

جامعة قاصدي مـربـاح \_ ورقلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس و علوم التربية



مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي  
الميدان: علوم إجتماعية  
الشعبة: علوم التربية  
التخصص: علم النفس التربوي  
إعداد الطالبتين:  
بالهاني هاجر  
غولة حفصة  
بعنوان:

إستخدام الألعاب الالكترونية و علاقته بالتوافق النفسي

دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ سنة أولى و ثالثة ثانوي

ببعض ثانويات بمدينة تقرت

ناقشت بتاريخ 2021/06/23

أمام اللجنة المكونة من السادة:

د.خلادي يمينة	جامعة قاصدي مـربـاح ورقلة	رئيسا اللجنة
د.سراي الهادي	جامعة قاصدي مـربـاح ورقلة	مناقشا
د.باوية نبيلة	جامعة قاصدي مـربـاح ورقلة	مشرفة

الموسم الجامعي : 2021/2020



## الإهداء

" وَقُلْ اْعْمَلُوا فَسَيَرَى اللّٰهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ۗ وَسَتُرَدُّونَ اِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ (105) " سورة التوبة.

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلى بطاعتك.... ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك.... ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك.... ولا تطيب الجنة إلا برويتك.

إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة.... ونصح الأمة.... إلى نبي الرحمة ونور العاملين

" سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم "

\*\*

لمن كلله الله بالهبة والوقار.... من علمنا العطاء بدون انتظار... أستطاع بكفاحه المتواصل وقلبه الصافي إقامة دعائم بيتنا.... أحمل أسمه بكل افتخار.... حصد الأشواك من الطريق لينير درب العلم أمامنا الأب العزيز.

إلى ملاكي في الحياة.... معنى الحب وبسمة الحياة وسر الوجود.... من رأنا قلبها قبل عينيها واحتضنتنا أحشاؤها قبل يديها.... سهرت على راحتنا.... ذلك النبع الصافي المملوء بالحنان... إليك الأم الحنونة الحبيبة.

\*\*

إلى من كانوا لنا خير صديق وساندونا في الحياة الاخوة والأخوات.... لكل العائلة صغيراً أو كبيراً كان. إلى ينابيع العلم، من أوصلونا إلى طريق النجاح، كل من علمنا حرفاً، الأساتذة الأفاضل.... أهدي هذا الجهد المتواضع وأتمنى أن يعود بالنع على دارسة علم النفس التربوي.



## كلمة شكر وتقدير

الشكر والحمد لله في علاه ،فإليه ينسب الفضل كله على توفيقنا  
...ليبلغ الجهد مبتغاه.

فلا يسعنا في هذه اللحظة أن نقدم كل الشكر والامتنان وخالص  
العرفان والتقدير إلى أستاذتنا الفاضلة المشرفة على هذا العمل الأستاذة  
الدكتورة "باوية نبيلة" على دعمها وتوجيهاتها القيمة فجزاها الله ألف خير  
كما نوجه أسمى الشكر و التقدير إلى جميع أساتذة قسم علم النفس  
وعلمو التربية على تعاونهم معنا لإتمام هذا العمل القيم .  
والى كل من قدم لنا يد العون استاذي الفاضل لقوي الهاشمي  
وشكر خاص للطاقم التربوي و الإداري بثانويات دائرة تقرت الذي  
كان سندا في تطبيق هذا الدراسة .

حفاة و هاجر

## ملخص الدراسة بالعربية :

هدفت الدراسة الحالية إلى استخدام الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي، لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي ببعض ثانويات دائرة تقرت والتي هدفت من خلالها إلى التأكد من وجود علاقة بين استخدام الألعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى عينة تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي، وللتحقق من ذلك طبقت الباحثتان مقياسين والمتمثلة في مقياس استخدام الألعاب الالكترونية من إعداد كرام محمد يوسف يونس وعدد فقراته 22 فقرة ومقياس التوافق النفسي من إعداد زينب شقير وعدد فقراته 20 فقرة، وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياسين، ثم تطبيقها على عينة قوامها 268 تلميذ وتلميذة من تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي، اختيرت بطريقة غير عشوائية أو العرضية، كما تم الإعتمادا على المنهج الوصفي الاستكشافي ، كما تم معالجة إحصائية باستخدام Spss حيث توصل الى النتائج من وجود :

- توجد علاقة دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي.

- توجد فروق دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف الجنس ذكور / إناث .
- توجد فروق دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف التخصص آداب / علوم .
- توجد فروق دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف المستوى الدراسي.

**الكلمات المفتاحية :** الألعاب الالكترونية والتوافق النفسي

## Résumé de l'étude:

La présente étude visait à utiliser les jeux électroniques et sa relation avec la compatibilité psychologique chez les élèves de première et troisième année du secondaire dans certaines écoles secondaires de la ville de Touggourt, à travers laquelle elle visait à vérifier l'existence d'une relation entre l'utilisation de jeux électroniques et la compatibilité psychologique. Parmi un échantillon d'élèves de première et troisième année du secondaire, et pour le vérifier, les deux chercheurs ont appliqué Deux échelles représentées dans l'échelle d'utilisation des jeux électroniques préparée par Karam Muhammad Youssef Younes et le nombre de ses items est de 22 items et le échelle de compatibilité préparée par Zainab Shukair et le nombre de ses items est de 20 items, et après avoir confirmé les propriétés psychométriques des deux échelles, puis les avoir appliquées à un échantillon de 268 élèves garçons et filles d'élèves de première et troisième années du secondaire, ont été choisi de manière non aléatoire ou accidentelle, et l'approche exploratoire corrélative descriptive a également été utilisée, et les données ont été traitées statistiquement à l'aide de Spss, où les résultats suivants ont été atteints : une relation statistiquement significative entre les jeux électroniques et l'ajustement psychologique entre les premiers et les élèves de troisième année du secondaire. • Il existe des différences statistiquement significatives entre les jeux électroniques entre l'adaptation psychologique des élèves de première année du secondaire selon le sexe, hommes/femmes. • Il existe des différences statistiquement significatives entre les jeux électroniques et l'adaptation psychologique chez les élèves de première année du secondaire, selon la spécialisation Arts/Sciences. • Il existe des différences statistiquement significatives entre les jeux électroniques et l'adaptation psychologique chez les élèves de première année du secondaire, selon le niveau scolaire. Mots-clés : jeux électroniques et compatibilité psychologique.

## قائمة المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	كلمة شكر وتقدير
ب	ملخص الدراسة بالعربية
ج	ملخص الدراسة بالفرنسية
د	فهرس المحتويات
هـ	فهرس الجداول
و	فهرس الملاحق
01	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: تحديد مشكلة الدراسة</b>	
4	1. تحديد إشكالية الدراسة
13	2. تساؤلات الدراسة
13	3. أهمية الدراسة
14	4. أهداف الدراسة
14	5. التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة
15	6. حدود الدراسة
<b>الفصل الثاني: استخدام الألعاب الالكترونية</b>	
18	أولاً : اللعب
18	1. مفهوم اللعب
19	2. الأهمية اللعب
20	ثانياً : استخدام الألعاب الالكترونية
20	1. تعريف الألعاب الالكترونية
22	2. تصنيفات الألعاب الالكترونية
24	3. الشروط الضرورية للألعاب الالكترونية
25	4. أسباب ودواعي ممارسة الأطفال الألعاب الالكترونية
26	5. الايجابيات والسلبيات الألعاب الالكترونية
27	6. آليات الوقاية من مخاطر الألعاب الالكترونية
29	7. بدائل الألعاب الالكترونية

30	خلاصة الفصل
<b>الفصل الثالث: التوافق النفسي</b>	
33	<b>أولا : التوافق</b>
33	1. تعريف التوافق
33	2. بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق
35	<b>ثانيا : التوافق النفسي</b>
35	1. مفهوم التوافق النفسي
37	2. أهمية دراسة من التوافق النفسي
38	3. أبعاد التوافق النفسي
42	4. نظريات المفسرة للتوافق النفسي
40	5. مجالات التوافق النفسي
39	6. معايير ومؤشرات التوافق النفسي
46	7. خصائص التوافق النفسي
47	8. العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي
49	9. عوائق التوافق النفسي
50	10. مظاهر تأثير استخدام الألعاب على التوافق النفسي
51	خلاصة الفصل
<b>الجانب الميداني</b>	
<b>الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية</b>	
53	<b>أولا : الدراسة الاستطلاعية</b>
53	1. منهج الدراسة
53	2. أهداف الدراسة الاستطلاعية
53	3. وصف عينة الدراسة الاستطلاعية
54	4. أدوات الدراسة الاستطلاعية
59	<b>ثانيا : الدراسة الاساسية</b>
59	1. وصف عينة الدراسة الاساسية
60	<b>ثالثا : الأساليب الإحصائية</b>
<b>الفصل الخامس : عرض و تحليل و تفسير نتائج الدراسة و مناقشتها</b>	
62	1. عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الاولى
63	2. عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الثانية



64	3. عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الثالثة
66	4. عرض و تحليل و تفسير نتائج الفرضية الرابعة
70	الاستنتاج العام
70	اقتراحات
73	قائمة المراجع
79	الملاحق

## قائمة الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
1	يوضح المؤسسات التي اخترت منها عينة الدراسة الاستطلاعية	54
2	يوضح توزيع الابعاد الاستبيان في صورته	54
3	يوضح مفتاح تصحيح استبيان التوافق النفسي	55
4	يوضح نتائج صدق التمييزي لمقياس التوافق النفسي	56
5	يوضح مفتاح تصحيح استبيان الالعب الالكترونية	57
6	يوضح نتائج صدق التمييزي لمقياس الالعب الالكترونية	58
7	يوضح حجم العينة المسحوبة من مجتمع الدراسة.	59
8	قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والالعب الالكترونية	62
9	قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والالعب الالكترونية لدى الذكور ولدى الاناث	63
10	قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والالعب الالكترونية لدى الآداب ولدى العلوم	65
11	قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والالعب الالكترونية لدى تلاميذ سنة اولى ولدى سنة ثالثة	66

## فهرس الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
79	الاستبيان في صورته النهائية	01
83	خصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي	02
84	خصائص السيكومترية لمقياس الالعب الالكترونية	03
86	نتائج المحسوبة للفرضية الالولى	04
87	نتائج المحسوبة للفرضية الثانية	05
88	نتائج المحسوبة للفرضية الثالثة	06
89	نتائج المحسوبة للفرضية الرابعة	07

# مقدمة

## مقدمة

شهد العالم خلال القرن العشرين تطورا كبيرا في مجال التكنولوجيا الحديثة للإعلام والاتصال، حيث ساهمت هذه الأخيرة في بروز ظواهر إعلامية اتصالية حديثة الانتشار في المجتمع المعاصر، حيث أصبح لهذه الظواهر تأثيرا كبيرا على الفرد والمجتمع، ومن بين هذه الفئات المجتمع الأطفال باعتبارهم الشريحة الحساسة والمهمة في المجتمع، وارتبط لعب الأطفال بما يعرف بالألعاب الالكترونية كنتيجة لاحتامية التطور التكنولوجي، حيث أصبح الأطفال يقضون أوقات طويلة جدا في استخدام هذه الألعاب، والتي تصنف كوسيلة حديثة لقضاء أوقات ممتعة تتلاءم مع متطلبات العصر، وتزودهم أيضا بفرص قوية للتعلم و استيعاب مفاهيم العصر ومواكبة التطور، وفي السنوات الأخيرة تأثر العالم أجمع بانفجار معرفي وتكنولوجي طال جميع جوانب الحياة مما أثر على طريقة لعب الأطفال، وبذلك انتشرت الألعاب الالكترونية بشكل ملفت للأطفال فأصبحوا يلعبون باستخدام الأجهزة الالكترونية المتوفرة بين أيديهم أو أيدي أولياء أمورهم كالهواتف الذكية والحواسيب المحمولة والتلفاز وأجهزة المتنوعة. (بوقاسم محمد، 2020، 124).

وقد أدى الاستخدام الكثير للألعاب الالكترونية، جعلها متاحة لجميع أفراد المجتمع وخاصة الأطفال والمراهقين، حيث تحتوى هذه الألعاب على العاب حقيقية ككرة القدم والملاكمة، أو على العاب خيالية كغزو الفضاء أو الحروب، حيث يقوم اللاعب بتحكم ببعض عناصر اللعبة كالأسلحة المستخدمة، أو اختيار اللاعبين وتشكيلهم ووضع الخطط لهم، وتحديد أدوارهم والمحافظة عليهم من الخصوم أو الهزيمة.

وعلى الرغم مما توفره هذه الألعاب من فوائد ايجابية تتمثل في إثارة القدرة على التفكير والتأمل وتساعد على تطور حسن المبادرة والتخطيط، إلا أن معظم الألعاب الالكترونية التي يستخدمها الأطفال والمراهقين قد تحمل العديد من المضامين السلبية. (كرام محمد يوسف يونس: 2017، 2)

والتي قد تؤثر التوافق النفسي ويعتبر هذا الأخير من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية حيث أن جميع سلوكيات الإنسان الناجحة أو الفاشلة ما هي إلا محاولات للتوافق، كما يسعى الإنسان في مختلف مجالات حياته إلي تحقيق التوافق النفسي الذي يؤدي به للاستقرار النفسي، ولتحقيق ذلك يعمل الفرد جاهدا من بداية حياته حتى نهايتها مركزا علي اختيار الشيء المناسب لنفسه، ولأنه كل متكامل فإن توافقه في مجال ما مرتبط بتوافقه في مجالات الأخرى، لإشباع رغبته وحاجاته، كما أن ممارسة الألعاب

الالكترونية قد تؤثر بالإيجاب أو السلب على التوافق النفسي ويؤدي إلى إهمال الواجبات المدرسية، كما أن سهر الأطفال والمراهقين طيلة الليل في ممارسة الألعاب الالكترونية يؤثر بشكل مباشر على مجوداتهم الدراسية النفسية.

ومنة هذا المنطلق، قد جاءت هذه الدراسة لتكشف عن استخدام الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي ببعض ثانويات دائرة نفرت، وفق لخطة مكونة من خمسة فصول.

**الفصل الأول:** تناولنا في الفصل الأول إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، ثم فرضيات الدراسة وأهدافها تم تطرقنا إلى أهمية الدراسة، وحدود الدراسة والتحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة.

**أما الفصل الثاني:** : فقد جاء بعنوان الألعاب الالكترونية حيث تطرقنا إلى مفهوم اللعب وأهميته ثم تناولنا تعريف الألعاب الالكترونية تم تصنيف الألعاب الالكترونية، تم الشروط الضرورية للألعاب الالكترونية، ويليها أسباب ودواعي ممارسة الأطفال الألعاب الالكترونية، ثم إيجابيات وسلبياتها، ثم آليات الوقاية من مخاطر الألعاب الالكترونية، ثم بدائل الألعاب الالكترونية.

**الفصل الثالث:** تم التعرض فيه إلى متغير التوافق النفسي، حيث تطرقنا إلى مفهوم التوافق وبعض المصطلحات المتعلقة به، مفهوم التوافق النفسي، وأهمية من دراسته، أبعاد التوافق النفسي، معايير ومؤشرات التوافق النفسي، نفسي مجالات التوافق النفسي، نظريات المفسرة للتوافق النفسي، خصائص التوافق النفسي، عوامل مؤثرة في التوافق النفسي، قياس التوافق النفسي، عوائق التوافق النفسي، وأخيرا مظاهر تأثير الألعاب الالكترونية على التوافق النفسي.

**الفصل الرابع:** يحتوى على الإجراءات الميدانية المتبعة في الدراسة، وتطرقنا فيه إلى المنهج المتبع في الدراسة، يليه مجتمع وعينة الدراسة وأدواتها، ثم التأكد من ثبات وصدق مقاييس الدراسة، وأخيرا الأساليب المستخدمة في الدراسة.

**وفي الفصل الخامس:** تم عرض نتائج الدراسة حسب تسلسل الفرضيات المذكورة في الفصل الأول وتفسير نتائج الدراسة تم التوصل إلى مقترحات وأخيرا استنتاج عام وعرض قائمة المراجع والملاحق.



الفصل الأول

تحديد مشكلة

الدراسة

## 1. تحديد مشكلة الدراسة

يعد اللعب الوسيلة الطبيعية في تفهم مشكلات الحياة التي تحيط بالطفل والتي تفرض نفسها عليه بين لحظة وأونة، فعن طريق اللعب يكتشف الطفل البيئة التي يعيش فيها، ويوسع من معلوماته عنها ويزيد من مهارته ويعبر عن أفكاره ووجدانه. كما أن اللعب أهمية بالغة في تحقيق الصحة النفسية لدى الطفل؛ لذلك يجب إتاحة كل الفرص المواتية لكي يمارس الطفل ألعابه وفقاً لمستواه وميله الخاص ومشاركته في اللعب خصوصاً من طرف الآباء والأمهات بين الحين والآخر لتوجيه سلوكه في أثناء اللعب، وهذا ما يشعره بالسعادة والفرح وبأنه محل إعجاب وتقدير من طرفيهما.

ينبغي أن لا ننسى أيضاً أن اللعب يساعد الطفل خلال عملية تحول الشخصية وهو عامل مؤثر للغاية في نمو الطفل ونضوجه، وكذلك في تكامله الجسمي العضلي أو التنفيس عن الطاقة الفائضة في جسمه مما يزيح عنه الحوافز المكبوتة، الاضطراب، سوء الخلق، الانفعال والمشغبة.

(خالد صلاح حنفي محمود، 2018 :30).

مع التطور في المجتمع تطورت أدوات اللعب ووسائله فلم يعد اللعب التقليدي يجذب انتباه الأطفال، فانتشرت الألعاب الإلكترونية بفعل التطور السريع في الوسائل التكنولوجية المختلفة، ولم يعد بيت يخلو منها؛ لما تتمتع به من خصائص جاذبة خصوصاً للأطفال ولما تتحلى به من تشويق ومغامرة يلامسان احتياجات الطفل في هذه المرحلة العمرية. و الألعاب الإلكترونية كبقية الألعاب لها محاسنها ولها عيوبها، ولكن نوع الألعاب المستخدمة والممارسات المصاحبة لها هما اللذان يكمن فيهما الضرر.

(خالد صلاح حنفي محمود ، 2018 :31)

قد أدى الانتشار الواسع للألعاب الإلكترونية ووجودها في كل بيت تقريباً إلى أنها أصبحت لا يمكن الاستغناء عنها أو تجاهلها لاسيما في ميدان صقل شخصية الطفل وقبولها وثقافته، وإقناع الآخرين في مراحل العمر الآخر بانتهاج قيم واتجاهات متنوعة من خلال ما يتعلمه من هذه الألعاب من مفيد ومضر، وهي بذلك تنافس دور الأسر والمجتمع في التنشئة الاجتماعية للأفراد في عصر العولمة وما يشهده العالم من تطورات مذهلة في الفضاءات الإلكترونية.

(خالد صلاح حنفي محمود، 22، 2018).

قد برزت الألعاب الإلكترونية في كثير من المجتمعات العربية والأجنبية ولجذب مختلف الفئات العمرية فلم تعد حكراً على الصغار بل صارت هوس الكثير من الشباب وتعد ذلك للكبار، وتجذبهم بالرسوم والألوان والخيال والمغامرة.

(رندا محمد سيد أحمد، 2020 : 886).

حيث أنها تحاكي العالم الحقيقي في تصورها وأنها وسيلة سهلة المنال، كما صنعت جوار الألعاب الإلكترونية إلى مجموعة من الألعاب كألعاب المغامرة والمنافسة والمحاكاة وألعاب الألغاز والحركة وألعاب الأدوار وغيرها من الألعاب، أنها لقيت رواجاً كبيراً في السنوات الأخيرة خاصة في الدول العربية بصفة عامة والجزائر خاصة، باعتبارها مصدر للإثارة والمتعة الموجودة في الواقع الحالي.

(أمير مشري، 2017: 5).

ومنه أوضح تقرير "اليونيسيف" حال الأطفال لعالم 2017 والمراهقين يمثلون ثلث مستخدمي الانترنت على مستوى العالم وأن الشباب ما بين 15 و23 سنة هم الفئة العمرية الأكثر وصولاً للانترنت فعلى مستوى العالم، فإن نسبة 17% من تلك الفئة موصولون بالانترنت مقابل 48% بالنسبة إلى مجموع السكان، وأنه في بعض البلدان يكون معدل استخدام الانترنت بين الأطفال دون 15 سنة مماثلاً للمعدل عند البالغين فوق 25 سنة، فقد صار استخدام الطفل للانترنت أمراً غاية في السهولة خصوصاً مع توافر وانتشار الهواتف الذكية في أيدي الأطفال.

( خالد صلاح حنفي محمود، 2018: 22).

وفي ظل التطور الحاصل في مختلف ميادين الحياة أصبح من الضروري الاعتماد على وسائل وتقنيات جديدة وأكثر تطوراً لتعليم وترفيه الأطفال كالكومبيوتر والألعاب الإلكترونية من أجل مسايرتهم لركب التقدم العلمي من جهة وتعليمهم بوسائل أكثر إثارة وجاذبية وكذا ربح الوقت والجهد من جهة أخرى. فلا يمكن لأحد أن ينكر فوائد الكومبيوتر كأهم وسيلة للتواصل والتعلم كما أصبحت الألعاب الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من برامج الأطفال اليومية. ويرى (c shanvas 2012) برمجيات ألعاب الأطفال وخاصة تلك التي تعتمد على أجهزة الفيديو والأجهزة الإلكترونية من أكثر الوسائل تأثيراً على النمو العقلي والمعرفي والاجتماعي للطفل. ويضيف (Moheamed k khan 2006) استعملت ألعاب الإلكترونية لأغراض تدريبية في الولايات المتحدة الأمريكية.

(فتيحة بالمهدي، مليكة بكير، 2014: 316).

كما برزت في بداية الثمانيات ومع التطور العلمي والتكنولوجي واستخدامات الحاسوب الألعاب الإلكترونية وصارت محط أنظار واهتمام الجميع، وفي الأوان الأخيرة إنتشرت ألعاب كمنوذج للترفيه مختلف عن كل ما سبق من الألعاب الترفيهية، وتميزت تلك الألعاب بعدة مميزات، منها التنوع ما بين ألعاب الإثارة والتنشيط للذكاء والتعليمي، وغيره ومنها أنها تستهدف جميع الأعمار والفئات، والأهم من ذلك تجعل اللاعب جزءاً من اللعبة، وهذه الميزة لها جاذبية قوية بالنسبة للأطفال والمراهقين والشباب لأنها تطلب من اللاعب التركيز والاهتمام المستمر والإصغاء والتفاعل التام مع الأحداث بالعقل والمشاعر

والنفس بحيث يشعر أنه العنصر الأهم في اللعبة ومجالات هذه الألعاب عديدة منها: الهواتف الذكية، والحاسوب المحمول، وشبكة الانترنت.

كما تطورت تلك الألعاب الإلكترونية بطريقة متلاحقة وسريعة، وأصبحت من يوميات الأطفال والمراهقين، وأصبحوا متفاعلين نشطاء معها، لهم المشاركة الفعالة ودور حقيقي في إدارتها ومن أمثلة الألعاب الشهيرة حاليا (pubg). (https://www.islamweb.net .2019 p11).

حيث أن هذا التطور ولانتشار الواسع للاستخدام الألعاب الإلكترونية وزيادة الساعات التي يستغرقها الأطفال في اللعب، بدأ يثيران التساؤلات من قبل المربين وعلماء النفس والاجتماع حول آثار سوء النفسية منها والاجتماعية وأصبح هذا الموضوع مثار جدل قائم بين العلماء فيما يخص سلبياتها وإيجابيتها.

(خالد صلاح حنفي محمود، 22، 2018).

إن استخدام الألعاب الالكترونية لها تأثير في كل مراحل تطور النمو الجسدي والنفسي لدى الطفل، فهي تقدم بيئة مجردة ومحددة سلفاً، تعتمد على الأثر التي تحدثه اللعبة. ووجود العاب الالكترونية نجده مدفوعاً إلى دائرة العنف الجسدي، ونجد انحصار التفكير الموضوعي، وخمول النشاط الذهني نتيجة الغوص عميقاً في عالم تلك الألعاب.

(إيكوفان شفيق، 2016:102)

ومن الدراسات التي أشارت إلى هذا الموضوع نجد:

دراسة " سيشيريلووكورى أسعد" (2005) التعرف عن مدى تأثير لعبة فيديو على أفكار وسلوك العدوانية للأطفال المرحلة الابتدائية، وقد إستخدام باحثين منهج تجريبي لمناسبتة لطبيعة الدراسة، حيث قاسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين متساويتين أحدهما تجريبية وأخرى ضابطة، وأسفرت نتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة تجريبية التي طبق عليها برنامج مقترح ومجموعة ضابطة التي طبق عليها برنامج الألعاب الالكترونية فما يتعلق بمستوى النمو السلوك العنف لدى أطفال لصالح مجموعة تجريبية مما يدل على أن برنامج مقترح له تأثير إيجاب وهو إسهام في اختيار البرامج وتواجه على ذلك .

أما تأثير الألعاب الالكترونية على التحصيل الدراسي قد كان موضوع العديد من الدراسات ذكر منها دراسة **Cumming and Vandwater 2007** في الولايات المتحدة الأمريكية حيث قام الباحثين

بسبر الآراء لفئة المراهقين الذين تتراوح أعمارهم 10 و 19 سنة توصل من خلالها أن الألعاب الإلكترونية لها تأثير سلبي على التحصيل الدراسي.

أما دراسة **Erin Hasting et al 2009** على عينة تتكون من 70 تلميذ تتراوح أعمارهم بين 6 و 10 سنوات فقد أكدوا أن هناك علاقة سالبة بين الألعاب الإلكترونية وتدني التحصيل الدراسي.

كما توصلت دراسة "ابووزنة" (2011) علاقة إيمان الألعاب الإلكترونية بالتكيف المدرسي والاجتماعي، وهدفت إلى التعرف على مستوى إيمان الألعاب الإلكترونية من خلال تقسيم العينة إلى مدمنين وغير مدمنين ومن ثم تصنيفهم إلى مستويات (عالي -متوسط -منخفض)، وما إذا كانت درجات التكيف الاجتماعي والتكيف المدرسي تختلفان باختلاف مستوى إيمان الألعاب الإلكترونية، وبلغت العينة 483 وأظهرت النتائج نسب المدمنين للألعاب الإلكترونية تمثل (39) بين أفراد العينة، وأظهرت وجود علاقة بين إيمان الألعاب الإلكترونية والتكيف الاجتماعي. (خالد صلاح، 2018: 25)

أجرى (شاهين وطوغر **Sahin & Tugrul** ، 2012) دراسة في تركيا هدفت التعرف إلى مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا. تكونت عينة الدراسة من (327) طالباً وطالبة. ولتحقيق هدف الدراسة، تم استخدام مقياس الألعاب الإلكترونية. أشار النتائج إلى أن مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا كان مرتفعاً. وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية في مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية تعزى إلى متغير الجنس، ولصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى استخدام الألعاب الإلكترونية تعزى إلى متغير الصف المدرسي. (كرام محمد يوسف يونس، 2017، 23)

بينما تشير "دراسة فرحان عبد العزيز" (2015) إلى معرفة مستوى الإدمان الألعاب الإلكترونية ومستوى كل مشكلات الأكاديمية والانفعالية والاجتماعية والعلاقة بينها لدى طلبة مدراس في مملكة العربية السعودية في ضوء متغيرات الجنس ونوع الألعاب، وترتيب الولادي لطالب، ولتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد للإيمان على الألعاب الإلكترونية وأخر لقياس المشكلات الأكاديمية والانفعالية والاجتماعية تكونت عينة دراسة من 641 طالب وطالبة من طلبة مدراس عربية السعودية حيث أشارت نتائج دراسة إلى مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى طلبة كان منخفض وأن مستوى المشكلات الانفعالية والاجتماعية بدرجة منخفضة أم مستوى مشكلات الأكاديمية لقد جاء بدرجة متوسطة، كما أشرت نتائج دراسة إلى وجود فارق جوهري بين معاملي ارتباط الخاصين بالعلاقة الإدمان على الألعاب الإلكترونية من جهة، وبين كل من مشكلات الانفعالية والاجتماعية والأكاديمية من جهة أخرى، يعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور مقارنة بالإناث إضافة إلى وجود فارق جوهري بين معاملي الارتباط الخاصين بالعلاقة بين

مستوى الإدمان على الألعاب الالكترونية وبين مستوى المشكلات الطلبة ككل ومجالاته ( الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية ) يعزى لمتغير نوع اللعبة لصالح الألعاب الترفيهية مقارنة بالتعليمية وأخيراً، أشارت نتائج دراسة لعدم وجود فروق جوهرية بين معاملات الارتباط الخاصة بالعلاقة بين مستوى الإدمان على الألعاب الالكترونية من جهة وبين مستوى المشكلات الطلبة ككل ومجالاته ( الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية ) وفق لمتغير ترتيب طالب الولادي .

(فرحان عبد العزيز والدرعان سمير، 2015: 2/ 3)



**دراسة اختر ومادهولينكا 2014:** بدراسة في الهند هدفت إلى مستوى استخدام الألعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة الثانوية. تكونت عينة الدراسة من (354) طالبا وطالبة. ولتحقيق هدف الدراسة، تم استخدام الألعاب الالكترونية أشارت النتائج إلى أن مستوى استخدام الألعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة الثانوية العليا جاء متوسطا، وبينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى استخدام الألعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس والمسار الأكاديمي.

**دراسة أوسكين وزملاؤها 2016:** بدراسة في الصين هدفت التعرف على مستوى الإدمان على ممارسة الألعاب الالكترونية لدى عينة مكونة من (225) طالبا وطالبة من طلبة المدارس الثانوية. استخدم الباحثون مقياس ممارسة الألعاب الالكترونية. أشارت النتائج الدراسة إلى أن مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية كان متوسطا. وبينت النتائج أن الذكور أكثر ممارسة للألعاب الالكترونية من الإناث، بينما لم يكن لعمر الطلبة أي أثر في ممارستهم للألعاب الالكترونية.

وتؤكد **دراسة حجازي ( 2017 )** أثر الألعاب الإلكترونية على مستوى العنف عند الأطفال من وجهة نظر أولياء الأمور في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية"، وهدفت إلى التعرف على أثر الألعاب الإلكترونية على مستوى العنف من وجهة نظر أولياء الأمور بالمحافظات الشمالية في فلسطين، واستخدم استبيان مع عينة الدراسة المكونة من (150) ولي أمر في ( طولكرم، ونابلس، وجنين)، وأوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى العنف عند الأطفال نتيجة ممارستهم الألعاب الإلكترونية تعزى إلى متغير العمر فكلما صغر عمر الطفل زاد تأثيره بالألعاب الإلكترونية، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير دخل الأسرة، وكلما زاد مستوى دخل الأسرة زاد إنفاقها على الألعاب الإلكترونية، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى العنف لدى الأطفال نتيجة ممارستهم الألعاب الإلكترونية تبعاً لمتغير المحافظة أو لمتغير المستوى التعليمي، وأن الألعاب الإلكترونية تصيب الأطفال بتبليد الإحساس بالآخرين، وتدعم ممارستهم العنف فيما بعد.

(خالد صلاح، 2018: 26).

**دراسة كرام محمد يوسف يونس، 2017،** هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع، تكونت عينة الدراسة من 204 طالبا وطالبة من المدارس الإعدادية والثانوية، تم استخدام مقياس الألعاب الالكترونية، ومقياس العزلة الاجتماعية، توصلت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

ممارسة الألعاب الإلكترونية، تعزى لمتغير الجنس، ولصالح الذكور ومتغير التحصيل الدراسي اقل من 80 ولمتغير المرحلة الدراسية لصالح مرحلة ثانوية.

دراسة منير قهلوز وفاطمة عرقابي، 2020، هدفت الدراسة لمعرفة علاقة الألعاب الإلكترونية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، تم استخدام منهج الوصفي في البحث، وتمثلت الأداة المستخدمة في البحث من استبيان، وتكونت العينة من 30 فردا من أولياء التلاميذ حيث تم ملأ الاستبيان من طرفهم، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك تراجع في المستوى الدراسي لدى عينة الدراسة وذلك راجع لكونهم يقضون معظم أوقات فراغهم في اللعب بذل من الاهتمام بالمراجعة، لذا فانه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الإلكترونية والتحصيل الدراسي.

يتضح من الدراسات السابقة تنوع نتائجها، فالعديد منها، أكدت بأنه وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور هم أكثر ممارسة للألعاب الإلكترونية من الإناث، مثل دراسة (شاهين 2012)، دراسة (أوسكين وزملاؤها 2016)، دراسة (كرم محمد يوسف يونس 2017)، بينما توصلت نتائج دراسات أخرى أن هناك إيمان على مستوى ممارسة الألعاب الإلكترونية، كما بينت نتائج دراسات أخرى أن هناك تراجع في مستوى الدراسي وهذا يشير إلى كثرة ممارستهم للألعاب الإلكترونية

إذا نستنتج من خلال ما سبق ما تم ذكره في الدراسات السابقة أن الألعاب الإلكترونية لها أثر إيجابي، وهذا ما أشارت له الدراسة " سيشيربييلووكوري أسعد" (2005) وحين هناك بعض دراسات لها نظرة سلبية نحو استخدام الألعاب الإلكترونية وفق متغير سلوكية، التي أشارت لها دراسات

دراسة أبووزنة 2011، دراسة فرحان عبد العزيز 2015، دراسة حجازي 2017.

وتشير العديد من الدراسات والإحصائيات إلى أن الإقبال على الألعاب الإلكترونية تضاعف بشكل كبير ولافت خلال السنوات الأخيرة من خلال زيادة نسبة الاشتراكات الحسابات المستخدمة في هذه الألعاب، بشكل شهري في ظل المطالبة بضرورة المراقبة لصناعة الألعاب الإلكترونية، ومدى ملائمتها للأطفال والمراهقين، وأهمية الدور الإعلامي في مراقبة استخدامها، كما يحذر العديد من المختصين في هذا الجانب من التأثير على التوافق النفسي للاستخدام الألعاب الإلكترونية بصورة ملفتة بين الأطفال

والمراهقين لفترات طويلة يوميا دون شعور أو إدراكهم منهم أو من أسرته، وتأثيرها وانعكاساتها على صحتهم وخطورة ذلك على المدى البعيد. (علي محمد صالح شهري، 2020: 1)

كون أن الألعاب الالكترونية ربما لها أثر على الصحة النفسية عامة وخاصة التوافق النفسي لدى الطفل والمراهق فتضارب في مضمونها مع فلسفة المجتمع وقيمه كما أنها لا تتسجم مع متطلبات مرحلة المراهقة.

بما أن مفهوم التوافق يحظى أهمية كبيرة في علم النفس والصحة النفسية لما له من دور فعال في السير الطبيعي لحياة الأفراد والجماعات في أي مجتمع إنساني فظهور أشخاص غير متوافقين في جماعة معينة قد يقف حجز عثر أمام بلوغ الأهداف التي ينشدها، ولاشك أن توافق الفرد مع البيئة يعتمد على كيفية إشباع حاجاته، وعلى نوع الالتزامات المختلفة التي تفرضها عليه بيئة باعتبار التوافق النفسي جانبا مهم في حياتنا بشكل عام، وحياة الأطفال بشكل خاص. (فايزة يوسف عبد المجيد، 2011: 8).

وذلك بدراسة شخصية من كل جوانب بما فيها الصحة النفسية وأهم أبعادها التوافق النفسي الذي يتمثل في محاولة الفرد في إشباع حاجاته نفسية نظرا على أنه دليل تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة، ويعتبر مجال التعليم من أكثر المجالات التي يمكن أن يواجه فيه الفرد عقبات ومشكلات تؤدي به إلى ضرورة بدل منها خاصة على مستوى النفسي، الذي يتمثل في تحقيق الإتزان مع الذات والذي يظهر في قدرة المتعلم على مواجهة المواقف التعليمية. (بن ستي حسينة، 2013: 1).

ومن هذا كله يجب الأخذ بعين الاعتبار الظروف النفسية للمراهقين المتمدرسين بما فيها التوافق النفسي الذي له أهمية في تحديد مسار الدراسي للمراهق (بن ستي حسينة، 2013: 2).

ويعد التوافق النفسي موضوع هام من مواضيع علم النفس الذي يهتم بدراسة سلوك الكائن الحي ومحاولة تفسيره وتتبؤ به وتعديله، ويمكن دراسته في الجانبين: جانب شخصي، وجانب اجتماعي ويشير الجانب الشخصي أساسا إلى الجانب الذاتي من توافق، ويشير الجانب الاجتماعي بمعناه العام توافق الفرد مع الآخرين، كما يظهر عدم التوافق النفسي للمراهق بمرحلة ثانوي عندما لا يشبع حاجاته ولا يصل إلى أهدافه ولا ينسجم مع بيئته في سلوكيات ناتجة عن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.

(جبوري بن عمر، 2015: 02)

وذلك ما أوضحتها العديد من الدراسات الاهتمام بالصحة النفسية، وخاصة بعدها التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة التعليم الثانوي، واستخداماته للألعاب الالكترونية .

هناك دراسات تناولت موضوع التوافق النفسي منها دراسة صالح مرجان 1984، حيث اهتمت الدراسة التوافق النفسي وعلاقته بمستوى طموح من عينة مكونة من 432 طالب وطالبة منصف بين الجنسين بالمؤسسات التعليمية بولاية الرباط وتتراوح أعمارهم (14 - 21) ويهدف الباحث من دراسة على الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق الشخصي مستوى الطموح لدى المراهقين المغاربة المراهقين المغاربة من كلا الجنسين والفروق بين من لهم طموح مرتفع ومن لهم طموح منخفض من حيث التوافق النفسي العام، وقد استخدم الباحث اختبار التوافق "لهيومبل" واستبيان مستوى الطموح "لكامليا عبد الفتاح"، وأوضحت نتائج الدراسة أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائية بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهقين والمراهقات بالمغرب، كما أوضحت وجود علاقة موجبة بين جميع أبعاد التوافق المنزلي، الصحي، الاجتماعي، الانفعالي ومستوى الطموح، وتوصلت أيضا إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح العالي والطموح المنخفض فيما يتعلق بمستوى التوافق العام لدى المجموعتين (ذكور، إناث) .

(جماح لطيفة، 2016: 12)

بينما دراسة القحطاني (2009) هدفت للتعرف على مستوى التوافق النفسي وسلوك التوكيدي لدى مسجونين في السجن الحائر بمدينة الرياض، وتعرف عن العلاقة بين التوافق النفسي ونوع الجريمة، التوافق النفسي وعلاقته بمستوى التعليمي، والتوافق النفسي وعلاقته بالعمر، ولقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة (طردية) بين التوافق النفسي وسلوك التوكيدي، ووجود أثر في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير العمر، بينما لا يوجد تأثير للمستوى التعليمي ونوع الجريمة والتوافق النفسي لدى المسجونين.

(نبيل جبرين الجندي وإياد محمد أنوفار، 2016: 269)

كما تؤكد دراسة بلان والحلج (2011) هدفت إلى الكشف عن علاقة بين قلق المستقبل والتوافق النفسي لدى المراهقين، ودراسة الفروق بين الذكور والإناث في التعليم الثانوي العام في متغيري قلق المستقبل، والتوافق النفسي لدى عينة من طلبة صف ثاني الثانوي، وتكون مجتمع دراسة من جمع الطلبة التعليم الثانوي الحكومية في مدينة جرمنة، وطبقت الدراسة على 100 طالب وطالبة، واستخدام مقياس قلق المستقبل "ناهد سعود"، ومقياس التوافق النفسي "جابر عبد الحميد جابر"، وقد أسفرت نتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل والتوافق النفسي لدى عينة البحث، وعن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تبعاً لمتغير الجنس لصالح إناث، وعن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تبعاً لمتغير التخصص الدراسي لصالح طلبة الفرع الأدبي .

(نبيل جبرين الجندي، 2016: 269)

لدراسة: "خيرية عبد الله البكوش" التي تهدف الى معرفة العلاقة بين مفهوم الذات والتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوي، فتحصلت على أن هناك علاقة بين مفهوم الذات والتوافق النفسي وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ في التخصص ادراسي في مقياس التوافق النفسي ( .قريشي محمد 2012،ص117، 118،)

في حين هدفت الدراسة " محمد بشير السيسي وأبا بكر سو" 2019 إلى التعرف عن الكفاءة الذاتية بالمستوى التوافق النفسي، تكونت عينة 66 طالباً من طلبة المغتربين وغير المغتربين بجامعة ملك سعود، وأعمارهم تتراوح (15 - 35)، وتم استخدام مقياس الكفاءة الذاتية ومستوى التوافق النفسي، كما استخدم الباحث منهج وصفي إرتباطي، وأظهرت النتائج دراسته أن مستوى الكفاءة الذاتية منخفض، وأن مستوى التوافق النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة، كما توصلت نتائج دراسة إلا أن عدم وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتوافق النفسي، ولم تجد إي فروق ذات دلالة إحصائية في كفاءة الذاتية لحالة الطالب. (محمد بشير السيسي وأبا بكر سو، 2019: 36)

حيث نستنتج من خلال ما تطرقنا إليه في دراسات المذكورة أعلاه أغلبها لها جانب ايجابي أو سلبي، قد يؤثر على مستوى العام أو السلوكيات ( الجنس، التخصص، المستوى التعليمي، العمر) للتلاميذ والتي نذكر من بينها أو أكثرها التوافق النفسي .

وفي أخير هناك دراسات تناولت كل من التوافق النفسي والألعاب الالكترونية معاً، وقد جاءت دراسة حسينة سبتي 2013 بعنوان الألعاب الالكترونية وعزوف الأولاد عن الدراسة، دراسة مسحية استخدام إستبيان كأداة للقياس وبينت في نتائجها أن قضاء الأطفال وقت طويلاً في لعب رقمي يؤدي الى عزوف الاولاد عن الدراسة .

بينما دراسة هدى كامل منصور(2017) هدفت إلى قياس سلوك العدوانية والتوافق النفسي لدى تلاميذ صف الخامس ابتدائي للمديرية الكرخ الثانية، حيث بلغت عينة البحث 200 تلميذ وتلميذة من صف الخامس ابتدائي، وقد تم بناء مقياس سلوك العدوانية والتوافق النفسي وتم تحليل البيانات عن طريق الحقيبة الإحصائية وفي ضوء نتائج توصلت إلى أن لا توجد علاقة دلالة إحصائية بين درجات السلوك العدواني والتوافق النفسي ككل، كما أن لا توجد علاقة دلالة إحصائية بين درجة سلوك العدوانية والتوافق النفسي تعزى لمتغير الجنس . (هدى كامل منصور، 2017 : 1)

نستنتج من خلال الدراسات السابقة التي تم تناولها حول كل من استخدام الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي، ومن هنا نرى أن الألعاب الالكترونية قد يكون لها تأثير كبير

على التلاميذ سوى الأطفال أو المراهقين على الصحة النفسية بأخص التوافق بشكل العام ، ومنه جاءت فكرة القيام بالدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين استخدام الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي، ومن هنا نطرح الإشكالية التالية :

هل هناك علاقة بين استخدام الألعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي ؟

## 2. التساؤلات الدراسة :

1. هل توجد علاقة بين الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي بين تلاميذ السنة الأولى وثالثة ثانوي باختلاف الجنس ذكر/أنثي؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي بين تلاميذ السنة الأولى وثالثة ثانوي باختلاف التخصص آداب/علوم؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي بين تلاميذ السنة الأولى ثانوي باختلاف المستوى الدراسي ؟

## 3. الفرضيات الدراسة :

1. توجد علاقة دلالة إحصائية بين استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي.
2. توجد فروق دلالة إحصائية بين استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف الجنس نكور / إناث .
3. توجد فروق دلالة إحصائية بين استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف التخصص آداب / علوم .
4. توجد فروق دلالة إحصائية بين استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف المستوى الدراسي.

## 4. أهمية الدراسة :

تتجلى أهمية الدراسة :

- أهمية الفئة العمرية التي تناولها الدراسة وهي مرحلة المراهقة والتي تعتبر باللغة الأهمية في إستخدام المفرط للألعاب الالكترونية وما مدى تأثيرها على التوافق النفسي.



- انتشار الألعاب الإلكترونية بصورة كبيرة بسبب التطور التكنولوجي الذي شهده المجتمع الجزائري حالياً.
- لفت الانتباه الأسرة الجزائرية لزاوية مهمة من حياة أطفالهم وهي الألعاب الإلكترونية، وما تخلفه من تأثيرات على صحة أولادهم باعتبارهم شباب المستقبل.
- أهمية البناء النفسي والاجتماعي للأطفال في المراحل الأولى وتأثير الألعاب الإلكترونية.
- تكمن الأهمية كذلك من التعرف على موضوع الألعاب الإلكترونية وتوضيح الأثر الذي يتركه على التوافق النفسي.
- تسعى الدراسة الحالية في مساهمة ومعرفة العلاقة بين متغيراتها وإثراء جانب مهم من مجالات الدراسات النفسية والشخصية، مما تساهم في زيادة الفهم والوعي الذي يؤدي إلى معرفة استخدام الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي .

### 5. أهداف الدراسة :

- الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية لدى التلاميذ في السنة الأولى ثانوي.
- الإجابة على فرضيات البحث والتساؤلات المطروحة في الإشكالية.
- معرفة ما مدى وجود علاقة بين التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية لدى التلاميذ في السنة الأولى ثانوي.
- معرفة الفروق بين الجنسين ذكور / إناث، وبين التخصصين آداب علوم، والمستوى الدراسي، فيما يخص متغيرات الدراسة .

### 6. التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

**التوافق النفسي:** هو قدرة الفرد على إشباع حاجاته النفسية بطريقة واقعية تساعده على التوافق مع نفسه والبيئة التي يعيش فيها، معبر عنها من خلال الأبعاد الشخصي والانفعالي والاجتماعي والصحي والأسري، والتي تقاس من خلالها الدرجة التي سوف يحصل عليها التلاميذ سنة أولى و ثالثة ثانوي من الإجابة على بنود المقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير في الموسم الدراسي 2020 / 2021 .

**الألعاب الإلكترونية:** هي عبارة عن مجموعة من الألعاب الإلكترونية التي يمارسها المراهق عبر الانترنت، ويستخدمها عن طريق أجهزة الكترونية (ألعاب فيديو أو ألعاب الهواتف الذكية، أو ألعاب الكومبيوتر) للتسلية والترفيه في جميع الأوقات، والتي سوف يقاس درجة من خلال الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية لكرام محمد يوسف يونس للموسم الدراسي 2020/2021.

7. حدود الدراسة

- حدود الزمنية: تم تطبيق هذه الدراسة في الموسم الجامعي 2021/2020
- حدود المكانية : بعض الثانويات تقرت
- حدود البشرية: تكونت عينة الدراسة من 268 تلميذ وتلميذة في كل من سنة أولى وثالثة بالمرحلة الثانوية.

# الفصل الثاني

الالعباب

الالكترونية

## تمهيد :

انطلاقاً من أهمية وضرورة اللعب للأطفال في تشكيل شخصية الطفل تنمية قدراته العقلية والمعرفية والاجتماعية والحركية، حيث لحظ انتشاراً كبيراً لاستخدام الألعاب الإلكترونية وسط شريحة الأطفال وأن الكثير منهم انعدمت لديهم العلاقات الحميمة مع الأسر وغيرها من الأفراد المحيطين بالمحيط العائلي وحتى جماعة الأقران أثناء تفاعلهم مع ألعاب الألعاب الإلكترونية التي يستخدمونها.

كما تمتاز الألعاب الإلكترونية بعناصر الجذب لأنها تقدم واقعا افتراضيا مشوقا يجذب المستخدم كالرسوم والخيال والألوان والمغامرة بشكل يجعله يمارس اللعبة لفترات طويلة، وأصبحت ألعاب الألعاب الإلكترونية عبر وسائط الإعلامية الجديدة مجتمعا متكاملًا يصنع حياته اليومية، كما تعد من أكثر المغريات والتي سبقت الكمبيوتر في تقنياته والتي راحت تجذب الأطفال إليها وتدفعهم إلى اللعب والمتواصل ميدانياً وقضاء الأوقات الطويلة في ممارسة هذا اللعب كيفما شاء الطفل وبشتى أصناف الألعاب وتطبيقاتها بحرية تامة تتيح للطفل إشباع حاجاته وميوله.

وبناء على ما سبق فإننا خصصنا هذا الفصل من الدراسة للإشارة على أهم التعارف التي تناولت اللعب وأهميته، بإضافة إلى التطرق نحو تعريف الألعاب الإلكترونية وأسباب ودواعي ممارستها، وآليات الوقاية منها، وذكر أثارها الإيجابية والسلبية، وأهم تصنيفاتها، وشروط الضرورية الواجب توفرها فيها.

## 1 - مفهوم اللعب:

يعرف اللعب لغوياً: وكما ورد في قاموس المحيط بأنه مصدر للفعل لعب ومعناه ضد جد، وهذا يعني انتقاء صفة الجدية عن اللعب بعكس العمل. كما يتضمن مفهوم اللعب، وكما ذكر في قاموس المنجد، المزاح، وفعل بقصد اللذة أو الترفيه، فعل لايجدي عليه نفعاً. (بلعيد محمد أمين، درديش أحمد، 2020:62).

تشير الدراسات في مجال سيكولوجية اللعب حسب "سوزنا ميلر" إلى أن اللعب يعد نزعة عامة يشترك بها الصغار عامة أكانوا من جنس البشر أو من جنس الحيوان، فكلاهما يمارس اللعب بمحض إرادته باستمتاع. (نبيل عبد الهادي، 2004:25).

ويمكننا رصد عدة تعريفات للعب من أهمها تعريف "جود" (Good) الذي قال بأن اللعب نشاط حر موجه أو غير موجه يقوم به الطفل من أجل تحقيق متعة التسلية، وهذا بدوره ينمي القدرات العقلية والجسدية والوجدانية. (نبيل عبد الهادي، 2004: 25).

وهناك تعريف لكترين تايلور: التي ترى بأن اللعب هو أنفاس الحياة بالنسبة للأطفال، وليس مجرد طريقة لتمضية الوقت وإشغال الذات، فاللعب للطفل يعد ذو أهمية في عملية التربية والاستكشاف والتعبير الذاتي (نبيل عبد الهادي، 2004:26).

كما يرى بياجيه: حسب كتاب وارد زوث بأن اللعب عملية تمثيل تعمل على تحويل المعلومات الواردة لتلائم حاجات الفرد، فاللعب والتقليد والمحاكات تعد جزءاً لا يتجزأ من عملية النمو المعرفي. (نبيل عبد الهادي، 2004:26).

وبناء على ذلك يمكن تعريف اللعب بأنه: حركة أو سلسلة من الحركات يقصد بها التسلية أو هو البرعة والخفة في استخدام الأشياء واستعمالها أو التصرف بها. وهناك تعريف آخر يقصد به ما نعلمه باختبارنا في وقت الفراغ وقد يكون مانعاً باختيارنا لمجرد المتعة أكثر إجهاداً للجسم والعقل في أي عمل عادي، غير أن اللعب خلو من كل اضطرار فهو لا يقصد إلا للنشاط ولا يرجى منه إلا الاستمتاع.

(فاضل حنا، 1999:19).

ومن خلال عرض ماسبق نجد أن من السمات التي تميز اللعب، أنه حر لا قسر فيه فقد يكون موجهاً أو غير موجه، ويشتمل على المتعة والتسلية بالنسبة لمن يقوم به، كما أنه يعتبر استغلال لطاقة حركية نفسية.

2- أهمية اللعب:

• أهمية اللعب للنمو الجسمي والحركي والحسي:

- ✓ تقوية الجسم وتمارين العضلات الكبيرة والصغيرة كما في ألعاب الحركة والمجهود الجسمي.
- ✓ تعليم الطفل العديد من المهارات الحركية مثل الركض، القفز، التسلق.
- ✓ تنسيق الحركات وتنظيمها وزيادة القدرة على حفظ التوازن.
- ✓ تنمية مفهوم الذات الجسمي.
- ✓ تنمية التآزر الحس الحركي.
- ✓ تدريب الحواس وإغناء القدرة على استخدامها.

• أهمية اللعب للنمو العقلي:

- ✓ توفير فرص الابتكار والتشكيل كما في ألعاب التركيب.
- ✓ تنمية الإدراك الحسي.
- ✓ زيادة المعلومات الطفل عن الناس والأشياء
- ✓ تنمية حب الاستطلاع والخيال والإبداع لدى الطفل.
- ✓ تحقيق أهداف متصلة باكتساب الحقائق والمفاهيم والمبادئ.
- ✓ تنمية القدرة على التذكر والربط والاستبصار وتقوية الملاحظة.

• أهمية اللعب للنمو الاجتماعي:

- ✓ معرفة عادات وقوانين المجتمع.
- ✓ تعليم القيم الاجتماعية كاللعاون والحب والعطاء والانتماء
- ✓ تعلم مهارات التواصل الاجتماعي وتقبل الخسارة بروح رياضية.
- ✓ فهم الذات وتقبلها وتنميتها ومعرفة الآخرين وتقبلهم.
- ✓ تحقيق المكانة الاجتماعية وممارسة مواقف الحياة المختلفة.

• أهمية اللعب للنمو الانفعالي:

- ✓ تنمية الميول والاتجاهات
- ✓ الشعور بالمتعة والبهجة
- ✓ المساهمة في علاج عدد من الاضطرابات الانفعالية كالخوف مثلاً.
- ✓ تنمية التعبير عن الحاجات النفسية وإشباعها.



• أهمية اللغوية والتعبيرية للعب:

- ✓ تنمية قدرة الطفل على التعبير عن أفكاره ومشاعره.
- ✓ تمكين الآخرين من معرفة مشاكل الطفل والعمل على حلها.
- ✓ إثراء القدرة على الحوار والمناقشة الديمقراطية.
- ✓ المساهمة في التخلص من عيوب النطق التي يمكن أن تعيق التواصل مع الآخرين.

• أهمية اللعب في بناء شخصية الطفل:

- ✓ معرفة الذات وتقبلها ومعرفة الآخرين وتقبلهم.
  - ✓ التخلص من الخجل والانطواء والعزلة.
  - ✓ التعويد على الاستقلال وتحمل المسؤولية والقدرة على اتخاذ القرار والشعور بالثقة.
  - ✓ تحقيق حدة القلق والعصاب بشكل عام.
  - ✓ ممارسة الحرية في الاختيار وتعلم أن الحرية لها حدود وأن النظام ضروري للحياة.
- ( حنان عبد الحميد الغاني،:23،24،25،26،27).

مما سبق نستنتج أن اللعب ينطوي على أهمية كبيرة لأنه يحقق للطفل فوائد عدة ويقوم بوظائف متنوعة تعمل على تنمية الطفل فهو يعد أداة للنمو الجسمي والعقلي، وتعلم واكتشاف، وتعبير وتواصل، وأداة للتنشئة الاجتماعية وهو يساهم في بناء شخصية الطفل المتكاملة.

تعريف الألعاب الإلكترونية:

1-1 تعريف الألعاب الإلكترونية: (Defining Electronic Games)

**الألعاب في اللغة العربية:** تأتي من المصدر لعب، يلعب لعباً فهو لاعب، والألعاب جمع لعبة، وهي كل ما يلعب به، ولعبة الكترونية هي لعبة تتم بواسطة صور متحركة وتظهر على شاشة عرض. أما الألعاب الإلكترونية اصطلاحاً: فهي استخدام للتقنية والرسوم المتحركة المعدة من الشركات المتخصصة في تقديم تنافس مع الحاسوب أو لاعب آخر موجود فعلاً أو عبر الانترنت، يتم فيه إشباع حاجة اللاعبين إلى الفوز والشعور بالانتصار، وسيادة روح التحدي والمغامرة بالتدرج عبر مراحلها من السهل إلى الصعب. (حسن إبراهيم حمادي، 2020: 452).

1-2 كما أن ألعاب الالكترونية: هي حقيقة واقعة، شديدة الانتشار، ذات الصيت وهي أحد أكثر الأنشطة التي يزاولها الأفراد على اختلاف أعمارهم وأجناسهم لأوقات طويلة دون ملل، ولما حققته

الألعاب الإلكترونية من شعبية، باتت تقارب شعبية الرياضيات التقليدية مثل كرة القدم على سبيل المثال، إن لم تتفوق عليها فإنه كان من الطبيعي أن يزداد مآنتاله من اهتمام، وما تهدف إليه هنا هو أن ننظر إلى الأمر نظرة أكثر جدية تهدف إلى البحث عن سبل جديدة لاستغلال هذا الارتباط الجارف لنسبة هائلة من الشباب بشكل خاص بالألعاب الإلكترونية في أنشطة أكثر متعة بالنسبة لهم وربما كذلك فائدة.

(مريم قويدر، 2012: 119)

**1-3 كما تعرف:** هي نوع من الألعاب التي تعرض على شاشة التلفاز (ألعاب الفيديو) أو على شاشة الحاسوب (ألعاب الحاسوب)، والتي تزود الفرد بالمتعة من خلال تحد استخدام اليد مع العين (التأزر البصري/الحركي) أو تحد للإمكانات العقلية، وهذا يكون من خلال تطوير للبرامج الإلكترونية.

(مها حسني أشحوروي، 2008: 46).

**1-4 وعرفت بأنها:** الألعاب المتوفرة على هيئة الكترونية وهي نشاط ينخرط فيه الأفراد في نزاع مفتعل محكوم بقواعد معينة وتشمل ألعاب الحاسب، وألعاب الإنترنت والهواتف النقال ولأجهزة الذكية. وعرفت: بأنها لعبة إلكترونية يتحكم فيها اللاعبون بالصور على شاشة الفيديو. (ياسين بروك، 2020: 38).

**1-5 وعرفها الصادق (2010):** بأنها جميع أنواع ألعاب المتوفرة على شكل هيئات الكترونية رقمية. وتشمل هذه ألعاب، ألعاب الحاسوب (المحمول والثابت)، وألعاب الإنترنت، والألعاب الفيديو وألعاب الهواتف النقال.

**1-6 تعرف كذلك:** هي برمجيات تحاكي واقعا حقيقيا، أو افتراضيا بالاعتماد على إمكانيات الحاسوب في التعامل مع الوسائل المتنوعة، وعرض الصور وتحريكها وإصدار الصوت.

اختلفت الآراء ووجهات النظر حول تعريف الألعاب الإلكترونية، لكن تحتوى على نفس الفكرة في صياغتها، كونها ألعاب تعرض على شاشة التلفاز أو على الأجهزة الذكية أو جهاز الكمبيوتر حيث تزود الفرد بالمتعة والتسلية كما أنها أصبحت ملجأ العديد من الأطفال للغوص في العالم الافتراضي إذ يعتبره عالم الرفاهية وإشباع رغباتهم عكس العالم الحقيقي الذي يعيشونه.

## 2. تصنيفات الألعاب الإلكترونية:

1- يمكن تصنيف الألعاب الإلكترونية حسب طبيعتها وفقا ل(zimmerman 2004) salen) إلى الأصناف التالية:

أ- **الصف الأول الغازي (المحارب، المقاتل):** وهذا الصف التنافس والانتصار مهما كانت الخسائر. ويسعى اللاعبون في هذا النوع لتحقيق أهداف محددة سلفا، بحيث يشعرون بمتعة السيطرة على أحداث اللعبة، أو السيطرة على الأحداث الاجتماعية التي تدور حولها أو تتضمنها اللعبة.

ب- **الصف الثاني المدير:** ويهدف هذا الصف إلى تطوير مهارات محددة إلى درجة الإتقان. كما يتم تطوير أساليب العمليات لدى اللاعبين إلى مستوى يجعلهم يواصلون اللعب إلى النهاية وذلك عبر تمكينهم من استخدامهم للمهارات التي أتقنوها سابقا في نفس اللعبة والعمل على توظيفها لاحقا بهدف إتقان مهارات أخرى أكثر عمقا وشمولا وتفصيلا في اللعبة ذاتها.

ت- **الصف الثالث المستغرب (المتعجب):** في هذا الصف يتم عرض وبيان خبرات وتجارب جديدة وممتعة، ولكن درجة التحدي في هذا الصف أقل منها مما هو موجود في الصنفين السابقين. واللاعبون في هذا النوع يتطلعون بشكل رئيسي إلى المتعة والاسترخاء.

ث- **الصف الرابع المشارك:** في هذا الصف يستمتع اللاعبون بالألعاب ذات الصبغة الاجتماعية، أو المشاركة في العوالم الافتراضية. ( عادل عايض المغنوي، 2018: 318).

## 2 - تصنيف الألعاب الإلكترونية وفقا للأجهزة المستعملة:

أ- **جهاز العاب الفيديو: video game console** هو جهاز متخصص في تشغيل العاب الكترونية فقط ولا يصلح لوظائف أخرى ومنها أجهزة مثل الخاص بشركة سوني Sony والمعروف باسم بلاي استيشن، والجهاز الخاص بشركة ميكروسوفت والمعروف باسم اكس بوكس.

ب- **الكمبيوتر الشخصي: personal computers** وهي الاجهزة المتداولة في العديد من المنازل العصرية هذه الأيام والتي تصلح لمجموعة مختلفة من الوظائف بواسطة مجموعة من البرامج تقوم بأعمال هندسية أو مكتبية، تصفح الانترنت، الاستمتاع بوسائط أخرى كمشاهدة الأفلام أو سماع الأغاني، استقبال البث ألتلفازي، مضافا إلى كل هذا إمكانية ممارسة العاب الكترونية أخرى.

ت- أجهزة التليفون الخليوي بنماذجه المختلفة: **cell phone& other mobile devices** نموذجها الواضح هي أجهزة المحمول المتداولة وكذلك منها الأنواع الأكثر تعقيدا مثل **phone; Black; berry**.

ث- ماكينات المحاكاة: **Arcade machines** وهي التي اصطلح عليها بأجهزة الفيديو جيم، وهي أجهزة كبيرة الحجم تقدم لعبة واحدة في كل جهاز وتنتشر في مناطق ذات التجمع مثل الملاحق التجارية ودور العرض ومدن الملاهي.  
ولكن تعقدت موضوعات الألعاب وتوسع مجالاتها السردية أدى في النهاية الى القيام بتقسيم نوعي جديد نذكر منه:

1. **العاب الحركة: Action games** وهي الألعاب التي تعتمد على فعل جسماني حيث يتحرك اللاعب بشخصية الكترونية داخل أجواء تتطلب منه المقاتلة أو تسلق أشياء كجبال أو الجري. لئلا يخطئ الهدف في النهاية هو التخلص من العدو وتحقيق الهدف.

2. **الألعاب الرياضية والقيادة sports & Driving games**: وهي الألعاب التي تقدم محاكاة واقعية للممارسة الألعاب الرياضية حيث يصبح على اللاعب التحكم في فريق من اللاعبين في كرة القدم مثلا ويقوم بدور المدرب لهم بأن يضع الخطط ويلعب مباراة.

3. **العاب استراتيجية strategy games**: وهي العاب كما يشير اسمها إلى حاجتها لقدرات خاصة عند اللاعب من المعرفة والتفكير لا مجرد التحكم والتحرك كما في الألعاب الأخرى، ومنها لعبة Sid Mire s civilisation فاللاعب هنا عليه أن يستعمل الموارد التي لديه بعناية ويتحكم في مواطنين ورغباتهم ووحدات عسكرية.

3. **العاب قتالية fighting games**: هي العاب تعتمد على مواجهات قتالية اعتمادا على فنون القتال اليدوية كالملاكمة مثلا أو الكاراتيه ومختلف فنون القتال الآسيوية، ولا يوجد آخر أو لاعب افتراضي مبرمج من قبل اللعبة والهدف فيها هو أما قتل المنافس أو هزيمته.

(ريم خميس مهدي، 2020: 232).

### 3- تصنيف الألعاب الإلكترونية من حيث الفئة المستهدفة والهدف منها ثلاثة أنواع رئيسية وهي:

- أ- **العاب الذكاء:** يركز مضمون هذه الألعاب على العقل والتفكير المنطقي في اتخاذ القرارات، وتحتاج إلى تفكير كبير للتعامل معها مثل لعبة الشطرنج الإلكترونية.
- ب- **العاب الإثارة والمتعة:** ونسعى هذه الألعاب لتقديم التسلية وملئ أوقات الفراغ، وترتكز على تفاعل اللاعبين معها حيث تدرج مستوياتها من السهولة للصعوبة، وما يميزها عن غيرها أنها جذابة بشكل كبير لكثرة استخدامها للصور والأصوات مما يستهوي الأطفال.
- ت- **الألعاب التعليمية:** تهدف هذه الألعاب للجمع بين المتعة واللعب والموازنة بينهما، وتقوم بنقل المعلومة لمن يلعبها بأسلوب مسل وتغطي الكثير من المجالات كالرياضيات، والتاريخ والعلوم واللغات وغيرها، ومن الأمثلة عليها الألعاب التي تختص بتعليم الأطفال الحروف والأرقام وكيفية كتابتها.
- (ريم خميس مهدي، 2020، : 177، 118).

### 3. الشروط الضرورية للألعاب الإلكترونية:

أعتبر (Moreno 2008) الشروط الآتية الإلكترونية:

- 1. التكيف:** يجب أن نراعي أنماط التعلم المختلفة للطلاب، واختلاف معلوماتهم السابقة واختلاف توقعاتهم وأهدافهم.
  - 2. المثبرات والاستجابة الايجابية:** وهو أن الموقف التعليمي في اللعبة الإلكترونية التي تعرض على المتعلم يعد مثيرا ويطلب استجابة ايجابية حتى ينتقل إلى خطوة جديدة.
  - 3. التغذية الراجعة والتعزيز الفوري:** بما أن المتعلم يكون قد استجاب للمثير، لذلك فإن اللعبة التعليمية تعرض له النتيجة الفورية وتكون بمثابة التعزيز للمتعم الذي يدفعه لمواصلة اللعب.
- (عبيد فاروق محمود، 2015:19).

**نستج:** مما سبق أنه من الضروري توفر شروط للألعاب الإلكترونية حتى تعمل على التعزيز الايجابي للطفل، ويتم استخدامه لها بشكل إيجابي وفعال.

#### 4. أسباب ودواعي ممارسة الأطفال الألعاب الإلكترونية:

##### 1 - اشتغالها على عدد من عوامل الجذب:

إن الألعاب الإلكترونية بمختلف أنواعها تجذب الأطفال بما توجيه لهم من مسارك في الأدغال أو الفضاء أو توهمهم بدخول عصور ما قبل التاريخ مثل قتال الديناصورات وما لذلك، بالإضافة إلى توظيفها الرسوم والألوان والخيال والمغامرة.

##### 2- تتطلب التأمل والتركيز:

تتنوع أفكار وموضوعات الألعاب الإلكترونية، فأحيانا تقدم اللعبة سباقا للسيارات تتطلب خلالها من الطفل التركيز أثناء القيادة والعمل على تجنب الحواجز قدر الاستطاعة، أو تقدم ألعابا للخيال العلمي في الفضاء أو شخصية بطل خارق على نمط "السوبر مان" يقارع الأشرار ويتغلب على المصاعب.

##### 3- فيها محاكاة للأبطال:

تشكل الألعاب الإلكترونية بالنسبة للطفل إطارا ومجالا يتقمص فيه شخصية بطل يتحرك ويتنقل ويعدل سلوكه، كما يتفاعل ويندمج الطفل في اللعبة مع غيره من أبطال اللعبة، كما أن التداخل والتكامل بين لعقات كالألغام والمتفجرات والعوائق الطبيعية التي يتوجب على كل بطل التعامل معها بفاعلية.

##### 4- توفيرها عالم وهمي افتراضي:

توفر الألعاب الإلكترونية للأطفال عالما وهميا بعيدا عن العالم اليومي الحقيقي، ولكنه محدد في الزمان والمكان ويمثل موقعا ماديا وأحداثا توفر له إمكانية تمثيل ذاته في إطار ما، وذلك من خلال اندماجه ببطل معين أو تحقيق رغباته في العالم الوهمي الافتراضي.

##### 5- تمكينها من السيطرة والتحكم في الأحداث والأشخاص:

إن من الأسباب الكامنة وراء تعلق الأطفال بالألعاب الإلكترونية أنها تمثل جزءا من النشاط الاجتماعي الذي يسعى الطفل من خلاله إلى السيطرة والتحكم في الأحداث والأشخاص على المستوى المحلي والعالمي. (وسام سالم، 2015: 10،9).

ومن هذا يمكن القول أن من الأسباب ودواعي ممارسة الأطفال الألعاب الإلكترونية تجعلهم أكثر جذابا للممارسة هذه الألعاب كما تتطلب منهم التركيز والتأمل كما تجعله يتقمص شخصية اللعبة بإمكانه التحكم والسيطرة في أجزاء اللعبة، وتجعل من الطفل يدخل عالم وهمي افتراضي على العالم الذي يعيشه الحقيقي، وتمكنه من السيطرة وتحكم في الأحداث والأشخاص.

### 5. إيجابيات الألعاب الإلكترونية:

- تساعد هذه الأجهزة الطفل في إمكانية استخدام التقنيات الحديثة، مثل الانترنت وغيرها من الوسائل الحديثة.
- تساعد على التفكير العلمي الذي يتمثل في وجود مشكلة ومن ثم الوصول إلى الحل.
- تعد أيضا إحدى وسائل المنافسة بين الأصدقاء من خلال اللعب بالألعاب متعددة اللاعبين وأنها تساعد اللاعبين في اكتشاف أفكار جديدة.
- تشجع الحلول الإبداعية والتكيف أو التأقلم
- تمكن من تطبيق الآراء والأفكار المهمة في وقائع وأحداث الحياة الحقيقية.
- كما أن ممارسة الألعاب الإلكترونية هو عمل منتج، فهو ينتج مشاعر إيجابية وعلاقات اجتماعية قوية، والرغبة في الانجاز، وفرصة في تنمية القدرة على بناء أعمال مفيدة ومثمرة.
- (هبة مؤيد محمد، 2020، :597،597).
- تقوية الملاحظة لدى الشخص وهو أمر مهم بالنسبة للأطفال، وتساعد أيضا في التركيز والخيال.
- تحسين الفهم والوعي والسرعة في التفكير
- تحسين المهارات الإدراكية الحسية مثل حركات العين واليد والتنسيق بينهما والتركيز.
- القيام بعدة مهام في آن واحد.
- المعالجة العقلية للأجسام ثلاثية الأبعاد وتنمية الذاكرة.
- الألعاب الإلكترونية قادرة على تعليم الطفل واكتشاف ماحوله وإشباع خياله بطريقة حيوية من خلال
- توظيف هذه التقنية الحديثة للانخراط بالمجتمع أكثر. (منير قلهوز وفاطمة عرقابي، 2020:117).

### سلبيات الألعاب الإلكترونية:

- التأثير الضار على الذاكرة على المدى الطويل.
- إصابة الأطفال بانطواء والكآبة، خاصة عند وصول الطفل لحد الإدمان.
- تنمية مهارات العنف والعدوانية.
- التركيز على التسلية والاستمتاع أكثر من التعليم.
- تعليم أساليب ارتكاب الجريمة
- إصابة الطفل بالتوحد والعزلة، وصعوبة التواصل مع المجتمع.
- التأثير الضار على العيون وضعف النظر، المخ.
- تعليم أمور النصب والاحتيال.

- التأثير على التحصيل الأكاديمي في حالة الإدمان عليها.
  - أضرار صحية مثل: آلام الرقبة والظهر وضعف النظر والتأثير على نمو العظام وكذلك سوء التغذية.
- (منير قلهوز وفاطمة عرقابي، 2020: 117).

**ومنه نستنتج:** أن الألعاب الإلكترونية تحتوي على آثار سلبية من خلال تنمية العنف والعوانية، كما تؤثر على صحة الفرد مثل سوء التغذية وهذا من قضاء وقت أطول أمام أجهزة الكمبيوتر أو الهاتف للعب، كما لا ننكر دورها في الآثار الإيجابية تساعد الطفل على التفكير العلمي الذي يحتوي على مشكلة وتجعله يصل للحل، كما تزيد من سرعة الوعي والتفكير، وتعمل على التآزر الحس حركي مثال: ذلك أثناء لعب لعبة معينة نجد الطفل تركيز العينين في الشاشة وأطراف أصابعه على لوحة مفاتيح الهاتف أو الكمبيوتر وعقله في انتباه تام للفوز.

## 6. آليات الوقاية من مخاطر الألعاب الإلكترونية:

**1 على سعيد الأسرة:** إن دور الأسرة كبير في توجيه وترشيد وقت الأبناء بحيث يكون محدد ومتقنا عليه بما في ذلك الوقت المخصص للألعاب، ولاشك أن الأسرة تعتبر منطقة الدفاع الأولى لكل سلوك أو عادات وافدة ودخيلة على المجتمع، فمن خلال التربية الصحيحة يمكن الحفاظ على التقاليد والقيم الإسلامية المستمدة من الكتاب والسنة، حيث أن الوالدين هما خير من يقوم بهذه المهمة الصعبة، وذلك بإدراك مخاطر وسلبيات اقتناء أبنائهما لبعض الألعاب الإلكترونية وفحص محتوياتها والتحكم في عرضها مع قيامهما قبل كل شي بزرع القيم والمبادئ في نفوس وعقول أبنائهم من خلال تربيتهم تربية واعية ومراقبة مستمرة.

كما ينبغي للأولياء أن يراعوا الموازنة بين أوقات الجد واللعب لأطفالهم وأن يعلموهم التوسط والاعتدال والتعود على أن لكل شي وقت محدد خاص به، ويجب أن تكون الألعاب التربوية مناسبة لأعمار أبنائهم وخالية من أي محتوى يخل بدينهم وصحتهم الجسمية والعاطفية والنفسية، وأن تكون مدة عرضها ومشاهدتها محدودة، ويجب الابتعاد عن ممارسة الألعاب التي تفسد العقل والبدن.

وعلى الأسرة أن تشارك طفلها في الألعاب كوسيلة أساسية للحد من أثر العنف الألعاب على سلوك الطفل، وأن تنمي لدى أبنائها حب القراءة وخاصة القصص الهادفة التي تربط الأطفال بتاريخهم وبقضايا أمتهم، ومن ثم تشجيعهم على ممارسة هواياتهم كالرسم والخط والأشغال اليدوية، وممارسة الألعاب الحركية والجماعية التي تنمي روح التعاون مع الجماعة، ويكتسب فيها مهارات ومعلومات وخبرات ثمينة مثل كرة القدم وكرة الطائرة وكرة السلة..لخ والألعاب التركيب والصور المتقطعة وغيرها. ويجب تنظيم



الوقت المخصص لترفيه الطفل بين ممارسة الألعاب الإلكترونية (الافتراضية) وممارسة الرياضة الحقيقية مثل السباحة ولعب الكرة بأنواعها والرحلات وغيرها من الأنشطة التي تعود بالفائدة على الطفل من الناحية الجسمية والنفسية والعقلية.

**2 على صعيد المدرسة:** يجب أن تقوم المدرسة بتوعية الأطفال بأضرار استخدام الألعاب الإلكترونية ذات المحتوى السابي على الصعيد الصحي والسلوكي والنفسي والتربوي، وإقناعهم بعدم شراء تلك الألعاب التي يتعارض الكثير منها مع قيم وأخلاق المجتمع، ومصادر الألعاب التي يتم ضبطها مع الأطفال أثناء الدوام المدرسي، وخاصة تلك التي تساعد على الانحراف الاجتماعي والأخلاقي واتخاذ إجراءات انضباطية رادعة، ويجب كذلك الإكثار من النشاطات المختلفة للأطفال التي تساعد على امتصاص طاقاتهم وتحويل المدارس إلى مراكز نشاطات ثقافية متنوعة أثناء العطل الصيفية وينبغي على التربويين وأولياء الأمور الإحاطة بأهم الجوانب الايجابية والجوانب السلبية للألعاب الإلكترونية وذلك بهدف العمل على تعزيز الجوانب الايجابية والحد من أثار الجوانب السلبية في المدرسة والبيت وخارج المنزل.

**3 على الصعيد أجهزة الرقابة:** يقع على عاتق أجهزة الرقابة التحري المستمر عن أداء مراكز الألعاب ومراقبة ما تقدمه من العاب ضارة وتنسم بالعنف وتساعد على الاتحراف وتتعارض مع أخلاق وقيم المجتمع.

ويستحسن تحديد سن الشخص المسموح له بدخول هذه المراكز واستخدام تلك الألعاب، لذا من الضروري سن قوانين وتعليمات تمنع دخول الأطفال دون سن 16 سنة من الدخول إلى مراكز الجهات المسؤولة القيام بعمل مراقبة على ما يطرح في الأسواق من العاب الكترونية، كما يحدث مع أشرطة الفيديو والكتب وغيرها.

**4 على الصعيد الصحي:** لتقليل الأضرار الصحية للألعاب الإلكترونية وحماية الأطفال ينصح خبراء الصحة بأن لا تزيد مدة اللعب عن ساعتين يوميا شريطة أن يأخذ الشخص فترات راحة كل 15 دقيقة، وان لا تقل المسافة بين الطفل وشاشة الكمبيوتر عن 70سم، وأن أبعاد الأطفال عن الألعاب الكمبيوتر الاهتزازية حتى يتجنبوا الإصابة المبكرة بأمراض عضلية خطيرة كارتعاش الذراعين، كما يجب استخدام الأدوات المطابقة للمواصفات العلمية كأن يكون حامل الكمبيوتر متناسبا مع حجم الطفل وكمية الإضاءة المناسبة ومقاعد الجلوس جيدة ومريحة.

(بلعيد محمد أمين ودرديش أحمد، 2020: 77، 78).

**نستنتج:** من خلال ماتم ذكره أن الأسرة لها دور الأول الكبير في توجيه وإرشاد أبنائها، من خلال تخصيص الوقت المناسب للاستخدام الأمثل للألعاب الإلكترونية لأن الأسرة أكثر سندا لأبنائها ومراعاتهم كما لا ننكر، دور المدرسة التي تقوم بتوعية الأطفال بأضرار استخدام الألعاب الإلكترونية من خلال إقامة حملات تحسيسية للوقاية من مخاطرها، كما أجهزة الرقابة يجب أن يحدد سن الشخص المسموح له بدخول لهذه الأجهزة مع وضع سن قوانين وتعليمات تمنع دخول الأطفال دون سن 16 سنة، بالإضافة على الصعيد الصحي ينصح الخبراء الصحة بأن لأتزيد مدة اللعب عن ساعتين يوميا شريطة أن يأخذ الشخص فترات راحة كل 15د لأن الصحة أساس الفرد بها يقوم بمختلف الوظائف الحياتية فلا بد من الحفاظ عليها.

### 7. بدائل الألعاب الإلكترونية:

ينصح الخبراء والمتخصصين الآباء والأمهات بعدم ترك الأبناء بالساعات دون مراقبة أو متابعة لما يشاهدونه ويؤثر عليهم بالبحث عن بدائل للتغلب على إدمان الأطفال لمثل هذه الألعاب والتي أصبحت هوس فهناك مجموعة أفكار يمكنك استخدامها كبديل نذكر منها:

- التشجيع على القراءة بالقصص الشيقة للأطفال وكتب مصورة جذابة من خلال مكتبة صغيرة بالمنزل تضم مجموعة قصص وكتب مصورة وملونة تجذب الطفل.
- توفير ألعاب تنمية المهارات الحسابية ومهارات التحليل الإبداعي ومهارات طفلك الإدراكية والتي ستعمل على تنشيط قدراته اللغوية المختلفة فهناك ألعاب ستعلم طفلك تمييز الحروف والكلمات.
- جلسات تحفيظ القرآن والخروج للصلاة في المسجد.
- مشاركة الأم في الأعمال المنزلية ومكافئتهم بعدها.
- يمكن استخدام الفيديوهات التعليمية كبديل تحكى قصص دينية مصورة أو دروس هادفة للأطفال.
- قضاء وقت الفراغ في النادي وممارسة رياضة كرة القدم أو السباحة أو التنس أو ركوب الدرجات واشتراكهم في مراكز للأنشطة التدريبية.
- محاولة اكتشاف مواهبهم ودعمهم لتطويرها وتنمية المهارة لديهم وتوفير وسائل للتسلية والترفيه مثل الرسم أو عزف الموسيقى وتوفير أدواتها مثل الأراج أو الجيتار فهمي ستنشغل ساعات طويلة من وقته في هواية يحبها.
- شراء النبات والأزهار أو حيوان أليف وتكليفه العناية والاهتمام به. (رهاب همام، 2018).

## خلاصة الفصل:

مما سبق نستنتج أن الألعاب الإلكترونية من أهم الألعاب المحببة لدى الأطفال في الوقت الحاضر حيث نجدها متاحة عبر عدة وسائط وأجهزة إلكترونية مختلفة، فهي ألعاب تجذب مستخدميها من خلال مميزاتة الجذابة كالصور والألوان والموسيقى وغير ذلك، حيث أصبحت ظاهرة اجتماعية نظرا لتسعيها وتغلغلها في أوساط المجتمع خاصة لدى فئة الأطفال، ولا يمكن الاستغناء عنها في كل مكان ولا زمان.

# الفصل الثالث

## التوافق النفسي

**تمهيد:**

يعد التوافق من المواضيع الهامة في علم النفس، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية، ويعتبر التوافق النفسي صورة ملحة خاصة في مرحلة المراهقة، لما يمر به المراهق من تغيرات، في مراحل نموه، فيؤكد الباحثين وعلماء النفس أن شخصية الفرد وسلوكه يتأثر في مرحلة الرشد بالتجارب الأولى وبأسلوب التربية والظروف البيئية المحيطة. فإذا توافق معها فإنه يستطيع التوافق في أي مجتمع وفي أي مرحلة من مراحل النمو، حيث يشار للتوافق النفسي بأنه الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته، وهو نجاح الفرد في التوفيق بين دوافعه والتحكم فيها وحسم صراعاتها. وبناء على هذا حصصنا هذا الفصل من الدراسة إلى التعريف بموضوع التوافق النفسي بشيء من التفصيل، وتوضيح أبعاده ومختلف النظريات التي تناولته ز إبراز عوامل تحقيق التوافق والالتزان النفسي من خلال استخدام الألعاب الالكترونية .

## أولاً : التوافق

## 1. تعريف التوافق

## أ. لغة:

ورد في لسان العرب لابن منظور أن "وَقَقَ الشيء ما لاعمه، وقد وافقه موافقةً ووفاقاً واتفق معه وتوافقاً".

(ابن منظور، ص 346)

## ب. اصطلاحاً :

ويرى مصطفى فهمي "أن التوافق لغوياً كلمة تعني التآلف والتقارب واجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر، والتصادم، وهو غير الاتفاق، الذي يعني المطابقة التامة". (فهمي مصطفى، 1970 : 11)

المعجم الشامل للمصطلحات السيكولوجية والتحليل النفسي : (أنجلش أنجلش 1958 ) يعرف التوافق "بأنه حالة من العلاقة المتألفة مع البيئة حيث يكون الشخص قادراً على الحصول على إشباع أكبر قدر من حاجاته وعلى أن يواجه كافة المتطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه".

(عبد الحميد محمد شانلي 2001 ، : 92 )

ويتفق هذا التعريف مع تعريف معجم العلوم السلوكية " لولمان 1973 " والذي يرى أن التوافق :

هو علاقة متسقة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد، ومواجهة معظم متطلبات الجسمية والاجتماعية التي تفر نفسها عليه، وهو التغيرات التي تحدث في السلوك والتي تقتضي إشباع الحاجات ومواجهة المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة متسقة مع البيئة

(عبد الحميد محمد شانلي، 2001 : 74).

تعريف لا زاروس " :التوافق هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على متطلبات والضغوط المتعددة . (رمضان محمد القدافي، 1998: 109)

يشير هذا التعريف إلى أن التوافق هو عبارة عن العمليات النفسية التي يمكن أن يستعين بها الفرد

من أجل مواجهة مختلف المواقف التي يمكن أن يتعرض لها. ( بن سيتي، 2017: 10)

وتعرفه دائرة المعارف النفسية ايزنك وآخرون 1975 على انه " :هو حالة يتم فيها إشباع حاجات

الفرد من جانب، ومطالب البيئة من جانب آخر وهي تعني الاتساق بين الفرد والبيئة الاجتماعية".

ويعرفه عزت راجح 1973 على النحو التالي " :التوافق حالة التواءم والانسجام بين الفرد وبيئته،

ويظهر ذلك في قدرته على إشباع أغلب حاجاته، وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية

والاجتماعية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً أو مشكلة مادية أو اجتماعية أو خلقية أو صراعاً نفسياً، تغييراً يتناسب مع هذه الظروف الجديدة." ويعرفه مصطفى فهمي " : 1979 العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى تغيير سلوكه، ويحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى، والبيئة هنا تشمل المؤثرات والإمكانات للحصول على الاستقرار النفسي والبدني في معيشتها ولهذه البيئة ثلاث جوانب : البيئة الطبيعية والمادية، البيئة الاجتماعية ثم الفرد ومكوناته واستعداداته وميوله وفكرته عن نفسه. (بن سيني، 2017: 81 )

التوافق هو الطريقة التي بواسطتها يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته.

(صبري محمد علي، 2004: 124).

عملية التوافق ليست عملية جامدة ثابتة تحدث في موقف معين أو فترة معينة بل أنها عملية مستمرة دائمة، فعلى الفرد أن يواجه سلسلة لا تنتهي من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يؤدي إلى خفض التوتر وإعادة الاتزان والاحتفاظ بالعلاقة مع البيئة، هذه العلاقة أي مثير داخلي أو خارجي وهو ما تعنيه عندما نقول أن عملية التوافق عملية ديناميكية وظيفية .

(صبري محمد علي، 2004: 126/125)

نستخلص من خلال التعاريف أن مفهوم التوافق هو عملية ديناميكية يقوم بها الفرد بصفة مستمرة في محاولاته لتحقيق التوافق بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين بيئته التي يعيش فيها، ويتحقق هذا التوافق بان يقوم الفرد بتغيير سلوكه للمؤثرات المختلفة للوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي، والتكيف الاجتماعي مع بيئته .

## 2. بعض المفاهيم المتعلقة بالتوافق

ترجع الأصول المبكرة لمفهوم التوافق إلى علم الحيوان البيولوجي وهو يستخدم دائماً في علم الحيوان باسم التكيف **Adaptation**، وقد استعار علماء النفس مفهوم التكيف وأعادوا تسميته بالتوافق **Adjustment** . (محمود السيد وآخرون، 1990، : 674)

فهذا المفهوم في الأصل هو مفهوم بيولوجي، يعني قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع ظروف البيئة وما يطرأ عليها من تغيرات بحيث تتحقق المحافظة على الحياة. (مخيمر، 1984 : 11 )

هذا وقد اختلف موقف المتخصصين في علم النفس من مصطلح التوافق والتكيف فمنهم من يساوي بين التوافق والتكيف: "هو عبارة عن تلك العمليات الدينامية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير من سلوكه ليحدث توافقاً أكثر بينه وبين البيئة". (فهمي مصطفى، 1979 : 23)

ومنهم من يفرق بين التكيف والتوافق فيرى كاتل **Cattel** أن مصطلح التكيف يستخدم عادة بمعنى اجتماعي، بينما التوافق يعني العمليات النفسية البنائية. (Cattel، 1950: 10)

ومنهم من يرى أن التوافق أعم من التكيف: "التوافق أعم من التكيف ويكاد معناه يكون قاصرا على النواحي النفسية والاجتماعية، بينما التكيف يختص بالنواحي الفسيولوجية وبذلك تصبح عملية تغيير الفرد لسلوكه ليتسق مع غيره، وذلك بإتباعه للعادات والتقاليد وخضوعه للالتزامات الاجتماعية لعملية التوافق، وتصبح عملية تغيير حدقة العين وذلك باتساعها في الظلام وضيقها في الضوء الشديد عملية تكيف

(البهي السيد، 1975: 16)

ومنهم من يربط مفهوم التوافق بالصحة النفسية، حيث يرى عبد المنعم حنفي أن الصحة النفسية هي حالة من التوافق مع الظروف التي يعيشها الفرد مع العالم الذي يحيط به ويشعر فيه بأنه راضي وسعيد بأحواله، ومتصالح مع الواقع، ويسيطر على انفعالاته وبها يستطيع أن يستغل قدراته الاستغلال الأمثل لصالح نفسه وصالح الناس من حوله. (حنفي، 1999، ص 09)

وينظر للصحة النفسية على أنها حالة فردية من الإحساس بالعافية، ويكون فيها الفرد قادرا على تحقيق التوافق بطريقة مناسبة بين المتطلبات الجسدية الداخلية والمتطلبات الخارجية للبيئة.

(رضوان، 2002، ص 23)

رغم الخلط الواضح بين مصطلحات (التوافق والتكيف والصحة النفسية) إلا أن هذه المصطلحات مترابطة ببعضها، لكن الصحة النفسية أكثر عمومية من التوافق والتكيف وهما بدورهما مظهران يدلان عليها. وبناءا عليه فإن الشخص المتمتع بقدر من الصحة النفسية إذا تعرض لصعوبة ما سيتكيف مع وضعه الطارئ، دون أن يجعل هذا الطرف معوقا، وسوف يتخذ أساليب توافقية تحقق له الإشباع لحاجاته وتدعمه نفسيا ليصبح قانعا ومستقرا رغم معاناته.

## ثانيا : التوافق النفسي

### 1. مفهوم التوافق النفسي

• يعرف هو تلك العلاقة التي يحقق بها الفرد حالة من الاتزان مع نفسه، كما يحقق بها أيضا حالة من الاتزان مع المحيط الخارجي، ويظهر هذا الاتزان من خلال تقبله للآخرين من أفراد أسرته ومدرسته بوجه عام.

(عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001: 55)

• التوافق النفسي عملية مستمر، كلما تعرض الفرد لمواقف خطيرة كلما يسعى إلى التخفيض من التوتر الذي قد ينتج ذلك الموقف، هذا ما عبر عنه الصفيطي في قوله: " التوافق النفسي لا يتم مرة واحدة



وبصفة نهائية بل انه عملية مستمرة باستمرار الحياة وذلك لان الحياة سلسلة من الحاجات يحاول الفرد إشباعها فكلما توترت تهدد اتزان الكائن بالضيق والفرد يسعى جاهدا لإزالة هذه التوترات لإعادة الاتزان من جديد "

(مصطفى فهمي، 1979: 23)

• الفرد المتوافق نفسيا نجده " راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافر منها أو ساخط عليها أو غير واثقا منها كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوتر والصراعات النفسية التي يقترن بمشاعر الذنب والقلق (محمد مصطفى الصفي، بدون سنة: 5)

• جابلن Ghaplin: علاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية .

• يعرفه داود هو سعي الإنسان لتنظيم حياته وحل صراعات ومواجهة مشكلاته من إشباعها وإحباطا وصولا إلى الصحة النفسية . (صالح حسن الدايري، 2008: 15)

• التوافق النفسي هو حصيلة لجهود الإنسان تتضمن خبراته الماضية والحاضرة للانطلاق نحو المستقبل (صالح حسن الدايري، 2008: 16).

• معجم العلوم السلوكية ولما عرف التوافق النفسي على أنه " التغيرات في السلوك التي يقتضيها إشباع الحاجات ومواجهته المتطلبات حتى يستطيع الفرد أن يقيم علاقة منسقة مع البيئة، تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد ومواجهة معظم متطلباته الجسمية والاجتماعية التي تفرض نفسها عليه. (موسى صالح حسن أبكر، 2018: 7)

• يعرف مصطفى فهمي التوافق النفسي هو " تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف لها الفرد إلى أن يغير من سلوكه، لبحث عن علاقة أكثر توافقا بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى. (مصطفى فهمي، 1979: 21 - 22)

• يعرف حامد عبد السلام زهران " التوافق النفسي عملي ودينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية ) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته (عبد الرحمن، نجوى أبوبكر، 2018: 131).

• وينظر البعض إلى الصحة النفسية باعتبارها عملية التوافق النفسي، ويتحدد ما إذا كان التوافق سليماً أو غير سليم تبعاً لمدى نجاح الأساليب التي يتبعها الفرد للوصول إلى حالة التوازن النسبي مع بيئته، ونجاح عملية التوافق النفسي يؤدي إلى حالة التوافق النفسي التي تعتبر قلب الصحة النفسية.

(زهران، حامد عبد السلام، 2005: 28)

نستنتج من خلال التعاريف أن التوافق النفسي عملية دينامية مستمرة يحاول فيها الفرد تحقيق قدر من الاتزان والرضا والتواءم والانسجام مع ذاته، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات الحياة .

## 2. أهمية دراسة التوافق النفسي

لدراسة التوافق فوائد تطبيقية عديدة تبدو في الميادين الآتية :

**1. ميدان التربية:** يمثل التوافق الجيد مؤشرا ايجابيا أو دافعا قويا يدفع التلاميذ إلى التحصيل من ناحية ويرغبهم في المدرسة ويساعدهم على إقامة علاقات متناغمة مع زملائهم ومعلميهم من ناحية أخرى، بل يجعل العملية التعليمية خبرة ممتعة وجذابة والعكس صحيح، فالتلاميذ سيئو التوافق يعانون من التوتر النفسي ويعبرون عن توتراتهم النفسية بطرق متعددة كإستجابات التردد والقلق أو بمسالك العنف في اللعب والأنانية والتمركز حول الذات وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ النابية في التعامل مع الآخرين وكراهية المدرسة والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل اللجاجة والتعلم وقضم الأظافر والميول الانسحابية والخجل وتنعكس كل تلك المشكلات بالطبع في انخفاض التحصيل الذي هو جوهر عملية التعليم. (صبري محمد علي، 2004: 128)

**2. ميدان الصناعة :** أن التوافق الجيد للعمال أمر ضروري لزيادة الإنتاج كما لا يمكن التقليل من شأن العلاقة الايجابية ومشاعر الحب والود مع الزملاء والرؤساء والمشرفين.

وتأثير ذلك كله في كمية نوعية الإنتاج وبالتالي فإن سوء التوافق الناتج عن سيادة الروح العدائية أو الكراهية تجاه الرؤساء نتيجة لأساليب الإدارة الدكتاتورية والشعور بالظلم أو هضم الحقوق أو محاباة البعض على حساب البعض الآخر أو العجز عن إقامة علاقات طيبة مع الزملاء أو العمل في ظل ظروف طبيعية غير مناسبة . (صبري محمد علي، 2004: 128)

**3. ميدان الصحة النفسية:** أن سوء التوافق يمثل واحداً من الأسباب الرئيسية التي تؤدي إلى الاضطراب النفسي بأشكاله المختلفة وهي مجموعة الأسباب التي تطلق عليها الأسباب المرسبة، ومن هناك فأن دراسة الشخصية قبل المرض، ومدى توافق الفرد مع أسرته وزملائه ومجتمعه تمثل نقطة هامة من نقاط الفحص النفسي والطبي للوصول إلى تشخيص الحالة المرضية، وبالتالي فإننا نتوقع أن الأشخاص سيؤ التوافق أكثر من غيرهم عرضة للتوتر والقلق والاضطراب النفسي .

(صبري محمد علي، 2004: 129)

### 3. أبعاد التوافق النفسي

#### • التوافق الشخصي:

يتمثل في إشباع الفرد لحاجاته النفسية، وفهمه لذاته فهماً واقعياً، وتقبله لذاته واحترامها، ثقته بنفسه، تحمله المسؤولية، قدرته على اتخاذ القرار، حل لمشكلاته، وتحقيق أهدافه .

(حسين دوسة، صالح حسن أبكر، 2018 : 10).

ويقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقاً يرضيها جميعاً إرضاءً متزنًا، كما يجدر الإشارة إلى أنه غالباً ما يسوء التوافق الاجتماعي للفرد إذا ساء توافقه الذاتي.

(عوض، 1989 : 28-29)

ويتضمن التوافق الشخصي الاعتماد على النفس، الإحساس بالقيمة الذاتية، الشعور بالحرية والقدرة على توجيه السلوك دون تدخل أو سيطرة من الآخرين، الشعور بالانتماء التحرر من الميل للعزلة، والانطواء والخلو من الأعراض العصبية.

(حسيب، 2006 : 21)

#### • التوافق الانفعالي:

يعرف بقدرة السيطرة على الانفعالات واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية .

(حسيب، 2006 : 10).

ويتمثل في الذكاء الانفعالي، والهدوء، والاستقرار، والثبات، والضبط الانفعالي والسلوك الانفعالي الناضج، والتعبير الانفعالي المناسب لمثيرات الانفعال، والتماسك في مواجهة الصدمات الانفعالية وحل المشكلات الانفعالية.

(سرى، 2000 : 37)

• **التوافق الاجتماعي :** ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع، مسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق التوافق الاجتماعي .

(حسين دوسة، صالح حسن أبكر، 2018 : 11).

إن الحياة سلسلة من عمليات التوافق التي يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المركب الذي ينتج عن حاجاته وقدرته على إشباع هذه الحاجات، ولكي يكون الإنسان سوياً ينبغي أن يكون توافقه مرناً وينبغي أن تكون لديه القدرة على استجابات متنوعة تلائم المواقف وتتجح في تحقيق دوافعه.

(الداهري، 2008: 69)

#### 4. معايير ومؤشرات التوافق النفسي

لقد حدد " لا زاروس lazawus " : وشافر معايير التوافق النفسي كالآتي

- **الراحة النفسية** : يقصد بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاهما نفسه وبقراها المجتمع.
- **الكفاية في العمل** : تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهارته، من أهم دلائل الصحة النفسية. فالفرد الذي يزول مهنة أو عملاً فنياً، تتاح له الفرصة لاستغلال كل قدراته، وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحق له الرضا والسعادة النفسية.
- **مدى استمتاع الفرد بالعلاقات الاجتماعية** : إن بعض الأفراد أقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية، وعلى الاحتفاظ بالصدقات والروابط.
- **الشعور بالسعادة** : الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، وهي شخصية خالية من الصراع أو المشاكل.
- **القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية** : إن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته، أو يكون قادراً على إشباع بع حاجاته، ولديه القدرة على ضبط ذاته وعلى إدراك عواقب الأمور.
- **ثبات اتجاه الفرد** : إن ثبات اتجاهات الفرد تعتمد على التكامل في الشخصية وكذلك على الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.
- **الأعراض الجسمية** : في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق دوماً يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، فالمطلب السيكوموماتي (النفس جسمي) يؤكد لنا كثيراً من الاضطرابات الفيزيولوجية تكون ناتجة أساساً من الاضطراب في الوظائف النفسية.
- **اتخاذ أهداف واقعية** : الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهداف ومستويات لطموح، ويسعى للوصول إليها حتى ولو كانت تبدو له في أغلب الأحيان بعيدة المنال. فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال، بل بذل الجهد والعمل المستمر في، سبيل تحقيق الأهداف.

( بلحاج فروجة، 2011: 117 - 118 )

يمكن أن نحدد بعض المؤشرات التي تشير إلى التوافق، وكالآتي :

- أن تكون نظرة الإنسان إلى الحياة نظرة واقعية .
- أن تكون طموحات الشخص بمستوى إمكاناته.
- الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص .
- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من السمات الشخصية من أهمها : الثبات الانفعالي واتساق الأفق والتفكير العلمي والمسؤولية الاجتماعية والمرونة، وأن يكون مفهومه عن ذاته متطابقاً مع واقعته أو كما يدركه الآخرون عنه.
- أن تتوافر لدى الشخص مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الايجابية التي تبني المجتمع كاحترام العلم وأداء الواجب واحترام الزمن وتقديرات التراث.....إلخ. (صالح حسن الداھري، 2008: 16/17)

### 5.مجالات التوافق النفسي

ذكر اشرف عبد الغني شريت أن هنالك دروب مختلفة للتوافق تبدو في قدرة الفرد على أن توافق توافقاً سليماً وان يتواءم مع بيئته الاجتماعية أو المهنية وتتمثل مجالات التوافق في الآتي:

#### • التوافق العقلي

عناصر التوافق العقلي هي الإدراك الحسي والتعليم والتذكر والتفكير والذكاء والاستعدادات ويتحقق التوافق العقلي كل هذه الأبعاد بدوره كاملاً ومتعاوناً مع بقية العناصر ( صبره، شريت، 2004: 129).

#### • التوافق الديني

فهو جزء من التركيب النفسي للفرد وكثيراً ما يكون مسرحاً للتعبير عن صراعات داخلية عنيفة مثال ذلك ما نجده عند كثير من الشباب أصحاب الاتجاهات الإلحادية والتعصبية، ويتحقق التوافق الديني بالإيمان الصادق، ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة ويعمل على تنظيم المعاملات بين الناس وذواثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها فهو يرضي حاجة الإنسان إلى الأمن أما إذا فشل الإنسان في التمسك به ساءت وافق هو اضطراب تنفسه وأصبح مهياً للقلق. (صبره، شريت، 2004: 130 - 129)

#### • التوافق السياسي :

يتحقق التوافق السياسي عندما يعتقد الفرد المبادئ الأساسية التي تتمشى مع تلك التي يعتنقها المجتمع أو يوافق عليها اي عندما يساير معايير الجماعة التي يعيش فيها وإذا ما خالف تلك المعايير تعرض لكثير من الضغوط المادية والنفسية أو قد ينشأ لديه صراع داخلي يعوق إشباع كثير من حاجاته ويصيبه التوتر والقلق وعليه أن يساير الجماعة أو يغير مبادئه السياسية أوان يوفق بينها وبين تلك التي

تسود مجتمعه أو أن يقيم هذا المبادئ والأفكار أو أن ينقل إلى المجتمع آخر يرحب بمبادئه حتى يتحقق له التوافق بينه وبين مجتمعه. (صبره، شريت، 2004: 130)

• التوافق الجنسي :

يلعب الجنس دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد لماله من اثر على سلوك هو على صحته النفسية وان النشاط الجنسي يشبع كلاً من الحاجات البيولوجية والسلوكية وكثيراً من الحاجات الشخصية والاجتماعية مصدراً للصراع والتوتر الشديد ينو تختلف الطريقة التي تشبع بها إلا حاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافاً واسعاً بالاختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الفرد ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلاً على سوء التوافق العام للفرد. (صبره، شريت، 2004: 130)

• التوافق الزواجي :

كما يتضمن السعادة الزوجية والرضا الزواجي ويتمثل في اختيار المناسب للزواج والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي. (محمد علي، شريت، 2004: 130)

وهو قدرة كل من الزوجين على العيش معاً، في سلام ووثام وحبّ وتعاطف وتكاتف في مواجهة صعوبات الحياة الزوجية، وحسن قيام كل منهما بدوره كأبّ أو كأمّ. (شحاتة، 2005، ص73)

• التوافق الأسري

يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات مع الوالدين حيث تسود المحبة والاحترام المتبادل بين أفراد الأسرة جميعهم ويمتد التوافق الأسري ليشمل كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية.

(محمد علي، شريت، 2004: 131)

• التوافق الاقتصادي

أن التغيير الاقتصادي المفاجئ بالارتفاع والانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يحدث اضطراباً عميق في أساليب توافق الفرد ويلعب حد الإشباع دوراً بالغ الأهمية في تحديد شعور الفرد الرضي أو الإحباط فيتغلب على الفرد طابع بالحرمان والإحباط إذا كان حد الإشباع عنده منخفضاً ويغلب عليه الشعور بالرضاء إذا كان حد الإشباع عنده مرتفعاً. (صبره، شريت، 2004: 131)

• التوافق التروحي :

يقوم في حقيقته على إمكانية التخلص مؤقتاً من أعباء العمل ومسؤولياته أو التفكير فيه خارج مكان العمل، والتصرف في الوقت بحرية، وممارسة السلوك الحر التلقائي، الذي يحقق فيه الفرد فرديته ويمارس فيه هواياته رياضية كانت أم عقلية، أو تروحية، ويتحقق بذلك الاستجمام. (صبره، شريت، 2004: 131)

• التوافق المدرسي

حالة تبدو في العملية المستمر التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد دراسية والنجاح فيها وتحقيق التلائم بينها وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية، فالتوافق الدراسي تبعاً لهذا المفهوم قدرة مركبة، تتوقف على بعدين أساسيين، بعد عقلي وبعد اجتماعي، هي آذن يتوقف لي كفاية إنتاجية وعلاقات إنسانية، أما المكونات الأساسية للبيئة الدراسية فهي الأساتذة والزلاء وأوجه النشاط الاجتماعي ومواد الدراسة والوقت الدراسة ووقت الفراغ ووقت المذاكرة وطرق الاستنكار. (صبره، شريت، 2004: 131)

• التوافق المهني

يتضمن الرضاء عن العمل ارضاه الآخر ينفي هو يتمثل في الاختيار المناسب للمهنة عن قدرة وإقناع شخصي والاستعداد لها علمياً وتدريباً والدخول فيها والصلاحية المهنية والكفاءة والإنتاج والشعور بالنجاح والعلاقات الحسنة مع الرؤساء والرؤساء، والتغلب على المشكلات ولا ينبغي أن نتصور أن التوافق يعني هو توافق الفرد لواجبات عمله المحدودة، وذلك أن التوافق المهني يعني أيضاً توافق الفرد لبيئة العمل. (صبره، شريت، 2004: 131).

6. نظريات المفسرة لعملية التوافق النفسي

أدرك الباحثون مدى أهمية التوافق النفسي في حياة الفرد وذلك من خلال تفاعله وتكيفه في المجتمع ومع مختلف الظروف التي تواجهه، لذا تم وضع نظريات فسرت مدى أهمية التوافق النفسي ومدى تأثيره في حياة الفرد، ومن هذه النظريات نجد:

• النظرية البيولوجية الطبية :

من مؤسسها الباحثين " داروين، مندل، كالمان، جالتون، تركز هذه النظرية على النواحي البيولوجية للتوافق حيث ترى أن كل أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة بالمخ، وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها الموروثة ومنها المكتسبة خلال مراحل الحياة الفرد من إصابات

واضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط، أو يعود إلى اضطرابات نفسية التي تؤثر على التوازن الهرموني للفرد نتيجة تعرضه للضغوطات.

يرى أصحاب هذه النظرية أن عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية وبالتالي التوافق التام للفرد (التوافق الجسمي) أي سلامة وظائف الجسم المختلفة ويقصد بالتوافق في ظل هذه النظرية انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني أو نشاط أو وظيفة من وظائف الجسم.

(حسين دوسة، صالح حسن أبكر، 2018: 9)

#### • نظرية التحليل النفسي:

هذه المدرسة تؤكد على وجود حياة نفسية لا شعورية غير الحياة الشعورية التي يعيشها الفرد، كما تؤكد أن الفرد يولد مزودا بغرائز ودوافع معينة، وأصحاب مدرسة التحليل النفسي يرون أن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات تعقبها إشباعات أو إحباطات كما تفترض هذه المدرسة أن الشخصية تتكون من ثلاثة نظم أساسية: ألهو، الأنا، والأنا الأعلى، وعلى الرغم من أن كل جزء من هذه الأجزاء للشخصية الكلية له دينامياته وخصائصه وميكانيزماته ومبادئه التي يعمل وفقها، فإنها جميعا تتفاعل معا تفاعلا وثيقا بحيث يصعب فصل تأثير كل منها، وأن السلوك في الغالب محصلة تفاعل بين هذه النظم الثلاث، ونادرا ما يعمل أحدها بمفرده دون النظامين الآخرين. (هول، لندسي، ت.ج: فرج وآخرون، 1971: 53)

وتحتل الأنا مكانة حيوية، ففي كلمات فرويد **S.Freud** يقول: "على الذات المسكينة أن تخدم الثلاثة من السادة ألهو، الأنا، الأنا الأعلى والواقع، كما أن عليها أن تفعل كل ما في وسعها لكي توفق بين طلبات الثلاثة"، وكلما كانت الصراعات شديدة كانت الطاقة النفسانية المطلوبة لحل هذه الصراعات أكثر، وتبقى الطاقة النفسانية الأقل للعمليات العقلية العليا، مثل التفكير المنطقي والابتكار. ولأن الأنا تعرف خطر التعبير عن الدوافع البدائية، فهي تعاني من قلق عندما يضغط ألهو عليها بهذه الدوافع البدائية، ولتخفيف حدة القلق يمكن للأنا أن تبعد هذه الدوافع عن الوعي، وتوجهها إلى أساليب مقبولة أو تعبّر عنها مباشرة، وعندما يستسلم الأنا للهو، فإن الأنا العليا تعاقب الذات عن طريق الإحساس بالذنب والدونية. وفي محاولة التوفيق بين ألهو والأنا الأعلى والدوافع فإن الأنا تنمي الحيل الدفاعية التي هي أنماط السلوك التي تخفف التوتر، أما الأعراض الشاذة يمكن أن تنتج من عدم التوفيق بين رغبات ألهو والواقع والأنا العليا. (دافيدوف، ت.ج: الطواب وآخرون، 1992: 585)



إنّ خفض التوتر هو محور تصور مدرسة التحليل النفسي لمفهوم التوافق، وهي ترى بأنّ الشخصية السوية، هي القادرة على الحب والعمل وكذلك القادرة على التعامل مع مبدأ الواقع.

• النظرية السلوكية:

يرى أصحاب المدرسة السلوكية أنّ التوافق نمط من المساييرة الاجتماعية، لأنّ المساييرة الاجتماعية من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة، أي خضوع الفرد لتلك الضغوط الصريحة والضمنية، فيحكم الفرد ويعتقد ويتصرف متّفقا مع أحكام وعقائد وتصرفات الجماعة.

(عثمان، 1974: 6-7).

فالشخص الذي استطاع أن يكون عادات سوية أتاحت من خلال ارتباطات بين مثيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعالية واجتماعية، ودعمت بالإثابة والتكرار فتكونت عادة، والشخصية ليست إلا جهاز العادات التي اكتسبها الفرد، والسلوك الإنساني بهذا الشكل تحدده الأهداف التي يضعها الأفراد أو المجتمع لنشاطهم، وتتمو دوافع الإنسان السلوكية من خلال الخبرة، بالتدرج ينشئ الفرد لنفسه شبكة من الدوافع أو الحاجات تهدي سلوكه وتتراوح من الخصوصية الدقيقة كالحاجة إلى حبّ الأمومة، والعمومية الشاملة كالحاجة إلى العلاقات الإنسانية الطيبة، وبما أنّ الشخصية هي نتاج للتعلّم فإنّ أنواع السلوك الشاذ أو غير المنكّيف يتم تعلمها، فخصوية الفرد تتكون من العادات الإيجابية والسلبية. فالعادات السلبية يتم تعلمها بنفس الطريقة التي تعلم بها العادات الإيجابية أو عن طريق تعزيزها، والشخصية السوية عند السلوكيين رهن بتعلّم عادات صحيحة سليمة، تجنّب اكتساب العادات السلوكية غير الصحيحة أو غير السليمة. (الجماعي، 2007: 101-102)

يرى أصحاب هذه المدرسة السلوكية أنّ التوافق هو نمط من المساييرة الاجتماعية، لأنّ المساييرة من طبيعتها تجنب الصراع بين القوى الداخلية عند الفرد وضغوط الجماعة، وبهذا تحقيق التوافق عند السلوكيين مرهون بالقبول الاجتماعي، فالفرد الذي يسلك سلوكا يتفق مع المعايير الاجتماعية يكون سوي التوافق، كما تركز على المكتسبات البيئية التي يتعلمها الفرد من خلال تعزيز السلوك وملاحظته.

• النظرية الإنسانية:

ظهر هذا الاتجاه كردّ فعل للنظريتين الأساسيتين في علم النفس: "التحليل النفسي" و"السلوكية"، ويقوم هذا الاتجاه على رفض المسلمات التي تقوم عليها نظرية التحليل النفسي أو السلوكية، أي أنّ هذا المذهب يرفض تصور الإنسان كجهاز طاقة يبحث عن حالة التوازن من حيث توزيع الطاقة على أجزائه

المختلفة وأيّ ازدياد في مستوى الطاقة، يؤدي إلى خلل هذا الاتزان، كما يرفض تصور الإنسان جهازاً آلياً إذا أثّر أيّ جزء منه تحتمّ عليه أن يقوم بسلوك معين ويمكن التنبؤ بهذا السلوك.

(مرسي عودة، 1970: 143)

وحسب هذا المذهب فإن الإنسان يتميز عن الحيوان بالحرية أو المسؤولية والإبداع فهذا المذهب يقدم نظرة متفائلة عن الإنسان وحياته ومستقبله، ويرى أن الإنسان كائن خير بطبعه وإن أتى بشر يكون نتيجة رد فعل لما يواجهه من صعوبات وتحديات وإحباطات فالفرد حرّ يختار من الحياة الأسلوب الذي يتناسب معه والذي يتفرد به عن غيره وحرية الإنسان هنا محدودة، فهناك مواقف لا يستطيع فيها الاختيار، والإنسان دائماً في نمو وتطور يدفعه إلى نشاطه الدافع إلى تحقيق الذات أو أنّ مفهوم الذات يبدأ في التكوين منذ اللحظة الأولى التي يبدأ فيها الطفل باستكشاف أجزاء جسمه، إنّها تبنى من خلال أفكاره وشعوره وأعماله وخبراته . (عدس، توك، 1997:425)

ومن أنصار هذا الاتجاه روجرز **C.Rojers** الذي يشير إلى أنّ الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق، يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم غير المتسقة مع مفهومهم عن ذاتهم، ويقرّر أن معايير التوافق تكمن في ثلاثة نقاط هي: الإحساس بالحرية، الانفتاح على الخبرة، الثقة بالمشاعر الذاتية. (عبد اللطيف، عوض، 1990: 89)

فالبحر كأفراد لديهم إمكانية أن يعيشوا ويخبروا عن وعي تلك العوامل التي تسهم في عدم توافقهم، كما أنّ لديهم الإمكانية والميل إلى الابتعاد عن حالة عدم التوافق والاقتراب من حالة التوافق النفسي، فالميل إلى التوافق هو الميل نحو تحقيق الذي. (الشناوي، 1994: 271)

وهكذا يرى أصحاب النظرية الإنسانية أنّ التوافق يقوم على تحقيق الفرد لذاته وأنّ من أهم العوامل المرتبطة بالتوتر وسوء التوافق، هو بحث الإنسان عن هدف أو مغزى لحياته يحقق به ذاته، فإن لم يهتد إلى ذلك فإنه سيكون عرضة للتوتر والقلق وسوء التوافق.

ومنه يمكن القول أنّ التفسيرات التي أوردتها كل نظرية من النظريات السابقة الذكر تعين في تقديم فهم جزئي لمشاكل التوافق النفسي بشكل عام، إلا أنّ الاعتماد على إحداها لا يعدّ كافياً لمعرفة الأسباب المؤثرة على مستوى التوافق النفسي لدى الفرد، لأنه من غير الممكن فصل جوانب حياة الإنسان عن بعضها البعض، فتأثير النواحي البيولوجية لا يستقل عن التأثير الاجتماعي أو النفسي، وبالتالي فإنه من الضروري عند محاولة معرفة أسباب سوء التوافق النفسي أو العوامل المؤدية إليه، الاهتمام بكل وجهات النظر للحصول على فهم متجانس يساعد في تقديم خدمات أفضل.

## • النظرية المعرفية :

يرى أصحاب النظرية المعرفية أن التوافق يأتي عبر معرفة الإنسان لذاته وقدراته والتوافق معهما . حسب الإمكانية المتاحة وأن كل فرد يمتلك القدرة على التوافق الذاتي . وعلى هذا الأساس فقد أكد " ألبرت أليس " على أهمية تعليم المرضى النفسانيين كيف يغيرون من تفكيرهم في حل المشكلات، وأن يوضح للمريض أن حديثه مع ذاته يعتبر مصدرا لاضطرابه الانفعالي، وأن يساعده على أن يستقيم تفكيره حتى يصبح الحديث الذاتي لديه أكثر منطقة وأكثر فعالية. (بن ستي، 17، 2013)

**حبت:** المعرفيون استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية، واعتبروا أن كثيرا من الوظائف البشرية تنمو الفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك للأفكار والمفاهيم الأساسية.

ومن خلال هذه النظريات التي طرحها علماء النفس، نجد أن كل واحد منهم له تفسير وتحديد لمفهوم التوافق في ضوء منحى معين، رغم أنها تتفق بأن التوافق النفسي مفهوم أساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية للفرد.

## 7. خصائص التوافق النفسي :

نرى أن التوافق عملية كلية دينامية وظيفية، تستند إلى مهمتها إلى وجهات النظر النشوية والزوايا الفوتوغرافية والاقتصادية على النحو التالي:

1. **التوافق عملية كلية:** ينبغي النظر إلى هذه العملية في وحدتها الكلية، مما ينطوي على الدينامية والوظيفية معا، فالتوافق يشير إلى الدلالة الوظيفية لعلاقة الإنسان من حيث هو كائن مع بيئته، معنى هذا أن للتوافق خاصية لهذه العلاقة الكلية، فليس لها أن تصدق على مجال جزئي من المجالات المختلفة لحياة الفرد وليس هذا أيضا أن تقتصر على المسالك الخارجية للفرد في إغفال تجاربه الشعورية، ومدى ما استشعره من مرض تجاه ذاته وعالمه.

2. **التوافق عملية وظيفية:** بمعنى أن التوافق ينطوي على وظيفة هي تحقيق الاتزان من جديد مع البيئة وهناك مستويات متباينة من الاتزان، ويفرق البعض بين التلاؤم الذي هو مجرد تكييف فيزيائي، وبين التوافق بمعنى الكلمة في شموليته وكليته.

3. **التوافق عملية تستند إلى الزوايا النشوية:** يقصد به أن التوافق يكون دائما بالرجوع إلى مرحلة يعيشها من مراحل النشأة فالتوافق بالنسبة إلى ال راشد يعني أن يعيد الاتزان مع الهيئة على مستوى الرشد فهو يتخطى في سلوكه كل المراحل السابقة من النمو، من هنا تكون اللاسوية تعبير عن توقف النمو، أو عن

النكوص إلى م رحلة سابقة من م ا رجل النمو، فالسلوك المتوافق في مرحلة الطفولة يكون هو نفسه السلوك المرضي إذا ظهر عند مرحلة الرشد.

4. **التوافق عملية تستند إلى الزوايا الاقتصادية:** إن نتيجة الصراع تتوقف على كمية الطاقة المستثمرة في كل من القوتين المتصارعتين فإذا نأت إلى الحفر الغريزية، تزيد كمية طاقتها على كمية الطاقة المستثمرة في الدفاع فستكون النهاية افتقاراً لهذه الحفر الغريزية، هذا وكمية الطاقة عند فرد ما تعتبر ثابتة، وبالتالي إذا كانت كمية الطاقة الضائعة في المكونات والدفاعات عظيمة الكبر، تكون كمية الطاقة المتبقية تحت تصرف الجانب الشعوري شديدة. ومن هنا تكون الأنا عاجزة عن أن تواجه متطلبات السهر والأنا العليا في مواجهتها لمواقف الحالة الخارجية، وذلك هو المعنى العلمي للشخصية الضعيفة .

(حسين أحمد حشمت، 2006: 68-69)

#### 8. العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي :

يعمل الفرد دائماً على تحقيق التوافق النفسي، ويلجأ في ذلك إلى أساليب مباشرة وغير مباشرة:

**أولاً: التوافق النفسي ومطالب النمو:** من أهم عوامل إحداث التوافق المباشرة، وتحقيق مطالب النمو النفسي السوي في جميع مراحلها وبكافة مظاهره (جسمياً، وعقلياً، وانفعالياً، واجتماعياً) .

ومطالب النمو هي الأشياء التي يتطلبها النمو النفسي للفرد والتي يجب أن يتعلمها حتى يصبح سعيداً وناجحاً في حياته، أي أنها عبارة عن المستويات الضرورية التي تحدد خطوات النمو السوي للفرد.

(حامد زهران، 2012: 42)

ويؤدي تحقيق مطالب النمو إلى سعادة الفرد، ويسهل تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المراحل التالية، ويؤدي عدم تحقيق مطالب النمو إلى شقاء الفرد وفشله، وصعوبة تحقيق مطالب النمو الأخرى في نفس المرحلة وفي المرحلة التي تليها.

**ثانياً : التوافق النفسي ودوافع السلوك :** من أهم الشروط التي تحقق التوافق النفسي، إشباع دوافع السلوك وحاجات الفرد، وهذه من أهم العوامل المباشرة لإحداث التوافق النفسي حيث يعتبر موضوع الدوافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة في علم النفس، لأن الدوافع بطبيعتها الحال هي التي تفسر السلوك .

(حامد زهران، 2012: 42)

ويعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية، وأمثلتها الحاجات الحيوية، وإشباعها ضروري لحياة الفرد، والعوامل النفسية الاجتماعية مثل : الحاجات النفسية (الأمن، والاجتماع وتأكيد الذات ) وإشباعها ضروري لتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

**ثالثاً : التوافق وحيل الدفاع النفسي :** أساليب غير مباشرة تحاول إحداث التوافق النفسي وهي وسائل توافقيه لا شعورية من جانب الفرد، من وظيفتها تشويه ومسح الحقيقة حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتجة عن الإحباط والصراعات التي لم تحل والتي تهدد أمنه النفسي، وهدفها وقاية الذات والدفاع عنها والاحتفاظ بالثقة في النفس واحترام الذات وتحقيق الراحة النفسية والأمن النفسي.

(حامد زهران، 2012: 42)

## 9. قياس التوافق النفسي

يمكن استخدام الأساليب التالية لقياس التوافق النفسي:

1. **الملاحظة:** وهي تأتي من مصدرين أساسيين هما :

• **الدراسات الميدانية :** وهي تشمل ملاحظة الأفراد أثناء توافقهم مع المواقف الطبيعية والطارئة والمثال الحي على هذه الملاحظات، ما قام به عالم النفسي والتوجيه التحليلي برينوبتلهم (ptlhem Brion) 1960 حيث قدم حسابات وتحليلات سيكولوجية للفروق السيكولوجية والفيزيقية غير العادلة التي تعرض لها المسجونون وأشكال التوافق التي قاموا بها وقد كان هو نفسه سجيناً عايش الخبرة بنفسه.

• **الدراسات التجريبية:** وهي تختلف عن الدراسات الميدانية في أن المجرب يصطنع المواقف، فتأتي أبسط من مثيلاتها في الحياة الطبيعية وتكون معتدلة الشدة، لكن المنحنى التجريبي له ميزتين عن المنحنى الميداني وهما:

✓ إمكانية إجراء قياسات دقيقة ومضبوطة .

• إمكانية عزل العوامل السلبية الهامة. (محمد علي، محمد عبد الغني، 2004: 193)

**الاختبارات والمقاييس والاستخبارات والاستشارات التي تقيس التوافق والصحة النفسية :**

وفيما يلي أمثلة لبعض تلك الاختبارات والمقاييس:

✓ قائمة بل (Ball) للتوافق من وضع هيوبل (Hairball) عام 1934 وترجمة للعربية عام 1960 بعنوان اختبار التوافق للطلبة ويتكون من ( 160 ) بنداً في النسخة الأمريكية والنسخة العربية يكون من ( 140 ) بنداً أعدها محمد عثمان نجافي.

✓ مقياس الصحة النفسية: اقتباس وإعداد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسي .

✓ مقياس الإرشاد النفسي: وضع من طرف بودي ليتون (Body و Leighton) أعداد عماد الدين إسماعيل وسيد عبد الحميد مرسي.

✓ مقياس حدد مشكلتك بنفسك (مستوى إعدادي): تأليف موني (Money) وإعداد مصطفى فهمي وصموئيل مغاريوس.

✓ استفتاء مشاكل الشباب: إعداد أحمد زكي صالح.

✓ مقياس التوافق النفسي: من إعداد زبيب شقير 2003

✓ اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي: إعداد عطية محمد هنا.

(محمد علي، محمد عبد الغني، 2004:193)

## 10. عوائق التوافق النفسي

عوائق التوافق كثيرة، تمنع الإنسان من إشباع حاجاته وتحبسه عن تحقيق أهدافه بعضها داخلي يرجع إلى الإنسان نفسه، وبعضها الآخر خارجي يرجع إلى البيئة التي يعيش فيها. من أهم هذه العوائق نذكر ما يلي:

### 9-1- العوائق الجسمية:

يقصد بها بعض العاهات والتشوهات ونقص الحواس، التي تحوّل بين الفرد وأهدافه فضعف القلب أو البنية قد يعوق الطالب عن مشاركة زملائه في النشاطات الرياضية أو الترفيهية ممّا يجعله يشعر بالنقص، وقد يؤدي به ذلك إلى الانسحاب والانطواء.

### 9-2- العوائق النفسية:

ويقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية والمهارات النفس - حركية أو أيّ خلل في نمو الشخصية والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه.

### 9-3- العوائق الاقتصادية:

يعتبر عدم توفر الإمكانيات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، خاصة في مرحلة الشباب حيث يكون التفكير في التعليم والعمل والاستقرار في المستقبل.

### 9-4- العوائق الاجتماعية:

يقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات، والتي قد تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه فتخلق لديه نوعا من الصراع النفسي، بين هذه الضوابط وبين رغباته ودوافعه، وقد تؤدي إلى إحباطه وشعوره بالعجز والضعف.

(محمد علي، شريت 2004، ص138)

## 11. مظاهر تأثير الألعاب الإلكترونية على التوافق النفسي.

يعد التوافق النفسي العام دليل على الصحة النفسية للذات الفردية في تفاعلها مع المؤثرات الخارجية، وهو مرتبط بمدى قدرتنا على التكيف والانسجام والتقبل لما لدينا) (ما هو متاح) وأهدافنا وإمكانية تحقيقها . فسوء التوافق في الحقيقة ينتج عن عجز الفرد على تحقيق أهدافه كلها أو البعض منها، مما يشعره بالانزعاج وعدم الرضا، فيدفع به نحو البحث عما بإمكانه أن يشعره بالطمأنينة والرضا . وقد يكون السبيل لذلك هو الغرق في عالم افتراضي يحقق له اشباعاته وينسيه همومه في هروب مما يزعجه ويقلقه..، ليضمن عليه تدريجيا فيتعزز عند كل عقبة تواجهه . والطفل ليس بمنأى عن هذا الواقع.

إن الطفل بنية كلية متكاملة نفس جسدية اجتماعية، ووجود أي مشكلة على مستوى بنية من هذه البنيات، يحدث خلل واضطرابات على مستوى الكل، ليغرق في عالم الانترنت عامة وعالم ألعاب الإلكترونيات، ألعاب الفيديو خاصة . ونحن نعلم أن ما يدركه الطفل يعتمد كلية على ما يجذب انتباهه مما لا شك فيه؛ أن لاستخدام الانترنت تأثيرات كثيرة في السلوك الاجتماعي الطفل بحيث يضعف الروابط الأسرية؛ فيبعد الطفل عن الجو العائلي وتكاد تنعدم الحوارات والأحاديث المتبادلة ضمن أفراد العائلة.

\*يبعده عن الأنشطة الثقافية والرياضية.

\* يخسر الطفل الكثير من العلاقات الاجتماعية وسبل تفاعله مع محيطه وبيئته.

\*يميل إلى الانعزال عن محيطه العائلي ليضع نفسه في مجتمع وهمي، ما يؤثر سلبا على طرائق التواصل عنده.

\* يشوه الصورة الأخلاقية والاجتماعية للطفل عن طرق مشاهدة ضرب، ونمط اجتماعي مخالف للعادات الأعراف الاجتماعية التي تنطلق أساسا من معايير أخلاقية ثابتة.

\* يؤدي إلى الوحدة و الإنفراد والميل إلى التوحد من خلال عدم الكشف عن النوايا الأسرار وعدم النقاش أو التعبير عن الرأي.

\* يتأثر بثقافات غريبة وينجذب إلى عاداتها.

(لامية بوبيدي، 2018:6).

## خلاصة الفصل:

وفي الأخير يمكن القول أن التوافق النفسي و تلك عملية المستمرة التي يهدف الفرد إلى أن يغير من سلوكه ،ليحدث علاقة أكثر توافقا بينه و بين نفسه من جهة و بين البيئة من جهة أخرى ، وذلك يعتبر من المواضيع الهامة التي أعطاهها الباحثون و العاملون في ميدان علم النفس قدرا كبيرا من البحث و الدراسة باعتبار عنصرها أساسيا في التعرف على الطبيعة الإنسانية وفي مختلف المجالات كمجال العمل الذي يحقق فيه الفرد طموحه و بذلك يحقق له قدرا من التوافق النفسي .



# الفصل الرابع

## الاجراءات المنهجية للدراصة

## أولاً : الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة لا بد منها في انجاز أي بحث علمي، لما تكتسي من أهمية بالغة وما تحققه من أهداف إذ يرى "محي الدين مختار" أن "الدراسة الاستطلاعية أساساً جوهرياً لبناء البحث كله وإهمال الكتابة عن الدراسة الاستطلاعية في البحث ينقص البحث أحد عناصره الأساسية، ويسقط الباحث جهداً كبيراً كان قد بذله فعلاً في المرحلة التمهيدية للبحث" (مختار محي الدين، 1995، ص45).

### 1. منهج الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الاستكشافي لملائمته لطبيعة أهداف الدراسة في إيجاد العلاقة بين استخدام الألعاب الالكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي. وقد ارتأينا إتباع هذا المنهج لتلائمه مع طبيعة الدراسة حيث يساعدنا المنهج الوصفي الاستكشافي على معرفة إذا كانت هناك علاقة أم لا بين متغيرين أو أكثر، معرفة نمط العلاقة بين متغيرين أو أكثر، التنبؤ بتأثير متغير على متغير آخر . (لقوفي، 2019: 109)

### 2. أهداف الدراسة الاستطلاعية:

هدفت هذه الدراسة إلى:

- ❖ تبني مقياسين تم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في أداة لقياس درجة استخدام الألعاب الالكترونية وأداة لقياس التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة المرحلة الثانوية بدائرة تقوت.
- ❖ التعرف على المجتمع الأصلي لعينة الدراسة.
- ❖ التأكد من مدى وضوح ومناسبة أداة الدراسة.
- ❖ اكتشاف العراقيل التي تواجه الطالب لتفاديها أثناء الدراسة الأساسية والتعرف على بعض الخصائص السيكوميتريّة للتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة في الدراسة.

### 2. وصف عينة الدراسة الاستطلاعية:

- لقد تمثلت عينة الدراسة الاستطلاعية في 40 تلميذ وتلميذة ببعض ثانويات دائرة تقوت تم اختيارهم بطريقة غير عشوائية (اعتراضية) موزعون على حسب المتغيرات التصنيفية التالية :
- الجنس: (ذكر - أنثى).
  - الشعبة: ( علوم - آداب).
  - المستوى الدراسي: (سنة أولى - سنة ثالثة )

الجدول رقم(01) يوضح المؤسسات التي اخترت منها عينة الدراسة الاستطلاعية

النسب المئوية	عدد تلاميذ	اسم المؤسسة
50%	20	ثانوية المجاهد بوخاري عبد المالك *النزلة*
50%	20	ثانوية الحسن ابن الهيثم * النزلة*
%100	40	المجموع

من خلال الجدول أعلاه اعتمدت الطالبتين في اختيارهم لعينة دراستهم الحالية على الطريقة غير العشوائية لاختيار العينات، بحيث تم حصر الطالبتين على انتقاء التلاميذ من مستويين، هذا ولقد تكونت عينة الدراسة المبدئية من 300 تلميذ، ثم قامنا بعد ذلك بتوزيع استمارات واختير منها 40 تلميذ كحد أدنى.

### 3 - وصف أدوات الدراسة:

1. مقياس التوافق النفسي : تم الاعتماد على مقياس التوافق النفسي لزينب شقير 2003 إذ يحتوي الاستبيان في صورته على 20 عبارة مقسمة على بعدين أساسية وهي البعد الشخصي، البعد الانفعالي كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم(02) يوضح توزيع الابعاد الاستبيان في صورته

عدد البنود	الابعاد
14	البعد الشخصي
06	البعد الانفعالي
20	المجموع

يتكون هذا الاستبيان من بنود ايجابية وأخرى سلبية ومفتاح التصحيح الذي اعتمدها لمقياس "ليكرت" للاتجاه (نعم تنطبق، متردد أحيانا، لا تنطبق)، والتي تأخذ أثناء التصحيح الدرجات (2، 1، 0)، للفرات الايجابية، و(0، 1، 2) للفرات السلبية.

كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (03) يوضح مفتاح تصحيح استبيان التوافق النفسي :

لا تنطبق	أحيانا	تنطبق	البدائل طبيعة الدرجة
0	1	2	الفقرات الايجابية
2	1	0	الفقرات السلبية

من خلال ما نلاحظه في الجدول رقم (03) هي قيم تصحيح إجابات على مقياس التوافق النفسي حسب الفقرات الموجبة وهي من (1 - 14) والتي تأخذ القيم التالية (2، 1، 0)، اما بالسلبية للفقرات السالبة وهي من (15 - 20) والتي تأخذ القيم التالية (0، 1، 2).  
يهدف التأكد من دلالات صدق وثبات المقياس، تم تطبيقه على عينة قوامها (40) تلميذ وتلميذة من سنة أولى وثالثة ثانوي، ويمتلكون نفس خصائص ومواصفات العينة الأساسية.

### 1.1.3 الصدق

للصدق هو قدرة الاختبار على قياس شيء ما وضع لقياسه، بمعنى ان يكون الاختبار ذا صلة وثيقة بقدرة التي يقيسها " (سعد عبد الرحمن، 1998، ص183).

وقد اعتمدنا في الدراسة الحالية على طريقة لتأكد من صدق الأداة ويتضح ذلك من خلال:

#### أ. صدق التمييزي بالمقارنة الطرفية

تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية تنازليا وأخذت نسبة % 33 لذوي الدرجات العليا و33% لذوي الدرجات الدنيا للاستبيان المكون من 20 فقرة .ثم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار " ت".

والجدول التالي سوف يوضح النتائج المتحصل عليها:

من خلال ما تم ذكره سابقا سوف يتم عرض النتائج المتحصل عليها، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم (04) يوضح نتائج صدق التمييزي لأداة التوافق النفسي:

مستوى دلالة	قيمة " ف "	درجة الحرية	قيمة " ت "	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المؤشرات الاحصائية المتغيرات
0.000	7.29	24	7.52	2.02	32.46	13	مجموعة العليا 33%
				4.82	21.53	13	مجموعة الدنيا 33%

من خلال الجدول رقم ( 04 ) نلاحظ أن مجموعة العليا والمقدرة بـ 13 أفراد من العينة أنه قد قدر متوسط حسابها بـ (32.46) وينحرف عن المتوسط بقيمة قدرها (2.02)، مجموعة الدنيا وهي تحمل نفس العدد في العينة 13 وتحت متوسط حسابي يقدر بـ(21.53) وينحرف عن المتوسط بانحراف معياري قدره (4.82)، وبحساب معامل "ت" فإن قيمت "ت" قدرت بـ(7.52) وبمقارنتها مع قيمة "ف" المقدرة بـ(7.29) عند درجة الحرية (24) فإن الفروق بين مجموعتين (العليا والدنيا) دالة، بالتالي المقياس يتميز تمييزا واضحا بين مجموعتين، وعليه يتمتع بدرجة عالية من صدق تمييزي.

(أنظر للملحق رقم 02) .

### 1.1.3 الثبات

يعتبر الثبات أحد الخصائص السيكومترية للاختبار ويقصد بها قدرة الأداة على تقدير السلوك بشكل لا يتغير بتغير الظروف والزمان . (عبد الحميد علي، طارق عبد الرؤوف عامر، 2009، ص288). كما يعرف أيضا بأن الفحص يتصف بالاستقرار عندما يعطى النتائج نفسها في كل مرة يطبق فيها لي المجموعة ذاتها(سبع محمد أبولبدة، 2008، ص227).

لحساب الثبات لأداة الدراسة الحالية تم الاعتماد على حساب:

#### أ : طريقة الاتساق الداخلي :

يعتبر معامل ألفا كرونباخ والذي يرمز له عادة بالحرف الآتي  $\alpha$  وهو من أهم مقاييس اتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة . ومعامل ألفا يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده فزيادة نسبة تباين البنود بالنسبة إلى التباين الكلي يؤدي إلى انخفاض معامل الثبات (بشير معمريه، 2007، ص184)

2. حيث ويقدر معامل الثبات بألفا كرونباخ إلى 0.73 وهي قيم ثبات عالية يمكن أن تجيز لنا الوثوق بالأداة لجمع معطيات الدراسة (أنظر للملحق رقم 02).

ب : طريقة التجزئة النصفية :

تم حساب ثبات الأداة بطريقة التجزئة النصفية وهذا بتقسيم الاختبار إلى نصفين أوجزئين حيث يكون الجزء الأول من الفقرات الفردية ويتكون الجزء الثاني من الفقرات الزوجية للاختبار.

(عباد أميتر سكرز، 2002، ص235).

لتقدير ثبات المقياس تم استخدام طريقة التجزئة النصفية عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في الجزئين (الفردى والزوجي)، ولقد وصل معامل الارتباط بين الجزئين إلى 0.60 وبعد تعديله وفق معادلة سبيرمان براون أصبح 0.75. (أنظر للملحق رقم 02).

2.3 مقياس الألعاب الالكترونية

تم الاعتماد على مقياس الألعاب الالكترونية لي كرام محمد يوسف يونس 2017 إذ يحتوي الاستبيان في صورته على 22 فقرة، تكون الإجابة على الفقرات حسب تدرج "ليكرت" الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، والتي تأخذ أثناء التصحيح الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) . كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (05) يوضح مفتاح تصحيح استبيان الألعاب الالكترونية :

أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	البدائل طبيعة الدرجة
01	02	03	04	05	الفقرات

من خلال ما نلاحظه في الجدول رقم (05) هي قيم تصحيح إجابات على مقياس الألعاب الالكترونية حسب الفقرات وهي من (01 - 22) والتي تأخذ القيم التالية (1، 2، 3، 4، 5).

بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات المقياس، تم تطبيقه على عينة قوامها (40) تلميذ وتلميذة من سنة أولى وثالثة ثانوي، ويمتلكون نفس خصائص ومواصفات العينة الأساسية.

2.1.3 الصدق

وقد اعتمدنا في الدراسة الحالية على طريقة لتأكد من صدق الأداة ويتضح ذلك من خلال:

أ. صدق التمييزي بالمقارنة الطرفية

تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية تنازليا وأخذت نسبة % 33 لنوي الدرجات العليا و33 % لنوي الدرجات الدنيا للاستبيان المكون من 22 فقرة . ثم حساب الفرق بين متوسطي المجموعتين باستخدام اختبار "ت".  
والجدول التالي يستعرض النتيجة.

من خلال ما تم ذكره سابقا سوف يتم عرض النتائج المتحصل عليها، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم (06) يوضح نتائج صدق التمييزي لمقياس الدراسة:

مستوى دلالة	قيمة " ف "	درجة الحرية	قيمة " ت "	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المؤشرات الاحصائية المتغيرات
0.000	6.70	24	9.83	13.86	66.92	13	مجموعة العليا 33%
				4.50	27.15	13	مجموعة الدنيا 33%

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن مجموعة العليا والمقدرة بـ 13 أفراد من العينة أنه قد قدر متوسط حسابها بـ (66.92) وينحرف عن المتوسط بقيمة قدرها (13.86)، مجموعة الدنيا وهي تحمل نفس العدد في العينة 13 وتحت متوسط حسابي يقدر بـ (27.15) وينحرف عن المتوسط بانحراف معياري قدره (4.50)، وبحساب معامل "ت" فإن قيمت "ت" قدرت بـ (9.83) وبمقارنتها مع قيمة "ف" المقدر بـ (6.70) عند درجة الحرية (24) فإن الفروق بين مجموعتين (العليا والدنيا) دالة، بالتالي المقياس يتميز تمييزا واضحا بين مجموعتين، وعليه يتمتع بدرجة عالية من صدق تمييزي

(أنظر للملحق رقم 03) .

الثبات

أ. الاتساق الداخلي

مؤشرات الثبات بعامل ألفا كرونباخ :تم حساب الثبات بمعامل ألفا كرونباخ وقد بلغت قيمته (0.93) وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.  
(أنظر للملحق رقم 03).

ب : طريقة التجزئة النصفية :

لتقدير ثبات المقياس تم استخدام طريقة التجزئة النصفية عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في الجزئين (الفردى والزوجي)، ولقد وصل معامل الارتباط بين الجزئين إلى 0.76 وبعد تعديل سبيرمان براون أصبح 0.86. (أنظر للملحق رقم 03).

ثانيا : الدراسة الاساسية

1.2. عينة الدراسة الأساسية:

طبقت هذه الدراسة على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، تم توزيع 300 استمارة من تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي فقد تم إسترجاع 268 استمارة، ولم تلغى أي منها لعدم وجود استمارات غير متكاملة الإجابة، اختيروا بطريقة غير العشوائية (اعتراضية) من تلاميذ سنة الأولى والثالثة ثانوي ببعض ثانويات بدائرة تقرت على المؤسسات التالية :

- ثانوية الحسن ابن الهيثم.
- ثانوية بوخاري عبد المالك.

الجدول (07) يوضح حجم العينة المسحوبة من مجتمع الدراسة.

المجموع	السنة الثالثة ثانوي				السنة الأولى ثانوي				المؤسسة
	شعبة علوم		شعبة آداب		شعبة علوم		شعبة آداب		
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
129	06	15	12	21	22	28	16	09	الحسن ابن الهيثم
139	10	16	14	36	25	19	06	13	بوخاري عبد المالك
268	16	31	26	57	47	47	22	22	المجموع

يتضح من خلال الجدول (07) عدد المجتمع الأصلي الذي بلغ عدده ( 3181 ) تلميذ وتلميذة وعليه بلغ عدد أفراد الدراسة الحالية 268 تلميذ يتوزعون على ثلاثة متغيرات (الجنس، المستوى، الشعبة)، حيث تمثل عينة الدراسة 10 % من المجتمع الأصلي، وقد أجريت هذه الدراسة في شهر أفريل 2021 م.



## 4 أساليب التحليل الإحصائية:

استخدمنا في دراستنا هذه مجموعة من الأساليب الإحصائية وهي :

## 1.4. المتوسط الحسابي:

وقد أستخدم لحساب متوسطات درجات التلاميذ السنة الأولى وثالثة ثانوي في استخدام الالعاب الالكترونية والتوافق النفسي

## 2.4. الانحراف المعياري:

يقيس انحرافات الدرجات عن المتوسطات، وهو ضروري لحساب صدق أدوات القياس وفي مقارنة المجموعات.

## 3.4. حساب معامل الارتباط بيرسون:

وقد استخدم معامل الارتباط بيرسون للبحث عن العلاقة الارتباطية بين متغيرين كميين.

(فؤاد السيد، 2016: 240)

## 4.4. اختبار ( T.Test )

تم في هذا الفصل عرض كل مايتعلق بالإجراءات الميدانية للدراسة، وتتمثل في المنهج المستخدم تم مجتمع وعينة الدراسة، بعدها تم عرض أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية، والتي أثبتت نتائجها إمكانية الاعتماد عليها ومن خلالها حصلنا على نتائج الدراسة التي سنعرضها حسب تسلسل الفرضيات في الفصل الموالي.

# الفصل الخامس

عرض وتحليل

نتائج الدراسة

## 1. عرض وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة

## 1-1 عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى :

- توجد علاقة دلالة إحصائية بين التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي. لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (08) قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية

المتغيرات	قيمة "ر"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية	-0.155	266	0.011

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق النفسي والألعاب الإلكترونية بلغت (-0.155) بمستوى دلالة (0.011) عند درجة الحرية (266)، وهذا يدل أنه توجد علاقة سالبة ودالة إحصائية بين الألعاب الإلكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي. (انظر الملحق 4) حسب ما نصت به الفرضية، على أنه توجد علاقة دالة إحصائية بين الألعاب الإلكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة الثالثة والأولى ثانوي، وقد أسفرت النتائج وجود علاقة سالبة و دالة إحصائية بين الألعاب الإلكترونية والتوافق النفسي لدى تلاميذ سنة ثالثة وأولى ثانوي، ولقد يعود تحقيق التوافق النفسي لدى التلاميذ في هذه المرحلة إلى كون أن التلاميذ في مرحلة المراهقة، أي مرحلة يستطيع فيها تحمل المسؤولية والاعتماد على نفسه واتخاذ القرارات السليمة في مجالات متعددة، مثل النفسية والدراسية منها. كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التطور العلمي والتكنولوجي وما رافقه من انبهار بمستحدثات التكنولوجيا المتعلقة بالألعاب الإلكترونية، ومدى توافر وسهولة الحصول عليها، حيث إنها متوفرة على الهواتف النقالة، بالإضافة إلى الحواسيب الشخصية، ومتوفرة بأقل الأثمان، ويمكن الحصول على البعض منها من خلال التحميل المجاني من بعض المواقع الإلكترونية على الإنترنت، الذي حدث بالمجتمعات العربية بما فيها المجتمع الجزائري، وما رفق ذلك من رغبة في امتلاك هذه الألعاب كوسيلة للترفيه في أوقات الفراغ، والاستمتاع بما توفره لمستخدميها من برامج وألعاب ترفيهية. أي قد يكون للألعاب الإلكترونية جانب الايجابي ربما يسهم في زيادة أو تحسن الصحة النفسية للأبناء و ثقفتهم بنفسهم و ابتعادهم، ربما عن بعض السلوكيات التي من شأنه تقلل من توافقتهم و انسجامهم النفسي .

من خلال النتيجة المتوصل إليها يتضح لنا بأن هناك علاقة بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية، وهذه النتائج تتفق مع دراسة **Erin Hasting et al 2009** فقد أكدت على أن هناك علاقة سالبة بين إستعمال الألعاب الالكترونية وتدنى التحصيل الدراسي، ودراسة **Cumming and Vandwater 2007** توصلت من خلال أن الألعاب الالكترونية تؤثر سلبا على التحصيل الدراسي. دراسة **منير قهلوز وفاطمة عرقابي 2020** بعنوان الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، ونفسر هذه النتائج إلى أن كلما زادا استخدام المفرط للألعاب الالكترونية يصاحبه إنخفاض التوافق النفسي لدى تلاميذ. وهذا اشارت اليه الدراسات في أنه توجد علاقة سالبة بين الألعاب الالكترونية والتوافق النفسي ولذلك يجب الأخذ بعين الاعتبار مسببات سوء التوافق النفسي، ومسببات الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية للتقليل منها، أو القضاء عليها.

## 1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

توجد فروق دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى و ثالثة ثانوي باختلاف الجنس ذكور/ إناث، لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الذكور ثم لدى الإناث وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:  
جدول رقم (09) قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الذكور ولدى الاناث

المتغيرات	قيمة "ر"	المقابل اللوغاريتمي	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الذكور	-0.297	0.30	108	0.002
التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الاناث	-0.033	0.033	156	0.678
دلالة الفرق بين معاملات الارتباط	2.22			

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الذكور بلغت (-0.297) بمستوى دلالة (0.002) عند درجة الحرية (108)، وهذا يدل أنه توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الذكور، كما بلغت قيمة معامل

الارتباط بيرسون بين الالعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الإناث بلغت (-0.033) بمستوى دلالة (0.678) عند درجة الحرية (156)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى الإناث. كما تبين أن دلالة الفرق بين معاملات الارتباط بلغت (2.22) وهي قيمة أكبر من (1.96) (انظر الملحق 5)

ولقد أسفرت النتائج إلى كون الألعاب الإلكترونية تُعد بمثابة وسيلة للهروب من الواقع الذي يعيش فيه الفرد، وكونها أيضاً وسيلة يشبع من خلالها الفرد حاجاته النفسية والاجتماعية والعاطفية التي لا يستطيع إشباعها في واقعه الذي يعيشه .

كما يمكن يمكن إرجاع ذلك الى أن الاناث أعتدنا البقاء في البيت على ملاً أوقات الفراغ بمشاهدة التلفاز أو القيام بنشاطات أنثوية كمساعدة الأم، كما يتمتعون بتحقيق التوافق النفسي لديهم ، كما لا يكون هناك مجال للإناث لممارسة مثل هذه الألعاب في الأماكن العامة.

بينما الذكور لديهم درجة كبيرة من الحرية التي تمنح لهم في ضوء المجتمعات العربية وخاصة المجتمع الجزائري على حساب الإناث، حيث إن العديد من الألعاب الإلكترونية متوفرة من خلال مراكز مخصصة بالألعاب الإلكترونية تسمح للذكور بالجلوس فترات طويلة من الوقت لممارسة مثل هذه الألعاب حين يصعب على الآباء إبقاء الذكور في البيت نظراً لعدة مشاكل يتخوفون منها الآباء كمخالطة رفاق السوء، وظاهرة سرقة الأطفال، يحاولون الآباء توفير وسائل الممكنة ، بغية الحرص على سلامتهم لتحقيق التوافق النفسي ، وهذا الإستخدام المفرط من شأنه أن يؤثر ربما إيجاباً أو سلباً على التوافق النفسي.

يتضح لنا من خلال النتائج المتوصل إليها انه توجد فروق في الالعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي تعزى لمتغير الجنس / لصالح الذكور .

وهذا ما نتفق معه دراسة **أوسكين وزملاؤها 2016** أشارت النتائج الدراسة إلى أن مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية كان متوسطا وبينت النتائج أن الذكور أكثر ممارسة للألعاب الالكترونية من الإناث، بينما لم يكن لعمر الطلبة أي أثر في ممارستهم للألعاب الالكترونية، كما أوضحت دراسة **كرم محمد يوسف يونس 2017** أنه هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية تعزى لمتغير الجنس، لصالح الذكور.

## 1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

• توجد فروق دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي باختلاف التخصص أداب / علوم، لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الأداب ثم لدى العلوم، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (10) قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الأداب ولدى

## العلوم

المتغيرات	قيمة "ر"	المقابل اللوغاريتمي	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى الأداب	-0.216	0.219	125	0.015
التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى العلوم	-0.096	0.09	139	0.259
دلالة الفرق بين معاملات الارتباط			0.071	

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الأداب بلغت (-0.297) بمستوى دلالة (0.015) عند درجة الحرية (125)، وهذا يدل أنه توجد علاقة سالبة ودالة إحصائياً بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى الأداب، كما بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى العلوم بلغت (-0.096) بمستوى دلالة (0.259) عند درجة الحرية (139)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي لدى العلوم. كما تبين أن دلالة الفرق بين معاملات الارتباط بلغت (1.07) وهي قيمة أقل من (1.96) . (انظر الملحق 6)

• حسب ما نصت به الفرضية على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي باختلاف التخصص (أدبي/علمي) ، وقد أسفرت النتائج عكس ذلك أي توجد فروق دالة إحصائياً في الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي باختلاف التخصص (أدبي/علمي).

يعود عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الالكترونية و التوافق النفسي باختلاف أديبين وعلميين الى كونهم ينتمون الى نفس البيئة الاجتماعية والاقتصادية ومتواجدون في نفس المدارس ويسودها مناخ مدرسي واحد ، وينتقلون تعليما أكاديميا و تربويا مشتركا ببعض المواد مثل اللغة العربية ،التربية البدنية ،اللغة الانجليزية فهي المواد لها أثرها الواضح بإشتمالهم على قيم و فضائل أخلاقية .وهذا ما يجعلهم لا يختلفون في توافقهم النفسي.

وان وجود التلاميذ في الأقسام متشابهة ويقوم بتدريسهم نفس الأستاذ على الرغم من اختلاف المناهج والمواد الدراسية التي يدرسونها ، لكنها متنوعة وتلبي للتلاميذ في كل تخصص حاجاتهم ومطالب نموهم هذا ما يجعلهم لا يختلفون في توافقهم النفسي.

يقول محمد قريشي : إن وجود التلاميذ الآداب والعلوم في مؤسسات واحدة ويخضعون الى نفس النظام والمعاملات داخل الإطار المدرسي ما عدا الاختلاف في المقررات الدراسية وهو ما أثر بشكل أو بآخر على عدم وجود فروق في توافقهم الدراسي (قريشي محمد ، 2012 : 122)

حسب ما جاءت به نتائج الدراسة الحالية نرى أن الإستخدام الألعاب الالكترونية، بين التخصصين (أدبي/علمي)، حيث أن التخصص العلمي ربما يبرز إختيارهم في نوع اللعبة المستخدمة والوقت المستغرق فيها، كون أن تفكيرهم أوسع من خلاله يظهرهم مهاراتهم الفكرية والعلمية ذات النطاق الواسع في المجالين الصناعي والإقتصادي، وعلى الرغم من التخصص الأدبي يظهرهم مهاراتهم الفكرية في الألعاب التي تستدعي الذهن مثل فك الكلمات المشفرة، وحل الألغاز. وهذا ماينتج عنه إختلاف في تطوير المواهب والمهارات لكل منهم حسب ميوله وراغباته، بين التخصصين وهذا ما يتفق ما نصت به الفرضية.

وهذا أكدته دراسة محمد قريشي وخيرية عبد الله البكوش 2002 أنه لاتوجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ في التخصص الدراسي.

#### 1-4 عرض وتحليل النتائج الفرضية الرابعة :

توجد فروق دلالة إحصائية بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي باختلاف المستوى الدراسي اولى / ثلاثة ، لاختبار الفرضية تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين

التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى أولى ثم لدى ثالثة، وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (11) قيمة معامل الارتباط بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى تلاميذ سنة أولى ولدى سنة ثالثة

المتغيرات	قيمة "ر"	المقابل اللوغاريتمي	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى أولى	-0.202	0.205	136	0.018
التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى ثالثة	-0.130	0.131	128	0.141
دلالة الفرق بين معاملات الارتباط	.620			

يتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى سنة أولى بلغت (-0.202) بمستوى دلالة (0.018) عند درجة الحرية (136)، وهذا يدل أنه توجد علاقة عكسية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى تلاميذ سنة أولى، كما بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى العلوم بلغت (-0.130) بمستوى دلالة (0.141) عند درجة الحرية (128)، وهذا يدل أنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لدى تلاميذ سنة ثالثة. كما تبين أن دلالة الفرق بين معاملات الارتباط بلغت (0.62) وهي قيمة أقل من (1.96) (انظر الملحق 7)

وقد أسفرت النتائج أنه توجد فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى التلاميذ تعزى لمتغير المستوى لصالح تلاميذ سنة أولى ثانوي، مما يدل على أن تلاميذ سنة ثالثة ثانوي أقل استخداماً للألعاب الالكترونية كون أنهم في مرحلة مصيرية لنيل شهادة البكالوريا، هذا يدل على إستغلال أوقات الفراغ ليس في الاستخدام المفرط في الألعاب بل في مراجعة الدروس أكثر من ذلك، بوعيمهم ينتج تحقيق التوافق النفسي.

كما أوضحت النتائج أن وجود علاقة عكسية إحصائية بين التوافق النفسي والالعاب الالكترونية لصالح تلاميذ سنة أولى ثانوي، قد أصبح لديهم معرفة معمقة بالالعاب الالكترونية بإعتبارهم في بداية المرحلة الإنتقالية من التعليم المتوسط الى التعليم الثانوي، كما أن بعض الألعاب الالكترونية تستمر مع



التلاميذ أكثر من مرحلة، وبالتالي يصبح لديهم التشويق والإثارة، والإهتمام بالمتابعة والإستمرار للعب ، في هذا المستوى الدراسي.

كما يمكن إرجاع هذه النتيجة الى ما يتمتع به التلاميذ من خصائص وسمات، فالتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط يقعون ضمن مرحلة المراهقة المبكرة ، التي تتميز بأنها مرحلة مسابرة وقبول لما تفرضه الأسرة من أوامر وتوجيهات، وهذا يمنعهم من إستخدام الألعاب الإلكترونية بشكل مقيد. بمجرد إنتقالهم لمرحلة التعليم الثانوي يرون أنفسهم بأنهم أكثر نضجا وقادرين على تحمل المسؤولية وإدارة شؤونهم الخاصة ، كما يصبحون أكثر ميلا إلى الإستقلالية وينتج عن ذلك الإستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية الذي يؤدي الى سوء التوافق النفسي لديهم ، ربما يجعلهم يهملون دراستهم وواجباتهم المدرسية ويقلل ميلهم في إستغلال أوقات الفراغ في المطالعة والقراءة.

وهذا ماجاءت به دراسة القحطاني 2009 لا يوجد تأثير لمستوى التعليمي في التوافق النفسي لدى التلاميذ، كما بينت الدراسة اختر اد هوليناكا 2014 في النتائج إلى أن مستوى استخدام الألعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة الثانوية العليا جاء متوسطا، وبينت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى استخدام الألعاب الالكترونية لدى طلبة المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس والمسار الأكاديمي.



## 2. الاستنتاج العام:

تناولت الدراسة الحالية موضوع يعد من بين المواضيع الحديثة المتمثلة في استخدام الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي، من خلال إجراء الدراسة الميدانية على عينة من التلاميذ مرحلة تعليم الثانوي (أولى/ثالثة) ببعض ثانويات دائرة تقرت.

باعتبار المراهقين يكتسوا شريحة ذو أهمية بالغة في المجتمع على أنهم مستقبل فعال تنموي في مجتمع الجزائري. وعليه يجب أن نوليهم اهتمام وإعطائهم مسؤولية من خلال توفير مختلف الإمكانيات والشروط التي بإمكانهم أن تجعل منهم ينمون نموا نفسيا، واجتماعيا سليما. غير أنه في ظل التقنيات وتطبيقات التكنولوجيا الحديثة العالية الجودة تمكن المراهق من إتاحة الفرصة للتعلم والاكتشاف والمغامرات من خلال الاستخدام المفرط للألعاب لدرجة الإدمان تستدعي التدخل المبكر لمعالجة الوضع.

إن استخدام المفرط للألعاب الالكترونية يؤدي إلى إدمان التلميذ عليها وتكون النتيجة لهذا، السلوك اضطرابات صحية ونفسية، واجتماعية، وأكاديمية، ومهنية، ومن هذا المنطلق يجدر بنا توصية الأولياء على أبنائهم، بأخذ الحيطة من مخاطر الناجمة عنها. فالموضوع التوافق النفسي موضوعا واسعا يتطلب البحث فيه وتبقى دراستنا مجرد محاولة للكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى تلاميذ السنة الأولى والثالثة ثانوي. يتضح من خلال النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية أنه توجد علاقة عكسية دالة إحصائيا بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية لدى تلاميذ سنة أولى وثالثة ثانوي، توجد فروق بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية تعزى للجنس بل لصالح الذكور، لاتوجد فروق بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية تعزى للتخصص، لاتوجد فروق بين التوافق النفسي والألعاب الالكترونية تعزى للمستوى الدراسي.

مما يجدر الإشارة إليه إلى أن هناك متغيرات أخرى غير الألعاب تستدعي الدراسة من طرف الباحثين فالتلميذ المتوافق نفسيا تجد لديه رغبة والاهتمام للترفيه بالألعاب الالكترونية.

## الاقتراحات:

- 1 عدم الغفلة عن الأبناء وهي أهم نصيحة أوجهها للآباء وأؤكد عليها من خلالها على حرصهم واهتماماتهم، وتنبيه بعض الأولياء الأمور إلى مافي بعض تلك الألعاب من مفسد، ليس حل في وقتنا الراهن سوى الاهتمام وعدم غفلتهم عن أبنائهم وأن يتعرفوا على نوعية الألعاب التي يمارسونها، والاهم أن يحددوا أوقات اللعب، بحيث لايزيد وقت اللعب عن ساعتين وللوصول إلى ثلاث ساعات كأقصى حد فلن يكون هناك مشكلة خاصة في أوقات العطل الرسمية.
- 2 إيجاد البدائل المناسبة من الألعاب والتي تتوافق مع معتقداتنا ومبادئنا ويجب أن تكون مناسبة حتى في طبيعة تركيبتها واستخدامها.
- 3 رفع مستوى وكفاءة ذوي الاختصاص: سواء من المراقبين أو المحققين أو القضاة لمعرفة كيف يتم استخدام تلك الألعاب، وتصنيفها يكون مناسباً لجميع الأعمار بمن فيهم الأطفال دون سن المدرسة.
- 4 بذل الجهود اللازمة التي تشجع على عمل الدراسات والبحوث لمعرفة حقيقة ما وصل إليه الحال بالنسبة لممارسي الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى التلاميذ المراهقين
- 5 وضع تصنيفات واضحة لتلك الألعاب وهذا يتطلب منا الإسراع في تكوين فريق أولجنة مختصة من الجهات المعنية أو حتى من المتطوعين لوضع معايير وتصنيفات واضحة لتلك الألعاب تكون متوافق نفسياً وملائمة لذي التلاميذ.
- 6 القيام بنشاطات توعوية للأولياء بخصوص الألعاب الإلكترونية وما تخلفه من تأثيرات على الطفل الجزائري من النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية والتربوية الدينية، من خلال الأيام الدراسية، والبرامج الإعلامية، والاتصال بجمعيات أولياء التلاميذ وغيرها
- 7 الاهتمام بتلميذ المراهق كفرد له مشاكله النفسية، وذلك بفهم ومعرفة مختلف مظاهر النموفي هذه المرحلة التي يمكن أن تؤثر عليه وعلى مساره الدراسي فالنجاح يعتمد على فعالية المراهق والمرتبطة بحسن تواقفه.
- 8 عدم السماح للطفل بممارسة الألعاب الإلكترونية إلا بعد الانتهاء من الواجبات المدرسية وهكذا يكون توازن بين اللعب وبين التوافق النفسي.
- 9 إجراء أبحاث ودراسات أخرى تتعمق أكثر في استقصاء الموضوع.

# المراجع

قائمة المراجع

1. أبو القاسم محمد، أثر برنامج الألعاب الالكترونية على نداء التلاميذ الحلقة الأولى، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 4 العدد 3، يناير 2020.
2. إجلال محمد سري، علم النفس العلاجي، عالم الكتب للنشر والطباعة والتوزيع، القاهرة، ط2، 2000
3. أديب الخالدي، المرجع في الصحة النفسية، ط1 الدار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
4. أشرف محمد عبد الغني شريت : الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق. المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية 2002م.
5. بشير معمريه، لقياس النفسي وتصميم الاختبارات النفسية، ط2، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة العقيد الحاج الأخضر، باتنة الجزائر، 2007.
6. حسني الجبالي، علم النفس الإجتماعي بين النظرية والتطبيق . 1997م
7. حسين احمد حشمت ومصطفى باهي، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ط1 ،الدار العالمية للنشر والتوزيع، مصر، 2006.
8. الداھري، صالح حسن، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008 .
9. زهران، حامد عبد السلام .الصحة النفسية والعلاج النفسي ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1995.
10. زهران، حامد عبد السلام .الصحة النفسية والعلاج النفسي ط4، عالم الكتب، القاهرة، 2005.
11. سامر رضوان جميل، الصحة النفسية، دار الميسرة للنشر والتوزيع . الأردن، 2002.
12. سبع محمد أبولبدة،، مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي، ط1، دار الفكر، عمان، 2008.
13. سعاد منصور غي،.الصحة النفسية، دار الكتب للنشر والتوزيع، الأردن، 2001.
14. سعد عبد الرحمن،،القياس النفسي،النظرية والتطبيق، ط3،دار الفكر العربي، القاهرة، 1998 .
15. سهير كامل أحمد:الصحة النفسية للأطفال مركز الإسكندرية للكتاب. 2001م.
16. سيد عثمان، علم النفس الاجتماعي التربوي الجزء الثاني، المسائرة والمغايرة، مكتبة أنجلوالمصرية، القاهرة، 1974.
17. صالح حسن أحمد الداھري، أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية الأسس والنظريات ط1، دار الصفاء للنشر . عمان، 2008.

18. صبرة محمد علي - أشرف محمد عبد الغني شريت، الصحة النفسية والتوافق النفسي، القاهرة، دار المعرفة الجامعية، 2004
19. صلاح مخيمر، الإيجابية كمعيار وحيد وأكد مكتبة الأنجلو - القاهرة، 1984.
20. عباس محمود عوض، الموجز في الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، 1989
21. عبد الحليم محمود السيد وآخرون، علم النفس العام، ط 3، مكتبة غريب . مصر، 1999.
22. عبد الحميد علي، طارق عبد الرزاق عامر، منهجية البحث، مكتبة الجامعية، الأردن، 2009.
23. عبد الحميد محمد الشاذلي، الواجبات المدرسية . والتوافق النفسي المكتبة الجامعية بالإسكندرية مصر، 2001 .
24. عبد الحميد محمد شاذلي، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، 2001.
25. عبد الرحمان عدس، محي الدين توف، المخل إلى علم النفس، ط 5، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن، 1997 .
26. عبد الرحمن، نجوى أبوبكر محمد، الاضطرابات السلوكية والوجدانية والتوافق النفسي والاجتماعي، مركز الكتاب الأكاديمي، ط 1، عمان، 2018.
27. عبد المنعم الحنفي، الموسوعة النفسية (علم النفس في حياتنا) ط 1، 1995م.
28. عبد المنعم حنفي، موسوعة الطب النفسي، القاهرة، مكتبة، دبوس ط 2، 1999.
29. عبد المنعم عبد الله حسيب، مقدمة في الصحة النفسية، الإسكندرية، دار الوفاء لنديا الطباعة والنشر، ط 1، 2006.
30. عوده محمد مرسي، الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، ط 1، دار القلم، دولة الكويت، 1.1970
31. عياد أمطير، العجيلي سرگز، البحث العلمي أساليبه وتقنياته ،ليبيا،الجامعة المفتوحة.
32. فاخر عاقل، 1979، معجم علم النفس، دار العلم للملايين، ط 1، بيروت، لبنان، 2002.
33. فرحان عبد العزيز والدرعان سمير، الإدمان على الألعاب الالكترونية وعلاقته بالمشكلات الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية لدى طلبة المدارس، جامعة اليرموك، الأردن، 2015 .
34. فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنومون الطفولة للشيخوخة دار الفكر العربي القاهرة، 1975.
35. كمال دسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، ط 3، دار النهضة العربية، بيروت، القازيق، 1985م.

36. كمال دسوقي، علم النفس ودراسة التوافق، ط3، درا النهضة العربية لبنان، 1974.
37. كمال محمد عوض، علم النفس الصناعي، ط1، دار الكتب العلمية، بيروت، 1997.
38. ل- هول، وج لندي، نظريات الشخصية، ترجمة، فرج أحمد قدري حنفي لطفي فطيم ومراجعة لويس كامل مليكة، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، 1971.
39. لندال دافيدوف، مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب محمود عمر، نجيب خزام ومراجعة وتقديم فؤاد أبو حطب، ط3، الدار الدولية للنشر والتوزيع، القاهرة، 1992.
40. محمد ربيع شحاتة، أصول الصحة النفسية، ط6، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة، 2005.
41. محمد محروس الشناوي، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 1994.
42. محمد مصطفى الصفتي التوافق النفسي والاجتماعي والدراسي، ب ط1 دار النهضة العربية القاهرة، ب ستة.
43. مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، عباس محمد عوض، الصحة النفسية والتفوق الدراسي، بيروت، دار النهضة العربية، 1990.
44. مصطفى فهمي، التوافق الشخصي والاجتماعي، ط1 مكتبة الخايجي القاهرة، 1979.
45. مها حسني الشحروري، الألعاب الالكترونية في عصر العولمة، ط1، دار المسير للنشر والتوزيع، عمان، الاردن، 2008.

### مراجع اجنبية :

1. Cattell – R.B (1950) Personality, a systematic Theoretical and Factual study, MCG raw Hill, N Y

### مواقع الكترونية:

46. <https://www.islamweb.net> .2019
47. إسلام ويب، أثر العاب الالكترونية على الأطفال والمراهقين، 2009.
- [www.islamweb.net/ar/articles](http://www.islamweb.net/ar/articles)، 2014.

### مذكرات:

1. كرام محمد يوسف يونس، مستوى ممارسة الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية في منطقة كفر قرع، رسالة مكملة للحصول على درجة الماجستير في تخصص علم النفس التربوي، جامعة عمان العربية، 2017.




2. بلحاج فروجة " التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي" ، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماجستير غير منشور، جامعة تيزي وزو، الجزائر، 2011.
3. بن ستي حسينة، التوافق النفسي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى تلاميذ سنة الأولى ثانوي، مذكرة لنيل شهادة ماستر، تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، 2013 .
4. جبوري بن عمر، أثر ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية على التوافق النفسي العام لتلاميذ مرحلة ثانوي، شهادة لنيل شهادة الدكتوراه في علوم تقنيات، مستغانم، 2015.
5. جماح لطيفة، تقيين مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير على البيئة الجزائرية، مذكرة لنيل شهادة ماستر، تخصص القياس النفسي وبناء الروايز، جامعة بوضياف المسيلة، 2016 .
6. رمضان محمد القدافي ومحمد الفالوفي مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي للطالب الجامعي وتحصيله الدراسي" ،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الأدب قسم التربية وعلم النفس، جامعة سبها ليبيا، 2004.
7. صالحى سعيدة" . تأثير سمات شخصية والتوافق علي التحصيل الأكاديمي، للطلبة الجامعية "أطروحة دكتوراه منشورة، علم النفس الاجتماعي، بجامعة الجزائر 2، الجزائر، 2013
8. الهاشمي لقوي، علاقة العوامل الفيزيقية والعوامل التنظيمية بالكفاءة الذاتية لأستاذ تعليم الابتدائي بورقلة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في العلوم في علم النفس التربوي بورقلة، 2019.

### مجلات ومقالات

1. منير قهلوز وفاطمة عرقابي، الألعاب الالكترونية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، المجلة العربية للتربية النوعية، المجلد 4، العدد12، جامعة باتنة-الجزائر، 2020.
2. خالد صلاح، الطفل العربي والألعاب الالكترونية دراسة تحليلية، مجلة التنمية والطفولة، العدد32، 2018.
3. رحاب همام، مقال الألعاب الالكترونية وآثارها السيئة وأضرارها لدى أطفال، 19نوفمبر 2018.
1. فتيحة بالمهدي ومليكة بكير، علاقة التحصيل الدراسي واستعمال الألعاب الالكترونية لدى عينة الأطفال، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية المجلد2، العدد3، تيبازة، 2014 .
4. لامية بوبيدي، أسماء بن تركي، سامية عدائكة، تأثيرات الإدمان على الألعاب الالكترونية على التوافق النفسي للأطفال، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، العدد29، جوان 2019.

5. محمد بشير السيسي وأبا بكر سو، علاقة لكفاءة الذاتية بالمستوى التوافق النفسي لدى طلبة المغتربين وغير المغتربين، مجلة دولية دراسات تربوية ونفسية، العدد 4، جامعة ملك سعود، السعودية، 2019.
6. محمد علي صالح الشهري، الألعاب الالكترونية... دراسات و حقائق تحكي ممارسة سلوك تفاعلي يجمع الخيال بالواقع، الوكالة الانباء السعودية الرياض سبتمبر 2020.
7. مدينة حسين دوسة، موسى صالح حسن أبكر، دراسة عن التوافق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، العدد 3، جامعة نيالا، أبريل 2018 .
8. نبيل جبرين الجندي وإياد محمد أنوفنار، فاعلية برنامج إرشادي للتوافق النفسي على نزلاء مراكز الإصلاح والتأهيل في فلسطين، مجلة جامعة الشارقة، العدد 2، المجلد 13، الخليل، فلسطين، 2016
9. نرمين نبيل محمد محمود، التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهقين من 15-18، دراسة مقارنة بين أبناء الأمهات العاملات وغير العاملات، جامعة حلوان 0
10. هدى كامل منصور، سلوك العدوانية وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأطفال الممارسين للألعاب الالكترونية، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة بغداد، العدد 1، المجلد 4، 2018.



الملاحق

جامعة قاصدي مرباح ورقلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس وعلوم التربية  
شعبة: علوم التربية  
تخصص: علم النفس التربوي  
استبـــــــــــــــــبيان

المدرسة : الشعبة :

المستوى الدراسي : الجنس: ذكر  إناث

عزيزي تلميذ / عزيزتي تلميذة

في إطار إنجاز مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر علم النفس التربوي، وبما أن الفئة المعنية بالدراسة

الحالية هم تلاميذ مرحلة التعليم الثانوية أرجو منكم التعاون معنا.

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تشير إلى شعورك وسلوكك وتفكيرك نحو استخدام الألعاب

الإلكترونية وعلاقتها بالتوافق النفسي في بعض ثانويات مدنية تقوت . المطلوب منك أن تقرأ كل عبارة

بعناية وتجب عليها باختيار أحد البدائل المرفقة.

أعلمك عزيزي تلميذ، عزيزتي تلميذة أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، والإجابة السلمية هي

وجهة نظركم، والتي تدل على ممارستكم اليومية المتعلقة بالألعاب الإلكترونية، والتوافق النفسي، كما ان

الإجابة ستبقي سرية تامة، ولن يطلع عليها أحد إلا لأغراض البحث العلمي، ولكم مني جزيل الشكر.

وأرجو منكم الإجابة عن فقرات المقياسين، وذلك بوضع إشارة ( X )، لا تترك موقف بدون الإجابة

عليه.

وفيما يلي مثال توضيحي يبين لك طريقة الإجابة:

إن كنت توافق بشدة على ما جاء في العبارة التالية ضع علامة (x) في الخانة موافق بشدة كما يلي:

الرقم	الفقرة	تنطبق	تنطبق أحيانا	لا تنطبق
01	أفضل ممارسة الألعاب الالكترونية على مشاركة في الانشطة الاجتماعية الأخرى		X	

## 1. مقياس التوافق النفسي

الرقم	العبرة	نعم تنطبق	متردد أحيانا	لا تنطبق
1	كافية؟ بدرجة نفسك في ثقة لديك هل			
2	هل انت متفائل بصفة عامة؟			
3	أمام انجازك وعن نفسك عن الحديث في رغبة لديك هل الآخرين؟			
4	وشجاعة؟ بقوة مشكلاتك مواجهة على قادر انت هل			
5	الحياة؟ في ونفع فائدة له شخص أنك تشعر هل			
6	مشرق؟ لمستقبل تتطلع هل			
7	حياتك؟ في والرضا النفسية بالراحة تشعر هل			
8	حياتك؟ في وبشوش سعيد انت هل			
9	الدنيا؟ في محظوظ شخص أنك تشعر هل			
10	الناس؟ أمام والهدوء الانفعالي بالاتزان تشعر هل			
11	معهم؟ وتتعاون الآخرين تحب هل			
12	دائما؟ والذكر بالعبادة الله من قريب انت هل			
13	الحياة؟ مع ومتوافق ناجح انت هل			
14	طيبة؟ حالة في وأنك النفسية والطمأنينة بالأمن تشعر هل			
15	بسهولة؟ همتك وتهبط باليأس تشعر هل			
16	عموما؟ الدنيا من وضيق باستياء تشعر هل			
17	للاخر؟ وقت من بالقلق تشعر هل			
18	ما؟ حد إلى المزاج عصبي نفسك تعتبر هل			
19	منها؟ بالهرب المؤلمة المواقف تتجنب أن إلى تميل هل			
20	لاخر؟ وقت من أو غثيان صداع بنوبات تشعر هل			

## مقياس الالعاب الالكترونية

الرقم	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
01	أقضي معظم أوقات فراغي في ممارسة الألعاب الالكترونية .					
02	عندما أبدأ بممارسة الألعاب الالكترونية فلا أستطيع التوقف عن اللعب.					
03	أمارس الألعاب الالكترونية لأتجنب ما يحصل لي في الحياة					
04	من الصعب عليّ تقليص عدد الساعات التي أمارس فيها الألعاب الالكترونية .					
05	أغضب إذا لم أكن قادراً على ممارسة الألعاب الالكترونية .					
06	أدخل في شجار مع أفراد أسرتي وأصدقائي إذا حاولوا منعي من ممارسة الألعاب الالكترونية.					
07	أتجاهل أصدقائي وأفراد أسرتي عند ممارستي الألعاب الالكترونية.					
08	من الصعب عليّ إجابة الآخرين عن الوقت الذي أقضيه في ممارسة الالعاب الالكترونية .					
09	أشعر أن ممارستي للألعاب الالكترونية يحرمني من النوم.					
10	أترك مهامى الحياتية عند ممارسة الالعاب الالكترونية					
11	أفكر بممارسة الألعاب الالكترونية حتى لو لم أكن قريباً من جهاز كمبيوتر أو هاتف نكي.					
12	أشعر أنني أحتاج إلى المزيد من الوقت في ممارسة الألعاب الالكترونية.					
13	حاولت الابتعاد عن ممارسة الألعاب الإلكترونية دون جدوى.					
14	أشعر بالقلق عند توقفي عن ممارسة الألعاب الإلكترونية .					
15	أفضل الأوقات عندي هو الوقت الذي أمارس فيه الألعاب الإلكترونية					
16	أعتقد أن أفضل الإنجازات العالمية هي الألعاب الإلكترونية.					
17	أضحى بنشاطات اجتماعية وأكاديمية من أجل ممارسة الألعاب الالكترونية .					

					18	أمارس الألعاب الالكترونية من أجل الهروب من مشاكل الحياة.
					19	أستطيع أن أتغلب على مشاعر العجز التي تتناوبني بممارسة الألعاب الالكترونية.
					20	أشعر بأني أفضل عند ممارستي للألعاب الالكترونية
					21	أفضل ممارسة الألعاب الالكترونية على الالعاب الأخرى
					22	أشعر بالتعاسة عندما تمنعي الظروف من ممارسة الألعاب الالكترونية.

## الملحق 02

خصائص السيكومترية لمقياس التوافق النفسي  
الصدق التمييزي ( المقارنة الطرفية )

## Group Statistics

المجموعة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق العليا المجموعة	13	32.4615	2.02548	.56177
الدنيا المجموعة	13	21.5385	4.82382	1.33789

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)
التوافق	Equal variances assumed	7.295	.012	7.528	24	.000
	Equal variances not assumed			7.528	16.104	.000

Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
10.92308	1.45104	7.92827	13.91788
10.92308	1.45104	7.84862	13.99754

الثبات : الفا كرونباخ

## Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.736	20



التجزئة النصفية

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.618
		N of Items	10 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.540
		N of Items	10 <sup>b</sup>
	Total N of Items		20
Correlation Between Forms			.600
Spearmen-Brown Coefficient	Equal Length		.750
	Unequal Length		.750
Guttman Split-Half Coefficient			.750

الملحق 03:

خصائص السيكومترية لمقياس الألعاب الإلكترونية

الصدق التمييزي

Group Statistics

	المجموعة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الألعاب الإلكترونية	المجموعة العليا	13	66.9231	13.86519	3.84551
	المجموعة الدنيا	13	27.1538	4.50641	1.24985

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)
الالكترونية.الالعاب	Equal variances assumed	6.705	.016	9.835	24	.000
	Equal variances not assumed			9.835	14.507	.000

Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
39.76923	4.04353	31.42380	48.11466
39.76923	4.04353	31.12509	48.41337

الفا كرونباخ

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.932	22

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.867
		N of Items	11 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.901
		N of Items	11 <sup>b</sup>
	Total N of Items		22
Correlation Between Forms			.765
Spearmen-Brown Coefficient	Equal Length		.867
	Unequal Length		.867
Guttman Split-Half Coefficient			.865

الملحق رقم 4

الجدول يمثل نتائج المعالجة الاحصائية ببرنامج spss للفرضية 1

Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	1	-.155 <sup>*</sup>
	Sig. (bilatérale)	.011
	N	268
الالعاب الالكترونية	-.155 <sup>*</sup>	1
	Sig. (bilatérale)	.011
	N	268

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

الجدول يمثل نتائج المعالجة الاحصائية ببرنامج spss للفرضية 2

نكور Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	1	-.297**
	Corrélation de Pearson	
	Sig. (bilatérale)	.002
	N	110
الالعاب الالكترونية	-.297**	1
	Corrélation de Pearson	
	Sig. (bilatérale)	.002
	N	110

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

انلث Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	1	-.033-
	Corrélation de Pearson	
	Sig. (bilatérale)	.678
	N	158
الالعاب الالكترونية	-.033-	1
	Corrélation de Pearson	
	Sig. (bilatérale)	.678
	N	158

الجدول يمثل نتائج المعالجة الاحصائية ببرنامج spss للفرضية 3

علوم Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	-.096-
	N	141
الالعاب الالكترونية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	-.096-
	N	141

أداب Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	-.216*
	N	127
الالعاب الالكترونية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	-.216*
	N	127

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

## الجدول يمثل نتائج المعالجة الاحصائية ببرنامج spss للفرضية 4

## سنة اولى Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	1	-.202 <sup>*</sup>
	Sig. (bilatérale)	.018
	N 138	138
الالعاب الالكترونية	-.202 <sup>*</sup>	1
	Sig. (bilatérale)	.018
	N 138	138

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

## سنة ثالثة Corrélations

	التوافق النفسي	الالعاب الالكترونية
التوافق النفسي	1	-.130-
	Sig. (bilatérale)	.141
	N 130	130
الالعاب الالكترونية	-.130-	1
	Sig. (bilatérale)	.141
	N 130	130

ز.....	قائمة الجداول
ب.....	ملخص الدراسة بالعربية :
1.....	مقدمة
4.....	1. تحديد مشكلة الدراسة
14.....	2. التساؤلات الدراسة :
14.....	3. الفرضيات الدراسة :
14.....	4. أهمية الدراسة :
15.....	5. أهداف الدراسة :
15.....	6. التعريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :
16.....	7. حدود الدراسة
18.....	تمهيد :
19.....	1- مفهوم اللعب:
20.....	2-أهمية اللعب:
21.....	تعريف الألعاب الإلكترونية:
23.....	2. تصنيفات الألعاب الالكترونية:
25.....	3- تصنيف الألعاب الالكترونية من حيث الفئة المستهدفة والهدف منها ثلاثة أنواع رئيسية وهي: ...
25.....	3. الشروط الضرورية للألعاب الإلكترونية:
26.....	4. أسباب ودواعي ممارسة الأطفال الألعاب الالكترونية:
27.....	سلبيات الألعاب الإلكترونية:
28.....	6. آليات الوقاية من مخاطر الألعاب الالكترونية:
30.....	7. بدائل الألعاب الالكترونية:
31.....	خلاصة الفصل:
33.....	تمهيد:
34.....	أولا : التوافق

36.....	ثانيا : التوافق النفسي .....
36.....	1. مفهوم التوافق النفسي.....
38.....	2. أهمية دراسة التوافق النفسي.....
39.....	3. أبعاد التوافق النفسي.....
40.....	4. معايير ومؤشرات التوافق النفسي.....
41.....	5. مجالات التوافق النفسي.....
43.....	6. نظريات المفسرة لعملية التوافق النفسي.....
47.....	7. خصائص التوافق النفسي : .....
48.....	8. العوامل التي تؤثر على التوافق النفسي : .....
49.....	9. قياس التوافق النفسي.....
50.....	10. عوائق التوافق النفسي.....
	11. مظاهر تأثير الألعاب الالكترونية على التوافق

52.....	خلاصة الفصل: .....
54.....	أولا : الدراسة الاستطلاعية.....
54.....	1. منهج الدراسة:.....
54.....	2. أهداف الدراسة الاستطلاعية: .....
54.....	2. وصف عينة الدراسة الاستطلاعية: .....
55.....	3. وصف أدوات الدراسة:.....
60.....	ثانيا : الدراسة الاساسية .....
61.....	4 أساليب التحليل الإحصائية: .....
63.....	1. عرض وتفسير ومناقشة فرضيات الدراسة.....
63.....	1-1 عرض وتحليل وتفسير نتائج الفرضية الأولى : .....
64.....	1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية : .....
66.....	1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة : .....



1-4 عرض وتحليل النتائج الفرضية الرابعة : ..... 67

2. الاستنتاج العام: ..... 71

الاقتراحات: ..... 72

قائمة المراجع ..... 74

الملاحق ..... 80

الملحق 1 ..... 80