

أصبح الإدمان على الإنترنت قضية سائدة في مجتمع اليوم. أحد الأسباب الرئيسية لإدمان الناس على الإنترنت هو قدرته على توفير الإشباع الفوري. فإن هذا الرضا الفوري يجعل المستخدمين يعودون للحصول على المزيد. قد يهمل الأفراد مسؤولياتهم وعلاقاتهم لصالح قضاء كميات كبيرة من الوقت على الإنترنت. فإن الاستخدام المفرط للإنترنت يمكن أن يؤدي إلى مشاكل صحية مختلفة مثل إجهاد العين، التعرض المستمر للشاشات يمكن أن يسبب إرهاق العين ومشاكل في الرؤية. بالإضافة إلى ذلك، على الرغم من أن الإنترنت قد أحدث ثورة في حياتنا بعدة طرق إيجابية،