تأثير الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال- دراسة ميدانية لحالتين في المرحلة الابتدائية

The Impact of Excessive Use of Electronic Games on the Emotional and Behavioral Balance of Children" A Field Study of Two Cases in Primary School"

زليخة سايح*

دكتوراه، جامعة أبو بكر بلقايد- تلمسان

Sayah zouleykha

doctorate, University of Abou Bekr Belkaid, Tlemcen

sayahzoulikha@yahoo.com

تاريخ الاستلام: 2025/07/05 تاريخ القبول: 2025/09/06 تاريخ النشر: 2025/12/07

- **الملخص:** تهدف الدراسة إلى تحليل أثر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية، وذلك في ظل تنامي ظاهرة الإدمان الرقمي في أوساط الطفولة المبكرة. اعتمدت الدراسة على المنهج العيادي باعتباره الأنسب لفهم الديناميات النفسية والسلوكية المرتبطة بهذه الظاهرة، شملت الدراسة حالتين لطفلين متمدرسين بمدرسة ابتدائية في ولاية البيض (الجزائر)، يبلغان من العمر 10 و11 سنة، تم اختيارهما قصدياً على أساس بروز مؤشرات انفعالية وسلوكية غير نمطية متصلة بالاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.ولجمع البيانات تم الاعتماد على ثلاث أدوات رئيسية: الملاحظة المباشرة داخل القسم لتتبع التفاعلات اليومية، المقابلات النصف موجهة مع المعلمين وأولياء الأمور لتحديد التغيرات الانفعالية والسلوكية، بالإضافة إلى استبيان مبسط حول العادات الرقمية اليومية للطفلين .أظهرت النتائج أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية انعكس سلباً على التوازن الانفعالي للطفلين، حيث لوحظ ارتفاع في مستويات التوتر، سرعة في الاستجابة الانفعالية، وصعوبة في ضبط نوبات الغضب. كما كشفت النتائج عن بروز سلوكيات عدوانية موجهة نحو الزملاء، إلى جانب ضعف في مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي داخل الوسط المدرسي .وتشير هذه النتائج إلى أن الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية، خاصة تلك التي تتضمن محتوى عنيفاً أو مثيراً للانفعال، يشكل عاملاً مهدداً للنمو الانفعالي والسلوكي السوي للأطفال، ويؤثر سلباً في مسارات تكوينهم النفسي والاجتماعي وذلك من خلال المرحلة الابتدائية.

- **الكلمات المفتاحية:** الألعاب الإلكترونية، التوازن الانفعالي، التوازن السلوكي، الطفولة، البيئة المدرسية.

Abstract: This study investigates the impact of excessive use of electronic games on the emotional and behavioral balance of primary school children, in light of the growing phenomenon of digital addiction among early childhood. The clinical approach was adopted as the most appropriate method to explore the psychological and behavioral dynamics related to this issue. The study focused on two cases of schoolchildren enrolled in a primary school in El Bayadh (Algeria), aged 10 and 11, who were intentionally selected due to the emergence of atypical emotional and behavioral

*- المؤلف المرسل

indicators associated with excessive gaming. Data collection relied on three main tools: direct classroom observation to monitor daily interactions, semi-structured interviews with teachers and parents to identify emotional and behavioral changes, and a simplified questionnaire addressing the children's daily digital habits. The findings revealed that excessive use of electronic games negatively affected the emotional balance of the children. Manifestations included increased levels of stress, heightened emotional reactivity, and difficulties in regulating anger outbursts. Furthermore, aggressive behaviors directed towards peers were observed, along with a noticeable decline in communication skills and social interaction within the school environment. These results suggest that excessive involvement in electronic gaming, particularly those containing violent or emotionally stimulating content, represents a critical factor contributing to the disruption of children's emotional and behavioral development. Such patterns highlight the potential risks of digital overexposure for children's psychological and social well-being during the primary school years.

Keywords: Electronic games, Emotional balance, Behavioral balance
, childhood, school environment

- مقدمة:

شهد العالم خلال العقود الأخيرة تطوراً هائلاً في مجال التكنولوجيا الرقمية، مما ساهم في بروز الألعاب الإلكترونية كوسيلة ترفيهية مفضلة لدى الأطفال والمراهقين. ومع سهولة الوصول إلى الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية، أصبحت هذه الألعاب ترافق الطفل في مختلف الأوقات والأماكن، حتى داخل البيئة المدرسية. ورغم ما تحمله من عناصر جاذبة قد تعزز بعض المهارات، إلا أن الإفراط في استخدامها قد يتحول إلى إدمان، ينعكس سلباً على النمو النفسي والانفعالي للطفل .لقد أظهرت دراسات عديدة أن إدمان الألعاب الإلكترونية قد يؤدي إلى تغيرات في السلوك الانفعالي للأطفال، كزيادة نوبات الغضب، تراجع القدرة على التركيز، التوتر، السلوك العدواني، أو حتى الانسحاب الاجتماعي. وبالنظر إلى خطورة هذه التأثيرات، تبرز الحاجة إلى دراسات ميدانية تتناول هذه الظاهرة في سياقات محلية، كالوسط المدرسي، الذي يمثل بيئة أساسية لتنشئة الطفل وتفاعله الاجتماعي.

فالإدمان من أهم الإعاقات التي تؤثر على قدرات الفرد، الأمر الذي يحول بين الفرد وبين الاستفادة الكاملة من الخبرات التعليمية، والمهنية، التي يستطيع الفرد العادي الاستفادة منها، ولذلك فهو في أشد الحاجة إلى نوع خاص من البرامج التربوية التأهيلية وإعادة التدريب، وتنميه قدراته رغم قصورها لكي يستطيع أن يعيش ويتكيف مع مجتمع العاديين، ويندمج معهم في الحياة التي هي حق طبيعي له.

وإذا نظرنا إلى الأطفال المدمنين نجد أن تعليمهم وتأهيلهم يشبه تعليم وتأهيل أقرانهم العاديين في بعض النواحي، ويختلف عنه في نواحي أخرى، فالطفل المدمن إنسان له نفس حاجات الطفل العادي كما يتأثر نموه النفسي والجسمي والاجتماعي بنفس العوامل التي يتأثر بها قرينه العادي، العمل على تحقيق الأهداف المشتركة يكون بتعلم التعاوني بين الطلاب الذين يعملون في فرق في مهمة ما في ظل ظروف معينة (دخيل وسارنو، 2022، ص 51).

1-إشكالية الدراسة:

شهدت السنوات الأخيرة انتشارًا واسعًا للألعاب الإلكترونية في حياة الأطفال، مما جعلها تحتل جزءًا كبيرًا من وقتهم اليومي، سواء داخل الأسرة أو خارجها. ومع تسارع وتيرة التطور التكنولوجي، أصبح الاستخدام المفرط لهذه الألعاب ظاهرة متنامية، تثير القلق لدى الآباء والمربين والباحثين في مجال الصحة النفسية والطفولة. فقد لوحظ أن الانخراط المستمر في الألعاب الإلكترونية قد يرتبط بظهور اضطرابات في التوازن الانفعالي، كالغضب السريع، القلق، وتقلبات المزاج، إلى جانب سلوكيات غير متكيفة كالعزلة، ضعف التفاعل الاجتماعي، والسلوك العدواني . ورغم تعدد الدراسات التي تناولت أثر الوسائط الرقمية عمومًا على سلوك الطفل، إلا أن الحاجة لا تزال قائمة لدراسة ميدانية معمقة تركز على الفئات العمرية الصغيرة في البيئة الجزائرية، خصوصًا في ظل غياب رقابة فعّالة على المحتوى الرقمي، وتراجع دور اللعب الواقعي والتفاعل الاجتماعي المباشر. ومن بين هذه الدراسات التي تناولت هذا الموضوع:

دراسة الشريف (2018) :بعنوان "تأثير الألعاب الإلكترونية على السلوك العدواني لدى الأطفال"، هدفت إلى استكشاف العلاقة بين نوعية الألعاب الرقمية والسلوكيات العدوانية لدى الأطفال من عمر 8 إلى 12 سنة. وقد توصلت إلى أن الألعاب ذات المحتوى العنيف تسهم بشكل مباشر في تعزيز السلوك العدواني، خاصة في غياب الرقابة الأبوية (الشريف، 2018، ص 121).

ودراسة Alzahabi & Becker (2013) تحت عنوان "Multitasking and Media Use in Relation to Attention and Academic Performance".درست العلاقة بين استخدام الوسائط الرقمية المتعددة (ومنها الألعاب الإلكترونية) ومستوى الانتباه والتحصيل الدراسي. وخلصت إلى وجود علاقة سلبية بين كثافة الاستخدام الرقمي وضعف التركيز والانتباه في البيئة الدراسية .

ودراسة: Gentile et al. (2011) بعنوان "The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance".شملت عينة من المراهقين وبيّنت أن الاستخدام المتكرر للألعاب العنيفة يزيد من العدائية والسلوك المعارض، ويؤثر سلبًا على الأداء الدراسي والعلاقات الاجتماعية .(Gentile et al, 2012).

وكما جاءت دراسة العجمي (2020) :بعنوان "الإدمان الرقمي لدى الأطفال وعلاقته بالتحصيل الدراسي في المرحلة الابتدائية". أجريت على عينة من طلاب المرحلة الابتدائية في الكويت، وأظهرت أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية يؤثر على التركيز والذاكرة العاملة، مما ينعكس على الأداء الأكاديمي للطفل .(العجمي، 2020: 118)، كما أوضحت Caplan (2010) أن بعض الأطفال يستخدمون الألعاب كآلية هروب نفسي للتعامل مع الإحباط، الوحدة أو القلق الاجتماعي. دراسة Bushman & Huesmann (2006): "Short-term and Long-term Effects of Violent Media on Aggression in Children and Adults" تناولت الآثار القصيرة والطويلة المدى للتعرض المستمر للعنف في الوسائط، وبيّنت أن الأطفال الذين يمارسون ألعابًا إلكترونية عنيفة يظهرون سلوكًا عدائيًا أكثر من غيرهم .حيث تُظهر هذه الدراسات إجماعًا علميًا على أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية، خاصة ذات الطابع العنيف أو المحفّز انفعاليًا، له انعكاسات سلبية على السلوك والانفعالات والعلاقات الاجتماعية والتحصيل الدراسي. ومع ذلك، تختلف التأثيرات بحسب العمر، ونوعية المحتوى، ودرجة المراقبة الأسرية. وقد أسهمت دراستنا الحالية في تعميق هذا الفهم من خلال المنهج العيادي ودراسة الحالة، مركّزة على البيئة المدرسية في الجزائر، وهو ما يشكّل إضافة نوعية في السياق المحلي والعربي.

كما أشارت دراسات عربية وغربية عديدة إلى وجود علاقة طردية بين الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية وظهور اضطرابات انفعالية وسلوكية عند الأطفال.

ودراسة الزهراني (2020) التي بيّنت أن الأطفال المدمنين على الألعاب لديهم معدلات أعلى من السلوك العدواني مقارنة بغيرهم (مسعي، زروقي، 2022) . ودراسة (Anderson & Dill, 2000) التي أثبتت أن ألعاب العنف الإلكترونية تسهم في تعزيز التصرفات العدوانية وقلة التعاطف لدى الأطفال والمراهقين .دراسة :(2011) Gentile et al التي وجدت أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية يسبب اضطرابات في النوم، وانخفاضاً في الأداء الأكاديمي، وزيادة القلق والتوتر.

وانطلاقاً من ملاحظة تزايد تعلق بعض الأطفال بالألعاب الإلكترونية داخل الوسط المدرسي، تتحدد مشكلة هذه الدراسة في التساؤل التالي:

2-1- التساؤل العام :

إلى أي مدى يؤثر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية؟

2-2- التساؤلات الفرعية :

- ما هي أبرز مظاهر الاضطرابات الانفعالية والسلوكية المرتبطة بالاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية لدى الأطفال؟

- ما طبيعة العلاقة بين عدد ساعات استخدام الألعاب الإلكترونية ومستوى التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الطفل؟

- إلى أي مدى يسهم غياب التوجيه والرقابة الأسرية في تفاقم آثار الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على الأطفال؟

- ما انعكاسات محتوى الألعاب الإلكترونية (العنيف أو المثير للانفعال) على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال؟

وجاءت فرضيات الدراسات على النحو التالي:

الفرضية العامة:

يؤدي الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية إلى اختلال التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية .

الفرضيات الفرعية :

- يرتبط الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية بظهور اضطرابات انفعالية وسلوكية مختلفة لدى الأطفال.

- هناك علاقة طردية بين عدد ساعات استخدام الألعاب الإلكترونية وحدّة الاضطراب في التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الطفل.

- يُحتمل أن يسهم غياب التوجيه والرقابة الأسرية في زيادة حدة الآثار السلبية للاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.

- يؤدي التعرض لمحتوى الألعاب الإلكترونية العنيف أو المثير للانفعال إلى انعكاسات سلبية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال.

3- أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

3-1- الهدف العام:

- تحليل أثر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال في المرحلة الابتدائية.

2-3- الأهداف الخاصة :

- تحديد مظاهر الاضطرابات الانفعالية والسلوكية المرتبطة بالاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية لدى الأطفال

- دراسة العلاقة بين عدد ساعات استخدام الألعاب الإلكترونية ومستوى التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الطفل.

- إبراز دور التوجيه والرقابة الأسرية في الحد من الآثار السلبية المترتبة عن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.

- توضيح انعكاسات محتوى الألعاب الإلكترونية (العنيف أو المثير للانفعال) على سلوك الطفل وتوازنه الانفعالي داخل الوسط المدرسي.

4-أهمية الدراسة:

تكمن الأهمية النظرية للدراسة من خلال تطرقها لإحدى الموضوعات الهامة وهو تأثير استخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي لدى الأطفال، كما تتجلى أهمية هذه الدراسة في ارتباطها بتزايد حضور التكنولوجيا الرقمية في حياة الأطفال، وخصوصًا الألعاب الإلكترونية التي أصبحت جزءًا لا يتجزأ من نشاطهم اليومي. ومع تزايد الحديث عن ظاهرة "الإدمان الرقمي"، برزت الحاجة الملحّة إلى فهم التأثيرات النفسية والسلوكية التي قد تنجم عن هذا الاستخدام المفرط، لا سيما في المرحلة الابتدائية التي تُعدّ مرحلة حرجة في تشكيل الشخصية وتطور المهارات الانفعالية والاجتماعية .كما تكمن أهمية الدراسة في تركيزها على البيئة المدرسية، بوصفها الفضاء الذي تظهر فيه انعكاسات السلوك الرقمي على الأداء والتحصيل والتفاعل الاجتماعي. ومن خلال اعتمادها على منهج العيادي ودراسة حالتين واقعيتين، تسعى الدراسة إلى تقديم فهم عميق للتغيرات الانفعالية والسلوكية التي يمكن أن تطرأ على الطفل نتيجة الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية، مما يُسهم في إثراء الأدبيات النفسية والتربوية، وتقديم أسس علمية للتدخل الوقائي والعلاجي.

5-تحديد المفاهيم:

5-1- الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية: هو نمط من اللعب المستمر أو المتكرر للألعاب الإلكترونية يتسم بضعف السيطرة عليه، وتكون عدد الساعات التي يقضيها الطفل يومياً في ممارسة الألعاب الإلكترونية بما يفوق 3 ساعات، مع ظهور مؤشرات دالة على الإفراط، والدرجة التي يتحصل عليها من خلال استمارة أسئلة موجّهة للطفل ووليّه، تتضمن معدل الساعات اليومية ونوع الألعاب ومظاهر الاعتماد.

2-5- الألعاب الإلكترونية:(Electronic Games) المفهوم والأنواع تشير الألعاب الإلكترونية إلى كل أشكال اللعب التي تعتمد على التكنولوجيا الرقمية، ويتم تشغيلها عبر الحواسيب، أو الهواتف الذكية، أو أجهزة اللعب المتخصصة.

3-5-التوازن الانفعالي :(Emotional Balance) هو الحالة التي يظهر فيها الطفل قدرة على التحكم في مشاعره والتعبير عنها بشكل مناسب للموقف، مع الحفاظ على هدوئه النسبي، والدرجة التي يحصل عليها الطفل في استبيان الانفعالات (كالقلق، الغضب، سرعة الانفعال، القدرة على ضبط المشاعر). وكلما ارتفعت الدرجة دلّ ذلك على استقرار انفعالي أكبر، وكلما انخفضت عكست ضعف التوازن الانفعالي.

4-5- التوازن السلوكي:(Behavioral Balance) هو حالة انتظام السلوك لدى الطفل بما يعكس التزامه بالقواعد والتعليمات، وقدرته على أداء واجباته المدرسية، والتفاعل الاجتماعي الإيجابي مع الأقران، وهي الدرجة التي يحصل عليها الطفل في استبيان سلوكي موجّه للمعلم/ ولي الأمر، يقيس مؤشرات مثل: الاندفاعية، الانضباط، العدوانية، التعاون، احترام القواعد القياس: الدرجة العالية تعكس التزاماً سلوكياً وانضباطاً، بينما الدرجة المنخفضة تدل على اضطراب سلوكي.

6- منهج الدراسة:

اعتمدنا في دراستنا الحالية على المنهج العيادي الذي يعد من أكثر مناهج البحث العلمي استخداما من قبل الأخصائيين فهو يحظى بمكانة خاصة في مجال البحوث النفسية والتربوية. وذلك من خلال دراسة حالتين لأطفال يُظهرون علامات إدمان على الألعاب الإلكترونية داخل الوسط المدرسي. وقد جاء اختيارنا لهذه الفئة بطريقة مقصودة بعد القيام بعملية الملاحظ بأنواعها سواء داخل القسم أو الساحة والاطلاع على المكتسبات السابقة

7-حدود الدراسة:

1-7-الحدود البشرية: تتكون من حالتين (طفلين) في المرحلة الابتدائية، تم اختيارهما بناءً على ملاحظات تربوية تفيد بوجود تعلق مفرط بالألعاب الإلكترونية وتأثيرات واضحة على سلوكهما المدرسي

2-7-المجال المكاني: تم إجراء الدراسة بالمدرسة الابتدائية ابن خلدون ولاية البيض.

3-7-الحدود الرمانية: أجرينا هذا البحث في شهر ماي 2025

8- عينة الدراسة: ترتكز حالات الدراسة الميدانية على مجموعة من الأطفال تتكون من حالتين (طفلين) في المرحلة الابتدائية، تم اختيارهما بناءً على ملاحظات تربوية تفيد بوجود تعلق مفرط بالألعاب الإلكترونية وتأثيرات واضحة على سلوكهما المدرسي.

الجدول (1) يوضح خصائص عينة الدراسة

رقم الحالة	الاسم	الجنس	السن	المستوى الدراسي
01	أ. ش	ذكر	10	السنة الرابعة ابتدائي
02	ب. س	أنثى	11	السنة الخامسة ابتدائي

يوضح الجدول أعلاه الخصائص الأساسية لحالتي الدراسة الحالية، حيث تم اختيار طفلين من الطور الابتدائي، يبلغان من العمر 11 و10 سنة، ويقضيان وقتًا متفاوتًا في استخدام الألعاب الإلكترونية.

9-أدوات البحث: استخدمنا في هذا البحث الوسائل التي يعتمد عليها كل باحث في دراسته وهي كما يلي:

9-1-الملاحظة: وهي عبارة عن ذلك المجهود الذي يقوم به الباحث بغية التعرف على المظاهر الخارجية الحقيقة لظواهر الأحداث والسلوك الحاضر في موقف ووقت معين وهناك نوعين من الملاحظة "المباشرة وغير المباشرة" وفي بحثنا هذا ركزنا على لملاحظة المباشرة التي يكون فيها الباحث أو الملاحظ أمام الحالة مباشرة وجها لوجه تجاه الموقف. وبالتالي فان موضوعنا المقدم تطلب منا استخدام الملاحظة المباشرة والمقابلة نصف الموجهة مع الطفل، والمعلم، وولي الأمر، من أجل جمع معلومات دقيقة حول سلوك الطفل، وعلاقته بالألعاب الإلكترونية، وانعكاسات ذلك على سلوكياته داخل المدرسة من خلال تقديم اللعبتين وكذا لنشاطات أخرى تدخل في إطار تحضير الأطفال ولكوننا أيضا ساهمنا في اللعب.

كما أن الباحثة اعتمدت على ثلاثة أنماط من الملاحظة :الملاحظة المباشرة: متابعة الطفل داخل القسم دون تدخل مباشر .الملاحظة غير المباشرة: عبر تحليل الملفات أو المعطيات الثانوية المرتبطة بالطفلين .الملاحظة بالمشاركة: عندما شارك الباحث الطفل في ممارسة اللعبة، وهو ما يندرج ضمن "الملاحظة بالمشاركة" التي تعطي فهماً أعمق للدينامية السلوكية في سياقها الطبيعي . بالتالي، هناك عدم اتساق بين ما ذكره الباحث في الملخص وبين ما مارسه فعليًا على مستوى جمع المعطيات.

9-2- المقابلة النصف موجهة :وردت كأداة من أدوات جمع البيانات، لكن لم يتم توضيح محتواها أو محاورها الأساسية .في البحوث العيادية، يُنتظر أن تشمل المقابلة محاور مثل: العادات الرقمية، التغيرات الانفعالية، ملاحظات المعلمين حول السلوك الصفي، موقف الأولياء من الألعاب الإلكترونية... لكن غياب التفصيل يجعلها أداة غير واضحة المعالم .

9-3- الاستبيان المبسط: ويقصد بمصطلح "المبسط" في هذا السياق إعداد استبيان قصير موجه للأطفال، يتلاءم مع خصائصهم النمائية في المرحلة العمرية (10-11 سنة)، سواء من حيث بساطة

اللغة المستخدمة أو من حيث عدد البنود، بما يضمن وضوح الأسئلة ومباشرتها بعيدًا عن أي تعقيد لغوي أو اصطلاحي.

وبناءً على ذلك، تم تصميم استبيان خاص بهذه الفئة العمرية، صيغت عباراته بلغة مباشرة وسهلة، ويُطلب من الطفل/الطفلة تحديد رأيه حول الألعاب الإلكترونية من خلال وضع علامة (+) أمام الإجابة التي تعبر عنه: (نعم/ أحيانًا/ لا).

1- أحب اللعب بالألعاب الإلكترونية كل يوم.
2- أغضب إذا لم أستطع أن ألعب.
3- أفضل اللعب على الهاتف أو الكمبيوتر أكثر من الخروج مع الأصدقاء .
4- عندما أخسر في اللعبة، أصرخ أو أتشاجر.
5- أبقى ألعب حتى لو طلبت مني أمي أو أبي التوقف .
6- اللعب يجعلني أنسى واجباتي المدرسية.
7- بعد اللعب، أكون متعبًا وأجد صعوبة في النوم.
8- أتعصب بسرعة عندما أكون ألعب.
9- أشعر بالسعادة عندما ألعب.
10- أستطيع التوقف عن اللعب بسهولة عندما أريد.

4-9- الملفات: وهي مجموعة من الوثائق الخاصة بكل طفل تبرز جوانب مختلفة لحالته النفسية، الحركية، الاجتماعية والصحية بمعنى انه ملخص لتاريخ الحالة ويتناول دراسة مسحية طويلة وشاملة منذ تواجده بالمدرسة أو قبل بالإضافة إلى العوامل المؤثرة فيه وأسلوب التنشئة الاجتماعية والخبرات... الخ ونشير إلى أن هذه الملفات أفادتنا كثيرا في معرفة بعض المعلومات التي توجب علينا تجنبها والبعض الأخر من المعلومات التي وجب علينا الحرص عليها والعمل بها.

الجدول (2) يوضح أبعاد تأثير إدمان الألعاب الإلكترونية:

الاسم	نوع الإدمان	رد الفعل الانفعالي	الأداء الدراسي	السلوك الاجتماعي
أ. ش	إدمان معتدل (4ساعات في اليوم)	عدواني صراخ نوبات غضب	تراجع في التحصيل صعوبة في التركيز	سلوك عدواني انسحاب اجتماعي
ب.س	إدمان متوسط (3ساعات في اليوم)	انسحاب توتر صمت	تراجع متوسط ضعف في الإنجاز عدم إتمام الواجبات	منعزلة داخل القسم قلة التفاعل

يوضّح هذا الجدول أبعاد تأثير الإدمان على الألعاب الإلكترونية ومجموعة من المؤشرات النفسية والسلوكية والأكاديمية لدى حالتي الدراسة. تم تصنيف نوع الإدمان بناءً على مدة الاستخدام اليومي، واستجابات الطفل الانفعالية والسلوكية أثناء وبعد اللعب .الحالة الأولى تعاني من إدمان سلوكي قهري، يتمثل في فقدان السيطرة على وقت اللعب، وعدم القدرة على التوقف رغم العواقب السلبية، وهو ما انعكس في ظهور سلوك عدواني، انخفاض في الأداء المدرسي، وتوتر شديد عند الانقطاع عن اللعب .أما الحالة الثانية، فتُظهر نمطًا مختلفًا يتمثل في اعتماد نفسي على اللعب، إذ تستعمل الألعاب كوسيلة للهروب من الضغوط أو الملل، ويُلاحظ لدى الطفلة انفعالات متقلبة مثل البكاء والانغلاق، مع تراجع نسبي في التركيز والاندماج داخل القسم.

الجدول (3) بيانات المقابلات مع عينة الدراسة:

رقم المقابلة	الشخص المقابل	الصفة	تاريخ المقابلة	مدة المقابلة	مكان المقابلة	المحاور الرئيسية
1	أ. ش	الطفل	12ماي 2025	30دقيقة	المدرسة	مدة اللعب، نوع اللعب، التأثير السلوكي
2	و. ش	ولي أمر أ. ش	14 ماي 2025	35دقيقة	مكتب الإدارة بالمدرسة	ملاحظة التغيرات السلوكية، تنظيم وقت اللعب
3	ب.س	الطفلة	18 ماي 2025	40 دقيقة	المدرسة	العلاقة مع الأسرة، انفعالات أثناء اللعب
4	م. ب	-معلمة ب. س - ولية امر ب. س	20 ماي 2025	30 دقيقة	المدرسة	سلوك الطفلة داخل القسم، تأثرها بعد اللعب وعلاقتها مع الأسرة

يوضح الجدول بيانات المقابلات التي أُجريت مع أفراد عينة الدراسة، والتي بلغ عددها أربع مقابلات، موزعة كما يلي: مقابلتان مع الطفلين محل الدراسة (أ. ش و ب. س)، ومقابلتان داعمتان مع أحد أولياء الأمور ومعلمة يهدف هذا الجدول إلى توثيق المسار الزمني والتنظيمي للمقابلات،

وتحديد الأطراف المعنية، ومكان ومدة إجراء كل مقابلة، بالإضافة إلى المحاور الرئيسية التي تمت مناقشتها.

الحالة الأولى: الطفل (أ. ش) المقابلة الأولى: أُجريت مع الطفل "أ. ش" داخل المؤسسة التربوية، في قاعة مخصصة للدعم النفسي. ركزت المقابلة على عادات استخدامه للألعاب الإلكترونية، نوعية الألعاب التي يفضلها، وتأثيرها على سلوكه اليومي. كشف الطفل عن تعلقه المفرط بالألعاب، خاصة القتالية منها، مع صعوبة في التوقف عن اللعب، حتى أثناء وقت الدراسة . المقابلة الثالثة: مع ولي أمره، جرت في مكتب الإدارة بالمدرسة، حيث تم التطرق إلى التغيرات السلوكية والمزاجية التي طرأت على الطفل منذ بدء استخدامه المفرط للألعاب. أكد الولي وجود تراجع في التحصيل الدراسي وازدياد في مظاهر التوتر والانفعال داخل المنزل.

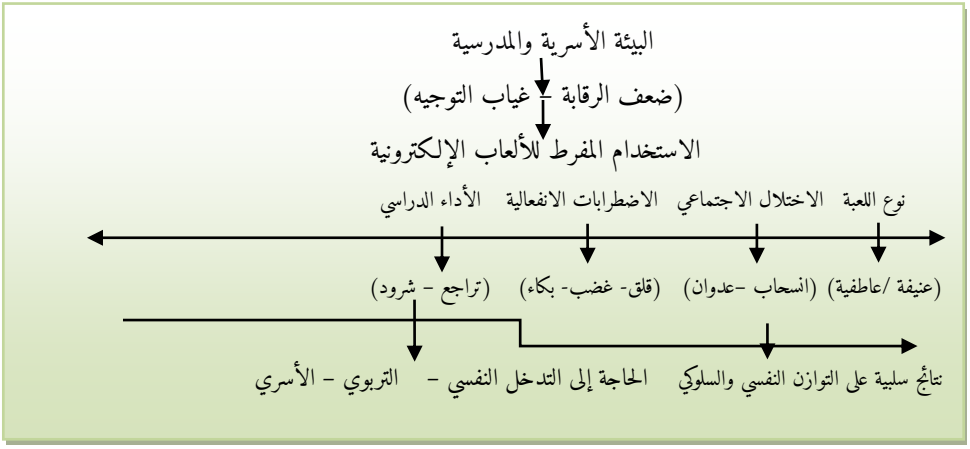
الحالة الثانية: الطفلة (ب. س) المقابلة الثانية: أُجريت مع الطفلة "ب. س" في مكتب الإدارة بالمدرسة. تناولت المقابلة ظروف استخدامها للألعاب، دوافعها النفسية، وطبيعة انفعالاتها أثناء وبعد اللعب. أظهرت الطفلة ميولاً للهروب إلى اللعب كلما شعرت بالوحدة أو الحزن، وأقرت بأنها تجد فيه متنفسًا عاطفيًا .المقابلة الرابعة: أُجريت مع معلمة الطفلة داخل المدرسة، حيث أوضحت أن الطفلة أصبحت أقل تفاعلًا في القسم، وتراجع مستواها الدراسي، كما لاحظت عليها الانعزال وضعف الاندماج مع الزملاء.

الجدول (4) العلاقة بين مدة استخدام الألعاب الإلكترونية والآثار النفسية والسلوكية لدى الطفلين:

الحالة	المدة اليومية المقدرة لاستخدام الألعاب	نوع الألعاب	الأعراض النفسية	المظاهر السلوكية	تعبير الطفل أثناء المقابلة
أ. ش	4الى 5 ساعات	ألعاب القتال والحركة	توتر، انفعال، قلق.	اندفاع، سلوك عدواني، ضعف التركيز	أغضب لما يطفو عليا اللعبة. نحب نكمل حتى نربح
ت.س	3ساعات تقريبا	ألعاب القصص والمغامرات	بكاء، انسحاب، تأثير عاطفي	عزلة، ضعف التفاعل الاجتماعي	نلعب باش ننسى كي نكون وحدي

يظهر الجدول كيف تختلف نوعية الألعاب والمدة اليومية من حالة لأخرى، مما يؤثر مباشرة على نوع الاضطراب الظاهر .الطفل "أ. ش" يندمج في ألعاب عنيفة ويظهر ردود فعل

عدوانية وانفعالية .أما الطفلة "ب. س" تلجأ للألعاب كآلية للهروب العاطفي، ما يترجم في سلوك انسحابي واجتماعي محدود.



الشكل رقم (1) يمثل الإطار المفاهيمي للدراسة (سايح زليخة، 2025)

يمثل الشكل بنية تحليلية منطقية للعلاقة بين الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية لدى الأطفال وبين نتائجه النفسية والسلوكية، من خلال تدرج سببي واضح يبدأ من العوامل البيئية وينتهي بالحاجة إلى تدخل شامل.

البيئة الأسرية والمدرسية (العامل المهيئ) يمثّل أعلى الشكل، حيث يشير إلى :ضعف الرقابة الأسرية والتربوية .غياب التوجيه السلوكي والنفسي للأطفال .هذه البيئة تهيّئ الطفل لاستخدام الألعاب الإلكترونية بشكل غير مضبوط.

الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية (المتغير المستقل (يتوسط النموذج باعتباره المحور المركزي للدراسة، ويُقصد به :قضاء الطفل لساعات طويلة (3 إلى 5 ساعات يوميًا) في اللعب دون تنظيم .غياب المعايير الزمنية أو المحتوى المناسب للسن.

نتائج الاستخدام المفرط (المتغيرات التابعة (تنبثق من المتغير المركزي ثلاث نتائج رئيسية):

أ- الاضطرابات الانفعالية مشاعر مثل القلق، التوتر، الانفعال، أو نوبات بكاء .ناتجة عن التعلق المرضي بالألعاب، أو الإحباط عند الخسارة أو المنع.

ب- ضعف الأداء الدراسي يتجلى في الشرود الذهني، تراجع التحصيل، وإهمال الواجبات .يعكس تشتت الانتباه وتأخر التكيف مع المهام الأكاديمية .ج) الاختلال الاجتماعي انسحاب اجتماعي أو سلوك عدواني تجاه الأقران .رفض العمل الجماعي أو الانخراط في التفاعل الصفي.

نوع اللعبة (عامل متداخل) تمت إضافته في الجانب ليُبرز دور طبيعة اللعبة المستخدمة : الألعاب العنيفة تميل إلى تعزيز العدوانية والانفعال .الألعاب العاطفية أو الخيالية قد ترتبط بالسلوك الانسحابي أو الهروب.

النتيجة النهائية (المخرجات) خلل عام في التوازن النفسي والسلوكي للطفل .صعوبة في الضبط الانفعالي، التكيف المدرسي، والاندماج الاجتماعي.

الحاجة إلى تدخل شامل (التوصية الضمنية) يبرز النموذج في نهايته توصية واضحة بضرورة :تكفل نفسي تربوي وأسري متكامل للوقاية والتقويم .إشراك الأسرة والمدرسة وأخصائي النفس في مقاربة علاجية موحدة.

10- عرض وتقديم الحالات:

10-1-عرض الحالة الأولى:

الوضع الدراسي: مستوى متوسط، كثير الغياب، انخفاض في التحصيل الدراسي مؤخرًا.

السلوك في الأسرة: عادي يظهر عليه ارتباط وثيق بالأسرة، هادئ وخجول ومحبوب لدى المحيط الأسري.

السلوك في المدرسة: يظهر آدم رغبة مفرطة في الحديث عن ألعاب الفيديو، خاصة ألعاب القتال، ويفضل الانعزال في فترات الراحة. سريع الغضب عند مقاطعته أو عند منع استخدام الهاتف.

تقديم الحالة: الحالة" أ-ش" يبلغ من العمر 10سنوات يعاني من انخفاضًا في التركيز والانتباه، وميولاً للعدوانية في اللعب الجماعي، وكثرة الشرود أثناء الدرس.

المقابلة مع الأسرة: عادي يظهر عليه ارتباط وثيق بالأسرة، هادئ وخجول ومحبوب لدى المحيط الأسري.

التحليل: تشير المعطيات إلى وجود علاقة بين الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية وظهور سلوكيات عدوانية، وضعف في التركيز الدراسي، فضلاً عن الميل إلى الانعزال والانفعال الزائد.

10-2-عرض الحالة الثانية:

الوضع الدراسي: مستوى متوسط، كثير الغياب، انخفاض في التحصيل الدراسي مؤخرًا.

السلوك في الأسرة: الأسرة لاحظت تغيّرًا في نمط نومها وسلوكها داخل البيت، وصرحت الأم بأن سارة تقضي يوميًا أكثر من 5 ساعات في اللعب بالأجهزة اللوحة، خصوصاً ألعاب التصميم والمغامرات .التحليل: توضح هذه الحالة أن الإدمان على الألعاب الإلكترونية قد يؤدي إلى انسحاب اجتماعي، تراجع في التفاعل العاطفي، واضطرابات في النوم والتركيز.

السلوك في المدرسة: الحالة "ب. س" تبلغ من العمر 11سنوات يعاني من انخفاضًا في التركيز والانتباه، وميولاً للعدوانية في اللعب الجماعي، وكثرة الشرود أثناء الدرس.

الوضع الدراسي: كانت متفوقة دراسيًا، لكن مؤخراً لوحظ تراجع في الأداء الأكاديمي، وتكرار الشكاوى السلوكية.

الملاحظة: تميل للعزلة، وتُظهر توترًا واضحًا في التفاعل مع الزملاء، وقلقًا عند الحديث عن حرمانها من استخدام الجهاز اللوحي.

المقابلة مع المعلمة: أشارت إلى أن الحالة أصبحت أقل تفاعلاً في القسم، ولا تُبادر بالمشاركة كما في السابق. تُظهر سلوكًا انسحابيًا وتُبدي تململاً خلال الحصص.

المقابلة مع الأسرة: الأسرة لاحظت تغيّرًا في نمط نومها وسلوكها داخل البيت، وصرحت الأم بأن (ب. س) تقضي يوميًا أكثر من 5 ساعات في اللعب بالأجهزة اللوحية، خصوصاً ألعاب التصميم والمغامرات.

التحليل: توضح هذه الحالة أن الإدمان على الألعاب الإلكترونية قد يؤدي إلى انسحاب اجتماعي، تراجع في التفاعل العاطفي، واضطرابات في النوم والتركيز. حيث تتكون الأسرة من الأب يبلغ من العمر44 سنة يعمل عمل حر والأم تبلغ من العمر 41 سنة تعمل أستاذة بمدرسة الابتدائية ليس لديهم صلة قرابة تحتل الحالة الرتبة الثانية بعد أخ يكبرها تعيش الأسرة في وسط عائلي مستقر.

11-نتائج الدراسة:

من خلال التحليل العميق للحالتين المدروستين، ومقارنة المعطيات المستخلصة من الملاحظة والمقابلات، أمكن التوصل إلى النتائج التالية :أسفرت الدراسة الحالية، من خلال المقابلات التي أجريت مع حالتين من الأطفال في المرحلة الابتدائية ومحيطهما الأسري والتربوي، عن نتائج نوعية توضح أثر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية على التوازن الانفعالي والسلوكي. وقد تم دعم هذه النتائج بما ورد في أدبيات سابقة، مما أضفى عليها مصداقية علمية وتفسيرًا نظريًا أعمق.

أولاً: اضطرابات انفعالية حادة مرتبطة باستخدام الألعاب أظهرت المقابلات أن الطفلين يعانيان من اضطرابات انفعالية واضحة، تمثلت في :سرعة الغضب وتوتر مفرط عند الانقطاع عن اللعب . بكاء لا إرادي وتقلبات مزاجية عند منع استخدام الجهاز .وهذه المؤشرات تتماشى مع نتائج دراسة العابد (2020)، التي بينت أن الأطفال المدمنين على الألعاب الرقمية يُظهرون أنماطًا انفعالية غير مستقرة تشمل: القلق، التوتر، والعدوانية. كما تؤكد Kuss & Griffiths (2015) أن الإدمان على

الألعاب يصنف ضمن "الاعتماد السلوكي" ويؤدي إلى اختلال في ضبط الانفعالات والمزاج العام لدى الأطفال.

ثانيًا: انخفاض في الأداء المدرسي والتركيز أفادت نتائج المقابلات مع المعلمة وولي الأمر أن الطفلين أظهرا :تراجعًا ملحوظًا في التحصيل الدراسي .شرودًا ذهنيًا متكررًا داخل القسم .إهمالًا في أداء الواجبات المنزلية .وقد سبق أن خلصت علوان (2019) إلى وجود علاقة عكسية بين مدة استخدام الألعاب الإلكترونية ومستوى التحصيل الدراسي، حيث أكدت أن الاستخدام المفرط يشتت الانتباه ويقلل من الدافعية نحو التعلم. كما دعمت دراسة Gentile et al. (2012) هذا الطرح، وأشارت إلى أن الاستخدام المفرط يؤثر سلبًا على النتائج الأكاديمية، خاصة عند غياب تنظيم زمني واضح

ثالثًا: تدهور في السلوك الاجتماعي والانخراط الجماعي أشارت البيانات إلى :عزوف عن اللعب الجماعي والأنشطة الصفية .ميل إلى الانسحاب الاجتماعي أو السلوك العدواني، حسب الحالة . وقد أكدت You & Lim (2017) أن الأطفال المدمنين على الألعاب يظهرون تراجعًا في المهارات الاجتماعية والاندماج المدرسي، مع بروز مظاهر انطواء أو سلوكيات مضادة للمجموعة. كما بينت سامي (2021) أن الإدمان الرقمي يُحدث نوعًا من الانفصال التدريجي عن المحيط الواقعي، ما يؤدي إلى عزلة نفسية واجتماعية.

رابعًا: اختلاف في نوع الإدمان بين الحالتين من خلال التحليل، تم تصنيف نوع الإدمان لدى: الطفل "أ. ش" على أنه إدمان قهري سلوكي .(Compulsive Behavioral Addiction) الطفلة "ب. س" على أنه اعتماد نفسي عاطفي .(Emotional Coping Dependency) ويطابق هذا التمييز ما ورد في DSM-5 بخصوص "اضطراب الألعاب الإلكترونية(Internet Gaming Disorder) "، حيث يتم التفرقة بين الإدمان القهري المرتبط بالسلوك، والاعتماد النفسي المرتبط بالدوافع العاطفية. كما أوضحت Caplan (2010) أن بعض الأطفال يستخدمون الألعاب كآلية هروب نفسي للتعامل مع الإحباط، الوحدة أو القلق الاجتماعي.

خامسا: غياب الرقابة الأسرية والتربوية أشارت نتائج المقابلات إلى :انعدام جداول تنظيم وقت اللعب داخل الأسرة .ضعف التنسيق بين المدرسة والأسرة في احتواء السلوك الإدماني .وهذا يتفق مع ما توصلت إليه العكاري (2018)، والتي أكدت أن غياب المراقبة الأبوية والتوجيه التربوي يشكلان عاملًا محفزًا للإدمان الرقمي.كما أشارت Domoff et al. (2017) إلى ضرورة اعتماد مقاربة شاملة تشاركية بين البيت والمدرسة لمواجهة ظاهرة الإدمان الرقمي عند الأطفال.

تبيّن من خلال نتائج هذه الدراسة أن الإدمان على الألعاب الإلكترونية يشكّل خطرًا حقيقيًا على الصحة النفسية والسلوكية لدى الأطفال، حيث يرتبط باضطرابات انفعالية، تراجع دراسي، واختلال في السلوك الاجتماعي. كما أظهرت المعطيات أن أنماط الإدمان تختلف حسب الخلفية النفسية والدافعية، مما يستدعي مرافقة نفسية فردية. وتؤكد النتائج ضرورة تفعيل الشراكة التربوية بين الأسرة والمدرسة لتعزيز الوقاية والتكفل.

12-الاستنتاج العام:

بعد تحليل النتائج ومناقشتها في ضوء الأدبيات السابقة والملاحظات الميدانية، يتبيّن بوضوح أن الإفراط في استخدام الألعاب الإلكترونية لم يعد يُصنّف فقط ضمن السلوكيات الترفيهية الزائدة عن الحد، بل أصبح يمثل ظاهرة مركّبة متعددة الأبعاد، ذات امتدادات نفسية وسلوكية واجتماعية عميقة. لقد كشفت الدراسة أن الأطفال الذين ينخرطون بشكل مفرط في هذه الألعاب، خصوصًا تلك ذات المحتوى العنيف أو الانفعالي المكثف، يُظهرون اضطرابات على مستوى التوازن الانفعالي، تتراوح بين التهيج والانفعال السريع، والعدوانية الموجهة نحو الزملاء، وبين مظاهر الانسحاب الاجتماعي وضعف التواصل، إضافة إلى صعوبات في التركيز وتراجع ملحوظ في الأداء الدراسي .هذا الوضع يضع الطفل في مسار تطوري مقلق، إذ يُعوّض علاقاته الحقيقية بالعلاقات الافتراضية، ويُصبح رهينة لمثيرات خارجية تُشوّه إدراكه للواقع الاجتماعي وتنميته الانفعالية الطبيعية. كما أن غياب التوجيه الأسري والتربوي، وضعف الرقابة على المحتوى الرقمي المستهلك، يزيد من تعقيد الظاهرة ويُكرّس عزلته وانفصاله عن المحيط الواقعي . بناءً على ما سبق، تُؤكد الدراسة على ضرورة اعتماد مقاربة وقائية وعلاجية متعددة الأطراف، تشترك فيها الأسرة والمؤسسة التربوية والأخصائيون في علم النفس، من أجل إعادة تنظيم علاقة الطفل بالتكنولوجيا الرقمية. ويستوجب ذلك تطوير برامج توعوية وتحسيسية موجّهة، تُعزز الاستخدام الآمن والمتوازن للألعاب الإلكترونية، مع إدماج الأطفال في أنشطة بديلة تُنمّي الذكاء العاطفي والتفاعل الاجتماعي الإيجابي، كالرياضة، الفنون، والعمل الجماعي. إن مواجهة هذه الظاهرة لا تتطلب فقط إجراءات فردية، بل تتطلب كذلك سياسة تربوية واضحة تراعي التحولات الرقمية وتُوازن بينها وبين الحاجات النفسية النمائية للطفل.

- خاتمة:

ما يمكن قوله في نهاية هذا البحث، هو عبارة عن محاولة متواضعة الغاية منها هو إبراز تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال، خاصة في مرحلة التعليم الابتدائي، حيث يتشكّل الوعي الانفعالي والاجتماعي لدى الطفل. وقد بيّنت النتائج أن الاستخدام المفرط لهذه الألعاب، في غياب

التأطير التربوي والرقابة الأسرية، يؤدي إلى اختلالات نفسية وسلوكية تؤثر على توازن الطفل وعلاقته بمحيطه الدراسي والاجتماعي .إن خطورة هذه الظاهرة لا تكمن فقط في المحتوى الذي تُقدّمه الألعاب الإلكترونية، بل في الوقت الذي تستحوذ عليه من يوميات الطفل، وفي البدائل التربوية والاجتماعية التي يتم إقصاؤها نتيجة هذا الانشغال الرقمي. وعليه، فإن معالجة هذه الإشكالية تقتضي اعتماد مقاربة شمولية، تراعي الأبعاد النفسية، التربوية، والاجتماعية، وتُشرك كل الفاعلين في الوسط المدرسي والأسري في ظل الطفرة الرقمية التي يعيشها العالم اليوم، أصبحت الألعاب الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية للأطفال، وتجاوزت دورها الترفيهي لتؤثر على مختلف جوانب نموهم النفسي والسلوكي. ومن خلال هذه الدراسة التي تناولت حالتين ميدانيتين داخل الوسط المدرسي، تبين أن الإفراط في استخدام هذه الألعاب قد يتحول إلى إدمان سلوكي خطير، ينعكس على سلوك الطفل، علاقاته الاجتماعية، وأدائه الدراسي، وقد يؤدي إلى اضطرابات انفعالية مثل العدوانية، القلق، والعزلة .لقد أكدت المعطيات الميدانية ضرورة التحرك المشترك بين الأسرة والمؤسسة التعليمية للتصدي لهذه الظاهرة، من خلال التوعية، والمرافقة النفسية، ووضع ضوابط تربوية لاستخدام الوسائل التكنولوجية، بهدف حماية الأطفال من تبعات الاستخدام غير المنضبط للألعاب الإلكترونية. ومن خلال الدراسة التي قمنا بها وعلى ضوء النتائج المتحصل عليها تأثير إدمان الألعاب الإلكترونية على الانفعالات السلوكية لدى ارتأينا تقديم بعض التوصيات على القائمين والدارسين في هذا الميدان المتمثلة فيما يلي:

- وضع قواعد وضوابط واضحة لاستخدام الألعاب الإلكترونية (المدة، الوقت، نوعية الألعاب).
- تعزيز الحوار مع الطفل حول مخاطر الإدمان، وتشجيعه على أنشطة بديلة مفيدة (رياضة، هوايات).
-تجنّب الإفراط في استخدام الهواتف الذكية أمام الأبناء .تخصيص وقت يومي للتواصل الأسري الخالي من الشاشات.
- تنظيم أنشطة توعوية حول مخاطر إدمان الألعاب الإلكترونية (ندوات، ورشات، عروض تربوية.
- إدماج الأخصائي النفسي المدرسي لمرافقة الحالات التي تُظهر مؤشرات الإدمان أو الاضطرابات السلوكية .
- إدراج محتوى في المناهج يعزز الاستخدام الآمن للتكنولوجيا .مراقبة التغيرات السلوكية لدى التلاميذ والتبليغ المبكر عنها.
- سن قوانين تنظم تسويق الألعاب الموجهة للأطفال، خاصة العنيفة منها .تطوير برامج إعلامية موجهة للتوعية الأسرية بمخاطر الألعاب الإلكترونية.

- قائمة المراجع:

- أبو عبيد، محمد. (2019). الألعاب الإلكترونية وأثرها على سلوك الأطفال. عمّان. دار الفكر للنشر والتوزيع .

- دخيل أنفال خديجة، سارنو حنان (2022) دمج تقنية تصحيح الزملاء في الفصل الدراسي لتحسين مهارة الكتابة، مجلة أطراس، المجلد3، (العدد1)، الجزائر. جامعة مولاي الطاهر سعيدة، ص ص 48-57.

- الشريف، نورة. (2018). تأثير الألعاب الإلكترونية على السلوك العدواني لدى الأطفال. المجلة العربية للعلوم النفسية، 26(3)، 115-138.

- العابد، نادية. (2020). إدمان الألعاب الإلكترونية وأثره على السلوك الانفعالي لدى الطفل المدرسي. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 6(2)، 87–105 .

- العجمي، فهد. (2020). الإدمان الرقمي لدى الأطفال وعلاقته بالتحصيل الدراسي في المرحلة الابتدائية. المجلة التربوية الكويتية، 38(4)، 55–78.

- العكاري، فاطمة. (2018). دور الأسرة والمدرسة في الوقاية من الإدمان الرقمي لدى الأطفال. مجلة دراسات نفسية وتربوية، 5(1)، 144–158 .

- عبد الحميد، نوال. (2021). "إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بالاضطرابات النفسية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية". مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد 15، العدد 2، ص. 85-112 .

- عبد اللطيف، سامي. (2020). التربية في زمن التكنولوجيا: التحديات والحلول. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية World Health Organization (WHO). (2020). "Gaming Disorder: Recognizing the Signs".

- علوان، عبد الكريم. (2019). علاقة استخدام الألعاب الإلكترونية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. المجلة العربية للتربية وعلم النفس، 13(55)، 210–226 .

- سامي، هدى (2021). الآثار النفسية والاجتماعية للألعاب الإلكترونية لدى الأطفال والمراهقين. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، 10(3)، 119–135

- صالح، ريم. (2023). "الألعاب الإلكترونية والعزلة الاجتماعية لدى الطفل". مجلة الطفولة والتنمية، المجلد 18، العدد 1، ص. 34-57 .

- منصور، خالد. (2020). الطفل والتكنولوجيا الحديثة: الآثار النفسية والاجتماعية. بيروت: مركز دراسات الطفولة .

- مسعي، سناء، و زروقي توفيق. (2022). الألعاب الإلكترونية وعلاقته بالسلوك العدواني للطفل. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، 10(2)، 9– 24.

-Alzahabi, R., & Becker, M. W. (2013). The association between media multitasking, task-switching, and dual-task performance. Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance, 39(5), 1485–1495.

- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. Journal of Personality and Social Psychology, 78(4), 772–790.

-American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

-Bushman, B. J., & Huesmann, L. R. (2006). Short-term and long-term effects of violent media on aggression in children and adults. Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 160(4), 348–352.

- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. Computers in Human Behavior, 26(5), 1089–1097.

-Gentile, D. A., Coyne, S., & Walsh, D. A. (2011). Media violence, physical aggression, and relational aggression in school age children: A short-term longitudinal study. Aggressive Behavior, 37(2), 193–206.

-Domoff, S. E., Foley, R. P., Ferkel, R., & Lumeng, J. C. (2017). Excessive use of mobile devices and children's psychosocial adjustment. Child Development, 88(1), 89–95.

-Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Internet Gaming Addiction: A systematic review of empirical research. International Journal of Mental Health and Addiction, 13(6), 728–755.

-You, S., & Lim, S. A. (2017). Longitudinal effects of problematic video gaming on adolescent social development: A latent growth modeling approach. School Psychology International, 38(5), 549–567.