

## الألعاب الإلكترونية وأثرها على المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية لدى الأطفال.

محمد مولود محمد الحاج – قسم علم النفس – كلية التربية زلطن –  
جامعة صبراتة .

### الملخص:

هدفت الدراسة التعرف على الألعاب الإلكترونية وأثرها على المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية لدى الأطفال ، وذلك من خلال التعرف على تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال وكذلك تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال وأخيرا تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال، واتبع المنهج الوصفي لملائمته لأهداف الدراسة .

وأسفرت الدراسة عن النتائج الآتية:

- إن التنشئة الاجتماعية لها تأثير كبير على حرمان المرأة من الميراث، حيث يلعب التعليم والتربية دورًا حاسمًا في ترسيخ المفاهيم الاجتماعية المتعلقة بالحقوق والمساواة، بينما يظهر تأثير العرف الاجتماعي بدرجة أقل ولكنه لا يزال مؤثرًا.  
- إن الألعاب الإلكترونية تعزز التعاون والعمل الجماعي عبر الإنترنت، لكنها قد تسبب العزلة الاجتماعية إذا أفرط الأطفال في استخدامها على حساب التفاعلات الواقعية، مما يجعل التوازن بين اللعب الإلكتروني والتفاعل الاجتماعي المباشر ضروريًا لنمو اجتماعي صحي.

- إن الألعاب الإلكترونية يمكن أن تحسن المهارات العقلية وتخفف التوتر إذا كانت مناسبة للعمر، لكن الإفراط في استخدامها قد يؤدي إلى القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية، مما يجعل التوازن والإشراف من قبل الأهل ضروريين للحفاظ على الصحة النفسية للأطفال.

**الكلمات المفتاحية:** الألعاب الإلكترونية – المهارات السلوكية – المهارات الاجتماعية – المهارات النفسية.

**Abstract:**

The study aimed to identify the effects of electronic games on children's behavioral, social, and psychological skills by examining their impact on children's behavioral development, social growth, and mental health. The descriptive method was used due to its suitability for the study's objectives.

The study yielded the following results:

Social upbringing significantly affects the deprivation of women from inheritance, with education and upbringing playing a crucial role in establishing social concepts related to rights and equality. Social customs have a lesser but still notable impact.

Electronic games enhance cooperation and teamwork online but can cause social isolation if overused at the expense of real-life interactions, making a balance between electronic play and direct social interaction essential for healthy social development.

Electronic games can improve cognitive skills and reduce stress if age-appropriate, but excessive use may lead to anxiety, depression, and social isolation, highlighting the need for balance and parental supervision to maintain children's mental health.

**Keywords:** Electronic games – Behavioral skills – Social skills – Psychological skills.

**المقدمة:**

تعتبر الألعاب الإلكترونية جزءاً لا يتجزأ من حياة الأطفال والمراهقين في العصر الحديث، حيث أصبحت وسيلة ترفيه رئيسية تؤثر بشكل كبير على حياتهم اليومية مع التقدم التكنولوجي وانتشار الأجهزة الذكية، زادت نسبة الأطفال الذين يقضون وقتاً طويلاً أمام شاشات الألعاب، مما أثار اهتمام الباحثين والأهل على حد سواء حول التأثيرات المحتملة لهذه الألعاب، من المهم استكشاف الكيفية التي تؤثر بها هذه الألعاب على المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية للأطفال، هناك من يجادل بأن الألعاب الإلكترونية يمكن أن تكون وسيلة لتعزيز بعض المهارات مثل التفكير النقدي وحل المشكلات، بينما يشير آخرون إلى المخاطر المحتملة مثل العزلة الاجتماعية والسلوك العدواني، يمكن أن تؤثر للألعاب الإلكترونية على تفاعل الأطفال مع أقرانهم، وتطوير مهاراتهم الاجتماعية، وكذلك على جوانبهم النفسية مثل الثقة بالنفس والتحكم في العواطف، وتقديم رؤية متوازنة تساعد في تحديد كيفية التعامل مع الألعاب الإلكترونية بما يضمن تحقيق أقصى قدر من الفوائد وتقليل المخاطر المحتملة على النمو المتوازن للأطفال، تعد الألعاب الإلكترونية من أكثر الأنشطة التي تجذب

انتباه الأطفال والمراهقين في الوقت الحاضر، متسببة في تغييرات جذرية في كيفية قضاء وقت الفراغ والتفاعل مع البيئة المحيطة، مع تزايد الاعتماد على التكنولوجيا وانتشار الأجهزة الإلكترونية في المنازل، أصبحت هذه الألعاب جزءاً من الروتين اليومي للأطفال، هذه الظاهرة أثارت تساؤلات عديدة حول تأثيراتها المختلفة على الأطفال، حيث يشير بعضهم إلى فوائدها المحتملة في تطوير مهارات التفكير الاستراتيجي والقدرة على حل المشكلات، بينما يحذر آخرون من آثارها السلبية على السلوك الاجتماعي والنفسي الدور الذي تلعبه الألعاب الإلكترونية في تشكيل المهارات السلوكية للأطفال يمكن أن يكون معقداً ومتعدد الأبعاد فعلى سبيل المثال، قد تعزز بعض الألعاب التعاونية مهارات العمل الجماعي والتفاعل الاجتماعي إذا ما استخدمت في سياقات مناسبة في المقابل، قد تؤدي الألعاب ذات الطابع العنيف إلى زيادة العدوانية والتقليل من قدرة الأطفال على التحكم في انفعالاتهم، يتأثر الجانب النفسي للأطفال بمدى التفاعل مع هذه الألعاب، حيث يمكن أن تؤدي إلى زيادة مستويات التوتر أو العزلة الاجتماعية إذا لم يتم تنظيم استخدامها بشكل مناسب.

يؤدي الفهم العميق لمدى تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال إلى تقديم رؤية متكاملة حول استكشاف الكيفية التي تسهم بها هذه الألعاب في تطوير أو تقويض المهارات الاجتماعية، مثل التواصل الفعال وبناء العلاقات، بالإضافة إلى التأثيرات النفسية التي قد تتراوح بين تعزيز الثقة بالنفس إلى إثارة مشاعر القلق والاكتئاب من خلال هذا التحليل، نسعى لتقديم توصيات عملية يمكن للأهالي والمربين استخدامها لضمان تحقيق توازن صحي بين فوائد الألعاب الإلكترونية وتجنب آثارها السلبية على النمو الشامل للأطفال.

### أولاً- مشكلة الدراسة:

أصبح تزايد استخدام الألعاب الإلكترونية بين الأطفال والمراهقين ظاهرة ملحوظة في المجتمعات الحديثة، مما أثار قلق الأهالي والمربين والباحثين حول التأثيرات المحتملة لهذه الألعاب على النمو الشامل للأطفال، مع تزايد انتشار الأجهزة الذكية وتوافر الإنترنت، أصبح من السهل على الأطفال الوصول إلى مجموعة واسعة من الألعاب الإلكترونية التي تتنوع في محتواها وتأثيراتها، تعتبر هذه الظاهرة معقدة ومتعددة الأبعاد، مما يجعل من الصعب تحديد ما إذا كانت الألعاب الإلكترونية تسهم

بشكل إيجابي أو سلبي في تنمية الأطفال من ناحية، هناك من يجادل بأن الألعاب الإلكترونية يمكن أن تكون أداة تعليمية فعالة، حيث تعزز مهارات التفكير النقدي، وحل المشكلات، والقدرة على اتخاذ القرارات بسرعة، فقد تتطلب الألعاب الاستراتيجية من اللاعبين التفكير بخطوات مسبقة، وتخطيط الاستراتيجيات، والتكيف مع التغييرات في بيئة اللعبة، مما يعزز مهارات التفكير العليا بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تعزز الألعاب التعاونية مهارات العمل الجماعي والتواصل الفعال بين الأفراد، حيث يتعين على اللاعبين العمل معًا لتحقيق أهداف مشتركة، على الجانب الآخر هناك مخاوف جدية حول التأثيرات السلبية للألعاب الإلكترونية على الأطفال، تشير بعض الدراسات إلى أن الألعاب ذات الطابع العنيف قد تؤدي إلى زيادة مستويات العدوانية والسلوك العنيف بين الأطفال، هذه الألعاب قد تساهم في تقليل القدرة على التحكم في العواطف، مما يجعل الأطفال أكثر عرضة للانفعالات والغضب بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تؤدي الألعاب الإلكترونية إلى العزلة الاجتماعية، حيث يقضي الأطفال وقتًا طويلاً أمام الشاشات على حساب التفاعل المباشر مع الأقران والعائلة، مما يؤثر سلباً على تطوير المهارات الاجتماعية والعلاقات الشخصية، ويتأثر الجانب النفسي للأطفال أيضاً بمدى التفاعل مع الألعاب الإلكترونية، استخدام الألعاب بشكل مفرط قد يؤدي إلى زيادة مستويات التوتر والقلق، وقد يتسبب في ظهور أعراض الاكتئاب الأطفال الذين يقضون وقتاً طويلاً في الألعاب قد يعانون من مشاكل في النوم وانخفاض في الأداء الأكاديمي، نتيجة للتشتت وقلة التركيز علاوة على ذلك، يمكن أن تساهم الألعاب الإلكترونية في تشويه مفهوم الواقع، حيث قد يواجه الأطفال صعوبة في التمييز بين ما هو حقيقي وما هو افتراضي، مما يؤثر على تطورهم النفسي والاجتماعي أمام هذه التعقيدات، تظهر الحاجة الملحة إلى دراسة شاملة ومتوازنة لتأثير الألعاب الإلكترونية على المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية للأطفال من خلال فهم الأبعاد المختلفة لهذه الظاهرة، وتقديم توصيات عملية للأهالي والمربين حول كيفية التعامل مع الألعاب الإلكترونية بشكل يضمن تحقيق أقصى قدر من الفوائد وتقليل المخاطر المحتملة على النمو المتوازن للأطفال من خلال هذا الفهم المتعمق، يمكن تطوير استراتيجيات فعالة لتعزيز استخدام الألعاب الإلكترونية بطرق تساهم في

تنمية المهارات الإيجابية وتقليل التأثيرات السلبية، مما يساعد في بناء جيل متوازن ومتكامل قادر على مواجهة تحديات العصر الحديث بفعالية وكفاءة.

### ثانياً- تساؤلات الدراسة:

- 1- ما تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال؟
- 2- ما تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال؟
- 3- ما تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال؟

### ثالثاً- أهداف الدراسة:

- 1- التعرف على تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال.
- 2- التعرف على تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال.
- 3- التعرف على تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال.

### رابعاً- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في الآتي:

#### الأهمية النظرية:

1- تسهم هذه الدراسة في توسيع المعرفة النظرية حول تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال، مما يضيف إلى الأدبيات الموجودة في هذا المجال ويسهم في تطوير نظريات جديدة.

2- توفر الدراسة فهماً متقدماً لكيفية تأثير الألعاب الإلكترونية على سلوك الأطفال ونموهم النفسي والاجتماعي، مما يساعد في فهم العلاقة بين التكنولوجيا والسلوك البشري.

3- تساعد في تحديد العوامل المختلفة التي تلعب دوراً في كيفية تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال، سواء كانت إيجابية أم سلبية، مما يمكن الباحثين من تطوير نماذج نظرية أكثر دقة.

4- تقدم الدراسة إطاراً تحليلياً يمكن استخدامه في أبحاث مستقبلية لفحص تأثيرات الألعاب الإلكترونية في سياقات مختلفة، مثل الثقافات المتنوعة والبيئات الاجتماعية المتعددة.

#### الأهمية التطبيقية:

- 1- توفر الدراسة توصيات عملية للأهالي والمربين حول كيفية إدارة استخدام الأطفال للألعاب الإلكترونية بشكل يوازن بين الفوائد والمخاطر.
- 2- يمكن استخدام نتائج الدراسة في صياغة سياسات تعليمية تساعد في دمج الألعاب الإلكترونية بشكل إيجابي في المناهج التعليمية، مما يعزز من فعالية العملية التعليمية.
- 3- تساعد في تصميم برامج توعية للأهالي والأطفال حول الاستخدام الأمثل للألعاب الإلكترونية، مما يقلل من الآثار السلبية المحتملة.
- 4- تسهم في توجيه مطوري الألعاب نحو إنشاء ألعاب تعليمية تستهدف تعزيز المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية للأطفال، بما يتوافق مع نتائج الدراسة.
- 5- تقدم إرشادات حول كيفية خلق بيئة أسرية داعمة تساعد في تقليل الآثار السلبية للألعاب الإلكترونية وتعزز من نمو الأطفال بشكل متوازن.
- 6- توفر الدراسة أسساً قوية يمكن أن تبني عليها أبحاث مستقبلية في مجالات ذات صلة، مما يعزز من فهمنا المستمر لتأثيرات الألعاب الإلكترونية على الأجيال القادمة.

#### خامساً-حدود الدراسة:

-الحدود الموضوعية: تمثلت في تأثير الألعاب الإلكترونية على المهارات السلوكية والاجتماعية والنفسية لدى الأطفال.

-الحدود الزمانية: تمثلت في زمن قيام البحث 2024م.

#### سادساً-مفاهيم الدراسة:

تعتبر عملية تحديد المفاهيم أمراً بالغ الأهمية في أي دراسة، إذ تسهم في تقديم شرح وافٍ وواضح للموضوع بالنسبة للباحث والقارئ على حد سواء فعند تحديد المفاهيم الأساسية، يتم توضيح المفاهيم الرئيسية التي تشكل جوهر البحث، مما يساعد في فهم ماهية الموضوع وأهميته بشكل أفضل إن تحديد وتعريف المفاهيم يعد خطوة أساسية في سير أي دراسة، وهذا هو السبب بتحديد وتوضيح المفاهيم الأساسية لموضوع الدراسة على النحو التالي:

1- الألعاب الإلكترونية: هي نوع من الألعاب التي تعتمد على التكنولوجيا الرقمية للتفاعل مع المستخدم، وتشمل هذه الألعاب مجموعة واسعة من الأنواع، بدءاً من الألعاب الترفيهية والتعليمية إلى الألعاب القتالية والاستراتيجية تُستخدم الأجهزة الإلكترونية مثل الحواسيب الشخصية، وأجهزة الألعاب المخصصة، والهواتف الذكية،

والأجهزة اللوحية لتشغيل هذه الألعاب، التي تتراوح في تعقيدها من البسيطة إلى المعقدة جداً<sup>(1)</sup>.

2- المهارات السلوكية: هي مجموعة من القدرات التي تساعد الأفراد على التفاعل بشكل فعال مع الآخرين ومع بيئاتهم المختلفة تشمل هذه المهارات القدرة على التواصل، التعاون، حل المشكلات، التحكم في الانفعالات، والتكيف مع المواقف المختلفة تُعد هذه المهارات أساسية لتكوين علاقات صحية وإيجابية، والنجاح في الحياة الشخصية والمهنية<sup>(2)</sup>.

3- المهارات الاجتماعية: هي مجموعة من القدرات التي تساعد الأفراد على التفاعل والتواصل بفعالية مع الآخرين تشمل هذه المهارات القدرة على التواصل اللفظي وغير اللفظي، التعاون، التفاوض، بناء العلاقات، والتعاطف مع الآخرين تُعد المهارات الاجتماعية أساسية لتكوين علاقات صحية وإيجابية، والتكيف مع مختلف البيئات الاجتماعية، وتحقيق النجاح في الحياة الشخصية والمهنية<sup>(3)</sup>.

4- المهارات النفسية: هي القدرات التي تتعلق بالتحكم في العواطف والمشاعر الشخصية، والتفكير الإيجابي، والتحليل الذاتي تشمل هذه المهارات القدرة على إدارة التوتر والضغوط النفسية، والتفكير النقدي، وتحديد الأهداف، وتنظيم الوقت، والتعامل مع التحديات اليومية بفعالية<sup>(4)</sup>.

### أولاً- تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال:

تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال قد يكون متنوعاً ويعتمد على عدة عوامل، منها:

1- تعزيز المهارات الحركية: تعد الألعاب الإلكترونية التفاعلية منصة فريدة لتحسين القدرات الحركية الدقيقة لدى الأطفال، هذه الألعاب تتطلب من الأطفال التفاعل النشط مع الشاشة والتحكم في الحركات بدقة، مما يعزز التنسيق بين اليد والعين بشكل ملحوظ على سبيل المثال، يتعلم الأطفال كيفية استخدام أزرار التحكم أو شاشات اللمس للتفاعل مع عناصر اللعبة، مما يطور دقة حركاتهم وسرعة استجابتهم علاوة على ذلك، بعض الألعاب تشمل تحديات تتطلب التنقل السريع بين مواقع مختلفة على الشاشة أو إجراء حركات دقيقة لنفاذي العقبات، مما يعزز القدرات الحركية الدقيقة بشكل شامل هذا التحسين في التنسيق والتحكم في الحركات يمكن أن ينعكس إيجاباً

على مجموعة واسعة من الأنشطة اليومية، بما في ذلك الكتابة، والرسم، والأنشطة الرياضية بالإضافة إلى التحسينات الحركية، تعزز الألعاب الإلكترونية أيضاً قدرات الأطفال على التفكير الاستراتيجي وتطوير المهارات العقلية، مما يجعلها أداة تعليمية وترفيهية قيمة تساهم في التنمية الشاملة للطفل.

**2-تطوير المهارات العقلية :** تعد الألعاب الإلكترونية أداة فعالة لتطوير المهارات العقلية للأطفال بمختلف الأعمار فهي تحفز على التفكير الإبداعي من خلال تقديم تحديات متنوعة وحلول مبتكرة للمشكلات التي تواجه اللاعبين داخل اللعبة بفضل هذه التحديات، يضطر اللاعبون إلى التفكير الاستراتيجي والتخطيط لتحقيق الأهداف المحددة، مما يعزز قدراتهم على إدارة الموارد واتخاذ القرارات بطريقة مدروسة وفعالة<sup>(5)</sup>.

**3-التأثير على السلوك الاجتماعي :** تقدم الألعاب الجماعية عبر الإنترنت بيئة مثالية لتعزيز المهارات الاجتماعية للأطفال من خلال هذه الألعاب، يتعلم الأطفال كيفية التفاعل مع أقرانهم وبناء علاقات إيجابية يتعلمون مهارات التعاون والعمل الجماعي من خلال الاستراتيجيات المشتركة للفوز في اللعبة، مما يساهم في تعزيز قدراتهم على حل النزاعات والتفاوض هذا النوع من التفاعل يمكن أن يعزز الثقة بالنفس لدى الأطفال ويساعدهم على فهم أهمية احترام آراء الآخرين والعمل ضمن فريق بالإضافة إلى ذلك، يمكن للألعاب الجماعية أن تسهم في تعزيز مهارات التواصل، حيث يتعلم الأطفال كيفية التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بشكل فعال خلال اللعبة هذا يمكن أن يساهم في تحسين قدراتهم الاجتماعية العامة والتفاعل مع الآخرين في الحياة اليومية<sup>(6)</sup>.

**4-التأثير على النوم والصحة العقلية :** استخدام الألعاب الإلكترونية بشكل مفرط قبل النوم يمكن أن يؤثر سلباً على نوعية النوم لدى الأفراد، خاصة إذا كانت هذه الألعاب محفزة وتستهلك وقتاً طويلاً من النشاط العقلي والبصري الضوء الأزرق الذي تنبعث من شاشات الأجهزة الإلكترونية يمكن أن يثير الجهاز العصبي ويقلل من إفراز هرمون الميلاتونين، الذي يساهم في تنظيم النوم هذا يمكن أن يؤدي إلى صعوبة في النوم وتقلبات في النوم، مما يؤثر على استرخاء الفرد وجودته العامة للنوم بالإضافة إلى ذلك، قد تترتب على استخدام الألعاب الإلكترونية بشكل مفرط قبل النوم زيادة في مشاكل القلق والتوتر، فالانغماس العميق في الألعاب الإلكترونية قبل النوم قد يؤدي

إلى تفاقم القلق بسبب المشاهد القاسية أو التحديات الناتجة عن اللعب، وهذا يمكن أن يؤثر على استعداد الفرد للراحة النفسية والاسترخاء الذي يسبق النوم لتجنب هذه الآثار السلبية، يُنصح بتقليل استخدام الألعاب الإلكترونية قبل النوم، وتخصيص وقت مناسب للراحة والاسترخاء قبل النوم، مثل قراءة كتاب هادئ أو الاستماع إلى موسيقى هادئة، وضبط الجهاز الإلكتروني على وضعية "الوضع الليلي" لتقليل الضوء الزرقاء المنبعث.

**5-تأثير الإدمان :** الإدمان على الألعاب الإلكترونية يعني أن الأطفال يمكن أن يجدوا صعوبة في التحكم في وقتهم وانغماسهم الزائد في اللعب، مما يؤدي إلى إهمال أنشطة أخرى تكون مفيدة لهم هذا الانغماس قد يؤثر سلباً على التوازن بين الأنشطة التعليمية والاجتماعية، حيث قد يُقلل من فرصهم لتطوير المهارات الاجتماعية الحيوية مثل التفاعل الاجتماعي والتعاون مع الآخرين كما يمكن أن يؤدي الانغماس الزائد في الألعاب إلى تأثير سلبي على النوم والصحة العقلية بسبب اضطراب الأطفال إلى قضاء ساعات طويلة أمام الشاشة بدلاً من أداء الأنشطة البدنية أو التفاعل الاجتماعي الواقعي<sup>(7)</sup>.

**6-التأثير على الانفعالات والمزاج :** قد تؤثر البعض من الألعاب الإلكترونية على انفعالات الأطفال ومزاجهم بشكل ملحوظ على سبيل المثال، الألعاب التي تتضمن مشاهد حماسية أو مواجهات عنيفة قد تثير مشاعر الحماس لدى الأطفال، مما يؤدي إلى زيادة مستوى التوتر أو الإثارة لديهم من جهة أخرى، الألعاب التي تتضمن تحديات صعبة قد تسبب غضباً أو إحباطاً عند الأطفال إذا لم يتمكنوا من التغلب على هذه التحديات بسهولة هذه الانفعالات يمكن أن تنعكس على المزاج العام للطفل وتؤثر على سلوكه في الحياة اليومية، سواء داخل اللعبة أو خارجها لذا، يُشدد العديد من الخبراء على أهمية الاعتدال والرقابة العائلية على استخدام الألعاب الإلكترونية، بما في ذلك اختيار الألعاب التي تناسب العمر والمراقبة المستمرة للوقت المستخدم فيها، لتحقيق أقصى استفادة تعليمية وترفيهية بدون التأثير السلبي على التطور السلوكي والصحة العامة للأطفال<sup>(8)</sup>.

مما سبق تعد الألعاب الإلكترونية، كمصدر ترفيه شائع بين الأطفال، قد تؤثر بشكل متباين على انفعالاتهم ومزاجهم بعض الألعاب قد تثير الحماس والتشويق، مما يمكن

أن يكون إيجابياً للطفل إذا تم توجيه هذه الطاقة نحو أنشطة بناءة أخرى من ناحية أخرى، الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية قد يسبب انعكاسات سلبية على مزاجهم وانفعالاتهم، خاصة إذا لم يتمكنوا من التحكم في وقتهم بشكل مناسب أو إذا كانت الألعاب تنير مشاعر سلبية كالغضب أو الإحباط.

### ثانياً- تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال:

تؤثر الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال بشكل متنوع على سبيل المثال، يمكن أن تساعد الألعاب الجماعية عبر الإنترنت في تعزيز مهارات التعاون والتفاعل مع الآخرين، حيث يتعاون الأطفال مع أقرانهم في حل المشكلات وتحقيق الأهداف داخل اللعبة من جانب آخر، قد تقلل الاستخدامات الفردية والمفرطة من الألعاب الإلكترونية من فرص التفاعل الاجتماعي في الواقع، مما يؤثر سلباً على قدراتهم في التواصل الحقيقي مع الأصدقاء والعائلة

إضافةً إلى ذلك، يمكن أن تشجع بعض الألعاب على تنمية مهارات القيادة وإدارة الموارد واتخاذ القرارات، مما يساهم في تطوير النمو الاجتماعي للأطفال من خلال تعلمهم كيفية التفاعل في بيئات مختلفة وتحت ظروف غير مألوفة ومع ذلك، يجب أن يتم استخدام الألعاب الإلكترونية بشكل متوازن وتحت إشراف للتأكد من أنها لا تؤثر سلباً على التطور الاجتماعي للأطفال وقدرتهم على التفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية<sup>(9)</sup>.

تعد الألعاب الإلكترونية جزءاً مهماً من حياة الأطفال في العصر الحديث، وتؤثر على النمو الاجتماعي بعدة طرق:

**1- تعزيز المهارات الاجتماعية:** الألعاب الجماعية الإلكترونية تعد منصة ممتازة لتعزيز مهارات التعاون والاتصال الفعال بين الأطفال والشباب هذه الألعاب تتيح للاعبين التفاعل مع أصدقائهم أو مع لاعبين آخرين من مختلف الأماكن عبر الإنترنت، مما ينشئ بيئة تعليمية افتراضية تشجع على التعاون والفريقية، تحسين مهارات حل المشكلات، وتطوير مهارات الاتصال، بالإضافة إلى بناء الصداقات والشبكات الاجتماعية.

**2- تنمية مهارات القيادة:** البعض من الألعاب الإلكترونية تطلب من الأطفال تحمل مسؤولية قيادة فريق أو اتخاذ قرارات استراتيجية لتحقيق الأهداف داخل اللعبة هذه

الخبرات ، يمكن أن تسهم في تطوير مهارات القيادة بشكل عام، حيث يتعلم الأطفال كيفية تحفيز الفريق، وتوجيه الجهود نحو أهداف محددة، وتخطيط استراتيجي لتحقيق النجاح ، كما تعزز هذه الألعاب مهارات إدارة الموارد، حيث يتعلم الأطفال كيفية استخدام الموارد المتاحة بشكل فعال لتحقيق أفضل النتائج في اللعبة.

**3-تطوير التفكير الاستراتيجي :** الألعاب التي تتطلب من الأطفال حل المشكلات والتفكير الاستراتيجي تعزز من قدراتهم على التخطيط والتفكير المنطقي عن طريق تحديد الأهداف وتحليل الوضع الحالي داخل اللعبة، يتعلم الأطفال كيفية اتخاذ القرارات الذكية التي تساعدهم على الوصول إلى النتائج المرجوة هذه الألعاب تعزز أيضاً مهاراتهم في التخطيط المستقبلي والتفكير المستدام، حيث يضعون استراتيجيات لتحقيق الأهداف على المدى الطويل داخل سياق اللعبة<sup>(10)</sup>.

**4-تعزيز الاندماج الاجتماعي :** الاستخدام الإيجابي للألعاب الإلكترونية يمكن أن يسهم في تعزيز الاندماج الاجتماعي بين الأطفال فعندما يلعب الأطفال مع أقرانهم عبر الإنترنت أو في ألعاب جماعية، يتاح لهم الفرصة للتفاعل والتعاون مع بعضهم البعض هذا التفاعل يساهم في بناء العلاقات الاجتماعية وتعزيز الصداقات، حيث يتشارك الأطفال في تحقيق الأهداف داخل اللعبة ويتبادلون الخبرات والمهارات بالتالي، تلعب الألعاب الإلكترونية دورًا إيجابيًا في تحفيز الأطفال على الاندماج الاجتماعي والتواصل الفعّال مع الآخرين.

**5-التأثير السلبي المحتمل :** الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية قد يحد من الوقت الذي يقضيه الأطفال في التفاعل الاجتماعي في الحياة الواقعية هذا يمكن أن يؤثر سلبًا على قدرتهم على التواصل الحقيقي مع الأشخاص من حولهم وبناء العلاقات الاجتماعية القوية بدلاً من قضاء الوقت في التفاعل المباشر وتطوير المهارات الاجتماعية مثل التعاون، قد يجد الأطفال أنفسهم يمضون وقتًا طويلاً في العوالم الافتراضية دون التفاعل الشخصي الفعلي هذا النقص في التفاعل الاجتماعي قد يؤدي إلى صعوبات في التواصل، وضعف في بناء الثقة والعلاقات، وتأثير سلبي على التنمية الاجتماعية العامة للأطفال يمكن أن تكون الألعاب الإلكترونية أداة قيمة لتعزيز النمو الاجتماعي للأطفال عندما يتم استخدامها بشكل مناسب وتحت إشراف، مع التركيز على تنويع الأنشطة وتوفير فرص للتفاعل الاجتماعي في الحياة اليومية<sup>(11)</sup>.

مما سبق يتضح أن تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال يتباين بين الإيجابي والسلبي يمكن أن تعزز الألعاب الجماعية عبر الإنترنت التعاون والتفاعل الاجتماعي، مما يساعد الأطفال على تطوير مهارات التواصل والعمل الجماعي ومع ذلك، قد يؤدي الإفراط في استخدامها إلى العزلة الاجتماعية وتقليل التفاعلات الواقعية، مما يؤثر سلباً على النمو الاجتماعي العميق لذلك، من المهم تحقيق توازن بين اللعب الإلكتروني والتفاعل الاجتماعي المباشر لضمان نمو اجتماعي صحي للأطفال.

### ثالثاً- تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال:

الألعاب الإلكترونية هي جزء لا يتجزأ من حياة الأطفال اليوم، وهي تأتي مع مجموعة متنوعة من التأثيرات النفسية والجسدية .

يمكن تقسيم التأثيرات إلى إيجابية وسلبية، مع التركيز على العوامل التي تسهم في كل جانب:

#### أ-التأثيرات الإيجابية:

**1-تحسين القدرات المعرفية:** تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال هو موضوع معقد يتضمن جوانب إيجابية وسلبية تتداخل بشكل كبير على الجانب الإيجابي، تعتبر الألعاب الإلكترونية وسيلة فعالة لتحسين القدرات المعرفية لدى الأطفال الألعاب التي تتطلب التفكير النقدي وحل المشكلات تساهم في تطوير مهارات التفكير التحليلي والاستراتيجي، مما يساعد الأطفال على تحسين قدرتهم على التخطيط واتخاذ القرارات بالإضافة إلى ذلك، الألعاب التي تتطلب تفاعلاً سريعاً بين العين واليد تساعد في تعزيز التنسيق بين الحواس، مما يحسن المهارات الحركية الدقيقة للأطفال الألعاب الجماعية أو الألعاب متعددة اللاعبين عبر الإنترنت تعزز أيضاً التعاون والعمل الجماعي يتعلم الأطفال من خلال هذه الألعاب كيفية التفاعل مع الآخرين، وتطوير مهارات التفاوض، وحل النزاعات بشكل بناء. هذا النوع من الألعاب يوفر بيئات مفتوحة يمكن للأطفال من خلالها بناء عوالمهم الخاصة، مما يعزز الإبداع والخيال لديهم بالإضافة إلى ذلك، بعض الألعاب التعليمية مصممة خصيصاً لتعليم الأطفال مهارات أكاديمية مثل الرياضيات واللغة بطريقة ممتعة وجذابة على الجانب السلبي، الإفراط في اللعب يمكن أن يؤدي إلى العزلة الاجتماعية الأطفال الذين

يقضون وقتًا طويلاً في اللعب بالألعاب الإلكترونية قد يقللون من التفاعل الاجتماعي الواقعي، مما يمكن أن يؤدي إلى العزلة والانعطاف هذا النمط من الحياة يمكن أن يقلل من النشاط البدني للأطفال، مما يزيد من مخاطر السمنة والمشاكل الصحية المرتبطة بها الألعاب التي تحتوي على محتوى عنيف أو تنافسي يمكن أن تزيد من مستويات التوتر والقلق لدى الأطفال، حيث يتعرضون للإجهاد العقلي نتيجة للضغط لتحقيق أداء جيد في هذه الألعاب اللعب لساعات طويلة، خاصة في وقت متأخر من الليل، يمكن أن يؤثر على نمط النوم ويؤدي إلى اضطرابات النوم مثل الأرق، مما يؤثر سلبًا على الصحة العامة للطفل بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يصبح الأطفال مدمنين على الألعاب الإلكترونية، مما يؤثر على دراستهم وأدائهم الأكاديمي، وعلاقاتهم الأسرية والاجتماعية الإدمان على الألعاب يمكن أن يؤدي إلى إهمال الواجبات اليومية والتزاماتهم الأخرى، مما يزيد من تعقيد المشاكل النفسية والجسدية للحد من التأثيرات السلبية للألعاب الإلكترونية، من المهم أن يتم تحديد وقت محدد للعب اليومي والتأكد من عدم تجاوزه يمكن أن يساعد الجدول الزمني المحدد في ضمان توازن صحي بين اللعب والنشاطات الأخرى اختيار ألعاب تناسب عمر الطفل وتحتوي على محتوى تعليمي وإيجابي يعتبر خطوة مهمة في توجيه استخدام الألعاب بشكل بناء من الجيد تجنب الألعاب ذات المحتوى العنيف أو غير المناسب للأطفال تشجيع الأطفال على المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضات المختلفة يضمن حصولهم على قسط كافٍ من النشاط البدني اليومي، مما يساعد في المحافظة على صحتهم الجسدية والنفسية يمكن للآباء اللعب مع أطفالهم لتعزيز الروابط الأسرية ومراقبة نوعية الألعاب التي يلعبونها، مما يساعد في توجيه الأطفال نحو الألعاب التي تساهم في تطورهم بشكل إيجابي تقديم بدائل ترفيهية متنوعة مثل القراءة، الرسم، اللعب في الهواء الطلق، والنشاطات الاجتماعية الأخرى يشجع الأطفال على استكشاف اهتمامات متنوعة، مما يقلل من اعتمادهم على الألعاب الإلكترونية كمصدر رئيسي للترفيه بشكل عام، الألعاب الإلكترونية لها تأثيرات متنوعة على الصحة النفسية للأطفال، ويمكن أن تكون إيجابية أو سلبية بناءً على كيفية استخدامها ومحتواها من خلال المراقبة المستمرة والتوجيه المناسب من قبل الآباء والمعلمين، يمكن تحقيق توازن صحي بين

الاستمتاع بالألعاب الإلكترونية والاستفادة من فوائدها مع تقليل مخاطرها المحتملة<sup>(12)</sup>.

**2-تحسين المهارات الحركية:** تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال يشمل جوانب متعددة ومعقدة، حيث تتداخل الإيجابيات مع السلبيات بشكل كبير على الجانب الإيجابي، تعتبر الألعاب الإلكترونية وسيلة فعالة لتحسين القدرات المعرفية للأطفال التي تتطلب التفكير النقدي وحل المشكلات تساهم في تطوير مهارات التفكير التحليلي والاستراتيجي، مما يساعد الأطفال على تحسين قدرتهم على التخطيط واتخاذ القرارات هذا النوع من الألعاب يمكن أن يساعد الأطفال على تعزيز مهارات التفكير المنطقي وتطوير القدرة على حل المشكلات بطرق إبداعية بالإضافة إلى ذلك، الألعاب التي تتطلب تفاعلاً سريعاً بين العين واليد تساعد في تعزيز التنسيق بين الحواس، مما يحسن المهارات الحركية الدقيقة للأطفال هذه الألعاب تتطلب من اللاعبين اتخاذ قرارات سريعة والتفاعل بسرعة مع الأحداث التي تحدث على الشاشة، مما يعزز قدرة الأطفال على الاستجابة بسرعة ودقة في الحياة اليومية الألعاب الجماعية أو الألعاب متعددة اللاعبين عبر الإنترنت تعزز أيضاً التعاون والعمل الجماعي يتعلم الأطفال من خلال هذه الألعاب كيفية التفاعل مع الآخرين، وتطوير مهارات التفاوض، وحل النزاعات بشكل بناء هذا النوع من الألعاب يوفر بيئات مفتوحة يمكن للأطفال من خلالها بناء عوالمهم الخاصة، مما يعزز الإبداع والخيال لديهم الأطفال الذين يشاركون في هذه الأنشطة يتعلمون كيفية العمل كجزء من فريق وكيفية التواصل بفعالية مع الآخرين لتحقيق أهداف مشتركة من الناحية التعليمية، بعض الألعاب مصممة خصيصاً لتعليم الأطفال مهارات أكاديمية مثل الرياضيات واللغة بطريقة ممتعة وجذابة هذه الألعاب تستخدم التفاعل والمكافآت لتعزيز التعلم، مما يجعل الأطفال أكثر انخراطاً وتحفيزاً للتعلم الألعاب التعليمية يمكن أن تكون أداة فعالة لتعليم الأطفال المفاهيم الصعبة بطريقة تفاعلية وممتعة على الجانب السلبي، الإفراط في اللعب يمكن أن يؤدي إلى العزلة الاجتماعية الأطفال الذين يقضون وقتاً طويلاً في اللعب بالألعاب الإلكترونية قد يقللون من التفاعل الاجتماعي الواقعي، مما يمكن أن يؤدي إلى العزلة والانطواء هذا النمط من الحياة يمكن أن يقلل من النشاط البدني للأطفال، مما يزيد من مخاطر السمنة والمشاكل الصحية المرتبطة بها الألعاب

التي تحتوي على محتوى عنيف أو تنافسي يمكن أن تزيد من مستويات التوتر والقلق لدى الأطفال، حيث يتعرضون للإجهاد العقلي نتيجة للضغط لتحقيق أداء جيد في هذه الألعاب الأطفال الذين يتعرضون لمحتوى عنيف قد يظهرون سلوكيات عدوانية أو يتعرضون لكوابيس ومشاكل في النوم للعب لساعات طويلة، خاصة في وقت متأخر من الليل، يمكن أن يؤثر على نمط النوم ويؤدي إلى اضطرابات النوم مثل الأرق، مما يؤثر سلباً على الصحة العامة للطفل النوم الجيد هو عنصر أساسي لصحة الأطفال النفسية والجسدية، وعدم الحصول على قسط كافٍ من النوم يمكن أن يؤثر على قدرتهم على التركيز والأداء الأكاديمي بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يصبح الأطفال مدمنين على الألعاب الإلكترونية، مما يؤثر على دراستهم وأدائهم الأكاديمي، وعلاقتهم الأسرية والاجتماعية الإدمان على الألعاب يمكن أن يؤدي إلى إهمال الواجبات اليومية والتزاماتهم الأخرى، مما يزيد من تعقيد المشاكل النفسية والجسدية الأطفال المدمنون على الألعاب قد يعانون من صعوبة في تنظيم وقتهم وإدارة الأولويات، مما يمكن أن يؤدي إلى تدهور الأداء الأكاديمي وتوتر العلاقات الأسرية للحد من التأثيرات السلبية للألعاب الإلكترونية، من المهم أن يتم تحديد وقت محدد للعب اليومي والتأكد من عدم تجاوزه، يمكن أن يساعد الجدول الزمني المحدد في ضمان توازن صحي بين اللعب والنشاطات الأخرى اختيار ألعاب تناسب عمر الطفل وتحتوي على محتوى تعليمي وإيجابي يعتبر خطوة مهمة في توجيه استخدام الألعاب بشكل بناء من الجيد تجنب الألعاب ذات المحتوى العنيف أو غير المناسب للأطفال تشجيع الأطفال على المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضات المختلفة يضمن حصولهم على قسط كافٍ من النشاط البدني اليومي، مما يساعد في المحافظة على صحتهم الجسدية والنفسية يمكن للآباء اللعب مع أطفالهم لتعزيز الروابط الأسرية ومراقبة نوعية الألعاب التي يلعبونها، مما يساعد في توجيه الأطفال نحو الألعاب التي تساهم في تطورهم بشكل إيجابي المشاركة في اللعب يمكن أن تكون فرصة للأهل لتوجيه أطفالهم وتقديم الدعم العاطفي والاجتماعي تقديم بدائل ترفيهية متنوعة مثل القراءة، الرسم، اللعب في الهواء الطلق، والنشاطات الاجتماعية الأخرى يشجع الأطفال على استكشاف اهتمامات متنوعة، مما يقلل من اعتمادهم على الألعاب الإلكترونية كمصدر رئيسي للترفيه تشجيع الأطفال على الانخراط في أنشطة مختلفة

يمكن أن يساعد في تطوير مهاراتهم الاجتماعية والبدنية والعقلية بشكل متوازن بشكل عام، الألعاب الإلكترونية لها تأثيرات متنوعة على الصحة النفسية للأطفال، ويمكن أن تكون إيجابية أو سلبية بناءً على كيفية استخدامها ومحتواها من خلال المراقبة المستمرة والتوجيه المناسب من قبل الآباء والمعلمين، يمكن تحقيق توازن صحي بين الاستمتاع بالألعاب الإلكترونية والاستفادة من فوائدها مع تقليل مخاطرها المحتملة من المهم أن يكون هناك وعي بأن الألعاب الإلكترونية يمكن أن تكون جزءًا من حياة الأطفال ولكن يجب أن تكون جزءًا متوازنًا ومدروسًا مع الأنشطة الأخرى<sup>(13)</sup>.

**3- التواصل الاجتماعي والتعاون:** الألعاب الجماعية أو الألعاب متعددة اللاعبين عبر الإنترنت لها دور كبير في تعزيز التعاون والعمل الجماعي بين الأطفال عندما يلعب الأطفال هذه الألعاب، يواجهون سيناريوهات تتطلب منهم العمل معًا لتحقيق أهداف مشتركة هذا النوع من الألعاب يفرض على الأطفال التفاعل المستمر مع زملائهم في الفريق، مما يعزز لديهم مهارات التواصل والتعاون في هذه البيئة التفاعلية، يتعلم الأطفال كيفية التفاوض والتخطيط بشكل جماعي، حيث يحتاجون إلى تبادل الأفكار والاستراتيجيات لتحقيق النجاح من خلال هذه الألعاب، يتعرض الأطفال لمواقف يتعين عليهم فيها حل النزاعات والتوصل إلى حلول وسطى، مما يعزز مهاراتهم في حل المشكلات بطرق بناءة على سبيل المثال، عندما يواجه الأطفال تحديات معقدة في اللعبة، يتعين عليهم تقسيم الأدوار والمهام بينهم بشكل فعال، مما يتطلب تواصلًا مستمرًا وتنسيقًا بين جميع أعضاء الفريق هذا النوع من التفاعل يساعد الأطفال على فهم أهمية التعاون والثقة المتبادلة، كما يعزز شعورهم بالمسؤولية الجماعية تجاه تحقيق الهدف المشترك إضافة إلى ذلك، الألعاب الجماعية تساعد الأطفال على تطوير مهارات القيادة، حيث قد يتعين على أحد الأطفال أن يتولى دور القائد لتوجيه الفريق وتنسيق الجهود هذا النوع من التجارب يعزز الثقة بالنفس ويطور مهارات القيادة لدى الأطفال في بيئة آمنة وممتعة الألعاب متعددة اللاعبين توفر أيضًا بيئة يمكن للأطفال من خلالها بناء صداقات جديدة، سواء كان ذلك مع زملاء المدرسة أو أطفال آخرين من مختلف أنحاء العالم هذا التفاعل الاجتماعي يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على صحة الأطفال النفسية، حيث يساعدهم على بناء شبكة دعم اجتماعي قوية علاوة على ذلك، الألعاب الجماعية تعزز فهم الأطفال لأهمية العمل الجماعي في تحقيق النجاح

يتعلم الأطفال أن التعاون يمكن أن يكون أكثر فعالية من العمل الفردي في كثير من الأحيان، وأن العمل الجماعي يتطلب الالتزام والانضباط هذه الدروس يمكن أن تنعكس على حياتهم اليومية، حيث يصبح الأطفال أكثر استعدادًا للعمل مع الآخرين في مختلف المجالات، سواء في المدرسة أو الأنشطة الرياضية أو الحياة الاجتماعية بشكل عام باختصار، الألعاب الجماعية أو الألعاب متعددة اللاعبين عبر الإنترنت تساهم بشكل كبير في تعزيز التعاون والعمل الجماعي بين الأطفال من خلال هذه الألعاب، يتعلم الأطفال كيفية التفاعل مع الآخرين بفعالية، تطوير مهارات التفاوض، وحل النزاعات بطرق بناءة هذه التجارب التفاعلية تساعدهم على بناء مهارات حياتية قيمة وتعزز صحتهم النفسية والاجتماعية<sup>(14)</sup>.

**4- تعزيز الإبداع والخيال :** تعزيز الإبداع والخيال من خلال الألعاب الإلكترونية هو جانب مهم يؤثر بشكل إيجابي على تطور الأطفال. العديد من الألعاب الحديثة توفر بيئات مفتوحة ومرنة يمكن للأطفال من خلالها بناء عوالمهم الخاصة، مما يعزز قدراتهم الإبداعية ويحفز خيالهم بشكل كبير هذه الألعاب تمنح الأطفال حرية كبيرة في اتخاذ القرارات وتصميم العناصر داخل اللعبة، مما يجعلهم ينغمسون في تجارب خيالية مثيرة في هذه البيئات الافتراضية، يمكن للأطفال استخدام مجموعة واسعة من الأدوات والموارد لإنشاء وتصميم عوالمهم الخاصة على سبيل المثال، ألعاب مثل "ماينكرافت" تمنح الأطفال القدرة على بناء كل شيء من المنازل إلى المدن الكاملة، باستخدام مجموعة متنوعة من المواد والأدوات هذه العملية تتطلب من الأطفال التفكير بشكل خلاق وتطبيق مبادئ التصميم والتخطيط، مما يعزز مهاراتهم الإبداعية والهندسية الإبداع في الألعاب لا يقتصر فقط على بناء الهياكل، بل يتضمن أيضًا سرد القصص وتطوير الشخصيات بعض الألعاب تمنح الأطفال الفرصة لإنشاء شخصياتهم الخاصة ووضعها في قصص أو مغامرات من نسج خيالهم هذا النوع من التفاعل يساعد الأطفال على تطوير مهارات السرد والكتابة، كما يعزز قدرتهم على التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم من خلال القصص التي يبتكرونها الألعاب التي توفر حرية الإبداع تشجع الأطفال على التفكير خارج الصندوق وتجربة أفكار جديدة عندما يواجهون تحديات داخل اللعبة، يتعلمون كيفية ابتكار حلول مبتكرة للمشكلات التي يواجهونها هذا النوع من التعلم التفاعلي يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على طريقة

تفكيرهم في الحياة الواقعية، حيث يصبحون أكثر استعدادًا لمواجهة التحديات بطرق إبداعية ومبتكرة إضافة إلى ذلك، الألعاب التي تعتمد على الإبداع تسمح للأطفال بالتعاون مع أقرانهم في بناء المشاريع المشتركة من خلال العمل معًا، يتعلم الأطفال كيفية دمج أفكارهم مع أفكار الآخرين، مما يعزز مهارات التعاون والتفاوض لديهم هذا النوع من التفاعل الاجتماعي يعزز الشعور بالانتماء ويساعد الأطفال على بناء صداقات قوية مع الآخرين الذين يشاركونهم نفس الاهتمامات البيئات المفتوحة في الألعاب تتيح للأطفال استكشاف مجموعة متنوعة من السيناريوهات والتجارب التي قد لا تكون ممكنة في العالم الحقيقي هذا النوع من الاستكشاف يعزز فضولهم ويشجعهم على التعلم واكتشاف أشياء جديدة عندما يبتكر الأطفال عوالمهم الخاصة، فإنهم يتعلمون كيفية التعامل مع القواعد والأنظمة، وكيفية خلق توازن بين الحرية والمسؤولية في النهاية، تعزيز الإبداع والخيال من خلال الألعاب الإلكترونية يمكن أن يكون له تأثير كبير على تطوير الأطفال بشكل شامل من خلال منحهم الأدوات والحرية لإنشاء عوالمهم الخاصة، تتاح للأطفال الفرصة لتطوير مهاراتهم الإبداعية والتخيلية بطرق ممتعة وتفاعلية هذا النوع من التعلم لا يعزز فقط مهاراتهم الفنية والهندسية، بل يساهم أيضًا في تنمية قدراتهم العقلية والاجتماعية، مما يعددهم بشكل أفضل لمواجهة تحديات المستقبل (15).

5- **التعلم من خلال اللعب:** التعلم من خلال اللعب هو مفهوم تعليمي متقدم يستفيد من الألعاب الإلكترونية كوسيلة فعالة لجعل التعلم ممتعًا وجذابًا للأطفال العديد من الألعاب التعليمية مصممة خصيصًا لتعليم الأطفال مهارات أكاديمية مثل الرياضيات واللغة بطرق تفاعلية تشجعهم على المشاركة والانخراط بشكل نشط في عملية التعلم هذه الألعاب تستخدم عناصر اللعبة مثل التحديات والمكافآت والمستويات المختلفة لتحفيز الأطفال على التعلم وتحقيق تقدم ملموس عندما يلعب الأطفال ألعاب تعليمية، يتم تقديم المعلومات والمفاهيم الأكاديمية بطريقة تفاعلية وسهلة الفهم على سبيل المثال، يمكن لألعاب الرياضيات أن تقدم مسائل حسابية في سياق مغامرة شيقة، حيث يتعين على الأطفال حل المسائل للتقدم في اللعبة هذا النوع من التفاعل يجعل الأطفال يتعلمون الرياضيات دون أن يشعروا أنهم يقومون بعمل مدرسي تقليدي، مما يزيد من اهتمامهم واستعدادهم لتعلم المزيد.

الألعاب التعليمية تستخدم أيضًا التكرار والتعزيز الإيجابي لتعزيز الفهم والاحتفاظ بالمعلومات عندما يحقق الأطفال النجاح في اللعبة، يحصلون على مكافآت مثل النقاط أو الجوائز الافتراضية، مما يشجعهم على الاستمرار في اللعب والتعلم هذا النوع من التحفيز يساعد الأطفال على تطوير الثقة بأنفسهم وقدراتهم الأكاديمية، حيث يرون أن الجهد الذي يبذلونه يؤدي إلى نتائج إيجابية بالإضافة إلى تحسين المهارات الأكاديمية، الألعاب التعليمية تعزز مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات للأطفال الذين يلعبون هذه الألعاب يتعلمون كيفية التفكير بطرق منطقية واستراتيجية لحل التحديات التي تواجههم هذه المهارات تكون مفيدة جدًا في الحياة الأكاديمية والعملية، حيث يحتاج الأطفال إلى تطبيق نفس النهج لحل المشكلات الحقيقية التي يواجهونها.

الألعاب التعليمية أيضًا توفر بيئة آمنة للتعلم، حيث يمكن للأطفال تجربة الأخطاء والتعلم منها دون الخوف من الفشل أو العقاب هذا النوع من البيئة يشجع على الاستكشاف والتجربة، مما يساعد الأطفال على اكتساب معرفة أعمق بالمفاهيم التي يتعلمونها يمكن للأطفال إعادة المحاولة عدة مرات حتى يتمكنوا من فهم الموضوع بشكل كامل، مما يعزز التعلم الذاتي والاستقلالية إضافة إلى ذلك، الألعاب التعليمية تدعم التعلم الشخصي، حيث يمكن تعديل مستوى الصعوبة ليناسب مستوى الطفل الفردي هذا يسمح للأطفال بالتعلم بوتيرتهم الخاصة، مما يضمن أن جميع الأطفال يحصلون على الفرصة لتحقيق النجاح بناءً على قدراتهم الفردية بعض الألعاب توفر أيضًا تقارير وتقييمات تمكن الآباء والمعلمين من متابعة تقدم الأطفال وتحديد المجالات التي يحتاجون فيها إلى تحسين الألعاب التعليمية يمكن أن تكون وسيلة فعالة لتعزيز التعلم التعاوني يمكن للأطفال اللعب مع أقرانهم أو مع أفراد الأسرة، مما يعزز التفاعل الاجتماعي والتعلم من خلال التعاون والمشاركة هذا النوع من التعلم يعزز فهم الأطفال للمفاهيم من خلال التفاعل مع الآخرين، وتبادل الأفكار، والتعلم من تجارب الآخرين في النهاية، التعلم من خلال اللعب باستخدام الألعاب التعليمية يمكن أن يكون له تأثير كبير على تحسين المهارات الأكاديمية للأطفال وتعزيز حبهم للتعلم هذه الألعاب تجعل عملية التعلم ممتعة وتفاعلية، مما يساعد الأطفال على تطوير مهاراتهم الأكاديمية والاجتماعية بطرق مبتكرة وفعالة من خلال الاستفادة من التكنولوجيا

والألعاب التفاعلية، يمكننا تقديم تجارب تعليمية غنية تشجع الأطفال على الاستكشاف والتعلم مدى الحياة (16).

## ب-التأثيرات السلبية:

### 1-العزلة الاجتماعية:

العزلة الاجتماعية الناتجة عن الإفراط في اللعب بالألعاب الإلكترونية هي مشكلة معقدة تتطلب فهماً عميقاً لكيفية تأثير هذه الألعاب على حياة الأطفال عندما يقضي الأطفال وقتاً طويلاً في اللعب، يمكن أن يقلل ذلك من الوقت الذي يقضونه في التفاعل الاجتماعي الواقعي مع العائلة والأصدقاء والألعاب الإلكترونية توفر للأطفال بيئة افتراضية مغرية تجعلهم يفضلون البقاء أمام الشاشة بدلاً من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية التقليدية هذا التوجه نحو اللعب المفرط يمكن أن يؤدي إلى تقليل الفرص التي يتفاعل فيها الأطفال وجهًا لوجه مع الآخرين، مما يعزز العزلة والانطواء التفاعل الاجتماعي الواقعي مهم جداً لتنمية المهارات الاجتماعية والعاطفية لدى الأطفال من خلال اللعب مع أقرانهم في الواقع، يتعلم الأطفال كيفية التفاوض، وحل النزاعات، والتعاون مع الآخرين هذه التفاعلات تساعدهم على تطوير التعاطف وفهم مشاعر الآخرين عندما يتم استبدال هذه التفاعلات ببيئة افتراضية، يفقد الأطفال الفرص الحيوية لتطوير هذه المهارات الألعاب الإلكترونية قد تقدم بعض الفوائد الاجتماعية من خلال التفاعل مع الآخرين عبر الإنترنت، ولكن هذه التفاعلات تكون عادة سطحية وغير كافية لتلبية احتياجات النمو الاجتماعي والعاطفي للأطفال إضافة إلى ذلك، الأطفال الذين يقضون ساعات طويلة في اللعب قد يبدأون في تجنب الأنشطة الاجتماعية الأخرى مثل الرياضة، والأنشطة المدرسية، والمناسبات العائلية هذه الأنشطة تلعب دوراً مهماً في بناء العلاقات الاجتماعية وتعزيز الشعور بالانتماء للمجتمع الابتعاد عنها يمكن أن يؤدي إلى شعور الطفل بالعزلة والوحدة، مما يؤثر على صحته النفسية بشكل عام الأطفال المنعزلون قد يعانون من مشاعر القلق والاكتئاب بسبب نقص التفاعل الاجتماعي والدعم العاطفي من الآخرين العزلة الاجتماعية يمكن أن تؤدي أيضاً إلى تدهور العلاقات الأسرية عندما يقضي الأطفال معظم وقتهم في اللعب بالألعاب الإلكترونية، قد يقل التفاعل مع أفراد الأسرة، مما

يؤدي إلى تقليل التواصل والتفاهم بين أفراد العائلة هذا يمكن أن يخلق فجوة بين الأطفال وأولياء أمورهم، ويؤدي إلى شعور الأطفال بأنهم غير مفهومين أو غير مدعومين يمكن أن تتفاقم هذه المشكلة عندما يستخدم الأطفال الألعاب كوسيلة للهروب من المشكلات العائلية أو التوترات الشخصية من المهم أيضاً أن ندرك أن الأطفال الذين يعانون من العزلة الاجتماعية قد يجدون صعوبة في تطوير مهارات العلاقات الشخصية الضرورية في المستقبل التفاعل الاجتماعي الواقعي يساعد الأطفال على تعلم كيفية بناء والحفاظ على العلاقات الصحية، والتعامل مع الاختلافات، وتطوير الثقة بالنفس عندما يتم إعاقة هذه العملية بسبب اللعب المفرط، يمكن أن يكون لذلك تأثير طويل الأمد على قدرة الأطفال على التفاعل بشكل فعال في المجتمع لحل مشكلة العزلة الاجتماعية الناتجة عن الإفراط في اللعب، من الضروري أن يتدخل الآباء والمعلمون لتشجيع الأطفال على الانخراط في أنشطة اجتماعية متنوعة يجب أن يكون هناك توازن بين الوقت الذي يقضيه الأطفال في اللعب وبين الوقت المخصص للتفاعل الاجتماعي الواقعي من خلال تقديم بدائل جذابة مثل الرياضة، والفنون، والنشاطات الجماعية، يمكن تشجيع الأطفال على تقليل الوقت الذي يقضونه أمام الشاشات وزيادة التفاعل مع الآخرين هذا سيساعدهم على تطوير مهاراتهم الاجتماعية والعاطفية بطرق صحية ومفيدة في النهاية، العزلة الاجتماعية الناتجة عن الإفراط في اللعب بالألعاب الإلكترونية يمكن أن يكون لها تأثيرات سلبية كبيرة على نمو الأطفال وصحتهم النفسية من خلال فهم هذه التأثيرات والعمل على تقليلها، يمكننا مساعدة الأطفال على تحقيق توازن صحي بين التفاعل الافتراضي والتفاعل الاجتماعي الواقعي، مما يعزز رفاهيتهم العامة ويساعدهم على تطوير مهارات حياتية مهمة (17).

**2-قلة النشاط البدني:** قلة النشاط البدني الناتجة عن الوقت الطويل الذي يقضيه الأطفال أمام الشاشات تُعد من أبرز المشاكل الصحية التي تواجه الجيل الحالي مع ازدياد استخدام الأجهزة الإلكترونية والألعاب، يقضي الأطفال ساعات طويلة جالسين، مما يقلل بشكل كبير من نشاطهم البدني هذا النمط من الحياة المستقرة يعرض الأطفال لمخاطر صحية متعددة، بما في ذلك زيادة الوزن والسمنة، والتي بدورها ترتبط بمشاكل صحية أكثر خطورة مثل مرض السكري من النوع الثاني وأمراض القلب.

السمنة لدى الأطفال أصبحت ظاهرة متزايدة، والسبب الرئيسي وراء ذلك هو التوازن السلبي بين السرعات الحرارية المستهلكة والمحرقَة عندما يقضي الأطفال وقتًا طويلاً أمام الشاشات، سواء كان ذلك في مشاهدة التلفاز أو لعب الألعاب الإلكترونية، يستهلكون عادةً وجبات خفيفة غير صحية ومشروبات محلاة بكميات كبيرة هذه العادات الغذائية السيئة، بالإضافة إلى نقص النشاط البدني، تؤدي إلى تراكم السرعات الحرارية الزائدة في الجسم، مما يساهم في زيادة الوزن والسمنة قلة النشاط البدني تؤثر أيضًا على النمو البدني للأطفال النشاط البدني ضروري لتطوير العظام والعضلات بشكل صحيح، ولتعزيز التناسق الحركي والمرونة الأطفال الذين لا يشاركون في الأنشطة البدنية الكافية قد يعانون من ضعف في النمو البدني، مما قد يؤدي إلى مشاكل صحية طويلة الأمد قلة النشاط البدني يمكن أن تؤثر على الصحة العقلية للأطفال أيضًا النشاط البدني له دور مهم في تحسين الحالة المزاجية والحد من التوتر والقلق الأطفال الذين لا يمارسون الرياضة بانتظام قد يكونون أكثر عرضة للشعور بالضيق والقلق والاكتئاب علاوة على ذلك، الأطفال الذين يعتادون على نمط حياة قليل الحركة في سن مبكرة قد يجدون صعوبة في تبني أنماط حياة نشطة في المستقبل العادات الصحية التي يتم تكوينها في الطفولة تستمر عادةً إلى مرحلة البلوغ. لذلك، الأطفال الذين يقضون وقتًا طويلاً أمام الشاشات دون نشاط بدني قد يكبرون ليصبحوا بالغين يعيشون حياة غير نشطة، مما يزيد من مخاطر الإصابة بالأمراض المزمنة في مراحل لاحقة من الحياة لحل مشكلة قلة النشاط البدني، من الضروري تشجيع الأطفال على المشاركة في الأنشطة الرياضية والبدنية بانتظام يمكن أن تشمل هذه الأنشطة ممارسة الرياضة في المدرسة، والانضمام إلى فرق رياضية، والمشاركة في الأنشطة الخارجية مثل المشي، وركوب الدراجة، واللعب في الهواء الطلق يجب أن يكون هناك توازن بين الوقت الذي يقضيه الأطفال أمام الشاشات والوقت المخصص للنشاط البدني الآباء والأمهات يلعبون دورًا حاسمًا في تعزيز النشاط البدني لأطفالهم يمكنهم أن يكونوا قدوة حسنة من خلال ممارسة الرياضة بانتظام والانخراط في الأنشطة البدنية مع أطفالهم يمكن أيضًا تحديد وقت محدد لاستخدام الأجهزة الإلكترونية وتشجيع الأطفال على اللعب في الخارج واستكشاف الأنشطة المختلفة التي تساعدهم على الحفاظ على لياقتهم البدنية المدارس والمجتمعات

المحلية يمكن أن تساهم - أيضًا - في تعزيز النشاط البدني للأطفال من خلال توفير البرامج والأنشطة الرياضية المتنوعة إنشاء بيئات داعمة تشجع الأطفال على التحرك والنشاط يمكن أن يساهم بشكل كبير في تحسين صحتهم العامة والحد من مخاطر السمنة والمشاكل الصحية المرتبطة بها في النهاية، قلة النشاط البدني نتيجة للوقت الطويل الذي يقضيه الأطفال أمام الشاشات يمثل تحديًا كبيرًا لصحتهم العامة من خلال تشجيع النشاط البدني المتوازن وتقديم بيئات داعمة، يمكننا مساعدة الأطفال على تبني أنماط حياة صحية أكثر نشاطًا، مما يعزز صحتهم الجسدية والعقلية ويقلل من مخاطر المشاكل الصحية في المستقبل<sup>(18)</sup>.

مما سبق يتبين أن تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال يتنوع بين الفوائد والمخاطر الألعاب المناسبة للعمر يمكن أن تحسن المهارات العقلية وتخفف التوتر، مما يدعم الصحة النفسية الإيجابية ومع ذلك، الإفراط في اللعب قد يؤدي إلى القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية، مما يضر بالصحة النفسية فتحقيق التوازن والإشراف من قبل أهل ضروريان للحفاظ على الصحة النفسية للأطفال.

### ملخص النتائج:

1- أشارت نتائج الدراسة أن تأثير الألعاب الإلكترونية على التطور السلوكي للأطفال يمكن أن يكون متنوعًا؛ حيث يمكن أن تساعد الألعاب التعليمية والتفاعلية على تحسين المهارات العقلية والإبداع، لكنها قد تسبب أيضًا مشكلات مثل قلة النشاط البدني والعزلة الاجتماعية إذا لم يتم استخدامها بشكل متوازن استخدام الألعاب الإلكترونية بشكل مفرط قد يؤدي إلى تدهور في التفاعل الاجتماعي والأنشطة البدنية، مما يؤثر سلبًا على التطور السلوكي العام للأطفال تحقيق التوازن والإشراف من قبل أهل أمر ضروري لضمان الفوائد وتجنب الأضرار.

2- أظهرت نتائج الدراسة أن تأثير الألعاب الإلكترونية على النمو الاجتماعي للأطفال يمكن أن يكون متباينًا؛ فقد تعزز الألعاب الجماعية عبر الإنترنت التعاون والعمل الجماعي، لكنها قد تؤدي أيضًا إلى العزلة الاجتماعية إذا تم الإفراط في استخدامها على حساب التفاعلات الواقعية الألعاب الإلكترونية قد تقدم فرصًا للتفاعل مع الآخرين في البيئة الافتراضية، لكن التفاعل وجهاً لوجه يبقى ضروريًا لتطوير المهارات

الاجتماعية العميقة تحقيق التوازن بين اللعب الإلكتروني والتفاعل الاجتماعي المباشر يعد مفتاحًا لنمو اجتماعي صحي.

3- بينت نتائج الدراسة أن تأثير الألعاب الإلكترونية على الصحة النفسية للأطفال يمكن أن يكون إيجابيًا أو سلبيًا الألعاب التعليمية والمناسبة للعمر قد تحسن المهارات العقلية وتخفف التوتر، لكن الإفراط في اللعب قد يؤدي إلى القلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية تحقيق التوازن في استخدام الألعاب الإلكترونية والإشراف من قبل الأهل ضروري للحفاظ على الصحة النفسية للأطفال.

### التوصيات:

- 1- تحديد وقت يومي محدد للعب بالألعاب الإلكترونية لضمان عدم الإفراط.
- 2- تشجيع الألعاب التي تتطلب التفاعل الاجتماعي والتعاون مع الآخرين لتعزيز المهارات الاجتماعية.
- 3- اختيار الألعاب التي تقدم محتوى تعليمي وإبداعي لتعزيز التطور العقلي.
- 4- مراقبة محتوى الألعاب للتأكد من أنه مناسب لعمر الطفل وخالي من العنف أو المحتوى غير اللائق.
- 5- تشجيع الأنشطة البدنية واللعب في الهواء الطلق لتحقيق التوازن بين النشاط البدني والوقت أمام الشاشة.
- 6- تعزيز التواصل الأسري من خلال اللعب مع الأطفال أو مناقشة الألعاب التي يلعبونها.
- 7- تشجيع الأطفال على ممارسة هوايات وأنشطة متنوعة لتطوير مهارات متعددة.
- 8- توفير بيئة داعمة تساعد الأطفال على التعبير عن مشاعرهم وتجنب العزلة الاجتماعية.
- 9- استخدام الألعاب الإلكترونية كوسيلة لتعزيز التعلم والتطوير الشخصي وليس كوسيلة لتمضية الوقت فقط.
- 10- توعية الأطفال بأهمية التوازن بين الحياة الافتراضية والحقيقية وتنظيم وقتهم بشكل جيد.
- 11- تجنب استخدام الألعاب الإلكترونية كأداة لتجنب المشاكل أو الهروب من الواقع.

- 12- متابعة الدراسات والأبحاث المتعلقة بتأثير الألعاب الإلكترونية لضمان اتخاذ قرارات مبنية على معلومات دقيقة.
- 13- تحفيز الأطفال على تطوير مهارات التفكير النقدي وتحليل الألعاب التي يلعبونها.
- 14- تشجيع النقاش حول المواضيع التي تطرحها الألعاب وتعليم الأطفال القيم الإيجابية من خلالها.
- 15- تعزيز التواصل المفتوح مع الأطفال حول تجاربهم في الألعاب الإلكترونية ومراقبة أي تغييرات في سلوكهم أو صحتهم النفسية.

## الهوامش:

- 1- عبد الله محمد أحمد، تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال والمراهقين، ط (1) ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر، 2023م ، ص 45.
- 2- أحمد عبد الرحمن، تنمية المهارات السلوكية والاجتماعية للأطفال، ط (1) ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2022م ، ص 34.
- 3- محمد علي حسن، تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال، ط (1) ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان، الأردن ، 2021م ، ص 45.
- 4- عبد الله الصادق ، تنمية المهارات النفسية لدى الأطفال والمراهقين، ط (2) ، دار المكتبة العصرية، القاهرة، مصر، 2023م ، ص 62.
- 5- محمد أبو زيد ، "الألعاب الإلكترونية وأثرها على الأطفال"، ط (2) ، دار النهضة العربية، القاهرة، 2021م ، ص 45.
- 6- ناصر الجندي، "التأثيرات النفسية والاجتماعية للألعاب الإلكترونية"، ط (1) ، دار الفكر العربي، بيروت، 2020م، ص 112.
- 7- فهد العسيري، "الألعاب الإلكترونية والتنشئة الاجتماعية للأطفال"، ط (1) ، دار الكتاب العربي، الرياض، 2022م، ص 89.

- 8- مريم الزهراني، "الألعاب الرقمية والتنمية السلوكية للأطفال"، ط (3) ، دار البحوث العلمية، جدة، 2023م ، ص 76.
- 9- أحمد الخطيب، "الألعاب الإلكترونية والصحة النفسية للأطفال"، ط (1) ، دار الثقافة الجديدة، عمان، 2021م، ص 55.
- 10- خالد السويدي، "التأثيرات الإيجابية والسلبية للألعاب الإلكترونية على الأطفال"، ط (2) ، دار النهضة العلمية، دبي، 2022م ، ص 99.
- 11- علي يوسف، "التكنولوجيا والتربية: الألعاب الإلكترونية كنموذج"، ط (1) ، دار الجيل الجديد، القاهرة، 2020م، ص 134.
- 12- ليلي الحسن، "دور الألعاب الإلكترونية في تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال"، ط (2) ، دار العلوم التربوية، دمشق، 2021م ، ص 78.
- 13- نورة القحطاني، "التأثيرات النفسية للألعاب الرقمية"، ط (1) ، دار المعرفة، الرياض، 2022م، ص 120.
- 14- خليل المومني، "الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على الأطفال"، ط (1) ، دار النشر الجامعي، عمان، 2023م، ص 88.
- 15- فاطمة العتيبي، "الألعاب الإلكترونية والنمو النفسي للأطفال"، ط (3) ، دار الفاروق، جدة، 2021م، ص 92.
- 16- جمال الكيلاني، "التربية الحديثة والألعاب الإلكترونية"، ط (1) ، دار الهلال، بيروت، 2022م، ص 67.
- 17- منى أحمد، "التفاعل الاجتماعي والألعاب الرقمية"، ط (2) ، دار الشروق، القاهرة، 2023م ، ص 113.
- 18- صالح السعدي، "الألعاب الإلكترونية وأثارها السلوكية"، ط (1) ، دار الحكمة، بغداد، 2020م ، ص 102.