ألعاب الفيديو والكمبيوتر والتأثير النفسي والجسدي

هند عبد العزيز

في العطلة الصيفية يحتار الأهل، حول كيفية تمضية أطفالهم لهذه العطلة، وإذا طرح السؤال عما يسعد الأولاد خلال إجازتهم، فإجابة نسبة كبيرة منهم، تأتي لصالح أحدث ألعاب الكمبيوتر والفيديو.

فهل يجب تحقيق رغبتهم، هذه، وما قد يترتب عن ذلك من ساعات طويلة أمام جهاز الكمبيوتر أو التلفزيون؟ أم من الأفضل شراء القصص للشخصيات الأكثر «رواجاً»، أو الألعاب الأخف عنفاً والمنمية للذكاء؟

إجابة عدد لا يُستهان به من الأمهات متشابهة: «الكتب مصيرها المكتبة، والألعاب المنمية للذكاء، مرصوفة في قاع الخزانة».

يقول الكاتب الأمريكي ستيفن جونسون صاحب كتاب: «ليس كل ما هو سيّء غير جيد لك: كيف تسهم التكنولوجيا الحديثة في تطوير ذكائنا». إنّ مجمل ألعاب الفيديو والكمبيوتر ليست للبسطاء، بل إنها تتطلّب مهارات معينة، وفي الوقت نفسه تطور التناسق الحركي البصري الذي يُقرّ به حتّى النقاد.

وتمتاز ألعاب الكمبيوتر والفيديو بنواحٍ إيجابية، فهي تنمّي الذاكرة وسرعة التفكير، كما تطوّر حسّ المبادرة، التخطيط والمنطق. ومثل هذا النوع من الألعاب يخلق نوعاً من التآلف مع التقنيات الجديدة، بحيث يجيد الأطفال تولي تشغيل المقود، واستعمال عصا التوجيه، والتعامل مع تلك الآلات باحتراف، كما تعلّمهم القيام بمهام الدفاع والهجوم في آن واحد وتحفّز هذه الألعاب التركيز والانتباه، وتنشّط الذكاء، لأنها تقوم على حل الأحاجي أو ابتكار عوالم من صنع المخيلة ليس هذا فحسب، بل أيضاً تساعد على المشاركة.

ويمكن القول إنّ التكنولوجيا بما فيها ألعاب الفيديو والكمبيوتر وحتى البرامج التلفزيونية، أسهمت في زيادة نسبة الذكاء إذا ما قارنّا هذه النسبة مع ما كانت عليه في العقود الماضية. لقد قام الأمريكي جيمس فلين بتحليل معدّلات الذكاء (I.Q.) على فترة عدّة عقود ليجد أنّ معدّل الذكاء زاد بنسبة 13.8 نقطة عبر 46 سنة. أي أن شخصاً كان ضمن العشرة الأوائل في المئة بالولايات المتحدة في عام 1920 أصبح في الثلث الأخير لمعدّلات الذكاء في يومنا هذا. ويعتقد فلين أنّ السبب في ذلك هو التعقيد، والتحدّيات التي تفرضها الثقافة الحديثة على عقولنا. إنّ التقنيات الجديدة تقدّم طريقة جديدة للقيام بالأمور، وتدقّ أبواب مهارات جديدة لم يسبق لنا استخدامها من قبل. لذلك لا يجب علينا الخوف من الطرق الجديدة للقيام بأي نشاط. وبينما يُجْبَر الأولاد على التفكير مثل الراشدين، يجب على الرّاشدين التعلّم من الأولاد وحلّ رموز كلّ موجة تكنولوجية جديدة واكتشاف المكافآت الفكرية التي تقدّمها لنا تلك الألعاب.

صحيح أن الطفل حين يلعب يكون غالباً وحيداً، لكن لإيجاد الحلول وحلّ الألغاز، يحتاج للاستعلام من أصدقائه ومن الباعة عن الألعاب قبل شرائها، وأحياناً اللجوء إلى المجلات المتخصصة بالألعاب واستعارتها. إذ يحتاج إلى إقامة الحجج، وطرح الأسئلة، والحصول على شروحات وتبادل المعلومات. وهذه الأبعاد من المشاركة مهمة، حتى وإن كان الأهل لا يلحظونها.

يتساءل الأهل باستمرار عما إذا كانت ألعاب الكمبيوتر والفيديو هدايا «مسمومة» ولقد ارتفعت بعض الأصوات متهمة ألعاب الفيديو والكمبيوتر، بتأثيرها السلبي على الأولاد، وإصابتهم بحالات من الهيجان والانفعالات، ولقد رصدت بعض الحالات، لكن لدى أشخاص مرضى أساساً.

ويرى المتخصصون النفسانيون، «أن أكثر الألعاب عنفاً، لا تجعل من الأطفال والمراهقين مجرمين، سيعمدون إلى القتل فعلياً. فالأهل الذين يخشون ذلك، يخلطون بين الواقع الافتراضي. وفي المقابل، فإن الألعاب تخلق أجواءً من الإثارة والحماس، مما يجعل المراهقين كثيري الحركة والنشاط، ولكن دقائق قليلة، وتستكين طاقتهم».

ومن الآراء قد يجد البعض أن هذه الألعاب تحرم الأطفال من المشاركة وتبعدهم عن أترابهم، وتولّد لديهم تبعية يصعب التخلّص منها. والأسوأ من ذلك أنها تفصلهم عن الواقع، وتجعلهم عنيفين بالتقليد.

ويرى الدكتور علي الحرجان، طبيب الأمراض النفسية، «أن استخدام برامج الكمبيوتر بشكل صحيح، مصدر للمعرفة والمعلومات، شرط ألا يتحوّل الأمر إلى «إدمان» عندها يترتب عن ذلك

أضرار جسمية ونفسية - اجتماعية، وهنا يأتي دور الأهل في إرشاد وتوجيه أولادهم، كالسماح لهم باللعب مدة ساعتين مثلاً، ثم اصطحابهم إلى ناد رياضي، أو القيام بزيارة إلى أحد الأقارب أو الأصدقاء.

ويضيف الحرجان: «من حق الأولاد التمتع بأوقات فراغهم بالشكل الذي يناسبهم، ومن واجب المؤسسات تأمين برامج ترفيهية وتثقيفية تتناسب ورغبات الأطفال والأحداث، كبرامج سياحية، رياضية... أي إيجاد البدائل عن الكمبيوتر وعن الانترنت. ومن واجب الأهل مشاركة أولادهم حياتهم اليومية وتفهم سلوكياتهم والحالة التي يمرون بها».

يدق ناقوس الخطر، حين تظهر عوارض إدمان «ألعاب الكمبيوتر»، بشكل يثير تساؤلات في المنزل، فيمتنع الطفل أو المراهق، كما يوضح الدكتور الحرجان، عن رؤية أصحابه واللعب معهم، وعن مشاركة أفراد العائلة لقاءاتهم حول مائدة واحدة، لأنه لا يرغب في ترك الحاسوب، أو الابتعاد عن شاشة التلفزيون بل ويذهب به الأمر إلى عدم النوم بصورة كافية ومنتظمة، وتغادر شفتيه الابتسامة، كما يبتعد عن هواياته الأخرى التي كان يمارسها.

وهنا تظهر ضرورة التعليم والشرح وتوضيح مخاطر هذه البرامج للطفل أو المراهق، والتأكيد له أن الموضوع لا يؤذي الأهل، بل هو المتضرر الأول والخاسر الأكبر.

ويعزو أحد الباحثين الذي يتناول تأثير ألعاب الكمبيوتر على انعزال الأطفال والمراهقين، أسباب هذه الظاهرة، ليس إلى الكمبيوتر، بل على العكس، فإن الأطفال العاجزين عن التواصل مع الآخرين، يتجهون إلى نشاط أو لعبة منفردة، وبالتالي فإن عدم المخالطة هي سبب إدمان اللعبة، وليس العكس.

وتوجد هنالك صلة قوية بين العاب الفيديو العنيفة والسلوك العدواني، إذ وجدت دراسة إن السلوك العنيف للمراهقين يزداد بنسبة 13-22 عن طريق لعب العاب الفيديو العنيفة. وتوصي الأكاديمية الأمريكية لأطباء الأطفال بإبعاد العاب الفيديو العنيفة عن المنازل حتى لا يراها أو يلعب بها الأطفال الصغار. > ألعاب الفيديو العنيفة تعلم الأطفال تقليد السلوك العدواني، من خلال تكرار السلوك العنيف.

حيث تضع هذه الألعاب اللاعب في دور المعتدي، وتقدم مكافآت ايجابية للسلوك العنيف.

مثل الفوز أو تحقيق أعلى النقاط. وفي مسح تلفزيوني لآثار ألعاب الفيديو علي الأطفال، قال أحد الأطفال أنه يريد أن يكون لصاً، وذلك لأن إحدى الألعاب التي كان يلعبها جعلت من اللص (المجرم) بطلاً . كما أنها تسبب الإدمان، فبعض الأطفال يلعبون ساعات طوال من أجل تحسين مهارات لعبهم.

تصنيف ألعاب الفيديو

بدأ نظام تصنيف العاب الفيديو عام 1990، لمساعدة الوالدين في تحديد ملائمة محتوى لعبة الفيديو مع عمر الطفل. على الرغم من هذه التصنيفات، أظهرت الأبحاث أن الأطفال ما زالوا قادرين على الوصول إلى معظم أنواع العاب الفيديو وبغض النظر عن أعمارهم. في دراسة قامت بها الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال، تبين أن 90 من الآباء لم يفحصوا ملائمة تصنيف ألعاب الفيديو مع عمر أطفالهم. بينما كثير منهم لا يدرك حتى وجود نظم لتصنيف ألعاب الفيديو! ونظام التصنيف الأكثر استخداماً هو برنامج مجلس تصنيف ألعاب الترفيه، وهو مبني على أساس العمر، مع وصف لمحتوى العنف والمشاهد الدموية، واللغة المستخدمة، والكراهية، التعري، والقمار، واستخدام المخدرات والتبغ والكحول.

نظام التصنيف :

في مرحلة الطفولة المبكرة (EC)، هذه الألعاب مناسبة للأطفال بعمر 3 سنوات أو أكبر.

(E) مناسب للأطفال بعمر 6 سنوات وما فوق وقد تحتوي الألعاب على الحد الأدنى من العنف أو اللغة العنيفة.

سن المراهقة (T) مناسبة للأعمار من 13 سنة فأكثر. قد تحتوي على عنف، ولغة معتدلة أو عنيفة.

(M) مناسبة للأعمار من 17 سنة فأكثر. قد تحتوي على عنف أكثر أو لغة عنيفة أو مشاهد للبالغين الكبار فقط.

(AO) مناسبة للبالغين فقط. وتتضمن مشاهد عنيفة، ولا يفترض أن تباع إلى أي شخص دون 18 عاماً.

اسمحوا لطفلكم أن يلعب بألعاب الفيديو ولكن ساعدوه على اختيار اللعبة التي تناسب عمره،

وحاولوا أن تنظروا إلي ما هو ايجابي في العاب الفيديو دون أن تحرموا طفلكم او تجعلوه يشعر بأنه مختلف عن أقرانه.

نظام (PEGI):

هو نظام أوروبي لتقييم محتوى ألعاب الفيديو الذي أنشئ لمساعدة الآباء الأوروبيين على اتخاذ قرارات مستنيرة بشأن شراء ألعاب الكمبيوتر مع شعارات على صناديق الألعاب. تم تطويره من قبل الاتحاد الأوروبي للبرمجيات التفاعلية (Interactive Software Federation of Europe أو ISFE) ودخلت حيز الاستخدام في نيسان/أبريل 2003؛ وحلت محل العديد من أنظمة التقييم الوطنية مع نظام أوروبي موحد، ويستخدم الآن في أكثر من ثلاثين بلداً.

تصنيف الأعمار:

- 3: يعتبر المحتوى من هذه الألعاب مُصنف على أنه مناسب لجميع الفئات العمرية. قد يتواجد بعض العنف ولكن تعتبر في سياق كوميدي (كمثال: توم وجيري) الطفل لا ينبغي أن يكون قادرا على ربط الشخصيات على الشاشة مع الشخصيات في الحياة الواقعية. الألعاب التي تمتلك هذا التصنيف لاتحتوي على كلام بذيء أو أصوات تخيف الأطفال. بشكل عام هذا التصنيف يعتبر آمن ومناسب للأطفال لمن أعمارهم في سن الثالثة وفوق.
- 7: يعتبر هذا المحتوى من الألعاب مشابه لتصنيف PEGI 3 ولكن الفرق هنا هو أن الألعاب التي تحتوي على هذا التصنيف من المحتمل وجود بعض المشاهد المخيفة أو الأصوات المخيفة لذلك تم وضعها في هذا التصنيف المناسب لمن أعمارهم في سن السابعة وفوق.
- 12: تم تصنيف الألعاب التي تحتوي على هذا الرمز على أحتواءها بعض أعمال العنف القليلة. واحتواءها على ألفاظ سيئة بسيطة و مناظر تتدرج تحت البيئات الخيالية والغير حقيقة.. هذا التصنيف مناسب لمن أعمارهم في سن الـ 12 وفوق.
- 16: تم تصنيف الألعاب التي تحتوي على هذا الرمز على تصويرها لمشاهد عنيفة قد تصل إلى مرحلة تجعل اللاعبين يتوقعون أنها مشابهة كما هي في الحياة الحقيقية.. وأحتواءها على كلمات بذيئة وغير مناسبة للأطفال. وقد تحتوي على أنشطة إجرامية كإستعمال التبغ والمخدرات، وهذا التصنيف مناسب لمن أعمارهم في سن الـ 16 وفوق.
- 18: تم تصنيف الألعاب التي تحتوي على هذا الرمز على احتواءها لمشاهد عنيفة جداً والذي من شأنها أن تجعل اللاعب يشعر بالاشمئزاز من قوة هذه المشاهد. جميع الألعاب تذكر سبب وضعها في هذا التصنيف سواءً كانت تحتوي على: العنف، الكلام البذيء، مشاهد مخيفة، مشاهد جنسية ، مخدرات، تفرقة عنصرية، قمار ... وهذا التصنيف مناسب لمن أعمارهم في سن الـ 18 وفوق.

وأظهرت دراسة نرويجية أن ألعاب الكمبيوتر العنيفة تحدث تأثيراً على الأطفال أقل من ذلك الذي تحدثه وسائل الإعلام الأخرى مثل الأفلام وأشرطة الفيديو. وقالت الهيئة العامة النرويجية للسينما إن الدراسة تهدف إلى مساعدة المعنيين في هذا المجال على فهم تأثير ألعاب الكمبيوتر العنيفة على الأطفال.

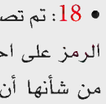
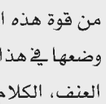
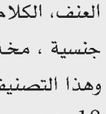
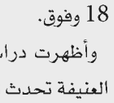
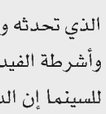
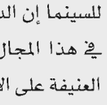
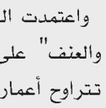
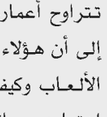
واعتمدت الدراسة المعنونة "ألعاب الكمبيوتر والعنف" على مقابلات مطولة مع 15 طفلاً تتراوح أعمارهم بين 11 و19 عاماً. وخلصت إلى أن هؤلاء الأطفال يهتمون بطريقة تصميم الألعاب وكيفية اللعب بها على نحو أكبر من اهتمامهم بالصور التوضيحية العنيفة التي تحتويها.

واستخدم الباحث فالتين كارلسين من معهد الإعلام والاتصال في جامعة أوسلو اللعبة المعروفة باسم "كارماجدون 2" أساساً لدراسته. وتعطي هذه اللعبة نقاطاً أكثر لدهس أكبر عدد ممكن من الأشخاص والحيوانات في السباق. وعندما تصاب هذه الكائنات في اللعبة فإن الضحايا يمزقون إرباً إرباً وتسيل الدماء منهم.

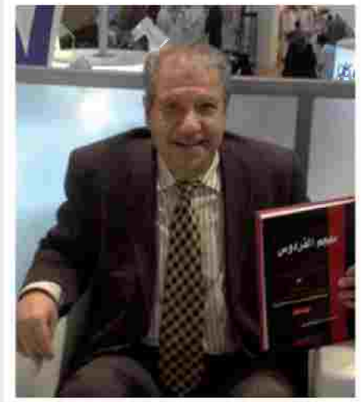
وركز الباحث على هذه اللعبة لأنها كانت من العنف بحيث إن بعض البلدان، مثل هولندا والبرازيل، حظرت استيرادها عند أول ظهور لها عام 1998.

وقال كارلسين في بيان صحفي إن الأطفال –حتى في هذه اللعبة– ركزوا على طريقة اللعب بشكل أكبر من العنف. وأوضح أنه عندما طلب من العينات أن يصفوا اللعبة لوحظ أن العنف لم يترك لديهم الانطباع الأقوى، بل كان جل اهتمامهم يتركز على كيفية الوصول إلى الهدف. وأكد أن الأطفال وصفوا العنف بأنه مبالغ فيه وغير واقعي.

وقد أجازت الهيئة النرويجية الدراسة باعتبارها جزءاً من مشروع يستهدف وضع حدود عمرية لمختلف أنواع الألعاب، اعتماداً على محتواها.

الرمز	واصف المحتوى	التصنيف العمري المناظر
	اللعبة تحتوي على تصوير مشاهد عنف.	18 16 12 7
	اللعبة تحتوي على ألفاظ نابية وغير مناسب للأطفال.	18 16 12
	اللعبة قد تكون مخيفة أو مرعبة للأطفال الصغار.	7
	اللعبة التي تصور التعري أو السلوك الجنسي أو الإشارات الجنسية.	18 16 12
	اللعبة تشير إلى إستخدام وتعاطي المخدرات.	18 16
	الألعاب التي تشجع أو تعلم لعب القمار.	18 16 12
	اللعبة تحتوي على أشياء تشجع على التمييز (المقصود بها العنصرية).	18
	اللعبة يمكن أن تُلعب على شبكة الأنترنت.	18 16 12 7 3

عدتُ إلى لندن وأنا مليء بذكريات حلوة لا تنسى



البروفيسور: مهند الفلوجي - لندن

دُعيت دعوةً خاصة لمعرض الرياض الدولي للكتاب بدعوة من مؤسسة العبيكان للطباعة والنشر ورغم تلكئي في البداية إلا أنهم أقنعوني بضرورة الحضور وحسناً فعلوا لأن كتابي (معجم الفردوس) قد فاز بالدرع وجائزة أفضل كتاب ضمن 8 كتب (المؤلفون كلهم سعوديون عداي أنا العراقي الوحيد)، طالبين ضرورة مجئ المؤلفين المختارين بأنفسهم لتوقيع كتبهم على منصة مميزة هي (شُرفة كبار المؤلفين لمؤسسة العبيكان وعلى المنصة الخاصة بوزارة الثقافة والإعلام) في صالة المعرض الكبيرة في الرياض.

وتمّ لقاء تلفزيوني مباشر معي على منصّة وزارة الثقافة والإعلام حول كتاب (معجم الفردوس). وأبدى الكثير من كبار المؤلفين اهتماماً خاصاً بمعجم الفردوس فقامت مؤسسة العبيكان بإهداء نسخة من معجم الفردوس مجاناً للأساتذة الجامعيين المشهورين كالأستاذ النجيمي والأستاذ آل زُلفى والأستاذ فهد السنيدي.

وهذا الأخير (د. فهد بن عبد العزيز السنيدي) هو أستاذ مساعد في الإعلام ومدير البرامج في قناة المجد الفضائية فأعجب جداً بمشروع معجم الفردوس فدعاني خصيصاً لعمل مقابلة تلفزيونية في برنامجه (ساعة حوار) معي في قناة المجد بالرياض وبعنوان (لغتنا والحضارة ومعجم الفردوس) تحت عنوان كبير: معهد تاريخ الطب والعلوم عند العرب والمسلمين – بريطانيا.

وقد تمّ هذا اللقاء التلفزيوني ودام قرابة ساعة واحدة يوم الاثنين 11 آذار/مارس 2013. وتم بثّ البرنامج يوم الأحد 24 آذار/مارس 2013 وهو يشكل اليوم يوتيوب مهم جداً عن موسوعة (معجم الفردوس).

قام الأستاذ محمد الفريح مدير الطباعة والنشر في العبيكان بترتيب عاجل لمحاضرة في قاعة المؤتمرات للمعرض بعنوان (العربية أم اللغات بشهادة معجم الفردوس) وأُدخلت في جدول المحاضرات بشكل طارئ لأهمية موضوع معجم الفردوس، وأعلن عن المحاضرة باستخدام التويترات الشهيرة لمؤسسة العبيكان والشيخ عائض القرني، وقد شاهد الإعلان قرابة 5 مليون مشاهد!!

في يوم الجمعة 15 آذار/مارس 2013 وهو اليوم الموعود الذي جئت للمعرض من أجله حيث دُعيت إلى منصة وزارة الثقافة والإعلام لتوقيع كتاب (معجم الفردوس). وتم خلالها تصويري وأنا أوقع الكتب وتمّ عمل لقاءين تلفزيونيين آخرين للقناة الثقافية السعودية بنقل مباشر من قلب المعرض.

وفي يوم 16 آذار/مارس 2013 كان موعد مغادرتي الرياض.

شعرت أن رحلتي هذه كانت مهمة جداً بل وحققت جميع الأهداف التي سافرت من أجلها. وأن مؤسسة العبيكان لهي بحق الأولى في الصدارة والحضارة في مجال النشر بل هي الأولى في مجال القيادة والريادة في طباعة الكتب. وقد رجعت مثقلاً بالدرع الكبير (وزنه 5 كغم) إضافة للكثير من الكتب المهداة والمشتراة من معرض الرياض الدولي للكتاب مما أجبرني على دفع حمولة شنطة زائدة (قرابة 85 £) بالطائرة لكني كنت متوقعاً لذلك بل وقفلت راجعاً إلى لندن وأنا مليء بذكريات حلوة لا تنسى أبداً.

مشاهدة الأمسية الثقافية للحوار الأنساني:
إضغط هنا
ولمشاهدة بنامج ساعة حوار مع أ.د. مهند الفلوجي – قناة المجد الفضائية إضغط هنا
ولمشاهدة المحاضرة التي ألقيت في قاعة المؤتمرات في معرض الرياض الدولي للكتاب
(4-1) إضغط هنا
(4-2) إضغط هنا
(4-3) إضغط هنا
(4-4) إضغط هنا