مشاركتي في الحلقة النقاشية، "المخدرات الرقمية وأثرها على الفرد والمجتمع"

بالورقة البحثية الموسومة ب:

م/ تأثير المخدرات الرقمية على الشباب، وسبل معالجتها والتصدي لها

د. ميسون صباح داود

الحمد لله رب العالمين .. والصلاة والسلام على سيد الخلق، وحبيب الحق سيدنا محمد وعلى آله وصحبه ومن اهتدى بهديه الى يوم الدين

وبعد..

تتطور التكنولوجيا كل يوم بشكل مرعب، فما كان في البال من أمنيات خيالية أمس بات واقعاً اليوم بين الأيدي، وبالتأكيد تحمل تلك التكنولوجيا في إحدى يديها الجانب السلبي بل والكارثي لها، وآخرها المخدرات الرقمية.

يشدد الآباء والأمهات على أبنائهم خوفاً عليهم من تعاطيهم أي من المواد المخدرة أو حتى السجائر العادية، ويراقبونهم ويفتشون في أغراضهم، ويفرضون عليها سيطرة كاملة، ولكن لا يتخيلون أن المخدرات يمكن أن تأتي لأطفالهم عبر هواتفهم، ولا يحتاجون سوى إضاءة خافتة، وعصابة عينين، وسماعات للأذنين، لتسري تلك المخدرات إلى دماغهم.. وهذا النوع من المخدرات يدعى" المخدرات الرقمية"، وقبل التحذير من هذه المخدرات والكشف عن مضارها لا بد من معرفة ماهيتها وأثرها السيء على الدماغ، وخطورة انتشارها بين الأطفال والشباب دون علم الآباء والأمهات.

ماهية المخدرات الرقمية

المخدرات الرقمية هي نوع مختلف من المخدرات الحديثة، والتي يعرفها الكثير من الشباب والمراهقين من مدمني التكنولوجيا ووسائل التواصل الاجتماعي، وتتمثل في الحصول على قطعة موسيقية أو أغنية ذات ذبذبات وترددات معينة، من شأنها التأثير على مناطق معينة بالمخ، وتسبب الشعور بالنشوة والسعادة المؤقتة.

وهذه المقطوعات تؤثر على نشاطات بعينها في المخ، فتبث ذبذبات وإشارات كهربائية بالدماغ، وتعطي نفس النشاط الذي تعطيه جرعة المخدر، ويختار المتعاطي التأثير الذي يرغب فيه كوكايين أو الهيروين أو غيرها من المواد المخدرة.

تأثيرها على المخ:

يتم استخدام المخدرات الرقمية كملفات صوتية، وأحياناً تكون مصحوبة بفيديو أو مواد بصرية تتحرك بشكل معلوم ومدروس، وتتم من خلالها بث ترددين مختلفين من الملفات في كل أذن، ويعمل المخ على توحيد هذه الترددات للوصول إلى المستوى المطلوب، وتسبب نوع من اختلال الكهرباء في الدماغ للوصول إلى نفس تأثير المخدرات.

بعض المواقع تقوم بتسويق تلك الملفات على أنها آمنة تماماً، وشرعية، ويسهل الأمر عدم وجود قوانين رادعة تمتع تداولها، والمخيف في هذا النوع من المخدرات هو سهولة وصول هذه الملفات للمراهقين عبر الهواتف بدون وعي من الأهل.

المخدرات الرقمية هل أساسها كان علاجا؟

الذبذبات الناتجة عن الأصوات تستخدم في علاج بعض الأمراض العصبية والنفسية في القرن التاسع عشر، وتحديداً في عام ١٨٣٩ حينما حاول الفيزيائي Heinrich Wilhelm Dove تعريض بعض مرضى الصرع والاكتئاب الخفيف والذين لا يستجيبون إلى العلاج الدوائي إلى تلك الذبذبات.

وتعتمد فكرة العلاج بالذبذبات أنه إذا تم تسليط ترددين مختلفين على كل أذن، فإن ذلك يُنشط أجزاء معينة بالمخ لتوحيد التردد، ويُطلق على تلك الحالة binaural beats، ويستخدمها الأطباء لتخفيف الأعراض لدى الأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب أو القلق، والذين لا يجدي معهم العلاج.

وفي البداية كان يتم تعريض المخ إلى ذبذبات مغناطيسية مختلفة حتى يتم تحفيز المخ على إفراز هرمون الدوبامين، وبالتالي تسريع عملية العلاج، وتحسين الوظائف الحيوية للمريض مثل النوم، وزيادة الشعور بالراحة، لكن سرعان ما توقفت تلك التجارب بسبب ارتفاع تكلفتها، كما أن تأثيرها كان محدود للغاية.

علامات إدمان المخدرات الرقمية

ربما تكون هناك صعوبة في كشف إدمان المخدرات الرقمية، لذلك يجب الانتباه جيداً إلى حدوث تغيرات في شخصية الابن أو الابنة في المنزل، وهناك بعض العلامات التي يمكن ملاحظتها على المراهقين مثل التركيز لساعات طويلة مع الأجهزة الإلكترونية، والاستماع إلى الموسيقى طوال الوقت، وضعف تركيز

المراهق وقلة انتباهه، والشرود الذهني، فقدان الرغبة في الأنشطة التي كانت محبوبة من قبل.

وفي المراحل المتأخرة قد يلاحظ الوالدين ظهور اسمرار الجلد تحت العينين بسبب الأرق والسهر لفترات طويلة، والرجفة وهزال الجسم وعدم الرغبة في تناول الطعام، والعصبية الشديدة بدون مبرر، كما قد يظهر في كثير من الأحيان إصابة الطفل بالتشنجات والنوبات العصبية.

انتشار المخدرات الرقمية في الشرق الأوسط

انتشرت المخدرات الرقمية بين الشباب والمراهقين في الشرق الأوسط، لكنها لم تصل إلى درجة اعتبارها ظاهرة، ولا يزال عدد المدمنين على المخدرات الرقمية منخفض، وهو ما حاولت قناة العربية إلقاء الضوء عليه من خلال عرض تجربة إصابة حالتين لمراهقين في لبنان يقومان بالانعزال لساعات طويلة في غرفتهما ولا يفعلان شيئاً سوى الاستماع إلى الموسيقى، ولكن هذا لا يقلل من خطورة هذه المخدرات على العكس ، هنالك الأسر الكثيرة التي تهمل جانب المراقبة والمتابعة مع الأبناء وتستهين بمتابعة أبنائهم لأنواع المقاطع الموسيقية باعتبارها فن وهواية دون استشعار خطورة اهمالهم هذا الذي قد يؤدي بأبنائهم الى المهالك.

علاج إدمان المخدرات الرقمية

إدمان المخدرات الرقمية، يعد نوعاً جديداً ومستحدثاً، لذلك لم يتوصل الأطباء لمدى التأثير النهائي لتلك المخدرات على الإنسان، لذلك يتم إخضاع المريض إلى فحص طبي مكون من أطباء مخ وأعصاب وأخصائيين في المجال النفسي، وذلك لتحديد مدى الإصابة ووضع الخطة العلاجية المناسبة والتي غالباً ما تتضمن جلسات علاج سلوكي وتغير بعض العادات السلوكية.

ويتضمن العلاج الجانب الدوائي، والذي يشمل أدوية تعالج الأضرار التي تحدث بالمخ جراء تعرضه لتلك الذبذبات والترددات لفترات طويلة، وأدوية مضادة الاكتئاب بسبب ما يعانيه المريض من القلق الدائم والذهن الشارد، والانعزال.

ويوصي الأطباء لهذا النوع من الإدمان، بتلقي جلسات الإرشاد الجماعية، والتي تتضمن وجود مجموعة من الأشخاص الذين يعانون من مشكلة الإدمان، ويتحدثون عن كل ما يدور حولهم، وعن تجاربهم، وشعورهم بالإحباط، وكيفية تجاوز أزماتهم.

كيفية التصدي لهذا النوع من المخدرات:

١- نشر الوعي الثقافي في مؤسسات الدولة، وتفعيل دور الأمن المجتمعي وشن حملات إعلاميه للتعريف بهذا النوع من المخدرات وكيفية وصوله الى الابناء وتعاطيه، وعقد حلقات علمية بتنسيق ما بين الاعلام والصحة لتدارك انتشار المخدرات الرقمية والوقاية منها.

٢- الانتباه الى السن القانوني لاقتناء الأجهزة الذكية من خلال فرض قانون يمنع الأطفال تحت ال(٥ سنوات) على الأقل باقتناء هذه الأجهزة لتحجيم خطورة هذه المشكلة قبل فوات الأوان.

٣- فرض الرقابة الأمنية على المواقع التي تنشر هذه المنتجات وحظرها ومحاسبتها ومقاضاتها دوليا تحت بند نشر الجرائم كونها تسعى الى افساد أهم فئات المجتمع والاضرار بأمن المجتمعات وسلامة أبنائها.

٤- واجبنا كأفراد أن ننبه على خطورة هذه المخدرات بدءا بالبيت والأسرة وانتهاء بمواقع التواصل الاجتماعي، من خلال نشر الوعي في هذه القضية بكتابة مقال أو نشره على شبكات الاعلام لتنبيه الناس الى هذا النوع من المخدرات وفضح المواقع التي تنشر وتروج لها.

علاوة على ذلك عقد مؤتمرات علمية متخصصة في مجال الصحة النفسية والأمن المجتمعي للتصدي لمخاطر التكنلوجيا المدمرة ، والحد من هذه الظواهر التي تسعى جاهدة لتفكيك الأسرة والمجتمع للنهوض بأوطاننا وشبابنا نحو العلا..

ختاما.. اسأل الله أن يحمي أطفالنا وشبابنا من ضرر التكنلوجيا وآثارها السلبية ووفق الله بلادنا وبلاد المسلمين للأمن والسلام.

"سبحانك اللهم وبحمدك أشهد أن لا اله الا أنت استغفرك وأتوب اليك".