



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

الميدان : العلوم الانسانية والاجتماعية

الفرع : علم النفس

التخصص : علم النفس العيادي

العنوان :

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي



# ادمان الالعاب الالكترونية وعلاقته بظهور الاعراض الاكتئابية لدى عينة المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي

\* تحت اشراف الاستاذة

أ.د. بريشي مريامة

من اعداد الطالبتين

مخلوفي منار

مروان نسرين

| الاسم واللقب    | الدرجة العلمية    | الصفة  |
|-----------------|-------------------|--------|
| د. بريشي مريامة | أستاذة محاضرة     | مشرفة  |
| د. بوراس هوارية | أستاذة محاضرة     | مناقشة |
| د. طاوس وازي    | أستاذة تعليم عالي | رئيسة  |

السنة الدراسية : 2025 / 2026

# شكر و عرفان

الشكر لله كثيرا والحمد لله حمدا كبيرا الذي اعانني وقدرني على انجاز هذا العمل ويشرفني ان  
اشكر نفسي وزميلتي على اتمامنا هذا العمل رغم كل الصعوبات التي واجهتنا وكذلك أخص  
جزيل الشكر والعرفان الى أستاذتنا الاستاذة "بريشي مريامة" على كل النصائح والتوجيهات  
التي قدمتها الينا وعلى الجهود التي بذلتها والتي ساهمت في انجازنا لهذا العمل .  
كما نتقدم بجزيل الشكر لعائلتي لتعبهم الدائم ودعمهم لنا وكذا لكل من مد يد العون من  
قريب او بعيد ولو بالكلمة الطيبة .

كما اتقدم بشكري لجميع اساتذة قسم علم النفس والاساتذة الذين اشرفوا على تدريس  
تدريسنا طيلة سنواتنا الجامعية شكرا لكم ونشكر جميع المشاركين الذين ادلوا باستجابتهم



## ملخص الدراسة :

تسعى هذه المذكرة إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين المتدربين في الطور الثانوي، لم يتم اتخاذ أي لعبة من الألعاب الإلكترونية، أجريت الدراسة الميدانية في بعض المؤسسات التربوية لولاية ورقلة وبعض الأماكن التي وجدنا بها المراهقين على مستوى ولاية ورقلة، وعلى عينة تم اختيارها بطريقة عرضية و قوامها ( 99 ) تلميذ وتلميذة من الطور الثانوي فقط ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدت الدراسة على الاستبيانات كأداة لجمع بيانات ، وبعد المعالجة الإحصائية لمعطيات الدراسة أظهرت النتائج التالية :

\_\_ عدم وجود ارتفاع في مستوى ظهور الأعراض الاكتئابية للمدمنين لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية .  
\_\_ عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لديهم.

\_\_عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الإلكترونية وظهور الإكتئابية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطورالثانوي تعزى لمتغير الجنس .

وقد أخضعت نتائج المتحصل عليها للمناقشة والتحليل و التفسير واستنادا الى نتائج بعض الدراسات السابقة وفقا الى الإطار النظري للدراسة وبعض خصائص الدراسة .

\_\_الكلمات المفتاحية:

ادمان الألعاب الإلكترونية ، الأعراض الاكتئابية ،المراهقين المتدربين

**Abstract:**

This thesis aims to reveal the relationship between electronic games addiction and the appearance of depressive symptoms among schooled adolescents in secondary school. No specific electronic game was adopted. The field study was conducted in some educational institutions of the Wilaya of Ouargla and some places where we found adolescents at the level of the Wilaya of Ouargla, and on a non-probability sample chosen by an accidental method, consisting of (99) male and female students from secondary school only. To achieve the goals of the study, the descriptive correlational approach was used, and the questionnaire was adopted as a tool for collecting study data. After the statistical treatment of the study data, the results showed the following: There is no increase in the level of appearance of depressive symptoms for those addicted to electronic games. There is no statistically significant correlational relationship in the relationship between electronic games addiction and the appearance of depressive symptoms among them. There are no statistically significant differences in the relationship between electronic games addiction and the appearance of depressive symptoms among a sample of schooled adolescents in secondary school attributable to the gender variable. The obtained results were subjected to discussion, analysis, and interpretation, based on the results of some previous studies according to the theoretical framework of the study and some characteristics of the study.

**Keywords:**

Electronic games addiction, Depressive symptoms, Schooled adolescents

# فهرس المحتويات

| الصفحة                                  | الموضوع                             |
|-----------------------------------------|-------------------------------------|
| 1                                       | شكر وعرفان                          |
| 2                                       | ملخص الدراسة                        |
| 3                                       | فهرس المحتويات                      |
| 4                                       | فهرس الجداول                        |
| 5                                       | فهرس الاشكال                        |
| 6                                       | فهرس الملاحق                        |
| 12-1                                    | المقدمة                             |
| الجانب النظري                           |                                     |
|                                         | - الفصل الاول مدخل الدراسة          |
| 13                                      | - اشكالية الدراسة                   |
| 14                                      | - فرضيات الدراسة                    |
| 15                                      | - تساؤلات الدراسة                   |
| 16                                      | - أهداف الدراسة                     |
| 16                                      | - أهمية الدراسة                     |
| 17                                      | - التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة |
| 17                                      | - حدود الدراسة                      |
| الفصل الثاني : ادمان الالعب الالكترونية |                                     |
| 18                                      | تمهيد                               |

|                                                 |                                              |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| 19                                              | - مفهوم الادمان                              |
| 19                                              | - مفهوم ادمان الالعاب الالكترونية            |
| 20                                              | - النظريات المفسرة للادمان الالكتروني        |
| 21                                              | - أسباب ادمان الألعاب الإلكترونية            |
| 22                                              | - آثار ادمان الألعاب الإلكترونية             |
| 23                                              | - محاكاة تشخيص ادمان الألعاب الإلكترونية     |
| 24                                              | - استراتيجيات علاج ادمان الألعاب الإلكترونية |
| 25                                              | خلاصة                                        |
| <b>الفصل الثالث: الأعراض الإكتئابية</b>         |                                              |
| 28                                              | تمهيد                                        |
| 29                                              | - مفهوم الإكتئاب                             |
| 30                                              | - مفهوم الأعراض الإكتئابية                   |
| 31                                              | - الأعراض الإكتئابية                         |
| 31                                              | - أسباب ظهور الأعراض الإكتئابية              |
| 32                                              | - النظريات المفسرة لظهور الأعراض الإكتئابية  |
| 32                                              | - معايير تشخيص ظهور الأعراض الإكتئابية       |
| 33                                              | - استراتيجيات علاج ظهور الأعراض الإكتئابية   |
| 34                                              | خلاصة                                        |
| <b>الجانب الميداني</b>                          |                                              |
| <b>الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية</b> |                                              |
| 37                                              | تمهيد                                        |
| 37                                              | - المنهج المستخدم في الدراسة                 |
| 38                                              | - الدراسة الاستطلاعية                        |
| 39                                              | - وصف أداة القياس                            |
| 40،1،2،3                                        | - التعريفات الاجرائية لأبعاد المقياس         |
| 45                                              | - الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة        |

|                                                                                            |                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 46                                                                                         | خلاصة الفصل                     |
| <p style="text-align: center;"><b>الفصل الخامس</b><br/><b>عرض وتحليل نتائج الدراسة</b></p> |                                 |
| 48                                                                                         | تمهيد                           |
| 49                                                                                         | — عرض وتحليل الفرضية الأولى     |
| 50                                                                                         | — عرض وتحليل الفرضية الثانية    |
| 51                                                                                         | — عرض وتحليل الفرضية الثالثة    |
| 52                                                                                         | خلاصة الفصل                     |
| <p style="text-align: center;"><b>الفصل السادس : تفسير ومناقشة النتائج</b></p>             |                                 |
| 54                                                                                         | تمهيد                           |
| 54                                                                                         | — تفسير ومناقشة الفرضية الأولى  |
| 55                                                                                         | — تفسير ومناقشة الفرضية الثانية |
| 56                                                                                         | — تفسير ومناقشة الفرضية الثالثة |
| 57                                                                                         | — الخلاصة                       |
| 57                                                                                         | — توصيات الدراسة                |

### فهرس الجداول

| الرقم | عنوان الجدول                                                                                                     | الصفحة |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1     | توزيع أبعاد وأرقام عبارات مقياس إدمان الألعاب الالكترونية                                                        | 40     |
| 2     | تشبعات مفردات أبعاد مقياس ادمان الألعاب الإلكترونية                                                              | 41     |
| 3     | معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه المفردة لمقياس ادمان الالعاب الالكترونية | 42     |
| 4     | معاملات الارتباط بين أبعاد الألعاب الالكترونية والدرجة الكلية للمقياس                                            | 43     |
| 5     | معاملات الثبات لأبعاد مقياس ادمان الألعاب الإلكترونية                                                            | 44     |
| 6     | معاملات ثبات مقياسي ادمان الألعاب الالكترونية والأعراض الإكتئابية                                                | 45     |

|    |                                                                                                                                |    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 46 | نتائج اختبارات للعينات المستقلة للصدق التمييزي لمقياس ادمان الألعاب الالكترونية والأعراض الاكتئابية بين الفئتين العليا والدنيا | 7  |
| 47 | نتائج اختبارات للعينات المستقلة للصدق التمييزي لمقياس ادمان الألعاب الالكترونية                                                | 8  |
| 49 | تحليل الفرضية الأولى باختبارات لعينة واحدة                                                                                     | 9  |
| 50 | تحليل الفرضية الثانية بمعامل الارتباط بيرسون                                                                                   | 10 |
| 51 | تحليل الفرضية الثالثة بمعامل الارتباط بيرسون، ثم معامل زد لفischer                                                             |    |

### محتويات الملاحق

| الرقم | عنوان الملحق                                                                                                         | الصفحة    |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1     | نتيجة صدق وثبات مقياس ادمان الألعاب الالكترونية برنامج spss                                                          | 62        |
| 2     | نتيجة صدق وثبات مقياس الأعراض الاكتئابية spss                                                                        | 63،4      |
| 3     | نتيجة الفرضية الأولى برنامج spss                                                                                     | 65        |
| 4     | نتيجة الفرضية الثانية برنامج spss                                                                                    | 66،7،8    |
| 5     | نتيجة الفرضية الثالثة برنامج spss                                                                                    | 69        |
| 6     | استبيان ادمان الألعاب الالكترونية وعلاقته بظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي | 71،72، 70 |
| 7     | رخصة القيام بدراسة ميدانية وثيقة التسهيلات                                                                           | 73        |
| 8     | تصريح شرفي بالالتزام بمعايير الأمانة والنزاهة العلمية في اعداد مذكرة الماستر                                         | 74        |
| 9     | تصريح شرفي بالالتزام بمعايير الأمانة والنزاهة العلمية في اعداد مذكرة الماستر                                         | 75        |

# المقدمة



## المقدمة :

تعد مرحلة المراهقة إحدى المراحل العمرية التي يمر بها الإنسان، حيث تتميز بالكثير من التغيرات النفسية والاجسدية والانفعالية ، وكذا الاجتماعية التي تؤثر على شخصية المراهق وسلوكه وتجعل منه أكثر هشاشة للتأثر بالمحيط الخارجي، ومع التطور التكنولوجي السريع و توسع انتشار وسائل الترفيه والتسلية الرقمية (يحياوي وآخرون 2019 ) ، أصبحت الألعاب الإلكترونية من أكثر البرامج استقطاباً

لشريحة المراهقين ، بما توفره من من متعة وتشويق وتفاعل مستمر ، الأمر الذي دفع إلى تزايد عدد مستخدميها بشكل ملحوظ. ورغم ما تحمله الألعاب الإلكترونية من جوانب إيجابية في الترفيه والتنفيس عن النفس واغناء بعض المهارات المعرفية، إلا أن الإفراط في استخدامها قد يؤدي إلى ظهور سلوكها ادمانية تؤثر سلباً على حياة المراهق، سواء من الناحية النفسية أو الاجتماعية وحتى الدراسية ، فقد أصبح العديد من المراهقين يخصصون ساعات طويلة في اللعب ، مما يؤدي إلى العزلة الاجتماعية، واضطرابات النوم ، وضعف التحميل الدراسي، إضافة إلى ظهور بعض الاضطرابات النفسية والتي على قائمتها الأعراض الاكتئابية والتي تتمثل في الحزن فقدان الاهتمام، والشعور بالوحدة واليأس ويعد الاكتئاب من المشكلات النفسية الشائعة خلال مرحلة المراهقة، نظراً لحساسية هذه الفترة وزيادة الضغوط التي يواجهها المراهق في حياته اليومية الأمر الذي قد يدفعه إلى التوجه للألعاب الإلكترونية كوسيلة للهروب من الواقع أو التخفيف من الضغط النفسي، ومع استمرار هذا السلوك إلى أن يصبح بشكل مفرط قد تعزز العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية مما يشير الباحثين والمتخصصين في علم النفس لدراسة طبيعة هذه العلاقة وفهم أبعادها .

ومن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي، ومحاولة فهم مدى ارتباط الاستخدام الفارط للألعاب الإلكترونية بالحالة النفسية للمراهق

وذلك بهدف الاسهام في إثراء الجانب العلمي، ولفت الانتباه إلى أهمية التوعية النفسية والتربوية بمخاطر الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية والادمان عليها لي فئة المراهقين.



## الاشكالية الدراسة :

تعد فترة المراهقة من المراحل العمرية الصعبة التي يمر بها كل شخص و تتسم باختلاف الميولات والرغبات عند الأشخاص، وهي مرحلة تفصل بين مرحلة الطفولة والشباب (يحياوي وآخرون . ص2 . 2019)؛ وكذلك هي انسياق الإنسان نحو النضج العقلي والجسدي والانفعالي والاجتماعي ولأن هذه الفترة ، تتميز بحدوث عدة تغيرات وتشمل جميع جوانبه الشخصية كالمعرفة والانفعالات والسلوك (احمد محمد صالح ، 2013) .

حيث يكون الفرد في هذه المدة شديد الحساسية و بإعتبار المراهق الفئة الهشة والحساسة في فئات المجتمع ويتطلب الكثير من الإهتمام والانتباه فأغلب المراهقين في هذه الفترة يفضلون العزلة والبقاء بعيدا عن التجمعات وقضاء وقت أكبر على مواقع التواصل والانترنت وهذا ما أكدت عليه دراسة (أسباب وأعراض وطرق علاج الادمان الألعاب الالكترونية - أن من بين الأعراض النفسية التي تصيب المدمن على الألعاب الالكترونية هي العزلة والشعور بالوحدة ) ، و بإعتبارهم شريحة تتأثر بكل ماهو مختلف وخارق للعادة هذا يجعلهم على اطلاع دائم بكل ماهو جديد ، ومع انبثاق الألعاب الإلكترونية التي هي نتاج عصر التكنولوجيا الحديثة وتمثل مظهرا من مظاهر العالم الجديد المولود من الثقافة الرقمية العصرية حيث اختلفت تماما ، عن ما سبقها من ألعاب تقليدية ويدوية بسيطة ويرجع هذا الى التقنيات المبتكرة التي منحتها نقلة نوعية في عالم الألعاب .

اضافة لذلك اكتست هذه الألعاب بطابع متميز و هذا بتقديمها واقعا افتراضيا يجعلها أكثر إثارة وتشويقا وجاذبية من جهة و من جهة أخرى جعلها محط اقبال الكثير من المستخدمين وزد على ذلك اتاحتها على مختلف الوسائل كالهواتف الذكية والحواسيب الى ما ذلك (قجبور، الزرايحي، ص4، 2019\_2020) هذا ما يجعل استخدامها سهل كما أن محاكاتها للعالم الحقيقي في مظهرها ومضمونها جعلها أكثر متعة وأقل مللا ، مما اسهم هذا بشكل غير مسبوق في انتشار الألعاب الالكترونية داخل البيوت والمدارس حتى غدت جزءا لا يتجزء من الحياة اليومية خاصة لدى فئة المراهقين فهي تشجعهم على البقاء لأطول مدة ممكنة داخل اللعبة ، ومن خلال مستويات متتالية لاتنتهي ومكافآت رقمية تنمي للمراهق حب الانجاز وهذا ما اكدت عليه دراسة ( الفنداق، 2026 )

ودراسة ( david bickham وآخرون ، 2022 ) "نهم يقضون في المتوسط حوالي 8.2 ساعات يوميا في استخدام الوسائط الرقمية والشاشات ، وأفاد 50,9% أنهم يستمرون في استخدامها حتى أوقات متأخرة من الليل )

والافراط في ممارسة الألعاب الالكترونية قد يؤدي الى الاضطرابات النفسية من بينها الاكتئاب الذي يعد من أكثر الاضطرابات شيوعا لفئة المراهقين حيث يظهر على شكل الشعور بالحزن والعزلة أو ضعف الاهتمام أو كما يعبر عنه البعض في شكل مشاعر باليأس ، والتشاؤم والملل السريع من الحياة والناس، وربما تجتمع معظم هذه الأعراض معا في شخص واحد (عبد الستار، ص16، 1998) .

ومن هذا المنطلق وتداخل هذه التفاصيل بالاضافة الى زيادة الاهتمام بدراسة السلوكيات الرقمية وعلاقتها بالصحة النفسية تبرز الحاجة إلى البحث في نوع العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين خاصة في التفشي الواسع لهذه الظاهرة في

المجتمعات المعاصرة وعليه، تتحدد إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي: هل توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي؟

## **\_\_ تساؤلات الدراسة :**

. ما مستوى ظهور الأعراض الاكتئابية عند المدمنين على الألعاب الالكترونية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي؟

. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ادمان الألعاب الالكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالطور الثانوي؟

. هل توجد فروق ذات دلالة في العلاقة بين إدمان الألعاب الالكترونية و ظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين تعزى لمتغير الجنس؟

## **\_\_ فرضيات الدراسة :**

1. نتوقع أن يكون مستوى ظهور الأعراض الاكتئابية عند المدمنين على الألعاب الالكترونية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي مرتفع .

2. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الالكترونية و ظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

3. توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الالكترونية و ظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي تعزى لمتغير الجنس .

## **\_\_ أهداف الدراسة :**

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف:

1. على طبيعة العلاقة بين ادمان الالعاب الالكترونية و ظهور الاعراض الاكتئابية لدى المراهقين المتدربين في الطور الثانوي .
2. التعرف على الفروق المحتملة في العلاقة بين ادمان الالعاب الالكترونية و ظهور الاعراض الاكتئابية لدى المراهقين المتدربين في الطور الثانوي  
تعزى للمتغيرات التالية: الجنس ومستوى ظهور الاعراض .

## **\_\_أهمية الدراسة :**

تكمن أهمية هذه الدراسة الحالية في تناولها لموضوع جديد وهو انتشار استخدام الألعاب الإلكترونية عند المراهقين المتدربين في الطور الثانوي ، حيث أصبحت تشكل جزءا كبيرا من حياتهم اليومية ، شتى الجوانب النفسية المرتبطة بها، خاصة في علاقتها بظهور الأعراض الاكتئابية خلال هذه المرحلة الحساسة كما تساهم في توضيح بعض الجوانب النفسية المرتبطة بالإستخدام الدائم والمفرط للألعاب الإلكترونية وفهم طبيعة العلاقة بينهما.

وكذلك تسعى أهمية هذه الدراسة الى اثراء الجانب النظري في مجال علم النفس، خاصة في هذا الموضوع إدمان الألعاب الإلكترونية والصحة النفسية للمراهق، إضافة إلى قابلية الاستفادة من نتائجها من طرف المختصين والنفسيين والاولياء والمربين من أجل زيادة الوعي بأهمية المتابعة النفسية، والسلوكية للمراهقين فترة ادمانهم.

وتبرز كذلك أهمية الدراسة أيضا في أنها تفتح المجال أمام الدراسات أخرى اتخذت نفس التوجه أو تهتم بمتغيرات نفسية مختلفة ومرتبطة بإدمان الألعاب الإلكترونية لدى فئة المراهقين.

**التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة :**

## 1 \_ الإدمان على الألعاب الالكترونية:

\_ تعرف الباحثة إدمان الألعاب الالكترونية إجرائياً بأنه "نمط ادراكي مستمر، يعتاد المراهق ممارسته في معظم الأوقات ، للشعور بالتدفق والإنغماس وتحسين المزاج ، فيعطى الأولوية لممارسة الألعاب الإلكترونية في مقابل التخلي عن أداء الأعمال الضرورية والعلاقات الاجتماعية والأنشطة اليومية الأخرى ،واللجوء لخداع الأفراد المحيطين به بمقدار الوقت الحقيقي الذي يقضيه في اللعب مع فقدان السيطرة و الإنتكاس ومظاهر الانسحاب عند أي محاولة للإبتعاد عن اللعب أو حتى التخفيف منه" وتعتبر عنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد العينة في مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية المستخدم في هذه الدراسة ، والذي تم تصميمه بناء على هذا التعريف لـ نيفين حسن سعد شاکر (سعد شاکر، 2023) حيث تشير الدرجة المرتفعة الى ارتفاع مستوى ادمان الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي.

2 \_ الأعراض الاكتئابية: و يعبر عنها بالدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس في الطور الثانوي على مقياس الأعراض الاكتئابية المعتمد في الدراسة الحالية ، لـ "عبد العزيز ثابت" والتي تعكس مستوى الأعراض الاكتئابية لديه مثل: الحزن و فقدان الاهتمام و التشاؤم و اضطرابات النوم و التركيز , حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الأعراض الاكتئابية.

## 4.حدود الدراسة :

1.الحدود المكانية : أجريت هذه الدراسة بمختلف ثانويات ولاية ورقلة وبعض أماكن تواجد المراهقين مثل المكاتب العامة.

2.الحدود الزمانية : تم اجراء الدراسة ميدانيا من 19 إلى 23 أبريل 2026.

3.الحدود البشرية :تكونت عينة الدراسة من 99 مراهق متمدرس بالطور الثانوي.

## الفصل الثاني : الادمان الالعب الالكترونية

1\_ مفهوم الادمان

2 \_ مفهوم ادمان الالعب الالكترونية

3\_ النظريات المفسرة لادمان الالعب الالكترونية

4\_ اسباب ادمان الالعب الالكترونية

5 \_ اثار ادمان الالعب الالكترونية

6 \_ محاكاة تشخيص ادمان الالعب الالكترونية

7 \_ استراتيجيات علاج ادمان الالعب الالكترونية

## تمهيد

شهدت البرمجيات الالكترونية تطوراً كبيراً وملحوظاً , خلال السنوات الأخيرة سواء من حيث الكم والكيف , في مختلف المجالات وعلى رأسها برمجيات الترفيه خاصة الألعاب الإلكترونية التي كان لها أثر واضح على الأفراد والمجتمعات .

وقد ساهم الإقبال عليها , حيث أصبحت هذه الألعاب تجذب شريحة كبيرة من المراهقين لما تتميز به من تقنيات متطورة وجودتها في التصميم والتفاعل. ومع هذا الانتشار الواسع, ازداد تعلق المراهقين بها وأفرطوا بها لحد الادمان في بعض الحالات مما جعلها جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية . وفي هذا الفصل سيتم التطرق الى عرض مفهوم الادمان , مفهوم ادمان الألعاب الالكترونية , النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الإلكترونية , أسباب ادمان الألعاب الإلكترونية , آثار ادمان الألعاب الإلكترونية , محركات تشخيص ادمان الألعاب الإلكترونية استراتيجيات علاج ادمان الألعاب الالكترونية . استراتيجيات علاج ادمان الألعاب الالكترونية

### 1 - مفهوم الإدمان :

- يعرف الإدمان في موسوعة علم النفس والتحليل النفسي على أنه:

هو المداومة على عادة تعاطي مواد معينة أو القيام بنشاط معين لمدة طويلة , يقصد به الدخول في حالة من النشوة واسبعاد الحزن والإكتئاب .

### - ولقد عرفت منظمة الصحة العالمية الإدمان عام 1973 بأنه :

هو حالة نفسية وأحياناً عضوية , تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة . ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوكية مختلفة , تشمل دائماً الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية , للشعور بآثاره النفسية أو لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره , وقد يدمن الشخص على أكثر من مادة أو نشاط . (حمودة سليمة , 2015, ص 215)

- أما محمد أحمد النابلسي فيعرفه على أنه : مفر وهمي من الواقع المتمثل أمام أنظرنا , إذ أنه ناشئ عن عدم قدرة الشخص على تحمل الواقع الذي يريد الإنسان أن يتخلص منه عن طريق الادمان . (محمد أحمد النابلسي , 2004, ص 137)

### تعريف ادمان الألعاب الإلكترونية:

**عرفها : (chalton2002)** : هي حالة من استخدام غير تكيفي للألعاب الإلكترونية تؤدي الى ظهور اضطرابات سريرية تتجسد في أعراض انسحابية نفسية وجسدية التي يستدل عليها من بعض الأعراض والمظاهر الدالة على ذلك , والتي قد تؤثر سلباً في مختلف مجالات حياة الفرد. (سارة بن صالح, 2019, ص 42)

**تعريف آخر :** هو نتاج لرغبة ملحة ومتزايدة في قضاء أكبر وقت ممكن على الأجهزة الإلكترونية , وهو نوع من البحث الحسي للمثيرات أو الأنشطة المتعددة من أجل تحقيق الإشباع وتلبية الاحتياجات , و ينتج الانشغال الذهني بهذه المثيرات حتى وان فقد الإتصال بالإنترنت مما يؤثر سلباً على حالته النفسية والاجتماعية والأكاديمية . (ابراهيم هلال العنزي, 2020, ص 486 )

\_\_ تعريف آخر :عرفته الجمعية الأمريكية لطب النفسي بأنه الإستخدام المتكرر للإنترنت للمشاركة في الألعاب مما يؤدي الى ضعف أو ضائقة كبيرة ومشكلات طبية وسيرية . ( حيان كنزة ,بلعاب لمية ,2021,ص31 )

### 3 \_ النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الإلكترونية :

#### 1 -النظرية السلوكية:

يرى هذا الاتجاه أن إدمان الألعاب الإلكترونية هو سلوك مُتعلم ومكتسب يخضع لقوانين الاشتراط الاجرائي بطريقة مباشرة والمتمثلة في (المثير، الاستجابة، التعزيز، والإشارات البيئية).

ويستند التفسير السلوكي الى وجهة نظر "سكينر (Skinner)" في النظرية السلوكية، والتي تؤكد أن الفرد يميل إلى فكرة تكرار مجموعة من السلوكيات والأنشطة بناءً على ما يتلقاه من مكافآت أو تعزيزات.

وتتشابه هذه الآلية السلوكية في الألعاب الإلكترونية مع ميكانيكية الإدمان على المواد المخدرة والكحول؛ حيث تمنح هذه الألعاب الإلكترونية والشاشات الرقمية مستخدميها شعوراً بالسعادة، والراحة، والمتعة النفسية بعد كل مرحلة (كالفوز أو حصد نقاط). ونتيجة لذلك، يجد الفرد فيها طريقاً سهلاً ومباشراً للهروب من ضغوط الواقع ، رغبةً في الحصول على تلك المعززات السلوكية.

2 -النظرية التفسير السيكودينامي:ينطلق هذا التفسير من منظور مدرسة التحليل النفسي، حيث يرى أن إدمان الألعاب الإلكترونية يمثل استجابة دفاعية وآلية تعويضية يلجأ إليها الفرد من أجل الهروب من الإحباطات، والصراعات، بهدف تحقيق متعة بديلة تمنح الفرد شعوراً مؤقتاً بالإرضاء النفسي، ومساعدته على تجاهل الضغوط اليومية ونسيان الواقع.

ويؤكد هذا المنظور الجذور العميقة للظاهرة في مرحلة الطفولة المبكرة، حيث يمر الأطفال بخبرات غير سارة أو ما يُعرف بـ "صددمات الطفولة المبكرة"، والتي ترتبط تشابكياً ببعض سمات الشخصية، أو الميول والنزعات الوراثية الكامنة لدى الفرد.

بناءً على ذلك، يتشكل لدى الشخص ما يُسمى بـ "الاستعداد النفسي الكامن" للإصابة بعض الاضطرابات السلوكية ومنها إدمان الإنترنت والألعاب، إلا أن هذا الاستعداد قد يظل خامداً ولا يتحول إلى إدمان فعلي إلا إذا واجه الفرد مواقف وأحداثاً حياتية ضاغطة تحفز هذا الأخير؛ مما يدفعه نحو العالم الافتراضي كملجأ آمن. ولا يقتصر هذا الهروب على إدمان الألعاب الإلكترونية فحسب، بل قد يتعداه إلى أنماط إدمانية أخرى كإدمان الإنترنت، أو المقامرة، أو التسوق، وذلك في ظل وجود عوامل مهيأة أخرى كالأعراض النفسية السابقة أو الاستعدادات المرضية المقترنة بالشخصية.

### 3- التفسير التكاملية:(Integrative Interpretation)

ينطلق التفسير التكاملي من منظور شمولي يرى أن إدمان الألعاب الإلكترونية لا ينتج عن سبب أحادي، بل هو نتاج ائتلاف وتفاعل معقد بين مجموعة من العوامل الشخصية، والانفعالية، والاجتماعية، والبيئية المحيطة بالفرد. ويمكن إجمال المشكلة السلوكية هنا في معادلة تتطلب أولاً توافر "القبلية والاستعداد النفسي الذاتي"، ثانياً "الاستهداف والتعرض للمحفزات البيئية والاضطرابات الحالية".

وفي ضوء هذا النموذج التكاملي، لا يحدث الإدمان أو التعافي منه فجأة، بل يمر السلوك عبر ثلاث مراحل ديناميكية أساسية وهي:

1. مرحلة الاستحواذ (Preoccupation Phase) وهي مرحلة الذروة الإدمانية، حيث تسيطر الألعاب الإلكترونية على تفكير الفرد، ووقته، واهتماماته بشكل كامل، وتصبح النشاط المهيم على حياته اليومية على حساب واجباته الاجتماعية والدراسية.

2. مرحلة التحرر من الوهم (Disillusionment Phase) وتبدأ عندما يصطدم الفرد بالآثار السلبية الناتجة عن إفراطه في

الاستخدام (كالتدهور الصحي أو الدراسي)، مما يولد لديه وعياً بالخطر ورغبة في التراجع والبحث عن حلول للتخلص من هذا القيد الرقمي.

3. مرحلة التوازن (Stabilization/Balance Phase): وهي المرحلة الختامية والهدف العلاجي، حيث يستعيد الفرد سيطرته الذاتية على سلوكه، ومن هنا يبدأ في استخدام الألعاب الإلكترونية بصورة طبيعية، ومتوازنة.

#### 4\_ أسباب ادمان الألعاب الإلكترونية:

هناك الكثير من الأسباب المتداخلة التي تؤدي إلى إدمان الألعاب الإلكترونية. فمن جهة يصمم المطورون هذه الألعاب بذكاء لتشكيل تحدياً يحفز دائماً رغبة الفوز لدى اللاعب ويمنعه من الاستسلام، ومن جهة أخرى تتضافر عوامل نفسية واجتماعية تزيد من عمق هذه الظاهرة. ويمكن تصنيف أبرز هذه الأسباب إلى ما يلي:

##### 1. العوامل النفسية والشخصية:

- . حب الاستطلاع والتحدي: رغبة دائمة في اكتشاف كل جديد وتوليد شعور بالفرح والانتصار عند الفوز.
- . الهروب والتسلية: البحث عن الترفيه، أو الهروب من الواقع نتيجة وجود اضطرابات شخصية ونفسية (قد تعود لعوامل وراثية أو بيئية).
- . الفراغ وبدء التسلية: عدم استغلال وقت الفراغ بما ينفع الفرد ومجتمعه، مما يجعل الألعاب الملاذ الأسهل ملء الوقت.

##### 2. البيئة الأسرية والتربوية:

ضعف الوعي الأسري: غياب الإدراك الكافي من قبل الوالدين لخطورة الإفراط في الألعاب، وتقصيرهم في وضع حدود لاستخدامها.

الخلافات والتفكك الأسري: غياب الاستقرار في المنزل وقصور الدور التربوي، مما يدفع الأبناء للهروب إلى العالم الافتراضي.

المكافآت غير المدروسة: تحفيز الأبناء عبر إهدائهم هواتف ذكية أو أجهزة ألعاب في مناسبات النجاح أو أعياد الميلاد دون رقابة لاحقة.

### 3. المؤثرات الاجتماعية والبيئية

تقليد الأقران: رغبة الشباب والأطفال في تقليد أصدقائهم ومشاركتهم اللعب لضمان الانتماء للمجموعة.

الظروف البيئية الطارئة: الأزمات والظروف التي تفرض العزلة الاجتماعية (مثل جائحة كورونا)، والتي ساهمت بشكل مباشر في زيادة الإقبال على الألعاب.

التقليد والمؤثرات الخارجية: التقليد الأعمى لبعض السلوكيات الغريبة، وضعف الحصانة الأخلاقية والقيمية لدى بعض الشباب.

### 4. الدور التقني والتسويقي (ذكاء المصممين):

-التصميم الجاذب والمغري: استخدام مسميات براققة وتصميم مكافآت مستمرة داخل اللعبة لضمان استمرار اللاعب لأطول فترة ممكنة.

-سهولة الوصول: توفر الألعاب وإمكانية تحميلها مجاناً و بسهولة على الهواتف والأجهزة الذكية التي أصبحت في متناول الجميع تقصير المؤسسات التوعوية والمجتمعية

### 5 . تقصير المؤسسات التوعوية والمجتمعية :

غياب الوعي المجتمعي العام :

-نقص الحملات الإعلامية التي تبين الأضرار الصحية والنفسية الناتجة عن الإدمان الرقمي، بل إن بعض وسائل الإعلام والمواقع تروج لها بشكل إيجابي مفرط.

-تقصير المؤسسات التعليمية: غياب الدور الفعال للمدارس والجامعات في التحذير من مخاطر الإدمان الإلكتروني وكشف أضراره.

-تراجع الدور الإرشادي الديني: تقصير بعض خطباء وأئمة المساجد في مواكبة هذه الظاهرة والتوعية بأبعادها الاجتماعية والأسرية. (لينا خليل برغش، 2020، ص232-233).

### 5\_ آثار ادمان الألعاب الإلكترونية:

بعد الانتهاء من تحديد الأسباب المؤدية إلى الإدمان نصل الآن إلى عرض مجمل الآثار السلبية التي يُخلفها على المراهقين، وذلك على مستويات عدة أبرزها:

1. الآثار الصحية: أضرار الجهاز العضلي والعظمي: آلام شديدة في الرقبة، الظهر، الكتفين، والعمود الفقري نتيجة الوضعيات الخاطئة، مع احتمالية الإصابة بالتهابات المفاصل وضعف العضلات.

السمنة وضعف اللياقة: زيادة مفرطة في الوزن نتيجة قلة الحركة والجلوس الطويل أمام الشاشات.

إجهاد العينين وضعف البصر: الإصابة بجفاف العين، الاحمرار، الزغللة، وقصر النظر بسبب الأشعة الكهرومغناطيسية والوميض السريع.

اضطرابات النوم والصرع: الإصابة بالأرق، الصداع النصفي، ونوبات صرع لدى الأطفال نتيجة الإضاءة والوميض المتقطع في الألعاب.

## 2. الآثار النفسية والسلوكية:

الاضطرابات النفسية: زيادة مستويات القلق، التوتر، الاكتئاب، واهتزاز الثقة بالنفس.

السلوك العدواني: التعصب السريع والميل إلى العنف والعدوانية مع الأسرة والمحيط الاجتماعي.

تطبيع الجريمة: تعلم ثقافة القتل، التخريب، وتدمير المنشآت من خلال محاكاة الألعاب العنيفة.

مخاطر الانتحار: قد يصل تأثير محاكاة الألعاب أو الحرمان منها إلى إيذاء النفس أو محاولات الانتحار والوفاة.

## 3. الآثار الاجتماعية والأسرية :

الانطوائية والعزلة: الانفصال عن الواقع والانعزال التام داخل الغرفة، وفقدان الوعي بالزمان والمكان.

ضعف التواصل الأسري: تدهور العلاقات مع الوالدين والأصدقاء، والرد بغضب وانفعال شديد عند التوجيه أو المنع.

اكتساب قيم سلبية: احتقار الأنظمة والأعراف، والتعرف على سلوكيات منحرفة (كالسرقة، والخمور، والمخدرات) كجزء من التسلية والريح داخل اللعبة.

الاستغلال والتجنيد: إمكانية وقوع المراهقين في فخ الجماعات المتطرفة نتيجة انغماسهم الكامل في هذا العالم الافتراضي.

## 4. الآثار التعليمية والتربوية:

تدني التحصيل الدراسي: الفشل الدراسي الناتج عن كثرة السهر، وصعوبة الاستيقاظ، والغياب المتكرر عن المدرسة.

تشنت الانتباه وضعف التركيز: تراجع القدرات الإدراكية والتفاعل داخل الفصل الدراسي، والعيش في تشنت دائم.

تراجع الذكاء اللغوي: انخفاض ذاكرة المفردات بسبب التركيز على الصور، مما يؤدي إلى صعوبة التعبير والحوار.

ثقافة مشوهة: اكتساب عادات سيئة، وانحسار العزيمة والإرادة، والاعتماد على مرجعيات تربوية مستوردة غريبة عن المجتمع. (محمد معطلاوي، 2022، ص 97-98-99-100)

## 6\_ محاكاة ادمان الألعاب الإلكترونية:

وتؤكد الدراسات أن الاستخدام المبالغ في ممارسة الألعاب الإلكترونية يسبب إدماناً قريب من طبيعة إدمان المواد الكحولية ويؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها بوجود الظواهر التالية:

1.4 البروز والأهمية: ويحدث ذلك عندما تصبح الألعاب الإلكترونية من أهم الأنشطة الرئيسية عند الفرد وأكثرها قيمة وأهمية في حياته، فتسيطر على مشاعره وتفكيره.

2.4 تعديل المزاج ويشير هذا المحك إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر بها الفرد نتيجة الانخراط في ممارسة الألعاب الإلكترونية القتالية بشكل مستمر ويمكن أن ينظر إليها على أنها استراتيجية للتكيف مع الضغوط النفسية إما للهروب عن الواقع أو الاستسلام للعبة.

3.4 التحمل: وهي العملية التي تتطلب زيادة الوقت المنقضي والمنفق في ممارسة الألعاب الإلكترونية القتالية واللعب لفترات أطول بكثير مما كان مخطط له حتى يتم تعديل المزاج الوارد في المحك السابق تحقيقاً للسعادة والمتعة.

4.4 أعراض الانسحاب والتي تشير إلى مشاعر عدم الراحة والشعور بالكآبة وسرعة الهياج وحدة الطباع عند الانقطاع عن ممارسة الألعاب الإلكترونية القتالية أو عندما تقل فترة ممارسته للعب.

5.4 الصراع ويتضمن الصراع البين شخصي وهو صراع الذي يدور بين مدمن الألعاب الإلكترونية والمحيطين به والصراع البين النفسي هو صراع بين المدمن وذاته فيما يتعلق بالإصرار والرغبة على اللعب وممارسة الأنشطة الأخرى كالدراسة.

6.4 الاعتمادية: ويقصد بها الحاجة الملحة لاستخدام الألعاب الإلكترونية للحصول على الإحساس والمشاعر الإيجابية المصاحبة لاستخدام الألعاب الإلكترونية، والتي يترتب على عدم استخدامها إحساسه بمشاعر مزعجة وكأبة تسبب له حالة من التوتر والانزعاج.

7.4 الانتكاس: وهو الميل للعودة مرة أخرى لاستخدام المفرط في ممارسة الألعاب الإلكترونية بشكل مرضي بعد فترة من التحسن (غلامي، 2011، ص

(25)

8.4 يستخدم الألعاب الالكترونية على الرغم من إدراك الاضطرابات التي تسببها عند الإفراط.

من ممارستها : مثل الأرق التخلي عن الشعور بالآخرين، المشكلات الدراسية، الوصول المتأخر للدراسة وغيرها.

9.4 يستخدم الألعاب الالكترونية كوسيلة للهروب من بعض المشكلات والمشاعر : مثل الشعور بالذنب، القلق، الاكتئاب، والألعاب الالكترونية تأخذ دور الضاغط الرئيسي بجانب زيادة الوقت.

10.4 الإحباط المصاحب بالشعور بالذنب بسبب إهمال الواجبات أو المشكلات: ويخفي ممارس الألعاب الالكترونية الحقيقة عن أفراد أسرته حول الوقت الذي يقضيه في لعب. (زعباطي، عمر ايوب، 2023، ص32-33)

## 7 \_ استراتيجيات علاج ادمان الألعاب الإلكترونية :

علاج إدمان الألعاب الإلكترونية

### العلاج المعرفي السلوكي: (CBT)

يتمثل في الخضوع لجلسات تأهيلية سلوكية داخل إحدى المصحات أو العيادات النفسية المتخصصة، حيث يركز على الحوار مع المعالج النفسي لتطوير مهارات إدارة الوقت، واكتساب آليات السيطرة على دوافع استخدام هذه الألعاب. كما يتيح هذا العلاج للمستهدفين مساحة آمنة للتعبير عن مخاوفهم وصراعاتهم النفسية دون خوف أو تردد، وصولاً إلى إعادة هيكلة نمط الحياة اليومي والتحرر من هذا الإدمان .

كما ان هناك دراسات تقدم نتائج حول فعالية دمج العلاج السلوكي المعرفي واليقظة الذهنية ويعد العلاج المدمج بين العلاج المعرفي السلوكي والتدخل الأسري ,هما الأكثر فعالية في معالجة سلوكيات الألعاب لدى الأفراد. ((jueun kim, 2022))

### العلاج الدوائي:

نادرًا ما يُلجأ إلى التدخل الدوائي كعلاج مباشر لإدمان الألعاب، إلا أن الطبيب النفسي قد يصف بعض العقاقير الطبية في حال وجود اضطرابات مصاحبة (مثل القلق أو الاكتئاب).

\_\_ التدرج وتقنين الاستخدام: من الضروري تدريب المراهق على الالتزام بجدول زمني محدد لممارسة الألعاب، مما يضمن خفض وتيرة الاستخدام بشكل تدريجي.

\_\_ إعادة الإدماج والأنشطة البديلة: ملء أوقات الفراغ بأنشطة حياتية ذات فاعلية (مثل ممارسة الرياضة البدنية، وتفعيل دور العلاقات الأسرية الودية). (حيان كنزة، بلعاب لامية، 2022، ص32)

**خلاصة الفصل:** وبذلك نكون قد تناولنا في هذا الفصل مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية، حيث قدمنا عرضًا شاملاً يوضح علاقة المراهق بهذه الألعاب والعوامل التي قد تدفعه إلى الإفراط في استخدامها وصولاً إلى مرحلة الإدمان، إضافة إلى إبراز أهميتها في حياته اليومية. كما تم التطرق إلى أنواع الألعاب الإلكترونية وأسباب الإقبال المتكرر عليها بشكل مستمر.

وتناولنا كذلك معايير تشخيص إدمان الألعاب الإلكترونية، مع توضيح أبرز الأعراض التي قد تظهر وتفسر اعتماد المراهق على هذه الألعاب، وذلك في ضوء احتياجاته النفسية ومتطلباته المرتبطة بمرحلة النمو التي يمر بها.

## الفصل الثالث : الأعراض الإكتئابية

(1) مفهوم الأكتئاب

(2) مفهوم الأعراض الإكتئابية

(3) الأعراض الإكتئابية

(4) أسباب ظهور الأعراض الإكتئابية

(5) النظريات المفسرة لظهور الأعراض الإكتئابية

(6) معايير تشخيص الأعراض الإكتئابية

(7) استراتيجيات علاج الأعراض الإكتئابية

## تمهيد

ان ظهور الأعراض الاكتئابية لا يحدث بمعزل عن البيئة المجاورة للفرد , بل يمثل نتاجا لتفاعل ديناميكي متشابك بين الاستعداد الوراثي والبيولوجي والضغوط البيئية والاجتماعية المتلاحقة , وتتبدى هذه الأعراض في صور متعددة تشمل جميع الجوانب المعرفية ,والإنفعالية والجسدية , حيث يفقد المرء دافعيته وينطوي على ذاته كآلية دفاعية غير متوافقة للهروب من واقع يراه مثقلا بالمشقات وغير قابل لتحمل .

بناءا على ذلك ,يسعى هذا الفصل الى تسليط الضوء على الجذور النظرية لظهور الأعراض الاكتئابية , وتبيان الاسباب التي تؤدي لظهور الأعراض الاكتئابية , واستعراض معايير تشخيصها , و فهم استراتيجيات علاج هذه الأعراض .

## 1. مفهوم الاكتئاب :

### تعريف الاكتئاب:

هو اضطراب نفسي يشمل جملة من الأعراض الإكلينيكية التي تظهر في صورة الحزن الشديد والإحباط وفقدان اللذة والإحساس بالتعب والإرهاق الشديد و إنعدام القدرة على إتخاذ القرارات و حدوث اضطرابات في النوم والشهية. (دانيا الشبؤون ، 2011، ص770)

### تعريف اخر:

هو حالة من الحزن العميق والمستمر ،الذي يداهم الفرد دون سبب واضح ، مما يجرده من متعة الحياة ويدفعه لرؤيتها بلامعنى.

يعرف أيضاً بأنه :حالة من التوتر والانفعال الشديد تجاه المواقف وضغوط الحياة اليومية مع اجهاد نفسي وعصبي ،مما يؤثر على قدرة المريض في أداء اعماله. ويحدث نتيجة وجود خلل في كيمياء الدماغ والموصلات العصبية المسؤولة عن المزاج ،مما يجعل العلاج مركّزاً على التدخل بمضادات الاكتئاب لإعادة التوازن. (روفية سعدي،نورة قنيفة،2020، ص19)

## 2. مفهوم الأعراض الاكتئابية :

تعرف بأنها مجموعة اضطرابات نفسية تتميز بانخفاض حاد وملحوظ في الطابع المزاجي العام وفقدان الاهتمام او القدرة على الاستمتاع بالأنشطة اليومية المعتادة، ينتج عنها فقدان الشهية ،واضطرابات في النوم والشعور الدائم بالتعب وفقدان الطاقة وانخفاض القدرة على التفكير والتركيز والتردد المستمر وعدم القدرة على الحسم ،والشعور بالذنب وسيطرة الأفكار السوداوية المتعلقة بالموت والانتحار. (هدى محمد الجابر مرتضي ، 2020، ص9)

وقد عرفها عرفها :إسماعيل، عبد السلام(2015، ص77) :بأنها حالة من الحزن العميق لسبب مجهول المصدر ، وهو حالة من الصراع الشديد بين الشخص وذاته،فيتكون لديه الشعور بالذنب واللوم والاحتقار لذاته.(نفس المرجع ،ص9)

## 3. الأعراض الاكتئابية :

الاعراض الاكتئابية : تتمثل في:

-الأعراض المعرفية : تدهور في القدرات العقلية (مثل اضطراب التفكير، والتذكر، والانتباه، واتخاذ القرارات) التي تُحدث تراجع في القدرة على التعلم والتحصيل الدراسي أو المهني، مما يُشعر الفرد بالعجز التام عن إدارة حياته اليومية وحل المشكلات.

-الأعراض العاطفية (المزاجية): وتتمثل في المزاج المكتئب والشعور المستمر بالحزن ،و فقدان القدرة على الاستمتاع بمتعة الحياة.

-الأعراض السلوكية: تكون تغيرات على مستوى تصرفات وسلوكيات الفرد تتمثل في:

ضعف القدرة على العمل أو رفض الذهاب إليه، ويتميز المكتئب أيضاً بالهبوط الحركي والكسل العام، وقد يتطور في الحالات الشديدة إلى التوقف التام عن الحركة، الكلام، الطعام، والشراب، أو يصاب بالهياج الحركي وهو عكس الهبوط، فتزداد حركته لتصل إلى عدم القدرة على الجلوس، ارتعاش الأطراف، والصراخ للتعبير عن الضيق.

-الأعراض الجسدية (العضوية): تعد الأعراض الجسدية أكثر شيوعاً مقارنة بالأعراض الأخرى، فيكون لدى المصاب شكاوي جسمية مستمرة دون أسباب عضوية واضحة، ومنها الإحساس بالصداع والآلم، واضطرابات في الجهاز الهضمي (كالقولون العصبي)، واضطرابات النوم وفقدان الشهية. (هدى محمد الجابر مرتضي، 2020، ص 10-11)

#### 4. أسباب ظهور الأعراض الاكتئابية :

تنتج الأعراض الاكتئابية عن تضافر مجموعة من العوامل المتداخلة التي تؤثر في البناء النفسي والجسدي للفرد، وتصنف هذه الأسباب إلى ثلاثة أبعاد رئيسية:

1.العوامل البيولوجية والجينية: تعود مسببات الاكتئاب إكلينيكيًا إلى حدوث خلل في كيمياء الدماغ، وتحديدًا في وظائف الناقلات العصبية مثل السيروتونين والدوبامين المسؤولين عن تنظيم المزاج. كما يلعب الاستعداد الوراثي والتاريخ العائلي للاضطرابات المزاجية دوراً أساسياً في زيادة احتمالية ظهور الأعراض عند مواجهة الأزمات الحياتية (الجمعية الأمريكية للأطباء النفسيين، 2022، ص 128) [2.3].

2.العوامل النفسية والمعرفية: يرجع نشوء الأعراض الاكتئابية إلى طبيعة البنية المعرفية للفرد؛ حيث تؤدي التشوهات المعرفية والنظرة السلبية تجاه الذات والمستقبل إلى سيطرة الأفكار التلقائية المحبطة. يتزامن ذلك مع تدني مستوى تقدير الذات واللجوء إلى حيل دفاعية غير توافقية كالانطواء والانسحاب النفسي (الخالدي، 2009، ص 186) [2.3].

3.العوامل البيئية والاجتماعية: تساهم الضغوط الخارجية المحيطة بالفرد في تفجير الأعراض الاكتئابية، وتتمثل في التعرض للصدمات الحياتية المتلاحقة مثل فقدان شخص عزيز، أو الأزمات الأسرية والمادية الحادة. كما يؤدي غياب الدعم الاجتماعي والعاطفي من البيئة المجاورة إلى تعميق مشاعر العزلة والوحدة النفسية (الشناوي، 2002، ص 212) [2.3].

#### 5. النظريات المفسرة لظهور الأعراض الاكتئابية :

1. النظرية المعرفية (آرون بيك aron beck): تعد النظرية المعرفية من أهم المناهج التي فسرت الاكتئاب، حيث يرى "آرون بيك" أن الاكتئاب لا ينتج عن الأحداث الخارجية في حد ذاتها، وإنما عن الطريقة التي يدرك بها الفرد تلك الأحداث ويفسرها. كما أشار إلى أن الشخص

الكتيب يخضع لما يعرف بالثالث المعرفي السلبي، الذي يجعله ينظر الى نفسه نظرة عجز وفشل ، ويرى العالم من حوله مليئاً بالصعوبات بينما يتوقع مستقبلاً مظلماً وخالياً من الأمل . ومع استمرار هذه الأفكار السلبية تتحول الى أنماط معرفية ثابتة تتسم في ظهور الأعراض الاكتئاب واستمراره (الخالدي، 2009، ص 189)

## 2. نظرية التحليل النفسي (سيغموند فرويد Sigmund Freud): ترى نظرية التحليل النفسي عند سيغموند فرويد أن

الاكتئاب يعود في جذوره الى الخبرات والصدمات التي يمر بها الفرد خلال فترة الطفولة ، خاصة ما يتعلق بفقدان موضوع الحب ، سواء كان فقداناً حقيقياً كالموت أو الانفصال ، أو فقداناً رمزياً يتمثل في الشعور بالإهمال والرفض . كما تفسر هذه النظرية الاكتئاب على أنه تحويل لمشاعر الغضب والعدوان نحو الذات بدل تحويلها الى الخارج، مما يجعل الفرد يلوم نفسه باستمرار ويشعر بالذنب، وهو ما يؤدي الى انخفاض تقدير الذات و بروز مشاعر الحزن والكآبة (الشناوي، 2002، ص 214)

## 3. النظرية السلوكية : التي يمثلها كل من "سكينر" و"لويسون" : ان الاكتئاب ينتج عن الظروف والبيئة التي يعيش فيها الفرد . وتفسر هذه

النظرية ظهور الأعراض الاكتئابية بانخفاض التعزيزات الإيجابية التي يتحصل عليها الفرد، مثل الدعم والتشجيع ، مع كثرة المواقف السلبية وعند فقدان الفرد مصادر تشجيعه يقل نشاطه تدريجياً

ويميل أكثر الى الانسحاب والعزلة مما يساهم في ترسيخ السلوك الاكتئابي واستمراره (بشرى، 2007، ص 28)

## 6. معايير تشخيص الأعراض الاكتئابية :

### معايير تشخيص الأعراض الاكتئابية وفقاً لـ (DSM-5) :

لتشخيص الإصابة باضطراب الاكتئاب الجسيم (Major Depressive Disorder) ، يشترط الدليل وجود 5 أعراض أو أكثر مستمرة طوال أسبوعين متتاليين، على أن يكون من بينها أحد العرضين الأساسيين الأول أو الثاني

الأعراض الوجدانية والاهتمامات (يجب توفر أحدها على الأقل) المزاج الاكتئابي: الشعور بالحزن، أو الفراغ، أو اليأس طوال اليوم تقريباً. فقدان المتعة (Anhedonia): تراجع ملحوظ في الاهتمام أو الاستمتاع بجميع الأنشطة اليومية أو معظمها.

الأعراض الجسدية والمعرفية (تكلمة العدد لخمس أعراض) تغيرات الشهية والوزن: خسارة أو زيادة ملحوظة في الوزن (أكثر من 5% شهرياً) دون اتباع حمية. اضطرابات النوم: الأرق الدائم أو كثرة النوم بشكل مفرط يومياً تقريباً. الهاجس الحركي النفسي: هياج حركي أو خمول وبطء في الحركة (يلاحظه الآخرون). التعب الشديد: الإعياء العام وفقدان الطاقة يومياً دون بذل مجهود بدني كبير. العجز وانعدام القيمة:

مشاعر مفرطة بالذنب غير المرر أو لوم الذات القاسي. تشتت التركيز: ضعف القدرة على التفكير، وصعوبة اتخاذ القرارات اليومية البسيطة. الأفكار الانتحارية: تفكير متكرر في الموت، أو التخطيط لإنهاء الحياة.

## \_\_ معايير الاستبعاد والوظيفة الخلل الوظيفي: تسبب هذه الأعراض ضيقاً سريرياً يعوق الأداء المهني أو الاجتماعي

للمريض. الاستبعاد الطبي: ألا تكون الأعراض ناتجة عن تأثيرات فسيولوجية لمادة (كإدمان المخدرات) أو حالة طبية (كخمول الغدة الدرقية). (الجمعية الأمريكية للأطباء النفسيين [APA]، 2013).

## 7. استراتيجيات علاج ظهور الأعراض الإكتئابية :

تتنوع الاستراتيجيات العلاجية للاكتئاب تبعاً للمنظور العلمي والمدارس المفسرة له، ويمكن تلخيصها في ثلاثة محاور رئيسية:

### أولاً: العلاج الطبي (البيولوجي):

ويستهدف المكون العضوي والفيولوجي للاضطراب من خلال:

العلاج الدوائي: ضبط كيمياء الدماغ ومستويات النواقل العصبية باستخدام مضادات الاكتئاب تحت إشراف طبي دقيق.

الصدمات الكهربائية: (ECT) تقنية يُلجأ إليها في الحالات الحادة والمقاومة للعقاقير، رغم ما قد تصاحبها من آثار جانبية أو مخاوف لدى المريض.

الجراحة النفسية: تدخل جراحي (مثل شق الفص الجبهي) كخيار أخير ونادر جداً في الحالات المستعصية والخطيرة، ونتائجه تاريخياً غير مشجعة.

### ثانياً: العلاج النفسي

ويعتمد على تقنيات التعديل السلوكي والمعرفي والديناميكي دون تدخل كيميائي:

المنحى التحليلي: يركز على كشف الصراعات والخبرات المكبوتة منذ الطفولة المبكرة، ومساعدة المريض على الاستبصار بمشكلاته لحلها وتخفيف مشاعر الذنب.

المنحى السلوكي: يتعامل مع الاكتئاب كسلوك متعلم، ويركز على مهارات التعلم الاجتماعي وتقديم التعزيز الإيجابي لبناء سلوكيات تكيفية جديدة.

المنحى المعرفي السلوكي (CBT) يستهدف تعديل الأفكار والمعتقدات التشاؤمية الخاطئة حول الذات والمستقبل، وتقوم فكرته (كما يرى لازاروس) على أن إدراكنا وتفسيرنا للحوادث هو ما يسبب المعاناة وليس الحوادث ذاتها، ويستخدم أساليب كالاسترخاء وإعادة البناء المعرفي.

### ثالثاً: العلاج البيئي

ويستهدف تعديل المثيرات والضغوطات الخارجية المحيطة بالمريض: تسعى هذه الطريقة إلى تحسين الظروف الاجتماعية والاقتصادية، أو نقل المريض مؤقتاً إلى وسط استشفائي ملائم.

تعتمد على تقنيات الترويح، شغل وقت الفراغ بالعمل، والتأهيل لإعادة دمج المريض في الحياة الاجتماعية بشكل تدريجي. (دريبن أمين، 2012، ص 67-68-69)

## خلاصة:

وبذلك نكون قد تناولنا في فصلنا هذا ، مفهوم الاكتئاب ومفهوما شاملا للأعراض الإكتئابية لدى المراهقين وتطرقنا أيضا الى عرض أهم الأسباب والمساهمة في ظهور الأعراض الإكتئابية والتي تمثلت في العوامل النفسية والاجتماعية والأسرية والبيولوجية ، إضافة الى الضغوط الدراسية والمشكلات اليومية التي قد يواجهها المراهق ، كما تناول الفصل أهم المعايير المعتمدة لتشخيص الأعراض الاكتئابية والتي تساعد على التعرف على شدة الأعراض ومدتها وتأثيرها على الحياة اليومية للفرد .

ومن جهة أخرى تم التطرق الى أهم النظريات المفسرة للاكتئاب حيث تناولت كل نظرية تفسير أسباب ظهور الأعراض الاكتئابية من زاوية مختلفة ، كما تم عرض أهم الأساليب العلاجية المستخدمة للتخفيف من الأعراض الاكتئابية والتي تشمل العلاج النفسي بمختلف أنواعه إضافة الى العلاج الدوائي في بعض الحالات .

## الجانب الميداني للدراسة

## الفصل الرابع: الجانب الميداني

\_\_ منهج الدراسة

\_\_ الدراسة الاستطلاعية

\_\_ وصف الادوات المستعملة في الدراسة وخصائصها السيكمومترية

\_\_ التعاريف الاجرائية للمقياس

\_\_ الخصائص السيكمومترية لمقاييس لدراسة

\_\_ الصدق والثبات لمقاييس الدراسة

\_\_ خلاصة الفصل

## تمهيد :

تناول هذا الفصل الإجراءات الميدانية للدراسة ، حيث تم استعراض اجراءات الدراسة الاستطلاعية وكل من العينة ، المنهج المعتمد ، أدوات جمع البيانات وإجراءات التأكد من صدقها وثباتها والأساليب الإحصائية المستعان بها لتحليل نتائج هذه الدراسة المتوصل اليها .

### 1. المنهج المتبع في الدراسة :

إن كل دراسة علمية تحتاج الى منهج يوافق البحث ويقوده للوصول لنتائج وحقائق المرجوة من هذا البحث ، فلا بد على الباحث من تطبيق منهج يوفق الموضوع .

وقد استخدمنا المنهج الوصفي الارتباطي الذي يتناسب مع هذه الدراسة والتي تهدف الى ابراز العلاقة بين ادمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الإكثابية ، ويعتبر المنهج الوصفي أكثر المناهج شيوعا وانتشارا واستخداما في الدراسات النفسية بصفة خاصة والإجتماعية بدرجة عامة ويركز على كل ماهو كائن في وصفه وتفسيره للظاهرة موضوع البحث (محمد داودي ومحمد بوفاتح ، 2007، ص81)

### 2. الدراسة الإستطلاعية:

أجريت الدراسة الإستطلاعية خلال شهر أفريل ، ماي من سنة 2026 وكان الهدف منها التعرف على العينة وعلى اجراء الدراسة الميدانية، واستطلاع بعض المعلومات عن المراهقين المعرضين لادمان على الألعاب الإلكترونية من طرف سستشاري التوجيه العاملين في المؤسسات التربوية حتى تسهل عملية التعامل معهم وتوزيع المقاييس عليهم ، وأيضا وضوح أو غموض عبارات كلا المقياسين والحصول على مؤشرات صدق وثبات الأدوات تمهيدا لإجراء الدراسة الأساسية . هذا وقد اعتمدنا أثناء تطبيق أدوات الدراسة على الملاحظة المباشرة كوسيلة ثانوية لأنها ساعدتنا في فرصة اللقاء بالمراهقين جماعيا وفرديا، وسهلت هذه الأداة في أخذ انطباعات بسيطة حول خصائص وصفات هذه الشريحة . وقد بلغت عينة الدراسة الاستطلاعية 16256 تلميذ متمدرس في الطور الثانوي على مستوى ثانويات ولاية ورقلة ، تم أخذ 99 مراهق من العينة الاجمالية .

### 3-1. وصف الأدوات المستعملة في الدراسة وخصائصها السيكومترية:

يقتضي إجراء أي بحث على وفرة الوسائل التي تسهل العمل الميداني ووفرة معلومات كمية أو كيفية عن الأفراد المعنيين بالدراسة ، وتعد أدوات القياس وسيلة مضبوطة وغاية في الأهمية وهذا راجع لما تتصف به من تنظيم ودقة وكذا لقدرتها على تزويدنا بكل ما نريده عن أي خاصية نريد فهمها والبحث فيها . وقد اعتمدنا في الدراسة الحالية على مقياسين وهما :

#### 4-1- مقياس القلق والأعراض الاكتئابية للمراهقين: ترجمة وتقنين أ.د. عبد العزيز موسى محمد ثابت (أستاذ الطب النفسي \_ جامعة القدس)

1. يتكون المقياس من: 47 عبارة تقيس اضطرابات القلق والأعراض الاكتئابية ، وينقسم المقياس عالميا واحصائيا الى 6 أبعاد فرعية تتوزع عليها العبارات كالتالي :

1. اضطراب القلق العام : وتقيسه العبارات 1،13،22،27،35،37

2. الاكتئاب الرئيسي : 2،6،11،15،19،21،25،29،40،47:

3. قلق الانفصال : 5،9،17،18،33،45،46

4. الرهاب الاجتماعي : 4،7،8،12،20،30،32،38،43:

5. اضطراب الملح : 3،14،24،26،28،34،36،39،41:

6. الوسواس القهري : 10،16،23،31،42،44:

2. طريقة التصحيح : يصحح المقياس وفقا لأسلوب " ليكرت " الثلاثي حيث يشمل ثلاث بدائل للإجابة هي (دائما 3 درجات ، أحيانا 2 درجات ، لا درجة واحدة )

\_\_ لا توجد أي عبارات عكسية في المقياس تحتاج الى قلب الدرجات احصائيا عند التفريغ.

3. تفسير الدرجات : تتراوح الدرجة الكلية للمستجيب على المقياس بين 25 درجة كادنى حد و 75 درجة كحد أقصى حيث تشير الدرجة المرتفعة الى مستويات عالية من القلق والاعراض الإكتئابية لدى المراهق ، بينما تشير الدرجة المنخفضة الى استقراره النفسي .

4-2- مقياس ادمان الألعاب الإلكترونية: ( بناء مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين من طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة القاهرة )-جامعة عين شمس ، نيفين حسن سعد شاكر،(2023)

تبنت الدراسة الحالية مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية والمعد من طرف (شايب وابريعم وعاشور، 2020)، المأخوذ من دراسة (حسن سعد شاكر، 2023). والمكون من (38) عبارة موزعة على ستة أبعاد أساسية مستندة إلى المحكات التشخيصية للدليل (DSM-5) ،

- وتُعرف الباحثة بعد الإدراك المشوه (**Perception Distorted**) بأنه: عادات سيئة في أنماط تفكير المراهق فتؤثر سلباً على حياته، لأنه لا يدرك الحياة الواقعية عبر شاشة إلكترونية يتفاعل ويتواصل من خلالها مع أعباء وأصدقاء الافتراضيين، إعتقاداً منه أنه يرى الأمور بحقيقتها، وإن لم يربح فهو خاسر.

- تعريف الاجرائي: يعرف بأنه الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص والتي تشير الى تبنيه عادات سيئة في أنماط التفكير التي تؤثر سلباً على حياته لأنه لا يدرك الحياة الواقعية الا من خلال شاشة الألعاب الالكترونية ويتفاعل مع الآخرين معتقداً أنه يرى الأمور على حقيقتها .

- وتُعرف الباحثة بعد الإعتياد والستمرار القهري ( **compulsive and Habituation**) persistence بأنه الإفراط المستمر في ممارسة الألعاب الإلكترونية في جميع الأوقات ومختلف الأماكن، بالرغم من المشكلات الناجمة عنه .

-التعريف الاجرائي: يعرف على أنه الدرجة الكمية التي تعكس افراط المراهق في ممارسة ادمان الالعاب الالكترونية في جميع الأوقات وتفضيلها على الدراسة ، برغم من علمه بالمشكلات والنتائج السلبية الناتجة عنها .

- وتُعرف الباحثة بعد: التدفق والاندغماس (**Immersion and Flow**) بأنه السعى إلى إحداث حالة نفسية من المتعة الغامرة وتحسين الحالة المزاجية، وذلك من خلال ممارسة اللعب لفترات طويلة.

-التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكمية التي يتحصل عليها المراهق على المحور المخصص للتدفق والاندغماس بمقياس ادمان الألعاب الالكترونية والتي تشير الى دخول المراهق في حالة نفسية من المتعة الغامرة وتحسن المزاج خلال ممارسة الالعاب لفترات مسنمة.

- وتُعرف الباحثة بعد الأولوية والتخلي (**abandonment and Priority**) بأن تصبح الألعاب الإلكترونية النشاط الأكثر أهمية في حياة المراهق، ولديه رغبة شديدة نحو اللعب، مع التخلي والإهمال في المهام الأساسية والعلاقات الاجتماعية والأنشطة الأخرى، وذلك لتفضيل اللعب، فيتوقف أو يقصر في غيرها من أنشطة كان يشعر بالمتعة فيها بخلاف اللعب.

-التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يتحصل عليها المراهق وتعكس سيورة اللعب الإلكتروني لنشاط الأكثر أهمية في حياته ، مما يدفعه للتعليق به واملاك الرغبة الشديدة تدفعه للعب مما يترتب عليه عليه التخلي وإهمال المهام الأساسية كالدراسة والأنشطة الأخرى وشعوره بالنقص أو الضيق عند توقفه عن اللعب .

- تُعرف الباحثة بعد الخداع والهروب (escape and Deception): بأنه القيام بخداع الأشخاص المحيطين به حول الوقت الحقيقي الذي يقضيه في ممارسة اللعب، وذلك من أجل الهروب من ضغوط والتزامات الحياة الواقعية التي يواجهها.

- التعريف الاجرائي: هو الدرجة التي يتحصل عليها المراهق على العبارات المخصصة للبعد الحالي والتي تشير الى لجوء المراهق الى التضييل والخداع حول الوقت الحقيقي الذي يستغرقه في اللعب عن الأشخاص المحيطين به كوسيلة للهروب من الضغوط .

- جدول رقم (1) لتوزيع أبعاد وأرقام عبارات مقياس إدمان الألعاب الالكترونية:

| م       | البعاد                      | أرقام العبارات والمقاييس | عدد العبارات | العبارات السالبة (العكسية) |
|---------|-----------------------------|--------------------------|--------------|----------------------------|
| 1       | الإدراك المشوه              | 1,7,13,19,25,31,37       | 7            | العبرة رقم(37)             |
| 2       | الاعتیاد و الإستمرار القهري | 2,8,14,20,26,32,38       | 7            | العبرة رقم (32)            |
| 3       | التدفق و الانغماس           | 3,9,15,21,27,33          | 6            | العبرة رقم (27)            |
| 4       | الأولوية والتخلي            | 4,10,16,22,28,34         | 6            | العبرة رقم (16)            |
| 5       | الخداع والهروب              | 5,11,17,23,29,35         | 6            | العبرة رقم (35)            |
| 6       | فقدان السيطرة والإنتكاس     | 6,12,18,24,30,36         | 6            | العبرة رقم (30)            |
| المجموع |                             |                          |              | 38                         |

**تصحيح المقياس:** قامت الباحثة بوضع طريقة لتصحيح المقياس بعد تطبيقه على أفراد عينة الدراسة ؛ وذلك بحيث تسمح لنا بتغيير لغة المقياس من لغة حروف وعبارات إلى اللغة الرقمية ؛ والتي تسمح لنا بالتعامل مع هذه الأرقام بصورة علمية تهدف إلى الوصول إلى نتائج دقيقة ومنظمة أبعاد المقياس، وهذه الطريقة يتم فيها إختيار الإستجابة من بين ثلاثة بدائل ؛ حيث يقوم الطالب بالإختيار من هذه البدائل وهي: تنطبق على تماما ، تنطبق الى حد ما، لا تنطبق تماما) وتحصل العبارات الإيجابية (تنطبق على تماما)على ثلاث درجات ،و(تنطبق الى حد ما ) على درجتان ، (لا تنطبق تماما) على درجة واحدة ، علما بأن العبارات السلبية ينعكس تقديرها؛ حيث(تنطبق على تما ما) على درجة واحدة (تنطبق إلى حد ما) درجتان ،(لا تنطبق تماما) ثلث درجات.

#### 4\_ الخصائص السيكومترية لمقياس ادمان الألعاب الإلكترونية لدراسة الأصلية(الصدق والثبات):

أ.صدق المقياس:

## مؤشرات صدق البنية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (3) معاملات الإنحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية :

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

| البعد                          | المفردة | الإنحدار المعياري | الوزن الإنحداري | خطأ القياس | النسبة الحرجة | مستوى الدلالة |
|--------------------------------|---------|-------------------|-----------------|------------|---------------|---------------|
| الأولوية<br>و التخلي           | 34      | 0.08              | 0.03            | 0.08       | 13.35         | 0.01          |
|                                | 28      | 0.5               | 0.53            | 0.07       | 7.27          | 0.01          |
|                                | 22      | 0.75              | 0.92            | 0.08       | 12.19         | 0.01          |
|                                | 16      | 0.58              | 0.74            | 0.09       | 8.65          | 0.01          |
|                                | 10      | 0.93              | 1.12            | 0.07       | 16.42         | 0.01          |
|                                | 4       | 0.83              | 1               | —          | —             | —             |
| الخداع<br>و الهروب             | 35      | 0.45              | 0.54            | 0.08       | 6.49          | 0.01          |
|                                | 29      | 0.64              | 0.73            | 0.07       | 9.97          | 0.01          |
|                                | 23      | 0.86              | 0.93            | 0.06       | 15.96         | 0.01          |
|                                | 17      | 0.82              | 0.96            | 0.07       | 14.51         | 0.01          |
|                                | 11      | 0.6               | 0.54            | 0.06       | 9.24          | 0.01          |
| فقدان<br>السيطرة و<br>الانتكاس | 5       | 0.88              | 1               | —          | —             | —             |
|                                | 36      | 0.56              | 0.84            | 0.12       | 6.97          | —             |
|                                | 30      | 0.69              | 1.14            | 0.14       | 8.31          | 0.01          |
|                                | 24      | 0.76              | 1.12            | 0.12       | 9.08          | 0.01          |
|                                | 18      | 0.71              | 1.09            | 0.13       | 8.59          | 0.01          |

|      |     |      |      |      |    |
|------|-----|------|------|------|----|
| 0.01 | 7.3 | 0.12 | 0.85 | 0.59 | 12 |
| —    | —   | —    | 1    | 0.66 | 6  |

يتضح من جدول (2) أن جميع مفردات مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية كانت دالة عند مستوى 0.01، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية.

**الانساق الداخلي للمقياس :** تم حساب الانساق الداخلي للمقياس ، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه.

— جدول (5) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

| الدرجة الكلية للمقياس | البعد                      |
|-----------------------|----------------------------|
| <b>0.84**</b>         | الادراك المشوه             |
| <b>0.81**</b>         | الاعتیاد والاستمرار القهري |
| <b>0.85**</b>         | التدفق والانغماس           |
| <b>0.83**</b>         | الأولوية والتخلي           |
| <b>0.79**</b>         | الخداع والهروب             |
| <b>0.86**</b>         | فقدان السيطرة والانتكاس    |

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

**ب- ثبات مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية :** حسب قيمة الثبات لأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية و المقياس ككل، و الجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

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

| العامل                     | معامل ألفا كرونباخ | التجزئة النصفية (سبيرمان براون) |
|----------------------------|--------------------|---------------------------------|
| الادراك المشوه             | 0.81               | 0.79                            |
| الاعتقاد والاستمرار القهري | 0.83               | 0.82                            |
| التدفق والانغماس           | 0.84               | 0.81                            |
| الألوية والتخلي            | 0.82               | 0.80                            |
| الخداع والهروب             | 0.76               | 0.75                            |
| فقدان السيطرة والانتكاس    | 0.74               | 0.74                            |
| المقياس ككل                | 0.88               | 0.85                            |

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

#### خلاصة وتعليق :

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من الكفاءة السيكمومترية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة من المراهقين في المرحلة الإعدادية ، وتكونت عينة الدراسة من (140) طالب وطالبة من الصفين الأول الثاني ( الإعدادي ، ومن أجل إعداد المقياس تم الإطلاع على الأطر النظرية ومجموعة من المقاييس العربية والأجنبية التي تناولت إدمان الألعاب الإلكترونية ، وقد تم التحقق من الخصائص السيكمومترية للمقياس بإستخدام معامل ارتباط بيرسون التحليل العاملي التوكيدي معامل التجزئة النصفية لحساب الثبات ، معامل الفا - كرونباخ لحساب الثبات، وقد أسفرت النتائج تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق والثبات؛ حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ (0.88) وطريقة التجزئة النصفية (0.85)، مما يدل على صدق وثبات المقياس وصالحيته للتطبيق.

#### 5\_ الخصائص السيكمومترية لأدوات الدراسة :

اعتمدت الدراسة الحالية على مقاييس سابقة جرى تقنينها والتحقق من صلاحيتها في دراسات سابقة، لذا فقد انتقلنا الى خطوة قياس مدى ثبات واستقرار هذه الأدوات عند تطبيقها على البيئة والعينة الحالية. ولأجل هذا الغرض، قمنا بتطبيق المقياسين على مجموعة استطلاعية تألفت من (30) مرهقاً، وحسبنا مؤشرات الثبات بالاعتماد على طريقتين:

معامل ألفا كرونباخ للأداة ككل، وأسلوب التجزئة النصفية (عبر معاملي سبيرمان-براون وجتمان)، وتلخص المؤشرات الإحصائية المستخرجة في الجدول رقم:(1)

## 5\_1 جدول الثبات :

أ\_ معاملات ثبات مقياسي الأعراض الإكتئابية وإدمان الألعاب الإلكترونية :

| المقياس                   | عدد الفقرات | معامل ألفا كرونباخ الكلي | معامل سبيرمان-براون | معامل جتمان |
|---------------------------|-------------|--------------------------|---------------------|-------------|
| الأعراض الإكتئابية        | 10          | 0.750                    | 0.851               | 0.848       |
| إدمان الألعاب الإلكترونية | 38          | 0.938                    | 0.872               | 0.868       |

**الجدول 1:** للتحقق من ثبات مقياسي الأعراض الإكتئابية المكون من (10) فقرة وإدمان الألعاب الإلكترونية المكون من (38) فقرة ، وقد تم تطبيقهما على عينة استطلاعية قوامها (30) مراهق ، وتم استخدام طريقتين لحساب معاملات الثبات : التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ الكلي (Cronbac's Alpha)

وقد أظهرت نتائج التجزئة النصفية للأعراض الإكتئابية أن معامل الارتباط بين النصف الأول والنصف الثاني بلغت 0,740 للطول المتساوي وعند تصحيحه باستخدام معامل سبيرمان-براون تبين أنه قد بلغ 0,851 ، كما بلغت قيمة معامل جتمان للثبات 0,848.

وتم حساب الاتساق الداخلي للمقياس ككل باستخدام معامل ألفا كرونباخ حيث بلغت القيمة الكلية 0,750 ، وتعد جميع هذه المؤشرات الإحصائية مرتفعة ودالة وتتجاوز الحدود المقبولة في البحوث النفسية والتربوية ، هذا يؤكد لنا أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات والصلاحية للتطبيق على عينة الدراسة الحالية وهذا وفق النتائج المستخلصة منه.

فيما أظهرت نتائج التجزئة النصفية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية أن معامل الارتباط بين النصفين بلغ 0,773 للطول المتساوي وعند تصحيحه باستخدام معامل سبيرمان-براون بلغت قيمته 0,872 كما بلغت قيمة معامل جتمان للثبات 0.868.

وفيما يخص الاتساق الداخلي للمقياس ككل، أوضحت النتائج عن بلوغ معامل ألفا كرونباخ الكلي قد بلغت قيمة مرتفعة 0,938 وتعد هذه القيمة دليلاً إحصائياً على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات ، هذا ما يؤكد صلاحيته للاستعمال في الدراسة الحالية ، و الاعتماد على نتائجه.

**جدول 2 : الصدق التمييزي:**

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة للصدق التمييزي لمقياسي الأعراض الإكتئابية بين الفئتين العليا والدنيا (N=16)

| الفئة | العدد N | المتوسط الحسابي M | الانحراف المعياري SD | قيمة T | قيمة ليفين (F) | دلالة ليفين (p) | درجة الحرية DF | مستوى الدلالة p |
|-------|---------|-------------------|----------------------|--------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|
|-------|---------|-------------------|----------------------|--------|----------------|-----------------|----------------|-----------------|

|              |   |       |      |       |       |       |    |         |
|--------------|---|-------|------|-------|-------|-------|----|---------|
| الفئة العليا | 8 | 18.25 | 4.03 | 7.548 | 3.882 | 0.069 | 14 | **0.000 |
| الفئة الدنيا | 8 | 6.00  | 2.20 |       |       |       |    |         |

يظهر جدول 2 الوصف الاحصائي على وجود فروق واضحة في متوسط درجات الأعراض الإكتئابية بين الفئتين حيث سجلت الفئة العليا متوسطا حسابيا بلغ 18.25 وبانحراف معياري قدره 4.03 بينما سجلت الفئة الدنيا متوسطا حسابيا أقل بكثير من العليا بلغ 6.00 وبانحراف معياري بلغ 2.20 وللتحقق إذا كانت هذه الفروق ذات دلالة احصائية، تم الإعتماد على اختبار ت للعينات المستقلة .

كما نلاحظ ان مستوى الدلالة  $\text{sig} = 0.000$  وبما أن هذه القيمة أقل بكثير من 0.01 و 0.05 فإن الفروق جوهرية وحقيقية ليست عبثية أو صدفة، قيمة اختبار ليفين للتجانس، وبما أن دلالتة 0.069 أكبر من 0.05 فالتباين متجانس .

### جدول 3:الصدق التمييزي:

نتائج اختبار (ت) للعينات المستقلة للصدق التمييزي لمقياس وإدمان الألعاب الإلكترونية\_ (N = 16)

| الفئة        | العدد<br>N | المتوسط<br>الحسابي<br>M | الانحراف<br>المعياري<br>SD | قيمة T | قيمة<br>ليفين (F) | دلالة<br>ليفين (p) | درجة<br>الحرية<br>DF | مستوى<br>الدلالة<br>P |
|--------------|------------|-------------------------|----------------------------|--------|-------------------|--------------------|----------------------|-----------------------|
| الفئة العليا | 8          | 76.25                   | 12.53                      | 7.127  | 2.923             | 0.109              | 14                   | **0.000               |
| الفئة الدنيا | 8          | 43.62                   | 3.25                       |        |                   |                    |                      |                       |

يظهر الجدول 3 : الوصف الاحصائي الى وجود فروق ملموسة في متوسط درجات ادمان الألعاب الإلكترونية بين الفئتين حيث سجلت الفئة العليا متوسطا حسابيا بلغ 76.25 وبانحراف معياري بلغ 12.53 ، بينما سجلت الفئة الدنيا متوسطا حسابيا بلغ 43.62 وانحرافا معياريا بلغ 3.25 ولتحقق من اذا كانت هذه الفروق دالة احصائية، تم الإعتماد على اختبار ت للعينات المستقلة .

كما نلاحظ ان مستوى الدلالة  $\text{sig} = 0.000$  وبما أن هذه القيمة أقل من 0.01 فإن الفروق جوهرية وحقيقية ليست متغيرات عشوائية أو صدفة ، قيمة اختبار ليفين للتجانس، وبما أن دلالتة 0.109 أكبر من 0.05 فالتباين متجانس .

الإحصاء الوصفي (Descriptive Statistics) المتوسط الحسابي (M): لحساب معدل درجات إدمان الألعاب الإلكترونية لكل فئة. الانحراف المعياري (SD): لقياس مدى تشتت الدرجات عن المتوسط الحسابي. الحجم المقياس (N): لتحديد عدد أفراد العينة في كل مجموعة. 2. الإحصاء الاستدلالي (Inferential Statistics) اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples t-test): للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي الفئتين (العليا والدنيا). اختبار ليفين لتجانس التباين (Levene's Test): للتحقق من شرط تساوي التباين بين المجموعتين وقبول فرضية التجانس.

وجود فروق جوهرية: أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الفئتين العليا والدنيا في متقارب إدمان الألعاب الإلكترونية ، تفوق الفئة العليا سجلت الفئة العليا متوسطاً حسابياً مرتفعاً بلغ (76.25)، بينما سجلت الفئة الدنيا متوسطاً أقل بلغ (43.62) قدرة تمييزية عالية تؤكد هذه الفروق الكبيرة بين المجموعتين أن المقياس المستخدم يتمتع بصدق تمييزي عالٍ، وصالح لفرز وتمييز الحالات بدقة. تجانس المجموعات: أثبت اختبار "ليفين" تجانس التباين بين المجموعتين، حيث بلغت القيمة الاحتمالية (0.109) وهي أكبر من (0.05)، مما يؤكد سلامة وصحة استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة.

## الفصل الخامس : عرض وتحليل نتائج الدراسة

\_\_ عرض وتحليل ونتائج الفرضية الأولى

\_\_ عرض وتحليل ونتائج الفرضية الثانية

\_\_ عرض وتحليل ونتائج الفرضية الثالثة

\_\_ خلاصة الفصل

تمهيد:

لقد كشفت عملية تطبيق أدوات القياس على عينة الدراسة عن جملة من المعطيات الكمية ، وقد قمنا بتفريغها وترتيبها ، وعلى ضوء هذا توصلنا الى مجموعة من النتائج ، سيتم عرضها في هذا الفصل متسلسلة وعلى حسب ترتيب الفرضيات المطروحة في الدراسة، لكي يمكننا من تحقيق اهداف الدراسة التي حاولت أن تتوصل اليها، ومقارنتها مع الدراسات السابقة مع تقديم بعض التوصيات والمقترحات

## 1 \_ عرض وتحليل والنتائج الفرضية الأولى :

2. نص الفرضية : نتوقع أن يكون مستوى ظهور الأعراض الإكتئابية عند المدمنين على الألعاب الالكترونية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطور الثانوي مرتفع .

\_الجدول 1: ولتحقق من مدى صحة هذه الفرضية، تم تطبيق اختبارات لعينة واحدة للكشف عن مستوى الأعراض الاتنايبية لدى المراهقين

| المتغير               | العينة<br>n | المتوسط<br>الحسابي m | الانحراف<br>المعياري sd | المتوسط<br>النظري (قيمة<br>الفحص) | قيمة t<br>المحسوبة | درجات<br>الحرية<br>dd | مستوى<br>الدلالة<br>sig | الدلالة<br>الاحصائية |
|-----------------------|-------------|----------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------|-------------------------|----------------------|
| الأعراض<br>الإكتئابية | 99          | 9.89                 | 5.28                    | 15                                | -9.60              | 98                    | 0.000                   |                      |

يوضح الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة المراهقين المتدربين في الطور الثانوي على مقياس الأعراض الإكتئابية قد

بلغ 9.89 وبانحراف معياري بلغ 5.28 ، وعند وضع مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط النظري للمقياس والبالغ 15 تبين أن قيمة ت

المحسوبة بلغت -9.60 ودرجة الحرية بلغت 98 وبمستوى دلالة 0.000 وبما أنه أقل من مستوى الدلالة المعتمد 0.05، فإن هذا يشير

الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط الحسابي والمتوسط النظري وعلى ضوء هذا نستخلص أن مستوي ظهور الأعراض

الإكتئابية لدى أفراد العينة منخفض، وبالتالي يتم رفض الفرضية البحثية وقبول الفرضية الفرية .

## 2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية :

. نص الفرضية : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ادمان الألعاب الالكترونية و ظهور الاعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطور الثانوي .

\_\_الجدول 2 :وللتحقق من مدى صحة هذه الفرضية، تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة الارتباط بين المتغيرين، والجدول التالي يوضح ذلك:

| المتغيرات                                          | حجم العينة N | معامل الارتباط بيرسون R | مستوى الدلالة Sig | الدلالة الاحصائية |
|----------------------------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------|-------------------|
| ادمان الألعاب<br>الالكترونية الأعراض<br>الاكتئابية | 99           | 0.163                   | 0.108             | غير دالة احصائيا  |

ومن خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين ادمان الألعاب الالكترونية والأعراض الإكتئابية بلغت **0.163** عند مستوى دلالة بلغ **0.108** وبما أن قيمة مستوى الدلالة المستخرجة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد (**sig:0.05**) فإن هذا يؤكد عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المتغيرين لدى عينة الدراسة ، وبالتالي يتم رفض الفرضية البحثية وقبول الفرضية الصفرية.

## 3\_ عرض وتحليل والنتائج الفرضية الثالثة:

. نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الالكترونية و ظهور الاعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطور الثانوي تعزى لمتغير الجنس .

**الجدول 3:** ولتحقق من صحة هذه الفرضية ، تم حساب معامل الارتباط بيرسون لمتغيري ادمان الألعاب الالكترونية والأعراض الإكتئابية لدى عينة الذكور وعينة الاناث كل على حدة ، ثم تطبيق معامل زد لفيشر **fisher's z-test** للكشف عن دلالة الفروق بين معاملي الارتباط المستخرجين للذكور والإناث ، ويوضح الجدول التالي النتائج الإحصائية المستخرجة:

| المتغير | حجم العينة | معامل الارتباط بيرسون | مستوى الدلالة | قيمة Z محسوبة | الدلالة الاحصائية |
|---------|------------|-----------------------|---------------|---------------|-------------------|
| الجنس   |            |                       |               |               |                   |
| الاناث  | 68         | 0.103                 | 0.403         | 0.60          | غير دال           |
| الذكور  | 31         | 0.234                 | 0.204         | 0.60          | غير دال           |

الإناث  $r=0.103$  ،  $n=68$

الذكور  $r=0.234$  ،  $n=31$

وقد أسفرت مقارنة معاملي الارتباط باستخدام اختبار Fisher's r-to-z عن:

$$Z=0.60$$

$$p=0.55$$

وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.05$

— وللتحقق من وجود فروق بين الذكور والإناث في قوة العلاقة بين المتغيرين محل الدراسة، تم استخدام اختبار **Fisher's r-to-z** لمقارنة معاملي الارتباط المستخرجين من المجموعتين المستقلتين. أظهرت النتائج أن معامل الارتباط لدى الإناث بلغ  $r=0.103$  ( $n=68$ )، في حين بلغ لدى الذكور  $r=0.234$  ( $n=31$ ). وأسفرت المقارنة عن قيمة  $Z=0.60$  عند مستوى دلالة  $p=0.55$ ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

ومن خلال المعطيات الواردة في الجدول أعلاه، أظهرت النتائج أن معامل الارتباط لدى الإناث بلغ  $r = 0.103 \setminus n=68$  في حين بلغ لدى الذكور  $r = 0.234 \setminus n=31$ . وكما أظهرت المقارنة عن قيمة ( $Z = 0.60$ ) وعند مقارنة معاملي الارتباط للذكور والإناث، تبين أن القيمة الاحتمالية بلغت  $p = 0.55$  وبما أنها أكبر من مستوى الدلالة المعتمد ( $0.05$ )، فإن الفروق بين الجنسين غير دالة إحصائياً.

بناءً على هذه النتائج، يتم رفض الفرضية البديلة وقبول الفرضية الصفرية، مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الجنسين أن الفروق الظاهرة تعود لتباين العشوائي .

وفي نهاية هذا الفصل، يمكن القول أن الدراسة الميدانية الحالية المطبقة على عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي (ن = 99) وقد كشفت النتائج الإحصائية لعينة الدراسة والتي جاءت مبطللة للفرضيات البحثية ومؤيدة للفرضيات الصفرية، والتي يمكن إنجازها في النقاط الأساسية التالية:

. أولاً : عدم وجود ارتفاع في مستوى الأعراض الاكتئابية عند المدمنين على الألعاب الإلكترونية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي ، هذا قد يشير الى أن ظهور الأعراض الاكتئابية لا يكون ظاهراً بالضرورة عند هذه الفئة بشكل واضح، بل قد يتخذ شكلاً آخر لأن الكثير منهم يعدون الإدمان على الألعاب الإلكترونية كآلية دفاعية ومكاناً لتفريغ طاقاتهم والهروب من الواقع وتخدير المشاعر السلبية تحت مخدر النجاح و المكفأة وتعدي المراحل هذه الممتعة المؤقتة التي تخفي وراءها بروز الأعراض الاكتئابية التقليدية في البيئة المدرسية أو الأسرية.

. ثانياً :عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى أفراد العينة؛ مما يعكس أن ممارسة الألعاب قد لا ترتبط بالضرورة بظهور اضطرابات مزاجية سلبية كالإكتئاب في هذه المرحلة العمرية .

. ثالثاً : ، غياب الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستويات كل من إدمان الألعاب الإلكترونية والأعراض الاكتئابية تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث)، مما يشير إلى تشابه الظروف السيكولوجية والبيئية والمدرسية التي يعيشها كلا الجنسين في هذا الطور وهذا ما يدعونا مستقبلاً للبحث عن متغيرات نفسية أخرى لم تتناولها الدراسة قد تكون أكثر تأثيراً واسهاماً في تشكل الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين.

## خلاصة الفصل :

و نستخلص من هذا الفصل الذي خصصناه لعرض وتفريغ البيانات الميدانية، أن النتائج المتوصل إليها جاءت مغايرة للفرضيات المدرجة في الدراسة الحالية ، حيث تبين بوضوح عدم وجود ارتفاع في مستوى ظهور الاعراض الاكتئابية للمدمنين على الالعاب الالكترونية للمراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي ، وكذا عدم وجود علاقة أو ارتباط في ادمان الألعاب الإلكترونية وظهور أعراض الاكتئابية لدى أفراد عينة المراهقين ، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الالعاب الالكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية تبعا لمتغير الجنس. على ضوء هذه النتائج المتحصل عليها من قبل الجانب الميداني فإن هذه النتائج ستمهد لتقديم مجموعة من المقترحات والتوصيات التربوية والعيادية في الفصل القادم.

## الفصل السادس : تفسير ومناقشة نتائج الدراسة

\_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

\_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

\_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

خلاصة الدراسة والمقترحات.

تناول هذا الفصل بعد أن قمت في الفصل السابق بعرض الجداول الإحصائية وتفرغ المعطيات المستخرجة من برنامج (SPSS) ، يأتي هذا الفصل كخطوة أساسية لمناقشة وتفسير هذه النتائج من الناحية النفسية والتربوية. حيث سأحاول في هذا الجزء البحث عن الأسباب النفسية والواقعية التي أدت إلى ظهور هذه النتائج لدى عينة المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي، مع ربط ما توصلت إليه بالبيئة المدرسية والاجتماعية التي يعيشونها، ومقارنتها بالدراسات السابقة التي تناولت متغيري إدمان الألعاب الإلكترونية والأعراض الاكتئابية.

## \_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

**نص الفرضية:** ما مستوى ظهور الأعراض الاكتئابية عند المدمنين على الألعاب الإلكترونية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور

الثانوي

ظهرت من خلال نتائج تحليل الاحصائي للفرضية أنه لا يوجد ارتفاع في مستوى ظهور الاعراض الاكتئابية عند المدمنين على الالعاب الالكترونية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي ، يمكن تفسير هذه النتيجة وفق العديد من الدراسات والخصائص النفسية او البيئية التي يمر بها المراهقين ، ولأن المراهقين في لاطور الثانوي يخضعون لجدول زمني و الالتزام بالدروس والامتحانات هذا ما جعل ادماخهم على الألعاب الالكترونية لا يمنعهم عن تفاعلات الحياة الواقعية ، بل يظهر لديهم حائطا منيعا يمنع تدهور صحتهم النفسية ، هذا لان المدرسة تفرض عليهم بعض الانشطة الجماعية والتفاعلية وهذا ما اتفقت عليه دراسة (جو\_تشورل جيونغ 2024) ، لان هذا أيضا يمنعهم من العزلة الكلية والرذوخ للاكتئاب ، على عكس المراهقين المتسربين من الدراسة أو الذين يعيشون فراغا مطلقا وهذا ماكدت عليه دراسة (جي كوس ، رينولدسون ،2019) ولكن هذا لا يمنع اختلاف العديد من الدراسات مع نتيجة الدراسة الحالية حيث وصلت دراسات ان مستوى ظهور الاعراض الاكتئابية لمدمني الألعاب الالكترونية للمراهقين المتمدرسين مرتفع (سي ماليكم، جيسون إم لوباج وآخرون ، 2020) حيث وجدت ان مستوى ظهور الاعراض الاكتئابية مرتفع للمدمنين على الالعاب الالكترونية وكذا دراسة (لوتانغ ، شيه 2024) حيث أثبتت أن العرض الاكتئابي المتمثل في صعوبة استجماع الدافعية للقيام بالواجبات اليومية يمثل الرابط الذي يزيد مباشرة عند زيادة حدة الادمان على الالعاب الالكترونية .

## \_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

**نص الفرضية :** توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين ادمان الالعاب الالكترونية و ظهور الاعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين

المتمدرسين في الطور الثانوي

ظهرت من خلال تحليل هذه الفرضية انه لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين ادمان الألعاب الإلكترونية و ظهور الأعراض الإكتئابية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطور الثانوي ، ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال الخصائص الاجتماعية والنفسية لعينة من المراهقين المتدربين في المجتمع الورقلي بصفة عامة ، وقد يلجأ المراهقين لتنفيس الإنفعالي أو التداوي الذاتي أي أن ه يتخذها كنوع من أنواع "العلاج" للضغوط النفسية هذا ما اتفقت عليه دراسة (Sun & Diez, 2025) وتنفيس الهروب من المشكلات السلبية للعالم الحقيقي والتواصل مع العديد من الأفراد الذين قد يشاركونهم نفس المشاعر والمشكلات وليس كسبب لظهور الإكتئاب وقد أكدت (Pongoh et al., 2022) وآخرون في دراستهم حيث وجد أن الألعاب الالكترونية هي وسيلة ايجابية للهروب من ضغوط العالم الواقعي والتواصل مع الآخرين وبالنسبة للتلميذ المتدرب ، فاللعب يمثل كمساحة ترفيهية تمنع من تراكم الضغط النفسي والدخول في حالة اكتئاب ، ولأن الألعاب الالكترونية تخلق نوعا من الترابط والعلاقات الاجتماعية أقوى بين اللاعبين لأنها تسمح لهم بالتواصل واللعب مع بعض مما يعطي جو من المتعة ولأن معظم أصدقائهم الذين يمارسون معهم هذي الألعاب هم في الواقع أصدقاؤهم في العالم الحقيقي أيضا وهذا ماثبتته هذه الدراسة دراسة Copeland-Stewart,2022&Barr ، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات الكلاسيكية في هذا المجال منها (دراسة عبد الله عباس 2020) والتي ربطت دائما بين الإدمان الألعاب الإلكترونية والاكتئاب وقد وجدت الدراسة أن الاكتئاب لايشكل واحدا بل متعدد وأكثر من نوع .

### \_\_ تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

. نص الفرضية: توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين بين ادمان الألعاب الالكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتدربين في الطور الثانوي تعزى لمتغير الجنس .

من خلال تحليل نتائج هذه الفرضية تبين لنا أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الإلكترونية وظهور الأعراض الإكتئابية لدى عينة من المراهقين تعزى لمتغير الجنس (اناث /ذكور) ويمكن تفسير هذه النتائج من خلال العوامل النفسية و البيئية التي تحيط بالمراهق سواء في المؤسسة التربوية أو الأسرية للمراهق الورقلي وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات منها دراسة (زعباطي فريال ،2023) ، ويمكن تفسير هذا بالتشابه في الضغوط النفسية للمراهقين وفي هذه المرحلة العمرية أي أن بعض الذكور والاناث يعمرون بنفس التغيرات الفزيولوجية والنفسية ولأنهم يسعون لإكتشاف كل ماهو غريب وغير مألوف هذا ما يبرز لديهم ملامح المخاطرة وحب المغامرة والسعي خلف الألعاب الإلكترونية لتلبية حاجاتهم ورغباتهم دون مراعات تبعاتها ذلك للإنتقال الى مستويات أعلى هذا ما اتفقت عليه الدراسة الحالية مع دراسة (وناس ،2022،ص20،21) ، وكما نرى أيضا أن الألعاب لم تعد حكرا على الذكور كما كانت سابقا وإنما تلاشت تلك الفجوة الرقمية بين الجنسين (منظمة ESA الأمريكية ،2026) حيث عبرت الاحصائيات على استخدام

الاناث للألعاب الالكترونية وصل الى 46% واختلفت نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات التي توصلت الى ان توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة بين ادمان الألعاب الالكترونية وظهور الأعراض الاكتئابية عند المراهقين تعزى لمتغير الجنس منها دراسة (زعباطي،عمر أيوب 2023) و كذا أكدت هذه الدراسة على وجود فروق على مستوى متغير الجنس (لانغ وانغ ، وآخرون ، 2021).

**الخلاصة :** وفي ختام هذه الدراسة يمكننا القول أن ادمان الألعاب الالكترونية لايعني حتمية اصابة المراهقين أو ظهور أعراض اكتئابية أو تقلبات في المزاج او حتى عزلة ، اذ تبين لنا من خلال زيارتنا للميدان أن مستويات الحزن والضيق النفسي لدى المدمنين على هذه الألعاب بقيت كما هي طبيعية وغير مرتفعة.

ومن هنا يتوضح لنا ان نظرة المراهقين والمراهقات للألعاب الالكترونية قد تغيرت ، فلم تعد وسيلة تعبر عن العزلة الاجتماعية أو الهروب من الضغوط ، بل أصبحت كمخرج أو متنفس يتخلص به المراهق عن ضغط الدراسة والاسرة وكذا البيئة المحيطة لتجديد طاقاته ، وكذا أداة للتواصل والإندماج مع الأصدقاء وتكوين صداقات من مختلف البلدان ،وكما لاحظنا أن التأثير النفسي للألعاب يتشابه تماما بين الذكور والاناث نظرا لأن الهواتف والاجهزة الذكية أصبحت متاحة للجميع بنفس الطريقة وبشكل متوازن .

وفي الأخير نلخص الى أن تعامل المراهقين مع التكنولوجيا الحديثة في مجتمعنا الحالي لايزال آمنا بعض الشيء لانه تتحكم فيه المرونة النفسية والاجتماعية وكذا لأن مجتمعنا لازلت تحكمه عادات تربوية ساهمت في حماية المراهق من الانجراف نحو المشكلات النفسية الحادة .

#### **التوصيات التي قد نخرج بها من حلال هذه الدراسة :**

وبناء على حدود الدراسة الحالية :

\_\_ نوصي الباحثين في الدراسات المستقبلية بضرورة توسيع حجم العينة لأن عينة الدراسة لم تتجاوز 99فرد وتطبيقها على عينات كبيرة هذا للتحقق من مدى استقرار هذه النتائج وتعميمها بشكل أدق ، وكذا ادراج متغيرات نفسية أخرى تلعب دورا أكبر كالبينة الاسرية أو الفشل الدراسي .

\_\_توصيات للمؤسسات التربوية والأولياء : توجيه الأولياء نحو التركيز على نوعية الألعاب التي يقوم أبناؤهم بلعبها والمحتوى الذين يستهلكونه على المواقع بدلا من التركيز فقط على عدد الساعات التي يقضونها على الشاشات .

\_\_ندعوة وزارة التربية والمؤسسات التعليمية على دمج الألعاب الالكترونية التعليمية ضمن الأنشطة اللاصفية لتفريغ الشحنات والضغط بشكل ايجابي أفضل من أن يتوجه المراهق الى الألعاب العنفيه أو القتالية للتفريغ لأنها ستأثر عليه بشكل كبير و سلبي .

\_\_ كما يجب على المختصين في الارشاد النفسي مثل مستشاري التوجيه أو النفسانيين بالتوجيه الدراسي في رصد المؤشرات الحقيقية للاكتئاب كا المشاكل النفسية أو المدرسية بعد أن أثبتت الدراسة أن الألعاب الالكترونية ليست السبب الرئيسي والمباشر لظهور الاعراض الاكتئابية .

## قائمة المراجع

- \_\_أحمد محمد صالح عبد الكريم، 2013، ادمان الألعاب الالكترونية وعلاقته بالأفكار السلبية لدى المراهقين، جامعة جازان ، المملكة العربية السعودية ،المجلة العربية للنشر العلمي
- \_\_ أرنوط، بشرى اسماعيل أحمد ، 2007، ادمان الألعاب الالكترونية وعلاقته بكل أبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ،مجلة الزقازيق مصر ،العدد 55
- \_\_ أديب محمد الخالدي، 2009، كتاب المرجع في الصحة النفسية \_نظرية جديدة ،دار وائل للنشر ،عمان \_المملكة الاردنية
- \_\_محمد محروس الشناوي، 2002 ، كتاب العملية الارشادية والعلاجية ،دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع القاهرة
- \_\_حمودة سليمة ، 2015، الإدمان على الانترنت :اضطراب العصر ، مجلة العلوم النسانية والاجتماعية ،جامعة قاصدي مرباح ورقلة \_الجزائر
- \_\_حيان كنزة ،بلعاب لامية ، 2022، الإدمان على الألعاب الالكترونية وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "دراسة ميدانية في بعض ثانويات جيجل، مذكرة في علوم التربية لنيل شهادة الماستر ،جامعة جيجل.
- \_\_دانيا الشبؤون، 2021 ،القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين "دراسة ميدانية ارتباطية لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق الرسمية ،رسالة دكتوراه ،كلية التربية، المجلد 27: العدد الثالث والرابع، مجلة جامعة دمشق.
- \_\_دريين أمينة ، 2012، أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بظهور الاكتئاب عند المراهقين ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي ،جامعة البويرة.
- \_\_روفية سعدي ،نورة قنيفة ، 2020، الاكتئاب والإقدام على الانتحار لدى المراهقين، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف ، المجلد 05، العدد 02، جامعة قسنطينة 3.
- \_\_زعباطي فريال ،عمر ايوب حبيبة الزهراء ، 2023، إدمان الألعاب الالكترونية والسلوك العدواني لدى عينة من المراهقين بولاية غرداية ، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي في علم النفس العيادي ،جامعة غرداية.
- \_\_سارة بن صالح ، 2019، الصلابة النفسية لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية ،مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي ،جامعة بسكرة.
- \_\_ عبد الستار ابراهيم ، 1998، الاكتئاب :اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه، سلسلة عالم المعرفة العدد 239 ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب \_الكويت.
- \_\_عبد الله العنزي، 2020 ، ادمان على الألعاب الالكترونية وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية والسلوكية لدى المراهقين ،جامعة الملك سعود السعودية
- \_\_غلامي حكيم ،نادي فاطيمة ،أثر الألعاب الالكترونية على السلوك العدواني لدى الأطفال ، كلية علم النفس ،جامعة الجلفة
- \_\_لينا خليل برغش ، 2020، إدمان الأطفال على الألعاب في جائحة كورونا وتأثيرها على السلوك والتعليم ،دار الكتاب الثقافي.

\_\_محمد معطلأوي، 2022، اثار إدمان الأطفال والمراهقين على الألعاب الالكترونية ،مجلة دراسات في علوم الانسان والمجتمع-جامعة جيجل، المجلد 05، العدد01، جامعة محمد الخامس(المملكة المغربية)

\_\_محمد أحمد النابلسي، 2004، كتاب الأمراض النفسية وعلاجها ،مركز الدراسات النفسية، طرابلس \_لبنان

\_\_نيفين حسن سعد شاكر، 2023، بناء مقياس ادمان الألعاب الالكترونية لدى المراهقين ،مجلة كلية التربية في العلوم النفسية ،جامعة عين شمس ،

\_\_هدى محمد الجابر مرتضي، 2020، الاعراض الاكتئابية لدى الوالدين في ظل جائحة كورونا وعلاقتها بالأعراض الاكتئابية و دافعية الانجاز لدى ابنائهم ،المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد110، المجلد الحادي والثلاثون.

#### الدراسات الأجنبية :

- Copeland, S. (2022). The psychological and social dynamics of online gaming addiction among young adults. Academic Press.
- Jeong, J. C., Kim, S. J., Han, D. H., & Kim, J. Y. (2024). Recurrence of internet gaming disorder in Korean adolescents: a 24-month prospective cohort study. Springer-Verlag. nih.gov
- Kuss, D. J. (2019). A psychological overview of gaming disorder. In The Oxford Handbook of Cyberpsychology. Oxford University Press. doi.org
- Malcolmson, J. (2020). The impact of video game addiction on social and cognitive development in adolescents. Academic Press.
- Pongoh, A., Anggraeni, Y. S., Supriyadi, S., & Subektiningsih, S. (2022). Relationship Between Internet Game Addiction, Depression, Social Behaviour, Mental Health and Sleep Quality: Structural Equation Modelling. NeuroQuantology, 20(10), 3462–3471. doi.org
- Sun, A., & Diez, S. (2025). Understanding the Gaming Disorder–Depression Co–occurrence: A Narrative Literature Review. Journal of Affective Disorders Reports, 21, 1–11. doi.org
- Xie, Y., & Tang, L. (2024). The symptom network of internet gaming addiction, depression, and anxiety among children and adolescents. Scientific Reports, 14, 1–12. doi.org

# الملاحق

## الملحق رقم ( 1 ): نتيجة صدق وثبات مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية

T-TEST GROUPS=فئات\_الإدمان(2 1)

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=إدمان\_الألعاب\_الإلكترونية

/CRITERIA=CI(.95).

### Test T

#### Statistiques de groupe

|                           | فئات_الإدمان | N | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard |
|---------------------------|--------------|---|---------|------------|-------------------------|
| إدمان_الألعاب_الإلكترونية | الفئة العليا | 8 | 76,2500 | 12,53281   | 4,43102                 |
|                           | الفئة الدنيا | 8 | 43,6250 | 3,24863    | 1,14856                 |

#### Test des échantillons indépendants

|                           |                                 | Test de Levene sur l'égalité des variances |      | Test t pour égalité des moyennes |       |  |  |  |  |  |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------|------|----------------------------------|-------|--|--|--|--|--|
|                           |                                 | F                                          | Sig. | t                                | ddl   |  |  |  |  |  |
| إدمان_الألعاب_الإلكترونية | Hypothèse de variances égales   | 2,923                                      | ,109 | 7,127                            | 14    |  |  |  |  |  |
|                           | Hypothèse de variances inégales |                                            |      | 7,127                            | 7,936 |  |  |  |  |  |

### RELIABILITY

/VARIABLES= 1 ف2 ف3 ف4 ف5 ف6 ف7 ف8 ف9 ف10 ف11 ف12 ف13 ف14 ف15 ف16 ف17 ف18  
24 ف19 ف20 ف21 ف22 ف23 ف24

38 ف25 ف26 ف27 ف28 ف29 ف30 ف31 ف32 ف33 ف34 ف35 ف36 ف37 ف38

/SCALE (ثبات مقياس إدمان الألعاب الالكترونية) ALL

/MODEL=SPLIT.

## Fiabilité

Echelle : ثبات مقياس إدمان الألعاب الالكترونية :

### Récapitulatif de traitement des observations

|              |                     | N  | %     |
|--------------|---------------------|----|-------|
| Observations | Valide              | 30 | 100,0 |
|              | Exclue <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|              | Total               | 30 | 100,0 |

### Statistiques de fiabilité

|                                     |                         |                   |                 |
|-------------------------------------|-------------------------|-------------------|-----------------|
| Alpha de Cronbach                   | Partie 1                | Valeur            | ,867            |
|                                     |                         | Nombre d'éléments | 19 <sup>a</sup> |
|                                     | Partie 2                | Valeur            | ,915            |
|                                     |                         | Nombre d'éléments | 19 <sup>b</sup> |
|                                     | Nombre total d'éléments |                   | 38              |
| Corrélation entre les sous-échelles |                         |                   | ,773            |
| Coefficient de Spearman-Brown       | Longueur égale          |                   | ,872            |
|                                     | Longueur inégale        |                   | ,872            |
| Coefficient de Guttman              |                         |                   | ,868            |

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

ف1, 2- اشعر بالرغبة 3 في ممارسة الالعاب 0الكترونية, 3- الالعاب 0الكترونية تحقق لي المكاسب و0انتصارات, a. Les éléments sont :  
 4- افضل ممارسة الالعاب 0الكترونية عن غيرها من 0تنشطة, 5- اكنب على والذي في الوقت, 6- اعجز في التوقف عن اللعب, 7- اظن ان 0 احد  
 يجننى, 8- عدم الشعور بالوقت اثناء اللعب, 9-تجنبني الصور و0لوان ومؤثرات الصوت في الالعاب, 10- يشنكى المعلمين 3 منى فى المدرسة,  
 11- اهرب من المذاكرة عن طريق لعب الالعاب 0الكترونية, 12- افشل 3 في تحديد وقت اللعب, 13- اشعر ان ممارستي ل0العاب 0الكترونية  
 اعطتني ثقة بالنفس, 14- استمر في اللعب اثناء جلوسي مع 0اخرين, 1-ممارستي اللعب 0وقات طويلة 0 يشعروني بالوحدة, 2- افضل الحديث مع  
 اسرتي عن استمراري في اللعب, 3-اخفي عن الوالدين درجات اختباراتي السيئة, 4- اشعر بعدم القدرة على ممارسة اي نشاط اخر غير اللعب, 19-  
 اندماجي مع الالعاب 0الكترونية جعلني احب الخيال اكثر من الواقع .

b. Les éléments sont : 20- 22- عقتي باصدقائي ضعيفة, 23- 21-اشعر بالس2 اثناء اللعب, 22- عقتي باصدقائي ضعيفة, 20- 23-  
 انطاهر بالمرض لكي 0 اذهب للمدرسة واطل العب, 24- عدي رغبة مستمرة في ممارسة الالعاب 0الكترونية, 25- استمر في اللعبة حتى احقق  
 الفوز, 26- اعجز عن تحديد وقت اللعب, 27- يتعكر مزاجي واشعر با0كتئاب عندما ينقطع 0اتصال باللعبة 0ي سبب, 28- افكر في اللعب حتى  
 اثناء المذاكرة, 29- اهرب من المشك0ات التي تواجهني باللعب, 30- استطيع التحكم في مدة اللعب, 31- اجلس مع العابي اكثر من جلوسي مع  
 اسرتي, 32- انظم وقتي بين اللعب والمذاكرة, 33- اعشق الالعاب 0الكترونية 0ن بها تحدي ومغامرة, 34-افضل 0استمرار في اللعب عن الخروج  
 مع اسرتي, 35- احب ان اقول الحقيقة في اي شيء, 36-اشعر بالعصبية عندما يز عجنني احد اثناء اللعب, 37- انتقل الهزيمة في اللعب ", 38- استمر  
 ". في اللعب حتى مع الشعور بالتعب

## RELIABILITY

ف1 ف2 ف3 ف4 ف5 ف6 ف7 ف8 ف9 ف10 ف11 ف12 ف13 ف14 ف15 ف16 ف17 ف18 /VARIABLES=  
 ف19 ف20 ف21 ف22 ف23 ف24

ف25 ف26 ف27 ف28 ف29 ف30 ف31 ف32 ف33 ف34 ف35 ف36 ف37 ف38

ALL (ثبات مقياس إدمان الالعاب الاللكترونية)/SCALE

/MODEL=ALPHA.

ثبات مقياس إدمان الالعاب الاللكترونية : Echelle

## Récapitulatif de traitement des observations

|              |                     | N  | %     |
|--------------|---------------------|----|-------|
| Observations | Valide              | 30 | 100,0 |
|              | Exclue <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|              | Total               | 30 | 100,0 |

## Statistiques de fiabilité

|                      |                      |
|----------------------|----------------------|
| Alpha de<br>Cronbach | Nombre<br>d'éléments |
|----------------------|----------------------|

|    |      |
|----|------|
| 38 | ,938 |
|----|------|

## الملحق رقم ( 2 ): نتيجة صدق وثبات مقياس الأعراض الاكتئابية

[Jeu\_de\_données1]

C:\Users\HomePC\AppData\Local\Packages\5319275A.WhatsAppDesktop\_cv1g1gvanyjgm\LocalState\sessions\B0FFAB6BFE2516015B90929793AA4F241C438DD7\transfers\2026-21\معطيات الدراسة.sav, الاستطلاعية

### Statistiques de groupe

| فئات_الاكتئاب      | N | Moyenne | Ecart type | Moyenne erreur standard |
|--------------------|---|---------|------------|-------------------------|
| الأعراض_الاكتئابية | 8 | 18,2500 | 4,02670    | 1,42365                 |
| الفئة الدنيا       | 8 | 6,0000  | 2,20389    | ,77919                  |

### Test des échantillons indépendants

|                    |                                 | Test de Levene sur l'égalité des variances |      | Test t pour égalité des moyennes |        | sig   |  |  |  |  |
|--------------------|---------------------------------|--------------------------------------------|------|----------------------------------|--------|-------|--|--|--|--|
|                    |                                 | F                                          | Sig. | t                                | ddl    |       |  |  |  |  |
| الأعراض_الاكتئابية | Hypothèse de variances égales   | 3,882                                      | ,069 | 7,548                            | 14     | 0,000 |  |  |  |  |
|                    | Hypothèse de variances inégales |                                            |      | 7,548                            | 10,848 |       |  |  |  |  |

### RELIABILITY

/VARIABLES=فقرة 2 فقرة 6 فقرة 11 فقرة 15 فقرة 19 فقرة 21 فقرة 25 فقرة 29 فقرة 40 فقرة 47

/SCALE(ثبات مقياس الأعراض الاكتئابية) ALL

/MODEL=SPLIT.

## Fiabilité

ثبات مقياس الأعراض الاكتئابية : Echelle

### Récapitulatif de traitement des observations

|              |                     | N  | %     |
|--------------|---------------------|----|-------|
| Observations | Valide              | 30 | 100,0 |
|              | Exclue <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|              | Total               | 30 | 100,0 |

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

### Statistiques de fiabilité

|                                     |                         |                   |                |
|-------------------------------------|-------------------------|-------------------|----------------|
| Alpha de Cronbach                   | Partie 1                | Valeur            | ,585           |
|                                     |                         | Nombre d'éléments | 5 <sup>a</sup> |
|                                     | Partie 2                | Valeur            | ,495           |
|                                     |                         | Nombre d'éléments | 5 <sup>b</sup> |
|                                     | Nombre total d'éléments |                   | 10             |
| Corrélation entre les sous-échelles |                         |                   | ,740           |
| Coefficient de Spearman-Brown       | Longueur égale          |                   | ,851           |
|                                     | Longueur inégale        |                   | ,851           |
| Coefficient de Guttman              |                         |                   | ,848           |

a. Les éléments sont : 2. 11. 6. لم يعد باستطاعتي الشعور بالمرح مثل الأول., 19. ليس لدي الطاقة لفعل اي من الأشياء . أجد صعوبة في النوم., 1. اعاني من مشاكل في الشهية.,

b. Les éléments sont : 21. أشعر بأن 0 قيمة لي. , 29. استطيع التفكير بوضوح, 25. 0 اتعب كثيرا, 40. أشعر بأنني 0 أريد أن اتحرك, 47. أشعر بالتوتر

## RELIABILITY

فقرة 2 فقرة 6 فقرة 11 فقرة 15 فقرة 19 فقرة 21 فقرة 25 فقرة 29 فقرة 40 فقرة 47 /VARIABLES=

ALL ('ثبات مقياس الأعراض الاكتئابية')/SCALE

```
/MODEL=ALPHA.
```

## Fiabilité

**Echelle : ثبات مقياس الأعراض الاكتئابية :**

## Récapitulatif de traitement des observations

|              |                     | N  | %     |
|--------------|---------------------|----|-------|
| Observations | Valide              | 30 | 100,0 |
|              | Exclue <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|              | Total               | 30 | 100,0 |

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

## Statistiques de fiabilité

| Alpha de Cronbach | Nombre d'éléments |
|-------------------|-------------------|
| ,750              | 10                |

**الملحق : نتيجة الفرضية الاولى**

## Statistiques sur échantillon uniques

| N                  | Moyenne | Ecart type     | Moyenne erreur standard |
|--------------------|---------|----------------|-------------------------|
| الاعراض_الاكتئابية | 99      | 9.8990 5.28667 | .53133                  |

## Test sur échantillon unique

Valeur de test = 15

| t                  | ddl    | Sig. (bilatéral) | Différence moyenne | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
|--------------------|--------|------------------|--------------------|-------------------------------------------------|
|                    |        |                  |                    | Inférieur Supérieur                             |
| الاعراض_الاكتئابية | -9.600 | .000             | -5.10101           | -6.1554- -4.0466-                               |

الملحق: نتيجة الفرضية الثانية

## Statistiques sur échantillon uniques

| N                  | Moyenne | Ecart type     | Moyenne erreur standard |
|--------------------|---------|----------------|-------------------------|
| الاعراض_الاكتئابية | 99      | 9.8990 5.28667 | .53133                  |

## Test sur échantillon unique

Valeur de test = 15

| t                  | ddl    | Sig. (bilatéral) | Différence moyenne | Intervalle de confiance de la différence à 95 % |
|--------------------|--------|------------------|--------------------|-------------------------------------------------|
|                    |        |                  |                    | Inférieur Supérieur                             |
| الاعراض_الاكتئابية | -9.600 | .000             | -5.10101           | -6.1554- -4.0466-                               |

ملحق: نتيجة الفرضية الثالثة

## Corrélations

| الجنس | ادمان_الالعاب_الالكترونية |                        | الاعراض_الاكتئابية |      |
|-------|---------------------------|------------------------|--------------------|------|
|       | ونية                      |                        |                    |      |
| أنثى  | ادمان_الالعاب_الالكترونية | Corrélation de Pearson | 1                  | .103 |
|       |                           | Sig. (bilatérale)      |                    | .403 |
|       |                           | N                      | 68                 | 68   |
|       | الاعراض_الاكتئابية        | Corrélation de Pearson | .103               | 1    |
|       |                           | Sig. (bilatérale)      | .403               |      |
|       |                           | N                      | 68                 | 68   |
| ذكر   | ادمان_الالعاب_الالكترونية | Corrélation de Pearson | 1                  | .234 |
|       |                           | Sig. (bilatérale)      |                    | .204 |
|       |                           | N                      | 31                 | 31   |
|       | الاعراض_الاكتئابية        | Corrélation de Pearson | .234               | 1    |
|       |                           | Sig. (bilatérale)      | .204               |      |
|       |                           | N                      | 31                 | 31   |

أستبيان : ادمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بظهور الأعراض الإكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدربين في الطور الثاني

عزيزي/تي فيما يلي بعض المشاعر التي قد تكون لديك خلال الأسبوعين الماضيين. من فضلك ضع علامة صح في الخانة التي تدل على شعورك

الجنس:

☐

أنثى

☐

ذكر

السن :

☐

15 سنة

☐

16 سنة

17 سنة ☐

18 سنة ☐

| الترقيم | العبارات                                 | دائما | عادة | أحيانا | لا |
|---------|------------------------------------------|-------|------|--------|----|
| 1       | أشعر بالحزن والفراغ                      |       |      |        |    |
| 2       | لم يعد بإستطاعتي الشعور بالمرح مثل الأول |       |      |        |    |
| 3       | أجد صعوبة في النوم                       |       |      |        |    |
| 4       | أعاني من مشاكل في الشهية                 |       |      |        |    |
| 5       | ليس لدي طاقة لفعل أي من الأشياء          |       |      |        |    |
| 6       | أتعب كثيرا                               |       |      |        |    |
| 7       | لا أستطيع التفكير بوضوح                  |       |      |        |    |
| 8       | أشعر بأن لا قيمة لي                      |       |      |        |    |
| 9       | أشعر بأنني لا أريد أن أتحرك              |       |      |        |    |
| 10      | أشعر بالتوتر                             |       |      |        |    |

| الترقيم | العبارات                                               | تتطبق على<br>تماما | تتطبق الى<br>حد ما | لا تتطبق<br>تماما |
|---------|--------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|-------------------|
| 1       | أعتقد أن أصدقائي في الألعاب أقرب لي من أصدقاء المدرسة. |                    |                    |                   |
| 2       | أشعر بالرغبة دائماً في ممارسة الألعاب الإلكترونية.     |                    |                    |                   |
| 3       | الألعاب الإلكترونية تحقق لي المكاسب والانتصارات.       |                    |                    |                   |
| 4       | أفضل ممارسة الألعاب الإلكترونية عن غيرها من أنشطة.     |                    |                    |                   |
| 5       | أكذب على والدي في الوقت الذي قضيته في اللعب.           |                    |                    |                   |
| 6       | أعجز في التوقف عن اللعب.                               |                    |                    |                   |
| 7       | أظن أن لا أحد يحبني.                                   |                    |                    |                   |
| 8       | عدم الشعور بالوقت أثناء اللعب.                         |                    |                    |                   |
| 9       | تجذبني الصور والألوان ومؤثرات الصوت في الألعاب.        |                    |                    |                   |
| 10      | يشتكي المعلمين دائماً مني في المدرسة.                  |                    |                    |                   |
| 11      | أهرب من المذاكرة عن طريق اللعب بالألعاب الإلكترونية.   |                    |                    |                   |
| 12      | أفضل دائماً في تحديد وقت للعب.                         |                    |                    |                   |
| 13      | أشعر أن ممارستي للألعاب الإلكترونية أعطتني ثقة بالنفس. |                    |                    |                   |
| 14      | أستمر في اللعب أثناء جلوسي مع الآخرين.                 |                    |                    |                   |
| 15      | ممارستي اللعب لأوقات طويلة لا يشعرني بالوحدة.          |                    |                    |                   |
| 16      | أفضل الحديث مع أسرتي عن استمراري في اللعب.             |                    |                    |                   |
| 17      | أخفي عن الوالدين درجات اختباراتي السيئة.               |                    |                    |                   |
| 18      | أشعر بعدم القدرة على ممارسة أي نشاط آخر غير اللعب.     |                    |                    |                   |

|    |                                                                  |  |  |
|----|------------------------------------------------------------------|--|--|
| 19 | إندماجي مع الألعاب الإلكترونية جعلني احب الخيال أكثر من الواقع.  |  |  |
| 20 | ألعب في أي وقت و أي مكان أذهب إليه.                              |  |  |
| 21 | أشعر بالسعادة أثناء اللعب.                                       |  |  |
| 22 | علاقتي بأصدقائي ضعيفة.                                           |  |  |
| 23 | أتظاهر بالمرض لكي لا أذهب المدرسة و أظل ألعب.                    |  |  |
| 24 | عندي رغبة مستمرة في ممارسة الألعاب الإلكترونية.                  |  |  |
| 25 | أستمر في اللعبة حتى أحقق الفوز.                                  |  |  |
| 26 | أعجز عن تحديد وقت للعب.                                          |  |  |
| 27 | يتعكر مزاجي وأشعر بالاكتئاب عندما ينقطع الإتصال باللعبة لأي سبب. |  |  |
| 28 | أفكر في اللعب حتى أثناء المذاكرة.                                |  |  |
| 29 | أهرب من المشكلات التي تواجهني باللعب .                           |  |  |
| 30 | أستطيع التحكم في مدة اللعب.                                      |  |  |
| 31 | اجلس مع ألعابي أكثر من جلوسي مع اسرتي.                           |  |  |
| 32 | أنظم وقتي بين اللعب والمذاكرة.                                   |  |  |
| 33 | أعشق الألعاب الإلكترونية لأن بها التحدي والمغامرة.               |  |  |
| 34 | أفضل الاستمرار في اللعب عن الخروج مع أسرتي .                     |  |  |
| 35 | احب ان أقول الحقيقة في أي شيء.                                   |  |  |
| 36 | أشعر بالعصبية عندما يزعجني احد أثناء اللعب.                      |  |  |
| 37 | أقبل الهزيمة في اللعب.                                           |  |  |
| 38 | أستمر في اللعب حتى مع الشعور بالتعب.                             |  |  |

ورقة في: 2026/04/19

مدير التربية لولاية ورقلة:

مصلحة التكوين و التفتيش

مكتب التكوين

sfi.edu.ouargla @ gmail.com

رقم الهاتف و الفاكس: 029.70.52.91

الرقم : 2026/6.2/ 308

مدير التربية

إلى الطالبين :

منار مخلوفي .نسرين مروان

بجامعة قاصدي مرباح

ورقة

### الموضوع: رخصة القيام بدراسة ميدانية

الرجع: - وثيقة تسهيلات من كلية العلوم الانسانية بولاية ورقلة رقم 26/734 المؤرخة في 14/04/2026

- الطلب بخط اليد للمعنية بتاريخ 2026/04/16

تلبية للرسالتين المنوّه بهما بالمرجع أعلاه، يشرفني أن أبلغك الموافقة على إجراء الدراسة ميدانية استكمالا لمذكرة التخرج ماستر بعنوان "إدمان الألعاب الالكترونية وعلاقته بظهور الاعراض لاكتئابية لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالطور الثانوي"، وذلك وفق المعطيات الآتية:

- الفترة: من 2026/04/19 الى 2026/04/30 ماعدا فترات العطل و الامتحانات الرسمية.

- المؤسسات المعنية: ثانويات بلدية ورقلة

- الوسيلة المستعملة في الدراسة الميدانية: (استبانة).

ملاحظات:

- على الطالبة الالتزام بتسليم المصاحفة نسخة من منتج الدراسة فور انتهائها

ع/مدير التربية

الاسم:

- سلمت هذه الرخصة للمعنية في حدود سياق البحث العلمي فقط ، وفي إطار ما يسمح به القانون، واحترام النظام الداخلي للمؤسسة وللاستظهار بها لدى المؤسسة المعنية.

مصلحة التكوين و التفتيش  
خمس عومر





تصريح شرفي  
بالالتزام بمعايير الأمانة والنزاهة العلمية في إعداد مذكرة الماستر

أنا الممضي أسفله:

الطالب (ة): هروان بنسنين

المولود (ة) في 2002/04/27 بـ ورقلة

الحامل لبطاقة التعريف (ر/س) رقم: 110021082012030002 الصادرة بتاريخ: 2024-04-18

عن: ورقلة

شعبة: علم النفس

المسجل بالسنة: الثانية ماستر

☐

علم النفس العمل و التنظيم و تسيير الموارد لبشرية

☒

تخصص: علم النفس العيادي

خلال السنة الجامعية: 2026/2025.....

والمعد لمذكرة الماستر التي تحمل عنوان: الاحتياج الى المشورة النفسية وعلاقتها...

بظهور الامراض النفسية لدى الجن الحقيقين المجهدين وسينال بطور...

الثنائي

أصرح بشرفي أنني التزمت بمراعاة معايير الأمانة والنزاهة العلمية المطلوبة في انجاز مذكرة الماستر المذكورة أعلاه

حرر بتاريخ: 2026

التوقيع والبصمة

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Université Kasdi Merbah - Ouargla  
Faculté des Sciences  
Humaines Et sociales  
Département de Psychologie et  
orthophonie



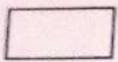
جامعة قاصدي مرباح ورقلة  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس و الارطوفونيا

## تصريح شرفي بالالتزام بمعايير الأمانة والنزاهة العلمية في إعداد مذكرة الماستر

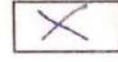
أنا الممضي أسفله:

الطالب (ة): .....  
المولود (ة) في: .....  
الحامل لبطاقة التعريف (ر/اس) رقم .....  
عن: .....  
المسجل بالسنة: الثانية ماستر

شعبة: علم النفس



علم النفس العمل و التنظيم و تسيير الموارد لبشرية



تخصص: علم النفس العيادي

خلال السنة الجامعية: 2025/2026.....

والمعد لمذكرة الماستر التي تحمل عنوان: .....  
.....  
.....  
.....

أصريح بشرفي في الالتزام بمعايير الأمانة والنزاهة العلمية المطلوبة في انجاز مذكرة الماستر المذكورة أعلاه

07 جوان 2026

حرر بتاريخ: .....  
التوقيع والبصمة



07 جوان 2026



013  
21906543  
29610N90  
القول