

برنامج قائم على الإرشاد بالواقع لعينة من أولياء الأمور الأطفال في الروضة
للتوعية بأثار ممارسة الألعاب الإلكترونية على سلوك أطفالهم.

سميحة محمد عطيه
أساذ مساعد علم نفس الطفل كلية رياض الاطفال جامعه دمنهور

ملخص

نظرا لأهمية مرحلة الطفولة المبكرة فقد أصبح الاهتمام ببرامج رياض الأطفال أمرا ملحا، وفي خضم هذا الاهتمام الكبير بالألعاب الإلكترونية يتساءل المرء عن الأثار التي تحدثها هذه الألعاب على سلوك الأطفال ودور الأسرة في تعظيم المفيد منها ولحد من غير المفيدة. ومع تسارع التطورات التكنولوجية في السنوات الأخيرة، وما رافقها من تغيرات اجتماعية وثقافية، بدأت الألعاب الإلكترونية تنتشر انتشارا واسعا وتنمو نموا ملحوظا، فأصبحت الأسواق تعج بمختلف أنواع هذه الألعاب. وأكدت بعض الدراسات أن الألعاب الإلكترونية تعمل على توطيد العلاقة بين الآباء والأبناء، وتقترح الترويج لها كأداة لترابط أفراد الأسرة. وفي استطلاع للرأى قام به Wartella, Rideout, Lauricella, and Connell 2013 لقياس الأثر الذي تتركه الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من وجهة نظر الآباء والأمهات وجد أن تأثير التكنولوجيا على مهارات التواصل الاجتماعى يكون بشكل إيجابى بنسبة ١١% وبشكل سلبى بنسبة ٥٠%.

وتتلخص مشكلة الدراسة فى الإجابة عن التساؤل الآتى ما فاعلية البرنامج الإرشادى القائم على العلاج بالواقع لأطفال الروضة فى زيادة إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية وخفض سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية فى القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى وفى القياس التتبعية مقارنة بالقياس البعدى؟. وتسمى الدراسة الحالية إلى تحقيق عدة أهداف منها التعرف على بعض مخاطر الألعاب الإلكترونية على الأطفال فى مرحلة رياض الأطفال، والتعرف على الأساليب لوقائية لبعض مخاطر الألعاب الإلكترونية التى يمارسها الأطفال، وإعداد برنامج إرشادى قائم على الأسس النظرية والفتيات التطبيقية للإرشاد والعلاج بالواقع لجلسات لزيادة وعى الأمهات فى مراقبة أطفالهن أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية، والتعرف على فاعلية البرنامج الإرشادى فى زيادة وعى الأمهات فى مراقبة أطفالهن أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية.

وتتبع أهمية هذه الدراسة من كونها تبحث فى نوعية الأمهات بإيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية، وتكمن الأهمية النظرية للدراسة فى توفير قدر من المعلومات والبيانات العلمية لأولياء الأمور والمهتمين بمرحلة الطفولة فيما يختص ببعض المخاطر الناجمة من الممارسة المفرطة للألعاب الإلكترونية التى يمارسها الأطفال.

A reality- based Program for a sample of parents of kindergartners

for awareness of the effects of electronic- games on the behavior of their children

According to the importance of early childhood stage, attention to kindergarten programs has become urgent. In the midst of this great interest in electronic games one wonders about the effects of these games on children behavior and the role of the family in maximizing the useful ones and reducing the non- useful. With the acceleration of technological developments in recent years and the accompanying social and cultural changes, electronic games have begun to expand and grow exponentially, Markets are full of different types of electronic games.

In a survey conducted by Wartella, Rideout, Lauricella, and Connell in 2013 to measure the impact of electronic devices on children from the perspective of parents found that the impact of technology on social communication skills be positive by 11% and negative by 50%. The problem of the study is to answer the following question: What is the effectiveness of the counseling program based on real treatment for mothers of kindergarten children in increasing the positives of electronic games and reducing the disadvantages of playing electronic games?

The present study seeks to achieve several objectives, including: Identify some of the dangers of electronic games for children in the kindergarten stage, Identify the preventive methods of some of the dangers of electronic games practiced by children, Preparation of a Counselling program based on reality therapy and applied to raise awareness of mothers in watching their children while playing electronic games, and Recognize the effectiveness of the counseling program in increasing awareness of mothers in monitoring their children while playing electronic games The importance of this study stems from the fact that it is looking at educating mothers about the pros and cons of electronic games.

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة من أهم فترات الحياة وأكثرها تأثيراً في مستقبل الطفل لكونها ذات أثر حاسم في بناء شخصيته، ففي هذه الفترة يكتسب الطفل عاداته وسلوكه الاجتماعي واتجاهاته ومواقفه، كما أنه يكون أكثر استجابة لتعديل السلوك في اتجاه النمو السليم بالإضافة إلى كونه أكثر قدرة على اكتساب المهارات المختلفة التي تساعده على التكيف وإعمال الذات والخروج من الملأوف (حمده الغامدي، ٢٠١٠: ٩٧)

ونظراً لأهمية مرحلة الطفولة المبكرة فقد أصبح الاهتمام ببرامج رياض الأطفال أمراً ملحاً، وذلك لأنها تعتبر حجر الأساس للبيئة التعليمية ككل، ولكي تقوم الروضة بدورها على أكمل وجه يتعين ألا تكون مدرسة ابتدائية مصغرة ذات صفوف ومقررات، وإنما يجب أن تكون بيئة متكاملة ومؤسسة انتقالية توفر للطفل مجالاً للعب والتعليم والنماء الجسدي وتنمية الحواس والتكيف مع الجماعة بما لا يسبب له أو لأسرته الضرر.

وفي خضم هذا الاهتمام الكبير بالألعاب الإلكترونية يتساءل المرء عن الآثار التي تحدثها هذه الألعاب على الأطفال ودور الأسرة في تحظيم المفيد منها والحد من غير المفيدة، وذلك لما لها من تأثيرات قوية على صحة الطفل وقيمه وسلوكه ولغته وشخصيته، فالألعاب الإلكترونية سلاح ذو حدين منها السلبى ومنها الإيجابى، هذا وقد أجريت العديد من البحوث والدراسات التي تناولت مزايا ومساوئ الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على الأطفال خاصة.

ومع تسارع التطورات التكنولوجية في السنوات الأخيرة، وما رافقها من تغيرات اجتماعية وثقافية، بدأت الألعاب الإلكترونية تنتشر انتشاراً واسعاً وتتمو نموا ملحوظاً، فأصبحت الأسواق ترحب بمختلف أنواع هذه الألعاب، وتشير بعض الدراسات الخليلجة إلى أن هذه الألعاب الإلكترونية انتشرت بسرعة هائلة في المجتمعات العربية بوجه عام والمصرية بوجه خاص، فلا يكاد يخلو بيت في مصر منها حتى أصبحت جزءاً من غرفة الطفل، بل أصبح الآباء والأمهات يصحبونها معهم أينما ذهبوا ليزيدوا الأطفال إيماناً على ممارستها، وأصبحت الشغل الشاغل للأطفال اليوم حتى أنها استحوذت على عقولهم واهتماماتهم، ويمكن القول أن هذا الضيف دخل في منافسه حادة مع الأسرة في مهمة التنشئة الاجتماعية. وإذا كان اتجاه الطفل نحو الألعاب الإلكترونية يحمل في طياته الكثير من الأمور الإيجابية، فإن الأمر لا يخلو من بعض المخاطر الصحية والنفسية والاجتماعية والسلوكية والثقافية.

وأكدت بعض الدراسات أن الألعاب الإلكترونية تعمل على توطيد العلاقة بين الآباء والأبناء، وتفتح الترويج لها كأداة لترابط أفراد الأسرة. وكشف البحث الذى أجرته جمعية برامج الكمبيوتر الترفيهية أن ٣٥% من الذين شملهم البحث، أى واحد بين ثلاثة من أولياء أمور، لا يتوانون عن الانغماس في تلك الألعاب، وأن ٨٠% منهم يشاطرون الأبناء للعب، ويعتقد ثلث المشاركين في الدراسة أن الألعاب وطدت أو أصر علاقة بين أفراد العائلة (مها الشحروري، ٢٠٠٨: ٣٠).

وفي استطلاع للرأى قام به Wartella, Rideout, Lauricella, and Connell (2013) لقياس الأثر الذى تتركه الأجهزة الإلكترونية لدى الأطفال من وجهة نظر الآباء والأمهات وجد أن تأثير التكنولوجيا على مهارات التواصل الاجتماعى يكون بشكل إيجابى بنسبة ١١% وبشكل سلبى بنسبة ٥٠%، حيث أعزى ذلك إلى أن الأطفال يقضون فترات طويلة على هذه الأجهزة، ووجد أن هذه البرامج تؤثر على السلوك بشكل إيجابى بنسبة ٢٢% وبشكل سلبى بنسبة ٣٠% حيث أفروا بإمكانية تعلم الأطفال مواد تعليمية وسلوكية صحيحة أو يتعلمون سلوكيات عنيفة أثرت سلباً على سلوك الأطفال فى الحياة العامة، وبالنسبة للنشاط الحركى وجد أن ٨% تأثرها إيجابى و٥٤% تأثرها سلبى وذلك راجع إلى أن الأطفال نقل ممارستهم للأششطة الحركية لطول الوقت الذى يستغرقونه على هذه الأجهزة.

مشكلة الدراسة:

لوحظ فى السنوات الأخيرة انتشار وتزايد استخدام الأطفال للألعاب الإلكترونية

وتحولها إلى ظاهرة اجتماعية عامة لها تأثيراتها الإيجابية والسلبية على الأطفال والأسرة مما دفع بالعديد من الباحثين فى مجال علم النفس والتربية إلى دراستها كظاهرة لها أثارها النفسية والاجتماعية والثقافية فالتغيرات السريعة التى يمر بها المجتمع تتطلب منا أن نزود أطفالنا بالمهارات التى تمكنهم من التلائم والتكيف مع ظروف المجتمع، فهى ضرورية فى جميع مواقف الحياة، حيث لا يمكن تصور أن يعيش الأطفال فى معزل عن العالم، ولا يمكن تحقيق وجود إنسانى سليم لهم دون إدراك الوجود الاجتماعى بكل صورة، ويفسر ذلك الإخفاق الذى يعانيه البعض فى تلك المواقف ممن يملكون قدراً قليلاً من هذه المهارات، ويمثل هذا الإخفاق فى عدم استمرار الفرص المتاحة لإقامة علاقة ودية مع المحيطين بهم. (Charles, 2008: 20)

وتتلخص مشكلة الدراسة فى الإجابة عن التساؤل الآتى ما فاعلية البرنامج الإرشادى القائم على العلاج بالواقع لأمهات أطفال الروضة فى زيادة إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية وخفض سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية فى القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى وفى لقياس التتبعى مقارنة بالقياس البعدى؟.

أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق عدة أهداف منها:

١. التعرف على بعض مخاطر الألعاب الإلكترونية على الأطفال فى مرحلة رياض الأطفال.
٢. التعرف على الأساليب الوقائية لبعض مخاطر الألعاب الإلكترونية لتى يمارسها الأطفال.
٣. إعداد برنامج إرشادى قائم على الأسس النظرية ولفنيات التطبيقية للإرشاد والعلاج بالواقع لجلسات لزيادة وعى الأمهات فى مراقبة أطفالهن أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية.
٤. التعرف على فعالية البرنامج الإرشادى فى زيادة وعى الأمهات فى مراقبة أطفالهن أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية.

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة من كونها تبحث فى توعية الأمهات بإيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية (فى حدود علم الباحثة) وكذلك من أهمية الأسلوب الإرشادى المستخدم، وهو برنامج إرشادى قائم على العلاج بالواقع فى توعية الأمهات بإيجابيات ممارسة أطفالهن الألعاب الإلكترونية وسلبياتها، وقد كشفت الدراسات عن أهمية هذا النوع من العلاجات فى توعية الأفراد، وكذلك تعد هذه الدراسة من الدراسات المكمله للبحث فى مجال ممارسة أطفال الروضة مخاطر وفوائد الألعاب الإلكترونية.

تتمك الأهمية النظرية للدراسة فى توفير قدر من المعلومات والبيانات العلمية لأولياء الأمور والمهتمين بمرحلة الطفولة فيما يختص ببعض المخاطر الناجمة من الممارسة المفرطة للألعاب الإلكترونية التى يمارسها الأطفال.

وتتمك الأهمية التطبيقية للدراسة فى تزويد أولياء الأمور والمهتمين بمرحلة الطفولة ببعض الأساليب الوقائية من المخاطر (الصحية، النفسية والسلوكية، والاجتماعية) الناجمة من بعض

مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

١٢ الألعاب الإلكترونية Electronic Games: يعرفها سالين وزيمرمان (Salen& Zimmerman, 2005) بأنها ألعاب التسلية والترفيه المتوفرة على هيئة إلكترونية، كما تعرفها مايو (Mayo, 2009) بأنها نشاط يخرط فيه اللاعبون فى نزاع مفتعل محكوم بقواعد معينة بشكل يؤدى إلى نتائج قابلة للقياس لكمى ويطلق على لعبة ما بأنها إلكترونية فى حال توفرها على هيئة رقمية ويتم تشغيلها عادة على منصة الحاسب والإنترنت والتلفاز والفيديو والهواتف لنقالة.

١٣ إيجابيات الألعاب الإلكترونية: وهى فوائد ممارسة الألعاب الإلكترونية على الأطفال المتمثلة فى الترويج عن النفس، وتنمية التفكير، وزيادة سرعة رد الفعل، وتحديد الهدف، وتحفيز الانتباه، وتنشيط التأزر البصري الحركى، وتطوير التخطيط والتفكير المنطقي، وتعمل على تدريب الأطفال على أجهزة التكنولوجيا

وأن يعى فيما جديدة ويحاول باستمرار أن يقترب من الناس وتكون له بهم علاقات من نوع ما. وعلى المرشد أن يوفر للمسترشد تقديراً موجبا غير مشروط وينبغي أن يدرك المسترشد ذلك وأن يشاركه وجدانياً، ولدرجة ما يتأثر بمشكلاته وحتى أن يعاني معه ولكنه لا يبرر سلوكه أو يعاطف معه. وذلك في ضوء الأسس النظرية والأساليب التي قدمها جلاسر عن نظرية الاختيار، ويحدد إجرائياً بالفنيات المختارة وعدد الجلسات والأنشطة المتضمنة فيها وإجراءات تطبيق البرنامج. (سميرة ابوغزالة، ٢٠٠٨: ٧٥).

وتعرف الباحثة البرنامج الإرشادي: هو عبارة عن مجموعة من الجلسات والمهارات المبنية وفق النظرية الواقعية التي تسعى إلى زيادة وعي الأمهات في توجيه أطفالهن وأثره على الحد من ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية سلبية الأثر وزيادة ممارسة الألعاب الإلكترونية الإيجابية الأثر لدى أبنائهم في مرحلة رياض الأطفال الأساسية. ويتكون البرنامج هنا من أربع وعشرون جلسة.

حدود الدراسة:

الموضوع: تطبيق برنامج إرشادي قائم على العلاج بالواقع على أمهات أطفال الروضة لزيادة الوعي بالألعاب بإيجابيات الألعاب الإلكترونية وسلبياتها.

الحدود البشرية: عينة من أمهات أطفال الروضة والذين تراوح العمر لهم ما بين (٢٨-٤٣) سنة من محافظة البحيرة.

الحدود المكانية: روضة بنى الجيشى ببندر دمنهور - محافظة البحيرة

الحدود الزمنية: الفترة من ٣/٣/٢٠١٨ إلى ٣/٥/٢٠١٨

جدول (١) توصيف عينة الدراسة وفق المؤهل العلمي لأمهات الأطفال

المتغير	العدد	النسبة المئوية
مؤهل عال	١٧	٥٦,٦٧%
مؤهل متوسط فأقل	١٣	٤٣,٣٣%

الافتراضات النظرية:

أولاً الألعاب الإلكترونية:

١. إيجابيات الألعاب الإلكترونية: تتميز الألعاب الإلكترونية بوجود العديد من الجوانب الإيجابية التي تصب في مصلحة الأطفال. حيث أشار فتح الله (٢٠١٣) أنها تنمي حس المبادرة والمنطق والتخطيط. كما أنها تطور الذاكرة وتزيد من سرعة التفكير، تعمل ممارسة الألعاب الإلكترونية على التعود والتدريب على التعامل مع التقنيات الحديثة واحتراف العمل عليها، وتعمل على تنمية الذكاء وتنشيط الانتباه والتركيز، لأنها تقوم على عوالم افتراضية خيالية وحل الألغاز والأحاجي. كما تعد الألعاب الإلكترونية كمصدر مهم لتعليم الطفل. حيث أن الألعاب الإلكترونية تغذي خيال الطفل بشكل غير مسبوق، ويكتشف الطفل الكثير من خلال ممارستها. تزود هذه الألعاب الطفل بالنشاط والحيوية. تعطي الألعاب الإلكترونية الطفل فرصة لممارسة خطوات حل المشكلات الذي يحفز التفكير العلمي، ومن إيجابياتها أيضاً تولد روح المنافسة بين الأصدقاء في الألعاب ذات اللاعبين المتعددين (عبيد الحربي، ٢٠١٣: ١٤٥).

ونجد في معظم ألعاب الأطفال الإلكترونية أشكالاً وأنواعاً مختلفة من البنادق والمسدسات والخناجر والسيوف والعباب الليزر التي يمكن أن تؤذي عيون الأطفال عن طريق الأشعة الصادرة منها وتلك الألعاب تحقق للشركات المروجة لها مكاسب مرتفعة والصحية الأولى لتلك الجريمة هي الطفل الذي تصدر إليه هذه الألعاب البعيدة كل البعد عن بيئته (Spinks, A. B. 2006: 47)، والجدير بالذكر أن استخدام الطفل لتلك الأجهزة المستخدمة في تشغيل الألعاب الإلكترونية وقدرته على التعامل معها يمثل ظاهرة مهمة، ولا يجب أن يكون الطفل منفصلاً عن حركة التقدم التكنولوجي، فهذه الألعاب الإلكترونية سلاح ذو حدين والإفراط في اللعب بها يؤثر سلباً على الطفل.

يعد للعب نشاطاً مهماً يمارسه الطفل، إذ يسهم بدور حيوي في تكوين

الحدیثة. (فتح الله، ٢٠١٣: ٥١)

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها الآثار الحسنة والمرغوبة التي تخلفها ممارسة الألعاب الإلكترونية على جميع جوانب الطفل النفسية والانفعالية والمعرفية والجسمية، والمتمتلة بفقرات الاستبان التي أعدتها الباحثة لهذا الغرض.

سلبيات الألعاب الإلكترونية: وهي مضار ممارسة الألعاب الإلكترونية على الأطفال المتمثلة في قلة النشاط البدني، وآلام أسفل الظهر، وإجهاد العينين، والانتواء والمزلة، وغرس السلوك العدوانى والعنف، وزيادة خطر البدانة، وإدمان ممارستها، وأداء أكاديمي منخفض. (Brown & Swing Gentile, Anderson, 2014)

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها المخاطر والسيئات التي تسببها ممارسة الألعاب الإلكترونية على جوانب الطفل النفسية والانفعالية والمعرفية والجسمية، والمتمتلة بفقرات الاستبان التي أعدتها الباحثة لهذا الغرض.

البرنامج الإرشادي: البرنامج الإرشادي Counseling Program يعرف البرنامج الإرشادي بأنه مجموعة من الخطوات المنظمة والمتخصصة، التي ترمى إلى تحقيق أهداف معينة بحيث تمهد كل خطوة للخطوة اللاحقة لتصبح في النهاية مترابطة، وتؤدي إلى تعديل السلوكيات الخاطئة والمعارف السلبية لدى الطالب أو لستبدالها، كما يعرف البرنامج الإرشادي بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم مجموعة من الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فريقياً أو جماعياً بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السوي والصحة النفسية (زهران، ١٩٩٧: ٢٣).

الارشاد والعلاج بالواقع Reality & Counseling Therapy: يعرف جلاسر (Glasser, 2002) العلاج بالواقع بأنه أحد الأساليب العلاجية النفسية الحديثة في ضوء نظرية الاختيار Choice Theory، ويهدف إلى جعل المسترشد على وعى بالسلوك، وضبطه، والحكم عليه وتقييمه، وكذلك مساعدة الأفراد على إعادة الارتباط مع الآخرين من خلال خطة علاجية، أى أن العلاج بالواقع هو طريقة للإرشاد تستخدم لخلق علاقات ذات معنى، ومن خلال هذه العلاقة يتم تعلم المهارات التي تساعد الناس على إيجاد السعادة.

أما هوبل (Howell, 2009) يعرفه بأنه طريقة إرشادية للعمل مع الفرد وجعله قادراً على أن يختار الأفضل، وأن يوجه حياته ويحل مشكلاته من خلال قدرته على التحكم في سلوكه وتوجيهه لإشباع حاجاته وذلك من خلال العلاقة الإندماجية بين طرفي الإرشاد. (Howell, N. 2009: 19)

وأيضاً هو عملية علاجية تمكن الفرد من اكتشاف حاجاته غير المشبعة، وتحديد ما ينتج عن ذلك من مشكلات على المستويين الشخصي والاجتماعي، ثم مساعدته لتكوين مجموعة من الصور الذهنية الإيجابية لما يريده بطرق مشروعة، وتقوم سلوكه لتحقيق تلك الصور وفق قدراته وحسب إمكانيات البيئة حوله، ومساندته ليضع خططا قابلة للتنفيذ، تنتج له مجموعة من البدائل يمكن أن يأخذ منها ما هو أنسب لتحقيق تلك الصور. (حسام محمود ذكي، ٢٠١١: ٢٥).

ويعرف العلاج بالواقع إجرائياً في الدراسة الحالية، بأنه أسلوب يعمل على إرشاد الأمهات إلى ضرورة الاعتراف بالواقع والتعامل معه كما هو، وتحمل مسؤولية هذا الواقع، وإمكانية تحسينه، وتقريب المسافة بين الذات الواقعية والذات المثالية، وتزويد الأمهات بمهارات وفنيات التعامل مع أطفالهن للحد من ممارسة الألعاب الإلكترونية السلبية وزيادة ممارسة الألعاب الإلكترونية التعليمية والإيجابية وبأنه: أحد الاتجاهات الحديثة في الإرشاد النفسي، طوره وليم جلاسر، ويركز بشكل أسلسي على حاضر المسترشد وكيفية تحسين وتعديل اتجاهات الأطفال نحو حسن اختيار الألعاب الإلكترونية المفيدة، ويهدف إلى تقديم المساعدة التي تسمح للمسترشد بالشعور بالأهمية ليستنى له النمو والشعور بالحرية والأمن وكذلك مساعدته على تحمل المسؤولية الشخصية ويعلمه طرقاً أفضل لإشباع حاجاته وإدراك العالم بشكل أوسع، وتبصيره بواقعه، وأن يجرب طرقاً جديدة في السلوك

- يعانيه، وأنها وسيلة لنقل الخسارة أو الهزيمة بروح رياضية).
٣. قراء استخدام الألعاب الإلكترونية: يوجد العديد من القواعد التي يجب إتباعها عند ممارسة الألعاب الإلكترونية للطفل (السيد شعلان، ٢٠١٢: ٥٥)
- أ. مراقبة الأهل للألعاب التي تنتم بلعنف وتعارض مع أخلاق وقيم المجتمع.
- ب. يفضل تحديد سن الشخص للسماح له بممارسة هذه الألعاب الإلكترونية.
- ج. يجب سن قوانين وتعليمات تمنع الأطفال دون سن معين من الدخول إلى مراكز وصلات الألعاب الإلكترونية.
- د. يجب ألا تقل المسافة بين الطفل وشاشة الكمبيوتر عن ٨٠ سم.
- هـ. ينصح خبراء الصحة بأن لا تزيد مدة اللعب للطفل عن ساعتين يوميا بشرط أن يأخذ الطفل فترات راحة كل نصف ساعة.
- و. ينبغي إبعاد الأطفال عن الألعاب الاهتزازية، حتى يتجنبوا الإصابة المبكرة بأمراض عضلية.
٤. سمات الألعاب الإلكترونية: أكد كل من (على جميل ٢٠٠٨، مها حسني، الشحروري ٢٠٠٨، منصور الغامدي، ٢٠٠٥) على أن الألعاب الإلكترونية تنتم بمجموعة من السمات تتلخص في أنها نشاط حر لا إجبار فيه، متنوعة، موجهة وغير موجهة، تتضمن نشاطات متنوعة جسدية وعقلية وانفعالية ولغوية، من الصعب التنبؤ بنتائجها، ترتبط بالميل والدوافع الداخلية، وتمتاز بالسرعة والخفة، تسيطر على الذات، تلبى بعض حاجات الطفل الضرورية، يتعلم الطفل عن طريقها وينمو عقله، وهو نشاط منظم يسير وفق قواعد محددة ومتفق عليها ومفهومة من قبل من يمارسها، تتضمن تعاوناً أو منافسة مع الذات ومع الآخرين، تمنح لمن يمارسها الشعور بالمتعة. ويمكن تحديد خصائص الألعاب الإلكترونية الصحية فيما يلي:
- أ. يجب أن تتفق مع منظومة القيم التي نرسى إلى ترسيخها في طبيعة الطفل التنموية.
- ب. أن تكون الألعاب ذات إمكانية متنوعة. ويمكن الاستفادة منها وتقديمها بهدف المتعة، وخلق أحاسيس ومشاعر متنوعة لدى الطفل تتوافق مع عمره الزمني وتعمل على تنمية الحس والذوق الجمالي.
- ج. ضرورة تأمين فرص الفوز بشكل متكافئ لكل اللاعبين والكمبيوتر في آن واحدة.
- د. أن تتضمن مكافآت معنوية للفائزين بقصد التشجيع على التفوق وإيجاد الحلول للمشكلات وتحت على المثابرة والنجاح في إتمام المهمة في النهاية.
- هـ. أن تتوجه إلى موضوع يعنى ثقافة الطفل، ويطر قدراته واستعداداته الحسية والإدراكية وينمي مفاهيم العمل ويزيد النشاط الذهني والدافعية ويحفز المواهب (محمد صولحة، ٢٠١٠: ١٣٣)، و(أنس شكشك ٢٠١٠: ١٠٣).

٢١ ثانياً الإرشاد والعلاج بالواقع: تعتمد نظرية الإرشاد والعلاج بالواقع على أن جميع الأفراد مدفوعون بحاجات قوية يجب إشباعها، مثل: الحاجة للآخر، والانتماء الاجتماعي، والحاجة لتحقيق تقدير الذات، إذا استطاع الفرد إشباعها فإنه يسلك بطرق تحافظ على أو تزيد السعادة، وإذا لم يستطع إشباعها يظهر الألم والتناقض وقد يسلك بطرق تبقى أو تزيد من هذا الألم، ولذا صمم هذا العلاج لمساعدة الأفراد في إشباع حاجاتهم بأساليب أكثر فاعلية وكفاءة (سيد عبدالعظيم وآخرون، ٢٠١٠: ٢٢٢).

يعد الإرشاد بالواقع إحدى الأساليب العلاجية النفسية الحديثة التي قدمها جلاس بناء على نظرية الاختيار (Choice Theory, 1998)، ويهدف العلاج بالواقع إلى جعل المسترشد على وعى بالسلوك، وضبطه، والحكم عليه وتقييمه، وكذلك

شخصيته بأبعادها وسماتها كافة، وهو وسيط تربوي مهم يعمل على تعليمه ونموه ويشبع احتياجاته ويكشف أمامه أبعاد العلاقات التفاعلية القائمة بين أفراد المجتمع الكبير ومجموعة الصغير، فاللعب عموماً، والألعاب التربوية خاصة منخلان أساسيان لنمو الطفل من الجوانب العقلية والانفعالية والنفسحركية والاخلاقية واللغوية، كما يسمح باكتشاف العلاقات بينهما وينمي للتفكير ويسمح بالتدريب على الأدوار ويخلص الإنسان من انفعالاته السلبية ومن صراعاته، وضروب توتره ويساعده على إعادة التكيف (محمد الحيلة، ٢٠١٣: ٣٣).

ومما لا شك فيه انتشرت في السنوات الأخيرة أماكن بيع الألعاب الإلكترونية ومراكز وصلات الألعاب بشكل كبير بمختلف أشكالها وأحجامها وأنواعها، وقابل هذا الانتشار بوجود طلب متزايد من قبل الأطفال على اقتناء هذه الألعاب، وتنتشر هذه الأجهزة والألعاب الإلكترونية في عدة أماكن منها المنازل، والنوادي، ومراكز الألعاب، وغالباً ما تعتمد تلك الألعاب على سرعة الانتباه والتفكير، وهي تمارس في أي وقت ولا تحتاج في كثير من الأحيان لأكثر من شخص واحد إلى جانب سهولة حملها وأسعارها المناسبة (Linder, J& Walsh, D. 2004).

ولم يعد غريباً أن يجذب الأطفال إلى الألعاب الإلكترونية على حساب الألعاب الأخرى، حيث أدى انتشار الكمبيوتر إلى بروز دور الألعاب الإلكترونية بوضوح في حياة الطفل، وإذا كان اندفاع الأطفال نحو الألعاب الإلكترونية يحمل في طياته الكثير من الأمور الإيجابية (آيات منصور، ٢٠١٠) ولكن المغالاة في ممارسة الطفل لتلك الألعاب يؤثر سلباً على تطورهم فكرياً ونفسياً (Spink, A. B. 2006) وقضاء الطفل ساعات طوال أمام الألعاب الإلكترونية يسبب آلام بالرأس، والرسخ، والرقبة والظهر (Mitchell, A. 2004). بالإضافة إلى أن الأطفال لا يستطيعون الاستفادة من الأنشطة الأخرى لبنائهم البدني، والاجتماعي، والفكري، والعاطفي، وهو أيضاً قد يؤدي إلى السمنة المفرطة على المدى الطويل (آيات منصور، ٢٠١٠). وقد تحدثت مشاكل اجتماعية مثل الخجل أو الانطواء ولن يتعلم من تعلم المشاركة (Brandtzaeg, B., 2007)، كما أن عملية الشد العصبي التي يكون فيها الطفل ولوقت طويل قد تلحق الضرر بجهازه العصبي وكذلك ينجم عن طول فترة نظره إلى الشاشة وقربه الشديد منها تؤثر عضلات العين والأعصاب التي تؤدي إلى احمرار العين والشعور بالحكة (آيات منصور، ٢٠١٠: ٦٧)

ونظراً لتعدد الألعاب الإلكترونية وتنوعها ظهرت آثاراً مختلفة على سلوك الأطفال الممارسين لها من نواحي متعددة دعت بعض الباحثين إلى تناولها بالبحث والدراسة للتعرف على آثارها السلبية، ففي دراسة قامت بها مايو (Mayo 2009) حول مخاطر الألعاب الإلكترونية وكيفية استخدامها بشكل صحيح لتعظيم فوائدها ولتقليل من أخطارها أسفرت النتائج عن وجود تأثيرات سلبية للألعاب الإلكترونية وأوصت بضرورة إجراء المزيد من البحوث وتقديم نتائجها من خلال وسائل الإعلام بحيث يكون لدى الأسرة وعى بالإيجابيات والسلبيات قبل شرائها، ونظراً لقلة مراقبة الأسر لما يمارسه أبنائهم من الألعاب وقلة وعيهم بمخاطر الألعاب الإلكترونية فإن هناك حاجة ماسة لزيادة وعى الأمهات لترشيد توجيه الأطفال نحو الألعاب الإلكترونية ومراقبتهم عن طريق برامج إرشادية، وهذا ما دعي الباحثة إلى استخدام برنامج الإرشاد بالواقع لزيادة الوعي لدى أولياء الأمور بضرورة توجيه أطفالهم نحو الألعاب الإلكترونية المفيدة وغير المفيدة.

٢. أهمية الألعاب الإلكترونية للطفل: أن للألعاب الإلكترونية أهمية للطفل تتلخص في (تعليم الطفل العديد من المهارات مثل الملاحظة، التأمل، التفكير، وأنها وسيلة للشعور بالمتعة والبهجة، ولتنوع الطفل من الحرمان الذي قد

نتمناه وكل طموحاتنا وأيضاً كل رغبتنا المكبوتة، وكذلك نرسم صوراً لما نريده في زوجاتنا وأسرنا وزملائنا من احترام وتدعيم لنا. (Glasser, 2004: 156)

٧. العالم المدرك The Perceived World: يعرفه جلاسر بأنه هو الطريق الوحيد الذي من خلاله ندرك العالم الحقيقي ويكون ذلك عبر نظامنا الإدراكي، والمعلومات عن هذا العالم الواقعي تأتي لنا عبر نظامنا الحاسي (السمع، والبصر، واللمس، والشم، والتذوق) وهذه الحواس يمر من خلالها النظام الإدراكي بدءاً بما أسماه جلاسر "منفى المعلومات الكلية" وهو الذي يمثل كل شيء نعرفه أو سبق تجربته.

٨. مكان المقارنة The Comparing Place: يعني به جلاسر هو العملية التي تحدث باستمرار في المخ أثناء تعاملنا مع الحياة حيث تكون في حالة مقارنة مستمرة حول ما نريده (الصور العقلية، عالم الجودة) مع ما نحصل عليه (العالم المدرك) وعندما يكون كلاهما متشابه أو على نحو ملائم إلى حد كبير نكون في حالة جيدة، أما عندما لا يكون هناك تلائم فربما نشعر بدرجة من الإحباط وذلك يكون اعتماداً على درجة أهمية الصورة الموجودة في عالمنا ذات الجودة بالنسبة إلينا.

٩. السلوك الكلي Total Behavior: يتبنى جلاسر تعريف السلوك بأنه طريقة التصرف، لكنه أراد التوسع في كلمة (طريقة) فمن وجهة نظر نظرية الاختيار تلك الكلمة مهمة فهناك أربعة مكونات متلازمة ومرتبطة معا وهي التي تكون طريقة تصرفنا وهي كالتالي: الفعل أو الحركة، التفكير، الشعور، وظائف الأعضاء.

ويرى جلاسر أن جميع السلوكيات المنحرفة إما أنها محاولة للهروب من المسؤولية أو نتيجة عدم القدرة على تحمل مسؤولية على تحمل مسؤولية القيام بالفعل الصحيح أو عدم القدرة على إشباع الحاجات الأساسية. (Glasser, 2005: 32-33)

وأسس العلاج بالواقع هي:

١. بناء العلاقة الشخصية والثقة العلاجية.
٢. التركيز على السلوك بدلاً من المشاعر.
٣. التركيز على الأفعال وتجنب مناقشة الأسباب.
٤. الحكم على السلوك (التقييم).
٥. التخطيط.
٦. عدم تقبل الأعداء.
٧. استبعاد العقوبة أو النقد أو اللوم أو التوبيخ.
٨. الصبر وعدم الاستسلام.

تعتبر المحاور العشرة لنظرية الاختيار (التالي ذكرها) بمثابة ميثاق عمل يستخدمها المعالج ويسير على هديها فنظرية الاختيار هي العمود الفقري وأساس العلاج بالواقع وبالتالي فالمحاور العشر هي الإطار العام المشكل لعمل المعالج بالواقع. وهذه المحاور هي:

١. ما حدث في الماضي وكان مؤلماً له علاقة كبيرة بما نفعله اليوم. ولإعادة استرجاع هذا الألم السابق نستطيع المساهمة بشكل ضعيف (أو لا نستطيع أساساً) فيما نريد فعله الآن وهو تحسين علاقة حالية مهمة.
٢. الشخص الوحيد الذي نستطيع السيطرة على سلوكه هو أنفسنا، فلا يستطيع أحد أن يجعلنا نعمل أشياء نحن غير راغبين فيها، حتى في حالة وجود التهديد فإننا لن نعمل الأشياء على نحو جيد.
٣. كل ما نستطيع أن نعطيه أو نحصل عليه من الآخرين هو المعلومات، أما كيفية تعاملنا أو تعاملهم مع هذه المعلومات فهو اختيارنا أو اختيارهم.
٤. كل ما نستطيع فعله من الميلاد إلى الممات هو التصرف، وكل السلوكيات تتكون من أربعة مكونات هي التصرف، التفكير، الشعور، وظائف الأعضاء.

(برنامج قائم على الإرشاد بالواقع لعينة ...)

مساعدة الأفراد على إعادة الارتباط مع الآخرين من خلال خطة علاجية. أي أن العلاج بالواقع هو طريقة للإرشاد تستخدم لخلق علاقات ذات معنى، ومن خلال هذه العلاقة يتم تعلم المهارات التي تساعد الناس على إيجاد السعادة، فالعلاج هو دليل عملي للحياة السعيدة. (Glasser, 2002)

كما يضيف سولو (Sullo, 2002) أن العلاج بالواقع هو طريقة للإرشاد، تستند على نظرية الاختيار، وتهدف إلى مساعدة الأفراد على إكسابهم التحكم الفعال في حياتهم، كما يمكن أن يستخدمه الأفراد في تحسين تأثيرهم، وتُثبت العلاج بالواقع فعاليته في التعليم والقيادة والإدارة والتنشئة الوالدية، وعلاج المشكلات النفسية كالإحباط والقلق والافتقار... وغيرها، كما يساعد الأفراد على تعليمهم كيفية إشباع حاجاتهم بالطرق المسؤولة، والعلاج بالواقع، يستند على الاعتقاد بأننا نختار ما نرغب أن نعمله في حياتنا، وأنا مسؤولون عن اختياراتنا، والمسئولية تعرف بأننا نختار السلوك الذي يشبع حاجتنا، وفي الوقت نفسه لا يحرم الآخرين من فرصة إشباع حاجاتهم، والممارسون للعلاج بالواقع دائماً ما يرغبون في إقناع الأشخاص بالنظر بكل أمانة في الذي يريدونه، وما هم فاعلوه، والحصول على الذي يريدونه، فالشخص المحبط، أو الذي يحبط الآخرين يتعلم كيفية تقييم ما يفعله، ومن هذا التقييم يتعلم كيف يكون أكثر فاعلية في إشباع احتياجات السلوك. والسؤال الأساسي في العلاج بالواقع: هل ما تقوم به يساعدك في الحصول على ما ترغب فيه؟ أو أنه يقربك إلى الأفراد الذين تحتاجهم؟ ويتميز العلاج بالواقع بالبساطة وسهولة تطبيقه بواسطة المرشدين، كما أنه يستند إلى مجموعة بسيطة من القواعد الملموسة في الحياة اليومية، كما يعتبر من أكثر العلاجات في الجانب الوقائي للصحة النفسية.

هو طريقة للإرشاد والعلاج النفسي والتعليم وضعها وليم جلاسر ويمارس في كثير من المؤسسات وفي كثير من الثقافات وفيما يلي المفاهيم الأساسية للعلاج بالواقع والتي تشمل على:

١. الدافعية Motivation: يرى جلاسر أن كل الناس عليهم أن يتصرفوا على أو يعرفوا أنفسهم كأفراد لهم قيمة، واستقلالية، وفردية، وأطلق جلاسر على هذه الحاجة اصطلاح الهوية Identity، والتي تعتبر مثل الحاجة للطعام والماء والهواء.
٢. المسؤولية Responsibility: يعرفها جلاسر بأنها قدرة الإنسان على إشباع حاجاته، وأن يفعل ذلك بطريقة لا تحرم الآخرين من القدرة على إشباع حاجاتهم. (Glasser, 2005, 13)
٣. الواقع Reality: يرى جلاسر أن الناس عليهم أن يواجهوا الواقع بحيث يمكنهم أن يحلوا مشكلاتهم للشخصية عن طريق القيام بسلوك أكثر مسؤولية. (Glasser, 2005, 32)
٤. لصواب Right: يرى جلاسر أنه لكي نحصل على أهميتنا عند أنفسنا وعند الآخرين يجب أن نحافظ على معيار معتدل من السلوك، ولكي نعمل ذلك يجب أن نتعلم أن نصبح أنفسنا عندما نرتكب الخطأ وأن نتيب أنفسنا عندما نعمل الصواب، وإذا لم نقيم سلوكنا أو بعد تقييمه لم نعمل على تحسينه إذا جاء دون هذه المعايير، فإننا لن نشبع حاجتنا إلى الشعور بالقيمة وسوف نعاني بشدة كما يحدث عندما نغفل في أن نحب أو نحب، إن الأخلاقيات والمعايير والقيم وكذلك السلوك الصحيح والخاطي ترتبط كلها بشكل وثيق بإشباع حاجتنا لتقدير الذات. (Glasser, 2005: 10)
٥. الحاجات الأساسية Basic Needs: الحاجة للبقاء، الحاجة للحب والانتماء، الحاجة للقوة الحاجة للحرية، الحاجة للمتعة. ويرى جلاسر أنه لإشباع كل الحاجات يجب أن تكون لنا علاقات جيدة من الآخرين ويعني هذا أن إشباع الحاجة للحب والانتماء هو مفتاح إشباع الحاجات الأربع الأخرى. (Glasser, 2001: 22-23)
٦. عالم الجودة Quality World: ففي عوالمنا ذات الجودة نحن نختزن كل ما

غيرها أو وجود آثار معينة لديهم، وقد تناولت الدراسات فئات عمرية مختلفة لمرحلة الطفولة المبكرة والمتأخرة ومرحلة المراهقة ومرحلة الشباب، وقد اتبعت الدراسات في نهجها لبحثي طرق متعددة فمنها لتجريبية، وأخرى اتبعت المنهج الوصفي والبعض الآخر المنهج الارتباطي.

٥. إيجابيات الألعاب الإلكترونية: تتميز الألعاب الإلكترونية بوجود العديد من الجوانب الإيجابية التي تصب في مصلحة الأطفال. حيث أشار فتح الله (٢٠١٣) أنها تنمي حس المبادرة والمنطق والتخطيط. كما أنها تطور الذاكرة وتزيد من سرعة التفكير، تعمل ممارسة الألعاب الإلكترونية على التعود والتدريب على التعامل مع التقنيات الحديثة واحتراف العمل عليها، وتعمل على تنمية الذكاء وتنشيط الانتباه والتركيز، لأنها تقوم على عوالم افتراضية خيالية وحل الألغاز والأحاجي. كما تعد الألعاب الإلكترونية كمصدر مهم لتعليم الطفل. حيث أن الألعاب الإلكترونية تغذي خيال الطفل بشكل غير مسبوق، ويكتشف الطفل الكثير من خلال ممارستها. تزود هذه الألعاب الطفل بالنشاط والحيوية. تعطي الألعاب الإلكترونية الطفل فرصة لممارسة خطوات حل المشكلات الذي يحفز التفكير العلمي، ومن إيجابياتها أيضاً أنها تولد روح المنافسة بين الأصدقاء في الألعاب ذات اللاعبين المتعددين. (عبيد الحربي، ٢٠١٣: ١٤٥)

وأجرى عبدالرحمن (٢٠١١) دراسة حول الانعكاسات التربوية لإستخدام الوسائط الإلكترونية على ثقافة الطفل المصري؛ وتوصلت إلى أن الوسائط الإلكترونية وفرت للطفل فرصة غير مسبوقه للتواصل والتعارف مع أصدقاء من مختلف الثقافات، كما أنها فتحت مجالاً جديداً للحوار الأسرى بين الطفل والوالدين، لو أحسن الوالدان استغلالها بمشاركة الطفل في اللعب والتصفح. كما ظهر أيضاً ضعف واضح في الثقافة الصحية وعدم الالتزام بقواعد الصحة العامة في استخدام الوسائط الإلكترونية، وكذلك إفراط بعض المستخدمين في الوقت إلى حد الإدمان.

وفي دراسة قام بها (Wartella, E., Rideout, V. (2013) هدفت للتعرف على تأثير الألعاب الإلكترونية على الإدراك البصري لدى الأطفال والمراهقين أثبتت النتائج أن ممارسة الأطفال لهذه الألعاب له تأثير إيجابي على تنمية المهارات المعرفية وتأثير سلبي على الناحية الاجتماعية.

وهدفت دراسة عبدالله الهدلق (٢٠١٤) التعرف على إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام وتوصلت إلى أن هناك عدد من العوامل التي تدفع طلاب التعليم العام لممارسة الألعاب الإلكترونية ومنها السعي لل فوز، والمنافسة، التحدي، حب الاستطلاع، والتخيل والتصور، كما توصلت إلى أن هناك آثار إيجابية ومنها أنها تسهم في تحسين بعض المهارات الاجتماعية والأكاديمية مثل مهارة البحث عن المعلومات ومهارة الطباعة والكتابة واكتساب اللغات الأجنبية ومهارات التفكير الناقد وحل المشكلات.

٦. سلبيات الألعاب الإلكترونية: على الرغم من وجود من يرى الجانب المشرق للألعاب الإلكترونية ويؤيد استخدامها، إلا أن هناك العديد من الدراسات التي تدعم وجود مخاطر لها.

أجرى كوتنر، وأولسو، وويرنر (Kutner, Olso and Warner, 2008) دراسة عن وجهات نظر الوالدين والأبناء حول الألعاب الإلكترونية. تكونت عينة الدراسة من ٢١ طفلاً ذكراً و٢١ من أهاليهم ومراقبيهم. قام الباحثون باستقصاء اتجاهات الأطفال مع اتجاهات أهاليهم حول ممارسة هذه الألعاب، والكشف عما إذا كانت هذه الاتجاهات والآراء متوافقة أو مخالفة مع السياسات الحكومية والجهود العامة لمواجهة الآثار السلبية لهذه الألعاب على الأطفال. أظهرت الدراسة أن آراء بعض الأهالي أكدت قلقها لما تحتويه من مشاهد عنف ولقطات جنسية، وما تسببه ممارستها من تأثير سلبي على أداء ولجباتهم المدرسية، كما أظهرت الدراسة أيضاً تفاوت آراء الأهالي حول السياسات الحكومية للضعيفة في التعامل مع الألعاب الإلكترونية.

٥. كل المشكلات النفسية طويلة المدى هي مشكلات علاقة.
٦. مشكلة العلاقة تكون دائماً جزء من حياتنا الحالية.
٧. كل السلوك الكلي مختار، ونملك السيطرة المباشرة فقط على مكوني التصرف والتفكير ونستطيع السيطرة على مكوني المشاعر ووظائف الأعضاء بشكل غير مباشر من خلال كيف نختار التصرف والتفكير.
٨. نحن مبرمجون بواسطة خمس حاجات وراثية هي: البقاء، الحب والانتماء، القوة، الحرية، المتعة. وهذه الحاجات يجب أن نعمل على إشباعها، وهي من الممكن أن تكون مؤجلة ولعلنا لا نستطيع تجاهلها أو إنكارها.
٩. نحن نستطيع إشباع هذه الحاجات فقط من خلال إشباع الصور في عالمنا ذات الجودة.
١٠. كل السلوك الكلي يكون مصاغاً بواسطة الأفعال أو المصادر ويسمى بواسطة هذا المكون ليسهل التعرف عليه مثل: أنا أختار الاكتئاب، أو أنا كئيب أو حزين بدلاً من أنا أعاني من الاكتئاب، أو أنا مكتئب، حيث أننا عندما نختار قول العبارتين الأخيرتين فإن ذلك معناه أن شخصاً آخر هو الذي سبب الاكتئاب لنا وبالتالي فإننا فقدنا حريتنا بجعل الآخرين يتدخلون في حياتنا ويسببون اليأس لنا، أما عندما نقول أننا نختار الاكتئاب فإن معنى ذلك أننا نستطيع التوقف عن هذا الإختيار متى نشاء. (Glasser, 1998: 332-336)
١١. أما استراتيجيات التغيير: فيرى جلاسر أنها متمثلة في نظام WDEP وهذه الأحرف لخصائص للكلمات التالية: الرغبات Wants، الفعل والتوجيه Doing and Direction، التقييم Evaluation، التخطيط والالتزام Planning and Commitment.

مما سبق يتضح:

١. أن العنصر الأساسي الفعال في العلاج بالواقع هو سؤال العميل:
 - أ. ماذا تفعل الآن؟
 - ب. ماذا كنت تفعل في الواقع هذا الأسبوع أو الشهر الماضي؟
 - ج. ما منعك من فعل ما تريد أن تفعل؟ ماذا ستفعل غداً أو في المستقبل؟.
 ٢. أن العلاج بالواقع صمم لمساعدة الأفراد على التحكم في سلوكهم وتقييم خيارات جديدة وصعبة في حياتهم، فقد أسس على نظرية الإختيار التي تفترض أن الناس مسئولون عن حياتهم وعلى ما يقومون به ويشعرون ويفكرون.
 ٣. أنه من الصعب تغيير ما نشعر به أو ما يكون في وظائف أعضائنا فنحن لا نملك السيطرة عليهما بشكل مباشر، ومع ذلك فنحن قادرون على تغيير ما نقوم به (الأفعال) وما ن فكر فيه (الأفكار).
 ٤. وبالتالي فإن المفتاح لتغيير السلوك يكمن في تغيير خياراتنا لتغيير التصرف والتفكير فقد يختار الطالب إيمان الإنترنت، للهروب من مشكلاته حيث أنه يرى فيه حلاً أفضل من العمل على مواجهة وحل المشكلة. لذا فإن استكشاف الطلاب مدمنى الإنترنت لسلوكهم الكلي يساعدهم على إحداث تغيير في تعاطيهم للإنترنت.
 ٥. ويؤيد ذلك ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات من نجاح العلاج بالواقع في علاج إيمان الإنترنت لدى طلاب الجامعة. (Kim, 2007; Kim, 2008).
- مما سبق رأته الباحثة أنه قد يكون من المفيد تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على أسس ومبادئ نظرية الإختيار والعلاج بالواقع لخفض حدة إيمان الإنترنت ورفع تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة.

الدراسات السابقة:

في هذا الجزء من الدراسة سيتم عرض عدد من الدراسات السابقة التي تناولت الآثار النفسية والأعراض المرضية لممارسة الألعاب الإلكترونية، إذ أن بعض الدراسات السابقة تشير إلى حدوث بعض الأعراض لدى الممارسين للألعاب الإلكترونية والبعض الآخر لم يشر إلى حدوث تلك بشر إلى حدوث تلك الأعراض أو

للإصابة بالسمنة نتيجة الجلوس ساعات طويلة لممارسة الألعاب الإلكترونية وتناول الأطعمة السريعة غير الصحية والمشروبات الغازية.

وتوصلت دراسة الهدلق (٢٠١٤) لى أن هناك أضرار دينية وسلوكية وصحية واجتماعية وأكاديمية وأضرار عامة ويندرج تحت كل فئة عدد من الآثار السلبية. كما أكدت دراسة (Cris Rowan 2015) أن ارتفاع حالات البدانة يعود إلى تضيعة فترات طويلة أمام التلفاز أو الكمبيوتر.

كما هدفت دراسة ماجد الزيودي (٢٠١٥) إلى التعرف على الانعكاسات التربوية لاستخدام الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر المعلمين وأولياء الأمور لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وأشارت النتائج إلى أن ثمة مخاطر لهذه الألعاب من حيث دورها في حوادث العنف المدرسي بأنواعه المختلفة، كما أوضحت دراسة (Anne & Barbara 2015) الآثار السلبية التي تسبب فيها الألعاب الإلكترونية عبر الإنترنت، وقد وجهت الدراسة الأنظار إلى أن هناك لاعبين عبر الإنترنت لقوا حتفهم بسبب الإفراط في مواصلة اللعب لفترات طويلة، بالإضافة إلى الآثار السلبية الجسدية والنفسية الأكثر شيوعاً مثل العزلة الاجتماعية والعنف الملحوظ الذي يظهر على سلوكياتهم في المواقف الحياتية والإجهاد العضلي وضعف البصر وزيادة الوزن.

كما ذكرت (Knaption 2015) وفقاً لدراسة بعنوان وقت الشاشة والنشاط البدني وزيادة لوزن في الولايات المتحدة "المسح الوطني لصحة الطفل" أن الجلوس لساعات طويلة أمام الشاشة مرتبط بسلوكيات مستمرة تقلل من النشاط البدني، وتسبب أضرار صحية مزمنة ولها آثار سلبية على النواحي التربوية والاجتماعية وتؤدي إلى خفض الذكاء الاجتماعي لقلّة تواصلهم مع الآخرين، وانتشار السمنة بسبب قلة النشاط البدني.

كما أوضحت دراسة (Fletcher & Others, 2013) لتحديات في استخدام الألعاب الإلكترونية وآثارها السلبية على أمان الأطفال لهذه الألعاب وتوصلت إلى أن أهم الآثار السلبية لهذه الألعاب اضطراب النوم والقلق والتوتر والاكتئاب، والعزلة الاجتماعية والانطواء والانفراد بالكمبيوتر، وانعزال الطفل عن الأسرة والحياة، وضعف البصر والرؤية الضبابية وظهور السلوكيات السلبية مثل العنف والقسوة وضرب الأخوة الصغار وعدم سماع الإرشاد والتوجيهات والتمرد. فقد قام الباحثون بدراسة أكثر من ٢٠٠٠ طالب تتراوح أعمارهم من (٩-١٢) سنة وتبين أن معدلات أوزان الأطفال ازدادت من ٥٤ كجم إلى ٦٠ كجم وأن هناك انخفاضاً في اللياقة البدنية.

وهدفت دراسة (Daniel & Victoria, 2016) إلى الكشف عن تأثير ممارسة الألعاب الإلكترونية على اضطراب السلوك عند الأطفال، وقد أكدت النتائج أن إفراط الأطفال في ممارسة الألعاب الإلكترونية له تأثير سلبي على ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل القلق - الخوف - للنشاط الزائد - تشتت الانتباه - السلوك العدواني وبينت الدراسة أن الطفل الذي يعتاد النمط السريع في تكنولوجيا وألعاب الكمبيوتر قد يواجه صعوبة في الاعتياد على الحياة اليومية الطبيعية التي تكون فيها درجة السرعة أقل بكثير مما يعرض الطفل إلى نمط الوحدة والفراغ النفسي.

وقد أكدت دراسة (Joan 2016) وجود تأثيرات سلبية على ذكاء الأطفال وتنمية تفكيرهم حيث تبين أن تفكير الأطفال اتم بالطريقة الشديدة بدلاً من التفكير العميق، كما تبين أن هناك تأثير سلبي على العلاقات الشخصية والاجتماعية للأطفال وتسبب في جعل الطفل لديه عزلة وانطواء.

ومما سبق يتضح أن معظم الدراسات ذات الصلة بالدراسة الحالية أجمعت على أن بالإضافة إلى التأثيرات الإيجابية للألعاب الإلكترونية إلا أن للتأثيرات السلبية تكاد تكون أكثر وأقوى تأثيراً على حياة الطفل النفسية والجسدية والاجتماعية وتمثلت تلك الآثار السلبية في: أمراض نفسية كاضطراب النوم والقلق والتوتر والاكتئاب والعزلة الاجتماعية والانطواء وانعزال الطفل عن الأسرة والحياة

كما أجرى يعقوب، وديبس (٢٠٠٩) دراسة حول دور الألعاب الإلكترونية المنزلية في تنمية العنف لدى طفل المدرسة الابتدائية بدولة الكويت. هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الألعاب الإلكترونية وسلوك العنف لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الألعاب الإلكترونية وسلوك العنف لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية، وأن لها دوراً في تنمية سلوك العنف لديهم، كذلك بينت الدراسة وجود علاقة بين عدد ساعات ممارسة هذه الألعاب (أربع ساعات يومياً) وسلوك العنف، وتحدثت الدراسة عن جملة من الآثار السلبية على الطفل وصحته الجسمية والنفسية، فضلاً عن العدوان، العزلة، وعدم التكيف مع الآخرين، بالإضافة إلى آثارها السلبية على المجتمع ومنظومته القيمية.

وهدفت دراسة نهاد فتحى حجازى (٢٠١٠) إلى بحث القيم والسلوكيات الإيجابية والسلبية التي تعكسها الألعاب الإلكترونية المقدمة عبر الحاسب وتأثيرها على الطفل المصري، وذلك من خلال دراستين أحدهما تحليلية على عينة مكونة من ٣٠ لعبة إلكترونية والأخرى ميدانية أجريت على عينة من ٤٠٠ طفل، واستخدمت الباحثة أدوات تحليل مضمون في الدراسة التحليلية واستبيان في الدراسة الميدانية وتوصلت لنتائج إلى غلبة السلوكيات السلبية في الألعاب الإلكترونية محل الدراسة على القيم والسلوكيات الإيجابية، ووجود فرق دال إحصائياً بين كثافة التعرض للألعاب الإلكترونية وبين متغير الاندماج مع شخصيات هذه الألعاب لصالح مجموعة الأطفال كثيفي التعرض للألعاب الإلكترونية.

ودرست مايو (Mayo 2009) الآثار السلوكية والصحية والاجتماعية للألعاب الإلكترونية على أطفال رياض الأطفال وتوصلت إلى وجود تأثيرات سلبية على الأطفال لصالح الذكور نظراً لقلّة مراقبة الأسر وقلّة الوعي بمخاطر الألعاب الإلكترونية وأن هناك حاجة ماسة لتقنين استخدام الأطفال لها بمعرفة الوالدين. وفي السياق ذاته أسفرت نتائج دراسة قامت بها مجلة ذى لاتيبس البريطانية (٢٠١١) أن مشاهدة العنف من خلال ممارسة الألعاب الإلكترونية تزيد من مخاطر السلوك العدواني والخوف لدى الأطفال وأوصت أهل والمربين بالتعامل بحذر مع أساليب التسلية المعدة للأطفال.

وأجرت زينب عبدالرحمن (٢٠١١) دراسة حول الانعكاسات التربوية لاستخدام الوسائط الإلكترونية على ثقافة الطفل المصري. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واستخدمت الاستبيان كأداة للدراسة، وتم تطبيق الأداة على ٣٥٣ طفلاً من الصفوف (الرابع، الخامس، السادس الابتدائي). وتوصلت الدراسة إلى أن الوسائط الإلكترونية تلعب دوراً كبيراً في تشكيل ثقافة الطفل، وأنها فتحت مجالاً واسعاً للطفل لتنمية ثقافته الدينية، إلا أنه في مقابل ذلك قد يتسبب سوء استخدام الأطفال للوسائط الثقافية في بعض الانحرافات السلوكية والأخلاقية.

كما درست دعاء مصطفى عبدالغنى (٢٠١٣) العلاقة بين استخدام الكمبيوتر ودرجة نمو اللغوى لطفل ما قبل المدرسة وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين عدد ساعات استخدام الكمبيوتر ودرجة النمو اللغوى كما توصلت إلى وجود فروق بين فروع دالة إحصائياً بين درجات الأطفال مستخدمى للكمبيوتر والأطفال غير مستخدمى الكمبيوتر في النمو اللغوى لصالح غير مستخدمى الكمبيوتر.

كما أشارت دراسة الهدلق (٢٠١٤) أنه وفقاً لكثير من الأبحاث والدراسات التي تناولت الألعاب الإلكترونية، أنها تعمل على توليد ميول عدوانية لدى الأطفال فقد عزت السبب وراء الكثير من أعمال العنف وجرائم القتل والاعتداءات إلى العنف الذي تعرضه وسائل الإعلام والألعاب الإلكترونية على سبيل الاستمتاع والتسلية، حيث يتحقق النصر في بعض هذه الألعاب عندما يقتل الطفل أكبر عدد من الناس أو تدمير أكبر عدد من المنشآت والأماكن، مما يولد مشاعر سلبية لدى الطفل. وأكدت دراسة (Sandra & Others 2014) أن ٦٠% من الأطفال معرضون

الأساليب الإحصائية:

١. معامل ارتباط بيرسون.
٢. معامل الفلكر ونيك.
٣. معامل جتمان للنبات.
٤. تحليل التباين الثنائي للقياسات المتكررة (المرتبطة).
٥. اختبار شيفيه.
٦. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

وقامت الباحثة بعمل دراسته استطلاعية من خلال مقابلة مع بعض أولياء الأمور لأطفال الرياض بمحافظة البحيرة، وكان عددهم ٢٠، وكذلك مع بعض معلمات رياض الأطفال وكان عددهم ٢٠ بنفس المحافظة، وتوصلت إلى النتائج التالية بعد عملية تحليل بيانات المقابلة، أن ٩٨% من أفراد العينة أكدوا على أن الأطفال يمارسون الألعاب الإلكترونية وأن ٨٣% من أولياء الأمور والمعلمات أكدوا على أن أهم الألعاب التي يفضلها الذكور هي ألعاب المسابقات وألعاب العنف، وأهم الألعاب التي يفضلها البنات هي ألعاب تلبس ملابس البنات والمتشابهات. وأن ٨٦% من أولياء الأمور والمعلمات أكدوا على أن الأجهزة التي يجلس عليها الأطفال هي جهاز الكمبيوتر أو اللاب توب أو البلاي ستيشن. وأن ٧٨% من أولياء الأمور والمعلمات أكدوا على أن الفترة الزمنية التي يجلس فيها الأطفال أمام الألعاب الإلكترونية تتراوح ما بين ٢-٤ ساعات يوميا في أيام الدراسة، أما في أيام الأجازة تتراوح تلك الفترة ما بين ٣-٦ ساعات يوميا. وأن ٨٩% من أولياء الأمور والمعلمات أكدوا على أن من أهم المخاطر التي تظهر على الأطفال من جراء ممارسة الألعاب الإلكترونية تتلخص في (قلة النوم أو حدوث اضطرابات النوم نتيجة عدم أخذ قسط كاف من الراحة، مخاطر تتعلق بالعين مثل (التأثير على الإبصار وأحمرار العين والحكة والزعزعة، الميل إلى العدوان، تحدث الطفل بصوت مرتفع، بالإضافة إلى عدم إحساسه بالوقت).

أدوات الدراسة:

خطوات بناء الاستبيان: تكون الاستبيان في صورته الأولية من محورين، يتضمن ٦٨ عبارة، وقد تم الصدق المنطقي للاستبيان وذلك بعرضه على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم ٧ عضو من أعضاء هيئة التدريس من المتخصصين في مجال رياض الأطفال وكليات التربية، لإبداء آرائهم في الاستبيان من حيث صياغة المفردات ودقتها ومدى اتساق المفردات في ضوء الهدف من الدراسة وتم حذف المفردات التي لم يتفق عليها ٨٥,٧١% من المحكمين وبذلك استبعدت ٨ عبارات فأصبح العدد النهائي لعبارات الاستبيان ٦٠ عبارة وتكون المحور الأول إيجابية ممارسة الألعاب الإلكترونية من ٣٠ عبارة والمحور الثاني سلبية ممارسة الألعاب الإلكترونية من ٣٠ عبارة. وللتأكد من الخصائص السيكومترية للاستبيان تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية من الأمهات بلغ عددها ٢٥ أم وحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور الذي تنتمي إليه العبارة ويوضحه جدول (٢)

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة

المحور الثاني سلبيات الألعاب الإلكترونية					المحور الأول إيجابيات الألعاب الإلكترونية				
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	معامل الارتباط
١	٠,٥٧١	٥١	٠,٧٠٤	٤١	٠,٧٨٦	٣١	٠,٦٦٩	٢١	٠,٦٩٤
٢	٠,٧١١	٥٢	٠,٧٣٤	٤٢	٠,٨١٩	٣٢	٠,٧٦٩	٢٢	٠,٧٧٣
٣	٠,٦٨٥	٥٣	٠,٧٣٢	٤٣	٠,٧٩٥	٣٣	٠,٧٦١	٢٣	٠,٦٩٧
٤	٠,٧٧١	٥٤	٠,٧٥٦	٤٤	٠,٧٥٠	٣٤	٠,٦٢١	٢٤	٠,٧٠٥
٥	٠,٧٧٢	٥٥	٠,٧٩٠	٤٥	٠,٧٢٦	٣٥	٠,٧٠٦	٢٥	٠,٨٠٣
٦	٠,٦٤٥	٥٦	٠,٦٦٩	٤٦	٠,٧٤٩	٣٦	٠,٦٣٧	٢٦	٠,٦٣٧
٧	٠,٦٤٨	٥٧	٠,٦٣٤	٤٧	٠,٧٨٦	٣٧	٠,٦١٢	٢٧	٠,٦٣٣
٨	٠,٧٤٦	٥٨	٠,٧٣٩	٤٨	٠,٧٢٨	٣٨	٠,٦٣٧	٢٨	٠,٦٥٢
٩	٠,٦٩١	٥٩	٠,٦٧٧	٤٩	٠,٦٤١	٣٩	٠,٦٢٩	٢٩	٠,٦٣٣
١٠	٠,٦٨٢	٦٠	٠,٦٧٤	٥٠	٠,٥٧٣	٤٠	٠,٦٣٣	٣٠	٠,٦٠٩

قيمة معامل الارتباط الجولوية عند مستوى دلالة ٠,٠١ = ٠,٥٠٥

وظهور السلوكيات السلبية مثل العنف وعدم سماع الإرشادات والتوجيهات والتمرد.

دور الأسرة في التعامل مع ألعاب الأطفال الإلكترونية: تواجه الأسرة العربية في علمنا المعاصر (عصر العولمة والمعلوماتية وتورة الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات) وضعية معقدة من التحولات الكبرى، فهي تواجه فيضا متدفقا من التحديات المصيرية التي تشكل لها صعوبات وتحديات في مهام التنشئة، وما يتعلق بأدوارها الإرشادية والتوعوية الفاعلة في التعامل مع التكنولوجيا المعاصرة.

وقد وضع بركات، وتوفيق (٢٠٠٩) مجموعة من الأسس التي يمكن أن تسترشد بها الأسرة المعاصرة للقيام بدورها في التعامل مع آمال وأخطار العوالم الافتراضية على أطفالهم، وأهمها: مساعدة الأطفال على التفريق بين الواقع والخيال، وإدراك ذلك الفرق وتعليمهم بأن عالم الألعاب والأفلام العنيفة لا يمثل عالم الواقع الحقيقي، ومصاحبة الأبناء في استمالاتهم للكمبيوتر، والإنترنت، (الألعاب الإلكترونية)، وتوجيه ما يلزم في تعاملاتهم معها إلى لترفه المفيد الهادف، ومتابعة الآباء لاستخدام أبنائهم للإنترنت، ووضع الكمبيوتر الذي يتيح هذه الخدمة في أماكن مفتوحة للأسرة وليس خلف أبواب مغلقة، وتحديد مدة زمنية محددة لاستخدام الأطفال للإنترنت، أو الألعاب الإلكترونية والتي ينبغي ألا تزيد على الساعة يوميا قدر الإمكان، وإتاحة الفرصة للأطفال لممارسة الألعاب الجسدية والحركة بعيدا عن الجلوس أمام جهاز الكمبيوتر، واستخدام الأسرة البرامج المخصصة للحماية من التعرض للمواد والمواقع غير المناسبة، أو أوامر التحكم في ذلك المتوفرة ببرامج تصفح الإنترنت (جهاز للعب)، ومناقشة الأطفال بصفة مستمرة فيما يشاهدونه، أو يلعبونه وامدادهم بالمعلومات والمعارف التي تجعلهم يتعاملون بإيجابية فيما يشاهدونه، أو يقومون باللعب ولترفه من خلاله.

منهج الدراسة وإجراءاتها**عينة الدراسة:**

تم تحديد عينة الدراسة من أمهات أطفال الروضة بالطريقة العشوائية وتراوح العمر ما بين (٢٨-٤٣) سنة بمتوسط ٣٤,٥٦ وانحراف معياري ٧,٦١ واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي ذو المجموعه التجريبية الواحد. كما شملت عينة الدراسة الاستطلاعية ٢٠ من أولياء أمور أطفال الروضة، وكذلك ٢٠ معلمات رياض الأطفال.

أدوات الدراسة:

١. استبيان لقياس إيجابيات وسلبيات ممارسة أطفال الروضة للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأمهات.
٢. برنامج قائم على الإرشاد بالواقع لعينة من أولياء أمور أطفال الروضة للتوعية بتأثير تكرار ممارسة الألعاب الإلكترونية على أطفالهم.

الثبات: تم التأكد من ثبات الاستبيان بطريقتين: الثبات بطريقة الفا لكرونياك حيث أن هذه الطريقة تأخذ في الحسبان ثبات المفردة وثبات المحور والثبات بطريقة التجزئة النصفية.

جدول (٣) معاملات ثبات عبارات محورى المقاييس

المحور الثاني سليات الألعاب الإلكترونية					المحور الأول إيجابيات الألعاب الإلكترونية				
معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة
٠,٧٩١	٥١	٠,٨٠٨	٤١	٠,٨١٣	٣١	٠,٨٤٢	٢١	٠,٨٤٢	١١
٠,٧٦٥	٥٢	٠,٨١٦	٤٢	٠,٨١٥	٣٢	٠,٨٤٩	٢٢	٠,٧٩٤	١٢
٠,٧٣٦	٥٣	٠,٧٨٩	٤٣	٠,٨٠٩	٣٣	٠,٨١٩	٢٣	٠,٨٢٤	١٣
٠,٧٤٦	٥٤	٠,٨١٣	٤٤	٠,٨٠٥	٣٤	٠,٨٤٩	٢٤	٠,٨٤٦	١٤
٠,٧٢٩	٥٥	٠,٨١٦	٤٥	٠,٨١٦	٣٥	٠,٨٠٦	٢٥	٠,٨٣٧	١٥
٠,٨٢٤	٥٦	٠,٨١٩	٤٦	٠,٨٠٠	٣٦	٠,٨٣٤	٢٦	٠,٨٢٧	١٦
٠,٨٢٥	٥٧	٠,٨٢٢	٤٧	٠,٨١٦	٣٧	٠,٨٢٨	٢٧	٠,٨١٦	١٧
٠,٨١٥	٥٨	٠,٨٣٣	٤٨	٠,٨٣٧	٣٨	٠,٨١٤	٢٨	٠,٧٩١	١٨
٠,٨٠٨	٥٩	٠,٨٢٤	٤٩	٠,٨٣٤	٣٩	٠,٨٣٥	٢٩	٠,٨١٦	١٩
٠,٨٣٢	٦٠	٠,٨٣٦	٥٠	٠,٨٣٥	٤٠	٠,٨٢٩	٣٠	٠,٨٢٤	٢٠

٢. الاستفادة بما ورد في الدراسات السابقة والاطلاع على برامج العلاج بالواقع التى سبق تطبيقها مثل البرامج التى تم تطبيقها فى دراسة (عبدالخالق، ٢٠٠٥) ودراسة (السنباري، ٢٠٠٧) ودراسة (ابوغزالة، ٢٠٠٨)، ومن حيث وضع تصور للبرنامج وآلياته.

٣. الفئات والأساليب المستخدمة فى البرنامج:

١. المحاضرة والمناقشة: وذلك لما تحققة من الايجابية والتفاعل بين أفراد المجموعة، ولما تبعته من الحيوية والنشاط التعاونى وتنمية الطرق الصحيحة للمناقشة والحوار.
٢. فنية التعزيز والتشجيع: وتكون الاثابة مادية مرة ومعنوية مرة أخرى حسبما تقتضى طبيعة الموقف.
٣. فنية لعب الدور.
٤. الواجبات المنزلية: تهدف إلى تطبيق WDEP فى العالم الواقعي.
٥. التغذية الراجعة.
٦. إسناد المهام السلوكية المتصلة بالإفراط فى استخدام الانترنت.
٧. التركيز على السلوك بدلا من المشاعر وذلك من خلال ملاحظة السلوك وتقييم السلوك وتفسيره وللممارسات السلوكية.
٨. المرشد معلم أو نموذج لتعليم الطلاب أو اقتراح طرق أفضل للتصرف.
٩. الصبر على الطلاب وعدم تقبل الأعداء.
١٠. التركيز على الأفعال وتجنب مناقشة الأسباب.
١١. التركيز على الحاضر والمستقبل وتجنب الماضي.

نتائج الدراسة:

٣ التساؤل الرئيس: ما فاعلية البرنامج الإرشادى القائم على العلاج بالواقع فى زيادة إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية وخفض سليات ممارسة الألعاب الإلكترونية فى القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى وفى القياس التبعي مقارنة بالقياس البعدى؟

١. أولا النتائج الخاصة بفاعلية البرنامج الإرشادى القائم على العلاج بالواقع فى زيادة إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية فى القياس البعدى مقارنة بالقياس القبلى وفى القياس التبعي مقارنة بالقياس البعدى.

جدول (٥) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة الدراسة تبعا للمؤهل العلمى عن إيجابيات ممارسة أطفالين للألعاب الإلكترونية فى القياس (القبلى - البعدى - التبعي)

المؤهل	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف	المتوسط الانحراف
القبلى	البعدى	التبعي	القبلى	البعدى	التبعي	القبلى	البعدى
٣,٥١٥	٤,٤٧٠	٠,٥٦٢	٤,٤٧٠	٠,٥٦٢	٤,٤٧٠	٤,٤٧٠	٤,٤٧٠
٣,٧٥٨	٤,١٣٧	٠,٢٨٦	٤,١٣٧	٠,٢٨٦	٤,١٣٧	٤,١٣٧	٤,١٣٧
٣,٢٣٧	٤,٣٤٨	٠,٦٠١	٤,٣٤٨	٠,٦٠١	٤,٣٤٨	٤,٣٤٨	٤,٣٤٨

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الارتباطات قيم أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة ٠,٠١ مما يدل على قوة العلاقة الارتباطية بين العبارة والمحور ويدل على صدق الاستبيان.

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الثبات بطريقة الفا لكرونياك قيم مرتفعة وأن قيم معاملات الثبات للمحور الأول تراوح بين (٠,٧٩١ إلى ٠,٨٤٩) وقد بلغ معامل ثبات المحور الأول ٠,٨٥٥ وللمحور الثانى بين (٠,٧٨٩ إلى ٠,٨٣٧) ومعامل ثبات المحور ٠,٨٤٨ وأن معامل ثبات الاستبيان ككل ٠,٨٦٤، كما يتضح أن معامل ثبات العبارة لكل محور أقل من معامل ثبات المحور مما يدل على أن حذف أى عبارة يؤثر سلبا على الاستبيان.

٣ الثبات بطريقة التجزئة النصفية: تم التأكد من الثبات بطريقة التجزئة النصفية بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارات الفردية والعبارات الزوجية داخل كل محور وتطبيق معادلة سبيرمان- براون لإيجاد معامل الثبات ويوضحه جدول (٤)

جدول (٤) معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية

المحور	ثبات الفا	التجزئة النصفية	
		معامل الارتباط	معامل الثبات
المحور الأول	٠,٨٥٥	٠,٧٥٣	٠,٨٥٩
المحور الثانى	٠,٨٤٨	٠,٧٤٤	٠,٨٥٣
الثبات الكلى	٠,٨٦٤	٠,٧٨٢	٠,٨٧٨

يتضح من جدول (٤) أن معاملات ثبات المحورين بطريقة الفا لكرونياك أكبر من معاملات ثبات عبارات كل محور على حدة وأن معامل الثبات الكلى بلغ ٠,٨٦٤ مما يدل على ثبات العبارات والمحاور وأن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قيم مرتفعة أكبر من ٠,٨٥.

وبذلك تم التحقق من صدق وثبات الاستبيان وأنه يقىس ما وضع من اجله وتكون الاستبيان فى الصورة النهائية من ٦٠ فقرة موزعة على محورين يقيس المحور الاول لإيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية ويقيس المحور الثانى سليات ممارسة الألعاب الإلكترونية على مقياس ليكرت الخماسى (بدرجة كبيرة جدا وتحصل على ٥ درجات، بدرجة كبيرة وتحصل على أربع درجات، بدرجة متوسطة وتحصل على ثلاث درجات، بدرجة ضعيفة وتحصل على درجتين، وبدرجة ضعيفة جدا وتحصل على درجة واحدة) وبذلك تكون الدرجة الكلية للاستبيان ٣٠٠ درجة الدرجة الصغرى ٦٠ درجة. وقد تم استخدام الأسلوب الاحصائى على متوسط درجة كل عبارة.

٣ مصادر إعداد البرنامج: تمت الاستعانة فى إعداد برنامج الإرشاد بالواقع بمصادر أساسية هي:

١. الأسس النظرية والجوانب الخاصة بالعلاج بالواقع بوجه عام وذلك بالاطلاع على معظم مؤلفات جلاسر (Glasser, 1985; Glasser, 1998; Glasser, 2000; Glasser, 2004; Glasser, 2005) التى توضح نظريته فى العلاج بالواقع، وماكتبه آخرون عن نظرية الاختيار. (عمر، ٢٠٠٣، Corey)

على زيادة إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي وفي القياس التتبعي مقارنة بالقياس البعدي.

٢. ثانياً النتائج الخاصة بفاعلية البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع في خفض سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي وفي القياس التتبعي مقارنة بالقياس البعدي.

جدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة الدراسة تبعاً للمؤهل العلمي عن سلبيات ممارسة أطفالهم للألعاب الإلكترونية في القياس (القبلي - البعدي - التتبعي)

المؤهل	قبلي	بعدي	تتبعي	الانحراف المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الانحراف الكلي
المؤهل	٤,٣٦٧	٠,٢٧١	٣,٣٣٦	٠,٣٧٢	٣,٠٣١	٠,٤٢٢
للخطأ الأول	٤,٣٦٧	٠,٢٧١	٣,٣٣٦	٠,٣٧٢	٣,٠٣١	٠,٤٢٢
بين فترات القياس	٣,٨٥٣	٠,٦٣٧	٢,٩٨١	٠,٤٥٠	٢,٨٤٠	٠,٤٧٦
التفاعل	٤,١٧٨	٠,٤٩٩	٣,٢٠٦	٠,٤٣١	٢,٩٦١	٠,٤٤٤
الخطأ الثاني	٤,١٧٨	٠,٤٩٩	٣,٢٠٦	٠,٤٣١	٢,٩٦١	٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٨) وجود تباين بين متوسط درجات القياس القبلي وكل من القياس البعدي والتتبعي. وبين متوسط الدرجات تبعاً للمؤهل الجامعي.

جدول (٩) تحليل التباين الثنائي (المؤهل العلمي × فترات القياس) للقياسات المترابطة (قياسات متكررة) على سلبيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	مربع ابتداء الجزئي
المؤهل	٢,٦٠٩	١	٢,٦٠٩	٥,٦٩٦	٠,٠٥	٠,١٦٩
للخطأ الأول	١٢,٨٢٧	٢٨	٠,٤٥٨			
بين فترات القياس	٢١,٦٧٨	٢	١٠,٨٣٩	٢٣٩,٧٧٠	٠,٠١	٠,٨٩٥
التفاعل	٠,٣٦٤	٢	٠,١٨٢	٤,٠٢١	٠,٠٥	٠,١٢٦
الخطأ الثاني	٢,٥٣٢	٥٦	٠,٠٤٥			

قيمة (ف) الجدولية عند ٢٨,١ ومستوى دلالة ٠,٠١ = ٧,٦٣٦ وعند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٤,١٧
قيمة (ف) الجدولية عند ٥٦,٢ ومستوى دلالة ٠,٠١ = ٤,٩٧٧ وعند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٣,١٥

يتضح من جدول (٩) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥ في على المحور الثاني سلبيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأم لصالح المؤهل الجامعي حيث بلغ المتوسط ٣,٥٧٨ والانحراف المعياري ٠,٣٥٥ بينما كان لنوات المؤهل المتوسط ٣,٢٢٥ وانحراف معياري ٠,٥٢١ كما يتضح وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١ في سلبيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية تبعاً لفترات القياس وللوقوف على دلالة واتجاه الفرق بين القياس القبلي والقياس البعدي وبين القياس القبلي والقياس التتبعي وبين القياس البعدي والقياس التتبعي تم إجراء

اختبار شيفيه ويوضحه جدول (١٠)

جدول (١٠) اختبار شيفيه لدلالة واتجاه الفرق بين القياس (القبلي - البعدي - التتبعي) على درجات المحور الثاني سلبيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأم

القياس	المتوسط الحسابي	قبلي	بعدي	تتبعي	قيمة شيفيه الحرجة عند
قبلي	٤,١٧٨	-			٠,٠٥
بعدي	٣,٢٠٦	-٠,٩٧٣			٠,٢٧٦
تتبعي	٢,٩٦١	-٠,٢١٧	-٠,٢٤٥		٠,٣٤٨

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة الفرق بين القياس القبلي وكل من: القياس البعدي والقياس التتبعي أكبر من قيمة شيفيه الحرجة عند مستوى دلالة ٠,٠١ مما يدل على وجود فرق دال إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي وبين القياس القبلي والقياس التتبعي لصالح القياس التتبعي، كما يتضح أن قيمة الفرق بين القياس البعدي والقياس التتبعي أقل من القيمة الحرجة لشيفيه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ مما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين القياس البعدي والقياس التتبعي إلا أن متوسط درجات القياس التتبعي أقل من متوسط درجات القياس البعدي مما يدل على استمرارية تأثير البرنامج بعد مدة شهرين، وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج وبقاء الأثر. كما يتضح انخفاض متوسط درجات القياس البعدي عنه في القياس القبلي والقياس التتبعي عنه في القياس البعدي مما يدل على فاعلية

يتضح من جدول (٥) وجود تباين بين متوسط درجات القياس القبلي وكل من القياس البعدي والتتبعي. وبين متوسط درجات المؤهل الجامعي والمتوسط.

جدول (٦) تحليل التباين الثنائي (المؤهل العلمي × فترات القياس) للقياسات المترابطة (قياسات متكررة) على إيجابيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	مربع ابتداء الجزئي
المؤهل	٤,٤٨٠	١	٤,٤٨٠	١٤,٥٩١	٠,٠٠١	٠,٣٤٣
للخطأ الأول	٨,٥٩٨	٢٨	٠,٣٠٧			
بين فترات القياس	٣١,١١٠	٢	١٥,٥٥٥	٣٥١,٧٩٩	٠,٠١	٠,٩٢٦
التفاعل	٠,٩٠٤	٢	٠,٤٥٢	١٠,٢٢٦	٠,٠١	٠,٢٦٨
الخطأ الثاني	٢,٤٧٦	٥٦	٠,٠٤٤			

قيمة (ف) الجدولية عند ٢٨,١ ومستوى دلالة ٠,٠١ = ٧,٦٣٦

قيمة (ف) الجدولية عند ٥٦,٢ ومستوى دلالة ٠,٠١ = ٤,٩٧٧

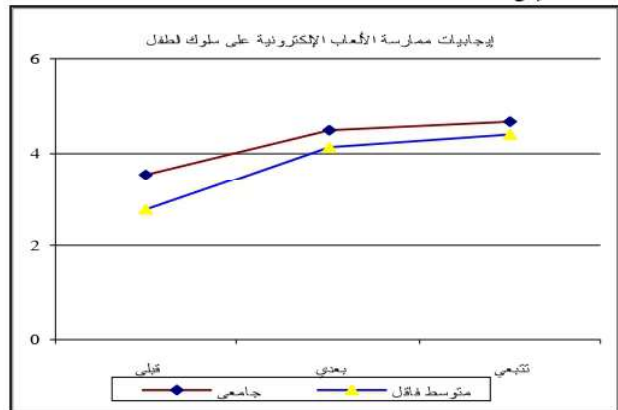
يتضح من جدول (٦) وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥ في إيجابيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية تبعاً للمؤهل العلمي لصالح المؤهل الجامعي، حيث بلغ المتوسط ٤,٢٢٣ وانحراف معياري ٠,٤٠٩ بينما كان للمؤهل المتوسط ٣,٧٥٨ وانحراف معياري ٠,٢٠١، كما يتضح وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠١ يرجع إلى فترات القياس (قبلي - بعدي - تتبعي) وجدول (٧) اختبار شيفيه يوضح دلالة واتجاه الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي وبين القياس القبلي والقياس التتبعي، وبين القياس البعدي والقياس التتبعي.

جدول (٧) اختبار شيفيه لدلالة واتجاه الفرق بين القياس (القبلي - البعدي - التتبعي) على درجات المحور الأول إيجابيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية من وجهة نظر الأم

القياس	المتوسط الحسابي	قبلي	بعدي	تتبعي	قيمة شيفيه الحرجة
قبلي	٣,٢٣٧	-			٠,٠٥
بعدي	٤,٣٤٨	١,١١١			٠,٤٣٦
تتبعي	٤,٥٦٨	١,٣٣١	٠,٢٢٠		

** دالة عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من جدول (٧) أن قيمة الفرق بين القياس القبلي وكل من: القياس البعدي والقياس التتبعي أكبر من قيمة شيفيه الحرجة عند مستوى دلالة ٠,٠١ مما يدل على وجود فرق دال إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي وبين القياس القبلي والقياس التتبعي لصالح القياس التتبعي، كما يتضح أن قيمة الفرق بين القياس البعدي والقياس التتبعي أقل من القيمة الحرجة لشيفيه عند مستوى دلالة ٠,٠٥ مما يدل على عدم وجود فرق دال إحصائياً بين القياس البعدي والقياس التتبعي إلا أن متوسط درجات القياس التتبعي أكبر من متوسط درجات القياس البعدي مما يدل على استمرارية تأثير البرنامج بعد مدة شهرين، وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج وبقاء الأثر. والشكل البياني التالي يوضح التفاعل بين المؤهل العلمي وفترات القياس.



شكل (١) التفاعل بين المؤهل العلمي وفترات القياس على إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية على سلوك لطفول من وجهة نظر الأم

يتضح من شكل (١) أن البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع عمل

تلخيص ما تم في الجلسة الإرشادية، وكان ذلك بوجه طليق، وعينين متصلتين، وصوت مناسب متنوع، وابتسامة دافئة، ولهذا فقد كان أفراد المجموعة إيجابيين متعاونين في مناقشة ما دار في الجلسات الإرشادية، وتم من خلال فنية المناقشة والحوار للتأكد من حسن فهمهم، كما تمت الإجابة عن أغلب تساؤلاتهم.

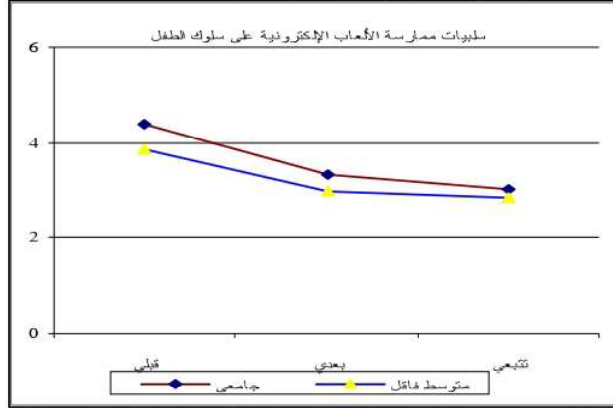
ولقد طبقت فنية المحاضرة وفق الإرشاد بالواقع في عرض الجانب النظري للإرشاد بالواقع ومفاهيمه. وكذلك طبقت فنية النمذجة لتعليم الأمهات بعض المهارات، حيث استخدمت النمذجة المصريحة الحية، فتم إحضار النموذج الفعلي أمام أفراد المجموعة التجريبية فقد قامت الباحثة بدور النموذج في أداء السلوك الصحيح، وكذلك النمذجة الضمنية من خلال مطالبة أفراد المجموعة التجريبية بذكر مثلهم الأعلى وضرورة التحلي بصفاته، وجعلهم ينظرون نظرة إيجابية للسلوك السوي الذي يجعلهم ينجحون في أداء عملهم، فيلاحظون سلوكيات الآخرين غير المسئولة ويتجنبونها، وسلوكياتهم الصحيحة فيسلكونها، كل ذلك لا يكون بعين الناقد الساخر بل لابد أن يتم بعين الرغبة لمخضلة في أن يرى كل منهم المحيطين بهم على أحسن حال من البهجة والسرور، وأن يستفيدوا من خبرات الآخرين بطريقة إيجابية.

ولقد استخدمت فنية الواجب المنزلي في مطالبة أفراد عينة الدراسة بقراءة بعض المقالات النظرية عن الإرشاد بالواقع وكذلك بعض إيجابيات وسلبيات بعض الألعاب الإلكترونية، كما تم تكليفهم بإعداد التقرير الخاص بما فعلوه أثناء فترة المتابعة.

وخلصت الباحثة من نتائج الدراسة الحالية أن البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع عمل على زيادة وعي أمهات الأطفال الممارسين للألعاب الإلكترونية لزيادة إيجابيات ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية والحد من سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من ودراسة نهاد فتحى حجازى (٢٠١٠) ودراسة لتي توصلت إلى غلبة السلوكيات السلبية في الألعاب الإلكترونية محل الدراسة على القيم والسلوكيات الإيجابية، ودراسة عبدالرحمن (٢٠١١) والتي توصلت إلى أن الوسائط الإلكترونية وفرت للطفل فرصة غير مسبوقه للتواصل والتعارف مع أصدقاء من مختلف الثقافات، كما أنها فتحت مجالاً جديداً للحوار الأسرى بين الطفل والوالدين، لو أحسن الوالدان استغلالها بمشاركة الطفل في اللعب والتصفح. كما ظهر أيضاً ضعف واضح في الثقافة الصحية وعدم الالتزام بقواعد الصحة العامة في استخدام الوسائط الإلكترونية، وكذلك إفراط بعض المستخدمين في الوقت إلى حد الإدمان. ودراسة (Wartella, E., Rideout, V. (2013) والتي توصلت إلى ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية له تأثير إيجابي على تنمية المهارات المعرفية وتأثير سلبي على الناحية الاجتماعية، ودراسة عبدالله الهدلق (٢٠١٤) والتي توصلت إلى أنها تسهم في تحسين بعض المهارات الاجتماعية والأكاديمية مثل مهارة البحث عن المعلومات ومهارة الطباعة والكتابة واكتساب اللغات الأجنبية ومهارات التفكير الناقد وحل المشكلات.

كما تتفق نتائج الجدول الخاص بسلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية مع نتائج العديد من الدراسات ومنها دراسة كل من: الهدلق (٢٠١٤) أنه وفقاً لكثير من الأبحاث والدراسات التي تناولت الألعاب الإلكترونية، أنها تعمل على توليد ميول عدوانية لدى الأطفال فقد عزت السبب وراء الكثير من أعمال العنف وجرائم القتل والاعتداءات إلى العنف الذي تعرضه وسائل الإعلام والألعاب الإلكترونية على سبيل الاستمتاع والتسلية، حيث يتحقق النصر في بعض هذه الألعاب عندما يقتل الطفل أكبر عدد من الناس أو تدمير أكبر عدد من المنشآت والأماك، مما يولد مشاعر سلبية لدى الطفل. ومليو (2009) وAmne & Barbara (2015) والتي توصلت إلى وجود تأثيرات سلبية على الأطفال نظراً لقلّة الأقران ومراقبة الأسرة وقلّة الوعي بمخاطر الألعاب الإلكترونية وأن هناك حاجة ملحة لتفنين استخدام الأطفال لها بمعرفة الوالدين. وماجد الزبيدي (٢٠١٥) والتي توصلت إلى ثمة مخاطر لهذه الألعاب من حيث دورها في حوادث العنف المدرسي بأنواعه المختلفة، ودراسة Fletcher & others (2015) والتي توصلت إلى أن أهم الآثار السلبية لهذه الألعاب اضطراب النوم والقلق والتوتر والاكتئاب، والعزلة الاجتماعية والأنواء والانفراد بالكمبيوتر، وانعزال الطفل عن

البرنامج القائم على الإرشاد بالواقع لأطفال الروضة في الحد من الآثار السلبية للألعاب الإلكترونية على أطفالهم.



شكل (٢) التفاعل بين المؤمل الملمى وفترات القياس على سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية على سلوك الطفل من وجهة نظر الأم

يتضح من شكل (٢) أن البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع عمل على خفض سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية في القياس البعدي مقارنة بقياس القبلي وفي القياس التتبعي مقارنة بالقياس البعدي.

مناقشة نتائج الدراسة:

اتضح من نتائج الدراسة ارتفاع إيجابيات ممارسة الألعاب الإلكترونية على الطفل، وانخفاض سلبيات ممارسة الألعاب الإلكترونية على الطفل في القياس البعدي والتتبعي عنه في القياس القبلي وتزود الباحثة هذه النتيجة إلى زيادة وعي الأمهات لإرشاد أبنائهن على التعامل مع الألعاب الإلكترونية حيث استخدم البرنامج القائم على الإرشاد بالواقع فنيات الإرشاد بالواقع ومنها: الاندماج: حيث ينظر الإرشاد بالواقع للإنسان نظرة إيجابية ويهتم بالتفاعلات والعلاقات الاجتماعية التي تربط بين البشر، وقد أظهرت الباحثة تقبلها واندماجها مع الأمهات، والعمل على إقامة علاقة إيجابية لسلها الود والاحترام وذلك بهدف كسب ثقة الأمهات، وزيادة إيجابيتهم للمشاركة في البرنامج الإرشادي، وتشجيعهم لزيادة تقبلهم والتزامهم بما تعلموه وتربوا عليه داخل جلسات البرنامج الإرشادي.

وكذلك التركيز على السلوك أكثر من المشاعر لأن السلوك ملموس يمكن ملاحظته، أما المشاعر فهي متقلبة بل سريعة التغير، ولقد استخدمت تلك الفنية في مساعدة الأمهات في التركيز على سلوكياتهم (الإيجابية) بما يسمح لهم بحسن إدراكهم لما يفعلونه مع أطفالهم، ويهيئهم للقيام بعملية التقويم الذاتي لهم، مما قد يساعد في تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي الحالي. بالإضافة إلى التركيز على الحاضر والمستقبل مع مناقشة الاختيارات الإيجابية التي متاحة أمام الأم، وعدم التركيز على أسباب المعاناة وسببات الماضي بقدر التركيز على ما يمكن الاستفادة منه لزيادة إيجابيات ممارسة أطفالهم للألعاب الإلكترونية والحد من السلبيات.

حيث هدف البرنامج الإرشادي القائم على العلاج بالواقع على إرشاد الأم كيفية التمييز بين السلوك الخاطيء والسلوك الصحيح وتنمية روح المشاركة والتعاون مع الآخرين، والتدريب على محاكاة المواقف المختلفة، وكيفية تنمية روح التحدي والمنافسة لدى الطفل، وكيفية غرس روح المثابرة والإصرار لدى طفلها لبلوغ الهدف، وكيفية تطوير التفكير المنطقي في حل المشكلات لديهم.

إضافة لبعض الفنيات الأخرى والاستراتيجيات المساعدة مثل: المناقشة والحوار، والتدعيم والتشجيع، والنمذجة، والمحاضرة، ولعب الدور، واستراتيجية المواجهة المعرفية.

فعن طريق المناقشة والحوار أمكن عرض ما تضمنه البرنامج الإرشادي واستقبال ردود أفعال الأمهات والتأكد من حسن فهمهم لما ذكر، وكذلك في تحرير التعاقب الإرشادي مع أفراد الأمهات، وقد روعي في ذلك مهارات إدارة الحوار والمناقشة، مع الاستفادة من اللغة المجازية، وعمل لتخصيص لما قالته الباحثة وكذلك

٧. تشجيع الأطفال على ممارسة الألعاب التي تنمي التفكير والذكاء وأسلوب حل المشكلات وكيفية التصرف في المواقف الحرجة.
٨. تنظيم وقت اللعب للطفل على ألا يتجاوز الساعة الواحدة في اليوم وخاصة الألعاب الإلكترونية.

المراجع:

١. أنس شكشك (٢٠١٠)، **كيف نفهم ألعاب الأطفال**، عمان الأردن، دار الشروق للنشر والتوزيع.
٢. آيات منصور على (٢٠١٠) **تأثير الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية وغرف المحادثات على الأداء المعرفي**، رسالة ماجستير، كلية الاقتصاد المنزلي: جامعة المنوفية.
٣. حامد عبدالسلام زهران (١٩٩٧) **الصحة النفسية والعلاج النفسي**، القاهرة: عالم الكتب.
٤. حسام محمود ذكي على (٢٠١١) **فعالية العلاج بالواقع لتنمية فعالية ذات الاجتماعية لدى عينة من الطلبة المتأخرين دراسيا بكلية التربية جامعة المنيا، رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة المنيا.
٥. حمدة على الغامدي (٢٠١٠) **الوحدات التعليمية في ضوء مهارات التفكير في مرحلة رياض الأطفال**، تعليم البنات، وزارة التربية والتعليم، المملكة العربية السعودية.
٦. دعاء شوقي عبدالله (٢٠١٦) **تقويم معلمات رياض الأطفال للألعاب التربوية في تنمية المفاهيم الرياضية لدى طفل الروضة**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية: جامعة كفر الشيخ.
٧. دعاء مصطفى عبدالغنى (٢٠١٣) **العلاقة بين استخدام الكمبيوتر والنمو اللغوي لأطفال ما قبل المدرسة**، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة (٢٠١٣)
٨. زينب سالم عبدالرحمن (٢٠١١) **الانعكاسات التربوية لاستخدام الوسائط الإلكترونية على ثقافة الطفل المصري- دراسة ميدانية**. بحث غير منشور، كلية التربية، جامعة سوهاج: مصر.
٩. سميرة بوغزالة (٢٠٠٤) **فاعلية برنامج إرشادي في إدارة الحياة في تخفيض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال التحديين**، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ع٣، كلية التربية بجامعة البحرين، صص٦٣-٩٩.
١٠. سيد العظیم محمد، وفضل إبراهيم عبدالصمد، ومحمد عبدالنور ابوالنور (٢٠١٠) **فنيات العلاج النفسي وتطبيقاتها**. القاهرة: دار الفكر العربي.
١١. السيد محمد شعلان (٢٠١٢) **رعاية الأطفال من مخاطر الألعاب الإلكترونية**، ورقة عمل مقدمة في ندوة بعنوان رعاية وتنمية الطفل من الميلاد حتى الرابعة، الندوة العلمية السابعة، كلية التربية: جامعة طنطا.
١٢. عبدالله الهلوق (٢٠١٤) **إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام**. www.Alukah.net
١٣. عبيد بن مزعل الحربي (٢٠١٠) **فاعلية الألعاب التعليمية الإلكترونية على التحصيل الدراسي وبقاء أثر التعلم في الرياضيات**. مجلة المعرفة: المملكة العربية السعودية، ١٠٤، ١٤٢-١٦٨.
١٤. على اليموقب ومنى دببسي (٢٠٠٩) **دور الألعاب الإلكترونية المنزلية في تنمية العنف لدى طفل المدرسة الابتدائية بدولة الكويت**، مجلة مستقبل التربية العربية، (١٦)، (٥٨)، لكويت.
١٥. على محمد جميل (٢٠٠٨) **أثر استخدام ألعاب الحاسب الآلي وبرامجه التعليمية في التحصيل ونمو التفكير الإبداعي لدى تلاميذ الصف الأول الابتدائي في مقرر القراءة والكتابة بالمدينة المنورة**. كلية التربية، فرع جامعة الملك عبدالعزيز: السعودية، مجلة رسالة الخليج العربي العدد (٩٣).
١٦. ماجد محمد الزبودي (٢٠١٥) **الانعكاسات التربوية لإستخدام الأطفال للألعاب**

الأسرة والحياة، وضعف البصر والرؤية الضبابية وظهور السلوكيات السلبية مثل العنف والقسوة وضرب الأخوة لصغار وعدم سماح الإرشاد والتوجيهات والتمرد. كما أكدت دراسة (Cris Rowan 2015) أن ارتفاع حالات البدانة يعود إلى تمضية فترات طويلة أمام التلفاز أو الكمبيوتر ودراسة (Daniel & Victoria 2016) أن إفراط الأطفال في ممارسة الألعاب الإلكترونية له تأثير سلبي على ظهور بعض الاضطرابات السلوكية مثل القلق- الخوف- النشاط الزائد- تشتت الانتباه- السلوك العدواني ويثبت الدراسة أن الطفل الذي يعتاد النمط السريع في تكنولوجيا وألعاب الكمبيوتر قد يواجه صعوبة في الاعتياد على الحياة اليومية الطبيعية التي تكون فيها درجة السرعة أقل بكثير مما يعرض الطفل إلى نمط الوحدة والفراغ النفسي.

ومن خلال عرض نتائج الفرض الأول، والتي أسفرت عن وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، حيث إن البرنامج الإرشادي المستخدم كان يركز على الأم فقط في زيادة الوعي بتوجيه طفلها على ممارسة الألعاب الإلكترونية المفيدة بعيدا عن الألعاب الإلكترونية العنيفة، لذا فإننا لا نستطيع تعديل السلوك السلبي لدى الطفل، لذا فإن إكساب الأمهات لفنيات التعامل مع الابن وتوجيهه لها التأثير المباشر والأكيد على تعديل سلوك الطفل في الابتعاد وعدم ممارسة الألعاب الإلكترونية العنيفة أو التي تخدش الحياء.

ومن ثم يمكن القول أن التغيير الذي حدث لأفراد المجموعة التجريبية يرجع إلى فعالية البرنامج الإرشادي القائم على أسس ومبادئ نظرية الاختيار والعلاج بالواقع المعد في هذه الدراسة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كيم (Kim, 2008) والتي أشارت إلى أن البرنامج الإرشادي الجماعي المستمد من نظرية الاختيار والتحكم ونظرية العلاج بالواقع كان فعالا في تقليل مستوى إيمان الانترنت وتحسين تقدير الذات لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة في كوريا.

وترجع الباحثة هذا التحسن إلى ما استخدمته في هذا البرنامج من فنيات مثل ملاحظة السلوك، ولعب الدور، والممارسات السلوكية، وتفسير السلوك، والتغذية الراجعة، والتعزيز والتشجيع.

كما ترجع التحسن في تقدير الذات لدى طلاب المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للبرنامج إلى ما تعرضوا إليه من أنشطة مثل الدعم النفسي من باقي أفراد المجموعة، فضلا عن الدعم النفسي، ولعب الدور مع الأقران، والتحدى لشعورهم برغبة في التحسن والتغيير؛ كل ذلك كان له تأثيرا كبيرا على تقدير الذات لديهم. كما أن البرنامج قد ساعدهم على تعلم تصحيح أنفسهم عند ارتكاب الخطأ، وإثابة أنفسهم عند فعل الصواب، وهذا أثنى حاجاتهم إلى شعور بالقيمة؛ كما ساعدهم البرنامج على تقييم سلوكهم وبعد تقييمه العمل على تحسينه إذا جاء دون المعايير وبالتالي نجحوا في أن يحيوا ويحيوا، وجميع ما سبق مرتبط بشكل وثيق بإشباع حاجتهم لتقدير الذات.

التوصيات:

١. مشاركة أولياء الأمور أطفالهم في شراء الألعاب الإلكترونية وكذلك ممارستها.
٢. ضرورة مراقبة الأهل لمحتوى الألعاب الإلكترونية الخاصة بأطفالهم، ومواكبة كل جديد في مجال الألعاب الإلكترونية.
٣. توعية وإرشاد الأطفال لمعرفة أضرار الألعاب الإلكترونية التي تترك آثارا على نفوسهم وسلوكهم وتنقيف الوالدين لمعرفة إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية.
٤. مد جسور التواصل بين الأسرة والروضة، من خلال عقد محاضرات وندوات خاصة لمناقشة إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية، لتوعية كل من المعلمين والأهل.
٥. ضرورة إجراء المزيد من الدراسات المتخصصة والتي تتناول متغيرات أخرى مثل علاقة الألعاب الإلكترونية بالأنشطة والمهارات النفسية ونوع الطفل.
٦. إجراء المزيد من الأبحاث عن إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية عن المراحل الصرية الأخرى التي لم تدرس كمرحلة الطفولة المتأخر وابعائها امتداد لمرحلة الطفولة المبكرة.

36. Glasser, William (2002) **Choice Theory**. Available at http://www.wysjwyg.org.choice_theory.htm.
37. Glasser, W. (2004). **Psychiatry can be hazardous to your mental health**. New York: Harper Collins publishers.
38. Glasser, W. (2005) **Reality therapy a new approach to psychiatry**. New York: Harper Collins publishers, 21- 33.
39. Howell, N. (2009) Appreciative advising from the academic advisor's viewpoint a qualitative study. **Doctor of philosophy**, the faculty of educational administration, Nebraska university
40. Joan. (2016) Possible Effects of Electronic Social Media on Gifted and Talented Children's Intelligence and Emotional Development, **Gifted Education International**, 32 (2), 165- 172.
41. Kim, P.; Buckner, E.; Kim, H.; Makany, T.; Taleja, N.& Parikh, V. (2012) A comparative analysis of a game- based mobile learning model in low socio economic communities of India. **International Journal of Educational Development**, 32, 329- 340.
42. Knapton, S. (2015) Using iPads to pacify children may harm their development, say scientists, **Young Exceptional Children**, v18 n3, 3- 18.
43. Kutner, L., Olso, C. and Warner, D. (2008) Parents and sons perspectives on video game play. **Journal of Adolescent Research**, 23, 76- 96.
44. Linder J., F.& Walsh, D. A. (2004) **The Effects of Violent**
45. Mayo, M. J. (2009). Video games: A route to large scale STEM education? **Science**, 323, 79- 82.
46. Mitchell A (2004) **The Use of Computer and Video Games for Learning. A learning of the Literature**, London The Learning and Skills Development Agency.
47. Port, S., Anderson, A., Gentile, A., Brown, C.& Swing, L. (2014). The positive and negative effects of video game play. **Children and Media** (109- 128). New York: Oxford University Press.
48. Salen K.& Zimmerman R. (2005) **Rules of play Game design fundamentals**, Cambridge A: MIT Press.
49. Sandra L.& Others (2014): Electronic Gaming and the Obesity Crisis, **New Directions for Child and Adolescent Development**, 139, 51- 57.
50. Spink B., and A. K. McPherson (2006) Quantifying the 'Association Between Physical Activity and Injury in Primary ' School- Aged Children, **Pediatrics**, July I, 2006; 118(1): 43- 50
51. Therapist, Earlychild Development and Care, V181 n6 P819
52. Video Game Habits on Adolescent Hostility, Aggressive Behaviours, and School Performance, **Journal of Adolescence**, 27(1): 5- 22.
53. Wartella, E., Rideout, V. (2013) **Parenting in the age of digital technology**, Report for the Center on Media and Human Development School of Communication Northwestern University.
54. Wartella, E., Rideout, V. (2013) **Parenting in the age of digital technology**, Report for the Center on Media and Human Development School of Communication Northwestern University.
- الإلكترونية كما يراها معلمو وأولياء أمور طلبة المدارس الابتدائية بالمدينة المنورة، مجلة جامعة طيبة التربوية، مجلد ١٠، العدد ١، ٢٠١٥.
١٧. محمد أحمد صوالحة (٢٠١٠) علم نفس اللعب، ط٣، عمان الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
١٨. محمد محمود الحيلة (٢٠٠٢) تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
١٩. محمد محمود الحيلة (٢٠١٣) الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها. ط ٧، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
٢٠. محمد حميدة (٢٠١٢) الألعاب الإلكترونية. www.alukah.net
٢١. مندور فتح الله (٢٠١٣) انتصار افتراضي الألعاب الإلكترونية تسيطر على المنازل فهل تهدد التعليم www.almarefn.net
٢٢. منصور محمد الغامدي (٢٠٠٥) تأثير الألعاب الإلكترونية على مستخدميها www/psychology.iastate.edu/faculty/caa
٢٣. مها حسنى الشحرورى (٢٠٠٨) الألعاب الإلكترونية فى عصر العولمة، ما لها وما عليها، دار المسيرة: القاهرة.
٢٤. نهاد فتحى حجازى (٢٠١٠) القيم التى تعكسها الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على الأطفال، دراسة مسحية، كلية الإعلام، قسم الإذاعة والتلفزيون: جامعة القاهرة.
٢٥. وجدى بركات وعبدالمعنى توفيق (٢٠٠٩) الأطفال ولعولم الافتراضية- آمال وأخطار، مؤتمر الطفولة فى عالم متغير ١٨- ١٩ / ٥ / ٢٠٠٩، الجمعية البحرينية لجمعية لطفولة: مملكة البحرين.
26. Anne, M. (2015) Consequences of Play: A Systematic Review of the Effects of Online Gaming, **International Journal of Mental Health and Addiction**, 10 (1), 3- 23.
27. Brandtzaeg, P. B. (2007) Patterns of Media Use among Citizens in Europe User Groups and User Communities in Countries Hosting Testbeds. P6- 2005- IST- 41 (038312) **MEDIA D. I. I. I Oslo Norway**.
28. Charles, S. (2008) Quality of PlayStation& Video Games content and its relationship to achievement and behavior in late- latency age children **PhD IRIC Boston College**.
29. Corey, G. (2008) **Theory and practice of counseling**, 376- 396, Belmont, CA: Thomson Brooks Cole.
30. Cris Rowan (2015) A research review regarding the impact of technology on child development, behavior, and academic performance, **Pediatric Occupational**.
31. Daniel, S.; Klimek, V. (2016) Just Five More Minutes Please: Electronic Media Use, Sleep and Behavior in Young Children, **Early Child Development and Care**, 186 (6), 981- 1000.
32. Fletcher, J. Dexter; C. (2015) Digital Games as Educational Technology: Promise and Challenges in the Use of Games to Teach, **Educational Technology**, 55 (5), 3- 12.
33. Fran, C.& Others(2013) The Impact of Recreational Video Game Play on Children's and Adolescents' Cognition, **New Directions for Child and Adolescent Development**, 139, 41- 50.
34. Glasser, W. (1998) **Choice Theory: A new psychology of personal freedom**. New York: Harper Collins publishers, 232- 236.
35. Glasser, William (2001) **Counseling Will, Choice Theory, the Liberty Therapy** New York, Harper Collins Publishers.