إدمان الألعاب الالكترونية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى طلاب المرحلة المتوسطة في دولة الكويت

إعداد

د/ شيخة بداح فلاح الحجرف

دكتوراه فلسفة التربية : علم النفس التربوي

ملخص البحث

استهدفنا من خلال هذا البحث الكشف عن تأثير الالعاب الالكترونية على طلاب المرحلة المتوسطة في دولة الكويت ، ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتطوير أداة (استبانة) مكونة من ثلاثة أجزاء الأول منها تضمن البيانات الأساسية عن المستجيبين تضمنت: النوع والمستوى التعليمي والسكن والجزء الثاني فتضمن (20) فقرة حول مخاطر إدمان الأبناء على ممارسة الألعاب الإلكترونية موزعة على محورين هي: المخاطر السلوكية (10 فقرات)، والمخاطر النفسية الاجتماعية (١٠ فقرات) والجزء الثالث فتضمن (5) فقرات حول آليات مواجهة تلك المخاطر من وجهة نظر أولياء الأمور، وانتهت الاستبانة بسؤال مفتوح موجه لأولياء الأمور لتقديم مزيد من المقترحات لمواجهة تلك المخاطر وقد تم تطبيق الأداة على عينة عمدية مقصودة تمثلت في أولياء أمور التلاميذ ممن يدمن أبنائهم ممارسة الألعاب الإلكترونية ، والتي بلغ عددها (250) وتم تقسيمهم إلى (٣٠) فرداً للعينة الاستطلاعية، (٢١٠) فردة للعينة الأساسية وخلصت الدراسة الي أن أبرز المخاطر السلوكية التي يتعرض طلبة المرحلة المتوسطة جراء إدمان الألعاب الالكترونية في الكويت هي على الترتيب زيادة الانفعالات العصبية للأبناء وعنادهم وأظهرت النتائج أن أكثر المظاهر النفسية ظهوراً لدى طلبة المرحلة المتوسطة هي حزن الأبناء وضجرهم عند منعهم من اللعبة ثم شعور الأبناء بالقلق والتوتر عند الحرمان من اللعب وأوصت الباحثة بالاستفادة من الآليات المقترحة في هذه الدراسة لمواجهة مخاطر إدمان الأبناء على ممارسة الألعاب الإلكترونية.

الكلمات المفتاحية: الألعاب الالكترونية – المتغيرات النفسية – المرحلة المتوسطة – الكويت

Abstract

This research aimed to reveal the impact of electronic games on middle school students in the State of Kuwait, and to achieve the objectives of the research, the researcher developed a tool (questionnaire) consisting of three parts, the first which included basic data about the respondents, The second part included (20) paragraph about the dangers of children's addiction to playing electronic games distributed on two axes: behavioral risks (10 paragraphs), and psychological and social risks (10 paragraphs). As for the third part, it included (5) paragraphs on the mechanisms of confronting these risks from the point of view of parents, and the questionnaire ended with an open question directed to parents to provide more proposals to confront these risks. The tool was applied to an intentional sample of parents of students whose children are addicted to playing electronic games, which numbered (250), and they were divided into (30) individuals for the reconnaissance sample, (210) individuals for the basic sample. The study concluded that the most prominent behavioral risks that middle school students are exposed to as a result of addiction to electronic games in Kuwait are, respectively, the increase in children's nervous emotions and stubbornness. And tension when depriving them from playing. The researcher recommended taking advantage of the proposed mechanisms in this study to confront the dangers of children's addiction to playing electronic games.

Keywords: electronic games - psychological variables - intermediate school - Kuwait

مقدمة

لم تعد الالعاب الالكترونية مجرد وسيلة للترفيه وقضاء وقت الفراغ ولكنها اصبحت في ظل التطور التقني الهائل الذي يشهده العصر الحديث وسيلة اعلامية ذات تأثير بالغ ومتنامي على الطفل ولا نبالغ لو وصفنا تلك الألعاب باعتبارها من اكثر الوسائل تأثيراً في المجتمع وأفراده بما تحمله هذه الوسائل من تأثيرات متباينة سلبية كانت او ايجابية على الأطفال.

وفي الآونة الأخيرة اصبحت هذه الألعاب أكثر تأثيراً بما تتضمنه من مضامين خاصة في مرحلة المراهقة لكون هؤلاء الأطفال يمثلون فئة لم تكمل بعد بناؤهم الشخصي، كما ان إحصائيات وبحوث الإدمان على الالعاب الالكترونية أثبتت أن تأثير هذه الألعاب على نشأة الطفل أخطر مما نتخيل، وبالتالي، فإن مخاطر إدمانها تستوجب الحيطة والحذر (مغاري، 2019).

فقد أصبحت ظاهرة سيطرة الالعاب الالكترونية على انتباه وحياة الأطفال والمراهقين احد ابرز الظواهر الملفتة لانتباه الباحثين وعلماء الصحة النفسية والعقلية حيث يصل عدد المستخدمين حول العالم لهذه الالعاب بالمليارات من الأشخاص و تبين ان الفئة الأكثر استخدامًا لهذه التطبيقات هي فئة الأطفال والمراهقين والشباب خاصة فئة المراهقين، التي قد تتأثر بكل سهولة لما يعرض في هذه التطبيقات من قيم وعادات غريبة وغيرها من السلبيات التي قد تنتشر في هذه التطبيقات المختلفة(مغاري، 2019).

واشارت نتائج ادبيات ودراسات سابقة الي ان الإفراط في استخدام الالعاب الالكترونية والأجهزة الذكية له تأثير سلبي على صحة الاطفال النفسية والبدنية والعقلية ومن أهم أضرارها بطء التطور الاجتماعي والعاطفي لدى الطفل، وتراجع المهارات الاجتماعية لدى المراهق كما ان الاستخدام المفرط لهذه الالعاب في الطفولة المبكرة قد يسبب تأخر النطق لدى الطفل وغيرها من التأثيرات (العمري، 2018).

مشكلة البحث

أصبحت الالعاب الالكترونية بمختلف فئاتها جزءاً أساسياً من الحياة اليومية، ويقضي الكثير من الأطفال منا أوقاتاً طويلة أمامها فأصبحت رؤية لأطفال تحت سن الخامسة وهم يتوحدون مع هذه الالعاب أمراً غير مستغرب؛ بل إن بعض الأسر تلجأ إلى إلهاء طفلها من خلال هذه الالعاب.

غير ان الدراسات الحديثة أكدت على وجود اثار سلبية عديدة يتعرض لها الطفل والمراهق نتيجة الاستخدام غير الرشيد لهذه الالعاب الالكترونية والوصول الي حد الإدمان في استخدامها ففضلا عن الاثار الجسدية التي يتعرض لها الأطفال و هناك كذلك التأثيرات التي تنال من

الصحة النفسية، مثل ضعف تقبل الآخرين، وغياب الدعم العاطفي، والقلق، والاكتئاب، والتأثير على النوم، وصورة الطفل عن نفسه، ومشكلات اخرى تتعلق بالوحدة، والهوية، وبناء الصداقات، والتنمر وان اكثر الفئات التي تتعرض لتلك التأثيرات هي فئة الاطفال في سن المراهقة، فمع استمرار غزو هذه الألعاب لحياة الأطفال والمراهقين، أصبح المراهقون يشعرون أنهم أقل أهمية، وأقل استمتاعا بالحياة، وأقل انخراطا في الأنشطة الأسرية، وفي العلاقات سواء كانت الصداقة أو العلاقات العاطفية، وعليه يمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي: **ما تأثير الالعاب الالكترونية على طلاب المرحلة المتوسطة في دولة الكويت ؟**

ويتفرع من هذا السؤال الرئيس عدد من الأسئلة الفرعية التالية:

تساؤلات الدراسة

1. ما المخاطر السلوكية التي يتعرض طلبة المرحلة المتوسطة جراء إدمان الألعاب الالكترونية في الكويت؟
2. ما تأثير الالعاب الالكترونية على الجوانب النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة في الكويت؟
3. ما الآليات المقترحة لمواجهة مخاطر إدمان تلاميذ المرحلة المتوسطة على ممارسة الألعاب الإلكترونية من وجهة نظر أولياء أمورهم؟

أهداف وأهمية البحث

هذا البحث يهدف إلى تحقيق العديد من الأهداف :

1. معرفة مدى التأثير السلبي للألعاب الالكترونية على الأطفال والمراهقين.
2. لفت انتباه الأسرة بشأن هذه التأثيرات السلبية وتوعيتهم بمراقبة سلوكيات المراهقين.
3. توعية المراهقين بالتأثيرات السلبية التي سوف يتعرضون لها بسبب استخدامهم هذه الالعاب الالكترونية.
4. الكشف عن العلاقة بين زيادة استخدام الالعاب الالكترونية عند المراهقين وصحتهم الجسدية والنفسية والاجتماعية
5. تحديد اثر الإفراط في استخدام الالعاب الالكترونية على صحة المراهقين النفسية والبدنية والعقلية.
6. الكشف عن تأثير الالعاب الالكترونية على التطور الاجتماعي والعاطفي لدى الطفل و المهارات الاجتماعية لدى المراهق

7. الكشف عن تأثير إدمان الالعاب الالكترونية على العلاقات داخل الأسرة وعلى الروابط الأسرية

مصطلحات البحث

الالعاب الالكترونية: اللعبة: هي نشاط ينخرط فيه اللاعبون في نزاع مفتعل، محكوم بقواعد معينة، بشكل يؤدي إلى نتائج قابلة للقياس الكمي.

الألعاب الإلكترونية: عرفها (سالين وزيمرمان، 2004، ص86) بأنها " عبارة عن الألعاب المتوفرة على هيئة الكترونية "

يعرفها الربيعي وآخرون (٢٠٠٩) بأنها: برمجيات تهدف إلى المزج بين التعلم والترفيه في آن واحد وذلك لتوليد الإثارة والتشويق والرغبة الجادة في التعلم الممزوج بالترفيه

كما تعرفها الباحثة إجرائيا بأنها جميع أنواع الألعاب المتوفرة على هيئات الكترونية، وتشمل ألعاب الحاسب، وألعاب الإنترنت، وألعاب الفيديو وألعاب الهواتف النقالة، وألعاب الأجهزة الذكية.

المراهقين: المراهقة مرحلة الانتقال من الطفولة إلى الشباب وهي فترة معقدة من التحول والنمو، وتحدث في هذه المرحلة تغيرات عضوية ونفسية وذهنية واضحة والمراهق هو الطفل الذي يتراوح عمره بين 11 و 14 سنة، ويمر بسلسلة من التغيرات الجسدية والنفسية والانفعالية تعكس مظاهر النمو في تلك المرحلة، وتعتبر مرحلة المراهقة من اكثر المراحل حساسية في حياة الفرد حيث يمر المراهق ذكرا ً كان أم انثي بعدد من التغيرات البيولوجية والنفسية والاجتماعية والمراهقة هي لفظ يقصد به في العادة عملية الانتقال من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى مرحلة البلوغ والرشد وهي وفق هذا الأساس تمثل الحلقة التي تربط بين مرحلتي الطفولة والرشد وهذا المصطلح هو مصطلح نفسي بالدرجة الأولى بينما يستخدم لفظ البلوغ في علم الفسيولوجي (ملحم ، 2007: 38)

عرفت كذلك فترة المراهقة بأنها هي فترة التغيرات المتمايزة المتدرجة من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، والمراهقة هي الفترة التي تلي الطفولة، وتقع بين البلوغ الجنسي وسن الرشد، وتمثل فتر حرجه في حياة كل فرد، وينتج عن هذه التغيرات، والاضطرابات مشكلات كبيرة متعددة تحتاج إلى توجيه وإرشاد من الوالدين والمحيطين به والمربين بوجه خاص.(العطار، 2021: 480)

حدود الدراسة:-

1. الحد الموضوعي : والذي يتناول اثر الالعاب الالكترونية على طلبة المرحلة المتوسطة

2. الحد البشري: تم تطبيق هذه الدراسة علي عينة من معلمي ومعلمات المرحلة المتوسطة في دولة الكويت
3. الحد المكاني: تم تطبيق هذه الدراسة في مدارس المرحلة المتوسطة في منطقة الجهراء التعليمية.
4. الحد الزماني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام 2021 / 2022

الإطار النظري

الألعاب الإلكترونية عبارة عن الألعاب المتوفرة على هيئة الكترونية تشمل جميع أنواع الألعاب المتوفرة على هيئات الكترونية، وتشمل ألعاب الحاسب، وألعاب الإنترنت، وألعاب الفيديو وألعاب الهواتف النقالة، وألعاب الأجهزة الكفية.
ومن خلال التعريف السابق للألعاب الإلكترونية وما سبق أن تناولناه وذكرناه من تعريفات يتضح:

1. اعتبرت العديد من التعريفات أن الألعاب الإلكترونية أنشطة عقلية منظمة يؤديها الاطفال من خلال برمجيات حاسوبية.
2. اعتبرت العديد من التعريفات أن الألعاب الإلكترونية هي برمجيات إلكترونية.
3. اعتبرت الألعاب الإلكترونية عملية تعلم منظمة ومتقنة من خلال التفاعل الفردي للطالب باستخدام ألعاب وذلك مفهوم أوسع وأشمل من اعتبار الألعاب الإلكترونية مجرد أنشطة عقلية حاسوبية أو برمجيات حاسوبية (الهدلق، 2013).

على الرغم من أن الهدف الرئيس للألعاب الإلكترونية كان بداية من أجل التسلية واستغلال وقت فراغ الأطفال والمراهقين، غير أن الألعاب الالكترونية أصبحت أحد الأسباب وراء بروز عدد كبير من المشكلات في المجتمع وربما يعود طغيان ثقافة العنف والقتل في هذه الألعاب الي الإحساس بخطورة تلك الألعاب مما دفع بعض المجتمعات إلى تحديد حدة أدنى للسن الذي يسمح فيه للأطفال بممارستها من أجل حماية الأطفال من مخاطر تلك الألعاب وخوفاً على مستقبلهم (محمد، ٢٠١٩).

لقد أثار الانتشار الواسع للألعاب الإلكترونية، سيما الألعاب القتالية التي احتلت مكان الصدارة في اهتمامات الأطفال والمراهقين، تساؤلات المربين وعلماء النفس والاجتماع حول ما تحمله من سلبيات وإيجابيات، فهذه الألعاب ليست وسيلة بريئة للتسلية والترفيه، بل هي أداة إعلامية تتضمن رسائل مشفرة يهدف من خلالها المرسل تحقيق غايات ثقافية

وسياسية ودينية معينة، فقواعد اللعبة تفرض على اللاعبين الانغماس في واقع معين من الحرب الفكرية أو العسكرية أو الثقافية أو الأيديولوجية، كما تكمن خطورتها أيضاً في إمكانية تقريب اللاعبين بين الخيال والواقع إلى درجة أنهم يحاولون تطبيق مضامين هذه الألعاب في حياتهم اليومية؛ مما يعني تنميط السلوك على النحو الذي يرغب فيه صانعو هذه الألعاب (محمود، ٢٠١٨).

وهنا يجدر بالباحثة الاعتراف بما يحمله اللعب من أهمية كبيرة في تنشئة الأطفال وإسعادهم باللهو والمرح، فضلاً عن تخليصهم من الطاقة الزائدة، وتنمية مداركهم و تنمية نشاطاتهم النفسية وبناء شخصياتهم السوية غير أن الواقع الحالي يشير الي تحول هذه الألعاب إلى كابوس حيث تتسبب في اغتيال براءة الأطفال وتدفعهم للانحراف السلوكي والدخول في علاقات مشبوهة وقد تنتهي ببعضهم إلى ارتكاب جرائم السرقة والقتل والانتحار ويزداد الأمر خطورة في ظل قلة وعي أولياء الأمور بخطورة ممارسة تلك الألعاب على أطفالهم خاصة بعد أن وصل ارتباطهم بها إلى حد الإدمان.

إيجابيات الألعاب الإلكترونية

1. تمتاز الألعاب الإلكترونية بنواحٍ إيجابية حيث تنمي الذاكرة وسرعة التفكير.
2. تطور حس المبادرة والتخطيط والمنطق ومثل هذا النوع من الألعاب يسهم في التآلف مع التقنيات الجديدة، بحيث يجيد الأطفال تولي تشغيل المقود، واستعمال عصا التوجيه، والتعامل مع تلك الآلات باحتراف
3. تعلم الأطفال القيام بمهام الدفاع والهجوم في آن واحد .
4. هذه الألعاب تحفز التركيز والانتباه وتنشط الذكاء لأنها تقوم على حل المشكلات أو ابتكار عوالم من صنع الخيال ليس هذا فقط بل أيضاً تساعد على المشاركة (النمر، 2017)

وقد حدد سالف (2015) مجموعة أخرى من ايجابيات الألعاب الالكترونية من أهمها

1. تنتمي الذاكرة وسرعة التفكير، كما تطور حسن المبادرة والتخطيط والمنطق.
2. تحقيق التآلف مع التقنيات الجديدة وتنشط الذكاء، لأنها تقوم على حل الألغاز وتساعد على المشاركة.
3. الطفل أمام الألعاب الإلكترونية يصبح أكثر حيوية ونشاطا، وأن هذه الأجهزة تعطي فرصة للطفل أن يتعامل مع التقنية الحديثة، مثل الإنترنت وغيرها من الوسائل الحديثة، كما أنها تعلمه التفكير.

أنماط الألعاب التعليمية الإلكترونية:

تأخذ الألعاب الإلكترونية نمطين هما (العنزي، 2019):

1. **النمط التنافسي**: يعتمد هذ النمط على تحديد الطالب الفائز أو الخاسر في جميع مراحل اللعبة، وسواء كان بين متعلم وأخر أو بين المتعلم والحاسوب.
2. **النمط العلمي الاستكشافي**: تهدف إلى تنمية الابتكار والإبداع والتفكير لدى المشاركين، وتقوم اللعبة على استخدام استراتيجيات متقدمة لتنمية أنماط التفكير.

والنمط الأكثر شيوعاً هو نمط الألعاب الإلكترونية القائمة على الاستكشاف، وذلك لأنها تعزز لدى الطالب القدرة على التفكير واستيعاب المفاهيم و زيادة الدافعية لتحقيق التفوق، وبالتالي تكرار اللعبة أكثر من مرة وهذا ينعكس على فهم واستيعاب الطالب للمفاهيم المتضمنة في هذه الألعاب.

أما سلبيات الألعاب الإلكترونية فتظهر في (الغزاوي، 2019).

الأضرار الاجتماعية

- أن الألعاب الإلكترونية قد تعرض الطفل إلى خلل في العلاقات الاجتماعية إن هو أدمن على ممارستها.
- اعتياد النمط السريع في الألعاب الإلكترونية ومن ثم يواجه الطفل صعوبة كبيرة في الاعتياد على الحياة اليومية الطبيعية التي تكون فيها درجة السرعة أقل بكثير
- تعرض الطفل إلى نمط الوحدة والفراغ النفسي سواء في المدرسة أو في المنزل.

الأضرار الأكاديمية

- أن ممارسة الألعاب الإلكترونية قد يحقق نتيجة عكسية تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي ويؤدي إلى إهمال الواجبات المدرسية والهروب من المدرسة مما يؤدي إلى حدوث اضطرابات في التعلم.
- تعلق الطفل بهذه الألعاب فإن ذلك يؤثر سلبا على دراسته ونطاق تفكيره.
- سير الأطفال والمراهقين لفترات طويلة في ممارسة الألعاب الإلكترونية يؤثر بشكل مباشر على مجهوداتهم في اليوم التالي مما قد يجعل اللاعبين غير قادرين على الاستيقاظ للذهاب إلى المدرسة، وإن ذهبوا ، فإنهم قد يستسلموا للنوم في فصولهم المدرسية، بدلا من الإصغاء للمعلم.

مظاهر إدمان الألعاب الإلكترونية:

الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونية له مظاهر متعددة منها: الانشغال الدائم بها والحديث المستمر عنها، حيث تكون اللعبة في مقدمة أولويات واهتمامات الأطفال ويكون ممارستها على حساب أدائهم لمسئولياتهم الأكاديمية والاجتماعية، حيث ينشغلون بها عن دراستهم وواجباتهم المدرسية، وتقل الاهتمام بتفاعلاتهم مع الأسرة والأصدقاء، إذ يستبدلون هذه العلاقات الحقيقية بعلاقات وعوالم افتراضية (الدرعان، ٢٠١٩\).

ويمكن القول أن ممارسي الألعاب الإلكترونية يصبحون بمثابة أسري وعبيدة لها، وكما هو حال مدمن المخدرات وعندما يحرم منها يظهر عليه ما يسمى أعراض الانسحاب، وهي نفس الأعراض التي تظهر على مدمني ممارسة الألعاب الإلكترونية عندما يحرموا منها، فهي حالة من الاضطراب النفسي والأسرى والمجتمع الذي يصعب فيه على الأطفال والمراهقين الانفصال والابتعاد عن تلك الألعاب، وهي ظاهرة تتمثل في الاعتياد الكامل والمستمر على ممارستها والارتباط الشديد بها (الدهشان، ٢٠١٩)

وفيما يتعلق بالمظاهر التي تؤكد وجود ظاهرة إدمان الأطفال والمراهقين على ممارسة الألعاب الإلكترونية يمكن تحديد ستة محكات رئيسة للإدمان يمكن من خلالها التعرف على مدمني ممارسة الألعاب الإلكترونية وهي:

1. **البروز والأهمية**: ويحدث ذلك عندما تصبح الألعاب الإلكترونية أهم الأنشطة لدى الطفل وأكثرها قيمة في حياته، تسيطر على مشاعره وتفكيره، وينتابه شعور باللهفة الشديدة لممارستها
2. **تعديل المزاج**: ويشير هذا المحك إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر بها الفرد نتيجة الانخراط في ممارسة الألعاب الإلكترونية بشكل متواصل، ويمكن أن ينظر إليها على أنها استراتيجية للتكيف إما بالهروب أو الاستسلام للعبة.
3. **التحمل**: وهي العملية التي تتطلب زيادة الوقت المنقضى في ممارسة الألعاب الإلكترونية واللعب لفترات أطول بكثير مما كان مخططا له حتى يتم تعديل المزاج.
4. **أعراض الانسحاب**: والتي تشير إلى مشاعر عدم الراحة والشعور بالكآبة وسرعة الهياج وحدة الطباع نتيجة الانقطاع عن ممارسة الألعاب الإلكترونية أو عندما تقل فترة ممارستها فجأة .

5. **الصراع**: ويتضمن الصراع البين شخصي وهو الصراع الذي يدور بين مدمن الألعاب الإلكترونية والمحيطين به، والصراع البين نفسي وهو الصراع بين مدمن الألعاب الإلكترونية وذاته فيما يتعلق بالإصرار على اللعب وممارسة الأنشطة الأخرى كالدراسة والحياة الاجتماعية والعمل.
5. **الانتكاس**: ويعني الميل إلى العودة مرة أخرى والاندفاع لممارسة الألعاب الإلكترونية بشره بعد فترة انقطاع أو حرمان من ممارستها.

أسباب إدمان الألعاب الإلكترونية

ترى الباحثة أن أهم أسباب إدمان الأطفال والمراهقين على ممارسة الألعاب الإلكترونية يمكن حصرها في مجموعة نقاط أهمها:

1. انخفاض مستوى الوعي لدى الوالدين بخطورة تلك الألعاب والسماح لأطفالهم باستخدامها فترات طويلة دون رقابة.
2. سهولة استخدام الأطفال لتلك الألعاب وتوافرها بالمنزل، واعتقاد الآباء والأمهات أنها وسيلة آمنة للتسلية والترفيه.
3. سماح كثير من الآباء والأمهات لأبنائهم بممارسة الألعاب الإلكترونية للتخلص من ازعاجهم.
4. رغبة بعض الأطفال في ممارسة تلك الألعاب من أجل الهروب من الواقع الحقيقي إلى العالم الافتراضي.
5. انشغال الآباء والأمهات عن أطفالهم وفشلهم في تحقيق التواصل الفعال معهم
6. تقليد الأطفال للوالدين في استخدام الأجهزة الإلكترونية لفترات طويلة.

مخاطر إدمان الألعاب الإلكترونية

لقد حمل التطور في مجال الثقافة الإلكترونية أساليب جديدة لجذب الأطفال والمراهقين ودفعهم لإدمان الألعاب الإلكترونية. وهناك محاولات لتعليب وعي الأطفال والمراهقين في نمط ثقافي محدد، يؤمن بقيم الصراع والريح والقوة وتغليب النزوات والدعوة إلى الفردية والحرية غير المسئولة. ومن الطبيعي أن تنشأ لدى الأطفال والمراهقين دوافع نفسية متناقضة، بين ما يتلقونه عبر الثقافة الإلكترونية الرابحة، وبين ما يعيشونه في واقعهم اليومي ومحيطهم الاجتماعي، مما يؤدي إلى شعورهم بحالة نفسية تتلاعب بهم فيها قيم متعارضة (محمد، ٢٠١٩).

وتؤكد بعض الأدبيات ذات الصلة، مثل دراسات (الخليفة، ٢٠١٦) و (محمود، ٢٠١٨) أن الألعاب الإلكترونية، وخاصة الألعاب القتالية، ليست وسيلة بريئة للتسلية والترفيه، وإنما أداة إعلامية تعتمد على المتعة والإثارة النفسية وتستخدم التقنية المتقدمة في عرض محتواها بصورة تفاعلية تحاكي رغبات الأطفال وميولهم، وتزيد من دافعيتهم نحو استخدامها لفترات طويلة، وتفرض عليهم تقمص أدوارا محددة، والانغماس في واقع معين من الصراعات والحروب والقتال، فيتعلمون منها العنف والسلوك العدواني من خلال الممارسة أو المشاهدة وقد أثارت تلك الألعاب الفزع في كثير من المجتمعات العربية والأجنبية على حد سواء، ومنعتها الجهات القضائية في بعض الدول، ففي الولايات المتحدة الأمريكية قامت المحكمة الدستورية العليا عام ٢٠١١م بإلغاء قانون كاليفورنيا الذي سمح للآباء والأوصياء القانونيين بتزويد الأطفال القاصرين بالألعاب الإلكترونية العنيفة، كما حظرت المحكمة بيع تلك الألعاب.

ولعل من أبرز تلك المخاطر تلك المخاطر السلوكية بما تتضمنه من نشر لثقافة العنف حيث أصبحت سمة العنف من السمات المسيطرة على معظم الألعاب الإلكترونية، وربما ينعكس ذلك على تبنى الأطفال والمراهقين ثقافة راسخة من العنف حتي تحول سلوك إيذاء الأخرين أمراً مقبولاً، ويثير في نفوس الأطفال شعوراً ممتعاً يمارسه الأطفال والمراهقين يومياً في عالمهم الافتراضي وقد يؤدي ذلك إلى تراكم المشاعر والأفكار والسمات العدوانية ومن ثم يتنامى السلوك العدواني لدى الأطفال والمراهقين نتيجة الممارسة المتكررة لهذه الألعاب وخطورة الألعاب الإلكترونية تكمن في الميزة التفاعلية التي تتمتع بها عن غيرها، والتي تتطلب من ممارسيها أن يتقمصوا دور البطل أثناء اللعب فيمارسون الضرب والقتل والعنف، ما يغرس في نفوسهم استساغة وقبول تلك الممارسات.

أما فيم يتعلق بالمخاطر النفسية الاجتماعية فمن أبرزها تعرض الأطفال والمراهقين إلى خلل في العلاقات الاجتماعية مما يجعلهم يواجهون صعوبة كبيرة في التفاعل مع الآخرين وتجعلهم يميلون إلى العزلة والانطواء وهو ما يؤثر بالسلب في نمو مهاراتهم الاجتماعية وتظهر لدى الأطفال تباعاً ظواهر سلوكية غريبة تتمثل في ضعف علاقاتهم الاجتماعية وصعوبة التكيف مع الآخرين وهو ما يمهد لشيوع حالة من الانفصال الاجتماعي عن الآخرين فقد أشار الهدلق (2013) إلى خطورة الألعاب الإلكترونية على المهارات الاجتماعية للأطفال والمراهقين بسبب قدرتها على جذبهم إليها لساعات طويلة،

ما قد يفقدهم كثيرة من المهارات الاجتماعية في إقامة الصداقات والتعامل مع الآخرين، ويجعلهم خجولين لا يجيدون التحدث والتعبير عن أنفسهم.

الدراسات السابقة

الدراسات السابقة من أهم عوامل معرفة الباحث بالأدب النظري المرتبط بدراسته الحالية ومن ثم فهي تزيد من معلومات الباحث وتطلعه على الجهود السابقة التي تتعلق بموضوع بحثه ويستفيد منها الباحث كذلك في تحديد منهجية البحث وأدواته .

دراسة رندا سيد احمد (2020) هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من المخططات المعرفية اللا-تكيفية وإدمان الألعاب الإلكترونية، كما استهدفت تحديد المخططات المعرفية اللا-تكيفية الأكثر تنبؤاً بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية وتم تطبيق الدراسة على عينة من الطالبات الجامعيات بلغت ٢١٥ طالبة ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بالاستعانة بمقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة لجيفري يونغ و مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية من إعداد الباحثة وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الجانب النفسي والاجتماعي لإدمان الألعاب الإلكترونية والمخططات المعرفية اللا-تكيفية، وأظهرت النتائج أن الطالبات غير المدمنات للألعاب الالكترونية حصلن على متوسطات حسابية أدنى مقارنة بمدمنات الألعاب الالكترونية ، وأخيرا كشفت الدراسة أن اكثر المخططات المعرفية اللا-تكيفية تنبؤا بإدمان الألعاب الالكترونية تظهر تأثيرها في الجانب الاجتماعي المحيط بحياة الطالبة وتمثلت في مخططات (ضعف الاداء ،التوجه نحو الآخر، الترقب الزائد، الانفصال والرفض) تلاه الجانب النفسي.

في دراسة الحشاش (2008) استهدفت الباحثة معرفة أثر ممارسة بعض الألعاب الالكترونية في السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بدولة الكويت، و ذلك من خلال اختبار فرضية الدراسة الرئيسية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ومتوسط درجات طلبة المجموعة الضابطة في السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بدولة الكويت تعزى إلى أثر ممارسة بعض الألعاب الإلكترونية وتكونت عينة الدراسة من (40) طالباً من طلبة الصف الحادي عشر في مدرسة عبد الله العتيبي الثانوية من مدارس منطقة العاصمة التعليمية، وتم تقسيم عينه الدراسة الي مجموعتين متساويتين، تجريبية

وضابطة كما تم تطوير مقياس للسلوك العدواني، وتوصلت الدراسة الي فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات طلبة المجموعة التجريبية ومتوسط درجات طلبة المجموعة الضابطة في السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بدولة الكويت تعزى إلى أثر ممارسة بعض الألعاب الإلكترونية ولصالح طلبة المجموعة التجريبية وفي ضوء هذه النتيجة، قدمت الدراسة مجموعة من التوصيات من أبرزها ضرورة نشر الوعي لدى أولياء أمور الطلبة بخطورة ممارسة أبنائهم للألعاب الالكترونية التي تقدم مناخ للسلوك العدواني، وبيان أثرها على سلوك الأبناء.

دراسة يونس (2017) هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع و تكونت عينة الدراسة من (713) طالباً وطالبة من طلبة المدارس الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع في فلسطين خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي2017/2016 ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الألعاب الالكترونية وعدد فقراته(77) فقرة، ومقياس العزلة الاجتماعية وعدد فقراته(70) فقرة، وتم التحقق من دلالات صدقهم وثباتهم وبعد إجراء التحليلات المناسبة أظهرت النتائج أن مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية والعزلة الاجتماعية لدى الطلبة كان متوسطاً، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة في مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية تعزى لمتغير الجنس، لصالح الذكور.

هدفت دراسة فروليش وأخرون (2016) التي أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية التعرف على مستوى الإدمان على الألعاب الالكترونية لدى طلبة المدارس الثانوية وتكونت عينة الدراسة من(63) طالباً وطالبة، وتم استخدام استبيان الإدمان على الألعاب الالكترونية وقد أشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الإدمان على الألعاب الالكترونية وأن هذا المستوى من الإدمان على الألعاب الالكترونية كان لدى الذكور أعلى من الإناث وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة بين الإدمان على الألعاب الالكترونية و العزلة الاجتماعية لدى الطلبة.

وقامت أوسكني وأخرون (2016) بدراسة هدفت التعرف علي مستوى الإدمان على الألعاب الالكترونية لدى عينة مكونة من (776) طالباً وطالبة من طلبة المدارس الثانوية و استخدم الباحثون مقياس ممارسة الألعاب الإلكترونية وأشار نتائج الدراسة إلى

أن مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية كان متوسطاً وبينت النتائج أن الذكور أكثر ممارسة للألعاب الالكترونية من الإناث، بينما لم يكن لعمر الطلبة أي أثر في ممارسة الألعاب الالكترونية.

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة:-

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الذي يستند إلى جمع البيانات وتبويبها وتحليلها والربط بين مدلولاتها؛ من أجل تفسيرها والوصول إلى استنتاجات عامة تسهم في تحسين الواقع وتطويره، وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع أولياء أمور تلاميذ مدارس المرحلة المتوسطة في منطقة الجهراء التعليمية والبالغ عددها 31 مدرسة، وتضم (١٦٤٢٢) طالب وطالبة، وفق إحصاءات الإدارة العامة للتعليم بمنطقة الجهراء التعليمية 2022/2021

وقد تم اختيار العينة بطريقة عمدية مقصودة تمثلت في أولياء أمور التلاميذ ممن يدمن أبنائهم ممارسة الألعاب الإلكترونية ، والتي بلغ عددها (250) وتم تقسيمهم إلى (٣٠) فرداً للعينة الاستطلاعية، (٢١٠) فردة للعينة الأساسية.

أداة الدراسة: -

قامت الباحثة بتطوير أداة (استبانة) مكونة من ثلاثة أجزاء:

1. الأول منها تضمن البيانات الأساسية عن المستجيبين تضمنت: النوع والمستوى التعليمي والسكن
2. الجزء الثاني فتضمن (20) فقرة حول مخاطر إدمان الأبناء على ممارسة الألعاب الإلكترونية موزعة على محورين هي: المخاطر السلوكية (10 فقرات)، والمخاطر النفسية الاجتماعية (١٠ فقرات)

3. الجزء الثالث فتضمن (5) فقرات حول آليات مواجهة تلك المخاطر من وجهة نظر أولياء الأمور، وانتهت الاستبانة بسؤال مفتوح موجه لأولياء الأمور لتقديم مزيد من المقترحات لمواجهة تلك المخاطر.

اعتمدت الباحثة في صياغة فقرات الاستبانة على ما تضمنه الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بمجال البحث.

ولحساب تكرار استجابات عينة البحث تم استخدام مقياس ليكرت (التدرج الخماسي) (موافق بشدة - موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، وأعطيت لتلك التقديرات الأوزان النسبية التالية (5، 4، 3، ٢، ١) بالترتيب، وطلب من المستجيبين وضع علامة (√) أمام كل فقرة من فقرات الاستبانة وتحت درجة التقدير التي تعبر عن رأيهم.

استخدمت الباحثة حقيبة العلوم التربوية والاجتماعية للإحصاء SPSS مما يطمئن الباحث إلى قدرة النتائج للتعميم وقد استخدم منها المعادلات التالية:

1. المتوسطات والانحرافات المعيارية
2. معادلات الارتباط ومنها بيرسون، سبيرمان – براون، ألفا كرونباخ - مربع كاي

وقد تم تصحيح الاستجابات لمحاور الاستبانة وفقا لمقياس ليكرت الخماسي: (موافق بشدة - موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) بالنسبة لمجالات الاستبانة.
تم الحكم على استجابات أفراد العينة لكل عبارة وفقاً للدرجات المعطاة لفئات الإجابة التي تم ترتيبها تنازلياً، وتم تحديد طول الفئة كالتالي:
طول الفئة= المدى مقسوماً على عدد الفئات وتم تحديد المدى بالمعادلة:
المدى= أكبر قيمة لفئات الإجابة- أصغر قيمة لفئات الإجابة، وبالتالي:
المدى= 5-1 = 4

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{القيمة العليا للبديل – القيمة الدنيا للبديل}}{\text{عدد المستويات}} = \frac{5-1}{5} = 0.80$$

تائج الدراسة ومناقشتها

للإجابة عن السؤال الأول ونصه: **ما المخاطر السلوكية التي يتعرض طلبة المرحلة المتوسطة جراء إدمان الألعاب الالكترونية في الكويت؟**

جاءت كل إجابات أفراد عينة البحث على عبارات المخاطر السلوكية في نطاق درجة الموافقة الكبيرة، حيث بلغ المتوسط الوزني للمحور كله (3,74) بانحراف معياري (١,٣٠٨)، بدرجة موافقة كبيرة، وتعكس هذه النتيجة مدى إدراك أولياء أمور تلاميذ المرحلة المتوسطة بمنطقة الجهراء للمخاطر السلوكية الناتجة عن إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية وتعطي هذه النتيجة مؤشرا إيجابياً على وعي أولياء أمور طلبة المرحلة المتوسطة بالمخاطر السلوكية المترتبة على إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية.

كانت أعلى درجات موافقة أفراد العينة على المخاطر السلوكية الإدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية ، هي التي تضمنتها العبارة رقم (6) ونصها: "زيادة الانفعالات العصبية للأبناء" بمتوسط وزني (3,96) وانحراف معياري (1.424) وبدرجة موافقة كبيرة، والتي تضمنتها العبارة رقم (8) ونصها: "زيادة عصبية الأبناء وعنادهم" بمتوسط وزني (٣,٩١) و انحراف معياري (١,٣٨٣) بدرجة موافقة كبيرة.

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما يلمسه الآباء من تغير في سلوكيات أبنائهم داخل المنزل بسبب إدمانهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية ، ويأتي في مقدمة تلك التغيرات السلوكية التي يلاحظها الآباء التعصب المستمر للأبناء وزيادة عنادهم وتمردهم المستمر، مما يسفر عن سوء توافقهم داخل محيط الأسرة .

كانت أقل درجات موافقة أولياء الأمور على المخاطر السلوكية الإدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية هي التي تضمنتها العبارة رقم (4) ونصها "تشاجر الأبناء باستمرار مع زملائهم" حيث حصلت على متوسط وزني (3,54) وانحراف معياري (1.472)، وعلى الرغم من حصول تلك العبارة على أقل متوسط إلا أنها تقع في نطاق الموافقة الكبيرة أيضاً .

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أولياء أمور تلاميذ المرحلة المتوسطة بمنطقة الجهراء أصبحوا يدركون تمام الإدراك أن الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونية يقف وراء

تنامي سلوكيات العنف لدى أبنائهم، والتي من أبرز مظاهرها زيادة تشاجرهم مع إخوانهم في البيت وكذلك مع زملائهم في الصف.

للإجابة عن السؤال الثاني ونصه: **ما تأثير الالعاب الالكترونية على الجوانب النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة في الكويت؟**

جاءت معظم إجابات أفراد عينة البحث على عبارات المخاطر النفسية في نطاق درجة الموافقة الكبيرة، حيث بلغ المتوسط الوزني للمحور كله (٣٠٧٧) بانحراف معياري (١,١٩١)، وبدرجة موافقة كبيرة، وتعكس هذه النتيجة مدى إدراك أولياء أمور تلاميذ المرحلة المتوسطة للمخاطر النفسية التي يمكن أن يخلفها إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية، وتعطي هذه النتيجة مؤشراً إيجابياً على خطورة إدمان الأبناء على ممارسة الألعاب الإلكترونية التي تتجاوز الجوانب الصحية والسلوكية لتضم معها حزمة من الانعكاسات النفسية الاجتماعية.

كانت أعلى درجات موافقة أفراد العينة على المخاطر النفسية والاجتماعية لإدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية هي التي تضمنتها العبارة رقم (14) ونصها: "حزن الأبناء وضجرهم عند منعهم من اللعبة بمتوسط وزني (4.41) وانحراف معياري (1.358) بدرجة موافقة كبيرة، ثم العبارة رقم (18) ونصها: "شعور الأبناء بالقلق والتوتر عند الحرمان من اللعب" بمتوسط وزني (4.01) وانحراف معياري (1,361) وبدرجة موافقة كبيرة ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ما تلمسه الأسرة من دخول الأبناء في حالة من الضيق الشديد التي قد تقود بعضهم إلى حد الاكتئاب، فضلا عن شعورهم بالقلق والتوتر الشديدين عند منعهم من ممارسة الألعاب الإلكترونية القتالية، وهذا يفسر حالة الإدمان التي وصل إليها الأبناء والتي تشبه أعراض إدمان المخدرات، حيث يشعر مدمن المخدرات بالتوتر والقلق والضيق الشديد عند حرمانه من الجرعة المخدرة، وهذا مؤشر خطير يجب على الأسر الانتباه إليه ومحاولة التصدي له ومواجهته.

كانت أقل درجات موافقة أولياء الأمور على المخاطر النفسية إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية هي التي تضمنتها العبارة رقم (19) ونصها "تعزيز الأفكار الانتحارية في نفوس الأبناء حيث حصلت على متوسط وزني(٣,٢٧) و انحراف معياري (1.017) وبدرجة موافقة محايدة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن جميع أولياء أمور تلاميذ المرحلة المتوسطة مسلمون يستبعدون أن يقود الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونية

أبنائهم إلى الانتحار، حيث إن الانتحار وقتل النفس عمدا من الأمور المحرمة شرعا، ويعد جريمة ومعصية يأثم فاعله.

إجابة السؤال الثالث، ونصه: **ما الآليات المقترحة لمواجهة مخاطر إدمان تلاميذ المرحلة المتوسطة على ممارسة الألعاب الإلكترونية من وجهة نظر أولياء أمورهم؟** وللإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بتخصيص القسم الثالث من أداة الدراسة للتعرف على أبرز آليات مواجهة مخاطر إدمان الألعاب الإلكترونية كما يدركها الآباء ، كما قامت الباحثة بتوجيه سؤال مفتوح لأولياء الأمور يدلون فيه بتصوراتهم فيما يتعلق بمزيد من الآليات لمواجهة تلك المخاطر.

جاءت كل إجابات أولياء أمور تلاميذ المرحلة المتوسطة بمنطقة الجهراء (عينة البحث على الآليات المقترحة لمواجهة مخاطر إدمان أبنائهم للألعاب الإلكترونية في نطاق درجة الموافقة الكبيرة جدا، حيث بلغ المتوسط الوزني للمحور كله (4.21) بانحراف معياري (1.134) وبدرجة موافقة كبيرة جدا وتشير هذه النتيجة إلى ارتفاع وعي أولياء الأمور بحجم المشكلة التي طالما يعانون منها ورغبتهم في إيجاد آليات محددة لمواجهتها والتصدي لها.

جاء في مقدمة الآليات التي وافق عليها بشدة أولياء الأمور لمواجهة مخاطر إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية ما تضمنتها العبارة رقم (21) ونصها: "توفير أساليب بديلة للمتعة والترفيه يمكن لأفراد الأسرة جميعا المشاركة فيها، والعبارة رقم (28) ونصها: "تحديد زمن معين لممارسة الأبناء للألعاب الإلكترونية بما لا يؤثر على صحتهم العامة ومستواهم الدراسي"، يليهما التي تضمنتها العبارة رقم (22) ونصها: "إنتاج العاب إلكترونية بديلة تتوافق مع دين وعادات وتقاليد مجتمعاتنا الإسلامية والعربية".

جاء في الرتبة الأخيرة من الآليات التي وافق عليها أولياء الأمور لمواجهة مخاطر إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية ما تضمنتها العبارة رقم (26) ونصها: "مشاركة الآباء لأبنائهم في ممارسة الألعاب الإلكترونية .

ومن أجل الكشف عن مزيد من الآليات لمواجهة مخاطر إدمان طلبة المرحلة المتوسطة على ممارسة الألعاب الإلكترونية ، تم توجيه سؤال مفتوح لأولياء الأمور (عينة البحث) يدلون فيه بتصوراتهم فيما يتعلق بمزيد من الآليات لمواجهة تلك الظاهرة. وبإجراء التحليل لاستجاباتهم، أمكن حصر أبرز الآليات المهمة حسب تصوراتهم في النقاط التالية:

1. إطلاع أحد الوالدين على محتوى اللعبة قبل أن يبدأ الأبناء ممارستها، فإذا كانت تحتوى على مخالفات أخلاقية أو دينية يتم إتلاف شريط اللعبة مباشرة أمام الأبناء كي لا يشتروا مثلها مرة أخرى.
2. قيام الجهات المختصة في الدولة بحظر الألعاب الإلكترونية التي تتضمن محتوى مؤثر سلباً ومعاقبة كل من يتاجر فيها، أو على الأقل فرض رسوم كبيرة عليهم
3. توعية الأبناء بالمضاعفات السلبية لممارسة الألعاب الإلكترونية على صحتهم الجسدية والنفسية وتشجيعهم على القراءة وممارسة الرياضية وكذلك زيارة الأقارب وصلة الأرحام.
4. المتابعة المستمرة للأبناء والجلوس معهم أثناء اللعب، وعدم السماح للأطفال دون سن (١٢) عام بممارسة الألعاب الإلكترونية نهائياً.

توصيات البحث:-

1. قيام الأسر والمدارس والجهات المعنية بالتنشئة الاجتماعية في المجتمع الكويتي بالاستفادة من الآليات المقترحة في هذه الدراسة لمواجهة مخاطر إدمان الأبناء على ممارسة الألعاب الإلكترونية والتي أجمع عليها كل أفراد عينة البحث وبدرجة موافقة كبيرة جدا.
2. الاستفادة من الخبراء والمختصين في مجالات الأمن السبراني والأمن المعلوماتي والأمن الفكري لعقد بعض البرامج التوعوية لأولياء الأمور فيما يتعلق بالمخاطر المختلفة أمنياً ودينياً التي يمكن أن يخلفها إدمان أبنائهم على ممارسة الألعاب الإلكترونية.
3. الاستفادة من بعض الخبراء في مجالات علم النفس والاجتماع والعلوم الأمنية لتقديم بعض المحاضرات التوعوية لتلاميذ المرحلة المتوسطة لتوعيتهم بمخاطر الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونية.
4. - توظيف منصات التواصل الاجتماعي الأكثر انتشارا في تقديم البرامج التوعوية للأبناء وللآباء والأمهات فيما يتعلق بمخاطر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.
5. توجيه معلمي المرحلة المتوسطة في كافة المقررات الدراسية للقيام بدورهم التربوي في توعية الطلبة بمخاطر الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونية.
6. أن تحرص الأسرة على تخطيط شغل أوقات فراغ الأبناء في أمور مفيدة، مع توفير بدائل أخرى للتسلية والمتعة والترفيه تناسب أعمار أبنائهم ومستوياتهم العقلية.

المصادر :

احمد، رندا سيد(2020) العلاقة بين المخططات المعرفية اللا-تكيفية في خدمة الفرد وإدمان الالعاب الالكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات : دراسة تنبؤيه، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية العدد ٥١المجلد ٣

الحشاش، دلال عبد العزيز (2010) أثر ممارسة بعض الألعاب الإلكترونية في السلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بدولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة عمان العربية

عبيدات ذوقان وآخرون، (2007) . البحث العلمي: مفهومه وأدواته واساليبه، الطبعة الثانية، الرياض: دار أسامة للنشر والتوزيع .

العطار، محمد محمود محمد،(2021) هموم ومشكلات الفتاة في مرحلة المراهقة من منظور نفسي تربوي، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية. مج. 5، ع. 19 .

العمري، عبد الرحمن بن عبد الله عبد الرحمن، 2018، الأبعاد الاجتماعية لاستخدامات المراهقين لوسائل التواصل الاجتماعي، مجلة جامعة الملك عبد العزيز - الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز.

العنزي، ناصر(2019). أثرا استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والألعاب الإلكترونية على طلاب الصف الثالث متوسط بمدرسة السيح ، مجلة العلوم التربوية مج (3) العدد (4)

الغزاوي ، منال محمود (2019) فعالية الألعاب التعليمية الإلكترونية في التحصيل الدراسي وفي تنمية مهارات التعلم الذاتي لدى طلبة الصف الثالث الأساسي منخفضي التحصيل في مادة الرياضيات، كلية الدراسات العليا .

محمد، محمود الحاج(2013) أضرار الألعاب الالكترونية والكمبيوتر على الأطفال وكيفية الاتقاء منها، مجلة موصليات، ع(44)، جامعة الموصل، مركز دراسات الموصل، العراق، 48-53

محمود، خالد صلاح حنفي (2018) الطفل العربي والألعاب الالكترونية القاتلة: دراسة تحليلية، مجلة الطفولة والتنمية، ع(32)، المجلس العربي للطفولة والتنمية، القاهرة، 21-54.

ملحم، سامي محمد (2007) المراهقة والمشكلات النفسية عند الأطفال، القاهرة : دار الفكر العربي ، الطبعة الثانية

النمر، خديجة نمر محمد (2017) أثر استخدام استراتيجية مدعمة بالألعاب الإلكترونية على تحصيل طلبة الصف الخامس الأساسي وخفض القلق الرياضي لديهم، مجلة كلية التربية العدد (17) ص121 – 125

الهدلق، عبد الله (2013) بعنوان " إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام بمدينة الرياض، المملكة العربية السعودية ، جامعة الملك سعود(كلية التربية)

يونس، كرام محمد (2017) مستوى ممارسة الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع