



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب

كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

## مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

### الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة PUBG) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي لثانوية - بن عيسى عطار بني صاف

تحت اشراف الأستاذ(ة):

- أ سعدي زينب

من إعداد الطالب

- بن عربية فتيحة

تاريخ المناقشة:

تمت المناقشة علنا أمام اللجنة المكونة من:

اللقب و الاسم	الرتبة	الصفة
بن عيسى رجال نوال	أستاذ محاضر ب -	رئيسا
سعدي زينب	أستاذ محاضر - ب -	مشرفا و مقرا
عطار سعيدة	أستاذ التعليم العالي	مناقشا

السنة الجامعية 2025 - 2026



## الترخيص بإيداع مذكرة الماستر

اسم الأستاذ(ة) المشرف(ة): د. سعدي زينب

مذكرة التخرج في الماستر الموسومة: الإدمان على الألعاب الالكترونية

( لعبة (P.M.B.G) وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمرس

دراسة ميدانية على عينات من تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي ببلدية عين تموشنت

من انجاز الطالب (بين):

1 بن عريبة فتحيحة

2 /

ميدان: العلوم الاجتماعية

شعبة: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي

أشهد أن الطالب(بين) قد قام(ا) برفع كل التحفظات المطلوبة من طرف لجنة المناقشة،

وبإمكانه(ها) إيداع النسخة الالكترونية المصححة على مستوى المستودع الرقمي لجامعة عين تموشنت.

عين تموشنت في: 2026.10.6.128

امضاء رئيس اللجنة

الاسم واللقب

Benghalla

امضاء المشرف

الاسم واللقب

د. سعدي زينب



تأشيرة رئيس القسم

قسم العلوم  
اجتماعية

سني أحسن

رئيس قسم

العلوم الاجتماعية



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب  
كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

## تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث علمي

(القرار رقم 1082 المؤرخ في 27 ديسمبر 2020 الذي يحدد القواعد المتعلقة بالوقاية من السرقة العلمية ومكافحتها)

أنا الممضي أسفله،

الطالب (ة): بن عربيّة فتحيّة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 11.2.3.3.02.9.3

الصادرة في بلدية بني صراف بتاريخ: 16.12.2018

دائرة: بني صراف ولاية عين تموشنت

والمسجل بكلية الآداب و اللغات و العلوم الاجتماعية قسم: العلوم الاجتماعية

شعبة: علم النفس تخصص: علم النفس العميادي

والمكلف بإنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر أكاديمي، الموسومة بعنوان:

الإدمان على الألعاب الإلكترونية (لعبة PUBG) وعلاقته بالتوافق

النفسى لدى المراهق المهتمدرسين

دراسة ميدانية على عينه من تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي بنانوية بن عيسى عطار بن صافي

أصرح بشرفي أن ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقية المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز مذكرة الماستر المذكورة أعلاه.

عين تموشنت في: 2020.06.10.28

امضاء المعني

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## كلمة شكر و امتنان

الحمد لله الذي وفقنا لإتمام هذا العمل والصلاة والسلام على أشرف المرسلين

أتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إنجاز هذه المذكرة وفي مقدمتهم الأستاذة المشرفة الدكتورة سعدي زينب التي لم تبخل علينا بنصائحها القيمة وتوجيهاتها السديدة وأحيي فيها روح المواظبة والجدية في العمل الأمر الذي زاد من تحفيزي واجتهادي في إتمام الدراسة رغم ماكنت أواجهه من ضغوطات في العمل فجزاها الله عني خير الجزاء.

كما أتوجه بجزيل الشكر والتقدير إلى أساتذة اللجنة المناقشة على موافقتهم مناقشة هذه المذكرة والتي من شأنها إثراء هذا العمل.

وأتقدم بخالص الامتنان الى زملاء العمل وعلى رأسهم مديرتي وصديقتي المقربة السيدة بن تراري جميلة على مساندتها وتشجيعها المستمر والى الزميلة النبيلة في اخلاقها التي لن أنسى فضلها الآنسة غرزي حورية.

كما أتوجه بالشكر إلى زملاء الدراسة وبالأخص الزميل بن شعابيب عصام والزميلة أحمد بن شعابيب مونية على ما قدموه من مساعدة ومساندة.

ولا يفوتني أيضا شكر أفراد عينة الدراسة على تعاونهم في إنجاز هذا البحث دون أن أنسى أفراد عائلتي الكريمة الذين كانوا سندا ودعما معنويا لي طوال هذه المسيرة.

وفي الأخير أرجو من الله أن يكون هذا العمل المتواضع قد وفق في تحقيق أهدافه وأن يكون فيه فائدة للباحثين والمهتمين.

## الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

"وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا"

إلى من كانا النور الذي أضاء دربي، إلى أغلى الناس على قلبي والذي العزيزين، حفظهما الله وأطال في عمرهما، وجزاهما عني خير الجزاء على ما قدماه لي من حب ورعاية وتضحيات.

إلى زوجي العزيز، سندي ورفيق دربي، الذي كان معينا لي وداعما ومشجعا في كل خطوات هذا المشوار.

إلى أبنائي الأعزاء، قرة عيني وبهجة أيامي، الذين كانوا دافعي للاستمرار والطموح.

إلى كل أفراد عائلتي الكريمة، وإلى كل من وقف بجانبني وساندني حتى لو بالكلمة الطيبة أو الدعاء الصادق.

أهدي هذا العمل المتواضع بكل حب وامتنان.

بن عربية فتيحة

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية (pubg) والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس حيث تم تطبيق الدراسة الميدانية على عينة من التلاميذ المتمدرسين بالسنة الأولى والثانية ثانوي بثانوية بن عيسى عطار وقد شملت عينة مكونة من 70 تلميذ وتلميذة (45 ذكور، 35 إناث).

ولجمع البيانات من عينة الدراسة، تم تطبيق مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية للباحثة شايب أميرة (2020) ومقياس التوافق النفسي للباحثة زينب محمود شقير (2003) بأبعاده الأربعة الشخصي (الإنفعالي، الصحي، الأسري، الاجتماعي) وبعد رصد درجات المقياسين، اعتمدنا على الحزمة SPSS 26 باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار T.TEST، معامل الارتباط بيرسون، اختبار تجانس التباين levene اختبار ستودنت، اختبار chapirowilk) وخلصت الدراسة إلى جملة النتائج التالية:

- 1- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية (pubg) والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس.
- 2- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية (pubg) والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس.
- 3- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية (pubg) والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس.
- 4- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية (pubg) والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس.
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة pubg تعزى لمتغير الجنس

6-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وبوجه عام فإن نتائج الدراسة تشير الى أن الإدمان على الألعاب الالكترونية (pubg) ليس مجرد نشاط ترفيهي عابر بل سلوك قد يتوافق مع آثار نفسية وصحية وانفعالية ملموسة خاصة عندما يرتفع مستوى الاستخدام ويأخذ طابعا تكراريا مكثفا كما أن تأثيره يبدو أوضحا على البعدين الصحي والشخصي الانفعالي مقارنة بالأبعاد الاسرية والاجتماعية وهو ما يمنح نتائج الدراسة دلالة تفسيرية مهمة في فهم تطبيق العلاقة بين الألعاب الالكترونية (pubg) والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

**الكلمات المفتاحية:** الإدمان على الألعاب الالكترونية (pubg)، التوافق النفسي، المراهق.

#### Study Summary:

This study aimed to reveal the correlation between addiction to electronic games (pubg) and psychological adjustment among school-aged adolescents. The field study was applied to a sample of first and second-year secondary school students at Ben Issa Attar High School.

The sample consisted of 70 male and female students (45 males, 35 females).

To collect data from the study sample, the Electronic Games Addiction Scale by researcher Shaib Amira (2020) and the Psychological Adjustment Scale by researcher Zainab Mahmoud Shqeir (2003) with its four dimensions (personal, emotional, health, confidential, and social) were applied. After recording the scores of the two scales, we relied on the SPSS 26 package using the following statistical methods: (arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson correlation coefficient, Levene's homogeneity of variance test, Student's test, and Wilke-Chapiro test). The study concluded with the following results:

-1 There is a statistically significant correlation between addiction to electronic games (pubg) and emotional personal adjustment among school-aged adolescents.

- 2 There is a statistically significant correlation between addiction to electronic games (pubg) and health adjustment among school-aged adolescents.
- 3 There is no statistically significant correlation between addiction to electronic games (pubg) and secretive compatibility among school-aged adolescents.
- 4 There is no statistically significant correlation between addiction to electronic games (pubg) and social adjustment among school-aged adolescents.
- 5 There are statistically significant differences in the level of addiction to the PUBG game attributable to the gender variable.
- 6 There are statistically significant differences in the level of psychological adjustment attributable to the gender variable.

In general, the study results indicate that addiction to electronic games (PUBG) is not merely a fleeting recreational activity, but a behavior that may correspond to tangible psychological, health, and emotional effects, especially when the level of use increases and takes on an intensive, repetitive character. Moreover, its impact appears clearer on the health and personal-emotional dimensions compared to the secretive and social dimensions. This gives the study results an important explanatory significance in understanding the relationship between electronic games (PUBG) and the psychological adjustment of school-aged adolescents. Keywords: Addiction to electronic games (PUBG), psychological adjustment, adolescent.

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	كلمة شكر و امتنان
ب	الاهداء
ج	ملخص الدراسة
و	قائمة المحتويات
ي	قائمة الجداول
ي	قائمة الأشكال
ك	قائمة الملاحق
2	المقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
6	طرح الإشكالية
7	التساؤل العام
8	التساؤلات الفرعية
8	الفرضية العامة
8	الفرضية الفرعية
9	أهداف الدراسة
9	أهمية الدراسة
10	التعاريف الإجرائية
10	دوافع اختيار الموضوع
10	حدود الدراسة
11	الدراسات السابقة
12	التعقيب على الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الإدمان على الألعاب الالكترونية - المراهقة التوافق النفسي	
الإدمان على الألعاب الالكترونية-1	
15	تمهيد
16	تعريف الألعاب الالكترونية
17	نشأة الألعاب الالكترونية

18	انتشار الألعاب الالكترونية
19	أنواع الألعاب الالكترونية
21	العنف في الألعاب الالكترونية
21	أسباب الانجذاب نحو الألعاب الالكترونية
22	أسباب الإدمان على الألعاب الالكترونية
22	أسباب إقبال المراهقين على الألعاب الالكترونية
23	أعراض و مظاهر الإصابة بالإدمان على الألعاب الالكترونية
24	سلبيات الإدمان على الألعاب الالكترونية
26	علاقة الإدمان بالألعاب الالكترونية
27	علاج الإدمان على الألعاب الالكترونية
29	خلاصة الفصل
التوافق النفسي-2	
30	تمهيد
31	التطور التاريخي لمفهوم التوافق
31	تعريف التوافق النفسي
32	التوافق و بعض المفاهيم المشابهة
33	النظريات المفسرة للتوافق النفسي
34	أشكال التوافق النفسي
36	أبعاد التوافق النفسي
37	الذات و التوافق
38	الشخص المتوافق و الغير متوافق
39	الخلاصة
المراهقة-3	
41	تمهيد
41	تعريف المراهقة
42	مراحل المراهقة
43	مظاهر النمو في مرحلة المراهقة
44	أهمية المراهقة
44	ميكانيزمات التوافق أو الحيل الدفاعية

46	مشاكل المراقبة
48	خصائص المراقبة
49	النظريات المفسرة للمراقبة
52	طرق التواصل مع المراقب
53	طرق و علاج مشكلات المراقبة
54	الخلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
58	تمهيد
59	أولا - الدراسة الاستطلاعية
59	تعريف الدراسة الاستطلاعية
59	أهداف الدراسة الاستطلاعية
59	أدوات الدراسة الاستطلاعية
64	منهج الدراسة الاستطلاعية
64	حدود الدراسة الاستطلاعية
64	ثانيا - الدراسة الأساسية
64	تعريف الدراسة الأساسية
64	منهج الدراسة الأساسية
64	أدوات الدراسة الأساسية
64	عينة الدراسة الأساسية
66	حدود الدراسة الأساسية
66	خلاصة
الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها	
69	تمهيد
70	التحليل الوصفي للإجابات
80	اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة Shapiro Wilk
81	اختبار تجانس تباين للبيانات Levene
82	اختبار الفرضيات
87	مناقشة النتائج

95	الاستنتاج العام
96	التوصيات والاقتراحات
97	قائمة المصادر و المراجع
101	ملحق 1 استبيان إيمان الألعاب الالكترونية للباحثة " شايب أميرة" 2020
102	ملحق 2 مقياس التوافق النفسي: للباحثة " زينب محمود شقير" 2003
106	ملحق 3 النتائج الخام للدراسة
114	ملحق 4 بطاقة الإشراف على مذكرة التخرج
115	ملحق 5 طلب ترخيص بإجراء دراسة ميدانية
116	ملحق 6 رخصة تربص ميداني

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
60	كيفية تنقيط البنود	01
61	قيمة "ت" لدلالة الفرق بين المجموعة الدنيا و المجموعة العليا في استبيان الاختبارات	02
62	فقرات مقياس التوافق النفسي	03
63	الفروق بين الدرجات المرتفعة و الدرجات المنخفضة في مقياس التوافق النفسي	04
65	توزيع عينة الدراسة حسب الجنس	05
70	التحليل الوصفي لمقياس pubg	06
73	التحليل الوصفي لعبارات التوافق الشخصي الانفعالي	07
75	التحليل الوصفي لعبارات التوافق الصحي	08
77	التحليل الوصفي لعبارات التوافق الأسري	09
78	التحليل الوصفي لعبارات التوافق الاجتماعي	10
81	اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة باستخدام اختبار شابيرو -ويلك	11
82	اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة باستخدام اختبار Levene	12
83	نتائج معامل الارتباط بين الإدمان على pubg و التوافق النفسي الكلي	13
84	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان و التوافق الشخصي الانفعالي	14
84	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان و التوافق الصحي	15
85	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان و التوافق الأسري	16
85	نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان و التوافق الاجتماعي	17
86	نتائج اختبار ستودنت لمستوى الإدمان	18
87	نتائج اختبار ستودنت المعدل لمستوى التوافق النفسي	19

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
65	الخصائص الجنسية لأفراد العينة	01

## قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
102	مقياس الإدمان على الألعاب الالكترونية pubg	01
103	مقياس التوافق النفسي	02
108	النتائج الخام للدراسة	03
114	بطاقة الاشراف على مذكرة التخرج	04
115	طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية	05
116	رخصة التربص الميداني	06

# المقدمة

## المقدمة:

في ظل التحولات المتسارعة التي يشهدها العالم اليوم خاصة في المجال التكنولوجي و الرقمي، أصبح الفرد يعيش ضمن بيئة مليئة بمتغيرات متعددة تستهدف مختلف جوانب حياته اليومية. ويعد المراهق من أكثر الفئات تأثرا بهذه التحولات نظرا لخصوصية هذه المرحلة العمرية التي تتميز بالتغيرات النفسية والانفعالية.

ومن أبرز مظاهر هذا التطور، الانتشار الواسع للألعاب الالكترونية التي لم تعد تقتصر على الترفيه فقط، بل تجاوزت ذلك لتصبح نشاطا يوميا يستحوذ على جزء معتبر من وقت المراهق. وقد أدى الاستخدام المتزايد في بعض الحالات إلى ظهور سلوكيات إدمانية . الأمر الذي أثار اهتمام الباحثين لدراسة تأثيراته المحتملة على الصحة النفسية والتوافق النفسي لهذه الفئة.

و إنطلاقا من ذلك تدرج هذه الدراسة ضمن المحاولات العلمية التي تسعى الى استكشاف العلاقة بين الإدمان على الألعاب الالكترونية (pubg) و التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

تعد لعبة بو بجي (pubg) كواحدة من أكثر الألعاب شعبية، حيث تجذب ملايين اللاعبين لما تحويه معاركها الجماعية و المنافسة الشديدة من إثارة، و هذا الانجذاب الكبير والانتشار الواسع يثير مخاوف متزايدة حول مخاطر الإدمان عليها و الذي يعرف طبيا كاضطراب سلوكي يتسم بالفقدان و السيطرة على الوقت المقضي في اللعب، مما يؤدي إلى اهمال الالتزامات اليومية والدراسية و يشكل خطرا على الصحة النفسية و التوافق النفسي لدى فئة الشباب و المراهقين.

فالتوافق النفسي الذي يشمل القدرة على التكيف مع الضغوط الاجتماعية، العاطفية و الدراسية يعد عنصرا حاسما في نمو المراهق الصحي. إلا أنّ الإدمان على لعبة بو بجي قد يعيق هذا التوافق بأبعاده مسببا اضطرابات نفسية.

و من هذا المنطلق تأتي هذه الدراسة المعنونة ب: الإدمان على الألعاب الالكترونية (PUBG) و علاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس كدراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الأولى و الثانية ثانوي بثانوية- بن عيسى عطار بني صاف لمتابعة الدراسات السابقة التي تهتم بنفس الموضوع، وقد اعتمدنا على التقسيم التالي:

-الجانب النظري : احتوى على فصلين:

**الفصل الأول:** يمثل الاطار العام للدراسة ، يتضمن مشكلة الدراسة واعتباراتها بدءا بالمشكلة، مروراً بالتساؤلات و الفرضيات ، الأهداف ، الأهمية إلى التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة ، ثم عرض الدراسات السابقة عن الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة بو بجي) و علاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس. و التعقيب عن الدراسات السابقة من حيث المنهج ، العينة الأدوات والنتائج)

**الفصل الثاني:** جانب نظري يتضمن المتغيرات الأساسية للدراسة . يتضمن ثلاثة أقسام.

القسم الأول.تناول موضوع الادمان على الألعاب الالكترونية. أما القسم الثاني: اهتم بالمراقبة، والقسم الثالث تطرقنا فيه الى التوافق النفسي.

الجانب الميداني(التطبيقي) :احتوى على فصلين هما كالآتي:

**الفصل الثالث:** احتوى على الإجراءات المنهجية للدراسة، المنهج المعتمد، العينة، أدواتها واجراءاتها والأساليب الإحصائية التي تمت بها المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها.

**الفصل الرابع:** احتوى على عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها في ضوء فرضيات الدراسة والدراسات السابقة وبعض ما جاء في الفصول النظرية ثم الخلاصة والمقترحات.

و أخيرا قائمة المراجع المعتمدة وعرض ملاحق الدراسة.

# الجانب النظري

# الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

## طرح الإشكالية:

شهد العالم خلال العقود الأخيرة تطورًا تكنولوجيًا متسارعًا مسّ مختلف جوانب الحياة، خاصة في مجال الاتصال والتفاعل الاجتماعي، حيث ساهمت شبكة الإنترنت والتقنيات الرقمية في تقريب المسافات وتحويل العالم إلى فضاء تواصل مفتوح. ولم يقتصر هذا التطور على مجالات العمل والتعليم فحسب، بل امتد إلى مجال الترفيه، فظهرت الألعاب الإلكترونية بوصفها إحدى أبرز مظاهر التحول الرقمي المعاصر، وأصبحت جزءًا من الحياة اليومية للأطفال والمراهقين (دقي وعبسي، 2022، ص 13)

ومع هذا الانتشار الواسع، لم يعد استخدام الألعاب الإلكترونية يقتصر على التسلية والترفيه، بل تحول لدى بعض الأفراد إلى استخدام مفرط قد يصل إلى حد الإدمان السلوكي، والذي يتمثل في فقدان السيطرة على مدة اللعب، والانشغال الدائم به، وإهمال الواجبات المدرسية والاجتماعية، إضافة إلى اضطرابات النوم والتراجع الدراسي. وقد أدرج اضطراب الألعاب الإلكترونية ضمن الاضطرابات التي تستدعي الاهتمام الإكلينيكي نظرًا لانعكاساته النفسية والاجتماعية. (شايب، وإبرييم، وآخرون، 2020، ص 200).

وتُعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل النمائية حساسية، لما يطرأ خلالها من تغيرات جسدية وانفعالية ومعرفية، تجعل المراهق أكثر عرضة للتأثر بالمتغيرات البيئية، ومن بينها الألعاب الإلكترونية ذات الطابع التنافسي والجماعي. ومن بين هذه الألعاب برزت لعبة PUBG كنموذج واسع الانتشار بين المراهقين، نظرًا لطبيعتها التفاعلية واعتمادها على اللعب الجماعي عبر الإنترنت، مما قد يدفع بعض المستخدمين إلى قضاء ساعات طويلة في ممارستها. (بلعباس ومشتري، 2024، ص 01).

وفي السياق النفسي، يُعد التوافق النفسي مؤشرًا أساسيًا للصحة النفسية، إذ يشير إلى قدرة الفرد على تحقيق نوع من التوازن بين حاجاته الداخلية ومتطلبات البيئة المحيطة به، سواء على المستوى الانفعالي الشخصي أو الأسري أو المدرسي أو الاجتماعي. ويُعتبر ضعف التوافق النفسي أحد المظاهر الدالة على وجود صعوبات في التكيف والاندماج داخل المحيط الاجتماعي والتعليمي. (صمادي، والبعاوي، 2016، ص 56).

وقد أكدت عدة دراسات حديثة وجود علاقة بين الإدمان على الألعاب الإلكترونية وبعض المتغيرات النفسية، حيث توصلت دراسة غربي وبهلول (2025) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الإدمان والاعتدال النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. كما أشارت دراسة عربية (2019) إلى أن الإفراط في الألعاب الإلكترونية يرتبط بانخفاض مستوى التوافق النفسي لدى الأطفال. وعلى المستوى الأجنبي،

بينت دراسة Shahid و (2025) Yaseen وجود علاقة بين إدمان لعبة PUBG وبعض الاضطرابات السلوكية والانفعالية والتمثلة في العدوانية، القلق، التوتر، الاكتئاب، ضعف التحكم في الانفعالات، والعزلة الاجتماعية، بينما أظهرت دراسة Khan, Kashif&Talal(2023) والتي أجريت على عينة منطلبة الجامعة أن الإدمان يرتبط بتدهور العلاقات الاجتماعية والتحصيل الدراسي، وهي مؤشرات ترتبط مباشرة بأبعاد التوافق النفسي.

يكتسب متغير الجنس أهمية خاصة عند دراسة الإدمان على الألعاب الإلكترونية والتوافق النفسي لدى المراهقين، إذ أظهرت الدراسات أن الذكور عادةً ما يميلون إلى الانخراط لفترات أطول في الألعاب التنافسية مثل PUBG مقارنة بالإناث، مما يزيد احتمالية التعرض للإدمان السلوكي والتأثير على الأداء الدراسي والاجتماعي. فقد توصلت دراسة Alzahrani (2021) إلى أن الذكور يظهرون مستويات أعلى من إدمان الألعاب الإلكترونية مقارنة بالإناث، بينما أظهرت دراسة عربية أجريت على تلاميذ المرحلة الثانوية (العلي، 2020، ص 45) أن الذكور أكثر ميلاً إلى الانخراط في الألعاب الجماعية ذات الطابع التنافسي، ما يجعلهم أكثر عرضة لتراجع التوافق النفسي الاجتماعي.

أما بالنسبة للتوافق النفسي، فقد أشارت دراسة صالح وبهلول (2022) إلى أن الجنس يلعب دوراً في اختلاف مستويات التوافق النفسي، حيث أظهرت النتائج أن الإناث تميل إلى مستوى أعلى من التوافق النفسي في الأبعاد الشخصية والأسرية مقارنة بالذكور، بينما يميل الذكور إلى مواجهة تحديات أكبر في الأبعاد الاجتماعية والانفعالية عند الانخراط المفرط في الألعاب الإلكترونية. وبالمثل، توصلت دراسة Khan, Kashif&Talal(2023) إلى أن التأثيرات السلوكية والانفعالية للإدمان على الألعاب الإلكترونية تختلف باختلاف الجنس، ما يعكس الحاجة إلى دراسة الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الإدمان والتوافق النفسي على حد سواء.

ورغم أهمية هذه الدراسات، إلا أنها ركزت في الغالب على متغيرات فردية مثل العدوانية، العزلة، الإدمان، الصحة النفسية بصورة عامة، دون أن تقدم تفسيراً كافياً للعلاقة بين الإدمان على لعبة PUBG تحديداً والتوافق النفسي بأبعاده المختلفة لدى فئة المراهقين المتمدرسين وفهم هذه العلاقة وتفسيرها بناء على المعطيات المتوصل إليها، ومن هنا تبرز إشكالية الدراسة كما يلي:

هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق النفسي بأبعاده (الشخصي الانفعالي، الصحي، الأسري، الاجتماعي) لدى المراهق المتمدرس؟  
ويتفرع عن الإشكالية العامة التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس؟
4. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة PUBG يعزى لمتغير الجنس؟
6. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي يعزى لمتغير الجنس؟

## 2-فرضيات الدراسة:

### الفرضية العامة للدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق النفسي بأبعاده (الشخصي الانفعالي، الصحي، الأسري، الاجتماعي) لدى المراهق المتمدرس.

### الفرضيات الفرعية للدراسة:

1. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس.
2. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس.
3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس.

4. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة PUBG تُعزى لمتغير الجنس.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تُعزى لمتغير الجنس.

### 3-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تحقيق ما يلي:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.
- الكشف عن العلاقة بين الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة PUBG) ومستوى التوافق النفسي بأبعاده (الشخصي الانفعالي، الصحي، الأسري والاجتماعي) لدى المراهق المتمدرس.
- معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الإدمان على لعبة PUBG تبعا لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

### 4-أهمية الدراسة:

يمكن تقسيم أهمية الدراسة إلى أهمية نظرية (علمية) وأهمية تطبيقية (عملية)

#### 1-4-الأهمية النظرية:

- تسليط الضوء على ظاهرة متنامية ومثيرة للقلق بين المراهقين وهي إدمان الألعاب الالكترونية كلعبة

(PUBG)

- إثراء البحث العلمي والمكتبة العربية في مجال الإدمان السلوكي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى فئة المراهقين

## • 2-4- الأهمية التطبيقية:

- مساعدة المرشدين النفسيين والتربويين في فهم المشكلات المرتبطة بالإفراط في اللعب وتقديم الدعم للتلاميذ.
- فتح آفاق جديدة أمام الباحثين لإجراء دراسات مستقبلية مكملة في مجال الإدمان السلوكي، ألا وهو الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة بوجي) لدى المراهقين المتمدرسين.
- تعزيز الوعي لدى الأسر والمؤسسات التربوية بمخاطر الإفراط في استخدام الألعاب الالكترونية بناء على ما تستفر عنه نتائج الدراسة.
- تقديم بيانات حول استراتيجيات وقائية لتحسين التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

## 5- التعاريف الإجرائية:

### الإدمان على لعبة PUBG:

هو الدرجة التي يحصل عليها المراهق في مقياس إدمان لعبة PUBG المستخدم في الدراسة، والتي تعكس مستوى انشغاله باللعبة، فقدان السيطرة على مدة اللعب، وتأثيرها على واجباته المدرسية والاجتماعية.

### التوافق النفسي:

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهق في مقياس التوافق النفسي، والتي تعكس قدرته على التكيف مع نفسه وبيئته المدرسية والأسرية والاجتماعية.

## 6- دوافع اختيار الموضوع:

- الانتشار الكبير للألعاب الالكترونية ولعل أبرزها لعبة PUBG بين المراهقين.
- ملاحظة تأثير الإفراط في اللعب على الأداء الدراسي والسلوك اليومي.

-الاهتمام المتزايد بموضوع الإدمان على الألعاب الإلكترونية (لعبة PUBG) في علم النفس العيادي.

-قلة الدراسات التي تربط بين إدمان PUBG والتوافق النفسي -حسب اطلاع الطالبة - تحديداً لدى المراهق المتمدرس.

-الرغبة في تقديم نتائج يمكن أن تفيد الأسرة والمؤسسة التربوية.

#### 7-حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة فيما يلي:

**الحدود الموضوعية:** الإدمان على الألعاب الإلكترونية (لعبة بوبجي) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

**الحدود المكانية:** تمت الدراسة في ثانوية بن عيسى عطار بمدينة بني صاف ولاية عين تموشنت

**الحدود الزمانية:** تمت الدراسة الحالية من 25/02/2026 إلى 25/03/2026

**الحدود البشرية:** تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي بثانوية بن عيسى عطار بني صاف ولاية عين تموشنت

#### 8-عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها:

أولاً: الدراسات العربية:

##### 1-دراسة عربية (2019)

"تأثيرات الإدمان على الألعاب الإلكترونية على التوافق النفسي للأطفال"

اعتمدت المنهج الوصفي لدراسة أثر الإدمان على الألعاب الإلكترونية على التوافق النفسي. بينت النتائج أن الإفراط في اللعب يرتبط بانخفاض مستوى التوافق النفسي العام، خاصة في الأبعاد الاجتماعية والانفعالية، مما يعكس تأثيراً سلبياً على الصحة النفسية.

##### 2-غربي، مونية وبهلول، رفيده (2025)

"الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي وعلاقته بالاعتراب النفسي" دراسة وصفية ارتباطية أجريت على تلاميذ المرحلة الثانوية، هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والاعتراب النفسي. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين ارتفاع

مستوى الإدمان وارتفاع مستوى الاغتراب النفسي، مما يدل على تأثير الإدمان على التوازن النفسي لدى المراهقين.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

**Khan, Kashif&Talal (2023)–3**

**"Online Gaming Addiction in University Students: PUBG Effects"**

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي لدراسة تأثير إدمان PUBG على طلبة الجامعة، وأظهرت النتائج ارتباطاً بين الإدمان وتدهور الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والتحصيل الدراسي، مما يعكس ضعفاً في التوافق النفسي.

**Shahid&Yaseen (2025)–4**

**"Gaming Addiction, Negative Emotions, and Aggression in Young Adults"**

هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين إدمان لعبة PUBG والانفعالات السلبية والسلوك العدوانى لدى الشباب باستخدام مقاييس نفسية معيارية. أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين الإدمان والسلوك العدوانى، مما يشير إلى تأثيرات نفسية وسلوكية قد تمس التوافق النفسي.

**Contemporary Journal of Social Science Review (2025)–5**

**Gaming Addiction and Its Impact on Pakistani Adolescents: A Qualitative**

**"Study on PUBG Addiction"**

اعتمدت الدراسة المنهج النوعي لتحليل تجارب المراهقين مع إدمان PUBG، وكشفت النتائج عن تأثيرات سلبية على الصحة النفسية، العلاقات الاجتماعية، والأداء الدراسي، وهو ما يرتبط بمفهوم التوافق النفسي المدرسي والاجتماعي.

**9- التعقيب:**

من خلال استعراض الدراسات العربية والأجنبية السابقة، يتضح أن موضوع الإدمان على الألعاب الإلكترونية حظي باهتمام بحثي متزايد في السنوات الأخيرة، خاصة في علاقته بالمتغيرات النفسية والانفعالية والاجتماعية لدى فئة المراهقين والشباب. فقد ركزت بعض الدراسات العربية على العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والاعتراب النفسي، وأكدت وجود ارتباط دال إحصائياً بين ارتفاع مستوى الإدمان وتراجع التوازن النفسي لدى المراهقين. كما تناولت دراسات أخرى أثر الإدمان على التوافق النفسي بصفة عامة، مبرزة انعكاساته السلبية على الأبعاد الاجتماعية والانفعالية.

أما الدراسات الأجنبية، فقد اهتمت بشكل أوسع بلعبة PUBG كنموذج للألعاب القتالية الجماعية، حيث كشفت نتائجها عن وجود علاقة بين الإدمان وكل من العدوانية، الاضطرابات الانفعالية، ضعف الأداء الدراسي، وتدهور العلاقات الاجتماعية، وهي مؤشرات ترتبط بشكل مباشر أو غير مباشر بمفهوم التوافق النفسي.

ورغم أهمية هذه الدراسات، إلا أنه يُلاحظ أن أغلبها ركز على متغيرات مثل العدوانية أو الاغتراب أو الصحة النفسية بصفة عامة، في حين لم تتناول العلاقة المباشرة بين إدمان لعبة PUBG تحديداً والتوافق النفسي بأبعاده المختلفة (الشخصي، الأسري، المدرسي، والاجتماعي) لدى فئة المراهقين المتمدرسين بشكل دقيق.

ومن هنا تتجلى الفجوة البحثية التي تسعى الدراسة الحالية إلى معالجتها، من خلال الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الإدمان على لعبة PUBG والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس، بما يسهم في إثراء الأدبيات النفسية العربية في هذا المجال، وتقديم معطيات علمية يمكن الاستفادة منها في التوجيه والإرشاد المدرسي والأسري.

## :الفصل الثاني

الإدمان على الألعاب الإلكترونية -  
التوافق النفسي -المراهقة

## 1. الادمان على الالعب الإلكترونية:

تمهيد.

1. تعريف الألعاب الإلكترونية.
  2. نشأة الألعاب الإلكترونية وتطورها.
  3. انتشار الألعاب الإلكترونية.
  4. أنواع الألعاب الإلكترونية.
  5. العنف في الألعاب الإلكترونية.
  6. أسباب الانجذاب نحو الألعاب الإلكترونية.
  7. أسباب الإدمان على الألعاب الإلكترونية.
  8. أسباب إقبال المراهقين على الألعاب الإلكترونية.
  9. أعراض و مظاهر الإصابة بالإدمان على الألعاب الإلكترونية.
  10. سلبيات الإدمان على الألعاب الإلكترونية.
  11. علاقة الإدمان بالألعاب الإلكترونية.
  12. علاج الإدمان على الألعاب الالكترونية.
- الخلاصة.

## 1. الإدمان على الألعاب الإلكترونية:

### تمهيد:

بدأت الألعاب الإلكترونية تنتشر انتشارا واسعا في الآونة الأخيرة بين التلاميذ، حيث أصبحوا يمضون في ممارسة الألعاب الإلكترونية أوقات طويلة تتساوى مع الأوقات التي يمضونها في التعلم المدرسي، نظرا لما تحتويه هذه الألعاب من عوامل الجذب، خاصة لدى فئة المتدرسين، الذين أقبلوا عليها بشكل لافت للأنظار ومن خلال هذا الفصل سنتطرق إلى تحديد تعريف الإدمان على الألعاب الإلكترونية، أعراضه وأنواعه، أسبابه، سلبياته والعلاقة وختمنا الفصل بملخص.

### 1. تعريف الألعاب الإلكترونية:

يمكن تعريف الألعاب الإلكترونية بأنها مجموعة من الأنشطة الترفيهية التي تتميز بخصائص إلكترونية وإعلامية، حيث تعتمد على التفاعل والعروض البصرية المتحركة. وقد ظهرت هذه الألعاب لأول مرة منذ أكثر من ثلاثة عقود في اليابان والولايات المتحدة الأمريكية، لتتحول مع مرور الوقت إلى صناعة ناجحة ومتطورة باستمرار. ويتم تطوير ألعاب الفيديو من خلال فرق متخصصة تضم مصممين يعملون على ابتكار العوالم الافتراضية وقواعد اللعب والرسومات والمناظر المحيطة وأساليب اللعب المختلفة، إضافة إلى مختصين في إعداد المحتوى البصري للشخصيات الرئيسية والثانوية مثل الأبطال والوحوش والسيارات وغيرها. كما يشارك المبرمجون والفنيون في تصميم محركات اللعب وأزرار التحكم وواجهات الاستخدام الخاصة بأجهزة التحكم المختلفة. وعند استخدام أجهزة تحكم من شركات إلكترونية خارجية، تبقى مهمة تكييف اللعبة وبرمجتها لتلائم مع تلك الأجهزة من مسؤوليات مطوري اللعبة، إلى جانب تصميم الوسائط والأدوات المناسبة مثل الأقراص والبطاقات الإلكترونية التي تسهم في تسهيل عملية التطوير والإنتاج. (نمرود، 2008، ص 88).

وتعرف الألعاب الإلكترونية أيضاً بأنها فئة من الألعاب التي تعرض عبر شاشات التلفاز أو الأجهزة الرقمية المختلفة، وتهدف إلى توفير تجربة ممتعة للمستخدمين من خلال تحقيق التنسيق بين الحركة اليدوية والاستجابة البصرية، أو عبر تنمية القدرات الذهنية باستخدام ألعاب إلكترونية تعمل على الحواسيب المحمولة والهواتف الذكية وأجهزة الألعاب التفاعلية. ويمكن ممارسة هذه الألعاب بصورة فردية أو جماعية عبر شبكة الإنترنت. (salamaabeer, 2019, p290-291).

كما تعد الألعاب الإلكترونية من أبرز المظاهر التي ارتبطت بتطور الحاسوب والتكنولوجيا الحديثة، فهي من الناحية التقنية عبارة عن برامج رقمية تنشئ عوالم واقعية أو خيالية مستفيدة من إمكانيات الحاسوب في معالجة الوسائط المتعددة كالصور والحركة والصوت. أما من الناحية الاجتماعية، فهي تمثل وسيلة للتفاعل بين الإنسان والتكنولوجيا، وتوفر فرصاً للتعليم والترفيه والاستجمام. ومن الجانب العملي، تسهم هذه الألعاب في تنمية مهارات المستخدمين من خلال التحديات التي تقدمها بمستويات متفاوتة من الصعوبة والسرعة، إضافة إلى دورها في تعزيز الثقافة والقدرات الفكرية بطريقة ممتعة وجذابة. كما تعكس الألعاب الإلكترونية نموذجاً متطوراً للترفيه الجماهيري والخيال الإبداعي، إذ توفر للاعبين أدوات تشجع على التفكير النقدي والتفاعل الجماعي ضمن بيئة تحكمها قواعد خاصة تسمح بالمشاركة المتعددة عبر الإنترنت. (أبو وزنة، 2011، ص 08).

ويمكن فهم الألعاب الإلكترونية كذلك على أنها أنشطة ذهنية وترفيهية تشمل ألعاب الفيديو وألعاب الكمبيوتر وألعاب الهواتف الذكية، حيث تصمم في شكل برامج تفاعلية تعتمد على تقنيات وأجهزة مختلفة مثل الحواسيب والهواتف الذكية وأجهزة الألعاب المحمولة. وتتميز هذه الألعاب بإمكانية ممارستها بشكل فردي أو جماعي، كما تعتمد على معالجات المعلومات ووسائل الإدخال المختلفة مثل أزرار التحكم ولوحات المفاتيح وغيرها من أدوات التفاعل. وتشمل مكوناتها الأساسية مدخلات التشغيل والتحكم والبرامج التفاعلية، إضافة إلى المخرجات التي تتمثل في شاشات العرض والنظارات الإلكترونية والأجهزة الرقمية المختلفة. (عيادي، 2018، ص 195).

وقد شهدت الألعاب الإلكترونية تطوراً كبيراً في السنوات الأخيرة، حيث أصبحت قادرة على محاكاة الواقع وتحويله إلى عوالم افتراضية جذابة، الأمر الذي ساهم في استقطاب فئة المراهقين بشكل واسع وزاد من اندماجهم وانغماسهم في ممارسة هذه الألعاب.

## 2. نشأة الألعاب الالكترونية وتطورها:

تعود نشأة الألعاب الإلكترونية إلى التطورات الأولى في مجال الحاسوب والتقنيات الرقمية، حيث تم تطوير أول لعبة كمبيوتر تفاعلية تحمل اسم \*Tennis for Two\* سنة 1958 على يد ويليام هيجينبوتم وفريقه داخل مختبر بروكهافن الوطني، وكان الهدف منها تسلية الزوار وإبراز قدرات التكنولوجيا الحديثة. وفي ستينيات القرن العشرين، قام ستيف راسل في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا

بابتكار أول لعبة فيديو بعنوان \*حرب الفضاء\*، والتي شكلت بداية حقيقية لصناعة الألعاب الإلكترونية، ومهدت لظهور ألعاب شهيرة مثل \*Pong\* التي أصدرتها شركة أتاري سنة 1972. وفي العام نفسه، تم إطلاق أول جهاز مخصص لألعاب الفيديو وهو \*Magnavox Odyssey\*، ثم حققت شركة أتاري نجاحاً واسعاً مع جهاز \*2600 VCS\* - كما نالت لعبة \*Break Out\*، التي صممها ستيف جوبز سنة 1976، شهرة وانتشاراً كبيرين بين المستخدمين.

وفي سنة 1979 دخلت اليابان مجال الألعاب الإلكترونية من خلال لعبة \*غزاة الفضاء\*، ثم تبعتها مجموعة من الألعاب البارزة مثل \*دونكي كونغ\* و\*باك مان\* سنة 1982، بالإضافة إلى إطلاق جهاز نينتندو سنة 1983، الذي حقق نجاحاً عالمياً بفضل ألعاب شهيرة مثل \*سوبر ماريو بروس\* و\*زيلدا\* . وخلال الثمانينيات والتسعينيات، شهدت صناعة الألعاب منافسة قوية بين شركات كبرى مثل Sony و Sega و Nintendo و Microsoft، حيث ساهم التطور في تقنيات الرسومات والذكاء الاصطناعي في جعل الألعاب أكثر واقعية وتفاعلاً.

ومع نهاية سنة 2005، أطلقت شركة مايكروسوفت جهاز \*Xbox 360\* المزود بخدمات الإنترنت وإمكانيات اللعب الجماعي، إضافة إلى توفير خدمات ترفيهية متنوعة. كما شهدت السوق العالمية للألعاب الإلكترونية نمواً كبيراً، إذ ارتفعت عائداتها من 66 مليار دولار سنة 2013 إلى حوالي 79 مليار دولار سنة 2017، وهو ما يعكس التوسع المستمر لهذه الصناعة وتنوع أجهزتها وألعابها. (صالح، 2018، ص32-33).

### 3. انتشار الألعاب الإلكترونية:

أدى التطور الكبير في مجال التكنولوجيا إلى إحداث نقلة نوعية في عالم الجرافيكس، حيث أصبحت الألعاب الإلكترونية تتميز بدرجة عالية من الواقعية والدقة بفضل اعتمادها على تقنيات متطورة وحديثة. غير أن هذا التطور لم يخلُ من الآثار السلبية، إذ أصبح الأطفال والمراهقون الفئة الأكثر انجذاباً إلى هذه الألعاب واستهلاكاً لها. وفي الجزائر بشكل خاص، يتعرض المراهقون بصورة كبيرة لهذه الألعاب، ويميلون إلى قضاء أوقات طويلة في ممارستها سواء داخل المنازل أو برفقة الأصدقاء، وغالباً في غياب الرقابة الكافية. وترتبط دوافع هذا الانجذاب بعدة عوامل، من بينها الظروف المادية والضغوط الاقتصادية التي تعاني منها بعض الأسر، إضافة إلى الضغوط النفسية والدراسية التي يفرضها الأولياء على أبنائهم. (قويدر، 2012، ص152).

كما أن النقاش حول الألعاب الإلكترونية وتأثيراتها التقنية ليس بالأمر الجديد لدى المختصين في مجال تكنولوجيا المعلومات والاتصال، فقد انتشرت هذه الظاهرة بشكل واسع في العديد من دول العالم. ويرى بعض الخبراء أن الجهات التي تروج لهذه الألعاب تعتمد على أساليب رقمية متطورة تقوم على اختيار محتويات جذابة بدقة عالية، مع القدرة على استقطاب المستخدمين والتأثير فيهم. وتعد هذه الألعاب جزءاً مما يعرف بالحروب الإلكترونية، التي ينشط فيها قرصنة الإنترنت وبعض المهتمين بالتكنولوجيا، حيث تتضمن أشكالاً من الدعاية التكنولوجية المرتبطة بالحروب الافتراضية، ويتم تطويرها عبر شبكات متخصصة في صناعة البرمجيات الرقمية. وتتميز هذه الصناعة بدرجة عالية من التنظيم والانتشار، وقد يكون لها تأثير سلبي على حياة الأفراد، خاصة فئة المراهقين. كما تطورت وسائل الترويج لهذه الألعاب من مجرد الإعلانات التجارية إلى الاعتماد على المواقع الإلكترونية وروابط التحميل ومقاطع الفيديو المنشورة عبر منصة YouTube التي تتيح استخدامها مجاناً. والجزائر بدورها ليست بعيدة عن هذه الظاهرة، إذ يمكن أن يتزايد انتشارها في حال غياب الحلول والإجراءات الكفيلة بالحد منها، وهو ما يضع المسؤولية على عاتق السلطات والأجهزة الأمنية ومؤسسات المجتمع المدني والأسرة معاً. (علام، 2006، ص13).

#### 4. أنواع الألعاب الالكترونية:

##### 4. 1. الألعاب الحركية:

وهي الألعاب التي تعتمد بصورة أساسية على التناسق بين حركة اليد والعين، إذ يتركز الاهتمام فيها على سرعة الحركة والتحكم بالشخصيات أكثر من التركيز على أحداث القصة، ومن أمثلتها ألعاب المغامرات والحركة.

##### 4. 2. الألعاب الاستراتيجية:

وهي الألعاب التي تهدف إلى تنمية مهارات التفكير والتخطيط المنطقي لدى اللاعبين، حيث تعتمد على وضع الخطط واتخاذ القرارات المناسبة، مثل ألعاب الشطرنج والألغاز.

##### 4. 3. ألعاب المغامرة:

وهي الألعاب التي تقوم على الاستكشاف وخوض التحديات المختلفة، مع التركيز على حل المشكلات والعقبات التي يواجهها اللاعب أثناء التقدم في اللعبة.

##### 4. 4. ألعاب الأدوار:

وتتشابه هذه الألعاب مع ألعاب المغامرات، غير أنها تركز بشكل أكبر على تطوير الشخصيات وتغيير قدراتها وصفاتها مع مرور مراحل اللعب، كما تتيح مشاركة عدة لاعبين في الوقت نفسه.

#### 4. 5. ألعاب الرياضة:

وهي الألعاب التي تعمل على محاكاة الرياضات الواقعية سواء كانت رياضات فردية أو جماعية، مع محاولة تقليد القوانين والحركات الخاصة بكل رياضة.

#### 4. 6. ألعاب المحاكاة:

وهي ألعاب تهدف إلى تقليد مواقف أو عمليات واقعية بطريقة دقيقة وتفصيلية، بما يسمح للمستخدم بخوض تجربة تحاكي الواقع الحقيقي.

#### 4. 7. الألعاب الكلاسيكية:

وهي الألعاب التقليدية التي تم تحويلها إلى نسخ إلكترونية أو محوسبة، وتشمل ألعاباً تعليمية وترفيهية متنوعة. (شحروري، 2008، ص27).

#### 4. 8. لعبة: PUBG

تعد لعبة PUBG: Battlegrounds اختصاراً لعبارة \*Player Unknown's Battlegrounds\* والتي تعني "مجهولون في ساحة المعركة". وتعتبر من أشهر الألعاب الإلكترونية المتوفرة على الهواتف الذكية وأجهزة الألعاب والحواسيب. وقد تم إصدارها لأول مرة عبر الإنترنت في 23 مارس 2017، ومنذ ظهورها حققت انتشاراً واسعاً، حيث تم بيع أكثر من 13 مليون نسخة منها، كما بلغ عدد اللاعبين المتصلين في الوقت نفسه حوالي مليون لاعب، الأمر الذي جعلها من أكثر الألعاب شهرة على مستوى العالم.

وتقوم فكرة اللعبة على نزول مائة لاعب من طائرة حربية إلى جزيرة واسعة، ثم يبدأ التنافس بينهم من خلال جمع الأسلحة ومحاولة القضاء على بقية اللاعبين، ويكون الفوز من نصيب آخر لاعب يبقى على قيد الحياة داخل الجزيرة. كما توفر اللعبة معلومات متنوعة حول أنواع الأسلحة والذخيرة المتاحة وأساليب استخدامها أثناء اللعب.

وتسمح اللعبة باللعب الفردي أو الجماعي ضمن فرق قد تصل إلى أربعة لاعبين، مع إمكانية التواصل بينهم عن طريق الميكروفون وسماعات الرأس أثناء اللعب. إلا أن هذه اللعبة تثير مخاوف عديدة فيما

يتعلق بالأطفال والمراهقين، لما قد تسببه من تعزيز بعض التصورات المرتبطة بالعنف، وإقناعهم بأن القوة والعنف يمثلان وسيلة لتحقيق الأهداف أو الدفاع عن النفس. (طلعت، 2020، ص256).

### 5. العنف في الألعاب الإلكترونية:

تتميز الألعاب الإلكترونية بقدرتها الكبيرة على جذب اللاعبين وإثارة عنصر التشويق والإثارة، وذلك من خلال اعتمادها على مؤثرات متطورة في الصوت والإضاءة والصورة ذات الجودة العالية. إلا أن ظاهرة العنف تعد من أبرز الجوانب التي تظهر في كثير من هذه الألعاب، حيث تعتمد بعض الألعاب على مشاهد القتل والعنف كعنصر أساسي لتحقيق الفوز أو الوصول إلى الأهداف المطلوبة داخل اللعبة. وغالباً ما يشعر اللاعب بالحماس والرضا عند القضاء على الشخصيات أو الكائنات الافتراضية، نتيجة إحساسه بالتقدم والنجاح في مراحل اللعب المختلفة.

وفي بعض الحالات، قد يندمج اللاعب بشكل كبير مع هذه الأجواء الافتراضية، مما قد يؤدي إلى ظهور بعض السلوكيات العدوانية أو التعود النفسي على مشاهد العنف، خاصة عندما يشعر بالمتعة أثناء مشاهدة سقوط الخصوم أو سماع أصواتهم داخل اللعبة. ويثير هذا الأمر مخاوف لدى المختصين من إمكانية انتقال هذا التأثير من العالم الافتراضي إلى الواقع الحقيقي، بحيث تتحول المتعة المرتبطة بالعنف داخل اللعبة إلى سلوك عدواني في الحياة اليومية.

كما تتميز هذه الألعاب بكثرة المشاهد العنيفة والدموية التي قد تزيد من درجة اندماج اللاعب في عالم مليء بالعنف والصراع، الأمر الذي قد يساهم في تنمية الرغبة في تقليد بعض هذه السلوكيات في الواقع، خاصة لدى فئة الأطفال والمراهقين. (دليمي، 2012، ص278).

### 6. أسباب الانجذاب نحو الألعاب الإلكترونية:

تتعدد العوامل التي تدفع الأفراد، صغاراً كانوا أم كباراً، إلى الإقبال على الإنترنت بصفة عامة والألعاب الإلكترونية بصفة خاصة، وذلك لما توفره هذه الألعاب من عناصر التشويق والإثارة والتفاعل المستمر، التي تمنح اللاعبين فرصة للخروج من الروتين اليومي وخوض تجارب مختلفة داخل عوالم افتراضية متنوعة. كما يرتبط هذا الانجذاب بحالة الفراغ التي قد يعيشها بعض الأفراد في حياتهم اليومية، إضافة إلى محدودية التجارب والضغط المرتبطة بالدراسة أو العمل، مما يجعل الألعاب الإلكترونية وسيلة للترفيه والهروب المؤقت من الواقع. وبالنسبة لبعض المدمنين على ألعاب الفيديو، تمثل هذه الألعاب مجالاً لإشباع رغباتهم النفسية وتخفيف الضغوط والتحديات التي يواجهونها في حياتهم اليومية.

ويشير الدكتور (حيدر، 2017، 92) إلى أن تفاعل العديد من الأفراد مع الألعاب التي تتسم بالعنف أو التي تحمل طابعاً بعيداً عن ثقافتهم يعود أساساً إلى ما توفره من إثارة وتشويق وخيال واسع يجذب المستخدمين. ويتضح ذلك من خلال الإقبال الكبير على لعبة Grand Theft Auto V المعروفة اختصاراً بـ GTA، حيث تتيح للاعبين فرصة عيش حياة مختلفة تماماً عن واقعهم، إذ يقوم بطل اللعبة، المنتمي إلى عالم الجريمة، بممارسة سلوكيات عدوانية والتعبير عن رغباته دون الخوف من العقاب أو النتائج المترتبة عن ذلك داخل العالم الافتراضي.

### 7. أسباب الإدمان على الألعاب الإلكترونية:

تتمثل أسباب التعلق والانجذاب نحو الألعاب الإلكترونية في عدة عوامل نفسية واجتماعية، من أبرزها أن نظام المكافآت والحوافز داخل الألعاب يُصمم بطريقة تشجع اللاعبين على الاستمرار والتقدم في مراحل اللعب المختلفة. وتسهم هذه المكافآت في تحفيز الدماغ على إفراز مادة الدوبامين، وهي المادة المرتبطة بالشعور بالمتعة والرضا، الأمر الذي يشابه إلى حد ما الآليات العصبية المرتبطة ببعض السلوكيات الإدمانية مثل المقامرة.

كما يشعر اللاعب بزيادة الثقة بالنفس والإحساس بالإنجاز أثناء استكشافه للعالم الافتراضية داخل اللعبة، حيث توفر له هذه البيئة شعوراً بالراحة والانسجام قد يصعب تحقيقه بسهولة في الحياة الواقعية. ويجد بعض الأفراد في الألعاب الإلكترونية وسيلة للهروب من الواقع أو من التجارب المؤلمة التي قد يتعرضون لها، مثل التعرض للإساءة أو الصدمات النفسية، بالإضافة إلى تأثير الضغوط الاجتماعية وأساليب التربية السلبية من قبل الوالدين أو البيئة المحيطة.

### 8. أسباب إقبال المراهقين على الألعاب الالكترونية:

تتعدد الأسباب النفسية والاجتماعية التي تدفع المراهقين إلى التعلق بالألعاب الإلكترونية، ويمكن توضيحها فيما يلي:

#### أ-جاذبية المحتوى:

تتميز الألعاب الإلكترونية بتنوع مواضيعها وسيناريوهات التي تستقطب اهتمام المراهقين، سواء تعلق الأمر بالمغامرات الخيالية أو المعارك الحماسية أو مواجهة الكائنات الغريبة. كما تعتمد هذه الألعاب على الرسومات الملونة والمؤثرات الصوتية المشوقة التي تزيد من درجة انجذاب الأطفال والمراهقين إليها.

#### ب-تنمية التركيز والانتباه:

تتطلب الألعاب الإلكترونية من المراهق قدراً كبيراً من التركيز والتفكير من أجل تجاوز التحديات المختلفة داخل اللعبة. فبعض الألعاب، مثل ألعاب سباق السيارات، تساعد على تنمية سرعة الانتباه واتخاذ القرارات المناسبة في مواقف تتسم بالسرعة والتحدي.

#### ج- التماثل مع الشخصيات:

توفر الألعاب الإلكترونية للمراهق فرصة الاندماج مع شخصيات الأبطال داخل اللعبة، حيث يشعر بالتقارب مع هذه الشخصيات ويتفاعل مع مغامراتها وانتصاراتها، مما يجعله يعيش التجربة وكأنها جزء من واقعه الخاص.

#### د- الهروب من الواقع:

تسمح الألعاب الإلكترونية للمراهقين بالابتعاد مؤقتاً عن الواقع اليومي والانتقال إلى عوالم افتراضية مليئة بالإثارة والتشويق، وهو ما يساعدهم على التخفيف من الضغوط النفسية والاجتماعية التي قد يواجهونها في حياتهم اليومية.

#### هـ- الشعور بالتحكم والسيطرة:

تمنح الألعاب الإلكترونية المراهقين فرصة التحكم في الشخصيات والأحداث داخل العالم الافتراضي، الأمر الذي يعزز لديهم الإحساس بالقدرة على السيطرة والثقة بالنفس.

#### و- الحاجة إلى الراحة النفسية:

ينظر بعض المراهقين إلى الألعاب الإلكترونية باعتبارها وسيلة للتسلية والاسترخاء والهروب من الضغوط اليومية ومشاعر التوتر أو الحزن، حيث تساعدهم على تحسين حالتهم المزاجية والشعور بالراحة النفسية. (مهنا، 2002، ص121-122).

ومن جهة أخرى، فإن صعوبات التواصل مع الآخرين وضعف المهارات الاجتماعية وعدم القدرة على التعبير عن المشاعر والرغبات بطريقة سليمة، قد تدفع بعض الأفراد إلى الانغماس في الألعاب الإلكترونية، حيث يشعرون بأن التواصل والتفاعل داخل العالم الافتراضي أكثر سهولة وراحة مقارنة بالتعاملات الواقعية. (مصطفى، 2021، ص253).

### 9. أعراض ومظاهر الإصابة بالإدمان على الألعاب الإلكترونية

يمكن التعرف على الإدمان على الألعاب الإلكترونية من خلال مجموعة من العلامات والأعراض التي تظهر على المراهق، ومن أبرزها ما يلي:

**9. 1. المتابعة المطولة:**

قد يقضي المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية ساعات طويلة ومتواصلة، سواء خلال النهار أو الليل، في اللعب دون الشعور بالوقت أو الرغبة في التوقف.

**9. 2. العزلة والابتعاد عن الآخرين:**

يميل المدمن على الألعاب الإلكترونية إلى الانسحاب من الحياة الاجتماعية، حيث يفضل البقاء بمفرده والانغماس في عالمه الافتراضي بعيداً عن التواصل مع الآخرين.

**9. 3. أحلام اليقظة والانشغال الذهني:**

قد يعيش المراهق حالة من الشرود وأحلام اليقظة المرتبطة بالألعاب، مما يجعله أقل قدرة على التركيز في الواقع وأكثر اندماجاً في أحداث اللعبة وعوالمها الخيالية.

**9. 4. ضعف العلاقات الاجتماعية:**

يمكن أن يؤدي الانشغال المفرط بالألعاب الإلكترونية إلى تراجع العلاقات الاجتماعية، نتيجة الابتعاد عن الأنشطة العائلية والاجتماعية وقلة التفاعل مع المحيطين به.

**9. 5. اضطراب العادات الغذائية:**

قد يعاني المدمن على الألعاب من عدم الانتظام في تناول الطعام، إذ قد يهمل الوجبات أو ينسى الأكل تماماً بسبب انشغاله المستمر باللعب.

**9. 6. الرغبة الملحة في اللعب:**

يشعر المدمن بحالة من الشوق والرغبة القوية لممارسة الألعاب الإلكترونية، وقد يجد صعوبة كبيرة في الابتعاد عنها أو الانتظار لفترات طويلة دون لعب.

**9. 7. الشعور بالنشاط والنشوة أثناء اللعب:**

غالباً ما يشعر المدمن بالحماس والنشاط والمتعة خلال اللعب، كما يسعى باستمرار إلى تحقيق إنجازات جديدة وخوض تحديات إضافية داخل اللعبة. (عمري، 2022، ص50).

**10. 1. سلبيات الإدمان على الألعاب الالكترونية****10. 1. الأضرار الصحية:**

تشير العديد من الدراسات العلمية إلى أن حركة العينين أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية تكون سريعة ومتواصلة، الأمر الذي يؤدي إلى إجهاد العين وظهور مجموعة من الأعراض الصحية، مثل احمرار العين وجفافها، إضافة إلى الإحساس بالصداع والإرهاق البدني، وأحياناً الشعور بالقلق والاكتئاب.

وفي دراسة أجراها الدكتور (منسي، 2012) بهدف التعرف على الآثار السلبية للألعاب الإلكترونية لدى أطفال مدينة الرس بالمملكة العربية السعودية، توصلت النتائج إلى وجود عدة آثار صحية وسلوكية، من أبرزها الخمول والكسل، وانحناء الكتفين، وضعف البصر والسمع، إضافة إلى تراجع المشاركة الجماعية لدى التلاميذ.

كما أوضحت دراسة (أدمز، 2006) أن الأطفال والمراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين 8 و18 سنة يقضون معظم أوقاتهم في ممارسة الألعاب الإلكترونية، مما يؤدي إلى انخفاض النشاط البدني ويوفر بيئة مناسبة لزيادة الوزن والإصابة بالسمنة.

وأضافت دراسة الدكتور (إلهام حسني، 2002) أن الجلوس لفترات طويلة أمام الحاسوب أو شاشة التلفاز أثناء اللعب قد يسبب آلاماً شديدة أسفل الظهر، بالإضافة إلى مشكلات في الجهاز العضلي والعظمي، مثل آلام الرقبة خاصة في الجهة اليسرى منها.

وفي دراسة أخرى (للأنباري، 2010) تبين أن السهر الطويل لدى الأطفال والمراهقين بسبب الألعاب الإلكترونية يؤثر سلباً على نشاطهم اليومي، حيث يزيد من الشعور بالتعب والإرهاق ويقلل من قدرتهم على التركيز وبذل المجهود في اليوم التالي. (حسن، 2017، ص237).

### 10.2. الأضرار العقلية:

تشير بعض الدراسات إلى أن الألعاب الإلكترونية، خاصة ألعاب الحركة والمطاردة وسباقات السيارات، قد تؤثر سلباً على عدد من القدرات العقلية، مثل الانتباه والتركيز والذاكرة. وقد لاحظ الباحثون أن الألعاب السريعة تؤدي خلال فترات قصيرة من الاستخدام إلى تقليل كفاءة الدماغ نتيجة التعرض المستمر للسرعة العالية والمؤثرات المتكررة، وعندما يقضي الطفل ساعات طويلة يومياً في اللعب، فإن الدماغ يتعرض لتحفيز مكثف ومتواصل، ومع مرور الوقت يفقد قدرته على التركيز والانتباه بسبب كثرة المنبهات والتكرار المستمر للمهام داخل اللعبة. ونتيجة لذلك، يصبح الطفل أكثر ميلاً إلى التشتت وأقل قدرة على التفكير الواضح والتركيز لفترات طويلة خارج البيئة الافتراضية للعبة. (حسن، 2017، ص238).

كما أن الوصول إلى مراحل متقدمة داخل اللعبة لا يعد دليلاً مباشراً على الذكاء، بل غالباً ما يكون نتيجة للتكرار واكتساب الخبرة في أسلوب اللعب. ومع استمرار هذا التكرار، قد تتراجع بعض القدرات الذهنية المتعلقة بالتركيز والتفكير الواعي، مما يؤثر سلباً على القدرة على الانتباه طويل المدى. وبالتالي، يمكن اعتبار الألعاب الإلكترونية من العوامل التي قد تسهم في خمول العقل وإضعاف القدرة على التركيز والتفكير السليم، بدلاً من تنمية الذكاء كما يعتقد البعض. (حسن، 2017، ص238).

### 10.3. الأضرار السلوكية:

أظهرت بعض البحوث الأمريكية التي تناولت تأثير ألعاب الفيديو، بما فيها ألعاب PlayStation ، أنها قد تشجع على السلوك العنيف بدرجة أكبر من أفلام العنف، وذلك بسبب طبيعتها التفاعلية التي تجعل اللاعب أكثر اندماجاً وتأثراً بالأحداث التي يشاهدها ويشارك فيها. كما بينت الدراسات أن نسبة كبيرة من ألعاب الفيديو تتضمن مشاهد عنيفة قد تصل إلى حوالي خمسين بالمئة، وتشمل سلوكيات خطيرة يمكن أن تؤدي في الواقع إلى الأذى أو الإصابات الخطيرة.

وقد يؤدي التكرار المستمر لممارسة هذه الألعاب إلى زيادة الأفكار والمشاعر العدوانية وبعض السلوكيات السلبية لدى اللاعبين. كما أشارت بعض الدراسات إلى أن المؤثرات الصوتية والموسيقى المصاحبة لبعض الألعاب قد تؤثر على تركيز المستخدمين وتقلل من مستوى أدائهم.

وفي دراسة أجرتها هند الرميان حول العلاقة بين لعبة Grand Theft Auto V والسلوك العدواني، تم الاعتماد على المنهج الوصفي السببي المقارن للكشف عن طبيعة العلاقة بينهما، حيث توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط بين ممارسة اللعبة وظهور بعض أشكال السلوك العدواني، سواء تجاه الآخرين أو تجاه الذات أو الممتلكات العامة. (حسن، 2017، ص238).

### 11. علاقة الألعاب الإلكترونية بالسلوك العدواني:

على الرغم من أن العديد من الدراسات أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين ممارسة الألعاب الإلكترونية العنيفة وظهور السلوك العدواني، إلا أن هذا الارتباط لا يمكن اعتباره دليلاً علمياً قاطعاً، نظراً لوجود عوامل أخرى قد تؤثر في سلوك الأفراد، مثل المشكلات المدرسية، وضعف الرقابة الأسرية، ونقص التوجيه التربوي لدى فئة الشباب. كما يرى بعض الباحثين أن الأشخاص الذين يفضلون الألعاب العنيفة قد يكونون في الأصل أكثر ميلاً إلى السلوك العدواني مقارنة بغيرهم. ومع ذلك، فإن التعرض المستمر والمتكرر لهذا النوع من الألعاب قد يترك آثاراً سلبية طويلة المدى، ويسهم في زيادة الاستجابات العدوانية لدى بعض الأفراد مع ضعف قدرتهم على التحكم فيها.

وتنقسم التفسيرات النظرية المتعلقة بالآثار المحتملة للألعاب الإلكترونية العنيفة إلى اتجاهين رئيسيين: أولاً: الاتجاه الذي يرى أن ممارسة الألعاب الإلكترونية العنيفة تؤدي بصورة مباشرة إلى اكتساب السلوك العدواني، وذلك انطلاقاً من فكرة أن الأفراد يتعلمون هذا النوع من السلوك من خلال تقليد النماذج والشخصيات التي يشاهدونها داخل الألعاب.

ثانياً: الاتجاه الذي يعتبر أن السلوك العدواني صفة موجودة مسبقاً لدى بعض الأفراد، وقد تكون ناتجة عن عوامل وراثية أو بيولوجية، وبالتالي فإن العلاقة تكون عكسية، حيث لا تؤدي الألعاب العنيفة إلى

خلق السلوك العدواني، وإنما تعكس ميول الفرد وسلوكياته الموجودة أساساً قبل ممارسة اللعبة. (شيخة، 2011، ص65).

## 12. علاج الإدمان على الألعاب الإلكترونية:

يرى الباحث "أوزاك" أن الحل الأساسي لمشكلة إدمان الألعاب الإلكترونية يتمثل في محاولة فهم الأسباب العميقة التي تدفع الأفراد إلى التعلق المفرط بالألعاب، حيث يعتمد العلاج الإدراكي على تحليل الدوافع والانفعالات النفسية المرتبطة بسلوك اللعب، مع البحث عن بدائل تساعد الأفراد على تلبية احتياجاتهم النفسية بصورة سليمة. كما تؤكد الباحثة أن العلاج يقوم على توعية الأفراد بوجود جوانب مهمة في حياتهم تتطلب الاهتمام والمسؤولية. وتشير أيضاً إلى أن الإفراط في اللعب قد يكون انعكاساً لمشكلات أسرية أو وظيفية يعاني منها الفرد.

وفي هذا الإطار، قدم الباحث نيكولاس لي دراسة موسعة حول لاعبي لعبة EverQuest، حيث توصل إلى وجود علاقة بين عدد الساعات التي يقضيها اللاعب داخل اللعبة وبين ظهور أعراض الاكتئاب أو التقلبات المزاجية.

كما أوضح لي أن ألعاباً مثل \*إيفركويست\* قد تتحول إلى شكل من أشكال الإدمان، لكنها في الوقت نفسه قد تمثل وسيلة للتعامل مع المشكلات العاطفية والسلوكية. فهذه البيئات الافتراضية تمنح اللاعبين مساحة آمنة لاكتشاف ذاتهم وتجربة أدوار جديدة، مما يساعدهم على التعبير عن أنفسهم بحرية أكبر أو ممارسة أدوار قيادية قد يصعب عليهم القيام بها في الواقع، خاصة بالنسبة للمراهقين الذين يلجؤون إلى الألعاب لاختبار شخصيات مختلفة والتعامل مع التحديات التي يواجهونها في حياتهم اليومية. (عباجي، 2007، ص139).

ويشمل دور المعالجين النفسيين أيضاً ضرورة مناقشة مدمني الألعاب الإلكترونية حول الوظائف التي تؤديها هذه الألعاب في حياتهم، ومدى تأثيرها على سلوكهم وخصائصهم النفسية والاجتماعية. ويبدو أن كثيراً من المدمنين يستخدمون الألعاب الإلكترونية كوسيلة للهروب من المشكلات والضغوط اليومية، لذلك يصبح من الضروري أن يساعدهم المعالجون على فهم ميولهم الاكتئابية والكشف عن الأسباب الحقيقية الكامنة وراءها.

وفي هذا السياق، يرى بعض المختصين أهمية دراسة الدور الذي تؤديه الألعاب الإلكترونية في مواجهة بعض المشكلات النفسية الأخرى، مثل القلق والحاجات الانفعالية أو الجسدية التي ربما لم يتم إشباعها

خلال مراحل النمو المختلفة. كما ينبغي على المعالجين تحليل تأثير هذه الألعاب على العلاقات والوظائف الاجتماعية للمدمنين، خاصة في ظل الشعور بالفراغ والعزلة الاجتماعية الذي قد يعاني منه بعضهم في الواقع. (أبو حمزة، 2014، ص114).

**الخلاصة:**

وفي الأخير ومن خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نستنتج أن إدمان التلاميذ على الألعاب الالكترونية ، أصبحت ظاهرة تهدد استقرار العائلات ، ونفسية وصحة التلاميذ ، حيث أثرت في تكوين شخصيتهم وعلاقاتهم وتفاعلهم مع الأسرة والمجتمع الذي ينتمون إليه ، وما زاد من حدة الإدمان هو التجمعات التي يقوم بها التلاميذ سواء بعد الدراسة مباشرة أو في العطل ، وما تحتويه هذه الألعاب من مميزات جذابة كالصور والألوان وعنصر التشويق ، لذا وجب البحث عن آليات وسبل للتقليل من خطر هذه الظاهرة ، والعمل على ترشيد التلاميذ على الطرق الملائمة لاستخدام الانترنت لبلوغ الصحة النفسية.

## 2. التوافق النفسي:

### تمهيد.

1. التطور التاريخي لمفهوم التوافق.
  2. تعريف التوافق النفسي.
  3. التوافق و بعض المفاهيم المتشابهة.
  4. النظريات المفسرة للتوافق النفسي.
  5. أشكال التوافق النفسي.
  6. أبعاد التوافق النفسي.
  7. الذات و التوافق.
  8. الشخص المتوافق و الغير متوافق.
- الخلاصة.

## 2. التوافق النفسي:

### تمهيد:

تعد الصحة النفسية أهم للجهاز النفسي للفرد التي يسعى الإنسان إليها حتى يستطيع تحقيق الاتزان ويعد التوافق النفسي إحدى ركائز الأساسية للصحة النفسية وله أثر كبير في حياة شخص خصوصاً والمجتمع عموماً.

فالشخص المتوافق ذو شخصية قادر على أن ينسق سلوكه وتفاعله مع محيطه واحتياجاته لذلك فالتوافق مفهوم جوهري في علم النفس حيث يهتم بدراسة جانب النفسي للفرد.

### 1. التطور التاريخي حول مفهوم التوافق:

يُعد مفهوم التوافق من المفاهيم التي تعود جذورها إلى علم الأحياء، وقد تأثر بشكل واضح بنظرية تشارلز داروين المعروفة بنظرية النشوء والارتقاء. ويشير هذا المفهوم في أصله إلى أن الكائن الحي يسعى إلى تحقيق نوع من المواءمة بين نفسه وبين البيئة الطبيعية التي يعيش فيها، بهدف ضمان البقاء والاستمرار. وقد ارتبط المفهوم في بداياته بعلم الحيوان، حيث كان يُستخدم تحت مسمى "التكيف"، إذ إن الأنواع القادرة على التكيف مع مخاطر البيئة الفيزيائية هي الأكثر قدرة على البقاء والاستمرار. ومع تطور الاستخدام العلمي، انتقل هذا المفهوم ليصف أيضاً سلوك الإنسان، بوصفه استجابة لمجموعة من الضغوط والمتطلبات البيئية التي يعيشها.

فعلَى سبيل المثال، يحاول الإنسان في فصل الصيف التخفيف من ملابسه للتأقلم مع درجات الحرارة المرتفعة، بينما يلجأ في فصل الشتاء إلى ارتداء الملابس الثقيلة لمواجهة البرد، وكذلك الأمر في اختيار المسكن ونوعية الغذاء وغيرها من جوانب الحياة اليومية.

وقد قام علم النفس باستعارة هذا المفهوم البيولوجي للتكيف، ليستخدمه في السياق النفسي والاجتماعي تحت مصطلح "التوافق"، حيث أصبح الاهتمام يتركز على قدرة الفرد على تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي، أكثر من التركيز على البقاء البيولوجي فقط. (شاذلي، 2001، ص25).

### 2. تعريف التوافق النفسي:

يُعرّف كارل روجرز التوافق على أنه قدرة الفرد على تقبّل الخبرات التي يدركها، بما في ذلك تقبّل ذاته، ثم العمل لاحقاً على إدماج هذه الخبرات وتنظيمها ضمن بناء شخصيته. (رمضان محمد القدافي، 1998، ص110).

ويعكس هذا التعريف عند روجرز العملية الأساسية التي من خلالها يتعامل الفرد مع ذاته الداخلية وما تحمله من خبرات ومشاعر وصراعات، إضافة إلى تقبل التجارب الخارجية بكل ما تتضمنه من تحديات وضغوط. فاعتماد التوافق النفسي كخاصية أساسية في الشخصية يمنح الفرد قدراً من المرونة النفسية التي تمكنه من بناء علاقة إيجابية وسليمة مع ذاته ومع محيطه الاجتماعي، خاصة وأن التوافق النفسي يُعد عملية مستمرة ترتبط بالنضج والتعلم الدائم، حيث يواجه الفرد يومياً مواقف جديدة تتطلب منه التكيف والتطور على المستويين النفسي والفكري.

كما يُعرّف التوافق النفسي أيضاً بأنه عملية يقوم من خلالها الفرد بتعديل سلوكه وبيئته بما يحقق له إشباع رغباته الداخلية دون أن يتعارض ذلك مع المتطلبات الاجتماعية، أي أنه مجموعة من العمليات النفسية التي تساعد الفرد على مواجهة المواقف المختلفة والضغوط المتنوعة، سواء كانت نفسية أو اجتماعية أو بيئية، بما يضمن استمرار علاقته المتوازنة مع محيطه الاجتماعي. (جمال، 2019، ص215).

ويُنظر إلى التوافق النفسي كذلك على أنه حالة مؤقتة يحدث فيها توازن بين قوى المجال النفسي، بما في ذلك شخصية الفرد نفسها، إذ يتضمن هذا المجال قوى متعددة متعارضة ومتفاعلة، ويؤدي تفاعلها إلى تشكيل نمط نمو وسلوك الفرد وفق طبيعة هذا التوازن، مما ينعكس على مسار تطوره النفسي. (صالح، 2008، ص64).

### 3. التوافق وبعض المفاهيم المشابهة:

#### 3.1. التوافق والتكيف:

##### مفهوم التكيف النفسي:

لغةً، تشير كلمة التكيف إلى معاني الألفة والتقارب واجتماع الكلمة، وهي عكس التنافر والتباعد والتصادم. ويُقصد بالتكيف في علم النفس أنه عملية ديناميكية مستمرة يقوم من خلالها الفرد بتعديل سلوكه بما يحقق له الانسجام والتوافق مع البيئة المحيطة به. (فهيم، 1978، ص11).

أما اصطلاحاً، فإن مفهوم التكيف في علم النفس له جذور في العلوم البيولوجية، حيث ارتبط بنظرية تشارلز داروين في التطور، التي اعتُبرت أساساً لفكرة المواءمة مع البيئة. وقد اعتمد علماء الأحياء هذا المفهوم في تفسير قدرة الكائنات على التكيف مع ظروف الحياة المختلفة، كما أشار بعض الباحثين إلى أن العديد من الاضطرابات والأمراض النفسية قد ترتبط بصعوبة الفرد في التكيف مع ضغوط الحياة. (فهيم، 1979، ص18).

**التوافق والصحة النفسية:**

عرّف كلاين الصحة النفسية بأنها العلم الذي يهدف إلى مساعدة الأفراد على مواجهة مشكلاتهم والتعامل معها بطريقة سليمة، مع القدرة على تقبلها في حال تعذر حلها بشكل كامل. (الدهري، دت: 206). كما تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها حالة من الكمال الجسدي والنفسي والاجتماعي، ولا تقتصر فقط على غياب المرض أو العجز. (منظمة الصحة العالمية، 2005، ص16).

**4. النظريات المفسرة للتوافق النفسي****4. 1. النظرية البيولوجية الطبية:**

يرى أنصار هذه النظرية أن جميع أشكال الفشل في التوافق تعود إلى اضطرابات أو أمراض تصيب أنسجة الجسم، وخاصة الدماغ. وقد تكون هذه الأمراض وراثية أو مكتسبة خلال حياة الفرد نتيجة الإصابات الجسدية أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها. وترجع البدايات الأولى لهذه النظرية إلى إسهامات كل من داروين، مندل، جالتون، وكالمان وغيرهم. (مدحت، 1999، ص86).

**4. 2. النظرية التحليلية:**

يرى فرويد أن الشخصية تتكون افتراضياً من ثلاث منظومات رئيسية هي: الهو، الأنا، والأنا الأعلى. فالهو يُعد مستودع الغرائز والطاقة النفسية، حيث يسبب إثارة الدوافع شعوراً بالتوتر يدفع الفرد إلى تفرغها لاستعادة التوازن النفسي، ويخضع هذا الجزء لمبدأ اللذة. أما الأنا، فهو الجانب الواعي من الشخصية الذي ينظم سلوك الفرد ويوازن بين رغبات الهو ومتطلبات الواقع، فيحدد ما يمكن إشباعه وما يجب تأجيله، ويخضع لمبدأ الواقع. في حين يمثل الأنا الأعلى القيم والمعايير الأخلاقية الداخلية التي يكتسبها الفرد، ويخضع لمبدأ المثالية. وتُفهم الصحة النفسية في ضوء هذه النظرية على أنها قدرة الأنا على تحقيق التوازن بين مطالب الهو والأنا الأعلى والواقع.

ويرى بعض الباحثين مثل مرسي أن هذه النظرة تحمل طابعاً تشاؤمياً، حيث يعتبر فرويد أن الإنسان مدفوع بطبعه نحو الغرائز، وأنه يخضع لصراع دائم بين دوافعه الداخلية ومعايير المجتمع، مما يجعل هذا الصراع مستمراً وحتمياً. (الأحمد، 1999، ص88).

**4. 3. المدرسة السلوكية:**

يرى السلوكيون أن التوافق يتمثل في قدرة الفرد على ضبط الذات والسيطرة على سلوكه، من خلال كفت السلوكيات غير المعززة وتعلم سلوكيات جديدة تساعده على تحقيق أهدافه. ويتم ذلك عبر فهم القوانين والشروط التي تحكم البيئة الطبيعية والاجتماعية، والتي تمكّنه من إشباع حاجاته وتجنب المخاطر. (الخالدي، 2009، ص108).

وتفترض هذه المدرسة أن أغلب السلوك الإنساني سلوك متعلم، وأن الفرد يكتسب السلوك السوي وغير السوي من خلال التفاعل مع البيئة. كما ترى أن الشخصية هي مجموعة من الأنماط والسلوكيات المكتسبة نسبياً، والتي تميز الفرد عن غيره. ويُنظر إلى الإنسان في هذه المدرسة ككائن تفاعلي يستجيب للمثيرات البيئية، ويمكنه تعديل سلوكه عبر التعلم والخبرة. وبالتالي يتحقق التوافق عندما يتمكن الفرد من اكتساب السلوكيات التي تساعده على تلبية احتياجاته وتجنب الأضرار. (سرجان، 2013، ص16).

#### 4.4. النظرية المعرفية:

يرى بيك ورفاقه أن الاضطرابات النفسية ترجع إلى الأفكار السلبية حول الذات والخبرات الحاضرة والمستقبل، حيث يؤدي الإدراك السلبي وتفسير المواقف بطريقة غير واقعية أو مشوهة إلى ظهور الاضطرابات النفسية. وغالباً ما تكون هذه الأفكار مبنية على الشعور بالنقص أو الفشل أو الحرمان. كما قدم سيلغمان نموذج "العجز المتعلم"، والذي يفسر الاضطرابات النفسية على أنها نتيجة تعرض الفرد لمواقف خارج سيطرته، مما يؤدي إلى اعتقاده بعدم قدرته على التحكم في أحداث حياته المستقبلية. وبذلك يشعر بالعجز وفقدان القدرة على التغيير أو تحقيق الإشباع النفسي. (حسين، 2012، ص161).

#### 5. أشكال التوافق النفسي:

##### 5-1 التوافق الحسن / حسن التوافق:

هو قدرة الفرد على إشباع حاجاته ودوافعه بأسلوب يحقق له الرضا الشخصي وفي الوقت نفسه ينسجم مع رضا الآخرين من حوله، أي أنه يشبع رغباته بطريقة تحقق له المتعة دون أن تتعارض مع القيم والمعايير الاجتماعية السائدة. ويتطلب هذا النوع من التوافق الوصول إلى حالة من التوازن بين متطلبات الفرد ومتطلبات المجتمع بشكل متكامل دون الإضرار بأي طرف، سواء على مستوى الفرد أو المجتمع. ويُعرّف حسن التوافق أيضاً بأنه قدرة الفرد على التكيف بصورة سليمة مع بيئته الاجتماعية والمادية والمهنية، إضافة إلى توافقه مع ذاته الداخلية (جمال، 2019، ص244).

وفي السياق نفسه يرى سميث Smith أن التوافق النفسي السوي يتمثل في الإشباع المعتدل والعام للدوافع الفردية بطريقة بناءة لا تعيق قدرات الفرد الإنتاجية، بل تدعمها وتطورها (كنز، 2018، ص 77).

### 5-2 التوافق السيء / سوء التوافق:

يتمثل سوء التوافق في عجز الفرد عن إشباع حاجاته ودوافعه بطريقة تحقق له الرضا الداخلي وفي الوقت نفسه تحافظ على علاقاته الاجتماعية، مما يؤدي إلى شعوره بالإحباط والفشل. وقد أشار روجرز (1949) إلى أن سوء التوافق يحدث نتيجة عدم اتساق خبرات الفرد مع مفهوم الذات، وهو ما يقود إلى حالة من الضعف النفسي والانكشاف (vulnerability) ، حيث يصبح الفرد غير قادر على التصرف كوحدة متماسكة بسبب التناقض بين إدراكه لذاته والصورة التي يحملها عنها، وأحياناً يتأثر سلوكه بمعايير خارجية مكتسبة من الآخرين. وتتمثل جوهر هذه الحالة في محاولة الفرد إرضاء طرفين متعارضين في الوقت نفسه (جمال، 2019، ص 244).

كما يشير روبرت روك Robert Rock إلى مجموعة من العوامل التي تسهم في سوء التوافق، من بينها العوامل الجسمية والصحية مثل اضطرابات الغدد الصماء، والأمراض المزمنة، والإعاقات البدنية أو العقلية، والتي تؤثر بشكل مباشر على أسلوب التكيف لدى الفرد. ويركز روك على العوامل البيولوجية والفيزيولوجية والعقلية، بينما يضيف سعد جلال عوامل بيئية أخرى تؤثر في سوء التوافق، مثل:

\*افتقار البيئة إلى وسائل إشباع الدوافع المادية والمعنوية.

\*وجود صراع بين الدوافع المتعارضة الناتج عن تناقضات ثقافية.

\*جمود المعايير الثقافية وعدم تطورها.

\*ضعف فهم الفرد لذاته وإمكاناته، وعدم تقبله لها، ورفع أو خفض مستوى طموحه مقارنة

بقدراته.

\*وجود عوامل لاشعورية تؤثر في السلوك. (أنور، 2014، ص 27)

كما تجدر الإشارة إلى أن عدم الامتثال للقواعد الاجتماعية يعد من العوامل المؤثرة في سوء التوافق، إذ إن كل مجتمع يضع مجموعة من القوانين والمعايير التي يكتسبها الفرد خلال عملية التنشئة الاجتماعية، بحيث تصبح جزءاً من تكوينه السلوكي. وعندما يحدث تعارض بين هذه القوانين وشخصية الفرد أو ثقافته، فإنه يصبح عرضة لسوء التوافق النفسي والاجتماعي، حيث تتحول هذه القوانين إلى عائق أمام انسجامه مع بيئته (مصطفى، 1979، ص 25).

ويظهر سوء التوافق في عدة مظاهر تدل على أزمة نفسية قد تكون مقدمة لاضطرابات أعمق، ومن أبرزها:

- \* عدم النضج الانفعالي مثل الأنانية والغيرة.
- \* الاستجابات غير المتزنة للمواقف المختلفة.
- \* تدهور الصحة الجسدية الناتج عن الضغط النفسي مثل الأرق، فقدان الشهية، خفقان القلب، ضيق التنفس، والإرهاق.
- \* ضعف العلاقات الاجتماعية نتيجة الشك في نوايا الآخرين وسلوكهم. (جليلة، 2022، ص 47).

## 6. ابعاد التوافق النفسي:

ثمة اختلاف بين الباحثين حول أبعاد التوافق النفسي باعتباره موضوعاً واسعاً ومتعدد الجوانب، وهو أمر طبيعي نظراً لتشعبه وتعقيده. ورغم هذا التباين، فإن أغلب الدراسات ركزت على بعدين أساسيين هما البعد الشخصي والبعد الاجتماعي.

### 6.1. التوافق الشخصي:

يشير حامد زهران إلى أن التوافق الشخصي يُعد مرادفاً للتوافق النفسي، ويعني الشعور بالرضا عن الذات والسعادة الداخلية، إلى جانب القدرة على إشباع الدوافع الفطرية الأولية والدوافع المكتسبة الثانوية، بما يحقق نوعاً من السلام الداخلي. كما يرتبط هذا التوافق بقدرة الفرد على تحقيق متطلبات النمو في مختلف المراحل العمرية المتتابعة (حامد، 1984، ص 94).

كما يعكس التوافق الشخصي قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتعارضة بطريقة متوازنة تحقق الإشباع دون إفراط أو تفريط. ورغم ذلك، فإن الصحة النفسية لا تعني غياب الصراعات الداخلية، بل القدرة على مواجهتها وحلها بشكل إيجابي بدلاً من تجنبها أو الهروب منها. وعليه، فإن سوء التوافق الذاتي يؤدي غالباً إلى سوء التوافق الاجتماعي، حيث يعيش الفرد في حالة من الرضا والتوازن عندما يكون قادراً على التكيف مع متطلبات الحياة ضمن حدود إمكاناته، بينما يؤدي العجز عن ذلك إلى سوء التوافق (التوافق، 2014، ص 21-22).

وفي بعض الحالات، قد يفشل الأبناء في مواجهة مشكلاتهم بسبب أفكار خاطئة تشكلت لديهم خلال مراحل النمو، مما يدفعهم إلى كبت الغضب أو توجيهه نحو الذات، نتيجة الاعتقاد بأن التعبير عنه أمر

خطير أو مرفوض. وقد يؤدي ذلك إلى لوم الذات بشكل غير واقعي، مما قد يتطور إلى حالات اكتئاب أو ميول انتحارية باعتبارها شكلاً من أشكال العدوان الموجه نحو الذات. (Gibson, 2015)

كما أن إدراك الفرد لذاته يُعد مؤشراً مهماً على مستوى توافقه الشخصي، حيث إن المبالغة في تقدير الذات قد تؤدي إلى التعالي، بينما يؤدي ضعف تقديرها إلى الانسحاب والشعور بالدونية، مما يعكس سوء التوافق (جليلة، 2022، ص 41).

## 6. 2. التوافق الاجتماعي:

يعني التوافق الاجتماعي قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين، إذ يرتبط تقبل الآخر بتقبل الذات. ويتحقق هذا التوافق من خلال بناء علاقات اجتماعية قائمة على التعاون والتسامح والإيثار، إضافة إلى ضبط النفس وتحمل المسؤولية، مع السعي إلى إشباع حاجات الآخرين المشروعة، مع تجنب العدوان أو الشك أو اللامبالاة بمشاعر الآخرين (أنور، 2014، ص 22).

ويرى رويش (Roush) أن الشخص المتوافق هو الذي يتصرف وفق المعايير الثقافية السائدة في مجتمعه، حيث يتعين على الفرد القادم من بيئة مختلفة أن يتكيف مع أسلوب الحياة الجديد، وإلا تعرض للرفض الاجتماعي. كما يشير إلى أن طبيعة العلاقات في المجتمع الحضري تميل إلى الفردية (أنا) أكثر من الجماعية (نحن)، مما يتطلب مرونة عالية في التكيف مع السياق الثقافي الجديد. ومع ذلك، تختلف سرعة التوافق بين الأفراد تبعاً للفروق الفردية والثقافية، خاصة عند الانتقال من مجتمع إلى آخر (صالح، 2008، ص 69-70).

## 7. الذات والتوافق:

تلعب الذات دوراً محورياً في عملية التوافق النفسي، إذ إن إشباع الدوافع يتطلب فهماً عميقاً للدوافع الداخلية والعوامل البيئية التي تساعد على تحقيقها، إضافة إلى تحديد الأهداف والوسائل المناسبة لتحقيق الإشباع ضمن الإطار الثقافي والاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد.

كما أن الذات قد تؤثر في تنظيم الحاجات، فتؤخر بعضها أو تعجل ببعضها الآخر وفقاً للظروف البيئية، في محاولة لتحقيق التوازن الداخلي (يونس، 1993، ص 338).

وقد أكد باندورا (Bandura) عام 1977 على أهمية مفهوم الكفاءة الذاتية، واعتبره محورياً أساسياً في التغيير النفسي، إذ يرتبط بقدرة الفرد على التكيف مع المواقف المختلفة، ويعتمد على أحكامه حول قدرته على أداء مهام معينة وتحقيق الأهداف المطلوبة (لورانس، 2010، ص 221).

## 8. الشخص المتوافق وغير المتوافق:

## التوافق:

يتسم الفرد المتوافق نفسياً واجتماعياً بصفة عامة بأنه شخصية متوازنة ومتكاملة، قادرة على تحقيق الانسجام بين حاجاته الداخلية وسلوكه الهادف، وبين تفاعله مع البيئة المحيطة به. كما يتميز بقدرته على تحمل صعوبات الحاضر من أجل بناء مستقبل أفضل، إضافة إلى اتساق سلوكه وعدم تناقضه، واندماجه مع معايير مجتمعه دون أن يفقد استقلالته الشخصية (نبيل سفيان، 2004، ص 171).

## سوء التوافق:

أما سوء التوافق فيتمثل في عجز الفرد عن تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته والتعامل مع صراعاته الداخلية والخارجية، مما يجعله يعيش حالة من عدم الانسجام داخل الأسرة أو العمل أو مختلف التنظيمات الاجتماعية التي ينتمي إليها. وكلما ازداد هذا الاضطراب في التوافق، اقترب الفرد من الاضطرابات العصبية.

وإذا اعتبرنا أن السلوك التوافقي هو ذلك السلوك الذي تتحقق فيه وحدة نفسية متكاملة تتناغم فيها الوظائف النفسية المختلفة ضمن شخصية متماسكة، وتكون مرتبطة بظروف الحياة النفسية والمادية التي تحقق الاتزان والتكيف، فإن السلوك غير المتوافق هو السلوك الذي يعجز فيه الفرد عن تحقيق هذا الانسجام بين ذاته والآخرين (الرحو، 2005، ص 376).

كما أن بعض العوامل الأسرية مثل الانفصال الأبوي، سواء نتيجة الطلاق أو غيره، يمكن أن تؤثر بشكل كبير على الحالة العاطفية للفرد، وتؤدي إلى ظهور مشكلات في التكيف الاجتماعي لدى الأطفال. ويُعد الإحساس بالأمان والاستقرار والصبر من أهم أسس التكيف السليم، وعند فقدان هذه العناصر يشعر الطفل بانهيار بيئته الأسرية وما يترتب على ذلك من آثار نفسية قاسية ومؤلمة (نبيلة، 2011، ص 123).

**خلاصة:**

التوافق النفسي موضوع مهم للغاية في مجال الصحة النفسية، فلا يحقق الفرد ذاته ولا يدركها الى إذا حقق مجمل مظاهر التوافق الحسن ما يجعله متوافقا من الناحية النفسية والاجتماعية وبالتالي يحقق الحاجات النفسية المهمة المساهمة في تحقيق الذات، وفي هذا الفصل تم التطرق الى النظريات التي تناولت موضوع التوافق النفسي وابعاده ومظاهره السيئةوالحسنة واشكاله بغية تقديم حوصلة بسيطة حول هذا الموضوع الثري والشيق.

### المراهقة:

تمهيد.

1. تعريف المراهقة.
  2. مراحل المراهقة.
  3. مظاهر النمو المراهقة.
  4. أهمية المراهقة.
  5. ميكانزمات التوافق أو الحيل الدفاعية.
  6. مشاكل المراهقة.
  7. خصائص المراهقة.
  8. نظريات المفسرة للمراهقة.
  9. طرق التواصل مع المراهق.
  10. طرق مشكلات المراهقة.
- الخلاصة.

**3. المراهقة:****تمهيد:**

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة صعبة وجد حساسة من جميع النواحي خاصة من الناحية النفسية والاجتماعية فهي مرحلة غامضة، ولكونها مرحلة نمو سريعة تطراً عليها التغيرات في كل جوانب النمو تقريباً ، جسدية ونفسية وعقلية والحياة الانفعالية، وهذا ما يؤدي لظهور أزمات وصراعات نفسية قد تعرض المراهق المتمدرس إلى مشاكل واضطرابات على المستوى النفسي والاجتماعي، بحث تعتبر مرحلة انتقال من طفل يعتمد على والديه والآخرين إلى شخص ناضج و راشد يعتمد على نفسه مستقل بذاته ، ومما لا شك فيه هذا الانتقال يتطلب تحقيق توافق نفسي واجتماعي، وسوف نتطرق في هذا الفصل إلى تعريف المراهقة، والتغيرات الرئيسية في مرحلة المراهقة، والنظريات التي تفسر المراهقة مراحل المراهقة، ومظاهر النمو، خصائص المراهقة، ومشكلات مرحلة المراهقة.

**1. تعريف المراهقة:**

في الدراسات النفسية العربية يُستخدم مصطلح \*Adolescence\* للدلالة على مرحلة المراهقة، وهو مشتق من أصل لاتيني يعني التدرج نحو النضج والاكتمال. وتبدأ هذه المرحلة مع البلوغ، الذي يُعرف علمياً بأنه المرحلة التي تبدأ فيها الخصائص الجنسية الأولية والثانوية بالظهور نتيجة لنضج الغدد التناسلية. وعادة ما تبدأ المراهقة لدى الإناث ما بين سن 11 و12 سنة، بينما تبدأ لدى الذكور ما بين 12 و14 سنة، وتستمر تقريباً حتى سن 17 سنة عند الإناث، وإلى غاية 18 أو 19 سنة عند الذكور. وتعد المراهقة في جوهرها عملية بيولوجية، رغم أن بعض علماء النفس لا يفرقون بين مفهومي المراهقة والبلوغ، ويعتبرونهما مترادفين في المعنى. (حاجي، 2007، ص15).

وترى إليزابيث هورلوك أن المراهقة تمثل مرحلة انتقالية تبدأ مع النضج الجنسي ولا تنتهي إلا عندما يصل الفرد إلى درجة من الاستقلالية الكاملة عن الراشدين. كما تؤكد هورلوك أن من الصعب تحديد بداية ونهاية دقيقة لهذه المرحلة مقارنة بمرحلة الطفولة، وذلك لأن النضج العقلي والانفعالي والاجتماعي يختلف من فرد لآخر تبعاً لقدراته العقلية والظروف البيئية المحيطة به. ووفقاً لهورلوك، فإن سن الحادية والعشرين يمثل العمر الذي يصل فيه الفرد غالباً إلى اكتمال نضجه، وهو ما يشير إلى نهاية مرحلة المراهقة. (ريماوي، 2006، ص163).

وتُعرف المراهقة أيضاً بأنها مرحلة نمو وتطور تقع بين الطفولة ومرحلة الرشد، سواء بالنسبة للذكور أو الإناث. ويصعب تحديد هذه المرحلة بدقة بسبب اختلاف معدلات النمو الجسدي والنفسي بين الأفراد، إضافة إلى تعقيد عملية النمو النفسي التي تتسم ببعض الغموض. لذلك، لا يمكن تحديد نهاية المراهقة بشكل دقيق إلا بعد اكتمال النمو الجسدي والنفسي والغدي للفرد، غير أن أغلب الدراسات تشير إلى أن هذه المرحلة تنتهي مع بداية العشرينيات من العمر، وتشمل بذلك الأفراد الذين يعيشون العقد الثاني من حياتهم. (غباري، 2009، ص224).

وتعد مرحلة المراهقة طريقاً نحو النضج، إذ تمتد غالباً ما بين سن 12 و17 سنة، غير أن تحديد بدايتها ونهايتها بشكل دقيق يظل أمراً صعباً، لأنها ترتبط بعمليات النمو الجسدي والنفسي والجنسي التي تختلف من شخص إلى آخر.

## 2. مراحل المراهقة:

يمكن تقسيم مرحلة المراهقة إلى مجموعة من المراحل الأساسية، تتمثل فيما يلي:

### 2-1 مرحلة ما قبل البلوغ:

وتعرف أحياناً بمرحلة الاستعداد أو المقاومة، وتمتد غالباً من سن العاشرة إلى الثانية عشرة. وخلال هذه المرحلة يبدأ الأطفال في إظهار نوع من المقاومة أو الابتعاد عن الاهتمامات الجنسية المبكرة، ويتضح ذلك من خلال تنامي الوعي بالهوية الجنسية، حيث يميل الأولاد إلى تجنب الفتيات والعكس صحيح. (معوض، 2003، ص230).

### 2-2 المراهقة المبكرة:

تمتد هذه المرحلة تقريباً من سن 12 إلى 16 سنة، وتتميز بحدوث نمو سريع ومتغيرات جسدية مرتبطة بمرحلة البلوغ، وتستمر لفترة قد تصل إلى عام بعد استقرار هذه التغيرات. وخلال هذه المرحلة يسعى المراهق إلى تحقيق الاستقلالية، ويبدأ في إظهار التمرد على القيود والسلطة، مع تزايد اهتمامه بذاته ووعيه بشخصيته.

### 2-3 المراهقة المتأخرة:

تمتد من سن 17 إلى 21 سنة، وفيها يبدأ الفرد بالتكيف مع المجتمع والتعامل مع التغيرات النفسية والاجتماعية الجديدة. كما يحاول المراهق في هذه المرحلة تحديد موقفه من الكبار، ويتعلم كيفية ضبط النفس والتقليل من العزلة، الأمر الذي يساهم في انخفاض حدة الصراعات الشخصية. كذلك تظهر في

هذه الفترة تحديات جديدة تتعلق بتحديد الهوية الشخصية وتكوين المواقف تجاه قضايا العمل والسياسة والمجتمع. (معوض، 2003، ص230).

### 3. مظاهر النمو في مرحلة المراهقة:

وتتمثل مظاهر النمو خلال مرحلة المراهقة فيما يلي:

#### 3.1. النمو الجسدي:

يعد النمو الجسدي من أهم التغيرات التي يمر بها المراهق، حيث يشهد الجسم نمواً سريعاً قد لا يكون متوازناً مع النمو العقلي والانفعالي والاجتماعي. ولا تقتصر أهمية هذه التغيرات على الجانب الجسدي فقط، بل تمتد لتؤثر بشكل واضح في شخصية المراهق وسلوكياته وقدراته، نتيجة التفاعل المستمر بين الجسد والعقل والمشاعر.

#### 3.2. النمو الفيزيولوجي:

ويشير إلى التغيرات الداخلية التي تحدث داخل جسم المراهق، مثل نشاط الغدد الصماء والغدد الجنسية، وما يرتبط بها من نضج جنسي وبلوغ، الأمر الذي يهيئ الجسم للقدرة على الإنجاب والتكاثر.

#### 3.3. النمو العضوي:

يظهر هذا النوع من النمو من خلال التغيرات الخارجية التي تطرأ على الجسم، مثل الزيادة في الطول والوزن، وتغير ملامح الوجه، وظهور الشعر في مناطق متعددة من الجسم، إضافة إلى تغير نبرة الصوت. ويتطلب ذلك من المراهق التكيف مع هذه التحولات واستيعابها ضمن سلوكه وحياته اليومية.

#### 3.4. النمو الاجتماعي:

يتمثل في اتساع دائرة العلاقات الاجتماعية وزيادة التفاعل مع الآخرين ومشاركتهم الخبرات والمشاعر، نتيجة التغيرات النفسية والجسدية التي يمر بها المراهق. كما يستمر تأثير الأسرة والمعلمين والأشخاص المقربين في تشكيل هويته الاجتماعية وتوجيه سلوكه.

#### 3.5. النمو العقلي:

تمثل المراهقة مرحلة مهمة من مراحل النضج العقلي، حيث تتطور القدرات الذهنية تدريجياً من التفكير البسيط إلى التفكير الأكثر تعقيداً، مع تنامي القدرة على التحليل والتفكير النقدي والإبداعي.

#### 3.6. النمو الانفعالي:

يوضح هذا الجانب طبيعة الانفعالات لدى المراهق، والتي غالباً ما ترتبط بالمؤثرات الداخلية والخارجية المحيطة به. وقد تؤدي هذه التغيرات أحياناً إلى بعض الاضطرابات السلوكية أو المشكلات النفسية، خاصة إذا شعر المراهق بالنقص أو بعدم المساواة مقارنة بأقرانه. (أبو الخير، 2004، ص150).

#### 4. أهمية المراهقة:

على الرغم من أن مرحلة المراهقة تعد من أكثر المراحل التي يمر فيها الفرد بالتغيرات والتحديات النفسية والاجتماعية، فإنها تبقى مرحلة أساسية ومهمة في تكوين الشخصية وبناء مستقبل الفرد، وتتجلى أهميتها في عدة جوانب، من أبرزها:

\*سعي المراهق إلى التحرر التدريجي من الاعتماد الكامل على الوالدين وتحمل مسؤولية نفسه، حيث يحاول تحقيق الاستقلالية واتخاذ قراراته الخاصة رغم حاجته المستمرة إلى التوجيه والمساندة.

\*حرص المراهق على تحقيق رغباته وميوله الشخصية وإشباع احتياجاته المختلفة وفق القيم والمعايير الاجتماعية السائدة، إلى جانب تفكيره في مستقبله والعمل على تحديد أهدافه المهنية والشخصية.

\*توجه المراهق نحو البحث عن الحرية والاستقلال، رغم ما قد يواجهه من صراعات انفعالية وعاطفية تؤثر أحياناً على طريقة تفكيره واتخاذها للقرارات.

كما تكمن أهمية هذه المرحلة فيما تشهده من تطورات جسدية وعقلية ومعرفية واجتماعية، إضافة إلى التغيرات الجنسية المرتبطة بالنمو، والتي تساعد المراهق على الاستعداد للاندماج في المجتمع بصورة أكثر وعياً وقدرة على التفاعل والمشاركة والاستفادة من مختلف الخبرات الحياتية. (مجدي، 2013، ص346-347).

#### 5. ميكانزمات التوافق أو الحيل الدفاعية:

##### 5-1- العدوان:

توجد عدة أنماط من السلوك العدواني التي قد يلجأ إليها المراهق بطرق مختلفة، ومن أبرزها ما يلي:

##### 5-1-1- العدوان المباشر:

ويتمثل في قيام المراهق بتوجيه عدوانه مباشرة نحو مصدر الإحباط أو الغضب، وقد يواجه هذا العدوان نحو نفسه من خلال بعض السلوكيات مثل لطم الوجه أو قضم الأظفار، ويعد هذا السلوك محاولة للتخفيف من التوتر والتخلص من الضغوط النفسية دون الاهتمام بالأضرار الناتجة عنه.

##### 5-1-2- العدوان المزاح:

ويحدث عندما يوجه المراهق سلوكه العدوانى نحو أشخاص أو أشياء لا ترتبط مباشرة بمصدر الإحباط الحقيقى، ويعتبر هذا النوع من العدوان وسيلة للتخفيف من الضغط النفسى الناتج عن الإحباط، كما يساعد الفرد أحياناً على التكيف مع المواقف الصعبة بطريقة غير مباشرة. وتعد هذه الأساليب من الوسائل التى يستخدمها المراهق للتعبير عن مشاعره واحتياجاته بصورة غير مباشرة، حيث تعكس محاولاته للتعامل مع الضغوط النفسية بطريقة تمنحه الشعور بالراحة أو السيطرة. (عوض، 2006، ص146).

### 5-2 التعويض:

يوجد نوعان من التعويض يمكن أن يلجأ إليهما الأفراد، وهما:

#### 5-2-1 التعويض المسرف:

ويتمثل في لجوء الفرد إلى بعض السلوكيات غير السوية لتعويض شعوره بالنقص أو الإحباط، مثل السلوكيات العدوانية أو إيذاء الذات كقضم الأظافر أو لطم الوجه بهدف تفريغ التوتر النفسى.

#### 5-2-2 التعويض العادى:

ويظهر عندما يحاول الفرد تعويض جوانب النقص لديه بوسائل إيجابية ومقبولة، مثل اكتساب مهارات جديدة أو تطوير قدراته في مجال معين، كتعلم لغة جديدة أو الاجتهاد في الدراسة لتعويض الشعور بالقصور.

#### 5-3 التقمص:

يعد التقمص من الظواهر الشائعة لدى بعض المراهقين، خاصة غير الناضجين منهم، حيث يحاولون تقليد الأشخاص الذين يعتبرونهم نموذجاً للنجاح أو التميز. وقد يكون التقمص وسيلة تساعد المراهق على التعلم واكتساب الخبرات والسلوكيات الإيجابية من الأشخاص الأكبر سناً.

#### 5-4 التبرير:

يلجأ بعض الأفراد، وخاصة المراهقين، إلى تقديم تبريرات لسلوكياتهم أو أخطائهم بهدف الدفاع عن أنفسهم وتجنب الانتقاد أو الشعور بالفشل، ويكون ذلك من خلال محاولة إقناع الآخرين أو إقناع الذات بأسباب هذه التصرفات.

#### 5-5 الإسقاط:

ويحدث الإسقاط عندما يقوم الفرد بإلقاء مسؤولية أخطائه أو تصرفاته السلبية على الآخرين، حيث يبرئ نفسه من الخطأ ويحمل الآخرين أسباب فشله أو مشكلاته.

**5-6 التمرکز حول الذات:**

قد يحاول المراهق الذي يعاني من ضعف الثقة بالنفس لفت انتباه الآخرين إليه من خلال التصرف بصوت مرتفع أو ممارسة بعض السلوكيات السلبية التي تجذب الانتباه وتعوض شعوره بالنقص.

**5-7 الانسحاب:**

ويعني تجنب الفرد للمواقف أو المهام التي يشعر بعدم قدرته على مواجهتها، فقد يلجأ المراهق الذي يعاني من الفشل الدراسي مثلاً إلى الهروب من الواقع والعيش في الأحلام بدلاً من مواجهة مشكلاته بصورة مباشرة. (عوض، 2006، ص147-148).

**6. مشكلات المراهقة****6. 1. مشاكل النمو:**

تتمثل مشكلات النمو لدى المراهق في مجموعة من الاضطرابات الجسمية التي قد تشمل الأرق، والإحساس السريع بالتعب، والشعور بالغثيان، وعدم الاستقرار الانفعالي، إضافة إلى عدم التناسق بين أجزاء الجسم خلال مرحلة النمو. وغالباً ما تثير هذه التغيرات قلق المراهق وانزعاجه، خاصة إذا كانت سبباً في تعرضه للسخرية أو الانتقاد من الآخرين.

**6. 2. المشاكل النفسية:**

يتعرض المراهق خلال هذه المرحلة لعدة اضطرابات نفسية نتيجة التغيرات والتحويلات التي يمر بها، مما يؤدي إلى تقلبات مزاجية وعدم استقرار في المشاعر والانفعالات. وقد تظهر هذه المشكلات في شكل اكتئاب أو حزن شديد، إضافة إلى تشتت التفكير، وفقدان الاهتمام بالأشياء، وضعف القدرة على التركيز، والشعور بالإحباط والفشل. كما قد تتجلى في سرعة الانفعال والمبالغة في ردود الفعل، إلى جانب التذبذب في السلوك بين التصرفات الطفولية ومحاولة تقليد سلوك الكبار. (بوشينة، 2019، ص120-121).

**6. 3. المشاكل الأسرية:**

يؤثر المناخ الأسري بشكل كبير في تكوين شخصية المراهق وتوجيه سلوكه، إذ ترتبط المشكلات الأسرية غالباً بطبيعة العلاقات داخل الأسرة وأسلوب تعامل الوالدين مع أبنائهم ومدى تفهمهم لاحتياجاتهم. ويمكن تلخيص أبرز هذه المشكلات فيما يلي:

- ضعف فهم الوالدين لاحتياجات المراهق وصعوبة التواصل معه.
- عدم توفير الجو الأسري المناسب الذي يساعد المراهق على أداء واجباته الدراسية.
- كثرة الخلافات في الآراء بين المراهق وأفراد أسرته عند مواجهة المشكلات.

• فرض قيود على حرية المراهق في العديد من جوانب حياته اليومية.

#### 6. 4. المشاكل المدرسية:

تظهر بعض المشكلات المدرسية لدى المراهقين في صورة القلق من الامتحانات أو الرغبة في التغيب عن المدرسة، ويرجع ذلك إلى عدة أسباب، من أهمها:

- التعرض للضغط النفسي والتوتر خلال فترات الامتحانات والخوف من النتائج الدراسية.
- ضعف الثقة في القدرات الأكاديمية، مما يدفع بعض الطلاب إلى الهروب من المواقف التعليمية.
- مواجهة صعوبات في التواصل مع بعض المعلمين نتيجة ضعف أساليب الشرح أو التفاعل داخل القسم.
- تعرض بعض الطلاب لسوء المعاملة أو التهديد بالعقاب وفقدان الدرجات من طرف بعض المدرسين.
- عدم توافق بعض المناهج الدراسية مع ميول التلاميذ واهتماماتهم وطموحاتهم، مما يقلل من دافعيتهم للتعلم والمشاركة.

وللتخفيف من هذه المشكلات، ينبغي على المعلمين توفير الدعم النفسي والتربوي للطلاب، والعمل على تشجيعهم وتحفيزهم على التعلم، مع منحهم الفرصة للتعبير عن احتياجاتهم ومشكلاتهم داخل البيئة التعليمية. (العيشي، 2013، ص73-74).

#### 6. 5. المشاكل الصحية:

تعد السمنة من أكثر المشكلات الصحية شيوعاً لدى المراهقين، حيث قد يعاني بعضهم من زيادة مؤقتة أو مفرطة في الوزن. ولذلك ينصح باتباع نظام غذائي متوازن واستشارة الطبيب المختص لتحديد الأساليب المناسبة للتحكم في الوزن. كما قد تكون السمنة مرتبطة ببعض اضطرابات الغدد الصماء، الأمر الذي يتطلب متابعة طبية لتشخيص الحالة وتقديم العلاج المناسب. ومن المهم أيضاً إتاحة الفرصة للمراهق للتحدث مع الطبيب بشكل فردي للتعبير عن مخاوفه ومشكلاته الصحية، لأن ذلك يعزز شعوره بالدعم والتفهم.

#### 6. 6. المشاكل الاجتماعية:

يشعر كثير من المراهقين بالضيق من تدخل الكبار في شؤونهم الخاصة، ويعتبرون ذلك نوعاً من التعدي على حريتهم واستقلاليتهم. ولهذا فإن دور الوالدين يجب أن يقوم على التوجيه والدعم والمساعدة بدل الإفراط في السيطرة. كما ينبغي تشجيع المراهقين على التفاعل الإيجابي مع المجتمع وعدم التمرد المبالغ فيه على العادات والتقاليد. وغالباً ما تظهر الخلافات بين المراهق ووالديه عندما يتم منعه من بعض

الأنشطة أو الخروج، مما يجعله يشعر بعدم احترام حقوقه، ويدفعه أحياناً إلى التمرد في محاولة لإثبات استقلاليتته. (العيشي، 2013، ص73-74).

### 7. خصائص المراهقة:

#### 7.1. الخصائص الجسمية:

يتضمن النمو الجسدي لدى المراهقين عدة مظاهر أساسية، من بينها النمو الداخلي والنمو العضوي. ويشير النمو الداخلي أو الفسيولوجي إلى التغيرات التي تحدث في الأجهزة الداخلية للجسم والتي لا تكون ظاهرة بشكل مباشر، مثل نمو الغدد الجنسية وتطور وظائفها.

أما النمو العضوي، فيتمثل في التغيرات الجسمية الظاهرة لدى المراهق، كزيادة الطول والوزن. وعند الإناث، يعد نمو الصدر من أبرز العلامات الجسمية الدالة على بداية البلوغ، كما يمثل ظهور الطمث مؤشراً على اكتمال الوظيفة التناسلية واستعداد الجسم للإنباج. أما لدى الذكور، فتظهر عدة تغيرات مثل نمو شعر الجسم والذقن، وخشونة الصوت، إضافة إلى زيادة حجم الأعضاء التناسلية. (رزق، دت، ص12).

#### 7.2. الخصائص الانفعالية والعاطفية:

يتسم المراهق في هذه المرحلة بدرجة عالية من الحساسية والانفعال، حيث تظهر لديه ردود فعل قوية ومبالغ فيها، خاصة أثناء تعامله مع الزملاء أو أفراد الأسرة. كما يلاحظ عدم الاستقرار في سلوكه، إذ ينتقل أحياناً بين التصرفات الطفولية ومحاولة تقليد سلوك الراشدين.

وتتأثر العلاقات الاجتماعية للمراهق خلال هذه الفترة، إذ قد يظهر عليه الغضب والتمرد تجاه مصادر السلطة داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع، ويزداد ذلك عندما يشعر بعدم تقبل الآخرين لأفكاره وسلوكياته. كما يميل أحياناً إلى التدخل في شؤون المنزل ومحاولة فرض آرائه على الأصغر سناً، مع رفضه لتلقي المساعدة من الآخرين.

ويزداد كذلك اهتمام المراهق بالجنس الآخر، ويسعى إلى تكوين علاقات اجتماعية معهم. وتتميز هذه المرحلة بعدم الثبات الانفعالي، حيث تتقلب المشاعر والمزاج بسرعة، ويرجع ذلك إلى عدم التوازن بين سرعة النمو الجسدي والنمو الانفعالي. وقد يصاحب ذلك ميل إلى الانطواء أو الخمول أحياناً، إضافة إلى كثرة أحلام اليقظة والشروء الذهني، مما يجعل الانفعالات من أبرز السمات المؤثرة في سلوك المراهق. (رفاعي، 2014، ص14).

#### 7.3. الخصائص العقلية:

تتطور لدى المراهق القدرة على التفكير وإبداء الرأي والدفاع عن الأفكار التي يفتتح بها، ويظهر ذلك بصورة واضحة عندما يؤمن بفكرة معينة أو يسعى لإثبات صحتها. كما يميل بعض المراهقين إلى القراءة والمطالعة، في حين يتجه آخرون نحو الأنشطة الحرفية والعملية.

وتتمو لديهم أيضاً الرغبة في امتلاك الأشياء وإثبات الذات، وهو ما يعكس روح التحدي والرغبة في الاستقلال. وقد يظهر ذلك من خلال التحدث بصوت مرتفع أو الميل إلى سماع الأصوات العالية، إضافة إلى الرغبة في التعبير عن الآراء والشعور بالحرية والاستقلالية.

وبشكل عام، تشهد هذه المرحلة تطوراً في القدرات العقلية والاجتماعية للمراهق، حيث يبدأ في تكوين شخصيته الخاصة واستكشاف الخيارات المختلفة المتعلقة بحياته ومستقبله. (غراب، دت، ص 80-81).

#### 7.4. الخصائص الاجتماعية للمراهق:

يزداد لدى المراهق الشعور بأهميته واهتمامه بمظهره الخارجي، كما يسعى إلى توسيع دائرة علاقاته الاجتماعية. ويميل إلى تحقيق نوع من الاستقلال الاجتماعي والرغبة في القيادة وإثبات مكانته داخل المجتمع، مع سعيه المستمر لتأكيد هويته الشخصية.

أما المراهقات، فعادة ما يظهر لديهن اهتمام أكبر بالمظهر الخارجي مقارنة بالذكور، حيث يقضين وقتاً أطول في العناية بمظهرهن والاهتمام بتفاصيله.

كما تؤدي جماعة الأصدقاء دوراً مهماً في حياة المراهق ونموه الاجتماعي، إذ تؤثر في أفكاره ومعايير الاجتماعية، وتشكل إطاراً مرجعياً لسلوكه وتفاعلاته مع المجتمع، الأمر الذي قد ينعكس بشكل واضح على شخصيته وطريقة تعامله مع الآخرين. (رفاعي، 2014، ص 14).

#### 7.5. الخصائص الجنسية الثانوية:

تتميز مرحلة المراهقة بكونها مرحلة بيولوجية تشهد ظهور تغيرات جنسية لدى الذكور والإناث، حيث تبدأ الخصائص الجنسية الثانوية بالظهور مع بداية هذه المرحلة.

وتتمثل هذه الخصائص لدى الإناث في نمو الصدر، واستدارة منطقة الأضراس، وظهور شعر العانة، يلي ذلك بداية الحيض. أما لدى الذكور، فتظهر تغيرات مثل خشونة الصوت، وظهور شعر العانة والوجه، إضافة إلى النمو السريع للجسم. وترتبط هذه التغيرات بمعايير اجتماعية تحدد انتقال الفرد من الطفولة إلى مرحلة النضج والمراهقة. (عوض، 2006، ص 140).

#### 8. النظريات المفسرة للمراهقة:

##### 8.1. نظرية ستانلي هول: (Stanley Hall)

يُعد ستانلي هول من أوائل الباحثين الذين قدّموا نظرية متكاملة حول مرحلة المراهقة، وذلك في كتابه الصادر سنة 1904، حيث استند في أفكاره إلى نظرية داروين في النشوء والتطور، وقام بتطبيق المبادئ البيولوجية في تفسيره لنمو المراهق.

يرى هول أن المراهقة تمثل "ميلاداً جديداً" للفرد، إذ تظهر فيها شخصية مختلفة عن الطفولة نتيجة التغيرات السريعة في النمو الجسمي والنفسي. كما اعتبرها مرحلة انتقالية مهمة تستوجب الدراسة العميقة، لأنها تمثل مرحلة أساسية نحو الوصول إلى مستوى أعلى من النضج الإنساني.

ومن منظور هول، فإن المراهقة ليست مرحلة عابرة، بل هي فترة مليئة بالعواصف والتوتر والصراع الداخلي، حيث يعيش المراهق تقلبات انفعالية واضحة بين التناقضات مثل الغرور والتواضع، والفضيلة والإغراء، والسعادة والحزن.

كما حدد هول فترة المراهقة بين سن 12 و24 سنة، مع اعتقاده أن النضج الحقيقي لا يتحقق إلا في نهاية هذه المرحلة. (شريم، 2009، ص38).

### 8. 2. نظرية أرنولد جيزل: (Arnold Gesell)

يُعتبر أرنولد جيزل من علماء النفس الأمريكيين الذين تأثروا بشكل واضح بأفكار ستانلي هول في دراسته للمراهقة، وهو ما يظهر في مؤلفاته مثل: \*الحدث في ثقافة اليوم\*، و\*الطفل من 5-10 سنوات\*، و\*المراهق من 10-16 سنة\*.

يتفق جيزل مع هول في التأكيد على دور الوراثة والجينات في تفسير النمو، كما يوافق في فكرة التأثير العرقي والوراثي، لكنه يختلف معه في بعض الجوانب النظرية، خاصة ما يتعلق بنظرية التلخيص والاستعادة، حيث رفضها واستبعدها من تفسيره لنمو المراهق. (قشقوش، 2007، ص34).

### 8. 3. النظريات النفسية والاجتماعية:

#### 8. 3. 1. نظرية سيغموند فرويد: (Sigmund Freud)

تُعد نظرية فرويد من أهم النظريات التي تناولت مرحلة المراهقة، حيث ركّز على تفسيرها من منظور التحليل النفسي، متأثراً إلى حد ما بأفكار ستانلي هول، وهو من أبرز رواد هذا المجال. وقد تناول فرويد موضوع المراهقة في كتابه ثلاثة مقالات في النظرية الجنسية\* عام 1905، وقد ازداد انتشار أفكار فرويد بشكل كبير بعد دعوته لإلقاء محاضرات في جامعة كلارك سنة 1909، مما ساهم في تعزيز مكانته العلمية في بداية القرن العشرين.

ويرى فرويد أن المراهقة ليست "ولادة جديدة" كما عند هول، بل هي امتداد لخبرات الطفولة وإعادة تنشيط للصراعات النفسية السابقة، خصوصاً تلك المرتبطة بالمرحلة الأوديبية. (معاليقي، 2007، ص49).

كما يؤكد فرويد أن مرحلة المراهقة تمثل اختباراً صعباً لكل من "الأنا" و"الأنا الأعلى"، وقد يؤدي الاضطراب في توازنهما إلى ظهور سلوكيات منحرفة أو اضطرابات نفسية حادة، بينما يكتمل بناء شخصية الراشد مع نهاية المرحلة التناسلية. (شريم، 2009، ص42).

### 3. 8. 2. نظرية إريك إريكسون: (Erik H. Erikson)

تُعد إسهامات إريك إريكسون من أهم الإسهامات في دراسة المراهقة، حيث حافظ على الإطار العام لفرويد لكنه تجاوز البعد البيولوجي نحو منظور نفسي اجتماعي أشمل.

اعتمد إريكسون في تطوير نظريته على الملاحظة المباشرة ودراسة الثقافات المختلفة، مع إدخال البعد الأنثروبولوجي في تفسير النمو النفسي. وقد اهتم بمقارنة كيفية تطور المراحل النفسية من ثقافة إلى أخرى، مع التركيز على التغيرات الاجتماعية المؤثرة في الفرد.

وقد قام بتعديل نظرية فرويد من خلال إدخال البعد الاجتماعي والثقافي، مع إعطاء دور أكبر لـ "الأنا" باعتبارها القوة الدافعة للسلوك، بدلاً من التركيز على الدوافع البيولوجية فقط، مع الاحتفاظ ببعض مفاهيم فرويد مثل الأنا والأنا الأعلى. (باتريشيا ميلر، دت، ص149).

### 3. 8. 3. نظرية التعلم الاجتماعي:

تُعد نظرية التعلم الاجتماعي من النظريات المهمة في تفسير السلوك الإنساني، وقد ساهم في تطويرها عدد من الباحثين مثل دولارد، ميلر، بانديورا وولترز وغيرهم.

تركز هذه النظرية على أهمية التعلم المبكر، وتهتم بدراسة تأثير البيئة في تشكيل السلوك، خاصة خلال مراحل الطفولة والمراهقة. كما اهتمت الأبحاث الحديثة بدراسة العدوانية، ودور الأقران والجماعات في بناء احترام الذات وتكوين الاتجاهات لدى المراهقين.

وتشير النظرية إلى أن المراهق يتعلم مجموعة من السلوكيات الاجتماعية المهمة مثل تقبل التغيرات الجسدية، واكتساب الاستقلال العاطفي، واختيار المهنة المناسبة، والاستعداد لتحمل مسؤوليات الحياة المستقبلية مثل الزواج والأبوة. (حافظ، 1999، ص40-41).

### 3. 8. 4. نظرية المجال: (Kurt Lewin)

تقدم نظرية المجال صورة شاملة لفهم سلوك المراهق من خلال ربطه بالبيئة النفسية والاجتماعية التي يعيش فيها، حيث يؤكد كيرت ليفين أن السلوك الإنساني لا يمكن فصله عن السياق الذي يحدث فيه.

وترى النظرية أن شخصية المراهق تتشكل داخل "مجال نفسي" يتأثر بالعوامل الأسرية والاجتماعية والثقافية، وأن أي تغير سريع في هذا المجال يؤدي إلى اضطراب في التوازن النفسي للفرد. (قشقوش، 2007، ص81).

### 8. 3. 5. النظريات الثقافية والاجتماعية (الأنثروبولوجية):

ظهرت في بدايات القرن العشرين اتجاهات فكرية تركز على العلاقة بين الثقافة والنمو الإنساني، حيث ميزت بين الحتمية البيولوجية والحتمية الثقافية في تفسير سلوك المراهق.

وقد انتقد هذا الاتجاه بعض النظريات الكلاسيكية مثل نظرية الاستعادة عند هول ونظرية الليبيدو عند فرويد، مؤكداً أن الوسط الاجتماعي والثقافي يلعب الدور الأساسي في تحديد مسار المراهقة، ومدى قبول المراهق داخل مجتمع الكبار. (شريم، 2009، ص60).

### 9. طرق التواصل مع المراهق:

يُعدّ التواصل العنصر الأساسي في بناء العلاقات بين الأفراد، خصوصاً خلال مرحلة المراهقة التي تُعتبر من أكثر المراحل حساسية في حياة الإنسان، حيث يمرّ فيها بتغيرات جسدية ونفسية واجتماعية متسارعة. وقد تؤدي هذه التحولات إلى ظهور بعض الاضطرابات السلوكية والنفسية، مما يستدعي تعاملًا واعياً وفهماً عميقاً من طرف الآباء أو الأوصياء.

يعيش المراهق خلال هذه المرحلة صراعات داخلية وخارجية متعددة، الأمر الذي يجعل من الضروري أن يكون الوالدان مستعدين لتقبل مشكلاته وفهم تحدياته، والتفاعل معه بطريقة مرنة عند صدور بعض التصرفات غير المتوازنة. وكثيراً ما يشعر المراهق بأن والديه لا يفهمانه بالشكل الكافي، أو أنه لا يُمنح مساحة للتعبير عن ذاته أو تحقيق استقلاليتته، مما قد يدفعه في بعض الحالات إلى التمرد أو التصرف بشكل غير مناسب.

ومن المهم أن يدرك الوالدان طبيعة هذه المرحلة وما يرافقها من مشاعر وتغيرات، وأن يُظهرا الدعم والتقدير لرغبة المراهق في الاستقلال وبناء هويته الخاصة. كما ينبغي توجيهه عند الوقوع في الخطأ ومساعدته على التعلم من تجاربه، بدلاً من الاعتماد على أسلوب السلطة الأبوية الصارمة بشكل مطلق.

وخاصة ذلك، يجب على الوالدين التعامل مع المراهقين بروح من الفهم والتسامح، ودعمهم في رحلة اكتشاف الذات وتحديد مكانتهم داخل المجتمع، من خلال تعزيز التواصل الفعّال والتفاعل الإيجابي مع

احتياجاتهم النفسية والعاطفية. (فاتح، 2013، ص13).

**10. طرق علاج مشكلات المراهقة:**

- اتفق خبراء علم الاجتماع وعلم النفس والتربية على مجموعة من التوصيات الأساسية التي تهدف إلى دعم المراهق ومساعدته على تجاوز تحديات هذه المرحلة، ويمكن تلخيصها فيما يلي:
- 1- ضرورة تشجيع المراهق على المشاركة الفعالة في المناقشات العلمية المنظمة التي تتناول مشكلاته وقضاياها المختلفة، بما يساعده على التعبير عن أفكاره وفهم ذاته بشكل أفضل.
  - 2- تعويد المراهق على مناقشة مشكلاته وطرحها مع الكبار بثقة ووضوح، بما يعزز لديه مهارات التواصل ويقلل من شعوره بالعزلة أو عدم الفهم.
  - 3- تقديم تربية جنسية علمية وموضوعية للمراهقين بطريقة سليمة، بهدف حمايتهم من الجهل أو الانحراف أو الوقوع في السلوكيات الخاطئة نتيجة المعلومات المغلوطة.
  - 4- تشجيع المراهقين على الانخراط في الأندية والأنشطة الترفيهية المنظمة والرحلات والفعاليات الاجتماعية، لما لها من دور في تنمية شخصياتهم وتوسيع دائرة علاقاتهم.
  - 5- توفير بيئة آمنة ومطمئنة للمراهق، مع تشجيعه على تكوين صداقات إيجابية تتوافق مع اهتماماته، مما يساعده على التخفيف من حدة الغضب والانفعالات التي قد يمر بها خلال هذه المرحلة. (عوض، 2000، ص50).

**الخلاصة:**

يتضح مما سبق أن مرحلة المراهقة هي فترة نمو هدفها الانتقال من عدم النضج إلى النضج، وتحقيق الذات المستقلة نتيجة التحول في الوضع البيولوجي للفرد أي البلوغ، الذي يستثير مع جلة من التغيرات النفسية الدينامية والاجتماعية المحركة لنزعة الانفصال والتفرد، مما يجعلها من أكثر مراحل النمو تعقيدا، فوصفت من قبل المنظورين بالأزمة لما يتخللها من صعوبات عديدة تهدف إلى بناء هوية تتميز بالثبات والاستقرار وذلك في تبني أدواره مختلفة التوجهات، حيث يكون فيها الطرف الآخر عنصرا فعالا.

إن المراهقة ليست فترة مستقلة في حياة الفرد ولا منفصلة عن باقي مراحل نموه، بل هي جزء لا يتجزأ من عملية النمو الشامل والمتكامل للفرد، بحيث تتأثر بما سبقها وتترك أثرها على ما يليها من فترات، فالمراهق في هذه الفترة بعيد هيكله بنيته الشخصية ويرسخ البصمة التي يعمل بها طوال حياته وذلك بتكيفه النفسي والاجتماعي.

# الجانب التطبيقي

الفصل الثالث:  
الإجراءات المنهجية  
للدراسة

## الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

أولاً: الدراسة الاستطلاعية.

- 1- تعريف الدراسة الاستطلاعية.
- 2- هدف الدراسة الاستطلاعية.
- 3- أدوات الدراسة الاستطلاعية.
- 4- منهج الدراسة الاستطلاعية.

ثانياً: الدراسة الأساسية.

- 1- تعريف الدراسة الأساسية.
- 2- منهج الدراسة الأساسية.
- 3- أدوات الدراسة الأساسية.
- 4- عينة الدراسة الأساسية.

خلاصة.

**تمهيد:**

سيتم عرض في هذا الفصل الإجراءات المنهجية المتبعة لتحقيق أهداف الدراسة، وذلك من خلال توضيح منهج الدراسة المعتمد، العينة و كيفية اختيارها ، حدودها الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المستعملة في جميع البيانات وأساليب المعالجة الإحصائية باعتماد الحزمة الإحصائية.

## أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

### 1-تعريف الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية مرحلة جوهرية أساسية في البحث العلمي لأنها تهدف إلى استكشاف موضوع الدراسة ميدانياً والإمام بمختلف جوانبه. مما يساعد الباحث على بناء تصور واضح لإشكالية البحث و ضبط متغيراته. كما تمكنه من اختيار أدوات جمع البيانات والتأكد من مدى صلاحيتها وملاءمتها لطبيعة الدراسة.

أما بالنسبة للدراسة الحالية فقد ركزنا في هذه المرحلة على جمع معطيات أولية حول الظاهرة محل الدراسة داخل الوسط المدرسي بثانوية-بن عيسى عطار - بمدينة بني صاف ولاية عين تموشنت. كما قمنا بالتعرف على طبيعة الظروف التي سوف يجري فيها البحث، أيضاً اكتشاف الصعوبات التي تعرقل مسار بحثنا.

### 2-أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية في النقاط التالية:

\* معرفة الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة.

\* التعرف على الجوانب المختلفة لموضوع البحث الإدمان على الألعاب الالكترونية وتأثيره على التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

\* التأكد من وضوح أدوات جمع البيانات و ملاءمتها لموضوع الدراسة وذلك من أجل تسهيل الدراسة الأساسية.

\* ممارسة تطبيق الاختيارات وتحديد الصعوبات ومحاولة حلها.

### 3- أدوات الدراسة الاستطلاعية:

اعتمدت في دراستي على:

استبيان الإدمان على الألعاب الالكترونية ( لعبة بوبجي) و مقياس التوافق النفسي.

3-1-استبيان ادمان الألعاب الالكترونية: تم إعداد هذا الاستبيان من طرف الباحثة -شايب أميرة- سنة

2020 لمقياس الإدمان على الألعاب الالكترونية خاصة لعبة بوب جي (pubg) والأثر الذي يخلفه هذا

الإدمان على عدة مجالات وقد اعتمدت على هذه المجالات في صياغة عبارات الاستبيان وعددها 37

عبارة بعد التعديل أي في صورته النهائية أما البدائل فكان عددها 3 وهي كالاتي:

-**المجال المدرسي:** تتضمن 3 عبارات خاصة بسلوك المراهق في القسم وأثناء الدرس.  
 -**المجال الاجتماعي:** تضمن 12 عبارة خاصة بسلوك المراهق الاجتماعي وعلاقته مع أسرته، وأصدقائه والنشاطات التي يزاولها.

- **المجال الصحي والنفسي:** تضمن 9 عبارات خاصة بصحة المراهق والأعراض التي قد يعاني منها نتيجة الإفراط وإدمان لعب هذه اللعبة.

-**المجال النفسي:** تضمن 7 عبارات خاصة بسلوك المراهق الذي يدل على ادمانه لعبة بوب جي (pubg) وحالته النفسية أثناء اللعب أو في حالة منعه من اللعب.

**طريقة تصحيح استبيان الألعاب الالكترونية:**

بما أن للاستبيان ثلاث بدائل (نعم / لا / أحيانا) فإن المفحوص يعطي ثلاث (3) درجات في حالة الإجابة بنعم ويعطى درجتين (2) في حالة الإجابة بأحيانا ودرجة واحدة (1) في حالة الإجابة بلا. على عبارات الاستبيان تحسب الدرجات الكلية لكل مجال على حد . وكلما تحصل المفحوص على درجة عالية تقترب من الدرجة الكلية في كل مجال دل ذلك على وجود تأثير للعبة (pubg) على سلوكه المدرسي، الصحي، الاجتماعي النفسي والعذواني.

**جدول رقم (01) يمثل كيفية تنقيط البنود:**

البنود الاختبارات	الدرجة سواء مباشرة أو غير مباشرة
نعم	3 درجات
أحيانا	2 درجات
لا	1 درجة

**كيفية تطبيق استبيان إدمان الألعاب الالكترونية:**

يطبق الاستبيان بالطريقة الفردية بحيث الزمان يكون محدد، وتعطي للمفحوص كل الحرية للإجابة على الأسئلة الموجودة في الاستبيان (البنود)، للحصول على مؤشر الضغط لديه.

**الخصائص السيكومترية لاستبيان الإدمان على الألعاب الالكترونية لعبة (pubg).**

ويقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتساق أو استقرار النتائج فيما لو طبق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين.

**صدق استبيان إدمان الألعاب الإلكترونية حسب الباحثة:** تم حساب صدق الاستبيان عن طريق حساب الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) ، قمنا بأخذ (27%) من أعلى درجات الاستبيان و(27%) من أدنى درجات الاستبيان للعينة التي تتكون من (30%) فردا، و هذا بعد ترتيب هذه الدرجات تصاعديا فتصبح مجموعتان تتكون كل منها من (08) فردا لأن (  $30 \times 0.27 = 08$  )، و منه يأخذ (08) أفرادا من المجموعة الدنيا ثم نستعمل أسلوبا إحصائيا ملائما و هو اختبار "ت" للدلالة على الفرق بينهما و هذا باستخدام نظام (spss.22) و كانت النتائج كما هي مبينة في الجدول رقم (03).

**ثبات استبيان إدمان الألعاب الإلكترونية حسب الباحثة:** تم حساب الاستبيان من خلال معامل ثبات ألفا كرونباخ" و باستخدام نظام ((spss.22))، ثم التوصل إلى معامل ثبات قدره (0.646) و هذا المعامل دال احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) مما يشير إلى أن الاستبيان يتمتع بقدر من الثبات. **جدول رقم (02):** يبين قيمة "ت" لدلالة الفرق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا في

#### استبيان الاختبارات

مستوى الدلالة	"ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	المجموعات	الاستبيان
0.01 دال	4.12	4.29	33.95	8	المجموعة الدنيا	
		5.97	52.98	8	المجموعة العليا	

يتضح من الجدول رقم (03) أن قيمة "ت" دالة احصائيا عن مستوى الدلالة (0.01) مما يعني أن الاستبيان يتوفر على القدرة التمييزية بين المجموعتين الدنيا والعليا ومنه فالاستبيان يعتبر صادقا فيما يقيسه (شايب، 2020، ص 210-212)

#### **3-2- مقياس التوافق النفسي:**

**تقديم المقياس:** تم تطبيق مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير من مذكرة تقنين مقياس -محمود شقير- على البيئة الجزائرية، وتم تطبيقه على عينة من متوسطات بلدية المسيلة وتم اعتماده بجميع خصائصه السيكومترية.

يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة عن عبارات المقياس بإعطاء تقدير صحيح وبدون مجاملة وذلك على مقياس يتدرج من موافق (نعم) ومحايد (أحياناً) ومعارض (لا). وموضوع أمام هذه المتغيرات ثلاث درجات (0. 1. 2) على عكس الترتيب عندما يكون إنجازه للتوافق إيجابياً بينما تكون التقديرات الثلاثة في اتجاه عكسي (0. 1. 2) عندما ينخفض التقدير كما هو موضح في الجدول رقم (01).

**تصحيح المقياس:** يشتمل المقياس على 80 فقرة نقيس التوافق العام، وتتوزع على أربعة محاور كما هو موضح في الجدول (01) وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (1 - 160 درجة).

يفيد المقياس في جميع الأعمار الزمنية من الجنسين ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن. (زينب، 2003، ص 8 - 9).

### جدول رقم (03) يوضح فقرات مقياس التوافق النفسي.

المستويات	الدرجة الكلية	اتجاه	أرقام الفقرات	محاور المقياس
من صفر - 10 سوء التوافق	من صفر 40	0-1-2 2-1-0	الفقرات الموجبة: 1-14 الفقرات السالبة: 29- 40	المحور الأول: التوافق الشخصي و الانفعالي
20-11 توافق منخفض	من صفر 40	0-1-2 2-1-0	الفقرات الموجبة: 21- 28 الفقرات السالبة: 29- 40	المحور الثاني: التوافق الصحي و الجسمي
30-21 توافق متوسط	من صفر 40	0-1-2 2-1-0	الفقرات الموجبة: 41- 55 الفقرات السالبة: 56- 60	المحور الثالث: التوافق الأسري
40-31 توافق مرتفع	من صفر 40	0-1-2 2-1-0	الفقرات الموجبة: 41- 55 الفقرات السالبة: 56- 60	المحور الرابع: التوافق الاجتماعي
من صفر - 40 سوء توافق	من صفر 40	0-1-2 2-1-0	الفقرات الموجبة: 41- 55	التوافق النفسي العام

من 41- 80 توافق منخفض			الفقرات السالبة: -56 60	
من 81- 120 توافق متوسط				

### الخصائص السيكومترية للمقياس:

الصدق: اعتمادنا صدق الباحثة

الصدق التمييزي:

وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية أي بين مجموعة الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على المقياس، وذلك بأخذ 27% من كل طرف. حيث تم حساب الفروق بين مجموعة أصحاب الدرجات المرتفعة وأصحاب الدرجات المنخفضة لمقياس التوافق النفسي، وكانت النتائج الموضحة في الجدول التالي:

### جدول (04) يوضح الفروق بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة في مقياس

التوافق النفسي:

الدرجات الطرفية	ن	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مجموعة الدرجات المرتفعة	7	12	125.86	5.30	12.86	0.01
مجموعة الدرجات المنخفضة	7		94.43	3.69		

يتضح من خلال الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة الدرجات المرتفعة ومجموعة الدرجات المنخفضة، حيث بلغت قيمة ت 12.86 وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا يعني أن للمقياس قدرة تمييزية عالية بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة وبالتالي فهو يتمتع بصدق تمييزي.

الصدق الذاتي:

هو الجزء التربيعي بطريقة التجزئة النصفية.

0.96 : 0.93

#### الثبات: حسب الباحثة

حسب بطريقة التجزئة النصفية 0.96 وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات (ميلودي، 2013، ص 37-38)

#### 4- منهج الدراسة الاستطلاعية:

هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث في تنظيم دراسته بدءاً من مرحلة جمع البيانات وصولاً إلى تحليلها وتفسيرها بأسلوب علمي، منهجي، وفي الدراسة الحالية اعتمدنا على المنهج الوصفي كونه الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة و تحليل متغيراتها.

#### 5- حدود الدراسة الاستطلاعية:

-الحدود المكانية: ثانوية بن عيسى عطار مدينة بني صاف ولاية عين تموشنت.

-الحدود الزمانية: من 2026/02/10 إلى 2026/02/15

#### ثانياً: الدراسة الأساسية

**تعريف:** تعتبر الدراسة الأساسية خطوة إجرائية مهمة في البحث العلمي، حيث يتم من خلالها التحقق من فرضيات الدراسة، وذلك بتطبيق الأدوات اللازمة وفق المنهج العلمي الذي يحقق هذه النتائج.

#### 1- منهج الدراسة الأساسية:

هو مجموعة من الأسس والقواعد والخطوات المنهجية التي يستعين بها الباحث في تنظيم النشاط الذي يقوم به من أجل النقصي عن الحقائق العلمية أو الفحص الدقيق لها. (عبد المومن، 2008، ص 14).

ونظراً لكون مناهج البحث في علم النفس تختلف باختلاف المواضيع ومن مجال علمي لآخر فإن الأهداف المسطرة من هذه الدراسة تجعل المنهج الوصفي الاستكشافي هو الملائم لتطبيقها، فهو يعتمد على وصف الظاهرة كما توجد في الواقع وصفاً دقيقاً. ويعبر عنها تعبيراً كماً وكيفاً عن طريق جمع البيانات والمعلومات المتوفرة خلال فترة زمنية محددة مما يسمح باستخلاص نتائج موضوعية تتوافق مع المعطيات الواقعية. (عبيدات، ومبيضين، 1994، ص 46).

#### 2- أدوات الدراسة الأساسية:

تمثلت أدوات الدراسة الأساسية في:

-استبيان الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة pubg) من إعداد الباحثة شايب أميرة (2020)

- مقياس التوافق النفسي من إعداد الباحثة زينب محمود شقير (2023)

### 3- عينة الدراسة الأساسية:

هي مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة مناسبة و إجراء الدراسة عليها. و من ثم استخدام تلك النتائج و تعميمها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي. (محمد، 2019، ص 160) اعتمدنا في هذه الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي -بن عيسى عطار\*- بمدينة بني صاف ولاية عين تموشنت، وذلك وفق الطريقة القصدية، نظرا لتوفر بعض الخصائص التي تخدم الدراسة الحالية منها: الإدمان على لعبة pubg وقد بلغ حجم العينة 70 تلميذ موزعة حسب الجنس (45 ذكور)، (25 أنثى) والجدول الموالي يوضح العينة وفق بعض الخصائص كما يلي:

#### جدول رقم (05) يمثل توزيع عينة الدراسة حسب الجنس.

خصائص العينة	الخاصية	العدد	المجموع	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	45	70	%64.28
	أنثى	25		%35.71

#### الشكل رقم (01) يوضح الخصائص الجنسية لعينة الدراسة:



#### 4- حدود الدراسة:

**الحدود المكانية:** أجريت دراستي بثانوية -بن عيسى عطار- غار البارود بمدينة بني صاف ولاية عين تموشنت.

**الحدود الزمانية:** هي الوقت التي استغرقتة الدراسة ، و عليه انطلقت في دراستي من 2026/02/25 إلى 2026/03/25.

**الحدود البشرية:** تعني به المجتمع الأصلي للدراسة الذي تنتج منه العينة ومجتمع دراسي هو تلاميذ السنة الأولى والثانية ثانوي بثانوية -بن عيسى عطار- بني صاف.

#### الخلاصة:

تطرقت في هذا الفصل إلى أهم الإجراءات المنهجية من دراسة استطلاعية ، دراسة أساسية إلى تحديد المنهج المتبع و عينة الدراسة التي ستؤدي إلى تأكيد أو نفي الفرضية و الوصول إلى نتائج الإشكالية المطروحة.

## الفصل الرابع:

عرض النتائج و مناقشتها

على ضوء الفرضيات

المصاغة

## الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

تمهيد -

1. التحليل الوصفي للإجابات.

2. اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة Shapiro wilk.

3. اختبار التجانس تباين للبيانات levene.

4. اختبار الفرضيات.

4. 1. الفرضية الرئيسية.

4. 2. الفرضيات الفرعية.

4. 2. 1. الفرضية الفرعية الأولى.

4. 2. 2. الفرضية الفرعية الثانية.

4. 2. 3. الفرضية الفرعية الثالثة.

4. 2. 4. الفرضية الفرعية الرابعة.

4. 2. 5. الفرضية الفرعية الخامسة.

4. 2. 6. الفرضية الفرعية السادسة.

5. مناقشة نتائج الدراسة.

أولاً: النتائج العامة للدراسة

ثانياً: مناقشة النتائج

6. الاستنتاج العام.

7. التوصيات والاقتراحات.

**تمهيد:**

من خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق الأدوات المستخدمة إضافة إلى تفسير النتائج التي تم طرحها مسبقا وفي الأخير تقديم بعض المقترحات والتوصيات التي من شأنها المساهمة في تعزيز الصحة النفسية وحماية المراهق المتمدرس من الآثار السلبية للألعاب الالكترونية وتوافقه النفسي.

1- التحليل الوصفي للإجابات:

أ- التحليل الوصفي لعبارات الجزء الأول:

الجدول رقم (06): التحليل الوصفي لمقياس PUBG

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الإجابة
أقضي أكثر من نصف يومي و أنا أَلعب لعبة ( pubg )	2.77	0.42	نعم
أشأتق للعبة ( pubg ) عندما أمنع من لعبها لسبب ما	2.80	0.44	نعم
أشعر بعدم الراحة و الاكتئاب و الفراغ عندما لا أَلعب لعبة pubg	2.47	0.72	نعم
أخصص وقت معين للعب لعبة pubg	2.11	0.81	أحيانا
أَلعب لعبة الـ pubg يوميا	2.73	0.59	نعم
أَلعب لعبة pubg أكثر من مرة واحدة في اليوم	2.76	0.55	نعم
لا أنام حتى أكمل لعب لعبة pubg	2.29	0.73	أحيانا
أفضل قضاء وقتي في لعب pubg وحدي على الخروج مع الاصدقاء	2.37	0.64	نعم
أخصص وقت للجلوس مع عائلتي و تبادل الأحاديث	1.64	0.78	لا
أوجل الواجبات المدرسية حتى أنتهي من لعب لعبة pubg	2.27	0.68	أحيانا
أثناء الدرس أفكر كثيرا في لعبة pubg	2.56	0.58	نعم
أصبحت قليل الخروج من المنزل	2.30	0.69	أحيانا
أثناء وجودي في القسم أرغب بشدة في لعب جولة من لعبة pubg	2.54	0.67	نعم
أنسى ما يقوله المحيطين بي لإثناء لعبي pubg	2.49	0.65	نعم
أجلس في نفس المكان لساعات طويلة دون حراك أثناء لعب لعبة	2.76	0.43	نعم

الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

			pubg
نعم	0.49	2.77	أشعر بالحماس و الاندفاع أثناء لعب لعبة pubg
نعم	0.79	2.41	أثناء لعبي للـ pubg لا أحس بوجود الآخرين من حولي
نعم	0.55	2.57	أفضل الصمت و التوقف عن الكلام مع المتواجدين معي في نفس المكان أثناء لعب pubg
أحيانا	0.76	2.27	أتأخر عن النوم لأكمل لعب ال pubg
أحيانا	0.83	2.26	أؤجل وجباتي الغذائية حتى انتهاء جولات لعبة ال pubg
نعم	1.52	2.34	أشعر بألم في أصابع يدي من الجهاز الذي ألعب به هاتف ، حاسوب
أحيانا	0.74	2.09	يؤلمني ظهري أثناء اللعب أو بعده
أحيانا	0.80	1.87	أشعر بالصداع أثناء اللعب أو بلده
أحيانا	0.76	2.09	أشعر بتشوش في الرؤية أثناء اللعب أو بعده
لا	0.74	1.50	أفضل اللعب وحدي في لعبة pubg
لا	0.69	1.43	أختار اللعب وحدي في لعبة pubg
نعم	0.68	2.49	أفضل لعب لعبة pubg على ممارسة هواياتي المفضلة
نعم	0.74	2.46	تخليت عن النشاطات التي كنت أمارسها منذ بدأت لعب لعبة pubg
نعم	0.61	2.66	أفضل لعب لعبة pubg مع أصدقائي على الخروج معهم للقيام بنشاط ما في الخارج
نعم	0.75	2.43	أغضب كثيرا عندما يقاطعني أحدا أثناء لعبي لعبة pubg
أحيانا	0.77	2.31	أتكاسل عن تنفيذ ما يطلبه والدي مني أثناء لعبي لعبة pubg
أحيانا	0.86	1.74	أثناء لعب لعبة pubg و في حالة الغضب أتلفظ بكلام بذيء
نعم	0.69	2.57	أشعر بالنشوة و اللذة أثناء قتلي للاعبين في لعبة pubg
أحيانا	0.80	2.30	أثناء لعب لعبة pubg أشعر بتدفق الأدرينالين في جسمي
نعم	0.72	2.47	أغضب كثيرا عندما أخسر

## الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

نعم	0.65	2.59	يعجبني شعور حمل السلاح و اطلاق النار على اللاعبين في لعبة pubg
نعم	0.72	2.51	أشعر فعلا أنني في ساحة المعركة و حياتي في خطر

يشير التحليل الوصفي لعبارات مقياس استخدام لعبة PUBG إلى أن أغلب المتوسطات الحسابية جاءت ضمن فئة "نعم"، وهو ما يعكس مستوى مرتفعاً من الانخراط في اللعبة لدى أفراد العينة. فقد سجلت عبارات مثل قضاء أكثر من نصف اليوم في اللعب (2.77)، والاشتياق للعبة عند التوقف عنها (2.80)، واللعب اليومي والمتكرر (2.73-2.76) أعلى المتوسطات، مما يدل على وجود نمط استخدام مكثف يصل في بعض الحالات إلى درجة التعلق أو الاعتياد.

كما أظهرت النتائج أن لهذا الاستخدام انعكاسات واضحة على الجوانب النفسية والسلوكية، حيث عبّر المبحوثون عن شعورهم بعدم الراحة والاكئاب عند التوقف عن اللعب (2.47)، وكثرة التفكير في اللعبة حتى أثناء الدراسة (2.56)، والرغبة الملحة في اللعب داخل القسم (2.54). إضافة إلى ذلك، تشير عبارات مثل نسيان ما يقوله الآخرون (2.49) وفقدان الإحساس بالمحيط أثناء اللعب (2.41) إلى درجة من الاندماج المفرط والانفصال المؤقت عن الواقع.

من جهة أخرى، كشفت النتائج عن تأثيرات اجتماعية وسلوكية ملحوظة، حيث فضل الأفراد قضاء الوقت في اللعب بدل الخروج مع الأصدقاء (2.37)، والتخلي عن الهوايات (2.49)، وحتى تفضيل اللعب مع الأصدقاء داخل اللعبة بدل الأنشطة الواقعية (2.66). كما ظهرت بعض السلوكيات الانفعالية مثل الغضب عند المقاطعة (2.43) أو عند الخسارة (2.47)، ما يعكس تأثر الجانب الانفعالي باللعبة. أما فيما يتعلق بالجوانب الصحية، فقد أظهرت بعض العبارات مستويات متوسطة إلى مرتفعة، مثل الشعور بألم في الأصابع (2.34) والصداع أو التعب (1.87-2.09)، مما يشير إلى وجود آثار جسدية مصاحبة، وإن كانت بدرجة أقل من الأبعاد السلوكية والنفسية.

في المقابل، جاءت بعض العبارات ضمن فئة "أحياناً" مثل تأجيل النوم أو الواجبات، وهو ما يدل على تباين في حدة التأثير بين الأفراد. كما سُجّلت أدنى المتوسطات في العبارات المرتبطة باللعب الفردي (1.43-1.50)، مما يشير إلى أن نمط اللعب الجماعي هو الغالب لدى العينة.

وبصفة عامة، تعكس هذه النتائج أن استخدام اللعبة لدى أفراد العينة يتسم بمستوى متوسط إلى مرتفع يميل نحو الارتفاع، ويترافق مع مجموعة من التأثيرات النفسية والسلوكية والاجتماعية، وهو ما يدعم التوجه نحو دراسة علاقته بمستوى التوافق النفسي في المراحل اللاحقة من التحليل.

ب- التحليل الوصفي لعبارات الجزء الثاني:

✓ المحور الأول: التوافق الشخصي الانفعالي

الجدول رقم (07): التحليل الوصفي لعبارات محور التوافق الشخصي الانفعالي

مستوى الإجابة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبرة
نعم	0.51	2.71	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟
أحيانا	0.64	2.23	هل أنت متفائل بصفة عامة
لا	0.76	1.50	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك و عن انجازاتك أمام الآخرين
أحيانا	0.64	2.13	هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة و شجاعة؟
نعم	0.61	2.50	هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟
أحيانا	0.60	2.30	هل تتطلع لمستقبل مشرق؟
أحيانا	0.74	1.94	هل تشعر بالراحة النفسية و الرضا في حياتك؟
أحيانا	0.82	1.96	هل أنت سعيد و بشوش في حياتك؟
أحيانا	0.67	1.99	هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟
أحيانا	0.58	2.04	هل تشعر بالاتزان الانفعالي و الهدوء أمام الناس؟
أحيانا	0.59	2.27	هل تحب الآخرين و تتعاون معهم؟
أحيانا	0.52	2.24	هل أنت قريب من الله بالعبادة و الذكر دائما؟
أحيانا	0.75	1.81	هل أنت ناجح و متوافق مع الحياة؟
أحيانا	0.68	1.91	هل تشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟

أحيانا	0.71	2.20	هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة؟
أحيانا	0.50	1.84	هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً؟
لا	0.70	1.47	هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
لا	0.65	1.59	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
أحيانا	0.69	1.89	هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
أحيانا	0.73	2.31	هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟

يشير التحليل الوصفي للمحور الأول من الجزء الثاني (التوافق الشخصي-الانفعالي) إلى أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين مستويات منخفضة ومتوسطة ومرتفعة، ما يعكس تبايناً نسبياً في درجة التوافق الشخصي لدى أفراد العينة.

فقد سجلت بعض العبارات مستويات مرتفعة، خاصة تلك المرتبطة بالثقة بالنفس والشعور بالقيمة والتفاؤل، وهو ما يدل على توفر قدر جيد من التقدير الذاتي والإيجابية لدى جزء معتبر من المبحوثين. كما تعكس هذه النتائج وجود مستوى مقبول من الاستقرار الانفعالي والشعور بالرضا لدى الأفراد. في المقابل، أظهرت بعض العبارات مستويات متوسطة، خصوصاً تلك المتعلقة بالشعور بالراحة النفسية والسعادة والتوازن الانفعالي، مما يشير إلى أن هذه الجوانب ليست مستقرة بشكل كامل لدى جميع أفراد العينة، بل تتسم بنوع من التذبذب.

أما العبارات ذات الطابع السلبي (مثل القلق، العصبية، اليأس، وتجنب المشكلات)، فقد سجلت في معظمها متوسطات منخفضة إلى متوسطة بعد عكسها، وهو ما يدل على وجود بعض المؤشرات السلبية لدى الأفراد، لكنها ليست مرتفعة بشكل حاد، مما يعكس حالة من التوافق الجزئي أو المتوسط. وبصفة عامة، يمكن القول إن مستوى التوافق الشخصي-الانفعالي لدى أفراد العينة يتسم بأنه متوسط ويميل إلى الارتفاع، حيث يجمع بين وجود مؤشرات إيجابية واضحة من جهة، وبعض مظاهر الاضطراب أو عدم الاستقرار من جهة أخرى، وهو ما يعكس طبيعة نفسية غير متطرفة بل متوازنة نسبياً.

### ✓ المحور الثاني: التوافق الصحي

الجدول رقم (08): التحليل الوصفي للمحور الثاني: التوافق الصحي

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الإجابة
هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟	1.73	0.70	أحيانا
هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟	1.86	0.73	أحيانا
هل تتمتع بصحة جيّدة و تشعر بأنك قوي البنية؟	2.16	0.69	أحيانا
هل أنت راض عن مظهرك الخارجي ( طول القامة ، حجم الجسم)	2.61	0.57	نعم
هل تساعدك صحتك على مواولة الأعمال بنجاح؟	2.61	0.55	نعم
هل تهتم بصحتك جيّدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟	2.07	0.73	أحيانا
هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيّدة؟	1.96	0.71	أحيانا
هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم ( أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟	1.84	0.69	أحيانا
هل تعاني من بعض العادات مثل ( قضم الأظافر و الغمز بالعين)؟	2.09	0.81	أحيانا
هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟	2.03	0.72	أحيانا
هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟	2.14	0.77	أحيانا
هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل ( سوء هضم ، فقدان شهية ، شره عصبي)؟	2.27	0.78	أحيانا
هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	1.90	0.73	أحيانا
هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟	1.61	0.73	لا
هل تتصبب عرقا ( أو ترعش يداك ) عندما تقوم بعمل؟	1.96	0.75	أحيانا
هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟	1.56	0.67	لا

هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟	2.29	0.76	أحيانا
هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟	2.39	0.71	نعم
هل تعاني من امساك ( أو اسهال) كثيرا؟	2.70	0.52	نعم
هل تشعر بالنسيان ( أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر؟	1.27	0.51	لا

يشير التحليل الوصفي لنتائج المحور الثاني (التوافق الصحي) إلى أن المتوسطات الحسابية جاءت في معظمها ضمن فئة "أحيانا"، ما يعكس أن مستوى التوافق الصحي لدى أفراد العينة يتسم بكونه متوسطاً مع وجود بعض التباين بين الجوانب المختلفة.

فمن جهة، سجلت بعض العبارات مستويات مرتفعة (فئة "نعم")، خاصة تلك المرتبطة بالإدراك الإيجابي للحالة الصحية والقدرة على مزاولة الأنشطة، مثل الرضا عن المظهر الخارجي (2.61)، والشعور بالقدرة البدنية والصحة الجيدة (2.61)، إضافة إلى بعض المؤشرات المرتبطة بالوعي الصحي (2.39-2.70). وهذا يدل على أن جزءاً من أفراد العينة يتمتعون بتصوير إيجابي عن حالتهم الصحية وقدرة جيدة على أداء مهامهم اليومية.

في المقابل، أظهرت معظم العبارات مستويات متوسطة (فئة "أحيانا")، خاصة تلك المتعلقة بالنشاط والحيوية، والاهتمام بالصحة، والحصول على الراحة والنوم الكافي، وهو ما يعكس وجود نوع من التذبذب أو عدم الاستقرار في السلوكيات الصحية لدى الأفراد، بحيث لا يمكن القول بوجود نمط صحي متكامل وثابت.

أما فيما يتعلق بالمؤشرات السلبية، فقد سجلت بعض العبارات مستويات منخفضة (فئة "لا")، مثل الشعور بالإجهاد وضعف الهمة (1.61)، والقلق والتوتر (1.56)، وصعوبات التركيز أو النسيان (1.27). ورغم أن هذه النتائج قد تبدو إيجابية ظاهرياً، إلا أنها تعكس في الوقت نفسه تبايناً في إدراك الأفراد لهذه الأعراض أو انخفاض حدتها لدى العينة.

وبصفة عامة، يمكن القول إن التوافق الصحي لدى أفراد العينة يتسم بمستوى متوسط يميل إلى الإيجابية، حيث تتوفر بعض المؤشرات الصحية الجيدة، مقابل وجود جوانب أخرى غير مستقرة تتطلب مزيداً من الاهتمام، خاصة فيما يتعلق بالعادات الصحية والوقاية من الأعراض النفسجسمية.

#### ✓ المحور الثالث: التوافق الأسري

الجدول رقم (09): التحليل الوصفي للمحور الثالث: التوافق الأسري

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الإجابة
هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟	2.01	0.55	أحيانا
هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟	2.01	0.58	أحيانا
هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	2.10	0.66	أحيانا
هل تشعر بأنك لك دور فعال و هام في أسرتك؟	1.89	0.65	أحيانا
هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تأخذ به؟	2.07	0.82	أحيانا
هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	2.09	0.70	أحيانا
هل تأخذ حقا من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	2.07	0.73	أحيانا
هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	2.03	0.70	أحيانا
هل تحرص على مشاركة أسرتك افراحها و أحزانها؟	2.61	0.64	نعم
هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟	2.49	0.63	نعم
هل تتفخر أمام الاخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	2.39	0.57	نعم
هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية (الثقافية)؟	2.03	0.74	أحيانا
هل تشجعك اسرتك على اظهار ما لديك من قدرات و مواهب؟	2.01	0.67	أحيانا
هل افراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟	2.64	0.48	نعم
هل تشجعك اسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟	2.24	0.60	أحيانا
هل تشعرك اسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	2.16	0.58	أحيانا
هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	1.83	0.76	أحيانا
هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟	1.93	0.64	أحيانا

## الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟	2.10	0.71	أحيانا
هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	2.13	0.59	أحيانا

يشير التحليل الوصفي لنتائج المحور الثالث (التوافق الأسري) إلى أن المتوسطات الحسابية جاءت في أغلبها ضمن فئة "أحيانا"، وهو ما يدل على أن مستوى التوافق الأسري لدى أفراد العينة يتسم بكونه متوسطاً، مع وجود بعض المؤشرات الإيجابية الملحوظة.

فمن جهة، سجلت بعض العبارات مستويات مرتفعة (فئة "نعم")، خاصة تلك المرتبطة بجودة العلاقات داخل الأسرة، مثل المشاركة في الأفراح والأحزان (2.61)، والشعور بقوة العلاقة الأسرية وصدقها (2.49)، إضافة إلى الإحساس بالدعم الأسري والوقوف إلى جانب الفرد عند التعرض للمشكلات (2.64). وتشير هذه النتائج إلى توفر قدر معتبر من التماسك الأسري والدعم العاطفي داخل الأسرة. في المقابل، أظهرت معظم العبارات مستويات متوسطة (فئة "أحيانا")، خصوصاً تلك المتعلقة بالتفاعل اليومي مع الأسرة، والشعور بالرضا عن دور الفرد داخلها، ومدى التفاهم بين أفرادها. ويعكس ذلك وجود نوع من التذبذب في العلاقات الأسرية، بحيث لا تصل إلى درجة الاستقرار الكامل أو الانسجام التام لدى جميع أفراد العينة.

أما العبارات ذات الطابع السلبي (مثل الشعور بأن الفرد عبء على الأسرة، أو الرغبة في الانتماء إلى أسرة أخرى، أو وجود مشاكل داخل الأسرة)، فقد جاءت أيضاً في المستوى المتوسط، وهو ما يدل على أن هذه المشكلات ليست غائبة تماماً، لكنها ليست حادة أو مرتفعة بشكل واضح. وبصفة عامة، يمكن القول إن التوافق الأسري لدى أفراد العينة يتسم بمستوى متوسط يميل إلى الإيجابية، حيث تتوفر عناصر الدعم والتماسك الأسري، مقابل وجود بعض الجوانب التي تحتاج إلى تعزيز، خاصة فيما يتعلق بجودة التواصل والاستقرار في العلاقات داخل الأسرة.

### ✓ المحور الرابع: التوافق الاجتماعي

#### الجدول رقم (10): جدول التحليل الوصفي للمحور الرابع التوافق الاجتماعي

العبارة	المتوسط	الانحراف	مستوى
	ط	ف	الإيجابية
	الحسابي	المعياري	

الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

	ي		
أحيانا	0.62	2.29	هل تحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويجية مع الآخرين؟
أحيانا	0.76	1.83	هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟
أحيانا	0.73	1.69	هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟
لا	0.67	1.61	هل تتمنى أن تقضي معظم فراغك مع الآخرين؟
نعم	0.64	2.39	هل تحترم رأي زملائك و تعمل به إذا كان رأيا صائبا؟
أحيانا	0.66	2.00	هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك و انجازاتك؟
نعم	0.61	2.49	هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟
نعم	0.61	2.56	هل تشعر بالولاء و الانتماء لأصدقائك؟
أحيانا	0.72	2.21	هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟
نعم	0.70	2.36	هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على ارضائهم؟
أحيانا	0.77	2.16	هل تسعدك المشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية؟
نعم	0.64	2.37	هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟
نعم	0.48	2.66	هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟
أحيانا	0.77	2.01	هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟
نعم	0.74	2.36	هل تفكر قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين ( أو ترفضه)؟
أحيانا	0.73	2.19	هل تفقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين؟
أحيانا	0.67	2.30	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى و لو كانوا في مثل سنك؟
أحيانا	0.58	1.89	هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس ( أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟
نعم	0.63	2.34	هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟

## الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

نعم	0.70	2.46	هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين و لو في بعض الأمور البسيطة؟
-----	------	------	---

يشير التحليل الوصفي لنتائج المحور الرابع (التوافق الاجتماعي) إلى أن المتوسطات الحسابية جاءت في معظمها ضمن فئة "أحياناً"، ما يدل على أن مستوى التوافق الاجتماعي لدى أفراد العينة يتسم بكونه متوسطاً، مع وجود بعض المؤشرات الإيجابية الواضحة.

فمن جهة، سجلت عدة عبارات مستويات مرتفعة (فئة "نعم")، خاصة تلك المرتبطة بالسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، مثل احترام آراء الآخرين (2.39)، والاعتذار عند الخطأ (2.49)، والشعور بالانتماء والولاء للأصدقاء (2.56)، والوفاء بالوعد (2.66)، إضافة إلى الحرص على حقوق الآخرين والمشاركة الاجتماعية (2.36-2.46). وتشير هذه النتائج إلى توفر قدر جيد من المهارات الاجتماعية والقيم التفاعلية لدى أفراد العينة.

في المقابل، أظهرت العديد من العبارات مستويات متوسطة (فئة "أحياناً")، خاصة تلك المتعلقة بالاستمتاع بالتفاعل مع الآخرين، وتكوين العلاقات، والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، وهو ما يعكس نوعاً من التذبذب في الانخراط الاجتماعي، بحيث لا يظهر الأفراد مستوى ثابتاً من التفاعل الاجتماعي الإيجابي في جميع المواقف.

أما فيما يتعلق بالمؤشرات السلبية (مثل الخجل، وصعوبة المنافسة، وضعف الثقة في العلاقات)، فقد جاءت في معظمها ضمن المستوى المتوسط بعد عكسها، مما يدل على وجود بعض الصعوبات الاجتماعية لدى الأفراد، لكنها ليست مرتفعة بشكل حاد. كما سُجلت قيمة منخفضة في تفضيل قضاء وقت الفراغ مع الآخرين (1.61)، مما يشير إلى ميل نسبي نحو العزلة لدى بعض الأفراد.

وبصفة عامة، يمكن القول إن التوافق الاجتماعي لدى أفراد العينة يتسم بمستوى متوسط يميل إلى الإيجابية، حيث تتوفر مجموعة من السلوكيات الاجتماعية الإيجابية، مقابل وجود بعض الجوانب التي تحتاج إلى تعزيز، خاصة فيما يتعلق بالاندماج الاجتماعي والاستمرارية في التفاعل مع الآخرين.

وقد تم الاعتماد على معامل الارتباط (بيرسون) للكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG ومستوى التوافق النفسي بأبعاده المختلفة، كما تم استخدام اختبار (T-test) لدراسة الفروق تبعاً لمتغير الجنس.

وفي إطار اجراء الاختبارات سابقة الذكر وجب اولا التأكد من توفر شرطي اجراء هذه الاختبارات وهما خصوع البيانات للتوزيع الطبيعي ثم شرط تجانس التباين:

## 2- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

تم إجراء اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة وذلك باستخدام اختبار شابيرو-ويلك، ويهدف هذا الإجراء إلى تحديد ما إذا كانت البيانات تحقق شرط التوزيع الطبيعي، مما يسمح باستخدام الاختبارات المعلمية، أو أنها لا تحقق هذا الشرط، الأمر الذي يستدعي اللجوء إلى الاختبارات اللامعلمية، وبذلك يتم ضمان دقة النتائج وصحة الاستنتاجات المتوصل إليها. وفيما يلي نتائج اختبار شابيرو-ويلك:

### الجدول رقم (11): اختبار التوزيع الطبيعي

إحصائية Shapiro-Wilk	Sig	المتغير
0.980	0.320	PUBG
0.883	0.000	التوافق الشخصي
0.982	0.433	التوافق الصحي
0.955	0.014	التوافق الأسري
0.983	0.446	التوافق الاجتماعي
0.906	0.000	التوافق النفسي الكلي

تشير نتائج اختبار Shapiro-Wilk إلى أن بعض متغيرات الدراسة تتبع التوزيع الطبيعي، مثل مقياس استخدام لعبة PUBG، والتوافق الصحي، والتوافق الاجتماعي، حيث جاءت قيم الدلالة الإحصائية أكبر من (0.05). في المقابل، أظهرت متغيرات التوافق الشخصي، والتوافق الأسري، والتوافق النفسي الكلي عدم اتباعها للتوزيع الطبيعي، حيث كانت قيم الدلالة أقل من 0.05. وعلى الرغم من أن نتائج اختبار التوزيع الطبيعي أظهرت عدم تحقق هذا الشرط في بعض متغيرات الدراسة، إلا أنه تم الاعتماد على الاختبارات المعلمية، وذلك استناداً إلى نظرية النهايات المركزية، التي تفيد بأن توزيع متوسطات العينات يقترب من التوزيع الطبيعي كلما كان حجم العينة كافيًا. وبما أن حجم العينة في هذه الدراسة

بلغ (70)، وهو حجم مناسب، فإن ذلك يسمح باستخدام الاختبارات المعلمية دون التأثير على دقة النتائج.

### 3. اختبار تجانس التباين للبيانات

قبل الشروع في تطبيق الاختبارات الاستدلالية، وخاصة تلك المتعلقة بدراسة الفروق بين المجموعات مثل اختبار T-test، يُعدّ التحقق من شرط تجانس التباين خطوة أساسية لضمان صحة النتائج الإحصائية. وعليه، سيتم في هذا الجزء اختبار مدى تحقق هذا الشرط بالنسبة لمتغيرات الدراسة، وذلك باستخدام اختبار Levene، الذي يُعدّ من أكثر الاختبارات شيوعاً لقياس تجانس التباين بين المجموعات. والنتائج موضحة في الجدول:

الجدول رقم (12): اختبار تجانس التباين (Levene)

المتغير	Sig	إحصائية Levene
PUBG	0.630	0.234
التوافق الشخصي	0.001	12.865
التوافق الصحي	0.151	2.111
التوافق الأسري	0.007	7.688
التوافق الاجتماعي	0.885	0.021
التوافق النفسي الكلي	0.001	11.282

تشير نتائج اختبار Levene إلى أن شرط تجانس التباين متحقق في بعض المتغيرات، مثل مقياس PUBG، والتوافق الصحي، والتوافق الاجتماعي، حيث جاءت قيم الدلالة الإحصائية أكبر من (0.05). في المقابل، لم يتحقق هذا الشرط في متغيرات التوافق الشخصي، والتوافق الأسري، والتوافق النفسي الكلي، حيث كانت قيم الدلالة أقل من (0.05)، مما يدل على وجود فروق في التباين بين الذكور والإناث في هذه الأبعاد. في إطار ذلك سوف يتم اعتماد اختبار T للمحاور التي كان فيها التباين محققاً بينما نعتمد على اختبار T المعدل على بقية المحاور.

#### 4. اختبار الفرضيات :

في ضوء أهداف الدراسة والنتائج الوصفية المتحصل عليها، تأتي مرحلة اختبار الفرضيات كخطوة أساسية للتحقق من صحة العلاقات والفروق المفترضة بين متغيرات الدراسة. حيث يسمح التحليل الاستدلالي بالانتقال من مجرد وصف البيانات إلى تعميم النتائج واستخلاص دلالات علمية دقيقة. وعليه، سيتم في هذا الجزء استخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة البيانات، وذلك لاختبار الفرضية العامة للدراسة والفرضيات الفرعية:

##### 4.1. الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG ومستوى التوافق النفسي بأبعاده (الشخصي الانفعالي، الصحي، الأسري، والاجتماعي) لدى المراهق المتمدرس.

الجدول رقم (13): نتائج معامل الارتباط بين الإدمان على PUBG والتوافق النفسي الكلي

Sig	معامل الارتباط (Pearson)	المتغير الثاني	المتغير الأول
0.098	-0.199	التوافق النفسي الكلي (Y)	إدمان PUBG

تشير نتائج معامل الارتباط (Pearson) إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG ومستوى التوافق النفسي الكلي لدى المراهق المتمدرس، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.098)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين غير دالة إحصائياً. كما تبين أن معامل الارتباط جاء سالباً بقيمة (-0.199)، وهو ما يشير إلى وجود علاقة عكسية ضعيفة، بمعنى أنه كلما ارتفع مستوى الإدمان على لعبة PUBG انخفض مستوى التوافق النفسي الكلي، إلا أن هذه العلاقة لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، وبالتالي لا يمكن اعتبارها علاقة حقيقية قابلة للتعميم على مجتمع الدراسة.

بناءً على ما سبق، لم تتحقق الفرضية الرئيسية والتي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG ومستوى التوافق النفسي الكلي لدى المراهق المتمدرس.

#### 4. 2. الفرضيات الفرعية:

#### 4. 2. 1. الفرضية الفرعية الأولى:

تنص الفرضية الفرعية الأولى على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس.

الجدول رقم (14): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان والتوافق الشخصي الانفعالي

المتغير الثاني	المتغير الأول	Sig (p-value)	معامل الارتباط (Pearson)
التوافق الشخصي الانفعالي	إدمان PUBG	0.007	-0.320

تشير نتائج معامل الارتباط (Pearson) إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الشخصي الانفعالي، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.007)، وهي أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين دالة إحصائياً. كما تبين أن معامل الارتباط جاء سالباً (-0.320)، مما يشير إلى وجود علاقة عكسية متوسطة، أي أنه كلما ارتفع مستوى الإدمان على اللعبة انخفض مستوى التوافق الشخصي الانفعالي لدى الأفراد.

بناءً على ما سبق، تحققت الفرضية الفرعية الأولى التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على اللعبة والتوافق الشخصي الانفعالي.

#### 4. 2. 2. الفرضية الفرعية الثانية:

تنص الفرضية الفرعية الثانية على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس.

الجدول رقم (15): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان والتوافق الصحي

المتغير الثاني	المتغير الأول	Sig	معامل الارتباط (Pearson)
التوافق الصحي	إدمان PUBG	0.038	-0.249

تشير نتائج معامل الارتباط (Pearson) إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الصحي، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.038)، وهي أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين دالة إحصائياً. كما تبين أن معامل الارتباط جاء سالباً (-0.249)، مما يشير إلى وجود علاقة عكسية، أي أنه كلما ارتفع مستوى الإدمان على اللعبة انخفض مستوى التوافق الصحي لدى الأفراد.

بناءً على ما سبق، تحققت الفرضية الفرعية الثانية التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على اللعبة والتوافق الصحي.

تنص الفرضية الثالثة على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس.

#### الجدول رقم (16): نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الإدمان والتوافق الأسري

المتغير الثاني	المتغير الأول	Sig	معامل الارتباط (Pearson)
التوافق الأسري	إدمان PUBG	0.101	-0.198

تشير نتائج معامل الارتباط (Pearson) إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الأسري، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.101)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين غير دالة إحصائياً. ورغم أن معامل الارتباط جاء سالباً (-0.198)، مما يشير إلى وجود علاقة عكسية ضعيفة، إلا أنها لا ترقى إلى مستوى الدلالة الإحصائية.

بناءً على ما سبق، لم تتحقق الفرضية الفرعية الثالثة ومنه نستنتج عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على اللعبة والتوافق الأسري.

#### 4. 2. 4. الفرضية الفرعية الرابعة:

## الفصل الرابع: عرض النتائج و مناقشتها على ضوء الفرضيات المصاغة

تنص الفرضية الفرعية الرابعة على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس.

الجدول رقم (17): نتائج معامل الارتباط بين الإدمان والتوافق الاجتماعي

معامل الارتباط (Pearson)	Sig	المتغير الأول	المتغير الثاني
0.150-	0.214	إدمان PUBG	التوافق الاجتماعي

تشير نتائج معامل الارتباط (Pearson) إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على لعبة PUBG والتوافق الاجتماعي، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.214)، وهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين غير دالة إحصائياً. ورغم أن قيمة معامل الارتباط جاءت سالبة (-0.150)، مما يشير إلى وجود علاقة عكسية ضعيفة، إلا أنها لا ترقى إلى مستوى الدلالة الإحصائية.

بناءً على ما سبق، لم تتحقق الفرضية الفرعية الرابعة ومنه نستخلص عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإدمان على اللعبة والتوافق الاجتماعي.

### 4. 2. 5. الفرضية الفرعية الخامسة:

تنص الفرضية الفرعية الخامسة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة PUBG تُعزى لمتغير الجنس.

الجدول رقم (18): نتائج اختبار ستودنت لمستوى الإدمان

المتغير	الجنس	Sig	قيمة T	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إدمان PUBG	ذكور	0.0003	3.80	2.41	0.17
إدمان PUBG	إناث	—	—	2.25	0.17

تشير نتائج اختبار T-test لعينتين مستقلتين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة PUBG تُعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.0003)، وهي أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05). وهذا يدل على أن الفروق بين متوسطات المجموعتين ليست ناتجة عن الصدفة الإحصائية. كما يتضح من خلال المتوسطات الحسابية أن الذكور (2.41) سجلوا مستوى

أعلى من الإدمان مقارنة بالإناث (2.25)، مما يشير إلى أن الذكور أكثر ميلاً إلى استخدام اللعبة بشكل مكثف.

بناءً على ما سبق، تحققت الفرضية الخامسة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على اللعبة تُعزى لمتغير الجنس.

#### 4. 2. 6. الفرضية الفرعية السادسة:

تنص الفرضية الفرعية السادسة على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تُعزى لمتغير الجنس.

#### الجدول رقم (19): نتائج اختبار ستودنت المعدل لمستوى التوافق النفسي

المتغير	الجنس	Sig	قيمة T	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التوافق النفسي	ذكور	0.0000	-10.33	1.95	0.10
التوافق النفسي	إناث	—	—	2.40	0.21

تشير نتائج اختبار T-test المعدل للعينتين مستقلتين إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تُعزى لمتغير الجنس، حيث بلغت قيمة الدلالة الإحصائية (0.0000)، وهي أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05). وهذا يدل على أن الفروق بين متوسطات المجموعتين ليست ناتجة عن الصدفة الإحصائية. كما يتضح من خلال المتوسطات الحسابية أن الإناث (2.40) سجلن مستوى أعلى من التوافق النفسي مقارنة بالذكور (1.95)، مما يشير إلى أن الإناث يتمتعن بدرجة أفضل من التوافق النفسي.

بناءً على ما سبق، تحققت الفرضية الفرعية السادسة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تُعزى لمتغير الجنس.

#### 5. مناقشة نتائج الدراسة.

#### أولاً: مناقشة نتائج الدراسة:

#### مناقشة نتائج الفرضية العامة:

التذكير بنص الفرضية العامة و التي تنص على أنه: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة pubg و التوافق النفسي بأبعاده (الشخصي الانفعالي ، الصحي، الأسري ، الاجتماعي ) لدى المراهق المتمدرس.

يمكن تفسير النتائج العامة للدراسة في ضوء طبيعة لعبة pubg نفسها باعتبارها لعبة تفاعلية تقوم على المنافسة العالية، والإثارة المستمرة، وسرعة الاستجابة، مما يجعلها قابلة لإحداث نوع من التعلق السلوكي والنفسي لدى المستخدمين. لذلك فإن ارتفاع المتوسطات في عبارات مثل كثافة اللعب، الاشتياق إليه، والانشغال به حتى أثناء الدراسة أو قبل النوم، يعكس أن اللعبة أصبحت لدى جزء من أفراد العينة نشاطاً متكرراً يأخذ حيزاً معتبراً من وقتهم واهتمامهم. وهذا يفسر أيضاً ظهور بعض المؤشرات المرتبطة بالانعزال النسبي، وتأجيل الواجبات، والتأثر الانفعالي أثناء اللعب وكل هذا يؤثر سلباً على التوافق النفسي لديهم

وتتفق هذه النتيجة مع ماتوصلت إليه دراسة (بوبيدي، وآخرون، 2019) والتي تمحور موضوعها حول تأثيرات الادمان على الألعاب الالكترونية على التوافق النفسي للأطفال، حيث أكدت الدراسة على وجود علاقة سلبية عكسية أي أن الادمان المفرط على هذه الألعاب يؤدي الى انخفاض مستوى التوافق النفسي وانتشار الاضطرابات السلوكية لدى فئة الأطفال.

كما يمكن اثبات صحة الفرضية العامة من خلال ما توصلت اليه الفرضيات الفرعية التالية من وجود علاقة ارتباطية بين الادمان على الألعاب الالكترونية والتوافق في ابعاده المختلفة.

### مناقشة الفرضية الفرعية الأولى:

التذكير بنص الفرضية الأولى: والتي تنص على انه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الادمان على لعبة pubg والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس"

ومن خلال النتائج المتحصل عليها، والتي تشير الى أن العلاقة السالبة بين الإدمان على لعبة pubg والتوافق الشخصي الانفعالي توحى بأن ارتفاع مستوى الانخراط في اللعبة قد يرتبط بضعف نسبي بالثقة في النفس والراحة النفسية والاستقرار الانفعالي ويمكن تفسير ذلك بأن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية قد يخلق نوعاً من الاعتماد النفسي على عالم افتراضي يوفر الإثارة والانتاج السريع وهو ما قد يؤثر في توازن الفرد الانفعالي وفي نظرتة إلى ذاته وواقعه اليومي وبعبارة أخرى كلما زاد الاندماج في اللعبة نقل مساحة التفاعل مع الخبرات الواقعية التي تدعم النضج الانفعالي والتوافق الذاتي، حيث قد يصبح المراهق المدمن على لعبة pubg أكثر ميلاً للعزلة والانطواء، وأقل تفاعلاً مع محيطه مع ظهور بعض الصعوبات في التعبير عن المشاعر وتنظيم الانفعالات مما يؤثر في توافقه الشخصي الانفعالي، و تتفق دراستنا مع دراسة ( أسماء، 2026) بعنوان دور التنظيم الانفعالي في العلاقة بين الإدمان الرقمي و بناء الهوية لدى المراهقين، فقد أشارت النتائج النظرية إلى أن الإدمان الرقمي يؤدي إلى تأثيرات متباينة على النمو الانفعالي، تشمل ارتفاع مستويات التوتر و القلق، و تراجع مهارات التعاطف و الفهم العاطفي للآخرين و انخفاض القدرة على حل المشكلات الاجتماعية.

### مناقشة الفرضية الفرعية الثانية:

**التذكير بنص الفرضية الثانية:** والتي تنص على انه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة pubg والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس"

تشير النتائج التي توصلنا إليها إلى أن العلاقة بين الإدمان على لعبة pubg والتوافق الصحي سالبة، ويمكن مناقشة هذه النتيجة في ظل كثرة الانشغال باللعب ترتبط بانخفاض بعض المؤشرات الصحية، سواء على مستوى النشاط والحيوية أو على مستوى الأعراض الجسدية والنفسية المصاحبة. ويبدو هذا التفسير منسجماً مع طبيعة الاستخدام المطول للألعاب الإلكترونية، الذي قد يؤدي إلى قلة الحركة، اضطراب النوم، الإجهاد البصري، آلام الأصابع أو الظهر، وبعض الأعراض النفسجسمية الأخرى.

لذلك فإن هذه النتيجة تؤكد أن كثافة اللعب لا تمر دون أثر على الجانب الصحي للمراهق. وذلك ما أكدته دراسة أجنبية (ثان و طلال، 2023، Than and Talal) بعنوان إدمان الألعاب الالكترونية عبر الانترنت بين طلبة الجامعة: آثار لعبة pubg، حيث أظهرت الدراسة أنه هناك ارتباطا بين الإدمان وتدهور بين الحالة الصحية النفسية والعلاقات الاجتماعية ما يعكس ضعفا في التوافق النفسي.

### مناقشة الفرضية الفرعية الثالثة والرابعة:

**التذكير بنص الفرضية الثالثة والرابعة:** والتي تنص على أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على الألعاب الالكترونية وكل من التوافق الأسري والاجتماعي لدى المراهق المتمدرس"

في المقابل لم تظهر علاقة دالة إحصائية بين الإدمان على لعبة pubg وكل من التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي ويمكن تفسير ذلك بأن تأثير اللعبة على هذين البعدين قد لا يكون مباشراً أو قوياً بالقدر الكافي داخل هذه العينة، خاصة أن العلاقات الأسرية والاجتماعية لا تتحدد بعامل واحد فقط، بل تتداخل فيها عناصر متعددة مثل طبيعة التنشئة، والمناخ الأسري، والدعم الاجتماعي، والظروف المدرسية. كما يمكن أن يكون بعض أفراد العينة محتقطين بحد أدنى من التفاعل الأسري والاجتماعي رغم كثافة اللعب، أو أنهم يوازنون بين استخدام اللعبة ومتطلبات العلاقات الواقعية، مما يضعف ظهور أثر إحصائي واضح وتتعارض نتيجة دراستنا مع نتيجة دراسة (الخالدي، 1972) فدراسة الباحث هدفت إلى معرفة العلاقة بين التوافق النفسي والتوافق الأسري لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية العراقية بلغ قوام العينة 115 وتوصلت الدراسة الى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التوافق النفسي والتوافق الأسري.

### مناقشة الفرضية الفرعية الخامسة والسادسة:

**التذكير بنص الفرضية الخامسة والسادسة:** والتي تنص على انه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في

مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية وفي مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس"

بخصوص الفروق حسب الجنس، فإن تفوق الذكور في مستوى الإدمان على اللعبة يبدو منطقيًا في ضوء الميل العام لدى الذكور إلى الألعاب التنافسية ذات الطابع القتالي، إضافة إلى استعدادهم الأكبر غالبًا لقضاء وقت أطول في هذا النوع من الترفيه الرقمي. وفي المقابل، تفوق الإناث في التوافق النفسي يمكن أن يُفهم باعتباره انعكاسًا لاختلاف أساليب التكيف النفسي والانفعالي بين الجنسين، حيث قد تكون الإناث أكثر انتظامًا في التعبير الانفعالي والاحتفاظ بدرجة أعلى من التوازن النفسي داخل البيئة الأسرية والمدرسية وهذا ما اتفقت معه دراسة (اوسكين واخرون، 2016) كما أوضحت دراسة (كرام، 2017) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ممارسة الألعاب الإلكترونية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور في حين جاءت دراسة (اختر، ومادهو لينكا، 2014) معاكسة لنتائج دراستنا حيث بينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية لدى طلبة مرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس، وفي دراسة (دقي، وعبسي، 2022) جاءت النتائج معاكسة لدراستنا فيما يخص الفروق بين الجنسين في مقياس التوافق النفسي حيث أظهرت الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي المدمنين على الألعاب الإلكترونية على مقياس التوافق النفسي.

وبوجه عام فإن نتائج الدراسة تشير إلى استخدام لعبة pubg ليس مجرد نشاط ترفيهي عابر، بل هو سلوك قد يترافق مع آثار نفسية وصحية وانفعالية ملموسة، خاصة عندما يرتفع مستوى الاستخدام ويأخذ طابعًا تكراريًا ومكثفًا. كما أن تأثيره يبدو أوضح على البعدين الصحي والشخصي-الانفعالي مقارنة بالأبعاد الأسرية والاجتماعية، وهو ما يمنح نتائج الدراسة دلالة تفسيرية مهمة في فهم طبيعة العلاقة بين الألعاب الإلكترونية والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس.

وبشكل عام فان النتائج الوصفية أظهرت أن أفراد العينة يميلون إلى مستوى مرتفع نسبيا من استخدام لعبة pubg، حيث برزت مؤشرات واضحة على كثافة اللعب، والتعلق النفسي بها، والتفكير المستمر فيها، وتأثيرها على النوم، والدراسة، وبعض السلوكيات اليومية. كما بينت النتائج أن هذا الاستخدام لا يقتصر على الجانب الترفيهي، بل يمتد إلى آثار نفسية وسلوكية وجسدية، من خلال الشعور بالانزعاج عند المنع من اللعب، وتفضيل اللعب على بعض الأنشطة الواقعية، وظهور بعض الأعراض الجسدية والانفعالية المصاحبة.

أما فيما يتعلق بالتوافق النفسي، فقد أظهرت النتائج أن مستوى التوافق الكلي لدى أفراد العينة جاء في حدود المتوسط المائل إلى الإيجابية، مع تباين بين الأبعاد الأربعة. فقد سجل البعد الشخصي-الانفعالي مستوى متوسطاً يميل إلى الارتفاع، بينما جاء البعد الصحي في مستوى متوسط يميل إلى الإيجابية، في حين أظهر البعدان الأسري والاجتماعي مستوى متوسطاً كذلك، مع وجود بعض المؤشرات الإيجابية الواضحة في العلاقات الأسرية والاجتماعية.

وعلى مستوى الفروق حسب الجنس، بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على لعبة pubg لصالح الذكور، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي لصالح الإناث. أما بالنسبة للعلاقات الارتباطية، فقد تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الإدمان على لعبة pubg وكل من التوافق الصحي والتوافق الشخصي-الانفعالي، في حين لم تظهر علاقة دالة إحصائية مع التوافق الأسري والتوافق الاجتماعي.

### 6. الاستنتاج العام:

خلصت هذه الدراسة بعد البحث والتحليل المعمق إلى إثبات وجود أثر سلبي طردي لإدمان الألعاب الالكترونية -وفي مقدمتها لعبة بوبجي- على التوافق النفسي للمراهقين عموماً و المتدرسين منهم خصوصاً وذلك عبر أبعاده الأربعة الأساسية ، وقد أظهرت النتائج أن التوافق الشخصي الانفعالي

والبعد الصحي كانا الأكثر تضررا يليهما التوافق الأسري ثم الاجتماعي ويتجسد هذا التدهور النفسي في حزمة من المظاهر السلوكية والنفسية أبرزها الانعزال الاجتماعي، اضطرابات النوم، ضعف القدرة على التحكم الانفعالي والعدوانية وقد تصل في حالاتها الحادة إلى سلوكات جنائية وانتحارية مأساوية، كما كشفت الدراسة أن تفاقم هذه الظاهرة ليس وليد الصدفة، بل هو نتاج تضافر عدة عوامل متداخلة، أبرزها: الغزو التكنولوجي غير المقنن للبيوت، غياب أو ضعف الرقابة الوالدية وعدم استثمار أوقات الفراغ لدى المراهقين بطرق ايجابية وبناء على ما سبق، فإن مواجهة هذه المعضلة باتت ضرورة مجتمعية ملحة تتطلب تضافر جهود الأسرة، والمؤسسة التربوية، والخبراء النفسانيين.

### 7-التوصيات والاقتراحات:

\* 7-1-التوصيات (إجراءات وقائية تطبيقية):بناء على الاستنتاجات السابقة نوصي باتخاذ

الخطوات الإجرائية التالية لحماية التوافق النفسي للمراهق:

-تفعيل التوعية والإرشاد الأسري:تنظيم حملات توعوية دورية لأولياء الأمور حول مخاطر الإدمان الرقمي، وتدريبهم على آليات الرقابة الوالدية الواعية والذكية دون اللجوء الى التسلط أو العنف.

-تطوير البيئة المدرسية:تفعيل دور الأخصائي النفسي والموجه التربوي في المؤسسات التربوية للكشف المبكر عن مؤشرات العزلة أو العدوانية الناتجة عن إدمان الألعاب الالكترونية.

-خلق بدائل ترفيهية وصحية:حث المؤسسات الشبانية والرياضية على توفير أنشطة بديلة تستقطب اهتمام المراهقين(كالنوادي الرياضية والمخيمات الكشفية)بهدف استثمار وقت الفراغ بشكل ايجابي.

- برامج التدريب الانفعالي:تصميم برامج إرشادية داخل المؤسسات التعليمية لتدريب المراهقين على مهارات التحكم في الانفعالات و إدارة الضغوط والموازنة بين وقت الترفيه الرقمي والمسؤوليات الدراسية.

\*2-7 الاقتراحات (آفاق وبحوث مستقبلية): لإثراء المكتبة العلمية واستكمالاً لمعطيات هذه

الدراسة، نقترح على الباحثين مستقبلاً تناول المواضيع التالية:

-إجراء دراسة تجريبية حول:فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف حدة إدمان الألعاب  
الالكترونية وتحسين التوافق النفسي لدى المراهقين.

-دراسة مقارنة بين الجنسين(ذكور/إناث)حول طبيعة الإدمان على الألعاب الالكترونية المفضلة  
وعلاقتها بالسلوك العدوانى.

-توصي الدراسة الحالية ببحث:(الإدمان على الألعاب الالكترونية وعلاقته بالتوافق الشخصي  
الانفعالي) كأفق مستقبلي، نظراً لخلو البحوث السابقة من دراسة العلاقة بينهما.

# قائمة المصادر و المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

أولا المراجع باللغة العربية:

- أبو الخير، عبد الحكيم. (2004). *النمو من الحمل إلى المراهقة: منظور نفسي اجتماعي طبي ترميضي*. دار وائل.
- أبو حمزة، عبد الجلال. (2014). *إدمان الانترنت: المفهوم، النظرية، العلاج*. دار الكتاب الحديث.
- أبو زيدن. (2011). *علم النفس الأسري*. عالم الكتاب.
- أحلام، ميلودي، ریحاني، الزهرة. (2014). *التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الانترنت (مذكرة ماستر غر منشورة)*. جامعة بسكرة محمد خيضر.
- الأحمد، عبد العزيز، عبد الله، ع. (1999). *الطريق الى الصحة النفسية*. المملكة العربية دار الفضيلة.
- أنور، إبراهيم احمد. (2014). *التوافق النفسي الاجتماعي لأبناء النوبة*. دار المكتب للمعارف.
- باتريشيا، ميلر. (دت). *نظريات النمو*. دار الفكر.
- بلعباس، عائشة، ومشتري، مارية. (2024). *الإدمان على الألعاب الالكترونية (لعبة بوجي) وعلاقته بالسلوك العدواني لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط (مذكرة ماستر غير منشورة)*. جامعة المسيلة محمد بوضياف.
- بوشينة، صالح. (2019). *فاعلية الذات وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى المراهقين المصابين بداء السكري (أطروحة دكتوراه غير منشورة)*. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مسيلة.
- جليلة، بن امام. (2022). *التوافق النفسي لدى الوالدين وأثره على تقدير الذات عند الأبناء المراهقين – الامنودجا (مذكرة لنيل شهادة الماستر علم النفس العيادي غير منشورة)*. جامعة يحيى فارس المدية.
- جمال، ياحي. (2019). *الذكاء الانفعالي وعلاقته بالتوافق النفسي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي (أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه غير منشورة)*. العلوم تخصص علم النفس التربوي. جامعة الجزائر أبو القاسم سعد الله.
- حاجي، محمد. (2007). *دنيا المراهقة*. دار المكتبي للطباعة والنشر.
- حافظ، نور. (1999). *المراهق*. المؤسسة العربية للنشر والتوزيع.
- حامد، عبد السلام زهران. (1984). *علم النفس الاجتماعي*. دار الزهراء.
- حسن، أماني. (2017). *تأثير ممارسة الألعاب الالكترونية على الذكاء اللغوي والاجتماعي لدى الأطفال*. مجلة العلوم التربوية والنفسية، (1).

- حسين،ذهبية. (2012). قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي (مذكرة ماستر غير منشورة). قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا. جامعة الجزائر.
- دقي، عبير، وعبسي، سعيده. (2022). الإدمان على الألعاب الالكترونية وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلاب الثانوي (مذكرة تخرج ماستر غير منشورة). كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، تخصص علم النفس المدرسي. جامعة الشهيد أحمد لخضر بالوادي.
- دليمي، عبد الرزاق. (2012). وسائل الاعلام والطفل. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة. رحو،ح. (2005). أساسيات في علم النفس. دار العربية للعلوم.
- رزق،هيام. (د.ت). المراهق والانحراف. دار القلم للطباعة والنشر والتوزيع.
- رفاعي،عادل. (2014). مشكلات المراهقة وأساليب العلاج. دار كنوز.
- رمضان، محمد الاقي. (1998). الصحة النفسية والتوافق. (ط3). المكتب الجامعي الحديث.
- ريماوين،محمد. (2006). علم النفس العام. دار المسيرة.
- زينب، محمد شقير. (2003). مقياس التوافق النفسي. مكتبة النهضة العربية.
- سرجان، و. (2013). الصحة النفسية. الشركة العربية المتحدة للتسوق.
- سفيان، س. (2004). المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي.مصر.
- الشاذلي،ع. (2001). الواجبات المدرسية والتوافق النفسي. ديوان المطبوعات الجامعية.
- شايب، أميرة، وإبريعم، سامية، وعاشور، منيرة. (2020). أثر إدمان الألعاب الالكترونية على سلوك المراهق - لعبة بوبجي- أنموذجا. مجلة سوسولوجيا، 4(2).
- شحروري،حسن. (2008). الألعاب الالكترونية في عصر العولمة ما لها وما عليها. دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- شريم،رغد. (2009). سيكولوجية المراهقة. دار المسيرة.
- شيخة،رنا. (2011). برنامج التلفاز والألعاب الالكترونية العنيفة وعلاقتها بالسلوك العدواني وإضعاف الحساسية لدى الأطفال (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة دمشق سوريا.
- صالح محمود. (2018)، الطفل العربي والألعاب الالكترونيةالقاتلة. مجلة الطفولة والتنمية، (32).
- صالح، حسن الداھري. (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية. دار صفاء للنشر.

- صمادي، احمد عبد المجيد، والبقعاوي، عقل محمد. (2016). التوافق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة حائل في المملكة العربية السعودية. دراسات نفسية وتربوية، مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، (17).
- طلعت، إسماعيل. (2020). العلاقات الاجتماعية لمستخدمي الألعاب الالكترونية عبر الانترنت لعبة باجي، المجلة العربية للنشر العالمي، 3(14).
- عاجي، عمر. (2007). الإدمان والانترنت. دار المجد الوي.
- عبادي، منير. (2018). أثر الألعاب الالكترونية وانعكاساتها على النمط التفكيرى مجلة. دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 32 (11).
- علام، أمين. (2006). الألعاب الالكترونية بين مد العصرنة وجزر الهلوسة، البلاي ستيشن بأدنى الأسعار في الحمير، جريدة الاعلام تك الإعلامية.
- عمري، نريمان. (2022). تأثير إدمان الألعاب الالكترونية في ظهور بعض المشكلات السلوكية عند الطفل (مذكرة ماستر غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي.
- عوض، حسين، والجميل، خيرى. (2000). الاتجاهات المعاصرة في دراسة الأسرة والطفولة. المكتبة الجامعية.
- عوض، محمود. (2006). المدخل الى علم النفس النمو الطفولة، المراهقة، الشيخوخة. دار المعرفة الجامعية.
- غباري، نائر، وأبو شعيرة، خالد. (2009). سيكولوجية النمو بين الطفولة والمراهقة. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- غراب، هشام. (د. ت). علم النفس النمو من الطفولة إلى المراهقة. دار الكتب العلمية.
- فهيمي، م. (1979). التوافق النفسي والاجتماعي. مكتبة الخابخي للطباعة.
- قشقوش، إبراهيم. (2007). سيكولوجية المراهقة. المطبعة الفنية الحديثة.
- قويدر، مريم. (2012). أثر الألعاب الالكترونية على السلوكيات لدى الطفل (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم السياسية والإعلام، جامعة الجزائر.
- كنز، حسن على دله. (2018). التفكير الإبداعي والتوافق النفسي. مركز الكتاب الأكاديمي.

- لعيشي، أمال. (2013). العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس بالمرحلة الثانوية (مذكرة ماستر غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة المسيلة.
- لورانس، أ، برافين، ل. (2010). علم الشخصية (الجزء الأول). ترجمة عبد الحليم محمود السيد. أيمن محمد عامر. محمد يحيى الرخاوي. المركز القومي للترجم.
- مجدي، عبد الله. (2013). أزمة الشباب ومشاكله بين الواقع والطموح، رؤية سيكولوجية معاصرة. دار المعرفة الجامعية.
- مروء، بشير. (2008). الإرشاد النفسي الرياضي. (رسالة ماجستير غير منشورة). معهد التربية البدنية، جامعة الجزائر3.
- مصطفى، عبد الرزاق. (2021). القصور في الوظائف التنفيذية كمتغير وسيط في العلاقة بين إدمان الألعاب الالكترونية والاكسثيميا لدى طالب الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، 19.
- مصطفى، فهمي. (1979). التوافق الشخصي والاجتماعي. مكتب الخانجي المصرية.
- معالي، عبد اللطيف. (2007). المراهقة أزمة هوية أم أزمة حضارة. شركة المطبوعات للتوزيع والنشر.
- معوض، خليل. (2003). سيكولوجية النمو. دار الفكر العربي.
- منظمة الصحة العالمية م.ا. (2005)، تقرير الصحة النفسية، القاهرة: طباعة شاركة توشكي
- مهنا، فريال. (2002). عموم الاتصال والجامعة الرقمية. دار الفكر العربي.
- يونس ، أسماء امحمد. (2026) . دور التنظيم الانفعالي في العلاقة بين الإدمان الرقمي و بناء الهوية لدى المراهقين. المجلة الشاملة للدراسات الإنسانية و التربوية ، 2 (1) ، 810 – 822.

#### ثانيا المراجع بالأجنبية:

- Gaming addiction and its impact on Pakistani adolescents: A qualitative study on PUBG addiction. (2025). *Contemporary Journal of Social Science Review*, 3(3), 2429–2440. <https://doi.org/10.63878/cjssr.v3i3.126>
- Gibson, L. C. (2015). Adult children of emotionally immature parents. New Harbinger Publications.

Khan, M. F., Kashif, R., & Talal, M. (2023). Online gaming addiction in university students; PUBG effects of university students. *Pakistan Journal of Media Sciences*, 4(2), 1–6.

Salama, A. F., & Attar, A. (2019). The effect of using electronic games in developing the intuitive English language skills for basic first grade female pupils. *Journal of Reading and Knowledge*, (212), 215–245.

Shahid, M. S., & Yaseen, F. (2025). Gaming addiction, negative emotions, and aggression in young adults. *Pakistan Journal of Applied Psychology*.

# قائمة الملاحق

## ملحق رقم (01)

## استبيان إدمان الألعاب الإلكترونية للباحثة " شايب أميرة " 2020

في إطار تحضيرنا لمذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي بعنوان "الإدمان على الألعاب الإلكترونية (لعبة pubg) وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس. دراسة ميدانية بثانوية بن عيسى عطار عين تموشنت، يشرفنا أن نضع بين أيديكم فقرات هذا الاستبيان وعليه نرجو منكم التفضل بملء هذا الاستبيان وذلك بوضع علامة (x) مكان الإجابة المناسبة، كما نحيطكم علما أن هذه المعلومات لا تستعمل إلا لغرض علمي بحث.

الاسم واللقب: الجنس:

الرقم	العقارة	نعم	لا	حيانا
1.	أقضي أكثر من نصف يومي و أنا ألعب لعبة ( pubg )			
2.	أشتاق للعبة ( pubg ) عندما أمانع من لعبها لسبب ما			
3.	أشعر بعدم الراحة و الاكتئاب و الفراغ عندما لا ألعب لعبة bgpu			
4.	أخصص وقت معين للعب لعبة pubg			
5.	ألعب لعبة الـ pubg يوميا			
6.	ألعب لعبة pubg أكثر من مرة واحدة في اليوم			
7.	لا أنام حتى أكمل لعب لعبة pubg			
8.	أفضل قضاء وقتي في لعب pubg وحدي على الخروج مع الاصدقاء			
9.	أخصص وقت للجلوس مع عائلتي و تبادل الأحاديث			
10.	أوجل الواجبات المدرسية حتى أنتهي من لعب لعبة pubg			
11.	أثناء الدرس أفكر كثيرا في لعبة pubg			
12.	أصبحت قليل الخروج من المنزل			
13.	أثناء وجودي في القسم أرغب بشدة في لعب جولة من لعبة الـbgpu			
14.	أنسى ما يقوله المحيطين بي لإثناء لعبي pubg			
15.	أجلس في نفس المكان لساعات طويلة دون حراك أثناء لعب لعبة pubg			
16.	أشعر بالحماس و الاندفاع أثناء لعب لعبة pubg			
17.	أثناء لعبي للـ pubg لا أحس بوجود الآخرين من حولي			

			18. أفضل الصمت و التوقف عن الكلام مع المتواجدين معي في نفس المكان أثناء لعب pubg
			19. أتأخر عن النوم لأكمل لعب ال pubg
			20. أؤجل وجباتي الغذائية حتى انتهاء جولات لعبة ال pubg
			21. أشعر بألم في أصابع يدي من الجهاز الذي ألعب به هاتف ، حاسوب
			22. يؤلمني ظهري أثناء اللعب أو بعده
			23. أشعر بالصداع أثناء اللعب أو بلده
			24. أشعر بتشوش في الرؤية أثناء اللعب أو بعده
			25. أفضل اللعب وحدي في لعبة pubg
			26. أختار اللعب وحدي في لعبة pubg
			27. أفضل لعب لعبة pubg على ممارسة هواياتي المفضلة
			28. تخليت عن النشاطات التي كنت أمارسها منذ بدأت لعب لعبة ubgp
			29. أفضل لعب لعبة pubg مع أصدقائي على الخروج معهم للقيام بنشاط ما في الخارج
			30. أغضب كثيرا عندما يقاطعني أحدا أثناء لعبي لعبة pubg
			31. أتكاسل عن تنفيذ ما يطلبه والدي مني أثناء لعبي لعبة bgpu
			32. أثناء لعب لعبة pubg و في حالة الغضب أتلفظ بكلام بذيء
			33. أشعر بالنشوة و اللذة أثناء قتلي للاعبين في لعبة pubg
			34. أثناء لعب لعبة pubg أشعر بتدفق الأدرينالين في جسمي
			35. أغضب كثيرا عندما أخسر
			36. يعجبني شعور حمل السلاح و اطلاق النار على اللاعبين في لعبة pubg
			37. أشعر فعلا أنني في ساحة المعركة و حياتي في خطر

## ملحق رقم (02)

مقياس التوافق النفسي: للباحثة " زينب محمود شقير " 2003

العبارة	نعم تنطبق	متردد أحيانا	لا تنطبق
---------	-----------	--------------	----------

المحور الأول: التوافق الشخصي - الانفعالي			
01			هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية؟
02			هل أنت متفائل بصفة عامة
03			هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك و عن انجازاتك أمام الآخرين
04			هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة و شجاعة؟
05			هل تشعر أنك شخص له فائدة و نفع في الحياة؟
06			هل تتطلع لمستقبل مشرق؟
07			هل تشعر بالراحة النفسية و الرضا في حياتك؟
08			هل أنت سعيد و بشوش في حياتك؟
09			هل تشعر أنك شخص محظوظ في الدنيا؟
10			هل تشعر بالاتزان الانفعالي و الهدوء أمام الناس؟
11			هل تحب الآخرين و تتعاون معهم؟
12			هل أنت قريب من الله بالعبادة و الذكر دائما؟
13			هل أنت ناجح و متوافق مع الحياة؟
14			هل تشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية و أنك في حالة طيبة؟
15			هل تشعر باليأس و تهبط همتك بسهولة؟
16			هل تشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموما؟
17			هل تشعر بالقلق من وقت لآخر؟
18			هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟
19			هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
20			هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر؟
المحور الثاني : التوافق الصحي			
21			هل حياتك مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت؟
22			هل لديك قدرات و مواهب متميزة؟
23			هل تتمتع بصحة جيّدة و تشعر بأنك قوي البنية؟
24			هل أنت راض عن مظهرك الخارجي ( طول القامة ، حجم الجسم)

			هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	25
			هل تهتم بصحتك جيّدا و تتجنب الإصابة بالمرض؟	26
			هل تعطي نفسك قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيّدة؟	27
			هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم ( أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟	28
			هل تعاني من بعض العادات مثل ( قضم الأظافر و الغمز بالعين)؟	29
			هل تشعر بصداع أو ألم في رأسك من وقت لآخر؟	30
			هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟	31
			هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل ( سوء هضم ، فقدان شهية ، شره عصبي)؟	32
			هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل؟	33
			هل تشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر؟	34
			هل تتصبب عرقا ( أو ترعش يداك ) عندما تقوم بعمل؟	35
			هل تشعر أحيانا أنك قلق و أعصابك غير موزونة؟	36
			هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاوله العمل؟	37
			هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق و الكلام؟	38
			هل تعاني من امسك ( أو اسهال) كثيرا؟	39
			هل تشعر بالنسيان ( أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر؟	40
<b>المحور الثالث: التوافق الأسري</b>				
			هل تشعر أنك متعاون مع أسرتك؟	41
			هل تشعر بالسعادة في حياتك و أنت مع أسرتك؟	42
			هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟	43
			هل تشعر بأنك لك دور فعال و هام في أسرتك؟	44
			هل تحترم أسرتك رأيك و ممكن أن تأخذ به؟	45
			هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟	46
			هل تأخذ حقا من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟	47

			هل التقاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟	48
			هل تحرص على مشاركة أسرتك افراحها و أحزانها؟	49
			هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة و صادقة؟	50
			هل تفتخر أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	51
			هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية (الثقافية)؟	52
			هل تشجعك اسرتك على اظهار ما لديك من قدرات و مواهب؟	53
			هل افراد أسرتك تقف بجوارك و تخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة ما؟	54
			هل تشجعك اسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟	55
			هل تشعرك اسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	56
			هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	57
			هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟	58
			هل تشعر بالقلق أو الخوف و أنت داخل أسرتك؟	59
			هل تشعر بأن أسرتك تعاملك على أنك طفل صغير؟	60
<b>المحور الرابع: التوافق الاجتماعي</b>				
			هل تحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويجية مع الآخرين؟	61
			هل تستمتع بمعرفة الآخرين و الجلوس معهم؟	62
			هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟	63
			هل تتمنى أن تقضي معظم فراغك مع الآخرين؟	64
			هل تحترم رأي زملائك و تعمل به إذا كان رأيا صائبا؟	65
			هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك و انجازاتك؟	66
			هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	67
			هل تشعر بالولاء و الانتماء لأصدقائك؟	68
			هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟	69
			هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء و تحرص على ارضائهم؟	70
			هل تسعدك المشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية؟	71
			هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟	72

			هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه؟	73
			هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران؟	74
			هل تفكر قبل أن تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين ( أو ترفضه)؟	75
			هل تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين؟	76
			هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى و لو كانوا في مثل سنك؟	77
			هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس ( أو ترتبك أثناء الحديث أمامهم)؟	78
			هل تتخلى عن إساءة النصح لزميلك خوفا من أن يزعج منك؟	79
			هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين و لو في بعض الأمور البسيطة؟	80

ملحق رقم (03) النتائج الخام للدراسة

الجدول رقم : قياس ثبات أداة الدراسة عبر معامل الفا كرومباخ

**ReliabilityStatistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.603	37

**ReliabilityStatistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.852	20

**ReliabilityStatistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.806	20

**ReliabilityStatistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.872	20

**ReliabilityStatistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.753	20

1- وصف عينة الدراسة:

الجدول رقم: توزيع أفراد العينة حسب الجنس

		الجنس			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	1	45	64.3	64.3	64.3
	2	25	35.7	35.7	100.0
Total		70	100.0	100.0	

2- التحليل الوصفي للإجابات:

## أ- التحليل الوصفي لعبارات الجزء الأول:

## الجدول رقم: التحليل الوصفي لمقياس PUBG

Descriptive Statistics			
	N	Mean	Std. Deviation
X1	70	2.77	.423
X2	70	2.80	.437
X3	70	2.47	.717
X4	70	2.11	.808
X5	70	2.73	.588
X6	70	2.76	.550
X7	70	2.29	.725
X8	70	2.37	.641
X9	70	1.64	.781
X10	70	2.27	.679
X11	70	2.56	.581
X12	70	2.30	.688
X13	70	2.54	.674
X14	70	2.49	.654
X15	70	2.76	.432
X16	70	2.77	.487
X17	70	2.41	.789
X18	70	2.57	.554
X19	70	2.27	.760
X20	70	2.26	.829
X21	70	2.34	1.522
X22	70	2.09	.737
X23	70	1.87	.797
X24	70	2.09	.756
X25	70	1.50	.737
X26	70	1.43	.693
X27	70	2.49	.676
X28	70	2.46	.736
X29	70	2.66	.611
X30	70	2.43	.753
X31	70	2.31	.772
X32	70	1.74	.863
X33	70	2.57	.693
X34	70	2.30	.805

X35	70	2.47	.717
X36	70	2.59	.648
X37	70	2.51	.717
Valid N (listwise)	70		

## ب- التحليل الوصفي لعبارات الجزء الثاني:

## Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
Y1	70	2.71	.515
Y2	70	2.23	.641
Y3	70	1.50	.757
Y4	70	2.13	.635
Y5	70	2.50	.608
Y6	70	2.30	.598
Y7	70	1.94	.740
Y8	70	1.96	.824
Y9	70	1.99	.670
Y10	70	2.04	.576
Y11	70	2.27	.588
Y12	70	2.24	.523
Y13	70	1.81	.748
Y14	70	1.91	.676
Y15	70	2.20	.714
Y16	70	1.84	.500
Y17	70	1.47	.696
Y18	70	1.59	.648
Y19	70	1.89	.692
Y20	70	2.31	.733
Y21	70	1.73	.700
Y22	70	1.86	.728
Y23	70	2.16	.694
Y24	70	2.61	.572
Y25	70	2.61	.546
Y26	70	2.07	.729
Y27	70	1.96	.711
Y28	70	1.84	.694
Y29	70	2.09	.812
Y30	70	2.03	.722

Y31	70	2.14	.767
Y32	70	2.27	.779
Y33	70	1.90	.725
Y34	70	1.61	.728
Y35	70	1.96	.751
Y36	70	1.56	.673
Y37	70	2.29	.764
Y38	70	2.39	.708
Y39	70	2.70	.521
Y40	70	1.27	.509
Y41	70	2.01	.551
Y42	70	2.01	.577
Y43	70	2.10	.663
Y44	70	1.89	.649
Y45	70	2.07	.822
Y46	70	2.09	.697
Y47	70	2.07	.729
Y48	70	2.03	.701
Y49	70	2.61	.644
Y50	70	2.49	.631
Y51	70	2.39	.572
Y52	70	2.03	.742
Y53	70	2.01	.670
Y54	70	2.64	.483
Y55	70	2.24	.600
Y56	70	2.16	.581
Y57	70	1.83	.761
Y58	70	1.93	.644
Y59	70	2.10	.705
Y60	70	2.13	.588
Y61	70	2.29	.617
Y62	70	1.83	.761
Y63	70	1.69	.733
Y64	70	1.61	.666
Y65	70	2.39	.644
Y66	70	2.00	.659
Y67	70	2.49	.608
Y68	70	2.56	.605
Y69	70	2.21	.720
Y70	70	2.36	.703

Y71	70	2.16	.773
Y72	70	2.37	.641
Y73	70	2.66	.478
Y74	70	2.01	.771
Y75	70	2.36	.743
Y76	70	2.19	.728
Y77	70	2.30	.667
Y78	70	1.89	.578
Y79	70	2.34	.634
Y80	70	2.46	.695
Valid N (listwise)	70		

ت- اختبار فرضيات الدراسة:

أ- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

الجدول رقم: اختبار التوزيع الطبيعي

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PUBG الادمان على	.077	70	.200*	.982	70	.400
التوافق الشخصي	.198	70	.000	.898	70	.000
التوافق الصحي	.085	70	.200*	.988	70	.731
التوافق الأسري	.114	70	.026	.951	70	.008
التوافق الاجتماعي	.087	70	.200*	.984	70	.503

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

الجدول رقم: نتائج اختبار ستودنت لمستوى الادمان

#### Independent Samples Test

Levene's Test for  
Equality of  
Variances

t-test for Equality of Means

		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الادمان على PUBG	Equal variances assumed	.230	.633	2.937	68	.005	.12057	.04106	.03865	.20250
	Equal variances not assumed			2.943	50.005	.005	.12057	.04097	.03828	.20287

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Y	Equal variances assumed	11.585	.001	-12.200	68	.000	-.44578	.03654	-.51869	-.37287
	Equal variances not assumed			-10.140	30.194	.000	-.44578	.04396	-.53553	-.35602

الجدول رقم: نتائج معامل الارتباط

## Correlations

		الادمان على PUBG	الوافق الشخصي	الوافق الصحي	الوافق الأسري	الوافق الاجتماعي
الادمان على PUBG	Pearson Correlation	1	-.211	-.205	-.134	-.097
	Sig. (2-tailed)		.080	.089	.269	.426
	N	70	70	70	70	70
الوافق الشخصي	Pearson Correlation	-.211	1	.504**	.770**	.638**
	Sig. (2-tailed)	.080		<.001	<.001	<.001
	N	70	70	70	70	70
الوافق الصحي	Pearson Correlation	-.205	.504**	1	.430**	.380**
	Sig. (2-tailed)	.089	<.001		<.001	.001
	N	70	70	70	70	70
الوافق الأسري	Pearson Correlation	-.134	.770**	.430**	1	.596**
	Sig. (2-tailed)	.269	<.001	<.001		<.001
	N	70	70	70	70	70
الوافق الاجتماعي	Pearson Correlation	-.097	.638**	.380**	.596**	1
	Sig. (2-tailed)	.426	<.001	.001	<.001	
	N	70	70	70	70	70

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الفرضية الرئيسية:

## Correlations

		الادمان على PUBG	Y
الادمان على PUBG	Pearson Correlation	1	-.199
	Sig. (2-tailed)		.098
	N	70	70
Y	Pearson Correlation	-.199	1
	Sig. (2-tailed)	.098	
	N	70	70

ملحق (04) بطاقة الاشراف على مذكرة التخرج

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de L'enseignement Supérieur et de La Recherche Scientifique  
Université Ain Témouchent Belhadj Bouchnib  
Faculté des lettres, langues et des sciences sociales  
Département des sciences sociales



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب  
كلية الآداب، اللغات و العلوم الاجتماعية  
قسم العلوم الاجتماعية

السنة الجامعية: 2025- 2026

**بطاقة الاشراف على مذكرة التخرج**

الاسم و اللقب للطلاب (ة): .....  
الاسم و اللقب للطلاب (ة): .....  
الشهادة المحضرة: .....  
عنوان المذكرة: .....  
اسم و لقب الأستاذ المشرف: .....  
مكان التريض: .....

تاريخ و مكان الازدياد: 1984.10.11 / .....  
تاريخ و مكان الازدياد: .....  
علم النفس الاجتماعي و علاقاته  
الدرجة العلمية: .....  
علم الاجتماع (رئيس المحلف)

التاريخ ..... / ..... / .....	التاريخ 2026.04.19	التاريخ 2026.09.18
إشراف رئيس القسم  منى احمد رئيس قسم العلوم الاجتماعية	إضفاء الأستاذ المشرف 	إضفاء الطالب 

## ملحق (05) طلب الترخيص بإجراء دراسة ميدانية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
République Algérienne Démocratique et Populaire  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
Ministère de L'enseignement Supérieur et de La Recherche Scientifique

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب  
كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية

Université Ain Témouchent Belhadj Bouchaib  
Faculté des lettres et des langues et des sciences sociales

عن تموشنت في: 2026.10.21.08

**طلب ترخيص بإجراء دراسة ميدانية**

إلى السيد(ة) //

بن والي العربي هدير ثانوية بن عيسى عطار  
غار البارود - بني صاف - ولاية عين تموشنت

نرجو منكم التفضل بقبول استقبال الطالب:

الاسم واللقب (ة): **بن عريضة فتحيحة**

تاريخ ومكان الميلاد: **1981.10.11** ولعاصمة

المسجل في: **الثانوية ماستر علم النفس العميادي**

وذلك من أجل إجراء تربص ميداني داخل مصالحكم. يهدف هذا التربص إلى تدعيم التكوين بتطبيق المعارف النظرية التي تم تدرسيها لهم بالمؤسسة الجامعية.

تاريخ فترة التربص: من: **2026.10.31** إلى: **2026.11.30**

الاستاذ(ة) المشرف(ة): **سعدى زينب**

خلال هذا التدريب، الطالب ملزم بالامتثال الصارم لقواعد الانضباط المنصوص عليها في القانون الداخلي لمؤسستكم، والالتزام بالإجراءات والتعليمات الوقائية الخاصة بالصحة والأمن. نعتد على تعاونكم، ونرجو أن تتقبلوا، سيدي، خالص شكرنا وتحياتنا.

رئيس القسم أو المسؤول القيدagogي  
مسني أحمد  
رئيس قسم  
العندم الاجتماعية

المؤسسة المستقبلة  
العمري

جامعة عين تموشنت بلحاج بوشعيب / طريق سدي بلحاج، ص.ب. 284 عين تموشنت - الجزائر  
UNIVERSITY AIN TEMOUCHENT BELHADJ BOUCHAIB  
BP 284 Route de SIDI BELAHJELS - AIN TEMOUCHENT - 46060 - ALGERIE

## ملحق (06) رخصة تربص ميداني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية عين تموشنت  
مصلحة التكوين والتفتيش  
مكتب التكوين  
رقم: 2026/ 362

إلى السيد(ة) مدير  
ثانوية بن عيسى عطار  
بني صاف

## رخصة تربص ميداني

بمقتضى المرسوم التنفيذي رقم 13-306 المؤرخ في 31 أوت 2013، المتضمن تنظيم التريضات الميدانية وفي الوسط المهني لفائدة الطلبة.  
وبناء على الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية عين تموشنت وجامعة بلحاج بوشعيب - عين تموشنت المؤرخة في 7 فيفري 2024.  
وبناء على طلب الجامعة المؤرخ في: 08/02/2026  
بشرفتي أن أطلب منكم السماح للطلاب(ة) الجامعي بإجراء تربص ميداني تطبيقي

بمؤسستكم حسب مايلي:

بن عربية فتيحة	الطالب(ة):
11/04/1981	تاريخ الميلاد:
السنة الثالثة ماستر	مسجل في السنة:
علم النفس العيادي	التخصص:
الأداب واللغات والعلوم الاجتماعية	الكلية:
جامعة بلحاج بوشعيب - عين تموشنت	جامعة:
25 فيفري 2026	بداية التدريب:
	نهاية التدريب:

يجب على الطالب المتريص الإلتزام بالمواعيد المتضمنة في القواعد المنصوص عليها في القانون الداخلي للمؤسسة، والإلتزام الصارم بالقواعد والإجراءات والتعليمات الواردة في القواعد المنصوص عليها بالصحة والأمن.

عين تموشنت: 46078

مدير التربية

المرفقات:

حسب المادة 14 من المرسوم التنفيذي المين أعلاه والمنشور في الجريدة الرسمية في العدد 45 الصادرة في 18 سبتمبر 2013، تمنح للمتريص شهادة تربص عند نهاية التكوين حسب النموذج المرفق لهذا الإرسال

