



كلية التربية  
المجلة التربوية



جامعة سوهاج

## اضطراب الألعاب عبر الإنترنت

Internet Gaming Disorder (IGD)

”إدمان الألعاب الإلكترونية“

### إعداد

أ.د/ سامية "محمد صابر" محمد عبد النبي

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة بنها

جمهورية مصر العربية

تاريخ الاستلام : ١ يناير ٢٠٢١م - تاريخ القبول : ١٠ يناير ٢٠٢١م

**DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2021.**

**الملخص:**

الألعاب عبر الإنترنت أو ألعاب الفيديو هي صناعة عالمية تبلغ قيمتها مليار دولار وهي مستمرة في التوسع والابتكار. ( King, & Delfabbro, 2020 ) ومع التطور السريع للهواتف الذكية والشبكات اللاسلكية، أصبحت ممارسة الألعاب عبر الإنترنت في أي وقت وفي أي مكان أحد الأشكال الرئيسة للترفيه لدى الأطفال والمراهقين والشباب، ومع ذلك، أدى الوصول المريح إلى ألعاب الإنترنت أيضًا إلى زيادة عدد الأشخاص الذين أصبحوا مدمنين عليها، وتحظى ألعاب الفيديو بشعبية كبيرة بين الشباب في جميع أنحاء العالم، وعند استخدامها باعتدال، فهي مفيدة لتخفيف التوتر والاستمتاع والتواصل مع الآخرين، وتصبح ألعاب الإنترنت مرضية عند استخدامها بشكل مُفرط، وقد ينتج عن ذلك اضطراب ألعاب الإنترنت (IGD) (Internet Gaming Disorder) (He . Pan, Nie, Zheng, & Chen, 2021)

**الهدف من الورقة البحثية:**

- التعريف باضطراب الألعاب عبر الإنترنت .
- معايير تشخيص اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.
- تناول بعض من نتائج الدراسات السابقة التي تناولت اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.
- تناول بعض من نتائج الدراسات السابقة حول التدخلات العلاجية لخفض اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.

**المقترحات والتوصيات:**

على ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة تم تقديم عدة مقترحات وتوصيات.

**abstract**

***Internet gaming disorder***  
***Internet Gaming Disorder (IGD)***  
***"Addiction to electronic games"***

**Prepared**

**Samia "Muhammad Saber" Muhammad Abdul Nabi**

Professor of mental health

College of Education - Benha University

The Egyptian Arabic Republic

**Introduction:**

Online gaming or video games is a billion dollar global industry that is constantly expanding and innovating.( King, & Delfabbro, 2020)

With the rapid development of smartphones and wireless networks, playing online games anytime and anywhere has become one of the main forms of entertainment for children, teenagers and young adults. However, comfortable access to internet games has also led to an increase in the number of people who have become addicted to them. Video is very popular among young people all over the world, and when used in moderation, it is useful for relieving stress, enjoyment and communicating with others, and Internet games become satisfying when used in excess, and this may result in Internet Gaming Disorder (IGD). (He, Pan, Nie, Zheng, & Chen, 2021)

The goal of the research paper:

Introducing Internet gaming disorder.-

Criteria for diagnosing Internet gaming disorder.-

-Examine some of the results of previous studies on Internet gaming disorder.

-Examine some of the results of previous studies on therapeutic interventions to reduce Internet gaming disorder.

**Suggestions and recommendations:**

In light of the previous studies and the theoretical framework, several proposals and recommendations were presented.

الألعاب عبر الإنترنت أو ألعاب الفيديو هي صناعة عالمية تبلغ قيمتها مليار دولار وهي مستمرة في التوسع والابتكار. ( King,&Delfabbro,2020 ) ومع التطور السريع للهواتف الذكية والشبكات اللاسلكية، أصبحت ممارسة الألعاب عبر الإنترنت في أي وقت وفي أي مكان أحد الأشكال الرئيسية للترفيه لدى الأطفال والمراهقين والشباب، ومع ذلك، أدى الوصول المريح إلى ألعاب الإنترنت أيضًا إلى زيادة عدد الأشخاص الذين أصبحوا مدمنين عليها، وتحظى ألعاب الفيديو بشعبية كبيرة بين الشباب في جميع أنحاء العالم، وعند استخدامها باعتدال، فهي مفيدة لتخفيف التوتر والاستمتاع والتواصل مع الآخرين، وتصبح ألعاب الإنترنت مرضية عند استخدامها بشكل مُفرط، وقد ينتج عن ذلك اضطراب ألعاب الإنترنت (IGD) Internet Gaming Disorder .

(He ,Pan, Nie, Zheng, & Chen, 2021) قد أدرجت الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA, 2013) "اضطراب الألعاب عبر الإنترنت" (IGD) في الإصدار الخامس من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية DSM-5 ، وأدرجت منظمة الصحة العالمية "اضطراب الألعاب" في المراجعة الحادية عشر للتصنيف الدولي للأمراض (Zajac, Ginley & Chang,2020).ICD-11

ومنذ أن عرّفت منظمة الصحة العالمية (World Health Organization, 2018)

Game Addiction إدمان الألعاب بأنه مرض، أصبح هناك اهتمام أكاديمي كبير حول استخدام الألعاب المشكل (PGU) Problematic Gaming Use (Ok, . 2021)

ولا يزال هناك العديد من الخلافات والمخاوف المتعلقة بإدراج اضطراب IGD في DSM-5، و ينص الدليل DSM-5 نفسه على أن الاضطراب الجديد يتطلب مزيدًا من الدراسة، ويشير تشخيص "اضطراب ألعاب الإنترنت" و "اضطراب الألعاب" إلى مشكلة استخدام ألعاب الكمبيوتر، وفي DSM-5، تم سرد تسعة معايير لاضطراب الألعاب عبر الإنترنت وهي:

- (1) الانشغال المفرط بلعب ألعاب الكمبيوتر، (٢) أعراض الانسحاب، (٣) تطوير التسامح "الحاجة إلى قضاء أوقات متزايدة في المشاركة في ألعاب الإنترنت"، (٤) محاولات غير ناجحة للتحكم في اللعب، (٥) فقدان الاهتمام بالهوايات والأنشطة الترفيهية (الأخرى) السابقة، (٦) استمرار اللعب المفرط، على الرغم من التبصر بالعواقب النفسية والاجتماعية،

(٧) خداع الآخرين فيما يتعلق بنطاق اللعب، (٨) استخدام ألعاب الكمبيوتر للهروب أو التعويض عن الحالة المزاجية السلبية، (٩) المخاطرة أو فقدان علاقة مهمة أو وظيفة أو تدريب / فرصة مهنية بسبب اللعب، وإذا تم استيفاء خمسة أو أكثر من هذه المعايير التسعة، والتي تولد أضراراً أو محنة كبيرة لمدة لا تقل عن ١٢ شهراً؛ فيمكن إعطاء تشخيص اضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD. (Wartberg, Kriston, & Thomasius, 2020)

ويرتبط اضطراب الألعاب عبر الإنترنت، بالإحباط اليومي للاحتياجات الأساسية (أي الكفاءة والاستقلالية والارتباط)، ودوافع الألعاب الخارجية الأقوى، وإحباط الحاجة اليومية يُقوض ويُضعف ضبط النفس؛ مما يسهم في ارتفاع اضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD. (Mills, & Allen, 2020)

ويشير يو وآخرون (Yu, Mo, Zhang, Li, & Lau, 2021) وميلز وألين (2020) ، Mills, & Allen إلى أن اضطراب ألعاب الإنترنت (IGD) وألعاب الفيديو يسبب العديد من الأضرار الجسدية والنفسية، ويسبب انخفاض الأداء الأكاديمي والرفاهية الاجتماعية والصحة النفسية والعقلية لدى المراهقين.

وأظهرت نتائج دراسة وونغ وآخرون (Wong, Mo, Potenza, Chan, Lau, & Lin, 2020) أن استخدام الألعاب عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي يُعد أمراً سائداً وجزءاً لا يتجزأ من حياة العديد من الأفراد، ومع ذلك، فالمشاركة المفرطة في أي منهما يمكن أن يؤدي إلى آثار سلبية، وأكدت النتائج علي أن شدة استخدام الألعاب عبر الإنترنت، وشدة الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي يرتبطان بزيادة الضغوط النفسية (قلق، اكتئاب، توتر)، وضعف جودة النوم.

وأشارت نتائج دراسة يوان وآخرون (Yuan, Elhai, & Hall, 2021) إلى أن شدة الاكتئاب كانت مرتبطة بشكل كبير بزيادة أعراض استخدام الهاتف الذكي المُشكل PSU، واضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD.

كما أوضح وانغ وتشينغ (Wang, & Cheng, 2021) أن كل من القلق الاجتماعي والوحدة النفسية والاكتئاب يرتبط باضطراب الألعاب عبر الإنترنت.

وتوصلت نتائج دراسة وارترج وآخرون (Wartberg, Kriston, & Thomasius, 2020) إلى أن أعراض الاكتئاب، وانخفاض الثقة بين الأشخاص،

وانخفاض وظيفة ودور الأسرة كانت مرتبطة إحصائياً بشكل كبير مع كل من اضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي المُشكل PSMU، وارتبط جنس الذكور وانخفاض التحصيل الدراسي باضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD، وارتبط جنس الذكور باضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي المُشكل PSMU، في حين أن انخفاض العمر، والأعراض الأكثر اكتئاباً، وانخفاض أداء الأسرة، واضطراب الألعاب عبر الإنترنت IGD كانت مرتبطة باستخدام وسائل التواصل الاجتماعي المُشكل PSMU .

وأُسفرت نتائج دراسة كيم وآخرون (Kim,Choi,&Kim, 2020) عن أن الاستخدام المفرط للهواتف الذكية يرتبط بشكل سلبي بتقدير الذات بين البالغين الذين يعانون من اضطراب ألعاب الإنترنت، وكان الذكور لديهم تقدير ذات منخفض وإفراط في استخدام الهاتف الذكي أكثر من الإناث، وبناءً على النتائج، يجب بذل المزيد من الجهود لتقليل الاستخدام المفرط أو المُشكل للهواتف الذكية من خلال تطوير تدخلات إرشادية وعلاجية، لأولئك الذين يعانون من اضطراب ألعاب الإنترنت.

ويشير كنج ودلفابرو ( King,&Delfabbro, 2020 ) إلى تطور التدخلات الإرشادية والعلاجية الخاصة باضطراب الألعاب عبر الإنترنت بشكل مطرد خلال العقد الماضي، ولكنها لا تزال محدودة للغاية، خاصة فيما يتعلق بالوقاية من هذا الاضطراب. وقد اتضح من نتائج دراسة هي وآخرون (He,Pan, Nie, Zheng, & Chen, 2021) فعالية التعديل السلوكي، حيث إنه قد انخفضت درجات شدة اضطراب ألعاب الإنترنت ومستوى القلق والشغف لدي الشباب مدمني الألعاب عبر الإنترنت.

وتبين من خلال نتائج دراسة هان وآخرون (Han, Seo,Hawang, Kim, Han, 2020) أن العلاج المعرفي السلوكي (CBT) كان علاجاً فعالاً لاضطراب ألعاب الإنترنت (IGD). حيث انخفض مستوى إدمان الإنترنت، والاكتئاب، والقلق، والاندفاع، والتجنب الاجتماعي، وحدث تحسن في مستويات الانتباه والتماسك الأسري.

## المقترحات والتوصيات:

على ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة يمكن تقديم المقترحات التالية:

١. هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات حول اضطراب الألعاب عبر الإنترنت وعلاقته بالمتغيرات النفسية الأخرى.
٢. دراسة العوامل الكامنة وراء أعراض اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.
٣. دراسة كيفية خفض وتقليل وعلاج اضطراب الألعاب عبر الإنترنت عن طريق البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية.
٤. دراسة مقارنة بين فعالية أنواع مختلفة من العلاجات النفسية في علاج اضطراب الألعاب عبر الإنترنت.

## المراجع

- **American Psychiatric Association (APA), (2013).** American Psychiatric Association (APA) Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5) (5th ed.), American Psychiatric Association, Washington, DC (2013)
- **Han, J., Seo, Y., Hawang, H., Kim, S.M., & Han, D.H. (2020).** Efficacy of cognitive behavioural therapy for internet gaming disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27, Issue 2, March/April 2020, Pages 203-213, <https://doi.org/10.1002/cpp.2419>
- **He, J. Pan, T., Nie, Y., Zheng, Y., & Chen, S. (2021).** Behavioral modification decreases approach bias in young adults with internet gaming disorder. *Addictive Behaviors*, 113, February 2021, 106686, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106686>
- **Kim, H., Choi, Y., & Kim, D. -J. (2020).** Excessive Smartphone Use and Self-Esteem Among Adults With Internet Gaming Disorder: Quantitative Survey Study. *JMIR Mhealth Uhealth* 2020;8(9):e18505
- **King, D.L. & Delfabbro, P.H. (2020).** Chapter 7 - Gaming disorder in young people. (Pages 159-187). In Hodes, M., Gau, S.S.-F. & de Vries, P.J. Starting at the Beginning: Laying the Foundation for Lifelong Mental Health. Copyright © 2020 Elsevier Inc. All rights reserved. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819749-3.00007-5>
- **Mills, D., J., & Allen, J., J. (٢٠٢٠).** Self-determination theory, internet gaming disorder, and the mediating role of self-control. *Computers in Human Behavior*, 105, April 2020, 106209, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106209>
- **Ok, C. (2021).** Extraversion, loneliness, and problematic game use: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 168, 1 January 2021, 110290, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110290>
- **Wang, H.-Y., & Cheng, C. (2021).** New perspectives on the prevalence and associated factors of gaming disorder in Hong Kong community adults: A generational approach. *Computers in Human Behavior*, 114, January 2021, 106574, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106574>
- **Wartberg, L., Kriston, L., & Thomasius, R. (2020).** Internet gaming disorder and problematic social media use in a representative sample of German adolescents: Prevalence estimates, comorbid depressive symptoms and related psychosocial aspects. *Computers in Human Behavior*, 103, February 2020, Pages 31-36, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.09.014>
- **Wong, H., Y., Mo, H., Y., Potenza, M., N., Chan, M., N., M., Lau, W., M., Chui, T., K., Pakpour, A., H., & Lin, C.-Y. (2020).** Relationships



between Severity of Internet Gaming Disorder, Severity of Problematic Social Media Use, Sleep Quality and Psychological Distress. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2020, 17(6), 1879; <https://doi.org/10.3390/ijerph17061879>

- **Yu, Y., Mo, P.K.H., Zhang, J., Li, J. & Lau, J.T.F. (2021).** Why is Internet gaming disorder more prevalent among Chinese male than female adolescents? The role of cognitive mediators. *Addictive Behaviors*, 112, January 2021, 106637, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106637>
- **Yuan, G., Elhai, J.D., & Hall, B., J. (2021).** The influence of depressive symptoms and fear of missing out on severity of problematic smartphone use and Internet gaming disorder among Chinese young adults: A three-wave mediation model. *Addictive Behaviors*, Volume 112, January 2021, 106648, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106648>.
- **Zajac, K., Ginley, M., K., & Chang, R. (2020).** Treatments of internet gaming disorder: a systematic review of the evidence. *Journal Expert Review of Neurotherapeutics*, 20, 2020-Issue 1