العدد 18A-1 ايلول ٢٠٢٥ المجلة العراقية للبحوث الانسانية والاجتماعية والعلمية
No. 18A-1 – Sept 2025 Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research
Print ISSN 2710-0952 Electronic ISSN2790-1254

اثر ادمان الالعاب الالكترونية على الصحة النفسية لطلبة المرحلة المتوسطة في مركز محافظة نينوى

The Effect of Electronic Games addiction on the mental health of middle school students in the center of Nineveh Governorate

أ.م.د جنان احسان خليل

معهد الفنون الجميلة للبنين

الاختصاص الدقيق : علم النفس التربوي

Dr. Janan Ihsan Khalil

Institute of Fine Arts

Specialization : Educational Psychology

Email : Janan_66@nan.wpedu.gov.iq

ملخص البحث :

هدف البحث الحالي الى التعرف على اثر ادمان الالعاب الالكترونية على الصحة النفسية لطلبة المرحلة المتوسطة في مركز محافظة نينوى ، حيث تكونت عينة البحث من (١٥٠) طالب وطالبة (٨٠) من الذكور ، (٧٠) من الاناث بمتوسط عمر (١٤,٢) ، قامت الباحثة بأعداد مقياس الادمان الالعاب الالكترونية المكون من (٣٦) فقرة ، كما استخدمت الباحثة مقياس الصحة النفسية المعدل(٩٠ - Rscl) توصلت الدراسة الى ان افراد العينة وسطهم الحسابي دال احصائيا اي انهم من الذين ادمنوا على الالعاب الالكترونية وقد كان مستواهم اعلى من الوسط الفرضي البالغ (٧٢) وان مستوى الادمان على الالعاب الالكترونية وفق متغير الجنس ذا فروق دال احصائيا لصالح الذكور ، اما الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة ان الفروق دالة احصائيا لصالح الوسط الفرضي وان افراد العينة وقعوا ضمن المستوى المتوسط ودون الوسط الفرضي كما ان الاناث يتمتعن بالصحة النفسية اعلى من الذكور .كما توصلت الدراسة هناك تأثير دال احصائيا للإدمان على الصحة النفسية .

الكلمات المفتاحية :

ادمان ، الالعاب الالكترونية ، الصحة النفسية ، المرحلة المتوسطة ، نينوى

Abstract:

The current research aims to identify the impact of addiction to electronic games on the mental health of middle school students in the center of Nineveh Governorate. The research sample consisted of (150) students, including (80) males and (70) females, with an average age of (14,2) years . The researcher prepared a scale for electronic game addiction consisting of (36) paragraphs, and also used the modified mental health scale (90 – Rscl) . The study concluded that the sample individuals had a statistically significant average, indicating that they were among those addicted to electronic games, with their level being higher than the hypothesized average of (77) . Additionally, the level of addiction to electronic games according to the gender variable showed statistically significant differences favoring males. However, the mental health of middle school students had statistically significant differences in favor of the hypothesized average, and the individuals in the sample fell within the average level and below the

hypothesized average. It was also found that females enjoy better mental health than males. The study concluded that there is a statistically significant effect of addiction on mental health.

Key Words :

Addiction - Electronic Games - Mental Health - Middle School Students - Nineveh

اولا : مشكلة البحث Research Problem

وتعتبر الألعاب الإلكترونية واحدة من هذه المشكلات في استخدامات الإنترنت، وقد اهتمت الكثير من الدراسات بظاهرة إدمان الألعاب الإلكترونية، بالتركيز على طبيعة تكوينها لاستكشاف كيف يتشكل إدمان الألعاب الإلكترونية لدى الأطفال والمراهقين، وذلك بدراسة مساهمة بعض العوامل التي قد تدفع الأطفال والمراهقين لإدمان هذه الألعاب ومنها دراسة (حمزة:٢٠٢١، ٨) ، والتي أسفرت النتائج إلى أن تكرار سلوك اللعب كان مساهما أساسيا في إدمان الألعاب الإلكترونية. فإدمان الألعاب الإلكترونية أصبح يمثل خطرًا متزايدًا في مجتمعاتنا الحديثة وعواقبه وخيمة على الأداء اليومي والتي زادت مؤخرًا بسبب التغييرات في نمط الحياة (Allen:2010,98) ، وأصبحت مشكلة استخدام الأجهزة الإلكترونية بصورة زائدة، مؤشرا لارتفاع معدل انتشار الإدمان السلوكي والاضطراب المحتمل للألعاب أثناء (COVID-19) وكان أعلى مما تم الإبلاغ عنه قبل الجائحة. فالدراسات تؤكد أن الألعاب قد تؤدى إلى إدمان قد يصل لحد الاضطراب، كدراسة وارتبرج وآخرون(Wartberg, Kriston &Thomasius,2020, 32) أوضحت دراسات عديدة تابعة للجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association, 2013) إن الإدمان على الألعاب الإلكترونية يستلزم العديد من الأبحاث و الدراسات و تطوير أداة البحث بصورة دائمة لتواكب كل جديد في عالم الألعاب الإلكترونية . ومن هنا عد إدمان الألعاب الإلكترونية متغيرا فعالا ومؤثرا في العديد من الجوانب الاجتماعية والنفسية والسلوكية والثقافية وغيرها. (Allen:2010,98)

ثانيا : أهمية البحث The Importance Of The Research

شاع استخدام الألعاب الإلكترونية في الاونة الاخيرة لدرجة أنه لا نجد مركزا للألعاب أو للترفيه يخلو منها، بل نكاد لا نجد منزلا خاليا منها، مما جعلها متاحة للجميع وخاصة للأطفال والمراهقين بتشجيع من الآباء أحيانا أو من أقرانهم على استخدامها، وتحتوي هذه الألعاب على :

- **العاب المحاكاة الحقيقية** مثل كرة القدم وسباق السيارات والمصارعة والملاكمة .
- **العاب الخيال** وتشمل الألعاب الخيالية كغزو الفضاء .... وفي أي منها يقوم اللاعب بالتحكم ببعض عناصر اللعبة، كالأسلحة المستخدمة وتوجيهها وإطلاقها أو اختيار اللاعبين أو المحاربين وتشكيلهم ووضع خطة لهم ودور لكل منهم ثم توجيههم والمحافظة على سلامتهم والحاق الهزيمة بخصومهم (الصوالحة وآخرون:٢٠١٦، ١٨٠) وهناك مجموعة من العناصر التي تجعل الألعاب الإلكترونية مميزة ومختلفة عن الوسائل الأخرى منها :
- التفاعلية .
- مستوى النشاط .
- التأثيرات الصوتية والمرئية التي توفرها اللعبة . (برتيمة:٢٠١٧، ٦٠)

والألعاب الإلكترونية أيضا هي نوع من الألعاب التي تعرض على شاشة التلفاز وعلى شاشة الحاسوب ألعاب الحاسوب والتي تزود الفرد بالمتعة من خلال تحدي استخدام اليد مع العين أو تحدي الإمكانيات

العقلية ، وهذا ما يكون من خلال تطوير البرامج الإلكترونية .
(الشحروري:٢٠٠٨، ٣١)

والمفهوم البرمجي للألعاب الالكترونية هي ملف او وسائط متعددة تتضمن غالباً صور وأصوات وعروض من مزيج خاص من الرسومات واللقطات التي تعطي للمستخدم الإحساس بالأماكن والعقبات والاعداء الى آخره، بالإضافة إلى القدرة على الاستجابة لأوامر معينة من المستخدم مما يجعله يشعر بالمتعة والتحدي .
(المصمودي:٢٠٠١، ١٣)

بينما يرى William Morris بان الالعاب الالكترونية لعبة حاسوبية او الكترونية تلعب بواسطة التلاعب بالصور على شاشة عرض ، وهي العاب مصممة للعب على وحدة تحكم والعاب متنوعة تلعب بواسطة تحكم الكتروني لتحريك رموز الشاشة .

(William Morris:2012, 1505)

يعتبر الانسان اساس بناء المجتمع ، وهو مصدر النهضة والفكر والتقدم ولكي يقوم الفرد بأداء واجباته ومهامه الذاتية والاجتماعية على اكمل وجه ان يكون متمتعا بصحة نفسية عالية ، وان يكون خالي من أي اضطراب او خلل نفسي له اثر سلبي على ذاته وعلى الاخرين من حوله فيقف عائقا في وجه تقدمه وانجازاته ، لذا ظهرت الاهمية الكبيرة لدراسة الصحة النفسية التي تصل بالفرد الى الانسجام والتوافق النفسي والاجتماعي ، والقدرة العالية على الانتاجية والسعادة والعطاء . (زهران:١٩٩٧، ٩) والصحة النفسية لا يمكن قياسها وانما يستدل عليها من خلال السلوك الخارجي للفرد وتفاعلاته واستجاباته ، وتختلف مفاهيم الصحة النفسية باختلاف المجتمعات وثقافتها و القواعد السلوكية والمعتقدات التي تجري بها .
(القوصي:٢٠١٥، ٤٣)

وتظهر اهمية الصحة النفسية للفرد كونه قويا تجاه الشدائد والمشكلات وتجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل ومتناسق . كما تجعله قادرا على التحكم بعواطفه وانفعالاته ويتصف بالسلوك السوي ويبتعد عن السلوك الخاطئ وبالتالي يكون قادرا على تحقيق التكامل والنماء والسعادة . اما الصحة النفسية للمجتمع وتعد في غاية الاهمية لان المجتمع الذي يعاني من التمزق وعدم التكامل بين مؤسساته هو مجتمع مريض . كما ان الصحة النفسية السليمة للوالدين تؤدي الى تماسك الاسرة والذي يؤدي الى خلق جو ملائم لنمو شخصية المراهق وتجعل الافراد اكثر قدرة على التكيف الاجتماعي . كما تعد الصحة النفسية ذات اهمية للمدرسة حيث ان العلاقة السوية بين الادارة والمدرسين وبين المدرسين انفسهم تؤدي الى نموهم السليم والذي ينعكس على نمو الطلبة فينمو نموا سليما كذلك فان العلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على النمو النفسي للطلبة . (الداهري:٢٠١٠، ٢٠٣)

الاهمية النظرية :

دراسة هذه الظاهرة ادمان الالعاب الالكترونية واثرها على الصحة النفسية يجعلنا اكثر تحكما في الظاهرة مما يساعد على التخفيف من حدتها .

تساهم الدراسة في وضع برامج عملية ونفسية يقوم بتطبيقها فئة المراهقين (طلبة المرحلة المتوسطة) واولياء امورهم والجهات الرسمية والمختصة لاستخدام الالعاب الالكترونية .

الاهمية التطبيقية

تزويد المكتبة النفسية بأدوات معدة خصيصا لطلبة المرحلة المتوسطة في مقياسي ادمان الالعاب الالكترونية ومقياس الصحة النفسية والتي تم التحقق من خصائصهم السيكو مترية ، والذي يسمح للباحثين بتطبيق هذه الادوات على عينات اخرى .

ثالثا : اهداف البحث وفرضياته Research Objectives & Hypotheses

يهدف البحث الى :

١. قياس مستوى الادمان على الالعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة المتوسطة .

٢. **التعرف على الفروق في مستوى الادمان عن الالعاب الالكترونية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث) .**

٣. **قياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة .**

٤. **التعرف على الفروق في الصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس .**

٥. **قياس تأثير ادمان الالعاب الالكترونية على الصحة النفسية .**

رابعا : حدود البحث Research Limitations

يقتصر حدود البحث الحالي على :

الحدود البشرية : تتمثل بطلاب الصف الثاني المتوسط .
الحدود المكانية : تتمثل المدارس المتوسطة في مركز محافظة نينوى .
الحدود الزمنية : تتمثل بالفصل الدراسي الثاني للعام (٢٠٢٤– ٢٠٢٥)

خامسا : تحديد المصطلحات : Definition Of The Terms

الإدمان Addiction عرفه المهندي (٢٠١٣) " حالة نفسية وأحيانا عضوية ، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة ، ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك مختلفة ، تشمل دائما الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره ، وقد يدمن الشخص على أكثر من مادة " .

(المهندي:٢٠١٣، ٥١)

الألعاب الإلكترونية : Electronic games

عرف كاربتس (Karapetsas، 2014) الالعاب الإلكترونية بأنها "العاب تستخدم الإلكترونيات لإنشاء نظام تفاعلي يمكن للاعب أن يلعب به " . (Karapetsas: 2014,14)

إدمان الألعاب الإلكترونية Electronic Game Addiction

عرفها كل من :

- هيرون و شابري (Heron&Shapira,2003) " بأنه اضطراب سلوكي يتضمن فقدان السيطرة على مقدار وقت استخدام الانترنت ومواجهة ضغط واضح، واستهلاك للزمن، ومواجهة الفرد لمشكلات اجتماعية ومهنية ومالية " .
- كانجانوباس (Kanjanopas 2007) بأنه "التفكير المنشغل والتخطيط للعب وممارسته، والذي يتسبب في التشويش على عمل المدمنين على اللعب، والتشويش ايضاً على تعليمهم ونشاطهم الحياتي" .
- فوكوسيفلجيك (Vukosavljevic,2015) بأنه من الاضطرابات السلوكية ، ويتشابه مع إدمان الإنترنت حيث يؤثر على كل الأعمال والواجبات اليومية المطلوبة منه والتقصير فيها وإعطاء الأولوية لممارسة الألعاب الإلكترونية ، مع الفشل لكل محاولة للابتعاد عن اللعب، ويتضح ذلك من خلال إهمال مسئولياته والتوقف عن أنشطته المعتادة التي كان يؤديها . (Vukosavljevic &elt:2015,388)

الصحة النفسية Mental Health
تعريف الصحة النفسية حسب منظمة الصحة العالمية

" حالة عقلية انفعالية مركبة دائمة نسبيا الشعور بالسعادة مع الذات ومع الاخرين ، الشعور بالرضا والطمأنينة والامن وسلامة العقل والاقبال على الحياة ، والشعور بالنشاط والقوة والعافية ، ودرجة مرتفعة من التوافق النفسي والاجتماعي " . (الخالدي:٢٠٠٩، ٣٢)

كفافي (٢٠١٠) : " حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد ، تؤدي به الى ان يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته ، ويقبله المجتمع يكسبه الشعور بالرضا والكفاية " .
(كفافي:٢٠١٠، ٢١)

طلبة المرحلة المتوسطة :

وتعرفهم وزارة التربية طلاب وطالبات الصفين الأول والثاني المتوسط والتي تقع في المرحلة العمرية من (١٢-١٥) سنة ، وهي مرحلة المراهقة المبكرة . (وزارة التربية:١٩٩٠، ١٤)

التعريف النظري للألعاب الالكترونية

هي مجموعة من الالعاب الالكترونية التي يمارسها المراهق عبر الانترنت ويستخدمها عن طريق الاجهزة الالكترونية للتسلية والترفيه وملا وقت الفراغ سواء مع اصدقائه او اخوته او بمفرده .

التعريف الاجرائي للألعاب الالكترونية

هي الدرجة التي يحصل عليها المراهق عند اجابته عن مقياس مستوى ممارسة الالعاب الالكترونية .

التعريف النظري للصحة النفسية

الصحة النفسية السليمة تكامل طاقة المراهق بما يؤدي الى حسن استثمارها في تقبل ذاته ويقبله المجتمع وقدرته على تحقيق انسانيته ، وهي حالة من التوازن والتكامل تشعره بالسعادة والرضا والكفاية .

التعريف الاجرائي للصحة النفسية

هي الدرجة التي يحصل عليها المراهق عند اجابته عن مقياس الصحة النفسية .

الاطار النظري

ومع تطور الحاسوب الشخصي بات تراجع أجهزة ألعاب الفيديو سريعا لدرجة جعلت بعضهم يصرح بأن نهاية هذه الأجهزة أصبحت وشيكة، وأخذت الشركات الكبيرة تتخلى واحدة تلو الأخرى عن برامجها التطويرية في هذا المجال، إلا أنه في عام (١٩٩٥) طرحت شركة يابانية عملاقة جهاز الألعاب Play Station المزود بمكتبة واسعة من الألعاب بإمكانات عالية من حيث الصوت والصورة والسرعة، وسرعان ما حذت حذوها شركات يابانية أخرى مما بعث من جديد السباق على تطوير أجهزة الألعاب وبرامجها وتسويقها.

وظهرت ألعاب إلكترونية مستقلة عن الحاسوب، أو متصلة به يتحكم بها المتعلم وفق أوامره ضمن برامج الذكاء الصناعي التي تقلد أعمال الإنسان في حياته اليومية، مما أكسب هذه الأجهزة والألعاب الملحقة بها تنوعا واسعا في التقنيات ، وسمح بإشغال حواس عدة كالبصر والسمع واللمس بإتقان أكثر. (حميدة:٢٠٢٠، ٢٢)

يمكن الاستدلال على الصحة النفسية من خلال السلوك الخارجي للفرد وتفاعلاته واستجاباته ، وتختلف مفاهيم الصحة النفسية باختلاف المجتمعات وثقافتها وعاداتها والقواعد السلوكية التي تجري بها ، وباختلاف المعتقدات والثقافات التي يتبناها العلماء . (زهران:١٩٩٧، ٤٣)

اصناف الالعاب الالكترونية

وقد صنفت الألعاب الالكترونية من حيث الهدف منها وشريحة مستخدميها الى ثلاثة أنواع رئيسية هي:

١. **ألعاب المتعة والإثارة :** هدف هذا النوع من الالعاب التسلية وشغل وقت الفراغ وتعتمد على تفاعل المراهق مع اللعبة في حالات تبدأ بمستويات بسيطة لتصبح معقدة وسريعة وغالبا ما تتجاوز سقف قدرات المستخدم مهما أتقن تدريبه ، ومميزات العاب المتعة والاثارة :

- العاب مثيرة .
- تشد الانتباه لكثرة تتالي المواقف فيها .
- استخدامها للصور والأصوات القريبة من الواقع ومن أمثلتها **(العاب السيارات والعاب القتال) .**

٢. **ألعاب الذكاء: ومن اهم مميزاتها :**

- تعتمد على المحاكاة المنطقية في اتخاذ القرار
- تتطلب التفكير في التعامل معها لمعالجة ذلك كم الهائل من الاحتمالات
- اختيار الحلول المثلى لمعايير معينة وفي وقت قصير ومن أمثلتها **(لعبة الشطرنج)**.

٣. **الألعاب التربوية والتعليمية: ومن اهم مميزاتها** :

- التوازن بين المتعة ونقل المعلومة بطريقة سهلة للمستفيد .
- تغطي جميع الأعمار.
- فمن الألعاب البسيطة التي تعلم الطفل قراءة الأرقام والحروف وكتابتها والألعاب التي تعلمه تركيب الجمل إلى الألعاب التي تهتم بالتثقيف العام ونقل المعلومات في مجالات عدة **(كالرياضيات والعلوم والتاريخ وتعليم اللغات)** .

(العناني:٢٠٠٢، ٤٣) (تنيو:٢٠٢١، ٣١) (ناصر:٢٠٢٢، ٤٤)

إيجابيات الألعاب الإلكترونية:

للألعاب الإلكترونية تأثير كبير على الثقافة العامة للأفراد بسبب انتشارها الواسع بينهم ، ويمكن حصر فوائد الألعاب الإلكترونية بما يلي :

١. **الألعاب الإلكترونية تزيد من الأداء المعرفي :** وتشير بعض الدراسات إلى أن الأطفال الذين يلعبون ألعاب الفيديو غالبا ما يكون لديهم أداء تقدير فكري مرتفع، وكفاءة دراسية عالية نسبة إلى الذين لم يلعبوا بهذه الألعاب . كذلك تعلم القيام بمهمة الدفاع والهجوم في آن واحد وتحفز التفكير والانتباه وتنشط الذكاء .

٢. **الألعاب الإلكترونية تحسن التناسق بين اليد والعين :** إذ تتطلب أغلب ألعاب الفيديو - بغض النظر عن موضوعها - من اللاعبين استخدام أوامر دقيقة تؤثر على تناسق حركة اليد مع النظر.

٣. **الألعاب الإلكترونية تحسن عملية اتخاذ القرار :** حيث تعتمد معظم ألعاب الفيديو على تطوير استراتيجيات معينة خلال اللعبة، مما يساعد على اتخاذ القرارات بشكل أفضل وأسرع.

٤. **الألعاب الإلكترونية تشجع على القراءة :** فمن الممكن أن تشجع الألعاب الإلكترونية على القراءة، بحيث يجذب الحوار القائم بين الشخصيات اللاعب فيقرأه وينمي مهارات القراءة الخاصة به .

٥. **الألعاب الإلكترونية تشحذ التفكير الاستراتيجي والمهارات المنطقية :** حيث تتطلب هذه الألعاب وضع استراتيجيات للتمكن من التقدم إلى المستويات التالية، وإنهاء اللعبة والفوز بها.

٦. **الألعاب الإلكترونية تزيد الاهتمام بالتكنولوجيا :** حيث يتأقلم الأفراد مع التكنولوجيا الحديثة من خلال الألعاب الإلكترونية، وتزيد من اهتمامهم بها .

٧. **الألعاب الإلكترونية تساعد الأشخاص المهمشين في المجتمع :** يتمكن الأشخاص المهمشون اجتماعيا من التواصل مع الناس من خلال العالم الافتراضي ويتم تقبلهم تدريجيا بين الناس من خلال الألعاب متعددة اللاعبين، إذ يتمكن من التواصل مع اشخاص جدد وتكوين صداقات جديدة كذلك .

٨. **الألعاب الإلكترونية تستخدم كأدوات للتدريس :** قامت بعض المؤسسات التعليمية بتضمين مواد تعليمية في الألعاب الإلكترونية، إذ تنمي المهارات الحياتية المختلفة وتحسنها، بالإضافة إلى أن العملية التعليمية تصبح أكثر متعة .

٩. **الألعاب الإلكترونية تستخدم كوسيلة فنية :** حيث أن الألعاب الإلكترونية تساهم بشكل كبير في صناعة بعض الوسائط الفنية، مثل الموسيقى والأفلام .

١٠. **الألعاب الإلكترونية كوسيلة نفسية واجتماعية :** ان بعض الالعاب الالكترونية تؤدي الى الراحة النفسية وتقوي روح التدريب والتعاون والتنظيم والشعور بالثقة في النفس .

أثبتت العديد من الدراسات في أمريكا و أوربا دليلاً على أهمية الألعاب الإلكترونية الرقمية حتى في حياة كبار السن الذين ونظرا لامتداد استخدام التكنولوجيا أصبحوا هم أكثر مستخدمي التكنولوجيا الرقمية، خاصة أن الدراسات المذكورة أجريت في أمريكا وأوروبا، وهي مناطق اكتشفت التكنولوجيا الرقمية منذ مدة طويلة نسبيا وبالتالي يشكل كبار السن جزءا كبيرا من مستخدمي هذه التكنولوجيات.

سلبيات الألعاب الإلكترونية:

يمكن استعراض أهمها على النحو الآتي :

١. **الأضرار الصحية والبدنية**

المتعلقة بالجهاز العظمي والعضلي نتيجة الحركة السريعة المتكررة فالجلوس لساعات عديدة أمام الحاسب أو التلفاز يسبب آلاما في أسفل الظهر، كما أن كثرة حركة الأصابع على لوحة المفاتيح تسبب أضرارا بالغة لإصبع الإبهام ومفصل الرسغ نتيجة لتنيهما بصورة مستمرة.

٢. **إجهاد العين**

أن استعمال الألعاب الالكترونية أو التركيز بالنظر فيها لفترة طويلة يسبب إجهادًا للعين، مضيفًا أن الأطباء تعارفوا في السنوات الأخيرة على استخدام مصطلح إجهاد العين الرقمي "Digital Eye Strain " ، وأحيانًا يشار إليه باسم متلازمة رؤية الكمبيوتر، موضحًا أن هذه المشكلات أصبحت بازدياد في عيادات العيون، بسبب تقدم التكنولوجيا، وتطور الأجهزة الذكية باستمرار.

٣. **السمنة**

تتفشى ظاهرة السمنة لدى المراهقين نتيجة لأسباب كثيرة منها: وسائل الترفيه الحديثة وهي الألعاب الالكترونية .

٤. **الإدمان**

" إن اضطراب ألعاب الإنترنت (Internet Gamers Disorder) أصبح متعارفا عليه في الأوساط المهنية ، حيث يتوقع أن ما يقارب (١٠-١٥%) من الأطفال والمراهقين مصابون بهذا الاضطراب ، الذي ينتج عن إدمان الألعاب الإلكترونية .

٥. **العنف والتسلط**

يأتي العنف على راس قائمة سلبيات الالعاب الالكترونية حيث تشير الدراسات إلى أن تزايد العنف لدى طلاب المدارس يعود إلى أسباب منها وجود هذه الأجهزة في غرف نوم، وعدم مراقبة أولياء الأمور لأولادهم، وعدم توجيههم وتوزيع وقتهم بين الدراسة والاستذكار واللعب غير الإلكتروني (البدني)، وبين

ممارسة الألعاب الإلكترونية : واحتواء أغلب الألعاب على السلوك العدواني الذي يشجع على العنف والتسلط .

٦. الأضرار التربوية

قدمت العديد من الدراسات أدلة قوية تثبت أن المراهقين الذي يمضون أوقاتا طويلة في ممارسة الألعاب الإلكترونية لاسيما ألعاب العنف، سيؤدي بهم هذا إلى ضعف في تحصيلهم الاخرين الدراسي في المدرسة، وبالتالي حصولهم على تصنيفات متدنية مقارنة مع الآخرين الذين يمارسون ألعابا أقل عنفا أو لا يمارسون الألعاب الإلكترونية على الإطلاق كما أن سهر المراهقين طيلة الليل في ممارسة الألعاب الإلكترونية يؤثر بشكل مباشر على مجهوداتهم الدراسية في اليوم التالي، وباختصار يمكن القول ان من أهم مخاطر وعزوف المراهقين على الدراسية هي:

١. ألغت أجهزة التكنولوجيا حب الدراسة من قلوب الطلاب.
٢. أجادت أجهزة التكنولوجيا الحوار مع الأبناء.
٣. اخترعت أجهزة التكنولوجيا لتشبع ميول الأبناء.
٤. تمضية الطالب والمراهق جل وقته في ممارسة الألعاب الإلكترونية.
٥. دخول غرف الدردشة ومواقع التواصل الاجتماعي بشكل كبير.

٧. التعريض بالأديان

بعض شركات الانتاج للألعاب الالكترونية استثمرت هذه الالعاب لأغراض العولمة والغزو الثقافي الى جانب تحقيق الاغراض التجارية ، حيث تعمدت بعض الشركات المنتجة للألعاب الالكترونية تتضمن مشاهد و رموز تمس بشكل او باخر قضايا الاديان السماوية وبخاصة الدين الاسلامي الذي نال قسطا وافرا من هذا الاستهداف خلال العقود الاخيرة لخلق حالة من النفرة اتجاه هذا الدين في نفوس الاجيال المسلمة وتعزيز ظاهرة (الاسلاموفوبيا) لدى الاجيال غير المسلمة . (الكعبي:٢٠١٧، ٥٠)

٨. الهدر الاقتصادي

من اجل الحصول على احدث التقنيات للألعاب الالكترونية فان المراهق غالبا ما يدفع اموال كثيرة لشراء الاجهزة وملحقاتها والاقراص الخاصة بهذه الالعاب كما يندفع المراهق بسبب هوسه بالألعاب الالكترونية لشراء اغلى الاجهزة ومتابعة احدث ما صدر عنها ، وبخاصة ان تقنيات هذه الالعاب تقفز في تطورها بسرعة مذهلة مما يتطلب انفاقا مستمرا .وقد لا يستطيع المراهق تأمين هذا الانفاق بنفسه فيضطر الى الضغط على اهله لشرائها، او قد يعتمد الى الحصول عليها بطرق غير مشروعة ، علما ان اسعار اجهزة الالعاب واقراصها غالية السعر في الغالب . (الكعبي:٢٠١٧، ٦٩)

مظاهر الصحة النفسية على الفرد في جميع جوانبه الشخصية والاجتماعية التفاعلية

١. **الراحة النفسية :** من العوامل المهمة التي تؤثر على عملية التوافق والشخص ذو الصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة العقبات والمشكلات وحلها بطريقة ترضاها نفسه و يرضاها المجتمع .
٢. **التوازن والنضج الاجتماعي** : هو قدرة الفرد على الاتزان في الاستجابات والانفعالات تجاه المثيرات المختلفة ، والقدرة على مواجهة الضغوط والمشكلات والتغلب عليها والتعبير عن الانفعالات بطريقة ناضجة ومتزنة . وتعتبر حالة الاستقرار النفسي او الثبات الانفعالي .
٣. **الدافعية** : حالة نفسية تستثير نشاط الانسان ، وهي القوة المحركة والموجهة والمحفز الداخلي لنشاط الفرد وقدراته وامكاناته نحو تحقيق اهدافه . (الخالدي:٢٠٠٩، ٦٣)

٤. **القدرة على العمل** : هناك علاقة واضحة بين الصحة النفسية والعمل فان الفشل والاحباط في العمل يؤدي اضطراب لدى الفرد بينما الاستقرار النفسي والتوافق والتكيف يؤدي الى زيادة الانتاج .
٥. **قدرة الفرد على تحمل المسؤولية :** الشخص المتمتع بالصحة النفسية له القدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات . (الداهري:٢٠١٠: ٤٦)
٦. **التفوق العقلي** : ان الطاقة العقلية للانسان تعد مظهرا من مظاهر صحته النفسية ، تلك الطاقة التي تساعده على تحقيق ذاته واشباع حاجاته وتنمي قدرته على التفكير المنظم .
٧. **الشعور بالسعادة :** وهي من ابرز مظاهر الصحة النفسية نظرا للاستقرار النفسي والامان والطمأنينة الداخلية يعني الشعور باعتدال المزاج بالبهجة والاستمتاع ، والتعبير عن الرضا عن الحياة
٨. **الشعور بالرضا** : تقدير عقلي ، والحكم برضا عن الحياة ، القدرة على بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الاخرين ، القدرة على تحمل المواقف الإحباطية والصعوبات ، القدرة على اشباع الحاجات الفطرية والمكتسبة ، القدرة على تحمل المسؤولية الشخصية والاجتماعية من نتائج افعاله وسلوكه ، ان يكون مستويات الطموحات لدى الفرد واقعية تتناسب مع امكاناته وقدراته . (حسين:٢٠١٠، ٣٣)
٩. **التوافق النفسي :** وهو التقبل الداخلي للذات وقدراتها وامكاناتها ، والقدرة على اشباع حاجاته. (الشيخ:٢٠١٤، ٥٤) (الكعبي:٢٠١٧، ٦٥)

معوقات تحقيق الصحة النفسية

- ❖ الحروب والنزوح التي يمر فيها الانسان المعاصر .
- ❖ مشكلات الحياة العامة وخصوصا بعد التطورات والتقدم التكنولوجي .
- ❖ ازدياد المشكلات الخاصة وازدياد انتقال الانسان من الريف الى المدينة .
- ❖ صعوبة شروط الحياة ومتطلباتها .

ثانيا : الاتجاهات النظرية

المحور الاول تفسير الادمان على الالعاب الإلكترونية

- **تفسير التحليل النفسي**

يرى أصحاب هذه النظرية أن للادمان سلوك انساني اي ان مشكلة الإدمان تنطلق من مسلمة إن سلوك الإنسان مسبب وليس اعتباطيا، وإن هناك حتمية تحكم طبيعة العلاقة ما بين الفرد وبيئته التي تسهم في بناء شخصيته وبلورتها، فضلاً عن ذلك فان حالة القلق التي قد يعيشها بعض الأفراد تتطلب خفض التوتر والقلق الذي يتخذ أكثر من شكل ومنها الإدمان، وهنا يرى انصار مدرسة التحليل النفسي أن المشكلة ليست في الإدمان، وإنما في الدوافع التي أدت إلى حالة الإدمان. (عبد المنعم:٢٠٠٣، ٨٣)

- **التفسير السلوكي :**

يرى أصحاب هذه النظرية على الألعاب ومنها الإدمان للألعاب الإلكترونية سلوك متعلم يخضع لمبدا المثير والاستجابة والتعزيز والإشراط ويمكن تعديله، حيث يعول التفسير السلوكي على وجهة نظر "سكنر" في النظرية السلوكية بناء على أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة، من أجل نيل أى مكافأة أو تعزيز، وهذا قد يتشابه مع الإدمان على المواد المخدرة والكحول وإدمان الانترنت وما تأتيه هذه الشبكة من السعادة والشعور بالراحة والمتعة النفسية للفرد، بالإضافة إلى أنها طريقة سهلة وبسيطة للهروب من الواقع للحصول على معززات للسلوك.
(نوبى:٢٠١٠ ، ٣٢ -٣٣)

- **التفسير الاجتماعي الثقافي**

يرى علماء النفس والاجتماع وفق النظرية الاجتماعية الثقافية الإدمان سلوكاً لا شعورياً وغير سوي ليحقق المدمن رغباته. اي أنه رغبة كامنة في الفرد للتفوق على الآخرين والسيطرة عليهم ، وهاتان الرغبتان تدفعان به لاتخاذ كل ما يمكن أن يوصل لهما، وبذلك فان أي نوع من الإدمان يمثل سلوكا وبذلك فان الإدمان من الناحية الاجتماعية ليس مرضاً أو علة نفسية ، بل على أساس حيلة أو خدعة اجتماعية للوصول الى تلك الرغبات . (ناصر:٢٠٢٢، ٤٤٨)

اما العالم (Sow) صاحب الاتجاه الثقافي يرى ان الادمان على الالعاب الالكترونية يعود الى الثقافة السائدة في المجتمع وهو الذي يبقى ويغذي هذا الإدمان . (ربيع:٢٠٠٣، ٥٥٧)

- **التفسير السيكو دينامي**

ويرى أصحاب هذه النظرية أنه استجابة بغرض الهروب من الإحباطات والعثرات والفشل وهدفه هو الحصول على متعة بديلة من أجل تحقيق الإرضاء والنسيان وتجاهل الواقع ، حيث أن المراهق يمر ارتباطها ببعض سمات الشخصية أو الميول والنزعات الموروثة لدى الشخص، فقد يكون لدى الشخص استعداد نظري لإدمان الانترنت، ولكن لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت مواقف وأحداث حياة ضاغطة ساعدته أو دفعته لإدمان الانترنت، ليصبح من مدمني الانترنت بما في ذلك إدمان الألعاب الإلكترونية أو المقامرة أو الجنس أو التسوق أو الكمبيوتر مع وجود بعض العوامل المهيأة كالاستعدادات المرضية .

- **التفسير التكاملي**

يرى ادمان الألعاب الإلكترونية ائتلاف من مجموعة عوامل شخصية وانفعالية واجتماعية وبيئية ويمكن اجمال المشكلة بتوافر القابلية والاستعداد ثم الاستهداف.

المحور الثاني الاتجاهات النظرية للصحة النفسية

- **نظرية التحليل النفسي :** عرف عالم النفس سيجموند فرويد الصحة النفسية القدرة على

الحب والحياة فالإنسان السليم يمتلك الانا والتي هي القدرة الكاملة على القيام بالعمل والتنظيم والانجاز. يشكل الاجزاء الواعية والعقلانية ، بينما الهو تتجمع الدوافع والغرائز فيها، في حالة الصحة النفسية تندمج الانا والهو بصورة مناسبة ولا يوجد عداء طبيعي بينهم ، وتعتبر هذه المدرسة الصحة النفسية نقيض للمرض . (رضوان:٢٠٠٩، ٣٥)

- **النظرية السلوكية** : رفضت هذه النظرية تفسير النظرية التحليل النفسي للصحة النفسية ورات ان السلوك الانساني متعلم اذن يمكن تغيره و تعديله فالصحة النفسية السليمة وحسب تعريف النظرية السلوكية تتمثل في اكتساب الفرد عادات مناسبة وفعالة تساعده في التعاون مع الاخرين على مواجهة المواقف المختلفة اذا كانت العادات مناسبة ومتفقة مع ثقافة مجتمعه فهو في صحة نفسية سليمة ، فقياس الصحة النفسية تعتمد على المحك الاجتماعي والثقافي للمجتمع الذي يعيش فيه الفرد . باختصار الصحة النفسية هي اختيار الفرد السلوك المناسب مع المواقف التي تواجهه بالاعتماد على الافكار الاجتماعية من قيم وعادات اكتسبها من مجتمعه . (حسين:٢٠١٠، ٢٥)
- **النظرية الانسانية :** وتمثل القوة الثالثة في ميدان علم النفس ، وترى هذه المدرسة ان الانسان له مدركاته ومشاعره واهتماماته ورغباته والنظر الى الانسان نظرة ايجابية ،ويمثل هذه المدرسة ماسلو حيث عرف ، الصحة النفسية هي قدرة الفرد على تحقيق انسانيته تحقيقا كاملا من خلال اشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية اي انها امتلاك الانسان شخصية سوية تساعده على التعامل مع الاحداث التي تحدث معه ، اما الشخصية غير السوية يعرفها ماسلو التي لا تتمكن من التعامل بشكل جيد مع الاحداث المحيطة بها . (عيشاوي:٢٠٢١، ٥٣)

الدراسات سابقة : Previous Studies
المحور الاول : دراسات تناولت الالعاب الالكترونية

دراسة (حسن، ٢٠١٣)"ظاهرة انتشار الألعاب الالكترونية وتأثيراتها على الفرد في الموصل"

هدفت الدراسة الى التعرف عن ظاهرة انتشار الألعاب الالكترونية في الموصل وتأثيراتها على الفرد للتعرف إلى تأثيرات الألعاب الالكترونية الايجابية والسلبية في الفرد وإبراز مدى انتشارها في المجتمع الموصلي. وتكمن أهمية الدراسة في معرف وتشخيص سلبيات الألعاب الاليكترونية لتلافيها من جانب، والتركيز على الايجابيات والإفادة منها. وقد استعانت الدراسة بمنهج المسح الاجتماعي عن طريق عينة اختيرت عرضياً، مكونة من (١٢٠) فردا من أولياء الأمور (الآباء والأمهات) للإجابة عن الأسئلة المعدة في الاستبيان وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية : إن اللعب بالألعاب الالكترونية منتشر بشكل عام بين أفراد المجتمع الموصلي ويمارسها الأفراد تلقائيا. نسبة ممارسة اللعب الالكتروني بين الذكور أعلى منه لدى الإناث. اكثر الأجهزة استخداماً هو الموبايل (٧٢,٢%) ثم الحاسوب (٦٣,٩%) ثم جهاز البلايستيشن (٥٨,٨%) . الإباء والامهات لا يضعون شروطاً وتعليمات يسير عليها الأبناء في لعبهم وبنسبة (٤١,٢%) .

(حسن:٢٠١٣، ٧)

دراسة (سلامي ٢٠١٥) "الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالعنف لدى المراهقين الذكور"

هدفت الدراسة الى التعرف على "الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالعنف لدى المراهقين الذكور" ، على عينة تكونت من (٥٠) فرد من المراهقين الممارسين للألعاب الالكترونية، وطبق عليهم استبيان من اعداد الباحث، وكشفت النتائج ان لممارسة الألعاب الالكترونية علاقة ارتباطية مع العنف لدى المراهقين خاصة في الألعاب الالكترونية ذات الطابع العنيف، وان المراهق يتعلم نماذج العنف من خلال تعرضه للعنف الافتراضي المتضمن في الألعاب الالكترونية.

(سلامي:٢٠١٥، ٧)

دراسة (السيد واخرون ٢٠٢١) " ممارسة الألعاب الالكترونية وعلاقتها بدافعية الإنجاز الاكاديمي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية "

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة ممارسة الألعاب الإلكترونية ثم الكشف عن العلاقة بين دافعية الإنجاز الأكاديمي وممارسة الألعاب الإلكترونية، وكذلك التعرف على دلالة الفروق في ممارسة الألعاب الإلكترونية بين الذكور والإناث من أفراد العينة والتي بلغت (٤٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية ، (٢٠٩) ذكورًا ، (١٩١) إناثًا حيث تراوحت أعمارهم ما بين (١٥) و(١٧) عامًا بمتوسط عمري قدره (١٦,١١) سنة وانحراف معياري قدره (٠,٨٢) ، وقد تمثلت أدوات الدراسة في استبيان ممارسة الألعاب الإلكترونية ومقياس دافعية الإنجاز الأكاديمي من إعداد الباحث . وأوضحت نتائج الدراسة أن هناك فروق جوهرية بين المتوسط الفرضي و متوسط درجات العينة على بعدين وهما أثر الألعاب الإلكترونية ، الاتجاه نحو ممارسة الألعاب الإلكترونية، وأن الارتباطات في مجملها ضعيفة وغير دالة بين ممارسة الألعاب الإلكترونية ودافعية الإنجاز الأكاديمي ، وأنه لا توجد هناك فروق جوهرية بين الذكور والإناث بشكل عام على ممارسة الألعاب الإلكترونية . (السيد واخرون:٢٠٢١، ٧٢٦)

دراسة ناصر (٢٠٢٢) **" ادمان طلبة المرحلة المتوسطة على الالعاب الالكترونية في مدينة بغداد "**

هدفت الدراسة إن إدمان شريحة واسعة من طلبة المرحلة المتوسطة على الألعاب الاليكترونية ، له تداعيات السلبية كثيرة ، منها الإخفاق الدراسي لكثرة الوقت المخصص للعب على حساب الدراسة، والعزلة الاجتماعية وضعف التواصل مع الآخرين ، فضلاً عن المخاطر صحية . تكون مجتمع البحث من طلبة وطالبات مدارس المرحلة المتوسطة (الثاني المتوسط) في المديرية العامة للتربية في بغداد الرصافة الثالثة، أما عينة الدراسة فقد كانت قصدية وتمثلت بـ (٥) مدارس للذكور، و (٥) مدارس للإناث، وبواقع (١٠) استبانات لكل مدرسة متوسطة، ليكون العدد الكلي (٥٠) استبانة لمدارس الذكور، و (٥٠) استبانة المدارس الإناث. وتوصلت الدراسة إلى أن الألعاب الالكترونية ظاهرة اجتماعية منتشرة وبشكل ملحوظ في المدارس

المتوسطة، وهي موجودة لدى طلبة وطالبات هذه الدراسة على حد سواء . (ناصر:٢٠٢٢، ٤٢٢)

المحور الثاني : دراسات تناولت الصحة النفسية

١. دراسة عبدالله (٢٠١٦) **" الصحة النفسية ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي لطلبة المرحلة الاساسية في مدينة الخرطوم "**

هدفت الدراسة الى التعرف على الصحة النفسية ومدى تأثيرها على التحصيل الدراسي لطلبة المرحلة الاساسية ، اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي ، عينة الدراسة تم اختيارها بالطريقة العشوائية والتي بلغ عددها (٢٠٠) منها (١١٩) طالب و(٨١) طالبة ، واستخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية وقامت الباحثة بأعداد مقياس الصحة النفسية ومن ثم تم تطبيقه على افراد عينة البحث .وتوصلت الدراسة توجد فروق ذات دلالة احصائية لمستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الاساسية تعزى الى متغير الاب ، توجد فروق ذات دلالة احصائية لمستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة الاساسية تعزى الى متغير تعليم الام .(عيشاوي:٢٠٢١، ١٢)

٢. دراسة حميداني (٢٠١٦) **" جودة الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة "**

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين جودة الحياة والصحة النفسية لدى طلاب جامعة عاشور في الجزائر ، وبلغت عينة البحث (١٠٠) طالب ،وتم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة وتم بناء مقياسيين ، مقياس جودة الحياة ومقياس الصحة النفسية وتطبيقهما على العينة وتوصلت الدراسة الى نتائج منها : ان مستوى الصحة النفسية لدى افراد العينة منخفض ، وجود علاقة ارتباطية بين مستوى جودة الحياة ومستوى الصحة النفسية لدى افراد العينة ، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية بيت طالبات التخصص العلمي للصحة النفسية لصالح التخصص العلمي ، كما وجدت فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية لصالح متغير العمر.

(عيشاوي:٢٠٢١، ١٢)

٣. دراسة عيشاوي (٢٠٢١) **" الالعاب الالكترونية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى المراهقين مرحلة الثانوي "**

هدفت الدراسة الى التعرف على وجود علاقة بين الالعاب الالكترونية والصحة النفسية وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البالغة (٤٠) طالب وطالبة في مدينة الجزائر ،كما قامت الباحثة بأعداد مقياس مستوى ممارسة الالعاب الالكترونية المتكون من (٢٢) فقرة واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي ، وتم استخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS) للتوصل الى النتائج ، والتي توصلت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في ممارسة الالعاب الالكترونية لصالح الذكور ، كما توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لصالح الاناث ، وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجات ممارسة الالعاب الالكترونية لصالح التخصص العلمي ، وايضا توجد فروق فردية في مستوى درجات الصحة النفسية لصالح الاناث الادبي .

(عيشاوي:٢٠٢١، ٧)

مدى الإفادة من الدراسات السابقة :

١. لتحديد عنوان البحث ومشكلته واهميته.

٢. الاطلاع على منهجية البحث للدراسات السابقة للاستفادة منها.

٣. الإفادة منها في صياغة فقرات مقياس المرونة النفسية.

٤. الإفادة منها في كيفية عرض النتائج وتحليلها.

٥. الإفادة منها في صياغة التوصيات والمقترحات.

منهج البحث : Research Methodology

يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لملائمته لموضوع البحث .

١. عينة البحث The Sample Of The Research

تكونت عينة البحث من (١٥٠) طالب وطالبة (٨٠) من الذكور و(٧٠) من الاناث بمتوسط عمر (١٤,٢) وانحراف معياري (١٤٨) .

٢. اداة البحث The Scale Of The Research

قامت الباحثة بأعداد مقياس ادمان الالعاب الالكترونية لطلبة المرحلة المتوسطة الصف الثاني المتوسط لعدم توفر اداة قياس محلية حسب على الباحثة.

خطوات اعداد المقياس Steps to Prepare the Scale

- الاطلاع عن الاطر النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بأداة الالعاب الالكترونية بهدف الوصول الى صياغة علمية واضحة ومنطقية .

- الاطلاع على مجموعة من المقاييس العربية والاجنبية التي تناولت ادمان الالعاب الالكترونية كما في جدول (١)

جدول (١) يوضح مقاييس ادمان الالعاب الالكترونية

ت	اسم معد القياس	السنة	المقياس	الابعاد
١	Jerson's lemmen	٢٠٠٩	مقياس ادمان الالعاب الالكترونية للمراهقين	البروز- التسامح- تعديل المزاج- الانسحاب
٢	فرحان عبدالعزيز سمير	٢٠١٦	مقياس الادمان على الالعاب الالكترونية	السمنة البارزة- التدفق- الارتداد- تعديل المزاج- الانسحاب
٣	سليمان بن نايف	٢٠١٧	مقياس الادمان على الالعاب الالكترونية	الايماني الاخلاقي الاقتصادي الاجتماعي التعليمي
٤	اميرة شايب ساميه ابراهيم	٢٠٢٠	قياس ادمان الالعاب الالكترونية عبر سلوك المراهق	المدرسي- الاجتماعي- الصحي والحسي والنفسي- القلق- العدوان

وصف المقياس Scale Addiction Electronic Games

وفي ضوء معايير منظمة الصحة العالمية لاضطراب ادمان الالعاب الالكترونية تم بقيم اداة تشمل (٦) ابعاد (الادراك المشوه والاعتماد والاستمرار القهري والتدفق والانغماس ، الاولوية ، فقدان السيطرة) وقد تم وضع (٦) فقرات لكل بعد اي تم صياغة (٣٦) فقرة وقد تم اختيار بدائل الاجابة (تنطبق علي تماماً، تنطبق الى حد ما، لا تنطبق تماماً) وتوزعت الدرجات على البدائل (٣، ٢،١) وقد تم حساب الصدق والثبات على المقياس بالفرق التالية :

أ. الصدق Validity

قامت الباحثة باستخدام الصدق الظاهري وذلك يعرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس، بلغ عددهم (١٠) خبراء وقد اتفقت الخبراء بنسبة (٩٠%) على صلاحية الفقرات.

ب. الصدق البنائيContract Validity

تم حساب الالتحاق الداخلي للمقياس بطريقتين تميز الفقرات ، ومعامل ارتباط الفقرة بدرجة النقاط وبالدرجة الكلية .

١. تمييز الفقرات Items Discrimination

تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة من الصف الثاني المتوسط في المدارس المتوسطة من خارج عينة البحث الاساسية وتم تطبيق المقياس وحساب الدرجات والعمل على تسلسل الدرجات من اقل درجة الى اعلى درجة واحدة بنسبة (٢٧%) من الدرجات العلمية و (٢٧%) من الدرجات الدنيا وتم حساب القيمة التائية لكل فرد كمؤشر للتميز كما في الجدول (٢)

جدول (٢) يوضح القيمة التائية المحسوبة والجدولية كمؤشر لتمييز فقرات قياس ادمان الالعاب الالكترونية

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة
١	٢,٣٤٢٦	٠,٩١٨٧	١,٥٠	١,٢١٩٠	٥,٧٤
٢	٢,٣٢٤١	٠,٩١٥٣٨	١,٢١٣	١,١٧٦	٧,٧٤
٣	٢,٩٥٣٧	١,٠٩٧٠٣	١,٢٠٣٧	١,١٦٦١٨	٤,٨٦
٤	٢,٠٩٢٦	١,١٦٤٤٠	١,٤٧٢	٠,٨٥٨٨	٤,٤٥٦
٥	٢,٨٨٩	٠,٣٩٤٦٧	١,٨٧٩٦	١,١٤٩٧	٨,٦٢٩
٦	٢,٦٤٨١	٠,٦٦٠١٤	١,٤١٦٧	١,١٦٠٩	٩,٥٨
٧	٢,٧٣١٥	١,١٧٢٩٥	١	١,١٩١	٤,٥
٨	٢,٤١٦٧	٠,٨١٠٢٧	١,٦٥٧٤	١,٢٠٠٩	٥,٤٤٦
٩	٢,٠٢٧٨	١,١٣٩٤	١,١٣١	١,١٥٤	٥,٨٧
١٠	٢,٤٦٣٠	١,٤٣٦٦	١,٦٦٧	١,٢٣٠٤٥	٤,٣٧٥
١١	٢,١٥٧٤	١,٢٥٤٢٤	١,٢٤	١,٦٥٥٦	٥,٧٢٥
١٢	٢,٥٢٧٨	٠,٨٤٧٨٥	١,٥	١,١٧٢١١	٧,٧١٣
١٣	٢,٥٢٧٨	١,٢٨٥٨	١,٦٧٥٩	١,١٧٤٧٣	٢,٠٨٣
١٤	٢,٩٥٣٧	١,٢٩٩٧٨	١,٨٢٤١	١,٢٠٦١٣	٦,٦٢١
١٥	٢,٤٦٣٠	٠,٧٤١٦٣	١,١١١	١,٠٧٩٠٤	١,٧٢٧
١٦	٢,٧٣١٥	١,١٧٢٩٥	٢	١,١٩١٨٧	٤,٣٦٥
١٧	٢,١٨٥٢	١,٠٥١٤٦	١,٣٨٦	١,٠٣٦٣	٤,٣٦٥
١٨	٢,٢٥٩	٠,٩٠٠٣٧	٢,٠١	١,١٤٤٨	٣,٣٩
١٩	٢,٨٨٩	٠,٣٩٤٦٧	١,٨٧٩٢	١,١٤٩٧	٨,٦٢٩
٢٠	٢,٦٤٠١	٠,٦٥٦٤٠	٠,٦٥٦٤٠	١,٣٨٨٩	٩,٥٨٢
٢١	٢,٧١١	٠,٦٦٠١٤	١,٣٨٨	١,٢٠٦١٦	١,٠٢
٢٢	٢,٢٩١	٠,٩٨٨٣٤	١,٠٣٧٠	١,٣٢٥	٧,٩١٧
٢٣	١,٢٦٨٠	٠,٧١٢١	١,١٣٨٦	٤١,٢٢٦	٧,٨٠
٢٤	١,٤٨١٥	١,٤١٧٣٩	١,٩٩٠١	١,٢٣٤١	٢,٧١٤
٢٥	٢,٢٥	١,١٠٣٣	١,٩٨١	١,٢٠٧٣	٨,٠٦٠
٢٦	٢,٢٥٩	٠,٩٠٠٣	١,٠٨٣٣	١,١٤٤٨	٨,٣٩
٢٧	٢,١٥٨	١,٠٥١٤٦	١,١٣٨٩	١,٠٣٦	٧,٣٦٥
٢٨	٢,٧٣	١,١٧٢٩٥	٢	١,١٩١٨	٤,٥٤٦
٢٩	٢,٢٦	٠,٩٠٢٨١	١,٨٧٤	١,٠٤٢	١٠,٥٣٩
٣٠	٢,٢٦٠	٠,٧٤١٦٢	١,١١١	١,٠٧٩٤	١٠,٧٢٧
٣١	٢,٣٤	٠,٩١٢٧	١,٥	١,٢١٩٠	٥,٧٣٦
٣٢	٢,٣٢	٠,٩١٥٣	١,٢١٣	١,١٧٦٤	٧,٧٤٦
٣٣	٢,٩٥٣	١,٠٩٧٠	١,٢٠٣	١,١٦٦٤	٤,٨٦٨
٣٤	٢,٠٩٢٦	١,١٦٤٤	١,٤٧٢	٠,٨٥٨١	٤,٤٥٦
٣٥	٢,٤٦	١,٣٤٢٦	٠,٩٨٤٢	١,١٣٨٩	٧,٨٨٦
٣٦	٢,٦٧٥٣	٠,٦٩٤٨	١,٤٣٢	١,٢٩٢	١١,٠٢٩

يلاحظ من خلال حدود (٢) ان جميع قيم (T) المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجات حرية (١٩٨) ومستوى دلالية (٠,٠٥) وبهذا تقبل جميع فقرات مقياس ادمان الالعاب الالكترونية كون جميع فقراته مميزة .

٢. الاتساق الداخلي Internal Consistency Measures

يعني الاتساق الداخلي الارتباط بين مفردات الاختبار اي درجة قياس المفردات للسمة نفسها (علام:٢٠٠٩، ١) ولتحقيق ذلك تم حساب الاتساق على عينة التميز نفسها البالغ عروض (٢٠٠) طالب كما في جدول (٣).

جدول (٣) يوضح معامل الارتباط وقيمتها التائية بين درجة كل قوة والدرجة الكلية للمقياس ادمان الالعاب الالكترونية

الفقرة	معادل ارتباط بالبعد	القمة التائية	معامل ارتباط بالدرجة التائية	القيمة التائية
١	٠,٤٢٦	٢,٣٦٣	٠,٣٦٤	٦,٠٤٥
٢	٠,٥٢٧	٣,٤٢١	٠,٣٢٢	٨,٩٤٢
٣	٠,٦٤٢	٦,٣٤٦	٠,٤٢٥	٥,٦١٧
٤	٠,٥٣٤	٤,٣٤٢	٠,٤٢٨	٤,٦٢٨
٥	٠,٤٣٧	٥,٣٦	٠,٣٧٢	١١,٣٦٥
٦	٠,٤٩	٦,٠٤	٠,٣٠٢	٧,٤٥٤
٧	٠,٤٠٩	٤,٣٢	٠,٢٩	١١,٦٧٢
٨	٠,٤٧١	٥,٧١	٠,٣٥٢	١٠,٣٦٤
٩	٠,٥٩٤	٨,٤٤	٠,٢٧٩	٤,٥٤٢
١٠	٠,٥٤٩	٦,٣٢	٠,٤٣٢	٧,٠٥٣
١١	٤,٤٨٤	٧,٣٢	٠,٣٩٦	٩,٦٣٨
١٢	٠,٣٧٠	٥,٦٣	٠,٢٩٤	٨,٢٤
١٣	٠,٤٤١	٤,٧	٠,٣٢٢	٥,٤٨،
١٤	٠,٩٣١	١٠,٣٥	٠,٧٢٤	٢,٩٥٦
١٥	٠,٤٥٣	٤,٣٦	٠,٣٥٢	٧,٩٠٤
١٦	٠,٣٥٢	٦,٢١	٠,٢١٩	٤,٦٢٨
١٧	٠,٤٦١	٤,٥	٠,٣٢٦	٦,٣٤
١٨	٠,٥٠٥	٤,٣٧	٠,٤٢٢	٦,٠٤٥
١٩	٠,٣٥٠	٤,٦٤	٠,٢١٧	٤,٧٢
٢٠	٠,٤٧٣	٨,٢	٠,٣١٤	٥,٣٤
٢١	٠,٦٢٤	٧,٤٥٤	٠,٤٢٢	٦,٢٣
٢٢	٠,٣٤٨	٧,٤٠٥	٠,٢٤٨	٤,٥٧
٢٣	٠,٤٢	٩,٢٣٣	٠,٢٤٤	٣,٩٢٤
٢٤	٠,٢٥٨	٥,٣٢٧	٠,١٩٧	٢,٣٢٠
٢٥	٠,٤٤	٣,٩٠٣	٠,٢١٤	٢,١٠٩
٢٦	٠,٣٣١	٦,٩٠٦	٠,١٤٤	٢,٤٠٣
٢٧	٠,٤٦	٢,٢٦٩	٠,٣٣١	٢,٤٣
٢٨	٠,٣٧٤	٤,٠٠٩	٠,٢٤٧	٣,٥٦٧
٢٩	٠,٧٢	٤,٧٨٠	٠,٦٧١	٤,٣٩٢
٣٠	٠,٤٤٢	٤,٧٨٠	٠,٢٧٤	٢,٨٤١
٣١	٠,٣٨١	٥,٨١٩	٠,٢٨٣	٢,١٠٩
٣٢	٠,٤٣٢	٣,٢١٣	٠,٢٤٤	٤,٢٤٢
٣٣	٠,٨٥٦	٦,٥٢٨	٠,٣٨١	٢,١٠٩
٣٤	٠,٣١١	٣,٢١٣	٠,٢٨١	٢,٤٧٣
٣٥	٠,٧١٩	٤,٢٢١	٠,٤٣٢	٣,٢٩٤
٣٦	٠,٦٣٤	٤,٧٨٠	٠,٣٣٥	٣,٩٢٤

ونظر من خلال الجدول ان جميع القيم المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (١,٩٦) لذا جميع الارتباطات دالة احصائياً ثبات مقياس ادمان الالعاب الالكترونية.

تم اختيار نوعين من الثبات هما ثبات الفا كرونباخ والتميز الوصفي كما في جدول (٤)

جدول (٤) معاملات الثبات لأبعاد مقياس ادمان الالعاب الالكترونية

البعد	معامل الفا كرونباخ	التميز الوصفي سيبرمان كراود

الادراك المشوه	٠,٨١	٠,٧٩
الاعتياد والاستمرار القهري	٠,٨٣	٠,٨٢
التدفق	٠,٨٤	٠,٨١
الخداع والهروب	٠,٨٢	٠,٨٠
الاولوية	٠,٧٦	٠,٧٥
فقدان السيطرة	٠,٧٤	٠,٧٤
الدرجة الاكبر	٠,٨٥	٠,٨٥

تصحيح مقياس الادمان عن الالعاب الالكترونية

المقياس مكون من (٣٦) فقرة بثلاثة بدائل وتتراوح الدرجات كالبدائل (١،٢،٣) ولذلك اعلى درجة على المقياس هي (١٠٨) واقل درجة (٣٦) بوسط فرص قدره (٧٢).

ثانياً: مقياس الصحة النفسية The Scale Of The Mental Health

استخدمت الباحثة مقياس الصحة النفسية المعدل (Rscl-90) المترجم والمقنن من قبل الدكتور (عبدالعزيز موسى محمد ثابت- رئيس شعبة الطب النفسي باتحاد الاطباء النفسيين العرب) وهو مكون من (٤٥) فقرة بخمسة بدائل وتتراوح درجات البدائل من (١،٢،٣،٤،٥) ولغرض تطبيقه على عينة البحث قامت الباحثة بالإجراءات التالية :

١. حساب صدق مقياس الصحة النفسية : Validity

تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في التربية وعلم النفس واجمع الخبراء على صلاحية المقياس لتطبيقه على عينة البحث.

٢. ثبات المقياس : Reliability

تم تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغة (٣٠) طالب وطالبة وتم تطبيق المقياس ثم اعادة تطبيقه بعد مرور (١٥) يوماً وحسب معامل الارتباط بين مرتين التطبيق ووجد ان معامل ارتباط بيرسون يساوي (٠,٧٨) وتم حساب الاختبار التائي الخامس بمعامل الارتباط ووجد ان قيمة t المحسوبة تساوي (٣,٦) وهي اكبر من الجدولية البالغة (٢,٢١) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٢٨) .

تطبيق المقياسين

بعد الانتهاء من اجراءات الصدق والثبات للمقياسين تم تطبيق المقياسين معاً على عينة البحث الاساسية البالغة (١٥٠) طالب وطالبة بتاريخ ٢٠٢٥/٣/٢ .

الوسائل الاحصائية المستخدمة

١. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين.
٢. معامل ارتباط بيرسون.
٣. الاختبار التائي لعينة واحدة.
٤. الاختبار التائي الخامس بمعامل الارتباط.
٥. الانحدار البسيط.

عرض النتائج ومناقشتها

سيتم عرض النتائج وفقاً للأهداف:

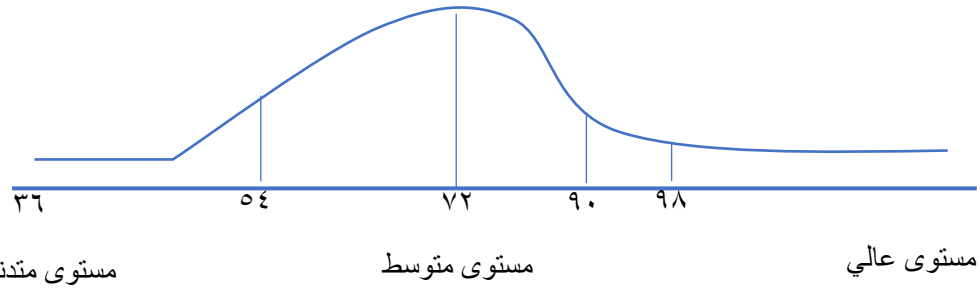
١. نتائج الهدف الاول والذي ينص على **" قياس مستوى الادمان على الالعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة المتوسطة "** .

بعد تطبيق المقياس على عينة البحث الاساسية تم حساب الوسط الحسابي ووحداته يساوي (٩٨) بانحراف معياري قدره (١٠,٤) وتمت مقارنته بالوسط الحسابي الفرق البالغ (٧٢) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وجد ان قيمة (t) تساوي (٢١,١٣١) وهي اكبر من الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (١٤٩) كما في جدول (٥)

جدول (٥) يوضح الفرق بين الوسط المحقق والوسط الفرق

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة t
العينة بأكملها	١٥٠	٩٨	١٠,٤	٧٢	٢١,١٣١

وهذا يعني ان افراد العينة كان وسطهم الحسابي دال احصائياً اي انهم من الذين ادمنوا على الالعاب الالكترونية وقد كان مستواهم اعلى من الوسط الفرضي وهم بمستوى عال



مخطط (١) يوضح مستويات الدرجات على المقياس وموقع افراد العينة

نتائج الهدف الثاني:

نتائج الهدف الثاني والذي ينص على **" التعرف على الفروق في مستوى الادمان عن الالعاب الالكترونية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- اناث) "** .

وجد ان الوسط الحسابي للاناث كان (٨٢) اي كانوا بمستوى متوسط وبانحراف معياري قدره (٨,٤) بينما الذكور كان وسطهم الحسابي (١١٤) بانحراف معياري (٤,٦) وعند حساب القيمة التائية لعينتين مستقلتين وجد ان القيمة التائية المسحوبة تساوي (١١,٧٥٦) وهي اعلى من الجدولية الباغة (١,٩٦) عند درجات حرية (١٤٨) ولمستوى دلالية (٠,٠٥) كما في جدول (٦) لذا فالفروق دال احصائياً لصالح الذكور.

جدول (٦) يوضح الفروق بين الذكور والاناث

الفئة	الوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية
الذكور	١١٤	٨٠	٤,٦	١١,٧٥٦	١,٩٦
الاناث	٨٢	٧٠	٨,٤		

من خلال الجدول (٦) يتضح ان الذكور اكثر ادماناً من الاناث على الالعاب الالكترونية وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (حسن ٢٠١٣) اذ توصلت الدراسة نسبة ممارسة الذكور للألعاب الالكترونية اعلى من الاناث .

نتائج الهدف الثالث

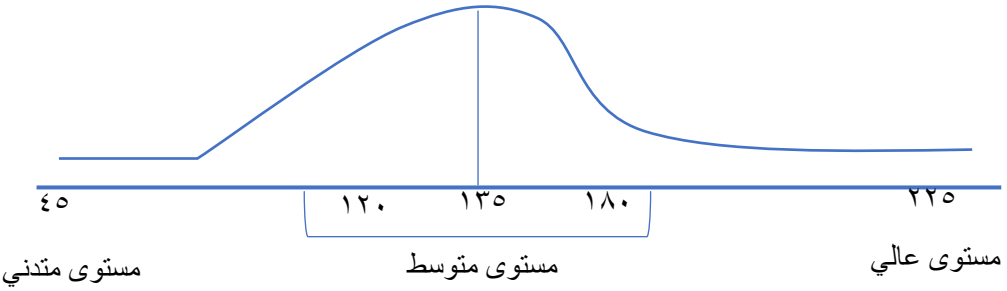
نتائج الهدف الثالث والذي ينص على **" قياس مستوى الصحة النفسية لدى طلبة المرحلة المتوسطة "**

بعد تطبيق مقياس الصحة النفسية وتصحيح الاجابات وجد ان الوسط الحسابي لأفراد العينة يساوي (١٢٠) بانحراف معياري قدره (١٢,٨) وعند مقارنتها بالوسط الفرضي البالغ (١٣٥) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (٢٨,٦٨) وهي اكبر من الجدولية البالغة (٦,٩٦) كما في جدول (٧) .

جدول (٧) يوضح الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

القيمة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة t المحسوبة
العينة باكملها	١٥٠	١٢٠	١٢,٨	١٣٥	٢٨,٦٨

يظهر من خلال الجدول ان الفروق دالة لصالح الوسط الفرضي وان افراد العينة وقعوا ضمن المستوى المتوسط ودون الوسط الفرضي



مخطط (٢) يوضح مستويات الدرجات على مقياس الصحة النفسية

نتائج الهدف الرابع

نتائج الهدف الرابع والذي ينص على **" التعرف على الفروق في الصحة النفسية وفقاً لمتغير الجنس " .**

وجد ان الوسط الحسابي للإناث يساوي (١٣٠) بانحراف (١٠,٢) بينما الوسط الحسابي للذكور (١١٠) بانحراف (٧,٤) وعند حساب القيمة التائية لعنتين مستقلتين وجد ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (١٣,٨٤) وهي اكبر من الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (١٤٨) كما في جدول (٨)

جدول (٨) الفروق بين الجنسين في الصحة النفسية

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية
اناث	٧٠	١٣٠	١٠,٢	١٣,٨٤	١,٩٦
ذكور	٨٠	١١٠	٧,٤		

يظهر من خلال الجدول يتمتع الاناث بالصحة النفسية اعلى من الذكور مع ان الاثنين وقعوا ضمن المستوى المتوسط . وتعزو الباحثة النتيجة على ان الاناث طبيعتها الهدوء وحب القصص المؤثرة والدرامية والمسلسلات والاهتمام بمظهرها وشكلها وتقضي معظم اوقاتها في الاعمال المنزلية تبتعد على كل ما هو عنيف وحركي فالأنثى هي الام والاخت والبنت التي تتسم بالحنان والرقة والهدوء وهذا ما يجعل مستوى الصحة النفسية لديها مرتفع عكس الذكر .

نتائج الهدف الخامس

نتائج الهدف الخامس والتي تنص على " تأثير ادمان الالعاب الالكترونية على الصحة النفسية " لقياس التأثير متغير بمتغير آخر يتم استخدام الانحدار البسيط وهو احد الاساليب للتحليل الاحصائي ويتكون من متغيرين وفقاً للمعادلة :

$$y = a + bx + €$$

X: المتغير المستقل وهذا يمثل الادمان

Y: يمثل التابع وهنا يمثل الصحة النفسية

a: الثابت (المقطع من المحور y)

b: معامل الانحدار (الميل، مقدار التغير)

€: الخطأ الشائع

ويوضح جدول (٩) ذلك.

جدول (٩) تحليل الانحدار البسيط لتفسير تأثير الإدمان على الصحة النفسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	الجدولية
الانحدار	٢١٤,١٤٢	١	٢١٤,١٤٢	١,٧٤	١,٦٤
المتبقي	١٨٢٣١,٣٩	١٤٨	١٢٣,١٨		
الكلي	١٨٤٤٥,٥٣٣	١٤٩			

وجد أن تحليل الانحدار دال إحصائياً لذا فهناك تأثير دال إحصائياً للإدمان على الصحة النفسية وهذا ما اكدتهُ الدراسات السابقة. منها دراسة (عبدالله ٢٠١٦) (حميداني ٢٠١٦) (عيشاوي ٢٠٢١) والتي توكد على تأثير ادمان الألعاب الالكترونية على الصحة النفسية .

جدول (١٠) معامل الانحدار

معامل R	معامل التحديد	درجات معامل الارتباط	الخطأ المعياري
٠,١٠٨	٠,٠١٢	٠,٠٠٨	٥,٤٩

ويوضح جدول (١١) مدى اسهام الادمان في الصحة النفسية

المتغير التابع	المستقل	معامل B بيتا	معامل انحدار بيتا	قيمة t	الجدولية
الصحة النفسية	الحد الثابت الادمان	٦٥,٤٥	٠,٠٥٦	٥٥,٠٩	١,٩٦

يظهر من خلال الجدول مدى تأثير الادمان على الالعاب الالكترونية على الصحة النفسية كما تعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان ممارسة الالعاب الالكترونية بصفة واسعة ومكثفة مما يستلزم اخذ الوقت من الحياة اليومية لطلبة المرحلة المتوسطة مما يكسبه الكثير من السلوكيات السلبية منها الكسل العدوان عدم الادراك وعدم التركيز والاكتئاب والانطواء والسمنة وغيرها والتي تؤثر على صحته النفسية .

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات Conclusions

- تعد الالعاب الالكترونية والصحة النفسية من المواضيع ذات اهمية كبيرة حين تعلقها بطلبة المرحلة المتوسطة لان هذا التأثير يمس الصحة النفسية والتي تشكل مصدر قلق لهذه المرحلة من حياة الافراد والتي تتميز بالهشاشة .
- التعامل مع الالعاب الالكترونية كسلاح ذي حدين قد يضر طالب المتوسطة ولكن قد ينفعهم اذا تدخل خبراء في الصحة النفسية في تصميم هذه الالعاب .
- دور الحكومات والمنظمات الدولية العالمية في وضع مقاييس ومعايير صحية للألعاب الالكترونية . على ان تقوم بحظر الالعاب التي لا تخضع لهذه المعايير في اطار حماية المراهقين من الادمان على الالعاب الالكترونية .

التوصيات: Recommendations

- عقد ندوات لطلاب المرحلة المتوسطة توعوية وتوجيهية بكيفية استخدام الالعاب الالكترونية بطريقة ايجابية وتوعيتهم بأضرارها السلبية والتي تؤثر على صحتهم النفسية.

- توعية اولياء امور الطلبة والمعلمين بضرورة مراقبة وملاحظة سلوك الطلبة في حال ملاحظة اي تغيير في سلوكهم .
- استغلال اوقات الطلبة بأنشطة مكثفة مفيدة تحد من استخدام الالعاب الالكترونية وتزيد من التفاعل الاجتماعي والاندماج مع الاخرين ، منها النشطة الرياضية والانشطة العلمية والانشطة الثقافية .

المقترحات Suggestions

- ❖ اجراء دراسة مماثلة على عينات اخرى مثل طلبة المرحلة الابتدائية ، المرحلة الاعدادية، المرحلة الجامعية .
- ❖ اجراء دراسة اثر ادمان الالعاب الالكترونية على متغيرات اخرى .

المصادر:

1. Aishawi: Maryam (2021) **"Electronic games and their relationship with mental health among secondary school adolescents"**, Master's thesis, University of Algiers.
2. Aldahiri: Salih (2010) **"Principles of mental health"**, Second edition, Dar Wael for publishing, Amman, Jordan.
3. Alkaabi: Haidar (2017) **"Electronic games and their intellectual and cultural impact"**, Islamic Center for Strategic Studies, Cultural Professionalism Series, Issue 3, Najaf Ashraf.
4. Allam: Salahuldeen (2009) **" Educational and psychological measurement and evaluation: its fundamentals, applications, and contemporary approaches"**, Third Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
5. Allen.S. Weiss (2010): **"How video games are changing our live Retrieved"** on 5/4/2012 http://www.naplesnews.com/news/2010/dec/06/health-advice-by-dr
6. Almasmoodi: Mustafa (2001) **"Information Revolution - A Day When All Senses Interact Remotely"**, The Arab Journal of Human Sciences published by the Scientific Publishing Council Volume 19, Kuwait University.
7. Al-Muhannadi: Khalid Hamad (2013) **"Drugs and their psychological, social, and economic effects in the Gulf Cooperation Council countries"**, Doha, Qatar.
8. Al-Qusi: Abdul-Aziz (2015) **"Principles of Mental Health"**, Al-Nahda Al-Arabia Library, Fifth Edition, Cairo.
9. Alsawalha: Ali Suleiman and others (2016) **"The relationship of violent electronic games to aggressive behavior and social behavior among kindergarten children"**, Journal of Al-Quds Open University for Educational and Psychological Research and Studies, Volume 180, Issue 16.
10. Alsayid Khalaf and others (2021) **"The practice of electronic games and their relationship with academic achievement motivation among a**

sample of high school students". Journal of Young Researchers, Issue 11, Faculty of Education, Sohag University, Egypt.

11. Alshahrory: Maha (2008) **"Electronic games in the era of globalization, their benefits and drawbacks"** Dar almasira, Oman.

12. Alsheikh: Nassira (2004) **"Mental health and its relation to job performance"**

13. Bartima: Samiha (2017**) "Electronic games and school violence"**, A thesis for obtaining a Master's degree in Educational Psychology, majoring in Sociology of Education at Mohamed Khider University in Biskra.

14. Bashin: (Hamza 2021) **"The migration of children and adolescents to the virtual world and the contribution of the flow experience to addiction to electronic games"** University of Algeria, Journal of Psychological and Educational Studies, Volume 37, Issue (1).

15. Fatima al-Zahra: Tinio (2021**) "Electronic games and their impact on the mental health of adolescents"**, Algerian Journal of Human and Social Sciences, Issue 1, Volume 5, University of Constantine, Algeria.

16. Hamida: Mohammed (2020) "The Electronic Games", published at 29th of Dec. 2012, retrieved on the 7th of August 2020 from https://www.alukah.net/culture/0/47136/

17. Heron, D. shapira, N., (2003**). "Time to log off: New diagnostic criteria for internet addiction"** .Curent psychiatry online, 2 (4)

18. Hiba Bahieldeen Rabee (2003) **"Addiction to the International Information and Communication Network (Internet) in light of some variables"**, Journal of Psychological Studies, Issue 4, Volume 0443.2009.02828.x-https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1360

19. Hussein: Taha (2010) **"Mental health and its issues in children"** Dar aljamiaa for publishing, Amman, Jordan.

20. Kanjanopas, N. (2007**). "Game Addiction, Unpublished master's thesis, Mahidol University"**.

21. Manuela Ferrari:(2020**)." Digital game Interventions for Youth Mental Health Services (gaming My Way to recovery)**" : protocol for a Scoping Review . JMIR RESEARCH PROTOCOLS .

22. Ministry of Education (1990) **"Educational objectives in the Iraqi region"**, Second edition, Directorate of the Ministry of Education Printing House, Baghdad.

23. Nassir: Mohammed (2022) **"Addiction to electronic games among middle school students: A field study in the General Directorate of Education in Baghdad - Al-Rusafa III"**, Issue 141, Volume 1, Journal of Arts, University of Baghdad.

24. Radhwan: Samir (2009) **"Mental Health"**, Second edition, Dar almasira for publishing, Amman, Jordan.

25. Salami: khidhr (2015) **"Electronic games and their relationship with violence among male adolescents"**, A master's thesis, College of Social and Human Sciences, University of Bouira, Algeria.

26. Shakir: Niveen Hassan (2023) **"Building a scale for electronic game addiction among adolescents from the second stage of basic education in Cairo Governorate"** , Number 47, Volume 1, Journal of the Faculty of Education, Ain Shams University, Egypt.

27. Zahran: Hamid Abdulsalam (1997) **"Mental health and psychotherapy"**, world book library, third edition, Cairo.