



ومن اللعب ما قتل

وفاة صيني في مقهى للإنترنت بعد ثلاثة أيام متتالية من الألعاب الإلكترونية

وفي غضون شهر أنفق الصيني الذي توفي أكثر من عشرة آلاف يوان (1120 يورو) على الألعاب المتوافرة على الإنترنت. ولم يغادر عملياً كرسبه على مدى ثلاثة أيام وثلاث ليالي قبل أن يموت على ما أوضحت الصحف. وفي الصين أكثر من 450 مليون مستخدم للإنترنت لتحتل بذلك المرتبة الأولى عالمياً. وأعلنت الحكومة العام الماضي سلسلة من الأنظمة هي الأولى من نوعها في هذا البلد للإشراف على قطاع الألعاب على الإنترنت ومنع الوصول إلى محتويات إباحية أو عنيفة.

بكين /متابعات، توفي رجل في الصين بعدما أمضى ثلاثة أيام متتالية يلعب أمام شاشة كمبيوتر في مقهى إنترنت في بكين دون نوم ومكتفياً بطعام قليل. وقد دخل الرجل الثلاثيني في غيبوبة خلال الأسبوع الحالي عندما كان في المقهى وتعذر إبعاشه في العيادة الطبية التي نقل إليها على ما ذكرت صحيفة (بيجين تايمز). وهذه المسألة تعكس ظاهرة إدمان الألعاب الإلكترونية التي يعاني منها 33 مليون مراهق صيني على ما أفاد باحثون أوردت أراءهم الصحف.



إعداد / دنيا هاني

الإنترنت والألعاب الإلكترونية .. بين الترفيه والإدمان



الأقل التحذير من مضار الإدمان عليها. أما الآخرون فيرون أن الإنترنت بذاته يحث على الإدمان، فكبسة واحدة يمكن للإنسان أن يبلغ أي نوع من المعلومات التي يريدها، وهذا يذكرنا بعيله الطبيعي إلى الاستكشاف. منذ العام 2002، كان هناك نحو 4 حالات وفاة لأشخاص بعدما أمضوا أكثر من 86 ساعة في مقاهي الإنترنت يلعبون من دون أكل أو نوم. كما بدأت محطة (أم تي في) أغسطس الماضي تصوير فيلم وثائقي عن إدمان ألعاب الكمبيوتر. وبحسب مخرج هذا الفيلم، فالأولاد فيه لا يدركون أن اللعبة أصبحت جزءاً رئيسياً من حياتهم ولا يسعهم التوقف أو تصور حياتهم غير ذلك. حتى (فيسبوك) ففيه يجد الصغار والكبار على السواء تسلية بالساعات في الدردشة الإلكترونية (تشات) والألعاب (فارمفيل ومافيا وور والشوبينغ، الخ) فضلاً عن قضائهم ليالي بكاملها في تحميل صورهم والتعليق عليها متناسين واجباتهم المدرسية والعملية وأوقات الطعام وضرورة التواصل الاجتماعي الحقيقي لا الخيالي.

من أيام معدودة. وفي السنوات السابقة، لم تكن المشكلة بهذا الحجم. وقد يكون الأهل دور في ذلك. ففي نظر سمولود، كثيراً ما لا يكتفون هؤلاء إن كان الولد جالساً في غرفته على شاشة الكمبيوتر، ظناً منه أنه بعيد عن مشكلات الإدمان والكحول. وقبل مدة، توفيت طفلة في كوريا الجنوبية بسبب إهمال والديها الذين نسوا إطفاءها وأمضوا أكثر من 12 ساعة في اليوم أمام لعبة إلكترونية في أحد مقاهي الإنترنت. ولكن لم يثبت بعد أن هناك ما يسمى بإدمان الإنترنت. ففي النسخة الخامسة لدليل جمعية الصحة النفسية الأميركية، أضيفت فئة جديدة إلى الكتاب، وهي الإدمان، إلا أن الإنترنت ليس من ضمنها، بل هو وارد في ملحق للكتاب يشير إلى أن موضوع إدمان الإنترنت هو قيد الدراسة حالياً. من جهة أخرى، يرى البعض أن الشركات المسؤولة عن تطوير برامج الكمبيوتر مسؤولة جزئياً عن المشكلة. فليها أن تستخدم اختصاصياً في علم النفس ومستشارين قبل إطلاق أي برنامج أو لعبة، أو على

أصبحت الألعاب الإلكترونية في كل مكان وزمان خاصة بعد ما شهد العالم تطوراً ملحوظاً في مجال

الانترنت والتطور الهائل في التكنولوجيا التي جعلت التصوير الجرافيك أكثر واقعية في إطار ما يسمى بالألعاب الإلكترونية.

فقد يشكل الانترنت والألعاب الإلكترونية وإدمانها خطراً على الصحة وعلى حياة الكثيرين ممن يمارسونها

يوماً ولساعات كثيرة أطفالاً أكانوا أم كباراً.. لذلك وجب علينا معرفة أخطار استخدام الانترنت والألعاب الإلكترونية بشكل مفرط وأثارها الجانبية من أجل تحقيق وعي للتخفيف منها.

إعداد / دنيا هاني

أحداثاً ومشاهد بعينها من تلك الألعاب المرعبة، كما يتذكرون أحداثاً حياتية سلبية ومؤلمة، يربكهم هذا ويوترهم ويتركهم نهبا لتوتر وكرب ما بعد الصدمة، ولنا هنا أن نورد حالات عقلية بعينها تعود في مجملها إلى تسلسل وتتابع ومشاهد وأحداث حدثت في الطفولة الأولى وما تلاها، وهو ما يقوم به المحللون النفسيون من (استدعاء حرا، تحليل، مواجهة وتفسير.

وتتبع مشاهد العنف المصورة إلكترونياً في تلك الألعاب على سطح العقل الباطن، أو تقع في صخب في تلك المنطقة الواقعة بين الشعور، والشعور، واللاشعور، وتمكن بذرة لما هو أت، يحدث هذا أكثر في حالات الأطفال المبهتين أكثر لاستقبال تلك (الاندفاعات) من بيئتهم المحيطة.

وتشير الأبحاث العلمية إلى أن حركة العينين تكون سريعة جداً أثناء ممارسة الألعاب الإلكترونية ما يزيد من فرص إجهادها، كما أن مجالات الأشعة الكهرومغناطيسية والمنبعثة من الشاشات تؤدي إلى حدوث إضرار العين وجفافها وكذلك الزغلة، وكلها أعراض تعطي الإحساس بالصاع والاشعور بالإجهاد البدني وأحياناً بالقلق والاكتئاب. وقد أثبتت دراسة طبية نشرت مؤخراً في ألمانيا أن الأطفال الذين يقضون ساعات طويلة أمام الألعاب الإلكترونية يصابون بقصر النظر أكثر من غيرهم. وحذر فريق طبي ياباني من أن الجلوس لساعات طويلة في اليوم أمام شاشات الألعاب الإلكترونية قد يكون له علاقة بمرض خطير يصيب العين (الجلوكوما أو الماء الأزرق) وهذا قد يؤدي إلى العمى التام.

كما توصلت نتائج الأبحاث الطبية إلى ظهور مجموعة جديدة من الإصابات الخاصة بالجهاز العصبي والعظلي على مدى الخمس عشرة سنة الماضية مع كثرة انتشار الألعاب الإلكترونية، وذلك نتيجة للحركة السريعة والمتكررة، كما توصلت إلى أن الجلوس لساعات طويلة أمام هذه الألعاب يسبب الإما مبرحة في أسفل الظهر، وتتعاظم مشاكل الجهاز العصبي والعظلي عند الأطفال بشكل كبير لأنهم يرون بفترات نمو تحتاج إلى تمارين رياضية وفترات راحة.

وعن إدمان الانترنت في عام 2006، قدر تقرير من جامعة (ستانفورد) الطبية في الولايات المتحدة أن نحو 14 ٪ من 180 مليون أمريكي الذين يستعملون الإنترنت، يجدون صعوبة في التوقف عن ذلك لأكثر

يلجأ المراهقون المنعزلون أكثر من غيرهم إلى الألعاب الإلكترونية الجماعية على الإنترنت، فيعتبرونها وسيلة أسهل للتعرف إلى أصدقاء، وبالرغم من أن عالم الطب ما زال منقسماً حول موضوع الإدمان على الإنترنت، يعرض برنامج (اونلاين غايمرز أونونيموس) 12 خطوة من أجل مساعدة مدمني ألعاب الإنترنت على الإقلاع عن ذلك.

وفي نظر دايفد سمولود، المدير المسؤول عن البرنامج أن الشبان المراهقين هم الأكثر عرضة للتعلق بهذه الألعاب. وكلما تقدموا في اللعبة وشعروا أنهم أفضل، أرادوا اللعب أكثر بعد وتحسين مهاراتهم. ولو توقفت الأمور عند هذا الحد، لما كان الأمر سيطرخ أي مشكلة. إلا أن هؤلاء كثيراً ما يعزلون عن الآخرين وتتأثر قدراتهم المدرسية بذلك كما أنهم يتعرضون إلى سوء تغذية ولا يجدون الوقت للأكل.

فالتعرض لـ (الفيديو جيم) فترات طويلة، واللعب المفرط له تأثيرات سلبية أهمها: السلوك الإدماني الوسواسي، نزع (الإنسانية) عن اللاعب، نزع حواسيته ومشاعره، تغيرات في شخصيته، حركة زائدة، اضطرابات في التعلم، تقدم ذهني عن التقدم العمري (شكل عشوائي غير مفضل وغير مفيد)، اغتيال لبراءة الأطفال، اضطرابات نفسية حركية، مشكلات تتعلق بالصحة العامة نتيجة قلة الأداء الحركي المرين، التهابات مفصلياً، حال من التوتر الاجتماعي ومعادة الآخرين، فقدان القدرة على التفكير الحر وانحسار العزيمة والإرادة، مع الأسف لا يوجد شكل منهجي تقييمي لآثار (الفيديو جيم) على الأطفال والمراهقين، فالألعاب الإلكترونية تؤثر في كل مراحل التطور والنمو لدى الطفل، فهي تقدم حالة عضوية خاصة بدءاً من جلسة الكمبيوتر أو ال(Play Station) منقصة اللعب أو غيرهما، إلى كل الطقوس المصاحبة لها، كما أنها تقدم بيئة (مجردة) ومحددة سلفاً تعتمد على الأثر الذي تحدثه اللعبة، ففي سن 7 إلى 14 سنة، يحتاج الطفل إلى المشاعر الحقيقية، ومعان اجتماعية، أخلاقية، على العكس نجد مدفوعاً إلى دائرة أحاسيس العنف والتنافس الاجتماعي، وفي حال المراهقين، نجد انحسار التفكير الموضوعي، وانتهاء النشاط الذهني الواعي نتيجة الغفوص عميقاً في عالم تلك الألعاب الإلكترونية لأنه إذا حكم المراهق عليه، فسيفكون بطيئاً في اللعبة ما قد يؤدي إلى خسارته.

والخطر هنا أن الطفل أو المراهق أو الشاب وحتى الرجال يتذكرون

في تقرير إحصائي للمؤسسة العامة للاتصالات

ارتفاع عدد الخطوط الهاتفية العاملة بنحو (49) ألف خط عن العام الماضي



خطاً هاتفياً في العام الذي سبقه. وأفاد تقرير إحصائي صادر عن المؤسسة العامة للاتصالات السلكية واللاسلكية أن الساعات الهاتفية المجهزة في عموم محافظات الجمهورية وصلت حتى نهاية العام الماضي إلى 227 ألفاً مليون و 353 ألفاً و 847 خطاً هاتفياً، بزيادة 17 ألفاً و 23 خطاً هاتفياً عن المقابل من العام الماضي 2009م.

واضح التقرير ارتفاع عدد المحطات الريفية والمقويات خلال العام الماضي إلى (319.1) محطة بزيادة 20 محطة عن العام الذي سبقه، في حين وصلت الساعات الهاتفية المجهزة في الخطوط الهاتفية الريفية خلال الفترة نفسها إلى 227 ألفاً و 717 خطاً هاتفياً بزيادة 16 ألفاً و 666 خطاً هاتفياً عن العام الماضي، ووصل عدد الخطوط الهاتفية الريفية العاملة خلال الفترة نفسها إلى 185 ألفاً و 263 خطاً هاتفياً، بزيادة 11 ألفاً و 87 خطاً هاتفياً عن العام 2009م.

وأشار التقرير إلى أن عدد مراكز الاتصالات في مختلف محافظات الجمهورية قد بلغ خلال العام الماضي 2010م إلى 15 ألفاً و 992 مركز اتصال، بزيادة 647 مركز اتصال عن العام الذي سبقه.

وبين التقرير أنه بحسب مصفوفة السياسات والأهداف العامة لخطة الأداء الحكومي السنوي لوزارة الاتصالات سيتم توسيع وتطوير خدمات الاتصالات من خلال توسعة وتحديث الشبكة الثابتة وتوفير متطلبات الانتقال إلى شبكات الجيل الثاني (جي إن جي).

كما تتضمن تطوير الاتصالات الريفية من خلال تركيب وتوسعة وإحلال عدد من مواقع النظام السلكي الثابت بتقنية (IP/WLL)، وكذا تركيب عدد (32) كيبنة ألياف بصرية جديد بـ (168.9) وتوسعة عدد (13) كيبنة ألياف بصرية بـ (864.1) خطاً وإحلال عدد (14) كيبنة ألياف بصرية بـ (824.2) خطاً.

صناعات /متابعات،

ارتفع عدد الخطوط الهاتفية الثابتة العاملة في عموم محافظات الجمهورية خلال العام الماضي 2010م لتصل إلى مليون و 466 ألفاً و 208 خطوط هاتفية مقارنة بـ 996 ألفاً و 981

دراسة أمريكية: الألعاب الإلكترونية الرياضية تبعد الاكتئاب عن المسنين

وشملت الدراسة مجموعة من الأشخاص تراوحت أعمارهم ما بين 63 - 94 عاماً حيث طلب إليهم ممارسة ألعاب (إلكترونية رياضية) وهي ألعاب التي تتطلب القيام بنشاط حركي، قد تسهم في ممارسة أعراض الاكتئاب البسيط عند المسنين.

وبمعدل ثلاث مرات أسبوعياً. ومن جامعة كاليفورنيا - سان دييغو الأمريكية إلى أن المسنين الذين يمارسون الألعاب الإلكترونية الرياضية بانتظام والتي تتطلب القيام بنشاط حركي رياضي خلال اللعب تخف أعراض الاكتئاب البسيط (SSD) عندهم. وتنتشر أعراض الاكتئاب البسيط المعروفة اختصاراً باسم (SSD) بين كبار السن بشكل أكبر مقارنة مع الاكتئاب الشديد، إلا أنه لا يمكن تشخيص هؤلاء الأفراد ضمن حالات الاكتئاب بسبب عدم تحقق شروط التشخيص عندهم، ومع ذلك يترافق هذا الأمر ومعاناة الفرد من عجز وظيفي، كما قد يتسبب باستخدامه خدمات رعاية صحية مكلفة، بحسب مختصين.

وقال البروفيسور داليب جستي وهو قائد فريق الدراسة واختصاصي في مجال علم الأعصاب والطب النفسي من جامعة كاليفورنيا - سان دييغو: يتنبأ الاكتئاب بعدم المواظبة على ممارسة النشاط البدني، التي تشكل عائقاً رئيساً أمام معظم برامج ممارسة التمارين الرياضية.

سوريا في المرتبة (151) عالمياً في سرعة تحميل الإنترنت



سوريا /متابعات، كشفت دراسة تقنية شملت 185 دولة لتحديد سرعة التحميل والتنزيل على شبكة الإنترنت أن وضع سوريا سين جداً في هذا المجال، إذ حلت في المرتبة 151 بين الدول التي شملتها الدراسة بسرعة تحميل بلغت (0.43 Mb/s) في حين حلت كوريا الجنوبية في المرتبة الأولى بسرعة بلغت (39.26 Mb/s) وجمهورية لاتفيا في المرتبة الثانية بسرعة بلغت (25.87 Mb/s) تليها ليتوانيا بسرعة بلغت (25.69 Mb/s).

وأفغانستان حلت في المرتبة 167 بسرعة بلغت (0.95 Mb/s) وحل السودان في المرتبة 173 بسرعة بلغت (0.85 Mb/s) وحل العراق في المرتبة 179 بسرعة تنزيل بلغت (0.75 Mb/s).

أما بالنسبة إلى السرعة في التحميل فحل لبنان في المرتبة ما قبل الأخيرة بسرعة بلغت (0.10 Mb/s) تليه جمهورية فانواتو التي حلت في المرتبة الأخيرة بسرعة بلغت (0.09 Mb/s).

وحلت اندونيسيا في المرتبة 120 بسرعة بلغت (0.63 Mb/s) وحلت باكستان في المرتبة 135 بسرعة بلغت (0.53 Mb/s) في حين حلت الفلبين في المرتبة 137 بسرعة بلغت (0.53 Mb/s).

بينما حلت أتيوبيا في المرتبة 160 بسرعة بلغت (0.34 Mb/s) وحلت سريلانكا في المرتبة 167 بسرعة (0.30 Mb/s) في حين حل العراق في المرتبة 168 بسرعة تحميل بلغت (0.28 Mb/s) وحلت السنغال في المرتبة 169 بسرعة تحميل بلغت (0.27 Mb/s) بينما حل السودان في المرتبة 174 بسرعة تحميل بلغت (0.22 Mb/s).

ويشار إلى أن سوريا شهدت خلال الأعوام القليلة الماضية تطوراً ملحوظاً في مجال الانترنت مقارنة بالأعوام السابقة، إلا أن هذا التطور يبقى دون المستوى المطلوب، في الوقت الذي تقول فيه المؤسسة العامة للاتصالات إنها ستوسع نشاطها بزيادة بوابات ال(ADSL) تدريجياً.

حقائق ومعلومات تقنية



- في عام 1941م اخترع أول حاسب رقمي ديجيتل للإغراض العامة وسمي Z-3 وتمت البرمجة باستخدام الأرقام المثقبة.
- المرسل ويسمى أيضاً الميكروفون، يعمل على تحويل موجات صوت الشخص إلى تيار كهربائي، ويرسل هذا التيار إلى الشبكة الهاتفية. ويركب المرسل في السماعه، وراء قطعة الفم.
- في عام 1933م اخترع (Ecker) أول برنامج إلكتروني وكان هذا البرنامج أساس الأبحاث العلمية في الحاسبات التي قامت بها جامعة كولومبيا في الولايات المتحدة.
- الفرق بين البلوتوث و الاتصال اللاسلكي (عن طريق الأشعة تحت الحمراء) أن الأشعة تحت الحمراء تقدم الاتصال في اتجاه محدد (خط مستقيم) بينما البلوتوث في جميع الاتجاهات.
- ظهر الكمبيوتر الدقيق عام 1963م بأنظمة شركة (IBM) طرازات 360 و 260 واستخدم منها الدوائر المتكاملة بدلا من الترانزستور.
- إذا كنت لا تفضل طريقة تسجيل الدخول (Login) الجديدة في نظام XP (Windows) وتريد العودة إلى الطريقة القديمة التي كانت مستخدمة في أنظمة NT (Windows) و 2000 Windows فيمكنك أداء ذلك كالتالي: عند ظهور شاشة تسجيل الدخول اضغط مفاتيح (Ctrl) و (Alt) مع الضغط على مفتاح (Del) مرتين.
- في عام 1956م ظهر أول نظام لتخزين المعلومات والوصول إليها بطريقة عشوائية وسمي هذا النظام (RAMac) وأصبح من الممكن تخزين 5 ملايين حرف في الثانية الواحدة.