



جامعة ميدأوشن
كلية الإدارة
قسم / تخصص إدارة أعمال .

عنوان البحث
الدوبامين، إدمان العصر الحديث وتأثيره على سعادة الأفراد والمجتمع.

إعداد الطالبة/
زينب ناصر
243000309

إشراف/
د.الفیصل عبد الحمید
د.فايز جراد

العام الدراسي: 2025

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة:

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف خلقه
محمدٍ وعلى آله وصحبه وسلّم تسليمًا كثيرًا ،
أتقدم بالشكر الجزيل الوافر لكل من ساندني خلال هذه المرحلة المفصلية في حياتي الدراسية.
للتّي أغدقتني بحبها مذ كنت في عالم الأرحام طفلًا ،
للذي مدّني بعطفه وحنانه حتى غدوت رقيقة القلب شديدة الهمة والعزيمة.
لرفيق دربي وشريك البسمة والدمعة، والذي لولاه لما حققت ما كنت أصبو إليه.
لملاكي الصغيرين، عينيّ اللتين أرى بهما بديع صنع الله وتمام نعمه حيث رزقني إياهما
في أتم الصحة والعافية ليكونا منارين يضيئان عتمة العمر وصعب الأيام.
لأساتذتي الكرام،
كل الشكر والتقدير.

مشكلة الدراسة:

يُعتبر الدوبامين ناقلاً عصبياً يلعب دوراً رئيسياً في نظام المكافأة والتحفيز في الدماغ، حيث يُعزز الشعور بالمتعة والرضا عند القيام بأنشطة معينة. ومع ذلك، يمكن أن يؤدي التعرض المستمر لمحفزات الدوبامين، مثل تعاطي المخدرات أو الانخراط المفرط في أنشطة معينة كالألعاب الإلكترونية أو استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، إلى ما يُعرف بـ"إدمان الدوبامين".

و تتمثل مشكلة إدمان الدوبامين في التكيف المستمر للدماغ مع المستويات العالية منه، مما يؤدي إلى تقليل حساسية مستقبلات الدوبامين. هذا يعني أن الفرد يحتاج إلى محفزات أقوى أو كميات أكبر من النشاط المحفز للشعور بنفس المستوى من المتعة. يمكن أن يؤدي هذا التكيف إلى دائرة مفرغة من السعي المستمر وراء المتعة، مما قد يتسبب في إهمال الأنشطة اليومية والالتزامات الحياتية والعملية.

ولذلك وحرصاً على تثقيف المجتمع ولضمان السلامة النفسية للأجيال القادمة، ارتأينا أن يخوض بحثنا هذا في واحدة من أكثر التحديات صعوبة في الزمن الحديث خصوصاً مع ضرورة استخدام التكنولوجيا في سائر أمور العمل والمعيش.

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في إحاطتها بواحدة من التحديات اليومية التي يواجهها الفرد والتي من الممكن بل من المحتم أن يمتد تأثيرها على المجتمع ككل.

هناك مخاطر عديدة لإدمان الدوبامين نذكر منها :

تأثيره على الفرد:

1. الصحة النفسية: قد يؤدي إدمان الدوبامين إلى اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب والقلق، نتيجة لانخفاض القدرة على الشعور بالمتعة من الأنشطة اليومية.
2. الصحة الجسدية: قد يتسبب في إهمال الصحة الجسدية، مثل قلة النشاط البدني أو سوء التغذية، مما يزيد من مخاطر الإصابة بأمراض مزمنة.
3. العلاقات الاجتماعية: قد يؤدي التركيز المفرط على الأنشطة المحفزة للدوبامين إلى إهمال العلاقات الاجتماعية والعائلية، مما يسبب العزلة الاجتماعية.
4. الأداء الوظيفي أو الأكاديمي: قد يتسبب الإدمان في تراجع الأداء في العمل أو الدراسة بسبب تشتت الانتباه وقلة التركيز.

تأثير إدمان الدوبامين على المجتمع:

1. الاقتصاد: قد يؤدي انخفاض إنتاجية الأفراد المدمنين إلى تأثير سلبي على الاقتصاد الوطني.
2. الصحة العامة: زيادة حالات الإدمان قد تضع ضغطاً على نظم الرعاية الصحية وتزيد من تكاليف العلاج والتأهيل.
3. التفكك الأسري: قد يؤدي إدمان أحد أفراد الأسرة إلى نزاعات عائلية وتفكك الأسرة، مما يؤثر على استقرار المجتمع.

أهداف الدراسة:

يكمن الهدف الرئيسي من هذه الدراسة في الإشارة لهذا النوع الصامت من الإدمان وتعزيز الوعي المجتمعي حول مدى خطورته والتشديد على مواجهته بشكل جدّي كواحدة من أهم ابتلاءات العصر الحديث.

ولتحقيق هذه الغاية، فإنه من المهم البدء بالتعريف عن هذا الهرمون بشكل علمي ومفصّل وكيفية عمله وتأثيره على كيمياء الدماغ، ومن ثم استعراض هذه التأثيرات في العصر السابق ومقارنتها واقعًا بالعصر الحالي.

ومن ثم البحث على إجراءات مقترحة لتفادي أو علاج هذا المرض وطرق مستقبلية للوقاية منه.

تساؤلات الدراسة

- ماهو الدوبامين وماهي وظيفته ؟
- ماهي أبرز الأنشطة التي يدخل فيها هرمون المتعة والمكافأة ؟
- ماهي الفروقات الرئيسية في كيفية استقبال الدوبامين بالنسبة للإنسان القديم والحديث ؟
- كيف يؤثر الوضع الحالي لإدمان الدوبامين على الفرد والمجتمع ؟
- ماهي طرق العلاج والوقاية؟

فروض الدراسة:

1. الإفراط في تحفيز الدوبامين يؤدي إلى تغييرات في بنية ووظائف الدماغ.
2. إدمان الدوبامين يرتبط بانخفاض مستويات السعادة والرفاهية النفسية.
3. بعض الأنشطة والمواد تزيد من خطر إدمان الدوبامين.
4. توجد استراتيجيات فعّالة للحد من تأثيرات إدمان الدوبامين

الدراسات السابقة:

المنطلقات النظرية للدراسة:

تعتمد الدراسة على نظرية نظام المكافأة في الدماغ، والتي تشير إلى أن الدوبامين يلعب دوراً أساسياً في تعزيز السلوكيات المرتبطة بالمكافأة والمتعة. كما تستند إلى نظريات الإدمان التي تركز على التغيرات العصبية الناتجة عن التعرض المستمر للمحفزات

المنهجية وطرق البحث:

سُتستخدم المنهجية الوصفية التحليلية لجمع البيانات من الدراسات السابقة والمقالات العلمية حول دور الدوبامين في الإدمان وتأثيره على السعادة الفردية. بالإضافة إلى ذلك، سيتم إجراء دراسات حالة ومقابلات مع أفراد يعانون من سلوكيات إدمانية لفهم التأثيرات العملية لإدمان الدوبامين

أدوات الدراسة :

- مراجعة التقارير العلمية والمقالات البحثية.
- استبيانات لقياس مستويات السعادة والرفاهية النفسية.
- مقابلات مع مختصين في علم النفس والأعصاب

حدود الدراسة :

تقتصر الدراسة على تحليل العلاقة بين إدمان الدوبامين والتغيرات في وظائف الدماغ والسعادة الفردية والمجتمعية، دون التطرق إلى العوامل الجينية أو البيئية الأخرى التي قد تؤثر على هذه العلاقة.

المراجع:

- د. محمد الحديدي : "المخدرات وإشكالية الإدمان"
- أنا ليمبكي : " أمة الدوبامين: إيجاد التوازن في عصر الإنغماس "

