

إفراط طفلك فى الألعاب الإلكترونية يؤثر على قدراته الدراسية



السبت 6 سبتمبر 2025 08:00 م

وصل فريق من الباحثين بجامعة هونغ كونج إلى أن الإفراط في ألعاب الفيديو يرتبط بنتائج دراسية واجتماعية ونفسية أسوأ لدى أطفال المدارس. ووفقا لموقع "Medical Xpress"، يسجل شرق آسيا انتشارًا مرتفعًا لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (IGD)، وتُشير الدراسات الاستقصائية في هونغ كونج إلى أن المراهقين، وخاصة الفتيان، هم الفئة الأكثر تأثرًا، وقد ربطت الأدلة اللعب لفترات طويلة بأعراض الاكتئاب والقلق ومشاكل النوم.

تفاصيل الدراسة

في الدراسة التي نُشرت في مجلة *PLOS One*، أجرى الباحثون دراسة استقصائية مقطعية على مستوى المدرسة لفحص انتشار الإفراط في ألعاب الفيديو، والنتائج الاجتماعية والأكاديمية والصحة العقلية المرتبطة بها، والاختلافات بين الجنسين. وشملت المجموعة 2592 طالبًا وطالبة من المرحلتين الابتدائية والثانوية، 1404 من الأولاد و1188 من البنات، متوسط العمر 12 عامًا، من خمس مدارس ابتدائية وأربع مدارس ثانوية في هونغ كونج. وأشار الطلاب إلى ما إذا كانوا قد لعبوا ألعاب الإنترنت لمدة خمس ساعات متتالية أو أكثر خلال الشهر الماضي. وتضمنت الإجابات قوائم مرجعية لأعراض اضطراب الشخصية المعادية للمجتمع (IGD)، وفقًا للتصنيف التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية (DSM-5) خلال الاثني عشر شهرًا الماضية.

نتائج الدراسة

تشير النتائج إلى أن معدل انتشار الإفراط في ألعاب الفيديو بلغ 31.7%، منها 38.3% لدى الأولاد و24.0% لدى البنات. وكان الأولاد أقل عرضة للإبلاغ عن سوء جودة النوم مقارنة بالبنات، 58.6% مقابل 65.5%. ولم تظهر أي فروق بين الجنسين في معدلات الاكتئاب أو القلق أو التوتر التي تتجاوز الحدود المعتدلة. بين الأولاد، مع مراعاة العمر ووقت اللعب، أظهر اللاعبون الذين يلعبون بشراهة فروقًا متوسطة معدلة أعلى في اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، والاكتئاب والقلق، والتوتر، وسوء جودة النوم مقارنة بغير اللاعبين. بين الفتيات، أظهرت اللاعبات الموهوسات بالألعاب أيضًا مستويات أعلى من اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة، والاكتئاب، والقلق، والتوتر، والشعور بالوحدة، بالإضافة إلى انخفاض الكفاءة التعليمية الذاتية، وجودة النوم، والدعم الاجتماعي مقارنة بغير اللاعبات الموهوسات بالألعاب. بالمقارنة مع غير اللاعبين، كان لدى غير اللاعبين مستويات أقل من الاكتئاب والقلق والتوتر والشعور بالوحدة، وفعالية تعليمية أعلى لدى الفتيات. أما لدى الأولاد، فكان لديهم مستويات أقل من التوتر والوحدة وفعالية تعليمية أعلى، مع عدم وجود فروق كبيرة فيما يتعلق بالاكتئاب أو القلق. وتوصل الباحثون إلى أن الإفراط في لعب الألعاب قد يعمل كمؤشر سلوكي وعامل خطر محتمل للنتائج الدراسية للأطفال، وكذلك الاجتماعية والصحية السلبية لدى الشباب في سن المدرسة، مع وجود سمات ملحوظة خاصة بالجنسين بما في ذلك الشعور بالوحدة الأكبر وانخفاض الدعم الاجتماعي بين لاعبات الألعاب الإناث. وتتضمن الإجراءات المقترحة للوقاية من تلك المشكلة، عدم اللعب المتواصل لفترات طويلة، والتعرف المبكر على أنماط اللعب المفرط لتجنبه، بالإضافة إلى تحديد إجمالي ساعات اللعب.