

الألعاب الإلكترونية.. سلاح ذو حدين

، غم اعتماد الألعاب الإلكترونية كوسيلة للترفيه إلا أنها تتسبب بأضرار عديدة

الرياض - نورة المطيري، سارة الصالح



تسرق بعض الألعاب عقول المراهقين وتتلاعب بفطرتهم السليمة.

غسل العقول

وفي الحديث عن تأثير الألعاب الإلكترونية على المراهقين، هنالك أضرار قد تنتج بسبب إدمان هذه الفئة على لعبة، تنقسم إلى أضرار نفسية وأخرى جسدية، فمثلًا القلق والاكتئاب يندرج تحت الأضرار النفسية، وكذلك الرهاب الاجتماعي بسبب عدم مخالطتهم للمجتمع، وانعزالهم عن الزيارات الأسرية. أما بالنسبة إلى الأضرار الجسدية فهي عديدة، ومن أبرزها زيادة الوزن الناتج عن قلة الحركة، وانحناء العمود الفقري بسبب الجلسة الخاطئة لساعات طويلة، وأيضًا إجهاد العين، ومن أخطر أضرار الألعاب الإلكترونية تحريض المراهقين من خلال بعض الألعاب على العنف والسلوك العدواني، وهذا الأمر أكثر ما يخيف المجتمع ويؤثر به.

مدخول إضافي

بالرغم كثرة سلبيات هذا الأمر إلا أن للألعاب الإلكترونية أمور أخرى إيجابية وممتعة، فعلى سبيل المثال أصبح لكثير من الأفراد مصدر دخل منها حيث يقومون ببث مباشر من خلال برنامج "Twitch" واللعب فيه ألعابهم المفضلة ويتم دعمهم من المتابعين للبت، حيث ذكر أحد لاعبي البرنامج الملقب بـ "Rawqna" أن بمجرد دخوله هذا العالم وتكوين قاعدة جماهيرية له أصبح لديه دخل إضافي جيد.

ضحايا لعبة

إحدى الحوادث التي هزت المجتمع السعودي انتحار الفتى "ع.ك" " ذو 13 عامًا أثار تعليمات من لعبة "الحوث الأزرق" وأفاد قريب المتوفى أنه قبل انتحاره، كان في غرفته بين جهاز الألعاب وهاتفه الذكي الذي لا يفارق يده، وطلب من شقيقته أن تعد له بعض الطعام، فذهبت وعادت إليه لترى منظرا لا يوصف، شقيقها ذو 13 عامًا منتحرًا ومعلقًا بكيبول جهاز الألعاب الذي ربط طرف الكيبول الأول في الزاوية العلوية لخزانة الملابس وقفز من فوق الخزانة لتراه شقيقته معلقا.

لا يمكن الاستغناء عن الألعاب الإلكترونية، أصبحت جزء لا يتجزأ من حياتهم اليومية، يعودون من المدرسة متلهفين للعب أكثر من لقاء والديهم، باتت هذه الألعاب شيئًا فشيئًا تسلب المراهقين عن واقعهم وعمن حولهم بجاذبية رسوماتها وتطورها التقني الحاصل، وأدى انتشار هذه الألعاب أضرار كبيرة على حياة المراهقين من شتى الجوانب.

في أثناء هذا الإدمان بالألعاب الإلكترونية تنسأل عن الآثار التي قد تحدثها الألعاب على اللاعبين؟ وهل لها آثار نفسية وسلوكية؟ وهل تنمي العنف لدى المستخدمين؟ ما الذي يمكن أن نفعله للحد من استخدام الألعاب الإلكترونية؟

اضطرابات رقمية

صنفت منظمة الصحة العالمية (WHO) اضطراب الألعاب الإلكترونية في التصنيف الدولي للأمراض، وفقا لمنظمة الصحة العالمية يعرف اضطراب الألعاب الإلكترونية بأنه نمط لسلوك الألعاب الرقمية أو الفيديو التي تتميز بصعوبة التحكم في الوقت الذي يقضيه المصاب، كما أنها تعطي أولوية للألعاب على الأنشطة والمهام الأخرى.

إدمان بلا مخدرات

وقال الدكتور هيغوشي "من بين مجموع 269 مريضاً نعالجهم حاليا ضد الإدمان على استخدام الإنترنت، فإن 241 منهم يعانون من الاضطراب الناجم عن اللعب، والذي يشكل مجال الإدمان الرئيسي لديهم. كما أن 215 من هؤلاء المرضى ذكور". وتظهر على المرضى الذين يعالجهم الدكتور هيغوشي مجموعة متنوعة من الأعراض، وهم عاجزون عموما عن الحد من الوقت الذي يقضونه في اللعب، كما أنهم يواصلون اللعب على الرغم من الآثار السلبية الناجمة عنه، مثل ترك المدرسة أو فقدانهم لمعلمهم.

الوقاية خير من العلاج

أشار الدكتور هاشم الفاخوري الى أنه من اللازم تعليم الابن بوجود وقت محدد يقضيه أمام اللعبة، ولابد على الوالدين تعويض وقت الفراغ لدى ابنهم والتقرب إليه وإشغاله بأنشطة مثل الرياضة او العلاقات الأسرية الودية، أوضح الفاخوري نقطة مهمة للوالدين بعدم استعمال التعنيف حتى لا يتم اللجوء الى أنواع أخرى أخطر من هذا الإدمان، وشيد الدكتور هاشم الفاخوري على كون الوقاية دائماً خير من العلاج.