

«الأنباء» نظّمت ندوة حول انتشار الظاهرة بمشاركة مختصين نفسيين واجتماعيين وتربويين ومن علوم الكمبيوتر والذكاء الاصطناعي

# إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية.. الأسباب والحلول

أدارت الندوة واستهت للنشر: الأء خلفة

في الأونة الأخيرة، تحولت الأجهزة والألعاب الإلكترونية من مجرد ترفيه للأطفال إلى مساحة تحمل في طياتها مخاطر نفسية واجتماعية وجسدية. وبدلاً من أن تصبح بيئة آمنة للتسلية والابتكار أصبحت تتعلق بالإدمان، والعنف والابتزاز الإلكتروني. وتحولت إلى 'كابوس رقمي' يترك آثاراً سلبية لدى الأطفال. منها الشعور بالعزلة الاجتماعية وقلق وتوتر وعصبية واضطرابات في النوم وتراجع في التحصيل الدراسي وضعف التواصل الأسري.

«الأنباء» أرتأت تنظيم هذه الندوة واستضافة عدد من المختصين بمجالات ذات الصلة لمناقشة الموضوع من عدة زوايا. لاسيما أن دولة الكويت حجبت مؤخراً لعبة 'روبوكس'، حيث جاء هذا القرار ضمن جهود حكومية لمراقبة المحتوى الرقمي وفرض ضوابط على الألعاب الإلكترونية. فهل نحتاج إلى مزيد من المراقبة حول تلك الألعاب الإلكترونية؟ وما هو القادم في المستقبل في المزيد من تلك الألعاب التي تعتمد بشكل مباشر على مبادئ 'التعزيز المتقطع' وهي آلية تستخدم في تصميم الألعاب لجعل الطفل يسعى دوماً نحو المكافأة التالية وهذا ما يجعله يشعر بالسعادة والإنجاز. بما يجعله عالقاً في دائرة لا تنتهي، والنتيجة تعلق مرضى وفقدان سيطرة وتراجع النوم واضطرابات في المزاج قد تصل إلى ما هو أبعد من ذلك مثل الاكتئاب والعدوانية.

فهل الدور فقط على الدولة؟ أم للآهالي دور؟ للمدرسة دور؟ بحيث تتضافر الجهود لحماية أبنائنا؛ واليكم تفاصيل الندوة:



المعالج النفسي والتربوي للأطفال والمراهقين علي السلطان

## علي السلطان:

6 حالات من أصل 10 يتم استقبالها في مراكز الاستشارات النفسية يكون سببها التعلق بالأجهزة الإلكترونية

لا يمكن تطبيق سياسة المنع في حال عدم توفير بدائل وعملية التربية تحتاج إلى التدرج للحفاظ على الطفل والأسرة معاً



الأستاذ المساعد بقسم الحاسوب بكلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب (تخصص علوم كمبيوتر وذكاء اصطناعي) د.علي الفيلي

## د.علي الفيلي:

المجتمع الكويتي من أكثر المجتمعات استهلاكاً للتكنولوجيا وهناك سهولة في وصول الأجهزة للصغير والكبير داخل الأسرة

نفتقر إلى تطوير البرمجيات ونستقبل فقط ما هو آت لنا من الغرب من ألعاب إلكترونية لا تتلاءم مع قيمنا وعاداتنا وتقاليدنا



أستاذ علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت د.طلال العلي

## د.طلال العلي:

الطفل المهمل يلجأ إلى الألعاب الإلكترونية وعندما يكبر قد ينحرف أو يلجأ إلى المخدرات وارتكاب الجرائم

الطفل المفتقد التفاعل الاجتماعي داخل الأسرة سيبحث عنه في أي مكان ومنها الألعاب الإلكترونية سواء كانت إيجابية أو سلبية



أستاذة الأنثروبولوجيا بقسم الاجتماع وخدمة الاجتماعية بجامعة الكويت د.مهة السجاري

## د.مهة السجاري:

لا بد من تضافر كل جهود الجهات المعنية لحماية الأبناء من خطورة الألعاب الإلكترونية

ملء فراغ الشباب بأمر مفيدة وغرس حب ممارسة الرياضة في نفوسهم وتشجيعهم على اختيار هوايات جديدة

عزلة واقل قدرة على التواصل الاجتماعي وسلوكياتهم الاجتماعية ضعيفة وقد تهرم على الكلام وعلى شرح وجهات نظرهم والتعبير عن أفكارهم بطريقة غير مرضية وحالياً نرى انخفاضاً في أداء الأطفال باختبارات الذكاء. وتابع: ازادت حالات الأشخاص المصابين بالاضطرابات النفسية في الطفولة ولدى البالغين، وهذا الأمر يتم عن وجود مشكلة حقيقية في المجتمع تاتي في الغالب من طفولة غير سوية، وأحد أبرز عوامل الطفولة غير السوية أن هناك شخصاً غير مشبع نفسياً، لافتاً إلى أن الطفل المهمل يلجأ إلى الألعاب الإلكترونية وعندما يكبر قد ينحرف أو يلجأ إلى المخدرات وارتكاب الجرائم. وأشار العلي إلى أن المشكلة الحالية أن مؤسسة الأسرة تنهار يوماً تلو الآخر، لافتاً إلى أنه كان عضواً في لجنة دراسة المجتمع الكويتي، ومن ضمن الأمور التي لا يتم التركيز عليها أن الطفل الذي يعيش ضمن أسرة مفككة قد لا يعرف شيئاً عن والده أو والدته والعلاقة تكون سطحية، وعندما يكبر الطفل يعاني من اضطرابات نفسية لافتقاده القدوة ووجود الوالدين في حياته. وأوضح أن الأطفال يتعلقون بالأجهزة الإلكترونية نظراً لغياب التفاعل الاجتماعي مع الأب والأم اللذين أصبحا مشغولين بأمر بعيدة كل البعد عن الاهتمام بالأبناء وملاء وقت فراغهم ما خلق لنا أطفالاً يعانون من تدهور قدراتهم المعرفية، وفي نظرتهم للذات، وشخصية مهزوزة يسهل السيطرة عليه، وكذلك يتولد لديهم العنف لأن الشخص الذي لا يمكنه التعبير عن نفسه بالكلام يعبر عن نفسه بالعنف، وبالتالي أصبحنا نرى زيادة في عدد جرائم العنف ونوعية ارتكابها. وأفاد بأن الطفل عندما يفقد التفاعل الاجتماعي داخل الأسرة سيبحث عنه في أي مكان ومنها الألعاب

عن الإدمان من دون ذكر المؤثرات العقلية، موضحاً أن الإدمان هو التعلق بمادة كيميائية تؤثر على عمل الدماغ وقد تسبب عتبا في اجزاء منه. ولفت العلي إلى أن المجتمع هدفه خلق طفل متعلق بالعمل وحب الوالدين وحس الوطن بما يشبهه الإدمان ولكن يتعلق بسلوك معين مفيد، وأن إدمان الأجهزة الإلكترونية لا يعتبر مشكلة في حد ذاتها وإنما المشكلة في أن لدينا مجتمعا انتقل من مجتمع بدائي تقليدي غير متعلم ولكنه منظم ولديه قيم راقية مثل حب العمل والصدق والاحترام إلى مجتمع شبه فوضوي، وبالتالي أصبحنا نلاحظ مشكلة وجود أطفال أكثر

وأضافت: أن الهيئة العامة للشباب تلعب دوراً محورياً حالياً بالنسبة للشباب، وبالتالي لابد من الحرص على ملء فراغ الشباب بشغلهم بأمر مفيدة، وأن يغرس ولي الأمر حب ممارسة الرياضة في نفوس أبنائه ويترك لهم حرية اختيار نوع الرياضة التي يسقونون بممارستها بالإضافة إلى القراء والمطالعة وغيرها من الأمور المفيدة بما يجعل الطفل أو المراهق يشغل وقت فراغه في أمور تعود عليه بالنفع والفائدة بدلاً من الانشغال بالأجهزة والألعاب الإلكترونية لفترات طويلة. وأوضح السجاري أن الألعاب الإلكترونية إيجابيات وسلبيات ولابد أن نحرص على أخذ الإيجابيات

وأضافت: أن الهيئة العامة للشباب تلعب دوراً محورياً حالياً بالنسبة للشباب، وبالتالي لابد من الحرص على ملء فراغ الشباب بشغلهم بأمر مفيدة، وأن يغرس ولي الأمر حب ممارسة الرياضة في نفوس أبنائه ويترك لهم حرية اختيار نوع الرياضة التي يسقونون بممارستها بالإضافة إلى القراء والمطالعة وغيرها من الأمور المفيدة بما يجعل الطفل أو المراهق يشغل وقت فراغه في أمور تعود عليه بالنفع والفائدة بدلاً من الانشغال بالأجهزة والألعاب الإلكترونية لفترات طويلة. وأوضح السجاري أن الألعاب الإلكترونية إيجابيات وسلبيات ولابد أن نحرص على أخذ الإيجابيات

على أبنائنا من تلك الألعاب الإلكترونية. وأكدت أننا بحاجة إلى تقييم تربوي للألعاب الإلكترونية التي تاتي من الغرب، يشارك فيه أستاذة اجتماعيون ونفسيون وأطباء وقانونيون، لاسيما أن تلك الألعاب نستوردتها من مجتمعات تختلف عن مجتمعنا في القيم والعادات والتقاليد والثقافة، فضلاً عن أن أهداف الغرب من تلك الألعاب تختلف عن أهدافنا في دولنا العربية الإسلامية. وطالبت السجاري بتصنيع ألعاب إلكترونية بديلة عن الألعاب التي نستورها من الغرب تكون بنفس الكفاءة ولكن تناسب قيمنا وعاداتنا وتقاليدنا وثقافتنا العربية الإسلامية.

الأخرى، وتعتبر الأسرة هي البوابة الرئيسية لدخول الأجهزة والألعاب الإلكترونية إلى المنزل. وقالت السجاري: أن الأطفال يعتادون على تقليد بعضهم البعض، فحتى لو الأسرة منعت أبناءها من لعب لعبة معينة فسيذهبون إلى المدرسة ويلتقون بزملاء لهم يلعبون تلك الألعاب وبالتالي سيكون لدينا طفل عنيد لديه إصرار على لعب تلك الألعاب تقليداً لزملائه، وقد يهدد بعدم الدراسة وضعف تحصيله العلمي، مؤكدة أن الدور لا يقتصر فقط على الأسرة إنما للمدرسة دور وللأصدقاء دور، ولابد من تضافر جهود عدة جهات من بينها وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي للحفاظ

في البداية، رحب مستشار الإدارة العامة الزميل يوسف عبدالرحمن بضيوف الندوة، مؤكداً أن ظاهرة إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية أصبحت منتشرة في الأونة الأخيرة وتحتاج إلى وقفة حقيقية لمعرفة الأسباب والنتائج لاسيما بعدما تبنت خطورة تلك الألعاب الإلكترونية، وقامت دولة الكويت بمنع تلك الألعاب ومنها «الحيوت الأزرق» و«روبوكس» مؤخراً. وأشاد عبدالرحمن بالوعي الحكومي تجاه خطورة تلك الألعاب واتخاذ قرار بمنعها لما لها من آثار سلبية، مشيراً إلى أن الكويت تنفق سنوياً 260 مليون دولار على الألعاب الإلكترونية، وهو رقم خطير، والمملكة العربية السعودية تنفق ملياراً و89 مليون دولار.

استطرد قائلاً: أن 70٪ من جرائم الأطفال سببها الألعاب الإلكترونية، ووفقاً لما صرحت به جميع المعلومات بأن 70٪ من جرائم الأحداث أيضاً سببها الألعاب الإلكترونية وهي أرقام مخيفة، لافتاً إلى أن الألعاب الإلكترونية والأجهزة الذكية تغير تركيبة دماغ الأطفال والقمار الإلكتروني يغزو الكويت واللاعبون من مختلف الأعمار. وتمنى عبدالرحمن أن تترجم توصيات الندوة إلى حلول واقعية ويتم تطبيقها لتفيد المجتمع وتحمي أبنائنا والأجيال القادمة.

### الأسرة أساس المجتمع

من جانبها، ذكرت أستاذة الأنثروبولوجيا بقسم الاجتماع وخدمة الاجتماعية بجامعة الكويت وعميدة كلية العلوم الاجتماعية (سابقاً) د.مهة السجاري، أن الأسرة هي أساس المجتمع والتنشئة الاجتماعية مهمة كل أب وأم داخل الأسرة، وعندما يرفض الأهل وجود الأجهزة الإلكترونية والإنترنت في المنزل فهذا يعني أن الأسرة هي التي تحدد مدى خطورة تلك الأجهزة وإدمان الأطفال عليها نظراً لأنها صاحبة



ضرورة احتواء الأهل للأطفال والجلوس معهم فترات طويلة ليعيشوا في بيئة صحية

# إيجاد بدائل لملء وقت فراغ الأطفال وتصميم ألعاب تناسب ثقافتنا



د.مها السجاري ود.طلال العلي ود.علي الفيلي مع الزملاء مستشار الإدارة العامة يوسف عبدالرحمن ومدير التحرير محمد بسام الحسيني ونائب مدير التحرير حسين الرمضان ورئيسة قسم المجلات عفاف مختار وآلاء خليفة (ريليش كومار)

باستخدام مهارات عالية جدا ومتعددة في وقت واحد في مقابل الوصول إلى المرحلة التالية، وهذا يعتبر جهدا ذهنيا كبيرا بالنسبة للطفل، علاوة على أن هناك إشكالية في ضعف التواصل وضعف المهارات الاجتماعية.

واستطرد: هناك جانب اجتماعي مؤثر في طريقة تشكيل سلوك الطفل وحياته ورفع المهارات الحياتية بالإضافة إلى أن الطفل قد يكسب بعض الأمور السلبية والسلبية في حياته، وهذا

يحتاج دائما إلى تغيير في المهارات والأنشطة لكي يعتاد الطفل عليها بشكل أو بآخر. وقال السلطان: يجب على أولياء الأمور أن يكونوا حازمين مع أبنائهم في تحديد ساعات لاستخدام الأجهزة الإلكترونية والألعاب الإلكترونية ولا يتهاونوا في تطبيق قواعد محددة حول استخدام تلك الأجهزة. وموضحا أن على أولياء الأمور

أن تكون لديهم ثقافة في كيفية التعامل مع أبنائهم وآلا يتم التعامل بعشوائية وكيفية توعية المقلدين على العدل لديها برنامج «وفاق» فكرته توعية المقلدين على الزواج بالحياة الزوجية، والبرنامج يقدمه مجموعة من المختصين في الجانب الاسري والاجتماعي، لافتا إلى أن هذا البرنامج لم يقلل من حالات الطلاق في المجتمع ولكنه يساعد الوالدين على كيفية فهم بعضهم البعض بالإضافة إلى وجود مهارات اجتماعية وتربوية في كيفية التعامل مع الأبناء.

وأضاف أن الأطفال يختلفون عن بعضهم البعض وليس جميعهم يحبون الألعاب الحركية أو الألعاب الرياضية، موضحا أن هناك بعض الأطفال لديهم ذكاء لغوي وآخرين لديهم ذكاء منطقي، وبالتالي فلا بد أن يكون ولي الأمر واعيا بالمهارات التي يتمتع به أبناءه ويحاول أن ينميها ويطور منها لاختيار النشاط الذي سوف يمارسه ويشغل به وقت فراغه.

وذكر أنه لا يمكن أن نطق سياسة المنع في حال عدم توفير بدائل عن الشيء الذي نريد منعه، لابد أن يكون هناك بديل ممتع للأطفال فيخيم عن التعلق بالألعاب الإلكترونية. وزاد: ومن أجل تعديل سلوك الطفل لابد من اتباع سياسة «التدرج» فلا يمكن لطفل معتاد استخدام الأجهزة والألعاب الإلكترونية أن نقوم بمنعه فجأة عن استخدامها، موضحا أن عملية التدرج تحتاج إلى التدرج للحفاظ على الطفل والأسرة معا.

وقانونيين وأطباء للألعاب التي تردنا من الغرب. 7- اتباع سياسة التدرج من أجل تعديل سلوك الطفل أما المنع المفاجئ والقاطع فلا فائدة منه. 8- معالجة نقص التفاعل الاجتماعي، فمؤسسة الجيران مثلا تختفي شيئا فشيئا في الكويت. 9- وضع قواعد صارمة لساعات الوصول إلى الإنترنت. 10- توعية الوالدين بالمهارات الاجتماعية المطلوبة للتعامل مع الأبناء.

كثيرة تكون نابعة من مهارات اسرية ضعيفة ومنها جانب الإهمال أو زيادة في المحاسبة أو عوازل أخرى أثرت على الطفل، لافتا إلى أن التعلق وعدم القدرة على السيطرة لترك الشيء، وبالتالي نتج عن هذا التعلق تأثيرات ذهنية وسلوكية على الأطفال وكذلك من الناحية الانفعالية، وبالتالي فإن المفاهيم تغيرت لدى الأطفال.

وأفاد السلطان بأن غالبية الأجهزة الإلكترونية التي نراها اليوم تكون نابعة من ثقافة التحدي ومنها لعبة «ماين كرافت» التي تعتمد على سرعة الحركة وسرعة الدبشة وتغيير الألوان والتأثير على الطفل بالصعود والهبوط وتغيير الأسلحة بما يجعل الطفل مطالباً

## من أهم توصيات الندوة

- 1- الحاجة ماسة لجهود المختصين في تطوير البرمجيات لتصميم ألعاب إلكترونية في دولنا العربية تتناسب مع قيمنا وعاداتنا وتقاليدنا وثقافتنا بنفس مستوى ما هو قادم من الغرب.
- 2- إيجاد البدائل الممتعة لملء وقت فراغ الأطفال والمراهقين ومنها ممارسة الرياضة.
- 3- احتواء الأهل لأبنائهم والجلوس معهم فترات طويلة والحرص على أن يعيش الأبناء في بيئة

صحية مستقرة. 4- على الأهل تقدير عدد ساعات استخدام أبنائهم للأجهزة الإلكترونية وغرس حب الهوايات المفيدة في نفوسهم مثل الرياضة والقراءة والمشاركة الاجتماعية. 5- تضامير الجهات المعنية بالدولة للحفاظ على مستقبل الأجيال الحالية والقادمة من مخاطر الألعاب الإلكترونية. 6- عمل تقييم تربوي بمشاركة نفسيين واجتماعيين

لهذا قد يكون من إيجابيات الألعاب الإلكترونية، ولكن في المقابل مع الأسف لا نجد ألعابا إلكترونية مصممة باللغة العربية تخاطب مجتمعاتنا وديننا وثقافتنا، بل أن برامج تحفيظ القرآن الكريم عددها ضئيل جدا تقتصر على برنامجين تقريبا. وأشار إلى أن تصميم الألعاب الإلكترونية أصبح يهوى المجتمعات للعيش في عوالم افتراضية، ولكن مع تعزز العنف في نفوس أبنائنا، مضيفا: نحتاج إلى جهود المختصين في تطوير البرمجيات وفي الرسومات بحيث نصمم تطبيقات الألعاب الإلكترونية تناسب بيئتنا العربية الإسلامية، وتكون بيئة محفزة لأبنائنا،

والكبير داخل الأسر. وأشار الفيلي إلى أن المجتمع الكويتي لديه قدرة شرائية كبيرة، ومن هنا نرى الطواير الطويلة عند نزول أي جهاز محمول جديد إلى السوق، فالجميع يريد اقتناء أحدث الأجهزة من جميع الاعمار، موضحا أن في الوقت ذاته نتفكر في الكويت إلى تطوير البرمجيات ونستقبل فقط ما هو آت لنا من الغرب من ألعاب إلكترونية لا تتلاءم مع قيمنا وعاداتنا وتقاليدنا، إذ نستورد فقط الثقافة الغربية ونفتقر لتصميم برامج إلكترونية والألعاب تتلاءم مع قيمنا وثقافتنا الإسلامية العربية في الكويت.

وصول الأجهزة للصغير وإلى إشكالية فيما يخص الألعاب الإلكترونية، موضحا أن جميع المنازل في جميع المجتمعات تتواجد بها الألعاب الإلكترونية ولا تحدث أي مشكلة مؤثرة كونها تعتبر جزءا بسيطا من يوم حياة الطفل ويحدد له ولي الأمر ساعات محددة لكن تتحول تلك الألعاب إلى مشكلة لدى الطفل الذي يعاني من إهمال الوالدين ولديه وقت فراغ طويل فيلجأ إلى تلك الألعاب الإلكترونية لساعات طويلة لملء وقت فراغه حتى لو على حساب وقت راحته ونومه وتحصيله الدراسي.

وأفاد بأنه لا يمكن أن نستورد تلك الألعاب من الغرب ومن ثم نقوم بتغييرها هنا في بلادنا العربية لتتلاءم مع ثقافتنا وعاداتنا وتقاليدنا، لذا على المختصين بتصميم الألعاب الإلكترونية أن يحرصوا على تصميم ألعاب تناسب ثقافة وعاداته وتقاليد وقبته المجتمعية، كما شدد على ضرورة ملء أوقات فراغ الأطفال والمراهقين بأمر مفيدة وأن يحيا في بيئة صحية.

المجتمع الكويتي أكثر استهلاكاً للتكنولوجيا من ناحية، أوضح الأستاذ المساعد بقسم الحاسوب بكلية التربية الأساسية بالهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب (تخصص علوم كمبيوتر) ذكاء اصطناعي) د.علي الفيلي أن حالة التعلق السائدة بالأجهزة الإلكترونية لا تقتصر فقط على الأطفال، وإنما كذلك الكبار، فالجميع بيده الأجهزة الإلكترونية منذ الصباح حتى النوم، موضحا أن سهولة الوصول إلى الأجهزة لاسيما في المجتمع الكويتي الذي يعتبر من أكثر المجتمعات استهلاكاً للتكنولوجيا بشكل كبير مقارنة بباقي المجتمعات جعلت هناك سهولة في

### ندوة «الأبناء» عن إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية

**د.مها السجاري (استاذة الأندروبولوجيا)**

- الأسرة بمعناها الواسع هي المسؤولة الأساسية
- خطورة إعطاء الهواتف للأطفال في عمر مبكر
- تقليد الأطفال لبعضهم البعض يزيد المشكلة
- دور المدرسة، الإعلام، والمجتمع

**يوسف عبدالرحمن (مستشار الإدارة العامة)**

- 70% من جرائم الأطفال بسبب الألعاب الإلكترونية
- الكويت تنفق سنويا 260 مليون دولار على الألعاب الإلكترونية، وهو رقم خطير

**مقدمة الندوة**

- الألعاب الإلكترونية تحولت من ترفيه إلى خطر نفسي واجتماعي وجسدي
- بعد حجب «روبوكس» في الكويت هل نحتاج إلى مزيد من الترافيق؟

**د.علي الفيلي (استاذ علوم الكمبيوتر)**

- المجتمع الكويتي مستهلك كبير للتكنولوجيا وهناك استهداف له لهذا السبب
- نقص ثقافة الاستخدام السليم للأجهزة

**د.طلال العلي (استاذ علم النفس)**

- المشكلة في الأسرة المنهارة وتراجع بعض المفاهيم مثل مؤسسة الجيران التي تختفي شيئا فشيئا من الكويت
- غياب التفاعل الاسري يزيد تعلق الأطفال بالأجهزة
- فرض القيود دون بدائل يؤدي للتمرد

**توصيات الندوة**

- تصميم ألعاب محلية مناسبة ثقافياً وتقييم الألعاب الغربية تربوياً
- ملء وقت الأطفال بالأنشطة مفيدة
- اتباع سياسة التدرج في التعامل مع الإدمان
- توعية الأهل بالمهارات الاجتماعية
- غرس حب الهوايات والرياضة
- تضامير الجهود من الأسرة والمدرسة والدولة

