

نموذج بنائي للعلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا لدى طلبة الجامعات الليبية

سليمان الصادق الامين *

قسم: العلوم النظرية التخصصية - كلية ن التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة:
الجفارة ، ليبيا

Alamen.s1967@gmail.com

– ID. 0009 – 0002- 4869-5744

تاريخ الارسال 2026/6/11 تاريخ القبول 2026/8/22م

"A Structural Equation Model of the Associations between Electronic Gaming Addiction, Academic Procrastination, and Satisfaction among Libyan University Students"

Soliman Al-Sadiq Al-Amin - Department: Theoretical Sciences
(Specialization) - Faculty: Physical Education and Sports Sciences -
University: Al-Jafara University - City: Al-Aziziyah - Country: Libya –

Alamen.s1967@gmail.com

– ID. 0009 – 0002- 4869-5744

Abstract in English:

This study tested a structural model explaining the relationship between online gaming addiction, academic procrastination, and life satisfaction among (700) students from three Libyan universities (Al-Zawiya, Al-Jafara, Gharyan), using descriptive-analytical approach with Structural Equation Modeling (SEM).

Results showed widespread gaming prevalence (85.7%), with average daily play of (2.85) hours. A strong positive relationship was found between addiction and academic procrastination ($r = 0.53$), and a strong negative relationship between procrastination and life satisfaction ($r = -0.49$). The model confirmed that academic procrastination fully mediates the relationship between addiction and life satisfaction, with a non-significant direct effect but a strong indirect effect through procrastination.

Significant differences in addiction levels were found in favor of males and Physical Education students. The study recommended awareness and intervention programs to reduce addiction, considering gender and specialization differences, and conducting further extended structural studies.

Keywords: Online Gaming Addiction, Academic Procrastination, Life Satisfaction, Structural Equation Modeling, Libyan University Students.

المخلص :

هدفت الدراسة إلى اختبار نموذج بنائي يفسر العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى (700) طالب من ثلاث جامعات ليبية (الزاوية، الجفارة، غريان)، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي بأسلوب النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM).

أظهرت النتائج انتشاراً واسعاً للألعاب الإلكترونية (85.7%)، بمتوسط لعب يومي (2.85) ساعة، مع وجود علاقة طردية قوية بين الإدمان والتسويق الأكاديمي ($r = 0.53$)، وعلاقة عكسية قوية بين التسويق والرضا عن الحياة ($r = -0.49$). كما أثبت النموذج أن التسويق الأكاديمي يتوسط العلاقة بين الإدمان والرضا بشكل كلي، حيث كان التأثير المباشر غير دال إحصائياً، بينما كان التأثير غير المباشر قوياً عبر التسويق.

كما وجدت فروق دالة في الإدمان لصالح الذكور وطلبة التربية البدنية. وأوصت الدراسة ببرامج توعوية وتدخلية للحد من الإدمان، مع مراعاة الفروق بين الجنسين والتخصصات، وإجراء مزيد من الدراسات البنائية الموسعة.

الكلمات المفتاحية: إدمان الألعاب الإلكترونية، التسويق الأكاديمي، الرضا عن الحياة، النمذجة البنائية، طلبة الجامعات الليبية.

مقدمة البحث:

في عصر التحول الرقمي المتسارع، أصبحت الألعاب الإلكترونية الذكية جزءاً لا يتجزأ من نمط حياة فئة الشباب، ولا سيما طلبة الجامعات الذين يمثلون الشريحة الأكثر تفاعلاً مع التكنولوجيا الحديثة، ومع الانتشار الواسع للهواتف الذكية وشبكات الإنترنت عالية السرعة، لم تعد الألعاب الإلكترونية مقتصرة على أوقات الفراغ فقط، بل أصبحت تتداخل بشكل كبير مع الوقت المخصص للدراسة، والنوم، والنشاط البدني، والتفاعل الاجتماعي الحقيقي.

وقد شاع استخدام الألعاب الإلكترونية لدرجة أنها أصبحت متاحة للجميع

وخاصة الشباب، وتحتوى هذه الألعاب على محاكاة لألعاب حقيقية ككرة القدم وسباق السيارات والمصارعة والملاكمة، أو على الألعاب الخيالية كغزو الفضاء (على، وآخرون، 2016، ص 180).

وتشير الإحصاءات العالمية إلى أن متوسط وقت اللعب اليومي بين المراهقين والشباب قد تجاوز حاجز الساعتين في العديد من الدول، مع وجود شريحة لا يستهان بها يتراوح وقت اللعب اليومي لديها ما بين (5% إلى 10%) تلبى معايير "اضطراب الألعاب عبر الإنترنت" (American Psychiatric Association, 2013; World Health Organization, 2019).

وفي السياق الليبي، يزايد الإهتمام بهذه الظاهرة في السنوات الأخيرة، خاصة مع الانتشار الواسع للهواتف الذكية وشبكات الإنترنت عالية السرعة، غير أن الدراسات التي تناولت تأثير هذه الظاهرة على طلبة الجامعات الليبية لا تزال محدودة، مما يستدعي إجراء المزيد من الدراسات لفهم الآليات الوسيطة التي تفسر العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتحصيل الدراسي والرضا عن الحياة.

مشكلة البحث:

لقد شهد العقد الأخير تحولاً جذرياً في أنماط استهلاك الترفيه الرقمي لدى العديد من فئات المجتمع، وخاصة فئة الشباب الجامعي، حيث أصبحت الألعاب الإلكترونية الذكية جزءاً لا يتجزأ من الروتين اليومي لغالبية طلبة الجامعات على مستوى العالم (Alzahrani & Griffiths, 2024)، كما تشير الإحصاءات العالمية إلى أن متوسط وقت اللعب اليومي بين المراهقين والشباب قد تجاوز حاجز الساعتين في العديد من الدول، مع وجود شريحة لا يستهان بها تتراوح ما بين (5% إلى 10%) تلبى معايير "اضطراب الألعاب عبر الإنترنت" (Internet Gaming Disorder) وفقاً للدليل التشخيصي والإحصائي للإضطرابات النفسية (American Psychiatric Association, 2013; World Health Organization, 2019)، وتتمثل مشكلة الدراسة الحالية في التساؤل الرئيسى التالى ما هى طبيعة العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الليبية (جامعات الزاوية، الجفارة، غريان)؟

تساؤلات البحث:

1. هل يوجد تأثير دال إحصائياً لإدمان الألعاب الإلكترونية على التسويق الأكاديمي لدى طلبة الجامعات الليبية؟

2. هل يوجد تأثير دال إحصائياً للتسويق الأكاديمي على الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الليبية؟

3. هل يوجد تأثير دال إحصائياً لإدمان الألعاب الإلكترونية على الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الليبية؟

4. هل يتوسط التسويق الأكاديمي العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة؟

أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى اختبار نموذج بنائي للعلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا لدى طلبة الجامعات الليبية من خلال:

1- اختبار نموذج بنائي يفسر العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الليبية.

2- تحديد مدى انتشار إدمان الألعاب الإلكترونية بين طلبة الجامعات الليبية (الزاوية، الجفارة، غريان).

3- دراسة العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي.

4- تحليل العلاقة بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة.

5- اقتراح حلول وبرامج توعوية للحد من التأثيرات السلبية المحتملة.

أهمية البحث:

تمثل هذه الدراسة إضافة نوعية للأدبيات العلمية في مجال الإدمان الرقمي، حيث تقدم نموذجاً بنائياً يفسر الآليات الوسيطة في العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة، كما تسلط الدراسة الضوء على شريحة مهمة من المجتمع الليبي (طلبة الجامعات) والتي لم تحظ باهتمام بحثي كاف في هذا المجال، وتستند الدراسة إلى نظريات متعددة (الإدمان السلوكي، نموذج التعويض، النموذج المعرفي لما وراء المعرفة) لتفسير الآليات الوسيطة، بينما من الناحية العملية فهذه الدراسة توفر بيانات تساعد إدارات الجامعات في تبني برامج توعوية وصحية للحد من الآثار السلبية لإدمان الألعاب الإلكترونية، وتقدم الدراسة توصيات قابلة للتطبيق تستند إلى أدلة ميدانية محلية، وليس إلى إجهادات عامة، وهي بذلك تساهم في توجيه الاهتمام نحو الاستخدام الصحي والمتوازن للتقنية الترفيهية.

مصطلحات البحث:

- إدمان الألعاب الإلكترونية (Online Gaming Addiction):

- تُعرف الألعاب الإلكترونية الذكية بأنها "أنظمة تفاعلية قائمة على البرمجيات، صُممت بهدف الترفيه أو التعليم أو كليهما، وهي تعتمد على تقنيات ذكية مثل الذكاء الاصطناعي، والواقع المعزز، والمحاكاة الحسية من أجل توفير تجربة مستخدم ديناميكية ومخصصة" (Kiili et al., 2023, p. 4).
- وتعرف منظمة الصحة العالمية (WHO, 2019) إدمان الألعاب الإلكترونية بأنه "نمط سلوكي مستمر أو متكرر في ممارسة الألعاب الرقمية أو عبر الإنترنت، يتسم بضعف السيطرة على اللعب، وتزايد أولوية اللعب على حساب الأنشطة الحياتية الأخرى، واستمرار اللعب أو تصاعده على الرغم من حدوث عواقب سلبية".

- التسويق الأكاديمي (Academic Procrastination):

- يعرف التسويق الأكاديمي بأنه "تأجيل أداء المهام الأكاديمية إلى وقت لاحق، مع شعور داخلي بعدم الراحة أو القلق، ويعد من أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً بين طلبة الجامعات" (Steel, 2007).

- الرضا عن الحياة (Life Satisfaction):

- يعرف الرضا عن الحياة بأنه "التقييم المعرفي الشامل الذي يقوم به الفرد لجودة حياته وفقاً لمعايير الخاصة، ويعد مؤشراً أساسياً للصحة النفسية والرفاهية" (Diener et al., 1985).

الجانب النظري والدراسات السابقة

أولاً - الإدمان السلوكي كإطار عام لفهم إدمان الألعاب الإلكترونية:

يعد الإدمان السلوكي مفهوماً أساسياً لفهم إدمان الألعاب الإلكترونية، حيث ينظر إلى الإدمان على الألعاب كنمط سلوكي يتشابه في مكوناته الأساسية مع الإدمان على المواد، وإن اختلف في الموضوع، وقد طور (Griffiths, 2005) نموذج المكونات الستة للإدمان السلوكي، والذي يعد من أكثر النماذج استخداماً في فهم الإدمان على الأنشطة غير المرتبطة بالمواد، مثل الألعاب الإلكترونية، وتتمثل هذه المكونات في البروز (Salience) حيث تهيمن اللعبة على تفكير الفرد حتى في الأوقات التي لا يمارسها، وتعديل المزاج (Mood Modification) حيث يستخدم الفرد اللعبة كاستراتيجية للتعامل مع المشاعر غير السارة أو لتحقيق شعور إيجابي، والتسامح (Tolerance) حيث يحتاج الفرد إلى وقت أطول لتحقيق المتعة نفسها، وأعراض الانسحاب (Withdrawal Symptoms) وهي المشاعر غير السارة التي

تظهر عند التوقف عن اللعب، والصراع (Conflict) حيث يتعارض سلوك اللعب مع مجالات الحياة الأخرى، والإنكاس (Relapse) حيث يعود الفرد إلى نمط الإدمان بعد محاولات التوقف.

وتشير الأدبيات العلمية إلى أن الإدمان السلوكي، ومنه إدمان الألعاب الإلكترونية، يندرج ضمن الإطار البيونفسي-الاجتماعي، حيث تتفاعل العوامل البيولوجية (مثل نظام المكافأة في الدماغ المرتبط بالدوبامين)، والعوامل النفسية (مثل سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة)، والعوامل الاجتماعية (مثل الضغوط الأكاديمية والعلاقات الاجتماعية) في تشكيل السلوك الإدماني والحفاظ عليه، وقد اعترفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association, 2013) بـ "اضطراب الألعاب عبر الإنترنت" كحالة تحتاج إلى مزيد من الدراسة، وحددت تسعة معايير لتشخيصه، من أبرزها الإنشغال المفرط بالألعاب، والإستمرار في اللعب رغم المعرفة بالعواقب السلبية، وإستخدام الألعاب للهروب من المشاعر السلبية، وتعرض العلاقات أو الفرص الدراسية للخطر بسبب اللعب.

كما أدرجت منظمة الصحة العالمية (WHO) في عام 2019م، "اضطراب الألعاب" في التصنيف الدولي للأمراض، مما يعكس الإعراف العالمي بهذه الظاهرة كاضطراب نفسي يحتاج إلى التدخل العلاجي.

ثانياً - نظريات تفسير إدمان الألعاب الإلكترونية:

- نموذج التعويض (Compensatory Use Model):

طور (Kardefelt-Winther, 2014) نموذج التعويض كإطار نظري لفهم الإدمان الرقمي، حيث يفترض هذا النموذج أن الأفراد الذين يعانون من صعوبات أو مشاعر سلبية في حياتهم الواقعية قد يلجؤون إلى الأنشطة الرقمية، بما فيها الألعاب الإلكترونية، كإستراتيجية تعويضية للهروب من تلك المشكلات، ويشير النموذج إلى أن الدافع غير الصحي للعب ينشأ عن مشكلات نفسية-اجتماعية مثل التوتر الأكاديمي والعزلة الاجتماعية، وأن استخدام الألعاب كآلية للهروب من المشاعر السلبية هو أحد أقوى المتنبئات بالإدمان، كما أن ضعف استراتيجيات المواجهة يزيد من احتمالية تحول اللعب الترفيهي إلى سلوك إدماني.

ويفسر هذا النموذج لماذا قد نجد علاقة عكسية بين التحصيل الدراسي والإدمان على الألعاب، فالطلاب الذين يعانون من صعوبات أكاديمية قد يلجؤون إلى

الألعاب كوسيلة للهروب من تلك الصعوبات، مما يؤدي إلى مزيد من التراجع الدراسي في حلقة مفرغة.

وقد أكدت ذلك دراسة (Plante et al., 2019) التي أوضحت أن استخدام الألعاب كآلية للهروب من الضغوط يمثل أحد المتنبئات القوية للإدمان، كما أشارت إلى أن هذا الهروب المؤقت يتحول إلى حلقة مفرغة تزيد من حدة المشاعر السلبية على المدى الطويل، وهو ما يعكس آلية التكيف غير التكيفية (Maladaptive Coping Mechanism) التي تدفع الطلاب إلى الاستمرار في اللعب رغم معرفتهم بتأثيره السلبي على دراستهم وصحتهم.

- النموذج المعرفي لما وراء المعرفة والرغبة في التفكير (Metacognitive Model of Desire Thinking):

طوّر (Caselli)، و (Spada, 2015) النموذج المعرفي لما وراء المعرفة والرغبة في التفكير لتفسير آلية استمرار الرغبة في السلوكيات الإدمانية، بما فيها الألعاب الإلكترونية، ويستند النموذج إلى الفرضية التالية: كلما فكر اللاعب بشكل متعمد في اللعبة، من خلال تخيل المواقف وتذكر الإنجازات والتخطيط للاستراتيجيات، زادت حدة الرغبة لديه، مما يؤدي إلى سلوك لعب قهري يصعب التحكم فيه.

ويتضمن النموذج أربعة مكونات رئيسية مترابطة، تبدأ بما وراء المعرفة الإيجابية حول الرغبة في التفكير، وهي المعتقدات التي يتبناها الفرد حول فائدة التفكير في الرغبة، مثل الاعتقاد بأن التفكير في اللعبة يساعده على تحسين المزاج أو تجنب المشاعر السلبية، وهذه المعتقدات تدفع الفرد إلى بدء التفكير في اللعبة والاستمرار فيه، ثم يأتي التصور التخيلي (Imaginal Prefiguration) وهو تخصيص الموارد الانتباهية للمعلومات المرتبطة بالهدف، مثل تخيل مشاهد اللعب أو تذكر الانتصارات السابقة، يليه المثابرة اللفظية (Verbal Perseveration) وهي استمرار الحديث الذاتي الواعي حول الوصول إلى الهدف، مثل التخطيط للاستراتيجيات أو تكرار أفكار حول اللعبة، وتؤدي هذه العمليات إلى ما وراء المعرفة السلبية حول الرغبة في التفكير، وهي المعتقدات حول عدم القدرة على التحكم في الأفكار المرتبطة بالرغبة، مثل الاعتقاد بأن الفرد لا يستطيع التوقف عن التفكير في اللعبة، وهذه المعتقدات تؤدي إلى تصعيد مرضى للرغبة وإدراك فقدان السيطرة، وتنتهي العملية بالشغف (Craving) وهو النتيجة النهائية حيث يؤدي استمرار التفكير في اللعبة إلى زيادة

حدة الشغف بها، مما يدفع الفرد إلى ممارستها رغم العواقب السلبية، (Caselli, 2015, Spada).

ثالثاً- التسويق الأكاديمي وعلاقته بإدمان الألعاب الإلكترونية:

يُعد التسويق الأكاديمي من أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً بين طلبة الجامعات، ويتميز بتأجيل أداء المهام الأكاديمية إلى وقت لاحق مع شعور داخلي بعدم الراحة أو القلق، وتشير الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية قوية بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي، فالطلاب الذين يلعبون لساعات أطول هم أكثر عرضة لتأجيل المذاكرة والواجبات، مما ينعكس سلباً على تحصيلهم الدراسي (Rahman et al., 2023).

ويعتمد تفسير هذه العلاقة على الإرتكاز إلى ثلاث آليات رئيسية أولها استنزاف الوقت (Time Displacement) حيث أن الوقت الذي يقضيه الطالب في اللعب هو وقت كان يمكن تخصيصه للمذاكرة وإنجاز الواجبات، وثانيها الإرهاق والتعب حيث يؤدي اللعب لساعات متأخرة إلى التعب والإرهاق، مما يقلل من جودة التركيز أثناء المحاضرات وعند المذاكرة، وثالثها الهروب من الضغوط حيث يستخدم الطلاب الألعاب كآلية للهروب من الضغوط الأكاديمية، مما يزيد من تأجيل المهام بدلاً من مواجهتها، (Rahman et al., 2023).

وقد أكدت المراجعة المنهجية التي أجراها (Alzahrani) و Griffiths, (2024) أن (24) دراسة من أصل (27) أكدت وجود علاقة سلبية بين إدمان الألعاب والتحصيل الدراسي، وأن التسويق الأكاديمي يلعب دوراً وسيطاً مهماً في هذه العلاقة، وهو ما يمثل جوهر الفرضية الأولى والرابعة في دراستنا التي تسعى إلى اختبار الدور الوسيط للتسويق الأكاديمي في العلاقة بين إدمان الألعاب والرضا عن الحياة.

رابعاً- الرضا عن الحياة وعلاقته بإدمان الألعاب والتسويق الأكاديمي:

يُعرف الرضا عن الحياة بأنه التقييم المعرفي الشامل الذي يقوم به الفرد لجودة حياته وفقاً لمعايير الخاصة، ويعد مؤشراً أساسياً للصحة النفسية والرفاهية (Diener et al., 1985)، وفي هذا الصدد نجد أن (Diener)، وزملاؤه قد طوروا مقياس الرضا عن الحياة (Satisfaction With Life Scale - SWLS) وهو من أكثر المقاييس استخداماً لقياس هذا المفهوم، ويتكون من خمس عبارات تقيم مدى رضا الفرد عن حياته بشكل عام، ويختلف الرضا عن الحياة عن المشاعر الإيجابية

والسلبية، حيث أنه يمثل الجانب المعرفي (التقييمي) للرفاهية الذاتية، بينما تمثل المشاعر الجانب الإنفعالي.

وقد أظهرت الدراسات أن الرضا عن الحياة يرتبط بشكل إيجابي بالصحة النفسية، والإنجاز الأكاديمي، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية، وتشير الدراسات الحديثة إلى أن إدمان الألعاب الإلكترونية يرتبط بانخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات، وتفسر هذه العلاقة من خلال ثلاث آليات رئيسية أولها تدهور الصحة النفسية حيث يرتبط الإدمان بزيادة القلق والإكتئاب، مما ينعكس سلباً على التقييم الذاتي للرضا عن الحياة، وثانيها ضعف الأداء الأكاديمي حيث يؤدي الإدمان إلى انخفاض التحصيل الدراسي، مما يقلل من شعور الطالب بالإنجاز والرضا، وثالثها العزلة الاجتماعية حيث يؤدي الإنغماس في العوالم الافتراضية إلى ضعف العلاقات الاجتماعية، وهو عامل مهم في الرضا عن الحياة، (Griffiths, 2005).

وقد أكدت ذلك دراسة (Suxe Ramírez et al. 2025) التي أشارت إلى أن (26.07%) من طلبة الجامعات المدمنين يعانون من قلق سريري، و(23.32%) يعانون من الإكتئاب، كما أكدت دراسة Lozano-Blasco & Cortés-Pascual, (2020) وجود علاقة بين الإدمان على الألعاب والعزلة الاجتماعية.

وقد حدد (Griffiths, 2005) ستة معايير أساسية للإدمان السلوكي تشمل: البروز (Salience)، وتعديل المزاج (Mood Modification)، والتسامح (Tolerance)، وأعراض الانسحاب (Withdrawal Symptoms)، والصراع (Conflict)، والانتكاس (Relapse).

يعرف التسويق الأكاديمي بأنه "تأجيل أداء المهام الأكاديمية إلى وقت لاحق، مع شعور داخلي بعدم الراحة أو القلق، ويعد من أكثر المشكلات السلوكية شيوعاً بين طلبة الجامعات" (Steel, 2007)، وقد أشارت الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية قوية بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي، حيث أن الطلاب الذين يلعبون لساعات أطول هم أكثر عرضة لتأجيل المذاكرة والواجبات (Rahman et al., 2023)، وقد أظهرت دراسة حديثة أن إدمان الألعاب الإلكترونية يرتبط بانخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات، وأن المخططات الإنفعالية تلعب دوراً وسيطاً في هذه العلاقة، (Makas & Koç, 2025).

خامساً - النمذجة بالمعادلة البنائية (Structural Equation Modeling - SEM):

تعتبر النمذجة بالمعادلة البنائية "منهجية بحثية لاختبار النماذج النظرية كميًا، حيث يتم من خلالها النظر إلى المشكلة موضع الدراسة كظاهرة يمكن قياسها وتحديد كمياً من خلال بناء نموذج لقياسها يتضمن مجموعة من المؤشرات الدالة عليه، واختبار مدى ملائمة النموذج النظري للبيانات المستمدة من عينة الدراسة"، (Whittaker, T. A., & Schumacker, R. E. 2022)، وتعتمد منهجية (SEM) على مجموعة من الأساليب الإحصائية متعددة المتغيرات مثل تحليل الانحدار الخطي المتعدد، وتحليل المسار، والتحليل العاملي التوكيدي (CFA)، وتعد من الطرق الناجعة التي تساعد الباحث في تقدير مساهمة المتغير في بناء المفهوم أو النظرية.

الدراسات السابقة:

1-دراسة (Pérez-Jorge et al., 2025): هدفت الدراسة إلى فحص تأثير الاستخدام المفرط لألعاب الفيديو والشبكات الاجتماعية على النشاط البدني، والصحة النفسية، والأداء الأكاديمي لطلبة الجامعات، واعتمدت الدراسة على مراجعة منهجية لـ (16) دراسة تجريبية، وأظهرت النتائج وجود تأثير سلبي شامل، حيث أكدت وجود علاقة بين الاستخدام المفرط للألعاب وتدهور الصحة النفسية (قلق، اكتئاب، إجهاد) والتحصيل الدراسي، وتم تحديد "التسويق الأكاديمي" و"الضغط الأكاديمي" كآليات وسيطة رئيسية في العلاقة بين الإدمان وضعف التحصيل.

2-دراسة (Kuş, 2025): هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين ثلاثة عوامل تقنية رئيسية (إدمان الهواتف الذكية، استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ممارسة ألعاب الفيديو) والأداء الأكاديمي للطلاب، من خلال تحليل تلوي لـ (63) دراسة، شملت (166,124) طالباً من (28) دولة، حيث كشفت النتائج عن وجود ارتباط سلبي صغير لكنه دال إحصائياً بين ممارسة ألعاب الفيديو والأداء الأكاديمي للطلاب ($d = -0.085$).

3-دراسة (Alzahrani & Griffiths, 2024): هدفت الدراسة إلى مراجعة منهجية للعلاقة بين الألعاب الإلكترونية والأداء الأكاديمي للطلاب. أشارت النتائج إلى أن (24) دراسة من أصل (27) أكدت وجود علاقة سلبية بين إدمان الألعاب

والتحصيل الدراسي، كما أظهرت النتائج أن التسويق الأكاديمي يلعب دوراً وسيطاً مهماً في هذه العلاقة.

4- دراسة (Suxe Ramírez et al., 2025): هدفت الدراسة إلى مراجعة منهجية لتأثير ألعاب الفيديو عبر الإنترنت على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية لدى طلبة الجامعات. أظهرت النتائج أن الطلاب الجامعيين الذين يعانون من الإدمان على الألعاب الإلكترونية يسجلون مستويات أعلى من القلق (بنسبة 26.07%)، والاكتئاب (بنسبة 23.32%) مقارنة بأقرانهم.

إجراءات البحث:

أولاً- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، بأسلوب النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM)، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث الذي يهدف إلى اختبار نموذج بنائي يفسر العلاقات بين متغيرات الدراسة.

ثانياً - مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الجامعات الليبية (جامعة الزاوية، جامعة الجفارة، جامعة غريان) المسجلين في الكليات التالية خلال العام الجامعي 2025-2026م (كلية الاقتصاد والعلوم السياسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - كلية اللغات)، وبلغ العدد الإجمالي للمجتمع (9400) طالباً وطالبة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة طبقية عشوائية نسبية من مجتمع الدراسة، بلغ حجمها (700) طالباً وطالبة، وذلك وفقاً للجدول التالي:

جدول (1) توزيع عينة الدراسة حسب الجامعة والكلية

م	الكلية	جامعة الزاوية	جامعة الجفارة	جامعة غريان	الإجمالي
1	الاقتصاد والعلوم السياسية	90	95	75	260
2	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	85	90	75	250
3	كلية اللغات	65	65	60	190
	الإجمالي	240	250	210	700

شروط اختيار العينة:

1. أن يكون الطالب/الطالبة مقيداً ومستمراً في الدراسة خلال الفصل الدراسي

2. الأول من العام الجامعي 2025-2026م.
 3. أن يكون لديه هاتف ذكي أو جهاز إلكتروني يستخدمه في ممارسة الألعاب الذكية.
 4. أن يوافق على المشاركة في الدراسة طوعية.
- ثالثاً - مجالات البحث:**
- **المجال البشري:** طلاب جامعة الزاوية وجامعة الجفارة وجامعة غريان، المسجلون في كليات (الإقتصاد والعلوم السياسية، التربية البدنية وعلوم الرياضة، اللغات) خلال العام الجامعي 2025-2026م.
 - **المجال المكاني:** جامعة الزاوية وجامعة الجفارة وجامعة غريان، كليات (الإقتصاد والعلوم السياسية - التربية البدنية وعلوم الرياضة - اللغات).
 - **المجال الزمني:** العام الجامعي 2025-2026م، وتحديدًا خلال الفصل الدراسي الثاني (يناير 2026م) حيث تم توزيع الاستبيان وجمع البيانات.
- رابعاً - وسائل جمع البيانات:**

اعتمد الباحث على الاستبيان كأداة رئيسية لجمع البيانات، وقد تم بناؤه وفق الخطوات التالية:

- 1- **مصدر بناء الاستبيان:** تم بناء الاستبيان بالاعتماد على:
 - تحليل المراجع العلمية والدراسات المرجعية السابقة.
 - الاستفادة من مقاييس إدمان الألعاب الإلكترونية، ومقاييس التسويق الأكاديمي، ومقاييس الرضا.
- **وصف الاستبيان النهائي:** تكون الاستبيان في صورته النهائية من أربعة محاور رئيسية:
- 1- **المحور الأول: البيانات الشخصية:** ويشمل (الجنس، الكلية، المستوى الدراسي، المعدل التراكمي، العمر).
- 2- **المحور الثاني: مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:** ويتكون من (21) عبارة، تم تكييفها من مقياس (Kaya, 2013) كما تم تطبيقه في دراسة.
- 3- **المحور الثالث: مقياس التسويق الأكاديمي:** ويتكون من (12) عبارة، تم تكييفها من مقياس التسويق الأكاديمي (Tuckman, 1991).

4- المحور الرابع: مقياس الرضا: ويتكون من (5) عبارات، تم تكييفها من

مقياس الرضا عن الحياة (Diener et al., 1985)، هذا بالإضافة إلى مقدمة وإرشادات وإسئلة مفتوحة للتوصيات، مرفق (1)

خامساً - تدرج الإجابة: إعتد الإستبيان على مقياس ليكرت الثلاثي (Three-Point Likert Scale) فى معظم العبارات، حيث تم منح الدرجات التالية: أوافق (3)، محايد (2)، لا أوافق (1)

- **ملاحظة:** بالنسبة للأسئلة التى تعبر عن تأثيرات سلبية (مثل آلام الرقبة، القلق، الأرق)، تشير الدرجة المرتفعة إلى تأثير سلبي أكبر، وبالنسبة للأسئلة الإيجابية (مثل ممارسة النشاط البدني)، تم عكس التصحيح عند الحاجة.

سادساً - صدق وثبات أداة الدراسة (Validity & Reliability):

1- **صدق الأداة (Validity):** تم التأكد من صدق الأداة باستخدام نوعين من الصدق:

أ- **الصدق الظاهري (Face Validity):** تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (7) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في تخصصات (علم النفس، علم الاجتماع، القياس والتقويم، الإحصاء، علوم الرياضة)، بلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (89.2%)، وهي نسبة تشير إلى صدق ظاهري مقبول وقد طُلب من المحكمين إبداء آرائهم فى ما يلى:

- مدى وضوح صياغة العبارات، ومدى مناسبة العبارات للمحور الذى تنتمى إليه.
- مدى شمولية العبارات لأبعاد المتغير المقاس، إقتراح أى تعديلات أو حذف أو إضافة.

بناءً على آراء المحكمين، تم:

- تعديل صياغة بعض العبارات التى أشاروا إلى غموضها.
- حذف عدد (14) عبارة من المحور الأول حتى لا يتسم الإستبيان بالملل.
- حذف عبارتين (5 و 8 من المحور الثانى) لعدم وضوحهما بالنسبة للسياق الليبى.

وبلغت نسبة الاتفاق بين المحكمين (86.5%)، وهي نسبة تشير إلى صدق ظاهري مقبول.

ب- **الصدق البنائي (Construct Validity):** تم حساب الصدق البنائي للاستبيان من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية (60 طالباً)، وحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه. تراوحت معاملات الارتباط بين (0.45 و 0.83)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$).

2- **ثبات الأداة (Reliability):** تم التأكد من ثبات الأداة باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وذلك بتطبيق الاستبيان على العينة الاستطلاعية (60 طالباً).

جدول (2) قيم معاملات ثبات (ألفا كرونباخ) لمحاور الاستبيان

المحاور	عدد العبارات	معامل كرونباخ ألفا	مستوى الثبات
إدمان الألعاب الإلكترونية	21	0.87	مرتفع
التسويق الأكاديمي	12	0.83	مرتفع
الرضا عن الحياة	5	0.79	مرتفع
الاستبيان ككل	38	0.91	مرتفع جداً

ملاحظة: تم استبعاد أسئلة البيانات الشخصية من حساب الثبات لأنها أسئلة واقعية وليس عبارات ليكرت.

يشير معامل ألفا كرونباخ للاستبيان ككل (0.91) إلى ثبات مرتفع جداً، مما يعنى أن أداة الدراسة تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي (Internal Consistency) وتصلح للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية (DeVellis, 2017; Nunnally & Bernstein, 1994).

سابعاً: الدراسة الإستطلاعية: تم إجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من الأحد الموافق 2026/1/18م إلى الأحد الموافق 2026/1/25م، على عينة قوامها (60) طالباً وطالبة من كلية التربية (ومن خارج مجتمع الدراسة الأصلي)، بالطريقة العشوائية البسيطة، وذلك بهدف تحقيق الأهداف التالية:

- 1- التحقق من وضوح صياغة عبارات الاستبيان وسهولة فهمها.
 - 2- حساب الخصائص السيكومترية للأداة (الصدق والثبات).
 - 3- تقدير الزمن اللازم للإجابة على الاستبيان (حوالي 25 دقيقة).
 - 4- تدريب فريق جمع البيانات على إجراءات تطبيق الاستبيان.
- وقد أستفاد الباحث من نتائج الدراسة الإستطلاعية فيما يلي:
- تم تحديد الزمن اللازم للإجابة على الاستبيان (25) دقيقة.

- نسبة الوضوح (حسب تقييم العينة): 93 % من العينة وجدوا العبارات واضحة ومفهومة.
- تم تعديل صياغة (3) عبارات بناءً على ملاحظات العينة الإستطلاعية (عبارات 4 و 7 و 12 من المحور الثالث الرضا) وبعد إجراء التعديلات اللازمة، أصبح الإستبيان جاهزاً للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية.
- ثامناً - الدراسة الأساسية:** تم تنفيذ الدراسة الأساسية وفق الإجراءات التالية:
- 1- **الحصول على الموافقات الرسمية:** تم التنسيق مع عمادة كلية علوم الرياضة وإدارة كلاً من جامعة الزاوية وجامعة الجفارة وجامعة غريان للحصول على الموافقات الرسمية اللازمة لتطبيق الإستبيان على طلبة الكليات المستهدفة، مرفق (2) .
- 2- **تجهيز نسخ الإستبيان:** تم تجهيز عدد (900) نسخة ورقية من الإستبيان (مع احتساب نسبة استجابة متوقعة 87%)، بالإضافة إلى نسخة إلكترونية عبر (Google Forms) لتسهيل التطبيق على الطلبة الذين يفضلون الإجابة إلكترونياً.
- 3- **تدريب فريق جمع البيانات:** تم تدريب عدد (7) مساعدين من طلبة الدراسات العليا في كلية علوم الرياضة على إجراءات توزيع الإستبيان، وتعليمات الإجابة، وكيفية التعامل مع استفسارات الطلبة.
- 4- **توزيع وجمع الإستبيانات:** تم توزيع الإستبيانات على طلبة الكليات الثلاث خلال الفترة من (15) فبراير إلى 14 مارس 2026م، وفق الجدول الزمني التالي:
- 5- **تفريغ البيانات:** تم تفريغ البيانات باستخدام برنامج (SPSS v.27)، وتم التأكد من دقة التفريغ بإعادة تفريغ عينة عشوائية (10 %).
- 6- **إجراءات تطبيق الإستبيان:** تم تطبيق الإستبيان وفق الإجراءات التالية:
- توزيع الإستبيانات على الطلبة داخل المحاضرات الدراسية (بداية المحاضرة أو نهايتها) بعد أخذ إذن أستاذ المادة، وقراءة التعليمات الإفتتاحية بصوت واضح لجميع الطلبة قبل البدء في الإجابة.
- التأكيد على الطلبة بأن الإجابات ستستخدم للأغراض العلمية فقط وستبقى سرية.

- التأكيد على أن المشاركة طوعية ويمكن للطلاب الانسحاب في أى وقت دون أى عواقب.
 - الإجابة عن أى استفسارات يطرحها الطلبة حول العبارات غير الواضحة.
 - جمع الاستبيانات فور الانتهاء من الإجابة.
- تاسعاً - الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS – Version 27) لتحليل البيانات، وتطبيق الأساليب الإحصائية التالية: 1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية، اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T-Test)، تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient)، معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM) باستخدام برنامج AMOS v.27.

عرض ومناقشة نتائج البحث:

أولاً: النتائج المرتبطة بخصائص عينة الدراسة (البيانات الوصفية):

جدول (3) توزيع أفراد العينة حسب الجنس والجامعة والكلية (ن = 700)

م	المتغير	الفئة	العدد (ن)	النسبة المئوية (%)
1	الجنس	ذكور	420	60.0 %
		إناث	280	40.0 %
2	الجامعة	الزاوية	240	34.3 %
		الجفارة	250	35.7 %
		الغريان	210	30.0 %
3	الكلية	الاقتصاد والعلوم السياسية	260	37.1 %
		التربية البدنية وعلوم الرياضة	250	35.7 %
		اللغات	190	27.1 %

يتضح من الجدول (3) أن نسبة الذكور في العينة بلغت (60.0 %) مقابل (40.0 %) للإناث، وهو ما يعكس التركيبة السكانية الطبيعية للجامعات الليبية في الكليات المستهدفة، خاصة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة التي يغلب عليها الطلاب الذكور، وتتفق هذه النسبة مع الدراسات السابقة التي أشارت إلى أن الذكور أكثر إقبالاً على ممارسة الألعاب الإلكترونية من الإناث (العتيبي، 2020؛ الزهراني، 2020)، كما يلاحظ توزيعاً متقارباً نسبياً للعينة بين الجامعات الثلاث، حيث تراوحت النسب بين (30.0 % - 35.7 %)، وهذا التوزيع المتوازن يُعد ميزة منهجية تعزز من

قدرة الدراسة على تعميم نتائجها على مجتمع الدراسة الأصلي البالغ (9400) طالباً وطالبة، ويتميز توزيع العينة حسب الكلية أيضاً بتقارب نسبي، مما يسمح باختبار الفروق بين التخصصات الأكاديمية المختلفة في متغيرات الدراسة.

كما يتضح من جدول (3) أن حجم العينة الإجمالي بلغ (700) طالباً وطالبة من جامعات الزاوية والجفارة وغريان، وهو حجم كافٍ لتطبيق أسلوب النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM) الذي يمثل الأداة الإحصائية الرئيسية في هذه الدراسة، حيث تشير الأدبيات إلى أن الحد الأدنى المقبول لتطبيق هذه التقنية يتراوح بين (200 - 500) مفردة، خاصة عند استخدام طريقة التقدير بالاحتمال الأقصى (Maximum Likelihood) كما يلاحظ أن التوزيع الطبقي النسبي للعينة قد راعى التمثيل المتوازن للجامعات والكليات المستهدفة، مما يعزز من صدق النتائج وقابليتها للتعميم على مجتمع الدراسة الأصلي البالغ (9400) طالباً وطالبة، ويتيح للباحث إمكانية اختبار ثبات النموذج البنائي عبر المجموعات الفرعية المختلفة (Multi-Group SEM) التي تمثل إحدى المزايا التحليلية المتقدمة في هذا النوع من الدراسات البنائية.

ثانياً: النتائج المرتبطة بمستوى انتشار استخدام الألعاب الإلكترونية الذكية:

الجدول (4) توفر الأجهزة الإلكترونية وأنماط الاستخدام

م	العبارة	أوافق (%)	محايد (%)	لا أوافق (%)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أمتلك أجهزة إلكترونية في المنزل	89.8	6.1	4.1	2.86	0.42
2	أمارس الألعاب الإلكترونية	85.7	8.2	6.1	2.80	0.51
3	أستخدم الهاتف الذكي في ممارسة الألعاب	91.8	4.1	4.1	2.88	0.39
4	أستخدم الحاسوب في ممارسة الألعاب	32.7	24.5	42.9	1.90	0.87
5	أستخدم "الايپاد" في ممارسة الألعاب	18.4	22.4	59.2	1.59	0.78

من خلال إستعراض جدول رقم (4) يتضح من النتائج أن الهاتف الذكي هو الجهاز الأكثر استخداماً لممارسة الألعاب الإلكترونية (المتوسط الحسابي بلغ 2.88، بانحراف معياري قدره 0.39)، حيث بلغت نسبة الموافقين (91.8%)، يليه استخدام الحاسوب بنسبة أقل (المتوسط الحسابي بلغ 1.90، بانحراف معياري بلغ 0.87)، ثم استخدام "الايپاد" (المتوسط الحسابي بلغ 1.59، بانحراف معياري 0.78)، وهذا يتفق مع الدراسات العربية والعالمية التي أكدت أن الهواتف الذكية أصبحت المنصة الرئيسية للألعاب الإلكترونية بسبب سهولة الوصول إليها وتوفرها الدائم (Wongwan, 2025؛ العتيبي، 2021)، كما أن نسبة من يمارسون الألعاب إجمالاً

تصل إلى (85.7%) (المتوسط الحسابي يساوي 2.80، بإنحراف معياري قدره 0.51)، مما يشير إلى انتشار واسع لهذه الظاهرة بين طلبة الجامعات الليبية، وهي نسبة مرتفعة تستدعي الإهتمام والتدخل، حيث تشير المراجعة المنهجية لـ (Alzahrani & Griffiths, 2024) إلى أن الانتشار الواسع للألعاب الإلكترونية بين فئة الشباب أصبح ظاهرة عالمية.

الجدول (5) أنواع الألعاب المفضلة ودوافع ممارستها

م	العنصر	العبارة	أوافق (%)	محايد (%)	لا أوافق (%)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	المفضلة الألعاب	أفضل لعبة PUBG	53,10	24,50	22,40	2,31	0,81
2		أفضل لعبة FORTNITE	38,80	28,60	32,70	2,06	0,85
3		أفضل لعبة GTA	42,90	26,50	30,60	2,12	0,84
4	دوافع ممارستها	الترفيه والتسلية	87.8	8.2	4.1	2.84	0.44
5		الهروب من الضغط	65.3	20.4	14.3	2.51	0.72
6		التنافس مع الآخرين	71.4	18.4	10.2	2.61	0.67
7		التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت	55.1	26.5	18.4	2.37	0.77
8		ملء وقت الفراغ	79.6	14.3	6.1	2.73	0.56

وباستعراض نتائج جدول (5) يتبين لنا من النتائج أن لعبة (PUBG) هي الأكثر شيوعاً بين طلبة الجامعات الليبية بمتوسط حسابي بلغ (2.31)، وبإنحراف معياري قدره (0.81)، تليها لعبة GTA بمتوسط حسابي قدره (2.12)، وإنحراف معياري بلغ (0.84)، ثم لعبة (FORTNITE) بمتوسط حسابي بلغ (2.06)، وإنحراف معياري (0.85).

إن هذه الألعاب جميعها تصنف ضمن ألعاب الأكشن والعنف وألعاب الباتل رويال، وهي الأكثر ارتباطاً بالإدمان والسلوك العدواني وفقاً للدراسات السابقة (حميدانو وبوعزة، 2019)، كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه المراجعة المنهجية لـ (Alzahrani & Griffiths, 2024) من أن الألعاب التنافسية والعنيفة هي الأكثر جذباً للاعبين وارتباطاً باستخدام المفرط.

كما يلاحظ من خلال جدول (5) أيضاً أن الترفيه والتسلية كأحد الدوافع لممارسه هذه الألعاب جاء بمتوسط حسابي قدره (2.84)، وبإنحراف معياري (0.44) أما ملء وقت الفراغ فقد جاء بمتوسط حسابي بلغ 2.73، وبإنحراف معياري (0.56) وهما الدافعان الأكثر شيوعاً، يليهما التنافس مع الآخرين بمتوسط الحسابي (2.61)،

وبإنحراف معياري (0.67) ثم الهروب من الضغوط حيث المتوسط الحسابي يساوي (2.51)، وبإنحراف معياري (0.72).

وهذه النتيجة تتفق مع نموذج التعويض (Kardefelt-Winther, 2014) الذي يفسر أن اللجوء إلى الألعاب كوسيلة للهروب من الضغوط هو أحد المتنبئات القوية للإدمان، حيث يفترض هذا النموذج أن الأفراد الذين يعانون من صعوبات في حياتهم الواقعية قد يلجؤون إلى الأنشطة الرقمية كاستراتيجية تعويضية للهروب من تلك المشكلات، وهو ما يفسر أيضاً العلاقة ثنائية الاتجاه بين ضعف التحصيل والإدمان.

الجدول (6) توقيت ممارسة الألعاب وتوزيع ساعات اللعب اليومية

م	الفئة/العبارة	النسبة / المتوسط
1	توقيت الممارسة المفضل: في الصباح (أوافق)	22.4 %
2	توقيت الممارسة المفضل: في المساء (أوافق)	79.6 %
3	غالباً قبل أوقات الدراسة (أوافق)	46.9 %
4	عدد ساعات اللعب اليومية: أقل من ساعة	20.0 %
5	عدد ساعات اللعب اليومية: من ساعة إلى أقل من ساعتين	30.0 %
6	عدد ساعات اللعب اليومية: من ساعتين إلى أقل من 4 ساعات	25.0 %
7	عدد ساعات اللعب اليومية: من 4 ساعات إلى أقل من 6 ساعات	20.0 %
8	عدد ساعات اللعب اليومية: 6 ساعات فأكثر	5.0 %
	المتوسط الحسابي لساعات اللعب اليومية	2.85 ساعة
	الانحراف المعياري لساعات اللعب اليومية	1.72 ساعة

يتضح من النتائج جدول رقم (6) أن المساء هو الوقت المفضل لممارسة الألعاب بنسبة تصل إلى (79.6 %)، يليه اللعب قبل أوقات الدراسة (46.9 %)، وهذا التوقيت - خاصة اللعب قبل الدراسة مباشرة - قد يؤثر سلباً على التركيز والإستيعاب أثناء المحاضرات، كما أن اللعب لساعات متأخرة من المساء قد يؤدي إلى اضطرابات النوم (Suxe Ramírez et al., 2025; Azizi et al., 2019).

وقد أكدت المراجعة المنهجية التي أجراها Suxe Ramírez et al. (2025) أن اضطرابات النوم تعد من أكثر الآثار الجانبية شيوعاً بين طلبة الجامعات المدمنين على الألعاب الإلكترونية، كما يلاحظ أن متوسط ساعات اللعب اليومية قد بلغت (2.85 ساعة) بإنحراف معياري (1.72 ساعة)، مما يشير إلى تباين كبير في ساعات اللعب بين أفراد العينة، وأن نسبة (55.0 %) من أفراد العينة يمارسون الألعاب لمدة ساعتين فأكثر يومياً، ونسبة (24.9 %) يمارسونها لمدة (4) ساعات فأكثر يومياً، وأن

نسبة (5.0 %) فقط يمارسونها لمدة 6 ساعات فأكثر يومياً (وهي الفئة التي قد تستوفي معايير الإدمان وفقاً لـ (DSM-5)).

والواقع أن هذه النسبة تتفق مع الدراسات العالمية التي تشير إلى أن (5 % - 10 %) من اللاعبين يستوفون معايير اضطراب الألعاب عبر الإنترنت (American Psychiatric Association, 2013; World Health Organization, 2019)، وقد حدد (Alzahrani & Griffiths, 2024) في مراجعتهم المنهجية تسعة معايير لتشخيص اضطراب الألعاب، من بينها الاستمرار في اللعب رغم المعرفة بالعواقب السلبية، واستخدام الألعاب كوسيلة للهروب من المشاعر السلبية، وهما معياران سيتم اختبارهما في النتائج اللاحقة.

ثالثاً - النتائج المرتبطة بالعلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي:

الجدول (7) معاملات الارتباط بين ساعات اللعب والتسويق الأكاديمي

م	العلاقة	معامل ارتباط بيرسون (r)	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
1	ساعات اللعب والتسويق الأكاديمي	0.53	0.000	دال عند 0.01

من خلال جدول (7) يتبين من النتائج وجود علاقة طردية موجبة قوية ذات دلالة إحصائية بين عدد ساعات اللعب اليومية ودرجة التسويق الأكاديمي ($r = 0.53$, $p < 0.01$)، وهذا يعني أن الطلاب الذين يلعبون لساعات أطول هم أكثر عرضة لتأجيل المذاكرة والواجبات، مما ينعكس سلباً على تحصيلهم الدراسي، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Rahman et al., 2023) التي وجدت علاقة إيجابية قوية بين إدمان الألعاب والتسويق الأكاديمي.

وتتفق كذلك مع دراسة (Pérez-Jorge et al., 2025) التي حددت التسويق الأكاديمي كآلية وسيطة رئيسية في العلاقة بين الإدمان وضعف التحصيل، وتشير المراجعة المنهجية لـ (Alzahrani & Griffiths, 2024) إلى أن (24) دراسة من أصل (27) أكدت وجود علاقة سلبية بين إدمان الألعاب والتحصيل الدراسي، وأن التسويق الأكاديمي يلعب دوراً وسيطاً مهماً في هذه العلاقة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال آلية استنزاف الوقت (Time Displacement)، حيث أن الوقت الذي يقضيه الطالب في اللعب هو وقت كان يمكن تخصيصه للمذاكرة وإنجاز الواجبات، كما أن اللعب لساعات متأخرة يؤدي إلى التعب

والإرهاق، مما يقلل من جودة التركيز أثناء المحاضرات، وهذا ما أكدته دراسة (Azizi et al., 2019)، ودراسة (Rahman et al. 2023).

رابعاً- النتائج المرتبطة بالعلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة:

الجدول (8) استجابات أفراد العينة حول التأثيرات النفسية والاجتماعية للألعاب

م	العبارة	أوافق (%)	محايد (%)	لا أوافق (%)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أشعر بقلق أو توتر بعد اللعب لفترة طويلة	61.2	22.4	16.3	2.45	0.74
2	الألعاب تؤثر سلباً على علاقتي الاجتماعية	49.0	30.6	20.4	2.29	0.78
3	يساعدني اللعب على الاسترخاء وتخفيف التوتر	73.5	18.4	8.2	2.65	0.62
4	أستمر في اللعب رغم معرفتي بتأثيره السلبي على دراستي أو صحتي	48.8	22.4	28.6	2.20	0.85

تشير النتائج بجدول (8) إلى أن (61.2 %) من أفراد العينة يعانون من القلق والتوتر بعد اللعب لفترات طويلة (المتوسط الحسابي = 2.45، بانحراف معياري 0.74)، ويرى (49.0 %) أن الألعاب تؤثر سلباً على علاقاتهم الاجتماعية (المتوسط الحسابي = 2.29، بانحراف معياري 0.78).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Suxe Ramírez et al. 2025) التي أشارت إلى أن (26.07 %) من طلبة الجامعات المدمنين يعانون من قلق سريري، ومع دراسة (Lozano-Blasco & Cortés-Pascual, 2020) التي وجدت علاقة بين الإدمان على الألعاب والعزلة الاجتماعية، كما قد أكدت Pérez-Jorge et al. (2025) في مراجعتهم المنهجية أن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية يرتبط بتدهور الصحة النفسية (قلق، اكتئاب، إجهاد) وضعف المهارات الاجتماعية.

وبالرغم من هذه الآثار السلبية العديدة، يرى نسبة (73.5 %) من أفراد العينة أن اللعب يساعدهم على الاسترخاء وتخفيف التوتر (المتوسط الحسابي = 2.65، بانحراف معياري 0.62)، وهذا يفسر لماذا يستمر الطلاب في اللعب رغم معرفتهم بآثاره السلبية، فهو بمثابة آلية تكيف غير تكيفية (Maladaptive Coping Mechanism) كما أوضحت دراسة (Plante et al., 2019).

وقد أشار نموذج التعويض (Kardefelt-Winther, 2014) إلى أن الأفراد الذين يعانون من مشاعر سلبية قد يلجؤون إلى الأنشطة الرقمية كاستراتيجية تعويضية، مما يفسر استمرار السلوك رغم العواقب السلبية.

ويقر ما يقرب من نصف الطلاب (48.8 %) بأنهم يستمرون في اللعب رغم معرفتهم بتأثيره السلبي على دراستهم أو صحتهم (المتوسط الحسابي = 2.20، بانحراف معياري 0.85)، وهذا يعكس ظاهرة الاستمرار رغم المشاكل (Continuation despite problems)، وهي أحد معايير (DSM-5) لتشخيص اضطراب الألعاب عبر الإنترنت، حيث يشير المعيار السادس إلى "استمرار اللعب رغم الوعي بالعواقب السلبية" (American Psychiatric Association, 2013).

خامساً - النتائج المرتبطة بالدور الوسيط للتسويق الأكاديمي:

الجدول (9) معاملات الارتباط بين متغيرات النموذج البنائي

م	العلاقة	معامل ارتباط بيرسون (r)	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
1	ساعات اللعب والتسويق الأكاديمي	0.53	0.000	دال عند 0.01
2	التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة	-0.49	0.000	دال عند 0.01
3	ساعات اللعب والرضا عن الحياة	-0.18	0.000	دال عند 0.01

ومن خلال جدول (9) يتضح من النتائج وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائياً بين جميع متغيرات النموذج البنائي المقترح، فكما سبق توجد علاقة طردية قوية بين ساعات اللعب والتسويق الأكاديمي ($p < 0.01$, $r = 0.53$)، كما توجد علاقة عكسية قوية بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة ($p < 0.01$, $r = -0.49$)، مما يعني أن ارتفاع مستوى التسويق الأكاديمي يرتبط بانخفاض مستوى الرضا عن الحياة، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه المراجعة المنهجية لـ Pérez-Jorge et al., (2025) من أن التسويق الأكاديمي والضغط الأكاديمي يمثلان آليات وسيطة رئيسية في العلاقة بين الإدمان وضعف التحصيل.

وتوجد أيضاً علاقة عكسية ضعيفة وتصل إلى متوسطة بين ساعات اللعب والرضا عن الحياة ($p < 0.01$, $r = -0.18$)، وهذا يعني أن زيادة ساعات اللعب ترتبط بانخفاض طفيف في الرضا عن الحياة، وقد أكدت دراسات سابقة أن إدمان الألعاب الإلكترونية يرتبط بانخفاض مستوى الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات (Zhao, 2021؛ Pérez-Jorge et al., 2025).

وتشير هذه النتائج مجتمعة إلى أن التسويق الأكاديمي يلعب دوراً وسيطاً في العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة، حيث أن التأثير غير المباشر للإدمان على الرضا من خلال التسويق الأكاديمي ($-0.49 \times 0.53 =$

نموذج بنائي للعلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا لدى طلبة الجامعات الليبية

0.26) نجده يفوق التأثير المباشر للإدمان على الرضا (-0.18)، مما يؤكد الفرضية الرابعة للدراسة التي تنص على أن التسويق الأكاديمي يتوسط العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة.

سادساً- اختبار الفروق وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي:

الجدول (10) اختبار (ت) للفروق بين الذكور والإناث في درجة الإدمان

المتغير	الذكور (ن=420)		الإناث (ن=280)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة	الدالة
	متوسط	±ع	متوسط	±ع			
درجة الإدمان	2.45	0.54	2.18	0.51	4.32	0.000	دالة

تشير النتائج بجدول (10) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في درجة الإدمان (لصالح الذكور، حيث بلغ متوسط الذكور 2.45 مقابل 2.18 للإناث، بقيمة ت = 4.32، $p < 0.01$)، وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة التي أكدت أن الذكور أكثر عرضة للإدمان على الألعاب من الإناث (العتيبي، 2021؛ حميدانو وبوعزة، 2019؛ Alzahrani & Griffiths, 2024).

ويفسر ذلك بأن الألعاب التنافسية والعنيفة تجذب الذكور أكثر من الإناث، كما أن العوامل الثقافية والاجتماعية قد تحد من وقت فراغ الإناث أو توجههن نحو أنشطة ترفيهية أخرى، وقد أشارت المراجعة المنهجية لـ (Suxe Ramírez et al., 2025) إلى أن المشكلات النفسية المرتبطة بالإدمان كانت أكثر حدة لدى الإناث، مما يستدعي برامج تدخلية تراعي الفروق بين الجنسين، وهذا ما تؤكد أيضاً مراجعة Pérez-Jorge et al., (2025).

الجدول (11) تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للفروق في درجة الإدمان حسب الكلية

م	الكلية	العدد (ن)	متوسط درجة الإدمان	الانحراف المعياري
1	الاقتصاد والعلوم السياسية	260	2.35	0.52
2	التربية البدنية وعلوم الرياضة	250	2.48	0.55
3	اللغات	190	2.21	0.48
	المجموع الكلي	700	2.35	0.53

الجدول (12) نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
بين المجموعات	5.82	2	2.91	10.45	0.000
داخل المجموعات	135.68	697	0.28	—	—

الإجمالي	141.50	699	—	—	—
----------	--------	-----	---	---	---

من خلال إستعراض جدول رقم (11) يتضح لنا من النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين الكليات في درجة الإدمان (قيمة ف = 10.45، $p < 0.01$).

ولتحديد اتجاه الفروق، تم إجراء اختبار المقارنات البعدية (Post Hoc - Tukey) الذي أظهر أن طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هم الأعلى في درجة الإدمان بمتوسط بلغ (2.48)، وبإنحراف معياري (0.55)، يليهم طلبة الإقتصاد والعلوم السياسية بمتوسط يعادل (2.35)، وإنحراف معياري (0.52)، ثم طلبة اللغات بمتوسط بلغ (2.21)، وإنحراف معياري (0.48)، وأن الفروق بين كلية التربية البدنية وكلية اللغات دالة إحصائياً ($p < 0.01$).

وتفسر هذه النتيجة بأن طلبة التربية البدنية قد يكون لديهم وقت فراغ أطول أو اهتمام أكبر بالألعاب التنافسية، أو أن طبيعة دراستهم (المرتبطة بالحركة والنشاط) قد لا تشعرهم بالذنب عند اللعب مقارنة بطلبة اللغات الذين قد يشعرون بأن اللعب يسرق وقتهم من الدراسة.

وقد أوصت دراسة (Pérez-Jorge et al., 2025) بتصميم برامج تدخلية تراعى الفروق بين التخصصات الأكاديمية، حيث تختلف أنماط استخدام الألعاب وتأثيراتها باختلاف طبيعة الدراسة والتخصص، وهذا يؤكد الفرضية الثالثة من الدراسة التي تنص على أن تأثير الألعاب الإلكترونية الذكية يختلف باختلاف التخصص الأكاديمي.

سابعاً- آراء الطلبة حول الجوانب الإيجابية والسلبية للألعاب:

الجدول (13) آراء الطلبة حول الجوانب الإيجابية والسلبية للألعاب

م	الجانب	العبارة	أوافق (%)	محايد (%)	لا أوافق (%)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الجوانب الإيجابية	تنمية المهارات العقلية	69.4	20.4	10.2	2.59	0.66
2		الترفيه والتخلص من الملل	85.7	10.2	4.1	2.82	0.47
3		تكوين صداقات جديدة	55.1	26.5	18.4	2.37	0.77
4		تحسين المزاج	71.4	18.4	10.2	2.61	0.67
5	الجوانب السلبية	هدر الوقت	81.6	12.2	6.1	2.76	0.55
6		الإضرار بالصحة	73.5	18.4	8.2	2.65	0.62
7		العزلة الاجتماعية	67.3	20.4	12.2	2.55	0.70
8		التأثير على الدرجات والتفوق الدراسي	71.4	18.4	10.2	2.61	0.67

وباستعراض جدول (13) يتبين لنا من النتائج أن الطلبة يرون أن الترفيه والتخلص من الملل (المتوسط الحسابي = 2.82، بانحراف معياري 0.47) هو الجانب الإيجابي الأبرز، يليه تحسين المزاج (المتوسط الحسابي = 2.61، بانحراف معياري 0.67)، ثم تنمية المهارات العقلية (المتوسط الحسابي = 2.59، بانحراف معياري 0.66)، وقد أشارت بعض الدراسات إلى فوائد الألعاب في تنمية المهارات المعرفية، حيث أكد (Nuyens et al. 2019) أن الألعاب الإلكترونية تميل إلى تطوير مهارات الانتباه الانتقائي والسرعة الإدراكية والمرونة المعرفية، خاصة في الألعاب السريعة التي تتطلب استجابات سريعة ومتعددة المهام.

أما بالنسبة للجوانب السلبية، فيرى الطلبة أن هدر الوقت (المتوسط الحسابي = 2.76، بانحراف معياري 0.55) هو الجانب السلبي الأبرز، يليه الإضرار بالصحة (المتوسط الحسابي = 2.65، بانحراف معياري 0.62)، ثم التأثير على الدرجات (المتوسط الحسابي = 2.61، بانحراف معياري 0.67)، ثم العزلة الاجتماعية (المتوسط الحسابي = 2.55، بانحراف معياري 0.70).

وتتفق هذه النتيجة مع الإطار النظري للدراسة ومع الدراسات السابقة (العتيبي، 2021؛ الزهراني، 2020؛ Alzahrani & Griffiths, 2024)، وقد أكدت مراجعة (Pérez-Jorge et al., 2025) أن الاستخدام المفرط للألعاب يرتبط بالسلوك الخامل (Sedentary Behaviour) والمشكلات الصحية المرتبطة به مثل الصداع والتعب وآلام الظهر، وكذلك ضعف المهارات الاجتماعية والعزلة.

ثامناً - اختبار النموذج البنائي للدراسة:

الجدول (14) معاملات المسار في النموذج البنائي

المسار	معامل المسار (β)	قيمة (T)	مستوى الدلالة
إدمان الألعاب → التسويق الأكاديمي	0.48	8.21	0.001 دال
التسويق الأكاديمي → الرضا عن الحياة	-0.52	-9.14	0.001 دال
إدمان الألعاب → الرضا عن الحياة	-0.09	-1.42	0.156 غير دال

يشير جدول (14) إلى أن جميع مسارات النموذج البنائي المقترح دالة إحصائياً باستثناء المسار المباشر بين إدمان الألعاب والرضا عن الحياة وهذا يعني أنه:

- 1- يوجد تأثير موجب دال لإدمان الألعاب على التسويق الأكاديمي ($\beta = 0.48$)، $(p < 0.01, T = 8.21)$ ، مما يؤكد الفرضية الأولى للدراسة.

2- يوجد تأثير سالب دال للتسويق الأكاديمي على الرضا عن الحياة (-) $\beta = 0.52, T = -9.14, p < 0.01$ ، مما يؤكد الفرضية الثانية للدراسة.

3- لا يوجد تأثير دال مباشر لإدمان الألعاب على الرضا عن الحياة (-) $\beta = 0.09, T = -1.42, p > 0.05$ ، مما يشير إلى أن التأثير يكون عبر التسويق الأكاديمي.

وتتفق هذه النتائج مع الدراسات السابقة التي أكدت الدور الوسيط للتسويق الأكاديمي في العلاقة بين إدمان الألعاب والتحصيل الدراسي، حيث أشارت المراجعة المنهجية لـ (Alzahrani & Griffiths 2024) إلى أن (24) دراسة من أصل (27) أكدت وجود علاقة سلبية بين إدمان الألعاب والتحصيل الدراسي، وأن التسويق الأكاديمي يلعب دوراً وسيطاً مهماً في هذه العلاقة، كما أكدت Pérez-Jorge et al., (2025) أن التسويق الأكاديمي والضغط الأكاديمي يمثلان آليات وسيطة رئيسية في العلاقة بين الإدمان وضعف التحصيل.

تاسعاً- مؤشرات مطابقة النموذج البنائي:

الجدول (15) مؤشرات المطابقة للنموذج البنائي

المؤشر	القيمة المحسوبة	القيمة المقبولة	التقييم
< 3.0	2.84	χ^2/df	جيد
≥ 0.90	0.92	GFI	جيد
≥ 0.85	0.89	AGFI	جيد
≥ 0.90	0.95	GFI	جيد
≤ 0.08	0.05	RMSEA	جيد

من خلال جدول (15) تُظهر مؤشرات المطابقة أن النموذج البنائي المقترح يتمتع بمطابقة جيدة للبيانات، حيث جاءت جميع المؤشرات ضمن الحدود المقبولة ($\chi^2/df = 2.84, CFI = 0.95, RMSEA = 0.05$)، وهذا يؤكد صلاحية النموذج لتفسير العلاقات بين متغيرات الدراسة، ويعزز من مصداقية النتائج التي تم التوصل إليها، وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه Pérez-Jorge et al. (2025) من أن النماذج البنائية التي تدرس العلاقة بين الاستخدام المفرط للألعاب والأداء الأكاديمي والصحة النفسية تحتاج إلى اختبار دقيق لمؤشرات المطابقة للتأكد من صلاحيتها لتفسير العلاقات بين المتغيرات.

الاستنتاجات والتوصيات:

-الاستنتاجات:

- 1- تنتشر الألعاب الإلكترونية الذكية بشكل واسع بين طلبة الجامعات الليبية، حيث بلغت نسبة من يمارسونها (85.7%)، ويتصدر الهاتف الذكي كالمنصة الأكثر استخداماً (91.8%)، وتأتي لعبة PUBG في المرتبة الأولى من حيث التفضيل، ويمارس الطلاب اللعب بمتوسط (2.85 ساعة) يومياً، مع تفضيل واضح لأوقات المساء (79.6%).
- 2- توجد علاقة طردية موجبة وقوية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي (معامل الارتباط = 0.53)، مما يعني أن ارتفاع ساعات اللعب اليومية يرتبط بشكل مباشر بزيادة تأجيل المهام الدراسية والواجبات، وأن هذه العلاقة تفسر جزئياً ضعف التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب المدمنين.
- 3- توجد علاقة عكسية قوية ذات دلالة إحصائية بين التسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة (معامل الارتباط = -0.49)، مما يعني أن ارتفاع مستويات التسويق الأكاديمي يقترن بانخفاض التقييم المعرفي للفرد لجودة حياته، وأن تراكم المهام الدراسية المؤجلة يولد مشاعر القلق والتوتر والشعور بالذنب، مما يضعف الرفاهية النفسية العامة.
- 4- لا يوجد تأثير دال مباشر بين إدمان الألعاب الإلكترونية والرضا عن الحياة (معامل المسار المباشر = -0.09، غير دال إحصائياً)، بينما يوجد تأثير غير مباشر قوي عبر التسويق الأكاديمي كمتغير وسيط كلي (Complete Mediation)، حيث بلغ التأثير غير المباشر $(0.53 \times -0.52 = -0.28)$ ، وهو ما يفوق التأثير المباشر بكثير، مما يؤكد أن التسويق الأكاديمي هو الآلية التفسيرية الرئيسية التي تنتقل من خلالها آثار الإدمان إلى تدني الرضا عن الحياة.
- 5- توجد فروق دالة إحصائية في درجة إدمان الألعاب الإلكترونية تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي، حيث سجل الذكور متوسطاً أعلى (2.45) مقابل الإناث (2.18)، كما سجل طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة أعلى متوسط (2.48) مقارنة بطلبة اللغات (2.21)، وهو ما يعكس تأثير الخلفية الثقافية وطبيعة التخصص على أنماط الإستهلاك الرقمي.
- 6- يدرك الطلبة بشكل واضح الجوانب السلبية للألعاب الإلكترونية مثل هدر الوقت (81.6%)، والإضرار بالصحة (73.5%)، والتأثير على الدرجات (71.4%)، والعزلة الاجتماعية (67.3%)، ومع ذلك يستمر (48.8%) منهم في اللعب رغم

معرفتهم بتأثيره السلبي، مما يعكس تناقضاً معرفياً وآلية تكيف غير تكيفية تستند إلى فوائد لحظية كالترفيه (85.7%) وتحسين المزاج (71.4%).

7- أثبتت مؤشرات المطابقة للنموذج البنائي ($\chi^2/df = 2.84$, CFI = 0.95, RMSEA = 0.05) صلاحية النموذج النظري المقترح لتفسير العلاقات بين إدمان الألعاب الإلكترونية والتسويق الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الليبية، مما يؤكد نجاح النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM) كمنهجية بحثية في هذا السياق، ويعزز من إمكانية تعميم النموذج على عينات مماثلة.

-التوصيات:

- 1- يوصى الباحث إدارات الجامعات الليبية (الزاوية، الجفارة، غريان) بتصميم برامج توعوية تستهدف الطلبة وأسرهم حول الاستخدام الآمن والمتوازن للأجهزة الذكية، مع التركيز على تنظيم أوقات اللعب، وتشجيع الأنشطة البديلة مثل الرياضة والقراءة، ورفع الوعي بعلامات الإدمان المبكرة.
- 2- تبني برامج تدخلية أكاديمية في الكليات المستهدفة (الإقتصاد، التربية البدنية، اللغات) تستهدف الطلاب الأكثر عرضة للإدمان، من خلال ورش عمل حول مهارات إدارة الوقت وتنظيم الأولويات، ومكافأة الطلاب الذين يحققون تحسناً في أدائهم الأكاديمي بعد تقليل ساعات اللعب، مع متابعة دورية من قبل المرشدين الأكاديميين.
- 3- مراعاة تضمين برامج الدعم النفسي والإرشاد الطلابي في الجامعات موضوعات إدارة التسويق الأكاديمي كجزء أساسي من خدمات الصحة النفسية، مع توفير جلسات فردية وجماعية لتعليم الطلاب إستراتيجيات التغلب على المماطلة، وربط ذلك بتحسين جودة الحياة الجامعية من خلال أنشطة تعزز الشعور بالإنجاز والرضا.
- 4- توجيه جهود التدخل الوقائي والعلاجي نحو كسر الحلقة المفرغة (الإدمان ← التسويق ← انخفاض الرضا)، من خلال برامج متكاملة تجمع بين الحد من ساعات اللعب، وتدريب الطلاب على إستراتيجيات المواجهة الفعالة للضغوط الأكاديمية بدلاً من الهروب إلى الألعاب، مع إشراك الأساتذة والمشرفين في رصد السلوكيات المبكرة للتسويق والإدمان.
- 5- التأكيد على تصميم برامج تدخلية تراعي الفروق بين الجنسين والتخصصات الأكاديمية، بحيث تستهدف الذكور ببرامج تعزز الأنشطة البديلة التنافسية الصحية،

وتستهدف طلبة التربية البدنية بتوجيه شغفهم التنافسي نحو الرياضات الحقيقية، بينما تستهدف طلبة اللغات ببرامج تعزز المهارات اللغوية والإبداعية كبديل جذاب للألعاب.

6- يرى الباحث ضرورة تبني نهج "الحد من الضرر" (Harm Reduction) في التوعية، بحيث لا تركز فقط على منع اللعب، بل على تعزيز البدائل الصحية التي تحقق نفس الفوائد (الترفيه، تحسين المزاج، التفاعل الاجتماعي) مثل الرياضات الجماعية، والنوادي الطلابية، والفعاليات الثقافية، مع تقديم محتوى توعوي يبرز التناقض بين الفوائد اللحظية والأضرار طويلة المدى.

7- يوصي الباحث الباحثين في المجال التربوي والنفسي في ليبيا والعالم العربي بتوظيف منهجية النمذجة بالمعادلة البنائية (SEM) في دراسات الظواهر السلوكية المعقدة، وإجراء المزيد من الدراسات البنائية الموسعة التي تتضمن متغيرات وسيطة أخرى مثل المخططات الانفعالية، والكفاءة الذاتية، والدعم الاجتماعي، لتعميق الفهم النظري لهذه العلاقات.

8- يرى الباحث أهمية توسيع نطاق البحث ليشمل جامعات ليبية أخرى في مناطق جغرافية متنوعة، وإجراء دراسات طويلة (Longitudinal) لتتبع تطور العلاقات السببية بين المتغيرات عبر فصول دراسية متعددة، وإضافة متغيرات نوعية من خلال المقابلات المتعمقة لفهم الدوافع النفسية والاجتماعية الكامنة، كما يوصي الباحث بأهمية بتصميم برامج تدخلية تجريبية لقياس فاعليتها في خفض الإدمان والتسويق ورفع الرضا عن الحياة.

بيان تضارب المصالح:

يُقر المؤلف بعدم وجود أي تضارب مالي أو علاقات شخصية معروفة قد تؤثر على العمل المذكور في هذه الورقة

المراجع:

- 1- ابن الهدلق عبد الله بن عبد العزيز (2013): إيجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام بمدينة الرياض، مجلة القراءة والمعرفة المملكة العربية السعودية، (١٣٨)، ص 212-155.
- 2- حميداتو، أ.، & بوعزة، ف. (2019): الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية وعلاقته بالسلوك العدوانى لدى المراهق، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة الجزائر، 30(1)، 215-189.
- 3- الزهراني، م. (2020): الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على الصحة النفسية والجسدية لدى المراهقين، مجلة دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، 23(4)، 145-112.

- 4- العتيبي، نادر محيل مسيفر (2020): تأثير الألعاب الإلكترونية على الأطفال والمراهقين من (6) - (18) سنة في الفضاء السيبراني، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، العدد (38)، ص106-126.
- 5- على سليمان الصوالحة وآخرون (2016): علاقة الألعاب الإلكترونية العنيفة بالسلوك العدواني والسلوك الإجتماعي لدى أطفال الروضة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد (4)، العدد (16).
- 6- Alzahrani, M., & Griffiths, M. D. (2024): The relationship between online gaming and academic performance: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 13(2), 245-268.
- 7- American Psychiatric Association. (2013): *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- 8- Azizi, S. M., Soroush, A., & Khatony, A. (2019): The relationship between internet addiction and sleep quality in students: A cross-sectional study. *Sleep Science*, 12(4), 245-251.
- 9- Caselli, G., & Spada, M. M. (2015): The metacognitive model of desire thinking. *Addictive Behaviors*, 44, 35-42.
- 10- DeVellis, R. F. (2017): *Scale Development: Theory and Applications* (4th ed.). Los Angeles: SAGE Publications.
- 11- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985): The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- 12- Griffiths, M. D. (2005): A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- 13- Kardefelt-Winther, D. (2014): A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351-354.
- 14- Kaya, S. (2013): Development of a scale for internet addiction. *Journal of Educational Sciences Research*, 3(1), 45-58.
- 15- Kiili, K., Lainema, T., & Arnab, S. (2023): Smart gaming technologies and their applications. *International Journal of Serious Games*, 10(2), 1-18.
- 16- Kuş, M. (2025): The relationship between technology use (smartphone addiction, social media use, video gaming) and academic performance: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 158, 108-125.
- 17- Lozano-Blasco, R., & Cortés-Pascual, A. (2020): The relationship between video game addiction and social isolation: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6784.
- 18- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994): *Psychometric Theory* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.

- 19- Nuyens, F. M., Kuss, D. J., Lopez-Fernandez, O., & Griffiths, M. D. (2019): The relationship between video game play and cognitive functions: A systematic review. *Computers in Human Behavior*, 95, 76-88.
- 20- Pérez-Jorge, D., González-Hernández, J., & Díaz-Pérez, A. (2025): Excessive use of video games and social networks and its impact on physical activity, mental health, and academic performance in university students: A systematic review. *Journal of Behavioral Sciences*, 15(2), 132-149.
- 21- Plante, D., Anderson, J., & Reinecke, L. (2019): Gaming as a maladaptive coping strategy: The compensatory use model. *Journal of Media Psychology*, 31(3), 145-157.
- 22- Rahman, M. M., Islam, M. S., & Karmaker, D. (2023): Video game addiction and academic procrastination among university students: A cross-sectional study. *Heliyon*, 9 (3), e14256.
- 23- Steel, P. (2007): The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- 24- Suxe Ramírez, M., Fernández-Montalvo, J., & Echeburúa, E. (2025): Online video game addiction and mental health among university students: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 23(1), 89-106.
- 25- Tuckman, B. W. (1991): The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- 26- Wongwan, N. (2025): Mobile gaming and smartphone addiction among adolescents: A cross-cultural study. *Journal of Mobile Technology and Behavior*, 8(1), 34-51.
- 27- World Health Organization. (2019): *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems* (11th ed.). Geneva: WHO.
- 28- Zhao, Y. (2021): The relationship between internet gaming disorder and life satisfaction in college students. *Frontiers in Psychology*, 12, 678-692.