گۆڤاری زانکۆ بۆ زانستە مرۆڤایەتییەکان
ISSN (Print):2218-0222
ISSN (Online): 2412-396X

Vol. 28 Issue SpC 2024
ID No. 2273 (PP230-248)
https://doi.org/10.21271/zjhs.28.SpC.14

توێژینەوە

تایبەتمەندییەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لەڕوانگەی زاناکانی کۆمەڵناسی و دەروونناسی توێژینەوەیەکی تیۆری شیکارییە

ئەڤین احمد قادر/ بەشی کۆمەڵناسی، کۆلێژی ئاداب، زانکۆی سەلاحەددین -هەولێر،هەولێر ،هەرێمی کوردستان ،عێراق

جوان أسماعیل بکر/ بەشی کۆمەڵناسی، کۆلێژی ئاداب، زانکۆی سەلاحەددین -هەولێر،هەولێر ،هەرێمی کوردستان ،عێراق

پوختە

ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت یەکێکە لە پرسە دیار و کێشە بەربڵاوەکانی سەردەم، ئەنجامدانی توێژینەوە لەسەر ئەو بوارە گرنگی و تایبەتمەندی خۆی هەیە، چونکە لە رۆژگاری ئێستادا هیچ کەلێنێک لەسەر زەوی نەماوەتەوە دەستی ئینتەرنێتی پێرانەگەیشتبێت. ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت بۆتە نەخۆشییەکی بەربڵاو و هەموو کون و کەلەبەرەیکی کۆمەڵگاکانی گرتۆتەوە. لەبەر ئەوە دەبینین ئەم پرسە بۆ چەندین زانای وەک (گۆڵدبێرگ، کیمبەرلی سو یۆنگ ئۆمارا، جۆن گۆرهۆڵ)و چەندین زانای تری بەناوبانگ لە بواری ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت جێگەی بایەخ و چەندین توێژینەوە و لێکۆڵینەوەی ووردی لەسەر ئەنجامبدرێت. لەئەنجامی ئەم توێژینەوەیەشدا بۆمان بەدیار کەوتووە کە هەر زانایەک بەگوێرەی ئەم تیۆرەی پشتی پێبەستووە و گەیشتۆتە دەرخستنی چەند تایبەتمەندییەک، کە لە ناوەڕۆکی توێژینەوەکە بەووردی ئاماژە بەم تایبەتمەندی و بیروبۆچوونانە کراوە. لەم توێژینەوەیەدا پشت بە میتۆدی زانستی شیکاری ناوەڕک بەستراوە و زیاتر جەخت لەسەر سەرچاوەکانی تایبەت بەم بوارە کراوەتەوە، بۆزیاتر بە ئەکادیمی بوونی بابەتەکەش هەوڵدراوە بگەڕێینەوە بۆ سەر سەرچاوە رەسەنەکانی تایبەت بەم بوارە. لەکۆتاییشدا لەئەنجامی توێژینەوەکەمان بۆمان بەدیاردەکەوێت کە گەیشتووین بە ئامانجەکانی توێژینەوەکە، ئەوانیش بریتین لە پێوانەکردنی ئاستی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت، دەرخستنی تایبەتمەیەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت بەگشتی و دەرخستنی روانگەی بەشێک لە زاناکانی کۆمەڵناسی و دەروونناسی تایبەت بە ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت. لەگرنگترین ئەنجامیشدا بۆمان بەدیاردەکەوێت کە بەشی هەرەزۆری زاناکان جەخیان لەسەر ئاڵوودەبوونی تاک بەئینتەرنێت کردۆتەوە، دوایی ئەوەی تاک بەهۆی دروستبوونی بۆشاییەکی دەروونی لە هەست و سۆزی پەنا دەباتە بەر زیاد بەکارهێنانی ئینتەرنێت و بەمەش نزیک دەبێتەوە لە بەکارهێنانی ئینتەرنێتی کێشەدار و لەکۆتاییشدا ئاڵوودەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت دەبێت.

CORRESPONDENCE
ئەڤین احمد قادر
aven.qader1@su.edu.krd

وەرگرتن 2024/05/14
پەسندکردن 2024/08/03
بڵاوکردنەوە 2024/12/15

وشە سەرەکییەکان:
ئاڵوودەبوون،
ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت،
ئینتەرنێت،
توێژینەوە،
تیۆر،

About the Journal
Zanco Journal of Humanity Sciences (ZJHS) is an international, multi-disciplinary, peer-reviewed, double-blind and open-access journal that enhances research in all fields of basic and applied sciences through the publication of high-quality articles that describe significant and novel works; and advance knowledge in a diversity of scientific fields. https://zancojournal.su.edu.krd/index.php/JAHS/about

پێشەکی:

ئەنجامدانی توێژینەوە دەربارەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت گرنگی و تایبەتمەندی خۆی هەیە. کەچی توێژینەوە لەم بارەیەوە یەکێکە لە بوارە سەخت و ئاڵۆزەکان، چونکە هەرچەندەی بەووردی و قوڵی ڕۆبچیتە نێو بابەتەکە ناتوانیت ئەنجامێکی گشتگیرو بنەڕەتی بەدەست بهێنیت. دیارە سنوری ئەم توێژینەوەیەی ئێمە خۆی لەو تایبەتمەندییانەدا دەۆدزێتەوەکە زاناکان سەبارەت بە ئاڵووەدەبوون خستوویانەتەڕوو.

هەرچەندە لەم بوارەدا توێژینەوەی زۆر دەربارەی ئینتەرنێت و ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت ئەنجامدراوە، بەڵام توێژینەوەکەی ئێمە لەبواری کۆمەڵناسیدا گرنگی و تایبەتمەندی خۆی هەیە، چونکە تاوەکو ئێستا لەبواری تایبەتمەندییەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لەلای زاناکان توێژینەوە ئەنجام نەدراوە.

لەم توێژینەوەیەدا پشت بە میتۆدی زانستی و سەرچاوەکانی تایبەت بەم بوارە بەستراوە، بۆزیاتر بە ئەکادیمی بوونی بابەتەکەش تاکرابێت هەوڵدراوە بگەڕێنەوە سەر سەرچاوە ڕەسەنەکانی تایبەت بەم بوارە.

کۆڵەگەکانی ئەم توێژینەوەیەش لە پێشەکی و دووتەوەرەی سەرەکی و ئەنجام و لیستی سەرچاوەکان پێکهاتووە:

لەتەوەرەی یەکەمی توێژینەوەکەش وەک دەروازەیەک بۆ چوونە نێو بابەتەکە هەوڵدراوە چەمکە سەرەکییەکانی تایبەت بە توێژینەوەکە بخرێتەڕوو

لەتەوەرەی دووەم کە بەشە بنەڕەتییەکەی توێژینەوەکەی لەخۆ گرتووە و قورساییەکی زۆری توێژینەوەکە کەوتۆتە سەر ئەم بەشە، تیادا بە پێی پێویست هەوڵدراوە دید و تێڕوانینی گرنگترین زاناکانی تایبەت بە بواری ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت و تایبەتمەدییەکانی ئەم بوارە بخرێتە بەرباس.

ڕەهەندەکانی ئەم توێژینەوەیە لەسەر چەندین سەرچاوەی باوەڕپێکراو وەستاوە، بەهۆی درێژنەبوونەوەی بابەتەکە لێرەدا ناتوانین تەواوی سەرچاوەکان بخەینەڕوو، هەوڵدەدین گرنگترینی بخەینەڕوو

- 1- Caplan E. Scott, (2010). Theory and Measurement of Generelized Problematic Internet Use ئەم سەرچاوەیە یەکێکە لە سەرچاوەگرنگەکانی تایبەت بەبواری ئینتەرنێت، کە نووسەر تیایدا زۆر بەووردی پرژاوەتە سەر ئەو کێشانەی لە بواری بەکارهێنانی ئینتەرنێت ڕووبەڕووی بەکارهێنەری دەبنەوە.

١- ڕەگەزە سەرەکییەکانی توێژینەوەکە:

١-١- گرفتی توێژینەوە:

لە کاتی هەڵبژاردنی کێشەیەکی تایبەت بۆ توێژینەوەکردن ڕەچاوی کۆمەڵێک ئامانجی سەرەکی توێژینەوەی کۆمەڵایەتی دەکرێت وبەدوای وەڵام دانەوەی کۆمەڵە پرسیارێک دەگەڕێت، بۆیە ئەم توێژینەوەیە تیشک دەخاتە سەر تێگەیشتن لە تایبەتمەندییەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لەلای بەشێک لە زاناکان. بۆیە ئینتەرنێت لە سەردەمی مۆدێرندا بە بەشێکی سەرەکی ژیانی ڕۆژانە دادەنرێت، کە لەگەڵ سەرەتای داگیرکردنی تەکنەلۆجیا بۆ سەر هەموو جیهان لە سەدەی بیست و یەکدا، بڵاوبوونەوەی بەربڵاوی تەکنەلۆجیا و ئامێرە مۆدێرنەکانە، هەروەها بڵاوبوونەوەی کۆمپیوتەری پۆرتەبڵ، کە ڕێگەی خۆشکرد بۆ بڵاوبوونەوەی ئینتەرنێت و خۆی سەپاند بەسەر هەموو لایەنەکانی ژیان، بوو بە گۆڕەپانێک بۆ کۆکردنەوەی زانیاری و سوودە گەورە و فرەییەکانی لە بوارە جیاوازەکانی ژیاندا سەلماند، لەگەڵ زیادبوونی بەکارهێنانی ئینتەرنێت، ئینتەرنێت بوو بە یەکێک لەو لایەنانەی کە لە ژیانی ڕۆژانەماندا پێویستە، هەروەها مەترسییەکی ڕوون دروست دەکات بەهۆی خراپ بەکارهێنان و بەکارهێنانی زیادەڕۆیی لە نێوان بەکارهێنەرانیدا. ئەم ئالوودەبوونە خۆی لەسەر حیسابی پەیوەندی کۆمەڵایەتی دەوەستێ ، کە لە ئەنجامدا کاریگەری لەسەر پەیوەندی و داینامیکی دروست دەکات. ئەم کاریگەریانە بریتین لە نەبوونی پەیوەندییەکی دروست، و کەمبوونەوەی کارلێکی سۆزداری و مەعریفی و پەیوەندی نێوان ئەندامانی کۆمەڵگا جگە لەوەش، کاریگەرییەکانی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت لەسەر ئەرکە گرنگەکانی خێزان دروست دەبێت ، وەک پەروەردە، و کارلێکی کۆمەڵایەتی، ئەمە جگە لەوەی کاریگەری لەسەر تەندروستی جەستەی دەروونی و سۆزداری تاکەکانی ناو خێزان هەیە. هەر بۆیە ناکۆکییەکی ڕوون لە نێوان زانایاني کۆمەڵایەتی هەیە لەسەر ئەوەی کە ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت چییە وئایە دەتوانرێت وەک نەخۆشییەکی دەروونی کۆمەڵایەتی پۆلێن بکرێت یان نا و ئەمەش دەبێتە هۆی ناتەبایی لە ئەنجام و دەرەنجامەکاندا، ئەمەش وا دەکات تێگەیشتنێکی تەواو لە سروشت و گەشەکردنی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێتدا قورس بێت .

هەروەها تێگەیشتن لە تایبەتمەندییەکانی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت لە نێو زانایاندا پێویستی بە زاڵبوونە بەسەر ئەم ئاڵەنگاریانەدا و ئاراستەکردنی توێژینەوەکان بەو ئاراستانەی کە تێڕوانینێکی وردتر و بەڵگەدارتر پێشکەش بکەن.

دەتوانرێت بە قووڵی لە ڕادەی تایبەتمەندییەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لەلای بەشێک لە زاناکان کاریگەربوون. بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ ئەم کێشەیە و پێشکەشکردنی پاڵپشتی پێویست بۆ کەسانی تووشبوو.بۆیە پرسیاری سەرەکی ئەم توێژینەوەی بریتیە لە ئایا جیاوازی هەیە لەروانگەی بەشێک لە زاناکانی کۆمەڵناسی تایبەت بە ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت؟

٢-١ گرنگی توێژینەوە

توێژینەوە کۆمەڵایەتییەکان ئاماژە بە زیادبوونی بەکارهێنانی ئینتەرنێت و کاریگەرییەکانی لەسەر ژیانی تاکەکان لە سەردەمی مۆدێرن دەکەن. بۆیە ئەم توێژینەوەیە گرنگی تایبەتی خۆی هەیە، کە لە دوو لاوە خزمەت بەرەوشی زانستی دەکات، توێژینەوەکانی ئەم دواییە کە لەلایەن بەشێک لە زانایان و پسپۆڕانی زانستە کۆمەڵایەتییەکان و پزیشکی دەروونی لە سەرانسەری جیهان ئەنجامدراون، سەلماندوویانە کە کۆمەڵەیەکی گەورە لە مرۆڤەکان هەن کە ناتوانن بخەون پێش ئەوەی بە هەموو تۆڕە کۆمەڵایەتییەکاندا بگەڕێن، هەروەها یەکەم شت کە دەیکەن کاتێک لە خەو هەڵدەستن گرتنی مۆبایلەکانیان و دەستپێکردن و گەڕان بە سۆشیال میدیا.

بۆیە گرنگی ئەم توێژینەوە لە ڕووی تیۆرییەوە لەوە دایە کەبەشێوەیەکی گشتی دەبێتە هۆی کەڵەکەبوونی زانیاری زانستی زیاتر بە چەمکی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت و ڕوونکردنەوەی چۆنیەتی کاریگەری لەسەر تاک و کۆمەڵگا لە روانگەی چەند زانایەکی بۆاری کۆمەڵناسی ودەروونی، جەخت لەوە دەکەنەوە کە چەندین هۆکار هەن کە دەبنە هۆی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت، وەک دەستکەوتنی ئاسانی ناوەڕۆکی دیجیتاڵی و پێداویستییە دەروونی و کۆمەڵایەتییەکان و بوونی کاتی بەتاڵ.

لەرێگای پشت بەستن بە ئەنجامەکان ودابینکردن ستراتیژی گۆنجاو و چارەسەری ئەگەری پێشکەش بکات بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت، وەک هۆشیاری، پشتگیری دەروونی و بەڕێوەبردنی کات. پێشکەشکردنی ئامۆژگاری پراکتیکی بۆ تاکەکان بۆ دوورکەوتنەوە لە ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت و باشترکردنی بەکارهێنانی تۆڕە دیجیتاڵییەکان، وەک دابینکردنی تێگەیشتنێکی قووڵ بە تێگەیشتن لە لایەنە دەروونی و کۆمەڵایەتی و تەکنیکییەکانی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت لە ڕوانگەی هەندێک لە زانایانی کۆمەڵایەتییەوە، هەروەها دەتوانین بەرنامە و ڕێوشوێنی هۆشیاری دابرێژین کە یارمەتی تاکەکان بدەن لە ئالوودەبوون و چۆنیەتی مامەڵەکردن لەگەڵیدا تێبگەن. پەرەپێدانی بەرنامەی ڕێنمایی و پشتگیری بە ئامانجی یارمەتیدانی ئەو کەسانەی کە بەدەست ئالوودەبوون بە ئینتەرنێتەوە دەناڵێنن بۆ چاکبوونەوە و باشترکردنی کوالیتی ژیانیان.

٣-١ ئامانجی توێژینەوەکە

هەرتوێژینەوەیەکی زانستی چەند ئامانجێکی تایبەتی هەیە، کە گەیشتنە بە ڕاستی، بۆیە توێژەر هەوڵدەدات لە میانەی توێژینەوەکەدا پێیان بگات، ئەویش لەناوەڕۆک و ڕوخسار و لایەنی میتۆدی توێژینەوەکەدا دەردەکەوێت.

ئامانجەکانی ئەم توێژینەوەیە بریتین لە:

1-دەرخستنی تایبەتمەیەکانی بە ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت بەگشتی.

2-دەرخستنی روانگەی بەشێک لە زاناکانی کۆمەڵناسی و دەروناسی تایبەت بە ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت.

٢- سنووری بابەتی توێژینەوەکە

سنووری بابەتی ئەم توێژینەوەیە بریتیە لە دەرخستنی تایبەتمەندییەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لەروانگەی بەشێک لە زاناکانی کۆمەڵناسی و دەروناسی

٣- ناساندنی چەمکەکان

یەکێک لەهەونگاوە سەرەکییەکانی توێژینەوەی زانستی برێتیە لە دیاریکردنی چەمکەکانی توێژینەوەکە و ناساندنی ئەوچەمکانەی کە پێویستە لەناو توێژینەوەکەدا بناسێنرێت.

٣-١- ئالوودەبوون

ئالوودەبوون واتە خۆبەدەستەوەدان لە ڕووی جەستەیی و دەروونییەوە بۆ خەو، دەرمان، یان چالاکییەکی دیاریکراو، بەجۆرێک کە ژیان لە ڕووی جەستەیی و دەروونییەوە وابەستەیی دەبێت و وازهێنانیان قورس دەبێت، ئالوودەبوون کاریگەری لەسەر کارکردنی جەستە و مێشک دەبێت، و لە ئەنجامدا زیان و کێشەی گەورەی لێدەکەوێتەوە کە کاریگەری لەسەر خێزانەکان و پەیوەندییە

کۆمەڵایەتییەکان و شوێنەکانی کارکردن و خوێندن هەیە(Margolis, 1998, P.39). چەمکی ئاڵوودەبوون: لە ڕێبازی توێژینەوە بەچەندین شێوازی جیاواز ناسینراوە، بەشێوەیەکی گشتی ئالودەبوون بریتیە لە بەکارهێنانی مادە یاخود هەڵس و کەوتێک و بەردەوام بوون لەسەری. کە کەسی ئاڵودەبوو نەدەتوانێت دەست بەرداری ببێت، نەدەشتوانێت کۆنترۆڵی خۆی بکات. لەکاتێکدا ئاڵوودەبوون یەکێکە لەو نەخۆشیانەی کە کاریگەرییەکی گەورەی لەسەر مێشک، توانا، خەزنکردنی زانیارییەکان و هتد دەبێت، کە ئەوەش دەبێتە هۆی ئەوەی لەڕووی فیسیۆلۆژی، بایۆلۆژی، کۆمەڵایەتی ونەخۆشییە ڕۆحییەکان لە خودی مرۆڤەکان دروست بکات.(Buket ÖNCER, 2017, s.15)

٢-٣ – ئالوودەبوو

ئالوودەبوو کەسێکە کە پاساو و هاندەرێکی قەناعەت پێکەر بۆ دووبارەکردنەوەی ئەو چالاکییە ئالوودەبوونە دەدۆزێتەوە سەرەڕای کاریگەرییە زیانبەخشەکانی و دەرئەنجامە ترسناکەکانی، جۆرەکانی ئالوودەبوون بریتین لە بەکارهێنانی هەندێک مادە و هەندێک ڕەفتار وەک بەکارهێنانی ئینتەرنێت، بەکارهێنانی کحول، و ماددە هۆشبەرەکان(عبیر،2014، ص:20-21). هەوەها ئالوودەبوو ئەو کەسەیە کە ژیانی لە ژێر کۆنترۆڵی ڕەفتارێکی دیاریکراودایە ، یان کۆنترۆڵی تەواوەتی بەسەر هەموو لایەنەکانی ژیانیدا هەیە، بەو پێیەی ژیان و بیرکردنەوەکانی لەسەر ئەو سەنتەرە، وەک چۆن کاردەکات بۆ گۆڕینی باری دەروونی. تا ئەو ڕادەیەی کە پارە دەدات تا بتوانێت خاوەنی بێت و بەدەستی بهێنێت(شوقي، 2006، ص16) .

پێناسەی تیۆری ئالۆدەبوو: ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت جۆرێکی نوێی ئالوودەبوونە، کە تیایدا کەسانی ئالوودەبوو ڕۆژانە و لە ڕادەبەدەر ئینتەرنێت بەکاردەهێنن بە جۆرێک کە لەگەڵ ژیانی ڕۆژانەی و ئەرکەکانیدا ناکۆکە.

٣-٣- ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت

ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت پێناسە دەکرێت بە زیادەڕۆیی لە بەکارهێنانی تۆری ئینتەرنێت بۆ ماوەی چەند کاتژمێرێکی درێژ، کە زیاتر لە ٣ کاتژمێر لە ڕۆژدا، و نەتوانینی وازهێنان لە ئینتەرنێت بۆ ماوەیەکی کورت بۆ ماوەی چەند کاتژمێرێک یان ڕۆژێکی دیاریکراو، ئەم بەکارهێنانە لە ئەنجامدا سەرهەڵدەدات لە زۆرێک لە کێشەکانی ژیانی تاک(عبدالغني،٢٠١١ ، ص٢٥). هەروەها ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت بریتیە لە پێویستییەکی بەپەلەی هەندێک لەتاکەکانە بۆ گەڕان لەنێو تۆری ئینتەرنێت و بەسەربردنی زۆرترین کات لەگەلی، لەسەر حیسابی ژیان و خوێندن و کار و تەندروستی و گرنگیدان بە کەسانی دەورووبەری (أقرت الجمعیة الأمریکیة للطب النفسي APA). ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت بە شێوەیەکی فەرمی بۆ ساڵی (١٩٩٦) دەگەڕێتەوە، دوایی ئەوەی لەکۆنگرەی پیسکۆلۆژی نیبۆرک لە ئەمریکا، ئەم دەستەواوژەیە وەک پیسکۆلۆژییەک بەکارهات، ئەوەش دوایی ئەوەهات بە تێپەڕبوونی کاتێکی کەم ئینتەرنێت بەشێوەیەکی زۆر خێرا لە نێوخەڵکی بە گشتی و گەنجان بەتایبەتی بڵاوبوویەو. (Aspridis M (George, 2018, p. 28

پێناسەی تیۆری ئالۆدەبوون بە ئینتەرنێت : ئالۆدەبوون بریتییە لە ملکەچی و هۆگری بوونی تاك بە بەردەوامی بە بابەتێک، یان هەلسوکەوتێک، یاخود تەکنەلۆژیا کەلەژیانی ڕۆژانەی بەکاری دەهێنێت وبەهیچ شێوەیەك ناتوانێت بەکارهێنانی کەم بکاتەوە یا دەسبەرداری ببێت، چونکە کەسی ئالۆدەبوو ڕاهاتووە لەبەکارهێنانی، بەو پێیەی کە تاك توانای کۆنترۆڵکردنی خۆی لەدەست دەدات، ئەمەش ئاڕاستەی کەسەکە دەکات بۆ بەکارهێنانی ئەو تەکنەلۆژیایە و بەسەربردنی کاتژمێری زۆر لە ئینتەرنێتدا بەبێ ئەوەی ئامانجی تایبەت هەبێو ڕوون بێت.

٣-٤- ئینتەرنیت

بریتیە لە تۆرێکی فراوان و زەبەلاح، ملیونەها ئامیر بەیەکتر دەبستێتەوە کە بونیان هەیە بەشیوەی جیاواز لە هەموو شوێنە جیاجیاکانی دونیا بەکاردەهێنرێت، وەکۆ لە کولێژەکان ،شوینی توێژینەوەی زانستی، دەزگا حکومیەکان، کۆمپانیاو بازرگانە گەورەکان.(هاشم نجیب، ١٩٩٩، ص٨).

ئینتەرنێت سیستەمێکی پەیوەندی جیهانییە بۆ گواستنەوەی زانیاری لە سەرانسەری جۆرە جیاوازەکانی میدیادا، هەروەها دەتوانرێت وەک تۆرێکی جیهانی وەسف بکرێت کە تۆرە جیاوازەکان بەیەکەوە دەبەستێتەوە، جا چ تایبەت، گشتی، بازرگانی، ئەکادیمی، یان حکومی، بە بەکارهێنانی تەکنەلۆژیای بێ وایەر یان فایبەر ئۆپتیک.

٤-١- میتۆدی توێژینەوەکە

توێژەر لەم توێژینەوەیەدا پشتی بەستووە بە میتۆدی شیکاری ناوەرۆک لەڕێگای شیکردنەوەی (٩) لەڕوانگەی زانایانی کۆمەڵناسی و دەروونناسی سەبارەت بە ئالۆدەبوون بە ئینتەرنێت. ئەمەش لەپێناو زانین و دەستنیشانکردنی ئاستی گرنگیدانی زانایان

بەئاڵۆدەبوون بەئینتەرنێت. دەتوانین بڵێن میتۆدی شیکاری ناوەڕۆک یەکێکە لەشێوازەباوەکانی توێژینەوەی مرۆییەکان، کەبە هۆیەوە بابەتی شیکارکراوبەشێوەی چەندێتیی و چۆنێتیی و سیستماتیک وەسفدەکرێت.

٤-٢- یەکەی توێژینەوەکە

یەکەی تۆێژینەوە لێرەدا بریتییە لە (٩) بۆچوونی زاناکان سەبارەت بە ئاڵۆدەبوون بەئینتەرنێت. لە توێژینەوەی شیکاری ناوەرۆکدا ئەو بابەتانەی توێژینەوەیان لەبارەوەدەکرێت و نموونەیان لێوەردەگیرێت، هەمەجۆرن و دەتوانین بڵێن نوسراوە یان بینراوە یان بیستراوبن لەشیکاری ناوەرۆکی چۆنایەتی زیاتربابەتی وەرگیراوەو بریتییە لە نوسراو یان تێکست .

٤-٣- تێڕوانینێکی گشتی مێژوویی بۆ کێشەی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت:

ئینتەرنێت ئەو شتەی لە رۆژگاری ئێستاماندا کۆنترۆڵی تەواو جیهانی کردووە، لەئەنجامی جەنگی ساردی نێوان ئەمریکا و یەکێتی سۆڤیەت هاتۆتەکایەوە، ئەمیش لە دوایی ئەوەی یەکێتی سۆڤیەت لە ساڵی (١٩٥٧) بۆ یەکەمجار توانی مانگێکی دەست کرد لە دوونیادا بڵاوبکاتەوە (Özden Arsoy،2009،s.56) لەبەرامبەر ئەمەشدا ئەمریکا دەستەوەستان نەوەستایەوە و لە کۆتاییەکانی ساڵی (١٩٦١) وەزیری بەرگری ئەمریکا پرۆژەیەکی بەناوی (ARPANET) (Advanced (Research Projects دامەزراند. (Güngör ،s.5 (Müberr- Evren Gökhan 2002) ، لەسەرەتاشدا ئەم پرۆژەیە تەنها بەمەبەستی خزمەتکردنی سەربازی هێنراکایەوە، کە ئەمریکا لەرێگەی ئەم پرۆژەیەوە دەیویست تەواوی کاری دووژمنەکانی بخاتە سەختی و ناسەقامگیرییەوە..(Erkan Saka, 2019, s.3) ئەم پرۆژەیە کە بەسەرەتایی بەدیارکەوتنی ئینتەرنێت لەتەواوی جیهاندا دادەنرێت. ئەم پرۆژەیە بەردەوام پێش کەوتنی بەخۆیەوە بینی، تاوەکو لە کۆتاییەکانی ساڵی (١٩٦٩) دا لە کالیفۆرنیا یەکەم کۆمپیوتەری شەبەکەدار سەری هەڵدا، دواتر لە باشوری ئەمریکا چوار کۆمپیوتەری تر بەیەک پرۆگرام بەسترانەوە، لە ساڵی (١٩٧٠) هەریەک لە کۆمپانیاکانی(SDA)،(BBN)هارڤارد بەم تۆڕەوە پەیوەست بوون(Özden Arsoy, ،2009،s.5) ئینتەرنێت ساڵ لەدوایی ساڵ پێشکەوتنی زیاتری بەخۆیەوە بینی، لەساڵی (١٩٨٩) چەندین پرۆگرامی نوێ بەدیارکەوت، ئەوانیش بریتی بوون لە (HTML, HTTP).دیارە پرۆژەی هەردوو پرۆگرامەکەش لەلایەن سەنتەری لێکۆڵینەوەی ئەوروپی (GERN.) بەرهەمهێنران(، Bruce Kogul, 2004, p.20) ئەوەی جێگای سەرنجە سەرجەمی ئەم پرۆگرامانەی لەم ماوەیە بەرهەم هێنران، نەیانتوانی کارئاسانییەکی زۆر بۆ بەکارهێنەرانی بکات، تاوەکو لە ساڵی (١٩٩١) کەسایەتی بەناوبانگ(Tim Barnes Lee) توانی پرۆگرامی (world wide web)،(www) بەرهەم بهێنێت، لەئەنجامی ئاسانی لە بەکارهێنانی ئەم پرۆگرامە، بەشێوەیەکی بەرچاو ژمارەی بەکاربەرانی ئینتەرنێت بۆ (٦١٧٠٠٠) کەس زیادیکرد، تەنانەت لە سایەی ئەم پرگرامەوە ئینتەرنێت ئەو ناوەی ئێستای وەرگرت. هەروەها لە رۆژگار ئێستاماندا بڵاوبوونەوەی ئینتەرنێت بە شێوەیەکی خێرا و فراوان، بۆتە هۆی ئەوەی چەمکی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت سەرهەڵبدات و بچێتە نێوچەمکە جیهانییەکانەوە، لەکاتێکدا کەسانی ئاڵودەبوو بە ئینتەرنێت رۆژلەدوایی رۆژ لە جیهان بەگشتی و لەهەریەک ئەمریکا و ئەوروپا و ئاسیا کەلەپێشەوەی دوو قارەکەی تریشە ڕوو لە زیاد بوونە. بەهۆی زیاد بەکاربەر ئینتەرنێت لەهەریەک لە وڵاتانی چین و تایوان لەبری ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت هەردوو چەمکی (ئەفیۆنی ئەلکترۆنی و دیجیتاڵی بێهۆشکەر) بەکاردەهێنرێت.

بۆیەکەمجار بە کارهێنانی چەمکی ئاڵوودەبوون بۆ ساڵی (١٩٩٥) دەگەڕێتەوە، کە زانایی بەناوبانگ دکتۆر ئیڤان گۆڵدبێرگ (Dr.Ivan Goldberg)، چەمکی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتی بەکارهێنا (.Nuri ERDEM 2021, s. 12) .هەندێکی تریش پێیانوایە بەکارهێنای ئەم وشەیە لەلایەن گۆڵدبێرگەوە بۆیەکەمجار لە ساڵی(١٩٩٦) وشەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتی لەبەرامبەر هەریەک لە چەمکەکانی تری (ئاڵوودەبوون بە کۆمپیوتەر، ئاڵوودەبوون بە ئۆنلاین، ناتەندروستی لەبەکارهێنانی ئینتەرنێت و ئاڵوودەبوون بە نێت) بەکارهێناوە s Sena (AY İNİK،2021،. 26). ئەوەی جێگای سەرنجە بەکارهێنانی چەمکی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت بە شێوەیەکی فەرمی بۆ ساڵی (١٩٩٦) دەگەڕێتەوە، دوایی ئەوەی (لەکۆنگرەی پیسکۆلۆژی نیێۆرک)لە ئەمریکا، ئەم دەستەواوژەیە وەک پیسکۆلۆژییەک بەکارهات، ئەوەش دوایی ئەوەهات بە تێپەڕبوونی کاتێکی کەم ئینتەرنێت بەشێوەیەکی زۆر خێرا لە نێوخەڵکی بە گشتی و گەنجان بەتایبەتی بڵاوبوویەوە. (Aspridis M George، 2018،p.28.) دیاردەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت یەکێکە لە دیاردە بەربڵاوەکانی جیهان، باڵی بەسەر سەرجەم کۆمەڵگاکان داکێشاوە. هاوکات ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت و ئاڵوودەبوون بەرنامەکانی ئینتەرنێت دەست بەسەر خودی بیر و هۆشی تاک دادەگرێت و دەست بەرداربوون لە تۆڕەکان و کات بەسەر بردن لە نێو دوونیایی ئینتەرنێتدا ئەستەمە. ئینتەرنێت زادەی ئەقل داگیردەکات و هەرچۆنێکی بەرنامەکان پێیان خۆش بێت بەمجۆرە ئاراستە دەکرێن.

٥- ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت لە روانگەی زانایانەوە:

٥-١ ئیرڤێک گۆفمان (Goffman Erving)

ئەگەرچی ناوبراولەسالی (١٩٨٠)کۆچی دوایی کردووە، وەک ئاشکرایە لەوکاتە شدائینتەرنێت بە شێوەیەکی بەرچاو گەشەی نەسەندووە بۆیە ناوبراوبەهیچ شێوەیەک راستەوخۆ باسی لە ئالۆدەبوون بەئینتەرنێت نەکردووە، بەڵام ئەوەی لێرەدابۆ ئێمەی توێژەرگرنگە، برتییە لە کارەکانی ناوبراو کە لەبارەی ناسنامەو خود بەیەکەم کۆمەڵناسی دادەنرێت، کەبەشێوەیەکی چروپرکاری لە سەرکردووە، کە گرنگترین کاری گۆفمان لە بواری تێۆری کۆمەڵناسیدا، ئەویش برتییە لە شیکاری کارلێکی کۆمەلایەتی، لەپەرتووکی (پێشکەش کردنی خود لەژیانی رۆژانەدا) (تقديم الذات في الحياةاليومية). .(Peter, 2002, p. 1)

بۆیە لەم توێژینەوەیەدا دەکرێت شیکردنەوەی کارلێکی کۆمەلایەتی لەسەر بنەماکانی ئینتەرنێت بکرێت ، ئەوەی ئاشکرایە کارلێکی کۆمەلایەتی لەئینتەرنێتدا بوونی هەیە و لەرێگەی تەکنەلۆژیاو کۆمپیوتەرەوە پەیوەندییەکە ئاسانکاری بۆ دەکرێت.

(گۆفمان) دەڵێت ""کاتێک ئەندامانی دووتیم بەمەبەستی کارلێکردن و پێشکەشی یەکتر دەکەن، ئەندامانی هەرتیمێک مەیلی ئەوەیان هەیە، خۆیان لەسەرئەوهێلە بپارێزن کە ئەوان بانگەشەی بۆ دەکەن ، واتامەیلیان بۆ ئەوە هەیە لەوکارەکتەرەدا بمینێتەوەکە مەیلیان بۆی هەیە. لەگەڵ ئەوەش دەیەوێت کارلێک هەبێت پێگەی خۆی دەپارێزێت"". (ارفنغ غوفمان، ٢٠٢١، ص١٧١).

دەتوانین بڵێن لەئەمرۆدا لەرێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت، ئەم کارلێکە کۆمەلایەتییە گەشە سەندنی زۆری بەخۆیەوە بینوە وکاتەکانی بەبەکارهێنانی ئینتەرنێت ئەم خودەی کە هەیەتی رۆژانە پێشکەشی کەسی بەرامبەری دەکات و هەوڵدەدات بەجۆرێک لە جۆرەکان پێگەکەی خۆی بزانێت و تەنانەت پارێزگاریشی لێبکات.

(گۆڤمان) خود و ژیانی رۆژانەی تاکەکان وەک نمایشێکی سەر شانۆ نیشاندەدات ئاماژەی بەوە دەکات تاکەکان هەوڵدەدەن (ئایدیالیزکراو) (idealized) نیشان بدەن. تاوەکو لەگەڵ ئەوچەشنەی کەدەگونجێت پێشکەش بکرێت، لە ئەنجامیشدادەبی ئەورەفتارانە بشاریتەوە لەگەڵ نمایشەکە ناگونجێت، یاخودلە نیشاندانی دووربکەوێتەوەو بیهلێتەوە، لەهەمانکاتیشدا دەبێ لایەکی هەلس و کەوتەکانیشی بشارێتەوە، ئەوەش وەک ئامادەکارییەکە بۆ نمایشەکە. بەمشێوەیە بۆمان بەدیاردەکەوێت ، ئالۆدەبوون بەئینتەرنێت بریتییە لەم نمایشەی کە گۆفمان ئاماژەی پێداوە، چونکە لەرێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت تاک بەئاسانترین شێوە دەتوانێـت نمایشێکی گونجاو لەگەڵ کەسی بەرامبەردابکات و هەرجۆرێکی بوویێت بەمجۆرە خۆی لەگەڵ کارلێکی کۆمەلایەتی بگونجێنێت.(peter dell, 2002)

ئەوەی جێگای سەرنجە کاتێک گۆفمان پەرتووکەکەی لە ساڵی (١٩٥٦) بڵاوکردەوە (٥٥)ساڵ بەسەر نوسین و بڵاوکردنەوەی پەرتووکەکەی فرۆیددا تێپەری بوو، کە ناوبراو لە پەرتووکەکەیدا مرۆڤی وەک ئاژەڵێکی چێژ دۆست وەسف کردووە، کە لەرێگەی ئامرازە پەسەندکراوەکانی کۆمەلایەتی ئارەزووی چێژی جەستەیی هەیە. بەڵام لەلای گۆڤمان مرۆڤ بەتەواوەتی وابەستەی ئەوەیە کەلەلایەن کەسانی ترەوە چۆن دەبینرێت، ئەو کەسانە لە جیهانێکدا دەژیت کە بریتییە لەخۆدزینەوە.(Aydın Bayad, 2016, s.85)

کەواتە دەتوانین ئەو بیروباوەرەی ناوبراو بەهۆکارێک لە هۆکارەکانی ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت دابنرێت. لەبەر ئەوەی مرۆڤەکان لەرێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە دەتوانێت پەیوەندی کۆمەلایەتی دروست بکات، بەڵام لەگەڵ ئەوەش بەجۆرێک لەجۆرەکانیش خۆی لە پەیوەندییەکی راستەوخۆ بدزێتەوە.

هەروەها دەبێ ئەوەیش بزانین چەمکی خود بریتییە لە هۆشیاری تاک سەبارەت بەخۆی و ئەوەی دەربارەی خۆی دەیزانێت، ئەم هەڵسەنگاندنەش لەرێگەی رەنگدانەوەی بیروباوەری کەسانی تر هەڵسەنگاندن سەبارەت بەخۆیەوە بەدەست دەهێنێت، بەمەش دەردەکەوێت چەمکی خود بریتییە لەتێگەیشتن یاخود وێنەی خۆمان بۆ تۆاناکانمان و تایبەتمەندییەکانمان. ,Yıldız Dilek Ertürk) p.31).

لەم روانگەیەوە دەتوانین بڵێین ئینتەرنێت لە ئەمرۆدا بەئامرازێکی سەرەکی دادەنرێت تاوەکو تاک بەئاسانی لەرێگەی سۆشیاڵ میدیاوە بتوانێ تەواوی بیروباوەرەکانی تایبەت بەخۆی لەرێگەی پۆستەکانییەوە بزانێت. ئەگەرچی دەربرینی ئەم تێروانینانەی بەرامبەر لەکاتی پۆستەکاندا دەردەبردرێن تارادەیەکی زۆر پیاهەڵدان و زیادەرەوی زۆری تێدایە، هەرئەوەش دەبیتەهۆی ئەوەی کەسی پۆستکەر هەستی خۆبەگەورەزانی و لەلا دروست ببێت و لەئەنجامی ئەم خۆبەگەورەزانییەی خودیش، تاک رۆژ لەدوای رۆژ ئاڵوودەبوونی بەبەکارهێنانی پلاتفۆرمەکانی زیادبکات، تا لەکۆتاییدا خۆی لەنێو چوارچێوەیەکی داخراوی تۆرەکاندا دەبینێتەوە.

لێرەدا هەمان ئەم شانۆگەرییەمان بیردەکەوێتەوە کە گۆڤمان لەپەرتووکەکەیدا باسی کردووە، کە ناوبراو خود بە شانۆگەرییەک دەبەستێتەوە، کە مرۆڤەکان رۆڵی تیادا دەگێرن و پەیرەوی ئەو سیناریۆیە دەکەن کە بۆیان دارێژراوە، نمایشکەرەکان بە چەپڵە و هاندانی بینەر نمایشەکانیان دەگرنەبەر و لەدواتریشدا لەپشت پەردەکانەوە جیاواز لە نمایشەکانیان کردەوەکانیان دەگۆڕن، چونکە

ئەوانە هەندێک ناسنامە دەگرنە بەر بۆ ئەوەی وێنەیەک لەخۆیاندا دروست بکەن کە کەسانی دیکە و خەڵکی بەرامبەرخۆشییان لێی دێت و حەزیان لێیە .(Ervin Goffman, 1987)

لە تۆڕەکۆمەڵایەتییەکان لە کاتی ئێستاماندا زۆر بەڕوونی ئەم جۆرە نمایشانە دەبینرێت، کە کاتێک کەسێک لەو پەڕی دڵتەنگی و بێتاقەتی دایە بۆئەوەی خۆی لەبەرامبەر کەسانی تر دڵخۆش دەربخات چەندین پۆستی تایبەت بە دڵخۆش خۆی بڵاودەکاتەوە، دیارە ئەم دیاردەش تەنها بۆئەوەیە بەو نمایشەی ئەنجامی دەدات ڕەزامەندنی کەسانی بەرامبەر بەدەست بهێنێت، ئەو نمایشە لە هەمان کاری ئەو ئەکتەرە دەکات کە لەسەر شانۆ بەجۆرێک ڕەفتار دەکات، کە ڕەزامەندی دڵی خەڵکی بەدەست بهێنێت، دواتر لە دوای تەواو بوونی شانۆکە ئەکتەرەکە بۆسەر باری ئاسایی خۆی دەگەڕێتەوە. لەڕاستیدا ئینتەرنێت لە ئێستادا ئەو شانۆیەی ئاسانکردووە و تاکەکان لەپشتی مۆبایلەکانیانەوە ڕووی ڕاستەقینەی خۆیان دەشارنەوە و ئەو ڕووە ی نیشانی خەڵکی دەدەن شتێکی ترە.

لەکۆتایدا پێویستە ئاماژەبەوەش بکەین، تیۆری کارلێکی کۆمەڵایەتی لەچوارچێوەی بیرۆکەکانی گوڤمان وەک هۆکارێکی سەرەکی دابنرێت، مرۆڤ بوونەوەرێکی کۆمەڵایەتییە، هەرئەوەش وادەکات پەیوەندییەکی کۆمەڵایەتی دروست بکات ، ئیدی بۆ ئەوەی خۆی لەگەڵ ئەم کارلێکەش بگونجێنت کە لە دەرەوەی خودی خۆی ڕووبەڕووی دەبێتەوە پێویستە نمایشێک بکات، تاوەکو بتوانێت ، کارلێکەکە بەرجەستەبکات لە پەیوەندییەکاندا بتوێتەوە. (peter dell, 2002)

٢-٥ اریک فرۆم (Fromm Erich)

دەروناس و فەیلەسوفی ئەڵمانیە لەساڵی (١٩٠٠-١٩٨٠) کۆچی دوایی کردووە، یەکێکە لەو زانایانەی گەورانەی کەکاریگەرییەکی گەورەی لەسەربوارە جیاوازەکانی بیرکردنەوەی خودی لەمرۆڤداکردووە، لە ڕیزی گەورەترین بیرمەندەکانی سەدەی بیست و یەک دادەنرێت، بەوپێیەی ناوبراو توانیویەتی شیکاری دەرونی و توێژینەوەی فەلسەفەی ڕەخنەیی تێکەڵ بکات، ئاماژەی بەبارودۆخی جیهانی هاوچەرخداوە و هەموو بوارەکانی کۆمەڵایەتی و سیاسی و ئابووری بوارەکانی تر ڕاستەوخۆ پەیوەندیان بەچارەنوسی مرۆڤەوە هەیە (حسام الدین فیاض، ٢٠٢٣)

بێگومان، ئەم بیروباوەڕەی ناوبراو ئینتەرنێت و ئاڵودەبوون بەئینتەرنێت دەگرێتەوە، چونکە ئینتەرنێت لەجیهانی هاوچەرخدا بۆتە بەشێک لە ژیانی تاکەکان و کاریگەرییەکی گەورەی لە دەروونی مرۆڤەکان هەیە، هەرئەوەش وادەکات بیرۆکەکەی ناوبراو سەبارەت بەئینتەرنێت و دروست بوونی پەیوەندی ڕاستەوخۆی بەچارەنووسی مرۆڤ دەبەستێتەوە لەبەرئەوەی زۆرجارمرۆڤەکان، لەڕێگەی تۆرەکۆمەڵایەتیەکانەوە پەیوەندی سۆزداری دروست دەکەن و دەگەن بەئاستی هاوسەرگیری بەمەش دەتوانین بڵێن چارەنوسی مرۆڤ لە ئەو ڕێگایەوە گۆڕانی بەسەردادێت

(اریک فرۆم) خاوەنی پەرتوکێکی بەناوبانگە دەربارەی خود بەناوی (الانسان من أجل ذاتة)(مرۆڤ لەپێناو خودی خۆیدا) کەتوێژینەوەکە دەربارەی سایکۆلۆژی ئەخلاقە. یەکێک لەوبابەتە گرنگانەی کە بۆ توێژینەوەی ئێمە دەگونجێت و دەتوانین لەگەڵ توێژینەوەکەمان یەکی بخەین. ئەویش بریتیە لە میکانیزمی بازارکردن، دیارەناوبراو پێ وایە لەبازاری کاڵاکاندا لەیەکتری جیادەکرینەوە، ئەوەیش جێگای سەرنجە هەمووکەسایەتیەکان لە فەرمانبەر،فرۆشیار پزیشک بازرگان لەم بازارەدا دیارن، هەمووشیان بۆ سەرکەوتنی خۆیان پشت بەتوانای کەسی خۆیان دەبەستن، ڕادەی بەرزبوونەوەی نرخ لە بازاری کەسایەتی و لەبازاری کاڵاکان وەک یەکە، لەبازاری یەکەمدا کەسایەتیەکان پیشکەش دەکرێن بۆ فرۆشتن لە بازاڕبدووەمیش کالاوبەها لە هەردووبازاردا بەهای ئالوگۆری تێدادابین دەکرێت (اریک فروم، د.ت، ص-ص٩٩-١١٠).

بێگومان پەیدابوونی ئینتەرنێت و بەکارهێنانی ڕۆژانە لەلایەن بەکارهێنەرێکی زۆرەوە کرداری بەبازارکردنی زۆر ئاسانکردووە،جگەلە فرۆشتنی کاڵاکان، فرۆشتنی بەهاو بیرۆکە کەسیەکان زۆر ئاسانترکردووە.

بەدەرلەم پەرتووکە (اریک فرۆم) خاوەنی پەرتوکێکی ترە بەناوی (أزمە التحلیل النفسی)(قەیرانی شیکاری دەروونی) کەبۆ سەرزمانی عەرەبی وەرگێردراوە و ناوبراو لەم پەرتووکەیدا گرنگی بەشیکردنەوەی سەردەمی مێژووی ژیان دەدات . بەگشتی لەکارەکانی پشتی بەبیروباوەری فرۆید بەستووە، لەگەڵ ئەوەشدا گرنگی زۆری بەتێروانینەکانی مارکس داوە، کە ناوبراو لە پەرتووکەکەیدا ئاماژە بەفرۆید دەکات و دەڵێت ((فرۆیدمرۆڤی وەک سیستەمێکی داخراو دەبینی کەلەلایەن دوو هێزەوە دەجوڵێت : پاڵنەرەکانی خۆپاراستن و پاڵنەرەسێکسیەکان ئەم پاڵنەرەی دووەم ڕەگ و ریشەی لەچوارچێوەیەکی (فیزۆبۆلۆژی کیمیائی) (فیزیۆلۆجی کیمیائی) دا هەیە ، بەگوێرەی خول و قۆناغ یەک لەدوایی یەکەکان گەشە دەکات، لە قۆناغی یەکەمدا گرژی و دڵەڕاوکێ زیاد دەکات ، لە قۆناغی دووەم ئەم گرژییە کەڵەکە بووەکەم دەکاتەوە، بەجۆرێک بەشێوەیەکی یارمەتی هەستی پێدەکرێت ، وەک چێژوەردەگرێت و لەڕووی فیزیۆلۆژییەوە کاریگەری لەسەر دەبێت بەڵام لەپلەی دووەمدا مرۆڤ بوونەوەرێکی

کۆمەڵایەتیە ، چونکە پێویستی بەکەسانی تر هەیە بۆ ئەوەی پاڵنەرەئارەزوومەندانەو پاڵنەرە خۆرسکەکانی خۆیان بەیەکسانی تێربکەن(اریک فروم، ١٩٨١، ص٣٩).

بەمجۆرە دەتوانین هەمان ئەم بیروباوەرە لە رۆژگاری ئیستاماندا لەکاتی بەکارهێنانی ئینتەرنێت ببینین، کە بەگوێرەی ئەوەی لەسەرچاوەکان ئاماژەی پێدەکرێت ولە بەشێکی زۆری زاناکانیشدا لەسەری کۆکن بریتیە لەوەی ئینتەرنێت بەمەبەستی پرکردنەوەی ئارەزووە سکسیەکان بەکاردەهێنرێت.

٣-٥ شێری تورکل:(Sherry Turkle)[1]

تورکڵ کاریگەرییە دەروونی و کۆمەڵایەتییەکانی "ئامرازەکانی پەیوەندیکردن " هاوشێوەکانی وەک رۆبۆتە کۆمەڵایەتییەکان دەکۆڵێتەوە، چۆن ئەمانە و تەکنەلۆژیاکانی دیکە خەریکی گۆڕینی هەڵوێستەکانن بەرامبەر بە ژیانی مرۆڤ و زیندەوەران بە گشتی. یەکێک لە ئەنجامەکان ڕەنگە دابەزینی بەهای ئەزموونی ژیانی ڕاستەقینە بێت لە پەیوەندییەکەدا. تورکڵ چەندین بابەتی لەسەر دەروونشیکاری و کولتوور و لە "لایەنی بابەتیی" پەیوەندییەکانی مرۆڤ لەگەڵ تەکنەلۆجیا و بەتایبەتی کۆمپیوتەر نووسیوە. هەروەها سەرقاڵی لێکۆڵینەوەیە لە تەکنەلۆژیای خانەیی پۆرتەبل. .(Sherry Turkle and Seymour Papert. 1992)

هەروەها بە شێوەیەکی سەرەکی سەرنجی لەسەر تێگەیشتن لە کاریگەرییەکانی تەکنەلۆژیا لەسەر تاک و کۆمەڵگایە داوە . کە لە نێو ئەو ڕەوتە تیۆرییانەدا کار و توێژینەوەکانی ڕەنگدانەوەیان هەیە.بۆیەتورکێل ڕێبازی کارلێکی کۆمەڵایەتی بەکاردەهێنێت بۆ ئەوەی تێبگات کە چۆن ئینتەرنێت و تەکنەلۆژیا وەک مۆبایلە زیرەکان و سۆشیال میدیا کاریگەرییان لەسەر کارلێکی نێوان کەسەکان و پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی نێوان تاک و خێزانەکان هەیە.

هەروەهاتیۆری ناسنامەی دیجیتاڵی: تورکل ئاماژە بەوە دەکات کە چۆن تەکنەلۆژیای مۆدێرن کاریگەری لەسەر دروستبوونی ناسنامەی تاک هەیە، بەو پێیەی ناسنامەیەکی دیجیتاڵی پێکدەهێنن کە ڕەنگدانەوەی کارلێک و پەیوەندیکردنیان بە شێوەی ئۆنلاین هەیە . تیۆری دابڕانی دیجیتاڵی: تورکڵ پێی وایە تەکنەلۆژیا بووەتە هۆی زیادبوونی دابڕان و پچڕانی کۆمەڵایەتی، بەو پێیەی تاکەکان دەتوانن هەست بە تەنیایی و پچڕان لە جیهانی ڕاستەقینە بکەن لە ئەنجامی زیادەڕەوی لە نێوەگلان لە تەکنەلۆژیادا. (Sherry Turkle and Seymour Papert. 1992).

هەرلە تیۆری (ئینکوباتۆری تەکنەلۆژیا) تورکێل دەڵێت تەکنەلۆژیا دەتوانێت ببێتە جۆرێک لە سەرپەرشتی کۆمەڵایەتی، کە تاکەکان پەیوەندییان بە تەکنەلۆژیایەکی دیاریکراوەوە هەیە بە هەمان شێوەی ئەوەی کە چۆن پشت بە دایک و باوک دەبەستن بۆ ئاسوودەیی و ئاسایش لەژیان. توێژینەوەکانی شێریل تورکڵ بە گرنگیدان بە کاریگەری تەکنەلۆژیا لەسەر لایەنە کۆمەڵایەتی و دەروونییەکانی تاک دەناسرێتەوە و ئەم ڕەوتە تیۆرییانە ڕەنگدانەوەی گرنگیدان بە کاریگەری تەکنەلۆژیا لەسەر پەیوەندی نێوان کەسەکان و ناسنامەی تاکەکەس..(Sherry Turkle and Seymour Papert. 1992) .

٤-٥- ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت لەلایی گۆڵدبێرگ (Goldberg)

گۆڵدبێرگ لە ساڵی (١٩٩٦) بۆ یەکەمجار ووشەی ئاڵوودەبوونی بە ئینتەرنێت بەکارهێناوە. ,ŞENORMANCI , KONKAN,2010) (.s.262، جیاواز لەزاناکانی تری بواری ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت گۆڵدبێرگ پێیوایە زیادەڕەوی لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت وەک تێکچوونی کۆنترۆڵی هەوەس و ئارەزوو قبوڵکراوە، کە ئاڵوودەبوون بە ماددە هۆشبەرەکان ناگرێتەوە. بەڵکو ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت چەندین تایبەتمەندی خۆی هەیە، وەک سەرقاڵبوون بە چالاکییەکانی ئینتەرنێت، بەزۆری ڕەفتاری مەعریفی و سۆزداری داگیردەکات. گۆڕانکاری رۆحی، خۆشحاڵی، لێبووردەیی، نیشانەکانی کشانەوە، گرژی، دڵەڕاوکێ، خەمۆکی، تورەیی، ململانێ و فێڵکردن، گۆشەگیری کۆمەڵایەتی و هەوڵوەشاندنەوە لە خۆی دەگرێت(.Tao Ran, 2010,p.565) .

گۆڵدبێرگ لە ماوەی توێژینەوەکەیدا چەند پێوەرێکی سەرەکی وەک نیشانەکانی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت دەست نیشانکردووە، ئەم نیشانانە لەماوەی ساڵێک دەبێت لە خودی کەسی بەکارهێنەردا هەبێت. ئەوانیش بریتین لەمانەی خوارەوە:

أ- گەشەسەندنی لێبوردەیی کە خۆی لەم خاڵانەی خوارەوەدا دەبینێتەوە،

1- بەمەبەستی گەیشتن بەچێژی دڵخوازی خۆی کەسەکە ئەوکاتەی لەسەر ئینتەرنێت بەسەری دەبات زیادی دەکات.
2- بەبێ هەبوونی رەزامەندی خۆی کەسەکە بەشێوەیەکی بەردەوام ئینتەرنێت بەکاردەهێنێت.

ب - پەرەپێدان و کشانەوە

1- وروژاندنی دەروونی و جوڵەیی.
2- هەستکردن بە دڵەڕاوکێ.

3- بیرکردنەوە لە وەسوەسە سەبارەت بەم چالاکییانەی لە ئینتەرنێتدا روودەدەن.
4- دروستکردنی جۆرەها خەون و خەیاڵ سەبارەت بە ئینتەرنێت.
5- فشارکردن لەسەر کلیکەکان، جا بەمەبەست بن یاخود بەبێ مەبەست بن.
6- بۆ رزگاربوون لە کێشەکان ئینتەرنێت بەکاربهێنرێت.(Caner Doğrusever, 2020, s-s.18-19.)

ت - بەکارهێنانی ئینتەرنێت لەوکاتە زیاتر بێت کە پلانی بۆی داناوە.
ث- هەوڵەکانی بۆ کۆنترۆڵکردن یاخود بەکارنەهێنانی ئینتەرنێت سەرکەوتوو نەبێت.
ج- بەسەربردنی کاتێکی زۆر بۆ چالاکییەکانی ئینتەرنێت.
ح- بەهۆی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە کاتێکی زۆر بەسەر ببردرێت و چالاکییە گرنگەکنی پیشەیی و کۆمەڵایەتی کەمبکرێتەوە یاخود وازیلێبهێنرێت.
خ- بەردەوامبوون لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت، سەرەڕایی هەبوونی کێشەکانی وەک: کەمخەوی، هاوسەرگیری و کێشەکانی کار، کە بەهۆی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە دروست دەبێت. (Caner Doğrusever, 2020, s-s.18-19.)

٥-٥- بیردۆزەی کیمبەرلی سو یۆنگ ئۆمارا (Young)(٢)

یۆنگ لە ساڵی)١٩٩٧(دا توێژینەوەیەکی چڕوپڕی دەربارەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت ئەنجامدا، کە لە ماوەی توێژینەوەکەدا یۆنگ بیردۆزەی خۆی لەسەر چەند تایبەتمەندییەک دەربارەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت داڕێژا، بەگوێرەی بیروباوەڕی یۆنگ تاکی ئاڵودەبوو بە ئینتەرنێت خۆی لە چەند پێوەندییەکدا دەدۆزێتەوە.(Esen & Gündoğdu. 2010, p30.)

أ - یارمەتی کۆمەڵایەتی و مەرجەکانی ژیان.
ب - تواندنەوەی ئارەزووی سکسی یاخود خۆبەتاڵکردنەوەی ئارەزووی سکسی.
ج - درووستکردنی کەسایەتی نوێ و کارکردن بە ناسنامەیەکی نوێیەوە.

أ- یارمەتی کۆمەڵایەتی و مەرجەکانی ژیان.

سەبارەت بە لایەنی یارمەتی کۆمەڵایەتی و مەرجەکانی ژیان یۆنگ پێوایە ئەگەر باس لە کەسێک بکرێت سەبارەت بە وەرگرتنی یارمەتی کۆمەڵایەتی لە رێگەی ئینتەرنێتەوە، ئەوا خۆی لە دروستکردنی گرووپەکان و گرووپە هەواڵییەکان یاخود بەردەوام بوون لە ئەکتڤ بوون لە سەر یارییە ئەلکترۆنییەکان دەبینێتەوە. کەلەم رێگەیەوەی کەسی ئاڵودەبوو دەتوانێت بیروباوەڕەکان، رەخنەکان و پێشنیارەکانی خۆی بە شێوەیەکی روون بگەیەنێت و بڵاوبکاتەوە.

کەسەکان لە رێگەی دروستکردنی کەسایەتی نەناسراو لە نێوپێگە ئەلکترۆنیەکان دەتوانن ژینگەیەکی تەواو سەربەخۆیانە بۆ خۆیان و بیروباوەڕەکانیان دروست بکەن. جگەلەوەش ئەم بابەتە هەستیارانەی کە عورف و عاداتی کۆمەڵگا لەگەڵیان یەکبار نیە و هێنانی سەرزبان و ووتنیان رێگەپێدراو نیە، لەژینگەیەکی دروستکراوو و وەدیهێنراوی لەم جۆرە زۆر بە ئاسانی بهێنێتە سەر زبان و دەربانبڕێت. کە مرۆڤەکان لە چوارچێوەی کۆمەڵگا ناتوانێت هیچ کام لە بۆچوون، بیروباوەڕ، فکرەکان و رەخنەکانی بەشێوەیەکی ئازادانە و بەبێ ترس لە گرووپە ئینتەرنێتییەکان بخاتەڕوو.(YOUNG, 1998, p.p 242-243)

زانایی ناوبراو لە درێژەی توێژینەوەکەیدا پێیوایە ئەو کەسانەی لە کارکردن تەمبەڵن یاخود بێکارن، ئەوانە زیاتر ئاڵودەی ئینتەرنێت دەبن، بەتایبەتی ئەوکەسانەی کە ئارادەیەکی زۆر خاوەنی ژیانێکی ئارامن و کارێکی ئەوتۆیان نیە، وەک کەسانی چاودێر (سکویرتی)، کەسانی خانەنیشن یاخود زیاتر ئەو جۆرە کەسانە لە خۆدەگرێت کە بەشێوەیەکی گونجاو و پێویست ناتوانێت پەیوەندی کۆمەڵایەتی لەگەڵ کەسانی دەوروبەر دروست بکات. هەربۆیە ئەوجۆرە کەسانە بەبەردەوامی لە ماڵ دەمێننەوە و لەبری دروست کردنی پێوەندییەکی کۆمەڵایەتی ئاسایی هەڵدەستن بە دروستکردنی پەیوەندی لە رێگەی ئینتەرنێتەوە، بەمەشەوە ئاڵوودەبوونی بە ئینتەرنێت لە نێو ئەم جۆرە کەسانە برەو دەسەنێت و گەشەی زیاتر بە خۆیەوە دەبینێت.(YOUNG, 1998, p.p 242-243)

جگەلەمانەش ئەوکەسانەی خاوەن بڕوابەخۆبوونێکی کەمن یان خەمۆکیان هەیە، لەترسی رەتکردنەوەی بیروباوەڕەکانیان، ناتوانن راستەخۆ بیروباوەڕەکانیان دەربڕن و لەرێگەی ئینتەرنێتەوە دوایی دروستکردنی پەیوەندییەکی راستەقینە دەتوانن بەشێوەیەکی زۆر ئازادانە بیروباوەڕەکانی خۆیان دەربڕن.(YOUNG, 1998, p.p 242-243)

ب- تواندنەوەی ئارەزووی سکسی یاخود خۆبەتاڵکردنەوەی ئارەزووی سکسی

یۆنگ پێیوایە پێویستە رێگا بە توێژەران بدرێت بە شێوەیەکی ئازادانە توێژینەوە دەربارەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەمەستی سیکسی بکەن، کە لەم روانگەیەوە تاکەکان بەهۆی بوونی شەرمەوە ناسنامەی خۆیان دەشارنەوە، لەکاتێکدا ئەمانە ناتوانن بە شێوەیەکی

واقیعی ئەم راستیە سکسییەی هەیە دەستی بخەن، بۆیە لە رێگەی بە کارهێنانی ئینتەرنێتەوە لە نێو ژوورەکانی خۆیانەوە بە هەرجۆرە سکسێک بێت دەتوانن خۆیان لە ئارەزووە سکسییەکانیان بەتاڵبکەنەوە.

ئەم جۆرەکەسانە ئەگەرچی لە ژیانی راستەقینەی خۆیان بیر لە ئابرووی خۆیان بکەنەوە لە رێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت و دروستکردنی کەسایەتییەکی ساختە، بەشێوەیەکی ئاسودە دەتوانێت ئارەزووە سکسییەکانی خۆی بهێنێتە دی، هەروەکو (زیمباردۆ (Zimbardo)[٣] لە توێژینەوەیەکیدا باس لەوە دەکات ئەوکەسانەی لە تاکەکان دووردەکەونەوە ترسیان هەیە، لە رێگەی ئینتەرنێتەوە بەبێ سانسۆر دەتوانێت دەستی بە هەموو شتێک بگات(SANBAY, 2021, s16.) .

لێرەدا دەتوانین بڵێین تاکەکان تائەوکاتەی ئەمجۆرە ئازادییانەیان لێ زوت بکرێت، ئەوا ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت رێژەکەی زیاتر دەبێت، بەتایبەتی لەم کۆمەڵگایانەی کە داب و نەریتەکانیان لە چوارچێوەیەکی دیاریکراون هەرگیز تاکەکان بۆیان نیە لەم چوارچێوەیە دەربچن، بۆیە لەم بارووددۆخەدا تاک بۆ پڕکردنەوەی غەریزە دەروونییەکانیان ناچاردەبێت بەشێوەیەکی بەرفراوان تارادەی ئاڵوودەبوون پەنابەرێتە بەر بەکارهێنانی ئینتەرنێت.

ج- دروستکردنی کارەکتەری نوێ:

لەرێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە کەسەکان زۆر بە ئاسانی دەتوانن کەسایەتییەکی نوێ بۆخۆیان دروست بکەن، لەم کاتەشدا ئەم جۆرە کەسانە هەموو ئەم خەیاڵ و بیرۆکە تاکیانەی کە شەرم دەکات لە گەیاندنیان لە ژێر سێبەری ئینتەرنێتدا زۆر بەئاسانی بەبێ هیچ شەرم و دوو دڵییەک دەتوانێ بەیانی بکات. (Esen & Gündoğdu, 2010 p.30)

دەتوانرێت بگوترێت، خولیای دروستکردنی کەسایەتی نوێ هۆکارێکی سەرەکییە بۆ ئاڵوودەبوونی زیاتری تاکەکان بەئینتەرنێت، چونکە ئینتەرنێت وەک پەردەیەکی شاراوە وایە، دەتوانێت رووخساری تەواوی راستەقینەی کەسەکان بشارێتەوە. زۆرجار ئەوکەسانەی لە داب و نەریتەکان و دەسەڵاتە سیاسیەکان دەترسن ناچار دەبن پەنابەرنە بەر دروستکردنی کەسایەتی نوێ، تاوەکو بتوانن ئەم بیروباوەڕ و ئایدیایانەی هەیانە، هەست دەکەن لەگەڵ کۆمەڵگا و دەسەڵات ناگونجێت بەئازادانە و بەبێ دروستکردنی کێشەبۆخۆیان بەسەربەستی بیخەنەڕوو. دیارە ئەوەش بۆ ئەو دیاردە دەروونیەیە کە هەموو تاکێک بەپێویستی دەزانێت دەرگایەک هەبێت خۆی لەم بارگاوییە دەروونیەی هەیەتی خاڵی بکاتەوە.

٥-٦- کۆمەڵایەتی بوون بۆ ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت لەلای جۆن گۆرهۆڵ (Gorhol)[٤]

گۆرهۆڵ لە ساڵی (١٩٩٩)دا لە ئەنجامی توێژینەوەکەیدا رایگەیاند بەکارهێنانی ئینتەرنێت بە شێوەیەکی بەرفراوان و چڕ بنچینەکەی بۆهۆکاری کۆمەڵایەتی بوون دەگەڕێتەوە، گۆرهۆڵ جیاواز لە بیروباوەڕی یۆنگ ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتی ناتەدرووست و یاری قوماركردن بە دوو ئاڵوودەبوونی جیاواز دەزانێت. کە ناوبراو لە روانگەی خۆیەوە پێیوایە ئاڵوودەبوون پەیوەندی بە رەفتارێکی کۆمەڵایەتییەوە هەیە و لەسەربنەمایی داواکارانی کۆمەڵایەتییەوە دروست دەبێت. (Erol ESEN, 2010, s18.)

(گۆرهۆڵ) دوایی ئەوەی لە ساڵی (١٩٩٩) توێژینەوەکەی تەواوکرد ئەوەی دەرخست کە کەسانی ئاڵودەبوو بە ئینتەرنێت بەسێ قۆناغی سەرەکیدا تێدەپەڕن، ئەوانیش بریتین لە:

1- قۆناغی سەرنج راکێشان

 بەهۆی ئەوەی ئینتەرنێت بارووددۆخی گونجاو بۆ بەکاربەرانی لە ناسینی کەسانی نوێ و وروژاندنی گەورە لە مرۆڤەکاندا دروستدەکات، دەبێتەهۆی ئەوەی کەسەکان بە شێوەیەکی بەردەوام بە بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە ببەسترێنەوە. بەدرەلەوە ئەوخەسلەتە نوێکارییەی لە ئینتەرنێتدا هەیە، هەمیشە بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت نوێکارییەکان دەبینن و پێوەی سەرسام دەبن، کە بەردەوام سەهەڵدانی پرۆگرامە نوێیەکانی ئینتەرنێت بارووددۆخێکی ئەفسوناوی هەیە، وەسوەسە بۆ بەکارهێنەرانی دروستدەکات، ئەمەش بۆتەهۆی ئەوەی بەکارهێنەرانی بەردەوام ببن و نەتوانن بەئاسانی دەست بەرداری ببن. جگەلە بەکارهێنانێکی ئاسایی ئەم نوێگەرییە وا لەبەکارهێنەرانی دەکات زیادەڕەوی لە بەکارهێنانیدا بکەن، هەرئەم زیادەڕەوییە لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت دەیانگەیەنێتەقۆناغی دووەم. لەکۆتاییدا ناتوانرێت ئەوە لەیادبکرێت پرۆسەی گواستنەوەی بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت لە قۆناغی یەکە و بۆ قۆناغی دووەم بەگوێرەی کەسەکان جیاوازی هەیەو دەگۆڕێت.(GROHOL, 1999, p.398)

2- قۆناغی نائومێدی (بێزاری)

 ئەم قۆناغە لەم کاتەوە دەست پێدەکات، بەکارهێنەرانی ئنتەرنێت لەم بارووددۆخە ئەفسوناوی و وەسوەسەیە دەربچن کە ئینتەرنێت دروستی دەکات. هەرلەم قۆناغەدا چالاکییەکان و پرۆگرامە نوێیەکانی ئینتەرنێت بۆ خەڵکی ئاشکرادەبێت و پێوەی ئاشنادەبن، ئیتر بەکارهێنانی چڕ وپڕی ئینتەرنێت دەست بەکەمبوونەوە دەکات. لەم بارووددۆخەدا بەکارهێنەرانی هەست بە نائومێدی دەکەن و بەهۆی زۆر بەکارهێنانەی ئینتەرنێتەوە بێزاردەبن. لەئەنجامیشدا هەڵس و کەوتی راکردن لە بەکارهێنانی

ئینەرنێت لەلایەن بەکارهێنەرانییەوە سەرهەڵدەدات. ئەم خۆ بەدوورگرتن و هەڵاتنەش لە ئینتەرنێتدا تاوەکو سەرهەڵدانی قۆناغی سێیەم لەکەسەکەدا بەردەوام دەبێت.(GROHOL, 1999, p.398-399.)

3- قۆناغی هاوسەنگی

لەم قۆناغەدا کەسانی ئاڵودەبوو بەئینتەرنێتەوە دەستبەرداری تەواوی ئەو وەسوەسانە دەبێت کە بەهۆی ئینتەرنێتەوە بۆیان دروست بووە، بەمشێوەیە کەسانی ئاڵودەبوو دەتوانن جۆرێ لە هاوسەنگی لە نێوان جیهانی مەجازی (خەیاڵی) و ژیانی راستەقینەی خۆیان دروستبکەن، کاتێکیش کەسەکان بەم هاوسەنگییە دەگەن، دەتوانن ژیانێکی ئاسابی خۆیان لەگەڵ بەکارهێنانی ئینتەرنێت و تەکنەلۆژیا دەست پێبکەن. (GROHOL, 1999, p.398-399.)

بەگوێرەی بیروباوەڕی گرۆهۆڵ بێت، ئەوکەسانەی لە ئاستێکی ئاسایدا ئینتەرنێت بەکاردەهێنن، کاتێک رووبەڕووی چالاکی و پرۆگرامێکی نوێی ئینتەرنێت دەبنەوە، دەتوانن بەزیندووکردنەوەی قۆناغی یەکەم دەست بە هەرسێ خولی قۆناغەکەی تر بکەنەوە. رەنگە هەندێک لە بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت لەوکاتەی رووبەڕووی تەکنەلۆژیا یاخود بەرنامەیەکی نوێ دەبنەوە تووشی سەرسامییەکی قوڵ دەبنەوە و هەرلەقۆناغی یەکەمدا دەمێنێتەوە، لەم جۆرە بارووددۆخەدا ئەم کەسانە بۆئەوەی بە قۆناغەکانی دووەم و سێیەم بگەن پێویستیان بە یارمەتی کەسانی شارەزا هەیە(.Erol ESEN, 2010 s.22) .

ناوبراو بەگوێرەی بیردۆزەکەی جەخت لەوە دەکاتەوە هەموو بەکارهێنەرێکی ئینتەرنێت بە دڵنیاییەوە دەتوانێت بچێتە قۆناغی سێیەم، ئەگەرچی ئەم قۆناغانەی تیایدا دەمێنێتەوە ماوەیەکی زۆریشی پێبچێت. هەموو کاریگەری و چالاکییەکانی ئینتەرنێت بەسەر قۆناغەکاندا دابەش دەبن و بەکارهێنەرانی دەتوانن لە ناوخۆیاندا خولەکە بۆقۆناغی سییەم بگوازنەوە، کە قۆناغی هاوسەنگییە لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت، لەئەنجامی ئەمەشدا بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەم چەشنە رێکخراوییە دەکرێت بۆ ژیانی ئاسایی گونجاوبێت. .(GROHOL, 1999, p.399.)

٧-٥- ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت لەلای جۆن سولەر(Suler)[٥]

(سولەر) دوایی ئەنجامدانی توێژینەوەیەک لە ساڵی (١٩٩٩)دا، ئەوەی ئاشکراکرد، کە دەتوانرێت بەکارهێنانی ئینتەرنێتی کێشەدار و تەندروست لە یەکتر جیابکرێتەوە، هەرلەمبارەیەوە ناوبراو هەشت پێوەری سەرەکی دیاریکردووە، کە بەمشێوەیەی خوارەوە ریزبەندی دەکرێت:

أ- ژمارە و جۆری ئەم پێداویستیانەی کە لەکاتی چالاکییەک لە ئینتەرنێدا جێبەجێدەکرێت. کەسەکان دەتوانن لە رێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە پێداویستییەکانی وەک جەستەیی، کەسی، رۆحی و تەنانەت پەیوەندی لەگەڵ کەسانی تریشدا دابین بکات، هەربۆیە کاتێک پێداویستییەکان و ئامانجەکانی بەکارهێنانی ئینتەرنێت لە لایەن بەکارهێنەرانییەوە زیاد دەکات گرنگی ئینتەرنێت زیاتر دەبێت. (Suler, 1999, p.386.)

ب- بێبەشبوون لە دابینکردنی تەواوی پێداویستییەکان تاڕادەی نەبوون. هەرچەندەی پێداویستیەکانی بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت رەتبکرێتەوە یاخود لە ژیانی راستەقینە فشاریان لەسەر دروست بکات، بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت ئارەزووی پێداویستیەکان دەکات و هەوڵدەدات لە رێگەی جیاوازەوە بە دەستیان بخات، دیارە ئەم پەنابردنەش بەپێی رادەی فشاردروستکردنەکەیە. بەشێوەیەکی گشتی ژینگەی ئینتەرنێت، لەلایەن بەکارهێنەرانییەوە وەک ژینگەیەک سەیردەکرێت، کە ئەم پێداویستیانە زۆر ئاسانتر لە ژیانی راستەقینەیدا دابین دەکات. .(Suler, 1999, p.386.)

ت- جۆری ئەکتیف بوون لەسەر ئینتەرنێت. هەرچەندەی تایبەتمەندییەکاتی ئەکتیف بوون لەسەر ئینتەرنێت زیاتر بێت، ئەوا بەکارهێنەرانیش بۆ دابینکردنی پێداویستییەکانیان زیاتر ئارەزووی بەکارهێنانی ئینتەرنێت دەکەن. هەروەها جیاوازی کاریگەرییەکانی ئینتەرنێت دەبێتەهۆی ئەوەی کاریگەرییەکانیش لەسەر پێداویستییەکانی بەکارهێنەرانی جۆراوجۆر بن. .(Suler, 1999, p.386.)

ج- کاریگەری ئینتەرنێت لەسەر ژیانی کردارەکی بەکارهێنەرانی. ئینتەرنێت کاریگەری لەسەرئەدایی کارکردن، تەندروستی و کرداری کەسەکان دەبێت. بەتایبەتی ئەم بوارانەی کە کێشەدارن و پەیوەندییان بەبەکارهێنانی ئینتەرنیتەوە هەیە، کە رادەی کێشەکە و گرنگی نەخۆشی ئاڵوودەبوون لەوکاتەدا بەدیاردەکەوێت، کاتێک کەسەکە رادەی پچڕانەکانی بەهۆی بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەدروست ئەدایی کار و پەیوەندی لەگەڵ هاوڕێ و خێزانەکەی زیاددەکات، هەرئەمەش توندی نەخۆشی ئاڵوودەبوونەکە دەردەخات.(Suler, 1999, p.386.)

ح- هەستکردن بە دڵەڕاوکێ: لەو بارووددۆخەدا کەسەکان لەکاتی بەکارهێنانی چالاکییەکانی ئینتەرنێت هەست بەدڵەڕاوکێ، تورەیی، خەمۆکی، نائومێدی، نامۆبوون و تاوانباری دەکەن، ئەم نیشانانەش ئاگادارکەرەوەن کە بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت توشی نەخۆشی بەکارهێنانی ئینتەرنێت بۆتەوە،(Suler, 1999, p.386.)

خ- ئاگاداری لە بوونی پێداویستییەکان و جیاوازی لەگەڵ ڕاێکخراوییەکانی ژیان، یاخود ئاگاداری هۆشیارانە لە پێداویستییەکان: کاتێک مرۆڤ لەرێگەی ئینتەرنێتەوە پێداویستییە سەرکوتکراوەکانی خۆی بەدی دەهێنێت، لەمر بارووددۆخەدا ڕووداوێک دروست دەبێت پەیوەندی بە (کارتاسیس)[٦] وە هەیە. ئەمر چالاکییەی لە پێشتردا ئاماژە مان پێدا دەبێت دووبارە بکرێتەوە تا ئەوکاتەی ئەو پێویستییەی ڕاستەقینە دابین نەکراوەی هەیە تێردەکرێت. تێگەیشتنیش لەمر پێداویستیانە لە ئاستێکی هۆشیارانە و قبوڵکردنی کەسەکە بۆ سەرقاڵبوونی چڕ بە ئینتەرنێتەوە هەنگاوێکی سەرەتاییە بۆ بەرەو چاکبوونەوە.(Suler, 1999, p.386.)

د- ئەزموون و ماوەی بەشداریکردن لە ئینتەرنێت: بەکارهێنەرانی ئینتەرنێت لەگەڵ تێپەڕبوونی کات ئەزموون بەدەست دەهێنن و تێدەگەن لەوەی ئەو چالاکیانەی لەسەر ئینتەرنێتدا ئەنجامی دەدەن بەڕادەیەکی پێویست پێداویستییەکانی ڕاستەقینەی ژیانیان تێرناکات. بەمشێوەیە هێواش هێواش ئینتەرنێت سەرنج ڕاکێشانی خۆی لەدەست دەدات. هەر ئەمەشە وادەکات بەکاربەرانی خاوەن ئەزموون زۆرجار خۆیان لەمر چالاکیانەی کە پێویستیان بە بەشداری کردن یاخود بەکارهێنانی ئینتەرنێت زۆر هەیە بەدووربگرن .
(Suler, 1999, p.386.)

ر- هاوسەنگی لە نێوان ژیانی ڕاستەقینە و ژیانی خەیاڵی (مەجازی): لە ئەنجامی بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست و پێوانەنەکراو لە چالاکییەکانی ئینتەرنێتدا، ئەوا لەمر حاڵەتەدا چالاکییەکانی ئینتەرنێت جیهانی ڕاستەقینە داگیردەکات، بۆیە بەکارهێنانی ئینتەرنێت بە شێوەیەکی ناتەندروست تاکەکان لە ژیانی ڕاستەقینە دووردەکاتەوە و ناچار دەست بە بەڕێوەبردنی ژیانێکی ئۆنلاین دەکەن.
(DELEN, s-s,24-25.)

دواتر (سولەر) لە ساڵی (٢٠٠٤) توێژینەوەیەکی تری ئەنجامداوە و لەمر توێژینەوەیەدا کاریگەری ئۆنلاین و ڕێگرێکردنەکانی خستۆتەڕوو. ئەمر توێژینەوەشی بەمەبەستی ئەوە بەکارهێنا بۆچی مرۆڤەکان کاتێک دەچنە سەرپەیوندییەکی ئۆنلاین بەبەراوورد لەگەڵ پەیوەندییەکی ڕووبەڕوو جیاوازن. ئەگەر بەشێوەیەکی ئاشکرا و ڕوون لەمر بارەیەوە گفتوگۆبکرێت، دەبینن کەسەکان لە ڕێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە بۆ ناسینی خۆیان هەست بە ئازادی دەکەن و کەمتر سنوردار دەکرێن. بەمر هۆیەشەوە کەسی بەکارهێنەر بەرامبەر کەسانی تر زیاتر هەستیار دەبێت و تەنانەت زانیارییە کەسییەکانی خۆی لەگەڵی هاوبەش دەکات و زۆرجار ڕەفتاری نائاسایی ڕاستەقینەی ژیانی خۆشی پێشاندەدات وەک نیشاندانی میهرەبانی بەرامبەر کەسانی نامۆ و مەجازی هتر (AY ...
İNİK, 2021, s. 27.)

لەمر قۆناغەدا گەنجەکان لاوازترین و بێتواناترین گرووپن کە کاریگەری ئەمر ژینگەیان بە جۆرێک لە جۆرەکان لەسەر دەبێت. بەمەشەوە گەنجەکان گەورەترین قوربانی دەستی ئینتەرنێتن کە خۆشەویستیان بۆی هەبێت.

سەبارەت بە ڕێگریکردن لە ئینتەرنێتدا (سولەر) پێیوایە دوو جۆر ڕێگریکردن لە بوای ئینتەرنێتتدا هەیە ئەوانیش بریتین لە (ڕێگریکردن لە خوی باش و ڕێگریکردن لە خوی ژەهراوی.(AY İNİK, 2021, s. 27.)

هەندێک کەس لەکاتی دروستکردنی پەیوەندی لە لەگەڵ کەسانی تر لە ڕێگەی ئۆنلاینەوە هەوڵی ئەوە دەدەن هەست، ڕق و تووڕەیی خۆیان لەکاتی ئەمر پەیوەندییە لەگەڵ کەسانی تردا دەست بەسەردابگرن، یاخود ئەمر جۆرە کەسانە بە شوێن ماڵپەڕە تاریکەکاندا بگەڕێن، وەک ماڵپەڕەکانی تاوان، لادان و توندوتیژی کە هەرگیز ئەمر جۆرە شتانە لە ژیانی ڕاستەقینەدا نادۆزنەوە ئەمەش ڕێگریکردن لە خوی ژاهراوی.

هەروەها ناوبراو پێیوایە ئەو کەسانەی ئامادەن زانیارییە تایبەت و کەسییەکانی خۆیان هاوبەش بکەن و ڕێزێکی زۆر بۆ کەسانی بێگانە نیشاندەدن، ئەمە بەرێگری کردن لە خوی باش پێناسەدەکرێت. دیارە بێناونیشانی و نەبینین بەکارهێنەران لەکاتی بە کارهێنانی ئینتەرنێت بە دوو هۆکاری سەرەکی بۆ سەرهەڵدانی هەردوو جۆری ڕێگریکردن لە خوی باش و خوی ژەهراوی دادەنرین .
(Suler, 2004, p.361.)

٥-٨- بیردۆزەی (ڕیچارد دیڤس)[٧] (Davis) بۆ بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست لەسەربنەمایی ڕێبازی مەعریفی و ڕەفتار

جیاواز لە هەموو تیۆرەکانی تر سەبارەت بە بەکارهێنانی ئینتەرنێت و ئالوودەبوونی (دەیڤس) جەختی لەوەکردۆتەوە مەعریفە و ناکرداری کەسەکان بۆ سەربنەمای کاریگەرییەکانی بەکارهێنانی ئینتەرنێتی نائاسایی دەگەڕێتەوە.

ناوبراو لە توێژینەوەکەیدا زیاتر سەرنجی خستەسەر هەندێک پێکهاتەی ڕەفتاری ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت، لە نێویاندا زیاتر سەرەنجی خستەسەر مەعریفە ناکارامەکان کەپەیوەندیان بە ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتەوە هەیە. (Tecimer, 2021, s28.)

دیارە (دیڤس) لە لەماوەی توێژینەوەکەیدا پەرەی بە هەریەک لە توێژینەوەکانی مەعریفی ئەبراسۆن (Abramson)، مێتالیسکی (Metalsky) و ئالۆی (Aloy) داوە، کە ئەمانە هەوڵیانداوە لەسەر کاریگەری تێۆری خەمۆکی و بێهیوایی و ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت کاربکەن و وەک بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست بیناسێنن. (Abramson, Metalsky, Alloy, 1989, p.358.)

لەکاتی روونکردنەوەی خەمۆکیدا کە لەکاتی بەکارهێنانی ئینتەرنێتدا دروست دەبێت، (ئەبراسۆن) و هاوکارەکانی لە ساڵی)١٩٨٩(دا ئاماژەیان بەوەدا کەنیشانەکانی خەمۆکی بەپێی هۆکاری پێویستن و یارمەتی گرووپ بنەچەدەگرن، ئەم هۆکارانەش دەبێت لەکەسەکەدا هەبێت، تاوەکو نیشانەکانی خەمۆکی روودەن، ئەم هۆکارانەش لەلایەن (ئەبراسۆن) و گرووپەکەی بە چڕی لێکدانەوە و هەڵسەنگاندنی بۆکراوە و بۆ سەر هەردوو بەشی هۆکاری دوور و نزیک دابەشکراوە. (Abramson, Metalsky, Alloy, 1989, p.358.)

بەپاڵپشت بەم لێکدانەوەیە (دیڤس) لە ساڵی (٢٠٠١) دا لە توێژینەوەکەیدا نەخۆشی دەروونی و هۆکارەکانی بۆ بارووددۆخی زیادەڕۆیی لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت دەگەڕێنێتەوە، ئەمەشی وەک هۆکارێکی دوور دەستنیشان دەکات. هەروەها مەعرفە ناکارامەکان و نەبوونی پشتگیری کۆمەڵایەتی و گۆشەگیری وەک هۆکاری نزیک دادەنێت، دیارە رێبازی و تێۆری بەکارهێنانی ئینتەرنێت لەسەربنەمایی رەفتاری مەعریفی لەلایەن دیڤسەوە وەدیهێنراوە، کەناوبراو هەمیشە هەوڵیداوە ئەم بنەمایانەی هۆکارن بۆ بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست بخاتەڕوو.

جگەلەوەش ناوبراو هەوڵیداوە پەیوەندنی راستەقینەی نێوان کەسەکان و پەیوەندییەکانی نێو دوونیای ئینتەرنێت لەیەکتر جیابکاتەوە، تەنانەت لە درێژەی باسەکەیدا ئاماژەی بەوەش داوە کە بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست و نەخۆشی دەروونی کەسەکان لەکتر جیاوازن، بۆیە دەڵێت (دەبێت ئاماژە بەوەبکەین هۆکاری نەخۆشی دەروونی کەسەکە لە ئەنجامی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتەوەنیە).(Tecimer, 2021, s31.)

وەک لەسەروە ئاماژەمان پێدا (دیڤس) هۆکاری دوور و نزیکی دابەشکردووە و لەکاتی روونکردنەوەی هۆکارە دوورەکان مامەڵ لەگەڵ فاکتەری فشاردەکات، کە ناوبراو دەڵێت:(رووبەڕووبونەوەی ئینتەرنێت یاخود تایبەتمەندییەکی نوێی ئینتەرنێت فشارێکە بۆسەر کەسەکە). هەروەها دیڤس ئەزموونەکانی وەک بۆیەکەمجار چاتکردن، یاریکردن، بازارکردن و دۆزینەوەی سایتە پۆرنۆگرافییەکان وەک هۆکارێکی گرنگ بۆ سەرهەڵدانی ئینتەرنێتی ناتەندروست دەبینێت. (ŞENORMANCI , KONKAN, s.262.)

لەدرێژەی باسەکەیدا (دیڤس) بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروستی بۆ دوو جۆری جیاواز دابەشکردووە، ئەوانیش خۆیان لە جۆری گشتگرو تایبەتدا دەبیننەوە، بەشێویەکی گشتی لەبەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست بەگشتگیری تاک بەبێ هەبوونی هیچ ئامانج و مەبەستێکی دیاریکراو بە شێوازی جۆراوجۆر و بەچڕی ئینتەرنێت بەکاردەهێنێت، دیارە ئەم جۆرە بەکارهێنانە کاتێکی زیاتری پێویستە، چونکە تاک لەکاتی بەکارهێنانی هیچ مەبەستێکی دیاری کراوی نیە، تاوەکو کاتێک بەمەبەستەکەی گەیشت دەست بەرداری بەکارهێنانی بێت. تەنانەت لەم جۆرەی بەکارهێنانی ئینتەرنێتدا تاک هەمیشە هەوڵی دەست گەیشتنی بە هەموو شتێک دەدات.(Tecimer, 2021, s31)

لەپاڵ ئەمەشدا تاکەکان لە بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروستی تایبەتدا، بۆ بەکارهێنانی ئینەرنێت مەبەستێکی دیاریکراوی هەیە، وەک (پۆرنۆگرافی ئۆنلاین، چاودێریکردنی بازاری بورسە، یاریکردن و قومارکردن)، لەجۆرە بەکارهێنانەدا ئامانج ئەوەیە ئینتەرنێت وەک ئامرازێک بۆ گەیشتن بە ئامانجێکی دیاریکراو بەکاربهێنرێت، نەوەک بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەبێ هەبوونی هیچ ئامانجێکی دیاریکراو.(Tecimer, 2021, s31)

ئەگەر زیاتر لەسەر ئەم بابەتە بدوێین پێویستە ئاماژە بەوەبکەین، بەکارهێنانی ئینتەرنێتی ناتەندروست بەهەرجۆرێک لە جۆرەکان بێت، زیانی تایبەت بەخۆی هەیە، دەتوانین بڵێن بەکارهێنانی تایبەت لە ئینتەرنێتدا زۆر زیان و کاریگەری کەمترە بەبەراوورد لەگەڵ بەکارهێنانی گشتگیری ئینتەرنێتی ناتەندروست، چونکە ئەوکەسەی کە ئینتەرنێت بۆمەبەستێکی دیاریکراو بەکاردەهێنێت کاتێک بە مەبەست و ئامانجەکەی دەگات، لەماوەیەکی کەمتردا دەست بەرداری بەکارهێنانی ئینتەرنێت دەبێت، بە پێچەوانەوە ئەو کەسانەی ئینتەرنێت بە بێ هەبوونی هیچ مەبەستێکی دیاریکراو بەکاردەهێنن، ئەوا پێویستیان بە کاتێکی زۆر زیاتر دەبێت، هەر ئەمەشە وادەکات رادەی ئاڵوودەبوونیان بە ئینتەرنێت زیاتر بێت.

دەتوانین بڵێن ئینتەرنێت وەک دەریایەک وایە، لەگەڵ تێپەڕبوونی هەر رۆژێک چەندین پرۆگرام و بەرنامەی نوێ تیادا سەرهەڵدەدەن، هەرئەمەشە والە بەکارهێنەرانی ئینتەرنێتی گشتگیر دەکات خولیای بەکارهێنانی ئینتەرنێتیان زیاتر بێت و بەبێ هیچ مەبەست و ئامانجێکی دیاریکراو لە نێو گێژاوی چالاکیە نوێیەکانی ئینتەرنێتدا.

٥-٩- مۆدیلی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت لەلای کەپلان(Caplan)

(کاپلان) دوایی ئەوەی لە ساڵی (٢٠٠٣) توێژینەوەیەکی وورد دەربارەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت ئەنجامدەدات و دەڵێت: لەوکاتەدا ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت گەشەدەسەنێت، کاتێک کەسەکە لەکاتی بە کارهێنانی ئینتەرنێت هەستەکان و کۆنترۆڵی خۆی لەدەست

دەدات، بۆیە کەسانی ئاڵودەبوو هەمیشە بۆ بەکارهێنانی زیاتری ئینتەرنێت پلانی خۆی دادەڕێژێت. ئەم کردارەش بە بەکارهێنانی ئینتەرنێتی کێشەدار وەسف دەکرێت.(Tecimer, 2021, s37)

ناوبراو پێیوایە بەکارهێنانی ئینتەرنێتی نائەندروست کاریگەری نەرێنی لەسەر دەستکەوتی ئەکادیمی، ژیانی کۆمەڵایەتی، ژیانی بازرگانی و کارکردنی کەسەکانیش دەبێت، تەنانەت بەکارهێنانی ئینتەرنێتی کێشەدار رەفتار و کردارە نارێکخراوەکانیش لەخۆی دەگرێت.

دیارە (کەپلان) بە سوود وەرگرتن لە بیروباوەڕی (دەیڤس) پێیوایە دەنگی کۆمپیوتەر وخودی کۆمپیوتەر لەکاتی بەکارهێنانی و هەستی تایپکردن لەسەر کیبۆرد و تەنانەت بۆنی ئەم شوێنەش بە شێوەیەکی ناڕاستەوخۆ کاریگەری لەسەر ئاڵوودەبوون و دەروونی کەسەکە دەبێت.(Tecimer, 2021, s.s37-38)

هەر لەژێر رۆشنایی بیروباوەڕی (دیڤس) تیۆری رەفتاری مەعریفی ئاشکراکرد، کە توێژینەوەکەی (کەپلان) زیاتر جەختی لەسەر پەیوەندنی نێوان دەروون و خۆشگوزەرانی و ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت دەکردەوە، کە پرۆسەی ئاڵوودەبوونەکەش لە ئەنجامی بەکارهێنانی ئینتەرنێدا دێتەکایەوە. کەپلان بەگوێرەی بیروباوەڕی خۆی لە توێژینەوەکەیدا دەڵێت: ئەوکەسانەی کێشەی دەروونی کۆمەڵایەتی وەک خەمۆکی و گۆشەگیرییان هەیە، ئەم جۆرە کەسانە بەبەراوورد لەگەڵ کەسانی تر کەم و کورییەکی بەرچاویان لەبارەی کارامەکۆمەڵاتییەکانەوە هەیە، ئەم کەموکوڕیانەش بێ هیچ گومانێک هەبوونی ئەم کەم و کورییەش کاریگەری لەسەر زیاتر رووکردنە ئینتەرنێت دەبێت. ئەم رووکردنە زیاترەی ئینتەرنێتیش بەمەبەستی پڕکردنەوەی ئەم بۆشاییەیە کە لەناخی کەسەکاندا دروست بووە.(Scott, 2010, p-p.1089-1097.)

دیارە ئەوکەسانەی کێشەی دەروونی کۆمەڵایەتیان هەیە، وەک جێگرەوەیەک بۆ پێوەندی رووبەڕوو هەوڵدەدات لەڕێگەی ئینتەرنێتەوە پەیوەندی لەگەڵ کەسانی تر درووست بکات، لەوکاتەدا کەسی بەکارهێنەر هەست دەکات وەک کەسێکی لێهاتوو تر، کاریگەرتر و ژیرتر بەدیاردەکەوێت، ئیتر ئەمە وا لەم کەسە دەکات بەم جۆرە پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکانی خۆی بەردەوامی پێبدات و بەتێپەڕبوونی کات کاریگەری لەسەری زیاتر بێت، تادەگاتە قۆناغی ناچاری و زیادەڕەویی لەبەکارهێنانی ئینتەرنێت، ئەم کەسانەشی بەم قۆناغە دەگەن لەزۆربەی بوارەکانی ژیان وەک خێزان، پیشە و قوتابخانە شکست دەهێنن. (Scott, 2010, p-p.1089-1097.)

لێرەدا بۆمان روونەبێتەوە بەشێکی ئاڵوودەبوونی کەسەکان بە ئینتەرنێت، بۆ هۆکاری راستەخۆی ترسی بەرکەوتنی کەسەکان لەگەڵ کەسانی دەورووبەری دەگەڕێتەوە، چونکە زۆر کەس هەن ناتوانن پەیوەندییەکی راستەقینە لەگەڵ کەسانی دەورووبەر دروست بکەن، دەکرێت ئەمەش بۆ هۆکاری داب و نەریتی کۆمەڵگاکە بگەڕێتەوە و ئەم کەسەی بەم بارووددخە دا تێپەڕدەبێت لە یەکێک لە وێستگەکانی ژیانی بەرکەوتەی لەگەڵ کەسێکی خراپ هەبووبێت، یاخود داب و نەرێتی ئەم ناوچەیە رێگە بەو کەسە نەدەن هەرشتێکی لە دڵ و دەروونی دایە بە ئارەزووی خۆی بیهێنێتە سەر زوبان و بیخاتەڕوو، ناچار ئەم کەسە پەنا بۆ بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەرێت، چونکە ئەوەی لە کۆمەڵگا جێگایی شەرمەزارییە، لە ئینتەرنێتدا جگەلەوەی هیچ شەرمەزارییەکی پێوەنیە، بەڵکو بگرە زۆرجار دەبێتە قسەوباسی نێو تۆڕەکانی ئینتەرنێت و ئەوانەی بەهەمان بارووددخدا تێپەڕدەبن شانازی پێوە دەکەن.

ئەنجامەکانی توێژینەوەکە

لە ئەنجامی خوێندنەوەو شیکردنەوەی بۆچوونی زانایان دەربارەی ئاڵۆدەبوون بەئینتەرنێت گەیشتین بەم چەند ئەنجامەی خوارەوە

١ - گۆفمان ئاماژەی بەوەداوەکە لەرێگەی بەکارهێنانی ئینتەرنێت تاک بەئاسانترین شێوە دەتوانێـت نمایشێکی گونجاو لەگەڵ کەسی بەرامبەردابکات و هەرجۆرێکی بوویێت بەمجۆرە خۆی لەگەڵ کارلێکی کۆمەڵایەتی بگونجێنێت .

٢ – اریک فرۆم پێوایە پەیدابوونی ئینتەرنێت و بەکارهێنانی رۆژانە لەلایەن بەکارهێنەرێکی زۆرەوە کرداری بەبازارکردنی زۆر ئاسانکردووە،جگەلە فرۆشتنی کاڵاکان، فرۆشتنی بەهاو بیرۆکە کەسیەکان زۆر ئاسانترکردووە

٣ - تورکڵ پێی وایە تەکنەلۆژیا بووەتە هۆی زیادبوونی دابڕان و پچڕانی کۆمەڵایەتی، بەو پێیەی تاکەکان دەتوانن هەست بە تەنیایی و پچڕان لە جیهانی ڕاستەقینە بکەن لە ئەنجامی زیادەڕەوی لە تێوەگلان لە تەکنەلۆژیادا.

٤ - بیروباوەڕی گۆڵدبێرگ، کە ناوبراو پێیوایە زیادەڕەوی لە بەکارهێنانی ئینتەرنێت وەک تێکچوونی کۆنترۆڵی هەوەس و ئارەزوو قبوڵکراوە، کەلێرەدا ئاڵوودەبوون بە مادده هۆشبەرەکان ناگرێتەوە. بەڵکو ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت چەندین تایبەتمەندی خۆی هەیە، هەندی لەتایبەتمەندیەکانش ئەمانەن خەریک بوون بە چالاکییەکانی ئینتەرنێت، کەدەتوانین بڵێن بەزۆری رەفتاری مەعریفی و سۆزداری داگیردەکات. گۆڕانکاری رۆحی لەلای تاکەکان دروست دەکات، خۆشحاڵ بوون و لێبووردەی لەکاتی بەکارهێنانی

ئینتەرنێتدا. هەروەها باس لە دڵەڕاوکێ، خەمۆکی، تووڕەیی، ململانێ و فێڵکردن، گۆشەگیری کۆمەڵایەتی و هەوڵوەشاندنەوەی خێزان و پەیوەندیە کۆمەلایەتیەکان دەکات، کە بەهۆی زیاد بەکارهێنانی ئینتەرنێتەوە روو ئەدەن.

٥- سەبارەت بەبیروباوەڕ یۆنگ، گەیشتینە ئەو ئەنجامەی کە ناوبراو تیۆرەکەی خۆی لەسەر چەند تایبەتمەندییەکی دیاری کراو دەربارەی ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت خستۆتەروو، وەکو یارمەتی دانی لایەنی کۆمەڵایەتی و مەرجەکانی ژیان کردن و خۆبەتاڵکردنەوە لە حەزوو ئارەزووەسیکسیەکان؛ کە لەرێگای بەکارهێنانی ئینتەرنێت بەئاسانترین شێوە دەتوانی بگات بەئارەزووە سێکسیەکان. هەروەها درووستکردنی کەسایەتیەکی نوێ لە کاتی بەکارهێنانی ئینتەرنێت دوور لە کەسایەتی راستەقینەی خۆی ئەمەش دەبێتە هۆی کارکردن بە ناسنامەیەکی نوێیەوە.

٦ - گرۆهۆڵ لە روانگەی خۆیەوە دوایی ئەوەی لە ساڵی (١٩٩٩) توێژینەوەکەی تەواوکرد ئەوەی دەرخست کە کەسانی ئاڵودەبوو بە ئینتەرنێت بەسێ قۆناغی سەرەکیدا تێدەپەڕن، وەک قۆناغی سەرنج راکێشان ئەم قۆناغە واله بەکارهێنەرەکانی دەکات نەتوانن دەستبەرداری بەکارهێنانی ئینتەرنێت ببن، هەروەها سەرسامیش دەبن پێ. دووەم قۆناغیش نائومێدییە لەم قۆناغەشدا کەسەکان بەهۆی زۆر بەکارهێنانەی ئینتەرنێتەوە بێزاردەبن. لە قۆناغی سێیەم . کەسانی ئاڵودەبوو دەتوانن جۆرێ لە هاوسەنگی لە نێوان جیهانی مەجازی (خەیاڵی) و ژیانی راستەقینەی خۆیان دروستبکەن، کاتێکیش کەسەکان بەم هاوسەنگییە دەگەن، دەتوانن ژیانێکی ئاسابی خۆیان لەگەڵ بەکارهێنانی ئینتەرنێت و تەکنەلۆژیا دەست پێبکەن

٧ - یەکێکی تر لەو ئەنجامانەی پێی گەیشتووین ئەوەیە کە سولەر، ئەوەی ئاشکراکردووە دەتوانرێت بەکارهێنانی ئینتەرنێتی کێشەدار و تەندروست لە یەکتر جیابکرێتەوە، هەرلەمبارەیەوە ناوبراو هەشت پێوەری سەرەکی دیاریکردووە،

٨ - ڕیچارد دەیڤس یەکەم توێژەرە کە لە توێژینەوەکەیدا زیاتر سەرنجی خستەسەر هەندێک پێکهاتەی رەفتاری ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێت، لە نێویاندا زیاتر سەرەنجی خستەسەر مەعریفە ناکارامەکان کەپەیوەندیان بە ئاڵوودەبوون بە ئینتەرنێتەوە هەیە.

٩ – یەکێکی تر لەو ئەنجامانەی توێژەر لە کۆتایی هێنان بەتوێژینەوەکەی پێی گەیشتووە بریتییە لەوەی کە کەپلان پێیوایە لەوکاتەدا ئاڵوودەبوون بەئینتەرنێت گەشەدەسەنێت، کاتێک کەسەکە لەکاتی بە کارهێنانی ئینتەرنێت هەستەکان و کۆنترۆڵی خۆی لەدەست دەدات، بۆیە کەسانی ئاڵودەبوو هەمیشە بۆ بەکارهێنانی زیاتری ئینتەرنێت پلانی خۆی دادەڕێژێت.

پێشنیاری توێژینەوەکە

١ – ئاڵۆدەبوون بەئینتەرنێت زیاتر پێویستی بەشیکردنەوە و توێژینەوەی زانستی زیاتر هەیە لەلایەن توێژەرانەوە بۆئەوەی لایەنە ئەرێنی ونەرێنیەکانی ئینتەرنێت شیبکەنەوە.

٢ – پێویستە تاکەکان زیاتر هۆشیاربکرێنەوە لەرووی بەکارهێنانی ئینتەرنێت لە رێگای خوڵ و سیمیناری تایبەت بەکاریگەرییەکان لەسەرخێزان.

٣ – ئەنجامدانی توێژینەوەی زیاترلەسەرئەم بابەتە بەگۆراوەکانی وەک (تەمەن ، رەگەز، ئاستی خوێندەواری ، باری خێزانی .

پەراوێزەکان

1-شێری تورکل لە ١٨ی حوزەیرانی ساڵی (١٩٤٨) لە شاری برۆکلن لەدایکبووە، دوای ئەوەی لە ساڵی (١٩٦٥) لە قوتابخانەی ئامادەیی ئەبراهام لینکۆڵن تەواو کردووە، لە کۆلێژی ڕادکلیف دەستی بە خوێندن کردووە. دوای چەند ساڵێک لە ڕادکلیف، تورکڵ خوێندنی لە زانکۆ پچڕاند بۆ ئەوەی لە فەرەنسا بژی و کار بکات. لەم ماوەیەدا وردەکاریی سەردەمی هەڵچوونی کۆمەڵایەتی و فیکری لەفەرەنسادا بینی. لە سەرەتای حەفتاکانی سەدەی ڕابردوودا گەڕایەوە ئەمریکا و بروانامەی بەکالۆریۆسی لە خوێندنی کۆمەڵایەتی لە کۆلێژی ڕادکلیف تەواو کرد. دواتر لە ساڵی (١٩٧٣) بڕوانامەی ماستەر لە کۆمەڵناسی لە زانکۆی هارڤارد وەرگرتووە، دواتر لە ساڵی (١٩٧٦) بڕوانامەی دکتۆرای لە کۆمەڵناسی و دەروونناسی کەسایەتی لە زانکۆی هارڤارد بەدەستهێناوە، تورکڵ دوو جار هاوسەرگیری کردووە، یەکەمجار لەگەڵ توێژەری (MIT) سیمۆر پاپەرت، دواتر لەگەڵ ڕاوێژکار ڕالف ویلیارد. هەردوو هاوسەرگیرییەکە بە جیابوونەوە کۆتایی هات (2018 "The Second Self")

2-کیمبەرلی سو یۆنگ ئۆماراKimberly Sue Young O'Maral (٩ی ئەیلوولی ١٩٦٥ - ٢٨ی شوباتی ٢٠١٩) دەروونناس و شارەزا بوو لە تێکچوونی ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت و ڕەفتاری ئۆنلاین لە ساڵی ١٩٩٥دا سەنتەری ئالوودەبوون بە ئینتەرنێت دامەزراند. لەکاتێکدا مامۆستای دەروونناسی بوو لە زانکۆی پیتسبورگ لە برادفۆرد. تا مردنی لە ساڵی ٢٠١٩، یۆنگ مامۆستای بەڕێوەبردن بووە لە زانکۆی سانت بۆناڤێنتور. لە ماوەی کارکردنیدا، چەندین بابەت و بابەتی گۆڤار و بابەتی کتێبی بڵاوکردەوە و وەک شایەتحاڵێکی پسپۆڕ کاری کردووە سەبارەت بە توێژینەوە پێشەنگەکانی لەوانەش ئیفادەی بۆ لیژنەی کۆنگرێسی یاسای پاراستنی منداڵانی ئۆنلاین. یۆنگ

ئەندامی کۆمەڵەی دەروونی ئەمریکی، کۆمەڵەی دەروونی پێنسیلڤانیا و ئەندامی دامەزرێنەری کۆمەڵەی نێودەوڵەتی تەندروستی دەروونی ئۆنلاین بوو. یۆنگ لە تەمەنی ٥٣ ساڵیدا لە ٢٨ی شوباتی ٢٠١٩ بەهۆی شێرپەنجەوە کۆچی دوایی کرد. https://en.wikipedia.org/wiki/Kimberly_Young

3-فلیپ جۆرج زیمباردۆ (Philip George Zimbardo). (لەدایکبووی ٢٣ی ئازاری ١٩٣٣) دەروونناسێکی ئەمریکییە و پرۆفیسۆرە لە زانکۆی ستانفۆرد. زیمباردۆ لە خێزانێکی کۆچبەری ئیتاڵی لە شاری سیسیلیاوە لەدایکبووە. لە سەرەتای ژیانیدا تووشی هەڵاواردن و ڕەخنەگرتن بووە، لە ڕووی خۆشگوزەرانییەوە بە هەژاری گەورە بووە. زۆرجار بە هەڵە بە ڕەگەز و نەتەوەی دیکەی وەک جولەکە، پورتوگالی یان ڕەشپێست دەناسێنرێت. زیمباردۆ ئاماژەی بەوەشکردووە، ئەم ئەزموونانە لە سەرەتای ژیانیدا بووەتە هۆی ئەوەی کە کنجکاوییەکەی لەبارەی ڕەفتاری خەڵکەوە هەبێت، دواتر کاریگەرییان لەسەر توێژینەوەکانی لە قوتابخانەدا هەبووە و کتێبی جۆراوجۆری دەروونناسی ناساندنی بۆ خوێندکارانی کۆلێژ نووسیوە،هەروەها دامەزرێنەر و سەرۆکی پرۆژەی خەیاڵی قارەمانە. https://en.wikipedia.org/wiki/Philip_Zimbardo#Early_life

4-جۆن گرۆهۆڵ John Grohol: دامەزرێنەر و بەڕێوەبەری جێبەجێکاری کۆمپانیای (Psych Central)، کە کۆمەڵگەیەکی پێشەنگی تۆڕە کۆمەڵایەتییەکانی تەندروستی دەروونییە. دکتۆر گرۆهۆڵ پسپۆڕێکی تەندروستی دەروونی و ڕەفتاری مرۆڤ و تەکنەلۆژیایە، هاوکارە لە نوسینی کتێبی یارمەتیدانی خۆکارەکی، نوسەری کتێبی ڕێنمایی ناوخۆیی بۆ دەروونی. https://www.google.com/search?q=John+M.+Grohol&oq=John+M.+Grohol&aqs=chrome..69i57j0i512j0i22i30j0i390l4j69i60.1360j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8

5-جۆن سولەر John Suller: پرۆفیسۆری دەروونناسییە لە زانکۆی ڕایدەر کە لەسەر ڕەفتاری مرۆڤەکان لەڕێگەی ئۆنلاینەوە نووسیویەتی. سولەر. لە بواری دەروونناسی لە زانکۆی ویلایەتی نیویۆرک لە ستۆنی بروک بڕوانامەی بەکالۆریۆسی بەدەستهێناوە و لە زانکۆی نیویۆرک. لە دەروونناسی کلینیکی لە زانکۆی ویلایەتی نیویۆرک لە بوفالۆ دکتۆرای بەدەستهێناوە. https://en.wikipedia.org/wiki/John_Suler

6-کاتارسیس: لە نێو یۆنانیە کۆنەکان بە جۆرێک لە گۆڕینی ڕۆح دادەنرێت, کە وەک پاکردنەوەی ڕۆح لە خراپە وەرگیردراوە. بڕوانە Kartasis, Wikipedia. Org, 18-06-2022. 5:00 PM:

7-دکتۆر ڕیچارد دەیڤس سەرۆک/بەڕێوەبەری جێبەجێکاری ڕاوێژکاری سەرکردایەتی کیلبرییە، کۆمپانیایەکی دەروونناسانی بەڕێوەبردنە کە خزمەتگوزاری هەڵسەنگاندن و پەرەپێدان پێشکەش بە وەبەرهێنەران، بەڕێوەبەری جێبەجێکار و سەرکردە سەرەکییەکانی کۆمپانیاکان دەکات. بە بەکارهێنانی تێگەیشتنی دەروونی و ئەزموونی بازرگانی، یارمەتی کۆمپانیاکان دەدات بەها دروست بکەن بە پەرەپێدانی سەرکردایەتی نائاسایی، دامەزراندنی کەسانی گونجاو، پشتگیریکردنی تیمەکانی بەڕێوەبردنی دروست، و گەشتکردن بە قۆناغەکانی گواستنەوەی سەرکردایەتیدا. ڕیچارد مۆڵەتی وەک دەروونناسێکی پیشەسازی ڕێکخراوەیی لەلایەن کۆلێژی دەروونناسانی ئۆنتاریۆوە هەیە. ماجستێری لە زانکۆی بۆستۆن وەرگرتووە، هەروەها دکتۆرای لە زانکۆی بۆستن وەرگرتووە. لە زانکۆی یۆرک پۆستی دەستەی کارگێڕی لە ڕێکخراوە جیاوازەکانی قازانج نەویستدا هەبووە، لەم دواییانەشدا وەک سەرۆکی دەستەی بەڕێوەبەرایەتی لە قوتابخانەی ڕۆژانەی لیۆ بایک بووە. .https://richard-davis.socialpsychology.org/

لیستی سەرچاوەکان:

لیستی سەرچاوەکان بەزمانی عەرەبی

- ارفنغ غوفمان،(٢٠٢١)، *تقديم الذات في الحياة اليومية*، ترجمة: ثائر ديب، دار معنى للنشر والتوزيع، د.م.
- اريك فروم، (١٩٨١)، *أزمة التحليل النفسي*، ترجمة: خلال عترلبسی، المؤسسة الجامعية للدراسات والنسر التوزيع، بيروت.
- اريك فروم، *الانسان من أجل ذاته: بحث في سيكولوجيا الأخلاق*، ترجمة: محمود منفذ الهاشمي، د.م، د.ت.
- حسام الدين فياض، (٢٠٢٣)، *فلسفة الاخلاق والتحليل النفسي عند اريك فروم*، شبكة البنأ المعلومية، ٧كانون الاول.
- شوقي العلوي ،(2006)، *رهانات الانترنت*، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت.
- عبير الطويل محمد، (2014)، *آثار إدمان شبكة االنترنت بين طلبة المرحلة الجامعية الأولى*. رسالة دكتوراة غير منشورة . مقدمه الى جامعة أسيوط . كلية الآداب، قسم الوثائق والمكتبات والمعلومات.
- نشوى عبدالغني (2011)، *إدمان الانترنت وعلاقته ببعض الأعراض النفسية المرضية لدى طالب المدارس الثانوية*، رسالة ماجستير غير منشورة . جامعة حلوان . كلية الآداب . قسم علم النفس.
- هاشم نجيب. (١٩٩٩) *الانترنيت طريق المعلومات السريع*، مجله اسواق الكمبيوتر ، العدد الخامس،

سەرچاوە ئینگلیزییەکان

- Abramson. Lyn Y.، Gerald I Metalsky، Lauren B Alloy. (1989). *Hopelessness Depression: A Theory-Based Subtype of Depression*، Psychological Review 96(2).

- Aspridis M George. (2018)، *A Study About İnternet Addiction of University Studants*، Journnal of Educational and Social Reserch، Vol8، No1.

- Binnaz Kıran Esen & Mehmet Gündoğdu.(2010) *The Relationship between Internet Addiction، Peer Pressure and Perceived Social Support among Adolescents (Ergenlerde Đnternet Bağımlılığı*، Akran Baskısı ve Algılanan Sosyal Destek Arasındaki Đlişki)، Educational Research Association The International Journal of Educational Researchers، 2(1).

- Bruce Kogul ،(2004)، *Teh Global Internet Economy*، London.

- Scott, Caplan E. (2010). *Theory and Measuement of Generelized Problematic Internet Use; Atwo Step Approach*، Comupt Human Behav. No 26.

- Evring Goffman, *Interaction RItual Essays In Face to Face Behvior*, 1987.

- GROHOL، JOHN M. (1999) *Too Much Time Online: Internet Addictionor Healthy Social Interactions*?، CyberPsychology & BehaviorVolume 2، Number 5.

- KIMBERLY S. YOUNG، Psy.D. (1998), *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*، CyberPsychology & Behavior Volume 1، Number 3.

- Margolis, R. D., & Zweben, J. E. (1998). *Treating patients with alcohol and other drug problems: An integrated approach*. American Psychological Association.

- Peter Dell, *Evring Gffman and the Intermet Theory of Science*, 2002.

- Sherry Turkle and Seymour Papert, *(1992), Epistemological Pluralism and the Revaluation of the Concre*, Versions of this article appeared in the Journal of Mathematical Behavior, Vol. 11, No.1, in March.

- Suler، J. R. (1999). *To get what you need: healthy and pathological internet use. Cyber Psychology and Behavior* ، Volume 2،N. 5.

- Suler، J. R. (2004*)، Computer and Cybersoace Addiction، Internatinal of Applied Psycho an alytic studies*، Volume 1، No4.

- Tao Ran، (2010)، *Internet addiction and DSM-V، Addiction*، No 105.

- Yıldız Dilek ERTÜRK, *Analysis Of The Relationship Between Self-Esteem And Levels Of Narcissism Through Selfies Of Instagram Users*, AJIT-e: Online Academic Journal of Information Technology, Vol: 7 - Sayı/Num: 24, 2016.

سەرچاوە تورکییەکان

- Aydın Bayad, (2016) .*Erving Goffman'ın Benlik Kavramı ve İnsan Doğası Varsayımı*, Psikoloji Çalışmaları / Studies in Psychology 36-1,
- Buket ÖNCER ،(2017)، *Ergenlerde Serbest Zamanda Skılma Algısı، İnternet Bağımlılığı ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*، Yüksek lisans Tezi، Akdeniz Üniversitesi، Antalya.
- Caner Doğrusever. (2020). *Ergenlerin internet bağımlılık، algılanan sosyal destek، yalnızlık ve psikolojik belirti düzeyleri: farklı yapısal modellerin denenmesi üzerine bir araştırma*، DOKTORA TEZİ، TÜRKİYE CUMHURİYETİ ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ EĞİTİM BİLİM LERİ ANA BİLİM DALI.

- Elif DELEN. (2021)، *ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU VE SOSYAL ANKSİYETE İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*، Yüksek Lisans Tezi، İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı، İstanbul.

- Erkan Saka, (2019*) Türkiye İnternet Tarihi Alternatif*، İstanbul.

- Erol ESEN,(2010), *ERGENLERDE İNTERNET BAĞIMLILIĞINI YORDAYAN PSİKO-SOSYAL DEĞİŞKENLERİN İNCELENMESİ,* (YÜKSEK LİSANS TEZİ), DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI, Izmir, s18.

- Güngör Müberr- Evren Gökhan، (2002)، İnternet Sektörü Türkiye İncelemeleri، Ankara.

- İlayda SANBAY، (2021). *ÇOCUKLARDA İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE AGRESİF DAVRANIŞLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*، YÜKSEK LİSANS TEZİ، İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ، İSTANBUL, s16.

- Nuri ERDEMİR, (2021), *ORTAOKUL VE LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ İNCELENMESİ*, (DOKTORA TEZİ), İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ, Malatya.

- Özden Arsoy ،(2009*)، İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi،* Psıkyatrıde Güncel Yaklaşımlar.

- Özden Arsoy, (y.y), *Türkiye İnternet Tarihi Alternatif*، İstanbul.

- Sena AY İNİK. (2021). *İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SOSYAL HAYATLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ (ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ).* Yüksek Lisans Tezi. ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜTEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI SINIF EĞİTİMİ BİLİM DALI. Erzurum.

- Sena AY İNİK. (2021). *İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SOSYAL HAYATLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ (ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ).* Yüksek Lisans Tezi. ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜTEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI SINIF EĞİTİMİ BİLİM DALI. Erzurum.

- ŞENORMANCI Ömer، Ramazan KONKAN، Mehmet Zihni SUNGUR، *(2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi.* Psychiatry، S.11.

- Tecimer، (2021)، *Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Bazı Peğişkenler Açısındasn İncelenmesi*، Yüksek Lisan Tezi، İstanbul Gelişim Üniversitesi، İstanbul.

سەرچاوە ئەلکترۆنییەکان

- أقر الجمعية الأمريكية للطب النفسي APA على وضع الإدمان على الانترنت ضمن عناصر الإدمان الأخرى؛ وعرفته على أنه "اضطراب يظهر حاجة سيكولوجية قسرية نتيجة عدم الإشباع من استخدام الانترنت والمصاب بهذا الاضطراب يعاني من أعراض عديدة" http://www.apa.org/Inernetaddiction.htm

- https://en.wikipedia.org/wiki/*John_Suler*

- https://en.wikipedia.org/wiki/*Kimberly_Young*

- https://en.wikipedia.org/wiki/*Philip_Zimbardo#Early_life*

- https://richard-davis.socialpsychology.org/

https://www.google.com/search?q=*John+M.+Grohol&oq=John+M.+Grohol&aqs=chrome.*.69i57j0i512j0i22i30j0i390l4j69i60.1360j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8

- *Kartasis*, Wikipedia. Org, 18-06-2022. 5:00 PM

خصائص إدمان الإنترنت من وجهة نظر علماء الاجتماع وعلماء النفس

دراسة نظرية تحليلية

ئەڤين احمد قادر
قسم علم الاجتماع، كلية الاداب، جامعة صلاح الدين-
أربيل،أربيل،أقليم كوردستان،العراق
aven.qader1@su.edu.krd

جوان اسماعيل بكر
قسم علم الاجتماع، كلية الاداب، جامعة صلاح الدين-
أربيل،أربيل،أقليم كوردستان،العراق
jwan.bakr@su.edu.krd

الملخص

يعد إدمان الإنترنت من أكثر المشكلات وضوحًا وانتشارًا في العصر، وإجراء الأبحاث في هذا المجال له أهميته وخصائصه، لأنه في الوقت الحاضر لا توجد فجوة على وجه الأرض ما لم تصل اليها الإنترنت. لقد أصبح إدمان الإنترنت مرضًا واسع الانتشار اجتاح كل ركن من أركان المجتمع. ولذلك نرى هذه القضية عند كثير من العلماء مثل غولدبرغ، وكيمبرلي سو يونغ أومارا، وجون غورهول وغيرهم الكثير من العلماء المشهورين في مجال إدمان الإنترنت قاموا بإجراء العديد من الدراسات التفصيلية. ونتيجة لهذه الدراسة وجدنا أن كل عالم حسب النظرية التي اعتمد عليها؛ توصل الى اكتشاف عدة خصائص، التي تم تفصيلها بشكل دقيق في محتوى الدراسة. وفي الختام توصلنا إلى استنتاجات الدراسة التي تتضمن قياس مستوى إدمان الإنترنت وبيان خصائص إدمان الإنترنت عمومًا وإظهار آراء بعض علماء الاجتماع وعلماء النفس حول إدمان الإنترنت، ومن اهم النتائج معظم العلماء اكدوا على إدمان الفرد بالإنترنت، بعد أن يلجأ الفرد بسبب خلق فجوة عقلية في العواطف والأحاسيس إلى الاستخدام المفرط للإنترنت، ثمّ يقترب من استخدام الإنترنت الإشكالي ويصبح في النهاية مدمنًا لاستخدام الإنترنت.

الكلمات المفتاحية: إدمان، إدمان الإنترنت، الإنترنت، دراسة، نظرية

Characteristics of Internet Addiction from the Perspective of Sociologists and Psychologists an Analytical Theoretical study

Aveen Ahmed Qader
Department of Sociology, College of Art, Salahaddin University-Erbil, Erbil, Kurdistan Region, Iraq
aven.qader1@su.edu.krd

Jwan Ismail Bakir
Department of Sociology, College of Art, Salahaddin University-Erbil, Erbil, Kurdistan Region, Iraq
jwan.bakr@su.edu.krd

Abstract

Internet addiction is one of the most obvious and widespread problems of the era, and conducting research in this field has its importance and characteristics, because at the present time there is no gap on the face of the earth that is not reached by the Internet. Internet addiction has become a widespread disease that has invaded every corner of society. Therefore, we see this issue in many scientists, such as Goldberg, Kimberly Sue Young O'Mara, John Grohol, and many other famous scientists in the field of Internet addiction, who have conducted many detailed studies. As a result of this study, we found that each scientist, according to the theory he relied on; He discovered several characteristics, which were carefully detailed in the content of the study. This research relies on the scientific method of content analysis and more emphasis is placed on the sources in this field. Finally, the results of our research show that we have achieved the objectives of the study, which are to measure the level of Internet addiction, show the characteristics of Internet addiction in general and show the views of some sociologists and psychologists on Internet addiction. The most important result is that most scientists have emphasized the addiction of individuals to the Internet, after the individual due to the creation of a mental gap in emotions resorted to excessive use of the Internet, thus approaching problematic Internet use and eventually become addicted to Internet use.

Keywords: Addiction, Internet addiction, Internet, research, theory