

اثر الانترنت على الاطفال والمراهقين

اسراء مهدي عبد الخفاجي *

الجامعة المستنصرية/ كلية الآداب

سناء علي جبر

جامعة المثنى/ كلية الادارة والاقتصاد

المخلص

معلومات المقالة

تاريخ المقالة:

الاستلام: 2019/2/3

تاريخ التعديل : 2019/6/16

قبول النشر: 2019 /6/25

متوفر على النت: 2019/12/15

الكلمات المفتاحية :

الانترنت

المراهقون

الادمان

التكنولوجيا

الاستخدام المفرط

الاجهزة الالكترونية

مواقع التواصل

ظهر مصطلح ثورة المعلومات والتكنولوجيا الحديثة كمصطلح واسع النطاق ليشمل دمج وسائل الإعلام التقليدية مثل الأفلام والصور والموسيقى والكلمة المنطوقة والمطبوعة ، مع القدرة التفاعلية للكمبيوتر وتكنولوجيا الاتصالات، وتطبيقات الثورة العلمية التي شهدتها مجال الاتصال والإعلام، حيث ساهمت الثورة التكنولوجية في مجال الاتصال في التغلب على العجز الجغرافي والحدود السياسية ، والتي أحدثت تغيير بنيوي في نوعية الكم والكيف في وسائل الإعلام. يحظى الإعلام بأهمية كبيرة في حياة الناس اليومية لدوره المهم والفعال في بناء المجتمع وتأسيسه على أسس حضارية وعلمية، بالإضافة إلى أنه مرتبط بشكل قوي بالأنظمة الاجتماعية السائدة في المجتمع، وذلك من خلال تأثيره بسلم المعرفة والتطور المجتمعي، سواء من خلال استمراره أو توقفه، بذلك فهو ليس حالة آنية أو ظرفية مؤقتة، بل هو وسيلة لنقل الأفكار والمعتقدات من جيل لآخر، وتنمية العلاقات والروابط بينها، والتأثير بسلوك الإنسان ووعيه في جميع مراحل حياته، سواء أكان طفلاً أم بالغاً أم كبيراً في السن، وفي هذا البحث سنتناول تأثير وسائل الإعلام على الطفل، إيجابياً وسلبياً وأثر وسائل الإعلام على الطفل ، والآثار الإيجابية لوسائل الإعلام إذ ان لها تأثير إيجابي على الطفل في عدة نواح منها: مخاطبة حواس الطفل، وخصوصاً حاسي السمع والبصر، مما يساعد على جذب انتباهه، ونقل المعرفة إليه وتنمية وتطوير خيال الطفل، وتحفيزه على التفاعل مع المعرفة التي يتلقاها سواء من اجهزة التلفزيون أو الحاسوب، مما يساعد على تغذية قدراته. وبالتالي ضمان حصول الطفل على المعرفة والتربية الصحيحة، والتعرف على السلوكيات الصالحة ودفعه للقيام بها، إضافة إلى الترفيه عن نفسه وتسليته بشيء مفيد وإشباع حاجاته الإنسانية في تلك المرحلة، وخاصة حاجاته المتعلقة بنموه العقلي كالبحث والاستطلاع والاكتشاف.

كما سنتناول البحث الآثار السلبية لوسائل الإعلام والتكنولوجيا والالعاب على الطفل ومن هذه الآثار: تقديم مفاهيم عقائدية وفكرية مخالفة لفضيلة الطفل، إضافة الى اشتغالها على بعض العبارات التي تهجم الدين كالأعتراض على حكمة الله، والحث على السحر والشعوذة وتنمية مشاعر العدوانية والعنف وحب الجريمة، والاستهانة بحقوق الآخرين في سبيل تحقيق غايته، وإعاقة تطور قدرات الطفل التأملية، والتي تدفعه للإبداع والابتكار واضطراب نظام الطفل اليومي، وعدم التزامه بأوقات النوم والطعام، مما ينمي لدى الطفل مبدأ الاستهتار بالوقت، وعدم الاكتراث له. واصابته بالكثير من الأمراض الصحية والجسمية، فالجلوس الطويل أمام جهاز التلفزيون او الكمبيوتر يؤدي إلى الكسل، والتأثير على قوة نظره وأعصابه بالإضافة إلى إصابته بالسمنة الناتجة عن كثرة تناول الطعام أثناء فترة جلوسه، وقلة الحركة في الوقت نفسه. وتسهم بالتأثير السلبي على التحصيل الدراسي للطفل ومستواه الأكاديمي بشكل سلبي، مما يؤدي إلى تراجعته وتدني تحصيله ، إضافة الى إصابة الطفل ببعض المشاكل النفسية كالفرع والخوف، مما يؤدي إلى تبوله لسيلاً خلال نومه؛ بسبب خوفه من الذهاب إلى الحمام، وتفكيره الدائم بالشخصية الشريرة التي شاهدها.

هدف البحث الى دراسة ادمان الانترنت لدى طلبة الصف الخامس الابتدائي والثالث المتوسط وتكون مجتمع البحث من جملة من الطلبة من محافظتي بغداد والمثنى وبلغ عددهم (50 ذكور) و(50 اناث) وتم اختيار عينه عشوائية. واستخدام اداة مقياس بعد استخلاص واستخراج صدقها وثباتها.

© جميع الحقوق محفوظة لدى جامعة المثنى 2019

المقدمة

الباحثين على العديد من الادبيات والدراسات التي تناولت ادمان الانترنت من قبل الافراد ومنها دراسات القروني، 2011 (كردي، 2009) (المقدادي، 2008) اظهرت تلك الدراسات ادمان الافراد والجماعات على الانترنت على عدة مستويات ويتبين ذلك ادمان على الانترنت وجود اعداد كبيرة من الافراد والجماعات يقضون ساعات طوال في استخدام الانترنت ومن خلال تساؤلات الباحثان حول عينة من هؤلاء الشباب الذين يقضون تلك الساعات يتبين بأن قضائهم لمشاهدة الانترنت دون هدف يذكر هو سوء التمتع بمشاهدة ما يطرحه الانترنت من مواقع التواصل الاجتماعي وبعض البرامج المسلية دون ان يكون لهم هدف اصلاً سوى تلك المشاهدات مما اسهم في وجود فجوة اجتماعية بين الافراد وعوائلهم وهذا ما تلمسه الباحثان هو قضاء هؤلاء الشباب ساعات طويلة في البيئات سواء الاسرية منها او المؤسسية في مشاهدة الانترنت وهذا ما دعى الباحثان الى دراسة المشكلات التي تسهم في ادمان الشباب المراهقين لمشاهدة الانترنت.

اهمية البحث:- تكمن اهمية البحث في الفقرات الاتية:-

- 1- الكشف عن اثر ادمان على شبكة الانترنت من عدة نواحي ومنها النواحي الاقتصادية والعملية وغيرها للمراهقين، ولعل هذا البحث يساعد بعض الجهات ذات العلاقة في الكشف عن اثار ادمان بمسببات ادمان المراهقين خاصة والشباب عامة.
- 2- تبرز اهمية البحث في التاكيد على دور الاسرة والمؤسسة التعليمية للتعامل بحذر ومنع ادمان بصورته المبكرة هذا اذا ما علمنا ان انتشار الانترنت بصورة واسعة في الواقع الحالي قد يؤثر سلباً على البناء الاجتماعي للافراد وخاصة الاطفال والذين قد يؤثر عليهم بالحد من علاقاتهم الاسرية وظهور بعض الامراض النفسية وقد يؤدي الحال بذلك الى امراض التوحد وهذا ما يجعلنا على دراية واسعة بأهمية التوجيه والارشاد التربوي لهؤلاء الافراد وبالتالي اعداد مجتمع صحي.
- 3- يكتسب اهمية البحث من اهمية الفئة المستهدفة وهم المراهقون الذين تقع اعمارهم بين فترتين رئيسيتين من

من المشكلات الحالية في عالم اليوم هو الاستخدام المفرط للانترنت والذي اعتبر جزءاً من الاحتياجات المهمة لكل فرد ولكل عائلة، اذ يشهد العالم كل يوم او بين فترة و اخرى ظهور تقنيات ومواقع تواصل الكترونية جديدة ، مما اثرت على العلاقات الاجتماعية وبدأت اثارها تظهر في المجتمع العراقي والعربي بصورة عامة، حيث لم تعد العائلة مترابطة مثلما كانت في السابق ، كل فرد من الافراد جالسا في احدى زوايا المنزل وهو ممسك بهاتفه ليتواصل مع الاصدقاء او اشخاص اخرين يجهلهم وهذا على حساب الوقت الذي يقضيه مع العائلة بعد ما كانوا يجتمعون في غرفة واحدة ليتحدثوا في المواضيع العامة او لمتابعة التلفاز لدرجة ان وسائل التواصل الاجتماعي اثرت حتى على وسائل الاعلام التقليدية.

التكنولوجيا ووسائل الاعلام ومواقع التواصل الاجتماعي عالم افتراضي في العلاقات الاجتماعية، حيث فرض نفسه على نمط الحياة من حيث الثقافة و الفكر الحديث في ضوء التقارب الثقافي و الفكري الذي حدث، كما ادى الى ارتفاع نسبة الاشخاص الذين لا يقضون وقتاً مع عائلاتهم بسبب الانشغال بتلك المواقع.

اي ان لها تأثيراً سلبياً وإيجابياً حيث تعتمد طبيعة التأثير على طبيعة وتربية المستخدم الذي يستخدمه بصورة صحيحة او صورة سيئة.

ان الكمبيوتر موجود في كل مكان ويسهل على المراهق أن يصل إليه ولا يجدي المنع، بل ما يجب فعله هو معرفة إن كان المراهق أو المراهقة في مشكلة مع الكمبيوتر أم لا. ان الآثار النفسية لإدمان المراهقين على الانترنت تشبه الآثار التي تتركها المخدرات فهم إلى حد كبير تحدث الكثير من تقلبات المزاج الحادة والعزلة والغموض الزائد عن الحد وفي النهاية التورط في مشاكل لم يحسبوا لها حساباً. ومن السهل أن يتأثر المراهق بما يلقي إليه في الانترنت سواء كمعلومة أو فكر أو أمور عاطفية قد ينجر وراءها فعلاً فهي في رأيه عالم حقيقي.

فالاستغناء عن الانترنت اضحى مشكلة تواجه الكثير الا ان الاستخدام غير الواقعي والمفرط لهذا (الجهاز) يعد بحد ذاته مشكلة لا بد من ان يواجهها هؤلاء الافراد ومن خلال اطلاع

الاضرار او اكثر وهي كثيرة منها الدخول الى حسابات الغير وسرقتها وتدمير برامج الحاسوب (الذاكرة والبرامج والانظمة الاخرى وقد تسهم تلك ايضا الى نشر الفيروسات التي توقع اضرار جسيمة بالحاسبة من خلال الانترنت وقد تكون اضرارها الى ابعد من ذلك ومنها غسل الاموال عبر شبكة الانترنت وغيرها.

- (5) الاضرار الامنية: قد يكون هناك جانب سلبي لإدمان المراهقون على الانترنت كعمليات التزوير وسرقة المعلومات ومعرفة الشباب بالية عمل المتفجرات والبحث عن مكان الجريمة.
- (6) الاضرار التعليمية : من الاضرار الاخرى للإدمان على الانترنت هو الاضرار العلمية كانخفاض مستوى التحصيل المدرسي.

المبحث الاول

تأثير الانترنت على المراهقين

تحديد المصطلحات

إدمان الإنترنت

يعرفه كل من

- عبد الله . د.ت :

(هو الاستعمال المفرط للأنترنت بحيث يصبح الشخص معتمد عليه قسريا مما يؤدي الى ضعف الاداء الوظيفي اليومي المدرسي والمهني والاجتماعي)¹.

- عرفه الزبيدي (2014):

(الاستخدام المطول لشبكة الانترنت لمدة ستة ساعات واكثر في اليوم وعدم قدرة الفرد الاستغناء عنه)².

- عرفه شاهين (2015)

- الاستخدام المكثف للإنترنت، وعدم القدرة على التحكم في هذا الاستخدام الذي يؤدي الى مرض على حياة الافراد³.

يؤثر الإنترنت على الأطفال تأثيراً كبيراً؛ فقد أصبح الإنترنت جزءاً لا يتجزأ من حياتنا اليومية، كما أنه قد أصبح غير مقتصر على فئة عمرية بعينها. وعليه يجب توعية الآباء والأمهات بتأثير

حياة الفرد وهما فترة الطفولة والرشد وخلالهما تتأكد شخصية الفرد وهويته وان العلاقة بين تكوين هذه الشخصية والادمان على الانترنت قد تكون علاقة سلبية حسب وجهة نظر الباحثان ذلك ان المؤثرات الاخرى (المحيطية) المجتمع ومؤسساته المتنوعة وما يعيشه ذلك المراهق في تلك المؤسسات المتنوعة من تناقضات مع دمج هذا الادمان على الانترنت قد يؤدي ذلك الى اسباب عكسية تسهم هذه مع غيرها في بناء شخصية هزيلة لا تستطيع ان تواجه مشكلات الحياة المختلفة، ومن خلال اطلاع الباحثان على العديد من الادبيات والدراسات السابقة ذكرت تلك الدراسات ان للإدمان اثار سلبية عديدة منها:-

- (1) الاثار العقائدية حيث وجود مواقع تحرف الفرد عن اصول العقيدة الاسلامية الخالصة بما تثبته على دواعي ضالة وبدع وخرافات منحرفة ومواقع تشكك بتلك العقيدة الاسلامية وتحرض على الدين القيم وتدفع الشباب المراهق بالخصوص الى التشكيك بتلك العقيدة.
- (2) الاضرار الاخلاقية ومن هذه الاضرار مشاهدات الشباب على وجه الخصوص الى المواقع اللا اخلاقية ومواقع تبث الرذيلة والشذوذ الجنسي والانحرافات السلوكية الضارة مما يؤدي الى بناء ثقافات ضارة بالمجتمع.
- (3) الاضرار الاجتماعية : ما تم ذكره في اعلاه في اهمية البحث كضعف الصلة بين الفرد واسرته وبين اقرانه وزملائه وما يسببه ذلك الادمان من اثار واضرار اجتماعية مختلفة كاطلاع الشباب على المواقع التي تدفع المراهقون الى تعاطي المخدرات وتعليمهم طرق الانتحار ومواقع العنف والمواقع التي تسبب خدش الحياء العام التي تقلل من العلاقات الاجتماعية بين افراد المجتمع بشكل عام وافراد الاسرة الواحدة بشكل خاص.

- (4) الاضرار الاقتصادية يسبب الادمان اضرار اقتصادية مختلفة قد يكون ادمان الشباب عليها واحدة من تلك

أثبتت الكثير من الدراسات أن أطفالنا يعيشون جهلاً اجتماعياً بسبب العزلة التي نتجت عن إدمانهم على الجوال، والأبيادات، والألعاب الإلكترونية.. إلخ، ومع شديد الأسف فإن معظم الأسر يشجعون أبناءهم ويسهمون في زيادة العزلة الاجتماعية؛ من خلال إهدائهم هذه الألعاب والحواسيب المتطورة التي لا تتناسب مع المراحل العمرية، ودون إدراك مدى تأثير الساعات الطويلة التي يقضيها الأطفال مع هذه الأجهزة، كلما تقدموا في العمر؛ خاصة من الناحية الصحية؛ فهي تؤثر في نموهم الطبيعي .

مخاطر الأجهزة الإلكترونية نفسياً وصحياً على الأطفال

إجهاد للعين

أوضحت الدراسات العلمية ان الهواتف المحمولة تسبب أضراراً؛ فقد يسبب إدمان الأجهزة الإلكترونية ألاماً لفقرات الرقبة وإجهاداً للعين، وأخطر من ذلك هو الإدمان النفسي؛ بحيث يعزل الطفل للساعات المتواصلة ويعيش في عالمه الافتراضي، ويفقد مهاراته الاجتماعية، وهذا بلا شك سيكون له أثر كبير في المستقبل.

ان الأجهزة اللوحية تُصدر موجات كهرومغناطيسية "غير مؤينة" (بكسر الياء)، ولشرح هذا المفهوم؛ فهناك أنواع للموجات الكهرومغناطيسية تتدرج من موجات البث التلفزيوني إلى موجات الإشعاع النووي، وتنقسم علمياً إلى "مؤينة" مثل الأسلحة النووية والنظائر المشعة، وقد ثبت علمياً أنها ترتبط بالسرطان، وتتلف الأنسجة البشرية حسب الجرعة المتعرض لها الشخص، وقد تكون كبيرة لدرجة انها تؤدي إلى وفاته، وهي كذلك التي تستخدم طبياً في إتلاف أنسجة السرطان مثل علاج سرطان الثدي بالإشعاع.. أما النوع الثاني وهو الموجات الكهرومغناطيسية غير المؤينة؛ مثل الميكروويف والراديو والتلفزيون والأجهزة الذكية؛ ومنها الجوال فلا تنتج أيونات من الأجسام، ولم يثبت علمياً أنها تسبب السرطان، أو الصرع، أو الخرف المبكر، أو مرض الباركنسون، أو أمراض الكلى، أو أمراض الأعضاء التناسلية، أو العينين، كما أفادت منظمة الصحة العالمية في عام 2010، ومن المعلوم طبياً أن امتصاص الأجسام لموجات الأجهزة الذكية أقل من 5% من امتصاص موجات الراديو والتلفزيون، وأمواج الراديو، تعرّضت لها

استخدام الإنترنت على الأطفال، سواء من ناحية إيجابيات الإنترنت أو سلبياتها.

وتتركز أهم الآثار الإيجابية للإنترنت في:

1- القدرة على البحث عن معلومات في أي مجال.
2- تكوين صداقات من جميع أنحاء العالم عن طريق برامج المحادثة.

3- التعرف على الثقافات الأخرى.

أما عن الآثار السلبية للإنترنت:

1- الإنترنت يضعف شخصية الطفل، ويجعله يعاني من غياب الهوية، نتيجة تعرضه للعديد من الأفكار والمعتقدات والثقافات الغربية على المجتمع.

2- يتعرض الطفل إلى متلازمة الإهمالك المعلوماتي (وذلك بسبب كثرة المعلومات التي يتعرض لها وعدم قدرته على التأكد من صحتها).

3- يؤثر الانترنت على علاقات الطفل الاجتماعية والأسرية، حيث يقضي الطفل ساعات طويلة مستخدماً الإنترنت يومياً، مما يجعله ينفصل إلى حد ما عن الآخرين.

4- يساعد الإنترنت على زيادة العدوانية في سلوك الأطفال وذلك بسبب ممارسة الألعاب العنيفة أو مشاهدة الصور والأفلام التي تروج للعنف على الإنترنت. ويؤثر في سلوك وأخلاقيات الطفل، فبعض الألعاب قد تؤثر على الطفل أخلاقياً كلعبة القمار.

5- يسهم الانترنت سلباً في تفكير الطفل وشخصيته، فبعض المواقع تكون معادية للمعتقدات والأديان، وكذلك المواقع الإباحية والتي تؤثر مشاهدتها في السن المبكر على نمو فكر

الطفل وعلى سلوكياته وتصرفاته مع الآخرين.

الأطفال والتكنولوجيا الحديثة.. ساعات من العزلة والانطواء والعنف.. تنتهي بإعاقات عقلية

أثبتت الدراسات أن إدمان الألعاب الإلكترونية والجوال و"الأبيادات" يضر الدماغ. وان الهواتف المحمولة تُسبب أضراراً أخطرها الإدمان النفسي. كما ان الألعاب تصنع طفلاً أنانياً يحب نفسه فقط؛ الاطفال دون سن السنتين يجب ألا يستخدمها لكونها تُضعف نمو اليدين والأصابع. فعلى الوالدين عدم إشغال الأطفال بالأجهزة للتخلص من متاعب تربيتهم.

وألعاب العنف على الأجهزة الذكية؛ بل إنها ربما تصنع هذا الطفل مجرماً في مستقبله، إلى جانب عوامل أخرى؛ لاستمتاعه بلقطات العنف بصورة كبيرة؛ محاولاً فيما بعد تطبيق تلك المشاهدات في واقعه الفعلي.

تنشئ جيلاً عنيفاً

ان تلك الألعاب تصنع طفلاً أنانياً يحب نفسه فقط ويهتم بإشباع حاجته هو للعب، دون النظر لغيره بعكس الألعاب الجماعية كالكرة بأنواعها وغيرها من الألعاب، والتي يدعو فيها الطفل صديقه للعب بل ويتمنى ذلك منه، ويغضب إذا رفض المشاركة معه مما ينمي الجانب الاجتماعي التعاوني لدى الأبناء فضلاً عن موضوع النظر الذي يضعف كثيراً عند الإكثار من هذه الألعاب، فقد يصاب الطفل وخاصة في مراحل عمره الأولى بضعف في عضلاته وأعصابه وعظامه.

اضافة الى أنها تسبب سوء التغذية، وذلك لان الطفل لا يشارك عائلته في معظم وجبات الطعام، وبالتالي يأكل بمفرده الوجبات السريعة ذات الأثر السلبي الشديد على صحته، وأظهرت بعض الدراسات أن الإفراط في تلك الألعاب يؤثر سلباً على عقل الطفل، وقد يصاب الطفل بإعاقة عقلية إذا أدمن على تلك الألعاب، وقد يُدمن الطفل هذه الألعاب إدماناً حقيقياً؛ حيث أثبتت بعض الدراسات أن تأثير الإدمان على هذه الألعاب له نفس أعراض الإدمان الحقيقي للمخدرات، وبعد كل هذا نترك فلذات أكبادنا ليضيعوا مع هذه الألعاب الضارة.

وأن الألعاب الإلكترونية في الحقيقة لا تخلو من الفائدة؛ فلو استخدمت بضوابط رقابية، وبأسلوب تحفيزي، وبأوقات معقولة ومنضبطة؛ فهي في هذه الحالة وسيلة إيجابية لزيادة مهارات الدقة والتركيز والمتابعة.

الانطواء والعزلة

الأجهزة الإلكترونية لها أثر بالغ وواضح على كثير من الأطفال، وبالأخص عند استخدامها بشكل يومي ومستمر؛ حيث تُساهم في الانطواء والعزلة الاجتماعية وقلة التواصل مع أفراد الأسرة، وبالتالي يؤدي إلى فقدان الكثير من المهارات الاجتماعية ومعرفية ووجدانية وتعليمية كما ان قلة الحركة المصاحبة لاستخدام الأجهزة الإلكترونية يؤدي إلى مشكلات القلق والتوتر والعصبية ومشكلات نفسية عقلية، وللوالدين دور كبير في الحد من هذه

البشرية مئات السنين؛ فلم تسبب الأمراض حسب الأبحاث العلمية المستمرة ومن ضمنها السرطان.

بدائل للصغار

أثبتت الدراسات أن استخدام الاطفال للأجهزة يضعف نمو اليدين والأصابع؛ فليحذر الآباء والأمهات، ومن لديهم أطفال تحت مسؤوليةهم وخاصة في عمر ثلاث إلى أربع سنوات، يجب ان لا يُسمح لهم بأكثر استخدام الأجهزة الإلكترونية لأكثر من ثلاثون دقيقة فقط؛ لأن الطفل بحاجة إلى نشاط حركي وبرنامج عملي يمارسه، وأكدت الدراسات على ضرورة إيجاد البدائل للصغار، ومن مظاهر الاستخدام السلبي كظهور الأمراض الجسدية وظهور المشكلات النفسية، والمشكلات الاجتماعية والأخلاقية، ولذلك يجب الحذر من استخدام التقنية دون تقنين، فالطفل دون سن السنتين يجب أن لا يستخدم أجهزة اللمس التقنية نهائياً، وعليه يجب إيجاد بدائل أخرى لهم.

العزلة والانطوائية

تشير الاخبار الى ان بيت ستيف جوبز يخلو من الألعاب الإلكترونية؛ حيث ذهب وفد من المحررين لمنزل "أبو التقنية الحديثة" -إن صحت التسمية- وظنوا أن منزله ممتلئ بالأجهزة التي اخترعها، وإذ بالمفاجأة -التي أنقلها لكل أب أو أم أو مُربّ- حيث لم يجدوا جهازاً واحداً؛ فلما سألوه: وكيف يلعب أبنائك إذا؟ كانت اجابته لهم: أفضّل الجلوس مع أبنائي على كتاب، وهنا وقفة تأمل.. لماذا صنع ذلك؟ والإجابة لمعرفته بخطورتها اذ يقول: تؤثر الأجهزة الإلكترونية سلباً على صحة الطفل؛ فتُضعف من بصره بشكل كبير، ويؤدي الجلوس أمام تلك الأجهزة إلى عزلة الطفل عن واقعه، ويكون غير اجتماعي، والسبب أنه يعيش بكل جوارحه وعواطفه مع الألعاب، ويدخل عالمها الافتراضي ليكون بطلاً من أبطاله، وعند مقارنة العقل بين العالمين الطبيعي والافتراضي يختار العالم الأكثر متعة بالنسبة له، وهو العالم الافتراضي؛ فيعيشه ويستمتع به، ويتعد وينعزل عن العالم الواقعي.

من جهة أخرى؛ ان هذه الالعاب تجعل طفلاً عنيفاً؛ اذ ان اغلبها تحتوي على مشاهد عنف وقتل ودماء، وقد أثبتت اغلب الدراسات العلاقة ما بين عنف الاطفال ومشاهدة مقاطع

الأطفال المصابون بالبدانة معرضون للإصابة بمرض السكر، وبالتالي ترتفع احتمالية تعرضهم لأخطار النوبة القلبية والسكتة الدماغية. (Center for Disease Control and Prevention 2010) وذلك بسبب زيادة معدلات البدانة، وان نسبة كبيرة من اطفال هذا الجيل معرضون للموت قبل موت آبائهم (Professor Andrew Prentice, BBC News 2002)

السبب الرابع: قلة النوم

اذ ان 60% من الآباء لا يراقبون استخدام اطفالهم للتكنولوجيا، و75% من الاطفال مسموح لهم باستخدام أجهزة إلكترونية في غرف نومهم. (Kaiser Foundation 2010) وان 75% من الأطفال الذين بلغوا التاسعة والعاشر يعانون من صعوبة النوم لدرجة تأثر أدائهم الدراسي بذلك. (Boston College 2012)

السبب الخامس: الاضطرابات النفسية

يعتبر الاستخدام الزائد للتكنولوجيا عاملاً أساسياً في زيادة معدلات الإحباط عند الأطفال، وكذلك معدلات القلق و اضطراب التعلق (attachment disorder) ونقص الانتباه (attention deficit) والتوحد (autism) والاضطراب ثنائي القطب (bipolar disorder) والذهان (psychosis)، ومشكلات سلوكية أخرى لدى الطفل (Bristol Liberator 2010, Shin 2011, Mentzoni 2011, University 2010, Robinson 2008)

واحد من كل ستة أطفال كنديين تم تشخيصه كمصاب باضطراب نفسي، وعدد غير قليل منهم يخضع لعلاج نفسي قد يكون خطيراً. (Waddell 2007)

السبب السادس: العدوانية

المحتوى العنيف الذي تقدمه وسائل الإعلام قد يسبب سلوكاً عدوانياً لدى الطفل (Anderson, 2007) يتعرض الأطفال لمعدلات متزايدة من مشاهد العنف الجسدي والجنسي في وسائل الإعلام اليوم، مثلاً لعبة GTA: Grand Theft Auto التي تتضمن أفعالاً جنسية صريحة وعمليات قتل واغتصاب وتعذيب وتبر أعضاء، ومثلها عدد كبير من الأفلام والمسلسلات، لدرجة أن الولايات المتحدة صنفت عنف وسائل الإعلام "خطر على الصحة العامة"، لأنه السبب في زيادة عدوانية الأطفال.

المشكلة بتحديد أوقات الاستخدام، اضافة الى الاستفادة من استخدامها بالتعلم أو البحث بطريقة مقننة وبضوابط ومراقبة. اضافة انه يجب على الوالدين عدم إشغال الأطفال بالأجهزة للتخلص من متاعب تربيتهم أو عند شعورهم بالانزعاج، رغم وعيمهم بأن الأجهزة تسبب الكثير من المشكلات التي تظهر مستقبلاً على الطفل.

الاسباب التي تدفعنا الى منع الطفل من استخدام الأجهزة الإلكترونية المحمولة

السبب الأول: تعطيل النمو السريع للعقل

اذ يتضاعف حجم دماغ الطفل 3 مرات منذ ولادته الى عمر السنتين، ويستمر في مرحلة نمو وتطور سريعين حتى سن الواحدة والعشرين. ان هذا التطور المبكر يعتمد على بيئة نمو الطفل ومدى تفاعله أو عدم تفاعله معها، لذلك وُجد أن تفاعل الطفل الزائد مع التكنولوجيا (الإنترنت، الكمبيوتر، الأجهزة اللوحية، التلفزيون) يرتبط بظهور مشكلات في وظائفه التنفيذية (كالتذكر والتفكير وحل المشكلات والتخطيط.. الخ)، اضافة الى انه يرتبط بخلل قصور الانتباه والتأخر في النمو العقلي (وضعف قدرات التعلم، والتهور أو الاندفاعية impulsivity وقلّة القدرة على الانضباط الشخصي-self regulation).

السبب الثاني: تأخر التطور الجسدي

استخدام التكنولوجيا يقلل حركة الطفل، اذ ان ثلث الأطفال يدخلون المدرسة بتأخر في تطورهم الجسدي، مما يؤثر سلباً على تعلمهم للقراءة وتحصيلهم الدراسي (HELP EDI Maps 2013). ان حركة الطفل تحسن قدراته على الانتباه والتعلم (Ratey 2008).

وان استخدام التكنولوجيا قبل سن الثانية عشرة يضر بنمو الطفل الجسدي وقدرته على التعلم. (Rowan 2010)

السبب الثالث: البدانة المرضية

التلفزيون وألعاب الفيديو مرتبطان بالبدانة (Tremblay 2005) وُجد أن الأطفال الذين يسمح لهم باستخدام جهاز إلكتروني في حجرة نومهم أكثر تعرضاً للبدانة من أقرانهم بنسبة 30% (Feng 2011) وان ثلث الأطفال الكنديين وربع الأطفال الأميركيين مصابون بالبدانة (Tremblay 2011)، و30% من

ان تسبب السرطان بسبب الإشعاعات المنبعثة منها (WHO 2011).

أصدر الطبيب "جيمس ماكنامي من وزارة الصحة الكندية إعلاناً تحذيرياً مفاده "أن الأطفال أكثر حساسية من الكبار تجاه عدة أشياء، وذلك لأن أدمغتهم ونظمهم المناعية تكون في مرحلة نمو، لذلك لا يمكننا المساواة بين خطورة هذه الأشياء على الأطفال وخطورتها على البالغين" (Globe and Mail 2011).

في ديسمبر 2013 أوصى دكتور أنثوني ميلر من كلية الصحة العامة بجامعة تورونتو برفع درجة خطورة التعرض لموجات الراديو بتصنيفه في شريحة "A2" التي تعني "ضرر سرطاني محتمل" بدلاً من شريحة "B2" التي تعني "ضرر سرطاني ممكن".

كما طلبت الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال إعادة تقييم لانبعاثات الموجات الكهرومغناطيسية من الأجهزة التكنولوجية.

السبب العاشر: مشكلة الاستدامة

الطريقة التي يتربى ويتعلم بها الأطفال اليوم لا يمكن أن تستمر للأبد (Rowan 2010).

الأطفال هم المستقبل، لكن لا مستقبل للأطفال الذين يبالبغون في استخدام التكنولوجيا، لهذا نحتاج إلى جهود منظمة وعاجلة لتقليل ذلك.

يمكننا الاستعانة بهذا الجدول كضابط لاستخدام الأطفال والشباب للتكنولوجيا.

الشريحة العمرية	معدل الاستخدام	محتوى غير عنيف على التلفزيون	أجهزة محمولة (تليفون أو جهاز لوحي)	ألعاب فيديو غير عنيفة	ألعاب فيديو عنيفة	ألعاب عنيفة على الإنترنت أو محتوى إباحي
أقل من سنتين	ممنوع	ممنوع	ممنوع	ممنوع	ممنوع	ممنوع
من 3 إلى 5	ساعة يوميًا	√	ممنوع	ممنوع	ممنوع	ممنوع
من 6 إلى 12	ساعتان يوميًا	√	ممنوع	ممنوع	ممنوع	ممنوع
من 13 حتى 18	ساعتان يوميًا	√	√	30 دقيقة يوميًا كحد أقصى	ممنوع	ممنوع

ومؤلف كتاب (مدمن على الألعاب (Hooked on Games) والطبيبة "هيلاري كاش" مديرة برنامج "RESTART" لعلاج مشاكل إدمان الإنترنت ومؤلفة كتاب "أطفالك وألعاب الفيديو Video Games and Your Kids"

(Huesmann 2007) كما تتحدث تقارير إعلامية عن زيادة معدلات معاقبة الأهل لأطفالهم وإبقائهم في غرف منفردة بسبب عدم القدرة على التحكم في ميولهم العدوانية.

السبب السابع: السرعة الجنونية للإعلام

المحتوى البصري السريع يساهم في الإصابة بخلل نقص الانتباه "attention deficit"، إضافة إلى ضعف القدرة على التركيز والتذكر، كل ذلك يحدث نتيجة لأن المخ يشذب المسارات العصبية الموصلة إلى القشرة الدماغية (Christakis 2004, Small 2008)، ومن المؤكد أن الأطفال الذين لا يتمكنون من التركيز، لا يستطيعون التعلم.

السبب الثامن: الإدمان

كلما ازداد تعلق الآباء بالتكنولوجيا، كلما ازداد ابتعادهم عن أبنائهم، وعند اهمال الآباء لأبنائهم يلجأ الأبناء إلى أجهزتهم الإلكترونية، وهذا يدفعهم إلى الإدمان على التكنولوجيا (Rowan 2010).

هناك طفل واحد على الأقل من بين كل 11 طفل، يصاب بالإدمان على التكنولوجيا، وذلك للشريحة العمرية من سن الثامنة حتى الثامنة عشرة (Gentile 2009).

السبب التاسع: انبعاث الإشعاع (الموجات الكهرومغناطيسية)

في شهر أيار عام 2011، أعلنت منظمة الصحة العالمية تصنيفها للأجهزة المحمولة و(الأجهزة اللاسلكية عموماً) ضمن شريحة الخطورة المسماة B2، والتي تعني أن هذه الأجهزة من المحتمل

هذه الضوابط وُضعت بواسطة "الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال" و"جمعية طب الأطفال الكندية" بالاشتراك مع كل من: "كريس روان" أخصائية طب الأطفال، ومؤلفة كتاب الطفل الافتراضي Virtual Child، ودكتور "أندرو دون" طبيب الأعصاب

4- توصلت الدراسة الى توصيات ومقترحات منها (ضرورة تدعيم تحكم الدولة في شبكه الانترنت وغيرها من التوصيات والمقترحات) العصيمي 2010-1000 ثانياً:- دراسة الزيدي (2014)

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين ادمان الانترنت وكل من التواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي وقد اجريت الدراسة في سلطنة عمان، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي تكونت عينة الدراسة من (412) طالباً وطالبة منهم (94) طالباً و(318) طالبة من السنة الثالثة والرابعة والخامسة من بعد السنة التأسيسية ومن جميع المراحل الاربعة، استخدمت الدراسة اداة قياس ادمان الانترنت كأداة قياس للتواصل الاجتماعي، استخدمت الدراسة اختيار بيرسون وتحليل التباين الاختياري واختبار (T. TsT) وتوصلت الدراسة الى العديد من النتائج منها عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لمقياس ادمان الانترنت، تعزى لمتغير كلا من النوع الاجتماعي والمستوى الدراسي وكذلك وجود علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين ادمان الانترنت والتواصل الاجتماعي ووجود علاقة ضعيفة ذات دلالة احصائية بين ادمان الانترنت والتحصيل الدراسي (الزيدي 2014)

ثالثاً:- دراسة شاهين (2015)

هدفت الدراسة الى التحقق من فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض مستوى ادمان الانترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، اجريت الدراسة في فلسطين تكونت عينة الدراسة من (60) طالب وطالبة منهم (30) في المجموعة التجريبية و(30) في المجموعة الضابطة، استخدمت الدراسة مقياس ادمان الانترنت وطبق البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية في اثنتي عشرة جلسة مدة كل منها (75-90) دقيقة وبواقع جلسة واحدة اسبوعية وطبق مقياس الدراسة على المجموعتين التجريبية والضابطة قبل وبعد انتهاء البرنامج الارشادي وكذلك بعد مرور فترة متابعة مدتها شهرين من انتهاء البرنامج، استخدمت الدراسة الاختيار الثاني (T. TsT) لعينتين مستقلتين، اظهرت نتائج الدراسة وجود فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.5) بين التجريبية والضابطة في الاختبار

ملاحظة: نتائج الأبحاث العلمية المذكورة حسب رأي المترجم لها، لا تعني أن استخدام التكنولوجيا يؤدي حتماً للإصابة بهذه الأمراض والاختلالات النفسية، وإنما تشير إلى وجود رابط بين سوء استخدام التكنولوجيا وبين هذه المشكلات. المبحث الثاني الدراسات السابقة

اولاً:- دراسة العصيمي (2010ث0)

هدفت الدراسة الى معرفة ادمان الانترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض ... اجريت الدراسة في المملكة العربية السعودية استخدمت الدراسة المنهج الوصفي. تكونَ مجمع الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية العامة في مدارس الثانوية في مدينة الرياض و تم طبقت الدراسة على عينة مكونة من (350) طالباً منهم (85) طالباً في الصف الثاني الثانوي الشرعي و (180) الصف الثانوي الطبيعي و(75) طالباً في الصف الثالث الشرعي و(88) في الصف الثالث الثانوي الطبيعي، كالتالي:

- 1- استخدمت الدراسة الوسائل الاحصائية لاختبار التائي t-tst استخدام برنامج الحقيبة الاحصائية (spss) استخدمت الدراسة ادارة قياس (مقاس لادمان الانترنت ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي، حصلت الدراسة على نتائج عدة منها وجود علامه ارتباط دالة عند مستوى دالة (5.51) بين الدرجة الكلية لمقياس ادمان الانترنت والدرجة لمقياس التوافق النفسي الاجتماع.
- 2- وجود فرق ذو دالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الانترنت وغير مدمني الانترنت من خلال المرحلة الثانوية في ابعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي ولصالح غير مدمني الانترنت.
- 3- وجود فرق ذات دالة إحصائية بين متوسطات طلاب في القسمين الشرعي والطبيعي في ابعاد مقياس ادمان الانترنت لصالح طلاب القسم الشرعي.

[4] يتعرض بعض الابناء لما يسمى بالتنمر الإلكتروني (Cyberbullying)، حيث يتعرض الطفل للتهديد، والتهكم مما يعرضه للأذى النفسي.

ثانياً: الدور الإيجابي لوسائل الإعلام في تربية الأبناء
يوجد العديد من الأدوار الإيجابية لوسائل الإعلام الاجتماعية في تربية الأبناء، ومن بينها ما يأتي:

[1] تُعتبر وسائل الإعلام طريقة للتواصل مع المجتمع المحيط، فهي تساعد الأبناء على التفاعل والإبداع والتعلم فالشبكات الاجتماعية تجذب الأبناء كونها جديدة وغير تقليدية وتساهم في تشجيع الخجولين منهم على التعبير عن أنفسهم أكثر. إذ تساعد وسائل الإعلام الأبناء وخصوصاً المراهقين على التعامل مع القضايا المستجدة بالنسبة لهم، حيث يمكنهم التعلم وتلقي المشورة من متخصصين بشكل يضمن الخصوصية لهم، كما أن بعض الشخصيات الفعالة والمحبة للشباب على مواقع التواصل الاجتماعي تمتلك في كثير من الأحيان تأثيراً قوياً وإيجابياً، خاصة الشخصيات التي تعرض قصص النجاح، والعمل الجاد.

[2] تُعلم وسائل الإعلام للأبناء بعض المهارات العملية التي أصبحت ضرورية في مواجهة التحديات العصرية، حيث يتعلم الأبناء كيفية استخدام التقنيات الحديثة بكفاءة، مما يعزز قدراتهم الإبداعية، ومهارات الاتصال لديهم، كما أشارت بعض الدراسات إلى أن بعض ألعاب الفيديو تساعد على تعزيز الطاقة الإيجابية للأبناء.

[3] تخفف وسائل الإعلام الاجتماعية من شعور الأبناء بالضغط والتعب، والتوتر، بحيث يمكنهم التعبير عن مشاعرهم من خلالها، وتلقي الدعم من الآخرين.

فوائد وسائل الإعلام في تنمية مهارات الأطفال
يمكن للأبناء فوق عمر السنتين الاستفادة من الوسائل الإعلامية في تنمية بعض القدرات والمهارات لديهم على النحو الآتي:

[1] الفوائد الذهنية: تساعد بعض ألعاب الكمبيوتر على تحفيز المهارات التحليلية لدى الأطفال، والتفكير بكيفية التعامل مع المشاكل والعقبات، كما تكسبهم مهارة المقارنة بين القيم الخيالية والقيم الحقيقية، والتمييز بينهما.

البعدي على مقياس ادمان الانترنت وتوصلت الدراسة الى عدة استنتاجات وتوصيات ومقترحات (شاهين 2015، 358).

دراسات وأرقام

وأوضحت دراسة أن إصابة الأطفال في السابعة من العمر بمشكلات في الانتباه والتركيز، تزداد بزيادة أوقات مشاهدتهم للتلفزيون من عمر سنة إلى ثلاث سنوات، ووجد الباحثون أن كل ساعة يومياً يقضيها الطفل قبل عمر 6 سنوات في مشاهدة التلفزيون، تزيد خطر إصابته بمشكلات في الانتباه بنسبة 10%، وتؤدي للعزلة الاجتماعية بنسبة 37%، كما أوضحت الدراسة أهمية عامل العمر؛ لأن نمو المخ يتواصل خلال هذه السنوات؛ بينما أثبتت بحث آخر، أُجْرِيَ في 12 دولة، أن المهارات الاجتماعية مثل (الاعتماد على الذات، والقدرة على الاستماع، وفن التواصل، وتقبل الآخر) والتي ينبغي أن يتعلمها الطفل- حلت محلها مهارات رقمية.

ومن جهة أخرى، كشف العلماء مؤخراً أن الوميض المتقطع بسبب المستويات العالية والمتباينة من الإضاءة في الرسوم المتحركة الموجودة في هذه الألعاب، يتسبب في حدوث نوبات من الصرع لدى الأطفال، وحدّثوا من الاستخدام المستمر والمتزايد لألعاب الكمبيوتر الاهتزازية من قِبَل الأطفال: لاحتمال ارتباطه بالإصابة بمرض ارتعاش الأذرع.

المبحث الثالث

دور وسائل الإعلام في تربية الأبناء

أولاً: الدور السلبي لوسائل الإعلام في تربية الأبناء

توجد آثار سلبية لوسائل الإعلام الاجتماعية على الأبناء، وهي كالآتي:

[1] المعلومات التي يتلقاها الأبناء جراء استخدامهم لهذه الوسائل، مما قد يعرضهم لمشاهدة مواقع ذات محتويات مؤذية ومخلّة بالأداب، الأمر الذي قد يؤثر على نمط تفكيرهم.

[2] إهدار وقت الأبناء، والتسبب بالإدمان على استخدام ومشاهدة هذه الوسائل الإعلامية الاجتماعية، مما يؤثر على صحتهم الجسدية.

[3] عدم قدرة الأبناء على كسب علاقات شخصية قوية.

التي يعيشون فيها. توجد العديد من أنواع وسائل الإعلام المؤثرة في فكر وسلوك الأفراد داخل العائلة الواحدة والمربطة بمجتمعهم، ومن أهم هذه الوسائل:

- المطبوعات: هي كافة وسائل الإعلام الورقية كالصحف اليومية والمجلات الأسبوعية والشهرية، ويرتبط تأثيرها بمراحل عمرية صغيرة، فعادةً ينجذب الأطفال إلى الصور الملونة الموجودة في هذه المطبوعات وخاصة في المرحلة العمرية المرتبطة باكتشاف الأشياء من خلال التعرف عليها، والتي تكون قبل مرحلة تعلم القراءة والكتابة. عندما يبدأ الإنسان بتعلم القراءة يصبح قادراً على تصفح هذه المطبوعات بأنواعها، فقد يبدأ من الصحيفة اليومية والتي تساهم في تنشئته اجتماعياً عن طريق جعله يتأثر في المجتمع المحلي الذي يوجد فيه، ثم يتعرف على الأخبار الأخرى حول المجتمعات العالمية، أما المجلات وخصوصاً الموجهة للأطفال فتساهم بطريقة إيجابية في التنشئة الاجتماعية من خلال دورها في تطوير القدرة اللغوية عند الطفل، وتعليمه القراءة بأسلوب صحيح ومناسب لمراحلته العمرية.

- الإذاعة: هي كافة وسائل الإعلام المسموعة، والتي تؤثر على الإنسان بشكل أسرع من الوسائل الورقية، وذلك بسبب القدرة على الحصول عليها مجاناً، وفي أي مكان يوجد فيه الإنسان سواء في المنزل أو الحافلة أو السيارة وتسعى معظم الإذاعات إلى التأثير المباشر على التنشئة الاجتماعية للأفراد، عن طريق العمل على تزويدهم بكافة المعلومات حول العديد من الموضوعات اليومية المحيطة بهم، وهكذا تساهم في التحكم بأفكارهم بطريقة مناسبة.

- التلفاز: هو من سائل الإعلام المرئية والذي يعد أهم مؤثر بين مؤثرات الإعلام المقروءة والمسموعة وذلك لوجوده في كل منزل في العالم، ويعمل على التأثير المباشر على الفكر البشري من خلال تزويد الأفراد بالمعلومات عن طريق الاعتماد على الصوت والصورة والكتابة في توصيلها لهم، ومن هنا يبدأ تأثيره على التنشئة الاجتماعية وخاصة في مرحلة الطفولة والتي ترتبط باهتمام الأطفال بمشاهدة الرسوم الكرتونية المتحركة على شاشة التلفاز، والتي تعمل على تعليمهم العديد من المهارات الجديدة، والتي لم يكونوا على علم مسبق بها. من الواجب على الوالدين اختيار الرسوم الكرتونية التي تتناسب مع المرحلة

[2] الفوائد التعليمية: تساعد البرامج التلفزيونية والأفلام المدعومة بالترجمات المكتوبة والنصوص المختلفة والتطبيقات على تحسين مستوى القراءة عند الطفل.

[3] الفوائد الاجتماعية: تساعد المشاركة في النوادي والمنتديات على مواقع الإنترنت على تعزيز التعاون والعمل الجماعي وتقديم النصائح لدى الأطفال.

[4] الفوائد الإبداعية: يمكن من خلال وسائل الإعلام تطوير بعض المهارات الفنية والتخيلية والموسيقية بمشاهدة برامج تلفزيونية أعدت لذلك، أو تطوير مهاراتهم التقنية من خلال التطبيقات الحاسوبية.

دور وسائل الإعلام في التنشئة الاجتماعية

التنشئة الاجتماعية هي عبارة عن إعداد الأفراد وتأهيلهم عن طريق ربطهم مع المجتمع وجعلهم جزءاً لا يتجزأ منه ومكوناً من المكونات البشرية فيه، وتعرف أيضاً بأنها العملية التي يكتسب فيها الإنسان مجموعة من المهارات الاجتماعية، التي تعتمد على الخبرة المعرفية والإدراكية المرتبطة بكل مرحلة من مراحل العمرية، وتساعد على التكيف مع البيئة المحيطة به، وتحقيق المعنى الحقيقي للتواصل الاجتماعي بينه وبين الأشخاص الآخرين المحيطين به.

ان لوسائل الإعلام دوراً مهماً في التنشئة الاجتماعية فهي تعتبر من أهم المؤثرات والموجهات التي تساهم في توجيه سلوك الأفراد ضمن بيئة معينة، وتجعلهم يكتسبون مجموعة من المعارف والمعلومات حول شيء ما، لذلك ساهمت هذه الوسائل في التأثير في التنشئة الاجتماعية بشكل واضح ومباشر، خصوصاً مع التطورات الحديثة التي شهدتها أغلب قطاعات الإعلام المرئي والمسموع والمقروء وهذا ما ظهر واضحاً في مواكبتها لتكنولوجيا المعلومات الحديثة في توجيه الفكري للأفراد. اهتم علم الاجتماع وعلم النفس بدراسة دور وتأثير وسائل الإعلام في التنشئة الاجتماعية للأفراد، حيث تؤدي هذه الوسائل إلى توجيه السلوك الفكري عند كل شخص، وجعله يحصل على معارف جديدة قد يتعرف عليها للمرة الأولى في حياته، لذلك إن وجود وسائل الإعلام كجزء من حياة الأفراد اليومية ساهم بشكل مباشر في التأثير عليهم مهما كانت مراحلهم العمرية، ويظهر تأثيرها واضحاً على طريقة تفاعلهم مع البيئة الاجتماعية

عادة ما تبدأ مشكلة الادمان على الكمبيوتر في سن المراهقة بين سن 14 إلى العشرين ، والمراهقون بطبيعتهم يعيشون جزءا كبيرا من وقتهم في الخيال ، هذا أمر طبيعي تحتمه المرحلة التي يمرون بها والتي يميل فيها المراهق إلى التفرد والقوة والتملك وكلها غير ممكنة بالنسبة له، فيلجأ للخيال ليخلق عالمه الخاص هذا لا يعني أن كل المراهقين يقعون في مشكلة الادمان على الكمبيوتر على العكس تماما هو الصحيح، فلا يقع من المراهقين في هذا النوع من الادمان إلا من كان يعاني من مشكلة أخرى كأن تكون عائلية أو دراسية أو عاطفية والتي لا يستطيع المراهق الكلام عنها أو التعامل معها فيكون الخيال هو المهرب ، 10% من المراهقين قد يكونون مدمنين على الانترنت ولكن ثلث هذه النسبة أو أقل تكون في الدرجة العالية الخطورة من الادمان أو نتائجه.

ينبغي معرفة النقاط التالية عن ادمان المراهقين:

1. يكون السبب غالبا في الأبوبين أو الأسرة عموما وليس في المراهق
2. ينبغي عدم منع المراهق بشكل كامل من دخول النت.
3. يسهل معرفة أنهم مدمنين من خلال مراقبة مؤقت المودم، وتجدهم يكذبون بشأن الوقت.
4. العلامات الدراسية مؤشرا ممتازا لوجود مشكلة.
5. المراهقون يقنعون اكتئابهم: التدقيق جيدا في سلوك المراهق قبل الادمان قد يشير إلى وجود حالة اكتئاب غير نمطية. الادمان على الانترنت قد يكون مجرد قناع للاكتئاب.
6. المراهقون من نفس العمر هم أفضل الأدوات التي يمكن أن نستعملها لمعرفة ما يدور حول المراهقين.
7. النقطة الأهم وهي (نحن): ينبغي أن نكون القدوة للمراهق، فلا تنفع النصيحة من مدمن على الانترنت لا يستطيع التحكم بمشكلته هو، بل ان سلوك الوالدين هو الأهم في التعامل مع المراهق لحل المشكلة.

التكنولوجيا الحديثة والأطفال.. فوائد وأخطار

منذ بداية العقد الأخير من القرن الماضي أصبحت وتيرة التقدم العلمي والتقني وخصوصا فيما يتعلق بالاتصالات أكثر سرعة من أي عصر من عصور البشرية على مدى التاريخ، وأصبحت

العمرية لأبنائهم، حتى تساعد في تنشئتهم تنشئة اجتماعية سليمة

إدمان الأطفال على الكمبيوتر والانترنت:

الأطفال يعتبرون من الفئات المعرضة للإدمان بقوة على الكمبيوتر والانترنت كونهم يجيدون التعامل معها بسهولة كبيرة كثيرا ما تذهل الكبار، كما أن الأطفال بحاجة للتسلية واللعب والأجهزة الالكترونية تشبع نهمهم وفضولهم الكبير في هذه الحياة كونها متشعبة وكبيرة السعة بالنسبة لعدد وتنوع البرامج التي تحتوي عليها. من أهم الأسباب التي تجعلهم مدمنين على الكمبيوتر والانترنت هي الألعاب الإلكترونية سواء تلك الموجودة على الجهاز نفسه أو تلك التي تتطلب الارتباط بشبكة الانترنت من الأسباب المهمة أيضا هو إهمال الأطفال من قبل ذويهم وعدم توفير وسائل تسلية مناسبة أو القيام بأنشطة مفيدة لهم إضافة إلى الملل الذي يصيب الأطفال بطبيعتهم التواقة للتغيير بكثرة يعرضهم أيضا لمشكلة التعلق والادمان على الأجهزة الالكترونية

الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة (ADHD) معرضون لهذا النوع الإدمان ، فالألعاب الالكترونية تشد انتباههم كثيرا كون شاشة الكمبيوتر التي تعرضها متغيرة بوتيرة عالية تناسب ما يجري داخل أدمغتهم من فرط في النشاط، كما أنهم يجبرون على التركيز على الشاشة مما يجعلهم يحسون بالثقة في أنفسهم أنهم قادرون على علاج حالة تشتت الذهن وفرط الحركة لديهم، عندما يكون الطفل مصابا باضطراب في قدرته على التواصل مع محيطه كما هي الحالة في التوحد (Autism) مثلا، فخير مهرب لهم هي الأجهزة الالكترونية حيث يخلق لهم بيئة مريحة بعيدة عن تدخل الآخرين، يهرب الأطفال من همومهم مثل تعرضهم للإساءة أو الضرب في البيت أو المدرسة إلى الانغماس في الأنشطة الالكترونية التي لا تجبرهم على الحديث عن معاناتهم أو حتى مجرد التفكير فيها، إدمان الأطفال يعرضهم للكثير من المتاعب ومنها: السممنة، وتردي المستوى الدراسي، تدني نموهم الاجتماعي والإدراكي وفرط الحركة وهذا ما يسمى بالثالوث المرضي. ادمان الكمبيوتر والانترنت في أوساط المراهقين:

emotional development of the child وتأثير على تفاعله النفسي مع الأقران والأقارب. وأشار الباحثون إلى الدور الكبير الذي أصبحت تشغله هذه التقنيات في لفت انتباه الأطفال والتأثير عليهم بشكل شبه آلي. وفي الأغلب فإن هذه التطبيقات الإلكترونية سواء للتعليم أو اللعب يمارسها الطفل بمفرده وبالتالي يفتقد حميمية العلاقات الحقيقية مع الأصدقاء الحقيقيين بعيدا عن العالم الافتراضي فضلا عن أن الدراسات السابقة أوضحت أنه كلما زاد وقت الجلوس أمام الشاشات screen time سواء التلفزيون أو الفيديو قل نمو الطفل الإدراكي، حيث يفتقد التفسير المباشر لمعاني الأشياء، وكذلك يمكن أن يعاني من مشكلات لغوية. إلا أنه ليس من المعروف حتى الآن إذا كان هذا التفسير ينطبق على أجهزة المحمول وأجهزة اللابتوب وال لوحات الإلكترونية من عدمه. وأشار الباحثون أن هذه الوسائط خلافا لما يتوقعه الآباء، يمكن أن تؤدي إلى تقليل الذكاء والابتكار لدى الطفل، حيث إن الإجابات الجاهزة بمجرد الضغط على الشاشات يمكن أن تؤثر على نمو الطفل الوجداني وتحد من الإبداع والتفكير في حل المشكلات بشكل منهجي، وأيضا تقلل من التدريب اليدوي والمهارات المتعلقة بالتوافق بين النظر والحركة visual - motor skills اللازمة للنمو الإدراكي، فضلا عن أن توافر عنصر الجذب من الألعاب الإلكترونية يجعل الطفل يعزف عن ممارسة الرياضة في الملاعب وبالتالي يؤثر ذلك على نموه البدني وافتقاده للعمل الجماعي من خلال مشاركة أقرانه في نفس الرياضة.

* إشكالات صحية

وأوضحت الدراسة أيضا أنه حتى الآن لم تتوافر معلومات أو دراسات كافية حول مدى الأمان من الإشعاعات والموجات الكهرومغناطيسية الصادرة عن الأجهزة المحمولة، وخطورة التعرض لها في سن مبكرة وما يمكن أن تسببه من مشكلات صحية خاصة فبعض الدراسات توصلت إلى أن استخدام الأجهزة المحمولة لفترات طويلة يمكن أن تسبب ألما في الرقبة وهناك دراسات قليلة عن تأثير الجوال السلبي على المخ خاصة في مرحلة التكوّن. ونصحت الدراسة جميع الآباء بأفضلية ألا يتعرض أطفالهم في سن مبكرة لاستخدام الهواتف الذكية وفي حالة استخدامها

التكنولوجيا بالغة الحداثة في تناول أي شخص عادي إذ لا يخلو منزل من أجهزة مثل الهواتف النقالة وأجهزة الكمبيوتر. ومثل أي اختراعات حديثة فإن هذا التقدم جعل الحياة أكثر سرعة وسهولة ورفاهية ولكن بطبيعة الحال لم يخل الأمر من بعض الأمور التي يمكن أن تكون شديدة السلبية خاصة على الأطفال سواء من الناحية الصحية أو الاجتماعية أو النفسية وهناك آلاف الدراسات التي ظهرت وناقشت السلبيات والإيجابيات لكل هذه الظواهر، ومن أحدثها الدراسة التي أجراها علماء من جامعة بوسطن في الولايات المتحدة ونشرت في نهاية شهر يناير (كانون الثاني) من هذا العام في مجلة «طب الأطفال» journal Pediatrics

* التعليم الإلكتروني للأطفال

ناقشت الدراسة استخدام الأطفال للتكنولوجيا الحديثة مثل الهاتف الجوال والكثير من وسائل الإعلام التفاعلية interactive media. وعلى الرغم من أن الدراسة أكدت أهمية هذه الوسائط في التعليم إلا أنها أشارت إلى أن أخطار استخدام هذه الوسائط لم تتضح بعد بشكل كامل. وكانت الدراسات الماضية تشير إلى أن الأطفال الأقل من عمر سنتين ونصف يمكنهم التعلم من التفاعل المباشر أكثر من التلفزيون أو الفيديو المصورة. ولكن هناك بعض الدراسات الحديثة التي بينت أن الأطفال يمكنهم التعلم من خلال بعض التطبيقات الحديثة الخاصة بالهواتف الذكية مثل تطبيقات الكتب الإلكترونية الناطقة التي تعلم الطفل النطق بشكل سليم ومحبيب من خلال شكل جذاب وذلك للأطفال من عمر سنتين ونصف وحتى مرحلة ما قبل المدرسة. ومن الإيجابيات التي يمكن أن توفرها هذه الوسائط توفر المعلومات في أي وقت يحتاجه الطفل مما يجعله يحتفظ بالمعلومة بشكل أسرع. وعلى سبيل المثال يمكن للطفل في حالة تعامله مع لعبة بها أحد الحيوانات أن يستمع إلى صوته ويتعرف على خصائص تلك الحيوان وأماكن وجوده.

* سلبيات التقنيات

ومن أبرز السلبيات التي يمكن أن تؤثر على الأطفال جراء استخدامهم الهواتف الجوال في فترة ما قبل الدراسة هي الخلل الذي يحدث في النمو الاجتماعي والوجداني الطبيعي - social

صحيحاً⁶. واختارت الباحثتان عشوائياً (25) طالب وطالبة من الصف الخامس الابتدائي و (25) طالب وطالبة من صف الثالث المتوسط من محافظة بغداد و (25) طالب وطالبة من الصف الخامس الابتدائي و (25) طالب وطالبة من صف الثالث المتوسط من محافظة المثنى وذلك لكي تمثل العينة افضل تمثيل.

4 - اداة البحث:-

مقياس ادمان الانترنت:-

تم اتخاذ الاجراءات الاتية لإعداد (استبانة إدمان الانترنت بالاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة وقد تم عرض الاستبانة على مجموعة من الخبراء والمحكمين بلغ عددهم (6) خبراء كما تم الاشارة عليه في صدق الاداة تكونت الاستبانة من (25) فقره تقيس ادمان الانترنت وحسب مقياس سلم لكرت السياسي.

5 - الخصائص السايكومترية

صدق الاختبار

يقصد بصدق الاختبار هو قدرة الاختبار على قياس السمة التي وضع من اجلها⁷. وللتحقق من صدق الاختبار اعتمدت الباحثتان على الصدق الظاهري

- الصدق الظاهري : يعني الصدق الظاهري للاختبار

المظهر العام له بوصفه وسيلة من وسائل القياس اي بمعنى الدلالة على ملائمة الاختبار للطلبة ووضوح تعليماته⁸.

ويتطلب هذا النوع من الصدق والاختبار عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين من ذوي العلاقة بهذا الاختبار من اجل الحكم على فقراته من حيث صلاحيتها ومن عدم صلاحيتها له للسمة او المتغير المراد قياسه⁹.

ومن اجل التحقق من الصدق الظاهري للاختبار فقد عرضت الباحثتان الاختبار على مجموعة من المحكمين والخبراء في مجال علم النفس بلغ عددهم (6) لإبداء اراءهم ومحاولاتهم حول صلاحية الاختبار واخذت الباحثتان بنظر الاعتبار تصويبات الخبراء والمتخصصين فعدلتا في الاختبار وفقاً لتلك المقترحات ليصبح الاختبار بصيغته النهائية (25) فقره.

يمكن أن يقوموا بأنفسهم بتجريب أي تطبيق على الأجهزة قبل أن يتم استخدامه عن طريق أبنائهم وأيضاً أن يشتركوا مع الأبناء في التطبيقات المختلفة لإضافة الجو التفاعلي معهم، وأكدت أيضاً أهمية أن يقضي الأطفال وقتاً أطول مع عائلاتهم بعيداً عن التكنولوجيا الحديثة ويفضل لو تم تخصيص ساعة يومية للقاء العائلي.

المبحث الرابع

منهجية البحث واجراءاته

يتناول البحث الحالي منهجية البحث واجراءاته من خلال التحقق من منهج البحث ، ومجمعه وعينته، واداة البحث والخصائص السايكومترية وتناولت الباحثتان تلك الاجراءات وكالاتي:

1 - منهج البحث :

اعتمدت الباحثتان منهج البحث الوصفي للتعرف على ادمان الانترنت لدى الطلبة والمراهقين) من خلال اجراءاته الاتية:-

استخدمت الباحثتان (المنهج الوصفي لكونه انسب المناهج لدراسة الظاهرة كما هي دون ان يكون للباحثين تدخل في اجراءاتها، ويعد هذا المنهج ركناً أساسياً من اركان مناهج البحث العلمي ويمثل مساحة واسعة من تلك المناهج المستخدمة في العلوم النفسية والتربوية على وجه الخصوص⁴.

2 - مجتمع البحث :-

يعد مجتمع البحث من المهام الأساسية في اجراء البحوث الوصفية ويمكن القول ان مجتمع البحث يعني مجموعة الافراد مثال الدراسة التي تتمحور حولها مشكلة تلك الدراسة ويعد مجتمع البحث من الخطوات المهمة التي تتطلب الدقة البالغة باعتماد اجراءاته وادواته وكفاية نتائجه⁵.

تناولت الباحثتان مجتمع بحثها من الذكور والاناث الاطفال والمراهقين واخذت الباحثتان عشوائياً طلبة الصف الخامس الابتدائي والثالث المتوسط حيث بلغ عدد الطلبة (50) طالب وطالبة من محافظة بغداد و (50) طالب وطالبة من محافظة المثنى

3 - عينة البحث:-

يقصد بالعينة ذلك الجزء من المجتمع الذي فيه تم اختبارها على وفق قواعد واسس علمية حتى تمثل تلك العينة تمثيلاً

[1] المعلومات التي يتلقاها الأبناء جراء استخدامهم لهذه الوسائل، مما قد يعرضهم لمشاهدة مواقع ذات محتويات مؤذية ومخلّة بالأداب، الأمر الذي قد يؤثر على نمط تفكيرهم.

[2] إهدار وقت الأبناء، والتسبب بالإدمان على استخدام ومشاهدة هذه الوسائل الإعلامية الاجتماعية، مما يؤثر على صحتهم الجسدية.

[3] عدم قدرة الأبناء على كسب علاقات شخصية قوية.

[4] يتعرض بعض الابناء لما يسمى بالتنمر الإلكتروني (Cyberbullying)، حيث يتعرض الطفل للتهديد، والتهكم مما يعرضه للأذى النفسي.

المبحث الخامس النتائج والاستنتاجات عرض وتفسير النتائج

قامت الباحثتان بتحليل نتائج البحث تبعاً للفرضيات التي وضعت والتي تنص على:
اولاً:- لا توجد فروق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05).
0) بين متوسط درجات الطلبة من محافظة بغداد ومتوسط درجات الطلبة من محافظة المثنى في ادمان الانترنت وكما توضح في الجدول

- ثبات الاستبانة: يعد حساب الثبات من الامور الضرورية والاساسية في القياس اذ يشير الثبات الى دقة درجات المقياس اذا ما تكرر تطبيقه تحت شروط ظروف ذاتها¹⁰.

فقد اعتمدت الباحثتان طريقة اعادة الاختبار ويقصد به اعادة تطبيق الاختبار على العينة نفسها بعد فاصل زمني مناسب¹¹. ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة فقد تم تطبيق الاستبانة على عينة من طلبة الصف الخامس الابتدائي والثالث المتوسط بلغ عددهم (50) طالب وطالبة وبعد فترة زمنية بلغت اسبوع، طبقت الاستبانة على الطلبة انفسهم فبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.78) وهو معامل ثبات جيد ذلك ان الثبات يمكن الركون اليه في الابحاث النفسية والتربوية التي يبلغ مقدارها (0.78) هو ثبات يمكن الاعتماد عليه¹².

الوسائل الاحصائية:-

- 1- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الثبات.
 - 2- الاختبار التائي (T-TsT) لعينتين مستقلتين لقياس الفروق بين المجموعتين في ادمان الانترنت.
- الدور السلبي لوسائل الإعلام في تربية الأبناء
توجد آثار سلبية لوسائل الإعلام الاجتماعية على الأبناء، وهي كالآتي:

جدول (1) يبين الاختبار التائي لطلبة محافظتي بغداد والمثنى تبعاً لادمان الانترنت

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
مجموعة طلبة من محافظة المثنى	50	45,960	9,922	29 - 191	1,96	دالة احصائية
مجموعة طلبة من محافظة بغداد	55	48,760	7,707			

(1,96) بمستوي دلالة (0,05) وبدرجة جزيئة (49) وهذا يدل على ان ادمان طلبة محافظة بغداد اكثر من ادمان طلبة محافظة المثنى حيث اظهرت النتائج ان الوسط الحسابي لطلبة محافظة بغداد اكثر من طلبة محافظة المثنى وقد يعود السبب في ذلك الى:

من خلال ملاحظة الجدول اعلاه يتبين ان الوسط الحسابي لطلبة من محافظة المثنى (45,960) وانحراف معياري قدرة (9,922) في حين بلغ الوسط الحسابي لطلبة من محافظة بغداد (48,760) وانحراف معياري قدره (7,707) ومن خلال ملاحظة الجدول اعلاه يتبين ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (29 - 191) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة

نحوها بإشباع غرائزه العاطفية والاجتماعية والترفيهية والتجارية مما يسبب ذلك الادمان.

5. قد يسهم ادمان الانترنت عند الاطفال والشباب المراهقين امراض نفسية متنوعة منها انعدام الثقة والخجل وعدم الاعتماد على الذات والمعاناة من مشاعر الذنب وفقدان روح المبادرة والشعور بعدم القدرة على عدم الاداء في الاعمال الاعتيادية اليومية الواجب اداؤها يومياً.

ثانياً: الاجابة على التساؤل الثاني الذي ينص بان لا يوجد فروق ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط درجات الذكور وبين متوسط درجات الطالبات الاناث في ادمان الانترنت وكما موضح بالجدول (2)

جدول(2)يبين الاختبار التائي لعينتين مستقلتين من الذكور والاناث في ادمان الانترنت

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	25	48,1200	6,790	31,751	00.2	دالة احصائية
اناث	25	49,440	8,660			

3. قد لا تهيئ الظروف المناسبة لاستطاعة الطالبات للحصول على الانترنت في حين الطلاب لديهم هذه الاستطاعة بتوافر الانترنت وبنظرة المجتمع الى تداول الذكور للانترنت اكثر منه بتداول الاناث له.

ثالثاً:- للتحقق من صحة الفرضية التي تنص بان لا توجد دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسط درجات الذكور من محافظة بغداد وبين متوسط درجات الاناث من محافظة بغداد في ادمان الانترنت كما موضح بالجدول

1. سهوله الحصول على استخدام الانترنت عند طلبة الخامس الابتدائي من محافظة بغداد من خلال دخولهم على مواقع الانترنت وذلك لتوافر اجهزة الحاسوب واجهزة الموبايل وتكون الاخيرة هي الاكثر تواجداً عند الطلبة.

2. قد يكون الدافع لاستخدام الانترنت عند الطلبة وادمانهم عليه هو عامل المتعة والترويح او قد يكون السبب في اقامة العلاقات الاجتماعية بين فئات الطلبة.

3. قد يخلق الادمان المفرط للانترنت عند الطلبة في خلق امراض اجتماعية ونفسية مختلفة تزيد من الاعباء الاخرى على كاهل المؤسسة التعليمية

4. قد يؤدي ادمان الانترنت الى اشباع رغبة المتعلمين وما يوفره هذا الانترنت من مواقع متنوعة تجذب المستفيد

من خلال الجدول اعلاه يتبين ان الوسط الحسابي للطلاب الذكور من المحافظتين بلغ (48,1200) وبانحراف معياري بلغ (6,790) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطالبات الاناث من المحافظتين (49,440) وبانحراف معياري بلغ (866) ومن ملاحظة الجدول اعلاه يتبين ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (31,751) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) بدرجة حريه (49) ومستوى دلالة (0,05) ومن الجدول اعلاه يمكن تفسير النتائج الفرضية بواحد او اكثر من الاسباب الاتية :-

1. قد يعود تفوق الذكور على الاناث بان الطلبة اكثر تقبلاً وارتياًداً للانترنت سواء كانت في الساحات العامة او في مقاهي الانترنت او حتى نشاهدهم في ساحات المؤسسات التعليمية.
2. ان ادمان الانترنت عند الذكور اكثر منه عند الاناث يتوافق مع الحالة الاجتماعية التي يعيشها هؤلاء ونظرة المجتمع لهم اكثر ما هو للاناث.

جدول (3) يوضح القيمة التائية لذكور واناث من محافظة بغداد لمتغير ادمان الانترنت

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
ذكور	25	46,200	10,307	19,985	00.2
اناث	25	45,7200	9,727		

القدرة على فرض قيود وضوابط على استعمال الطفل للإنترنت.
 - مراقبة سلوك الطفل أثناء استخدام الإنترنت مع ضرورة تواجد أحد الأبوين أثناء استخدامه له.
 - توفير الوعي الديني والتربية السليمة للطفل بحيث يكون هو الرقيب على نفسه عندما يتصفح مواقع الإنترنت.
 - تشجيعه على ممارسة بعض الهوايات كالرسم وممارسة الرياضة التي يحبها.
 - تنمية العلاقات الاجتماعية للطفل وذلك بتشجيعه على تكوين صداقات حقيقية والخروج مع الأصدقاء تحت إشراف الأب أو الأم.

طرق واستراتيجيات علاج إدمان الانترنت

وسائل الوقاية والحماية من الظاهرة التي انتشرت في جميع المجتمعات

الابحاث الجديدة تؤكد ان قضاء اوقات طويلة على الانترنت له تأثيرات سلبية على الاطفال والمراهقين والكبار.لذا كان اهتمام الاطباء بوضع طرق** واساليب واستراتيجيات لعلاج هذه الظاهرة التي انتشرت في جميع المجتمعات في العالم بسبب توافر الكمبيوترات «الحواسيب» في كل بيت وانخفاض كثيرا سعر الاشتراك في الانترنت.ونناقش في هذا البحث الطرق المتعددة والاستراتيجيات السلوكية لعلاج ادمان هذه الظاهرة المرضية.اذ اوضحت نتائج دراسة بريطانية حديثة اكدت على ان النوم بعد المذاكرة مباشرة يرفع نسبة الفهم والتحصيل الدراسي.

ويصف الدكتور مجدي بدران استشاري طب الاطفال) استشاري المناعة والحساسية) اغذية تخلص الطلاب من كآبة الامتحانات وتساعدهم على زيادة القدرة على الفهم والاستيعاب والتحصيل.ونصائح طبية تقول ان الشرب وتناول الطعام والانسان جالسا اصح واسلم للإنسان.

من ملاحظة الجدول اعلاه يتبين ان الوسط الحسابي لدرجات الذكور من محافظة بغداد بلغ (46,20) وبانحراف معياري بلغ(10,307) في حين بلغ الوسط الحسابي للاناث من محافظة بغداد قدرة (45,7200) وبانحراف معياري (9,727) بدرجة حرية (49) ومستوى دلالة (0.05) ومن خلال الجدول اعلاه يتبين ان القيمة الجدولية البالغة (2) بدرجة حرية (49) ومستوى دلالة (0,05) ومن خلال ملاحظة الجدول اعلاه يتبين ان تفوق الذكور على اناث في ادمان الانترنت حيث بلغ الوسط الحسابي للذكور

(46,200) وهو اكثر من الوسط الحسابي اناث الذي بلغ (45,7200) وقد يعود ذلك لنفس الاسباب في التفسير السابق.
 الاستنتاجات:-

من خلال عرض النتائج يمكن استنتاج ما يأتي:-

1. ان ادمان الانترنت لدى طلبة الخامس الابتدائي من محافظة بغداد اكثر من طلبة الخامس الابتدائي من محافظة المثنى.
2. تفوق الطلاب الذكور على الطالبات اناث في ادمان الانترنت.
3. تفوق طلاب الصف الثالث المتوسط على طالبات الصف الثالث المتوسط في ادمان الانترنت

المبحث السادس

التوصيات والمقترحات

بعض الحلول والتوصيات

كيف نحمي الطفل من أخطار استخدام الإنترنت؟
 الأسرة هي مفتاح وقاية الطفل من أخطار الإنترنت، وذلك من خلال:
 - تعليم الآباء والأمهات كيفية استخدام الإنترنت؛ لتكون لديهم

كان مثلاً يدخل على الانترنت لمدة 40 ساعة اسبوعياً نطلب منه التقليل إلى 20 ساعة اسبوعياً وتنظيم تلك الساعات بتوزيعها على أيام الاسبوع في ساعات محددة من اليوم بحيث لا يتعدى الجدول المحدد.

الامتناع التام

كما ذكرنا فان ادمان بعض المرضى يتعلق بمجال محدد من مجالات استخدام الانترنت. فاذا كان المريض مدمناً حجرات الحوارات الحية نطلب منه الامتناع عن تلك الوسيلة امتناعاً تاماً في حين نترك له حرية استخدام الوسائل الأخرى الموجودة على الانترنت. بطاقات التذكرة

استثمار الوقت

نطلب من المريض ان يستذكر نشاطاته التي كان يمارسها قبل ان يصبح مدمناً على الانترنت ليعرف ماذا خسر بإدمانه مثل: قراءة القرآن وممارسة الرياضة وقضاء الوقت بالنادي مع الاسرة والقيام بزيارات اجتماعية. وهكذا نطلب من المريض ان يعاود ممارسة تلك الأنشطة لعله يتذكر طعم الحياة الحقيقية وحلاوتها. الانضمام لمجموعات التأييد

يطلب من المريض زيادة رقة حياته الاجتماعية الحقيقية بالانضمام إلى فريق الكرة بالنادي مثلاً او إلى درس لتعليم قراءة القرآن ومختلف مجالات العلم والثقافة والفن ليكون حوله مجموعة من الأصدقاء الحقيقية. المعالجة الأسرية

في بعض الاحيان تحتاج الاسرة بأكملها إلى تلقي علاج اسري بسبب المشاكل الاسرية التي يحدثها ادمان الانترنت بحيث يساعد الطبيب الاسرة على استعادة النقاش والحوار فيما بينها ولتقتنع الاسرة بمدى اهميتها في اعانة المريض ليقطع عن ادمانه.

مركز أميركي لعلاج إدمان الانترنت

افتتح اخيراً بالولايات المتحدة مركز لعلاج ادمان الانترنت بهدف مساعدة اصحاب العادات غير الصحية في استخدام الشبكة

إدمان الانترنت هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي للشبكة العنكبوتية «الانترنت» الذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك. وهو ظاهرة قد تكون منتشرة تقريبا لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توافر الكمبيوترات «الجواسيب» في كل بيت. وتعود ظاهرة ادمان الانترنت والتكنولوجيا لعدة اسباب «الملل- الفراغ- الوحدة- المغريات» التي توفر للفرد. علاج إدمان الانترنت الابحاث الجديدة تؤكد أن قضاء اوقات طويلة على الانترنت له تأثيرات سلبية على الاطفال والمراهقين والكبار لذا كان اهتمام الاطباء بوضع طرق وأساليب واستراتيجيات لعلاج هذه الظاهرة. وهناك عدة طرق وعدد من الاستراتيجيات السلوكية لعلاج ادمان الانترنت والتكنولوجيا اولها تتمثل في ادارة الوقت ولكن في حالة ادمان الشديدا لا تكفي ادارة الوقت بل يلزم من المريض استخدام وسائل أكثر هجومية.

ممارسة العكس practice the opposite

- يتطلب تحديد نمط استخدام الفرد للإنترنت ثم محاولة كسر هذا الروتين او العادة عن طريق تقديم أنشطة محايدة ومعتدلة اذا اعتاد المريض استخدام الانترنت طيلة ايام الاسبوع نطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في يوم الاجازة الاسبوعية، واذا كان المريض يستخدم الكمبيوتر في حجرة النوم نطلب منه ان يضعه في حجرة المعيشة... وهكذا. وضع أهداف مسبقة «Selling goals»

- من المفيد جدا وضع مخطط مسبق لجميع ايام الاسبوع بحيث يحدد بوضوح كم عدد الساعات المخصصة لاستخدام الانترنت ففي المدى البعيد يولد هذا السلوك لدى الفرد شعورا بقدرته على التحكم في استخدام الانترنت. - ووسيلة فعالة اخرى لضبط الوقت فيطلب من المريض ضبط منبه الساعة قبل دخوله الانترنت بحيث ينوي الدخول على الانترنت ساعة واحدة قبل ذهابه إلى العمل مثلا حتى لا يندمج في الانترنت ويجعله ذلك ينسى موعد نزوله إلى العمل. تحديد وقت الاستخدام يطلب من المريض تقليل وتنظيم ساعات استخدامه بحيث اذا

خطيرة كذلك استحدثت الصين اخيرا مراكز من هذا النوع رغم ان الاساليب تركت للمشاركين بعضا مما هو مرغوب فيه.

المقترحات

المقترحات

1. اجراء دراسة مماثلة الى الدراسة الحالية وعلى فئات عمرية اخرى
2. اجراء دراسة مقارنة بين الجنسين حول ادمان الانترنت وعلاقت ببعض المتغيرات الاخرى مثل ابعاد الشخصية وغيرها.....الخ
3. اجراء دراسة تنبؤية للعوامل المؤثرة في ادمان الانترنت مع المؤسسة الجامعية
4. بناء برنامج تعليمي حول التغلب على مخاطر ادمان الانترنت عند طلبة الدراسة الابتدائية والثانوية.
5. اجراء دراسة مماثلة الى الدراسة الحالية في محافظات اخرى.

المبحث السابع

المصادر والمراجع

- 1- Jeffrey Stafford (6-1-2012), "The Effects of Social Media on Children" sites.ewu.edu, Retrieved 3-10-2018. Edited.
- 2- Media influence on teenagers", www.raisingchildren.net.au, Retrieved 9-10-2018. Edited.
- 3- Dr. Jim Taylor (28-5-2013), "The Bad, the Ugly, and the Good of Children's Use of Social Media" ،www.huffpost.com, Retrieved 9-10-2018. Edited
- 4- HARINI SANTHOSH (9-1-2017), "6 Positive And 4 Negative Effects Of Social Media On Children" ، www.momjunction.com, Retrieved 8-10-2018. Edited.
- 5- "Media benefits for children and teenagers",

العنكبوتية للتعافي من ادمان الانترنت في منشأة تقع بالقرب من مدينة فول سيتي بولاية واشنطن شمال غربي restart واطلق برنامج «بداية جديدة اميركا»، والطريف ان هذا الموقع لا يبعد كثيرا عن مقر عملاق صناعة البرمجيات مايكروسوفت في مدينة دموند بنفس الولاية. تسعى هذه المنشأة الى مساعدة المستخدمين الذين اصبحت عادات استخدامهم للإنترنت ضارة لهم ولمن حولهم ايضا. يقول بيان رسالة المنشأة بموقعها الالكتروني ان برنامج بداية جديدة للتعافي من ادمان الانترنت موجه تحديدا لإطلاق هذه الشريحة نحو العالم الحقيقي مرة اخرى. البرنامج المفضل بحسب حالة واحتياجات الفرد ومصمم لمساعدة المشاركين ذوي ادمان السلوكي على الانترنت او الحاسوب في كسر حلقة الاعتماد الادماني. يستغرق البرنامج 45 يوما من التعافي القائم على الامتناع عن استخدام الشبكة العنكبوتية ويعرض البرنامج المشاركين لطائفة متنوعة من الأنشطة ومهارات الحياة اليومية والتي غالبا ما يتم تجنبها او اهمال تنميتها نتيجة الانصراف لألعاب الحاسوب والفيديو واساءة استخدام الانترنت. تتكون المنشأة من مأوى على النمط الاسري يتسع لستة اشخاص ويتكلف برنامج العلاج 14 الفا وخمسمئة دولار يدفعها المرضى او اهلهم فليس من المستغرب ان شركات التأمين الصحي لا تغطي هذا البرنامج. وللبرنامج موقع الكتروني مزود ببعض المعلومات عن المنشأة ويذكر بعض علامات واعراض ادمان الانترنت والألعاب الالكترونية. يعتبر وجود ثلاثة او اربعة منها مؤشرا على اساءة الاستخدام ويعد وجود خمسة منها مؤشرا على ادمان. كان اول المرضى المشاركين في البرنامج شاب يبلغ من العمر 19 عاما من ولاية ايوا وكان يقضي جزءا كبيرا من يومه في ممارسة لعبة World of Warcraft على الانترنت. وقد احضره والده للعلاج بعدما اصبح سلوكه وممارسته لهذه اللعبة بالغ السوء الى حد اضطراره لترك دراسته الجامعية. لم يلتزم المريض بالإقلاع عن استخدام الانترنت في المدى الطويل لكنه يعتقد حاليا انه قد نجح في التخلص من سلوكياته السابقة الضارة. جاء هذا البرنامج العلاجي على خطى برامج اخرى ببعض البلدان مثل اليابان وكوريا الجنوبية حيث يمثل ادمان الانترنت مشكلة

الجامعيين، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) المجلد التاسع عشر العدد الثاني، فلسطين).
 19- عبد الله، محمد قاسم، (د.ت ص14)، ادمان الانترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى الأطفال والمراهقين (دراسة ميدانية في حلب).
 20- عبد القادر، الفنتوخ، الانترنت المستخدم العربي مكتبة العبيكان الرياض، السعودية، ط (2001).

الملاحق

ملحق رقم (1)

الجامعة المستنصرية

كلية الاداب

قسم علم النفس

مقياس ادمان الانترنت

الأستاذ الفاضل.....المحترم

تحية طيبة:

تروم الباحثان اجراء بحث علمي بعنوان (اثار الانترنت على الاطفال والمراهقين) تعرض الباحثان لجنابكم الكريم مجموعة من العبارات التي تعبر عن ادمان الانترنت الرجاء الاجابة عن فقرات المقياس بوضع اشارة صح امام العبارة التي تختارها وبيان التعديلات الملائمة التي ترونها وقد تبنت الباحثان مقياس (عبد الهادي وآخرون، 2005) ويعرف ادمان الانترنت بأنه: الاعتماد النفسي المستمر على التعامل مع شبكة الانترنت لفترات طويلة، بقصد الدخول في حالة من النشوة دون وجود ضرورة أكاديمية وظهور كثير من الاثار المصحوبة بالاعراض الانسحابية النفسية والاجتماعية كفقدان المساندة الاجتماعية والشعور بالاعراض الاكتئابية.

علماً أن بدائل الاجابة على فقرات المقياس هي (نعم – إلى حد ما- لا) .

الهوامش

¹ عبد الله . د.ت : 13

² الزيدي ، 2014، ص8

³ شاهين (2015 ، 370)

www.raisingchildren.net.au, Retrieved 8-10-2018. Edited.

6- <http://movingtolearn.ca/2014/ten-reasons-why-hand-held-devices-should-be-banned-for-children-under-the-age-of-12>

7- <https://www.sasapost.com/why-electronic-devices-should-be-banned-for-children/> موقع ساسه بوست

8- <http://www.alraimedia.com/Home/DetaiIs?Id=2cc36683-97a1-4e99-b23a-bcdfc1994a41>

9- <https://neronet-academy.com> wala خاص اكاديمية نيرونت للتطوير و الإبداع – Assaf

10- <http://www.wen.co.il>

11- <https://sabq.org/qfQo5d> الموقع الرسمي لصحيفة سبق الالكترونية

12- <https://mawdoo3.com> أكبر موضوع كوم موقع عربي بالعالم

13- <https://aawsat.com> الموقع الرسمي لجريدة الشرق الاوسط - جريدة العرب الدولية

14- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليازبيث، 1986، القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ت، عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتب الأردني.

15- الجادري، عدنان حسين، وأبو حلو يعقوب عبد الله، 2009، الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في بحوث العلوم التربوية والإنسانية، الاثراء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

16- الزيدي، 2014، ص8، امل علي ناصر (2014) ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نزوى، عمان.

17- سامي محمد ملحم، القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان الطبعة الأولى، 2005.

18- شاهين، محمد احمد (2015)...فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض ادمان الانترنت لدى عينة من الطلبة

media on the child, and the positive effects of the media as it has a positive impact on the child in the child, and the impact of the human behavior and consciousness at all stages of his life, whether child or adult or old age. Including: To address the senses of the child, especially the senses of hearing and sight, which helps to attract attention, and the transfer of knowledge to develop and develop the child's imagination, and stimulate the interaction with the knowledge received by both television sets or computer, which helps to feed his abilities. And thus ensure that the child has the right knowledge and education, and identify the behaviors and good to pay for them, in addition to entertaining himself and entertaining him something useful and satisfy his needs at that time, especially the needs related to mental development such as research and exploration and discovery. The research will also address the negative effects of media, technology and games on children. These include: the presentation of ideological and intellectual concepts that are contrary to the child's nature, as well as the inclusion of some words that attack religion such as challenging the wisdom of God, inciting witchcraft, To prevent the development of the child's cognitive abilities, which drives him to creativity, innovation and disruption of the child's daily system, and his lack of commitment to sleep and food, which develops in the child the principle of reckless time, and indifference to him. The long sitting in front of the television or computer leads to laziness, the impact on the strength of his eyesight and nerves, as well as the obesity caused by the frequent eating while sitting,

- 4 الجادري، ابو حلو، 2009: 197
- 5 السعداوي، 2007، ص14
- 6 المغربي، 2002، ص14
- 7 ملحم، 2005، 217
- 8 ابو ليدة، 2008، 289
- 9 الزاملي واخرون، 2009، 240
- 10 ثورنديك وهيجن، 1986، ص61
- 11 ريكسون، 1991، ص527
- 12 عودة، 1985، ص174

Abstract

The term information revolution and modern technology has emerged as a broad term to include the integration of traditional media such as films, pictures, music, spoken and printed words with the interactive ability of computers and communication technology, and the applications of the scientific revolution in the field of communication and information.

Where the technological revolution in the field of communication has contributed to overcome the geographical space and political boundaries, which have caused a structural change in the quality and quantity in the media. The media is very important in the daily lives of people for its important and effective role in building society and establishing it on the basis of civilization and science, Is strongly linked to the prevailing social systems in the society, through its impact on the peace of knowledge and social development, whether through continuing or stopping it, so it is not a temporary or temporary situation, it is a way to transfer ideas and beliefs from one generation to another and develop relationships and links between them The impact of the media on the child, positive and negative, and the impact of the

and lack of movement at the same time. And contribute to the negative impact on the educational achievement of the child and academic level in a negative, which leads to the decline and low collection, in addition to the child's psychological problems such as panic and fear, leading to the night at night during his sleep; because of his fear of going to the bathroom, and his permanent thinking of the evil character he saw .In light of this diversity and information explosion, we must understand and assimilate it, and employ it to serve our life and its path, and achieve what we aspire to, and be a servant to us and not a burden on us.

The aim of this research was to study internet addiction among the students in the fifth and intermediate third grade. The research community consisted of a total of 50 males and 50 females. And use a scale tool after extracting and extracting its sincerity and stability.

The researchers reached a number of conclusions and recommendations.