

مطوية عن مخاطر الالعاب الالكترونية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة الشباب والرياضة
مديرية الشباب و الرياضة لولاية عنابة
ديوان مؤسسات الشباب

دار الشباب باجي محمود رصنا - الصفاصاف.
نقطة الإصغاء والوقاية-صحة الشباب.

مخاطر الالعاب الالكترونية



نلعب لنستمتع. لا لنؤدي أنفسنا
MQALATV.NET

للوقاية:

- ❖ القيام بحملات توعوية و توعوية بمخاطر الأنترنت، والالعاب الالكترونية
- ❖ رقابة الأهل (دور الاسرة).
- ❖ تحديد المشاكل الكامنة وراء الامان على الالعاب الالكترونية.
- ❖ استثمار أوقات الفراغ بالبحث عن وسائل ترفيه أخرى(ممارسة رياضة ، موسيقى، خرجات ترفيهية ، رحلات ، نشاطات ، ...).
- ❖ تنظيم الوقت المخصص للانترنت.
- ❖ الابتعاد عن اصغاء السوء .
- ❖ ترقية العلاقات الاجتماعية مع الاسرة والاصغاء بعيدا عن جو الانترنت .
- ❖ تفعيل جهاز المراقبة على مواقع الالعاب الالكترونية.

KEEP YOUR KIDS SAFE Online



من اعداد الأخصائية النفسية :
- مقداد فاطمة الزمرام

الأضرار الصحية:

- ❖ آلام في الظهر والرقبة...
- ❖ أمراض العيون.
- ❖ اضطرابات غذائية (بدانة، فقدان الشهية).
- ❖ حرمان من النوم أو احتلال في فتراته.
- ❖ التعب والحمول.



الأضرار الاجتماعية والسلوكية :

- ❖ الابتعاد عن الحياة الاجتماعية.
- ❖ الابتعاد عن الأسرة والأصدقاء.
- ❖ تأثيرات سلبية على الدراسة.
- ❖ التأثير على القيم الدينية والخلقية
- ❖ العنف والعدوانية اتجاه الذات والآخرين



مخاطر الألعاب الالكترونية:

الأضرار النفسية :

- ❖ تبعية نفسية.
- ❖ التوتر النفسي والقلق.
- ❖ الانطواء.
- ❖ الانفصال النفسي على الواقع.
- ❖ العيش في الخيال، والأوهام.
- ❖ الأرق.
- ❖ يفقد الطمأنينة والأمن .




متى تصبح الألعاب الالكترونية خطرا؟



- ❖ يعبر هدفها من السلية والترفيه إلى ابداء النفس
- ❖ الإدمان عليها.
- ❖ تشكل تهديدا وخطرا على حياة الشخص.
- ❖ تدفع إلى القلق والاكتئاب.
- ❖ تؤدي إلى العزلة والانطواء .
- ❖ اختلال العلاقة الأسرية.
- ❖ انخفاض التحصيل الدراسي.
- ❖ البعد عن الحياة الاجتماعية والأصدقاء.



الألعاب الالكترونية:

تطبيقات يتم اللعب فيها باستخدام الالكترونيات المختلفة : أجهزة الحاسوب، الايباد والهواتف النقالة... الخ

***لها فوائد ايجابية وأخرى سلبية ***






كيف يستخدم الطفل التكنولوجيا والإنترنت



لا يُسمح للأطفال تحت سن ٢ باستخدام الألعاب الإلكترونية



يفضل وضع التلفاز في مكان جلوس العائلة

ساعة فقط فوق سن ٢



ممارسة هواياتهم خارج المنزل واللعب والقراءة لتنمية مهاراتهم المعرفية والحركية.

طرق ونصائح لحل مشكلة إدمان الأطفال على الأجهزة الذكية



الأطفال والأجهزة الذكية

96% من الأطفال في الولايات المتحدة يستخدمون الهواتف الذكية قبل عمر الـ 8 سنوات

استخدام الهواتف الذكية للأطفال قبل عمر 8 سنوات يسبب تغير في ديناميكية البيئة الأسرية وينتج عنه:



المصدر:

دراسة بعنوان «التعرض والاستخدام لأجهزة الوسائط المتعددة لدى فئة الطفولة المبكرة» منشور في المجلة الأمريكية الرسمية لطب الأطفال عام 2015 عدد 136 Helda Kabali و لخبون.