

تاريخ القبول: 2025/11/08

تاريخ الإرسال: 2025/09/23

تاريخ النشر: 2025/11/30

استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية (دراسة ميدانية)

Coping Strategies for Stress Among Adolescents Addicted to Electronic Games (A Field Study on a Sample)

د. قارة نبيلة

جامعة الحاج لخضر باتنة 01 الجزائر، nabilabesma5@gmail.com

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على نوع استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (40) مراهق تم انتقاؤهم بطريقة العينة القصدية. تمثلت ادوات الدراسة في مقياس أساليب مواجهة الضغوط ل Norman S. Endier et parkea، ومقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية لـ "نيفين حسن سعد شاكر"

وتوصلت الدراسة الى ان نوع استراتيجيات المواجهة لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية هو استراتيجية التجنب، الانفعال، العمل، واستراتيجية الدعم الاجتماعي. ووجود علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والادمان على الألعاب الإلكترونية، وعدم وجود في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية والتي تعزى لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات المواجهة، الادمان، الألعاب الإلكترونية.

Abstract:

The current study aims to identify the types of coping strategies used by adolescents addicted to electronic games. The study adopted a descriptive correlational approach, and the sample consisted of 40 adolescents selected using purposive sampling. The study tools were Norman S. Endier et parkea's Stress Coping Strategies Scale and Nevin Hassan Saad Shaker's Video Game Addiction Scale.

The study found that the coping strategies used by adolescents addicted to electronic games are avoidance, emotionality, action, and social support. There is a relationship between coping strategies and addiction to electronic games, and a lack of coping strategies among adolescents addicted to electronic games, which is attributed to the gender variable.

Keywords: Coping strategies, addiction, electronic games.

المؤلف المرسل: نبيلة قارة، الإيميل: nabilabesma5@gmail.com

1. مقدمة:

يمارس الفرد منذ نشأته ومرورا بمراحل حياته الأولى اللعب كسلوك ونشاط ترفيهي يساعده على التكيف، والتفاعل مع بيئته الاجتماعية، ويتواصل من خلاله مع بقية الافراد؛ فهو يعد ذا أهمية وأثر كبيرين يظهران من خلال ما يهدف إليه وما قد يحقق له من مكاسب ومزايا.

فاللعب وسيلة للتسلية وقضاء الوقت، وهو يساهم في خلق جو من المرح والطمأنينة، ويزيد من التقاء الأفراد وشعورهم بالانتماء كما أنه يساهم في تنشئة الافراد والتطوير من ذواتهم ومواهبهم وتكيفهم الاجتماعي وإكسابهم العديد من المهارات والأساليب

لمواجهة الضغوط النفسية، خاصة مع تنوع أشكال اللعب والاعتماد على الأدوات الحديثة والمتطورة، وخاصة التكنولوجيا الحديثة.

لقد شهد العالم تطوراً كبيراً في المجال التكنولوجي وانتشاراً واسعاً في استخدام الإنترنت في مجالات الحياة المختلفة، صاحبه في ذلك انتشار الألعاب الإلكترونية في أوساط الأطفال والمراهقين، بل وحتى البالغين، أين بلغت مستويات عالية لديهم وأدت إلى آثار سلبية كبيرة عليهم. وهذا راجع إلى عدة عوامل أبرزها المرحلة العمرية ومواكبة التطور التكنولوجي، حيث أوضح تقرير منظمة الصحة العالمية أن الأطفال والمراهقين يمثلون ثلث مستخدمي الإنترنت على مستوى العالم، وأن الشباب ما بين 15، 24 سنة هم الفئة العمرية الأكثر وصولاً للإنترنت.¹

ونتيجة لتقشي ظاهرة الألعاب الإلكترونية على حساب باقي الألعاب الأخرى، كما أشارت إلى ذلك منظمة الصحة العالمية إلى أن المراهق يمكن أن يمارس الألعاب الإلكترونية لمدة عشرين ساعة يومياً بدون طعام أو شراب بعيداً من الأنشطة الحياتية، مما أدى إلى اعتبار الأضرار الناجمة عن ممارسة الألعاب الإلكترونية ضمن اضطرابات الصحة العقلية.²

كما بينت العديد من الدراسات أن الإدمان عليها يؤثر على الصحة النفسية والعقلية للمراهقين، ويظهر بعض المشكلات السلوكية والانفعالية، ومستوى التحصيل الدراسي والسلوك العدواني، مشكلات في النوم والعزلة وازدياد الضغوط النفسية وافتقارهم لأساليب مواجهتها وغيرها من الآثار.

وقد حدد الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM - 5) في نسخته الخامسة إدمان الألعاب الإلكترونية كاضطراب يتطلب مزيداً من الدراسة، لأنه حتى الآن غير معترف به كاضطراب عقلي، بالإضافة إلى ذلك، حددت المراجعة الحادية عشر للتصنيف الدولي للأمراض (ICD - 11) اضطراب الألعاب

باعتباره نمطا لسلوك اللعب الثابت او المتكرر سواء كان اللعب دون اتصال بالانترنت او عبر الانترنت.³

فالضيق الذي قد يسببه الإدمان عليها، والتوتر، والقلق النفسي الذي يعيشه المراهق قد يكون نتيجة الى الضغوط التي يواجهها، أو عدم امتلاكه لأساليب مواجهتها أو التحكم فيها وتقليل منها. من هنا جاءت هذه الدراسة للإجابة على التساؤلات التالية:

- ما هو نوع استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية؟

. هل توجد علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية تعزي لمتغير الجنس؟

للإجابة على تساؤلات الدراسة، تم صياغة الفرضيات التالية:

- نوع استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية استراتيجية الانفعال، استراتيجية التجنب، العمل، الدعم الاجتماعي.

. توجد علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين؟

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية تعزي لمتغير الجنس؟

- وتهدف الدراسة الي:

- التعرف على نوع استراتيجيات مواجهة الضغوط الناتجة عن الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين.

. التعرف على طبيعة العلاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والإدمان على

الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين.

-التعرف على اهم الفروق في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين

على الألعاب الإلكترونية تعزي لمتغير الجنس.

تأتي أهمية الدراسة الحالية من أهمية الموضوع الذي تتناوله من الناحية النظرية والميدانية والذي يعد ذو أهمية ودور كبيرة بالنسبة للفئة التي يدرسها، كما ان تناوله للموضوع بالبحث في أهم استراتيجيات مواجهة الضغوط التي يعتمد عليها المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية يزيد من القيمة العلمية والنظرية للموضوع، والتي تبرز من خلال النتائج الميدانية المتوصل إليها.

كما أنها تعد ذات أهمية من خلال مساهمتها في بناء برامج للتدخل والوقاية من آثار الإدمان على الألعاب الإلكترونية وانعكاساتها عليهم كما أنها تعد كمرجع للدراسات والأبحاث المستقبلية.

2. الدراسات السابقة:

- دراسة شنوف ودومي (2022) بعنوان: استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين المدمنين على المخدرات " دراسة ميدانية لست حالات بمركز مكافحة الإدمان بمستشفى فرانز فانون- البلدة " سعت الدراسة الى الكشف عن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ومعرفة نوعها لدى المراهقين المدمنين على المخدرات وهل هي نفسها عند كل المراهقين. استخدمت الدراسة المنهج العيادي، وتكونت عينة الدراسة من ستة حالات بمركز مكافحة الإدمان بمستشفى فرانز فانون.

وتوصلت الدراسة إلى ان الحالات المتداولة تستعمل استراتيجيات المواجهة المركزة حول الانفعال، خاصة استراتيجيات الهروب والتجنب، تأتي بعدها استراتيجية حل المشكلة ثم البحث عن السند الاجتماعي ثم التقويم الإيجابي واتهام بشكل متفاوت. ⁴

- دراسة فاضلي (د.س) بعنوان: نوعية استخدام استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى المدمن، تسعى الدراسة الى الكشف عن الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بأساليب التعامل لدى المدمنين، تم استخدام منهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من 155 وتم طبق عليهم الاستبيان ادراك الضغط ل "لفنستين" واستبيان استراتيجيات التعامل " فولكان، لازاروس" . توصلت الدراسة الى عدم وجود علاقة بين ادراك الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل لدى المدمن، وعدم وجود دلالة إحصائية بين ادراك الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل المركزة على الانفعال لدى المدمن الا في استراتيجية اتخاذ مسافة.⁵

- دخان (2010) بعنوان: أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الناصرة، هدفت الدراسة الى الكشف عن أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية متغيري الجنس والتحصيل الدراسي. طبق الباحث من خلال دراسته مقياس أساليب التعامل للمطيري تكونت عينة الدراسة من 150 طالباً، وتوصلت الدراسة الى ان أسلوب المواجهة احتل المرتبة الأولى بأعلى نسبة يليه الأساليب المعرفية وحل المشكلات وأسلوب طلب المساعدة من الآخرين وأسلوب التجنب والهروب من الموقف وأسلوب الاسترخاء. عدم وجود فروق بين الجنسين في التحصيل في أساليب التعامل مع الضغوط النفسية.⁶

- دراسة كاتج (1991) بعنوان: الغاية من هذه الدراسة هو الكشف عن أساليب المواجهة والمواقف الحياتية الضاغطة على عينة شملت 760 طالب وطالبة من المرحلة الثانوية في هونكونغ، وكشفت على ان أحداث الحياة الأسرية والمدرسية هي اكثر المصادر المولدة للضغوط، وكشفت كذلك على وجود اختلاف بين الذكور والإناث في اعتماد أساليب المواجهة بحيث ان الذكور اكثر ميلا الى استخدام التخطيط لحل المشكل وتحمل المسؤولية، بينما الإناث اكثر ميلا الى استخدام أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي والهروب والتجنب.⁷

1.2 التعليق على الدراسات السابقة:

_ من حيث الهدف ومتغيرات الدراسة: اتفقت الدراسات السابقة من حيث الهدف وتناولها لمتغيرات الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات. وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية والهدف وتناولها لمتغيرات البحث.

- من المنهج والعينة: إتمدت أغلب الدراسات على المنهج الوصفي وعينة المراهقين المدمنين، وهي في ذلك تتفق مع المنهج والعينة التي اعتمدتها الدراسة الحالية. بينما تختلف مع دراسة دومي وشنوف التي اعتمدت على المنهج العيادي.

- أما من حيث النتائج: في عمومها تتفق من حيث دور الإدمان على استراتيجيات المواجهة لدى المراهقين. مع وجود فروق في النتائج التي تعزى لبعض المتغيرات.

3. التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

3 . 1 تعريف استراتيجيات مواجهة الضغوط:

يذهب فريدمان (1963) في تعريفه على انها " العملية المتنبئة من قبل الفرد لمواجهة مهددات البناء النفسي، وذلك ليستطيع الفرد من خلالها القيام بوظائفه بشكل فعال.⁸

وعرفها (Schoolere, Pearlin) بانها تلك الأشياء التي يقوم بها الفرد لتجنب الشعور بالضيق والاذى تجاه ضغوط الحياة ويوجزها.⁹

وتعرف إجرائيا: بانها الدرجة التي يحصل عليها المراهق على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط، والتي يمكن من خلالها التعرف على استراتيجيات المواجهة لديه.

3 . 2 الألعاب الإلكترونية:

عرفها محمد بانه الاستخدام المفرط وغير المثمر للألعاب الإلكترونية من قبل الأطفال المعتمدين عليها بشدة لملء أوقات فراغهم ولأغراض الترفيهية.¹⁰

وعرفها كانجوباس (Kanjanopas, 2007) بأنها التفكير المستمر في اللعب والتخطيط له وممارسته في مختلف الأوقات، مما يؤدي لتشوش الأنشطة الحياتية للاعبين وادمانهم للعب.¹¹

وتعرف إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها المراهق على مقياس والتي يمكن من خلالها التعرف على المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية.

4 . إجراءات الدراسة الميدانية:

4 . 1 منهج الدراسة: يعتبر المنهج الطريقة او الوسيلة التي يتم من خلالها كشف الحقيقة في دراسة الظواهر. وتحقيقا لأهداف الدراسة اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الارتباطي الذي يلائم طبيعة الدراسة وفرضياتها

4 . 2 الحدود المكانية الزمانية:

4 . 2 . 1 الحدود المكانية: تمت الدراسة الميدانية بولاية باتنة (الجزائر)

4 . 2 . 2 الحدود الزمانية: امتدت الدراسة الميدانية من 09 / 01 / 2024 الى

غاية 13 / 03 / 2025

4 . 3 عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 40 مراهقا ومراهقة من المدمنين على الألعاب الإلكترونية، والذين تم انتقاؤهم بطريقة العينة القصدية.

- توزيع العينة على حسب الجنس:

العينة	التكرارات	النسب المئوية
الذكور	20	50%
الإناث	20	50%
المجموع	40	100%

جدول (1) يوضح توزيع العينة

4 . 4 أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة كأدوات للدراسة ما يلي:

4 . 4 . 1 مقياس أساليب مواجهة الضغوط (cis) ل Norman S. Endier

:et parkea

. وصف المقياس: يهدف مقياس الكوبينغ (coping inventory of stress full

situation) إلى التعرف على رد فعل الأفراد اتجاه الضغوط والمواقف الضاغطة التي

يواجهونها، وهو يشتمل على (48) عبارة موزعة على أربعة ابعاد كالآتي:

- بعد العمل (15، 21، 24، 26، 27، 36، 39، 41، 42، 43، 46، 47، 48، 10، 6، 2، 1).

- بعد الانفعال (14، 16، 17، 19، 22، 25، 28، 30، 33، 34، 38، 45، 13، 8، 7، 5)

- بعد التجنب (12، 18، 20، 23، 29، 31، 32، 35، 37، 40، 44، 48، 11، 9، 4، 3)

- بعد الدعم الاجتماعي (4، 29، 30، 31، 35، 37)

. الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولا الثبات

1/ ألفا كرونباخ للمقياس ككل والابعاد: تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ

للمقياس ككل ولأبعاده والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات:

الجدول (2) يوضح : نتائج ألفا كرونباخ لمقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط

العينة	ألفا كرونباخ	الأبعاد
	0.866	بعد العمل

40	0.769	بعد الانفصال
	0.808	بعد التجنب
	0.845	بعد الدعم الاجتماعي
	0.916	المقياس ككل

2/ التجزئة النصفية: حيث تم تقسيم المقياس إلى جزئين، الأول يمثل البنود الفردية والثاني يمثل البنود الزوجية ثم تم حساب معامل الارتباط (r) بين درجات البنود الفردية والزوجية ثم تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون:

الجدول (3) يوضح : نتائج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية split- half

لمقياس اساليب مواجهة الضغوط

معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان براون	العينة
0.880	0.936	40

ثانيا الصدق

1/ الصدق التمييزي:

تم حساب الصدق لهذا المقياس بطريقة الصدق التمييزي وذلك بأخذ درجات المراهقين على مقياس اساليب مواجهة الضغوط وترتيب درجاتهم من أقل درجة إلى أعلاها وأخذ نسبة 27 % من حدود الطرفين الدنيا والعليا وحساب متوسطاتها وقيمة انحرافها المعياري ومعرفة دلالة الفروق من خلال إختبار "ت"

الجدول (4) يوضح : نتائج إختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على

مقياس اساليب مواجهة الضغوط

الفئة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
الفئة العليا 27%	11	181.64	22.704	9.360	0.01	20
الفئة الدنيا 27%	11	115.09	6.363			

4 . 4 . 2 مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية:

- وصف الاستبيان: تم إعداد المقياس نيفين حسن شاكر، والذي يهدف الى التعرف على إدمان الألعاب الإلكترونية، يتكون من (38) عبارة موزعة على ستة ابعاد كالآتي:

- الادراك المشوه (1، 7، 13، 19، 25، 31، 37)
- الاعتياد والاستمرار القهري (2، 8، 14، 20، 26، 32، 38)
- التدفق والانغماس (3، 9، 15، 21، 27، 33)
- الأولوية والتخلي (4، 10، 16، 22، 28، 34)
- الخداع والهروب (5، 11، 17، 23، 29، 35)
- فقدان السيطرة والانتكاس (6، 12، 18، 24، 30، 36)

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً- الثبات

- ألفا كرونباخ للمقياس ككل والأبعاد: تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للمقياس ككل ولأبعاده والجدول التالي يوضح قيمة معامل الثبات:

الجدول (5) يوضح : نتائج ألفا كرونباخ لمقياس الألعاب الإلكترونية

العينة	ألفا كرونباخ	الأبعاد
40	0.626	بعد الادراك المشوه
	0.738	بعد الاعتياد والاستمرار
	0.791	بعد التدفق والانغماس
	0.773	بعد الاولوية والتخلي
	0.897	بعد الخداع والهروب
	0.651	بعد فقدان السيطرة والانتكاس
	0.902	المقياس ككل

- التجزئة النصفية: حيث تم تقسيم المقياس إلى جزئين، الأول يمثل البنود الفردية والثاني يمثل البنود الزوجية ثم تم حساب معامل الارتباط (r) بين درجات البنود الفردية والزوجية ثم تم تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون:

الجدول (6) يوضح : نتائج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية split- half

لمقياس الألعاب الإلكترونية

العينة	تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط قبل التصحيح
40	0.896	0.812

ثانيا - الصدق:

1/ الصدق التمييزي: تم حساب الصدق لهذا المقياس بطريقة الصدق التمييزي وذلك بأخذ درجات المراهقين على مقياس الألعاب الإلكترونية وترتيب درجاتهم من أقل درجة إلى أعلاها وأخذ نسبة 27 % من حدود الطرفين الدنيا والعليا وحساب متوسطاتها وقيمة إنحرافها المعياري ومعرفة دلالة الفروق من خلال إختبار "ت" .

الجدول (7) يوضح : نتائج إختبار "ت" بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين على مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية

الفئة	ن	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	"ت" المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
الفئة العليا 27%	11	85.91	3.145	16.219	0.01	20
الفئة الدنيا 27%	11	52.27	6.117			

5. نتائج الدراسة:

5. 1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

أ. عرض نتائج الفرضية الأولى: والتي تنص على أنه " نوع استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية استراتيجية الانفعال، استراتيجية التجنب، العمل، الدعم الاجتماعي. " من أجل التحقق من صحة الفرضية الأولى قمنا بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابة

أفراد عينة الدراسة على أبعاد مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط، وتم ترتيبها تنازليا بناء على المتوسط الحسابي، وكانت النتائج كما هي موضحة في الجداول التالي:

الجدول (8) يوضح: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابة أفراد عينة الدراسة على أبعاد مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط

أبعاد المقياس	المتوسط الحسابي	الانحرافات المعيارية	الترتيب
- بعد التجنب	49.68	10.904	1
- بعد الإنفعال	45.20	10.907	2
- بعد العمل	43.90	9.024	3
- بعد الدعم الإجتماعي	6.30	2.233	4

يلاحظ أن بعد التجنب قد حصل على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (49.68) وإنحراف معياري بلغ (10.904)، وفي المرتبة الثانية الانفعال بمتوسط حسابي قدره (45.20) وإنحراف معياري بلغ (10.907)، وفي المرتبة الثالثة جاء بعد العمل بمتوسط حسابي قدره (43.90) وإنحراف معياري بلغ (9.024)، وفي المرتبة الرابعة جاء بعد الدعم الاجتماعي بمتوسط حسابي قدره (6.30) وإنحراف معياري بلغ (2.233) ومنه فإن الفرضية لم تتحقق.

ب. مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يتبن لنا من خلال المعالجة الإحصائية ان الدراسة الحالية توصلت الى ان المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية يعتمدون على استراتيجية التجنب اكثر من غيرها من استراتيجيات المواجهة الأخرى وهي بذلك تختلف مع دراسة شنوف ودومي (2022) حيث تبين من خلالها ان المدمنين يعتمدون على استراتيجية الانفعال للتخفيف من الضغوط، وتعزو الباحثة ذلك الى فقر في الخبرات وتدني في اكتساب

استراتيجيات المواجهة الأكثر تكيفا مع مختلف الوضعيات الضاغطة، وتجنب الاحباطات المختلفة، والتي قد يكون الإدمان على الألعاب الإلكترونية كمؤشر او دلالة على وجود مشكلات نفسية او اجتماعية أو حتى راجع للمرحلة العمرية، ولتخفيف الضغط، وإيجاد طريقة للتعايش مع مختلف المواقف. كما ان الإدمان على الألعاب الإلكترونية لا يختلف عن باقي أنواع الإدمان الأخرى التي تسبب للفرد اثار سلبية، وتحد من قدراته واساليبه في إدارة وحل مشكلاته، وبالتالي قد تؤثر على نوعية استراتيجية مواجهة الضغوط لديه خاصة اذا لم يتلقى تنشئة اجتماعية، ورعاية والدية جيدة ومتابعة مستمرة.

5. 2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

أ - عرض نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على أنه " توجد علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين " من أجل التحقق من صحة الفرضية الثانية قمنا بحساب قيمة معامل الارتباط بيرسون (Pearson) بين الدرجات الكلية لإستجابة المراهقين على مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط ومقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول (9) يوضح: معامل الارتباط بيرسون (Pearson) بين مقياس

استراتيجيات مواجهة الضغوط ومقياس الألعاب الإلكترونية

المتغيرات	معامل الارتباط بيرسون (Pearson)	العينة	مستوى الدلالة
استراتيجيات	0.344*	40	0.05

			مواجهة الضغوط
			الالعاب الالكترونية

يتضح من خلال الجدول (9) أن معامل الارتباط المحسوب بين درجات مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط و مقياس الالعاب الالكترونية يقدر ب (0.344) عند مستوى (0.05) مما يدل على وجود علاقة إرتباطية بين استراتيجيات مواجهة الضغوط و الالعاب الالكترونية لدى المراهقين ، ومنه فإن الفرضية محققة.

ب - مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

ينبني لنا من خلال النتائج المتوصل اليها ان هناك علاقة بين استراتيجيات مواجهة الضغوط والادمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين، وتعزو الباحثة ذلك الى ارتباط كل من الضغوط والادمان على الألعاب بالاستراتيجيات التي يمتلكها المراهق، ففي غالب الأحيان يكون الارتباط قويا بينها من ناحية العلاقة وما تسببه من عدم قدرة المراهق للتعامل معهما وافقاده للقدرة الكافية لاستخدام استراتيجيات المواجهة التي تمنحه الراحة وتخفف من الضغط مع تدخل عوامل خارجية وداخلية تزيد من حجم المشكلة. وهي بذلك تختلف مع دراسة فاضلي (د.س) في عدم وجود علاقة بين ادراك الضغوط واستراتيجيات المواجهة التي قد يكون مرده راجع الى المرحلة العمرية وما يميزها مما يسبب له عدم الكفاءة الذاتية لمواجهة الضغوط.

5.3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

أ - عرض نتائج الفرضية الثالثة : والتي تنص على أنه" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين علي الألعاب الإلكترونية تعزي لمتغير الجنس " من أجل التحقق من صحة الفرضية الثالثة قمنا بحساب إختبار "ت" لعينتين مستقلتين، للمقارنة بين المتوسطات الحسابية لإستجابة

أفراد عينة الدراسة على مقياس استراتيجية مواجهة الضغوط وفقا لمتغير الجنس وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول (10) يوضح: نتائج إختبار "ت" لدلالة الفروق في مقياس استراتيجية

مواجهة الضغوط وفق متغير الجنس

الفئة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	مستوى الدلالة	ن
إناث	20	146.70	33.468	0.473	0.726	40
ذكور	20	143.45	23.904			

ينضح من الجدول (10) أعلاه أن عدد المراهقين الذكور هو (20) بمتوسط حسابي بلغ (143.45) وانحراف معياري قدره (23.904)، أما عدد المراهقات الإناث هو (20) بمتوسط حسابي بلغ (146.70) وانحراف معياري قدره (33.468)، في حين أن قيمة "ت" هي (0.473) عند مستوى دلالة (0.726) وهي غير دالة إحصائيا أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس اساليب مواجهة الضغوط تعزي لمتغير الجنس، ومنه فإن الفرضية غير محققة.

ب. مناقشة نتائج الدراسة الثالثة:

من خلال النتائج المتحصل عليها من المعالجة الإحصائية تبين لنا عدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية والتي تعزي لمتغير الجنس وهي بذلك تتفق مع دراسة دخان (2010) بينما تختلف الدراسة الحالية مع دراسة كانج (1991) في وجود فروق في استراتيجيات المواجهة لدى الجنسين

وقد يرجع ذلك الى دور وتدخل العوامل الخارجية وحتى الداخلية التي قد تؤثر على استراتيجيات المواجهة التي يعتمدها المرهقين من كلا الجنسين في الوضعيات الضاغطة مثل التنشئة الاجتماعية السليمة التي تكسبهم مهارات التعامل مع مختلف المواقف، وإزالة الفوارق الثقافية بين الجنسين والتفتح الحضاري أيضا الاستخدام الواسع للألعاب من طرف المراهقين والاقبال على مختلف أنواعها واكتسابهم لمختلف الأجهزة الحديثة والمتنوعة من قبل الأبناء دون رقابة والديه كان من بين الأسباب والعوامل المؤدية الى عدم وجود الاختلاف بين الجنسين.

6. خاتمة:

نستنتج من خلال دراستنا الميدانية حلول استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية ان نوع الاستراتيجيات المواجهة قد يتعلق بنوع الإدمان أو المادة ومدى اكتساب المراهق لأساليب مواجهة الضغوط السليمة. فالإدمان الإلكتروني لا يختلف عن باقي أنواع الإدمان الأخرى والتي تتاولها الباحثين من حيث الأسباب والعوامل ومحاولة فهم ذات المدمن وأساليب المتبع في مواجهة الضغوط الناتجة عنها. وبذلك فالعلاقة بين استراتيجيات المواجهة والإدمان على الألعاب الإلكترونية يكون نتيجة التأثير المتبادل بينهما وارتباطهما ببعض. كما ان توصل الدراسة الى عدم وجود فروق في استراتيجيات المواجهة والتي تعزي لمتغير الجنس فهو راجع الى التغير الثقافي والتطور في أنماط وأساليب التنشئة الوالدية.

ومما سبق يمكن القول ان اتجاه البحث في عوامل الوقاية من الإدمان على الالكترونية قد يعزز من قدرة المراهقين على تعلم كيفية التحكم في استراتيجيات الضغوط وإدارتها من اجل تعزيز قدرته على التكيف وتحسين جودة الحياة لديه.

- اقتراحات وتوصيات:

- إعداد قوانين تنظم استخدام الأجهزة الالكترونية من طرف الوقت والتي من شأنها ان تنظم المدة ونوعية المادة المقدمة لهذه الفئة.
- التوعية الإعلامية والحملات التحسيسية التي يجيب ان تكون بانتظام واشراك الجهات الفاعلة كالمنظمات والجمعيات التي تهتم بالصحة العامة للأفراد.
- بناء برامج علاجية او إرشادية وقائية تساعد المراهقين في التمتع بالصحة النفسية والسلوك الملائم في مختلف المواقف.
- القيام بدراسات أوسع واعمق وعلى عينات أخرى لفهم افضل والحصول على نتائج اعمق تساعد في فهم الظاهرة وإيجاد حلول مناسبة لها.

7. المراجع:

- 1 - امل جابر وعوض سيد، تأثير الألعاب الإلكترونية الجماعية على منظومة القيم لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية، كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية - جامعة الفيوم، ع: 31. (د.س). ص: 259.
- 2 - المرجع سابق، ص 259
- 3 - ممدوح حسن، حسان نصيرات، (2022). دوافع استخدام الألعاب الإلكترونية وتأثيراتها النفسية والاجتماعية على طلبة المرحلتين الإعدادية والثانوية في مدينة الطيبة (المثلث)، رسالة ماجستير، جامعة النجاح، نابلس. فلسطين. (2022)، ص: 02.
- 4 - شنوف ودومي، استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين المدمنين على المخدرات " دراسة ميدانية " مجلة هيرودوت للعلوم الإنسانية والاجتماعية، مج (6)، ع، 3، (2022).
- 5 - عبد الله، الضريبي. (2010). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية"، مجلة جامعة دمشق، مج (26). ع. 04.
- 6 - ممدوح، حسن حسان نصيرات، مرجع سابق.
- 7 - والي وداد: استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المراهقين الجانحين ذكور واثان، رسالة ماجستير، وهران، الجزائر، ص34.

- 8 - محمد قاشي ومحمد، بشير: الضغوط المهنية (الحوادث الحرجة) واستراتيجيات مواجهتها لدى أعوان الحماية المدنية بولاية باتنة، الجزائر، مجلة آفاق علمية، مج (16)، ع: 01، 2024، ص 206.
- 9 - احمد منوري: دور استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في تحقيق الصحة النفسية والجميلة، دفاثر البحوث العلمية، مج (10)، ع: 01، 2022، ص 9
- 10 - جمال علي خليل الدهشان ومحمد محمد غنيم سويلم: مخاطر ادمان التلاميذ للألعاب الالكترونية القتالية وأساليب مواجهتها، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، مج (29)، ع: 1، 2021، ص 7.
- 11 _ رندا محمد سيد احمد: العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد وادمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات - دراسة تنبؤية - مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، المجلد (3)، العدد: 51، 2020، ص 900
- 12 _ أشواق بن عمار وبلال بوترعة: شبكات التواصل الاجتماعي " الفيس بوك " وتعزيز الهوية الوطنية لدى الطلبة الجامعيين (دراسة ميدانية على بعض الطلبة الجامعيين من جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي)، آفاق علمية، مج (15)، ع: 2، 2023، ص 147