أثر المخدرات الرقمية على مستوى التحصيل الدراسي

مراجعة مقال Subject Rview

م.م. اسعد مهند تركي صالح
Asaad.M@ircoedu.uobaghdad.edu.iq
جامعة بغداد/ كلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية

الملخص

ان هذه المشكلة الاجتماعية حديثة النشأة التي ظهرت عن سوء استخدام التقنية الرقمية ألا وهي المخدرات الرقمية. على الرغم من انتشارها في كل المجتمعات إلا أنها لا زالت غير معروفة في مجتمعاتنا.

لذلك نسعى الى التعريف بها من خلال الأدبيات العامة لموضوعنا" المخدرات الرقمية"، ومحاولة تسليط الضوء ولو بشكل عام على أهم مفاهيمها ومواقع ترويجها وآليات تعاطيها و اثر المخدرات الرقمية في التحصيل الدراسي ، لذا سوف نسلط الضوء على علاقة المخدرات الرقمية بالتحصيل الدراسي .

الكلمات المفتاحية: المخدرات الرقمية، ملفات صوتية، الإدمان، التعاطي، الترويج، التحصيل الدراسي.

The impact of digital drugs on academic achievement

Asaad Muhannad Turki Saleh: Assistant teacher
University of Baghdad, College of Education, Ibn Rushd for Human

Abstract

This social problem, digital drugs, is a relatively new phenomenon stemming from the misuse of digital technology. Despite its prevalence in all societies, it remains largely unknown in our community. Therefore, we seek to introduce it through the general literature on our topic, "Digital Drugs," and to try to shed light, even in general terms, on its

most important concepts, its promotion sites, its mechanisms of use, and the impact of its risks. Therefore, we will highlight the relationship of digital drugs to academic achievement.

Keywords: digital drugs, audio files, addiction, addiction, alternative, psychotherapy

کاریگەری هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لەسەر ئاستی بەدەستهێنانی خوێندن

م.ی ئەسعەد موهەنەد تورکی

زانکۆی بەغدا/ کۆلێژی پەروەردەی ئیبن ڕوشد بۆ زانستە مرۆڤایەتییەکان

پوختە:

ئەم کێشە کۆمەڵایەتییە لەڕووی سەرهەڵدانەوە نوێیە، لەئەنجامی خراپ بەکارهێنانی تەکنەلۆژیا جۆرێك لە بابەتە هۆشبەرەکان هاتە کایەوە ئەویش هۆشبەری دیجتاڵییەکانە، سەرباری سەرهەڵدانی لەسەرجەم کۆمەڵگاکان، کەچی تاوەکو ئێستا لەکۆمەڵگای ئێمەدا نەناسراوە، بۆیە لێردا هەوڵدەدەم لەمیانەی بابەتە گشتییەکانەوە پێناسەی((هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان)) بکەین، هەروەها هەڵدانێکە بۆ تیشك خستنە سەر گرنگترین چەمکەکانی و وچۆنیەتی بەکارهێنانی و کاریگەری لەسەر بەدەستهێنانی خوێندن، بۆیە لەم توێژینەوەیەدا ڕۆشنایي دەخەینە سەر پەیوەندی هۆشبەرە دیجتاڵییەکان بە بەدەستهێنانی خوێندن.

کلیلە وشەکان: هۆشبەرە دیجتاڵییەکان، فایلە دەنگییەکان، ئالوودەبوون، بەکاربردن، پەرەپێدان، بەدەستهێنانی خوێندن.

یەکەم: هۆشبەری دیجتاڵییەکانە:

بەکارهێنانی بابەتە هۆشبەرەکان، لێوارێکی خلیسک ومەترسیدارە؛ ئەگەر هەر تاکێک لە سەرەتاوە بکەوێت داوی، ئەوە ناچاردەبێت لەناو ئەم کێژاوەدا بگاتە کۆتاییەکەی کە ئالوودەبوونە.

بەڕاستی دیاردەیەکی مەترسیدار بەهۆی ئەو ژەهرە نەبینراوو کوشندانەی، کە جێیدەهێڵێت؛ ئیرادەی مرۆڤ ئیفلیج دەکات و مێشکی تێکدەدات و دەبیات بەرەو تاوان... لەماوەی ڕابردوودا ئەم دیاردەیە بەشێوەیەکی خێرا پەرەی سەندووە زۆر بەباشی وبەشێوازی جیاواز ونوێ و ئاشنا نەبوو بەکارهێنراوە، کە چیتر لە شێوازە تەقلیدییەکانی بەکارهێنانی وەک: دەرزی و بۆنکردن و جگەرەکێشان و جوین سنووردار نییە، بەڵکو شێوەکانی پەرەپێدان و بەکارهێنانی پەرەی سەندووەو بوون بە ئەلیکترۆنی و دیجیتاڵی هاوتەریب لەگەڵ پێداویستییەکانی سەردەمی جیهانگیری و تەکنەلۆژیاو زانیاری لە ژێر ناوی "هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان".

دەشێ زۆرکەس ئەم زاراوەیەیان بیستبێت، بەڵام هەندێك لەبارەیەوە دەزانن، بۆ یەکەمجار بابەتەکانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لە ئۆکلاهۆما سیتی ئەمریکا دەرکەوت، کە هەواڵێک لە

ڕێگەی میدیاکانەوە بڵاوبووەوە کە ژمارەیەک لە قوتابییان نیشانەکانی بێ ئاگایی و سەرخۆشییان لێدەرکەوتووە، هەرچەندە مادەی هۆشبەرو کحولیان نەخواردبووەوە، بەڵکو بەدەنگێکی زۆر بەرز گوێبیستی جۆرێک لە میوزیك گرتووە، کە جۆرێکی نوێی مادده هۆشبەرەکانەو لە کاریگەریدا هاوشێوەی زۆرێک لە دەرمان و دەرزییە هۆشبەرە ئاساییەکانە، کە بە شێوەیەکی باو بەکاردەهێنرێن.

پێناسەی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان:

هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان کە لەزاراوەی ئینگلیزیدا بە "**Digital drugs**" ناودەبرێت، وبەشێوەیەکی وردتر بە "زەنگ لێدانی گوێ– **Ringing on the ears** " ناسراون، کۆمەڵێک دەنگ و تۆن و گرتەی ڤیدیۆ و وێنە و یارییە ئەلیکترۆنییەکانن، کە گۆڕانکاری لە مێشکدا بەرپادەکەن، کارلەسەر نهێشتنی ئاگایی یان دەیگۆڕن بە شێوەیەک هاوشێوەی کاریگەرییەکانی بەکارهێنانی مادده هۆشبەرەکان بن وەک: تریاک و حەشیش و ماریجوانا... هتد.

هەروەها بە یەکێک لە نوێترین جۆرەکانی ئالوودەبوون لە نێو تاکەکانی کۆمەڵگەدا ناسراوە، بەکارهێنان دەنگە بەرزەکانی میوزیك دۆخێکی خۆشی لەنێو گەنجاندا دروستدەکات و هەستێکی زوو تێپەڕی بەختەوەریان پێدەبەخشێت، کاریگەری لەسەر باری دەروونی دروستدەکات هاوشێوەی ماریجوانا و حەشیش و کۆکاین و لە ڕێگەی لەرزینە کارۆموگناتیسیەکانەوە بۆ دەردانی مادده وزەبەخشەکان باری دەروونی دەبێت، لە میانەی هێدفۆن یان بڵندگۆوە گوێی لێدەگیرێت، مێشک ئەو دوو ئاماژەدانە لێکدەدات و هەستکردن بەدەنگی سێیەم بەرهەم دەهێنێت کە پێی دەوترێت ""Binaural Beat، ئەمەش وا لەگوێگری میوزیکەکە دەکات خەواڵو بێت پاشان لەدۆخی هۆشیارییەوە دەگوازرێتەوە بۆ دۆخی نائاگایی و لە ئەنجامدا هاوسەنگی دەروونی و جەستەیی لەدەست دەدات.

بۆنموونە، ئەگەر دوو دەنگی جیاوازی میوزیك بدرین بە گوێدا، ئەوە گوێگری ئەم دەنگانە بەشێوەك وا هەست دەکات گوێبیستی دەنگی سێیەمە کە (خەیاڵ)ە ئەوەی گوێبیستی دەبێت پێیدەوترێت **Binaural** واتا ترپەی لێدانی دڵ لەئەنجامی ئەم دوو دەنگەدا بەرزدەبێتەوە.

بەوتەی پسپۆڕانی پزیشکی گیایی، ئەگەر گوێگرێک بیەوێت هەست بەچالاکی و وزی زیاتر بکات، دەتوانێت لە دانیشتنێکی تێرامانداا گوێ لە تۆنێکی دیاریکراو بگرێت، لێرەدا مێشکی گوێگر هەوڵدەدات شەپۆلەکانی مێشکی و لەسەر بنەمای ئەم جیاوازییە وەربگرێت ، بۆئەوەی لە ئەنجامدا گوێگر هەست بە وزە و چالاکی بکات، کە پەیوەست بە شەپۆلەکانی مێشکی بێتا.

دووەم: جۆرەکانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان: لەمیانەی کاریگەری کارۆموگناتیسییەکانی تایبەت بە مێشك و بەهەماهەنگی تێکەڵە دەنگییەکانەوە دۆخی خوازراو لە بەکارهێنەرانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکاندا بەدەست دێت، کە لەوانەیە:

- دۆخی ئارامی.
- دۆخی خۆشحاڵی .
- دۆخی هەستکردن بە توانای داهێنان بەپێچەوانە.
- دۆخی هەڵفرین لەجیهانی خەیاڵدا.

لەڕاستیدا سەرجەمی ئەمانە دۆخی " بێ هۆشکردنی دەستکردن " یان " دۆخی دوورکەوتنن لە جیهانی ڕاستەقینە " لەمیانەی بەکارهێنانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان یان کاریگەری دەنگە تیکەڵکراوەکان دروستدەبن

بەرهەمهێنەرانی تۆنەکانی دەنگ و میوزیك، بەتایبەتی ئەوانەی بەرهەمهێنانی هۆشبەری دیجیتاڵی دەکەنە ئامانج، ئاماژە بەوە دەکەن کە دوای هەوڵێکی زۆر گەیشتوونەتە ئەو تۆن و پێوەرە دەنگییانەی ئەنجامێکی سنووردار دەدەن بەپێی ئەو دەرئەنجامانەی خواستنی گەیشتنی دەدرێت .

سێیەم: ڕێوڕەسمی بەکارهێنانی هۆشبەرەکانی دیجیتاڵی:

زۆرێک لە ڕێوڕەسمەکان لەلایەن ئەو نووسەرانەوە داهێنراون، کە مامەڵەیان لەگەڵ ئەم دیاردەیە کردووە، بەشێکیان دەڵێن: دانانی لەرینی میوزیکی جیاواز لە گوێدا لەگەڵ" هێدفۆن "، بەشێك لەوانە وتوویانە کە چەند جۆرێکی میوزیك گونجاوە بۆ گەیشتن بە حاڵەتەکانی ئالوودەبوون، کەچی بەشێکی تریان بەرزترین لەرین بۆ میوزیکی بەکارهێنراو دیاریکردووە، ونابێت لە 1500 Hz زیاتر بێت, لەبەرئەوەی مێشك لەپاشاندا دەگاتە بارودۆخی وێرانکاری، هەروەها ئەو ڕێوڕەسمانی کە زۆرینەی ئەو کەسانەی لەسەر ئەم دەرمانانە نووسیویانە یان تاقییان کردووەتەوە بەمشێوەیە لەبارەیەوە دواون، کە دەتوانرێت لەچەند خاڵێکدا پوخت بکرێتەوە:

- گوێگر ژینگەیەکی نموونەی بۆ پشوودان دروست بکات، وەک دانیشتن لە شوێنێکی ئارام و کەم ڕووناکی.
- گوێگر جل و بەرگی شل و نەرم لەبەربکات.
- گوێگر هێدفۆنی کوالیتی بەرز بەکاربهێنێت، بەپێی لەرینە تایبەتەکان و گونجاو لەگەڵ جۆری ئەو سەرچاوەیەی کە گوێی لێدەگیرێت، کە وا دەکات مێشك لە دۆخێکی ناجێگیربێت.
- گوێگر دڵنیابێت لەوەی کە دانیشتنی گوێگرتنەکە تووشی هیچ پچڕانێکی دەرەکی نابێت.

چوارەم: مەترسییەکانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان:

هەتاوەکو ئەمڕۆمان هیچ بەڵگەیەکی زانستی نییە بیسەلمێنێت، کە هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان زیانی کیمیاییان لێدەکەوێتەوە، بەڵام هیچ گومانی تێدا نییە لە ڕوانگەی دەروونییەوە دەبنە هۆی ئالوودەبوون، ئەمەش زۆر مەترسیدارترە لە هۆکاری یەکەمین، دەکرێت هەندێک لە مەترسیەکانیان بخەینەڕوو:

یەکەم: مەترسییەکانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لەسەر کۆئەندامی دەمار:

❖ "بریجیت فورجو" شارەزای ئەمریکی لە بواری کاریگەرییەکانی دەمارو دەروونی،چۆنیەتی ئەم مەترسییەیان خستووتەڕوو و دەڵێت: " مادده دیجیتاڵییەکان پشت بە تەکنەلۆژیای کلیککردن لە گوێدا دەبەستن... ئەمەش هانی مێشك دەدات شەپۆلی خاو دروستبکات وەك "ئەلفا" کە پەیوەستە بە دۆخی پشوودان، وشەپۆلی خێرا وەك شەپۆلەکانی "بیتا" کە پەیوەستە بە دۆخی ئاگایی و کۆبیری، لێرەدا وەرگر هەست بە دۆخێکی ناگایی و خەونبینین و لەدەستدانی هاوسەنگی جەستەیی و دەروونی و عەقڵی دەکات دەبێت ".

❖ لەساڵی ١٩٩٨ز بەشێک لە پسپۆڕان ئاماژەیان بەوە کرد، کە هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان کاریگەری لەسەر گەشەی ئاسایی کۆئەندامی دەمار لە منداڵان و گەنجاندا هەیە، هەروەها کاریگەری لەسەر کرداری پەیبردن هەیە لای ئەو کەسانەی ئالوودەبوون، هاوشێوەی کاریگەرییەکانی مادده هۆشبەرە سروشتییەکان دەستکردییەکانن.

دووەم: مەترسییەکانی هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لەسەر لایەنی دەروونییە کۆمەڵایەتییەکان:

هیچ دیاردەیەك لە دیارەکانی ژیان بەبێ هۆکار، هۆکارەکان ئەمانەی لای خوارەوەن:

١. دەبێتە هۆی کەمبوونەوەی کارایی یادگەی کورتخایەن، کە تایبەتە بە خێرای لە گێڕانەوەی زانیارییەکان.

٢. دەبێتە هۆی زیادبوونی ڕێژەکانی خەمۆکی لەپاش ماوەیەکی کورتدا.

٣. دەبێتە هۆی لاوازی تەواناى خۆگونجانی کۆمەڵایەتی و خێزانی.

٤. کەمبوونەوەی بەرهەمهێنانی تاك بەهۆی دابڕان لە جیهانی ڕاستەقینە.

٥. سەرهەڵدانی ئالوودەبوونی دەروونی بۆ ئەم جۆرە لە دەنگەکان.

٦. بوونی ململانێی بەهاکان لەناو خێزاندا، کە دایکان و باوکان بەهای پارێزی دەگرنەبەر لەکاتێکدا منداڵان مەیلیان بەرەو بەها ئازادە، دواتر دەبیانبات بەرەو یاخیبوون و ڕەتکردنەوەی بەهای دایکان و باوکان، لە ئەنجامدا ناکۆکی و بارودۆخی توندوتیژی دژی منداڵان لەناو خێزانەکەدا سەرهەڵدەدات.

❖ **مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان و ئاساییەکان، کامیان کوشندەترن؟**

لەڕووی کۆمەڵایەتییەوە، بەڕاستی مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان مەترسیدارترن وەك لە مادده هۆشبەرە ئاساییەکان، لەبەر ئەم هۆکارانەی خوارەوە:

- ✓ ئاسانی لەبەدەستهێنانی لەڕێگەی تۆڕی ئەنترنێتەوە.
- ✓ کەمی تێچووی وا دەکات کە دایکان و باوکەکان بەئاسانی تێبینی نەکەن.
- ✓ نەبوونی نیشانە جەستەییەکان بەڕوونی.
- ✓ تاك لە هەر تەمەنێکدابێت دەستیدەکەوێت؛ تەنها پێویست بە کۆمپیوتەر و هێدفۆن دەکات.

✓ نەبوونی ژینگەی یاسایی بۆ بەدواداچوون و بەرەنگاربوونەوەی ئەم جۆرە ژەهرە دەنگییەکان.

پێنجەمین: هەندێك چارەسەر گونجاو بۆ ڕووبەڕووبوونەوە و ڕێگریکردن لە مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان:

✓ جێبەجێکردنی یاساکان لەلایەن لایەنە پەیوەندیدارەکانی وڵات.

✓ نوێکردنەوەی چاودێری شاشەکانی تەلەفزیۆن، مۆبایل، ئایپاد و ئامێرەکانی تر لەلایەن دەزگاکانی ڕێکخستنی کۆمەڵگاوە بۆ ڕێگریکردن لە بەرکەوتنی هەر دیمەن و ناوەڕۆکێکی دەنگی کە بتوانێت بەکارهێنانی مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لەناو خێزانەکاندا بەرەوپێش ببات.

✓ پێویستی لەخۆگرتنی پرۆگرامی خوێندن بۆ بابەتەکانئەم دیاردەیەو ڕوونکردنەوەی مەترسی و کاریگەرییەکانی لەسەر کۆمەڵگە

✓ بەرز نرخاندنی ڕۆڵی ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگای مەدەنی لە دەستنیشانکردنی حاڵەتەکانی بەکارهێنانی مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان و گرتنەبەری ڕێوشوێنی پێویست بۆ چارەسەرکردنی ئەم حاڵەتانە

✓ کارکردن بۆ دامەزراندنی فەرمانگەی ڕێنمایی و ڕاوێژکاری خێزانی لە کۆمەڵگەدا بۆ نەهێشتنی دیاردەی مادده هۆشبەرە دیجیتاڵییەکان لە ڕێگەی پێشکەشکردنی ئامۆژگاری و ڕاوێژ بۆ ئەو خێزانانەی بەدەستیەوە دەناڵێنن.

سەرچاوەکان:

١. أبو سريع,أحمد عبد الرحمن: **استخدام الانترنت في تعاطي المخدرات "المخدرات الرقمية"**، الإدارة العامة للمعلومات والتوثيق، ٢٠١٠.

٢. سمير .محمد عبد الغني، **مكافحة المخدرات في عصر العولمة** ، دار الكتب القانونية ، مصر ,٢٠١٤.

٣. عويدات. عبد الله: الآثار النفسية والاجتماعية للمخدرات الرقمية ودور مؤسسات الضبط الاجتماعي، ٢٠١٦.

٤. عبد النوري. صالح، **التعاون الدولي في مجال التسليم المراقب للمخدرات**، مجلة جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، مركز الدراسات و البحوث، الرياض، ٢٠٠٢.

٥. محمد . رمضان محمد, **عالم المخدرات والمكافحة الدولية والإقليمية والمحلية**, دار النهضة العربية للنشر والتوزيع, مصر.٢٠١٢.