مشكلة الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية لدى طلبة مدارس مديرية تربية كركوك من وجهة نظر مدرسيهم

The Problem of Addiction to Social Media and Electronic Games Among Students in Kirkuk Education Directorate Schools from the Point of View of Their Teachers

ا.م.د. شلير علي خورشيد

Asst.Prof.Dr. Shler Ali Khorsheed

الكلية التربوية المفتوحةامركز كركوك

E-mail: shler-ali@uokirkuk.edu.iq

ORCID: https://orcid.org/0000-0003-2378-8200

الكلمات المفتاحية: وسائل التواصل الاجتماعي , الادمان على الالعاب الالكترونية

Keywords: social media, video game addiction

الملخص

تهدف هذه الدراسة للتعرف عن أسباب الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وطلبة المرحلة الثانوية في مدارس كركوك من وجهة نظر مدرسيهم . وقد استخدمت الباحثة طريقة المنهج الوصفي لملائمته لهذا النوع من الدراسة و تكونت مجتمع البحث من معلمي ومدرسي المرحلة الابتدائية والثانوية لمركز مدينة كركوك و تم اختيار عينات عشوائية عدد إفرادها (٢٤٠) وكانت نسبته ٦.٨٨٪ من المجتمع الأصلي و تشكل (العينة واعداد الاستبيان الاستطلاعي وعينة التطبيق النهائي). وتمت اعداد الاستبيان الاستطلاعي وعينة التطبيق النهائي لمعرفة اسباب الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية لدى الطلبة وتكونت من (٢٥) فقرة بعد ان تم استكمال الخصائص السايكومترية لها من صدق وثبات حيث تم استخرج الصدق الظاهري لها واستخراج الثبات باستخدام اعادة الاختبار حيث بلغ معامل الثبات ٧٩٪ .وقد أشارت نتائج البحث التي يسببها الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي و الالعاب الالكترونية المتعة الكبيرة التي يوفرها الادمان على الالعاب والانترنت وظهور بعض السلوكيات الغير طبيعية وظاهرة التنمر في المدرسة وعزوف الطلاب عن الدراسة في كلا المرحلتين . كما ان ضعف رقابة الاسرة والمدرسة والتسامح الذي يقدمه المجتمع في تبرير السلوكيات الخاطئة لدى استخدامهم لهذه الاجهزة وتمضية معظم اوقاتهم بالألعاب الالكترونية هي من اكبر الأسباب التي تدفع بالطلبة الى الوصول الى حد الادمان.

Abstract

This study aims to identify the causes of addiction to social media and electronic games among primary and secondary school students in Kirkuk schools from the perspective of their teachers. The researcher used the descriptive approach because it is suitable for this type of study. The research community consisted of primary and secondary school teachers in the center of Kirkuk city. A random sample of (240) individuals was selected, representing 6.88% of the original community. This sample, the preparation of the survey questionnaire, and the final application sample were formed. The survey questionnaire and the final application sample were prepared to identify the reasons for addiction to social media and electronic games among students. It consisted of (25) paragraphs after completing its psychometric properties of validity and reliability. Its apparent validity was extracted and reliability was extracted using retesting, where the reliability coefficient reached 79%. The research results indicated that addiction to social media and electronic games causes the great pleasure provided by addiction to games and the Internet, the emergence of some abnormal behaviors, the phenomenon of bullying in school, and students' reluctance to study at both levels. Also, the weak supervision of the family and school and the tolerance provided by society in justifying wrong behaviors when using these devices and spending most of their time on electronic games are among the biggest reasons that push students to reach the point of addiction .

المقدمة :

لا يختلف معنا أكثر الناس في وجود سـلبيات لممارسـة الأطفال والمراهقين للألعاب الإلكترونية، ووسـائل التواصـل الاجتماعي ولكن أولياء الأمور يعجِزون عن منع الأبناء من ممارستها، وقد يسمعون من الخبراء من يقول: إن كثيرًا من طلاب المدارس يعانون من الأمراض النفسـية بسـبب هذه الألعاب، أو يطَّلع بعضـهم على الدراسـات التي تؤكد على تدني درجات الطالب بسبب انصرافه عن الدراسة وإقباله الشديد على وسائل التواصل و ممارسة هذه الألعاب، وقد يصـل بعض الطلاب إلى حالة الإدمان نتيجة ممارسـته لهذه الألعاب (Younis, Idris, Sultan .(2015,p.210-197 والطامة الكبرى أن الوالدين لا يعرفان أن ابنهما أصـبح مدمنًا على ممارسـة هذه الألعاب. لعل هذه الدراسـة تكشـف بعض الأمور الخافية عن أولياء الأمور، مثل اسـتيراد بعض الدول الألعاب من الدول التي لا تراعي المواصـفات الدولية في هذه الألعاب، فظهر ما يُعرَف بـ: "الألعاب المغشوشة"، إلى جانب مكافأة اللاعب على العنف والقتل، فيميل الطفل إلى كراهية من يسيء إليه، حتى والديه. (Al Mansour, Mohammed, 2012) تحاول الباحثة في هذه الدراسة تقديم آلية حماية الأطفال والمراهقين الذين يمثلون طلاب المدارس من مخاطر الألعاب الإلكترونية ووسائل التواصل الاجتماعي من وجهة نظر مدرسيهم ؛ حيث إن الباحثة لم تجد إلا نادرًا مثل هذه الآلية - عمليًّا - للحد من مخاطر هذه الألعاب على الأطفال والمراهقين والشباب. لكن لا بد من تضافر الجهود من الجميع لنجاح الآلية في حماية طلاب المدارس من مخاطر هذه الأجهزة و الألعاب. الا ان هناك ايجابيات لهذه الاجهزة لكن ضمن الوقت المحدود.(باسم, واخرون, ٢٠١٧).

مصطلحات الدراسة:

١- وسائل التواصل الاجتماعي:

تعرف مواقع التواصـل الاجتماعي على أنها وسـائل تواصـل والتي من خلالها ينشـئ المسـتخدم حسـاب يمكنه من التواصـل عبر شـبكة الإنترنت مع غيره من الأشـخاص إلكترونيا؛ لمشـاركة المعلومات والأفكار والآراء والرسـائل وغيرها من المحتوى المكتوب والمرئي والصـوتي والملفات. ومن أمثلة هذه المنصـات Facebook و Twitter و Snapchat و Instagram و WhatsApp وYouTube، ومنها كذلك ما يكون له جانب مهني مثل LinkedIn، وقد تدخل من ضـمنها المدونات مثل WordPress و Blogger. وللاستفادة من هذه المنصـات بالشكل الأمثل، وخصـوصـا في الجانب المهني، يجب إدراك مزايا تلك المنصـات وتجنب سـلبياتها.(بن عمر، واخرون,٢٠١٦)

٢-الادمان على لألعاب الإلكترونية:

هو إدمان الطفل او المراهقين على مجموعة من الألعاب المتوفرة على هيئة رقمية سواء كانت ألعاب فيديو أو ألعاب الهواتف، أو ألعاب الكومبيوتر، أو ألعاب الأنترنت واستخدامها بشكل مفرط، وهذا ما يقيسه الاستبيان المطبق في هذه الدراسة .(منصور, طلعت , ١٩٨٤)

اهمية الدراسة:

يؤثر التقدم التكنولوجي بشكل كبير على جوانب كثيرة من حياتنا. وكلما ازداد هذا التقدم كلما أثر في تغيير نمط حياة الأشخاص. ومع الاعتماد المتزايد على الإنترنت، أصبح استخدام منصات التواصل الاجتماعي جزءا أساسيا للتواصل اليومي واستقبال المعلومات لكثير من الأشخاص في العالم. فهناك من يستخدم مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة للترفيه وتقضية الوقت، وربما لإضاعة الوقت، وآخرون أدركوا مدى قوة وسائل التواصل الاجتماعي، فاستخدموها بشكلها الفعال. .(العبيدي, واخرون ,٢٠١٧)

تسهم هذه الدراسة في إطلاع التربويين وأولياء الأمور والطلاب على أهم الآثار السلوكية والصحية والاجتماعية المترتبة على ممارسة التلاميذ والطلاب لمواقع التواصل الاجتماعي والألعاب الإلكترونية.(البطش ، واخرون ، ٢٠٠٧)

الا ان مرحلة المراهقة والتي تتزامن مع المرحلة الثانوية تكون هي الاكثر بروزا حيث يلجأ الطالب الى الادمان على استخدام مواقع التواصل الاجتماعي او الالعاب الالكترونية او السلوكيات المحضورة ويعتبر ذلك العدو الأول للطالب، كما أنه يشكل معضلة للمدرسين والأهل والمجتمع، لأنه يعطل التحصيل العلمي .وبالتالي يؤثر في عملية التطور المعرفي والاجتماعي ومن هنا انبثقت أهمية البحث في التعرف على أسباب الادمان عند التلاميذوطلاب المرحلة الثانوية من خلال مدرسيهم لوضع معالجات واقعية تتناسب مع واقعهم الاجتماعي والتربوي والعلمي .(زاهر رامي , ٢٠٠٣)

الهدف من الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى: التعرف على اسباب الادمان لدى التلاميذ وطلاب المرحلة الثانوية على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الاكترونية من وجهة نظر معلميهم ومدرسيهم.

مشكلة الدراسة:

أصبحت ظاهرة الادمان على وسائل التواصل الاجتماعية و الألعاب الالكترونية ظاهرة عالمية تنتشر بين فئة الأطفال والمراهقين بشكل مستمر سواء في المنازل أو في مقاهي الأنترنت، حيث أن نسبة كبيرة من الألعاب الإلكترونية تعتمد على التسلية والاستمتاع بقتل الآخرين وتدمير

أملاكهم والاعتداء عليهم بدون وجه حق، وتعلم الأطفال والمراهقين أســـاليب ارتكاب الجريمة وفنونها وحيلها وتنمي في عقولهم قدرات التنمر والعدوان ونتيجتها الجريمة، وهذه القدرات مكتسبة من خلال الاعتياد على ممارسة تلك الألعاب، إذ أن هذه الألعاب قد تكون أكثر ضر ا ر من أفلام العنف التلفزيونية لأنها تتصـــف بصـــفة التفاعلية بينها وبين الطفل او المراهق وتتطلب منه أن يتقمص الشـخصـية العدوانية ليلعبها ويمارسـها، لذا الكثير من علماء علم النفس يلقون اللوم على الألعاب الإلكترونية على أنها من بين أحد الأسـباب التي تؤدي إلى ظهور بعض الاضـطرابات السلوكية عند الأطفال كمشكلة التنمر في الوسط المدرسي.(سبتي, عباس , 2013 ص. ٤-٥) مشكلة التنمر في الوسط المدرسي من المشكلات السلوكية الخطيرة التي تهدد أمن واستقرار المحيط المدرســي، والتي قد تنتج عن إدمان الأطفال للألعاب الالكترونية العنيفة فعلى الصــعيد الغربي لقيت هذه المشـــكلة اهتماما كبيرا من طرف الباحثين وعلماء النفس من (Al ,2007 Awad, Yahya) درسـوا أسـبابها ونسـب انتشـارها بين تلاميذ مختلف المراحل التعليمية، كما قاموا ببيان خطورتها بكافة الوسائل عن طريق الإعلام ومواقع الأنترنت، والقيام بحملات تحسيسية من قبل جمعيات خاصة بمحاربة التنمر في الوسط المدرسي، بينما في البيئة العربية لا يوجد نسب أو احصـاءات تبين حجم المشكلة نفس الشـيء بالنسـبة للبيئة المحلية .من خلال المشكلة القائمة .(خوج، حنان أسعد, 2012 ,ص. 218- 187)

حدود الدراسة:

اقتصـرت الدراسـة على معلمي ومدرسـي المرحلة الابتدائية والثانوية في مدارس مدينة كركوك للعام الدراسي (٢٠٢٣).

ما هي أنواع إدمان الانترنت والتكنولوجيا؟

١-الألعاب الإلكترونية

يلجأ العديد من الأشـــخاص إلى التركيز على أحدث إصـــدارات الألعاب الالكترونية، وقضاء العديد من الساعات المتواصلة دون الشعور بالوقت وخاصة عند شريحة المراهقين.

٢-المواقع الإباحية

تعتبر اكثر الانواع انتشـار في الادمان الالكتروني، وهي تصـفح مواقع الصـور الإباحية، وغرف الدردشـــة الجنســـية بين الشـــباب والفتيات، و الجلوس لســـاعات أمام كاميرات الهواتف للوصول إلى النشوة الجنسية.

٣-وسائل التواصل الاجتماعي

يعد هذا النوع من الإدمان الإلكتروني اكثر انتشاراً، بعد تعدد وسائل التواصل الاجتماعي من "فيس بوك وتويتر وانستجرام"، والتي يقضي عليها الأشخاص العديد من الساعات لمتابعة كل ماهو جديد، ومشاركة لحظاته أول بأول، وعدم الاهتمام بأي أمور حياتية.

٤-الرسائل النصية

تتمثل في الرغبة الملحة في التواصل مع الآخرين عبر الرسائل النصية، وإرسال الرسائل وتبادلها مع الآخرين.

٦-البيع والشراء عبر الانترنت

هوس الشراء والبيع عبر الانترنت الذي يصيب البعض، حيث يفضل بعض الأشخاص يومياً لساعات تصفح مواقع البيع الأونلاين، وعدم الرغبة في شرائها من المتجر.

ماهي أسباب الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي؟

١-توفير السرية والخصوصية التامة لمن يبحثون عن السرية، وتفريع الرغبات المكبوتة

٢-الفراغ والملل الذي يدفع الأشـــخاص في البحث عن ملاذ يلجأون إليه للتخلص من أوقات الفراغ

٣-توجه البعض ممن يعانون بعض الاضــطرابات النفســية مثل القلق والاكتئاب، وافتقارها إلى الدعم العاطفي، واللجوء إلى الإنترنت لسد هذه الحاجة

٤-الهروب من الواقع إلى عالم التكنولوجيا والانترنت أو ما يســمى بالعالم الافتراضــي، ممن يعانون من اليأس أو الملل والانزعاج

٥-الخروج من علاقة عاطفية والتعرض للصــدمات النفســية التي تجعل الشــخص بحاجة إلى الخروج من الحالة النفسية السيئة

٦-الأشخاص الذين يعانون من العزلة الاجتماعية والشعور بالخجل في التواصل مع الآخرين، هم أكثر عرضة للإصابة بالهوس الإلكتروني

٧-انتشار الالعاب الإلكترونية الحديثة، وقضاء البعض العديد من الساعات المتواصلة على الإنترنت.

أسباب إدمان التلاميذ على الألعاب الإلكترونية

العديد من التلاميذ يجدون الملاذ الآمن في التمســك بالهواتف، وقضــاء العديد من الســاعات على الألعاب الالكترونية والتي تصــل إلى الإدمان، ولا يعرف الكثير أســباب اتجاه التلاميذ إلى إدمان الألعاب الإلكترونية، والتي تشمل:-

١-إهمال الأب والأم وعدم الاهتمام بواجباتهم والتمارين وممارسة بعض الرياضات

٢-تواصـل التلاميذ مع الأصـدقاء والحديث عن التكنولوجيا والألعاب الحديثة مما يولد الشـغف لدى التلميذ

٣-الانفتاح الذي شـهده العالم من تطور تكنولوجي، وانتشـار التكنولوجيا الرقمية في كل منزل، جعلت التلاميذ يلجأون إلى استخدامها بشكل متكرر

٤- المشـاكل الأسـرية التي تجعل الطفل يهرب منها بالتصـفح على الانترنت، دون تحقيق أي أهداف.

من إيجابيات منصات التواصل الاجتماعي:

١-إتاحة فرص للشـباب في التعبير عن أفكارهم: أصـبح العالم في ظل مواقع التواصـل الاجتماعي والمدونات متصـل بدرجة كبيرة حيث يسـهل على أي شـخص التعبير عن أفكاره وجمع المهتمين لها من كل أنحاء العالم.

٢-الحصـول على الدعم والمشـاركة :تشـير بعض الأبحاث إلى أن مجرد مشـاركة الشـخص لمشـاكله والتعبير عنها والحصـول على دعم الآخرين أو سـماع خبراتهم حول نفس المشـكلة وكيفية حلها يسهل على الشخص تخطي التجربة بشكل أفضل.

٣-الحصـول على فرص عمل والتسـويق لأنفسـهم :حسـب آخر إحصـائية يوجد إعلان عن ٦.٥ مليون فرصـة عمل متاحة على موقع google وهو مثال لمنصـة تواصـل اجتماعي مهنية تهدف إلى ربط الباحثين عن عمل وأصـحاب العمل، وأصـبحت الشـركات تسـتخدمه كأداة لاسـتقطاب الموظفين في كل أنحاء العالم، بالإضـافة إلى ظهور ما يسـمى بمهارات تسـويق والتي يسـتخدم فيها مواقع التواصـل الاجتماعي والمدونات لإبراز مهارات الشـخص وتوثيق إنجازاته في العمل.

٤-فتح آفاق جديدة وكبيرة للأفكار الرائدة :تعتبر مواقع التواصـل الاجتماعي إحدى أهم وسـائل التسـويق التي تسـتخدمها الشـركات الكبرى والشـباب وأصـحاب الأفكار الجديدة لتسـويق منتجاتهم وخدماتهم، وهما ما يسمى بالتسويق الإلكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

٥-خلق فرص عمل وظهور مسارات مهنية جديدة :أصبح هناك فرص للعمل الكامل أو الجزئي، والتي يسـتطيع القيام بها العديد من الشـباب، مثل: كاتب المحتوى التسـويقي، أخصـائي التسويق منصات التواصل الاجتماعي، مصمم جرافيك متخصص لتصميم إعلانات المنتجات على منصات التواصل الاجتماعي.

٦-الاتصـال الدائم بالعالم :في الماضـي لم يكن لدينا الفرصـة للبقاء على اتصـال دائم مع الأصدقاء والعائلة في حالة وجود كل منهم في دولة أو مدينة أخرى، ولكن الآن أصبح الأمر

سهل للتواصل مع أي شخص في أي مكان. وهذا يفتح فضاءات كثيرة للعمل ولأخذ المعلومات من كل مكان.

مخاطر الاستخدام الخاطئ لوسائل التواصل الاجتماعي والألعاب الإلكترونية:

١-إجهاد العين الرقمي:

أن استعمال الهواتف الذكية 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. Lizette) Borreli, 2013) موضحًا أن هذه المشكلات أصبحت بازدياد في عيادات العيون، بسبب تقدُّم التكنولوجيا، وتطوُّر الأجهزة الذكية باستمرار فان قمنا بإحصائية للطلبة نلاحظ ان اكثرهم مصابين بضعف البصر والسبب يعود الى كثرة استخدامهم للهواتف من خلال الالعاب وخاصة لعبة البوب جي.

٢-السمنة:

ان مقدار الوقت الذي يقضيه الطالب على شاشة هاتفه الذكي يؤثر في وزنه دون أن يدري، إذ وجدت دراسة جديدة أن المراهقين الذين استخدموا هواتفهم الذكية أكثر من ساعتين يوميًا كانوا أكثر عرضةً لتناول الأطعمة المعالجة صناعيًا بنسبة أكبر من الفواكه والخضراوات، وجدت أيضًا أن المراهقين الذين استخدموا هواتفهم الذكية أكثر من ثلاث ساعات يوميًا كانوا أكثر عرضةً للإصابة بالسمنة. إذ إن الوقت الذي يقضيه المراهقون على شاشات هواتفهم الذكية يحل محل الوقت الذي قد يستغلونه في ممارسة الرياضة أو الأنشطة الجسدية الأخرى. عندما نتناول الطعام دون وعي –وهو ما يحدث عندما نأكل في أثناء استخدامنا للأجهزة الذكية– نميل إلى الإفراط في الأكل بدرجة كبيرة، فنتناول الوجبات الخفيفة دون تفكير، أو نأكل أسرع مما ينبغي، ما لا يتيح وقتًا كافيًا لجهازنا الهضمي لإرسال إشارات الشبع إلى الدماغ، فنواصل الأكل حتى بعد بلوغنا نقطة الشبع.

٣-الإدمان:

حسب إحصائية تم الإشارة إليها في مجلة Business Insider أن كثير من الأفراد، وخاصة المراهقين، يقضون ما بين ١٣ و١٨ سنة حوالي ٩ ساعات يوميا في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. وذلك أكثر من ساعات النوم والطعام والشراب وغيرها من الأنشطة! حتى يصل البعض إلى أنه لا يستطيع قضاء ساعة كاملة بدون تصفح منصات التواصل الاجتماعي. ويؤثر ذلك بشكل كبير وسلبي على جوانب الحياة الأخرى، حيث أنه يتم قضاء الوقت في استخدام الإنترنت على حساب أوقات العائلة والعمل والدراسة بلا شعور. والإدمان على استخدام

هذه المنصـات يؤثر كذلك على تركيزنا بشـكل عام ويسـبب تشـتت (Al Awad, Yahya, 2007).

٤-سلوكيات العنف والتسلط (التنمر):

الاثر الترفيهي يولد ظاهرة العنف لدى الطلبة فقد يقضـي المراهقون ما بين أعمار (٨ – ١٨ سنة) ست ساعات أمام أجهزة اللعب والترفيه، بينما الأطفال حتى السن السادسة يقضون بمعدل سـاعتين او اكثر أمام (التلفاز، الأفلام، الكمبيوتر)، وتشـير الدراسـات إلى أن تزايد العنف لدى طلاب المدارس يعود إلى أسـباب، منها: وجود هذه الأجهزة في غرف نوم الأطفال، وعدم مراقبة أولياء الأمور لأولادهم، وعدم توجيههم وتوزيع وقتهم بين الدراسـة والاسـتذكار واللعب غير الإلكتروني البدني، وبين ممارسة الألعاب الإلكترونية؛ دراسة .(سبتي , عباس,٢٠١٥).

٥-مخاطر وعزوف الطلبة عن الدراسة:

عزوف طلبة المدارس عن الدراسة بسبب تنامي دور أجهزة التكنولوجيا وغياب أو تحجيم دور: الأسرة، المدرسة، المسجد، وسائل الإعلام ، كيف؟ ألغت أجهزة التكنولوجيا حب الدراسة من قلوب الطلاب.(سبتي ,عباس,2013, ص.٤-٥) .

٦-العزلة الاجتماعية : ووهم التواصل الافتراضي

قد يصـل الأمر إلى أن نجد عائلة في بيت واحد تتواصـل من خلال وسـائل التواصـل الاجتماعي، أو أن تجد عوائل يقضـي أفرادها سـاعات في اسـتخدام الهواتف دون أي تواصـل شخصي فعال، ويكتفي الجميع بالتواصل الافتراضي.(بركات ,زياد, ٢٠١٣) وقد تؤدي مثل هذه الممارسات إلى ضعف تطور الشخص اجتماعيا ومهنيا بسبب عدم قدرته على التفاعل الإيجابي والطبيعي مع جوانب الحياة المختلفة.

٧-**مراقبة أحوال الآخرين** والنظر إلى مظاهر الترف :يتعمد البعض في إظهار الجانب الإيجابي والمثالي فقط على وسائل التواصل الاجتماعي؛ مما يسبب الإحباط واليأس للبعض من كثرة تتبع المشاهير والمؤثرين وأخبارهم.

الدراسات السابقة:

دراسة (ضمياء جعفر ,سعاد مسلم, 2012)

هدفت الدراسـة إلى: التعرف على أهم تأثيرات استخدام الإنترنت في التفكك الأسري والاجتماعي من قبل طلبة الجامعات العراقية، وقد استخدمت الباحثتان المنهج المسحي، كما اعتمدت الدراسة الأدوات التالية: (اسـتبانة من إعداد الباحثتان)، وتكونت العينة من (٥٠) طالبا من طلاب الجامعة العراقية. توصلت النتائج إلى:

وجود تأثير سلبي من قبل طلبة الجامعة على العلاقات الأسرية داخل المنزل فقد تراوحت أعلى نسبة لعدم مشاركة أفراد الأسرة بما يتم الاطلاع في الإنترنت (ضعف التواصل الاجتماعي بين أفراد الأسرة)، وعدم قضاء وقت مع الأسرة يوازي وقت تصفح الإنترنت.وهو نفس نتائج دراستنا لطلاب الابتدئي والمرحلة الثانوية

دراسة (أبو عرقوب الخدام , 2012)

هدفت الدراسة إلى: معرفة تأثير الإنترنت على الاتصال الشخصي بالأسرة وبالأصدقاء، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأعتمد الباحثان الأدوات التالية: (استبانة من إعدادهما)، وتكونت العينة من (٣٠٠) طالبة من طالبات كلية عجلون الجامعية .توصلت النتائج الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام الإنترنت من جهة وعدد ساعات استخدامه من جهة أخرى، والاتصال الشخصي بالأسرة وبالآخرين.وهو مقارب لما توصلنا اليه في فقرة ضعف العلاقات الاسرية بين افراد الاسرة الواحدة.

دراسة (سلوى الفاضل , 2013)

هدفت الدراسة إلى: التوصل إلى معرفة الأبعاد الاجتماعية والثقافية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي من قبل الشباب السعودي، ومعرفة أنماط ودوافع استخدامه، والإشاعات التي يحققها استخدام هذه الشبكات للشباب من الجنسين واستخدمت الباحثة المنهج المسحي الاجتماعي واستخدمت الأدوات التالية: (أداة استبيان من إعداد الباحثة إلى جانب الملاحظة البسيطة)، وتكونت العينة من (٣٨٤) طالبا من طلاب وطالبات جامعة الملك سعود .و توصلت النتائج الى أهم دوافع الشباب السعودي لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي تتمثل في: التسلية، والتعارف مع الآخرين وشغل أوقات الفراغ، وتبادل المعلومات والتعرف على ثقافات أخرى مختلفة.وهو مقارب لفقرة الملل والفراغ وضعف المسؤولية التي يعيشها المراهق ويقربه اكثر من الهاتف.

دراسة (أبو خطوة الشربيني ,2014)

هدفت الدراسة إلى: التعرف على انعكاسات شبكة التواصل الاجتماعي على الأمن الفكري لدى طلبة التعليم الجامعي بمملكة البحرين، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي واستخدم الباحثان الأدوات التالية: (استبانة من إعداد الباحثين)، وتكونت العينة من (١٠٤) طالبا من طلاب وطالبات الجامعة الخليجية ,بمملكة البحرين. وتوصلت النتائج الى:

أسباب إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تتضمّن سلوكيات المُدمنين عادةً صعوبة في التحكم بالنفس عند استخدام الشيء المدمَن عليه، والشعور بأعراض عدة نتيجة الانقطاع عن هذا الشيء، ومنها القلق والرغبة الشديدة في العودة إليه، لذلك فإن الشخص المُدمِن على مواقع التواصل الاجتماعي يتّصف بعدم القدرة على التوقف عن تصفّح هذه المواقع طوال اليوم

اجراءات البحث:

وهي الاجراءات المستخدمة في هذه الدراسة بالنسبة الى تحديد مجتمع الدراسة ونوع العينة ، والاداة المستخدم في الدراسة ، والاجراءات الإحصائية للمعلومات المستخدمة في الدراسة واستخدمت المنهج الوصفي باعتبارها الطريقة المناسبة لهذه الدراسة وحسب ما يأتي :

مجتمع البحث وعينته :

هي مجموعة الأفراد التي تعمم نتائج البحث عليها ". (البطش ,أبو زينة , ٢٠٠٧ ,ص ٩٧) و يشمل مجتمع الدراسة هذه معلمي ومدرسي (المرحلة الابتدائية والثانوية والاعدادية) في مدينة كركوك من كلا الجنسين بواقع (١٢٥٢) معلم ومدرس و(٢٢٤٢) معلمة ومدرسة أي أن العدد الكلي (٤٦٨٧) يعملون في(١٩٣) مدرسة وللعام الدراسي (٢٠٢٣) حسب الجدول رقم (١)

الجدول(١)

المدارس واعداد المشاركين من المعلمين والمدرسين من كلا الجنسين في الدراسة الحالية في كركوك

ت	درجة المدرسة	عدد المدارس	الذكور	الإناث	الكلي
١	إعدادية	٣٠	٣٠٨	٢٠٦	٥٤٤
٢	ثانوية	٧٤	٣٥٩	١٤٥٤	١٨٨٧
٣	ابتدائية	٨٩	٥٨٥	٥٨٢	٢٢٥٦
٤	الكلي	١٩٣	١٢٥٢	٢٢٤٢	٤٦٨٧

عينة البحث

عينة البحث هي " جزء ممثل من مجتمع البحث أو الدراسة الكلية ", واختارتها الباحثة بأساليب مختلفة , وتضم عددا من المجتمع الأصلي .وقد تم اختيار عينة البحث بشكل عشوائي و تألفت من (٢٦٠) من المعلمين والمدرسين نصفهم من الذكور ونصفهم من الإناث وتشكل العينة هذه نسبة (٦.٨٨٪) من مجتمع معلمي ومدرسي مدارس تربية كركوك من المجتمع الأصلي حيث تم اختيارهم من مناطق مختلفة من مركز مدينة كركوك وقد شملت هذه العينة عينة (بناء الاستبيان والثبات) للبحث والعينة الاستطلاعية والجدول (٢) يبين المدارس التي تم اختيار العينة منها.

الجدول(٢)عينة البحث من المعلمين والمدرسين موزعين حسب المدارس والجنس

ت	اسم المدرسة	الذكور	الإناث	الكلي
١	ثانوية جلال رضا	١٠		١٠
٢	ثانوية ابو ايوب الانصاري	١٠		١٠
٣	ثانوية الجهاد	١٠	١٠	٢٠
٤	ثانوية الجمهورية		١٠	١٠
٥	ثانوية غرناطة		١٥	١٥

٦	ثانوية دجلة		٢٠	٢٠
٧	متوسطة تسن شهيدلرى	١٠	١٥	٢٥
٨	افنان الابتدائية	١٥		١٥
٩	ابتدائية المجاهدين	١٥		١٥
١٠	ابتدائية فريشتة		١٥	١٥
١١	ابتدائية عقبة بن نافع	١٥	١٠	٢٥
١٢	ابتدائية مهاباد	١٥	٥	٢٠
١٣	ابتدائية المتوكل		٣٠	٢٠
١٤	ابتدائية طارق بن زياد	٣٠		٢٠
	الكلي	١٣٠	١٣٠	٢٤٠

أداة البحث Tool of Research

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي فقد تطلب الأمر القيام بأعداد استبانة اسباب الادمان وبما يتلائم وطبيعة وخصائص عينة البحث وتتوافر فيه شروط المقاييس العلمية من صدق وثبات استخدام استبانة أسباب الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية

لأجل إعداد أي استبانة لابد من التحقق من الخطوات العلمية التي تتناسب وإعدادها وقد حددت بعض المصادر هذه الخطوات بما يلي:

أ- التخطيط.

ب- جمع الفقرات وصياغتها.

ج- تطبيق الاستبانة على عينة ممثلة لمجتمع البحث.

د- التحقق من الخصائص السيكومترية للاستبانة. (Joshi, *et al.*, 2010)

ومن خلال الدراسة على ادبيات الموضوع المتعلقة بالدراسة والالتقاء مع مجموعة المعلمين والمدرسين ومناقشتهم جمعت الباحثة (٢٥) فقرة مثلت الاستبيان بالصيغة الاولية ومن اجل تكملة خطوات الاستبانة التي تتوفر فيها الخصائص السيكومترية اعتمدت على الخطوات التالية:-

-الصدق Validity :

يعد الصدق واحداً من أهم معايير جودة الاختبار ، وذلك بسبب ارتباطه بالهدف المتوقع من أداة القياس لتحقيقه ، فضلا عن مدى اتصاله بنوع وأهمية القرار الذي سيتم اتخاذه تبعا لذلك ، ويعرف صدق الأداة بأنه الحقيقة . (Joshi , *et al.*, 2010) وعلى ضوء ملاحظة الخبراء بقت الفقرات جميعها ، ولم ترفض واخذت بملاحظاتهم.

الجدول (٣) اراء الخبراء في دور فقرات الاستبانة

ت	أرقام الفقرات	الموافقون	المعارضون	نسبة الموافقة	مربع كاي	دلالة الفقرة
١	جميع الفقرات١- ٢٥	١٠	-	١٠٠٪	١٠	دالة

ثبات الاستبانة :

يعني أن الدرجة التي يحصـل عليها فرد معين في اختبار معين هي تعبير صـادق عن قدرته في وقت اداء الاختبار ، فالاختبار الثابت هو ذلك الاختبار الذي يعطي نفس النتائج باستمرار إذ ما تكرر تطبيقه على نفس الأفراد تحت نفس الظروف والشروط .(منصور,١٩٨٤, ص٤٠٧) والحصـول على نفس النتائج ، ولأجل بيان ثبات المقياس فقد اعتمدت الباحثة طريقة اعادة الاختبار لاستخراج الثبات لاستبانة اسباب الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية وقد بلغ معامل الثبات ٧٩٪ حيث طبق على عينة من بلغت ٣٠ معلما ومدرسا وتم تطبيق الاستبانة واعادة التطبيق بعد مرور ١٤ يوما من التطبيق الاول على نفس العينة.

إعداد تعليمات الاستبانة:

لقد حرصـت الباحثة على أن تكون نقاط الاسـتبانة واضـحة ودقيقة حيث طلب من المفحوصين الإجابة عليها بكل صدق لغرض الدراسة وذكرت بانه لا داعي لذكر الاسم، وأن الإجابة لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة وذلك ليطمئن المفحوصين على سرية استجاباتهم, مع التأكيد على انه ليست هناك إجابة أفضل للدراسة الاستطلاعية (العينة وضوح الفقرات والبدائل وحساب الوقت) .

يعد التطبيق الاستطلاعي للاستبانة تمنح فرصة كبيرة للباحثة ملاحظة مدى وضوح الفقرات ودقتها وفهمها ، فضلا عن معرفة الوقت اللازم للإجابة على فقرات الاستبانة. ويوصي المعنيون بشؤون القياس والتقويم التربوي والنفسي بضرورة إجراء دراسة استطلاعية على عينة من الأفراد الذين يماثلون الأفراد الذين سوف تجرى عليهم الدراسة بهدف تجاوز الأخطاء التي قد توجد فيها والتوصل إلى صيغة نهائية واضحة ومفهومة بالنسبة للعينة ، ولتحقيق هذا الهدف فقد طبقت الاسـتبانة على عينة مؤلفة من (١٠) معلما ومدرسـا حيث طُلب منهم الاسـتفسـار أو الاستفهام عما يواجهونه من صعوبات في الإجابة، أو يشعرون ببعض الغموض الذي يتطلب الإيضاح، ذلك من خلال مناقشات أجريت بين الباحثة وأفراد العينة الذين طبقت عليهم الاستبانة لبيان مدى وضوح التعليمات والفقرات ، وقد أكد أفراد العينة جميعهم إن تعليمات وفقرات الاستبانة كانت واضحة ومفهومة.

-الصيغة النهائية لاستبانة اسباب الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية
تم تطبيق الاستبانة النهائية على ٢٠٠ معلم ومدرس من عينة البحث
استخدمت الباحثة وسائل إحصائية

طريقة مربع كاي (c٢) لمعرفة الفروق بين أراء المحكمين الموافقين وغير الموافقين على فقرات الاستبيان. والوسط المرجح لعرض نتائج معامل ارتباط بيرسون لإيجاد معامل الثبات.

النتائج عرضها ومناقشتها

يتضمن هذه الدراسة عرضا للنتائج التي أسفر عنها البحث الحالي ومناقشة النتائج وتفسيرها:-

الهدف: التعرف على أســـباب الادمان على الاجهزة الالكترونية لدى طلبة المرحلة الابتدائية والمرحلة الثانوية لغرض تحقيق هذا الهدف تم اســتخراج الوســط المرجح لدرجات عينه البحث (معلم ومدرس) على فقرات اســـتبانة أســـباب الادمان وتم ترتيب الفقرات وفقا لأهميتها كما موضح في جدول (٤) .

الجدول رقم (٤)

ت	الفقرات	الوسط المرجح
١	المتعة الكبيرة التي يوفرها الادمان على الالعاب والانترنت وظهور بعض السلوكيات الغير طبيعية .	2.98
٢	ظهور ظاهرة التنمر في الوسط المدرسي	2.91
٣	عزوف الطلبة عن الدراسة	2.88
٤	المشاكل الاسرية تقرب الطالب اكثر من وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية	2.83
٥	ضعف التواصل الاجتماعي بين أفراد الأسرة ، وعدم قضاء وقت مع الأسرة يوازي وقت تصفح الإنترنت.	2.79
٦	ضعف رقابة الوالدين للأبناء	2.69
٧	ضعف الوازع الديني لدى العديد من الطلبة	2.69
٨	المجتمع متسامح ويبرر أي سلوك يقوم به المراهق	2.64
٩	الملل والفراغ وضعف المسؤولية التي يعيشها المراهق يقربه من الهاتف .	2.61
١٠	تقليد شخصيات الالعاب الالكترونية	2.59
١١	الرغبة بالهروب من العالم الواقعي والدخول الى عالم الالعاب الالكترونية	2.57
١٢	استخدام الطفل لوسائل التواصل الاجتماعي على أساليب التنشئة الاجتماعية في الاسرة	2.49
١٣	قلة وجود وسائل الراحة والترفيه في المجتمع مما يجعله اللجوء الى الالعاب الالكترونية	2.46
١٤	تقليد الاكبر سنا	2.38
١٥	مواقع التواصل التي تروج النماذج العنيفة من الالعاب الالكترونية	2.36
١٦	ضعف العقاب من قبل الاسرة وادارات المدارس	2.32

١٧	عدم مشاركة الطالب في النشاط اليومي	2.30
١٨	قلة الأنشطة اللاصفية او انعدامها	2.28
١٩	التفكك الاسري	2.26
٢٠	استخدام العنف من قبل الاسرة وادارة المدرسة	2.24
٢١	استخدام طرق تدريسية تقليدية لا تستثير اهتمام الطالب	2.22
٢٢	فشل الاسرة في فهم احتياجات الطلبة لمرحلتهم العمرية	2.19
٢٣	التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي تؤثر في مرحلة المراهقة	1.96
٢٤	مرض احد الوالدين وخاصة الام	1.82
٢٥	الغاء الدروس الترفيهية (الرياضة والفنية) واهمالها ان وجدت	1.76

الرتب والوسط المرجح لا سباب الادمان عند تلاميذ الابتدائية وطلبة المرحلة الثانوية من وجهة نظر مدرسيهم

من ملاحظة النتائج يمكننا إن نميز ان المعلمين والمدرسين اتفقوا على إن الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية تجعل التلميذ او الطالب المراهق الشعور بالمتعة الكبيرة التي يوفرها الادمان على الالعاب والانترنت وظهور بعض السـلوكيات الغير طبيعية . حيث احتلت الفقرة هذه التسلسل الاول وبدرجة حدة ٢,٩٨ في حين احتلت ظهور ظاهرة التنمر في الوسط المدرسي المرتبة الثانية وبدرجة حدة ٢.٩١ وهي لها علاقة كبيرة بالفقرة الاولى اذ ان الظروف الحياتية والاجتماعية مع تطور التكنلوجيا للافراد بشكل عام قد تغيرت وكذلك بالنسبة للتلاميذ والطلبة مما تجعلهم يغيرون مفهوم المتعة حيث يجدون متعة كبيرة في الانزواء والتواصل عبر شاشات معزولة وربما باسماء مستعارة والتحدث واللعب لساعات عديدة او بممارسة سلوكيات غير مقبولة اجتماعيا ودينيا .وقد احتلت فقرة عزوف الطلبة عن التحصي الدراسي الفقرة الثالثة ودرجة حدته ٢.٨٨ ان كثرة السهر وحب المشاهدة للألعاب الالكترونية جعل من الطالب عدم قدرته على استيعاب المادة الدراسية والشعور بالنعاس اثناء الحصة الدراسية.

وقد احتلت فقرة المشاكل الاسرية وتقرب الطالب اكثر من وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية و ضعف التواصل الاجتماعي ببن أفراد الأسرة وعدم قضاء الوقت مع الأسرة يوازي وقت تصفح الإنترنتو ضعف رقابة الوالدين للأبناء احتلت المراتب الاربع المتعاقبة والتي تظهر تأثر التلاميذ والطلبة المراهقين بالحاجة الى الاحساس بالقوة والهروب من المشاكل الاسرية وعدم تفهم عوائلهم لمتطلبات النمو للمرحلة العمرية التي يمرون بها الى اللجوء الى وسائل الادمان على وسائل التواصل والالعاب الالكترونية المختلفة وهذا ما يجعله يشعر بالوحدة والتوجه الدائم الى هذه الوسائل .

ضعف الوازع الديني لدى العديد من الطلبة, المجتمع متسامح ويبرر أي سلوك يقوم به المراهق, الملل والفراغ وضعف المسؤولية التي يعيشها المراهق يقربه من الهاتف .المراتب السابعة والثامنة والتاسعة حيث ان المراهقين يشهدون ضعفا في الوازع الديني الذي ينبذ العنف وعم الاهتمام بما يفعله والاسراف في الامور على مختلف مسمياتها الاجتماعية والنفسية والسلوكية

واهدار الوقت والصحة على امور غير مفيدة وتؤدي الى الشعور التلميذ والطالب بتدني مستوى الصحة مع الاسراف في اكثر اوقاتهم على شبكة الانترنيت وقد توصل المعلمين و المدرسين الى قناعة ان التلاميذ المراهقين يشعرون ان المجتمع يعاملهم بتسامح كبير متمثلا بالاسرة والمدرسة ويبررون سلوكياتهم الخاطئة ضمن السلوكيات الناتجة عن التغيرات التي تطرا نتيجة متابعتهم لمواقع التواصل الاجتماعي والعنف الذي اكتسبوه من العاب العنف التي يجعلهم يتمادون في اخطائهم ويعتبرون ان الادمان على ذلك المواقع هو احد هذه الاخطاء التي يسامحهم المجتمع عليها كما ان الطلبة في هذه المرحلة يعانون من الشعور بالملل والفراغ نتيجة طبيعة الحياة التي يمرون بها وهي فترة المراهقة مما يجعلهم يلجأون الى هذه الوسائل الادمان للتخلص الطاقة الداخلية وتفريغها .

الترتيب العاشر والحادي عشر تقليد شخصيات الالعاب الالكترونية والرغبة بالهروب من العالم الواقعي والدخول الى عالم الالعاب الالكترونية ترتبط هاتان الفقرتان حيث ان تقليد شخصيات الالعاب والرغبة في ذلك في المدرسة واظهار قوته على زملائه والهروب من العالم الواقعي حيث لا يجد المراهق السعادة والمتعة في الحياة الواقعية فيلجأ الى العالم الافتراضي عبر وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية او والشعور بالسعادة في هذا العالم .

في حين احتلت فقرات استخدام طرق تدريسية تقليدية لا تستثير اهتمام الطالب و استخدام طرق تدريسية تقليدية لا تستثير اهتمام الطالب و التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي تؤثر في مرحلة المراهقة و مرض احد الوالدين وخاصة الام و الغاء الدروس الترفيهية (الرياضة والفنية) واهمالها ان وجدت المراكز الخمسة الاخيرة في الاستبيان حيث اشارت استخدام طرق تدريسية تقليدية لا تستثير اهتمام الطالب لان الطرق الحديثة تستخدم فيه التكنلوجيا الحديثة مثل عرض المعلومات العلمية بجهاز العارض ويستثير الطالب في متابعة الدرس ويقربه اكثر من الواقع ويسبب القلق وعدم الارتياح والتغيرات الجسمية والنفسية التي ترافق مرحلة المراهقة والتي هي الاخرى تتسبب في عدم الارتياح والقلق اضافة الى القلق الخاص بمرض احد الوالدين مثلا الام وهي دائما المتابعة الاكثر للأولاد ومداراتهم اما ضعف الاهتمام بالدروس الترفيهية والتي تسهم الى حد كبير في التقليل من الضغط النفسي للطلبة وبهذا اكون كباحثة حاولت ان ابين ابرز الاسباب التي تجعل من ابنائنا التلاميذ والطلبة معرضين الى الادمان على وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية.

الالية التي اقترحتها الباحثة وملاحظاتها من خلال وجهة نظر المعلمين والمدرسين وهي نصائح عامة قد يستفيد منها المدراء والمدرسين والمعلمين و أولياء الأمور وتساعدهم على السيطرة المقننة للعب أطفالهم واولادهم إلكترونيًا وتكمن في النقاط التالية:

١- تحدَّثْ مع اولادك خاصـــة طلاب الصـــف الرابع والخامس والســـادس الابتدائي وطلاب المرحلة الثانوية عن اللعبة التي يفضـلها، واكتشـف منه لماذا هي المفضـلة لديه؟ وحاول أن تشاركه اللعب؛ لتعيد الصداقة والمصارحة بينكما.

٢- لا بد أن يحدِّد الوالدان فترة زمنية للعب بالاتفاق مع اولادهم ، حتى لا يسـتغرق الاولاد وقتًا طويلًا في اللعب، قد يؤدي لإدمانه لها.

٣- لا بد أن يطلع الوالدان عند شراء لعبة إلكترونية على غلاف كل لعبة، حيث سيجدان تقييمًا إرشـــاديًّا أعدته "ESRB Rating اللجنة العالمية لبرامج الترفيه الإلكترونية – توضـــح فيه للوالدين ماهية اللعبة والعمر المناسب لها.

٤- يوجد في مواقع اللعب الإلكترونية الشـهيرة مسـاحة تمكِّن الوالدين من مراقبة ومتابعة ألعاب اولادهم عليها، يطلق عليها "Parental Control Settings"، وهي تمنح الوالـدين القدرة على تفعيل المراقبة.

٥-يوجد برنامج خاص يفيد الوالدين في التحكم على اولادهم في البيت وخارج البيت وهي برنامج family link حيث ان الوالدين يتحكمون في ســاعات بقاء الاولاد على الهاتف وتنزيل كل التطبيقات يعني الطفل لا يستطيع تنزيل أي لعبة بدون موافقة الاب او الام.

٦- انظر على غلاف كل لعبة قبل شـرائها لأولادك، واقرئي إرشـادات السـلامة المكتوبة عليها، حول نوع اللعبة، وكيفية اســتخدامها، وأيضًـــا العمر المناســب لها؛ كيلا تؤذي اولادك دون قصد.

٧ – يمكنك تفعيل جهاز مراقبة على مواقع الألعاب الإلكترونية، التي يسمح بها المواقع الشهيرة؛ لتتمكن من معرفة نوعية الألعاب التي يفضـلها اولادك، ومن ثم التدخل في الوقت المناسـب إذا لزم الأمر.

٨ – شـجِّعي اولادك بشـراء لعبة لتنمية الذكاء، أو لتعلُّم نشـاطات جديدة، بدلًا من اللعب دائمًا بمثل تلك الألعاب، فيبدأ في التخيل والإبداع والاسـتفادة من اللعبة عن كونها وسـيلة ترفيهية فقط.

٩ – ابدئ بمشـاركة اولادك مع أصـدقائه في الألعاب الجماعية، وحاول قدر المسـتطاع إبعاده عن الألعاب الفردية، ليتكون لديه حب المجتمع والأصدقاء، والبعد عن العزلة والاكتئاب.

١٠ – يجب تعويد الاولاد منذ الصغر على ممارسة التمارين الرياضية التي تحافظ على رشاقة جسمه، كما تخرج الطاقة الكامنة بداخله في شيء مفيد، بعيدًا عن إخراجها في لعبة عدوانية.

١١ – اقرئوا لطفلك ليلًا قصـصًـــا مسـلية؛ لغرس حب القراءة بداخله، فيبدأ بالانجذاب لها، ولا يقتصر وقت الترفيه على الألعاب غير المفيدة فقط.

١٢ – شارك اولادك في رسم لوحة؛ فالرسم يخرج طاقة الطفل الكامنة، كما يساعده على التخيل والإبداع، أو مشـاركته في مركز ثقافي لممارسـة الهواية التي يفضـلها، مع إمداده بالأدوات، والتشجيع المستمر.

١٣ – بناء الحصـانة في نفس الاولاد دائمًا؛ ليبتعد ذاتيًا عن كل ما هو ضـار ومخالف للعادات والتقاليد.

وتقول الباحثة :

هذه النصـــائح جيدة ومفيدة، لكنها تبقى نظرية أكثر منها عملية، بمعنى: قد يواجه أكثر الآباء تحديات عند توفير الحماية بممارســـة أبنائهم هذه الألعاب، وقد يرجع ذلك إلى أن أكثر المحلات التي تبيع هذه الألعاب لا تعطي للآباء دليلًا إرشـــاديًا، بســـبب أن البائع يجهل ذلك، وليس هناك قانون يجبره على توفير هذا الدليل، كذلك أن هذا الدليل يوجد لدى اللجنة العالمية لبرامج الترفيه الإلكترونية "ESRB Rating"، وأيضًـا إرشـاد الآباء إلى المواقع التي توعي الآباء والأطفال والمراهقين لا ينفع إلا مع الآباء الذين يجيدون اللغة الإنجليزيـة، ويرغبون في متابعة أولادهم عندما يمارســـون الألعاب الإلكترونية، وغالبًا لا يوجد وقت لهؤلاء الآباء، وليس لديهم الوعي الكافي بمخاطر هذه الألعاب وهذا يؤثر ســـلبا على الطالب ايضـــا لبقائه وقتا طويلا مع اللعب ونسيان الحصص الدراسية وعدم اعطاء الوقت الكافي للنوم.

التوصيات:

١– على اولياء الامور بعدم هذه الاجهزة بنية مكافئة الطالب على نجاحه.

٢– الاهتمام بميول الطالب وهوايته واستغلال هذه الهوايات وتطويره بالتعاون مع مدارسهم.

٣–انشـــاء مراكز خاصـــة للناشـــئة لتطوير مواهب التلاميذ وطلاب المرحلة الثانوية كالرياضـــة والفنون والمخيمات الكشفية وتكريم الفائزين منهم .

٤–تقليل ســـاعات اللعب عند الاطفال والتلاميذ قدر الامكان لان هذه الالعاب يؤثر على الجهاز العصبي والعين بالتعاون مع مدارسهم في مادة العلوم .

٥–تثقيف الوالدين معرفة إيجابيات وســـلبيات الألعاب الإلكترونية من خلال زيارة بعض المواقع الإلكترونية الخاصـــة التي تقدم نصـــائح لهما وذلك لمعرفة درجة تقييم التي حصـــلت عليها اللعبة وتحديد الفئة العمرية وتحديد الفترة الزمنية للعبة.

٦–الاهتمام بتوعية الطلبة بكيفية التعامل مع وســـائل التواصـــل الاجتماعي دون الضـــرر عليهم وعلى اسرهم وتوعيتهم من خلال مدارسهم واولياء امورهم.

٧– توعية وإرشـــاد التلاميذ والطلبة على معرفة أضـــرار الألعاب الإلكترونية التي تترك آثاراً على نفس وسلوك الطالب.

٨- تشـجيع الأولاد على ممارسـة الألعاب التي تنمي التفكير والذكاء وأسـلوب حل المشـكلات وكيفية التصرف في المواقف الحرجة.

٩- توزيع وقت التلميذ والطالب بين الدراسة واللعب على أن يكون وقت اللعب الالكتروني واللعب البدني الرياضـي في أيام العطل الرسـمية ، مع تحديد وقت اللعب الإلكتروني على ألا يتجاوز الساعة الواحدة باليوم.

المقترحات:

١-القيام بإجراء الدورات التدريبية على الأولياء، ومدى استفادتهم منها.

٢- القيام بالزيارات الميدانية للمدارس والمنازل والدواوين.

٣-القيام بالأنشـطة والبرامج التي يقدمها المهندسـون عبر المواقع الإلكترونية، خاصـة بشـأن الألعاب الإلكترونية، وسلامة الطلاب من مخاطرها.

٤-التعاون والتنسيق بين الوزارات المعنيَّة من أجل متابعة آلية حماية الأطفال والمراهقين والشباب من مخاطر الألعاب الإلكترونية

٥- مراقبة مراكز الألعاب الإلكترونية لمنع الألعاب التي تنمي العنف والعدوان والإضرار بالمرافق العامة والخاصة من قبل وزارة الداخلية.

٦-إعادة النظر بالمناهج المدرسية التي لا تنمي التفكير في نفوس الطلبة وتجعلهم سلبيين.

٧-إدخال بعض الألعاب الإلكترونية بالتعاون مع الشركات الخاصة والتي تخدم المناهج المدرسية كي ينشـغل بها الطالب بالاسـتذكار وكتابة الواجبات وتنمية بعض المهارات والسـلوكيات الحميدة.

٨-الاهتمام بالمختبرات والوسائل التعليمية بحيث يكون الدرس مشوقا ويخرج التلميذ من الروتينز.

المراجع:

١-سبتي, عباس. (٢٠١٥).العنف عبر وسائل الإعلام.

٢-بركات, زياد .(٢٠١٣) . فاعلية استراتيجية التعلم بالمشاريع في تنمية مها ا رت تصميم الادارات المتكاملة لدى طلبة الصف العاشر. الأساسي . رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية. غزة. فلسطين.

٣-باسم,واخرون . (٢٠١٧).التاثيرات السلبية لاستخدام الهواتف الذكية على الأطفال من وجهة نظر الأمهات جنين والباذان نموذجاً. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح. نابلس. فلسطين.

٤- بن عمر ,واخرون.(٢٠١٦) .أثر استخدام الهواتف الذكية على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي (ثانوية الشهيد بن عمر النوي ببلدية سيدي سليمان انموذجا. رسالة ماجستير . جامعة قاصدي مرباح . ورقلة. الجزائر.

٥- منصور, طلعت . (١٩٨٤). أسس علم النفس العام. ط١ . عالم الكتب الحديث للطباعة والنشر . عمان . الأردن.

٦- البطش , واخرون . (٢٠٠٧) . مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي . ط١.دار المسيرة . عمان . الأردن.

٧- زاهر رامي. (2003) . استعمال مواقع التواصل الاجتماعي في العالم العربي. مجلة التربية .ع 15 . جامعة عمان الأهلية. عمان.

٨- سبتي, عباس. (٢٠١٣).الألعاب الإلكترونية وعزوف الأولاد عن الد ا رسة نتائج وحلول .الكويت. ص.٤-٥

٩-خوج, حنان أسعد. (2012) .التنمر المدرسي و علاقته بالمها ا رت الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية .مجلة العلوم التربوية والنفسية. السعودية.13(4): 218 -187.

١٠-- العبيدي واخرون .(٢٠١٧) .اثر برنامج ارشادي لخفض درجة الادمان الانترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية في الرياض .المجلة الدولية التربوية المتخصصة .السعودية . ٦ (٥) .

References

Joshi, P.*et al.*, (2010). "Impact of alcohol on coronary heart disease in Indian men". Atherosclerosis. 210 (2): 531–535

Younis ,A. & Idris, S. (2015). The Effectiveness of the Use of Social Networks in Teaching the Course of Teaching Methods of Geography in the Development of Academic Achievement and Self- Efficiency for Students of the Faculty of Education, Journal of Educational and Psychological Studies. 9 (1): 210-197.

Al Mansour, Mohammed. (2012). "The Effect of Social Networks on the Recipients Audience, A Comparative Study of Social Sites and Electronic Websites, Arabic Model", Unpublished Master Thesis. college of Arts and Education in Arab Academy of Denmark.

Al Awad, Yahya. (2007). "Using a Strategy Based on Questions with Higher Cognitive Levels in Teaching Science and its Effect on Achievement and Development of Reasoning Thinking among Sixth Grade Primary School Students". Unpublished Master Thesis, Faculty of Education, King Khalid University. Abha Education, King

Khalid University.
Lizette Borreli. (2013). Reasons Why Cellphones Are Bad For Your Health" , www.medicaldaily.com.

ملحق (١) استبانة أسباب الادمان بصيغته الاولية

ت الفقرات في الاستبيان	الفقرات
١	المتعة الكبيرة التي يوفرها الادمان على الالعاب والانترنت وظهور بعض السلوكيات الغير طبيعية .
٢	ظهور ظاهرة التنمر في الوسط المدرسي
٣	عزوف الطلبة عن الدراسة
٤	المشاكل الاسرية تقرب الطالب اكثر من وسائل التواصل الاجتماعي والالعاب الالكترونية
٥	ضعف التواصل الاجتماعي بين أفراد الأسرة ، وعدم قضاء وقت مع الأسرة يوازي وقت تصفح الإنترنت.
٦	ضعف رقابة الوالدين للأبناء
٧	ضعف الوازع الديني لدى العديد من الطلبة
٨	المجتمع متسامح ويبرر أي سلوك يقوم به المراهق
٩	الملل والفراغ وضعف المسؤولية التي يعيشها المراهق يقربه من الهاتف .
١٠	تقليد شخصيات الالعاب الالكترونية
١١	الرغبة بالهروب من العالم الواقعي والدخول الى عالم الالعاب الالكترونية
١٢	استخدام الطفل لوسائل التواصل الاجتماعي على أساليب التنشئة الاجتماعية في الاسرة
١٣	قلة وجود وسائل الراحة والترفيه في المجتمع مما يجعله اللجوء الى الالعاب الالكترونية
١٤	تقليد الاكبر سنا
١٥	مواقع التواصل التي تروج النماذج العنيفة من الالعاب الالكترونية
١٦	ضعف العقاب من قبل الاسرة وادارات المدارس
١٧	عدم مشاركة الطالب في النشاط اليومي
١٨	قلة الأنشطة اللاصفية او انعدامها
١٩	التفكك الاسري
٢٠	استخدام العنف من قبل الاسرة وادارة المدرسة
٢١	استخدام طرق تدريسية تقليدية لا تستثير اهتمام الطالب
٢٢	فشل الاسرة في فهم احتياجات الطلبة لمرحلتهم العمرية
٢٣	التغيرات الجسمية والنفسية والعقلية التي تؤثر في مرحلة المراهقة
٢٤	مرض احد الوالدين وخاصة الام
٢٥	الغاء الدروس الترفيهية (الرياضة والفنية) واهمالها ان وجدت