



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف - المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



الرقم التسلسلي: 2024/.....

رقم التسجيل ط1: 23075097549

رقم التسجيل ط2: 23044102289

إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي
دراسة ميدانية ببعض ثانويات دائرة أولاد دراج.

مذكرة تخرج مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في

تخصص: إرشاد وتوجيه

شعبة: علم النفس

إشراف الدكتورة:

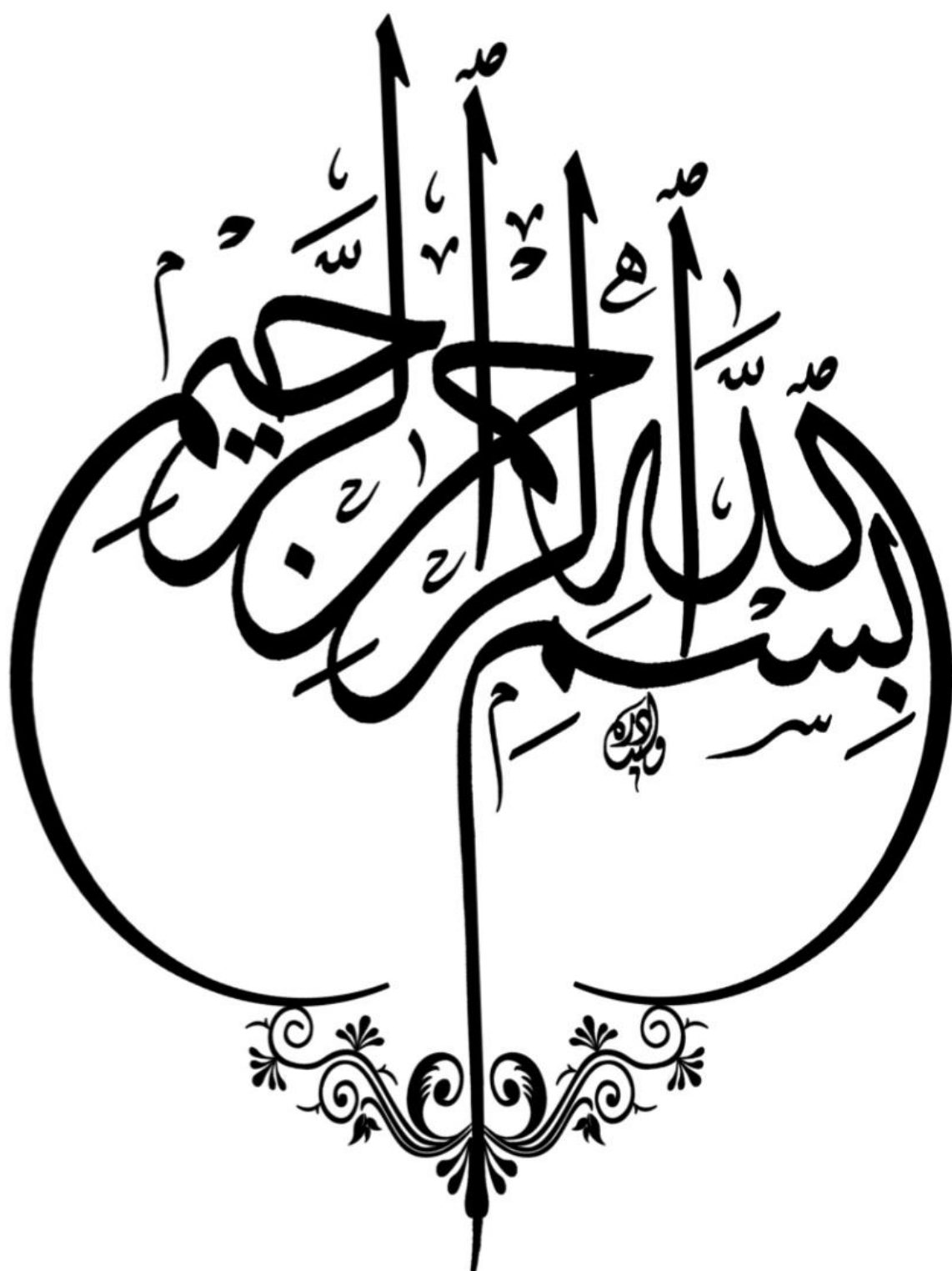
إعداد الطلبة:

- د. خيذر سميرة

- عويجي حدة

- بكري نجوى

السنة الجامعية: 2024/2023



شكر وعرفان

قال تعالى: " لئن شكرتم لأزيدنكم " سورة ابراهيم (07)

إن الحمد لله وحده، له الحمد وله الشكر وهو على كل شيء قدير، نحمد الله عز وجل
ونشكره حيث وفقنا لإنجاز هذا

العمل، وبعده نتقدم بأسمى آيات الشكر والعرفان إلى كل الذين كانوا عوناً لنا، وعلى رأسهم:
الأستاذة المشرفة (خيزر سميرة) التي كانت سنداً في هذا العمل وعوناً لنا فيه فلم تبخل علينا
بجهداتها ولا بوقتها، أبقاها الله
ذخراً للقسم والطلبة.

كما نتقدم بالشكر الخالص إلى مدير ثانوية بعجي محمد وثانوية تركي محمد وكل الإداريين
بها على تيسير العمل وتسهيله.

وأخيراً نتقدم بالشكر الجزيل على كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة أو
دعاء كريم.

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، وكذا الفروق فيها تبعا لمتغير الجنس وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث بلغت عينة الدراسة 100 تلميذ وتلميذة بمؤسسة بعجي محمد وتركبي محمد، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، ولجمع البيانات تم تطبيق مقياس إدمان الإنترنت لصاحبه سلطان مفرح العصيمي (2010) ومقياس الصحة النفسية المعد من طرف الباحث القرطي والشخص (1992)، وبعد تحليل البيانات بالإعتماد على الأسلوب الكمي وباستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية نسخة SPSS 25 حيث أسفرت النتائج على:

- مستوى إدمان الإنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.
- مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: إدمان الإنترنت، الصحة النفسية، التلاميذ، مرحلة التعليم الثانوي.

Summary :

The study aimed to identify the relationship between Internet addiction and mental health among secondary school students, as well as the differences according to the gender variable, by relying on the descriptive correlational approach, where the study sample amounted to 100 male and female students at the Baaji Muhammad and Turki Muhammad Foundation, and the sample was selected using a simple random method, and to collect data, the Internet Addiction Scale by Sultan Mufreh Al-Asimi (2010) and the Mental Health Scale prepared by the researcher Al-Quraity and Al-Shakhs (1992) were applied, and after analyzing the data based on the quantitative method and using the Statistical Package for Social Sciences, version SPSS 25, the results showed:

- The level of Internet addiction among secondary school students is average.
- The level of mental health among secondary school students is average.
- There is no statistically significant correlation between Internet addiction and mental health among a sample of secondary school students.
- There are no statistically significant differences in the level of Internet addiction among secondary school students attributed to the gender variable.
- There are no statistically significant differences in the level of mental health among secondary school students attributed to the gender variable.

Keywords: Internet addiction, mental health, students, secondary school.

فهرس المحتويات

شكر وتقدير

فهرس المحتويات

فهرس الجداول والأشكال

مقدمة:.....أ.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1-الإشكالية: 4
- 2-الفرضيات: 7
- 3-أهمية الدراسة: 7
- 4-هذاف الدراسة: 8
- 5-تحديد مفاهيم الدراسة: 8
- 6-الدراسات السابقة: 10
- 7-الخلفية النظرية للمتغيرات 18

Toc169092769
Toc169092770
Toc169092772
Toc169092783

الفصل الثاني: إجراءات الدراسة الميدانية

- تمهيد: 32
- 1- منهج الدراسة: 33
 - 2-الدراسة الاستطلاعية: 33
 - 3-الدراسة الأساسية: 34
 - 4- الأساليب الإحصائية المستعملة: 44

الفصل الثالث: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

46	1- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات
47	2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:
47	2-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:
48	2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:
50	2-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:
52	2-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:
54	2-5- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة:
57	الاستنتاج العام:
58	الاقتراحات:
60	قائمة المصادر والمراجع:
65	الملاحق:

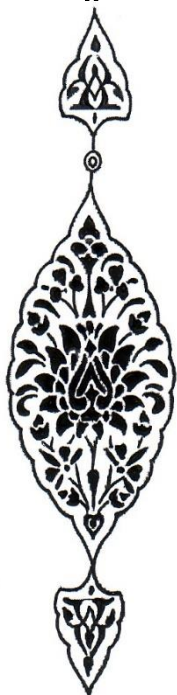
فهرس الجداول:

الجدول رقم (1) يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس	34
الجدول رقم (2): يمثل درجات مقياس ليكرت الخماسي	37
جدول رقم (3): يوضح الميزان التقديري لتفسير درجات مقياس إدمان الأنترنت	37
الجدول رقم (4): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات مقياس إدمان الأنترنت مع الدرجة الكلية	38
الجدول رقم (5): يوضح ثبات مقياس إدمان الأنترنت عن طريق ألفا كرونباخ	40
الجدول رقم (6): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات مقياس الصحة النفسية مع الدرجة الكلية	42
الجدول رقم (7): يوضح ثبات مقياس الصحة النفسية عن طريق ألفا كرونباخ	44
الجدول رقم (8): التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة لمتغير محل الدراسة	46
الجدول رقم (9): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإدمان الأنترنت	47
الجدول رقم (10): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري الصحة النفسية	48
جدول رقم (11): يوضح العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في إدمان الأنترنت والصحة النفسية	50
الجدول رقم (12) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تبعا لمتغير الجنس	52
الجدول رقم (13) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس	54

فهرس الأشكال:

الشكل رقم (1): توزيع العينة حسب متغير الجنس	34
---	----

مقدمة



مقدمة:

إن التقدم التكنولوجي الهائل في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الذي يميز العصر الحالي، يجعلنا نطلق على هذا العصر مسمى العصر الرقمي مما يشير إلى اتساع نطاق استخدام الأنترنت واعتباره السمة المميزة لهذا العصر، فالأنترنت يستخدمه الأطفال والراشدين والمتقدمين في السن، أي كافة طبقات المجتمع الراقية ومحدودة الدخل، فأصبح الأنترنت يغزو كافة مجالات الحياة الاجتماعية كوسيلة للاتصال وتبادل الأفكار والمعلومات، وأيضا المجالات الاقتصادية والسياسية وغيرها، الأمر الذي يترتب عليه أن أي مجتمع يعجز عن المشاركة في هذا التقدم التكنولوجي الرقمي الهائل، لا شك أنه يختلف عن بقية الأمم المتقدمة وعن ملاحقة التطورات السريعة العميقة.

ونظرا لأن الأنترنت قد تغلغل في كافة مجالات الحياة، وأصبح يوجد في جميع المؤسسات التعليمية والاقتصادية والتجارية وغيرها، بل أصبح ضرورة من ضروريات الحياة، فقد بات الدخول على شبكة الأنترنت من السهولة فسواء كان الإنسان يملك جهاز كمبيوتر أو لا يملكه، يمكنه استخدام شبكة الأنترنت وذلك بذهابه إلى مقاهي الأنترنت بما تقدمه من مواقف وخدمات متعددة.

وإدمان الأنترنت هو مشكلة عالمية نظرا لآثارها السلبية على الفرد والمجتمع، حيث يؤدي إلى جملة من المشكلات النفسية، بالإضافة إلى آثاره على الحياة الشخصية والاجتماعية والصحية للفرد.

حيث يعتبر ميدان الصحة النفسية من أكثر ميادين علم النفس إثارة لاهتمام الناس ولعل من أهم أسباب هذا الاهتمام هو رغبة الناس عامة والمختصين بصفة خاصة إلى معرفة معنى الصحة النفسية أو بتعبير آخر ماهية المظاهر التي ينبغي أن يتمتع بها الإنسان كي يكون ذو صحة نفسية سليمة

إن استخدام شبكات التواصل الاجتماعي المختلفة بقدر ما هو مفيد وإيجابي للمجتمع وذلك لما تحققه من مستويات تواصلية عالية مع الكثير من الأطراف والتعرف على عادات وتقاليد عالمية ونافذة مطة على العالم وساحة للتغيير وإبداء الرأي والنشر الإلكتروني والتبادل الإعلامي بقدر ما يكون الاستغراق في استخدامها سلبيا وضاراً وذلك من خلال

التواصل الاجتماعي والعزلة الاجتماعية وإضاعة الوقت والإدمان وانتحال الشخصية، طمس الهوية الثقافية بما تحمله من قيم وأعراف وتقاليد وعادات ودين، التأثيرات الصحية المتعددة، الجرائم الإلكترونية خاصة إذا ا تعلق الأمر شريحة المراهقين باعتبارهم الفئة الأكثر استهدافاً مما دفعنا لإجراء دراسة لتقصي اعتقادات التلاميذ حول " إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي " من خلال معاشتهم للأرض الواقع.

لهذا جاءت دراستنا تحت عنوان "إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي " والتي تتضمن قسمين الجانب النظري والميداني حيث شمل الجزء الأول ثلاثة فصول:

الفصل الأول بعنوان "الإطار العام للدراسة كمدخل عام للدراسة تم تخصيصه للإشكالية، يليها الفرضيات الخاصة بدراستنا، وأهدافها، أهميتها. كذلك تحديد المصطلحات الإجرائية بعدها تم التطرق إلى الدراسات السابقة التي ذات علاقة بالموضوع مع التعقيب عليها، والخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة

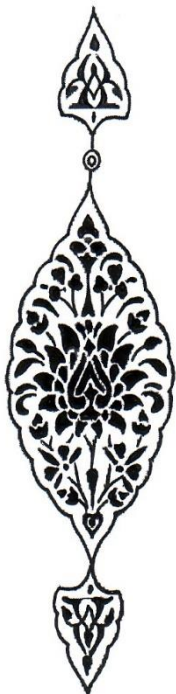
الفصل الثاني يتمثل

" الإجراءات المنهجية للدراسة وتتضمن التذكير بفرضيات الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، ثم الدراسة الأساسية، ومنهجها المتمثل في المنهج الوصفي مجتمعا، عينتها، وكل من أدواتها المتمثلة في مقياس إدمان الأنترنت ومقياس الصحة النفسية، مع أساليب معالجة البيانات وهو الأسلوب الكمي والكيفي.

الفصل الثالث: تحت عنوان "عرض ومناقشة نتائج الدراسة " حيث تم عرض النتائج المتوصل إليها ومناقشتها على ضوء الفرضيات والدراسات السابقة وفي الأخير استنتاج عام، مع الاقتراحات وقائمة المراجع والملاحق ذات الصلة بموضوع الدراسة.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة



1- الإشكالية:

بعد أن عاش الإنسان ثورة زراعية وأخرى صناعية، هاهو اليوم يشهد ثورة معلوماتية عرفت أوجها خلال النصف الثاني من القرن العشرين، فقد شهدت تطورا كبيرا وانفجاراً لا مثيل له في وسائل التكنولوجيا والاتصال الحديث ولعل أبرز مظاهر هذا الانفجار وأعماقه أثراً هو ظهور الأنترنت التي تعتبر من أهم الوسائل التكنولوجية الحديثة في عصرنا، حيث استطاعت في السنوات الأخيرة أن تغير نمط حياتنا من خلال مميزاتها وخصائصها المتعددة، فالأنترنت هي شبكة عالمية ونظام يظم مجموعة من الأساليب والتقنيات سواء على مستوى جمع المعلومات وتوزيعها ومعالجتها أو الخدمات التي تقدمها وطرائق العمل.

كما تعتبر ظاهرة إدمان الأنترنت مشكلة تؤثر على سكان العالم، حيث احتل استخدام الأنترنت الصدارة في مجال اهتمامات الشباب على وجه أخص، على اعتبار الخدمات المتطورة التي تقدمها، شهدت انتشاراً هائلاً خصوصاً خلال السنوات القليلة الماضية وازداد عدد مستخدميها حول العالم لتصل إلى مئات الملايين.

حيث يعتبر المراهقين هم الفئة العمرية الأكثر إدماناً على الأنترنت إذ أثبت بعض الدراسات أن 90% من متصفح الأنترنت هم من طلبة الجامعة كونهم من المراهقين كما توصل "فروا" (2007) أن المستخدمين من الشباب كانوا أكثر عرضة لخطر إدمان الأنترنت من الكبار، وهذا ما أشارت إليه عالمة النفس الأمريكية كيميرلي يونغ في 2015، إلى أن 6% من مستخدمي الأنترنت في العالم في أعمار المدمنين (حامدي، 2015، ص 5، 6). حيث تشير الإحصائيات أن متوسط أعمار الأشخاص الذين يعانون من إدمان على الأنترنت من المراهقين والشباب.

حيث استوقفنا الدراسات المرصودة في هذا الخصوص عند فئات مختلفة نخص منها تلك التي أخذت حيز اهتمامنا حول المراهقين الذين لازالوا تلاميذ في الثانويات من خلال الدراسة التي قام بها عزب 2001 حول إدمان الأنترنت وعلاقته ببعض أبعاد الصحة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية بمصر أين خلصت هذه الدراسة إلى أن هناك ارتباطاً سلبياً دالاً بين الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية (خالد عمار، 2014، ص 403).

ومن أسباب إدمان على الأنترنت انتشار الهواتف الذكية بالإضافة إلى شبكات التواصل الاجتماعي مثل الفيسبوك، انستقرام وتويتر وغيرهما، والتي أدت لارتفاع تلك المعدلات في السنوات الأخيرة الماضية، ويمكن تفسير أسباب هذا الانتشار الهائل، لما تشكله شبكة الأنترنت كعامل جذب يستهوي هذه الفئة بالنظر لما تحققه لهم من إشباع المجموعة من الحاجات النفسية والاجتماعية والمعرفية والتي قد يفتقدونها في الواقع وذلك لأسباب مختلفة.

وأيضاً دراسة الدكتور يونغ young حول الإدمان على الأنترنت، والهدف منه حيث مست هذه الدراسة 396 متصل بالأنترنت تتوفر فيهم محاكات الإدمان توصلت إلى إيجاد 3 أفواج من الأشخاص المدمنين، فوج يهدف إلى الحصول على علاقات اجتماعية، فوج الباحثين عن الاتصالات الجنسية الخيالية، وفوج المستعملين الذين يخترعون شخصية خيالية عنهم (حمودة، 2015، ص217)، وكذلك أشارت وزارة العدل الأمريكية في دراسة لها أن تجارة الإباحة رائجة جداً، حيث يبلغ رأس مالها نحو المليار دولار ولها علاقة بالجريمة المنظمة، وتقدر عدد صفحات الإباحة على شبكة الأنترنت نحو 5% من مجموع صفحاتها الكلية، وحجم رواد هذه المواقع في ازدياد، حيث تؤكد شركة Playboy الإباحية أن حوالي سبعة ملايين زائر يتصفحون موقعها في الأسبوع الواحد (مختار، 2019، ص153-154).

أما فيما يخص بعض آثار الإدمان على الأنترنت فنجد منها

- آثار اجتماعية مثل: العزلة والانسحاب من التفاعل الاجتماعي، خسارة الأصدقاء، اضطراب في الهوية الثقافية والعادات والقيم.
- آثار صحية مثل: آلام في العمود الفقري واليد، آلام في العين.
- آثار نفسية مثل: الدخول في عالم وهمي بديل تقدمه شبكة الأنترنت، مما يسبب آثار نفسية هائلة، ويؤثر على الصحة النفسية، فالصحة النفسية هي قدرة الفرد على التكيف مع الحياة، وقدرته على التواءم معها بما يحقق الكفاية والسعادة، وتوافق الفرد مع نظم ومعايير المجتمع، كما يعرفها محمد حامد 2011: هي حالة عقلية انفعالية دائمة نسبياً، يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً واجتماعياً ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستقلال قدراته وإمكانياته، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وتكون

شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا بحيث يعيش في سلام. (الهنداوي، 2011، ص 33)

ويتعرض الفرد خلال التنشئة الاجتماعية للعديد من العوامل التي تؤثر في حالة النفسية تأثيرا بالغا وتشكل صحته النفسية منذ الطفولة مروراً بمراحل المراهقة والشباب وقد تكون إيجابية أو سلبية.

فمثلاً العامل السلبي، تضارب الأنظمة بين بيئة المدرسة والأسرة والمنشآت الأخرى التي يتعامل معها المراهقين والشباب، مثل النوادي ودور العبادة وغيرها.

ويؤدي عدم التوجيه والإرشاد إلى الاضطراب النفسي لهم، وقد يلجأ بعضهم إلى عادات سلوكية خاطئة مثل التدخين والإدمان (عبد الباقي، ص12-13)، ومن العوامل الخارجية المؤثرة على الصحة النفسية للفرد نجد الإدمان على الأنترنت بمختلف أنواعه ومختلف المواقع.

فقد أصبح يهدد التلاميذ نتيجة الاستخدام المفرط والانشغال في مواقع التواصل الاجتماعي وكذا الألعاب الإلكترونية التي أصبحت تهدد حياة التلاميذ وهذا ما أثر على حياتهم العامة وصحتهم النفسية وظهور أعراض كالإكتئاب والقلق والانطواء وتدني مستوى التحصيل، وهذا ما كشفت عنه دراسة كمبرليونغ أن 50% من طلاب المدارس المستخدمين للإنترنت اعترفوا بانخفاض مستوى درجاتهم وغيابهم عن الحصص المقدمة بالمدرسة (سكفالي، 2021، ص 39-40)

أما على مستوى الأسرة والمجتمع فيصبح مدمن الأنترنت في صراع مع أسرته وينعزل عن مجتمعه.

لذلك فإن الدراسة الحالية هي محاولة للتعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ التعليم الثانوي، وبناءً عليه تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابات على التساؤلات التالية.

- ما مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي؟
- ما مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي؟

• هل توجد علاقة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي؟

• هل توجد فروق في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس؟

• هل توجد فروق في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس؟

2-الفرضيات:

• مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.

• مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.

• توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.

• توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.

3/أهمية الدراسة:

يكتسي هذا البحث أهميته من أهمية الموضوع الذي يعالجه والمتعلق بالإدمان على الأنترنت وعلاقة هذا الأخير بالصحة النفسية للمتعلمين، والدور الذي يمكن أن تلعبه المؤسسات التربوية في إيقاف مثل هذه السلوكات والحد منها وتوجيه وإرشاد المتعلمين إلى ضرورة الابتعاد عن كل ما يعيق عملية التعلم والتعليم.

وتتجلى أهمية هذه الدراسة أيضاً في أنها تركز الاهتمام على فئة بالغة الحساسية في المجتمع، ألا وهي شريحة المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوية، حيث تمثل هذه المرحلة منحنى مهم في حياة ومستقبل الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه.

- لفت الانتباه إلى متغير الصحة النفسية لوصفه أحد العناصر الأساسية للاستقرار النفسي للأفراد وتحررهم من المشاكل كالخوف والقلق والصراع.

- تكمن أهمية الدراسة في تحديد مستوى الإدمان لدى شريحة مهمة من المجتمع وهي فئة المراهقين التي ينبغي رعايتها لمواجهة الثورة المعلوماتية التي تغزو العالم.
- إمكانية الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في بناء برامج إرشادية ووقائية تحول دون وقوع الأفراد في دائرة إدمان الأنترنت.
- تتجلى أهمية الدراسة أنها تتناول أعقد الظواهر التي رافقت التطور التكنولوجي وهي ظاهرة الإدمان عند المراهقين وتأثيرها على صحتهم النفسية.

4/أهداف الدراسة:

- تسعى هذه الدراسة الى تحقيق مجموعة من الأهداف هي:
- . التعرف على مستوى كل من إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- . الكشف عن العلاقة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- . التعرف على ما إذا كانت هناك فروق في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- . التعرف على ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.

5/تحديد مفاهيم الدراسة:

5.1. الإدمان

أ/اصطلاحا:

عرفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي إدمان الأنترنت بأنه "استخدام الأنترنت بما يتجاوز (34) ساعة أسبوعيا لغير الحاجة للعمل، مع الميل إلى زيادة ساعات استخدام الأنترنت لإشباع الرغبة نفسها التي كانت تشبعها من قبل ساعات أقل، مع المعاناة من أعراض نفسية وجسمية عند انقطاع الشبكة منها التوتر النفسي الحركي والقلق، وتركيز التفكير بشكل قهري حول الأنترنت وما يجري فيه، والأحلام المرتبطة بالأنترنت والحركات الإرادية ولا إرادية التي تؤديها الأصابع على الكمبيوتر، والرغبة في العودة إلى استخدام

الأنترنت لتخفيف أو تجنب أعراض الانسحاب، إضافة إلى الميل إلى استخدام الأنترنت بمعدل أكثر تكرار أو لمدة زمنية تتجاوز ما كان الفرد يخصصه." (سميرة محمد، 2008، ص 232).

وعرفته Young (1996) بأنه: «اضطراب قهري لا ينطوي على تعاطي المسكرات ويشبه في ذلك القمار المرضي، وتقول أيضا أن إدمان الأنترنت يتميز بالبقاء على شبكة الأنترنت فترات تتراوح ما بين 38 ساعة أسبوعيا من أجل المتعة، وبشكل كبير في غرفة الدردشة، وخلصت إلى أن إدمان الأنترنت يمكن أن يحطم العلاقات الأسرية والصدقات والحياة المهنية» (العصيمي، 2010، ص 21).

ويعرفه يودهان (2014، ص 115) بأنه: المكوث الطويل أمام جهاز الكمبيوتر، وولوج مختلف مواقع الأنترنت، مع عدم استغناء المستخدم عنه، ولو لفترات بسيطة مع انشغال ذهني كامل لباقي جوانب الحياة.

ب/إجرائيا:

ويعرف إدمان الأنترنت إجرائيا على أنه المكوث الطويل للتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي أمام جهاز الكمبيوتر أو الهاتف والولوج الى مختلف مواقع الأنترنت ويشير في دراستنا إلى مجموع الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الإدمان على الأنترنت لسلطان مفرج العصيمي (2010)

5.2. الصحة النفسية

أ/اصطلاحا:

تعرف الصحة النفسية بأنها: " تكوين فرضي يستدل عليها من مجموعة من الخصائص السلوكية، وتعبّر عن تماسك الشخصية وتكاملها، وهي تعكس الأداء الوظيفي الفعال " (محمد، 2016، ص 166).

ويعرفها عبد العزيز القوسي بأنها: " التوافق التام أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع المقدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية (شماس 2003، ص 131).

إنّ فالصحة النفسية هي وجود تكامل وتناسق بين الناحية الجسمية النفسية والاجتماعية، أي وجود ارتباط وثيق بين كل من الناحية الجسمية والنفسية والناحية الاجتماعية في الفرد. (مدثر، 2003، ص 8-9)

فالصحة النفسية هي خلو الفرد من الأعراض المرضية التي تبدو في صورة وساوس أو هذيان أو مخاوف شاذة، أو في صورة عجز ظاهر في معاملة الناس أو ضبط النفس أو في صورة ارتياب ملحوظ وتردد مفرط" (محمد شحاتة 2002، ص 22).

ب/إجرائيا:

وتعرف الصحة النفسية إجرائيا: قدرة التلاميذ مرحلة التعليم الثانوي على التوافق مع أنفسهم ومع المجتمع الذي يعيشون فيه وهذا يؤدي الى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس، ويشير في دراستنا الدرجات التي يتحصل عليها المبحوث في مقياس الصحة النفسية المستخدم في الدراسة لصاحبه القريطي والشخص 1992 والمتكون من سبعة ابعاد.

6/الدراسات السابقة:

وقد قامت مجموعة البحث بالاستئناس بالدراسات التالية مبوبة ومرتبة زمنيا من الأقدم إلى الأحدث:

- دراسة ابراهيم الشافعي (2009) بعنوان: "إدمان الأنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والطمأنينة النفسية لدى الطلاب"، هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان الأنترنت بكل من الوحدة النفسية والطمأنينة النفسية إضافة إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في إدمان الأنترنت، ولتحقق من أهداف الدراسة وفرضياتها اعتمد الباحث على مقياس الطمأنينة النفسية من إعداداه ومقياس الوحدة النفسية ومقياس إدمان الأنترنت، وتكونت عينة الدراسة من 444 طالبا وطالبة بجامعة الملك خالد بالسعودية، وقد أسفرت الدراسة على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين إدمان الأنترنت والوحدة النفسية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين إدمان الأنترنت والطمأنينة النفسية إضافة إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في إدمان الأنترنت لصالح الذكور.

• **دراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010)، بعنوان: "إدمان الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي"،** حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين إدمان الأنترنت والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من 350 طالباً منهم 85 طالباً بالصف الثاني الثانوي الشرعي، و102 طالباً بالصف الثاني الثانوي الطبيعي، و75 طالباً بالصف الثالث الثانوي الشرعي، و88 طالباً بالصف الثالث الثانوي الطبيعي، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وخلصت الدراسة إلى عدة نتائج كان من أهمها وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الدرجة الكلية المقياس إدمان الأنترنت والدرجة الكلية المقياس التوافق النفسي الاجتماعي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب مدمني الأنترنت وغير مدمني الأنترنت من طلاب المرحلة الثانوية في أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لصالح غير مدمني الأنترنت، كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الطلاب في القسمين الشرعي والطبيعي في أبعاد مقياس إدمان الأنترنت لصالح الطلاب بالقسم الشرعي، وأوصت الدراسة بضرورة تدعيم تحكم الدولة في شبكة الأنترنت وما تنبئه من مواقع للشباب من المؤسسات التشريعية والتنفيذية، وضرورة عقد برامج تدريبية لطلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية وأولياء الأمور، والمعلمين تهدف إلى توعيتهم بالآثار السلبية المتلاحقة للاستخدام المفرط للإنترنت وضرورة الاهتمام بعقد برامج علاجية للطلاب مدمني الأنترنت بالمملكة العربية السعودية قصد تخليصهم من إدمانهم لها، والمشكلات الناجمة عن الاستخدام المفرط لها، وتعوديهم على الاندماج في الحياة الواقعية، وزيادة علاقاتهم الاجتماعية الحقيقية.

• **دراسة وسام عزت محمد عباس(2010) بعنوان: "إدمان الأنترنت وبعض المشكلات الأكثر شيوعاً لدى المراهقين"،** وقد هدفت الدراسة إلى معرفة المشكلات النفسية الناتجة عن إدمان الأنترنت لدى المراهقين وأهم المشكلات المرتبطة باستخدام للأنترنت ومعرفة ما إذا كان هناك اختلاف بين الجنسين، ولتحقق من أهداف الدراسة وفرضياتها اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي، وقامت بتصميم استمارة بيانات عن المفحوصين والمفحوصات، وبناء مقياس إدمان الأنترنت واعتمدت على مقياس الصحة النفسية للشباب، وتكونت عينة الدراسة

من 200 مرأق ومراهقة بمصر؁ وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين درجات المراهقين على مقياس إدمان الأنترنت ودرجاتهم على مقياس الصحة النفسية؁ إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكور والإناث على مقياس إدمان الأنترنت لصالح الذكور.

• **دراسة سامية ابريعم (2014) بعنوان: " الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بإدمان الأنترنت لدى طلبة الجامعة "**؁ حيث هدفت الدراسة إلى بحث علاقة الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الأنترنت لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي/ الجزائر؁ والفروق بين الجنسين في إدمان الأنترنت؁ والشعور بالوحدة النفسية؁ وتكونت عينة الدراسة من (243) طالبا؁ (103) طالب و(140) طالبة من معظم كليات جامعة أم البواقي. وقد تم استخدام مقياسان هما: مقياس الوحدة النفسية؁ ومقياس إدمان الأنترنت؁ وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الأنترنت لدى عينة من طلبة جامعة أم البواقي. مع وجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة إدمان الأنترنت وفي مستوى الشعور بالوحدة النفسية لصالح الطلبة الذكور.

• **دراسة خالد بن حسين وآخرون(2017) بعنوان: " إدمان الشبكات الاجتماعية لدى طلاب جامعة الملك عبد العزيز وعلاقته بصحتهم النفسية"**؁ وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وصحتهم النفسية إضافة إلى التعرف على الفروق في إدمان هذه المواقع والصحة النفسية لعينة الدراسة تبعا لمتغير الدرجة الجامعية والعمر الزمني؁ ولتحقق من أهداف الدراسة وفرضياتها اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي؁ واستعملوا مقياس مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي ومقياس الصحة النفسية؁ وقدرت عينة الدراسة بـ270 طالب بالمملكة العربية السعودية؁ وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة عكسية بين مستوى الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي والصحة النفسية لدى عينة الدراسة؁ وأكدت عن عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصحة النفسية؁ إضافة إلى عدم وجود فروق دالة في إدمان مواقع التواصل الاجتماعي تبعا لـ (الدرجة الجامعية- العمر الزمني).

• عفاف محمد أحمد جعيس وآخرون (2018): إدمان الأنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية بأسسوط، حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الأنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية، والفرق في إدمان الأنترنت طبقاً - للمتغيرات الديموغرافية (النوع، ومنطقة السكن)، وبلغ قوام المشاركين بالدراسة 250 طالبا وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية تتراوح أعمارهم بين 12-14 سنة وتمثلت أدوات الدراسة في: مقياس إدمان الأنترنت لطلاب المرحلة الإعدادية، مقياس الشعور بالوحدة النفسية UCLA Loneliness Scale، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من إدمان الأنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الإعدادية على مقياس إدمان الأنترنت طبقا للنوع (ذكور، إناث) . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الإعدادية على مقياس إدمان الأنترنت طبقاً للسكن (ريف، حضر).

• دراسة صبا منير حسين بشبش (2018) بعنوان: " إدمان الأنترنت وعلاقته بالاكنتاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة "، حيث هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى إدمان الأنترنت بالنسبة لطلبة الجامعات في قطاع غزة والكشف عن العلاقة بين ادمان الأنترنت وبين الاكنتاب والوحدة النفسية، واستخدمت الباحثة مقياس إدمان الأنترنت - من اعداد الباحثة- ومقياس بيك للاكنتاب ومقياس الوحدة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من 500 طالب وطالبة من الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة الإسلامية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لملائمته موضوع وأهداف الدراسة، وقد أسفرت النتائج على أن مستوى إدمان الأنترنت لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة متوسط، كما أن مستوى الاكنتاب لديهم منخفض، ومستوى الوحدة النفسية لديهم متوسط، مع وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الأنترنت والاكنتاب لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الأنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة.

• دراسة ساردو حسان ومشري عز الدين (2020) بعنوان: الإدمان على الأنترنت لدى المراهقين المتمدرسين وتأثيره على توافقهم النفسي والاجتماعي"، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير إدمان الأنترنت على التوافق النفسي والاجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين، والتعرف كذلك عن الفروق بين الجنسين، والتخصص (علمي، أدبي)، حيث اعتمد الباحث على المنهج الوصفي للقيام بهذه الدراسة مستخدماً أداتين الأولى استبيان لقياس إدمان الأنترنت مكون من (45) فقرة، والثانية مقياس التوافق النفسي والاجتماعي مكون من (47) فقرة، بعد التأكد من خصائصهما السيكو مترية، تم توزيع الاستبيانين على عينة مكونة من (50) تلميذ وتلميذة ممن يعانون من آثار الإدمان على الأنترنت تم اختيارها بطريقة قصدية، وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود علاقة ارتباطية بين الإدمان على الأنترنت لدى المراهقين المتمدرسين وتوافقهم النفسي والاجتماعي، كما أسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الجنسين تجاه الإدمان على الأنترنت وعدم وجود فروق أيضاً تبعاً لمتغير التخصص (علمي وأدبي).

• دراسة ماجدة سكفالي (2022) بعنوان: إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي"، حيث هدفت إلى التعرف على مستوى إدمان الأنترنت ومدى تأثيره على الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين، والكشف عن ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في إدمان الأنترنت والصحة النفسية تعزى المتغير التخصص والمستوى الدراسي، ولتحقيق هذه الأهداف تم الاعتماد على المنهج الوصفي، وقد بلغت عينة الدراسة 80 طالباً وطالبة، في علم النفس المتواجدين بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة 8 ماي 1945 قالمة، تم اختيارهم بطريقة طبقية عشوائية، ولجمع البيانات تم استخدام المقياسين (مقياس إدمان الأنترنت، ومقياس الصحة النفسية)، وتم تحليلها بالاعتماد على الأسلوب الكمي من خلال استخدام الأساليب الإحصائية (معامل الانحدار الخطي، الانحراف المعياري المتوسط الحسابي، واختبار Test T لمعرفة الفروق بين عينتين مستقلتين)، إضافة إلى الأسلوب الكيفي وأسفرت النتائج على أن إدمان الأنترنت يؤثر على الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، مستوى إدمان الأنترنت والصحة النفسية متوسط لدى الطالب الجامعي، مع عدم

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى الطالب الجامعي تعزى لمتغير التخصص والمستوى الدراسي.

• دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022) بعنوان: " الإدمان على الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية في فترة التعلم عن بعد "، حيث هدفت الدراسة للكشف عن مستوى الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية في فترة التعلم عن بُعد بين عينة من طلاب الجامعات في سلطنة عُمان، كما هدفت الدراسة إلى دراسة العلاقة بين الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية، وتحديد الفروق في مستوى الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية بناءً على المتغيرات الجنس، وقوة الاتصال بالأنترنت، والمعدل التراكمي، وقد اعتمد الباحثون المنهج الوصفي للإجابة عن أسئلة الدراسة، وشملت العينة (791) طالبًا من برامج البكالوريوس في الجامعات والكليات الحكومية والخاصة في سلطنة عُمان. تم تطبيق مقياسين على العينة، وهما مقياس الإدمان على الأنترنت ومقياس الصحة النفسية لسيد يوسف، وقد تم التأكد من صدق وثبات المقياسين، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى إدمان الأنترنت بين الطلاب كان متوسطًا، في حين حصلت الصحة النفسية على مستوى جيد، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية لدى الطلاب في العينة المدروسة، ولوحظ أيضًا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على الأنترنت بناءً على المتغيرات الجنس والمعدل التراكمي، ومع ذلك، تم اكتشاف وجود فروق في مستوى الإدمان على الأنترنت بناءً على متغير قوة الاتصال بالأنترنت لصالح الشبكات الضعيفة، أما بالنسبة للصحة النفسية، فلم يتم رصد فروق ذات دلالة إحصائية بناءً على متغير المعدل التراكمي، ولكن وجدت فروق في الصحة النفسية بناءً على المتغيرين (الجنس وقوة الاتصال بالأنترنت) لصالح الذكور والشبكات القوية على التوالي.

6-1 التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد استعراض الدراسات السابقة لا بد من مناقشتها من أوجه التشابه. والاختلاف فيما بينها ومع دراستنا وكذلك مع أوجه الاتفاق من حيث المنهج وعينة البحث والأدوات المستخدمة للحصول على البيانات

- من حيث الهدف:

تشابهت هذه الدراسات من حيث الهدف إلى حد ما فلقد هدفت أغلبها إلى معرفة مستوى إدمان الأنترنت والصحة النفسية والعلاقة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية، وتحديد الفروق في مستوى الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية بناء على متغير الجنس، وإدمان الأنترنت والشعور بالوحدة النفسية، والمشكلات النفسية الناتجة عن إدمان الأنترنت لدى المراهقين كالاكتئاب والقلق والعزلة مثل دراسة صبا منير حسين بشيش (2018). وكذلك دراسة إبراهيم الشافعي (2009)

- من حيث المنهج:

تشابهت أغلب الدراسات السابقة من حيث المنهج، حيث اعتمدوا على المنهج الوصفي كدراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022) بالإضافة إلى دراسة ماجدة سكفالي (2022) ودراسة ساردو حسان ومشري عز الدين (2020) ودراسته صبا منير حسين بشيش (2018).

ودراسة خالد بن حسين وآخرون (2017) ودراسته وسام عزت محمد عباس (2010). ودراسته سلطان عائض مفرح العصيمي (2010)، وهذا ما تشابه مع درستنا.

- من حيث العينة:

كانت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة الخاصة بإدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية أغلبها من الطلبة الجامعيين كدراسة الصوافي جوخة (2002) ودراسة ماجدة سكفالي (2022)

ودراسة صبا منير حسين (2018) ودراسة خالد بن حسين (2017)

ودراسة سامية ابرييم (2014) ودراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010) ودراسة إبراهيم الشافعي (2009)، وهذا ما اختلف مع درستنا.

في حين اعتمد البعض الآخر على المراهقين كدراسة ساردو حسان ومشري عز الدين (2020) ودراسة عفاف محمد أحمد جعيص (2018)

ودراسة وسام عزت محمد عباس (2010)

وهذا ما تشابه مع دراستنا.

-من حيث الأدوات:

أما من جانب الأدوات والتقنيات المستعملة في الدراسات فقد كانت متنوعة، فبعضها اعتمدت على مقاييس جاهزة لقياس إدمان الأنترنت كدراسة الصوافي جوخة 2022 ومقياس الصحة النفسية لسيد يوسف ودراسة ماجدة سكفالي 2022 وهذا ما تشابه مع دراستنا.

ودراسة سارد و حسان (2020)، ودراسة صبا منير حسين (2018) ودراسة عفاف محمد أحمد جعيس (2018) ودراسة خالد بن حسين 2017 حيث استخدم مقياس مستوى الإدمان ومقياس الصحة النفسية

ودراسة سامية ابرييم (2014).

ودراسة وسام عزت محمد عباس (2010) ودراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010)

ودراسة إبراهيم الشافعي (2009)

-من حيث النتائج:

من ناحية النتائج الدراسات اختلفت باختلاف أهدافها ومتغيراتها ومن أهم النتائج المتوصل إليها: في دراسة صبا منير حسين بشبش (2018) ودراسة الصوافي جوخة (2022) ودراسة ماجدة سكفالي (2022) أن إدمان الأنترنت بين الطلاب كان متوسط، والصحة النفسية متوسط وعدم وجود فروق في مستوى الإدمان على الأنترنت، وكذلك دراسة سارد وحسان (2010) حيث اسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الجنس تجاه الإدمان على الأنترنت وعدم وجود فروق لمتغير التخصص

ودراسة عفاف محمد احمد جعيس (2018) توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين إدمان الأنترنت والوحدة النفسية

ودراسة خالد بن حسين (2017) ترتبت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين مستوى إدمان الأنترنت أو الصحة النفسية ودراسة سامية ابرييم (2014) كشفت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان الأنترنت ودراسة وسام عزت محمد

عباس(2010) خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين درجات المراهقين على مقياس إدمان الأنترنت وعلى درجات مقياس الصحة النفسية دراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010) خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين درجات إدمان الأنترنت ودرجات مقياس التوافق النفسي، دراسة إبراهيم الشافعي (2009) أسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدمان الأنترنت والوحدة النفسية

6 - 2 أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

استقدينا من الدراسات السابقة في تحديد معالم الإطار النظري، وفي التعرف على المنهجية المتبعة مما مكنا من اختيار المنهج المناسب لدراستها واستقدينا منها في اشتقاق وصياغة التساؤلات وفرضيات الدراسة وفي التعرف على النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة والتي سهلت لنا التعمق في الجوانب التي تناولناها.

7-الخلفية النظرية للمتغيرات

أولاً: إدمان الأنترنت:

1-تعريف الإدمان

أ-لغة: المداومة على الشيء أو الاعتماد عليه (سكفالي، 2022، ص 34).

ب-اصطلاحاً: عرفت منظمة الصحة العالمية الإدمان على أنه حالة نفسية وأحياناً عضوية، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو المادة من خصائصها استجابات وأنماط سلوك تشمل دائماً الرغبة الملحة على التعاطي أو الممارسة بصورة دورية لتجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره وقد يدمن الشخص على أكثر من مادة (عبد المعطى، 2004، ص 146)

2-مفهوم إدمان الأنترنت

أول من وضع مصطلح إدمان الأنترنت عالمة النفس الأمريكي Kinberly Yong حيث قدمت مصطلح إدمان الأنترنت أول مرة سنة 1994 في الاجتماع السنوي للجمعية الأمريكية لعلم النفس وعرفته أنه اضطراب في التحكم والانفعالات لا يحتوي على مواد

مسكرة، وبأنه الاستخدام المفرط المصحوب بالانسحاب والتداعيات السلبية، وخلصت إلى أن إدمان الأنترنت يمكن أن يحطم العلاقات الأسرية والصداقات والحياة المهنية. (الحساني، 2022، ص 249)

- وعرف كل من Young and Ragers 1998 إدمان الأنترنت بأنه اعتماد عقلي على الأنترنت يتميز بإنفاق الوقت والمال على الأنشطة المتعلقة بالأنترنت بطريقة مفرطة والشعور غير السار في حالة عدم الاتصال بالأنترنت مثل التوتر والقلق.

- عرفه مختار 2019 إدمان الأنترنت بأنه حالة من الاستخدام المرضي لشبكة الأنترنت تصعب مقاومتها، وتؤدي بالضرورة إلى التعود الذي يتحول إلى نمط سلوكي يلبي يشكل وهمي أو حقيقي حاجات أو رغبات نفسية وحياتية والذي ينتج عنه اضطرابات متعددة ومتنوعة في السلوك. (مختار، 2019، ص 128)

- وعرفه محمد علي (2010) بأنه الاعتياد المستمر للفرد والاستغراق في قضاء أطول وقت في تصفح الأنترنت ومشاهدته لمواقع يرغبها ويفضلها. (محمد، 2010، ص 55)

3-أنواع إدمان الأنترنت:

3-1-إدمان اللعب على الأنترنت: هو إدمان اللعب في شبكة الأنترنت، سواء على أجهزة الكمبيوتر أو البلاي ستيشن Play station والألعاب التخيلية المتنوعة على شبكة الأنترنت وهي تجذب الانتباه سبب التشويق والإثارة في محتواها الحي، حيث يقضي المدمن أكثر من 4 ساعات يوميا وإذا لم يتمكن من اللعب تجده يشعر بعدم الراحة وتعكر المزاج، ويضحي بالأنشطة الاجتماعية لمجرد أنه يلعب على الأنترنت. (أحمد، 2011، ص 120)

3-2-الإدمان الجنسي: وهو ولع مستخدم الأنترنت بالمواقع الإباحية وغرف المحادثة الرومانسية وقد يرتبط هذا لعدم الإشباع العاطفي لدى الشخص أو بمعاناته من حالة نفسية معينة (فايد، 2006، ص 46)، وتشير الدراسات أن هناك فرد من كل خمس أفراد من مدمني الأنترنت يشاركون بشكل أو بآخر في الأنشطة المرتبطة بالجنس على الأنترنت. (جواد، 2001، ص 78)

3-3-الإدمان المعرفي: وهو انبهار الشخص بحجم المعلومات المتوفرة على الشبكة لدرجة انصرافه عن واجبات حياته الأساسية. (فايد، 2006، ص 46)

3-4-إدمان العلاقات على السببر: وهو استبدال العلاقات الواقعية الحقيقية بعلاقات افتراضية، سواء في غرف الدردشة، المنتديات، أو المجتمعات على شبكة البريد الإلكتروني.(سلطان، 2010، ص 31)

3-5الإدمان المالي: وهو ولع الشخص بالصرف المالي على الشبكة في ما ليس له حاجة فيه، كالقمار والدخول في المزادات وأسواق المال، التسوق عبر الأنترنت لأجل المتعة لا التجارة الحقيقية. (فايد، 2006، ص 46)

4- الأعراض:

من بين أعراض إدمان الأنترنت مايلي:

4-1-الجلوس لفترات طويلة أمام الأنترنت: والتي تتضح من شكوى المقربين من الشخص، حيث يعاني مدمن الأنترنت من الآلام في الظهر والعينين، والهالات السوداء والسمنة وقلة ساعات النوم والتعب والإرهاق الذي يؤدي إلى التقاعس عن الذهاب إلى العمل أو المدرسة وإهمال الواجبات الأسرية والأكاديمية.

4-2-التكلم عن الأنترنت في الحياة اليومية: ويتمثل هذا في استحواذ الأنترنت على اهتمام الشخص فيصبح الأنترنت شغله الشاغل.

4-3-الميل إلى العزلة والانطواء: وتظهر في حالة صغار السن والعزوف عن ممارسة بعض الأنشطة الاجتماعية.

4-4-اضطراب النوم: وهو الاستيقاظ من النوم بشكل مفاجئ والرغبة في فتح البريد الإلكتروني أو رؤية قائمة المتصلين. (الحساني، 2022، ص 271)

4-5-تجاهل العواقب الضارة: الاستمرار في استعمال الأنترنت بالرغم من تسببه في مشكلات وصراعات مثل إهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والوظيفية، وكذلك الصراع بين هذا النشاط والنشاطات الأخرى وأيضا الصراع الذي يحدث داخل الفرد نفسه.

4-6-انخفاض المستوى الدراسي: والذي ينتج عن قضاء فترات طويلة على الأنترنت وإهمال الدراسة. (الحساني، 2022، ص 271)

4-7-الأعراض النفسية والاجتماعية: تشمل الوحدة والإحباط والاكتئاب، القلق، التأخر عن العمل وعن الدراسة نتيجة السهر الطويل أمام الكمبيوتر.

4-8-الأعراض الجسدية الصحية: وتشمل التعب والخمول والأرق والحرمان من النوم، وآلام الظهر، ومخاطر الإشعاعات الصادرة عن شاشات أجهزة الاتصال الحديثة وأيضاً تأثير المجالات المغناطيسية الصادرة عن الدوائر الالكترونية والكهربائية. (مقدم، 2015، ص 60)

5-أسباب الإدمان على الأنترنت

5-1-الملل والفراغ: الذي يعاني منه بعض المراهقين
5-2-الافتقار للسند العاطفي عند المراهقين: يجعلهم يلهثون وراء الإشباع الوهمي واللذة المؤقتة من خلال الدردشة مع الغرباء.

5-3-نقص الرقابة الوالدية: إن عالم الأنترنت وما يحتويه من أنشطة يصعب مراقبته سواء من الأسرة أو المجتمع مما يشجع المراهق على الاندماج في هذا العالم بجميع مساوئه دون خوف أو خجل من أحد.

5-4-السرية وعدم الكشف عن الهوية: حيث يمكن للأنترنت أن يوفر للمستخدم الحصول على المعلومات والمعارف، وطرح الأسئلة والتعرف على الأشخاص دون الحاجة إلى التعريف بنفسه أو إعطاء معلومات حقيقية عن شخصيته، فالمراهق يشعر بروح المغامرة والتحرر من القيود التي يفرضها المجتمع. (الحساني، 2022، ص 273)

5-5-ضغوط الحياة والمشكلات اليومية: الضغوط والمشكلات الاقتصادية والاجتماعية التي يعاني منها الفرد في عالمه الحقيقي يولد لديه الدافع والرغبة في إيجاد عالم أشبه بالحلم لا تقيده القوانين الفيزيائية التي تحكم في حركته أو الأعراف والعادات الاجتماعية التي تفرض قيود على سلوكه وكلامه. (الألفي، 2008، ص 73)

5-6-الهروب: تسهل الأنترنت للمستخدم الهروب من الواقع الحقيقي إلى واقع بديل. (مختار، 2019، ص 136)

5-7-القلق والكآبة: حيث أصبحا سمة من السمات الشائعة في الحياة الواقعية للمراهق، وأصبح عالم الأنترنت بكل مغرباته متنفس للمراهق لمحاولة الخروج من حالة الحزن والإحباط والقلق التي يعاني منها. (أحمد، 2017، ص 90)

5-8- المفهوم السلبي للتحضر والقابلية للاستهواء

6- آثار الإدمان على الأنترنت:

6-1- آثار سلبية على الصحة ومنها: أضرار تصيب العين، الشعور بالصداع، الرؤية المزدوجة، الصورة المشوشة وارتفاع ضغط العين. (اللبان، 2002، ص 82)
أضرار تصيب الأذنين بالنسبة لمستخدمي مكبرات الصوت. (أحمد، 2017، ص 94)
أضرار تصيب العمود الفقري والساقين بسبب نوع الجلوس والمدة الزمنية لها. (أبو أسعد، 2011، 211)

6-2- آثار نفسية ومنها:

-الدخول إلى عالم وهمي بديل تقدمه شبكة الأنترنت مما يسبب آثار نفسية حيث يختلط الواقع بالوهم.
-تقليل قدرة الفرد على خلق شخصية سوية يمكنها التفاعل مع مجتمع والواقع المعاش. (أحمد، 2017، ص 94)

-حدوث توترات عصبية وهذا بالإفراز المتزايد للهرمونات (هرمون الكورتيزول، هرمون الأدرينالين، هرمون النورادرينالين). (مختار، 2019، ص 152)
وظهور اضطرابات نفسية وعقلية أطلق عليها بعض العلماء الهوس النفسي.

6-3- آثار أسرية واجتماعية:

-الانسحاب الاجتماعي وهو الانسحاب من التفاعل الاجتماعي والاتجاه نحو العزلة.
-ازدياد حالات الطلاق الناتج عن طول الوقت الذي يقضيه الفرد على الأنترنت أو بسبب العلاقات العاطفية أو الجنسية التي تنشأ عبر الأنترنت. (الحساني، 2022، ص 274)
-تأثر الهوية الثقافية والعادات والقيم نتيجة هذا الغزو المعلوماتي الهائل.
-خسارة الأصدقاء.

- ضعف الرقابة الأسرية على الأبناء.

- التفكك والتصدع الأسري. (أحمد، 2017، ص 97)

6-4-آثار أخلاقية:

فالأخطار الأخلاقية لشبكة الأنترنت على الأطفال والشباب تتزايد، حيث فتحت لهم أبواب الإباحة بجميع أشكالها وبدون ضوابط أو حدود.

6-5-آثار أكاديمية:

المتثلة في صعوبة أداء الواجبات المدرسية والاستذكار للامتحانات، التأخير عن الدراسة صباحا، درجات منخفضة، إضاعة الوقت، تدهور مستوى الدراسة حتى الطرد من الجامعة أو المدرسة.

7 -الاتجاهات المفسرة لإدمان الأنترنت

7-1-التفسير المعرفي السلوكي

يعتمد التفسير المعرفي السلوكي على الربط بين الإدراك غير القادر على التكيف وأنماط التفكير والمعتقدات والسلوكيات السلبية باستخدام هذا التفسير، قد يجد الأشخاص الذي يعانون من تشوهات معرفية فيما يتعلق بالصورة الذاتية، والتي تتمثل في الشك بالذات وانخفاض كفاءة الذات، وتقدير الذات السلبي، إن إخفاء هوياتهم على الأنترنت أمرا جذابا، وينتحلون شخصيات عبر الأنترنت من أجل التعويض عن أوجه القصور المتصورة. (آمال علي أحمد الحساني، 2022، ص 277)

7-2 -التفسير الاجتماعي الثقافي

ينظر هذا الاتجاه إلى المدمنين بناء على تباين واختلاف الجنس والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والعمر، وكذلك الانتماء والعرق والديانة والوطن حيث أن لكل فئة من تلك الفئات إدمان معين، فإدمان الكحول ينتشر بين الطبقة المتوسطة، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي والبعض أكثر إدمان للمواد الملعومة والسود ذو الأصل اللاتيني أكثر ميلا للإدمان الهرويين، وهكذا فإدمان الأنترنت أكثر انتشارا بين الطبقات مرتفعة المستوى الاجتماعي والاقتصادي وفي المجتمعات العربية يختلف الأمر بالتأكيد بالنسبة لهذه التفسيرات لاختلاف والتباين بين العرب والمسلمين وبين المجتمعات الأوروبية والأمريكية في هذا الشأن (ماجدة سكفالي، 2022، ص 40)

7-3- التفسير السيكودينامي لإدمان الأنترنت

يركز هذا الاتجاه على خيرات الشخص، وتعتمد هذه الخبرات على الأحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة وأثرت عليه وعلى سماته الشخصية، ومن ثم يصبح عرضة لإدمان الأنترنت أو لأي إدمان آخر نتيجة هذه الاستعدادات والظروف الحياتية الضاغطة وعليه هذا الاتجاه يهتم بالشخص والسلوك الذي يمارسه بالإضافة إلى أساس إدمانه.

ويرى ديوران (Duron 2003) أن مجهولية التعاملات الإلكترونية والتعاملات الغير معروفة الاسم مع الآخرين تعزز إدمان الأنترنت، وتقدم محيط افتراضي وتغرس التهرب الذاتي من الصعوبات الانفعالية أو المواقف المشككة والصعوبات الشخصية، حينها يستخدم ميكانيزم الهروب، وهكذا يمكن القول أن الاتجاه السيكودينامي يرى أن إدمان الأنترنت بمثابة استجابة هروبية من الاحتياطات، والرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة لتحقيق الإشباع وأيضا للرغبة في النسيان، وكذلك فإن الإفراط في استخدام ميكانيزم الإنكار هو أيضا مبني ومؤشر على إدمان هذا الفرد للأنترنت. (عائض، 2010، ص41)

7-4- التفسير الطبي لإدمان الأنترنت

التفسير الطبي لإدمان الأنترنت قائم على أساس العوامل الجينية الوراثية والتغيرات الكيميائية التي تحدث في المخ والناقلات العصبية التي تتحكم في سلوك الفرد فتجعله عرضة لإدمان الأنترنت، حيث يساهم السيروتونين في تثبيط السلوك ويؤثر الدوبامين على التعلم والتحفيز، وتؤثر بنية الدماغ أيضا على تطور الإدمان والسلوكيات القهرية لذلك وجد أن الأفراد الذين يعانون من إدمان الأنترنت لديهم مادة رمادية أقل في مناطق القشرة الحزامية الأمامية والخلفية اليسرى للدماغ. (الحساني، 2022، ص 276)

7-5- التفسير التكاملي

الاستعداد- الاستهداف- المرض، يفسر هذا الاتجاه إدمان الفرد للأنترنت بأنه نتاج عدة عوامل مهيئة (شخصية-انفعالية-اجتماعية-بيئية) تجعل لديه الاستعداد، ومستهدف لإدمان الأنترنت فهناك عوامل شخصية وأسرية واجتماعية معينة، تجعل هذا الشخص دون غيره يدمن الأنترنت، فقد وجد أن الذكور يلجئون لاستخدام الأنترنت بالقوة والمكانة والسيطرة والمتعة مما يجعلهم يدخلون على المواقع التي تشبع هذه الحاجات، فنجدهم أكثر دخولا على

مواقع مصادر المعلومات، والألعاب الإلكترونية خاصة العدوانية منها، وحجرات الدردشة الجنسية الصريحة، والأفلام الخليعة، بينما الإناث أكثر دخولا على مواقع الدردشة من أجل عقد صداقات مع نفس الجنس أو مع الجنس الآخر لإشباع الحاجة إلى الحب والمشاركة الاجتماعية. (أرنوط، 2004، ص 233)

ثانيا: الصحة النفسية

1- مفهوم الصحة النفسية:

هو قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس، يعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين. (فهيمى 1995، ص16)

تعريف الجمعية الوطنية الأمريكية للصحة النفسية

مصطلح الصحة النفسية يشير الى مجموعة من مظاهر السلوك التي يتحلى بها المتمتع بالصحة النفسية وتشمل الشعور بالرضا عن النفس والقدرة على تقدير الآخرين والقدرة على متطلبات الحياة. (الداهري، 2010، ص 26)

وتعرف الصحة النفسية بأنها خلو الفرد من الأعراض المرضية التي تبدو في صورة وساوس أو هذيان أو مخاوف شاذة أو في صورة عجز ظاهر عن معاملة الناس أو ضبط النفس أو في صورة ارتياب ملحوظ وتردد مفرط (ربيع، 2002، ص 22)

كما يعرفها روجرز بأنها قدرة الفرد على إحداث نوع من التطابق بين الذات الواقعية ومفهوم الذات المدركة، ومفهوم الذات المثالي ومفهوم الذات الاجتماعي، أي مدى استبصاره واتساع أفقه المعرفي مترجما ذلك إلى فعل وسلوك فيزداد التطابق بين مفهوم الذات الواقعية وعالم الخبرة والذات المثالية، حينذاك يتخلص من تهديد محتوى الذات الخاص فيصبح أكثر موضوعية وواقعية يتقبل ذاته والذوات الأخرى في انسجام تام. (شدمي، 2015، ص9)

2- المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية

2-1- التوافق النفسي: عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعة الاجتماعية) بالتغير والتعدي حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته، وهي أنواع فهناك التوافق الشخصي ويتمثل في شعور الفرد بالارتياح والرضا عن النفس، والتوافق الاجتماعي ويقاس بمدى نجاح

الفرد في اختيار الجماعة المناسبة لميوله واتجاهاته والتوافق المهني ويتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد لها علما وتديرا (جثير، 2011، ص 2-10)

2-2- الإحباط: يعتبر الإحباط من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية، وهو مواجهة الفرد لما يمنعه أو يعيقه في تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه، وهو أيضا انفعالية ودافعية يشعر بها الفرد عند ما يجد ما يحول دون إمكانية تحقيق ذاته أو غاياته.

2-3- القلق: نوع من الانفعال المؤلم لم يكتسبه الفرد ويكون خلال المواقف التي يصادفها، فهو يختلف عن بقية الانفعالات غير السارة كالشعور بالإحباط، أو الغضب، الغيرة) لما يسببه من تغيرات جسيمة داخلية يحس بها الفرد، وأخرى خارجية تظهر على ملامحه بوضوح. (سكفالي، 2022، ص 51)

2-4- الصراع النفسي: هو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجزا عن اختبار اتجاهها معينا ويترتب عليه الشعور بالضيق وعدم الارتياح، وكذلك القلق، وهذا ناتج عن صعوبة اختياره أو اتخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه. (زكور، 2014، ص 20)

2-5- العدوان: هو أسلوب يهدف إلى إلحاق الضرر بالآخرين وبالأشياء ويعتبر من مظاهر سوء التكيف مع البيئة والمجتمع وهناك أنواع السلوك العدواني البدني والعدوان اللفظي والعدوان الرمزي. (جثير، 2011، ص 2-10)

3- النظريات المفسرة

3-1- المدرسة التحليلية: يرى فرويد أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية وبالشخصية المتوافقة مرهونة بقوة الأنا، وأن الأنا وظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة وحل الصراع بين الفرد والواقع أو بين الحاجات المتعارضة، والعمل على أحداث توازن بين الهو (ID) التي تطلب الإشباع إلا في ظل الإطار الاجتماعي، فإذا فشلت الأنا (Ego) في هذه الوظائف بخاصة في إحداث التوازن بين الهو والأنا الأعلى فإن الفرد يكون معرضا لسوء التوافق كما يرى فرويد أن الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر على ضبط غرائزه ودوافعه البدائية، وعندما لا يسمح للقيم المثالية بعزله عن الواقع، وهو عند إشباع دوافعه وتحقيق مستوى معين من تطلعاته المثالية فإنه لا يبالغ في الإشباع، أنما لابد

أن يكون إشباعاً متزناً وأن تكون وسائل الإشباع عن الآليات الدفاعية اللاشعورية، ويكون وسائل واقعية وهو على وعي تام بأدائها وإبعاد هذا الأداء. (سكفالي، 2022، ص 63)

3-2- المدرسة الجشطاطية: ترى الصحة النفسية في القدرة على العيش هنا والآن بشكل حقيقي، بينما يتجلى المرض في تزوير الواقع الذاتي والوجودي والهروب من الماضي أو المستقبل أي الهروب من متعة وقلق العيش الكثير للتجربة الوجودية في الحاضر، ومن المعروف أن المريض النفسي يعاني فعلاً من انعدام القدرة على مجابهة الذات ولذلك فهو يكتفي في اجترار الماضي بشكل أو الهروب عن اللحظة في أحلام المستقبل الوهمية. ويرى بيرلز أن الصحة النفسية تتحقق حين يتمكن الشخص من الوقوف على قدميه وتحمل مسؤولية مصيره ويتمكن من عيش رغباته ومشاعره مع الذات وانطلاق حيويته.

3-3- المدرسة المعرفية: ألبيرت أليس وببك لهما وجهة نظر في الصحة النفسية والمرض النفسي، فسيطرة ردود الفعل الانفعالية السلبية على الشخص وسلوكه تعود إلى النظام من الافتراضات المعرفية الخاطئة تبعاً لـ أليس وإلى نظام الأفكار الآلية المرتكزة على نواة من نظام المعتقدات العميقة حول الذات والعالم تبعاً لببك، الإنسان يقع صريع المعاناة والاضطراب والاكنتاب والقلق نتيجة لظل في نظام المعتقدات، أما الشخص المعافى فهو ذلك الذي يتمتع بنظام عقلائي واقعي في النظرة إلى الذات وإلى الآخرين وينتج عنه سيادة التفكير الإيجابي في المواقف الحياتية ويشكل الوصول إلى التفكير الإيجابي من خلال دحض نظام المعتقدات الخاطئة والسيطرة عليها. (حجازي، 2004، ص 41-46)

3-4- النظرية النفسية الاجتماعية: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الاضطرابات النفسية مرتبطة أساساً بظروف الفرد الاجتماعية والاقتصادية وكذلك بظروف ومحتوى عملية التنشئة الاجتماعية بالفقر والتفكك الأسري وإهمال الطفل أو رفضه والضغوطات الاجتماعية والاقتصادية وكذلك بظروف ومحتوى عملية التنشئة الاجتماعية والتفاوت الحاد بين الطبقات الاجتماعية هي المسؤولية عما يعانيه الفرد من اضطرابات مما تنعكس سلباً على صحته النفسية.

كما أكد (أدلر) أن الفرد يتجه نحو تحقيق غايات محددة تتمثل في التخلص من النقص والسعي نحو الكمال الذي يجعل الإنسان يشعر بالسعادة والطمأنينة وأن شعور الإنسان بالنقص يدفعه إلى التسامي. (سكفالي، 2022، ص 63-64)

4- مظاهر الصحة النفسية

- للصحة النفسية مجموعة من المظاهر السلوكية يمكن إجمالها بالمظاهر التالية:
- الاتجاه نحو الذات ويشمل مفهوم واقعي موضوعي عن الذات وإحساس بالسوية.
 - تحقيق الذات ويعني استخدام الفرد لقدراته وإمكانياته وتوجيهها نحو المستقبل.
 - تكامل الشخصية ويعني الاتساق في جوانب الشخصية والمقدرة على مواجهة الشدائد وتحمل الإحباط.
 - التوجه الذاتي (التلقائية، الاستقلالية) ويعني تحديد فرد لأهدافه بما يتفق مع حاجاته وتعديلها بسهولة عند الضرورة.
 - إدراك الواقع ويعني التحرر من مسايرة الواقع دائماً، والحساسية الاجتماعية المقبولة.
 - السيطرة على البيئة وتعني الكفاءة في الحب واللعب والعلاقات الاجتماعية وحل المشكلات بطريقة فعالة.
 - الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس ويعني إحساس الفرد بأن لديه الإمكانيات ما يجعله قادراً على العطاء والمواجهة.
 - المقدرة على التفاعل الاجتماعي وتعني القدرة على تكوين علاقات إنسانية مشبعة وإيجابية.
 - تبني إطار قيمي وإنساني ويعني تبني إطار من القيم الإنسانية والالتزام بها مثل العدل والأمانة والوفاء والمساندة.
 - الإقبال على الحياة مع الشعور بالسعادة والرضا. (الحواشي، 2004، ص 03-04)

5-العوامل المؤثرة في الصحة النفسية

يتعرض الفرد خلال التنشئة الاجتماعية للعديد من العوامل التي تؤثر في حالته النفسية تأثيراً بالغاً وتشكل صحته النفسية منذ طفولته ومروا بمراحل المراهقة والشباب وقد تكون إيجابية أو سلبية.

5-1-العوامل الإيجابية

- الاتجاهات الوالدية الموجبة نحو الطفل منذ ولادته.
- التماسك الأسري والالتزان الانفعالي داخل الأسرة، اتجاهات الوالدين نحو الحياة ونحو الآخرين والتي تدعو إلى الاستقرار والتفؤل والأمل في المستقبل.
- الاهتمام بأسئلة الطفل والإجابة عليها.
- منح الطفل فرصاً للتعبير عن نفسه مع الإنصات له، بالبعد عن العقاب البدني.

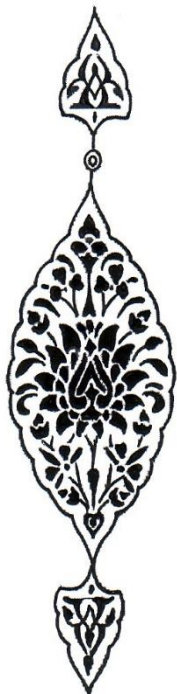
5-2-العوامل السلبية

- التفكك الأسري والشجار الدائم بين الزوجين يؤدي إلى نمو نفسي غير سوي للأبناء.
- انعدام الضبط الانفعالي داخل الأسرة وشيوع الغيرة والأنانية بين الأبناء، يحدث ذلك عندما تسود الخلافات بين الوالدين.
- المعاملات الخاطئة للتلاميذ من بعض المعلمين غير التربويين تؤدي إلى اكتساب التلاميذ لنماذج سلوكية خاطئة.
- تضارب الأنظمة بين بيئة المدرسة والأسرة والمنشآت الأخرى التي يتعامل معها المراهقين والشباب مثل النوادي ودور العبادة وغيرها يؤدي عدم التوجيه والإرشاد إلى الاضطراب النفسي لهم وقد يلجأ بعضهم إلى عادات سلوكية خاطئة مثل التدخين والإدمان.(عبد الباقي، ص 12-13)

خلاصة

نستنتج أن إدمان الأنترنت هو حالة من الاستخدام المرضي وغير توافقي لشبكة الأنترنت حيث أصبحت هذه الشبكة تمس كل الفئات العمرية باختلاف مستوياتهم، وخاصة التلميذ والطالب لمالها من آثار سلبية على صحتهم الجسمية والنفسية وتحصيلهم الدراسي وعلاقتهم الاجتماعية

الفصل الثاني:
الإجراءات المنهجية
للدراسة



تمهيد:

يهدف هذا الفصل من هذه الدراسة، إلى عرض مختلف الخطوات المنهجية التي اعتمدنا عليها لتحقيق الأهداف المذكورة سابقا من هذه الدراسة، بعد الإلمام بالجانب النظري الذي مهد لنا مشكلة الدراسة، الفرضيات، وأهمية وأهداف الدراسة بالإضافة إلى الفصل النظري، وفي هذا الفصل بعنوان الجانب المنهجي الذي من خلاله سعيانا لتبيان المنهجية المتبعة في الدراسة من أجل الوصول إلى النتائج المرجوة من الدراسة.

1- منهج الدراسة:

لكل دراسة منهج خاص يتبعه من أجل البحث السلم وطبيعة المشكلة محل الدراسة هي التي تحدد طبيعة المنهج المتبع، وبما أن موضوع دراستنا بهدف إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، ومن خلال الاطلاع على مناهج البحث العلمي المعتمدة في الدراسات والبحوث، تم اختيار المنهج الوصفي الارتباطي لملائمة لخصائص الدراسة ولأن هذا المنهج غالبا ما يرتبط بدراسات العلوم الاجتماعية والإنسانية.

تعريف المنهج الارتباطي: هو المنهج الذي يستخدم في التوصل إلى معرفة العلاقة بين عناصر الظواهر ومدى صحة العلاقات القائمة وكذلك يفيد في عملية تحليل الأسباب والنتائج والتوصل إلى تنبؤات مستقبلية. (داوود، 2006، ص 33)

2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة في البحث العلمي، من أجل التحكم في حيثيات الموضوع ولتحقيق مجموعة من الأهداف، فالدراسة الاستطلاعية دراسة فرعية يقوم الباحث بهدف التعرف على ميدان الدراسة وتحديد مدى توافر الحالات الممثلة لمجموعة الدراسة ومعرفة مدى ملائمة أدوات الدراسة.

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

- التعرف على مجتمع الدراسة.
- التعرف على ميدان الدراسة وعلى بعض الصعوبات التي تواجه البحث.
- تحديد مصدر العينة ونوعها وكيفية اختيارها.
- التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات القياس.

2-2- مجال الدراسة الاستطلاعية

المجال الزمني: تمت هذه الدراسة في شهر فيفري 2024.

المجال المكاني: تمت الدراسة في ثانوية محمد تركي بلدية أولاد أعدي لقبالة بعجي محمد أولاد دراج ولاية المسيلة.

2-3- عينة الدراسة الاستطلاعية:

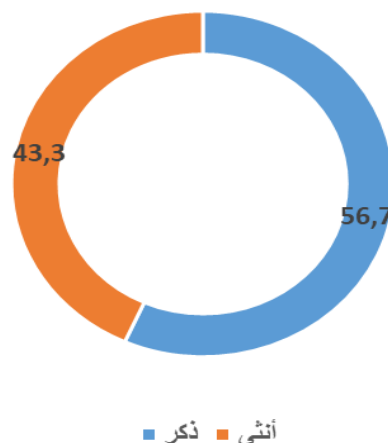
تم اختيار العينة بطريقة عشوائية 30 تلميذ وتلميذة من ثانوية تركي محمد، بعجي محمد وذلك لتحقيق أهداف الدراسة، والجدول التالي يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس

الجدول رقم (1) يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	17	56.7
أنثى	13	43.3
المجموع	30	100

من خلال الجدول رقم (1) وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم 30 تلميذا نلاحظ أن الذكور قد قدر بـ (17) بنسبة 56.7% وحجم الإناث جاءت بنسبة بـ 43.3%.

الشكل رقم (1): يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس



3- الدراسة الأساسية:

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية، وبعد التأكد من صلاحية الأدوات للاستخدام، سعيًا إلى متابعة الدراسة الأساسية، والتي بواسطتها يمكننا الوصول إلى الإجابة عن تساؤلات الدراسة الحالية.

3-1-مجتمع وعينة الدراسة:

3-1-1-مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ المرحلة التعليم الثانوي، المقدر عددهم (1345) تلميذ، موزعين على مجال الدراسة المتمثل في ثانوية محمد التركي- بعجي محمد دائرة أولاد دراج.

3-1-2-عينة الدراسة الأساسية:

نورد فيما يلي اختيار وخصائص عينة الدراسة.

وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية بسيطة والمتمثلة في تلاميذ المرحلة التعليم الثانوي بأولاد دراج، وتعرف على أنها: عينة تتساوى فيها فرص جميع عناصر المجتمع الاحصائي في أن يقع عليها الاختيار في العينة، كما يجب تكون احتمالات أن يقع الاختيار على أي عنصرين في العينة متساوية، كما يجب أن تكون فرص اختيار أي عنصر من عناصر مجموعة لا يزيد حجمها عن حجم العينة.(زرواتي، 2002، ص 130)

3-2-حدود الدراسة الأساسية:

تمثلت حدود الدراسة في الحدود الموضوعية والبشرية والمكانية والزمنية التالية:

3-2-1-الحدود الموضوعية: دراسة إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي دائرة بأولاد دراج.

3-2-2-الحدود البشرية: أجريت الدراسة على عينة قوامها (100) من تلاميذ التعليم الثانوي بدائرة أولاد دراج.

3-2-3-الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة في ثانويات دائرة أولاد دراج.

3-2-4-الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة في الفترة الزمنية الممتدة (من 2024/04/14 إلى غاية 2024/05/28).

3-3-أدوات الدراسة:

قامت الطالبتين بالاعتماد على مقياسين (مقياس الإدمان على الأنترنت) معد من طرف الباحث سلطان مفرح العصيمي (2010) و(مقياس الصحة النفسية) المعد من طرف

الباحث القريطي والشخص (1992) والمشار إليه في دراسة (مروان عبد الله دياب)، وتم تحكيمة من طرف الأستاذة وفق الخطوات التالية:

3-3-1 مقياس الإدمان على الأنترنت:

أ: وصف المقياس

تم إعداد المقياس من طرف سلطان مفرح العصيمي سنة (2010) قصد تطبيقه على طلاب المرحلة الثانوية في الرياض، مكون من (79 بنداً) موزعة على ثمانية أبعاد حيث تدل على:

- **البروز (Salience):** ويقصد به ذلك الذي يحدث عندما يصبح استخدام الأنترنت أهم الأنشطة وأكثرها قيمة في حياة الفرد، وتسيطر على تفكيره ومشاعره، حيث يتضح الانشغال البارز أو الزائد وينتابه الشعور باللهفة للقيام بهذا النشاط.
- **تعديل المزاج (Mood Modification):** ويشير إلى الخبرة الذاتية المكتسبة التي يشعر بها كنتيجة لاستخدام الأنترنت بشكل متواصل، ويمكن إدراكها كاستراتيجية يستخدمها في المواجهة لكي يتحاشى الآثار المترتبة عن افتقاده استخدامه للأنترنت.
- **التحمل (Tolerance):** ويشير إلى العملية التي تزداد فيها درجة استخدام الأنترنت، بحيث يصل إلى الدرجة التي يشعر فيها بتحقيق الانتعاش والسعادة والرضا.
- **الأعراض الانسحابية (Withdrawal Symptôme):** وتشير إلى مشاعر عدم الراحة أو السعادة أو ما يترتب عليها من آثار فسيولوجية تحدث عندما ينقطع عن استخدام الأنترنت أو تقل فترة استخدامه له مما يترتب عليه مشاعر بالكآبة وحدة الطبع وسرعة الهياج.
- **الصراع (Conflict):** ويشير إلى الصراعات التي تدور بين مدمن الأنترنت والمحيطين به كالصراع البين شخصي (Interpersonal conflict)، والصراعات والتضارب بين إصراره على استخدام الأنترنت وبين غيره من الأنشطة الأخرى (كالعمل، والحياة الاجتماعية، والأمنيات والاهتمامات، والدراسة)، أو الصراع الذي يدور داخل الفرد ذاته وهو الصراع البي النفسي المتعلق باستخدام الأنترنت (والذي

يتمثل في الاستمرار أو التوقف وخاصة عندما تنشأ مشكلات عن استمراره في استخدام الأنترنت).

• **الانتكاس (Relapse):** ويقصد به الميل إلى العودة مرة أخرى والاندفاع بشكل مفرط لاستخدام الأنترنت.

• **الاعتمادية (Dependence):** ويقصد بها الحاجة الملحة لاستخدام الأنترنت للحصول على الإحساس والمشاعر المصاحبة لاستخدام الأنترنت، والتي يترتب على عدم استخدامها إحساسه بمشاعر مزعجة وكآبة وتسبب له حالة من التوتر والانزعاج.

• **سوء الاستخدام (Abuse):** ويقصد به أن المدمن يفقد الإحساس بالجوانب الأخلاقية والدينية عند استخدام الأنترنت، حيث يرتبط إدمانه لهذا الاستخدام فقط بما يحققه من إشباع لغرائزه دون إدراك لما يسببه هذا الإدمان من ممارسات شاذة أو غير أخلاقية.

ب- تصحيح المقياس

وقد تم استخدام مقياس لكرت الخماسي لقياس استجابات المبحوثين لفقرات المقياس، ومن خلال هذه الأوزان تم تقسيم المقياس إلى ثلاث مستويات على النحو التالي:

الجدول رقم (2): يمثل درجات مقياس ليكرت الخماسي

الاستجابة	بدرجة قليلة جدا	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدا
الدرجة	1	2	3	4	5

ومن خلال هذه الأوزان تم تقسيم المقياس إلى ثلاث مستويات على النحو التالي:

جدول رقم (3): يوضح الميزان التقديري لتفسير درجات مقياس إدمان الأنترنت

مجال درجات الاستجابات	مجال الدرجات الكلية	مستوى إدمان الأنترنت
من 01 إلى 2.32	من 79 إلى 184 درجة	منخفض
من 2.33 إلى 3.66	من 185 إلى 289 درجة	متوسط
من 3.67 إلى 05	من 290 إلى 395 درجة	مرتفع

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الأصلية

ولقد قام معد المقياس "العصيمي" بحساب صدقه، حيث تم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين فحاز على نسبة موافقة 80% منهم، كذلك استخدم الباحث طريقة المقارنة الطرفية حيث كان المقياس مميزا، أيضا طريقة صدق المحتوى حيث تم حساب ارتباط كل بند مع البعد الذي ينتمي إليه ومع الدرجة الكلية فجاءت جميعها مرتفعة ودالة. وقام معد المقياس "العصيمي" بحساب ثبات المقياس وفق طريقة ألفا كرونباخ والذي بلغ (0.90) وهو معامل ثبات مرتفع.

د- الخصائص السيكومترية للمقياس إيمان الأنترنت في الدراسة الحالية:

تم حساب صدق المقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس (صدق الاتساق الداخلي)، وذلك على عينة استطلاعية تبلغ 30 مفردة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (4): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات مقياس إيمان الأنترنت مع الدرجة الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة (01)	0.610**	العبارة (41)	0.594**
العبارة (02)	0.480**	العبارة (42)	0.650**
العبارة (03)	0.359**	العبارة (43)	0.540**
العبارة (04)	0.514**	العبارة (44)	0.568**
العبارة (05)	0.505**	العبارة (45)	0.558**
العبارة (06)	0.639**	العبارة (46)	0.668**
العبارة (07)	0.491**	العبارة (47)	0.590**
العبارة (08)	0.580**	العبارة (48)	0.422**
العبارة (09)	0.617**	العبارة (49)	0.657**
العبارة (10)	0.488**	العبارة (50)	0.473**
العبارة (11)	0.620**	العبارة (51)	0.716**

0.476**	العبارة (52)	0.582**	العبارة (12)
0.621*	العبارة (53)	0.760**	العبارة (13)
0.694**	العبارة (54)	0.756**	العبارة (14)
0.532**	العبارة (55)	0.218*	العبارة (15)
0.714**	العبارة (56)	0.524**	العبارة (16)
0.677**	العبارة (57)	0.277**	العبارة (17)
0.480**	العبارة (58)	0.239*	العبارة (18)
0.516**	العبارة (59)	0.548**	العبارة (19)
0.732**	العبارة (60)	0.338**	العبارة (20)
0.579**	العبارة (61)	0.524**	العبارة (21)
0.699**	العبارة (62)	0.604**	العبارة (22)
0.668**	العبارة (63)	0.665**	العبارة (23)
0.384**	العبارة (64)	0.211*	العبارة (24)
0.571**	العبارة (65)	0.727**	العبارة (25)
0.621**	العبارة (66)	0.620**	العبارة (26)
0.768**	العبارة (67)	0.754**	العبارة (27)
0.597**	العبارة (68)	0.674**	العبارة (28)
0.700**	العبارة (69)	0.284**	العبارة (29)
0.459**	العبارة (70)	0.511**	العبارة (30)
0.314**	العبارة (71)	0.545**	العبارة (31)
0.313**	العبارة (72)	0.218*	العبارة (32)
0.468**	العبارة (73)	0.679**	العبارة (33)
0.555**	العبارة (74)	0.648**	العبارة (34)
0.583**	العبارة (75)	0.406**	العبارة (35)
0.690**	العبارة (76)	0.690**	العبارة (36)

0.628**	العبارة (77)	0.756**	العبارة (37)
0.228*	العبارة (78)	0.730**	العبارة (38)
0.517**	العبارة (79)	0.499**	العبارة (39)
		0.376**	العبارة (40)

الارتباط دال عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) **

* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

-الثبات:

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد بمعامل "الارتباط بيرسون" (R_p)، حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) وعددها (79) عبارة، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.768) كأعلى ارتباط بين العبارة (67) والدرجة الكلية للمقياس ككل و(0، 211) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (24) والدرجة الكلية للمقياس ككل.

تم حساب ثبات هذا المقياس عن طريق التناسق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ القائمة على أساس حساب معدل الارتباطات بين عبارات المقياس ككل حيث بلغ 0، 970 ومنه نستطيع القول بأن هذا المقياس ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (5): يوضح ثبات مقياس إيمان الأنترنت عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس الأول	ألفا كرونباخ	عدد العبارات
الدرجة الكلية للمقياس الأول	0.970	79

يتضح من الجدول رقم (05): أن قيم معامل (ألفا كرونباخ) لجميع أبعاد المقياس جاءت بقيمة 0.970 وهي قيمة مرتفعة وقريبة من 1، مما يتيح صلاحية لإستخدام المقياس.

3-3-2 مقياس الصحة النفسية:

أ-وصف المقياس:

اعتمدنا في دراستنا الحالية على الأداة التي أعدها (القريطي والشخص، 1992) القاهرة المشار له في دراسة (مروان عبد الله دياب) الموسوم ب دور المساندة الاجتماعية كمتغير

وسيط بين الاحداث الضابطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين " يتكون المقياس من (82) بندا موزعة على (7) أبعاد وهي التوالي:

- البعد الأول الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس ويتضمن (12 بندا).
- البعد الثاني المقدرة على التفاعل الاجتماعي ويتضمن (08 بندا)
- البعد الثالث النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس ويتضمن (10 بندا).
- البعد الرابع المقدرة على توظيف القدرات والإمكانيات في أعمال مشبعة ويتضمن (13 بندا).

- البعد الخامس التحرر من الأعراض العصابية ويتضمن (13 بندا).
 - البعد السادس البعد الإنساني والقيمي ويتضمن (13 بندا).
 - البعد السابع تقبل الذات ووجه القصور العضوية ويتضمن (13 بندا).
- ب- تصحيح المقياس:

- البديل الأول (نعم) يقدر بدرجة واحدة (02) وتدل على الدرجة المرتفعة جدا التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على البند.
- البديل (لا) وتقدر درجته ب صفر (01) وتدل على الدرجة المنخفضة جدا التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على البند. (بن العربي، 2019، ص 112-113)

الخصائص السكومترية لمقياس الصحة النفسية

تم حساب صدق مقياس الصحة النفسية عن طريق حساب الاتساق الداخلي:

تشير البيانات إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس جودة الصحة النفسية كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة، ($\alpha = 0,01$) حيث بلغت قيمتها على التوالي (0,95/0,94/0,80/0,94/0,91/0,91/0,80) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس الصحة النفسية.

ثبات: مقياس الصحة النفسية

تشير جميع معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الصحة النفسية كانت مرتفعة حيث بلغت على التوالي (0,90/0,92/0,87/0,94/0,88/0,87/0,88) بينما بلغ معامل ألفا كرونباخ لمقياس الصحة النفسية ككل (0,98) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس،

وهذا يعني أن مقياس الصحة النفسية يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعلها صالحة للتطبيق في الدراسة الأساسي.

ج- الخصائص السيكومترية للمقياس الصحة النفسية في الدراسة الحالية:

الجدول رقم (6): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات مقياس الصحة النفسية مع الدرجة الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة (01)	0.540**	العبارة (42)	0.348**
العبارة (02)	0.473**	العبارة (43)	0.207*
العبارة (03)	0.460**	العبارة (44)	0.207*
العبارة (04)	0.571**	العبارة (45)	0.310**
العبارة (05)	0.682**	العبارة (46)	0.231*
العبارة (06)	0.607**	العبارة (47)	0.284**
العبارة (07)	0.314*	العبارة (48)	0.300**
العبارة (08)	0.526**	العبارة (49)	0.303**
العبارة (09)	0.588**	العبارة (50)	0.710**
العبارة (10)	0.667**	العبارة (51)	0.271*
العبارة (11)	0.492**	العبارة (52)	0.490**
العبارة (12)	0.487**	العبارة (53)	0.349**
العبارة (13)	0.310**	العبارة (54)	0.356**
العبارة (14)	0.590**	العبارة (55)	0.493**
العبارة (15)	0.509**	العبارة (56)	0.619**
العبارة (16)	0.599**	العبارة (57)	0.284**
العبارة (17)	0.610**	العبارة (58)	0.243*
العبارة (18)	0.628**	العبارة (59)	0.564**
العبارة (19)	0.230*	العبارة (60)	0.361**

0.506**	العبارة (61)	0.264**	العبارة (20)
0.819**	العبارة (62)	0.358**	العبارة (21)
0.221*	العبارة (63)	0.289**	العبارة (22)
0.319**	العبارة (64)	0.277**	العبارة (23)
0.201**	العبارة (65)	0.379*	العبارة (24)
0.392**	العبارة (66)	0.570**	العبارة (25)
0.217*	العبارة (67)	0.302**	العبارة (26)
0.342**	العبارة (68)	0.250*	العبارة (27)
0.445**	العبارة (69)	0.818**	العبارة (28)
0.269**	العبارة (70)	0.403**	العبارة (29)
0.282**	العبارة (71)	0.221*	العبارة (30)
0.327**	العبارة (72)	0.378**	العبارة (31)
0.306**	العبارة (73)	0.615**	العبارة (32)
0.233*	العبارة (74)	0.217*	العبارة (33)
0.263**	العبارة (75)	0.690**	العبارة (34)
0.397**	العبارة (76)	0.406**	العبارة (35)
0.245*	العبارة (77)	0.368**	العبارة (36)
0.234**	العبارة (78)	0.364**	العبارة (37)
0.376**	العبارة (79)	0.298**	العبارة (38)
0.363**	العبارة (80)	0.267**	العبارة (39)
0.334**	العبارة (81)	0.270**	العبارة (40)
0.373**	العبارة (82)	0.441**	العبارة (41)

الارتباط دال عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) **

* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)

تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد بمعامل الارتباط بيرسون (R_p)، حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية له ككل كلها دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) وعددها (62) عبارة، حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.819) كأعلى ارتباط بين العبارة (33) والدرجة الكلية للمقياس ككل و (0.217) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (24) والدرجة الكلية للمقياس ككل.

4-2-2- الثبات:

الجدول رقم (7): يوضح ثبات مقياس الصحة النفسية عن طريق ألفا كرونباخ

المقياس الأول	ألفا كرونباخ	عدد العبارات
الدرجة الكلية للمقياس الثاني	0.880	82

يتضح من الجدول رقم (07): أن قيم معامل (ألفا كرونباخ) لجميع أبعاد المقياس جاءت بقيمة 0.880 وهي قيمة مرتفعة وقريبة من 1، مما يتيح صلاحية لإستخدام المقياس.

4- الأساليب الإحصائية المستعملة:

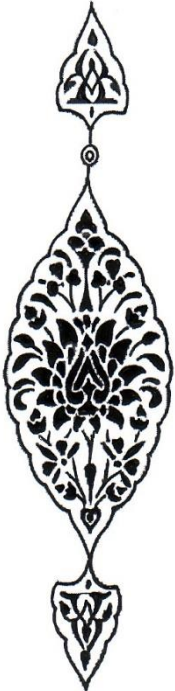
للإجابة على تساؤلات الدراسة تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية.
- معامل الارتباط بيرسون. - معامل ألفا كرونباخ.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار T-test. لحساب الفرضيات الفارقة
- اختبار One Way ANOVA.

الفصل الثالث:

عرض وتحليل ومناقشة

نتائج الدراسة



1- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

يجب تحديد ما إذا كان بيانات أفراد العينة لإجاباتهم على المتغيرات الدراسة التي يتم دراستها تتبع التوزيع الطبيعي أم من التوزيعات الاحتمالية أخرى. وهناك عدة طرق إحصائية للكشف عن نوع التوزيع البيانات وهي طريقة اختبار Kolmogorov-Smirnov، طريقة حساب معاملي الالتواء والتقلطح وطريقة اختبار Shapiro-Wilk وفي دراستنا نستعمل هذه الأخيرة. كما أن اختبار Kolmogorov-Smirnov يستخدم إذا كان عدد العينة أكبر أو يساوي من 50، ويستخدم اختبار Shapiro-Wilk إذا كان عدد العينة اقل من 50. (أبو بوزيد، 2005، ص 156)

الجدول رقم (8): التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة لمتغير محل الدراسة

Kolmogorov-Smirnov ^a				
المتغير	الإحصاءات	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
إدمان الأنترنت	0.578	100	0.334	غير دال
الصحة النفسية	0.512	100	0.134	غير دال

ومن خلال الجدول أعلاه نجد نتائج اختبار Kolmogorov-Smirnova تظهر أن مستوى المعنوية sig لمقياس إدمان الأنترنت بلغت $\text{sig} = 0.334$ هي أكبر من (0.05). ومنه تدل نتائج اختبار (Tests of Normality) أن بيانات إجابات العينة على جميع العبارات لمحاوَر المقياس تبعا توزيع الطبيعي. من نتائج قيم مؤشرات اختبار (Shapiro-Wik) نكون قد تأكدنا من أن بيانات المستجوبين نحو المتغيرات الرئيسية للدراسة تتبع التوزيع الطبيعي. ومنه في دراستنا سنستخدم الأدوات الإحصائية المعلمية الوصفية والاستدلالية في تحليل إجابات وأراء افراد العينة واختبار الفرضيات الدراسة.

2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة:

2-1- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص الفرضية الفرعية الأولى: مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط

الجدول رقم (9): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لإدمان الأنترنت

المتوسط النظري 237						
القرار	القرار	SIG	t قيمة	انحراف المعياري	متوسط الحسابي	
دال إحصائيا	دال عند 0.01	0.000	-4.335	60.24785	210.8800	إدمان الأنترنت

من خلال الجدول أعلاه نحاول معرفة الآراء واتجاهات أفراد العينة وتحليل إدمان الأنترنت حسب المتوسط الحسابي وموافقة (إيجابية) أو عدم موافقة (سلبية) على محتواها بالاستعانة بالدلالة للقيمة الإحصائية للاختبار t (سيودنت).

وبلغ متوسط حسابي (210، 8800) وانحراف معياري 60، 24785، كما وبلغت القيمة T المحسوبة -4.335 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0، 000 مما يعني أن إدمان الأنترنت دال إحصائية (طردية) وهذا مؤشرا إيجابيا من مؤشرات الصحة النفسية والعقلية. وهذا ما يثبت صحة الفرضية
مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

دلت النتائج من خلال جدول (09) على أنه: مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط، وفي ضوء هذه النتيجة يمكن تقرير أن الفرض البحثي قد تحقق.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد أن دراسة تتفق مع دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022)، ودراسة ماجدة سكفالي (2022) وعكاشة (2021) ودراسة صبا منير حسين بشبش (2018)

ويمكن تفسير نتيجة إلى ما يلي:

أن مستوى الإدمان على الأنترنت هو بمستوى متوسط لدى التلاميذ في البحث الحالي وبعد هذا مؤشرا إيجابيا من مؤشرات الصحة النفسية والعقلية سيما في ضوء الارتباطات السلبية للإدمان على الأنترنت بالقلق والاكتئاب والوحدة والانطواء والخجل وتقدير الذات المتدني وتمايز الذات المنخفض، فكلما استغلت الأنترنت بشكل عقلائي كلما كانت الصحة النفسية لدى الطالب مرتفعة. فالأنترنت يساعد التلاميذ في الوصول إلى المعلومات التي تتعلق باختصاصهم بحيث يستفيدون منها علميا. كذلك تساعد على تعلم أشياء مفيدة مثل: تعلم لغات وعلوم معينة عبر المنصات التعليمية وبالتالي ما يمكننا من الحكم بأن مستوى إدمان الأنترنت متوسط

كما نستنتج من خلاله بأن هؤلاء التلاميذ استطاعوا خلق توازن في استغلال هذه الشبكة أي لم يقعوا في الفخ الإدمان وبالتالي تكون لديهم درجة من الصحة النفسية. وتعزو هذه النتائج إلى أن التلاميذ بحاجة ملحة لاستخدام شبكات الأنترنت لاستخراج المعلومات والاطلاع على المواد العلمية من المواقع التعليمية، وكذلك إلى أن معظم المقررات والمناهج الدراسية التي تقدمها الثانويات تعتمد على استخدام شبكة الأنترنت فيها وتوظيف التعلم الإلكتروني في مراحل التعليم المختلفة في الجامعة مما يتيح للتلميذ المكوث فترات طويلة أمام شبكة الأنترنت.

2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص الفرضية الفرعية الثانية: مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط

الجدول رقم (10): يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري الصحة النفسية

المتوسط النظري 123							
الصحة النفسية	متوسط الحسابي	انحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة t	SIG	القرار	القرار
134.2300	12.47045	1	9.005	0.000	دال عند 0.01	دال إحصائيا	

من خلال الجدول أعلاه نحاول معرفة الآراء واتجاهات أفراد العينة وتحليل إيمان الأنترنت حسب المتوسط الحسابي وموافقة (إيجابية) أو عدم موافقة (سلبية) على محتواها بالاستعانة بالدلالة للقيمة الإحصائية للاختبار t (سيودنت).

وبلغ متوسط حسابي (134، 2300) وانحراف معياري 12، 47045، كما وبلغت القيمة T المحسوبة 9.005 وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0، 000 مما يعني أن الصحة النفسية دال إحصائية (طردية) وهذه النتائج تشير إلى أن التلاميذ منسجمون مع ذواتهم ومحيطهم الاجتماعي سواء الأسري أو التربوي مما يجعلهم متوازنين نفسياً إلى درجة مقبولة. وهذا ما يثبت صحة الفرضية

مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

دلت النتائج من خلال جدول (11) على أنه: مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط، وفي ضوء هذه النتيجة يمكن تقرير أن الفرض البحثي لم تحقق.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد دراسة وتتفق مع نتائج دراسة ماجدة سكفالي (2022) تتعارض مع دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022)

ويمكن تفسير نتيجة فيما يلي:

أهمية الصحة النفسية للتلاميذ والتي تحدد من خلال الأثر الذي يمكن أن تحدثه مواقع التواصل الاجتماعي، وهذه الأخيرة التي بدورها تلعب القدر المهم للفرد على التكيف مع الظروف والأحداث والمواقف وتحقق التواصل الاجتماعي من خلال نقل الأفكار والمعارف واستطاعت أن تجعل الشباب بصفة عامة والتلاميذ بصفة خاصة يتعلقون بشكل كبير بها نظراً للخدمات المتعددة التي أتاحتها والتي تتعلق بالدرجة الأولى باهتماماتهم وتطلعاتهم وعبرت عن صيحة تكنولوجية لافتة ساهمت بشكل كبير في ربط العلاقات وغيّرت أنماط تفاعلاتهم الاجتماعية، إلا أنه قد نجم عن هذه الشبكات من تواصل سلبي للفرد والمجتمع يؤدي إلى انعكاسات على الصحة النفسية.

ويمكن رد ذلك إلى إنسجام للتلاميذ مع ذواتهم ومحيطهم الاجتماعي سواء الأسري أو التربوي مما يجعلهم متوازنين نفسياً إلى درجة مقبولة ذلك لأنهم تعودوا على أخذ المسؤولية في مختلف ميادين الحياة اليومية والاعتماد الشبه كلي على أنفسهم ومسايرة واقعهم وتقبله.

2-3- عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة:

والتي تنص الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي

جدول رقم (11): يوضح العلاقة بين درجات أفراد عينة الدراسة في إدمان الأنترنت والصحة النفسية

إدمان الأنترنت		الصحة النفسية
إدمان الأنترنت	معامل الارتباط بيرسون	0.170
	مستوى الدلالة	0.091
	حجم العينة	100
الصحة النفسية	معامل الارتباط بيرسون	0.170
	مستوى الدلالة	0.091
	حجم العينة	100

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية جاءت سالبة عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.01$) نلاحظ أنها قيم ضعيفة، وبالنظر إلى قيمة معامل الارتباط بيرسون والتي بلغت (0.170)، أي أن استخدام المفرد للأنترنت لم يؤثر سلباً على الصحة النفسية، وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) وبالتالي يمكن القول بأنه لا توجد علاقة ارتباطية بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي. ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%). وهذا ما يثبت عدم صحة الفرضية

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

دلت النتائج من خلال جدول (11) على أنه: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة من تلاميذ ثانويات أولاد دراج - المسيلة، على ضوء هذه النتيجة يمكن القول أن الفرض البحثي لم يتحقق.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد أن درستنا تتفق مع نتائج دراسة ساردو حسان ومشري عز الدين (2020)

وتتعارض دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022) ودراسة خالد بن حسين وآخرون (2017) ودراسة وسام عزت محمد عباس (2010) ودراسة سلطان عائض مفرح العصيمي (2010)،

ويمكن تفسير نتيجة إلى ما يلي:

أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين الإدمان على الأنترنت والصحة النفسية لدى عينة الدراسة أي أن استخدام المفرط للأنترنت لم يؤثر سلباً على الصحة النفسية وتوازن الاجتماعي لعينة الدراسة وهذا يمكن إرجاعه حسب مدرسة التحليل النفسي إلى أن الفرد يعيش في سلسلة من الصراعات لإشباع حاجاته ورغباته التي تثيرها دوافعه والتي يعقبها دائماً نجاح أو فشل، وإن النجاح يؤدي إلى حسن التوافق أما الفشل فيؤدي إلى سوء التوافق وحينما يلجأ إلى شبكة الأنترنت تحقق له ما يبتغيه ومن خلالها يخلق دوراً افتراضياً يظهر فيه هويته المتصورة أو المرغوبة. (العصيمي، 2010، ص 144)

كما تعزي هذه النتيجة إلى أن للعوامل الاجتماعية والبيئية دور كبير في حياة المراهق المتمدرس تتحكم في الاستعمال الإيجابي أو السلبي للأنترنت حيث أن استخدامهم السلبي لا يؤثر على شخصيتهم وعلاقاتهم الأسرية والاجتماعية لأنه لا يمكنه الاستغناء عن بيئته الاجتماعية وهذا ما وضحته دراسة آل بيلامي وشيرل هانوفيتز" في جنوب شرق ولاية ميتشغان في الولايات المتحدة، في مرحلة البكالوريوس معرفة تأثير الأنترنت في خلق حالة من الإدمان لدى مستخدميه وقد توصلت الدراسة إلى أن توجه الشباب نحو الأنترنت وإدمانهم عليه يرتبط بالنوع الاجتماعي وبعض المتغيرات الشخصية كالتقبل الاجتماعي والعلاقات الشخصية للمفحوصين. (حلمي، 2008، ص 103)

هذا معناه أن استخدام الأنترنت المفرط لا يأخذ المنحى السلبي في أغلب الأحيان وهذا يتجلى بالخصوص في البحث العلمي وتبادل المعلومات والمعارف أن الدافع الأول لاستخدام الأنترنت لدى التلاميذ هو طلب المعرفة، يلي ذلك المتعة والترويح، ثم تكوين علاقات اجتماعية.

عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

والتي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إيمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس

الجدول رقم (12) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى إيمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الجنس

القرار	مستوى الدلالة	قيمة (T)	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	اختبار ليفين للكشف عن التجانس (F)	الجنس	مستوى إيمان الأنترنت
غير دال عند 0.05	0.646	0.460	98	63.46856	214.8485	33	0.556	0.350	ذكور	
				0.27207	208.9254	67			إناث	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار التجانس ليفين (F) بلغت (0.350)، وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وهذا يستوجب استخدام اختبار الدلالة الإحصائية (T) بالنسبة لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في إيمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي والتي بلغت عند الذكور (214.8485) وعند الإناث (208.9254) يمكن القول بأن هناك فروقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (0.460) جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفروق، ومنه رفض الفرضية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%. وهذا ما يثبت عدم صحة الفرضية

مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

دلت النتائج من خلال جدول (12) على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس، وفي ضوء هذه النتيجة يمكن تقرير أن الفرض البحثي لم يتحقق.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة أن دراسة تتفق دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022) ودراسة ساردو حسان ومشري عز الدين (2020) وعفاف محمد أحمد جعيس وآخرون (2018)

وتتعارض مع دراسة ماجدة سكفالي (2022) ودراسة سامية ابرييم (2014) ودراسة وسام عزت محمد عباس (2010) ودراسة ابراهيم الشافعي (2009) ويمكن تفسير نتيجة إلى:

أن متغير الإدمان لا يلعب دورا في استخدام الأنترنت ولإدمان عليها، كما قد يعود هذا إلى أشكال الإدمان بين الجنسين، فقد يميل الجنسين إلى الإدمان على مواقع ذات جاذبية كالألعاب وغرف الدردشة والتي سبق ذكرهم في الجانب النظري بسبب شعورهم بالوحدة، وكذا افتقارهم للسند العاطفي مما يجعلهم يبحثون عن الإشباع الوهمي واللذة المؤقتة من خلال الاتصال والتعارف بأناس مجهولين.

ويمكن تفسير هذه النتائج من خلال ما يشهده العالم بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة من تطور في تكنولوجيات الإعلام والاتصال وكذا التغيرات الاجتماعية، حيث أغلب أفراد الأسرة الواحدة يمتلكون هاتف ذكي أو جهاز كمبيوتر وبذلك أصبح استخدام الأنترنت متاحا للجميع، ليصبحوا بذلك عرضة للوقوع في فخ الإدمان إذا لما يعرفوا كيفية استغلالها، فالاستخدام العشوائي والدائم للشبكة العنكبوتية يؤدي إلى انخفاض في مستوى الصحة النفسية.

كما أن الإفراط في استخدام الأنترنت يجعل الفرد بعيدا عن مجتمعه الحقيقي لأنه دخل عالما حسب رأيه هو المكان المريح الذي يحقق له رغباته التي لم يجدها في العالم الواقعي كالحب والترفيه والتعارف، بحيث يستطيع تكوين صداقات مع أشخاص آخرين، وقد يستعير اسما آخر دون اسمه الحقيقي، وشخصية غير شخصيته الحقيقية، ويفعل ما يريد

دون قيود، ولكنه لا يعلم بأن إشباع رغباته سيشكل السلوك الاعتيادي والمداومة حتى يصبح داخل دائرة الإدمان، ويصبح بعدها هذا السلوك نموذجي من خلال تكراره حتى يقع في الفخ الثاني وهو الأعراض الجانبية كالأضطرابات النفسية والسلوكية والانفعالية التي تنشأ من خلال التكرار المستمر للسلوك، ويتطابق هذا التفسير مع وجهة نظر النظرية السلوكية التي رأت أن السلوك متعلم ويتم عن طريق المثير والاستجابة والتعزيز، فاستخدام الأنترنت من طرف أشخاص خجولين يعطيهم قوة تثير سعادتهم، لأنها تمكنهم من فعل ما يريدون والإفصاح عن رغباتهم ومشاعرهم المكبوتة دون الحاجة إلى التفاعل المباشر مع الآخرين، وهذا ما يشعره بذاته ويجعله مداوما على شبكة الأنترنت .

2-5- عرض نتائج الفرضية الخامسة:

والتي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس

الجدول رقم (13) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس

القرار	مستوى الدلالة	قيمة (T)	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	اختبار ليفين للكشف عن التجانس (F)	الجنس	
غير عند 0.05	0.994	0.007	98	15.6844 5	134.242 4	33	0.121	2.441	ذكور	مستوى الصحة النفسية
				10.6768 2	134.223 9	67			إناث	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة اختبار التجانس ليفين (F) بلغت (2.441)، وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وهذا يستوجب استخدام اختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في نحو الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي والتي بلغت عند الذكور (134.2424) وعند الإناث (134.2239) يمكن القول بأن هناك فروقا بينهما، غير أن قيمة اختبار الفروق (Ttest) والتي بلغت (0.007) جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$).

وبالتالي تم تقبل الفرضية الصفرية التي تنفي وجود فروق، ومنه قبول تحقق الفرضية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 05%. وهذا ما يثبت عدم صحة الفرضية

مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

دلت النتائج من خلال جدول (13) على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس، وفي ضوء هذه النتيجة يمكن تقرير أن الفرض البحثي لم يتحقق.

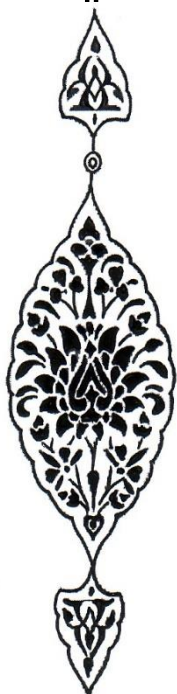
وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد أن دراسة تتفق دراسة الصوافي جوخة محمد وآخرون (2022) ودراسة خالد بن حسين وآخرون (2017) .

ويمكن تفسير نتيجة:

أن الصحة النفسية تسود بمستوى واحد عند أفراد مجتمع البحث من كلا النوعين. أن الذكر والأنثى في هذا العصر يعيشون حياة واحدة تكاد تكون متشابهة الحد بعيد، فأصبحت الأنثى تشارك الرجل همه ونتيجة لضغوط الاقتصادية خرجت المرأة من بيتها الذي كانت تديره وترعاه إلى ساحة التعليم المتقدم من أجل مشاركة الأسرة ماديًا، مما عرضها من المشاكل مثل ضغوط العمل وجعلها تتعرض إلى ما يتعرض إليه الرجل من صعوبات حياة وكذلك الحال لدى عينة الدراسة فكادت أن تختفي العادات الجميلة في تنشئة الأنثى على إدارة بيتها فتوسعت الدائرة وخرجت إلى ساحت التعليم المتقدم فتتلقى نفس المعلومات التي يتلقاها الذكر بل تنافسه فيها، فأصبح الهم مشتركاً بينهم في قلق الامتحانات والمنافسة والتفكير في المستقبل والخوف من الفشل مما جعل مستوى الصحة النفسية تسود بينهم بمستوى واحد.

الاستنتاج

العام



الاستنتاج العام:

لقد تزايد الاقبال على الأنترنت في صفوف المراهقين نذكر منهم تلاميذ التعليم الثانوي في السنوات الأخيرة بشكل كبير وصار يقض مضجع الكثير من الأسر في مجتمعنا، فلا أظن أن اكتظاظ مقاهي الأنترنت بالزبائن أو انعزال مراهقين في زاوية في المنزل أمام شاشة الكمبيوتر أو الهاتف هو دليل على التطور والتحضر بل هو ناقوس الخطر يدق ويجب تداركه باعتباره مؤشر من مؤشرات الإدمان على الأنترنت وذلك من خلال تفعيل دور الأسرة في متابعة الأبناء لوقايتهم من الآثار السلبية والمخاطر المترتبة على الاستخدام غير آمن لشبكات الأنترنت، وتأثيره على صحتهم النفسية ولقد هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير ادمان الأنترنت على الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، الكشف عن العلاقة بين ادمان الأنترنت والصحة النفسية لتلاميذ التعليم الثانوي، وما إذا كانت هناك فروق في مستوى ادمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس، وما إذا كانت هناك فروق في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تقوى تعزى لمتغير الجنس.

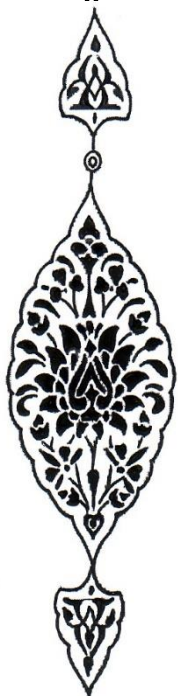
كما حاولت الكشف عن المستوى في كل هذه المتغيرات لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لبعض متغيرات الدراسة وبالتناول النظري المتغيرات الدراسة، وبعد الدراسة الميدانية باستخدام مقاييس خاصة بذلك مقياس ادمان الأنترنت ومقياس الصحة النفسية وبعد المعالجة الاحصائية كانت النتائج كما يلي:

- مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.
- مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي متوسط.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إدمان الأنترنت والصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الأنترنت لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي تعزى لمتغير الجنس

الاقتراحات:

- تطوير استراتيجيات الوقاية والتدخل حيث يساعد فهم علاقة الإدمان على الإنترنت بالصحة النفسية في تطوير استراتيجيات فعالة للوقاية من الإدمان وتقديم الدعم للتلاميذ المتأثرين كما يمكن تحديد الممارسات الأفضل وتطبيقها في البيئة المدرسية وتوفير الدعم النفسي والعلاج للطلاب الذين يعانون من الإدمان.
- تعزيز التوعية والتثقيف بزيادة الوعي بين الطلاب والمربين وأولياء الأمور حول خطورة الإدمان على الإنترنت وتأثيره على الصحة النفسية.
- دعم السياسات والتشريعات وتوفير الأدلة اللازمة لدعم وتطوير السياسات والتشريعات المتعلقة بالرقابة من الإدمان على الإنترنت وتعزيز الصحة النفسية للتلاميذ.
- عقد ندوات وأيام تحسيسية في الوسط المدرسي حول إيجابيات وسلبيات الإنترنت.
- إنشاء النوادي الثقافية والرياضية من أجل استغلال وقت الفراغ لدى المراهقين لممارسة أنشطتهم وهواياتهم.

قائمة المراجع



قائمة المصادر والمراجع:

- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، (2011). دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، مركز ديپولو لتعليم التفكير.
- أبو زيد، محمد خير سليم، (2005). أساليب التحليل الإحصائي باستخدام برمجية spss، الرياض، دار جرير للنشر والتوزيع .
- أحمد الداھري صالح، (2010). مبادئ الصحة النفسية، ط2، عمان، دار وائل للنشر.
- أرنوط بشرى إسماعيل أحمد، (2004). الاضطرابات النفسية للأطفال، الأسباب، التشخيص، العلاج، مكتبة الانجلو المصرية.
- بن العربي مليكة، (2019). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية ودافعية الإنجاز الأكاديمي لدى عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، تخصص الصحة النفسية، جامعة عمار ثلجي، الأغواط، الجزائر .
- حامد إبراهيم الهنداوي محمد، (2011). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظة غزة، جامعة الأزهر.
- والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة مكملة لشهادة الماجستير، تخصص علم النفس المدرسي وتطبيقاته لجامعة الحاج لخضر باتنة.
- حامدي صبرينة، (2014/2015). الإدمان على الأنترنت وعلاقته بالإغتراب النفسي والسلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مذكرة مكملة لشهادة الماجستير، تخصص علم النفس المدرسي وتطبيقاته لجامعة الحاج لخضر باتنة.
- حجازي مصطفى، (2004). الصحة النفسية، ط2، المغرب، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء.
- حسين عبد المعطي، (2004). الأسر ومشكلات الأبناء، ط1، القاهرة، دار رحاب للنشر والتوزيع.
- حمودة سليمة، (2014-2015). الإدمان على الأنترنت اضطراب العصر، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 21، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

- الحواشي أحمد، (2004). مظاهر الصحة النفسية، الإطلاع يوم 2022/05/22، الساعة 19:05، مقال الكتروني منشور على الرابط:
- خطاب محمد أحمد، (2017). إدمان الأنترنت، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 31 (117). 55-49.
- خالد عمار، (2014). إدمان الشبكة المعلوماتية (الأنترنت) وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة دمشق، فرع درعا، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية.
- زرواتي رشيد، (2002). تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، ط1، الجزائر، دار هومة.
- زكور محمد مفيدة، (2013-2014). الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى عمال المحطة الجهوية للإذاعة والتلفزيون، دراسة ميدانية، ورقلة.
- سكفالي ماجدة، شيماء حيدر، (2021-2022). إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي، جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
- شحاتة ربيع محمد، (2002). أصول الصحة النفسية، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- شدمي رشيد، (2015). واقع الصحة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراء في علم النفس العيادي، جامعة أبي بكر القايد، تلمسان.
- صالح أحمد الداهري، (2010)، مبادئ الصحة النفسية، ط2، دار وائل للنشر، عمان.
- عائض العصيمي سلطان، (2010). إدمان الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة مقدمة للحصول على درجة الماجستير في العلوم الاجتماعية، تخصص الرعاية والصحة النفسية، جامعة نايف الرياض، السعودية.

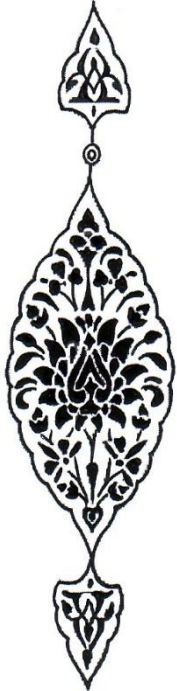
- عبد المعطي حسين ،(2004). الأسر ومشكلات الأبناء، ط1، القاهرة، دار رحاب للنشر والتوزيع.
- عزوز داوود ،(2006). مناهج البحث العلمي، ط1، عمان، دار أسامة للنشر والتوزيع.
- علا عبد الباقي، دون سنة، الصحة النفسية وتنمية الإنسان، ط1، عالم الكتب.
- علي أحمد الحساني أمال، (2022). إدمان الأنترنت لدى عينة من طلال كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية، العدد الثامن، (2022).
- فايد حسين، (2006). سيكولوجية الإدمان، ط1، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة.
- فطائر جواد، (2001). الإدمان، أنواعه، مراحل، علاجه، ط1، القاهرة، مصر، دار الشروق،
- فهمي مصطفى ،(1995). الصحة النفسية، دراسات في سيكولوجية التكيف، ط2، القاهرة، الناشر مكتبة الخانجي.
- قنيطرة أحمد، (2011). الآثار السلبية لاستخدام الأنترنت من وجهة نظر طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ودور التربية الإسلامية في علاجها، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في أصول التربية، جامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ماجدة سكفالي، شيماء حيدر، (2021-2022). إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي، جامعة 8 ماي 1945 قالمة.
- محمد حامد إبراهيم الهنداوي ،(2011). الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركيا بمحافظة غزة، جامعة الأزهر.
- محمد شحاتة ربيع، (2002). أصول الصحة النفسية، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- محمد شد سميرة، (2008). سيكولوجية مراقبة ومشكلاتها، القاهرة، دار البسمة.

- محمد علي، (2010). إدمان الأنترنت في عصر العولمة، ط1، الأردن، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان،.
- مختار وفيق صفوت، (2019). الأطفال والشباب وإدمان الأنترنت، أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي.
- مصطفى حجازي، (2004). الصحة النفسية، ط2، المركز الثقافي العربي، الدار البيضاء، المغرب.
- مصطفى فهمي، (1995). الصحة النفسية، دراسات في سيكولوجية التكيف، ط2، الناشر مكتبة الخانجي، القاهرة.
- مقدم فاطمة الزهراء، (2014-2015). دور الإرشاد والتوجيه المدرسي في الحد من ظاهرة الإدمان على الأنترنت لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر تخصص إرشاد وتوجيه، جامعة الدكتور مولاي الطاهر، سعيدة.
- هاشم راضي بشير، (2010). محاضرات في الصحة النفسية، جامعة بابل، كلية التربية الأساسية.

المواقع الإلكترونية:

www.taunet/up/uploads/files/ta_u.com

الملاحق



الملاحق:

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الموضوع: استبيان

أخي الطالب، عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة وبعد..

تقوم الباحثتين بإجراء دراسة بعنوان: إدمان الأنترنت وعلاقته بالصحة النفسية لدى تلاميذ

التعليم الثانوي - دراسة ميدانية ببعض ثانويات أولاد دراج المسيلة، لذلك نرجو منك

التعاون والإجابة على العبارة التي تنطبق عليك، بوضع علامة (X) أمام العبارة التي

تناسبك. علما بأن إجابتك هي لغرض البحث العلمي فقط وسيتم الحفاظ على سريتها.

شكرا على تعاونكم

إشراف:

إعداد الطالبة:

*د خيذر سميرة

* عويجي حدة

* بكري نجوى

السنة الجامعية: 2024/2023

مقياس الصحة النفسية:

عزيزي التلميذ عزيزتي التلميذة:

- يرحى التكرم بملء الاستبيان المرفق بعد قراءة كل عبارة قراءة متأنية ووضع علامة (x) في الخانة التي تتاسبكم نرجو ألا تترك أي عبارة دون الإجابة عليها.
- فإذا كنت موافقا على العبارة فضع علامة (X) في الخانة (نعم)
- أما إذا كنت عارضا على العبارة فضع علامة (X) في الخانة (لا)
- وتأكدوا أن استجاباتكم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي شاكرين لكم حسن تعاونكم.

الرقم	العبارة	نعم	لا
01	أجد رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتي أمام الآخرين		
02	استمتع كثيرا بالتعامل مع الناس		
03	تتغير مشاعري - بين حب وكراهية- نحو الآخرين بصورة سريعة		
04	أتمكن من مواصلة عمل ما لفترة طويلة حتى لو واجهتني بعض الصعوبات		
05	أعاني من اهتزاز (رعشة) في بعض أجزاء جسمي في الكثير من الأحيان		
06	يجب ألا يحاول الإنسان تحقيق غاياته على حساب الآخرين		
07	أشعر بأنه ليس لدي آراء مفيدة اقترحها على الآخرين		
08	أحرص على المشاركة في الأنشطة الترفيهية مع الآخرين		
09	أشعر بنوبات (حالات) من الحزن والفرح دون سبب معقول		
10	يسعدني بذل أقصى جهد ممكن في أداء عملي مهما كلفني ذلك من مشقة		
11	أعاني من ضيق في التنفس رغم عدم وجود سبب عضوي واضح		
12	أعامل الآخرين بالأسلوب الذي أحب ان يعاملونني به		

13	أرى أن الأفراد ثقيلي الوزن يكونون موضع سخرية الآخرين دائما	
14	يعاملني والدي كما لو كنت طفلا صغيرا	
15	أحرص على المشاركة في النشاطات الاجتماعية	
16	أغضب إذا ضايقني أحد ولو بكلمة واحدة	
17	أحرص دائما على بذل كل ما في وسعي لإتقان العمل الذي أقوم به	
18	أعاني من نوبات من الصداع في معظم الأحيان	
19	أميل للتحدث عن مزايا الآخرين وليس عيوبهم	
20	أشعر بأنني لا أصلح لشيء	
21	أشعر أن زملائي لا يهتمون كثيرا لأرائي وأفكاري	
22	علاقاتي الجيدة مع أساتذتي تجعلني أتحدث معهم بحرية في مختلف أموري الخاصة	
23	أشعر بالقلق اتجاه المستقبل	
24	أرى أن الإنسان يجب أن يكون مخلصا في عمله	
25	أعاني من الأحلام المزعجة (الكوابيس) بصورة متكررة	
26	أرى ان يستمتع الإنسان بمعرفة الناس دون مصالح	
27	أسعر بأن زملائي وأصدقائي أفضل مني في مظهرهم العام	
28	أشعر بعدم الكفاءة والقدرة على الإنجاز	
29	أشعر بالضيق والتوتر في المواقف المحرجة	
30	أحاول انجاز أعمالي في موعدها المحدد، عملا بالحكمة "لا توجل عمل اليوم إلى الغد"	
31	أشعر بتوتر ووجع في رقبتني في الكثير من الأحيان	
32	أرى أن يلتزم الإنسان بالصدق والأمانة	
33	أفضل (أحب) التعامل مع من هم أصغر مني سنا	
34	أشعر أنني انتقد إلى المواهب وقدرات كثيرة لدرجة تجعلني أخجل من نفسي	

35	أحس بالسعادة في المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية	
36	أتصرف بتسرع في بعض المواقف دون حساب ما يترتب على ذلك من نتائج سلبية	
37	أشعر بأن دراستي ستفيدني كثيرا في مستقبل حياتي	
38	أشعر بفقدان شهيتي للطعام	
39	أحترم مشاعر الآخرين حتى ولو اختلفوا معي في الرأي	
40	أنا راض عن نفسي	
41	يثق أقاربي في مقدرتي على مساعدتهم	
42	أرى أنه من الأفضل أن يشارك الفرد بدور فعال في الأنشطة الاجتماعية	
43	أشعر بعدم السعادة لأشياء قد يفرح لها الآخرون كثيرا	
44	أحرص على التخطيط السليم لمختلف أمور حياتي	
45	أشعر بالتعب والاجهاد رغم عدم وجود سبب عضوي (جسمي واضح لذلك)	
46	أوفي بوعودي لأن وعد الحر دين عليه	
47	ينظر الناس إلى المعاقين على أنهم أقل كفاءة من غيرهم	
48	أشعر بعد ثقتي بنفسي وبأنني عبء على غيري	
49	تشجعني أسرتي على تبادل الزيارات مع أصدقائي	
50	يصعب علي نسيان ما يوجهه الآخرون لي من إساءة وانتقادات	
51	أحل مشاكلتي بنفسني دون الاعتماد كثيرا على الآخرين	
52	أشعر بصعوبة تذمر ما سبق لي دراسته أو قراءته	
53	أرى أن كل إنسان سيجني حتما نتائج عمله سواء خيرا أم شرا	
54	أعتقد أنه لا يجب أن يطلب الناس المساعدة من فرد معاق	
55	أشعر بصعوبة ابداء رأي في الجماعة حتى لو كنت اعرف الموضوع الذي يتحدثون به	

56	تربطني علاقة طيبة ببعض العائلات بحيث أشعر كما لو كنت بين أهلي
57	أستغرف في أحلام اليقظة بحيث لا أشعر بما يدور حولي
58	أشعر بالنشاط والحيوية عندما أكون مشغولا بعمل ما
59	أشعر بصعوبة التركيز أثناء القراءة أو الاستماع لمحاضرة في المدرسة
60	أحرص على حقوق الآخرين
61	يعاني الفرد قصير القامة من الشعور بالنقص والخجل بين زملائه
62	أجد صعوبة في الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سني
63	استغرق في الخيال طويلا حتى لو كنت بين أصدقائي
64	أحرص على ممارسة هواياتي في أوقات فراغي
65	أجد صعوبة في الكلام والتعبير عن نفسي
66	أصدر أحكام على الناس دون معرفة كافية بهم
67	الفرد ذو الصوت الغليظ (الخشن) موضع سخرية واستهزاء من زملائه
68	أضيع وقتا طويلا في حل المشاكل مما يفوت علي فرصة اتخاذ القرار في الوقت المناسب
69	أفكر في أهمية ما أعمله ومدة فائدته للمجتمع قبل أن أقوم به
70	أجد صعوبة في التخلص من بعض العادات السيئة مثل قضم أظفاري أو وضع إصبعي في فمي
71	اعتقد أن الإنسان يجب أن يكون ذو خلق حسن واحترام الآخرين فالعلم وحده لا يكفي
72	يخجل الفرد من أشياء وتشوهات في مظهره مثل تشوه أسنانه وشكلها القبيح
73	أتجنب بعض المشكلات والمصاعب لعدم مقدرتي على مواجهتها
74	هناك أمور كثيرة في الحياة تثير اهتمامي وتحفزني على العمل

75	تصيبني أوجاع في معدتي رغم عدم وجود سبب عضوي واضح	
76	أشعر بالسعادة عندما أقف مع الآخرين وقت الشدائد	
77	أشعر أن رأي الناس عني أقل مما يجب	
78	أحرص على تحمل المسؤولية وأداء ما هو مطلوب مني قبل أن أطلب بمصالحي	
79	أعاني من عدم القدرة على النوم بحيث لا أستطيع الاستغراق في النوم لدرجة كافية	
80	أفكر كثيرا قبل أن أقوم بعمل قد يضر بمصالح الآخرين	
81	يعتقد الناس أن المكفوف أقل منهم لذا يتجنبون التعامل معهم	
82	يعتقد الناس أن الشخص الضعيف (هزيل الجسم) غير قادر على انجاز أي شيء مفيد	

مقياس الإدمان الأنترنت

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

التخصص: علمي ☐ أدبي ☐

المستوى الدراسي: السنة الأولى ☐ السنة الثانية ☐ السنة الثالثة ☐

الرقم	العبارة	موافق جدا	موافق	محايد	غير موافق	لا أوافق أبدا
1	أرى أن الأنترنت مهم جدا في حياتي الشخصية					
2	أكون أكثر راحة عندما أكون متصلا بالأنترنت					
3	يشتكي والدي من كثرة استخدامي للأنترنت					
4	أتوجه إلى أي مكان به الأنترنت إذا تعطلت الأنترنت في منزلي					
5	أخسر الكثير من الأصدقاء بسبب استخدامي الطويل للأنترنت					
6	عندما حاولت التوقف عن استخدام الأنترنت لمدة من الزمن فشلت في ذلك وعدت أكثر استخداما له					
7	أتأخر في تقديم واجباتي المدرسية بسبب قضائي وقتا طويلا متصلا بالأنترنت					
8	زادت مصروفات فاتورة خدمات الأنترنت أكثر مما هو متوقع					
9	أشعر أن الأنترنت بالنسبة لي كالماء والهواء					
10	استخدم الأنترنت عندما أتجنب أداء بعض الأمور التي لا أحبها					
11	يتهمني أصدقاؤني أنني أصبحت أسير الأنترنت					
12	أشعر بالتعاسة عندما تمنعني الظروف من استخدام الأنترنت					
13	فشلت في محاولات كثيرة للتقليل من فترات استخدامي للأنترنت					
14	تسبب قراري بالابتعاد عن استخدام الأنترنت بشعور بالضيق الشديد وإحساسي بالتعاسة					
15	أشعر أن الوقت يمر سريعا عندما أكون متصلا بالأنترنت					
16	اقترض بعض الأموال لكي نغطي مصاريف خدمات الأنترنت					
17	عندما أستيقظ من نومي، أول شيء أعمله الإتصال بالأنترنت					
18	يساعدني الأنترنت على نسيان مشكلاتي والتقليل من الضغوط علي					
19	أخفي على أصدقاؤني وأفراد أسرتي مقدار الوقت الذي أفضيه متصلا بالأنترنت					
20	لا أشعر بالمتعة طوال اليوم إذا لم أقض بعض الوقت متصلا بالأنترنت					

21	منذ أن استخدمت الانترنت وقد تغيرت هواياتي وعاداتي				
22	رغم تعرضي للعقاب من والدي كي أتوقف عن استخدام الانترنت إلا أنني أعود أكثر رغبة في الاستمرار في استخدامه				
23	أشعر بالضيق والاضطراب عندما تكون سرعة الانترنت بطيئة				
24	أهتم كثيرا بالدخول على المواقع الجنسية نظراً لما توفره من متعة عند مشاهدتها				
25	أشعر باللهفة من أجل الاتصال بالانترنت عندما أعود لمنزلي				
26	أجد أن أفضل الأوقات أقضيها عندما أكون متصلاً بالانترنت				
27	أجد السعادة في الاتصال بالانترنت فترات طويلة لا أجدها في أشياء أخرى في الحياة				
28	أشعر بالاكئاب عندما لا أكون متصلاً بالانترنت				
29	يخاصمني أصدقاؤني بسبب تفضيلي للانترنت عليهم				
30	أشعر بالمتعة عندما عودتي لمحادثة أصدقاؤني الذين تعرفت عليهم من خلال الانترنت				
31	حينما أغادر منزلي فإنني أظل على شبكة الانترنت حتى آخر دقيقة من خروجي				
32	أهتم بمواقع الهاكر وأتدرب على طرقهم في اختراق أجهزة ومواقع الآخرين				
33	لا أفكر في شيء غير الانترنت عندما أكون متصلاً به				
34	أكون أكثر سعادة وسروراً عندما أتصل بالانترنت				
35	أقضي أكثر من ثلاث ساعات يومياً متصلاً بالانترنت				
36	أشعر بالوحدة والعزلة عندما تبعدني الظروف عن استخدام الانترنت				
37	أشعر بالضيق من محاولات والدي للتقليل من مدة استخدامي للانترنت أو منعي من استخدامها				
38	عندما أفكر في التوقف عن استخدام الانترنت أصاب بحالة من الفزع والخوف الشديد				
39	أعاني من اضطراب في النوم بسبب اتصالي الدائم بالانترنت				
40	أحاول نشر أخبار كاذبة عن الأشخاص الذين لا أحبهم عن طريق استخدام الانترنت				
41	أهرب من المشكلات والصعوبات التي تواجهني إلى عالم الانترنت				
42	بسبب الانترنت انخفضت درجاتي في المدرسة				
43	يغضب أصدقاؤني مني لعدم شعوري اتصالي بهم لانشغالي الدائم بالانترنت				
44	افتقد أصدقاؤني المخلصين عندما لا أتصل بهم عبر الانترنت				
45	يلومني الكثير من الأساتذة بسبب انخفاض مستواي الدراسي بسبب				

					استخدام الانترنت	
					عندما جلست مع نفسي وحاولت التفكير في الابتعاد عن استخدام الانترنت شعرت أنني لا أملك الإرادة لفعل ذلك	46
					أتناول طعامي وأنا متصل بالانترنت حتى لا أضيع الوقت	47
					أقضي ساعات طويلة في اللعب مع أشخاص آخرين متصلين بالانترنت	48
					أجاهل تناول وجباتي حينما أكون متصلا بالانترنت	49
					أعاني من الإعياء والإرهاق بسبب استخدامي المستمر للانترنت	50
					أزيد من الاتصال بالانترنت للحصول على السعادة والسرور والرضا	51
					أحلم كثيرا في نومي أنني أستخدم الانترنت	52
					استخدامي للانترنت فترات طويلة جعلني لا أقوم بالزيارات العائلية المهمة	53
					لا يمكنني أن أرى نفسي بعيدا عن الانترنت	54
					انخفضت أنشطتي الاجتماعية والترفيهية بسبب استمراري استخدام الانترنت	55
					انخفضت مهاراتي في القراءة والكتابة بسبب استمراري في استخدام الانترنت	56
					أنشغل بالانترنت لدرجة أنني أنسى النوم	57
					أشعر بالإجهاد في العين بعد قضاء ساعات طويلة أمام شاشة الكمبيوتر أو الهاتف	58
					أقل من ساعات نومي حتى أوفر الوقت كي أتصل بالانترنت	59
					عندما تعتريني مشاعر الغضب والعصبية اتجه فوراً للاتصال بالانترنت	60
					يشعروني الانترنت أنني شخص عظيم ومهم	61
					لم يمنعي الإرهاق والمرض الذي سببه لي استخدام الانترنت من أن أعود بشغف لاستخدام الانترنت	62
					أتمنى تغير سرعة الانترنت حتى استمر في حصولي على أكبر قدر من السعادة والسرور	63
					أقوم بتحميل الصور الجنسية من شبكة الانترنت على الجهاز الخاص بي	64
					أفضل اختراع في هذا العصر هو الانترنت	65
					أشعر دائما أنني في أفضل حالاتي عندما أكون متصلا بالانترنت	66
					أهتم بالبرامج والمواقع التي تجعلني أستخدم الانترنت لأطول فترة ممكنة	67
					أغضب وأثور عندما يزورني أحد الأصدقاء وأكون متصلا بالانترنت	68
					استخدمي للانترنت قلل من تواصلتي مع الناس في الواقع	69
					حاولت استبدال جهاز الكمبيوتر الخاص بآخر حتى يوائم مع استخدامي للانترنت	70

					أحاول من خلال غرف الدردشة إقامة علاقات مع الجنس الآخر دون علم الأهل	71
					أفضل استخدام الأنترنت عن الخروج مع أصدقائي خارج المنزل	72
					أفضل تكوين صداقات جديدة من خلال الأنترنت مقارنة بالحياة الواقعية	73
					في الوقت الذي لا أستخدم فيه الأنترنت أكون منشغلا بما يجب علي عمله عند معاودتي لاستخدامه	74
					أستخدم الأنترنت رغم المشكلات الجسمية التي سببها لي	75
					بسبب انشغالي بالأنترنت فإنني لا أستطيع التركيز في دراستي	76
					لا أتفق مع الجهود المبذولة لوضع رقابة على استخدام الأنترنت	77
					أحب الدخول على مواقع الجماعات الإرهابية والاقتراب منهم	78
					تعرضت لعدة عمليات نصب وضياع أموال نتيجة لتصديق بعض المواقع التي يسيطر عليها المحتالين	79

		الجنس			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	ذكر	17	56 ,7	56 ,7	56 ,7
	أنثى	13	43 ,3	43 ,3	100 ,0
	Total	30	100 ,0	100 ,0	

Correlations

		الانترنت_ادمان	النفسية_الصحة
الانترنت_ادمان	Pearson Correlation	1	.170
	Sig. (2-tailed)		.091
	N	100	100
النفسية_الصحة	Pearson Correlation	.170	1
	Sig. (2-tailed)	.091	
	N	100	100

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الانترنت_1ادمان	100	210 ,8800	60 ,24785	6 ,02479
النفسية_2الصحة	100	134 ,2300	12 ,47045	1 ,24705

Correlations

		الانترنت_ادمان	النفسية_الصحة
الانترنت_ادمان	Pearson Correlation	1	.170
	Sig. (2-tailed)		.091
	N	100	100
النفسية_الصحة	Pearson Correlation	.170	1
	Sig. (2-tailed)	.091	
	N	100	100

T-TEST

/TESTVAL=237

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=انترنت_ادمان

/CRITERIA=CI (.95) .

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
أنترنت_إيمان	100	210 ,8800	60 ,24785	6 ,02479

One-Sample Test

Test Value = 237

				95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference		
أنترنت_إيمان	-4 ,335	99	,000	-26 ,12000	-38 ,0745 -14 ,1655

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الانترنت_إيمان	ذكر	22	2.6387	.75535	.16104
	أنثى	72	2.6941	.77207	.09099

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الانترنت_ادمان	Equal variances assumed	.024	.878	- .296	92	.768	-.05543	.18716	-.42714	.31629
	Equal variances not assumed			- .300	35.479	.766	-.05543	.18497	-.43075	.31990

T-TEST GROUPS=الجنس (1 2)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES=النفسيّة_2 الصّحة
 /CRITERIA=CI (.95) .

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسيّة_2 الصّحة	ذكر	33	134 ,2424	15 ,68445	2 ,73031

أنثى	67	134 ،2239	10 ،67682	1 ،30438
------	----	-----------	-----------	----------

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
النفسية_2_الصحة	Equal variances assumed	2 ،441	،121	، 007	98	،994	،01854	2 ،66558	-5 ، 27122	5 ، 30831
	Equal variances not assumed			، 006	47 ، 085	،995	،01854	3 ،02589	-6 ، 06847	6 ، 10556

T-TEST

/TESTVAL=123

/MISSING=ANALYSIS

/VARIABLES=النفسية_ الصحة

/CRITERIA=CI (.95) .

One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسية_ الصحة	100	134 ،2300	12 ،47045	1 ،24705

One-Sample Test

Test Value = 123

				95% Confidence Interval of the Difference			
		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Lower	Upper
النفسية الصحة		9 ,005	99	،000	11 ،23000	8 ،7556	13 ،7044



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

وثيقة ايداع مذكرة ماستر

الموضوع:

إدمان الإنترنت وعلاجه بالعلاج النفسي لدى تلاميذ
مرحلة التعليم الثانوي

إعداد الطلبة:

- 1- بكري تجوي رقم التسجيل: 23 075 097549
 - 2- عويجي حدة رقم التسجيل: 23 0441 0828
- القسم: علم النفس الشعبة: علوم التربية التخصص: إرشاد وتوجيه
إشراف: حيدر سميرة الرتبة: دكتوراه

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2023-2024 وأسمح
بإيداعه على مستوى إدارة القسم للمناقشة والتقييم.

رئيس فريق الاختصاص

موافقة وإمضاء الاستاذ(ة) المشرف(ة):

حنينة

رئيس القسم

لتحميل الوثيقة يرجى نسخ الرمز



الموقع الإلكتروني: <http://virtuelcampus.univ-msila.dz/facshs/>
Face book : <https://www.facebook.com/FshsUnivMsila/>
Tél / Fax : + 213 35 35 3044 فاكس / هاتف



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
الرقم: /

تصريح شرعي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضى ادناه :

السيد(ة): يحيى نجوى

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دافع): طالب

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 205386720

الصادرة بتاريخ: 2019/11/25 عن دائرة: أولاد جراح

المسجل بكلية: العلوم الاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: إرشاد وتوجيه تحت رقم التسجيل: 23075097549

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

عنوانها: إحاطة الإنترنت وعلاقتها بالصحة النفسية لدى
الامة مرحلة التعليم الثانوي

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسجلة في: 2024/06/12

امضاء المعني(ة): A B

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



الجامعة الجزائرية
العلوم الإنسانية والاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES
AND SOCIAL SCIENCES

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



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

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

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

تصريح شرعي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضى أدناه :

السيد(ة): عبد الحميد

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

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 2.0160789

الصادرة بتاريخ: أولاد عبد الحليم عن دائرة: أولاد حراج

المسجل بكلية: العلوم الإنسانية قسم: علم النفس

تخصص: إرشاد وتوجيه تحت رقم التسجيل: 2304410289

والمكلف بإنجاز أعمال بحث(مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه).

عنوانها: أدوات الإنترنت وعلاقتها بالصحة النفسية

أبي تلامذة من علم النفس الثاني

أصرح بشرفي بأنني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

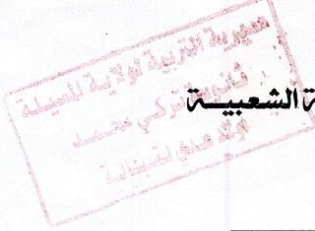
الأكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسجلة في: 2019 6 19

امضاء المعني(ة):

[Signature]

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



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية المسيلة
المؤسسة: ثانوية محمد تركي

بطاقة فنية
2024/2023

التعريف بالمؤسسة:

تاريخ الافتتاح 1997/09/01 طاقة الاستيعاب: 1000/200 - مجموع التلاميذ: 593 ب: 21 فوج تربوي
بنظام نصف داخلي (539) (ذ: 164 اناث: 375)، وخارجي: 54 (ذ: 25 اناث: 29)
التأطير التربوي: مجموع الأساتذة: 46 أستاذ
التأطير الإداري: 16 موظفا
الهياكل والمرافق:

عدد الحجرات الدراسية: 27 حجرة، عدد المخابر: 06، عدد قاعة إعلام آلي: (02).
المكتبة: 01 عدد الكتب: 6255 كتاب، قاعة المطالعة: 01
عدد المكاتب 10 الارشيف: 01 المدرج: 01 طاقة الاستيعاب: 450
عدد الملاعب الرياضية: 01 قاعة رياضية: 01
الشعب التربوية الموجودة بالمؤسسة:

1. شعب العلوم التجريبية
2. شعب الرياضيات
3. شعب التسيير والاقتصاد
4. شعب التقني رياضي (هندسة كهربائية)
5. شعب الآداب والفلسفة
6. شعب اللغات الأجنبية (الإيطالية)

مكان التبرص (مكتب الرقمنة):

تضم ثانوية محمد تركي عدة مكاتب بالمؤسسة منها مكتب الرقمنة، وهو مكتب تم إستحداثه مع إطلاق وزارة التربية لموقع الرقمنة خلال الموسم الدراسي 2015-2016.

يؤطر هذا المكتب موظف إداري برتبة كاتب متحصل على شهادة ليسانس وشهادة تقني سامي
كما يضم هذا المكتب مجموعة من تجهيزات الإعلام الآلي ضمانا للسير الحسن لمتابعة كل عمليات
الرقمنة الخاصة بالتلاميذ و موظفي المؤسسة مثل:

- الملفات الرقمية للتلاميذ (التسجيلات الداخلية والإمتحانات النهائية، شهادات مدرسية)
- النتائج الفصلية والسنوية للتلاميذ، ونتائج امتحان شهادة البكالوريا.
- كل الوثائق الإدارية الخاصة بالموظفين (أساتذة - إداريين - عمال)
- من بين التجهيزات المتوفرة بمكتب الرقمنة (جهاز كمبيوتر- طابعة- جهاز سكران- مودام انترنات- جهاز تلفاز و كامير لتقنية التحاضر المرئي عن بعد).

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية
مديرية التربية لولاية: المسيلة

بطاقة فنية للمؤسسة

أنوية الشهيد بعجي محمد هي ضمن الفضاء العمراني لبلدية أولاد دراج ذات نظام نصف داخلي تتميز نتائجها الحسنة في البكالوريا ضمن الثانويات العشرة الأوائل خلال آخر موسمين دراسيين .

1- تعريف المؤسسة

المؤسسة	البلدية	الدائرة	تاريخ الإنشاء	النمط	رقم التعريف الوطني
ثانوية بعجي محمد	أولاد دراج	أولاد دراج	2009	800	7265
نظام الدراسة	نصف داخلي	البريد الإلكتروني	الهاتف	الفاكس	المساحة المبنية
		Lycbaadji@gmail.com	035398544	035398544	12451.00م ²
بعدا عن مقر الولاية	20 كلم				2705.00م ²

موظفو الأمانة	مساعدو التربية	مشرفو التربية	موظفون الاقتصاديات	عمال مهنيون (1)	أعوان و. والأمن	مج
04	01	04	02	12	02	25

(1) جميع الأصناف. - يستثنى من الإحصائيات في هذا الجدول موظفو التاطير الإداري المذكورون أعلاه

3- ظروف التمدرس

الماء	الكهرباء	التدفئة	هل التلاميذ في حاجة إلى:	النقل المدرسي على مسافة	احتياجات أخرى
نعم	نعم	نعم	داخلي	2.5 كلم:	
لا	لا	لا	نصف داخلي	متوفر	
لا	لا	لا	نعم	نقص	
لا	لا	لا	نعم	غ متوفر	

4- المرافق والوسائل

عدد حجرات الدراسة	عدد المخابر العلمية	عدد النورشات	التجهيز العلمي (متوفر-نقص-معدم)	عدد مخابر الإعلام الآلي	وحدة الكثف والمتابعة (نعم- لا)	عدد المطاعم	عدد السكنات الإلزامية	عدد السكنات المشغولة
20	06	/	متوفر	01	لا	1	7	6
المشغولة من ذوي الحق فيها	المشغولة من غيرهم	المشغولة من خارج قطاع التربية	المشغولة من متقاعدي التربية	عدد المرافق	طاقاتها الإجمالية	عدد المرافق المشغولة	عدد المطاعم	طاقاتها الإجمالية
5	1	/	/	/	/	/	01	200

عدد المكاتب الإدارية	قاعة الاجتماعات	قاعة العلاج	عدد مخازن التعليم التقني	نوع وسيلة النقل وحالتها	المكتبة
08	/	1	/	/	1

-1-

قاعة المطالعة (نعم- لا)	عدد الفناءات	مساحتها الإجمالية	عدد المساحات الخضراء	مساحتها الإجمالية	قاعة الرياضة (نعم- لا)	ملعب نوع (نعم- لا)	مضمار سباق السرعة (نعم- لا)
نعم	/	/	/	/	نعم	لا	لا
ميدان سباق العدو 2/1 الطويل (نعم- لا)	مضمار رمي الحلة (نعم- لا)	مضمار رمي الطويل (نعم- لا)	مضمار الوثب (نعم- لا)	المدراج (العدد)	قاعة الاساتذة (العدد)		
لا	نعم	نعم	نعم	1	1		