

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد
هيئة التعليم التقني - المعهد التقني
كركوك - قسم أنظمة الحاسوب

بسم الله الرحمن الرحيم
ملخص البحث

استخدم الباحث منهج المسح الاجتماعي بوصفه أحد المناهج الأساسية المستخدمة في الدراسات الاستطلاعية، وقد قام باستخدام أداة الدراسة المتمثلة في استبانته تصف استخدام شبكة الإنترنت لدى الطلبة. وطرح ٢٥ سؤالاً تكشف عن رؤية الطالب عن الاستخدامات المختلفة للإنترنت، وما لتلك الاستخدامات من تأثير على المستوى الدراسي، الحالة الاقتصادية، نوع ومكان الإقامة، وتم تطبيق الاستبانته على طلبة المعهد التقني كركوك بمحافظة كركوك (السنة الدراسية ٢٠٠٩-٢٠١٠) وبلغ عددهم (١٢٠) طالباً وطالبة كمستخدمين لشبكة الإنترنت بمختلف التخصصات (الادارية والتكنولوجية) وهم يمثلون عينة الدراسة.

أظهرت نتيجة الإحصائيات بان نسبة كبيرة من طلبة الاقسام الإدارية (تسويق ومحاسبة) يستخدمون الحاسوب والانترنت، أما بالنسبة لطلبة الأقسام التكنولوجية (المساحة، الصناعات الكيماوية والكهرباء) فان نسبة استخدامهم للانترنت كانت معتدلة قياساً بذوي الاختصاص.

الكلمات المفتاحية: إدمان الانترنت، تأثير الإدمان الانترنت، إدمان الطالب الجامعي على الانترنت.

١. المقدمة

يعتبر النمو الملحوظ للانترنت عالميا احد الظواهر الشيقة والمثيرة في الشبكات. منذ حوالي عشرين عاما مضت كانت الانترنت مشروع بحثي يحتوي على عدد قليل من المواقع، أما الآن، فقد نمت لتكون نظام اتصالات يصل إلى مئات الملايين من البشر في جميع دول العالم. يمكن رؤية الدلائل على تأثير الانترنت من خلال الإعلانات في المجالات والتلفزيون، والتي تحتوي على مرجع للموقع على شبكة الانترنت يحوي معلومات إضافية عن المنتج أو الخدمة التي يتم الإعلان عنها [1].

١.١ الانترنت في العراق

قفز عدد مستخدمي الانترنت في العراق من ٢١.٥٠٠ في عام ٢٠٠١ إلى حوالي ١٢٠ ألف مستخدم في عام ٢٠٠٤، مع توقع النمو ليصل إلى نسبة ٥٥٠٠٪ خلال الخمسة أعوام المقبلة. ولكن هذه الأرقام تُظهر ضعفا كبيرا في البنية التحتية لشبكة الاتصالات، في ظل الظروف الموجودة في البلد. وتقوم الحكومة بتقديم خدمة الإنترنت عالي النطاق لقاء ١٠٠ دولار أميركيّ لسرعة ٦٤ كيلوبت (٨ كيلوبايت في الثانية)، وأجور إضافية تصل إلى ٣٠٠ دولار أميركيّ في الشهر الواحد.

وبالنسبة لنظام الرقابة في العراق، فقد كان له وضع خاص قبل عام ٢٠٠٣، حيث لم يكن استخدام الإنترنت مسموحا من المنازل، بل عن طريق مقاهي إنترنت حكومية أو مراكز محدّدة تحتوي على برامج تقوم بمنع المواقع غير المرغوبة (مثل المواقع الإسلامية والإباحية والسياسية). وتمّ لاحقا السماح باستخدام الإنترنت في المنازل بعد منتصف الليل ولمدة ٦ ساعات، ولاستخدام البريد الإلكتروني فقط. أما بعد عام ٢٠٠٣ فقد تمّت إزالة الكثير من نظم الرقابة، ولكن ليس بشكل كامل، حيث يتم مراقبة المواقع الاشتراكية والتحررية والإباحية

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

والإرهابية ومواقع حقوق الإنسان وبعض الأخبار التي تصف الأحداث في البلد، ولكن بدون وجود إقرار رسمي بوجود هذه الرقابة. هذا وتقوم قوات التحالف بشنّ غارات على بعض مستخدمي الإنترنت ومصادرة حواسيبهم، وإفقال مقاهي الإنترنت بسبب اعتقادها أنّ بعض الإرهابيين يقومون بتنظيم أعمالهم عبر الإنترنت [7].

٢.١ إحصائيات عالمية لمستخدمي الانترنت

على مستوى العالم أظهرت الإحصائيات أن عدد مستخدمي الشبكة العنكبوتية بلغ ١.٦٦ مليار مستخدم بنهاية حزيران ٢٠٠٩، من أصل ٦.٧ مليار نسمة هم عدد سكان العالم التقديري، ونسبة انتشار بلغت ٢٥% من حيث عدد المستخدمين، فيما بلغت نسبة النمو ٣٦٢.٣% في السنوات التسعة الأخيرة واحتل الأردن المرتبة السابعة بعدد مستخدمي بلغ عددهم ١.٥ مليون مستخدم من أصل ٦.٢ مليون نسمة هم عدد السكان التقديري في الإحصائيات، في حين تذيلت البحرين قائمة الدول الشرق اوسطية بعدد مستخدمي بلغ ٢٥٠ ألف مستخدم، من إجمالي عدد السكان البالغ ٧٢٨٧ ألف نسمة، فيما سبقه في الترتيب العراق بعدد مستخدمي بلغ ٢٧٥ ألف من أصل ٢٨.٩ مليون نسمة [8].

٣.١ إدمان الإنترنت

يختلف العلماء في تعريف كلمة "إدمان" فيصر البعض على أن الكلمة لا تنطبق إلا على مواد قد يتناولها الإنسان، ثم لا يقدر على الاستغناء عنها، وإذا استغنى عنها تسبب ذلك في حدوث أعراض الانسحاب لتلك المادة التي تعرضه لمشاكل بالغة، وبالتالي لا يستطيع أن يستغنى عنها مرة واحدة، بل يحتاج إلى برنامج للإقلاع عن تلك المادة باستخدام مواد بديلة وسحب المادة الأصلية بشكل تدريجي كما هو الحال في أغلب حالات المخدرات .

يعترض بعض العلماء على هذا المفهوم الضيق للتعريف حيث يرون أن الإدمان هو عدم قدرة الإنسان على الاستغناء عن شيء ما بصرف النظر عن هذا الشيء طالما استوفى بقية شروط الإدمان من حاجة إلى المزيد من هذا الشيء بشكل مستمر حتى يشبع حاجته حين

يحرم منه [2]. ويرى البعض الآخر إن إدمان الانترنت بمفهومه العام هو سلوك قسري يدخل في الحياة اليومية للشخص، والبعض الآخر يرون بان إدمان الانترنت هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي للإنترنت الذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك. وهو ظاهرة قد تكون منتشرة تقريبا لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توفر أجهزة الحاسوب في كل بيت وان لم يكن موجودا في كل بيت يكفي للفرد الذهاب إلى أحد الأصدقاء أو المقاهي - التي توفر له استخدام الانترنت - وترجع ظاهرة الإدمان على الانترنت لعدة أسباب (الملل، الفراغ، الوحدة، المغريات التي يوفرها الانترنت للفرد، الظروف المحيطة وغيرها) حسب ميول الفرد. إدمان الانترنت بصورة عامة عبارة عن دمج ما بين عدة عوامل نفسية، بدنية واجتماعية هناك ادعاء يتعلق بقضاء الوقت أمام الحاسوب والإنترنت، ويرى أن قضاء الوقت أمام الحاسوب يحفز الدماغ على إفراز مادة كيميائية تسمى دوبامين، وهي تشبه الأدرينالين وهي التي تسبب بصورة فورية في الشعور بالهدوء، الانفعال والحالة المزاجية الجيدة. عند الانفصال عن شاشة الحاسوب للحظة، نشعر بالفراغ، الاكتئاب ومنتظر بفارغ الصبر حلول اللحظة التي نجلس فيها قبالة الحاسوب [٣].

يحس مدمن الإنترنت أنه في حالة قلق وتوتر حين يفصل الحاسوب عن الإنترنت على حين يحس بسعادة بالغة وراحة نفسية حين يرجع إلى استخدامه، كما أنه في حالة ترقب دائم لفترة استخداماته القادمة للإنترنت، ولا يشعر المدمن بالوقت حين يكون على الإنترنت، ويتسبب إدمانه في مشكلات اجتماعية واقتصادية وعملية

٤.١ أنواع الإدمان على الانترنت

أظهرت نتائج الأبحاث سابقة أن الإدمان على الانترنت قد يكون عاماً، غير أنه بشكل عام يتناول مكونات معينة:

١- الإدمان على مشاهدة المواد الإباحية في الشبكة.

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

٢- الإدمان على الألعاب والقمار في الشبكة - وهذا تعريف شامل يتضمن الألعاب، ألعاب القمار، المشتريات، الاتجار بالأسهم المالية، الكازينوهات وباقي الألعاب التي تسبب البيع وخسارة الأموال الكثيرة في الانترنت .

٣- الإدمان على التعارف ضمن الشبكة - الدخول إلى المعيشة العاطفية العالية في غرف الشات، مجموعات النقاش، مواقع التعارف أو برامج الرسائل الفورية، بناء علاقات افتراضية.

٤- الإدمان على المعلومات عبر الشبكة - التجميع الذي لا نهاية له للمعلومات، تخزينها وتحديثها.

٥.١ قابلية لإدمان الإنترنت

إن أكثر الناس قابلية للإدمان هم أصحاب حالات الاكتئاب وحالات ال**bipolar disorder** والشخصيات القلقة إذ يعترف الكثير من مدمني الإنترنت أنهم كانوا مدمنين سابقين للسجائر أو الخمر أو الأكل. ان استخدام الانترنت مع التعليم من قبل المعلمين قد اثر على عدة نواحي ومظاهر في عملية التعليم ذاتها، وبخاصة تلك السمات المتعلقة بالقراءة والكتابة. الانترنت اصبح ذا تواجد قوي في كل ثوابت حياتنا ، وحيث ان هذه التقنية تتقارب وتتلاقى مع تعليم وتعلم القراءة والكتابة، فانه يجب على المعلمين والعاملين في مجال التعليم ان يقوموا باستكشاف الإمكانيات والاحتمالات التي للانترنت والتي يمكن ان يزودوا بها فصولهم الدراسية وعالم البحث [٤].

٦.١ دوافع لإدمان الانترنت

إدمان الانترنت هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي للإنترنت الذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك. وهو ظاهرة قد تكون منتشرة تقريبا لدى جميع المجتمعات في العالم بسبب توفر أجهزة الحاسوب وخدمة الانترنت.

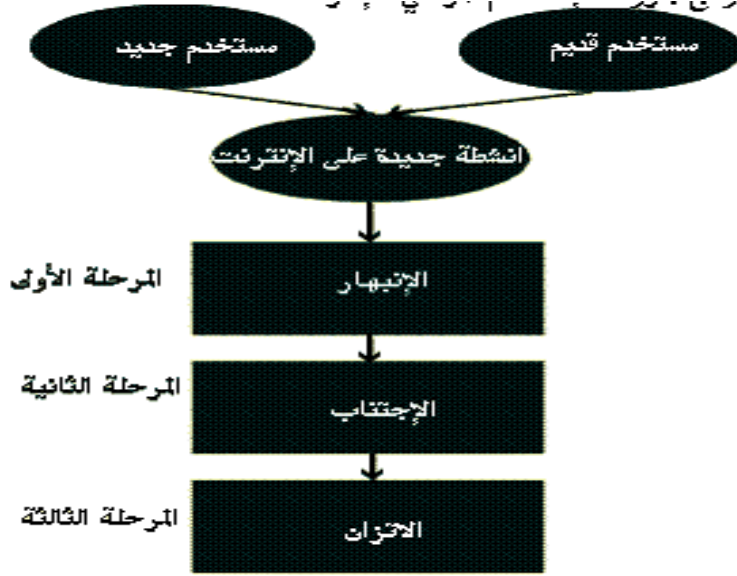
الذي يجعل الإنترنت سببا للإدمان لبعض الناس هو انه لدى مدمني الإنترنت بصفة عامة قابلية لتكوين ارتباط عاطفي مع أصدقاء الإنترنت والأنشطة التي يقومون بها داخل شاشات الحاسوب، توفر تلك المجتمعات المعتبرة (Virtual communities) وسيلة للهروب من الواقع، وللبحث عن طريقة لتحقيق احتياجات نفسية وعاطفية غير محققة في الواقع.

كما أن مستخدم تلك الخدمات يقدر أن يُخبي اسمه وسنه ومهنته وشكله و ردود فعله أثناء استخدامه لتلك الخدمات، وبالتالي يستغل بعض مستخدمي الإنترنت ، تلك الميزة في التعبير عن أدق أسرارهم الشخصية ورغباتهم المدفونة ومشاعرهم المكبوتة مما يؤدي إلى توهم القرب والألفة.

توصل الأطباء النفسيين نتيجة لأبحاثهم إلى أن إدمان الإنترنت عملية مرحلية، حيث أن المستخدمين الجدد عادة هم الأكثر استخدامًا وإسرافًا لاستخدام الإنترنت؛ بسبب انبهارهم بتلك الوسيلة. ثم بعد فترة يحدث للمستخدم عملية خيبة أمل من الإنترنت فيجد إلى حد كبير من استخدامه له، وبلي ذلك عملية توازن الشخص لاستعماله الإنترنت. وهناك بعض الناس تطول معهم المرحلة الاولى حيث لا يتخطاها إلا بعد وقت أطول مما يحتاج إليه أغلب الناس [6].

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد



نموذج رقم (١) مخطط للاستخدام المرضي للانترنت

يوضح النموذج (١) التدرج المنطقي من قبل شخص ما في استخدام خدمة أو القيام بنشاط جديد مستخدماً الإنترنت. من يوصفون بمدمني الإنترنت يقعون تابعين في المرحلة الأولى وهي مرحلة الانبهار ولا يستطيعون المرور إلى المرحلتين التاليتين. المستخدم الطبيعي بعد انبهاره بنشاط معين، يبدأ في الدخول إلى مرحلة الاجتناب حيث يكون هناك بعض من خيبة الأمل بناء على ما توقع من ان تقدمه له هذه الخدمة من معطيات، ولكن بممارسته لها تعرف على نقاط قصورها ومحدوديتها. ينتهي المطاف بالمستخدم الطبيعي إلى الوصول إلى مرحلة الاتزان والتي عندها يكون قد حدد ماذا يريد من هذا النشاط وما الذي يمكن ان يقدمه اليه فعليه وعلى هذا فيصل إلى حالة الاتزان في الاستخدام دون إفراط [٣].

٧.١ الآثار السلبية للإدمان

إشكالية إدمان الإنترنت تكمن في أن معظم مستخدمي الإنترنت لا يعرفون حدود أو خطورة هذه الظاهرة، ومن ثم فهم عرضة لخطر الإدمان دون أن يشعروا بذلك. و يحتاج مدمن

الإنترنت إلى فترات أطول وأطول من الاستخدام ليشبع رغبته، كما أن جميع محاولاته للإقلاع عن الإدمان تبوء بالفشل، وكثيراً ما يستخدم مدمن الإنترنت هذه الوسيلة ليتهرب من مشكلاته الخاصة [٥]. ومن المشاكل الذي يتعرض له مدمنوا الإنترنت:-

١- مشاكل صحية: يتسبب الإدمان في اضطراب نوم صاحبه بسبب حاجته المستمرة إلى تزايد وقت استخدامه للإنترنت حيث يقضي أغلب المدمنين ساعات الليل كاملة على الإنترنت، ويتسبب ذلك في إرهاق بالغ للمدمن مما يؤثر على أدائه في عمله أو دراسته، كما يؤثر ذلك على مناعته؛ مما يجعله أكثر قابلية للإصابة بالأمراض، كما أن قضاء المدمن ساعات طويلة دون حركة تذكر يؤدي إلى آلام الظهر وإرهاق العينين، ويجعله أكثر قابلية لمرض (carpal tunnel syndrome) النفق الرسغي .

٢- مشاكل أسرية: انغماس المدمن في استخدام الإنترنت وقضائه اوقات طويلة، يتسبب في اضطراب حياته الأسرية حيث يقضي المدمن وقتاً أقل مع أسرته، كما يهمل واجباته الأسرية والمنزلية، ولحل تلك المشكلة يقوم بعض رؤساء الأعمال بتركيب أجهزة مراقبة على شبكات الحاسوب في محل عملهم؛ للتأكد من استخدام الإنترنت فقط في مجال العمل [٥].

٨.١ علاج إدمان الإنترنت

هناك عدة طرق لعلاج إدمان الإنترنت منها:

١- طريقة العمل العكسي : فإذا اعتاد المريض استخدام الإنترنت طيلة أيام الأسبوع نطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في يوم الإجازة الأسبوعية، وإذا كان يفتح البريد الإلكتروني اول شيء حين يستيقظ من النوم نطلب منه أن ينتظر حتى يفطر، ويشاهد أخبار الصباح، وإذا كان المريض يستخدم الحاسوب في حجرة النوم نطلب منه أن يضعه في حجرة المعيشة ...وهكذا.

ب- طريقة الامتناع التام : إن إدمان بعض المرضى يتعلق بمجال محدد من مجالات استخدام الإنترنت. فإذا كان المريض مدمناً لحجرات الحوارات الحية نطلب منه الامتناع عن تلك الوسيلة امتناعاً تاماً في حين نترك له حرية استخدام الوسائل الأخرى الموجودة على الإنترنت.

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

ج- طريقة إعادة توزيع الوقت: نطلب من المريض أن يفكر في الأنشطة التي كان يقوم بها قبل إدمانه للإنترنت؛ ليعرف ماذا خسر بإدمانه مثل: قراءة القرآن، والرياضة، وقضاء الوقت بالنادي مع الأسرة، والقيام بزيارات اجتماعية وهكذا ونطلب منه أيضا أن يعاود ممارسة تلك الأنشطة .

د- طريقة المعالجة الأسرية : في بعض الأحيان تحتاج الأسرة بأكملها إلى تلقي علاج أسري بسبب المشاكل الأسرية التي يحدثها إدمان الإنترنت بحيث يساعد الطبيب الأسرة على استعادة النقاش والحوار فيما بينها ولتقتنع الأسرة بمدى أهميتها في إعانة المريض ليقلع عن إدمانه [٥].

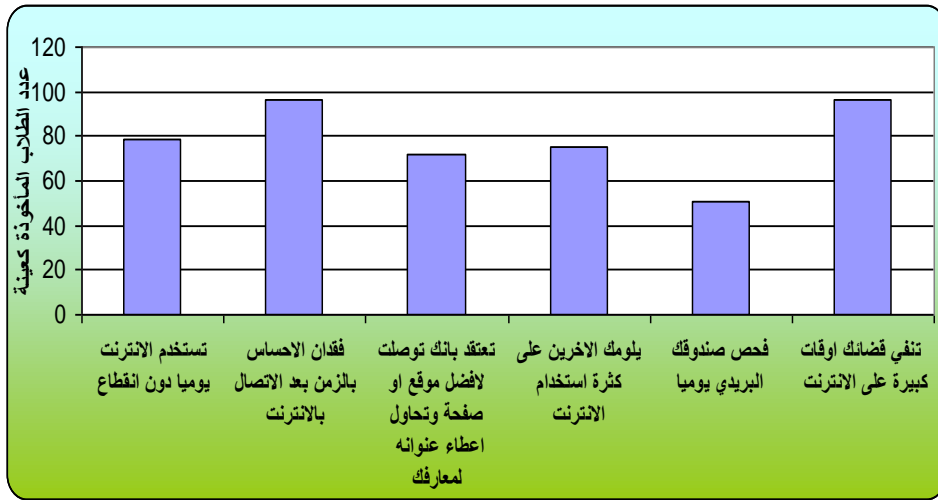
٢. نتائج الاستبيان و المسح الميداني

المقدمة

يتضمن استمارة الاستبيان الموزعة على الطلبة (١٢٠) طالب وطالبة مستخدمي الانترنت فقط من مجموع (٣٥٠ طالب) مجموعة من الأسئلة بلغت (٣٥) سؤالاً ، قسمت الأسئلة إلى ثلاث اقسام رئيسية:

- القسم الاول من الأسئلة

طرح في هذا القسم (٩) أسئلة حددت من خلالها حالة الطالب المستخدم للانترنت هل هو مستخدم عادي أم مدمن على الانترنت (علما بان أسئلة هذا القسم تم وضعها من قبل باحثين سابقين في هذا المجال [9,10])، واستنتج من خلال إجابات الطلبة على استمارة الاستبيان بان نسبة ٧٢% من إجاباتهم تتراوح ما بين (نعم و أحيانا أو إلى حد ما) ، وهذا يدل على ان الطلبة من مستخدمي الانترنت هم مدمنين أو في طريقهم إلى الإدمان. كما موضح في مخطط رقم (١).



مخطط (١) يبين حالة الطالب لاستخدامه للانترنت

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

- القسم الثاني من الأسئلة

من خلال الأجوبة المستحصلة من الطلبة لأسئلة هذا القسم والذي يتضمن ١٣ سؤالاً كما موضح في مخطط رقم (٢) يمكن تحديد السبب الرئيسي من استخدام الطالب للانترنت بما يأتي :

١- اغلب الأجوبة تنفي بان هدفهم من استخدام الانترنت هو للأذى أو الجريمة مثل الهاكرز أو المواقع الإرهابية .

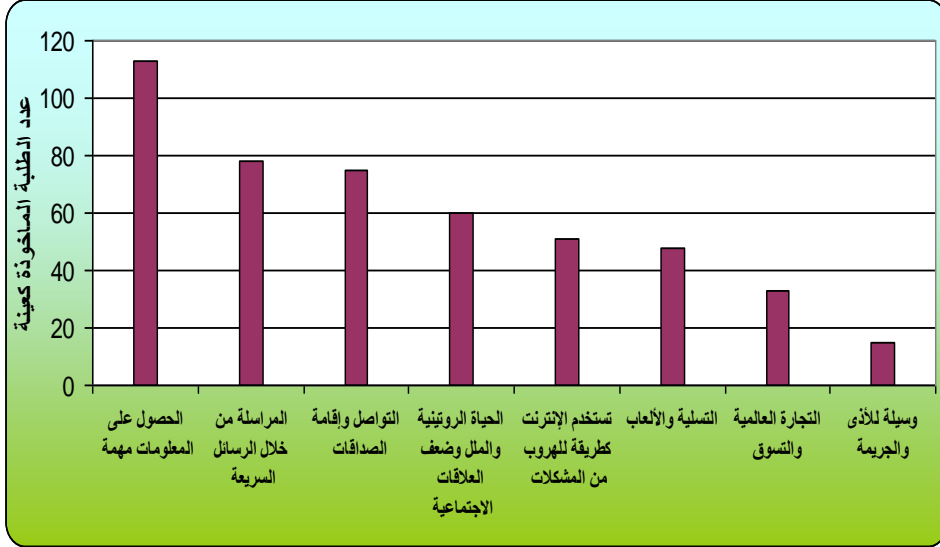
٢- نسبة ٦٢% من المستخدمين يهدفون إلى عقد صداقات والدخول في الحوارات

٣- نسبة ٩٤% من المستخدمين خدمة الانترنت هدفهم الحصول على معلومات في مجال تخصصهم أو معلومات عامة.

٤- اغلب الطلاب من الذكور هدفهم من استخدام الانترنت هو التجارة والربح السريع ، بعكس الطالبات فهن لايفضلن التجارة لأنها غير مضمونه بل يفضلن العمل الميداني بعد التخرج.

٥- نسبة ٧٤% من العينة تشير إلى ان عدم استقرار الحالة الأمنية وقلة الأماكن الترفيهية وضعف العلاقات الاجتماعية والملل والروتين اليومي أدى إلى تحفيزهم على البقاء مدة أطول على الانترنت.

٦- اعتبر نسبة ٤٦% من العينة بان استخدام الانترنت من أحسن الحلول للهروب من المشاكل النفسية أو الاكتئاب.



مخطط (٢) يوضح أسباب استخدام الانترنت

جدول رقم (١) توضح الإحصائية نتائج المسح الميداني لطلبة المعهد التقني كركوك (١٢٠) طالب، ٤٠ إناث و ٨٠ ذكور).

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

جدول رقم (١) يبين سبب استخدام الانترنت من قبل الطالب

ت	السؤال	نعم	إلى حدما	كلا
١.	الحصول على المعلومات مهمة (سواء كان عاما أو في مجال تخصصك)	١١٣		٦
٢.	المراسلة من خلال الرسائل السريعة فى دقائق (البريد الالكتروني)	٧٨	١	٤٢
٣.	هل تبحث عن تجارة عبر النت لضمان حصولك على العمل (بعد التخرج)	٧٥		٤٥
٤.	التواصل وإقامة الصداقات وكذلك محادثة الآخرين	٧٥		٤٥
٥.	عدم استقرار الأوضاع الأمنية وقلّة الأماكن الترفيهية كان حافزا لبقائك مدة أطول أمام الانترنت	٦٠	١٢	١٥
٦.	الحياة الروتينية والملل وضعف العلاقات الاجتماعية والبحث عن منفذ	٦٠	١١	٣٦
٧.	هل تعتبره حق من حقوقك ولا يجب على احد النصح اوالتدخل في حياتك حتى العائلة)	٥٧		٥٧
٨.	تستخدم الإنترنت كطريقة للهروب من المشكلات أو تخفيف حدة المزاج مثل الإحساس بالقلق والاكتئاب	٥١		٦٠
٩.	التسلية والألعاب	٤٨		٧٢
١٠.	التجارة العالمية والتسوق، فهناك مواقع كثيرة للبيع والشراء أسرع مما لو اشتراها الفرد من داخل بلده أو وطنه	٣٣		٨١
١١.	وسيلة للأذى والجريمة مثل الهكرز والمواقع الإرهابية التي	١٥		١٠٥

			تبث المعلومات المتطرفة	
			هل تفضل إن تستخدم تجارة عبر الانترنت والربح السريع ام العمل الميداني	١٢٠

- القسم الثالث من الأسئلة

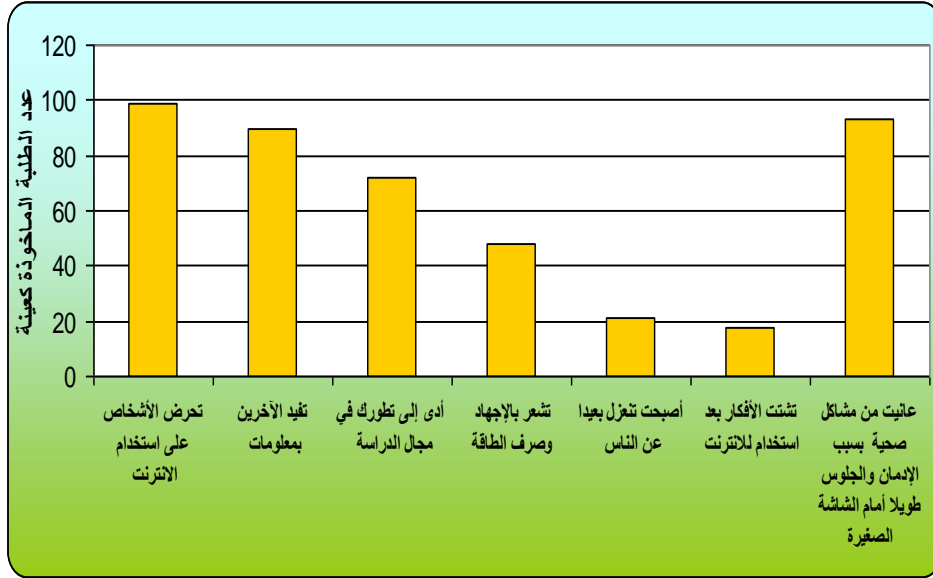
إن لاستخدام الانترنت جوانب ايجابية وجوانب سلبية (كما ذكر في الفقرة الاولى من البحث). ولكن بالنسبة للطالب المكلف بواجبات دراسية، ففي حالة استخدامه للانترنت من الممكن أن يكون حافزا للتطور العلمي ونستطيع اعتباره مصدرا مهما ونادرا للحصول على كافة المعلومات العلمية اللازمة لدعمه ومساعدته في تطوير ذاته.

لوحظ في أجوبة استمارة الاستبيان، من خلال طرح (١٣) سؤالاً على طلبة المعهد التقني كركوك بمختلف الاختصاصات اثر الجانب السلبي عليهم و كما يلي (كما موضح بالتفصيل في مخطط رقم ٣):-

- ١- نسبة ٨٣% اكدو على انهم يستخدمون الانترنت لغرض الحصول على المعلومات تخصيصية او عامة، ويفيدون الاخرين بالمعلومات التي حصلوا عليها.
- ٢- نسبة ٦٥% من الطلبة اجابوا بان استخدام الانترنت لفترة طويلة ومتواصلة يؤدي إلى فقدان التركيز بحيث يكون الطالب غير مستعد لاستقبال اي علم لأنه صرف طاقة كبيرة وفقد الجزء الكبير من قدرته الاستيعابية لاستقبال اي معلومة جديدة هذا من جانب ومن جانب اخر نسبة ٥٨% منهم اكدوا بان الاستخدام المتواصل للانترنت يتسبب في تشتت الأفكار وخاصة إذا تصفح مواقع غير علمية مما يؤدي إلى شرود ذهني للطلاب.
- ٣- اتفق اغلب الآراء (بنسبة ٧٨%) على ان استخدام الانترنت لمدة طويلة قد يسبب في مشاكل صحية كضعف البصر أو الم في الظهر بإضافة إلى فقدان اللياقة البدنية، وهذا يؤدي إلى عدم أداء واجباته الدراسية بالشكل المطلوب .

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد



مخطط (٣) يوضح تأثير استخدام الانترنت على الطلبة

يوضح جدول رقم (٢) الإحصائية على نتائج الأسئلة المطروحة على الطلبة- الأسئلة ضمن فقرة اثر استخدام الانترنت على الطالب من كل الجوانب الحياتية (الدراسية، الاجتماعية، النفسية، الصحية)- بالتأكيد الأسئلة أدناه لا يعتبر أسئلة كافية وشاملة ولكن يرى الباحث بأنها أسئلة مهمة لأنها ممكن بناء رأي عليها و أيضا من خلال إيجاد حل مناسب للآثار السلبية للإدمان ممكن تغير مسار حياة مدمن الانترنت إلى حد كبير.

جدول رقم (2) يبين اثر استخدام الانترنت على الطالب

ت	السؤال	نعم	أحياناً	إلى حد ما	كلا
١.	تعرض الأشخاص المقربين منك على استخدام الانترنت مثلك؟	٩٩			١٨
٢.	تفيد الآخرين عندما تحصل على معلومات مفيدة؟	٩٠			٩
٣.	استخدامك للانترنت أدى إلى تطورك في مجال الدراسة (بمجال تخصصك)؟	٧٢			١٨
٤.	تشعر بالإجهاد وان الطاقة التي صرفتها بالانترنت قد أخذت من قوة التركيز في دراستك؟	٤٨	٣٠		٤٢
٥.	تشعر بضيق الوقت بسبب التصفح العشوائي للنت أو الدردشة؟	٤٥	٢٤		٤٨
٦.	له تأثير مادي عليك (سلبياً)؟	٣٦		٣٦	٤٢
٧.	تؤمن بان ما تحصل عليه من معلومات من خلال الشبكة العنكبونية هي صحيحة و موثوقة؟	٣٣		٦٢	١٨
٨.	حدث وأن حاولت دون جدوى تباعد اوقات استعمال الانترنت؟	٢٤	٥٧		٣٦
٩.	أصبحت تنعزل بعيداً عن الناس بسبب الحاسوب والانترنت؟	٢١	٣٩		٥٤
١٠.	الكذب والمراوغة وعدم الوضوح بخصوص كمية الوقت المستنفذ أو بخصوص المواقع أو الأنشطة التي يقوم بها على الحاسوب أو الانترنت؟	٢١	٦٠		٥٤

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

٦٣	٣٦	١٨	١١ . تشعر بتشتت الأفكار بعد استخدامك للانترنت؟
٧٢	١٨	١٥	١٢ . تعاني من مشاكل في علاقاتك مع أصدقائك بسبب استخدامك للانترنت وإهمالك لهم؟
١٣ . ما هي الآثار السلبية صحيا عانيت منها بسبب الإدمان والجلوس طويلا أمام الشاشة الصغيرة؟			
٢٧	لم يؤثر	انعدام اللياقة البدنية ٢٧	١٨ الم في الفقرات
			٤٨ ضعف البصر

٣ . الاستنتاجات

استنتج الباحث من خلال المسح الميداني لطلبة المعهد التقني كركوك مايلي:

- ١- استخدام الانترنت أصبحت وسيلة ترفيهية أكثر مما يكون تثقيفية وتعليمية
- ٢- كثرة استخدام الانترنت يؤدي إلى فقدان الصحة تدريجيا، سواء كان الصحة البدنية أو صحة العين في وقت مبكر.
- ٣- النسبة كبيرة من الآراء أشاروا إلى إن الملل والروتين وقلة وسائل الترفيه أو الهادفة أدى بهم إلى استخدام الانترنت لمدة طويلة لعدم وجود البديل المناسب.

٤- التوصيات

من خلال الاستنتاجات (الانفة ذكر) يوصى بالتوصيات التالية التي يعتقد الباحث بانها تنفيذ في تحفيز الطالب لاستخدام الامثل او على الاقل الاستخدام الصحيح للانترنت وعدم الوصول الى حالة الادمان:

- ١- يوصى في المستقبل اخذ عينات اكبر (عينة من طلبة المعهد التقني كركوك وعينة من طلبة كليات كركوك) وعمل مقارنة وتدقيق ودراسة تأثير الظروف المحيطة بالطالب بشكل أكثر تفصيلا والوقوف الجدي على الدوافع الحقيقية من استخدام الطالب للانترنت.

٢- يوصى بتوعية الطلبة (من خلال إلقاء حلقات دراسية أو ندوات طلابية موسعة) من قبل اطباء مختصين بضرورة تعلم الطريقة المثلى لكيفية التعامل مع الشاشة والجلوس أمام الحاسوب للحفاظ على صحتهم وتبنيهم بمضار الصحي في حالة الادمان على الانترنت.

٣- يوصى ايضا بتوعيتهم من قبل المدرسين بأهمية الانترنت علميا وثقافيا واجتماعيا وطرح الجوانب الايجابية والسلبية، والوقوف والتأكيد على الجوانب الايجابية منها.

٤- يوصى بالاهتمام بنوادي رياضية في الجامعات والمعاهد وتحفيز الطلبة بأهمية الرياضة، وإقامة بطولات بين المعاهد والجامعات بشكل مكثف لتصرف وتوزيع طاقة الشباب على مجالات الحياة المختلفة ولتوثيق اواصر الصداقة بين الشباب بشكل حقيقي وليس وهمي من خلال علاقات عابرة عبر الانترنت.

٥- يوصى ايضا باقامة سفرات علمية وترفيهية الى اماكن علمية وسياحية، واقامة سفرات سياحية للطلبة الاوائل على معاهد والكليات خارج القطر ليكون حافزا لتطوير الطالب علميا وتصريف طاقته ووقته باتجاه الصحيح وليس امام شاشات الحاسوب والانترنت.

٥- المصادر

- [1] المغبون، حسين ميلاد، موسى، موسى محمد، عكي، عبد القادر الصادق. شبكات الحاسوب وتطبيقاتها، منشورات الثانوية الفنية، طرابلس-ليبيا، ٢٠٠٧.
- [2] عيسوي، عبد الرحمن. سيكولوجية الإدمان و علاجه، دار النهضة العربية، بيروت، ١٩٩٣.
- [3] بن صقر، نادر. الاستخدام السلبي والايجابي للانترنت ، بحث علمي ،جامعة الإمام بن سعود الإسلامية كلية العلوم الاجتماعية، سعوديا، ٢٠٠٨.

دراسة حول مدى تأثير الإدمان على الانترنت على الطالب الجامعي

م. م. سعاد كاكل احمد

[4] سالم، محمد محمد . اثر الانترنت على التعليم وتعلم القراءة والكتابة في الفصول الدراسية المختلفة ، كلية التربية -جامعة قناة السويس، ٢٠٠٢ .

[5] طباحه، لمى. "إدمانها يصيب مختلف الفئات العمرية والرقعة آخذة في الاتساع... الإنترنت عالم وهمي بديل مع آثار سلبية" ، مجلة الوطن الالكترونية، سوريا، ٢٠١٠ .

[6] <http://www.e7s.net/t33751.html>

[7]

[8] حوامدة ، محمد. "الاردن: ١.٥ مليون مستخدم انترنت" ، جريدة الكترونية (أحداث الأردن) ، العدد ٣١٠ ، ٢٠١٠ .

<http://jordanevents.blogspot.com/2009/09/51.html>

[9] مغربي، محمد، "معلومات عن إدمان الإنترنت تفيد هذا الجيل بشكل كبير" ، مجلة، *Internet Shoppe* ، ٢٠٠٦ .

<http://www.kutub.info/library/book/3365>

[10]

<http://saidbakr.blogspot.com/2009/12/1.html>

**Study on The Impact of Addiction on The Internet
The University Student**

*Suad K. Ahmed / Assistant Lecturer
Foundation of Technical Education - Technical Institute of
Kirkuk - Department of Computer Systems
(suad_kakil@yahoo.com)*

Abstract

The researcher used the survey method Social Council as a core curriculum used in the surveys, the researcher using the tool in the study of a questionnaire describing the use of the Internet by students. There were put's(25) questions to reveal the vision of students for the various uses of the Internet. Moreover, see if those uses have an impact on the level of academic and economic situation, or the type and place of residence. The questionnaire was applied on the students of the institute technical Kirkuk, governorate of Kirkuk (school year 2010-2009), and numbered (120) male and female users of the Internet, they are different disciplines and they represent a sample of the study.

Statistics have shown a result that a large proportion of students in Administrative Department (Marketing and Accounting) are using the Internet and the computer, and the students of Technology Departments (i.e. Surviving, Industry, and Electricity), the rate of use of the Internet was mild compared to students with jurisdiction.

Key words: Internet addiction, the impact of Internet addiction, addiction university student on the Internet.