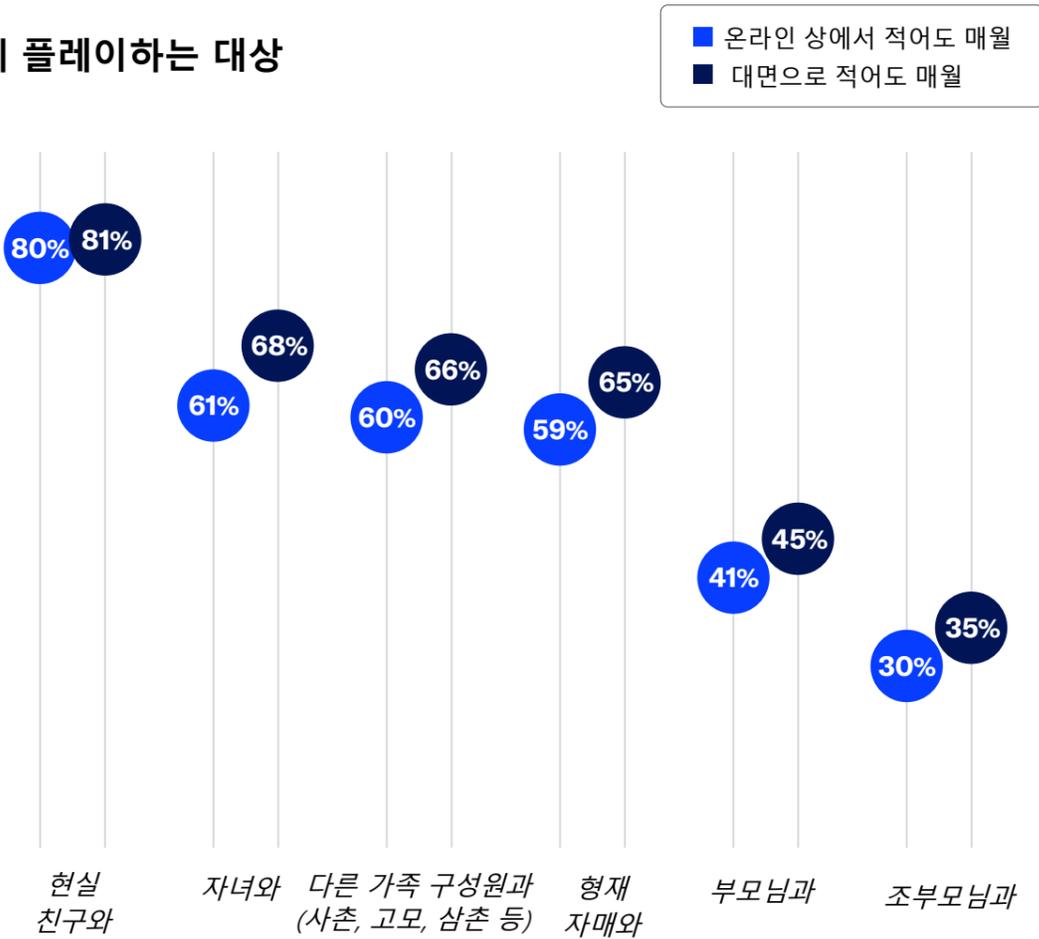
## 게임 플레이 이유 상위 3위

■ 재미를 위해  
■ 스트레스 해소/휴식을 위해  
■ 정신을 기민하게 유지하기 위해/두뇌 운동을 위해



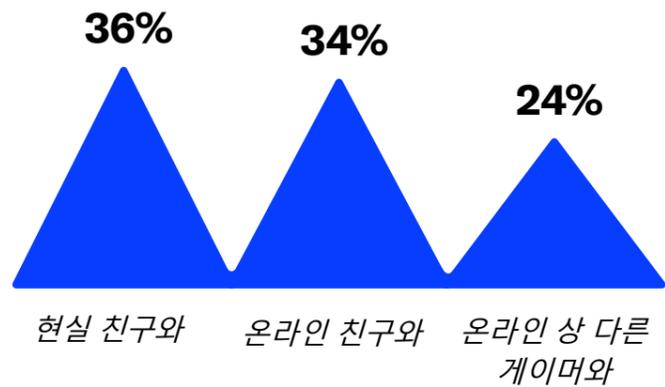
# 글로벌 관점 : 사람들을 연결하는 게임

## 함께 플레이하는 대상



## 온라인 상에서 가족이 아닌 이들과의 플레이

적어도 매주 플레이하는 이들의 경우



## 타인과의 플레이는 긍정적 경험을 제공한다

- 긍정적 경험을 제공한다
- 매우 긍정적 경험을 제공한다
- 긍정 답변 총합

국가	대면으로 플레이			온라인 상 플레이		
	긍정적 경험	매우 긍정적 경험	긍정 답변 총합	긍정적 경험	매우 긍정적 경험	긍정 답변 총합
글로벌	47%	21%	68%	48%	20%	68%
브라질	52%	30%	82%	53%	30%	82%
나이지리아	48%	30%	78%	46%	25%	71%
남아공	49%	27%	76%	49%	24%	73%
이집트	47%	29%	76%	47%	28%	75%
사우디	46%	28%	74%	47%	28%	75%
멕시코	50%	23%	73%	53%	18%	71%
스페인	51%	21%	72%	54%	20%	74%
영국	50%	22%	72%	50%	21%	71%
폴란드	56%	15%	71%	54%	13%	67%
중국	52%	18%	70%	54%	21%	75%
퀘벡	53%	16%	69%	50%	14%	64%
호주	50%	19%	69%	51%	14%	65%
캐나다	47%	17%	64%	47%	19%	66%
인도	40%	23%	63%	41%	24%	65%
이탈리아	48%	14%	62%	49%	14%	63%
일본	43%	19%	62%	43%	13%	56%
미국	40%	21%	61%	42%	21%	63%
프랑스	46%	13%	59%	51%	11%	62%
스웨덴	44%	13%	57%	45%	13%	58%
UAE	36%	18%	54%	42%	16%	58%
독일	42%	11%	53%	38%	14%	52%
한국	37%	9%	46%	49%	9%	58%

## 글로벌 관점 : 능력을 향상하는 게임

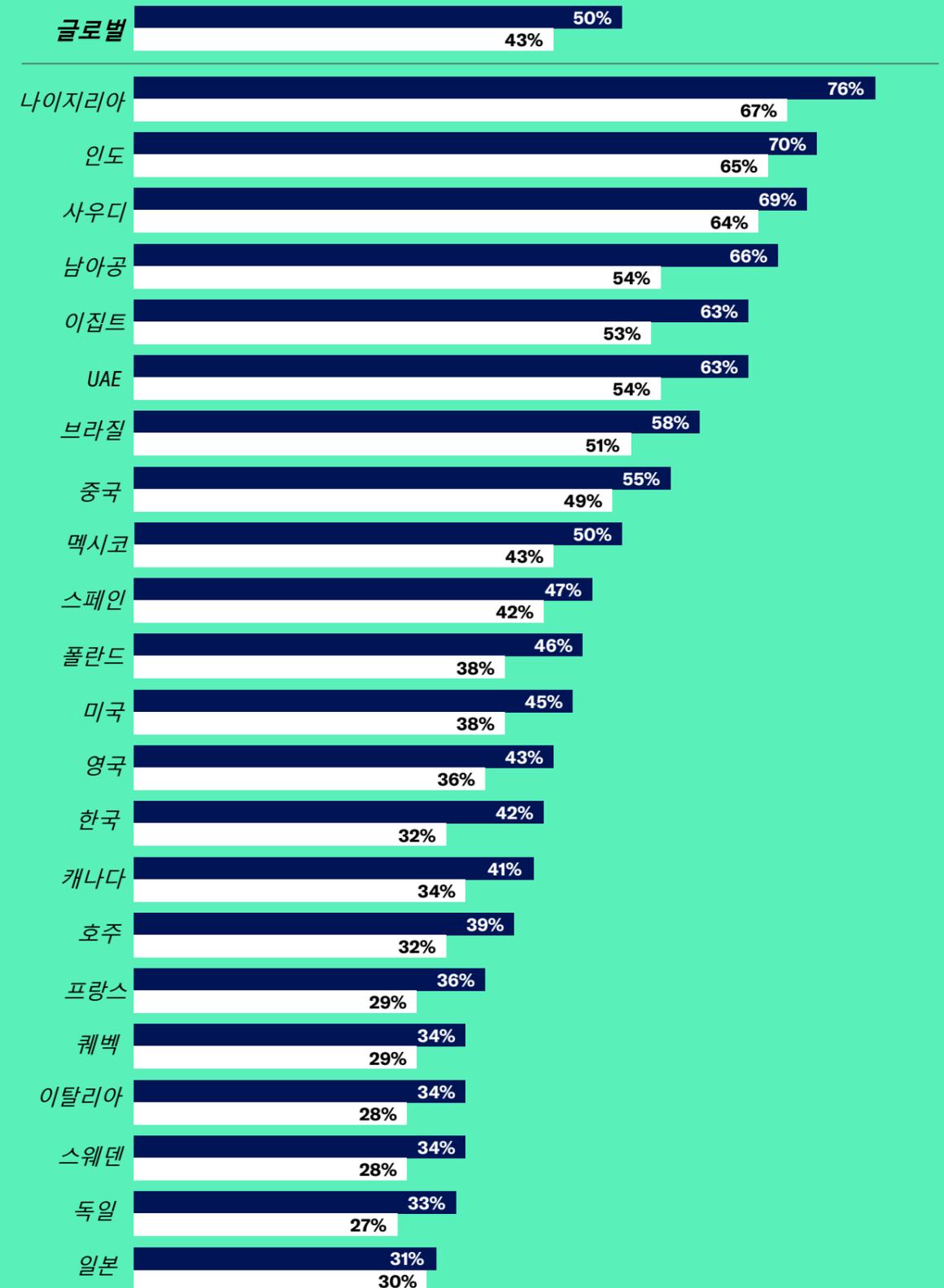
게임을 통해 가장 많이 향상한 능력은 창의력과 문제 해결 능력이다

전 세계적으로 게임은 다음과 같은 능력을 향상시킨다고 했다.



## 커리어 촉매제로서 게임

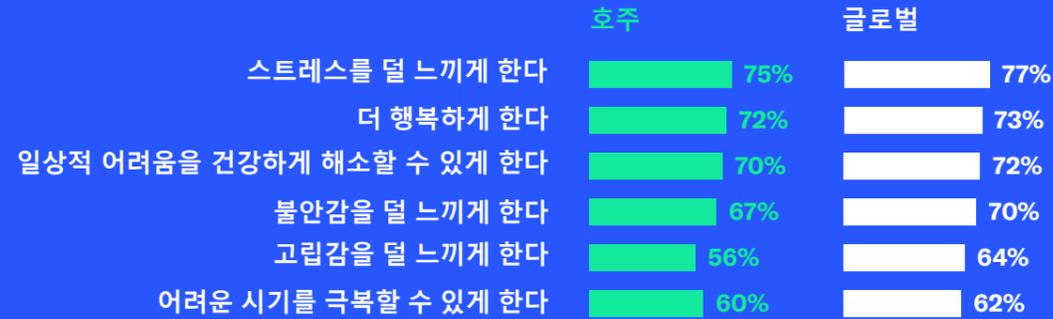
■ 게임을 통해 배운 기술이나 행동 능력 덕분에, 게임 플레이는 내 전문 교육 및 커리어에 긍정적 영향을 미쳤다  
 ■ 게임 플레이는 내 커리어 및 교육에 긍정적 영향을 미쳤다



# 호주

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



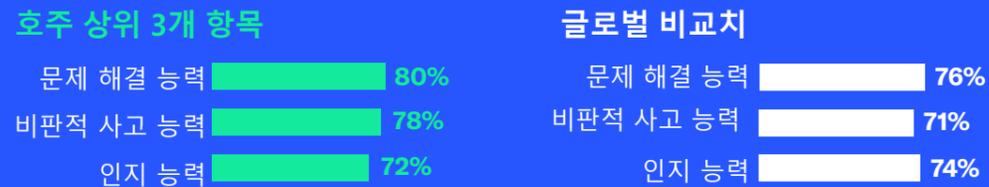
## 사람들을 연결하는 게임



**43%** 의 호주 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다.

## 능력을 향상하는 게임

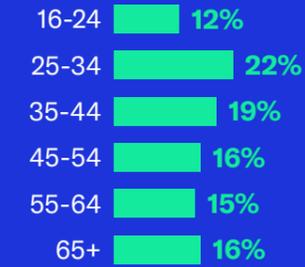
호주 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



응답자 1,002명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

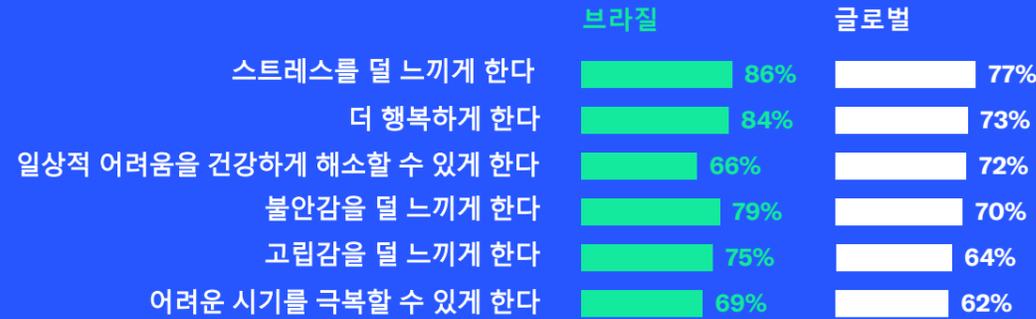
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 브라질

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



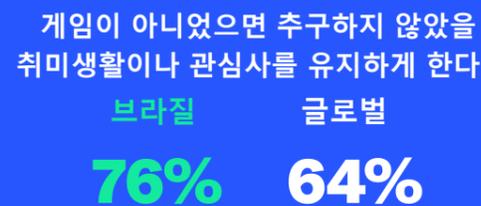
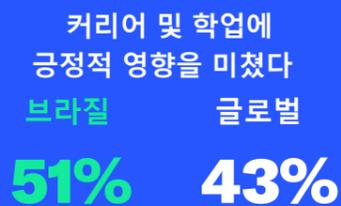
## 사람들을 연결하는 게임



**66%** 의 브라질 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다.

## 능력을 향상하는 게임

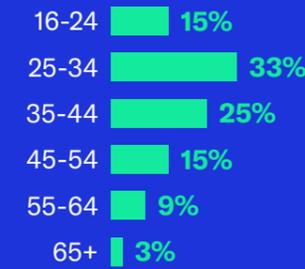
브라질 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



응답자 1,348명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



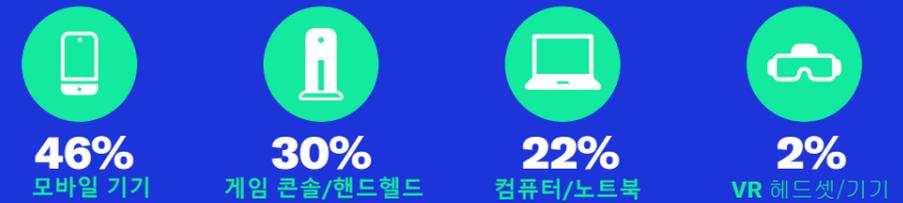
### 게이머 성별



**43%** 남성 **57%** 여성

1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

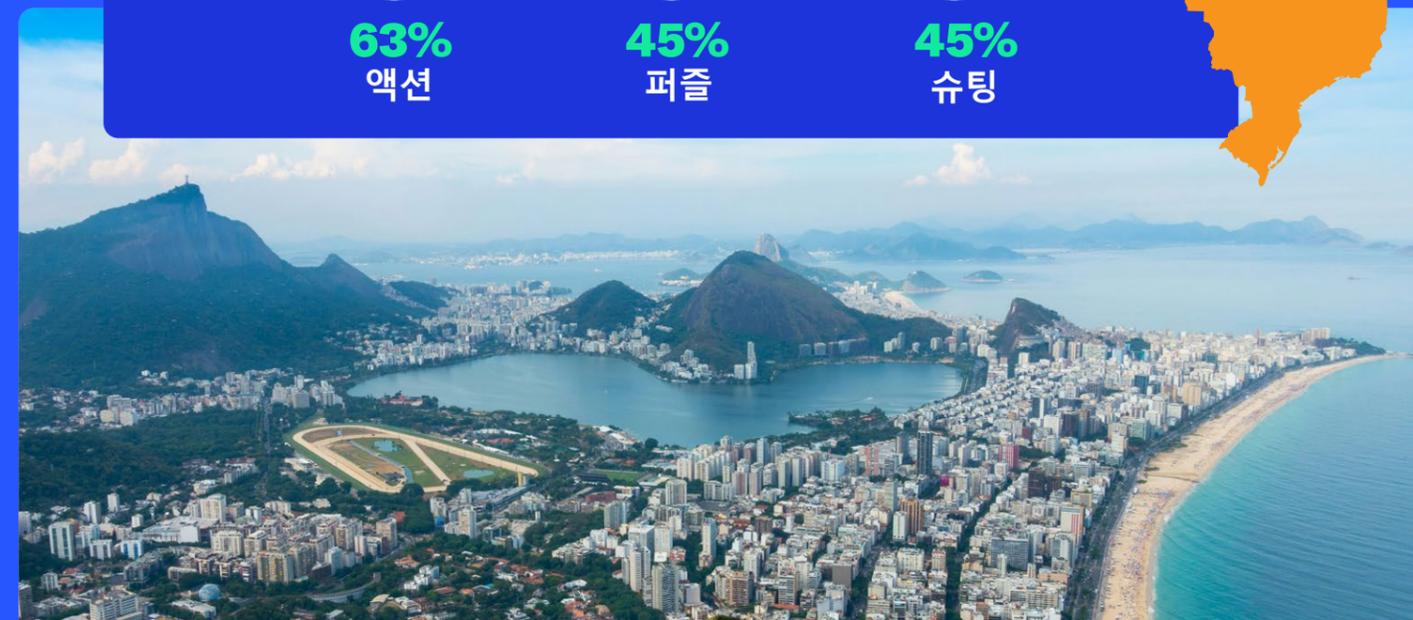
### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타를 선택

### 게임 장르 상위 3위

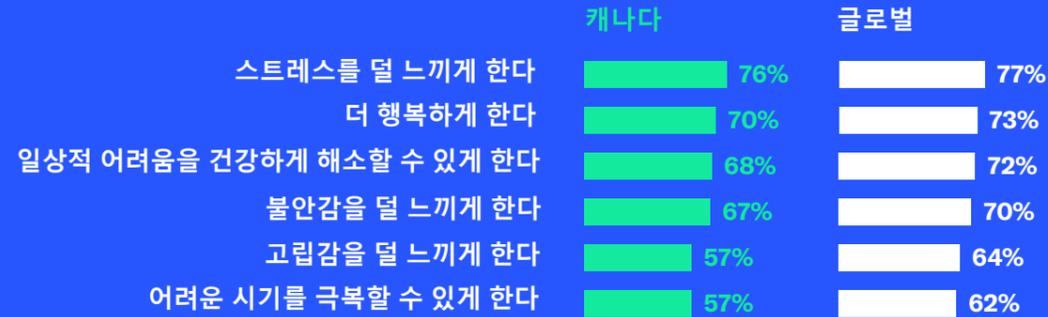
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 캐나다

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



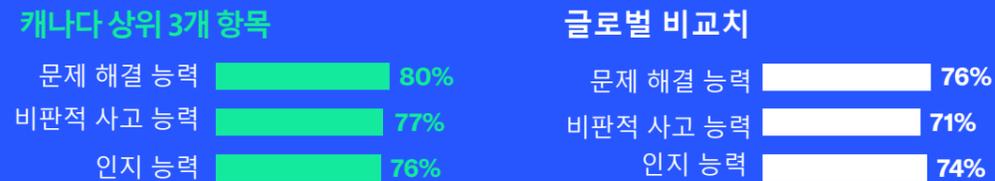
## 사람들을 연결하는 게임



**45%** 의 캐나다 부모들은 게임 플레이가 아이들의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다.

## 능력을 향상하는 게임

캐나다 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다

캐나다	글로벌
<b>34%</b>	<b>43%</b>

게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

캐나다	글로벌
<b>52%</b>	<b>64%</b>

응답자 1,007명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 캐나다 : 퀘벡

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**37%**의 퀘벡 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다.

## 능력을 향상하는 게임

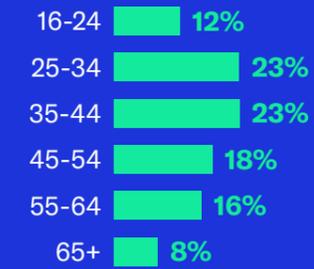
퀘벡 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



응답자 514명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



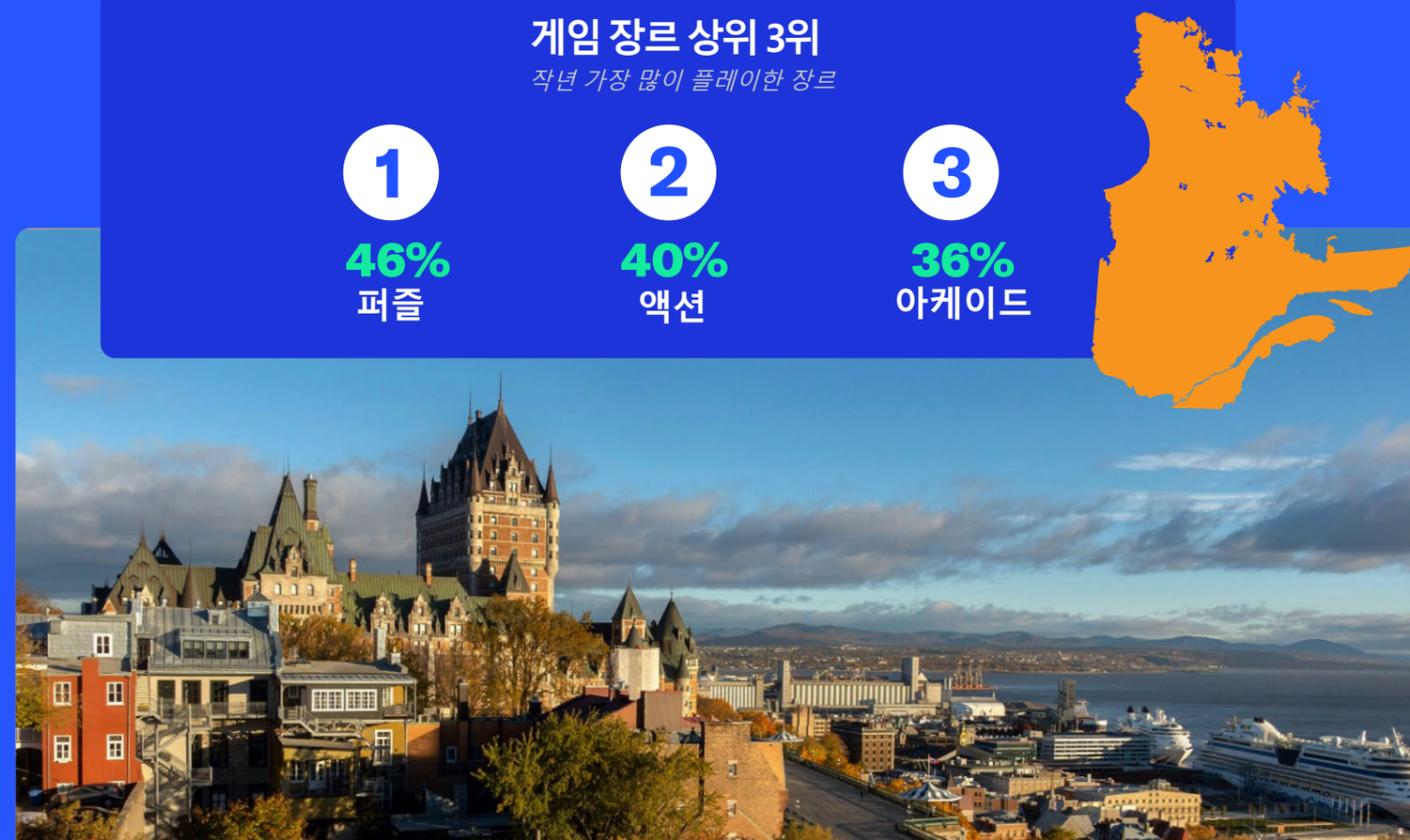
1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

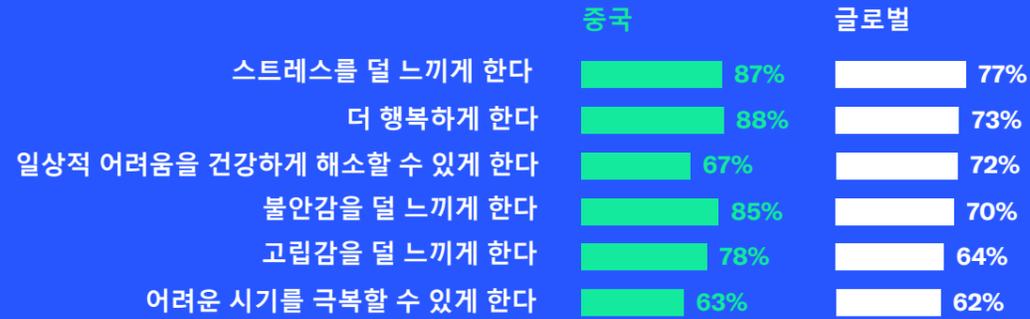
작년 가장 많이 플레이한 장르



# 중국

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

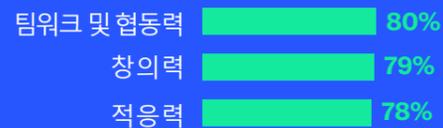


**66%** 의 중국 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

중국 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 중국 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다



게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



응답자 1,501명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



**67%** 남성  
**33%** 여성

1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

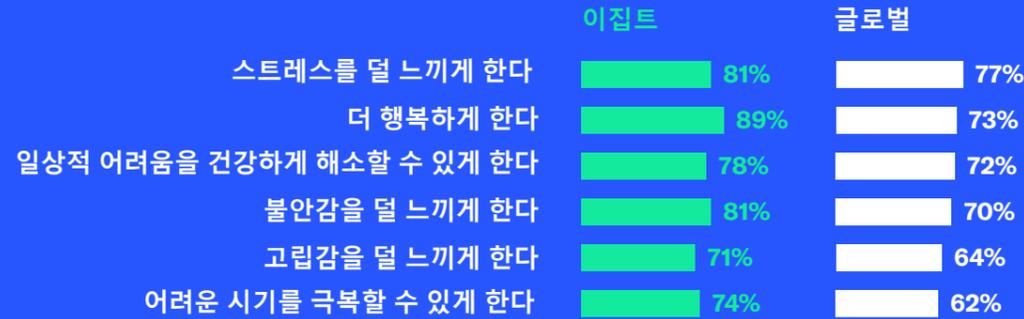
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 이집트

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

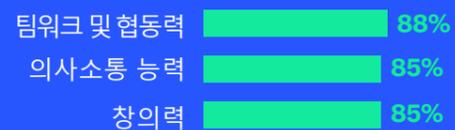


**68%** 의 이집트 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

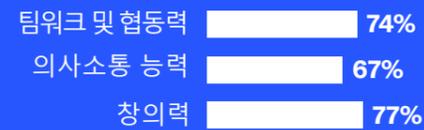
## 능력을 향상하는 게임

이집트 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 이집트 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다



게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



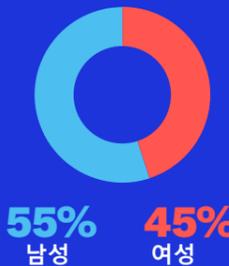
응답자 1,027명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

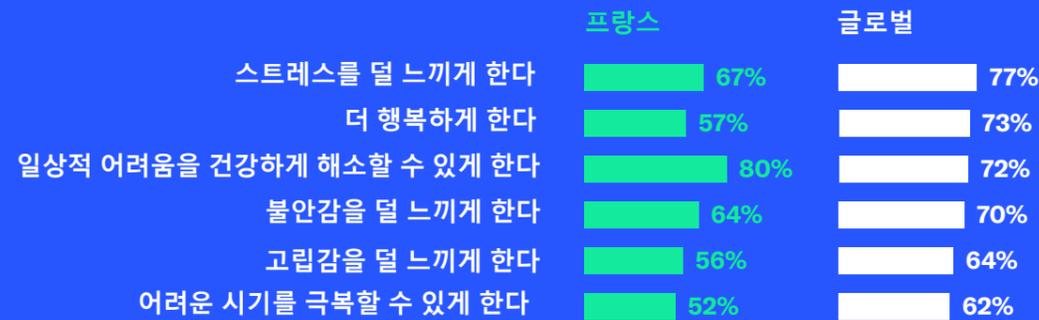
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 프랑스

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

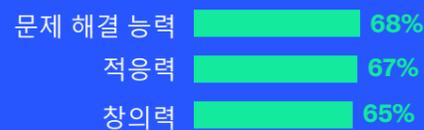


**43%** 의 프랑스 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

프랑스 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 프랑스 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다



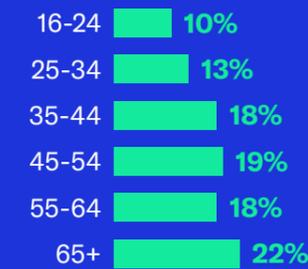
게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



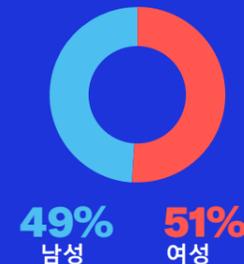
응답자 1,047명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



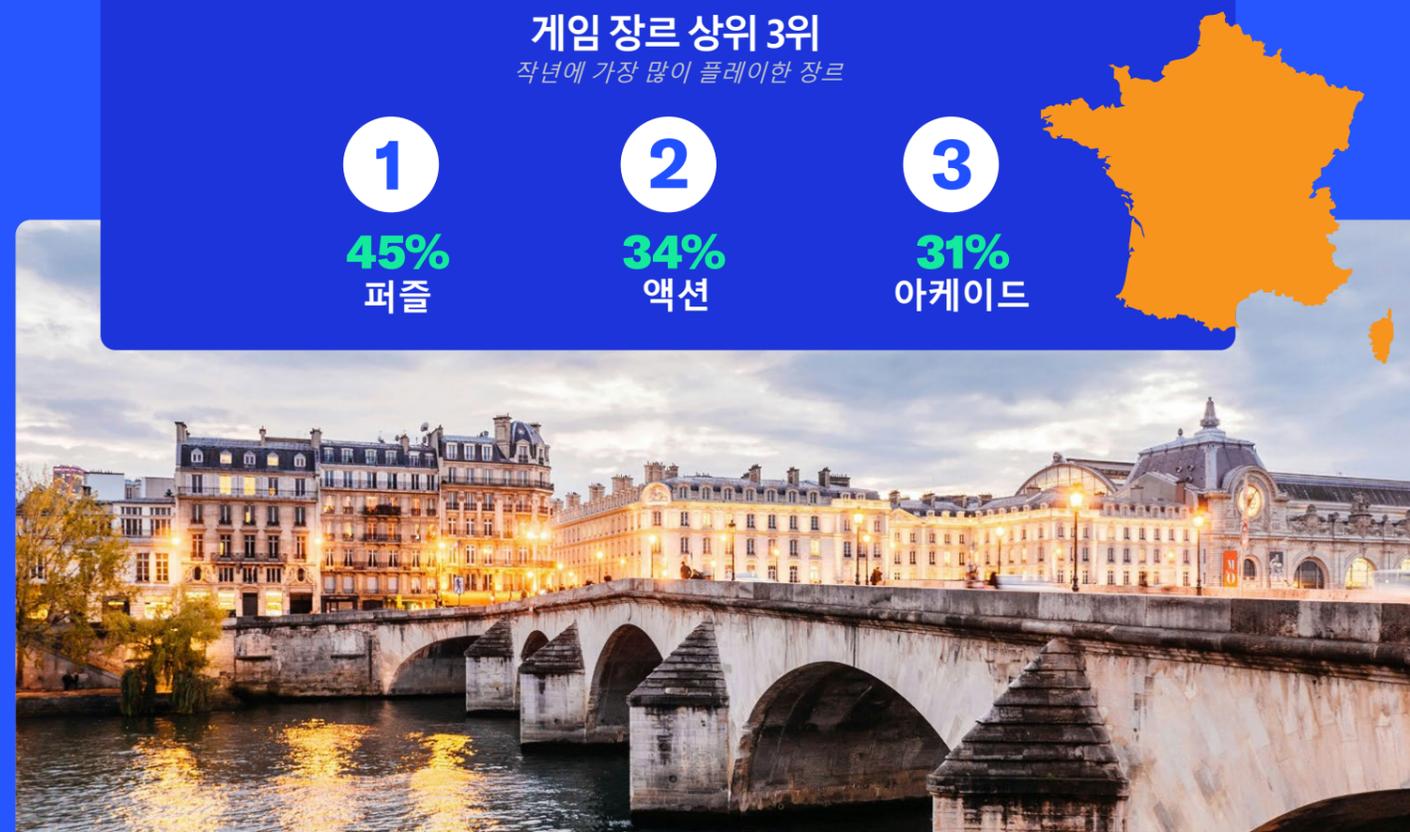
1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 독일

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**37%**의 독일 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

독일 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



응답자 1,012명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

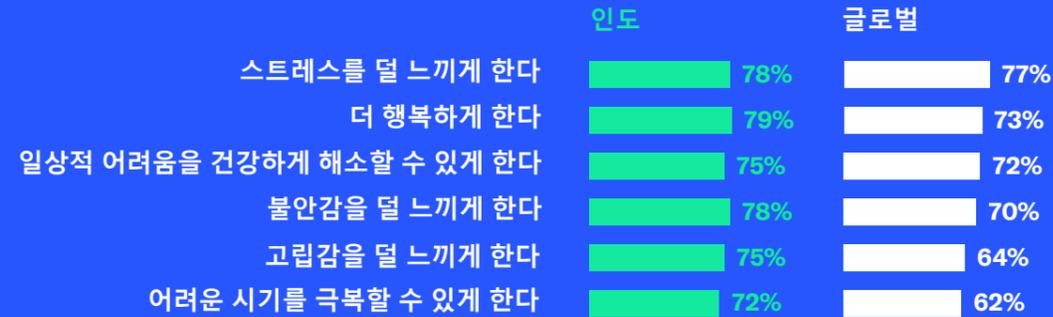
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 인도

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

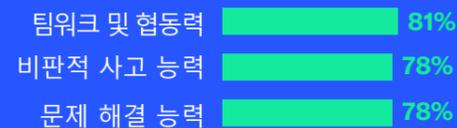


**67%** 의 인도 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

인도 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 인도 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다



게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



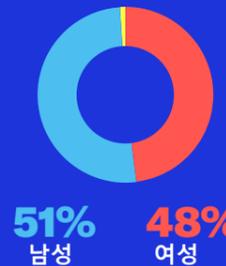
응답자 1,501명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 이탈리아

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**39%** 의 이탈리아 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

이탈리아 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다

이탈리아	글로벌
<b>28%</b>	<b>43%</b>

게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

이탈리아	글로벌
<b>51%</b>	<b>64%</b>

응답자 1,021명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 일본

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

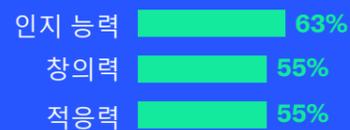


**34%** 의 일본 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

일본 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 일본 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다



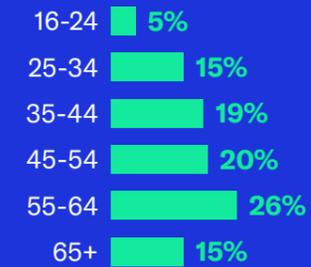
게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



응답자 1,049명

### 게이머 연령

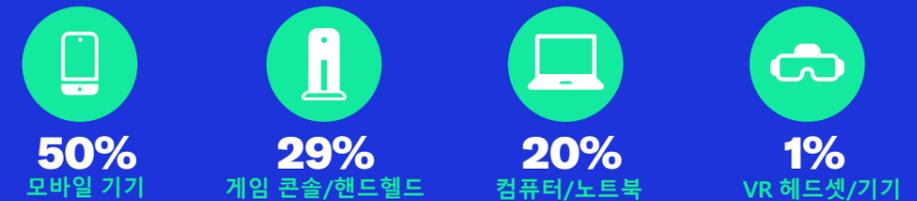
16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



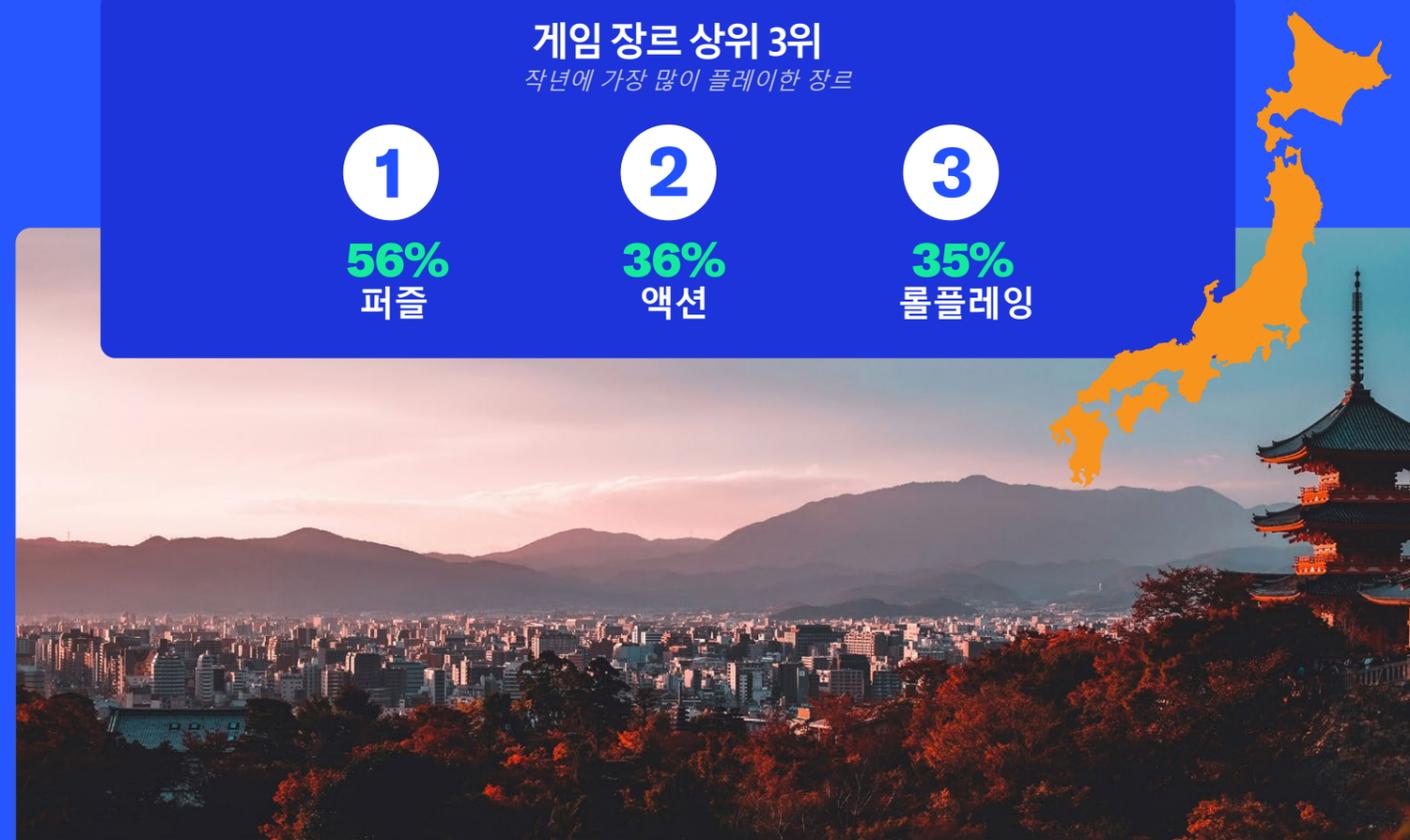
### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

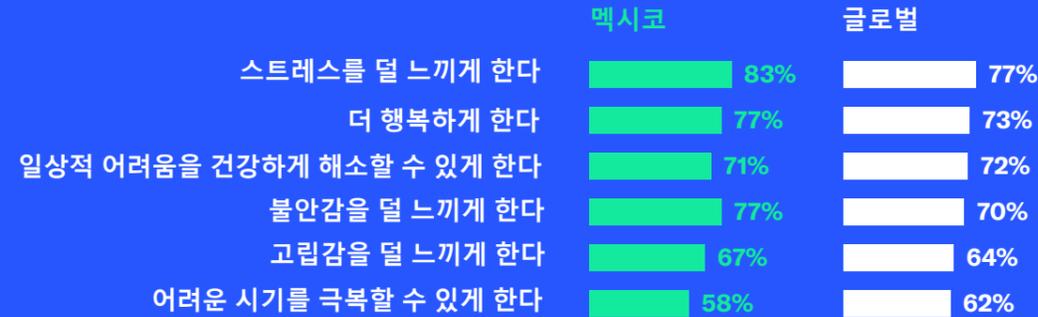
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 멕시코

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**61%**의 멕시코 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

멕시코 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다

멕시코 <b>43%</b>	글로벌 <b>43%</b>
----------------	----------------

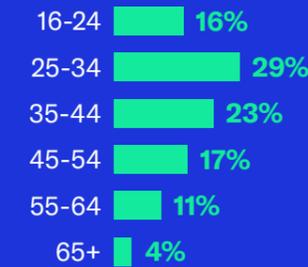
게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

멕시코 <b>68%</b>	글로벌 <b>64%</b>
----------------	----------------

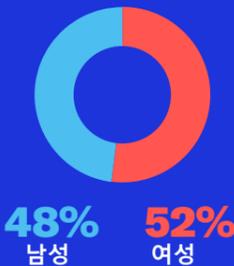
응답자 1,073명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상

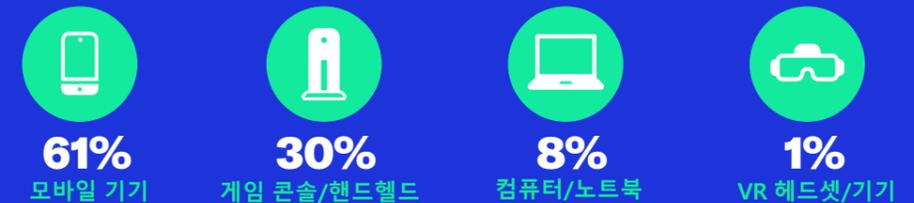


### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

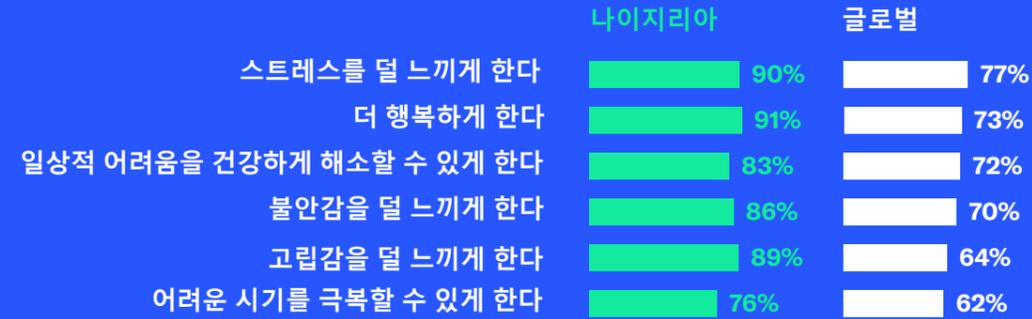
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 나이지리아

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



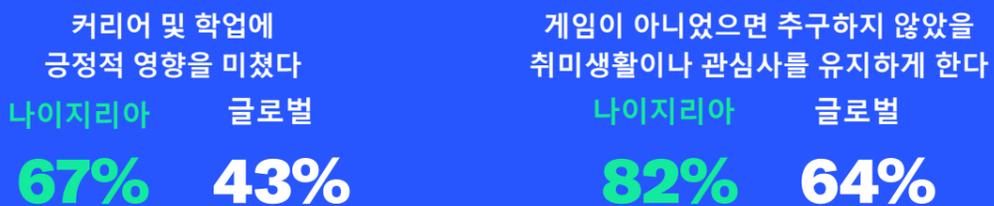
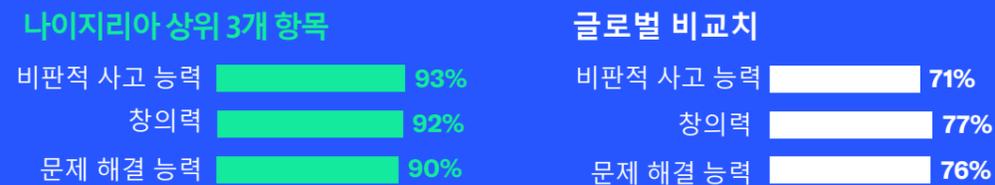
## 사람들을 연결하는 게임



**78%** 의 나이지리아 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

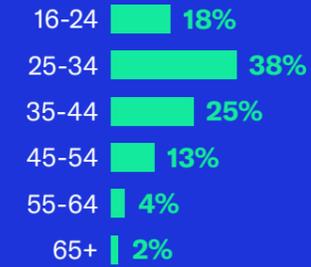
나이지리아 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



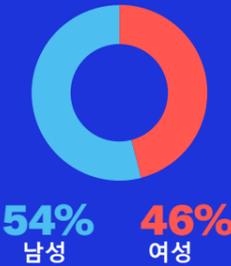
응답자 1,082명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

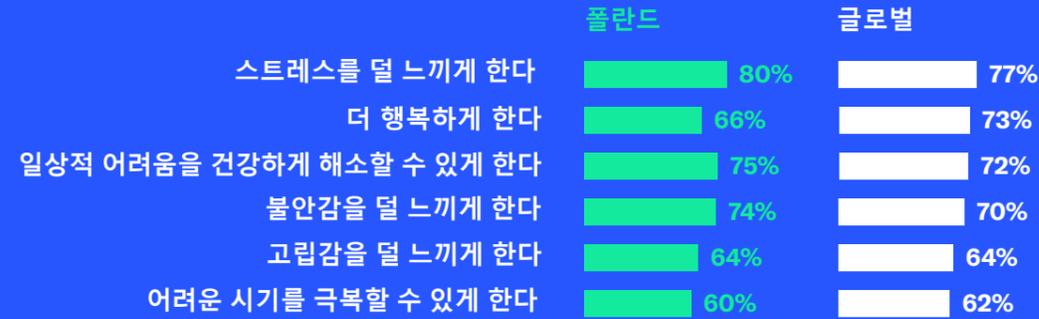
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 폴란드

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**52%**의 폴란드 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

폴란드 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



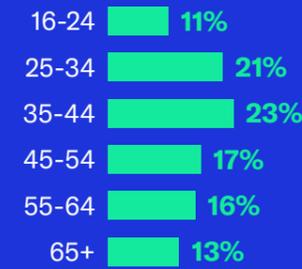
커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다  
**폴란드 38%**    **글로벌 43%**

게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다  
**폴란드 60%**    **글로벌 64%**

응답자 1,072명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

## 가장 좋아하는 기기



## 게임 장르 상위 3위

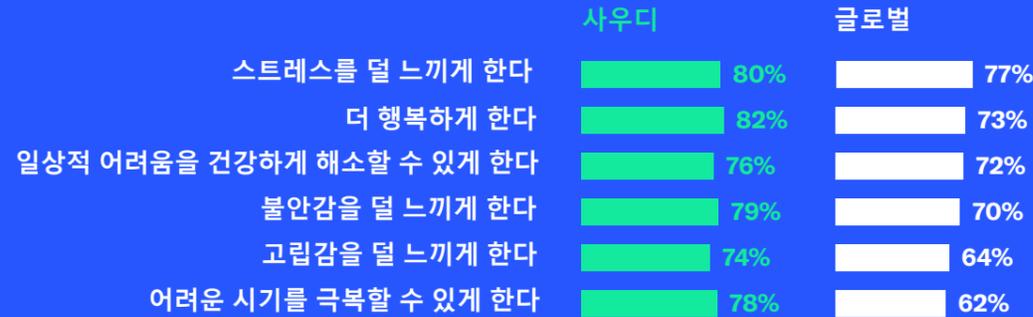
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 사우디아라비아

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

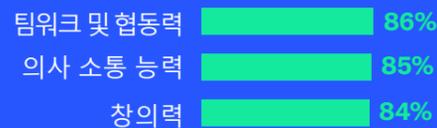


**73%**의 사우디 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 스킬을 향상하는 게임

사우디 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 사우디 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다



게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



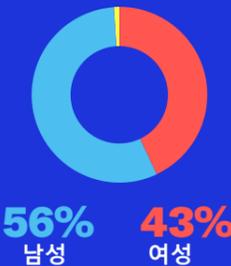
응답자 1,076명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

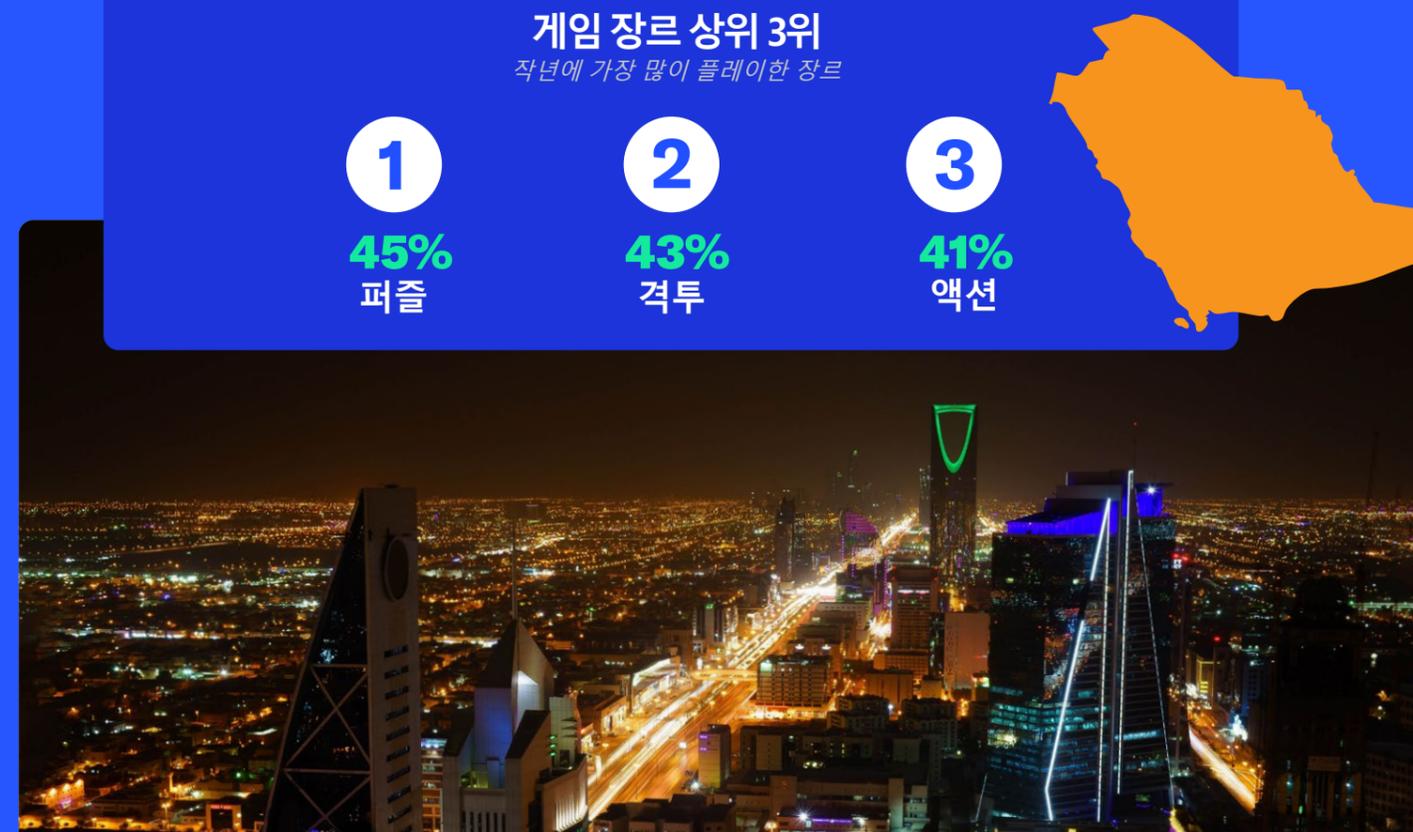
### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

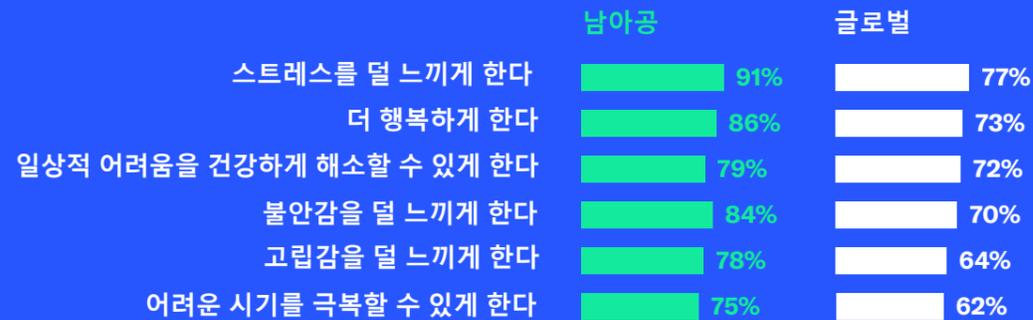
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 남아프리카공화국

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**72%**의 남아공 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

남아공 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



응답자 1,283명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



41% 남성  
58% 여성

1%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 한국

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**51%** 의 한국 부모는 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

한국 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다

한국 <b>32%</b>	글로벌 <b>43%</b>
---------------	----------------

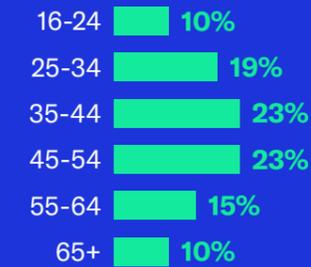
게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

한국 <b>59%</b>	글로벌 <b>64%</b>
---------------	----------------

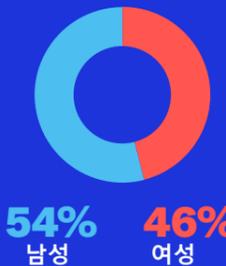
응답자 1,005명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 스페인

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**53%**의 스페인 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

스페인 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다

스페인	글로벌
<b>42%</b>	<b>43%</b>

게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

스페인	글로벌
<b>61%</b>	<b>64%</b>

응답자 1,006명

### 게이머 연령

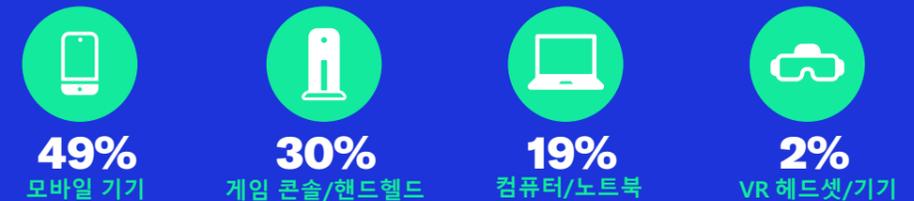
16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 스웨덴

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



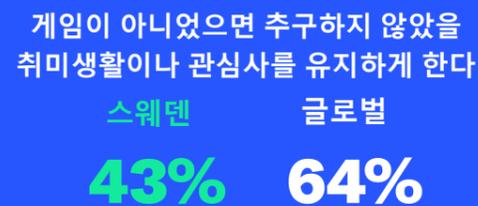
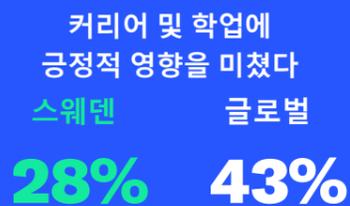
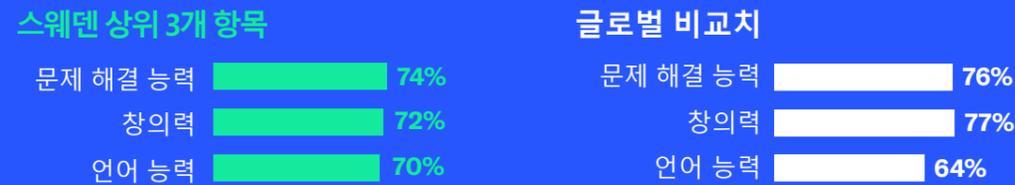
## 사람들을 연결하는 게임



**41%**의 스웨덴 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

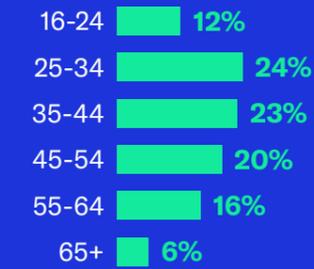
스웨덴 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.



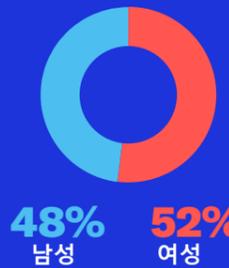
응답자 1,016명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상

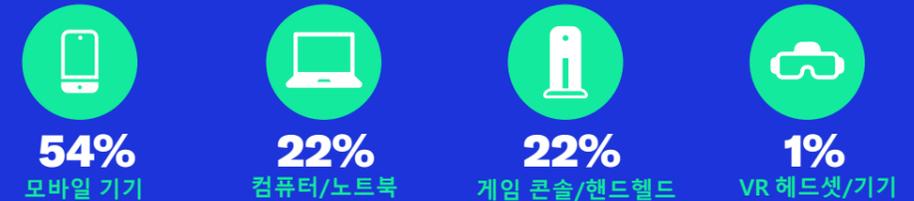


### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

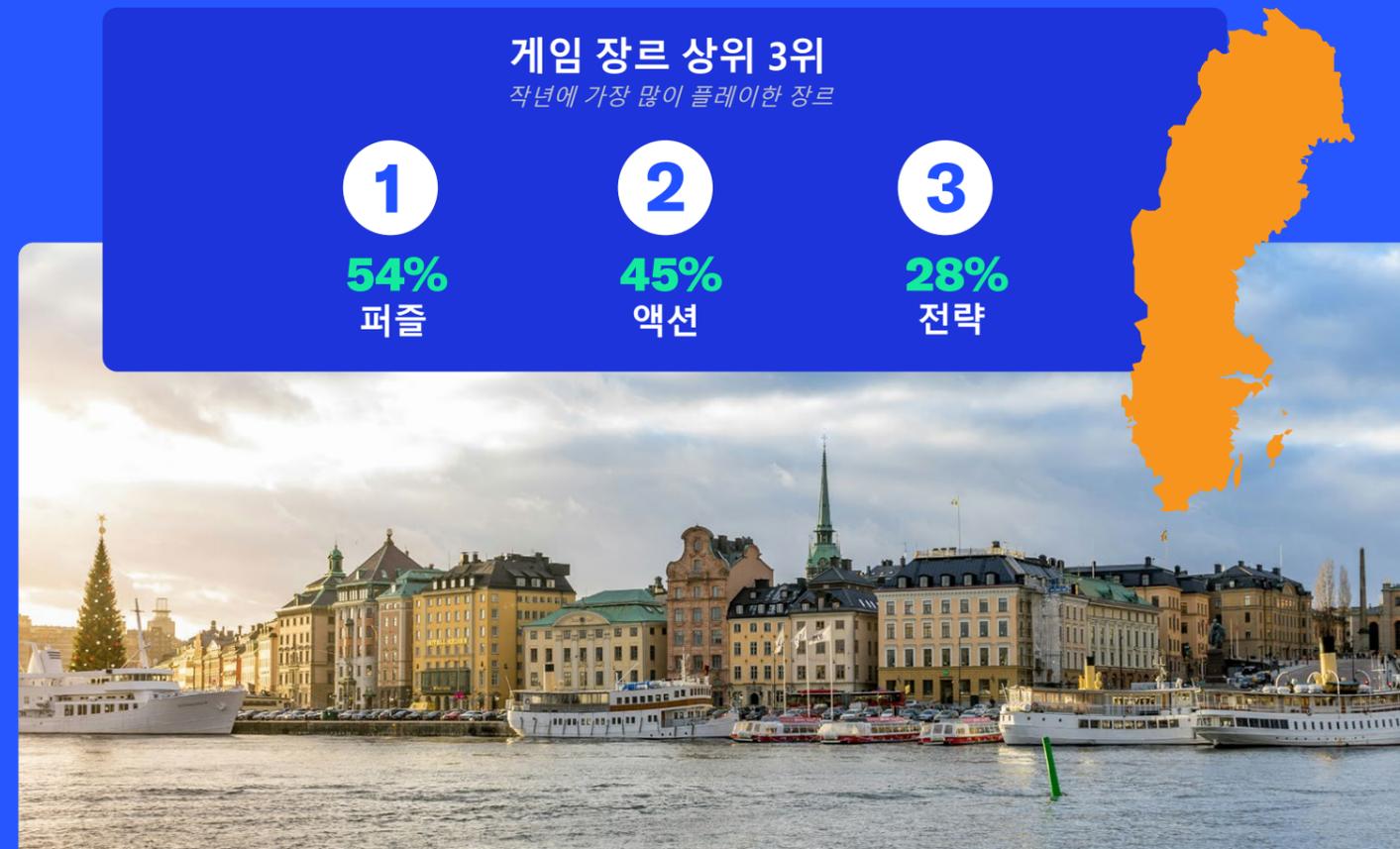
### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

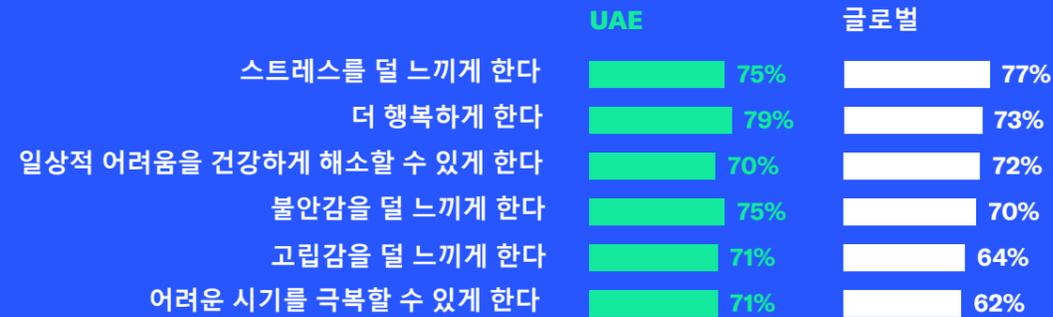
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 아랍에미리트(UAE)

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

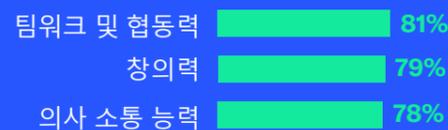


**65%** 의 UAE 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

UAE 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### UAE 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다



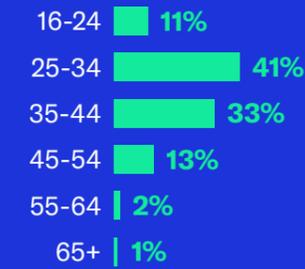
게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



응답자 1,018명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



2%는 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 영국

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임

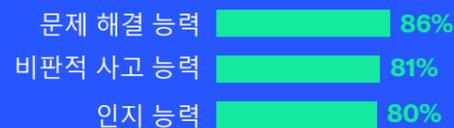


**54%**의 영국 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

영국 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다.

### 영국 상위 3개 항목



### 글로벌 비교치



커리어 및 학업에  
긍정적 영향을 미쳤다



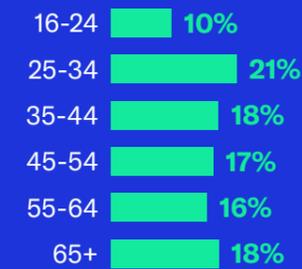
게임이 아니었으면 추구하지 않았을  
취미생활이나 관심사를 유지하게 한다



응답자 1,002명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상

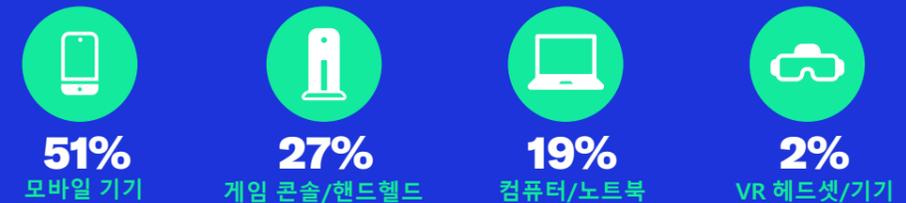


### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

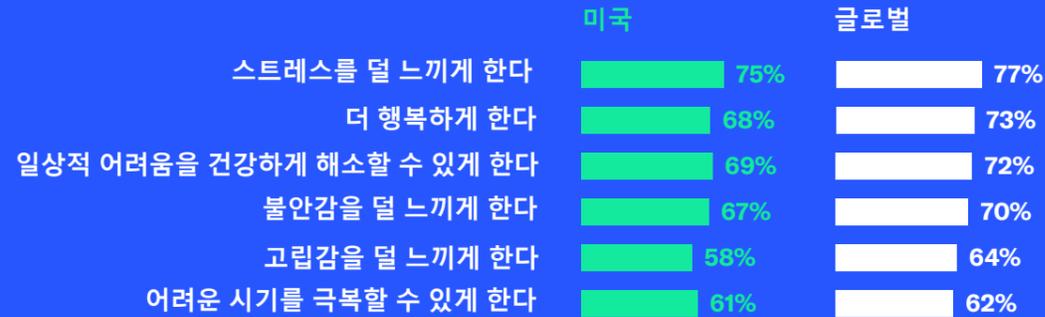
작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 미국

## 정신적 회복을 위한 게임

게임은...



## 사람들을 연결하는 게임



**47%** 의 미국 부모들은 게임 플레이가 아이들과의 관계에 긍정적 영향을 미쳤다고 했다

## 능력을 향상하는 게임

미국 게이머들은 게임이 다음과 같은 능력을 향상시켰다고 한다



커리어 및 학업에 긍정적 영향을 미쳤다

미국	글로벌
<b>38%</b>	<b>43%</b>

게임이 아니었으면 추구하지 않았을 취미생활이나 관심사를 유지하게 한다

미국	글로벌
<b>55%</b>	<b>64%</b>

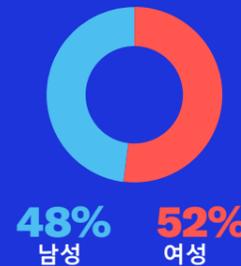
응답자 1,554명

### 게이머 연령

16세 이상 게이머 대상



### 게이머 성별



1% 미만은 "그 외" 또는 "공개하고 싶지 않음"이라 응답

### 가장 좋아하는 기기



1%는 기타 항목을 선택

### 게임 장르 상위 3위

작년에 가장 많이 플레이한 장르



# 학술 연구

## 2025년 게임 플레이 영향력 보고서

개인과 사회에 게임이 미치는 영향에 대해 수십 년간 진행된 과학적 연구는 게임에 다양한 이점이 있다는 사실을 드러냈다. 아동의 경우, 게임은 △문제 해결 능력, △논리력, △감정 회복력, △교내 참여도, △학업 능력 향상과, △스트레스 해소에 도움을 주어, 이들의 인지 능력이 높아졌다. 실제로 이러한 연구는 게임이 어떻게 △사회적 연결을 강화하고, △정신 건강 및 웰빙을 지원하며, △전 연령의 능력을 향상하는지 증명했다. 게임은 이미 △건강 관리, △항공, △우주 탐험, △사업의 실제 성과를 향상하고, △프로 운동 선수의 실력을 높이기 위해 많이 활용되는 중이다. 이러한 이점 외에도, 게임은 매우 인기 있는 엔터테인먼트로, 나이를 불문하고 전 세계 게이머의 마음과 상상력을 사로잡았다. 과학적 연구는 게임 플레이의 영향력에 대해 다음과 같은 사항을 발견했다.

### 1. 게임 플레이는 건강과 웰빙에 긍정적 영향을 줄 수 있다.

많은 연구는 게임 플레이가 정신 건강 및 웰빙에 미치는 다양한 긍정적 영향을 탐구한다. 학계와, 게임이용자들은 게임 플레이가 △재미있고, △기분을 나아지게 하고, △스트레스, 불안감, 외로움을 줄이며, △우울증 치료에 도움을 준다고 했다.

### 게임 플레이는 아동의 감정, 개발, 자심감에 긍정적 영향을 준다.

2014년, 미국 심리학자 "아메리칸 사이콜로지스트(American Psychologist)"에 실린 한 논문은 게임 플레이의 긍정적 효과를 보여주는 연구를 요약했다(Granic et al., 2014). 저자들은 네덜란드 라드바우드 대학교의 행동과학 연구소 소속으로, "게임 이용은 아동과 청소년에게 긍정적 감정을 발생시킬 수 있는 가장 효율적이고, 효과적인 수단일 수 있다"라고 주장했다. 게임은 △인지적, △동기적, △감정적, △사회적 이점과 연결되어 있고, "특히, 게임이 청소년의 정신 건강 문제에 대한 치료 및 예방 등, 웰빙을 증진하는 개입이 될 수 있다는 점에 영감을 받았다"라고 했다.

2020년, 빌라노바 대학교와 스테튼 대학교 교수로 각각 역임하고 있는 심리학계 권위자들이 공동 집필한 논문에서, 이들은 "비디오 게임 플레이는

게이머에게 △갈등 상황 대응, △여러 해결책 고안, △친구와 상호작용, △다양한 감정 경험 등을 위한 능력을 개발할 기회를 제공한다"라고 했다. 그리고 이러한 기회는 "비디오 게임을 자주 하지 않는 청소년들에 비해, 게이머들이 삶에 더 만족하고, 행실, 친구 관계, 감정 문제가 별로 없는 이유"를 설명할 수 있다고 제안했다(Markey, 2020).

2024년, "아동을 위한 책임감 있는 기술 혁신(Responsible Innovation in Technology for Children, RITEC) 프로젝트"라는 일련의 연구는 디지털 게임이 아동의 웰빙에 이바지할 가능성을 탐구했다(UNICEF, 2024). 이 중 한 연구에서, 뉴욕 대학교의 "교육 분야 첨단 기술의 연구 및 평가 컨소시엄(Consortium of Research and Evaluation of Advanced Technology in Education, CREATE)" 랩의 창립자인 얀 플라스(Jan L. Plass) 박사는 △미국, △칠레, △남아공의 8세-12세 아동을 대상으로, 게임 "레고 빌더스 저니(Lego Builder's Journey)"와, "로켓 리그(Rocket League)" 관련한 실험 연구를 주도했다. 해당 연구에 따르면, 게임을 하면서 사회적 관계를 더 많이 형성한 아이들은 시간이 지나면서 웰빙이 더 향상했다. 플라스 박사는 "친구와 연결하고자 하는 욕구 같은 특정 심리적 욕구를 디지털 게임이 충족하여 시간이 지날수록 아동의 긍정적 웰빙으로 이어지며, 디지털 게임은 이들의 웰빙에 도움을 줄 수 있다는 많은 증거를 제공한다"라는 결론에 도달한다.

다른 RITEC 연구에서, 연구진은 심박수 센서와, 시선 추적 소프트웨어 등 장비를 사용해 데이터를 수집하고, 웰빙과 관련이 있는 인간 감정과 맞춰 보았다. 연구진은 이러한 "광범위한 경험적 근거"를 제공하며, 디지털 게임이 아동의 △감정 조절 및 경험, △타인과 연결된 기분과, △사회적 연결 관리를 돕는다고 주장했다.

**"전반적으로, 디지털 게임이 아동의 △자주성 및 자신감, △감정 이해 및 조절, △관계 형성 및 관리를 위한 능력에 긍정적 영향을 미친다는 아주 강력한 근거를 발견했다. 세 연구에서 모두 게임이 웰빙에 미치는 긍정적 영향이 증명되었다."**

### 게임 플레이는 성인의 정신 건강에도 긍정적 영향을 준다.

닌텐도 "Wii 스포츠(Wii Sports)" 같은 액서게임이 등장하며, 활동적 및 비활동적 게임이 다양한 인구 집단의 정신 건강에 어떻게 도움을 줄 수 있는지에 대한 연구가 증가했다. 예를 들어, "Wii 테니스(Wii Tennis)"에 대한 연구는 때로 전통적 운동보다도 게임 플레이가 더 효과적으로 노년층의 우울증 증상을 줄이는 데 도움을 준다는 것을 발견했다(Rosenberg et al., 2010).

2020년, 싱가포르에서 진행된 연구는 한 발짝 더 나아가, 사람들의 플레이 방식이 중요하다는 전제에 대해 탐구했다. 멀티플레이어 액서게임을 플레이한 노년층은 혼자서 플레이한 이들보다 외로움을 덜 느끼고, 우울한 감정이 더 크게 줄었다고 하며, 해당 연구는 게임의 사회적 성질과, 이와 관련된 혜택에 주목했다(Li et al., 2020).

옥스퍼드 대학교의 연구진은 8천여 명을 대상으로 게임 플레이가 기분에 미치는 영향을 연구했다. 2024년 발간된 이들의 연구는 "전 세계 비디오 게이머에 대한 양적 연구 및 보고서가 오랫동안 주장한 바를 확증했다. 사람들은 게임을 플레이할 때 기분이 좋아졌다." 심지어 △텔레비전 시청, △독서, △쇼핑을 통해 기분이 나아질 때보다, 게임을 플레이할 때 기분이 더 나아졌다(Vuorre et al., 2023).

사회적 연결을 가능하게 하는 게임의 강력한 역할은 코로나19 팬데믹 당시 더 두드러졌다. 2020년 6월, 스코틀랜드의 글래스고 대학교 연구진이 16세 이상 게이머를 대상으로 진행한 연구는, △정신 건강 혜택, △스트레스 해소 수단, △도피 수단, △인지적 자극, △통제감, △정상적인 느낌과, △사회적 연결 수단 제공 등 팬데믹 초기에 게임이 게임이용자에게 제공한 일곱 가지 긍정적 영향을 확인했다.

**"비디오 게임 플레이는 코로나19 팬데믹 동안 게이머의 웰빙에 긍정적 영향을 미쳤다. 게임은 사회적 접촉을 즐겁게 유지하고, 격리 조치의 악영향으로부터 스트레스를 해소하며, 활기를 주는 정신적 도피 수단을 게임이용자에게 제공했다. 과거 연구도 일반적으로 이러한 연구 결과를 뒷받침했으나, 비디오 게임에 대한 대중의 인식이 현 증거보다 아직 뒤쳐져 있다는 점은 주목할 만하다(Barr & Copeland-Stewart, 2021)"**

한 2016년 연구는 정신 건강 및 행동 건강 회복 지원을 위해, 제대군인이 게임 플레이를 어떻게 활용했는지 분석한 결과, 게임은 군 복무 이후 제대군인의 재사회화에도 효과적이었다.

**"제대군인 연구 참가자들은 비디오 게임이 감정과 스트레스 관리뿐만 아니라, 회복과 관련된 △적응적 대처(예, 집중력 조절, 증상 대체), △행복 웰빙(예, 자신감, 통찰력, 역할 기능)과, △사회화(예, 참여, 지원, 형제애) 등 세 가지 측면에도 도움을 주었다고 했다(Colder Carras et al., 2018)."**

연구진은 "비디오 게임이 몇몇 제대군인에 회복을 증진할 수 있는 강한 '개인적 약'을 제공하는 것 같다"라고 결론을 내렸다.

### 2. 게임은 학습을 증진한다.

심리학자들과 교육자들은 △집중력, △공간 추론, △기억력과, △문제 해결 능력에 게임이 어떤 영향을 미칠 수 있는지 분석하기 시작했다. 이에 따라, 1980년대 후기부터 게임을 인지 발달과 연결하는 연구가 등장하기 시작했다.

2021년에, "게임 기반 학습의 국제 저널(International Journal of Game-based Learning)"에 "마인크래프트(Minecraft)" 연구 42건에 대한 검토가 실렸다. 해당 검토에 따르면, 마인크래프트는 "과학과 역사 같은 과목을 학습할 때 △동기 부여, △언어 발달, △학업 측면에서 이점이 존재했다. 그리고 △의사소통, △공유, △협동과, △리더십 같은 사회적 발달에도 도움을 주었다(Alawajee & Delafield-Butt, 2021)."

대학생들을 대상으로 진행한 2024년 연구는, 교육용 디지털 게임이 학생들의 참여도를 늘려, 학습 동기 부여를 강화한다는 점을 발견했다.

**"몰입적 환경은 이러한 효과를 증폭하여, 학생에게 교육용 콘텐츠와 교류할 수 있는 역동적 방식을 제공한다..... 이번 발견은 사실상 학생의 학습 동기 부여를 증진하기 위해 교내 교육용 디지털 게임과, 디지털 환경의 중요성을 강조한다(Li et al., 2024)"**

아울러 제네바 대학교의 연구진에 의한 2022년 연구는 액션 게임 플레이가 아동의 독서 능력을 개선한다는 것을 보여주었다. 독서하며 활용하는 다양한 실행 기능을 훈련하기 위해 액션 게임을 이용하는 능력을 평가하고자, 이탈리아의 8세-12세 학생 150명을 대상으로 연구를 진행한 결과, 아이들의 집중력 유지 능력은 "7배 향상"했다.

**"더 놀랍게도, 연구진은 학생들의 독서 속도뿐만 아니라, 정확도도 확실히 높아진다는 사실을 발견했다. 이러한 문해력 향상은 액션 비디오 게임이 어떤 독서 활동을 요구하지 않더라도 발생했다(Pasqualotto et al., 2022)."**

연구진이 진행한 후속 평가에서도 아이들의 문해력 향상은 지속되었고, 성적 또한 시간이 지나면서 높아졌다.

이러한 연구는 증가하고 있으며, 모두 게임이 학습에 동기를 부여하고, 독서 및 실행 기능 능력을 증진하여 학습 능력을 향상할 수 있다는 결론에 이른다. 궁극적으로, 게임의 몰입적 및 상호작용적 성질은 전통적 교육 방식과는 다른 방식으로 학생에게 도움을 줄 수 있다.

### 3. 게임 플레이로 중요한 직장 능력을 배울 수 있다.

여러 연구는 또한, 게임 플레이가 업무 수행 능력에 더하여, △문제 해결, △리더십, △팀워크 능력 등 연성 능력까지 강화하여, 근무 성적을 향상할 수 있다는 점을 시사한다.

2020년 리히텐슈타인에서 진행된 한 연구에 따르면, 게임 능력은 경영 능력과 상관관계가 있었다. ".....비디오 게임을 통해 개인의 △근기, △업무 해결 능력, △리더십 등 업무적으로 중요한 여러 능력을 확인할 수 있는 것으로 나타났다..... 실제로 게임 실력이 뛰어난 개인은 커리어가 크게 성장할 가능성이 있다(Simons et al., 2021).

해당 연구는 게임 성적이 업무 실적의 예측 변수가 될 수도 있다고 했다. "이번 연구는 참가자들의 게임 속 성공과 평가 성과 사이에 중요한 양의 관계가 있음을 나타냈다..... 그래서 게임은 특정 능력뿐만 아니라 더 일반적 수준에서 실적을 예측하기 위해 유용할 수 있다."

"프로세디아 컴퓨터 사이언스 저널(Procedia Computer Science)"에 실린 문헌 검토는 게임이 직장 내 인지 능력과, 의사 결정 능력을 개선할 수 있음을 보여주었다.

**"△지각, △집중력 조절, △의사 결정 같은 인지 능력은 참가자들이 비디오 게임으로 훈련받으면 증가했다..... 간호사와, 의사들은 기능성 시뮬레이션 게임으로 훈련 받았을 때, 의사 결정 및 위험 평가 능력을 향상했다. 게임을 플레이하는 고등학생과, 대학 학부생들은 인지 능력 관련 임무를 받았을 때, 게임을 하지 않는 학생들에 비해 더 나은 결과를 냈다(Reynaldo et al., 2021)."**

### 4. 게임은 강력한 훈련 도구다.

게임은 고위험 직업 종사자의 숙련도와 준비성을 기르기 위해 훈련에 다양한 방식으로 사용되고 있다. 연구에 따르면, 게이미피케이션과, 시뮬레이션은 실제 위험이 없는 제어된 환경에서 중요한 능력을 키울 수 있는 현실적 및 몰입적 학습 도구를 제공한다.

선구적인 외과 전문의 리처드 사타바 박사(Richard Satava, MD)는 1992년에, 의학에서 비디오 게임 기술의 혁신적 잠재력을 강조하기 위해 "닌텐도 외과 전문의(Nintendo Surgeon)"라는 단어를 처음 사용했다(Satava, 1992). 그 후 많은 연구는 훈련을 위한 게임 도구 사용에 찬성하고, 비디오 게임을 사용해 배운 외과 전문의들이 수술을 더 빠르게 진행하고, 실수를 덜 한다는 전제를 뒷받침했다.

텍사스 대학교 의대의 연구진은 1인칭 슈팅 게임을 한 적 있는 고등학생 및 대학생이 실제 의대생보다 로봇 수술 시뮬레이터에서 나온 결과를 내며, 후자보다 전자의 손과 눈의 협응력 및 운동 기능이 뛰어난 것을 보여주었다(University of Texas Medical Branch at Galveston, 2012). 추후 진행된 연구는 2021년에, 의과 전문의 훈련에서 게임의 가치를 다시 증명하며, "게임이용 및 비디오 게임 기반 훈련의 역사는 로봇 수술과, 복강경 검사의 측정 지표 향상과 각각 연관이 있었다"라고 했다(Gupta et al., 2021).

게임 활용 사례는 더 증가하고, 확장하고 있다. 우주 비행사는 국제우주정거장의 환경과 기구에 익숙해지기 위해, "혼합 현실" 같은 게임 기술을 활용한다(Nasa, 2021). 응급 구조대원은 재난 대응 훈련을 위해 게임을 활용한다. 경찰은 적극적 총격범이 나타날 경우에 대비하고, 스트레스 상황에서 전략적 의사 결정을 내릴 수 있도록 훈련하기 위해 게임 플레이를 활용한다. 그리고 미국 공군교육훈련사령부(Air Force Air Education and Training Command Center)는 공군을 더 잘, 빠르게 훈련하고, 더 심도 있는 학습을 촉진하기 위해, 증강 현실 및 가상현실 기술을 활용한다(Roza, 2024).

게임은 생사가 걸린 상황 외에도 영향력 있게 활용될 수 있다. 소매업자는 직원 훈련과, 휴가철 할인 같이 바쁜 쇼핑 행사를 시뮬레이션하기 위해 게임 중심 도구를 활용한다. 주요 스포츠팀은 선수들이 정신적 및 전략적으로 준비하는 방식을 고치기 위해 게임 기술을 활용한다. 또한 차량 제조업체는 운전 시뮬레이터와, 디자인 시각화를 사용해, 차량 성능을 시험하고, 프로토타입을 만든다.

이러한 모든 분야에서의 게임 활용과 데이터는 설득력 있는 결론을 입증한다. 게임 플레이는 △준비성을 크게 향상하고, △실수를 많이 줄이며, △투자 수익률(ROI)을 상당히 높이고, △현실 결과를 대단히 개선할 수 있다.

### 참고문헌

- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). [The benefits of playing video games](#). *American Psychologist*, 69(1), 66–78.
- Markey, P. M., Ferguson, C. J., & Hopkins, L. I. (2020). [Video game play: Myths and benefits](#). *American Journal of Play*, 13(1), 87–106.
- UNICEF. (2024, April). [Responsible innovation in technology for children: Digital technology, play and child well-being](#).
- Rosenberg, D., Depp, C. A., Vahia, I. V., Reichstadt, J., Palmer, B. W., Kerr, J., Norman, G., & Jeste, D. V. (2010). [Exergames for subsyndromal depression in older adults: A pilot study of a novel intervention](#). *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(3), 221–226.
- Li, J., Theng, Y.-L., & Foo, S. (2020). [Play mode effect of exergames on subthreshold depression in older adults: A randomized pilot trial](#). *Frontiers in Psychology*, 11.
- Vuorre, M., Ballou, N., Hakman, T., Magnusson, K., & Przybylski, A. K. (2023). [Affective uplift during video game play: A naturalistic case study](#). [PREPRINT]
- Barr, M., & Copeland-Stewart, A. (2021). [Playing video games during the COVID-19 pandemic and effects on players' well-being](#). *Games and Culture*, 17(1), 122–139.
- Colder Carras, M., Kalbarczyk, A., Wells, K., Banks, J., Kowert, R., Gillespie, C., & Latkin, C. (2018). [Connection, meaning, and distraction: A qualitative study of video game play and mental health recovery in veterans treated for mental and/or behavioral health problems](#). *Social Science & Medicine*, 216, 124–132.
- Alawajee, O., & Delafield-Butt, J. (2021). [Minecraft in education benefits learning and social engagement](#). *International Journal of Game-Based Learning*, 11(4), 19–56.
- Li, Y., Chen, D., & Deng, X. (2024). [The impact of digital educational games on students' motivation for learning: The mediating effect of learning engagement and the moderating effect of the digital environment](#). *PLoS ONE*, 19(1), e0294350.
- Pasqualotto, A., Altarelli, I., & De Angeli, A. (2022). [Enhancing reading skills through a video game mixing action mechanics and cognitive training](#). *Nature Human Behaviour*, 6, 896.
- Simons, A., Wohlgenannt, I., Weinmann, M., et al. (2021). [Good gamers, good managers? A proof-of-concept study with Sid Meier's Civilization](#). *Review of Managerial Science*, 15, 957–990.
- Reynaldo, C., Christian, R., Hosea, H., & Gunawan, A. A. S. (2021). [Using video games to improve capabilities in decision making and cognitive skill: A literature review](#). *Procedia Computer Science*, 179, 211–221.
- Satava, R. M. (1992). [Nintendo surgery](#). *JAMA*, 267(17), 2329–2330.
- University of Texas Medical Branch at Galveston. (2012, November 15). [Using skills gleaned from video games, high school and college students outmatch medical residents in surgical simulations](#). *ScienceDaily*.
- Gupta, A., Lawendy, B., Goldenberg, M. G., Grober, E., Lee, J. Y., & Perlis, N. (2021, April). [Can video games enhance surgical skills acquisition for medical students? A systematic review](#). *Surgery*, 169(4), 821–829.
- NASA. (2021, September 20). [Nine ways we use AR and VR on the International Space Station](#).
- Roza, D. (2024, May 8). [New tech helping airmen think faster in training, AETC boss says](#). *Air and Space Forces Magazine*.



©2025 Entertainment Software Association

601 Massachusetts Avenue NW | Suite 300 | Washington, DC 20001

**[theESA.com](http://theESA.com)**