Vol 06 / Issue 03 / September 2024 / pp 54 – 65
ISSN : 2676-234X / EISSN : 2716-9006

Social Empowerment Journal
University Amar Telidji of Laghouat-Algeria

The Impact of Electronic Games on Children's Mental Health

Fatema AlAlyan
Faculty of Education 3, Daraa, Damascus University, Syria, e-mail:
fatema23.alalyan@damascusuniversity.edu.sy
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-5281-3164

Received: 17/08/2024; **Accepted**: 27/09/2024, **Published:** 30/09/2024

Keywords

Children; Electronic Games; Mental Health.

Abstract

The study aimed to identify the potential effects of using electronic games by children on their mental health. The descriptive inductive research method was used, by referring to a number of reference studies on the subject, and by reviewing the results of those studies, the number of which reached (26) reference studies, directed at children in the age groups from (3) to (13) years, it was found that: the use of electronic games based on violent content, or excessive maladaptive play, by children leaves negative effects that harm their mental health, most notably isolation, introversion, anxiety, depression, a feeling of psychological loneliness, and the occurrence of some psychological disorders, in addition to severe cases of addiction that may lead to committing crimes against oneself or others. As for the use of educational electronic games according to the controls of the timing of use and the standards based on it, it has a positive effect on children's mental health, such as psychological relief, increased self-confidence, a feeling of happiness, and the result of increased achievement and motivation. Accordingly, the researcher recommended raising awareness among families, children's parents, and their teachers in kindergartens and schools about the risks of children using some electronic games on their mental health, spreading awareness about the safe use of smart devices by children, and conducting more local studies on children's mental health due to its great importance in light of current changes.

Corresponding Author : Fatema AlAlyan
DOI 10.34118/sej.v6i3.3972

مجلة التمكين الاجتماعي
جامعة عمار ثليجي الأغواط – الجزائر

المجلد 06 / العـدد 03 / سبتمبر 2024 / ص ص 54 – 65
ISSN : 2676-234X / EISSN : 2716-9006

تأثير الألعاب الإلكترونيَّة في الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال

فاطمة العليان

كلية التربية الثالثة بدرعا، جامعة دمشق – سوريا، البريد الإلكتروني: fatema23.alalyan@damascusuniversity.edu.sy

ORCID: https://orcid.org/0000-0002-5281-3164

تاريخ الاستلام: 2024/08/17 - **تاريخ القبول:** 2024/09/27 - **تاريخ النشر:** 2024/09/30

الملخص

هدفت الدِّراسة إلى تحديد التأثيرات المحتملة لاستخدام الألعاب الإلكترونيَّة من قبل الأطفال في صحتهم النفسية، وقد تم استخدام منهج البحث التحليلي الاستقرائي، من خلال العودة إلى عدد من الدراسات المرجعية حول الموضوع، ومن خلال الاطلاع على نتائج تلك الدراسات بلغ عددها (26) دراسة مرجعية، وُجهت للأطفال في المراحل العمرية من (3) إلى (13) عاماً، تبيّن: أن استخدام الألعاب الإلكترونيَّة القائمة على المحتوى العنفي، أو اللعب المفرط، من قبل الأطفال يترك آثاراً سلبية تعود بالضرر على صحته النفسية أبرزها العزلة والانطواء والقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية وحدوث بعض الاضطرابات النفسية، فضلاً عن حالات شديدة من الإدمان قد تصل إلى ارتكاب الجرائم بالنفس أو بالآخرين، أما استخدام الألعاب الإلكترونيَّة التعليمية وفق ضوابط توقيت الاستخدام والمعايير المبنية وفقها، فهي تحدث أثراً إيجابياً في الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال كالتفريغ النفسي وزيادة الثقة بالنفس والشعور بالسعادة ونتيجة زيادة الإنجاز والدافعية. بناءً على ذلك أوصت الباحثة بتوعية الأسر وذوي الأطفال ومعلمهم في الروضات والمدارس بمخاطر استخدام الأطفال لبعض الألعاب الإلكترونيَّة على الصحَّة النَّفسيَّة لهم، ونشر ثقافة الوعي حول الاستخدام الآمن للأجهزة الذكية من قبل الأطفال، وإجراء مزيد من الدراسات المحلية حول الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال لأهميتها البالغة في ظل المتغيرات الحالية.

الكلمات المفتاحية

الأطفال؛ الألعاب الإلكترونية؛ الصحة النفسية.

المؤلف المرسل: فاطمة العليان

DOI 10.34118/sej.v6i3.3972

1.مقدمة

تعيش المجتمعات العربية الآن في عصر التحول الإلكتروني أو العصر الرقمي الذي أصبحت تقنياته أساس معظم التفاعلات اليومية، فيما اتجهت بعض الحكومات إلى تبنّي نماذج الحكومات الذكية وتعدّى الأمر إلى بناء مدن ذكية، ومع سهولة الاستخدام، وقلة التكلفة، وعظم العائد؛ زاد عدد مستخدمي الإنترنت، ومع تحول مواقع التواصل الاجتماعي لتكون عاملاً فاعلاً في العلاقات بين الأفراد، أصبحت شبكة الإنترنت سلاحاً ذا حدين، فكما هي وسيلة لتحقيق الرخاء والتقدم البشري، فلها جانب مظلم يتمثل في تزايد التهديدات والمخاطر الناجمة عن الاعتماد المتزايد عليه، في ظل عالم مفتوح تحكمه تفاعلات غير مرئية وغياب سلطة قانونية تسيطر عليه وتضبطه ضبطاً تاماً (عمر، 2021)، الأمر الذي أصبح يهدد المجتمع بشكل عام، والأسرة بشكل خاص، لاسيما الأطفال، فهم ذوو المرحلة الأضعف والأكثر تأثراً بما يجري من تحولات رقمية، التي قد يكون لها تأثيرات إيجابية أو سلبية على صحتهم النفسية والعقلية والجسدية، ويظهر ذلك جليّاً من خلال تداول الألعاب عبر الأجهزة الذكية وكثرة استخدامها.

ويجمع التربويون أن هذه المرحلة عرضة لعديد من الاضطرابات النفسية مثل ضعف الثقة بالنفس، وكثرة الغياب والهروب من المدرسة، والامتناع عن المشاركة في الأنشطة المدرسية، وقلة المشاركة في الحوار والنقاش أو الانسحاب منها، والخوف من المستقبل، لذا يقع على عاتق الأسرة و المدرسة والمؤسسات المختلفة والمجتمع الانتباه وتقديم المساعدة لهم، ليتجاوزوا المصاعب والعقبات الموجودة أمامهم (رضوان، 2002)

وبغضّ النظر كون الألعاب الإلكترونيَّة ليست تسلية بريئة بقدر ماهي وسيلة إعلامية تتضمن رسائل مشفرة ومرمّزة يهدف المرسل من خلالها إلى تحقيق أهداف وغايات ثقافية وسياسية ودينية، فقواعد اللعبة تفرض على اللاعب تقمص الأدوار المفروضة عليه والانغماس في واقع معين من الحرب الفكرية أو العسكرية أو الثقافية أو الإيديولوجية، تكمن الخطورة أيضاً في إمكانية التقريب بين الخيال والواقع إلى درجة أنه يحاول تطبيق مضامين هذه الألعاب في حياته اليومية، مما يعني تنميط السلوك على النحو الذي يرغب فيه صانعو هذه الألعاب ومنتجوها (محمود، 2018) فكيف الحال بالطفل أثناء استخدامه هكذا ألعاب، وتزيد الخطورة هنا عندما يكون مضمونها عنيفاً أو محرّضاً على العنف مما قد يصل في كثير من الحالات إلى ارتكاب الجرائم .

1.1. مشكلة الدِّراسة:

تتضح أهمية الصحَّة النَّفسيَّة للأفراد من خلال دورها الكبير في تحقيق رفاه المجتمع وتماسكه، وفي تقرير حديث لمنظمة الصحة العالمية أكدت فيه على التأثير الكبير لاعتلال الصحَّة النَّفسيَّة في الصحة العامة وتأثيره الاجتماعي والاقتصادي والفجوة الهائلة الموجودة بين الاحتياجات ورعايتها أو حصولهم عليها (منظمة الصحة العالمية، 2023) مما دعا عديد من الباحثين والدارسين إلى التركيز على مجالات الصحَّة النَّفسيَّة في دراساتهم وبحوثهم، ولا سيما لدى الأفراد في مرحلة الطفولة، هذه المرحلة التي بات يحيط بها مجموعة من العوامل والمتغيرات الجديدة التي لم تكن موجودة سابقاً، والتي من أبرزها جوانب التحول الرقمي الذي انتشر في أنحاء العالم، ويشق طريقه حالياً في الدول العربية، مما أدى إلى ظهور تأثيرات متعددة قد تكون إيجابية أو سلبية.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

ومن أبرز ما اتجه إليه الأطفال من ممارسات التحول الرقمي، استخدام الألعاب الإلكترونيَّة، وإدمانها في بعض الحالات، مما شكل ظاهرة مقلقة نتيجة بعض الآثار السلبية لهذا الاستخدام.

وبغض النظر عن الآثار السلبية الاجتماعية لتلك الألعاب وفق ما بينته بعض الدراسات مثل دراسة اليعقوب (2009) بأنها تحمل في طياتها بعض القيم السلبية التي تناهض العادات والتقاليد الأصيلة والأفكار الإيجابية، والتي تكرس العنف، تُبرز الألعاب الإلكترونيَّة ظواهر سلبية منها العزلة الاجتماعية وعدم التكيف مع الآخرين، وعدم فتح المجالات للحوار أو تقبل الآخرين، بالإضافة إلى بعض الدراسات الأخرى التي أثبتت أن للألعاب الإلكترونيَّة وجهان، وجه إيجابي لاكتساب مهارات تعليمية، وآخر سلبي، فممارسة الألعاب الإلكترونيَّة تؤدي إلى حدوث بعض الآثار الاجتماعية السلبية تتمثل في عزلة الأبناء عن بقية الأسرة، فالطفل الذي يقضي ساعات طويلة في ممارسة الألعاب الإلكترونيَّة دون تواصل مع الآخرين تصل لمرحلة الإدمان يجعله طفلاً غير اجتماعي منطوياً على ذاته، "فإسرافه في التعامل مع عوالم الرمز يمكن أن يعزله عن التعامل مع عالم الواقع، فيفتقد لبعض القيم التربوية والمهارات التعليمية والاجتماعية في" إقامة صداقات والتعامل مع الآخرين، والتسامح، قبول الآخر وقيم المواطنة والانتماء (Gallagher، 2011) كما أكّدت الباحثة هندرسون (Handerson) أن الألعاب الإلكترونيَّة تؤدي إلى ظهور عديد من المشكلات الصحية كالسمنة والخمول، كما تؤثر أيضاً على الصحة الجسدية والعقلية (شينار، 2022)؛ رغم ذلك يبقى الجانب الأكثر جديراً للاهتمام هو تأثيرها على الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال، التي قد تنتهي أحياناً بارتكاب أعمال العنف، فمثلاً تؤثر لعبة البوبجي الشهيرة على نمط حياة ممارسيها، من خلال انتهاج العديد من السلوكات التي قد يكون من بينها ممارسة العنف على أرض الواقع نتيجة ما يشاهدونه في العالم الافتراضي لهذه اللعبة، انطلاقاً من حب الأطفال للتقليد وممارسة كل ما هو جديد في اعتقادهم (الصوالحة، 2016)

من هنا يمكن القول إن استخدام الألعاب الإلكترونيَّة من قبل الأطفال له تأثيرات عديدة في صحتهم النفسية، فما هي هذه التأثيرات؟ هذا ما ستجيب عنه الدِّراسة الحالية، وبالتالي يبرز السؤال الرئيس للدراسة من خلال الآتي: ما تأثير الألعاب الإلكترونيَّة في الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال؟

2.1. أهمية الدِّراسة: تتّضح من خلال الآتي:

1.2.1. لفت الانتباه إلى المخاطر السلبية لإدمان الألعاب الإلكترونيَّة من قبل الأطفال.

2.2.1. تسليط الضوء على أهمية الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال في ظل التحول الرقمي.

3.1. أهداف الدِّراسة: سعت الدِّراسة إلى الآتي:

تعرّف تأثيرات الألعاب الإلكترونيَّة في الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال.

1. 4. حدود الدِّراسة: تحدّدت الدِّراسة من خلال الحدود الآتية:

1. 4. 1. الحدود العلمية: أبرز التأثيرات الإيجابية والسلبية لاستخدام الأطفال الألعاب الإلكترونيَّة.

1. 4. 2. الحدود البشرية: مرحلة الطفولة في العمر من (3- 13) عاماً.

1. 4. 3. الحدود الزمانية: العام: (2023- 2024) م.

5.1. مُصطلحات الدِّراسة: تضمّنت الآتي:

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

5.1. 1. الألعاب الإلكترونيَّة: Electronic Games هي الألعاب التي تتّم باستخدام الإلكترونيات المختلفة لتكوين ألعاب تفاعلية سواء كانت هذه الألعاب يتم لعبها باستخدام أجهزة خاصِة لها أو باستخدام الحواسيب أو الأجهزة المختلفة الأخرى، ويخطئ الناس في العادة في الأوقات الحالية بين الألعاب الإلكترونيَّة وألعاب الفيديو، فألعاب الفيديو هي جزء من الألعاب الإلكترونيَّة وهي الأشهر بينها (غربي، 2019)

5.1. 2. الصحَّة النَّفسيَّة:Mental Heath

يُقصد بالصحة النفسية التعافي والسلامة الذاتية التي تظهر من خلال قدرة الأشخاص على مواجهة ضغوط الحياة وصعوباتها وتحدياتها، بالإضافة على قدرتهم على العمل الإيجابي المنتج والمفيد، بما يسهم في خدمة المجتمع". وتتيح هذه العافية النفسية ركيزة أساسية للمشاعر والأفكار والميول والمعارف وعلاقات التواصل والسلوكات الإيجابية (العالمية، 2024)

2- المنهج وطرائق البحث:Materials and Methods

استخدمت الباحثة منهج البحث التحليلي الاستقرائي من خلال الاطلاع على بعض الدراسات المرجعية السابقة التي تناولت آثار استخدام الألعاب الإلكترونيَّة في الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال، وقامت بالرجوع إلى (26) دراسة وذلك كالآتي:

1.2. الدِّراسات المرجعيَّة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع تبيّن أن كثير من الدراسات القديمة والحديثة، والتقارير ذات الصلة على المستوى العالمي والمحلي، قد أكدت تنامي تداعيات نفسية وبدنية على الأبناء نتيجة الاستعمال المفرط لهذه العوالم الافتراضية، وما أفرزته التكنولوجيا في العصر الرقمي؛ إذْ يصبحون أكثر عرضة للعزلة والاكتئاب ومن هذه الدراسات الآتي:

هدفت دراسة ليفنستون (Livingstone، 2003) إلى تعرف مميزات استخدام الإنترنت ومخاطره والتركيز بشكل خاص على الأطفال والشباب الذين تتراوح أعمارهم بين (2-17) سنة من حيث طبيعة استخدام الإنترنت، وقد تم توزيع استبانة عليهم، إذ أظهرت النتائج وجود مميزات ومخاطر استخدام الإنترنت وتمثلت المميزات في التواصل، وممارسة الهوايات، ومشاركة الأصدقاء لمختلف الأنشطة الثقافية والتعليمية، أما المخاطر فكانت العزلة والفجوة الرقمية بين الآباء والأبناء، بالإضافة لبعض الاستخدامات غير اللائقة، وساهمت هذه الدِّراسة في توجيه البحوث إلى قضايا التربية الوالدية في السنوات القادمة وتأثير الفضاء الإلكتروني على الأبناء.

وهدفت دراسة (قويدر، 2012) في الجزائر إلى تقصي واقع الألعاب الإلكترونيَّة لدى الأطفال الجزائريين. وتعرف أسباب انتشارها وتأثيرها في السلوك، من أجل التخفيف من سلبياتها والحد من تفاقمها، وتحديد مستوى تأثيرها على سلوكات الأطفال. حيث وجهت الدراسة إلى عينة من الأطفال بلغ سنهم (7- 12) سنة، إذ تم استخدام بطاقات الملاحظة والمقابلة. وأثبتت النتائج أن للألعاب الإلكترونيَّة تأثيراً في السلوك من خلال زيادة العدوان، بسبب كثرة الاستخدام، مما قد يؤدي إلى ارتكاب الجرائم.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

أما دراسة أوكسال وآخرون (Oksal,et al., 2014) في تركيا فقد هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين سلوك الادمان على الألعاب الإلكترونيَّة ومفهوم الذات السلبي لدى عينة من طلاب المدارس بتركيا. وتكونت عينة الدِّراسة من (259) فتاة، و(251) فتى من إحدى المدارس الابتدائية الحكومية بمنطقة الأناضول، بمتوسط أعمار (11) سنة تقريباً، واستخدم مقياس أساليب الادمان على الألعاب الإلكترونيَّة، ومقياس دافعية الإنجاز، ومقياس مفهوم الذات لجمع البيانات. وبينت نتائج الدِّراسة العلاقة بين سلوك الإدمان على الألعاب الإلكترونيَّة ومفهوم الذات السلبي لدى عينة طلاب المدارس.

وأظهرت دراسة (وسام، 2015) التي بحثت في الإيجابيات والسلبيات لممارسة الألعاب الإلكترونيَّة لدى الأطفال من وجهة نظر أولياء الأمور لدى فئة الأطفال من عمر (7- 15) عاماً، بعد توزيع استبانة خاصة بذلك، أن الأطفال يميلون إلى ممارسة الألعاب الإلكترونيَّة ذات الطابع القتالي مما يزيد من سلوك العدوان لديهم، والعزلة الاجتماعية والانطواء نتيجة قضاء وقت طويل على تلك الألعاب، بالإضافة إلى أن (75%) من الأطفال تأثرت صحتهم النفسية بشكل سلبي.

في حين هدفت دراسة أنانغش (Annansingh، 2016) إلى استكشاف تفاعل الأبناء في الفضاء الإلكتروني، واستخدامهم لتقنيات الويب، وتصور الآباء والمعلمين لمخاطر الإنترنت وإجراءات السلامة الإلكترونيَّة، وأسفرت النتائج عن أن الآباء والأمهات بحاجة ماسة إلى التثقيف حول الممارسات الآمنة لأطفالهم للتعامل مع الإنترنت.

كما هدفت دراسة (أبو حلفاية، 2016) إلى اقتراح برنامج يتضمن أسس التربية الوالدية في ضوء الاحتياجات التربوية للبيئة الليبية، وكان من أبرز نتائج هذه الدراسة ضرورة تلبية الاحتياجات التربوية للآباء والأمهات نتيجة ضعفها في جميع النواحي الجسمية، والعقلية، والانفعالية، والاجتماعية، والخلقية.

أما دراسة الرابطة الأميركية للطب النفسي (2017) في أمريكا فقد هدفت إلى الكشف عن الأسباب التي جعلت الأطفال يعتادون ممارسة ألعاب الكمبيوتر، خاصة العنيفة منها وتلك التي تشمل الحروب والقتل، إذ زاد لديهم السلوك العدواني واتسموا بسرعة الغضب، بالإضافة إلى إصابتهم بمشكلات في النوم وزيادة عدد ضربات القلب، فضلًا عن انعزالهم عن أسرهم وأصدقائهم. وقد تكونت العينة من مجموعة من الأطفال كان عمرهم بين (13- 15) سنة، وخلص الباحثون إلى أن مثل تلك الألعاب تسبب للأطفال أمراضاً صحية ونفسية واجتماعية مستقبلاً.

كما هدفت دراسة باحثو مستشفى ديل مار (2017) في برشلونة إلى الكشف عن تأثر الأطفال الإسبان بألعاب الفيديو. وشملت عيّنة الدِّراسة (2442) طفلاً تتراوح أعمارهم بين (7 و11) عاماً، وبينت الدِّراسة أن الأطفال الذين يمارسون ألعاب الفيديو لأكثر من ساعة يومياً لديهم مشكلات سلوكية، بينما تتطور القدرات الإدراكية للذين يمارسون الألعاب في وقت أقصاه ساعة أو ساعتين في الأسبوع، ومن ضمنها تنمية الاستجابة للإشارات البصرية، كما تبيّن أن وقت استخدام الأطفال لألعاب الفيديو تزيد عادة بواقع (1.7) ساعة في الأسبوع للذكور عن الإناث، أي إنه كلما زادت مدة استخدام الأطفال للألعاب، زاد احتمال إبلاغ الآباء عن مشكلات في السلوك والتصرفات.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

وبحثت دراسة (بالطاهر، 2018) في الأضرار النفسية والتربوية الناجمة عن ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونيَّة، وأثبتت عزوف الأطفال عن الدِّراسة بسبب الإدمان على ممارسة الألعاب الإلكترونيَّة، مما يستدعي ضرورة التدخل لحماية الطفل من آثارها وأنها مسألة مقلقة جداً، بالإضافة إلى مساعدتهم على الإفادة من الوسائط التكنولوجية بطريقة تعود بالنفع على حياتهم النفسية والتربوية التعليمية على وجه التحديد.

وأظهرت دراسة (بن فرج، 2020) أنّ الطفل يفضّل أن يقضي وقته في اللعب بدلاً من الأكل أو النوم، بالإضافة إلى الكسل والخمول لدى الأطفال اللذين قد يقضون أكثر من ساعتين من وقتهم في اللعب أو مشاهدة التلفاز.

كما بحثت دراسة الجبور والكريمين والمجالي (2020) (الجبور، 2020) في العلاقة بين لعبة البوبجي وسلوك العنف لدى الأبناء من وجهة أهاليهم في المجتمع الأردني، وقد اعتمد الباحثون منهج المسح الاجتماعي، من خلال عينة قصدية اشتملت على (280) فرداً من الآباء والأمهات، وأوضحت النتائج الاستخدام الكبير للعبة البوبجي، ووجود تأثيرات سلبية لها على الأبناء من وجهات نظر الآباء والأمهات، إذْ جاءت مرتفعة، أبرزها الميل نحو العنف، مما دعا الباحثين لتأكيد مخاطر لعبة البوبجي ونشر الوعي حولها، وحث الآباء والأمهات على مراقبة أبنائهم ومتابعتهم أثناء استخدامهم تلك الألعاب.

وبيّنت دراسة مارتي وسمليك (2020) (Marty & Smilek, 2020)(Marty-Dugas, . (2020). أن الاستخدام المفرط للهواتف الذكية في اللعب من قبل الأطفال يسبب لهم حدوث عديد من الاضطرابات النفسية، وبعض الأعراض أبرزها تناقص الثقة بالنفس والقلق والاكتئاب.

وأوضحت دراسة هيل وسير وكاسي (2020) (.(2020) .Hale,) أيضاً الأَضرار النفسية التي يلحقها الاستخدام المتكرر للألعاب الإلكترونيَّة هي القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى الطفل.

كما اهتمت دراسة (الزّالط، 2021) بتعرّف التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة في صحة الطفل النفسية، وما لهذه الألعاب من دور في خفض شدة التوتر والقلق وتصريف الانفعالات والإحباطات التي قد يتعرض لها الطفل، وأثبتت النتائج أن تلك لألعاب تُسهم في تنمية النواحي العاطفية لدى الأطفال، وتسهم في تنمية السلوك السوي وتوافقه، وتسهم أيضاً في تنمية الاحتياجات الخاصة ببعض الأنشطة، كما أنها تنمّي التكامل الحسي والتآزر الحركي، وتزيد التفريغ الوجداني والأمن النفسي لهم، وثقتهم بأنفسهم وقدراتهم على تحمل المسؤولية والإفصاح عن المشاعر.

وأثبتت دراسة (الوكيل، 2021) أيضاً أن أكثر ما يظهر من الأَضرار النفسية التي يلحقها الاستخدام المتكرر للألعاب الإلكترونيَّة من قبل الأطفال هي القلق والاكتئاب والارتباط السلبي للرضا عن الحياة.

وأوضحت دراسة أوشن وبن مبارك (2022) (أوشن، 2022) أنّ الاستعمال المفرط للشبكة يسبّب إهمال الطفل واجباته المدرسية الأسرية، حيث ينعزل عن الأنشطة الثقافية والرياضية، ما يجعله يفقد كثير من الروابط الاجتماعية مما يتسبب في عزلة الطفل عن أسرته واغترابه عن مجتمعه، ويؤثر على الطفل من الناحية الأخلاقية

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

والاجتماعية من خلال التفاعل الطويل مع الثقافات والعادات والأعراف الاجتماعية الأخرى المخالفة لبيئته الاجتماعية.

وأكدت دراسة بو هلالة وبزايد (بوهلالة، 2022) أنه على الرغم من أن الألعاب الإلكترونيَّة محببة من قبل الأطفال وذويهم، إلا أنها باتت تشكل ظاهرة اجتماعية خطيرة تهدد أمن الأطفال وسلامتهم والتي قد تصل إلى درجة الإدمان والانتحار، بالإضافة إلى عديد من الأضرار النفسية على صحة الطفل مثل الانغلاق والعزلة والتوهم بالشخصيات الخيالية والإضرار بالتكوين النفسي وظهور سلوك العنف لدى هؤلاء الأطفال، فضلاً عن الأضرار العضوية.

كما أثبتت دراسة (العليان، 2023) تخوّف المعلمين بشكل عام من دخول العالم الرقمي إلى عالم تعليم الأطفال، وما قد يلحقه من آثار نفسية سلبية على الطفل، خاصة إذا تواجد الأطفال بكثرة في هذا الواقع الافتراضي، الذي قد يعزلهم عن العالم الحقيقي بشكل كامل، ويوقع الطفل في صراع نفسي ورغبة بالانطواء داخله، فمن الممكن أن يحدث الجلوس الطويل للطفل اضطرابات نفسية لديه كالذهان أو الاكتئاب.

وقد هدفت دراسة (شحادة، 2022) إلى تعرف مدى انتشار الألعاب والترفيه لدى أطفال الروضة، ومدى استخدام الألعاب التربوية والتفريغ النفسي لديهم، والكشف عن أثر متغيرات (نوع الروضة، عمر المعلمة، عدد الأطفال، والمؤهل العلمي للمعلمات) في مدى استخدامها، وقد تم استخدام مقياس مكون من مجالين هما: الألعاب التربوية والألعاب النفسية، إذ تألفت عينة الدِّراسة من (48) معلمة من معلمات رياض الأطفال. وقد أثبتت النتائج وجود فرق إحصائي لصالح المدارس الخاصة في الدرجة الكلية وفي استخدام ألعاب التفريغ النفسي.

وهدفت دراسة (النقبي، 2022) إلى تحديد مدى استخدام لعبة بوبجي لدى الأبناء من وجهة نظر الآباء والأمهات، وتعرف الآثار السلبية لها، وكانت العينة مؤلفة من (30) من الآباء والأمهات في إمارة أبو ظبي. وأثبتت نتائج الاستبانة أن الآثار السلبية للعبة بوبجي كانت بدرجة مرتفعة، وعدم وجود فرق إحصائي بين متوسطات إجاباتهم حول العلاقة بين هذه اللعبة والسلوك العدواني حسب متغير الجنس (ذكر، أنثى).

كما أكدت (العطار، 2023) أهمية تأثير الألعاب الإلكترونيَّة في التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال، حيث أثبتت نتائج هذه الدِّراسة أن تأثيرها في الصحَّة النَّفسيَّة يأخذ شكلاً سلبياً، مثل انخفاض الثقة بالنفس، والشعور بالوحدة، والميل نحو العزلة، وتدني المستوى الدراسي، وعدم التفاعل الاجتماعي، وعدم القدرة على حل المشكلات، بالإضافة إلى زيادة سلوك العنف.

أما دراسة (عمران، 2024) فقد أظهرت وجود فرق إحصائي بين متوسطات إجابات درجات عينة الأطفال ذوي الاستخدام اللا تكيفي للأجهزة الذكية (منخفض- مرتفع) على مقياس سمات الوقاية النفسية الأبعاد وهي (ضبط الذات- اليقظة الذهنية- العزيمة)، كما وجدت فروق في شكل البروفيل المعرفي النفسي لأولئك الأطفال على مقياس كفاءة التجهيز العقلي المعرفي، ومقياس سمات الوقاية النفسية لهم.

وأثبتت دراسة (حميداني، 2024) أن الإفراط في اعتماد الألعاب الإلكترونية من طرف الأطفال ينتج العديد من الاختلالات الوظيفية التي تؤثر على صحة الطفل النفسية وحياته الاجتماعية والأسرية.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

3-النَّتائج :Results

1.3. إن أبرز التأثيرات الإيجابية لممارسة الألعاب الإلكترونيَّة التربوية والألعاب التعليمية من قبل الطفل في صحّته النفسية لا سيما العادية منها هي كالآتي:

- لها دور في خفض شدة التوتر والقلق وتصريف الانفعالات والإحباطات التي قد يتعرض لها الطفل.
- تُسهم هذه الألعاب بشكل فعّال في نمو الجوانب الوجدانية والانفعالية بشكل سليم لدى الطفل.
- تعمل على تأكيد السلوك السوي والسلوك التوافقي.
- تسهم في التفريغ النفسي.
- تساعد على تقوية ودعم الميول بشكل عام خاصة الميول المرتبطة ببعض الأنشطة.
- تزيد التكامل الحسي والتآزر الحركي.
- تسهم بشكل كبير في عملية التفريغ الانفعالي والأمن النفسي للطفل وثقته بنفسه وقدرته على تحمل المسؤولية والتعبير عن مشاعره.
- لها أثر جيد كبير على الصحَّة النَّفسيَّة والتوافق النفسي والاجتماعي للطفل.
- بعض الألعاب لها أثر إيجابي في تنمية التفكير والذكاء وحل المشكلات.

3.2. إن أبرز التأثيرات السلبيّة لممارسة الألعاب الإلكترونيَّة التربوية والألعاب التعليمية قبل الطفل في صحّته النفسية هي كالآتي:

- توجد مخاطر عديدة أهمها كانت العزلة والفجوة الرقمية بين الآباء والأبناء، بالإضافة لبعض الاستخدامات غير اللائقة.
- تنامي السلوك العدواني لدى الطفل جرّاء الممارسة المتكرّرة للألعاب الإلكترونيَّة يجعله فرد يميل إلى الجريمة والقتل بطريقة لاشعورية.
- توجد علاقة قوية بين سلوك الإدمان على الألعاب الإلكترونيَّة ومفهوم الذات السلبي.
- تأثر الصحَّة النَّفسيَّة للطفل بشكل سلبي.
- التسبّب في أمراض صحية ونفسية واجتماعية مستقبلية.
- حدوث عديد من الاضطرابات النفسية وبعض الأعراض، أبرزها تناقص الثقة بالنفس والقلق والاكتئاب.
- الشعور بالوحدة النفسية لدى الطفل.
- تكوّن مفهوم سلبي ع الرضا عن الحياة.
- وقوع الطفل في صراع نفسي ورغبة في الانطواء داخله، فمن الممكن أن يحدث الجلوس الطويل للطفل اضطرابات نفسية لديه كالذهان أو الاكتئاب.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

- التأثير بشكل سلبي في ضبط الذات واليقظة الذهنية والعزيمة.
- تحدث بعض الاختلالات الوظيفية التي تؤثر على صحة الطفل النفسية وحياته الاجتماعية والأسرية.

4- الخاتمة:

- خُلاصة النتَّائج والاستنتاجات:

تمَّ التوصّل إلى الاستنتاجات الآتية:

إنّ الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال تتأثر إيجاباً عندما تُتاح لهم ممارسة الألعاب الصغيرة لا سيما التربوية منها، ووفق ضوابط الاستخدام الآمن، ويظهر ذلك من خلال تقوية مهاراتهم وتنمية خبراتهم، بالإضافة إلى تطوير قدراتهم المعرفية والاجتماعية والسلوكية والعقلية والنفسية. وإنّ الآباء والأمهات بحاجة ماسة إلى التثقيف وتنمية الوعي حول الممارسات الآمنة لأطفالهم للتعامل مع الإنترنت بشكل عام. وتوجد هناك حاجة إلى ترميم النقص في الاحتياجات التربوية للوالدين في جميع النواحي الجسمية والعقلية، والانفعالية والاجتماعية والخلقية. كما إنّ أكثر مخاطر ممارسة الألعاب الإلكترونيَّة هو ظهور السلوك العدواني لدى الأفراد، والذي يؤدي أحياناً إلى القتل أو الانتحار. كما تبيّن أيضاً تأثّر الصحة الجسدية من خلال الإصابة بمشكلات في النوم وزيادة عدد ضربات القلب والخمول، كما يتأثر أيضاً المستوى التعليمي للطفل سلباً، مما يؤثر في النهاية على الصحة النفسية لهم. بالإضافة إلى ما سبق فإن للوالدين دور مهم في إشباع حاجات الطفل وميوله ورغباته، مما قد يقلل من ميله نحو الألعاب الإلكترونيَّة، وكلما زادت مدة ممارسة الأطفال للألعاب، زاد احتمال إبلاغ الآباء عن مشكلات في السلوك والتصرف، كما تتأثر المهارات الاجتماعية للطفل أيضاً بتلك الألعاب من خلال عدم التفاعل مع الآخرين، وعدم القدرة على حل المشكلات، والاغتراب عن مجتمعه والتفاعل الطويل مع الثقافات والعادات والأعراف الاجتماعية الأخرى المخالفة لبيئته الاجتماعية، وتأثر النواحي الأخلاقية بشكل سلبي بالنسبة لنوعية معينة من الألعاب.

- التّوصيات والمُقترحات:

بناءً على ما سبق يمكن تقديم التَّوصيات والمُقترحات الآتية:

- إيجاد الطرق كافة التي تؤدي إلى توعية الأسر وذوي الأطفال ومعلميهم في الروضات والمدارس بمخاطر استخدام الأطفال لبعض الألعاب الإلكترونيَّة على الصحَّة النَّفسيَّة لهم.
- ضرورة التدخل المستمر ونشر الثقافة والوعي حول الاستخدام الآمن للأجهزة الذكية من قبل الأطفال .
- تفعيل دورات توعوية توجيهية لصالح الآباء والأمهات بمخاطر الإدمان الإلكتروني للأطفال.
- متابعة الأطفال أثناء اتصالهم وتفاعلهم مع الأجهزة الإلكترونيَّة، وتحديد مدة زمنية محددة الاستخدام .
- تفعيل دور الاتصال والتفاعل الأسري بهدف التقليل من استخدام الأجهزة الذكية.
- التشجيع على استخدام الألعاب الإلكترونيَّة بالألعاب التعليمية والتثقيفية.
- مساعدة الأطفال على التفريق بين الواقع والخيال، وإدراك الفروق بينهما.
- مرافقة الأبناء في استعمالاتهم الأجهزة الذكية وتوجيههم فيما يلزم.
- ضرورة إيجاد تشريعات وقوانين دائمة تحظر ألعاب الإساءة الأخلاقية أو ذات الطابع العنفي.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

- إجراء مزيد من الدراسات المحلية حول الصحَّة النَّفسيَّة للأطفال لأهميتها البالغة في ظل المتغيرات الحالية.

5 .قائمة المراجع:

أبو حلفاية، عائشة. (2016). برنامج مقترح للتربية الوالدية على ضوء الاحتياجات التربوية للمجتمع الليبي، رسالة دكتوراه. مصر: كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

أوشن، نادية. (2022). الآثار النفس اجتماعية للاستعمال السيء للإنترنت من طرف الأطفال في ظل الآليات القانونية لحمايتهم، مجلة الباحث للدراسات الأكاديمية، 7.(2)

بالطاهر، النوي. (2018). الأضرار النفسية والتربوية الناجمة عن ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونيَّة. مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، 1(8)، الصفحات 39- 47.

بوهلالة، أحمد. (2022). تأثير الألعاب الإلكترونيَّة على الصحَّة النَّفسيَّة والجسدية للطفل من وجهة نظر الأولياء. مجلة أبعاد، 9(1)، الصفحات 145- 158.

بن فرج، بختة. (2020). الإدمان على الألعاب الإلكترونيَّة وأثره على صحة الأطفال. مجلة المجتمع والرياضة، 3.(1)

الجبور، رامي. (2020). العلاقة بين لعبة البُبجي والميل إلى العنف لدى الأبناء من وجهة نظر الآباء والأمهات في المجتمع الأردني دراسة مسحية على عينة من أهالي إقليم الشمال. مجلة دراسات، 47.(1)

حميداني، خاليدة. (2024). آثار الإدمان الإلكتروني للألعاب الإلكترونيَّة على مرتاديها من الأطفال. المجلة التربوية الشاملة الجزائر، 2(3)، الصفحات 157- 178.

رضوان، سامر. (2002). الصحّة النفسية. عمّان: دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع.

الزّالط، عبد الله. (2021). التأثيرات النفسية الوجدانية للألعاب الصغيرة على الصحَّة النَّفسيَّة للطفل. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 6(25)، الصفحات 285- 308.

شحادة، عامر. (2022). توظيف الألعاب التربوية وألعاب التفريغ النفسي في رفع مستوى الصحَّة النَّفسيَّة لأطفال رياض الاطفال في فلسطين من وجهة نظر المعلمات: محافظة أريحا نموذجاً، مجلة ريحان للنشر العلمي، 1(9)، الصفحات 145- 158.

شينار.، آية. (2022). الآثار الصحية والنفس اجتماعية للألعاب الإلكترونيَّة على الطفل. مجلة آفاق للعلوم، 7(3).، الصفحات 350- 373.

الصوالحة، سليمان. (2016). علاقة الألعاب الإلكترونيَّة بالسلوك العدواني والسلوك الاجتماعي لدى أطفال الروضة. م. جلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 4.(16)

العطار، محمد. (2023). الألعاب الإلكترونيَّة وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي عند الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة دراسة نظرية. 2. المجلة العربية للتربية النوعية، 7(27)، الصفحات 279- 324.

العليان، فاطمة. (2023). أثير تقنيات ميتافيرس على تعليم الأطفال. الاستراتيجيات والآفاق المستقبلة للإصلاح العلمي والتربوي في وء المستجدات الراهنة، مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 15- 34.

عمر، حسام سمير. (2021). الرقمنة والطفل المخاطر المحتملة وآليات الحماية. المجلس العربي للطفولة والتنمية.

عمران، هبة. (2024). تحليل البروفيل المعرفي - النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية ذوي الاستخدام اللا تكيفي للهواتف الذكية في ضوء كفاءة التجهيز العقلي المعرفي وسمات الوقاية النفسية، مجلة كلية التربية بنها، 35(138)، 501-574.

غربي، عبد اللطيف. (2019). الألعاب الإلكترونيَّة الأضرار والمنافع. مجلة المجتمع والرياضة، 2(1)

قويدر، مريم. (2012). أثر الألعاب الإلكترونية على السلوكيات لدى الأطفال، رسالة ماجستير، الجزائر: كلية العلوم السياسية والإعلام، جامعة الجزائر.

محمود، خالد. (2018). الطفل العربي والألعاب الإلكترونيَّة القاتلة دراسة تحليلية. مجلة الطفولة والتنمية، المركز العربية للطفولة والتنمية، صفحة 1.(3)

منظمة الصحة العالمية. (2023). التقرير العاملي عن الصحَّة النَّفسيَّة: إحداث تحوّل في الصحَّة النَّفسيَّة لصالح الجميع .

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

منظمة الصحة العالمية. (2024). منظمة الصحة العالمية. (2024). الصحَّة النَّفسيَّة. إقليم شرق المتوسط، أُسترجع من : https://www.emro.who.int/ar/health-topics/mental-health/index.html

النقبي، أمل. (2022). أثر لعبة ببجي على السلوك العدواني لدى الأطفال دراسة ميدانية على عينة من أولياء أمور إمارة أبو ظبي. أبو ظبي، جامعة العين.

وسام، سالم. (2015). تأثير الألعاب الإلكترونيَّة على الأطفال دراسة وصفية تحليلية، بابل: مديرية الشباب والرياضة.

الوكيل، سيد. (2021). فاعلية استخدام بعض فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين مستوى التوافق النفسي لدى عينة من مرضى السكر. مجلة بور سعيد، 2(7)، الصفحات 118- 154.

Ayhan, A. Soyer, C. Kaçay, H. (2020). The relationship between smartphone addiction and life satisfaction: faculty of sport sciences students. International Journal of Psychology and Educational Studies, 7(1 (86- 95.

Annansingh, F., & Veli, T. (2016). An investigation into risks awareness and e-safety needs of children on the internet. Interactive Technology and Smart Education, 13(2(.

Marty, D. &., Smilek, D. (. (2020).). The relations between smartphone use, mood, and flow experience. Personality and Individual Differences, 164, 109966.

Michael, M &. D Gallagher. (2011). The Essential Facts About the Computer and Video Game Industry. Entertainment Software Association (ESA).

Livingstone, S. (2003). Children's use of the internet: Reflections on the emerging research agenda. New media & society, 5(2).166-147

Arabic references in English:

Abu Halfaya, A. (2016). A proposed program for parental education in the light of the educational needs of the Libyan society, PhD thesis. Egypt: women's College of Arts, Sciences and education, Ain Shams University.

Ouchen, N. (2022). Psychosocial effects of abusive use of the internet by children under legal mechanisms for their protection, researcher Journal of academic studies, 7(2).

Bettahar, N. (2018). Psychological and educational damage caused by children playing electronic games. Al-Sarraj Journal of education and Community Issues, 1(8), pp. 39-47.

Bouhlala, A. (2022). The impact of electronic games on the psychological and physical health of the child from the point of view of parents. Dimensions magazine, 9(1)، Pages 145 - 1

Ben Faraj, bakhta. (2020). Addiction to electronic games and its impact on children's health. Journal of society and Sports, 3 (1).

Aljbour, R. (2020). The relationship between the game of Babji and the tendency to violence among children from the point of view of parents in the Jordanian society is a survey study on a sample of residents of the northern province. Journal of studies, 47 (1).

Hamidani, K. (2024). The effects of electronic addiction to electronic games on children's users. Comprehensive educational journal Algeria, 2 (3), pp. 157-178.

Samer, R. (2002). Mental health. Amman: Al Masirah printing, publishing and distribution house.

Ezzalet, A. (2021). Psychoemotional effects of small games on the psychological health of the child. Arab Journal of educational and psychological sciences, 6 (25), pp. 285-308.

Chahada, A. (2022). Employing educational games and psychological unloading games in raising the level of mental health of kindergarten children in Palestine from the point of view of teachers: Jericho governorate as a model, Rayhan Journal for scientific publishing, 1(9), pp. 145-158.

Chinar, A. (2022). The health and psychosocial effects of electronic games on a child. Horizons Journal of science, 7 (3)., Pp. 350-373.

Alsawalihah, S. (2016). The relationship of electronic games with aggressive behavior and social behavior in kindergarten children. M. Al-Quds Open University for educational and psychological research and studies, 4(16).

El attar, M. (2023). Electronic games and their relationship to psychosocial compatibility in children in early childhood is a theoretical study. 2. Arab Journal of qualitative education, 7 (27), pp. 279-324.

AlAlyan, Fatima. (2023). Metaverse techniques were raised on the education of children. Future strategies and prospects for scientific and educational reform in line with current developments, Basra research journal for Humanities, 15-34.

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en

Omar, H. S. (2021). Digitization and child potential risks and protection mechanisms. Arab Council for Childhood and development.
Omrane, H. (2024). Analysis of the cognitive-psychological profile of Primary School students with non-adaptive use of smartphones in the light of the efficiency of cognitive mental processing and psychological prevention features, Journal of the Faculty of education, 35(138), 501-574.
Gharbi, A. (2019). Electronic games harms and benefits. Journal of society and Sports, 2(1)
Kouider, M. (2012). The impact of electronic games on behaviors in children, master's thesis, Algeria: Faculty of political science and media, University of Algiers.
Mahmood, K. (2018). The Arab child and deadly electronic games is an analytical study. Journal of childhood and development, Arab Center for Childhood and development, Page 1(3).
World Health Organization. (2023). Global report on mental health: transforming mental health for the benefit of all.
World Health Organization. (2024). World Health Organization. (2024). Mental health. Eastern Mediterranean region, retrieved from: https://www.emro.who.int/ar/health-topics/mental-health/index.html
Alnaqbi, A. (2022). The impact of the PUBG game on aggressive behavior in children a field study on a sample of parents of the emirate of Abu Dhabi. Abu Dhabi, Al Ain University.
Wissem, S. (2015). The impact of electronic games on children analytical descriptive study, Babylon: Directorate of youth and sports.
El Wakil, S. (2021). The effectiveness of using some techniques of Positive Psychology in improving the level of psychological compatibility in a sample of diabetics. Port Said magazine, 2 (7), pp. 118-154.58.

***Citation**: AlAlyan, F. **The Impact of Electronic Games on Children's Mental Health**. Social Empowerment Journal. 2024; 6(2): pp. 54-65. https://doi.org/10.34118/sej.v6i3.3972*

***Publisher's Note:** SEJ stays neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.*

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)
https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en