

الإدمان الالكتروني (العبودية الرقمية)  
المرحلة الثانية/ علم نفس النمو (مشكلات المراهقين)  
للعام الدراسي 2022-2023  
أ.د. عفراء إبراهيم العبيدي  
(2)

أنواع الإدمان الالكتروني:

- ادمان الانترنت / كان اول ظهور لمصطلح ادمان الانترنت واضطراب ادمان الانترنت عام 1995 عندما نشر- (اونيل) مقالة بعنوان سحر ادمان الحياة على شبكة الانترنت ، وهو يعد نوعا خفيا ومدمرا للشخصية اذ يدمن فيه المراهق على مختلف محتويات الشبكة من مواقع تواصل اجتماعي والعباب ومواقع تسوق ، بشكل يعيق حياته الاسرية والدراسية والاجتماعية ويحول دون تطور شخصيته وازدهارها.
- ادمان الألعاب الالكترونية/ تعد الألعاب الالكترونية أحد أنواع الألعاب الحديثة الأكثر شعبية في العالم والتي تعرض على الشاشات الالكترونية باختلاف أنواعها. وهي تشتمل على العباب الحاسب والعباب الفيديو في الهواتف النقالة والعباب الأجهزة الكفية المحمولة. وعلى الرغم من أهمية اللعب ودوره في تنمية الشخصية وتطويرها الا انه قد يكون في أحيان كثيرة مدمرا كما هو الوضع في حال ادمان الألعاب الالكترونية اذ يفقدون ( الافراد المدمنون) لمهارات التواصل الطبيعية مكتفين بالاستغراق لساعات طويلة في لعبة الالكترونية.

ولعل الضرر يكون أكبر بكثير وخطورة محتوى اللعبة والتي من أبرز مواضعها خطورة هو العنف بشتى انواعه لما ستخلفه تلك الالعاب الافتراضية العنيفة من عواقب على شخص الضحية المدمن. وسواء كانت الألعاب على شبكة الانترنت او منزلة على الأجهزة الالكترونية تؤدي بالضحية الى ان ينفصل تدريجيا عن الواقع ويخيل له انه ضمن عالم اللعبة.

- الإدمان على المواقع الجنسية.
- الإدمان على مواقع العلاقات.
- الإدمان على القمار او التسوق عبر الانترنت.
- الافراط في تحميل المعلومات.

### أسباب الإدمان الالكتروني :

تتعدد كافة أشكال الإدمان على التكنولوجيا، اذ يلجأ بعض الأشخاص إلى إدمان المواقع الالكترونية، لتلبية العديد من الرغبات الملحة، منها :

- توفير السرية والخصوصية التامة لمن يبحثون عن السرية، وتفريغ الرغبات المكبوتة.
- الفراغ والملل الذي يدفع الأشخاص في البحث عن ملاذ يلجؤون إليه للتخلص من أوقات الفراغ.
- توجه البعض ممن يعانون من بعض الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب، والدعم العاطفي اللجوء إلى الإنترنت لسد هذه الحاجة.
- الهروب من الواقع إلى عالم التكنولوجيا والانترنت أو ما يسمى بالعالم الافتراضي، ممن يعانون من اليأس أو الملل والانزعاج.
- الخروج من علاقة عاطفية فاشلة أو التعرض للصدمات النفسية التي تجعل الشخص بحاجة إلى الخروج من الحالة النفسية السيئة.
- إدمان المواد المخدرة والمشروبات الكحولية.

- الأشخاص الذين يعانون من العزلة الاجتماعية والشعور بالخجل في التواصل مع الآخرين، هم أكثر عرضة للإصابة بالهوس الإلكتروني (الإدمان الإلكتروني).
- انتشار الألعاب الإلكترونية الحديثة، وقضاء البعض العديد من الساعات المتواصلة على الإنترنت.