

المنظور النفسي للعبة تحدي الحوت الأزرق و ظاهرة  
الانتحار

**Psychological perspective of the  
game of the Blue  
Whale Challenge and the  
phenomenon of suicide**

الدكتورة أمال تسورية قلعي

المركز الجامعي بلحاج بوشعيب بعين تموشنت – الجزائر

التخصص: علم النفس العيادي

القسم : العلوم الاجتماعية

Amel Tsouria GUELAI

University Centre Belhadj Bouchaib – Ain Temouchent,  
Algeria

Department of Social Sciences – Psychology.

**الملخص:**

تعتبر لعبة تحدي الحوت الأزرق التي ظهرت على مواقع التواصل الاجتماعي من المواضيع التي أثارت الجدل في وقتنا الحالي و من المهم الاهتمام بها و مناقشتها خاصة أن اسمها ارتبط بعدد كبير من حالات الانتحار في عدة دول عربية و أجنبية. يعد هذا البحث بمثابة محاولة لدراسة الاستراتيجيات النفسية المستخدمة في لعبة تحدي الحوت الأزرق و علاقتها بظاهرة الانتحار. كما تم إلقاء الضوء على الأسباب الممكنة لوقوع المراهقين في فخ اللعبة و العلامات الأساسية التي يجب على الأهل معرفتها لإنقاذهم منها و كذا أساليب حماية الأبناء من مخاطر الانترنت عامة و من لعبة الحوت الأزرق خاصة و ذلك من مختلف الجوانب.

الكلمات المفتاحية: لعبة تحدي الحوت الأزرق، المراهقة، الانتحار، مخاطر الانترنت.

**Abstract :**

The Blue Whale Challenge game, which has appeared on social networking sites, is one of the most controversial issues of our time. It is important to pay attention to it, especially since its name has been associated with a large number of suicides in several Arab and foreign countries. This research is an attempt to study the psychological strategies used in the Blue Whale Challenge game and its relationship to suicide phenomenon. It also sheds light on the possible reasons for the occurrence of

## Volume 6(3) ; February 2019

adolescents in the trap of the game and the main signs that the parents should know to save them and the methods of protecting children from the dangers of the Internet in general and the game of blue whale especially and that from various aspects.

**Key words: The Blue Whale Challenge game, Adolescence, Suicide, Internet Risk.**

المدخل:

لقد أضاف الانترنت إلى حياة البشر الكثير فأصبح النافذة التي تطل الشعوب منها على مختلف الأفكار و الثقافات و ظهر ما يسمى بالمجتمع الالكتروني، و لكن كما يوجد آثار ايجابية للانترنت فانه يوجد له جانبه السلبي حيث يعتبر سلاحا ذو حدين قد يفيد الإنسان و قد يضره إذا أساء هذا الأخير استعماله. و من هذا المنطلق نتكلم عن مخاطر الانترنت و التي يندرج فيها شكل جديد من أشكال الاستعمال غير السليم للانترنت ألا و هو الألعاب الخطيرة على مواقع التواصل الاجتماعي. و في بحثنا هذا سوف نسلط الضوء على إحداها ألا و هي لعبة تحدي الحوت الأزرق أو « Blue Whale Challenge ».

يتعلق الأمر بلعبة على الانترنت و لكنها لعبة فريدة من نوعها لأنها تنتهي بموت لاعبها، و المشرفين عليها هم من يختارون ضحاياهم على مواقع التواصل الاجتماعي، و قد ظهرت لأول مرة على الموقع الروسي Vkontakte و هذا في 2013 على يد طالب في علم النفس و قد حصدت هذه اللعبة أرواح عدد كبير من المراهقين في روسيا و حالات عديدة في الهند و غيرها. و قد تم التحذير منها من خلال حملات دعائية كمحاولة لتوعية الأهل و الأبناء من اللعبة بروسيا و فرنسا خاصة.

و قبل أن نتطرق إلى مضمون هذا البحث تنبغي الإشارة إلى انه بالرغم من انتشار الألعاب و التحديات الخطيرة على مواقع التواصل الاجتماعي إلا أنها لا تزال غير معروفة عند بعض الأخصائيين في مجال الطفولة و المراهقة و هذا ما أثبتته دراسة حديثة للدكتور راغافاندرناياك Raghavandra Nayak و ماهيش ماهاديافياها Mahesh Mahadevaiah (2018) من معهد الصحة العقلية و العلوم العصبية بمدينة كاراناتاكا بالهند. و قد هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى معرفة مجموعة من الأخصائيين النفسانيين و أطباء أمراض عقلية و أطباء أطفال بلعبة الحوت الأزرق، فتوصل الباحثان إلى أن 65 % من أفراد العينة قد سمعوا عن اللعبة و لكن ليس لديهم اضطلاع على معلومات بخصوصها، بينما 26 % فقط على علم باللعبة و لديهم اضطلاع على بعض المعلومات عنها. أما 10 % فقط من مجموع الأخصائيين على علم بالألعاب الأخرى التي انتشرت على مواقع التواصل الاجتماعي بينما لم يسمعوا عن لعبة الحوت الأزرق، أما 22% فقط منهم كانوا على علم بالعلامات الأساسية التي تدل على أن المراهق قد وقع في فخ هذه

اللعبة القتالة. و عليه فانه بالرغم من أن هذه اللعبة قد انتشرت بشكل كبير بدولة مثل الهند و على الرغم من مختلف الدراسات العلمية التي اهتمت بها إلا أن الاضطلاع عليها لازال محدودا أو سطحيا، و عليه فانه من المهم الإشارة إلى موضوع لعبة تحدي الحوت الأزرق و الاهتمام بكل ما يحدث على الشبكة العنكبوتية و أخطارها الكبيرة على الأطفال و المراهقين في ظل قلة الدراسات التي تناولت هذه اللعبة الخطيرة في عالمنا العربي حسب اضطلاع الباحثة.

و من هذا المنطلق نطرح التساؤلات التالية:

- ما هي الاستراتيجيات النفسية المستخدمة في هذه اللعبة و ما علاقتها بالانتحار؟
- ما هي التفسيرات الممكنة وضعها لتعليل سبب وقوع المراهق في فخ هذه اللعبة؟ و كيف يمكن للأهل التنبيه إلى أن الابن يلعبها و ما هو الأسلوب الأمثل لمساعدته و حمايته منها؟

لقد تم تصميم اللعبة في شكل برنامج من خمسين يوما و لكل يوم مهمة يجب على اللاعب تنفيذها ليصل به الأمر إلى آخر يوم و هو يوم الانتحار. و عليه فان الهدف من هذا البحث هو تحليل المحتوى الخاص بتلك المهام و فهم طبيعتها من الناحية النفسية. و من اجل تحقيق ذلك تم إتباع المنهج الوصفي التحليلي و هو المنهج المناسب لهذه الدراسة حيث سيتم وصف و تحليل لعبة تحدي الحوت الأزرق من خلال التطرق إلى محتواها و أهم العناصر فيها من الناحية النفسية و الاجتماعية, إضافة إلى التركيز على وسائل محاربة اللعبة بمختلف الطرق الممكنة لحماية أبنائنا من أخطارها.

### **1- محتوى لعبة الحوت الأزرق:**

تحتوى لعبة تحدي الحوت الأزرق على خمسين مهمة بحيث أن اللاعب مجبر على القيام بمهمة واحدة كل يوم لكي ينتقل إلى المهمات التالية بحيث يطلب المشرف على اللعبة و الذي يتواصل مباشرة مع الضحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي إرسال اللاعب لصورة أو فيديو تثبت انجاز المهمة مع الالتزام بالسرية. و كبدائية يطلب من المراهق أن يرسم على ذراعه بأداة حادة الرمز « F57 » أو شكل حوت. و بعد انقضاء ثلاثين يوما على بداية اللعبة فان المشرف يطالب المراهق بان يقوم بمجموعة مهمات منها ما سبق قد قام بأدائها بمعدل مهمة واحدة في كل يوم، و لكن في هذه المرحلة سوف يطلب من الضحية أن يقوم

بعدد أكبر من المهام التي قد سبق له القيام بها إضافة إلى مهام جديدة و ذلك إلى غاية الوصول إلى اليوم الخمسين و هو يوم الانتحار و من أمثلتها : الاستيقاظ على الساعة الرابعة و عشرون دقيقة صباحا بشكل متكرر و الخروج إلى شرفة المنزل و الجلوس أو الوقوف على حافتها أو الذهاب إلى سكة الحديد أو مكان آخر خطير أو عالي، إضافة إلى مشاهدة أشرطة فيديو مرعبة يقوم المشرف بإرسالها له و الاستماع إلى موسيقى كثيفة لساعات عديدة، و إلحاق الأذى بجسده بأشكال مختلفة يطلبها منه المشرف على اللعبة و التحدث إلى هذا الأخير على انه حوت أزرق.

## **2- البرنامج النفسي المستخدم في اللعبة:**

عند معاينة طبيعة المهام المطلوب إنجازها من المراهق فيمكن ملاحظة أن مصمم اللعبة قد استخدم برنامج نفسي للتلاعب و التحكم العقلي بضحاياه. و تقصد هنا بالتلاعب التحكم الفطن أو المخادع من اجل تحقيق مصالح شخصية من خلال خلق سلسلة مزيفة من الشروط أو القواعد التي تحكم المواجهة حتى يستمر التلاعب (لاكاني، 2016، ص22). وقد تم الاعتماد في لعبة الحوت الأزرق على تخويف الضحية من اجل تسهيل عملية التلاعب العقلي بها. و كما هو معروف في علم النفس فان الفرد يفقد القدرة على التفكير بشكل فعال أمام هذا النوع من الانفعالات، و عليه فان ذلك سوف يؤثر في القدرة على تحكمه بنفسه و مما سوف يسهل مهمة المشرفين على اللعبة للتلاعب و التحكم العقلي بضحاياهم أكثر فأكثر. فالخوف لا يعطي للفرد الفرصة الإدراكية لمناقشة الموقف و عليه فان ردود الأفعال حياله تكون فورية (إبراهيم، 2002، ص93).

الشكل التعاقبي و الترتيبي للمهام يظهر أن المشرف على اللعبة يقوم ببرمجة المراهق لكي يصل إلى إيذاء نفسه و تنفيذ مهام جريئة عن طريق زيادة مستوى خطورتها بشكل تدريجي مما جعل اللاعبين يطورون اضطرابات نفسية جعلتهم يصلون إلى حد الانتحار، كما أن إنجاز المهام المطلوبة و الانتقال إلى المهام الموالية قد يكون له أثره على "أنا" المراهق مما يجعله يعتبر إلحاق الأذى بالذات كأنه تحدي لنفسه و مغامرة تجعله يشعر بالرضي بعد إنجازها (Kumar,2018).

كما أن تحليل طبيعة تعليمات اللعبة يوضح لنا استعمال مصمم اللعبة لبعض تقنيات التلاعب أو التحكم في العقل مثل إستراتيجية التلاعب العقلي بالالتزام *Mental Manipulation by Commitment*. و نقصد بها الرابط الذي يجمع بين الشخص و أفعاله بحيث يتعلق الأمر هنا بالقوة التي تقود الفرد إلى مواصلة سلسلة الأفعال التي بدأها بالرغم من كل العراقيل و جاذبية البدائل (Dupré, 2009). حيث أن اللعبة كانت عبارة عن مجموعة مهام صعبة يلزم المراهق بالتقيد بتنفيذها الواحدة تلوى الأخرى و ذلك على الرغم من طبيعتها الخطرة ، و تعتبر المهمة الأولى ألا و هي رسم حوت على اليد أو على ورقة أو رسمه بأداة حادة أول خطوة للالتزام بها، خاصة أن المهمة الأولى تعطي للضحية حرية اختيار القبول أو عدم القبول بالدخول في هذه المغامرة.

و انطلاقا من أفكار كيسلر Kiesler (1971) حول هذه الإستراتيجية فان شروطها قد تحققت في لعبة تحدي الحوت الأزرق، بحيث كانت المهام ذات طبيعة "مكلفة" بمعنى أن الفعل يكون في إطار الالتزام إذا كان الفعل صعبا بالنسبة للشخص، و هذا ما يمكن ملاحظته من خلال الأمور التي كانت تطلب من الضحية و التي تتميز بخطورتها. كما أن المهام تميزت بثقل نتائجها بحيث أن الفعل الذي يكون بدون نتائج لا يمكن اعتباره في إطار الالتزام و هذا الشرط بدوره قد تحقق في اللعبة لان المراهق لا يستطيع أن يمر إلى المهمة التالية دون إنجاز المهمة السابقة. أما الشرط الأخر فهو ينص على أن الفرد يصبح ملتزما بأمر ما عندما تكون التعليمات واضحة ومباشرة و هو ما اعتمده اللعبة من خلال التعليمات القصيرة في صياغتها و وضوحها.

و دائما في هذا الصدد فان الفرد لكي يقوم بفعل "مزعج" و "مكلف" للانضمام إلى الجماعة فانه سوف يبرر تغيير توجهاته مقابل الفعل الذي سوف يقوم به باعتبار أن الجماعة التي سوف ينضم إليها أكثر أهمية من أن الفعل في حد ذاته يعتبر مزعجا (Aronson & Mills, 1959, p.171-188). إذ أن القبول بالبدء في لعبة تحدي الحوت الأزرق هو بمثابة قبول بدخول عالم جديد أو جماعة الحوت الأزرق، و هذا فعلا كان إحدى التعليمات و التي كانت تطلب من المراهق كتابة كلمة "أنا حوت" على صفحته الشخصية بمواقع التواصل الاجتماعي أو كتابة "نعم" بالة حادة على الذراع أو الرجل إذا كان موافقا على أن يصبح حوتا.

كما يمكن ملاحظة الطبيعة التكرارية للمهام و عليه فانه في استراتيجيات التلاعب بالالتزام فان الفرد لا يمكنه أن يرفض القيام بفعل قد سبق له أن وافق عليه، و هذا ما تم تطبيقه بعد مرور شهر على بداية اللعبة بحيث انه بعدما كان المطلوب من الضحية أن تقوم بمهمة واحد أو أكثر في اليوم، فإنها تصبح مطالبة بالقيام بمجموعة من المهام السابقة و لكن في اليوم الواحد. فمثلا إذا كانت إحدى المهام هي إلحاق الأذى بالذات بالة حادة فان المراهق يصبح ملزما بفعل ذلك بشكل يومي في اليوم الثلاثين من بداية اللعب إلى غاية اليوم 49. و بالتالي فان هذا الالتزام سوف يحدث تغييرا في سلوكيات المراهق و الذي يصبح له قابلية و استعداد للقيام بفعل جديد في كل مرة و مواصلة اللعبة (Kiesler, 1971, p.57-72). و هذا ما تأكده المدرسة السلوكية حيث أن التعرض المتكرر لفعل ما يقلل من مستوى القلق و الخوف اتجاهه و هذا ما يستعمل في العلاج السلوكي المعرفي، و قد استعمل مصمم لعبة الحوت الأزرق هذه الإستراتيجية بطريقة تضر المراهق و تجعل عمليات إلحاق الأذى بالذات أمر متعود عليه مما يجعل الخوف منه يقل تدريجيا في كل مرة يمارس ذلك.

### 2-1- التهديد الالكتروني:

تدرج لعبة تحدي الحوت الأزرق في إطار ما يسمى بالتهديد الالكتروني و نقصد به كل أنواع العنف الممارس بطريقة متكررة عن طريق الأجهزة الالكترونية مثل جهاز الكمبيوتر و الهواتف الذكية. كما يمكن تعريفه بأنه كل شكل من أشكال المضايقات التي تكون باستخدام الرسائل الالكترونية أو مواقع التواصل الاجتماعي أو الرسائل النصية عبر الهاتف النقال بحيث يتم تهديد الشخص و ممارسة نوع من العنف عليه. و يعد التهديد الالكتروني من سلسلة الجرائم الالكترونية أو الافتراضية و التي يعاقب عليها القانون، و التي تعتبر نمطا مستحدثا من أنماط الإجرام حيث يطلق عليها تسمية "الجرائم عابرة الحدود أو الأوطان" (دبابة، 2015، ص50). و يعتبر الابتزاز جريمة مصنفة عالميا من ضمن الجرائم الجنائية، و تصل أقصى عقوبة لها في القوانين الدولية إلى عشرين عاما، و تختلف هذه العقوبة من دولة إلى أخرى. (الحمين، 2011، ص44).

يمكن اعتبار التهديد الالكتروني على أنه ظاهرة اجتماعية متوافقة مع انتقال المجتمعات إلى المجتمع الرقمي، حيث انتقل نشاط الناس من الواقع الفعلي (المادي) إلى الواقع الافتراضي، وهي جريمة عابرة للحدود



الوطنية. وقد سهل انتشار الجرائم الالكترونية سهولة الوصول للمستهدفين و انخفاض الكلفة، والغفلة في تنفيذها (البداينة، 2014، ص3).

لقد تم استخدام التهديد الالكتروني في لعبة الحوت الأزرق كشكل جديد من أشكال هذه الجريمة، بحيث أن المشرفين عليها يقومون بأخذ المعلومات الشخصية الخاصة بالمرهق و التي سوف يستعملونها لتهديده إذا ما قرر التوقف عن مواصلة التحدي. و قد أثبتت دراسات كثيرة اثر التهديد الالكتروني على الجانب النفسي للضحية حيث انه يتسبب له بمشاعر الغضب و الإحباط الشديدين، كما يؤثر على علاقته الاجتماعية بحيث يصبح منطويا على نفسه مما سوف يكون بدوره له أثره السلبي على نتائجه الدراسية و نقص تقدير الذات، و تكوين صورة سلبية عن نفسه، كما قد يتسبب في ظهور اضطرابات نفسية كالإكتئاب (Kiesler, 1971, p38).

### 2-2- اثر تدمير الذات على الجانب النفسي للمراهق :

لقد تم استخدام سلوكيات التدمير الذاتي من خلال المهام المفروضة على المراهق مثل رسم شكل الحوت الأزرق و رسم خطوط على ذراعه و ساقه بالة حادة و كذلك كشكل آخر من أشكال الالتزام مع اللعبة و الانتماء إلى هذه المجموعة، مجموعة الحوت الأزرق.

لقد أظهرت بعد الدراسات العلمية أن سلوكيات تدمير الذات تزيد من خطر الوصول إلى محاولة الانتحار (Links, and al., 2003, p. 301-310). و لكن بالرغم أن هناك دراسات أخرى ناقضة هذا الرأي بالقول أن المراهقون يجرحون أنفسهم في بعض الأحيان بأدوات حادة لأنهم يفضلون هذا النوع من الألم الجسدي على الألم النفسي مما يخفف من استيائهم، و لكن هذا السلوك لا يكون بالضرورة نابعا عن حالة اكتئاب (باتريك، دت، ص135-136). و على الرغم من الآراء المختلفة بخصوص هذا الموضوع إلا انه لا يجب إهمال الآثار السلبية لهذا الفعل على نفسية المراهق حتى و لو كان إيذاء الذات في لعبة الحوت الأزرق مطلوبا من المراهقين في شكل مهمة و ليس كفعل مستقل في حد ذاته قام به بكامل إرادته دون طلب من شخص آخر، إلا أن مسألة قبول الضحية على القيام بذلك يطرح عدة علامات استفهام، خاصة انه يكون في

شكل مهمة أولى لكن يصبح مع الوقت المخصص للعبة كسلوك مكرر ضمن ظروف ضغط نفسي يعيشها المراهق.

### **2-3- استغلال النوم في الخطة النفسية للعبة :**

اهتمت لعبة الحوت الأزرق بمواصلة خطة التدمير النفسي لضحاياها مستخدمة أيضا عنصر آخر مهم ألا وهو النوم عن طريق إخلال الساعة البيولوجية للمراهق. فكانت إحدى التعليمات الموجهة للضحية متمثلة في الاستيقاظ بشكل متكرر على الساعة الرابعة و عشرون دقيقة صباحا، و الذهاب إلى أماكن خطيرة. هذا إضافة إلى مشاهدة أفلام الرعب التي يرسلها له المشرف على التحدي طيلة الليل أو النهار. و قد أثبتت الدراسات أن لأفلام الرعب اثر سلبي على النوم كما أنها تتسبب في صعوبة التركيز و الشعور بالقلق (Girandola, 2004, p. 58). فقد أكدت أبحاث عديدة أن وجود أي اضطراب في النوم و الإيقاع اليومي للفرد يؤدي إلى المزيد من عدم الاستقرار في الفسيولوجيا الطبيعية للجسم، كما أن تأثر جودة النوم بشكل أكبر، تزيد احتمالية الإصابة بحالة أشد من الاكتئاب (لوكلي، فوستر، 2015، ص 111-112). و من جهة أخرى فقد بينت دراسات عديدة أن هناك علاقة بين استعمال المراهقين للهواتف الذكية و نقص فترة النوم عندهم (Willems, et al . 2015, p5).

كما أثبتت أبحاث أخرى أن مشاهدة مشاهد الرعب لأكثر من أربعة ساعات في اليوم يتسبب في شعور المتفرج بحقه في أن يكون هو بدوره عنيفا مع الآخرين لأنه اعتبر أن الآخرين قد يشكلون خطرا بالنسبة له وعليه فانه سوف يصبح اقل تعاطفا مع ضحايا العنف في الحياة الواقعية (Courtbet, Fouquet, 2014, p.8-9). و عليه فانه من جانب سوف تزيد اللعبة من شعوره بالخوف من هذا العالم ومن جانب آخر فان تلك المشاهد المرعبة سوف تساهم في زيادة اضطرابات النوم عند المراهق و تدميره نفسيا و جسديا أكثر فأكثر.

### **2-4- اثر الموسيقى الكئيبة على المراهق:**

اهتم مصمم لعبة الحوت الأزرق بالموسيقى فكانت إحدى التعليمات المطلوب إنجازها من الضحية الاستماع إلى الموسيقى الكئيبة لعدة ساعات في الليل أو النهار، و قد كانت عبارة عن مقطوعات موسيقية

يرسلها المشرف بنفسه للمراهق . وكلنا نعلم أهمية الموسيقى و تأثيرها على الجانب النفسي للفرد. كما أثبتت دراسات عديدة أن الموسيقى تساهم في ظهور تغيرات بيولوجية جسدية مثل تغير في خفقان القلب و مستوى التنفس كما لها تأثير على مستوى التستوستيرون في الجسم كما تنبه المراكز العصبية (Bigand,Tillmann,2014,p164-165). و بسبب تلك الأهمية فان علم النفس عرف ما يسمى بالعلاج النفسي بالموسيقى، حيث أثبتت الدراسات أن ردود الفعل الناتجة عن الاستماع إلى الموسيقى تقوم باستثارة نفس المراكز العصبية التي تستثار عند الشعور بانفعالات ايجابية أو الحصول على مكافئة ما (Gurtina & Porteta, 2009, p.60). كما أن الموسيقى لها تأثيرها المباشر على قشرة المخ و هي مركز الوجدان و التفكير و لها قدرة على تهدئة التغذية الاسترجاعية على الأفعال المنعكسة الشرطية في قشرة المخ مما يجعل الفرد عرضة للإيحاء في تخیلاته (حجازي، 2010، ص24).

و لكن أثبتت التجربة أن نوع آخر من الموسيقى يمكنه أن يتسبب في جعل الحالة الانفعالية للفرد غير مستقرة و أكثر خطورة (Verdenal, 2002, p.23). و أوضحت دراسات أخرى أن المستمع إلى الموسيقى الحزينة يقوم بتوجيه انتباهه إلى داخله عن طريق عمليات معرفية عفوية لها علاقة بالحالة الانفعالية و المعاش الشخصي للفرد أما عند الاستماع إلى موسيقى مبهجة فانه يتم التركيز على الأغنية في حد ذاتها (Taruffi, Pehrs et al, 2017). و عليه فان الاستهلاك المفرط لهذه الموسيقى الكئيبة قد يتسبب في زيادة الأفكار السوداوية و إحداث الحزن الذي قد يتسبب في زيادة الكآبة عند ضحايا لعبة الحوت الأزرق.

### 3- الخصائص النفسية لضحايا لعبة الحوت الأزرق و ظاهرة الانتحار:

من بين النقاط التي يجب الاهتمام بها هي الخصائص النفسية لضحايا هذه اللعبة القاتلة و لكن قبل الحديث عن هذا العنصر ينبغي علينا طرح مجموعة من التساؤلات التي تحتاج إلى المناقشة مثل: ما الذي يدفع هؤلاء المراهقين إلى القبول بممارسة لعبة تطالبهم بأذية الذات؟ ما هي ظروف حياتهم؟ و هل لعبة الحوت الأزرق هي السبب الرئيسي للانتحار أم أن لضحاياها استعداد نفسي لفعل ذلك مما سهل الأهداف الخبيثة للعبة؟ هل كانت لعبة الحوت الأزرق كأداة لتنذر الأهل عن وضع عائلي و تربوي كان له أثره السلبي على الخصائص النفسية للأبناء؟

حاليا لا يوجد العديد من الدراسات التي تناولت هذه النقاط حسب اصطلاح الباحثة إلا أن بعض الباحثين تكلموا عن استعداد عصبي نفسي يميز ضحايا لعبة الحوت الأزرق (Kumar, et al., 2018). و لكن ما نجده صعبا في حقيقة الأمر هو التعرف على الخصائص المرضية للمراهقين المنتحرين قبل تعرفهم على اللعبة خاصة إذا لم يكونوا تحت متابعة نفسية قبل الإقدام على الانتحار. و عليه فانه من الصعب التأكد من ما إذا كانت هذه الخصائص النفسية سببا في الوقوع في فخ اللعبة أو نتيجة لممارسة هذه اللعبة؟ كما يجب التمييز بين العوامل الأساسية و العوامل الثانوية التي جعلت المراهق يصل إلى القيام بالانتحار. و لكن انطلاقا من فكرة أن هؤلاء الضحايا قد تمت ممارسة شكل من أشكال التهديد الالكتروني عليهم، فقد بينت بعض الدراسات أن ضحايا هذا النوع من التهديدات هم في الغالب أشخاص يتصفون بالمشاشة النفسية أو أفراد سبقت لهم الإصابة بالاكتئاب (المرجع نفسه، ص10). و لكن هذه العلاقة بين الاكتئاب و الانتحار قد أثارت جدلا عميقا و نقاشا كبيرا بين الباحثين، إذ ألح بعضهم على ضرورة اقتراح الاكتئاب باليأس حتى تزداد احتمالية وقوع الانتحار (وازي، 2012، ص70). و حسب الحالات التي تم اكتشاف أمرها قبل فوات الأوان، فان المشرفين على اللعبة يمارسون نوع من الابتزاز لجعل الضحية تواصل في اللعبة إلى غاية اليوم الخمسين باستعمال التهديد في إلحاق الأذى بأفراد عائلة الضحية من خلال المعلومات التي توصل إليها المشرفين بخصوص تفاصيل حياة كل ضحية فيمارسون شكل من أشكال الضغط النفسي على فريستهم.

من جهة أخرى يجب الأخذ بعين الاعتبار أن ضحايا لعبة تحدي الحوت الأزرق هم مراهقين، و كما هو معلوم فان هذه المرحلة من النمو جد حساسة و جد خطيرة في حياة الفرد بحيث أن خبرة الفرد لا تكون كافية بالقدر اللازم لمواجهة العالم الخارجي، فلا يتمكن من معرفة حدود قدراته و حدود تحمله و إمكانياته في حل المشكلات التي تقابله في الحياة. و عليه فانه يجهد حدوده و حدود العالم المحيط به فلا يعلم كيف يقوم بمواجهة بعض المواقف الخاصة و خاصة الجديدة منها بالنسبة له. كما أن خصائص المراهقة تجعل الفرد منجذبا نحو كل ما هو جديد و عليه فانه من السهل استغلال حسه الفضولي و إقناعه بخوض تجربة الكترونية جديدة، خاصة أن المراهقة هي فترة المغامرات و البحث عن الإثارة و يمكن للمراهق أن يقوم

بالدخول في عالم الحوت الأزرق فقط كبرهان على قوته و جرأته أمام لعبة خطيرة، أو للفت انتباه أقرانه أو إرضائهم.

كما أن نجاح المراهق في تخطي مهمات صعبة قد يساهم في زيادة تقديره للذات مما يدفعه إلى مواصلتها مهما كانت خطورتها على حياته. و عليه فانه من المهم أيضا إجراء دراسات على الضحايا الذين توقفوا عن مواصلة اللعبة لسبب من الأسباب و كذا تسليط الضوء أيضا على الخصائص النفسية للمشرفين على لعبة الحوت الأزرق. هؤلاء الأشخاص الذين يفتنون وراء أجهزتهم الالكترونية و يمارسون التحكم العقلي بمجموعة مراهقين و جعلهم يعتقدون أن إلحاق الأذى بالذات هو تحدي لأنفسهم في حد ذاته. و لحد الآن لا يوجد دراسة حول هذه النقاط حسب اصطلاح الباحثة، و لكن ما يمكننا قوله هو أنهم نجحوا في التلاعب بضحاياهم و جعلهم كأنهم "دمى" و دفعهم إلى الموت (Volkova, 2017, p.254).

#### **4- دور الأهل في وقوع المراهق في فخ اللعبة:**

أمام وقوع الأبناء في فخ لعبة تحدي الحوت الأزرق و أمثالها على مواقع التواصل الاجتماعي، قد تتجه أصابع اللوم للوهلة الأولى إلى الأهل و قد نتساءل: أين كان أهل هؤلاء الضحايا منذ البداية ؟ و كيف لم ينتبهوا إلى تغير سلوكيات أبنائهم و أين الرقابة الوالدية عليهم؟ و لكن قبل التكلم عن إهمال من طرف الأهل و قلة أو انعدام الرقابة على الأبناء، فانه من المهم أيضا حوض مسألة دور الأهل في تسهيل مهمة لعبة مثل الحوت الأزرق دون انتباه منهم و دون اعتبار ذلك كإهمال كلي للابن، و ذلك عند الخوض في موضوع تعامل الأهل مع التكنولوجيا التي تكون في متناول الأطفال و المراهقين على حد سواء، و نذكر في هذا الصدد دراسة للباحثين جاليز Gallez و لوبي-ماري Lobet-Maris (2011)، حيث تكلم الباحثين عن الأهل الذين يتعاملون مع الابن على انه "الخبير الصغير"، معتقدين أن الابن أفضل منهم في كل ما يتعلق بالتكنولوجيا فيجعلونه يتدبر أمره بمفرده دون رقابة. كما أشار الباحثين إلى نوع آخر من التعامل أمام هذه الوضعية من خلال اعتبار الأهل الممارسات الالكترونية للأبناء بمثابة أمر "شخصي" فيشعر الوالدين بأهمها ملزمان باحترام خصوصية الابن و بالتالي عدم الاضطلاع على ما يفعله.

و أخيرا أشار الباحثين أيضا إلى مصطلح "الغرفة الثقافية" بمعنى انه لحماية الابن من أخطار الشارع فيتم اقتناء كل ما يتعلق بالأجهزة الالكترونية لكي يتسلى بها فيتهاونون في مراقبة ما يقوم به على جهاز الكمبيوتر أو هاتفه النقال مما يساهم في كل هذه الحالات الثلاثة بوقوعه في شبك مخاطر الانترنت و التي من بينها لعبة تحدي الحوت الأزرق. و عليه فانه من المهم دراسة نوعية التواصل الذي ميز علاقة ضحايا اللعبة بأهلهم بشكل عام و تصرفاتهم أمام استعمال أبنائهم للوسائل التكنولوجية بشكل خاص.

و هنا نرجع أيضا إلى موضوع نوع التربية التي نربي عليها أبنائنا، حيث أننا قد لا نعطيهم الفرصة للأخذ و العطاء و المناقشة و الاشتراك في تصريف أمورهم و حياتهم الخاصة و تحمل بعض المسؤوليات بالقدر الذي يسمح به سنهم (عمود، 1971، ص20-21). و عليه فان أسلوب التواصل الغير سليم بين الأهل و الأبناء في فترة المراهقة قد يساهم في فرصة وقوعهم في فخ مخاطر الانترنت ، فيتجنب المراهق التكلم مع والديه بخصوص الأمور التي يكتشفها خوفا من المنع أو الانتقاد أو العقاب و التويخ فيفضل التزام السرية في ممارسة كل تجربة جديدة في حياته حتى و لو كانت لعبة خطيرة على الانترنت مثل لعبة الحوت الأزرق.

و عليه فانه على الرغم من كل الايجابيات التي ترجع إلى الانترنت الذي أصبح أمرا ضروريا في حياتنا اليومية على عدة مستويات، إلا انه لا يمكن التغاضي عن السلبيات التي نتجت عن الاستعمال الخاطيء له. فبعدها كانت الأسرة هي الوحدة التقليدية للتنشئة الاجتماعية، أصبحت الأجهزة الالكترونية و الانترنت في وقتنا الراهن مصدرا أساسيا في عملية التنشئة الاجتماعية ، الأمر الذي أدى إلى تصدير رسائل متضاربة تؤدي إلى الاضطرابات النفسية و الخلل الاجتماعي في تنشئة الأبناء، و انحصار قدراتها في السيطرة على أفرادها و ضعف الضوابط الاجتماعية بشكل عام (علي، 2010، ص250-251). و لكن الاستعمال الخاطيء للانترنت لم يتوقف على هذا التحول الذي عرفه المجتمع و نظام الأسرة التقليدي من حيث التواصل و القيم و الأخلاق و إنما وصل إلى حد التأثيرات النفسية و الاجتماعية على الأبناء خاصة في فترة المراهقة و الذي أصبح يهدد حياتهم و سلامتهم. الأمر الذي يدعونا إلى التذكير بضرورة تصحيح الأهل لبعض المفاهيم الخاطئة بخصوص الانترنت عامة و استعمال الأبناء للأجهزة الالكترونية.

**5- المؤشرات التي تدل على وقوع الابن في فخ اللعبة و وسائل حمايته من مخاطر**

**الانترنت:**

كخطوة أولى يمكن للأهل التعرف على المؤشرات التي تدل على أن الابن قد بدئ اللعب في تحدي الحوت الأزرق و ذلك عن طريق ملاحظة تصرفاته دون أن ينتبه إليهم حتى لا يقوم بأخذ الحيطة و الحذر خوفا انكشاف أمره، إضافة إلى مراقبة سلوكياته و عاداته و اهتماماته التي تغيرت و الانتباه إلى تغيرات انفعالاته أيضا. فمثلا من المهم ملاحظة ما إذا كان ينغزل فجأة عن الآخرين ، كما يجب التيقن للإصابات و الجروح التي على جسده و التي سوف تكون في أماكن مخفية مثل الذراعين أو الرجلين، و هذا وفقا لتعليمات لعبة الحوت الأزرق التي تحرص على إبقاء أمر اللعبة سرا و عدم تنبه الأهل لما يحدث مع الابن فتطلب من المراهق أن يلحق الأذى بجسده بمناطق غير ظاهرة يمكن إخفائها بالملابس.

يجب الانتباه إلى كلماته و الرسائل أو معاني الحزن أو الغضب أو الإحباط أو العنف التي تحملها، أو المعاني التي تحمل عدم تقدير الذات. كما انه من المهم ملاحظة سلوكيات تخص نومه مثل الأرق و كثرة الكوابيس و الاستيقاظ على الساعة الرابعة و عشرين دقيقة بشكل متكرر. إضافة إلى فقدان الشهية و شكواه من ألام البطن و صداع الرأس أو أي نوع من الأوجاع الجسدية. كما يجب مراقبة الساعات التي يقضيها على الانترنت و سلوكه عندما يقترب احدهم من شاشة هاتفه أو جهاز الكمبيوتر ( Nilayan, 2017).

و أمام كل المخاطر التي يلاقيها الطفل و المراهق على الانترنت فقد ظهرت طرق حديثة من قبل بعض المنظمات التي صممت تحت إشراف المنظمة السويسرية لحماية الطفل موقع « Ncity » و الذي يسعى إلى حماية الطفل و المراهق من أخطار الانترنت, و قد جاء في شكل لعبة جذابة و في نفس الوقت تجعل هذا الأخير يتعرف على الأمور التي تضره و التي يمكن أن يلقاها على الانترنت. بحيث تهتم بتعليمه حماية معطياته الشخصية و تنبيهه إلى مخاطر استعمال الكاميرا و نشر الصور و الاستغلال الجنسي، إضافة إلى التهديد الإلكتروني و طريقة التعامل مع المحتويات الغير مناسبة مع عمره و المحتويات الصادمة و اخذ الحيطة و الحذر أمام الأشخاص المجهولين على الانترنت، و التنبيه إلى سلبات و مخاطر استعماله المفرط

(Bellucci, 2010, p88-89). و عليه فإننا نستنتج من هذه التجربة انه من الضروري أن تتم محاربة مخاطر الانترنت بالانترنت نفسه من خلال طرق توعية مفيدة و مسلية في نفس الوقت.

و كمحاولة أخرى لمحاربة لعبة تحدي الحوت الأزرق ظهرت لعبة جديدة تدعي "بلعبة تحدي الحوت الوردى" و التي تشبه لعبة الحوت الأزرق في كونها تستغرق عدة أيام و هي في شكل مهام يطب من الفرد القيام بها بشكل يومي و لكنها تدعوا إلى الحب، الكرم و التفاؤل و الصفات الأخلاقية الأخرى. فعلى سبيل المثال تطلب اللعبة من اللاعب أن يتسم لشخص في الشارع، قراءة كتاب معين، كتابة قائمة للأمر التي تشعره بالسعادة.

و كبادرة مميزة في إطار محاربة مخاطر الانترنت نذكر أيضا المنظمة الفرنسية "البراءة في خطر" و بالتعاون مع وكالة الدعايات "روزبارك" « Rosapark » ، فقد تم تصميم أيقونات تعبيرية لتوصيل رسالة : "هل تعلم مع من يتكلم ابنك بواسطة الانترنت؟" ، وقد تم الترويج لها عبر الصحف و اللوحات الإعلانية في الشوارع كمبادرة تحسيسية للأهل بخصوص مخاطر الانترنت بشكل عام و ضرورة مراقبة سلوكيات الأبناء على مواقع التواصل الاجتماعية لحمايتهم من الابتزاز الالكتروني و لقاء الأشخاص الغرباء الذين يتعرفون عليهم باستخدام الانترنت، و هذه الحملة الدعائية تدعونا إلى التأكيد على أهمية دور وسائل الإعلان و الصحافة في هذا الخصوص .

### **الخاتمة:**

ما يمكن قوله في الأخير هو انه و في فترة حساسة مثل المراهقة فان الضحايا الذين يسقطون في شباك لعبة الحوت الأزرق لا يقومون بالانتحار فقط لان اللعبة أمرتهم بذلك و لكن من المهم إلقاء الضوء على العوامل المختلفة التي جعلتهم يلعبون هذا النوع من الألعاب القاتلة و التي جعلت البعض يصلون إلى حد الانتحار. و بالرغم من استعمال مصمم اللعبة لعناصر و استراتيجيات نفسية لتدمير ضحاياه نفسيا و جسديا و جعلهم أكثر هشاشة شيئا فشيئا من خلال استعمال أساليب التلاعب العقلي و التهديد الالكتروني، إضافة إلى التركيز على إحداث إخلال في حاجات بيولوجية أساسية مثل النوم و استخدام الموسيقى الكثيرة بشكل مفرط و جعل المراهق يقوم بسلوكيات التدمير الذاتي ، إلا انه لا ينبغي إهمال



موضوع الاستعدادات الفردية للضحايا للخضوع لهذا الشكل من أشكال التلاعب النفسي بهم و كذا استعداداتهم للانتحار مع ضرورة دراسة الوضع الاجتماعي للحالات و أساليب التربية التي يتبعها الأهل معهم. و هنا يفتح باب لاقتراح دراسات علمية بهذا الخصوص، خاصة في ظل انتشار العاب قاتلة أخرى على مواقع التواصل الاجتماعي تشترك مع لعبة تحدي الحوت الأزرق في أهدافها الشنيعة بالرغم من اختلاف تسمياتها و أشكالها.

### التوصيات:

- من المهم أن يكون كل الأخصائيين في مجال الصحة النفسية على اضطلاع بكل ما يتعلق بالظواهر التي تنتشر على الانترنت و السعي لنشر توعية الأهل و المؤسسات التعليمية بخصوص أخطارها و ذلك عبر مختلف الوسائل بطريقة فعالة، إضافة إلى التكفل النفسي بكل الحالات التي تم اكتشاف أمرها قبل فوات الأوان.
- تجب الإشارة إلى أهمية مراقبة الأهل لسلوكيات الأبناء بطريقة سرية و قد يكون وضع برامج مراقبة على الأجهزة الالكترونية الخاصة بالأبناء أمر مهم جد في وقتنا الحالي و الذي يعتبر كأسلوب حماية لهم من مخاطر الانترنت و ليس انتهاكا لخصوصيتهم.
- يجب رصد أي تغيير في سلوكيات الابن أو في عاداته و اهتماماته و تحسين التواصل مع الأبناء مع تجنب الإهمال أو ممارسة الضغط عليهم عن طريق فرض السلطة الأبوية. حيث أن الحماية من أخطار الانترنت عامة أو لعبة تحدي الحوت الأزرق خاصة، لا يتحقق بالمنع التام من استعمال الوسائل الالكترونية و إنما يكون بتوعية الأبناء بأنواع المخاطر التي يمكن أن تواجههم في العالم الافتراضي و كيفية حماية أنفسهم منها و هذا الدور ليس إلزاميا فقط على الأسرة و إنما على الهياكل التعليمية أيضا، حيث انه من الضروري تقديم حصص توعية بالمدارس و المؤسسات التربوية الأخرى و استخدام الكتيبات التي تصحح الأفكار الخاطئة للأبناء و إتباع أسلوب سليم لاستخدام الشبكة العنكبوتية.

- إعادة النظر في الطرق التربوية المتبعة من قبل الأسرة مع الأبناء و خاصة في فترة المراهقة و تعزيز التواصل العائلي و تصحيح أساليب الحوار معهم و إقامة علاقة جيدة بين الطرفين بعيدة عن التسلط المفرط أو الإهمال المفرط.
- تفعيل مختلف مؤسسات الدولة لمحاربة الجرائم الالكترونية بمختلف الوسائل و إيقاف استعمال كل ما يشكل خطرا على الأطفال و المراهقين.

### قائمة المراجع:

#### 1- المصادر باللغة العربية:

- البدائية، ذياب موسى.(2014، سبتمبر). الجرائم الالكترونية: المفهوم و الأسباب. بحث مقدم في المنتدى العلمي: الجرائم المستحدثة في ظل المتغيرات و التحولات الإقليمية و الدولية. كلية العلوم الإستراتيجية: الأردن.
- الحمين، عبد العزيز حمين.(2011). الابتزاز و دور الرئاسة العامة لهيئة الأمر بالمعروف و النهي عن المنكر في مكافحته، بحوث ندوة الابتزاز: المفهوم-الأسباب-العلاج. الطبعة الأولى. الرياض: مكتبة الملك فهد الوطنية، ص44.
- باتريك، ك. (د ت). التغلب على اكتئاب المراهقين: دليل للأبوين، (ترجمة سهى نزيه كركي). الأردن: العبيكان، ص 135-136.
- حجازي، ا. (2010). سيكولوجية العلاج بالصوت. الطبعة الأولى. عمان: دار كنوز المعرفة، ص24.
- حسن، ع. (2000). مصادر الخوف و الواقع إحساسا و شعورا. القاهرة: دار الينايع، ص93.
- دبابلة، ش. (2015). جرائم الانترنت في المجتمع من منظور اجتماعي. عمان: دار و مكتبة الحامد للنشر و التوزيع، ص50.
- علي، م. (2010). إدمان الانترنت في عصر العولمة. عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع، ص250-251.
- محمود، ا. (1981). المراهقة: خصائصها و مشكلاتها. الإسكندرية: دار المعارف، ص20-21.

- وازي، ط. (2012). ظاهرة الانتحار بين التفسير الاجتماعي و التشخيص النفسي. دراسات نفسية و تربوية . 8، 62-76.
- لاكاني، د. (2016). الإقناع فن الفوز بما تريد، (ترجمة زينب عاطف). القاهرة: مؤسسة هنداوي للتعليم و الثقافة. (العمل الأصلي نشر في عام 2005م)، ص22.
- لوكالي، س.، فوستر، ج. (2015). النوم، (ترجمة نهي بجمن). القاهرة: مؤسسة هنداوي للتعليم و الثقافة. (العمل الأصلي نشر في عام 2012م).
- ماركس، ا. (1998). التعايش مع الخوف: فهم القلق و مكافحته، (ترجمة محمد عثمان نجاتي). القاهرة: دار الشروق. (العمل الأصلي نشر في عام 1978).

2- المصادر باللغة الأجنبية:

- ARONSON, E., & MILLS, J. (1959). The effect of severity of initiation on liking for a group. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 59 : 177 .
- Bellucci, T. (2010). Netcity: Un jeu interactif pour apprendre aux enfants à se protéger des dangers d'Internet. *Paediatrica*, 21 (5), 88-89.
- Bigand, E. (2014). La musique : Une fenêtre secrète sur le cerveau. *Neurologie*, 17(168), 164-165.
- Courbet, D. & Fourquet-Courbet, M. (2014). L'influence des images violentes sur les comportements et sur le sentiment d'insécurité chez les enfants et les adultes, p8-9.
- Dupré, M. (2009). De l'engagement comportemental à la participation : élaboration de stratégies de communication sur le tri et la prévention des déchets ménagers. *Psychologie*. Bretagne : Université Rennes 2.
- Gallez, S. Lobet-Maris C. (2011). Les jeunes sur Internet. Se construire un autre chez-soi, *Communication*, Ed. Notbene, 28 (2).
- Girandola, F. (2004). Violence dans les médias : Quels effets sur les comportements ? Psychologie sociale, traitements et effets des médias. France : Open Edition, p 55- 68.

- Guetina, B. ; F. Porteta, M. ; Picotc, C. Defezc, Posea, C. ; Blayacd, J. ; Touchona, J. (2009). **Intérêts de la musicothérapie sur l’anxiété, la dépression des patients atteints de la maladie d’Alzheimer et sur la charge ressentie par l’accompagnant principal (étude de faisabilité)**, L’Encéphale, p 60.
- Hinuja, S. ; Patchin, Ustin, W. (2009). **Bullying bey and the schoolyard. Préventing and responding to cyberbullying**, Corwin Press.
- Kiesler, C. A. (1971). **The psychology of commitment: Experiments liking behavior to belief**. New York: Academic Press. Cité dans Mickaël Dupré De l’engagement comportemental à la participation : élaboration de stratégies de communication sur le tri et la prévention des déchets ménagers. 2009 p 57-72.
- Kumar A., E. (2018). **Psychobiological determinants of ‘Blue Whale Suicide Challenge victimization: A proposition for the agency mediated mental health risk in new media age**. 02 /08 /2018. <https://doi.org/10.31234/osf.io/8xh92>.
- Links, P. ; Gould, B. ; Ratnayake, R. (2003). **Assessing suicidal youth with antisocial, borderline, or narcissistic personality disorder**. Can J Psychiatry, 48(5), 301–310.
- Mahadevaiah, M. ; Nayak, R B. (2018). **Blue Whale Challenge : Perceptions of first responders in medical profession**. Indian JPsycholMed, 40 : 178-82.
- Nilayan, D. (2017). **The bleu whale challenge**. India today.
- Taruffi, L. ; Pehrs, C. ; Skouras, S. ; Koelsch, S. (2017). **Effects of Sad and Happy Music on Mind-Wandering and the Default Mode Network** .Scientific Reports 7, Article number: 14396.
- Verdenal, V. (2002). **La Musique Au Secours De La Thérapeutique**. Doctoral thesis. Nancy : Henri Poincare University.
- Volkova, I. (2017). **From the silet house meme to the blue whale game : the storyworld’s tranformation**. Section Media And Communication, p 254.
- Willemse, I. ; Suter, L. ; Waller, G. (2015). **L’utilisation des medias et la qualité de sommeil**. Suisse : Zhaw .