

المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين في ضوء العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد

Problems resulting from Internet Gaming Disorder among a sample of adolescents in view of cognitive behavioral therapy in social casework

دكتورة سامية جمال أحمد حسن

مدرس بقسم خدمة الفرد

كلية الخدمة الاجتماعية جامعة أسيوط

ملخص البحث:

يعد اضطراب الألعاب عبر الإنترنت أحد الاضطرابات الحديثة التي أثرت بشكل كبير علي سلوكيات المراهقين وحياتهم، ولقد أهتمت خدمة الفرد في التعامل مع المراهقين من خلال نماذجها المتعددة والفنيات والاساليب المهنية المستمدة من النماذج والتي تتناسب مع هذه الفئة ومن بين هذه النماذج العلاج المعرفي السلوكي ، لذلك هدفت الدراسة تحديد المشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية والتعليمية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت وتنتمي هذا الدراسة الي الدراسات الوصفية التحليلية التي تستهدف وصف وتحليل الواقع باستخدام المسح الاجتماعي بالعينة العمدية والذي تم من خلاله تطبيق استبيان علي عينة من طلاب المرحلة الاعدادية بمحافظة أسيوط قدرها (350) طالب لتحديد المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت وتوصلت نتائج الدراسة الي ان هناك العديد من المشكلات الناتجة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت حيث جاءت في المقدمة المشكلات النفسية بمتوسط عام (2.67) يليها المشكلات التعليمية بمتوسط عام (2.50) يليها المشكلات الاجتماعية بمتوسط عام (2.46) يليها المشكلات السلوكية بمتوسط عام (2.27)، وتوصلت الدراسة ايضا الي تصور مقترح للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت من منظور العلاج المعرفي السلوكي.

الكلمات المفتاحية: المشكلات ، اضطراب الألعاب عبر الإنترنت ، المراهقين، العلاج المعرفي السلوكي.

Abstract

Internet gaming disorder is one of the modern disorders that has greatly affected the behavior and lives of adolescents, The social casework has been interested in dealing with adolescents through its various models, techniques, and professional methods derived from models that are appropriate for this category, Among these models is cognitive behavioral therapy Therefore, the study aimed to identify the psychological, social, behavioral, and academic problems resulting from Internet gaming disorder. This study belongs to descriptive analytical studies that aim to describe and analyze reality using a social survey with a deliberate sample, through which a questionnaire was applied to a sample of (350) middle school students in Assiut Governorate to identify the problems resulting from Internet gaming disorder. The results of the study concluded that there are many problems resulting from Internet gaming disorder, with psychological

problems coming in the forefront with an overall average of (2.67), followed by Educational problems with an overall average of (2.50), followed by psychological problems with an overall average of (2.46), followed by behavioral problems with an overall average of (2.27) , The study also proposed a way to alleviate the problems caused by Internet gaming disorder in view a cognitive behavioral therapy perspective.

Keywords: Problems, Internet gaming disorder, adolescents, cognitive behavioral therapy.

أولاً : مشكلة الدراسة :-

لقد استحوذت خدمات الانترنت علي عقول كثير من المراهقين حتي وصل الي ادمان لما يوفره من امكانات هائلة من الالعاب واللقاءات الافتراضية وصور اباحية مما يؤثر علي علاقاتهم الاجتماعية وانقطاعهم عن العالم الخارجي الامر الذي يؤدي إلي مشكلات صحية وعائلية ودراسية ونفسية متعددة. (الانماي، 2003، ص640)

حيث ان وجود وسائل اتصال بالمنزل يساعد علي ادمان الالعاب وهذا يؤثر بالضرورة علي نمط العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة حيث ان تلك الوسائل تؤدي إلي الانفصال المكاني الذي ينشأ نتيجة التباعد المكاني داخل المنزل، كوجود حجرة مستقلة لكل فرد داخل الاسرة مجهزة بجميع وسائل الاتصال المتنوعة وكذلك الانفصال الذهني الذي يظهر بين أفراد الاسرة الواحدة بالرغم من تواجدهم في مكان واحد، فعلي الرغم من التواجد معاً في مكان واحد الا أن كل منهم لا يشعر بوجود الآخرين. (عبد الفتاح، 2009، ص22)

ولذلك أصبحت ممارسة الالعاب عبر الانترنت من المشكلات المتزايدة والمتسارعة في مختلف الشرائح العمرية والجنسية، ويعد الاطفال والمراهقين بشكل خاص من أكثر الفئات العمرية عرضة للمشكلات النفسية المترتبة علي الافراط في الالعاب الرقمية ، نظرا لانهم لم يتم تطويرهم جسدياً أو عقلياً بشكل كامل. (Witt, Massman & Jackson, 2011, p763)

حيث تعد هذه الالعاب مشكلة تعطل الفرد علي الوفاء بالتزاماته ومسؤولياته الاجتماعية والشخصية وهذا ما اشارت اليه دراسة عساف(2005) التي اثبتت وجود علاقة ايجابية ذات داله احصائية بين ممارسة المراهقين لألعاب الانترنت والاعتراب الاجتماعي لديهم ، ووجود مشكلات في العلاقات الاجتماعية (بين الطالب ووالديه ،

وأخواته، أقاربه) ، وايضا ما اكدته دراسة حسين(2021) الي ان سوء استخدام العاب الانترنت يؤدي بمستخدميها إلي ضعف علاقاتهم الاجتماعية بأسرهم، والعزلة الاجتماعية مع المحيطين والاقارب، وضعف الانتماء..

وجدير بالذكر أن مصطلح اضطراب الالعاب عبر الانترنت قد بدأ يبرز بعدما بدا للعلماء الاثار السلبية الخطيرة المتزايدة لهذه الالعاب، فقد أودت لعبة إلكترونية سميت "بالحوت الازرق" من قبل بحياة العشرات من الاطفال والمراهقين حول العالم، وكانت محور حديث العالم منذ وقت قصير قبل أن يتم القبض على مطورها ومنع اللعبة نهائيا بعدها بدأ خبراء النفس وبقية المنظمات العالمية المهمة بتصنيف الاضطرابات النفسية في الأونة الاخيرة بالتركيز على تلك المشكلة والبدا فوراً بدراساتها؛ بل تم تصنيفها بوصفها اضطراباً نفسياً له مسمً علمياً وهو اضطراب ألعاب الانترنت.(عبد المنعم ، عثمان ، 2021، ص 263)

حيث أشارت منظمة الصحة العالمية ان اضطراب الالعاب عبر الانترنت قد دخل في أنظمة التشخيص ، وتم قبوله على أنه اضطراب وقد حدد التصنيف الدولي للأمراض بنسختها الحادية عشر هذا الاضطراب على أنه حاله تتطوي علي ضعف الاداء من خلال فقدان السيطرة علي الألعاب، وإعطاء الأولوية لتلك الألعاب، وخلق الوقت لممارسة الألعاب إلي حد يحول دون القيام بأنشطة الحياه اليومية والاستمرار في اللعب رغم النتائج السلبية. (World Health Organization (WHO), 2018)

وفي عام 2013 قررت الرابطة الامريكية للطب النفسي بإدراج الاضطراب في " الدليل التشخيصي والاحصائي للأمراض النفسية الخامس DSM-5 بوصفه اضطراباً يتم ادراجه لمزيد من الدراسة والفحص المستقبلي؛ وليس بوصفه اضطراباً رسمياً لحين الانتهاء من مراجعة نتائج الدراسات والاستقصاء. (American Psychiatric Association APA, 2013)

وفي منتصف عام 2018 قررت منظمة الصحة العالمية بشكل رسمي بأدراج الاضطراب في تصنيفها العالمي الحادي عشر وقد عللت هذا القرار بتوافر قرار واجماع من الخبراء من مختلف التخصصات والمناطق الجغرافية بوجود مشكلة حقيقة ومخاطر لهذا الاضطراب ومن ثم اتخاذ تدابير وقائية وعلاجية ملائمة.

(World Health Organization WHO, 2018)

وفي الثامن والعشرين من شهر فبراير عام 2022 أشارت المراجعة النصية للنسخة الخامسة من الدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية والنفسية 5-TR DSM- الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي بعض التحديثات الجديدة علي اضطراب الالعب عبر الانترنت كأحد الاضطرابات العقلية التي تصيب الاطفال وبالغين علي حد سواء.(American Psychiatric Association, 2022)

ووفقا للدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات النفسية يتم تشخيص اضطراب الالعب عبر الانترنت للأشخاص الذين يسرفون في اللعب بشكل قهري ، ويهملون الاحتياجات والاهتمامات الأخرى بما في ذلك الحاجة الي الطعام والماء ويخاطر الأشخاص المصابون بهذه الحالة بوظائفهم وأدائهم المدرسي وصحتهم وعلاقاتهم الاجتماعية. (عبد الفتاح ،2024، ص200)

فقد صار استخدام المراهقين للإنترنت أمر في غاية السهولة خصوصا مع توافر الهواتف الذكية لديهم وهذا ما هدفت اليه دراسة (Alenezi, etal (2023 حيث هدفت إلى دراسة مدى انتشار اضطراب الألعاب عبر الانترنت والعوامل المرتبطة به عند الذكور والاناث في المملكة العربية السعودية، أفادت نتائج العينة المفحوصة والبالغة (419) فردًا أن (17.41%) من الذكور و(16,92%) من الاناث مصابون باضطراب الألعاب.

كما سعت دراسة (Alfaifi, etal (2022 إلى تقييم مدى انتشار اضطراب العاب عبر الإنترنت بين عينة من المراهقين في فيفاء جنوب المملكة العربية السعودية شارك (450) طالبًا في الدراسة، وأظهرت النتائج أن(29.3%) من أفراد العينة مصابون بـ(اضطراب العاب الإنترنت).

حيث سعت دراسة عبد المنعم ، عثمان (2021) قياس معدل انتشار الالعب عبر الإنترنت في ضوء المتغيرات الديموغرافية وكشفت نتائج الدراسة عن معدل انتشار مرتفع لاضطراب العاب عبر الإنترنت لأفراد العينة وقدره 7%.

واشارت دراسة (Rajab, etal (2020 معرفة مستوى انتشار إدمان الالعب ومدى ارتباطه بالتوتر النفسي بين المراهقين من طلاب المدارس في منطقة القصيم، شارك (2675) طالبا في الدراسة، بيّنت نتائج الدراسة أن(5%) من مدمنين الالعب غالبيتهم من الذكور.

حيث ان اضطراب الالعب عبر الانترنت وألعاب الفيديو تسبب العديد من الاضرار الجسدية والنفسية، وانخفاض الاداء الاكاديمي والرفاهية الاجتماعية والصحة النفسية والعقلية لدي المراهقين.

وهذا ما اشار اليه كلا من دنيل وبول (2019) إلي ان هناك العديد من المشكلات المترتبة علي اضطراب الالعب عبر الانترنت ومنها تغيرات في المزاج، بما في ذلك التهيج والغضب والملل، اضطراب دورة النوم، الاستيقاظ وسوء نوعية النوم، الاكتئاب، القلق ، وخطر الاقدام علي الانتحار، عدم الراحة الجسدية والشعور بالألم، وضعف الصحة العامة، وسوء التغذية، والاستهلاك المفرط للكافيين، وفقدان الصداقات في العالم الحقيقي، والعزلة الاجتماعية، والصراع مع افراد الاسرة، والتفريق والطلاق، واضطراب كبير في العمل والانتاجية ، والتغيب عن المدرسة والتسرب وانعدام الامن المالي.

حيث يقضي اللاعبون ساعات طويلة في الألعاب عبر الانترنت قد يصبحون معزولين عن التواصل الاجتماعي الحقيقي ،مما يؤدي الي تدهور العلاقات الشخصية وقد يشعر اللاعبون بالتوتر والقلق في حالة عدم قدرتهم علي اللعب، وقد يؤدي ذلك إلى قلق دائم بشأن المنافسة أو تحسين مهاراتهم في اللعبة.(ماهر ، 2024 ، ص49)

وهذا ما توصلت اليه دراسة (Turabi (2025 حيث توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين اضطراب الالعب عبر الانترنت وممارسة الألعاب لفترات طويلة، وبداية اللعب في سن مبكرة، وارتباط الالعب بالأسرة النووية واوصت الدراسة إلى ضرورة وجود حملات توعية مدرسية تُشجع على ممارسة العاب صحية، وتدعو إلى تشريعات حكومية لمراقبة استخدام الألعاب حسب العمر المناسب للعبة .

وأشارت نتائج دراسة (Yuan, Elhai & Hall (2021 إلى أن شدة الاكتئاب كانت مرتبطة بشكل كبير بزيادة أعراض استخدام الهاتف الذكي ، واضطراب الألعاب عبر الإنترنت.

والخدمة الاجتماعية مهنة تتعامل مع الانسان في مختلف صور حياة التي يوجد عليها بهدف مساعدته علي مواجهة مشكلاته التي تتعرض أدائه لأدواره الاجتماعية والوصول به إلي التوظيف الكامل لكل قدراته وإمكانياته ومهارته من أجل أفضل أداء اجتماعي ممكن لأدواره الاجتماعية .(حبيب واخرون، 2014، ص247)

وتعد طريقة خدمة الفرد احدي طرق الخدمة الاجتماعية التي تستهدف مساعدة الافراد علي حل مشكلاتهم وتحسين ادائهم الاجتماعي من خلال تعديل معارفهم وأدوارهم وذلك لمساعدتهم علي تحقيق أفضل توافق بين الفرد والمحيطين به من خلال مداخلها العلاجية المتعددة والتي يتناسب استخدامها وفقا لنوعية العملاء وطبيعة مشكلاته.(عثمان، 2016، ص245)

ويعد العلاج المعرفي السلوكي أحد التيارات العلاجية الحديثة، والتي تهتم بصفة أساسية بالمدخل المعرفي للاضطرابات النفسية، ويهدف هذا السلوك من العلاج إلي إقناع المسترشد بأن معتقداته غير المنطقية وتوقعاته وأفكاره السلبية وعباراته الذاتية هي التي تحدث ردود الأفعال الدالة علي سوء التكيف، ويهدف بذلك إلي تعديل إدراكات العميل المشوهة ويعمل علي أن يحل محلها طرقاً أكثر ملائمة.

حيث يمثل العلاج المعرفي السلوكي نوعاً من التكامل بين العلاج المعرفي السلوكي و المعرفي لذلك سمي بهذا الاسم ويمكن استخدامه منفرداً او ممزوجاً مع علاجات أخرى ويمكن أيضاً أجرأؤه فردياً أو جماعياً ولقد أثبتت الدراسات فاعليته في علاج عديد من الاضطرابات منها القلق والاكتئاب.(مدحت، 2002، ص240)

وترجع أصول الاتجاه المعرفي السلوكي إلى أبحاث (ميتشينيوم) فقد نجح في تعديل سلوكيات الأطفال والمراهقين الذين يعانون من اضطرابات سلوكية مثل الاندفاعية والنشاط الزائد والعوانية عن طريق استخدام أسلوب التدريب على التعليمات الذاتية وقد أدى استخدام هذا الأسلوب مع طرق الاشتراط الإجرائي إلى إعطاء نتائج أفضل، وقد خلاص إلى أن التدريب على التعليمات الذاتية يمكن أن يكون فعالاً في تغيير الأنماط المعرفية والأنماط السلوكية.(السيد ، 2005 ، ص45)

ويسعى المعالج في العلاج المعرفي السلوكي للعمل مع العميل لتحديد المشاعر والمعارف والسلوكيات وغيرها من العوامل التي تساهم في حدوث مشكلات العميل ، ومناقشة العميل في النتائج الفعلية لأفعاله واختبار صحة أفكار ومعتقدات العميل ، ويعمل المعالج والعميل معا علي أحداث التغييرات اللازمة في كل من المعارف والسلوك.(Freeman etal, 2004, P16) حيث تم استخدام العلاج مع العديد من الاضطرابات منها الاكتئاب النفسي، الوسواس القهري ،اضطرابات توهم المرض واضطرابات ما بعد الصدمة ،والصراع الزوجي ،والاختلال الجنسي، اضطرابات الشخصية البيئية ،

اضطرابات الشخصية النرجسية، والاضطرابات العقلية كالفصام، الاعاقة الجسدية، واضطراب القلق، والمخاوف المرضية، وعدم التكيف الاجتماعي. (محمد، 2000، ص9) وهذا وقد أشارت العديد من الدراسات إلى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في التخفيف من حدة العديد من المشكلات ومن هذه الدراسات دراسة يحيى (1997) حيث توصلت إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين استخدام العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد وتنمية النسق القيمي في تنمية الإنجاز وقيمة التعاون والمسؤولية لدى الطالبات. وما هدفت إليه دراسة إدريس (2002) اختبار فاعلية ممارسة أساليب العلاج المعرفي السلوكي في التخفيف من حدة المشكلات التي تواجه الطلاب وكان من أهم الأساليب، التدريب والمساعدة في إعادة البناء المعرفي.

وما توصلت إليه دراسة عبد العال (2015) عن فاعلية ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد في التخفيف من حدة الاكتئاب التفاعلي للمراهقين، وأخيراً تبين أن البحث قد حقق أهدافه في الكشف عن دلالة العلاقة بين ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد وتخفيف حدة الاكتئاب التفاعلي للمراهقين وأوصى البحث بضرورة تقديم إطاراً نظرياً وتطبيقياً يمكن الاستعانة به في العمل مع المراهقين المكتئبين.

ودراسة Hawang et al, (2020) ان العلاج المعرفي السلوكي علاجاً فعالاً لاضطراب الألعاب الإنترنت حيث انخفض مستوى ادمان الإنترنت والاكتئاب والقلق والاندفاع والتجنب الاجتماعي وحدث تحسن في مستويات الانتباه والتماسك الاسري. وهدفت دراسة علي(2021) إلى التحقق من فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض حدة الاستخدام المفرط للإنترنت لدى اطفال الروضة وتوصلت نتائجها إلى وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي لتطبيق برنامج قائم علي الارشاد المعرفي السلوكي علي مقياس الاستخدام المفرط للإنترنت.

وتوصلت دراسة شلبي (2024) إلى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تعديل السلوك لدى العملاء من منظور خدمة الفرد فيما يتعلق بمهارة التعرف على المشكلة وإقامة علاقة تكافيه مع العميل، ومهارة زيادة وعي العميل بمشاعره وأفكاره، ومهارة صياغة الحالة معرفية ومهارة استخدام وقت الجلسة استخداماً فعالاً وملائماً، ومهارة وضع وتبني استراتيجية للتغيير.

ومن خلال ما سبق يمكن تحديد مشكله الدراسة في التساؤل التالي "ما المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين في ضوء العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد.

ثانيا :أهمية الدراسة

- 1- تمكن أهمية الدراسة بأهمية مرحلة المراقبة حيث يمثل المراهقون فئة كبيرة من المجتمع والاهتمام بها يساهم في تحقيق العديد من الفوائد للمجتمع.
- 2- ارتباط الدراسة بوسيلة من أهم وسائل الاتصال الحديثة الا وهي الانترنت كظاهرة منتشرة بين المراهقين.
- 3- أن إيمان المراهقين لممارسة الالعب عبر الانترنت يعد من المشكلات التي تستوجب التصدي لها.
- 4- يعد العلاج المعرفي السلوكي أحد المداخل العلاجية في خدمة الفرد الذي يستهدف تعديل الأفكار والمعتقدات الخاطئة التي قد تفرز اتجاهات سلبية لدى المراهق ينتج التوجه السلبي نحو الحياة.
- 5- قد تسهم الدراسة في إثراء المعرفة في الخدمة الاجتماعية بصفة عامة وخدمة الفرد بصفة خاصة عن المشكلات الناجمة عن الافراط في ممارسة الالعب عبر الانترنت.

ثالثا: أهداف الدراسة :

الهدف الرئيسي الاول :

"تحديد المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين في ضوء العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد "وينبثق من هذا الهدف مجموعة من الاهداف الفرعية التالية :-

- 1- تحديد المشكلات النفسية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين.
- 2- تحديد المشكلات الاجتماعية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين .
- 3- تحديد المشكلات السلوكية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين .
- 4- تحديد المشكلات التعليمية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين.

5- الهدف الرئيسي الثاني:

وضع تصور مقترح للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت من منظور العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد.

رابعاً: تساؤلات الدراسة :

التساؤل الرئيسي الاول :

"ما المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين في ضوء العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد "وينبثق من هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية :-

1- ما المشكلات النفسية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين؟

2- ما المشكلات الاجتماعية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين؟

3- ما المشكلات السلوكية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين؟

4- ما المشكلات التعليمية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين؟

التساؤل الرئيسي الثاني:

ما التصور المقترح للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت من منظور العلاج المعرفي السلوكي؟

خامساً : مفاهيم الدراسة

1- مفهوم المشكلات :-

تعرف المشكلة اصطلاحاً بأنها معوق أو شيء ضار وظيفياً وبنائياً يقف حائلاً أمام اشباع الاحتياجات الإنسانية أو أنها ظرف يعتقد أنه مهدد لقيمة الاجتماعية البناء. (علي، 2015، ص76)

وتعرف المشكلة لغوياً على أنها التباس الأمر لأن معنى التباس الأمر شكل الأمر. (الرازي، 1995، ص725)

وبشير مفهوم المشكلة ايضا إلى مسألة أو معضلة ويعني به مشكلة في السلوك البشري أو العلاقات الاجتماعية. (البلبكي، 1988، ص 725)
وتعرف المشكلة على إنها موقف يواجه الفرد تعجز فيه قدراته عن مواجهته بفاعلية مناسبة أو أن تصاب قدراته فجأة بعجز في إمكاناتها بحيث تعجز عن تناول مشكلات حياته. (السكري، 2000، ص 402)

وتعرف المشكلة بأنها الصعوبات التي تحول دون تحقيق الإنسان لأهدافه وتعجز إمكانياته عن مواجهتها. (Robert, 1999, p4)
كما تعرف أيضا بأنها: سلوك أو ظروف تسببها عوامل خارجية على الأفراد أو الجماعات والمجتمع تعمل على تدني قيمة الحياة وأسلوب المعيشة. (علي، 2003، ص 190)

وهي ايضا حالة من عدم التوازن أو الصعوبات التي يواجهها الفرد أو الجماعة أو المجتمع وتعيق قدرتهم علي تحقيق احتياجاتهم الاساسية وأداء أدوارهم الاجتماعية بشكل فعال، وتستدعي تدخلا مهنيا من الاختصاصي الاجتماعي بهدف احداث تغيير ايجابي. (عمار، 2025، ص 111)

وتعرف المشكلة بأنها إعاقة أو مسألة ممكن أن تسبب للفرد القلق وفقدان الثقة بالنفس واحداث ضغوط في حياته يعجز بمقتضاها عن التكيف مع المتغيرات التي تواجهه. (الطايفي، 2004، ص 61)

وتقصد الباحثة بمفهوم المشكلات إجرائياً في إطار دراستها ما يلي: المشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية والتعليمية التي يعاني منها المراهقين الناتجة عن الاستخدام المفرط للألعاب المتصلة بالإنترنت حيث تقلل قدراتهم علي التكيف في المجتمع الذي يعيشون فيه.

2- مفهوم اضطراب الألعاب عبر الإنترنت:-

يُعرّف اضطراب ألعاب الإنترنت بأنه "نمط من الإفراط في لعب ألعاب الإنترنت لفترات طويلة، يؤدي إلى مجموعة من الأعراض المعرفية والسلوكية، بما في ذلك فقدان تدريجي للسيطرة على اللعب، والتسامح، وأعراض الانسحاب، وهي أعراض مماثلة لأعراض اضطرابات تعاطي المواد. (Peter K. H. Chew et al, 2025)

ويُعرّف اضطراب الألعاب عبر الإنترنت أيضا بأنه سلوك ألعاب إشكالي يُضعف صحة اللاعبين، ويتسم بالانشغال، والانسحاب، والتسامح، وعدم القدرة على الإقلاع،

وعدم الاهتمام بالهوايات الأخرى، والمثابرة في اللعب رغم الآثار السلبية، وخداع الآخرين بشأن مدة اللعب، واستخدام الألعاب كمتنفس عاطفي مع أو بدون زيادة في سلوك المخاطرة. (Turabi etal, 2025, p2)

وعرف اضطراب الألعاب عبر الإنترنت على أنه المشاركة المفرطة في ألعاب الإنترنت والتي تؤدي إلى اختلال سلوكي وعقلي وذهني كبير، ويسمى أيضا إدمان ألعاب الإنترنت ، ألعاب الإنترنت القسري، إدمان الألعاب على الهواء. (Aiken, 2016,p355) وعرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي اضطراب الألعاب عبر الإنترنت بكونه استخداما مستمرا ومتكررا للإنترنت بهدف الانخراط في ممارسة الألعاب ، والتي تتم غالبا مع لاعبين آخرين سواء باستخدام الهواتف الذكية أو من خلال الحواسيب المكتبية، مما يؤدي الي حدوث عدة اعراض اكلينيكية للشخص الذي يمارس تلك الألعاب في خمسة (أو أكثر) من اجمالي تلك تسعة معايير تشخيصية لهذا الاضطراب في غضون 12 شهرا. (American Psychiatric Association ,2013,p 795)

ويحدد المفهوم الاجرائي لاضطراب الألعاب عبر الإنترنت للدراسة الحالية فيما يلي: مجموعة من الألعاب المتصلة بالإنترنت التي يمارسها المراهقين تلعب بشكل فردي أو جماعي عن طريق الهاتف المحمول أو الكمبيوتر أو اللاب توب أو البلاي ستيشن يتم ممارستها لساعات طويلة خلال اليوم وفترات زمنية طويلة مما تؤدي الي مشكلات نفسية واجتماعية وسلوكية وتعليمية تؤثر عليهم، ويقاس ذلك بأن يسجل الطالب درجات عالية علي مقياس الدراسة.

3- مفهوم المراهقين :-

هي تلك الفترة التي تتميز بالبلوغ وتتميز بنوع من النمو المتصارع في نواحي الحياة العضوية والنفسية والاجتماعية والعقلية بحيث تسمح للفرد من زيادة الاعتماد علي نفسه وتطوير مهاراته الاجتماعية والدراسية. (كوثر، 2018، ص19) وهي أيضا مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد، وهي غير محددة تماماً، ويمكن أن تعتبرها العقد الثاني من العمر حيث أنها بين الثانية عشر والحادية والعشرين من العمر. (حمودة، 1991، ص37) كما تعني المراهقة أيضا المرحلة العمرية التي يشعر خلالها الفرد بمشاعر وأحاسيس، ويعايش مشكلات وظروف تحيطه قد تختلف عن المرحلة السابقة، ويحتاج المراهق في هذه المرحلة من يقدم له المساعدة والعون ليعيش ويندمج مع الآخرين ويمكن

من مواجهة مشكلاته بنجاح من خلال استثمار قدراته وتدعيم الآخرين.(محرم، 2005، ص454)

ويبرز في مرحلة المراهقة نمط جديد للذات ومظاهر سلوكية غير سوية قد تشيع بين المراهقين مثل السلوكيات والأخلاقية، الاكتئاب، العزلة الاجتماعية. (حسن، سند، 2000، ص108)

وتعرف المراهقة أيضا بأنها عبارة عن الفترة الزمنية من حياة الإنسان التي تمتد ما بين نهاية الطفولة المتأخرة وبداية سن الرشد، تتميز بوجود مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية.(الزغبى، 2010، ص19)

خصائص مرحلة المراهقة:

- تعتبر مرحلة المراهقة ثاني مراحل النمو الجسدي السريع بعد مرحلة الشهور التسعة الأولى، وهذا النمو الجسدي السريع يتمثل في ظهور تغيرات على مستوى جميع أعضاء الجسم بصورة مفاجئة، مما يسبب للمراهق الانزعاج.
- يشعر المراهق بأنه دخل عالما جديدا يجهل حدوده ، وبضطره إلى أن يتخلى عما يعرف، والانتقال إلى ما يعرف، مما يؤدي إلى الخوف والقلق والصراع النفسي.(جلال، 1985، ص25)
- من بعض مظاهر النمو عند المراهق النمو السريع في الطول والهيكل العظمي واتساع الكتف والصدر، كما تنشط الغدد التناسلية ، وإحداث تغيرات في الحجرة والحبال الصوتية، وحدثت تغيرات بالجهاز العصبي والمخ وظهور القدرات الخاصة.
- أما بالنسبة للمراهقة يحدث نمو سريع ومفاجئ في الطول والوزن مع اتساع الحوض، كما تنشط الغدد التناسلية وتبدأ فترات الحيض الشهرية، وتغير في بعض أعضاء الجسم الانثوية.(حمودة، 1991، ص- ص 37 -38)

ويمكن تحديد أهم سمات مرحلة المراهقة :

- من الناحية الجسمية: تتميز هذه المرحلة ببداية مرحلة البلوغ الذي يصاحبه نمو سريع ومفاجئ ولكن النمو تكون غير منتظمة، فبعض أعضاء الجسم ينمو بنسبة أكبر من أعضاء أخرى، ولذلك فإن التوافق العضلي العصبي يكون مضطرباً وغير موثوق فيه مما يؤدي في بعض الأحيان إلى نتائج يصعب على الطالب تحملها أو مواجهتها فقد

يصيب الفرد زميلًا له إصابة بالغة رغم أنه لم يقصد سوى مداعبته، كما يزداد التعرض للإصابات والحوادث أثناء الحركة واللعب والنشاط وقد ينتج عن هذا النمو البدني السريع الشامل الضعف بدلًا من القوة، حيث أن كل هذه التغيرات تلقى عبئًا ثقيلًا على أجهزة الجسم الحيوية، واضطرابًا في الغدد".

- من الناحية العقلية: تتميز هذه المرحلة ببقطة عقلية كبيرة فالمراهق يحتاج إلى حرية عقلية وهو يميل إلى التعرف على المعلومات الدقيقة التي يحاول الحصول عليها من المصادر التي يثق فيها ويختارها بنفسه وهو يبدأ في التساؤل والتشكك حتي الوصول الي الاجابات التي تقتعه.
- من الناحية النفسية: تكون فيها المشاعر قوية جدا وجياشة ومتقلبة وحادة وقد يحدث اضطراب في العواطف ويصبح المراهق اكثر حساسية وقد يغلب عليه الخجل والشعور بالغضب أو التحدي ويتصف بحدة العواطف والحماس في هذه المرحلة العمرية المتقلبة. (رفاعي، 2014، ص12:13)
- من الناحية الاجتماعية: حيث الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية والطالب يعيش فعليًا في المرحلتين في وقت واحد الطفولة وبداية المراهقة مما يجعله غير مستقر فلا هو متمتع بالأمان والطمأنينة كما كان في فترة الطفولة ولا هو قادر على تحمل مسؤوليات مرحلة البلوغ، أي أنه يعيش في فترة غموض غير محددة المعالم ويكون معرضًا لكثير من المتناقضات بالنسبة لوضعه في المجتمع. (رفاعي، 2013 ، ص57)

ويقصد بالمراهقين أجرائيا في اطار الدراسة الحالية : هم مجموعة من الطلاب تتراوح اعمارهم ما بين 11سنة الي 15 سنة، مقيدين بالصفوف الدراسية الثلاثة بالمدارس الاعدادية من الذكور أو الاناث، يمارسون الالعب المتصلة بالإنترنت بصورة مستمرة ويعانون من مشكلات نفسية واجتماعية وسلوكية مما يؤثر علي تحصيلهم الدراسي.

4- مفهوم العلاج المعرفي السلوكي :-

هو منهج علاجي يحاول تعديل السلوك الظاهر من خلال التأثير في عملية التفكير لدي العميل.(مليكه،1990، ص74)

هو أيضا علاج يعتمد علي الدمج بين العلاج المعرفي والعلاج السلوكي في التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي إذا يتعامل معها معرفيا وانفعاليا وسلوكيا

ويعتمد هذا النوع من العلاج علي اقامه علاقه تعاونية بين المعالج والعميل لأحداث العقد العلاجي من خلال تحقيق الافكار العقلانية الانفعالية الايجابية والسلوكيات المرغوبة.(الدسوقي، 2020، ص13) ، ويعرف العلاج المعرفي السلوكي أيضا بأنه مدخل يهتم بمساعدة العميل على إيجاد تفسير لمشكلته بأسلوب مختلف من خلال التغيير في العمليات المعرفية ومن ثم يتم التغيير في السلوك الفعلي. (Parher, 1995, P 64)

ويعرف ايضا بانه أحد التدخلات العلاجية الحديثة التي تهدف إلي علاج الكثير من الاضطرابات والمشكلات النفسية التي تواجه الفرد من خلال تعديل البناء المعرفي للفرد، وذلك من خلال مزج بعض الفنيات المعرفية ببعض الفنيات السلوكية.(موسي ، 2013،ص360)

ويعرف العلاج المعرفي السلوكي ايضا على أنه شكل قصير الأجل للعلاج القائم على النظرية والطريقة التي نعتقد أنها تؤثر على كيفية شعورنا بشكل انفعالي، ويهتم بالتفكير الحالي والجوانب السلوكية والتواصل وليس الخبرات السابقة ويتوجه نحو حل المشكلات. (Powers, 2012, p12)

ويمكن تحديد مفهوم العلاج المعرفي السلوكي اجرائيا :

- نوع من أنواع العلاج قصير المدي.
- يعالج المعارف والسلوكيات والأفكار الخاطئة لدي الطلاب.
- يتم من خلال استخدام تكنيكات العلاج المعرفي السلوكي (المعرفية ، السلوكية، الانفعالية)
- يهدف إلي استبدال الافكار والسلوكيات الخاطئة بأفكار وسلوكيات أخرى صحيحة من خلال خطوات العلاج المعرفي السلوكي.

سادسا: الاطار النظري للدراسة :

1- المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الانترنت :-

المعايير التسعة الدالة علي حدوث اضطراب الألعاب عبر الانترنت لدي المراهقين التي تم الاشارة اليها في الدليل التشخيصي والاحصائي الخامس للاضطرابات النفسية والعقلية -DSM كتشخيص لاضطراب الألعاب عبر الانترنت وهي: (El Sherbini & Abd El Hakim 2020, p-p 22-38)

1. الانشغال بألعاب الانترنت (يفكر الفرد في الالعاب السابقة أو يتوقع اللعب في المباراة القادمة، يصبح اللعب علي الانترنت المهيمن علي الحياة اليومية
 2. أعراض الانسحاب عندما يأخذ اللعب علي الانترنت الفرد بعيدا عن مهامه الحياتية الأخرى (وعادة ما تكون هذه الاعراض ما توصف بالمنهج والقلق أو الحزن ولكن لا توجد علامات جسدية مثل الانسحاب الدوائي)
 3. التسامح مع الحاجة الى اتفاق كميات متزايدة من الوقت للمشاركة في ألعاب الانترنت.
 4. محاولات فاشلة للسيطرة على المشاركة في العاب الانترنت.
 5. فقدان الاهتمام بالهوايات الترفيه السابق باستثناء ألعاب الانترنت .
 6. مواصلة الاستخدام المفرط لألعاب الانترنت علي الرغم من معرفة المشاكل النفسية والاجتماعية.
 7. قد يتم خداع أفراد الأسرة والمعالجين أو غيرهم فيما يتعلق بكم ممارسته لألعاب الانترنت
 8. استخدام العاب الانترنت للهروب أو تخفيف المزاج السلبي (علي سبيل المثال مشاعر العجز، الشعور بالذنب والقلق).
 9. قد يتعرض للخطر أو فقد فرصة العلاقة الاسرية ، العمل ، المهام التعليمية ، او المهنية الهامة بسبب المشاركة في العاب الانترنت .
- أنواع الالعاب :-**

- 1- العاب الالغاز Puzzles Games: هذه الالعاب تعتبر اختبار وتحدي لمهارات التفكير المنطقي لدى اللاعب، وهي تشمل على مجموعة من الالغاز وغالبًا ما تتدرج من السهولة للصعوبة، وعادة ما تكون هذه الالعاب محددة بوقت والذي يشكل تحديا للاعبين.
- 2- الالعاب القتالية: Fighting Games: تتطلب ردود افعال سريعة والقدرة علي كيفية السيطرة لاستكمال مجموعة من الحركات القتالية، وهي تعتمد على مواجهات قتالية وذلك اعتمادًا على فنون القتال اليدوية مثال ذلك ألعاب الكاراتيه ، ألعاب الملاكمة.
- 3- الألعاب الرياضية Sports Games: هي الألعاب التي تعتمد على محاكاة واقعية لممارسة الألعاب الرياضية، وغالبًا ما تنطوي على محاكاة الأفعال الحقيقية لجميع عناصر اللعبة ،مثال ذلك: لعبة كرة القدم ، لعبة كرة السلة.(ابراهيم ، 2021 ، ص- ص 30- 36)

4- الألعاب الاستراتيجية Strategy Games، تعتمد علي التفكير وحل اللغز والتخطيط واستثمار الامكانيات التي تكون متاحة لعب مثل هذه الالعاب التي تعتمد علي تكوين المدن والجيوش لغزو مدينة أخرى.

5- ألعاب الحركة: تركز هذه الالعاب علي التحكم في الحركة وتتميز بتزايد السرعة والمهارة، وتتوالي المستويات لتصبح أكثر صعوبة، مما تتطلب انتباها وردة فعل سريعة ، كما تقتضي سرعة في التجاوب أمام الصعوبات.

6- ألعاب العسكرية: يقوم اللاعب ببناء مباني عسكرية وتشكيل فرق لغزو أراضي المنافسة.

7- العاب المغامرة والتفكير: تعتمد علي حل الغموض المحيط باللغز الرئيسي ويعد الاستنتاج والملاحظة شرطان اساسيان لنجاح اللاعب.(صوالحة ، 2014، ص23)
وتصنيف المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعاب عبر الانترنت لدي المراهقين في إطار الدراسة الحالية إلي:

أ- المشكلات النفسية:- هي المشكلات المرتبطة بمشاعر الخوف والخل والارتباك التي يعاني منها الشباب عند مواجهة المواقف المختلفة أو عند التحدث مع الآخرين. كما قد يعاني البعض من مشاعر العجز والدونية نتيجة انخفاض المستوى الاقتصادي والاجتماعي أو لبعض القصور الجسمي، ويشعر بالضيق والتبرم من الحياة وفقدان الثقة بالنفس، كما قد يشعر بالاضطهاد والنزب وعدم الأمان، نتيجة التعسف في استخدام السلطة الضابطة وكذلك الشعور بالاكنتاب والاشمئزاز، والتشاؤم والشعور بالوحدة والاعترا ب والشرو د الذهني.

(Thomlson, 1986,p 139-140) ، وتعرف ايضا بأنها حالة من الإحباط الشديد الناجمة عن إعاقة دوافع ملحة قوية ذات أهداف قيمة لدى الفرد وعجز الفرد عن التغلب على تلك العقبات وهي حالة تتميز بمشاعر كثيرة من النقص والعجز والحزن والقلق والخل وعدم تقدير للذات. (مخلوف ، 1998، ص31)

ب- المشكلات الاجتماعية:- وهي المشكلات التي تحد من قدرة الفرد على بناء علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين وعلى تحقيق القبول الاجتماعي المرغوب، وهي تشير إلى مظاهر سوء التكيف الاجتماعي السليم، وقد ينجم عن ذلك انحرافات سلوكية تظهر في الخروج عن قواعد المجتمع وقيمه وتقاليده وتوقعاته.(رشوان، 2006، ص160)

ج- المشكلات السلوكية :- هي الانماط السلوكية الغير مرغوب فيها والتي تظهر لدى الطلاب ، وتمثل بوضوح سلوكا لا توافقيا من قبلهم ويخل بنظام الصف الدراسي أو المدرسة أو يسئ لهؤلاء الطلاب دينيا وخلقيا واجتماعيا. (الخياط وآخرون ،2013، ص100) وتعرف ايضا بانها اشكال واستجابات تصدر من الطفل بشكل متكرر وهي لا تتوافق مع اسرته وبيئته ومجتمعة. (معمره، 2009، ص124)

د- المشكلات التعليمية:- هي المشكلات التي تعوق الاستفادة من الفرص التعليمية التي تقدمها المدرسة ومن أمثلتها، الشرود، وضعف الذاكرة، جمود المواد الدراسية، والغياب بدون عذر، والتأخر عن المدرسة وضعف التحصيل الدراسي.(غياري ،1983، ص101) وقد تشمل المشكلات المرتبطة في الافراط في استخدام الالعاب علي فقدان التحصيل الدراسي ،اهمال الواجبات، انخفاض كبير في الدرجات، والرسوب، وزيادة الخطر علي الوضع الاكاديمي ولا يقتصر الامر بل يمتد الي خارج الصف الدراسي من خلال ضعف المشاركة في الانشطة المدرسية. (Akhter,2013,p129)

2- العلاج المعرفي السلوكي:-

العلاج المعرفي السلوكي هو شكل قصير المدي من أشكال العلاج النفسي يعتمد علي ان الطريقة التي يفكر بها الشخص ويشعر بها تؤثر علي الطريقة التي يتصرف بها ويهدف العلاج المعرفي السلوكي إلي مساعدة العملاء علي حل التحديات الحالية مثل الاكتئاب أو القلق أو مشاكل العلاقات أو مشاكل الغضب أو التوتر أو غيرها من المخاوف الشائعة التي تؤثر سلبا علي الصحة النفسية ونوعية الحياة والهدف من العلاج هو مساعدة العملاء علي تحديد انماط التفكير غير التوافقية وتغييرها من أجل تغيير استجاباتهم للمواقف الصعبة.(اسماعيل ، بشري ، 2025، ص136)

ابعاد العلاج المعرفي السلوكي:-

1- البعد المعرفي : ويتمثل في مراقبة الافكار للتعرف علي الافكار اللاعقلانية وتعديل حديث الذات السلبي.

2- البعد الوجداني والانفعالي : ويتضمن التعرف علي المشاعر والانفعالات السلبية والتعرف علي أهم الأفكار الخاطئة ثم استبدالها بأفكار ايجابية وذلك بغرض تهدئة وضبط تلك المشاعر .

3- البعد السلوكي وتتمثل في القدرة علي تعديل السلوكيات السلبية إلى سلوكيات ايجابية

ولا بد من تعديل حديث الذات السلبي الذي يترتب عليه افكار سلبية ثم سلوكيات

سلبية. (فخري ، 2017، ص 78)

أهداف العلاج المعرفي السلوكي:-

يهدف العلاج المعرفي السلوكي إلى تحقيق ما يلي :-

- 1- تسهيل فهم الارتباط بين المشكلة التي يعانيها العميل وضرورة العلاج.
- 2- القيام بتعليم العملاء مهارات خاصة بكيفية التحكم وإدارة جيدة لذاتهم وتنمية المشاركة الاجتماعية.
- 3- أن يصبح العملاء لديهم الإدراك للرباط بين تفكيرهم وسلوكهم مما يدفعهم إلى التفكير السليم والتخلي عن الأفكار غير سليمة والتراجع عن السلوكيات السلبية .
(السيد ،2011، ص126)
- 4- تحديد الأفكار غير المنطقية والاتجاهات المختلة وظيفيا والقيام بمساعدة الافراد علي تصحيح تصوراتهم وإدراكاتهم الخاطئة وتدعيم التفكير الواقعي.
- 5- ان يكون الفرد واعيا لما يفكر فيه وان يقوم بالتمييز بين الافكار المشوهة والافكار المنطقية واستبدال الاحكام المختلة بالأحكام الصحيحة.(عبد العزيز، 2013، ص326)

أساليب العلاج المعرفي السلوكي:

تتعدد أساليب العلاج المعرفي السلوكي وسيتم توضيح ما يتناسب مع هذه الدراسة في التصور المقترح:-

- 1- إعادة البناء المعرفي :الهدف منه زيادة قدرة العملاء نحو تغيير التفكير الخاطئ الذي ارتبط بأذهانهم من تجارب سابقة ويعطي هذا الاسلوب للعميل الفرصة في ادراك الخطر الذي سيلحق به في المواقف الاجتماعية ويجعله أكثر واقعية واتزاناً ويشعره بالراحة وأنه في أحسن حال. (الفقي ، 1990، ص120)
- 2- النمذجة :هي أسلوب الهدف منه تغيير سلوك الفرد نتيجة ملاحظته لسلوك الآخرين و من خلال تعليمه العديد من الأنماط السلوكية عن طريق مجموعة من النماذج سواء الحية أو المصورة من خلال مشاركته بملاحظة النموذج المستهدف.(زهران، 2004، ص85)
- 3- الواجبات المنزلية :هي مجموعة من المهام التي يؤديها العميل في المنزل من أجل استمرار العملية الارشادية ، ثم مناقشة الاخصائي للعميل في هذا الواجب في الجلسة التالية وتقييمه وتأخذ هذه المهام اشكالا متعددة مثل القراءة ، التفكير، الكتابة، التخيل المعرفي .

4- **التدريب على الاسترخاء :** يعد الاسترخاء من الأساليب الهامة التي يجب أن تشملها أي خطة علاجية وفقا للمنهج السلوكي ،حيث يتم تدريب العميل على الاسترخاء لتهدئة المشاعر المضطربة والتغلب على المخاوف والقلق لدى العميل ويلاحظ مع التكرار والتعود علي ممارسه مجموعة من التمارين يخففي التوتر. (زهران،2002، ص402)

5- **التدريب على حل المشكلة:** يعد هذا الأسلوب بمثابة عملية معرفية انفعالية سلوكية يتمكن الافراد بمقتضاها من تحديد واكتشاف أو ابتكار أساليب للتعامل مع المشكلات التي تواجههم ،وتعتبر في الوقت ذاته عملية تعلم اجتماعي أو اسلوب للتنظيم الذاتي ، او استراتيجية عامة للمواجهة يمكن تطبيقها على عدد كبير من المشكلات.

6- **التدريب التحصيلي ضد الضغوط :** يستهدف هذا الأسلوب اكساب العميل القدرة التعامل مع الضغوط التي تواجهه وبالتالي تزداد مقاومته لها، وتتم هذه العملية بصورة متدرجة من خلال تعليمه المهارات المتعلقة بذلك ثم تعريضه لمواقف ضغط ذات قوة كافية لاختبار مدى قوة دفاعاته في مقاومة هذه الضغوط.(محمد،2000،ص-ص 69-71)

7- **التدعيم الإيجابي المعنوي (الثناء والمدح) :** حيث يؤدي ذلك إلي احتمالية زيادة ذلك السلوك ، لأنه يقدم التدعيم الإيجابي عقب وقع استجابة مباشرة مما يساعد علي تدعيم السلوك المرغوب فيه لدي العميل (الشرقاوي واخرون ،2013، ص 448)

تفسير مشكلة الدراسة في اطار العلاج المعرفي السلوكي :

يعد العلاج المعرفي السلوكي من المداخل الأكثر ملائمة في التعامل مع المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت نظرا لما يحتويه من اساليب وفنيات تعمل علي رصد وتعديل الأفكار غير المنطقية وتدعيم السلوكيات والأفكار الايجابية وتقديم الخبرة العلاجية المتكاملة بكافة الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية واكسابهم معارف ومهارات مرتبطة بالمرونة والسلوك الإيجابي ، واعادة البناء المعرفي لديهم عن طريق تصحيح افكارهم.

سابعاً: الإجراءات المنهجية للدراسة:

1. نوع الدراسة:

انطلاقاً من مشكله الدراسة واتساقاً مع الأهداف التي تسعى لتحقيقها تم تحديد نوع الدراسة حيث تنتمي إلى نمط الدراسات الوصفية التحليلية والتي تستهدف تقرير خصائص معينة من خلال جمع البيانات وتحليلها للوصول إلى النتائج وإمكانية تعميمها فهذه الدراسة تستهدف "تحديد المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدى عينة من المراهقين في ضوء العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد "

2. المنهج المستخدم:

فقد استخدمت الدراسة الراهنة منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة من طلاب المرحلة الإعدادية.

3. أدوات الدراسة:

طبقاً لأهداف الدراسة وللاجابة علي تساؤلات الدراسة اعتمدت الدراسة الحالية علي استمارة استبيان للتعرف على المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت لدي عينة من المراهقين وقد تضمنت استمارة الاستبيان المحاور التالية : البيانات الأولية ، المشكلات النفسية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت ، المشكلات الاجتماعية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت ، المشكلات السلوكية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت ، المشكلات التعليمية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.

واعتمدت الباحثة في اجراء صدق الاستمارة علي الاتي :

النوع الاول : صدق المحتوي : ولتحقيق هذا النوع من الصدق قامت الباحثة بالاطلاع علي الكثير من الكتابات والدراسات العلمية التي تحدثت عن اضطراب الالعب عبر الانترنت.

النوع الثاني : الصدق الظاهري : والذي تم التحقق منه من خلال عرض أداة الدراسة علي مجموعة من السادة المحكمين وعددهم (6) من المحكمين من اعضاء هيئة التدريس من تخصص الخدمة الاجتماعية جامعة اسيوط وتم الحكم علي الاستمارة في ضوء عدة معايير وهي:

- مدي الصياغة للعبارة ووضوحها (من حيث الشكل والمضمون)
- مدي ارتباط العبارة بالبعد الذي تقيسه.
- اضافة بعض العبارات قد تكون ذات اهمية للمحكمين وقد خرجت الاستثمار متضمنة مجموعة من الاسئلة بنسبة اتفاق 85% فاكثر.

4. مجالات الدراسة:

أ- **المجال المكاني:** قامت الباحثة بأجراء الدراسة الميدانية علي مدرسة طه حنفي بنين -اسماعيل القباني بنين ،عصمت عفيفي بنات ، مدرسة النهضة بنات بمحافظة أسيوط بالمرحلة الاعدادية لمبررات منها :

- 1- توافر العينة اللازمة لأجراء الدراسة.
 - 2- ترحيب ادارة المدرسة واستعدادهم للتعاون مع الباحثة.
 - 3- انتشار ظاهرة الالعب بين الطلاب.
- ب- **المجال البشري:** قامت الباحثة باختيار عينة من طلاب المرحلة الاعدادية وعددهم 350 طالب علي مستوي الفرق الدراسية الثلاث وفقا للشروط التالية :
- 1- ان يكون مقيدا بالمدرسة .
 - 2- ان يكون مستجدا بالفرقة التي ينتمي اليها.
 - 3- ان يتراوح عمرة بين 11 - 15 سنة.
 - 4- أن يكون ممارسي الالعب لفترات طويلة يوميا لدرجة الادمان.
 - 5- ان يمتلك الطالب هاتف محمول أو جهاز الكتروني يمارس عليه الالعب .
 - 6- ان ينطبق عليه خمس معايير علي الاقل من معايير اضطراب الألعاب عبر الإنترنت كما ورد في الاطار النظري للدراسة.

ج- **المجال الزمني:** تم جمع البيانات الخاصة باستمارة الاستبيان من مفردات البحث في الفترة من 2025/3/2م إلي الفترة 2025/4/15م

5- اساليب التحليل الكمي والكيفي :

اعتمدت الباحثة في تحليل البيانات علي الاساليب التالية:

أ- **اسلوب التحليل الكمي:** حيث تم معالجة البيانات من خلال الحاسب الالي وقد طبقت الاساليب الاحصائية التالية (التكرار، النسبة المئوية، مجموع الأوزان، المتوسط المرجح).

ب- **اسلوب التحليل الكيفي :** بما يتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية .

ثامناً : عرض ومناقشة نتائج بالدراسة الميدانية :

1- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالبيانات الأولية :

جدول (1) خصائص عينة الدراسة (ن=350)

الخصائص	المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية
1- النوع	ذكور	185	52.9%
	إناث	165	47.1%
2- السن	من 11 لأقل من 12 سنة	76	21.7%
	من 12 لأقل من 13 سنة	117	19.7%
	من 13 لأقل من 14 سنة	88	25.2%
	من 14 لأقل من 15 سنة	69	33.4%
3- الفرقة الدراسية	الأولى	111	31.7%
	الثانية	115	35.4%
	الثالثة	124	32.9%
4- الجهاز المستخدم في اللعب	التليفون المحمول	225	64.3%
	اللاب توب	34	9.7%
	الكمبيوتر	19	5.4%
	التابلت	66	18.9%
5- الألعاب التي تمارسها عبر الانترنت	جهاز بلاي ستيشن	6	1.7%
	الألعاب الرياضية	15	4.3%
	الألعاب الحركية	50	14.3%
	الألعاب القتالية	80	22.8%
	الألعاب التعليمية	40	11.5%
	الألعاب الخيالية	16	4.5%
	ألعاب الألغاز	20	5.7%
	ألعاب السباقات	46	13.2%
	الألعاب العسكرية	52	14.9%
6- المكان المفضل لممارسة الألعاب	الألعاب الاجتماعية	31	8.9%
	المنزل	188	53.7%
	النادي	23	6.6%
	المدرسة	19	5.4%
7- مع من تقوم بممارسة هذه الألعاب	عند الاصدقاء	120	34.3%
	بمفردي	245	70%
	مع الأصدقاء	46	13.1%
	مع العائلة	36	10.3%
8- عدد ساعات اللعب	مع اشخاص عبر الانترنت	23	6.6%
	من 2 لأقل من 4 ساعة	36	10.3%
	من 4 لأقل من 6 ساعة	48	13.7%
	من 6 لأقل من 8 ساعة	91	26%
	من 8 ساعات فأكثر	175	50%

باستقراء بيانات الجدول السابق والذي يوضح خصائص عينة البحث:-

- جاء توزيع افراد العينة حسب النوع حيث جاء الذكور في المقدمة بنسبة (52.9%) ، يليه الإناث بنسبة (47.1%) وهذا يدل علي ان نسبة الذكور اعلي من نسبة الاناث. ويتفق ذلك مع نتائج دراسة (Rajab,etal(2020 التي توصلت الي أن مدمنين الالعب غالبيتهم من الذكور .
- فيما يتعلق بالمرحلة العمرية حيث جاء في الترتيب الاول من حيث السن (من 14لأقل من 15سنة) بنسبة (33.4%) بينما جاء في الترتيب الثاني (من 13 لأقل من 14 سنة) بنسبة(25.2%) ، بينما جاء في الترتيب الاخير (من 12 لأقل من 13 سنة) بنسبة (19.7%).
- وقد جاء توزيع افراد العينة حسب الفرقه الدراسية الاكثر ممارسة للالعب حيث جاءت (الفرقة الثانية) بنسبة (35.4%) في الترتيب الاول، بينما جاءت (الفرقة الثالثة) في الترتيب الثاني بنسبة(32.9%)، بينما جاء في الترتيب الاخير (الفرقة الاولى) بنسبة (31.7%) وهذا يدل علي تزايد معدلات ممارسة الالعب لدي المراهقين من طلاب الفرقة الثانية.
- فيما يتعلق بتوزيع افراد العينة من حيث الجهاز المستخدم في اللعب حيث جاء في الترتيب الاول(التليفون المحمول) بنسبة(64.3%)، بينما جاء في الترتيب الثاني (التابلت) بنسبة(18.9%)، وجاء في الترتيب الثالث (اللاب توب) بنسبة(9.7%) ثم جاء في الترتيب الرابع (الكمبيوتر) بنسبة (5.4%) بينما جاء في الترتيب الاخير (جهاز بلاي ستيشن) بنسبة (1.7%). ويشير ذلك الي توافر الاجهزة الالكترونية الحديثة مع المراهقين مما يجعلهم يمارسون ما يريدونه من العاب داخل المنزل لفترات طويلة دون الحاجة الي اللجوء لمراكز السايبرنت وهذا يزيد من عدد ساعات ممارستهم للالعب.
- جاء توزيع افراد العينة حسب نوع الالعب التي يتم ممارستها عبر الانترنت جاء في الترتيب الاول (الألعاب القتالية) بنسبة (22.8%) بينما جاء في الترتيب الثاني (الألعاب الحركية والألعاب العسكرية) بنسبة(14.3%) وجاء في الترتيب الثالث (ألعاب السباقات) بنسبة(13.2%) وجاء في الترتيب الرابع (الألعاب التعليمية) بنسبة (11.5%) ، بينما جاء في الترتيب الاخير (الألعاب الرياضية) بنسبة (4.3%)

وهذا يشير ان الالعاب ذات الطبيعة القتالية او العسكرية اكثر جاذبية للمراهقين ولكنها تؤدي الي تنمية سلوك العنف والعدوان لدي الطلاب .

- بينما جاء توزيع افراد العينة حسب المكان المفضل لممارسة الألعاب جاء في الترتيب الأول (المنزل) بنسبة (53.7%) بينما جاء في الترتيب الثاني (عند الاصدقاء) بنسبة (34.3%)، وجاء في الترتيب الثالث (النادي) بنسبة (6.6%)، بينما جاء في (الترتيب الرابع) (المدرسة) بنسبة (5.4%) حيث اشار الاطار النظري للدراسة بان وجود وسائل اتصال بالمنزل يساعد علي ادمان الالعاب.
- وجاء توزيع افراد العينة مع من تقوم بممارسة هذه الالعاب حيث جاء في الترتيب الأول (بمفردي) بنسبة (70%) ، بينما جاء في الترتيب الثاني (مع الأصدقاء) بنسبة (13.1%) وفي الترتيب الثالث (مع العائلة) بنسبة (10.3%) بينما جاء في الترتيب الاخير (مع اشخاص عبر الانترنت) بنسبة (6.6%).
- وجاء توزيع افراد العينة من حيث عدد ساعات اللعب جاء في الترتيب الأول (من 8 ساعات فأكثر) بنسبة (50%) بينما جاء في الترتيب الثاني (من 6 لأقل من 8 ساعة) بنسبة (26%) وفي الترتيب الثالث (من 4 لأقل من 6 ساعة) بنسبة (13.7%) بينما جاء في الترتيب الاخير (من 2 لأقل من 4 ساعة) بنسبة (10.3%) وهذا مؤشر خطير أشارت اليه العديد من الدراسات والبحوث التي أوضحت الاقبال غير الطبيعي لدي الأطفال والمراهقين والشباب ودخول فئة الكبار ايضا إلي ساحة تلك الالعاب وقضائهم معدل ساعات غير طبيعي في لعبها وهذا ما اشارت إليه منظمة الصحة العالمية التي أوضحت أن المراهق يمكن أن يمارس الالعاب الالكترونية لمدة عشرون ساعة يوميا بدون طعام أو شراب بعيدا من الانشطة الحياتية مما أدي إلي اعتبار الاضرار الناجمة عن ممارسة الالعاب الالكترونية ضمن اضطرابات الصحة العقلية.

2- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بأهداف الدراسة :

جدول (2) يوضح المشكلات النفسية الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الإنترنت (ن=350)

العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة
	ك	%	ك	%	ك	%				
1 اشعر بالقوة عند ممارسة الألعاب	278	79.4	34	9.7	38	10.9	940	2.69	0.659	4
2 اشعر بالسعادة عند مشاهدة المقاتلة بين الأشخاص	23	6.6	220	62.9	107	30.6	616	1.76	0.561	12
3 اشعر بالحزن عند خسارتي في احد الألعاب	271	77.4	35	10	44	12.6	627	2.65	0.693	11
4 لدي صعوبة في التخلي عن ممارسه الألعاب عبر الانترنت	240	68.6	77	22	33	9.4	907	2.59	0.654	8
5 اشعر بالإحباط عندما أخسر في اللعبة	243	69.4	79	22.6	28	8	915	2.61	0.758	5
6 اشعر بالانكسار عند عدم ممارستي للألعاب	269	76.9	59	16.9	22	6.3	947	2.71	0.632	3
7 اشعر بعدم الاتزان الانفعالي نتيجة لممارسة الألعاب	232	66.3	97	27.7	21	6	911	2.60	0.578	7
8 اشعر بالتوتر بسبب كثرة ممارسة الألعاب	228	65.1	95	27.1	27	7.7	901	2.57	0.621	10
9 اشعر بالزعة العدوانية بعد ممارسة اللعبة	23	6.6	180	51.4	147	42	576	1.65	0.522	14
10 أعاني من الخوف بسبب الألعاب التي امارسها	235	67.1	94	26.9	21	6	914	2.61	0.636	6
11 اتصرف مثل شخصيات الألعاب في أنشطة حياتي اليومية	299	85.4	30	8.6	21	6	978	2.79	0.599	2
12 أشعر بالضيق عند عدم امكاني تنفيذ مهام اللعبة	282	80.6	33	9.4	35	10	947	2.71	0.546	3 مكرر
13 انقطاعي عن اللعب يشعرنني بالوحدة	310	88.6	18	5.1	22	6.3	988	2.82	0.639	1
14 اشعر بالغضب عندما تنفذ بطارية جهازي اثناء اللعبة	231	66	91	26	28	8	903	2.58	0.632	9
15 زيادة الروح العدوانية لدي بعد اللعب تجاه الآخرين	22	6.3	188	53.7	140	40	582	1.66	0.592	13
المتوسط العام لمستوى المشكلات النفسية لدى عينة الدراسة						2.46				

باستقراء بيانات الجدول السابق الذي يشير الي المشكلات النفسية الناجمة من اضطراب الألعاب عبر الانترنت حيث جاء المتوسط العام بنسبة (2.46) وجاءت المشكلات النفسية مرتبة كما يلي : جاء في الترتيب الاول عبارة انقطاعي عن اللعب

يشعري بالوحدة بمجموع أوزان (988) ومتوسط مرجح (2.82) ، بينما جاء في الترتيب الثاني عبارة اتصرف مثل شخصيات الألعاب في أنشطة حياتي اليومية بمجموع أوزان (978) ومتوسط مرجح(2.79)، بينما جاء في الترتيب الثالث عبارة أشعر بالاكنتاب عند عدم ممارستي للألعاب، وأشعر بالضيق عند عدم امكاني تنفيذ مهام اللعبة بمجموع أوزان (947) ومتوسط مرجح(2.71)، وجاء في الترتيب الرابع اشعر بالقوة عند ممارسة الالعاب بمجموع أوزان(940) ومتوسط مرجح(2.69) حيث جاء في الترتيب الخامس أشعر بالإحباط عندما اخسر في اللعبة بمجموع أوزان (915) ومتوسط مرجح (2.61)، بينما جاء في الترتيب السادس أعاني من الخوف بسبب الالعاب التي امارسها بمجموع أوزان(914) ومتوسط مرجح(2.61) وجاء في الترتيب الاخير (اشعر بالنزعة العدوانية بعد ممارسة اللعبة) بمجموع أوزان (576) ومتوسط مرجح (1.65).

ويتضح مما سبق وجود الكثير من المشكلات النفسية الناجمة عن الاستخدام المفرط للألعاب وتتفق هذه النتيجة مع دراسة دنيال وبول(2019) التي اوضحت العديد من المشكلات المترتبة علي اضطراب الالعاب عبر الانترنت ومنها تغيرات في المزاج ، بما في ذلك التهيج والغضب والملل ، اضطراب دورة النوم ، الاستيقاظ وسوء نوعية النوم ، الاكتئاب ، القلق ودراسة (Sarbottam, etal (2020 التي اكدت علي هناك علاقة بين ادمان الالعاب والمشكلات النفسية مثل الاكتئاب والوحدة والعدوان بالإضافة الي ضعف التفاعل الاجتماعي، وايضا ما أشارت اليه نتائج دراسة (Yuan Elhai & Hall (2021 إلى أن شدة الاكتئاب كانت مرتبطة بشكل كبير بزيادة أعراض استخدام الهاتف الذكي المشكل ، واضطراب الألعاب عبر الإنترنت .

جدول (3) يوضح المشكلات الاجتماعية الناجمة عن اضطراب الالعاب عبر الانترنت (ن=350)

الترتيب العبارة	الانحراف المعياري	المتوسط المرجح	مجموع الأوزان	لا		إلى حد ما		نعم		العبارة
				%	ك	%	ك	%	ك	
1	0.538	2.74	960	4.9	17	16	56	79.1	277	أفضل ممارسة الالعاب عبر الانترنت عن التواصل مع اصدقائي
2	0.625	2.66	931	8.3	29	17.4	61	74.3	260	لا افضل التواصل مع الاخرين
3	0.574	2.72	951	6.3	22	15.7	55	78	273	اعتقد أن الالعاب عبر الانترنت مضیعة للوقت

العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة
	ك	%	ك	%			
4	77.42	57	22	6.3	2.71	0.573	8
5	83.12	45	14	4	2.79	0.576	4
6	88.33	22	19	5.4	2.82	0.524	2
7	87.43	23	21	6	2.81	0.266	3
8	84.32	27	28	8	2.76	0.585	5
9	89.13	27	11	3.1	2.86	0.459	1
10	86.94	17	80	22.9	2.04	0.708	15
11	76.62	56	16	7.4	2.69	0.804	9
12	69.72	83	23	6.6	2.63	0.649	13
13	76.26	57	27	7.7	2.68	0.610	10
14	72.92	60	35	10	2.63	0.659	14
15	69.42	88	19	5.5	2.64	0.853	12
المتوسط العام لمستوى المشكلات الاجتماعية لدى عينة الدراسة				2.67			

باستقراء بيانات الجدول السابق الذي يشير الي المشكلات الاجتماعية الناجمة من اضطراب الألعاب عبر الانترنت حيث جاء المتوسط العام بنسبة (2.67) وجاءت المشكلات الاجتماعية مرتبة كما يلي : جاء في الترتيب الاول(الألعاب تمنعني من القيام بأداء مسؤولياتي تجاه اسرتي) بمجموع أوزان(1001) ومتوسط مرجح(2.86) وجاء في الترتيب الثاني عبارة (الألعاب تمنعني من قضاء وقتي مع أسرتي) بمجموع أوزان(987) ومتوسط مرجح(2.82)، بينما جاء في الترتيب الثالث عبارة (تشغلي الألعاب عبر الانترنت عن تكوين صداقات جديدة) بمجموع أوزان(985) ومتوسط مرجح (2.81)، وجاء في الترتيب الرابع (اعتقد أن الألعاب عبر الانترنت تؤثر علي تواصلني مع الآخرين) بمجموع أوزان

(977) ومتوسط مرجح (2.79) حيث جاء الترتيب الخامس (افضل الجلوس بالمنزل لممارسة الالعاب) بمجموع أوزان (967) ومتوسط مرجح (2.76)، بينما جاء في الترتيب السادس (أفضل ممارسة الالعاب عبر الانترنت عن التواصل مع اصدقائي) بمجموع أوزان (960) ومتوسط مرجح (2.74)، وجاء في الترتيب الاخير (اشعر بالسعادة عند قتل اكبر عدد من الخصوم اثناء اللعبة) بمجموع أوزان (714) ومتوسط مرجح (2.04).

ويتضح من بيانات الجدول السابق ان هناك العديد من المشكلات الاجتماعية الناتجة من الافراط في ممارسة الالعاب مثل عدم القيام بأداء المسؤوليات تجاه الاسرة، وعدم التواصل مع الاخرين وعدم المشاركة في المناسبات الخاصة بالأسرة وتنفق هذه النتيجة مع ما اشارت اليه دراسة حسين (2021) الي ان سوء استخدام العاب الانترنت يؤدي بمستخدميها إلي ضعف علاقاتهم الاجتماعية بأسرهم، العزلة الاجتماعية مع المحيطين والاقارب، ضعف الانتماء وايضا ما اكدته دراسة عساف (2005) التي اثبتت وجود علاقة ايجابية ذات داله احصائية بين ممارسة المراهقين لألعاب الانترنت والاعترا ب الاجتماعي لديهم ، ووجود مشكلات في العلاقات الاجتماعية (بين الطالب ووالديه ، وأخواته، اقاربه).

جدول (4) يوضح المشكلات السلوكية الناجمة عن اضطراب الالعاب عبر الانترنت (ن=350)

العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة
	ك	%	ك	%	ك	%				
1 لدي ميول نحو تقليد ما اشاهده من محتوى عبر الالعاب	268	76.6	64	18.3	18	5.1	950	2.71	0.565	4
2 اصبحت اكثر عدوانيا في الحياة الواقعية بعد ممارسة الالعاب عبر الانترنت	26	7.4	189	54	135	38.6	591	1.69	0.603	11
3 اكتب بطريقة مستمرة	27	7.7	183	52.3	140	40	587	1.68	0.612	12
4 اشعر بانعكاس العنف الممارس في اللعبة علي سلوكي	300	85.7	43	12.3	7	2	993	2.84	0.421	1
5 امارس السلوك الفوضوي التخريبي في حياتي اليومية	25	7.1	210	60	115	32.9	610	1.74	0.579	10
6 اتأثر بالألفاظ التي اسمعها من الاشخاص المشاركين معي في اللعبة	265	75.7	57	16.3	28	8	937	2.68	0.616	6
7 تأثير الالعاب روح التنافس لدي	26	7.4	302	86.3	22	6.3	704	2.01	0.471	8

العبارة	ترتيب العبارة	الانحراف المعياري	المتوسط المرجح	مجموع الأوزان	لا		إلى حد ما		نعم		العبارة
					%	ك	%	ك	%	ك	
8	تعلمت بعض الالفاظ غير الاخلاقية نتيجة ممارسة الالعب عبر الانترنت	0.569	2.72	951	6	21	16.3	57	77.7	272	
9	افكر في الانتحار لتنفيذ اوامر بعض الالعب	0.592	1.68	587	38.9	136	54.6	191	6.6	23	
10	اعاني من الغضب نتيجة ممارسة للالعب عبر الانترنت	0.698	2.63	919	12.6	44	12.3	43	75.1	263	
11	ليس لدي القدرة علي التحكم في سلوكياتي	0.623	2.70	945	8.9	31	12.3	43	78.9	276	
12	لدي ميول اندفاعية تجاه المواقف	0.535	2.77	970	5.4	19	12	42	82.6	289	
13	امارس السلوك العدواني تجاه زملائي	0.571	1.75	613	31.7	111	61.4	215	6.9	24	
2.27					المتوسط العام لمستوى المشكلات السلوكية لدى عينة الدراسة						

باستقراء بيانات الجدول السابق الذي يشير الي المشكلات السلوكية الناجمة من اضطراب الالعب عبر الانترنت حيث جاء المتوسط العام بنسبة (2.27) وجاءت المشكلات السلوكية مرتبة كما يلي :جاء في الترتيب الاول(اشعر بانعكاس العنف الممارس في اللعبة علي سلوكي) بمجموع أوزان(993) ومتوسط مرجح(2.84) و جاء في الترتيب الثاني عبارة(لدي ميول اندفاعية تجاه المواقف) بمجموع أوزان(970) ومتوسط مرجح(2.77) بينما جاء في الترتيب الثالث عبارة (تعلمت بعض الالفاظ غير الاخلاقية نتيجة ممارسة الالعب عبر الانترنت) بمجموع أوزان(951) ومتوسط مرجح (2.72)، وجاء في الترتيب الرابع (لدي ميول نحو تقليد ما اشاهده من محتوى عبر الالعب) بمجموع أوزان (950) ومتوسط مرجح(2.71) ، حيث جاء الترتيب الخامس(ليس لدي القدرة علي التحكم في سلوكياتي) بمجموع أوزان (945) ومتوسط مرجح(2.70) ، حيث جاء الترتيب السادس (تأثر بالالفاظ التي اسمعها من الاشخاص المشاركين معي في اللعبة بمجموع أوزان(937) ومتوسط مرجح(2.68)، وجاء في الترتيب الاخير (افكر في الانتحار لتنفيذ اوامر بعض الالعب ،اكذب بطريقة مستمرة) بمجموع أوزان(587) ومتوسط مرجح(1.68) ويتضح من خلال الجدول السابق وجود العديد من المشكلات السلوكية تتمثل في السلوك العدواني والغضب والانفعال والعنف والتفكير في الانتحار وهذا ما اشار اليه كلا من دنيال وبول(2019) الي ان هناك العديد

من المشكلات المترتبة علي اضطراب الالعب عبر الانترنت ومنها تغيرات في المزاج ، بما في ذلك التهيج والغضب والملل ، اضطراب دورة النوم ، الاستيقاظ وسوء نوعية النوم ،الاكتئاب ،القلق ، وخطر الاقدام علي الانتحار، عدم الراحة الجسدية والشعور بالألم.

جدول (5) يوضح المشكلات التعليمية الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت
(ن=350)

العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	ترتيب العبارة
	ك	%	ك	%	ك	%				
1 تجعلني ممارسة الالعب عبر الانترنت غير قادر علي التركيز في الحصص	84	81.1	43	12.3	23	6.6	961	2.75	0.557	3
2 اعتقد انني استفيد من ممارسة الالعب عبر الانترنت في دراستي.	75	78.6	48	13.7	27	7.7	948	2.71	0.612	7
3 اعاني من التقصير في اداء واجباتي المنزلية بسبب ممارسة الالعب عبر الانترنت	36	67.4	76	21.7	38	10.9	898	2.57	0.681	9
4 أقل الوقت المخصص للدراسة لممارسة الالعب عبر الانترنت	252	72	76	21.7	22	6.3	930	2.66	0.593	8
5 اقوم بتأجيل الواجبات المنزلية لممارسة الالعب عبر الانترنت	268	76.6	72	20.6	10	2.9	958	2.74	0.502	5
6 يشتكى المعلمين دائما مني في المدرسة بسبب اهمالي	266	76	77	22	7	2	959	2.75	0.483	4
7 اقوم بالهروب من القاعات الدراسية لممارسة الالعب	24	6.9	185	52.9	141	40.3	583	1.67	0.601	12
8 افضل ممارسة الالعب عن عملية استذكار دروسي	333	95.1	9	2.6	8	2.3	1025	2.93	0.335	1
9 أهملت هواياتي ومهاراتي	27	7.7	196	56	127	36.3	600	1.71	0.599	11
10 اتغيب عن المدرسة بدون عذر	22	6.3	220	62.9	108	30.9	614	1.75	0.589	10
11 اتاخر عن الحضور للمدرسة نتيجة للسهر لممارسة الالعب	306	87.4	37	10.6	7	2	999	2.58	0.419	2
12 لم استجيب لتوجيهات المعلمين	263	75.1	80	22.9	7	2	956	2.73	0.489	6
13 انخفض مستوي التحصيل الدراسي نتيجة ممارسة الالعب عبر الانترنت	267	76.3	77	22	6	1.7	961	2.75	0.574	3 مكرر
المتوسط العام لمستوى المشكلات الدراسية لدى عينة الدراسة						2.50				

باستقراء بيانات الجدول السابق الذي يشير الي المشكلات التعليمية الناجمة من اضطراب الالعب عبر الانترنت حيث جاء المتوسط العام بنسبة (2.50) وجاءت المشكلات الدراسية مرتبة كما يلي: جاء في الترتيب الاول(افضل ممارسة الالعب عن عملية استذكار دروسي) بمجموع أوزان(1025) ومتوسط مرجح (2.93) و جاء في الترتيب الثاني عبارة (أأأأ عن الحضور للمدرسة نتيجة للسهر لممارسة الالعب) بمجموع أوزان(999) ومتوسط مرجح(2.58)، بينما جاء في الترتيب الثالث عبارة (تجعلني ممارسة الالعب عبر الانترنت غير قادر علي التركيز في الحصة ،انخفض مستوي التحصيل الدراسي نتيجة ممارسة الالعب عبر الانترنت) بمجموع أوزان(961)ومتوسط مرجح (2.75)، وجاء في الترتيب الرابع (يشنكي المعلمين دائما مني في المدرسة بسبب اهمالي) بمجموع أوزان (959) ومتوسط مرجح(2.75)، حيث جاء الترتيب الخامس (اقوم بتأجيل الواجبات المنزلية للممارسة الالعب عبر الانترنت) بمجموع أوزان (958) ومتوسط مرجح(2.74) ، بينما جاء الترتيب السادس (لم استجيب لتوجيهات المعلمين) بمجموع أوزان (956) ومتوسط مرجح(2.73)، وجاء في الترتيب الاخير(اقوم بالهروب من القاعات الدراسية لممارسة الالعب) بمجموع أوزان(583)ومتوسط مرجح(1.67)، وتشير نتائج الجدول السابق أن هناك العديد من المشكلات التعليمية التي تسببها الالعب المتمثلة في تندي مستوي النجاح واهمال الطلاب لواجباته والغياب المتكرر من المدرسة والهروب من القاعات الدراسية لممارسة الالعب والانشغال بممارسة الالعب لساعات طويلة وهذا ما أكدته دراسة صادق(2003) أن هناك تأثيرات سلبية لاستخدام الطلاب الانترنت ومنها انخفاض معدل التحصيل الدراسي وضياح الوقت والانحرافات الاخلاقية بالإضافة لظهور مشكلات سلوكية متمثلة في الكذب المستمر .

تاسعا: التصور المقترح للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت من منظور العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد.

في ضوء المعطيات النظرية للبحث وما اسفرت عنه نتائج البحث الميدانية ومراجعة بعض التصورات المقترحة في بحوث ذات الصلة بموضوع هذا البحث أمكن للباحثة ان تضع تصور مقترح للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت ويمكن عرض هذا التصور علي النحو التالي:

اولا الركائز التي يقوم عليها التصور المقترح:

يستند هذا التصور المقترح علي مجموعة من الاسس العملية التي توضح اهمية العلاج المعرفي السلوكي في التعامل مع المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت.

1. التراث النظري للعلاج المعرفي السلوكي بما يحتويه من مفاهيم ومسلمات تساهم في مساعدة الاخصائي الاجتماعي في اداء دوره بفاعليه مع مثل هذه المشكلات التي يعاني منها الطلاب بالمدارس.
2. نتائج الدراسات السابقة التي تم اجراءها علي اضطراب الالعب عبر الانترنت وما توصلت اليه من توجيهات.
3. ما توصلت اليه الدراسة الحالية من نتائج تتعلق بالمشكلات التي يعاني منها الطلاب الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت.
4. الاساليب العلاجية المنتقاة من العلاج المعرفي السلوكي.

ثانيا :أهداف التصور المقترح :

يتحدد الهدف العام للتصور في التخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الالعب عبر الانترنت وتتمثل في المشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية والتعليمية.

ثالثا : المؤسسات التي يمارس فيها التصور المقترح:

يمارس في المدارس عن طريق الاخصائيين الاجتماعيين والنفسيين الموجودين بالمدرسة بالإضافة الي الاستعانة ببعض الخبراء ، يمارس في المنازل وهذا عن طريق أفراد الاسرة (الأب ، الام، الاخوات) ، في مستشفيات العلاج النفسي التي يلجا اليها الطالب سواء عن طريق أسرته أو من تلقاء نفسه.

رابعا: مراحل التدخل المهني من خلال التصور المقترح في ضوء العلاج المعرفي السلوكي :-

1. مرحلة البداية (الاتصال) وتكون من اول لحظة يتقدم الطالب للحصول علي الخدمة وذلك لحل المشكلة.
2. التقدير: وذلك يكون بناء علي ما تم تجميعه من معلومات وبيانات حول المشكلات التي يعاني منها الطالب ثم وضع وتحديد الاهداف حسب كل حالة ودرجة الاضطراب لديها.

3. مرحلة تنفيذ الخطة العلاجية: حيث يتم تحديد الاهداف وانجازها، وذلك عن طريق اتاحة الفرصة لكل طالب في تنفيذ المهام المكلف بها للتخفيف من حدة الاضطراب لديه.

4. مرحلة الانهاء والتقويم: وذلك في حالة التحسن الذي يطرا علي الطالب وتنمية قدراته فيقوم الاخصائي بتقييم مدي ايجابية التدخل.

خامساً: الاساليب العلاجية المستخدمة في التصور:-

1- الاساليب المعرفية :

- اعادة البناء المعرفي : حيث تؤدي العمليات المعرفية دورا كبيرا في تعديل السلوك ولا بد من تحديد الأفكار غير سوية للاستخدام المفرط للألعاب المتصلة بالإنترنت، ووضع بدائل منطقية تقابل كل فكرة وتدريب الطالب علي مهارات جديدة ويمكن مد اولياء الامور ببعض المعلومات والمعارف التي تفيدهم في كيفية التعامل مع هذه المشكلة.

- ادارة الوقت وتنظيمه : وذلك من خلال توعية الطلاب بأهمية الوقت وكيفية استغلاله بعيدا عن الالعاب وذلك من خلال بناء مهارات وهوايات مفيدة وممارستها في اوقات الفراغ.

- حل المشكلة: وهي مجموعة عمليات يتم تدريب الطلاب عليها مستخدمين المعارف والمهارات التي اكتسبوها في التغلب علي المشكلات التي تنتج من الامتناع عن الالعاب.

2- أساليب انفعالية:

- لعب الدور : حيث يقوم الاخصائي اعطاء الطالب فرصة للتنفيس الانفعالي وتنفيس الشحنات الانفعالية السالبة الناتجة عن الابتعاد عن اللعب من خلال تمثيل سلوك او موقف اجتماعي وتكرار بعض السلوكيات المرغوبة حتي يتم اكتسابها.

- التدريب علي الاسترخاء: يستخدم اسلوب الاسترخاء للتغلب علي القلق والغضب ويتم في مكان هادئ لمنع الطالب من التفكير في مشكلاته والبعد عن الضغوط الموجودة لديه .

3- الاساليب السلوكية:

هي مجموعة من الاساليب والفنيات التي تستخدم لتمكين الطلاب من تعديل سلوكياتهم غير السوية واستبدالها باخري سوية بهدف التخفيف من المشكلات التي يعانون منها من خلال الاتي:

- **فنية التدعيم الايجابي :** بالتشجيع علي كل سلوك ايجابي لدي الطلاب لتثبيت هذا السلوك.
 - **فنية الضبط الذاتي السلوكي :** وذلك بهدف تقليل ساعات اللعب سواء بالاعتماد علي نفسه او الاستعانة بالأفراد المحيطين بالطلاب كالأسرة او الاصدقاء بوضع حد اعلي لساعات اللعب يوميا ومراقبة الطالب لذاته لمعرفة عدد ساعات اللعب يوميا والمباعدة في فترات اللعب وتقديم مكافاة عند خفض الاستخدام وتعليم ايضا مهارات تكيف جديدة لتجنب العودة مرة اخري.
 - **النمذجة السلوكية :** حيث يتم عرض نماذج للطلاب ناجحة في استخدام الانترنت بطريقة ايجابية دون ان يسبب لها اي اضرار او مشاكل، وايضا عرض نماذج تم علاجها من هذا الاضطراب وذلك الهدف منه احداث تغيير في سلوكهم واكسابهم سلوكا جديدا.
 - **فنية الواجبات المنزلية :** وهي قد تكون معرفية او سلوكية ويتم تحديد مجموعة من الانشطة البديلة التي تشغل الطالب مثل حفظ القران، ممارسة الرياضة بأنواعها، تعلم مهارات جديدة، الاستماع والاصغاء للدروس واداء الواجبات المدرسية.
- سادسا: الادوات التي يعتمد عليها التصور المقترح:-**
- **المقابلات الفردية :** تتم مع المراهقين مدمني الالعاب لتقديم المعونة النفسية ومساعدتهم في الاقلاع عن ادمانها من خلال توضيح كافة المشكلات الناتجة عنها وكيفية اثرت علي شخصيتهم بطريقة سلبية.
 - **المحاضرات:** حول طبيعة الالعاب ومشكلاتها ويتم الاستعانة بالخبراء والمتخصصين في مجال مواجهه ادمان الالعاب وتوعية المراهقين بمخاطر الافراط في استخدام هذه الالعاب .

- **المناقشات الجماعية:** والهدف منها تعديل الأفكار والمفاهيم الخاطئة لدي المراهقين حول ممارسة الالعاب، وتبادل الاراء والخبرات لدي الطلاب المشاركين في المناقشة.
- **استخدام الوسائل البصرية:** وذلك من خلال عرض حالات واقعية تعاني من الاضطراب وكيف تم علاجها.
- **الندوات :** والهدف منها ايضاح الاثار المترتبة علي الالعاب وتعديل الافكار الخاطئة والمفاهيم السلبية لدي المراهقين حول ممارسة الالعاب.
- **سابعا: ادوار الاختصاصي الاجتماعي في اطار التصور المقترح :-**
- **دور المساعد** وفي هذا الدور يقوم الطلاب في التعبير عن آرائهم المختلفة تجاه الالعاب عبر الانترنت والمشكلات الناتجة عنها واعطائهم المعلومات والمعارف التي تساعدهم في فهم أهمية الحد من ممارسة هذه الالعاب.
- **دور المرشد :** ويتضمن تقديم الارشاد والنصح السليم للمراهقين لضرورة الاقلاع عن ممارسة الالعاب مع ايجاد طرق احري لشغل اوقات الفراغ بدلا من الانغماس في ممارسة الالعاب بشكل مبالغ فيه وما يترتب عليه العديد من المشكلات.
- **دور المعالج :** من خلال تغيير المفاهيم الخاطئة لدي المراهقين حول ممارسة الالعاب ومساعدتهم في التقليل منها لما تسببه من مشكلات لديهم .
- **دور المعلم :** من خلال تعليم الطلاب اساليب تغيير المعتقدات والافكار الخاطئة لديهم.
- **دور الملاحظ :** من خلال ملاحظة التغيرات التي تطرا علي الطلاب.
- **دور الموجة :** من خلال توجيه المراهقين بكيفية استخدام الانترنت بطريقة مفيدة .
- **دور الممكن** من خلال تمكين المراهقين مدمني الالعاب من استخدام واستثمار كافه الموارد والامكانيات المتاحة داخل المؤسسات المجتمعية عامة والمدارس بشكل خاص بما يسهم في ابتعادهم عن ممارسة الالعاب ، وايضا استثمار قدراتهم في شئ إيجابي يحقق النفع المجتمعي مما يعود بالإيجاب عليهم.
- **دور الوسيط:** بين الاسرة والمدرسة لمتابعة الطلاب ومشكلاتهم.

- توصيات الدراسة :

من خلال عرض التصور المقترح للدراسة الحالية للتخفيف من المشكلات الناجمة عن اضطراب الألعاب عبر الانترنت لدي المراهقين يمكن للباحثة الخروج بمجموعة من التوصيات يمكن عرضها كما يلي:

1. الاهتمام بمرحلة المراهقة ودراسة احتياجاتهم ومشكلاتهم.
2. عقد ندوات عن الآثار السلبية المترتبة علي الاستخدام المفرط للألعاب وما يترتب عليه من اثار سلبية ضارة بالفرد.
3. الاستعانة بوسائل الاعلان لتوعية الطلاب بالمشكلات الناتجة عن الألعاب.
4. عقد ندوات تثقيفية للمدرسين بكيفية التعامل مع هذه المشكلة وكيفية توعية الطلاب .
5. حظر الألعاب الخطيرة عن طريق المواقع الالكترونية ومنع تداولها.
6. توعية الاباء والامهات بأنواع الألعاب والمشكلات المترتبة علي ممارستها.

مراجع الدراسة:

- إبراهيم ، هبة عبد الهادي (2021) الألعاب الالكترونية بين الحاضر والمستقبل، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- إدريس، ابتسام رفعت (2002) ممارسة العلاج المعرفي والسلوكي في خدمة الفرد للتخفيف من حدة المشكلات الاجتماعية النفسية الناتجة من التحاق الطلاب بالجامعة، المؤتمر العلمي الخامس عشر، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، المجلد الأول.
- أسماعيل ، بشري (2025)، اضطراب الشخصية الحدية (قلب علق بين نقيضين) ،مكتبة الانجلو المصرية البعلبكي ، منير (1988). قاموس المورد، بيروت، دار العلم للملايين، ط2.
- الدسوقي ، أحمد وجية (2020) . فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد في تحسين اساليب المعاملة الوالدية لأطفال التوحد، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية.
- الخياط ، ماجد محمد وآخرون (2013). واقع المشكلات السلوكية لدي تلاميذ المرحلة الثانوية من وجهة نظر المعلمين والمرشدين والتربويين ، المجلة التربوية ، العدد 2.
- الرازي ، محمد بن أبي بكر عبد القادر (1995). مختار الصحاح ، لبنان، مكتبة لبنان.
- الزغبى ، أحمد محمد (2010). سيكولوجية المراهقة (النظريات – جوانب النمو- المشكلات وسبل علاجها)، عمان ، دار زهران للنشر والتوزيع.
- السيد ، انسام مصطفى (2011) . برامج علاجية في تخفيف حدة اضطرابات الشخصية النرجسية لدي الراشدين، الاسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث.
- السيد ، عبد الرحمن محمد (2005). المشكلات السلوكية في الطفولة والمراهقة، القاهرة، دار النهضة العربية.
- السكرى ، أحمد شفيق (2000). قاموس الخدمة الاجتماعية والخدمات الاجتماعية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
- الشرقاوي ، نجوى، عبد الحميد، نهلي ، عبد العال ، أيمن (2013). الخدمة الاجتماعية مع الافراد والاسر: نماذج علاجية معاصرة ، القاهرة ،دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- الطايفي، عبده كامل (2004) .مدخل انتقائي في خدمة الفرد للتخفيف من حدة مشكلة التقاعد المبكر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة القاهرة فرع الفيوم.
- الفقى، حامد عبد العزيز (1990). نظريات الارشاد والعلاج النفسي، الكويت ، دار القلم للنشر.
- برنامج الامم المتحدة الإنمائي (2003) .الصدوق العربي للإتماء الاقتصادي ، تقرير التنمية الانسانية العربية ، مركز خدمات المجتمع .

- جلال ، سعد (1985). الطفولة والمراهقة، الجزائر، دار الفكر العربي.
- حمودة ، محمود (1991). الطفولة والمراهقة والمشكلات النفسية والعلاج، القاهرة، المطبعة الفنية.
- حسن ، محمد بيومي ، سند ، سميرة محمد (2000). دراسات معاصرة في سيكولوجية الطفولة والمراهقة، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- حبيب واخرون ، جمال شحاتة (2014). الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب والمجال المدرسي ، جامعة حلوان ، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي.
- حسين ، ايمان عيد جابر (2021). الاغتراب الاسري لمستخدمي الانترنت من الشباب الجامعي وتصور مقترح من منظور خدمة الفرد للتخفيف منه، بحث منشور، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية ، جامعه الفيوم.
- رشوان ، عبد اللطيف حسن (2006). ممارسة الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب وقضاياهم، مصر، المكتب الحديث.
- رفاعي ، عادل (2013). أهوال العنف المدرسي، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- رفاعي ، عادل محمود (2014). مشكلات المراهقة واساليب العلاج، القاهرة ، كنوز للنشر والتوزيع.
- زهران ، سناء حامد (2004). ارشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب ، القاهرة ، عالم الكتب
- زهران ، حامد عبد السلام (2002). التوجيه والارشاد النفسي ، القاهرة ، عالم الكتب ، ط3.
- شليبي ، داليا عبد الوهاب عبد اللطيف (2024). تحسين مهارات الاخصائيين الاجتماعيين لاستخدام العلاج المعرفي السلوكي في تعديل السلوك لدى العملاء من منظور خدمة الفرد، مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية ، العدد 42.
- صادق ، محمود محمد (2003). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد ووقاية الطلاب من سوء استخدام الانترنت، بحث منشور بالمؤتمر العلمي السادس عشر ، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان.
- صوالحة ، محمد أحمد (2014). علم نفس اللعب ، عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- عبد العال ، سلامة منصور (2015). ممارسة برنامج بالعلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد وتخفيف حدة الاكتئاب التفاعلي لدى المراهقين ، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين ، يناير، عدد 53.
- عبد العزيز ، رشاد علي، منصور، مديحة (2013). علم النفس العلاجي ، القاهرة ، عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- عثمان ، عبد الفتاح (2016). خدمة الفرد في المجتمع النامي ، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- عبد الفتاح ، عليا سامي (2009). الانترنت والشباب ، دراسات في اليات التفاعل الاجتماعي ، القاهرة ، دار العالم العربي ، ط1.
- عبد المنعم ، نجوي إبراهيم ، عثمان، محمد سعد (2021). اضطراب ألعاب الانترنت بين تلاميذ المدارس: تحديد معدل الانتشار في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (دراسة سيكومترية كLINيكية)، مجلة البحث العلمي في التربية ، المجلد 22، العدد السابع.
- عساف ، دنيا محمد محمود (2005). استخدام المراهقين للانترنت وعلاقته بالاغتراب الاجتماعي لديهم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، القاهرة ، جامعة عين شمس ، معهد الدراسات العليا للطفولة.
- علي ، ماهر ابو المعاطي (2015). الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية في المجال الطبي ورعاية المعاقين الرياض ، دار الزهراء.
- علي ، ماهر أبو المعاطي (2003). الخدمة الاجتماعية في مجال رعاية الشباب معالجة علمية من منظور الممارسة العامة، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.
- علي ، نجاة فتحي سعيد (2021) فعالية الارشاد المعرفي السلوكي في خفض حدة الاستخدام المفرط للانترنت لدي أطفال الروضة، مجلة بحوث ودراسات الطفولة، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة بني سويف 3(6).
- عمار، محمد محمد (2025). المشكلات التي تواجه العاملين في المجال الطبي ، المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية جامعة اسوان، يوليو العدد 3 .
- غياري ، محمد سلامة (1983). الخدمة الاجتماعية ورعاية الشباب في المجتمعات الاسلامية ، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- هاني، كوثر (2018). اثر الالعاب الالكترونية فوائدها ومضارها ، دار الشروق للنشر والتوزيع .

- فخري، حسام صلاح (2017). ممارسة العلاج المعرفي السلوكي في التخفيف من حدة قلق الموت لدى اسر مرضى السرطان ، رسالة دكتوراه غير منشورة كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعه اسيوط.
- مليكة، لويس كامل (1990). العلاج السلوكي وتعديل السلوك ، الكويت ، دار القلم للنشر والتوزيع .
- مارسي، كارل ، ترجمه عبد الفتاح، احمد (2000). موسيقى العقل، الجيزة، دار صفصافة للثقافة والنشر.
- ماهر، سعد عبد القادر (2024). الظل الرقمي، د ن.
- محرم، على إبراهيم (2005). التدخل المهني باستخدام محتويات البرنامج ومواجهة بعض مظاهر الخجل لدى المراهقين ، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، العدد التاسع عشر الجزء الثاني، القاهرة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، أكتوبر.
- معمرية ، بشير (2009) . المشكلات النفسية والسلوكية للأطفال والراشدين ، الجزائر، المكتبة المصرية.
- مدحت، عبد الحميد ابو زيد (2002). العلاج النفسي والكفاية الجماعية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مج(153).
- محمد، عادل عبد الله (2000) . العلاج المعرفي السلوكي – اسس وتطبيقات ، القاهرة ، دار الرشادي.
- مخولف، إقبال إبراهيم (1998). العمل الاجتماعي في مجال الرعاية الطبية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
- يحيى، حنان عبد الرحمن (1997). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد في النسق القيمي لطالبات المرحلة الثانوية، رسالة دكتوراه غير منشورة، القاهرة، جامعة حلوان، كلية الخدمة الاجتماعية.
- موسي ، رشاد عبد العزيز (2013). علم النفس العلاجي، القاهرة، عالم الكتاب .
- American Psychiatric Association. internet Gaming Disorder In Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5-TR.).(2022). Retrieved from <https://psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>
- Aiken, M. (2016). The cyber effect: A pioneering cyber-psychologist explains how human behavior changes online. Spiegel & Grau, New York.
- American Psychiatric Association (Ed.)(2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5. (5th ed.). Washington, D.C: American Psychiatric Association Publishing.
- American Psychiatric Association (2022). internet Gaming Disorder. In Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5-TR.) Retrieved , from :<https://psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>
- Akhter. N. (2013). Relationship between Internet Addiction and Academic Performance among University Undergraduates. Academic Journals. Vol.8. N. 9.
- Alenezi, S., Aldossary, M., Alnafisah, I., Binkheder, S., Almaghlouth, I. AAlkhir, A. (2023). Prevalence and Associated Factors of Internet Gaming Disorder among Residents in Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study.
- Alfaifi, A. J., Mahmoud, S. S., Elmahdy, M. H., & Gosadi, I. M. (2022). Prevalence and factors associated with Internet gaming disorder among adolescents in Saudi Arabia: A cross-sectional study. Medicine, 101(26)e29789.
- Daniel L. King & Paul H. Delfabb(2021). Internet Gaming Disorder Theory, Assessment Treatment, and Prevention. NY: Elsevier Inc.
- Freeman, Arthu, Pretzer, James, fleming, Barbara and Simon, Karen M.(2004). Clinical Applications of Cognitive Therapy, Second Edition, New York, Springer Science+ Business Media.
- Hawang ,Han,J.,Seo,Y, H, Kim, S.M., & Han, D.H. (2020). Efficacy of cognitive behavioural therapy for internet gaming disorder Clinical Psychology & Psychotherapy, 27, Issue2, March/April.

- Hanan Hosni El Sherbini & Rasha Abd El Hakim Abdou (2020). Effect of Cognitive Behavioral Therapy on Internet Gaming Disorder and Quality of Life Among Preparatory School Students in Alexandria. *Assiut Scientific Nursing Journal*. Vol , (8) No, (23).
- Mettler, J., Mills, D. J., & Heath, N. L. (2020). Problematic gaming and subjective well-being: How does mindfulness play a role?. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 720-736
- Peter K. H. Chew etal (2025). Prevalence and Correlates of (Internet) Gaming Disorder among Young Adults in Singapore Springer *Psychiatric Quarterly*.
- Powers, T. (2012). Internet– based cognitive behavioral therapy designed for social anxiety disorder : agrant– writing project. Adissertation presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctor of philosophy, Capella university.
- Parher, R, (1995). The social work dictionary. 3 Ed, woshinggtton, DC national association of social work.
- Rajab, A. M., Zaghloul, M. S., Enabi, S., Rajab, T. M., Al-Khani, A. M., Basalah, A & Saquib, N. (2020). Gaming addiction and perceived stress among Saudi adolescents. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100261-100269.
- Robert H lover(1999). Social Problem and The Quality, “New York; McGraw hill. Sherman, E, (1997) cognitive therapy. In: A minhan, eta, (Ed), Encyclopedia of social work (18ed) Maryland: Nasw, Silver spring
- Sarbottam ,etc (2020) . The role of individuals Need for online social interactions and interpersonal incompetence in digital game addiction *International Journal of Human–Computer Interaction* issues.
- Turabi , Rabab Fatima etal(2025). Internet gaming disorder and violent video gameplay among higher secondary school going adolescents in Karachi, Pakistan—Across-sectional study .*PLOS Mental Health* <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000179>
- Thomlson, R,(1986) Behavior therapy in social work practice F. Tarner, Ed social work treatment: interlocution theoretical a approaches Bed. N. Y, A division & Macmillan Inc.
- World Health Organization (WHO)(2018). The ICD-11 Classification of Mental Behavioral Disorders. Genève, Switzerland: World Health Organization.and
- Witt, Massman, Jackson LA(2011).Trends in youth’s videogame playing, overall computer use, and communication technology use: The impact of self- esteem and the Big Five personality factors. *Computer Hum chavior*,27(2).
- Yuan, G., Elhai, J.D., & Hall, B., J. (2021). The influence of depressive symptoms and fear of missing out on severity of problematic smartphone use and Internet gaming disorder among Chinese young adults:A three-wave mediation model. *Addictive Behaviors*, Volume 112, January 2021, 106648,<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106648>.

