

المخدرات الرقمية وتداعياتها على الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي Digital drugs and their repercussions on the mental health of university student

نهى بوخنوفة، المركز الجامعي سي الحواس بركة- الجزائر

nouha.boukhanoufa@cu-barika.dz

تاريخ قبول المقال: 12-05-2025

تاريخ إرسال المقال: 06-01-2025

الملخص:

بعد الانفتاح والتغيير الحاصل في بنية المجتمع والتوسع الواسع وغير المسبوق في استخدام الرقمنة والتهافت والانكباب على وسائل التواصل الاجتماعي، أضحى شبابنا اليوم في ظلّ هذا الانفجار المعرفي يواجهون تحديًا يحتمّ عليهم الاستخدام الدائم للتقنيات الرقمية في الحياة اليومية.

ورغم المساهمة الفعالة لهذا التهافت على عالم الرقمنة في البناء والتأسيس المجتمعي من الناحية المعرفية إلا أنه لا مناص من أن له اسهامات وآثار سلبية وصلت حدّ انتشار ظاهرة الإدمان على التقنيات الرقمية والتي تعرف بالمخدرات الرقمية وهي شكل جديد من أشكال الإدمان لها تأثير تناول جرعات المواد المخدرة والتي باتت تشكل خطرا على الفئات المجتمعية عامة والفئة الشبانية في الأوساط الجامعية خاصة.

الكلمات المفتاحية: المخدرات الرقمية، الصحة النفسية، الطالب الجامعي

Abstract:

After the openness and change in the structure of society and the wide and unprecedented increase in the use of digitization and the rush and immersion in social media, our youth today, in light of this knowledge explosion, are facing a challenge that requires them to constantly use digital technologies in daily life

Despite the effective contribution of this rush to the world of digitization in building and establishing society from a cognitive point of view, it is inevitable that it has negative contributions and effects that have reached the point of spreading the phenomenon of addiction to digital technologies, which is known as digital drugs, which is a new form of addiction that has the effect of taking doses of narcotic substances, which has become a danger to societal groups in general and the youth group in university circles in particular.

Key words: Digital drugs, mental health, university student.

مقدمة:

إنّ التغير الحاصل والملحوظ في ملامح المجتمع والذي مسّ العلاقات الاجتماعية والبنى التحتية للمجتمع أدى إلى ظهور ممارسات واتجاهات علائقية كحصاد للغزو التكنولوجي الحديث، كما وعزّز فكرة الفردانية والتخلّي عن الروح الجموعية العلائقية، حيث أصبحت الثورة الرقمية أحد أهمّ الاستثمارات التي لا غنى عنها في الحياة اليومية خاصة بالنسبة للفئات الشبانية، ولعلّ هذا الاستخدام المكثف لعالم التكنولوجيا ساهم في ظهور استخدامات أخرى أخذت منحى سلبي يصعب تداركه بلغ حدّ الإدمان الرقمي أو ما يسمى بالمخدرات الرقمية "DIGITAL DRUGS" أو IDOSER والتي هي نغمات ومقاطع صوتية موسيقية تختلف تردداتها وتتغير وفق معدل مدروس بين الآن واليمنى إلى اليسرى تمت هندسته لخداع الدماغ فيصبح غير مستقر نتيجة تغير الذبذبات الكهربائية، وقد تمّ اكتشافها من قبل الباحث الفيزيائي " هينريش دوف "، وتعتبر المخدرات الرقمية أمر دخيل على المجتمع المحليّ بات تأثيره سلبيا ولا يقل خطورة على المخدرات التقليدية المعروفة في أوساط الشباب عامة والشباب الجامعي خاصة، لما تتسم به هاته الفترة من تغيرات نفسية في حياة الشباب حيث يسعى فيها الشباب الجامعي إلى تحديد مصيره ومستقبله. ومن هنا جاءت هذه الورقة البحثية لتقديم وبيان خطر المخدرات الرقمية وكذا تداعياتها على الصحة النفسية للطلاب الجامعي.

ومع الأهمية البالغة التي تحظى بها هذه الظاهرة التي باتت تشكل خطرا حقيقيا على الصحة النفسية للشباب عامة والطلبة الجامعيين خاصة، فقد وجب الإلمام ببحوثات هذه الظاهرة والتعرف على أخطارها وكذا التعرف على الأثر البالغ لها على الصحة النفسية للفئات الشبانية عامة والشباب الجامعي خاصة والتي انكبت على الاستخدام المتزايد والسريع للتكنولوجيا الرقمية.

وتحقيقا لهدف هذه الورقة البحثية والتي تهدف إلى التقصي عن ظاهرة الإدمان على المخدرات الرقمية لدى الطالبة الجامعيين وكذا توفير إطار نظري معلوماتي حول هذه الظاهرة، فقد تم الاعتماد على جملة من القراءات والاطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة للتأسيس النظري لهذه الورقة البحثية.

➤ ومن هذه الدراسات السابقة:

- دراسة ليلي ميسوم (2016) الموسومة بالمخدرات الرقمية ظهور جديد عبر شبكة الانترنت والتي هدفت إلى تبيان إشكالية المخدرات الرقمية كظاهرة دخيلة على المجتمع الجزائري وخطرا جسيما على الصحة النفسية والجسدية للفئات الشبانية ومدى مساهمة الاعلام في سرعة انتشارها.

- ودراسة محمد مرسى محمد (2016) بعنوان المخدرات الرقمية عبر الانترنت وتأثيرها على الشباب العربي وقد سعت إلى التعرف على أنماط إدمان الشباب العربي على المخدرات الرقمية والعوامل الدافعة إلى ذلك.

- **ودراسة عبد الله عويدات (2016)** والتي هدفت إلى دراسة الآثار النفسية والاجتماعية للمخدرات الرقمية ودور مؤسسات الضبط الاجتماعي في الحد من آثارها.

- **ودراسة عادل محمد الصادق وشيرين حسن محمد (2020)** والتي هدفت إلى دراسة الوعي بالذات فيما يتعلق بالمخدرات الرقمية لدى الشباب ودور الجامعة المقترح في مواجهتها كظاهرة اجتماعية.

وحسب نتائج الدراسات السابقة التي تم الاستناد إليها والمذكورة أعلاه في هذه الورقة البحثية والتي جميعها أسفرت نتائجها على اثبات خطورة المخدرات الرقمية وتأثيراتها السلبية المباشرة وغير المباشرة على الشباب عامة والطلبة الجامعيين خاصة كونها ظاهرة رافقت تلك التغيرات الجذرية التي أنتجت الثورة التقنية، كما أسفرت نتائجها على تحديد مكامن الخطر في الإدمان عليها على الصحة النفسية والعقلية والجسمية للفرد بعيدا عن الفوائد المرجوة منها، ومما سبق يمكن أن نطرح التساؤل الآتي: ماهي تداعيات الإدمان على المخدرات الرقمية على الصحة النفسية للطلاب الجامعي؟

التحديد الاجرائي لمصطلحات الدراسة:

- **المخدرات الرقمية:** هي أحدث وسائل الإدمان وتتمثل في تلك المقاطع من النغمات الصوتية والموسيقى الصاخبة يتم سماعها عبر سماعات تعطي للمستمع الشاب (الطالب الجامعي) تأثيرا مزاجيا بالتكرار يقدم له نشوة تعاطي المواد المخدرة.

- **الصحة النفسية:** تعرف منظمة الصحة العالمية (WHO) الصحة النفسية بأنها حالة من العافية النفسية تمكن الناس من التعامل مع ضغوط الحياة، إدراك قدراتهم، التعلم والعمل بشكل جيد إلى جانب المساهمة في مجتمعهم.

- هي قدرة الفرد على التكيف مع الواقع والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة مع الشعور بالرضى والقبول.

- **الطالب الجامعي:** هو شخص يتابع دراسته بالجامعة في أحد تخصصاتها وفروعها بغض النظر على مستواه التعليمي ويتراوح سنه ما بين 18 و25 سنة.

المبحث الأول: ماهية المخدرات الرقمية

المطلب الأول: تعريف المخدرات الرقمية

تشير القراءات النظرية إلى أنّ المخدرات الرقمية عبارة عن ملفات صوتية تحتوي على نغمات أحادية أو ثنائية يستمع إليها المستخدم تضع الدماغ في حالة من الخدر تشابه تأثير المخدرات الحقيقية، وقد صممت هذه الملفات الصوتية أو المخدرات الرقمية لمحاكاة الهلوس وحالات الانتشاء المصاحب لتعاطي المواد المخدرة عن طريق التأثير على العقل بشكل لاواعي، هذا التأثير الذي يحدث عن طريق موجات صوتية غير سمعية للأذن تسمى بالضوضاء البيضاء مغطاة ببعض الايقاعات البسيطة لتغطية ازعاج تلك الموجات.¹

كما يطلق عليها بشكل أدق اسم القرع على الأذنين (Binaural Beats) والتي تعبر عن مجموعة من الأصوات أو النغمات لها القدرة على إحداث تغييرات دماغية، حيث تعمل على تخفيف الوعي أو تغييره على نحو مماثل لما تحدثه عملية تعاطي المخدرات الواقعية مثل الحشيش والأفيون والماريخوانا.

ويشير بعض الباحثين إلى أنّ المخدرات الرقمية تعتمد بالأساس على خامة الصوت حيث أن الصوت السمعي الناتج من خلال حدوث الفروقات في التردد وهو السبب الأساسي في إحداث تأثير المخدرات الرقمية والذي يطلق عليه مسمى الرنين الأذني، وتنشأ عمليات الاستجابة الدماغية بوجود المحفز - مثير - والذي بدوره يستثير عمليات الاستجابة الدماغية على القيام بالنشاط اللازم. إذ يتمثل هذا المثير من خلال تقديم نغمتين (صوتيتين) على شكل موجات ضمن نطاق موحد مع اختلاف في التردد لاحدى هذه الموجات مثل أن يتم تقديم نغمة للأذن اليسرى بمعدل تردد 200 هيرتز/ثا، ونغمة صوتية للأذن اليمنى بمعدل 210 هيرتز/ثا.²

فمن خلال ما سبق الولوج إليه فإنّ المخدرات الرقمية هي شكل جديد من أشكال الإدمان يتمثل في ملفات الصوتية من النغمات والموسيقى الصاخبة لها تأثير الجرعة المخدرة، وتختلف تردداتها من الأذن اليسرى إلى الأذن اليمنى حيث يحدث فارق في الموجات الصوتية فيحدث تغيير على مستوى كيمياء الدماغ كما تحدثه المخدرات التقليدية عند تناول المواد المخدرة.

¹ محمد الصادق عادل، شرين حسن محمد، مستوى الوعي بالذات فيما يتعلق بالمخدرات الرقمية لدى الشباب ودور الجامعة المقترح في مواجهتها، مجلة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، المجلد (14)، الجزء (3).

² محمد الصادق عادل، شرين حسن محمد، مستوى الوعي بالذات فيما يتعلق بالمخدرات الرقمية لدى الشباب ودور الجامعة المقترح في مواجهتها، مجلة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، المجلد (14)، الجزء (3).

المطلب الثاني: آلية عمل المخدرات الرقمية

إنَّ عمل المخدرات الرقمية يكون بنظام معيَّن حيث يكون لها تأثيرات تشابه المخدرات التقليدية مما يجعل الدماغ في حالة وهمية، حيث أنَّ المخدرات الرقمية عبارة عن ملفات صوتية تحمل ترددات تختلف بين الأذن اليمنى واليسرى فيحاول الدماغ توحيد الترددين

في الأذن اليمنى واليسرى للحصول على مستوى واحد لكلا ترددي النغمة مما يجعل الدماغ في حالة من الاستقرار على مستوى الإشارات الكهربائية التي يرسلها ويكفي أن يتم الاستماع إلى التردد الصوتي المتباين بين الأذنين لمدة بين 15 دقيقة و 30 دقيقة.

تدخل الترددات الصوتية على الأذنين بترددين مختلفين للأذن اليمنى مثال 530 هرتز وفي الأذن اليسرى 520 هرتز فيتأثر المستمع ويتخيل أنَّ هناك نغمة أو تردد صوتي ثالث خارج الترددات الصوتية الحقيقية وهذا ما يسمى " بالصوت الوهمي " فتزيد دقات القلب نتيجة الترددات المختلفة فينعكس ذلك على الجسم وتحدث تغيرات عضوية كنتيجة حتمية لإستدخال تلك الترددات الصوتية غير المنتظمة.¹

وعلى اعتبار أن المخدرات الرقمية تعتمد على الصوت السمعي الناتج على الترددات الصوتية الذي يعدّ السبب الرئيسي في إحداث تأثير المخدرات الرقمية والذي يطلق عليه ما يسمى الرنين الأذني، فتتسبب عمليات الاستجابة الدماغية بفعل تغذية الدماغ بوجود محفز والمتمثل في الترددات الصوتية المختلفة التي يعمل الدماغ على توحيدها وهنا تنشأ آلية عمل المخدرات الرقمية.

المطلب الثالث: الآثار السلبية للمخدرات الرقمية

هناك العديد من الآراء حول مدى تأثير المخدرات الرقمية ويعتبر الرأي المرجح حسب العديد من الدراسات في الميدان أنها تتسبب في آثار سلبية شديدة الخطورة شأنها شأن المخدرات التقليدية، ويمكن إجمال تلك التأثيرات فيما يلي:

¹ السعدي عبد الرحمن عائشة، سليمان محمد النور، المخدرات الرقمية وآثارها على مقصد العقل، مجلة البحوث العلمية والدراسات الإسلامية، جامعة الشارقة كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، المجلد (11)، العدد (04)، 2019، ص209.

☞ تأثير المخدرات العقلية على فيزيولوجيا الصحة النفسية والعقلية:

- تؤثر المخدرات الرقمية على الدماغ حيث تعمل الجرعات الموسيقية على فصل المستمع عن الواقع وتغيير مستوى الوعي لديه نتيجة تأثره بتلك الجرعات المتكونة أساسا من نغمات سمعية.
- إنّ اختلاف الدرجات الموسيقية في المخدرات الرقمية يؤدي حتما إلى تغيير الموجات الدماغية وبالتالي التحكم سلبا في الحالة النفسية للمستمع.
- أسفرت نتائج الدراسات السابقة في مجال المخدرات الرقمية على أنّ الموسيقى الصاخبة تحدث أضرار مباشرة على الجهاز العصبي.
- تشير الدراسات النفسو عصبية إلى أنّ تعرض الدماغ إلى تلك الموجات الموسيقية الصاخبة والمختلفة في الدرجة يسبب حالة من التهيج العصبي نتيجة زيادة افراز هرمون الدوبامين فيشعر المستمع بالانبساط والبهجة والمتعة النفسية، ومع زيادة وتزامن افراز هرمون الأدرينالين والنور ادرينالين في آن واحد يسبب تسمم دموي قد يؤدي بالفرد على حالة من التشنج.
- ☞ تشير الدراسات إلى أنّ تعرض الفرد للموجات الموسيقية لمدة تصل إلى 20 دقيقة في اليوم تنتج حالة من التضارب الانفعالي وازدواجية المشاعر فيشعر الفرد بمشاعر الفرح والانبساط والقلق والتوتر في آن واحد نتيجة محاولة الدماغ توحيد النوات الموسيقية غير المتعادلة في الترددات بين الأذن اليمنى والأذن اليسرى فترهق الدماغ تحت مسمى (خداع العقل).¹

☞ تأثير المخدرات الرقمية على العمليات الانفعالية والمعرفية

- تشير العديد من الدراسات والبحوث إلى أنّ الذين يتعرضون للموجات الموسيقية المختلفة في التردد يكونون عرضة لظهور أعراض اضطرابية في الحالات المزاجية لديهم ولا سيما العمليات المعرفية ويتجلى ذلك في:
- تراجع الأداء الوظيفي للذاكرة وفقا لبعض التجارب التي أجريت.
- تدهور القدرات الانفعالية وتزايد معدلات الإصابة بالاكنتاب بعد فترة من التعرض للموجات الصوتية.
- ظهور أعراض ضعف التركيز وتشتت الانتباه وخلل النشاط الحركي نتيجة تباين التردد الصوتي على الأذنين.

¹ بوزار يوسف، المخدرات الرقمية شكل جديد للإدمان، مجلة دولية نصف سنوية للدراسات السيكولوجية للانحراف، المجلد (06)، العدد (02)، 2012، ص161.

- ظهور اضطرابات النوم والتقلبات المزاجية أو الاختلالات الانفعالية.

- الانسحاب الاجتماعي وتفضيل العزلة النفسية والابتعاد عن التجمعات الاجتماعية.

المبحث الثاني: ماهية الصحة النفسية للطلاب الجامعي

تعتبر الصحة النفسية مطلباً أساسياً لدى جميع الأفراد عامة والطلاب الجامعي على وجه الخصوص، إذ تعبر على نموذج الكفاءة في الصحة والصحة الإيجابية لديه بدلاً عن النموذج المرضي وتدعيم وبناء قوى تكيفية وتوافقية كوسيلة للوقاية من الأمراض النفسية خاصة في بيئته الجامعية ناهيك عن تلك التغيرات الحاصلة نتيجة الغزو التكنولوجي وغزو الثقافة الرقمية.

المطلب الأول: مفهوم الصحة النفسية

✍ **عرفت** المنظمة الصحية العالمية الصحة النفسية بأنها توافق الأفراد مع أنفسهم ومع العالم الخارجي عموماً مع حد أقصى من النجاح والرضا والانتشار والسلوك الاجتماعي السليم والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها.¹

✍ **وينظر** لها أيضاً بأنها تعبر عن حالة يتسم فيها الفرد بالثبات النسبي والتكيف مع نفسه ومع بيئته ويتمتع أيضاً بالاتزان الانفعالي، وشعوره بالسعادة والرضا وقدرته على تحقيق ذاته ووضع نفسه مستوى من الطموح يتفق مع امكانياته وقدراته، كما لديه القدرة على معرفة امكانياته واستثمارها في أمثل صورة ممكنة.²

✍ **فالصحة النفسية** كما عرفها " **حامد عبد السلام زهران** " بأنها حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك وليست مجرد غياب أو الخلو من أعراض المرض النفسي.³

✍ **ويشير هوريلمان (2005)** للصحة النفسية بأنها تعبر عن حالة من الإحساس الذاتي والموضوعي عند شخص ما وتمس مجالات النمو الجسدية والنفسية والاجتماعية للشخص مع ضرورة تناسبها مع امكانياته وقدراته وأهدافه التي يضعها لنفسه ومع الظروف الموضوعية للحياة.¹

¹ أشرف محمد عبد الغني، مدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة 1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 2001، ص 23.

² الحميد حسن نور الدين، العزابي عمر أسامة، الصحة النفسية ودورها في العملية التعليمية، مجلة التكامل، جامعة طرابلس، ليبيا، العدد (13)، 2022.

³ حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة 4، عالم الكتب، القاهرة، 2005، ص 09.

ومنه فالصحة النفسية تعبر عن حالة من التوافق والتكامل بين الوظائف النفسية مع قدرة الفرد على مواجهة الأزمات وتقبل التغيرات مع السعي نحو الأهداف الخاصة والعامة مع شعوره بالسعادة.

المطلب الثاني: مؤشرات الصحة النفسية

هناك العديد من المؤشرات للصحة النفسية نذكر منها مايلي:

- 1- تقبل الذات:** أهم شرط في الصحة النفسية فلا يمكن أن يتمتع الفرد بالصحة النفسية وهو يرفض ذاته ويشعر بالدونية، فتقبل الذات يعني استعداد الفرد لفهم ذاته وإمكانياته وقدراته، حيث كلما كان مفهوم الذات إيجابياً دلّ على تمتع الفرد بالصحة النفسية.
- 2- تقدير الذات:** يعبر هذا المؤشر على قدرة الفرد على أن يحب ذاته ويحترمها وينظر "جاردار" إلى تقدير الذات على أنه نظرة الفرد بإيجابية إلى نفسه أي أنها نظرة تتضمن الثقة بالنفس بدرجة كافية لتحقيق التوازن.
- 3- التفوق العقلي:** يؤكد العاملون في مجال الصحة النفسية بأنّ القدرات العقلية تعدّ مظهراً من مظاهر الصحة النفسية، حيث أنّ قدرة الفرد على التفكير المنظم وقدرته على الاستجابة التكاملية لمواجهة الأزمات والأحداث تعبر عن خصائص شخصية متوازنة.
- 4- الدافعية للإنجاز:** تشير إلى استعداد الفرد للسعي في سبيل بلوغه لهدف ما وتحقيقه للتفوق والنجاح والرغبة في الأداء الجيد وكذا المثابرة للتغلب على الصعاب والمعوقات وهو في طريقه لبلوغ هدفه. وينظر إليها "جولدنسون" على تعبر عن تلك الحاجة التي تمكن الفرد من التغلب على الصعاب والعقبات والسيطرة على التحديات، كما تشير إلى الميل الداخلي للوصول إلى مستوى من الأداء المرتفع أثناء السعي لتحقيق هدف ما، مع القدرة على المواظبة والاستمرارية.²
- 5- الشعور بالسعادة:** إنّ الشعور بالسعادة هو غاية الصحة النفسية فهي شعور الفرد بالسعادة والرضا عن ذاته ومجتمعه ليست حالة ذاتية فقط بل هي استجابة عضوية أيضاً، تظهر من خلال زيادة الحيوية والنشاط لدى

¹ بوحفص طارق، رزان جهيدة، الصحة النفسية والاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي وجزائري، مجلة تطوير، المجلد (10)، العدد (01)، 2023.

² عبد اللطيف خليفة، الدافعية للإنجاز، دار غريب، القاهرة، 2002.

الشخص، وتشير إلى رضا الشخص للحياة التي يعيشها ويستمتع بها، والدرجة التي يحكم بها الشخص إيجاباً على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، وتتجسد في الرضا عن الحياة، التفاؤل، وتجسيد الأهداف والقيم.

6- الاتزان الانفعالي: يعتبر أهم مؤشر للصحة النفسية حيث يدفع إلى تحقيق التوازن الوجداني حتى يتمكن الفرد من التوافق مع الآخرين وتحقيق رغباته واشباع حاجاته بشكل ملائم مع امكانياته.

7- التكيف: وهي قدرة الفرد على التفاعل مع بيئته المادية والاجتماعية وكذا نوعية العلاقات التي تبني بينه وبين محيطه مع مراعاة نوع من التوازن أو التوافق مع واقعه.

8- التوافق النفسي: ويعكس قدرة الفرد على بناء علاقة متماثلة مع البيئة، حيث يستطيع الحصول على الاشباع اللازم لحياته مع مراعاة ما تحتوي عليه البيئة من متغيرات، وهو أحد أهم مؤشرات الصحة النفسية حيث يساعد الفرد على اسباع حاجاته الأساسية كما أنه يتحقق عند اشباع هذه الحاجات.¹

9- الصلابة النفسية: تعدّ أهم مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية والجسمية فالصلابة النفسية أحد أهم العوامل المساعدة التي تمكن الفرد من التعامل بإيجابية مع ضغوط الحياة التي تواجهه، حيث يعرفها " فنك (Funk) (1992) بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كلّ المصادر النفسية والبيئية المتاحة وكيف يدرك ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة، وفي هذا تشير " مادي وكوباز (maddi-kopasa) إلى أنّ الصلابة النفسية هي مجموعة من الخصائص الشخصية التي تعمل كمقاومة لأحداث الحياة الشاقة²

المطلب الثالث: تداعيات المخدرات الرقمية على الصحة النفسية للطلاب الجامعي

إنّ احتلال التكنولوجيا في المجتمعات المعاصرة وفي المجالات العلمية والتعليمية المكانة المركزية دفع كل الفئات الشبانية على وجه الخصوص وبفئة الطلبة الجامعيين بشكل أدق إلى الاستخدام المفرط لها بغية مواكبة التقدم التكنولوجي من جهة والاعتماد على الثقافة الرقمية في التحصيل العلمي من جهة أخرى، وفي خضم هذه المعركة الالكترونية برز وجه آخر للاستخدام التكنولوجي وقضاء وقت كبير في عالم الالكترونيات تمثل في استعمال الموسيقى بوجه مختلف عما كان مألوفاً من قبل تحت مسمى " المخدرات الرقمية "، وعلى الرغم من الجدل القائم في الوسط

¹ شحاتة ربيع محمد، أصول الصحة النفسية، الطبعة 2، مؤسسة نبيل للطباعة، مصر، 2000.

² أحمد راضي زينب نوفل، الصلابة النفسية لدى أمهات انتقاضة الأقصى، (رسالة ماجستير)، كلية التربية غزة، 2008، ص21.

العلمي حول التأثير السلبي المترتب على استخدامها إلا أن بعض الدراسات أثبتت خطرها على الناحية النفسية والجسمية والعقلية وكذا التأثير المضاعف على وظائف الدماغ.

وتشير الدراسات إلى أنّ تزايد لجوء الفئات الشبانية الجامعية وغيرها خاضع لتلك الإغراءات التي يقدمها مروجو المخدرات الرقمية على أنها غير مضرّة شأن المخدرات التقليدية، وعلى أن استخدامها يسمح لمتعاطيها بالاستمتاع بكل الحالات النفسية والعقلية التي تنتج عن تعاطي المخدرات الرقمية دون اللجوء لتعاطي مادة معينة ودون التضرر بمخاطر وآثار عضوية ناتجة عن تناول مادة مخدرة.

والجدير بالذكر حسبما أسفرت عنه نتائج الدراسات أن استخدام الفئات الشبانية في الوسط الجامعي لتلك الترددات الصوتية عن طريق السماعات ومكبرات صوتية يؤدي إلى الوقوع في خطر الإدمان تحت ما يسمى بالمخدرات الرقمية، حيث أن تركيبها غير المنتظمة والتي تدفع الدماغ للشعور بالعجز عن قراءتها حيث أنها تفتقر لصفة التنظيم والتنسيق وفق نوتات موسيقية محددة، وهذا الأمر الذي يدفع للشعور بالضيق وهو يحاول استيعابها حيث أنه تمّ أساساً تركيبها وفق هذا النمط بهدف خداع الدماغ الذي يسعى لتوحيدها وجعلها وفق مستوى واحد ونتيجة لتكرار الاستماع لها ومحاولة التوحيد يكون الدماغ قد غاص في نوبة من النشوة تشبه نشوة تعاطي المواد المخدرة وهي حالة من اللاوعي وفقدان الإدراك الحسي، مما يساعد في ظهور أعراض تتصاعد تدريجياً مع تكرار التجربة تصل حدّ الإدمان على هذه المخدرات الرقمية، وهذا ما اثبتته نتائج البحوث والدراسات التي أسفرت عن وجود آثار سلبية للمخدرات الرقمية على الشباب العربي كدراسة " ليلي ميسوم " (2016)، ودراسة " عبد الله عويدات " (2016) هذه الأخيرة التي توصلت إلى أن الاستخدام المفرط لهذا النوع من الموسيقى يؤدي إلى آثار سلبية على المستوى النفسي والاجتماعي.

ومن المؤكد الآن أن المخدرات الرقمية تعدّ شكلاً من أشكال الإدمان المعاصر تؤثر سلباً على مختلف جوانب حياة المتعاطي، حيث تلقي الشباب بشكل عام والشباب الجامعي بشكل خاص لتلك الترددات الصوتية وبجرعات مختلفة على مدار مدة معينة يؤثر سلباً على صحته الجسدية والعقلية، إذ أنّ الاستخدام المفرط للأصوات الصاخبة وغير الموحدة يؤدي على المدى البعيد إلى ظهور اضطرابات نفسية ومعرفية واضطرابات في النوم نتيجة الاختلالات العصبية التي تصيب الدماغ، وما يثبتته الواقع الميداني أن الدماغ يتكيف مع استخدام تلك الملفات الصوتية غير الموحدة والصاخبة فينتج عن هذا التكيف الإحساس بعدم الراحة والصداع والاكتئاب لكن بشكل مؤقت ويتكرر نتيجة تكرار تجربة استخدام تلك الملفات الصوتية، وتشير الدراسات إلى أنّ استخدامها يؤدي إلى آثار نفسية وتشنج عضلي

وعصبي أثناء عملية الاستماع مع ظهور أعراض كقلة التركيز والانفصال عن الواقع المعاش، وبالتالي تشتت الانتباه واضطراب النشاط الحركي.

الخاتمة:

تمثل المرحلة الجامعية مرحلة مهمة بالنسبة للشباب حيث يلجأ الطلبة الجامعيون إلى الكثير من الممارسات المتعلقة بالتكنولوجيا تماشياً مع مقتضيات العصر الحالي، ومن بين هذه الممارسات المخدرات الرقمية التي أصبحت ظاهرة تشكل هاجساً يذوق ناقوس الخطر في المجتمع اليوم، نظراً لخطورها واثارها السلبية على حياة الفرد الصحية والجسدية والنفسية وذلك بسبب الاستخدام المفرط لها والذي يصل لدرجة الانعزال عن العالم الواقعي ومعايشة العالم الافتراضي، وهذا ما اثبتته الأبحاث والدراسات في جميع المجالات حيث أنّ هناك شبه اجماع من طرف الباحثين والمختصين حول مدى خطورتها شأنها شأن المخدرات التقليدية.

التوصيات:

- وجوب تفعيل المراقبة القانونية للمواقع الالكترونية التي تعمل على نشر وتفعيل وتشجيع هذه الظاهرة.
- تفعيل مؤسسات الدولة الاجتماعية لنشر الوعي حول خطورة هذه الظاهرة.
- القيام بأيام تحسيسية وتوعوية حول خطر الإدمان على المخدرات الرقمية وتبيان تداعياتها على الصحة النفسية للشباب عامة.
- إنشاء ورشات عمل تكوينية وتدريبية وبرامج تثقيفية داخل الجامعات بهدف توعية الشباب الجامعي حول خطر المخدرات الرقمية.
- القيام بدراسات نفسية ونفسية عصبية بهدف التعرف على الآثار النفسية والعصبية والجسدية للإدمان على المخدرات الرقمية.

قائمة المصادر والمراجع:

➤ الكتب:

- 1- أشرف محمد عبد الغني، مدخل إلى الصحة النفسية، الطبعة 1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 2001، ص 23.
- 2- حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة 4، عالم الكتب، القاهرة، 2005، ص 09.
- 3- شحاتة ربيع محمد، أصول الصحة النفسية، الطبعة 2، مؤسسة نبيل للطباعة، مصر، 2000.

4- عبد اللطيف خليفة، الدافعية للإنجاز، دار غريب، القاهرة، 2002.

➤ مجلات:

1- محمد الصادق عادل، شرين حسن محمد، مستوى الوعي بالذات فيما يتعلق بالمخدرات الرقمية لدى الشباب ودور الجامعة المقترح في مواجهتها، مجلة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، المجلد (14)، الجزء (3).

2- السعدي عبد الرحمن عائشة، سليمان محمد النور، المخدرات الرقمية وآثارها على مقصد العقل، مجلة البحوث العلمية والدراسات الإسلامية، جامعة الشارقة كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، المجلد (11)، العدد (04)، 2019، ص209.

3- بوزار يوسف، المخدرات الرقمية شكل جديد للإدمان، مجلة دولية نصف سنوية للدراسات السيكلوجية للانحراف، المجلد (06)، العدد (02)، 2012، ص161.

4- الحميد حسن نور الدين، العزابي عمر أسامة، الصحة النفسية ودورها في العملية التعليمية، مجلة التكامل، جامعة طرابلس، ليبيا، العدد (13)، 2022.

5- بوحفص طارق، رزان جهيدة، الصحة النفسية والاضطراب النفسي من منظور اجتماعي ثقافي جزائري، مجلة تطوير، المجلد (10)، العدد (01)، 2023.

➤ أشغال الملتقيات:

1- الوحيدي فوزي، علي حامد، مخاطر المخدرات الرقمية وكيفية مواجهتها، أعمال الملتقى الوطني حول المخدرات والمجتمع: تشخيص الظاهرة وسبل الوقاية والعلاج، 2020، ص163.

➤ رسائل جامعية:

1- أحمد راضي زينب نوفل، الصلابة النفسية لدى أمهات انتفاضة الأقصى، (رسالة ماجستير)، كلية التربية غزة، 2008، ص21.

2- العامري ياسر، علي محسن، أثر الارشاد النفسي المختصر في خفض ادمان المخدرات الرقمية لدى طلبة الاقسام الداخلية، مركز البحوث النفسية جامعة المستنصرية، 2020، ص34.