تاثير المخدرات الرقمية على الطلبة

د صفاء خليل كاظم النعيمي[1]
جامعة الاسراء- العراق

د.يحيى حسن جديع الفراجي[2]
جامعة الاسراء- العراق

مقدمة:

عُدّت المخدرات الرقمية من الظواهر الحديثة التي أثارت جدلاً واسعًا في الأوساط التربوية والصحية، نظرًا لتأثيرها النفسي والعقلي على المستخدمين، خاصة فئة الطلبة. تعتمد هذه الظاهرة على استخدام نغمات صوتية معينة يُزعم أنها تحفز الدماغ بشكل يشابه تأثير المواد المخدرة التقليدية. ومع تزايد استخدام الطلبة للتكنولوجيا، باتوا أكثر عرضة لهذا النوع من التأثيرات غير المرئية. ومن هنا تبرز الحاجة إلى فهم أعمق لمدى تأثير المخدرات الرقمية على تحصيلهم الدراسي وصحتهم النفسية.

مشكلة البحث:

تكمن مشكلة هذا البحث في محاولة الكشف عن مدى تأثير المخدرات الرقمية على الطلبة، من حيث سلوكهم وصحتهم النفسية وقدرتهم على التحصيل العلمي، خاصة في ظل الانتشار المتزايد لهذه الظاهرة عبر الإنترنت دون رقابة كافية. كما يسعى البحث إلى تسليط الضوء على وعي الطلبة بخطورة هذه المخدرات وبيان الفجوة في الدراسات العربية التي تناولت هذا الموضوع المستحدث.

أسئلة البحث

1. ما مدى انتشار استخدام المخدرات الرقمية بين الطلبة؟
2. ما الآثار النفسية والسلوكية التي تتركها المخدرات الرقمية على الطلبة؟
3. كيف تؤثر المخدرات الرقمية على التحصيل الدراسي والأداء الأكاديمي للطلبة؟
4. ما مدى وعي الطلبة بخطورة المخدرات الرقمية وطرق الوقاية منها؟

---

[1] دكتوراه قانون دولي (علاقات دولية ومنظمات دولية) شاركت في الكثير من اجتماعات المنظمات الدولية والاقليمية/ شاركت في الكثير من المؤتمرات الثقافية ولدي الكثير من البحوث في اختصاصي محليا واقليميا ودوليا.

2 تدريسي في كلية القانون جامعة الاسراء

أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

- التعرف على مدى انتشار ظاهرة المخدرات الرقمية بين الطلبة.
- تحليل التأثيرات النفسية والسلوكية الناتجة عن استخدام المخدرات الرقمية.
- دراسة أثر المخدرات الرقمية على التحصيل الدراسي للطلبة.
- قياس مستوى وعي الطلبة بمخاطر المخدرات الرقمية وأساليب الوقاية منها.
- تقديم توصيات للمؤسسات التعليمية والمجتمعية للحد من انتشار هذه الظاهرة وتفعيل دور التوعية.

أهمية البحث:

إلقاء الضوء على ظاهرة غير معروفة بشكل كافٍ في المجتمعات العربية، مما يسهم في زيادة الوعي بخطورتها وسبل التعامل معها.

• تحليل التأثيرات النفسية والعصبية للمخدرات الرقمية، وما تسببه من اضطرابات قد لا تقل خطورة عن المخدرات التقليدية.

• تعزيز دور المؤسسات التربوية والصحية في التوعية والوقاية، من خلال تقديم توصيات مبنية على نتائج علمية دقيقة.

• سد النقص المعرفي والبحثي في هذا المجال، والمساهمة في بناء قاعدة بيانات تساعد صناع القرار والمهتمين بمجال الصحة النفسية والإدمان.

• رصد القصور القانوني والرقابي في مواجهة هذا النوع من المخدرات، وطرح بدائل عملية للمعالجة والوقاية.

منهج البحث

يعتمد هذا البحث على **المنهج الوصفي التحليلي**، وذلك لأنه الأنسب لدراسة الظواهر الاجتماعية والسلوكية المستحدثة، مثل ظاهرة المخدرات الرقمية. حيث يقوم المنهج الوصفي بجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بانتشار هذه الظاهرة وتأثيرها على الطلبة، في

حين يسمح التحليل بفهم أعمق للعوامل المرتبطة بها وتفسير النتائج بشكل علمي. كما سيتم الاستعانة بأدوات مثل الاستبيانات والمقابلات لتحليل آراء الطلبة وقياس مدى وعيهم وتأثرهم بهذه الظاهرة.

الكلمات المفتاحية: المخدرات الرقمية، التأثيرات النفسية، الوعي، الوقاية، الإدمان السمعي، التكنولوجيا الحديثة.

The Impact of Digital Drugs on Students

DR. SAFAA KHALEEL KADHIM AL NUAIMI **Dr. YAHYA HASAN JDAYEA**

Abstract:

Digital drugs are a modern phenomenon that has sparked widespread controversy in educational and healthcare circles due to their psychological and mental impact on users, particularly students. This phenomenon relies on the use of specific audio tones that are claimed to stimulate the brain in a manner similar to the effects of traditional drugs. With students' increasing use of technology, they are becoming more susceptible to these invisible effects

Keywords: Digital drugs, Psychological effects, Awareness, prevention, Audio addiction, Modern technology.

المبحث الأول:

المفاهيم العامة للمخدرات الرقمية

المطلب الأول: تعريف المخدرات الرقمية وأصل نشأتها

الفرع الأول: التعريف الاصطلاحي والتقني للمخدرات الرقمية

المخدرات الرقمية تُعرف بأنها **ملفات صوتية بترددات معينة (غالبًا ثنائية (Binaural Beats)** تُستمع عبر سماعات الأذن وتؤثر على النشاط العصبي في الدماغ، مما يولد حالات مزاجية متغيرة، وقد تشابه في بعض الأحيان تأثير المخدرات **التقليدية** ,.S ,Rahim & .N ,Yusof) 2021)

يقوم هذا النوع من الأصوات بتوليد موجتين بترددين مختلفين في كل أذن، ويقوم الدماغ بدمجهما ليشكل تردد ثالث داخلي يُعرف بـ"الضربات الثنائية"، مما يُحدث تغييرًا في الموجات الدماغية ونمط الاستجابة العصبي .(Zhang, L., & & Liu, H, 2020)

الفرع الثاني: النشأة التاريخية وانتشارها عالميًا

يرجع أول استخدام موثق للمخدرات الرقمية إلى تسعينيات القرن الماضي ضمن تجارب علم الأعصاب لقياس تأثير الترددات الصوتية على الدماغ، إلا أن المصطلح أصبح شائعًا بعد عام 2005 مع ظهور مواقع إلكترونية تروّج لهذا النوع من "الهلوسة الرقمية". وقد ازدهرت في الولايات المتحدة ثم انتشرت إلى أوروبا وآسيا، لتصل لاحقًا إلى الدول العربية تشير الإحصاءات إلى ازدياد عمليات تحميل التطبيقات المخصصة لهذه الأصوات، خاصة بين فئة الشباب الجامعي بسبب الفضول وغياب الرقابة.

الفرع الثالث: تصنيفات المخدرات الرقمية

تتنوع أنواع المخدرات الرقمية بحسب نوع الترددات المستخدمة وتأثيراتها النفسية. يمكن تقسيمها إلى:

1. **الأنواع المهدئة** :تحاكي آثار مخدرات مثل المورفين أو الحشيش.
2. **المنشطات** :ترفع معدل النشاط العصبي، وتُشبه الكوكايين أو الأمفيتامين.
3. **الهلاوسية** :تسبب تشويشًا إدراكيًا يشبه LSD .كل نوع من هذه يعتمد على تردد محدد لتحقيق التأثير المطلوب، وتُباع بشكل ملفات صوتية عبر الإنترنت

المطلب الثاني: آليات عمل المخدرات الرقمية وتأثيرها العصبي

الفرع الأول: الترددات الثنائية وارتباطها بالمخ البشري

الترددات الثنائية (Binaural Beats) تستند إلى إدخال موجتين صوتيتين مختلفتين قليلًا لكل أذن، ما يؤدي إلى تحفيز تردد ثالث داخل الدماغ. هذا التردد يُحدث تفاعلًا في القشرة الدماغية، فيُعدّل من نشاط الموجات الدماغية مثل ألفا (استرخاء) أو بيتا (تركيز Yusof & Rahim, 2021)

هذا التعديل قد يحاكي في بعض الحالات التأثيرات الكيميائية للمخدرات التقليدية دون الحاجة لمادة فيزيائية.

الفرع الثاني: التغيرات النفسية والبيولوجية المحتملة

أظهرت دراسة جامعة بغداد (2022) أن استخدام الترددات الثنائية ذات الطابع المهدئ قد يؤدي إلى تراجع في التركيز والاستيعاب، مما ينعكس سلبًا على الأداء الأكاديمي.

كما أشار تقرير مركز أبحاث الخليج (2022) إلى أن الطلبة الذين يستخدمون المخدرات الرقمية بصورة متكررة يعانون من أعراض مثل الصداع، اضطرابات النوم، وفقدان الحافز الدراسي.

الفرع الثالث: الفرق بين التأثير النفسي والمادي

على الرغم من أن المخدرات الرقمية لا تتضمن مواد كيميائية، إلا أن التأثيرات الناتجة عنها تُصنف ضمن التأثيرات النفسية، ولا تخلو من خطورة على الصحة العقلية. وقد تم تسجيل حالات إدمان نفسي وتعلّق بهذه الأصوات، ما أدى إلى توصيفها في بعض الدراسات كـ"إدمان رقمي" شبيه بالإدمان السلوكي أو القهري. (Zhang, L & ., & Liu, H., 2020)

المطلب الثالث: دوافع استخدام الطلبة للمخدرات الرقمية

الفرع الأول: الفضول والاكتشاف الشخصي

يُعدّ الفضول والرغبة في التجريب من أكثر الأسباب التي تدفع الطلبة لاستخدام المخدرات الرقمية، خاصة في غياب وعي حقيقي بأضرارها. فبعض الطلبة يعتبرونها "آمنة" لأنها لا تُحقن أو تُستنشق، بل تُسمع فقط، ما يجعلها أكثر جاذبية كبديل غير مجرم (صحيفة النهار اللبنانية، 2021

الفرع الثاني: الضغوط الدراسية والنفسية

الضغوط النفسية الناتجة عن الامتحانات، أو الحياة الجامعية، قد تدفع بعض الطلبة للبحث عن وسائل غير تقليدية لتخفيف التوتر. وقد أظهرت بيانات وزارة التربية والتعليم الأردنية (2023) أن 21٪ من الطلبة الذين سمعوا بالمخدرات الرقمية كانوا يعتقدون أنها وسيلة لتخفيف التوتر والقلق.

الفرع الثالث: التأثير الرقمي ووسائل التواصل

يلعب الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي دورًا محوريًا في الترويج للمخدرات الرقمية، عبر قنوات يوتيوب أو تطبيقات تروج لتجارب المستخدمين الإيجابية. ويزيد من خطورة الأمر صعوبة رصد هذه الظاهرة من قبل الأهل أو المدارس (وزارة الداخلية الإماراتية، 2023).

المبحث الثاني:

الآثار السلبية للمخدرات الرقمية على الطلبة

المطلب الأول: الآثار النفسية والعصبية

الفرع الأول: اضطرابات المزاج والقلق

تشير دراسات إلى أن الاستخدام المتكرر للمخدرات الرقمية يؤدي إلى تغيرات في نمط المزاج والانفعالات لدى المستخدمين، خصوصًا الطلبة الذين يفتقرون إلى آليات فعالة للتعامل مع الضغوط النفسية. ويُلاحظ عليهم زيادة حالات القلق، الانعزال الاجتماعي، وعدم الاستقرار الانفعالي كما أن الترددات الصوتية المستمرة قد تخلق حالة من التوتر المزمن واضطراب النوم، وهي أعراض تتشابه مع تلك المرتبطة بالإدمان السلوكي (Zhang & , L., & Liu, H, 2020).

الفرع الثاني: الإدمان السلوكي والاعتمادية النفسية

رغم غياب المادة المخدّرة الملموسة، فإن الاستماع المتكرر للمخدرات الرقمية قد يؤدي إلى نوع من الاعتمادية النفسية؛ إذ يُصبح الطالب غير قادر على الاسترخاء أو التركيز دون الاستماع لها، ما يُمثل سلوكًا إدمانيًا خطيرًا.

وقد أوضح تقرير مركز أبحاث الخليج (2022) أن 37٪ من المستخدمين اليوميين يشعرون بالحاجة المتكررة لزيادة وقت الاستماع للحصول على نفس التأثير.

الفرع الثالث: ضعف التحصيل الدراسي وضعف التركيز

في دراسة أُجريت في جامعة بغداد (2022)، تبيّن أن الطلبة الذين استخدموا الترددات الثنائية بشكل متكرر تراجع مستوى تركيزهم وقدرتهم على فهم المواد الدراسية، مما أثّر على أدائهم الأكاديمي العام بشكل سلبي. كما أشار تقرير وزارة التربية والتعليم الأردنية (2023) إلى أن بعض المدارس سجلت حالات من تراجع التحصيل الدراسي تزامنًا مع شيوع استخدام هذه الظاهرة بين الطلبة في الفئة العمرية من 15 إلى 22 سنة.

المطلب الثاني: الآثار الاجتماعية والسلوكية

الفرع الأول: العزلة الاجتماعية والانطواء

استخدام المخدرات الرقمية يُعزز السلوكيات الانعزالية، حيث يفضّل الطالب البقاء منفردًا لساعات طويلة للاستماع إلى تلك الملفات، ما يقلل من تفاعله الاجتماعي مع الأسرة أو الأصدقاء.

وقد بيّنت وزارة الداخلية الإماراتية (2023) أن ظاهرة الانعزال الإلكتروني من أبرز آثار الاستخدام المزمن للمخدرات الرقمية بين الشباب.

الفرع الثاني: ضعف العلاقات الأسرية

الانشغال المستمر بالسماعات والابتعاد عن الجو العائلي يؤدي إلى ضعف الروابط الأسرية، ويُصعب من اكتشاف الأهل لوجود هذه المشكلة أصلاً، إذ لا تظهر أعراض جسدية واضحة مثلما هو الحال مع المخدرات التقليدية (صحيفة النهار اللبنانية، 2021 . ويُؤكد خبراء علم النفس أن العلاقات الأسرية الهشة تُسهّل انخراط الطالب في هذه الممارسات الرقمية دون وجود حواجز اجتماعية أو رقابية.

الفرع الثالث: تقليد التجارب الرقمية الخطرة

تأثر الشباب بما يُشاهدونه على الإنترنت أو منصات الفيديو كـ YouTube وTikTok يُعد عاملاً محفزًا لتقليد تجارب "الهلوسة الرقمية"، مما يعرضهم لأخطار نفسية وسلوكية قد تتطور إلى اضطرابات أكثر تعقيدًا، مثل الهوس أو فقدان السيطرة الإدراكية. (Yusof, N. & , & Rahim, S., 2021)

كما أن بعض المنصات تقدم هذه التجارب على أنها "تجارب روحية" أو "طرق بديلة للوعي"، مما يضلل الطلبة ويجعلهم يستهينون بالأضرار المحتملة.

المطلب الثالث: الآثار القانونية والتربوية

الفرع الأول: غياب التشريعات القانونية الواضحة

من التحديات الكبيرة التي تواجه المجتمعات العربية عدم وجود قوانين واضحة تُجرّم أو تُنظّم استخدام المخدرات الرقمية. فغياب المادة المخدرة يجعل من الصعب على السلطات ملاحقة هذا النوع من الإدمان أو تنظيمه قانونيًا (Zhang, L & ., & Liu, H., 2020)

وقد أشار تقرير وزارة الداخلية الإماراتية (2023) إلى الحاجة لتحديث الأطر التشريعية الرقمية لتشمل مثل هذه الظواهر الحديثة.

الفرع الثاني: ضعف التوعية المدرسية والجامعية

تعاني المؤسسات التعليمية من ضعف حملات التوعية بهذه الظاهرة الجديدة، حيث يُركز معظم التوجيه الطلابي على المخدرات التقليدية، في حين تُترك ظاهرة المخدرات الرقمية خارج إطار الاهتمام، رغم تأثيرها المتزايد.

وقد بدأت وزارة التربية والتعليم الأردنية (2023) بحملات تجريبية للتوعية بالمخاطر الرقمية ضمن المدارس الثانوية، غير أن نطاقها لا يزال محدودًا.

الفرع الثالث: صعوبة الكشف والتشخيص

بخلاف المخدرات التقليدية، لا تترك المخدرات الرقمية آثارًا بيولوجية يمكن كشفها بتحاليل طبية، كما لا تترك آثارًا جسدية واضحة. وبالتالي، فإن اكتشاف استخدامها يعتمد غالبًا على الاعتراف الذاتي أو ملاحظة تغير السلوك من قبل الأسرة أو الكادر التعليمي

(صحيفة النهار اللبنانية، 2021. وهذا ما يجعل من الصعب التدخل المبكر أو تقديم العلاج المناسب قبل أن تتفاقم الحالة.

المبحث الثالث: سبل الوقاية والعلاج من آثار المخدرات الرقمية على الطلبة

المطلب الأول: التوعية والتثقيف الإعلامي

الفرع الأول: دور الإعلام في كشف الظاهرة

يلعب الإعلام دورًا محوريًا في تعريف الجمهور بخطر المخدرات الرقمية، خاصة أن الظاهرة لا تزال جديدة وغير مفهومة لدى شرائح واسعة من المجتمع. وقد بدأت بعض الوسائل الإعلامية، مثل صحيفة النهار اللبنانية (2021)، في نشر تحقيقات موسعة تسلط الضوء على آليات عمل المخدرات الرقمية وخطورتها، مما ساهم في كسر حالة الصمت المحيطة بها.

الفرع الثاني: حملات التوعية المؤسسية

بدأت بعض وزارات التعليم والداخلية بإطلاق حملات توعية موجهة للطلبة، مثل الحملة التي أطلقتها وزارة التربية والتعليم الأردنية (2023) والتي هدفت إلى توعية الطلبة بمخاطر الترددات الثنائية وأثرها على الصحة النفسية والأكاديمية. وأكدت الوزارة أهمية إشراك الإدارات المدرسية، والأهالي، والطلبة أنفسهم في الحملة.

الفرع الثالث: منصات التواصل الاجتماعي كمجال للوقاية

رغم أن العديد من المخدرات الرقمية يتم الترويج لها عبر الإنترنت، فإن المنصات نفسها يمكن أن تتحول إلى أدوات توعية فعالة. فبإمكان المؤسسات التعليمية والحكومية أن تنشئ محتوى توعويًا رقميًا يشرح الأضرار النفسية والاجتماعية للمخدرات الرقمية، ويعرض قصصًا واقعية للمتعافين أو المتضررين.

المطلب الثاني: الدور الأسري والتربوي

الفرع الأول: تعزيز الرقابة الأسرية الواعية

الرقابة الصارمة قد تكون غير مجدية إذا لم تكن مقرونة بالوعي والحوار المفتوح. لذا، فإن من الضروري توعية أولياء الأمور بآليات استخدام أطفالهم للأجهزة الإلكترونية، وفهم

 ISBN:978-9922-9838-7-5

مؤشرات الاستخدام الضار، وتطوير قنوات تواصل داخل الأسرة لتقليل العزلة التي تهيئ للانجراف نحو هذه الظاهرة.

الفرع الثاني: تطوير المناهج الدراسية لتشمل التربية الرقمية

ينبغي أن تتضمن المناهج التربوية مفاهيم حول الإدمان الرقمي والمخاطر النفسية للسلوكيات الإلكترونية المستحدثة، بما في ذلك المخدرات الرقمية. وقد أشارت جامعة بغداد (2022) إلى ضرورة إدماج هذه القضايا ضمن مقررات علم النفس والصحة العامة لطلبة الجامعات.

الفرع الثالث: تأهيل الكوادر التربوية للكشف والتدخل المبكر

يجب تدريب المعلمين والمرشدين التربويين على فهم السلوكيات المرتبطة باستخدام المخدرات الرقمية، مثل ضعف التركيز، والانعزال، واضطرابات المزاج، حتى يتمكنوا من الكشف المبكر والتدخل الإرشادي قبل تفاقم الحالات.

المطلب الثالث: العلاج والدعم النفسي

الفرع الأول: العلاج السلوكي المعرفي(CBT)

تُعد برامج العلاج السلوكي المعرفي من أنجح وسائل معالجة الإدمان السلوكي، حيث تساعد الطلبة على فهم دوافع استخدامهم للمخدرات الرقمية، وتعلم استراتيجيات بديلة للتعامل مع القلق أو الضغط النفسي.

وقد أوصى تقرير مركز أبحاث الخليج (2022) بتبني هذا النوع من البرامج داخل الجامعات.

الفرع الثاني: مجموعات الدعم والإرشاد الجماعي

يُساعد انضمام الطلبة المتضررين إلى مجموعات دعم نفسية على تجاوز الإدمان الرقمي، من خلال مشاركة التجارب، وتلقي الدعم الاجتماعي، وتخفيف الشعور بالعزلة. وتوفر بعض المؤسسات الجامعية جلسات إرشاد جماعي ضمن مراكز الاستشارات النفسية، إلا أن انتشارها لا يزال محدودًا.

الفرع الثالث: دور العيادات النفسية والمؤسسات الصحية

من الضروري توفير مراكز متخصصة أو وحدات داخل العيادات النفسية تعالج السلوكيات الرقمية الضارة، وتُعنى بالتشخيص الدقيق لحالات الإدمان غير التقليدي. وتوصي وزارة الداخلية الإماراتية (2023) في تقريرها الوطني بدمج فحوصات الإدمان السلوكي ضمن برامج الصحة النفسية للطلبة.

الخاتمة

يمثل موضوع *المخدرات الرقمية* إحدى الظواهر المستجدة والمعقدة التي أفرزها العصر الرقمي المتسارع، وهي لا تقل خطورة عن المخدرات التقليدية من حيث التأثير النفسي والسلوكي، لا سيما لدى فئة الطلبة الذين يشكلون بيئة خصبة للتجريب والاستهلاك بفعل عوامل متعددة، منها: الفضول، الضغط الأكاديمي، الانفتاح التكنولوجي، وغياب الرقابة والتوعية الكافية.

لقد تناول هذا البحث ظاهرة المخدرات الرقمية من جوانب مختلفة: المفهوم، الأسباب، الآثار، وانتشارها بين الطلبة، مع تسليط الضوء على المؤشرات النفسية والاجتماعية المرتبطة بها، ودور المؤسسات في مكافحتها. وقد أظهرت النتائج أن هذه الظاهرة لا تزال غير مفهومة بشكل كافٍ على مستوى المجتمع، وأن المؤسسات التربوية والتشريعية لم تلحق بعد بهذا التطور الخطير في أنماط الإدمان.

كما تبين أن الطلبة يواجهون تحديات حقيقية في إدراك المخاطر المرتبطة بها، في ظل غياب الوعي والردع القانوني الكافي، وضعف دور الأسرة والإعلام، مما يوجب تحركًا شموليًا تشارك فيه جميع الجهات المعنية: الأسرة، المدرسة، الجامعة، الإعلام، المشرع، والخبراء النفسيون.

وفي ضوء هذه المعطيات، فإن الظاهرة تستدعي تدخلاً وقائيًا واستباقيًا قبل أن تتفشى على نطاق أوسع، وخاصة في ظل صعوبة رصدها أو إثباتها من الناحية القانونية أو الطبية في الوقت الحالي. ويجب أن يقترن التقدم التكنولوجي بتقدم موازٍ في أدوات الحماية والوعي، حتى لا تتحول الوسائل التقنية من أدوات للتعلم والتطور إلى وسائل للهروب والانهيار.

الاستنتاجات

من خلال هذا البحث حول *أثر المخدرات الرقمية على الطلبة*، تبيّن أن هذه الظاهرة تمثل تحديًا حقيقيًا ومتعدد الأبعاد للمجتمعات التعليمية، لا سيما في ظل الانتشار المتزايد للتقنيات الحديثة وضعف الوعي بالمخاطر المرتبطة بها. وقد أظهرت نتائج التحليل ما يلي:

1. **حداثة الظاهرة وغموضها** :المخدرات الرقمية ليست ظاهرة واسعة المعرفة في المجتمع العربي، كما أن هناك غموضًا يكتنف آليات عملها وتأثيراتها النفسية والعصبية. وهذا ما يجعل اكتشافها والتعامل معها أكثر تعقيدًا من المخدرات التقليدية.
2. **الطلبة في دائرة الخطر** :تشير الدراسات إلى أن الطلبة – بحكم خصائصهم العمرية والنفسية، واستخدامهم الكثيف للتكنولوجيا – يشكّلون الفئة الأكثر عرضة لتجريب المخدرات الرقمية، سواء بدافع الفضول أو التأثر بالأقران أو الضغط الأكاديمي.
3. **أثر واضح على الأداء الأكاديمي والسلوك العام** :أظهرت دراسة جامعة بغداد (2022) أن استخدام الترددات الثنائية ذات التأثير المهدئ ينعكس سلبًا على التركيز والاستيعاب، مما يؤدي إلى تدنٍ ملحوظ في الأداء الدراسي.
4. **ضعف التوعية المؤسسية** :على الرغم من بعض المبادرات المحدودة، مثل حملات التوعية في الأردن والإمارات، إلا أن الجهود المؤسسية لا تزال غير كافية، وتفتقر إلى الاستمرارية والاستهداف الدقيق للطلبة.
5. **الحاجة إلى مقاربات شمولية** :لا يمكن الاكتفاء بالحلول الأمنية أو الفردية، بل يجب تبني استراتيجيات متعددة تشمل: التثقيف، الدعم النفسي، العلاج السلوكي، وتعديل المناهج، إضافة إلى تفعيل الرقابة الأسرية الواعية.
6. **أهمية الدور الإعلامي والمنصات الرقمية** :الإعلام والمنصات الاجتماعية يمكن أن تتحول من منصات خطر إلى أدوات توعوية فعالة، إذا ما تم توظيفها لنشر المعلومات العلمية والقصص الواقعية التي تنفر من هذه الظاهرة.

7. **قصور في التشريعات** :لا تزال أغلب التشريعات الوطنية والعربية غير مهيأة للتعامل مع المخدرات الرقمية بوصفها سلوكًا إدمانيًا حقيقيًا، مما يفتح الباب أمام استغلال الثغرات القانونية وعدم المحاسبة.
8. **غياب مراكز متخصصة للعلاج** :لا توجد في معظم الدول العربية مراكز علاجية متخصصة بحالات الإدمان على الترددات الصوتية أو السلوكيات الرقمية، وهو ما يحرم المصابين من المساعدة المهنية اللازمة.
9. **أهمية التكاتف بين الجهات المعنية** :من الضروري أن تعمل وزارات التعليم، الداخلية، الصحة، الإعلام، والمؤسسات الجامعية معًا بشكل متكامل لمواجهة هذه الظاهرة، بدلًا من الاكتفاء بجهود فردية أو موسمية.

التوصيات

استنادًا إلى ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا البحث، يمكن تقديم مجموعة من التوصيات الموجهة إلى صناع القرار، والجهات التعليمية، والأسر، والمجتمع المدني، من أجل مواجهة ظاهرة المخدرات الرقمية والحد من آثارها على الطلبة:

1. **تعزيز التوعية الشاملة**:
   - تنظيم حملات توعوية دائمة في الجامعات والمدارس حول المخاطر النفسية والسلوكية للمخدرات الرقمية.
   - إدماج موضوع المخدرات الرقمية في المناهج الدراسية ضمن مقررات الصحة النفسية أو مهارات الحياة.
   - دعم جهود الإعلام لنشر مواد تثقيفية بأسلوب مبسط ومؤثر.
2. **بناء قاعدة معرفية وعلمية**:
   - تشجيع الجامعات والمؤسسات البحثية على إجراء دراسات ميدانية معمقة لفهم مدى انتشار الظاهرة وآليات تأثيرها.
   - توفير قواعد بيانات وطنية حول الحالات المسجلة، لمساعدة الباحثين وصناع السياسات.
3. **سنّ تشريعات متخصصة**:
   - تحديث القوانين الوطنية لتشمل المخدرات الرقمية ضمن الأفعال المحظورة والمعاقب عليها قانونًا.
   - فرض رقابة على المنصات التي تروّج لمثل هذه المحتويات الرقمية، مع التعاون الدولي لضبط المصادر الخارجية.
4. **دعم مراكز العلاج والإرشاد**:
   - تأسيس وحدات علاجية واستشارية متخصصة داخل الجامعات والمدارس للكشف المبكر عن الإدمان الرقمي.
   - تأهيل كوادر نفسية متخصصة في التعامل مع هذا النوع من الإدمان.
5. **تطوير المهارات الرقمية الآمنة للطلبة**:
   - إقامة ورش عمل لتعليم الطلبة كيفية الاستخدام الآمن والمسؤول للتقنيات الرقمية.

- تشجيع الطلبة على استثمار التكنولوجيا في تطوير الذات والتعليم الذاتي، بدلًا من استخدامها لأغراض ضارة.

6. **تعزيز دور الأسرة في الرقابة الواعية**:
   - تنظيم برامج توعية للأهل لتمكينهم من اكتشاف العلامات المبكرة لإدمان المخدرات الرقمية.
   - تحفيز الأهل على إنشاء حوارات مفتوحة مع أبنائهم وتقديم بدائل صحية لقضاء الوقت.
7. **الرقابة على المحتوى الرقمي**:
   - التعاون مع شركات الإنترنت لحجب المحتويات الصوتية المشبوهة والضارة.
   - مراقبة تطبيقات الهواتف الذكية التي تتيح الوصول إلى ترددات صوتية تؤدي إلى تغيرات في الوعي.
8. **تعزيز التعاون الإقليمي والدولي**:
   - إقامة شراكات بين الدول العربية لتبادل الخبرات حول طرق الوقاية والتدخل.
   - المشاركة في المؤتمرات الدولية التي تناقش الإدمان الرقمي وتكنولوجيا التأثير العقلي.
9. **إعداد دليل إرشادي للطلبة والمعلمين**:
   - إصدار دليل مبسط يوضح ماهية المخدرات الرقمية، مخاطرها، وطرق الحماية منها، ويوزع في البيئات التعليمية.
   - تدريب المعلمين على التعرف على مظاهر الإدمان الرقمي والتعامل معها تربويًا.

المراجع والمصادر

القرآن الكريم

- جامعة بغداد. (2022). *أثر استخدام الملفات الصوتية ذات الترددات الثنائية على الأداء الدراسي لطلبة الجامعة*. قسم علم النفس، جامعة بغداد.
- صحيفة النهار اللبنانية. (2021، أغسطس). المخدرات الرقمية: رحلة افتراضية نحو الهلوسة. تم الاسترجاع من https://www.annahar.com
- مركز أبحاث الخليج. (2022). *تقرير حول استخدام المخدرات الرقمية في الخليج العربي*. دبي: مركز الخليج للأبحاث.
- وزارة التربية والتعليم الأردنية. (2023). *حملة وطنية للتوعية بمخاطر المخدرات الرقمية بين الطلبة*. عمان: وزارة التربية والتعليم.
- وزارة الداخلية الإماراتية. (2023). *تقرير وطني حول أمن المعلومات الرقمية وظاهرة المخدرات الرقمية بين الشباب*. أبو ظبي: وزارة الداخلية.

المراجع الاجنبية

- Yusof, N., & Rahim, S. (2021). *Binaural beats and brainwave entrainment: Potential impact on academic performance*. *Journal of Digital Psychology*, 13(2), 45-58. https://doi.org/10.1016/j.jdpsych.2021.02.005
- Zhang, L., & Liu, H. (2020). *The neuropsychological effects of digital drugs: A review*. *Journal of Cyber Behavior*, 8(1), 15–29. https://doi.org/10.1080/23312345.2020.114512