

ألعاب الفيديو والكمبيوتر والتأثير النفسي والجسدي

هند عبد العزيز



أضرار جسدية 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 الأقراب 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 وتهم سلوكياتهم والحالة التي يمرون بها».

يدق ناقوس الخطر، حين تظهر عوارض إدمان «ألعاب الفيديو»، 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 شفثيه 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 يؤدي الأهل، بل هو المتضرر الأول والخاسر الأكبر.

ويعزو أحد الباحثين الذي يتناول تأثير ألعاب الفيديو 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 ألعاب الفيديو العنيفة والسلوك العدواني، إذ وجدت دراسة إن السلوك العنيف للمراهقين يزداد بنسبة 13-22 عن طريق لعب ألعاب الفيديو العنيفة. وتوصي الأكاديمية الأمريكية لأطباء الأطفال بإبعاد ألعاب 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.

شروحات وتبادل المعلومات. وهذه الأبعاد من المشاركة مهمة، حتى وإن كان الأهل لا يلاحظونها. يتساءل الأهل باستمرار عما إذا كانت ألعاب الفيديو والفيديو هدايا «مسمومة» ولقد ارتفعت بعض الأصوات متهمه 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 كثيرون الحركة والنشاط، ولكن دقائق قليلة، وتستكين طاقتهم».

ومن الآراء قد يجد البعض أن هذه الألعاب تحرم الأطفال من المشاركة وتبعدهم عن أترابهم، وتولد لديهم تبعية يصعب التخلص 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 يتحول الأمر إلى «إدمان» عندها يترتب عن ذلك

فيها ألعاب الفيديو والكمبيوتر وحتى البرامج التلفزيونية، أسهمت في زيادة نسبة الذكاء إذا ما قارنا هذه النسبة مع ما كانت عليه في العقود الماضية. لقد قام الأمريكي جيمس فلين بتحليل معدلات الذكاء (I.Q.) على فترة عدة عقود ليجد أن معدل 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 لمعدلات الذكاء في يومنا هذا. ويعتقد فلين أن السبب في ذلك هو التعقيد، والتحديات التي تفرضها الثقافة الحديثة على عقولنا. إن التقنيات الجديدة تقدم طريقة جديدة للقيام بالأمور، وتدق أبواب مهارات جديدة لم يسبق لنا استخدامها من قبل. لذلك لا يجب علينا الخوف من الطرق الجديدة للقيام بأي نشاط. وبينما يجبر الأولاد على التفكير مثل الراشدين، يجب على الراشدين التعلم من الأولاد وحل رموز كل موجة تكنولوجية جديدة واكتشاف المكافآت الفكرية التي تقدمها لنا تلك الألعاب.

صحيح أن الطفل حين يلعب يكون غالباً وحيداً، لكن لإيجاد الحلول وحل الألفاظ، 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

في العطله الصيفية يختار الأهل، حول كيفية تمضية أطفالهم لهذه العطله، وإذا طرح السؤال عما يسعد الأولاد خلال إجازتهم، فإجابة نسبة كبيرة منهم، تأتي لصالح أحدث ألعاب الفيديو.

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 والتنمية 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 سيء غير جيد لك: كيف تسهم التكنولوجيا الحديثة في تطوير ذكائنا». إن مجمل ألعاب الفيديو والكمبيوتر ليست للبيضاء، بل إنها تتطلب مهارات معينة، وفي الوقت نفسه تطور التناسق الحركي البصري الذي يُقَرَّب به حتى النقاد.

وتمتاز ألعاب الكمبيوتر والفيديو بنواح إيجابية، فهي تميّ الذكرة 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 تعلمهم القيام بمهام الدفاع والهجوم في آن واحد وتحفز هذه الألعاب التركيز والانتباه، وتنشط الذكاء، لأنها تقوم على حل الأحاجي أو ابتكار عوالم من صنع الخيلة ليس هذا فحسب، بل أيضاً تساعد على المشاركة. ويمكن القول إن التكنولوجيا بما

أساس العمر، مع وصف لمحتوى العنف والمشاهد الدمية، 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 ساعده على اختيار اللعبة التي تناسب عمره،

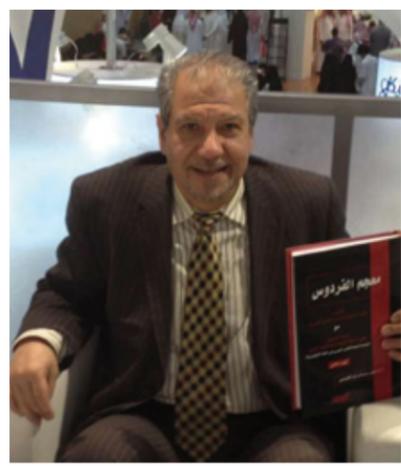
مثل الفوز أو تحقيق أعلى النقاط. وفي مسح تلفزيوني لأثار ألعاب الفيديو على الأطفال، قال أحد الأطفال أنه يريد أن يكون لصاً، وذلك لأن إحدى الألعاب التي كان يلعبها جعلت من اللص (المجرم) بطلاً. كما أنها تسبب الإدمان، فبعض الأطفال يلعبون ساعات طوال من أجل تحسين مهارات لعبهم.

تصنيف ألعاب الفيديو

بدأ نظام تصنيف ألعاب 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 ألعاب 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



عدت إلى لندن وأنا مليء بذكريات حلو لا تنسى



البروفيسور: مهدي الفلوجي - لندن

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 لحي بحق الأولى في الصدارة والحضارة في مجال النشر بل هي الأولى في مجال القيادة والريادة في طباعة الكتب. وقد رجعت مثقلاً بالدرج الكبير (وزنه 5 كغم) إضافة للكثير من الكتب المهذبة والمشتراة من معرض الرياض الدولي للكتاب مما أجبرني على دفع حمولة شنتلة زائدة (قرابة 85 £) بالطائرة لكنني كنت متوقفاً لذلك بل وقلقت راجعاً إلى لندن وأنا مليء بذكريات حلوة لا تنسى أبداً.

مشاهدة الأسمية الثقافية للحوار الأنساني:

إضغط هنا

ولمشاهدة برنامج ساعة حوار مع أ.د. مهدي الفلوجي - قناة المجد الفضائية اضغط هنا
ولمشاهدة المحاضرة التي ألقيت في قاعة المؤتمرات في معرض الرياض الدولي للكتاب

(1-4) اضغط هنا

(2-4) اضغط هنا

(3-4) اضغط هنا

(4-4) اضغط هنا

المجد بالرياض وبعنوان (لفتنا والحضارة ومعجم الفردوس) تحت عنوان كبير: معهد تاريخ الطب والعلوم عند العرب والمسلمين - بريطانيا. وقد تم هذا اللقاء التلفزيوني ودام قرابة ساعة واحدة يوم الاثنين 11 آذار/مارس 2013. وتم بث 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) وأدخلت 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 وتم عمل لقاءين تلفزيونيين آخرين للقناة الثقافية السعودية بنقل مباشر من قلب المعرض.

دُعيت دعوة خاصة لمعرض الرياض الدولي للكتاب بدعوة من مؤسسة العبيكان للطباعة والنشر ورغم تلكتي في البداية إلا أنهم أقتنعوني بضرورة الحضور وحسناً فعلوا لأن كتابي (معجم الفردوس) قد فاز بالدرج 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 (شرفة كبار المؤلفين لمؤسسة العبيكان وعلى المنصة الخاصة بوزارة الثقافة والإعلام) في صالة المعرض الكبيرة في الرياض.
وتم لقاء تلفزيوني مباشر معي على منصة 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 للأستاذة الجامعيين المشهورين كالأستاذ النجيمي والأستاذ آل زلفى والأستاذ فهد السندي.
وهذا الأخير (د. فهد بن عبد العزيز السندي) 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

• 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 سواء 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 وأشربة 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.

الرمز	واصف المحتوى	التصنيف العمري المناظر
	اللعبة تحتوي على تصوير مشاهد عنف.	18 16 12 7
	اللعبة تحتوي على ألفاظ نابية وغير مناسبة 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 استخدام 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 الأترنت.	18 16 12 7 3

وحاولوا أن تتظروا إلي ما هو ايجابي في العابر 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 للمبرمجيات التفاعلية (Interactive Software Federation of Europe) (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 مُصنّف على أنه مناسب لجميع الفئات العمرية. قد يتواجد بعض العنف ولكن تعتبر في سياق كوميدي (كمثال: توم وجيري) الطفل لا ينبغي أن يكون قادراً على ربط الشخصيات على الشاشة مع الشخصيات في الحياة الواقعية. الألعاب التي تمتلك هذا التصنيف لا تحتوي 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 احتواءها بعض أعمال العنف القليلة. واحتواءها على ألفاظ سيئة بسيطة و مناظر تدرج تحت البيئات الخيالية وغير حقيقية.. 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.. واحتواءها على كلمات بذيئة وغير مناسبة للأطفال. وقد تحتوي على أنشطة إجرامية كاستعمال التبغ والمخدرات، وهذا التصنيف مناسب لمن أعمارهم في سن الـ 16 وفوق.