تُعدّ شبكة الإنترنت ثورة تكنولوجية سهّلت الوصول للمعلومات، لكنها تُسبّب إدماناً ينتشر بين الشباب الجامعيين، مُحدِثاً مشكلات نفسية واجتماعية. يُعرّف الإدمان على الإنترنت على أنه عجز عن ترك استخدامه المفرط، مصحوباً بأعراض انسحابية واضطرابات نفسية، أكاديمية، ومهنية. أكد باحثون أن 90% من مستخدمي الإنترنت هم من الشباب، ونصفهم تقريباً مدمنون ويعانون من اضطرابات نفسية، منها اضطرابات النوم المُعرّفة بمعوقات النوم المُتكرّرة، كقلة النوم أو كثرة الأحلام المُفزعة. لذا، يُعتبر الشباب الجامعيون أكثر عرضة للمشكلات النفسية الناتجة عن الإدمان على الإنترنت.

Summarized by © lakhasly.com