جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس و الفلسفة

عنوان المذكرة :

أنماط التعلق و علاقتها بإدمان الألعاب الالكترونية لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة

(دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة الجلفة)

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي

إعداد الطالبة:

خزور مريم أسماء

إشراف الأستاذة:

د. حمزة فاطمة

السنة الجامعية 2026/2025

كلمة شكر

الحمد لله الذي وفّقنا لإتمام هذا العمل، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين.

يطيب لي أن أتقدم بخالص شكري وعميق امتناني إلى كل من أسهم في إنجاز هذه المذكرة، ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أُفرد بالذكر:

الأستاذة المشرفة حمزة فاطمة التي أحاطت هذا العمل برعايتها العلمية الدقيقة، ولم تبخل عليّ بتوجيهاتها القيّمة وملاحظاتها البنّاءة ، فكانت خير موجّه وخير سند.

كما أتوجه بأسمى عبارات الشكر والعرفان إلى والديّ الكريمين اللذين غمراني بدعمهما اللامحدود طوال مشواري الدراسي.

وأشكر كذلك جميع أساتذتي الكرام في قسم علم النفس الذين أمدّوني بزاد علمي ومعرفي طوال سنوات الدراسة.

وفي الختام، لكل من مدّ لي يد العون ولو بكلمة تشجيع، شكراً جزيلاً.

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية الى الكشف على العلاقة بين كل من أنماط التعلق و إدمان الألعاب الالكترونية لدى عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة و الكشف عن نمط التعلق السائد لدى أفراد العينة و مستوى إدمان الألعاب الالكترونية لديهم، واعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره الأنسب للدراسة، كما تم الاعتماد على مجموعة من الأدوات و هي مقياس وليد صالح علي عبد الباقي لانماط التعلق و مقياس نيفين حسن سعد شاكر إدمان الألعاب الإلكترونية وتم تطبيق الدراسة على عينة قوامها 300 تلميذ من تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة الجلفة اختيرت بطريقة عرضية و تمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام برنامج spss ، بالإضافة إلى إستعمال عدة أساليب إحصائية، كالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، اختبار T ، معامل الارتباط بيرسون، تحليل التباين الأحادي، و قد أسفرت نتائج الدراسة الى أن نمط التعلق السائد لدى أفراد العينة هو نمط التعلق غير الآمن وأن مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى أفراد العينة، إضافة الى أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أنماط التعلق و إدمان الالعاب الالكترونية وأنه لا يمكن التنبؤ بمستوى إدمان الألعاب الالكترونية من خلال أنماط التعلق.

الكلمات المفتاحية : أنماط التعلق، إدمان الألعاب الإلكترونية ، تلاميذ المرحلة المتوسطة.

Abstract :

The present study aimed to examine the relationship between attachment styles and electronic game addiction among a sample of middle school students, as well as to identify the predominant attachment style among the participants and determine their level of electronic game addiction.

The study adopted the descriptive correlational approach as the most suitable method for achieving the objectives of the research. The instruments used in this study included the Attachment Styles Scale developed by Waleed Saleh Ali Abdel-Baqi and the Electronic Games Addiction Scale developed by Nevine Hassan Saad Shaker.

The study was conducted on a convenience sample of 300 middle school student from the state of Djelfa. The collected data were statistically analyzed using the IBM SPSS Statistics program, in addition to several statistical techniques such as means, standard deviations, the t-test, Pearson correlation coefficient, and one-way analysis of variance (ANOVA).

The findings indicated that the predominant attachment style among the participants was insecure attachment, and that the level of electronic game addiction was high among the sample members. The results also showed that there was no statistically significant relationship between attachment styles and electronic game addiction, and that the level of electronic game addiction could not be predicted through attachment styles.

Keywords : Attachment styles, electronic addiction, Middle school students.

فهرس المحتويات

كلمة شكر 2

ملخص الدراسة 3

ملخص الدراسة باللغة الاجنبية 4

فهرس الجداول 9

فهرس الملاحق 10

مقدمة 1

الجانب النظري 3

الفصل الاول : الإطار العام للدراسة 4

1- إشكالية الدراسة 5

2- فرضيات الدراسة 8

3- أهداف الدراسة 9

4- أهمية الدراسة 9

5- التعاريف الإجرائية 10

6- الدراسات السابقة 10

الفصل الثاني : أنماط التعلق 18

تمهيد 19

1- مفهوم التعلق 19

2- مراحل تطور التعلق 22

3- الخصائص العامة للتعلق 24

4- العوامل المؤثرة في التعلق 25

5- النظريات المفسرة للتعلق 26
6-أنماط التعلق..... 29
7- التعلق ومرحلة المراهقة..... 32
خلاصة 33
الفصل الثالث: إدمان الألعاب الإلكترونية 34
تمهيد 35
1- مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية..... 35
2- أسباب ادمان الالعاب الالكترونية 40
3- النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الإلكترونية 41
4- أسباب إقبال المراهقين على الألعاب الإلكترونية..... 44
5- الآثار الناتجة عن إدمان الألعاب الإلكترونية..... 45
6- علاج إدمان الالعاب الالكترونية..... 49
خلاصة..... 50
الجانب الميداني.....52
الفصل الأول : الإجراءات المنهجية للدراسة.....56
1- الدراسة الاستطلاعية 53
2- الدراسة الأساسية..... 54
1.2-منهج الدراسة 54
2.2 -حدود الدراسة 55
3.2-العينة وخصائصها 55
4.2-الأدوات المستعملة في الدراسة 56
5.2-الأساليب الإحصائية 64
الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية 65

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى 66
2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية 72
3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة 76
4. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة..... 81

إستنتاج عام 84
الخاتمة 85
قائمة المراجع 87
قائمة الملاحق 91

فهرس الجداول

الرقم	فهرس الجدول	الصفحة
01	يمثل توزيع العينة الاستطلاعية.	58
02	يمثل توزيع العينة حسب الجنس.	59
03	يمثل توزيع العينة حسب المستوى التعليمي.	60
04	يمثل توزيع أبعاد مقياس أنماط التعلق.	60
05	يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.	61
06	يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان.	62
07	يمثل نتائج معامل الثبات ألفا –كرونباخ لأبعاد المقياس.	63
08	يمثل توزيع أبعاد مقياس إدمان الألعاب الالكترونية.	63
09	يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.	65
10	يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان .	66
11	يمثل نتائج معامل الثبات ألفا –كرونباخ .	67
12	يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية.	67
13	يمثل المعطيات الوصفية لمتغير أنماط التعلق حسب الأنماط.	70
14	يمثل نتائج اختبار (T) لمستوى إدمان الألعاب الإلكترونية.	76
15	يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الألعاب الإلكترونية وأنماط التعلق.	79
16	نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط للعلاقة بين أنماط التعلق و ادمان الالعاب الالكترونية.	83

فهرس الملاحق

الرقم	فهرس الملاحق	الصفحة
01	مقياس أنماط التعلق	95
02	مقياس إدمان الالعاب الالكترونية	97
03	مخرجات برنامج spss	100

مقدمة:

منذ اللحظات الأولى لقدوم الإنسان إلى هذا العالم، تبدأ رحلة تشكّل الروابط العاطفية بين الطفل ومن يرعاه. فالطفل لا يأتي إلى الحياة مزودا بالأدوات الكافية للتعامل مع العالم من حوله، بل يحتاج إلى شخص آخر يُشعره بالأمان، ويمنحه الحماية، ويُعلّمه كيف يُنظّم مشاعره ويتعامل مع الصعوبات. وهذا تحديداً هو جوهر ما أطلق عليه جون بولبي مفهوم التعلق، ذلك النظام الفطري الذي يدفع الطفل نحو التقرب من مقدم الرعاية حين يشعر بالخطر أو القلق، بحثاً عن الأمان والطمأنينة،غير أن التعلق لا يأخذ شكلاً واحدا لدى جميع الأطفال، فقد كشفت أبحاث ماري آينسورث أن طبيعة هذا الرابط تتباين تباينا جوهريا من طفل إلى آخر تبعا لنوعية الاستجابة التي يتلقاها من مقدم الرعاية، فثمة أطفال ينشؤون في ظل تعلق آمن يمنحهم الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة الحياة، وثمة آخرون يحملون في داخلهم أنماطا من التعلق غير الآمن تظل تلقي بظلالها على شخصياتهم وعلاقاتهم مع الآخرين حتى سنوات المراهقة وما بعدها.

وحين يصل الطفل إلى مرحلة المراهقة، ونتحدث تحديدا عن تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، ندرك أننا أمام مرحلة استثنائية الحساسية. فهي المرحلة التي يواجه فيها المراهق تحديات حقيقية تبدأ بطرح التساؤلات: من هو؟ إلى من ينتمي؟ وكيف يعبّر عن نفسه ؟ وفي خضم هذه التساؤلات، يجد المراهق الذي يعاني من فراغ عاطفي ناجم عن نمط تعلق غير آمن، نفسَه باحثا عن ملاذ يعوّضه عما افتقده، وقد وجد هذا الملاذ اليوم في عالم الألعاب الإلكترونية.

فالألعاب الإلكترونية لا تُغري المراهق بمحتواها الترفيهي وحسب، بل بما توهمه به من انتماء وتقدير وإحساس بالكفاءة والتحكم. إنها توفر له بيئة افتراضية يحقق فيها ما عجز عنه في الواقع، ويشعر فيها بقبول لم يجده في محيطه الأسري أو الاجتماعي. ومن هنا يصبح

الانزلاق نحو الاستخدام المفرط، ثم نحو الإدمان، أمرا مفهوماً نفسيا وإن كان مقلقا اجتماعيا وصحيا.

وانطلاقاً مما سبق، جاءت هذه الدراسة للإحاطة بهذا الموضوع و بهدف التعرف على العلاقة بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الالكترونية، تم تقسيم المذكرة إلى خمسة فصول متكاملة:

- الفصل الأول: تناول الإطار المنهجي للدراسة، بدءاً بصياغة الإشكالية وتحديد الفرضيات، وصولاً إلى أهداف البحث وأهميته و التعاريف الاجرائية و الدراسات السابقة.
- الفصل الثاني: خصص لأنماط التعلق، حيث استعرضنا فيه مفهوم التعلق و خصائصه و العوامل المؤثرة فيه و أهم النظريات التي فسرته و التعلق و مرحلة المراهقة
- الفصل الثالث: ركزنا فيه إدمان الألعاب الإلكترونية، من حيث المفهوم، الأسباب، النظريات المفسرة له ، والمعايير التشخيصية المرتبطة به، طرق العلاج .
- الفصل الرابع: تضمن إجراءات الدراسة الميدانية، ووصف المنهج المتبع، العينة، وأدوات القياس المستخدمة في جمع البيانات و الاساليب الاحصائية.
- الفصل الخامس: خُصص لعرض النتائج المتوصل إليها، ومعالجتها إحصائياً، ثم مناقشتها وتفسيرها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة، لينتهي البحث باستنتاج عام و خاتمة.

الجانب النظري

الفصل الاول : الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. التعاريف الاجرائية
6. الدراسات السابقة

1- إشكالية الدراسة:

إنّ المجتمعات الإنسانية المعاصرة تشهد اليوم تحولات متسارعة في مختلف المجالات، ولا سيما في المجال التكنولوجي، وهو ما انعكس بوضوح على أساليب الحياة ووسائل الترفيه مقارنة بما كان عليه الحال في زمن الآباء والأجداد.

ومع دخول التكنولوجيا إلى مجال الترفيه والتسلية فقد أصبح الأطفال والمراهقون في الوقت الراهن أكثر ارتباطًا بوسائل التكنولوجيا الحديثة، لاسيما الألعاب الإلكترونية التي أضحت جزءًا لا يتجزأ من حياتهم اليومية، نتيجة للتطور العلمي والتقني المتواصل وقد استحوذت هذه الوسائل على قدر معتبر من أوقاتهم ، وأصبح لها تأثير واضح في سلوكهم وأنماط تفكيرهم مما قد يؤدي إلى ما يُعرف بإدمان الألعاب الإلكترونية .

و يشير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5-TR) إلى إدمان الألعاب الإلكترونية باضطراب ألعاب الإنترنت كحالة تحتاج إلى مزيد من البحث والدراسة السريرية قبل اعتمادها كاضطراب رسمي كامل. ويركز التشخيص على الاستخدام القهري والمفرط للألعاب الذي يسبب خللاً وظيفياً كبيراً في حياة الفرد اليومية، الأكاديمية، أو الاجتماعية.

وقد عرّفت منظمة الصحة العالمية (WHO) اضطراب الألعاب بأنه نمط من سلوك اللعب يتسم بفقدان السيطرة والاستمرار فيه رغم العواقب السلبية، مع ما يترتب عنه من آثار نفسية واجتماعية ودراسية. (WHO, 2019)

وعرفه شالتون (Charlton ,2002) على أنها حالة من الاستخدام اللاتوافقي للألعاب الإلكترونية تؤدي إلى اضطرابات إكلينيكية تتمثل مظاهرها في الأعراض الانسحابية، وهي مجموعة من الأعراض الجسمية والنفسية التي يُستدل عليها من بعض المظاهر والأعراض الدالة على ذلك، يمكن أن تدمر شتى أوجه حياة الفرد.(حيان ، بلعايب،2022،ص7)

كما أشارت دراسة (Wang & Zhen، 2019) التي هدفت الى دراسة العلاقة بين علاقات الأقران، والمناخ الأسري، وعلاقة المعلم بالطالب، والتفاعل الاجتماعي، وإدمان ألعاب الإنترنت إلى أن جودة العلاقة و التواصل داخل الأسرة عامل مهم في تفسير السلوك الإدماني بالألعاب الإلكترونية لدى الأطفال ، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بينها تساهم في تقليل مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية، كما بينت الدراسة أن الأسرة لا تكون مؤثرة بطريقة مباشرة فقط، بل تمتد لتعمل من خلال مجموعة من العوامل النفسية الوسيطة، مثل الحاجات الانفعالية غير فعالة وضعف التفاعل الاجتماعي، مما يدفعهم إلى البحث عن التعويض داخل العالم الافتراضي، مثل الانغماس في الألعاب الإلكترونية.

تشير الدراسة السابقة أن الطفل حين يلجأ إلى الألعاب الإلكترونية بشكل مفرط لا يبحث في الغالب عن المتعة بقدر ما يبحث عن الإشباع، فالبيئة الأسرية الباردة أو المضطربة تُولّد فراغاً انفعالياً ، والعالم الافتراضي يُقدّم نفسه كبديل جاهز يمنح الطفل الانتماء والتقدير والإثارة التي افتقدها في محيطه الواقعي. ومن هنا يبدأ الإدمان.

وهو ما اتفقت معه دراسة(Huazhen Li ،2025) التي هدفت الى دراسة العوامل الأبوية التي تؤدي إلى إدمان المراهقين على ألعاب الإنترنت وأشارت إلى دور الأسرة من خلال عوامل محددة كالصراع الأبوي وعدم الاستقرار و تجاهل الوالدين لابنائهم مما قد يدفعهم الى الانغماس في الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية.

ومن خلال ما سبق، حاولت العديد من الدراسات فهم العوامل المؤدية التي قد تدفع بعض الأفراد إلى هذا النوع من السلوك، حيث تم التركيز على مجموعة من العوامل النفسية الداخلية، مثل القلق والاكتئاب وضعف القدرة على التحكم في الانفعالات و التفاعل الاجتماعي ،حيث يشير نموذج Matthias Brand وزملائه (2019) إلى أن السلوكيات الإدمانية ترتبط بتفاعل عدة عوامل شخصية وأسرية وانفعالية ومعرفية.

ومن بين العوامل النفسية التي حظيت باهتمام الباحثين، يبرز نمط التعلق بوصفه عاملًا مفسرًا مهمًا يساهم في تشكيل شخصية الفرد وبناء أساليب تفاعله مع ذاته ومع الآخرين، إذ تشير نظرية بولبي إلى أن أنماط التعلق المبكرة تؤثر في بناء الشخصية وتنظيم الانفعالات والعلاقات الاجتماعية لاحقًا. وقد دعمت عدة دراسات هذه الفكرة، حيث توصلت دراسة Amaia Estévez وآخرين (2019) إلى وجود علاقة بين والتعلق غير الآمن والسلوكيات الإدمانية لدى المراهقين، في حين يُعد التعلق الآمن عاملًا واقيًا. كما بينت دراسة (Zaheer et a, 2025) أن ضعف التعلق الوالدي يرتبط بارتفاع مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية.

وقد أدرج بولبي لأول مرة مصطلح التعلق في مقاله "طبيعة صلة التعلق" سنة 1958 إذ يعد هذا الأخير عملية غريزية تهدف إلى ضمان بقاء النوع البشري، من خلال الحفاظ على التقارب بين الرضيع و امه بكونها شخصية التعلق الولي.

اما ماري اينسورث فتصف التعلق على انه صلة عاطفية دائمة بين الطفل والشخص الذي يعتني به، والتي تتميز بميل الطفل نحو البحث عن الأمن و الاطمئنان، فالتعلق مهم للطفل حيث انه يشكل قاعدة آمنة التي من خلالها ينمو هذا الطفل ويستقل بذاته.(بن دربال،2025،ص7)

إذ تعد الروابط الوجدانية بين الطفل والوالدين أحد أهم العوامل التي يحتاجها الطفل في نموه الانفعالي والاجتماعي من ناحية، كما أنها توفر له الحماية والأمن من ناحية اخرى باعتباره عاجزا في هذه المرحلة على أن يلبي رغباته بنفسه، فهو يحتاج الى رعاية و عناية يقدمها له شخص بالغ والذي يمثل في الغالب الوالدين والأم خاصة، وبذلك تنشأ بينهما رابطة وجدانية أم– طفل ، وهو ما يجعل التعلق أساسًا في بناء الشعور بالأمن النفسي.(بن سعد الله,مواس،2017،ص126)

أي أننا يمكن أن نقول أن أثر أنماط التعلق لا يتوقف عند الطفولة، فالنماذج الداخلية العاملة التي أشار إليها بولبي تظل حاضرة في اللاوعي وتُوجّه سلوك الفرد وعلاقاته حتى في

مرحلة المراهقة والرشد. فالمراهق الذي يعاني من تعلق قلق يبحث باستمرار عن التأكيد والقبول، والمراهق ذو التعلق التجنبي يرفض الاعتراف بحاجته للآخرين ويُفضّل العوالم الافتراضية التي لا تطلب منه الانكشاف العاطفي. وفي كلتا الحالتين، تُصبح الألعاب الإلكترونية ملاذاً لا ترفاً.

وانطلاقًا من ذلك، يمكن القول إن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية قد لا يكون مجرد سلوك ترفيهي، بل قد يرتبط بمحاولة تعويض بعض النقص على المستوى الانفعالي أو العلائقي، وهو ما يبرز وجود علاقة محتملة بين أنماط التعلق وإدمان الألعاب الإلكترونية، كما أشارت إلى ذلك بعض الدراسات الاجنبية التي وجدت ارتباطًا بين التعلق غير الآمن و السلوكيات الإدمانية للألعاب الالكترونية.

وبناءً على ما سبق، تسعى هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق وإدمان الألعاب الإلكترونية خاصة وأنه في حدود اطلاع الطالبة، لا تزال الدراسات العربية، وخاصة في البيئة الجزائرية، محدودة في تناول العلاقة بين هذين المتغيرين وهو ما يبرز أهمية الدراسة الحالية .

وعليه يمكن طرح التساؤلات التالية:

- ما هو نمط التعلق السائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- ما مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- هل توجد علاقة ارتباطية بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الإلكترونية.
- هل يمكن التنبؤ بإدمان الألعاب الالكترونية من خلال أنماط التعلق .

2- فرضيات الدراسة:

- نمط التعلق غير الآمن هو النمط السائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

- ❖ توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الإلكترونية.
- ❖ يمكن التنبؤ بإدمان الألعاب الالكترونية من خلال أنماط التعلق .

3- أهداف الدراسة:

- ❖ التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق و ادمان الالعاب الالكترونية .
- ❖ التعرف على أنماط التعلق السائدة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .
- ❖ قياس مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى أفراد العينة.
- ❖ المساهمة في فهم العوامل النفسية المرتبطة بالسلوك الإدماني للألعاب الإلكترونية لدى المراهقين.

4- أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة الحالية فيما يلي :

- ❖ **الأهمية النظرية:**

- حداثة تناول المتغيرين و الربط بينهما في البيئة الجزائرية و البيئة العربية عموما في حدود اطلاع الطالبة.
- ربط نظرية التعلق بمشكلة حديثة وهي إدمان الألعاب الإلكترونية في مرحلة المراهقة.

- ❖ **الأهمية التطبيقية:**

- لفت انتباه الباحثين حول الموضوع و اقتراح حلول وقائية وإرشادية لمواجهة المشكلة في الوسط المدرسي.
- دعم وإثراء نتائج الدراسات المتعلقة بإدمان الالعاب الالكترونية و أنماط التعلق
- مساعدة الأخصائيين النفسيين في توجيه الأولياء و الاساتذة.

5- التعاريف الإجرائية:

- **أنماط التعلق:** يعرف على أنه رابطة انفعالية قوية بين فرد وآخر وتعزز الاستقلال والأمن النفسي للفرد وتساعده على النمو الاجتماعي والانفعالي السليم وهو ما يقيسه مقياس مقياس أنماط التعلق الوالدي من اعداد وليد صالح علي عبد الباقي(2021) و الذي تكون من 30 بندا.
- **إدمان الألعاب الإلكترونية** : هي حالة يفقد فيها الشخص قدرته على السيطرة في رغبته في اللعب، حيث يقضي معظم يومه في الألعاب الإلكترونية، مما يجعله يهمل جوانب حياته الاجتماعية والأسرية والدراسية، وهو الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ في مقياس أعد من طرف الباحثة "نيفين حسن سعد شاكر" لقياس إدمان الألعاب الإلكترونية و المتكون من 38 بندا.

6- الدراسات السابقة:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة تبين في حدود اطلاع الطالبة أنه لا توجد دراسات عربية أو جزائرية مطابقة للدراسة الحالية ، في حين أنه توجد دراسات أجنبية قليلة تطرقت لموضوع الدراسة الحالية، كما توجد بعض الدراسات القريبة من موضوع الدراسة الحالية التي تطرقت إما لأحد المتغيرين أو لعينة الدراسة وفيما يأتي عرض للدراسات الأقرب للدراسة وذات صلة بموضوع الدراسة الحالية :

- **دراسة Zaheer et al (2025)**

و التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين التعلق الوالدي و إدمان ألعاب الفيديو لدى المراهقين. وركزت الدراسة بشكل أساسي على استكشاف الدور الوسيط لكل من الدعم الاجتماعي وأحلام اليقظة غير المبررة/المرضية كعوامل تفسر الكيفية التي يؤثر بها التعلق الوالدي على إدمان الألعاب، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي ،وتكونت عينة الدراسة من (898) مراهقاً ومراهقة، وتم جمع البيانات باستخدام مقاييس مقننة لتقييم مستويات

التعلق بالوالدين، وإدراك الدعم الاجتماعي، ومعدلات أحلام اليقظة المرضية، وأعراض إدمان ألعاب الفيديو، مع ضبط متغير العمر كمتغير مصاحب وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائياً بين التعلق الوالدي و إدمان ألعاب الفيديو، حيث تبين أن التعلق الوالدي الآمن والقوي يعمل كعامل حماية يقلل من احتمالية الوقوع في الإدمان، كما ارتبط إدمان الألعاب سلبياً بالدعم الاجتماعي، وإيجابياً بأحلام اليقظة المرضية. في حين ارتبط الدعم الاجتماعي إيجابياً بالتعلق الوالدي وسلبياً بأحلام اليقظة المرضية، و أثبتت نتائج الدراسة أن ضعف الارتباط الوالدي يؤدي أولاً إلى انخفاض إدراك المراهق للدعم الاجتماعي، وهو ما يدفعه لاحقاً إلى الهروب نحو "أحلام اليقظة المرضية وغير التكيفية" كآلية دفاعية، وينتهي هذا المسار المتسلسل باللجوء إلى إدمان ألعاب الفيديو كعالم افتراضي بديل يحقق فيه المراهق الإشباع والسيطرة التي يفتقدها في واقعه.

- **دراسة Estevez et al (2019)**

هدفت الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين أنماط التعلق والإدمان السلوكي الذي يشمل إدمان ألعاب الفيديو، والاستخدام غير السوي للإنترنت لدى المراهقين،وركزت الدراسة بشكل أساسي على تحليل الدور الوسيط والمعدل لآليات أو استراتيجيات التكيف في العلاقة بين أنماط التعلق والادمان السلوكي ، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (472) طالباً وطالبة من طلاب التعليم الثانوي في إسبانيا، وتم استخدام مقاييس وأدوات علمية مقننة لقياس أنماط التعلق، واستراتيجيات التكيف، ومستويات الإدمان السلوكي ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية (سالبة) دالة إحصائياً بين أنماط التعلق والإدمان السلوكي ، مما يعني أنه كلما كان التعلق أكثر أماناً، قلت احتمالية الوقوع في الإدمان السلوكي، كما بينت الدراسة أن استراتيجيات التكيف تؤدي دوراً وسيطاً ومعدلاً بارزاً في العلاقة بين أنماط التعلق و إدمان ألعاب الفيديو والاستخدام المرضي للإنترنت، حيث تسهم طرق التكيف غير الفعالة في تحويل ضعف التعلق إلى سلوك إدماني لدى المراهقين.

- **دراسة Kim & Kim(2019)**

هدفت الدراسة إلى تحديد طبيعة العلاقات الارتباطية القائمة بين إدمان ألعاب الإنترنت والتعلق الوالدي و الأساليب الوالدية في التنشئة كما يدركها المراهقون في كوريا الجنوبية، انطلاقاً من فرضية أن العلاقة بين المراهق ووالديه تعد عاملاً رئيساً في توجيه سلوكياته، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وطُبقت على عينة عرضية بسيطة تكونت من (624) طالباً وطالبة من طلاب المرحلتين المتوسطة والثانوية في كوريا الجنوبية، وجمعت البيانات عبر مقياس إدمان ألعاب الإنترنت ، النسخة المطورة من قائمة التعلق بالوالدين والأقران (IPPA–R)، بالإضافة إلى مقياس القبول والرفض الوالدي المعدّل (PARQ).

أظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدمان ألعاب الإنترنت لدى المراهقين من جهة، وبين مستوى تعلقهم بوالديهم وإدراكهم لأساليب المعاملة و التنشئة الوالدية من جهة أخرى. كما بينت النتائج أن جودة العلاقة الوالدية وأساليب التنشئة الإيجابية (مثل القبول والدعم) ترتبط بانخفاض مستويات الإدمان على الألعاب، بينما تسهم العلاقات الضعيفة أو أساليب الرفض الوالدي في تفاقم حدة الإدمان.

- **دراسة الزيتاوي (2021)**

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين أنماط التعلق وإدمان الإنترنت لدى طلبة الصف العاشر في المدارس الخاصة في العاصمة عمّان، وتكونت العينة من (389) طالبًا وطالبة تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية، وطبقت الدراسة مقياسي أنماط التعلق (الآمن، القلق، التجنبي) وإدمان الإنترنت بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيًا بين نمط التعلق القلق مع إدمان الإنترنت، في حين لم توجد علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين نمطي التعلق الآمن والتجنبي مع إدمان الإنترنت، وأظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن نمط التعلق القلق تنبأ بدرجة

إدمان الإنترنت وبنسبة تباين مفسر بلغت (34 %)، من جهة أخرى أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة احصائيًا في أنماط التعلق وإدمان الإنترنت تعزى للجنس.

- **دراسة بن دربال(2025)**

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق الوالدي والتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الخامسة من الطور الابتدائي المنتمين إلى ابتدائية بن حاسين حسين ولاية عين تموشنت، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي واستخدام المقاييس التالية: مقياس أنماط التعلق الوالدي لعلي عبد الباقي(2021)، مقياس التوافق الدراسي ل يونجمان المترجم والمعدل من طرف حسين الدريني، أين تم تطبيقهما على عينة تكونت من (67) تلميذا وتلميذة، بواقع (31) ذكور و(36) اناث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وبعد المعالجة الاحصائية للبيانات خلصت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين أنماط التعلق ومستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الخامسة من الطور الابتدائي، و لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الخامسة من الطور الابتدائي وفق لمتغير الجنس، مستوى التوافق الدراسي لدى تلاميذ السنة الخامسة من الطور الابتدائي منخفض، واخيرا نمط التعلق السائد لدى هاته الفئة هو النمط الآمن.

- **دراسة الريم (2023)**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مدى مساهمة أنماط التعلق بالتنبؤ بالمهارات الاجتماعية لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط ببلدية سبسب، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي الذي يتماشى وطبيعة موضوع الدراسة، ومن أجل جمع البيانات المتعلقة بالموضوع تم استخدام استبيان أنماط التعلق لأسماء مُحَّد أحمد حسين(2020)، واستبيان المهارات الاجتماعية لندى نصر الدين عبد الحميد (2012)، طبقت الدراسة على عينة قوامها 170 تلميذ متمدرس في مرحلة التعليم المتوسط اختيرت بطريقة عشوائية طبقية، وبعد جمع البيانات

وتبويبها تم اختبار الفرضيات بالاستعانة بالحزمة الإحصائية (SPSS)، وتم التوصل إلى أن أكثر أنماط التعلق شيوعا لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط هو التعلق الخائف ثم التعلق الأمن، يليه التعلق المشغول، ثم التعلق الطارد، وتساهم أنماط التعلق (الأمن، المشغول، الطارد، الخائف) بالتنبؤ بالمهارات الاجتماعية لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أنماط التعلق تبعا لمتغير الجنس لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط، و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية تبعا لمتغير الجنس والمستوى التعليمي والتفاعل بينهما لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم المتوسط.

- **دراسة بن يدير (2023)**

هدفت الدراسة الى الكشف عن السمة الغالبة لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية،حيث بلغ عدد العينة الإستطلاعية 71 مراهق وتم جمع البيانات باستخدام مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية الحديثة وإختيار حالتين بطريقة قصدية وإعتماد المقابلة نصف موجهة وبعدها تطبيق قائمة فرايبورغ للشخصية، أسفرت النتائج المتحصل عليها إلى وجود سمتي العدوانية والانسحاب الاجتماعي فالحالة الأولى أظهر انسحاب اجتماعي أما بالنسبة للحالة الثانية أظهر سمة العدوانية .

- **دراسة زعباطي (2023)**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى إدمان الألعاب الالكترونية ومستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مراهقي مرحلة المتوسطة، والكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الالكترونية والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، إضافةً إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في إدمان الألعاب الالكترونية والسلوك العدواني لدى تلاميذ مراهقي مرحلة المتوسطة، حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي والمقارن، باستخدام مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية للباحثة "نيفين حسن سعد شاكر"(2023)، ومقياس السلوك

العدواني من إعداد الباحثين "محمود شاكر عبد الله" و"ناصر ثامر لفته" (2017)، أجريت الدراسة بمتوسطة مولود قاسم نايت بلقاسم بولاية غرداية ببلدية بريان، حيث تم اختيار العينة بطريقة عشوائية طبقية بلغ عددها (70) تلميذ وتلميذة تتراوح أعمارهم ما بين (11) و (15) سنة، وبعد تحليل نتائج الدراسة تبين أن مستوى إدمان الألعاب الالكترونية والسلوك العدواني لدى مراهقي المرحلة المتوسطة منخفض، وأكدت الدراسة على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الألعاب الالكترونية والسلوك العدواني، كما أظهرت الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الألعاب الالكترونية تعزى لمتغير الجنس، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك العدواني تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- **من حيث الهدف** : هدفت دراسة (Zaheer et al, 2025) إلى دراسة العلاقة بين التعلق الوالدي و إدمان ألعاب الفيديو لدى المراهقين ،أما دراسة (Estevez et al, 2019) فهدفت إلى اكتشاف العلاقة بين أنماط التعلق والإدمان السلوكي الذي يشمل إدمان ألعاب الفيديو، والاستخدام غير السوي للإنترنت لدى المراهقين، ودراسة (Kim & Kim, 2015) هدفت إلى تحديد طبيعة العلاقات الارتباطية القائمة بين إدمان ألعاب الإنترنت والتعلق الوالدي و الأساليب الوالدية في التنشئة كما يدركها المراهقون، إضافة إلى دراسة الزيتاوي (2021) التي هدفت الى التعرف إلى العلاقة بين أنماط التعلق وإدمان الإنترنت لدى طلبة الصف العاشر في المدارس الخاصة في العاصمة عمّان، ودراسة بن دربال(2025) التي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق الوالدي والتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الخامسة من الطور الابتدائي ، كما هدفت دراسة الريم (2023) إلى معرفة مدى مساهمة أنماط التعلق بالتنبؤ بالمهارات الاجتماعية لدى المراهق المتمدرس أما دراسة بن يدير (2023) فهدفت إلى الكشف عن السمة الغالبة لدى المراهق المدمن على الألعاب

الإلكترونية،ودراسة زعباطي (2023) فهدفت إلى معرفة مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية ومستوى السلوك العدواني لدى تلاميذ مراهقي مرحلة المتوسطة.

- **من حيث المنهج:** اعتمدت أغلب الدراسات السابق ذكرها على المنهج الوصفي الارتباطي ، بخلاف دراسة بن يدير (2023) التي اعتمدت على منهج دراسة الحالة ودراسة زعباطي(2023) التي اعتمدت على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي و المقارن.
- **من حيث العينة:** تختلف الدراسات السابق ذكرها بشكل ملحوظ في أحجام عيناتها وبيئاتها الجغرافية. حيث شملت دراسة بن دربال (2025) على 67 فرداً، و 898 فرداً في دراسة (Zaheer et al, 2025) ، مروراً بـ 472 فردا في دراسة (Estevez et al, 2019) ، و624 فردا في دراسة (Kim & Kim, 2015) و 389 فردا في دراسة الزيتاوي (2021) و 170 فردا في دراسة الريم (2023) و 70 فردا في دراسة زعباطي (2023) و71 فردا في دراسة بن يدير (2023) . وعلى صعيد البيئة، توزعت الدراسات بين بيئات أجنبية وعربية وجزائرية، إذ أُجريت دراسة (Estevez et al, 2019) في إسبانيا ودراسة (Kim & Kim, 2015) في كوريا الجنوبية ودراسة الزيتاوي (2021) في الأردن، فيما أُجريت دراسات جزائرية في مناطق مختلفة كعين تموشنت وغرداية. واستهدفت عمومًا التلاميذ في مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي، بخلاف دراسة بن دربال التي استهدفت تلاميذ الطور الابتدائي تحديدا تلاميذ السنة 5.
- **من حيث النتائج:** توصلت دراسة (Zaheer et al, 2025) إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين التعلق الوالدي و إدمان ألعاب الفيديو، مبيّنةً أن هذه العلاقة لا تسير بشكل مباشر بل تمر عبر وسيطين هما الدعم الاجتماعي وأحلام اليقظة المرضية، إذ يؤدي ضعف التعلق إلى انخفاض الدعم الاجتماعي المدرك مما يدفع المراهق نحو أحلام اليقظة المرضية كآلية دفاعية تنتهي بالإدمان. وفي السياق ذاته، خلصت دراسة (Estevez et al, 2019) إلى أن التعلق الآمن يقلل من احتمالية الوقوع في الإدمان

السلوكي، مؤكدةً أن استراتيجيات التكيف غير الفعالة تؤدي دوراً وسيطاً ومعدلاً في تحويل ضعف التعلق إلى سلوك إدماني. أما دراسة (Kim & Kim, 2015) فقد بيّنت أن جودة العلاقة الوالدية وأساليب التنشئة الإيجابية كالقبول والدعم ترتبط بانخفاض مستويات إدمان الألعاب، في حين يسهم الرفض الوالدي في تفاقم حدة الإدمان. وقد كشفت دراسة الزيتاوي (2021) أن نمط التعلق القلق يرتبط إيجابياً بإدمان الإنترنت وهو الأقوى تنبؤاً به بنسبة تباين مفسر بلغت 34%، في حين لم يرتبط نمطا التعلق الآمن والتجنبي بالإدمان ارتباطاً دالاً إحصائياً، مع غياب فروق دالة بين الجنسين. وتوصلت دراسة بن دربال (2025) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين أنماط التعلق والتوافق الدراسي مع هيمنة النمط الآمن لدى العينة وانخفاض مستوى التوافق الدراسي، بينما أكدت دراسة الريم (2023) على القدرة التنبؤية لجميع أنماط التعلق بالمهارات الاجتماعية مع غياب فروق دالة بين الجنسين، في حين توصلت دراسة زعباطي (2023) إلى وجود علاقة دالة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والسلوك العدواني مع فروق لصالح الذكور في السلوك العدواني دون إدمان الألعاب، وانتهت دراسة بن يدير (2023) إلى أن الانسحاب الاجتماعي والعدوانية هما السمتان الشخصيتان الأبرز اللتان تميزان المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية.

من خلال ما سبق تتضح مكانة و أهمية الدراسة الحالية كونها الدراسة الوحيدة في حدود اطلاع الطالبة التي جمعت بين المتغيرين في البيئة العربية و الجزائرية و هو ما يبرز الفجوة البحثية ، كما امتازت الدراسة الحالية بطبيعة عينة الدراسة المتمثلة في تلاميذ المرحلة المتوسطة وهو ما يضيف أهمية كبيرة للدراسة بين الدراسات السابقة.

الفصل الثاني : أنماط التعلق

1. تمهيد
2. **مفهوم التعلق**
3. **مراحل تطور التعلق**
4. **الخصائص العامة للتعلق**
5. **العوامل المؤثرة على سلوك التعلق**
6. **النظريات المفسرة للتعلق**
7. **أنماط التعلق**
8. **التعلق و مرحلة المراهقة**
9. **خلاصة**

تمهيد:

يُعدّ التعلق من أعمق المفاهيم النفسية أثراً في تشكيل شخصية الإنسان، إذ يرسم منذ الطفولة المبكرة خريطة نفسية داخلية تحدد طريقة تعامل الفرد مع ذاته ومع الآخرين. وقد تناول هذا الفصل مفهوم التعلق، ومراحل تطوره وخصائصه والنظريات المفسِّرة له، وصولاً إلى أبرز أنماطه وعلاقته بمرحلة المراهقة التي تمثل الفئة المستهدفة في هذه الدراسة.

1- مفهوم التعلق :

يُشير لفظ التعلق في اللغة إلى الارتباط والتشبث بشيء ما بقوة، وورد في المعجم الوسيط أن "علق بالشيء" أي لزمه وأحبه حباً شديداً لدرجة عدم القدرة على مفارقته.

وتعود الأصول اللغوية لكلمة التعلق باللغة الاجنبية الى القرن 13 وهي مستوحات من الفعل Attacher الذي كان البديل للفعل Estachler في الفرنسية القديمة، ويعني الربط وكذلك ربط في وتد.(بن دربال،2025، ص12)

في حين عرفه قاموس مصطلحات الصحة والطب العقلي (2005): هو ارتباط عاطفي وحاجة أولية غريزية ضرورية لنمو الفرد النفسي والاجتماعي، إذ تكمن أهمية هذه الرابطة في تمكين الفرد من اكتساب الاستقلال الذاتي في مراحل لاحقة من حياته.

(ججيقة ، 2022،ص1318)

يرى بولبي وأينسورث (Bowlby & Ainsworth): التعلق بأنه رابطة انفعالية قوية يشكلها الطفل مع مقدم الرعاية الأساسي، وهي رابطة وجدانية متبادلة تهدف إلى الرفع من مستوى النمو الإنساني وتمنح الفرد شعوراً بالأمان والراحة في وجود الشخص الآخر، وتتحول هذه الرابطة مستقبلاً لتصبح الأساس الذي تُبنى عليه جميع علاقات الحب والارتباط.

(أبو هلال ،2020،ص156)

أي أن التعلق يُمثل الحجر الأساسي الذي يضعه الرضيع في علاقته الأولى مع الشخص المسؤول عن رعايته، حيث يعمل هذا الارتباط كنموذج داخلي يُحدد جودة ونوعية الروابط العاطفية التي سيقيمها الفرد في مراحل رشده، ويُركز هذا التعريف على القيمة التنبؤية للتعلق، فهو لا يقف عند حدود الطفولة، بل يمتد ليكون المخطط الأساسي للشخصية في تفاعلاتها العاطفية اللاحقة.

و يشير شيفّر (Schaffer) أن التعلق هو علاقة عاطفية قوية بين شخصين، تتسم بالتبادل الوجداني والرغبة النشطة والمستمرة في المحافظة على القرب الجسدي والنفسي بين الطرفين. (سيعلي وآخرون، 2024،ص487)

ويُشدد هذا التعريف على "التبادلية"، فالتعلق ليس فعلاً من طرف واحد (الطفل فقط)، بل هو تفاعل وجداني يتغذى من استجابة الطرفين لبعضهما البعض، مما يعزز جودة الرابطة.

و يرى "لافريين" (2000) أن التعلق هو رابطة انفعالية قوية تقود الأطفال إلى الشعور بالسعادة والأمان عند الاقتراب من مقدم الرعاية، وفي المقابل يشعرون بالتوتر والانزعاج الشديد عند الانفصال المؤقت عنه ، أي أنه منظومة تنظيم انفعالي تهدف إلى تحقيق التوازن النفسي للطفل؛ فحضور مقدم الرعاية يبعث على الطمأنينة والاستقرار، بينما يثير غيابه استجابات قلقة تعكس حاجة الفرد الفطرية للأمان الجسدي والنفسي.(شحاتة،2024،ص421)

يبرز هذا المفهوم الجانب العملي للتعلق كآلية للدفاع النفسي، حيث يعمل مقدم الرعاية كـ "قاعدة آمنة" تسمح للطفل باستكشاف العالم والعودة إليها عند الشعور بالتهديد.

وتُعرف سامية صابر (2014) التعلق انه الطريقة العلائقية التي يرتبط بها الفرد مع الآخرين في مختلف الأنساق الاجتماعية (كالصداقة والزواج)، وهو يمثل امتداداً للنماذج الذهنية التي تكونت في الطفولة ويستمر تأثيرها طوال مراحل النمو. (صابر، 2014،ص25)

و يربط هذا المفهوم بين الانساق الاجتماعية وبين نمط التعلق، مشيراً إلى أن الخلل في هذا المتغير قد يكون منطلقاً للعديد من المشكلات السيكولوجية في المراهقة والرشد.

يعرف إسماعيل (2010) التعلق بأنه مظهر من مظاهر السلوك الانفعالي، يتمثل في رغبة الطفل الشديدة في أن يكون قريباً إلى حد "الالتصاق" بأفراد يمثلون له مكانة خاصة، وملاحقتهم في حركتهم.

أي يتجلى التعلق كنزعة سلوكية تهدف إلى ضمان "الأمان الفيزيقي" عبر الالتصاق بمقدم الرعاية، حيث يعبر الطفل من خلال الملاحقة والتشبث عن حاجته القصوى للحماية.(معلم،بوساحة،2023،ص23)

ويركز هذا التعريف على المظاهر "المرئية" والعيادية للتعلق في الطفولة المبكرة، مشيراً إلى أن هذا السلوك الالتصاقي هو اللبنة الأولى التي سيُبنى عليها التعلق المجرد في مرحلة الرشد.

و حسب عبد الرحمن سليمان (2012): التعلق هو نمط سلوكي يتبلور تجاه صورة الأم تحديداً منذ الشهر السادس من العمر، ويظهر من خلال سلوكيات البحث عن القرب (مثل النداء، البكاء، والابتسام) تجاه شخص يراه الطفل أقوى منه وأكثر حكمة. يبرز هذا التعريف الجانب الزمني والسلوكي ، فهو يعطي مؤشرات واضحة يمكن ملاحظتها وقياسها لتحديد مدى جودة وصحة الرابطة التي يشكلها الطفل مع محيطه.

و يعرف "زميرمان" (2002) التعلق لدى الراشدين بأنه علاقة عاطفية دائمة تتسم بميل الشريك للبحث عن الأمن والراحة في قرب الطرف الآخر، خاصة في فترات القلق أو الضيق النفسي، حيث يصبح الشريك هو "القاعدة الآمنة".(مدين، 2024، ص422)

ويوسع هذا التعريف نطاق التعلق ليشمل العلاقات الزوجية والاجتماعية، مؤكداً أن الحاجة إلى "القاعدة الآمنة" لا تنتهي بانتهاء الطفولة، بل تتغير موضوعاتها وأشخاصها فقط.

و يصف "سيلامي" (2003) التعلق بأنه نزعة داخلية تظهر لدى الفرد عبر مراحل نموه، تدفعه إما للرغبة في إقامة علاقات عاطفية أو النفور منها، وذلك بناءً على "بصمة" التعلق التي تشكلت في طفولته.(الخالدي وصالح،2021،ص21)

يبرز هذا التعريف الجانب "اللاواعي" للتعلق، حيث يتحول من مجرد رابطة إلى "قوة دافعية" خفية تُسير سلوك الفرد العلائقي طوال حياته دون إدراك مباشر منه.

و يمثل التعلق لدى المراهقين نزعة نفسية مستقرة للبحث عن القرب الوجداني من أشخاص يمثلون مصدراً للدعم، وهو سلوك تنظيمي يتخذ أشكالاً متنوعة بناءً على مدى شعور المراهق بالقبول أو النبذ من هؤلاء الأشخاص المهمين.(بن سعد الله ، مواس، 2017،ص18)

هذا المفهوم ينقل التعلق من مجرد حاجة بيولوجية في الطفولة إلى حاجة نفسية واجتماعية في المراهقة، مرتبطة بشكل وثيق بالذكاء الانفعالي والقدرة على التكيف الاجتماعي. من خلال ما سبق يعرف التعلق بأنه رابطة انفعالية قوية بين فرد وآخر و يعمل كركيزة أساسية لدعم الشعور بالأمان النفسي و تحقيق الاستقلال الذاتي للفرد.

2- مراحل تطور التعلق :

تتطور رابطة التعلق عبر مسار زمني ونمائي محدد، حيث لا يولد الطفل بتعلق مكتمل، بل يمر بسلسلة من المراحل التي صاغها "جون بولبي" وأيدتها الدراسات التجريبية لاحقا:

- **مرحلة ما قبل التعلق (من الميلاد إلى 3 أشهر):** يبدأ الطفل حياته مزوداً بمجموعة من السلوكات الفطرية الموروثة (كالبكاء، الابتسام، ومص الأصابع) التي تهدف إلى جذب انتباه مقدم الرعاية وتحقيق القرب الجسدي منه، لكنها في هذه المرحلة تكون عفوية وغير موجهة لشخص محدد بعينه.تمثل هذه المرحلة "الاستعداد الوجداني الفطري"، حيث يستخدم الرضيع إشاراته البيولوجية للتواصل مع المحيط الاجتماعي دون تمييز، معتمداً على أي شخص يستجيب لحاجاته الأساسية.

- **مرحلة ظهور التعلق/ التمييز (من 3 إلى 7/6 أشهر)**:يبدأ الرضيع في التمييز بين الأشخاص المألوفين والغرباء؛ فيبدي استجابات واضحة (كابتسامة مخصصة أو مناغاة) لمقدمي الرعاية الذين يسهرون عليه بانتظام، ومع ذلك لا يظهر قلقاً شديداً عند انفصالهم عنه ،هي مرحلة "الانتقاء الوجداني الأولي"، حيث يبدأ الطفل في تخصيص مشاعره وتوجيه سلوكياتهم نحو أشخاص معينين يمثلون مصدراً للراحة، مع بقاء قدرته على تقبل الرعاية من الآخرين.

- **مرحلة التعلق الواضح/ الحقيقي (من 7 أشهر إلى سنتين):** يتجسد التعلق الحقيقي هنا؛ حيث يبدأ الطفل في السعي النشط للبقاء قريباً من مقدم الرعاية (خاصة الأم) الذي يمثل له "قاعدة آمنة" لاستكشاف العالم، ويظهر في هذه المرحلة بوضوح ما يسمى بـ "قلق الغرباء" و"قلق الانفصال"، تمثل هذه الفترة "الارتباط الوجداني المتمركز"، حيث يصبح الرضيع فاعلاً في البحث عن القرب، ويتحول مقدم الرعاية إلى ملاذ آمن يلجأ إليه عند الشعور بالخوف أو التهديد، مما يعزز توازنه النفسي. (خميسات، 2024،ص16)

- **مرحلة تشكيل العلاقات المتبادلة (من سنتين فأكثر):** مع تطور القدرات اللغوية والمعرفية، يبدأ الطفل في فهم أهداف ومشاعر مقدم الرعاية؛ فتتحول العلاقة من طرف واحد يبحث عن القرب إلى "شراكة وجدانية"، حيث يستطيع الطفل التفاوض والحوار والانتظار لفترات قصيرة لفهمه أسباب غياب الأم ، أي هي مرحلة "النضج العلائقي"، حيث يتجاوز الطفل فكرة الالتصاق الجسدي المباشر إلى تشكيل روابط قائمة على الفهم المتبادل والثقة في العودة، مما يسمح له بالاستقلال التدريجي.(خميسات، 2024،ص17)

3- الخصائص العامة للتعلق:

تتسم رابطة التعلق بمجموعة من الخصائص العامة التي تميزها عن غيرها من الروابط الاجتماعية، تتمثل هذه الخصائص في :

- **الصفة البيولوجية الفطرية :** يُعتبر التعلق سلوكاً مبرمجاً بيولوجياً وفطرياً لدى الإنسان، فهو لا يتطلب حداً كبيراً من التعلم أو التجربة لكي يظهر، حيث يولد الطفل مزوداً بجهاز سلوكي يهدف لضمان بقائه من خلال الحفاظ على القرب من مقدم الرعاية.

- **النزعة للمحافظة على القرب :** تتميز رابطة التعلق بالميل الدائم والنشط للبقاء بالقرب من مقدم الرعاية الأساسي، ويظهر ذلك من خلال سلوكيات محددة مثل (البكاء، الابتسام، والتبعية) التي تهدف إلى تقليل المسافة الفيزيائية والوجدانية بين الطفل وموضوع تعلقه.

- **وظيفة الملاذ الآمن :** يعمل مقدم الرعاية كملجأ يلجأ إليه الطفل عند الشعور بالخوف، أو التهديد، أو المرض، حيث يوفر هذا "الملاذ" الطمأنينة اللازمة لخفض مستوى التوتر النفسي والفسيولوجي لدى الفرد.

- **وظيفة القاعدة الآمنة :** يمثل مقدم الرعاية "قاعدة انطلاق" تسمح للطفل (أو الراشد) باستكشاف البيئة المحيطة والتعلم منها، مع اليقين التام بوجود مكان آمن يمكن العودة إليه عند الضرورة، وهو ما يوازن بين الحاجة للاستقلال والحاجة للارتباط.

- **الاستمرارية والديمومة:** يتميز التعلق بأنه رابطة وجدانية طويلة الأمد تظل قائمة عبر مختلف مراحل النمو من المهد إلى اللحد، حيث تتحول تجارب الطفولة إلى "نماذج عاملة داخلية" توجه علاقات الفرد الاجتماعية والعاطفية في المستقبل.

(دحماني،شاوي،2023،ص22)

4- العوامل المؤثرة في التعلق:

تُعد العوامل المؤثرة في تشكل رابطة التعلق وتطورها من الركائز الأساسية في فهم الفروق الفردية في الشخصية والسلوك، حيث يتأثر مسار التعلق بمجموعة من العوامل المتداخلة التي تتعلق بمقدم الرعاية، والطفل، والبيئة المحيطة:

- **نوعية الرعاية الوالدية** : تُعتبر استجابة مقدم الرعاية لحاجات الطفل هي المحدد الرئيس لنوع التعلق ، فالآباء الذين يتميزون بالحساسية المرتفعة لإشارات الطفل والتجاوب السريع والمتسق معها يطورون لديهم تعلقاً آمناً، بينما يؤدي التسلط، أو الإهمال، أو تذبذب المعاملة إلى نشوء أنماط تعلق غير آمنة .

- **الحرمان الأمومي** : يشير "بولبي" إلى أن غياب الرعاية الأمومية أو انقطاعها في السنوات الخمس الأولى يؤدي إلى اضطرابات نمائية وجسمية ونفسية حادة، مثل نقص الوزن، واضطرابات النوم، والانسحاب الاجتماعي، حيث يفتقر الطفل في حالة الحرمان الكلي (مثل مجهولي النسب) إلى المرجع العاطفي الأساسي.

- **خصائص الطفل ومزاجه** : تؤثر السمات الفطرية للطفل (مثل المزاج الصعب أو السهل) على طبيعة التفاعل مع الوالدين؛ فالأطفال سريعي الغضب أو غير المستقرين انفعالياً قد يجد الوالدان صعوبة في تهدئتهم، مما قد يؤثر سلباً على جودة الرابطة ويجعلهم أقل قابلية لتشكل تعلق آمن .

- **الحالة النفسية للوالدين واستقرار البيئة:** تؤثر الصحة النفسية لمقدم الرعاية (مثل إصابة الأم بالاكتئاب) بشكل مباشر على قدرتها على التجاوب مع طفلها، كما أن البيئة المنزلية المتوترة التي يسودها العنف أو النزاعات الأسرية تشكل عائقاً أمام الارتباط السوي وتزيد من قلق الانفصال لدى الطفل . (جماطي، بن علي ،2021،ص306)

5- النظريات المفسرة للتعلق:

تُعد النظريات المفسرة للتعلق القاعدة المعرفية التي انطلق منها الباحثون لفهم طبيعة الروابط البشرية، وقد تباينت هذه النظريات في رؤيتها لمصدر التعلق وآليات تشكله:

1. النظرية الإيثولوجية التطورية (جون بولبي John Bowlby):

يرى "بولبي" أن التعلق هو نظام تحكم بيولوجي فطري مبرمج وراثياً لضمان بقاء النوع البشري يولد الطفل مزوداً بسلوكيات فطرية تهدف لجذب مقدم الرعاية وإبقائه قريباً للحماية من المخاطر، ويقوم هذا النظام على ثلاث وظائف: تحقيق القرب، الملاذ الآمن، والقاعدة الآمنة لاستكشاف البيئة ، كما طرح مفهوم النماذج العاملة الداخلية كتمثيلات عقلية عن الذات والآخرين توجه العلاقات المستقبلية

يُفهم التعلق عند بولبي كآلية دفاعية غريزية تجعل الرضيع يبحث عن الأمان الجسدي كأولوية قصوى للحياة، حيث تتحول تجارب القرب هذه إلى "خريطة ذهنية" داخلية تُشكل نظاماً معرفياً وانفعالياً ثابتاً يحدد جودة تواصل الفرد مع العالم في مراحل رشده.(الخالدي وصالح، 2021،ص37)

تكمن أهمية هذه النظرية في نقلها للتعلق من كونه نتاجاً ثانوياً للحاجات البيولوجية (كالجوع) إلى دافع أولي مستقل، مما جعل "القاعدة الآمنة" هي المرتكز الأساسي الذي يسمح بالنمو النفسي و اكتساب الاستقلالية

2. نظرية أنماط التعلق (ماري أينسورثMary Ainsworth):

قدمت "أينسورث" الجانب التجريبي لنظرية بولبي عبر إجراء "الموقف الغريب"، حيث ركزت على مفهوم القاعدة الآمنة . وأكدت أن التعلق يتشكل بناءً على "حساسية استجابة الأم"،

فالأم التي تدرك إشارات طفلها وتستجيب لها بتناغم توفر له تعلقاً آمناً، بينما تؤدي الاستجابات المتذبذبة أو الرافضة إلى أنماط غير آمنة (قلق، تجنبي) .

تُمثل مساهمة أينسورث المختبر العملي الذي أثبت أن جودة الرعاية الوالدية هي الرحم النفسي الذي يُنتج أنماط الشخصية؛ فالطفل لا يرتبط بالأم لمجرد وجودها، بل لمدى قدرتها على أن تكون ملاذاً آمناً يتوفر وجدانياً عند الضيق، مما يسمح له بالانفتاح على البيئة.(خميسات، 2024،ص16)

أعطت أينسورث للتعلق بعداً قياسياً سمح للأخصائيين العياديين بتصنيف الأفراد وفق مسارات نمائية تعلقية، كما أشارت الى أن جودة الرعاية الوالدية هي العامل الاساسي في تشكل شخصة الطفل ولا يرتبط بالوجود الجسدي للام فقط بل بمدى توفرها وجدانيا.

3. النظرية السلوكية (التعلم والتدعيم):

تفسر هذه النظرية التعلق كـ عادة متعلمة تكتسب من خلال مبادئ الإشراط الكلاسيكي والإجرائي، ففي البداية تكون الأم مثيراً محايداً، لكنها تكتسب صفة إيجابية إذ إنها تقترن بإشباع الحاجات الأولية كالجوع وتقليل الألم، وبذلك يصبح سلوك التعلق (كالبكاء والابتسام) مدعوماً بالتعزيزات التي يحصل عليها الطفل .

ينظر السلوكيون للتعلق كنتاج لعملية اقتران شرطي، حيث يتعلم الرضيع أن القرب من مقدم الرعاية يرتبط باللذة البيولوجية والراحة الجسدية، مما يجعل وجود الأم بحد ذاته "معززاً ثانوياً" يسعى الطفل للحفاظ عليه لتكرار تجربة الإشباع.(الريم،2023،ص30)

رغم منطقية هذه النظرية في تفسير السلوكيات الظاهرة، إلا أنه حصر التعلق في الوظائف المادية و إشباع الحاجات الاولية وتجاهل الحاجة الفطرية للدفء و التوفر الوجداني التي أكدتها تجارب بولبي و اينسورث.

4. نظرية النماذج العقلية للراشدين (بارثولوميو وهورويتز) :

سعت هذه النظرية لتطبيق أفكار بولبي على مرحلة الرشد، معتبرة أن النماذج العاملة الداخلية تظل ثابتة وتؤثر على العلاقات . واعتمدت على بعدين (وجهة نظر الذات ووجهة نظر الآخرين) لتحديد أربعة أنماط مستقلة للتعلق: الآمن (إيجابي للذات والآخر)، المستحوذ (سبي للذات إيجابي للآخر)، التجنبي الرافض (إيجابي للذات سلبي للآخر)، والخائف (سلبي للذات والآخر) .

تطرح هذه النظرية التعلق كبنية معرفية ثنائية القطب؛ حيث تحدد معتقدات الفرد حول جدارته بالحب (نموذج الذات) وثقته في توفر الآخرين (نموذج الآخرين) الاستراتيجية التي سيتبعها في علاقاته العاطفية والاجتماعية طوال حياته.(سيعلي و آخرون،2024،ص485)

تكمن قوة هذه النظرية في كونها نموذجاً تفسيرياً للعديد من الاضطرابات الشخصية والعلائقية في مرحلة الرشد، حيث يربط بين التاريخ النمائي للتعلق وبين الكفاءة الاجتماعية الحالية للفرد.

5. نظرية نموذج الترميز التنبؤي :

هي نظرية حديثة في علم الأعصاب الإدراكي تعيد تفسير التعلق كآلية تهدف إلى تقليل الأخطاء التنبؤية في العلاقات الاجتماعية المبكرة . ويفترض هذا النموذج أن أنماط التعلق (تجنبي، قلق) ليست سلوكيات جامدة، بل هي نظم تأقلمية ناتجة عن التعلم العصبي لإدارة الفجوة بين توقعات الطفل واستجابات المحيط الفعلية ، يُفهم التعلق هنا كاستراتيجية دماغية متطورة، حيث يقوم الجهاز العصبي للطفل ببرمجة ردود فعله بناءً على مدى قدرته على "التنبؤ" بسلوك مقدم الرعاية؛ فإذا كان السلوك غير متوقع، يطور الدماغ أنماطاً دفاعية لخفض التوتر العصبي الناتج عن عدم اليقين، يمنح هذا النموذج أساساً بيولوجياً صلباً لفهم مرونة

أنماط التعلق، موضحاً أن خلل التعلق هو في جوهره خلل في "المعالجة التنبؤية" للمعلومات الاجتماعية والوجدانية. (خميسات،2024، ص13)

ويتميز هاذا النموذج بخلاف النماذج السابقة على على اعتماده على علم الاعصاب لتفسير التعلق ، و أن التعلق ليس سلوكا ثابتا بل هو عبارة عن نظم مكسبة متعلمة للموازنة بين التوقعات و الاستجابات للبيئة المحيطة ،أي أن الدماغ يطور استراتجيات تنبؤية استنادا الى سلوك مقدم الرعاية ، كما لم يصنف هذا النموذج التعلق بل يشار الى نمط التعلق القلق أو التجنبي على أن الدماخ طور أنسب استرتجية ممكنة للإستجابة للموقف وفقا للخبرات السابقة مع مقدم الرعاية.

و الملاحظ أيضا أن هاذا النموذج ركز فقط على الجهاز العصبي و الاستجابات الدماغية في تفسير التعلق متجاهلا العديد من الجوانب الوراثية الوجدانية و الانفعالية و السلوكية، إذ أن العلاقة بين الطفل و مقدم الرعاية تتعدى كونها مجرد إستجابات دماغية تكيفية لتشمل العديد من الجوانب التي ذكرتها النماذج السابقة.

6-أنماط التعلق:

1. **نمط التعلق الآمن** : يتميز الأفراد في هذا النمط بامتلاك نماذج عاملة داخلية إيجابية تجاه ذواتهم وتجاه الآخرين؛ فهم يدركون أنفسهم كأشخاص جديرين بالحب والرعاية، ويرون الآخرين كمصدر للثقة والدعم. يتسم أصحاب هذا النمط بقدرة عالية على بناء علاقات اجتماعية وطيدة، ويشعرون بالراحة والسعادة عند التفاعل مع الآخرين، كما يمتلكون مرونة نفسية تسمح لهم بالتعبير عن انفعالاتهم بوضوح ومواجهة الضغوط بكفاءة عالية. وفي الطفولة، يستخدم هؤلاء الأطفال مقدم الرعاية كـ "قاعدة آمنة" يستندون إليها لاستكشاف البيئة المحيطة بهم.

2. **نمط التعلق التجنبي/ الرافض** : يمتلك الأفراد في هذا النمط نظرة إيجابية مفرطة تجاه الذات مقابل نظرة سلبية تجاه الآخرين. وهم يعظمون من شأن الاستقلالية والاكتفاء الذاتي الدفاعي، ويرون أن العلاقات الحميمة ليست ذات أهمية كبيرة أو قد تمثل تهديداً لحريتهم.

يميل هؤلاء الأفراد إلى قمع مشاعرهم وإخفائها، ويحافظون على مسافة عاطفية مع الآخرين للوقاية من خيبة الأمل أو الرفض المتوقع، حيث ينظرون إلى الاعتماد المتبادل بين الناس كأحد نقاط الضعف الشخصية. (أبو هلال، 2020،ص159)

3. **نمط التعلق القلق/ المستحوذ** : يعرف أيضاً بالتعلق المتناقض، وفيه يحمل الفرد نظرة سلبية تجاه ذاته مقابل نظرة إيجابية (أو مثالية) تجاه الآخرين. يعاني صاحب هذا النمط من قلق مرتفع من الانفصال، ولديه رغبة ملحة وقهرية في الاقتراب من الآخرين للبحث عن القبول والتقدير لتعويض نقص تقديره لذاته. يتميز هؤلاء باليقظة المفرطة تجاه أي مؤشر على الإهمال أو الرفض، ويميلون إلى التبعية العاطفية وإضفاء طابع مثالي على شركائهم، مما يجعل علاقاتهم تتسم بالتوتر وعدم الاستقرار الانفعالي.

4. **نمط التعلق الخائف** :يمثل هذا النمط الحالة الأكثر اضطراباً، حيث يحمل الفرد نظرة سلبية مزدوجة تجاه الذات وتجاه الآخرين معاً. فهو يشعر بأنه غير مستحق للحب، وفي الوقت نفسه لا يثق في نوايا الآخرين ويتوقع منهم الغدر أو الرفض. يعيش هؤلاء الأفراد صراعاً داخلياً مريراً بين حاجتهم الفطرية للانتماء والألفة وبين خوفهم الشديد من العواقب المؤلمة للعلاقات، مما يدفعهم غالباً للانسحاب الاجتماعي كآلية دفاعية، ويعانون من ضعف في المهارات الاجتماعية وتدني حاد في الثقة بالنفس.(الخالدي وصالح، 2021،ص28)

5. **نمط التعلق غير المنظم/ المشوش** : يظهر هذا النمط غالباً في دراسات الطفولة، ويتميز فيه الطفل بسلوكيات متناقضة وغير متسقة تجاه مقدم الرعاية. فقد يسعى الطفل للقرب من الأم ثم يتجمد في مكانه أو يبتعد عنها فجأة، مما يعكس حالة من الصراع والارتباك. ينشأ هذا النمط عادة عندما يكون مقدم الرعاية نفسه هو مصدر الخوف للطفل (بسبب سوء المعاملة أو الصدمات)، مما يؤدي إلى خلل في بناء استراتيجية تعلق واضحة، ويُعد مؤشراً قوياً على احتمال ظهور اضطرابات سلوكية ونفسية حادة في المستقبل.(مدين، 2024،ص424)

تعد نظرية بولبي من أهم النظريات وأكثرها قبولا أن الطفل مزود بمجموعة من السلوكيات الفطرية التي تجعل مقدمي الرعاية بالقرب منه،وتزيد من فرص بقائه وقد قامت كل من ماريا انسورث وسيلفيابل (1973) بتحديد ثلاثة أنماط لسلوك التعلق لدى الطفل،وهي كالآتي:

- **التعلق الآمن (الإيجابي):**

وهنا يكون الطفل متعلقاً بأمه كمصدر للأمن، ولكنه يجعلها كمنطقة انطلاق، ينطلق من خلالها لاستكشاف ما حوله ثم يرجع الطفل إلى أمه (قاعدة الأمان) ليستمتع بحنانها والشعور بالأمان معها، فتدعمه نفسياً من خلال تشجيعه لاكتشاف الأشياء والأشخاص. ولا تكون عائقاً تمنعه من التواصل مع الناس بحجة الخوف منه.

- **التعلق القلق (السلبي):**

وفيه يكون الطفل متعلقاً بأمه بشدة، ويبدي مقاومة للشخص أو الموقف الذي يريد أن ينتزعه من حضنها، وبذلك يفشل في استكشاف المحيط، بل ويبدي غضب وانفعالاً عند عودة الأم له كأنه يعاقبها. وهنا الأم لم تدعم الطفل نفسياً وستجعل انفصاله عنها صعباً.

- **التعلق القلق التجنبي:**

وينشأ هذا التعلق من الرفض والصد المستمر للأم عند احتياج الطفل إليها، والذي قد يؤدي عند الشدة إلى المرض أو الوفاة. وهنا يشب الطفل في عزلة عاطفية ونفسية وعدوانياً أو مضاد للمجتمع .(ججيقة،2021،ص1319)

7- التعلق ومرحلة المراهقة

تعد المراهقة قفزة كبيرة ونوعية في حياة الإنسان، حيث يتغير فيها بناء الفرد الفسيولوجي والمعرفي والانفعالي، وبانتقال الطفل من مرحلة الطفولة لمرحلة الرشد تتغير المعاملة الوالدية بالنسبة له؛ فتارة يعاملونه كطفل محتاج للرعاية، وتارة كراشد مسؤول، مما ينشئ صراعاً في داخله يدفع به للبحث عن المساندة والرفقة خارج كنف الأهل ليتعلق بأصدقائه. ويُعتبر تعلق المراهقين امتداداً لتعلقهم المبكر الذي نشأ في الطفولة، حيث يشكل حجر الأساس للعلاقات الاجتماعية اللاحقة مع الأقران والراشدين، ويساهم في بناء الشخصية وتشكيل الاتجاهات نحو الذات ونحو الآخرين. ويؤكد "بولبي" أن نظام التعلق يظل فعالاً ونشطاً خلال فترة المراهقة والبلوغ، لأن الحاجة لشخصية الارتباط كـ "قاعدة آمنة" ليست حكراً على الطفولة، بل إن الاستقلال الحقيقي هو ثمرة تجارب التعلق الآمن التي تسمح للمراهق بالابتعاد تدريجياً عن الأسرة مع الحفاظ على الرابط الوجداني بها. (معلم، بوساحة،2012،ص31)

في المقابل، ترتبط أنماط التعلق غير الآمنة بظهور مشكلات في الهوية وصعوبات في التنظيم العاطفي، حيث قد يطور المراهق "شخصية زائفة" أو يلجأ لسلوكيات عدوانية متطرفة كمحاولة لانتزاع الاستقلال أو لجذب انتباه الوالدين عند شعوره بفشلهم في توفير الدعم والاستماع.(فاسي، يحياوي،2021،ص5)

كما تشير الدراسات إلى أن جودة الصداقة في هذه المرحلة تعمل كعامل تعويضي؛ فالمراهقون الذين يملكون روابط تعلق آمنة بأقرانهم يتمتعون بمستويات أعلى من الذكاء الانفعالي والقدرة على مواجهة أزمات الهوية (من أنا؟ وماذا أريد؟)، بينما يؤدي الحرمان العاطفي والفراغ العلاقاتي إلى اضطرابات في النمو الانفعالي وزيادة القلق.

(الزيتاوي،2021،ص351)

يتضح أن أنماط التعلق التي تنشأ لدى الأفراد في مرحلة الطفولة تستمر خلال مرحلة المراهقة على الرغم اختلاف سلوكيات المراهقين عما كانت عليه في مرحلة الطفولة، ويتضح أن الدراسات لم تتفق على دور الجنس في أنماط التعلق لدى المراهقين، فبعضها وجد اختلافات بين الجنسين في أنماط التعلق، وبعضها الآخر لم يجد ذلك.

خلاصة :

يتضح مما تناولناه في هذا الفصل أن التعلق رابطة انفعالية فطرية تنشأ منذ الأشهر الأولى من حياة الطفل مع مقدم الرعاية، وتمر بمراحل تطورية متدرجة حتى تترسخ في شكل نماذج عاملة داخلية توجه سلوك الفرد العلاقي طوال حياته. وقد تباينت أنماطه بين آمن وتجنبي و قلق وخائف تبعاً لجودة الرعاية المتلقاة، لتمتد آثار هذه الأنماط إلى مرحلة المراهقة حيث تتجدد الحاجة إلى الأمان والانتماء في سياق مختلف.

الفصل الثالث: إدمان الألعاب الإلكترونية

1. تمهيد
2. مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية
3. أسباب إدمان الألعاب الإلكترونية
4. النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الإلكترونية
5. الآثار الناتجة عن إدمان على الالعاب الالكترونية
6. المحكات التشخيصية لإدمان الألعاب الإلكترونية
7. طرق علاج إدمان الألعاب الإلكترونية
8. خلاصة

تمهيد:

يُعدّ إدمان الألعاب الإلكترونية من أبرز الظواهر النفسية التي أفرزتها الثورة الرقمية، إذ تحوّل اللعب من نشاط ترفيهي إلى سلوك قهري يُعطّل حياة الفرد. وعليه يتناول هذا الفصل الظاهرة بصورة متدرجة من المفهوم والأسباب والنظريات المفسِّرة، مروراً بالآثار والمحكات التشخيصية، وصولاً إلى أبرز أساليب العلاج.

1-مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية

- **مفهوم الإدمان (Addiction)**

لغةً: يُعرف الإدمان في اللغة بأنه «المداومة على عمل شيء» والأصل للكلمة هو الفعل «دمن»، ويُقال أمن الشيء أي أدامه ولم ينفك عنه. كما يُعرف بأنه المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه. (برتيمة ، 2021،ص6)

اصطلاحاً: هو حالة نفسية وأحياناً عضوية، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع المادة، ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوكية مختلفة تشمل الرغبة الملحة على الممارسة بصورة متصلة أو دورية لشعور بآثارها النفسية ، كما يُعرف في موسوعة علم النفس بأنه "المداومة على عادة تعاطي مواد معينة أو القيام بنشاط معين لمدة طويلة، بقصد الدخول في حالة من النشوة واستبعاد الحزن والاكتئاب". (عصماني، 2023،ص880)

- **مفهوم الألعاب الإلكترونية (Electronic Games)**

لغةً: اللعب لغة كما ورد في لسان العرب لابن منظور هو «ضد الجد».

اصطلاحاً: هي نشاط ينخرط فيه اللاعبون في نزاع مفتعل، محكوم بقواعد معينة بشكل يؤدي إلى نتائج قابلة للقياس الكمي، ويُطلق عليها إلكترونية في حال توافرها على هيئة رقمية.

تقنياً: هي برمجيات قائمة على الواقع الافتراضي، تحتاج إلى جهاز ذكي لتشغيلها، وتتنوع أهدافها بين التعليم والترفيه. كما تُعرف بأنها ألعاب رقمية تفاعلية تعتمد على أنظمة حاسوبية، وتستخدم المؤثرات السمعية والبصرية المشوقة لخلق جو من التفاعل الافتراضي.

(العنزي، 2020، ص486)

- **مفهوم إدمان الألعاب الإلكترونية (Electronic Gaming Addiction)**

تعددت التعريفات نذكر منها:

تعريف هيرون وشابيرا(Heron & Shapira, 2003) : هو اضطراب سلوكي يتضمن فقدان السيطرة على مقدار الوقت المستهلك، ومواجهة ضغط زمني واضح، ومواجهة الفرد لمشكلات اجتماعية ومهنية ومالية .

ركز هذا التعريف على أن ادمان الالعاب الالكترونية اضطراب سلوكي له ثلاثة أبعاد تتجلى في عجز الفرد عن ضبط الوقت الذي يقضيه في اللعب، مما ينتج عنه ضغط زمني ، وصولاً إلى اضطرابات تكيفية و مالية، وركز هذا التعريف على آثار الادمان على حياة الفرد.

تعريف كانجوباس(Kanjanopas, 2007) :هو التفكير المنشغل بالتخطيط للعب وممارسته؛ والذي يتسبب في التشويش على عمل المدمنين والتشويش أيضاً على تعليمهم و نشاطاتهم الحياتية. (شاكر، 2023، ص 27)

تعريف أندرسون وآخرون (Anderson et al, 2012) : هو الإفراط في ممارسة الألعاب عبر الأجهزة الإلكترونية والشعور بالاشتياق الدائم لها والولع بها حتى يصبح الفرد أسيراً لها وعاجزاً عن الابتعاد عن الجهاز.(أبو بكر، 2025، ص124)

يتسم هذا التعريف بلغته الوصفية المعبّرة التي تُجسّد حالة الفرد المدمن، ولا سيما استخدامه "الأسير" التي تحمل دلالة وصفية عميقة على انعدام الحرية الإرادية للفرد المدمن على الالعاب الالكترونية.

تعريف النابلسي: هو حالة من التعلق تنشأ عن عدم قدرة الشخص على تحمل الواقع الذي يود الإنسان أن يزيله عن طريق الإدمان .

و الملاحظ في هذا التعريف **أنه** عام ومفتوح، إذ لم يُحدد طبيعة "الواقع" الذي يفرّ منه الفرد، ولم يُقدّم معايير موضوعية ووصفا للمشكلة ، مما يجعله أقرب إلى التأمل الفلسفي .

موسوعة الإدمان (2015): هي ظاهرة تتمثل في الاعتياد الكامل والمستمر الذي يفرضه الفرد على نفسه، ويجعله في حالة انفصال دائم عن الحياة الطبيعية، حيث تتملكه اللعبة في يقظته ونومه. (بن يدير، 2023، ص13)

أما منظمة الصحة العالمية (WHO – ICD–11) : فتُعرف "اضطراب الألعاب" بأنه نمط سلوك مستمر أو متكرر يتميز بسيطرة ضعيفة على اللعب، مع إعطاء أولوية متزايدة له لدرجة تصدره سائر الاهتمامات والأنشطة اليومية، والاستمرار فيه رغم العواقب السلبية .

أي أنه عبارة عن مسلك قهري يتسم بعجز الفرد عن كبح جماح نفسه عن اللعب، وتفضيله له على كافة شؤون حياته، مما يلحق ضرراً جسيماً بكيانه الشخصي والاجتماعي، هذا التعريف يستند إلى المعايير التشخيصية الدولية (ICD–11)، وهو يضع "الخلل الوظيفي" كشرط أساسي لاعتبار ممارسة الألعاب حالة إدمانية تستوجب التدخل.

و الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA – DSM–5) تُطلق عليه "اضطراب ألعاب الإنترنت"، وهو الاستخدام المتكرر والمستمر للإنترنت للمشاركة في الألعاب، مما يؤدي إلى ضائقة كبيرة أو تدهور في الأداء السريري .(الاسمري، 2023،ص303)

ورغم أن الجمعية الامريكية للطب النفسي لم تدرج إدمان الالعاب الالكتونية كاضطراب بل أشارت إاليه في قسم الحالات التي تتطلب مزيدا من البحث تحت مسمى اضطراب ألعاب الانترنت و هذا ما يفسر هذا التعريف المختصر الذي ركز على الاستخدام المتكرر فقط و تدهور الاداء.

عرفه العنزي (2020) حالة من عدم القدرة على مقاومة الرغبة في ممارسة الألعاب الإلكترونية التي تجعلهم يصلون إلى قضاء جُل وقتهم في ممارستها غير آبهين بحياتهم الاجتماعية والأكاديمية؛ مما يكون له آثار اجتماعية ونفسية وأكاديمية مرتفعة عليهم.

ويُشير المفهوم هنا إلى فقدان السيطرة الإرادية أمام إغراء اللعب، حيث يستغرق الفرد في هذا السلوك لساعات طويلة، مؤثراً بذلك على التزاماته العملية وعلاقاته مع الآخرين.

ويركز هذا التعريف على الجانب السلوكي المتمثل في "فشل السيطرة" والجانب الوظيفي المتمثل في "إهمال المسؤوليات"، مما يجعله تعريفاً يربط بين السلوك القهري والنتائج السلبية المترتبة عليه.

أما شاكر (2023) فتعرف إدمان الألعاب الإلكترونية نمط إدراكي مستمر، يعتاد المراهق ممارسته في معظم الأوقات، للشعور بالتدفق والانغماس وتحسين المزاج، فيعطي الأولوية لممارسة الألعاب الإلكترونية في مقابل التخلي عن أداء الأعمال الضرورية والعلاقات الاجتماعية والأنشطة اليومية الأخرى، واللجوء لخداع الأفراد المحيطين به بمقدار الوقت الحقيقي الذي يقضيه في اللعب مع فقدان السيطرة ومظاهر الانسحاب عند أي محاولة للابتعاد. (شاكر، 2023،ص31)

و يتميز هذا التعريف بشموله إذ لم يقتصر على السلوك الظاهري فقط، بل تطرق للدوافع النفسية (تحسين المزاج) والميكانيزمات الدفاعية (الخداع)، إضافة إلى ربطه بمفهوم "التدفق" الذي يفسر شدة التعلق باللعبة.

ويعرفه المطيري والربدي (2025) بأنه: "اضطراب سلوكي يتمثل في زيادة اهتمام الأطفال بألعاب الإنترنت بالشكل الذي يجعلهم يهملون الأنشطة الاجتماعية الأخرى ويميلون إلى العزلة".(المطيري والربدي، 2025، ص 3)

أي أنه خلل في السلوك يظهر من خلال الانجذاب المفرط نحو المحتوى الرقمي، مما يؤدي بالطفل إلى الانسحاب وعدم التواصل مع البيئة المحيطة،ويركز هذا التعريف على المآل الاجتماعي للمدمن، وهو "العزلة"، مما يسلط الضوء على أحد أخطر تداعيات الإدمان العيادية وهي الانسحاب الاجتماعي.

أما عصماني (2023): فتشير إلى أنه: 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.(عصماني، 2023،ص880)

وتركز في هذا التعريف على حالة "الاستحواذ الذهني" التي تسيطر على المدمن، حيث يصبح اللعب هاجساً يتجاوز حدود الوقت المخصص له ليشمل التفكير المستمر فيه حتى أثناء النوم.

من خلال استعراض التعريفات السابقة، يمكننا القول إن إدمان الألعاب الإلكترونية ليس مجرد قضاء وقت طويل أمام الشاشة، بل هو اضطراب سلوكي معقد يجمع بين فقدان السيطرة، الاستحواذ الذهني، والانسحاب الاجتماعي. وتتفق المفاهيم السابقة على أن المعيار الفاصل بين اللعب العادي والإدمان هو ظهور أعراض انسحابية وفشل الفرد في أداء أدواره الحياتية الأساسية.

و يُعرف إدمان الألعاب الإلكترونية بأنه حالة من الاستخدام المفرط والقوي والقهري للألعاب الرقمية الممارسة عبر الوسائط التكنولوجية المختلفة ، ويتمثل هذا الاضطراب في فقدان السيطرة وعدم القدرة على مقاومة الرغبة الملحة في اللعب،كما يتسم هذا النمط السلوكي بظهور أعراض انسحابية نفسية وجسدية (كالقلق، التوتر، والحزن) عند محاولة التوقف أو المنع من اللعب.

2- أسباب ادمان الالعاب الالكترونية :

تتعدد الأسباب الكامنة وراء الانخراط القهري في الألعاب الإلكترونية، حيث تتداخل العوامل النفسية مع العوامل التقنية والاجتماعية لتشكل حالة الاعتماد المرضي، ويمكن حصر هذه الأسباب كالآتي:

1. **العوامل المرتبطة بخصائص الألعاب والبيئة التقنية:** هناك مجموعة من المحفزات والدوافع التي تساهم بشكل مباشر في وصول الممارس إلى مرحلة الإدمان، ومن أبرزها:

- **عنصر الإثارة والتسويق:** احتواء الألعاب الإلكترونية على أساليب تشويق عالية ومؤثرات صوتية ومرئية جاذبة، بالإضافة إلى وجود تحديات ومنافسات مستمرة تجعل اللاعب متشوفاً دائماً للممارسة.
- **العزلة الاجتماعية:** كشفت الدراسة أن حب الوحدة والهروب من الواقع الاجتماعي الفعلي يعتبران من العوامل الفاعلة في الإقبال على الألعاب؛ حيث يجد الفرد في العالم الافتراضي بدلاً عن العلاقات الاجتماعية الضعيفة في واقعه .

سهولة الوصول والتوفر التقني: إن امتلاك الوسائل التقنية الحديثة كالجوالات والأجهزة اللوحية وتوفر الألعاب عليها بشكل مجاني أو ميسر، جعل الممارسة متاحة في أي وقت، مما زاد من فرص التحول إلى الإدمان.(العنزي، 2020، ص496)

2. **العوامل النفسية واختلال الروابط الأسرية :**

- **نظام المكافأة والدوبامين:** تصمم الألعاب بطريقة تشجع اللاعب على الاستمرار للحصول على مكافآت وحوافز، مما يؤدي إلى زيادة إفراز مادة "الدوبامين" في المخ، وهي آلية عصبية تشبه إلى حد كبير ما يحدث في إدمان المواد الكيميائية.

- **الهروب من الواقع والبحث عن النشوة:** تمثل الألعاب وسيلة لقتل الفراغ المادي والشخصي، والهروب من الهموم والمشكلات الواقعية نحو عالم يوفر للاعب إحساساً بالقوة والنشوة التي يفتقدها في حياته اليومية.
- **الدور السلبي للوالدين:** يُعد انخفاض وعي الوالدين بمخاطر هذه الألعاب أحد الأسباب الرئيسية، حيث يتم السماح للمراهقين باللعب لفترات طويلة تخلصاً من إزعاجهم، بالإضافة إلى فشل الأسرة في بناء تواصل إيجابي فعال مع الأبناء .(الاسمري،2023،ص17).

3- النظريات المفسرة لإدمان الألعاب الإلكترونية:

تتعدد الرؤى النظرية التي حاولت تفسير ظاهرة إدمان الألعاب الإلكترونية من زوايا نفسية وعصبية واجتماعية، وفيما يلي عرض لأبرز هذه النظريات:

1. النظرية السلوكية (Behavioral Theory)

تُعد النظرية السلوكية من أكثر النظريات شيوعاً في تفسير الإدمان السلوكي، حيث ترى أن إدمان الألعاب الإلكترونية هو سلوك متعلم يخضع لمبادئ التعلم الشرطي والتعزيز:

- مبدأ المثير والاستجابة: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن السلوك يتحدد بواسطة البيئة، حيث يستجيب الفرد للمثيرات الجذابة في الألعاب (كالمؤثرات الصوتية والبصرية) ويكتسب منها سمات سلوكية معينة.
- الاشتراط الإجرائي وقانون الأثر: يعتمد الإدمان على المكافآت التي توفرها اللعبة، حيث تمنح الألعاب "تعزيزاً إيجابياً" فورياً (مثل الشعور بالإثارة، المتعة، والتدفق)، مما يدفع الفرد لتكرار السلوك للحصول على هذه المعززات والهروب من ضغوط الواقع .

أي أن هذه النظرية أشارت الى إدمان الالعاب الالكترونية بأنه سلوك متعلم يتم اكتسابه و استمراره من خلال التعزيز الايجابي و هو ما يتجلى في المكافآت و الانجازات داخل اللعبة

أما التعزيز السلبي فيتمثل في الضغوط و القلق الذي يعيشه الفرد مؤديا به الى الاستمرار و الى الادمان.

2. التفسير الطبي والنموذج العصبي (Medical & Neurobiological Model)

يركز هذا التفسير على الآليات البيولوجية والعصبية التي تحدث داخل الدماغ نتيجة الاستخدام المفرط للألعاب:

- نظام المكافأة والدوبامين: تشير المصادر إلى أن ممارسة الألعاب الإلكترونية تؤدي إلى تنشيط مادة "الدوبامين" في المخ، مما يخلق حالة من النشوة تشبه إلى حد كبير الحالة الناتجة عن تعاطي المواد المخدرة، وهو ما يعرف بـ "الإدمان الكيميائي" السلوكي .
- التغيرات الكيميائية والوظيفية: يؤدي الإدمان إلى إحداث خلل في الفص الجبهي المسؤول عن النشاط التنفيذي، كما يسبب تغيرات كيميائية تؤثر على الساعة البيولوجية واضطرابات النوم . (أبو بكر، 2025، ص117)

و يفسر هذا النموذج إدمان الالعاب الالكترونية من خلال الاستعداد الوراثي و التغييرات الكيميائية و الوظيفية و إفراز الدوبامين نتيجة الافراط في الاستخدام ، مما يؤدي الى تعزيز تكوين مسارات عصبية تدعم الاستمرار في اللعب بطريقة قهرية.

3. نظرية التحكم التنفيذي (Executive Control Theory)

تفسر هذه النظرية الإدمان من منظور قدرة الدماغ على معالجة المعلومات والانتباه:

- ضعف التركيز: يرى هذا المنظور أن الإدمان ينشأ نتيجة لضعف قدرة الدماغ على التركيز في المهام الأساسية مقابل الانجذاب القهري للمحفزات الداخلية (الأفكار المتعلقة باللعبة) أو الخارجية، مما يؤدي إلى حالة من "التجول العقلي" وفشل التحكم المعرفي.

- تشتت الانتباه: يؤدي الانغماس الطويل في الألعاب إلى انفصال الانتباه عن الواقع والانتقال إلى مساحة تفكير أخرى غير مرتبطة بالمهمة الحالية للفرد.

ركزت هذه النظرية الى أن الادمان لا يحدث بسبب متعة هذه الالعاب فقط بل بسبب اختلال في الوظائف العقلية في الدماغ مما يؤدي الى صعوبة كبح السلوك الاندفاعي و مقاومة المكفآت الفورية و بالتالي استمرار السلوك رغم آثاره السلبية.

4. التفسير التكاملي (Integrated Interpretation)

يسعى هذا التفسير إلى دمج عدة عوامل لتفسير الحالة الإدمانية:

- ائتلاف العوامل: يرى أن الإدمان ليس نتاج عامل واحد، بل هو ائتلاف من مجموعة عوامل شخصية، وانفعالية، واجتماعية، وبيئية، حيث تتلاقى القابلية الفردية مع وجود بيئة محفزة (الألعاب).
- مراحل الإدمان: يمر الإدمان وفق هذا المنظور بثلاث مراحل أساسية: مرحلة الاستحواذ، ثم مرحلة التحرر من الوهم، وأخيراً مرحلة التوازن أو التبعية الكاملة.

يعد هذا التفسير هو الاشمل في تفسير إدمان الالعاب الالكترونية حيث يعتبر الادمان تفاعل بين العديد من العوامل ، فالتعزيزات السلوكية داخل الالعاب و الاستعدادات البيولوجية و ضعف التحكم التنفيذي و عوامل نفسية و اجتماعية كالضغوط قد تؤي بالفرد الى ادمان هذا السلوك و استمراره.

5. التفسير المعرفي (Cognitive Interpretation)

يركز على أنماط التفكير المشوهة التي يتبناها المدمن:

- الإدراك المشوه: يدرك المراهق المدمن حياته الواقعية عبر شاشة إلكترونية، حيث يعتقد أن الأمور الافتراضية هي الحقيقة المطلقة، ويستخدم الألعاب كآلية دفاعية للهروب من الفشل أو العجز في الحياة الواقعية . (شاكر، 2023، ص31)

تميز هذا التفسير بالتركيز على التشوهات المعرفية و الافكار و المعتقدات في تفسير إدمان الالعاب الالكترونية اذ إن الفرد الذي لديه معتقدات ايجابية غير واقعية على الالعاب و توقعات مبالغ فيها و ضعف في التنظيم المعرفي و إتخاذ القرارات يتجه الى هذا السلوك رغم إدراكه لآثاره السلبية.

4- أسباب إقبال المراهقين على الألعاب الإلكترونية:

1. جاذبية المحتوى: تتمتع الألعاب بسيناريوهات ومواضيع تثير اهتمام المراهقين، مثل المعارك الحماسية والمغامرات الخيالية، بالإضافة إلى الرسومات والأصوات المثيرة .
2. تركيز الانتباه: تتطلب الألعاب تركيزاً عالياً وتفكيراً استراتيجياً، مما يعزز قدرة المراهق على اتخاذ القرارات والتركيز في بيئة محددة.
3. التماثل مع الأبطال: توفر الألعاب فرصة للمراهق للتوحد والاندماج مع شخصيات الأبطال داخل اللعبة، والشعور بانتصاراتهم .
4. الهروب من الواقع: تسمح للمراهق بالهروب من الواقع الملموس وضغوط الحياة اليومية والتعامل مع عوالم وهمية مثيرة.
5. السيطرة على الذات: تمنح المراهق فرصة للتحكم في مغامراته وذاته داخل العالم الافتراضي، مما يعزز شعوره بالسيطرة والثقة بالنفس.
6. الحاجة النفسية: تُعد وسيلة للراحة و الاسترخاء وتفريغ الضغوط النفسية والهروب نحو عالم يوفر الانسجام. (عبايدي،2024،ص17)

5- الآثار الناتجة عن إدمان الألعاب الإلكترونية:

1-الآثار الصحية والجسدية:

أجمعت الدراسات على أن الإدمان يتسبب في تدهور الحالة البدنية للمدمن نتيجة الجلوس الطويل ونمط الحياة غير النشط:

السمنة والخمول: يؤدي قضاء وقت طويل في اللعب إلى زيادة الوزن والسمنة المبكرة نتيجة قلة الحركة .

مشاكل الإبصار: يسبب التحديق المستمر في الشاشات إجهاداً كبيراً للعينين، واحمراراً، وجفافاً، وقد يصل الأمر إلى ضعف البصر.

آلام الهيكل العظمي: يعاني المدمنون من آلام حادة في الظهر والرقبة (خاصة الناحية اليسرى)، وآلام في المعصم والكتفين والأصابع نتيجة الحركة المتكررة و الوضعية الخاطئة .

اضطرابات النوم والتغذية: يسبب السهر الطويل للعب الأرق والتعب الجسدي العام، كما يؤدي الانغماس في اللعب إلى إهمال الوجبات الغذائية أو تناولها بشكل غير منتظم.

مخاطر عصبية: أشارت بعض الدراسات إلى إمكانية حدوث نوبات صرع ناتجة عن المثيرات البصرية وفلاشات الضوء المنبعثة من الشاشات. (بن فرج الله ، نبار، 2020،ص57)

2. الآثار النفسية والانفعالية:

الأفكار السلبية: يرتبط الإدمان بظهور أنماط تفكير مشوهة وتوقعات سلبية عن الذات والمستقبل.

أعراض الانسحاب: تظهر على المدمن ملامح الحزن، القلق، التهيج، والغضب الشديد عند محاولة منعه من اللعب أو تعطل الجهاز.

الاكتئاب والقلق: يزداد مستوى التوتر النفسي والشعور بالوحدة والضيق نتيجة الانفصال عن الواقع المعاش .(قارة، 2025،ص430).

3. **الآثار الاجتماعية والأسرية:**

الانسحاب الاجتماعي: يميل المدمن للانطواء والعزلة، ويفقد الرغبة في التفاعل مع الآخرين أو تكوين صداقات حقيقية، مكتفياً بالصداقات الافتراضية .

التفكك الأسري: يؤدي الإدمان إلى ضعف الروابط الأسرية وتكرار الخلافات مع الوالدين والإخوة، خاصة عند محاولة تقييد ساعات اللعب .(السويلمي، 2014،ص87).

4. **الآثار السلوكية والأمنية:** تساهم بعض مضامين الألعاب في تشكيل سلوكيات عدوانية قد تشكل خطراً على المجتمع:

العنف والعدوانية: تنمي الألعاب ذات الطابع القتالي (مثل PUBG) روح العنف و تدفع المراهق لمحاكاة هذه السلوكيات في الواقع .

التنمر المدرسي: يرتبط الإدمان بظهور سلوك التنمر في الوسط المدرسي، مما يؤثر على توازن شخصية الطالب المدمن وعلاقته بأقرانه.

5. **الآثار الأكاديمية والتعليمية:** ينعكس الإدمان مباشرة على المسار الدراسي من خلال:

تدني التحصيل الدراسي: يؤدي الانشغال باللعب إلى إهمال الواجبات المدرسية، وكثرة التغيب، وتراجع العلامات الدراسية .

تشتت الانتباه (التجول العقلي): يسبب الانغماس الطويل في الألعاب فشلاً في التحكم المعرفي، حيث يسرح التلميذ بذهنه في تفاصيل اللعبة أثناء الدروس، مما يضعف تركيزه.

(صويلح، 2025، ص580)

5-المحكات التشخيصية لإدمان الألعاب الإلكترونية:

أولاً: محكات الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس (DSM-5)

أدرجت الجمعية الأمريكية للطب النفسي تسعة محكات تشخيصية، ويُشخص الفرد بالاضطراب إذا استوفى خمسة محكات أو أكثر خلال فترة 12 شهراً : وهذه المحكات هي:

1. الانشغال الذهني: الاستغراق المفرط في الألعاب والتفكير المستمر فيها.
2. الأعراض الانسحابية: الشعور بالقلق، الحزن، أو التهيج عند التوقف عن اللعب أو المنع منه.
3. التسامح: الحاجة المتزايدة لقضاء أوقات أطول في اللعب لإشباع الرغبة الملحة.
4. فقدان السيطرة: فشل المحاولات المتكررة للتحكم في اللعب أو الإقلاع عنه .
5. فقدان الاهتمام: التخلي عن الهوايات والأنشطة الترفيهية السابقة نتيجة الانغماس في اللعب.
6. الاستمرار رغم المشكلات: مواصلة اللعب المفرط رغم إدراك الآثار النفسية والاجتماعية السلبية المترتبة عليه.
7. الخداع: كذب المراهق على أفراد أسرته أو المعالجين بشأن الوقت الحقيقي الذي يقضيه في اللعب.
8. الهروب وتعديل المزاج: استخدام الألعاب كوسيلة للهروب من المشكلات أو لتخفيف المشاعر السلبية مثل الذنب واليأس.
9. تعريض العلاقات والفرص للخطر: المجازفة بفقدان علاقة مهمة، أو وظيفة، أو فرصة تعليمية بسبب اللعب. (DSM-5-tr،2022،P795)

ثانياً: معايير التصنيف الدولي للأمراض ICD-11 اعتمدت منظمة الصحة العالمية ثلاثة محكات أساسية لتشخيص اضطراب الألعاب، وهي :

1. ضعف التحكم: عدم القدرة على التحكم في ممارسة اللعب من حيث البداية، الكثافة، والمدة .
2. زيادة الأولوية: إعطاء الأولوية للعب لدرجة تجعله يتصدر سائر الاهتمامات والأنشطة اليومية .
3. الاستمرار رغم العواقب: مواصلة اللعب أو زيادة معدله رغم حدوث عواقب وخيمة، مع اشتراط أن يكون النمط السلوكي شديداً بما يكفي لإحداث خلل وظيفي (اجتماعي أو تعليمي) لمدة 12 شهراً على الأقل .(أبو بكر،2025،ص126)

تتفق الدراسات على أن هذه المحكات هي الفيصل في التمييز بين اللعب الترفيهي واللعب الإدماني، حيث يركز DSM-5 على الأعراض النفسية الانسحابية، بينما يركز ICD-11 على الخلل الوظيفي في حياة الفرد .

6- علاج إدمان الالعاب الالكترونية:

أولا: العلاج النفسي والإرشاد السلوكي: يعتبر التدخل النفسي الركيزة الأساسية لعلاج الإدمان السلوكي، ومن أبرز الطرق الواردة:

العلاج المعرفي السلوكي (CBT): يهدف إلى مساعدة المدمن على التحكم في وقته والسيطرة على رغباته القهرية، مع التعبير عن مخاوفه دون خجل، وإعادة تدوير نمط حياته للتخلص من هذا الاعتماد ، كما يركز على فهم الدوافع العاطفية العميقة التي تدفع المراهق للعب بشكل مفرط والبحث عن بدائل صحية. (زعباطي،عمر أيوب ،2023،ص34)

ثانيا: أسلوب الضبط الذاتي و البدائل السلوكية: يركز هذا المحور على تعديل السلوك الظاهري للمدمن من خلال:

- تنظيم الوقت: وضع حدود زمنية صارمة للعب (مثل ساعة واحدة يومياً كضابط خارجي) والالتزام بجدول يومي يوازن بين اللعب والمسؤوليات الأخرى .
- تعويض وقت الفراغ: ملء الأوقات التي كان يقضيها المراهق في اللعب بأنشطة بديلة مفيدة مثل ممارسة الرياضة بانتظام لتحسين الحالة المزاجية، أو القراءة، أو تعلم مهارات جديدة كاللغات والبرمجة .(عصماني،2023،ص894)

ثالثا: التدخل الأسري والدعم الاجتماعي: تلعب الأسرة دوراً محورياً في العملية العلاجية من خلال:

- تفعيل الحوار المفتوح: تخصيص مساحة للنقاش المتبادل مع الأبناء لفهم مشاكلهم بدلاً من مجرد توجيه الانتقاد، ومشاركتهم تجارب اللعب لفهم خبايا هذا العالم الافتراضي.
- الرقابة الوالدية الواعية: استخدام أدوات الرقابة الأبوية التقنية لتقييد الوصول للمحتوى غير المناسب، مع ضرورة أن يكون الوالدان قدوة حسنة في استخدام التكنولوجيا.

(عبايدي،2024،ص66)

رابعا: العلاج التربوي والمؤسساتي

- تدريب الكوادر التعليمية: ضرورة تنسيق المؤسسات التعليمية مع المختصين لتدريب المعلمين والمرشدين على كيفية التعامل مع المراهقين المدمنين وتعديل أفكارهم السلبية.
- التربية الإعلامية: تزويد الأبناء بمهارات التفكير النقدي تجاه المحتوى الرقمي، لتمكينهم من فهم آليات الإدمان التي يعتمد عليها مصممو الألعاب وحماية أنفسهم ذاتياً.

(الاسمري ، 2023،ص30)

خامسا: العلاج الدوائي (في حالات خاصة)

- يُشير المختصون إلى أن العلاج الدوائي يُستخدم نادراً، ويلجأ إليه الطبيب النفسي فقط إذا كان الإدمان متصاحباً مع اضطرابات نفسية أخرى حادة مثل الاكتئاب أو القلق الشديد.(حيان،بلعايب،2021،ص33).

خلاصة:

يتضح مما سبق أن إدمان الألعاب الإلكترونية اضطراب سلوكي معقد يجمع بين فقدان السيطرة والاستحواذ الذهني والانسحاب الاجتماعي، تتشارك في تشكّله عوامل تقنية ونفسية وأسرية متداخلة تترك آثاراً عميقة على مختلف جوانب حياة المراهق

الجانب الميداني

الفصل الأول : الإجراءات المنهجية للدراسة

1. الدراسة الاستطلاعية
2. منهج الدراسة
3. حدود الدراسة
4. العينة وخصائصها
5. أدوات الدراسة
6. الأساليب الإحصائية

1- الدراسة الاستطلاعية :

يشار الى الدراسة الاستطلاعية بأنها تلك الدراسة التمهيدية التي تسبق الدراسة الأساسية، و التي تهدف إلى استطلاع ميدان الدراسة بشكل أوضح والتأكد من الظروف المحيطة به و التعرف على مدى توفر العينة المطلوبة وخصائصها ،كما تتيح هذه المرحلة الفرصة التأكد من أدوات الدراسة ومدى امكانية تطبيقها من خلال وضوح البنود ومدى ملاءمتها لمستوى فهمهم.

و عرفها إبراهيم عبد المجيد بأنها الدراسات التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها و التعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها و إخضاعها للبحث العلمي صياغة دقيقة تيسر التعمق في بحثها في مرحلة لاحقة.(إبراهيم ،2000،ص38)

1.1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- اكتشاف لطبيعة المشكلة محل الدراسة ميدانيا.
- محاولة الوقوف على أهم الظروف الإجرائية التي تتطلبها الدراسة.
- ضبط إشكالية الدراسة وتساؤلاتها وبناء الفرضيات.
- التعرف على خصائص ومميزات جزء من مجتمع البحث المراد دراسته.
- ضبط المفاهيم إجرائيا.
- التأكد من صلاحية أدوات الدراسة من خلال تجريبها بصفة أولية وحساب خصائصها السيكومترية.
- تساعد على ضبط تصميم الدراسة من حيث الإجراءات المنهجية بشكل متناسق ومتكامل.

و من خلال ما سبق، تم اجراء دراسة استطلاعية قبل تنفيذ الدراسة الاساسية وذلك بهدف تحديد عينة الدراسة و معرفة الظروف و العوامل التي قد تؤثر على سير عملية التطبيق ، كما هدفت إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة و المتمثلة في الصدق والثبات والتأكد من صياغتها ومناسبتها لعينة الدراسة قبل التطبيق على العينة الاساسية و قد شملت عينة الدراسة الاستطلاعية 30 تلميذا من متوسطة جقبوب محمد ببلدية الجلفة.

جدول رقم (01) : يمثل توزيع العينة الاستطلاعية

	ذكور	إناث	المجموع
متوسطة جقبوب محمد	13	17	30

2.1 نتائج الدراسة الاستطلاعية: تم من خلال الدراسة الاستطلاعية التعرف على مجتمع البحث والظروف الأنسب للتطبيق ،إضافة الى اختيار أدوات البحث التي كانت مقننة على البيئة الجزائرية و حساب الخصائص السيكومترية لها التي خلصت نتائجها الى أن مقياس أنماط التعلق و مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية يتمتعان بمستوى صدق و ثبات جيد.

2- الدراسة الأساسية:

1.2منهج الدراسة :

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي لكونه الانسب للدراسة الحالية، والذي يتميز بالقدرة على الوصف و التحليل و التفسير و يعرف المنهج الوصفي بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة المدروسة.(عبيدات,ابو نصار,عقلة،1999،ص48)

ومن أهم أهداف البحث الوصفي هو فهم الحاضر والتنبؤ بالمستقبل وتوجيهه، فهو يوفر بياناته وحقائقه و استنتاجاته بوصفها خطوات تمهيدية للتحول نحو الأفضل.

(عبد السلام،2020،ص163)

2.2 حدود الدراسة :

1.2 الحدود المكانية:

تمثلت الحدود المكانية للدراسة في كل من متوسطة حمو محمد و جقبوب محمد والمتواجدة كلها ببلدية الجلفة.

2.2 الحدود الزمنية :

تم تطبيق الدراسة في الفترة الزمنية الممتدة من 8 مارس 2026 إلى 25 أفريل 2026 على عينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة بالمتوسطات المذكورة سابقا .

3.2العينة وخصائصها :

تكونت عينة الدراسة الحالية من 300 تلميذ و المتمدرسين بالسنة الاولى و الثانية متوسط في كل من متوسطتي حمو محمد و جقبوب محمد والذين تم اختيارهم بطريقة العينة العرضية ، حيث وزعت 310 استمارة منها 10 استمارات غير صالحة وهي موضحة في الجداول التالية بعد فرز الاستمارات تم توزيع أفراد العينة كالتالي:

- **توزيع العينة حسب الجنس:**

جدول رقم (02) : يمثل توزيع العينة حسب الجنس

المؤسسة	ذكور	النسبة %	إناث	النسبة %	المجموع
متوسطة حمو محمد	75	53.19%	85	53.46%	160
متوسطة جقبوب محمد	66	46.81%	74	46.54%	140
المجموع	141	100%	159	100%	300

- **توزيع العينة حسب المستوى :**

جدول رقم (03) : يمثل توزيع العينة حسب المستوى التعليمي

المؤسسة	السنة 1	النسبة %	السنة 2	النسبة %	المجموع
متوسطة حمو محمد	84	51.85%	76	55.07%	160
متوسطة جقبوب محمد	78	48.15%	62	44.93%	140
المجموع	162	100%	138	100%	300

4.2الأدوات المستعملة في الدراسة

1.4.2 مقياس أنماط التعلق:

- **وصف المقياس:**

تم الاعتماد في هذه الدراسة على مقياس أنماط التعلق الوالدي من اعداد وليد صالح علي عبد الباقي(2021) والذي يتكون من 30 بندا مبنية على ثلاثة أبعاد هي كالتالي:

جدول رقم (04) : يمثل توزيع أبعاد مقياس أنماط التعلق

البعد	أرقام العبارات
نمط التعلق الآمن	25،23،21،18،17،16،14،13،9،7،5
نمط التعلق التجنبي	27،15،12،11،10،8،6،4،3،2،1
نمط التعلق القلق	30،29،28،26،24،22،20،19

- **طريقة التصحيح:** تعرض فقرات المقياس على عينة الدراسة وتتم الإجابة بوضع عالمة (x)، حيث وضعت ثلاث بدائل للاجابة على كل بند (دائما،3 أحيانا 2 ، نادرا 1)
- **الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط التعلق:**

أولا – صدق المقياس

1-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تمّ الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي، حيث تمّ ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث أخذنا 33% من أعلى التوزيع و33% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (20) فردا، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (05): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.

المتغير	مجموعات المقارنة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	Df	Sig
أنماط التعلق	**المجموعة العليا**	10	64.20	4.36	6.57	18	دال عند
	المجموعة الدنيا	10	54.40	1.77	4		0.000

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ:

- قيمة (t) بلغت القيمة 6.574عند درجة الحرية 18 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000 أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي المقياس لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا 64.20 بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ 54.40 وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق .

2- صدق الاتساق الداخلي Internal consistency: وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب حساب ارتباط دراجات المحاور بالدرجات الكلية للاستبيان والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (06) : يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان

الأبعاد	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
نمط التعلق الآمن	0.756	0.01
نمط التعلق التجنبي	0.754	0.01
نمط التعلق القلق	0.603	0.01
الدرجة الكلية	1.00	///

** دال عند(0.01).

من خلال الجدول السابق يتضح أنّ:

- معاملات الارتباط المحسوبة للمحاور الثلاثة أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بعد **نمط التعلق الأمن** 0.756 وقيمة معامل ارتباط بعد نمط التعلق التجنبي بلغت القيمة 0.754 وقيمة معامل ارتباط بعد نمط التعلق القلق بلغت القيمة 0.603، وبالتالي الارتباط كان مرتفع ودال عند مستوى 0.01 وبذلك تعطي هذه النتائج مؤشرا لصدق المقياس .

ثانيا- الثبات للمقياس:

1- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ Cronbach Alpha M: تمت معالجة البيانات بطريقة ألفا -كرونباخ للاستبيان والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار ألفا - كرونباخ .

جدول رقم (07): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا –كرونباخ لأبعاد المقياس.

مقياس أنماط التعلق	عدد البنود	N	معــامل الثبــات ألفا–كرونباخ
نمط التعلق الآمن	**11**	**30**	**0.787**
نمط التعلق التجنبي	**11**		**0.603**
نمط التعلق القلق	**08**		**0.605**

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أنّ:

– أن جميع معاملات الثبات كانت ما بين 0.603 و 0.787 وهذا يدل على الثبات وبما أنّ هذه القيم تقترب من الواحد فهي قيم تدل على الثبات المرتفع للمقياس وبالتالي المقياس ثابت.

2.4.2 مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

- **وصف المقياس:**

هو مقياس أعد من طرف الباحثة " نيفين حسن سعد شاكر" لقياس إدمان الألعاب الإلكترونية يتضمن من (38) بند يتم الإجابة عليها من خلال البدائل التالية:

تنطبق تماما، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق تماما.

وتتوزع الفقرات على الأبعاد التالية:

جدول رقم (08) : يمثل توزيع أبعاد مقياس إدمان الألعاب الالكترونية

البعد	أرقام العبارات	عدد العبارات في كل بعد	العبارات السالبة
الإدراك المشوه	1–7–13–19–25–31–37	7	العبارة رقم 37
الاعتياد والاستمرار القهري	2–8–14–20–26–32–38	7	العبارة رقم 32

التدفق والانغماس	3-9-15-21-33-27	6	العبارة رقم 27
الأولوية والتخلي	4-10-16-22-34-28	6	العبارة رقم 16
الخداع الهروب	5-11-17-23-35-29	6	العبارة رقم 35
فقدان السيطرة والانتكاس	6-12-18-24-36-30	6	العبارة رقم 30

- **طريقة التصحيح:**

يتم تصحيح الاختبار من خلال من هذه البدائل وهي:

تنطبق تماما، تنطبق إلى حد ما، لا تنطبق متام"، تحصل العبارات الإيجابية على:

تنطبق تماما 3 درجات، تنطبق إلى حد ما 2 درجات، لا تنطبق تماما درجة واحدة.

علما أن العبارات السلبية ينعكس تقديرها حيث: تنطبق تماما درجة واحدة، تنطبق إلى حد ما درجتان، لا تنطبق تماما 3 درجات.

- **الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:**

أولا-صدق المقياس:

1- الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تمّ الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي، حيث تمّ ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث أخذنا 33% من أعلى التوزيع و33% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (20) فرد، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (09): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.

المتغير	مجموعات المقارنة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	Df	Sig
إدمان الألعاب الإلكترونية	المجموعة العليا	10	84.80	5.59	11.320	18	دال عند 0.000
	المجموعة الدنيا	10	60.10	4.04			

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ:

– قيمة (t) بلغت القيمة 11.320 عند درجة الحرية 18 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000 أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي الاستبيان لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا 84.80 بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ 60.10 وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق .

2–الصدق الاتساق الداخلي Internal consistency : وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي قامت الطالبة بحساب ارتباط دراجات الأبعاد بالدرجات الكلية للمقياس والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (10) : يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان

الأبعاد	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
الإدراك المشوه	0.650	0.01
الاعتياد والإستقرار	0.848	0.01
التدفق والانغماس	0.793	0.01
الأولوية والتخلي	0.674	0.01
الخداع والهروب	0.619	0.01
فقدان السيطرة والانتكاس	0.542	0.01
المجموع الكلي	1.00	///

من خلال الجدول السابق يتضح أنّ:

– معاملات الارتباط المحسوبة للمحاور الستة أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بعد الاعتياد والإستقرار 0.848 وهي أكبر قيمة من الأبعاد الأخرى وقيمة معامل ارتباط بعد التدفق والانغماس بلغت القيمة 0.793 وقيمة معامل ارتباط بعد الأولوية والتخلي بلغت القيمة 0.674 و قيمة معامل ارتباط بعد الإدراك المشوه بلغت 0.650 و قيمة معامل ارتباط بعد الخداع والهروب بلغت 0.619 وأخيرا البعد التي تحصل على على أقل قيمة معامل ارتباط هو بعد الفقدان السيطرة والانتكاس حيث بلغت قيمته 0.542 وبالتالي الارتباط كان مرتفع و دال عند مستوى 0.01 وبذلك تعطي هذه النتائج مؤشرا لصدق المقياس .

ثانيا- الثبات للمقياس:

تم حساب ثبات المقياس مجموعة من الطرق هي:

1- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ Cronbach Alpha M: تمت معالجة البيانات بطريقة ألفا -كرونباخ للاستبيان والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار ألفا - كرونباخ.

جدول رقم (11): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا -كرونباخ .

المقياس	عدد البنود	N	معـامل الثبـات ألفا-كرونباخ
الإدمان على الالعاب الإلكترونية	38	30	0.791

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أنّ:

- معامل الثبات بلغ القيمة 0.791 وهذا يدل على الثبات وبما أنّ هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة تدل على الثبات المتوسط والمقبول للمقياس وبالتالي الاستبيان ثابت.

2- حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية : Split-Half يتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نصفي الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان براون (الافتراض عن استخدام هذه المعادلة تساوي تباين الدرجات على نصفي الاختبار- أي تجانس التباين وهذا شرط من شروط التكافؤ)، والجدول يلخص لنا نتائج معالجة البيانات بطريقة التجزئة النصفية كما يلي:

جدول رقم (12): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	البنود	N	معـامل الثبـــات		
			قبل التصحيح	بعد التصحيح	طريقة التصحيح
الإدمان على الالعاب الإلكترونية	الفردية	19	0.822	0.902	سبيرمان- بروان
	الزوجية	19			
	الكلية	38			

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أنّ:

- قيمة معامل ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى 0.822 قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة سبيرمان.بروان وصلت القيمة إلى 0.902 وهي قيمة تفوق النصف، بالتّالي المقياس ثابت .

5.2الأساليب و المقاييس الإحصائية :

تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستعمال حزمة البرنامج الإحصائي في العلوم الاجتماعية spss.

كما تم الاعتماد على بعض الأساليب و المقاييس الإحصائية لتسهيل الوصول إلى نتائج الدراسة وهي:

1. مقاييس النزعة المركزية و التشتت المتمثلة في : المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري
2. اختبار ت لدلالة الفروق بين المتوسطات.
3. تحليل الانحدار الخطي البسيط.
4. معامل الارتباط بيرسون .

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية

1. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى
2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية
3. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة
4. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة

1. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية " نمط التعلق الغير الآمن هو النمط السائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة"

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسط والانحراف المعياري و الوزن النسبي لأنماط التعلق حسب الأنماط الثلاث والنتائج توضحها الجداول الموالية:

جدول (13): يمثل المعطيات الوصفية لمتغير أنماط التعلق حسب الأنماط

متغيرات الدراسة	أبعاد أنماط التعلق	n	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
أنماط التعلق	نمط التعلق الآمن	18	19.87	2.40	%60.21
	نمط التعلق التجنبي	23	22.35	2.46	%67.72
	نمط التعلق القلق	15	15.42	2.08	%64.25
	Total		57.64	4.61	%192.18

من خلال الجدول يتضح أنّ:

جميع المتوسطات في أنماط التعلق متفاوتة ومتباينة حيث بلغ المتوسط الحسابي ككل القيمة (57.64) و بانحراف معياري (4.61)، ونجد أنّ قيمة المتوسط الحسابي لدى نمط التعلق الآمن بلغت(19.87) و بانحراف معياري قدر بقيمة (2.40) ووزن نسبي 60.21%، وبينما متوسط الحسابي لدى نمط التعلق التجنبي بلغ(22.35) و بانحراف معياري قدر بقيمة(2.46) ووزن نسبي قدر ب 67.72% ، ومتوسط الحسابي لدى نمط التعلق القلق بلغ (15.42) و بانحراف معياري قدر بقيمة (2.08) ووزن نسبي بلغ 64.25%،وبالتالي نقبل الفرضية أي أن

النمط التعلق غير الآمن المتمثل في النمط التجنبي و القلق هو النمط السائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

ولقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة Buchheim وآخرون (2017) التي طبقت على مراهقين بين (15) و(18) سنة أثبتت هذه الدراسة على(79) مراهقاً أن (42%) فقط صُنِّفوا ضمن نمط التعلق الآمن، في حين أن النسبة المتبقية والبالغة (58%) توزّعت بين أنماط التعلق غير الآمنة على النحو التالي: (44%) تعلق تجنبي، و (14%) تعلق قلق متشغّل البال، مما يعني أن الأنماط غير الآمنة مجتمعةً تفوق في انتشارها نمط التعلق الآمن لدى المراهقين.

أما دراسة Kobak وآخرون (2018) فقد أُجريت هذه الدراسة على (137) مراهقاً ، إذ أثبتت أن (90%) من أفراد العيّنة يحملون مستوى مرتفعاً من التعلق غير الآمن، حيث بلغت نسبة ذوي التعلق القلق(61%) من المجموع الكلي، فيما بلغت نسبة ذوي التعلق التجنبي(16.8%) كما أظهرت نتائج ارتباطية معنوية موجبة بين درجة التعلق غير الآمن والمشكلات الانفعالية والسلوكية.

كما اتفقت مع دراسة زغيدي (2015) التي أشار في دراسته حول نمط التعلق لدى الطفل المتمدرس أن نمط التعلق الأكثر إنتشارا هو نمط التعلق غير الآمن و أن ستة أطفال من بين السبعة يعانون من نمط تعلق غير آمن .

ودراسة جماطي(2020) حيث أشارت الى أن نمط التعلق السائد لدى المراهقين غير المتوافقين دراسيا هو نمط غير الآمن تحديدا نمط التعلق التجنبي يليه نمط التعلق القلق و أخيرا نمط التعلق الآمن، اضافة الى دراسة عايش (2021) التي خلصت نتائجها أيضا الى أن نمط التعلق غير الآمن هو الأكثر انتشارا وتحديدا النمط التجنبي يليه النمط الآمن ثم النمط القلق.

ومن خلال ملاحظة المتوسط الحسابي لكل من نمط التعلق التجنبي و نمط التعلق القلق حيث بلغ المتوسط الحسابي لنمط التعلق التجنبي(22.35) بانحراف معياري (2.46) في المقابل قدر المتوسط الحسابي لنمط التعلق القلق ب(15.42) بانحراف معياري(2.08) مما يشير الى أن نمط التعلق التجنبي أكثر انتشارا من النمط القلق وهو ما يتفق ما دراسة ودراسة سوزان صدقة بسيوني ورحمة أحمد الحاجي (2019) حول "أنماط التعلق الوجداني وعلاقتها بالدافعية للإنجاز"، حيث أشارت النتائج أن أكثر الأنماط شيوعا بين الطالبات هو نمط التعلق التجنبي، يليه الآمن، ومن ثم القلق، وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من معاوية أبو غزال وعايدة فلوه (2014) حول أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقا لمتغيري النوع الإجتماعي والفئة العمرية" حيث كشفت نتائج الدراسة أن نمط التعلق الأمن هو أكثر الأنماط شيوعا.أما دراسة نعيمة بنت فهد بن إبراهيم الوهيب (2022) حول "أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الأمهات" توصلت نتائج الدراسة أن أكثر أنماط التعلق شيوعا هو نمط التعلق الآمن، ثم نمط التعلق التجنبي.

و بناءا على ماسبق فإن سيادة النمط غير الآمن لدى أفراد العينة قد تعني أن "نماذج العمل الداخلية" لديهم مشوهة أو غير مستقرة،حيث أشارت دراسة Wang & Zhen(2019) أن المراهق الذي لا يجد استجابة عاطفية من مقدم الرعاية يطور نموذجاً سلبياً عن الآخر، وهو ما يجعل "القاعدة الآمنة" لديه مهتزة، و من منظور نظرية التعلق لـ جون بولبي إن هؤلاء التلاميذ يفتقرون إلى ما يسمى بـ "القاعدة الآمنة" (Secure Base) وهي الركيزة الوجدانية التي تسمح لهم باستكشاف العالم بثقة، فعوضاً عن بناء نماذج عمل داخلية إيجابية عن الذات والآخرين، تشكلت لدى هؤلاء التلاميذ نماذج تتسم بالقلق من الهجر أو التجنب الدفاعي، وهذا ما نلاحظه من خلال الممارسة العيادية ، فالمراهق لا يأتي قائلا "أعاني من تعلق غير آمن" بل يأتي بمشاعر قلق أو حزن و اكتئاب و انسحاب اجتماعي أو اضطرابات انفعالية والتعلق غير الآمن هو البنية التحتية لهذه الأعراض ، وما يجعلني أرجح إنتشاره في هذه المرحلة العمرية تحديدا هو أن هذه المرحلة هي مرحلة إعادة تنظيم لنمط التعلق الأولي في سياق جديد من خلال بناء الهوية و الانفصال عن الوالدين و الانتماء لجماعة الأقران مما يجعل أي خلل في التعلق يظهر بصورة أوضح ،إضافة الى عوامل كغياب الحضور الوالدي عاطفيا لا جسديا فقط وبيئة تواصل رقمي تقدم علاقات بلا قيود وبلا تعقيد و لا انتظار .

كما أن التعلق له أربعة مراحل تبدأ بالتوجه العشوائي نحو أي شخص في الأشهر الاولى ، ثم التمييز بين الأشخاص المألوفين ، ثم يتشكل التعلق الحقيقي نحو شخص محدد بين الستة والثمانية أشهر الأولى ، وأخيرا ما يسمى مرحلة الشراكة الهادفة حيث يبدأ الطفل في فهم أن للمقرب منه أهدافا و أن لكل منهما مشاعر مستقلة ، و أن نموذج العمل الداخلي

يتشكل في المرحلة المبكرة و ليس لاحقا بمعنى أن الطفل يبني تمثيلا ذهنيا عن مدى استحقاقه للحب و مدى موثوقية الشخص المقدم للرعاية و هذا التمثيل هو الذي سيحكم علاقته مستقبلا و أن هذا النموذج يتسم بالثبات النسبي إذ تشير اينسورث الى أن نمط التعلق يمكن أن يتعدل في لحظات انتقالية كبرى من بينها مرحلة المراهقة لأنها تعيد تفعيل نموذج العمل الداخلي في سياقات علاقات جديدة مع الأقران مثلا فإن كان النموذج مبنيا على انعدام الثقة و الامان فإنه يعيد إنتاجه في كل علاقاته الجديدة لا لانه اختاره بل لأنه النموذج الوحيد الذي يملكه.

إضافة الى أن بولبي في نظريته لم يتحدث عن أنماط التعلق كظاهرة مرحلية بل كنظام تطوري مدى الحياة وأن الإنسان يولد مبرمجا على البحث على شخص قريب أكثر قوة وحكمة في حالة الخطر وهو ما ذكر سابقا بمسمى القاعدة الآمنة ، وأن نماذج العمل الداخلية التي يبنيها الطفل مبكرا عن ذاته وعن الآخرين ستشكل المقياس الذي يرى بيه كل علاقة لاحقة، وهنا يمكن القول أن انتشار نمط التعلق غير الآمن ليس حكرا على مرحلة عمرية بل هو نتاج لبيئات رعاية لم تستطع أن تكون القاعدة الامنة ، أما ماري اينسورث فمن خلال تجربة الوضع الغريب فقد كشفت أن الطفل لا يبني نمط تعلقه بناءا على غياب الأم و حضورها فحسب بل حتى بناءا على قابلية التنبؤ بها، فالأم المتذبذبة التي تكون متاحة أحيانا وغائبة أحيانا تنتج قلقا أشد من الأم الغائبة كليا و هذا بحد ذاته قد يفسر سبب انتشار التعلق غير الآمن لأن البيئات المتذبذبة أكثر شيوعا من البيئات الامنة الثابتة أو المهملة .

وفي المقابل لو لاحظنا الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية DSM5-Tr فالملاحظة الأولى أن الدليل لا يشير الى نمط التعلق غير الآمن كتشخيص قائم بحد ذاته بل يظهر أثره موزعا عبر تشخيصات متعددة، فالمراهق ذو التعلق القلق غالبا ما قد يستوفي معايير اضطراب القلق العام أو إضطراب الشخصية الحدية في بداية تشكله، و المراهق ذو نمط التعلق التجنبي غالبا ما قد يستوفي معايير اضطراب الاكتئاب الجسيم أو اضطراب الانسحاب الاجتماعي ، وهنا تكمن الإشكالية ف 5DSM يشخص الأعراض الظاهرة و يتجاهل البنية التحتية التي أنتجتها ، فلو مثلا نعالج أعراض الاكتئاب و نترك نمط التعلق التجنبي الذي قد ينتج أعراضاً اكتئابية جديدة.

2. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية " مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسط مرتفع"

وللتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار (T-test) كما تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمستوى إدمان الألعاب الإلكترونية والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم(14): يمثل نتائج اختبار(T) لمستوى إدمان الألعاب الإلكترونية

المتغيرات	N	المتوسط الحسابي	$\overline{X}$	الانحراف المعياري	T	Df	الدلالة الإحصائية
إدمان الألعاب الإلكترونية	300	67.12	76	10.70	-14.272	299	0.000 دال إحصائيا

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ:

قيمة (T) بلغت القيمة(-14.272)عند درجة الحرية(299) بمستوى الدلالة الإحصائية (0.000) أي وجود مستوى مرتفع في مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى عينة الدراسة، حيث بلغ متوسطها الحسابي القيمة(67.12) بانحراف معياري قدر بـ(10.70) وبلغ المتوسط الحسابي الفرضي القيمة(76)، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية وبالتالي نقبلها، أي أن مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسط مرتفع.

ولقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج العديد من الدراسات من بينها :

دراسة Gao وآخرون (2022) التي قامت بمراجعة منهجية تحليلية شاملة استقطبت بيانات(407,620) مشاركاً من(155) دراسة في(33) دولة وخلصت إلى أن معدل انتشار

اضطراب إدمان الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين بلغ(8.8%)، وأن الذكور يُسجّلون معدلات أعلى (15.4%) مقارنةً بالإناث (6.4%)، مما يُؤكد أن هذا الإدمان يمثّل ظاهرة منتشرة على نطاق واسع في هذه الفئة العمرية.

أما دراسة Wang وآخرون (2020) فأثبتت بعد دراسة مسحية أُجريت على 2666 تلميذاً من السنة الأولى في ثماني مدارس متوسطة بمدينتَي شنغهاي في الصين أن(13%) من أفراد العيّنة صُنِّفوا ضمن فئة الإدمان على الألعاب الإلكترونية، وهي نسبة تُعدّ مرتفعة مقارنةً بكثير من الدراسات الأوروبية، مما يُشير إلى أن المرحلة المتوسطة تُمثّل فترةً بالغة الخطورة من حيث قابلية الوقوع في هذا الإدمان.

واتفقت أيضا نتائج هذه الدراسة مراح و قديري(2022) إذ أُجريت دراسة على عيّنة قوامها 146 تلميذاً وتلميذةً من الطورين المتوسط والثانوي بولاية باتنة، وتوصّلت الدراسة بعد المعالجة الإحصائية إلى أن مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى التلاميذ المراهقين المتمدرسين. اضافة الى دراسة مكفس(2022) حيث خلصت هي الأخرى إلى وجود مستوى إدمان ألعاب الكترونية مرتفع لدى عينة من المراهقين المتمدرسين.

في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة زعباطي (2023) التي بينت أن مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى مراهقي المرحلة المتوسطة منخفض، ودراسة حسن (2018) التي أظهرت من خلال دراسة أُجريت على(400)تلميذ وتلميذة من الصف السادس الابتدائي في بغداد أن أفراد العيّنة لا يعانون من إدمان الألعاب الإلكترونية.

وقد يرجع التباين في نتائج الدراسات المذكورة سابقا الى العديد من العوامل من بينها إختلاف المقاييس المستخدمة في كل دراسة و تباين خصائص العينات من حيث السن و الجنس و البيئة و التنشئة الاجتماعية اضافة الى المرحلة الزمنية التي طبقت فيها الدراسات (قبل و بعد جائحة كورونا) إذ أثبتت الكثير من الدراسات ارتفاعا في مستوى الإدمان الرقمي عموما و ادمان الالعاب الالكترونية خصوصا.

كما يمكن تفسير هذه النتائج من خلال عدة اعتبارات من بينها أسباب إرتفاع ادمان الالعاب الالكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة تحديدا فعلى المستوى الشخصي يمر هذا التلميذ بمرحلة ما قبل المراهقة التي إذ تُعد فترة تتميز بالحيوية وكثرة الطاقة، إلى جانب حب الاستطلاع والرغبة في إثبات الذات والتفوق على الأقران البحث المستمر عن التحدي والمنافسة كما قد تتسم بهشاشة الهوية وضعف تقدير الذات والحاجة الملحّة للانتماء، واللعبة الإلكترونية تُجيب على هذه الحاجات إذ تمنحه هوية واضحة داخل عالمها وكفاءة ومجتمعاً افتراضياً يقبله. وعلى المستوى الأسري فإن غياب الرقابة الوالدية والإهمال العاطفي حين يكون الوالدان حاضرَين جسدياً لكن غائبَين انفعالياً، فتصبح الشاشة المُربّي الفعلي.

أما على المستوى الاجتماعي فإن ضغط الأقران في هذه المرحلة بالغ الأثر، إذ أن اللعبة الإلكترونية في كثير من الأحيان هي العملة الاجتماعية للانتماء للمجموعة، فمن لا يلعب يُقصى رمزياً.

كما يمكن أن نفسر هذه النتائج من منظور نظرية التعلم السلوكي لسكينر، فاللعبة الإلكترونية هي بيئة تعزيزية مثالية لأنها تعتمد على جداول تعزيز متقطعة ونسبية، بمعنى أن

المكافأة لا تأتي بشكل منتظم بل بشكل مفاجئ وغير متوقع، وهذا بالضبط ما أثبتت تجارب سكينر أنه يُنتج أقوى استجابة وأصعبها إطفاءً، فالتلميذ لا يعرف متى سيحصل على المكافأة التالية فيستمر في اللعب، وهذه الآلية تعمل بمعزل تام عن أي متغير شخصي أو علائقي مما يُفسر انتشار الظاهرة عبر شرائح مختلفة من التلاميذ.

أما النظرية المعرفية فتضيف بعدا مهما، إذ أن التلميذ الذي يلجأ للعبة الإلكترونية كثيراً ما قد يحمل معتقدات سلبية عن كفاءته في العالم الواقعي، فتُصبح اللعبة بيئة بديلة يشعر فيها بالتحكم والكفاءة والانتماء التي يعجز عن تحقيقها خارجها، أما على مستوى DSM–5 فالوضع أكثر تعقيداً، إذ أدرج الدليل اضطراب الألعاب عبر الإنترنت Internet Gaming Disorder لكن في القسم الثالث الخاص بالحالات التي تحتاج مزيداً من الدراسة، وليس كتشخيص رسمي مكتمل.

3. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أنماط التعلق وإدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسط" ، و للتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار معامل الارتباط بيرسون (R) وذلك للتحقق من وجود علاقة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرين، والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (15): يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الألعاب الإلكترونية وأنماط التعلق

المتغيرات	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	R	الدلالة الإحصائية
إدمان الألعاب الإلكترونية	300	67.1267	10.70	0.102	0.077 غير دال إحصائيا
أنماط التعلق	300	57.646	4.61		

يتضح من خلال الجدول أعلاه:

أن قيمة المتوسط الحسابي إدمان الألعاب الإلكترونية بلغت(67.1267) وقيمة الانحراف المعياري بلغت(10.70) بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لأنماط التعلق(57.646) وقيمة الانحراف المعياري بلغت(4.61) بينما بلغت قيمة معامل الارتباط (0.102) وهذه القيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى(0.077) مما يعني عدم وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين درجات إدمان الألعاب الإلكترونية ودرجات أنماط التعلق ، وبالتالي لا نقبل الفرضية ككل.

مما يؤكد عدم صحة الفرضية وبالتالي نرفضها، أي لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين درجات إدمان الألعاب الإلكترونية ودرجات أنماط التعلق لدى تلاميذ المتوسطة.

اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة Pastore وآخرون (2025) حيث أجريت الدراسة على(898) مراهقاً إيطالياً، وأثبتت نتائجها وجود ارتباط دال بين التعلق الوالدي و إدمان الألعاب الإلكترونية.

ودراسة Sung وآخرون (2019) أشارت الدراسة الى ارتباط كلٌّ من التعلق القلق والتعلق التجنبي ارتباطاً دالاً إحصائياً بأعراض إدمان الألعاب الإلكترونية لدى طلبة جامعيين كوريين، مما يُشير إلى أن الطلاب ذوي التعلق غير الآمن أكثر ميلاً للانخراط في ممارسة الألعاب بصورة إشكالية.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة Malik وآخرون (2020) حيث توصّلت الدراسة إلى أن التعلق الوالدي لا يُؤثّر مباشرةً في إدمان الألعاب الإلكترونية غير أن له تأثيراً غير مباشر مما يعني أن غياب الدلالة الإحصائية في العلاقة المباشرة لا ينفي وجود أثر كامن يشتغل عبر آليات نفسية وسيطة، في حين أثبتت دراسة(2023) Kim و Chun على عيّنة من المراهقين المنقطعين عن الدراسة في كوريا الجنوبية أنه لا توجد علاقة مباشرة بين التعلق الوالدي والتعلق بالأقران من جهة وإدمان الألعاب الإلكترونية من جهة أخرى، وإن كان التعلق الوالدي يُسهم بصورة غير مباشرة في خفض الإدمان عبر المتغير الوسيط المتمثل في الوصمة الاجتماعية.

مما سبق يمكن تفسير نتائج الدراسة الحالية بأن غياب الارتباط المباشر بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الالكترونية لا يعني انعدام العلاقة بينهما بل يعني أن هذه العلاقة قد تتأثر من خلال متغيرات وسيطية لم تدرج في بحثنا الحالي، وقد تناولتها دراسة Malik وآخرون (2020) ذلك ، حيث أشار الى ضبط الذات وتنظيم الانفعالات و الدعم الاجتماعي كمتغيرات وسيطية، أي أن نمط التعلق لا يؤدي إلى إدمان الألعاب الالكترونية مباشرة بل يتدخل في هذه العلاقة متغيرات وسيطية يتعين على الدراسات المستقبلية دراستها.

في نفس السياق هدفت دراسة عمروشو معوش (2025) إلى معرفة العلاقة بين قلق الانفصال و إدمان الألعاب الالكترونية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية و خلصت الى وجود علاقة بينهما، ورغم أن قلق الانفصال ليس مرادفا لنمط التعلق إلا أنه يعد من المؤشرات الدالة على نمط التعلق القلق.

كما قد يمكن تفسير اختلاف هذه النتائج بخصوصية المرحلة العمرية حيث تعد مرحلة المراهقة مرحلة إعادة تشكيل و مرحلة انتقالية تتميز بصراع ومنافسة في التأثير بين الأقران و الوالدين، مما قد يدل على أن نمط التعلق قد يفقد قدرته على التأثير و التنبؤ المباشر على السلوك لصالح متغيرات أخرى كجماعة الأقران و البيئة المدرسية و الضغوط الدراسية.

إضافة الى أن متغير إدمان الألعاب الإلكترونية ظاهرة متعددة الأسباب، فهو لا ينبثق من عامل واحد ، وبالتالي حتى حين لا يرتبط نمط التعلق ارتباطاً مباشراً بالإدمان فإن ذلك لا ينفي دوره بوصفه أحد المكوّنات الاساسية المؤدية إليه ، إلى جانب عوامل طبيعية الألعاب نفسها ومدة التعرض وتوافر الأجهزة وغياب الرقابة الأسرية وغياب الوعي الوالدي.

إضافة الى أن نموذج العمل الداخلي حسب بولبي الذي ذكر سابقاً ليس متغيراً يعمل باستقلالية تامة، بل هو نظام يتفاعل مع السياق. وما يعنيه هذا أن تلميذ المرحلة المتوسطة حتى ذو التعلق الآمن قد يُدمن الألعاب إذا كانت بيئته الاجتماعية والمدرسية مصدراً للضغط، لأن التعلق الآمن لا يعني المناعة التامة من السلوكيات الادمانية بل يعني امتلاك موارد داخلية أفضل للتعامل معها، وهذه الموارد قد تتجاوزها عوامل بيئية ضاغطة بما يكفي.

وهنا تضيف أينسورث من زاوية مختلفة، إذ أن أنماط التعلق الأربعة التي حددتها ليست متساوية في علاقتها بالسلوكيات الادمانية، فالتعلق التجنبي تحديداً يتسم بتعطيل منظومة التعلق وليس بغيابها، بمعنى أن صاحبه تعلم أن يُخفي حاجته للقرب من الآخرين لا أن يتخلى عنها، هذا الشخص قد لا يُدمن الألعاب كهروب عاطفي بل قد يستخدمها كنشاط تقني محايد، مما يجعل علاقته بالإدمان مختلفة نوعياً عن علاقة صاحب التعلق القلق بها.

أما من سياق الممارسة العيادية المباشرة، فما أراه من خلال الممارسة هو أن إدمان الألعاب في هذه المرحلة كثيراً ما يكون مدخله الأساسي الأقران لا التعلق الأسرى، فالتلميذ يبدأ اللعب لأن جماعته تلعب، ويستمر لأن البنية التعزيزية للعبة كما وصفها سكينر تمسكه بمعزل عن تاريخه العلائقي. وهذا يعني أن متغير التعلق قد يكون حاضراً في تفسير الاستمرارية والعمق الإدماني لكنه غائب في تفسير البداية، وحين تقيس الدراسة الإدمان ككل دون التمييز بين مراحله تختفي قد العلاقة إحصائياً.

ومن جهة أخرى يمكن تفسير اختلاف النتائج الحالية باختلاف عينة الدراسة و أدوات القياس المطبقة إضافة إلى خصائص عينة الدراسة و العوامل الاجتماعية و الثقافية، وتجدر

الإشارة إلى أنه لا تتوفر دراسات عربية أو جزائرية تناولت العلاقة بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الإلكترونية بصورة مباشرة وهو ما يكشف عن فجوة بحثية تحتاج الى الدراسة والتعمق و يمنح الدراسة الحالية أهمية خاصة كونها تتطرق لهذا الموضوع.

4. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية: "يمكن التنبؤ بمستوى إدمان الألعاب الإلكترونية من خلال أنماط التعلق لدى تلاميذ المرحلة المتوسط".

للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط (Simple Linear Regression) لتحديد مدى تأثير أحد المتغيرين على الآخر، إضافة إلى قوة العلاقة التنبؤية بينهما. ويعرض الجدول الآتي النتائج المتحصل عليها.

جدول رقم(16): نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط للعلاقة بين أنماط التعلق و ادمان الالعاب الالكترونية

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط R	معامل التحديد R^2	قيمة F	قيمة t	قيمة b	Beta	مستوى المعنوية	مستوى الدلالة	الدلالة
إدمان الألعاب الإلكترونية	0.102	0.010	3.14	1.773	0.044	0.102	0.05	0.077	غير دال

يوضح جدول نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط لدراسة العلاقة بين أنماط التعلق (كمتغير مستقل) وإدمان الألعاب الإلكترونية (كمتغير تابع) أن قيمة معامل الارتباط (R) بلغت(0.102)، وهي قيمة ضعيفة جدًا، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية شبه منعدمة بين المتغيرين.

كما أن معامل التحديد (R^2) بلغ(0.010)، وهو ما يعني أن أنماط التعلق لا تفسر سوى (01%) فقط من التغير في إدمان الألعاب الإلكترونية، وهي نسبة ضئيلة جدًا لا تحمل دلالة تفسيرية قوية، مما يشير إلى ضعف القدرة التنبؤية للنموذج.

أما من حيث الدلالة الإحصائية، فقد بلغت قيمةF (3.14)عند مستوى دلالة(0.077)، وهي قيمة غير دالة إحصائيًا، كما أن قيمة (t) الخاصة بمعامل الانحدار بلغت(1.773) وهي أيضًا غير دالة عند مستوى (0.05). إضافة إلى ذلك، فإن قيمة معامل الانحدار (b=

0.044) ومعامل بيتا (Beta = 0.102) يعكسان تأثيرًا ضعيفًا جدًا وغير معنوي لأنماط التعلق على إدمان الألعاب الإلكترونية.

وبناءً على ذلك، نرفض الفرضية أي أنه لا يمكن التنبؤ بمستوى إدمان الألعاب الإلكترونية من خلال أنماط التعلق لدى تلاميذ المرحلة المتوسط.

واتفقت الدراسة الحالية مع دراسة Cui وزملائه (2020) وجدت هذه الدراسة أن أنماط التعلق لم تتنبأ باضطراب الألعاب الإلكترونية مستقبلاً لدى المراهقين. رغم وجود ارتباط سلبي بين التعلق والإدمان، فإن الارتباط لم يؤدي إلى قدرة تنبؤية مباشرة، و دراسة Teng وآخرون (2020) حيث هدفت الى دراسة العلاقة بين التعلق بالوالدين واضطراب إدمان الألعاب عبر الإنترنت ، وتوصّلت إلى أن التعلق لم يكن مُنبئاً باضطراب إدمان الألعاب لاحقاً

اختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة Taş (2019) حيث أثبتت هذه الدراسة أن نمطَي التعلق التجنبي والقلق–المتردد هما متنبئان باضطراب الألعاب الإلكترونية لدى عينة من ما قبل المراهقة والمراهقين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التنبؤ هو قدرة متغير مستقل على تفسير التباين في متغير تابع ، وعدم تحقق هذا التنبؤ يعني إما أن العلاقة بينهما غير موجودة أصلا و هذا يختلف مع الدراسات السابقة التي لا تدعم غياب العلاقة كليا،أو أن العلاقة موجودة لكنها غير مباشرة وتحتاج لمتغيرات وسيطية ، أي أن هذه الفرضية لا تنفي أهمية أنماط التعلق بصفته عاملا مؤثرا لكنها تؤكد أنه ليس ذو قدرة تنبؤية كافية في ظل تفاعل العديد من المتغيرات النفسية و الاجتماعية و البيئية التي تحكم حياة المراهق ، حيث قد يبدو للوهلة الاولى أنه من البديهي الربط بين هاذين المتغيرين ،فالطفل ذو نمط التعلق غير الآمن قد يجد الالعاب الالكترونية هي الوجهة لتحقيق ذاته ، لكن من خلال هذه الدراسة تبين أن الواقع أكثر تعقيدا، فالتعلق مهما كان نمطه و تأثيره على حياة المراهق فإنه يتأثر بمتغيرات وسيطية متعددة كضعف تقدير الذات ، وصعوبة التحكم في الانفعالات و غياب الدعم الاسري و الاجتماعي و جماعات

الأقران قبل أن يصل إلى إدمان الألعاب الالكترونية ، إضافة الى خصوصية المرحلة العمرية و البيئة المدرسية و التأثر بالمحتوى الرقمي .

كما أن نظرية التعلق لبولبي لم تشر إلى نمط التعلق كمتغير تنبؤي مباشر للسلوكيات كإدمان الالعاب الالكترونية مثلا بل أشار إلى أنه يمثل البنية الأساسية للعلاقات ، فنموذج العمل الداخلي لا يقول للطفل العب أو لا تلعب بل يشكل ويوجه طريقة تعامله مع ما يواجهه وهذا بدوره يؤثر على سلوكيات كثيرة بطريقة غير مباشرة ، أما اينسورث من جهتها حين صنفت الانماط الاربعة أشارت الى استجابات الطفل في موقف تعلقي وهو الانفصال و العودة ولم تشر إلى أن هذه الأنماط تتنبأ بسلوكيات محددة في سياقات مختلفة تماما كإدمان الألعاب الإلكترونية التي لم تكن موجودة أصلا حين بنيت هذه النظرية .

أي أن ما تفسره هذه الفرضية هو أن إدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ظاهرة تتحدد بعوامل متعددة ومتداخلة، لا يستطيع متغير واحد مهما كانت أهميته النظرية أن يتنبأ بها وحده، وهذا ما يجعل نتيجة الدراسة الحالية ذات قيمة لأنها لا تنفي دور التعلق بل تُعيد صياغة تفسيره بطريقة أكثر تعقيدا ، لكنه غير كافٍ وحده للتبؤ بسلوك بعينه في سياق تكنولوجي واجتماعي معقد لم تتخيله نظريات التعلق الكلاسيكية حين صِيغت.

إستنتاج عام :

تناولت هذه الدراسة موضوعاً يكتسب أهمية متزايدة في ظل التوسع الكبير في استخدام الألعاب الإلكترونية ، وقد سعت إلى اكتشاف نمط التعلق السائد لدى أفراد العينة و مستوى إدمان الالعاب الالكترونية لديهم ، كما قامت بدراسة العلاقة و امكانية التنبؤ بين أنماط التعلق و إدمان الالعاب الالكترونية، و أثبتت الدراسة من جهة أن نمط التعلق غير الآمن هو الأكثر انتشاراً، وأن مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى أفراد العينة، غير أنها كشفت في الوقت ذاته عن غياب العلاقة بين المتغيرين وغياب امكانية التنبؤ المباشر . وهذا التناقض الظاهر بين النتائج ليس تناقضاً حقيقياً بل هو في جوهره دعوة لدراسة العلاقة بين أنماط التعلق والسلوك الإدماني.

فالتعلق غير الآمن وإدمان الألعاب ظاهرتان تتشاركان السياق ذاته دون أن تكون إحداهما سبباً مباشراً للأخرى، وهذا ما يُلمح إلى وجود متغيرات وسيطة لم تشملها الدراسة الحالية كتقدير الذات والكفاءة الذاتية وجودة العلاقات الأسرية الراهنة، وهي متغيرات قد تحمل المفتاح الحقيقي لفهم هذه العلاقة في عمقها.

أما من ناحية الممارسة العيادية فإن هذه النتائج مجتمعة قد توجه المختص النفسي نحو التركيزعلى تاريخ الحالة واكتشاف جذورها التعلقية وكيف تشكل نموذج العمل الداخلي لديها، إضافة الى فهم كيف تُجيب اللعبة الإلكترونية على أسئلة هويته وحاجاته الحالية، فالإدمان في هذه المرحلة ليس ناتجا عن الطفولة وحدها بل قد يكون استجابة ذكية لمرحلة جديدة.

وتنتهي هذه الدراسة إلى أن فهم أنماط التعلق و ادمان الالعاب الالكترونية يستلزم إطاراً نظرياً متعدد المستويات ، وتوصي الدراسة بضرورة تبني تدخلات علاجية وقائية في البيئة المدرسية تعمل على مستويين متوازيين، مستوى تعزيز الكفاءة الذاتية والهوية لدى التلميذ، ومستوى تطوير الوعي الوالدي بمتطلبات هذه المرحلة الانتقالية الحرجة، لأن الوقاية من إدمان

الألعاب في هذا السياق لا تمر عبر المنع بل عبر بناء بديل واقعي يُشبع ما تُشبعه اللعبة من حاجات مشروعة.

الخاتمة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف من بينها التعرف على طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق و ادمان الالعاب الالكترونية حيث تشكلت عينة الدراسة من 300 تلميذ في المرحلة المتوسطة ببلدية الجلفة و من خلال ما أسفرت عليه نتائج الدراسة الحالية يمكن استخلاص جملة من الاستنتاجات التي تجيب على إشكالية البحث فقد تبين أن :

- ❖ نمط التعلق السائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة هو نمط التعلق غير الآمن.
- ❖ مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- ❖ لا توجد علاقة ارتباطية بين أنماط التعلق و إدمان الألعاب الإلكترونية.
- ❖ لا يمكن التنبؤ بمستوى إدمان الألعاب الالكترونية من خلال أنماط التعلق.

وفي ضوء ما أسفرت عليه نتائج الدراسة الحالية يمكن الإشارة الى التوصيات التالية:

- إجراء المزيد من الدراسات الميدانية التي تشمل المتغيرين ، كما يُستحسن إدراج متغيرات وسيطة كتنظيم الانفعال وضبط الذات في الدراسات المستقبلية للحصول على صورة أكثر اكتمالاً.
- إجراء المزيد من الدراسات الميدانية حول أنماط التعلق و إدمان الألعاب الالكترونية على عينات مختلفة و على البيئة الجزائرية.
- بناء برامج علاجية ووقائية في ما يخص التخفيف من إدمان الألعاب الإلكترونية.

- تفعيل دور الاخصائي النفسي المدرسي لتعزيز الكشف والتدخل المبكر فيما يخص مشكلة الإدمان على الألعاب الإلكترونية والتعلق غير الآمن من خلال تعزيز جودة التواصل الأسري و تطوير مهارات تنظيم الانفعالات و تقديم الدعم الاجتماعي.
- تقديم برامج وقاية مخصصة للأولياء لزيادة الوعي الاجتماعي بخطورة ادمان الالعاب الالكترونية لدى المراهقين خصوصا.

قائمة المراجع

إبراهيم، مروان عبد المجيد. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية (ط. 1). مؤسسة الوراق.

أبو بكر، أحمد سمير صديق. (2025). إدمان الألعاب الإلكترونية كمنبئ بالتجول العقلي لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي اضطراب التعلم المحدد. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، 40(1)، الجزء الأول.

أبو هلال، ياسمين حسن. (2020). أنماط التعلق وعلاقتها بالتشوهات المعرفية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 4(8).

الأسمري، حسن بن علي أحمد. (2023). إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بالأفكار السلبية لدى المراهقين. المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، (48).

برتيمة، هشام. (2021). إدمان الألعاب الإلكترونية وتأثيرها على المستوى التعليمي للطلبة الجامعيين، [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة.

بشري، محمد حسن. (2018). إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بتشتت الانتباه لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، (3).

بن دربال، حنان. (2025). أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ التعليم الابتدائي، [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم العلوم الاجتماعية، جامعة عين تموشنت.

بن سعد الله، مريم، ومواس، جميلة. (2017). أنماط التعلق وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى المراهقين الذين تعرضوا لانفصال مبكر عن الأم: دراسة عيادية لخمس حالات. مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، 10(1).

بن فرج الله، بختة، ونبار، ربيحة. (2020). الإدمان على الألعاب الإلكترونية وأثره على صحة الأطفال. مجلة المجتمع والرياضة، 3(1).

بن يدير، لمياء. (2023). بعض سمات المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية، [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

جبيقة، قزوي. (2022). أنماط التعلق وعلاقتها بالاكستيميا لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 7(1).

جماطي، نبيهة، وبن علي، راجية. (2021). أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الدراسي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية. مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، (12)

الخالدي، عبد الحامد عاجل، وعلي، عبد الرحيم صالح. (2021). سيكولوجية التعلق (ط. 1). دار مسامير للطباعة والنشر.

حيان، كنزة، وبلعايب، لامية. (2021). الإدمان على الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الثانوية [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحي، جيجل.

خميسات، حسينة. (2024). نمط التعلق لدى الطفل المصاب بالصرع [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

دحماني، منى، وشاوي، زينب. (2023). أنماط التعلق والمرونة النفسية لدى الابن الوحيد (13–15 سنة) [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم العلوم الاجتماعية، جامعة بسكرة.

الريم، أولاد الحاج يوسف. (2023). أنماط التعلق وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى المراهق الممدرس في مرحلة المتوسط [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة غرداية.

الزيتاوي، محمد باسل. (2021). العلاقة بين أنماط التعلق وإدمان الإنترنت لدى طلبة الصف العاشر الأساسي. المجلة العربية للنشر العلمي، 4.(36).

زعباطي، فريال. (2022). إدمان الألعاب الإلكترونية والسلوك العدواني لدى عينة من المراهقين بولاية غرداية [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة غرداية.

زغيدي، محمد. (2015). نمط التعلق لدى الطفل المتمدرس ذو التحصيل الدراسي المتدني [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم العلوم الاجتماعية، جامعة غرداية.

السويلمي، شذى بنت علي محمد. (2014). إدمان استخدام الأجهزة الإلكترونية الحديثة وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي والثقة بالنفس [رسالة ماجستير غير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية والإدارية، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

سيعلي، مصطفى، ومتوكل، حسناء، وعليك، محمد، والركيبي، محمد. (2024). السلوكات العدوانية وأنماط التعلق لدى المراهقين المتمدرسين. مجلة المعرفة، (20) .

سوزان، صدقة بسيوني. (2019). أنماط التعلق وعلاقتها بالدافعية للإنجاز. المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج، 6.(66) .

شاكر، نيفين حسن سعد. (2023). بناء مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية لدى المراهقين من طلبة التعليم الأساسي. مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس، (47)، الجزء الأول.

شحاتة، أسماء محمد مدين. (2024). مقياس التعلق غير الآمن للأطفال ذوي التوحد. الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

صابر، سمية. (2014). أنماط التعلق وعلاقتها بالكمالية العصابية وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الزقازيق. مجلة دراسات تربوية ونفسية، (84) .

صويلح، مريم. (2025). إدمان الألعاب الإلكترونية وتأثيره على سلوكيات المراهقين: دراسة ميدانية على تلاميذ المرحلة المتوسطة. مجلة المعيار، 29.(3) .

عايش، صباح. (2021). أنماط التعلق لدى طلبة الجامعة: دراسة على عينة من طلبة الجامعة [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة حسيبة بن بوعلي.

عبايدي، آية. (2023). الإدمان على الألعاب الإلكترونية وتأثيره على السلوكات العدوانية لدى المراهق المتمدرس [رسالة ماستر غير منشورة]. كلية العلوم الاجتماعية، جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.

عبد السلام، محمد. (2020). مناهج البحث في العلوم الاجتماعية والإنسانية. مكتبة نور.

عبد المالك، مكفس. (2022). الآثار الإدمانية للألعاب الإلكترونية على المراهقين: لعبة PUBG نموذجاً. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 7.(1).

عبيدات، محمد، وأبو النصار، محمد، ومبيضين، عقلة. (1999). منهجية البحث العلمي: القواعد والمراحل والتطبيقات (ط. 2). دار وائل للنشر.

عصماني، رشيدة. (2023). إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية: الأسباب والآثار. مجلة العمدة في اللسانيات وتحليل الخطاب، 7.(2).

العنزي، إبراهيم هلال. (2020). التداعيات السلبية لإدمان الألعاب الإلكترونية: دراسة ميدانية على طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية بمدينة الرياض. المجلة العربية للدراسات الأمنية، 36.(3).

عمروش، مريم، ومعوش، عبد الحميد. (2025). قلق الانفصال وعلاقته بالإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة طرابلس، 6.(1).

فاسي، سهى، ويحياوي، سهير. (2021). أنماط التعلق وعلاقتها بالاكتئاب لدى المراهقين [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم علم النفس، جامعة قالمة.

قارة، نبيلة. (2025). إستراتيجية مواجهة الضغوط لدى المراهقين المدمنين على الألعاب الإلكترونية. مجلة آفاق علمية، 17.(2).

مراح، ميلود، وقديري، مصطفى. (2022). إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بالسلوكيات الانحرافية لدى الأطفال في سن المدرسة. مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، 7.(3).

معاوية، أبو غزال، وعايدة، فلوه. (2014). أنماط التعلق وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المراهقين وفقاً لمتغيري النوع الاجتماعي والعمر. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 10.(3).

معلم، نسرين، وبوساحة، مريم. (2023). نوعية المعتقدات اللاعقلانية وأنماط التعلق عند الأحداث الجانحين [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم علم النفس والفلسفة، جامعة سكيكدة.

المطيري، أحمد سهيل، والربدي، سفيان إبراهيم. (2024). فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، (44) .

نبيهة، جماطي. (2020). أنماط التعلق والهشاشة النفسية لدى المراهقين غير المتوافقين دراسياً [رسالة ماستر غير منشورة]. قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة باتنة.

نعيمة بنت فهد بن إبراهيم. (2022). أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الأمهات. مجلة كلية التربية، 38(4)، الجزء الثاني.

Buchheim, A., et al. (2017). Assessing attachment representations in adolescents: Discriminant validation of the Adult Attachment Projective Picture System. Frontiers in Psychology, 8, Article 1357.

Cui, X., et al. / Bussone, A., et al. (2025). Parent attachment and video gaming addiction: A systematic review. Journal of Behavioral Addictions.

Kim, S., & Chun, J. (2023). The impact of parental and peer attachment on gaming addiction among out-of-school adolescents in South Korea: The mediating role of social stigma. International Journal of Environmental Research and Public Health, 20(1), 72.

Kobak, P., Venta, A., & Sharp, C. (2018). The role of attachment relationship in adolescents' problem behavior development: A cross-sectional study of Kenyan adolescents in Nairobi city. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 12(1), 45–54.

Pastore, M., Mastrokoukou, S., Longobardi, C., & Bozzato, P. (2025). Parent attachment and video gaming addiction: The serial mediation role of social support and maladaptive daydreaming. European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 15(4), 60–75.

Taş, İ. (2019). The pattern of relationship between attachment styles, gaming addiction and empathetic tendency among adolescents. International Journal of Progressive Education, 15(3), 112–124.

Wang, P., et al. (2020). Prevalence and interpersonal correlates of internet gaming disorders among Chinese adolescents. Frontiers in Psychiatry, 11, PMC728341.

الملاحق قائمة

1- مقياس أنماط التعلق:

الرقم	العبارات	دائما	احيانا	نادرا
01	أجد صعوبة في التحدث مع أمي وأبي			
02	أرى أن إنجاز الاعمال أهم من إقامة علاقات مع الآخرين			
03	أفضل عدم الإعتماد على أمي وأبي			
04	أشعر أن والدي يتجاهلونني			
05	أشعر بأن علاقتي مع أمي وأبي جيدة			
06	أجد صعوبة في أن أكون قريبا من أمي وأبي			
07	أشعر بثقة وحب أمي وأبي لي			
08	أشعر أنني سأتعرض للأذى إذا اقتربت من أمي وأبي			
09	أشعر بأن علاقاتي مع أصدقائي جيدة			
10	عندما يقترب مني أمي وأبي أنسحب بعيدا			
11	أشعر أن أمي وأبي يبتعدون عني			
12	أشغل نفسي في أداء واجباتي المدرسية لكي أتجنب الحديث مع أمي وأبي			
13	أشعر بالراحة عند التواجد مع أمي وأبي			
14	أتحدث مع أمي وأبي عن كل شيء يهمني			
15	أحاول أن أتجنب تقرب أمي وأبي مني			

الرقم	العبارات	دائما	احيانا	نادرا
16	أشعر بالسعادة بعد التحدث مع أمي وأبي عن مشاكلي			
17	أحب إقامة علاقات اجتماعية جيدة			
18	أشعر بالراحة والإطمئنان مع أصدقائي			
19	أشعر أن أمي وأبي لا يحبونني			
20	أشعر بالإحراج عندما أتحدث أمام أمي وأبي			
21	أستطيع أن أبوح بأسراري أمي وأبي			
22	أخشى إنفصال أمي وأبي وابتعادهم عني			
23	أميل إلى إظهار حبي الى أمي وأبي			
24	أشعر بعدم الراحة وأنا بالقرب من أمي وأبي			
25	أشعر بالسعادة عندما أعتمد على أمي وأبي			
26	أجد صعوبة في الثقة في أمي وأبي			
27	أجد صعوبة في الاعتماد على الآخرين			
28	أشعر بالقلق إذا لم يهتم أمي وأبي بي بقدر إهتمامي لهم			
29	أخشى الرفض من جانب أمي وأبي			
30	أشعر بالتوتر عند إقتراب أمي وأبي مني			

2- مقياس ادمان الالعاب الالكترونية:

الرقم	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق تماماً
01	أعتقد أن أصدقائي في الألعاب أقرب لي من أصدقاء المدرسة			
02	أشعر بالرغبة دائما في ممارسة الألعاب الإلكترونية			
03	الألعاب الالكترونية تحقق لي المكاسب والانتصارات			
04	أفضل ممارسة الألعاب الإلكترونية عن غيرها من أنشطة			
05	أكذب على والدي في الوقت الذي قضيته في اللعب			
06	أعجز في التوقف عن اللعب			
07	أظن أن لا أحد يحبني			
08	عدم الشعور بالوقت أثناء اللعب			
09	تجذبني الصور والألوان ومؤثرات الصوت في الألعاب			
10	يشتكي المعلمين دائما مني في المدرسة			

الرقم	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق تماماً
11	أهرب من المذاكرة عن طريق اللعب بالألعاب الإلكترونية			
12	أفشل دائما في تحديد وقت اللعب			
13	أشعر أن ممارستي للألعاب الالكترونية أعطتني ثقة بالنفس			
14	أستمر في اللعب أثناء جلوسي مع الآخرين			
15	ممارستي اللعب لأوقات طويلة لا يشعرني بالوحدة			
16	أفضل الحديث مع أسرتي عن استمراري في اللعب			
17	أخفي عن الوالدين درجات اختباراتي السيئة			
18	أشعر بعدم القدرة على ممارسة أي نشاط آخر غير اللعب			
19	اندماجي مع الألعاب الالكترونية جعلني أحب الخيال أكثر من الواقع			
20	ألعب في أي وقت وأي مكان أذهب إليه			

الرقم	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق تماماً
21	أشعر بالسعادة أثناء اللعب			
22	علاقتي بأصدقائي ضعيفة			
23	أتظاهر بالمرض لكي لا أذهب للمدرسة وأظل ألعب			
24	عندي رغبة مستمرة في ممارسة الألعاب الإلكترونية			
25	استمر في اللعبة حتى أحقق الفوز			
26	أعجز عن تحديد وقت للعب			
27	يتعكر مزاجي وأشعر بالاكتئاب عندما ينقطع الاتصال باللعبة لأي سبب			
28	أفكر في اللعب حتى أثناء المذاكرة			
29	أهرب من المشكلات التي تواجهني باللعب			
30	أستطيع التحكم في مدة اللعب			

الرقم	العبارة	تنطبق تماماً	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق تماماً
31	أجلس مع ألعابي أكثر من جلوسي مع أسرتي			
32	أنظم وقتي بين اللعب والمذاكرة			
33	أعشق الألعاب الالكترونية لأن بها التحدي والمغامرة			
34	أفضل الاستمرار في اللعب عن الخروج مع أسرتي			
35	أحب أن أقول الحقيقة في أي شيء			
36	أشعر بالعصبية عندما يزعجني أحد أثناء اللعب			
37	أتقبل الهزيمة في اللعب			
38	أستمر في اللعب حتى مع الشعور بالتعب			

3- مخرجات برنامج spss :

4-

5- خصائص العينة حسب الجنس

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	14	45,2	45,2	45,2
	أنثى	17	54,8	54,8	100,0
	Total	31	100,0	100,0	

6- الصدق والثبات لمقياس إدمان الألعاب الإلكترونية

7-

Group Statistics

	المجموعات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	المجموعة العليا	10	84,8000	5,59365	1,76887
	المجموعة الدنيا	10	60,1000	4,04008	1,27758

8-

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	,280	,603	11,320	18	,000	24,70000	2,18200	20,11579	29,28421
	Equal variances not assumed			11,320	16,381	,000	24,70000	2,18200	20,08311	29,31689

9-

Correlations

		drk	الإدراك.المشوه	الإعتياد.والإستقرار	التدفق.والإنغماس	الأولوية.والتخلي	الخداع.والهروب	فقدان.السيطرة.والإنتكاس
drk	Pearson Correlation	1	,650**	,848**	,793**	,674**	,619**	,542**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,002
	N	30	30	30	30	30	30	30
الإدراك.المشوه	Pearson Correlation	,650**	1	,512**	,449*	,152	,320	,156
	Sig. (2-tailed)	,000		,004	,013	,423	,085	,412
	N	30	30	30	30	30	30	30
الإعتياد.والإستقرار	Pearson Correlation	,848**	,512**	1	,502**	,622**	,293	,582**
	Sig. (2-tailed)	,000	,004		,005	,000	,117	,001

	N	30	30	30	30	30	30	30
التدفق.والإنغماس	Pearson Correlation	,793**	,449*	,502**	1	,487**	,487**	,370*
	Sig. (2-tailed)	,000	,013	,005		,006	,006	,044
	N	30	30	30	30	30	30	30
الأولوية.والتخلي	Pearson Correlation	,674**	,152	,622**	,487**	1	,418*	,216
	Sig. (2-tailed)	,000	,423	,000	,006		,021	,252
	N	30	30	30	30	30	30	30
الخداع.والهروب	Pearson Correlation	,619**	,320	,293	,487**	,418*	1	-,035
	Sig. (2-tailed)	,000	,085	,117	,006	,021		,852
	N	30	30	30	30	30	30	30
فقدان.السيطرة.والإنتكاس	Pearson Correlation	,542**	,156	,582**	,370*	,216	-,035	1
	Sig. (2-tailed)	,002	,412	,001	,044	,252	,852	
	N	30	30	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

10-

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,791	38

11-

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,715
		N of Items	19a
	Part 2	Value	,488
		N of Items	19b
	Total N of Items		38
Correlation Between Forms			,822
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,902
	Unequal Length		,902
Guttman Split-Half Coefficient			,898

a. The items are: سؤال1, سؤال3, سؤال5, سؤال7, سؤال9, سؤال11, سؤال13, سؤال15, سؤال17, سؤال19, سؤال21, سؤال23, سؤال25, سؤال27, سؤال29, سؤال31, سؤال33, سؤال35, سؤال37.

b. The items are: سؤال2, سؤال4, سؤال6, سؤال8, سؤال10, سؤال12, سؤال14, سؤال16, سؤال18, سؤال20, سؤال22, سؤال24, سؤال26, سؤال28, سؤال30, سؤال32, سؤال34, سؤال36, سؤال38.

12- الصدق والثبات لمقياس أنماط التعلق:

13-

Group Statistics

المجموعات		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	المجموعة العليا	10	64,2000	4,36654	1,38082
	المجموعة الدنيا	10	54,4000	1,77639	,56174

14-

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	5,909	,026	6,574	18	,000	9,80000	1,49071	6,66813	12,93187
	Equal variances not assumed			6,574	11,900	,000	9,80000	1,49071	6,54898	13,05102

15-

Correlations

		درجة.أنماط.التعلق	نمط.التعلق.آمن	نمط.التعلق.التجني	نمط.التعلق.القلق
درجة.أنماط.التعلق	Pearson Correlation	1	,756**	,754**	,603**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000
	N	30	30	30	30
نمط.التعلق.آمن	Pearson Correlation	,756**	1	,317	,222
	Sig. (2-tailed)	,000		,087	,239
	N	30	30	30	30
نمط.التعلق.التجني	Pearson Correlation	,754**	,317	1	,213
	Sig. (2-tailed)	,000	,087		,258
	N	30	30	30	30
نمط.التعلق.القلق	Pearson Correlation	,603**	,222	,213	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,239	,258	
	N	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

16-

17- ثبات نمط التعلق الغير الآمن

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,787	11

18- ثبات نمط التعلق التجنبي

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,603	11

19-

20- ثبات التعلق القلق

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items

,605	8

21-

22- **الفرضية الأولى:**

Correlations

		الدرجة.الكلية	الدرجة.الكلية.للأنماط
الدرجة.الكلية	Pearson Correlation	1	,102
	Sig. (2-tailed)		,077
	N	300	300
الدرجة.الكلية.للأنماط	Pearson Correlation	,102	1
	Sig. (2-tailed)	,077	
	N	300	300

23-

24- **الفرضية الثانية:**

25-

26- **T-Test**

27-

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجة.الكلية	300	67,1267	10,76865	,62173

28-

One-Sample Test

	Test Value = 76					
					95% Confidence Interval of the Difference	
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
الدرجة.الكلية	-14,272	299	,000	-8,87333	-10,0969	-7,6498

29-

30- **الفرضية الثالثة:**

31- **Frequencies**

32-

Statistics

		نمط.الأمن	نمط.االتجنبي	نمط.االقلق
N	Valid	300	300	300
	Missing	0	0	0
Mean		19,8700	22,3500	15,4267
Mode		18,00	23,00	15,00

33-

34- **الفرضية الرابعة:**

35-

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics

					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	,102[a]	,010	,007	4,59652	,010	3,143	1	298	,077

a. Predictors: (Constant), الدرجة.الكلية

36-

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	66,408	1	66,408	3,143	,077[b]
	Residual	6296,138	298	21,128		
	Total	6362,547	299			

a. Dependent Variable: الدرجة.الكلية.للأنماط

b. Predictors: (Constant), الدرجة.الكلية

37-

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95.0% Confidence Interval for B	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1	(Constant)	54,709	1,678		32,601	,000	51,406	58,011
	الدرجة.الكلية	,044	,025	,102	1,773	,077	-,005	,092

a. Dependent Variable: الدرجة.الكلية.للأنماط