

## صحيفة بريطانية: الهواتف الذكية خلقت "أزمة صحة عقلية" غير مسبوقه بالعالم



رأت صحيفة "الغارديان" البريطانية أن "الهواتف الذكية خلقت أزمة صحة عقلية غير مسبوقه على مستوى العالم".

وبينت الصحيفة أن "جيل الـ"Z"، المولود بعد عام 1995، كان أول جيل في التاريخ يمُرُّ أفراده بمرحلة البلوغ وفي جيوبهم بوابة إلى عالم بديل؛ ما أحدث أثراً مُدمراً وخلق أزمة صحة عقلية غير مسبوقه".

وأشارت إلى أن "الهواتف الذكية والألواح الرقمية، التي صممتها شركات التكنولوجيا مطلع الألفية الحالية، غيرت العالم والحياة ليس فقط للبالغين في جميع أنحاء العالم، ولكن للأطفال أيضاً".

وأوضحت أن "الشركات التي طورت التكنولوجيا الجديدة لم تقم إلا بالقليل من الأبحاث حول تأثيراتها على الصحة العقلية، أو لم تقم بأي أبحاث على الإطلاق".

ولفتت الصحيفة إلى أنه "عندما واجهت الشركات أدلة متزايدة على أن منتجاتها تُلحق الضرر بالشباب،

انخرطت في الغالب في حملات الإنكار والتعتيم والعلاقات العامة".

وأكدت أن "الشركات التي تسعى جاهدة لتحقيق أقصى قدر من "المشاركة"، عن طريق استخدام الحيل النفسية لإبقاء الشباب مستمتعين، هي أسوأ المخالفين".

وبينت أن "الشركات قامت بربط الأطفال خلال مراحل النمو الضعيفة، بينما كانت أدمغتهم تتجدد بسرعة استجابة للتحفيز الوارد".

وشمل ذلك شركات وسائل التواصل الاجتماعي، التي ألحقت أكبر قدر من الضرر بالفتيات، وشركات ألعاب الفيديو والمواقع الإباحية، التي أغرقت علاقاتها بشكل أعمق مع الأولاد، وفق الغارديان.

وأردفت أنه: "من خلال تصميم عدد كبير من المحتوى الإدماني، الذي يدخل من خلال عيون الأطفال وآذانهم، ومن خلال إزاحة اللعب الجسدي والتواصل الاجتماعي الشخصي، تمكنت الشركات من إعادة ربط الطفولة وتغيير التنمية البشرية على نطاق لا يمكن تصوره تقريبًا".

وأضافت أنه: "لم تكن هناك علامات تذكر على وجود أزمة مرض عقلي وشيكة بين المراهقين في العقد الأول من القرن الحادي والعشرين، قبل أن تتغير الأمور فجأة في أوائل عام 2010".

واستطردت قائلة: "في خمس سنوات فقط بين عامي 2010 و2015، في جميع أنحاء المملكة المتحدة والولايات المتحدة وكندا وأستراليا وخارجها، بدأ عدد الشباب الذين يعانون من القلق والاكتئاب، وحتى الميول الانتحارية، في الارتفاع بشكل حاد".

وتابعت: "بين المراهقين في الولايات المتحدة، ارتفع عدد أولئك الذين أفادوا بأنهم عانوا من فترة طويلة من الشعور "بالحزن، أو الفراغ، أو الاكتئاب"، أو فترة طويلة فقدوا فيها الاهتمام وأصبحوا يشعرون بالملل من معظم الأشياء التي يستمتعون بها عادة"، الأعراض الكلاسيكية للاكتئاب، بنسبة 150% تقريبًا".