



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل:

ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" وأهميته
بالإحباط لدى الطالبات الجامعيات

مقدمة لنيل شهادة ماستر اكايمي في علم النفس LMD تخصص: علم النفس العيادي

إعداد الطالبتين:

-دهمش أحلام -ملونس مريم

أمام لجنة المناقشة:

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
1	أ.د. ضياف زين الدين	أستاذ التعليم العالي	جامعة المسيلة	رئيسا
2	أ.د. كنفى عزوز	أستاذ التعليم العالي	جامعة المسيلة	مشرفا ومقررا
3	د. عزوق جميلة	أستاذ محاضر أ	جامعة المسيلة	ممتحنا

السنة الجامعية: 2023/2022



شكر وتقدير

الحمد لله الذي لم يستفتح بأفضل من اسمه كلام ،
ثم الصلاة والسلام على سيدنا محمد خير من افتتحت بذكره الدعوات،
صلى الله عليه وسلم،

نتقدم بجزيل الشكر لمن دل وأرشد وصحح وصبوب الأستاذ المشرف: الأستاذ الدكتور:
كتفي عزوز، كما نتقدم بالشكر للأساتذة الكرام أعضاء اللجنة الذين تشرفنا بقبولهم
مناقشة هذا العمل، وكل من قدم لنا يد العون ولو بشق كلمة من قريب أو من بعيد
جاز الله الجميع على كل خير.

الطالبتين:

لمونس مريم

دهمش احلام

إهداء

الحمد لله الذي ماتم جهد ولاختم سعي الا بفضلته وماتخطى العبد من عقبات الا بتوفيقه
عظم المراد فهان الطريق وجاءت لذة الوصول لتمحو مشقة السنين.... لطالما كان
حان حلما وانتظرته.

اهدي تخرجي الى النور الذي انار دربي وبقى بقلبي ابدا الى من تربيت على يديه
وعلمي القيم والمبادئ الى من لايفصل اسمه عن اسمي الى ابي الغالي حفظه الله
الى من مهدت لي طريق العلم وكانت ملجئي واخذت بيدي الى من لا تنساني بالدعاء امي
الغالية حفظك الله ورعاك

الى اخوتي اللذين عرفت بهم طعم الحياة وكانو السند في حياتي "الياس. بلال" و"ايناس. نسرين"
الى شريكة العمل ورفيقة الدرب . اختي وصديقتي "دهمش أحلام" حفظك الله ورعاك.
الى استاذي الفاضل الدكتور "كتفي عزوز" كل الاحترام والتقدير لك.

لمونس مريم



اقراء

أهدي ثمرة جهدي المتواضع الى من وهبني الحياة والامل الى سر قوتي وسعادتي
التي علمتني ارتقاء سلم الحياة بحكمة وصبر

امي الغالية شكرا لانك تعبت وسهرت من اجلي وأسأل الله لك طول العمر ويبقيك نعمة لي بالحياة

الى أبي الذي كاتفني وأنا أشق الطريق منذ طفولتي ومنحني القوة حتى اخر نفس له بالحياة

جعل الله قبرك روضة من الجنان وشفع فيك النبي العدنان عليه افضل الصلاة والسلام

الى كل عائلتي وخاصة زوجي الذي ساندي وأخذ بيدي ودعمني حتى الاخير

كل الشكر والتقدير للدكتور "كنفي عزوز" الذي كان ناصحا وموجهها طيلة فترة تحضير المذكرة

الى اختي وصديقتي "لمونس مريم" وكل من ساعدني من قريب او بعيد كل الاحترام والتقدير لكم.

دهمش أحلام



A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, featuring leaves, flowers, and butterflies, framing the central text.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

إهداء 1	د.....
إهداء 2	ه.....
فهرس المحتويات	ز.....
فهرس الجداول	ي.....
فهرس الاشكال	ل.....
فهرس الملاحق	ل.....
مقدمة	أ-ج.....

الفصل التمهيدي :الاطار العام للدراسة

1-إشكالية الدراسة:	2.....
2-فرضيات الدراسة	7.....
3-أهمية الدراسة:	7.....
4-أهداف الدراسة:	8.....
5-المفاهيم الأساسية للدراسة:	8.....

الفصل الثاني: الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

اولا: مواقع التواصل الإجتماعي	11.....
تمهيد	11.....
1-ماهية مواقع التواصل الاجتماعي	11.....
1-1 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي	11.....
1-2 النظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي	12.....
1-3 خصائص ومميزات مواقع التواصل الاجتماعي	14.....
1-4 التأثيرات النفسية السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي	16.....
2- مكانة الفيسبوك وسط المواقع الأخرى	17.....
1-2 تعريف الفيسبوك	17.....
2-2 نشأة وتطور الفيسبوك	17.....
2-3 مميزات واستخدامات الفيسبوك	19.....

20	2-4 آثار استخدام موقع الفيسبوك
21	3- الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي
21	3-1 تعريف الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي
22	3-2 التفسيرات النفسية للإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي
24	3-4 الإدمان على الفيسبوك وطرق علاجه
26	خلاصة
27	تمهيد
27	ثانيا: الإحباط النفسي
27	1- تعريف الإحباط
28	2- تطور الإحباط
29	3- أسباب وعوامل الإحباط
29	4- أنواع الإحباط
32	5- أعراض الإحباط
32	6- طرق الاستجابة للإحباط
34	7- العوامل المؤثرة و الناتجة عن الإحباط
35	8- النظريات المفسرة للإحباط
40	9 - علاقة الإحباط بالصحة النفسية و كيفية الوقاية منه
42	خلاصة
43	ثالثا : الدراسات السابقة
43	1 -الدراسات الجزائرية
47	2-الدراسات العربية
50	3-الدراسات الأجنبية

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

57	تمهيد
58	1- منهج الدراسة:
58	2- الدراسة الاستطلاعية:

3- مجتمع وعينة الدراسة:	59
4- أدوات جمع بيانات الدراسة	67
خلاصة	78

الفصل الرابع: عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

تمهيد:	80
1- عرض وتحليل النتائج:	81
أولا: مناقشة نتائج تساؤلات الدراسة:	81
1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول:	81
2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني:	87
ثانيا: مناقشة فرضيات الدراسة:	90
1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:	90
2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:	92
2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:	92
2-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:	95
2-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:	98
2-4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:	102
خلاصة:	107
الاستنتاج العام:	110
التوصيات والاقتراحات:	115
قائمة المصادر والمراجع:	117
الملاحق:	124
الملخص:	139

فهرس الجداول

- جدول (01) يبين عوامل الإحباط وتعريفاتها 29
- جدول (02) العوامل المؤثرة في الاحباط 34
- جدول (03) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير السن 60
- جدول (04) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى الجامعي 60
- جدول (05) يوضح توزيع افراد العينة حسب التخصص الجامعي 61
- جدول (06) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى المعيشى..... 62
- جدول (07) يوضح توزيع افراد العينة حسب امتلاك الفيسبوك 63
- جدول (08) يوضح توزيع افراد العينة حسب مدة استخدام الفيسبوك 64
- جدول (09) يوضح توزيع افراد العينة حسب معدل ساعات تصفح الفيسبوك 65
- جدول (10) يوضح توزيع افراد العينة حسب الوسيلة المستخدمة لتصفح الفيسبوك 66
- الجدول (11) يبين فئات قيم المتوسط الحسابي ومستوى الادمان الموافق لها 69
- جدول رقم (12) يوضح مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بالدرجات 69
- جدول رقم (13) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي
والدرجة الكلية للمقياس 70
- جدول رقم (14) يبين نتائج اختبار "4" لدراسة الفروق بين متوسطي مرتفعي ومنخفضي درجات مقياس
الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي 72
- جدول (15) يوضح معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية لمقياس الإدمان على
شبكات التواصل الاجتماعي 72
- جدول (16) يوضح قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية له 74
- جدول (17) يوضح قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية له 75
- جدول رقم (18) يوضح معامل ثبات أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية باستخدام طريقة
الفا كرونباخ 76
- جدول رقم (19) يوضح معامل ثبات مقياس الاحباط باستخدام طريقة التجزئة النصفية 77
- جدول رقم (20): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لمقياس الإدمان على
شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات 81

- جدول رقم(21) نسبة الموافقة على فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك لدى الطالبات الجامعيات82
- جدول (22) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والاوزان النسبية لمقياس الاحباط وأبعاده لدى الطالبات جامعة المسيلة87
- جدول (23) اختبار "ت" للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في مقياس الاحباط لدى الطالبات جامعة المسيلة88
- جدول(24) معاملات الارتباط لبيرسون لكشف العلاقة بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" وبين الاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة90
- جدول(25) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي93
- جدول (26) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي94
- جدول (27) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الدراسي95
- جدول (28) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الجامعي97
- جدول (29) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي98
- جدول(30) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الجامعي101
- جدول (31) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي102
- جدول(32) يبين تكرارات مستويات المستوى المعيشي حسب ابعاد مقياس الاحباط104
- جدول (33) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة للمستوى المعيشي105

فهرس الاشكال

- شكل (01) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير السن 60
- شكل (02) يوضح وزيع افراد العينة حسب متغير المستوى الجامعي 61
- شكل (03) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير التخصص الجامعي 62
- شكل(04) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى المعيشى 63
- شكل (05) يوضح توزيع افراد العينة حسب امتلاك الفيسبوك 64
- شكل (06) يوضح توزيع افراد العينة حسب مدة استخدام الفيسبوك 64
- شكل (07) يوضح توزيع افراد العينة حسب معدل ساعات تصفح الفيسبوك..... 66
- شكل (08) يوضح توزيع افراد العينة حسب الوسيلة المستخدمة لتصفح الفيسبوك 67

فهرس الملاحق

- مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي..... 124
- مقياس ادمان مواقع التواصل الاحباط..... 126
- التكرارات الخاصة بالعينة الاساسية..... 128
- ارتباط فقرات مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي..... 129
- الثبات لمقياس الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي 131
- صدق مقياس الادمان على مواقع التواصل..... 131
- ارتباط فقرات مقياس الاحباط..... 131
- الارتباط بين الدرجة الكلية للاحباط وابعاده..... 133
- الثبات لمقياس الاحباط 134
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى الدراسي 135
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) ادمان مواقع التواصل والمستوى الدراسي..... 135
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والتخصص الجامعي 135
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الادمان والتخصص الجامعي 136
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى المعيشي..... 136
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى المعيشي..... 137
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط وساعات الاستخدام للفيسبوك..... 137
- تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الادمان والاستخدام للفيسبوك 138

مقدمة

مقدمة:

مع التطور التاريخي التي وصلت إليه وسائل التواصل عبر مختلف العصور ابتداء من الطيور مرورا بالرسالة إلى الهاتف إلى أن ظهر في العقد الأول من هذا القرن ثورة جديدة في مجال الاتصال والتواصل الاجتماعي، كان لها الانتشار الأكبر على مستوى العالم، إنها مواقع أو شبكات التواصل الاجتماعي، أو المواقع الاجتماعية أو مواقع الشبكات الاجتماعية... غيرها من المصطلحات. وما ان ظهرت هذه المواقع بإمكاناتها الهائلة والجذابة، والتي لامست الطبيعة الاجتماعية لفطرة الإنسان التي خلق عليها، حتى أصبحت المؤثر الرئيسي في عمليات التفاعل الاجتماعي، على المستوى الفردي، والأسري، والمجتمعي وساهمت مواقع شبكات التواصل الاجتماعي في إضافة الكثير من النضج على تعاملات وتصرفات مستخدميها وذلك نظرا لتمتعها بمميزات عديدة أهمها سهولة الاستخدام والتفاعل والمشاركة والنشاط واختيار المحتوى وعرضه وتبادلته مع الآخرين، ولقد عرفت مواقع التواصل الاجتماعي انتشارا واسعا بين مختلف الفئات العمرية واصبحت متنفسا لهم وخاصة الشباب من الطلبة الجامعيين، في البداية تم استخدامها للردشة واقامة الصداقات وتفريغ الشحنات العاطفية، إلا أنه مع مرور الوقت تطورت العلاقة بين المستخدمين ومواقع التواصل الاجتماعي فبدأوا يستخدمونها في تبادل وجهات النظر، ونقل الأحداث لحظة بلحظة و تبادل المعلومات ومشاركتها مع دائرة المعارف داخل مواقع التواصل الاجتماعي بالرغم من أن تكنولوجيا مواقع التواصل الاجتماعي مرتبطة بالعديد من الميزات والخدمات الإيجابية، مثل الترفيه، وتسهيل الأعمال، وتطوير المهارات المعرفية، والتفاعل الاجتماعي، فقد أثرت مخاوف بشأن الإفراط في استخدامها، وهذا ما يجعلها تتحول الى سلوك مرضي وظاهرة سلبية خطيرة تهدد حياة الانسان واتزانه النفسي، فمع سهولة التواصل عبر هذه المواقع فإن ذلك سيققل من زمن التفاعل الاجتماعي على الصعيد الشخصي للأفراد والجماعات المستخدمة لهذه المواقع، وكما هو معروف فإن مهارات التواصل الشخصي تختلف عن

مهارات التواصل الإلكتروني، ففي الحياة الطبيعية لا تستطيع أن تخلق محادثة شخص ما فوراً وأن تلغيه من دائرة تواصلك بمجرد النقر على الغاء أو حضر وأن كثرة استخدام هذه المواقع تؤدي إلى نوع من أنواع الإدمان الذي يقود إلى مشكلات نفسية حيث تكسب مستخدميها فرصة للهروب من مجتمعهم والعيش في عالم الأحلام وأكد غريفيث (2005) Griffiths، أن الإدمان السلوكي يظهر بعدة أعراض أهمها: تغيرات في المزاج، وانسحاب من المواقف الاجتماعية، وعدم إظهار السلوكيات المناسبة، وأن العديد من المستخدمين لوسائل الاتصال والتكنولوجيا الحديثة تظهر لديهم مثل هذه السلوكيات . (زيادة ، 2017 ، ص.ص 77/78)

و عرف غريفيث (2005) Griffiths، السلوك الإدماني عملياً من خلال 06 مكونات هي: البروز، التسامح، تعديل المزاج، الصراع، مشاكل الانسحاب والانتكاس . وأكد أنه يمكن تعريف أي سلوك يفي بهذه المعايير على أنه إدمان . والإدمان الكيميائي والسلوكي له نفس الأعراض الأساسية، وبالتالي الاستخدام المفرط والقهري لمواقع التواصل الاجتماعي يمكن اعتباره إدماناً سلوكياً. (Köse & Doğan, 2019, p177)

وعلى الرغم من الفوائد و الامتيازات هذه المواقع في توفير ميزة التواصل الآني وما تتيحه من منافع ومصادر للتنقيف والتعلم وتكوين رأس مال اجتماعي ضخم و في أسرع وقت ممكن، و تحقيق مختلف الإشباعات للأفراد العاجزين عن تحقيقها على أرض الواقع، إلا أنها ومع مرور الوقت نجد ان الاستخدام المكثف والمتواصل للشبكات التواصل الاجتماعي قد يوقع بالمستخدمين وبخاصة الطلبة الجامعيين باعتبارهم موضوع بحثنا ويجعلهم فريسة للعزلة والانطواء والاحباط الذي يعتبر سمة واضحة ومميزة للواقع المعاش ويكون له تداعيات نفسية واجتماعية متعددة منها زيادة القلق والاكتئاب والرغبة في الانعزال وعدم القدرة على التواصل الواقعي مع الآخرين، بما يؤدي الى الشعور بالنفور من المجتمع وهذا ما يجعله يعيش في عالم آخر يلبي رغباته بعيداً عن العالم الواقعي

والدراسة الحالية تعد محاولة لمعالجة موضوع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالإحباط لدى عينة من طالبات جامعة المسيلة الفيس بوك أنموذجا ، وتم ذلك من خلال تناول الموضوع على النحو التالي:

لقد اشتملت الدراسة الحالية على جانبين، جانب نظري ويتكون من فصلين وآخر تطبيقي ويتكون من فصلين.

الفصل الأول: خصص للإطار العام للدراسة، وتضمن إشكالية الدراسة، وأهميتها بالإضافة إلى الأهداف، وحددت فيه مصطلحات البحث وفي الأخير تمت صياغة الفرضيات .
أما الفصل الثاني: فلقد شمل الخلفية النظرية والدراسات السابقة حيث تطرقنا الى متغير الفيسبوك من خلال ماهية مواقع التواصل الاجتماعي، وصولا إلى ماهية مكانة الفيسبوك الموقع الأكثر استخداما بين المواقع الأخرى.

ثم بعدها تطرقنا الى متغير الاحباط، وشمل على عناصر رئيسية، أولها ماهية الاحباط ومراحل تطوره والاسباب المؤدية له، وثانيها انواع الاحباط، أما ثالثا فتعرض لأعراض الاحباط واستجابات الافراد له. ثم اثار الاحباط واخيرا النظريات المفسرة له بالإضافة إلى علاقة الإحباط بالصحة النفسية وكيفية الوقاية منه

أما الجانب التطبيقي شمل فصلين: **الفصل الثالث:** خصص لمنهجية الدراسة والإجراءات الميدانية، بدءا بالدراسة الاستطلاعية ثم المنهج المستخدم، ووصف مجتمع وعينة الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة في الدراسة، وانتهاءا بالأساليب الإحصائية المستخدمة .
أما الفصل الرابع: تضمن عرض نتائج فرضيات الدراسة الأساسية ثم مناقشة نتائج هذه الدراسة وخلاصة عامة حول هذه النتائج.

الفصل التمهيدي : الاطار العام للدراسة

1_الإشكالية

2_فرضيات الدراسة

3_أهمية الدراسة

4_أهداف الدراسة

5_المفاهيم الاساسية للدراسة

الخلاصة

1- إشكالية الدراسة:

الإنسان كائن اجتماعي بطبعه ولذلك كان تفاعله مع الآخرين واتصاله بهم ضروريا لتلبية حاجاته، ولقد بدأ الاتصال الاجتماعي بسيطاً معتمداً على الرموز والإشارات والأصوات التي هي لغة بدائية للتفاهم بين أولى الجماعات البشرية، ثم تطور بتطور حياة الإنسان وخبراته اللغوية والثقافية والاجتماعية، فانقل الاتصال الاجتماعي من لغة الإشارة إلى اللغة المكتوبة ثم وصل إلى ما هو عليه في وقتنا بفضل التقدم المعرفي والتكنولوجي في وسائل الاتصال (جابر، 2003، ص 409).

فالأفراد بحاجة ماسة لمواقف اجتماعية تمكنهم من تبادل العلاقات الشخصية مع الآخرين التي تسمح لهم بممارسة المهارات الاجتماعية المختلفة من ثقة بالنفس وتوكيد للذات وصدقة ومكانة اجتماعية وكل ما تتضمنه المهارات الاجتماعية التي تصف الأداء الوظيفي الاجتماعي ومع الأجهزة الإلكترونية الحديثة أصبح من الملاحظ نسبياً ضعف وندرة العلاقات الاجتماعية المباشرة التي يتم فيها تبادل الخبرات وممارسة المهارات الاجتماعية على تنوعها واستبدال ذلك بالرموز والرسائل القصيرة. (العناني، 2012، ص 46).

حيث "برزت الإنترنت كأهم أداة من أدوات الإعلام الجديد في رسم معالم التغيرات الكبرى التي يشهدها العالم المعاصر في مجال الإعلام والاتصال، ووفرت المرونة الكبيرة في استخدامها والسهولة في الولوج إليها وتصفح بعض محتوياتها مجاناً مجالاً خصباً لحرية الحصول على المعلومة وتبادلها. ومنذ ظهور الإنترنت وهي تتشكل تباعاً مخرجة أنواعاً من التطبيقات والرسائل الإلكترونية التي كونت عناوين لعدد من أشكال الاتصال الفردي والجماعي والجماهيري، تجاوزت معظمها الرقابة والعراقيل التي تتعرض لها وسائل الإعلام التقليدية، وأبرزت دور الفرد كمنتج للرسالة ومتفاعل معها أن بعد كان وظل لسنوات مستقبلاً فقط، وأوجدت طرقاً أخرى للتفاعل والتواصل الاجتماعي وبناء العلاقات الاجتماعية حتى وإن كانت افتراضية. (عيساني، 2013، ص.ص 2/3)

ساهمت مواقع شبكات التواصل الاجتماعي باعتبارها أحدث وسيلة للاتصال واهم تطبيقات الانترنت في إضافة الكثير من النضج على تعاملات وتصرفات مستخدميها، وكما نجحت في نقل الاحداث لحظة بلحظة و تبادل المعلومات ومشاركتها مع دائرة المعارف داخل مواقع التواصل الاجتماعي، وساعدت تلك المواقع الكثير ممن يعانون من المشكلات النفسية من التعامل مع الآخرين على التغلب على هذه المشاكل وهذا إذا استخدمت هذه المواقع بأسلوب إيجابي ومعتدل

فمع سهولة التواصل عبر هذه المواقع ، حيث نجد إن الشباب الاكثر استخداما لمواقع التواصل الاجتماعي باعتبارهم فئة اجتماعية هامة لها مميزات وخصائصها ومنها روح المغامرة والإثارة وحب الاكتشاف ، ما جعل الشباب أكثر الفئات اجتماعية الأكثر إقبالا على الإنترنت، باعتبارها المجال الرحب في الدخول إلى العالم الافتراضي والإبحار في كل جهات العالم . يضاف إلى ذلك ما يعيشه الشباب من فراغ في حياته الواقعية وما يعانيه من مشاكل اجتماعية واقتصادية تحول بينه وبين الاندماج في الحياة وتحقيق الذات، فيكون العالم الافتراضي في شبكة الإنترنت الملاذ من هذه المشاكل، والتعويض عما يفنقه في محيطه المحلي والواقعي. (أحمد، 2018، ص102)

لقد بينت دراسات عديدة أن الشباب هم الأكثر انجذابا واستقبالا للتكنولوجيا وبالتالي هم الأكثر استخداما لها . وهذا ما أوضحته دراسة ليكوي (Lequey 1992) والتي أشارت إلى أن 50 % من مستخدمي الإنترنت عام 1992 في المجتمع الأمريكي هم من الفئة التي تتراوح أعمارهم بين 18-34 سنة. ولقد أشارت دراسة (Pollack and Schein 1997) في مجال الخدمة الاجتماعية إلى أن 40 % من مستخدمي الشبكة هم من الفئات العمرية التي تقع بين 18-24 سنة (زندى، 2017 ، ص143)

كما بينت دراسات عديدة أخرى بأن طلبة الجامعات بالذات هم الأكثر تأثرا وتعلقا بالإنترنت، والأكثر استخداما لمواقعها الاجتماعية ". فقد أكدت دراسة (al et Hall، 2013) التي أجريت في المملكة المتحدة بجامعة كوينز بلفاست (Belfast Queen' s University) أن

مواقع التواصل الاجتماعي تحظى بشعبية كبيرة بين الطلاب، وأن 91% من 377 من الطلاب المستطلعين يستخدمون مواقع شبكات التواصل الاجتماعي، حيث إن 98% منهم يستخدمون الفيسبوك، و 33% يستخدمون تويتر " (الجريسي وآخرون، 2015، ص)

لهذا يمكن القول أن طلبة الجامعات وجدوا في مواقع التواصل الاجتماعي فضاء لتحقيق دوافعهم وإشباع رغبات وحاجات نفسية واجتماعية لم توفرها لهم مصادر أو وسائل أخرى، وبذلك أصبحت جزءاً أساسياً من حياتهم اليومية خاصة مع توفر خدمة الاتصال بهذه المواقع على الهاتف المحمول بحيث أنه قد لا يكاد يوجد طالب لا يملك هذا الجهاز إذ "يعد استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية نشاطاً شائعاً بشكل خاص على الهواتف الذكية، حيث يتم استخدام حوالي 80% من وسائل التواصل الاجتماعي عبر تقنيات الجوال"

(Griffiths and Kuss, 2017, p51)

ويعتبر إدمان وسائل التواصل الاجتماعي نوعاً من إدمان الإنترنت . فالأفراد الذين يقضون الكثير من الوقت على وسائل التواصل الاجتماعي لديهم رغبة في أن يتم إخطارهم بأي شيء على الفور، مما قد يتسبب في التسامح الافتراضي والتواصل الافتراضي ومشكلة افتراضية . وعليه فالسلوكيات التي تجبر الشخص على هذه التصرفات يمكن تفسيرها على أنها إدمان على وسائل التواصل الاجتماعي (Şahin, 2018, p170).

والطالب الجامعي ليس في منأى عن هذه الظاهرة الاجتماعية خاصة أن الإنترنت الفيسبوك خصوصاً أصبح جزءاً من حياته الجامعية، لهذا نجد بعض طلبة الجامعات يبقي على الشبكة طوال الليل والى وقت الصباح مما أدى إلى وقوعه بكثير من المشاكل نظراً لسوء تنظيم الوقت وبقائه متصلاً بشبكة الانترنت بدلاً من المذاكرة والدراسة. وبالتالي يأتي متعباً ومرهقاً ومتأخراً عن موعد محاضراته، وربما ينام في المحاضرة وهذا ما يعرضه للعديد من المشكلات والضغوط النفسية منها الاحباط الذي يعبر عنه بمشاعر مؤلمة كالإحساس بالضيق والتوتر والغضب والعجز وينتج عن وجود عائق ما يحول دون إشباع حاجته وكثير من الطلبة يعاني من الاحباط دون ان يعرفوا ذلك الامر الذي يجعلهم عاجزين عن مواجهة مشاكلهم ويفقدون الثقة بأنفسهم

إن الإفراط في الدخول إلى هذه المواقع و"متابعة تطبيقات الإنترنت يدعم العزلة والوحدة ويسبب حالة من التناقض بين ما هو كائن وما ينبغي أن يكون، حيث إن الشخص يسعى للبحث عن هويته وتكوين شخصيته وذلك من خلال القيم الموجودة في مجتمعه الحقيقي القائم على التفاعلات الاجتماعية المباشرة. ومع سيطرة وسائل الإعلام على الشخص وتكوينها لأفكاره تصبح القيم الإلكترونية هي المحرك والدافع الأول ل ه، وعندما يتبع القيم المستوردة فإنه يدخل في حالة من التناقض والشعور باللامعيارية، وربما أدى به ذلك إلى التمرد على الوضع الحالي والانخراط في مظاهر الاغتراب والتي منها الشعور باليأس والعجز عن التأثير في مجريات حياته ومن هنا يشعر أن حياته لا هدف منها ولا ثمرة فيها. (رسلان وسعادة، 2017)

وتشير الدراسات إلى أن الطلبة الذين يعيشون مستويات مرتفعة من الوحدة النفسية ويفتقرون إلى الدعم الاجتماعي ربما يلجئون إلى الإنترنت للتخفيف من هذه المشاعر، فمشاعر الوحدة النفسية والافتقار إلى الدعم الاجتماعي تؤدي إلى أن يصبح الطلبة مدمنين على الإنترنت. (الحربي، 2008، ص44)

ولقد تناولت العديد من الدراسات العربية منها والأجنبية شبكات التواصل الاجتماعي وربطها بمتغيرات أخرى متعددة ومنها دراسة الطهراوي(2015) التي تناولت الحاجات النفسية المشبعة لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي(الفايسبوك)، ودراسة فانسون(2010) التي تناولت أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية وغيرها من الدراسات التي ركزت على شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالمتغيرات المختلفة. دراسة الخواجة (2014) تناولت الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي، ودراسة القرني (2011) تناولت إدمان الإنترنت وعلاقته بالاضطرابات النفسية، ودراسة زيدان(2008) التي تناولت إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس . كل الدراسات تقريبا عالجت موضوع ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمتغيرات اخرى كالمعاش النفسي او التحصيل الدراسي الا أنه لا توجد دراسات تقريبا تناولت موضوع ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالإحباط .

ونظرا للنقص في دراسة متغيرات الدراسة الحالية، دفع الباحثين للقيام بهذه الدراسة، وانطلاقا من هذا العجز جاءت هذه الدراسة الحالية محاولة منهما لسد هذا النقص ولو بالقليل وزيادة الوعي بمخاطر إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والذي هو العنصر الجوهر والرئيسي حول نشوء الاضطرابات النفسية لدى فئة الطلبة الجامعيين، ومن خلال معايشة الباحثين لأرض الواقع وأن كل من حولهما من الطالبات يقمن باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط وهذا ما أثر على سلوكهن بظهور القلق وعدم الارتياح لديهن وكذا فصلهن عن واقعهن الحقيقي

على ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيسي التالي:

1- التساؤل العام:

ما العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك "نموذجاً" والاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة؟

ولقد انبثق عن هذا السؤال الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

2- التساؤلات الفرعية:

- ♦ ما مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" لدى الطالبات الجامعيات؟
- ♦ ما مستوى الاحباط وابعاده على الطالبات بجامعة المسيلة؟
- ♦ هل توجد علاقة ارتباطيه بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وبين الإحباط وأبعاده لدى الطالبات بجامعة المسيلة؟
- ♦ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لمتغيرات (المستوي الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، المستوى المعيشي)؟

2-فرضيات الدراسة

1-2 الفرضيات العامة:

توجد علاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك "نموذجاً" والاحباط لدى الطالبات الجامعيات

2-2 الفرضيات الفرعية:

- ◆ مستوى الإدمان مرتفع على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" لدى الطالبات الجامعيات؟
- ◆ مستوى مرتفع للإحباط وابعاده لدى الطالبات بجامعة المسيلة؟
- ◆ توجد علاقة ارتباطيه بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وبين الإحباط وأبعاده لدى الطالبات بجامعة المسيلة؟
- ◆ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" والاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى لمتغيرات (المستوي الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والمستوى المعيشي)؟

3-أهمية الدراسة:

تستمد الدراسة الحالية أهميتها من مشكلتها وأهدافها ومتغيراتها وكذلك موضوعها الذي يعتبر حديث في الميدان النفسي ولعل ذلك يتضح ممايلي:

أ-الأهمية النظرية:

- القاء المزيد من الضوء على ظاهرة نفسية جديدة وهي إدمان شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك أنموذجاً" وعلاقتها بالإحباط
- إدمان شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك أنموذجاً" أصبح ظاهرة لدى جميع المستويات العمرية وخاصة طالب الجامعة.

ب -الأهمية التطبيقية:

- يمكن أن يستفيد من نتائج الدراسة المتخصصون في المجالات النفسية في تخطيط وعمل البرامج الوقائية والعلاجية لمواجهة ظاهرة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وللتغلب على الآثار المترتبة عليها.
- يمكن أن تفيد نتائج الدراسة في لفت أنظار أولياء الأمور والمربين لخطورة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي على التنشئة النفسية لأبنائهم.
- قد تفيد هذه الدراسة في زيادة الوعي لدى الطالبات الجامعيات حول إدمان شبكات التواصل الاجتماعي التي قد تسبب لهن بعض الاضطرابات النفسية والعمل على تفاديها وتعديلها

4-أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى محاولة تحقيق مايلي:

- التعرف إلى مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط لدى عينة الدراسة.
- الكشف عن نوع وطبيعة واتجاه العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط.
- معرفة الفروق في درجة إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط.

5-المفاهيم الأساسية للدراسة:

5-1-إدمان مواقع التواصل الاجتماعي:

عرف جلال، محمد(2005)، الاستخدام المفرط للإدمان الإلكتروني بأنه: رغبة ملحة متزايدة في قضاء أكبر وقت ممكن أمام الجهاز الإلكتروني وهو نوع من البحث الحسي للمثيرات أو النشاطات العديدة بهدف تحقيق الإشباع، يتولد عنه الانشغال الذهني بهذه المثيرات أو النشاطات حتى وإن كان الإنترنت غير متاح للفرد، فتتأثر حالة الفرد النفسية والسلوكية والاجتماعية والأكاديمية.

التعريف الإجرائي: تعرفه الباحثتان على أنه زيادة الساعات في استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعدم الشعور بهدر الوقت مع الاستغناء عن أداء أعمال أخرى لدى طالبات جامعة المسيلة ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها من عينة طالبات جامعة المسيلة على قائمة مقياس إيمان شبكات التواصل الاجتماعي المعد للدراسة.

5-2-تعريف الفيسبوك:

هو موقع إلكتروني للتواصل الاجتماعي، وقد عرف بأنه التعبير المستخدم لوصف أي موقع إلكتروني يخول لمستخدميه إنشاء ملفات شخصية ونشرها بشكل علني عبر ذلك الموقع وتكوين علاقات مع مشتركين آخرين على نفس الموقع، يكون بإمكانهم الدخول إلى ملفاتهم الشخصية. (إيلي أحمد، 51، 2012).

5-3-الإحباط:

الإحباط عند علماء النفس هو مصطلح يتكون من معنيين وهما:

- ❖ المعنى الأول: يشير إلى إعاقة أو تأجيل إشباع دافع معين أو حاجة معينة لدى الفرد عندئذ يقال إن الفرد يعاني من إحباط.
- ❖ المعنى الثاني: يشير إلى الحالة الانفعالية غير السارة الناجمة عن إعاقة لسلوك الموجه نحو هدف معين. (محمد جاسم، 2004، ص159).

الفصل الثاني: الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

اولا : مواقع التواصل الاجتماعي

1_ ماهية مواقع التواصل الإجتماعي

2_ مكانة الفيسبوك وسط المواقع الأخرى

3_ الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي

ثانيا: الإحباط النفسي

1_ تعريف الإحباط

2_ أنواع الإحباط

3_ النظريات المفسرة للإحباط

ثالثا : الدراسات السابقة

اولا: مواقع التواصل الإجتماعي

تمهيد:

أدى التطور الهائل والمتسارع في تكنولوجيا الإعلام والاتصال في العقد الأخير الى انتاج وسائل حديثة في التواصل الاجتماعي، عملت على تغيير أنماط حياة الأفراد اليومية، وعلاقاتهم الاجتماعية، وطرق تفاعلهم التقليدية المألوفة. حيث تأتي الانترنت في مقدمة هذه الانجازات دون منافس، إذ عملت أكثر من أية وسيلة أخرى على إحداث تغييرات جذرية، مست حياة الناس وطالت جوانبها السياسية والاجتماعية والنفسية والاقتصادية والتربوية والصحية والاجتماعية، وأكثر هذه المواقع انتشارا هو موقع الفيسبوك، الذي من شأنه أن يحدث سلوكيات مقبولة وغير مقبولة، في جميع المجالات التي تتعلق بالفرد والمجتمع . وقد يؤدي الاستخدام المفرط لهذه المواقع، إلى تدني المنظومة القيمية نتيجة للتأثر بالثقافات المفتوحة، وقد يفرز الكثير من المشكلات السلوكية غير السوية، وفي ضوء هذا سوف نتطرق في هذا الفصل إلى ماهية مواقع التواصل الاجتماعي والنظريات المفسرة لها واهم المواقع شيوعا والتأثيرات النفسية التي تحدثها، ثم نتعرض لمصطلح الفيسبوك من نشأة وخصائص واثار استخدامه، وفي الأخير نتطرق لتعريف الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وسلبياته والإدمان على الفيسبوك وطرق الوقاية منه.

1- ماهية مواقع التواصل الاجتماعي

1-1 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي:

- عرفت بأنها منظومة من الشبكات الالكترونية عبر الانترنت، تتيح للمشارك فيها إنشاء موقع خاص به، ومن ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات والهوايات، جمعه بأصدقاء الجامعة أو الثانوية، أو غير ذلك. (بيلي، 2012، 37).
- وتعرف بأنها خدمة متوفرة عبر الانترنت تعمل على ربط عدد كبير من المستخدمين من شتى أرجاء العالم ومشاركتهم وتشبيكهم في موقع إلكتروني معا مباشرة ويتبادلون الأفكار

والمعلومات وبناقشون قضايا لها أهمية مشتركة بينهم، ويتمتعون بخدمات الأخبار، المحادثة الفورية والبريد الإلكتروني، ومشاركة الملفات النصية والمصورة وملفات الفيديو والصوتيات. (السيد، أحمد، 2014، 192).

➤ عرفت بأنها عبارة عن مواقع تتيح للمستخدمين إنشاء حسابات شخصية، وتكوين علاقات مع مستخدمين آخرين للمواقع نفسها، وتعد مواقع فيسبوك ، واتساب، ويوتيوب، أمثلة عنها. (محمد مروان، 2017)

1-2 النظريات المفسرة لمواقع التواصل الاجتماعي:

هذه النظريات تعاملت مع هذه المواقع على أساس أنها وسيلة من وسائل الاتصال الجماهيري، ينطبق عليها ما ينطبق على وسائل الاتصال الجماهيرية الأخرى من بينها:

1-2-1 النظرية التفاعلية الرمزية:

تدور فكرة التفاعلية حول مفهومين أساسيين هما: الرموز والمعاني في ضوء صورة معينة للمجتمع المتفاعل، وتشير التفاعلية الرمزية إلى معنى الرموز على اعتبارها قدرة يملكها الإنسان للتعبير عن أفكاره باستخدام رموز في تعاملهم مع بعضهم البعض، إذ يتم تحديد الرموز بالاتفاق بين أعضاء الجماعة. وتعد اللغة من أهم مجموعة الرموز اللازمة للتفاعل الاجتماعي في حين أن استخدام الرموز ثورة في قدرة الإنسان على التواصل مع غيره من أفراد المجتمع، ووسيلة لزيادة المقدرة على نقل المشاعر والميول والاتجاهات في المجتمع. ينظر أنصار التفاعلية الرمزية إلى الفرد على اعتباره مخلوق يحاول بناء الحقيقة ومعرفة معاني الأشياء، أو الموضوعات، أو الأحداث ليواجه بذلك الناس في حياتهم اليومية، وبالتالي يعتبر قادر على تحسين ذاته وبناء شخصيته و القدرة على تغيير الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه من خلال التفاعل بين الأشخاص أو الجماعات .

أشهر علماء التفاعلية هو العالم كينز بيرغ (Ginsberg) والذي عرف العلاقات الاجتماعية على أنها: "التفاعلات التي تقع بين شخصين أو أكثر من أجل تحقيق أغراض الأشخاص الذين يدخلون في مجالها كالعلاقة بين الطالب والأستاذ، والمريض والطبيب وهكذا".

من أهم شروط تكوين العلاقة التفاعلية كما يحددها كينز بيرغ، هي وجود شخصين فأكثر يكونون علاقة إنسانية تتطوي على مجموعة رموز سلوكية وكلامية ولغوية يفهمها أقطابها، وكذلك تتطوي هذه العلاقة على فعل ورد فعل بين الأشخاص الذين يكونوا موضوعاتها. و التي تدفع الفرد إلى الدخول في علاقات مع الغير، وهذه الأسباب قد تكون اقتصادية، أو تربوية، أو عائلية، أو غيرها من العلاقات الاجتماعية التي تكون دوافعها سياسية، أو دينية . والتي تؤثر إيجابا أو سلبا اعتمادا على طبيعة العلاقة الإنسانية القائمة بين الفرد والمنظمة الاجتماعية. (لطي كامل، 1999، 120، 122).

1-2-2 نظرية انتشار المستحدثات لروجرز Rogers:

نظرية روجرز لانتشار المستحدثات أحد النظريات الأساسية في هذا العصر، لظاهرة تبني المجتمعات للمخترعات الجديدة ويمكن تعريف الانتشار على أنه: العملية التي يتم من خلالها المعرفة بابتكار أو اختراع ما، من خلال عدة قنوات اتصالية بين أفراد النسق الاجتماعي، وقد قام روجرز بدراسات عديدة في هذا المجال ووجد أن هناك علاقة بين انتشار المستحدثات و حدوث التغيير الاجتماعي. وتعتمد درجة انتشار المستحدثات على فعالية الاتصال داخل النسق الاجتماعي بحيث يتم انتشار الفكرة الجديدة وهنا يظهر دور عامل الوقت. (ليلى أحمد، 1998، 256، 257).

حيث أشار روجرز إلى أن المتبنين للمستحدثات ينقسمون إلى خمس فئات هم:

1-المبتكرون :

تمثل هذه الفئة أولئك الذين يتوقون إلى تجربة الأفكار الجديدة، حيث تتميز تلك الفئة بالدخل المرتفع والتعليم العالي، والانفتاح على الثقافات العالمية.

2-المتبنون الأوائل :

يتميزون بأنهم أكثر تمسكا بأعراف الجماعة، وبعضهم من يحتل مرتبة قادة الرأي، نظرا لاندماجهم القوي مع المجمعات.

3-الغالبية المبكرة :

هم أولئك الذين يفكرون مليا قبل تبني أي فكرة حديثة، ويعتمدون على الجماعة، في إمدادهم بالمعلومات، ويمثلون حلقة وصل لنشر الفكرة المستحدثة.

4-الأغلبية المتأخرة :

وصفهم روجرز بالمتشككين، إذ يتبنون الفكرة اعتمادا على عرف الجماعة، وأعضاء تلك الفئة غالبا ما يكون أكبر سنا وأقل دخلا وتعلما.

5-التمسكون :

تشير تلك الفئة إلى أولئك الذين يرتبطون بالتقاليد، ويتمسكون بالأفكار القديمة، ولا يتبنون الفئة المستحدثة إلى إذا كانت قديمة.

ترتبط هذه النظرية بدراسة عدة إشكاليات تتعلق بتغير أنماط استخدام تكنولوجيا الاتصال عبر فترات زمنية مختلفة وسمات وخصائص الأفراد المستخدمين لهذه التكنولوجيا، ومعرفة درجة الاستخدام. (خالد محمد، 2009، 8).

لقد نبهت بعض الدراسات التي لها علاقة ببحوث انتشار المستحدثات إلى أهمية مفهوم مواقع التواصل الاجتماعي في فهم كيفية انتشار المبتكرات داخل النسق الاجتماعي، وفي ضوء ذلك قام روجرز بدراسة قنوات الاتصال لأنها هي التي تعمل على إقناع الفرد باستخدام أدوات تكنولوجيا الاتصال، إضافة إلى ذلك أشارت هذه الدراسات إلى أهمية تناول عملية الانتشار من خلال بعد تنظيمي وذلك لتأثير البيئة الاجتماعية على عملية استخدام التكنولوجيا.

1-3 خصائص ومميزات مواقع التواصل الاجتماعي:

1-3-1 خصائص مواقع التواصل الاجتماعي : من أبرزها :

- **التفاعلية :** وتعني رجوع الصدى، وقد عرفت بأنها العملية التي يتوافر فيها التحكم في وسيلة الاتصال من خلال القدرة على إدارة عملية الاتصال عن بعد. وبهذه الخاصية يمكن للمستخدم أن يتحاور مباشرة مع صانع المادة الإعلامية عن طريق الدردشة أو المشاركة فيها عن طريق عرض الآراء. (علي خليل شقرة، 2014، 55).

• **سهولة الاستخدام:** من بين الأمور التي تساعد على انتشار مواقع التواصل الاجتماعي وهي بساطتها، لذا فإن أي شخص يملك مهارات أساسية في الانترنت يمكنه إنشاء وتسيير موقع شبكة اجتماعية، كما أن التسجيل في هذه المواقع مجاني. (مريم نريمان، 2012، 54).

• **الأصدقاء والعلاقات :** هم بمثابة الأشخاص الذين يتعرف عليهم الشخص لغرض معين حيث تطلق مواقع التواصل الاجتماعي عليهم إسم صديق، بينما تطلق عليهم بعض المواقع الاجتماعية الخاصة مسمى اتصال أو علاقة. (إيلي أحمد، 2012، 43).

• **خاصية الصور:** تتيح هذه الخاصية للفرد إمكانية إعداد ألبوم صور أصدقائه المضافين لديه وصور عائلته وصور مناسباته الخاصة أو العامة.

• **خاصية الفيديو :** تسمح للمستخدم تحميل الفيديوهات الخاصة به، ومشاركتها مع الأصدقاء على هذا الموقع.

■ **خاصية المدونات:**

هذه الخاصية متوفرة على مواقع التواصل الاجتماعية، وهي إمكانية التدوين من خلال الموقع، هذه الخاصية توفر للمشارك إعداد ملف كامل عنه وعن حياته واهتماماته ويمكن تقديم روابط مفيدة لمن هم في نفس مجاله ولهم نفس الاهتمامات. (صديق عباس، 2008، 99).

1-3-2 مميزات مواقع التواصل الاجتماعي:

لمواقع التواصل الاجتماعي مميزات وهي:

1- سرعة وفورية الحصول على المعلومة من مصادرها الحية، هذه الميزة والتي تخطت بها الأنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي ما يطلق عليه في منظور الإعلام مصطلح حراس البوابة (Gatekeeper) والتي زادت من مصداقية الخبر، أو التغطية الخبرية، أو الصورة الثابتة، أو الصورة العلمية المنشورة على هذا الموقع، والتي غالباً ماتكون مكتوبة، أو منقولة من قبل شخوص الحدث، وهذا ما يمنحها مصداقية ولهذه المصداقية تأثير كبير في تشكيل قناعة الجمهور، ومن هنا يأتي التأثير الكبير المتوقع لمواقع التواصل الاجتماعي.

2- مصدر مهم للمعلومات، بحيث أن انتشار مواقع التواصل الاجتماعي من حيث الاستخدام جعلها مصدرا لمعلومات الجمهور الشباب منهم بشكل خاص لأنهم الفئة الأكثر تأثرا والأسرع استجابة للأحداث.

3- وسيلة بسيطة ومجانية للنشر والدعاية والترويج للمشروعات والعملات المختلفة.

4- تعبر عن صوت الشباب العادي بصراحة شديدة، ويمكن عن طريقها استنباط نبض فئة الشباب الذي يتعامل مع شبكة الأنترنت.

5- تجسد حرية الرأي العام والتعبير بشكل يجعل الكلمات أقرب للجمهور، والأخبار أو التي تنشر أدق وأصدق في أحيان كثيرة من الوكالات الإخبارية والصحف أو المجالات.

1-4 التأثيرات النفسية السلبية لمواقع التواصل الاجتماعي:

بالرغم من الفوائد الكثيرة لمواقع التواصل الاجتماعي، إلا أن بعض الباحثين يرون أن هناك سلبيات لهذه المواقع منها :

1- إمكانية تعرض هذه المواقع للقراصنة أو الفشل في أنظمة الحماية، مما قد يسهل الوصول إلى المعلومات الخاصة بالحسابات في هذه المواقع والوصول إلى المراسلات الخاصة.

2- إمكانية الوقوع في فخ النصب والاحتيال، حيث تنتشر في بعض هذه المواقع حسابات لشخصيات وهمية.

3- فساد العلاقات الاجتماعية ، هناك دراسات تؤكد تسبب مواقع مثل الفيسبوك، وماي سبيس بنسبة تفوق (20 %) من حالات الطلاق ويأتي هذا نتيجة لرؤية الشريك لشريكته أو العكس، مهتما بأفراد آخرين داخل الشبكة، أو نتيجة للإهمال بسبب التواصل عن طريق هذه المواقع.(خالد محمد،92،2009،93).

4- بث الأفكار الهدامة التي تؤثر على الفرد وخاصة المراهقين من خلال استخدام المواقع الاجتماعية لبعض الحسابات غير المرغوب بها.

5- الإفراط في استخدام هذه المواقع يؤدي إلى إهمال الواجبات المدرسية واضاعة الوقت.

- 6- الإفراط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد يؤدي إلى الشعور بالكسل و الإكتئاب و العزلة الإجتماعية وضعف صلة الرحم من خلال التقليل من العلاقات الإجتماعية
- 7- الاستخدام المبالغ لشبكات التواصل الاجتماعي عبر الانترنت يسبب إدماناً نفسياً يشبه نوعاً ما في طبيعته الإدمان الذي يسببه التعاطي الزائد عن الحد للمخدرات والكحوليات.
- 2- مكانة الفيسبوك وسط المواقع الأخرى

2-1 تعريف الفيسبوك:

هو موقع ويب للتواصل الاجتماعي الذي يمكن الدخول إليه مجاناً وتديره شركة "فيس بوك" محدودة المسؤولية كملكية خاصة لها؛ فالمستخدمون بإمكانهم الانضمام إلى الشبكات التي تنظمها المدينة أو جهة العمل أو المدرسة أو الإقليم، وذلك من أجل الاتصال بالآخرين والتفاعل معهم بمختلف الأشكال

أما مكتشفه "مارك زوكربيرج Mark zuckerberg يرى أن " الفيسبوك " حركة اجتماعية وليس مجرد أداة أو وسيلة للتواصل، وأنه سوف يزيح البريد الإلكتروني من الطريق وأنه سوف يسيطر ويحتل كل النشاط البشري على الشبكة الدولية، فوصفه بأنه " دليل سكان العالم " فهو موقع يتيح للأفراد العاديين أن يخلقوا من أنفسهم هويات عامة عن طريق الإدلاء بما يريدون من معلومات حول أنفسهم وتكوينهم الذاتي والعاطفي ونشر صورهم الشخصية و الهدف منه أن يصبح العالم "مكاناً أكثر انفتاحاً" (الفاظطة 2011 ، ص 22).

2-2 نشأة وتطور الفيسبوك:

في 28 أكتوبر من عام (2003) ، انطلق موقع الفيسبوك عندما قام مارك زوكربيرج وهو طالب في السنة الثانية بجامعة هارفرد الأمريكية بابتكار الفيس ماش مع زميليه في غرفة السكن "موسكو فيتر" و"هيوز" حيث تم استخدام صور لطلبة المدينة الجامعية، عن طريق وضع صورتين بجانب بعضهما البعض، ودعوة طلاب مستخدمين إلى اختيار الشخص "الأكثر جاذبية." وقد لجأ "زوكربيرج" إلى اختراق مناطق محمية في شبكة الحاسوب الخاصة

بجامعة هارفارد، وقام بنسخ صور خاصة بالطلبة في السكن الجامعي، كي يتمكن من الحصول على تلك الصور التي وضعها في الموقع، ثم قام بتوجيه الموقع إلى العديد من وحدات الخدمة الخاصة بالحرم الجامعي، لكن ونتيجة لذلك الاختراق الذي قام به زوكربيرج، قامت إدارة الجامعة بإغلاق الموقع بعد بضعة أيام من انطلاقه، واتهمت زوكربيرج بخرق قانون الحماية وانتهاك حقوق التأليف والنشر، وكذلك انتهاك خصوصية الأفراد، وكانت هذه التهم كافية لطرده من الجامعة، ولكن تم إسقاط جميع التهم الموجهة إليه. وفي 04 نوفمبر من عام 2004 قام زوكربيرج بتأسيس موقع الفيسبوك على نطاق جامعة هارفرد تحت مسمى (thefacebook.com).

وكانت عضوية الموقع تقتصر في البداية على طلبة جامعة "هارفرد كليدج" أقدم كليات جامعة هارفارد، وخلال الشهر الأول من إتاحة الموقع للاستخدام، قام أكثر من نصف الطلبة الذين لم يتخرجوا بعد من الجامعة بالتسجيل في هذه الخدمة، وبعد فترة وجيزة انضم كل من (ادوارد سافرين المدير التنفيذي للشركة) وداستين موسكوفيتز (مبرمج) وأندرو ماكلام (رسام جرافيك) وكريس هيوز إلى زوكربيرج لمساعدته لتطوير الموقع، وفي شهر مارس 2004 فتح الفيسبوك أبوابه أمام جامعات ستانفورد وكولومبيا وييل وبعد ذلك اتسع الموقع أكثر وفتح أبوابه أمام جميع كليات مدينة بوسطن وجامعة آيفي ليج، شيئاً فشيئاً وأصبح متاحاً للعديد من الجامعات في كندا والولايات المتحدة الأمريكية.

وفي عام (2004) تم نقل مقر الفيسبوك إلى مدينة بالو ألتو في ولاية كاليفورنيا. وقامت الشركة بشراء الاسم الناطق (facebook.com) عام 2005 بمبلغ (200000) دولار. كما قام الفيسبوك بإصدار نسخة للمدارس الثانوية في سبتمبر من عام 2005 بعد ذلك أتاح الموقع اشتراك الموظفين في العديد من الشركات، مثل شركة أبل المندمجة وشركة مايكروسوفت.

ويلاحظ حتى تلك المرحلة كان الاشتراك بموقع الفيسبوك لا زال غير متاح أمام الجماهير التي تستخدم الإنترنت، لكنه وفي 26 سبتمبر من عام (2006) فتح الموقع أبوابه أمام

جميع الأفراد البالغين من العمر (13) عام فأكثر والذين لديهم عنوان بريد إلكتروني صحيح، ليصبح هذا التاريخ لاحقا أحد أهم التواريخ التي شكلت منعطفات أساسيا في تطور المواقع الاجتماعية والانترنت. هذا النجاح السريع الذي حققه الموقع، جعل زوكربيرج يرفض عرضا تلقاه لشراء موقعه بمليار دولار .

وفي سنة (2007) أعلنت شركة ميكروسوفت أنها قامت بشراء حصة في فيسبوك "بلغت % 1.6 بقيمة (240) مليون دولار، حيث قدرت القيمة الضمنية الكلية للموقع ب (15) مليار دولار. وفي عام(2008) ، أعلن القائمون على إدارة موقع الفيسبوك اتخاذ مدينة دبلن عاصمة ايرلندا مقرا دوليا له.

فقد أصبح الفيسبوك عالم كبير ومختلف عالم جديد ومثير ومتغير ترى فيه الحقيقة والكذب، فأصبح الفيسبوك كالعالم ولكن عالم داخل موقع واحد تعرض أفكارك فيه عن أي شيء وفي أي وقت وبأي لغة (بوعمر سهيلة، 2014/2013، ص 84)

2-3 مميزات واستخدامات الفيسبوك

2-3-1 مميزات الفيسبوك : أهم ما يميز صفحة الفيسبوك هي كالتالي :

➤ **خاصية الملف الشخصي (PROFIL)** فعندما تشترك بالموقع عليك أن تنشئ ملفا شخصيا يحتوي على معلوماتك الشخصية ، وصورك ، و أمور مفصلة لك ، وكلها معلومات مفيدة من أجل التواصل مع الآخرين ، وكذلك يوفر معلومات للشركات التي تريد أن تعلن لك سلعا من منتجاتك بالتحديد.

➤ **خاصية الصور (Photos):** يتيح للمشارك إعداد ألبوم للصور خاص به وإمكانية الاستعراض للأصدقاء المضافين إليه.

➤ **خاصية الفيديو (videos):** توفر للمشارك تحميل الفيديوهات الخاصة به، ومشاركتها على هذا الموقع، بالإضافة إلى إمكانية تسجيل لقطات الفيديو مباشرة وإرساله كرسالة مرئية صوت وصورة.

- **خاصية الحلقات (Groups):** تمكن هذه الخاصية المشتركين من إعداد المجمعات للنقاش في موضوع ما.
 - **خاصية الأحداث الهامة (Events):** تتيح هذه الخاصية للمشاركين إمكانية الإعلان عن حدث ما، وإخبار الأصدقاء به.
 - **خاصية الإعلان (Market place):** تمكن هذه الخاصية المشترك من الإعلان عن أي منتج أو البحث عن أي منتج يرغب في شرائه.
 - **خاصية النكز (poke):** هي عملية تنبيه الأصدقاء على الفيسبوك لجذب انتباههم وكأن المستخدم يقول : (مرحبا). (مريم مراكشي، 2014، 58، 59)
 - **الألعاب (Games):** يوفر الفيسبوك العديد من الألعاب المختلفة، ويسمح للمستخدم أن يدعو العديد من أصدقائه للمشاركة.
- 2-3-2 استخدامات الفيسبوك:**

- 1- يساعد على التواصل من خلال قضاء الوقت مع الآخرين
 - 2- يساعد على اكتشاف الأشخاص والأفكار والمواهب والقدرات الشخصية.
 - 3- سرعة تبادل المعلومات والأخبار.
 - 4- يسمح باستخدام التطبيقات والإستقصاءات والمشاركة مع الآخرين.
 - 5- يمكن استخدامه في المراسلة كبديل للبريد الإلكتروني .
 - 6- الحصول على تغذية راجعة وآراء الناس في الخدمات أو المنتجات أو الأفكار المعروضة.
 - 7- الحصول على الحافز الاجتماعي وتشجيع الآخرين.
- 2-4 آثار استخدام موقع الفيسبوك:**

للفيسبوك ايجابياته وسلبياته على مستوى الافراد والمجتمع بصفة عامة.

2-4-1 إيجابيات استخدام موقع الفيسبوك:

- 1- إتاحة الفرصة للصدقة والتواصل بين الأعضاء المشتركين في الموقع: فالاختيار والحرية متاحة لمن يريد أن يضيف صديق له على الموقع ومتاح لهذا الصديق أن يقبل أو يرفض هذه الصدقة. كما يمكن لمتلقي الصدقة التحري عن الشخص الذي طلب صداقته.
- 2- يتيح الفيسبوك فرصة تحميل ألبومات الصور بشكل أكبر وأسهل مما تتيح المواقع الأخرى.
- 3- متابعة أخبار الشخصيات المشهورة في كافة المجالات : كالشخصيات السياسية والاقتصادية والفنية، والعاملين في المجالات الاجتماعية والدينية.(علي خليل، 2014، 67، 68)

2-4-2- سلبيات استخدام موقع الفيسبوك: للفيسبوك سلبيات كثيرة من أهمها:

1- إضعاف العلاقات الاجتماعية:

لقد بدأت هذه الظاهرة بين أفراد المجتمع الذين أدمنوا استخدام الفيسبوك والتواصل عبر مجتمع افتراضى وقد شمل هذا الأمر العلاقات الأسرية، حيث تسبب في تدميرها وتشتت الأسر وقد بينت دراسات أجريت في المجتمعات الغربية أن الفيسبوك كان سبب من أسباب رفع معدلات الطلاق والانفصال في هذه المجتمعات . (علي خليل، 2014، 71، 70).

2- استغلال هذا الموقع من جهات كثيرة قد تكون معادية:

يمكن لجهات كثيرة أن تستغل الفيسبوك لخدمة أغراضها وتنفيذ أهدافها وذلك بالاستفادة مما ينشر على الموقع من معلومات وصور ومشاركات قد تجعل من أصحابها عملاء لجهات معادية دون قصد ودون أن يعرفوا ذلك .(علي خليل، 2014، 72).

3- إضاعة الوقت:

الفيسبوك يهدر الكثير من وقت الأفراد دون فائدة، فهناك أعداد كبيرة من تلاميذ المدارس وطلاب الجامعات يقضون أكثر من 10 ساعات تصفحاً للفيسبوك فقط عبر شبكة الانترنت.

3- الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي

3-1 تعريف الإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي

هو الإفراط الشديد والمتكرر والحاجة- القهرية لإستخدام شبكات التواصل الإجتماعي دون وجود ضرورات مهنية أو أكاديمية بحيث يكون الفرد منشغلا بها، ولا يستطيع الإمتناع عنها أو التوقف عن إستخدامها ويرافقها ظهور المحكات التشخيصية المألوفة على أعراض الإدمان مثل التكرار والإلحاح والصراع والهروب والإنسحاب الواقع الفعلي إلى عالم افتراضي ويترتب عليه الكثير من الآثار السلبية في حياة الفرد النفسية والإجتماعية والصحة وغيرها والشعور بالوحدة . (دغريبي 2018 ، 93).

كما عرف "بيرد" و"ولف" (2001) بأنه حالة انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية، وتتشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة للمقاومة المرضية. (منصور, 2004, ص 50).

3-2 التفسيرات النفسية للإدمان على مواقع التواصل الإجتماعي:

استعرض "جينفر وفيريز (1999)، بعض التفسيرات النفسية لإدمان شبكة التواصل الإجتماعي وتتمثل في ما يلي:

3-2-1 التفسير السيكودينامي:

وذلك من خلال خبرات التي يمر بها الأطفال في مرحلة الطفولة، أو ما يسمى بصدمة الطفولة المبكرة وارتباط ذلك ببعض سمات الشخصية الاضطرابات والميول والنزعات الموروثة لدى الفرد، فقد يكون لدى الفرد استعداد نظري لإدمان الانترنت بما فيها مواقع التواصل الإجتماعي ، ولكنه لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت ظروف وأحداث ضاغطة في حياته وساعدت أو دفعتة إلى الإدمان، ليصبح الفرد مدمنا عليها في ظل ما تقدمه من خدمات مع وجود بعض العوامل المهيأة كالاستعدادات المرضية.

3-2-2 التفسير السلوكي:

يعتمد التفسير السلوكي على وجهة نظر "سكنر" في النظرية السلوكية على أساس أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة، بهدف الحصول على المكافأة أو التعزيز، وهذا ينطبق على الإدمان على المخدرات والكحول وإدمان الانترنت ومواقع التواصل الإجتماعي وما

تقدمه للفرد من الراحة والمتعة النفسية، بجانب أنها طريقة سهلة وبسيطة وسهلة للهروب من الواقع بهدف الحصول على معززات للسلوك. (محمد علي، 2010، 32-33)

3-2-3 التفسير الطبي:

يعتمد التفسير الطبي للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي قائم على أساس على سلوكيات الأفراد تحكمها مجموعة من العوامل الوراثية الجينية وتغيرات الكيمائية في المخ والناقلات العصبية، وما يتعلق بها من تغيرات الكروموزومات والهرمونات والمواد الكيمائية الضرورية لتنظيم نشاط المخ والجهاز العصبي.

بقد أظهرت البحوث في هذا المجال أنه توجد عقاير قد تحدث خلل في التواصل العصبي، مما يترتب عليه إرسال المخ للمعلومات غير صحيحة كأن يتوهم الشخص باعتدال المزاج لممارسة نشاط معين، مثل تناول العقاير أو المخاطرة، أو المقامرة، وينطبق مثل هذا التفسير على حالة الاعتماد على الانترنت وأجهزتها، حيث تتيح الانترنت للفرد شعورا بالمتعة والإثارة. (محمد علي، 2010، 34)

3-2-4 التفسير الاجتماعي الثقافي:

يرى "سو" أن الإدمان يتباين بتباين الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والاجتماعي، الانتماء العرقي، الديانة، الوطن، فمثلا إدمان الكحوليات أكثر انتشارا بين الطبقة المتوسطة اقتصاديا واجتماعيا، والبيض أكثر ميلا لتعاطي المهلوسات، بينما السود وذو الأصل اللاتيني أكثر ميلا لتعاطي الهيروين. (هبة بهي الدين، 2003، 557).

3-3 سلبيات الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي :

- 1-المواقع اللاأخلاقية التي تكثر وتتكاثر في المواقع المختلفة والتي يتم نشرها ودسها بأساليب عديدة في محاولة لاجتذاب الشباب إلى سلوكيات منحرفة ومنافية للأخلاق.
- 2-التعرض لعمليات احتيال ونصب وتهديد وابتزاز.
- 3-الدعوة لأفكار غريبة مناقضة لديننا ولقيمنا ومفاهيمنا والتي تعرض بأساليب تبهر المراهقين مثل عبادة الشيطان والعلاقات الغريبة الشاذة.

- 4- الدعوة للانتحار والتشجيع له من خلال بعض مواقع الدعوات الجهادية.
 - 5- جرائم القتل التي ترتكب من قبل جماعات تدعو لممارسة طقوس معينة لفنون السحر تؤدي بالنهاية إلى قتل النفس.
 - 6- الانغماس في استخدام برامج الاختراق الهاكرز والتسلل لإزعاج الآخرين وإرسال الفيروسات التخريبية والمزعجة.
 - 7- مشكلة إدمان مواقع التواصل والأمراض النفسية التي تنجم عن سوء الاستخدام مثل الاكتئاب والقلق والتوتر واضطرابات النوم والعزلة والانطواء.
 - 8- الحياة في الخيال وقصص الحب الوهمية والصدقة الخيالية مع شخصيات مجهولة وهمية أغلبها تتخفى بأقنعة وأسماء مستعارة وما يترتب على مثل هذه القصص من عواقب خطيرة.
 - 9- استخدام الأسماء المستعارة وتقمص شخصيات غير شخصياتهم في مواقع التواصل المختلفة وما يتبع ذلك من اعتياد على ارتكاب الأخطاء والحماقات واستخدام الألفاظ النابية.
 - 10- الشراء الإلكتروني دون رقابة من خلال استخدام البطاقات الائتمانية الخاصة بأحد الوالدين.
 - 11- التشهير بالأفراد ونشر الإشاعات المغرضة من خلال برامج التواصل المختلفة.
 - 12- ممارسة انتهاك حقوق الملكية بوضع نسخ للكتب والأغاني والأفلام على سبيل المثال في مواقعهم أو تداولها فيما بينهم من خلال أجهزتهم مباشرة.
 - 13- أمراض العيون ومشاكل صحية في الظهر والرقبة.
 - 14- ضعف التحصيل العلمي ورسوب وفشل في الدراسة وعلامات منخفضة.
 - 15- ظهور سلوكيات سلبية مثل العنف والقسوة والتمرد والعناد.
 - 16- تأثير الإشعاعات الكهرومغناطيسية الصادرة عن الأجهزة الإلكترونية وهي تراكمية الأثر وبطيئة التأثير حيث تظهر أبرز أعراضها في الصداع المزمن، التوتر، الانفعالات غير السوية، الإحباط، التهاب المفاصل، هشاشة العظام.
- 3-4 الإدمان على الفيسبوك وطرق علاجه:

3-4-1 الإدمان على الفيسبوك:

يندرج الإدمان على الفيسبوك، أو الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي عموماً، تحت اضطراب إدمان الأنترنت، لأن مواقع التواصل الاجتماعي إحدى الخدمات الكبرى والرئيسية التي تقدمها الأنترنت.

ويعرف سيسيلي Cecilie Schou (2012) الإدمان على الفيسبوك على أنه شكل من أشكال الإدمان على الأنترنت، وهو يعنى بستة عناصر أساسية للإدمان المتمثلة في:

- 1- السيطرة أو البروز: الهيمنة على التفكير والسلوك.
 - 2- المزاج: يعدل ويغير في المزاج.
 - 3- التحمل: زيادة التبعية لموضوع الإدمان لتحقيق اللذة السابقة.
 - 4- الانسحاب: الشعور بالإحباط والانزعاج والقلق عند وجود مانع من استخدام موضوع الإدمان.
 - 5- الصراع: اختلال في التوازن الداخلي والخارجي، وصراعات على مستوى الأسرة، العمل، التعليم، وغيرها من النشاطات المعتادة.
 - 6- الانتكاس: العودة لأنماط سابقة من السلوكات (CECILIE, 2012: 503).
- 3-4-2 طرق علاج الإدمان على الفيسبوك:

هناك عدة طرق لعلاج إدمان الأنترنت بما فيها الفيسبوك، منها إدارة الوقت، وفي حالة الإدمان الشديد لا تكفي إدارة الوقت، بل يلزم من المريض استخدام وسائل أكثر فعالية تتمثل فيما يلي:

- 1- عمل العكس: إذا اعتاد المريض مثلاً استخدام الأنترنت طيلة أيام الأسبوع، تطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في إجازة الأسبوع، وإذا كان يفتح البريد الإلكتروني أول شيء حين يستيقظ من النوم، تطلب منه أن ينتظر حتى يفطر.
- 2- إيجاد موانع خارجية: ضبط المنبه قبل بداية دخوله الأنترنت، بحيث ينوي الدخول ساعة واحدة مثلاً.

3- تحديد وقت الاستخدام: تقليل وتنظيم ساعات استخدامه، بحيث إذا كان مثلاً يدخل للانترنت لمدة (40) ساعة أسبوعياً، نطلب منه التقليل إلى (20) ساعة أسبوعياً. وتنظيم تلك الساعات وتوزيعها على أيام الأسبوع.

4- الامتناع التام: كما ذكر فإن إدمان بعض المرضى يتعلق بمجال محدد من مجالات استخدام الانترنت. فإذا كان الفرد مدمناً على الحوارات الحية مثلاً، نطلب منه الامتناع عنها امتناعاً تاماً، في حين نترك له الحرية في استخدام أشياء أخرى موجودة في الانترنت.

5- المعالجة الأسرية: في بعض الأحيان تحتاج الأسرة بأكملها إلى تلقي العلاج بسبب المشاكل الأسرية التي يحدثها الإدمان، بحيث يوضع برنامج يساعد على استعادة النقاش والحوار فيما بينها، وتعلم الأسرة بمدى خطورة تجاوز الحد المعقول في استخدام الانترنت المؤدي إلى إدمانه. (محمد النوي محمد علي، 2010، 77-78).

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه يمكن القول أن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت ظاهرة تكنولوجية سيطرت على مختلف الحياة الإنسانية النفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية والسياسة وحتى السلوكية، وبالرغم من إيجابياتها فإن لها الكثير من السلبيات تتمثل في خطر الإدمان عليها، خاصة على موقع الفيسبوك الذي يعد أكثر هذه المواقع انتشاراً على الإطلاق وما تولد عنه من آثار أخطرها خروج أغلبية المتعلمين على قاعدة الانضباط المدرسي وعدم الانصياع للقوانين التربوية الساري العمل بها.

تمهيد:

الإنسان كائن إجتماعي لا يستطيع العيش إلا في جماعات تربطه بها مجموعة من القواعد، و القيم الأخلاقية، لكن في بعض الحالات تتعكس هذه الأحداث و المواقف بين الأفراد حيث تؤدي به إلى الشعور بالنقص و العجز و الفشل و تجعل من مسألة تعامله معهما أمرا لا يخلو من الصعوبة وربما يفوق قدرته على تحمله حيث أصبحت هذه المشكلات غير إجتماعية و سببت أضرار للفرد ويدخل في حالة صراع قد يؤدي به إلي إحباط رغبته أو حاجته , فيؤثر ذلك سلبا في نفسيته وقد يصل به الحد الى الإضطراب . لهذا سنحاول التطرق بشيء من التفصيل الى الإحباط بمختلف تعاريفه والأسباب و العوامل التي تؤدي الى حدوثه , وكذا الأعراض الناجمة عنه ومختلف أنماط الإستجابات نتيجة حدوثه بالإضافة الى النظريات المفسرة له و علاقته و تأثيره على الصحة النفسية واخيرا كيفية الوقاية منه .

ثانيا: الإحباط النفسي

1- تعريف الإحباط:

الإحباط مصطلح كثير الاستخدام في الحديث اليومي والكتابات الأدبية، إلا أن الناس يستخدمون كلمة الإحباط للدلالة على أشياء مختلفة، أما بالنسبة إلى علماء النفس فإن مصطلح الإحباط يعني شيئين هما:

• **المعنى الأول:** يشير إلى إعاقة أو تأجيل إشباع دافع معين أو حاجة معينة لدى الفرد عندئذ يقال أن الفرد يعاني من إحباط.

• **المعنى الثاني:** يشير إلى الحالة الانفعالية غير السارة الناجمة عن إعاقة لسلوك الموجه نحو هدف معين. (محمد جاسم، 2004، ص159)

ويعرف الإحباط على أنه شعور نفسي سيء يلزم صاحبه نتيجة الفشل أو تكرار الفشل في أي أمور أو أعمال يقوم بها (القشاعلة، 2018، ص 40).

وأیضا يعرف بأنه الحالة التي يوجد فيها الفرد ولديه دافع أو دوافع مستثارة ولا يستطيع

إشباعها، وهي حالة يحس فيها الشخص بمشاعر الضيق والاستياء والخنق، بحيث يجاهد للخروج منها وعلاجها أو التخفيف منها (فرج طه وآخرون، 1989، ص15).

ومن خلال استعراض التعاريف سالفة الذكر نستخلص مايلي:

" الإحباط هو حالة ناتجة عن فشل الفرد في إشباع حاجاته و رغباته و عدم تحقيق أهدافه محدثة له عدم التكيف و التوافق النفسي".

2- تطور الإحباط

تجارب الإحباط لها أساس وراثي كبير (حوالي 50 %) ، يمكن ملاحظته منذ وقت مبكر جدًا من الحياة. بشكل عام، يظهر الإحباط خلال السنة الأولى من العمر ويزداد خلال الطفولة إلى الذروة خلال المراهقة المبكرة والمتوسطة تليها انخفاضات بطيئة مع تقدم العمر. على وجه التحديد، يفتقر الأطفال في مرحلة الطفولة عادةً إلى التحكم في الاندفاع المطلوب للتراجع عن الاستجابة الفورية الشديدة. علاوة على ذلك، في أول عامين من حياتنا لا يمكننا عادةً تحمل الإحباط، والذي قد يتم التعبير عنه في نوبات الغضب. بعد عامنا الثاني، يتحسن هذا التسامح مع الإحباط، أيضًا بسبب المهارات اللغوية الأفضل. قد يقول الطفل البالغ من العمر 3 سنوات "أنا أكرهك" عندما يكون محبطًا، في حين أن العديد من الأطفال في سن 4 سنوات يعانون من الإحباط عندما لا يتمكنون من فهم تفسير أحد أسئلتهم حول "لماذا". تظهر مصادر جديدة للإحباط خلال الطفولة، بما في ذلك التوقعات الجديدة والمقارنات مع الأقران والأشقاء الأكبر سنًا وبالغين.

أخيرًا، يميل البالغون، الذين يميلون إلى الإحباط مبكرًا في الحياة، إلى تحقيق نتائج أعلى في جانب العداء الغاضب "في مجال الشخصية العصبية، حيث يتجمع الإحباط مع الصداق النصفي والمرارة.

الأهم من ذلك، أن أنماط الإحباط التنموية تختلف قليلاً بين الجنسين. عادة ما يكون الأطفال الذكور أقل قدرة على تنظيم تفاعلهم مع الإحباط من الناحية الفيزيولوجية عبر السلوكيات. وفي حين يمكن مقارنة الشعور بالإحباط في مرحلة الطفولة بين الجنسين، ويصبح الأولاد

أكثر ميلاً إلى حد ما للإحباط من الفتيات خلال فترة المراهقة المبكرة حتى سن 16 عامًا، ويظل الرجال البالغين عادةً أكثر غضبًا وعدوانية من النساء. (Hill et shackleford,2017.p2)

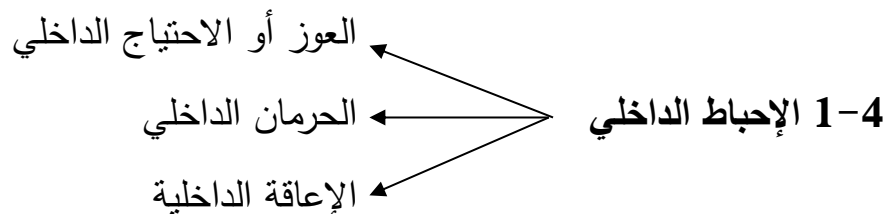
3-أسباب وعوامل الإحباط :

جدول(01) يبين عوامل الإحباط وتعريفاتها

العامل	تعريفه	امثلة
عوامل بيئية مادية	كل العوائق التي تعيق الفرد في بيئته الخارجية المادية.	نفاذ الغاز عند الحاجة لإعداد الطعام
عوامل اقتصادية	هي العوائق التي تقف وراء عدم اشباع الحاجات الإنسانية الضرورية	نقص او فقدان الدخل لايسمح بشراء منزل او سيارة
عوامل اجتماعية	هي القيود التي يفرضها المجتمع من عادات وتقاليد التي ينشأ فيها الأفراد	تقييد حرية اختيار الزوجة او المهنة في بعض المجتمعات وفقا لتقاليدهم
عيوب شخصية	هي العيوب أو النقصان النفسية أو البدنية أو العقلية	قبح المنظر، العاهات البدنية المختلفة، قلة الذكاء، الخوف، ...
الصراع بين رغبتين	هو صراع العلاقات المعقدة بين الأهداف التي لا يمكن تحقيقها في نفس الوقت	الاختيار بين فرصة السفر الى الخارج والبقاء للزواج بمحبوبتك.
عوامل تؤثر على القدرة على تحمل الاحباط	وهي نوعية الأفراد ودوافع الفرد وقوتها ودرجة ثقة الفرد بنفسه، اصول التنشئة الاجتماعية	فرد قوي الشخصية وفرد ضعيف الشخصية، الدلال الزائد للأطفال يكبت من قوة تحمله للإحباط
الاهداف بعيدة المنال	وهي الأهداف المنشودة المراد تحقيقها	الطموح لإنشاء شركات دون تحقيقها

اعداد الطالبتين: لمونس مريم ودهمش أحلام.

4-أنواع الإحباط :



4-1-1 العوز (الاحتياج) الداخلي:

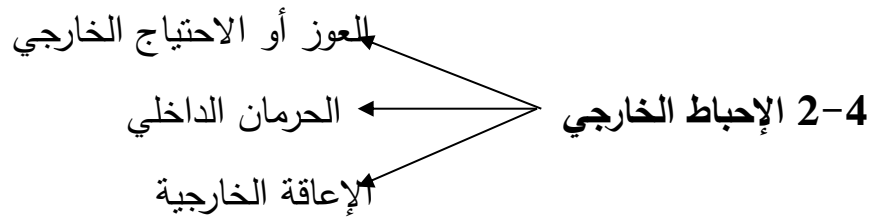
ومن أمثلة ذلك ما يتصل بالعيوب والعاهات الخلقية. كفقدان البصر وفقدان السمع والشلل والضعف العقلي وضعف الصحة العامة، إن هذه المظاهر تعتبر من العوامل الإحباطية التي تؤثر في درجة إشباع المصابين بها لحاجاتهم بعكس الأفراد العاديين.

4-1-2 الحرمان الداخلي:

ويتضمن ذلك فقدان المفاجئ للبصر أو السمع أو أي عضو آخر من أعضاء الجسم كان الجسم يتمتع به سابقا. كفقدان أصابع اليد لأحد المشاهير في العزف على البيانو بسبب له قلقا وإحباطا شديدين أكثر مما يحدث عند شخص مصاب بفقدان الأصابع منذ ولادته.

4-1-3 الإعاقة الداخلية:

ومن أمثلة ذلك الرغبة في حضور اجتماعين حدد لهما وقت واحد، فحضور أحد الاجتماعين يترتب عليه عدم حضوره الاجتماع الآخر، إن هذا النوع من الإعاقة نطلق عليه أحيانا كلمة صراع. (غزال عبد الواحد ، 2008 ، ص46)



4-2-1 العوز/الاحتياج الخارجي:

ويتضمن نقصا في حاجات الفرد الخارجية، ومن أمثلة ذلك حالة الفقر التي يتعرض لها بعض الناس، فلا شك في أن هذه الحالة تكون سببا في عدم إشباع الكثير من دوافع الفرد والحال بالنسبة للشخص الأمي فإنه يشعر بالإحباط نتيجة لعدم قدرته على قراءة الخطابات والصحف ولوحات الإعلانات. وكذلك حال الشخص الذي فقد والده أو أخاه، فإنه يشعر بالحاجة إلى شخص يعتمد عليه، ويشعر بالإحباط الشديد نتيجة لعدم إشباع هذه الحاجة .

فالفرد يعاني الإحباط إذا ما تعرض للعوامل الاجتماعية أكثر من تعرضه للعوامل المادية.

(فهيمى 1995، ص 189)

4-2-2 الحرمان الخارجي:

يتضمن فقدان الفرد المفاجئ لشيء خارجي كان يملكه الشخص مثل: فقدان منزل أو عمل أو صديق، سواء كان هذا فقدان بالموت أو بالتفرقة، إن هذا النوع من فقدان يسبب إحباطا شديدا، لأن فقدان وخاصة المفاجئ منه يتطلب إعادة تكيف الشخص مع بيئته (فهيمى، 1995، ص190)

4-2-4 الإعاقة الخارجية :

وهي العوائق التي تتدخل بين الفرد وهدفه الذي يسعى إلى تحقيقه فتحول دون تحقيقه، ومن أمثلة ذلك النوع من الإحباط الأبواب المغلقة، الطرق المسدودة والبعد في المسافة وغير ذلك من العوائق المادية. إلا أن هناك أيضا العوائق الاجتماعية التي تحول بين الفرد وبين التقدم الاجتماعي وتحقيق أهدافه، وهذه تكون عموما أشد وطئه من العوائق المادية. (فهيمى ، 1995، ص191)

4-3 الإحباط الأولي: الإحباط الأولي يتمثل في وجود الدافع مع عدم وجود الشيء الذي

يساعد على إشباعه مثل: دافع العطش الذي يواجهه فرد يسير في الصحراء مع عدم وجود ماء.

4-4 الإحباط الثانوي: يتمثل في وجود الدافع ووجود الشيء الذي يمكن أن يشبعه ولكن

تصعب عملية الإشباع هذه لوجود عوائق تحول دون استخدام هذا الشيء الذي يساعد على الإشباع. (عويضة، 1996، ص20)

4-5 الإحباط السلبي: ويقصد به ما يحدث من عوائق تقف في سبيل الإقدام نحو تحقيق

هدف معين بشرط ألا يصحب هذا العائق أي نوع من التهديد ومثال ذلك رغبة الفرد في الذهاب إلى السينما وعند الخروج يجد عائقا يحول دون الذهاب إلى السينما لشدة زحمة المواصلات.

4-6 الإحباط الإيجابي: ويقصد به ما يحدث من عوائق تقف في سبيل تحقيق هدف معين

مع ما يصاحبها من أمور تهدد الفرد إذا ما أقبل على إشباع الحاجة والدافع. ولعل ما يوضح

هذا الموقف رغبة الشباب في إشباع الدافع الجنسي وليس لديه الإمكانيات التي تحقق الإشباع المشروع (إسماعيل، 2001، ص185).

4-7 أنواع الإحباط من حيث الشدة:

هناك الإحباط البسيط يتمثل في إعاقة حاجة وقتية، هناك إحباط صعب يتمثل في إعاقة تحقيق هدف معين في الحياة بعد العمل لتحقيقه مدة طويلة من حياة الفرد . فالطالب الذي يريد الوصول إلى قاعة الامتحان في الوقت المحدد و لكنه لا يتمكن من ذلك نظرا لتعطيل السيارة التي تقله يمر في وضع إحباطي بسيط بالمقارنة مع طالب سعى لسنوات طويلة و عمل جادا لتحصيل علامات عالية لتأهيله دخول كلية الطب ولكنه لم يحصل إلا على علامات متواضعة، فعدم قدرة الفرد على تحقيق أهدافه و مثله و غاياته غالبا ما تتميز بإحباطات من النوع الصعب (عس توك، 2009، ص 439).

5- أعراض الإحباط:

- فقدان الاهتمام بالسعادة سواء داخل الأسرة أو بين الأصدقاء.
- عدم القدرة على التركيز و التذكر.
- اضطرابات النوم.
- فقدان الشهية.
- القلق الدائم.
- فقدان الثقة بالنفس.
- الإحساس ببعض الآلام العضوية بلا سبب واضح.
- البكاء الدائم بلا سبب

6- طرق الاستجابة للإحباط:

يختلف الأفراد في الصورة التي يظهرون فيها نتائج الإحباط، وتتأثر هذه المظاهر عادة بالمرحلة النمائية و الخبرات و نوعية التنشئة الاجتماعية و الظروف الأسرية المنزلية (قطامي عس، 2002، ص 336)

و يمكن تناول أنماط استجابات الإحباط و فق مايلي:

6-1 اقتصاد الحاجة المحبطة: الذي يضم نمطين أساسيين:

6-1-1 استجابات دوام الحاجة:

التي تناسب عموما الإجهاد الساكن، و تهتم أساسا بمصير الحاجة الجزئية المحبطة و هي استجابات تحدث باستمرار بعد كل إحباط و هدفها هو إشباع حاجات محبطة معينة بوسيلة أو أخرى، و يتجلى طابعها من خلال مفاهيم التحليل النفسي المتمثلة في الإقلاب و التسامي.

6-1-2 استجابات دفاع الأنا:

التي تناسب الإجهاد النشط تهتم بمصير الشخصية ككل إذ تحدث لما يكون الأنا مهدد. و قد قسم روزنرفاينغ عام 1934 استجابات دفاع الأنا بدورها إلى أقسام ثلاثة شكلت أساس التفسير في اختبار الإحباط المصور و هي:

-**استجابات ذات عدوان خارجي:** التي يرجع فيها الفرد الإحباط بعدوانية إلى الأشخاص أو أشياء خارجية تصحب أحيانا بالغضب و الاستثارة. و أحيانا يثبط العدوان و يعبر عنه بطرق غير مباشرة عن طريق استخدام ميكانيزم الإسقاط، و أحسن مثال عن هذا العدوان الخارجي المرضي الإسقاطي هو مرض البرانوبيا.

-**استجابات ذات عدوان داخلي:** عكس الأولى يرجع الفرد هنا بعدوانيته الإحباط إلى ذاته،

وتصحب بمشاعر الذنب و الندم، و تستخدم فيها ميكانيزم الإزاحة و العزل، و الطابع

المرضي لهذه الاستجابات ممثلا في الوهن النفسي و بالأخص في السلوكات الوسواسية.

-**استجابات دون عدوان:** تختلف عن سابقتها من خلال وجود محاولة لتفادي صياغة اللوم

سواء للآخرين أو للذات و ينظر للوضعية المحبطة بطريقة تصالحية ويتمثل الميكانيزم

الدفاعي المستخدم في الكبت.

6-2 سداد الاستجابة (استقامتها) :

توزع الاستجابات وفق هذا المنظور الثاني إلى:

6-2-1 استجابات مباشرة: تكون متكيفة جدا مع الوضعية المحبطة، وفي نفس امتداد الحاجة الأصلية.

6-2-2 استجابات غير مباشرة: تكون الاستجابة مستبدلة نسبيا، وفي بعض الحالات القصوى تدخل الاستجابة في مجال الرمزية.

6-3 طابع الاستجابة الملائم: كل استجابة ينظر إليها من وجهة نظر بيولوجية هي استجابة تكيفية، إذ تبحث العضوية في كل الحالات عن إعادة وظيفتها السليمة من خلال إحداث التوازن، و إذا تم تناول المسألة من الناحية الزمنية يمكن القول أن استجابات الفرد ملائمة إذا كانت ميولات الشخصية متدرجة نحو الأمام و ليس نحو الخلف أو الماضي (النكوص)، و لهذا يظهر أن الاستجابات التي تربط الفرد بماضيه أو تحدث تداخلا مع استجابات مستقبلية تكون أقل ملائمة من تلك التي تترك الفرد حرا في حل وضعية جديدة لما تقع عمليا(جبار، 2019، ص 19-20)

7- العوامل المؤثرة و الناتجة عن الإحباط :

وهي سبعة عوامل أساسية يمكن تلخيصها في الجدول التالي :

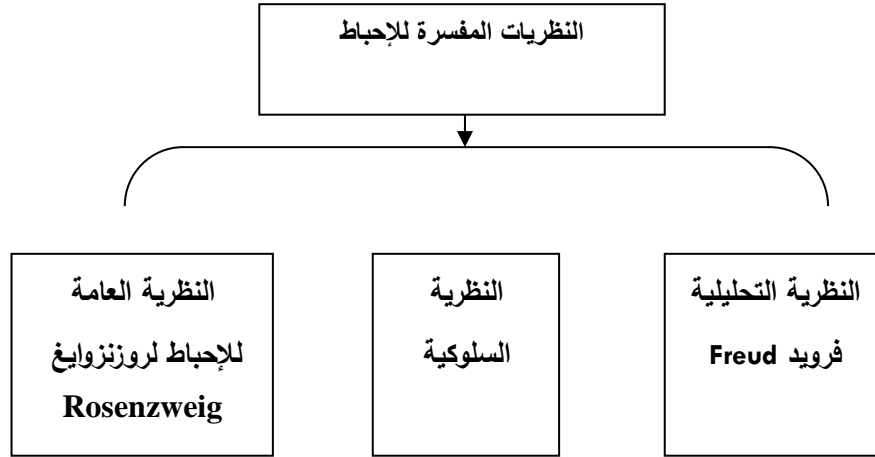
جدول(02) العوامل المؤثرة في الاحباط

العامل	تعريفه
الدافع	♦ دافع ضعيف : ينجم عنه احباط ضعيف وقد يشتد بدعم هذا الدافع ♦ دافع قوي : ينجم عنه احباط قوي وقد يضعف بإضعاف شدة هذا الدافع
وسائل الدفاع الأولية	هي الرجوع لمرحلة نمو سابقة املا في ايجاد حل للمشاكل الحالية كارتداء الزوجة في حضان امها اذا لم تجد الحب عند زوجها لمواجهة الاحباط الذي تتعرض له
الاستسلام	يشعر الفرد أن المحاولات المبذولة للتغلب على الصعوبات أصبحت غير مجدية وعليه أن يتحمل آثار الفشل، وهنا يمثل الشخص إلى الاكتئاب الانغلاق الذهني
العدوان	يهاجم الأشخاص الذين يرى بأنهم مصدر إحباطه كما في حالة اعتداء الطفل بالضرب على زميله بسبب عدم السماح له باللعب بلعبته
التوتر والاضطراب	يقوم الفرد المحبط بحركات عصبية تكشف عن مدى توتره وعدم استقراره مثل: إشعال السجارة وتركها وفرقة الأصابع وقضم الأظافر وغيرها

اللامبالاة والانسحاب	وهو كبت شعور الإحباط والغضب نتيجة استمرار الإحباط فيبدو الفرد في مظهر اللامبالاة أو الباردة العاطفية كما قد ينسحبون لتجنب مضاعفة القلق
أحلام اليقظة والخيال	وهو الهروب لعالم الخيال أملا في إيجاد حلول لمشكلات الواقع ويوجد في هذه الأحلام فرص لتحقيق نجاحاته

اعداد الطالبتين: لمونس مريم ودهمش أحلام.

8- النظريات المفسرة للإحباط:



8-1 نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن حالة سوء التوافق ناجمة عن ضعف قدرة الأنا وذلك نتيجة لضعف طاقة الليبدو وتثبيت قوتها في مرحلة الطفولة وعلى ذلك لا تستطيع الأنا التغلب على الأمر الذي يجعل الأنا قد تستجيب للإحباطات الخارجية. وذلك بالسماح للمزيد من طاقة الليبدو للعودة إلى نقطة مبكرة من عملية التثبيت فينتج عن ذلك أنانية الطفولة والنرجسية وربما يسيطر على الفرد ضمير عنيف وقاسي مما يؤدي إلى استخدام الأنا لمختلف ميكانيزمات الدفاع وحرمان الفرد من السعادة التي تكون مقبولة اجتماعيا.

غير أن أدلر قد خالف فرويد في هذه النظرية حيث فسّر الإحباط بمنظور آخر و كان أكثر تركيزه على الترتيب الولادي في الأسرة و ما يلاقي الطفل من إحباطات جراء المعاملة الوالدية التي تتسم بالإفراط في القسوة أحيانا و في التدليل و الاهتمام الزائد مما يترك آثار سلبية عليه. أي أن جوانب تنشئة الطفل الأسرية هي المسؤولة عن اضطرابات سلوكه مثل الحرمان و الدلال (مزعل مبن، 2014 ، 354 - 353).

8-2 نظرية الإحباط و العدوان:

يطلق عليها فرضية ارتباط الإحباط بالعدوان

في عام 1939 نشرت مجموعة مؤلفة من خمسة مؤلفين (دولارد ، دوب ميلر،...سيرز) عملا حول الإحباط الذي يعرف على أنه تدخل أو تهديد لتحقيق هدف ما من شأنه أن ينتج عنه تحريض على العدوان.

هناك نوعان أساسيان للافتراضات الكامنة وراء هذا التفسير:

-العدوان يفترض دائما وجود الإحباط.

-وجود الإحباط يؤدي دائما إلى شكل من أشكال العدوان.

ومع ذلك يمكن منع الاستجابة العدوانية مؤقتا ونقلها إلى مصدر آخر

(Pichot et al.1965.p23).

يرى أنصار هذه النظرية أن العدوان لدى الفرد دالة لكمية الإحباط الذي يعانيه فهو يتوقف على شدة الرغبة في الاستجابة المحبطة، ومدى إعاقة تلك الاستجابة وعدد المرات التي أحبطت فيها، فالاستجابات العدوانية تكون عالية في معارج الاستجابات للإحباط والسبب في هذا السلوك العدواني يكون في أغلب الأحيان وسيلة فعالة للتغلب على التدخل.

وهذه النظرية اعتبرت أن الإحباط سبب العدوان وأن العدوان تزداد شدته كلما اشتد الشعور

بالإحباط، وأن الظروف الخارجية التي تحدث الإحباط هي التي تفجر العدوان وتولده سواء كان عدوان مباشر في مواجهة مع العامل المحبط أو غير مباشر في صورة انتقائية أخرى.

وترى أن الإنسان ليس عدوانيا بطبعه وإنما يصبح كذلك نتيجة الإحباط فقد أدت البحوث

تعد نظرية Dollard عن السلوك العدواني من بين الأعمال الأساسية التي تكشف عن طبيعة

العدوان، فاستناد إلى بعض أفكار فرويد الأولى تذهب النظرية إلى أن العدوان نتاج الإحباط .

وتذهب تلك النظرية أيضا إلى أن الغضب ينشأ كلما اعترض الإنسان عائق يحول بينه وبين

تحقيق رغباته، ولما كانت الحياة الاجتماعية السوية تتيح التنفيس عن هذا الانفعال طريقا

للخروج أو الظهور، أدى إلى ظهور العدوان الناتج والمصاحب للغضب في الحيلة الإنسانية.

من هذا فإن الفرد يتخذ ثلاثة اتجاهات سلوكية كاستجابة للإحباط:

- 1- فقد يلوم الفرد الآخرين و يكون في حالة غضب و هو ما يسمى " بالتوجه للخارج
 - 2- قد يلوم نفسه و يمارس الندم و الشعور بالذنب وهو ما يسمى " بالتوجه للداخل
 - 3- قد يرى الشيء المحبط لا أهمية له ولا يلوم عليه أحد و هو ما يسمى " تجانس العدوان ".
- وتؤكد هذه النظرية على أن العدوان أمر ناجم عن الإحباط أي أن الإحباط يؤدي إلى وجود دافع للعدوان، وهذا بالطبع يقود إلى سلوك عدواني مباشر ويرى أنصار هذه النظرية أن العدوان عبارة عن رد فعل طبيعي لما يواجهه الفرد من إحباطات متعددة، فالإحباط يولد طاقات في النفس من الضروري أن تصرف بأسلوب أو بآخر حتى يشعر الفرد بالراحة منها، ومن أساليب التخفيف من هذه الطاقة السلوك العدواني، بحيث أكدت أن الإنسان قد يتعدى بالعدوان دون الإحباط، وعلى ذلك فالإحباط يؤدي إلى العدوان في وجود شرطين:

- 1-العدوان يحدث إذا كان الإحباط يحدث بطريقة متعسفة ولا معنى لها
- 2- عندما يكون العدوان فعالا في التخلص من العقبات التي تعترض طريق إشباع الحاجات (دحلان، 2003، ص 56)

8-3- النظرية العامة للإحباط لروزنزفايغ:

طور روزنزفايغ نظريته بدءا من سنة 1934 وهي تدخل في إطار التحليل النفسي التجريبي، وبين سنة 1938- 1944 عرض نظريته حول الإحباط وقد حاول أن يعطي من خلال هذه النظرية تعبيراً محسوساً لوجهة النظر العضوية في علم النفس في حدود الإمكانيات التجريبية، حسب هذا المفهوم يوجد ثلاث مستويات للدفاع السيكولوجي للعضوية:

8-3-1 المستوى الخلوي أو المناعي:

وهو يعتمد على البلعمة كعملية تقوم بها خلايا تدعى Les Phagocytes والأجسام المضادة... الخ، والتي تبتلع الأجسام الغريبة والبكتيريا وتقضي عليها. وهذا المستوى يخص بالضبط دفاعات العضوية ضد العوامل المعدية.

8-3-2 مستوى التحكم الذاتي أو الاستجابي:

ويخص دفاع العضوية في كليتها ضد الاعتداءات الجسدية العامة، ومن وجهة النظر
السيكولوجية فإن مستوى التحكم الذاتي مرتبط بالخوف والألم والغضب، أما الناحية
الفيزيولوجية تظهر من خلال التغيرات البيولوجية (ازدياد خفقان القلب، تسبب العرق).
8-3-3 مستوى الدفاع عن الأنا:

و هو دفاع الشخصية ضد الاعتداءات السيكولوجية، و يعتبر أعلى مستوى و الذي يخص
بالضبط نظرية الإحباط هذه. (وردة، 2002، ص69)
وتتضمن النظرية العامة للإحباط المظاهر التالية:

1- الإحباط حسب نظرية روزنفايغ: عرف روزنفايغ الإحباط بأنه يحدث في كل مرة
يتعرض فيها طريق الفرد إلى حاجز أو مانع يحول دون إشباع حاجة حيوية أيا كانت وحالة
التوتر والضغط الناتجة عن منع إشباع الدافع الملح يجعل العضوية في حالة دفاع
سيكوبيولوجي من المستوى الثالث مستوى الدفاع عن الأنا أو عن الشخصية ضد الاعتداءات
السيكولوجية ويعتبر ضغط نفسي كل وضعية مثيرة تجعل العضوية تحت التوتر.
وقد ميز روزنفايغ بين نوعين من الإحباط هما:

1- الإحباط الأولي: في هذا النوع ينشأ الإحباط عن غياب موضوع الإشباع الحاجة النشطة
وهو ما يمكن أن نطلق عليه الحرمان مثل شخص جائع وليس لديه أكل.

2- الإحباط الثانوي: في هذا النوع ينشأ الإحباط عن وجود عائق دون إشباع الحاجة
الملحة، أي أن الشخص في حالة جوع ملح إلا أن هناك ما يمنعه عن تناول الطعام
(وردة، 2015، ص 149).

أنواع الضغوط النفسية:

ويمكن أن نميز بين أربع أنواع من الضغط النفسي:

- يكون الضغط سلبيا : عندما يكون الحاجز غير محسوس و لا يمثل للفرد تهديدا في حد
ذاته.

-يكون الضغط نشطا : إذا كان الحاجز قويا مانعا للإشباع بالإضافة إلى كونه مهددا للفرد.
-يكون الضغط داخليا : عندما ينبع الحاجز في هذه الحالة من داخل الفرد، أي فكرة داخلية أو مثل أعلى نؤمن به أو إحساس بالندم.

-يكون الضغط خارجيا :عندما يكون الحاجز خارج الفرد، أي عوامل محبطة كالظروف الاقتصادية أو الاجتماعية...الخ (وردة، 2002، ص70)

التسامح اتجاه الإحباط:

يعرف التسامح اتجاه الإحباط في هذه النظرية بأنه استعداد الفرد لاحتمال الإحباط دون فقدان تكيفه السيكو بيولوجي، أي دون اللجوء إلى أنواع من الاستجابات غير المتكيفة وهذا يعني قدرة الفرد على تحمل الموقف المحبط دون أن يستثير فيه ذلك مشاعر الغضب أو التوتر أي حالة تهيؤ للقيام بردود فعل غير مكيفة كالعدوان مثلا.
ويستند مفهوم التسامح نحو الإحباط إلى مبدئين تحليليين:

-مبدأ اللذة و الواقع: أن الطفل الصغير في البداية يكون مستسلما لرغباته التي تطلب في كل مرة الإشباع الآني، وهو ما يسميه فرويد سيطرة مبدأ اللذة، لكن نمو الطفل يستلزم المرور بمواقف عدم إشباع أو تأجيل للدوافع، أي مواجهة خبرات إحباطية متعددة يفرضها العالم الخارجي فيحدث بذلك المرور إلى مبدأ الواقع، و قد اعتبر لويس كرمين " أن الطفل المدلل أي الذي نجنيه كل الإحباطات يصبح بذلك قد أسيء إعداداه للحياة "فمرور الطفل بعدد من الإحباطات في مرحلة الطفولة يعد تدريبا له لتحمل الإحباط في المستقبل.
-مبدأ ضعف /قوة الأنا:

يقول بيشوت و دونجون " أن مبدأ اللذة من الوجهة التحليلية يسيطر عندما يتبنى الفرد استجابات غير ملائمة للدفاع عن الأنا، لأن استجاباته وسائل لحفظ الشخصية من عدم الإشباع الناتج عن الإحباط، و الأنا الضعيف هو وحده من يحتاج إلى طرق دفاع غير ملائمة.(وردة، 2002، ص73).

التعقيب على النظريات المفسرة للإحباط:

يتضح لنا من خلال عرض النظريات التي تفسر الإحباط و هي :النظرية التحليلية و نظرية الإحباط و العدوان و النظرية العامة للإحباط ROSENZWEIG أنه لكل نظرة طريقته الخاصة في التفسير . كما هو الحال في نظرية التحليل النفسي نجد فرويد يعتبر الإحباط تجربة أساسية للأنا و تطوره و أن سوء التوافق ناجم عن ضعف الأنا نتيجة لضعف طاقة الليبيدو نجد أن أصحاب هذه النظرية و الذين يدورون في نظرة فرويد التحليلية مثل أدلر يعطي أهمية لترتيب الأولاد في الأسرة و ما يلاقي الطفل من إحباطات جراء معاملة الوالدية التي تتسم بالإفراط.

أما بالنسبة للإحباط و العدوان اعتبرت أن الإحباط سبب العدوان و أن العدوان تزداد شدته كلما اشتد الشعور بالإحباط أي وجود علاقة ترابطية بينهم.

أما بالنسبة لنظرية الإحباط العامة حاولت إعطاء تغيير محسوسا لوجهة النظر العضوية في علم النفس لإمكانيات التجريبية و اعتبرت أن الإحباط يحدث كلما اعترض طريق العضوية حاجز أو مانع قاهر يحول دون إشباع الدافع الملح و هذا ما يجعل العضوية في حالة دفاع سيكولوجي من المستوى الثالث "مستوى الدفاع عن الأنا".

9 - علاقة الإحباط بالصحة النفسية و كيفية الوقاية منه:

1-9 - علاقة الإحباط بالصحة النفسية:

تختلف علاقة الإحباط بالصحة النفسية بحسب مستوى الإحباط و مرات حدوثه، فعندما يتعرض الشخص للإحباط الخفيف يزيد جهده و يثابر من أجل إزالة العائق و التحايل عليه، أو يعدل أهدافه أو يؤجلها أو يغيرها بأهداف يمكنه تحقيقها . و هذا المستوى من الإحباط مفيد من وجهة نظر الصحة النفسية لأنه يدفع الشخص إلى تنمية قدراته و تحسين استجاباته و أساليب توافقه و يشجعه على اكتساب الخبرات الجديدة، و يساعده على تنمية الحاجة للإنجاز و المثابرة و الثقة بالنفس و كلها سمات طيبة في الشخصية نحرص على تنميتها عند أبنائنا.

يتفق علماء الصحة النفسية على ضرورة تعويد أطفالنا من الصغر على تحمل الإحباط و مواجهة العوائق و الصعوبات بأساليب مباشرة بناءة، و تدريبهم على تحقيق أهدافهم بالجد و الاجتهاد و المثابرة و على تأجيل إشباع بعض حاجاتهم و تعديل بعض أهدافهم، أو تغييرها بما يناسب قدراتهم و إمكانياتهم حتى ترتفع عتبة الإحباط عندهم و تتضح شخصيتهم و تتحسن قدراتهم و أساليب توافقهم. (شريت، 2006، ص164 ص 165).

أما إذا كان الإحباط شديدا متكررا، فإنه قد يضر بالصحة النفسية للفرد، ولاسيما في مرحلة الطفولة و في حالة كون الأهداف ضرورية لنمو الفرد نفسيا جسما .لقد وجد أن كثير من الأطفال الذين تعرضوا للقسوة والحرمان والنذب من والديهم عانوا من بعض المشكلات النفسية . كما تبين أن كثير من المجرمين والجانحين والمضطربين عقليا ونفسيا قد تعرضوا لإحباطات شديدة لاسيما في طفولتهم(غباري أبوشعيرة، 2015، ص 421).

9-2 الوقاية من الإحباط:

نظرا لأن الإحباطات قد تضر بالصحة النفسية ولاسيما إذا تكررت، فإنه ينبغي وقاية الأفراد من التعرض للإحباطات الشديدة ومن الخطوات التي قد تسهم في ذلك مايلي:

-غرس الوازع الديني و تنميته لدى النشء.

-تنمية الشعور بالرضا عند الفرد، كي يقبل بما قسمه الله له من الصحة و الرزق و الذكاء و الجمال...الخ ومساعدته في وضع أهداف تتناسب مع إمكانياته وقدراته وحثه على بذل الجهد والمثابرة في تحقيق أهدافه.

-تعويد الأفراد على فعل الأسباب و المثابرة و الصبر على الشدائد و البلاء و ضبط النفس و عدم اليأس و القنوط، حتى يكونوا أقدر على تحمل الإحباط.

-مساعدة الأسر الفقيرة على توفير حاجاتها كي لا يتعرض أعضاؤها للإحباط الشديد.

-توجيه الآباء و المعلمين و إرشادهم إلى الطرق السليمة في تنشئة الأبناء و معاملتهم

للتقليل من الظروف المساعدة على الإحباط كالتدليل والإهمال والقسوة والنذب أو التفريق بين الأبناء التلاميذ.

- مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد و الاهتمام برعاية الفئات المعرضة للإحباط كالطلاب المتأخرين دراسيا والشباب العاطلين عن العمل وتوجيههم ومساعدتهم على حل مشكلاتهم. -تشجيع الأطفال و تعويدهم على حل مشكلاتهم، و عدم تحقير الفاشلين و إهانتهم، و لاسيما إذا كانت أسباب الفشل خارجة عن إرادتهم(غبار، أبو شعيرة، 2015 - صص 346 345)

خلاصة:

في الأخير يمكن القول أن الإحباط مفهوم حديث في علم النفس ، وفي منظور عام أنه نفسي فهو من المواقف التي يواجهها الفرد في حياته اليومية التي تثير فيه الخوف و التوتر والقلق، وتضعف شخصيته و تقع عائق وراء تحقيق أهدافه و غاياته، وقد تطرقنا في هذا الفصل إلى أهم التعريفات لهذا المفهوم بالإضافة إلى أسبابه ومصادره منها الوراثة والعضوية والنفسية، كما تم التطرق إلى مختلف أنواعه والأعراض الناجمة عنه وكيفية استجابات الأشخاص له .وكذا تم تناول النظريات التي قامت بتفسيره مع إبراز التصورات السيكولوجية التي أوردتها كل نظرية وأهمها نظرية العدوان لروزنزفايغ بالإضافة إلى مختلف تأثيراته على الصحة النفسية للفرد وكيفية الوقاية منه.

ثالثا : الدراسات السابقة

تعتبر الدراسات السابقة الجهود البشرية القديمة، والتي بحثت الموضوع الذي تم تناوله من قبلنا، و في هذا الدراسة اعتمدنا عديد الدراسات السابقة التي لها صلة بمتغيرات الدراسة ويمكن تقسيمها كالآتي:

1 -الدراسات الجزائرية:

1-دراسة سحاب فتيحة (2011) :

"بعنوان: " أثر إدمان الإنترنت على التحصيل الدراسي وظهور السلوك العدواني لدى المراهق المتمدرس".

هدفت هذه الدراسة إلى البحث عن مدى وجود فروق مابين المراهقين المدمنين على الانترنت في درجة السلوك العدواني ومستوى التحصيل الدراسي، كما سعت إلى إظهار العلاقة بين إدمان المراهقين المتمدرسين وتدني مستوى التحصيل عندهم من خلال معرفة مدى ارتباط السلوك العدواني المادي واللفظي لدى المراهقين المتمرسين.وللتحقق من هذه الأهداف استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.حيث تكونت عينة الدراسة من(880) مراهق متمدرس بالمرحلتين المتوسطة والثانوية(454 تلميذ و 426 تلميذة) تتراوح أعمارهم بين(14و19سنة)، ببعض متوسطات وثانويات بلدية حسين داي بالجزائر العاصمة، اختيرت بطريقة عشوائية بسيطة .طبق عليهم مقياسين مقياس إدمان الانترنت من إعداد بشرى أحمد أرنوط (2005)ومقياس السلوك العدواني والعدائي للمراهقين والشباب من إعداد أمل عبد السميع مليجي باظه(2003) .

حيث تم التوصل إلى ما يأتي:

- وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى التحصيل الدراسي بين المراهقين المتمدرسين غير المدمنين على الانترنت لصالح غير المدمنين.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة السلوك العدواني اللفظي بين المراهقين المتمدرسين المدمنين وغير المدمنين لصالح المدمنين.
- وجود علاقة سالبة دالة إحصائية بين مستوى التحصيل ودرجة السلوك العدواني اللفظي لدى أفراد العينة.

1- دراسة بوبعاية يمينية (2015):

بعنوان: "مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" أنموذجا وعلاقته بظهور بعض المشكلات النفسية لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية "

هدفت الدراسة لمعرفة درجة اعتيادية استخدام الفيسبوك ومستوى الإدمان والاستخدام السلبي له على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية ببعض ثانويات مدينة المسيلة، ومعرفة مستوى ظهور بعض المشكلات النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

ولتحقيق هذه الأهداف قامت الباحثة باستخدام استبيان الفيسبوك (اعتيادية الاستخدام، مستوى الإدمان، المساوى، التأثير على المردود المدرسي) من إعدادها، ومقياس المشكلات لجزء بن عبيد العصيمي (2009)، طبقا على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية قوامها 200 تلميذ (81 ذكور، 119 إناث) وباستخدام المنهج الوصفي الارتباطي توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- مستوى الإدمان على استخدام الفيسبوك درجة الاعتيادية عليه متوسطتين لدى عينة الدراسة.

-مستوى الاستخدام السلبي للفيسبوك ضعيف لدى عينة الدراسة.

-درجة تأثير استخدام الفيسبوك على المردود المدرسي متوسطة لدى عينة الدراسة.

-مستوى ظهور المشكلات النفسية منخفض لدى عينة الدراسة.

-لا توجد علاقة دالة إحصائية بين مستوى الإدمان على الفيسبوك وظهور بعض المشكلات

النفسية لدى عينة الدراسة.

3-دراسة مريم نريمان نومار (2011):

بعنوان : "استخدام مواقع التواصل الاجتماعي و تأثيرها في العلاقات الإجتماعية، دراسة عينة من مستخدمي موقع الفيسبوك في الجزائر".

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أثر استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية في العلاقات الاجتماعية، والتعرف على الأسباب التي ساعدت في انتشار العلاقات الافتراضية على حساب نظيرتها الواقعية. حيث أعدت الباحثة استبيان تم تطبيقه على عينة الدراسة المختارة بالطريقة القصدية "العمدية" تتكون من (265) فرد (153 ذكور، و112 إناث) المنخرطين بشبكة الفيسبوك، وباستخدام المنهج الوصفي المسحي توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- يستخدم أغلب أفراد العينة موقع الفيسبوك بدافع التواصل مع الأهل والأصدقاء إلى جانب التثقيف.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نسبة استخدام الذكور والإناث لشبكة التواصل الاجتماعي الفيسبوك.

- استخدام الفيسبوك يؤثر في الاتصال الشخصي وجها لوجه، وفي تفاعل المستخدمين مع أسرهم وأقاربهم وأصدقائهم، كما يؤدي إلى الانسحاب الملحوظ للفرد من التفاعل الاجتماعي.

4-دراسة بن طراد زينة (2007):

بعنوان : " قياس مستوى الإحباط من وجهة نظر عينة من أعوان الحماية المدنية دراسة ميدانية بوحدةالحجار عنابة مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح ورقلة الجزائر".

هدفت هذه الدراسة إلى قياس مستوى الإحباط من وجهة نظر عينة من أعوان الحماية المدنية والعاملين بوحدة الحماية المدنية بالحجار عنابة، ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بتصميم استبانة مكونة من 17 فقرة، حيث تم التحقق من صدقها وثباتها

نتائج الدراسة: توصلت نتائج الدراسة أن مستوى الإحباط لدى أعوان الحماية المدنية بوحدة الحجار بعنابة عالي وتفسر هذه النسبة العالية من الإحباط إلى الأسباب الاقتصادية وهي عدم وجود دخل كافي يسمح بشراء ما هو مرغوب فيه وظروف العمل والعلاقات بين العاملين.

5- دراسة بلحسيني وردة (2002):

بعنوان : "علاقة الرضا عن التوجيه المدرسي بالإحباط دراسة مقارنة بين تلاميذ الجذعين المشتركين آداب و تكنولوجيا بورقلة، رسالة ماجستير".

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين رضا التلميذ عن توجيهه بالإحباط لدى تلاميذ الجذعين المشتركين آداب و تكنولوجيا بمدينة ورقلة ،قامت الباحثة باستعمال اختبار الإحباط المصور لروزنزفايغ في صيغته الخاصة بالمراهقين ،و قد طبقت الاختبار على عينة مكونة من 140 تلميذا راضين و غير راضين ، وقد استعملت كأسلوب إحصائي اختبار t لدلالة الفروق بين المتوسطات. و انتهى البحث إلى التأكيد على أن التلاميذ الراضين كانوا أكثر قدرة على تحمل الإحباط حيث أظهروا امتثالية للجماعة، كما بين بروفيل استجاباتهم حالة توافق عام، ذلك أن حالة الرضا تجعل التلاميذ يقيمون أنفسهم تقييما إيجابيا، و هذا يعطيهم ثقة أكبر في ذواتهم مما يجعلهم قادرين على مواجهة الواقع و يوسعون مجال إدراكهم، فيروا حلولا متعددة أثناء مواجهتهم لمواقف الحياة المختلفة، على عكس مجموعة التلاميذ غير الراضين الذين بدوا أقل قدرة على تحمل الإحباط على تقبلهم لذواتهم و للآخرين، و هو ما تبين من خلال نتائج الاختبار لفئة التلاميذ غير الراضين الذين كانوا أقل امتثالية للجماعة، كما كانت نتائج بروفايلهم أقل توافقا.

كما أكدت نتائج البحث على أثر عوامل أخرى كالجنس و التخصص في القدرة على مواجهة الإحباط.

6-دراسة أحلام عزيزي 2016:

بعنوان : " الإحباط و علاقته بالسلوك العدوانى لدى عينة من التلاميذ المعيدى فى شهادة البكالوريا "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الإحباط و علاقته بالسلوك العدوانى لدى عينة من التلاميذ المعيدى فى شهادة البكالوريا حيث تم بناء استبيان للإحباط مكون من 33 فقرة موزعة على 5 محاور (الصحي، النفسى، التخصص، الأسرى، الاجتماعى) كما تم تطبيق مقياس السلوك العدوانى لصاحبه بشير معمرىه مكون من 40 فقرة طبق على عينة مكونة من 60 تلميذ و تلميذة معيدى لشهادة البكالوريا حيث تم إتباع المنهج الوصفى الملائم لوصف الظواهر و تحليلها، و قصد معالجة البيانات إحصائياً تم استخدام معامل الارتباط برسون و المتوسطات الحسابية واختبار دلالة الفروق. وقد أسفرت النتائج إلى:

- وجود علاقة ارتباطية بين الإحباط والسلوك العدوانى لدى عينة الدراسة.
- كان مستوى الإحباط مرتفعاً لدى عينة الدراسة.
- وجود فروق دالة إحصائية فى مستوى الإحباط تعزى لمتغيرات الدراسة
- عدم وجود فروق دالة إحصائية فى مستوى السلوك العدوانى لدى عينة الدراسة تعزى لمتغيرات الدراسة (التخصص، الجنس).

2-الدراسات العربية:

1-دراسة معزى حمدان العنزى (2014):

بعنوان : " العوامل الاجتماعية المرتبطة بالاستخدام السلبى لشبكة التواصل الاجتماعى لدى طلاب المرحلة الثانوية "

هدفت الدراسة إلى التعرف على مفهوم شبكة التواصل الاجتماعى وأهميتها بالنسبة للمجتمع ومعرفة العوامل الاجتماعية المرتبطة بالاستخدام السلبى لشبكة التواصل الاجتماعى على الطلاب والأسرة وعلى المجتمع، ومعرفة الكيفية التى من خلالها يمكن توعية طلاب المرحلة الثانوية للاستخدام الآمن لشبكات التواصل الاجتماعى.

ولتحقيق هذه الأهداف قام الباحث باستخدام استبيان ودليل مقابلة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بشرق مدينة الرياض بلغ عدد (402) طالبا و(4) مرشدين طلابيين، باستخدام المنهج الوصفي توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- أهم مفاهيم شبكة التواصل الاجتماعي من وجهة نظر العينة تتمثل في أنها "شبكات عامة للتواصل بين أجهزة متعددة في نظام عالمي لنقل المعلومات."

- من أبرز العوامل الاجتماعية المرتبطة بالاستخدام السلبي لشبكات التواصل الاجتماعي:

أ- على الطالب هي (بث الدعوات والأفكار الهادمة- الإدمان في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي).

ب- على أسرة الطالب (التأثير بالعادات والتقاليد الغربية وسوء العلاقات الأسرية).
-وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) لدى عينة الدراسة حول العوامل الاجتماعية المرتبطة بالاستخدام السلبي لشبكات التواصل الاجتماعي على الطالب، وأسرة الطالب باختلاف الدخل الشهري للأسرة.

2-دراسة محمد سليم الزبون، وضيف الله عودة أبو صعيك (2013):

بعنوان: "الآثار الاجتماعية والثقافية لشبكات التواصل الاجتماعي على الأطفال في سن المراهقة في الأردن "

هدفت الدراسة الكشف عن الآثار الاجتماعية والثقافية لشبكات التواصل الاجتماعي على الأطفال في سن المراهقة في الأردن من الفئة العمرية من الخامسة عشرة حتى ثمانية عشرة، وقد تكونت عينة الدراسة من (276) فردا من الأطفال في سن المراهقة تم اختيارهم قصداً بأسلوب (كرة الثلج)، منهم (141) من الذكور و(135) من الإناث، المنخرطين بشبكة الفيسبوك، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت استبانة تم تطويرها من قبل الباحثين لغايات هذه الدراسة.

فأظهرت النتائج أن أبرز الآثار الاجتماعية والثقافية الإيجابية لشبكات التواصل الاجتماعي على الأطفال في سن المراهقة من وجهة نظرهم توسيع العلاقات الاجتماعية من

خلال متابعة أخبار الآخرين على الشبكة ومجاملتهم، وتعزيز وتوثيق الصداقات القائمة، وزيادة عدد الأصدقاء الذين يشتركون في نفس الاهتمامات.

بينما تكون الآثار الاجتماعية والثقافية السلبية لشبكات التواصل الاجتماعي لدى الذكور أكبر من الإناث، وفق التقييمات هم أنفسهم. وأوصت الدراسة بتوظيف شبكات التواصل الاجتماعي في الميدان التربوي، وإنشاء مواقع وصفحات رسمية عليها خاصة بالإرشاد النفسي والدعم الاجتماعي للأطفال في سن المراهقة، وفرض رقابة أكبر من قبل الراشدين على سلوك أبنائهم، ومحاورتهم حول الممارسات السليمة في استخدامها وتوعيتهم بآثارها السلبية، وتشجيعهم على الاستخدام الإيجابي الآمن لها، بما يلبي حاجاتهم، ويتوافق مع اهتماماتهم، وينمي مواهبهم.

2-دراسة حسن عبد الله الرزقي (2013):

بعنوان: أثر استخدام طلبة جامعة تابوك "شبكات التواصل الاجتماعي على سلوكياتهم"

هدفت الدراسة إلى معرفة آثار شبكة التواصل الاجتماعي على الشباب (الدينية والاجتماعية والثقافية والعلمية والتاريخية والتراثية والتربوية والنفسية). استخدم المنهج الوصفي الملائم لطبيعة الدراسة، و تكونت عينة الدراسة من طلاب وطالبات من جامعة تبوك حيث بلغ عددهم (622) وللتحقق من أهداف الدراسة قام الباحث بتطوير استبانة لقياس أثر الاستخدام من وجهة نظر العينة. وتوصل إلى النتائج التالية:

- تطبيق " الواتس آب "أكثر وسائل الاتصال الاجتماعية انتشارا، وأن النسبة الأكبر من العينة يستخدمون وسائل الاتصال الاجتماعية في حياتهم أقل من ثلاث ساعات.
- استخدام شبكة التواصل الاجتماعي أكثره للتسلية .
- من حيث الآثار الدينية الدعوة إلى الإسلام حظيت بالنسبة الأكبر.
- ضمن الآثار الدينية السلبية فإن ضعف الوازع الديني لدى المدمنين حضي بنسبة كبيرة . وتفاقم ظاهرة السب والشتم والكسل وفقدان الدافعية للعمل .

3-الدراسات الأجنبية:

1-دراسة الحسين جافر كاريمي(2014):

بعنوان : " إدمان الفيسبوك بين الطلاب الماليزيين "

هدفت الدراسة إلى التحقق من إدمان الفيسبوك لدى عينة تتكون من (411) طالب وطالبة بالجامعة التكنولوجية بماليزيا، وقد طبق عليهم سلم إدمان الفيسبوك (BFAS) المصمم من قبل قسم علم النفس لجامعة "بيرغن" بالنرويج، ودلت النتائج على أن: - 47% من الطلبة المستخدمين للفيسبوك مدمنين عليه، وهي نفس النسبة بين الطلبة العاديين وطلبة الدراسات العليا، والطلبة الماليزيين الأجانب. -يمكن التنبؤ بعوامل كثيرة المسببة للإدمان مثل الاتجاهات الدينية المتطرفة، ومستوى قوة الأنا لدى الأفراد.

2-دراسة جاكلين كابردي (2011):

بعنوان : "هل هذا الجيل من الشباب مدمن على مواقع التواصل الاجتماعي "

هدفت الدراسة إلى فحص حقيقة الإدمان النفسي على مواقع التواصل الاجتماعي (Facebook, Twitter, LinkedIn) لدى عينة من الشباب الجامعي، كما هدفت إلى معرفة ما إذا كان سبب هذا الإدمان هو الحفاظ على العلاقة مع الأصدقاء. وقد طبقت الباحثة مقياس الأبعاد النفسية الست للسلوك الإدماني لـ"غريفيث" هي (البروز، تعديل المزاج، التحمل، الانسحاب، الصراع، الانتكاس)، وذلك على عينة تكونت من 313 طالب من مختلف جامعات ولاية كارولينا الأمريكية، من كلا الجنسين، تراوحت أعمارهم ما بين 17 و 31 سنة، وتوصلت الباحثة إلى: -تعاني عينة الدراسة ثلاثة أعراض من الإدمان النفسي على مواقع التواصل الاجتماعي هي التحمل، البروز، والانتكاس.

-تعاني عينة الدراسة من صراع نفسي داخلي، لآكن لا يعود سببه إلى العلاقة مع الأصدقاء الافتراضيين.

-أكثر مواقع التواصل استخداما من طرف عينة الدراسة هو Facebook، وذلك بنسبة قدرها 98.4%.

3-دراسة كي جيك وونغ سيو فان (2011):

بعنوان: " تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الروابط والصحة النفسية والعقلية للمراهق".

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر مواقع التواصل الاجتماعي لدى المراهقين الذين يتراوح سنهم بين 17 إلى 22 سنة، وكذا تقييم تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على الصحة العقلية والنفسية للمراهق.

واختبار تأثير كل من العرق والجنس على نمط استخدام مواقع التواصل الاجتماعي. وقد قام الباحثان بتصميم استبيان لقياس درجة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتطبيقه على عينة تكونت من 103 من المراهقين الماليزيين (50 ذكور، و53 إناث)، وتوصل الباحثان إلى النتائج التالية:

-أظهرت الدراسة أن المراهقين الماليزيين نشيطين على مستوى مواقع التواصل الاجتماعي، لدرجة أنها أصبحت جزءا من نشاطاتهم اليومية.

-حيث أن 78.6% من عينة الدراسة تستخدم مواقع التواصل الاجتماعي بصورة منتظمة، 39.8% منهم درجة استخدامهم قليلة، و38.8% درجة استخدامهم متوسطة.

-التواصل عبر مواقع التواصل الاجتماعي لدى عينة الدراسة أخذ مكان التفاعل التقليدي (وجها لوجه) الذي يحتوي على اللغة الجسدية، والتعابير الوجهية.

-وأفاد الباحث من خلال اطلاعه على تلك الدراسات في تحديد أدوات البحث اللازمة لجمع المعلومات والبيانات والإفادة من المقاييس التي تم تطبيقها، والتعرف على الأساليب الإحصائية وتفسير النتائج التي أسفرت عنها دراسته بشكل علمي ودقيق.

3- دراسة جاك برتراند (1991):

بعنوان: "تقييم أسلوب ميتاكو جنيتي الاستجابة للإحباط عند البالغين وفق نظرية روزنزفايغ" وجد الباحثون الذين نظروا في دراسة الإحباط قيمة بعض جوانب هذا الأخير من خلال التركيز بشكل رئيسي على ردود الفعل التي تثيرها .في نهاية الثلاثينيات، دولارد ، ميلر . كانت في أصل تيار مهم من البحث من خلال اقتراح أ الفرضية المتعلقة بالعلاقة السببية بين الإحباط والعدوان .جنباً إلى جنب مع هذا الاتجاه، اقترح S. Rosenzweig نهجاً للتركيز على الفروق الدقيقة في ردود الفعل المحتملة للإحباط.

والغرض الرئيسي من الاختبار هو قياس الإحباط، ويسمح لنا بقياس اتجاهات الردود المنتجة .بناءً على نظرية Rosenzweig ، فإن هذا البحث يهدف أولاً إلى استكشاف إمكانيات قياس وعي الشخص بردود أفعاله تجاه الإحباط باستخدام استبيان .تدابير إضافية تسمح أيضاً لاستكشاف الأبعاد التي لا توجد فيها الفرضية المقترحة، ولكن الفائدة والملائمة التي تستند إلى الرغبة في المزيد من النظرة العالمية للإحباط.

تم إنشاء الاستبيان وإدارته على 182 شخصاً (67رجلاً و 115النساء) ، كما تم إجراء اختبار Rosenzweig على 65 منهم .هذه العينة مكونة من أشخاص من خلفيات مختلفة، ولكن بشكل رئيسي طلاب الكليات والجامعات من تروا ريفيير .يتكون الاستبيان من سؤال مفتوح أيضاً من 34 بندا تتعلق بجوانب مختلفة من وصف الذات في مواجهة الإحباط، ويستخدم مقاييس من نوع ليكرت.

أظهر الاستبيان ومقاييسه اتساقاً داخلياً فقط ضعيف أو ضعيف جداً، مما يدل على صعوبة بناء نموذج ما وراء المعرفي من الإحباط من نظرية Rosenzweig .

التعليق العام على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات آفة الذكر، فضلاً عن الأدبيات الأخرى التي اطلعنا عليها والتعرف على الكثير من الأسس النظرية والعملية التي ساعدتنا في بلورة منهجية البحث، ووضع أسس الجانب النظري والتطبيقي، ونظراً لتعدد أهداف وتساؤلات ومحاوِر ونتائج هذه الدراسات، قمنا وبايجاز بتحديد أهم نقاط الاتفاق والاختلاف والاستفادة فيما يلي:

1- تتفق الدراسة الحالية مع غالبية الدراسات السابقة في استعمال منهج البحث وهو المنهج الوصفي كما يتفق من حيث استعمال أداة البحث لجمع المعلومات، وهي الاستبانة.

2- تباينت الدراسات السابقة من حيث البيئة المطبقة فيها، فطبقت في البيئة المحلية "الجزائر" في الدراسة الحالية، وكل من دراسة: يمينة بوبعاية (2015)، وبلحسيني وردة (2002)، ومريم نريمان نومار (2011)، بن طراد زينة (2011) وأحلام عزيزي (2016)، والبيئة العربية في كل من دراسة: معزي حمدان العنزي (2014)، محمد سليم الزبون، وضيف الله عودة أبوصعيليك (2013)، وحسن عبد الله الرزقي (2013).

أما في البيئة الأجنبية فكانت دراسة: جاكلين كابردي (2011)، والحسين جافركاريمي (2014) وكبي جيك، وونغ سيو فان (2011).

3- يوجد تباين في الدراسات السابقة من حيث العينة المستهدفة، حيث كانت العينة المستهدفة في الدراسة الحالية، والمتمثلة في "الطالبات الجامعيات" متطابقة مع دراسة كل من: حسن عبد الله الرزقي (2013)، جاكلين كابردي (2011)، والحسين جافركاريمي (2014)، التي استهدفت فئة الطلبة الجامعيين. وباقي الدراسات استهدفت فئة المراهقين خصوصاً.

4- استخدمت أغلب الدراسات السابقة نفس نوع وحجم العينة مثل دراسة "بن طراد زينة" 2007 ودراسة "بلحسيني وردة" 2002 و"جاك برتراند" 1991، وتم تطبيق اختبار روزنزفايغ للإحباط في جل الدراسات.

5-تناول متغير الإحباط الذي غالبا ما يؤدي إلى اضطرابات سلوكية على غرار السلوكيات العدوانية والسلوك العدواني الذي يمكن أن يعتبر كنتيجة للإحباط في دراسة كل من أحلام عزيزي (2016) وبن طراد زينة (2007)

- أما فيما يتعلق بمجالات الاستفادة من الدراسات السابقة، فإن تلك الدراسات تشكل دعامة أساسية من دعائم المنهج العلمي، وعنصر رئيس من عناصر البحث الناضج والمتكامل، فقد أفاد الباحث من تلك الدراسات في إثراء الجانب النظري للبحث، وأكسبه التراكم العلمي والمعرفي الحديث مزيداً من الفهم لتحديد مشكلة دراسته تحديداً منهجياً، مما يلغي الغموض والتكرار، ويكسبه الأهمية العلمية والمنهجية اللاتقة والمفيدة.

وأفاد الباحث من خلال اطلاعه على تلك الدراسات في تحديد أدوات البحث اللازمة لجمع المعلومات والبيانات والإفادة من المقاييس التي تم تطبيقها، والتعرف على الأساليب الإحصائية وتفسير النتائج التي أسفرت عنها دراسته بشكل علمي ودقيق.، وقد يستفيد من هذه الدراسات الباحثون أو الجهات البحثية الأخرى، خاصة إذا كانت تتعلق بمواضيع بحوثهم أو تقترب منها في الإجابة على تساؤلات الدراسة وصياغة فروضها وتحقيق أهدافها، ومن خلالها يتوصل الباحثون إلى نتائج واستنتاجات تعوض النقص الحاصل في الدراسات التي سبقتها، ومقترحات قد تسهم في إثراء مواضيعهم البحثية، والتي من شأنها أن تعوض النقص الحاصل في الدراسات التي سبقتها، ويلاحظ أن معظم الدراسات السابقة التي اعتمدت في هذه الدراسة، قد تناولت إلى حد ما الجوانب الأساسية من هذه الدراسة حيث ركزت على مواقع التواصل الاجتماعي خاصة منها الفيسبوك.وتناولت المواقع الإلكترونية وأهميتها وأنواعها وأفاقها، وتوقفت معظمها عند المواقع الاجتماعية، التي أصبحت في متناول أي متصفح لشبكة الإنترنت، بالرغم من التعامل الحذر معها الذي أكدت عليه بعض الدراسات، وتأثيراتها السلبية على جيل الشباب والطلبة، بالرغم من الدور الإيجابي الذي تلعبه شبكات التواصل الاجتماعي، في التقارب بين الشعوب من خلال تقديم الأخبار والمعلومات وتبادل الثقافات، والخروج على سلطة الرقيب وإتاحة المجال لإبداء الرأي وحرية الاختيار، والدور

المتميز الذي لعبته شبكات التواصل الاجتماعي (الفيسبوك، تويتر، واليوتيوب)، في أحداث تغييرات على مستوى كل القطاعات بما في ذلك قطاع التربية الوطنية. حيث أصبح المواطن يعرف كل ما يجري في هذا القطاع وقد اقتربت بعض الدراسات من هذه الدراسة في تأكيد: تأثير مواقع التواصل الاجتماعي السلبي خاصة الفيسبوك وما يحدثه من إدمان وعلاقته ببعض الأمراض النفسية كالإحباط لدى الطلبة، وهو الهدف الذي يسعى الباحث في الوصول إليه في هذه الدراسة.

الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1_ منهج الدراسة

2_ الدراسة الاستطلاعية

3_ مجتمع وعينة الدراسة

4_ أدوات جمع بيانات الدراسة

5_ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

خلاصة

تمهيد:

إن الهدف من هذا الجزء هو عرض مختلف الخطوات المنهجية التي اعتمدنا عليها لتحقيق الأهداف المذكورة سابقا من هذا البحث، فبعد الإلمام بالجانب النظري الذي تناولنا فيه تحديد الإشكالية، التساؤلات، الفرضيات، الهدف والأهمية، والدراسات السابقة بالإضافة إلى الجانب النظري.

وسنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي الذي يعتبر جانبا هاما في أي بحث حيث سنتناول فيه أولا المنهج المستخدم، مكان الدراسة، مجموعة البحث، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة.

1- منهج الدراسة:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لوصف العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك أنموذجاً" و الإحباط لدى الطالبات الجامعيات وتبرز أهمية هذا المنهج اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الذي يحاول الاجابة على السؤال الاساسي في العلم وماهية وطبيعة الظاهرة موضوع البحث .ويشمل ذلك تحليل الظاهرة، وبيئتها، وبيان العلاقة بين مكوناتها، ومعنى ذلك أن الوصف يتم أساسا بالوحدات أو الشروط أو العلاقات أو الفئات أوالتصنيفات أو الانساق التي توجد بالفعل،وقد يشمل ذلك الاراء حولها والاتجاهات إزائها، وكذلك العمليات التي تتضمنها والاثار التي تحدثها والمتجهات التي بزغ عنها، ومعنى ذلك أن المنهج الوصفي يمتد إلى تناول كيف تعمل الظاهرة. (أمل ابو حطب فؤاد وصادق، 1991، صفحة 104).

2- الدراسة الاستطلاعية:

كان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية الاطلاع على محاور استمارة البحث والاطلاع على المجتمع الأصلي للدراسة وخصائصه ومميزاته وضبط البنود التي تحتويها الدراسة، وقد تمت الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة من سبتمبر 2022 إلى افريل 2023، حيث وبعد الحصول على الموافقة الأولية من طرف السيد مدير الإقامة الجامعية قمنا بالتردد على الإقامة، حيث تم التقرب من بعض الطالبات قصد مناقشتهم وأخذ آرائهم حول موضوع البحث وقد التمسنا استعدادا من قبلهم للمساعدة على إجراء البحث.

2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التعرف على عينة وحجم المجتمع الأصلي.
- التحقق من صلاحية الأداة بعد حساب بعض الخصائص السيكمترية لها (الصدق والثبات).
- اكتشاف أهم الصعوبات التي قد تواجهنا أثناء تطبيق الدراسة الأساسية وتجاوزها.
- الاطلاع على الميدان لأخذ معلومات تساعدنا وتسهل الشروع في الدراسة الأساسية.

2-2 حدود الدراسة:

2-3 الإطار الزمني :

امتدت دراستنا لهذا الموضوع طيلة شهر مارس وتخللت هذه الفترة توزيع الاستمارات الاستبيان على عينة البحث، ثم بعد ذلك قمنا بتفريغ الأجوبة وبدأنا بجمع النتائج وتحليلها ومناقشتها.

2-4 الإطار المكاني:

- أجريت هذه الدراسة على مستوى جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

2-5 الإطار البشري للدراسة:

- أجريت الدراسة ميدانيا مع الطالبات الجامعيات بجامعة المسيلة.

3- مجتمع وعينة الدراسة:

- يتضمن مجتمع الدراسة الأصلي 60 طالبة جامعية.

3-1 عينة الدراسة:

تعتبر العينة الفئة التي تمثل مجتمع البحث أي جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث، أو جميع الأفراد الذين يكونون موضوع البحث. أما في الدراسة الحالية فقد تكونت عينة الدراسة من 60 طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة. وقد انقسمت عينة الدراسة الى قسمين:

3-2 العينة الاستطلاعية: تم أخذ عينة مكونة من 20 طالبة جامعية وبطريقة عشوائية

بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدارسة من خلال إيجاد معاملات

الصدق والثبات لمقاييس الدراسة.

3-3 العينة الأساسية: تم أخذ عينة مكونة من 40 طالبة جامعية وبطريقة عشوائية فقد تم

أخذ نسبة 60% من مجتمع الدراسة، وهي نسبة مناسبة للإجابة على أهداف وفرضيات

الدارسة، ومن ثم قمنا بتطبيق المقياس على أفراد العينة.

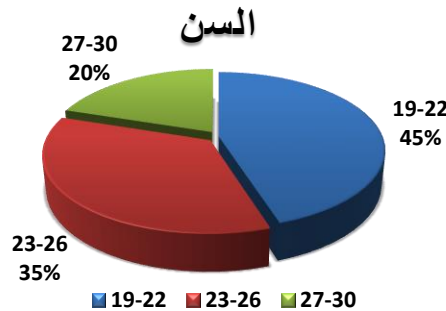
وقمنا بعرض خصائص أفراد العينة كالتالي:

جدول (03) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير السن :

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
22-19	18	45.0
26-23	14	35.0
30-27	8	20.0
المجموع	40	100.0

توضح بيانات الجدول أن الطالبات الأكثر وجودا تتراوح أعمارهن من 19 إلى 22 سنة بنسبة قدرت بـ 45.00 % في حين كانت نسبة 35.00 % للطالبات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 23 إلى 26 سنة، ثم تليها نسبة 20.00 % للطالبات اللاتي تتراوح أعمارهن بين 27 إلى 30 سنة.

نلاحظ من الجدول ارتفاع نسبي في نسبة الطالبات اللاتي اعمارهن بين 19 الى 22 سنة وهذا راجع للتقارب العمري وهن الأكثر نسبة نجاحا في البكالوريا وتواجدا. شكل (01) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير السن :



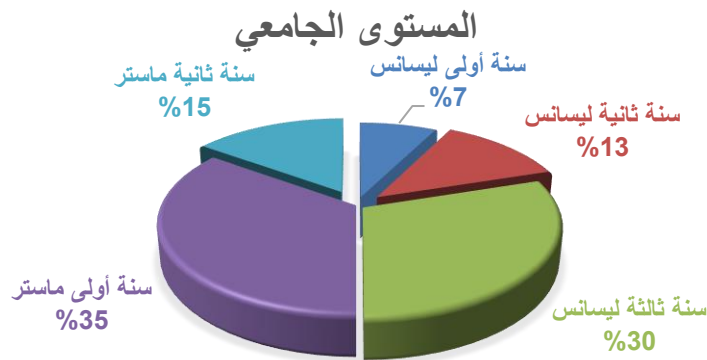
جدول (04) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى الجامعي :

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
سنة أولى ليسانس	3	7.5
سنة ثانية ليسانس	5	12.5
سنة ثالثة ليسانس	12	30.0
سنة أولى ماستر	14	35.0

15.0	6	سنة ثانية ماستر
100.0	40	المجموع

نلاحظ من بيانات الجدول أن طالبات الاولى ماستر والثالثة ليسانس بنسب متقاربة وأكثر تواجدا حيث كانت على الترتيب التالي 35.00 % و 30% في حين كانت نسبة طالبات الثانية ماستر مقدرة ب 15.00 % والثانية ليسانس كانت نسبة الطالبات مقدرة ب 12.5% وأخيرا الأولى ليسانس قدرت نسبتهن ب 7.5%.

شكل (02) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير المستوى الجامعي :



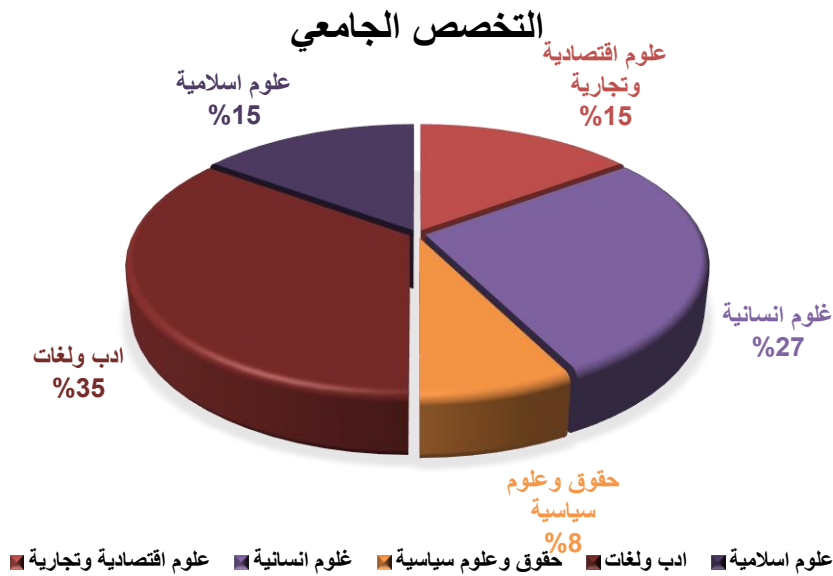
■ سنة ثانية ماستر ■ سنة أولى ماستر ■ سنة ثالثة ليسانس ■ سنة ثانية ليسانس ■ سنة أولى ليسانس

جدول (05) يوضح توزيع افراد العينة حسب التخصص الجامعي :

النسبة المئوية	التكرار	المتغير
15.0	6	علوم اقتصادية وتجارية
27.5	11	علوم انسانية
7.5	3	حقوق وعلوم سياسية
35.0	14	أداب و لغات
15.0	6	علوم اسلامية
100	40	المجموع

نلاحظ من خلال الجدول الذي يمثل توزيع افراد العينة حسب التخصص الجامعي، أن التخصص الذي يحتوي أكبر عدد من الطالبات هو تخصص الآداب واللغات بنسبة 35.00 % ثم تخصص العلوم الانسانية بنسبة 27.5% وكانت النسب متقاربة في كل من العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير والعلوم الاسلامية بنسبة 15.00 % أما تخصصين الحقوق والعلوم السياسية فكان الاقل نسبة ب7.5%.

شكل (03) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير التخصص الجامعي :



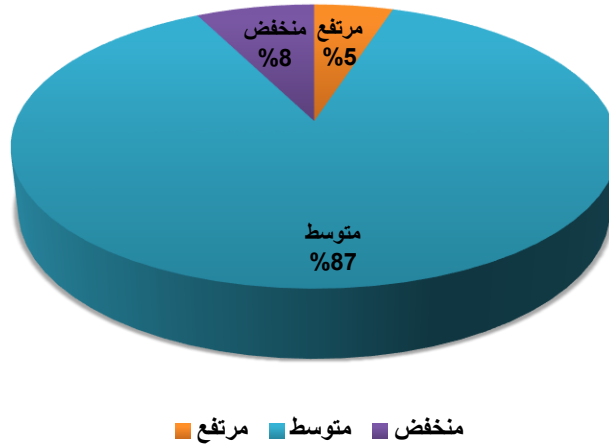
جدول (06) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى المعيشي :

النسبة المئوية	التكرار	المتغير
5.0	2	مرتفع
87.5	35	متوسط
7.5	3	منخفض
100.0	40	المجموع

توضح بيانات الجدول أن اغلب الطلبة كانت إجاباتهم بمتوسط حيث قدرت نسبتهم ب 87.5% ما يعادل 35 طالبة من أفراد العينة في حين كانت نسبة 2 % من الطالبات كان مستوى معيشتهم مرتفع، لتأتي نسبة 7.5 % كانت إجابتهن منخفض، ومن هنا نلاحظ أن أغلب أفراد العينة لديهم مستوى معيشة عادية ويعود هذا إلى وضع البلاد، كذلك أن أغلب العائلات لديهم دخل متوسط فالطبقة المتوسطة هي الطبقة الغالبة في المجتمع الجزائري.

شكل(04) يوضح توزيع افراد العينة حسب المستوى المعيشي :

المستوى المعيشي



جدول (07) يوضح توزيع افراد العينة حسب امتلاك الفيسبوك :

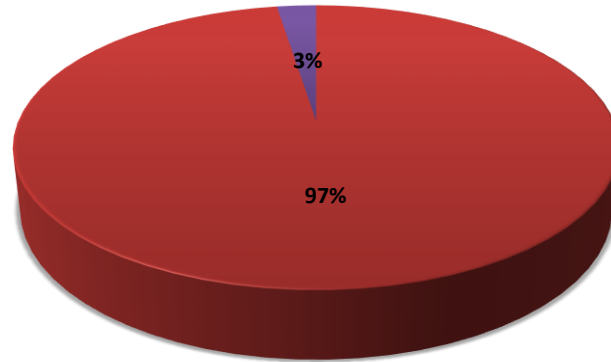
النسبة المئوية	التكرار	المتغير
97.5	39	نعم
2.5	1	لا
100.0	40	المجموع

توضح بيانات الجدول أن نسبة 97.5% لديهم حساب تواصل اجتماعي فيسبوك وكانت إجابتهن ب"نعم" في حين كانت إجابة ب"لا" واحدة فقط، وذلك لأنه يعتبر الوسيلة الأفضل للتواصل والتعارف مع مختلف الأفراد والأصدقاء وكذلك لانتشاره الواسع بين المجتمعات وأيضاً بين فئة الشباب وخاصة الطلبة الجامعيين باعتبارهم فئة مثقفة ونشطة ويعتبرون

الفيسبوك احسن وسيلة للتواصل والتعامل مع الطرف الآخر لسهولة استخدامه، وأيضا ظهور الهواتف الذكية وخدمات الجيل الثالث والرابع حيث نلاحظ تطور رهيب في فترة وجيزة.

شكل (05) يوضح توزيع افراد العينة حسب امتلاك الفيسبوك :

امتلاك الفيسبوك



■ نعم ■ لا

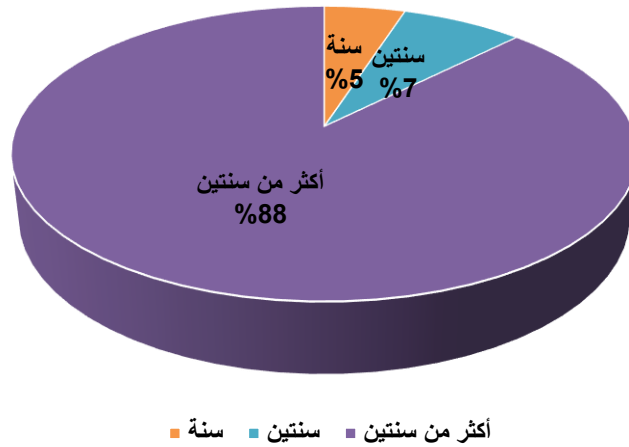
جدول (08) يوضح توزيع افراد العينة حسب مدة استخدام الفيسبوك :

النسبة المئوية	التكرار	المتغير
5.0	2	سنة
7.5	3	سنتين
87.5	35	أكثر من سنتين
100.0	40	المجموع

توضح بيانات الجدول أن نسبة 87.5% كانت إجابتهن أكثر من سنتين ويتراوح عدد هن ب35 طالبة، في حين نسبة 7.5% كانت منذ سنتين، وتأتي نسبة 5.0% أجابوا منذ سنة، ومن خلال الجدول نلاحظ أن أغلب أفراد العينة يستخدمون موقع التواصل الاجتماعي منذ أكثر من سنتين وذلك لاهتمامهم الكبير بهذا الموقع، وأيضا للتوسع الكبير لتكنولوجيا الاتصال وما جاءت به من اختراعات وتطورات عديدة سهلت المهمة على الطلبة الجامعيين في استخدام موقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك وخدماته.

شكل (06) يوضح توزيع افراد العينة حسب مدة استخدام الفيسبوك :

مدة استخدام الفيسبوك



جدول (09) يوضح توزيع افراد العينة حسب معدل ساعات تصفح الفيسبوك :

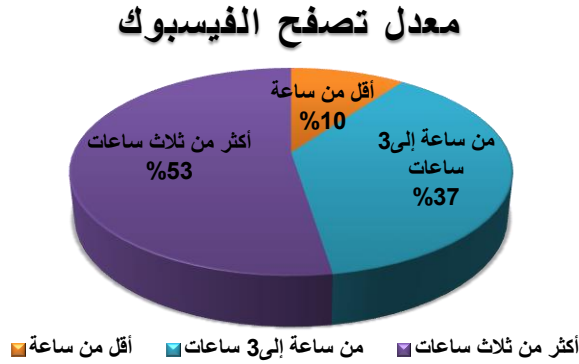
النسبة المئوية	التكرار	المتغير
10.0	4	أقل من ساعة
37.5	15	من ساعة الى 3 ساعات
52.5	21	أكثر من ثلاث ساعات
100.0	40	المجموع

توضح بيانات الجدول أن نسبة 52.5% إجابتهن كانت أكثر من ثلاث ساعات، في حين كانت نسبة 37.5% إجابتهن من ساعة إلى ثلاث ساعات، ثم في الأخير نسبة 10.0% كانت إجابتهن أقل من ساعة.

ومن خلال هذا نلاحظ أن أغلب أفراد العينة يقضون أكثر من ثلاث ساعات على موقع الفيسبوك ثم تليها من ساعة إلى ثلاث ساعات ومن هنا يتضح لنا أن أفراد العينة يقضون ساعات ويمكن تفسير ذلك بأن المتعة التي يشعر مستخدموا الفيسبوك وقت استخدامهم للموقع ومشاركة الآراء مع أصدقائهم يجعلهم لا يعيرون أهمية للوقت الذي يستغرقونه في تصفح الموقع، وهذا ما من شأنه أن يؤدي إلى تضييع الكثير من الوقت، وإهمال الكثير من

الواجبات والأعمال التي قد تكون لها أهمية كبيرة في حياتهم أكثر من الجلوس إلى هذا الموقع.

شكل (07) يوضح توزيع افراد العينة حسب معدل ساعات تصفح الفيسبوك :

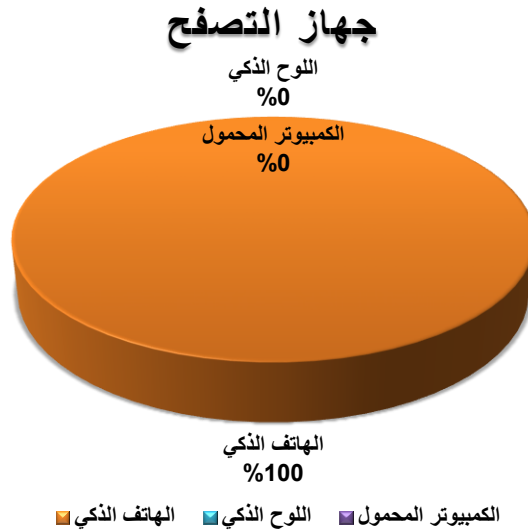


جدول (10) يوضح توزيع افراد العينة حسب الوسيلة المستخدمة لتصفح الفيسبوك:

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
الكمبيوتر المحمول	0	0.0
الهاتف الذكي	40	100.0
اللوحة الذكية	0	0.0
المجموع	40	100.0

تبين من خلال نتائج الجدول بأن كل أفراد العينة بنسبة 100.00% يستخدمون الهاتف الذكي وذلك بسبب توفر النت من الجيل الثالث والرابع وهذا ما يسهل التصفح في الطرق والأماكن العامة وقاعات التدريس وذلك لسهولة حمل الهاتف الذكي لأنه عملي أكثر.

شكل (08) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الوسيلة المستخدمة لتصفح الفيسبوك :



4- أدوات جمع بيانات الدراسة

يستخدم عادة أي باحث في أي دراسة مجموعة من الأدوات والوسائل التي تساعده في الحصول على بيانات، ومعطيات موضوعيه وفي هذه الدراسة اعتمدنا على استمارة كأداة لجمع البيانات. وعلى ضوء مراجعة أدبيات على الدراسات المتعلقة بكل جوانب إدمان مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك أنموذجا) وعلاقته بالإحباط لدى الطالبات الجامعيات، وكذا الملاحظات الميدانية، وعليه تم وضع استبيان خاص بإدمان مواقع التواصل الاجتماعي تضمن ثلاثون بندا، واستبيان خاص بالإحباط تضمن واحد وثلاثون بندا.

4-1 وصف أدوات الدراسة:

أولا: مقياس إدمان شبكات التواصل الاجتماعي:

قام بتصميم هذا المقياس بسمة حسين عيد يونس (2016) اثناء اعداد مذكرتها الموسومة بعنوان " إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة في محافظة غزة"، يتكون المقياس من 30 فقرة حاولنا تكييفها بعض فقراتها على البيئة الجزائرية، حيث كل فقرة لها تعبير عن مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات، ويتم وضع إشارة (x) للإجابة المكونة من مقياس خماسي حيث لا توجد عبارات

خاطئة في هذا المقياس، وهذه الفقرات تقيس مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي " الفيسبوك "

***تصحيح المقياس:**

تتراوح درجات هذا المقياس من 30 الى 150 درجة، فالإجابة دائما تحصل على خمس درجات والإجابة غالبا تحصل على أربع درجة والإجابة أحيانا تحصل على ثلاث درجات، والإجابة نادرا تحصل على درجتان، والإجابة أبدا تحصل على درجة واحدة، وتحسب الدرجات حسب الإجابات حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، وعدد الساعات التي تقضيها الطالبات في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي " الفيسبوك "

***تحديد مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:**

لتحديد مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة، تم إعطاء إجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي قيما متدرجة وفقا لمقياس ليكرت الخماسي كما هو موضح سابقا في تصحيح المقياس وتم حساب طول الفئة على النحو التالي:

-حساب المدى وذلك بطرح أكبر قيمة في المقياس من أصغر قيمة (5-1) = 4

-حساب طول الفئة وذلك بتقسيم المدى وهو (4) على عدد الفئات (5) كما يلي $4 \div 5 = 0.8$
إضافة طول الفئة وهو (0.8) إلى أصغر قيمة في المقياس وهي (1)، وذلك للحصول على الفئة الأولى من (1 إلى 1.8)، ثم إضافة طول الفئة إلى الحد الأعلى من الفئة الأولى، وذلك للحصول على الفئة الثانية وهكذا للوصول إلى الفئة الأخيرة واستنادا إلى قاعدة التقريب الرياضي يمكن التعامل مع قيم المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول (11) يبين فئات قيم المتوسط الحسابي ومستوى الإدمان الموافق لها:

المستوى	المتوسط المرجح بالأوزان
منخفض جدا	[1.8 - 1]
منخفض	[2.6 -1.8]
متوسط	[3.4 -2.6]
مرتفع	[3.4-2.6]
مرتفع جدا	[5 - 4.2]

- المستويات حسب الدرجات: نقوم بعملية الجداء التالية: نقوم بضرب عدد البنود في قيم

المتوسط للمستويات الخمس لتصبح المستويات محددة كالتالي:

جدول رقم(12) يوضح مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي بالدرجات:

نوع المستوى	المستوى
منخفض جدا	[54 - 30]
منخفض	[78 - 55]
متوسط	[102 -79]
مرتفع	[126-103]
مرتفع جدا	[150-127]

2- الخصائص السيكومترية لمقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:

للتعرف إلى الخصائص السيكومترية للمقياس، قمنا بتطبيق مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي على عينة أولية استطلاعية قوامها 20 من الطالبات الجامعيات بجامعة محمد بوضياف، وذلك بهدف التحقق من صلاحية المقياس من أجل تطبيقه، ومن خلال حساب الصدق والثبات بالطرق الإحصائية الملائمة.

أولاً: معاملات الصدق:

للتحقق من معاملات الصدق للمقياس قامت الباحثتان بحساب الصدق بطريقة صدق الاتساق الداخلي والصدق التمييزي، والنتائج موضحة من خلال التالي:

أ- صدق الاتساق الداخلي:

قمنا بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يبين معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، مع بيان مستوى الدلالة في الجدول:

جدول رقم (13) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس

رقم	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	لا أعطي وقتاً كافياً للمذاكرة بسبب اهتمام الزائد بشبكات التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	0.737	**0.01
2	ساعدني "الفايسبوك" على تكوين صداقات متنوعة.	0.842	**0.01
3	عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بالزمن أو مضي الوقت.	0.455	* 0.05
4	لا أنتظم في دراستي بسبب انشغالي الزائد بمواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك".	0.513	* 0.05
5	أتفاجأ بتبنيهي إلى أنني أمضيت وقتاً طويلاً أمام الإنترنت.	0.689	**0.01
6	انشغل بالحوال لفترات طويلة بسبب مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	0.593	**0.01
7	أعتمد في اكتساب الصداقات عن طريق الفيسبوك.	0.662	**0.01
8	لا أتخيل حياتي بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	0.842	**0.01
9	لا أترك مناسبة تهنئة أصدقائي تم من خلال موقع "الفايسبوك".	0.842	**0.01
10	أحاول الإقلاع من فترات بقائي أمام موقع "الفيسبوك" ولكني أفضل.	0.737	**0.01
11	لم أعد أقيم صداقات جديدة إلا من خلال موقع "الفايسبوك"	0.842	**0.01
12	أتعجب كيف يعيش الناس بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	0.638	**0.01
13	إن انشغالي بموقع "الفايسبوك" ترك أثراً سيئاً على باقي أنشطة حياتي.	0.842	**0.01
14	أتمنى أن يتم تحول التعليم والعمل من الجامعات إلى موقع "الفايسبوك".	0.826	**0.01
15	أفضل قضاء أوقات فراغي على موقع "الفايسبوك" أكثر من قضائها مع أفراد أسرتي.	0.823	**0.01

16	0.914	**0.01	أشعر بالضيق والكآبة والملل عندما أحرم نفسي من الاستمتاع بالجلوس أمام "الفايسبوك".
17	0.879	**0.01	أشعر بأنني أصبحت أسير لموقع "الفايسبوك".
18	0.638	**0.01	لا أقوم من أمام موقع "الفايسبوك" إلا حينما يشتد الألم عنقي وظهري بدرجة لا تحتمل.
19	0.842	**0.01	أن نظري بدأ يضعف منذ أن بدأت الجلوس أمام موقع "الفايسبوك".
20	0.623	**0.01	عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأنني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسبوك".
21	0.879	**0.01	أفضل موقع "الفايسبوك" على التلفزيون حتى بقنواته الفضائية.
22	0.579	**0.01	أنسى الجوع والعطش حينما أجلس ساعات طويلة أمام موقع "الفايسبوك".
23	0.638	**0.01	منذ أن بدأ انشغالي موقع "الفايسبوك" لم تعد حياتي الاجتماعية كما كانت من قبل.
24	0.534	* 0.05	أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الكمبيوتر، أو الجوال لمتابعة موقع "الفايسبوك"
25	0.467	* 0.05	لا أهتم بساعات نومي ما دمت مستغرقا في موقع "الفايسبوك".
26	0.638	**0.01	فقدت الكثير من أصدقائي القدامى منذ أن بدأت الانشغال لموقع "الفايسبوك".
27	0.577	**0.01	أشعر بأن أي مهمة أقوم بها عبر التعامل مع موقع "الفايسبوك" هي مهمة ليس لها قيمة.
28	0.662	**0.01	لو أصبحت الانترنت متواجدة دائما لما توقفت عن استخدام موقع "الفايسبوك" ليلا أو نهارا.
29	0.688	**0.01	بالرغم من تعرضي للمشكلات بسبب موقع "الفايسبوك" إلا أنني لا أطيق يوما يمر بدون الاستمتاع بعالم شبكات التواصل الاجتماعي.
30	0.694	**0.01	من أهم الأعمال عندي هو تتبع الجديد من المواقع الاجتماعية والبيانات على موقع "الفايسبوك"

*دالة عند 0.05

**دالة عند مستوى دلالة 0.01

تبين من خلال الجدول السابق بأن معاملات الارتباط بين فقرات المقياس تراوحت ما بين (0.455 - 0.914) وهي دالة تقريبا كلها عند مستوى دلالة 0.01 ، وهذا يدل على ان جميع فقرات المقياس تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائية، ومما يشير إلى صلاحية المقياس للإجابة على تساؤلات وفرضيات الدراسة.

ب- صدق المقارنة الطرفية أو الصدق التمييزي:

تم حساب صدق المقياس باستخدام المقارنة الطرفية بالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة الإحصائية "t". وتقوم هذه المقارنة في جوهرها على تقسيم المقياس إلى قسمين ويقارن متوسط الربع الأعلى في الدرجات بمتوسط الربع الأدنى في الدرجات، ويعد توزيع الدرجات تم إجراء

طريقة المقارنة الطرفية بين أعلى % 25 من الدرجات وأقل % 25 من الدرجات، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (14) يبين نتائج اختبار "t" لدراسة الفروق بين متوسطي مرتفعي ومنخفضي درجات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي:

مستوى الدلالة	قيمة (ت)	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	العينة	مقياس الإدمان
0.00	11.26	10	61.33	6	الدرجات الدنيا
			132.5	6	الدرجات العليا

تبين من الجدول السابق وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين الأفراد ذوو الدرجات العليا والأفراد ذوو الدرجات الدنيا في درجات المقياس حيث كانت قيمة $t=11.26$ وهي دالة إحصائية عند اقل بكثير من 0.01، وهذا يدل على أن المقياس يميز بين الأفراد ذوو الدرجات العليا والأفراد ذوو الدرجات الدنيا في مقياس الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي، ومما يعني أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل صدق تميزي عال.

ثانياً: معاملات الثبات للمقياس:

للتحقق من معاملات الثبات للمقياس قمنا بحساب بحساب الثبات بطريقتين وهما:

طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:
جدول (15) يوضح معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية لمقياس الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي

معامل ألفا كرونباخ	طريقة التجزئة النصفية		عدد الفقرات	مقياس الإدمان على مواقع التواصل
	معادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط قبل التصحيح		
0.965	0.979	0.959	30	

تبيين من الجدول السابق ما يلي:

1- معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم حساب معاملات الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس الكلي إلى نصفين، ومن ثم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس، حي بلغ معامل ارتباط بيرسون لدرجات للمقياس بهذه الطريقة 0.959، وبعد استخدام معادلة سبيرمان- براون المعدلة أصبح معامل الثبات 0.979، ويعد هذا دليل كافي على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات عالية

2- معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ:

وبعد تطبيق المقياس تم حساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، حيث وجد أن قيمة ألفا كرونباخ للمقياس تساوي 0.965، وهذا دليل كافي على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات عالي ومرتفع.

ثانياً: مقياس الإحباط:

وصف المقياس:

استخدمت الباحثتان مقياس الإحباط في الدراسة الحالية ل فريد جاسم المثنى (2017) "ادمان الانترنت لدى الراشدين" وقد حددت (5) مجالات للقياس وهي (معنى الحياة، معنى الموت، معنى الحب، معنى الألم، معنى العمل). صياغة الفقرات والتي بلغت (31) فقرة استنادا إلى المجالات التي تم ذكرها سلفا وتعريفها وفقا للنظرية المتبناة، حيث قام بصياغة فقرات مقياس الإحباط بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة والمقاييس العربية والأجنبية السابقة التي لها علاقة بالإحباط.

وتم اعتماد المدرج الخماسي (تنطبق على دائما، تنطبق على غالبا، تنطبق على أحيانا، تنطبق على نادرا، لا تنطبق على أبدا) لتقدير الاستجابة على فقرات الأداة وموضوع امام هذه التقديرات خمس درجات (1،2،3،4،5) للفقرات الإيجابية التي تكون باتجاه الموضوع وحدد الاوزان

(1،2،3،4،5) لل فقرات السلبية التي تكون ضد الموضوع، حيث كانت فقرة سلبية واحدة هي (10)، أما باقي الفقرات فكانت كلها إيجابية، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (31 و 155). ويتكون المقياس من (31) فقرة موزعة على خمسة أبعاد:

البعد الأول: متعلق بالحياة: ويتكون من 08 عبارات (من 1 الى 8)

البعد الثاني: متعلق بالموت: ويتكون من 05 عبارات (من 9 الى 13)

البعد الثالث: متعلق بالحب: ويتكون من 06 عبارات (من 14 الى 19)

البعد الرابع: متعلق بالألم: ويتكون من 06 عبارات (من 20 الى 25)

البعد الخامس: متعلق بالعمل: ويتكون من 06 عبارات (من 26 الى 31)

الخصائص السيكومترية لمقياس الاحباط:

أولاً: معاملات صدق المقياس:

أ- صدق الاتساق الداخلي:

بعد تطبيق الأداة وتفريغ النتائج قمنا بحساب الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الاحباط لدى الطالبات الجامعيات والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج نوضحها كما يلي:
جدول (16) يوضح قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية له

الأبعاد	العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول: متعلق بالحياة	20	0.968**	0.000
البعد الثاني: متعلق بالموت		0.898**	0.000
البعد الثالث: متعلق بالحب		0.961**	0.000
البعد الرابع: متعلق بالألم		0.932**	0.000
البعد الخامس: متعلق بالعمل		0.938**	0.000

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (0.01)، وتراوحت معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس ودرجته الكلية بين (0.898) كأدنى حد و (0.968) كأقصى حد، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

جدول (17) يوضح قيم معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية له

البعد الثاني: متعلق بالموت			البعد الأول: متعلق بالحياة		
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند
0.047	0.450*	9	0.000	0.759**	1
0.000	0.750**	10	0.000	0.939**	2
0.000	0.750**	11	0.000	0.939**	3
0.000	0.750**	12	0.000	0.776**	4
0.002	0.642**	13	0.000	0.939**	5
			0.000	0.939**	6
			0.000	0.858**	7
			0.002	0.642**	8
البعد الرابع: متعلق بالألم			البعد الثالث: متعلق بالحب		
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند
0.003	0.631**	20	0.000	0.823**	14
0.000	0.759**	21	0.000	0.759**	15
0.003	0.631**	22	0.000	0.939**	16
0.047	0.450*	23	0.000	0.858**	17
0.002	0.642**	24	0.000	0.776**	18
0.002	0.642**	25	0.000	0.939**	19
البعد الخامس: متعلق بالعمل					

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البند
0.002	0.642**	29	0.036	0.471*	26
0.000	0.858**	30	0.002	0.642**	27
0.000	0.759**	31	0.000	0.858**	28

عند مستوى دلالة ** 0.01 عند مستوى دلالة * 0.05

يتضح من خلال الجدول (13) أن الارتباطات بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه كانت كلها دالة عند مستوى دلالة أقل من (0.01) ماعدا العبارة (9) من البعد الثاني والعبارة 23 من البعد الرابع والعبارة 26 من البعد الخامس كانت دالة عند مستوى دلالة أقل من (0.05)، وبالتالي فالمقياس يتمتع بدرجة اتساق ممتاز.

معاملات الثبات للمقياس:

للتحقق من معاملات الثبات للمقياس قامت الطالبتان بحساب الثبات بطريقتين وهما: طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي: **أمعامل الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ:** الجدول التالي يبين معاملات ألفا كرونباخ لكل أبعاد المقياس، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ككل.

جدول رقم (18) يوضح معامل ثبات أبعاد مقياس الاحباط والدرجة الكلية باستخدام طريقة

الفا كرونباخ (ن=20)

معامل الفا كرونباخ	العينة	المقياس
0.767	20	البعد الأول: متعلق بالحياة
0.806		البعد الثاني: متعلق بالموت
0.788		البعد الثالث: متعلق بالحب
0.802		البعد الرابع: متعلق بالألم
0.801		البعد الخامس: متعلق بالعمل
0.960		الدرجة الكلية للمقياس

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاحباط تراوحت بين (0.767) كأدنى حد و (0.8) كأقصى حد، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومعامل الثبات ألفا كرونباخ للمقياس ككل يساوي (0.96) ، مما يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع يمكن الوثوق في نتائجه.

ب- طريقة التجزئة النصفية:

تم حساب ثبات مقياس الاحباط بطريقة التجزئة النصفية (نصي الاختبار) ، وبعد ذلك تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (19) يوضح معامل ثبات مقياس الاحباط باستخدام طريقة التجزئة النصفية (ن=20)

المتغير	معامل الارتباط قبل التصحيح	معادلة سبيرمان براون
مقياس الاحباط	.957	.978

نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) أن معامل التجزئة النصفية يساوي (0.957)، وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون أصبح يساوي (0.978) مما يوحي بأن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات ومتاح للاستعمال في الدراسة الحالية.

5_ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لخدمة أغراض الدراسة وتحليل البيانات التي يتم جمعها من خلال أداة الدراسة في الجانب الميداني تم استخدام عدد من الأساليب الإحصائية وذلك باستخدام برنامج التحليل الإحصائي Spss26 للعلوم الاجتماعية تمثلت الأساليب الإحصائية فيما يلي:

1- إحصاءات وصفية منها : النسبة المئوية والمتوسط الحسابي.

2- المتوسط الحسابي (الوزن النسبي) .

3-معامل ألفا كرونباخ.

4-معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

5-معامل ارتباط بيرسون.

6-اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.

7-تحليل التباين الأحادي.

خلاصة :

تعرضنا في هذا الفصل إلى أهم الخطوات المتبعة في الدراسة الميدانية، فقد تناولنا فيه منهج الدراسة المتبع ومتغيراتها وحدود الدراسة وتحديد المجتمع الذي أخذت منه، وكذا أهداف وإجراءات الدراسة الاستطلاعية، ثم تطرقنا إلى عينة الدراسة الأساسية وخصائصها، لنعرض بعد ذلك إجراءات الدراسة الأساسية والأدوات المستخدمة لجمع البيانات من حيث وصفها وخصائصها السيكمترية، بعد ذلك عرضنا إجراءات تطبيقها وأدوات التحليل الإحصائي للبيانات المحصل عليها وسنحاول في الفصل الموالي عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

الفصل الرابع : عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

تمهيد

1- عرض وتحليل النتائج:

أولا : مناقشة نتائج تساؤلات الدراسة:

1_ عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول.

2_ عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني.

ثانيا : مناقشة فرضيات الدراسة:

1_ عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى.

2_ عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.

2_1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى.

2_2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية.

2_3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.

2_4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة.

خلاصة

تمهيد:

تسعى الدراسة الحالية للتعرف على العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك أنموذجاً)، والاحباط لدى عينة الدراسة، وكذا التعرف على مستوى الإدمان على الفيسبوك، ومستوى الإحباط لدى الطالبات الجامعيات، وما إذا كانت توجد فروق في الإدمان على الفيسبوك والاحباط تعزى لكل من (المستوى الدراسي والتخصص الجامعي وساعات استخدام الفيسبوك والمستوى المعيشي)، حيث قامت الباحثتان بتطبيق مقياسي الإدمان على الفيسبوك، والاحباط على عينة الدراسة، وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، والاستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 26)، تحصلت الباحثتان على البيانات اللازمة، حتى تتمكنان من اختبار الفروض والإجابة على التساؤلات المطروحة.

1- عرض وتحليل النتائج:

فيما يلي عرض النتائج التي تم الحصول عليها باستخدام أدوات الدراسة والمعالجات الإحصائية وفقا لأسئلة الدراسة وفرضياتها، وسيتم عرض النتائج الخاصة بتساؤلات الدراسة ثم عرض النتائج الخاصة بفرضيات الدراسة.

أولا :مناقشة نتائج تساؤلات الدراسة:

1- عرض وتحليل نتائج التساؤل الأول.

التساؤل الأول :ما مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك انموذجا) لدى الطالبات الجامعيات؟

للتعرف إلى مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي (الفيسبوك انموذجا) لدى الطالبات الجامعيات، قمنا بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لدرجات الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول رقم (20): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لمقياس الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات (ن = 40)

الإدمان	الفقرات	الدرجة الكلية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%
الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي	30	150	106.1	19.72	70.73

يتم حساب الوزن النسبي بقسمة الوسط الحسابي على الدرجة الكلية ثم ضرب الناتج في 100

تبين من خلال الجدول السابق أن الوزن النسبي للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات بلغ 70.73 % بمتوسط حسابي 106.1 درجة، وانحراف معياري 19.72 درجة، وهذا يدل على أن مستوى الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات مرتفع وللتعرف إلى مستوى الموافقة على فقرات الإدمان

على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات، قامت الباحثتان بحساب النسبة لفقرات

الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول رقم(21) نسبة الموافقة على فقرات مقياس الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي
الفيسبوك لدى الطالبات الجامعيات (ن = 40)

الرقم	الفقرات	ابدا %	نادرا %	أحيانا %	غالبا %	دائما %
1	لا أعطي وقتا كافيا للمذاكرة بسبب اهتمام الزائد بشبكات التواصل الاجتماعي	7.5	15.0	27.5	17.5	32.5
2	ساعدني "الفايسبوك" على تكوين صداقات متنوعة	10.0	17.5	15.0	17.5	40.0
3	عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بالزمن أو مضي الوقت.	10.0	10.0	15.0	12.5	52.5
4	لا أنتظم في دراستي بسبب انشغالي الزائد بمواقع "الفايسبوك"	10.0	12.5	20.0	20.0	37.5
5	أتفاجأ بتبنيهي إلى أنني أمضيت وقتا طويلا أمام الإنترنت.	27.5	32.5	30.0	5.0	5.0
6	انشغل بالحوال لفترات طويلة بسبب مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	10.0	15.0	15.0	20.0	40.0
7	أعتمد في اكتساب الصداقات عن طريق الفيسبوك.	12.5	10.0	7.5	25.0	45.0
8	لا أتخيل حياتي بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	10.0	10.0	15.0	7.5	57.5
9	لا أترك مناسبة تهنئة أصدقائي تم من خلال موقع "الفايسبوك".	5.0	5.0	20.0	15.0	55.0
10	أحاول الإقلاع من فترات بقائي أمام موقع "الفايسبوك" ولكني أفشل.	12.5	17.5	22.5	15.0	32.5
11	لم أعد أقيم صداقات جديدة إلا من خلال موقع "الفايسبوك"	5.0	5.0	10.0	20.0	60.0
12	أتعجب كيف يعيش الناس بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	12.5	2.5	20.0	15.0	50.0
13	إن انشغالي بموقع "الفايسبوك" ترك أثرا سيئة على باقي أنشطة حياتي.	12.5	17.5	10.0	22.5	37.5
14	أتمنى أن يتم تحول التعليم والعمل من الجامعات إلى موقع "الفايسبوك".	7.5	10.0	7.5	10.0	65.0
15	أفضل قضاء أوقات فراغي على موقع "الفايسبوك" أكثر من قضائها مع أفراد أسرتي.	52.5	7.5	7.5	10.0	22.5
16	أشعر بالضيق والكآبة والملل عندما أحرم نفسي من الاستمتاع بالجلوس أمام "الفايسبوك".	17.5	17.5	20.0	12.5	32.5
17	أشعر بأنني أصبحت أسير لموقع "الفايسبوك"	17.5	22.5	10.0	12.5	37.5
18	لا أقوم من أمام موقع "الفايسبوك" إلا حينما يشتد الألم عنقي وظهري بدرجة لا تحتمل.	5.0	7.5	15.0	15.0	57.5
19	أن نظري بدأ يضعف منذ أن بدأت الجلوس أمام موقع "الفايسبوك".	22.5	5.0	17.5	25.0	30.0

25.0	7.5	5.0	5.0	57.5	عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسبوك"	20
45.0	12.5	5.0	15.0	22.5	أفضل موقع "الفايسبوك" على التلفزيون حتى بقنواته الفضائية	21
27.5	50.0	10.0	12.5	27.5	أنسى الجوع والعطش حينما أجلس ساعات طويلة أمام موقع "الفايسبوك"	22
42.5	12.5	10.0	22.5	12.5	منذ أن بدأ انشغالي موقع "الفايسبوك" لم تعد حياتي الاجتماعية كما كانت من قبل.	23
27.5	20.0	10.0	22.5	20.0	أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الكمبيوتر، أو الجوال لمتابعة موقع "الفايسبوك"	24
25.0	15.0	25.0	15.0	20.0	لا أهتم بساعات نومي ما دمت مستغرقا في موقع "الفايسبوك".	25
65.0	7.5	7.5	5.0	15.0	فقدت الكثير من أصدقائي القدامى منذ أن بدأت الانشغال لموقع "الفايسبوك".	26
52.5	20.0	17.5	2.5	7.5	أشعر بأن أي مهمة أقوم بها عبر التعامل مع موقع "الفايسبوك" هي مهمة ليس لها قيمة.	27
20.0	50.0	12.5	10.0	10.0	لو أصبحت الانترنت متواجدة دائما لما توقفت عن استخدام موقع "الفايسبوك" ليلا أو نهارا.	28
50.0	12.5	10.0	10.0	17.5	بالرغم من تعرضي للمشكلات بسبب موقع "الفايسبوك" إلا أنني لا أطيق يوما يمر بدون الاستمتاع بعالم شبكات التواصل الاجتماعي	29
42.5	10.0	20.0	7.5	20.0	من أهم الأعمال عندي هو تتبع الجديد من المواقع الاجتماعية والبيانات على موقع "الفايسبوك"	30
47.5	17.5	10.0	12.5	12.5	أن نظري بدأ يضعف منذ أن بدأت الجلوس أمام موقع "الفايسبوك".	31

تبين من خلال النتائج أن 65 % من الطالبات الجامعيات يوافقون على أنهم (فقدت الكثير من أصدقائي القدامى منذ أن بدأت الانشغال لموقع "الفايسبوك")، 65 % يوافقون على أنهم (أتمنى أن يتم تحول التعليم والعمل من الجامعات إلى موقع "الفايسبوك")، كما يوافق 65% على (عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسبوك") ، ويوافق 60% من الطالبات إلى حد ما أن (لم أعد أقيم صدقات جديدة إلا من خلال موقع "الفايسبوك") ، و 57.5% يوافقون إلى حد ما أنهم (لا أقوم من أمام موقع "الفايسبوك" إلا حينما يشد الألم عنقي وظهري بدرجة لا

تحتمل) ، كذلك 57.5% يوافقون إلى حد ما على أنهم (لا أتخيل حياتي بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك") ، في حين لا يوافق 57.5% من الطالبات الجامعيات على أنهم عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأنني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسبوك") ، كذلك 52.5% لا يوافقون على أنه أفضل قضاء أوقات فراغي على شبكات التواصل الاجتماعي على أفراد أسرتي.

من خلال الدراسات السابقة التي تكلمت عن الإدمان المرتفع للانترنت ومواقع التواصل الاجتماعي نجد دراسة شايبورو وآخرون (Shapiro et all 2000) حيث تمت دراستهم على عينة قوامها (20) مدمن لشبكة الانترنت عن معاناتهم وكان ذلك التقييم بناء على المقابلة والتاريخ النفسي العائلي ومحاكات تشخيص إدمان الانترنت المستخدمة بناء على الدليل التشخيصي الرابع (DSM.IV) وأشارت نتائجها إلى أن 70% من العينة التي سجلت درجات لإدمان الانترنت يعانون أصلا من الاكتئاب وانخفاض تقدير الذات ويعانون أصلا من أشكال أخرى من الإدمان، كإدمان الطعام أو الشراب أو التدخين.

دراسة تساي ولين (Tsai & Lin (2003) التي تتبعت سلسلة من الدراسات التي تتعلق بإدمان المراهقين على الإنترنت في تايوان، فقد تبين من تحليل نتائج المقاييس للمراهقين مدمني الإنترنت ومقابلاتهم أن أغلبهم تظهر عليهم علامات إدمان الإنترنت مثل: الاستخدام القهري، والانسحاب، والتحمل، والمشكلات المدرسية، ومشكلات صحية وأسرية، وسوء استغلال الوقت، كما تبين أن أغلب أفراد العينة قد اعتبروا الإنترنت مصدرا أساسيا للمعرفة والمعلومات، وهم مدمنون على استعمال رسائل الإنترنت. وقد أوصى تساي ولين بأن على علماء النفس والمعلمين الاهتمام بهذا النوع من الإدمان، وعرض الحلول الممكنة.

وأشارت دراسة (SPRAGGINS 2009) إلى أن استخدام مواقع الشبكات الاجتماعية أصبح أمرا واقعا وجزءا لا يتجزأ من حياة الطالب الجامعية، كما تثير المعدلات المرتفعة لاستخدام

مواقع شبكات التواصل الاجتماعي مشكلة الإدمان على هذه المواقع بشكل يؤثر سلبا على متابعة حياتهم الجامعية بشكل طبيعي وعلى صحتهم النفسية أيضا.

كشفت دراسة تشانج وزملاؤه (2010) أن مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي يلجئون للفيسبوك تحت وقع دوافع تتعلق بالضغوط الخارجية وأخرى داخلية، فالضغوط الخارجية مرتبطة بالجانب التشجيعي الذي تتيحه الوسيلة لدفع المستخدم إلى الاستعمال المتكرر والمستمر لها، وتشمل الخدمات التي يوفرها الموقع من الحصول على معلومات متجددة من خلال الاشتراكات على صفحات معينة ومتابعة أشخاص أو مجموعات تم الانضمام إليها من خلال التنكير بتاريخ أحداث معينة كأعياد الميلاد. أما الضغوطات الداخلية فهي مرتبطة بالجانب الذاتي والنفسي للفرد من أجل تحقيق الذات واندماجه الاجتماعي وغيرها. (علي، 2016 ، ص.ص 210/209)

جاءت نتائج الإجابة على التساؤل الأول متوافقة مع دراسة الصباحى والموسى (2011) التي أظهرت أن 63.5% من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت بكثافة ما بين 03 إلى 04 ساعات يوميا . ودراسة بونت وآخرون (Pontes et all، 2014) التي وتوصلت إلى أن نسبة كبيرة من أفراد العينة تعاني من إدمان الإنترنت ودراسة كيوص وقدوري (Kaddouri & Kiouas، 2019) التي أظهرت درجة مرتفعة لإدمان استخدام الفيسبوك لدى أفراد عينة الدراسة

وفي دراسة بومعرافي (2015) التي سعت من خلالها إلى تقصي استخدام مواقع التواصل الاجتماعي عند الطلبة الجامعيين بجامعة قسنطينة 2 حيث شملت العينة 140 طالب من مستوى الماستر بمعهد علم المكتبات والتوثيق، أظهرت نتائجها احتلال الفيسبوك المرتبة الأولى ضمن مواقع التواصل الاجتماعي الأكثر تفضيلا واستخداما من قبل الطلبة بنسبة 100% من حجم العينة، تلاه اليوتيوب بنسبة 50% ثم التويتر بنسبة، 28.57%.

جاءت نتائج الإجابة على التساؤل الأول غير متوافقة مع دراسة الزيدي 2014 حيث أن مستوى الإدمان على الفيسبوك كان بنسبة % 9.7 من أفراد عينة الدراسة. وترى الباحثين أن

إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك في نسبتها الحالية التي عبرت عنها الدراسة وهي 70، وحينما نتحدث عن إدمان شبكات التواصل الاجتماعي فإن تلك النسبة لا يستهان بها ويتضح من الجدول السابق:

أن أعلى الفقرات في هذا المقياس حصلت على موافقة الطالبات الجامعيات كانت:

*الفقرة 3 والتي نصت على عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بمضي الوقت بنسبة 52.5% من الطالبات الجامعيات.

*الفقرة 9 والتي نصت على استخدم مواقع التواصل الاجتماعي لتهنئة أصدقائي بجميع المناسبات العامة والخاصة بنسبة 55% من الطالبات الجامعيات.

وتعزو الباحثتين حصول هذه الفقرات السابقة على المراتب الأولى بأعلى وزن نسبي في مقياس إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك يعود إلى أن إضاعة الوقت في الفيسبوك من أهم التأثيرات السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي حيث البعض يقضي يومه لتصفح مواقع التواصل الاجتماعي وبما فيه من عالم افتراضي حيث النصف ساعة تتبعها ثلاث ساعات من اللاشيء دون أن يشعر الفرد بمضي كل هذا الوقت، وتتراكم عليه المهام المطلوب إنجازها في اليوم، بينما فسرت الباحثتين أن التواصل مع الأصدقاء عبر مواقع التواصل الاجتماعي يزيد من الإحساس بالإحباط و الاكتئاب وإدمان الجلوس أمام هذه المواقع، بالإضافة إلى عدم رغبة الفرد في الاختلاط المباشر والاكتفاء بمتابعة الحياة عبر الشاشة ومراقبة أصدقائه والتواصل معهم بدلا من التفاعل معهم بشكل مباشر وحقيقي.

كما وترجع الباحثتين أن تراجع مستويات التحصيل الدراسي بسبب الاستخدام المفرط لمواقع التواصل الاجتماعي واستنفاد طاقات الكثيرين من الطالبات الذين يقضون معظم أوقاتهم أمام الأجهزة اللوحية والهواتف الذكية بشكل مبالغ فيه مما جعل من الصعب على الطالبات التركيز في الدراسة وتراجع مستويات تحصيلهم الدراسي.

كما اختلفت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة فانسون (2010) حيث أن أكثر من نصف الأشخاص الذين يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي قد اعترفوا بأنهم يقضون أوقات أطول على شبكات الانترنت من ذلك الوقت الذي يقضونه مع أصدقائهم الحقيقيين أو مع أفراد أسرته في حين نتج عن الدراسة الحالية أن 52.5% لا يوافقون على أنه أفضل قضاء أوقات فراغي على شبكات التواصل الاجتماعي على أفراد أسرتي. وتفسر الباحثتان أن الأسرة هي الدرع الواقي حيث توفر للفرد الأمن والحماية والاستقرار والمرجعية، ولكن في حالة افتقاد الفرد لهذه البيئة المتكاملة ينتج لديه نوع من الاضطراب الاجتماعي الذي يجعله يبحث عن البديل لتعويض الحرمان الذي يظهر مثلا في غياب دور الوالدين أو أحدهما بسبب مشاغل الحياة أو التفكك الأسري (مشري مرسي، 2012، 157).

2- عرض وتحليل نتائج التساؤل الثاني.

التساؤل الثاني: ما مستوى الإحباط وأبعاده لدى الطالبات الجامعيات؟

للتعرف على مستوى الإحباط وأبعاده لدى الطالبات الجامعيات بجامعة المسيلة، قامت الباحثتان بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد المقياس، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (22) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والاوزان النسبية لمقياس الإحباط وأبعاده لدى الطالبات جامعة المسيلة (ن=40)

الترتيب	الوزن النسبي %	الانحراف المعياري	المتوسط	الدرجة الكلية	الفقرات	الإحباط وأبعاده
4	42.37	5.94	16.95	40	08	البعد الأول: متعلق بالحياة
2	48.2	3.72	12.05	25	05	البعد الثاني: متعلق بالموت
5	41.23	4.91	12.37	30	06	البعد الثالث: متعلق بالحب
3	44.73	4.60	13.42	30	06	البعد الرابع: متعلق بالألم
1	50.83	6.03	15.25	30	06	البعد الخامس: متعلق بالعمل

-	45.19	14.57	70.05	155	31	الاحباط الكلي
---	-------	-------	-------	-----	----	---------------

تبين من خلال الجدول السابق أن الوزن النسبي للإحباط الكلي لدى الطالبات بلغ (45.19%) بمتوسط حسابي 70.05 درجة، وبانحراف معياري 14.57 درجة، وهذا يدل على أن مستوى الإحباط لدى طالبات جامعة المسيلة أقل من المتوسط لكنه لا يستهان به بنسبة 45.19%، كما وتبين أن بعد العمل احتل المرتبة الأولى عند الطالبات الجامعيات بوزن نسبي 50.83%، يليه بعد الموت بوزن نسبي 48.2%، وبالمرتبة الثالثة بعد الام بوزن نسبي 44.73%، ويليه بعد الحياة بالمرتبة الرابعة بوزن نسبي 42.37%، وبالمرتبة الخامسة بعد الحب بوزن نسبي 41.23% .

جدول (23) اختبار "ت" للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في مقياس الإحباط لدى الطالبات جامعة المسيلة (ن=40)

مستوى الدلالة (0.05)	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	المجدولة	المحسوبة				
دالة	1.97	30.39	93	14.57	70.05	40

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي للبيانات أن المتوسط الحسابي قد بلغ (70.50) بانحراف معياري (14.57)، أما المتوسط الفرضي فبلغ (93)، و لغرض معرفة دلالة الفروق بين المتوسطين تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، فبلغت القيمة التائية المحسوبة (30.39) و عند مقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97) عند مستوى دلالة (0.05)، تبين ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية 39 و هذا يعني ان عينة البحث تعاني من إحباط.

وتتفق نتائج الدراسة تقريبا مع دراسة طارق السلمي (2020) التي اظهرت حصول افراد عينة الدراسة (طلاب الكلية الجامعية جموم) على مستوى متوسط بالإحباط.

نجد دراسة المشعان (1995) دراسة هدفت الى الكشف عن الفروق في مستوى الإحباط

لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، وطلبة جامعة الكويت تكونت عينة الدراسة من (182) طالب وطالبة من عدة مدارس ثانوية كويتية و(147) طالب وطالبة من جامعة الكويت، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1- وجود فرق ذات دلالة إحصائية بين طلبة المرحلة الثانوية وطلبة الجامعة في مستوى الإحباط، إذا كان طلبة الجامعة أكثر إحباطاً من طلبة المرحلة الثانوية.

2- وجود فروق دالة إحصائية بين الطلاب والطالبات، إذا كانت الطالبات أكثر إحباطاً.

ودراسة ذياب (2011) حيث قام بقياس مستوى الإحباط لدى طلبة الجامعات، وكذلك التعرف على الفروق بين طلبة الجامعة (الذكور والإناث) في مستوى الإحباط، وتكونت العينة من 125 من طلبة جامعتي بغداد والمستنصرية بالفرقة الرابعة. توصلت الدراسة أن الطلبة لا يتمتعون بقدر جيد من إشباع الحاجات ومن ثم فهم يعانون من الإحباط، كذلك أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الإحباط لصالح الطالبات.

وأيضاً اهتمت دراسة جولزار ويحي ونعمان (2012) لمعرفة أسباب الإحباط لدى طلبة الجامعة في باكستان على عينة مكونة من (120) طالب وطالبة وتوصلت الدراسة إلى أن أسباب الإحباط عند الطلبة يرجع إلى فقد الوالدين علاوة على ذلك من أسباب الإحباط الاكتئاب الدائم وفقدان الاهتمام وكذلك انخفاض مستوى الطالب.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما سارت إليه نظرية فرانكل في العلاج في المعنى، في أن الإحباط ناتج عن الظروف القاسية التي يمر بها الإنسان والمتمثلة بالأزمات والقلق والخوف، وهذا ما يتطابق مع عينة البحث من الطالبات الجامعيات اللاتي يعانين من كثرة الخوف والقلق وكذلك الظروف الاجتماعية والاقتصادية والنظرة التشاؤمية للمستقبل وهذا ما أدى إلى انعكاس ذلك على عينة البحث. ويشير فرانكل أيضاً في نظريته إلى أن الفرد يمكن أن يتحمل تأجيل الإشباع أو الحرمان النفسي أو الاجتماعي والاقتصادي، ولكن لا يستطيع أن يتحمل خلو حياته من

الهدف والمعنى، وعندما يكتشف الفرد معنى لحياته فانه يصبح مستعد لتحمل المعاناة، وتقديم التضحيات حتى بحياته من اجل الحفاظ على هذا المعنى.

ثانيا: مناقشة فرضيات الدراسة:

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى.

الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباطيه بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" وبين الاحباط لدى الطالبات الجامعيات.

لاختبار صحة هذه الفرضية تم إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط لبيرسون لد راسة العلاقة بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي وبين الإحباط وابعاده لدى الطالبات الجامعيات بجامعة المسيلة. (Pearson's Corrélation Coefficient) والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول(24) معاملات الارتباط لبيرسون لكشف العلاقة بين الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي " الفيسبوك" وبين الاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة (ن=40)

مقياس الادمان على شبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"		
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الاحباط
0.01	**0.4	البعد الأول: متعلق بالحياة
0.01	**0.263	البعد الثاني: متعلق بالموت
0.01	**0.41	البعد الثالث: متعلق بالحب
0.01	**0.313	البعد الرابع: متعلق بالألم
0.01	**0.434	البعد الخامس: متعلق بالعمل
0.01	**0.365	الاحباط الكلي

*دالة إحصائية عند 0.05

**دالة إحصائية عند 0.01

وقد تبين من خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبين الدرجة الكلية للإحباط وابعاده التالية (بعد الحياة - بعد الموت - بعد الحب - بعد الألم - بعد العمل) وهذا يدل على أنه كلما ارتفع درجات إدمان شبكات مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالبات كلما ارتفع مستوى الاحباط وابعاده والعكس صحيح.

تعزو الباحثتان ارتفاع درجات إدمان شبكات مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالبات كلما ارتفع مستوى الاحباط وابعاده والعكس صحيح إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط يقود إلى العزلة وتكسب مستخدميها الاكتئاب والاحباط لما تعطي لهن الفرصة للهروب من مجتمعهم حيث أن المستخدمين يتعاملون مع عالم افتراضي ومع أشخاص غير حقيقيين ولا يستطيع أن يراهم في نطاق مجتمعهم ولا يستطيعون التعامل معهم بشكل مباشر والعيش في عالم الأحلام حيث اختلاف الأوضاع في أرض الواقع الذي يعيش فيه الطالبات تلجأ الطالبات إلى خلق عالم خاص بهن يرتقى لتطلعاتهن وآمالهن وتحقيق رغباتهن النفسية والشعورية وأحلامهم الضائعة، حيث يؤثر التعامل مع مواقع التواصل الاجتماعي أيضا على رؤية المستخدم لنفسه وليس فقط لمجتمعه، حيث تضع تلك المواقع مستخدميها تحت المجهر، وتجعلهن في محاولة دائمة للظهور بصورة مثالية وتقديم أنفسهن للعالم الافتراضي بصورة مغايرة للواقع وينتظرن الحكم عليها من قبل صديقاتهن او الجنس الاخر ممن لهن علاقات معهم على مواقع التواصل الاجتماعي وهو ما يؤدي إلى زيادة الاحباط لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي بشكل مفرط.

وإنفقت نتائج الدراسة مع دراسة ياوشو وآخرون (Yao -Gua et All, 2006) وهي بعنوان " دراسة نفسية لطلبة المدارس الثانوية الذين لديهم اضطراب إدمان الإنترنت " وقد كان الهدف من هذه الدراسة الكشف عن اضطرابات السلوكية لدى مدمني الإنترنت ، وكانت نتائج الدراسة

فقد توصل الباحثون إلى أن 1134% من طلاب المرحلة الثانوية يعانون من قلق مستمر، وانطوائية، والميل إلى الاكتئاب ممن يعانون اضطراب إيمان الإنترنت.

إنفقت مع دراسة سميرة بنت عبد الله (2009) بعنوان: "الاكتئاب والذكاء الانفعالي لدى عينة من المدمنات على الإنترنت" دراسة وصفية مقارنة، وقد هدفت إلى التعرف على الفروق بين طالبات الجامعة (بالطائف) مدمنات على الإنترنت وغير مدمنات في الاكتئاب، والذكاء الانفعالي. وتوصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الطالبات مدمنات على الإنترنت وغير المدمنات في الاكتئاب لصالح مدمنات الإنترنت.

وتتفق مع دراسة الحوسني (2012) بعنوان ادمان الأنترنترنت وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى طلبة جامعة نزوى كشفت نتائج الدراسة ان ادمان الأنترنترنت على ان ادمان الأنترنترنت يمكن ان يتنبأ بالعزلة الاجتماعية.

دراسة شاهين (2013) بعنوان ادمان الأنترنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين، بينت النتائج وجود عالقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين ادمان الأنترنترنت والشعور بالوحدة النفسية، حيث كلما زادت درجة ادمان الأنترنترنت زادت درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية.

الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي والاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمتغيرات التالية (المستوى الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، المستوى المعيشي)

ويتفرع من الفرضية عدة فرضيات حسب كل متغير، وسوف يلتم عرض ذلك من خلال التالي:

2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى.

1.1.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (25) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بعد الحياة	بين المجموعات	279.255	4	69.814	2.224	\\0.086
	داخل المجموعات	1098.645	35	31.390		
	المجموع	1377.900	39			
بعد الموت	بين المجموعات	95.593	4	23.898	1.883	\\0.135
	داخل المجموعات	444.307	35	12.694		
	المجموع	539.900	39			
بعد الحب	بين المجموعات	69.244	4	17.311	.693	\\0.602
	داخل المجموعات	874.131	35	24.975		
	المجموع	943.375	39			
بعد الالم	بين المجموعات	88.230	4	22.057	1.044	\\0.399
	داخل المجموعات	739.545	35	21.130		
	المجموع	827.775	39			
بعد العمل	بين المجموعات	489.955	4	122.489	4.602	*.004
	داخل المجموعات	931.545	35	26.616		
	المجموع	1421.500	39			

الدرجة الكلية للاحباط	بين المجموعات	1356.926	4	339.232	1.714
	داخل المجموعات	6926.974	35	197.914	
	المجموع	8283.900	39		

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

تبيين من خلال الجدول السابق ما يلي:

- الدرجة الكلية "للإحباط" وابعاده: لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف مستواهم الدراسي مستوى الاحباط لديهم واحد.

جاءت الدراسة متوافقة وافقت النتائج دراسة أبو ججوح (2012) عدم وجود فروق جوهرية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

وتوافقت مع دراسة بسمة حسين عيد يونس (2016) "إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعة غزة" حيث لاحظت عدم وجود فروق جوهرية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

2.1.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (26) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
---------	--------------	----------------	--------------	----------------	--------	---------------

\\0.007	4.251	1239.801	4	4959.205	بين المجموعات	الادمان على
		291.668	35	10208.395	داخل المجموعات	شبكات التواصل
			39	15167.600	المجموع	الاجتماعي

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

■ لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف مستواهم الدراسي مستوى الإدمان على مواقع التواصل لديهم واحد.

جاءت نتائج الدراسة الحالية متوافقة مع دراسة الزيدي (2014) "إدمان الإنترنت وعلاقته بالتواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى" في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الإنترنت تعزى للمستوى التعليمي.

2-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية.

1.2.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى لنوع التخصص.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الإحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (27) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الإحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الدراسي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بعد الحياة	بين المجموعات	159.062	4	39.766	1.142	\\0.353
	داخل المجموعات	1218.838	35	34.824		

			39	1377.900	المجموع	
11.380	1.084	14.874	4	59.497	بين المجموعات	بعد الموت
		13.726	35	480.403	داخل المجموعات	
			39	539.900	المجموع	
11.168	1.719	38.733	4	154.931	بين المجموعات	بعد الحب
		22.527	35	788.444	داخل المجموعات	
			39	943.375	المجموع	
11.099	2.118	40.337	4	161.346	بين المجموعات	بعد الالم
		19.041	35	666.429	داخل المجموعات	
			39	827.775	المجموع	
11.287	1.305	46.131	4	184.526	بين المجموعات	بعد العمل
		35.342	35	1236.974	داخل المجموعات	
			39	1421.500	المجموع	
11.676	.585	129.768	4	519.073	بين المجموعات	الدرجة
		221.852	35	7764.827	داخل المجموعات	الكلية
			39	8283.900	المجموع	للإحباط

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

▪ الدرجة الكلية "للإحباط" وابعاده: لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف التخصص الجامعي مستوى الإحباط لديهم واحد.

وتفسر الباحثتان بعدم وجود فروق في الإحباط إلى أن البيئة الجامعية والجو العام الذي تعيشه الطالبات الجامعيات بمختلف التخصصات فهو متقارب، حيث أن الطالبات الجامعيات يعانين

من نفس الظروف الصعبة والواقع وتقع عليهن أعباء دراسية وواجبات مختلفة بغض النظر عن نوع الكلية أو التخصص الذي تدرسه الطالبات مما يجعل كلا من التخصصات عرضة للإحباط.

2.2.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الجامعي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيس بوك" لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى الدراسي والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (28) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الجامعي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	2479.371	4	619.843	1.710	\\ .170
	داخل المجموعات	12688.229	35	362.521		
	المجموع	15167.600	39			

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

▪ لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف تخصصهم مستوى الإدمان على مواقع التواصل لديهم واحد. جاءت نتائج الدراسة متوافقة مع دراسة عمار (2014) والقرني (2011) في عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي تعزى لنوع التخصص.

وتعزو الباحثان درجة إيمان الطالبات على شبكات التواصل الاجتماعي واحد ويرجع ذلك إلى عدم وجود فروق في المستويات الثقافية والنفسية والاجتماعية المتماثلة في المجتمع الجزائري، وكذلك المستوى المعيشي واحد لا يميز بين التخصصات، وهذا ما يفسر عدم وجود اختلاف في التخصص في درجة إيمان شبكات التواصل الاجتماعي.

2- 3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.

1.3.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك".

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد الساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" (اقل من ساعة-من ساعة الى ثلاث ساعات -أكثر من ثلاث ساعات) والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (29) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بعد الحياة	بين المجموعات	217.395	2	108.698	3.466	*.042
	داخل المجموعات	1160.505	37	31.365		
	المجموع	1377.900	39			
بعد الموت	بين المجموعات	38.407	2	19.204	1.417	∞.063
	داخل المجموعات	501.493	37	13.554		
	المجموع	539.900	39			
بعد الحب	بين المجموعات	66.339	2	33.170	1.399	** .001
	داخل المجموعات	877.036	37	23.704		

			39	943.375	المجموع	
** .003	.867	18.521	2	37.042	بين المجموعات	بعد الالم
		21.371	37	790.733	داخل المجموعات	
			39	827.775	المجموع	
** .000	2.215	76.004	2	152.007	بين المجموعات	بعد العمل
		34.311	37	1269.493	داخل المجموعات	
			39	1421.500	المجموع	
** .001	2.751	536.204	2	1072.407	بين المجموعات	الدرجة الكلية للإحباط
	3.466	194.905	37	7211.493	داخل المجموعات	
			39	8283.900	المجموع	

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

الدرجة الكلية "للإحباط" وابعاده: لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى لساعات استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"، أي أن طالبات جامعة المسيلة لهن اختلاف في مستوى الإحباط وذلك بسبب عدد الساعات التي يقضونها على مواقع التواصل الاجتماعي.

وتتفق نتيجة دراستنا مع دراسة الثنائي (Rogers & Young 1998)، حول الإدمان على الانترنت والاكنتاب، نجدها تتفق مع نتيجة البحث، وخُص الباحثان إلى أن الإدمان على استخدام الانترنت وزيادة ساعات الاستخدام له علاقة موجبة مع الاكنتاب، وأن شعور الفرد وإحساسه بمشاعر الاكنتاب يؤدي به إلى الانسحاب من الواقع والهروب إلى الانترنت والزيادة في الاستخدام.

وكذلك نجد دراسة شورتز (Schwartz، 2011) التي هدفت الى تقصي العلاقة بين استخدام المراهقين الاكبر سنا لمواقع التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك وبين تقديرهم للذات ودرجة

النرجسية وشعورهم بالوحدة لديهم وتكونت عينة الدراسة من (218) من طلاب الجامعات وخلصت الدراسة الى:

- اكدت نتائج الدراسة على أن هناك علاقة ارتباطية سلبية بين التقدير الذاتي للنفس والنرجسية والانعزالية وبين استخدام مواقع الفيس بوك.

- ارتباط الانعزالية بشكل إيجابي مطرد مع زيادة استخدام فيسبوك.

تبرر الطالبات انسحابهن من واقعهن المعاش والهروب نحو الانترنت بدافع التعليم والبحث العلمي، لكن الحقيقة غير ذلك لأن أغلب الطالبات يستخدمن الانترنت لكن مستواهن التعليمي تراجع مقارنة مع الجيل الذي كان يدرس دون انترنت وأن الكثير من المؤطرين الاكاديميين أصبحوا يشكون من هذه الظاهرة، ويقفون متسائلين من أهمية توفر الوسائل والأدوات التقنية التي تساعد هؤلاء الطلبة على تطوير مهاراتهم العلمية وتحسين مستواهن المعرفي، الا أن الواقع عكس ذلك تماما ولهذا يمكن تفسير طبيعة الاستخدام المدمن للانترنت لدى عينة البحث ليس لسبب إشباعات متعلقة بالبحث العلمي بالدرجة الاولى حسب ملاحظتنا، بل ينسحبون من واقعهم الاجتماعي ويهربون إلى الانترنت للتخفيف من آلام الاكتئاب والاحباط الذي يعانون منه.

6-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك".

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد الساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك" (اقل من ساعة-من ساعة الى ثلاث ساعات -أكثر من ثلاث ساعات) والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (30) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للتخصص الجامعي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي	بين المجموعات	2962.190	2	1481.095	4.490	.018 **
	داخل المجموعات	12205.410	37	329.876		
	المجموع	15167.600	39			

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

■ لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات الاستخدام، أي أن طالبات جامعة المسيلة لديهن مستوى مختلف من الإدمان على مواقع التواصل حسب ساعات الاستخدام.

وتعزو الباحثتان هذه النتيجة إلى أن زيادة عدد الساعات أمام شبكات التواصل الاجتماعي بشكل متواصل لتتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه في البداية ومواصلة الجلوس أمام الشبكة كانت السبب الرئيسي في إدمان تلك المواقع من خلال ظهور هذه المواقع التي غزت الهواتف المحمولة الذكية التي أصبحت متاحة بكل وقت وكل حين ودون عناء والتي هيمنت على عقول كل مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي حتى بات من المستحيل الاستغناء عنها، فإن مواقع التواصل الاجتماعي أصبحت للأسف تحقق رغبات وأحلام

العديد من الفتيات فهي تخلق لهن عالم افتراضي يشبع رغباتهن وكذلك تكوين علاقات خاصة مع الجنس الآخر.

و نجد دراسة سارى (2008) 32 بعنوان تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية هدفت الدراسة إلى معرفة تأثيرات الاتصال عبر الإنترنت في العالقات الاجتماعية، و أجريت الدراسة على (471) طالبا من المرحلة الجامعية وزعت عليهم استبانة مكونة من (21) سؤال، و أما متغيرات الدراسة فهي النوع الاجتماعي و العمر و المستوى التعليمي و الوضع المهني و الحالة الاجتماعية و عدد ساعات الاستخدام للإنترنت .

توصلت الدراسة الى أن أفراد العينة من كلا الجنسين يستخدمون الإنترنت في حياتهم اليومية بنسب متفاوتة و لكن تأثير الأترنت في الإناث كان أكثر من تأثير الذكور ،كما تبين أن لمتغير التعليم و عدد ساعات الاستخدام أثرا في هذا التأثير و تبينت - أيضا - أن الاتصال عبر الإنترنت ترك أثرا في اتصال أفراد العينة الشخصي المباشر مع أسرهم و اصدقائهم ضعيف جدا كما تبين أن تأثير الإنترنت في نسق التفاعل الاجتماعي بين أفراد العينة و بين أقاربهم تمثل في تراجع عدد زيارتهم لأقاربهم و تراجع في نشاطاتهم الاجتماعية و الشعور بالاعتراب عن مجتمعهم المحلي.

2- 4 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة.

1.4.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي.

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الاحباط وأبعاده لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي (منخفض-متوسط -مرتفع) والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (31) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بعد الحياة	بين المجموعات	136.490	2	68.245	2.034	\\145
	داخل المجموعات	1241.410	37	33.552		
	المجموع	1377.900	39			
بعد الموت	بين المجموعات	24.357	2	12.179	.874	\\426
	داخل المجموعات	515.543	37	13.934		
	المجموع	539.900	39			
بعد الحب	بين المجموعات	60.689	2	30.345	1.272	\\292
	داخل المجموعات	882.686	37	23.856		
	المجموع	943.375	39			
بعد الألم	بين المجموعات	160.823	2	80.411	4.461	**018
	داخل المجموعات	666.952	37	18.026		
	المجموع	827.775	39			
بعد العمل	بين المجموعات	248.929	2	124.464	3.927	**028
	داخل المجموعات	1172.571	37	31.691		
	المجموع	1421.500	39			
الدرجة الكلية للإحباط	بين المجموعات	1652.757	2	826.379	4.611	**016
	داخل المجموعات	6631.143	37	179.220		
	المجموع	8283.900	39			

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 || غير دالة إحصائية

الدرجة الكلية "للإحباط" وابعاده: لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاد (بعد الألم وبعد العمل) لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$)

تعزى للمستوى المعيشي، أي أن طالبات جامعة المسيلة لهن اختلاف في مستوى الاحباط وذلك بسبب المستوى المعيشي. ولوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين ابعاد الإحباط الثلاثة (بعد الحياة-بعد الموت-بعد الحب).

جدول(32) يبين تكرارات مستويات المستوى المعيشي حسب ابعاد مقياس الاحباط

المقياس	منخفض	متوسط	مرتفع	المجموع
البعد الأول: متعلق بالحياة	3	35	2	40
البعد الثاني: متعلق بالموت	3	35	2	40
البعد الثالث: متعلق بالحب	3	35	2	40
البعد الرابع: متعلق بالألم	3	35	2	40
البعد الخامس: متعلق بالعمل	3	35	2	40
الاحباط الكلي	3	35	2	40

تم التعرف على الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وفقا لمتغير مستوى المعيشي، باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي تم التعرف على الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الاحباط وفقا لمتغير مستوى المعيشة، وقد تبين ان الفروقات دالة احصائيا لبعدي (الالم والعمل) وكذا للدرجة الكلية للإحباط وحسب جدول التكرارات نجد ان المستوى المعيشي المتوسط كان الاكثر بين الطالبات ويمكن تفسير ذلك الى التقارب في المستوى المعيشي وكذا الى الحالة الاقتصادية ومستوى الاجور المتقارب بين الجزائريين ونجد ان سبب الاحباط يرجع الى كثرة الضغوط والازمات المالية وانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة وارتفاع الاسعار.

وقد أكد ذلك (Shay 2021) الذي أكد ان العوامل الاقتصادية مثل الحالة الاقتصادية السيئة للاب والمزيد من المسؤوليات في المنزل وعدم وجود مدخول اضافي والوظائف ذات الرواتب المنخفضة التي لا تلبي الحاجيات هي سبب للإحباط بين الشباب

2.4.2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإدمان على مواقع التواصل

الاجتماعي لدى الطالبات بجامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات التي يقضونها على موقع التواصل الاجتماعي "فيسبوك".

ولاختبار صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لدراسة الفروقات في الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي (منخفض-متوسط-مرتفع) والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (33) نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في إدمان شبكات التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة للمستوى المعيشي (ن=40)

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الإدمان على	بين المجموعات	401.714	2	200.857	.503	١١.609
شبكات التواصل	داخل المجموعات	14765.886	37	399.078		
الاجتماعي	المجموع	15167.600	39			

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05 ١١ غير دالة إحصائية

- لوحظ وجود عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي، أي أن طالبات جامعة المسيلة ليس لديهن مستوى مختلف من الإدمان على مواقع التواصل حسب المستوى المعيشي.

يمكن تفسير هذه النتيجة من حيث كون الطلبة المدمنين سواء من ذوي الدخل المرتفع أو المتوسط أو المنخفض يؤثر عليهم انشغال الوالدين بتلبية المتطلبات المعيشية للعائلة، الامر الذي قد يؤدي إلى دوافع نفسية وضغوطات تدفع الأبناء للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ونجد ان أكثر الطلبة من الأسر المتوسطة الدخل.

فمن المعلوم أن مواقع التواصل الاجتماعي تتيح للأشخاص فرصة تقمص شخصية افتراضية من نسج خيالهم يمكنهم فيها الظهور بالصورة التي تعجبهم فالطالبة الفقيرة قد تكون أغنى الأغنياء، والطالبة الوحيدة قد يكون لديها عشرات الصديقات؛ وبهذه الطريقة قد تكون تلك المواقع وسيلة للهروب من الواقع المرير لواقع يراه المدمن وسيلة للتكيف ولو بشكل مرض مع هذا الواقع الذي فرض عليه وهو لا يحبه.

وتتفق نتيجتنا مع الدراسة التي قام بها برادعيه(2020) هدفت هذه الدراسة وسعت لمعرفة وإدراك اثار استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي للطلاب في قرية "صور باهر" من وجهة نظر طالبات في مدرسة بنات أبو بكر الصديق ومن أبرز نتائج هذه الدراسة إن مواقع التواصل الاجتماعي تؤثر بشكل سلبي على التحصيل الدراسي والأكاديمي للطلاب في قرية "صور باهر" في حال غياب الأهالي عن الأبناء، وأنه لا توجد فروق في تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على عينة الدراسة باختلاف الظروف المعيشية.

خلاصة:

تم التطرق في هذا الفصل الى دراسة وبحث في موضوع الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" وعلاقته بالاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة، حيث عرضنا نتائج البحث حسب تساؤلاتها وفرضياتها وتم تحليلها باستخدام التحليل الإحصائي للبيانات وذلك باستعمال الجداول والتعليق عليها ، ثم تحليلها وربطها بما جاء في البحث والدراسات السابقة في حدود الإمكان ، و حدود المعلومات المتاحة ، وقد جاءت نتائج الدراسة من خلال خلاصة النتائج.

الاستنتاج العام

الاستنتاج العام:

هدفت الدراسة إلى البحث في مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" والاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة، وكذا دراسة العلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط هذا من جهة ، ومن جهة أخرى معرفة أثر بعض المتغيرات الديمغرافية (المستوى الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، المستوى المعيشي) ، وبعد الإجابة على تساؤلات الدراسة واختبار فرضياتها وعرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية ، أسفرت هذ الدراسة على جملة من النتائج يمكن تلخيصها كما يلي:

- أكدت الدراسة ومن خلال الإجابة على السؤال الأول أن مستوى الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات مرتفع وترى الباحثين أن إدمان مواقع التواصل الاجتماعي الفيسبوك في نسبتها الحالية التي عبرت عنها الدراسة وهي % 70 نسبة مرتفعة ولا يستهان بها وتعبر عن هروب من واقع بناء احلام في واقع افتراضي.

- أكدت الدراسة ومن خلال الإجابة على السؤال الثاني ان مستوى الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة اقل من المتوسط لكنه لا يستهان به بنسبة 45.19%، وتفسر الباحثتان ذلك بالظروف التي تمر بها الطالبات نفسية واجتماعية واقتصادية.

- وأكدت الدراسة بعد مناقشة الفرضية الاولى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبين الدرجة الكلية للإحباط وابعاده التالية (بعد الحياة - بعد الموت - بعد الحب - بعد الألم - بعد العمل) وهذا يدل على أنه كلما ارتفع درجات إدمان شبكات مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالبات كلما ارتفع مستوى الاحباط وابعاده والعكس صحيح. تعزو الباحثتان ارتفاع درجات إدمان شبكات مواقع التواصل الاجتماعي عند الطالبات كلما ارتفع مستوى الاحباط وأبعاده والعكس صحيح

إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مفرط يقود إلى العزلة وتكسب مستخدميها الاكتئاب والاحباط لما تعطي لهم الفرصة للهروب من مجتمعهم حيث أن المستخدمين يتعاملون مع عالم افتراضي ومع أشخاص غير حقيقيين ولا يستطيع أن يراهم في نطاق مجتمعهم ولا يستطيعون التعامل معهم بشكل مباشر والعيش في عالم الأحلام حيث اختلاف الأوضاع في أرض الواقع.

- وأكدت الدراسة بعد مناقشة الفرضية المتعلقة بالمتغيرات الديمغرافية فقد تبين:
- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف مستواهم الدراسي مستوى الاحباط لديهم واحد.
- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف مستواهم الدراسي مستوى الإدمان على مواقع التواصل لديهم واحد.
- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف التخصص الجامعي مستوى الاحباط لديهم واحد. وتفسر الباحثتان بعدم وجود فروق في الاحباط إلى أن البيئة الجامعية والجو العام الذي تعيشه الطالبات الجامعيات بمختلف التخصصات فهو متقارب، حيث أن الطالبات الجامعيات يعانين من نفس الظروف الصعبة والواقع وتقع عليهن أعباء دراسية وواجبات مختلفة بغض النظر عن نوع الكلية أو التخصص الذي تدرسه الطالبات مما يجعل كلا من التخصصات عرضة للإحباط.

- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي، أي أن طالبات جامعة المسيلة باختلاف تخصصهم مستوى الإدمان على مواقع التواصل لديهم واحد. وتعزو الباحثتان درجة إدمان الطالبات على شبكات التواصل الاجتماعي واحد ويرجع ذلك إلى عدم وجود فروق في المستويات الثقافية والنفسية والاجتماعية المتماثلة في المجتمع الجزائري، وكذلك المستوى المعيشي واحد لا يميز بين التخصصات، وهذا ما يفسر عدم وجود اختلاف في التخصص في درجة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي.

- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى لساعات استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"، أي أن طالبات جامعة المسيلة لهن اختلاف في مستوى الإحباط وذلك بسبب عدد الساعات التي يقضونها على مواقع التواصل الاجتماعي.

- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات الاستخدام، أي أن طالبات جامعة المسيلة لديهن مستوى مختلف من الإدمان على مواقع التواصل حسب ساعات الاستخدام. وتعزو الباحثتان هذه النتيجة إلى أن زيادة عدد الساعات أمام شبكات التواصل الاجتماعي بشكل متواصل لتتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه في البداية ومواصلة الجلوس أمام الشبكة كانت السبب الرئيسي في إدمان تلك المواقع من خلال ظهور هذه المواقع التي غزت الهواتف المحمولة الذكية التي أصبحت متاحة بكل وقت وكل حين ودون عناء والتي هيمنت على عقول كل مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي حتى بات من المستحيل الاستغناء عنها

- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاد (بعد الألم وبعد العمل) لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى المعيشي، أي أن طالبات جامعة المسيلة لهن اختلاف في مستوى الاحباط وذلك بسبب المستوى المعيشي. ولوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية بين ابعاد الإحباط الثلاثة (بعد الحياة-بعد الموت-بعد الحب).
- لوحظ وجود عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي، أي أن طالبات جامعة المسيلة ليس لديهن مستوى مختلف من الإدمان على مواقع التواصل حسب المستوى المعيشي. يمكن تفسير هذه النتيجة من حيث كون الطلبة المدمنين سواء من ذوي الدخل المرتفع أو المتوسط أو المنخفض يؤثر عليهم انشغال الوالدين بتلبية المتطلبات المعيشية للعائلة، الامر الذي قد يؤدي إلى دوافع نفسية وضغوطات تدفع الأبناء للإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ونجد ان أكثر الطلبة من الأسر المتوسطة الدخل.

A decorative rectangular border with intricate floral and scrollwork patterns in black ink, framing the central text. The border features stylized leaves, small flowers, and elegant curves.

التوصيات والاقتراحات

التوصيات والاقتراحات:

التوصيات:

- في ضوء ماتوصلت إليه الدراسة من نتائج ومناقشتها التي أظهرت وجود علاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط لدى الطالبات الجامعيات فإن الدراسة توصي بمايلي:
- الكشف عن الطالبات المدمنات على شبكات التواصل الاجتماعي، والذين يعانون من الاضطرابات النفسية والاحباط وتوفير لهم البرامج العلاجية المناسبة.
- وضع مجموعة من التدابير القانونية أو التشريعية للحد من تفشي ظاهرة إدمان شبكات التواصل الاجتماعي في المجتمع.
- العمل على تظاهرات توعية للطالبات عن إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وتأثيرها على الصحة النفسية.
- تفعيل الوحدات الارشادية والعيادات النفسية بالجامعة والكليات لتوعية الطالبات من بمخاطر إدمان شبكات التواصل الاجتماعي.
- توعية الاسر و الابناء بمخاطر إدمان شبكات التواصل الاجتماعي ومايجب عليهم فعله للوقاية من الوقوع بين فكي هذا العالم الافتراضي.
- تفعيل دور كلية الشريعة لما لها من دور ديني وارشادي لتوجيه الطالبات.

الاقتراحات :

- اجراء دراسات عن ادمان مواقع التواصل الاجتماعي وربطها بمتغيرات اخرى.
- اجراء دراسة مماثلة على الجنسين معا.
- اجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية وربطها بالاضطرابات النفسية.
- اجراء دراسة لعلاقة ادمان على مواقع التواصل الاجتماعي والتحصيل الدراسي.

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns, featuring leaves, flowers, and swirling lines, framing the central text.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

أولا : المراجع باللغة العربية

- 1- أحمد، محمد عبد الهادي ، دخلان.(2003). العلاقة بين مشاهدة بعض برامج التلفاز و السلوك العدواني لدى الأطفال بمحافظة غزة . رسالة ماجستير في قسم علم النفس،كلية التربية، الجامعة الإسلامية :غزة.
- 2- أمل ابو حطب فؤاد وصادق, أ. ا. (1991) مناهج البحث وطرق التحليل الاحصائي.القاهرة: مكتبة الانجلوالمصرية.
- 3- بلحسيني، وردة.(2002). علاقة الرضا عن التوجيه المدرسي بالإحباط، دراسة مقارنة بين تلاميذ الجذعين المشتركين آداب و تكنولوجيا بورقلة .رسالة ماجستير تخصص علم النفس، الجزائر ، جامعة ورقلة :كلية الآداب و العلوم الإنسانية.
- 4- بن مسعود ،خالد محمد،(2009).تقنية الاتصال الحديث بين القبول و المقاومة ، المملكة العربية السعودية نموذجاً،الرياض،جامعة الملك سعود:المؤتمر الدولي لتقنيات الاتصال و التعبير الاجتماعي.
- 5- بهي ،الدين ربيع هبة،(2003). إيمان شبكة المعلومات و الاتصالات الدولية (الانترنت في ضوء بعض الدراسات) ، دراسة نفسية ، جامعة طنطا.
- 6- ثائر أحمد ، غباري؛ و خالد محمد، أبو شعيرة .(2015). التكيف مشكلات و حلول . عمان : دار الإعصار العلمي للنشر و التوزيع.
- 7- جرار،ليلي أحمد،(2012).الفيسبوك و الشباب العربي،ط1، عمان:مكتبة الفلاح لنشر و التوزيع.
- 8- دغريبي علي بن محمد ، إيمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين ، مجلد 2 ، العدد 1 ، المملكة السعودية:المجلة العربية لعلوم النشر و الأبحاث.

- 9- الديلمي ، عبد الرزاق محمد،(2011). الإعلام الجديد و الصحافة الإلكترونية ، ط1، عمان: دار وائل.
- 10- رتيبة ،جبار.(2019). سوء المعاملة الو الدية و تأثيرها في ظهور الإحباط عند الطفل ، مجلد 4 ،مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف.
- 11- شقرة،علي،(2014). الإعلام الجديد - شبكات التواصل الاجتماعي، ط1، دار أسامة للنشر و التوزيع.
- 12- صادق عباس،مصطفى،(2008). الإعلام الجديد ، المفاهيم و الوسائل و التطبيقات ، دار الشروق.
- 13- صالح محمد العساف، م. ا. (2006). المدخل للبحث في العلوم السلوكية. الرياض: العبيكان للطباعة والنشر.
- 14- عبد الرحمان ،عدس ، محي الدين ، توق ، المدخل الى علم النفس، ط7، عمان ، دار الفكر للنشر و التوزيع ، 2009.
- 15- عمار، ا. ص. (1995). دراسات في التأهيل الاسلامي لعلم النفس. الرياض: دار عالم الكتب.
- 16- فرج ،عبد القادر طه و محمود السيد، ابو النيل و آخرون.(1998). معجم علم النفس و التحليل النفسي ، بيروت :دار النهضة العربية ،
- 17- الفطافطة ،محمود،(2011).علاقة الإعلام الجديد بحرية الرأي و التعبير في فلسطين ، فلسطين.
- 18- القشاعلة ،بديع.(2018). المعاني مصطلحات في علم النفس ، فلسطين:مركز السيكولوجي للخدمات النفسية.
- 19- كامل ،لطي،(1999).النظريات المعاصرة في علم الاجتماع ، القاهرة: دار غربي.
- 20- كامل محمد، عويضة .(1996).الصحة في منظور علم النفس .بيروت :دار الكتب العلمية

- 21- محمد ،مروان، (2017).أمثلة عن مواقع التواصل الاجتماعي، المغرب
- 22- محمد،جاسم محمد،(2004). مشكلات الصحة النفسية،أمراضها، علاجها ، ط1،الأردن :مكتبة دار الثقافة و النشر و التوزيع.
- 23- محمد،علي،(2010). محمد النوبي ، مقياس التفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبين ، دار فارس ، 2010
- 24- مراكشي،مريم،(2014).استخدام شبكات التواصل الاجتماعي و علاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطلبة الجامعيين (الفيسبوك نموذجا).
- 25- مصطفى، فهمي. (1995).الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف ، ط 3 ، القاهرة: ،مكتبة الخانجي.
- 26- نبيه إبراهيم، إسماعيل.(2001).عوامل الصحة النفسية السليمة .مصر :أثراك للنشر و التوزيع.

ثانيا : المراجع باللغة الأجنبية.

- 1- Pichot et, freson v et, donjon s, *le test de frustration de Rosenzweig femme pour enfants*. CPA PARIS.
- 2- Cecilie, schou, Andreessen.(2012).*développement of a Facebook addiction scale department of psychosocialscience*.Norway: university of Bergen chimic foundation.
- 3-Ziegler hill, v ET shack ford T.(2017). *frustration encyclopedia of personality and individual difference*. the Netherlands.

الملاحق



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
2023/
الرقم:

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): د. محمد بن أحمد

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119980395018850001

الصادرة بتاريخ: 1/31/2022 عن دائرة: المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العمادي تحت رقم التسجيل: 181835074848

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه)

عنوانها: الإدماج على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها

بالسلوك لدى الشباب المحققين

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في
انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 11 جوان 2023

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences
نوبة العيادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
2023/

المسيلة
FACULTY OF HUMANITIES
AND SOCIAL SCIENCES
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

جامعة محمد بوضياف - المسيلة
University Mohamed Boudiaf - M'sila

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): كوش مريم

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): معالمة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 110000995023300005

الصادرة بتاريخ: 2018/03/08 عن دائرة: المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 181835075374

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (منكرة التخرج ليسانس، منكرة ماستر، منكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه)

عنوانها: الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالاجيال
في الدول العربية المتقدمة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في
جاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 11 جوان 2023

امضاء المعني (ة): كوش

القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية وبمكافحتها



Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Affairs

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة

وثيقة ايداع مذكرة ماستر

الموضوع: الإيداع ماذا على مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها
بالإعلام لدى الطالبات المحققات

إعداد الطلبة:

1- د. هدى أحلام رقم التسجيل: 181835074842
2- هادي هادي رقم التسجيل: 181835075324
القسم: علم النفس الشعبة: علم النفس التخصص: علم النفس العمادي
إشراف: د. عزوز كحمي الرتبة: أستاذ التعليم العالي

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2022-2023 وأسمح
بإيداعه على مستوى إدارة القسم للمناقشة والتقييم.

رئيس فريق الاختصاص

رئيس القسم

موافقة وإمضاء الإحتاذ (ة) المشرف (ة):

الموافق

الملاحق:

مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي:



جامعة محمد بوضياف-المسيلة

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم علم النفس

استمارة استبيان حول ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك أمودجا" وعلاقته بالإحباط لدى الطالبات.

اختي تحية طيبة وبعد...

في إطار تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي نريد القيام بدراسة موضوع أثر ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك أمودجا" وعلاقته بالإحباط لدى الطالبات .

نرجو منك قراءة الفقرات بدقة وافادتنا بالإجابة بما يناسب وجهة نظرك في مدى انطباق مضمون العبارة عليك وذلك بوضع علامة (X) أمام العبارة التي ترين أنها تعبر عن رأيك شاكرين مسبقا تعاونك معنا، كما يجب أن تعطي إجابة واحدة فقط عن كل فقرة وبهذا ستساهمين في إنجاح الدراسة المذكورة وخدمة أهداف البحث العلمي، علما أن إجابتك ستبقى سرية وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

البيانات الشخصية:

1-السن	22-19	26-23	30-27
2-المستوى الجامعي			
3-التخصص			
4-المستوى المعيشي	مرتفع	متوسط	منخفض

هل لديك حساب التواصل الاجتماعي فيسبوك؟

نعم لا

منذ متى وأنت تستخدمين الفيسبوك؟

أقل من سنة	سنة	سنتين	أكثر من سنتين
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ما هو معدل الساعات التي تقضيها في تصفح موقع الفيسبوك يوميا؟

أقل من ساعة	من ساعة إلى 3 ساعات	أكثر من ثلاث ساعات
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ماهي الوسيلة التي تستخدمها لتصفح موقع الفيسبوك؟

الكمبيوتر المحمول	الهاتف الذكي	اللوحة الذكية
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

الرجاء وضع علامة (X) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك:

الرقم	الفقرات	البدائل				
		أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
01	لا أعطي وقتا كافيا للمذاكرة بسبب اهتمام الزائد بشبكات التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"					
02	ساعدني "الفيسبوك" على تكوين صداقات متنوعة					
03	عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بالزمن أو مضي الوقت.					
04	لا أنتظم في دراستي بسبب انشغالي الزائد بمواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"					
05	أنتفاجأ بتبهيي إلى أنني أمضيت وقتا طويلا أمام الإنترنت.					
06	انشغل بالحوال لفترات طويلة بسبب مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"					
07	أعتمد في اكتساب الصداقات عن طريق الفيسبوك.					
08	لا أتخيل حياتي بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"					
09	لا أترك مناسبة تهنئة أصدقائي تم من خلال موقع "الفيسبوك".					
10	أحاول الإقلاع من فترات بقائي أمام موقع "الفيسبوك" ولكني أفضل.					
11	لم أعد أقيم صداقات جديدة إلا من خلال موقع "الفيسبوك"					
12	أتعجب كيف يعيش الناس بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك"					
13	إن انشغالي بموقع "الفيسبوك" ترك أثرا سيئا على باقي أنشطة حياتي.					
14	أتمنى أن يتم تحويل التعليم والعمل من الجامعات إلى موقع "الفيسبوك".					
15	أفضل قضاء أوقات فراغي على موقع "الفيسبوك" أكثر من قضائها مع أفراد أسرتي.					
16	أشعر بالضيق والكتابة والملل عندما أحرم نفسي من الاستمتاع بالجلوس أمام "الفيسبوك".					
17	أشعر بأنني أصبحت أسير لموقع "الفيسبوك"					
18	لا أقوم من أمام موقع "الفيسبوك" إلا حينما يشتد الألم عنقي وظهري بدرجة لا تحتمل.					

					19	أن نظري بدأ يضعف منذ أن بدأت الجلوس أمام موقع "الفيسوك".
					20	عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسوك"
					21	أفضل موقع "الفايسوك" على التلفزيون حتى بقنواته الفضائية
					22	أنسى الجوع والعطش حينما أجلس ساعات طويلة أمام موقع "الفايسوك"
					23	منذ أن بدأ انشغالي موقع "الفايسوك" لم تعد حياتي الاجتماعية كما كانت من قبل.
					24	أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الكمبيوتر، أو الجوال لمتابعة موقع "الفايسوك"
					25	لا أهتم بساعات نومي ما دمت مستغرقا في موقع "الفايسوك".
					26	فقدت الكثير من أصدقائي القدامى منذ أن بدأت الانشغال لموقع "الفايسوك".
					27	أشعر بأن أي مهمة أقوم بها عبر التعامل مع موقع "الفايسوك" هي مهمة ليس لها قيمة.
					28	لو أصبحت الانترنت متواجدة دائما لما توقفت عن استخدام موقع "الفايسوك" ليلا أو نهارا.
					29	بالرغم من تعرضي للمشكلات بسبب موقع "الفايسوك" إلا أنني لا أطيق يوما يمر بدون الاستمتاع بعالم شبكات التواصل الاجتماعي
					30	من أهم الأعمال عندي هو تتبع الجديد من المواقع الاجتماعية والبيانات على موقع "الفايسوك"

مقياس الاحباط:

الرقم	الفقرات	البدائل			
		تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	لا تنطبق علي أبدا
01	اضع لحياتي اهدافا اسعى لتحقيقها				
02	اشعر بالتفاؤل عندما افكر بالحياة				
03	اسعى لتحقيق السعادة في حياتي				
04	اشعر بان حياتي مليئة بالأشياء الجميلة والمثيرة				
05	اشعر بقيمة كبيرة لما افعله				
06	اشعر بالرضا عن ذاتي				
07	أجد متعة في المساعدة في حل مشكلات الاخرين				
08	اشعر ان حياتي تستحق ان اعيشها				
09	لدي استعداد لمواجهة الموت				

				اشعر انه لا قيمة لما نفعل مادام الموت نهابتنا المحتمة	10
				أجد من المؤسف ان يفكر الانسان في الانتحار	11
				اعتقد ان الموت يعطي معنى للحياة	12
				ارى ان الموت يجعل الناس متساويين	13
				أجد ان حياتي ليست ذا معنى بدون الشخص الذي احبه	14
				اقدم لمن احب كل ما يحتاجه مني	15
				ارى ان الحب أفضل وسيلة لمليء الحياة بالمعنى	16
				اشعر بالسعادة حينما يهتم بي شخص آخر	17
				اتبادل الحب مع من يحبني	18
				انا ومن أحب نكون شخصا واحدا	19
				ارى الالام تحفظ الشخص من الملل والفتور	20
				أجد ان كثرة الالام تجعلني اشعر بالقوة	21
				الصدمات التي اتعرض لها رغم مرارتها تعمل على صقل شخصيتي	22
				اعتقد ان ما يمر به الفرد من آلام يعطي معنى وقيمة للحياة	23
				المعاناة خبرة تضيف الكثير لحياتي	24
				ادرك ان الاحداث المؤلمة في حياتنا تشعرنا بأهميتها	25
				استطيع القيام بالكثير من الاعمال الابداعية	26
				اشعر بأهمية ما اقوم به من اعمال	27
				ان القيام بالأعمال اليومية هو مصدر سروري وسعادي	28
				اهتم بالكيفية التي انجز بها عمالي	29
				اتقاني لأعمالي المكلف بها يشعرنني بالسعادة	30
				حياتي مليئة بأعمال جيدة وثمررة	31

تأكدي أنك قد أجبت على كل العبارات

التكرارات الخاصة بالعينة الأساسية

السن					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	19-22	18	45.0	45.0	45.0
	23-26	14	35.0	35.0	80.0
	27-30	8	20.0	20.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

المستوى الجامعي					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	سنة أولى ليسانس	3	7.5	7.5	7.5
	سنة ثانية ليسانس	5	12.5	12.5	20.0
	سنة ثالثة ليسانس	12	30.0	30.0	50.0
	سنة أولى ماستر	14	35.0	35.0	85.0
	سنة ثانية ماستر	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

التخصص الجامعي					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	علوم اقتصادية وتجارية	6	15.0	15.0	15.0
	علوم انسانية	11	27.5	27.5	42.5
	حقوق وعلوم سياسية	3	7.5	7.5	50.0
	ادب ولغات	14	35.0	35.0	85.0
	علوم اسلامية	6	15.0	15.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

المستوى المعيشي					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	مرتفع	2	5.0	5.0	5.0
	متوسط	35	87.5	87.5	92.5
	منخفض	3	7.5	7.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

هل لديك حساب التواصل الاجتماعي فيسبوك					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	نعم	39	97.5	97.5	97.5
	لا	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

منذ متى وأنت تستخدمين الفيسبوك؟					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	سنة	2	5.0	5.0	5.0
	سنتين	3	7.5	7.5	12.5
	أكثر من سنتين	35	87.5	87.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

ما هو معدل الساعات التي تقضيها في تصفح موقع الفايسبوك يوميا					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	أقل من ساعة	4	10.0	10.0	10.0
	من ساعة إلى 3 ساعات	15	37.5	37.5	47.5
	كثير من ثلاث ساعات	21	52.5	52.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

ماهي الوسيلة التي تستخدمها لتصفح موقع الفايسبوك					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	الهاتف الذكي	40	100.0	100.0	100.0

ارتباط فقرات مقياس ادمان مواقع التواصل الاجتماعي

	الدرجة الكلية ادمان
الدرجة الكلية ادمان	Corrélation de Pearson 1 Sig. (bilatérale) N 20
لا أعطي وقتا كافيا للمذاكرة بسبب اهتمام الزائد بشبكات التواصل الاجتماعي " الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .737** Sig. (bilatérale) .000 N 20
ساعدني " الفايسبوك " على تكوين صداقات متنوعة	Corrélation de Pearson .842** Sig. (bilatérale) .000 N 20
عندما أجلس على مواقع التواصل الاجتماعي لا أشعر بالزمن أو مضي الوقت.	Corrélation de Pearson .455* Sig. (bilatérale) .044 N 20
لا أنظم في دراستي بسبب انشغالي الزائد بموقع "الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .513* Sig. (bilatérale) .021 N 20
اتفأجا بتنبيهي إلى أنني أمضيت وقتا طويلا أمام الإنترنت.	Corrélation de Pearson .689** Sig. (bilatérale) .001 N 20
انشغل بالجوال لفترات طويلة بسبب مواقع التواصل الاجتماعي " الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .593** Sig. (bilatérale) .006 N 20
اعتمد في اكتساب الصداقات عن طريق الفيسبوك.	Corrélation de Pearson .662** Sig. (bilatérale) .001 N 20
لا أتخيل حياتي بدون مواقع التواصل الاجتماعي "الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .842** Sig. (bilatérale) .000 N 20
لا أترك مناسبة تهنئة أصدقائي تم من خلال موقع "الفايسبوك."	Corrélation de Pearson .842** Sig. (bilatérale) .000 N 20
أحاول الإقلاع من فترات بقائي أمام موقع "الفيسبوك" ولكني أفضل.	Corrélation de Pearson .737** Sig. (bilatérale) .000 N 20
لم أعد أقيم صداقات جديدة إلا من خلال موقع "الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .842** Sig. (bilatérale) .000 N 20
أتعجب كيف يعيش الناس بدون مواقع التواصل الاجتماعي " الفايسبوك"	Corrélation de Pearson .638** Sig. (bilatérale) .002

	N	20
إن انشغالي بموقع "الفايسبوك" ترك أثرا سيئا على باقي أنشطة حياتي.	Corrélation de Pearson	.842**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
أتمنى أن يتم تحول التعليم والعمل من الجامعات إلى موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.826**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
أفضل قضاء أوقات فراغي على موقع "الفايسبوك" أكثر من قضائها مع أفراد أسرتي.	Corrélation de Pearson	.823**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
أشعر بالضيق والكآبة عندما أحرم نفسي من الاستمتاع بـ"الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.914**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
أشعر بأنني أصبحت أسير لموقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.879**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
لا أقوم من أمام موقع "الفايسبوك" إلا حينما يشد الألم عنقي وظهري بدرجة لا تحتمل.	Corrélation de Pearson	.638**
	Sig. (bilatérale)	.002
	N	20
إن نظري بدأ يضعف منذ أن بدأت الجلوس أمام موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.842**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
عندما تزورني بعض صديقاتي في الغرفة بالإقامة أشعر بأنني حرمت من متعتي الوحيدة وهي الدردشة والتصفح في "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.623**
	Sig. (bilatérale)	.003
	N	20
أفضل موقع "الفايسبوك" على التلفزيون حتى بقنواته الفضائية.	Corrélation de Pearson	.879**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
أنسى الجوع والعطش حينما اجلس ساعات طويلة أمام موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.579**
	Sig. (bilatérale)	.007
	N	20
منذ أن بدأ انشغالي بـ"الفايسبوك" لم تعد حياتي الاجتماعية كما كانت من قبل.	Corrélation de Pearson	.638**
	Sig. (bilatérale)	.002
	N	20
أتناول طعامي وأنا أمام شاشة الكمبيوتر، أو الجوال لمتابعة موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.534*
	Sig. (bilatérale)	.015
	N	20
لا أهتم بساعات نومي ما دمت مستغرقا في موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.467*
	Sig. (bilatérale)	.038
	N	20
فقدت الكثير من أصدقائي القدامى منذ أن بدأت الانشغال لموقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.638**
	Sig. (bilatérale)	.002
	N	20
أشعر بأن أي مهمة لا أقوم بها عبر التعامل مع موقع "الفايسبوك" ليس لها قيمة.	Corrélation de Pearson	.577**
	Sig. (bilatérale)	.008
	N	20
لقد أصبحت الانترنت متواجدة دائما لما توقفت عن استخدام موقع "الفايسبوك" ليلا أو نهارا.	Corrélation de Pearson	.662**
	Sig. (bilatérale)	.001
	N	20
بالرغم من تعرضي للمشكلات بسبب موقع "الفايسبوك" إلا أنني لا أطيق يوما يمر بدون الاستمتاع بعالم شبكات التواصل الاجتماعي.	Corrélation de Pearson	.688**
	Sig. (bilatérale)	.001
	N	20
من أهم الأعمال عندي هو تتبع الجديد من على موقع "الفايسبوك".	Corrélation de Pearson	.694**
	Sig. (bilatérale)	.001
	N	20

الثبات لمقياس الادمان على مواقع التواصل الاجتماعي

Statistiques de fiabilité			
Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.938
		Nombre d'éléments	15 ^a
	Partie 2	Valeur	.923
		Nombre d'éléments	15 ^b
		Nombre total d'éléments	30
		Corrélation entre les sous-échelles	.959
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.979
	Longueur inégale		.979
		Coefficient de Guttman	.977

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.965	30

Récapitulatif de traitement des observations			
		N	%
Observations	Valide	20	100.0
	Exclues ^a	0	.0
	Total	20	100.0
a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.			

صدق مقياس الادمان على مواقع التواصل

Statistiques de groupe					
	الدرجات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
المبحوثين	الدرجات الدنيا	6	61.3333	13.67723	5.58371
	الدرجات العليا	6	132.5000	7.23187	2.95240

		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)
المبحوثين	Hypothèse de variances égales	3.675	.084	-11.267-	10	.000
	Hypothèse de variances inégales			-11.267-	7.593	.000

ارتباط فقرات مقياس الاحباط

الدرجة الكلية للاحباط	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	20
اضع لحياتي اهدافا اسعى لتحقيقها	Corrélation de Pearson	.745**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر بالتفاؤل عندما افكر بالحياة	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000

	N	20
اسعى لتحقيق السعادة في حياتي	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر بان حياتي مليئة بالأشياء الجميلة والمثيرة	Corrélation de Pearson	.735**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر بقيمة كبيرة لما افعله	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر بالرضا عن ذاتي	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اجد متعة في المساعدة في حل مشكلات الاخرين	Corrélation de Pearson	.859**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر ان حياتي تستحق ان اعيشها	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
لدي استعداد لمواجهة الموت	Corrélation de Pearson	.574**
	Sig. (bilatérale)	.008
	N	20
اشعر انه لا قيمة لما نفعل مادام الموت نهايتنا	Corrélation de Pearson	.793**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اجد من المؤسف ان يفكر الانسان في الانتحار	Corrélation de Pearson	.793**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اعتقد ان الموت يعطي معنى للحياة	Corrélation de Pearson	.793**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
ارى ان الموت يجعل الناس متساويين	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اجد ان حياتي ليست ذا معنى بدون الشخص الذي احبه	Corrélation de Pearson	.844**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اقدم لمن احب كل ما يحتاجه مني	Corrélation de Pearson	.745**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
ارى ان الحب أفضل وسيلة لمليء الحياة بالمعنى	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اشعر بالسعادة حينما يهتم بي شخص آخر	Corrélation de Pearson	.859**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اتبادل الحب مع من يحبني	Corrélation de Pearson	.735**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
انا ومن احب نكون شخصا واحدا	Corrélation de Pearson	.882**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
ارى الالام تحفظ الشخص من الملل والفتور	Corrélation de Pearson	.733**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اجد ان كثرة الالام تجعلني اشعر بالقوة	Corrélation de Pearson	.745**

	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
الصددمات التي اتعرض لها رغم مرارتها تعمل على صقل شخصيتي	Corrélation de Pearson	.733**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اعتقد ان ما يمر به الفرد من الام يعطي معنى وقيمة للحياة	Corrélation de Pearson	.574**
	Sig. (bilatérale)	.008
	N	20
المعاناة خبرة تضيف الكثير لحياتي	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
ادرك ان الاحداث المؤلمة في حياتنا تشعرنا بأهمية وجودنا	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
استطيع القيام بالكثير من الاعمال الابداعية	Corrélation de Pearson	.569**
	Sig. (bilatérale)	.009
	N	20
اشعر بأهمية ما اقوم به من اعمال	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
ان القيام بالاعمال اليومية هو مصدر سروري وسعادتي	Corrélation de Pearson	.859**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
اهتم بالكيفية التي انجز بها اعمالي	Corrélation de Pearson	.737**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
انقاني لأعمالي المكلف بها يشعرنني بالسعادة	Corrélation de Pearson	.859**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20
حياتي مليئة بأعمال جيدة وثمررة	Corrélation de Pearson	.745**
	Sig. (bilatérale)	.000
	N	20

الارتباط بين الدرجة الكلية للاحباط وابعاده

		الدرجة_الكلية_لاحباط
الدرجة_الكلية_لاحباط	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	20
بعد_الحياة	Corrélation de Pearson	.968**
	Sig. (bilatérale)	0.000
	N	20
بعد_الموت	Corrélation de Pearson	.898**
	Sig. (bilatérale)	0.000
	N	20
بعد_الحب	Corrélation de Pearson	.961**
	Sig. (bilatérale)	
	N	

	Sig. (bilatérale)	0.000
	N	20
بعد_الالم	Corrélation de Pearson	.932**
	Sig. (bilatérale)	0.000
	N	20
بعد_العمل	Corrélation de Pearson	.938**
	Sig. (bilatérale)	0.000
	N	20

** La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

الثبات لمقياس الاحباط

Récapitulatif de traitement des observations			
		N	%
Observations	Valide	20	100.0
	Exclue ^a	0	.0
	Total	20	100.0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité		
Alpha de Cronbach	Alpha de Cronbach basé sur des éléments standardisés	Nombre d'éléments
.830	.978	6

Matrice de corrélation inter-éléments						
	الدرجة_الكليّة_لاحباط	بعد_الحياة	بعد_الموت	بعد_الحب	بعد_الالم	بعد_العمل
الدرجة_الكليّة_لاحباط	1.000	.968	.898	.961	.932	.938
بعد_الحياة	.968	1.000	.815	.990	.818	.881
بعد_الموت	.898	.815	1.000	.824	.860	.762
بعد_الحب	.961	.990	.824	1.000	.814	.844
بعد_الالم	.932	.818	.860	.814	1.000	.943
بعد_العمل	.938	.881	.762	.844	.943	1.000

Statistiques de fiabilité			
Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	.953
		Nombre d'éléments	16 ^a
	Partie 2	Valeur	.957
		Nombre d'éléments	15 ^b
		Nombre total d'éléments	31
Corrélation entre les sous-échelles			.957
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		.978
	Longueur inégale		.978
	Coefficient de Guttman		.978

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى الدراسي

ANOVA						
		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
الدرجة_الكلية_لاحباط	Intergruppes	1356.926	4	339.232	1.714	.169
	Intragruppes	6926.974	35	197.914		
	Total	8283.900	39			
بعد_الحياة	Intergruppes	279.255	4	69.814	2.224	.086
	Intragruppes	1098.645	35	31.390		
	Total	1377.900	39			
بعد_الموت	Intergruppes	95.593	4	23.898	1.883	.135
	Intragruppes	444.307	35	12.694		
	Total	539.900	39			
بعد_الحب	Intergruppes	69.244	4	17.311	.693	.602
	Intragruppes	874.131	35	24.975		
	Total	943.375	39			
بعد_الالم	Intergruppes	88.230	4	22.057	1.044	.399
	Intragruppes	739.545	35	21.130		
	Total	827.775	39			
بعد_العمل	Intergruppes	489.955	4	122.489	4.602	.004
	Intragruppes	931.545	35	26.616		
	Total	1421.500	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) ادمان مواقع التواصل والمستوى الدراسي

ANOVA					
الدرجة_الكلية_للادمان					
	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	4959.205	4	1239.801	4.251	.007
Intragruppes	10208.395	35	291.668		
Total	15167.600	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والتخصص الجامعي

ANOVA						
		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
بعد_الحياة	Intergruppes	159.062	4	39.766	1.142	.353
	Intragruppes	1218.838	35	34.824		
	Total	1377.900	39			
بعد_الموت	Intergruppes	59.497	4	14.874	1.084	.380
	Intragruppes	480.403	35	13.726		
	Total	539.900	39			
بعد_الحب	Intergruppes	154.931	4	38.733	1.719	.168
	Intragruppes	788.444	35	22.527		

	Total	943.375	39			
بعد_الالم	Intergroupes	161.346	4	40.337	2.118	.099
	Intragroupes	666.429	35	19.041		
	Total	827.775	39			
بعد_العمل	Intergroupes	184.526	4	46.131	1.305	.287
	Intragroupes	1236.974	35	35.342		
	Total	1421.500	39			
الدرجة_الكلية_لالحباط	Intergroupes	519.073	4	129.768	.585	.676
	Intragroupes	7764.827	35	221.852		
	Total	8283.900	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الادمان والتخصص الجامعي

ANOVA					
الدرجة_الكلية_لالادمان					
	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	2479.371	4	619.843	1.710	.170
Intragroupes	12688.229	35	362.521		
Total	15167.600	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى المعيشي

Descriptives								
لالحباط_الكلية_الدرجة								
	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
مرتفع	2	98.0000	.00000	.00000	98.0000	98.0000	98.00	98.00
متوسط	35	68.7143	13.95912	2.35952	63.9192	73.5094	42.00	94.00
منخفض	3	67.0000	1.73205	1.00000	62.6973	71.3027	65.00	68.00
Total	40	70.0500	14.57421	2.30439	65.3889	74.7111	42.00	98.00

ANOVA					
الدرجة_الكلية_لالحباط					
	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	1652.757	2	826.379	4.611	.016
Intragroupes	6631.143	37	179.220		
Total	8283.900	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط والمستوى المعيشي

الدرجة_الكلية_للادمان								
	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimu m	Maximu m
					Borne inférieure	Borne supérieure		
مرتفع	2	108.0000	.00000	.00000	108.0000	108.0000	108.00	108.00
متوسط	35	106.9429	20.76612	3.51012	99.8094	114.0763	58.00	136.00
منخفض	3	95.0000	7.21110	4.16333	77.0866	112.9134	89.00	103.00
Total	40	106.1000	19.72087	3.11814	99.7930	112.4070	58.00	136.00

ANOVA					
الدرجة_الكلية_للادمان					
	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	401.714	2	200.857	.503	.609
Intragruppes	14765.886	37	399.078		
Total	15167.600	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الاحباط وساعات الاستخدام للفيديو

ANOVA						
		Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
العدد_الحياة	Intergruppes	217.395	2	108.698	3.466	.042
	Intragruppes	1160.505	37	31.365		
	Total	1377.900	39			
العدد_الموت	Intergruppes	38.407	2	19.204	1.417	.255
	Intragruppes	501.493	37	13.554		
	Total	539.900	39			
العدد_الحب	Intergruppes	66.339	2	33.170	1.399	.260
	Intragruppes	877.036	37	23.704		
	Total	943.375	39			
العدد_الالم	Intergruppes	37.042	2	18.521	.867	.429
	Intragruppes	790.733	37	21.371		
	Total	827.775	39			
العدد_العمل	Intergruppes	152.007	2	76.004	2.215	.123
	Intragruppes	1269.493	37	34.311		
	Total	1421.500	39			
الدرجة_الكلية_للاحباط	Intergruppes	1072.407	2	536.204	2.751	.077
	Intragruppes	7211.493	37	194.905		
	Total	8283.900	39			

تحليل التباين الاحادي (ANOVA) الادمان والاستخدام للفيديو

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne	
					Borne inférieure	Borne supérieure
ساعة من أقل	4	120.0000	22.58318	11.29159	84.0651	155.9349
ساعات 3 إلى ساعة من	15	113.6000	14.65216	3.78317	105.4859	121.7141
ساعات ثلاث من أكثر	21	98.0952	19.58291	4.27334	89.1812	107.0093
Total	40	106.1000	19.72087	3.11814	99.7930	112.4070

ANOVA					
الدرجة الكلية للادمان					
	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	2962.190	2	1481.095	4.490	.018
Intragroupes	12205.410	37	329.876		
Total	15167.600	39			

المخلص:

هدفت الدراسة إلى البحث في مستويات ادمان مواقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك" والاحباط لدى الطالبات بجامعة المسيلة، وكذا دراسة العلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط هذا من جهة، ومن جهة أخرى معرفة أثر بعض المتغيرات الديمغرافية (المستوى الدراسي، نوع التخصص، عدد ساعات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، المستوى المعيشي)، وبعد الإجابة على تساؤلات الدراسة واختبار فرضياتها وعرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية، أسفرت هذه الدراسة على جملة من النتائج يمكن تلخيصها كما يلي:

- 1- أكدت الدراسة ومن خلال الإجابة على السؤال الأول أن مستوى الإدمان على شبكات التواصل الاجتماعي لدى الطالبات الجامعيات مرتفع.
 - 2- أكدت الدراسة ومن خلال الإجابة على السؤال الثاني ان مستوى الاحباط لدى طالبات جامعة المسيلة اقل من المتوسط.
 - 3- أكدت الدراسة بعد مناقشة الفرضية الاولى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وبين الدرجة الكلية للإحباط وابعاده.
 - 4- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي.
 - 5- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى الدراسي.
 - 6- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي.
 - 7- لوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للتخصص الجامعي.
 - 8- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاده لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى لساعات استخدام موقع التواصل الاجتماعي "الفيسبوك".
 - 9- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى لعدد ساعات الاستخدام.
 - 10- لوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للإحباط وابعاد (بعد الألم وبعد العمل) لدى طالبات جامعة المسيلة ($p\text{-value} > 0.05$) تعزى للمستوى المعيشي.
 - 11- لوحظ وجود عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية ($p\text{-value} > 0.05$) في الدرجة الكلية للإدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى طالبات جامعة المسيلة تعزى للمستوى المعيشي.
- الكلمات المفتاحية:** ادمان مواقع التواصل الاجتماعي، الاحباط، العلاقة بين ادمان مواقع التواصل الاجتماعي والاحباط لدى الطالبات

Summary:

The study aimed to investigate the levels of addiction to social networking sites "Facebook" and frustration among female students at the University of M'sila, as well as to study the relationship between addiction to social networking sites and this frustration on the one hand, and on the other hand to know the impact of some demographic variables (level of study, type of specialization, number of hours of use (social networking sites, standard of living), and after answering the questions of the study and testing its hypotheses and presenting and discussing the results of the field study, this study resulted in a number of results that can be summarized as follows:

- 1- The study confirmed, through answering the first question, that the level of addiction to social networks among female university students is high.

2- The study confirmed, through answering the second question, that the level of frustration among M'sila University female students is less than average.

3- After discussing the first hypothesis, the study confirmed the existence of a statistically significant direct relationship between addiction to social networking sites and the total degree of frustration and its dimensions.

4- It was observed that there were no significant statistically significant differences in the total degree of frustration and its dimensions among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to the academic level.

5- It was observed that there were no significant statistically significant differences in the total degree of frustration and its dimensions among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to the academic level.

6-It was observed that there were no significant statistically significant differences in the total degree of frustration and its dimensions among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to university specialization.

7- It was noted that there were no significant statistically significant differences in the total degree of frustration and its dimensions among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to university specialization.

8- There were significant statistically significant differences in the total degree of frustration and its dimensions among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to the hours of using the social networking site "Facebook."

9- There were significant statistically significant differences (p -value > 0.05) in the total degree of addiction to social networking sites among female students at the University of M'sila, due to the number of hours of use.

10- There were significant statistically significant differences in the total degree of frustration and dimensions (after pain and after work) among M'sila University female students (p -value > 0.05) due to the standard of living.

11- It was noted that there were no significant statistically significant differences (p -value > 0.05) in the total degree of addiction to social networking sites among female students at M'sila University due to the standard of living.

Keywords: addiction to social networking sites, frustration, the relationship between addiction to social networking sites and frustration among female students.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ