جامعة يحي فارس - المدية -
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

علاقة إدمان الألعاب الالكترونية بالتعرض للقلق لدى مجموعة من المتمدرسين(تلاميذ الثانية متوسط)

دراسة ميدانية ببن شكاو

مذكرة تخرج مقدمة لنيل شهادة الماستر في العلوم التربية
تخصص: إرشاد وتوجيه

إعداد الطالبتين:
- عمير ريمة.
- بن موسى سعاد.

- إشراف الأستاذ :
- د/ حيرش رضا

السنة الجامعية
2024 – 2023

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين والأنبياء نبينا محمد صلى الله عليه وسلم وعلى أله وصحبه أجمعين وبعد :

فإننا نتوجه الى الله العلي القدير بالحمد والشكر والثناء العظيم الذي هدانا وأنار طريقنا ، وأمدينا بالعون والعزيمة والصبر والإصرار على إتمام هذه الرسالة .

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى استاذنا الفاضل حيرش رضا الذي لم يبخل علينا بالمعلومات والتوجيهات اللازمة.

ولا يفوتنا أن نتقدم بالشكر الى كل من ساعدنا على إتمام هذا البحث من قريب أو بعيد كما نشكر لجنة الموقرة لقبولها مناقشة هذا العمل العلمي .



الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

" بكل الحب والتقدير، أهدي هذا العمل:

-إلى والديّ الأعزاء، اللذين كانا نبراسًا يضيء لي طريق العلم والحياة، لصبرهما، وتشجيعهما، ودعمهما اللامحدود الذي لولاه لما كنت هنا اليوم.

-إلى أساتذتي الأفاضل، الذين سقوني من ينابيع المعرفة بإخلاص وتفانٍ، لهم جزيل الشكر على رعايتهم، وهمتهم العالية، وصبرهم الجم.

-إلى أصدقائي وزملائي، الذين مثلوا الأسرة الثانية في رحلتي الأكاديمية، لتعاونهم ودعمهم في أوقات الصعوبات والتحديات.

-وإلى كل من له بصمة في هذه الرحلة، على أمل أن يساهم في هذاالعمل

سعاد

الإهداء

إلى مدينة العلم ... وخاتم الأنبياء والمرسلين محمد (صلى الله عليه وآله وسلم)

إلى من سهرت الليالـــي ... ورخصت لي الغوالـــــي

إلى أمي الحبيبية

إلى من نوّر لي طريقي ... وكان لي كالرفيق... إلى من خفف عني العناء ... وأبعد عني الشقاء

والدي العزيز

إلى كل من له حق عليّ

أهدي ثمرة جهدي هذه

ريـمة

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان المتمدرسين على الألعاب الإلكترونية والتعرض للقلق حيث استخدمنا مقياسين هما مقياس إدمان الألعاب الالكترونية ومقياس القلق ، واعتمدنا على المنهج الوصفي وتم اختيار عينة قوامها 40 تلميذ وتلميذة من متوسطة المجاهد رملية عبد القادر ،بالإضافة إلى تحديد أهداف الدراسة من أهمها معرفة الفروق بين الجنسين في درجة القلق والإطلاع على واقع الألعاب الإلكترونية للمتمدرسين وتوصلت في الأخير الى نتائج أهمها :

توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الألعاب الإلكترونية والقلق

لا توجد فروق بين الجنسين في إدمان الألعاب الإلكترونية .

لا توجد فروق بين الذكور والإناث في القلق .

Summary of the study:

The current study aimed to identify the

nature of the relationship between students' addiction to electronic games and exposure to anxiety, as we, the two students, used two scales: the electronic games addiction scale and the anxiety scale, and we relied on the descriptive approach for a sample of 40 male and female students from Al-Mujahid Ramliya Abdul Qader Middle School, in addition to

Determining the objectives of the study, the most important of which are knowing the differences between the sexes in the degree of anxiety and learning about the reality of electronic games for teachers. Finally, it reached results, the most important of which are: There is a correlation between addiction to electronic games and anxiety. There are no differences between the sexes in addiction to

electronic games. There are no differences between males andfemales In anxiety.

فهرس المحتويات

العنوان	الصفحة
شكر وعرفان	-
إهداء	-
ملخص الدراسة	-
فهرس	
مقدمة	1
الفصل الأول: الإطار المنهجي	
الإشكالية	5
الفرضيات	6
أهداف الدراسة	7
أهمية الدراسة	7
تحديد مفاهيم الدرسة	8
الدراسات السابقة	9
التعقيب على الدراسات السابقة	11
الفصل الثاني : الالعاب الألكترونية	
تمهيد	14
لمحة عن نشأة و تطور الألعاب الإلكترونية	15
تعريف الألعاب الالكترونية	20
أنواع الالعاب الالكترونية وخصائصها	21
مفهوم الإدمان على الألعاب الإلكترونية	22
دوافع ممارسة الالعاب الالكترونية	23
الإدمان على الألعاب الإلكترونية و الآثار المترتبة عليها	24
إيجابيات و سلبيات الألعاب الإلكترونية	25
واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر	26
النظريات المفسرة للألعاب الإلكترونية	29

خلاصة الفصل	32
الفصل الثالث :القلق	
تمهيد	34
تعريف القلق	35
أعراض القلق	35
أنواع القلق	37
القلق كحالة وكسمة	38
أسباب القلق	38
مستويات القلق	40
إضرابات القلق	40
النظريات المفسرة للقلق	43
خلاصة الفصل	47
الفصل الرابع: الاطار التطبيقي للدراسة	
تمهيد	50
الدراسة الاساسية	51
مجتمع الدراسة	52
عينة الدراسة	52
مجالات الدراسة	53

ادوات الدراسة	54
الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
عرض نتائج الدراسة	67
تفسير ومناقشة نتائج الدراسة	73
الخاتمة	**77**
الاقتراحات	**78**
قائمة المراجع والمصادر	**79**
الملاحق	84

فهرس الجداول

رقم	العنوان	صفحة
1	خصائص عينة الدراسة	53
2	تشبعات مفردات أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي	56
3	مؤشرات صدق البنية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية	58
4	معاملات الإرتباط بين درجة كل مفردة و الدرجة الكلية التي تنتمي إليه المفردة لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية	59
5	معامات الإرتباط بين أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية و الدرجة الكلية	60
6	معاملات الثبات لأبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية و المقياس ككل	61
7	معاملات ألفا كرومباخ لأبعاد مقياس القلق	62
8	نتائج أفراد العينة على مقياس الألعاب الإلكترونية	67
9	نتائج أفراد العينة على مقياس القلق	68
10	نتائج إختبار الفرضية العامة	69
11	نتائج إختبار الفرضية الجزئية الأولى	70
12	نتائج إختبار الفرضية الجزئية الثانية	71

مقدمة

مقدمة:

مقدمة:

يعد التقدم في مجال تكنولوجيا الاتصال المعلومات أحد الأمور التي ينشغل بها البشر خصوصا الشباب والأطفال حيث ان هذه الفئة أولو اهتمامهم في معظم الأحيان بالألعاب الإلكترونية والتواصل من خلال الفيسبوك والماسنجر والتويتر ... إلخ اذ انها تعد من الوسائل الترفيهية ،هذا الإنشغال والإهتمام بالأنترنت يزداد مع مرور الوقت ويزداد عدد ساعات استخدامه و مستخدميه، فنجد الفرد يقضي معظم وقته بعيد عن أفراد أسرته وأصدقاءه ويؤثر سلبيا على إنتاجه داخل الأسرة والمدرسة والتحصيل الأكاديمي وعلاقاته الاجتماعية ومجالات حياته المختلفة. وينزوي في دائرة التعلق الشديد بالانترنت دون القدرة على السيطرة على هذا الاستخدام حتى يصبح استخدامه لهذه التكنولوجيا ذات طابع قهري أو مرضي ، لذا أطلق على هذه الظاهرة مؤخرا مصطلح إدمان الانترنت، الذي يعرف على أنه الاستخدام المفرط للانترنت دون القدرة على التحكم في ذلك الاستخدام مما يؤدي إلى عواقب سلبية وظهور علامات المرض العقلي.

كما تطورت تكنولوجيا الألعاب عبر الانترنت بسرعة مذهلة خلال العقد الماضي، فألعاب الانترنت أصبحت واحدة من وسائل الترفيه اليومية الرئيسية لدى الملايين من الناس، وقد أثبتت الدراسات السابقة أن اللعب عبر الانترنت له دور كبير في إدمان الانترنت، فإدمان ألعاب الانترنت تحتل المركز الثاني بين التطبيقات المستخدمة عبر الانترنت ،وقد تم تصنيف إدمان هذا الأخير كإدمان سلوكي مثل القمار وذلك في القسم الثالث من الدليل الشخصي والإحصائي للاضطرابات النفسية للإصدار الخامس DSMS.

(دكتور منصور عبد الله محمد العجمي ،2019)

فأصبحت الألعاب الإلكترونية جزء في الثقافة الرقمية الحديثة وولد الإدمان عليها عدة مشكلات واضطرابات نفسية من بينهم القلق خاصة لدى الاطفال ،حيث اعتبر القلق ظاهرة شائعة في مرحلة الطفولة والمراهقة وله تأثير كبير في هذه المرحلة العمرية فهي مرحلة حاسمة في تكوين شخصية الفرد مستقبلا وهذا ما دفع علماء النفس التربية الى دراسة القلق

ومظاهره والمشاكل التي يسببها ،وبذلك تعددت الدراسات التي تناولت موضوع القلق وظاهرة الإدمان على الألعاب الإلكترونية علاقته بالقلق.

(صحراوي إحسان، كربال خلود إخلاص، 2021، 2022)

وفي هذه الدراسة تطرقنا لموضوع علاقة ادمان الالعاب الالكترونية بالتعرض للقلق لفئة المتمدرسين وقد قسمناها تقسيمها الى جانبين : جانب نظري وجانب تطبيقي.

حيث تطرقنا في الجانب النظري بطرح إشكالية الدراسة وفرضياتها مع تحديد أهداف وأهمية الدراسية وتقديم دراسات سابقة وتعاريف إجرائية، كما كان هناك فصل ثاني نتحدث فيه عن مفاهيم القلق وأنواعها واضطرابات القلق أما في الفصل الثالث نتحدث فيه عن إدمان الألعاب الالكترونية. أما الجانب التطبيقي قسمناه إلى فصلين:

فصل نتطرق فيه للدراسة الأساسية في عينة ومجتمع وأدوات البحث وفصل نطرح فيه نتائج الفرضيات وتفسيرها ومناقشتها.

الجانب النظري

الإطار المنـهجي:

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. تحديد مفاهيم الدراسة
6. عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها

1.إشكالية:

إحتلت التكنولوجيا أهمية كبيرة فيما يتعلق بتواصل بين الناس حيث ساهمت في جعل العالم قرية صغيرة وتحقق ذلك بفضل ما قدمته التكنولوجيا للناس من وسائل وطرق لتسهيل التواصل فيما بينهم.

هذه الوسائل تمتد من الهاتف الثابت والهواتف المحمولة لتصل إلى شبكة الأنترنت وما يرتبط بها من قدرة تواصل الناس مع بعضهم البعض،وقد كان للتقدم التكنولوجي المتسارع دورا كبيرا في بروز أساليب جديدة ومتطورة للترفيه يمارسها الأفراد في العالم الإفتراضي اصبحت تعرف باسم الالعاب الالكترونية ،وقد حلت هذه الألعاب بدلا من الألعاب الشعبية التي يمارسها الاطفال على أرض الواقع، ولم تقتصر ممارستها على أجهزة البلايستيشن أو من خلال الأجهزة الخاصة في النوادي، بل أصبحت تمارس على الهواتف النقالة لتحول من مجرد هواية إلى إدمان، وأمام هذه الممارسات الكبيرة التي أظهرها الاطفال بما فيهم المتمدرسين، أثارت تساؤلات حول آثار الألعاب على نفسية المتمدرس حيث تختلف من ألعاب تنمي الفكرة والإدراك وألعاب تنمي السلوك العدواني والقلق والإكتئاب.

بالمقابل يعد القلق حالة إنفعالية بها مزيج من المشاعر، خوف، و توتر وضيق و انزعاج ،يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد غير واضح ويعد القلق لب وصميم الصحة النفسية فهو أساس جميع الإضطرابات النفسية ويمثل المرتبة الأولى في انتشار بعض الإضطرابات النفسية حيث تشير الإحصائيات أن هناك شخص بين أربعة أشخاص قد يعاني من القلق النفسي.

تأتي هذه الدراسة كمحاولة للبحث عن دور إدمان الألعاب الإلكترونية في الإصابة بالقلق عند المتمدرسين وللوقوف على هذا الاشكال طرحنا التساؤل العام:

- **هل هناك علاقة بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية وزيادة مستوى القلق عند المتمدرسين؟**

وتتفرع منه التساؤلات التالية:

- هل توجد فروق ذات دالة إحصائية بيت الجنسين تعزى لمتغير القلق؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين تعزى لمتغير لإدمان الألعاب الإلكترونية؟

فرضيات الدراسة:

أولا: الفرضية العامة:

- توجد علاقة بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية وزيادة مستوى القلق عند المتمدرسين.

ثانيا: الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين تعزى لمتغير القلق لدي التلاميذ.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين تعزى لمتغير إدمان الألعاب الإلكترونية لدى التلاميذ.

***أهداف الدراسة:**

هو الغرض الذي يود الباحث الوصول إليه

ويمكن تلخيص أهداف هذه الدراسة فيما يلي:

- التعرف على دور إدمان الألعاب الإلكترونية في الإصابة بالقلق عند الأطفال المتمدرسين.
- الإطلاع على واقع الألعاب الإلكترونية في أوساط الأطفال المتمدرسين.
- معرفة الفروق بين الجنسين في درجة القلق.
- مساعدة المتمدرسين في خفض مستوى القلق الناجم عن إدمان الألعاب الإلكترونية.

***أهمية الدراسة:**

- تناولت هذه الدراسة ظاهرة مهمة وهي إدمان الألعاب الإلكترونية التي أصبحت مشكلة العصر.
- تتبع فئة المتمدرسين ورصدها وما يطرأ عنها من تغيرات سلوكية باعتبار الطفل المتمدرس طاقة المجتمع البناءة.
- التوعية والتحسيس بخطورة إدمان الألعاب الإلكترونية على المتمدرسين.

تحديد مفاهيم الدراسة:

1/ تعريف القلق :

اصطلاحا:

القلق هو حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان، ويسبب له كثيرا من الضيق والألم، والقلق يعني الإنزعاج، والشخص القلق يتوقع الشر دائما، كما أن الشخص القلق يفقد الثقة بنفسه، ويبدو مترددًا عاجزا عن البت في الأمور ويفقد القدرة على التركيز.

(حزام أمير عاطف،آيت كاكي رفيق، 2021-2022 ص 37)

- التعريف الإجرائي:

هي الدرجة التي يتحصل عليها افراد العينة في مقياس القلق

2/ تعريف إدمان الألعاب الإلكترونية:

إصطلاحا:

- تعرف بأنها من الإضطرابات السلوكية، ويتشابه مع إدمان الأنترنت حيث يؤثر على كل الأعمال والواجبات اليومية المطلوبة منه والتقصير فيها وإعطاء الأولوية لممارسة الألعاب الإلكترونية، مع الفشل لكل محاولة للإبتعاد عن اللعب، ويتضح ذلك من خلال إهمال مسؤولياته والتوقف عن أنشطة المعتادة التي كان يؤديها .

(أسماء صندوق، 2019-2020 ص05)

- التعريف الإجرائي:

هو الدرجة التي يتحصل عليها افراد العينة في مقياس ادمان الالعاب الالكترونية

الدراسات السابقة:

- دراسات تناولت موضوع الإدمان على الألعاب الإلكترونية :

1) دراسة عربية

- قامت حمدان 2016: بدراسة هدفت إلى البحث في إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية التي يمارسها أطفال مرحلة الطفولة المتأخرة والمراهقة، استخدمت الدراسة المنهج الإحصائي الوصفي وتكونت أداة الدراسة من استبيان، الأول تم تطبيقها على الأطفال والثانية على معلميهم وتكونت العينة من 100 طالب وطالبة من المداخل المذكورة و100 معلم ومعلمة ممن يدرسون هذه المراحل في لواء القويسمة عمان. أكدت الدراسة أنه يوجد هناك العديد من الإيجابيات عن ممارسة الأطفال لهذه الألعاب منها تنمية القدرة على الربط

بين حواس الأطفال وسرعة والدقة في إنجاز المهمات المطلوبة إلا أنه كان يوجد العديد من السلبيات أيضا، حيث تؤدي إلى العزلة والإنطواء لدى الأطفال، كما أنها تؤدي إلى إدمان ممارسيها وبالتالي انخفاض مستوى التحصيل الأكاديمي للطفل.

2) دراسة أجنبية :

أجرى سيزرنكي وويبر czemetzki, webee :(2014) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية والأنترنت في ألمانيا تم استخدام المنهج الكيفي وتكونت أداة الدراسة من المقابلة على عينة مكونة من 41 طالب، أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية والأنترنت كان متوسط لدى المرحلة الأساسية والثانوية وأن مستوى استخدام هذه الألعاب في ازدياد وكشف النتائج أيضا بوجود فروق ذات دلالات إحصائية في مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية والأنترنت تعزى لمرحلة الدراسة لصالح المرحلة الثانوية.

دراسات تناولت موضوع القلق:

1) دراسات عربية:

- **دراسة السلمي 2013**: هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى القلق ومدى تأثيرعلى طلاب كل من القرية والمدينة (الحضر) بمدينة مكة المكرمة وذلك خلال العام الدراسي 1432- 1433 هـ وقد استخدم الباحث مقياس سارسون للقلق على عينة تكونت من 120 طالبا من طلاب المرحلة الثانوية موزعين بين القرية 60 طالبا والمدينة60 طالبا ،أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالات إحصائية بين طلاب الريف وطلاب الحضر في مقياس القلق لصالح طلاب القرية وأوضحت أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص الطبيعي وطلاب التخصص الشرعي في مقياس القلق ووجود فروق في الدرجات

على مقياس القلق بين المستويات المختلفة من التحصيل الدراسي لصالح المستوى الأدنى ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين مستوى التلق ومستوى التحصيل الدراسي لدى عينة الدراسة.

2) دراسة أجنبية:

- **دراسة ريتشارد 2005** هدفت الدراسة إلى اكتشاف درجات القلق والخوف عند طلاب المدارس، قام الباحث باختيار عينة عشوائية مكونة من (220) طالب وطالبة فى مدارس المرحلة الأساسية والثانوية في مدينة لاهاي وقد تم تطبيق اختبار القلق والخوف وأسفرت نتائج الدراسية عن وجود فروق في القلق تبعا لمتغير الجنس،وكانت لصالح الإناث وجد كذلك أن القلق مرتبط بدرجة كبيرة بالعمر فوجد أن طلاب المرحلة الثانوية يعانون من قلق بدرجة أكبر من المرحلة الأساسية ،ووجد أيضا أن القلق يرتبط ارتباطا وثيقا بالتحصيل عند كل من الذكور والإناث، كما بينت الدراسة أن القلق منتشر بصورة ظاهرة بين طلبة المدارس.

التعقيب على الدراسات :

أ / المتغير الأول (القلق)

1/ **من حيث الموضوع:** تناولت أغلب الدراسات متغير(القلق) ومدى تأثيره مثل دراسة السيلمي 2013ودراسة متعلقة بكشف درجات القلق والخوف مثل دراسة ريتشارد.

2/ **من حيث الهدف:** جاءت الدراسات بهدف التعرف على أثر القلق كما جاءت دراسة للتعرف على مستوى ودرجات القلق.

3/ **من حيث العينة**: لاحظت الطالبتان تباين في حجم العينة المستخدمة فى هذه الدراسات فهناك عينة الصغيرة كدراسة السيلمي 2013.والعينة الكبيرة كدراسة ريتشارد 2005.

4/ **من حيث الأدوات:** تعددت أدوات الدراسة التي تم استخدامها في الدراسات السابقة فمن الطبيعي أن تخدم أدوات الدراسة هدفها لذا لاحظنا أن الأدوات تختلف باختلاف الهدف في الدراسات التي تناولت القلق ،تم استخدام الأدوات التالية: مقياس سارسون للقلق اختبار القلق والخوف.

5/ **من حيث النتائج:** أغلب الدراسات التي تناولت القلق من خلال نتائجها الوصفية على انتشار ظاهرة القلق لدى المتمدرسين فقد ظهر أنه شائع لديهم ولصالح الإناث مثل دراسة ريتشارد 2005.

ب / المتغير الثاني (إدمان الألعاب الإلكترونية)

1/ من حيث الأهداف: هدفت دراسة حمدان 2016 إلى البحث في إيجابيات وسلبيات إلكترونية بينما هدفت دراسة سيزرنكي وويبر 2014 لمعرفة مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية والأنترنت.

2/ من حيث المنهج: اعتمدت دراسة حمدان 2016 على المنهج الإحصائي الوصفي،أما دراسة سيزرنكي وويبر 2014 على المنهج الكيفي.

3/ من حيث العينة: اختلفت الدراسات بينها في العينات المطبقة من حيث حجم وأفراد العينة،حيث اعتمدت دراسة حمدان 2016 على 100 طالب وطالبة بينما دراسة سيزرنكي 2014 على 41 طالب.

4/ من حيث النتائج: يتضح لنا من خلال الدراسات السابقة أنها تتفق على أن للألعاب الإلكترونية آثار عديدة على سلوكيات الأطفال خاصة فيما يخص السلوكيات العدوانية.

الفصل الثاني : إدمان الألعاب الإلكترونية

تمهيد

1. لمحة عن نشأة وتطور الألعاب الإلكترونية .
2. تعريف الألعاب الإلكترونية .
3. أنواع الألعاب الإلكترونية وخصائصها .
4. دوافع ممارسة الألعاب الإلكترونية .
5. الإدمان على الألعاب الإلكترونية و الآثار المترتبة عليها.
6. إيجابيات و سلبيات الألعاب الإلكترونية .
7. واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر.
8. النظريات المفسرة للألعاب الإلكترونية.
9. خلاصة الفصل

تمهيد :

يفضل معظم المتمدرسين الألعاب الإلكترونية إذ يقضون الكثير من وقتهم في ممارستها خاصة لما تقدمه لهم من عناصر الإثارة والتحدي ، الى درجة قد تصل إلى حدود مرضية ، حيث اكدث بعض الدراسات أن ممارسة الأطفال للألعاب الإلكترونية على المدى الطويل يؤدي إلى تعقيدات بدنية وعقلية مختلفة فضلا عن تأثيرات سلبية على صحة الجسم فلعبها لفترات طويلة يخلق التوتر والقلق و يحفز الجهاز العصبي ويجعله أكثر حساسية، ويمكن أن يؤدي للإدمان عليها ويحدوث اضطرابات نفسية.

لمحة عن نشأة وتطور الألعاب الإلكترونية :

المرحلة الأولى: إنطلقت في بداية التسعينات مع ظهور ألعاب الكمبيوتر والتي طورها فيزيائيون فقط لتمضية الوقت أو لاستعراض التكنولوجيا، وتعد ألعاب "بونغ "pong" وحرب الفضاء "space" من أهم ثمار هذه الفترة، ففي بداية الستينات كانت الشروط التقنية والإقتصادية ضرورية لظهور الألعاب الإلكترونية مجتمعة للإعتبارات التالية:

- صناعة التلفزيون للكثير من البيوت.
- الممارسة الاجتماعية للألعاب الميكانيكية وألعاب الأقواس في القاعات.
- تطور القدرة الشرائية للأطفال والمراهقين منذ سنوات الخمسينيات

(ميرة بلقاسم، 2018،2019، ص40)

وقد أدى النجاح الفوري والمعتبر إلى تضاعف عارضات التحكم المنافسة وفي الوقت الذي كانت فيه مؤسسة " آبل appel " تستعد لإطلاق أجهزة الكمبيوتر آبل 2،2 Appel أدت غزارة المنتجات التي صعب عليها أن تجد نفسها، إلى إنهاء الدورة الأولى لألعاب الفيديو عام 1977 وسيبقى " بوشنال " و " أتاري " الأبطال الرئيسيين للمرحلة الثانية من مسيرة الألعاب الإلكترونية.

(رميساء كواشخية، نرجس عمياّر، 2020،2021، ص40)

المرحلة الثانية:

تبدأ المرحلة الثانية مع الإعلان عن أول عارضة تحكم متعددة الألعاب وهي 26000VCS من أتاري وهي التي تتضمن سلم الألعاب، بأهداف وقواعد جديدة وبالتالي ولدت صناعة نشر الألعاب Edition des jeux، وتعد اللعب الرمز في هذه الفترة " باك مان pac-man" التي اخترعت في اليابان " تورو إيواتاني Toru iwatani" المؤسسة نامكو "namko" واشترت أتاري أجهزة VCS التي ستبيع لاحقا 22 مليون دولار، هذه الأرقام التي تثير خيال رجال الأعمال والمضاربين، أدت إلى تضخم في إنتاج الألعاب، ومعظمها وصف بالرديء.

وأظهر صعود أجهزة الكمبيوتر وضعف الإبداع، عارضات التحكم وكأنها آلات تجاوزها الزمن، وانهارت المبيعات ابتداءا من سنة 1983، وأما هذه الخسائر التي صارت مهولة، باعت مؤسسة "وارتز" نشاط عارضة التحكم " أتاري " لأحد مؤسسي صناعة أجهزة الكمبيوتر "كومودور comodor" وفرع ألعاب الأقواس للمؤسسة اليابانية "نامكو namko"، في هذا الظرف بالذات بدأت الصحافة تعلن نهاية ألعاب الفيديو، لكن في نفس الفترة أعلنت "نينتاندو" وهي مؤسسة أنشئت في القرن التاسع عشر ومختصة في صناعة الألعاب الورقية وألعاب الجيب والصالات، وأنها على وشط إطلاق عارضة التحكم "نيس nes" ليسجل دخول اليابانيين في عالم ألعاب الفيديو، وفي ظرف أقل من ثلاثة أشهر أصبحت "نيسnes " مدللة اليابانيين، ويعود هذا النجاح إلى ثلاث أسباب رئيسية:

1- ثمن لا يتجاوز نصف ثمن الألعاب المنافسة .

2- تكنولوجيا تسمح لنينتاندو بالسيطرة على الألعاب المطورة على عارضتها للتحكم وبالتالي ضمان النوعية وأسلوب يتلاءم مع فئة 08-10 سنوات .

(ميساء بكوش، نهاد بن نخلة، 2021-2022 ص38)

المرحلة الثالثة:

جرت هذه المرحلة أساسا في أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية مع تطور الكمبيوتر العائلية كومودور commodor وسينكلير sinclar وأمستراد amstrad وفي عام 1986 أتاري أس تي atari ST الذي يسجل نقطة الذروة في هذه المرحلة فهذه الألعاب تتيح ممارسة ألعاب جديدة في طبيعتها وفي نوعيتها الرسمية والصوتية فمنها كل مستوى مختلف عن تلك الموجودة في مستوى آخر وهي تتجدد بالتتابع الجانبي على الشاشة داخل من مستوى ويتيح الإصطناع في

الوقت الحقيقي نجد في الشريط السمعي لم يتم بلوغه من قبل وتسمح أجهزة الكمبيوتر هذه أيضا باكتشاف البرمجة والتقنيات متعددة الوسائط فالكثير من المصممين اليابانيين infographistes المستقبلين والمسوقين أظهروا مهاراتهم من خلال ألعاب أميغا amiga وأتاري أي تي atari ST انتهت هذه المرحلة بسبب ظاهرتين تنمي الاستنساخ غير القانوني

للألعاب وخصوصا الضعف العائد لخاصية التناسخية لهذه الآلات (كلها متشابهة) فسرعان ما صارت هذه الآلات غير قادرة على مجاراة التقنية والمالية لعارضات التحكم الحقيقية القادمة من اليابان أو أمام أجهزة الكمبيوتر الحقيقية مثل بي سي Pc أو آبل Appel وفي سنة 1989 أوقف كل صانعي هذا النوع من الآلات إنتاجهم وتعرض معظمهم للإفلاس لكن في اليابان بقيت نينتاندو في أفضل حالاتها واحتكرت تقريبا السوق

(لعرباوي سهيلة ،طالبي فلة ،2021-2022 ص 94)

المرحلة الرابعة:

تتوافق هذه المرحلة مع انتصار الياباني المحض الذي تجسده "نينتاندو" عبر "سوبرنيس Super nes" وكذا المؤسسة نصفها مملوك من اليابانيين وهي "سيغا siga" من خلال لعبة ميغا درايفرmiga driver " وتعد هذه المرحلة أيضا مرحلة تطوير الألعاب عبر أجهزة الإعلام الآلي pc، وظهور ألعاب المغامرة والألغاز مثل "ميست myst" أو سيفين كويست seven quist" وكذا ألعاب الأدوار مثل "فاينل فانتازي final fantasy " ومع نهاية هذه المرحلة عام 1995 بدى أن بطل سيغا تفوق على ماريو.

المرحلة الخامسة:

وتتوافق هذه المرحلة مع استخدام الألعاب لتقنيات الإعلام المتعددة الوسائط التي لم تتطور خصيصا لهذا الهدف : معالجة الصور الثلاثية الأبعاد في الزمن الحقيقي، الحساب المتوازي مع المعالجات المخصوصة واستعمال القرص الضوئي المضغوط cdrom والألعاب على الشبكات المحلية lan وعلى الأنترنت.كما نسجل في هذه المرحلة دخول لاعب جديد في مسرح ألعاب الفيديو وهو "سومي somy" بلعبته "بلايستيشن PlayStation" واحترام في هذه المرحلة الصراع بين "سوني ونيتادو" مما أزال "سيغا" التي انسحبت من سوق عارضات التحكم، كما ستعرف هذه المرحلة ظهور بطلة ألعاب الفيديو " لارا كروفت lara croft"، التي حققت أرقاما قياسية، وظهور ألعاب بعوالم بيانية "إيفركويست Everquist" و "أولتيما أونلاين ultima Online" و ألعاب "أف بي أس FBS" المتعددة اللاعبين وهي ألعاب الحركة المركزة على مهارات الرمي بأسلحة متعددة، علما أن الصورة المشاهدة هي

محاكاة لما تراه الشخصية التي يتحكم فيها اللاعب، ومن أمثلتها " دوم dom" ثم "هالف لايف half life" وتبقى "تينتادو" الوحيدة في سوق عارضات التحكم الحبيبة وتمثل "البيوكيمونات le pokemons" التي أبدعتها تجسيدا لعالم طفولي جديد، وتجاوز رقم أعمال ألعاب الفيديو بذلك مبيعات التذاكر في السينما، وفي ظل ازدهار الإقتصاد الجديد ارتفعت أسهم عناوين مؤسسات النشر وحلقت عاليا، وفي عام 2001 قام المضاربون الذين أخلطوا بين الألعاب والوعود المسبقة بازدهار سوق الأنترنت بالإنسحاب، هذا الإنسحاب أدى إلى أزمة غير مسبوقة في عالم الألعاب الإكترونية وألعاب الفيديو.

(سعادو هناء، بن مرزوق نوال، 2015-2016، ص18-19)

المرحلة السادسة: بدأت المرحلة السادسة بدخول مبكر وصراع شرس بين عارضات التحكم بي أس 2، وغايم كوب Game Cube واكس بوكس Xbox .

المرحلة السابعة: من خصائص هذه المرحلة ظهور عارضات التحكم اليدوية المتنقلة من طرف العمالقة الثلاثة، وبدأت هذه المرحلة مع دخول عام 2004 بإصدار جديد كليا أطلقته نينتاندو وهو عبارة عن جهاز تحكم يدوي متنقل كما أعلنت سوني عن إطلاق بلايستايشن المتنقل psd والذي تم طرحه في الأسواق اليابانية في شهر سبتمبر 2004.لقد أفرزت الألعاب الالكترونية في العهد الأخير قفزات تقنية هائلة جعلت هذه الأسواق هي الأكثر رواجا من بين وسائل الترفيه الأخرى كالأفلام والموسيقى، ولقد تطورت الألعاب الإلكترونية عبر السنين حيث أصبح ممكنا الدخول من خلال الخيال والحواس في عالم الألعاب الإلكترونية أصبحت ذات أبعاد ثلاثية.

(طالبي سلمى ،حياة بوبلوطة-2020 ص 65)

تعريف الألعاب الإلكترونية:

هي نوع من الألعاب الحديثة الأكثر شعبية في العالم والتي تعرض على شاشة التلفاز ألعاب الفيديو أو على شاشة الحاسوب، والتي تلعب أيضا على حوامل التحكم الخاصة بها أو في قطاعات الألعاب الإلكترونية المخصصة لها، بحيث تزود هذه الألعاب الفرد بالمتعة من خلال تحدي استخدام اليد مع العين التآزر البصري الحركي أو تحد للامكانات العقلية، وهذا يكون من خلال تطوير البرامج الإلكترونية، خلال الأربعين سنة الماضية تطورت ألعاب

الحاسوب من ألعاب على الأشرطة المرنة إلى الفرص المدمج إلى شبكة الانترنت، وتطورت الأشكال الجديدة من هذه الألعاب حيث أصبحت تمتاز بنظام ثلاثي الأبعاد للصورة وسرعة معالجة عالية، وكذلك نظام معقد من الإمكانات الصوتية التي تؤثر على اللاعب أثناء اللعب ويمكن أن تلعب هذه الألعاب بشكل فردي اللعب ضد الحاسوب أو ضد أشخاص آخرين موجودين على الأنترنت.

(بلقيس مراد، حنان غمري،2020-2021 ص11).

إجرائيا: هي برمجيات ترفيهية مسلية وتعليمية تدمج بين الواقع الحقيقي والإفتراضي من خلال أجهزة إلكترونية متنوعة يمارسها المستخدم بتوظيف حواسه ويتحكم بها وفق القواعد والقوانين المتاحة له بإمكانيات عالية الدقة والسرعة.

(وهيبة زعيتر، رانيا حبيلي، 2022،ص28)

أنواع الألعاب الإلكترونية وخصائصها:

هناك العديد من التصنيفات للألعاب الإلكترونية من بينها

1/ ألعاب الحركة: وهي الألعاب التي تعتمد عادة أكثر على التآزر بين العين واليد أكثر من اعتمادها على محتوى اللعب مثل ألعاب المغامرات والعدوان الخيالي.

2/ ألعاب استراتيجية: وهي تلك الألعاب التي تؤكد على أهمية التفكير المنطقي والتخطيط مثل ألعاب الألغاز، الشطرنج.

3/ ألعاب المغامرات: وهي التي تتضمن الاستكشاف وحل المشكلات.

4/ ألعاب لعب الدور: تشبه المغامرة بدلا من أن تركز على حل المعضلات وتعتمد على التطور النوعي للخصائص ويمكن أن يشارك فيها أكثر من لاعب واحد.

5/ ألعاب الرياضة: معظم هذه الألعاب حولت إلى ألعاب محسوبة وهي ألعاب تعليمية.

6/ ألعاب المحاكاة: تخلق موضوعا أو عملية لكل تفاصيلها.

(حفصي أسماء، ديلمي عبير-2020، ص27)

7/ ألعاب الذكاء: وتعتمد هذه الألعاب على المحاكاة المنطقية في اتخاذ القرار وتتطلب أعمال الفكر للتعامل معها ولعل الشطرنج من أشهر الألعاب في هذه المجال، إذ بات التعامل مع أجهزة الشطرنج الإلكترونية أو برامج الشطرنج الحاسوبية تحديا كبيرا يتجاوز في بعض الأحيان كبار اللاعبين.

(بريك قريب، وسيلة جديلي2021، ص33)

مفهوم الإدمان على الألعاب الإلكترونية: هي حالة من الاستخدام اللاتوافقي للألعاب الإلكترونية تؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية تتمثل مظاهرها في الأعراض الإنسحابية، وهي مجموعة من الأعراض الجسمية والنفسية التي يستدل عليها من بعض المظاهر والأعراض الدالة على ذلك، يمكن أن تدمر شتى أوجه الحياة الفرد.

ومن المعروف أن عملية الغرس الثقافي تبدأ بتكوين صورة ذهنية عن المجتمعات التي يحاكيها، وغالبا ما تكون من خارج منظومتنا الإجتماعية والثقافية إذ أن نسبة كبيرة من البرامج المقدمة للمراهقين هي أجنبية مترجمة، أو مدبلجة وتحمل كثير من القيم التي لا تناسب فكرنا وقيمنا وأن السلوكيات والأنماط الثقافية والقيمة في المنتج الأجنبي من خلال شخصيات محببة للمراهق، تستخدم كنموذج قدوة يحتذي المراهق بسلوكها البطولي ويحدث بينهما درجة من التوحد وهي الدرجة التي يعجز عندها المراهق عن التمييز بين الواقع والخيال، ويتصور نفسه محل هذه الشخصية، ويسلك سلوكها، ويقتنع بآرائها وفي الوقت نفسه تقدم القيم الأجنبية في المنتج الأجنبي بصورة تجنب انتباه المراهق.

(سارة بن صالح 2020/2019، ص42).

دوافع ممارسة الألعاب الإلكترونية:

تظهر الأبحاث أن الألعاب الإلكترونية شائعة، ولكن لماذا يستمتع المتمدرس بهذه الألعاب كثيرا؟ تختلف الدوافع وراء ممارسة الألعاب الالكترونية باختلاف الطفل أو المراهق ولكن تظهر الأبحاث أن الألعاب الإلكترونية تسمح للشباب بـ:

1- المتعة: السبب الأكثر شيوعا هو البحث عن التسلية والمتعة.

2- التحدي والمنافسة: الكثير من اللاعبين يستمتعون بتجاوز التحديات والفوز على الآخرين.

3- التواصل الإجتماعي: الألعاب الإلكترونية توفر وسيلة للتفاعل مع الأصدقاء وتكوين صداقات جديدة.

4- الهروب من الواقع: للألعاب القدرة على نقل اللاعبين إلى عوالم أخرى مما يسمح لهم بالهروب من واقعهم اليومي.

5- الإنجاز والتقدم: تقدم الألعاب إحساسا بالإنجاز من خلال تحقيق الأهداف والتقدم في المستويات.

6- التعلم وتطوير المهارات : الألعاب يمكن أن تساعد في تعلم مهارات جديدة وتطويرها، مثل التفكير الإستراتيجي وحل المشكلات.

(علي عادل الشكعة، 2022، ص 23-24)

الإدمان على الألعاب الالكترونية و الآثار المترتبة عليها:

تعد الألعاب الإلكترونية جزءا مهما من ثقافة الأطفال الحديثة ولكن الإفراط في استخدامها يمكن أن يتسبب في مشاكل عدة، إدمان الألعاب الإلكترونية يمكن أن يؤدي إلى العديد من الآثار السلبية عند المتمدرسين ومنها:

1- التأثيرات الجسدية: قد يعاني المتمدرس من زيادة في الوزن، نقص النشاط البدني، إضافة إلى مشاكل في الرؤية نتيجة النظر المستمر إلى الشاشات، وألم في الأصابع والمعصم بسبب استخدام اليدين بشكل مستمر.

2- التأثيرات العقلية والنفسية: يمكن أن يؤدي الإدمان إلى تدهور في الصحة النفسية وظهور أعراض مثل القلق والإكتئاب والإنسحاب الإجتماعي.

3- التأثيرات الأكاديمية: قد يؤدي الإدمان إلى تراجع الأداء الدراسي بسبب قضاء ساعات طويلة في اللعب بدلا من المذاكرة.

4- التأثيرات السلوكية: قد يميل المتمدرس إلى تقليد الألعاب في سلوكياتهم الواقعية مما يعرضهم لأخطار كالعنف وفقدان القدرة على التمييز بين الواقع والخيال.

5- التأثيرات الاجتماعية: يمكن أن يؤثر الإدمان على قدرة المتمدرس على بناء علاقات اجتماعية صحية، حيث قد يفضل اللعب على التفاعل مع الأسرة والأصدقاء.

(2023،https://trend.nlzza.com)

من إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية:

- تمتاز الألعاب الإلكترونية بنواحي إيجابية وهي كالآتي :

- تنتمي الذاكرة وسرعة التفكير، كما تطور حسن المبادرة والتخطيط المنطق.

- تعلم القيادة بمهام الدفاع والهجوم في آن واحد وتحفز هذه الألعاب على التركيز والانتباه وتنشيط الذكاء لأنها تقوم على حل الأحاجي وابتكار عوالم من صنع المخيلة ليس لها فحسب، بل تساعد أيضا على المشاركة.

- هذه الألعاب مصدر لتعليم المتمدرس، إذ يكتشف من خلالها الكثير وتشبع خياله بشكل لم يسبق له مثيل، كما أن المراهق يصبح أمام هذه الألعاب أكثر حيوية ونشاطا وانخراطا في المجتمع، كما أن الألعاب تعطي فرصة التعامل مع هذه التقنيات الحديثة.

- هناك أيضا بعض الألعاب التي تعمل على الالتزام بالتعليمات والخضوع للأوامر... كذلك تعرف بقيمة الوقت في حالة ألعاب التي تحدد وقت معين كما تجعل القائم بها أكثر قدرة على حل المشكلات تزيد مع التفكير وتقوي روح التحدي.

سلبياتها:

على الرغم من الفوائد التي تتضمنها بعض الألعاب الإلكترونية إلا أن لها سلبيات يتمثل أهمها فيما يلي :

_ إن ممارسة الألعاب الإلكترونية كان السبب في بعض المآسي،فقد ارتبطت نتائج هذه الألعاب خلال الخمسة والثلاثين عاما الأخير بازدياد السلوك العنيف وارتفاع معدل جرائم القتل والإغتصاب والإعتداءات الخطيرة في العديد من المجتمعات.

- ضعف النظر وصعوبة الرؤية بسبب النظر الطويل في الشاشات إضافة إلى تأخر في الكلام

- خلل كبير في علاقاتهم الاجتماعية، حيث يعتاد المتمدرس السرعة في هذه الألعاب مما قد يعرضه لصعوبة كبيرة في التأقلم مع الطبيعة ذات السرعة الأقل درجة، فينفذ المهارات الاجتماعية لأنه اعتاد التعامل مع عالم مختلف عن البشر و مواقف مختلفة.

- اكتساب أجسام الأطفال المتمدرسين مزيدا من الطاقة السلبية والشحنات بسبب كثرة لمس هذه الأجهزة وحملها.

- يمكن القول أن الألعاب الإلكترونية تحمل في طياتها مجموعة من الإيجابيات التي تنمي خيال اللاعب وتدربه على استخدام التقنيات الحديثة إلا أنها لا تخلو من السلبيات التي تعكس أضرارها على نفسية اللاعب وشخصيته.

(حياة كنزة ، بلعايب لامية، 2021-2022، ص 26).

واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر:

مما لا شك فيه أن التطور الهائل في التكنولوجيا جعل التصوير الغرافيكي أكثر حقيقة وواقعية في إطار ما يسمى بالألعاب الإلكترونية، وقد تكوت تلك الألعاب وارتكزت وتمحورت على التكنولوجيا الحديثة التي قدمت لنا قسوة مؤلمة، وللأسف فإن المراهقين هم الأكثر عرضة لتلك الألعاب وأكثرهم استهلاكا للإلكترونيات المصورة، والمتمدرس الجزائري رقم الخطر المفروض عليه، بقي أكثر انجذابا من سواه نحو ممارسة تلك الألعاب خلسة في البيت أو مع أصدقائه دون رقابة.ومن الألعاب الالكترونية المنتشرة بكثرة في الجزائر وتستحوذ على عقول الكثير من الأطفال المراهقين والشباب وحتى الكبار الألعاب التالية:

1- لعبة السرقة الكبيرة للسيارات:

تصنف لعبة السرقة الكبيرة للسيارات "3" والتي تختصر بتسمية جي تي أ "3" ضمن ألعاب الحركة عموما وألعاب المغامرات تحديدا، وتمارس بشكل فردي فهي واحدة من سلسلة ألعاب السرقة الكبرى للسيارات GTA، وتتميز عنها بأنها ثلاثية الأبعاد تتيح واقعية شديدة وقد كانت اللعبة مصدر الكثير من النقاشات الحادة والإنتقادات بسبب العنف والجنس الحاضرين في اللعبة.

- تحليل لعبة كونتر سترايك:

تعني كلمة كونترسترايك: الهجوم المضاد، وهي لعبة فيديو تصنف ضمن ألعاب الحركة عموما وضمن ألعاب الرمي تحديدا، يمكن أن تمارس بشكل فردي أو جماعي كما أنها عبارة عن طبعة مطورة لعبة "هالف لايف" التي أطلقت أول نسخة منها يوم 18 جوان 1999، تقوم فكرة اللعبة على أساس مواجهة بين إرهابيين ومكافحي الإرهاب خلال عدة جولات، ويسجل اللاعبون نقاط عند تحقيق الأهداف الموجودة في خريطة اللعبة والقضاء على منافسيهم من أجل فوز فريقهم وتشهد الطبعة 1.6 من كونتر سترايك التي أصدرت في 8 نوفمبر 2000 نجاحا باهرا خصوصا على شبكة الأنترنت مما يجعلها لعبة الرمي الأكثر استقطابا للمارسين على الخط وأفضل بكثير من الطبعات السابقة مثل كونتر سترايك.

3- تحليل لعبة " باربي " مغامرة الفروسية:

تصنف لعبة "باربي" مغامرة الفروسية ضمن ألعاب الحركة عموما وألعاب المغامرات تحديدا، وهي لعبة ثلاثة الأبعاد تمارس بشكل فردي ظهرت في عام 2002، أما قصة اللعبة فهي بسيطة تحكي عن الدمية الشهيرة "باربي" التي تتجه على ظهر جوادها نحو الغابة، وهناك تنتظرها الكثير من المغامرات من أجل نيل شهادات كثيرة، كما تجري مع زميلتها سباقات خيول، وتتباين مهام باربي بين إنقاذ الحيوانات أو تخطي عقبات أو الفوز بسباقات، وفي كل مرة تنجح فيها عقبة أو إنجاز مهمة تحصل على شهادة ترفع من مستواها في اللعبة.

4- تحليل لعبة " بي أو أس" PES11:

تعد لعبة "برو ايفولوشيون سوكر" والمختصر ب " بي أو أس" أي كرة القدم الإحترافية من ألعاب المحاكاة عموما وألعاب المحاكاة الرياضية تحديدا (كرة القدم)، صدرت طبعتها الرابعة في 2004 والسادسة في عام 2006، وهي تمارس بشكل فردي أو ثنائي أو جماعي، كما أنها لعبة تنتمي إلى سلسلة ألعاب "برو ايفولوشن سوكر" المستوحاة من الطبعة اليابانية "واينينغابليفين" وتنتج اللعبة اختبار البطولة التي يرغب فيها اللاعب والقيام بكل العمليات

الموجودة في عالم كرة القدمة من شراء اللاعبين والمدربين وانتقاء ألوان الأقمصة واختيار الملاعب، والتعاقد مع الممولين (سبونسور).

(يحياوي دهية، رجدال هنية،2020، ص32-35)

النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الالكترونية:

1/ التفسير السلوكي: يرى أن إدمان الألعاب الإلكترونية سلوك متعلم يخضع لمبدأ المثير والاستجابة والتعزيز والإشراط ويمكن تعديله، حيث يعول التفسير السلوكي على وجهة نظر "سكندر" في النظرية السلوكية بناءا على أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة من أجل نيل أي مكافأة أو تعزيز، وهذا قد يتشابه مع الإدمان على المواد المخدرة والكحول وإدمان الأنترنت وما تأتيه هذه الشبكة من السعادة والشعور بالراحة والمتعة النفسية للفرد، بالإضافة إلى أنها طريقة سهلة وبسيطة للهروب من الواقع للحصول على معززات للسلوك.

2/ التفسير السيكودينامي:

ويرى إدمان الألعاب الإلكترونية أنه استجابة بغرض الهروب من الإحباطات والتغيرات، وهدفه هو الحصول على متعة بديلة من أجل تحقيق الإرضاء والنسيان وتجاهل الواقع، حيث أن الأطفال في مرحلة الطفولة يمرون بخبرات أو ما يطلق عليه (صدمة الطفولة المبكرة) ارتباطها ببعض سمات الشخصية أو الميول والنزعات الموروثة لدى الشخص فقد تكون لدى الشخص استعداد نظري لإدمان الأنترنت، ولكن لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت مواقف وأحداث حياة ضاغطة ساعدته أو دفعته إلى إدمان الأنترنت، ليصبح من مدمني الأنترنت بما في ذلك إدمان الألعاب الإلكترونية أو المغامرة أو الجنس أو التسوق أو الكمبيوتر مع وجود بعض العوامل المهيأة كالإستعدادات المرضية.

3/ التفسير الطبي:

يرى أصحاب هذا الإتجاه أن الإدمان على الأنترنت يعتمد على سلوكيات الأفراد والتي تحكمها مجوعة من العوامل الوراثية الجينية والتغيرات الكيميائية في المخ والناقلات العصبية وما يرتبط بها من تغيرات في الكروموزومات والهرمونات والمواد الكيميائية اللازمة لتنظيم حيوية المخ والجهاز العصبي، وقد تبينت البحوث في هذا المجال بوجود عقاقير قد تؤدي إلى خلل في التواصل العصبي، مما يجعل إرسال المخ للمعلومات غير

سليمة كأن يتصور الفرد باعتدال مزاجه بممارسة نشاط معين أو تناول عقار، أو المغامرة، وبإجراء مثل هذا التفسير على حالة الاعتماد على الأنترنت، حيث تتيح للشخص الشعور بالراحة والمتعة والإثارة.

4/ التفسير الاجتماعي الثقافي:

ويعتبر "سو" أن الإدمان يختلف باختلاف الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، و الإنتماء العرقي، المعتقد والموطن، فمثلا إدمان الكحوليات أكثر رواجا بين الفئة المتوسطة اقتصاديا واجتماعيا، وذوات البشرة البيضاء ذو الأصول اللاتينية أكثر ميلا لتعاطي الهيروين وبذلك يعتبر أصحاب هذا الاتجاه أن الإدمان على لألعاب الإلكترونية يعود إلى الثقافة السائدة في المجتمع، وهو الذي يبقى ويغذي هذا الإدمان.

5/ التفسير التكاملي:

يرى إدمان الألعاب الإلكترونية اختلاف من مجموعة عوامل شخصية وانفعالية، واجتماعية وبينية ويمكن إجمال المشكلة بتوافر القابلية والاستعداد ثم الاستهداف، وفي نموذج Groho إدمان الألعاب الإلكترونية يمر بثلاث مراحل هي مرحلة الاستحواذ ومرحلة التحرر من الوهم، ومرحلة التوازن ومن هنا نستخدم الألعاب الالكترونية بصورة طبيعية.

(نيفين حسن شاكر ، 2023 ، ص27).

خلاصة الفصل :

قد سمح لنا هذا الفصل بالتطلع لظاهرة إدمان الألعاب الإلكترونية كنتيجة حتمية للطفرة المعلوماتية التي دخلت حياتنا والتي كان لها تأثير كبير على كل الفئات العمرية خاصة الأطفال المتمدرسين ، إضافة إلى الإيجابيات والسلبيات التي تتعرض لها هذه الفئة

الفصل الثالث : القلق لدى الاطفال

تمهيد

1. تعريف القلق
2. أعراض القلق
3. أنواع القلق
4. أسباب القلق
5. القلق كحالة
6. القلق كسمة
7. مستويات القلق
8. علاقة الخوف بالقلق
9. اضطرابات القلق
10. النظريات المفسرة للقلق
11. خاصة الفصل

تمهيد:

يعد القلق أحد الخصائص المضمرة في نفسية المتمدرس أو المصاحبة للاضطرابات الشخصية لديه، الذي يمتد في شدته من عدم الشعور بالارتياح حيال المستقبل إلى الشعور بالفزع غير المحدد من شيء ما سيء قد يحدث، ويضم هذا الفصل تعريفا للقلق.

تعريف القلق: يرجع رسوخ استعمال مفهوم القلق في علم النفس إلى سيغموند فرويد حين فصل عصاب القلق عن مجموعة أمراض الوهن العصابي، واعتبر القلق أساس كل الأمراض العصابية وهو في نظره الظاهرة الأساسية والمشكلة الرئيسية في العصاب، ويعرفه على أنه (هو حالة الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الفرد ويسبب له الكثير من الانقباض والضيق والألم أي أن القلق سببه مجهول يؤثر على الفرد فيسبب له حالة في التشتت وعدم الاطمئنان).

- يعرفه فخري الدباغ 1983 بأنه شعور عام مبهم بالخوف والتوجس والتوتر دون إدراك لمصدر الخوف ويكون مصحوب بأحاسيس جسمية تتكرر بين الحين والآخر يشكل في الصدر أو التنفس أو تسرع في نبضات القلب .

(زعتر نور الدين 2010 ص1)

- تعرفه ياسمين جميل حافظ، بوفازة 2021 خبرة انفعالية غير سارة يشعر فيها الفرد بخوف أو تهديد لكنه لا يستطيع تحدد مصدر هذا الخوف.

تعريف لغوي: جاء فى المنجد البعلبكي، 1973، 516 القلق لغة – فـي كلمة قلق قلقا أي اضطرب وانزعج فهو قلق، وكلمة أقلق أي أزعج.

(يوسف مصطفى سلامة عوض الله، 2008، ص 32).

الأساس الفسيولوجي للقلق:

ينشأ القلق النفسي من زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعية السمبثاوي والباراسمبثاوي الأمر الذي يؤدي الى زيادة نسبة الأدرينالين في الدم ، حيث ينشط الكبد وإفراز السكر في الدم وتنبه الجهاز العصبي السمبثاوي الذي يؤدي الى رفع ضغط الدم وتسارع ضربات القلب وجحوظ العين وشحوب الجلد وجفاف الحلق وتصبب العرق وعمق التنفس وسرعته وارتجاف الاطراف ، أما إعراض الجهاز والباراسمبثاوي فمنها كثرة التبول والإسهال ووقوف الشعر واضطرابات الامعاء والنوم وفقدان الشهية للطعام وان المسئول عن تنظيم الجهاز العصبي اللاارادي هو الهيبوثلاموس الذي يقع في المنطقة المتوسطة من الدماغ وهو مركز التعبير عن الانفعالات وهو على اتصال دائم بالمخ الحشوي لتلقي التعليمات حول طبيعة المثيرات من اجل القيام بعملية التكيف اللازمة وهكذا تدور الدائرة العصبية المستمرة بين قشرة المخ والهيبوثلاموس والمخ الحشوي ومن

خلالها نحس بانفعالاتنا وهذه الدائرة تعمل من خلال سيالات وشحنات كهربائية وكيميائية وهناك هرمونات عصبية مسئولة عن ذلك هي السيروتونين والنأدورينالين والدوبامين

بالاضافة الى هرمون الاستييل كولين في قشرة المخ، وان أسباب الاضطرابات النفسية والعقلية تعود الى اضطرابات في هذه الهرمونات الأمر الذي يجعل الفرد قادر على التحكم فيها ومن ثم السيطرة على الاكتئاب والمخاوف والرهابات عن طريق خلق حالة من التوازن في وجودها واحياناً يكون التحكم فيها عن طريق الجراحة وقطع الألياف العصبية الموصلة بين قشرة الدماغ والهيبوثلاموس والمخ الحشوي.

(أ.م.د. عبد السلام جودت جاسم،2009، 131)

أعراض القلق:

يرى أحمد عبد الخالق ومايسه النيال أن المتمدرسين المصابين بالقلق يتسمون بالحساسية الزائدة والمخاوف غير الواقعة، والخجل والجبن وعدم الكفاية الشخصية والاجتماعية والخوف من المدرسة واضطراب النوم، ونقص الشعور بالثقة وعدم المبادأة وزيادة الاعتماد وبشكل أكثر تفصيلا فإن أعراض القلق تظهر فيما يلي:

أ ـ الأعراض الإنفعالية:

- البكاء لفترات طويلة.
- النرفزة والعصبية وسرعة التهيج وسرعة الاستثارة.
- عدم الثبات الانفعالي.
- كثرة الحركة وعدم الاستقرار.
- ارتفاع مستوى القلق قد يصل بالمتمدرس إلى حالة من الهلع أو الرعب أو الفزع وأحيانا العجز.

ب- الأعراض الفيزيولوجية:

زيادة نشاط الجهاز العصبي اللا إرادي ومن ثم زيادة الأدرينالين والنوار ادرينالين في الدم ومن ثم تظهر بعض الأعراض مثل: اضطراب النوم - الصداع - العرق - زيادة دقات القلب - جفاف الحلق - سرعة التنفس - اضطرابات المعدة وصعوبة البلع - اضطرابات الشهية - زيادة حرات التبرز والتبول.

(د.عماد محمد مخيم ، هبة محمد علي 2006،137)

ج- أعراض معرفية: التطرق في الأحكام، فالأشياء إما بيضاء أو سوداء، أي أن الشخص القلق والتوتر يفسر المواقف باتجاه واحد وهذا فيما يبدو يسبب له التعاسة والقلق.

- التصلب : أي مواجهة المواقف المختلفة بطريقة واحدة من التفكير.
- تبنى اتجاهات ومعتقدات عن النفس والحياة لا يقوم عليها دليل منطقي بدلا من الانفعالات.
- الميول للاعتماد على الأقوياء ونماذج السلطة وأحكام التقاليد مما يحولهم إلى أشخاص مكفوفين وعاجزين عن التصرف بحريه انفعالية عندما يتطلب لغة الصحة النفسية ذلك.

(بوربيع مروة - بوقشاشة حسيبة - بورنانه هانية، -2019، ص 44).

أنواع القلق :

القلق الموضوعي: وهذا النوع من القلق أقرب إلى الخوف، وذلك لأن مصدره يكون واضحا، فالفرد مثلا يشعر بالقلق إذا قرب موعد الإمتحان كما أنه يسمى بالقلق خارجي المنشأ فهو الذي يحس به الناس في الأحوال الطبيعية كرد فعل على الضغط النفسي أو الخطر فعندما يستطيع الإنسان أن يعبر بوضوح شيئا يتهدد أمنه وسلامته كأن يصوب لص مسدسا إلى رأسه، فهنا يشعر بالاضطراب ويبدأ يرجف فيجف ريقه، وتعرق يداه وجبهته وتزيد نبضات قلبه وتهتاج معدته ويشتد توتره فهذا القلق طبيعي. أي شخص يمكن أن يحس به، واستجابته تكون عادية وسوية . **(دحماني هدى، 2010-2011 27).**

القلق العصابي: القلق العصابي هو رد فعل غريزي مصدره غامض وأسبابه غير معروفة ويمكن غالبا في الجانب الغريزي للفرد، وإن هذا النوع من القلق يشكل حالة مرضية تعيق الفرد عن ممارسة حياته الطبيعية وتتصف بدرجة من الديمومة التي تؤدي أحيانا إلى ظهور بعض الأعراض الجسمية يسببها القلق، فمشكلة الشخص المصاب بهذا النوع من القلق هو البحث عن مصدر هذا القلق كونه يرجع عادة إلى سنين سابقة تكمن في مرحلة الطفولة

(نزار الطلب و كامل لويس، 2000، ص 205-206).

القلق كحالة وسمة:

كحالة : تعتبر حالة انفعالية طارئة في حياة الإنسان تتذبذب من وقت لآخر، وتزول بزوال المثيرات التي تحدها. فهو إذن عبارة عن مجموعة المشاعر والانفعالات المؤقتة المرتبطة بموقف معين وتكون هذه الحالة مدركة شعوريا.

كسمة: تعتبر كسمة ثابتة نسبيا للشخصية تشير هذه النظرية إلى الاختلافات الفردية في قابلية الإصابة بالقلق والتي ترجع إلى الاختلافات الموجودة بن الأفراد في استعدادهم لاستجابة المواقف المدركة.

أما سيليبرجر 1989 فيعتبرها بأنها استعداد ثابت نسبيا للفرد إذ تتصف بقدر أكبر من الاستقرار بالمقارنة مع حالات القلق، وهناك فروق فردية بين الأفراد في كيفية إدراكهم للعالم ويقال بأن الفرد يمتلك سعة القلق عندما يدرك العالم باعتباره مصدر .

(دحماني هدى، 2010-2011، ص 28)

أسباب القلق :

أ. **التهديد المستمر:** وذلك عن طريق سماعه التهديد الذي يوجه إليه بإسراف كلما أتى أمرا لا يرضي عنه فتكون النتيجة أن تمتلئ نفس المتمدرس بالخوف والانزعاج والقلق.

ب. **تكرار تعرض لموقف الخوف والخطر**: فيصبح القلق والخوف من مكونات الشخصية، و يحدث ذلك عندما يكون أحد الأبوين قاسيا أو كارها له ، فيعاقبه ويهدده كثيرا بدرجة تجعله في خوف دائم.

ج. **إذا كان أحد الأبوين مصابا بالقلق**: ينتقل القلق إلى الطفل نتيجة لتصرفات الأم أو الأب المضطرب.

د. إذا تعرض الطفل إلى صعوبات متكررة في الحياة أو فشل فشلا متكررا دون أن يجد يساعده ويوجهه.

ه. **يحدث القلق في مواقع الصراع اللاشعوري:** فكثيرا ما يجد الطفل نفسه غير قادر على تحقيق الكثير من احتياجاته، فيكبت هذه الحاجات غير المشبعة في اللاشعور. وقد يربط فرويد بين القلق ووجود عقدة أوديب أو عقدة الكنز.

(الدكتورة نبيلة عباس الشورجي، 2002-2003، 138).

علاقة الخوف بالقلق : تشتمل اضطرابات القلق الاضطرابات التي تشترك في خصائص الخوف المفرط والقلق والاضطرابات ذات الصلة (التجنب مثلا). الخوف هي الاستجابة الانفعالية على تهديد حقيقي أو وشيك، في حين أن القلق هو توقع لتهديد مستقبلي من الواضح أن هاتين الحالتين تتدخلان لكنهما تختلفان أيضا، يرتبط الخوف في كثير من الأحيان بحلقات فرط النشاط العصبي المطلوب للهروب أو القتال، وتغيير الخطر الفوري والسماح بالهروب ويرتبط القلق في كثير من الأحيان بتوتر العضلات واليقظة للخطر في المستقبل والسلوك أو تجنب الحذر وفي بعض الأحيان ينخفض مستوى الخوف أو القلق عن طريق السلوكيات

الوقائية المتفشية، فنوبات الهلع هي نوع معين من استجابة القلق لاضطرابات القلق، لا تقتصر نوبات الهلع على اضطرابات القلق ولكن يمكن ملاحظتها أيضا في الاضطرابات العقلية الأخرى .

(بن دربال مليكة، 2019-2020، 37)

مستويات القلق: يظهر القلق على درجات متفاوتة في الشدة و يمكن تمييز ثلاثة مستويات في القلق وهي:

- **المستوى المنخفض للقلق:** حيث يحدث التنبيه العام للفرد مع ارتفاع درجة الحساسية نحو الأحداث الخارجة كما تزداد درجة استعداده وتأهبه لمواجهة

مصادر الخطر في البيئة، ويشار إلى هذا المستوى من القلق بأنه علامة إنذار لخطر وشيك الوقوع ويطلق عليه أسماء

الهم أو الضيق أو العصبية، وهو عبارة في حالات بسيطة من القلق كثيرا ما تظهر في حياتنا اليومية، ولا يخلو منها أي إنسان في بعض الظروف.

- **المستوى المتوسط للقلق**: أن الفرد يصبح في هذا المستوى أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونته ويستولى الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة.

اضطرابات القلق:

تتميز اضطرابات القلق عن بعضها البعض بالمواضيع أو المواقف التي تحفز الخوف أو القلق أو سلوك التجنب والاستدلالات المعرفية المرتبط بها. وبالتالي تميل اضطرابات القلق إلى أن تكون مرتبطة ومشتركة مرضيا وعرضيا ببعضها البعض بشكل كبير ولكن يمكن تمييزها عن طريق تحليل أنواع المواقف التي تخشى أو تتجنبها ومضمون الأفكار أو المعتقدات المرتبطة بها.

الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات القلق يبالغون فى تقدير الخطر في المواقف التي يخشونها أو يتجنبوها نتيجة لذلك ستحتاج المختص إلى تحديد مدى الإفراط في الخوف أو القلق أو عدم تناسبه مع مراعاة العوامل الثقافية السياقية، تتطور العديد من اضطرابات القلق في مرحلة الطفولة وتميل إلى الاستمرار عندما لا يتم علاجها.

يظهر معظمهم عند النساء أكثر الرجال (النسبة التقريبية 1/2) ولا يمكن تشخيص اضطراب القلق إلا إذا كانت الأعراض لا تعزى إلى التأثير الفيزيولوجي لمادة / دواء أو حالة طبيبة أخرى أو إذا كان لا يمكن تفسيرها بشكل أفضل بواسطة اضطرا ب نفسي آخر ونذكر من اضطرابات القلق حسب الجمعية الأمريكية للطلب العقلي APA

(بن دربال مليكة،2019-2020،ص37)

1: اضطرابات الهلع دون وجود رهاب الساح Ipanic Disorderwithout Agoraphobia

ويوصف بحدوث حالات متكررة غير متوقعة من موجات الشعور بالخوف والرعب وحتمية الموت أو الكارثة وعدم الارتياح، تتوافق مع أعراض جسمية مختلفة تشمل معظم أجهزة الجسم وتأخذ تعبيرات شتى مثل: صعوبة التنفس والشعور بالإختناق وبسرعة ضربات القلب والخفقان و الآلام في الصدر والتعرق والرعشة وغيرها كما أنه خلال هذه النوبة التي تستمر بضعة دقائق في أقصاها نصف ساعة تسيطر على المريض فكرة اقتراب الموت أو حتمية الموت والجنون أو فقدان السيطرة أو الإصابة بالغيبوبة او الوقوع أو توقف القلب.

2: اضطراب الفزع المترافق مع رهاب الساح (Panidisarderwith Agaraphobia) وفيه يترافق الفزع الموصوف أعلاه مع حالة تجنب الأماكن والمواقف المكتظة والواسعة والتي يشعر فيها المريض بأنه غير قادر على الهروب مثل المسافات البعيدة والأسواق ووسائل النقل العامة وكأن كل مكان أو موقف تحدث به نوبة فزع يصبح محرما على المريض أو كل مكان أو موقع يتوقع فيه المريض وقوع حالة الفزع فإنه يتجنبه وقد يصل الأمر في البعض أن لا يخرج من البيت مطلقا.

3: رهاب الساح غير المتوافق مع اضطرابات الفزع: (Agoraphobia without **history** of panic disorder) : وهي نفس أعراض رهاب الساح لكن دون وجود نوبات فزع. ومن الممكن أن تؤدي بالإنسان ليكون محدودا في تحركاته وحياته اليومية، وقد يؤثر هذا على عمله ونشاطاته وعلاقاته الاجتماعية.

4: الرهاب المحدد (specific Probia):

وهو حالة من الخوف غير متناسب مع الموقف، وهو محدد وبسيط لأنه باتجاه معين كالخوف من الحيوان أو البرق أو الرعد أو الدم أو الأماكن المرتفعة أو المقلقة

ويقود هذا الخوف إلى تجذب والتجنب يبلور الخوف ويحوله لرهاب ويجعله مزمنا ويؤثر على حياة الفرد ويقلل من قدرته على التكيف

(د.وليد سرحان، د.عدنان التركيتي، د.محمد ماشنة، 2013-2014، ص 21)

5- الرهاب الاجتماعي**:** هو حالة من الخوف الواضح والملحوظ من المواقف الاجتماعية التي يمكن أن تظهر فيها علامات الإرتباك على الفرد حيث أن الفرد يكون

في حال خوف دائم من المواقف الاجتماعية، وتجذب كونه محظ أنظار الآخرين كما أن الفرد يتعرض لنوبات هلع تسبق تعرضه لموقف اجتماعي.

(د/أميرة محمد محمد الدق- محمد نجيب أحمد الصبوة- أحمد السيد اسماعيل، ص 3، 2014).

6- إضطراب الوسواس القهري**:** ويعرف على أنه عصاب تسلط الأفكار وتسلط الأفعال عصاب نفسي يتميز بأفكار (وساوس) واندفاعات للقيام بأفعال قاهرة أو تصرفات طفولية غير معقولة وغير مقبولة يعتقد أن نماذج السلوك الاستحواذي على العقل القاهر بالفعل أو هي محاولة للتغلب على القلق أو إزالة المشاعر الآخر مثلا غسيل اليدين قد تعكس قلق المرء ودور الاستمناء.

و هو اضطراب يعطل قدرة الفرد على أدائه وظائفه ويتسم الفرد بثبات الأفكار غير المرغوب فيها. الشك أو جنون الشك و الريبة - النزعة إلى الكمال اذ انه فى الوسواس يسعون للوصول إلى الكمال حيث يشعرون بالتعاسة إن لم يؤدو شيء بطرية كاملة. الكبت الانفعالي - التجنب – الخوف من الكوارث.

(د.قطب عبده خلىل منور، 2016، ص 12).

7- اضطراب قلق المعمم**:** هو نوع شائع من الاضطرابات القلق لاسيما عند النساء حيث يشعر فيها المرض بالقلق والانشغال إزاء مجموعة متنوعة من القضايا والظروف ويقلقون أكثر مما يتطلبه الوضع وفي أعراضه فقدان السيطرة على قلقه، الشعور بالضغط والانزعاج، صعوبة التركيز - سرعة التهيج، النوم الرديء، الشد العضلي يمكن أن تفيد بعض الأدوية لعلاجه أو التقليل من اعراضه.

8- اضطراب الضغوط التالية للصدمة: وهي عبارة عن مرور الإنسان بصدمة أشد من أن تستوعبها خبرته المعتادة أو التهديد الخطير والمفاجئ لحياته أو لأحد المقربين إليه أو تدمير مفاجئ لبيئته أو مشاهدة شخص آخر أصيب أو قتل في حادث وتصاحب هذه الصدمة عدة أعراض منها إعادة معاينة الحادث، الصدمة، الكوابيس، فقدان المتعة في الأنشطة التي تجلب السعادة.

9- اضطرابات القلق الناتجة عن حالات مرضية جسدية: وفيه تعزى أعراض القلق لوجود تأثير فيسيولوجي مباشر لأمراض جسدية عامة مثل: تعاطي مواد وأدوية مثيرة للقلق، سواء أدوية موصوفة أو مواد غير مستعملة طبيا.

(ملجم صورابة - مرغيث سارة، 2022، ص 25).

النظريات المفسرة للقلق:

❖ تفسير القلق عند سيجموند فرويد:

يرى فرويد أن القلق هو عبارة عن حالة من الخوف الغامض يختلف عن الخوف العادي الذي مصدره معلوم، وحاول الوصول إلى تفسير معقول يمكن من خلاله معرفة أنواع القلق التي شهدها حيث ظن في بداية الأمر إن عدم الإشباع الجنسي وعدم تفريغ تلك الطاقة التي يسميه فرويد (بالليبيدو) هي التي تتحول إلى قلق، هذا التحول الذي يتم بطريقة فسيولوجية بحتة، وتأكد من القلق العصابي ناشئ من كبت الرغبة الجنسية التي تتحول فيما بعد إلى طاقة تكون سببا في القلق الذي يعتبر المسبب الأول في ظهور الأمراض العصابية.

ثم جاء فرويد بنظريته الجديدة في معرفته بأصل القلق الذي يظهر في الأصل كرد فعال لحالة خطرة وهو يعود إلى الظهور كلما حدثت ظاهرة خطرة من هذا النوع.

ومن هنا يمكن القول إن قلق الطفل ظهر في بداية الأمر أمام حالة خطر، التي تتكون من تقدير الشخص لقوته بالنسبة لمقدار الخطر، و من اعترافه بعجزه أمامه عجزا بدنيا إذا كان الخطر موضوعيا، وعجزا نفسيا إذا كان الخطر غريزيا.

فأصل القلق عند الإنسان يرجع إلى الصدمة الأولى من حياة الإنسان، من خلال انفصاله عن أمه أثناء عملية الميلاد، هذه الخبرة التي تنشأ عنها القلق الأول تتضمن مشاعر وإحساسات جسمية مؤلمة، وهي العامل الرئيسي في القلق، وبالتالي يكون رد فعل الطفل ليس الخوف،

لأن هذا الأخير يقتضي معرفة مصدره وإن الطفل غير قادر على تحديد وإدراك الخطر، فينشأ القلق ويبدأ الطفل في النمو ويصبح تعلقه بأمه كبيرا، نظرا للثقة الموجودة بينهما، كونها المصدر الرئيسي الذي يسهر على إطعامه وتنظيفه ومراقبته من الإصابة بالأذى وبالتالي مصدر إشباع كل رغباته، وتحقيق حاجاته الضرورية وزيادة شوق الطفل لأمه من حيث كونها مصدر الإشباع وعجز الطفل من إشباع حاجاته، هي السبب الرئيسي لقلق الطفل، حيث يقول فرويد : إن الموقف الذي يعتبره الطفل خطرا والذي يريد أن يحمي نفس منه إنما هو حالة عدم إشباع وزيادة التوتر الناشئ عن الحاجة وهي حالة فيها الطفل عاجزا.

- ❖ تفسير القلق عند كاتل وسيلبرجر:(Spielbergere et cattle)ميز بين نوعين من القلق هما القلق كحالة (state Ansciety) والقلق كسمة (trait Ansciety)، وفي نظريتهما عرفا القلق كحالة بأنه حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يدركه في تهديد في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللا إرادي أو المستقل وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد وبمعنى آخر حسب نوع و شدة التهديد الذي يدركه الإنسان في كل منها فتزداد في مواقف الشدة وتنخفض في مواقف الأمان.

- وعرفا القلق كسمة بأنه عبارة عن استعداد سلوكي مكتسب في معظمه. ويظل كامنا عند الإنسان حتى تنبهه و تنشطه منبهات داخلية أو خارجية، فتشير حالة القلق ويتوقف مستوى إثارة القلق عند الإنسان على مستوى استعداده للقلق أي مستوى القلق كسمة، فعند الشخص صاحب سمة القلق العالية يكون استعداده عاليا للقلق، ويجعله يدرك التهديد في مواقف كثيرة و يستجيب لها بحالة قلق زائدة لا تتناسب مع ما فيها من تهديد حقيقي، لذا نجده يقلق بسهولة ولأسباب بسيطة قد تثير القلق عنده.

ويرى (سبيلبرجر) إن سمة القلق لا تظهر مباشرة في السلوك بل تستنتج أو يستدل عليها من تكرار ارتفاع حالة القلق وشدتها لدى الفرد على امتداد الزمن ويتميز الأفراد ذو الدرجة المرتفعة في سمة القلق بميلهم إلى إدراك العالم باعتباره خطرا يهدد حياتهم وهؤلاء الأفراد أكثر تعرضا للمواقف العصبية.

(ياسمين جميل حافظ، بوفاترة، 2021، 12)

خلاصة الفصل:

وفي الأخير يمكن القول أن القلق حقيقة من حقائق الوجود الإنساني ويمثل جانبا ديناميا في بناء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك ورغم أنه خبرة غير سارة قد تؤدي إلى تصدع الشخصية إلا أن وجوده بقدر ما يعد ضرورة للتكامل النفسي.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : الإطار المنـهجي للدراسة

تمـهيد :

1. **الدراسة الأساسية**
2. **مجتمع الدراسة**
3. **عينة الدراسة الأساسية**
4. **حدود الدراسة الأساسية**
5. **منـهج الدراسة**
6. **أدوات الدراسة**
7. **أساليب المعالجة الإحصائية**

تمـهيد

تعتبر الدراسة الميدانية همزة وصل بين الجانب النظري والجانب التطبيقي والحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة ،فمن خلال الميدان يمكن جمع البيانات حول الظاهرة المدروسة ثـم تحليلها ، كل هذا التدعيم للجانب النظري وتأكيده وعرض الإجراءات المنهجية المتبعة وذلك من خلال التطرق إلى منهج الدراسة وحدودها إضافة إلى مجتمع وعينة الدراسة و الأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج .

الدراسة الأساسية :

منهج الدراسة

إن عملية اختيار المنهج عملية في غاية الأهمية فصدق وموضوعية ودقة النتائج المتوصل إليها متوقف على مدى نجاح الباحث في اختيار المنهج المناسب والتحكم في أدواته وتطبيقه بشكل أفضل

(عبد الله قلش , 2016-2017, 60)

ويعرف المنهج أنه وسيلة محددة تصل إلى غاية محددة ، فهو خطة منظمة لعدة عمليات ذهنية أو حسية بغية الوصول إلى كشف حقيقة أو البرهنة عليها ، فهو جملة من الأساليب والتقنيات المصممة خصيصا لفحص ورصد الظواهر والمعارف المستكشفة حديثا

(شفيقة بورا، 2022- 2023)

وبما أن البحث الحالي سيعالج العلاقة بين القلق و الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى الأطفال المتمدرسين فإن المنهج المناسب للدراسة هو المنهج الوصفي وهو الذي يستخدم في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها وأشكالها وعلاقتها والعوامل المؤثرة في ذلك

(إسماعيل سيبوكر -نجلاء نجاحي، 2019، 4)

مجتمع البحث :

هو المجتمع الأكبر أو المفردات التي يستهدف الباحث دراستها لتحقيق نتائج الدراسة ، ويمثل هذا المجتمع الكل أو المجموع الأكبر المستهدف الذي يهدف الباحث دراسته ، ويتم تعميم نتائج الدراسة على كل مفرداته

(طلحة الياس ، 2017، 1)

وقد تمثل مجتمع الدراسة الحالية في تلاميذ سنة ثانية متوسط حيث بلغ عددهم 203 تلميذ وتلميذة من متوسطة مجاهد رملية عبد القادر ببن شكاو

العينة والمعاينة:

تمثل العينة جزءا من مجتمع الدراسة من حيث الخصائص والصفات ويتم اللجوء إليها عندما تغني الباحث عن دراسة كافة وحدات المجتمع .

(السعدي الغول السعدي ،ص2)

وتعرف المعاينة الطريقة العلمية التي تعتمد لغرض اختيار مفردات المجتمع واخضاعها للعمل الاحصائي بحيث تصلح النتائج المتحصل عليها من معطيات العينة لتمثيل مؤشرات المجتمع

(د جميل احمد ، ص 190)

ووفقا لطبيعة الدراسة فإن أفضل أنواع المعاينة هي العينة العشوائية البسيطة وذلك لأن هذا النوع من العينات يتلائم مع الدراسة الحالية .

ووفقا لما يقتضيه حجم العينة فإن عينة الدراسة الحالية 40 تلميذ وتلميذة

جدول رقم(1): يوضح خصائص عينة الدراسة

	الجنس	التكرار	%النسبة المئوية
عدد عينة الدراسة (تلاميذ التعليم المتوسط)	ذكر	19	%47.5
	انثى	21	%52.5
المجموع		40	%100

من خلال الجدول أعلاه نجد نسبة الذكور (47.5%) في حين أن نسبة الإناث قدرت ب (52.5%)

مجالات الدراسة:

يعد تحديد مجالات الدراسة عملية ضرورية وهامة لأي بحث إجتماعي حيث أنها تساعد الباحث على مواجهة مشكلة بحثه بكل موضوعية وعلمية كما تضفي على البحث مصداقية أكبر وتبعده عن أي إلباس الذي من شأنه أن يشكك في نتائج المتوصل إليها .

المجال المكاني : وهو المجال الذي يحدده النطاق المكاني الذي اجريت فيه الدراسة الميدانية والمتمثلة في متوسطة المجاهد رملية عبد القادر تحديدا في بلدية بن شكاو التابعة لولاية المدية

المجال الزماني : إنطلقنا في إعداد الجانب التطبيقي للدراسة في مطلع السداسي الثاني من السنة الدراسية (2024-2023)

المجال البشري : وهو المجتمع الأصلي الذي يناسب موضوع دراستنا والمتمثل في تلاميذ التعليم المتوسط لمتوسطة بن شكاو ولاية المدية

أدوات الدراسة:

من الأدوات المستعملة بكثرة في العلوم الاجتماعية نجد الملاحظة، الاستبيان، الاختبارات والمقاييس النفسية .... وبما أن طبيعة الموضوع هي التي تفرض على الباحث نوع المنهج الذي يتبعه وتبعا لذلك تفرض عليه نوع الأدوات الواجب استخدامها لجمع الحقائقوالمعطيات من الميدان فإنه في هذه الدراسة تصبح الأدوات الصالحة لتلبية حاجيات هذا الموضوع هي :

الإستبيان : يعرفه أبو النيل (1995) بأنه عبارة عن مجموعة من الأسئلة المصممة للتوصل من خلالها إلى حقائق يهدف إليها البحث

يجيب على هذه الأسئلة المفحوص بدون مساعدة شخصية من الباحث

(زياد بنعلي بن محمود الجرجاوي ،2010،ص18)

والهدف من الدراسة الميدانية هي معرفة علاقة الإدمان على الألعاب الإكترونية بالتعرض للقلق عند المتمدرسين ولذلك تم الإستعانة باستبيان خاص بالإدمان على الألعاب الإلكترونية والقلق

إستبيان إدمان الألعاب الإلكترونية :

وصف الإستبيان:

تم تصميم الإستبيان من طرف الباحثة نيفين حسن سعد شاكر حيث تكون الإستبيان من 38عبارة موزعة على ستة أبعاد (الإدراك المشوه ،الإعتياد والإستمرار القهري ، التدفق والإنغماس ، الأولوية والتخلي ، الخداع والهروب ، فقدان السيطرة والإنتكاس)

الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الألعاب الإكترونية :

إعتمادًا على العينة موضع الدراسة تم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية بالطرق الآتية:

أ-صدق المقياس:

مؤشرات صدق البنية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية بإستخدام (برنامج التحليل العاملي التوكيديAOMS20)

ويوضح الجدول أدناه معاملات الإنحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

جدول (2): تشبعات مفردات أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي.

البعد	المفردة	الوزن الإنحداري المعياري	الوزن الإنحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الإدراك المشوه	37	0.53	0.7	0.1	7.28	0.01
	31	0.92	1.17	0.09	12.81	0.01
	25	0.62	0.81	0.09	8.62	0.01
	19	0.65	0.84	0.09	9.06	0.01
	13	0.73	0.95	0.09	10.17	0.01
	7	0.57	0.69	0.09	7.83	0.01
	1	0.74	1	-	-	-
الاعتياد والاستمرار القهري	38	0.59	0.8	0.1	7.73	0.01
	32	0.56	0.79	0.11	7.39	0.01
	26	0.56	0.77	0.11	7.35	0.01
	20	0.55	0.67	0.09	7.27	0.01
	14	0.55	0.73	0.1	7.28	0.01
	8	0.83	1.28	0.12	10.75	0.01
	2	0.73	1	-	-	-
التدفق والانغماس	33	0.52	0.77	0.12	6.33	0.01
	27	0.72	1.12	0.14	8.23	0.01
	21	0.61	0.74	0.1	7.16	0.01
	15	0.69	1.13	0.14	7.94	0.01
	9	0.58	0.83	0.12	6.89	0.01
	3	0.65	1	-	-	-
الأولوية والتخلى	34	0.8	1.03	0.08	13.35	0.01

	28	0.5	0.53	0.0 7	7.27	0.01
	22	0.75	0.92	0.0 8	12.19	0.01
	16	0.58	0.74	0.0 9	8.65	0.01
	10	0.93	1.12	0.0 7	16.42	0.01
	4	0.83	1	-	-	-
الخداع والهروب	35	0.45	0.54	0.0 8	6.49	0.01
	29	0.64	0.73	0.0 7	9.97	0.01
	23	0.86	0.93	0.0 6	15.96	0.01
	17	0.82	0.96	0.0 7	14.51	0.01
	11	0.6	0.54	0.0 6	9.24	0.01
	5	0.88	1	-	-	-
	36	0.56	0.84	0.1 2	6.97	-
فقدان السيطرة والانتكاس	30	0.69	1.14	0.1 4	8.31	0.01
	24	0.76	1.12	0.1 2	9.08	0.01
	18	0.71	1.09	0.1 3	8.59	0.01
	12	0.59	0.85	0.1 2	7.3	0.01
	6	0.66	1	-	-	-

يتضح من الجدول ان جميع مفردات مقياس إدمان الالعاب الالكترونية كانت دالة عند مستوى 0.01 ، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لابعاد مقياس إدمان الالعاب الالكترونية

جدول (3)مؤشرات ضدق البنية لمقياس إدمان الالعاب الالكترونية :

يتضح من جدول (3) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة χ^2 للنموذج

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi - square (CMIN)	1211.81	
مستوى الدلالة	0.00 دالة عند 0.01	
DF	650	
CMIN/DF	1.86	أقل من 5
GFI	0.92	من صفرإلى 1: القيمة المرتفعة التى تقترب أو تساوى 1 صحيح تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	0.91	من صفر إلى1 :القيمة المرتفعةالتي تقترب أو تساوي 1 صحيح تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	0.92	من صفر إلى 1 :القيمة المرتفعة التي تقترب أو تساوي1 صحيح تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	0.93	. من صفر إلى 1 :القيمة المرتفعة التي تقترب أو تساوي1 صحيح تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	0.08	من صفر إلى1،0: القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

=81.1211 بدرجات حرية = 650 وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 و كانت النسبة بين قيمة χ^2 إلى درجات الحرية = 86.1 ، ومؤشرات حسن المطابقة) GFI= 92.0، RMSEA= 0.08، CFI= 0.93، IFI= 0.92، NFI= 0.91 ، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية .

الإتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الإتساق الداخلي للمقياس ، وذلك بإيجاد معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه ، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (4) معاملات الإرتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية

الإدراك المشوه		الاعتياد والاستمرار القهري		التدفق والانغماس		الأولوية والتخلى		الخداع والهروب		فقدان السيطرة والانتكاس	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
1	0.55 **	2	0.55 **	3	0.73 **	4	0.62 **	5	0.58 **	6	0.66 **
7	0.60 **	8	0.53 **	9	0.57 **	10	0.50 **	11	0.64 **	12	0.77 **
13	0.40 **	14	0.48 **	15	0.66 **	16	0.57 **	17	0.55 **	18	0.64 **
19	0.44 **	20	0.51 **	21	0.68 **	22	0.69 **	23	0.61 **	24	0.61 **
25	0.52 **	26	0.57 **	27	0.69 **	28	0.61 **	29	0.53 **	30	0.67 **
31	0.60 **	32	0.71 **	33	0.73 **	34	0.79 **	35	0.49 **	36	0.41 **
37	0.69 **	38	0.49 **								

دال عند 0.01

يتضح من جدول(4) أن جميع معاملات الإرتباط دالة عند مستوى 0.01وهذا يوضح الاتساق الداخلي للمقياس.وتم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس.

والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول(5) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية والدرجة الكلية

البعد	الدرجة الكلية للمقياس
الإدراك المشوه	0.84**
الاعتياد والاستمرار القهري	0.81**
التدفق والانغماس	0.85**
الأولوية والتخلى	0.83**
الخداع والهروب	0.79**
فقدان السيطرة والانتكاس	0.86**

دال عند0،01

ويتضح من جدول(5) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الإرتباط بين: (0.79 - 0.86) وجميعها دالة عند مستوى(0.01) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس ، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ب- ثبات مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية :

حسبت قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية و المقياس ككل، و الجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (6) معاملات الثبات لأبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية سبيرمان براون
الإدراك المشوه	0.81	0.79
الاعتياد والاستمرار القهري	0.83	0.82
التدفق والانغماس	0.84	0.81
الأولوية والتخلي	0.82	0.80
الخداع والهروب	0.76	0.75
فقدان السيطرة والانتكاس	0.74	0.74

المقياس ككل	0.88	0.85

يتضح من الجدول السابق(6) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذى يؤكد ثبات مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق و الثبات و يمكن استخدامها علمياً.

مقياس القلق

وصف المقياس:

تم إعداد هذا المقياس من طرف (**جعفر محمد جمال الليل**)1995، والمقياس في صورته النهائية يتكون من 56 عبارة موزعة على أربعة: البعد الانفعالي، البعد العقلي، البعد الجسمي (الفيزيولوجي)، البعد السلوكي (النزوعي)، ووضعت خمسة(5) بدائل إختيارات للإجابة عن كل عبارة من عبارات المقياس بطريقة ليكرت وهي (دائما- غالبا- أحيانا- ناد ار- أبدا) .

وقد صيغت العبارات على أن تكون معبرة لأعراض القلق.

الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة الجزائرية:

*- ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بإستخدام طريقة التجزئة النصفية على عينة قوامها 100 طالبة وطالبة من جامعة الجزائر -2- حيث تم تقسيم بنود المقياس إلى نصفين (زوجي- فردي) ثم حساب معامل الإرتباط بين مجموع8 النصف الأول ومجموع النصف الثاني، وبلغ معامل إرتباط بيرسون لدرجة المقياس 89.0 و بعد إستخدام معاملة سبيرمان ب ارون المعدلة أصبح معامل الثبات 94.0 وهذا يدل على ثبات المقياس .

كما تم حساب الثبات بإستخدام ألفا كرومباخ لأبعاد المقياس، وت اروح معامل ألفا بني (0.79 -0.89)مما يدل على ثبات المقياس .

جدول رقم(7): معاملات ألفا كرومباخ لأبعاد مقياس القلق .

الأبعاد	معامل ألفا كرومباخ
البعد الإنفعالي	0.79
البعد العقلي	0.82

البعد الجسمي	085
البعد السلوكي	087

*- صدق المقياس:

تم حساب الصدق على نفس العينة عن طريق إستخدام الصدق الداخلي وذلك بحساب افرتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وت اروحت معاملات الإرتباط بين(0.43_0.33) للبعد الإنفعالي، ومابين(0.67-0.45) للبعد الجسمي، وما بين(0.53-0.71) للبعد السلوكي .

الاساليب الإحصائية المستخدمة :

من أجل تحليل البيانات المحصل عليها بواسطة أداة الدراسة اعتمدنا على الأساليب الإحصائية التالية :

النسبة المئوية :وتستعمل في هذه الدراسة من أجل تقدير عدد أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

المتوسط الحسابي : عبارة عن مجموع القيم مقسوم على عددها ويرمز له بالرمز وهو 3 انواع متوسط حسابي بسيط ومتوسط حسابي المرجع والمتوسط الحسابي بالطريقة المختصرة **(بولعباس مختار، 2018/2017 ،52ص)**

وتم استخدامه في الدراسة الحالية لحساب نتائج أفراد العينة على مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية ومقياس القلق.

الانحراف المعياري :يعتبر أهم مقايس التشتت و أكثرهم استعمالا في علم الإحصاء و هو الجذر التربيعي لمتوسط مجموع مربعات فروق القيم عن وسطها الحسابي
(عمر محمود العماري ص11

معامل الإرتباط برسون :يعتبر معامل الإرتباط برسون من أكثر المعاملات الارتباط شيوعا و استعمالا عندما يكون كلا المتغيرين متغير كميا متصلا

(عماد عباس حسين 2016ص08)

وقد تم استخدامه للتحقق من صدق الفرضية الأولى .

إختبار الفروق ت :يستخدم هذا الإختبار لقياس دلالة فروق المتوسطات الغير مرتبطة و المرتبطة للعينات المتساوية و الغير متساوية و هو ثلاثة أنواع إختبار" ت" لعينة واحدة و إختبار" ت" لعينتين مستقلتين و إختبار" ت "لعينتين مرتبطتين.

(د، دمدوم ريمة ص01)

و قد استخدامه في هذه الدراسة لحساب الفروق بين الجنسين في مقياس الإدمان و القلق.

الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج

1. عرض نتائج متغيرات البحث
2. عرض نتائج الدراسة
3. تفسير ومناقشة نتائج الدراسة
4. خاتمة
5. الاقتراحات

عرض نتائج متغيرات البحث :

نتائج مقياس الالعاب الالكترونية :قمنا بوضع طريقة لتصحيح المقياس بعد تطبيقه على أفراد عينة الدراسة ، وذلك بحيث تسمح لنا بتغيير لغة المقياس من لغة حروف وعبارات إلى اللغة الرقمية والتي تسمح لنا بالتعامل مع هذه الأرقام بصورة علمية تهدف إلى الوصول إلى نتائج دقيقة ومنظمة لأبعاد المقياس،وهذه الطريقة يتم فيها اختيار الإستجابة من بين ثلاثة بدائل، تنطبق علي تماما ، تنطبق لحد ما ، لا تنطبق علي تماما ، ويقابلها ثلاث درجات حسب الاختيار 3-2-1 على التوالي ومنه فأعلى درجة يمكن الحصول عليها هي 114 ، وأدناها 38 ، والحد الفاصل بين الإدمان وغير الإدمان هو 76 ، فكل درجة تساوي أو أعلى من هذا الحد تعني ارتفاع الإدمان على الألعاب الإلكترونية ، وكل درجة أقل منها تعني انخفاض الإدمان

نتائج أفراد العينة على مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية: جدول رقم(8)

الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	التكرار	الجنس
9,54	76,95	19	الذكر
12,79	81,05	21	الأنثى
11,41	79,10	40	المجموع

يبين الجدول نتائج أفراد العينة على مقياس الإدمان على المخدرات حسب الجنس ، وقدرت نتائجهم على المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 79,1 ، وهو يعني مستوى مرتفع من الإدمان على الألعاب الإلكترونية حسب التصنيف نموذج التصحيح وانحراف معياري قدره 11,41أما نتائج الأفراد حسب الجنس نبينها فيما يلي: مجموعة الذكور : تحصل الذكور وعددهم 19 في المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 76.9 ، وهو يعني مستوى مرتفع من الإدمان على الألعاب الإلكترونية حسب التصنيف نموذج التصحيح وانحراف معياري قدره 9,5

مجموعة الإناث : تحصل إناث وعددهن 21 في المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 81,05 ، وهو يعني مستوى مرتفع من الإدمان على الألعاب الالكترونية حسب التصنيف نموذج التصحيح وانحراف معياري قدره 12,7

وكما هو ملاحظ فإن الإناث لديهن درجات إدمان على الألعاب الإلكترونية أعلى مقارنة بنتائج الذكور.

مقياس القلق:
يتكون المقياس من 56 بندا ، ويقابله خمس اختيارات : دائما ، غالبا ، أحيانا ، نادرا، أبدا ، ويقابلها خمس درجات حسب الاختيار5-4- 3-2-1 على التوالي ومنه فاعلى درجة يمكن الحصول عليها هي 280 ، وأدناها 56 ، والحد الفاصل بين الإدمان وغير الإدمان هو 168 ، فكل درجة تساوي أو أعلى من هذا الحد تعني ارتفاع القلق، وكل درجة أقل منها تعني انخفاض القلق

جدول(9) نتائج أفراد العينة على مقياس القلق :

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الذكر	19	180,37	49,59
الأنثى	21	175,48	44,00
المجموع	40	177,80	46,19

يبين الجدول (9)نتائج أفراد العينة على مقياس القلق حسب الجنس ، وقدرت نتائجهم على المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 177,8 ، وهو يعني مستوى مرتفع من القلق حسب التصنيف نموذج التصحيح والانحراف معياري قدره 46,19.

أما نتائج الأفراد حسب الجنس نبينها فيما يلي :

مجموعة الذكور : تحصل الذكور وعددهم 19 في المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 180,3، وهو يعني مستوى مرتفع القلق حسب التصنيف نموذج التصحيح وانحراف معياري قدره 49,5 .

مجموعة الإناث : تحصل الإناث وعددهن 21 في المقياس الكلي على متوسط حسابي قدره 175,4، وهو يعني مستوى مرتفع من القلق حسب التصنيف نموذج التصحيح وانحراف معياري قدره 44 .

وكما هو ملاحظ فإن الذكور لديهم درجات قلق أعلى مقارنة بنتائج الاناث .

عرض نتائج فرضيات الدراسة:

❖ اختبار الفرضية الأولى : تنص الفرضية الأولى على وجود العلاقة الإرتباطية الدالة إحصائيا بين درجات الإدمان على الألعاب الإلكترونية ودرجات القلق ، ولاختبارها يتم استخدام معامل الارتباط بيرسون ، ونبينها في الجدول رقم (10) الآتي :

المتغيرات	التكرار	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة الترابط	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
الإدمان على الألعاب الإلكترونية	40	79,10	11,41	0,69	0,04	دال عند 95%
القلق	40	177,80	46,19			

يبين الجدول اختبار الفرضية الأولى للعلاقة الارتباطية الدالة بين درجات الإدمان على الألعاب الإلكترونية ودرجات القلق ، ولاختبارها يتم استخدام معامل الإرتباط بيرسون ، وقد كانت نتائج الإرتباط بقيمة 0,69 ، وهي علاقة ارتباطية متوسطة ، وتعني أنه كلما ارتفعت درجات الإدمان على الانترنيت يقابله ارتفاع القلق وبمراجعة الدلالة المعنوية الت تساوي 0,04 وهي أقل من الدرجة الحرجة 0,05 ، وهي ذات دلالة إحصائية ومستوى ثقة 95% أي قبول الفرضية البديلة ورفض الفرضية الصفرية ،يمكن القول أن النتائج للارتباط لا تعود للصدفة بل لإجراءات البحث والنتائج يمكن اعتمادها ، وهي خاصة بالعينة المدروسة ولا يمكن تعميمها .

❖ اختبار الفرضية الثانية : تنص الفرضية الثانية على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس الإدمان على الألعاب الالكترونية، وللتاكد منها نقوم باستخدام اختبارت لعينتين غير متساويتين ونبينها في الجدول رقم (11)الآتي

المحاور	التكرار	م ح	الانحراف	قيمة ت	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
الذكور	19	76,95	9,54	1,1	0,2	غير دال
الاناث	21	81,05	12,79			

يبين الجدول اختبار الفرضية الثانية على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس الإدمان على الألعاب الالكترونية، وللتاكد منها نقوم باستخدام اختبارت لعينتين غير متساويتين ، فكانت قيمة ت المحسوبة 1,1 والدلالة المعنوية 0,2 وهي اكبر من الدرجة الحرجة 0,05 ، ومنه قبول الفرضية الصفرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الجنسين على مقياس الإدمان على العاب الانترنيت تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها ، ورفض الفرضية البديلة .

- ❖ اختبار الفرضية الثالثة : تنص الفرضية الثالثة على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس القلق، وللتاكد منها نقوم باستخدام اختبارت لعينتين غير متساويتين ونبينها في الجدول رقم (12)الآتي :

المحاور	التكرار	م ح	الانحراف	قيمة ت	الدلالة المعنوية	الدلالة الاحصائية
الذكور	19	180,37	49,59	0.3	0,7	غير دال
الاناث	21	175,48	44,00			

يبين الجدول اختبار الفرضية الثالثة على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس الإدمان على مقياس القلق وللتاكد منها نقوم باستخدام اختبارت لعينتين غير متساويتين ، فكانت قيمة ت المحسوبة 0,3 والدلالة المعنوية 0,7 وهي اكبر من الدرجة الحرجة 0,05 ، ومنه قبول الفرضية الصفرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الجنسين على مقياس القلق تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها ، ورفض الفرضية البديلة .

تفسير ومناقشة نتائج الفرضيات :

- مناقشة وتفسير الفرضية العامة : تنص الفرضية العامة على وجود العلاقة الارتباطية الدالة احصائيا بين درجات الإدمان على الألعاب الالكترونية ودرجات القلق ، وتم اختبارها باستخدام معامل الارتباط بيرسون ، وقد كانت نتائج الارتباط بقيمة 0,69 ، وهي علاقة ارتباطية متوسطة ، وتعني أنه كلما ارتفعت درجات الإدمان على الانترنيت يقابله ارتفاع القلق وهي ذات دلالة إحصائية ومستوى ثقة 95% ، أي قبول الفرضية البديلة ورفض الفرضية الصفرية ،يمكن القول أن النتائج للارتباط لا تعود للصدفة بل لإجراءات البحث والنتائج يمكن اعتمادها ، وهي خاصة بالعينة المدروسة ولا يمكن تعميمها .وهي نفس معظم الدراسات الأخرى مثل دراسة السلمي (2013) بخصوص القلق ودراسة حمدان (2016) ودراسة سيزرنكي وويبر(2014)

حيث أن نتائج الدراسات السابقة تنص على أن الألعاب الالكترونية تأثر على سلوكيات المتمدرسين وتسبب العزلة والانطواء والاضطرابات الأخرى .وهذا ما توصلنا إليه في دراستنا الحالية أي كلما ارتفع إدمان على الألعاب الالكترونية يرتفع درجة التعرض للقلق .

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس الإدمان على الألعاب الالكترونية، باستخدام اختبارت توصلت إلى أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مقياس إدمان الألعاب الالكترونية ومنه قبول الفرضية الصفرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الجنسين على مقياس الإدمان على ألعاب الانترنيت تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها ، ورفض الفرضية البديلة .أي أن أغلب التلاميذ يمارسون الألعاب الاكترونية يوميا وهذا يرجع للاستخدام المفرط لا توجد دراسة تتوافق أو تختلف مع هذه الدراسة، هذا راجع لأن نتائج الدراسات السابقة توصلت إلى وجود إجابيات وسلبيات عديدة للألعاب الإكترونية من بينها تنمية قدرات ودقة الإنجاز كما أنها تؤدي إلى الإدمان عليها وخفض التحصيل الأكاديمي ، أما دراستنا الحالية كان صلب نتائجها حول الفروق بين أفراد العينة .

- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على وجود الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الجنسين على مقياس القلق، وللتاكد منها قمنا باستخدام اختبارت لعينتين غير متساويتين ،ومنه قبول الفرضية الصفرية التي مفادها أن الفروق المشاهدة بين الجنسين على مقياس القلق تعود للصدفة وليس لإجراءات البحث ولا يمكن اعتمادها ، ورفض الفرضية البديلة .وهي عكس دراسة ريتشارد (2005)التي أظهرت وجود فروق في القلق لصالح الإناث أي أن الإناث أكثر عرضة للقلق .في حين أن نتائج الدراسة الحالية تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين على مقياس القلق .

خاتمة

وفي الأخير وكختام لهذه الدراسة يمكن القول أن معالجة هذين الموضوعين أمر أساسي باعتبارهما يؤثران بشكل مباشر على شخصية المتمدرسين وسلوكاتهم حيث تعتبر الظاهرة الأولى ألا وهي ظاهرة القلق حالة يشعر فيها بالعجز والتوتر والفزع في جميع مجالات الحياة خاصة الدراسية ، الذين يعانون من القلق يعيشون في جو مضطرب ولايستطيعون مواجهة المواقف التي تعتريهم بشكل جيد ،بينما في الجانب الآخر نجد ظاهرة الإدمان على الألعاب الإلكترونية التي تأثر سلبا على شخصية وسلوكات الطفل فبدلا من الجلوس مع العائلة واللعب مع من هم بسنه نجده يفضل الإنعزال والإنطواء مع الألعاب الإلكترونية

كما تطرقت دراستنا للبحث في علاقة القلق بالإدمان على الألعاب الالكترونية والتي كانت العلاقة بينهما علاقة ارتباطية دالة

بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة بين الجنسين في إدمان الألعاب الالكترونية وكذلك القلق

الإقتراحات :

- تصميم برامج إرشادية للتخفيض من القلق لدى الأطفال المتمدرسين
- التعرف على أهم الأسباب التي قد تؤدي إلى إدمانهم للألعاب الإلكترونية
- الإهتمام ب وتفهم مشكلاتهم النفسية والإجتماعية التي قد تؤثر عليهم وتدفعهم لإدمان الألعاب الإلكترونية
- إلزام المحلات التجارية بوضع معلومات إرشادية عن طبيعة الألعاب الإلكترونية المعروضة والفئات العمرية المناسبة لها ،مع ضرورة تفعيل العقوبات الرادعة اتجاه من يخالف ذلك
- دراسة الإدمان على الألعاب الإلكترونية وعلاقته ببعض المتغيرات السلوكية الأخرى
- ضرورة الرقابة الأبوية ووعيهم لمخاطر التي تنتج عن إدمان أطفالهم للألعاب الإلكترونية
- تنظيم أوقات اللعب
- تخصيص يوم من الأسبوع لقضاء العائلة وقتهم مع بعض دون اللجوء الى الهواتف أو الحواسيب

قائمة المراجع :

الكتب:

1. زعتر نور الدين،2010،القلق سلسلة الأمراض النفسية الطبعة الأولى، الجلفة
2. الدكتورة نبيلة عباس الشوربجي ،2003،المشكلات النفسية للأطفال أسبابها علاجها،دار النهضة العربية ، الطبعة الأولى،القاهرة
3. الدكتور عماد محمد مخيمر ،د هبة محمد علي، 2006، المشكلات النفسية للأطفال بين عوامل الخطورة و طرق الوقاية و العلاج ،مكتبة الأنجلو ،الطبعة الأولى ،القاهرة مصر
4. زياد بن علي بن محمود الجرجاوي،2010، القواعد المنهجية التربوية لبناء اللإستبيان ،مطبعة أبناء جراح ،غزة فلسطين.
5. وليد سرحان د عدنان التريكي د محمد حباشنة ، 2014، القلق ،دار مج الاوي للنشر والتوزيع ،الطبعة الثالثة ، عمان
6. نزار الطالب، كامل لويس،2000 ,علم النفس الرياضي ، ط 2 ،بغداد

مجلات و مطبوعات:

7. نيفين حسن سعد شاكر،2023، بناء مقياس إدمان الالعاب الإلكترونية لدى المراهقين من طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ،مجلة كلية التربية العدد السابع و الأربعون ،القاهرة .
8. قطب عبد الله خليل حنور،2016،فعالية العلاج السلوكي و علاج ماوراء المعرفي في تخفيض حدة اضطراب الوسواس القهري، المجلة التربوية ،العدد السادس و الأربعون.
جذع9. عبد الله قلش ،منهجية البحث العلمي ، جامعة حسيبة بن بوعلي ،2016،شلف
10. الدكتورة شفيقة بورا ، 2022، محاضرات موجهة لطلبة سنة أولى مشترك علوم اجتماعية جامعة العربي بن مهيدي
11. اسماعيل سيبوكر ،د نجلاء نجاجي، 2019،أهمية المنهج للبحث للعلوم الإنسانية ،ورقلة

12. طلحة إلياس ،2017، نظام المعاينة في البحوث الإجتماعية و الأعلامية قسنطينة الجزائر
13. د جميل احمد ، اساليب المعاينة القياس وتحليل البيانات ، البويرة
14. د بولعباس مختار ،2018،محاضرات في الاحصاء ، تيارت
15. عماد عباس حسين ،2016، البحث الارتباطي ، جامعة المستنصرية
16. عمر محمود العماري ،التباين والانحراف المطاطي والنسبي ، جامعة القاسمية
17. د دمدوم ريمة ،اختبار ت ، جامعة محمد بوضباف ، المسيلة
18. .م.د. عبد السلام جودت جاسم، 2009، مستويات القلق لدى طلاب جامعة بابل، العدد 1 ، بابل ، العراق
19. د منصور عبد الله محمد العجمي ،2019،إدمان الألعاب الالكترونية وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين بدولة الكويت،المجلد التاسع والعشرينالعدد السادس ، الاسكندرية ، مصر

المذكرات:

20. يحياوي ديهية ،رجدال هنية ' 2019،أثر الألعاب الإلكترونية عبر الأنترنت على المراهقين ،جامعة البويرة
21. حياة كنزة ،بلعايب لامية،2021، الإدمان على الألعاب الإلكترونية و علاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ،جامعة جيجل
22. ميرة بلقاسم، 2019،خطاب الألعاب الإلكترونية عبر الأنترنت وعلاقته بالتفكير الإبداعي لدى الشباب الجزائري ،جامعة بسكرة
23. وهيبة زعيتر رانية حبيلي 2021،دور الألعاب الإلكترونية في ممارسة العنف المدرسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة من وجهة نظر الأساتذة ،جامعة جيجل .
24. بلقيس مراد، حنان غمري2020 ،الألعاب الإلكترونية العنيفة و تاأثيرها على الطلبة الجامعيين، جامعة محمد خيضر ،بسكرة .
25. أسماء صندوق ،وسيمة بن عريف ،2019 ،تقدير الذات الإجتماعي لدى مراهق مدمن الألعاب الإلكترونية ،جامعة ورقلة.

26. حياة بوبلوطة ،سلمى طالبي،2019، علاقة الالعاب الإلكترونية بالسلوك العدواني لدى التلاميذ المتمدرسين ،جيجل

27. سارة بن صالح ،2019 ،الصلابة النفسية لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية ،بسكرة

28. حفصي أسماء، ديلمي عبير،2022، تأثير الألعاب الإلكترونية على التحصيل الدراسي للتلاميذ ،المسيلة.

29. رميساء كواشخية نرجس عمیار،2020 ، الدلالات الرمزية لمحتوى الألعاب الإلكترونية ،الوادي

30. ميساء بكوش،نهاد بن نخلة ،2022 ،أساليب استخدام الألعاب الإلكترونية على السلوك العدواني لدى الطفل ،قالمة

31. لعرباوي ،سهيلة طالبي فلة، 2021 ،القلق الاجتماعي و علاقته بإدمان تلاميذ التعليم المتوسط على الألعاب الإلكترونية،الجزائر،المدية.

32. سعادو هناء ،بن مرزوق نوال،2016 ،الألعاب الإلكترونية العنيفة و علاقتها بانتشار ظاهرة العنف المدرسي ،عين الدفلى .

33. بريك قريب،وسيلة جديلي،2021، الألعاب الإلكترونية و السلوك المنحرف لدى تلاميذ الطولر الثانوي، تبسة .

34. حزام أمير عاطف ،آيت كاكي رفيق ،2022،الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها باضطراب القلق المعمم لدى أساتذة مرحلة التعليم المتوسط،قالمة.

35. أميرة خليفي، دنيا بشكيط ،2020،أثر الألعاب الإلكترونية على سلوكات المراهق الجزائري ،جيجل.

36. بوربيع مروة ،بوقشاشة حسيبة ،بورنانة هانية ،2019 ،أساليب المعاملة الوالدية ة علاقتها بالقلق لدى تلاميذ الطور المتوسط،جيجل.

37. دحماني هدى ، 2010،تأثير القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري المزمن ،البويرة

38. أميرة محمد محمد الدق،محمد نجيب أحمد الصبوة، 2014،احمد اسماعيل السيد،العلاج المعرفي السلوكي لعينة من حالات الرهاب الاجتماعي عن طريق تنمية فعالية الذات، مصر

39. ملجم صوارية مرغيث سارة، 2021،القلق النفسي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة الماستر المقبلين على التخرج ،جيجل

40. ياسمين جميل حافظ ابو فاخر، 2021،القلق وعلاقته بالطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية ،جامعة حلوان

41. صحراوي احسان ، كربال خلود إخلاص ‘2022،الإدمان على الالعاب الالكترونية وعلاقته بالتعرض للقلق لدى الاطفال دراسة ميدانية بولاية المدية ،المدية

مواقع إلكنرونية:

42. . (https://trend.nlzza.com›2023)

43. السعدي الغول السعدي ، 2018،العينات وانواعها https://www.psycodz ( )

ملاحق

ملحق رقم 1 مقياس إدمان الألعاب الألكترونية

عزيزي التلميذ(ة) في اطار انجاز مذكرة الماستر نحن بصدد اعداد استبيان كاداة نستخدمها للقياس ولهذا نقترح عليكم بعض الاسئلة التي نود معرفة رايكم الشخصي فيها

لذالك نطلب منكم

قراءة العبارات بعناية واهتمام

وضع علامة (×) امام الاجابة الموافقة بحالتكم دون تفكير وتردد والتاكد ان لا يوجد هناك اجابات صحيحة او خاطئة وانما هي وجهة نضر شخصية تختلف من تلميذ لاخر

البيانات الشخصية

الجنس انثى ☐ ذكر ☐

السن ☐

الحالة الاجتماعية للوالدين طلاق الوالدين ☐ وفاة احدهما ☐ انفصال داخلي ☐

الرقم	العبارات	تنطبق علي تماما	تنطبق الى حد ما	لا تنطبق تماما
1	أعتقد أن أصدقائي في الالعاب أقرب لي من أصدقاء المدرسة			
2	أشعر بالرغبة دائما في ممارسة الالعاب الالكترونية			
3	الالعاب الالكترونية تحقق لي المكاسب والالنتصارات			
4	أفضل ممارسة الالعاب الالكترونية عن غيرها من ألانشطة			
5	أكذب على والدي في الوقت الذي أقضيه في اللعب			
6	أعجز في التوقف عن اللعب			

7	أضن ان لااحد يحبني			
8	عدم الشعور بالوقت اثناء اللعب			
9	تجذبني الصور والالوان ومؤثرات الصوت في ألالعاب			
10	يشتكي المعلمين دائما مني في المدرسة			
11	اهرب من المذاكرة عن طريق اللعب بالاعاب الاكترونية			
12	أفشل دائما في تحديد وقت للعب			
13	أشعر ان ممارستي للالعاب الالكترونية أعطتني ثقة بالنفس			
14	أستمر باللعب أثناء جلوسي مع ألاخرين			
15	ممارستي اللعب لاوقات طويلة لا يشعرني بالوحدة			
16	أفضل الحديث مع أسرتي عن استمراري في اللعب			
17	أخفي عن والدي درجات إختباري السيئة			
18	أشعر بعدم القدرة على ممارسة أي نشاط آخر غير اللعب			
19	اندماجي مع الالعاب الالكترونية جعلني أحب الخيال أكثر من الواقع			
20	ألعب في أي وقت وفي اي مكان أذهب إليه			
21	أشعر بالسعادة أثناء اللعب			
22	علاقتي بأصدقائي ضعيفة			
23	أتضاهر بالمرض لكي لا أذهب للمدرسة اضل ألعب			
24	عندي رغبة مستمرة في ممارسة الالعاب الالكترونية			
25	أستمر في اللعب حتى أحقق الفوز			

26	أعجز ن تحديد وقت اللعب			
27	يتعكر مزاجي واشعر بالإكتئاب عندما ينقطع ألاتصال باللعبة لأي سبب			
28	أفكر في اللعب حتى أثناء المذاكرة			
29	أهرب من المشكلات التي تواجهني باللعب			
30	أستطيع التحكم في مدة اللعب			
31	اجلس مع ألعابي أكثر من جلوسي مع أسرتي			
32	انظم وقتي بين اللعب والمذاكرة			
33	اعشق الالعاب الالكترونية لان بها التحدي والمغامرة			
34	أفضل الاستمرار في اللعب عن الخروج مع أسرتي			
35	أحب أن اقول الحقيقة في أي شيء			
36	اشعر بالعصبية عندما يزعجني أحد أثناء اللعب			
37	اتقبل الهزيمة في اللعب			
38	أستمر في اللعب حتى الشعور بالتعب			

ملحق رقم 2 : مقياس القلق

عزيزي التلميذ(ة) في إطار انجاز مذكرة الماستر نحن بصدد إعداد استبيان كأداة نستخدمها للقياس ولهذا نقترح عليكم بعض الأسئلة التي نود معرفة رأيكم الشخصي فيها

لذالك نطلب منكم

قراءة العبارات بعناية واهتمام

وضع علامة (×) امام الاجابة الموافقة بحالتكم دون تفكير وتردد والتاكد ان لا يوجد هناك إجابات صحيحة أو خاطئة وإنما هي وجهة نضر شخصية تختلف من تلميذ لأخر

البيانات الشخصية

الجنس أنثى ☐ ذكر ☐

السن ☐

الحالة الاجتماعية للوالدين طلاق الوالدين ☐ وفاة احدهما ☐ انفصال داخلي ☐

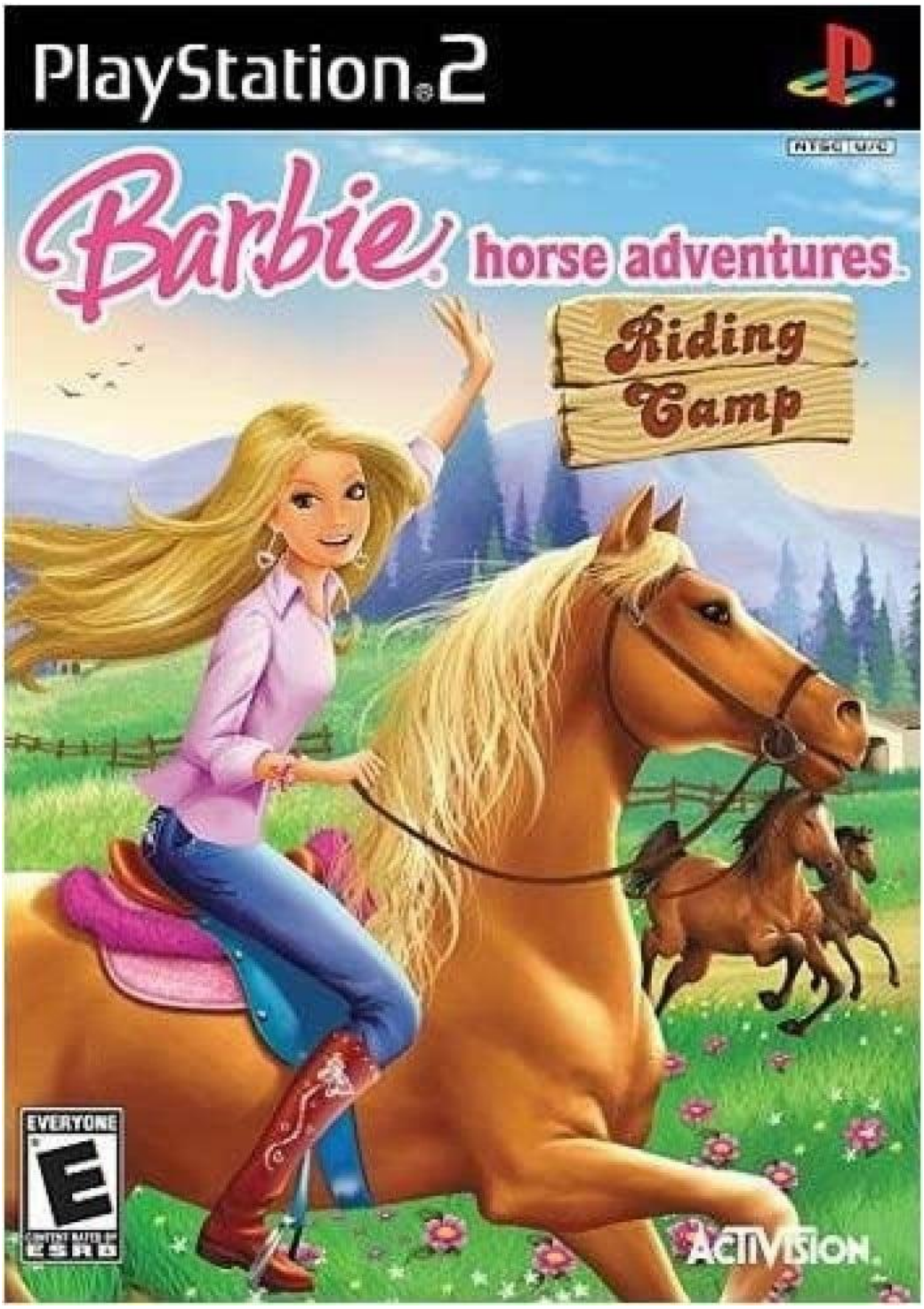
الرقم	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	نادر	ابداً
1	ارى احلاما مزعجة عندما أكون نائما					
	لا أستطيع التركيز على شيء اقموم بعمله					
	احس بان ضربات قلبي تدق بسرعة					
	اخشى ان اقوم بعمل اشياء ثم اندم على فعلها					
	اخشى ان لا ارضي اصدقائي عندما انعامل معهم					
	ارى أنني شخص لا افكر بشكل سليم					
	اجد صعوبة عندما اتنفس					
	أكون مشغول البال على الالشياء التي بعمله وأتمنى ان اكون أنجزتها بشكل سليم					
	أخاف من اي شيء يحدث لي ولو كان بسيطا					

	أنسى كثيرا الاشياء التي أريد أن اقوم بها					
	يدي تصبح رطبة ويخرج العرق منها					
	اتمنى أن يعمل الأخرون كل شيء أقوم به نيابة عني					
	أحس بتكاثر الافكار في ذهني في وقت واحد					
	أشعر برغبة في الذهاب الى الحمام					
	لا أشعر بفائدة ما أقوم به من الاعمال في حياتي					
	أشعر بانني مشغول الذهن في شيء لا أعرفه					
	لا استطيع بلع الطعام بسهولة					
	اشعر أنني أحتاج أشياء كثيرة في حياتي					
	تنتابني كثيرا الافكار المزعجة					
	أشعر بألم في معدتي					
	ارتبك عند ما اقوم بشيء معين					
	احس ان الاشياء حولي ملخبطة وليست كما ينبغي					
	اشعر بصداع					
	اخاف واتوتر بسرعة حتى ولو كان السبب تافه					
	ابالغ في تخيلاتي					
	لا استطيع ان اسمع الاصوات الشديدة					
	يصيبني الامساك					
	افعل اشياء سخيفة تجعل الاخرين يسخرون مني					
	اشعر بالخوف من وجود مشكلة في المنزل عندما اكون بعيدا عنه					
	اكون خائفا حذرا					

	اصاب بالقلق اذا شعرت بعدم قدرتي على انجاز العمل الذي اقوم به					
	احس بالتعب بسرعة					
	اعاني من الاسهال					
	حركتي كثيرة					
	احس بان اعضاء جسمي تهتز وترتجف					
	اتكلم بسرعة					
	انا كثير الصراخ					
	تأتيني تنهدات غير طبيعية					
	احس بالاضطراب عندما اتنافس مع الاخرين واتحداهم في عمل شيء من الاشياء					
	احس بالدوار والغفيان					
	احس بأنني عصبي عندما اقوم بعمل مهم					
	احس بجفاف الحرقة في حلقي					
	احس بأنني اخاف كثيرا من الاخرين					
	الاحظ بأن جلدي يتغير					
	احس بأن فتحت عيني تتسع					
	اذا مرض احدا في منزلنا يأتيني احساس بأنه سيموت					
	عند مشاهدتي لأي ازدحام اشعر ان هناك خطر قد وقع					
	احس بالتنميل في اطراف جسمي					
	عندما اضطرب اخشى ان اصبح انسانا مجنونا					
	احس بحكة في جلدي					

	أصاب بالاغماء					
	أصاب بالتقيؤ					
	اشعر أنني لا استطيع التحكم في نفسي وسيطرة عليها					
	أحس بالسخونة في جسمي					
	أكون هادئا وفجأة ينتابني الغضب					
	ارتبك عندما أتحدث أمام الاخرين					

ملحق رقم 3: لعبة باربي الاحصنة



ملحق رقم 4 لعبة counter


COUNTER STRIKE
GLOBAL OFFENSIVE
EBabcar.com
Protected with trial version of Visual Watermark. Full version doesn't put this mark.

ملحق رقم 5:لعبة PES



ملحق رقم 6 جدول حساب بالحزم الاحصائية

	جنس								
	ذكر			انثى			Tota		
	Effectif	Moyenne	Ecart-type	Effectif	Moyenne	Ecart-type	Effectif	Moyenne	Ecart-type
كلي العاب	19	76,95	9,54	21	81,05	12,79	40	79,1(	11.41
كلي قلق	19	180,37	49,59	21	175,48	44,00	40	177.80	46.19