مجلة العمدة في اللسانيات وتحليل الخطاب
Issn:2570 0058/E-issn:1969-2676
https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/485

المجلد: 07 العدد: 02 جوان (2023) ص 878/ 887

إدمان الأطفال على الألعاب الالكترونية –الأسباب و الآثار–

Children's addiction to electronic games - causes and effects

د ، عصماني رشيدة *

جامعة مولود معمري(تيزي وزو)

rachida.asmani@ummto.dz

معلومات المقال

تاريخ الإرسال:
2023/05/01
تاريخ القبول:
2023/05/27

الكلمات المفتاحية:
- ✓ الإدمان .
- ✓ الأطفال .
- ✓ الألعاب الالكترونية .

الملخص:

التكنولوجيا سيف ذو حدين، نعمة ونقمة.. لقد سمع الكثيرون منا هذه الجملة مرة واحدة على الأقل في حياتهم، ومع ذلك يرى الكثيرون من الناس الخير في التكنولوجيا أكثر بكثير مما يرون فيها من سوء وشر، خاصة لدى الأطفال الذين لا يعرفون مدى سلبيتها فيما تقدمه لهم من ألعاب، أين و لفترة وجيزة يبدأ الإدمان من جرعة بسيطة، حين يتعرف الطفل في سن مبكرة على هذه الألعاب، ثم يتطور الأمر، ويبدأ في قضاء المزيد والمزيد من الوقت منغمسا فيها حتى يصل الأمر في نهاية المطاف إلى نقطة متطرفة، فيهمل دراسته، بل و حتى قطع العلاقات مع عائلاتهم تماما، وحبس أنفسهم في غرفهم ليبقوا وحيدين مع ألعابهم.

Article info

Received
01/05/2023
Accepted
27/05/2023

Keywords:
- ✓ *Addiction*
- ✓ *Children*

Abstract :

Technology is a double-edged sword, a blessing and a curse.. Many of us have heard this sentence at least once in their lives, yet many people see the good in technology much more than they see the bad in it, especially in children who do not know how negative it is in what it offers They have games, where for a short time the addiction starts from a simple dose, when the child gets acquainted at an early age with these games, then the matter develops, and he begins to spend more and more time immersed in

* المؤلف المرسل

✓ *Electronic games*	*them until eventually the matter reaches an extreme point, neglecting his studies , and even cut ties with their families completely, locking themselves in their rooms to be alone with their toys.*

- مقدمة

يعد اللعب ميلا فطريا ونشاطا مهما يمارسه الفرد و له تأثيرات متنوعة على كل من النمو المعرفي والاجتماعي والانفعالي والحركي واللغوي. وقد ارتبط مفهوم اللعب منذ القدم بالنشاط الحركي واستخدام الألعاب البسيطة، إلا أنه مع التطور العلمي والثورة التكنولوجية تغيرت صورته، إذ تعد الألعاب الالكترونية من أهم ظواهره. و الشيء الذي رافق ذلك هو الإقبال المتزايد لمختلف فئات المجتمع على هذه الألعاب رغم علمهم بالآثار التي قد تنجم عنها سواء على الجانب الصحي أو القيمي أو السلوكي.

ويبين مكجنويل (2011) في دراسته أن الأفراد يقضون في الألعاب الإلكترونية أوقاتا طويلة تتساوى مع الأوقات التي يمضونها في الأنشطة الحياتية المختلفة، ومع وصول الفرد سن الحادي والعشرين فإنه يقضي عشرة آلاف ساعة على الأقل في ممارسة الألعاب. هذه الفترات الطويلة التي يمضيها الفرد في ممارسة الألعاب الإلكترونية تسبب اضطراب " إدمان الألعاب الالكترونية. IGD "

وكانت النظرة لهذا الاضطراب في السابق هى إدمان الألعاب التقليدية عبر الإنترنت من خلال الحاسوب المكتبي و لكن ومع تطور تقنية الأجهزة المحمولة، تم نقل العديد من وظائف أجهزة كمبيوتر وتطبيقات الألعاب إلى أجهزة محمولة مثل ipadوالهاتف الذكي، وأصبحت مشكلة إدمان ألعاب المحمول ظاهرة أكثر تطورا يعتمد فيها المستخدمون بشدة على ألعاب الفيديو بالجوال ويستمرون في لعبها مرارا وتكرارها على مدار فترة طويلة نسبيا. **(رندا محمد سيد أحمد ،2020،ص4)**

وتضيف دراسة لي، كيم (2017) ان سهولة تداول الألعاب بالمحمول ساهمت في ازدياد حدوث أنماط سلوكية تسبب الإدمان وبالتالي مشاكل صحية نفسية أكثر حدة. حيث إن نسبة 42%من مستخدمي الألعاب الإلكترونية في العالم في حالة إدمان على الإنترنت وهذه نسبة لا يستهان بها، والاستخدام المتزايد يؤدي بالشخص إلى أن يصبح مدمنا، مثله مثل الإدمان على الخمور والمواد المخدرة والمقامرة، حيث يفقد السيطرة على دوافعه كما هو الحال في مختلف أنواع الإدمان، وتبعا لذلك تتزايد لديه صعوبة التكيف الاجتماعي**(رندا محمد سيد أحمد ،2020،ص886)**

فنستطيع القول أن المشكلة ليست متعلقة بالتكنولوجيا في حد ذاتها بقدر ما هي مرتبطة بالترشيد في استخدامها ، فالإدمان عليها أضحى جليا لدى فئة الأطفال ليشكل خطرا عليهم، ولعلنا نستدل في هذا المقام بحالات الانتحار التي شهدتها بعض المدن الجزائرية جراء تحميل تطبيق لعبة الحوت الأزرق، مع الانسياق نحو تنفيذ تعليماتها حرفيا دون وعي أو إدراك لمخاطرها .إن مثل هذا المعطى الواقعي الذي يعد تحديا بالنسبة لنا جميعا؛ يدفع بنا دفعا نحو الوقوف وقفة تأمل وتعمق في هذا الواقع؛ من أجل الكشف على مختلف أسباب اللجوء لهذه الألعاب و الآليات التي بإمكانها أن تقلل من التأثيرات السلبية لألعاب الفيديو على حياة الأطفال، كما تقلص من احتمالية الإدمان عليها .

إن الارتباط القوي الذي جمع بين الأطفال والألعاب الإلكترونية والذي أصبح جزءا لا يتجزأ من ثقافة الألفية الثالثة، و كذا ظاهرة إدمان الألعاب الالكترونية التي أصبحت ظاهرة عالمية تنتشر بين فئة الأطفال بشكل مستمر سواء في المنازل أو في مقاهي الانترنت ، أدى إلى جدال بين علماء النفس و التربية، حول مدى أثر هذه الألعاب بأشكالها المختلفة سواء على الفرد من الناحية الصحية و السلوكية و الانفعالية، أو على المجتمع بشكل عام.

و نحن في هذه الورقة البحثية سنحاول التعرف أكثر حول الأسباب التي أدت الى انتشار ظاهرة الإدمان على الألعاب الالكترونية و كذا النتائج المترتبة عنها .

2. تعريف الإدمان :

يعرف الإدمان على أنه حالة نفسية وأحيانا عضوية ، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة . ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك مختلفة ، تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية ، للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره، وقد يدمن الشخص على أكثر من مادة . **(حسن عبد المعطي، 2004ص 146)**

أما محمد أحمد النابلسى فيعرفه على أنه: " مفر وهمي من الواقع المتمثل أمام أنظارنا، إذ أنه ناشئ عن عدم قدرة الشخص على تحمل الواقع الذي يود الإنسان أن يزيله عن طريق الإدمان ." **(محمد أحمد نابلسي، 2004 ، ص137)**

فتعريف الادمان يعد المفتاح الاساسي و الأول لفهمه ، ففهم و استيعاب المشكلة لأي طرف منخرط بهذه المشكلة ، كالمدمن نفسه ، و أسرته و أصدقائه و كذلك للمتخصصين و القائمين على العلاج ، كل هذا يعد جزءا من اساس الحل لهذه المشكلة المتعددة الجوانب .

فالإدمان أزمة في أسلوب الحياة ، كما أنه قضية أمن قومي و تنمية و تتطلب جهودا و مساهمة من كل الجهات و المؤسسات الحكومية و الدولية و الشعبية لكونها قضية ذات تأثير هدّام على مرافق الحياة الانسانية كافة ، و هذه المعضلة (الادمان) هي معضلة معقدة فهي بحاجة حقة الى اهتمام و مشاركة كل من له اهتمام و خبرة في الخدمات الانسانية و الذين يتطلعون الى تخفيف الآلام و المعاناة عن المدمن و أسرته و سلامة المجتمع و استقراره .**(فطاير ، ص 33)**

3. - مفهوم الألعاب الإلكترونية:

هي نوع من الألعاب التي تعرض على شاشة التلفاز أو على شاشة الحاسوب والتي تزود الفرد بالمتعة من خلال تحدي استخدام اليد مع العين (التآزر البصري / الحركي) أو تحد لإمكاناته العقلية، وهكذا يكون من خلال تطوير للبرامج الإلكترونية. **(مها حسنى الشحروري،2006،ص46)**

أو هي" نوع من أنواع الألعاب الإلكترونية المبرمجة آليا على أجهزة أو محطات أو أشرطة إلكترونية، حيث تتم ممارسة هذه الألعاب عبر شاشات عرض تلفزيونية خاصة.**(حسن صبري،1996،ص441)**

هي تلك الألعاب التي يتم لعبها من خلال الأجهزة الالكترونية المختلفة سواء كانت تلعب من خلال أجهزة الحاسوب أو الأجهزة المختلفة الخاصة بهذه الألعاب، وفي وقتنا الحالي لا يستطيع الناس التفرقة بين ألعاب الفيديو والألعاب الالكترونية فأما عن ألعاب الفيديو فهي تعتبر جزء أساسي من الألعاب الالكترونية وهي تعتبر الأكثر شهرة بين هذه الألعاب لذلك يعتبر الناس أغلب الوقت أن تلك الألعاب الالكترونية هي نفسها ألعاب الفيديو ولكن المختلف هو أن الألعاب الالكترونية تشمل على عدد من الألعاب المختلفة مثل ألعاب الكرة والمصارعة والملاكمة وغيرها من الألعاب.

–صارت الألعاب الالكترونية هي الحديث المتداول في الأوقات الأخيرة فهي تقوم بإشغال المراهقين والأولاد بصورة واضحة لقضاء أوقات الفراغ الخاصة بهم وهناك من قام بإدمان هذه الألعاب الالكترونية وبالأخص ألعاب الفيديو.

4. تعريف الإدمان على الألعاب الالكترونية :

ظاهرة تتمثل في الاعتياد الكامل والمستمر لدى الفرد على ممارسة الألعاب الإلكترونية عبر وسائل وسيطة بشكل دائم، ويجعله في حالة انفصال دائم عن الحياة الطبيعية، تتملك الفرد في يقظته ونومه **(مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية العدد 2020 ، ص90)**

5- مجالات الألعاب الالكترونية :

توجد خمسة مجالات رئيسية معروفة من المجالات التي يمكن من خلالها إمكانية اللعب باللعبة الإلكترونية، خاصة بعد التطور التقني الكبير الذي يشهده هذا المجال من الألعاب فكل نوع يوفر عدد كبير من الألعاب ،منها الألعاب الإلكترونية التي تلعب على الهواتف المحمولة وعلى جهاز الكمبيوتر وشبكة الأنترنت وخاصة على عارضات التحكم الخاصة بهذه الألعاب بالإضافة إلى اللعب على أجهزة الألعاب الإلكترونية في قاعات اللعب العامة، على خلاف ألعاب الفيديو التي تلعب فقط على عارضات التحكم الخاصة بها والتي تعتبر من الحوامل القديمة " كأتاري و نيتادو" فمنه يمكن تصنيف مجالات الألعاب الإلكترونية إلى ما يلي:

5-1- الألعاب الإلكترونية على الهواتف المحمولة: يعد سوق الألعاب الإلكترونية على الهواتف المحمولة بوضوح سوق المستقبل مثلما تدل عليه مختلف الاستثمارات التي قامت بها "جي.أف.كا" عن وجود تشكيلة واسعة ، وهي في تزايد مستمر كما أن تنوع أصناف الألعاب الإلكترونية المتاحة تزداد باستمرار مما أدى إلى اتجاه عمالقة الألعاب الإلكترونية إلى هذا النوع من الحوامل ،وتظهر التحليلات التي قامت بها "جي.أف.كا" بأن هناك أنواعا معينة هي الأكثر انتشارا مقارنة بغيرها و المتمثلة في : ألعاب الرياضة، ألعاب التقمص، الألعاب الكلاسيكية ،ألعاب المجتمع.

إن إطلاق لعبة على الهواتف النقالة يتطلب تكييف هذه الألعاب على مختلف أنواع الهواتف المحمولة الموجودة ولا توفر نفس الخصائص التقنية (العرض و أزرار التحكم ....إلخ) لذلك فإن عدد أنواع الألعاب يقدر بالمئات، لكن يبقى أن أسعار البيع في متناول المستهلكين. **(أحمد فلاق،2009ص130،129)**

5-2-الألعاب الإلكترونية على جهاز الكمبيوتر: إن الألعاب الإلكترونية على الكمبيوتر هي عبارة عن برنامج معلوماتي آلي (logiciel) تم تركيبه على جهاز كمبيوتر شخصي ذو إمكانية لتبادل المعلومات بين الأنظمة الآلية للألعاب، ومن بين هذه الإمكانية يمكن أن نذكر الثنائية (لوحة الكتابة،الفأرة) الخاصّتان بجهاز الكمبيوتر، وتمكن الفأرة الدخول بسرعة مذهلة إلى التحكمات الكثيرة التي تساعدها في ذلك لوحة التحكم أو الكتابة، وراحة أفضل يمكن اللاعب أن يصل جهازه بأجهزة أخرى التي تجلب له أفضل راحة، مثل عصى قيادة المروحية أو الطائرة، ومقود السيارة لألعاب السباق،الصورة تتم عبر شاشة الكمبيوتر وبمساعدة مخرج الصورة يمكن إخراجها عبر شاشة خارجية أكبر أو قناع لأبعاد الثلاثة أما الصوت يجب إيصاله بمكبر صوت خارجي أو مخرج صوت ليصل إلى جهاز تحسين الصوت **(بشير النمرود،2008،ص85)**

5-3- الألعاب الإلكترونية على شبكة الانترنت: إن محاولة الناشرين لاقتحام الأنترنت ليست كبيرة جدا والسبب لا يتمثل في أن الانترنت ليست مهمة ولكن لأن انفجار الشبكة العنكبوتية أدى بمختلف الفاعلين إلى التريث، فالنشاطات الغير مثمرة تم التخلي عنها من الناشرين، لكن في السنتين الأخيرتين عاد الاهتمام بهذه التقنية ، ويمكن تسجيل الملاحظات التالية على النشاط في هذا المجال:

- تحميل عارضات التحكم بعناوين ناجحة قابلة للعب على الخط بجهاز الكمبيوتر.
- تطوير بوابات بمثابة واجهة للناشرين من أجل عرض وتسويق مجموع التشكيلة.
- تطوير ونشر وتوزيع وتسيير الألعاب المتعددة اللاعبين بكثافة. **(أحمد فلاق، 2009،ص130)**

5-4- الألعاب الإلكترونية على عارضات التحكم: عارضة التحكم أو جهاز الألعاب الإلكترونية هو جهاز حاسب إلكتروني متخصص في تنفيذ وظائف محددة له، وهو جهاز ذو مواصفات عالية وكفاءة بالغة الجودة، يتكون من معالج مثل المعالجات التي توجد بالحاسبات الشخصية التي تستخدمها، ولكي يتم بيع أجهزة الألعاب الإلكترونية بتكلفة معقولة فإنها تستخدم المعالجات المنتشرة بكثرة في الأسواق ولا تلجأ إلى المعالجات الحديثة جدا والتي غالبا ما يكون سعرها مرتفع، هذه التقنية

تستعمل فقط مع الأجهزة الخاصة بهذا الشأن لكونها مادة من نوعها متبوعة بمراقب موجه لإنتاج الصوت والصورة، ووسائل الدخول إلى محتويات اللعبة، وأكثر فأكثر أصبحت هذه الأجهزة كجهاز كمبيوتر شخصي مع تبادل المعلومات بين الأنظمة الآلية لتبسيط وتوجيه ومراقبة اللعبة. وتصل أجهزة اللعب غالبا إلى شاشة جهاز التلفزيون كما يمكن للاعب أيضا من استخدام عصى القيادة أو المقود، الرشاش النظري أو الليزري ومن أمثلة هذه الأجهزة نجد(X-BOX) وهو الجهاز التابع لشركة ميكروسوفت (MICROSOFT) وله عدة أنواع ونماذج، كما نجد أجهزة شركة سوني (SONY) مثل (بلاي ستايشن1 و2 و3) وجهاز (أس-2 –PS2) وأجهزة شركة نيتادو(NINTENDO) التي تعرف باسم (GameCube)

5-5- أجهزة قاعات الألعاب الإلكترونية العمومية: هذا النوع من الأجهزة متعدد وكثير الانتشار وكل جهاز مشدود إلى أدوات وأجهزة تحكم متنوعة، الجهاز الرئيسي المركب أساسا من صندوق لجمع قطع النقود ،شاشة لإخراج الصورة، جهاز تحكم مكون من لوحة القيادة التي بدورها تتكون من أزرار مختلفة في مبادئ عملها ووظيفتها بالإضافة إلى أدوات أخرى مثل: المسدس أو الرشاش، المقود، كرسي الدراجة النارية أو السيارة **(بشير النمرود،2008،ص 85 ،86)**

6- أنواع الألعاب الالكترونية :

6-1- **ألعاب المتعة والإثارة** : وهي تهدف عموما للتسلية وشغل الفراغ وتعتمد أساسا على تفاعل المستثمرين للعبة في أوضاع وحالات تبدأ بمستويات بسيطة يسهل التعامل معها لتصبح معقدة وسريعة، وغالبا ما تتجاوز سقف القدرات مهما أتقن والأصوات القريبة من الواقع وهي بهذا تستهوي كثيرا من الصغار ، وتتميز هذه الألعاب بأنها مثيرة وجذابة وتشد الانتباه لكثرة تتالي المواقف فيها، واستخدامها للصور و الأصوات القريبة من الواقع وهي بهذا تستهوي كثيرا من الصغار. .

6-2- **ألعاب الذكاء :** وتعتمد هذه الألعاب على المحاكاة المنطقية في اتخاذ القرار وتتطلب إعمال الفكر للتعامل معها، ولعل الشطرنج من أشهر الألعاب في هذا المجال إذ بات التعامل مع أجهزة الشطرنج الإلكترونية أو برامج الشطرنج الحاسوبية تحديا كبيرا يتجاوز في بعض الأحيان كبار اللاعبين . **(فاطمة همال: 2012 ،ص 4)**

6-3- ألعاب الحركة: وهي الألعاب التي تعتمد على فعل جسماني حيث يتحرك اللاعب بشخصية إلكترونية داخل أجواء تتطلب منه المقاتلة أو تسلق أشياء كالجبال أو الجري....الخ ويكون الهدف في النهاية هو التخلص من العدو وتحقيق الهدف.

إن ظهور ألعاب الحركة تزامن مع ظهور ألعاب ممثلة في أجهزة ثابتة ، فهذه الألعاب الأولى من نوعها التي عرفت شعبية كبيرة في أوساط الشباب نجدها في قاعات خاصة بالألعاب الإلكترونية(حدائق التسلية) مثلا : باستعمال مضارب التنس (الكرة الممثلة بمربع كانت موجودة على اللعب ذات العلامة أتاري ATARIS) ثم(تيتريTITRI) ،ومؤخرا سلسلة (باك من PAC MAN) و(ماريوMARIO) هذه الألعاب تركز على التحكم في الحركة ومن خصائصها التتابع في اختبار السرعة ،واللياقة حيث يصبح المستوى أكثر صعوبة ،فكل هذه الألعاب تتطلب التحكم في الأجهزة اليدوية ،الأزرار، ولكل واحد حركة خاصة من قفز،جري،انحناء، انقلاب،.....الخ. **(كهينة علوش،2007،ص138)**

6-4- ألعاب المغامرات : هذه النوعية هي أكثر نوعية تعتمد على القصة بمحاذاة فعل اللعب نفسه فاللاعب يرسل في رحلة بحث وتصبح أمامه مجموعة من الألغاز التي عليه حلها ومواقف عليه أن يختار فيها أي المسارات سيسلك، وتتمتع هذه النوعية ببيئة قد تكون مختلفة تماما كأجواء ما قبل التاريخ أو المستقبل في الفضاء أو أجواء تاريخية لم تعد موجودة كالعصور الوسطى .

7- واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر:

مما لا شك فيه أن التطور الهائل في التكنولوجيا جعل التصوير الغرافيكي أكثر حقيقة و واقعية في إطار ما يسمى بالألعاب الإلكترونية، وقد تطورت تلك الألعاب وارتكزت وتمحورت على التكنولوجيا الحديثة التي قدمت لنا قسوة مؤلمة،

وللأسف فإن الأطفال هم الأكثر عرضة لتلك الألعاب وأكثرهم استهلاكا للإلكترونيات المصورة ،و الطفل الجزائري رغم الحظر المفروض عليه، بقي أكثر انجذابا من سواه نحو ممارسة تلك الألعاب خلسة في البيت أو مع الأصدقاء دون رقابة، حيث المكسب المادي للأسرة هو الدافع الأساسي و لا غير وربما لأن الضغط عليه من طرف الوالدين عال جدا . **(منير ركاب ،2006ص12)**

إن العديد من الدول في العالم أصبحت تصدر هذا النوع من التجهيزات الإلكترونية للجزائر، لكن يجب أولا أن نفرق بين من هو مصدر ومن هو مصنع، فمثلا غالبية الأجهزة التي تدخل الجزائر هي في الأصل قادمة من ميناء دبي بالإمارات العربية المتحدة، إذ قام بعض التجار باستيراده من الصين أين توجد ورشات عملاقة هناك، وبهذا فان أفضل مصدر للاستيراد هي أسواق دبي باعتبارها الأقل تكلفة و سعرا بالمقارنة بالدول الأوروبية، كون تجار هذه المنطقة لا يدفعون المبلغ الخاص بالضرائب لاعتقادهم أنها حرام، كما أن كل هذه السلع القادمة من الصين هي سلع مقلدة وهذا يفسر سر انخفاض أسعارها بالمقارنة بالألعاب الأخرى التي تشبهها حجما وشكلا وتحمل غالب الأحيان نفس العلامة رأي سوني بلايستايشن . **(أمين علام ،2006،ص13)**

وهناك أيضا ألعاب من نفس النوع لكن مصنعة في دول أخرى وتصدر الى الجزائر عبر موانئ أخرى، فمثلا هناك ألعاب تأتيها من "تايلندا" و "هونغ كونغ" و "ماليزيا "بالنسبة للدول الأسيوية و "فرنسا" و "اسبانيا" بالنسبة للدول الأوروبية ، والجدير بالذكر أن معظم الزبائن يفضلون اقتناء الألعاب الإلكترونية من مصنع العلامة التجارية المشهورة "سوني " ذات الأصل الياباني كونه يمكن القيام بعمليات القرصنة بها من طرف الجزائريين بدل من شراء النسخة الأصلية .وليست ألعاب سوني "بلاي ستايشن" الوحيدة المعروضة في محلات الجزائر فهناك "نينتندو" و "ايكس بوكس" و"سيغا" و غيرها من الألعاب ، لكن تبقى أجهزة "البلاي ستايشن" الرائدة بلا منازع في هذا الميدان، فالألعاب فيها ذات نوعية كبيرة خاصة من جانب الغرافيك و الصور ذات الأبعاد الثلاثة، كما أن السيناريوهات المقترحة لهذه الألعاب أكثر جاذبية من باقي الألعاب الأخرى، غير أن الأسطوانات ومختلف الألعاب أكثر المطابقة لجهاز البلاي ستايشن وبأسعار زهيدة، كان العامل الأساسي في انتشار البلاي ستايشن ببلادنا وبالعديد من الدول و بشكل كبير **(منير ركاب 2006 ،ص13)**

8- أسباب الإدمان على الألعاب الالكترونية :

- الافتقاد للسند العاطفي يجعلهم يلهثون وراء الإشباع الوهمي واللذة المؤقتة من خلال الدردشة مع الغرباء .

- إطلاق الرغبات الدفينة والتعبير عنها عبر غرف الدردشة التي توفر للشباب فرصة ذهبية للتخلص من القيود المجتمعية الصارمة .

- توفر غرف الدردشة وسيلة للتفريغ الانفعالي وتفريغ شحنات الغضب والكبت والعدوانية،لذلك تصبح تلك الغرف الملاذ الآمن والمنقذ الأكبر،لما يعتري النفس من مكبوتات اللاشعور وبكل ثقة ، مما يؤدي إلى توهم الحميمية والألفة .

- يحاول الفرد من خلال الإنترنت التخلص من حالات القلق النفسي وضغوطات الحياة اليومية. **(وليد أحمد مصري،2006 ،ص173).**

- انتشار مقاهي الانترنت و توفر السيولة المالية لديهم .

- التأثر بثقافات أخرى خاصة في عصر التطور الهائل في الاتصالات .

- تأثير جماعة الأقران والأصدقاء خاصة إن كانوا مدمنين على الانترنت **(محمد بيومي خليل، 2002 ،ص166 ، ص168)**

9- الآثار الناتجة عن الإدمان على الألعاب الالكترونية:

9-1- ايجابيات الألعاب الالكترونية :

إنها وسيلة ناجحة للهروب من مشكلات الحياة وضغوطاتها ،وأنها تساعد على تفريغ الطاقة بشكل إيجابي، بالإضافة إلى ما تؤديه من تطور القدرات الذهنية والتعليمية للأطفال الذين يستخدمون هذه الألعاب. وترى " تايلور" أن ألعاب الفيديو سبب في زيادة الروابط الاجتماعية ،ومشجعة على تكوين الصداقات و العلاقات و المصالح،اذ قد يشترك فيها مجموعة من اللاعبين على هيئة فريق واحد أو فرق متنافسة ،ولما في طبيعتها من تواصل عبر الشبكة سواء بالصوت أو الصوت والصورة. **(أبو شوشة،2007،ص54)**

و تؤكد ذلك "عسيري" بأن العلاج يعتمد على الحالة النفسية للمريض إضافة إلى العلاج السريري وقد تم تصميم العديد من ألعاب الكمبيوتر وتطويرها واختبارها لتساعد هؤلاء المرضى في علاجهم. **(سحر العسيري،2007،ص33)**

ومن الفوائد الصحية أيضا ما ذكره "محمد" وهو أن الخبراء أشاروا إلى استخدام ألعاب الحاسوب في حالات مرضى مصابين بإصابات في اليدين أو الذراعين ساهمت في تعزيز القوة والبراعة وأكسبتهم مهارات اجتماعية جديدة. **(محمد صلاح ،2006،ص55)**

ويرى "باراس" أن هذه الألعاب تبث روح الرفاهية للشخص بعد يوم طويل تكلل بالتعب و بالمشاق، فهي نوع من التسلية البريئة واستثمار للتنافس بين اللاعبين فيها، وتنمي الفكر وروح التحدي وتطوير الذات. **(باراس عبد الرحمن،2013،ص38)**

2-9- سلبيات الألعاب الالكترونية:

تسبب الألعاب الإلكترونية عدة سلبيات والتي تعود بالأذى على مستعملها ونذكر منها :

-عند لجوء الطفل إلى الألعاب الإلكترونية يوميا بأوقات طويلة قد يؤثر على تفاعله مع الآخرين وقد يميل للانطواء.

- قد تؤدي ممارسة الألعاب الإلكترونية لفترة طويلة إلى الإصابة بالسمنة الناتجة عن قلة الحركة.

- القلق والتوتر الدائمين نتيجة كثرة الألعاب الإلكترونية، وعدم الرغبة في التحدث مع الآخرين.

- كثرة اللعب بالألعاب الإلكترونية يتسبب في ضعف الانتباه والتركيز للأطفال، ما يؤثر على التحصيل الدراسي.

- كما أن التعرض للإشعاعات المنبعثة من جهاز الكمبيوتر ، يؤدي إلى زيادة توتر القشرة المخية،وهذا ما يؤدي إلى قلة الانتباه ونقص التمييز.**(عبد المنعم الميلادي، 2003 ،ص140)**

ففي عام 1997 رصد أكبر من عدد من الحالات التي تأثرت من إدمان ألعاب الفيديو في اليابان ، فقد أصيب ما يقارب السبعمائة من الأطفال بنوع من الصرع ، نتيجة لمنبه بصري ونتيجة لتعرضهم لفلاشات متلاحقة من الضوء المنبعث من الشاشة **(عبد الهادي مصباح، 2004 ، ص223.)**

- المكوث لفترات طويلة أمام الألعاب الإلكترونية والجلوس بوضعية خاطئة يتسبب في الإصابة بالمشكلات في العمود الفقري، فضلا على آلام الكتفين والرقبة ومفاصل اليدين التي يشعر بها الطفل.

- يصاب الأطفال بالإدمان على الألعاب الإلكترونية، ما يجعل من الصعب التخلي عنها

-الشعور بالصداع النصفي يعد من أبرز المشكلات الصحية التي تصيب الأطفال نتيجة الألعاب الإلكترونية.

- ضعف الجهاز المناعي،مما يجعل الفرد عرضة للكثير من الأمراض، فالجلوس الطويل أمام شاشة الكمبيوتر يؤدي إلى آلام في الظهر والعمود الفقري، كذلك احتمال الإصابة بما يعرف بتناذر "النفق الرسغي ،" حيث يصيب الأشخاص الذين يجلسون لساعات طويلة أما شاشة الكمبيوتر،ويستخدمون أصابعهم للضغط على لوحة المفاتيح والآلات الحاسبة والكاتبة،حيث أن هذا التناذر يحدث نتيجة لانضغاط العصب الرسغي الأوسط المتحكم في عضلات الإبهام و المسؤول عن

الحس . كما أن طول مدة الجلوس أمام شاشة الكمبيوتر،يؤدي لركود في الدورة الدموية مما يسبب حدوث جلطات دماغية وقلبية وضعف في أداء الأجهزة الحيوية بالجسم **(المصري ، 2006 ،ص172)**

حددت دراسة ديفيز(Davis 1999)الأعراض المرضية لمستخدمي الألعاب الإلكترونية في ضعف السيطرة على الدوافع الشخصية، عدم القدرة على التوقف عن استخدامه، والشعور بأنه الصديق الوحيد، والتفكير به بشكل متواصل وانتظاره بشوق ولهفة، وتبدأ المشكلة في التفاقم مع تفضيل الفرد البعد والانعزال عن أسرته وأصدقائه؛ وصعوبة تكوين علاقات اجتماعية والتكيف مع الآخرين المحيطين به.

بالإضافة الى ماسبق فانّ بعض هذه الألعاب تحتوي على أفكاروأدوات لا تتوافق مع القيم والمعتقدات الدينية والمجتمعية، والتواصل من خلالها يخلق العديد من المشكلات الناتجة عن اختلاف الانتماءات الاجتماعية والثقافية والبيئية للاعبين داخل اللعبة الواحدة. **(رندا سيد احمد ،2020،ص887-888)**

10- علاج الإدمان على الألعاب الالكترونية :

10-1 - أسلوب الضبط الذاتي :

- تعويد المدمن على أسلوب كبح جماح نفسه .
- ممارسة الرياضة أو التواصل مع الأهل والأصدقاء بدل تصفح الانترنت .
- تحديد وقت الدخول إلى الشبكة وبساعة واحدة كضابط خارجي .
- الرقابة الأسرية التي تحدد ساعات استخدام الانترنت ومجالاتها .

10-2- العلاج التبصري : يرتكز على اعتراف الشخص بأنه مدمن، وهذه خطوة مهمة في العلاج وبالتالي عليه أن يتحمل جزءا من مسؤوليته في العلاج .

10-3- العلاج الأسري : غرس في نفوس الأبناء أهمية الانترنت في الاستكشاف والبحث العلمي الذي يفيد الذات والمجتمع، التعرف على مشاكل الأبناء، زيادة مساحة الحوار في إطار الاحترام المتبادل حتى لا يسعى هذا المراهق نحو البحث عن آذان صاغية عبر الإنترنت والتي يجهل محتواها وأهدافها . **(وليد أحمد المصري، أوت 2006 ،ص174**

خـاتمـة :

الألعاب الإلكترونية هي حقيقة واقعة شديدة الانتشار ذائعة الصيت وهي أحد أكثر الأنشطة التي يزاولها الأفراد على اختلاف أعمارهم وأجناسهم لأوقات طويلة دون ملل، ولما حققته الألعاب الإلكترونية من شعبية باتت تقارب شعبية الرياضة التقليدية مثل كرة القدم، إن لم تتفوق عليها فإنه كان من الطبيعي أن يزداد ما تناله من اهتمام وما تهدف إليه هنا هو أن ننظر إلى الأمر نظرة أكثر جدية تهدف إلى البحث عن سبل جديدة لاستغلال هذا الارتباط الجارف لنسبة هائلة من الشباب بشكل خاص بالألعاب الإلكترونية في أنشطة أكثر متعة بالنسبة لهم وربما كذلك أكثر فائدة.

الاقـتـراحـــات :

- تحديد مدة زمنية لاستخدام الانترنت والألعاب الإلكترونية والتي ينبغي ألا تزيد على الساعة يوميا ، وإتاحة الفرصة للأطفال لممارسة الألعاب الجسدية والحركة بعيدا عن الجلوس أمام جهاز الكمبيوتر.

- تحديد وقت اللجوء إلى الألعاب وبساعة واحدة كضابط خارجي .

- متابعة الآباء لاستخدام أبنائهم للانترنت، ووضع الكمبيوتر الذي يتيح هذه الخدمة في أماكن مفتوحة للأسرة وليس خلف أبواب مغلقة.

- مساعدة الأبناء على التفريق بين الواقع والخيال، وإدراك ذلك الفرق وتعليمهم بأن عالم الألعاب والأفلام العنيفة لا يمثل الواقع.

- مصاحبة الأبناء في استعمالهم للكمبيوتر، والانترنت (الألعاب الإلكترونية)، وتوجيه ما يلزم في تعاملاتهم معها إلى الترفيه المفيد الهادف.

- التعرف على المواهب التي يتمتع بها الطفل والعمل على تنميتها ،و ممارسة بعض الأنشطة الأخرى مثل القراءة والرسم، الرياضة حتى يستطيع الطفل ملا الفراغ الذي يعيشه.

. قائمة المراجع:

- **المؤلفات:**
- عبد المعطي ، حسن ، (2004)، الأسرة و مشكلات الأبناء ، القاهرة ، دار رحاب للنشر و التوزيع .
- مصباح ، عبد الهادي،(2004) ، الإدمان ، القاهرة ، دار المصرية اللبنانية .
- أحمد النابلسي ، محمد، (2004) ، الأمراض النفسية و علاجها ، لبنان ، مركز الدراسات النفسية و النفس جسمية .
- بيومي خليل ، محمد ، (2002) ، انحرافات الشباب في عصر العولمة ، القاهرة ، دار قباء للطباعة و النشر .
- حسنى الشحروري، مها،(2008) ، الالعاب الالكترونية في عصر العولمة ، الأردن ، دار المسيرة .
- فطاير ، جواد،(د س) ، الادمان (مراحله ، انواعه ، علاجه)، القاهرة ، دار الشروق .
- **الأطروحات:**
- فلاق ،أحمد، (2009)، الطفل الجزائري و ألعاب الفيديو ، قسم علوم الإعلام و الاتصال ، كلية العلوم السياسية و الإعلام ، جامعة الجزائر.
- همال، فاطمة،(2012) ، الألعاب الالكترونية عبر الوسائط الإعلامية الجديدة و تأثيرها على الطفل الجزائري ، قسم علوم الاعلام و الاتصال ، كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية و العلوم السياسية ،جامعة الحاج لخضر باتنة.
- علواش، كهينة،(2006)، معالجة العنف من خلال التلفزيون و ألعاب الفيديو و تأثيرها على الطفل ،قسم علوم الاعلام و الاتصال ، كلية العلوم السياسية و الاعلام و الاتصال ، جامعة الجزائر.
- نمرود ، بشير ،(2008) ، ألعاب الفيديو و أثرها في الحد من ممارسة النشاط البدني الرياضي الجماعي الترفيهي عند المراهقين المتمدرسين ذكور ، معهد التربية البدنية و الرياضة ، جامعة الجزائر.
- **المقالات:**
- صبري ،حسن ، صبري ،أحمد ،(1996)، عالم الابتكار. أكاديمية البحث العلمي و التكنولوجي ،القاهرة .
- محمد سيد أحمد ، رندا ،(2020)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية و العلوم الانسانية ، المجلد 03، العدد01 ، ص 04 .
- محمد سيد أحمد ، رندا ،(2020)، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية و العلوم الانسانية ، المجلد 03، العدد01 ، ص 900.
- وليد المصري ، محمد ،(2006) ، الاسرة العربية و هوس الانترنت ، مجلة العربي ، العدد 575، ص 10 .
- سبتي ، عباس، (2013) ، الالعاب الالكترونية و عزوف الأولاد عن الدراسة – نتائج و حلول - ، الكويت

الملاحق: