



الاستعمال المفرط للإنترنت وعلاقته بظهور الاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب .
**Excessive use of the Internet and its relation to the emergence of psychosocial
alienation in young people**

أ. ميسوم ليلي¹

¹ جامعة تلمسان، إيميل الباحث الأول melalapsy@yahoo.fr

تاريخ النشر: 28/3/2016

تاريخ القبول: 3/2/2016

تاريخ الاستلام: 6/1/2016

الملخص

يعتبر سوء استخدام الانترنت أساس مختلف التأثيرات السلبية التي يمكن أن يخلفها الكمبيوتر والشبكة العنكبوتية، والذي قد يصل أحيانا إلى درجة الإدمان المرضي على الإنترنت، وما يمكن أن يسببه من مشكلات نفسية واجتماعية كالاكتئاب والقلق والشعور بالاغتراب وغيرها ، إذ ثبت ظهور وزيادة الشعور بالاغتراب النفسي والاجتماعي لدى من يستخدمون الانترنت بصورة مفرطة خصوصا لدى الشباب ، لأن الاغتراب هو من أكثر المشاكل المعقدة التي يواجهها الشباب في علاقتهم بذاتهم وبالآخرين من جهة خصوصا في زمن العولمة و الميديا الجديدة.

كلمات مفتاحية: الاستعمال المفرط للإنترنت ، الإدمان المرضي للإنترنت ، الاغتراب النفسي والاجتماعي ، الشباب ، الميديا الجديدة.

Abstract:

The misuse of the Internet is the basis of the various negative effects that can be left by the computer and the Internet, which may sometimes reach the degree of pathological addiction on the Internet, and the psychological and social problems it can cause such as depression, anxiety, feelings of alienation and others, as it has been proven to appear and increase the feeling of psychological and social alienation among those who use the Internet excessively, especially in young people, because alienation is one of the most complex problems faced by young people in their relationship with themselves and others on the one hand in the time of globalization and new media. .

Keywords: Excessive use of the Internet, pathological addiction to the Internet, psychosocial alienation, youth, new media.

1

مقدمة

يعد استخدام الأنترنت اليوم مطلباً أساسياً يتميز به المجتمع المعاصر في ظل التغيرات والتعقيدات التي تميزه ، فنحن نعيش في عصر السرعة ، فعلى الرغم من المزايا الكثيرة التي تميز خدمات الأنترنت في جميع المجالات فيكفي أنها اختزلت المسافات وقللت التكاليف ، وجعلت العالم قرية صغيرة يسهل التحكم فيها عن بعد ، ولكن يوجد في الجانب الآخر الحد الثاني من السلاح ، إذ يشير العديد من الباحثين ويؤكدون أكثر على سلبياتها وأخطارها على الصحة الجسمية والنفسية للفرد ، خصوصاً إذا تميزت بخاصية الإفراط وسوء الاستخدام والذي قد يصل إلى درجة الإدمان.

وتعد مشكلة الإغتراب من أعقد المشكلات النفسية والاجتماعية التي أصبحت تهدد شبابنا اليوم ، خصوصاً في ظل تزايد استخدامه للأنترنت خاصة وتكنولوجيات الاعلام والاتصال عامة ، وظهور خطر الإدمان عليها ، وتأثيراته على الجوانب النفسية والسلوكية والاجتماعية للفرد ، فيجعلهم يشعرون بالوحدة والاكتئاب ، ويعيشون في عزلة اجتماعية ويصبحون معتربين عن أنفسهم وعن مجتمعهم ، إذ يؤكد مفلح (مفلح 2009، ص-ص 291،314) أن عدد كبير من مستخدمي الأنترنت يسرفون في استخدامها مما يؤثر ذلك على حياتهم الشخصية بمختلف جوانبها .

وسوف تناول في هذا المقال مفهوم الاستعمال المفرط للأنترنت ومختلف انعكاساته على الشباب ، وعلاقته بظهور الإغتراب النفسي والاجتماعي لديهم .

1. الاستعمال المفرط للأنترنت وانعكاساته على الشباب.

يعرف محسن عطية الأنترنت بأنها نظام يتكون من عدد هائل من الحواسيب التي تتصل فيما بينها عن طريق بروتوكول خاص يمكنها من الاشتراك في المعلومات، وهي مفتوحة للجميع ضمن آلية معينة، وهذه الحواسيب تشكل مع بعضها بالتكامل نظاماً من الطرق العامة السريعة للتواصل (عطية 2008، ص 28) .

ويشير مؤسس الأنترنت تيم بيريزان وضع تعريف للأنترنت يعد عملية تشبه الفرق بين الدماغ والعقل، فباكتشاف الأنترنت تجد أسلاكاً وحواسيب، أما باستعراض الشبكة نفسها فستجد شتى المعلومات (ابو عيشة 2010، ص 38).

وتقدم الأنترنت العديد من الخدمات والتطبيقات التفاعلية للمستخدمين مختزلين بذلك المكان والزمان والجهد والتكاليف ومنها البريد الإلكتروني ، والشبكة العنكبوتية العالمية ، والمدونات الإلكترونية ، ومواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك والتويتر وغيرها، ومنتديات المحادثة الإلكترونية ، وخدمات المساعدة ، والتعلم عن بعد ، وخدمات الترفيه والألعاب وغيرها من الخدمات .

ونظراً للفوائد الكثيرة والمزايا التي تتميز بها شبكة الأنترنت، واستخدامها في جميع مجالات الحياة العصرية، فإن عدد مستخدميها قد تزايد بشكل متسارع منذ أن تم إطلاقها لخدمة الجماهير، وحسب تقرير صدر عن الاتحاد الدولي

للاتصالات فقد وصل عدد مستخدمي الانترنت في العالم مع مطلع سنة 2011 إلى (2) مليار مستخدم، أي أن حوالي (30%) من سكان الأرض موصولون عبر شبكة الحاسوب العالمية، وتوقع التقرير أن ترتفع هذه النسبة لتصل إلى (50%) مع نهاية العقد (المقدادي 2013، ص 22)، فشبكة الانترنت قد هيمنت على العالم أجمع من خلال خدماتها وفوائدها التي لا تعد ولا تحصى على جميع فئات المجتمع وطبقاته، وعلى رأسهم فئة المراهقين المتمدرسين والشباب باعتبارهم من أهم الفئات استعمالا وتأثرا بالانترنت سواء من الناحية الايجابية أو السلبية .

وعلى الرغم من المزايا الكبيرة للانترنت، فهي لا تخلو من السلبيات والعيوب، مثل أي وسيلة اتصال أخرى، فيذكر إبراهيم السباطي وآخرون أن أهم سلبياتها التشهير والمضايقة، وانتهاك حقوق الملكية الفكرية، وعرض المواد الفاضحة، وبت الأفكار الهدامة، والدعوات المنحرفة، والتزوير، والتجسس، والإرهاب، ونشر الفيروسات في الأجهزة المتصلة بالشبكة، إضافة إلى الإباحية والجنس والعنف والأفكار المتطرفة، والنصب، وتدليس الحقائق ونشر الأكاذيب (السباطي وآخرون، 2010، ص 144).

وأشارت دراسة (الدركزلي) إلى أن الانترنت يساعد على نشر الرذيلة والفساد الأخلاقي خاصة بين المراهقين مما يؤثر سلبا على مستقبلهم الأخلاقي والدراسي، كما أن قضاء وقت طويل على الانترنت له آثار سلبية في العلاقات الاجتماعية والإنسانية مع الآخرين (البدوي، 2011، ص 333)، ويقرر الكثير من الباحثين على الإيجابيات الكثيرة للانترنت، إلا أنهم يصرون أكثر على سلبياتها، فهي تنمي العلاقات الإنسانية اللاشخصية، وتكبح إبداع التفكير الإنساني، لان الاعتماد الكلي عليها سيحجر العقل البشري إلى الخمول والركون للراحة، ويبين (فيليب بروتون) الأخطار المحتملة على الروابط الاجتماعية، وتوجه المراهقين إلى العزلة الاجتماعية عن محيطهم بفعل استخدام المفرط للانترنت (بعزيز، 2012، ص 96).

وتعتبر فئة المراهقين والشباب من أكثر الفئات استخداما لخدمات الانترنت حسب نتائج العديد من الدراسات، حيث يشير أنريك أشيبورا أن استخدام الانترنت بشكل كبير قد يؤدي إلى ظهور العديد من المشكلات منها الاضطرابات النفسية والاجتماعية، كالكذب، والهروب من المنزل، والمشكلات العائلية، والتسرب المدرسي، ونقص التركيز، بالإضافة إلى ضعف التحصيل الدراسي (Networking.p913)Overuse of Social، فبعض الشباب وخصوص فئة المراهقين قد لا يدركون ولا يستوعبون مخاطر الاستعمال المفرط للانترنت، وما قد ينتج عنه من مشكلات ومخاطر حسب ما ورد في العديد من الدراسات، حيث تناولت هذه الأخيرة تأثيرات استخدام الانترنت أو الإفراط فيها من جهة، والإدمان عليها من جهة أخرى على الصحة النفسية للمراهقين والشباب .

ويشير مصطلح الاستخدام المفرط للانترنت للدلالة على الاستخدام الزائد والمشكل للانترنت الذي يصل إلى درجة الاستخدام المرضي للانترنت، أو إدمان الانترنت، إذ يختلف العلماء في تعريف كلمة "إدمان"، فيصير البعض أنها لا



تنطبق إلا على مواد قد يتناولها الانسان، ولا يقدر الاستغناء عنها، وإلا ستسبب له أعراض الانسحاب مثل حالات إدمان المخدرات ، في حين يعترض البعض الآخر على هذا المفهوم الضيق ، حيث يرون أن الادمان هو عدم قدرة الانسان على الاستغناء عن شيء ما ، بغض النظر عن طبيعته ، طالما استوفى بقية شروط الادمان من حاجة إلى المزيد من هذا الشيء بشكل مستمر حتى يشبع حاجته منه حينما يحرم منه

(http://www.islamonline.net/iol-arabic/dowalia/scince-17/scince2.asp)

ولقد كانت مختلف مواضيع الادمان تؤكد على استخدام العقاقير وغيرها من الأشياء التي تؤثر على الاستجابات الكيميائية للدماغ ، قد تم مؤخرا لفت انتباه الرأي العام أنه يمكن الحصول على نفس الدرجة العالية من الادمان بالاستخدام المفرط للإنترنت ، أو ما يدعى بإدمان الإنترنت المرضي (Internet Addiction Disorder) (http://allpsych.com/journal/internetaddiction.html).

وكان أول ظهور لمصطلح إدمان الإنترنت عام (1995) عندما نشر أنيل (O'Neill) مقالة بعنوان :

" سحر وإدمان الحياة على شبكة الإنترنت " ، والذي نُشر في صحيفة نيويورك تايمز، وتبعه اقتراح إيفان جولدبرج (Evan Goldberg) في نفس السنة بأن إدمان الإنترنت هو اضطراب مميز بالفعل، ولم يحظ هذا المفهوم بالقبول الفوري، حتى قدمت عالمة النفس الأمريكية كيمبرلي يونغ (Kimberly Young) سنة (1996) نتائج دراستها في الورقة البحثية بعنوان : " إدمان الإنترنت : ظهور اضطراب إكلينيكي جديد " ، وذلك في الاجتماع السنوي للرابطة النفسية الأمريكية (العصيمي ، 2010 ، ص 20) ، وهي تعد من أول أطباء علم النفس الذين اهتموا بدراسة هذه الظاهرة في الولايات المتحدة منذ عام (1994) ، وتعرف يونغ إدمان الإنترنت بأنه استخدام شبكة الإنترنت أكثر من 38 ساعة أسبوعياً (http://ar.wikipedia.org/wiki).

فالإدمان على الإنترنت هو حالة نظرية من الاستخدام المرضي لشبكة الإنترنت ، والذي يؤدي إلى اضطرابات في السلوك (http://ar.wikipedia.org/wiki). ، وتقول المتحدثة الإعلامية باسم مركز "مونيك هيلفر" لمتابعة إدمان المخدرات والمسكرات بسويسرا في حديث مع الجزيرة نت: " إن كثرة استخدام الإنترنت قد تؤدي إلى نوع من الادمان المرضي سواء بين المراهقين أو البالغين ، وأن مدمن الإنترنت هو من يقضي نحو 35 ساعة أسبوعيا متصفحاً الشبكة العنكبوتية خارج أوقات العمل، وهو المخصص في الأساس للراحة والتفرغ للحياة اليومية العادية" (http://www.aljazeera.net/news/archive/archive?ArchiveId=1101728). ، لكن الجمعية الأمريكية للطب النفسي أشارت إلى أن أول من أطلق مصطلح " إدمان " على هذا الاضطراب هو الحكومة الصينية تعبيرا عن اللعب المرضي على الإنترنت .



ويرى جريفير (Griffiths) أن إدمان الأنترنت هو أحد أنواع الإدمان التي ليس لها علاقة بالعقاقير، إلا أنه لديها نفس أعراض هذا الإدمان، والذي يرتبط بعدة مظاهر للإدمان التقليدي، وهذه الأنواع من الإدمان هي من قبيل الاستغراق القهري في المقامرة، والممارسة الزائدة لألعاب الكمبيوتر أو السعي المستمر وراء الثراء، حيث يظهر على المصاب بهذه النوعيات المختلفة من السلوك الإدماني مظاهر التحمل، والاعتماد، والميل لزيادة الجرعة لمادة الإدمان، وكذلك الأعراض الانسحابية (محمد، 2010، ص 77).

أما لريفوي (Revory) فيعتبر إدمان الأنترنت " اضطراب حقيقي مميز بعدم القدرة على التحكم في الوقت رغم كل الجهود (مع أن الوقت وحده ليس معياراً) (http://www.usr.rider.edu/~suler/psycyber/cybaddict.html) ، وقد أشار سولي (Suler, J) إلى أن بعض علماء النفس غير متأكدين تماماً من كيفية وصف هذه الظاهرة، فالبعض يسميها " إدمان الأنترنت المرضي " ، لكن هناك العديد من مدمني الكمبيوتر قبل دخول الأنترنت إلى حياتهم، كما أن هناك من يهتم بالكمبيوتر دون أدنى اهتمام بالأنترنت، لذلك يقول ربما علينا أن نطلق على هذا الاضطراب بـ " إدمان الحاسوب (Pierre, V, Op-Cit, p2) ، وبعدها ظهرت العديد من المصطلحات التي تدل على وجود هذا النوع من الإدمان منها : إدمان الأنترنت " Internet addiction " عند كامبرلي يونغ (Young Kimberly, 1996) ، والاعتماد على الأنترنت " Internet dependency " عند شيري (Scherer, 1997) ، والاستخدام الباثولوجي للأنترنت " Internet use Pathological " عند دافيس (Davis, 2001) وموران . مارتن (Murahan- Martin, 2000) ، وإشكالية استخدام الأنترنت " Problematic Internet use " عند كابلون (Caplon, 2002) ، (Pierre, V, Op-Cit, p2).

كما نجد تسميات ومصطلحات أخرى لهذا الإدمان منها : إدمان الأنترنت المرضي " Internet addiction disorder " ، ومشاكل استخدام الكمبيوتر " Problematic computer use " ، والاستخدام الباثولوجي للكمبيوتر " Pathological computer use " ، والاستخدام المفرط للأنترنت " Internet overuse " (Suler, J, Op-Cit).

ويؤكد سولي (Suler, J) أن المشكلة في استخدام الأنترنت تكمن في تحديد الخط الفاصل بين ما يعتبر استخدام طبيعي ، واستخدام غير الطبيعي للإنترنت، حيث أن التعامل مع شبكة الأنترنت قد يكون مفيداً وصحياً في بعض الحالات، وذلك عندما تشكل للفرد هواية من شأنها أن يقضي معها أطول وقت ممكن، وهذا ما يمكن أن يكون متنفساً للإبداع والعلم والتعبير عن الذات، أما في حالة الإدمان المرضي فإنها قد تسبب اضطراب خطير في قدرة الفرد على التعامل مع العالم الخارجي، والذي قد يمس النظام الغذائي، والرياضة، والجنس، والعمل، واللعب (Suler, J, Op-Cit)..



إذن إدمان الانترنت أو الاستخدام المفرط للإنترنت إلى درجة المرض هي ظاهرة حديثة نسبيا ، وتعني " الاستخدام الزائد عن الحد ، والغير توافقي لهذه التقنية ، والذي يؤدي إلى اضطرابات نفسية إكلينيكية يستدل عليها بمجموعة من الأعراض " (www.alarabonline.org/Previouspages/Alarab%20Weekly/2009/.../w29.) .

كما توصل الباحثين أن إدمان الإنترنت له تأثيرات على الجملة العصبية ، لأنه يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي ، مما يؤدي إلى ضعف في ردود الأفعال ، وقد تحدث توترات عصبية بالإفراز المفرط والمتزايد لهرمون الكورتيزول (هرمون الاجهاد والتعب)، وهرمون الأدرينالين والنورأدرينالين ، فيولد ذلك سرعة الغضب والعدوانية ، وظهور اضطرابات نفسية وعقلية (المصري، 2006، ص ص 174، 152) .

وتتفق العديد من الدراسات على وجود ارتباط بين استخدام الانترنت والادمان عليها بالعديد من المشكلات النفسية والاجتماعية خاصة لدى الشباب ، ومنها الاكتئاب مثل دراسة (أوزكان 2003 ، والدندراوي 2005 ، ومويرا 2008 ، وبارك 2009) وغيرهم ، ومشكلة العزلة الاجتماعية ، والاعتراب، ونقص المهارات الاجتماعية نتيجة فقر التواصل الحقيقي مع الاخرين ، وانخفاض المساندة الاجتماعية ، وعدم التوافق النفسي والاجتماعي ، والانحرافات الجنسية وغيرها

ويلاحظ سلطان العصيمي (2010) من خلال هذه الدراسات أن مشكلة الاكتئاب عند مستخدمي الانترنت من المراهقين تعتبر من أكثر المشكلات النفسية انتشرا عند هذه الفئة، ولذلك أشارت الجمعية الأمريكية للطب النفسي عند تصنيفها لاضطراب إدمان اللعب على الانترنت بأن الاكتئاب يعتبر من بين أكثر الاضطرابات التي تتوافق معه (العصيمي، 2010، ص 89).

2. الاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب في عصر المديا الجديدة (الأنترنت).

إذا اعتبرنا أن الأنترنت أحدث ثورة تقنية ، فإنها تمثل أهم أدوات التعبير، ونظراً لأن الشباب هم أكثر الفئات استخداما لها، فهم أكثر إساءة لهذا الاستخدام وما يترتب على ذلك، وقد أكد كثير من الباحثين أن الأنترنت غير شكل الحياة الاجتماعية والاقتصادية من السوء إلى اللاسوء، وتبرز التأثيرات الاجتماعية للأنترنت في ظل التنامي السريع لاستخدام هذه التقنية في مجالات متعددة لدى فئات متنوعة من الجماهير، وذلك في ظل إتاحة هذه الخدمة في مقاهي الإنترنت، وإطلاق خدمات الجيل الثالث والرابع ، لا سيما في حالة غياب القوانين والضوابط الاجتماعية التي تحكم إيقاع هذه الظاهرة، وعدم وجود معوقات أمام الاندفاع في استخدامها بسبب ما تحدثه من تأثيرات ضارة، كالإحباط، وقطع أواصر العلاقة داخل الأسرة الواحدة، والشعور بالوحدة.

وتساهم وسائل الإعلام عامة ، والإنترنت خاصة في إقامة نوع من الوحدة في المفاهيم والاهتمامات والتطلعات والتعابير والمصطلحات، وتعكسها على سلوك المستخدم، وأثبتت الدراسات أن عدد غير قليل من الدول تساعد مستخدم وسائل



الإعلام في صرف أوقات فراغهم في إطار من الاستراحة والاسترخاء في ما يتعلق بالتلفزيون ، وخدمات الإنترنت عبر الحاسوب المحمول و جهاز الحوال، محدثاً نوع من التباين والتشتت بين واقع المستخدم وخياله التي يعيش في ضبابه (الأمتل 2011، ص ص 62-63).

وقد أكد صافي (2003) أن الإنترنت لها وظائف نفس اجتماعية وهي الانتماء والتوحد الاجتماعي ، والتسلية والترفيه، ورغم أنها تقدم الانتماء الاجتماعي إلا أنها تساعد على التوحد الاجتماعي ممثل في انصهار مختلف القيم والعادات والتقاليد والرموز المتواجدة ضمن الجماعات التي تؤلف المجتمع (عيسى 2003، ص 30).

وبالإضافة إلى ارتباط الاستعمال الزائد للإنترنت بظهور الاكتئاب كما أشرنا سابقا تعتبر مشكلة العزلة الاجتماعية أيضا حسب العديد من الدراسات من بين أهم المشكلات الناتجة عن هذا الاستخدام ، مثل دراسة (ديمان 2002 ، وأنبرج وسجويرج 2004 ، والعصيمي 2004 ، ومحمد عبد الهادي وآخرون 2005)، إذ تشير كيمبرلي يونغ أنه كلما طالت مدة استخدام الإنترنت كلما قل التواصل الحقيقي مع الآخرين (kimberly.2007.pp 671-679).

وتعتبر العزلة الاجتماعية بعدا من أبعاد الاغتراب الذي يتعرض له الشباب من تعقد الحياة ، وسرعة إيقاعها، والذي يسبب في افتقاده للأمن والتواصل مع الآخرين، وتضاؤل فرص التعبير وتحقيق الذات، مما يجعله يشعر بعدم القدرة على ضبط الأحداث والتحكم فيها، وبالتالي يفقد الثقة في نفسه، وتترسخ لديه قيم السلبية والقلق والرفض، فينكب على الإنترنت الذي يأخذ وقته، ويستمر في العمل عليه بشكل يشبه الإدمان ، وقد توجد هذه الحالة لدى الأفراد الانعزاليين ذوي الشخصيات الانطوائية، أو الأشخاص الذين يرغبون في الهروب من ظروفهم ومشاكلهم الحياتية، فيلجئون للإنترنت ليفرغوا فيها همومهم (علي، ص 56-57).

وتعتبر العزلة أو توحد المستخدم مع جهاز الكمبيوتر من أهم التأثيرات الاجتماعية والنفسية التي تحدثها مواقع شبكة الانترنت ، وذلك نتيجة خاصية الاستغراق التي يتسم بها استخدام هذه المواقع والتحول بينها ، وفي محتواها ، ونتيجة للاستغراق الطويل أو ما يسمى بإدمان الإنترنت ، توصل الكثير من الباحثين إلى التقرير بعزلة المستخدمين وعدم حاجتهم إلى الاتصال بالآخرين (محمد، 2007، ص 277).

ويشير اللبان (2005) أن وحدات العرض المرئي تحد من نسبة الحرية للإفراد أثناء ممارسة عملهم ، وشعورهم بأنهم ليسوا أكثر من جزء من نظام بشري آلي مما يؤدي إلى انكماش حجم الشخصية والعزلة والوحدة (اللبان، 2005، ص 40)، كما يفقد المدمن السيطرة على ردود فعله ، حيث لا يتمكن في أغلب الأحيان من التمييز بين الواقع والخيال ، فيكون رد فعله غير واقعي ، وربما يكون مفرطا في القوة أو مصحوبا بنوع من اللامبالاة (أبو العينين، 2008،) ، ويستحوذ عالم الإنترنت على بعض الأفراد ، ويطغى على عالمهم الحقيقي ، فبعضهم يختارون بالفعل الاتصال بالكمبيوتر بدلا من



التواصل مع ذويهم وأصدقائهم ، فتؤثر الأنترنت على علاقاتهم الأسرية والزوجية والعملية (العباجي ، 2007 ،
66ن65)

وقد حاولت دراسة لي ويو (Lei et Wu , 2007) تقصي العلاقة بين تأثيرات تعلق المراهق . الوالد على استخدام
المراهقين للأنترنت ، وكشفت أن الاغتراب يتنبأ بشكل ايجابي باستخدام الانترنت الباثولوجي وبشكل مباشر (العجمي ،
ص 92).

ولقد لاقت مشكلة الاغتراب اهتماما واسعا بين علماء النفس والتربية والاجتماع والفلسفة ، فالظاهرة هي معقدة
ومتشعبة ومتعدد الأبعاد ، والكل يدرسها ويتناولها من ناحية معينة ، إذ وردت كلمة الاغتراب في اللغة العربية منذ القديم
، وهي تدل على معاني متعددة ، وهي ترجع أصلا الى كلمة (غربة)، ومصطلح (الغرب) في معجم لسان العرب بمعنى
الذهاب، والتنحي عن الناس، وأغريه: نحاه وأبعده عنه (ابن منظور، 1955، ص 238-240).

ويعتبر مارتن (Martin Jack.K, 1980) بأن : " الاغتراب كمفهوم وظاهرة وحالة روحية ترجع جذورها في علم
النفس وعلم الاجتماع إلى الشعور بالانفصال والنفور من بعض الحالات والأشخاص والقيم أو من المجتمع بشكل عام ")
(martin. 1980.p52).

ويعتبر المحلل النفسي ايريك فروم (Erich Fromm, 1992) أول من قدم الاغتراب في إطار نفسي إنساني ويقول
بأنه : " هو ما يعانيه الفرد من خيرة الانفصال عن وجوده الانساني ، وعن مجتمعه ، وعن الأفعال التي تصدر عنه ،
فيفقد سيطرته عليها ، وتصبح متحركة فيه فلا يشعر بأنه مركز لعالمه ، ومتحكم في أفعاله " (السيد، 1992، ص
174).

ويشير زهران (2004) أن الاغتراب هو : شعور يتضمن العجز، اللامعني، الغربة الاجتماعية، والثقافية، والفكرية، وأنه
عرض عام مركب من المواقف الموضوعية والذاتية التي تظهر من أوضاع اجتماعية ونفسية يصاحب سلب معرفة الجماعة
وحريتها بالقدر الذي تفتقد فيه القدرة على انجاز الأهداف، ويجعل تكيف الشخصية والجماعة معتبرا (الزهران 2003،
ص104) .

وتعرف وفاء فتحي (1996) الاغتراب بأنه : " الشعور بالوحدة ، وعد الانتماء ، وفقدان الثقة ، والاحساس بالقلق
والعدوان ، ورفض القيم والمعايير الاجتماعية ، والمعاناة من الضغوط النفسية " (الزهران 2003، ص104).

وترى هوراني (Horny) أن : " الاغتراب يعبر عما يعانيه الفرد من انفصال عن ذاته حيث ينفصل الفرد عن مشاعره
الخاصة ، ورغباته ومعتقداته ، وهو فقدان الإحساس بالوجود الفعال " (المالكي، 2011).

ويشير الشعور بالاعتراب إلى انفصال الإنسان عن العلاقات مع الآخرين ، وإلى جانب المعنى الفلسفي والذاتي لمصطلح الاعتراب ، فإن هناك الاعتراب العقلي أو النفسي ويشمل جملة من الأعراض، ويظهر من خلالها كما لو كان غريبا عن المجتمع الذي يعيش في كنفه (العيسوي ، 2001 ، ص 139).

والاعتراب أنواع وأشكال رغم التداخل والترابط الموجود بينها ، فالاعتراب النفسي مثلا يؤثر في الاعتراب الثقافي ، وهما بدورهما يؤثران في الاعتراب السياسي والديني ، والاعتراب النفسي يؤثر في الاعتراب الاجتماعي والعكس صحيح ، وسأركز فيما يلي على الاعتراب النفسي والاجتماعي :

1.2. الاعتراب النفسي : بالرغم من شيوع مفهوم الاعتراب النفسي، فإنه من الصعب تخصيص نوع مستقل نطلق عليه الاعتراب النفسي، وذلك نظراً لتداخل الجانب النفسي وارتباطه بجميع أنواع الاعتراب الأخرى (ثقافي واجتماعي)، فالاعتراب النفسي مفهوم شامل يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانفصال أو الضعف والانهيار بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع (خليفة، 2003، ص 80).

ولقد ساهمت بعض النظريات مثل التحليل النفسي والماركسي والوجودية في إعطاء مفهوم نفسي لهذا المصطلح ، ويتحدد مفهوم الاعتراب في الشخصية بمجموعة من الجوانب كحالات عدم التكيف التي تعانيها الشخصية من عدم الثقة بالنفس ، والمخاوف المرضية، والقلق ، والإرهاب الاجتماعي، وغياب الإحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية، وضعف أحاسيس الشعور بالهوية والانتماء ، والشعور بالقيمة والإحساس بالأمن ، ويناقش السيد شتا قضايا مهمة في الاعتراب النفسي تتمثل فيما يلي (خليفة، 2003، ص 80):

▪ اغتراب الهو : يتمثل في سلب حريته، وذلك لأن حرية الهو تعني وقوع الأنا تحت ضغط الأنا الأعلى والواقع الاجتماعي، أي أن سلطة الماضي تمارس ضغطاً قوياً عليه من ناحية ، ويزداد افتتانه بالواقع من ناحية أخرى، ومن ثم يقوم الأنا بعملية السلب والانفصال (سلب حرية الهو) ، ويحقق الأنا ذلك بطرق عدة ، إما بسلب حرية الهو ، والقبض على زمام الرغبات الغريزية، وإما بإصدار حكمة والسماح لها بالإشباع أو تأجيل هذا الإشباع .

▪ اغتراب الأنا : فهو ذو بعدين مرتبط بسلب حريته في إصدار حكمة فيما يتعلق بالسماح للرغبات الغريزية بالإشباع من ناحية، وسلب معرفته بالواقع وسلطة الماضي (الأنا الأعلى) في حالة السماح لهذه الرغبات بالإشباع من ناحية أخرى، ومن ثم يكون الأنا في وضع مغترب دائماً سواء في علاقته بالهو أو بالأنا الأعلى، والواقع أن اغترابه هنا يجمع بين الخضوع والانفصال.

▪ اغتراب الأنا الأعلى : والذي يتمثل في فقدان السيطرة على الأنا، وهي الحالة التي تأتي بدورها نتيجة لسلب معرفة الأنا بسلطة الماضي أو زيادة الهو على الأنا، وهذا هو الجانب السلبي لاغتراب الأنا الأعلى، أما الجانب الإيجابي فإنه يتمثل في أقسام سلطة الأنا الأعلى بمظهر الاعتماد، والذي يصاحبه عدم افتتان الأنا بالواقع الاجتماعي،

أما الجانب الإيجابي للاغتراب فإنه يتمثل في التوحد والمسايرة نتيجة لغياب الفهم وفقدان أنا الفرد للسيطرة على الواقع الذي يسلبه حرية الإرادة.

وترجع هورني أسباب الاغتراب لدى الإنسان إلى ضغوط داخلية، حيث يوجه معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال حتى يحقق الذاتية المثالية، ويصل بنفسه إلى ما يتصوره.

وينظر الباحثون إلى اغتراب الذات باعتباره اضطراباً نفسياً يتمثل في اضطراب الشخصية الفصامية حيث يتسم الشخص الفصامي بالعجز عن إقامة علاقات اجتماعية ، والافتقار إلى مشاعر الدفء واللين أو الرقة مع الآخرين ، وهناك تشابه ما بين اغتراب الذات واضطراب الشخصية الفصامية في أنهما يشيران إلى صعوبة استمرارية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين من أفراد المجتمع (خليفة، 2003، ص 80).

2.2. الاغتراب الاجتماعي : ويتمثل في شعور الفرد بعدم التفاعل بين ذاته وذوات الآخرين ، والبرود الاجتماعي ؛ أي ضعف الروابط مع الآخرين ، وضعف الاحساس بالموودة والألفة الاجتماعية معهم ، وينتج ذلك عن الرفض الاجتماعي الذي يعيش في ظله الانسان في افتقاد دائم للدفء العاطفي (خليفة، 2003، ص 80).

ويرجع شنايدر (Shneider) الاغتراب الاجتماعي إلى فقدان الإنسان روابطه الأولية بمجتمعه المحلي من الأقارب والأصدقاء وعزله، والتي يفقدها يتحول من جماعته الأولية إلى جماعة ثانوية، ونتيجة لتقسيم العمل بين أفراد مختلفين ينتمون إلى جماعات متباينة ، أما سكوت (Scott) فقد أرجع الاغتراب إلى عدم الالتزام بالقيم ، وعدم الامتثال إلى المعايير الاجتماعية ، والافتقار إلى تحديد المسؤولية، وعدم القدرة على السيطرة أو التحكم في الإمكانيات المتاحة، كما أرجع علماء الاجتماع أمثال " دوركايم " و " ميرتون " الاغتراب إلى حالة التفسخ التي تصيب المجتمع ، واستخدموا لفظ " الأنومي " للتعبير عن حالة الانعدام النسبي للمعايير في المجتمعات الحديثة، حيث تتناقض المعايير وتفقد قوتها الإلزامية على الأفراد، ومن ثم يصابون بحالة من الشك فيما يجب عليهم إتباعه، وما يتعين عليهم المعايير، وتفقد قوة تركه، وفيما يعد خطأ وما يجب اعتباره صواباً (القريطي ، 1991، ص ص 39-58) .

إن الشعور بالاغتراب الاجتماعي عند الشباب في زمن العولمة يعبر عن حالة انفصال بين الفرد والموضوع ، وبين الفرد والأشياء المحيطة به كالمجتمع فيدخل الفرد الى عالم اللانتماء ، ويفقد الحس والوعي المجتمعي من جهة أخرى (قتيطة، 2011، ص 246) .

إذن يعتبر الاغتراب عامة حالة من فقدان السيطرة على الأفعال التي يصدرها الفرد ، وحالة من الانفصال عن النفس وعن الذات وعن المجتمع وما يحمله من قيم ومعايير اجتماعية ، وهو يتضمن الاحساس بالوحدة ، والعزلة الاجتماعية ، والاحساس بالعجز ، واللامعني ، وفقدان الاحساس بالانتماء ، والوجود الفعال ، وفقدان الثقة بالنفس وبمن حوله ، وذلك بسبب الضغوط النفسية ، وهو ينشأ عن خبرات سابقة غير جيدة مر بها الفرد .



والفصل بين الاغتراب النفسي والاعتراب الاجتماعي يكون فقط على المستوى النظري ، لأن كلاهما يؤثر ويتأثر في الآخر، فالاعتراب النفسي الاجتماعي هو انهيار وحدة شخصية الفرد وضعفها ، وغياب الاحساس بالتماسك الداخلي لها ، وبالتالي الاحساس بضعف التفاعل بين ذاته والآخرين ، وفقدان الروابط الموجودة بينه وبين مجتمعه ، ويؤدي هذا إلى عدم الالتزام بالقيم والمعايير الاجتماعية.

ولقد ساهمت الأنترنت في اغتراب قيم اجتماعية أصيلة مثل الإيثار والتعاون لتحل محلها الأنانية والنفعية والتنافس، كما أصبحت القيم المادية هي المسيطرة على علاقات الأفراد مما أدى في أحيان كثيرة إلى انهيار العلاقات الاجتماعية، والتمرد على قيم المجتمع والأسرة، والشعور بعدم الانتماء والعجز عن التوافق مع النفس أو مع الآخرين، وقد يؤدي ذلك إلى انسحاب الفرد عن المجتمع وعن الأسرة (عبد الحليم، 2009، ص132).

وفي هذا السياق تؤكد العديد من الدراسات أن استخدام الأنترنت ساهم في زيادة العزلة والاعتراب والتعلم السلبي لتعويض نقص ما في الحياة العادية كدراسات (النحاس 2003 ، العمري 2008 ، الشورحي 2005 ، الغامدي 2010) ، كما أيدت دراسة عبد الفتاح(2004) أن استخدام الأنترنت يسبب العديد من المشاكل النفسية والاجتماعية بنسبة (89.2%) في مقدمتها الشعور بالاعتراب الاجتماعي(عبد الفتاح، 2011، ص 123) ، وفي ذات الصدد توصل الدندراوي (2005) في دراسته الموسومة بـ " استخدام الأنترنت وعلاقته ببعض المشكلات النفسية لدى المراهقين (الأعراض الاكتئابية، العزلة الاجتماعية، اللامبالاة) أن مشاكل العزلة والاعتراب واضحة لديهم وزاد الذكور عن الإناث (الغامدي، 2009، ص81).

كما أوضح كلا من Field & SENSALES أن الشعور بالاعتراب الاجتماعي سببه الاستخدام المفرط للإنترنت وأن هناك تباينات واضحة بين الجنسين في استخدام الأنترنت، إذ أن الإناث يستخدمونها بغرض الاتصالات الشخصية، والتواصل مع الآخرين، غير أن الذكور أكثر استخداماً لشات بهدف التسلية والترفيه (حلاوة، 2011، ص 123).

وهذا ما اتفق مع الزعلان (2003) الذي أكد أن الأنترنت يؤثر سلباً على طبيعة العلاقات الاجتماعية عامة والأسرة خاصة ، مما يجعل الفرد يعيش غريباً في بيته ومجتمعه، مستشعراً باللامبالاة والنفور والاستهزاء تجاه معايير وثقافة المجتمع الذي تربي ونمى فيه، لأنه قد أشبع رغبة ملحة ممثلة في إقامة علاقات متعددة الأشكال والألوان (الزعلان، 2003، ص82).

كما ركزت دراسة الكندري والقشعان (2001) على أبرز الجوانب والتأثيرات الاجتماعية المترتبة على استخدام الأنترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين الكويتيين، ومحاولة الكشف عن أثر استخدام هذه التكنولوجيا على العزلة الاجتماعية، وخلصت الدراسة أنه كلما طالت مدة استخدام الأنترنت ازدادت نسبة المعاناة من العزلة الاجتماعية⁽¹⁾ (العصيمي، ص98).



وقد توصل يعقوب الاسطل (2011) في دراسته حول إدمان الإنترنت في ضوء مجموعة من المتغيرات لدى المترددين على مراكز الانترنت في محافظة خان يونس إلى وجود علاقة ارتباطية طردية بين إدمان الإنترنت والاعتراب النفسي والعلاقات العاطفية والانحرافات الجنسية لدى أفراد العينة (الأسطل، ص 03).

كما وجدت باولا وقروس (pawla&Grosse ,2004) أن مستخدمي الإنترنت بإفراط يعانون الشعور بالوحدة وعدم المساندة الاجتماعية ، ويلجؤون لاستخدام الإنترنت كوسيلة لتعويض هذا الشعور، وتتسبب لدى الشباب في شعورهم بالاعتراب والعزلة الاجتماعية (رجب، 2010، ص 188) ، وأشار ميلر (1996) أن استخدام الإنترنت والتواصل في المجتمع الافتراضي يمكن أن يخلق للفرد إحساس مزلزل بأنه ينتمي إلى مجتمع ويغنيه عن مجتمعه الواقعي (عبد الفتاح، ص 44).

ورأى أورزاك أن مستخدمي الإنترنت وخاصة لوقت طويل يصبحون مغتربين ومعزولين عن أصدقائهم وأسرتهم ، ولا يباليون بأعمالهم ويغيبون عن العالم من حولهم (جاد، 2006، ص 12) ، وحول أكثر الفئات معاناة من المشاكل التي تنجم عن الاستخدام المفرط للإنترنت ، فقد اتفقت العديد من الدراسات على أن الذكور هم أكثر تأثراً بهذه التكنولوجيا لأنهم أكثر استخداماً لها من الإناث مثل دراسة أحمد فلاح عموش (2006) في المجتمع الإماراتي حيث وجد أن الذكور هم الفئة الأكثر تردداً على مقاهي الإنترنت ، وقد برزت لديهم العديد من المشكلات في العلاقات الاجتماعية كالعزلة والاعتراب (عموش، 2006، ص 199) .

كما أوضحت بعض الدراسات وجود فروق في مستوى الشعور بالاعتراب باختلاف المستوى التعليمي مثل دراسة أحمد عموش (2006) ، والتي أكدت أن الشعور بالاعتراب الاجتماعي يبلغ أوجه لدى طلبة الجامعة مستخدمي الإنترنت (عموش، ص 199) .

كما نشرت مؤسسة (IDEATIC) تقريرها الرابع من دراستها الدورية المعنونة بـ "الواب ديالنا" (Webdialna) ، والتي تضمنت نتائج الاستطلاع التي أجرتها خلال الفترة الممتدة من 01 أوت إلى 15 سبتمبر 2012 ، وقد شملت العينة 13600 مستخدم جزائري عبر 33 موقعاً جزائرياً، وقد أظهرت النتائج ارتفاع عدد مستخدمي الإنترنت بين فئة الشباب بنسبة تجاوزت % 60 ، ويحتل فيها المتعلمون الصدارة بـ % 63.4 للجامعيين ، و % 18.2 لطلبة الثانويات ، وهذا يعزز القول أن الشعور بالاعتراب الاجتماعي يكون مرتفع عند الطلاب الجامعيين مستخدمي الإنترنت ، وهذا بحكم الألفة التي تنشأ بينهم وبين الإنترنت بغرض استخدامها في دراستهم الجامعية، وإنجاز بحوثهم أو في الترفيه والتسلية في غرف الدردشة، ومواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة للإحداث التوافق الاجتماعي مع الظروف الجامعية أو تعبيراً عن انعكاسات مرحلة عمرية حساسة يعيشونها ، وأن التلاميذ في الأطوار التعليمية الأخرى ينخفض لديهم تدريجاً الشعور بالاعتراب بحكم تواجدهم المستمر مع العائلة (بن عمارة، 2012، ص 66).



وهذا ما تؤكده أيضا دراسة بن عمارة (2012) والتي حاولت معرفة مدى الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى الشباب مستخدم الإنترنت بولاية ورقلة، وتوصلت إلى أن الشباب يشعر بدرجة عالية من الشعور بالاغتراب الاجتماعي ، والتي بلغت 61 %، وأن هناك فروق جوهرية دالة باختلاف متغير الجنس لصالح الذكور والمستوى التعليمي لصالح طلبة الجامعة (بن عمارة، 2012، ص 66)، وفي المقابل توجد دراسات تؤكد عدم وجود فروق في الاغتراب باختلاف المستوى التعليمي مثل دراسة الروحي (2001) ، ودراسة حلاوة والعشماوي (2011).

خاتمة

يمكن القول أن المشكلة لا تكمن في جهاز الكمبيوتر أو شبكة الإنترنت وخدماتها المتعددة ، وإنما في طبيعة الانسان المستخدم لهذه الآلة ، فدائما وفي كل شيء يقال " إذا زاد الشيء عن حده انقلب إلى ضده " ، فمن الطبيعي أن الاستعمال المفرط للإنترنت خصوصا من قبل صغار السن من المراهقين والشباب المنبهرين بخدمات العالم الافتراضي ، والذين يتميزون بالاندفاعية وحب الفضول ، وتنقصهم أحيانا الخبرة في التعامل معه من حيث ضبط عدد ساعات استخدامه ، والمواقع التي يدخلونها ، وتحديد الهدف الأساسي من استعمال الإنترنت أصلا ، ينتج عنه الكثير من المشكلات النفسية والاجتماعية ، وعلى رأسها مشكلة الاغتراب لأن بعضهم يستغرق في التحوال فيه بدون تحديد هدف معين مما يجعلهم يضيعون الوقت على حساب العلاقات الواقعية من جهة ، وربما هذا التصفح العشوائي يجعلهم يقعون في فخ المواقع الاباحية وشبكات الاجرام عبر النت من جهة أخرى ، أو الادمان وتأثيراته على الصحة الجسمية والنفسية للمستخدمين عامة والشباب بصفة خاصة ، لذا وجب على الأسر الانتباه جيدا لهذا الخطر الذي يحيط بشبابنا ، وترشيد ومراقبة استعمال الكمبيوتر والإنترنت على حد سواء ، ولعل أحسن وسيلة لذلك هي التركيز على أهمية التواصل الواقعي مع الأبناء ، باستعمال فنيات الاتصال والاصغاء الجيد ، والاحتواء الفعال مع الأبناء خصوصا في مرحلة المراهقة والشباب، وذلك لتجنبهم اللجوء إلى العلاقات الافتراضية عبر النت .

قائمة المراجع

- 1- بومر محمد : دينامية الجماعات - الدينامية والتفاعل أنظر : www.makalcloud.com
- 2- أمينة غالب - جميلة بناني: مفهوم دينامية الجماعة/ مفهوم الجماعة/ دينامية الجماعة - www.cfjdida.over
blob.com
- 3- عبد اللطيف الفراي : دينامية الجماعة - التواصل البيداغوجي - طرق التنشيط - www.fichier.pdf.fr/2016/11/21



- 4- طلعت إبراهيم لطفي : مدخل إلى علم الاجتماع دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، ص
- 6- معن خليل عمر : البناء الاجتماعي -أساقه ونظمه، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان ، الاردن، ط3، 1999، ص:
- 5- أمينة غالب -جميلة بناني: مفهوم دينامية الجماعة/ مفهوم الجماعة/دينامية الجماعة -www.cfjdida.over-blob.com
- 6- الحسن اللحية: دينامية الجماعات، من موقع : www.docprof.com
- 7- علي محمد رحومة: علم الاجتماع الآلي ، عالم المعرفة للنشر، 2008، ص: 67.
- 8- محمد مسلم " الهوية في مواجهة الإدماج عند الجيل المغاربي الثاني بفرنسا، دار قرطبة للنشر والتوزيع، ط2009، ص: 89
- 9- أنتوني غدندر : علم الاجتماع، تر: فايز الصبياح، مركز دراسات الوحدة العربية، ط1، بيروت، 2055، ص: 90
- 10- علياء سامي عبد الفتاح: الانترنت والشباب دراسة في آليات التفاعل الاجتماعي، دار العالم العربي، ط2، القاهرة، 2011، ص: 22.
- 11- الصادق رابح، فضاءات رقمية-قراءة في المفاهيم والمقاربات والرهانات ، ص: 126، 125
- 12- حلمي خضر ساري: التواصل الاجتماعي، الأبعاد والمبادئ والمهارات، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، عمان الأردن، ص: 256.
- 13- خالد جمال عبده: الإعلام البديل على الأنترنت -فلسفة جديدة في الإعلام والاتصال، ص: 153.
- 14- حسن رضا النجار، فاضل عبد علي القريشي: الإعلام الرقمي واتجاهاته الحديثة، دار الكتاب الجامعي، ص: 155.
- 15- أولجا جوديس وآخرون: فهم الإعلام البديل، تر: أحمد صلاح، ص: 32.
- 16- علي محمد رحومة: الانترنت والمنظومة التكنو اجتماعية، ص:
- 17- حسن رضا النجار: الاعلام الرقمي واتجاهاته الحديثة ، ص: 145.



19- نوال بركات: الفضاء السيبروني والعلاقات الاجتماعية في المجتمع الافتراضي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد 12، نوفمبر 2014، ص: 283.

20- ساسي سفيان: تكوين الهوية الرقمية للشباب الجزائري - مقارنة سوسيولوجية لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي، موقع أرنتروبوس www.aranthropos.com

21- الغريب ساهر إسماعيل: دور شبكات التواصل الاجتماعي في تعزيز قيم المواطنة وتشكيل الرأي العام لدى منتسبي الجامعات

22- ليد رشاد زكي: نظرية الشبكات الاجتماعية من الايديولوجيا الى الميتودولوجيا، المركز العربي لأبحاث الفضاء الالكتروني، مارس 2012، www.accr.com

23- صلاح عبد الحميد: الإعلام والثورات العربية، أطفالنا للنشر والتوزيع، الجزائر، ص: 245.

24- ساعد هماش: الشبكات الاجتماعية وأثارها على الفرد والمجتمع من منظور قيمي شبكة الفايس بوك أنموذجا، مجلة الدراسات الإعلامية المعاصرة، العدد 2، 2012، ص: 67.

25- روبين ديمار بوك: الفيس بوك كفضاء آخر - ميشال فوكو والسوشيال ميديا، تر: عمرو خيرى موقع قراءات نقدية معاصرة: <https://qira2af.com>

26- منى محمود علي: من ثورة الاتصال الى ثورة التغيير - رؤية تكنو اجتماعية لأحداث مصر 2011 ص: 05

27- محمد محي الموسوي: تلفزيون الواقع وظاهرة الاغتراب عند الشباب الجامعي ص: 91

28- كلثوم بيبيمون، السياقات الثقافية للهوية الرقمية في ضوء تحديات المجتمع الشبكي من التداول الافتراضي الى الممارسة الواقعية، مجلة إضافات، العددان 33.34، ص: 77.