

الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية لدى بعض الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي

* د/ يسرا عدلي رشاد علي

المقدمة ومشكلة البحث:

لقد تطورت الألعاب الالكترونية بشكل مذهل خلال العقود الثلاثة الماضية بسبب التعقيدات التكنولوجية وأصبحت تعطي للطفل حوافز نفسية مشجعة للمزيد من ممارستها، فالتطور التقني لهذه الألعاب سواء كانت بالحركات أو الألوان والتقنيات المتنوعة وأتساع وسائل انتشارها بسهولة سواء عن طريق الكمبيوتر أو الفيديو أو التلفزيون أو الانترنت تلقي بحوافز واستثارة أكثر لمستخدميها من الأطفال والمراهقين، وبالتالي إلي المزيد من الجديد والكثرة والانغماس فيها، ومع هذا التطور التقني ازدادت الدراسات والأبحاث حول الآثار السلبية والمشكلات الصحية (البدنية - النفسية - الاجتماعية) علي الأطفال والمراهقين، وتمحورت الدراسات حول زيادة العنف، و الجرائم وتدني التحصيل الأكاديمي وفق المهارات الاجتماعية إلي درجة الوصول إلي إدمان هذه الألعاب. (١١١)

يشير خطورة هذه الألعاب الالكترونية إذا ما تعلق بها الطفل في سن مبكرة حيث تكمن الخطورة في تشويشها لصورة العالم من حوله و العلاقات الشخصية حيث تصبح الألعاب الالكترونية رافدا رئيسيا يتسرب منها الأفكار والتصورات والسلوكيات، حيث تظفي علي مكونات الطفل عالما غريبا خاصا التي يؤدي إلي استنفاد قواه وقدرته الطبيعية (العقلية - البدنية - الاجتماعية - الانفعالية)، حيث أشارت الدراسات الحديثة إلي أن الإفراط وإدمان هذه الألعاب تجعل الطفل مرغما بشكل قهري علي استخدامها وفقدان الاستمتاع بالنشاطات الأخرى، وعلي حساب حاجاته الأساسية كالأكل والنوم والنظافة، وعلي حساب واجباته المدرسية أو الاجتماعية، وعلي حساب صحته الجسدية والنفسية، وخاصة إذا كان مصابا بمرض عضوي وفي حالة الانقطاع عنها تتنابه الأعراض الجسدية والنفسية والتي تعرف بالإعراض الانسحابية والتي تتمثل

في الانفعال الشديد والرجفان والصراخ واضطراب التركيز وتسارع ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم والسلوك العدواني واللامبالاة وهذه الأعراض قد تحتاج أحيانا إلي تدخل طبي أو اجتماعي وقد تدوم إلي فترة طويلة نسبيا إذا لم تعالج. (١١٤)

بالرغم مما سبق أشارت الدراسات إلي مجموعة من الايجابيات الناتجة عن الألعاب الالكترونية والتي تتمثل في تنمية قدرات الطفل العقلية باعتبارها تمثل رياضة ذهنية تنمي قدرته علي التركيز والتفكير العلمي السليم والدخول في التحديات والتعود على الصبر والمثابرة حيث يعتقد البعض أن "لعبة الاتاري" و"البلاي استيشن" تنمي القدرة على الابتكار واتخاذ القرار من خلال ما تحويه من معلومات وبرمجيات بشرط وجود الدور الفعال لأولياء الأمور والرقابة المستمرة لما تحويه هذه الألعاب .

أهداف البحث

يهدف هذا البحث التعرف على "الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية وعلاقتها ببعض المشكلات الصحية لدى بعض الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي وذلك من خلال :

١. المشكلات الصحية (الجانب النفسي _ الجانب البدني _ الجانب السلوكي) لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي.
٢. العلاقة بين المشكلات الصحية(الجانب النفسي _ الجانب البدني _ الجانب السلوكي) والاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية.

تساؤلات البحث

في ضوء أهداف البحث تفترض الباحثة ما يلي:

١. ما المشكلات الصحية (الجانب النفسي _ الجانب البدني _ الجانب السلوكي) لدي عينة البحث من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي؟
٢. هل هناك ارتباط بين الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية والمشكلات الصحية (الجانب النفسي _ الجانب البدني _ الجانب السلوكي) واللياقة البدنية لدى عينة البحث من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ؟

المصطلحات المستخدمة في البحث

١. الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية

" ويعرفه محمد صالح الألفي بأنه "الولع بالألعاب المتوفرة على الشبكة بحيث تؤثر على الوظائف الأساسية في الواقع الحياتي كالصحة والدراسة والعمل والواجبات المنزلية".

(٦٥ : ١٣٦)

٢. الألعاب الالكترونية

"هي ألعاب مبرمجة محمولة بواسطة الحاسوب أو الهاتف المحمول أو الحاسوب الشخصي ومنها : ألعاب الفيديو وألعاب الكمبيوتر وألعاب البلاي استيشن.

(٥٩ : ١١)

٣. ألعاب الفيديو

"هي أقراص مضغوطة محملة بالبرامج المتنوعة ،حيث يخصص كل قرص لعبة واحدة بعدة مراحل تختلف في عددها ووقتها من شريط لأخر ، وتعمل هذه الأقراص على أجهزة كمبيوتر صغيرة مخصصة للألعاب بصورة تلفزيونية ، كما يمكن تشغيل هذه الألعاب على أجهزة الحاسوب الشخصية".

٤. ألعاب الكمبيوتر

" ويقصد بها الألعاب التي توضع على الأقراص المضغوطة سواء أقراص DVD أو الأقراص العادية التي تعمل على جميع أنواع الحاسوب التي يمكن تحميلها على ذاكرة الحاسوب واللعب بها من غير إضافة أجهزة أخرى ، وإن اختلف نوع الجهاز المستخدم لتشغيلها لكنها تتفق من حيث المضمون".

٥. ألعاب البلاي استيشن

"وهي التي تشغل بجهاز مخصص يسمى جهاز البلايستيشن "Play Station set" وجهاز الاكس بوكس "Xbox set" وجهاز ننتيدو "Nintendo" وجهاز الجيم بوى

"gem boy" وغيرها وبعضها يمكن أن يعمل على جهاز الحاسوب الشخصي (لاب توب) ولكل نوع من الأجهزة نوع من الأشرطة تختلف في الشكل عن الأخرى وهي أكثر الألعاب انتشاراً . (٩ : ١١)

٦. المشكلات الصحية * تعريف إجرائي

وتعرف إجرائياً: "هي الأعراض الجسمانية الناتجة عن الاستخدام المفرط للألعاب الاليكترونية والتي تتمثل في(السمنة والنحافة واضطراب النوم والانحرافات القوامية) خاصة للمرحلة العمرية الصغيرة ."

٧. المشكلات النفسية Psychological Problems * تعريف إجرائي

وتعرف إجرائياً: " تلك المشكلات التي تتعلق بالبنفس وانفعالاتها، وقد تنعكس آثار المشكلات" على المراهق وتسبب له اضطرابات نفسية وانفعالية " .

٨. المحددات الديموجرافية Geographic Limited

" مجموعة من المحددات تشمل الجنس (بنين / بنات)، المرحل العمرية من الطفولة، نوع التعليم للطفل (حكومي / خاص)، عمل الأب أو الأم، حجم الأسرة، معدلات الشراء، والقوة الشرائية للطفل " . (٧٠ : ٩٠)

٩. العدوان

" هو استخدام القوة للإضرار وإيقاع الأذى بالأشخاص والممتلكات فعلى المستوى الوصفي يشير المفهوم إلى القوة المستخدمة للإضرار وعلى المستوى الأخلاقي يشير إلى استخدام قوة غير مقبولة لإيقاع الأذى بالأشخاص والممتلكات" . (٣٤ : ٢٣)

١٠. مرحلة المراهقة

يعرفها : فاروق السيد حسين (1999) "التدرج نحو النضج الجنسي والجسمي والعقلي والاجتماعي والسلوكي" . (٥٩ : ٢١٢)

١١. تعريف الانترنت

"مصطلح يدل على مجموعة الشبكات التي جمعت عنها جهود مشروعات البحوث المتقدمة (ARPA) أي مجموعة من الشبكات التي تستخدم مجموعة من البروتوكولات الخاصة بمراقبة التراسل والانترنت ولتستند في أساسها على النموذج المرجعي للترابط بين النظم المفتوحة". (٥٢ : ٢٩)

الدراسات المرتبطة :-

١. قام محمد السمري (٢٠٠٣م) (٣٦) بدراسة بعنوان "استخدام الأطفال للانترنت - العلاقة التفاعلية بين الآباء والأبناء"، هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر استخدام الأطفال للانترنت على علاقته بالآباء، وما هدى أنسب الأساليب للتعامل مع هذا الجيل "جيل الانترنت"، بلغت عين الدراسة من ١٠٥ طفلاً وطفلة من (٨-١٨ سنة) من طلاب مدارس اللغات بمحافظة القاهرة، وعينة من آباء هؤلاء الأطفال وعددهم ١٠٥ مفردة، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وكانت أهم نتائج الدراسة وجود اختلاف في الدوافع بين استخدام الأطفال للانترنت والمراهقين.

٢. قام دوجلاس وجنيفر (Douglas A. Gentile 2004) (٥١) بدراسة بعنوان " العلاقة بين ألعاب الكمبيوتر وتأثيرها على كل من عدوانية وأداء المراهق الدراسي" هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين ألعاب الكمبيوتر والعدوانية والأداء الدراسي، بلغت عينة الدراسة ٦٠٧ مراهق، كانت أهم نتائج الدراسة أن الذكور أكثر ممارسة من الإناث، أن الذكور أكثر استخدام للألعاب العنيفة من الإناث، كما أن محتوى الألعاب الممارسة أثر على الأداء المدرسي فالألعاب التعليمية أثرت إيجابياً على الممارسين أكثر من غيرها.

٣. قام الدندراوي (٢٠٠٥ م) (٦) بدراسة بعنوان "الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين"، هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر والانترنت، وبين بعض المشكلات النفسية لدى المراهقين (الأعراض الاكتئابية، العزلة الاجتماعية، اللامبالاة)، وكذلك دراسة الفروق بين الذكور والإناث المراهقين في شيوع المشكلات النفسية المرتبطة بالإفراط في استخدام الكمبيوتر والانترنت، بلغت عينة الدراسة (١٥٠ ذكور، ١٥٠ إناث). استخدم الباحث

المنهج الوصفي ، وتم استخدام مقياس {الأعراض الاكتئابية.العزلة الاجتماعية .مقياس اللامبالاة} من إعداد الباحثة، وكانت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الكمبيوتر والانترنت وبين مشكلة الأعراض الاكتئابية لديهم .وجود علاقة ارتباطيه دالة بين إفراط المراهقين في استخدام الكمبيوتر والانترنت، وبين مشكلة العزلة الاجتماعية لديهم .عدم وجود علاقة دالة بين الإفراط في استخدام الكمبيوتر وبين مشكلة اللامبالاة لدى المراهقين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة العزلة الاجتماعية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مشكلة الاكتئاب واللامبالاة.

٤. قام عبد الكريم محمد (٢٠٠٦م) (٢٩) بدراسة بعنوان "الانترنت وآثاره الاجتماعية على المراهقين، دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الانترنت بمدينة طنطا"، هدفت الدراسة إلى التعرف على الآثار الاجتماعية لشبكة الإنترنت على المراهقين في مصر، استخدم الباحث المنهج المسحي ، وكانت أهم نتائج الدراسة إلى أن أغلبية المبحوثين يترددون على مقاهي الانترنت بشكل منتظم كما يرتبط حجم هذا التردد بالدخل ارتباطاً طردياً ملحوظاً أن معظم المبحوثين يذهبون إلى مقاهي الانترنت برفقه أشخاص آخرين (خارج حدود من بأيديهم مسئولية الرقابة الاجتماعية عليهم).

خطة وإجراءات البحث:

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لإجراءات الدراسة .

مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث على تلاميذ المرحلة الإعدادية والثانوية من المدارس الحكومية بمحافظة أسوان من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي.

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية واشتملت على (٢٣٠) طالب وطالبة وتم

توزيعهم كما يلي :-

(٣٠) طالب وطالبة من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك لحساب المعاملات العلمية من صدق وثبات الدراسة الاستطلاعية.

(١٦١) طالب وطالبة هم عينة البحث الأساسية ويمثلون الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي .

(٣٩) طالبة تم استبعادهم منهم (٢٠) طالبة بسبب عدم اكتمال استمارات الاستبيان و(١٩) طالبة رفضوا إجراء الاختبارات البدنية ، لتصبح إجمالي العينة (١٠٠) و(٦١) طالبة .

وقد خصت الدراسة الأطفال في المرحلة العمرية من ١٢ - ١٦ سنة .

جدول (١)
تقسيم عينة البحث الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي

ن = ١٦١

الاجمالي	أنثى	ذكر	المتغير (الممارسة)
٨١	٢٤	٤٣	ممارس
٨٠	٣٧	٥٧	غير ممارس
١٦١	٦١	١٠٠	الاجمالي

جدول (٢)
تجانس ودلالة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين بنين للنشاط الرياضي
في المتغيرات العامة

ن = ٤٣ ،

ن = ٥٧ = ٢

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف	فرق المتوسطين	نسبة ف	قيمة "ت"
السن	ممارسين	٤٣	١٥.٧٢١	١.٣١٥	٠.٢٤٤	١.٠٩٣	٠.٨٩٥
	غير ممارسين	٥٧	١٥.٩٦٥	١.٣٧٥			
الطول	ممارسين	٤٣	١٤٩.٥٨١	٧.٢٧٤	٢.٤٥٤	١.٣٤١	١.٤٩٣
	غير ممارسين	٥٧	١٥٢.٠٣٥	٨.٧٢٦			
الوزن	ممارسين	٤٣	٥٨.٠١٢	١٢.١٥٣	٠.٤٦٨-	١.١٦٨	٠.١٩٩
	غير ممارسين	٥٧	٥٧.٥٤٤	١١.٢٤٣			

يوضح الجدول (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وفروق المتوسطات ونتيجة اختبار نسبة (ف) للتجانس ونتيجة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين بنين للنشاط الرياضي في المتغيرات العامة

ويتضح من الجدول أن نتيجة اختبار نسبة (ف) تراوحت بين (١.٠٩٣ ، ١.٣٤١) وهى قيم اقل من قيمة (ف) الجدولية مما يشير إلى تجانس المجموعتين عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

بينما تراوحت نتيجة اختبار (ت) بين (٠.١٩٩ ، ١.٤٩٣) وهى اقل من قيمة (ت) الجدولية مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات العامة عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

جدول (٣)
تجانس ودلالة الفروق بين الممارسات وغير الممارسات بنات للنشاط الرياضي في المتغيرات العامة

ن = ٢٤ ،

ن = ٣٧

المتغير	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف	فرق المتوسطين	نسبة ف	قيمة "ت"
السن	ممارسات	٢٤	١٣.٨٧٥	٣.١٩٨	١.١٥٢-	١.٠٢٠	١.٩٤٧
	غير ممارسات	٣٧	١٥.٠٢٧	٣.٢٣			
الطول	ممارسات	٢٤	١٤٤.٦٦٧	٥.٦٧٠	٢.٩٨٢-	١.١٩٣	١.٨٩٨-
	غير ممارسات	٣٧	١٤٧.٦٤٩	٦.١٩٢			
الوزن	ممارسات	٢٤	٤٦.٧٩٢	١١.١٣٩	٤.٢٠٨-	١.١١٢	١.٣٩٥-
	غير ممارسات	٣٧	٥١	١١.٧٤٥			

يوضح الجدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وفروق المتوسطات ونتيجة اختبار نسبة (ف) للتجانس ونتيجة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسات وغير الممارسات بنات للنشاط الرياضي في المتغيرات العامة.

ويتضح من الجدول أن نتيجة اختبار نسبة (ف) تراوحت بين (١.٠٢٠ ، ١.١٩٣) وهى قيم اقل من قيمة (ف) الجدولية مما يشير إلى تجانس المجموعتين عند مستوى معنوية (٠.٠٥) .

بينما تراوحت نتيجة اختبار (ت) بين (١.٣٩٥ ، ١.٩٤٧) وهي اقل من قيمة (ت) الجدولية مما يشير الى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في المتغيرات العامة عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

خطوات تنفيذ البحث:-

أولاً : أدوات ووسائل جمع البيانات :

تم تحديد الأدوات التي تتناسب مع طبيعة هذا البحث، وذلك من خلال الاطلاع على البحوث والدراسات المرتبطة والدوريات العلمية والمقابلات الشخصية وتحليل الوثائق واستخدمت الباحثة الأدوات التالية:

- أ- المقابلة الشخصية
- ب-جهاز الاسكين فيلد لقياس سمك الدهن بالجسم .
- ج- مقياس المشكلات النفسية.
- د- المقياس النفسي لإدمان الكمبيوتر والانترنت
- هـ- مقياس السلوك العدوانى. (مرفق ٥)
- و- مقياس استخدام المراهقين للانترنت.
- ز- مقياس اضطراب النوم. (مرفق ٧)
- ح- استمارة تحليل مضمون لألعاب الكمبيوتر والانترنت
- ط- الاختبارات البدنية للبنين
- ي- الاختبارات البدنية للبنات

ثانياً: إجراءات البحث:

توزيع الخطة الزمنية للبحث

جدول (٥)

التوزيع الزمني للإجراءات العلمية للبحث

م	الإجراء العلمي	التاريخ	
		الفترة من	الفترة إلى
١	إعداد القراءات النظرية والدراسات المرتبطة	٢٠١٩/١/١٠	٢٠١٩/٢/١٩
٢	إعداد المقاييس المستخدمة في الدراسة	٢٠١٩/٢/٢٢	٢٠١٩/٣/١
٣	تطبيق المقاييس على عينة المعاملات العلمية وتصحيحها	٢٠١٩/٣/٤	٢٠١٩/٣/١٢
٤	أجراء المعالجات الإحصائية لعينة المعاملات العلمية	٢٠١٩/٣/١٣	٢٠١٩/٣/١٨
٥	تطبيق الاستبيانات على العينة الأساسية وتصحيحها	٢٠١٩/٣/٢٠	٢٠١٩/٣/٣٠
٦	أجراء المعالجات الإحصائية للعينة الأساسية	٢٠١٩/٤/١٥	٢٠١٩/٥/٨
٧	عرض النتائج ومناقشتها	٢٠١٩/١٠/٤	٢٠١٩/١٠/٢٥
٨	إعداد الفصول في الصورة النهائية	٢٠٢٠/٢/٨	٢٠٢٠/٤/٢

الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بدراسة استطلاعية على عينة مكونة من (٣٠) طفل من خارج عينة البحث من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ، بواقع (١٥) طفل ممارس للنشاط الرياضي ، وعدد (١٥) طفل غير ممارس للنشاط الرياضي ويمثلون أيضاً نفس خصائص مجتمع العينة من حيث ممارسة نفس الألعاب الإلكترونية أكثر من ٣ ساعات يومياً حسب الجمعية الأمريكية لطب الأطفال ، وذلك للتأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة ، وكذلك طرق القياس والوقت التي يستغرقه كل طفل ، ويطبق عليهم استمارة تحليل مضمون لألعاب الكمبيوتر والانترنت للتعرف على محتوى ألعاب الكمبيوتر والانترنت ومدى تفاعل التلاميذ معها لدراسة تأثيرها فيما بعد على متغيرات الدراسة.

المعالجات الإحصائية:

اشتمل الأسلوب الإحصائي المستخدم في الدراسة ما يلي:

١. الإحصاء الوصفي وشمل (المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ، والنوال واكبر واقل قيمة والمدى ومعاملتي (الالتواء والتقلطح).

٢. اختبار نسبة (ف) للتجانس .

٣. النسب المئوية .

٤. اختبار "ت" T.test للعينات المستقلة و لعينة واحدة .

٥. معامل الارتباط.

وقامت الباحثة بإجراء المعالجات الإحصائية باستخدام حزمة البرامج الإحصائية SPSS .

عرض ومناقشة النتائج:

المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي)

جدول (٦)
المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) للممارسين
للنشاط الرياضي البنين

ن=٤٣

المتغيرات	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	المتوسط النظري	ت
كتلة الجسم	٢٤.٦٦٥	٤.١٥٤	--	
المشكلات النفسية (درجة)	٧٩.٦٦٧	٧.٣١٣	٨٥.٥	٦.٠٢٢-
السلوك العدواني (درجة)	٦١.٢٢٨	١٢.٠٠٧	٧٦	٩.٢٨٨-
اضطراب النوم(درجة)	٣٧.٣٦٨	٨.٤٥٩	٤٤	٥.٩١٩-
الجري فى المكان ١٥ ث (عدة)	٢٢.٥٤٤	٧.٣٧٥	٢٥	٢.١٨٤-
الجلوس من الرقود ٣٠ ث (عدة)	٢١.٨٤٢	٧.٤٩٥	٢٠	١.٦١٢
الانبطاح المائل العميق (عدة)	١٧.٩٣٠	٨.٥١٢	١٣	٣.٧٩٨
العدو ٥٠ متر (ث)	٧.٦٤٦	٠.٦٥٥	١٠.١	٢٤.٥٦٨-
الجري والمشي ٦٠٠ متر (ث)	١٧٢.٧٠٨	٥٩.١٤٩	٨.٥	١٨.٢٠٥

يوضح الجدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط النظري

وقيمة اختبار (ت) لعينة واحدة للمشكلات الصحية للممارسين للنشاط البدني البنين

ويتضح من الجدول أن قيمة ت لمتغير الجلوس من الرقود ٣٠ ث كان ١.٦١٢ وهو

اقل من القيمة الجدولية مما يشير الى عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابي

والمتوسط النظرى

بينما قيمة ت لباقي المتغيرات تراوحت بين (٣.٧٩٨ ، ١٨.٢٠٥) وهى جميعا اكبر من قيمة ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط العينة والمتوسط النظري للمتغيرات لصالح المتوسط الأفضل لصالح متوسط العينة .

جدول (٧)
المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) لغير الممارسين للنشاط الرياضي البنين

ن=٥٧

المتغيرات	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	المتوسط النظري	ت
كتلة الجسم	٢٦.٢٩٤	٤.٩٤٣	--	
المشكلات النفسية (درجة)	٧٨.٦٩٨	٨.٣٠٨	٨٥.٥	٥.٣٦٩-
السلوك العدواني (درجة)	٥٨.٤٨٨	١١.٦٨٩	٧٦	٩.٨٢٤-
اضطراب النوم(درجة)	٤٠.٢٣٣	٧.٨٢٢	٤٤	٣.١٥٨-
الجري فى المكان ١٥ ث (عدة)	١٨.١٨٦	٦.٣٦٣	٢٥	٨.٠٨٥-
الجلوس من الرقود ٣٠ ث (عدة)	١٧.٢٣٣	٧.١٢١	٢٠	٢.٩٣٤-
الانبطاح المائل العميق (عدة)	١٣.٠٢٣	٨.٣٠٥	١٣	٠.٠٢١
العدو ٥٠ متر (ث)	٩.٤٣١	١٢.٢٤٩	١٠.١	٠.٤١٢-
الجري والمشي ٦٠٠ متر (ث)	١٩.٩٨٦	٦.٣٩٩	٨.٥	١٣.٥٥٢

يوضح الجدول (٧) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط النظري وقيمة اختبار (ت) لعينة واحدة للمشكلات الصحية للممارسين للنشاط البدني البنين ويتضح من الجدول أن قيمة ت لمتغيرى الانبطاح المائل العميق و العدو ٥٠ متر كانت (٠.٤١٢ ، ٠.٠٢١) وهما اقل من القيمة الجدولية مما يشير الى عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابى والمتوسط النظرى

بينما قيمة ت لباقي المتغيرات تراوحت بين (٢.٩٣٤ ، ١٣.٥٥٢) وهى جميعا اكبر من قيمة ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط العينة والمتوسط النظري للمتغيرات لصالح المتوسط الأفضل لصالح متوسط العينة

جدول (٨)
المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) للممارسات للنشاط الرياضي بنات

ن=٢٤

ت	المتوسط النظري	انحراف معياري	المتوسط الحسابي	المتغيرات
		٥.٤٧٨	٢٢.٩٠٦	كتلة الجسم
٤.١٩٧-	٨٥.٥	٧.٧٨٣	٧٨.٨٣٣	المشكلات النفسية (درجة)
١٠.٧٩٢-	٧٦	١٠.٧٠٥	٥٢.٤١٧	السلوك العدواني (درجة)
٢.٨٣٢-	٤٤	١٠.٨١٢	٣٧.٧٥٠	اضطراب النوم(درجة)
٢.٠٠٤	١٢	٥.١٩٥	١٤.١٢٥	وقوف ثبات الوسط (ث)
٣.١٩٧-	١٥	٦.٧٦٩	١٠.٥٨٣	ثنى الجذع أماما (عدة)
٤.١٤٩	١٢٠	٢٠٥.٢٢٩	١٧٥	الوثب العريض من الثبات(سم)
٢.٧٦٨-	١١	٥.٨٢٧	٧.٧٠٨	انبطاح مائل على (عدة)
٠.٥١٦-	٢٥٥	٦٧.٢٩١	٢٤٧.٩١٧	الوثب لأعلى مع الدوران
١٠.٠٦٢-	٢.٤٣	٠.٤٤٦	١.٥١٤	٤٠٠م (ث)

يوضح الجدول (٨) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط النظري وقيمة اختبار (ت) لعينة واحدة للمشكلات الصحية للممارسين للنشاط البدني البنين ويتضح من الجدول أن قيمة ت لمتغيرى الوثب لأعلى مع الدوران ، وقوف ثبات الوسط كانت (٠.٥١٦ ، ٢.٠٠٠) وهو اقل من القيمة الجدولية مما يشير الى عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابى والمتوسط النظرى

بينما قيمة ت لباقي المتغيرات تراوحت بين (٢.٧٦٨ ، ١٠.٧٩٢) وهى جميعا اكبر من قيمة ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط النظري للمتغيرات لصالح المتوسط الأفضل لصالح متوسط العينة لعينة واحدة للمشكلات الصحية للممارسات للنشاط الرياضي بنات

جدول (٩) المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) لغير الممارسات للنشاط الرياضي بنات

ن=٣٧

ت	المتوسط النظري	انحراف معياري	المتوسط الحسابي	المتغيرات
		٤.٩٥٠	٢٣.٤٥٣	كتلة الجسم
٦.١١٦-	٧.٦٩٦-	٧.٣٨٤	٧٧.٩٧٣	المشكلات النفسية (درجة)
١٦.٣٦٢-	٢٠.٥٨٨-	٩.١٢٨	٥١.١٠٨	السلوك العدواني (درجة)
٦.٧٥٨-	٨.٥٠٤-	٦.٨٣٩	٣٦.٢٩٧	اضطراب النوم(درجة)
٠.٩٥٠	١٢	٥.٢٩٤	١٣.٠٢٧	وقوف ثبات الوسط (ث)
٣.٨٦٠-	١٥	٥.٩٣٥	١٠.٣٢٤	ثنى الجذع أماما (عدة)
٤.٣٤٩	١٢٠	٣٠.٠٧٨	١٤٦.٧٠٣	الوثب العريض من الثبات(سم)
٣.٦٣٦-	١١	٥.٣١٧	٧.٠٥٤	انبطاح مائل عالي (عدة)
٠.٠٠٨-	٢٥٥	٥٢.٨٦٢	٢٥٤.٩١٩	الوثب لأعلى مع الدوران
١٣.٢٧٣-	٢.٤٣	٠.٣٥١	١.٤٧٩	٤٠٠م (ث)

يوضح الجدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط النظري وقيمة اختبار (ت) لعينة واحدة للمشكلات الصحية للممارسين للنشاط البدني البنين ويتضح من الجدول أن قيمة ت لمتغيرى الوثب لأعلى مع الدوران ، وقوف ثبات الوسط كانت (٠.٩٥٠ ، ٠.٠٠١) وهو اقل من القيمة الجدولية مما يشير الى عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري

بينما قيمة ت لباقي المتغيرات تراوحت بين (٣.٦٣٦ ، ١٦.٣٦٢) وهى جميعا اكبر من قيمة ت الجدولية مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط النظري للمتغيرات لصالح المتوسط الأفضل وهو هنا المتوسط النظري

جدول (١٠)
ارتباط إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين بالمشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) للممارسين للنشاط الرياضي بنين
ن=٥٧

الانترنت للمراهقين	إدمان الكمبيوتر	المتغيرات
٠.٠٨٩-	*٠.٢٧١-	الوزن (ث كجم)
٠.٠٠٦-	٠.١٠٥-	كتلة الجسم
**٠.٤٧٩	**٠.٥٥٠	المشكلات النفسية (درجة)
**٠.٣٧٤	**٠.٤١٩	السلوك العدواني(درجة)
**٠.٤١٣	**٠.٤١٣	اضطراب النوم(درجة)
٠.٣٦-	٠.٠٧-	الجري في المكان ١٥ ث (عدة)
**٠.٤٨٤-	٠.١٥-	الجلوس من الرقود ٣٠ ث (عدة)
٠.٤٤-	٠.٢٧-	الانبطاح المائل العميق (عدة)
٠.٠١٢	٠.٢١-	العدو ٥٠ متر (ث)
٠.٢٨٤	٠.٠٥٢	الجري والمشي ٦٠٠ متر (ث)

يوضح الجدول (١٠) معامل ارتباط كل من إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين مع المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين إدمان الكمبيوتر ومتغيرات الوزن والمشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم تراوحت بين (-٠.٢٧١ ، ٠.٥٥٠) وهي جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى وجود ارتباط عكسي دال بين الوزن وإدمان الكمبيوتر بينما كان الارتباط طردي دال بين كل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم من جانب وإدمان الكمبيوتر من جانب آخر.

كما يتضح من الجدول أن معامل ارتباط الانترنت للمراهقين كل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم والجلوس من الرقود ٣٠ ث (-٠.٤٨٤ ، ٠.٤٩٧) وهي جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير الى وجود ارتباط عكسي دال بين الجلوس من الرقود ٣٠ ث والانترنت للمراهقين

وارتباط طردي دال بين كل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم من جانب والانترنت للمراهقين من جانب آخر.

بينما يتضح من الجدول عدم وجود ارتباط دال بين باقي المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية من جهة وإدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين من جهة أخرى

جدول (١١)
ارتباط إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين بالمشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) لغير ممارسين للنشاط الرياضي البنين
ن = ٤٣

الانترنت للمراهقين	إدمان الكمبيوتر	المتغيرات
٠.٢٨٨	٠.١٤-	الوزن (ث كجم)
*٠.٣٠٢	٠.٠٦٤	كتلة الجسم
**٠.٤٣٨	**٠.٥٠٦	المشكلات النفسية (درجة)
٠.١٢٨	**٠.٤٥٧	السلوك العدواني(درجة)
**٠.٤١٣	**٠.٤١٣	اضطراب النوم(درجة)
*٠.٣٥٨-	٠.٠٧-	الجري في المكان ١٥ ث (عدة)
**٠.٤٨٤-	٠.١٥-	الجلوس من الرقود ٣٠ ث (عدة)
**٠.٤٣٩-	٠.٢٧-	الانبطاح المائل العميق (عدة)
٠.٠١٢	٠.٢١-	العدو ٥٠ متر (ث)
٠.٢٨٤	٠.٠٥٢	الجري والمشي ٦٠٠ متر (ث)

يوضح الجدول (١١) معامل ارتباط كل من إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين مع المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين إدمان الكمبيوتر ومتغيرات المشكلات النفسية والسلوك العدواني تراوحت بين (٠.٤١٣ ، ٠.٥٠٦) وهى جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى وجود ارتباط طردي دال بين كل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم من جانب وإدمان الكمبيوتر من جانب آخر.

كما يتضح من الجدول أن معامل ارتباط الانترنت للمراهقين بكل من كتلة الجسم والمشكلات النفسية واضطرابات النوم والجري في المكان ١٥ ث والجلوس من الرقود ٣٠ ث والانبطاح المائل العميق (٠.٣٠٢ ، ٠.٤٨٤) وهى جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى وجود ارتباط عكسي دال بين كل من الجري في المكان ١٥ ث والجلوس من الرقود ٣٠ ث والانبطاح المائل العميق وبين الانترنت للمراهقين وكذلك يوجد ارتباط طردي دال بين كل من كتلة الجسم والمشكلات النفسية واضطرابات النوم جانب والانترنت للمراهقين من جانب آخر.

بينما يتضح من الجدول عدم وجود ارتباط دال بين باقي المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية من جهة وإدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين من جهة أخرى.

جدول (١٢)
ارتباط إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين بالمشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) للممارسات للنشاط الرياضي بنات

ن=٢٤

الانترنت للمراهقين	إدمان الكمبيوتر	المتغيرات
٠.١٢	٠.٢٨-	الوزن (ث كجم)
٠.١١	٠.٣٥-	كتلة الجسم
٠.٣٠	٠.٠٩	المشكلات النفسية (درجة)
٠.٣٧	٠.٦٣٦**	السلوك العدواني(درجة)
٠.٦٤٤**	٠.١٣	اضطراب النوم(درجة)
٠.١٨	٠.٠٢	وقوف ثبات الوسط (ث)
٠.١٢	٠.١٤	ثنى الجذع أماما (عدة)
٠.٣٥-	٠.٢٣	الوثب العريض من الثبات (سم)
٠.٢٦-	٠.٠٩-	انبطاح مائل عالى (عدة)
٠.٠٣	٠.٢٥	الوثب لأعلى مع الدوران
٠.١٤-	٠.٣٩-	٤٠٠م (ث)

يوضح الجدول (١٢) معامل ارتباط كل من إدمان الكمبيوتر والانترنت

للمراهقين مع المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية

ويتضح من الجدول ان قيمة معامل الارتباط بين إدمان الكمبيوتر والسلوك العدوانى كان (٠.٦٣٦) وهى اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير الى وجود ارتباط طردي دال بين السلوك العدوانى وإدمان الكمبيوتر.

كما يتضح من الجدول ان معامل ارتباط الانترنت للمراهقين اضطرابات النوم (٠.٦٤٤) وهى جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير الى وجود الارتباط طردي دال بين كل من والمشكلات النفسية والسلوك العدوانى واضطرابات النوم والجلوس من الرقود ٣٠ث من جانب آخر

بينما يتضح من الجدول عدم وجود ارتباط دال بين باقى المشكلات الصحية وعناصر اللياقة البدنية من جهة وإدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين من جهة أخرى.

جدول (١٣)
ارتباط إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين بالمشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) لغير الممارسات للنشاط الرياضي بنات
ن=٣٧

الانترنت للمراهقين	إدمان الكمبيوتر	المتغيرات
٠.٠١٩	٠.١١٦-	الوزن (ث كجم)
٠.٠٢٦	٠.٠٣٦	كتلة الجسم
٠.٢٦١	**٠.٤٧٦	المشكلات النفسية (درجة)
٠.١٥٧	**٠.٥٥٠	السلوك العدوانى(دجة)
*٠.٣٣٥	٠.٣٠٥	اضطراب النوم(درة)
٠.٠٥٨	٠.٠٦٤	وقوف ثبات الوسط (ث)
٠.٠٠٨-	٠.١١٢-	ثنى الجذع أماما (عدة)
٠.١١٣-	٠.١٧٦-	الوثب العريض من الثبات(سم)
٠.٠٣٣-	٠.٠٧٨-	انبطاح مائل على (عدة)
٠.٣١٩-	**٠.٥٦٧-	الوثب لأعلى مع الدوران
*٠.٤٠٦	**٠.٤٢٢	٤٠٠م (ث)

يوضح الجدول (١٣) معامل ارتباط كل من إدمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين مع المشكلات الصحية (الجانب البدني - الجانب النفسي - الجانب السلوكي) وعناصر اللياقة البدنية .

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين إدمان الكمبيوتر ومتغيرات المشكلات النفسية والسلوك العدواني والوثب لأعلى مع الدوران و ٤٠٠م تراوحت بين (- ٠.٥٦٧ ، ٠.٥٥٠) وهى جميعا اكبر من قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى وجود ارتباط عكسي دال بين كل من والوثب لأعلى مع الدوران و ٤٠٠م من جانب وإدمان الكمبيوتر من جانب آخر وكذلك يوجد ارتباط طردي دال بين كل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني من جانب وإدمان الكمبيوتر

ثانيا: مناقشة النتائج

التساؤل الاول

"ما هي المشكلات الصحية لدى عينة البحث من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي؟"

يتضح من الجداول (٦، ٧، ٨، ٩) والاشكال (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨) ان يوجد فروق بين المتوسط الحسابي لكل من المشكلات النفسية والسلوك العدواني واضطرابات النوم واللياقة البدنية والمتوسط النظري لكل من الممارسين وغير الممارسين من البنين والبنات لصالح المتوسط الحسابي النظري مما يشير الى عدم شيوع المشكلات المرتبطة بالصحة في هذه المرحلة

وترجع الباحثة ذلك الى طبيعة هذه المرحلة السنية كما تعزى انخفاض نسبة المشكلات الى طبيعة البيئة الأسوانية وما تتميز به من عوامل تساهم في خفض تلك المشكلات واهمها ارشاد الإباء لأبنائهم والترابط الاسرى .

وتتفق هذه النتائج مع نتيجة دراسة احمد صالح البرى (٢٠٠٩م) (٣) في انتشار

بعض المشكلات الصحية لدى المفرطين في استخدام الكمبيوتر والانترنت

التساؤل الثانى:

هل هناك ارتباط بين الاستخدام المفرط للألعاب الالكترونية والمشكلات الصحية واللياقة البدنية لدى عينة البحث من الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ؟

يتضح من الجداول (١٠، ١١، ١٢، ١٣) ان هناك ارتباط بين بعض المشكلات الصحية واللياقة البدنية وبين ادمان الكمبيوتر والانترنت للراهقين واختلفت هذه الارتباط باختلاف الممارسة والنوع حيث انه

بالنسبة الى المشكلات الصحية

هناك ارتباط عكسى دال بين الوزن وادمان الكمبيوتر للممارسين للرياضة من البنين بينما كان هناك ارتباط طردى دال بين كل من ادمان الكمبيوتر والانترنت للمراهقين من جانب والمشكلات النفسية والسلوك العدوانى واضطرابات النوم بالنسبة للممارسين للنشاط الرياضى وكذلك الحال بالنسبة لغير الممارسين بنين سوى ان السلوك العدوانى لم يحقق ارتباط دال مع الانترنت للمراهقين بينما حققت كتله الجسم ارتباطا طرديا معه.

بالنسبة الى اللياقة البدنية

هناك ارتباط عكسى بين الجلوس من الرقود ٣٠ ث والانترنت للمراهقين للممارسين للنشاط الرياضى بنين ، هناك ارتباط عكسى دال بين كل من الجرى في المكان ١٥ ث والجلوس من الرقود ٣٠ ث والانبطاح المائل العميق وبين الانترنت للمراهقين للبنين غير الممارسين للنشاط الرياضى.

الامر الذى يشير الى انه بزيادة ادمان الكمبيوتر نقل اللياقة البدنية لكل من الممارسين وغير الممارسين للنشاط من البنين .

أولاً: التوصيات :

١. إعداد ألعاب مصرية تقدم فيها ثقافة مجتمعا ، حتى نربط أطفالنا بمجتمعهم.
٢. الاهتمام بالمراهق وذلك بتوفير الجو الأسرى المناسب .
٣. الاهتمام بصحة المراهق النفسية والبيولوجية .

٤. توجيه انتباه المراهقين لأهمية الانترنت وإيجابياته وسلبياته التي تعود على المراهقين من الإفراط من استخدامه .
٥. ضرورة اهتمام الوالدين بالارتقاء بمستواهم العلمي والتثقيفي لمسايرة متطلبات المراهقين في مرحلة المراهقة .
٦. ضرورة تبنى قطاع التعليم لمسئولية إنشاء مواقع تربوية وتعليمية وثقافية موجهة للنشء ، ودعم تلك المواقع بالكوادر البشرية .
٧. تقنين خدمة مقاهي الانترنت بحيث تكون تحت الرقابة وتمنع دخول الطلاب دون سن ١٨ سنة .
٨. ضبط عمل هذه المقاهي (بداية فتحها وإغلاقها اليومي) ، لان مرتادي هذه المقاهي من الطلاب .
٩. الابتعاد عن الألعاب التي تتسم بالعدوانية ، وذلك نظراً لتأثيرها على الأطفال .

ثانياً المقترحات:

١. إجراء المزيد من الدراسات حول موضوع البحث حيث تبقى نتائج هذه الدراسة محدودة ضمن عينة البحث لتكون النتائج قابلة للتعميم بشكل أمثل .
٢. ضرورة توفير سبل الحماية لدى مستخدمي الانترنت وخاصة المراهقين صغار السن وحمايتهم من أشكال الاعتداء البدني والنفسي عليهم .
٣. دراسة أثر الألعاب الالكترونية المنتقاة في تنمية مهارات التفكير الناقد ، التفكير الإبداعي ، وحل المشكلات .
٤. دراسة أثر الألعاب الالكترونية على نواحي أخرى مثل العزلة والقلق والإحباط والاكنتاب .
٥. دراسة إمكانية استخدام الألعاب التي تهدف لممارسة ألعاب رياضية معينة .
٦. دراسة اثر الألعاب الالكترونية الهادفة على ذوى صعوبات التعلم .

أولاً: المراجع العربية

١. أحمد علاء الدين حسين مظلوم (٢٠٠٨م) : الإعلانات التجارية للسلع الغذائية فى بعض قنوات التلفزيون وعلاقتها ببعض المحددات الصحية للأطفال الممارسين وغير الممارسين للرياضة (دراسة مقارنة) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة حلوان .
٢. الجسماني ، الطحان (١٩٨٠م) : دراسة بعنوان مشكلات المراهقة فى دولة الإمارات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .

٣. الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠١٠م) : مركز المعلومات ، التعداد لجمهورية مصر العربية لعام ٢٠١٠م .
٤. الجولاني عمر (١٩٩٧م) : تشخيص وعلاج المشكلات النفسية والاجتماعية ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، القاهرة .
٥. الدندرواي (٢٠٠٥م) : الإفراط في استخدام كل من الكمبيوتر والانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، جامعة قناة السويس .
٦. السيد مصطفى (٢٠٠٠م) : دليلك الشامل إلى شبكة الانترنت ، ط٣ ، القاهرة ، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع .
٧. الملايو (٢٠٠١م) : مشكلات النمو في مرحلة المراهقة من سن ١٣ إلى سن ١٩ سنة لدى عين من طالبات المرحلتين المتوسطة والثانوية بمدينة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس "تخصص نمو" جامع أم القرى .
٨. إلهام إسماعيل محمد شلبي (2010) : بانوراما تغذية الرياضيين ، مكتبة سوليفان للنشر ، القاهرة .
٩. إلهام إسماعيل محمد شلبي (2009) : الصحة العامة للجميع ، مكتبة سوليفان للنشر ، القاهرة .
١٠. بريستون جبالا ، شيرى كينكوف (٢٠٠٠م) : The completes Smarts : guide To protecting Your Child On Line . ترجمة خالد العامري ، ٢٠٠١م ، دار الفاروق للنشر والتوزيع
١١. حاتم محمد عاطف (٢٠٠٤م) : العلاقة بين استخدام المراهقين من ١٤ - ١٧ سنة للانترنت وهويتهم الشفافة ، معهد الطفولة للدراسات العليا ، قسم الإعلام وثقافة الطفل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس .
١٢. حنان حسين حسن نصر (٢٠١١م) : تأثير الإعلانات التلفزيونية على اكتساب العادات الصحية للطفل المصري ، رسالة ماجستير ، كلية الأعلام ، جامعة القاهرة .

١٣. رانده عرفات على روعي (٢٠٠١م): استخدام الشباب لشبكة المعلومات العالمية ، دراسة اجتماعية تحليلية لرواد مقاهي الشبكة في مدينتي عمان وأريد ، كلية الدراسات العليا ، قسم اجتماع ، الجامعة الأردنية .
١٤. زكريا الشريبي (١٩٩٤م) : المشكلات النفسية عند الأطفال ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
١٥. زهرة حسين (١٩٩٩م) . مهتمون بشئون الطفولة يحذرون من التأثيرات الجانبية لبرامج الكمبيوتر .
١٦. زيدان محمد مصطفى (٢٠٠٠م) : النمو النفسي للطفل والمراهق ، جدة ، دار الشروق .
١٧. سعد المغربي (١٩٩٨م) : "سيكولوجية العنف والعدوان " ، مجلة علم النفس ، العدد الأول ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .
١٨. سماح رمزي (٢٠٠٧م) : سوء استخدام الانترنت وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة .
١٩. سيلفيا بيطار (٢٠٠٩م) : مركز الدراسات أمان - المركز العربي للمصادر والمعلومات حول العنف ضد المرأة .
٢٠. شريف اللبان (٢٠١٠م) : دراسات علمية تؤكد خطورة الانترنت على سلوكيات الأطفال .
٢١. صفا فوزي على محمد (٢٠٠٣م) : علاقة الطفل المصري بوسائل الاتصال الالكترونية ، رسالة ماجستير ، كلية إعلام (قسم الإذاعة والتلفزيون) ، جامعة القاهرة .
٢٢. عباس محمد عبد الرحيم (٢٠٠٠م) : تربية المراهقين ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
٢٣. عبد السلام زهران (٢٠٠٠م) : علم النفس الاجتماعي ، القاهرة ، عالم الكتب .
٢٤. ——— (١٩٩٩م) : علم النفس النمو ، ط٤ ، القاهرة ، عالم الكتب .

٢٥. عبد الكريم محمد (٢٠٠٦م) : الانترنت وإثارة الاجتماعية على المراهقين ، دراسة ميدانية على عينة من المترددين على مقاهي الانترنت ممن تقع أعمارهم بين ١٢-١٨ سنة ، جامعة طنطا
٢٦. عبد اللطيف العوضى (١٩٩٩م) : مهتمون بشئون الطفولة يحذرون من التأثيرات الجانبية لبرامج الكمبيوتر . .
٢٧. عبد الله بن احمد على (٢٠٠٩م) : تردد المراهقين على مقاهي الانترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية ، رسالة ماجستير ،كلية التربية (قسم علم النفس) ، جامعة أم القرى
٢٨. عبد المجيد نشواتي (٢٠٠٣م) : علم النفس التربوي ، ط٤ ، عمان ، دار الفرقان للنشر والتوزيع .
٢٩. عدنان الفرح (٢٠٠١م) : المؤتمر الثامن لمركز الإرشاد النفسي"الأسرة في القرن الحادي والعشرين تحديات الواقع وآفاق المستقبل" عصر المعلومات والصحة النفسية للأبناء ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس .
٣٠. غريب عبد الرحمن نور الدين (٢٠٠٧م) : فاعلية برنامج للتعلم التعاوني في تنمية الذكاء اللغوي لتلاميذ منخفضي التحصيل بالحلقة الثانية من التعليم الاساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة كفر الشيخ .
٣١. فاروق السيد حسين (١٩٩٩م) : الانترنت شبكة المعلومات العالمية ، هلا للنشر والتوزيع .
٣٢. محمد السمرى (٢٠٠٣م) : استخدام الأطفال للانترنت _ العلاقة التفاعلية بين الأبناء والآباء ، بحث منشور المجلة المصرية لبحوث الإعلام ، كلية الإعلام ، جامعة القاهرة .
٣٣. محمد الحيلة (٢٠٠٥م) : اثر استخدام الألعاب المحوسبة والعادية في تحصيل طالبات الصف الثاني الاساسي في مادة الرياضيات مقارنة بالطريقة التقليدية ، مجلة مؤن للبحوث والدراسات

٣٤. محمد سيف (٢٠٠٦م) : "أخطار ألعاب الكمبيوتر والانترنت" . [http:// www. .](http://www.a/ri yadh. Com)

٣٥. محمد صالح الألفي (٢٠٠٨م) : إدمان الانترنت ، المكتب المصري الحديث ، القاهرة .

٣٦. مصطفى شلابي محمد (١٩٩٨م) : اثر الإعلانات صحف الأطفال على سلوكهم الشرائي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التجارة وإدارة الأعمال (قسم إدارة الأعمال) ، جامعة القاهرة

٣٧. منى محمد سعيد الحديدي (١٩٩٩م) : الإعلان ، ط ١ ، الدار المصرية اللبنانية ، القاهرة .

٣٨. مها حسنى الشحرورى (٢٠٠٨م) : الألعاب الالكترونية في عصر العولمة مالها وما عليها ، كلية العلوم التربوية ، جامعة القاهرة .

٣٩. نهى فتحي سليمان (٢٠١٠م) : القيم التي تعكسها الألعاب الالكترونية وتأثيرها على الأطفال ، دراسة مسحية، رسالة ماجستير ، كلية إعلام ، جامعة القاهرة .

٤٠. هبه بهي الدين ربيع (٢٠٠٣م) : إدمان شبكة المعلومات والاتصالات الدولية (الانترنت) فى ضوء بعض المتغيرات ، رسالة ماجستير منشورة في دراسات نفسية دورية علمية سيكولوجية ربع سنوية ، المجلد الثالث عشر - العدد الرابع ، القاهرة .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

41. Anderson, C.A.& Hussmann, L.R.(2003): Human aggression asocial . cognitive view. In M.A. Hogg, & coop or(Eds), Hand book of social Psychology(pp.296- 323), London : Sage publication. [http:// www.scribd .com /dos/23988/2/safer – children – in–a– digital – world – the – Report– of the– Byron– Review87.](http://www.scribd.com/dos/23988/2/safer-children-in-a-digital-world-the-Report-of-the-Byron-Review87)

42. Chariton, J.P. (2002): A factor – analytic investigation of Computer “addiction” and engagement. *Br J. psycho.* Vol . 1, 93(3), 329–344.
43. David Moursund (2006) : Introduction to Using Games in education: A guide for Teacher and Parents University of Oregon.
44. Dempsey J.v. , Haynes, L.L., Lucassen B.A, Casey, M.S. (2002). Forty Simple Computer games and what they could mean to us. *simulation & Gaming.* 33(2) ,157– 168.
45. Douglas A. Gentile, Paul J. Lynch, Jennifer Ruh, Linder, David A. Walsh (2004): The effects of Violent Video game habits on adolescent hostility , aggressive behaviors, and School Performance. *Journal of Adolescence* 27, p5–22 .
46. Greenfield et al (1999) : interacting with video Norwood: N.J. Able.
47. Green, R.R. (2001): *Human Aggression*, Taylor & Francis.
48. Gross, Meganona (2003): THE impact of digital games in education, retrieved . 15/8/2006 from: [www. First Monday . org/issues/issues_87/4z9ros/index.htm](http://www.FirstMonday.org/issues/issues_87/4z9ros/index.htm).
49. Jessica. Nicole & Kevin M. Kieffer. (2005): Violence in video games : A review of the Empirical. Research.
50. Kent , S.L. (2000) *The first quarter: A 25. Year history of video game* . Bothell , Washington : Bwd press.

51. Lepper , Malone (1999): M.R. & Gartner , J . Children and Computers : Approaching the twenty. first Century , American Psychologist ,44(2).
52. Lerner (2000): Learning Disabilities: Theories Diagnosis, and Teaching Strategies (8th.ed) Boston . Houghton Mifflin Company.
53. Mayo (2007) : Adding A Activity to Video Games Fights Obesity , Jan 10,2007,Availablein.
54. Prensky,(2001) : Digital game . Based. Learning Me GRAW.Hill,Chapters1-2 and 3.
55. Sylwster(2005) : The effects of Electronic Media on Cognitive and – behavior – Parts2, Retrived10/6 / 2006 from [www. Brain Connection.com/content/222](http://www.BrainConnection.com/content/222).
56. Tarbush , si, Nicholas(2000): Letter. New York Times 9 Nov.53:24.
57. Wolmen , Bingamin B(2003) ,: Dictionary Of Behavioral Science (U.S.A): Macmillan Press L td ,.

ثالثا : المواقع الالكترونية :

- 58.[http: //www. Mohp .gov. eg/ ses / heduction/ TEEN. Arep.Men. asp](http://www.Mohp.gov.eg/ses/heducation/TEEN.Arepmen.asp)).
- 59.[http: // www.net deduction. Com / resources/ partents- test](http://www.netdeduction.com/resources/parents-test).
- 60.[http : // www.pcmag . com / encyclopedia – lerm](http://www.pcmag.com/encyclopedia-term).
61. [http : // en . Wikipedia . org / wiki / video- game# cite – ref- .](http://en.wikipedia.org/wiki/video-game#cite-ref)