مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية العدد ٥١المجلد ٣ يوليو ٢٠٢٠
الموقع الاليكتروني: https://jsswh.journals.ekb.eg بريد إليكتروني: jsswh.eg@gmail.com

العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد وإدمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات: دراسة تنبؤية

إعــداد

دكتورة رندا محمد سيد أحمد

الأستاذ المساعد بقسم خدمة الفرد

كلية الخدمة الاجتماعية -جامعة أسيوط

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين كل من المخططات المعرفية اللاتكيفية وإدمان الألعاب الإلكترونية، تحديد المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤاً بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية. وتنتمى الدراسة للدراسات الوصفية، طبقت على عينة من الطالبات الجامعيات بلغت ٢١٥ طالبة، وتم استخدام (مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة لجيفري يونغ)،(مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية) من إعداد الباحثة .و أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الجانب النفسي والاجتماعي لإدمان الألعاب الإلكترونية والمخططات المعرفية اللاتكيفية، وأظهرت النتائج أن الطالبات غير المدمنات للألعاب الالكترونية حصلن على متوسطات حسابية أدنى مقارنة بمدمنات الألعاب الالكترونية ، وأخيرا كشفت الدراسة أن اكثر المخططات المعرفية اللاتكيفية تنبؤا بإدمان الألعاب الالكترونية تظهر تأثيرها في الجانب الاجتماعي المحيط بحياة الطالبة وتمثلت في مخططات (ضعف الاداء ،التوجه نحو الآخر، الترقب الزائد، الانفصال والرفض) ، تلاه الجانب النفسي.

الكلمات المفتاحية :المخططات المعرفية اللاتكيفية، الإدمان، إدمان الألعاب الإلكترونية

ABSTRACT

The current study aimed to detect the nature of the relationship between both maladaptive cognitive schemes and electronic games addiction. Identify the most predictive maladaptive cognitive schemes for electronic games addiction to female student. The study belongs to descriptive studies, applied to a sample of university students consisting of 215 female students, it used two scales (the scale of the early maladaptive schemes of Young) and (The scale of electronic games addiction) constructed by researcher. The results proved that there is a statistically significant correlation between the psychological and social sides of electronic game addiction and maladaptive cognitive schemes, the results showed that female students' non-addicted electronic games obtained lower level compared to addicted electronic games on the scale of maladaptive cognitive schemes. Finally, the study showed that the most predictive maladaptive cognitive schemes of addiction electronic games affect the social aspect of the student's life and then the psychological side.

Keywords: maladaptive cognitive schemes, addiction, electronic games addiction

أولا: تحديد مشكلة الدراسة:

انتشرت الألعاب الإلكترونية في كثير من المجتمعات العربية والأجنبية، لجذب مختلف الفئات العمرية فلم تعد حكرًا على الصغار بل صارت هوس الكثير من الشباب وتعدى ذلك للكبار، وتجذبهم بالرسوم والألوان والخيال والمغامرة، حيث انتشرت انتشارا واسعاً وكبيراً ونمت نمواً ملحوظاً وامتلأت الأسواق بأنواع مختلفة منها ودخلت إلى معظم المنازل، وأصبحت الشغل الشاغل اليوم حيث إنها استحوذت على عقول الأفراد واهتماماتهم.

وتتصف ظاهرة استخدام الألعاب الإلكترونية بعمق التأثير والانتشار، فأشارت دراسة أبو العينين (٢٠١٠) أنها أصـــبحت ركيزة لأغلب الأشخاص في حياتهم اليومية وانتشرت بسرعة هائلة في المجتمعات العربية بوجه عام والخليجية بوجه خاص، فلا يكاد يخلو بيت أو متجر في الخليج منها، بل أصبح الآباء والأمهات والأبناء يصحبونها معهم أينما ذهبوا. وإذا طرح السؤال عما يسعد الأفراد خلال إجازتهم، فإجابة نسبة كبيرة منهم تأتي لصالح أحدث الألعاب الإلكترونية. وقدرت دراسة النفعي (٢٠٠٩) حجم إنفاق الفرد السعودي على ألعاب الترفيه الإلكتروني بنحو ٤٠٠ دولار شهريا فأكثر، وأن السوق السعودي يستوعب ما يقرب من ٣ ملايين لعبة إلكترونية في العام الواحد، بالإضافة إلى حوالي مليون و٨٠٠ ألف جهاز بلاي ستيشن، وأن أكثر من ٤٠% من المنازل يوجد لديها أكثر من جهازًا واحدًا.

ويضيف مكجنويل (٢٠١١) Mcgonigal في دراسته أن الأفراد يقضون في الألعاب الإلكترونية أوقاتا طويلة تتساوى مع الأوقات التي يمضونها في الأنشطة الحياتية المختلفة، ومع وصول الفرد سن الحادي والعشرين فإنه يقضي عشرة آلاف ساعة على الأقل في ممارسة الألعاب. هذه الفترات الطويلة التي يمضيها الفرد في ممارسة الألعاب الإلكترونية تسبب اضطراب "إدمان الألعاب الالكترونية"(IGD). وكانت النظرة لهذا الاضطراب في السابق هى إدمان الألعاب التقليدية عبر الإنترنت من خلال الحاسوب المكتبي. ومع التطور لتقنية الأجهزة المحمولة، تم نقل العديد من وظائف أجهزة كمبيوتر وتطبيقات الألعاب إلى أجهزة محمولة مثل ipad والهاتف الذكي، وأصبحت مشكلة ادمان ألعاب المحمول ظاهرة أكثر تطورا يعتمد فيها المستخدمون بشدة على ألعاب الفيديو بالجوال ويستمرون في لعبها مرارًا وتكرارًا على مدار فترة طويلة نسبياً (Sun & Zhao, Etal. 2015, P.2).

وأوضحت الأبحاث الحديثة أن هناك روابط متشابهة بين الأشكال المختلفة للإدمان على الإنترنت. فوجدت دراسة شا، آخرون(2018) Sha,Etal أن إدمان ألعاب الأجهزة المحمولة يشبه إلى حد ما إدمان ألعاب الكمبيوتر المكتبي عبر الإنترنت، إلا أنه تتميز ألعاب الفيديو المحمولة بقابلية وسهولة الوصول إليها، وتضيف دراسة لي، كيم (2017) Lee, Kim. ان سهولة تداول الألعاب بالمحمول ساهمت في ازدياد حدوث أنماط سلوكية تسبب الإدمان وبالتالي مشاكل صحية نفسية أكثر حدة. حيث إن نسبة٤٦% من مستخدمي الألعاب الإلكترونية في العالم في حالة إدمان على الإنترنت وهذه نسبة لا يستهان بها، والاستخدام المتزايد يؤدي بالشخص إلى أن يصبح مدمنا، مثله مثل الإدمان على الخمور والمواد المخدرة والمقامرة، حيث يفقد السيطرة على دوافعه كما هو الحال في مختلف أنواع الإدمان، وتبعا لذلك تتزايد لديه صعوبة التكيف الاجتماعي (يونغ،٢٠٠٨، ص.٣٢).

ويعتبر طلاب الجامعة هم الأكثر تعرضاً لإدمان الألعاب. حيث كشف أحدث تقرير لمركز معلومات شبكة الإنترنت الصينية أن معدل نمو ألعاب الهاتف المحمول عبر الإنترنت بلغ ٩,٦٪ وأن الشباب والمراهقين هم المستخدمين الرئيسيين بالمقارنة بشرائح المجتمع الأخرى، ويتطلب الوقوع في دائرة إدمان الألعاب التعلق الكامل باللعبة لمدة (٣)أشهر فأكثر، وهم أكثر عرضة لذلك بسبب خصائصهم النفسية والتنموية، وسهولة الوصول باستخدام جهاز محمول، والشغف للألعاب المحمولة Cnnic (report,2018,P.3).

وحددت دراسة ديفيز(1999)Davis الأعراض المرضية لمستخدمي الألعاب الإلكترونية في ضعف السيطرة على الدوافع الشخصية، عدم القدرة على التوقف عن استخدامه، والشعور بأنه الصديق الوحيد، والتفكير به بشكل متواصل وانتظاره بشوق ولهفة، وتبدأ المشكلة في التفاقم مع تفضيل الفرد البعد والانعزال عن أسرته وأصدقائه؛ وصعوبة تكوين علاقات اجتماعية والتكيف مع الآخرين المحيطين به.

ومن خلال التفاعل مع الطالبات بالجامعة، لوحظ أن بعضهن يمضين أوقاتهن في ممارسة مختلف أنواع الألعاب الإلكترونية وتتحدث عنها باستمرار وهي متاحة على الأندرويد وIOS ومن أمثلتها (Pubg، Rage HD، Modern Strike، Hitman ، Sniper)، مما قد يؤدي إلى انخفاض تحصيلهن الأكاديمي، ويقلل من تفاعلهن الاجتماعي مع أسرهن وأصدقائهن، ويؤدي إلى إدمان اللعب الإلكتروني. وتحوى هذه الألعاب عناصر تقنية جاذبة تعتمد على محاكاة الألعاب لنماذج مختلفة من المواقف والحكايات والسلوكيات الإنسانية الحقيقية والخيالية، ويعد اختيار الشباب لهذا المزيج المتنوع من العنف والمغامرة

عند ممارسة ألعابه، يبين قدرة هذه الألعاب على الجذب ودفع ممارسيها إلى التعمق بها وادمانها ككرة القدم والمصارعة والملاكمة أو ألعاب خيالية كغزو الفضاء وحرب النجوم والمطاردات وحروب العصابات، ويقوم اللاعب بالتحكم ببعض عناصر اللعبة كالأسلحة المستخدمة وتوجيهها واطلاقها، أو اختيار المشاركين والمحاربين ووضع خطط وأدوار كل منهم، ثم توجيههم وإلحاق الهزيمة بخصومهم (الحيلة، ٢٠١٣،ص.٤٣).

وقد نتساءل عن الآثار التي تحدثها هذه الألعاب على شخصية اللاعب وقيمه وسلوكه وتفكيره وصحته وشخصيته بشكل عام. فالألعاب الإلكترونية سلاح ذو حدين قد يرى البعض سلبياتها إلا انها لا تخلو من الإيجابيات. فاللعب بالنسبة للفئات الشبابية تعبير عن حاجات اجتماعية ونفسية وجسدية تساعد على استئناف بقية الأنشطة الاجتماعية اليومية التفوق فيها، ولها مزايا ترتبط بتفكير الشباب وقدرته على التخيل تتمثل في رفع درجات الإدراك والانتباه لديه واكسابه مهارات التذكر والتوقع، تستخدم في زيادة حجم الذاكرة، وتحسين القدرات البصرية عند البعض من خلال تصميماتها ورسوماتها (Stockdale& Coyne,2018, p. 226).

والإيجابيات السابقة لا يمكنها أن تحجب عنا ما في هذه الألعاب من سلبيات ومخاطر حيث صنفت دراسة كل من سيتزر، ديوكيت (2000) Setzer &Duckett، سبينكس(2006) Spinkes، الهدلق (٢٠١٣)، شاهين (٢٠١٣) المخاطر والآثار النفسية الناتجة عن الألعاب الإلكترونية إلى ضعف الصحة العقلية والأداء المعرفي، وزيادة الصعوبات العاطفية وعدم الاكتراث لمشاعر الآخرين، زيادة الاكتئاب والقلق، والوحدة النفسية وزيادة النوم المضطرب، ضعف الثقة بالنفس، الخوف والفوبيا، الميل للسلوك العدواني. وكذلك مخاطر إدراكية تمثلت في ضعف التفكير، تشتت الذهن، وقد يلجأ لها البعض للهروب من الواقع وضغوطه، أو بسبب الإحساس بالفراغ. بينما تناولت دراسات كل من جنتل (2009) Gentile، لام (2014)Lam، الهدلق(٢٠١٤)، الصادق (٢٠١٥)، الزيودي (٢٠١٥)، الدرعان (٢٠١٦) المخاطر الاجتماعية واوضحت أن أثر الاستخدام المكثف للألعاب مرتبط بتدني التفاعل الاجتماعي مع أفراد الأسرة، الأصدقاء، وبانخفاض المشاركة في الحياة الاجتماعية، افتقاد مهارات الاتصال الايجابي مع الذات ومع الآخرين، بالإضافة إلى التعرض إلى إدمان الانترنت، والعزلة الاجتماعية. هذا بالإضافة أن بعض هذه الألعاب تحتوي على أفكار وأدوات لا تتوافق مع القيم والمعتقدات الدينية والمجتمعية، والتواصل من خلالها يخلق العديد من المشكلات الناتجة عن اختلاف الانتماءات الاجتماعية والثقافية والبيئية للاعبين داخل اللعبة الواحدة.

وتسبب الألعاب الإلكترونية أخطارا وآثارا صحية حيث تنعكس على خلايا المخ، تؤدى للإجهاد النفسي والعصبي، هذا بالإضافة إلى شغل ساعات كبيرة من وقته يسبب آلام بالرسغ والرقبة. ونجد في معظم الألعاب أشكالا متنوعة من المسدسات والخناجر والسيوف والعاب الليزر التي تدمر وتضعف العصب البصري عن طريق الأشعة الصادرة منها والشعور باحمرار العين والحكة. والضحية الأولى لهذه الألعاب هو الفرد (Spinkes,2006, p.84).

وترى الباحثة أن اختيارات اللاعبين لألعابهم الالكترونية ترجع إلى مخططاتهم المعرفية والفكرية وميولهم وحاجاتهم، وتتحوّل إلى وجهة مغرية للتقمص والتشابه مع أبطال وهميين كما تزين لهم أحلام السيطرة ومواجهة الأخطار التي لا يستطيعوا مواجهتها بالواقع. بمعنى آخر الألعاب الإلكترونية تقدم نماذج لما يرغب فيه الفرد أو لسلوك منشود قد يرتبط من السابق بمخططات معرفية إيجابية وتكيفية، بينما الأنماط السلبية لممارسة اللعبة الإلكترونية في بعض الأوساط الشبابية قد ترتبط من السابق بمخططات معرفية لا تكيفية للفرد منذ طفولته وتنشئته وجاء الوقت للتعبير عنها. وبل ونلاحظ الحين أن الصحف تطالعنا يوميا بجرائم عنف نتاج هذه الألعاب، ومحاولات لانتحار شباب وفتيات بسبب لعبة أطلق عليها "الفيل الأزرق "، "مريم ".

فالطالبة التي تميل للألعاب الإلكترونية تبدي استجابة نفسية وعاطفية لجاذبية مؤثرات اللعبة وتفاصيل أحداثها المشوقة، فتعجب بالشخصيات، وتتفاعل بتلقائية كبيرة مع منافسي اللعبة، وتحاول التأقلم والتكيف مع الإيقاع السريع للعبة، مع كل ما يرافقه من لحظات الخطر والإنقاذ، وحالات الخوف والترقب، ومشاعر السّخط عند الفشل، والشعور بالرضا والبهجة عند النصّر (الدرعان،٢٠١٦، ص.٢٠٤). وبينما تحدث كل تلك المشاعر، وتعيش اللاعبة كل هذه اللحظات، فإنها تتفاعل داخليا من خلال مخطط معرفي من المعلومات والحقائق حول قيم وعقائد وأفكار، تخرج في شكل تأثيرات عديدة سواء كانت إيجابية أو سلبية. انطلاقا من الخبرات الماضية التي عاشتها منذ طفولتها.

وكون هذا البحث يندرج في سياقه النفسي اجتماعي الذي يميل في اهتماماته الى جانب اضطراب ادمان الألعاب الإلكترونية، قد تكون المخططات المبكرة غير المتكيفة تمثل هذه الخبرات بكل ما تحمله من مكونات انفعالية ومعرفية سلوكية. فهي أفكار ومدركات ذاتية راسخة حول نفسه وحول الآخرين، والتي تترسخ مبكرا في الطفولة نتيجة لحرمان ونقص تربوي سليم فتصبح طريقة الإدراك صلبة وسلبية عند الراشد (Hawsseaust,2003,P.316).

وتعد المخططات المعرفية المبكرة اللاتكيفية لجيفري يونغ (2003) من بين النماذج الحديثة في خدمة الفرد ذات الصبغة الاندماجية، وإن كانت أكثر تأثرا بالنظرية المعرفية السلوكية، وتوسعها في استعمال مفاهيمها وعلاجاتها. وقد استفادت واستعانت بمفاهيم ونتائج مدارس علم النفس المختلفة (البنائية، التحليلية ونظرية الاتصال، نظرية التعلق، العلاج الجشطالت والعلاج التحليلي، والمدرسة المعرفية السلوكية) لتشكل نموذج نظري وعلاجي غني وموحد. يطلق عليه المخطط، يرى "جيفري يونغ "أنه نموذج معرفي يتدخل كدليل لتوضيح المعلومات وحل مشكلات الفرد (Young& Bernstein& Rafaeli, 2011, P.10.

وأثبتت دراسة كل من جلاسر وآخرون(2002) Glaser, Et al ، ريسو وآخرون(2006) Riso, Etal، سويجوت وآخرون(2009) Soygut,Etal، ايربيرغ وآخرون(2010) Erberghe, Etal، ستالميستيرز،برينجان & Stalmeisters). Brannigan(2011) أن وجود المخططات غير التكيفية لدى الفرد يظل كامنا وراء تطور الاضطرابات واستمرارها، ويرى العلماء أن تلك المخططات المختلة وظيفيا تتطور في مرحلة مبكرة من حياة الشخص من خلال التفاعلات السلبية مع مقدمي الرعاية الأولية (الوالدين، البيئة المحيطة)، وتجعل الشخص أكثر قابلية للإصابة بالمشكلات الاجتماعية والاضطرابات النفسية عند مواجهته للمتطلبات الحياتية والضغوط على اختلافها، هذه المخططات تكون مفرطة في التعميم وتظهر بوضوح وبشكل أكثر تفصيلا خلال حياة الفرد نتاج لظروف يتعرض لها.

وتلعب مجالات المخططات الخمس (الانفصال والرفض، ضعف الأداء والحكم الذاتي، ضعف القيود والحدود، الاتجاه والتبعية نحو الآخرين، الإفراط في اليقظة) الذى وضعها يونج دورا كبيرا في حدوث وتطور واستمرارية الاضطرابات النفسية والاجتماعية، وتكرار حدوثها وحصول الانتكاسات في وقت لاحق وهذا ما دعمته نتائج دراسة نادورت وآخرون Nadort, Etal (2009) ، كوكرام ، ديموند، ليى (Cockram& Dummond & Lee(2010، وينجر وآخرون (Wegener, Etal. (2013 ، ظافر(٢٠١٥).

وقد توصلت عدد من الدراسات الى ارتباط السلوك الإدماني بشكل عام بالمخططات المعرفية، وهذا ما دعمته الأبحاث التي نشرها آرون بيك(1992) Aaron Beck حول تطور إشكالية المخططات المعرفية الانفعالية لدى المدمن. كما أفادت عدد من الدراسات في علم النفس الاجتماعي الى وجود مخططات معرفية لاتكيفية تنشط عند مدمني الكحول والمخدرات وتؤكد على وجود علاقة بين سلوك الإدمان و التعاطي والمخططات المعرفية

اللاتكيفية منها كيث وآخرون (2005) .keeth ,Et al، امردين ،هيوتيكت Ameerudden ،Hautekeete, (2008)&، مارشاند ،جريبوت Marchand & Grebot, (2009) ، شهرزاد (٢٠١٣).

وأظهرت دراسة نادورت وآخرون (2009) ,Nadort, Etal، ارنتز،جيندرين(2009 Arntz& Genderen، أبوالوفا (٢٠١٤) ،عبدالرحمن(٢٠١٥) ، ريزي، ديلفابرو(2016) &Rezeai Delfabbro ، دنقل(٢٠١٧). ارتباط المخططات المعرفية اللاتكيفية بالعديد من المشكلات والاضطرابات النفسية والاجتماعية لدى الطالبات الجامعيات مثل القلق والوسواس القهري، والشخصية الحدية واضطراب ما بعد الصدمة واضطرابات الشخصية واضطرابات ادمان الكحول والمخدرات، كما أوضحت دراسة عطار (٢٠١٧) ارتباط المخططات المعرفية بسوء العلاقات الاجتماعية والتوافق الزواجي. بينما أفادت دراسة جيل، مايكل، فريسوجيك Michiel & Vreeswijk, &Jill (2008) أن الطالبات اللاتي تعرضن للعنف والقسوة في الصغر، يمتلكن مخططات معرفية لاتكيفية تفضل عدم التعامل مع الآخرين والخوف من المحيطين مقارنة بالطالبات الغير معنفين.

وفي إطار هذا الطرح الإشكالي وإيجازا لما سبق نجد ازدياد نسبة انتشار ظاهرة إدمان الألعاب الالكترونية يوما بعد يوم خاصة في الوسط الجامعي، وتزداد آثارها السلبية خاصة على فئة الطالبات الجامعيات اللاتي يمثلن أكثر مستخدميها في تمضية وقت فراغهن. ومن الملاحظ على من يدمن هذه الألعاب حدوث مشكلات نفسية واجتماعية وصحية واقتصادية فتتأثر مهاراته الشخصية والأدائية والتحصيلية بصفة مباشرة أو غير مباشرة، والتي تعتبر من أهم ما يمتلكه الفرد من معارف وخبرات وكفاءات، كما تنعكس على سلوكياته وتعيق التفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية وتحقيق التوافق الاجتماعي في الحياة الاجتماعية مستقبلا .وقد تنشط بداخل الفرد مخططات معرفية سلبية لا تكيفية مبكرة من حياته السابقة نتاجا لذلك. ولقد لوحظ من خلال الاطلاع على أدبيات هذا الموضوع نقص الأبحاث العربية التي تناولت المخططات المعرفية في مجال تخصص خدمة الفرد والخدمة الاجتماعية على حد علم الباحثة. مما يحث على الاهتمام بتناولها ومعرفة ماهيتها ومجالاتها، والتحقق من العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والمخططات المعرفية السابقة لدى فئة من الطالبات الجامعيات **وهكذا تبلورت مشكلة الدراسة في التساؤل التالي**: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مجالات المخططات المعرفية اللاتكيفية وإدمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة البحث؟

ثانيا: أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة مما يلي:

١- الشباب شريحة جوهرية تمثل طاقة المجتمع البناءة، وخاصة الفتيات اللاتي يمثلن أمهات المستقبل ودرع الحماية للأسرة والابناء من مخاطر ومستجدات العصر.

٢- تتناول هذه الدراسة ظاهرة هامة وهي اضطراب إدمان الألعاب الالكترونية والذي أصبح أحد الأنواع الرئيسية للإدمان في عصرنا الحديث، والتي يجب دراستها ورصد ما ينتج عنها من سلوكيات وأفعال ووضع حلول لها.

٣- تسليط الضوء على الجانب النظري للمخططات المعرفية للفرد والإلمام بالمفاهيم الخاصة به ومدى انعكاسه على حياة الفرد في مراحل عمره المختلفة. والعلاقة بينه وبين اضطراب إدمان الألعاب الالكترونية.

٤- مساعدة المتخصصين في الخدمة الاجتماعية على إجراء دراسات مشابهة للتخفيف من الآثار السلبية لهذه الظاهرة والتوجه نحو استخدام عادل وإيجابي للإنترنت والألعاب الالكترونية.

ثالثا: أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى التعرف على الأهداف التالية.

١- تحديد مستوى أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى عينة الدراسة من طالبات الجامعة

٢- تحديد مستوى أبعاد إدمان الألعاب الاليكترونية لدى عينة الدراسة من طالبات الجامعة.

٣- تحديد العلاقة بين مجالات المخططات المعرفية اللاتكيفية في طريقة خدمة الفرد وإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

وينبثق من هذا الهدف الرئيسي هدفين فرعيين هما:

- تحديد العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في طريقة خدمة الفرد والجانب النفسي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية.
- تحديد العلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في طريقة خدمة الفرد والجانب الاجتماعي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية.

٤- تحديد الفروق بين عينة من الطالبات مدمني الألعاب الالكترونية وغير المدمنات على مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية.

٥- تحديد المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤاً بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية.

٦- بناء برنامج علاجي للمخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤاً بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية.

رابعا: المنطلقات النظرية ومفاهيم الدراسة:

أولا: الخلفية النظرية للدراسة:

تم صياغة فكرة العلاج بالمخططات "schema therapy" من قبل العالم ""جيفري يونغ" Young " وطورها كبديل للعلاج السلوكي المعرفي من خلال وضع المخططات المعرفية (Cognitive Schema) ، وتعاون معه " أرنود أرنتز"، باعتباره قائد الأبحاث للتحقق من صحة هذا النهج من الناحية النظرية والتجريبية لعلاج مرضى اضطراب الشخصية في أواخر الثمانينيات وأوائل التسعينيات ، وذلك بعد تلقى العديد من الباحثين تدريبات على كل من النماذج المشتقة من التحليل النفسي والعلاجات السلوكية و المعرفية إلا أنهم اعترفوا بوجود قيود علاجية، ووجود فشل وانتكاسات علاجية مع بعض حالات الاضطرابات النفسية وكانوا يتجهون نحو تكامل العلاج النفسي(Edwards & Arntz 2011,p.109) . مما تطلب وجود نموذج يتعامل مع جوانب القصور بالنموذج المعرفي السلوكي.

ولقد استمد بنيانه بشكل أساسي من نظريات ونماذج علاجية ارتكزت على العلاج المعرفي (الذي أنشأه آرون بيك)، والعلاج المعرفي السلوكي والعلاج النفسي العلائقي والعلاج التحليلي، ونظرية الاتصال (وخاصة عمل جون بولبي)، نظرية الجشطالت، وفكرة الحاجة إلى تجارب عاطفية تصحيحية ومعالجة الخبرات الصادمة داخل العلاجات السابقة.

ويرتكز العلاج بالمخططات على ثلاث مفاهيم رئيسية هي المخططات المبكرة اللاتكيفية، وهي معتقدات مختلة وسلبية حول الذات وعلاقة الفرد بالآخرين تنمو منذ الطفولة وتشكل الخبرات الحياتية للفرد، المفهوم الثاني هو أساليب التكيف والتي يلجأ لها الفرد للاستكمال المحافظة على المخطط وأخيرا مفهوم مدى تلبيته للتكيف مع المخطط.(Young,1999,p.218).

ولقد حدد" بيك" في كتاباته أن المخططات المعرفية هي أنظمة إدراكية إيجابية أو سلبية تتشكل في حياة الفرد المبكرة، وأكمل "يونغ " وافترض أنّ بعض المخططات وخاصة تلك التي تتطور كنتيجة لخبرات سيئة مرّ بها الفرد أثناء مرحلة الطفولة تستمر بالتطور والتوسع وهي جوهر اضطرابات الشخصية، والسبب الأساسي في مشكلات الطباع والعديد من الاضطرابات النفسية المزمنة مثل اضطرابات المزاج، القلق، الاضطرابات الجنسية، اضطرابات الأكل وشكل الجسد، واضطرابات إساءة استخدام العقاقير (Erberghe& Et al. 2010,p.317).

وأضاف يونغ Young (2003) أن المخططات اللاتكيفية تحدد نمط استجابة الفـرد وشعوره وتصرفه وأنها تعيد إلى السطح تلك الخبرات التي سادت في نظام الفـرد النفـسي السابق، ويضيف بأن الفرد يحاول بشكل لا واعي أن يثبت هذا الإدراك دون دراية منـه، حيث إنه ينجذب لتلك الخبرات التي تؤكد على هذه المخططات أو البنى المعرفية اللاتكيفية. وأطلق على تلك المخططات اسم "المخططات اللاتكيفيـة المبكـرة Early Maladaptive Schema" وعرفها وقام بتحديدها بشكل أكثر تفصيلا من خلال النقاط الآتية:

- تتضمن الذكريات، الانفعالات، الإدراكات والأحاسيس الجسدية
- تتعلق بالشخص نفسه وبعلاقاته مع الآخرين من حوله
- تتطور خلال الطفولة المبكرة والمراهقة.
- تظهر بشكل أكثر وضوحا وتفصيلا خلال فترة حياة الفرد خاصة مع وجود المثير.
- المخططات لها مستويات وأبعاد متباينة من الخطورة
- تحدث خلل وظيفي سواء نفسى أو اجتماعي وبدرجة ملحوظة. (Young& Bernstein & Rafaeli, 2011, p.22).

تعتمد المخططات اللاتكيفية المبكرة على تكامل الرؤى بين العلاجات المعرفية والتجريبية والنظرية والبحث في مجال علاقات الأفراد، الاتصال، وعلم النفس التنموي ليكون نموذج مفاهيمي متماسك يترجم بسهولة إلى ممارسة إكلينيكية حيث هو نهج علاجي نفسي متكامل تمخض عن الجهود المبذولة لعلاج المرضى الذين يعانون من اضطرابات الشخصية والذين لديهم استجابة محدودة أو معدلات انتكاسة مع علاجات أخرى بشكل أكثر فعالية (Arntz ,Genderen, 2009,p.8) . بالمقارنة مع العلاج المعرفي التقليدي، يبحث العلاج المخطط بشكل أعمق في أصول الطفولة للتفكير المشوه، ويعتمد أكثر على الصور والتقنيات التي تركز على العاطفة، وعلى المدى الطويل إلى حد ما.

أكد يونغ أن المخططات المبكرة اللاتكيفية تقع في ثمانية عشر مخطط اختصرهم فيما بعد إلى خمسة عشر مصنفة ضمن خمس مجالات رئيسية: (أ) الشعور بالانفصال والرفض بين الأشخاص، (ب) الاهتمام باستقلال الفرد الشخصي، (ج) ضعف القدرة على البقاء ضمن حدود شخصية واقعية، (د) عدم القدرة على التعبير باستمرار عن احتياجات الفرد ورغباته نحو الآخرين، (هـ) القلق المفرط بشأن الأخطاء، مما يؤدي إلى الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح) تجاه الأخطاء المحتملة وموانع السلوكيات التلقائية. وتلعب كل مجموعة من مجموعات المخطط أدوارًا حاسمة في اختيار المعلومات النفسية الواردة وتفسير تلك المعلومات وتوجيه السلوك المستقبلي الناتج عن تلك المعلومات وتخزين المعرفة النفسية والاجتماعية الناتجة في الذاكرة) Jill& Michiel & Vreeswijk, .,p.855).2008

ثانيا -المخططات المعرفية اللاتكيفية : Maladaptive cognitive schemes

(أ)-مفهوم المخطط المعرفي اللاتكيفي:

ترجع أصول "المخطط" للكلمة اليونانية(skhe¯ma) ، ويقصد بها الشكل، أو الخطة بشكل أعم، وارتبط مصطلح "المخطط" بعلوم التعلم والإدراك لتحديد مظاهر المعرفة الإنسانية من خلال بناء نفسي واضح ومتكامل.

يمثل المخطط "المعرفة العامة التي اكتسبها الشخص في إطار العديد من الخبرات والتجارب الفردية والجماعية مع الأشخاص والأحداث والظروف. وتنظم المخططات المعرفة الذاتية للفرد وتقوم بمعالجة المعلومات الجديدة واسترجاع المعلومات المخزنة. ويمكن النظر إليها كتوقعات منظمة لسلوك الأفراد، المواقف، الأحداث" ,Seel ,2012 .(p.2933)

المخططات هي "بناء معرفي يؤثر على الطرق التي نختار بها تجارب الحياة وتفسيرها وتنظيمها وتقييمها. يتم تطوير بعض هذه المخططات في سن مبكرة. هذه "المخططات المبكرة" هي التي تميل إلى أن تكون مستمرة بشكل خاص، جامدة، مستقرة، ودائمة. من الواضح، ليست كل هذه المخططات المبكرة صحية وبناءة. البعض منهم غير تكيفي"(Buri & Gunty ,2012,P.418) .

كما أشير لها بأنها" أفكار رئيسية نافذة وعريضة بخصوص الذات وعلاقات الفرد بالآخرين"، ويعرف وضع المخطط على أنه "الحالة العاطفية والإدراكية والسلوكية الحالية للشخص. تحدث أوضاع الاختلال الوظيفي عند تشغيل مخططات متعددة غير مناسبة للتكيف. بشكل عام"(Nordahl & Holth 2005, P.41) .

عرفت المخططات بأنها "هياكل معرفية يمتلكها الأفراد تعمل على توضيح تفسيراتنا للأحداث. يتم اشتقاق بعض هذه المخططات في وقت مبكر من عملية التنشئة، وبعض هذه المخططات المبكرة توفر تفسيرات غير قابلة للتكيف مع الأحداث. بمعنى آخر، تؤدي بعض هذه المخططات عادةً إلى تصورات مسبقة مشوهة وافتراضات غير صالحة وأهداف وتوقعات غير واقعية(Seel ,2012, P.293).

أما البنى المعرفية اللاتكيفية فعرفت بأنها " نمط أو مفهوم ينطوي على مجموعة من الذكريات والانفعالات والإدراكات والاحاسيس الجسدية، وتتعلق بالشخص نفسه وعلاقته مع الآخرين، وتتطور هذه البنى منذ مرحلة الطفولة وتستمر خلال مراحل حياته المختلفة، وتتصف بأنها معيقة للحياة بصورة " (الشيخ،٢٠١٥، ص.٥١٦).

عرف هاوسو Hawsseaust (2003) المخطط المعرفي اللاتكيفي على "أنه شعور مؤلم يتكرر في الحاضر نتيجة خبرات سيئة في الماضي فهي ادراكات راسخة حول الذات و حول الآخرين والعالم، و التي تترسخ مبكرا في الطفولة نتيجة لحرمان ونقص تربوي سليم فتصبح طريقة الإدراك صلبة وسلبية عند الراشد(Hawsseaust,2003,P. 316) ، وعرف يونج Young (2011) المخططات المعرفية اللاتكيفية بأنها "أنماط معرفية وانفعالية هادمة للذات، تبدأ مبكرا خلال تطور الفرد ونموه وتتكرر خلال حياته اللاحقة .واستنادا إلى هذا التعريف فإنّ سلوكيات الفرد هي ليست جزءا من المخطوطة بحد ذاتها، حيث افترض يونغ أنّ هذه السلوكيات غير التكيفية هي عبارة عن استجابات للمخطوطة وهي مشتقة من المخطوطة نفسها ولكنها في الوقت نفسه ليست جزءا منها (Young, Bernstein, Rafaeli, 2011,P.7).

(ب)- مجالات المخططات المعرفية المبكرة اللاتكيفية وأنواعها:

حدد يونج Young مجالات المخططات في خمسة مجالات رئيسية وقسمت وفق خمس حاجات عاطفية أساسية التي يجب أن تكون مشبعة عند أي فرد. وهي الأول: الانفصال والرفض، الثاني: ضعف الأداء والحكم الذاتي، والثالث: حدود الضعف، والرابع: الاتجاه نحو الآخرين، الخامس: الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح(Young,1999,p.219).

قام يونج بوضع النسخة المختصرة لهذه المجالات بمقياس (المخططات المعرفية اللاتكيفية (Young Schema Questionnaire (YSQ) المكون من ٧٥ بندا (٥ بنود لكل مخطط) والتي تحتوي على ١٥ مخططا ضمن ٥ مجالات وهي:

- الانفصال والرفض: يتوقع الفرد ضمن هذا المجال بأن حاجاته المرتبطة بالحب والتقبل والتعاطف والمشاركة الانفعالية والأمن والسلامة لن يتم تحقيقها، ويسبب ذلك تنشأ بنى معرفية لاتكيفية حول الهجر وعدم الاستقرار وعدم الثقة والإساءة والحرمان العاطفي والعيب والنقص. ويشمل ٥ مخططات هي (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والاهمال وعدم الاستقرار، الشك والتعدي، الانطواء الاجتماعي، الشعور بالنقص والخجل) والمنحصرة بين البند ١ و٢٥.

-ضعف الأداء والحكم الذاتي: ويطلق عليه البعض الخلل في الاستقلالية والإنجاز (الكفاءة): وهى توقعات الفرد عن نفسه والتي يرى فيها عدم قدرته على الإنجاز المستقل دون الاعتماد على الآخرين، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لاتكيفية حول الاعتمادية وعدم الكفاءة والهشاشة النفسية والذات اللامتطورة والتشابك والفشل. ويحوى ٤ مخططات

(الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف من المرض والخطر، العلاقات الدمجية) والمحددة بين البند ٢٦ و٤٥.

- الحدود المختلة (ضعف الحدود): وتشير إلى صعوبة تحمل المسؤولية أو وضع أهداف طويلة المدى والعجز عن وضع أهداف واقعية .ويسبب ذلك تطوير مخطط معرفي لاتكيفي حول التكبر والاستحقاق وقلة الضبط الذاتي. وفيه مخططين هما (الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي) والمنحصر بين البند ٦١ و٦٥ وبين ٧١ و٧٥.

- التوجه نحو الآخر (نقص الحدود الذاتية): ويشير إلى التركيز على حاجات الآخرين بدل حاجاته لكسب حبهم أو تجنب انتقامهم . ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لاتكيفية حول نكران الذات والخضوع للآخرين. ويشمل مخططي (الخضوع، التضحية) والمحدد بين البند ٤٦ و٥٥.

- الترقب الزائد والكبح: ويعرف بالمبالغة في كبت المشاعر العفوية، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لاتكيفية حول الكبح العاطفي والمعايير الجامدة والانتقاد الزائد. ويتضمن (التحكم الانفعالي المفرط، المثالية المفرطة أو صرامة المعايير) والمحددة بين البند ٥٦ و٦٠ وبين ٦٦ و٧٠. (عبد الرحمن، ٢٠١٤، ص. ص.٢٦-٣٤).

ج_ أنواع المخططات المعرفية: هي كما يلي:

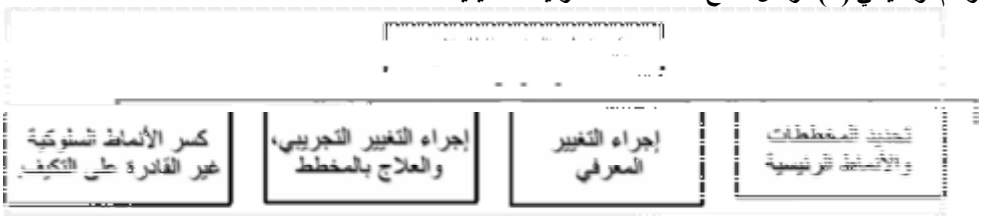
- المخططات الاجتماعية تدور حول المعرفة الاجتماعية العامة.
- مخططات الشخص تتوافق غالبًا مع الشخصية التي تنسب إلى الشخص أو تدور حول سماته (المهارات والكفاءات والقيم) لفرد معين. وتسمى مخططات الشخص المثالي، ومع ذلك، تستخدم أيضا في أي مخطط معمم.
- المخططات الذاتية تدور حول الذات. إنها تعميمات عن الذات المستخرجة من الوضع الحالي والتجارب السابقة. الكفاءة الذاتية، على سبيل المثال، هي نوع من المخطط الذاتي الذي ينطبق عليه مهمة معينة. الناس أيضا عقد مثالية أو الأنفس المتوقعة، أو الأنفس المحتملة.
- مخططات الدور تتناول السلوكيات المناسبة في موقف معين. تحتوي مخططات الأدوار على مجموعات من توقعات الدور حول كيفية احتلال الفرد لدور معين في السلوك. يتم استخدامها لأغراض مختلفة، مثل تقييم الآخرين، ولعب الأدوار، تحديد الأدوار، والتنبؤ بالسلوكيات.

●مخططات الأحداث (أو البرامج النصية) تدور حول ما يحدث في مواقف محددة. تتوافق مخططات الأحداث مع العمليات أو الممارسات أو الطرق التي يتبعها الأشخاص عادةً في التعامل مع المهام والمشاكل(Buri, Gunty. 2012, P.423)

د -مراحل وتكنيكات العلاجية المخططات المعرفية اللاتكيفية:

يتم التعامل مع مشكلات المخططات المعرفية الغير تكيفية من خلال المراحل التالية:

رسم توضيحي (١) مراحل علاج المخططات المعرفية اللاتكيفية



تعد تكنيكات التعامل مع المخططات المعرفية اللاتكيفية في كثير من الأحيان مألوفة للمدربين على العلاج المعرفي، وتشمل مراقبة الأفكار، وتحديد التشوهات والمعتقدات الخاطئة، وفحص الأدلة المؤيدة وضد المعتقد السلبي الأساسي، وإعادة صياغة المعتقدات والأفكار. ومع ذلك، على عكس العديد من العلاجات المعرفية، فإن المعالج يساعد المريض أيضًا في ربط الأفكار المشوهة بمخطط سوء التكيف الأساسي من بداية العلاج. يتيح ذلك اتباع نهج "من القاعدة إلى القمة" على عكس نهج "من أعلى إلى أسفل" الذي يركز أكثر على الأفكار السطحية. يعد الابتكار الرئيسي لـــعلاج المخططات فيما يتعلق بـــCBT هو المكانة المركزية التي تعطى للتقنيات التجريبية. تشمل التقنيات التجريبية المستخدمة في علاج المخططات المعرفية عمل الصور وعمل الكرسي وحوارات الوضع التي يحسن فيها المريض الوصول الواعي إلى أوضاع مختلفة Edwards & .(Arntz, 2011,p.117).

ومن خلال السرد السابق يمكن تحديد مفهوم المخططات المعرفية اللاتكيفية إجرائيا في هذا البحث بأنها " بنى معرفية سلبية نتيجة خبرات من التنشئة في الماضي للطالبة يتم قياسها من خلال مقياس المخططات المبكرة اللاتكيفية لجيفري يونغ". بمجالاته الخمس (الانفصال والرفض ويشمل٥ مخططات هي (النقص العاطفي، الشعور بالتخلي والاهمال، الشك، الانطواء، الشعور بالنقص)، ضعف الأداء والحكم الذاتي ويحوى٤ مخططات (الفشل، التبعية وعدم الكفاءة، الخوف والجرح بسهولة، العلاقات الدمجية)، حدود الضعف وفيه مخططين هما (الحقوق الشخصية المتطلبة والمفرطة، نقص التحكم الذاتي الانفعالي)،

الاتجاه نحو الآخرين ويشمل (الخضوع، التضحية)، وأخيرا الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد) ويقيس (التحكم الانفعالي المفرط، المثالية والسيطرة).

- **ثالثا: مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية: Electronic games addiction**

(أ) – الألعاب الاليكترونية:

يمثل الانتشار السريع للألعاب الإلكترونية انعكاسا جديدا لثقافتنا الإعلامية اليومية وواجهة جذابة، تتحد فيها الصورة المبهرة مع المؤثرات الصوتية والموسيقى المصاحبة. وعرف "مصطلح اللعبة" بشكل عام بأنه "نشاط ينخرط فيه اللاعبون في مخطط مفتعل محكوم بقواعد معينة، بشكل يؤدى إلى نتائج قابلة للقياس الكمي" (Salen &Zimmerma ,.2004,p.5)

بينما الألعاب الإلكترونية: ظهرت في أواخر الستينات على هيئة أنشطة ترويحية، وهى نشاط ذهني بالدرجة الأولى يشمل كل ألعاب الفيديو الخاصة ألعاب الكمبيوتر، ألعاب الهواتف النقالة، وألعاب اللوحات الإلكترونية، بصفة عامة شمل كل الألعاب ذات الصبغة الإلكترونية، وهي برنامج معلوماتي، حيث يمارس هذا النشاط بطريقة التي تمارس بها الأنشطة الأخرى كون الوسائل ، التي تعتمد عليها هذه الأخيرة خاصة بها، ونقصد بها الحواسب المحمولة و الثابتة، الهواتف النقالة، التلفاز إلى غير ذلك من الوسائط ، وتمارس هذه الأخيرة بشكل جماعي عن طريق الأنترنت أو بشكل فردي (عطية ،٢٠٠٧، ص.١٢).

وعرفت بأنها "الألعاب المتوفرة على هيئة الكترونية وهي نشاط ينخرط فيه الأفراد في نزاع مفتعل محكوم بقواعد معينة وتشمل ألعاب الحاسب، وألعاب الانترنت والهواتف النقالة والأجهزة الكفية" (Salen& zimmeman,2004,p.6). وعرفها الصادق (٢٠١٥) بأنها "جميع أنواع الألعاب المتوافرة على شكل هيئات الكرتونية رقمية، وتشمل هذه الألعاب، ألعاب الحاسوب (المحمول أو الثابت)، وألعاب الإنترنت، والألعاب الفيديو، وألعاب الهواتف النقالة"(ص.٢٣).

تشير الألعاب المحمولة إلى "الألعاب التي يقوم بها لاعبون فرديون أو متعددون عبر الأجهزة المحمولة عبر الإنترنت. تحظى هذه الألعاب بشعبية خاصة عندما يمكن تنزيلها مجاناً (على سبيل المثال، "ألعاب freemium"، وهي مجانية ولكن العملاء يدفعون مقابل ميزات إضافية(Sun& Zhao, Etal, 2015, p.3) .

(ب) إدمان الألعاب الإلكترونية:

بالنظر إلى المخاوف والنقاشات المتعلقة بإدمان ألعاب الإنترنت المحتملة، نشرت الجمعية الأمريكية للطب النفسي مؤخرًا، في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية، الإصدار الخامس (DSM-5)، المعايير التشخيصية لاضطراب ألعاب الإنترنت (IGD). وتم تعريفه أنه "الاستخدام المتكرر والمتكرر للإنترنت للمشاركة في الألعاب. مما يؤدي إلى ضعف أو ضائقة كبيرة ومشكلات طبية و سريريًه، وقد استكمل وصفه قائلا ان هناك تشابه بين اضطراب تعاطي المخدرات ومعايير اضطراب ادمان القمار، نتيجة ظهور مشكلات سوء التكيف والأمراض الصحية للذين يعانوا من هذه الاضطرابات بشكل سواء (American Psychiatric Association,2015,p. 67) .

وعرفت بأنها "الألعاب الذي يدمن استخدامها الأفراد بصورة مستمرة سواء كانت (Offline،Online)، وهذا ينعكس سلبيا على الفرد بصورة عامة، والطفل بصورة خاصة حيث يكون لها تأثير عليه اجتماعيا ونفسيا وصحيا. وأشير إليها بأنها " الاستخدام المكثف للألعاب الالكترونية الموجودة على الشبكة أونلاين سواء على أجهزة الحاسوب أو التليفون المحمول أو البلايستيشن والأنواع المتنوعة التخيلية" , Khazaal& Breivik, Et al (2018,p.98).

وهذه الألعاب تجذب انتباه الأشخاص بسبب التشويق والإثارة في محتوياتها الحية، ولقد تم افتتاح العديد من المصحات والمراكز في السنوات الأخيرة كانت أولها في اليابان لعلاج هذا النوع من الإدمان، وأوضحت أحد الأمهات متحدثة في مركز إعادة تأهيل المدمنين أن ابنها فقد الاتصال بالواقع، وفقد اهتمامه بكل شيء ولا يريد أن يأكل أو ينام أو يشرب والشيء الوحيد الذي يفهمه هو اللعب(Wpoon 2012,p. 65) .

وعرف هيرون، شابيرا Heron &Shapira(2003) بأنه اضطراب سلوكي يتضمن فقدان السيطرة على مقدار وقت استخدام الإنترنت، ومواجهة ضغط واضح، واستهلاك للزمن ، ومواجهة الفرد لمشكلات اجتماعية ومهنية ومالية (p.22).وعرفها كانجوباس(2007) kanjanopas بأنها "التفكير المستمر في اللعب والتخطيط له وممارسته في مختلف الأوقات، مما يؤدى لتشوش الأنشطة الحياتية للاعبين وإدمانهم للعب"(p.10)

وتشير له موسوعة الإدمان (٢٠١٥) بأنه" ظاهرة تتمثل في الاعتياد الكامل والمستمر لدى الفرد على ممارسة الألعاب الإلكترونية عبر وسائل وسيطة بشكل دائم، ويجعله في حالة انفصال دائم عن الحياة الطبيعية، تتملك الفرد في يقظته ونومه"(ص.٧٣)

ويمكن تعريف إدمان الألعاب الإلكترونية إجرائيا في الدراسة الحالية بانه: "ممارسة يومية يألفها الفرد ويمارسها في جميع الأوقات بمختلف الأماكن مما يؤثر على الجانب النفسي والاجتماعي له. وقد ترتبط بالمخططات المعرفية اللاتكيفية لديه، وتتضح من خلال الدرجة التي سيسجلها المبحوث على مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية.

ج-النظريات المفسرة للعب:

قامت العديد من النظريات بتفسير اللعب وسنتناول لا على سبيل الحصر ولكن تبعا للارتباط بموضوع الدراسة أهمها وهي كالتالي:

النظرية المعرفية في تفسير اللعب :أظهرت الاهتمام بدراسة اللعب وتفسيره من خلال ما ورد بكتابات ومؤلفات الكثير من علماء مدرسة علم النفس المعرفية: "بياجيه و "برونر" وغيرهم

أ- تفسير "بياجيه" للعب: هي إحدى النظريات الدينامية التي توضح محتوى اللعب، حيث ان التطور العقلي البشري يحتاج عمليتين مرتبطتين: التمثيل والتلاؤم، ففي عملية التمثيل يكتسب الفرد باستمرار المعلومات من العالم الخارجي ويضعها في مخطط منظم يمثل ما عرض من قبل وهو أيضا يعدل من هذه المخططات المنظمة عندما لا تلائم معارفه المتطورة. وأكد" بياجيه" على أهمية تحقيق التوازن والتناسق بين العمليات العقلية والظروف المحيطة بالإنسان، أي التوازن بين الاستيعاب والمواءمة، ولكن في حالة عدم وجود الاتزان تبدأ حدوث المشكلات.

ب- تفسير «برونر» للعب: يعد " برونر" من قادة المدرسة النفسية المعرفية، وأكد ما نادى به "بياجيه" قائلا: اللعب هو العمل الجاد الذي يقوم به الإنسان لتحقيق نمو متكامل ومتوازن، وهو العمل الأهم للفرد منذ صغره لتطوير معارفه ومفاهيمه، وأداة النمو المعرفي لدى الفرد خاصة في الطفولة وبناء شخصيته الاجتماعية المتكاملة في مختلف مراحل نموه تهتم هذه النظرية بمحتوى اللعب (الحيلة ،٢٠١٣، ٧٢).

وتلخيصا لما سبق يعد اللعب مطلب طبيعي لحياة الفرد منذ طفولته وحتى كبره. ولكن عدم وجود توازن وتوائم بين احتياجات الفرد الداخلية وإدراكه لما حوله مع الواقع يتسبب في ظهور المشكلات، ويجعله ينخرط ويندمج في تقليد واتباع اللعبة ومحاكاتها باستمرار على مدار يومه، أما الموائمة تحقق فقط فائدة اللعب واشباع هذا الاحتياج وإعطاء نشاط وطاقة إيجابية للفرد والتغيير لاستكمال نشاطات حياته المعتادة. أي هدفه ليس سوى اللعب.

د-مجالات وأنواع الألعاب الإلكترونية: أصبحت اغلب الألعاب الإلكترونية تبث على شبكة الانترنت العنكبوتية، ويتم تحميلها او شرائها على الهاتف المحمول، أو جهاز الحاسوب. هذا وظهرت بالأسواق مواصفات أجهزة لاب توب مخصصة للألعاب وتحميلها واستيعاب أكبر قدر منها، بالإضافة إلى أجهزة الألعاب الإلكترونية على عارضات التحكم، أجهزة قاعات الألعاب الإلكترونية العمومية.

= أنواع الألعاب الإلكترونية:

تتعدد أنواع الألعاب الإلكترونية بين الفردية ومنها الجماعية، وصنفت كالآتي:

١-ألعاب المحاكاة: هي إعادة إنتاج لصور نشاطات واقعية، فقواعد هذه النشاطات يتم الاحتفاظ بها، وتستوحى هذه الألعاب إما من الواقع أو من تصور للواقع

٢-ألعاب الاستراتيجية: حيث تقسم الألعاب الاستراتيجية "التفكير" إلى أربع أنواع وهي:

ألعاب المغامرة والتفكير: تعتمد على حل الغموض المحيط باللغز الرئيسي، ويعد الاستنتاج والملاحظة شرطان أساسيان لنجاح اللاعب.

الالعاب الاستراتيجية: وهي قريبة من التقمص وتمثيل الميكانيزمات لبناء مدينة وبقائها، وتتطلب التفكير والقدرة على تسيير واستثمار الموارد التي توضع تحت تصرف اللاعب.

الالعاب العسكرية: يقوم اللاعب ببناء مباني عسكرية وتشكيل فرق لغزو أراضي منافسة.

الألعاب التقليدية: والمقصود بها ألعاب الورق وتكوين الأشكال وهي الأكثر شهرة.

٣-ألعاب الحركة: تركز هذه الألعاب على التحكم في الحركة، وتتميز بتزايد السرعة والمهارة، وتتوالى المستويات لتصبح أكثر صعوبة، مما تتطلب انتباها وردة فعل سريعة، كما تقتضي سرعة في التجاوب أمام الصعوبات (صوالحة ،٢٠١٥، ص. ص. ٢١-٢٣).

خامسا: الإجراءات المنهجية للدراسة:

استخدمت الباحثة الإجراءات المنهجية لتحقيق أهداف دراستها وهي نوع الدراسة والمنهج المستخدم وفروضها، مجالات الدراسة الثلاثة، المجال البشرى، المكاني، وأخيراً الزمنى.

(١): نوع الدراسة والمنهج المستخدم: تنتمي هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية. والتي تكشف العلاقة بين متغير مستقل (المخططات المعرفية اللاتكيفية)، متغير تابع (إدمان الألعاب الإلكترونية). وارتباطا مع نوع الدراسة استخدمت الباحثة منهج المسح الاجتماعي بالعينة.

(٢): فـــــروض الدراسة: في ضوء مشكلة الدراسة وأهدافها تم صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

١-لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية على عينة الدراسة.

٢-توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد مقياس إدمان الألعاب الالكترونية على عينة الدراسة.

٣-توجد علاقة دالة معنويا بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في طريقة خدمة الفرد وإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

وينبثق من هذا الفرض الرئيسي فرضيين فرعيين هما:

- لا توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد والجانب النفسي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.
- توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد والجانب الاجتماعي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

٤-توجد فروق دالة معنويا بين متوسطات عينة الطالبات مدمني الألعاب وغير المدمنات على مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية.

٥-توجد دلالات تنبؤية للمخططات المعرفية اللاتكيفية بإدمان الألعاب الالكترونية لدى الطالبات الجامعيات.

(٣): مجـــــالات الدراســـــة:

- **المجـــــال البشرى:** تم اختيار عينة الدراسة على النحو التالي:

أ-وحدة المعاينة: وتمثلت في عينة من طالبات الجامعة بكلية الخدمة الاجتماعية، من المستوى الأول للثامن. وبلغ إجمالي حجم العينة (٢١٥) مبحوث وتم تحديدها طبقًا لمعادلة روبرت ماسون تحديد الحجم الأمثل للعينة $$n=\frac{M}{\left[\left(S^2\times(M-1)\right)\div pq\right]+1}$$

ب-وروعي في اختيار العينة:

- أن يسجلن درجات عالية بمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية، المخططات المعرفية اللاتكيفية
-أن يتراوح عمر الطالبة ما بين ١٧-٢٢ سنة ولم تؤجل دراستها. وأن تكون مقيدة بالحضور وليس التعليم الموازي بالجامعة. حيث أن هناك أعمار أكبروهى الفئة التي لا يقصدها البحث.

جـــ-خطوات المعاينة: تم تطبيق المقياس على ٢١٥ طالبة، وقامت الباحثة بتحديد الطالبات الحاصلات على درجات عالية بالمقياس وبلغ عددهن (١٢٩)، وبلغ من هن درجاتهن منخفضة (٨٦) طالبة مما يشير لعدم إدمانهن للألعاب الإلكترونية.

- **المجال المكاني:** طبقت الدراسة في جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وقد اختارت الباحثة هذا المجال المكاني لعدة أسباب منها ما يلي:

١- طبيعة موضوع الدراسة الذي يركز على الشباب الجامعي.

٢- تعاون المؤسسة في إجراء الدراسة والتي مكنت من التواصل مع المبحوثين.

- **المجال الزمني:** تم إجراء الدراسة بشقيها النظري والتطبيقي في الفترة من ٢٠١٩/٦/٢٥ وحتى ٢٠١٩/١١/١٤ لمدة ٥ شهور تقريبا.

(٤) أدوات الدراســـــة:

اتساقا مع متطلبات الدراسة اعتمدت الباحثة على مجموعة من الأدوات تتفق مع طبيعة الدراسة ونوعية الاستراتيجية المنهجية المستخدمة وقد تحددت هذه الأدوات في الآتي: -

١- **مقياس إدمان الألعاب الالكترونية. (إعداد الباحثة).**

❖ خطوات إعداد المقياس: قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس وفقا للخطوات التالية:

تم تحديد موضوع المقياس والهدف من استخدامه لقياس درجة إدمان الألعاب الإلكترونية.

تحديد الإطار النظري للمقياس: تم بناء المقياس استناداً إلى التعريف الذي تم التوصل إليه في إجماع (dsm-5)، وكتابات الخدمة الاجتماعية، والملاحظات الميدانية. وشمل هذا الاختبار على قياس بعدين هما: الجانب النفسي، الجانب الاجتماعي.

صياغة وتحديد أوزان فقرات المقياس: بلغت عبارات المقياس (٣١) عبارة في صورته المبدئية، مقسمة على بعدين، اعتمدت استجابات المقياس على التدرج الخماسي تبعا لمقياس ليكرت لتكون الاستجابة لكل عبارة (موافق-وأخيرا أبدا) وأعطيت درجات قياسية وزنية للعبارات الموجبة كالتالي (١،٢،٣،٤،٥). والعكس في العبارات السلبية.

- **مرحلة الثبات والصدق:** بالنسبة لصدق المقياس: قامت الباحثة باستخدام (صدق المحتوى) من خلال مراجعة التراث النظري الذي تناول موضوع إدمان الألعاب الإلكترونية، ولقد وصلت معاملات الصدق والثبات إلى مستويات مقبولة حيث وصل صدق الاتساق الداخلي للمقياس إلى(.٨٢). وكان الارتباط بين البنود والدرجة الكلية دالة عند0.01، اما الثبات فقد تم استخدام طريقة التجزئة النصفية، وتم حساب معامل ثبات الاختبار وبلغ (,٨٦) .
- **التصميم النهائي وتصحيح المقياس:** وفى هذه المرحلة قامت الباحثة بالآتي: -

➢ التصميم النهائي للمقياس: صمم المقياس في صورته النهائية متضمنا (٢٤) فقرة موزعة على بعدين بالتساوي (البعد النفسي – البعد الاجتماعي).

➢ طريقة تصحيح المقياس: تم تحديد أوزان المقياس على التدرج الخماسي وأعطيت درجات وزنية للعبارات الموجبة والعكس في العبارات السلبية. وبالتالي تصبح دلالة

الدرجات المعيارية للمقياس ككل تتراوح ما بين (٢٤ ،١٢٠)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوي إدمان الألعاب الإلكترونية والدرجة المنخفضة تشير للعكس، و**تراوحت مستويات المتوسطات** الحسابية للعبارة أو البعد لمقياس ادمان الألعاب الاليكترونية بين ١-٢,٣٣ مستوى منخفض، إذا تراوحت قيمة المتوسط بين٣٤. ٢ –٣.٦٦ مستوى متوسط، إذا تراوحت قيمة المتوسط بين ٣.٦٧: ٥ مستوى مرتفع.

٢- **مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية (مقياس يونج المعرب).**

- وضع يونج النسخة الأولية لمقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة في عام ١٩٩٠، وتكونت من ٢٠٥ فقرة تقيس ١٨ مخططا، ثم تم اختصارها من قبل يونج ورفاقه في النسخة الثانية لنسخة احتوت على ١٨ مخطط شمل ٩٠ مفردة.
- في عام ١٩٩٩ قام يونج وبراون (Young,Brown1999) بوضع النسخة المختصرة الثالثة والتي تعد الأكثر تداولا واستخداما، وتكونت من ٧٥ بندا وتشمل بداخلها (١٥) مخطط لاتكيفي فرعي يقيس خمس مجالات رئيسية وهي الأول: الانفصال والرفض و المنحصر بين البند ١ و ٢٥ ، الثاني: ضعف الأداء والحكم الذاتي والمنحصر بين البند ٢٦ و ٤٥ ، والثالث: حدود الضعف المنحصر بين ٦١ و٦٥ وبين ٧١ و٧٥ ، والرابع: الاتجاه المفرط نحو الآخرين والمنحصر بين البند ٤٦و٥٥، الخامس: الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح) والمنحصر بين البند ٥٦ و٦٠ وبين ٦٦ و٧٠ .
- ونظرا لما تميزت به هذه النسخة من خصائص سيكومترية جيدة من صدق وثبات تم ترجمتها لعدة لغات (العربية-الألمانية– الفرنسية-الاسبانية– التركية)._وقام بترجمة وتقنين ذلك المقياس ليستخدم في البيئة العربية العديد من المحاولات أهمها في مؤلف (عبد الرحمن،٢٠١٤) حيث قام بتقنينه والتحقق من الاتساق الداخلي وحساب صدق المقياس من خلال (الصدق الظاهري، العاملي) وثبات للمقياس له من خلال معامل ألفا كرونباخ والتحقق لمدى ملائمته للبيئة العربية. (عبد الرحمن،٢٠١٤، ص. ص: ١١-١٤)

١- **وفي الدراسة الحالية تم استخدام النسخة المختصرة المعربة** وتتكون من ٧٥ فقرة وتشمل_بداخلها (١٥) مخطط لاتكيفي فرعي يقيس خمس مجالات رئيسية وهى موزعة كالتالي:

جدول رقم(١): يبين أبعاد مقياس المخططات المبكرة غير المتكيفة والبنود الخاصة بها.

المجال	المخـــــطط	البنـــــــود
الانفصال والرفض	النقص العاطفي	1-5
	الإهمال/عدم الاستقرار	6-10
	الشك/التعدي	11-15
	العزلة/ الانطواء	16-20
	النقص وعدم الكمال	21-25
ضعف الأداء والحكم الذاتي (نقص الاستقلالية والكفاءة)	الفشل	26-30
	التبعية/عدم الكفاءة	31-35
	القابلية للجرح بسهولة	36-40
	العلاقة الدمجية	41-45
التوجه المفرط نحو الآخرين	الخضوع/الإجبار	46-50
	التضحية	51-55
الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح)	التحكم المفرط في الانفعالات	56-60
نقص الحدود وضعفها	متطلبات عالية	61-65
الإفراط في اليقظة (الترقب والكبح)	السيطرة الزائدة	66-70
نقص الحدود وضعفها	نقص التحكم الذاتي الانفعالي	71-75

٢- **تحديد أوزان فقرات المقياس:** تتدرج الإجابة على المقياس تبعا لتدريج ليكرت الخماسي، حيث يحدد المستجيب درجة موافقته، على كل فقرة وفق ما يلي :أوافق بشدة ٥، أوافق ٤، محايد٣، غير موافق٢، غير موافق بشدة ١، والعكس في العبارات السلبية حيث أعطيت أوزان (٤،٥،١،٢،٣). مع مراعاتها في مفتاح التصحيح.

٣- **مرحلة الثبات للمقياس:** ولقد اكتفت الباحثة بصدق المقياس كما أعده د.عبد الرحمن وأعدته دراسات سابقة أخرى والتي أكدت قدرة المقياس على قياس ما وضع من أجله والذي يطلق عليه الصدق الأمبريقي. تم اختبار ثبات المقياس في البيئة من خلال تطبيقه على عينة قوامها (٣٠) من طالبات الجامعة، استخدم معامل طريقة التجزئة النصفية لمقياس المخططات المبكرة اللاتكيفية وبلغت قيمته (0,81)، كما تم تصحيحه بمعامل سبيرمان وكانت قيمة هذا المعامل (0,83)، مما يشير الى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. وتم حساب معامل الفـــا كرونباخ لبيانات ٢٠ طالبة لمقياس المخططات المعرفية غير التكيفية المكون من ٧٥ بند وكانت قيمة معامل الفا 0,84 وهي قيمة مرتفعة.

٤- **التصميم النهائى وتصحيح المقياس:** يتضمن المقياس عدد (٧٥) عبارة موزعة وتقيس ١٥ مخططا، حددت دلالة الدرجات المعيارية للمقياس ككل ما بين الآتي (٧٥، ٣٧٥)، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوي المخططات المعرفية اللاتكيفية بينما الدرجة المنخفضة تشير لانخفاض المخططات المعرفية اللاتكيفية للمبحوثة. و**تراوحت مستويات المتوسطات** الحسابية للعبارة أو البعد للمقياس بين ١-٢,٣٣ مستوى منخفض، إذا

تراوحت قيمة المتوسط بين٣٤. ٢ –٣.٦٦ مستوى متوسط، إذا تراوحت قيمة المتوسط بين ٣.٦٧: ٥ مستوى مرتفع.

(٥): التصميم الإحصائي: تم استخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS للإجابة عن أسئلة الدراسة وفق ما يلي:

- معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقات فيما بين المتغيرات للدراسة.
- حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، تحليل الانحدار المتعدد لتحديد المخططات الأكثر تأثيرا لحدوث ادمان الألعاب.

سادسا: الجانب التطبيقي ومناقشة وتفسير نتائج الدراســـة

أولا نتـــائج الدراســـة: وفيها عرض لنتائج فرضيات الدراسة كالتالي:

= للتأكد من صحة الفرض الأول: لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية على عينة الدراسة

جدول رقم (٢) استجابات مفردات عينة الدراسة على المخططات المعرفية اللاتكيفية :

م	البعد	م ح	ن م	الترتيب	المستوى
١	الانفصال والرفض	٣,٥٥	٠,٢٣٢	٤	متوسط
٢	ضعف الأداء والحكم الذاتى	٢,٩٦	٠,٢٨٩	٥	متوسط
٣	ضعف الحدود	٤,٧٢	٠,٢٩٦	١	مرتفع
٤	التوجه نحو الآخر	٤,٧١	٠,٣٢٣	٢	مرتفع
٥	الترقب الزائد والكبح	٣,٨٤	٠,٣٢٥	٣	مرتفع
	المجموع	٣,٩٧	٠,٢٢٨	-	مرتفع

ويتضح من قراءة الجدول(٢) أن" مخططات مجال "ضعف الحدود" جاءت في الترتيب الأول بمتوسط مرتفع بلغ(4,72)، بينما مخططات "ضعف الآداء والحكم الذاتي" في الترتيب الاخير بمتوسط (٢,٩٦) وهو متوسط، ومستوى ابعاد مقياس **المخططات المعرفية اللاتكيفية ككل بلغ (٣,٩٧)** وهو مرتفع. وبالتالي عدم صحة الفرض الأول للدراسة وهو لا توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد المقياس على عينة الدراسة، وهذا يتضح من تغاير ابعاد المقياس بين المتوسط والمرتفع.

= للتأكد من صحة الفرض الثاني: توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد مقياس **إدمان الألعاب الاليكترونية** على عينة الدراسة

جدول رقم (٣) استجابات مفردات عينة الدراسة على إدمان الألعاب الاليكترونية.

م	البعد	م ح	ن م	الترتيب	المستوى
١	الجانب النفسي	٣,٧٧	٠,٢٦١	٢	مرتفع
٢	الجانب الاجتماعي	٤,٠٦	٠,٣٢٠	١	مرتفع
	المجموع	٣,٩١	٠,٢٤٨	-	مرتفع

يتضح من قراءة الجدول(٣) أن" الجانب الاجتماعي" جاء في الترتيب الأول بمتوسط مرتفع بلغ(٤,٠٦)، يليه " الجانب النفسي " بمتوسط (٣,٧٧) وهو مرتفع، ومستوى ابعاد المقياس ككل بلغ (٣,٩١) وهو مرتفع. وبالتالي عدم صحة الفرض الثاني للدراسة وهو توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات أبعاد المقياس على عينة الدراسة، لان كل ابعاد المقياس مرتفعة.

= <u>للتأكد من صحة الفرض الثالث</u>: توجد علاقة دالة معنويا بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في طريقة خدمة الفرد وإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

جدول رقم (٤) يوضح الدلالة للعلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية وادمان الألعاب الإلكترونية ككل

المتغيرات الاحصائية / الفرضية الأولي	العينة	معامل ارتباط برسون	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة	القرار
علاقة بين المخططات وادمان الالعاب	129	0,19	0,003	0, 01	دالة

يتضح لنا من نتائج الجدول (٤): وجود علاقة إحصائية بين المتغيرين بحيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (٠,١٩)، وقدر مستوى الدلالة لهذا المعامل ب (0,003)وهو أقل من مستوى الدلالة 0,01 بحيث يؤكد وجود دلالة إحصائية لهذه النتيجة، وبالتالي نقبل الفرض بوجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية وإدمان الألعاب الاليكترونية فكلما ارتفعت المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى الطالبات الجامعيات ارتفع إدمان الألعاب الإلكترونية.

جدول رقم (٥) يوضح الدلالة للعلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية وادمان الألعاب الإلكترونية

المخططات / ادمان الألعاب	العينة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة	القرار
الجانب النفسي	129	0,13	0,003	0, 01	دالة احصائيا
الجانب الاجتماعي	129	0,17	0,002	0, 01	دالة احصائيا

يتضح من قراءة نتائج الجدول (٥): بلغ معامل ارتباط بيرسون بين الجانب النفسي والمخططات المعرفية اللاتكيفية الخمس الرئيسية (٠,١٣)، وقدر مستوى الدلالة لهذا المعامل (0,003)وهو أقل من مستوى الدلالة 0,01 بحيث يؤكد وجود دلالة إحصائية لهذه النتيجة، وبالتالي ينفى اثبات صحة الفرض الفرعي حيث يوجد ارتباط بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد والجانب النفسي لإدمان الألعاب لدى الطالبات الجامعيات. وبالتالي نرفض صحة الفرض الفرعي بأنه"لا توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد والجانب النفسي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية".

كما يوضح الجدول أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بلغت (٠,١٧) بين متغيري الجانب الاجتماعي لإدمان الألعاب الإلكترونية والمخططات المعرفية اللاتكيفية الخمس الرئيسية، وقدر

مستوى الدلالة لهذا المعامل (٠،٠٠٢) وهو أقل من مستوى الدلالة ٠،٠١ بحيث يؤكد وجود دلالة إحصائية لهذه النتيجة، وبالتالي تثبت صحة الفرض الفرعي حيث توجد علاقة ارتباطية بين المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد والجانب الاجتماعي لإدمان الألعاب لدى الطالبات.

= <u>للتأكد من صحة الفرض الرابع:</u> توجد فروق دالة معنويا بين متوسطات عينة الطالبات مدمني الألعاب وغير المدمنات على مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية.

جدول (٦) يوضح نتائج اختبار (ت) للاختلاف بين مدمني اللعب الإليكتروني وغير مدمني اللعب الإليكتروني في المخططات المعرفية اللاتكيفية

المخططات	الفئة	م.ح	ن.ح	ت	الدلالة
المعرفية اللاتكيفية	مدمني اللعب الإليكتروني	4.80	0.71	-11.04	0.0
	غير مدمني اللعب الإليكتروني	2.09	0.74		0.0

يتضح لنا من نتائج الجدول (٦) أن هناك اختلاف دال احصائيا في أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية وإدمان الألعاب الإلكترونية حيث حصلن الطالبات مدمني اللعب الإليكتروني على متوسطات حسابية أعلى مقارنة بغير مدمني اللعب على جميع بنود المخططات المعرفية اللاتكيفية وأبعاد مقياس الألعاب الإلكترونية بقيمة(٤,٨٠). وتم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والذي بلغت قيمته (-١١.٠٤) لغير مدمني اللعب الإليكتروني. مما يثبت صحة الفرض بأن هناك اختلاف بين الفئتين.

= <u>للتأكد من صحة الفرض الخامس:</u> توجد دلالات تنبؤيه للمخططات المعرفية اللاتكيفية بإدمان الألعاب الالكترونية لدى الطالبات الجامعيات.

للإجابة عن هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ في إدمان الألعاب الإلكترونية من خلال المخططات المعرفية اللاتكيفية كما هو مبين في الجدول.

جدول (٥) يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد للمخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤا بإدمان الألعاب الإلكترونية

ادمان الألعاب الإلكترونية	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحييد	ف	الدلالة
الجانب النفسي	0.42	0.16	9.28	0.000c
الجانب الاجتماعي	0.65	0.41	30.63	0.000c

يتضح من نتائج الجدول (٥): أن قيمة معامل الارتباط المتعدد للمخططات المعرفية اللاتكيفية في إدمان الألعاب الإلكترونية لدى الطالبات بلغت (٠,٤٢) للجانب النفسي و(٠,٦٥) للجانب الاجتماعي، كذلك يتضح بأن معامل قيمة التحييد بلغت (٠,١٦) و(٠,٤١)، وأن قيمة (ف) للجانب النفسي بلغت (٩,٢٨)، (٣٠,٦٣) للجانب الاجتماعي وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥ في البعدين. وهذا يشير إلى وجود تنبؤ دال احصائيا للمخططات المعرفية اللاتكيفية في إدمان الألعاب الإلكترونية.

جدول(٦) معاملات الانحدار المعياري للبنى المعرفية اللاتكيفية في إدمان الألعاب الإلكترونية للطالبات

الأبعاد	المتغير	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	ت	الدلالة
		معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا		
الجانب النفسي	ثابت الانحدار	1.43	0.44		3.25	0.00
	الانفصال والرفض	0.20	0.10	0.15	2.01	0.05
	ضعف الأداء والحكم الذاتي	-0.12	0.10	-0.11	-1.21	0.23
	ضعف الحدود	0.46	0.10	0.33	4.45	0.00
	التوجه نحو الآخر	0.32	0.09	0.32	3.36	0.00
	الترقب الزائد والكبح	-0.30	0.09	-0.24	-3.21	0.00
الجانب الاجتماعي	ثابت الانحدار	1.648	0.288		5.718	0.000
	الانفصال والرفض	0.008	0.064	0.007	0.119	0.906
	ضعف الأداء والحكم الذاتي	0.294	0.067	0.344	4.370	0.000
	ضعف الحدود	-0.064	0.068	-0.058	-0.937	0.350
	التوجه نحو الآخر	0.251	0.062	0.320	4.057	0.000
	الترقب الزائد والكبح	0.100	0.061	0.103	1.636	0.103

ولتحديد اتجاه المتغيرات ذات الدلالة الإحصائية تم استخراج معاملات الانحدار المعيارية وقيم الاحصائي (ت) لكل منها والتي تظهر في الجدول (٦) : يتضح أنه فيما يتعلق ببعد الجانب النفسي بأن لمتغير الانفصال والرفض بلغ (0.15) وأن معامل بيتا(β)، قيمة الاحصائي (ت) المقابل لها بلغ (2.01) بمستوى دلالة (0.05)، كذلك فإن قيمة بيتا في ضعف الحدود بلغت (0.33) وأن قيمة (ت) لها بلغت (4.45) بمستوى دلالة (0.05) فأقل، أما التوجه نحو الآخر فقد بلغت قيمة بيتا لها (0.32) وقيمة ت المقابلة لها (3.36) وهي دالة عند مستوى (0.05) فأقل .وهذا يشير إلى وجود تأثير ايجابي لجميع هذه العوامل، بمعنى أنه كلما ارتفعت درجتها ساهم ذلك في وجود قصور في بعد الجانب النفسي، كما أن قيمة بيتا لمتغير الترقب الزائد والكبح بلغت (0.24-) وقيمة ت لها بلغت (3.21-) وهي ذات تأثير سلبي أي منخفض على الجانب النفسي لإدمان الطالبات للألعاب الإلكترونية والمخطط المعرفي اللاتكيفي.

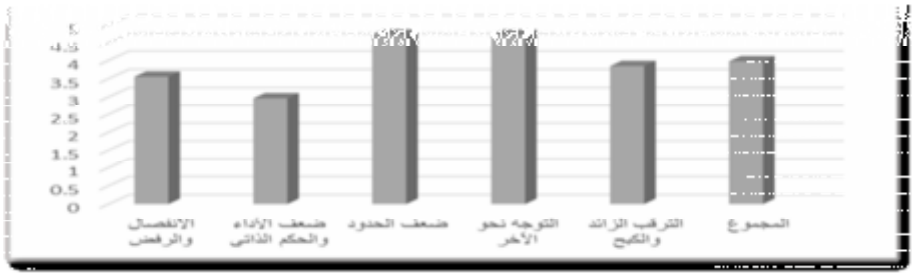
أما بالنسبة لبعد الجانب الاجتماعي فقد بلغت قيمة بيتا لمتغير "الانفصال والرفض" (0.007) وأن قيمة (ت) بلغت(0.119) ، قيمة بيتا لمتغير "ضعف الأداء والحكم الذاتي بلغت (0.34) وقيمة (ت) المقابل لها بلغت (4.37) بمستوى دلالة (0.05). أما التوجه نحو الآخر فقد بلغت قيمة بيتا لها (0.32) وقيمة ت المقابلة لها (4.05) وهي دالة عند (0.05) فأقل، ويشير هذا الى أن هناك تأثير مرتفع لكل من متغيري ضعف الأداء والحكم الذاتي والتوجه نحو الآخر، بمعنى أنه كلما ازدادت الدرجة عليهما زاد مستوى المخطط المعرفي في بعد الجانب الاجتماعي لإدمان الطالبات للألعاب الالكترونية. بينما المحك الاقل

تأثيرا على البعد الاجتماعي "ضعف الحدود الآخر" بلغت قيمة بيتا (0.058-) وقيمة ت المقابلة لها (0.937-).

ثانيا: مناقشة وتفسير نتـــــائج الدراســة:

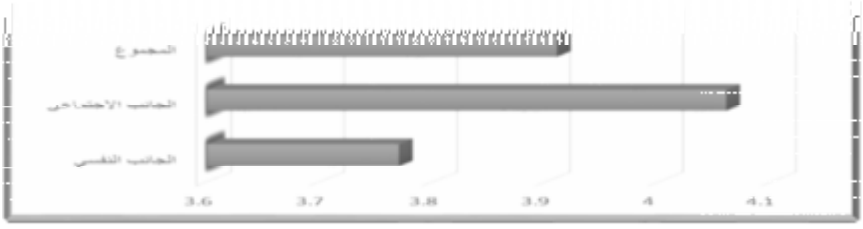
مناقشة نتائج الفرض الأول: أكدت النتائج ارتفاع مستوى المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى عينة الدراسة، ووجود اختلاف فيما بين متوسطات المخططات وهذا يتفق مع الإطار النظري الذى اكد ارتفاع المخططات اللاتكيفية عند وجود مشكلة لدى الفرد منذ القدم، وتلعب المجالات الخمس التي وضعها يونج دورا رئيسيا في حدوث المشكلات النفسية والاجتماعية وتطورها،وهذا يتفق مع نتائج دراسة جيل، مايكل، فريسوجيك (2008) Jill &Michiel & Vreeswijk نادورت وآخرون(2009) Nadort, Etal، Cockram, Dummond &Lee(2010)، وينجر وآخرون (2013) .Wegener, Etal ، ظافر(٢٠١٥) ، دنقل (٢٠١٧)، عطار (٢٠١٧).

شكل (١) استجابات عينة الدراسة على مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية.



مناقشة نتائج الفرض الثاني: أثبتت النتائج ارتفاع مستوى ادمان الألعاب الاليكترونية لدى عينة الدراسة، وجود اختلاف في المتوسطات لصالح الجانب الاجتماعي وانه مرتفع، وهذا يتفق مع العديد من نتائج الدراسات السابقة التي اشارت لإدمان الطلاب والآثار الاجتماعية لذلك كدراسة Gentile(2009)، لام Lam (2014)، الهدلق(٢٠١٤)، الصادق (٢٠١٥)، الزيود (٢٠١٥)، الدرعان (٢٠١٦)، وعلى الجانب النفسي كما في دراسات سيتزر، ديوكيت Setzer& Duckett (2000)، سبينكس(2006)Spinkes، الهدلق (٢٠١٣)، شاهين (٢٠١٣).

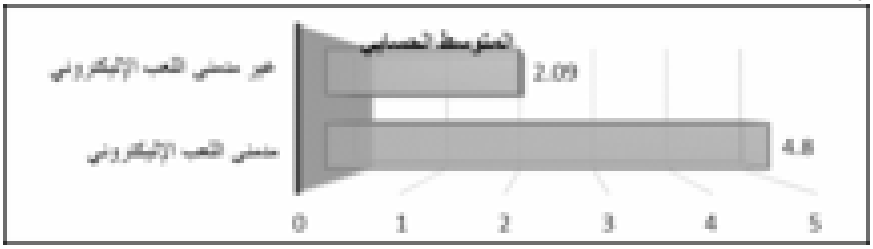
شكل (٢) استجابات عينة الدراسة على مقياس إدمان الألعاب الاليكترونية.



مناقشة نتائج الفرض الثالث: أثبتت نتائج الفرض وجود علاقة ارتباطية بين متغيري الدراسة المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد وإدمان الألعاب الإلكترونية لدى الطالبات الجامعيات، وهذا يثبت صحة فرض الدراسة بوجود علاقة بين المتغيرين. حيث كلما زادت المخططات المعرفية السلبية والمعتقدات الخاطئة لدى الطالبة يزيد إدمانها للألعاب الالكترونية. بينما أكدت نتائج الدراسة عدم صحة الفرض الفرعي الأول بعدم وجود علاقة بين المخططات المعرفية للطالبات الجامعيات بمجالاتها الخمس والجانب النفسي لإدمان الألعاب الالكترونية. وأخيرا أكدت صحة الفرض الفرعي الثاني بوجود علاقة بين الجانب الاجتماعي لإدمان الألعاب الالكترونية للطالبات الجامعيات والمخططات المعرفية اللاتكيفية بمجالاتها الخمس. وهذا يفسر أن فئة الطالبات الجامعيات هن الأكثر إدمانا للألعاب الإلكترونية، إذ يمضون ساعات طويلة في اللعب وهذا إما من أجل تمضية وقت الفراغ، أو الابتعاد عن المحيطين وخلق عالمها الخاص. إلخ وكل هذه العوامل مرتبطة بشكل او بآخر بالمخططات المعرفية اللاتكيفية للطالبة. واتفقت هذه النتائج مع دراسات كيث وآخرون(2005) keeth, Etal ، امردين ،هيوتيكت &Ameerudden 2008) Hautekeete، نادورت وآخرون (2009) Nadort, Etal، Arntz & (2009) Genderen, مارشاند، جريبوت2009) Marchand&Grebot، شهرزاد (٢٠١٣)، أبوالوفا (٢٠١٤)، دنقل (٢٠١٤)، عبد الرحمن (٢٠١٥)، دنقل (٢٠١٦).

٢-مناقشة نتائج الفرض الرابع: أثبتت النتائج أن غير مدمنات الألعاب الالكترونية حصلن على متوسطات حسابية أدنى مقارنة بمدمنات الألعاب على جميع أبعاد المخططات المعرفية اللاتكيفية. وهذا يؤكد أن مستوى المخططات المعرفية اللاتكيفية بمجالاتها الخمس تزداد لدى مدمني الألعاب الالكترونية عنها لدى غير مدمني الألعاب. حيث تخضع مدمنة اللعب للمخطوطة ولا تحاول تجنبها أو مقاومتها، وتتسم بأنّها سلبية ويائسة نفسيا ولديها قصور في تفاعلاتها الاجتماعية.

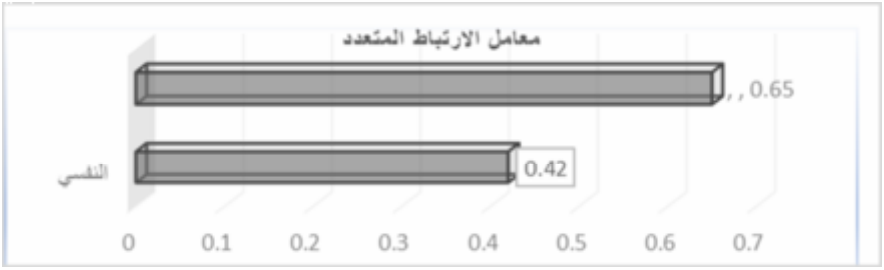
شكل(١) الاختلاف بين مدمني اللعب الإليكتروني وغير مدمني اللعب الإليكتروني في المخططات المعرفية اللاتكيفية



وهذا يشير إلى مدى خلل الوظائف الاجتماعية والنفسية واضطرابات المزاج وزيادة الانفعالات وردود الأفعال غير المبررة والتي قد تصيب الطالبة عند قطع الانترنت، أو عدم ممارسة اللعبة لأى من الأسباب كما هو متوقع، ومن الممكن تفسير هذه النتيجة بعدة طرق، فمن ناحية التاريخ التطوري والتنشئة الاجتماعية للحالة والخبرات الصادمة قد نجدها تعودت على الارتباط الزائد بالأشياء، حب التملك، عدم الانصياع لرغبات الآخرين في تنفيذ ما يطلب منها والناتج عن التدليل الزائد او الإهمال الزائد، لذلك نستطيع القول أنه تختلف المخططات اللاتكيفية لمدمني الألعاب عن غير مدمني الألعاب. ومن ناحية أخرى، نجد أن الجوانب النفسية والاجتماعية التي تمتلكها مدمنة الالعاب وما تنطوي عليه من بنى معرفية لاتكيفية، كلها عوامل ترتبط ذاتيا بشكل منطقي بشخصية مدمني اللعب مقارنة بغيرها، وهذا يتفق مع دراسة جيل، مايكل، فريسوجيك (2008) Michiel & Jill &Vreeswijk ومن الممكن الافتراض بأن خبرات المعارف اللاتكيفية المبكرة تقود إلى تطوير شخصية تعاني العجز في قدرتها على ايجاد حلول لمهمات الحياة اللاحقة مما يؤدي إلى شخصية مضطربة في أداء وظائفها وأدوارها وبالتالي الهروب للعالم الافتراضي وألعابه.

٣-مناقشة نتائج الفرض الخامس: أظهرت نتائج الفرض الثالث للدراسة أن المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤا بإدمان الألعاب الالكترونية تظهر تأثيرها في الجانب الاجتماعي المحيط بحياة الطالبة يليه الجانب النفسي.

شكل (٢) نتائج تحليل الانحدار المتعدد للمخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤا بإدمان الألعاب الإلكترونية



حيث برهنت نتائج الدراسة ارتفاع دلالات بعض متغيرات المخططات في المجالات الخمس بالجانب الاجتماعي وجاء ترتيبها كالتالي (ضعف الأداء والحكم الذاتي (خلل الاستقلالية)، التوجه نحو الآخر، الترقب الزائد والكبح وأخيرا الانفصال والرفض) بالمخطط المعرفي اللاتكيفي مما يشير إلى أنهم الأكثر تأثيرا وارتباطا بحدوث الجوانب الاجتماعية لإدمان الألعاب. وهذا ما أفادت به الدراسات حيث كل مشكلة أو اضطراب له

مخطط يؤثر فيه أكثر من الآخر نادورت وآخرون (Nadort,Etal (2009، كوكرام ، ديموند، ليى (Dummond & Lee&Cockram (2010 ، وينجر وآخرون (2013) Wegener, Etal.، ظافر(٢٠١٥) .

بينما لا يؤثر المخطط (ضعف الحدود) على الجانب الاجتماعي. وهذا ما تناقض مع نتيجة المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤا بمشكلات الجانب النفسي لإدمان الألعاب الالكترونية للطالبة حيث جاء أثر مخطط (ضعف القيود والحدود المختلة) في الرتبة الأولى. تلاه (التوجه نحو الآخر وأخيرا الانفصال والرفض)، بينما كانت الدلالات منخفضة وسلبية في مخططات مجالي (ضعف الأداء والحكم الذاتي، الترقب الزائد والكبح (الإفراط في اليقظة).

بالعودة إلى محتوى كل من هذه المخططات والتي عكست النتائج تأثيرها في إدمان الألعاب الإلكترونية في بعد الجانب النفسي ، نجد أن الانفصال والرفض يقود الطالبة لتوقع عدم تلبية حاجات الحب والتقبل وتطوير مخطط معرفي لديها تستحوذ عليه فكرة خاطئة مرتبطة بتفضيل الوحدة والشعور بعدم الاستقرار والحرمان وعدم الثقة بالأشخاص اللذين يقومون بالتواصل معها وتقديم الرعاية لها، كما قد تشعر بأن من حولها يقلل من قدرها أو يكذبون عليها، أو يستغلونها فعلى ما يبدو بأن مثل تلك المخططات المرتبطة بتوقع الهجر وعدم الثقة والحرمان العاطفي تصبح أبنية ثابتة نسبياً بالنظام المعرفي لدى الطالبة ، وتتماشى هذه النتيجة أيضاً مع تنبؤ مجالي الحدود المختلة والتوجه من الآخر في الجانب النفسي، إذ تنطلق المخططات المعرفية اللاتكيفية في هذين المجالين من عدم القدرة على تحمل المسؤولية أو وضع أهداف واقعية والتركيز على حاجات الآخر لكسب وده ولفت انتباهه ، وتسعى لإرضاء الآخرين على حساب حاجاتها النفسية والاجتماعية وسعادتها الشخصية وإرضائها لذاتها، والتي قد تشكل قاعدة أساسية للهروب من المحيط ، وقد ترتد في سلوكيات عنيفة ، كما تتجنب تحمل المسؤولية وتفضل الهروب دوما من اهتمامها بمستقبلها ودراستها او من حياتها، وبالتالي فإن التشوه المعرفي المرتبط بالجانب النفسي يجعل المدمنة منسجمة بصورة وهمية بأن الخلاص يكون من خلال اللعبة . بل ومن الممكن القول إن مثل هذا التشويه قد يصبح راسخاً في جانبها النفسي مما يهيئ بصورة مباشرة أو غير مباشرة اللجوء للاستمرار في اللعب والتعلق بمعتقداتها الخاطئة وأحكامها وعدم مواجهتها او مقاومتها.

كما أظهرت النتائج أن مجالي ضعف الاداء والحكم الذاتي، الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح) ارتبطا عكسياً بإدمان الألعاب الإلكترونية في مجال الجانب النفسي .

أي أن زيادة الكبت والمعايير الجامدة والانتقاد الزائد ترتبط بانخفاض الجانب النفسي ويؤدى ذلك لضعف أدائها، أي أن هناك شكل من أشكال لوم الذات والانتقاد الدائم للذات عند التعبير عن المشاعر للآخرين ومثل هذه العمليات تضعف من شخصية الطالبة، ويمكن الإشارة إلى أن كبح الانفعالات وانتقاد الذات قد يلعب دوراً هاماً في ظهور تشوه لصورة مخططها حول نفسها، فهي تنطلق من معتقدات تضعف الذات وتهزمها و توجهها نحو العزلة ، ولا تثق بقدرتها على اتخاذ القرار أو حل المشكلات والبحث عن بديل من خلال اللعبة تحقق فيه ما لا تحققه بالواقع.

كما تطرقت النتائج إلى تأثير كل من (الانفصال والرفض، ضعف الأداء والحكم الذاتي (خلل الاستقلالية)، التوجه نحو الآخر) ايجابياً على المخطط المعرفي اللاتكيفي المرتبط بالجانب الاجتماعي بمعنى آخر، ترى الطالبة افتقادها للأمان وتكوين علاقات اجتماعية إيجابية، والشعور بالاستقرار مع من حولها وعادة ما تكون التنشئة الأسرية لمثل هذا المجال من المخطوطات ارتبط بتقديم الحبّ المشروط أثناء مرحلة الطفولة. ويتم التعويض عن ذلك من خلال خلق عالمها الخاص بالهروب للعب، كما أن الاعتمادية وعدم الكفاءة والشعور بالفشل وعدم الإنجاز والرغبة في تحقيق حاجات مع الآخر ونحوه والاعتماد عليه ترتبط بقصور قدرة الطالبة على الانفتاح على الخبرات الجديدة وتحقيق تغذية راجعة من المواقف الاجتماعية التي تمر بها. كذلك السعي للحصول على قبول الآخر حتى لو من الانضمام للعبة وتقليد هذا الآخر لجذب الانتباه وتبدو هذه النتيجة منطقية، بسبب سيطرة المخطط المعرفي اللاتكيفي بشكل لا واعي، وبالتالي تعتمد على الآخر كمرجعية أساسية في تحديد الأحكام، كما تتسم علاقاتها الاجتماعية بالاضطراب والسطحية، وتفتقر للود والاندماج المجتمعي الطبيعي. وهذا يتطلب عادة بناء وهدم لمنظومة معرفية ثابتة نسبيا لديها خاصة بتنشئتها ومعتقداتها الاجتماعية.

وأخيرا من خلال تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بأكثر المخططات المعرفية اللاتكيفية في خدمة الفرد لإدمان الألعاب الإلكترونية ثبت أن الجانب الاجتماعي أكثر تنبؤا بالمخططات المعرفية اللاتكيفية حيث تفتقر الطالبة في حياتها للعلاقات الاجتماعية الطبيعية والتي قد تكون ناتجة عن انفصال الوالدين او تنشئة غير سوية أو معاملة قاسية. كما أن احتياجها لتعويض شعور الألفة مع الآخرين يولد لديها فجوة بينها وبين الآخرين تستشعر فيها بالنظرة السلبية نحو ذاتها ونحو من تسببوا في ذلك ويظهر ذلك في العزلة الاجتماعية والبحث عن بدائل تتعايش معها وفقا لاحتياجاتها فتجد ذلك في اللعب. وبناءا على النتائج

السابقة سيتم بناء برنامج يمكن من خلاله التعامل مع المخططات اللاتكيفية الأكثر تأثيرا في حدوث إدمان الألعاب الالكترونية.

- **بناء برنامج علاجي للمخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤاً بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الإلكترونية.**

من خلال نتائج الدراسة الحالية وتحديد واقع المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تنبؤا بحدوث اضطراب إدمان الألعاب الالكترونية يمكن اقتراح عناصر برنامج علاجي لخفض اثار هذه المخططات على الجانبي الاجتماعي والنفسي. ووضع السبل لمواجهتها والتعامل معها.

أولا: الاستراتيجية العامة للبرنامج: مجموعة الإجراءات والعمليات المستخدمة لمساعدة الطالبات على الحد من المخططات المعرفية اللاتكيفية في حياتهن والتي تدفعهن لإدمان الألعاب الاليكترونية.

ثانيا -الأســـس التي يقوم عليها البرنامج:

أ- الدراسات السابقة (رسائل ماجستير والدكتوراه، والأبحاث وما انتهت إليه من نتائج وتوصيات.

➢ الاطلاع على الإطار النظري للمخططات المعرفية اللاتكيفية، وإدمان الألعاب الاليكترونية وما تحويه من معارف بالإضافة إلى المفاهيم التي تعتمد عليها الدراسة.

ج -الأهداف التي سعت الدراسة للتوصل اليها. والنتائج التي تعتبر ركيزة لهذا البرنامج.

ثالثا :أهـــــداف البرنامج: وتتمثل في الهدف الرئيسي

تحديد فاعلية برنامج علاجي للمخططات المعرفية اللاتكيفية لخفض إدمان الألعاب الالكترونية لدى الطالبات الجامعيات وينبثق منه الأهداف الفرعية التالية:

أ- تحديد فعالية برنامج علاجي للمخططات المعرفية اللاتكيفية لخفض الجانب النفسي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

ب- تحديد فعالية برنامج علاجي للمخططات المعرفية اللاتكيفية لخفض الجانب الاجتماعي لإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية.

رابعا -المحتوي الذي سيقدمه البرنامج:

هي المادة التدريبية التي تستخدم في البرنامج ويتم تحديدها في ضوء الهدف منه وتشمل:

أ- تحديد المادة العلمية الخاصة المخططات المعرفية اللاتكيفية والتي تتضمن الخمس مجالات رئيسية الأول: الانفصال والرفض، الثاني: ضعف الأداء والحكم الذاتي، والثالث: حدود

الضعف، والرابع: الاتجاه نحو الآخرين، الخامس: الإفراط في اليقظة (الترقب الزائد والكبح

ب- تحديد المادة العلمية الخاصة بإدمان الطالبات الجامعيات للألعاب الالكترونية. وكيفية التعامل مع هذه المشكلة وعلاجها.

خامسا-مراحل ممارسة البرنامج:

أ- مرحلة تحديد المخططات والأنماط الرئيسية: وتتضمن التمهيد للبرنامج والتعارف، وتحديد أولوياتهم والقيام بالقياس القبلي، ومناقشة أهم المشكلات المرتبطة بها من وجهة نظرهم.

ب- مرحلة إجراء التغيير المعرفي: تقديم بناء معرفي يفيد الطالبات في التعامل مع مخططاتهم المعرفية السلبية من خلال التدريب، التركيز على تعديل أفكارهم والبعد عن أساليب حياتية خاطئة ومعرفة أوجه الصعوبات في تنفيذها.

ت- مرحلة إجراء التغيير التجريبي والعلاج بالمخطط: ويتم فيها تنفيذ الخطة العلاجية لكل مخطط، والتدخل المباشر مع الطالبات.

ث- كسر الأنماط السلوكية غير القادرة على التكيف: الوصول لمرحلة انهاء العمل من خلال تطوير بنى معرفية إيجابية وتعديل سلوك إدمانهن للألعاب الاليكترونية، تقويم استجاباتهن على البرنامج وتطبيق أداة القياس البعدي، والوقوف على مدى استفادتهن من البرنامج، وتحديد الأوجه السلبية وحثهم على المتابعة.

سادسا -أدوات قياس البرنامج: سيعتمد البرنامج على مجموعة من الأدوات والأساليب بما يوائم الهدف من البرنامج، مع مراعاة تنوعها لتجنب ملل الطالبات خاصة أنها مرحلة عمرية تحتاج للمستحدث من الأساليب لجذب انتباههن وطلب مشاركتهن في اختيار الأنشطة المفضلة لهن: -

-مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية. ب-مقياس إدمان الألعاب الاليكترونية.

ج-المحاضرات د-المناقشة الجماعية ه-أنشطة تدريبية (واجبات منزلية).

و- سجل الأفكار لتسجيل المواقف والمشاعر والأفكار التلقائية، التشوه المعرفي.

ي- الوسائل السمعية والبصرية كمشاهدة مقاطع فيديو والتعليق عليها (المواقف المرتبطة بالتعامل مع حالات إدمان الألعاب الاليكترونية وترك الفرصة للتعليق عليها).

هـ-المقابلات: وستستخدم على النحو التالي: المقابلات المهنية بأنواعها الآتية:

- المقابلات الفردية: سواء كانت مع الطالبة أو أي من الأنساق المحيطة بها.

➢ المقابلات المشتركة: والتي تتم مع الطالبات أو الأنساق المحيطة بهن (الأسرة، زملاؤها. الخ)

سابعا-تحديد زمان التدريب ومكانه:

أ -**الزمـــــن:** يتم تحديد مواعيد البرنامج العلاجي من حيث البدء والانتهاء المناسب، ووقت التنفيذ سواء صباحاً أو مساءا، مع مراعاة أن تكون المدة مناسبة للاستفادة من البرنامج، سيستغرق تطبيق البرنامج (٢٠) جلسة تقريبا، على أن يكون وقت الجلسة في حدود (٦٠-١٢٠دقيقة) وهذا يتناسب مع طبيعة تبعية برامج التدريب القصيرة المدى الذي يقدم أكبر قدر من المساعدة بأقل وقت ممكن.

ب-مكان التدريب: ويفضل أن يكون في مكان معلوم للطالبات وليكن إدارة رعاية الشباب، وأن يتوافر فيه الإمكانيات اللازمة مثل الأدوات التعليمية والمساحة والتهوية والإضاءة.

ثامنا -استراتيجيات التدخل في البرنامج:

سيعتمد البرنامج على العمل من خلال مجموعة من الاستراتيجيات التالية:

أ- تكوين علاقة مهنية ب-إعادة صياغة الأفكار ج-تحديد المعتقدات الخاطئة
د -البناء المعرفي ه-التوضيح ومراقبة الأفكار و -العصف الذهني. ى-ملاحظة السلوك

تاسعا -متطلبات نجاح البرنامج:

١.اختيار عينة مناسبة من حالات الطالبات للبرنامج لتحقيق أهداف التدخل المهني والحوار معهن بشكل مثمر يؤدى إلى الاستفادة التامة من البرنامج.

٢.اختيار المدربين من الأكاديميين وذوي الخبرة في المجال الخاص بالمخططات المعرفية واضطراب ادمان الألعاب الالكترونية من كليات الخدمة الاجتماعية وعلم النفس لتقديم الجانب العلمي وكيفية العمل مع الحالات.

٣. تقويم البرنامج ومحتواه تقويما مستمرا للتعرف على ما تم تحقيقه أثناء التنفيذ بمشاركة الطالبات من خلال أدوات البرنامج العلمية المقننة علميا السابقة الذكر قبل وبعد البرنامج، ومقارنة النتائج الإحصائية حتى يمكن الوقوف على جوانب القوة والضعف في البرنامج ومدى استفادتهن. ورصد التغيرات في المخططات المعرفية اللاتكيفية الأكثر تأثيرا اجتماعيا أو نفسيا.

عاشرا خطوات تنفيذ البرنامج وتمثل الخطوات في الجدول الآتي

الجدول الزمني	محتوى الجلسة	أهداف الجلسة	الاستراتيجية المستخدمة	التكنيكات المستخدمة	القائم العمل	زمن الجلسة	الصعوبات المتوقعة و التغلب عليها
الجلسة الأولى	التعريف بالبرنامج والهدف منه	بناء علاقة مهنية بين الباحثة و الطالبات يتم توضيح أهداف البرنامج، و عدد جلساته عرض أبرز الاستراتيجيات المستخدمة في كل جلسة، ودور المدرب ودور المتدرب توضيح مواضيع الجلسات و أهداف كل جلسة القيام بقياس قبلي من خلال الأداة المعدة لذلك تحديد المهام و الاتفاق مع الطالبات على ترتيبها حسب أهميتها لهم اكتشاف سمات شخصية الطالبات ومدى استعدادهن	العلاقة المهنية من خلال البداية المناسبة مع الطالبات و الترحيب بهن ٢ الملاحظة ملاحظة السلوك	محاضرة عرض مخطط توضيحي للبرنامج تطبيق أدوات القياس	الباحثة	ساعتين	عدم تفاعل البعض في بادئ الأمر، ويمكن التغلب عليها عن طريق إعطاء مزيد من التقبل و التأكيد على أهمية الاستفادة المهنية
الجلسة الثانية	الامان الألعاب الإليكترونية	تهيئة الحضور، والعمل على إشاعة روح الود بينهم، التعريف بمعنى الألعاب الالكترونية التعرف على أنواع اللعب الالكترونية تناول مفهوم ادمان الألعاب الالكترونية أسباب اضطراب ادمان الألعاب	– توضيح – عصف ذهني	محاضرة	خبير بحالات ادمان الألعاب استاذ بخدمة الفرد	الباحثة	ساعة
	امثلة تطبيقية	التدريب على ما تم تناوله	– التعلم، النمذجة	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	
الجلسة الثالثة	استكمال ادمان الألعاب الإليكترونية	تحديد مستويات الإدمان للعبة الابعاد النفسية و الاجتماعية لإدمان الألعاب	– توضيح – عصف ذهني	محاضرة	استاذ بخدمة الفرد		
	امثلة تطبيقية	التدريب على ما تم تناوله	– التعلم، النمذجة	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	
الجلسة الرابعة	المخطط المعرفي	التعريف بمعنى المخطط المعرفي أنواع المخططات المعرفية في الخدمة الاجتماعية تحديد أهم المخططات مع الحالة، وترتيبها	البناء المعرفي	محاضرة ألوحات إيضاحية	استاذ بخدمة الفرد	ساعة	عدم استطاعة بعض الطالبات تحديد مخططاتهن وإدراك المفاهيم الجديدة عليهن
	امثلة تطبيقية	أمثلة تطبيقية على ما تم التدريب عليه في المحاضرة	– عصف ذهني	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	

الجلسة الخامسة	استكمل المخطط المعرفي	أمثلة تطبيقية	– تناول مجالات الخمس مخططات المعرفية اللاتكيفية – تأثير المخطط اللاتكيفي على ادمان الألعاب الالكترونية النفسي والاجتماعي	– التوجيه والتوضيح – النمذجة	المناقشة الجماعية	ورشة عمل	الباحثة	أستاذ علم النفس المعرفي أستاذ خدمة الفرد	ساعة
الجلسة السادسة	الانفصال والرفض	أمثلة تطبيقية	أمثلة تطبيقية على ما تم التدريب عليه في المحاضرة -توضيح مفهوم الانفصال والرفض مسببات مخطط الانفصال والرفض النقص العاطفي، الشعور بالإهمال وعدم الاستقرار	– عصف ذهني – التوضيح	محاضرة	ورشة عمل	الباحثة	أستاذ علم النفس المعرفي أستاذ خدمة الفرد	ساعة
الجلسة السابعة	استكمال الانفصال والرفض	أمثلة تطبيقية	أمثلة تطبيقية على ما تم التدريب عليه في المحاضرة -الالمام بمخططات السلبية الناتجة عن الانفصال والرفض تحديد المسببات النفسية الناتجة عن عدم فهمها مناقشة تأثير المخطط على ادمان الألعاب الالكترونية نفسيا واجتماعيا	– عصف ذهني – البناء المعرفي إعادة صياغة الأفكار	تحديد الأفكار المعرفية الخاطئة بالواجبات الخاصة بالمخطط واحضارها الجلسة التالية	ورشة عمل	الباحثة	أستاذ علم النفس المعرفي أستاذ بخدمة الفرد	ساعة
الجلسة الثامنة	ضعف الأداء والحكم الذاتي	أمثلة تطبيقية	التدريب على ما تم تناوله بالجلسات السابقة توضيح مفهوم ضعف الأداء و الحكم الذاتي تحديد أسباب ضعف الأداء و الحكم الذاتي تحديد المخططات المرتبطة بذلك لدى الطالبة الفشل، التبعية و عدم الكفاءة توضيح كيفية وضع خطة علاجية تلائم تشخيص الحالة	– التعليم النمذجة البناء المعرفي التوضيح الملاحظة	محاضرة مناقشة جماعية	ورشة عمل	الباحثة	دكتور خدمة الفرد	ساعتين
	صعوبة إدراك المخطط اللاتكيفي لضعف الأداء وسوضح الباحثة من خلال المناقشات			عدم قدرة البعض إدراك الفروق					ساعتين

الجلسة التاسعة	استكمال ضعف الأداء والحكم الذاتي	أمثلة تطبيقية					
الجلسة العاشرة	تطبيقات ومناقشات لما تم تناوله	أمثلة تطبيقية	– التوجيه	البناء المعرفي التوضيح	– محاضرة	ورشة عمل	دكتور تربية علم نفس دكتور خدمة الفرد
			– مراقبة الأفكار – التوضيح – التوجيه	البناء المعرفي	– ورشة عمل	الباحثة	الباحثة
الجلسة الحادية عشر	– ضعف حدود	أمثلة تطبيقية	– إدراك مفهوم ضعف الحدود إدراك معنائي قلة الضبط الذاتي والمسببة للمخطط اللاتكيفي	– البناء المعرفي – ملاحظة السلوك	– ندوة عرض شريط فيديو قصير	ورشة عمل	دكتور بخدمة اجتماعية
		أمثلة تطبيقية	التدريب على ما تم تناوله بالجلسات السابقة	– التعليم النمذجة	ورشة عمل	الباحثة	الباحثة
الجلسة الثانية عشر	استكمال ضعف الحدود الحدود المختلة	أمثلة تطبيقية	تحديد أهم الحاجات التي يحتاج الطالبة لتعلمها لتجاوز الجانب السلبي توضيح تأثير المخطط على نفسيا على ادمان الألعاب الإلكترونية إدراك الطالبة لكيفية متابعة استجابتها لتغيير المخطط	– البناء المعرفي التوجيه والتوضيح	–محاضرة واجبات منزلية	الباحثة	
الجلسة الثالثة عشر	الاتجاه نحو الآخرين	أمثلة تطبيقية	مفهوم الاتجاه نحو الآخرين تحديد أسباب وآثار المخطط تحديد المخططات المرتبطة بذلك لدى الطالبة الخضوع للآخر، التضحية	التعليم والشرح، إعادة صياغة الأفكار العصف الذهني	محاضرة اسئلة واستفسارات	أخصائي اجتماعي ذو خبرة – الباحثة	ساعة
		أمثلة تطبيقية	التدريب على مالم تناوله	– التعليم النمذجة	ورشة عمل	الباحثة	ساعة

الجلسة الرابعة عشر	استكمال الاتجاه نحو الآخرين	أمثلة تطبيقية	الإفراط في اليقظة الذهنية التقرب الزائد والكيج	الجلسة الخامسة عشر	المشكلات النفسية و الاجتماعية الناتجة عن التواصل الخاطئ مع الآخرين نكران الذات و الخضوع للآخرين توضيح تأثير المخطط على ادمان الألعاب الالكترونية النفسي والاجتماعي وضع مهام علاجية للتعامل مع المشكلات	محاضرة كتابة أدوار فريق العمل	دكتور خدمة الفرد	ساعتين
					التدريب على ما تم تناوله	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	
					مفهوم الإفراط في اليقظة تحديد أسباب مخطط التقرب الزائد و الكيج تحديد المخططات المرتبطة و التي تشعر بها الطالبة الكيج العاطفي والمعايير الجامدة والانتقاد الزائد	ورشة عمل فيديو توضيحتدريب عملي	استاذ خدمة الفرد	ساعتين	فشل الطالبة في أداء مهمة معينة وهنا يمكن للباحثة تجزئة هذه المهمة أو استبدالها بمهمة أخرى
		أمثلة تطبيقية			التدريب على ما تم تناوله	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	
الجلسة السادسة عشر	استكمال الإفراط في اليقظة الذهنية التقرب الزائد والكيج				المشكلات النفسية والاجتماعية الناتجة عن الإفراط في اليقظة توضيح تأثير الإفراط في اليقظة على ادمان الألعاب الالكترونية اجتماعيا تعديل الأفكار ووضع مهام علاجية للتعامل مع المشكلات	محاضرة مناقشة جماعية	دكتور خدمة الفرد	ساعتين	
					البناء المعرفي التوضيح الملاحظة				
الجلسة السابعة عشر	تطبيقات للسابق				مناقشة مقترحة للمخططات السابقة وما يشعرن به الطالبات بشكل فعلي كأثر لهذه المخططات بحياتهن تدريب للتعامل مع الأفكار الخاطئة الناتجة عن المخطط تطبيقيا	ورشة عمل	الباحثة	ساعة	مصعوبة إدراك المخطط اللاتكيفية لذلك ستقدم الباحثة الاقتراحات
					– مراقبة الأفكار – التوضيح – التوجيه	لعب الدور عرض توضيحي	نموذج نسائي ناجح الباحثة	ساعتين	
الجلسة الثامنة عشر	تحديد الانتكاسة الناجحة				– عرض أنماط مختلفة من الطالبات الناجحة – أنماط شبابية تجاوزت معارفهم الخاطئة – الإلمام بأخطاء يمكن تجنبها عند التعامل مع المشكلات بدلا من الهروب منها لإدمان الألعاب الإلكترونية	التوجيه والإرشاد التخيل والتحليل – التعلم، النمذجة عصف ذهني البناء المعرفي التعلم النمذجة البناء المعرفي التوضيح الملاحظة – مراقبة الأفكار – التوضيح – التوجيه لعب الدور عرض توضيحي			

الجلسة التاسعة عشر	الوقوف على أهم النتائج وما تم تحقيقه من أهداف للبرنامج	القيام بالقياس البعدي لمعرفة تأثير البرنامج العلاجي تقييم آرائهن بالبرنامج والتأكد من الاستمرار في التدريبات تحديد المشاكل المتوقعة بعد ذلك ومناقشة كيفية مواجهتها ٤ توجيه الشكر إلى الطالبات، والإشارة إلى أنه سوف يكون هناك لقاء معهم بعد شهرين للمتابعة	التقييم	تزويد الطالبات بالمواد العلمية الخاصة بمحتويجلسات البرنامج	الباحثة	ساعتين	عدم وصول بعض الطالبات لإشباع المخططات السابقة وعلاجها
الجلسة العشرون	الجلسة الختامية	شكر الطالبات على التزامهن بالبرنامج تقديم هدايا رمزية لهن	التعزيز	هدايا وكتيبات عن الألعاب والمخططات وعلاجها	الباحثة	ساعة ونصف	

خاتمة: توصلت الباحثة في هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الالكترونية لدى عينة من الطالبات الجامعيات والمخططات المعرفية اللاتكيفية، حيث أن سلوك الفرد يعكس طريقة تفكيره ومعتقداته، وهذا يتم من خلال المخططات المعرفية لدى الفرد التي تربى ونشأ عليها وكما أفترض يونغ أن هناك ظروف وتغيرات نابعة من البيئة الأسرية المحيطة والتي قد تكون بها أساليب تنشئة سالبة مرتبطة بمخططات الفرد اللاتكيفية، والتي تنشط مع مواقف الحياة المختلفة على مر السنين من هذا المنظور جاءت الدراسة الحالية لدراسة واختبار الفرضيات الخاصة بهذه المخططات ووضعت مقترح لبرنامج علاجي لهذه المخططات المعرفية اللاتكيفية

قائمة المراجع العربية والأجنبية:

ابو العينين، علاء (٢٠١٠). حياة أفضل بلا "بلايستيشن" رسالة الإسلام ومستجدات العصر. المجلة الإسلامية، تم عرضه ذو القعدة ١٤٣٢هـ : **http://woman.islammessage.com/article.aspx?id=3502.**

الحدىلة، محمد محمود (٢٠١٣). الألعاب التربوية وتقنيات إنتاجها سيكولوجيا وتعلىمىا وعلمىا، ط٧، دار المىسرة، عمان.

الدرعان، فرحان سمير (٢٠١٦). الادمان على الألعاب الإلكترونية وعلاقته بالمشكلات الاكاديمية والاجتماعية والانفعالية لدى طلبة المدارس، رسالة ماجيستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.

الزيودى، ماجد محمد (٢٠١٥). الانعكاسات التربوية لاستخدام الأطفال للألعاب الإلكترونية كما يراها معلمو وأولياء أمور طلبة المدارس الابتدائية بالمدينة المنورة، مجلة جامعة طيبة، العلوم التربوية، ع١٠(١)، المملكة العربية السعودية.

الشيخ، أحمد السعد(٢٠١٥)، البنى المعرفية اللاتكيفية وعلاقتها بالاستبصار المعرفي لدى النساء المعنفات في الأردن، مجلة كلية التربية، ج ٨، ع ٣، الأردن.

الصادق، عبد الصادق حسن(٢٠١٥). التعرض لألعاب الفيديو جيم الالكترونية وعلاقته بالعنف لدى المراهقين: دراسة مقارنة بين طلاب المدار الثانوية في مصر والبحرين، حوليات الاداب والعلوم الاجتماعية، ع ٣٥، البحرين.

الفرىاوي، عبد العزىز (٢٠٠٨) الاتجاهات المعاصرة في التربية والتعليم، مكتبة المجتمع العربي، الأردن

النفيعى، منيف (٢٠٠٩). سوق الألعاب الاليكترونية والأرباح العالية، المجلة الاقتصادية، ع ٥٦٧، الرياض.

الهدلق، عبد الله بن عبد العزيز (٢٠١٣). ايجابيات وسلبيات الألعاب الإلكترونية ودوافع ممارستها من وجهة نظر طلاب التعليم العام بالرياض. جامعة سعود، الرياض.

الهدلق، عبد الله بن عبد العزيز (٢٠١٤). تصنيف إسلامي مقترح لحماية الأطفال والشباب من خطر الألعاب الالكترونية في ضوء مقاصد الشريعة الإسلامية المتعلقة بحفظ الضروريات ، مجلة العلوم التربوية ، ع ٢٦.المملكة العربية السعودية.

دنقل، عبير أبو الوفا (٢٠١٧). شفاء المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة باستخدام علاج جيفري يونج وأثره في خفض حدة الاضطرابات النفسية :دراسة حالة واحدة، مجلة الارشاد النفسي، ع ٥٠، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.

دنقل، عبير أبو الوفا (٢٠١٤). الاسهام النسبي المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة ليونج في التنبؤ بالصحة النفسية وبعض الحالات الانفعالية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، بنى سويف.

شاهين، محمد أحمد (٢٠١٣). إدمان الانترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع٣، فلسطين.

شهرزاد، عيشوني (٢٠١٣). المخططات المبكرة غير المتكيفة عند المدمنين على المخدرات، كلية التربية، جامعة الجزائر.

صوالحة، محمد أحمد (٢٠١٤)، علم نفس اللعب، الطبعة الأولى، دار المسىرة للنشر والتوزيع، عمان.

ظافر،أسيمة معن (٢٠١٥). دور المخطوطات الاستعرافية غير التكيفية كوسيط في اضطرابات الشخصية وسمات الشخصية السوية، كلية التربية، جامعة دمشق.

عبد الرحمن، محمد السيد (٢٠١٤) مقياس المخططات المعرفية اللاتكيفية، دار الكتاب الحديث، القاهرة.

عبد الرحمن، محمد السيد، سراج، ثريا(٢٠١٥) ،المخططات المعرفية اللاتكيفية كمتغير في العلاقة بين ضغوط أحداث الحياة والاكتئاب لدى طالبات الجامعة ،المجلة المصرية للدراسات النفسية، ع٢٥، جامعة عين شمس.

عطار، آسيا (٢٠١٧). علاقات المخططات المبكرة غير المكيفة بالتوافق الزواجي لدى عينة من الأزواج، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، الجزائر.

عطية، حسين (٢٠٠٧)، الألعاب الإلكترونية "فوائدها ومضارها "، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان.

موسوعة الإدمان (٢٠١٥)، مركز دار الشفاء لعلاج الإدمان، دار المجد للنشر، الأردن.

يونغ، كيمبرلي (٢٠٠٨). الإدمان على الأنترنت، ترجمة هاني أحمد ثلجي، بيت الأفكار الدولية، عمان.

Arntz, A., & Genderen, H. (2009). Schema therapy for borderline personality disorder. New York: Wiley.

American Psychiatric Association. (2015). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5thEd.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing

Ameerudden,G., & Hautekeete,S., (2008), Early Maladaptive Schemas as Moderators of the impact of Stressful Events on Anxiety and Depression in university students. Journal of Psychopathology & Behavioral Assessment. 34:58-68.

Beck, A. T., Sokol, L., (1992). A crossover study of focused cognitive therapy for addiction disorder. *The American Journal of Psychiatry, 149*(6).

Buri J.R., Gunty A. (2012) Early Maladaptive Schemas: The Moderating Effects of Optimism. In: Seel N.M. (eds) Encyclopedia of the Sciences of Learning. Springer, Boston, MA Reference work entry https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1428-6_783

China Internet Network Information Center the 41th Statistical Report on the Development of Internet in China CNNIC. (2018). Available online at: https://cnnic.com.cn/IDR/ReportDownloads/

Cockram, D. Drummond, P. Lee, Ch. (2010). Role and Treatment of Early Maladaptive Schemas in Vietnam Veterans with PTSD. Clinical Psychology and Psychotherapy. 17, 165- 182.

Davis, R. E. (1999). A cognitive Behavioral Model of Pathological Internet Use (PIU), Computers in human behavior, 17(2), Online Available: 11. www.Victoriopoint.com/addiction.htm.

Edwards, D., & Arntz, A. (2011). A brief history of schema therapy. In M. van Vreeswijk, M. Nadort, & J. Brierson (Eds.), Handbook of schema therapy. New York: Wiley.

Erberghe, L. Et al. (2010). Maladaptive Schemas and Psychopathology in Adolescence: on the Utility of Young's Schema Theory in Youth. Cognitive therapy & research. 34,316- 332.

Gentile,H., (2009).Playing active video games increases energy expenditure in children, (U.S.A, Pediatrics vol. 124, No.2, 2119, pp: 531-541.

Glaser, B. Etal (2002). The Early Maladaptive Schema Questionnaire-short form: a construct validity study. Measurement and Evaluation in Counseling and Development. 35, 2- 13.

Hawsseaust, H. (2003). Maladaptive Schemas and Psychopathology in Adolescence: on the Utility of Young's Schema Theory in Youth. Cognitive therapy & research. 34,316- 332.

Heron, D. shapira, N., (2003). Time to log off :New diagnostic criteria for internet addicion.Curent psychiatry online, 2(4).

Kanjanopas, N. (2007). Game Addiction, Unpublished master's thesis, Mahidol University.

Keeth,H., & Etal., (2005). The Latent Factor Structure of Young's Early Maladaptive Schemas: are Schemas, Organized into Domains? Journal of Clinical Psychology. 68(6), 684–

Khazaal ,Y., Breivik ,K ., Et al .(2018). Game Addiction Scale Assessment through a Nationally Representative Sample of Young Adult Men: Item Response Theory Graded–Response Modeling, J Med Res, V.20 (8).

Jill, L., Michiel, F. &Vreeswijk, A. (2008). An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46: 854–863. [Google Scholar]).

Lam, R.(2014). Playing active video games increases energy expenditure in adolescent, (U.S.A, Pediatrics vol. 126, No.2, 2132, pp: 422-441

Lee C, Kim O. (2017) Predictors of online game addiction among Korean adolescents. Addict Res Theory. 25:58–66.

Marchand,M., & Grebot, A., (2009) ,Attachment and symptoms of psychopathology: Early maladaptive schemas as a cognitive link? *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 17, 347-385.

McGonigal, M., (2011). Reality is Broken: Why Games Make Us Better and How They Can Change the World. Penguin Group (USA) Incorporated.

Nadort, M., Et al., (2009). Implementation of outpatient schema therapy for borderline personality disorder with versus without crisis support by the therapist outside office hours: a randomized trial. Behavior Research and Therapy. 47, 961-973.

Nordahl ,P &Holth M.,(2005) Implementation of Early Maladaptive Schemas therapy with eating disorder ,Journal of Adolescence ،vol27, Issue 1, 2114.

Rezeai, D., Delfabbro, T., (2016) The effect of mood on responses to the Young Schema Questionnaire: short form. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research, and Practice, 78, 45–57.

Riso, L., Et al., (2006). The Long-Term Stability of Early Maladaptive Schemas. Cognitive Therapy & Research. 30, (4), 515-529.

Salen, K. & Zimmerman, E. (2004). Rules of play: Game design fundamentals. Cambridge ،MA: MIT Press.

Seel, N.M. (2012) Early Maladaptive Schemas. In: (eds) Encyclopedia of the Sciences of Learning. Springer, Boston, MA

Setzer, E., Duckett, F., (2000). Linking obesity and activity level with youth television and video game use, [U.S.A, Journal of Adolescence ،vol27, Issue 1, 2114, p: 71-85.

Sha, P, Etal. (2018). Linking Internet communication and smartphone use disorder by taking a closer look at the Facebook and WhatsApp applications. Addict Behavior Rep. 9:100148. 10.1016/ j.abrep. 2018. [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]**.**

Spinkes, N. (2006). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. Computers in Human behavior, 25(6), 1312–1319.

Stalmeisters, D. Brannigan, C. (2011). A preliminary exploration into the prevalence of Early Maladaptive Schemas in a group of people with Myalgia Encephalomyelitis. Counselling, Psychology journal. 26, (1).

Stockdale L, Coyne,S . (2018). Video game addiction in emerging adulthood: cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls. J Affect Disorder [Google Scholar]

Soygut, G. Et al. (2009). Assessment of Early Maladaptive Schema: A psychometric Study of the Turkish Young Schema Questionnaire-Short Form-3. Turkish Journal of Psychiatry.

Sun. Y, Zhao. Y, Etal. (2015). Understanding the antecedents of mobile game addiction: the roles of perceived visibility, perceived enjoyment and flow. In: Proceedings of the 19th Pacific-Asia Conference on Information Systems. Singapore: Marian Bay Sands**.**

Wegener, I. Et al., (2013). Schema Change without Schema Therapy: The Role of Early Maladaptive Schemata for a Successful Treatment of Major Depression. Psychiatry, 76(1).

Wpoon A., (2012). Computer Game Addiction and Emotional Dependence. Trinity College Digital Repository.

Young, J. E. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach, 3ed, Sarasota: Professional Resource. Google Scholar.

Young, J. Bernstein, D. Rafaeli, E. (2011). Schema Therapy Distinctive Features. Routledge Taylor & Francis Group. New York.