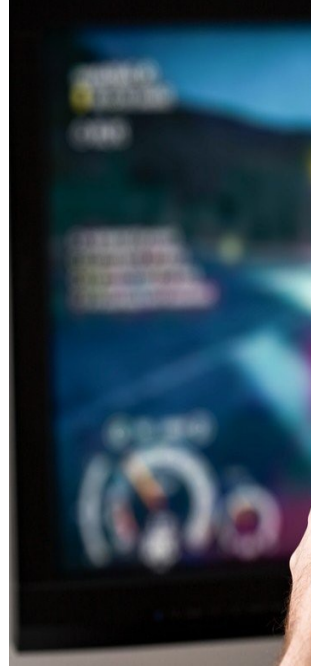


دراسة جديدة تكشف عن "تأثير إيجابي" لألعاب الفيديو



كشفت دراسة جديدة عن "تأثير إيجابي وغير متوقع" لألعاب الفيديو لدى الأشخاص من مختلف الأعمار، ولكن بشرط واحد فقط.

غالبا ما يُعتقد أن ألعاب الفيديو ضارة بالصحة، خاصة للأطفال، مع مخاوف من أنها يمكن أن تسبب مشاكل في النمو والتواصل الاجتماعي، وتعزز العنف وتؤدي إلى الإدمان.

ولكن دراسة أجريت على أكثر من 97 "ألف شخص تتراوح أعمارهم بين 10 و69 عاما، بقيادة جامعة ألا بشرط"، العقلية الصحة على إيجابيا تأثيرا حدثت قد الفيديو ألعاب أن وجدت، طوكيو في Nihon تزيد مدة ممارسة هذه الألعاب عن 3 ساعات في اليوم". كما ثبت أنها تحسّن من الرضا عن الحياة وتقلل من الضغوط النفسية.

وفي الوقت نفسه، يحذر الباحثون من أن جمع بيانات الدراسة أثناء جائحة "كوفيد-19"، بين عامي 2020 و 2022، قد يؤثر على النتائج.

ومع ذلك، يقولون إن: الـ"دراسة تسلط الضوء على التأثير المعقد لـ"وقت الشاشة" على الصحة العقلية".

وكتب فريق البحث في مجلة Behaviour Human Nature: "أشارت جميع تقديراتنا إلى وجود ارتباطات إيجابية بين ألعاب الفيديو والرضا عن الحياة، وهو اكتشاف يتعارض مع بعض التصورات العامة حول الألعاب، إلا أنه يتوافق مع الدراسات الحديثة".

وفي تعليقه على الدراسة، قال الدكتور مايك كوك، المحاضر الأول في علوم الكمبيوتر في كينغز كوليدج لندن: "إن البحث الذي يساعد الناس على فهم فوائد اللعب مفيد للجميع، وخاصة عندما يتعلق الأمر بألعاب الفيديو، فهي مهمة للأطفال وللبالغين من جميع الأعمار، وتزداد أهميتها بشكل متزايد للأجيال الأكبر سناً كمصدر للتواصل الاجتماعي والتحدي العقلي".