



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



الرقم التسلسلي:/ 2025

رقم التسجيل: 202035067431 / 202035067451

أنماط التعلق و رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن للألعاب الإلكترونية "فري فاير" أنموذجاً - لتلاميذ مؤسسة التعليم المتوسط -
(دراسة عيادية لحالتين بمتوسطة بن الذيب بلقاسم بالمسيلة)

مذكرة تخرج مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في

تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الدكتورة:

د. أسماء لجلط

شعبة: علم النفس

إعداد الطالبتين:

أميرة ديلمي

أسماء دوفي

السنة الدراسية: 2025/2024

سورة التوبة

إهداء

الحمد لله وكفى و الصلاة على المصطفى وأهله ومن وفى أما بعد:
ما سلكتنا البدايات إلا بتيسيره، وما بلغنا النهايات إلا بتوفيقه، وما حققنا

الغايات إلا بفضل

أهدى تخرجى إلى نفسى الطموحة التى لم تخدلى أبدا ...

و إلى من كان دعاؤها سرُّ نجاحى، إلى من حاكمت سعادتي بخيوط
منسوجة من قلبها، إلى من كانت تتمنى رؤيتي وأنا أحقق هذا النجاح،
أمي الغالية حفظها الله.

إلى من صد الأشواك عن دربي ليمهد لي طريق النجاح، أبي العزيز.
إلى من وهبني الله نعمة وجودهم في حياتي، إلى العقد المتين من كانوا
سنداً لي، إخوتي.

إلى الروح التي عانقتني بالعجب والدعوات، لمن كان سبباً في فرحتي
يوماً ما، إلى كل من جسد أثراً في حياتي.

إلى أحسن من عرفني بهم القدر، إلى من تجلو بالإيحاء و تميزوا بالوفاء
صديقاتي الغاليات.

وأخيراً إلى كل من يؤمن بأن بخور النجاح تغير في ذواتنا قبل أن
تكون في أشياء أخرى

أسماء، أميرة

شكر وتقدير

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

" مَنْ لَمْ يَشْكُرِ النَّاسَ لَمْ يَشْكُرِ اللَّهَ ، وَمَنْ صَنَعَ إِلَيْكُمْ مَعْرُوفًا فَكَافَتْوهُ فَإِنْ لَمْ تَجِدُوا مَا تَكْفُؤُونَهُ فَادْعُوا لَهُ حَتَّى تَرَوْا أَنْكُمْ قَدْ كَافَيْتُوهُ ".
وعملاً بهذا الحديث وإعترافات بالجميل نحمد الله عزوجل ونشكره على أن وفقنا في إتمام هذا العمل.

وإعترافاً بالفضل و تقديرًا للجميل لا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذة المشرفة الدكتورة "جلط أسماء" التي كانت حافزاً ومنبعاً لجهدنا فجزاها الله عنا كل الخير.
وكذلك نشكر أعضاء اللجنة المحترمين على عناء قراءة المذكرة و قبولها وتصويبها.

كما لا يفوتنا أم نتقدم بفائق التقدير و الإحترام لكل أساتذة التخصص بقسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف _بالمسيلة_، حيث جعلوا من الدرس حكاية نعيشها لا معلومات نحفظها.

وفي الأخير شكر خاص وإمتنان لصديقتي في هذا العمل

التي مدت

بيد العون وساعدتني في كل شيء، والتي صححت مساري

ووجهتني برفق حين أخطأت.

والحمد لله التي تتم بنعمته الصالحات.

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على رأس المال النفسي وأنماط التعلق لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية مع التركيز على لعبة فري فاير كنموذج شائع بين هذه الفئة.

حيث إعتدنا في هذه الدراسة على المنهج العيادي و تم تطبيق أدوات البحث (المقابلة العيادية النصف موجهة، المقاييس الثلاثة : مقياس الرأس مال النفسي ل:د/الشيمااء محمود سالمان، مقياس أنماط التعلق ل: سامية محمد صابر، مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية ل:نيفين حسن سعد شاكر) على حالتين من المراهقين أظهرأ سلوكا إدمانيا واضحا اتجاه لعبة فري فاير حيث تم إختيارهم بطريقة قصدية تتراوح أعمارهم بين (14و15سنة).
و قد كشفت النتائج عن التالي:

- لأنماط التعلق الآمن دور إيجابي في ظهور رأس مال نفسي جيد لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.
 - لأنماط التعلق الغير آمنة دور سلبي في ظهور رأس مال نفسي هش لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.
- الكلمات المفتاحية:** الرأس مال النفسي- أنماط التعلق - إدمان الألعاب الإلكترونية - المراهقة - لعبة فري فاير.

Abstract:

This study aimed to explore the relationship between psychological capital and attachment patterns among adolescents addicted to electronic games, with a focus on *Free Fire* as a commonly used model within this group.

The study adopted a clinical approach and applied research tools including a semi-structured clinical interview and three standardized scales: the Psychological Capital Scale by Dr. Shaimaa Mahmoud Salman, the Attachment Styles Scale by Samia Mohamed Saber, and the Video Game Addiction Scale by Nivin Hassan Saad Shaker. These tools were administered to two adolescent cases (aged 14 and 15) who demonstrated clear signs of addictive behavior toward *Free Fire*. The participants were intentionally selected to meet the study criteria.

The results revealed the following:

- Secure attachment styles play a positive role in the development of strong psychological capital in adolescents addicted to *Free Fire*.
- Insecure attachment styles have a negative impact, contributing to the emergence of fragile psychological capital in the same group.

Keywords:

Psychological Capital – Attachment Styles – Video Game Addiction – Adolescence – *Free Fire* .

قائمة المحتويات

فهرس المحتويات

إهداء

شكر وتقدير

ملخص الدراسة

قائمة المحتويات

مقدمة أ

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

الإشكالية: 4

1- فرضيات الدراسة 6

2- أهمية الدراسة: 6

3- أهداف الدراسة: 7

4- تحديد التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة: 7

5- الدراسات السابقة: 8

الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة: 16

أولاً: رأس المال النفسي 16

1. تعريف رأس المال النفسي: 16

2. النظريات المفسرة لرأس المال النفسي: 17

3. أبعاد رأس المال النفسي: 19
4. سمات رأس المال النفسي:..... 22
5. رأس المال النفسي لدى المراهق..... 22
- ثانيا: أنماط التعلق:..... 23
1. مفهوم التعلق:..... 23
2. النظريات المفسرة لأنماط التعلق: 24
3. مراحل التعلق حسب بولبي:..... 27
4. أنماط التعلق: 28
5. تأثير التعلق في مرحلة المراهقة: 31
- ثالثا: الألعاب الإلكترونية..... 31
1. مفهوم الألعاب الإلكترونية:..... 32
2. واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر: 32
3. تأثيرات الألعاب الإلكترونية:..... 33
4. المحركات التشخيصية لإدمان الألعاب الإلكترونية: 36
- 5.دوافع إقبال المراهقين على الألعاب الإلكترونية:..... 37
- ثانيا: لعبة فري فاير 37
- 1- مفهوم اللعبة الإلكترونية فري فاير: "FREE FIRE"..... 37

2- قصة لعبة " فري فاير": 38

3- إيجابيات وسلبيات اللعبة الإلكترونية " فري فاير" 39

الفصل الثاني: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد: 42

1. منهج الدراسة 43

2. حدود الدراسة:..... 43

3. الدراسة الاستطلاعية:..... 43

4. أدوات الدراسة:..... 43

5- عينة الدراسة الأساسية: 49

الفصل الثالث عرض نتائج الدراسة، تحليلها، ومناقشتها

1. الحالة الأولى 51

1-1 البيانات الشخصية:..... 51

2-1 ملخص المقابلات النصف موجهة مع الحالة: 51

3-1 تحليل المقابلة مع الحالة الأولى: 53

4-1 عرض نتائج مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:..... 54

5-1 عرض نتائج مقياس رأس المال النفسي: 55

6-1 عرض نتائج مقياس أنماط التعلق:..... 55

56	7-1 التحليل العام للحالة الأولى:.....
57	2. الحالة الثانية:
57	1-2 البيانات الشخصية :
57	2-2 ملخص المقابلات النصف موجهة مع الحالة:
59	3-2 تحليل محتوى المقابلات مع الحالة:.....
60	4-2 عرض نتائج مقياس إدمان الألعاب الالكترونية:
61	5-2 عرض نتائج مقياس رأس المال النفسي:
62	6-2 عرض نتائج مقياس أنماط التعلق:.....
62	7-2 التحليل العام للحالة الثانية:.....
64	3. مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:.....
64	1-3 مناقشة نتائج الفرضية العامة:.....
65	2-3 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:
65	3-3 مناقشة نتائج الفرضية الثانية:
68	خاتمة

قائمة المصادر والمراجع

قائمة الملاحق

مقدمة

يشهد العالم المعاصر تحولا كبيرا في أنماط الحياة اليومية نتيجة للثورة الرقمية حيث أصبح الاعتماد على الوسائط التكنولوجية سمة أساسية في مختلف المجالات و قد لعبت الألعاب الإلكترونية دورا محوريا في هذا التحول فقد أصبحت جزءا لا يتجزأ من حياة المراهقين حيث توفر لهم عوالم افتراضية غامرة تقدم تحفيزا مستمرا و إحساسا بالإنجاز، ومع ذلك فإن الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية قد يرتبط بظهور سلوكيات إدمانية .

ففي الجزائر تزايدت نسبة استخدام المراهقين للألعاب الإلكترونية بشكل لافت وبخاصة الألعاب التي تحمل طابع التنافس والإثارة حيث أشارت دراسة جزائرية حديثة للزقاوي 2022 أن الأطفال يقضون ما معدله 5 ساعات يوميا في اللعب وهو ما يعكس قابلية هذا الجيل للانخراط في سلوكيات إدمانية رقمية، كما تشير التقديرات العالمية إلى أن اضطراب إدماننا لألعاب الإلكترونية أصبح أكثر انتشارا وضوحا بعد جائحة كورونا ، ومن أبرز هذه الألعاب والأكثر انتشارا بين المراهقين لعبة فري فاير حيث تُعد من الألعاب ذات الجاذبية العالية لدى الفئة العمرية التي تمر بتحويلات نفسية وعاطفية مهمة ، وفي خضم هذا الانغماس الكبير في العالم الافتراضي تُطرح تساؤلات عدة حول الأسباب النفسية الكامنة وراء الانجذاب المفرط لهذه الألعاب والعوامل النفسية الداخلية التي تساعد المراهق على مواجهة هذا الإدمان. ومن بين هذه العوامل نجد رأس المال النفسي وما يتضمنه من كفاءة ذاتية، أمل، تفاؤل ومرونة فتعتبر من العوامل التي قد تسهم في التنبؤ بقدرة الفرد على مواجهة الضغوط والانخراط في السلوكيات المحفوفة بالمخاطر إلى جانب ذلك تلعب أنماط التعلق دورا أساسيا في تشكيل شخصية الفرد خاصة في السنوات الأولى وتحديد طريقة تعامله مع العلاقات الاجتماعية خاصة تلك النابعة من العلاقة بالأهل والمواقف الضاغطة بما فيها الانجذاب إلى العالم الافتراضي.

وانطلاقا من هذه المعطيات جاءت هذه الدراسة بهدف البحث عن الرأس مال النفسي و أنماط التعلق لدى المراهق المدمن على الألعاب الإلكترونية حيث تم الاعتماد على لعبة فري فاير كنموذج واقعي لهذا السلوك بمتوسطة بن الذيب بلقاسم بالمسيلة من خلال إجراء المقابلات النصف موجهة و عبر المقاييس الثلاثة (مقياس إدمان الألعاب

الإلكترونية، مقياس الرأس مال النفسي، مقياس أنماط التعلق) في هيكله منهجية إحتوت على تقسيم الجانب الدراسي إلى جزأين :

الجزء الأول يضم الجانب النظري، و الجزء الثاني تناولنا فيه الجانب الميداني للدراسة

في الفصل الأول تطرقنا إلى إشكالية الدراسة و تم تحديد التساؤلات و فرضيات و أهمية و أهداف الدراسة، و تحديد المفاهيم إصطلاحيا و إجرائيا، كذلك الدراسات السابقة التي تعتبر زادا علميا، أيضا خلفيات الدراسة بداية من رأس المال النفسي وأنماط التعلق إلى إدمان الألعاب الإلكترونية.

وفي الفصل الثاني تناولنا فيه منهج الدراسة والدراسة الإستطلاعية وأدوات الدراسة المستعملة إضافة إلى عينة الدراسة.

أما الجانب الميداني تطرقنا فيه إلى عرض نتائج الدراسة و تفسير نتائج الفرضيات ومناقشة نتائج الدراسة.

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

الإشكالية:

تعتبر الألعاب الإلكترونية سلاحاً ذو حدين فقد تكون وسيلة مفيدة لكسب معلومات ومهارات وخبرات جديدة حيث يظهر الجانب السلبي منها عند الوصول إلى مرحلة الإدمان على هذه الألعاب، وقد يسبب التعود عليها ظهور مشكلات انفعالية واضطرابات سلوكية عند المراهق حيث تستدعي هذه الأخيرة مجموعة كبيرة من العوامل التي تجذب المراهقين للتعلق بها والإدمان عليها حيث تحتوي أيضاً على معززات ومحفزات تشبع رغباتهم واحتياجاتهم وتفريغ لطاقاتهم السلبية. (معصومة إبراهيم، 2001، ص 145) ، وقد أصبحت ممارستها من قبل المراهقين ظاهرة تستحق الانتباه والبحث من حيث سماتها ودلالاتها النفسية والتربوية عليهم في مختلف جوانب الحياة .

في هذا الصدد نجد لعبة "فري فاير" تجمع هاته اللعبة بين الإثارة والتحدي حيث باتت منافساً خطيراً لقضاء وقت ممتع مع الأصدقاء والأهل وتراجعت أمامها الألعاب الاعتيادية القديمة وتتميز هذه اللعبة بإغراء فريد بسبب تنوعها واستهدافها لجميع الفئات العمرية. الأهم من ذلك، أنها تجعل اللاعب جزءاً من التجربة مما يزيد من جاذبيتها لدى المراهقين. (غمري و مراد: 2021، ص 04). فكل هذا لا يعتبر نشاط ترفيهي فقط، فقد لوحظ تأثيره على الجوانب النفسية والاجتماعية أيضاً للمراهقين من بينها رأس المال النفسي و انماط التعلق

حيث يشير رأس المال النفسي إلى أربعة موارد نفسية إيجابية، وهي: الفاعلية الذاتية لتولي بذل الجهد في المهام الصعبة، والمرونة لتحقيق النجاح، والتفاؤل إسناد إيجابي حول النجاح في الحاضر والمستقبل، والأمل وهو إعادة توجيه المسارات إلى الهدف من أجل النجاح. (الشويقي وعبد الحليم: 2024، ص 10). ولقد أظهرت دراسة منى سامي سعد خطاب (2024) أن مكونات رأس المال النفسي تساهم في خلق بيئة نفسية آمنة للفرد مما يساعده على الحفاظ على صحته الجسدية والنفسية، ويعزز من فعاليته في التعامل مع الضغوط وإدارتها بشكل إيجابي. كما أشارت إلى أن امتلاك الفرد لهذه المكونات يعزز من قدرته على حل المشكلات ومواجهة التحديات.

ومن جهة أخرى نجد التعلق حيث يعتبر أحد العوامل الرئيسية التي تساهم في تشكيل سلوكيات المراهقين، فأنماط التعلق تتكون في مرحلة الطفولة وتستمر في تأثيرها على الفرد إلى غاية مرحلة المراهقة، فقد تكون عاملاً محورياً في تحديد كيفية تعامل المراهقين مع تحديات الحياة المختلفة بما في ذلك تعاملهم مع الألعاب الإلكترونية فنجد أن المراهقين الذين يمرون بتجارب تعلق غير آمن قد يسعون إلى استخدام هاته الألعاب كوسيلة للهروب من مشاعر الوحدة والقلق أو في غالب الأحيان قد يصبحون أكثر عرضة لتطوير سلوكيات إدمانية اتجاء هذه الألعاب فتعد أنماط التعلق بشقيها الآمن وغير آمن لها تأثير بالغ على المراهق .

حيث نجد بأن أبو غزال يشير إلى أن التعلق يضع أساس العلاقات الفرد المستقبلية ويحدد اتجاهاته نحو ذاته والآخرين بل ونحو الحياة بشكل عام، فالطفل عندما يتفاعل مع مقدم الرعاية فإنه يبني توقعات أولية حول نفسه وحول الآخرين ويحدد علاقاته الشخصية وذلك بالاعتماد على تفاعل الشخص المتعلق به واستجاباته لحاجاته وبمرور الوقت تقوى هذه التوقعات وتدمج في نماذج ذهنية عاملة لعلاقاته المستقبلية. (أبو غزال، 2006 كما ورد في الوهيب 2022).

وفي هذا السياق تبرز إشكالية هذا البحث التي تتمحور حول التعرف على أنماط التعلق ورأس المال النفسي لدى المراهقين المدمنين على لعبة " فري فاير" ويهدف هذا البحث على الإجابة على التساؤلات التالية:

_ التساؤل العام:

- هل لأنماط التعلق دور في الظهور الجيد أم الهش لرأس مال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير؟

التساؤلات الجزئية:

- هل لأنماط التعلق (نمط آمن) دور في ظهور رأس مال نفسي جيد (إيجابي) لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير؟

- هل لأنماط التعلق (نمط غير آمن) دور في ظهور رأس مال نفسي هش (سلبي) لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير؟

1- فرضيات الدراسة

الفرضية العامة:

- يوجد تأثير لأنماط التعلق على رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

الفرضيات الجزئية:

- لأنماط التعلق الآمن دور إيجابي في ظهور رأس مال نفسي جيد لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

- لأنماط التعلق الغير آمنة دور سلبي في ظهور رأس مال نفسي هش لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

2- أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة لموضوعنا فيما يلي:

_ الأهمية النظرية:

- المساهمة في إثراء الدراسات النفسية المتعلقة بالمراهقة والإدمان السلوكي في السياق الجزائري.
- تكمن أهمية الدراسة في كونها تعالج موضوع الساعة وهو إدمان المراهق للعبة فري فاير، وعلاقتها برأس المال النفسي لديه.
- معرفة الأفكار المثيرة والجدابة في هذه اللعبة التي تؤدي إلى الإقبال عليها بشكل كبير.

- أهمية الموضوع البالغة حول ملاحظة ازدياد ظاهرة الإدمان على لعبة فري فاير بين المراهقين، وما يرافقه من تغيرات نفسية وسلوكية.
- الأهمية التطبيقية:

- فتح آفاق جديدة للطلبة الباحثين مستقبلا من خلال تطرقهم لموضوع دراستنا بصفة جديدة .

- أهمية الفئة المستهدفة بالدراسة المتمثلة بشريحة المراهقين .
- إعداد برامج للتخفيف من حدة إدمان المراهق على الألعاب الإلكترونية.

3- أهداف الدراسة:

الأهداف التي نطمح إليها من خلال دراستنا:

- الكشف عن أنماط التعلق و رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.
- التعرف على نمط التعلق الآمن في ظهور رأس مال نفسي جيد (إيجابي) لدى هذه الفئة.
- التعرف على أنماط التعلق غير الآمنة المتمثلة في النمط القلق والتجنبي وغير المنظم المساهمة في ظهور رأس مال نفسي هش (السلبي).
- التعرف على إدمان المراهقين للألعاب الإلكترونية (فري فاير) .

4- تحديد التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

❖ رأس المال النفسي:

أي ما يمتلكه تلميذ المرحلة المتوسطة من ردود أفعال وتصرفات، والحالة النفسية سواء كانت إيجابية أو سلبية القابلة للتطوير الذي تساهم في تنميته وتطويره أو العكس.

وهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المراهق من خلال إجابته على مقياس رأس المال النفسي ل د/الشيءاء محمود سالمان وكذلك من خلال المقابلة العيادية.

❖ أنماط التعلق:

هو النمط الآمن وغير الآمن عند المراهق المدمن على لعبة فري فاير، وهو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها من خلال إجابته على مقياس أنماط التعلق ل /سامية محمد صابر وكذلك من خلال المقابلة العيادية.

❖ الألعاب الإلكترونية:

الألعاب التي تتم ممارستها عبر أجهزة إلكترونية كلعبة فري فاير التي يتم ممارستها من قبل مراهقي متوسطة بن الذيب بلقاسم .

❖ المراهق:

هو التلميذ المدمن على لعبة فري فاير المتواجد بمتوسطة بن الذيب بلقاسم والذي يدرس بالسنة الثالثة متوسط، وقد حدد إيمانه بالدرجة الكلية بمقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية ل/نيفين حسن سعد شاكر .

5- الدراسات السابقة:

1.5 الدراسات حول متغير رأس المال النفسي:

❖ دراسة (فطيمة بوسنة، مجيد برقاد، 2021)- الجزائر.

حملت الدراسة عنوان: "تأثير أبعاد رأس المال النفسي الإيجابي على اليقظة الذهنية لدى الطلبة الجامعيين". وهدفت إلى استكشاف العلاقة بين رأس المال النفسي الإيجابي واليقظة الذهنية لدى طلبة جامعة الجزائر 2. شملت عينة الدراسة 100 طالب وطالبة، حيث اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي. لتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس اليقظة الذهنية الذي طوره العزي (2013) ومقياس رأس المال النفسي الإيجابي الذي وضعه لوثناس (2007). وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع من اليقظة الذهنية

ومستوى مرتفع من رأس المال النفسي الإيجابي بين أفراد العينة. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين اليقظة الذهنية وأبعاد رأس المال النفسي الإيجابي. بالإضافة إلى ذلك، تبين أن بعدي الكفاءة الذاتية والمرونة لهما قدرة تنبؤية على مستوى اليقظة الذهنية، حيث يؤثران بنسبة 21.7% في ظهورها لدى طلبة جامعة الجزائر 2.

❖ دراسة (عمر شهاب أحمد و نور جبار علي 2023) العراق.

بغنوان: "رأس المال النفسي لدى طلبة الجامعة "

يهدف البحث الحالي إلى استكشاف رأس المال النفسي لدى طلاب الجامعة وتحليل الفروق الإحصائية في هذا السياق وفقاً لمتغير الجنس (ذكور وإناث). تم اختيار عينة البحث بطريقة طبقية عشوائية، حيث شملت 200 طالب وطالبة، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي. لتحقيق أهداف البحث، قام الباحثان بتطوير مقياس لرأس المال النفسي وفقاً لنظرية لوثناس (Luthans، 2007) لطلاب جامعة ديالى، حيث يتكون المقياس من 22 فقرة. وقد تم التحقق من الصدق الظاهري وصدق البناء وثبات المقياس. أسفرت النتائج عن أن طلاب الجامعة يتمتعون برأس مال نفسي، كما لم تُظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بناءً على متغير الجنس.

❖ دراسة (عبد الحليم و الشويقي، 2024) مصر.

بغنوان: " رأس المال النفسي و علاقته بعوامل الشخصية الخمسة الكبرى و أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة "

أجريت هاته الدراسة من قبل منى الرفاعي عبد الحليم تحت إشراف أ.د. أبو زيد سعيد الشويقي حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الرأس مال النفسي و كل من عوامل الشخصية الخمسة الكبرى (الانفتاح، الضمير الحي، الانبساط، التوافق، العصابية)، وأساليب مواجهة الضغوط، أجريت الدراسة على طلبة الجامعة عينة قوامها (171) طالبة من كلية التربية جامعة طنطا، تم استخدام المنهج الوصفي و طبقت الأدوات الآتية مقياس

الرأس مال النفسي ترجمة وسام عبد السميع القصبي، مقياس عوامل الشخصية الخمسة الكبرى إعداد (أبو زيد، عادل الشويقي 2008)، مقياس أساليب مواجهة الضغوط إعداد (len & chen 2010 ترجمة سعيد عبد الغني، عادل المشاوي).

و توصلت نتائج الدراسة إلى: وجود ارتباط موجب دال عند مستوى 0,01 بين الدرجة الكلية لرأس المال النفسي وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى، باستثناء العلاقة بين رأس المال النفسي و العصابية كانت العلاقة سالبة، كما تبين وجود ارتباط موجب عند مستوى 0,05 ، ووجود ارتباط دال إحصائياً بين رأس المال النفسي و أساليب مواجهة الضغوط الإيجابية.

2.5 الدراسات حول متغير أنماط التعلق:

❖ دراسة (هبة باسل محمود الزيتاوي وأحمد محمد الزعبي، 2021) الأردن.

بعنوان "العلاقة بين أنماط التعلق وإيمان الإنترنت لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في المدارس الخاصة "

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين أنماط التعلق وإيمان الإنترنت لدى طلبة الصف العاشر في المدارس الخاصة التابعة للواء الجامعة في العاصمة عمان. وقد شملت العينة 389 طالباً وطالبة تم اختيارهم باستخدام طريقة العينة العشوائية الطبقية، و طبقت الدراسة مقياسي أنماط التعلق (الأمن، القلق، التجنبي) وإيمان الإنترنت بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية، حيث اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي، و أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة و دالة إحصائياً بين نمط التعلق القلق مع إيمان الإنترنت في حين لم توجد علاقات ارتباطيه دالة إحصائياً بين نمطي التعلق الأمن و التجنبي مع إيمان الإنترنت، و أظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن نمط التعلق القلق تنبأ بدرجة إيمان الإنترنت و بنسبة التباين مفسر بلغت (34%)، من جهة أخرى أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دالة إحصائياً في أنماط التعلق وإيمان الإنترنت تعزى للجنس، وفي الأخير توصلت الدراسة إلى تحديد العوامل التي تؤثر في تشكيل النمط القلق، مما يساعد على التحكم في مستوى إيمان الإنترنت لدى عينة البحث.

❖ دراسة (نبيهة جماطي 2021) الجزائر "باتنة".

بعنوان: "أنماط التعلق والهشاشة النفسية عند المراهقين غير المتوافقين دراسيا وعلاقتها بحاجاتهم الإرشادية"

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف نمط التعلق السائد ومستوى الهشاشة النفسية لدى المراهقين الذين يواجهون صعوبات دراسية، كما تسعى إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في هذين المتغيرين بين المراهقين المتوافقين دراسياً وغير المتوافقين. بالإضافة إلى ذلك، تهدف الدراسة إلى تحديد أهم الحاجات الإرشادية لهؤلاء المراهقين، وكشف طبيعة العلاقة بين أنماط التعلق، والهشاشة النفسية، والحاجات الإرشادية. ولهذا الغرض تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي و المقارن، وتكونت عينة الدراسة من (201) مراهق و مراهقة في المرحلة الثانوية (60 غير متوافقين دراسيا و 140 متوافقين دراسيا) والذي تم اختيارهم بطريقة عشوائية عنقودية من ثانويات مدينة باتنة. حيث طبق عليهم كل من مقياس أنماط التعلق لسامية محمد صابر 2015 واستبيانات التوافق الدراسي للمراهق، الهشاشة النفسية لدى المراهق و الحاجات الإرشادية للمراهق و المعدة في الدراسة الحالية، وكشفت النتائج أن نمط التعلق السائد لدى المراهقين غير المتوافقين دراسيا هو نمط التعلق التجنبي، يليه نمط التعلق غير المنتظم، ثم نمط التعلق المتناقض، وأخيرا نمط التعلق الأمن، وبأنه توجد فروق دالة إحصائية بين المراهقين المتوافقين دراسيا وغير المتوافقين دراسيا في نمط التعلق الأمن لصالح المراهقين المتوافقين دراسيا، وأنماط التعلق غير الآمنة لصالح المراهقين غير المتوافقين دراسيا.

❖ دراسة (نعيمة بنت فهد بن إبراهيم الوهيب، 2022) بالسعودية.

بعنوان "أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي في مرحلة الطفولة من وجهة نظر الأمهات".

هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف أنماط التعلق السائدة لدى أطفال المرحلة الابتدائية الذين تتراوح أعمارهم بين 6 و12 عاماً، وذلك من منظور الأمهات، بالإضافة

إلى دراسة العلاقة بين نمط التعلق في مرحلة الطفولة المبكرة (من 1 إلى 3 سنوات) ومستوى التوافق الشخصي والاجتماعي في سن 6 إلى 12 عاماً. تكونت عينة الدراسة من 752 طالبة من الطالبات المنتظمات في المدارس الابتدائية النهارية في منطقة الرياض، واللواتي ينتمين إلى الفئة العمرية المذكورة. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن لملاءمته لأهداف الدراسة. اعتمدت الباحثة على أدوات مثل مقياس أنماط التعلق ومقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، وكلاهما من إعدادها. و أظهرت نتائج الدراسة أن نمط التعلق الأكثر شيوعاً لدى الأطفال في الفئة العمرية (6-12) عندما كانوا في مرحلة الطفولة المبكرة هو نمط التعلق الآمن، حيث بلغ متوسطه الحسابي 3.16، يليه نمط التعلق المقاوم بمتوسط 2.26، ثم نمط التعلق غير المنتظم بمتوسط 5.78. كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التعلق الآمن للأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة والتوافق الشخصي في المرحلة العمرية (6-12) سنوات.

3.5 الدراسات حول متغير إدمان الألعاب الإلكترونية:

❖ دراسة (شايب أميرة وآخرين .2020) ب الجزائر.

بعنوان "أثر إدمان الألعاب الإلكترونية على سلوك المراهق - لعبة pubg أنموذجاً - هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف تأثير إدمان الألعاب الإلكترونية على سلوك المراهقين، وتم تطبيقها على عينة مكونة من 60 مراهقاً يمارسون هذه اللعبة عبر الإنترنت. لتحقيق أهداف الدراسة والوصول إلى النتائج، استخدم الباحثون المنهج الوصفي، حيث قاموا بإعداد استبيان خاص يتعلق بموضوع الدراسة ولعبة PUBG. أظهرت النتائج وجود تأثير للعبة PUBG على سلوك المراهقين في عدة مجالات، مرتبة كما يلي: المجال المدرسي، المجال الاجتماعي، مجال العنف والعدوان، المجال النفسي، وأخيراً المجال الصحي والجسمي.

دراسة (ميلود مراح، 2022) بالجزائر - باتنة -

بعنوان "إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقته بالسلوكات الانحرافية لدى المراهقين في الوسط المدرسي - لعبة فري فاير أنموذجا -

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية والسلوكات الانحرافية لدى المراهقين المتمدرسين وتم اختيار لعبة فري فاير كأنموذجا للدراسة من بين مختلف الألعاب، حيث أجريت الدراسة الميدانية في بعض جمعيات الدروس الخصوصية ومؤسسات تربوية في ولاية باتنة على عينة قوامها (146) تلميذ وتلميذة من الطورين المتوسط والثانوي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، أما أداة الدراسة فتمثلت في استبيان من إعداد الباحث وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى أن مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية مرتفع لدى المراهقين المتمدرسين وأن إدمان التلاميذ المراهقين المتمدرسين على ممارسة لعبة فري فاير أدى إلى بروز سلوكات انحرافية عدوانية لديهم كما أظهرت النتائج أيضا أن تلاميذ السنة الرابعة من التعليم المتوسط أكثر استخداما للألعاب الإلكترونية من تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي.

❖ دراسة (البار عبير وجلابي سناء، 2022) ب الجزائر -بسكرة-.

بعنوان: "إدمان الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بدافعية التعلم- لعبة فري فاير نموذجا -" دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي بثانوية لطيف مسعود -برانيس- مدينة بسكرة "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية و دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وهدفت إلى الكشف عن ما إذا كان هناك فروق في إدمان الألعاب الإلكترونية و دافعية التعلم تعزى لمتغير الجنس، و لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، كما قد تم تطبيق مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية لفاطمة الزهراء نويشي 2014، واستبيان دافعية التعلم لجناد عبد الوهاب 2014 على عينة

بلغت (116) تلميذ من مختلف الشعب الدراسية و يمارسون لعبة فري فاير، وبعد معالجة البيانات إحصائياً تم التوصل إلى النتائج التالية: أنه لا توجد علاقة بين إدمان الألعاب الإلكترونية و دافعية التعلم لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ولا توجد فروق في إدمان الألعاب الإلكترونية و دافعية التعلم تعزى لمتغير الجنس، إضافة إلى وجود مستوى إدمان الألعاب الإلكترونية و دافعية التعلم بدرجة متوسطة لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

4.6 مناقشة الدراسات السابقة:

تهدف هذه المناقشة إلى تحليل مضمون الدراسات السابقة من حيث المنهج، الأداة، الفئة المستهدفة، والنتائج مع إبراز أوجه الاتفاق و الاختلاف مع الدراسة الحالية .

فمن العرض السابق لمختلف الدراسات التي تناولت موضوع رأس المال النفسي تبين من خلال مراجعتها توافقها مع الدراسة الحالية في اعتماد المنهج الوصفي التحليلي كإطار مناسب لدراسة الرأس المال النفسي رغم أن معظم الدراسات أحادية البعد، كما تشابهت أغلبها في استخدام الاستبيان كأداة رئيسية لجمع البيانات وقد تميزت الدراسة الحالية بقياس معياري لتحليل الأبعاد باختلاف بعض الدراسات التي اكتفت بقياس الاتجاهات العامة دون أدوات معيارية، كما توافقت النتائج في إبراز أهمية أبعاد رأس المال النفسي مثل الكفاءة الذاتية المرونة، غير أن بعض الدراسات السابقة مثل دراسة "عمر شهاب أحمد وآخرون، 2023" ركزت على التمتع برأس المال النفسي بحيث تغاضت ربطه بمتغيرات أخرى مع اختلاف أهداف الدراسات السابقة فكل منهم تلجأ إلى اختلاف هدف معين .حيث "تميّزت دراستنا بقياس الرأس مال النفسي في سياق الإدمان السلوكي، بينما ركزت معظم الدراسات السابقة على السياق الأكاديمي أو الشخصي فقط".

ونجد أن الدراسات السابقة التي تم عرضها في مجال أنماط التعلق باختلاف أهدافها وتنوع أدواتها وعياناتها وتوصلت عموماً إلى أن كل دراسة تناولت موضوع مختلف عن الدراسة الأخرى، إضافة إلى اختلاف العينات وحجمها فمنهم من اختار مرحلة الطفولة ومنهم من اختار مرحلة المراهقة بحيث تم في كل الدراسات السابقة استخدام المنهج

الوصفي لكن بأوجه مختلفة حيث استخدمت دراسة كل من " نعيمة بنت فهد، 2022 " و دراسة " نبيهة جوماطي، 2021 " المنهج الوصفي الارتباطي باختلاف دراسة " هبة باسم محمود، 2021" اعتمادها على المنهج الوصفي فقط، بحيث أن كل الدراسات تميزت بتطبيق مقياس أنماط التعلق. كما توافقت النتائج في إبراز أهمية أنماط التعلق لدى الأفراد وأن معظم الدراسات وربطها بمتغير آخر مثل إدمان الإنترنت اجتمعت في نمط التعلق غير الأمن، وتختلف دراستنا في أنها لا تكفي بدراسة أنماط التعلق كتفسير لسلوك الإدمان، بل تحاول كشف تأثيره على بنية الرأس مال النفسي كمورد داخلي للمراهق".

إضافة إلى العرض السابق لمختلف الدراسات التي تناولت موضوع الألعاب الإلكترونية تشابهت هذه الدراسات في متغير الألعاب الإلكترونية وكذلك مجتمع البحث (المراهق) باختلاف حجم العينات المطبق عليها، بالإضافة إلى تشابه في أداة جمع البيانات وهي مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية، فبعض الدراسات اجتمعت على أن هذه الألعاب ترفع من مستوى العنف والانحرافية لدى المراهق، يعتبر هذا كمؤشر خطر عليهم كما أثبتت الدراسات الأخرى كدراسة " البار عبيد وآخرون، 2022" أنه من الآثار التي يخلفها هذا الإدمان انخفاض مستوى دافعية التعلم إضافة إلى بعض المشاكل السلوكية وهذا نتيجة إلى الإفراط في لعب مثل هذه الألعاب وبالتالي بالرغم من أن هذه الدراسات ركزت أكثر شيء على الجانب السلبي للألعاب الإلكترونية إلا أن لا يمكن إنكار أنها ذات فائدة في بعض الجوانب لأنه يبقى تحديد إذا ما كانت هذه الألعاب في يدي المراهق عن طريق كيفية استغلاله لها فهي في الأخير تبقى سلاح ذو حدين إذا بالغ الفرد في استخدامها انقلب ضده. ومن هنا تأتي أهمية دراستنا في تحديد العوامل النفسية التي تجعل بعض المراهقين أكثر هشاشة من غيرهم رغم استخدامهم لنفس اللعبة، مما يسمح بالتفريق بين الاستخدام العادي والاستخدام الإدماني بناءً على سماتهم النفسية.

يتضح من التحليل السابق لكل الدراسات المذكورة أن الدراسة الحالية تسعى إلى تجاوز التناول الأحادي للظواهر النفسية من خلال دمج أبعاد التعلق، الرأس مال النفسي، وسلوك الإدمان في نموذج تفسيري واحد، مما يمنحها طابعاً تكاملياً نادراً في الدراسات المحلية.

الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة:

أولاً: رأس المال النفسي

ظهر مفهوم حديث يركز على الجوانب الإيجابية للنفس البشرية ألا وهو الرأس مال النفسي، حيث يعتبر أحد أهم أشكال الموارد الاستراتيجية التي اكتسبت اهتماماً متزايداً في الأدبيات وذلك لتأثيره على الأداء البشري، فهو يعزز من قدرة الأفراد على تحقيق أهدافهم والتعامل مع مختلف التحديات، ويشمل هذا المفهوم القدرات النفسية القابلة للتطوير التي بدورها تسهم في تحسين الأداء والرفاهية العامة.

1. تعريف رأس المال النفسي:

يعرفه لوثنانز وآخرون (2008)، كما ورد في دراسة (بوسنة وبرقاد: 2022، ص16) هو حالة من النمو النفسي الإيجابي التي يتمتع بها الفرد، وتتميز بأربع صفات رئيسية: الثقة في الذات (الكفاءة الذاتية)، النظرة الإيجابية أو العزو الإيجابي، الأمل، والمرونة أو القدرة على التعافي من الصعوبات.

أما مفهوم رأس المال النفسي الإيجابي، فيمكن فهمه من خلال ما طرحه مارتن سليغمان، الذي ركز على أهمية دراسة نقاط القوة الإنسانية والمشاعر الإيجابية، والعمل على تعزيزها وتطويرها، ليصبح لها مكانة بارزة تؤدي إلى فهم أعمق لهذه المشاعر الإيجابية وتأثيرها في حياة الإنسان.

يشير رأس المال النفسي إلى امتلاك الفرد لمجموعة من القدرات النفسية الإيجابية التي تميزه، مثل الكفاءة الذاتية، الأمل، التفاؤل، والمرونة النفسية. ويعد رأس المال النفسي الإيجابي من العوامل التي تعزز إبراز الصفات الشخصية الإيجابية، مما يمنح الفرد القدرة على مواجهة التحديات بثقة، وتحقيق أهدافه بنجاح، وتجاوز الصعوبات التي قد تعترض طريقه في المستقبل. (صالح: 2025، ص265).

استنادا إلى التعريفات السابقة، يمكننا تعريف رأس المال النفسي بأنه مجموعة من الموارد الداخلية الإيجابية التي يمتلكها الفرد، مثل الأمل، والفاعلية (الكفاءة الذاتية)، والمرونة، والتفاؤل. هذه الموارد تساعد في مواجهة التحديات وتحقيق النجاح.

2. النظريات المفسرة لرأس المال النفسي:

نظرية الراس مال النفسي (Luthans 2007) :

ظهرت نظرية رأس المال النفسي في إطار علم النفس الإيجابي على يد "فريد لوتانز" وزملائه سنة 2007، حيث عرفوا هذا المفهوم بأنه مجموعة من القدرات والموارد النفسية الإيجابية القابلة للتنمية والتي تسهم في تعزيز أداء الفرد وتكيفه النفسي. وقد حدد لوتانز (2007) أربعة مكونات أساسية للرأس المال النفسي وهي:

الكفاءة الذاتية: وتعني ثقة الفرد بقدراته على تحريك الدافع أو الموارد المعرفية والإدراكية لتقديم الجهد الاستثنائي لإنجاز مهام معينة في وقت محدد.

التفاؤل: وهو الخاصية الإيجابية التي يمتلكها الفرد لمواجهة المستقبل و الميل لتفسير الأحداث الحالية والمستقبلية بطريقة إيجابية، وتوقع نتائج جيدة للتطور نحو الأفضل.

الأمل: ويتمثل في القدرة التي يمتلكها الفرد على وضع أهداف واقعية، ووضع خطط متعددة لتحقيقها مع الحفاظ على الدافعية اللازمة التي تساعد على تحقيق الأهداف المرغوبة من خلال العمل الدؤوب والسعي المستمر.

المرونة النفسية: وهي شعور داخلي كامن يولد القدرة لدى الفرد على التكيف مع الظروف الصعبة، ومواجهة التحديات والمواقف الضاغطة والمعوقات دون الانهيار والعودة إلى الوضع الطبيعي بعد الصدمة. (احمد و علي: 2023، ص323).

نظرية الحفاظ على الموارد ل (Hobfoll : 2002)، (2011)،

من أبرز النظريات التي تناولت تفسير استجابة الأفراد للضغوط النفسية من منظور الموارد التي يمتلكونها أو يسعون للحصول عليها، حيث ترى أنه يمكن التعامل مع الموارد بشكل مستقل أو دمجها في نماذج أكثر تعقيدا. وقد أشارت إلى أن بعض المفاهيم

النفسية يمكن فهمها بشكل أفضل على أنها تمثيل لعامل متعدد الأبعاد. أي أن هذه النظرية تدافع عن التآزر الإيجابي بين موارد محددة عندما تكون جزءا من بنية من الدرجة الثانية، تؤكد على أهمية معالجة الموارد الفردية، مثل قدرات السلوك التنظيمي الإيجابي، باعتبارها عناصر أساسية لبناء متكامل وليس مجرد موارد معزولة. إذ يمثل رأس المال النفسي هذا البناء الأساسي والموارد الكامنة وتدعم نظريات الموارد متعددة المكونات تآزر الموارد والذي يكون أكبر من مجموع الأجزاء المكونة له. لشرح هذه الآلية على سبيل المثال يعتمد الرأس مال النفسي على النظرية المعرفية الإجتماعية من خلال الشعور الداخلي بالفاعلية والسيطرة والقصود، مما يشجع على نظرة أكثر إيجابية. تزيد هذه النظرة الإيجابية من احتمالية اختيار أهداف أكثر تحديا واستثمارا أكبر في الموارد والطاقة لتحقيق الأهداف المرجوة عند مواجهة الصعوبات، ويشير أيضا أن الأفراد الذين يمتلكون موارد نفسية قوية يكونون أكثر قدرة على التعامل مع التوتر وتحقيق الأهداف الموجودة، كما أن توفر هذه الموارد يعزز الشعور بالكفاءة والتحكم.

نظرية التوسع والبناء:

نشأت نظرية (Fredrickson's.1998) للتوسيع والبناء من الرغبة في تجاوز نماذج العزلة فيما يتعلق بجميع المشاعر، وتعزيز فهم المشاعر الإيجابية كوظيفة هائلة في بناء الموارد الشخصية والمرونة كما أشارت المعتقدات السابقة المتعلقة بالمشاعر السلبية في إطار أبحاث ميل الفعل إلى أن المشاعر السلبية كان لها تأثير مُنهك يتمثل في تضيق التركيز مثل استجابات القتال أو الهروب التي تُثار من خلال الخوف أو الرعب.

اقترح فريدريكسون (1998) أنه عند استخدام المشاعر الإيجابية، يتمتع الأفراد بقدرة أكبر على توسيع وتعزيز القدرة المعرفية، والانخراط في استجابات أكثر انفتاحا ومرونة للعديد من المحفزات على طول الطيف الإيجابي والسلبي بعض العناصر السائدة في هذه النظرية هي دراسة الاهتمام والإثارة والتدفق والاستكشاف والرضا والفرح، والتي غالباً ما تُعرف بالسعادة. وقد ثبت أن هذه الحالات العاطفية الإيجابية تزيد من أبعاد التقييم المتأصلة في التعرف العاطفي، وعلاوة على ذلك ثبت أنها تعزز الدافع وإتقان المفاهيم.

تفترض نظرية التوسيع والبناء أيضاً أن طبيعة التقييم للحالات الإيجابية لها تأثير دائم، بالإضافة إلى توسيع نطاق التركيز الانتباهي لديه القدرة على بناء الموارد بطريقة تصاعديّة وتحويّلية تشير هذه النظرية أيضاً إلى أن بناء الموارد أكثر ديمومة من الحالات الأوليّة التي أدت إلى تطورها بسبب التأثيرات التكاملية للموارد ففي جوهرها تترابط هذه الموارد مع بعضها البعض مما ينتج عنه مكاسب أكبر مما قد تحقّقه العوامل المستقلة بمفردها.

(فرج حسن و عبد اللطيف محمد : 2024 ، ص 345)

3. أبعاد رأس المال النفسي:

تعددت آراء الباحثين في تحديد أبعاد رأس المال النفسي الإيجابي سواء ما يتعلق بعددها أو تسميتها، ويعود ذلك إلى حيوية الأبعاد وتجدها، وتعد الأبعاد التي حددها (Luthans et al) لرأس المال النفسي والتي اشتملت على (الكفاءة الذاتية، التفاؤل، الأمل، المرونة) وهي أكثر الأبعاد استخداماً وتداولاً في البحوث والدراسات.

-الكفاءة الذاتية:

تُعرف بأنها تصورات ومعتقدات الشخص عن نفسه، وما يمكنه القيام به عند مواجهة المشكلات. لا يتعلق الأمر بالممارسة الفعلية للمهارات الفردية، بل يتعلق بمعتقداته وتصوراتها حول تلك المهارات التي يمتلكها. (النجار: 2024، ص14).

ويعرفها (Chen et al 2012) نقلاً عن (عبد الحليم و الشويقي، 2024) بأنها القدرة الذاتية عن الثقة بالنفس والنجاح، وتتمثل في القدرة على نقل هذه الصفات بطريقة تحفز الآخرين على تحقيق الأهداف المنشودة. فهي لا تعكس فقط مستوى الفرد أو نوعية مهاراته، بل تشير إلى كيفية استغلال تلك المهارات بشكل فعال، الأمر لا يتعلق بما يخطط له الفرد، بل بما يمكنه تحقيقه فعلياً.

يتجلى دور القدرة الذاتية بشكل واضح لدى الأفراد الذين يظهرون مستويات عالية من المبادرة، ويبدون جهداً ودافعاً لإنجاز المهام، بالإضافة إلى استعدادهم لمواجهة

العقبات والفضائل المحتمل و الأفراد ذوي الكفاءة الذاتية يتميزون بخمسة سلوكيات مهمة وهي:

يضعون أهدافا عالية لأنفسهم ويختارون لأنفسهم مهام صعبة.

- يرحبون ويزدهرون بالتحدي .
- الدافعية الذاتية لديهم مرتفعة .
- يبذلون الجهد اللازم لتحقيق أهدافهم.
- لديهم القدرة على المثابرة عند مواجهة العقبات. (جوهر: 2021، ص494) .
- الأمل:

الأمل يعكس قدرة الفرد على تحديد الأهداف وتصور الخطوات اللازمة لتحقيقها، بالإضافة إلى توفير الدافع اللازم للوصول إليها. إنه حالة عاطفية إيجابية تعزز الإيمان بحدوث نتائج إيجابية في حياة الإنسان. بعبارة أخرى يمكن تعريفه بأنه الإيمان بإمكانية تحقيق نتائج إيجابية من الأحداث أو المواقف التي يواجهها الفرد في حياته. (علي: 2021، ص27).

يعرف (عبد الحميد و كفاي: 1999، ص 156) الأمل بأنه عاطفة مشتقة وتتكون أساسا من اتجاهات يغلب عليها الرغبة في الحصول على شيء أو الوصول إلى هدف معين مع فكرة أن هذا الهدف سوف يتحقق، مما يجعل الفرد يشعر بالرضا و الارتياح، وتضل فكرة تحقيق الهدف هذه في كثير من الحالات رغم وجود العوائق والمشكلات التي يمكن أن تحول دون تحقيق الهدف.

ويرى (إبراهيم وحمدونة: 2015، ص 733) بأن الأمل هو اتجاه انفعالي يصبح الفرد من خلاله قادرا على تحقيق أهدافه ورغباته مما يدفعه إلى الإصرار والمثابرة لتحقيق هاته الأهداف.

التفاؤل:

يعتبر التفاؤل المرن أحد أكثر نقاط القوة النفسية، فالمتفائل هو الشخص الذي يتوقع أحداثاً إيجابية ومرغوبة في المستقبل، بينما هناك المتشائم هو ذاك الشخص الذي دائماً لديه أفكار سلبية ومقتنع بحدوث الأحداث الغير مرغوب فيها.

حيث يوضح (طه، 2019) بأن التفاؤل من أساسيات رأس المال النفسي لأنه يرتبط بالتصورات المستقبلية التي تشمل الانفعالات والمشاعر، مع التحفيز لتقييم هذه التصورات لإمكانية حدوثها في المستقبل، مما يزيد في كفاءة الفرد وفاعليته.

يُعتبر التفاؤل من أبرز العوامل المرتبطة بعلم النفس الإيجابي ويستند ذلك إلى نظرية الإسناد التي تشير إلى أن التفاؤل يعد من الأبعاد الأساسية للفرد حيث يؤثر على طريقة تفسيره للأحداث الجيدة والسيئة. يُعتبر التفاؤل أسلوباً إيجابياً يتضمن إدراك الفرد أن المواقف الإيجابية تحدث بشكل مستمر بناءً على ذلك يتم تفسير الأحداث أو الحالات السلبية من منظور خارجي ومؤقت بشكل عام يمكن القول إن المتفائلين يتوقعون دائماً حدوث الأمور الجيدة. (عبد المنعم:2023، ص 26)

المرونة:

هي قدرة تمكن الإنسان من المواجهة الإيجابية أو التأقلم والتوافق الإيجابي مع التهديدات أو العثرات أو النكبات التي يتعرض لها الفرد في حياته، وتحقيق أو إحراز نواتج حياتية ايجابية، والقدرة على التعبير عن مشاعره والتواصل الإيجابي مع الآخرين. (أباضه: 2021، ص04).

وتعرف المرونة أيضاً بأنها القدرة على المثابرة نحو الأهداف، وأيضاً القدرة على التعافي بالرغم من مواجهة الشدائد والعقبات وتقليل عوامل الخطر ويتميز الأشخاص المرنون بقدرتهم على تقبل الواقع، مما يمكنهم من التكيف بسهولة مع التغييرات كما أنهم يحملون معتقدات راسخة بأن جميع أحداث الحياة بما في ذلك الصعوبات والتحديات تحمل مغزى وهدفاً. (عبد الحليم:2024، ص 13).

كما أنها تشير إلى فئة من الظواهر التي تتميز بأنماط التكيف الإيجابي في سياق الشدائد أو المخاطر الكبيرة والتي تمكن الأفراد من التعافي بسرعة وفعالية من الأحداث السلبية، وذلك من خلال القوة الداخلية التي تساعد على التعافي وتجاوز التحديات والصعوبات.

4. سمات رأس المال النفسي:

- يتفاعل رأس المال النفسي باستمرار مع مختلف العوامل الداخلية والخارجية التي تحيط بالفرد .
- يتميز الأفراد الذين يمتلكون رأس مال نفسي مرتفع بخبرات، وإنجازات ومهارات عالية ومتميزة.
- يظهر رأس المال النفسي من خلال تبني الفرد لمناخ إيجابي يتسم بالقدرة على اتخاذ القرار بثقة.
- ينعكس رأس المال النفسي أيضاً في مشاركة الفرد ضمن العمل الجماعي، وفي ميله نحو التفكير الإيجابي والسعي المستمر نحو تطوير الأفكار الجديدة، حتى تلك التي تبدو غريبة أو غير مألوفة.
- يُظهر الأفراد ذوو رأس المال النفسي قدرة خاصة على التعامل مع المواقف الاستثنائية التي قد لا تعبر بالضرورة عن مهاراتهم الأساسية، لكنها تبرز مدى مرونتهم وقوة تكيفهم. (المفرجي، صالح:2003، ص15).
- يمثل رأس المال النفسي المعرفة التي يستطيع الفرد تحويلها إلى تصورات متماشية مع الواقع.
- يظهر أثر رأس المال النفسي في مختلف مجالات الحياة سواء الاجتماعية أو الأكاديمية، ويظهر ذلك بوضوح في مستوى أداء الفرد داخل المؤسسات التعليمية، كما أوضحت بعض الدراسات.

5. رأس المال النفسي لدى المراهق

يُعرف الرأس المال النفسي بأنه مجموعة من الموارد النفسية الإيجابية التي يمتلكها الفرد، والتي تعزز من قدرته على التكيف والرفاهية النفسية. ويتكون هذا الرأس المال من

أربعة أبعاد رئيسية: الكفاءة الذاتية، الأمل، التفاؤل، والمرونة. تكتسب هذه الأبعاد أهمية خاصة خلال مرحلة المراهقة، حيث يواجه المراهقون تغييرات نفسية واجتماعية كبيرة تتطلب موارد عالية للتعامل مع الضغوط اليومية، مثل الضغوط الدراسية والعلاقات الاجتماعية وسلوكيات الإدمان.

وقد أظهرت دراسة بعنوان "رأس المال النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية" وجود ارتباط دال إحصائياً بين الرأس المال النفسي والدافعية للإنجاز لدى طلاب الثانوية. وأكدت الدراسة على أهمية أبعاد مثل المرونة والتفاؤل في تعزيز الأداء الأكاديمي والذهني. مما يدل على أن المراهق الذي يتمتع برأس مال نفسي مرتفع يكون أكثر قدرة على الانخراط بشكل إيجابي في حياته الدراسية والشخصي .
(حسنين وآخرون: 2022، ص. 191-250)

ثانياً: أنماط التعلق:

يشكل التعلق أحد أهم المحددات الرئيسية والمهمة لتكوين العلاقات في مرحلة المراهقة وذلك بناءً على نمط التعلق الذي يتشكل عند الفرد في هذه المرحلة فمن خلالها يمر المراهق عبر العديد من التغيرات النفسية والاجتماعية التي تؤثر في سلوكه بناءً على عدة أنماط تؤثر عليه.

1. مفهوم التعلق:

يستمد مصطلح "التعلق" في اللغة من كلمة "علق"، حيث يُقال إن شخصاً ما "علق بالشيء" أي نشب فيه وتعلق به. وبالتالي، فإن التعلق يعني انغماس الحب في قلب المحب حتى يصبح جزءاً لا يتجزأ منه. (مجمع اللغة العربية: 2005، ص 431)

ولرابطة التعلق عناصر أساسية منها:

- رابطة التعلق هي رابطة انفعالية لها طابع الدوام مع شخص معين.

- تجلب العلاقات الانفعالية المتبادلة المجسدة لرابطة التعلق الإيجابي أمن و راحة و هدوء و متعة للطرفين.

- الافتقاد أو مجرد التهديد بغياب أو الافتقاد إلى الشخص الآخر، ينشط توترا و ضيقا نفسيا قد يقضي إلى معاناة من اضطرابات نفسية و سلوكية.

و لقد عرفته اينسروت Marie Ainsworth (1989) بأنه: رابطة وجدانية مستمرة لفترة طويلة مستمرة نسبيا يكون فيها الشريك كفرد هام و فريد في التعامل المتبادل و هناك رغبة في الحفاظ على القرب من الآخر. بينما يرى بولبي Bowlby قبل ذلك (1969) أن التعلق يشير إلى نظام حيوي سلوكي هدفه التنسيق بين البحث عن الأمان و الرغبة في استكشاف العالم. و يذهب محمد عماد الدين إسماعيل إلى انه يعد مظهرا من مظاهر السلوك الانفعالي والاجتماعي عند الأطفال في المراحل الأولى من العمر. و لعله لا توجد عملية أخرى أشد تأثيرا وأكثر أهمية من التعلق بالنسبة للنمو في المراحل المقبلة. (إسماعيل:1986، ص141-142)

- وانطلاقا مما سبق من المفاهيم نعرف أنماط التعلق على أنها أنماط من سلوكيات وتقارب عاطفي يتطور لدى الأفراد في علاقاتهم مع الآخرين وتعتمد بشكل كبير على تجارب الطفولة المبكرة، تتطور هذه الأنماط بناء على نوع الرعاية التي يتلقاها الطفل من مقدمي الرعاية الرئيسيين، وتؤثر على طريقة تفاعل الفرد مع الآخرين في ما بعد في علاقاته، حيث تظهر بشقيها الأمن والغير آمن.

2. النظريات المفسرة لأنماط التعلق:

• نظرية بولبي:

يُعتبر بولبي من الرواد في مجال دراسة التعلق، حيث رأى أن مفهوم التعلق يمثل نظاماً سلوكياً حيويًا موجوداً في العقل، يهدف إلى تحقيق التوازن بين السعي نحو الأمان والرغبة في الاستكشاف، ويسعى الطفل لتحقيق الهدفين معا وهما البحث عن الأمان

بالنقرب من الأفراد ذوي الدلالة في حياته و استكشاف العالم المحيط به، وعرف التعلق بأنه رابطة وجدانية مستمرة نسبيا تكون بين الإنسان وفرد محدد بينهما ارتباط ثابت وقوي متبادل. (كفافي: 1997)

ويذهب بولبي للقول بوجود جانبين لهذه النماذج جانب يتعلق بالذات ويتضمن تقديرات لمدى جدارة الذات وآخر يتعلق بالآخرين ويتضمن تقدير لمدى استجابتهم والثقة بهم كشركاء اجتماعيين، فإذا كان مقدم الرعاية رافضا للطفل وساخرا منه وغير حساس لحاجاته فإن الطفل سوف يطور نموذجا عاملا يظهر فيه مقدم الرعاية على أنه شخص رافض وأن الطفل غير جدير بالمحبة، وإذا مر الطفل بخبرة شعر من خلالها أن مقدم الرعاية شخص محب حساس يمكن الوثوق به فإنه عندئذ يطور نموذجا عاملا يظهر به أن ذلك الشخص جدير بالمحبة و الثقة.

• نظرية التحليل النفسي:

تعود جذور نظرية التعلق إلى الحاجات البيولوجية لكل من الطفل ووالدته، وذلك إستناداً إلى الفرضية الفرويدية التي أكدت على أهمية الرضاعة للرضيع. حيث يتم الربط بين التعلق وإحتياجاته الأساسية، وأن ربط التعلق بسلوك الرضاعة يعتبر إسهاما خاصا لهذه النظرية من حيث أن هذا السلوك يحقق إشباعا للمنطقة النفسية التي يمثل إشباعها المتطلب الرئيسي للمرحلة النفسية الجنسية للمراحل النمائية اللاحقة، ولعل هذا التفاعل الخارجي و تكيف الصغير لتجارب التغذية العملية و حاجاته للإشباع الفمي عن طريق الرضاعة إضافة إلى النماذج الأخرى للإستثارة الفمية المصاحبة لعملية الرضاعة كل هذا يؤدي لظهور تعلق الصغير الذي ارتبط إشباعه بمصدر أمه (And Burgess :2003 .Ditomas Brennen – Mc nulty Ross) وترى مدرسة التحليل النفسي أن التعلق الناجح يعزز نمو الأنا المستقل و يتيح المجال

لنطور ناضج ينفصل فيه الطفل عن الشخص المتعلق به ولكنه يظل يحمل في ذهنه تصورات بشأن العلاقة التي سادت بينه وبين ذلك الشخص.

• نظرية التعلم:

لم تستبعد أصحاب هذه النظرية أهمية آثار مواقف الرضاعة و التغذية على نمو التعلق حيث تمثل عمليات إشباع الجوع الدافع الأول للتعلق إلا أنهم يروا أن هذه المنشطات تكتسب سمات تدعيم ثانوية و تدريجية تأخذ قيمة إيجابية مكتسبة وبعبارة أخرى فإن وجود الأم في حد ذاته وبعيدا عن وظائف التغذية يصبح قيمة إشباعية إيجابية في مسيرة نمو الطفل.(فاروق: 2004)

حيث تبنى عدد من السلوكيين نموذج تخفيض الدافع كأساس لتفسير الاعتماد التي تظهر لدى الطفل في علاقته بالأم من حيث أنها الشخص الذي يقدم الرعاية، ويشبع حاجاته الرئيسية إلى الغذاء.

و تنص هذه النظرية على أن الطفل يطور ارتباطا انفعاليا مع الأم أو الحاضن، حيث يرتبطان في ذهنه بتخفيف التوتر .

• النظرية الأخلاقية:

وتعد نظرية بولبي الإيثولوجية وجهة نظر مقبولة في الوقت الحاضر، وتمتاز نظرية بولبي عن النظريات الأخرى التي فسرت التعلق بتركيزها على الدور النشط الذي يؤيده الطفل حديث الولادة في نشوء هذه العلاقات، إذ أنها أكدت فكرة أنصار مدرسة التحليل النفسي من حيث أن نوع التعلق مع مقدم الرعاية له طمأنينة مهمة لشعور الطفل بالأمان و قدرته على تشكيل علاقات مدعمة بالثقة.

ويؤكد بولبي أن الطفل البشري يولد مزودا مثله مثل صغار الأنواع الأخرى من الحيوانات بمجموعة من السلوكيات الفطرية التي تجعل مقدمي الرعاية بالقرب منه، وبالتالي تزيد من فرص بقائه مثل سلوك الرضاعة والابتسام والإمساك بالأم والتحديق في

وجهها و عيونها ويعتقد أن هناك نظاما سلوكيا تعلقيا يتضمن مجموعة من أنماط السلوك و ردود الفعل الانفعالية تهدف إلى تعزيز العلاقة مع مقدم الرعاية الأول ويعتقد أن لهذا النظام ثلاث وظائف رئيسية وهي: تعزيز القرب من مقدم الرعاية، وتوفير ملاذ آمن للطفل، إذ يهرع الطفل إلى الأم في مواقف الخطر و التهديد لكي يبحث عن الدعم والشعور بالراحة، واتخاذ الأم قاعدة أمنة ينطلق منها الطفل للقيام بنشاطات استكشافية في بيئته المحيطة.

(بن ناصر:2023، ص 06)

3. مراحل التعلق حسب بولبي:

يرى بولبي أن الرابطة التعلقية تتطور من خلال أربع مراحل وهي:

1-3 مرحلة ما قبل التعلق:

وتسمى مرحلة عدم القدرة على التمييز الاجتماعي من (الولادة إلى 6 أسابيع) و تتميز هذه المرحلة بقلّة الاستجابات المتميزة نحو مقدم الرعاية، إذ يستجيب الرضيع لعدد من المثيرات بغض النظر عن مقدمها، ولا يمانع عند تركه شخص غريب وليظهر ردود فعل سلبية اتجاهه.

2-3 مرحلة تكوين التعلق:

وتسمى مرحلة القدرة على التمييز الاجتماعي من (6أسابيع إلى 8 أشهر) تتميز هذه المرحلة بظهور قدرات جديدة عند الطفل وهو الآن قادر على التمييز بين الأشخاص المألوفين ويستجيب للأم بشكل مختلف عن استجاباته للشخص الغريب، ويستطيع في هذه المرحلة تطوير توقعات حول استجابات مقدم الرعاية لإشاراته وإماءاته، ولكن لا يظهر علامات الاحتجاج والشكوى عندما ينفصل عن الأم.

3-3 مرحلة التعلق الواضح:

وتسمى مرحلة البحث عن القرب من (8 أشهر إلى سنتين) ويسعى الطفل في هذه المرحلة للبقاء و طلب القرب من الأم ويظهر لديه قلق الانفصال عن الأم فيبكي ويصرخ عند مغادرة الأم وهذه يدل على أن الطفل على وعي تام بأن الأم موجودة بالرغم من عدم وجودها أمامه الآن، وهذا ما يسمى في نظرية "بياجيه" في التطور المعرفي بظاهرة بقاء الأشياء وهذا يقدم لنا إشارات واضحة على العلاقة الوثيقة بين جوانب التطور، حيث أن التطور الانفعالي يعتمد بشكل كبير على التطور المعرفي. إذ أن قلق الانفصال ينتج عن تطور معرفي ملحوظ، و من العلامات المميزة لهذه المرحلة ميل الطفل إلى استكشاف محيطه معتمد على الأم كأساس أمن، فبعد قيامه بالاستكشاف يرجع إلى الأم طمعا بالاتصال المريح والدعم العاطفي، وفي هذه المرحلة أيضا يظهر القلق من الأشخاص غير المألوفين و هو ما يسمى بالقلق من الغرباء.

3-4 مرحلة تشكيل العلاقات التبادلية: (بعد عامين)

يظهر لدى الطفل بعد نهاية السنة الثانية تطور سريع في الجوانب اللغوية وفهم العوامل المسؤولة عن حضور الأم وغيابها ويتناقص الاحتجاج على الانفصال عن الأم وغيابها ويحل معه الحوار والمفاوضة مع الأم عن أسباب مغادرتها. (دحماني : 2023، ص 20-22).

4. أنماط التعلق:

انبثق مفهوم أنماط التعلق عن نظرية (بولبي) بأنه رابط وجداني يتمثل في العلاقة بين شخصين أو أكثر ووجود هذا الرابط موجه نحو رفع مستوى النمو الإنساني وهذا بإعطاء مضامين وجدانية ويعطي كذلك التقارب والاستمرارية خاصة في مواجهة المراحل التطورية للحياة. والتي تكون بشقيها الأمن والغير أمن:

• نمط التعلق الآمن:

في التعلق الآمن نجد أن علاقات الفرد تتميز بالمودة و الحب مما يزيد الثقة بالنفس لديهم، وذلك لأنهم أكثر قدرة على إنجاز العلاقات بأصدقائه مستخدماً مبدأ الاعتمادية في تعزيز الألفة بينهم و بين الآخرين حيث يسهل على أفراد هذا النمط الاقتراب من الآخرين والثقة بهم والاعتماد عليهم و يشعرون بالارتياح كما أنهم لا يقلقون من اقتراب الآخرين منهم.

• نمط التعلق القلق (السلبي):

أصحاب هذا النمط يتسمون بأنهم يرفضون الاقتراب من الآخرين نتيجة نظرته السلبية عن ذاتهم، وأن الآخرين لا يهتمون بهم على الرغم أن لديه رغبة في أن يكونوا علاقات ويكونوا قريبون من نظائهم، وفيه يوجد أشخاص يتسمون بالقلق من العلاقات الإجتماعية لأنهم ينظرون إلى أنفسهم نظرة سلبية ولا يتقون بأنفسهم.

• نمط التعلق المتجنب:

يتميز هذا النمط بأن الفرد يحمل صورة إيجابية عن نفسه، بينما ينظر إلى الآخرين بنظرة سلبية ويفتقر إلى الثقة بهم (Barbra 2000:153) يُعتبر هذا النمط من أنماط التعلق السلبية، حيث يلجأ إلى الأصدقاء طلباً للراحة ولكنه لا يشعر بالراحة في ذلك نتيجة نظرته السلبية عن الآخرين.(حسان، 2012، ص 04).

هنا في هذا النمط لا يبدي الفرد انزعاجاً عن الابتعاد عن الآخرين، كما أنه يتجنب الاقتراب منهم أو ملامستهم ويتميز بعدم الشعور بالارتياح وعدم الأمان والخجل والخوف والتردد، (سامح:2022، ص 415).

• نمط التعلق المنفصل (المشوش):

في هذا النوع من التعلق يحاولون حماية أنفسهم من خيبة الأمل من خلال رفض العلاقات الشخصية والمحافظة على صورتهم كأشخاص مستقلين ذوي حصانة، لذا فهؤلاء الأشخاص ينفصلون عن الآخرين ويرون أن الاعتماد المتبادل بين الأفراد نقطة ضعف في شخصية الفرد (النمر: 2016، ص11).

• نمط التعلق المتناقض:

ويسمى كذلك التعلق القلق، استجابات الام في هذا النوع من التعلق تكون غير مناسبة و غير متناسقة و غير منظمة بمعنى يكون هناك تناوب بين الاهتمام و الإهمال (St- Antione، p2) او عدم الاستجابة الا بعد زيادة سلوك التعلق عند الطفل. (اي بعد الصياح و البكاء الشديد فيتعود الطفل على انه لا يستجاب لحاجاته الا بعد زيادة سلوكيات التعلق).

ويمثله أشخاص يتسمون بالقلق والتنافر ويقدمون صورة غير متماسكة لماضيهم العلائقي مع الوالدين، فهذا النوع من الأشخاص لديه ثقة ضعيفة بنفسه و يعتمد كثيرا على الآخرين للحكم على ذاته. (جماطي: 2021، ص52)

• نمط التعلق المقاوم:

وهو ما يطلق عليه بالنوع C في دراسات أنزرويث علاقة غير آمنة بين الطفل ومقدم الرعاية يظهر فيه الطفل الخوف وعدم الارتياح والقلق حتى في وجود الأشخاص الآخرين وعند مغادرتهم يشعر بالحزن والإكتئاب ويستمر في إظهار الضيق والغضب ويرفض الغريب، وهذا النمط لا تظهر عليه السعادة أبدا لأنه يستمر بالشعور بعدم الأمان وقد يتصرف بشكل فيه نوع من الرفض والعوانية اتجاهها كنوع من العقاب (بنت فهد: 2022).

5. تأثير التعلق في مرحلة المراهقة:

ان نظام التعلق يبقى نشط طوال الحياة وخلال فترة المراهقة و التي تمثل سن البلوغ الناجم عن تغيرات هرمونية تتأزر تغيرات فيزيولوجية و معرفية و نفسية كبيرة، هذه التغيرات تفرض لأول مرة في الحياة تعديل العلاقات مع صور التعلق الاولية و تحويلها من الآباء الى الأقران .

و على المستوى المعرفي تتميز المراهقة بظهور ما يسميه بياجيه العمليات الشكلية فيتم تحرير الفكر من المحسوس ويصبح المراهق قادرا على التفكير بشكل صحيح في البيانات المجردة، حيث يصبح تفكيره تعقيدا و تنمو لديه القدرة على الاستنتاج و التعميم حيث تسمح له هذه القدرات الجديدة بالتفكير بشكل مختلف في عمليات التفكير الخاصة به وعلى تمثيلاته يمكنه بعد ذلك تطوير قدرته التفكيرية. (جماطي: 2021، 61)

ثالثا: الألعاب الالكترونية

ظهرت الألعاب الالكترونية نتيجة للتقدم العلمي و التكنولوجي وهي من بين الألعاب التي نالت المرتبة الأولى على حساب الألعاب التقليدية في البلدان العربية و منها الجزائر و التي أصبح لها دور هام و كبير في حياة الفرد و سلوكه و مراحل تطوره، فقد فرضت نفسها على المراهقين بفعل تقنياتها و مميزاتها، فأصبحوا يندفعون نحوها بشكل رهيب دون الشعور بمخاطرها، وقد أصبحت ممارستها من قبل المراهقين ظاهرة تستحق الانتباه و البحث من حيث سماتها و دلالاتها التربوية و تأثيرها على المراهقين في مختلف جوانب الحياة، فهناك العديد من الألعاب الإلكترونية التي ظهرت في الآونة الأخيرة. والمتاحة على شبكة الانترنت بالمجان، وتعد لعبة فري فاير من الألعاب التي لاقت انتشارا ورواجا كبيرا بين المراهقين وهي من الألعاب الالكترونية العنيفة المتاحة على الإنترنت، وترجمتها العربية " النار المجانية ". تم تطويرها من طرف 11 دوتس أستوديو ونشرتها شركة غارينا، أول إصدار لها كان 2017-12-04.

1. مفهوم الألعاب الإلكترونية:

أشار العديد من المختصين وعلماء النفس إلى أهمية اللعب وألقوا الضوء على جميع مجالاته كما فسرت العديد من النظريات هذا المفهوم من عدة جوانب، وتعتبر الألعاب الإلكترونية نوع حديث خاص بهذا العصر من أنواع الألعاب المختلفة و التي يجذب إليها الأفراد من مختلف فئات العمر المختلفة، خاصة المراهق.

وتعرفها الشحروري (2008): على أنها نوع من الألعاب التي تعرض على شاشة التلفاز (ألعاب الفيديو) أو شاشة الحاسوب (ألعاب الحاسوب) و التي تزود الفرد بالمتعة من خلال تحد استخدام اليد مع العين (التآزر البصري/الحركي) أو تحد الإمكانيات العقلية و هذا ما يكون من خلال تطوير البرامج الإلكترونية خلال الأربعين سنة الماضية تطورت ألعاب الحاسوب من الألعاب على الأشرطة المرنة إلى القرص المدمج إلى شبكة الإنترنت، و تطورت الأشكال الجديدة من هذه الألعاب حيث أصبحت تمتاز بنظام ثلاثي الأبعاد للصورة و سرعة معالجة عالية و كذلك نظام معقد من الإمكانيات الصوتية التي تؤثر على اللاعب أثناء اللعب، و يمكن أن تلعب هذه الألعاب بشكل فردي أو اللعب ضد الحاسوب أو مع الأصدقاء أو ضدهم عن طريق الإنترنت.(الشحروري:2008، ص31).

كما يعتبرها بكة: بأنها نشاط ذهني أو بدني يقوم به الفرد سواء كان صغير أو كبير، من أجل تلبية حاجاته المختلفة، والتي يمكن أن يحققها من خلالها كتفريغ الطاقة الزائدة وتختلف أهميته بالنسبة للفئات العمرية المختلفة. (بكة:2015، ص18).

انطلاقاً مما سبق يمكننا تعريف الألعاب الإلكترونية بأنها ألعاب تفاعلية تشغل باستخدام أي جهاز إلكتروني متخصص، وغالباً ما تتضمن تفاعلاً بين اللاعب والنظام أو بين عدة لاعبين عبر الشبكات حيث تقوم على التفاعل مع صور ورسومات افتراضية ضمن بيئة مليئة بالتحدي والمتعة والتنافس.

2. واقع الألعاب الإلكترونية في الجزائر:

مما لا شك فيه إن التطور الهائل في التكنولوجيا جعل من التصوير الجرافيكي أكثر حقيقة وواقعية في إطار ما يسمى الألعاب الإلكترونية، وقد تطورت تلك الألعاب و

ارتكزت على التكنولوجيا الحديثة التي قدمت لنا قسوة مؤلمة وللأسف فإن الطفل الجزائري رغم الخطر المفروض عليه بقي أكثر انجذابا من سواء نحوى ممارسة تلك الألعاب خلسة في البيت أو مع الأصدقاء دون رقابة، إذ أصبحت الألعاب الإلكترونية حقيقة واقعية في تكوين المجتمع الجزائري الحالي ولا يمكن نفي هذه الحقيقة بأي شكل من الأشكال فلا تخلو الحياة اليومية للطفل الجزائري من هذا المصطلح باللفظ أو الإسم. (سعاد و بن مرزوق: 2016، ص36).

إلا أن هذه الألعاب أصبحت جزء من مكونات التنشئة الأسرية والاجتماعية الجزائرية وحيث غزت هذه الألعاب أجهزة التلفزيون والحواسيب والهواتف النقالة وزادت في وجودها أكثر من خلال الإنترنت والذي لوحظ مؤخرا ارتفاع نسبة توفرها في البيوت الجزائرية ناهيك عن الحماس والصراخ الانفعالي والصراخ المتعالي من صالات اللعب ومقاهي الإنترنت. (همال، ص 151).

3. تأثيرات الألعاب الإلكترونية:

1.3 التأثيرات الإيجابية:

❖ الأثر العلمي:

أوضح الدكتور "عبد الله المدلق" أن هذه الألعاب تساعد على تنمية الذاكرة و سرعة التفكير و التطور حسب المبادرة و التخطيط و المنطق كما أنها تعلن القيام بمهام الدفاع و الهجوم في أن واحد و تحفز التركيز والانتباه و تنشيط الذكاء تقوم على حل الأحاجي أو ابتكار عوالم كم صنع المخيلة كما أن هذه الأجهزة تعلم الطفل التفكير العلمي الذي يتمثل بوجود مشكلة ثم التدرج بحلها.

وعلى الصعيد ذاته يؤكد الباحثان (د.عاطف محمود، محمد) أن استخدام برنامج الألعاب التعليمية الإلكترونية كان له فعالية في تنمية مهارات استخدام الكمبيوتر وتنميتها لدى الجيل الراقي يتطلب توحيد مزيد من الاهتمام نحو إنتاج برامج الألعاب الإلكترونية التعليمية المناسبة. (محمد الكعبي، ص40-41).

❖ الأثر الصحي:

تبين (دافن بافلير) أن الأشخاص الطبيعيين الذين لا يقضون وقتا في ممارسة ألعاب الفيديو يملكون قوة نظر طبيعية و لكن عندما تم اقتحامهم في جلسات لممارسة الألعاب الفيديو لمدة تتراوح بين 3-13 ساعة أسبوعيا فقد تحسنت قوة نظرهم و أصبح بصرهم ممتازا جدا في استخلاص معلومات صغيرة من بين معلومات مزدحمة كما أصبحوا أفضل في تصوير درجات مختلفة من اللوم الرمادي وبناءا على ذلك يثبت أن كثرة ممارسة ألعاب الفيديو لا يجعل النظر أسوء وإنما أفضل.

وتصف الباحثة وفقا للأبحاث المحترفة فان الألعاب الإلكترونية لا تسبب الشد العضلي و تشتت الإنتباه وإنما العكس هو الصحيح فهي تجعل ممارسي ألعاب الفيديو يمتلكون مميزات متفوقة على غيرهم من ناحية التركيز والقدرة على تتبع الأجسام بشكل أفضل، وهنا قد تمكنت بعض الألعاب الإلكترونية من معالجة جملة من الأمراض النفسية خلال وقت قياسي مثل أمراض الشلل الدماغي والتصلب العصبي المتعدد وحالات الجلطات التي تحتاج إلى جلسات علاج عديدة لتحسين حالة المصابين بها.

❖ الأثر النفسي والاجتماعي:

على الصعيد النفسي والاجتماعي يرى الباحثان " محمد العبري " و" يوسف التبري " أن فوائد العاب الفيديو تتمثل في المساعدة على التفكير والذكاء مثل الألعاب الاستراتيجية و ألعاب الحروب وألعاب المحاكاة، إذ تشير كثير من الدراسات إلى أن بعض الألعاب الإلكترونية تؤدي إلى الراحة النفسية وتقوي روح التدريب والتعاون والتنظيم والشعور بالثقة في النفس. (محمد الكعبي:2017، ص44).

2.3 الآثار السلبية:

❖ العنف:

يأتي العنف على رأس القائمة سلبيات ألعاب الفيديو وأن العنف في أغلب البرامج الإعلامية اليوم كما يظهر كثيرا من أبطال ألعاب الفيديو على إنهم أفراد منحرفون لا

تحلون بالأخلاق أو الفضيلة و هذه الألعاب قد تكون أكثر ضررا من أفلام العنف التلفزيونية والسينمائية.

❖ الجنس والسلوك المنحرف:

تصنع الألعاب الإلكترونية غالبا في بلدان الثقافة الغربية (أمريكا واليابان) بشكل خاص لذا فهي تابعة من قيم تلك المجتمعات وأعرافها ومن المعروف أن لدى تلك البلدان ثقافة جنسية قائمة على التحرر والانفعالات هذا من جهة و من جهة أخرى فإن الشركات المنتجة للألعاب الفيديو تدرك قوة جذب المحتوى الجنسي على المراهقين والشباب لذا فهي تعتمد اللعب على هذا الوتر لأجل تحقيق تسويق تجاري أكبر لألعابها والنتيجة من ذلك هي أن العديد من الألعاب الإلكترونية الرائجة تحتوي بشكل أو بآخر على مشاهد جزئية أو كاملة لا تلاؤم إطلاقا الثقافة و الأعراف التي تسود مجتمعاتنا بأي شكل من الأشكال على الصعيد الآخر نلاحظ كثيرا من الممارسات الأخلاقية التي يتعلمها الطفل والمراهق من خلال ممارسة ألعاب الفيديو. (محمد الكعبي، ص46-48).

❖ الإدمان:

أظهرت دراسة علمية تبين أن 80% من الشباب مدمنين على ألعاب الفيديو و ذلك وفقا لنتائج الاستطلاع (ماريس) القوم الذي يشمل نحو (1300) فرد من الفئة العمرية و رأى مدير الأبحاث بالمعهد القومي في الإعلام البروفيسور Beugler genlile أن هذه أول دراسة تسجل أن الممارسة الباثولوجية لإدمانية ألعاب الفيديو و بلغت واحدا لكل عشرة شبان تقريبا و المقصود باستخدام الباثولوجي لألعاب الفيديو هو ما يفعله الشخص بها لدرجة تلهيهم على عمل وظائف الحياة.

ويمارس اللاعبون المدمنون للعب 24 ساعة أسبوعيا و يجلبون غالبا أجهزة ألعاب الفيديو إلى غرفة النوم و يعانون مشكلات عدم الانتباه بالمدرسة و يحصلون على درجة مدرسية منخفضة و يعانون من مشكلات جسمية أكثر و هو احتمالا للشعور بالإدمان و السرقة و لإرضاء عاداتهم الإدمانية.

4. المحكات التشخيصية لإدمان الألعاب الإلكترونية:

-DSM-5 نص الدليل التشخيصي و الإحصائي للاضطرابات العقلية

على أن " اضطراب ألعاب الإنترنت " يتم تشخيصه من خلال تسعة معايير، وإذا تم استيفاء خمسة أو أكثر منها لمدة لا تقل عن 12 شهر فإنه يمكن تشخيص الحالة بأنه اضطراب

وهي : IGD الألعاب الالكترونية عبر الانترنت

- الانشغال المفرط بلعب ألعاب الكمبيوتر.

أعراض الانسحاب: عادة ما تشمل هذه الأعراض التهيج أو القلق أو الحزن عندما يتم التخلص من ألعاب الإنترنت، ولكن لا توجد علامات عضوية مثل الانسحاب الدوائي.

- الحاجة إلى قضاء أوقاتا متزايدة في المشاركة في ألعاب الإنترنت.
- محاولات غير ناجحة للتحكم في اللعب.
- فقدان الاهتمام بالهوايات والأنشطة الترفيهية (الأخرى) السابقة.
- استمرار اللعب المفرط على الرغم من التبصر بالعواقب النفسية والاجتماعية.
- خداع الآخرين فيما يتعلق بنطاق اللعب.
- استخدام ألعاب الكمبيوتر للهروب أو التعويض عن الحالة المزاجية السلبية.
- المخاطرة أو فقدان علاقة مهمة أو وظيفة أو تدريب فرصة مهنية بسبب اللعب.

وقد أكدت العديد من الأبحاث التابعة للجمعية الأمريكية للطب النفسي أن الإدمان على الألعاب الإلكترونية لا يختلف كثيرا عن إدمان المواد المخدرة فهناك تشابه كبير بينهما، وذلك لظهور الكثير من المشكلات التأقلمية والصحية لمن يعانون من هذه الاضطرابات على السواء مع وجود خلاف بين العلماء حول التشابه بين المعايير التشخيصية الواجب توافرها في الإدمان السلوكي الذي اقترحتة الجمعية الأمريكية للطب النفسي والمنصوص عليها في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية عام (2013) في الطبعة الخامسة. (شاكرا:2002، ص34-35).

5. دوافع إقبال المراهقين على الألعاب الإلكترونية:

- من الدوافع التي تقف وراء تعلق المراهقين بالألعاب الإلكترونية نذكر منها:
 - إلغاء الحدود الجغرافية بين الشباب .
 - التخلص من الطاقة الزائدة.
 - اكتساب شهرة واسعة.
 - لها أسلوب جذب من خلال الأشكال والألوان.
 - صعوبة تواصل الطفل أو الشاب مع المحيطين.
 - منع الطفل أو الشاب من التعبير عن رغباته.
 - الضغوطات الإجتماعية التي تحد من حرية رأي الطفل أو الشاب.
- (الطناجي:2019، ص33).
- شعور الطفل بالنشوة والقوة في الألعاب الإلكترونية عند تحقيق الفوز.
 - تقليد الأطفال للوالدين في اللعب في الأجهزة وممارسة الألعاب الإلكترونية .(عبد القادر:2022، ص63)

ثانياً: لعبة فري فاير

1- مفهوم اللعبة الإلكترونية فري فاير: "Free Fire"

غارينا فري فاير بالعربية (النار المجانية) هي لعبة الباتل رويال من تطوير 11 دوتس ستوديو ونشر شركة غارينا وتم إصدارها في 4 ديسمبر 2017 أصبحت اللعبة الأكثر تحميلاً على الهواتف المحمولة في عام 2019 بفضل شعبيتها الكبيرة، حيث حصلت على جائزة أفضل لعبة شعبية في تصويت من متجر جوجل بلاي في نفس العام. إعتباراً من نوفمبر 2019، حققت لعبة فري فاير إيرادات تجاوزت مليار دولار على مستوى العالم.

تتضمن اللعبة خمسين لاعباً ينزلون بشكل متفرق على خريطة اللعبة بحثاً عن الموارد والأسلحة اللازمة للقضاء على الأعداء الذين يواجهونهم بهدف البقاء كآخر شخص حي على الجزيرة.

في فيفري 2019، بلغت فري فاير أكثر 500 مليون تحميلاً في الأجهزة الأندرويدية لتصبح أحد أكثر الألعاب الأندرويدية تحميلاً في 2019.

في عام 2020، تم إطلاق النسخة الثانية من لعبة فري فاير تحت اسم "فري فاير ماكس"، والتي يمكن للاعبين الذين يمتلكون هواتف قوية الإستمتاع بجودة رسومات أعلى. كما أصبحت هذه النسخة متاحة في منطقة الشرق الأوسط اعتباراً من 8 يونيو 2021. (موقع صيد الفوائد: 2021).

2- قصة لعبة " فري فاير:

" فري فاير " لعبة إلكترونية عبر الإنترنت سرقت عقول الشباب وتركيزهم واستولت على حياتهم الشخصية وبعضاً من أموالهم، تبدأ هذه اللعبة بتجمع حوالي خمسين لاعباً غير مسلحين في موقع واحد ثم يتم نقلهم بواسطة طائرة إلى جزيرة نائية. يُسمح لكل لاعب باختيار المكان الذي يفضل القفز منه باستخدام المظلة للهبوط على الجزيرة حيث يبدأ سباق التسلح. عند هبوطه يكون اللاعب عارياً تماماً من الأسلحة، وعليه البحث عن الأسلحة والعتاد داخل المنازل المنتشرة في الجزيرة كما يمكنه أيضاً البحث عن عربات واستخدامها لنقل أو دس لاعبين آخرين إذا كنت من محبي التحدي اختر منطقة مكتظة باللاعبين لبدأ اللعبة أما إن كنت ترغب بالتركيز على النجاة فاختر مناطقاً أكثر هدوءاً يوجد في اللعبة منطقتان مميزتان، المنطقة الحمراء والمنطقة الآمنة في بداية اللعبة تكون تشمل كامل الجزيرة ثم بعد مرور بعض الوقت ستعطيك اللعبة رسالة تحذير بأن المنطقة آمنة ستكتمش، وهنا عليك أن تتحرك لكي تبقى داخلها لأن بقاءك خارجها يعني تناقص نقاط حياتك تدريجياً حتى الموت، لذا عليك أن تبقى يقظاً اتجاه تغيرات هذه المنطقة حيث أن هذه المنطقة ستستمر بالتضايق حتى تجبر آخر الناجين على التواجد فيما بينهم لتحديد الناجي الوحيد وذلك للحلول دون تضييع الوقت في البحث عن إبرة في كومة قش، أما المنطقة الثانية هي المنطقة الحمراء والتي تتحرك ضمن المنطقة الآمنة وعليك تفاديها لأن وقوعك ضمنها سيتسبب بكشف موقعك للأعداء وبالتالي سيشكل خطراً عليك لكونك هدفاً سهلاً وتستمر اللعبة لأن يبقى شخصاً واحداً فقط على قيد الحياة ويمكن اللعب كفريق أو بشكل منفرد حيث يمكن لأعضاء الفريق أن يتواصلوا مع بعضهم بواسطة الصوت عبر

المايكروفون ويمكن أيضا لهم أن يقدموا إسعافات أولية في حال شارف أحدهم على الموت، تتميز هذه اللعبة عن مثيلاتها بأنه لا يمكن شراء أسلحة و اقتنائها من المتجر مقابل ما تجمع من مال أو نقاط أثناء تقدمك في اللعبة حيث أن متجر هذه اللعبة لا يوفر لك سوى الملابس والمظاهر الظريفة بالنسبة للأسلحة، يجب عليك البحث عنها بنفسك في مباني الجزيرة. قد تكون محظوظاً وتجد أقوى الأسلحة في البداية، أو قد تواجه بداية صعبة من حيث العتاد. بشكل عام تتميز أسلحة هذه اللعبة بتنوعها حيث تشمل عناصر مستوحاة من العالم الواقعي بالإضافة إلى الأنغام والمتفجرات. (مراد و غمري: 2021، ص23)

3- إيجابيات وسلبيات اللعبة الإلكترونية " فري فاير

1.3 الإيجابيات:

- تعتمد اللعبة على القتال البحث عن الحياة والنجاة من الموت.
- يمكن استخدام هذه اللعبة في أنظمة متنوعة من التشغيل (الحواسيب، الهواتف، الأجهزة اللوحية) مما يتيح للمستخدمين إمكانية الاختيار بين الأجهزة دون التقيد بجهاز واحد.
- تتميز بجرافيك مميز ومساحة صغيرة مقارنة مع الكثير من الألعاب الأخرى.
- إمكانية استخدام الصوت والكثير من المؤثرات الأخرى. (مراد و غمري، 2021).
- أن اللاعب يجب أن ينهي اللعبة بعشر دقائق أو أقل حيث أنه يمكن للاعب أن يلعب مباراة واحدة أو أكثر في وقت قصير.
- من الإيجابيات أيضا أنها لعبة ذات حجم صغير جدا، وأن الكثير من هواتف اندر ويد تدعم لعبة الأندرويد منخفضة الذاكرة، و لهذا قام العديد من الأشخاص بتثبيت هذه اللعبة على هواتفهم فهي مناسبة للذاكرة المنخفضة.
- إن هذه اللعبة صغيرة الحجم لهذا ملفات سلة المهملات فيها تكون منخفضة جدا.

2.3 السلبيات:

- بسبب حجمها الصغير فإن خريبتها تكون صغيرة أيضا لهذا لا توجد أنشطة للقناصين فيها فمن يحد أن يلعب مع القناصين فهذه اللعبة لن تلبى رغبته ولن تناسبه.
- أحيانا قد تتأخر اللعبة عند فتحها نتيجة للتقلبات في الأداء، وهو ما يُعتبر من العيوب الرئيسية للعبة.
- نظراً لصغر حجم لعبة فري فاير فإن دقتها تكون منخفضة، مما يجعل من الصعب على اللاعب رؤية العدو بوضوح على المدى القصير. (زياني و اوطاهر:2022).

الفصل الثاني:

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

يهدف بحثنا هذا إجراء دراسة ميدانية تعتمد على أسس علمية وموضوعية تستهدف جمع المعلومات والحقائق والنتائج الموضوعية والتحقق من صحة الفرضيات التي قمنا بصياغتها في الفصل الخاص بالإطار العام للدراسة وتحليلها فبعد توضيح وعرض الجانب النظري والدراسات السابقة، سنعرض في هذا الفصل الخطوات التي تمكننا من الحصول على البيانات اللازمة لتطبيق الدراسة والتحقق من الفرضيات وذلك من خلال تطبيق مجموعة من الأدوات التي تتمثل في المقابلة العيادية البحثية النصف موجهة وتطبيق عدة مقاييس (مقياس إيمان الألعاب الالكترونية ومقياس الرأس مال النفسي و مقياس أنماط التعلق).

1. منهج الدراسة

تم استخدام المنهج العيادي لما يمنحنا من دراسة معمقة توسعية للحالات كما أنه يساعد على جمع المعطيات التي تعمل على التحقق من صحة فرضيات الدراسة بما أن موضوعنا يتطلب التعمق في الخصائص النفسية والاجتماعية، فهو يسمح بالتعمق وفهم الضوابط النفسية ويهدف إلى معرفة السير النفسي للمراهقين المدمنين على لعبة فري فاير.

2. حدود الدراسة:

نتلخص حدود دراستنا فيما يلي:

• الحدود الزمانية:

طبقت دراستنا في مجال زمني ما بين (2025/ 02/02) إلى (2025 / 05 / 20)

• الحدود المكانية:

أجريت الدراسة في متوسطة بن الذيب بلقاسم في حي لاروكاد بالمسيلة

• الحدود البشرية:

تمثلت في مجموعة الدراسة والتي عددها (02)

3. الدراسة الاستطلاعية:

سعت دراستنا الاستطلاعية إلى تحقيق ما يلي:

- التعرف على ميدان الدراسة.
- معرفة خصائص الفئة المستهدفة بالدراسة وتحديد العينة الأولية.
- التعرف على مدى تقبل المبحوثين للمقابلات والأسئلة المطروحة.
- الإحاطة بواقع الاستخدام المفرط للألعاب الإلكترونية (خاصة لعبة فري فاير) لدى المراهقين.

4. أدوات الدراسة:

اعتمدنا في دراستنا البحثية على هذه الأدوات:

1.4 المقابلة النصف موجهة:

ظهرت المقابلة النصف موجهة في دراستنا هذه كأسلوب هام في الميدان الاكلينيكي فقد كانت عبارة عن علاقة ديناميكية وتبادل لفظي بين الباحثين والعينة المختارة التي كانت عبارة عن تلميذين من المرحلة المتوسطة ، حيث تعتمد على دليل مقابلة والتي ترسم خطتها مسبقا بشيء من التفصيل والوضوح .

وهدفنا من استخدام المقابلة النصف الموجهة هو البحث عن رأس المال النفسي وأنماط التعلق الأمن والغير امن لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

2.4 مقياس رأس المال النفسي:

تم اعتماد مقياس رأس المال النفسي الذي يتكون من أربعة أبعاد أساسية، هي : التفاؤل، الكفاءة الذاتية، الأمل، والمرونة النفسية، حيث يعكس هذا المقياس مستوى السمات الإيجابية التي يمتلكها الفرد وتمكنه من مواجهة التحديات وتحقيق الأهداف. أعد المقياس من طرف (د/الشيءاء محمود سالماني، 2020) في ضوء ما اطلعت عليه الباحثة من أطر نظرية ودراسات سابقة عن الرأس مال النفسي، بناءً على المقاييس الأكثر استخداماً في الدراسات النفسية، خصوصاً النسخة العربية المبنية على مقياس "رأس المال النفسي" لـ لوتانز وزملائه (Luthans et al.، 2007)، كما تم تكييفه في دراسات عربية مثل:

• نبيهة جماطي(2020)

• عماد عبد اللطيف وآخرين(2016)

• دراسة الشريف (2014) وغيرها .

وخضع لإختبارات الصدق والثبات التي أثبتت ملاءمته للاستخدام البحثي.

يتكون المقياس من عدد من البنود (25 مفردة) تجاب وفق مقياس ليكرت خماسي و تكون فيه الاستجابات

- دائما = 5

- غالبا = 4

- أحيانا = 3

- نادرا = 2

- أبدا = 1

وتُحسب الدرجات لكل بُعد على حدة، ثم تُجمع للحصول على الدرجة الكلية للمقياس.

تشير الدرجة المرتفعة إلى تمتع الفرد برأس مال نفسي عالٍ، بينما تشير الدرجات المنخفضة إلى ضعف في هذا الجانب.

يهدف هذا المقياس إلى تقييم مدى امتلاك الأفراد للخصائص الإيجابية التي تساعد على التكيف النفسي والاجتماعي.

نتيجة الاختبار:

تفسير الدرجات الكلية (تقديرياً):

• من 80 إلى 100: مستوى مرتفع من رأس المال النفسي.

• من 50 إلى 79: مستوى متوسط.

• أقل من 50: مستوى منخفض ويحتاج إلى دعم نفسي.

ولحساب مستوى كل بُعد :

طريقة التصحيح

1. احتساب درجة كل بُعد :

• اجمع درجات البنود الخاصة بالبُعد.

2. حساب المتوسط :

المتوسط = مجموع درجات البنود

عدد البنود

3. تفسير المستوى حسب المتوسط:

المتوسط الحسابي	مستوى البعد
1.00 – 1.99	منخفض جداً
2.00 – 2.99	منخفض
3.00 – 3.99	متوسط
4.00 – 4.49	مرتفع
4.50 – 5.00	مرتفع جداً

تم بناء التصحيح كما ورد في مفتاح مقياس "رأس المال النفسي" المرفق (أ.م.د. الشيماء محمود سالماني) والذي يعتمد على بنية مقياس "ليكرت الخماسي"، وهي طريقة شائعة الاستخدام في مقاييس السمات النفسية.

وبالتالي هدفنا من استخدام هذا المقياس هو معرفة رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

3.4 مقياس أنماط التعلق:

قمنا باستخدام مقياس أنماط التعلق الذي أعدته (سامية محمد صابر، 2014) لقياس أنماط التعلق، و يحتوي المقياس بصورته الأصلية على 16 بنداً موزعة على بعدين كالآتي:

- التعلق الأيمن: يتكون من 4 بنود و هي 1،5،9،13
- التعلق غير الأيمن: و هو بعد رئيسي يتضمن 3 أبعاد فرعية و هي:
- التعلق المتناقض: يتكون من 4 بنود و هي: 6،2، 10، 14.
- التعلق غير الأيمن التجنبي: يتكون من 4 بنود و هي: 3،7،11،15.
- التعلق غير الأيمن الرفض أو غير المنظم: يتكون من 4 بنود و هي: 4، 8، 16،

طريقة التصحيح:

في الصورة الأصلية للمقياس تقع الإجابة 3 مستويات و هي: (نعم، أحيانا، لا)
و تقدر الدرجات كما يلي:

نعم =3، و أحيانا = 2، و لا = 1 في العبارات [1، 5، 9، 13]

و تقدر الدرجات كما يلي: نعم =1، أحيانا = 2، لا = 3 ، في العبارات [2، 6،
4، 11، 3، 10، 15، 8، 12، 16، 14، 7]

و بذلك يكون أقصى درجة للمقياس هي 48 و تعبر عن التعلق الأمن، و أقل
درجة للمقياس هي 16 و تعبر عن التعلق غير الأمن، و يصنف الأفراد على المقياس من
خلال الأرباعي الأعلى و الأرباعي الأدنى:

- لتصنيف الأفراد على أنهم مرتفعون في التعلق تم حساب الأرباعي و الذي بلغ
(40) فيكون مرتفعي التعلق إذا كان اصغر = 40.

- لتصنيف الأفراد على أنهم منخفضون في التعلق تم حساب الأرباعي الأدنى و
الذي بلغ (24) و بالتالي يكون الأفراد منخفضي التعلق إذا كان = اكبر 24.

ذلك لأن الهدف من مقياس في صورته الأولية هو تحديد مستوى التعلق.

في حين أن دراستنا تهدف إلى تحديد نمط التعلق السائد لدى أفراد العينة، و عليه
تم تصحيح كل العبارات بنفس الدرجات كالتالي: (نعم= 3، أحيانا = 2، لا=1)، و تم
الاعتماد على المتوسطات الحسابية لكل بعد لتحديد نمط التعلق السائد.(نبيهة جماطي:

2020، ص 172)

- _ وبالتالي هدفنا من استخدام مقياس أنماط التعلق هو معرفة نمط التعلق الآمن

والغير آمن لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

4.4 مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

أعدت الباحثة (نيفين حسن سعد شاكر) مقياساً لقياس إدمان الألعاب الإلكترونية لدى
المراهقين في المرحلة الإعدادية، مكون من (38عبارة) موزعة على 6أبعاد مستمدة من

الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM-5 ومنظمة الصحة العالمية
لاضطراب إدمان الألعاب في المراجعة الحادية عشر الأبعاد هي:

1. الإدراك المشوه (7 عبارات) [37_31_25_19_13_7_1]

2. الإعتياد والإستمرار القهري (7 عبارات) [38_32_26_20_14_8_2]

3. التدفق والإنغماس (6 عبارات) [33_27_21_15_9_3]

4. الأولوية والتخلي (6 عبارات) [34_28_22_16_10_4]

5. الخداع والهروب (6 عبارات) [35_29_23_17_11_5]

6. فقدان السيطرة والانتكاس (6 عبارات) [36_30_24_18_12_6]

7. تمت صياغة البنود بشكل يعكس السلوكيات الإدمانية المرتبطة بالألعاب الإلكترونية
لدى المراهقين، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام التحليل
العالمي التوكيدي، وبلغت معاملات الثبات دلالة إحصائية مرتفعة.

مفتاح تصحيح المقياس:

• طريقة الإجابة: ثلاثة بدائل لكل عبارة:

• تنطبق تماماً: 3 درجات

• تنطبق إلى حد ما: 2 درجة

• لا تنطبق تماماً: 1 درجة

• العبارات السالبة (العكسية)

_ تعكس في التصحيح: (أي تنطبق تماماً = 1 درجة)

(تنطبق الى حد ما = 2 درجات)

(لا تنطبق تماماً = 3 درجات)

_ وهي [30_35_16_27_32_37]

الدرجة الكلية للمقياس: من 38 إلى 114.

• تفسير الدرجات (تقديرياً):

• من 90 فأكثر: إيمان مرتفع

• من 65 إلى 89: إيمان متوسط

• أقل من 65: إيمان منخفض أو غير موجود

_ وبالتالي هدفنا من استخدام مقياس إيمان الألعاب الإلكترونية هو معرفة إن كان فعلا المراهق لديه إيمان على الألعاب الإلكترونية (لعبة فري فاير).

5- عينة الدراسة الأساسية:

عينة الدراسة: تمثل عينة الدراسة في حالتين لديهم إيمان مرتفع للألعاب الإلكترونية - لعبة فري فاير أنموذجاً - تتراوح أعمارهم بين (15_14) تم اختيارهم بطريقة قصدية

الفصل الثالث

عرض نتائج الدراسة،

تحليلها، ومناقشتها

1. الحالة الأولى

1-1 البيانات الشخصية:

الإسم: محمد

السن: 15

المستوى المعيشي: متوسط

المستوى الدراسي: 3 متوسط

الرتبة بين الإخوة: الرابع

عدد أفراد الأسرة: 7

2-1 ملخص المقابلات النصف موجهة مع الحالة:

محمد فتى مراهق يبلغ من العمر 15 سنة متمدرس بالمرحلة المتوسطة، فتى بشوش وحيوي قصير القامة نو مظهر جيد، يعيش مع والديه مستواهم المعيشي متوسط، عدد أفراد أسرته (7 أفراد) مرتبته بينهم الرابع، اتسمت استجاباته من خلال المقابلة بالاتساق والتسلسل، وهذا يدل على سلامة العمليات الفكرية. محمد متجاوب وخطابه ثري مرتاح في العلاقة الثنائية ولا يتردد في حديثه عن انشغالاته الشخصية.

بداية وصف الحالة طفولته بأنها "فترة مليحة" و يعيش في بيئة أسرية مستقرة، لديه علاقات جيدة مع والديه وجميع أفراد أسرته ووجود تواصل مفتوح بينهم. عبر عن ذكريات طفولة سعيدة، وانه كان سعيدا في تلك المرحلة. حتى مرحلة مراهقته يعتبر بأنها جيدة ومليئة بالتجارب حيث يشير إلى أن المواقف غير الجيدة كانت نادرة ومحدودة التأثير، تحدث عن الدعم العاطفي والتفهم من قبل أسرته خاصة من طرف الأم يقول " كل من نروح من المتوسطة روح نقعد معاها ونحكيها وش يصرا في كامل نهاري وهي دائما تتفهمني "و" بابا يديني معاه كي يعود مسافر نتعلم معاه "لا يشعر بالإهمال أو التهميش داخل العائلة، حيث يقول أنه يُحترم وتؤخذ آراؤه بعين الاعتبار. كما صرح بأن أسرته تتقبل استقلاليتها وتقدر رأيه، مما ساهم في بناء ثقته بنفسه.

علاقاته بالزملاء و الأصدقاء كانت ولا تزال جيدة، تتسم بالمحبة والتفاهم حيث قال " صحابي هوما كلش بعد العائلة تاعي " فكان يقوم بذكرهم كثيرا وسط المقابلات . في الجانب الأكاديمي كان أداءه جيد هناك بعض الصعوبات لكنه كما قال " صعوبات عادية ونتجاوزوها".

إضافة إلى أن الحالة أظهر قدرة على التكيف مع المواقف الصعبة والضغط الحياتية، حيث تحدث عن مواقف سابقة تجاوزها بنجاح بنفسه وأحيانا بمساعدة الآخرين، كما تحدث أيضا عن تفاعله الإيجابي مع سلوكيات الآخرين دون أن يسمح بتأثيرها السلبي على مشاعره أو ثقته، عبر عن إيمانه بقدرته على تنفيذ المهام المتعددة والسيطرة على وقت اللعب، كما أنه يشعر بأن إنجازاته في اللعبة تعكس قدراته وتزيد من ثقته بنفسه خارج الفضاء الافتراضي.

تحدث عن أهداف واضحة للمستقبل، وخطة يريد تحقيقها، أي ميل دائم للنظر إلى المستقبل بتفاؤل، حيث قال " راني نخم نقرا ونجيب معدل مليح وندخل في السلك العسكري"، وبميل إلى النظرة الإيجابية للأحداث ويؤمن بأن الأشياء الجيدة ستحدث له مستقبلا.

ومن خلال إجاباته أيضا، يمكن تصنيف نمط تعلقه ضمن التعلق الآمن، حيث أن الحالة كان مرتاح وبيدي استعداد للحديث عن مشاعره سواء لأفراد العائلة أو لأصدقاء مقربين، ما يعكس توفر قاعدة آمنة يثق بها في محيطه. وبرغم ارتباطه بأصدقائه في اللعبة، إلا أنه لم يستبدل تماما العلاقات الواقعية، بل يرى في تواصله الواقعي مصدرا للدعم العاطفي، حيث قال " حتى وعندي أصدقاء في اللعبة بصح يقعدو أصدقائي في الواقع أفضل و لم يظهر أي عزوف عن التفاعل الاجتماعي أو توجسا من الاقتراب العاطفي، ولم يعبر عن صعوبات واضحة في تكوين علاقات جديدة أو طلب المساعدة.

أما عن لعبة " فري فاير" فهو يلعبها منذ أكثر من خمس سنوات، بمعدل 4 الى 5 ساعات يوميا، أيضا هناك علاقة شبه اعتمادية على اللعبة خاصة عند الإشارة إلى التوتر

أو الملل في حال الانقطاع المفاجئ حيث تصل به هنا في حال الانقطاع المفاجئ وهو في وسط اللعب إلى كسر الهاتف في مرات عديدة لقوله " كسرت كثر من ثلاث تلفونات مفقتش" أيضا يعبر عن شعوره بالفخر بمهاراته داخل اللعبة، أقر أيضا بأن اللعبة أثرت قليلاً على نومه، خاصة في العطل تؤثر بشكل كبير لكن لم يصل الأمر إلى تدهور الأداء الدراسي أو الاجتماعي، مما قد يدل على أنه في مرحلة مبكرة من الإدمان أو أنه يمارس تحكماً نسبياً في السلوك. وعند الحديث عن شعوره في حال منعه من اللعب، ظهرت مؤشرات انزعاج وتوتر، لكنه لا يظهر أي سلوك عدواني عنيف أو انسحاباً حاداً إضافة إلى أنه سجل سلوك إنفاق مستمر للمال داخل اللعبة، فكل هذا قد يشير إلى بداية تعلق مرضي أو الأقل اعتماد عاطفي مؤقت على اللعبة كمصدر للمتعة وتخفيف الضغط ويرى أن تطوره في الأداء يعزز ثقته بنفسه خارجها، ويرى بأن إنجازاته داخل اللعبة تعزز لديه الإحساس بقدرته على النجاح في جوانب أخرى من حياته.

3-1 تحليل المقابلة مع الحالة الأولى:

من خلال إجراء المقابلات وملاحظاتنا والمعلومات التي تحصلنا عليها تبين أن الحالة يعيش في محيط معيشي إيجابي ومستقر حيث يتميز بدفء العلاقات الأسرية ووجود دعم عاطفي دائم من الوالدين، ما وفر له بيئة نفسية آمنة منذ الطفولة وحتى مرحلة المراهقة. وقد ساعده كل هذا على تنمية ثقة عالية بالنفس، وتقدير إيجابي للذات، إضافة إلى وجود قدرة واضحة على التعبير عن المشاعر والتواصل الفعال مع الآخرين وتكوين صداقات جيدة، كما أظهرت المقابلة مستوى مرتفعاً من التفاؤل بشأن المستقبل، حيث يرى نفسه قادراً على مواجهة الصعوبات والتأقلم مع أي تحديات، كذلك الإيمان بقدراته الذاتية على الإنجاز وتحقيق الأهداف.

وبخصوص علاقته بلعبة "فري فاير"، فهي حاضرة بشكل يومي ولساعات متواصلة وبما أنه يعتبر أن استخدامها الكثير هذا يظل في إطار المتعة والإنجاز الشخصي لا غير، و كل هذا لا يتسبب في انحراف عن الواجبات الدراسية والاجتماعية. فقد

أظهرت سلوكياته غير ذلك كتكسيه للهاتف والعصبية عند التوقف المفاجئ للعبة فكل هذا يؤكد فكرة إيمانه.

1-4 عرض نتائج مقياس إيمان الألعاب الإلكترونية:

بعد الإجابة على مقياس إيمان الألعاب الإلكترونية من طرف الحالة وتنقيطه وجمع نقاطه، تم الحصول على درجة (90 درجة)، وتشير هذه الدرجة إلى وجود إيمان مرتفع وكل هذا يبدو من خلال إجاباته، سوف نذكر بعض العبارات التي تحصل فيها على أعلى درجة.

في بُعد الإدراك المشوه في عبارتين "استمر في اللعب حتى أحقق الفوز" و "عبارة" أتقبل الهزيمة في اللعب" حصل على أعلى درجة.

وفي بُعد الاعتياد والاستمرار القهري في عبارتين " أشعر بالرغبة دائما في ممارسة الألعاب الإلكترونية" وعبارة "عدم الشعور بالوقت أثناء اللعب" حصل على أعلى درجة أيضا.

وفي بُعد التدفق والإنغماس في عبارتين "تجذبني الصور والألوان ومؤثرات الصوت في الألعاب" وعبارة " يتعكر مزاجي وأشعر بالاكنتئاب عندما ينقطع الاتصال باللعبة لأي سبب".

وفي بُعد الأولوية والتخلي في عبارة " يشتهي المعلمين دائما مني في المدرسة".

وفي بُعد الخداع والهروب في عبارة "أهرب من المذاكرة عن طريق اللعب بالألعاب الإلكترونية".

وأخيرا في بُعد فقدان السيطرة والانتكاس في عبارتين "أفضل دائما في تحديد وقت اللعب"، وعبارة " أشعر بالعصبية عندما يزعجني أحد أثناء اللعب".

5-1 عرض نتائج مقياس رأس المال النفسي:

بعد الحصول على إجابات الحالة في مقياس رأس المال النفسي وتنقيطه وجمع نقاطه تبين بأن الدرجة الكلية للمقياس (98 درجة) أي وجود رأس مال نفسي مرتفع عموماً ولن نتوقف هنا فنحن نريد معرفة مستويات الرأس مال النفسي والدرجة التي تحصل عليها في كل بُعد عن طريق حساب المتوسط الحسابي لكل بُعد. فوجدنا التالي:

بُعد التفاؤل حصل على = 4,16

بُعد الكفاءة الذاتية حصل على = 3,15

بُعد الأمل حصل على = 3,85

بُعد المرونة حصل على = 4,16

في المرتبة الأولى نجد التفاؤل والمرونة متحصل فيهم على أعلى درجة ، يليهم بُعد الأمل ، وأخيراً بُعد الكفاءة بنسبة أقل قليلاً

وسنذكر بعض العبارات التي تحصل فيهم على أعلى درجة في كل بُعد:

بُعد التفاؤل: تحصل على أعلى درجة في عبارة " أتوقع الأفضل فيما يخص مستقبلي".

بُعد الأمل: تحصل على أعلى درجة في عبارة " أثق فيما لدي من أحلام وطموحات".

بُعد المرونة: تحصل على أعلى درجة في عبارة" يمكنني تكوين شبكة من العلاقات خارج محيطي الشخصي".

6-1 عرض نتائج مقياس أنماط التعلق:

بعد الحصول على إجابات الحالة في مقياس أنماط التعلق وتنقيطه وجمع نقاطه وحساب المتوسطات الحسابية لكل بُعد لتحديد نمط التعلق السائد.

فقد أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس أنماط التعلق تراوحت بين (1.75) و (2.25) حيث سجل بُعد التعلق الآمن أعلى متوسط حسابي (2.25) أي هو النمط السائد لديه.

أي في معظم إجاباته في البنود التي تنتمي لهذا البعد كانت درجات مرتفعة كالبنود الأولى:

" يمكنني بسهولة تكوين علاقات اجتماعية مستقرة وجيدة ".

بعد ذلك يليه بُعد التعلق المتناقض (2.5) ثم يليه بُعد التعلق الغير الآمن التجنبي بمتوسط حسابي (2) بينما جاء بُعد التعلق الراض في المرتبة الأخيرة بمتوسط (1.75). حيث أن الدرجة الكلية لمقياس أنماط التعلق كانت: 34 درجة.

7-1 التحليل العام للحالة الأولى:

من خلال عرض وتحليل معطيات المقابلة نصف الموجهة والحصول على نتائج المقاييس المطبقة على الحالة أظهرت مؤشرات مقياس أنماط التعلق أن للحالة نمط تعلق آمن وأكد ذلك بوصفه لعلاقته مع والديه بإيجابية وشعوره بالدعم والثقة داخل محيطه ووجود ثقة بالآخرين حيث أنه لا يظهر لديه شك مفرط أو خوف دائم من الخداع أو الهجر، ما يدل على تنظيم داخلي جيد لعلاقات التعلق.

إضافة إلى أنه يتمتع بمستوى مرتفع من رأس المال النفسي يتضح في تفاؤله وبنظرة الإيجابية نحو المستقبل وبكفاءته الذاتية وقدرته على مواجهة الصعوبات، وإيمانه بأن الأشياء الجيدة ستحصل معه مستقبلاً.

وبرغم كل هذه المؤشرات الإيجابية أظهرت نتائج مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية ومعطيات المقابلة أيضاً عن مستوى مرتفع من الإدمان والتعلق المرضي بلعبة " فري فاير" من حيث عدد الساعات المخصصة لها يومياً وتأثيرها على بعض الجوانب كسلوكياته مثلاً، مما يشير إلى وجود شكل من أشكال الاعتماد النفسي على اللعبة حيث

يوضح أنها تلعب دوراً تعويضياً جزئياً لبعض الاحتياجات النفسية مثل الشعور بالتفوق وربما لا يكون مرتبطاً بشكل كلياً مباشر بعوامل الضعف النفسي التقليدية أي ربما يعكس طبيعة المرحلة العمرية وسهولة الإنجذاب لعالم الألعاب لما يوفره من تحديات ومكافآت.

2. الحالة الثانية:

1-2 البيانات الشخصية :

الإسم: احمد العمر: 14 سنة الجنس: ذكر

المستوى الدراسي: ثلاثة متوسط المستوى المعيشي: متوسط

عدد أفراد الأسرة: 06 الرتبة بين الإخوة: 01

2-2 ملخص المقابلات النصف موجهة مع الحالة:

"احمد" فتى يبلغ من العمر 14 سنة، يدرس بالمرحلة المتوسطة بالصف الثالثة متوسط، هادئ جداً تبدو عليه علامات من التوتر و الخجل، يظهر عليه التعب و الإرهاق الشديد، ذو مظهر مرتب، متوسط القامة، يحتل المرتبة الأولى بين إخوته يعيش مع والديه، أحمد يميل للعزلة و الإنطواء، كان جدي في التعامل معي حديثه عادة ما يتخلله بعض الصمت خطابه منقطع لا يستطيع التعبير عن شعوره بسهولة، كما يخشى النظر في أعين الباحث عادة ما يلتفت يمينا و يسارا، كما لديه علامة توتر تظهر في قضم الأظافر، يستعمل حيل دفاعية بين الحين و الآخر كالهروب و الإنكار و الإزاحة.

في البداية وصف طفولته بأنها كانت جميلة يتخللها الاستقرار والأمان حيث عبر الحالة عن بعض الذكريات التي عاشها في الطفولة تعبر عن مدى شعوره بالسعادة، كما يشعر بأن مرحلة المراهقة الآن مليئة بالصعوبات و المشاكل نظرا للضغوطات الدراسية التي يمر بها لأنه لا يحب الدراسة و يريد الانقطاع عنها.

كما يصف طبيعة علاقته بوالديه على أنها علاقة جيدة حيث يشعر بالحب و الاهتمام من طرفهم، كما صرح من جهة أخرى بأن أسرته لا تقبل استقلاليته ولا تقبل

رأيه في أي شيء لقوله: (حتى وكى نمد رأيي في أي حاجة مايسمعوئيش يفتولوي مزلت صغير نتا و ماتعرفش)، مما ساهم هذا في ضعف ثقته بنفسه. كما يصف علاقته بزملائه في الدراسة و الاصدقاء بصفة عامة بأنها عادية حيث أنه لا يحب الاختلاط كثيرا فهو لا يثق في الآخرين إلا بصعوبة و هذا ما يظهر في قوله: (مانديرش الثقة في حت واحد و اصلا نخاف نديرها ومبعدا نتغدر منهم)، و يشعر بالخوف من الدخول في أي علاقة جديدة، حيث انه قريب من عائلته فهو مقرب جدا من والديه خاصة الأم فيعتبرها هي المصدر الوحيد للأمان في هذه الحياة حسب قوله : (منحبش نخالط و نخاف اصلا مكانش لمان عندي حاجة وحدة برك في هاذي دنيا ندير فيها لمان هي ماما)، إضافة إلى أن الحالة أظهر عدم القدرة على التكيف لوحده مع المواقف الصعبة و الضغوط الحياتية التي تواجهه حيث أنه يلجأ لوالديه لحل مشاكله أو أي شيء آخر، إذ انه يطلب المساعدة منهم دائما لأنه يرى بأنه لا يستطيع التصرف لوحده أو الاعتماد على نفسه، كما انه يخشى مفارقتهم.

كما أشار أيضا إلى عدم تفاعله مع الآخرين أو مشاركته في أي أنشطة، كما تحدث بأن ليست لديه أي أهداف واضحة يريد تحقيقها أو خطط مستقبلية وينظر لحياته نظرة سلبية و لديه توقعات غير إيجابية بما سيحدث له في المستقبل.

أما في حديثنا عن اللعبة "لعبة فري فاير" أخبرني بأنه بدأ اللعب سنة 2020 أي منذ 5 سنوات لمدة 08 ساعات يوميا، كان هذا بسبب فضوله حتى قرر تجربتها فأصبح يمارسها بكثرة ومع مرور الوقت أدمن عليها ولم يعد يستطيع التوقف عنها، كما ذكر أنه في تراجع مستمر في الدراسة فأصبح لا ينقطع عن اللعبة بسهولة و عند نزع الهاتف له من طرف والديه في وقت الدراسة يشعر بالقلق الشديد و الملل أو حتى لدرجة الإكتئاب، حيث أنه يعتبر الدراسة سببا في منع الرفاهية و المتعة لديه فهي لا تحقق له أي مكاسب لكنه لا يعترف أبدا بأن اللعبة هي من أثرت على دراسته فهو عادة ما يستعمل حيل للهروب من الواقع لقوله: (ملي بديت نلعبها صح معدتش نجيب مليح بصح ميش هي سبة انا مانحبش لقراية ومانيش حاب نقرا)، فهو يعيش علاقة اعتمادية على اللعبة

خاصة عند انقطاعها المفاجئ عنه بسبب أي شيء كما يقر أيضا بان اللعبة أثرت على نومه كثيرا خاصة في الأوقات الدراسية فهو يمارسها باستمرار لوقت متأخر من الليل مما يظهر صعوبة في عدم قدرته على النهوض صباحا و الذهاب إلى المدرسة في بعض الأحيان مما قد يدل على أن اللعبة سببت له إدمان واضح. كما انه يظهر سلوك عدواني من خلال قوله بأنه في مرة من المرات ضرب ابن عمه لمجرد صراخه فقط و هو يلعب، فلا يحب أي إزعاج أو صراخ عند اللعب و أنه لا يحب الخسارة أبدا، كما عبر عن عدم قدرته على تنفيذ المهام في وقت واحد ولا يستطيع السيطرة على نفسه خلال اللعب كما انه يشعر بأن إنجازاته في اللعبة و ربحه فيها هي من تعكس شجاعته و قوته و ثقته بنفسه، فالفضاء الافتراضي هو ما يعكس الواقع الذي يعيشه بالنسبة له فهو متصل بالواقع الافتراضي أكثر من الحقيقة وهذا ما أظهر عليه في حديثي معه كل ما أسأله عن شيء أو أتحدث معه بخصوص أي شيء دائما ما يسألني هل تقصدان الواقع، إضافة إلى أنه يسجل سلوك الإنفاق المستمر للمال داخل اللعبة فكل هذا قد يشير إلى إدمان عاطفي كلي على اللعبة.

2-3 تحليل محتوى المقابلات مع الحالة:

تبين من خلال الملاحظة و المقابلة العيادية و بناءا على تحليل محتوى المقابلات التي أجريت مع الحالة "احمد" و تطبيق عدة مقاييس تبين انه يعيش في محيط معيشي مستقر مليء بالدفء و الأمان ووجود دعم عاطفي دائم من الوالدين، كما أظهرت المقابلة تعلق واضح بهم وخاصة الأم حيث يعتبرها مصدر الأمن و الأمان له وهذا راجع لنمط التعلق غير الأمن الذي تشكله منذ مراحل حياته الأولى مع أمه، كما اظهر رغبة في عيش الحياة الافتراضية أكثر من الحياة الواقعية التي عيشها فهي تحقق له المتعة و السعادة، كما تبين أنه يتردد في الحديث عن نفسه و عن حياته الشخصية وليس لديه القدرة الكافية على سرد حياته و التعبير عن رغباته قليلا ما يتكلم و كثيرا ما يصمت، إضافة إلى عدم قدرته على التعبير عن مشاعره و صعوبة في الإفصاح عما داخله بالإضافة إلى أنه ليس لديه القدرة على إنجاز أي شيء لوحده ولا يستطيع التعامل مع الضغوط أو المشاكل التي

تواجهه دائما ما يطلب المساعدة من والديه لحل كل شيء هذا ما يظهر عليه وضعية من الإتكالية و الإعتمادية على الوالدين، كما أنه ليست لديه أي أهداف لتحقيقها و يرى بان ما سيحدث له في المستقبل سيكون أسوء و هذا راجع لنظرته السلبية و توقعاته الغير جيدة مما يظهر له مستوى منخفض جدا من التفاؤل و الأمل بشأن المستقبل، كذلك ضعف ثقته بنفسه و عدم الاستقرار الذاتي.

أما بخصوص علاقته باللعبة "لعبة فري فاير" فهي بارزة بقوة في حياته فقد أصبحت عبارة عن إيمان له لقضائه أوقات كثيرة فيها كما أظهر إيمانه عليها انخفاض في مستوى أدائه الدراسي وعدم قدرته عن التوقف عليها بحيث يرى أن استخدامه لها بهذا الشكل المبالغ فيه يعبر عن متعته في الحياة و كوسيلة متنفس له فهذا ما يظهر لديه على شكل سلوكيات عدوانية واضحة أو انحرافات بعد حين مما قد يؤدي به إلى بعض الاضطرابات.

2-4 عرض نتائج مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية:

بعد إجابة الحالة الثانية على مقياس الألعاب الإلكترونية و تنقيطه و جمع نقاطه تم الحصول على (98 درجة) و تشير هذه النتيجة إلى وجود إيمان مرتفع جدا لديه و كل هذا يبدو من خلال بعض إجاباته على العبارات التي تحصل فيها على أعلى درجة نذكر منها:

- في بعد الإدراك المشوه : من خلال عبارة " اندماجي مع الألعاب الإلكترونية جعلني أحب الخيال أكثر من الواقع ."
- في بعد الإعتياد والإستمرار القهري: من خلال عبارة " عندي رغبة مستمرة في ممارسة الألعاب الإلكترونية ."
- في بعد التدفق والإنغماس: من خلال عبارة " تجذبني الصور و الألوان و الأصوات و مؤثرات الصوت في الألعاب."

- في بعد الأولوية و التخلي: من خلال عبارة " أخفي عن الوالدين درجات إختباراتي السيئة "
- في بعد الخداع و الهروب: من خلال عبارة " ممارستي اللعب لأوقات طويلة لا يشعرنني بالوحدة "
- وأخيرا في بعد فقدان السيطرة: من خلال عبارة " استمر في اللعب حتى مع الشعور بالتعب".

فكل هذه العبارات حصل فيها الحالة على أعلى درجة.

2-5 عرض نتائج مقياس رأس المال النفسي:

بعد الحصول على إجابات الحالة في مقياس رأس المال النفسي وتلقيته وجمع نقاطه تبين أن الدرجة الكلية للمقياس هي (66 درجة) أي وجود رأس مال نفسي متوسط عموما، و كل هذا يظهر من خلال ذكر كل بعد من الأبعاد التي تحصل عليها لمعرفة مستويات رأس المال النفسي لديه عن طريق حساب المتوسط الحسابي لكل بُعد فوجدنا كالتالي:

- بُعد التفاؤل : تحصل على 2.83، أي مستوى التفاؤل لديه منخفض.
 - بُعد الكفاءة الذاتية : تحصل على 2.16، أي مستوى الكفاءة لديه منخفض أيضا.
 - بُعد المرونة : تحصل على 3.16 ، أي مستوى المرونة لديه متوسط.
 - بُعد الأمل : تحصل على 3.14، أي مستوى الأمل لديه أيضا متوسط.
- بُعد الكفاءة تحصل على اقل درجة و هذا ما يظهر خلال العبارة: " لا أشعر بكفاءتي في عرض تكليفتاتي و أعمالتي الأكاديمية أمام أساتذتي و زملائي ".

يليه بُعد التفاؤل تحصل على أقل درجة و هذا ما يظهر خلال العبارة: " نادرا ما أتوقع أن أتعامل بإيجابية مع قد ما يواجهني من مشكلات ".

ثم بُعد الأمل تحصل على درجة متوسطة و هذا ما يظهر خلال العبارة: " أقيم نواتج أعمالي حسب ما حققته من مكاسب".

أما بُعد المرونة فتحصل أيضا على درجة متوسطة وهذا ما يظهر خلال العبارة: " لا يمكنني التعامل مع الضغوط و المواقف الصعبة بكفاءة".

2-6 عرض نتائج مقياس أنماط التعلق:

بعد الحصول على إجابات الحالة في مقياس أنماط التعلق و تنقيطه و جمع نقاطه أيضا و حساب المتوسط الحسابي لكل بعد من الأبعاد لتحديد نمط التعلق السائد لديه فقد أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لأبعاد مقياس أنماط التعلق تتراوح بين (1.25 درجة) و (2.25 درجة) حيث سجل بُعد التعلق الغير امن أعلى متوسط حسابي (2.25 درجة) أي هو النمط السائد لديه، فينتهي الحالة لبعد " التعلق غير الأمن التجنبي"، و أنه في معظم إجاباته على البنود التي تنتمي لهذا البعد كانت درجات مرتفعة " لدي صعوبة في منح تقتي للناس " بعد ذلك يليه التعلق غير الأمن المتناقض (1.75 درجة)، ثم يليه التعلق غير الأمن الراض غير المنظم (1.25 درجة)، بينما جاء بعد التعلق الأمن في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (1.2).

حيث أن الدرجة الكلية لمقياس أنماط التعلق كانت: 24 درجة.

2-7 التحليل العام للحالة الثانية:

من خلال عرض و تحليل معطيات و محتوى المقابلة النصف موجهة و الحصول على نتائج المقاييس المطبقة على الحالة أظهرت مؤشرات مقياس أنماط التعلق أن النمط السائد لديه هو التعلق غير الأمن اندرج تحت بعد التعلق غير الأمن التجنبي و هذا ما يظهر في شعوره الدائم بالخوف اتجاه كل شيء و خشية الدخول في أي علاقات جديدة،

كما يظهر عدم ثقته بالآخرين و يتجنب تكوين علاقات وثيقة مع زملائه، مع خوف مفرط أو مستمر من فقدان و الهجر أو الانفصال عن الوالدين خاصة الأم لأنه يكون معها علاقة أمن و أمان، و هذا ما يدل على تنظيم هش و سيء لعلاقات التعلق لديه.

إضافة إلى ذلك أنه يتمتع بمستوى منخفض من رأس المال النفسي يتضح في عدم قدرته على إنجاز المهام و توقعاته السلبية دائما نحو المستقبل، أيضا لديه صعوبة في تحديد الأهداف و إيجاد سبل لتحقيقها كما انه يتجنب المحاولة خوفا من الفشل الدائم و المستمر، كما يظهر اعتقادا راسخا بعدم قدرته على التعلم أو الدراسة إضافة إلى ذلك البيئة المعيشية للحالة " احمد " لم توفر له تجارب نجاح متدرجة لبناء الثقة في نفسه و هذا ما يدل على انخفاض مستوى الثقة بالنفس لديه.

وعلى الرغم من كل هذه المؤشرات السلبية فقد أظهرت نتائج مقياس الإدمان على الألعاب الإلكترونية و معطيات المقابلة أيضا مستوى مرتفع جدا من الإدمان والتعلق باللعبة " لعبة فري فاير " من حيث عدد الساعات الكثيرة المخصصة لها وأن الحالة يظهر عصبية شديدة عند محاولة تقليل وقت اللعب أو إيقافها نهائيا، بالإضافة إلى الاستمرار في اللعب رغم كل العواقب السلبية التي كنت تنتج عنها مع ضعف السيطرة على سلوك اللعب لديه مما أدى به ذلك إلى الانعزال والانطواء عن العالم الخارجي الواقعي مما ولدت له عزلة واضحة عن الأسرة والأصدقاء حيث أنه يفضل البقاء لوحده واللعب فقط فعلاقاته الإجتماعية تقتصر على الأصدقاء الافتراضيين، بالإضافة إلى تراجع ملحوظ في المستوى الدراسي مع صعوبة التركيز لديه و نقص الانتباه مع بروز سلوك عدواني لديه متمثل في الضرب. مما يشير إلى شكل من أشكال الاعتماد النفسي الكلي حيث يتضح بأنها الشيء الوحيد الذي يحقق له المتعة والنشوة، مما قد يساهم وظهور تعلق مرضي باللعبة مع سهولة الانجذاب لعالم الألعاب لما قد توفره من تحديات ومكافآت.

3. مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:

1-3 مناقشة نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على ما يلي: يوجد تأثير لأنماط التعلق على رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير. والتي ظهرت لدى مجموعة الدراسة من خلال المقابلات النصف موجهة، والإجابة عن التساؤلات في كل المحاور تبين من خلال إجاباتهم أن لأنماط التعلق تأثير واضح على رأس المال النفسي لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

فمن خلال تحليل المقابلات ودراسة حالتي العينة أن هناك علاقة بالفعل بين النمط التعلقى لدى المراهقين ومستوى الرأس مال النفسي لديهم، لكن هذا التأثير لم يكن موحدًا إذ وجدنا اختلاف بين الحالات من الجانب النفسي من حيث التأثير الإيجابي و السلبي أي هناك تباين بين حالة و أخرى. وذلك راجع لطبيعة المحيط المعيشي وعلاقة المراهق مع الوالدين والمحيطين به وغيرها من العوامل أما للتأكد من صحة الفرضيات قمنا بتطبيق مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية للمقارنة بين الأعراض الإدمانية الظاهرة التي جمعناها إضافة إلى مقياسي رأس المال النفسي لقياس أبعاد رأس المال النفسي لدى الحالتين ومقياس أنماط التعلق للكشف عن نمط التعلق السائد عند كل حالة .

ففي الحالة الأولى لوحظ أن نمط التعلق الآمن كان مصحوبا بمستوى مرتفع من مؤشرات رأس المال النفسي من حيث الكفاءة التفاؤل المرونة والأمل فقد أظهر المراهق قدرة على التعامل مع ضغوط الحياة، أما في الحالة الثانية تميزت بنمط تعلق غير آمن، فقد سجل انخفاض في رأس المال النفسي حيث عبر المراهق عن ضعفه في ثقته بنفسه و الشعور بالعجز أمام مشكلاته اليومية.

وبالتالي يمكن القول إن الفرضية العامة قد تحققت بدرجة معتبرة .

3-2 مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على أن لأنماط التعلق الأمن دور إيجابي في ظهور رأس مال نفسي جيد لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير فمن خلال تحليل المقابلات النصف موجهة على الحالات المتمثلة لمجموعة الدراسة وبعد تطبيق المقاييس الثلاثة (مقياس ادمان الألعاب الإلكترونية، مقياس رأس المال النفسي ، مقياس أنماط التعلق) تبين أن لنمط التعلق الأمن و رأس المال النفسي الجيد دور مهم في خفض مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهق المدمن وهذا ما يظهر عند الحالة " محمد" إذ أن وجود نمط تعلق آمن الذي يتجلى في علاقته الايجابية مع والديه وشعوره بالثقة والدعم الأسري إنعكس إيجابيا على أبعاد رأس المال النفسي رغم إدمان الحالة على لعبة فري فاير إذ أظهر المبحوث قدرا مرتفعا من أبعاد لرأس المال النفسي خاصة في بعدي التفاؤل والكفاءة الذاتية. فكل هذا يعكس دور العلاقة الآمنة مع الأهل كمصدر دعم نفسي يساعد في بناء موارد داخلية قوية.

وهذا ما جعل دراستنا تتفق مع نتائج الدراسات السابقة كدراسة: "تبيهة جماطي 2021 بعنوان : أنماط التعلق و الهشاشة النفسية عند المراهقين غير المتوافقين دراسيا و علاقتها بحاجاتهم الإرشادية بأن دراستنا متوافقة

إذ أشارت إلى أن التعلق الأمن ينتشر بين المتوافقين نفسياً ودراسياً، وهو ما يعكس توفر موارد نفسية إيجابية، تشبه مكونات الرأس مال النفسي كالكفاءة الذاتية والمرونة .

3-3 مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على أن لأنماط التعلق الغير آمنة دور سلبي في ظهور رأس مال نفسي هش لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير، فمن خلال المقابلات النصف موجهة على الحالات و المقاييس المطبقة تبين أن لأنماط التعلق الغير آمنة ورأس المال النفسي الهش دور مهم في رفع مستوى الإدمان على الألعاب الإلكترونية لدى المراهق، وهذا ما وجدناه عند الحالة "أحمد" حيث كشفت النتائج عن نمط

تعلق غير آمن (التجنبي) لديه تجلى في القلق من فقدان العلاقة مع الوالدين وشعور دائم بعدم الفهم والاحتواء فقد انعكس هذا النمط في انخفاض وضعف مؤشرات رأس المال النفسي وخاصة في بعدي التفاؤل و الكفاءة الذاتية، حيث عبر الحالة أيضا عن شعور بعدم القدرة على التغيير كما أن علاقته بلعبة فري فاير تحمل طابعا تعويضيا عن علاقاته الواقعية المشحونة. إذ لجأ إليها كوسيلة للهروب مما زاد من تعلقه المرضي بها.

"وتدعم نتائج دراسة شايب أميرة وآخرون (2020) ما توصلنا إليه من أن الإدمان الإلكتروني قد يؤدي إلى هشاشة في البنية النفسية للمراهق، حيث أظهرت الدراسة تأثيراً سلبياً للعبة PUBG على المجالات النفسية والاجتماعية، وخصوصاً بروز مظاهر الاندفاع والعزلة والعدوان، وهي مؤشرات مرتبطة بضعف الرأس مال النفسي. ويُحتمل أن تُعزى هذه الهشاشة إلى أنماط تعلق غير آمنة، تجعل المراهق أكثر هشاشة أمام الضغوط والتجاذب الافتراضي".

خاتمة

انطلقت دراستنا الحالية من الإطار النظري الذي استندنا فيه على منطلقات النظرية في تناولها لكل من رأس المال النفسي وأنماط التعلق و إدمان الألعاب الإلكترونية والجمع بينهما للكشف عن العلاقة بين أنماط التعلق ورأس المال النفسي لدى المراهق المدمن باعتماد لعبة " فري فاير " كنموذج معبر عن هذا السلوك الرقمي المنتشر بكثرة في أوساط المراهقين.

ولتحقيق أهداف الدراسة و الإجابة عن تساؤلاتها اعتمدنا على المنهج العيادي من خلال دراسة حالتين و قمنا بتطبيق مجموعة من أدوات الفحص النفسي العيادي والتي تمثلت في المقابلة العيادية النصف موجهة، ومقاييس نفسية تقيس متغيرات الدراسة (مقياس رأس المال النفسي، مقياس أنماط التعلق، مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية) التي قمنا بمناقشتها في ضوء الفرضيات، و في النهاية خلصت الدراسة إلى تحقيق كل فرضياتها.

وقد أظهرت النتائج أن أنماط التعلق تشكل عاملا نفسيا مهما يؤثر في تشكيل رأس المال النفسي لدى المراهق سواء بشكل إيجابي كما في حالة التعلق الآمن أو بشكل سلبي كما ظهرت في الحالة الثانية نمط التعلق الغير الآمن فكل هذا يؤثر على سلوك الإدمان لدى المراهق .و من هنا تبرز أهمية الدراسة الحالية و ذلك بتناولها لموضوع جديد نظرا لحدائته، وهو ما نتوقع أن يمثل إضافة علمية إلى التراث السيكولوجي، ومع محدودية حجم العينة فإن النتائج تبقى ذات دلالة نوعية وتفتح المجال أمام دراسات لاحقة تعتمد منهجيات أوسع وعينات أكبر لدراسة هذه الظاهرة في عدة أبعاد مختلفة كما نأمل أن تكون هذه الدراسة كبداية لدراسات نفسية أخرى معمقة حول رأس المال النفسي وأنماط التعلق لدى المراهق المدمن على لعبة فري فاير.

قائمة المصادر والمراجع

- إبراهيم، ع. م.، & حمدونة، أ. س. (2015). الالتزام الديني وعلاقته بكل من قلق الموت وخبرة الأمل. دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، 43. (2)
- أبو غزال، م. (2011). النمو الإنفعالي الاجتماعي من الرضاعة إلى المراهقة عمان: عالم الكتب الحديثة.
- إسماعيل، م. ع. (1986). الأطفال مرآة المجتمع. الكويت: عالم المعرفة.
- أمال زكريا النمر. (2016). تقبل الذات وعلاقته بأساليب التعلق. مجلة العلوم التربوية. القاهرة.
- أمال عبد السميع أباطة. (2012). جودة الحياة النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بكة، ع. ق. (2015). ألعاب الفيديو وانعكاساتها على مستوى التحصيل الدراسي (مذكرة ماجستير). جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- بن ناصر، إ. (2023). نمط التعلق لدى الأطفال الذين يبدون بعض المشكلات السلوكية (مذكرة ماجستير). جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- بوزياني، أ. (2018). نمط التعلق والعقلنة لدى المراهق المسعف الجلد (دراسة إسقاطية لحالتين) (مذكرة ماجستير). جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.
- بوسنة، ف.، & برقادة، م. (2020). تأثير رأس المال النفسي الإيجابي على اليقظة الذهنية. مجلة البحوث التربوية والتعليمية، 10. (2)
- جابر عبد الحميد، وعلاء كفاي (1999). معجم علم النفس والطب النفسي (ج3). القاهرة: دار النهضة العربية.
- جماطي، ب. ن. (2021). أنماط التعلق والهشاشة النفسية عند المراهقين غير المتوافقين دراسياً وعلاقتها بحاجاتهم الإرشادية (أطروحة دكتوراه منشورة). جامعة باتنة 1، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

- حاج سليمان، ف. ز. (2021). المنهج العيادي ودراسة الحالة [محاضرة]. السنة الثالثة ليسانس، جامعة تلمسان.
- حسنين، م. م. أ.، بديوي، أ. ع. ب.، & عبد الجواد، و. م. (2022). رأس المال النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، 28(6.1).
- خيرة، م. ع. ق. (2022). أثر استخدام الألعاب الإلكترونية على مستوى التتمرد الإلكتروني (رسالة ماجستير منشورة). جامعة الشرق الأوسط.
- دحاني منى & شاوي باية . (2023). انماط التعلق و المرونة النفسية لدى الابن الوحيد (13-15)، مذكرة ماستر ، جامعة محمد خيضر بسكرة .
- زياني، إ، & أوطاهر، ف. (2022). تأثير الألعاب الإلكترونية على توجيه القيم لدى المراهقين (لعبة فري فاير نموذجاً) (مذكرة ماجستير). جامعة مولود معمري.
- سامح، أ. س.، & إيمان، أ. ح. (2022). نمط التعلق كمنبئ بالمشكلات السلوكية لدى الأطفال الذواتيون. *مجلة التربية، جامعة الأزهر - القاهرة*، (195) الجزء 3.
- سامي، م. م. (2007). *الأسس النفسية للنمو في الطفولة المبكرة (ط1)*. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.
- سعاد، ه، & بن مرزوق، ن. (2016). الألعاب الإلكترونية وعلاقتها بانتشار العنف المدرسي (مذكرة ماجستير). جامعة خميس مليانة.
- صيد الفوائد. (د.ت) <http://www.said.net/tarbiah/163.htm> تاريخ الاطلاع: 25 أبريل 2025، الساعة 20:23)
- طه، هـ. ح. (2019). رأس المال النفسي وعلاقته بأساليب مجابهة الضغوط. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، 20. (4)
- عبد الرحمن بن عبد الله الجاسر. (2020). أساليب حل المشكلات وعلاقتها بأنماط التعلق. *مجلة الإرشاد النفسي*، (86).

- فاروق عبد الفتاح. (2004). *النمو النفسي في الطفولة والمراهقة (ط2)*. القاهرة: دار النهضة المصرية.
- فرج حسن، هـ.، وعبد اللطيف محمد، م. (2024). *فعالية برنامج علاجي قائم على القبول والالتزام في تحسين رأس المال النفسي وأثره على السمو الذاتي لدى الطلاب المراهقين ذوي التوجيه السلبي نحو الحياة*. مجلة العلوم التربوية، العدد الثاني، أبريل 2024.
- قاوي، م. (2022، مارس 23). *إيمان التلاميذ على الألعاب الإلكترونية وأثره على السلوك الاجتماعي*. جريدة البلاد.
- مجمع اللغة العربية. (2005). *المعجم الوجيز*. القاهرة.
- محمد الطناحي. (2019). *الألعاب الإلكترونية: جدلية التأثير وحتمية المواجهة*. مؤتمر العالم الرقمي وثقافة الطفل العربي. جامعة الدول العربية.
- مراد، ب.، & غمري، ح. (2021). *الألعاب الإلكترونية العنيفة وتأثيرها على الطلبة الجامعيين - دراسة حول لعبة فري فاير (مذكرة ماجستير)*. جامعة محمد خيضر - بسكرة.
- المفرجي، ع. ح.، & صالح، أ. ع. (2003). *الإنفاق على رأس المال الفكري وأثره في التنافسية*. في مؤتمر جامعة العلوم التطبيقية.
- مها، ح. الشحروري. (2008). *الألعاب الإلكترونية في عصر العولمة: مالها وما عليها (ط1)*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- نعيمة بنت فهد إبراهيم الوهيب. (2022). *أنماط التعلق وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي*. مجلة كلية الترقية، (38) (4) جزء ثاني.

قائمة الملاحق

الملحق 1:

_ دليل المقابلة:

البيانات الشخصية:

الإسم: الجنس: العمر:

المستوى الدراسي: المستوى المعيشي:

عدد أفراد الأسرة: الرتبة بين الإخوة:

المحور الأول: المحيط المعيشي

- كيف عشت طفولتك؟ وكيف تعيش الآن (مراهقتك)؟

- كيف كانت علاقتك بأقرانك في الطفولة؟ ولماذا؟

- ما أكثر تجربة سعيدة تتذكرها من طفولتك؟ وما أكثر ذكرى غير جيدة؟

- هل كنت تشعر بالدعم والتفهم من قبل أسرتك؟ ولماذا؟

- كيف يتم التعامل مع استقلاليتك وأرائك الشخصية في المنزل؟

- _ ماهي الأمور التي تفتخر بها في نفسك؟ وضح ذلك؟

- _ هل تقارن نفسك بالآخرين؟ من هم؟ وكيف أثر ذلك على مشاعرك وسلوكك؟

- _ هل خضت أي تجربة عاطفية؟ وكيف أثرت عليك؟

- _ كيف تصف أدائك الدراسي بشكل عام؟

- _ هل واجهت صعوبة أكاديمية في مسارك الدراسي؟ إذا نعم ماهي أسبابها؟

- _ هل كنت تلميذا نشيطا ومشاركا في الأنشطة المدرسية أم كنت تميل إلى العزلة؟

ولماذا؟

- _ كيف أثرت البيئة الدراسية (المدرسة ، الزملاء ، المعلمين ...) على تطورك

الشخصي؟ وضح ذلك؟

- _ هل مررت بأحداث صادمة خلال طفولتك أو الآن؟ وهل تم دعمك؟ وممن؟

- _ هل شعرت بالدعم النفسي بعد تعرضك لموقف غير جيد؟ ماهو؟

- _ كيف تعاملت مع المواقف الصعبة التي تواجهك في حياتك ؟
- _ كيف هي علاقتك بوالديك وإخوتك؟ وهل تشعر أنهم يفهمونك؟
- _ هل كنت تشعر بالقرب العاطفي من عائلتك؟ ومن أكثر قرب ؟
- _ هل كنت تتحدث بحرية عن مشاعرك داخل أسرتك ؟ لماذا ؟
- _ هل كان هناك تواصل إيجابي داخل العائلة؟ أم كانت هناك خلافات مستمرة ؟
- _ المحور الثاني : الرأس مال النفسي :
- _ عندما تواجهك أي مشكلة هل تحاول حلها بنفسك ؟ أم تطلب المساعدة ؟ لماذا؟
- _ كيف تشعر عندما تخسر في اللعبة ؟ هل يؤثر ذلك على مزاجك ؟
- _ هل ترى لديك القدرة على التحكم في وقت اللعب إذا قررت ذلك ؟
- _ هل سبق أن واجهت موقفا صعبا وتجاوزته بنجاح ؟ كيف فعلت ذلك ؟
- _ هل تستطيع التعامل مع جميع سلوكيات المحيطين بك دون أن تتأثر علاقتك بهم ؟
- _ هل تستطيع القيام بأشياء متعددة في وقت واحد ؟
- _ هل تشعر أنك قادر على تحقيق أهدافك ؟ لماذا ؟
- _ هل تشعر بالقدرة على إتخاذ قرارات مهمة في حياتك ؟ ولماذا ؟
- _ هل لديك رؤية إيجابية للحياة ؟ لماذا؟
- _ كيف ترى مستقبلك ؟ هل لديك خطة واضحة لما تريد تحقيقه؟
- _ هل تميل إلى النظر للجانب الإيجابي من الأمور ؟ وضح ذلك؟
- _ هل تعتقد أن الأشياء الجيدة ستحدث لك في المستقبل ؟ ولماذا؟
- _ هل لديك القدرة على التعامل مع الضغوط النفسية؟

- المحور الثالث : أنماط التعلق :

- _عندما تواجه مشكلة أو تشعر بالحزن هل تلجأ الى والديك؟ أم تفضل الاحتفاظ بها لنفسك؟ ولماذا؟

- _هل تشعر بالراحة والأمان عندما تكون مع عائلتك؟ ولماذا؟

- _هل تشعر بالأمل والسعادة ولا تعاني من القلق والإكتئاب؟

- _هل تخشى الوحدة وتخلي الآخرين عنك؟ لماذا؟

- _هل تكون مرتاحا وسعيدا بدون العلاقات الإجتماعية أم العكس؟ لماذا؟

- _هل لديك أصدقاء تثق بهم وتحدث معهم عن مشاعرك؟

- _هل تفضل التحدث مع أصدقائك في اللعبة أكثر من التحدث مع عائلتك وأصدقائك في الواقع؟ لماذا؟

- _هل تشعر بالراحة عند التعبير عن مشاعرك للآخرين؟ لماذا؟

- _هل تجد سهولة في طلب المساعدة عند الحاجة؟ ولماذا؟

- _هل تشعر بقرب أصدقائك وأحبائك منك؟ كيف ذلك؟

- _هل تتقبل أي خدمة يقدمها لك الآخرين؟

- _هل من الصعب عليك الوثوق بالآخرين؟ ولماذا؟

- _هل تتجنب أن يطلع أحد على أسرارك؟

- _هل تخشى أن يخدعك الآخرين؟ لماذا؟

- _هل تتردد قبل تكوينك لعلاقات جديدة؟ لماذا؟

- _هل تشعر بالطمأنينة والثقة في علاقتك مع الآخرين؟ لماذا؟

- المحور الرابع : إدمان لعبة " فري فاير":

- منذ متى بدأت تلعب لعبة فري فاير؟

- كم ساعة تلعب اللعبة يوميا؟ وهل تستطيع التوقف عن اللعب بسهولة؟ ولماذا؟

- ماذا تشعر عندما لا تتمكن من اللعب ؟ هل تشعر بالملل أو التوتر؟
- هل سبق أن أثر لعب هذه اللعبة على دراستك أو نومك ؟ وكيف؟
- هل سبق أن فضلت اللعب على الخروج مع أصدقائك أو قضاء الوقت مع عائلتك؟
لماذا؟
- إذا طلب منك التوقف عن اللعب لمدة أسبوع هل تفعل ؟ وكيف تشعر؟
- هل أنفقت أموالا على اللعبة ؟ إذا نعم كم من مرة ؟
- هل تشعر أن اللعبة تؤثر على حياتك بطريقة إيجابية أم سلبية ؟ كيف ذلك؟
- إذا منعت من اللعبة من احد والديك بماذا تشعر ؟ لماذا؟ كيف تتصرف أثناء ذلك؟
- هل قمت بإعطاء حسابك الخاص باللعبة إلى أصدقاء آخرين لمواصلة اللعب وبيع الجولات؟ لمن؟ لماذا؟
- أثناء إندماجك كليا في اللعبة وتمت مناداتك لفعل شيء ما؟ بماذا تشعر وكيف تتصرف؟
- كيف تشعر إتجاه قدراتك أثناء اللعب؟ هل تعتقد أنك قادر على تحقيق الفوز والنقدم في اللعبة ؟
- هل تشعر أن مهاراتك في اللعبة تحسنت مع الوقت ؟ وكيف يؤثر ذلك على ثقافتك بنفسك خارج اللعبة ؟ وضح ذلك؟
- عندما تخسر في اللعبة هل تشعر بالإحباط أم أنك تتوقع الفوز في المحاولة القادمة؟
- هل لديك إستراتيجيات أو خطط معينة تستخدمها عند مواجهة صعوبات أثناء اللعب؟ وضح ذلك ؟
- هل ترى أن انجازاتك داخل اللعبة تعزز لديك الإحساس بقدرتك على النجاح في جوانب أخرى من حياتك؟

مقياس إدمان الألعاب الإلكترونية :

الرقم	العبارات	تنطبق علي تماما	تنطبق إلى حد ما	لا تنطبق تماما
01	اعتقد أن أصدقائي في الألعاب اقرب لي من أصدقاء المدرسة.			
02	اشعر بالرغبة دائما في ممارسة الألعاب الالكترونية.			
03	الألعاب الالكترونية تحقق لي مكاسب و انتصارات.			
04	أفضل ممارسة الألعاب الالكترونية عن غيرها من الأنشطة.			
05	اكذب على والدي في الوقت الذي قضيته في اللعب.			
06	اعجز في التوقف عن اللعب.			
07	أظن أن لا احد يحبني.			
08	عدم الشعور بالوقت أثناء اللعب.			
09	تجذبني الصور و الألوان و مؤثرات الصوت في الألعاب.			
10	يشتكى المعلمين دائما مني في المدرسة.			
11	اهرب من المذاكرة عن طريق اللعب بالألعاب الالكترونية.			
12	افشل دائما في تحديد وقت اللعب.			
13	اشعر أن ممارستي للألعاب الالكترونية أعطتني ثقة بالنفس.			
14	استمر في اللعب أثناء جلوسي مع الآخرين.			
15	ممارستي اللعب لأوقات طويلة لا يشعرني بالوحدة.			

			أفضل الحديث مع أسرتي عن استمراري باللعب.	16
			اخفي عن الوالدين درجات اختباراتي السيئة.	17
			اشعر بعدم القدرة على ممارسة أي نشاط آخر غير اللعب.	18
			اندماجي مع الألعاب الالكترونية جعلني أحب الخيال أكثر من الواقع.	19
			العب في أي وقت و أي مكان اذهب إليه.	20
			اشعر بالسعادة أثناء اللعب.	21
			علاقتي بأصدقائي ضعيفة.	22
			أنظاها بالمرض لكي لا اذهب المدرسة و أظل العب.	23
			عندي رغبة مستمرة في ممارسة الألعاب الالكترونية.	24
			استمر في اللعب حتى أحقق الفوز.	25
			اعجز عن تحديد وقت اللعب.	26
			يتعكر مزاجي و اشعر بالاكتئاب عندما ينقطع الاتصال باللعب لأي سبب.	27
			أفكر في اللعب حتى أثناء المذاكرة.	28
			اهرب من المشكلات التي تواجهني باللعب.	29
			استطيع التحكم في مدة اللعب.	30
			اجلس مع العابي أكثر من جلوسي مع أسرتي.	31
			انظم وقتي بين اللعب و المذاكرة.	32
			اعشق الألعاب الالكترونية لان بها التحدي و المغامرة.	33
			أفضل الاستمرار في اللعب عن الخروج مع أسرتي.	34
			أحب أن أقول الحقيقة في أي شيء.	35
			اشعر بالعصبية عندما يزعجني احد أثناء اللعب.	36
			أقبل الهزيمة في اللعب.	37

الملحق 3

مقياس أنماط التعلق: لسامية محمد صابر 2014 (الصورة النهائية)

تعلية المقياس:

أخي التلميذ، أختي التلميذة.

أمامك أربع مقياس يقيس نمط التعلق لديك، نرجو منك قراءة كل عبارة منهما جيدا و الإجابة عليها بوضع علامة (x) أمام الإجابة التي ترى لأنها تناسبك و تنطبق عليك، علما انه لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة.

و تأكد أن الإجابة التي تدلى بها ستحاط بسرية تامة و لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط، علما أننا نقوم بجمع هذه البيانات في إطار التحضير لشهادة الدكتوراه في علم النفس.

ملاحظة: من فضلك أجب بموضوعية و لا تترك أي عبارة بدون الإجابة عليها، و تأكد قبل تسليم الورقة من الإجابة على جميع العبارات، و ملا بطاقة البيانات الشخصية. ولكم منا خالص التقدير و الشكر.

الرقم	العبارة	نعم	أحيانا لا
01	يمكنني بسهولة تكوين علاقات اجتماعية مستقرة و جيدة.		
02	أخشى الوحدة و تخلي الآخرين عني.		
03	أتجنب الآخرين.		
04	أكون مرتاحا و سعيدا بدون العلاقات الاجتماعية.		
05	الآخرون أشخاص جيدون.		
06	أخشى رفض الآخرين، و عدم تقبلهم لي.		
07	في أوقات المحن لا اطلب المساعدة و التدعيم من الآخرين.		

08	أتجنب و امتنع عن الدخول في العلاقات الاجتماعية.
09	أثق و اعتمد على الآخرين وهم يبادلوني نفس الشعور.
10	أسعى إلى تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين.
11	اشعر بالخوف و الانزعاج من العلاقات الاجتماعية.
12	لا اهتم بمشاعر الآخرين من حولي.
13	اشعر بالأمل و السعادة، و لا عاني من القلق و الاكتئاب.
14	لدي مشاعر سالبة نحو الآخرين.
15	لا اشعر بالقلق عندما أكون وحيدا.
16	ليس لدي ثقة في الآخرين.

الملحق 4:

_ مقياس الرأس مال النفسي:

التعليمة:

فيما يلي عدد من المفردات تعبر عن المهارات التي تستخدمها لإدارة تفكيرك وتوجيه عمليات عقلك فيما تمر به من خبرات؛ من فضلك اقرأها بعناية ثم ضع العلامة (X) أسفل الإختيار الذي يعبر عن مدى إنطباق هذه المفردة عليك.

البيانات الأساسية:

الإسم (اختياري،ويمكنك كتابة اسم مستعار):

النوع / ذكر (.....) أنثى (.....)

العبرة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
(أ) التفاؤل					
1					أتوقع الأفضل فيما يخص مستقبلي
2					أثق في قدراتي على صنع الحياة التي أتمناها
3					أتوقع أن أتعامل بإيجابية مع ما قد يواجهني من مشكلات

					حتى الآن فإنني أرى نفسي شخصا قادرا على تحقيق النجاح	4
					أعمل بإتقان لتقتي في نتائج جيدة	5
					أعتقد في كوني شخص مميز في محيطي الاجتماعي	6
(ب) الكفاءة						
					أشعر بكفاءتي في عرض تكليفتاتي وأعمالي الأكاديمية أمام أساتذتي وزملائي	7
					أثق في قدراتي على جمع وتلخيص المواد العلمية في تخصصي	8
					أثق في قدراتي على تحسين مستواي الأكاديمي في هذا الفصل الدراسي	9
					أشعر بكفاءتي في تحسين أساليبي و أعمالي الدراسية لتحقيق أهدافي	10
					أشعر بتقتي في نفسي عند تحليل المشكلات لإيجاد حلول لها	11
(ج) الأمل						
					أثق فيما لدي من أحلام وطموحات	12
					لدي اعتقاد راسخ بأن ربي معي وحولي يعينني	13
					أثابر في حياتي لتحقيق أهدافي	14
					أقيم نواتج أعمالي حسب ما حققته من مكاسب	15
					أتابع أهداف حياتي بنشاط دؤوب	16
					استطيع القيام بأشياء متعددة في وقت واحد	17
					يمكنني التفكير بطرق متعددة للخروج من مأزق	18

ما					
					(د) المرونة
19					يمكنني تكوين شبكة من العلاقات خارج محيطي الشخصي
20					يمكنني التعامل مع الضغوط والمواقف الصعبة بكفاءة
21					أسامح نفسي على ما ارتكبته من خطأ لأنها لأنها تستحق التسامح
22					أستطيع استخدام طرق متعددة لتحقيق أهدافي
23					أستطيع التعامل مع جميع سلوكيات المحيطين بي دون أن تتأثر علاقتي بهم
24					تستهويني المشاركة في الخبرات الجديدة

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الصحة

مديرية الصحة والسكان لولاية المسيلة
المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بالمسيلة
الرقم: 2025/07

رخصة تريض ميداني

إن مدير المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بالمسيلة

- بمقتضى المرسوم رقم: 99/90 المؤرخ في 27/03/1990 المتعلق بسلطة التعيين الإداري للموظفين وأعاون الإدارة المركزية والولايات والمؤسسات العمومية ذات الطابع الإداري.
- بمقتضى المرسوم التنفيذي رقم 07/140 المؤرخ في 19/05/2007 والمتضمن إنشاء المؤسسات العمومية للصحة الجوارية وتنظيمها وتسييرها
- بناء على موافقة مدير المؤسسة العمومية للصحة الجوارية

يو قصد إتمام شهادة الماستر الموسومة ب: الرأس مال النفسي و أنماط التعلق لدى المراهق المدمن للألعاب الالكترونية-FREE FIRE أنموذجاً-دراسة ميدانية بوحدة الكشف والمتابعة متوسطة بن الذيب بلقاسم حي لاروكاد- بولاية المسيلة

وبإقتراح من السيد / مدير المؤسسة العمومية للصحة الجوارية

يقرر

المادة الأولى: يسمح بتريض ميداني للطالبتين (ة): **ديلمي أميرة** **دوهي أسماء**
تخصص: ماستر علم النفس

وحدة الكشف والمتابعة بن الذيب بلقاسم ابتداء من: 2025/02/02 إلى غاية: 2025/02/16.

المادة الثانية: يكلف كل من السادة مدير الموارد البشرية ومسؤول العيادة بتنفيذ هذا المقرر كل حسب اختصاصه

المسيلة في: 2025/01/30



المدير الفرعي للموارد البشرية
هيثم نورال



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Affairs

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: 2025/

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): د. قتيبة أسماء

الصفة (طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 210899062

الصادرة بتاريخ: 29.08.2024 عن دائرة: المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس الجيادي تحت رقم التسجيل: 202035067431

والمكلف بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: الرأس على النسي وألغاز القلق لدى المراهقين العنصر للألعاب

الإلكترونية "Free Fire" أكونجيا للأكاديمية مؤسسة التعليم المتوسط

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2025.06.10

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم، 2025/

تصريح شرهي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي (ة) أدناه :

السيد(ة): ديليي أميرة

الصفة (طالب، استاذ باحث، باحث دائم)، طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 205969864

الصادرة بتاريخ: 05.08.2020 عن دائرة: المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 202035067451

والمكلف بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه).

عنوانها: الرأس مال النفسي وأخلاق النفاق لدى المراهقين المدمغين للألعاب الإلكترونية

"Free File" أختوتجا - لتلاميذ من سسة التعليم المتوسط

أصرح بشرهي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 10-06-2025

امضاء المعني (ة):

المرجع، القرار الوزاري رقم، 933 المؤرخ في، 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.