

الأطفال والشباب وإدمان الإنترنت

تأليف

وفيق صفوت مختار

اختصاصي التربية وعلم النفس

طبعة ٢٠١٩

مختار، وفيق صفوت

الأطفال والشباب وإدمان الإنترنت / وفيق صفوت مختار:-
الجيزة: أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي، ٢٠١٨ .

٢١٢ ص، ٢٠ سم

تدمك: ٣ ٦٩٦ ٣٩٩ ٩٧٧ ٩٧٨

١- الإنترنت ٢- الفيس بوك ٣- العلاقات الاسرية

أ- العنوان

٠٠٤,٦٧٦

الأطفال والشباب وإدمان الإنترنت

تأليف

وفيق صفوت مختار

اختصاصي التربية وعلم النفس



الكتاب : الأطفال والشباب وإدمان الإنترنت

المؤلف : وفيق صفوت مختار

الغلاف : عبدالله نصر

الناشر : أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي ش.م.م

٢٥ ش وادى النيل – المهندسين – الجيزة

sales@atlasdic.com

www.atlas-publishing.com

تليفون : ٣٣٠٤٢٤٧١ – ٣٣٤٦٥٨٥٠ – ٣٣٠٢٧٩٦٥

فاكس : ٣٣٠٢٨٣٢٨

أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي ش.م.م

عادل المصرى

عبدالله نصر
أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي ش.م.م

نوران المصرى

رقم الإيداع

٢٠١٨/١٦٧٢٣

الترقيم الدولى

٩٧٨-٩٧٧-٢٩٩-٦٩٦-٣

الطبعة الاولى

طبعة ٢٠١٩

الإهداء

إلي..

الصديق والابن الحبيب..

«إيهاب فرنسيس»

وقد عرفته مثلاً مشرقاً للتضحية وإنكار الذات

يحمل قلباً ينبض بالحبِّ والإيثار والوفاء

يؤثر العيش دون صخب، أو ضجيج،

فالتأمل العميق للحياة نبراسه ومنهجه.

كُلٌّ مَنْ يَعْرِفُهُ يَصِفُهُ بِالشَّهَامَةِ وَالْمَرْوَةِ، وَهَذَا صَحِيحٌ تَمَاماً..

حُبِّي العميق لشخصه الفريد

متمنياً له ولزوجته السيِّدة «مني لبان» شريكة نضاله وكفاحه

ولأبنتهما الغالية المتألقة «لوجين»

كُلُّ الصِّحَّةِ، وَكُلُّ السَّعَادَةِ، وَكُلُّ التَّوْفِيقِ ..

وفيق

المقدمة

✍ في أوائل الستينيات من القرن المنصرم ظهرت شبكة الإنترنت كاختراع جديد لأغراض عسكرية في الولايات المتحدة الأمريكية، وبعد سلسلة من التطورات المذهلة بدأت خدمة الإنترنت تغزو العالم، لتصبح الإنترنت أكبر شبكة للاتصالات وتقديم المعلومات في تاريخ البشرية.

وحسب أحدث إحصاء ظهر في الخامس من شهر نوفمبر عام ٢٠١٥، فقد بلغ عدد مستخدمي الإنترنت في العالم ما يقرب من ثلاثة مليار ونصف المليار مُستخدم. كما تُعتبر مصر أكبر الدول العربية استخداماً للإنترنت، فقد بلغ عدد المستخدمين لخدماتها حوالي ١٧ مليون مُستخدم، والعدد في تصاعد مستمر.

كُلُّ هذا يجعلنا نؤكد أن الإنترنت أصبح متاحاً للجميع بلا استثناء، بما فيهم شريحة الأطفال والشباب. ولما كنت من المهتمين تربوياً وسيكولوجياً بتلك الفئات العمرية علي وجه التحديد، فقد ارتأيت أن أقدم هذا الكتاب، محاولاً إلقاء الضوء علي قضية في منتهي الأهمية، وهي قضية «إدمان الإنترنت».

دعوني أؤكد أن لهذه الشبكة العالمية العملاقة إيجابيات كثيرة للغاية، بحيث لا يمكن الاستغناء عنها بحالٍ من الأحوال، وفي نفس

الوقت لها سلبيات أو أضرار خطيرة للغاية، وهو ما سوف أتوقف عنده طويلاً، سأحاول تنفيذ هذه السلبيات، وتتبع آثارها الضارة، علي كافة الأصعدة: اجتماعياً، وصحياً، ونفسياً، وأكاديمياً، وأخلاقياً.. إلخ، ولن اكتفي بهذا الطرح وإنما سوف أقدم الكثير جداً من الحلول وأساليب التحصين لتلافي تلك السلبيات.

كان من المنطقي أن أبدأ الكتاب بعرض وافٍ ومختصر لماهية الإنترنت، ونشأته، ومدى انتشاره عالمياً وعربياً، ضمن فصول الباب الأول من الكتاب، أما فصول الباب الثاني فقد خصصته للأسرة، فحاولت إبراز تأثير الإنترنت علي العلاقات الأسرية، موضحاً مدى إيجابياته وسلبياته عليها، مع تقديم وسائل واقعية ومنطقية لتلافي تلك السلبيات.

وجاء الباب الثالث بفصوله الثلاثة لأتناول علاقة الأطفال والشباب بالإنترنت، فحاولت الكشف عن سر تعلق أو تهافت الأطفال والشباب علي شبكة الإنترنت، وماذا يشاهدون عليها، وما المواقع التي يرتادونها، مثل: الفيسبوك، وغرف الدردشة (الشات)، ومنديات ومقاهي الإنترنت، بالإضافة إلي المدونات.

وجاء الباب الرابع والأخير ليكشف بجلاء ووضوح عن قضية « إدمان الإنترنت » محور الدراسة لهذا الكتاب، فحاولت توضيح ماذا نعني بظاهرة الإدمان الإنترنتي علمياً ومنهجياً،

وأهم الدوافع التي تؤدي حتماً إلي إدمان الإنترنت، وكيفية التعرف علي الأشخاص الذين وقعوا بالفعل تحت طائلة الإدمان، وما هي مُجمل الآثار الضَّارة المترتبة لهذا الإدمان علي مختلف الأصعدة، واختتمت هذا التناول التحليلي بعرض أهم خطوات العلاج، بالإضافة إلي أساليب الوقاية والتحصين.

لقد لجأت إلي تقديم العديد من الإحصائيات الحديثة، والدراسات والأبحاث المتعمقة والفريدة في هذا المضمار، كما أنه بآن أسلوب الكتاب جاء سهلاً بسيطاً يتناسب مع السواد الأعظم من القُرَّاء الأعزاء، كما أنَّ عرض المادة العلميَّة جاء منطقيًا، خالياً من الإغراق في تفاصيل لا جدوى منها ولا طائل. الكتاب مُقدم بكلِّ تأكيد للأبناء، والآباء، والمُربِّين، والباحثين، والدارسين، والمهتمين بشؤون الطفولة..لذا أرجو أن أكون قد وفقت فيما كنت أصبو إليه وأتطلع.

واللهمَّ وِلي السَّوفيين.

وفيق صفوت مختار

القاهرة: في ٢٣ يوليو ٢٠١٨

الباب الأول

عالم الإنترنت





الفصل الأول

الإنترنت.. ماهيته، نشأته وتطوره



📖 عندما نتحدَّث عن الإنترنت كمصطلح، يمكننا القول بأنَّ العرب المحدثون قد صاغوا مصطلحات لغوية لتدل على شبكة الإنترنت منها «الشابكة»، و«المعمام»، و «الشبكة الدوليَّة»، إلا أنَّ الاسم العَلَمَ المُعَرَّب «الإنترنت» هو الأكثر شيوعاً وانتشاراً.

وفي اللُّغة الإنجليزية نُحِتَّت كلمة Internet من كلمة inter وتعني «بينيّ»، أو «ما بين». وأيضاً من كلمة net التي تعني «شبكة»، وذلك وصفاً لجوهر شبكة الإنترنت بأنَّها «شبكة ما بين شبكات»، أو «شبكة الشبكات»، أو «شبكة من شبكات»، أي نظاماً (بروتوكولاً) موحداً يصل ما بين شبكات مستقلة متباينة.

وبالرغم من ذلك فقد شاعت في وسائل الإعلام العربيَّة ترجمة «الشبكة الدوليَّة للمعلومات» المبنية على تفسير خاطئ لاسم Internet مفاده أنَّ المقطع inter اختصار كلمة International أي «دولي»، وهذا تفسير غير صحيح على المستويين اللُّغوي والبنوي. فعلى المستوى اللُّغوي يدخل المقطع inter في تكوين كلمات إنجليزية عديدة، منها international لكنه لا يقتصر عليها ولا يمكن اعتباره اختصاراً لها. وعلى المستوى البنيوي للشبكة فبنية شبكة الإنترنت لا تقوم على التقسيم الدولي السياسي للعالم المعاصر، ولا تديرها الحكومات، فهي في هذا تختلف عن شبكات أخرى تنظمها اتفاقات دولية ما بين

الحكومات، مثل البرق و الهاتف، فشبكة الإنترنت تتألف من مجموع الشبكات المستقلة المتباينة التي تملكها وتديرها جهات عديدة، كانت أولها تاريخياً جامعات ومراكز بحثية، ثمَّ انضمت إليها شركات خاصة ومنظمات أهلية وحكومات لتصنع شبكة الإنترنت التي نعرفها اليوم.

كذلك تشيع بين العامة وغير المتخصصين أسماء تدل على خدمات مُعيَّنة تُقدِّمها شبكة الإنترنت للتدليل على الإنترنت كُلِّها بالتعميم، فنجد «ويب» و«الشبكة العنكبوتية»، وهو نمط استخدام شائع في لغات عدة ولا يقتصر على اللغة العربية، إذ أنَّ «الويب» هي الوجه الأكثر ظهوراً لأغلب مستخدمي الإنترنت في الوقت الحالي، وهي الوجه الذي تعرَّف عليه الملايين ممَّن استخدموا الإنترنت لأول مرةً بصفته تجلِّي الإنترنت كُلِّها، بينما سادت خدمات أخرى في أزمنة مبكرة من عمُر الشبكة، كانت منها خدمات البريد الإلكتروني.

الإنترنت .. ماهيته، وتعريفه :

«الإنترنت» هي شبكة اتصالات عالمية تسمح بتبادل المعلومات بين شبكات أصغر تتصل من خلالها الحواسيب حول العالم، بحيث تسمح للناس بالاتصال والتواصل بعضهم مع بعض واكتساب ونقل المعلومات من الشبكة الممتدة في جميع أرجاء

العالم بوسائل بصرية وصوتية ونصية مكتوبة، وبصورة تتجاوز حدود الزمان والمكان والكلفة وقيود المسافات وتتحدى في الوقت نفسه سيطرة الرقابة.

وهي تعمل وفق أنظمة مُحدّدة وتتفاهم باستخدام بروتوكولات، وتتعاون فيما بينها لصالح جميع مستخدميها، وتشير أيضاً إلى البنية التحتية التي تنقل تلك المعلومات عبر القارات. وتعتبر اللغة الإنجليزية لغة الإنترنت الأساس.

وتربط شبكة الإنترنت ما بين ملايين الشبكات الخاصة والعامّة في المؤسسات الأكاديمية والحكومية ومؤسسات الأعمال، وتتباين في نطاقها ما بين المحلي والعالمي وتتصل بتقنيات مختلفة، من الأسلاك النحاسية والألياف البصرية والوصلات اللاسلكية، كما تتباين تلك الشبكات في بنيتها الداخلية تقنياً وإدارياً، إذ تُدار كلٌّ منها بمعزل عن الأخرى لا مركزياً، ولا تعتمد أيّاً منها في تشغيلها على الأخريات.

وتحمل شبكة الإنترنت اليوم قدراً عظيماً من البيانات والخدمات، ربما كان أكثرها شيوعاً اليوم صفحات النصوص الفائقة المنشورة على «الويب»، كما أنّها تحمل خدمات وتطبيقات أخرى: مثل البريد الإلكتروني، والاتصال الصوتي المرئي بين الأشخاص، وإقامة المؤتمرات بالفيديو، وقوائم البريد، بالإضافة

إلى الملايين من الأخبار والتحليلات الصحافية، والعديد من الملفات المتاحة لنقلها واستخدامها بطريقة شخصية، وكذلك آلات البحث المرجعي.

وكمثل الطفرات في وسائل الاتصال عبر التاريخ أوضحت لشبكة الإنترنت اليوم آثاراً اجتماعية وثقافية في جميع بقاع العالم، وقد أدى ذلك إلى تغيير المفاهيم التقليدية لعدة مجالات، مثل: العمل، والتعليم، والتجارة، وبرز شكل آخر لمجتمع المعلومات.

النشأة.. والتطور :

في أوائل الستينيات من القرن المنصرم افترضت وزارة الدفاع الأمريكية وقوع كارثة نووية، ووضعت التصورات لما قد ينتج عن تأثير تلك الكارثة على الفعاليات المختلفة للجيش الأمريكي، وخاصةً فعاليات مجال الاتصالات الذي يُعتبر القاسم المشترك الأساس الموجه والمُحرك لكل الأعمال.

كلفّت الوزارة مجموعه من الباحثين لدراسة مهمة إيجاد شبكة اتصالات تستطيع أن تستمر في الوجود حتى في حاله هجوم نووي، وللتأكد بأن الاتصالات الحربية يمكن استمرارها في حاله حدوث أي حرب. وأتت الفكرة وتبلورت وكانت غاية في

الجرأة والبساطة، وهو أن يتمَّ تكوين شبكة اتصالات Network ليس لها مركز تحكُّم رئيس ، فإذا ما دُمرت أحدها فإنَّ على هذا النظام أن يستمر في العمل. وفي الأساس فإنَّ هذه الشبكة المُراد تصميمها كانت للاستعمالات الحربيَّة فقط. في ذلك الوقت لم يكن أي نوع من الشبكات Networks قد بنيت على الإطلاق ولهذا فإنَّ الباحثين تركوا لخيالهم الخصب، فأسَّسوا شبكة أُطلق عليها اسم «شبكة وكالة مشروع الأبحاث المتقدمة» Advanced Research Projects Agency Network (أربانت) ARPANET، وذلك كمشروع خاص لوزارة الدفاع الأمريكيَّة، وكانت هذه الشبكة بدائية وتتكوَّن من أربعة حواسيب مرتبطة ببعضها بواسطة توصيلات التليفون في مراكز أبحاث تابعه لجامعات أمريكية.

لقد جعلت الوزارة هذه الشبكة ميسره للجامعات ومراكز الأبحاث والمنظمات العلميَّة الأخرى، ولإجراء الأبحاث من أجل دراسة إمكانات تطويرها، ونتيجة لهذا الوضع فإنَّ «أربانت» ARPANET قد نمَّت بشكل ملحوظ، والشبكة التي كانت بسيطة تحوَّلت إلى نظام اتصالات فعَّال.

السنوات التي تلت جاءت معها بتغييراتٍ كثيرة، وفي ذلك الوقت فإنَّ الوصول للشبكة كان قاصراً على الجيش والجامعات

والباحثين، ونتيجة لهذا الوضع فلقد أصبحت «أربانت» ARPANET عبارة عن شبكة تتكوّن من شبكات ذات مفاتيح وأطراف مُتعدّدة، وتُرسل المعلومات فيها باستخدام تقنية تفتيتها إلى مجموعات Packets أصغر، تتحرّك بحريهٍ واستقلاليةٍ من طرفٍ إلى آخر لتصل إلى مبتغيها أو مُستخدميها. كان هذا المشروع غير معروف حتى عام ١٩٨٠ حين تمّ إظهاره للنور، ومنذ ذلك الحين فإنّ التغييرات أصبحت تحدث بسرعةٍ كبيرةٍ واستمر هذا النظام في الاتساع ما بين عام ١٩٨٢ و ١٩٨٥ كانت ولادة الإنترنت فلقد انقسمت «أربانت» ARPANET عام ١٩٨٣ إلى قسمين: «أربانت» ARPANET، و«ميل نت» MILNET، أُستخدمت الأولى في جهود الأبحاث المدنية أمّا MILNET فاحتفظ بها للاستخدامات العسكريّة.

ومنذ عام ١٩٨٠ فإنّ شبكات جديدة عديدة تكوّنت لخدمه بعض الفئات والمنظمات، إحدى هذه الشبكات كانت للمجتمعات الأكاديميّة، وأخرى لمنظمات أبحاث الكمبيوتر حيث قامت بتوصيل الباحثين بعضهم البعض ليتشاركوا في تبادل المعلومات.

وفي عام ١٩٨٦ فإنّ «مؤسسه العلوم الوطنيّة» National Science Foundation قامت بتوصيل الباحثين بعضهم البعض في كافه أنحاء الولايات المتحدة الأمريكيّة من خلال خمسّه

حواسيب عملاقة، وسُميت هذه الشبكة باسم NSFNET. لقد تكوّنت هذه الشبكة من مراكز لخطوط الإرسال المتكوّنة من الألياف الضوئيّة ومن الأسلاك العادية، وبمساعده الاتصالات عبر الأقمار الاصطناعية والموجات الدقيقة Microwave وذلك كي تحمل كميات هائلة من المعلومات التي تتحرّك سريعاً جداً ولمسافاتٍ بعيدة.. إنَّ هذه الشبكة NSFNET كوَّنت العمود الفقري للبنية التحتية للإنترنت وخاصةً بعد أن رفعت الحكومة الأمريكيّة يدها عنها.

بدأت تقديم خدمه الإنترنت للناس عملياً في عام ١٩٨٥، وكان عدد المشتركين يتزايد بشكلٍ كبيرٍ وأصبح الإنترنت الآن وكما هو جلي أكبر شبكه في تاريخ البشرية. الإنترنت يعتبر في الحقيقة أحد الظواهر.. ولربما يعتبر أكثر التطوُّرات التي حدثت في وسائل الاتصالات البشرية بعد اختراع التلفزيون.

والإنترنت ليس له إدارة أو مركز رئيس على الإطلاق. ويبدو أنَّ ذلك غير مقنع لكثيرٍ من الناس ولكن الحقيقة أنَّه لا توجد إدارة مركزية للإنترنت وبدلاً من ذلك فإنَّه يُدار من تشكيلة مكوّنة من آلاف شبكات الكمبيوتر التابعة للشركات والأفراد كلٌّ منهم يقوم بتشغيل جزء منه كما يدفع تكاليف ذلك. وكلُّ شبكة تتعاون مع الأخرى لتوجيه حركة مرور المعلومات حتى

تصل لكل منهم وبمجموع هؤلاء تتكوّن الشبكة العالمية ولهذا لا يملك أحد الإنترنت. هناك ملايين خلف هذه الشبكة يتشاركون في مكوناتها، وهؤلاء سواء كانوا أفراداً أو منظمات أو شركات غير مستقرين في الغالب، ودائماً يقومون بالتغيير بل ويتبدلون أنفسهم ولكنهم دائماً في نموّ وتزايد دائم كل لحظة... وهناك مواقع تضاف دائماً ومواقع تتغيّر عناوينها أو تندثر.

إنّ نظام الإنترنت أو ما يسمى بـ «بروتوكول الإنترنت» Internet Protocol تُعتبر ملكيته عامّة ويحظى بدعم من كلّ الشركات الصانعة للأجهزة المستخدمة في الإنترنت، ونتج عن هذا الدعم نمو هائل لهذه الشركات، ويسير هذا النموّ متوازياً مع السرعة الكبيرة في نموّ الإنترنت.

وإنّ من أهم صفات الإنترنت أنّه نظام مفتوح، وهذا يعني أنّه يقبل أي نوع من أجهزة الحاسوب سواء كان منها ما يُسمى غير المتلائم Incompatible، مثل حواسيب «أبل ماكينتوش» Apple Macintosh، أو «الأميغا» Amiga، أو الأجهزة المتلائمة مع كمبيوتر «أي بي إم» Compatible IBM. وكذلك يمكن استخدام الكمبيوتر النقال (لاب توب) Laptop بوصله بالتليفون النقال (الموبايل أو الجوال) Mobile phone، وفي القريب سيكون استقبال الإنترنت عن طريق التلفزيون أيضاً وذلك باستخدام

جهاز محوّل خاص «ديكودر» Decoder يمكن وضعه فوق التلفزيون أو بإدماج لوحة محول بيني إلكتروني مع إلكترونيات التلفزيون الداخليّة.

إنّ أفضل تعريف للإنترنت وأبسطه هو أنّه أكبر شبكه حاسوب في العالم، ففي عام ١٩٩٧ قُدّرت شبكه الإنترنت بأنّها مكوّنه ممّا لا يقل عن (١٦) ستة عشر مليون مشترك، بينما قبلها بعام واحد فإنّ العدد لم يزيد عن (٥) خمسة ملايين، أمّا عام ١٩٩٨ فلقد تخطت أعداد الحواسيب المشتركة إلى (٥٠) خمسين مليون. وساهمت السرعة الكبيرة في انخفاض أسعار أجهزة الكمبيوتر والعدد الكبير المتزايد من الذين يزودون خدمه الإنترنت في الارتفاع المتواصل والمستمر في أعداد المشتركين. إنّ كلّ ما يحتاجه المُشترك هو أن يكون جهازه مزوداً بقطعه المودم، وهي أداه إلكترونية تجعل الكمبيوتر قادراً على التعامل مع خط التليفون. لقد ساهم في سرعة نموّ الإنترنت قدرته على أن يصل شبكات مختلفة التكوين والمصادر ممّا أعطى المُستخدمين الحرّيّة في اختيار الأجهزة وبدون قيود.

إنّ تكاليف المشاركة في استخدام الإنترنت تختلف من بلد لآخر، ولكنّها في البلاد المتطوّرة مخفضه سواء كان ذلك للفرد العادي أو للمؤسّسات الكبيرة. بالنسبة لاشترك الأفراد

فالتكلفة رمزية، أمّا بالنسبة للمؤسّسات الكبيرة فإنّ الاتصال بالإنترنت بواسطة استتّجار الخط لا يزيد عن بضع مئات من الدولارات، وإذا كان لدى المؤسّسة شبكه محلية وتمّ وصل هذه الشبكة بالإنترنت فإنّه فوراً سيكون كلّ مُستخدم لهذه الشبكة على اتصال بالإنترنت. يضاف لذلك كلّه أجره الخط التليفوني الذي يتمّ حسابه على تعريفه المكالمات المحلية. الإنترنت من ناحية واقعية عبارة عن شبكه تتكوّن من آلاف الشبكات الصغيرة المنتشرة في أنحاء العالم ولكن ماذا يفعل الناس في حقيقة الأمر على الإنترنت ؟ الجواب: إنّهم يتبادلون الرسائل من خلال هذه الأجهزة الإلكترونيّة فيما يُسمى بالبريد الإلكتروني E-mail .. لقد أصبح الإنترنت وبسرعةٍ جهاز البريد الحقيقي للعالم كلّه .. إنّ مُستخدمي الإنترنت يستطيعون تبادل البريد إلكترونياً وبتكلفه وسرعة أفضل بكثير من البريد التقليدي.

كما أنّهم يتشاركون في مجموعاتٍ تتناقش فيما بينها وتعرف باسم «مجموعات الأخبار»، كما يتبادلون الأحاديث ويطالعون المعلومات التي يرسلها البعض أو المؤسّسات المختلفة وهي معلومات متنوّعة تتوّع البشر واهتماماتهم. يمكنك أن تقرّ الصحف والمجلات وتطالع المحاضرات وتتصفح خرائط وتعرف أخبار الطقس وتحصل على نصائح لرحلتك أو أخبار الرياضة

أو تشتري بضاعة أو تستمع للموسيقى أو ترى فيلماً أو أي شيء
يخطر على بالك أو لا يخطر على بالك أيضاً.

إنَّ الإنترنت ينظر إليه الآن بأنَّه وسيلة التفاهم العامَّة التي
تُعطيك ما تريد مشاهدته أو قراءته بدون أن يفرض عليك كما
في الوسائل الأخرى. إنَّ المعلومات المذكورة تلك وغيرها تأتي من
كُلِّ مكان.. وليس الأمر في الإنترنت قاصراً على تلقي الفرد هذه
المعلومات بل بإمكانه أن يرسل المعلومات التي يريدتها كي يطلع
عليها مَنْ يرغب في جميع أنحاء المعمورة، فهو وسيلة اتصال
بين جهتين، وبالتالي فإنَّ كُلَّ مُستخدم للإنترنت يمكن أن يكون
مصدراً للمعلومات، كما يمكن أن يكون مستقبلاً لها أيضاً.

والإنترنت يعتبر أكبر مكتبة معلومات في العالم على
الإطلاق.. هذا وبينما كان الإنترنت في بداية الأمر حصراً على
الجامعات ومراكز الأبحاث والوكالات الحكوميَّة فإنَّ الإنترنت
قد تحرَّك خارجاً للجماهير في كُلِّ مكان، وساعد في ذلك انتشار
شبكات الاشتراك المجانية بالإنترنت وخدمات المعلومات على
الخط والتي أصبحت ميسرة للأفراد. وإنَّه للأسف فإنَّ هناك
القلة من الناس ينشرون في الإنترنت أموراً يعتبرها البعض
الآخر مسيئاً.. وكأي وسيلة إعلام أخرى فإنَّ عليك أن تعرف ما
يناسبك وتأخذه، وتعرف مصادر ما لا يناسبك وتتجنبه.

إنَّ المعلومات الهائلة والمتنوعة التي نشأت عن العمليات
التقنية التي ربطت آلاف الشبكات ببعضها كَوَّنت فضاءً يظهر
على شاشات الكمبيوتر وكأنَّه عالماً حقيقياً يُشابه عالمنا الواقعي
الذي نعيش فيه، وهذا العالم يُسمى «الفضاء الإلكتروني»
Cyberspace (سايبير سبيس) ، وهو ذو أبعاد مدهشة وغير
عادية، إنَّه مصدر عالمي ذو قيمه هائلة من المعلومات المتألّفة.





الفصل الثاني

انتشار الإنترنت.. عالميا وعربيا



نتتبع في هذا الفصل من الكتاب أهم الإحصائيات العالمية بشأن انتشار شبكة الإنترنت علي مستوي العالم، وأيضاً علي مستوي الوطن العربي، لندرك هذا الانتشار السريع للإنترنت عالمياً وعربياً.

فقد وصل عدد المشتركين في شبكة الإنترنت عام ١٩٩٦ حوالي ٤٥ مليون مشترك، ومع نهاية عام ١٩٩٧ أصبح عدد المشتركين حوالي ٥٦ مليون مشترك.

ومع نهاية عام ٢٠٠١ أصبح عدد رواد الإنترنت حوالي ٣٩١ مليون مستخدم، بلغوا حوالي ٧٧٤ مليون مستخدم بحلول عام ٢٠٠٣، وكان ينضم في تلك الفترة حوالي ٣ ملايين مستخدم جديد، للاشتراك في شبكة الإنترنت شهرياً. ومع حلول عام ٢٠٠٤ أصبح رواد الإنترنت نحو ٨٠٠ مليون مستخدم.

هذا وتشير معدلات انتشار الإنترنت إلي الارتفاع الملحوظ في عدد المستخدمين خلال السنوات الماضية من ٥% في عام ٢٠٠١ إلي ٤١% مع نهاية عام ٢٠١٠.

وهناك دراسة أكّدت ازدياد مستخدمي الإنترنت حول العالم، حيث وصل تعداد المستخدمين إلي ما يزيد علي نصف مليار مستخدم، وقد بلغ عدد مستخدمي الشبكة في الولايات

المتحدة الأمريكية نحو ١٠ ملايين شخص أعمارهم فوق السادسة عشرة، وتعد ألمانيا وبريطانيا وإيطاليا من أكثر الدول الأوروبية استخداماً للإنترنت من المنزل، حيث يوجد ما يقرب من ٣٦ مليون مستخدم في ألمانيا، و ٢٩ مليوناً في بريطانيا ، و ٢٣ مليوناً في إيطاليا. ويمثل مستخدمو الإنترنت في الولايات المتحدة الأمريكية ٢٩٪ من إجمالي مستخدمي الإنترنت في العالم، يليهم مستخدموه في أوروبا بنسبة ٢٢٪، ثمَّ في إسبانيا والمحيط الهادي حيث تقدر نسبتهم بحوالي ١٣٪، وفي أمريكا اللاتينية نسبتهم ٢٪.

وحسب أحدث إحصاء ظهر في الخامس من شهر نوفمبر ٢٠١٥، فقد بلغ عدد مستخدمي الإنترنت في العالم ٣،٤٥،٨٣٢،٧٧٢ شخص .

وتعد الصين أولى دول العالم في عدد مستخدمي الإنترنت الذين بلغ عددهم فيها ٢٢١ مليون شخص في شهر فبراير ٢٠٠٨.

وحسب آخر إحصائية لاستخدامات الإنترنت في العالم أعلن الاتحاد الدولي للاتصالات إلي أن أعداد مستخدمي الإنترنت تزداد بصورة أسرع في الدول النامية مقارنة بالدول الصناعية إذ أن ١٦٢ مليون شخص من الـ ٢٢٦ مليون مستخدم جديد للإنترنت في عام ٢٠١٠ هم في دول نامية، إلا أن مستخدمي الإنترنت في الدول المتقدمة أعلى بكثير من المستخدمين في الدول

النامية حيث وصل إلي ٧٠٪. كما أُعلن عن زيادة مُستخدمي الإنترنت في المنازل من ٤,١ مليار شخص عام ٢٠٠٩ ليصبح ٦,١ مليار عام ٢٠١٠.

الإنترنت .. واستخدامات الشباب:

قد لا نبالغ إذا أطلقنا على الجيل الحالي من الأطفال والشباب لقب «جيل الإنترنت»، فالأرقام العالمية تُشير إلى أن استخدام الشباب للإنترنت بدأ يتزايد بسرعةٍ شديدةٍ على مستوى دول العالم، والخطورة في ذلك أن شبكة الإنترنت تفتح أبواب الإباحية بكلِّ صورها أمام الشباب، نتيجة غياب الضوابط الأخلاقية، والذي يجعل منها وسيلة هدم وتدمير للقيم والأخلاق والأسر والمجتمعات.

ففي الولايات المتحدة الأمريكية أظهرت إحصائية حديثة أن عدد الأمريكيين من عمّر سنتين إلى المراهقين بعمر ١٧ سنة من المُستخدمين للإنترنت تضاعف ثلاث مرّات منذ عام ١٩٩٧. كما تشير الإحصائية إلى أن أكثر من ٢٥ مليون مراهق استخدموا شبكة الإنترنت خلال عام ٢٠٠٠ مقابل ٨ مليون مراهق خلال عام ١٩٩٧، ومن المؤكّد أن هذا الرقم قد تضاعف عدة مرّات منذ عام ٢٠٠٠ حتى الآن، ومن المتوقع أن يتضاعف عدة مرّات في السنوات القليلة القادمة.

ومن هنا فقد فتح الحاسوب آفاقاً جديدة أمام الشباب، وتحوّلت الإنترنت بالنسبة لهم إلى ساحر جديد يستهلك الوقت، ويضع أمامهم مجالات واسعة لمغامرة غير مأمونة العواقب، ممّا بات يُشكّل تهديداً قوياً للقيم الأخلاقيّة، ويجعلهم عرضة لأنواع مختلفة من المعلومات والصور والأحداث التي لا تتناسب مع مراحلهم السنية.

وعن امتلاك أجهزة كمبيوتر علي مستوى العالم فهناك دراسة أكّدت أنّ أكثر من ٦٠٪ من المنازل في الدول المتقدمة تملك علي الأقل جهاز كمبيوتر واحداً، كما أنّ هناك ما يقرب من مليوني جهاز مزود بشبكة الإنترنت، بينما تنمو شبكة الإنترنت بنسبة ١٨٣٪ عالمياً، وبشكل متزايد. وهناك إحصائية أظهرت أنّ نحو ٩٠٪ من سكان العالم يستعينون بخدمات الاتصال المحمولة المتوافرة في ١٤٣ دولة من دول العالم.

استخدام الإنترنت في العالم العربي:

ارتفع عدد مستخدمو الإنترنت في الدول العربية في عام

٢٠١٠ ، كالتالي:

الدولة	مستخدمو الإنترنت	الدولة	مستخدمو الإنترنت
١- مصر	17,060,000	١٠- عُمان	1,236,700
٢- المغرب	10,442,500	١١- الكويت	1,100,000
٤- الجزائر	4,700,000	١٣- البحرين	649,300
٣- السعودية	800,009	١٢- لبنان	1,000,000
٥- السودان	200,004	١٤- قطر	436,000
٦- سورية	3,935,000	١٥- اليمن	420,000
٧- الإمارات	3,777,900	١٦- فلسطين	356,000
٨- تونس	3,600,000	١٧- ليبيا	353,000
٩- الأردن	741,900	١٨- العراق	325,000



الباب الثاني

الأسرة.. والإنترنت





الفصل الأول

كيف أثرت الإنترنت علي
العلاقات الاجتماعية الأسرية



📖 الأسرة، أو «العائلة» Family هي الخلية الأساس في المجتمع، وأهم جماعاته الأولى. والأسرة تُعدّ الوحدة الاجتماعية الأولى التي ينشأ فيها الفرد ويتفاعل مع مكوناتها، ومن ثمّ فهي تؤثر على النمو الشخصي في مراحلهِ الأولى، سابقة بذلك أية جماعة أخرى توجد في البيئة المحيطة بالفرد في كافة مراحلهِ العُمريّة. حيث تُعتبر المسؤول الأوّل عن بناء الشخصية الاجتماعية والثقافية، كما أن الأسرة هي النواة الأولى لعملية «التنشئة الاجتماعية» Socialization والتي تتولى تنشئة أطفالها أو أفرادها في مراحلهِ العُمريّة المختلفة.

الأسرة.. كيف تواجه طوفان الإنترنت ؟

الدكتور «جراي سمول» Gray Small ،من «جامعة كاليفورنيا University of California بـ «لوس أنجلوس» Los Angeles يقول في تصريح له: «إنّ التعرُّض اليومي للتكنولوجيا الرقمية مثل: الهواتف المحمولة، والإنترنت، قد يغير من الطريقة التي تعمل بها عقولنا»، و«برر» د. سمول «هذا بأننا عندما نقضي وقتاً طويلاً في التعامل مع الوسائل التكنولوجية - وعلى الجانب الآخر نقضي وقتاً أقلّ في التعامل مع الأشخاص الحقيقيين - فإنّه يجعلنا نَفْقِد تدرّجاً المهارات الأساس في التعامل الاجتماعي مع النَّاس، كما نَفْقِد القدرة على قراءة وفهم التعبيرات على وجوه الناس، والتي تظهر أثناء المحادثة معهم.

ويضيف «د. سمول» في ذات السياق: «إنَّ الوصلات العصبية في المخ - المسؤولة عن التعامل مع العلاقات التي تتمَّ وجهاً لوجه - تُصبح أضعف، ويؤدِّي هذا إلى أن يُصبح الشخص أقلَّ لباقةً في التعاملات الاجتماعية، وأقلَّ قدرة على التعامل مع النَّاس، ويؤدِّي هذا به إلى العزلة الاجتماعية.»

من هذا المنطلق، فإنَّ الأسرة - في زمن العولمة ومستجداتها التكنولوجية الحديثة، وعلي رأسها شبكة الإنترنت - تواجه تحديات أخرى، لعلَّ أهمها تأثُّر عملية التنشئة الاجتماعية بعوامل خارجية مُهدِّدة لمنظومة القيم المتوارثة، حيث أثَّرت التكنولوجيا بتقنياتها المُتعدِّدة، وخصوصاً في مجال الاتصال علي العلاقات الأسرية التي شهدت تباعداً وتقلُّصاً في نوعيتها واستبدال أفراد الأسرة بالتبادل اللفظي، والنقاش، والتفاعل المباشر، التعامل مع التقنيات، وبناء علاقات افتراضية من خلال وسيط صامت هو «الإنترنت» الذي ساعد علي تسهيل العلاقات والتفاعلات بطرقٍ عديدةٍ ولكنَّها بعيدة أو متباعدة في المكان.

وبعد أن حدثت التطوُّرات الكبيرة في وسائل الاتصال وتقنياته ظهرت مصادر جديدة للمعارف فتأثَّرت أنماط العلاقات الأسرية والاجتماعية سلباً بهذه التطوُّرات، ففي الدول الغربية انخفضت أهمية الأسرة مقابل ارتفاع دور وتأثير

وسائل الإعلام فمثلاً في عام ١٩٦٠ كانت الأسرة هي المصدر الأساس في التأثير علي الأجيال الصغيرة، تليها المدرسة، ثم دائرة الأصدقاء، فدور العبادة، ولم يكن لوسائل الإعلام دور يُذكر في التأثير علي هؤلاء الصغار، ولكن في عام ٢٠٠٤ احتلت وسائل الإعلام المرتبة الأولى، تليها جماعة الأصدقاء، وتراجعت الأسرة إلي المرتبة الثالثة، واحتلت المدرسة المرتبة الرابعة.

والسؤال الذي يطرح نفسه بشدة: كيف تؤثر التكنولوجيا

الحديثة بما فيها الإنترنت علي التماسك الأسري ؟

في البداية يجب أن نؤكد أن مفهوم «التماسك» يحتل مكانة مركزية في الدراسات الاجتماعية، ويحظى بأهمية خاصة لدي كل المفكرين الاجتماعيين علي اختلاف مدارسهم ومذاهبهم الفكرية.

ويُقابل هذا المفهوم في دراسات الأسرة مفهوم مماثل في قيمته ودلالته هو «التماسك الأسري» Family cohesion الذي يعني:

الرابطة العاطفية القوية الذي تجمع أفراد الأسرة الواحدة، هذه الفكرة تدل علي التفاعل الوجداني الإيجابي الذي يميّز علاقة الآباء والأمهات بأطفالهم، كما يتجلى «التماسك» في الأنشطة المشتركة، والسلوك والمفاهيم الداعمة للمحبة، بالإضافة إلي الآثار المفيدة لسلوك الأطفال وتنمية شخصياتهم وقدراتهم، إذ غالباً ما يكون الوالدان الجهات الرئيسة الفاعلة في بناء شبكة

العلاقات الاجتماعية التي يقيمها الأطفال. كما ترتبط عملية النمو الكمية والنوعية لشخصية الأطفال ارتباطاً وثيقاً بطبيعة وحجم الموارد التي يوفرها لهم الآباء

وقد بينت الدراسات الاجتماعية والنفسية أن المراهقين الذين تربطهم علاقة حميمة بوالديهم يحققون معدلات عالية في المدرسة، وتتنخفض لديهم معدلات التغيب عن المدرسة. كما تكون معدلات التسرب المدرسي لديهم ضعيفة للغاية، فضلاً عن ندرة حالات التماس الرعاية الطبية بسبب مشكلات عاطفية أو سلوكية.

لقد زاد الاهتمام بين الباحثين في السنوات الأخيرة بموضوع التأثيرات الاجتماعية للتكنولوجيا الحديثة على الأسرة والعلاقات الأسرية، وبخاصة التقانة أو التكنولوجيا الرقمية بأدواتها المتعددة والمختلفة. وأبرزت دراسات عديدة أن هناك احتمالات قوية أن يؤثر دخول الهاتف الجوال، والفضائيات والحاسوب، وبالذات على الإنترنت على العلاقات الأسرية عامة، وعلى العلاقة بين الوالدين والأطفال والشباب بصفة خاصة. وبرغم ذلك الاتفاق بين المهتمين، فإن الآليات الفعلية التي تُمارس من خلال التقانة الحديثة بتأثيراتها ليست معروفة تماماً، ولا هي محل اتفاق.

وهذا ما يفتح الباب واسعاً أمام تنافس عدة مقاربات، أو بتعبير أدق عدة فرضيات لفهم الطريقة أو الطرق التي تؤثر بواسطتها التقانة الحديثة، وبالذات الإنترنت علي العلاقات الاجتماعية في الأسرة، وتنافس في ميدان البحث حول هذا الموضوع ثلاث مقاربات أو فرضيات:

● تتمثل الفرضية الأولى فيما يُعرف بـ «الحدود الأسرية» Family boundaries التي تقترح أن إدخال وسائل التكنولوجيا الحديثة إلي البيت، مثل: الحاسوب والإنترنت يُهدد بإسقاط الحدود الفاصلة بين العام والخاص. إذ يمكن أن تؤدي تلك التقانة إلي ظهور توترات وصراعات عديدة بين أفراد الأسرة، وبخاصة بين الآباء وأطفالهم، وبالذات المراهقين منهم.

وتتعدد أسباب تخوف الآباء من الإنترنت التي يرون فيها خطراً كبيراً بسبب ما تلتهمه من وقت الأطفال وإبعادهم عن دراستهم، ناهيك عما تفتحه أمامهم من عوالم غريبة قد تُهدد أخلاقهم وسلوكهم، ولكن أيضاً لأنها تُهدد خصوصية الأسرة، لأنَّ الدخول في مواقع الشبكة و«غرف الدردشة» chat rooms غالباً ما يستدعي تقديم معلومات خاصة عن الشخص ومُحيطه العائلي لأفراد غريباء، أو لوكالات تجارية، ومن ثمَّ يضع الطفل أو

المراهق تلك المعلومات في متناول مُستعملي الإنترنت من الغرباء. بل لقد ثبت فعلاً أنّ الشركات التي تمتلك المواقع أو تديرها لا تكتفي باستعمال تلك المعلومات فيما يعود عليها هي ذاتها بالفائدة، بل تقوم أيضاً بالتنازل عن تلك المعلومات الخاصة لمنتسبيها، أو تبيعها لأطرافٍ أُخري لأغراضٍ تجاريةٍ ودعائيةٍ وربما لغير ذلك أيضاً. وهذا ما يؤدي إلي توتر العلاقات بين الآباء والأبناء بشكلٍ مستمر، لأنّ الآباء يرون في ذلك مصدراً رئيساً لمخاطر كثيرة قد تتعرّض لها الأسرة وتُهدّد مصالحها المادية والمعنوية.

● وتري الفرضية الثانية المُسمّاة «إعادة توزيع الوقت» Redistribute time احتمالات كبيرة لحدوث تغييرات في تماسك الأسرة بسبب أنّ استخدام الإنترنت إنما هو نشاطاً يستهلك وقت الأفراد، ومن ثمّ فهو يُقلّص من مقدار الوقت المُخصّص للأسرة. بعبارةٍ أُخري، يري أنصار هذه الفرضية أنّ الوقت الذي يقضيه الأفراد علي الإنترنت سيكون علي حساب الوقت الذي يقضونه مع أفراد الأسرة الآخرين، خاصّة الزوجين فيما بينهما، أو الوالدين مع أطفالهما. وهو ما يؤدي إلي ضعف التماسك الأسري سواء تعلّق الأمر بالعلاقة بين الزوجين، أم تعلّق بالعلاقة بين

الآباء والأطفال، خاصةً المراهقين، الذين يكونون بحاجة كبيرةٍ للدعم المعنوي والأخلاقي من الوالدين في مرحلةٍ حاسمةٍ من نموّ شخصياتهم.

● أمّا الفرضية الثالثة التي تقوم علي فرضية «تركيبية الشخصية» Personal combination فإنّها تعتقد أنّ التكنولوجيا الحديثة وبالذات الإنترنت لا تؤثر علي العلاقات الأسرية. إذ إنّ كلّ التغيّرات التي تحدث في العلاقات الأسرية، وكذا الصراعات والتوتّرات التي تصيبها، وضعف التماسك الذي يميّزها ليس بالضرورة ناتجاً عن استعمال هذه التكنولوجيا، بل عن استعدادات قبلية متأصلة في شخصية الأفراد المستخدمين لها، فالأفراد الذين يستخدمون الإنترنت بكثرةٍ، خاصةً المراهقين، يتميزون بضعف المفهوم الايجابي للذات لديهم، وهذه السمة هي التي تؤثر سلباً علي العلاقات بين أفراد الأسرة، وبالذات بين الوالدين والمراهقين.

أمّا بخصوص دور التكنولوجيا الحديثة والإنترنت تحديداً في بناء وصياغة اتجاهات الأفراد والعلاقات الاجتماعية فقد أبرزت دراسة مهمة حول هذا الموضوع أُجريت في الولايات المتحدة الأمريكية في منتصف التسعينيات من القرن العشرين أنّ هناك نزعة قويّة لتراجع الالتزام المدني والمشاركة الاجتماعية

من قبل المواطنين خلال السنوات الـ ٣٥ الماضية. حيث لوحظ تراجع في إقبال المواطنين علي الانتخابات، كما ضعف إقبالهم علي الكنائس، وقلَّ الاهتمام بالشأن العام ومناقشته مع الآخرين، وتراجعت عضويتهم في التنظيمات التطوعية، كما صار الناس يلتقون بدرجة أقل في المناسبات الاجتماعية

وبيَّنت الدراسة أنَّ هذا التراجع في الالتزام الاجتماعي أدي إلي عواقب سلبية علي الجسم الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية وعلي الأفراد أيضاً، فعلي المستوي الاجتماعي صاحب تراجع الالتزام الاجتماعي ارتفاع في الفساد، ونقص في فاعلية الحكم وارتفاع في معدلات الجريمة. وقد ثبت بالممارسة أنَّ المواطنين الذين يشاركون في الحياة المدنية والعامَّة يحققون منافع كثيرة، فالمدارس التي يتعلَّم فيها أبناؤهم تسير بشكل أفضل، وتصبح شوارعهم آمنة. أمَّا علي المستوي الفردي فإنَّ الانسحاب من الالتزامات الاجتماعية فهو يؤدي إلي العزلة والانطوائية، ومن ثمَّ إفقار نوعية الحياة، فضلاً عن تراجع خطير في مستوي الصحَّة النفسية والفيزيقية. ولقد ثبت أيضاً بما لا يدع مجالاً للشك، أنَّ النَّاس الذين لديهم شبكة علاقات اجتماعية واسعة يتمتعون بصحَّة نفسية وفيزيقية أفضل، ويشعرون بسعادة أكبر في حياتهم.

هل من ضرورة حقيقية لتواجد الإنترنت داخل البيت ؟

لا يمكن إنكار أن الاتصال علي شبكة الإنترنت الآن من العناصر المهمة في حياة معظم الناس في المجتمعات المعاصرة، حيث انتشرت استخدامات الاتصال بشبكة الإنترنت في أماكن العمل والمدارس والمكاتب والمنازل، وأصبح الجميع ومن بينهم الأطفال والشباب من المستخدمين الدائمين لهذه الشبكة. وتُشير الإحصائيات إلي أن ٦٠٪ من المنازل في الدول المتقدمة تمتلك علي الأقلّ جهاز كمبيوتر، فهل الأمر يختلف في الدول النامية ومن بينها الدول العربيّة ؟

في الحقيقة ورغم أنّها أقلّ من حيث الاستخدام، إلاّ أنّ هناك نمواً سريعاً في هذا المجال حتى أنّ مؤشرات استخدام تقنيات الاتصال الحديثة في الدول العربيّة الخليجيّة تُضاهي الدول المتقدمة، بل تفوق العديد منها.

وقد توصلت نتائج بعض الدراسات إلى موافقة أغلبية الأمّهات عينة الدراسة على ضرورة وجود الإنترنت في المنزل، وأنّه أصبح من الضروريات بنسبة قدرها ٦٩,٩٪. كما يرون أنّ للإنترنت إيجابيات، وأنّ إيجابياته أكثر من سلبياته، كما يرون أنّ الإناث والمراهقين هم أكثر استخداماً للإنترنت، ممّا يدلّ على أهمية الإنترنت في الوقت الحالي، حيث أنّه يمثل المصدر الرئيس للمعارف والمعلومات.

وجاء استطلاعٌ أُجْرِي من قِبَلِ مؤسَّسة «بيو إنترنت» Pew Internet في عرض آراءٍ نحو ٢٢٥٢ أسرة، وخلصت إلى أنَّ الأسر التقليدية تواجه ضغوط الحياة العصرية المتزايدة، باستخدام الهواتف المحمولة، والبريد الإلكتروني، والرسائل النصية للبقاء على اتصال. وقال ٥٣٪ ممَّن شملتهم الدراسة: إنَّ التقنيات الحديثة ساعدتهم على البقاء على اتصال مع أقاربهم، الذين تفصلهم عنهم مسافات بعيدة. وذكر ٤٧٪ من الأسر: أنَّها حسَّنت من تفاعلاتهم مع مَنْ يعيشون معهم. وأفاد ٤٧٪ آخرون: بأنَّ التكنولوجيا الحديثة ليس لها أي أثر. وذكر ٢٪: أنَّها أدت إلى انخفاض جودة التفاعل بين أفراد الأسرة.

وبالرغم من كُُلِّ الجدل والحوار الدائر اليوم حول تداعيات استخدام الإنترنت علي الأسرة والمجتمع، فإنَّ مُستخدمي الإنترنت من العرب لم يتجاوز ٢٪ من مُستخدمي الشبكة في العالم، رغم أنَّهم يشكلون أكثر من ٥٪ من سكان العالم، هذا وما زال المحتوى العربي علي الشبكة ضئيلاً، ولا يمثل سوي ١٪ من المحتوى العالمي كُله.

الإنترنت .. والعلاقات الاجتماعية الأسرية:

بالطبع لم يُخلق الإنسان وحيداً قط، لذا كان يجب عليه الاندماج مع غيره في المجتمع، وتكوين صداقات ومعارف تُعينه على التعايش في هذه الحياة، فانعزال الإنسان وحيداً بعيداً عن النَّاس ليس بالأمر السَّهل كما نتصوَّر، فعلى الرغم من أنَّ هناك الكثير من الحمقى والأغبياء الذين يعتقدون أنَّ الحياة ستبدو أسهل إنَّ ابتعدوا عن كافة أنواع التواصل مع غيرهم، ولكن لا يوجد أصعب من أن يمضي الإنسان وقته وحيداً لا يجد من يُحدثه أو يشاركه أفراحه أو أحزانه بشكلٍ عام.. لذا فإنَّ التواصل المستمر مع النَّاس يجعل من السهل عليه أن يتعامل مع كافة المواقف في حياته، والاستفادة من تجارب الآخرين، كما أنَّه سيجد معيناً له يوم أن يحتاج إلى ذلك، فالعلاقات الاجتماعية مهمة جداً وضرورية للغاية.

وقد توَّصل فريقٌ بحثي أمريكي من جامعة «يونغ بريغهام» Young Brigham إلى أنَّ قضاء وقتٍ سعيدٍ مع الأهل والأصدقاء، يُقلِّل من خطر الموت المبكر بنسبة ٥٠٪، وصرَّح أعضاء الفريق بأنَّ العلاقات الاجتماعية القويَّة مفيدة للصحة؛ مثل: التوقف عن التدخين؛ حيث إنَّ ضعف العلاقات الاجتماعية يُوازي تدخين ١٥ سيجارة في اليوم، وإنَّ تراجع الحياة الاجتماعية

يُعادِلُ مُعَانَاةَ إِدْمَانِ الْخَمْرِ، وَتَأْتِي أَهْمِيَّةُ الْعِلَاقَاتِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ فِيهَا تَزِيدُ فِي صِحَّةِ الْإِنْسَانِ أَفْضَلَ مِنَ اللَّقَاحَاتِ الَّتِي تَمْنَعُ الْإِصَابَةَ بِالْمَرَضِ؛ ذَلِكَ أَنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ كَيْ يَعْيشَ مَعَ غَيْرِهِ، وَأَنْ عَزَلْتَهُ عَنِ النَّاسِ تُسَبِّبُ لَهُ أَمْرَاضاً نَفْسِيَّةً وَصَحِيَّةً. إِنَّ وُجُودَ الْعِلَاقَاتِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ بَيْنَ أَفْرَادِ الْأُسْرَةِ يَعْنِي وُجُودَ الْمَحَبَّةِ، وَالْعَاطْفَةِ، وَالْمُودَّةِ، وَغَيْرِهَا مِنَ الصِّفَاتِ الْحَمِيدَةِ، الَّتِي تَجْعَلُ الْأُسْرَةَ مَتَمَاسِكَةً وَمُتْرَابِطَةً.

وَكَانَ لِلْإِنْتَرْنِتِ تَأْثِيرٌ مَلْحُوظٌ عَلَيَّ مِثْلَ هَذِهِ الْعِلَاقَاتِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ، فَقَدْ سَاعَدَ الْإِنْتَرْنِتُ عَلَيَّ تَوْطِيدَ الْكَثِيرِ مِنَ الْعِلَاقَاتِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ مِنْ خِلَالِ وَسَائِلِ التَّوَاصُلِ الْاجْتِمَاعِيِّ الْمَخْتَلِفَةِ، وَلَكِنْ بِطَرِيقَةٍ أَكْثَرَ بَرُوداً عَنِ ذِي قَبْلِ، فَعَلَى الرَّغْمِ مِنْ أَنَّ الْإِنْتَرْنِتَ اسْتَطَاعَ تَقْرِيبَ الْمَسَافَاتِ، وَاخْتِصَارَ الْوَقْتِ وَالْجُهْدِ وَالْمَالِ، إِلَّا أَنَّ الْكَثِيرَ مِنَ الْعِلَاقَاتِ الْاجْتِمَاعِيَّةِ أَصْبَحَتْ شَبْهَ رَاكِدَةٍ، مَمْلَةٍ، فَقَدْ اسْتَبَدَلَتِ الزِّيَارَاتُ، وَالتَّجْمُّعَاتُ فِي الْمُنَاسِبَاتِ وَالْأَعْيَادِ بِرِسَالَةٍ صَغِيرَةٍ يَرْسَلُهَا الشَّخْصُ إِلَى مَنْ يُرِيدُ عَوْضاً عَنِ زِيَارَتِهِ، أَوْ الْحَدِيثِ إِلَيْهِ وَجْهًا لُوجْهًا، فَكَانَتْ تِلْكَ الرِّسَالَةُ أَشْبَهَ بِتَسْجِيلِ الْحُضُورِ فَقَطْ فِي حَيَاةِ الْبَعْضِ، هَذَا الْحُضُورُ الْأَسْمَى فَقَطْ وَلَيْسَ الْفَعْلِيُّ.. فَاخْتَفَى الْهَدَفُ الْأَصْلِيُّ مِنَ التَّوَاصُلِ، وَأَصْبَحَ كُلُّ شَيْءٍ بَارِداً، كَمَا أَنَّ التَّجْمُّعَاتِ الْعَائِلِيَّةَ

وتجمُّعاتُ الأصدقاءِ نفسها لا يخلو منها هذا المشهد الذي ترى فيه كلُّ فردٍ ممسكٍ هاتفه المحمول متصفحٍ للإنترنت لا يحفل بالاجتماع مع أصدقائه وعائلته، فأصبحت العلاقات الاجتماعية مفككة ومتباعدة بشكلٍ كبير، واختفت مظاهر المشاركة الفعلية التي تكون في الحزن والفرح وغيرها إلا في حدودٍ ضيقةٍ جداً، وغالباً ما تكون قاصرة على رسالة على الإنترنت.





الفصل الثاني

الأسرة.. بين إيجابيات الإنترنت وسلبياته



📖 ككلُّ اكتشافٍ علميٍّ أو تطوُّرٍ تكنولوجيٍّ فإنَّ للإنترنت إيجابياتٍ وسلبياتٍ وهو الأمر الذي يتوقف عليّ مُستخدميه وكيفية استخدامه، فهو مصدرٌ للحصولِ عليّ المعلومة، والتسلية، وللتواصلِ بين الأفراد، وللإعلان، والتسويق، وللتعبيرِ عن الرأْيِ بهدف، وبغير هدف.. الخ. والتعاملُ مع الإنترنت قد ساعد الأسرة في البحثِ عن فرص العمل، أو التجارة، أو عقد الصفقات، أو التسجيلِ ودفع الرسوم، وتقليلِ فترات التسوقِ عبر الإنترنت، كما ساعد في ترتيبات السفر والحجز للرحلات السياحية، وفي التعرُّفِ وعقد الصداقاتِ عبر القارات، ووسَّع من نطاق التعرُّفِ والمجالات التي تندمج معها الأسرة.

وهذا جعل من الإنترنت عاملاً من عوامل تحقيق التنمية البشرية بما يحمله من جوانبٍ إيجابيّة، وتحدياً لها في نفس الوقتِ عبر إساءة استخدامه من قِبَل مُصممي ومُديري المواقع الإلكترونيّة، ومُستخدميها التي تنعكس عليّ أفكار وسلوكيات الأشخاص، فأماً هذا المدُّ الإلكتروني لشبكة الإنترنت أصبح من الصَّعبِ بل من المستحيلِ علينا الانعزالِ عنه كأفرادٍ أو كدولٍ ومجتمعات. لذا نجد الدولِ بكبيرها وصغيرها متأثرة ومُستخدمة لشبكة الإنترنت، وهذا ما يوصلنا إليّ أنَّ الأسرة بكافة مكوناتها ليست خارج هذا التأثير وتداعياته.

إنَّ تكنولوجيا الاتصال الحديثة تؤثر في سلوك أفراد الأسرة بأبعاده الثلاثة: (الأفعال Actions ، التفكير Thinking ، الانفعالات Emotions)، وبالتالي على علاقاتهم الداخلية (فيما بينهم)، وعلاقاتهم الخارجيّة (مع المجتمع)، كما أنَّ تكنولوجيا الكمبيوتر والإنترنت تؤثر في التفاعل الأسري في ضوء الإشباعات المطلوبة جراء استخدام هذه التكنولوجيا، وكذلك في ضوء نسق القيم السائدة في الأسرة، وقد تكون عاملاً يدعم هذا النسق أو يضعفه، فإذا كان الكمبيوتر والإنترنت يلعبان دوراً مهماً في حياة الأسرة المعاصرة، فإنَّ الجدوى المتحصلة تتوقف على طبيعة استخدام هاتين التقنيتين من جانب أفراد الأسرة والإشباع المتحقق.

وفيما يخص الأطفال، فإنَّ الاستخدام المعتدل والهادف للإنترنت لا يؤثر على الأداء الأكاديمي أو الاجتماعي من جهةٍ. ومن جهةٍ أخرى، فإنَّ الأسرة تُشكّل المؤثر الأوّل في علاقة الأبناء بالإنترنت والآثار المترتبة على هذه العلاقة، وهنا تؤكّد الدراسات العلميّة على أهمية دور الأسرة كسلطةٍ ضابطةٍ للسلوك وبما يتفق ونسق القيم السائد، فإذا مارست الأسرة هذا الدور تصبح تكنولوجيا الكمبيوتر والإنترنت عاملاً إيجابياً موافياً من المنظور الأسري، وعندما تكون القيم الضابطة لسلوك أفراد الأسرة

متفقة مع معايير تقرها ثقافة المجتمع، تكون هذه التكنولوجيا مصدراً لإثراء القيم الإيجابية في الأسرة والمجتمع.

وفي ظل ما تطرحه العولمة من فرص وتحديات جديدة بالاهتمام، فإن عملية التنمية والتغيير الاجتماعي تطرح علي الأسرة مشاكل وتحديات تتعلق بتكوينها وتماسكها ودورها في عملية التنمية، من حيث تعليم وتأهيل الإنسان القادر علي التفاعل الإيجابي والتعامل الواعي مع هذه التطورات ومحاولة حل المعادلة الصعبة التي تقتضي الاستفادة من العولمة، وفي الوقت ذاته مواجهة ما تتطوي عليه من تحديات، وهذا ما ينطبق تماماً علي استخدام شبكة الإنترنت، فالعلاقة بين الأسرة والإنترنت ذات منحنيين: فمن جهة أولي يُشكّل الإنترنت داعماً أو شريكاً للأسرة في تكوين وتنمية شخصية أفرادها، ومن جهة أخرى يُشكّل اعتداءً أو اختراقاً (وهنا نستطيع تشبيه هذا الاختراق بما يسمى بلغة المعلوماتية الهاكرز Hackers) يعرقل أو يشوه عملها في بناء شخصيات أبنائها وصقلها.

ويؤدي الإنترنت دوراً إيجابياً ملموساً في توليد المعرفة والعلم لدي الأطفال والبالغين وإلي تغيير الأنماط الفكرية والسلوكية لديهم عبر حزمة متنوعة من:

- الموسوعات والكتب والمراجع المتوافرة علي المواقع الإلكترونية والتي تؤمّن للأفراد مصدراً غنياً بالمعلومات اللازمة لكتابة الواجبات المدرسيّة، والأبحاث، والتبحُّر في موضوعٍ مُعيّن، أو مجالٍ بعينه.
- أساليب وسُبل تنمية مهارات حُبّ الاستطلاع والتعلُّم الذاتي، كما وفر الإنترنت شكلاً جديداً للتعليم والتعلُّم الاستكشافيين المفتوحين والشائقين.
- مهارات الأسلوب التفاعلي والمشاركة بالمعلومات والآراء والتجارب.
- أدوات وآليات استكشاف العالم ومتابعة كُلِّ ما يطراً عليه من مستجداتٍ في جميع المجالات الثقافيّة والاقتصاديّة والاجتماعيّة والسياسيّة والفنيّة والرياضيّة.. الخ
- تعلُّم اللُّغات الأجنبيّة المختلفة ممّا يُسهّل عملية التواصل بين الثقافات الأخرى والتعرُّف إليها.

الإنترنت .. مخاطره وسلبياته علي الأسرة؛

ذكرنا تأثير الإنترنت بشكلٍ مجملٍ على العلاقات الاجتماعية في عمومها، ولكن بالتأكيد سيكون تأثيره على أفراد الأسرة الواحدة أشد خطراً، وإن كان قليلاً، ولكنّه بالفعل ليس تأثيراً

ضعيفاً بل إنَّ تأثير الإنترنت على الأسرة تأثيراً خطيراً وقويّاً جداً، فلم يكتفِ الإنترنت بجعل الأسرة مُفكَّكة فحسب، بل إنَّه لا تخلو أي أسرةٍ من مشكلات الإنترنت المختلفة.

في البداية إنَّ الفرد يحتاج إلى شريكٍ في حياته، يُعينه على أعباء الحياة، ويُساعده فيها، فلا يشعر بأنَّه وحيداً أو قليل الحيلة، فإنَّ الأسرة تُعطي قوةً للمرء، كما تعطيه الحُبَّ الكافي الذي يحتاج إليه لمواجهة الكثير من الصعوبات، فعندما تغل الإنترنت في حياة الأسرة غيَّر في معاملها الأصلية، فأصبح المرء وحيداً في أسرته، ربما يتلقى دعمه من الخارج عن طريق علاقاته على مواقع التواصل الاجتماعي أكثر من الداخل في أسرته، فاخفت تلك العلاقة التي تجمع بين الأب وأبنائه، أو الأم وأبنائها، كما اختفت أيضاً علاقة الأخوة بعضهم البعض، والأكثر خطورة هو فتور العلاقة التي تجمع بين الزوج وزوجته، وبهذا قد أصبحت الأسرة مجردَّ كيان هش قابل للسقوط أو الانهيار في أيَّة لحظةٍ. فمن الممكن أن نُشاهد الأب وهو يحاول التواصل مع أبنائه بأن يخرج معهم في نزهةٍ أو زيارةٍ ولكن دون جدوى، لأنَّ الأبناء أصبحت متعتهم قاصرة فقط علي متعة الإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي..

وَكُلُّنَا يَعْرِفُ أَنَّ الْإِنْتَرْنَـتَ يَحْوِي الْكَثِيرَ مِنَ الْمَوَاقِعِ الَّتِي لَا يَجِبُ لِلأَطْفَالِ الْوَصُولَ إِلَيْهَا دُونَ رِقَابَةِ مَنَاسِبَةٍ، كَمَا أَنَّ الْجُلُوسَ لِسَاعَاتٍ طَوِيلَةٍ عَلَى الْإِنْتَرْنَـتِ يَجْعَلُ الطِّفْلَ لَا يُمَارِسُ الْأَلْعَابَ الْحَرَكِيَّةَ الَّتِي مِنَ الْمَفْتَرَضِ أَنْ يَقُومَ بِهَا فِي هَذَا السَّنِ، أَوْ لَا يَقُومُ بِوَاجِبَاتِهِ الْمَدْرَسِيَّةِ الْمَطْلُوبَةِ مِنْهُ، فَيَحْصِرُ اِهْتِمَامَاتِهِ فِي شَيْءٍ مُعَيَّنٍ وَغَالِبًا لَا يُفِيدُهُ. وَقَدْ تَوَصَّلْتُ بَعْضَ الدَّرَاسَاتِ إِلَى أَنَّ غَالِبِيَّةَ الْمَوَاقِعِ الَّتِي يَتَصَفَّحُهَا مُسْتَعْمِدِينَ الْإِنْتَرْنَـتِ هِيَ الْمَوَاقِعُ التَّرْفِيهِيَّةُ، حَيْثُ بَلَغَتِ النِّسْبَةُ ٢٦٢٪، وَهَذَا مَا يُؤَكِّدُ صَغَرَ سَنِّ مَنْ يَسْتَعْمِدُ الْإِنْتَرْنَـتَ مِنْ فَنَاتِ الْمَجْتَمَعِ، الَّذِينَ يَدْفَعُهُمْ لِاسْتِعْمَالِ الْإِنْتَرْنَـتِ التَّسْلِيَّةِ.

وَمِثْلُ هَذَا الطِّفْلِ وَغَيْرِهِ مِنَ الأَطْفَالِ، يَفْقَدُ بِالتَّأَكِيدِ تَوَاصُلَهُ مَعَ أَسْرَتِهِ، بَلْ سَيَقْلُّ أَيْضًا إِنتَاجُهُ فِي أَيِّ شَيْءٍ آخَرَ، وَإِنْ أُتِيحَتْ لَهُ الْفُرْصَةُ لِلْقِيَامِ بِعَمَلٍ مَا فَسِيْبَقِي تَفْكِيرَهُ مَشْتَتًا بِمَا كَانَ يَفْعَلُهُ عَلَى الْإِنْتَرْنَـتِ حَتَّى يَقُومَ بِفَعْلِهِ مُجَدِّدًا، وَبِالتَّالِي سَيَصْبِحُ انْطَوَائِيًّا دَاخِلَ الْمَنْزَلِ وَخَارِجَهُ، يَقْضِي سَاعَاتٍ أَطْوَلَ مَمْسِكًا هَاتِفَهُ الْمَحْمُولِ أَوْ أَيِّ وَسِيلَةٍ إلكترونيَّةٍ، كَارِهًا إِمْضَاءَ وَقْتِهِ مَعَ أَيِّ أَحَدٍ آخَرَ، وَلِذَا لَا يَسْتَطِيعُ أَنْ يَحْظِيَ بِأَصْدِقَاءٍ جُدُدٍ.

وَلَقَدْ انْتَقَلَ تَأْتِيرُ الْإِنْتَرْنَـتِ مِنَ الأَبْنَاءِ إِلَى الأَبَاءِ، فَجَنَدَ كَثِيرًا الزَّوْجَةَ وَهِيَ تَشْكِي غِيَابَ زَوْجِهَا عَنْهَا وَهُوَ فِي الْمَنْزَلِ، لِأَنَّهُ لَا يَتْرِكُ هَذَا هَاتِفَهُ الْجَوَّالَ مِنْ يَدِهِ، أَوْ لَا يَمَلُّ مِنْ

الألعاب الإلكترونية التي أُعدت للكبار أيضاً، وعندما يحدث مثل هذا الخلل في علاقة الزوج بزوجته فعلياً أن نتوقع أن البيت على وشك الانهيار، فحينما تنزعج الزوجة / الأم فإنَّ البيت كُلُّه ينزعج، وحينما تغضب، فغالباً ما تصبَّ جام غضبها علي أبنائها، أو ربما تتكاسل قليلاً رغماً عنها في أداء أعمال منزلها، وهي إن لم تجد الاهتمام الكافي الذي من المفترض أن يُحيطها به زوجها فلن تُعطيه بالمقابل لأبنائها، كما لن تعطي شيئاً أصلاً، فانشغال الزوج عنها وإمضائه الكثير من الوقت بعيداً يجعلها تشعر بالوحدة، وربما تقوم هي الأخرى بفعل نفس الشيء الذي يقوم به زوجها من الإمساك بهاتفها الذكي، والانشغال بالإنترنت، ولكن عندما تقوم هي بذلك سيكون هناك انهياراً حقيقياً لدعائم هذه الأسرة. والأمر لا يتطلب سوى أن يضعنا نصب أعينهما أن مصلحة الأبناء ورعايتهم مقدمة علي أية مصلحة أخرى وحسب.

ونورد هنا بعض نتائج البحوث والدراسات المتعددة والكثيرة بهذا الشأن. فقد توصلت بعض الدراسات للنتائج التالية:

- تأثرت الأسرة سلباً في ظل وجود الإنترنت بحيث ساهم في التقليل من القيام بالزيارات العائلية بنسبة بلغت ١,٤٥٪

- استخدام الأب للإنترنت قلَّ من قيامه بمسؤولياته تجاه أفراد أسرته، بنسبة بلغت ١,٣٨٪ .
- استخدام الأم للإنترنت قلَّ من أدائها لواجباتها تجاه أفراد أسرتها، بنسبة بلغت ١,٣٧٪
- استخدام الإنترنت قلَّ من الأوقات التي يقضيها أفراد الأسرة مع بعضهم البعض، بنسبة بلغت ٥٦٪ .
- كما تبين من النتائج التي تمَّ التوصل إليها من بعض البحوث الميدانية، ما يلي:
- هناك تغيير في سلوكيات المستخدمين للإنترنت، بحيث أدى استخدامه إلى العزلة داخل المنزل، بنسبة بلغت ٦,٥٢٪ .
- أنَّ الأبناء - أحياناً - لا يحترمون قرارات الوالدين، بنسبة بلغت ٤,٣٨٪ .
- أنَّ استخدام الأبناء للإنترنت قد أدى للتهاون في أداء الصلاة، بنسبة بلغت ٧,٤٤٪ .
- أنَّ استخدام الإنترنت ساهم في تكوين علاقات غير مسموحة بين الجنسين عن طريقه، بنسبة بلغت ٤,٤٤٪ .

- أن إطلاع الأبناء على المواقع المتنوعة داخل شبكة الإنترنت أدت إلى تغيير طريقة الملبس، بنسبة بلغت ٣,٣٩٪ .
 - أن استخدام الإنترنت ساهم - أحياناً - في تقليد قصات الشعر الغربية، بنسبة بلغت ٣٥,٣٩٪ .
 - أن استخدام الإنترنت ساهم - أحياناً - في اكتساب ألفاظ غير لائقة، بنسبة بلغت ٥٤,٣٨٪ .
 - أن مواقع الإنترنت يُشجع - أحياناً - على استخدام العنف كأسلوبٍ في التعامل مع الآخرين، بنسبة بلغت ٤,٣٩٪ .
 - أن استخدام الإنترنت أدى إلى مُطالبة الأبناء بنيل حُرِّيَّة أكثر في اتخاذ قراراتهم الشخصية، بنسبة بلغت ٥,٤٤٪ .
 - أن استخدام الإنترنت أصبح وسيلة للهروب من المشكلات لدى المراهقين، بنسبة قدرها ٤,٤٣٪ .
- لقد أثير الإنترنت سلِّباً علي البنيان الأخلاقي للأطفال والمراهقين، فقد وفرت الإنترنت مواقع لا أخلاقية، أو مواقع إباحية، ومواقع تدعو إلي العنف والكرهية، وأخري تجعلهم يدخلون في تجارب عاطفية وهمية. وقد أصبح لكل فرد منهم عالمه الافتراضي الخاص به، الذي يتعامل معه من خلال

الإنترنت الأمر الذي يهدد تماسك الأسرة وقدرتها علي ممارسة دورها الأساس في التنشئة الاجتماعية والأخلاقية.

وبالاستناد إلي بعض نتائج الدراسات التي اهتمت بالبحث في تأثيرات استخدام الإنترنت علي الأسرة، يمكننا أن نبرز أهمها، علي النحو التالي:

- المراهقون والشباب لم يعودوا يعتمدون علي الأسرة في الحصول علي المعلومات حيث يلجئون إلي مواقع المنتشرة علي شبكته.
- اعتماد الأطفال والشباب علي الإنترنت قد انتهك خصوصية الأسرة.
- تعامل الشباب مع الإنترنت قد وُدد صراعات مع الأبوين مما تسبب في إضعاف تماسك الأسرة.
- استخدامات الإنترنت أدت إلي استهلاك الوقت، وبالتالي انخفضت كمية الوقت الذي يقضيه الأطفال والشباب مع والديهم.
- الاستخدام المتكرر من قبل الأبناء للإنترنت يؤثر سلباً علي السمات الشخصية لهم، فينعكس ذلك علي علاقتهم بوالديهم.

- بعض الآباء لا يتابعون ما يقوم به الأبناء في تعاملهم مع الإنترنت، وهناك بعض الآباء يتجاهلون أو لا يدركون مخاطر استخدام أولادهم المتكرر للإنترنت وخصوصاً الأطفال.

وهناك دراسات واستطلاعات عديدة تُشير إلي عدد كبيرٍ من الآثار السلبية الأخرى علي الأسرة، ففي الولايات المتحدة الأمريكية مبتدعة هذا الإنترنت، برزت إلي الوجود ظاهرة جديدة تُسمى «أرامل لإنترنت» Cyber windows، حيث وصلت نسبة النساء اللواتي يشتكين من إدمان أزواجهن الإنترنت ويطلبن الطلاق إلي ٥٣٪ ، وذلك طبقاً للدراسة التي نشرتها «كيمبرلي يونغ» Kimberley Young في مؤتمر مؤسسات علماء النفس الأمريكيين المنعقد عام ١٩٩٧.

وفي مصر أعلن جهاز التعبئة العامة والإحصاء تسجيل ٤٥ ألف حالة طلاق خلال عامي ٢٠٠٧- ٢٠٠٦ سببها إدمان الأزواج علي الإنترنت، وذلك من مجموع حالات الطلاق التي بلغت ٧٥ ألف حالة، وهي نسبة كبيرة جداً إذا ما كانت هذه المعطيات صادقة.

وتوضح الجهة ذاتها أن ٦٨٪ من حالات إدمان الإنترنت المُسببة للطلاق كانت بسبب إنشاء معارف وصدقات بين الزوج ونساء أخريات عن طريق الإنترنت. كما انتهت العلاقات في

٥٦٪ من حالات إدمان الإنترنت إلى حدّ الخيانة الزوجية عن طريق الدخول إلى المواقع الإباحية أو غرف المحادثات (الشات) والمنتديات الجنسيّة.

ورصدت دراسة سعودية أنّ شبكة الإنترنت مسؤولة عن ٦٥٪ من نسب الطلاق بين أزواج تتراوح أعمارهم بين ٢٩ و ٣٠ عاماً ولم يمرّ علي زواجهم سوى سنوات محدودة، وكانت دوافع دخولهم هذا العالم مختلفة وتتنوّع بين عدة عوامل منها: ٤٦٪ نتيجة ضعف الوازع الديني والأخلاقي. ٢٠٪ نتيجة الشعور بالملل تجاه الزواج. ١٦٪ نتيجة بُعد أحد الزوجين عن المنزل. ١٠٪ نتيجة حبّ الاستطلاع والرغبة في التغيير. ٦٪ نتيجة صعوبة التفاهم بين الزوجين. ٣٪ نتيجة فتور العلاقات العاطفية والحميمية بين الزوجين.

وفي دراسة أجرتها مجلة أمريكية متخصصة أكّدت أنّ المجتمع البشري سيعيش حالة من الفوضى خلال السنوات المقبلة نتيجة طغيان تكنولوجيا المعلومات علي الحياة البشرية، قبل أن يتوصل الإنسان إلي توازن جديد معها، وتوظيفها مع متطلباته المعيشيّة والاجتماعيّة بشكل سليم.





الفصل الثالث

كيف نقضي علي تأثير الإنترنت
السَّابِي علي أفراد الأسرة ؟



📌 ربما على الأب والأم وضع نظامٍ يطبقه كُلُّ فردٍ في الأسرة، مثل عدد ساعات مُعيَّن مسموح به للجلوس على الإنترنت، فالإنترنت لا يزال مهماً لا يمكن الاستغناء عنه، فمنعه في المنزل ليس حلاً جيداً، كما أنَّه مستحيل أيضاً.

ولكن من الممكن وضع عدد ساعات مُعيَّن لتصفح الإنترنت، كما يمكن أن تتجمَّع الأسرة في أوقات بعينها وفتح النقاش والحوار حول الكثير من الأمور، وبذلك نخلق الجو الأسري الذي يجب أن يكون.

كما يمكن اتخاذ قرارات مثل: ألاَّ يجب أن يتناول فرد طعامه وحيداً مثلاً، كما أنَّه عند الجلوس مع الأسرة يجب الامتناع عن استخدام أي وسيلة للتواصل مع الإنترنت، وخاصةً بالنسبة للأب الذي لا يهدأ هاتفه عن الرنين،

وربما اتفاق الأسرة على مشاهدة فيلمٍ أسبوعيٍّ ومناقشته، والاستمتاع به، من الحلول المناسبة. كما أنَّه يجب على الأب والأم معرفة ما يقوم أبنائهم بفعله جيداً ولكن ليس من باب المراقبة بل من باب الصداقة، فإنَّ الطفل إن كان صديقاً لأمه أو أبيه كان ذلك أسهل عليه عندما يقوم بتلقي نصيحةٍ ما، أو زجرٍ على عمل مُعيَّن سيء قام به، ومحاولة الأب والأم إشراك أبنائهم في العديد من النشاطات التي تثقل موهبتهم، وتجعلهم

يتواصلون مع العالم الخارجي بعيداً عن الإنترنت لفترةٍ ما.. ربما إن حاول الوالدان فعل ذلك قل تأثير الإنترنت السلبي على أفراد الأسرة، وحفظها - غالباً - من التفكُّك الذي قد يعترئها.

وهذه بعض أساليب الوقاية والتحسين:

١. إبرام الاتفاقيات الدولية بهدف تقوية القيم الأخلاقية والمجتمعية؛ للحفاظ على ترابط وتماسك أفراد الأسرة بعضهم البعض، إلى جانب اتفاق دول العالم على منع الشركات الخاصة التي تروج قيماً تمسُّ تماسك الأسرة، سواء بعدم إنشائها من الأصل، أو بإنذارها، أو بإغلاقها، ومحاولة طرح برامج تسهم في تلافي عيوب الإنترنت في محيط الأسرة.

٢. العمل على وجود قانون خاص بجرائم الإنترنت واستخداماته فلا الاستكثار يُجدي، ولا التجاهل يُفيد، ولا الرقابة تكفي، ولا سبيل أماننا إلاَّ اكتساب المزيد من الوعي والمرونة والتكيف، لأنَّ نهر الحياة سيستمر بالجريان والتدفُّق، وعلينا أن نُجيد السباحة وسط أمواجه المتلاطمة ما دامت الحياة تسير.

٣. التوعية والإرشاد من خلال وسائل الإعلام بالطرق المثلى لاستخدام الإنترنت.

٤. ضرورة التوعية المستمرة بتبصير الأطفال والشباب بأهمية الوقت، وعدم إهداره بما لا يُفيد.
٥. علي المؤسسات المهتمة م بقضايا الطفولة والشباب والأسرة بشكل عام، أن تُكثّف جهودها في التنسيق والتعاون فيما بينها؛ من أجل المحافظة على ترابط الأسرة وتوعية أبنائها.
٦. تُقام دوراتٌ تدريبية في مجال التواصل الاجتماعي، والترابط الأسري، ينبغي الالتحاق بها، خاصة لمن يعاني من العزلة والانطواء بسبب استخدام الأجهزة التي تتصل بشبكة الإنترنت.
٧. أهمية تعلّم الآباء والأمهات كيفية استخدام الإنترنت، وطريقة الدخول إلي المواقع، والمدونات وغرف الدردشة، والتجوال في مواقع التواصل الاجتماعي: «فيسبوك» Facebook، و«تويتر» Twitter و«أنستجرام» Instagram وغير ذلك. والتعرّف علي اللّغة التي يتخاطب ويتراسل بها الأطفال والشباب لتكون لديهم القدرة علي الحوار الهادف مع أبنائهم.
٨. من المهم مراقبة سلوك الطفل أو المراهق أثناء استخدام الإنترنت مع ضرورة تواجد أحد الأبوين أثناء استخدامه

للإنترنت، ولكن قد يتعذر هذا الإجراء في كثير من الأحيان مع استخدامه الهاتف المحمول أو الجوال الذي يصطحبه معه أينما ذهب. ولكن في جميع الأحوال لا بد من توفير الوعي الأخلاقي والثقافي والمجتمعي له بحيث يكون هو الرقيب على نفسه عندما يتصفح مواقع الإنترنت.

٩. يجب على الوالدين تحديد أوقات وأماكن مُعيَّنة لاستخدام شبكة الإنترنت داخل المنزل.
١٠. ينبغي على الوالدين أن يعملون على تقليل استخدام المراهقين للإنترنت.
١١. وضع برامج حماية وحجب للمواقع الضارة للمستخدمين من الأطفال والمراهقين، كلما أمكن ذلك.
١٢. عدم تصفح الإنترنت، وخصوصاً على أجهزة الهواتف أثناء تناول الطعام، أو أثناء اجتماعات الأسرة.
١٣. ضرورة إيجاد أوقات فراغ، ولو مرة واحدة في الأسبوع، بحيث يتجمع أفراد الأسرة جميعاً لممارسة نشاط ترفيهي، أو الخروج في نزهة، أو حتى لمناقشة قضاياها . ما

١٤ . يجب أن يُشجع الأبناء من قِبَل أُسرهم علي ممارسة بعض الهوايات التي يحبونها: مثل الرسم، أو الرياضة.. الخ بعيداً عن الأجواء الافتراضية.

١٥ . يجب تنمية العلاقات الاجتماعية للأبناء من خلال تشجيع الأسرة لهم علي تكوين صداقات حقيقية.



الباب الثالث

الأطفال و الشباب ..و الإنترنت





الفصل الأول

ما سرّ تهافت الأطفال والشباب
علي الإنترنت؟



٧٦ لكون استخدام الإنترنت بات متاحاً لكافة الفئات، فإنَّ الأطفال والشباب علي اختلاف انتماءاتهم وثقافتهم ومستوياتهم أصبحوا من الشرائح العُمريَّة الأكثر تعامُلاً مع شبكة الإنترنت في المجتمعات المعاصرة. وقد أوضحت دراسة مسحية تمت في البلدان العربيَّة أنَّ نسبةً كبيرةً من مُستخدمي الإنترنت تقلُّ أعمارهم عن السَّابعة عشرة، ومكمن الخطر في هذا أنَّ الأبناء يمكنهم الدخول واكتشاف العديد من المواقع الإلكترونيَّة في سنٍ مبكرةٍ بحريَّةٍ تامَّةٍ.

وفي مسحٍ أجرته شبكه « ياهو » Yahoo تبين أنَّ الأطفال من سن ٧ إلى سن ١٢ سنة يقضون من ٨ - ١٦ ساعة أسبوعياً في استخدام الإنترنت.

والأثر السلبي للإنترنت على الأطفال والمراهقين لا يمكن تجاهله، فالأرقام تُؤكِّد أنَّ ٥٨% من مُستخدمي الإنترنت من الطلاب الأمريكيين انخفض مستواهم الدراسي، وأنَّ ٨٦% من المُعلِّمين والمُعلِّمات يرون أنَّ تعلُّق الطلاب بالإنترنت لا يُفيدهم دراسياً.

وحذَّر بحثٌ أُجري في بريطانيا أيضاً من أنَّ الجيل الأصغر من البريطانيون ليس لديه معرفة بمفردات الإنترنت مع أنَّهم يستخدمونه بكثافة، وقال البحث: إنَّه بالرغم من أنَّ العديد من أطفال بريطانيا يتمتَّعون بإمكانية استخدام الإنترنت، فإنَّهم يفتقدون فهم معظم المصطلحات المطلوبة لاستخدامها.

ويكشف البحث عن أن ٨٥٪ من الأطفال البريطانيين الذين تراوح أعمارهم بين ١٥- ١٠ لديهم حواسيب منزلية، وأن ٦٢٪ من هذه الحواسيب متصلة بشبكة الإنترنت. ومن النتائج التي أظهرها البحث أنَّ السبب الرئيس الذي يدفع الصغار إلى استخدام الإنترنت هو التعلُّم حيث يتصل ٤٨٪ منهم بالشبكة من أجل الحصول على الحقائق والمعلومات، في حين يكون هدف ٢٦٪ منهم هو مطالعة بريدهم الإلكتروني.

لماذا كلُّ هذا التهافت علي الإنترنت ؟

يمكننا القول بأنَّه لا يمكن الآن الاستغناء عن الإنترنت، وهو ما سبق أن أكَّدناه في فصولٍ سابقةٍ من هذا الكتاب. بل أننا نضعه ضمن أولوياتنا دائماً، ويجئ غالباً في المرتبة الأولى. لقد أصبح الإنترنت الآن موجوداً في كلِّ بيتٍ، وأصبح بمقدور جميع أفراد العائلة استخدامه بسهولةٍ تامةٍ، هذه الشبكة المهولة التي تحوي بين ثناياها الكثير، قد تعود بالفائدة على مُستخدميها، فنحن لا ننكر أن لها العديد من الإيجابيات التي قد يفضّل عنها الكثيرون. هذه الإيجابيات هي ما تجذب الأطفال والشباب إليها، والتي نوجزها في التالي:

١. توفر للأطفال والشباب إطلاق رغباتهم الدفينة كُلِّها والتعبير عنها بطرحها مع مَنْ يرغب في «غرف الدردشة

chat rooms، هذه الغرف التي تُقدِّم لهم فرصة ذهبية للتخلُّص من القيود المجتمعية الصَّارمة، والتي سوف نتحدَّث عنها بنوعٍ من التفصيل في هذا الفصل من الكتاب.

٢. الافتقاد إلى السند العاطفي عند المراهقين يجعلهم يلهثون وراء الإشباع الوهمي، واللذَّة المؤقتة من خلال الدردشة مع أناس وعوالم لا يعرفون عنها شيئاً.

٣. تنويع الخيارات وعدم وضوح الهدف، فالدخول قد يكون لا هدف له، لكن المتصفحين ينجرون من موقعٍ إلى آخر.

٤. إنَّ غرف الدردشة وسيلة للتفريغ الانفعالي وتفريغ شحنات الغضب والكبت والعدوانية، فلا رقيب ولا حسيب ولا حدود للزمان والمكان، لذلك تصبح غرف الدردشة الملاذ الآمن والمنقذ الأكبر لما يعترى النفس البشرية من مكونات موجودة في غياهب اللاشعور.

٥. التخلُّص من القلق النفسي وضغوطات الحياة الصَّعبة التي يُعانيها الشباب وخصوصاً في ظلِّ البطالة.

٦. سرعة الوصول إلى المعلومة، وقراءة أي نوع من الكتب وتصفح الجرائد والمجلات، كما أنَّها مفيدة في المجال التعليمي وإنشاء البحوث العلمية الدقيقة.

٧. الإنترنت جعل العالم بمثابة قرية صغيرة يتقل بها الشخص كما يُريد، حيث يطلع على ثقافات العالم وعادات الشعوب المختلفة.
٨. أتاح الإنترنت سهولة التجارة والتسويق الإلكتروني لبعض الأشخاص، ممَّا يؤدي إلي زيادة أرباحهم، فالإنترنت يتيح وضع الإعلانات المصوَّرة التي تجذب الزائر.
٩. بمقدور أي شخص أن يُنمي موهبته التي يتميَّز بها كإنشاء موقع خاصَّ به وجعله يتضمَّن موضوع ما، أو إنشاء المنتديات الهادفة، وغرف الحوار التي تعمل على الأسلوب العلمي الصحيح.
١٠. الإنترنت تُقرب البعيد، وتُسهِّل فرص الاتصال، وتوفر المال.





الفصل الثاني

ماذا يُشاهد الأطفال والشباب علي

شبكة الإنترنت؟



✍ يمكننا تحديد ما يشاهده الأطفال والشباب علي شبكة

الإنترنت من خلال العرض التالي:

● الإسراف في متابعة الجنس عبر صفحات الإنترنت، وقد أشارت الإحصاءات البريطانية أن نسبةً غير قليلة من الأطفال أقل من ١٥ عاماً تعرّضوا لمشاهد جنسية من غير قصد. ونسبةً أخرى تعمّدت البحث عن تلك المواقع الإباحية، وتقول إحدى الإحصاءات العالمية أن ٧٥٪ من جمهور الإنترنت يزورون موقعاً إباحياً مرةً واحدة سنوياً علي الأقل، تصل في فرنسا إلي ٥٠٪، بينما ترتفع في الولايات المتحدة الأمريكية إلي ٨٦٪. وتُقدَّر قيمة المواقع الإباحية بـ ٣ بلايين دولار أمريكي، وتتعدّد هذه المواقع علي الإنترنت فتصل إلي ٥٥٠ ألف موقع، ويصل عدد مُرتاديها إلي ١٠ ملايين شخص.

والجنس عبر الإنترنت، أو «الجنس الإلكتروني» E-sex عبارة عن عملية تتمّ بين فردين عبّر وسائل الاتصال المتوافرة عبر شبكة الإنترنت، مثل: البريد الإلكتروني، أو الصور، أو الرسائل الجنسية، أو عُرف الدردشة، أو المواقع الإلكترونية. ويعتبر من أنواع الجنس التخيلي، ويختلف عن الجنس عبر الهاتف في كونه عادةً يحدث بين أشخاص غير معروفين لبعضهم البعض.

وتأتي الولايات المتحدة الأمريكية في مراكز متقدمة من حيث ارتياد أفرادها للمواقع الجنسية، ويلاحظ أيضاً أن نسب الولوج إلى المواقع الإباحية تزداد باضطراد في الدول العربية وإيران والهند والصين.

هذا، ويؤدي الجنس عبر الإنترنت إلى عددٍ من المخاطر على الفرد والمجتمع في النواحي الصحيّة، والاجتماعيّة، والنفسيّة، منها:

- يؤدي الجنس عبر الإنترنت إلى زيادة الانحطاط الأخلاقي لدى الفرد.
- يؤدي الجنس عبر الإنترنت إلى تزايد «الاستمناء» Masturbation (العادة السرية) لدى الفرد، نتيجة ما يتعرض له من مثيرات جنسيّة، وهو ما ينعكس سلباً على صحّة الإنسان، ونظرتَه السلبية إلى ذاته.
- الجنس عبر الإنترنت تُعتبر ممارسة خيالية خالية من الأذى الجسدي، إلاّ أنّها تلحق أذى في نفس الفرد فقد تؤدي به إلى إدمان هذه العادة السيئة وعدم القدرة على الماضي دون ممارستها.
- الجلوس الطويل أمام الكمبيوتر لممارسة هذه العادة يؤدي إلى العزلة الاجتماعيّة بين الفرد ومجتمعه، وإصابته بالخمول وابتعاده عن النشاط.

- قد يؤدي إلى أخطار كبيرة على الأطفال من الناحية الأخلاقية والنفسية والاجتماعية. نظراً لتعرضهم لخبرات جنسية مثيرة لا تتناسب مطلقاً مع صغر سنهم، ومحدودية خبراتهم.
- الإسراف مع ألعاب الإنترنت، فهناك من الألعاب ما تشد الأطفال والشباب بحيث تجعلهم يقضون أوقاتاً طويلة حتى ينتهوا منها، وهناك ألعاباً تحثهم على العنف، مثل: لعبة «الموت» Doom، وإدمان هذه الألعاب تُسبب الكثير من المعاناة النفسية والاجتماعية. وقد تبين حسب بعض الإحصاءات العالمية أن ٢٨٪ من الأطفال والمراهقين يمارسون تلك الألعاب حد الإدمان.
- غرف الدردشة (الشات) وروادها يقعون في الفئة العمرية بين ١٥ إلى ١٨ عاماً في الغالب. حيث يقوم الأطفال والمراهقين بالتعرف على أصدقاء جدد، ويقضون أوقاتاً طويلة في الثرثرة سواء في مشكلاتهم الشخصية أو عن الأمور العامة، أو في كثير من الأحيان يكون الحوار عن الأمور الجنسية، وقد يقوم هؤلاء بعمل علاقات غرامية. وقد أوضحت بعض الدراسات الحديثة أن نسبة ٣٥٪ من مدمني الإنترنت يقضون معظم أوقاتهم في غرف الدردشة. وقد أفردت لهذا الموضوع قدراً لا بأس به من الدراسة في الفصل السابع عشر.

• عادة البحث علي الإنترنت علي غير هدف مُحدّد حيث يحتوي الإنترنت علي كم هائلٍ من المعلومات والصور والفيديوهات والألعاب، وقد يستهوي ذلك نوعية مُعيّنة من الأطفال أو الشباب. وعلي ذلك يتضح، كما لاحظته الدكتور «جون جرو هول» عالم النفس الأمريكي أنّ إدمان الإنترنت عملية مرحلية، حيث أنّ المبتدئين هم الأكثر عرضة لهذا الإدمان حيث يبهرهم هذا العالم الجديد ويشعرون بحاجةٍ لزيادة الوقت الذي يقضونه أمامه، ومع مرور الوقت يصبح الشخص مُدمناً للإنترنت، ثمّ يبدأ الملل تدريجياً أو يفيق علي مشاكل جمة تبعده عن الإنترنت، وحينما يعود إليه من جديد يكون مُستخدماً أكثر حنكة وخبرة، ولا يتورط في إدمان الإنترنت. ولكن البعض – وهم أكثرية للأسف – يمضون قدماً إلي الأمام في طريق الإدمان.

وقد ينظر أغلب الشباب إلي الإنترنت علي أنّه عالم مليء بالتسلية والترفيه، فهو يحتوي علي المواقع الشائقة والمسلية التي تُبدّد الشعور بالوحدة والفراغ، وبالإضافة لكونه وسيلة للخروج من العزلة بما يوفره من فرص الاتصال المتزامن أو المباشر والتحاور.

وقد نجد قلّة من الشباب العربي تنظر إلى الإنترنت علي أنّه أداة للثقافة، وتبادل الأفكار والمعلومات المفيدة، فقد أكّد استطلاع قامت به مجلة سعودية أنّ ٦٠٪ من مقاهي الإنترنت في العالم العربي يقضون الوقت في المحادثة، و٢٠٪ منهم في تصفّح المواقع الثقافية، و١٢٪ في زيارة المواقع الطبيّة والإلكترونيّة، أمّا المتردّدون علي المواقع السياسيّة فهم ٨٪. كما أشارت دراسة أخرى إلي أنّ ٨٠٪ من رواد مقاهي الإنترنت تقلّ أعمارهم عن ٣٠ عاماً.

ويمكننا أن نقول: لقد أصبحت الإنترنت ملقّية للشباب من الجنسين، الذين يخشون من التلاقي علانية، إذ أصبح بوسعهم التواصل فيما بينهم عبر البريد الإلكتروني، أو تبادل أطراف الحديث عبر غرف الدردشة، كما أنّ الشباب العرب الذين قد يضطرون إلى زيجات تقليدية يستعينون الآن بشبكة الإنترنت للقاء شريك الحياة عبر مواقع التخاطب الإلكتروني.

وتفيد الإحصاءات بأنّ ٦٣٪ من المراهقين الذين يرتادون صفحات المواقع الإباحيّة، وأنّ آبائهم لا يدرون طبيعة ما يتصفحونه، وأنّ أكثر مُستخدمي المواد الإباحيّة تراوح أعمارهم بين ١٧-١٢ عاماً، والصفحات الإباحيّة تمثل بلا منافس أكثر فئات صفحات الإنترنت بحثاً وطلباً، بكلّ أسف.

ولذلك صرحت وزارة العدل الأمريكية قائلة : لم يسبق في أي مدة من تاريخ وسائل الإعلام بأمريكا أن تفضى مثل هذا العدد الهائل من المواد الإباحية أمام الكثرة من الأطفال والشباب. وتفيد إحصاءات الوزارة بأن انتشار هذه الوسائل من الأسباب المباشرة التي أدت إلي تفضي أنواع أخرى من الجرائم والمآسي الاجتماعية، مثل : القتل، والسَّرقة، والتحرُّش، والاعتصاب، والشذوذ الجنسي.

ففي دراسة أمريكية حديثة أكَّدت أنَّ الشراء والبيع عبر شبكة الإنترنت ، ونشر المواد الجنسية، والمقامرة، وبرامج الأحاديث.. أصبحت مثل المخدرات بالنسبة لفئاتٍ من النَّاس الذين يشعرون بالوحدة والحساسية المفرطة، بحيث يلجئون إليها بحثاً عن الاستمتاع والإثارة دون الإحساس بالذنب Not feeling guilty.





الفصل الثالث

أشهر المواقع التي يرتادها الأطفال
والشباب علي شبكة الإنترنت



تتعدد المواقع والتطبيقات التي يقبل علي زيارتها الأطفال

والشباب، والتي نسردها في هذا الفصل من الكتاب، كالتالي:

أولاً: الفيسبوك:

انطلق موقع «الفيسبوك» كنتاج غير متوقَّع من موقع «فيس ماتش» Facemach التابع لـ «جامعة هارفارد» Harvard university، وهو موقع يعتمد على نشر صور لمجموعةٍ من الأشخاص تُمَّ اختيار رُوَّاد الموقع للشخص الأكثر جاذبية. وقد قام الأمريكي «مارك زوكربيرج» Mark Zuckerberg (من مواليد ١٤ مايو ١٩٨٤) بابتكار «الفيس ماتش» في ٢٨ أكتوبر من عام ٢٠٠٣، عندما كان يرتاد جامعة هارفارد كطالبٍ في السَّنَّة الثانية. ففي هذه الأثناء، وفقاً لما نشرته جريدة «هارفارد كريمسون» Harvard Crimso، فإنَّ موقع «فيس ماتش» استخدم صوراً مُجمَّعة من دليل الصور المُتاح على الإنترنت والخاصَّ بتسعة من طلبة المدينة الجامعية، ودعوة المُستخدمين إلى اختيار الشخص «الأكثر جاذبية». وكي يتمكَّن «زوكربيرج» من تأسيس الموقع، فإنَّه لجأ إلى اختراق مناطق محمية في شبكة الحاسوب الخاصة بجامعة هارفارد، وقام بنسخ صور خاصَّة بالطلبة في السكن الجامعي. وسرعان ما تمَّ توجيه الموقع إلى العديد من وحدات الخدمة الخاصَّة بالحرَم الجامعي، ولكن تمَّ إغلاقه

بعد بضعة أيام من قبل إدارة جامعة هارفارد. وقد قامت إدارة الجامعة باتهام «زوكربيرج» بخرق قانون الحماية وانتهاك حقوق التأليف والنشر، وكذلك انتهاك خصوصية الأفراد، مما يُعرضه للطرد من الجامعة؛ ولكن تمَّ إسقاط جميع التهم الموجهة إليه في نهاية الأمر.

وفي النصف الثاني من العام الدراسي نفسه، قام «زوكربيرج» بتأسيس موقع «الفيسيوك» على النطاق thefacebook.com، وتحديدًا في ٤ يناير من عام ٢٠٠٤. وقد أدلى «زوكربيرج» بتصريحٍ لجريدة «هارفارد كريمسون» قائلاً: «لقد كان الجميع يتحدثون عن دليل الصور العالمي المأخوذة في جامعة هارفارد.. أعتقد أنه من السخف أن تستغرق الجامعة عامين للقيام بمثل هذا العمل.. يمكنني أن أقوم بالأمر على نحو أفضل منهم بكثير وفي غضون أسبوع واحد فقط».

كانت عضوية الموقع قاصرة في بداية الأمر على طلبة هارفارد كوليدج أقدم كليات جامعة هارفارد، وخلال الشهر الأول من إتاحة الموقع للاستخدام، قام أكثر من نصف الطلبة الذين لم يتخرجوا بعد من الجامعة بالتسجيل في هذه الخدمة. وبعد فترة وجيزة، انضمَّ كلُّ من: «إدواردو سافرين» Eduardo Saffrin (المدير التنفيذي للشركة)، و «داستين موسكوفيتز» Dastin

Andrew McCulam (مبرمج)، و«أندرو ماكولام» Moskowitz (رسم جرافيك) إلى «زوكريج» لمساعدته في تطوير الموقع.

وفي شهر مارس من عام ٢٠٠٤، فتح «الفيس بوك» أبوابه أمام جامعات ستانفورد، وكولومبيا، وييل. بعد ذلك، اتسع الموقع أكثر وفتح أبوابه أمام جميع كليات مدينة بوسطن وجامعة أيبي ليج، وشيئاً فشيئاً أصبح متاحاً للعديد من الجامعات في كندا والولايات المتحدة الأمريكية. وقد قامت الشركة بإسقاط كلمة the من اسمها بعد شراء اسم النطاق ليصبح facebook.com عام ٢٠٠٥ نظير مبلغ ٢٠٠ ألف دولار أمريكي. كما قام «الفيس بوك» بإصدار نسخة للمدارس الثانوية في سبتمبر من عام ٢٠٠٥، بعد ذلك.. أتاح الموقع اشتراك الموظفين من كافة الشركات، ومن بينها شركة «أبل» Apple، وشركة «مايكروسوفت» Microsoft. وفي ٢٦ سبتمبر من عام ٢٠٠٦، فتح الموقع أبوابه أمام جميع الأفراد البالغين من العمر ١٣ عاماً فأكثر والذين لديهم عنوان بريد إلكتروني صحيح. وفي أكتوبر من عام ٢٠٠٨، أعلن القائمون على إدارة «الفيس بوك» عن اتخاذ مدينة «دبلن» عاصمة أيرلندا مقراً دولياً له.

الفيسبوك في العالم العربي :

بلغ عدد مُستخدمي فيسبوك في العالم العربي ٣٢ مليون مُستخدم في أغسطس عام ٢٠١١ حسب تقرير لكلية دُبي للإدارة الحكوميّة. وتعتبر مصر هي الأولى في الشرق الأوسط استخداماً للفيسبوك، حيث يضم موقعها ١٢ مليون مشترك وفقاً لإحصائيات يونيو ٢٠١١. وهو الموقع الإلكترونيّ الأوّل للمصريين. وقد أثار الفيسبوك في الحياة السياسية في مصر خصوصاً بعدما أنشأت مجموعة على الموقع دُعي فيها إلى إضراب يوم ٦ أبريل ٢٠٠٨ وشارك في هذه المجموعة أكثر من ٧١ ألف شخص.

وقد تمّ حجب الموقع في ٢٦ يناير ٢٠١١ بعد دعوة الشباب إلى ثوره ضد الحزب الحاكم لمدة أسبوع كامل، ممّا كبد الاقتصاد المصري خسائر مالية بقيمة ٩ مليار جنية.

وفي السعودية يُعتبر الفيسبوك هو ثاني أكثر المواقع زيارة، بعد «جوجل»، فحسب تصنيف موقع «أليكسا» Alexa يبلغ عدد المشتركين من داخل السعودية ٣,٤ مليون مشترك وفقاً لإحصائيات يونيو ٢٠١١.

أطفالنا.. والفيسبوك :

أصبحت الآن شبكة الإنترنت مفتوحة لكلِّ الأعمار، ما عدا - من الناحية النظرية - مَنْ هم دون سن الثالثة عشرة. والمنطق يقول إنَّ هؤلاء الأطفال يحتاجون إلي حمايةٍ تامةٍ من المتحرشين والانتهازيين علي شبكة الإنترنت، وكذلك من الصور غير اللائقة، والأفلام الساقطة. لكن المشكلة هي أنَّ الأطفال دون سن الثالثة عشرة يمكنهم الاشتراك في الفيسبوك بأن يكذبوا ببساطة فيما يتعلَّق بأعمارهم. وسوف يُصدم الآباء والأمهات إذا عرفوا أن بعض الأطفال أقدموا علي ذلك فعلاً. وتُشير بعض التقارير إلي أنَّ عدد مَنْ فعلوا ذلك في الولايات المتحدة الأمريكية يبلغ ٦,٥ ملايين طفل.

وإذا نظرنا إلي الضمانات الحالية نجدها تتساوي في فعاليتها مع وضع لافتة تقول: «ممنوع السرقة» علي علبة حلوي دون حراسة !!

لقد حان الوقت لإعادة النظر. هناك خياران متاحان، إذ تستطيع الفيسبوك إمَّا تحاول بمزيدٍ من الجهد منع الأطفال من الاشتراك فيها، وإمَّا أن تسمح لهم بالاشتراك لكن مع توفير ضمانات كافية لهم. وتتنظر شركة فيسبوك حالياً في الفكرة الثانية، حيث يعكف المسؤولين بها علي مناقشة ما إذا كانوا

يسمحون للأطفال بإنشاء صفحاتهم الشخصية تحت إشراف من الوالدين، وهذا من شأنه أن يُسهّل مهمة تدقيق الآباء والأمّهات في أصدقاء أطفالهم ومراقبتهم للتطبيقات التي يستخدمونها.

ويقال إنّ فيسبوك تدرس سُبُل تحميل الوالدين تكلفة الألعاب والتطبيقات الأخرى التي يلعب بها أطفالهم.

كثيرٌ من الناس مذعورين، وقد شبّه أحد النشطاء الفيسبوك بشركة تبغ تسعى إلي تعويد الصغار علي الإدمان في سن مبكرة. ويجادل البعض في ضرورة حماية الأطفال من فيسبوك بقولهم: « هذا ليس بعدل؛ فالتوصل الاجتماعي لا يُسبب السرطان، ولا يوجد سبب مقنع يمنع الأطفال من مخالطة بعضهم بعضاً اجتماعياً علي الإنترنت ».

الشيء المُقلِق هو أن الأطفال المُسجلين في الفيسبوك اليوم يعاملون كما لو كانوا كباراً، وكثيرٌ منهم أنشئوا صفحة شخصية — بكلِّ ما فيها من صور وبيانات شخصية — يستطيع الجميع تقريباً الاطلاع عليها، وكثيرون منهم يدخلون إلي الفيسبوك عبر هواتفهم الجوّالة، وبعضهم يكشف عن مكانه للعيون المتطفلة.

وثمة مشكلة أشدّ صعوبة هي أنّ تجربة الأطفال الأوّلي في التواصل الاجتماعي عادةً ما تشتمل علي خداع، وهذه ليست الطريقة المثلي علي الإطلاق لتشجيع المواطنة الصالحة علي الإنترنت.

هناك حافظ قوي أمام الفيسبوك لتطهير نظامها، حيث تخاطر الشبكة بالاصطدام بقانون أمريكي يشترط علي الشركات الحصول علي موافقة الأبوين قبل جمع معلومات من الصغار. فإذا لم تفعل الشبكة شيئاً، فمن الممكن أيضاً أن تواجه سيلاً من الدعاوي القضائية وفيضاً آخر من الدعاية السلبية، إذ أنّ الأطفال سيتورطون حتماً في بعض المتاعب. والسؤال الوحيد هو: ما الذي ينبغي علي شبكة الإنترنت أن تُغيّره ؟

ليس من المرجح أن تفلح برامج «الفلتر» التي تحجب المُستخدمين الذين هم دون السن القانونيّة، لأنّ خبراء الكمبيوتر الصغار سيجدون وسائل للالتفاف عليها، وسيتبادلونها مع أصدقائهم كافة. ومن الأفضل كثيراً أن نسمح لأطفالنا بالاشتراك في الفيسبوك وأن نوفر لهم بيئة أكثر أمناً يتواصلون فيها اجتماعياً. وستكون الضمانات التالية طيبة علي سبيل البداية.

ينبغي أن تضمن الفيسبوك ضبط إعدادات الخصوصية لمن هم دون الثالثة عشرة من أعمارهم علي أقصى درجة من درجات القوة، وألاً تكون صورهم وبرامجهم الاجتماعيّة مُتاحة للاطلاع عليها إلا لأصدقائهم، لا لأصدقاء أصدقائهم، ولا لسائر العالم علي الإنترنت.

كما ينبغي أن تستحدث شركة الفيسبوك ضوابط بسيطة تسمح للوالدين بمراقبة مَنْ يُصادقهم أطفالهم، وأي التطبيقات يستعملون، وما البيانات التي يجري جمعها عنهم، وينبغي عليها أيضاً أن تسعى للحصول علي موافقة من الأطفال ووالديهم علي حدِّ سواء، قبل إدخال أي تعديلات علي هذه الإعدادات. سيحمي هذا النهج الأطفال من وحوش الإنترنت المفتروسة، وسيسهل علينا ضمان عدم اطلاعهم إلاَّ علي المحتوي الذي يناسب أعمارهم، وسيتيح لفيسبوك تقديم النصح لهم حول سُبُل الحفاظ علي أمنهم وأمانهم علي الإنترنت. سيبدو هذا الإجراء مخاطرة هائلة بالنسبة للبعض، ولا ننسي أنَّ سجل الفيسبوك في الأمور المتعلقة بالخصوصية متقلبة تماماً. لكن البديل أسوأ علي نحوٍ شبه يقيني.

المؤكِّد بالفعل أنَّ الفيسبوك، وشبكات التواصل الاجتماعي الأخرى تضم ملايين من المُستخدمين القاصرين المستترين المُعرضين للخطر، وقد حان الوقت لإخراجهم إلي النور.

ثانياً: غرف الدردشة (الشات) :

غرفة الدردشة، أو المحادثة، أو «الشات» Chat ، عبارة عن إدارة الحديث بين أكثر من مُتحدِّث ومستمع من خلال شبكة الإنترنت حول قضية ما أو لغرضٍ بعينه ، وقد شُبه البعض هذه

الغرف مثل المؤتمر الذي يُدار عن طريق الدائرة التلفزيونية المغلقة سواء بشكل مباشر أو غير المباشر. وقد يكون النقاش عن طريق البريد الإلكتروني «الإيميل»، أو الرسائل النصية. وأقدم شكل من أشكال عُرف الدردشة هي التي تعتمد رسائل نصية متنوعة. وقد تستخدم بعض الغرف بعض الأيقونات التي تُحسِّن بيئة التواصل بين المُتحدثين.

أهداف غرف الدردشة « الشات »:

١. تقديم اقتراحات للتواصل بين القراء أو المُستخدمين.
٢. التعبير عن الرأي، أو تقوية جانب التعبير اللغوي. وإن كان الكثير من المُستخدمين يتواصلون باللُغة العامية، أو الكلمات المتقطعة.
٣. قد يستخدم بعضهم أسلوب السخرية، أو الفكاهة لنقد الواقع السياسي أو الاجتماعي.. الخ. ولعلَّ هذا الأسلوب يُعتبر تنفيساً عما يعتمل داخل النفس.
٤. أصحاب الموقع الإلكتروني ييغون ترويج بضائعهم، فيفتحون غرف الدردشة لصيد المُستخدمين الذين سوف يتأثرون بالدعايات التجارية المعروضة على الموقع.

- ٥ . يستخدم في الخداع، ففي أحد المواقع وبأعلى الصفحة جاء إعلان يقول: أشهر مواقع تعارف دردشة صوتية ومرئية، وتحتها صور لفتيات مثيرات للغريزة وهذه الفتيات من شتي الدول العربية، والأجنبية أيضاً.
- ٦ . التعارف وإبداء الرأي بهدف غير واضح، فماذا نفهم من هذه الجملة التي جاءت في إحدى الإعلانات : نحن مختلفون ولكننا اخترنا الحوار والتعبير الحر !!
- ٧ . تبادل الصور، وهي عبارة عن صور مخلة بالأداب العامة.

الشباب في حضرة « الشات » !!

في دراسة علي موقع جريدة الشرق الأوسط ، يناير ٢٠٠٤ ، أكدت أن ٧٠٪ من مستخدمي الإنترنت في العالم العربي مدمنون استخدام غرف الدردشة، التي ظهرت كبديل للدردشة العادية من خلال شبكة الإنترنت، وتطور الأمر بظهور جهاز «بلاكبيري» BlackBerry ويعني (التوت الأسود)، وهو نوع من الهواتف الذكية التي تدعم خدمة البريد الإلكتروني، تم تطويره من قبل شركة Research In Motion الكندية. يتميز الـ «بلاكبيري» بشكل رئيس بقدرته على استقبال وإرسال البريد الإلكتروني حيثما توفرت شبكة اتصالات خلوية لعدد كبير من شركات الاتصالات حول العالم، بالإضافة إلى تطبيقات الهواتف الذكية

التقليدية. وتُشكل مبيعات «بلاكبيري» ٣٪ من مبيعات الهواتف الذكية حول العالم في العام ٢٠١١. وتتوفر خدمة «بلاكبيري» حالياً في أكثر من ٩٠ دولة.

وبعد تزايد أعداد مُستخدمي شبكة الإنترنت فقد زاد بالتالي عدد مُستخدمي غرف الدردشة حول العالم، ممّا أدي إلي تخوف معظم بلدان العالم من انتشار الإباحية بين الشباب الذين هم أكثر استخداماً ودخولاً لغرف الدردشة. وقد وضعت هذه الدول برامج حماية للتحكُّم بشبكة الإنترنت وتفاذي سلبياتها إلاّ أنّ هناك طرفاً للخروج من هذه الحماية، ثمّ أنّ الحماية لن تُجدي إلاّ لمدة سنة واحدة. ولا يبقى سوي الحماية والتحصين من قبل الأسرة، والمدرسة أو الجامعة، ووسائل الإعلام، ودور العبادة.

أسباب ارتياد غرف الدردشة:

١. بالنسبة للشباب فقد سهّلت لهم غرف الدردشة التعرّف علي أفراد الجنس الآخر، وخصوصاً مع عدم وجود رقابة أبوية حقيقية.
٢. بالنسبة للمتزوجين فإنّهم يرتادون غرف الدردشة من أجل التسلية، أو إشباع شهوات غير مشبعة، ومن هنا تحدث الخيانات الزوجية.

٣. تتراد الفتيات غرف الدردشة للفجوة الكبيرة بينهن وبين أمهاتهن، بمعنى عدم تأثر الفتاة بنصائح الأم وضعف العلاقة بينهما، فأغلب فتيات اليوم يرون أن أمهاتهن لا يستطعن فهمهن لاختلاف الوعي الثقافي بينهن .

٤. شباب هذه الأيام يشعرون بالجفاء العاطفي بينهم وبين آبائهم ، فأغلب الآباء لا يقدمون لأبنائهم الإشباع النفسي من الحب والحنان، ويكتفون بإشباع احتياجاتهم المادية فحسب. فهؤلاء الآباء انشغلوا بأمورهم الخاصة، وهذا يعني أيضاً أنهم تخلوا عن تربيتهم لأبنائهم ، فظهرت مؤسسات جديدة وبديلة تقوم بتربية هذا الجيل الجديد، وخصوصاً بعد ظهور الإنترنت.

٥. شعور الشباب بالفراغ الكبير، في ظل ارتفاع معدلات البطالة وخصوصاً في الدول العربيّة، وفي ظل غياب البرامج التي يمكنها أن تملأ مساحات كبيرة من أوقات فراغهم، حتى أن المؤسسات الرياضيّة والثقافيّة والاجتماعيّة والترفيهيّة.. وغيرها ما زالت برامجها علي ما هي عليه دون تطوير أو تغيير حقيقي، كما أن معظم هذه البرامج لا تلبّي احتياجات هذا الجيل من الشباب في ظل طغيان شبكة الإنترنت.

سليبات غرف الدردشة :

- ١ . تفاقم مشكلات الانفصال أو الطلاق بين الأزواج، حيث أنَّ غرف الدردشة تجعل كلَّ زوج يتعرَّف على أفراد الجنس الآخر نتيجة للفراغ العاطفي ، ولعلَّ بعضهم قد يتخذها وسيلة للتسلية في بداية الأمر ثمَّ يتطوَّر الأمر إلى خيانات زوجية.
- ٢ . يستغل بعض الشباب غرفة الدردشة للتحايل وخداع الفتيات تحت مُسمي الحبِّ والزواج.
- ٣ . حينما يشعر الشباب بالعزلة الاجتماعية داخل الأسرة، فإنَّهم يسعون تلقائياً إلى غرف الدردشة، لتكوين علاقات جديدة مع أصدقاء أو صديقات وهميين علي الشات، وهو ما يؤدي إلى انسحابهم من عالم الواقع إلى عالم الأوهام، وبالتالي يفشلون دراسياً، ويعرضون مستقبلهم للخطر، فينزلقون رويداً رويداً في دوامة المرض النفسي.
- ٤ . تكوين ثقافة جنسيَّة قائمة على الإباحية وإثارة الشهوات، حيث أشارت بعض الدراسات إلى أنَّ أكثر من ٦٦٪ من المراهقين يرتادون المواقع الإباحية، التي تصور لهم أنَّ الغاية الوحيدة من الحياة هو إشباع الغرائز والشهوات. وبذلك يتمَّ تشويه واقعهم وتدمير مستقبلهم.

٥. خطورة اعتناق أفكار هدامة، تزلزل بداخلهم قيمهم الأخلاقية والإنسانية، فينتمون إلي جماعات شاذة، أو مؤسسات تخريبية، أو جمعيات مشبوهة.

أهم التوصيات :

١. لابد من تكاتف جهود الدول على وضع ضوابط لبرامج الإنترنت خاصة غرف الدردشة، ومحاولة طرح قضايا مهمة واقع تمس الشباب، ودورهم في رقي بلدانهم.

٢. عقد اتفاقيات دولية بين الدول في كيفية التغلب على سلبات شبكة الإنترنت، وجعل هذه الشبكة نافعة للأطفال والشباب من خلال البرامج التعليمية التي تخدم المناهج المدرسية، أو البرامج الثقافية والبحثية والاجتماعية، بحيث تكون شبكة الإنترنت نافعة للجميع، وتساهم في حل كافة المشكلات.

٣. تزويد المناهج المدرسية بمهارات وثقافات يحتاجها المراهقون والشباب منها الثقافة الجنسية، وكيفية تكوين الشخصية السوية، وتوضيح أضرار العلاقات غير الشرعية بين الذكور والإناث علي ضوء قيم الأديان السماوية، وما انتهت إليه الدراسات الاجتماعية والنفسية، مع ضرورة تنمية مهارات الحوار الهادف، وقواعد الديمقراطية.

ثالثاً: منتديات الإنترنت :

هو موقع على الإنترنت لتجمع الأشخاص من ذوي الاهتمامات المشتركة، ليتبادلوا الأفكار والنقاش عن طريق إنشاء موضوع من قبل أحد أعضاء المنتدى، ومن ثمَّ يقوم باقي الأعضاء بعمل مشاركات وردود داخل الموضوع للنقاش مع صاحب الموضوع. سواء بشكره على المعلومات التي قدمها بموضوعه، أو نقده والتعليق على ما كتبه. وهو أشبه بالمنتدى على أرض الواقع.

وقد أتت تسمية المنتدى مترجمة من كلمة Forum ، وهي ساحة عمومية كانت تُقام في كلِّ مدينة رومانية، يتجمع فيها المواطنين ليلقى عليهم الحاكم أو المسؤول خطبة. أمَّا التسمية العربيَّة فقد أتت من النادي، أو الندوة. وأصل كلمه نادي أو ندوه في اللُّغة العربيَّة هو: «نداء».

قواعد المشاركة في المنتديات :

أغلب المنتديات على الإنترنت تتطلَّب عند التسجيل الموافقة على لائحة من القواعد والشروط التي يجب على العضو أن يلتزم بها إبان تصفُّحه أو مشاركته بالموقع، ومن هذه القواعد، نذكر :

١. عدم نقل أي محتوى محمي بحقوق التأليف بدون ترخيص من المؤلف.
٢. عدم التلفُّظ بألفاظٍ منافية للأخلاق والآداب العامَّة، واحترام كُلِّ أعضاء المنتدى.
٣. عدم المشاركة بموضوعات تدعو إلى العنف أو الكراهية أو العنصرية.
٤. قد يكون ضمن الشروط عدم وضع أي معلومات شخصية عن الشخص المُشارك بقصد الحماية من المتطفلين في المنتدى. وبالمقابل تفضل بعض المنتديات أن تكون المشاركات بالأسماء والصور الحقيقية.
٥. يُؤكِّد الموقع أسفل شروط المشاركة بالمنتدى على أن إداريي الموقع ومشرفوه لا يتحملون مسؤولية مشاركات الأعضاء، فالعضو هو المسؤول الوحيد على مشاركاته.

أنواع المنتديات :

تقسم المنتديات إلى نوعين فهناك المنتديات المتخصصة في نوع مُعيَّن من المقالات أو المشاركات وذلك حسب الاختصاص العلمي، أو الاهتمام الفكري، أو التوجه الاجتماعي، مثل: منتديات الجامعة التي تُعتبر متخصصة في التعليم عن بُعد، أو ما يصطلح عليه تعليم الكتروني.

وهناك المنتديات العامة التي لا تختص بشيءٍ مُحدّد وتُقدّم مواضيع في مجالاتٍ شتى. كما توجد منتديات تقبل المشاركة دون التسجيل. يوجد كذلك نوع من المنتديات تُسمى منتديات خاصّة، حيث لا يمكن أن يسجل فيها غير أشخاص مُعيّنين منتمين إلى منظمةٍ أو جمعيةٍ أو جامعةٍ. كما يوجد نوع من «المنتديات المُبسّطة» micro forum، إذ لا يوجد بها أقسام ولا منتديات بل إنّ الصفحة الرئيسيّة تحتوي على مواضيع في شتى المجالات دون تصنيف.

وهناك العديد من المواضيع التي يتم تداولها، منها: الموضوعات العادية التي يكتب فيها المُستخدم ما يشاء من موضوعات.

والاستفتاءات: بقصد معرفة الآراء حول موضوع بعينه. والموضوعات المثبتة وهو موضوع مميز يتم تثبيته ولا يتم نقله بمرور الزمن إذ يبقى في أعلى الصفحة حتى يتسنى للجميع الاستفادة منه.

والإعلان: وهو في الأغلب مكتوب من قبل الإدارة ويكون نشره في جميع الأقسام والمنتديات بدون استثناء حتى يطلع عليه الجميع.

الآثار الإيجابية والسلبية للمنتديات علي المحتوى العربي:

تُعتبر المنتديات وسيلة سهلة لمناقشة الأفكار والآراء ولتبادل المعلومات بشكل سهل جداً، وفي المجتمع العربي، نجد أغلب الصفحات على الإنترنت عبارة عن مُنتديات، وبالتالي أغلب المعلومات والأخبار يتم تداولها ونشرها بسرعة فائقة عبر الإنترنت. أيضاً المنتديات أحياناً تكون متخصصة. وتُسهم المنتديات بدورها في زيادة الوعي الاجتماعي وذلك لسهولة الاتصال بين أفراد المنتدى أعضاء وزواراً

وطبيعة المنتديات العربية قائمة على النسخ واللصق، فنسبة الكتابة ضئيلة جداً، وعادة ما تُجلب المواضيع من المواقع الإخبارية والمواقع المتخصصة والمدونات، وقلماً يكتبها أعضاء المنتديات أنفسهم، بل حتى على مستوى الردود والمشاركات على المواضيع فإنها لا تتجاوز الشكر والثناء لناقل الموضوع، وبالتالي يكون المنتدى غالباً ليس إلاً تكديساً لمواضيع منتشرة على الإنترنت يدونها شكر وثناء أو حتى أحياناً مناقشات قليلة من أعضاء المنتدى. كذلك في إطار السلبيات لا ننسى أن المنتديات العربية تُعتبر بيئة خصبة لنشر الإشاعات والأكاذيب وهو أمر ملموس في واقع المنتديات العربية، حيث أن المواضيع الأجمَل تنتشر بشكل كبير جداً، ولا أحد يلتفت للتوثيق أو صحّة المعلومات حتى لو الكذب فيها واضح المعالم.

رابعاً: مقاهي الإنترنت :

مع انتشار الإنترنت، ظهرت مكملات جانبية، تلتصق بهذا الانتشار، منها ما يسمى بـ «مقاهي الإنترنت» Internet cafes التي استمالت إليها طائفة كبيرة من الناس غالبيتهم العظمى من الشباب الذين انجذبوا إلى ذلك الفضاء الفسيح بكلِّ قوَّةٍ. وقد انطلقت أوَّل سلسلة في العالم من هذه المقاهي في عام ١٩٩٥ في المملكة المتحدة، ثُمَّ انتشرت في كثيرٍ من الدول العربيَّة منذ سنوات قليلة، وكان دافع أرباب المقاهي من وراء افتتاحها تحقيق هامش ربحي من خلال المزاجحة بين خدمتين، خدمة المقاهي التقليدية وخدمة الإيجار في شبكة الإنترنت، في المقابل وجد فيها الشباب تسليية جديدة تختلف عن المقاهي التقليدية.

ومقاهي الإنترنت تتكوَّن في الغالب من: أجهزة الكمبيوتر وملحقاتها التي تزودها بالاتصال بشبكة الإنترنت. وتشمل بعض المقاهي إضافةً للأجهزة على ركن للمشروبات. وتتفاوت أسعارها من الأسعار التقليدية إلى الأسعار الباهظة بحسب فخامة المقهى واستعداداته. كما تحوي بعض المقاهي علي صالة ألعاب وبالأخص لعبة «البلياردو» Billiard ؛ وقد يُضاف إليها لعبة «تنس الطاولة».

أسباب ارتياد مقاهي الإنترنت :

كان اندفاع الشباب نحو تلك المقاهي لأسبابٍ مختلفةٍ، نوجزها في التالي:

- ١ . الفراغ الممتد في يوم الشباب والفرار من الأعمال الجادة، خصوصاً مع ارتفاع معدلات البطالة في كثيرٍ من دولنا العربيّة، حيث يبحث الشباب عن مكانٍ يقضون فيه أوقات فراغهم.
- ٢ . عدم إمكانية شراء جهاز كمبيوتر لارتفاع سعره، ونظراً للحالة الاقتصادية المتردّية عند بعض الشباب، فاستعاضوا عن ذلك بساعاتٍ يقضونها في تلك المقاهي.
- ٣ . صعوبة الوصول إلى شبكة الإنترنت عند البعض، خصوصاً أنّ هذه الوسائل لم تعمم في جميع البلدان، ووجودها يقتصر في المدن دون القرى، وإن بدأت هذه الخدمة تنتشر وتتوفر بنسبٍ متفاوتة خاصّة في بعض الدول العربيّة.
- ٤ . محاولة البحث عن الخصوصية، فبعض الشباب ربما لديهم أجهزة في بيوتهم لكنهم يفتقدون خصوصية البحث عمّا يريدون من مواقع إباحية، لاسيما إذا كانت البيوت تتمسك

بالبقيم والأخلاقيات بشكلٍ لا تفريط فيه. ولكن أكثر المقاهي نجدها مهياً لتقديم هذا النوع من الخدمات.

٥. الاستئناس بالأصدقاء والبُعد عن جوّ المنزل، وذلك من خلال الخدمات الجانبية التي يُقدِّمها المقهى لروّاده من الشباب.

٦. يعلم كثيرٌ من المُستخدمين لشبكة الإنترنت أن بوسع غيرهم أن يتعرّف عليهم فيما لو استخدموا أجهزتهم الشخصية، ولذا ففراراً من انكشاف أفعالهم المخزية يلجئون إلى هذه المقاهي.

٧. إهمال الآباء، وضعف مراقبتهم لأبنائهم، ففي إحصائية وُجد أن ٥٥% من الأبناء الذين يرتادون المقاهي لا يعلم آباءهم بذلك.

٨. تمكّن بعض مُرتادي مقاهي الإنترنت من القيام بعمليات التجسس، أو وتخريب أجهزة الآخرين، من خلال أجهزة المقاهي دون الضّرر بأجهزتهم الخاصة أو التعرّف علي هويّتهم.

٩. منع بعض الأسر من إدخال الإنترنت إلى بيوتهم، ممّا جعل العديد من أبنائهم يبحثون عنها من خلال هذه المقاهي.

إيجابيات مقاهي الإنترنت وسلبياتها:

لكُلِّ شيءٍ إيجابياته وسلبياته، ومقاهي الإنترنت بعض الإيجابيات التي نبورها في التالي:

١. تمكين الزائرين القادمين من خارج المدينة من التصفح والاطلاع، وإنجاز أعمالهم عن طريق المقهى .
٢. اتصال المغتربين القادمين من بلدانٍ شتّى، وتمكينهم من محادثة أقاربهم وذويهم عن طريق بعض البرامج المساعدة لذلك سواء عن طريق الكتابة أو عن طريق التقنيات الصوتية.
٣. استخدام المقاهي كبديل لمنّ تعرض جهازه للعطل مثلاً، حيث يمضي فيه بعض الوقت لإنجاز أعماله ريثما ينتهي إصلاح جهازه الخاصّ.

أما سلبيات أو مضار مقاهي الإنترنت، فنوجزها في التالي:

١. أن تتحوّل هذه المقاهي أوكاراً للاستخدام السيئ من قبل بعض رواد تلك المقاهي، وذلك من خلال الدردشة فيما لا يُفيد، أو الولوج المحموم إلى المواقع الإباحية الجنسيّة بعيداً عن أعين الرقابة الأسرية أو المجتمعية. وبهذا الخصوص تذكر بعض الإحصائيات أنّ الصفحات الإباحيّة يبلغ عدد زوارها حوالي ٢٠٠٠ شخص زائر يومياً.

٢. استخدام أجهزة المقاهي في اختراق أجهزة المستخدمين.
٣. ضياع الكثير من الوقت، مع توفر الأجواء المُساعدة للبقاء علي المقهى، كأن يتم تخفيض سعر الساعة الواحدة إذا استخدم المُرتاد ساعتين فأكثر، خاصةً إذا علمنا أن أغلب تلك الأجهزة بطيئة، بحيث يستغرق فتح مواقعها وتحميل الفيديوهات.. وغيرها وقتاً طويلاً. وفي استطلاع للرأي عن طريق توزيع استمارات استبيان وزعت علي رواد مقاهي الإنترنت في إحدى الدول الخليجية، تبين أن ٦٨٪ من مرتادي تلك المقاهي يقضون أكثر من ثلاث ساعات يومياً علي الإنترنت.
٤. الجوَّ غير الصحي لهذه المقاهي، فرائحة دُخان التبغ والرجيلة أمرٌ شائعٌ في أغلب تلك المقاهي، ممَّا يُسبب بعض الأمراض الناتجة عن استنشاق تلك الروائح. ناهيك عن الشباب الذي يبدأ في الانخراط في عادة التدخين.
٥. قد تتجمَّع في تلك المقاهي فئات منحرفة من الشباب ممَّن اعتادت الجريمة أو الإدمان.. الخ، بحيث يكون الاجتماع بهم، أو مخالطتهم أمر غير مرغوب فيه علي الإطلاق، خوفاً أن يتأثر سلوك كُلِّ مُرتاد بسلوك الآخر.

٦. الأخطر في هذا الشأن هو السماح للأطفال وصغار السن بارتياح تلك المقاهي، إذا أمكنهم تسديد تكلفة الدخول إلى المقهى.

سُبُل الوقاية والتحصين:

سعيًا للاستفادة من مقاهي الإنترنت في بناء وتثقيف أبناء المجتمع، ووقايتهم من الانحرافات السلوكية والفكرية التي قد تنشأ عن ارتيادها، فهذه بعض المقترحات:

١. تحديد مواعيد العمل في مقاهي الإنترنت، بحيث لا يتجاوز الساعة ١٢ ليلاً.
٢. التأكيد على منع ارتياد مَنْ هم أقل من ١٥ عاماً.
٣. إلزام مقاهي الإنترنت بإزالة الحواجز الكبيرة والغرف الخاصة، وأن تكون جميع الأجهزة متاحة بحيث يسهل مراقبتها.
٤. القيام بزيارات مفاجئة من قبل الجهات المختصة بمراقبة هذه المقاهي ومحاسبة المقصر ومعاقبة المسيء.
٥. استمرار تطوير وتعديل القوانين والأنظمة بحيث تكفل التصدي للتجاوزات والمخالفات والاستخدام غير الصحيح لهذه المقاهي.

خامسا: المدونات :

المدونات Blogs ، وهي تطبيق من تطبيقات شبكة الإنترنت، تكتب فيها التدوينات لنقل الأخبار أو التعبير عن الأفكار، وهي تعمل من خلال نظام لإدارة المحتوى، وهو في أبسط صورته عبارة عن صفحة ويب على شبكة الإنترنت تظهر عليها تدوينات (مُدخلات) مؤرَّخة ومرتبطة ترتيباً زمنياً تصاعدياً ينشر منها عدد مُحدَّد يتحكَّم فيه مدير أو ناشر المدونة، كما يتضمن النظام آلية لأرشفة المُدخلات القديمة، ويكون لكلِّ مداخلة منها مسار دائم لا يتغير منذ لحظة نشرها يُمكن القارئ من الرجوع إلى تدوينة مُعيَّنة في وقت لاحق عندما لا تعود متاحة في الصفحة الأولى للمدونة، كما يضمَّن ثبات الروابط ويحول دون تحللها .

هذه الآلية للنشر على الويب تعزل المُستخدم عن التعقيدات التقنية المرتبطة عادة بهذا الوسيط، أي الإنترنت، وتتيح لكلِّ شخص أن ينشر كتابته بسهولة بالغة. ويتيح موفرو هذه الخدمة آليات أشبه بواجهات بريد إلكتروني على شبكة « الويب » تتيح لأي شخص أن يحتفظ بمدونة ينشر من خلالها ما يُريد بمُجرد ملء نماذج وضغط أزرار، كما يتيحون أيضاً خصائص مكملة؛ مثل تقنية التلقيم التي تهدف إلى تسهيل متابعة التحديثات التي تطرأ على المحتوى المنشور دون الحاجة إلى زيارة المواقع

بشكلٍ دوري، ودون الحاجة للاشتراك في قوائم بريدية، وخدمات أخرى للربط بين المدونات، إضافة إلى الخاصية الأهم وهي التعليقات التي تُحقّق التفاعل بين المدونين والقراء، وتعتبر الصحف والمجلات الإلكترونية أحد أوجه التدوين المتقدمة.

ومن وجهة نظر علم الاجتماع فإنّ الإنترنت ينظر إلى التدوين باعتباره وسيلة النشر للعامة والتي أدت إلى زيادة دور الشبكة العالمية باعتبارها وسيلة للتعبير والتواصل أكثر من أي وقت مضى، وبالإضافة إلى كونه وسيلة للنشر والدعاية والترويج للمشروعات والحملات المختلفة. و يعتبر التدوين بالإضافة إلى البريد الإلكتروني أهم خدمتين ظهرتتا على شبكة الإنترنت على وجه الإطلاق.

والموضوعات التي يتناولها الناشرون في مدوناتهم تتراوح ما بين اليوميات، والخواطر، والتعبير المسترسل عن الأفكار، والإنتاج الأدبي، ونشر الأخبار والموضوعات المتخصصة في مجال التقنية والإنترنت نفسها. وبينما يُخصّص بعض المدونون مدوناتهم للكتابة في موضوع واحد، يوجد آخرون يتناولون موضوعات شتى فيما يكتبون.

كذلك توجد مدونات تقتصر على شخصٍ واحدٍ، وأخرى جماعية يُشارك فيها العديد من الكُتّاب، والمدونات تعتمد أساساً

على الصور photoblog والتعليق عليها. كما انتشرت مؤخراً مدونات الفيديو Videoblogs على شبكة الإنترنت، وهي قائمة أساساً على نشر المحتوى التدويني بالصوت والصورة مسجلاً على فيديو.

أمّا من جهة تاريخها، فعلى نحوٍ ما، كانت الحرب على العراق سبباً من أسباب ذبوع صيت المدونات وانتشارها. فمن ناحية، ظهرت في عام ٢٠٠٢ مدونات مؤيدة للحرب، وفي عام ٢٠٠٣ ظهرت المدونات كوسيلة العديد من الأشخاص المناوئين للحرب في الغرب للتعبير عن مواقفهم السياسية ومنهم مشاهير السياسة الأمريكية، من أمثال: «هوارد بروش دين» Howard Brush Dean، من الحزب الديمقراطي (المولود في عام ١٩٤٨)، خدم كحاكم لولاية فيرمونت من عام ١٩٩١ إلى عام ٢٠٠٣، وسبق له الترشح لرئاسة الولايات المتحدة الأمريكية في انتخابات ١٩٩٢ وفي انتخابات ٢٠٠٤، وقد كان لديه النية للترشح في انتخابات ٢٠١٦ إلاّ أنّه تنازل عن ذلك وأعلن دعمه لـ «هيلاري كلينتون».

كما غطتها مجلات شهيرة كمجلة « فوربس » في مقالات لها، كما كان استخدام معهد «آدام سميث» البريطاني لهذه الوسيلة دوره في تأصيلها.

من ناحية أخرى ظهرت مدونات يكتبها عراقيون، بعد الغزو الأمريكي للعراق، بعضهم يعيشون في العراق ويكتبون عن حياتهم في الأيام الأخيرة لنظام الرئيس العراقي السابق «صدام حسين» (١٩٣٧-٢٠٠٦)، وأثناء الوجود الأمريكي في العراق. ولقد اكتسبت بعض هذه المدونات شهرة واسعة وعُدَّ قُرَاؤها بالملايين. وظهرت مدونات يكتبها جنود غربيون في العراق ممَّا شكّل مفهوماً حديثاً لدور المراسل الحربي. وفي عام ٢٠٠٤، أصبحت المدونة ظاهرة عامة بانضمام العديد من مستخدمي شبكة الإنترنت إلى صفوف المدونين وقراءها، كما تناولتها الدوريات الصحافيّة. وأصبحت المدونة نوعاً من أنواع الإبداع الأدبي المتعارف عليه، وتنظّم له دور النشر والصحف — في إصداراتها الرقمية — المسابقات لاختيار أفضلها من حيث الأسلوب، والتصميم، واختيار الموضوعات، مثل المسابقة التي نظمتها صحيفة «الجارديان» The Guardian البريطانيّة

والجدير بالذكر أنّه في عام ٢٠٠٧ تمَّ حصر عدد المدونات علي الإنترنت بحوالي ٧٠ مليون مدونة، وهناك إحصاءات أخرى تشير إلي أنّ عددها في العالم ما بين ٨٠٠ إلى ١٠٠ مليون مدونة. ويتمّ إنشاء ما يزيد علي ١٥٠ ألف مدونة يومياً علي شبكة الإنترنت، كما يتمّ إضافة ما يزيد علي مليون وأربعمئة ألف تدوينة يومياً، بزيادة قدرها ٣٥٠٪ عن عام ٢٠٠٤.

ويُقدَّر عدد المدونات بالعالم العربي حوالي ٦٠٠ ألف مدونة، الناشطة منها حوالي ١٥٠ ألفاً تقريباً، وهذا وفقاً لتقرير الشبكة العربيَّة لمعلومات حقوق الإنسان عام ٢٠٠٩.



الباب الرابع

مشكلة إدمان الإنترنت





الفصل الأوّل

ماذا يعني إدمان الإنترنت؟



اعتدنا أن نقرأ ونسمع عن الإدمان بمعناه التقليدي المتعارف عليه، وهو الإدمان علي المخدرات، أو المنبهات، أو حتى المهلوسات بأنواعها المختلفة، مثل: الكوكايين، والأفيون، والكحوليات.. وغير ذلك. ولكن جديد هذا العصر، عصر العولمة والإنترنت، هو ظهور أشكال جديدة للإدمان أفرزتها التقنية الحديثة، مثل: «إدمان الإنترنت» INTERNET ADDICTION DISORDER، أو «الإدمان الشبكي» كما يحلو للبعض أن يُسميه، هذا الإدمان الذي تفوق آثاره السلبية وأخطاره علي الفرد والمجتمع ما ينتج عن إدمان المخدرات.

وقبل نحو عشر سنوات فقط كان الشخص الذي يجلس أمام شاشة الكمبيوتر لمدة تزيد علي ١٢ ساعة هو في الغالب أحد المتخصصين ممن يتقاضون أجراً عن العمل في قطاع البرمجة والإنترنت، ولكن الوضع الآن تغير، بعد تعميم استخدام الكمبيوتر في كل مكان تقريباً، إضافة لتزايد أعداد الأجهزة الشخصية (اللاب توب)، وأصبح التردد إلي شبكة الإنترنت لوناً من ألوان الترفيه المشابه للتردد علي دور العرض السينمائي لمشاهدة أحد الأفلام، أو مشاهدة التلفزيون، أو القراءة.

لقد أسرف الإنسان في استخدام شبكة الإنترنت تلك الوسيلة الإعلامية والمعرفية لدرجة أن ظهرت في الآونة الأخيرة

دراسات وأبحاث كثيرة في هذا الشأن، لعلماء وباحثين من مراكز ومعاهد تربويّة ونفسية واجتماعية في أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية، وكان من أبرز ما تعرّضت له هذه الدراسات والأبحاث ما أُصطلح عليه حديثاً بظاهرة إدمان الإنترنت، كما أوضحنا. وأكّدت دراسات أخرى أنّ ظاهرة إدمان الإنترنت موجودة عند ٥,٧٪ من مستخدمي الإنترنت.

ويمكننا تعريف هذه الظاهرة فيما يلي: «حالة نظرية من الاستخدام المرضي لشبكة الإنترنت، تصعب مقاومتها، وتؤدي بالضرورة إلى التعود الذي قد يتحوّل إلى نمط سلوكي يُلبى - بشكلٍ وهمي أو حقيقي - حاجات أو رغبات نفسية وحياتية، والذي قد ينتج عنه اضطرابات مُعدّدة ومتنوعة في السلوك».

الإنترنت يغزو العالم.. وإدمانه يضرب بيدٍ من حديد !!

في إحصائية ذات دلالةٍ تبيّن أنّ حوالي ٥,٥٢ مليون شخص في ألمانيا يستطيعون الاتصال بشبكة الإنترنت العالمية، أي ما يُعادل ٦٤٪ من سكان الدولة. وفي جزيرة «جرينلاند» GREENLAND (هي أكبر جزيرة في العالم، وهي بلد عضو في مملكة الدنمرك و عاصمتها نوك، تقع بين منطقة القطب الشمالي والمحيط الأطلسي، شمال شرق كندا. وعلى رغم انتماء جغرافيتها الطبيعية وانتمائها عرقياً إلى منطقة القطب الشمالي

وجغرافياً كجزء من قارة أميركا الشماليَّة، ترتبط سياسياً وتاريخياً بأوروبا، وخاصةً بأيسلندا، والنرويج، والدانمرك، يشترك ٩٢٪ من سكانها بالإنترنت، بينما في الهند (التي تقع في قارة عمالقة الكمبيوتر) فلا يُشكل إجمالي المشتركين بالإنترنت أكثر من ٤٪. هذا، وينمو قطاع ألعاب الإنترنت بشكلٍ لا مثيل له في آسيا حيث بلغ حوالي ١,١ بليون دولار أمريكي في عام ٢٠٠٧ أي بمعدل نموٍّ سنوي يصل إلى ١٩٪ في عام ٢٠٠٨.

هذا، وأظهرت الدراسات الحديثة أنَّ حوالي ٦٪ من مُستخدمي الإنترنت الأمريكيين، أي حوالي ١١ مليون شخص يُعانون من حالات الإدمان الإنترنتي.

وفي دولةٍ مثل الصين يُعاني أكثر من مليوني مراهق من إدمان الإنترنت، بل يتجه عدد كبير منهم إلى الجريمة في سن أصغر من نظرائهم في أيَّة دولةٍ أخرى في العالم. ويبلغ إجمالي مراهقي الصين حوالي ٣,١٨ مليون نسمة كما ورد بصحيفة «الصين اليوم» CHINA DAILY الحكومية نقلاً عن دراسة أجرتها رابطة الشبيبة الشيوعيَّة، وأفاد البحث المنشور بتاريخ ١٦ يناير ٢٠٠٧ أنَّ الأولاد الذين يثيرون إعجاب آبائهم ومُدريهم هم الأكثر عرضة لهذا النوع من الإدمان.

ويؤكد «جاو وينبين» GAO WINBIN الباحث في مجال علم النفس بالأكاديمية الصينية للعلوم، أن مدمني الإنترنت في الصين أصغر من نظرائهم في الغرب بحوالي عشر سنوات وأكثر قابلية للتأثر، وأضاف أن اللوم يقع علي الافتقار إلي سبل الترفيه بالمدارس وهو ما يدفع مدمني الإنترنت إلي اللجوء إلي «مقاهي الإنترنت» غير القانونية في الغالب، ما يعرضهم لمخاطر الجريمة والعنف. ولذلك أصدرت الصين مجموعة من القواعد التنظيمية التي تهدف إلي الحد من التهافت علي ألعاب الكمبيوتر في مقاهي الإنترنت، وفرض غرامات مالية باهظة علي أصحابها الذين يسمحون للقصر بارتياحها.

وفي عالمنا العربي قامت إحدى الشبكات العريضة بعمل مقياس لإدمان الإنترنت في الفترة من ٢٣ نوفمبر ٢٠٠١، إلي الأول من نوفمبر ٢٠٠٢ فيما يعد استبياناً عبر الإنترنت شارك فيه ٨١٧٧ مشاركاً. وبناءً علي الأسئلة المطروحة سجل المقياس وجود ٢٧٤٥ حالة إدمان أي بنسبة ٦,٣٣٪ من مجموع المشاركين. وأن ثمة ٣١٣٦ حالة قابلة للإدمان، أي بنسبة ٨٣,٤٪ من مجموع المشاركين، وهذه القابلية من شأنها أن تتحول مع الوقت إلي إدمانٍ، مما يعني أن عدد المدمنين في العالم العربي مرشح للزيادة بل المضاعفة، وهو رقم مخيف بكل المقاييس.

ويأتي في المقدمة مَنْ هم بين ١٥ إلى ٢٥ سنة، حيث يبلغ عدد المُدمنين بينهم ١٨١٤ حالة من أصل ٢٧٤٥ حالة إدمان في جميع الفئات العُمريّة، وبناءً علي هذا من الممكن القول: أنّ الشباب هم الفئة الأكثر قابلية للإدمان في مجتمعاتنا العربيّة، وخصوصاً الذكور منهم بنسبة ٦٠٪. في حين أكّدت بعض الإحصاءات الغربيّة أنّ النساء هن أكثر الفئات استخداماً للإنترنت وبالتالي عرضة للإدمان الإلكتروني.

وإذا كانت لا توجد في العالم العربي دراسات متخصصة، أو أبحاث جادة حول مدي تأثر الشباب بالإنترنت، وانتشار ما يعرف بـ «مقاهي الإنترنت»، لكن تجدر الإشارة إلي أنّ قطاعاً واسعاً من الشباب العربي قد وقع في براثن الإدمان علي الإنترنت كما أوضحنا من قبل، وما يتوفر لدينا الآن من دراساتٍ جادة، هي دراسة الباحث المصري «حسني عبد الحافظ» الذي قام باستقصاء عدد كبير من الشباب الذين يترددون علي مقاهي الإنترنت بمدينة الإسكندرية، وكان من بين أهم النتائج التي توصل إليها، ما يلي:

١. يقضي ٣٧٪ من هؤلاء الشباب، في المتوسط ٦ ساعات أمام الشاشة يومياً. وهذا لا شكّ مؤشر قوي علي دخولهم في مرحلة إدمان الإنترنت.

٢. يستخدم ٦٨٪ منهم الإنترنت مُجرّد الولوج إلي غرف الدردشة (الشات)، وإجراء حوارات مع أشخاص من بلدان العالم مع تحديد مسبق للهدف من هذه الحوارات.
٣. يُفضل ٢٤٪ منهم قضاء الوقت أمام الشاشة في ممارسة ألعاب الدور Role Play والولوج إلي مواقع الأحابي والترفيه.
٤. امتنع ٧١٪ منهم عن الإجابة عن سؤال حول الولوج إلي المواقع الإباحية.
٥. أشار ٤٢٪ منهم إلي أنّهم أُصيبوا بنوعٍ من العزلة الاجتماعية، ولم تعد لقاءاتهم الشخصية بالأصدقاء كسابق عهدا، ممّا أفقدهم تلك الحميمة والدفء والألفة، وأصبحوا يفضلون الالتصاق بالأسلاك عن الالتقاء بأفراد الأسرة والأصدقاء.
- ومصر تسيير هي الأخرى على طريق إدمان الإنترنت، فهي تمتلك واحداً من أسرع معدلات النموّ في عدد مُستخدمي الإنترنت في الشرق الأوسط. ويتوقّع الخبراء أن تشهد السنوات الخمس القادمة نمواً كبيراً في أعداد مُستخدمي الإنترنت يربو على عشرة أمثال ما كان موجوداً.



الفصل الثاني

أهم الدوافع التي تتسبب في إدمان الإنترنت



📖 قبل التحدُّث عن الدوافع التي تتسبَّب في إدمان الإنترنت، لابدَّ أن نذكر أهم الفئات القابلة لإدمان الإنترنت أكثر من غيرهم.

تري دراسة حديثة حول هذا النوع من الإدمان وآثاره أعدّها الدكتور «أسامة أبو سريع» جامعة السلطان قابوس، قسم علم النفس أنَّ الذين يتعرَّضون لإدمان الإنترنت فئات مُتعدِّدة تتمثَّل في الرِّجال والنساء الذين يعانون أصلاً من الاكتئاب أو المزاج الدوري، أو القلق، أو انخفاض تقدير الذات، وكذلك الأشخاص الذين يعانون من أشكالٍ أخرى من الإدمان، مثل: إدمان الطعام أو التدخين أو الكحوليات أو المخدِّرات.

ومن أكثر الفئات تعرُّضاً لإدمان الإنترنت هم الشباب الذي يؤدي إلى عزلهم عن المجتمع، وقد تُركوا ليوأجهوا الفراغ والبطالة والعجز والإحباط وفقدان الأمل في المستقبل، فراحوا يبحثون عن تسلية أوقاتهم في شبكة الإنترنت من خلال: الفيسبوك، وتويتر، وغُرف الدردشة.. الخ. فتحوَّل تلك التسلية مع الوقت إلى إدمان أشبه بإدمان المخدرات، فيظلُّ بعضهم مرابطاً أمام الهاتف الجوّال أو الكومبيوتر لساعاتٍ متواصلةٍ، لتصل أحياناً إلي عشر ساعات في اليوم الواحد.

إنَّ هذا النموَّ المتزايد الذي يشهده عالم الإنترنت لا يُفرق بين الكبار والصغار، فقد لوحظ في الآونة الأخيرة مدي إقبال الأطفال والمراهقين علي شبكة الإنترنت إقبالاً يفوق كلَّ تصوُّر، وقد أرجع الباحثون السبب الرئيس في ذلك الإقبال المتزايد إلى ارتفاع عدد الأمَّهات اللائِي يدخلن الشبكة العالميَّة.

أهم الدوافع التي تتسبَّب في إدمان الإنترنت :

هناك بعض الأسباب الرئيسيَّة التي تجعل من الإنترنت سبباً في الإدمان:

١ - السريَّة: لأنَّ الإمكانات التي يوفرها الإنترنت في الحصول علي المعلومات والمعارف، وطرح الأسئلة، والتعرُّف علي الأشخاص من دون الحاجة إلي أن يقوم المُستخدم بتعريف نفسه بكلِّ التفاصيل الحقيقيَّة توفر شعوراً لطيفاً بالسيطرة علي الموقف، إلي جانب ذلك فإنَّ القدرة علي الظهور كلِّ يوم بشكلٍ آخر مختلف حسب اختيارنا تُعد تحقيقاً لحلمٍ جامعٍ بالنسبة إلي كثير من النَّاس.

٢ - الرَّاحة: فالإنترنت وسيلة مريحة جداً ولا تتطلَّب الخروج من البيت أو السفر أو استعمال المسوغات من أجل استعماله، ويوفر هذا التيسير حضوراً عالياً وسهولة فيما يتعلَّق بتحميل المعلومات التي لم نكن نقدر علي تحصيلها من دون

الإنترنت، ولن ننسى أن الأجهزة الذكية وفّرت الراحة التامة للاتصال في كل وقت.

٣ - **الهروب:** مثل الكتاب الجيد، أو الفيلم المثير فإن الإنترنت يوفر الهروب من الواقع الحقيقي إلي واقع بديل أو افتراضي، ومن الممكن للإنسان الذي يفتقر إلي الثقة بالنفس أن يصير شخصية جذابة بلا حدود، ويجد الإنسان الانطوائي لنفسه أصدقاء أو صديقات، ويستطيع كل إنسان أن يتبنى لنفسه هوية مختلفة كما يشاء، وأن يحصل من خلالها علي كل ما ينقصه في الواقع الحقيقي.

٤ - **الحرية والانعقاد:** فُرف الدردشة الموجودة علي صفحات الإنترنت قد ساهمت في تخلص الشباب والشابات من القيود المجتمعية الصارمة، ووفرت لهم إطلاق رغباتهم المكبوتة والدفينة، فعادات وتقاليد المجتمع تفرض طوقاً قوياً علي تصرفات الأبناء، فيأتي الإنترنت ليسد هذا الفراغ بتقديمه إغراء لا يُقاوم وذلك بالتخلص من تلك القيود، فالعلاقات العاطفية العادية ممنوعة وغير متاحة بالنسبة للفتيات بينما هي متاحة في الإنترنت، فيتم بناء علاقات عاطفية مع الشباب، ويتم أيضاً تبادل أحاديث خارجة قد تصل إلي حدّ المقابلات والزواج.

٥ - **تأكيد الذات**: كما أن مُعانة الشباب من شبح البطالة، والفراغ الروحي، والاكْتئاب، والشعور بالأهمية والقيمة كُلهما عوامل تدفع الشباب للإدمان الشبكي.

٦ - **التنوع**: ومن الأسباب التي تدفع إلي الإدمان علي صفحات الإنترنت تنوع الخيارات، وعدم وضوح الهدف أو الغاية من الدخول للشبكة، إذًا فالدخول لا هدف له إلا أن المُتصفحين أنفسهم ينجرون من موقعٍ لآخرٍ، فقد يفاجئون بظهور إعلان ما، ثم يُفتح المنتدى للحوار ..وهكذا يجدون أنفسهم في حالةٍ من الانجرار للأشعوري.





الفصل الثالث

كيف يمكن اكتشاف أعراض إدمان الإنترنت؟



هناك العديد من الأبحاث قدّمت بعضاً من المعايير التي يستطيع من خلالها الشخص تشخيص حالته بدون حاجة إلي طبيب، أو استشارة خبير. والأمر هنا لا يُقاس بعدد السّاعات التي يجلسها الشخص أمام الإنترنت، فقد يقضي شخص ما خمس سّاعات يومياً ولا يُسمى هذا إدماناً، خصوصاً مع مَنْ يستخدمون الإنترنت لأغراض العمل والبحث؛ لذا فإنّ عدد سّاعات التصفّح وحدها ليس مقياساً وإنما هناك أسئلة أخرى يجب أن يُجيب عليها الشخص لكي يعرف هل هو مدمن أم لا ؟

وهذه نماذج للأسئلة التي يجب أن يطرحها الشخص علي نفسه، وضعتها الطبيبة وعالمة النفس الأمريكية «كيمبرلي يونغ» Kimberly Young، التي تُعدّ أوّل أطباء علم النفس الذين عكفوا على دراسة ظاهرة إدمان الإنترنت في الولايات المتحدة الأمريكية منذ عام ١٩٩٤، بعنوان «استجاب ثماني أسئلة». ويلاحظ أنّه نموذج مُعدّل من «استجاب سبعة أسئلة» التي تُعرّف إدمان القمار، حيث تري الطبيبة « يونغ » أنّ إدمان القمار أقرب مرض شبيه بإدمان الإنترنت، وقد ورد في بحثٍ صادر عن الجمعية الأمريكية للطبّ النفسي، وبالقياس عليه وضعت «يونغ» هذه الأسئلة، وهي كالتالي:

- ١ . هل أنت «منغمس»، أي مشغول الذهن بما تفعله علي الإنترنت قبل وبعد تركه؟
 - ٢ . هل تري أنك تحتاج عدد سّاعات أكثر علي الإنترنت للوصول لدرجة الإشباع؟
 - ٣ . هل حاولت مراراً أن تُقلّل من عدد السّاعات لكنك فشلت ؟
 - ٤ . هل تشعر بالقلق والاكتئاب وعدم الرّاحة أو تغيّر المزاج عندما تحاول أن تبتعد أو تُقلّل من استخدامك للإنترنت ؟
 - ٥ . هل تقضي علي الإنترنت وقتاً أطول ممّا كنت قد حدّدته لنفسك ؟
 - ٦ . هل تعرّضت علاقاتك الأسريّة والاجتماعيّة كما تعرّض أداؤك في العمل للتدهور بسبب الإنترنت ؟
 - ٧ . هل كذبت علي عائلتك أو معالجك (طبيبك) لكي تخفي مدي تورطك في استخدام الإنترنت ؟
 - ٨ . هل تستخدم الإنترنت كوسيلة للهروب من تغيّر المزاج أو مشاكلك النفسيّة مثل الاكتئاب أو القلق ؟
- والإجابة عن خمسة أسئلة منها أو أكثر بـ « نعم » تعني أنّ الشخص مُدمن إنترنت.

هذا، ويمكننا أن نعرض مجموعة من الأعراض التي يمكن من خلالها الاستدلال علي وجود ما يُعرف بإدمان الإنترنت، من عدمه، وهي كالتالي

١ . الميل إلي زيادة سَاعَاتِ استخدام الإنترنت لإشباع الرَّغْبَةِ نفسها التي كانت تُشبعها من قبل سَاعَاتِ أَقْلٍ، أي عدم الشَّبع من التَّصفُّح.

٢ . الانسحاب أي المُعاناة من أعراضٍ نفسيةٍ وجسميةٍ عند انقطاع الاتصال بشبكة الإنترنت، ومنها التُّوتر النفسي الحركي (حركات عصبية زائدة)، والقلق، وتركيز التفكير بشكلٍ قهري حول الإنترنت وما يجري فيه مع أحلامٍ وتخيلاتٍ مرتبطة بالإنترنت، وحركات إرادية ولاإرادية تؤديها الأصابع مشابهة لحركات الأصابع علي لوحة مفاتيح الكمبيوتر keyboard، والرَّغْبَةُ فِي العُودَةِ إلي استخدام الإنترنت لتخفيف أو تجنُّب أعراض الانسحاب.

٣ . إهمال الشخص للحياة الاجتماعية والالتزامات العائليَّة والوظيفة .

٤ . اللجوء إلي النَّوْم العميق بعد التَّصفُّح المُجهد والطويل .

٥ . التَّعب الجسدي أو الذهني .

- ٦ . انخفاض المستوى الدراسي .
- ٧ . فقدان الاهتمام بالهوايات التي كان يمارسها الشخص في السابق .
- ٨ . قلة التواصل مع الأصدقاء بشكل ملحوظ .
- ٩ . عدم القدرة على التعامل مع ضغوط أو مشكلات الحياة اليومية .
- ١٠ . عدم القدرة على مواجهة المشكلات بشكل عام .
- ١١ . عدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية متميزة بسبب الخجل أو الانطواء .
- ١٢ . مزيد من المشاعر التي يختلط فيها الشعور بالاسترخاء، والشعور بالذنب في نفس الوقت عند الجلوس أمام جهاز الكمبيوتر .
- ١٣ . افتقاد الشعور بالوقت أثناء الجلوس على جهاز الكمبيوتر أو عند استخدام شبكة الإنترنت (إهدار الوقت وعدم إدارته بشكل فعال) .
- ١٤ . الكذب على أفراد الأسرة، أو رئيس العمل بخصوص الوقت الذي يقضيه الشخص أمام شاشة الكمبيوتر متصلاً بالإنترنت .

- ١٥- الشعور بالاستثارة والإحباط عندما يوضع حداً لاستخدام جهاز الكمبيوتر والتواصل عبر الشبكة، أو إذا طُلب من الشخص القيام بمهمةٍ ما بعيداً عما يقوم به على الإنترنت.
- ١٦- استخدام الإنترنت كمخرجٍ من حالة الحزن أو الإحباط، أو من أجل تحقيق الإشباع الجنسي.





الفصل الرابع

أهم الآثار الضارة المترتبة علي
إدمان الإنترنت ؟



✍ يمكننا إيجاز أهم الأضرار التي تتجم عن إدمان الإنترنت بشكل مرضي في العناصر التالية:

● يُحذر علماء النفس ممَّا قد يُسبِّبه الإفراط في استخدام الإنترنت من اضطراباتٍ نفسيَّةٍ ومشكلاتٍ عقليَّةٍ محتملة، خاصَّةً بعد أن أظهرت الدراسات الحديثة وجود مُعدلاتٍ عالية من الاضطرابات النفسية والعقلية لدى المُفرطين في استخدام الإنترنت يُشبهها العلماء باضطرابات في السيطرة، كـ « هوس السرقة » kleptomania مثلاً. وتشير الدراسات إلى أنَّ هذه الحالة التي أُقترح تسميتها « هوس الإنترنت » Internet mania مفتاحها الفعلي للعلاج يكمن في الكشف عن المظاهر الأخرى لمشكلات الصحة العقلية في المريض ومعالجتها لا سيما وأنَّها قد تنتج عن اضطرابات مُعيَّنة تُشجع علي الاستخدام المُتكرِّر.

● تؤكد «شري توركلي» Sherry Turkll مؤلِّفة كتاب «الهوية في عصر الإنترنت»، علي أنَّ التغييرات التي يُحدثها الكمبيوتر والإنترنت في عقولنا يجب أن تُفهم من خلال فهم جهاز الكمبيوتر وشبكة الإنترنت كأداة للتفكير، فنحن نتعلَّم الرِّاحة والمُعاشة والتحدُّث مع آلات ذكية، ونتعلَّم أيضاً أن نشق في مُحركَات الكمبيوتر ونتمتَّع بها مثل كائنات تحس

وتشعر، وتعلّم أيضاً أن نقبل صورتنا عن أنفسنا كما تراها تلك المُحرّكات، وأصبحنا نري أنفسنا علي نحوٍ مخالف لما تعودنا عليه، وأصبحنا نقبل صورتنا في مرآة الآلة. وتستطرد فتقول: لقد أصبح من الصَّعب الآن التمييز بين ما هو إنساني وما هو تكنولوجي، آلات تتكلم مع آلات قبل أن تتكلم مع إنسان، هذه هي حقيقة الحوار الذي يتمُّ بين البشر في الإنترنت، النَّاس ينبغي أن يفهموا أنَّ هناك تغييرات ستحدث في عاداتهم العقلية، وفي خريطة تفكيرهم، وفي قواعد اللعبة.

● تناولت مجموعة من الدراسات تأثير الإنترنت علي انتشار مشاعر الاكتئاب والعزلة الاجتماعية فدراسة «كريستوفر ساندرز» Christopher Sanders التي نُشرت في صيف العام ٢٠٠٠ وجدت علاقة قويّة بين استعمال الإنترنت ومشاعر العزلة الاجتماعية والاكتئاب بين الطلاب المُراهقين في المدارس الأمريكية. وفي دراسةٍ طويلةٍ استمرت لمدة سنتين اختيرت عائلات أعطيت لها أجهزة كمبيوتر وتدريب علي استعمال الإنترنت وبيّنت نتائج الدراسة التتبعية أنَّه بعد سنة واحدة إلي سنتين كأن الاستعمال الزائد للإنترنت مرتبطاً بعلاقة إحصائية مع انخفاض الاتصالات العائلية ونقص حجم الدائرة الاجتماعية المحلية للعائلة، بالإضافة

إلي ذلك زادت مشاعر الاكتئاب والوحدة بين المشاركين وكان انخفاض المساندة الاجتماعية أكثر انتشاراً بين الشباب، وارتبط هذا بتعرضهم لمواقع الجنس.

● يُضعف التصفُّح الطويل لشبكة الإنترنت والمواقع الموجودة فيها من أداء العامل أو المهني، ويضيع من وقته مما يؤدي إلى انخفاض الطاقة الإبداعية والإنتاجية، وإهدار فرص الترقى وتحسين الوضع الوظيفي. وأحياناً أخري يؤدي إلى فقدان الوظيفة، إذ ظلَّ الشخص يستخدم الشبكة طوال ساعات العمل، فتكون النتيجة الحتمية هي التراجع عن العمل، وتردّي مردوده الإنتاجي.

● تُشير الدراسات المنشورة في مجلة Usa Today حول أهمية زيادة التحصيل عند الأطفال أن ٨٦٪ من المعلمين المشتركين في الاستطلاع يرون أن استخدام الأطفال للإنترنت لا يُحسِّن من أدائهم التحصيلي، وذلك بسبب انعدام النظام في المعلومات علي الإنترنت، بالإضافة إلي عدم وجود التفاعل التبادلي المباشر، كما كشفت دراسة « كيمبرلي » أن ٥٨٪ من طُلاب المدارس من المُستخدمين للإنترنت اعترفوا بانخفاض تحصيلهم بسبب أن اهتمامهم الأكبر يتركز حول تصفُّح مواقع جنسية إباحية، وثرثرة، ولعب.

● يُسبب إدمان الإنترنت: الأرق، واضطرابات النَّوم، وخلل دورة النَّوم الطبيعيَّة، لأنَّ السَّائد هو الاتصال والدخول إلي الشبكة ليلاً، وهذا يؤدي إلي النَّوم فترات قليلة قد لا تتجاوز السَّاعتين ممَّا يُسبب الإرهاق الجسدي والنفسي، وينعكس ذلك علي الأداء الوظيفي والمهني والدراسي.

كذلك ضعف الجهاز المناعي والوظيفي ممَّا يجعل الشخص عُرضة للإصابة بالكثير من الأمراض، فالجلوس الطويل يُسبب آلام الظهر، والعمود الفقري، والتهاب العينين نتيجة التعرُّض للإشعاعات الكثيرة ممَّا يُسبب ضعف النظر.

كما أنَّ الجلوس الطويل لسَّاعاتٍ عدة يؤدي إلي ركود بالدورة الدَّموية، ممَّا يُسبب حدوث جلطات دماغية وقلبيَّة، وضعفاً في أداء الأجهزة الحيوية بالجسم.

وهناك تأثيرات علي الجملة العصبيَّة، إذ ينتج عن إدمان الإنترنت عدم الاتزان النفسي الانفعالي فيؤدي ذلك إلي ضعف ردود الأفعال الاستجابية، ممَّا قد يتسبب في حوادث سير، وقد تحدث توتُّرات عصبيَّة بالإفراز المفرط، أو المتزايد لهرمون «الكورتيسول» Cortisol (هرمون الإجهاد والتعب)، وهرمون «ال أدرينالين» Adrenaline، وهرمون «النورأدرينالين» Neurorenaline يولَّد عند المُتصفح سرعة الغضب والعدوانية وظهور اضطرابات

نفسية وعقلية، لدرجة أن بعض علماء النفس أطلق عليها اسم «الهوس النفسي».

وأيضاً الإصابة بما يُعرف بـ «تناذر النفق الرسغي» carpal tunnel syndrome الذي يُصيب الأشخاص الذي يمضون أوقاتاً طويلة في استخدام أصابعهم بالضغط علي لوحة مفاتيح الكمبيوتر والآلات الحاسبة والكتابة، ويحدث هذا التناذر نتيجة انضغاط العصب الرسغي الأوسط المتحكّم في عضلات الإبهام والمسؤول عن الحس فيتسبّب ذلك في مجموعة من الأعراض منها: تمييل الأصابع، وشعور بوخز يشبه وخز الإبر، وضمور مُعرقل لعضلات الإبهام، وإحساس بحرقّة في الإبهام والأصابع الثلاثة الأولى، وضعف تدريجي في الإبهام، وتيبّس صباحي بسبب بطء الدورة الدموية، وقد ينتشر الألم إلي ساعد اليد وقد يصل إلي الكتف في الحالات الشديدة.

● لعل الأخطار الأخلاقية لشبكة الإنترنت على الأطفال والشباب تتزايد يوماً بعد يوم، فقد فتحت لهم أبواب الإباحية بكل صورها، وبلا حدود أو ضوابط، وألقت بهم في محيط من الإباحية متلاطم، وخضم من الرذيلة عميق، يسحق الفتى والفتاة ليلقي بهما في بحر الرذيلة والانحراف، فحجم ترويج الإباحية وتصديرها عبر الإنترنت فاق كل

الحدود والتصورات، برغم المخاطر العظيمة التي تجرُّها الإباحية على المجتمعات.

ولقد ذكرت وزارة العدل الأمريكية في دراسة لها أن تجارة المواد الإباحية تجارة رائجة جداً، يبلغ رأس مالها نحو مليار دولار، ولها أواصر وثيقة تربطها بالجريمة المنظَّمة، وأن تجارة الإباحية هذه تشمل وسائل عديدة كالكتب، والمجلات، وأشرطة الفيديو، والقنوات الفضائية الإباحية علاوة على شبكة الإنترنت. وتُفيد الإحصاءات الصادرة من الاستخبارات الأمريكية (FBI) أن تجارة الإباحية هي ثالث أكبر مصدر دخل للجريمة المنظَّمة بعد المخدرات والقمار، إذ بأيديهم ٨٠٪ من أرباح المجلات والأفلام الإباحية.

وتُقدَّر عدد الصفحات الإباحية في الإنترنت بنحو ٥٪ من مجموع الصفحات الكلية فيها، وهذه النسبة تُعد قليلةً، لكنَّها لا تُقدِّم الصورة الحقيقية لحجم المشكلة، إذ يزداد إقبال رواد الإنترنت على هذه المواقع، فشركة playboy الإباحية مثلاً تُوكِّد أن حوالي سبعة ملايين زائر يتصفحون موقعهم في الأسبوع الواحد.

● شكَّلت شبكة الإنترنت بؤر مشاكل لمجتمع المعلومات بالدول المتقدمة والعالم العربي على حدٍ سواء، ممَّا تطلب ضبط أخلاق لهذه الشبكة تُحدِّد التعامل مع تقنياتها. فمن هذه المشاكل انتشار الجرائم علي الإنترنت، والتي باتت تُشكِّل خطراً كبيراً علي أطفالنا وشبابنا، فهي تفتح الطريق لتقليدها والاندماج في أعمالها الإجرامية التخريبية، وهذه أمثلة لبعض هذه الجرائم:

— **جرائم الملكية الفكرية:** وتشمل نسخ البرامج بطريقة غير قانونية.

— **الاحتيال:** احتيال التسويق، سرقة الهوية، الاحتيال في الاتصالات وعلى البنوك.

— **سرقة الأرصدة:** سرقة مليارات من الدولارات من خلال التحويل الإلكتروني أو من البنوك أو الأسهم.

— **سرقة البرامج:** سرقة البرمجيات التطبيقية، سواء كانت تجارية أو علمية أو عسكرية، حيث تمثل هذه البرمجيات جهوداً تراكمية من البحث.

— **التمدير بالحاسب:** ويشمل القنابل البريدية، التخريب، إتلاف المعلومات، تعطيل الحاسب، ومسح البيانات وتشويهها.

- إعادة نسخ البرامج: وقد شكّل مشاكل كبيرة وخسارة بالغة للشركات الأمّ، وأرباح طائلة للناسخين.

- التجسس: بغرض الحصول على المعلومات المهمة وذات الطبيعة السرية.

- التخريب الإلكتروني: تستعمل طرق التخريب من قبل قرصنة الحاسوب، وتتمّ عن بُعد من خلال القنابل الإلكترونية والرسائل المفخخة.

وإلى جانب هذه التعديات، تحوّلت الإنترنت إلى مرتع لوسائل التهديد بالعمليات النفسية المعلوماتية، كالكذب، وتشويه المعلومات، وتحريف الحقائق، والانتقاد العلني، والقذف، والتحرش من خلال رسائل الكراهية، ورسائل المضايقات الجنسية.

● بدأ الشباب العربي في محادثاتهم عبر الإنترنت والهاتف الذكي، يستخدمون لغة خاصة بهم لا يعرفها أو يفهما إلاّ سواهم. وهذه اللغة تُهدّد مصير اللغة العربية في الحياة اليومية وتلقي بظلال سلبية على ثقافة وسلوك الأطفال الشباب. كما تعزلهم عن مجتمعات الكبار وتزيدهم من الاغتراب عن بيئاتهم، والنفور من ثقافتهم، والتفوق داخل بؤر صغيرة من صنعهم وحدهم. وهي ظاهرة خطيرة تتطلّب مزيداً من البحث والدراسة.

نماذج بائسة.. لمدمني الإنترنت !!

تتأكد خطورة إدمان الإنترنت، هذا الإدمان الجديد إذا علمنا أن مصحات نفسية أنشئت في أوروبا والولايات المتحدة الأمريكية منذ عام ١٩٩٩ لعلاج هذا النوع من الإدمان، وأن صيحات عالمية تعالت تُحذّر من الإنترنت، أطلقتها خبراء التكنولوجيا في العالم، والذين يحذرون من لعنة القرن الجديد، بعد أن تزايد عدد المدمنين عليه بشكلٍ خطير، إذ أصبح لهذا الإدمان آثاراً تدميرية تشبه في خطورتها آثار المخدرات بكافة أنواعها.

وقد ظهرت بالفعل حالات مرضية جراً تزايد استخدام شبكة الإنترنت بدرجة تفوق الوضع الطبيعي، الأمر الذي تحول إلى نوعٍ خطيرٍ من الإدمان، كما سيوضح.

ففي الولايات المتحدة الأمريكية، حيث ينتشر هذا الإدمان الجديد بشكلٍ رهيب، تمّ تقييم الأوضاع النفسية والعقلية لـ ١٤ شخصاً من المستخدمين طويلاً للإنترنت، وكان معدل أعمارهم ٣٥ عاماً، وتمّ إجراء مقابلات معهم للتعرف على المشكلات التي واجهوها بالفعل، مثل: العلاقات الاجتماعية الفاشلة، وفقدان الوظيفة، والطرد من المدرسة.. الخ. وقد تبين أن أحدهم، وعمّره ٢١ عاماً كان يستخدم الإنترنت لأكثر من ١٠٠ ساعة في الأسبوع، أهمل خلالها دراسته وأسرتة وأصدقائه، وكان هذا الشاب لا

يتوقف عن استخدام الإنترنت إلا عندما يتوجه للنوم فقط. وآخر كان عمره أيضاً ٢١ عاماً، حيث اختفي لمدة أسبوعاً كاملاً وقد تم العثور عليه في مختبرات الحاسوب بالجامعة بعد أن أمضى هذه المدة على الإنترنت.

وتقول ربة منزل تُقيم في «فيرجينيا» Virginia وهي مُدمنة للإنترنت: «استيقظ في حوالي التاسعة صباحاً وابدأ الاتصال بالإنترنت في حوالي العاشرة لأبقي على الخط حتى الرابعة بعد الظهر تقريباً موعد عودة زوجي من عمله، وفي حوالي الساعة السادسة أعود للاتصال بالشبكة ثانيةً ولا أنتهي قبل الواحدة صباحاً».

والمثال الصارخ لهذا النوع من الإدمان هو المهندس الإلكتروني الأمريكي «هنري هيجنيز» Henry Hignes الذي اعتاد الإبحار عبر الإنترنت، حيث جذبته المواقع الإباحية، وتدرّجياً وجد نفسه مشدوداً إلى فتنة الأجساد العارية، وبلغ به الحد إلى إنفاق أكثر من عشر ساعات من عمره يومياً في التقلّب بين هذه المواقع المنتشرة بكثرة وكثافة، وكان من نتيجة إدمانه تدهور أدائه المهني، وإصرار زوجته على الطلاق، وقد أعلن الأطباء أنّ «هيجنيز» مدمن مواقع إباحية على الإنترنت، ومن ثمّ ألحق بمصحّة نفسيّة للعلاج.

وهناك حالة أخرى شهيرة لرجلٍ آسيويٍ استغرق نحو ٤٢ ساعة متواصلة بلا أكل أو شراب، يواصل استخدام برنامج Second Life ، وهو برنامج يمكن فيه للشخص ابتكار واقع افتراضي يختار فيه شخصية غير شخصيته، وبلد وعمل وألوان من العلاقات.. وغيرها، وقد ظلَّ هذا الرجل علي جهاز الكمبيوتر مستغرقاً في مطالعة البرنامج حتى توفي فجأةً !!

وأدي إدمان الإنترنت إلي ظاهرة انتحار تُعتبر الأولى من نوعها، فقد شهدت مدينة القاهرة لقاء فتاة بنفسها من شرفة الدور الثالث، وكانت المفاجأة في سبب الإقدام علي الانتحار. رغم أن الفتاة حاصلة علي بكالوريوس من أكاديمية السَّادات للعلوم الإدارية، وتبلغ من العُمُر واحداً وعشرين عاماً . أنَّها تُعاني من إدمان الإنترنت. فقد لاحظ الأبوان أنَّ ابنتهما تجلس أمام الكمبيوتر لمدةٍ طويلةٍ يومياً أكثر من المعتاد، فتمَّت مراقبتها من حينٍ لآخر، وتبيَّن لهما دخول ابنتهما علي عُرف الدردشة (الشات) حيث تتحدَّث مع الشباب لسَّاعاتٍ طويلةٍ، وتحصل علي أرقام هواتفهم لتستكمل أحاديثها، إلَّا أنَّ والدها رفض هذا السلوك المُشين غير السَّوي، وحاول إفهامها أنَّ الكمبيوتر والإنترنت يُستخدمان للحصول علي المعرفة الهادفة في جميع المجالات التي تُتمِّي مدارك الإنسان وتُزيد من ثقافته، وأنَّ عُرف

الدردشة ما هي إلا سلاح ذو حدين إمّا نستخدمها لصالحنا، أو نستخدمها ضدنا في الانحلال الأخلاقي والخروج عن السلوك القويم، إلا أن كل هذه النصائح لم تثنِ الفتاة عن استخدامها الإنترنت والدخول مُجدداً إلي عُرف الدردشة، وحاول الأيوان إجبارها عن الإقلاع خوفاً علي سمعتها ومستقبلها. وعندما أيقن الأيوان إدمان ابنتهما علي عُرف الدردشة، وأنها لا تستطيع الاستغناء عنها، اضطر الأب إلي منعها من استخدام الكمبيوتر أو الهاتف المحمول، فما كان من الفتاة تحت هذا الضغط الرهيب للإدمان الشبكي إلا أن ألقت نفسها من نافذة شرفتها في الدور الثالث للتخلُّص من حياتها انتحاراً، لكن الله سلّم، ولم تمت الفتاة ولكنها أُصيبت بكسورٍ متعدِّدةٍ.

ولما سُئلت الفتاة عن سبب محاولتها الانتحار قالت أن والديها قاما بمنعها من استخدام الإنترنت، وأغلقا عليها الباب لمنعها من الخروج، وأكّدت أن منعها من الجلوس أمام الكمبيوتر والدخول علي الإنترنت، كأن بمثابة القضاء علي حياتها لأنها لا تستطيع الامتناع عنه مهما يكن الثمن، لأنه أصبح جزءاً من حياتها !!





الفصل الخامس

أهم أساليب الوقاية والتحصين
للتخلص من إدمان الإنترنت



📖 افتتحت منذ عام ١٩٩٤ عالمة النفس الأمريكية

«كيمبرلي يونغ» Kimberly Young، في «بريدفورد» Bridford مركزاً علاجياً عبر الإنترنت يُمكن من خلاله للأشخاص المُدمنين استشارتها بواسطة البريد الإلكتروني، أو الهاتف، أو من خلال مواقع التحاور.

وتقول الطبيبة «كيمبرلي» إنَّ عيادتها الافتراضية تتيح للأفراد والعائلات الحصول علي مساعدة المُتخصِّصين أيَّا كان مكان إقامتهم، موضحة أنَّ ٢٠٪ من مرضاها من خارج الولايات المتحدة الأمريكية.

كما تُعد الطبيبة الأمريكية «ماريسا أورتساك» Marissa Ortsak أوَّل من افتتحت عيادة لعلاج إدمان الإنترنت في مستشفى «ماكلين» McLean التابع لـ «جامعة هارفارد» Harvard university عام ١٩٩٦. وقد بدأ الأمر عندما اكتشفت «ماريسا» أنَّها أصبحت مُدمنة علي جهاز الكمبيوتر ولا سيما علي إحدى الألعاب الإلكترونية، وعندئذ فكَّرت في معرفة ما إذا كان هناك مَنْ يُشاركها مشكلتها. ومنذ ذلك الحين أصبحت من رواد هذا المجال، وعالجت المئات من المرضى.

وتحاول طيبة علم النفس أن تُحدِّد مع المريض سبب انجذابه إلي الإنترنت. وهي تؤكِّد أنَّه لا نستطيع أن نتعامل مع

مُدمني الإنترنت، كما نتعامل مع مُدمني التبغ أو الخمر، لأنَّ الامتناع غير ممكن، في عالمٍ يهيمن عليه أجهزة الكمبيوتر. كما تُوَكَّد أيضاً أنَّ ما بين ٥ و ٧٪ من مُستخدمي الإنترنت يمكن أن يصابوا بالإدمان.

وحسب راي الدكتورة « كيمبرلي يونغ » أستاذة علم النفس بجامعة «بيتسبرج» Pittsburgh في «بريدفورد» بأمريكا فإنَّ هناك عدة طرق لعلاج إدمان الإنترنت، تتركز في التالي:

١. **عمل العكس**؛ فإذا اعتاد المريض استخدام الإنترنت طيلة أيام الأسبوع نطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في يوم الإجازة الأسبوعيَّة. وإذا كان يقوم بفتح بريده الإلكتروني عندما يستيقظ من النوم مباشرة، نطلب منه أن ينتظر حتى يتناول طعام إفطاره ويُشاهد أخبار الصباح. وإذا كان المريض يستخدم الكمبيوتر في حجرة النَّوم نطلب منه أن يضعه في حجرة المعيشة .وهكذا

٢. **إيجاد موانع خارجيَّة**؛ نطلب من المريض الذي ينوي الدخول إلي الإنترنت لمدة سَاعَة واحدة قبل خروجه إلي العمل ضبط منبه، ليُذكِّره بانتهاء السَّاعة المُقرَّرة حتى لا يندمج في تصفُّح الإنترنت بحيث يتناسى موعد عمله.

٣. **تحديد وقت الاستخدام:** نطلب من المريض تقليل وتنظيم ساعات استخدامه للإنترنت، بحيث إذا كان، علي سبيل المثال يستخدم الإنترنت لمدة ٤٠ ساعة أسبوعياً نطلب منه تقليل المدة إلي ٢٠ ساعة في الأسبوع، وتنظيم تلك الساعات بتوزيعها علي أيام الأسبوع في ساعاتٍ مُحدَّدة من اليوم بحيث لا يتعدي الجدول المُحدَّد.

٤ **الامتناع التَّام:** كما ذكرنا فإنَّ إدمان بعض المرضى يتعلَّق بمجالٍ مُحدَّد من مجالات استخدام الإنترنت، فإذا كان الشخص مدمناً لُغرف الدردشة (الشات) نطلب منه الامتناع عن تلك الوسيلة امتناعاً تاماً، في حين نترك له الحريَّة في استخدام أو تصفُّح الوسائل الأخرى الموجودة علي الإنترنت.

٥. **إعداد بطاقات من أجل التذكير:** نطلب من المريض إعداد بطاقات يكتب عليها خمساً من أهم المشكلات الناجمة عن إسرافه في استخدام الإنترنت، كإهماله لأسرته، و تقصيره في أداء عمله.. ويكتب أيضاً خمساً من الفوائد التي ستنتج عن إقلاعه عن تصفُّح الإنترنت بصورةٍ مبالغ فيها، كإصلاحه لمشكلاته الأسرية، وزيادة اهتمامه بعمله.. ويضع المريض تلك البطاقات في جيبه، أو في حقيبته حيثما

يذهب بحيث إذا وجد نفسه مندمجاً في استخدام الإنترنت بدرجة كبيرة يُخرج البطاقات ليذكّر نفسه بالمشكلات الناجمة عن ذلك الاندماج.

٦. إعادة توزيع الوقت: نطلب من المريض أن يفكر في

الأنشطة التي كان يقوم بها قبل إدمانه للإنترنت ليعرف ماذا خسر بإدمانه، كقضاء الوقت بالنادي مع الأسرة، والقيام بزيارات اجتماعية.. وهكذا. ثم نطلب منه أن يعاود ممارسة تلك الأنشطة لعلّه يتذكّر طعم الحياة الحقّة وحلاوتها.

٧. الانضمام إلي مجموعات التأييد: نطلب من المريض

زيادة رقعة حياته الاجتماعية الجميلة بالانضمام إلي فريق الكرة بالنادي، أو إلي درس لتعليم الخياطة، أو الذهاب إلي عرض موسيقي يشترك فيه، ليكون حوله مجموعة من الأصدقاء الحقيقيين لا الوهميين.

٨. المعالجة الأسرية: في بعض الأحيان تحتاج الأسرة بأكملها

إلي تلقي علاج أسري بسبب المشاكل التي يسببها الإنترنت، بحيث يساعد الطبيب الأسرة علي استعادة النقاش والحوار فيما بينها، وحتى تقتنع الأسرة بمدي أهميتها في إعانة المريض ليقلع عن إدمانه.

ونُقدِّم أيضاً مجموعة مقترحة من استراتيجيات العلاج
والوقاية والتحصين، لعلَّ من أهمها ما يلي:

١- إنَّ وجود الإنترنت في المنزل لا يعني نهاية العالم، بل الكارثة
الحقيقية تتمثل في ضعف الرقابة وعدم عقلنة استخدام
هذه الوسيلة المهمة بما يعود بالنفع علي الفرد والأسرة
والمجتمع. ولقد أكَّدت بعض الدراسات في العالم العربي
أنَّ ٩٠٪ من مُتصفحِي الإنترنت يلعبون ويتسلون وهذا يرجع
إلي كون غالبيتهم من الأطفال والمراهقين والشباب، وهؤلاء
لديهم وقتاً وامتساعاً للَّعب والتسلية أكثر من شرائح المجتمع
الأخرى وخصوصاً في ظلَّ غياب البرامج والإستراتيجيات
المتميزة التي تُحفز، وتُنمِّي قدراتهم العقلية، وتُفجِّر طاقاتهم
الإبداعية الخلاقية.

لذلك لا بدَّ أن نغرس في نفوس أبائنا أنَّ الإنترنت مرفق
خدمي نستخدمه ليُقدِّم لنا المساعدة علي حلِّ مشكلاتنا، وأن
نعمل علي تكوين وعي إنترنتي عندهم واستخدامها للاستكشاف
والبحث العلمي الذي يُفيد الذات والمجتمع، وكذلك لا بدَّ من
تقارب الآباء من أبنائهم للتعرفُّ علي مشكلاتهم وزيادة مساحة
الحوار في إطار من الاحترام المتبادل.

٢ - علاج متلازمة النفق الرسغي، عن طريق إعطاء المريض بعض الفيتامينات وخصوصاً فيتامين B المركَّب بمختلف أنواعه. وينصح المريض بإضافة المكملات الغذائية وتجنُّب تناول الأغذية الغنية بالحديد، وكذلك عدم تناول المأكولات التي تحوي حمض «الأوكساليك» Oxalic لأنَّه قد يُسبِّب مشاكل في المفاصل لذلك يجب عدم الإفراط في تناول الأطعمة التي تحتوي علي: البيض، والسمك، والسبانخ، والقرنبيط، والبقدونس. مع التركيز علي الأطعمة التي تشمل فيتامين B المركَّب والإكثار من تناول ثمار الأناناس الطازجة كونها تحوي أنزيم « البروميلين » Bromelain المضاد للالتهابات، كما أنَّ فيتامين C إذا ما اقترن بفيتامين B6 فإنَّه يجلب الرَّاحة لكثيرٍ من المُصابين بتناذر النفق الرسغي الناتج عن الإفراط في استخدام لوحة مفاتيح الكمبيوتر.

٣ - استبدال الوقت المُخصَّص لتصفُّح الإنترنت بممارسة بعض التمارين الرياضية، والتواصل مع الأهل والأصدقاء.

٤ - العلاج التبصيري الذي يرتكز علي اعتراف الشخص بأنَّه مدمن، وهذه خطوة مهمة علي طريق العلاج، وبالتالي عليه أن يتحمَّل جزءاً من مسؤولية علاجه، كما يجب أن نبيِّن له فوائد الإنترنت ومساوئه.

٥ - البحث عن المساعدة من جانب المتخصصين في تعديل سلوكيات الشخص المدمن، ومحاولة البحث عن الأسباب الحقيقية التي تدفعه لإدمان الإنترنت، بالإضافة إلى مساعدته في كيفية تغيير نمط حياته إلى الأفضل.

٦ - محاولة عدم الاتصال بشبكة الإنترنت عن طريق الهاتف الجوّال (المحمول)، للحدّ من استخدام تلك الشبكة وبالتالي التقليل من مشكلة الإدمان.

ونوه، بأنّ كلّ نمط إدماني من الممكن التخلُّص منه بشكلٍ نهائيٍّ وبلا رجعةٍ، إذا كان الشخص يُريد ذلك بالفعل، وليس بغرض التحايل على الآخرين والتظاهر بأنّه يمضى في ذلك من أجل إرضائهم، الأهم هو إرضاء النفس قبل أي شيءٍ آخر.

أهم المقترحات والتوجيهات :

١ . نظراً لمُجمل الأخطار التي عرضناها علي صفحات هذا الكتاب يصبح أمر حماية شبكة الإنترنت من التلوث ضرورياً لبقائها آمنة ومتماسكة. وهي المسؤولية الأخلاقية الجماعية للحفاظ على الشبكة نظيفة، ومفيدة للجميع من أجل تحقيق الاستفادة المثلى منها. وهذه المسؤولية لا تنحصر فقط في الحماية، بل تتعدى إلى نشر الوعي بالسلوك الشخصي والجماعي على الإنترنت.

٢. التلوث الثقافي، يعني إضعاف الأعراف، أو تصارعها، أو غيابها، من خلال تقديم معلومات غير صحيحة ومشككة. ويشمل جملة من التهديدات للمعتقدات، من خلال التعصب الديني، والعنقي، إلى جانب التهديد الأخلاقي والمتمثل في انهيار النظم الأخلاقية، التي تُشكل دعامة النظم الاجتماعية خاصة وأنَّ شبكة الإنترنت تعج بالمواقع اللاأخلاقية والإباحية، فضلاً عن التهديد الأمني حيث تنتشر بالشبكة معلومات خطيرة كافية بتهديد الأمن الوطني والقومي . فلحماية الشبكة من هذا التلوث الثقافي يظهر علي السطح خيار فرض الرقابة المستمرة للمواقع ، وهو الأمر الذي أثار الكثير من الجدل والنقاش بين المؤيدين والمعارضين، حيث يرى البعض أنَّها تُعرقل حُرِّيَّة انسياب المعلومات بالإنترنت، فيما تشجع جماعات ما يُسمى بـ « حماية المجتمع أخلاقياً » مبدأ الرقابة لمنع النفاذ للمواقع الإباحية، وخاصةً وأنها من أكثر المواقع ارتياداً من قبل الشباب والمراهقين،

وبالرغم من أنَّ الرقابة قد تتحقَّق على الشبكة في أماكن محدودة كالإنترنت بالمنازل، إلَّا أنَّه لا يمكن تحقيقها في أماكن أخرى. وتبقى هنا الرقابة الذاتية، وتنمية القيم الأخلاقية

بالفرد منذ صُغره، رادعاً شخصياً لمثل هذه المواقع، وخاصةً أمام فشل تقنيات أمن المعلومات من حواجز أمنية، وتقنيات التشفير، ومرشحات الشبكة، ومرشحات البريد الإلكتروني، في منع نفاذ مواقع الرذيلة على الشبكة، ورسائل التهديد والقذف العلني، والتحرُّش والتعصُّب.

٣ . تحتل مسألة الرقابة على شبكة الإنترنت مرتبة الصدارة من حيث الأهمية نظراً لما تشمله مواقع الإنترنت من مواقع الإباحية. وقد ذكرت إحدى الدراسات بمجلة القانون بجامعة «جورج تاون» George Town أنه تمَّ مسح ٣١٠,٩١٧ صورة إباحية، وقصَّة قصيرة، ولقطة فيلم جنسية، خلال عملية مسح على محتويات الإنترنت، وتمَّ اكتشاف أن ٥,٨٣٪ من صور المجموعات الإخبارية المخزنة هي صوراً خليعة، وغالبية مُستخدمي هذه المواقع من الذكور بنسبة ٩,٩٨٪.

وهي النتائج المطابقة لتحقيق صحايف بالجزائر حيث أظهر التحقيق على ٢٠ مقهى إنترنت بولاية قسنطينة أن ٧٠٪ من المواقع التي يتمُّ زيارتها يومياً هي مواقع إباحية، وأغلب زائريها هم ذكور. ويتمُّ تخزين صور الخلاعة في المواقع المفضلة بتواطؤ مع صاحب المقهى نفسه. وهو الوضع الذي يثبت أنَّ تجارة الجنس التخيُّلي ليست حكرًا على الدول المتقدمة فقط. بل ضررها

وتأثيرها يمتد إلى شباب ومراهقي الدول العربية دون استثناء، الأمر الذي يتطلّب وضع مشرفين على المواقع لمراقبتهم. إلى جانب وضع تشريعات عربية خاصة بمحتويات الإنترنت، و كلا المطالبين متكاملين. فالمشرف على الموقع، هو مدير نشره أو مالكه، وهو القائم على توزيع المعلومات، ومراقبة الموقع، وبالمؤسّسات التعليمية مدير المؤسّسة يعتبر هو المسؤول على المواقع الموجودة بالشبكة، حسب ما أقرته المحكمة الاستعجالية بمرسلياً عام ١٩٩٩. و المشرف على الموقع هو الذي تتمّ متابعتة، إلى جانب المؤلّف، والموزّع، والمنتج في حالة المواد السمعية البصرية، هذا لضمان مراقبة فعّالة للمواقع والحدّ من انتشار الجنس التخيّلي بالشبكة العالمية. وإذا كانت الدول المتقدمة بتحرّر مجتمعاتها، تبحث عن تشريعات لإنقاذ محتوى المواقع بالإنترنت من التلوث الثقافى بأنواعه، فإنّ الدول العربية أحوج لهذا الإجراء من غيرها طبّقاً، لتقاليدها وأعرافها وقيمها الأخلاقية والإنسانية، وأكثر من هذا فلا توجد ديانة سماوية تشجع على الخلاعة والمجون وفساد الأخلاق.

٤ . وجود مواثيق أخلاقية عربية تُحدّد التّعامل مع الإنترنت ، وهي القواعد الأخلاقية بالشبكة، الموجهة إلى مُستخدميها لضبط تعاملهم مع محتوى الإنترنت وتقنيات الشبكة، وغالباً ما

تنقسم القواعد الأخلاقية المُستعملي الإنترنت إلى أقسام هي: قواعد خاصّة باستعمال البريد الإلكتروني، ومواقع الحوار والدردشة وهو الاتصال شخص – شخص، وقواعد للاتصال شخص – جماعة، وقواعد لضمان صيرورة خدمات المعلومات على الإنترنت. ومهما اختلف مضمون هذه القواعد، فإنّها تهدف إلى ضبط عادات استخدام شبكة الإنترنت داخل إطار أخلاقي، يضمن أمن الشبكة، والثقة فيها.

أمّا بالنسبة لوضع تشريعات عربيّة، خاصّة بالتقنيات المتعلّقة بالشبكة، فيمكن القول أنّ الدول العربيّة مستقبلة للتقانة، وليست منتجة لها، ولهذا ليس بمقدورها وضع تشريعات ملود ليس لها. ولكنّها قد تعمل على توطينه وفق الواقع العربي، بإحداث بعض التعديلات الطفيفة عليه. و بالنسبة للدول المتقدمة، فقد خطت خطوات كبيرة في وضع تشريعات لتقنيات الشبكة، على غرار محتوى المواقع.

وفي النهاية نستطيع القول أنّ الدول العربيّة مجبرة على وضع حدٍ للإنزلاقات اللأخلاقية بشبكة الإنترنت، بأي وسيلة كانت، بوضع قواعد أخلاقية، أو بتشريعات وقوانين للشبكة، ومحتواها ومُستخدميها، من أجل استكمال بنية مجتمع المعلومات التي تقوم على المجال الاقتصادي، والسياسي والثقافي، والاجتماعي،

والأهم الجانب الأخلاقي فيها. وهذا يتطلب تضافر الحكومات،
والقطاع الخاص، والمجتمع المدني، المنظمات الدولية.

٥. هناك توصية لتنادي بإغلاق الكمبيوتر والهواتف الذكية يوماً
في الأسبوع، وهو ما حدث من قبل عند انتشار التلفزيون
علي نحوٍ واسع، ودخل كُـل بيت وفعل ما فعله، فنادي
البعض في الولايات المتحدة الأمريكية بإغلاق التلفزيون يوماً
في الأسبوع يجلس فيه أفراد العائلة مع بعضهم البعض، أو
يخرجون معاً للترفيه وقد نجحت تلك الحملة في أوانها، ممّا
يدعونا الآن لمحاولة إطلاقها من جديد ولكن علي استخدام
الإنترنت، ولنتصوّر الآن يوماً بدون الإنترنت، وبدون الأمواج
الإلكترونية المتلاطمة المنبعثة من تلك الأجهزة الذكية، يوماً
يمسك فيه الطفل كتاباً ورقياً يقرأ فيه، بدلاً من قراءة
الشاشات، يوماً يجلس فيه أفراد الأسرة وجهاً لوجه
بوجوههم الآدمية بدلاً من تلك الوجوه الإلكترونية، يوماً
يخرج فيه أفراد العائلة للحياة الطبيعية الواقعية وليس
للحياة الرقمية أو الافتراضية.



المراجع

١. السَّيد نجم: إدمان الطفل علي الإنترنت، المجلة العربيَّة، السعودية، فبراير ٢٠١٠، العدد: ٣٩٧.
٢. الصادق رابح: الهوية الرقمية للشباب، مجلَّة إضافات، تونس، ٢٠١٢، العدد: ١٩.
٣. رانيا محمد على قاسم: استخدام الكمبيوتر وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لدى الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة. قسم الدراسات النفسية والاجتماعية، معهد الدراسات العليا للطفولة . القاهرة: جامعة عين شمس، ٢٠٠٠.
٤. كريمة صادق عيسي: إدمان الإنترنت، المجلة العربيَّة، السعودية، مارس ٢٠١٢، العدد: ٤٢٣.
٥. محمَّد أديب غنيمي: شبكات المعلومات: الحاضر والمستقبل، القاهرة: المكتبة الأكاديمية، ١٩٩٧.
٦. نرمين سيد حنفي: أثر تكنولوجيا الاتصال الحديثة على أنماط الاتصال الأسري في مصر: دراسة مسحية مقارنة. رسالة ماجستير، قسم الإعلام وثقافة الطفل. معهد الدراسات العليا للطفولة. القاهرة: جامعة عين شمس، ٢٠٠٣.

٧. نعيمة عبد الفتاح ناصف: الإدمان الإنترنتي: مرض عصر العولمة، المجلة العربية، السعودية، ديسمبر ٢٠٠٤، العدد: ٣٣٣.
٨. هبة عبد الله بهجت السمري: استخدام الأطفال للإنترنت: العلاقة التفاعلية بين الآباء والأبناء. القاهرة: المجلة المصرية لبحوث الإعلام، العدد: ١٨، ٢٠٠٣.
٩. هند الخليفة: الحياة الافتراضية تساعد على عمليات التعليم والتدريب والتواصل مع الغير، جريدة الرياض، السعودية، ٢٠٠٩-٤-٢٧، العدد: ١٤٩١٧.
١٠. وفيق صفوت مختار: أطفالنا وحضارة الإنترنت، مجلة الوعي الإسلامي، الكويت، فبراير/مارس ٢٠٠٢، العدد: ٤٣٦.
١١. وفيق صفوت مختار: وسائل الاتصال والإعلام وتشكيل وعي الأطفال والشباب، القاهرة: دار غريب، ٢٠١٠.
١٢. وفيق صفوت مختار: أبنائنا ومشكلة العنف في وسائل الإعلام، مجلة الصلاح، القاهرة، فبراير ٢٠١١.
١٣. وفيق صفوت مختار: الشباب والإباحة الجنسية في وسائل الإعلام، مجلة الصلاح، القاهرة، مارس، ٢٠١١.
١٤. وليد أحمد المصري: الأسرة العربية وهوس الإنترنت، مجلة العربي، الكويت، أغسطس ٢٠٠٦، العدد: ٥٧٣.

- 15 - Carlson, Jon et al (1999) The influence of technology on families: an Asian perspective family journal counseling & therapy for couples and families . vol. 7 (3).
- 16 - Carpenter, Erika M (2004) Internet Treatment Delivery of Parent-Adolescent Conflict Training for Families with an ADHD Teen: A Feasibility Study. Child & Family Behavior Therapy, Vol. 26 (3).
- 17 - Jackson ,L. A. (2008). Adolescents and the Internet. In D. Romer & P. Jamieson (Eds.) ,The changing portrayal of American youth in popular media. Annenberg Public Policy Center at the University of Pennsylvania. NY: Oxford. University Press.
- 18 -Jordan, Amy, B. (2002) a family systems approach to examining the role of the internet in the home .in: Clavert, Sandara , L. et al children in the digital age: influences of electronic media on development . Westport. Praeger publishers .
- 19 -Heller, Patricia et al (1998) Learning about technology : family VS peers parings . Journal of research in science teaching. vol. 25 (1).

- 20 -Hughes, Robert, Jr. & Hans, Jason,D. (2001)
Computers, the internet and families: a review of the
role new technology plays in family life. Journal of
Family Issues. Vol . 22 (6).
- 21 -Oravec, Joann(2000)Internet and computer technology
hazards : perspectives for family counseling. British
journal of guidance and counseling . Vol . 28 (3).
- 22 - Southwick, Sarah Loretta (2002) “Internet use,
academic performance, and social involvement
in middle school age children” PHD, Educational
Psychology (0525). volume 63-CM . Hoistra-
university.
- 23-Turow, Joseph (2002) Family boundaries,
commercialism, and the Internet: A framework for
research. In: Children in the digital age: Influences
of electronic media on development. Calvert, Sandra
L.; Jordan & Amy B. (eds) Westport, CT. Praeger
Publishers/Greenwood Publishing Group, Inc.



٥الإهداء: •
٧المقدمة: •
١١الباب الأول: عالم الإنترنت: •
١٣الفصل الأول: الإنترنت.. ماهيته، نشأته وتطوره: •
٢٧الفصل الثاني: انتشار الإنترنت.. عالمياً وعربياً: •
٣٥الباب الثاني: الأسرة والإنترنت: •
٣٧الفصل الأول: كيف أثَّرت الإنترنت علي العلاقات الاجتماعية الأسرية؟ •
٥٣الفصل الثاني: الأسرة.. بين إيجابيات الإنترنت وسلبياته: •
٦٧الفصل الثالث: كيف نقضي علي تأثير الإنترنت السلبي علي أفراد الأسرة؟ •
٧٥الباب الثالث: الأطفال والشباب.. والإنترنت: •
٧٧الفصل الأول: ما سرُّ تهافت الأطفال والشباب علي الإنترنت؟ •
٨٣الفصل الثاني: ماذا يُشاهد الأطفال والشباب علي الإنترنت؟ •
٩١الفصل الثالث: أشهر المواقع التي يرتادها الأطفال والشباب علي شبكة الإنترنت: •

١٢٣	• الباب الرابع: مشكلة إدمان الإنترنت:.....
١٢٥	الفصل الأول: ماذا يعني إدمان الإنترنت؟
١٣٣	الفصل الثاني: أهم الدوافع التي تتسبب في إدمان الإنترنت
١٣٩	الفصل الثالث: كيف يمكن اكتشاف أعراض إدمان الإنترنت؟..
١٤٧	الفصل الرابع: أهم الآثار الضارة المترتبة علي إدمان الإنترنت
	الفصل الخامس: أهم أساليب الوقاية والتحصين للتخلص
١٦١	من إدمان الإنترنت :.....
١٧٥	• المراجع:.....
١٧٩	• الفهرس:.....
١٨١	• المؤلف..سيرة ذاتية وعلمية:.....



المؤلف..سيرة ذاتية وعلمية

وفيق صفوت مختار



- من مواليد ١٩ يناير ١٩٥٨، مدينة طهطا - محافظة سوهاج.
- متزوج من السيِّدة «قدرية أميرهم» موجه عام للاقتصاد المنزلي (سابقاً)، وله ابنتان، «مريم» طبيبة بشرية، و«ريتا» مهندسة ديكور.
- حاصل علي ليسانس الآداب والتربيَّة، جامعة أسيوط كلية التربية بسوهاج، عام ١٩٨٠.
- حاصل علي الدبلوم الخاص في التربية وعلم النفس، جامعة أسيوط، كلية التربية بسوهاج، عام ١٩٨٤.
- كبير الأخصائيين التربويين بوزارة التربية والتعليم بدرجة وكيل وزارة (سابقاً).
- محاضر تربوي في تجمعات الشباب، وأعضاء هيئات التدريس، وأولياء الأمور.
- عمل مُحرراً صحافياً بمجلة «هو وهي» (قبرص)، ومجلة «دُبي الثقافية» (دولة الإمارات العربيَّة).

• فاز بجائزة الشيخ «عبد الله المبارك الصباح» للإبداع العلمي علي مستوي الوطن العربي، عن نتاجه المتميز: «المُخدرات وأثرها المُدمر»، عن دار الشاعرة الدكتورة «سعاد الصباح» بدولة الكويت.

• تلقي خطاب شكر وتقدير من السيِّدة «سوزان مبارك»، بمناسبة ظهور بعض مؤلفاته التربويَّة. (رئاسة الجمهورية في ١٢ مارس ٢٠٠٢).

• سجل للتلفزيون المصري، علي قناته السَّابعة، العديد من الحلقات التربويَّة والثقافيَّة في عدة برامج، منها: برنامج «الطفل والمجتمع» إعداد: غادة عوني، تقديم: شيرين غيث، إخراج: أمل شاهين. وبرنامج «أوراق ملوَّنة»، إعداد: وائل مختار، تقديم: هيام الصغير، إخراج: خالد وليد.

• قامت الصحافية «سعدية شعيب»، بتقديم آراء الكاتب تجاه قضايا الطفولة والأمومة وشؤون الأسرة الواردة في مؤلفاته، ضمن زاويتها المتخصِّصة بجريدة الأهرام اليوميَّة، بعد المعالجة الصحافية، كالتالي:

١. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٦ أكتوبر ٢٠٠٣، مقالة بعنوان: «طفل ما بعد الطلاق».

٢. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٢٩ يونيو ٢٠٠٤، مقالة بعنوان: «ثقة طفلك..مسؤوليتك».

٣. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ١٠ يوليو ٢٠٠٤، مقالة بعنوان: «كيف يودع طفلك الأنايية؟».
٤. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٢٩ فبراير ٢٠٠٦، مقالة بعنوان: «الصدائة تحمي طفلك من الاغتراب».
٥. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٤ مايو ٢٠٠٦، مقالة بعنوان: «عند الأطفال.. الحُبّ قبل الخبز أحياناً».
٦. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ١٥ أغسطس ٢٠٠٦، مقالة بعنوان: «اتركي طفلك يري ويسمع ويتعلم».
٧. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٣٠ أغسطس ٢٠٠٦، مقالة بعنوان: «ابعدى الاكئاب عن طفلك».
٨. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٩ يناير ٢٠٠٧، مقالة بعنوان: «مزعج أم مبدع ؟».
٩. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ١ فبراير ٢٠٠٧، مقالة بعنوان: «طفلك.. في خطر مع قصص الخيال العلمي».
١٠. الأهرام، باب: المرأة والطفل، ٢١ أغسطس ٢٠٠٧، مقالة بعنوان: «أثقل وزناً وأطول قليلاً.. طفلك الموهوب ينتظر الفرصة».

١١ . الأهرام،باب: المرأة والطفل،٢٦ نوفمبر٢٠٠٧،مقالة
بعنوان: «نقص الفطام النفسي .. خطر علي طفلكِ» .

❖ أجريت مع الكاتب العديد من الحوارات الصحافية التي
تناولت قضايا المجتمع المصري .

❖ تُرجمت بعض مقالاته إلي اللُّغة الإنجليزيَّة،منها علي سبيل
المثال :

Jealousy..a painful child's experience (الغيرة..خبرة
الطفل المؤلمة).

The cocaine most dangerous with toxic which destroys
the human being (الكوكايين ..سم خطير يدمر حياة الإنسان).

علي صفحات مجلة:

Al-Khafji a monthly magazine published by Arabian
oil Company Ltd.Information & Publication Department.

- تناولت الصحف والمجلات المصريَّة والعربيَّة مؤلَّفات
الكاتب بالنقد والتحليل والعرض والإعلان، كالتالي:
- جريدة المساء الأسبوعية، السبت ١٣ مارس١٩٩٩،العدد:
١٥٢٩٢،ص٦.

- مجلة الوعي الإسلامي، دولة الكويت، فبراير / مارس ٢٠٠٠، العدد: ٤١١، (دراسة تحليلية، بقلم الكاتب: محمود رمضان الطهطاوي).
- جريدة المساء الأسبوعيَّة، السبت ٩ فبراير ٢٠٠٢، العدد: ١٦٥٦ ص ٨.
- جريدة الأهرام اليوميَّة، الثلاثاء ١٢ مارس ٢٠٠٢، العدد: ٤٢٠٩٩، ص ٢٧.
- «جريدة الأهرام اليوميَّة، الثلاثاء ٩ أبريل ٢٠٠٢، العدد: ٤٢١٣٧، ص ٢٧.
- جريدة المساء الأسبوعيَّة، السبت ٩ أغسطس ٢٠٠٣، العدد: ١٦٩٠٢ ص ١١.
- جريدة الأهرام اليوميَّة، الثلاثاء، ١٨ يناير ٢٠٠٥، العدد: ٤٣١٤٢ ص ٢٣.
- جريدة الجمهورية، الجمعة ٢٠ نوفمبر ٢٠٠٧، العدد: ١٩٦٩٥، ص ١٢.
- جريدة المصري اليوم، الأربعاء، ٢٩ يونيو ٢٠٠٩، العدد: ١٨٧٢، ص ٢.

- جريدة المصري اليوم، الخميس ٢٨ يناير، ٢٠١٠ العدد: ٢٠٥٥، ص١٤.
- جريدة الأهرام اليومية، الأربعاء ١٧ فبراير، ٢٠١٠، العدد: ٤٤٩٩٨، ص٢٥.
- المجلة العربية، المملكة العربية السعودية، مايو ٢٠١٠، العدد: ٤٠٠.
- المجلة العربية، المملكة العربية السعودية، مارس: ٢٠١١، العدد: ٤١١.
- علي شبكة الإنترنت يحظي الكاتب بعشرات المواقع، والصحف الإلكترونية التي تناولت سيرته الذاتية والعلمية، بالإضافة إلي أغلب مقالاته ومؤلفاته، نذكر منها علي سبيل المثال لا الحصر:
- ويكيبيديا الموسوعة الحرة.
- موسوعة الكتب العربية والأجنبية www.ebooks-cloud.com
- اتحاد الجامعات العربية www.eulc.edu.eg
- المركز الديمقراطي العربي للدراسات الإستراتيجية الاقتصادية والسياسية .

- أكاديمية علم النفس.
- الجمعية المصريّة لدعم معوقات الطفولة — مركز دراسات وبحوث المعوقين.
- مكتبة الإسكندرية — مكتبة كلية دجلة الجامعة الأهلية — المكتبة المركزية لجامعة كركوك.
- مجلة فكر الثقافيةً www.fikr.mag.com
- جريدة الأمل الإلكترونيّة www.alamal.com
- جريدة الأخبار الإلكترونيّة www.alakbar.press.ma
- جريدة الجزيرة الإلكترونيّة www.al.jaziah.com
- جريدة البلاغ الإلكترونيّة www.balagh.com
- جريدة القبس الإلكترونيّة www.alqabas.com
- صحيفة اليوم www.alyaum.com
- موقع الكتاب www.ektab.com
- موقع كتبي www.kotobi.com
- موقع ثقافات www.thaqafat.com
- موقع دراسات الأهرام digital.ahram.org.eg

- موقع النيل والفرات www.neelwafurat.com
 - وزارة التربية والتعليم المصرية، اختارت ضمن فهرسها الموحد للمدارس المصرية (المكتبات المدرسية) مجموعة من كتب مؤلف للتداول في مكتبات المدارس المصرية علي مستوي الجمهورية.
 - استعان عدد كبير من الباحثين والدارسين بمؤلفات الكاتب في إعداد رسائل الماجستير والدكتوراه، وكذلك إعداد الدراسات والمقالات.
 - للكاتب عدد هائل من المقالات والدراسات التربويّة والعلميّة والثقافيّة المتنوعة، والمنشورة بالمجلات والدوريات المصريّة والعربيّة، منها:
١. نظرية المعلومات.. ومحاكاة الحاسوب، مجلة القافلة، السعودية، فبراير ١٩٩٥، المجلد ٤٣.
 ٢. طفلي عصبي.. لماذا؟، مجلة العربي، دولة الكويت: وزارة الإعلام، فبراير ١٩٩٥، العدد: ٤٣٥.
 ٣. أهم مصطلحات علم النفس، (الحلقة الأولى)، مجلة الفيصل، السعودية، فبراير ١٩٩٥، العدد: ٢١٩. و(الحلقة الثانية) مارس ١٩٩٥، العدد: ٢٢٠.

- ٤ . أطفالنا وحاجتهم إلي الأمن، مجلة الخفجي، السعودية، مايو ١٩٩٥، السنة ٢٤، العدد: ١١ .
- ٥ . الأطفال واللعب، مجلة القافلة، السعودية، ديسمبر ١٩٩٥، يناير ١٩٩٦، المجلد ٤٤ .
- ٦ . أطفالنا كيف نعاملهم؟، مجلة البحرين الثقافية، دولة البحرين، يناير ١٩٩٦ .
- ٧ . الخجل عند الأطفال، مجلة الخفجي، السعودية، يونيو ١٩٩٦، السنة ٢٥ .
- ٨ . أهم فروع علم النفس، (دائرة المعارف)، مجلة الفيصل، السعودية، أغسطس/سبتمبر ١٩٩٦، العدد: ٢٣٨ .
- ٩ . عندما يصبح عناد الطفل مرضاً، مجلة العربي، دولة الكويت: وزارة الإعلام، نوفمبر ١٩٩٦، العدد: ٤٥٦ .
- ١٠ . الكذب عند الأطفال، مجلة القافلة، السعودية، أبريل / مايو ١٩٩٧، المجلد ٢ .
- ١١ . أهم مفهومات علم التربية، (دائرة معارف)، مجلة الفيصل، السعودية، سبتمبر ١٩٩٨، العدد: ٢٦٣ .
- ١٢ . الغيرة..خبرة الطفل المؤلمة، مجلة الخفجي، السعودية، سبتمبر ١٩٩٨، السنة ٢٢ .

- ١٣ . أمراض الكلام عند الأطفال،مجلة العربي،دولة الكويت:
وزارة الإعلام،مايو١٩٩٩، العدد:٤٨٦.
- ١٤ . خوف الطفل متي يصبح مشكلة ؟ مجلة الخفجي،
السعودية، مارس٢٠٠٠، السنة٢٩.
- ١٥ . حتي لا يصبح شجار الأطفال انحرافاً سلوكياً، مجلة
القافلة، السعودية، يونيو/يوليو٢٠٠٠، المجلد٤٩.
- ١٦ . السرقة عند الأطفال، مجلة المنار ، دولة الإمارات،
نوفمبر٢٠٠٠،السنة٢٦.
- ١٧ . التلفزيون كيف يُشكّل سلوك الطفل ويُنمّي قدراته،مجلة
القافلة،السعودية، يناير / فبراير٢٠٠١،المجلد٤٩.
- ١٨ . هروب الطفل، مجلة العربي، دولة الكويت،يناير٢٠٠١،العدد:٥٠٦.
- ١٩ . التربية الجنسيّة للأطفال والبالغين،مجلة الوعي، دولة
الكويت، يناير/فبراير٢٠٠١، العدد:٥٠٦.
- ٢٠ . سلبية الأطفال مظهر للمقاومة والعناد،مجلة الوعي،
دولة الكويت، فبراير/مارس مارس٢٠٠١،العدد:٤٢٤.
- ٢١ . التخريب عند الأطفال، مجلة الوعي ، دولة الكويت،
مايو / يونيو٢٠٠١،العدد:٤٢٧.
- ٢٢ . الأب والصحة النفسيّة لأطفاله، مجلة العربي، دولة
الكويت:وزارة الإعلام، سبتمبر٢٠٠١ ، العدد: ٥١٤.

- ٢٣ . أطفالنا هل هم ضحايا العنف التلفزيوني، مجلة المنار ،
دولة الإمارات، نوفمبر/ ديسمبر ٢٠٠١، السنة ٢٧.
- ٢٤ . التفاخر والمباهاة عند الطفل، مجلة الوعي، دولة الكويت،
يناير/ فبراير ٢٠٠٢، العدد: ٤٣٥ .
- ٢٥ . أطفالنا وحضارة الإنترنت، مجلة الوعي ، دولة الكويت،
فبراير / مارس ٢٠٠٢، العدد: ٤٣٦.
- ٢٦ . أساليب معاملة الطفل، مجلة المنار، دولة الإمارات،
سبتمبر/ أكتوبر ٢٠٠٢، السنة ٢٨.
- ٢٧ . الزهايمر وتلاشي الذاكرة، مجلة الكويت، دولة الكويت،
يناير ٢٠٠٣، العدد: ٢٣١.
- ٢٨ . دمج الأطفال المعاقين في الحياة الاجتماعية، مجلة الوعي،
دولة الكويت، أغسطس / سبتمبر ٢٠٠٣، العدد: ٤٥٥.
- ٢٩ . الكوكايين سم خطير يدمر حياة الإنسان، مجلة
الخفجي، السعودية، يناير/ فبراير فبراير ٢٠٠٤، السنة
الرابعة والثلاثون.
- ٣٠ . أطفالنا وألعاب الحاسوب، مجلة المنار، دولة الإمارات ،
يناير ٢٠٠٤، العدد: ٣٤٧.
- ٣١ . الأفيون دواء يتحوّل إلي وباء، مجلة الكويت، دولة الكويت،
ديسمبر ٢٠٠٤، العدد: ٢٥٤ ..

٣٢. العلاج بالضحك..أحدث تقنيات القرن الحادي والعشرين في الطب النفسي، مجلة الكويت، دولة الكويت، ديسمبر ٢٠٠٦، العدد: ٢٧٨.
٣٣. قصص الأطفال المصورة عالمياً وعربياً،مجلة الكويت،دولة الكويت ،يونيو ٢٠٠٧، العدد: ٢٨٤.
٣٤. أطفالنا والألعاب الإلكترونية، مجلة الفيصل، السعودية، يوليو/ سبتمبر ٢٠٠٧، العدد: ٣٧٣.
٣٥. المواد المضافة إلى الأغذية وخطورتها علي صحّة الطفل،مجلة الخفجي،السعودية، أكتوبر ٢٠٠٧، السنة ٣٧.
٣٦. هل أنت متوافق نفسياً،مجلة الصلاح،القاهرة،يناير ٢٠٠٨.
٣٧. متحف مدام توسو أشهر متاحف الشمع،مجلة الفيصل، السعودية،يونيو ٢٠٠٨، العدد: ٣٨٤.
٣٨. الشرق في روايات أجاثا كريستي،المجلة العربية، السعودية، أكتوبر ٢٠٠٨، العدد: ٣٨١.
٣٩. الإلهام والإبداع من منظور الشعراء،المجلة العربية،السع ودية،نوفمبر ٢٠٠٨، العدد: ٣٨٢.
٤٠. الشعور بالذنب،مجلة الصلاح،القاهرة،نوفمبر ٢٠٠٨.
٤١. ثقب الأوزون والمخاطر المتوقعة،مجلة الخفجي،السعودية، ديسمبر ٢٠٠٨، السنة ٣٨.

- ٤٢ . كيف نمي الإبداع لدي أطفالنا ٩،مجلة الصلاح،القاهرة
ديسمبر ٢٠٠٨ .
- ٤٣ . الصالونات الأدبيّة في أوروبا، المجلة العربية،
السعودية، فبراير ٢٠٠٩، العدد : ٣٨٥ .
- ٤٤ . الضوضاء والضجيج أخطر أنواع التلوث البيئي
علي صحّة الإنسان، مجلة الكويت، دولة الكويت ،
فبراير ٢٠٠٩، العدد: ٣٠٤ .
- ٤٥ . السلاح النووي الإسرائيلي والأخطار المحدقة بالمنطقة
العربيّة، مجلة الدفاع،السعودية يونيو ٢٠٠٩، العدد: ١٥٠ .
- ٤٦ . الفيمتوثانية وقصّة أحمد زويل،مجلة الكويت، دولة
الكويت ، يوليو ٢٠٠٩، العدد: ٣٠٩ .
- ٤٧ . المكتبة الوطنية البريطانيّة واتسا عشر مليون مجلد
من التراث الإنساني الخالد، مجلة الفيصل،
السعودية، سبتمبر/ أكتوبر ٢٠٠٩، العدد : ٣٩٩ .
- ٤٨ . هرمون الميلاونين..أسرار وحقائق، مجلة الكويت،دولة
الكويت،ديسمبر ٢٠٠٩، العدد: ٣١٤ .
- ٤٩ . كيف نميّ الابتكار والموهبة لدي أطفالنا،مجلة الوعي ،
دولة الكويت،مايو ٢٠١٠، العدد: ٥٣٧ .

- ٥٠ . متحف اللوفر أروع متاحف العالم، مجلة الخفجي، السعودية، يوليو/أغسطس ٢٠١٠، السنة ٤٠، العددان: ٧، ٨.
- ٥١ . الطفل التوحيدي (الذاتوي) كيف نفهم طبيعته، وما سُبُل التعامل معه ٥، مجلة الوعي، دولة الكويت، يوليو / أغسطس ٢٠١٠، العدد: ٥٤٠.
- ٥٢ . أبناؤنا ومشكلة العنف في وسائل الإعلام، مجلة الصلاح، القاهرة، فبراير ٢٠١١.
- ٥٣ . الشباب والإباحة الجنسيَّة في وسائل الإعلام، مجلة الصلاح، القاهرة، مارس ٢٠١١.
- ٥٤ . وسائل الإعلام كيف تحصن الشباب من الإدمان، مجلة الصلاح، القاهرة، أبريل ٢٠١١.
- ٥٥ . أطفالنا والمسرح الافتراضي، المجلة العربيَّة، السعودية، ماي و٢٠١١، العدد: ٤١٣.
- ٥٦ . أبناؤنا والمياه الغازية، مجلة الصلاح، القاهرة، مايو ٢٠١١.
- ٥٧ . متحف اللوفر الأروع بين متاحف العالم، مجلة الفيصل، السعودية، يونيو/يوليو ٢٠١١، العددان: ٤٢١، ٤٢٢.
- ٥٨ . ظاهرة أطفال الشوارع خطر داهم يحدث بالمجتمعات العربيَّة، مجلة الفيصل، السعودية، يونيو / يوليو ٢٠١٢، العددان: ٤٣٣، ٤٣٤.

٥٩. ثقافة الثورة، المجلة العربيّة، السعودية، يونيو ٢٠١٢، العدد: ٤٢٦.
٦٠. الحياة باللّون الأحمر، مجلة الفيصل، السعودية، أكتوبر/ نوفمبر ٢٠١٢، العدد: ٤٣٧، ٤٣٨.
٦١. النانوتكنولوجي.. ثورة علمية واعدة، مجلة الكويت، دولة الكويت، أكتوبر ٢٠١٣، العدد: ٣٧٠.
٦٢. لماذا ننسى؟ وكيف نتذكّر؟، مجلة الكويت، دولة الكويت، نوفمبر ٢٠١٣، العدد: ٣٦١.
٦٣. الألعاب الإلكترونيّة، المجلة العربيّة، السعودية، فبراير ٢٠١٤، العدد: ٤٤٧.
٦٤. المتروبوليتان أضخم متحف عالمي يضم التراث الإنساني، مجلة الفيصل، السعودية، مارس / أبريل ٢٠١٤، العدد: ٤٠٦.
٦٥. الذاكرة.. لماذا ننسى؟، مجلة الفيصل العلميّة، السعودية، أغسطس / أكتوبر ٢٠١٤.
٦٦. معجزة اليد البشرية، مجلة الفيصل العلميّة، السعودية، نوفمبر ٢٠١٤ / يناير ٢٠١٥.
٦٧. أبراج لها حضورها العالمي، مجلة الفيصل، السعودية، مايو / يونيو ٢٠١٥، العددان: ٤٦٩، ٤٧٠.

- ٦٨ . عسر القراءة عند الأطفال، مجلة الوعي ، دولة الكويت،
أبريل / مايو ٢٠١٧، العدد: ٦٢٤.
- ٦٩ . احذروا قلق الأطفال،مجلة الصلاح،القاهرة،أغسطس /
سبتمبر ٢٠١٧.
- ٧٠ . الأطفال والفيديو، مجلة الصلاح،القاهرة، أكتوبر /
نوفمبر ٢٠١٧.
- ٧١ . كيف نواجه صعوبات التذكر ؟ ،مجلة الصلاح،القاهرة،
ديسمبر ٢٠١٧.
- ٧٢ . القلق عند الأطفال، مجلة الوعي ،دولة الكويت،يناير
٢٠١٨،العدد: ٦٣٣.
- ٧٣ . المرأة والاكتئاب، مجلة الصلاح، القاهرة، يناير / فبراير
٢٠١٨.
- ٧٤ . لا تدع القلق يسيطر علي حياتك، مجلة الصلاح،
القاهرة،مارس / أبريل ٢٠١٨ .
- ٧٥ . أبناؤنا والقراءة الإلكترونية، مجلة الوعي ، دولة الكويت،
أبريل ٢٠١٨،العدد: ٦٣٦.

❖ للكاتب عددٌ كبيرٌ من الدراسات التي تتعلّق بالسير الذاتية (أدب التراجم) في مختلف المجالات وعلي رأسها الآداب

والفنون التشكيلية، والتي نشرت بالمجلات والدوريات المصرية والعربية، منها:

- ١ . بيرم التونسي..فنان الشعب، مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص، مايو ١٩٩٦،العدد:٢٢٤.
- ٢ . النحات جمال السجيني، مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص، يونيو ١٩٩٦،العدد: ٢٢٥.
- ٣ . محمود سعيد..رائد فن التصوير المعاصر،مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص، يناير ١٩٩٩، العدد:٢٥٦.
- ٤ . صبري راغب..رائد فن البورتريه،مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص،فبراير ١٩٩٩،العدد:٢٥٧ .
- ٥ . زكي طليمات..مؤسس قواعد النهضة المسرحية العربية،مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص، مارس ١٩٩٩،العدد: ٢٥٨.
- ٦ . إبراهيم طوقان..شاعر فلسطين، مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص،مايو ١٩٩٩ العدد:٢٦٠.
- ٧ . أحمد محرم..شاعر العروبة، مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص،أغسطس ١٩٩٩،العدد:٢٦٣ .

٨. جاهر بآرائه المناهضة للصهيونية: جوزيه ساراماجو..
حياة بطعم العشب البري، مجلة دُبي الثقافية، دولة
الإمارات، نوفمبر ٢٠١٢، العدد: ٩٠.
٩. ينقب عن النور لينشره في لوحاته: رامبرانت. رسم
أعماق النفس البشرية، مجلة دُبي الثقافية، دولة
الإمارات، يناير ٢٠١٣، العدد: ٩٢.
١٠. قلمها يفيض بالرومانسية: جين أوستن.. سيّدة الرواية
الإنجليزية، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، مارس
٢٠١٣، العدد: ٩٤.
١١. في لوحاتها حبر ودم وأريج: فريدا كاهلو.. الأنتى
المتبسة بين الاستكانة والتمرد، مجلة دُبي الثقافية، دولة
الإمارات، أبريل ٢٠١٣، العدد: ٩٥.
١٢. اعتبره مانيه المصور الأول: فيلاسكيز.. رسم آلام البشرية
بلا انفعال، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، يونيو
٢٠١٣، العدد: ٩٧.
١٣. اعتبروه فنان القرن العشرين بلا منازع: بابلو بيكاسو..
ولحظات الإبداع الممهورة بالألم، مجلة دُبي الثقافية، دولة
الإمارات، أغسطس ٢٠١٣، العدد: ٩٩.
١٤. سيّدة الكبرياء المثيرة للجدل: سيمون دي بوفوار..
ومحاولاتها البحث عن الحقيقة، مجلة دُبي الثقافية، دولة
الإمارات، أكتوبر ٢٠١٣، العدد: ١٠١.

- ١٥ . عالمها ملئاً بالطفولة والحلم الوردي: ماري كاسات..
ومطبات طريق المجد، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات،
نوفمبر ٢٠١٣، العدد: ١٠٢ .
- ١٦ . المرأة الحُلم عاشت الخوف والجنون: فرجينيا
وولف.. قدمت أرقى ما كتب الأدب العالمي، مجلة دُبي
الثقافية، دولة الإمارات ،يناير ٢٠١٤، العدد: ١٠٤ .
- ١٧ . زاوجت بين الأدب والسياسة: نادين جورديمر..
ناصرت مانديلا ودعمت الثورة الفلسطينية، مجلة دُبي
الثقافية، دولة الإمارات ،فبراير ٢٠١٤، العدد: ١٠٥ .
- ١٨ . فرنسا جعلت يوم مولدها عيداً قومياً: جورج صاند..
الكاتبة التي مزجت العشق بالأدب، مجلة دُبي
الثقافية، دولة الإمارات ،أبريل ٢٠١٤، العدد: ١٠٧ .
- ١٩ . حولت مآسي شعبها وآلامه إلى قصائد خالدة: جابريلا
ميسترال.. شاعرة البساطة وعدوة الخيلاء والغرور، مجلة
دُبي الثقافية، دولة الإمارات، مايو ٢٠١٤، العدد: ١٠٨ .
- ٢٠ . الروائي الأكثر شعبية في العالم: تشارلز ديكنز.. سيد
النهايات السعيدة التي لم يعيشها، مجلة دُبي الثقافية،
دولة الإمارات ، يونيو ٢٠١٤، العدد: ١٠٩ .

٢١. يحاولون اكتشافه: هنري ماتيس..جمع بين روح الشرق وحداثة الغرب، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات ، أغسطس ٢٠١٤، العدد: ١١١ .
٢٢. عرض جثمانه ليلة كاملة تحت قوس النصر: فيكتور هوجو..انتصر للحريّة بالكلمة والفكرة، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات ،سبتمبر ٢٠١٤، العدد: ١١٢ .
٢٣. أوّل كاتبة تفوز بجائزة نوبل: بيرل باك..مهّدّت الطريق للتعاطف الإنساني بين البشر، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات ،نوفمبر ٢٠١٤، العدد: ١١٤ .
٢٤. رفضوا دفنها في مقابر العظماء: جورج إليوت..رائدة المتمرّدات في عصرها، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، يناير ٢٠١٥، العدد: ١١٦ .
٢٥. أسطورة القرن العشرين: سلفادور دالي..لم ينافسه في مجده سوي بيكاسو، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات ، يناير ٢٠١٥، العدد: ١١٦ .
٢٦. جسّد الصراع بين الفضيلة والرذيلة: شارل بودليير..أمير شعراء فرنسا، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، فبراير ٢٠١٥، العدد: ١١٧ .

- ٢٧ . لقبوها بكتابة الروايات السوداء: جراتسيا ديليدا ..
أول أديبة إيطالية تنال نوبل، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات، مارس ٢٠١٥، العدد: ١١٨
- ٢٨ . عاش وحيداً ومات غريباً: بول جوجان..فنان لكلّ العصور، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات، يونيو ٢٠١٥، العدد: ١٢١ .
- ٢٩ . لقبوها بقيثارة الحبّ والجمال: سافو..أول شاعرة في التاريخ، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات، يوليو ٢٠١٥، العدد: ١٢٢ .
- ٣٠ . لطخت سمعته بعض الأقلام الحاقدة والغيورة: إدجار آلان بو..العبقري التعس، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات ، أغسطس ٢٠١٥، العدد: ١٢٣ .
- ٣١ . أثري الحركة الشعرية والأديبة في أوروبا: ألفريد دي موسيه..اتخذ من شقائه مادة لأشعاره، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات ، أكتوبر ٢٠١٥، العدد: ١٢٥ .
- ٣٢ . شعره أوراق عشب وأناشيد حبّ: وولت ويتمان..أعظم شعراء أمريكا، مجلة دبي الثقافية، دولة الإمارات ، نوفمبر ٢٠١٥، العدد: ١٢٦ .

٣٣. مهدت المناخ والطريق للروائيين من بعدها: لويزا ماي ألكوت. وظفت سيرتها الذاتية في إبداعها، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، نوفمبر ٢٠١٥، العدد: ١٢٦.
٣٤. نبوءاته تحققت وما حذر منه وقع بالفعل: جورج أورويل. كتاباته تفضح النفاق الفكري والسياسي، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، يناير ٢٠١٦، العدد: ١٢٨.
٣٥. أعماله لا تزال تشغل بال النقاد: بول كلي. رسام وشاعر يتلاعب بالواقع، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، مارس ٢٠١٦، العدد: ١٣٠.
٣٦. ذهب مع الريح روايتها الوحيدة: مارجريت ميتشل.. أشهر رواية خلدتها التاريخ، مجلة دُبي الثقافية، دولة الإمارات، مارس ٢٠١٦، العدد: ١٣٠.
٣٧. جورجيا أوكيف.. عن العالم في رحابته وغرابته، مجلة الرافد، دولة الإمارات، يوليو ٢٠١٦، العدد: ٢٢٩.
٣٨. شعرها يخرج الواقع إلى الضوء: فيسوافا شيمبورسكا.. أميرة الشعر البولندي، مجلة الشارقة الثقافية، دولة الإمارات، أبريل ٢٠١٧، العدد: ٦.
٣٩. أمير فن البورتريه: لوحات حسين بيكار تشع بالحلم والأمل وحُب الوطن، مجلة الشارقة الثقافية، دولة الإمارات، أغسطس ٢٠١٧، العدد: ١٠.

٤٠ . أليس مونرو..سبّرت أغوار العمق الإنساني في ظلمته ونورانيته، مجلة الرافد، دولة الإمارات ،أكتوبر ٢٠١٧، العدد: ٢٤٢ .

٤١ . لوحات فرانسيس بيكون..هجاء للانحطاط الإنساني، مجلة الرافد، دولة الإمارات، يناير ٢٠١٨، العدد: ٢٤٥ .

٤٢ . لوحاتها تضعها في مصاف كبار الفنانين العالميين: أرتميزيا..تفوقت في عصر سيطر عليه الرسّامون الرجال، مجلة الشارقة الثقافية، دولة الإمارات ، يناير ٢٠١٨، العدد: ١٥ .

٤٣ . جاذبية سري..فنانةٌ استثنائيةٌ متمردةٌ ومتفردةٌ، مجلة الرافد، دولة الإمارات ،فبراير ٢٠١٨، العدد: ٢٤٦ .

٤٤ . من الشرق انطلق قطار شهرتها السريع: أجاثا كريستي.. سيّدة الرواية البوليسية، مجلة الشارقة الثقافية، دولة الإمارات ،فبراير ٢٠١٨، العدد: ١٦ .

٤٥ . الرسّامة الانطباعية: ماري كاسات..عالم ملئ بالطفولة تلونه البراءة ويسكنه الحلم الأبدي، مجلة الكويت، دولة الكويت ،أبريل ٢٠١٨، العدد: ٤١٤ .

❖ للكاتب العديد من الحوارات المتخصصة، التي أجراها مع كبار الشعراء والأدباء وقادة الفكر في مصر، والتي نُشرت بالمجلات والدوريات المصرية والعربية، منها:

- ١ . رحلة في أعماق الكاتب الكبير: يوسف ميخائيل أسعد،مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص، مايو١٩٩٧،العدد: ٢٣٦ .
- ٢ . حوار مع الشاعر الكبير: أحمد سويلم،مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص، يناير١٩٩٨، العدد: ٢٤٤ .
- ٣ . حوار مع الأديبة سكيبة فؤاد،مجلة الكويت،دولة الكويت،مارس١٩٩٨،العدد: ١٧٣ .
- ٤ . حوار مع الأديبة سكيبة فؤاد،مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص،مارس١٩٩٨،العدد: ٢٤٦ .
- ٥ . حوار مع الشاعر أحمد زرزور، مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص،أبريل ١٩٩٨،العدد: ٢٤٧ .
- ٦ . حوار مع فنان جنوبي أصيل: أحمد رأفت، مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص،مايو ١٩٩٩،العدد: ٢٦٠ .
- ٧ . حوار مع الشاعر والأكاديمي الدكتور مصطفى رجب،مجلة هو وهي،نيقوسيا - قبرص، يونيو ١٩٩٩،العدد: ٢٦١ .
- ٨ . حوار مع الروائي محمد جبريل، مجلة هو وهي، نيقوسيا - قبرص،سبتمبر ١٩٩٩،العدد: ٢٦٤ .
- ٩ . حوار مع الأديبة سكيبة فؤاد، مجلة المنهل، السعودية، أكتوبر/ نوفمبر ١٩٩٩، العدد: ٥٦١ .

١٠. حوار مع الشاعر فاروق شوشة، مجلة الحرس الوطني،
السعودية، يناير ٢٠٠٠، العدد: ٢١١.
١١. حوار مع الشاعر أحمد سويلم، المجلة العربيّة، السعودية،
أبريل ٢٠٠٠، العدد: ٢٧٥.
١٢. حوار مع الشاعر أمجد ريان، مجلة الشعر، القاهرة: اتحاد
الإذاعة والتلفزيون، أبريل ٢٠٠٠، العدد: ٩٨.
١٣. حوار مع الشاعر فاروق جويده، مجلة المنهل،
السعودية، مايو ٢٠٠٠، العدد: ٥٦٦.
١٤. حوار مع الشاعر محمد جيريل، مجلة الحرس الوطني،
السعودية، نوفمبر ٢٠٠٠، العدد: ٢٢١.
١٥. حوار مع الشاعر محمد إبراهيم أبو سنة، مجلة الكويت،
دولة الكويت، ديسمبر ٢٠٠٠، العدد: ٢٠٧.
١٦. حوار مع الأديب الكبير إدوارد الخراط، مجلة المنهل،
السعودية، مارس/أبريل ٢٠٠١، العدد: ٥٧٣.
١٧. حوار مع الروائي خيرى شلبي، مجلة الكويت، دولة الكويت
، يوليو ٢٠٠٣، العدد: ٢٣٨.
١٨. حوار مع الأديب الكبير يوسف الشاروني، مجلة المنهل،
السعودية، فبراير/مارس ٢٠٠٥، العدد: ٥٩٥.

١٩. حوار مع الشاعر فاروق جويده، المجلة العربية،
السعودية، أبريل ٢٠٠٧، العدد: ٣٦٢.

❖ كتب المؤلف في التراجم والسير الذاتية للأطفال والتي
نُشرت علي صفحات مجلة قطر الندي المصرية، وهي كالتالي:

١. رفاة الطهطاوي..رائد التنوير، مجلة قطر الندي،
القاهرة:الهيئة العامة لقصور الثقافة ديسمبر، ١٩٩٦، السنة
الثانية، العدد: ٢٥.

٢. ماما..نبوية موسي،مجلة قطر الندي،القاهرة:الهيئة العامة
لقصور الثقافة،مارس ١٩٩٧، السنة الثانية، العدد: ٣٢.

٣. الفنان محمود سعيد: وطني ملهمي، مجلة قطر الندي،
القاهرة:الهيئة العامة لقصور الثقافة،سبتمبر ١٩٩٧، السنة
الثالثة، العدد: ٤٣.

الكتب التي صدرت للمؤلف:

١. مشكلات الأطفال السلوكية، القاهرة: دار العلم
والثقافة، ١٩٩٩.

٢. أبناؤنا وصحتهم النفسية، القاهرة: دار العلم
والثقافة، ٢٠٠١.

٣. المدرسة والمجتمع والتوافق النفسي للطفل، القاهرة: دار
العلم والثقافة، ٢٠٠٣.

٤. سيكولوجية الأطفال ضعاف العقول، القاهرة: دار العلم والثقافة، ٢٠٠٥.
٥. سيكولوجية الأطفال الموهوبين، القاهرة: دار العلم والثقافة، ٢٠٠٥.
٦. الأسرة وأساليب تربية الطفل، القاهرة: دار العلم والثقافة، ٢٠٠٥.
٧. مشكلة تعاطي المواد النفسيَّة المخدرة، القاهرة: دار العلم والثقافة، ٢٠٠٥.
٨. سيكولوجية الطفولة، القاهرة: دار غريب، ٢٠٠٥.
٩. بستان المعرفة، القاهرة: دار مونايليزا، ٢٠٠٧.
١٠. كتب ومكتبات الأطفال وتنمية الميول القرائية، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠٠٩.
١١. فن رعاية الطفل في البيت والمدرسة، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠٠٩.
١٢. سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصَّة، القاهرة: دار غريب، ٢٠١٠.
١٣. وسائل الاتصال والإعلام وتشكيل وعي الأطفال والشباب، القاهرة: دار غريب، ٢٠١٠.

- ١٤ . تأخر الكلام عند الأطفال، القاهرة: دار البطوسي،
٢٠١٠.
- ١٥ . النمو الحركي للطفل وأهم الأنشطة الترويحية
والمدرسية، القاهرة: دار الطلائع ٢٠١١ .
- ١٦ . الصحة النفسية وأساليب تنشئة الطفل..أسرياً،
وتربوياً، ومجتمعياً، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٢.
- ١٧ . الموسوعة الأدبية الكبرى: أشهر المبدعات في تاريخ
الأدب العالمي، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٣.
- ١٨ . الطفل الموهوب.. طرق اكتشافه، وأساليب رعايته، القاهرة:
دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٧.
- ١٩ . إشباع الحاجات الأساسية للأطفال: الجسمية، والعقلية،
والنفسية، القاهرة: دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات
العلمية، ٢٠١٧.
- ٢٠ . الاكتئاب مرض العصر: كشف أسرارهِ، ومعرفة أسبابهِ،
وإستراتيجيات الوقاية والعلاج، القاهرة: دار طبية للنشر
والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٧.
- ٢١ . كيف تتخلص من القلق وتبدأ الحياة من جديد، القاهرة:
دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٧.

٢٢. أحذب نوتردام رواية للأديب الفرنسي «فيكتور هوج»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٣. آنا كارنينا رواية للأديب الروسي «ليو تولستوي»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٤. ذهب مع الريح رواية للأديبة الأمريكية «مارجريت ميتشيل»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٥. كوخ العم توم رواية للأديبة الأمريكية «هاريت بيتشر ستو»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٦. الآمال العظيمة رواية للأديب الإنجليزي «تشارلز ديكنز»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٧. ١٩٨٤ رواية للأديب الإنجليزي «جورج أورويل»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٨. ابنة الحظ رواية للأديبة التشيلية «إيزابيل الليندي»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٧.
٢٩. أحذب نوتردام رواية للأديب الفرنسي «فيكتور هوجو»، إعداد وتقديم، الجزائر: دار الهدى، ٢٠١٧.

٣٠. أنا كارنينا رواية للأديب الروسي «ليو تولستوي»، إعداد وتقديم، الجزائر: دار الهدى، ٢٠١٧.
٣١. الآمال العظيمة رواية للأديب الإنجليزي «تشارلز ديكنز»، إعداد وتقديم، الجزائر: دار الهدى، ٢٠١٧.
٣٢. محبوبة رواية للأديبة الأمريكية «توني موريسون»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٨.
٣٣. نساء صغيرات رواية للأديبة الأمريكية «لويزا ماي ألكوت»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٨.
٣٤. مدام بوفاري رواية للأديب الفرنسي «جوستاف فلوبير»، إعداد وتقديم، القاهرة: دار الطلائع، ٢٠١٨.
٣٥. مشكلات الأطفال: مظاهرها، أسبابها، طرق الوقاية والعلاج، القاهرة: دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٨.
٣٦. تربية الأبناء في عصر الإنترنت، القاهرة: دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٨.
٣٧. كيف تقوي ذاكرتك وتتغلب على النسيان، القاهرة: دار طبية للنشر والتوزيع والتجهيزات العلمية، ٢٠١٨.

للتواصل مع المؤلف:

● هاتف منزل: ٠٩٣/ ٤٧٧٤٦٠٨

● هاتف محمول: ٠١٠٦٣٥٤٩٣٣٩

E-mail :Wafeek.safwat2016@gmail.com



حقوق الطبع محفوظة للناشر



أطلس

للنشر والإنتاج الإعلامي

يحظر نشر أو اقتباس أي جزء
من هذا الكتاب إلا بعد الرجوع
إلى الناشر