

دراسة ضد التيار: "ألعاب فيديو" مفيدة للصحة الذهنية



بخلاف نتائج دراسات كثيرة سابقة، خلص باحثون في جامعة أكسفورد إلى أن لعب الفيديو قد يكون مفيداً للصحة الذهنية، وذلك إثر تحليل سلوك أشخاص من محبي «أنيمل كروسينج»، إحدى أكثر الألعاب شعبية في العالم، و«بلانتس فرسز زومبيز».

وأشار الباحثون إلى أنه «خلافاً للمخاوف السائدة بشأن إمكان أن يؤدي الوقت الزائد في اللعب إلى الإدمان مع تبعات على الصحة الذهنية، خلصنا إلى وجود رابط صغير بين اللعب والرفاه».

وأوضح ماتى فووره، أحد معدي الدراسة لوكالة «فرانس برس» أن «نتائجنا تعزز فكرة أن الألعاب الإلكترونية توفر بديلاً مرضياً للقاءات المباشرة في هذه المرحلة الاستثنائية»، خصوصاً في ظل تدابير الحجر حول العالم.

وينسب كثير إلى ألعاب الفيديو، خصوصاً عبر الإنترنت، إلحاقها أذى بالصحة الذهنية للاعبين، كما أن دراسات سابقة تحدثت عن أثر سلبي لجلسات اللعب المطولة على اللاعبين الصغار.

ومنذ 2018، تصنف منظمة الصحة العالمية الإدمان على ألعاب الفيديو ضمن خانة الأمراض الذهنية، «في قرار واجه انتقادات من باحثين كثير»، وفق فووره.

ولتعليل هذا التباين في الخلاصات، تطرق الباحثون في جامعة أكسفورد إلى استخدام بيانات عن وقت اللعب، مقدمة من مطوري ألعاب، فيما كانت دراسات سابقة تستند إلى تقويم ذاتي من الأشخاص المستطلعة آراؤهم. وقال الباحثون: «في دراستنا، الرابط بين وقت اللعب الفعلي وارتياح اللاعبين كان أقوى» بالمقارنة مع ذلك المتصل بوقت اللعب المبلغ عنه.

ولفت الأستاذ الجامعي أندرو برجيبيلسكي، وهو أيضاً من معدّي الدراسة، في بيان صحفي إلى أنه من خلال العمل مع شركتي «إلكترونيك آرتس» و«نينتندو» المطورتين لألعاب الفيديو، «تمكنا للمرة الأولى من طرح تساؤلات بشأن العلاقة بين طريقة اللعب وراحة اللاعبين».

وبيّنت نتائج الدراسة أن الذين أمضوا أكثر من أربع ساعات يومياً في المعدل في لعب «أنيمل كروسينج» قالوا إنهم أكثر سعادة.

"حقوق النشر محفوظة للصحيفة الخليج. © 2024"