

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد بوضياف - المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس.
الرقم التسلسلي:/2020

الإدمان على الهواتف الذكية وآثاره السلبية على طلبة الجامعة
"دراسة ميدانية طلبة جامعة محمد بوضياف بالمسيلة"

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في شعبة علم النفس. تخصص: عيادي

إشراف الأستاذ:

د. عمور عمر

إعداد الطالبان:

خديجي نجوى

جازولي آية

السنة الدراسية: 2020/2019

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شُكْرٌ وَتَقْدِيرٌ

الهي لا يطيب الليل إلا بشكرك ولا يطيب النهار إلا بطاعتك، ولا تطيب الجنة

إلا برويتك فالشكر لله على نعمته التي أنعم علينا بها .إلى مشعل النور الوهاج

سيدنا وحبينا محمد رسول الله كما تتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى

الأستاذ المشرف "عمور عمر" الذي كان خير مرشد وناصح فضلا عن طيبته .

إلى كل أساتذة قسم علم النفس العيادي الذين أنامروا لنا الطريق منذ بدايتنا

للحياة الجامعية إلى جميع الأهل والأصدقاء .إلى كل هؤلاء تتقدم بأخلص

التشكرات آية نجوى



الإهداء

إلى سكان قلبي ...

إلى رجل الكفاح، إلى من زرع القيم والمبادئ الإسلامية، إلى من

أفنى زهرة شبابه في تربية أبنائه ... والدي الحبيب

إلى القلب النابض، إلى رمز الحنان والحب والتضحية، إلى من كانت دعواتها

الصداقة سر نجاحي ... أمي الغالية

إلى أساتذتي وأهل الفضل على الذين غمروني بالحب والتقدير والنصيحة

والتوجيه

إلى كل صديقاتي حبيباتي ... ياسمين، شهرة، عائشة، نادية، وفقكم الله

في حياتكم متمنية لكم كل النجاح.

إلى أستاذي الدكتور التقدير عمور عمر الذي أشرف على عملي متشكراً له

جهده وعطائه وقبوله الإشراف ووقته الثمين.

- نجوى -

الإهداء

شيء جميل أن يسمى الإنسان إلى النجاح فيحصل عليه والأجمل أن

يتذكر من كان السبب في ذلك أهديه إلى التي تنفست أنفاسها وسمعت

نبض قلبها في أحشائها .. أمي إلى التي غمرتني بحنانها وعملت لأجل أن

تسعد يهنأ بالها ربعة إلى الذي أتمنى طبع أخلاقه لأغرسها في ذاتي

... إلى الذي لم يخل علي بإمكانيته لإكمال دراستي ... إلى الذي

في وصفه تعجز كل عباراتي .. أبي رحمه الله إلى من أحبهم قلبي ولم

يذكرهم لساني ونسيهم قلبي ولم أتني على ذكرهم إلى إخوتي

تقوى ، سلسيل ، مهدي إلى صديقتي ورفيق دربي أسماء

- آية -

فهرس



المحتويات



فهرس المحتويات

العنوان:

الرقم

شكر وتقدير

فهرس المحتويات

فهرس الجداول والأشكال

ملخص الدراسة

مقدمة أ، ب، ج

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة.

1. مشكلة الدراسة.....05
2. فرضيات الدراسة.....06
3. أهمية الدراسة.....07
4. أهداف الدراسة.....08
5. أسباب اختيار الموضوع.....08
6. تحديد مفاهيم الدراسة.....09
7. الدراسات السابقة.....10
8. التعقيب.....14

الفصل الثاني:

الإدمان

- تمهيد.....16
1. تعريف الإدمان.....17
 2. طرق حدوث الإدمان.....18
 3. النظريات المفسرة للإدمان.....19
 4. تعريف التكنولوجيا.....21
 5. الإدمان على التكنولوجيا.....21
 6. تعريف الإنترنت.....22

7. تعريف الإدمان على الإنترنت.....23
8. تعريف الإدمان على الألعاب الإلكترونية.....23
9. الإدمان على الصور الشخصية " السيلفي ".....23
- خلاصة.....25

الفصل الثالث: الإدمان على المواتف الذكية

- تمهيد.....27
1. تعريف المواتف الذكية.....28
2. تعريف الإدمان على المواتف الذكية.....28
3. أعراض الإدمان على المواتف الذكية.....29
4. أضرار الإدمان على المواتف الذكية.....29
5. الآثار السلبية للإدمان على المواتف الذكية.....30
6. النموذجياً.....32
- خلاصة.....34

الفصل الرابع : منهجية الدراسة

- تمهيد.....36
1. الدراسة الاستطلاعية.....37
2. المنهج الدراسة.....38
3. مجتمع وعينة الدراسة.....38
4. حدود الدراسة.....39
5. أدوات الدراسة.....39
6. الأساليب الإحصائية المستخدمة.....42
- خلاصة.....43

الفصل الخامس : منهجية الدراسة وإجراءاته الميدانية

45.....تمهيد

أولاً: عرض وتحليل نتائج الفرضيات

46.....

52.....ثانياً: مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات

53.....الاستنتاج العام

54.....التوصيات

56.....خاتمة

58.....قائمة المراجع

الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	الجدول
40	جدول رقم (01): مصفوفة ارتباطات بنود مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال مع الدرجة الكلية للمقياس.
42	الجدول رقم (02): يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس إدمان استخدام الهاتف النقال
46	الجدول رقم (03) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس
47	الجدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص
48	جدول رقم (05) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال
50	جدول رقم (06) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري لمقياس
51	جدول رقم (07) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات استجابات افراد العينة على مقياس ادمان استخدام الهواتف النقالة تبعا لمتغير الجنس.
52	جدول رقم (08) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات استجابات افراد العينة على مقياس ادمان استخدام الهواتف النقالة تبعا لمتغير التخصص.

قائمة الاشكال:

الصفحة	الشكل
46	الشكل رقم (01) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس
47	الشكل رقم (02) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص

ملخص:

لا غنى عن الهواتف الذكية في الحياة اليومية لكونها مصدرا هاما للمعلومات والاتصالات والتعليم والترفيه، لكن الاستخدام المفرط او الإدمان قد يكون له اثار سلبية على الصحة العقلية والبدنية لمستخدميه.

انها ظاهرة متفاقمة وإشكالية حقيقية في الصحة العامة المتنامية تؤثر بشكل رئيسي على فئة الشباب.

الهدف من هذا الدراسة هو تقييم الإدمان على الهواتف الذكية لدى الطلاب عن طريق أدوات المناسبة ووصف مختلفة عواقبه على الصحة النفسية والجسدية.

هذه الدراسة وصفية مسحية مستعرضة في أواخر سنة الدراسية 2019-2020.

على عينة من طلاب الاعلام والاتصال تتكون من 25 طالب وطالبة.

وتم ذلك بجمع البيانات باستخدام استبيان على الانترنت لمعرفة نسبة الإدمان على الهواتف الذكية لدى طلبة جامعة محمد بوضياف.

Abstract:

Smartphones have become indispensable in Everyday life offering a considerable

Source of information, communication, education and entertainment.

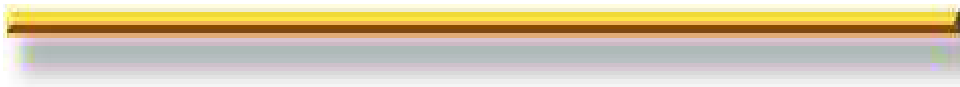
However, the excess of their use or their addiction, may lead to adverse effects On the physical and mental health of their users.

The aim of our study is to evaluate the smartphones addiction among students by appropriate Tools, as well as to describe the different negative mental and physical consequences of smartphones addiction.

It is a descriptive cross-sectional study at the end of the 2019-2020 academic year A sample of media and communication students consists of 20 male and female students.

This was done by collecting data by using an online questionnaire to find out the percentage of addiction to smartphones among students of Muhammad Boudiaf University.

مقدمة



يتعجب القارئ عندما يرى كلمة "إدمان" مضافة إلى "الهواتف الذكية" فعادة يكون الإدمان مرتبط باستخدام مواد تدخل جوف الإنسان مثل المسكرات والمخدرات، ولكن الحقيقة أن هناك عددا من الدراسات الإكلينيكية في مجال الإدمان قد توصلت إلى أنه قد ينتج إدمان مرضي من جراء استخدام الهواتف الذكية بطريقة غير سليمة.

ويتم تعريف الإدمان بشكل عام على أنه المداومة على تعاطي المواد معينة أو القيام بنشاطات معينة لمدة طويلة بقصد الدخول في حالة من النشوة أو استبعاد الحزن والاكتئاب "وهذا التعريف لم يقتصر على تعاطي مواد بعينها بل أستخدم تعريفاً فسيحاً بحيث يمكن أن يشمل إدمانات أخرى غير العقاقير (حسام عزب، 2003، ص 117).

فالنمو المتسارع لتكنولوجيا الإنترنت الحديثة والهواتف الذكية زادت من دور ومكانة التكنولوجيا في حياتنا وثقافتنا بشكل مثير وهذه الإثارة جعلت الفرد ملتصق بالإنترنت والهواتف الذكية الأمر الذي جعله يترك الأنشطة الأخرى اليومية المهمة والهروب من المجتمع والعيش في عالم الأحلام.

يعد طلبة الجامعة من بين الفئات المستهدفة التي تستخدم هذه التقنية ، كما أن ظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية هي ظاهرة حديثة فقد ظهرت في الآونة الأخيرة ولم تأخذ الاهتمام الكافي بما يتناسب ، خصوصا طلبة الجامعة الذين يعدون الأكثر استخداما للهاتف الذكي الذي أدى إلى نوع من أنواع الإدمان الذي يقود إلى المشكلات النفسية والجسدية ومن جانب آخر فإن إدمان الهواتف الذكية يسبب كثيرا من الأضرار الصحية الناتجة عن التعرض للأشعة والموجات اللاسلكية والتي تسبب مرض السرطان ، وانتشار أورام الدماغ ، واختلال في أعصاب ، ونقص القدرة على التركيز ، ومشاكل في وظائف حدقة العين والجهاز المناعي ، وقلة النوم ، وتأثير على رسغ اليدين ، وأوجاع في الرقبة والمفاصل .

كما تناولت بعض الدراسات الحديثة ظاهرة الاستخدام المفرط للهواتف الذكية وخاصة من جانب الشباب والمراهقين حيث كشفت إحدى تلك الدراسات أن استخدام الشبكات الاجتماعية هو العامل الأكبر وراء حالات الاستخدام المفرط الذي يصل إلى الإدمان، كما كشفت الدراسة أن عدم قدرة بعض المستخدمين على التنظيم أو الاتزان العاطفي ربما يقودهم إلى الإدمان في استخدام الهاتف.

ومن هنا تأتي أهمية الدراسة الحالية التي تناولت الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية لدى طلبة الجامعة، حيث وعليه اشتملت الدراسة الحالية على جانبين، أحدهما نظري والأخر تطبيقي، احتوت الفصول النظرية على ثلاث فصول:

الفصل الأول التمهيدي: خصص للإطار العام للدراسة، يضمن إشكالية الدراسة وفرضياتها، أسباب اختيار الموضوع، وأهميتها بالإضافة للأهداف، وحددت مصطلحات الدراسة وتم استعراض الدراسات السابقة.

أما الفصل الثاني: شمل الإدمان، تعريف الإدمان، طرق حدوث الإدمان، النظريات المفسرة للإدمان، وبعض التعاريف المتعلقة بالتكنولوجيا، الأنترنت، الألعاب الإلكترونية، الصور الشخصية السليفي.

في حين أن الفصل الثالث: عرف الإدمان على الهواتف الذكية، أعراضها، وأضرارها، والآثار السلبية للإدمان عليها النفسية والجسدية، والنوم فوييا والأعراض.

أما الجانب التطبيقي شمل فصلين:

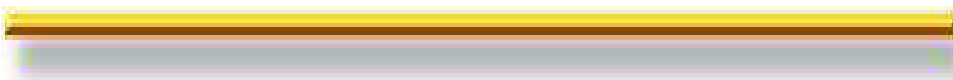
الفصل الرابع: خصص لمنهجية الدراسة والإجراءات الميدانية، بدأ بالدراسة الاستطلاعية ثم المنهج المستخدم، ووصف المجتمع وعينة الدراسة، بالإضافة إلى الأدوات المستخدمة في الدراسة، انتهاء بالأساليب الإحصائية المستخدمة.

أما الفصل الخامس: تضمن عرض ومناقشة نتائج الدراسة الأساسية وخلاصة عامة حول هذه النتائج.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة



- 1- الإشكالية
- 2- تساؤلات الدراسة
- 3- فرضيات الدراسة
- 4- أسباب اختيار الموضوع
- 5- أهمية الدراسة
- 6- أهداف الدراسة
- 7- تحديد مفاهيم الدراسة
- 8- الدراسات السابقة



1. الإشكالية:

أسهمت الثورة التكنولوجية بخلق فضاء جديد واسع للتفاعل الاجتماعي عن بعد أو ما نسميه بالبيئة الإلكترونية، وذلك كان بفضل لشبكة العنكبوتية وما يتبعها من وسائل التواصل الاجتماعي من بينها الهواتف الذكية أو ما يطلق عليه بمصطلح "Smart phone" مما اختزل ضروريات الزمان والمكان في التواصل لمعلوماتي، حيث ساهمت هذه الوسيلة دون غيرها في تبديل مسارات الحياة اليومية وأنماط العلاقات الاجتماعية، نظرا لاستخدامه بدرجة كبيرة.

حيث انتشرت الهواتف الذكية في الوقت الحاضر انتشارا واسعا وأصبح من الصعب بل من المستحيل الاستغناء عنها خصوصا أنها ليست وسيلة الاتصال الصوتي فقط وإنما وسيلة لدخول مواقع التواصل الاجتماعي المختلفة مثل " فيس بوك، وتويتر، والإنستغرام والوتساب " وهذا أصبح يشكل إدمانا كبيرا لدى الناس مما زاد في تعلقهم بهواتفهم بشكل كبير حتى أن البعض أصبح ينام وهو يمسك بهاتفه الذكي ويعود ليمسكه مرة أخرى بعد أن يصحوا من نومه لأنه أصبح يشكل هاجسا بالنسبة له.

يعد الإدمان مشكلة متعددة الأبعاد فهو مرض جسدي ونفسي واجتماعي ويحتل مكانة مهمة لدى الأطباء والمعالجين النفسيين، وذلك لما لها من تأثير سلبي في حياة الفرد والأسرة والمجتمع، وقد انتقل المفهوم الإدمان وتوسع ليشمل عددا من السلوكيات التي لا تنطوي على تناول الدواء أو المسكر، وهذا ما أشارت إليه الجمعية الأمريكية للطب النفسي، حيث كشفت عن نوع جديد من الإدمان هو "الإدمان عن الهواتف الذكية".

يعد الإدمان على الهواتف الذكية إدمان سلوكي ومالها من تأثيرات في جميع المجالات وخاصة النفسية منها فهي تسبب القلق ، والاكتئاب وقلة النوم لذا تسعى دراستنا إلى التركيز على هذه المشكلة النفسية ومستوى ظهور مؤشرات لها لدى طلبة الجامعة باعتبارهم الفئة الأكثر استعمالا للهواتف الذكية وأيضا اضطرابات السلوكية والجسدية مثل اضطراب المزاج عدم استقراره ، عدم القدرة على الاحتمال وشروء الذهن ، وأكد (2007)،

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

(Torrecillas) على أن إدمان الهاتف يعد أحد أشكال الإدمان السلوكي التي لا تأخذ شكل الإدمان الكيميائي ، إنما شكل الإدمان التفاعلي كما هو الحال في الإدمان على الألعاب الإلكترونية والإنترنت ، فإدمان الهاتف الذكي لا يسبب آثار جسدية مباشرة ، بل آثاره على المستوى النفسي التي قد تولد انعكاسات سلبية في حياة الطلبة سواء في أعمالهم ، أو دراستهم ، أو تفاعلاتهم الاجتماعية والأسرية ، نتيجة للانشغال بهذا الهاتف .

وعلى الرغم من التأثيرات السلبية للهواتف الذكية على حياة طلبة الجامعة كغيرهم من الشباب وإلا أن ظاهرة الإدمان عليها باعتبارها ظاهرة اجتماعية نفسية مرضية، توجد دراسات قليلة في هذا المجال تناولت ظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية بين طلبة الجامعة، ومن هنا يمكن تحديد مشكلة الدراسة بطرح التساؤلات التالية:

التساؤل العام : ما درجة الإدمان على الهواتف الذكية لدى عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف -المسيلة ؟

تساؤلات الجزئية:

- ما مستوى إدمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير الجنس (ذكور إناث)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير التخصص (علمي/ أدبي) ؟

2. الفرضيات:

فرضيات الجزئية:

- ✓ مستوى إدمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف مرتفع
- ✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير الجنس (ذكور إناث)

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

✓ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير التخصص (علمي/ أدبي)

3. أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة من تناولها لظاهرة جديدة يتعرض لها الشباب وبخاصة طلبة الجامعة المسيلة ألا وهي ظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية والتعريف بآثارها السلبية عليهم.

في عصرنا هذا تواجهنا ظاهرة ملفته للنظر ألا وهي ولع الطلبة باقتناء الهواتف الذكية واستخدامهم لها بشكل متزايد، بحيث أصبح أن إدمان الهواتف الذكية ظاهرة من ظواهر المنتشرة بشكل كبير في هذا العصر.

فقد أصبحت أجهزة الاتصالات ضرورية من ضرورات العصر الحديث فهي تلعب دورا هاما في حياتنا اليومية وفي مستقبلنا التكنولوجي لها أهمية في تحقيق التقدم في مختلف المجالات الحياة، إلا انه من الممكن أن تتقلب هذه التكنولوجيا إلى نقمة عندما يكون لها أثار سلبية يساء استخدامها تزداد عواقبها، وأن أجهزة الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية تدخل ضمن إطار هذه التكنولوجيا.

فالطلبة في وقتنا الحالي بدأ يفرون في استخدام الهواتف الذكية التي تزودهم بالانترنت وبصورة مبالغ فيها من حيث المدة الزمنية ونوعية الاستخدام وتظهر عليهم علامات الإدمان مما ينعكس على توافقانهم النفسية والاجتماعية وأضرار على صحة النفسية و الجسدية ، فقد جاءت هذه الدراسة محاولة معرفة مدى تأثير إدمان الهواتف الذكية من قبل طلبة الجامعة التي تزايدت بشكل ملحوظ في الأونة الأخيرة والتعرف على تأثيراتها السلبية ، كما ترجع أهمية الدراسة الحالية إلى قلة الدراسات النفسية العربية ، فمع الزيادة المفرطة في استخدام الهواتف الذكية بدأت السلبيات تزداد تدريجيا ، المتمثلة في نوع جديد من الإدمان ليس بالابتلاع أو بالحقن بل أخطر من ذلك وهو إدمان الهواتف الذكية وتأثيراته السلبية .

4. أهداف الدراسة:

يسعى كل باحث الوصول إلى أهداف معينة من خلال بحثه العلمي وكذا الحال بالنسبة لدراستنا فهي تهدف إلى مايلي:

- إلقاء الضوء على ظاهرة جديدة بدأت تسيطر على عقول الشباب وطرق تفكيرهم وسلوكياتهم وعملت على تأثير فيها وتغيرها بصورة جوهرية وهي الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية على طلبة الجامعة وذلك بهدف فهمها واستيعابها.

- قياس الفروق التي يمكن أن يحدثها متغير الجنس على درجة الإدمان على الهواتف الذكية .

- قياس الفروق التي يمكن أن يحدثها متغير المستوى التعليمي على درجة الإدمان على الهاتف الذكي وما يخلفه من آثار سلبية.

- توجيه عناية الأسرة ومؤسسات التربية بخطورة ظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية وعمل على معالجتها .

- إيجاد الحلول واقتراح التوصيات لمعالجة الآثار السلبية للهواتف المقصودة على الطالب الجامعي في محاولة للتخلص منها أو التخفيف من حدتها قدر الإمكان .

5. أسباب اختيار الموضوع:

من أصعب المراحل البحث العلمي هو اختيار الموضوع الذي يساهم في إثراء الجانب المعرفي للموضوع و هناك مجموعة من أسباب دفعتنا للخوض في هذا الموضوع.

أسباب ذاتية:

ميلي لهذا الموضوع كون الهاتف الذكي يعد موضوع حديث النشئة ومعاصر.

طغيان الهاتف الذكي على نشاطات مختلفة في حياتنا اليومية مما دفعنا للبحث على أثارها السلبية على مستخدميه.

انه يصب في مجال و تخصص علم النفس العيادي .

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

أسباب موضوعية :

1. الإقبال الواسع لطلبة الجامعيين على استخدام الهواتف الذكية لاسيما من خلال استخدام

التكنولوجيا في تدريس .

2. هناك بعض المقاييس تدرس عن بعد مما يسمح باستخدام الهاتف الذكي .

موضوع حديث وجديد محل نقاش من قبل الطلبة والأساتذة حول أثارها السلبية على مستخدميه.

6. تحديد مفاهيم الدراسة:

1. الهواتف الذكية: (Smartphones)

يطلق على الهواتف الذكية أسماء أخرى، مثل الهواتف النقالة، والهواتف الخلوية

ويعرف جهاز الهاتف الذكي اصطلاحا بأنه جهاز يستطيع إجراء مكالمات هاتفية ويستقبل أخرى مستفيدا من الربط بالإنترنت و يمكن التجوال فيه عبر أماكن جغرافية واسعة ، ويقوم بهذا من خلال الربط بشبكة خلوية تابعة لأحد مزود الخدمة الهاتفية ، ويسمح بالوصول إلى شبكة هواتف عامة (Archarya، et.al، 2013)

ويعرف إجرائيا بأنه الجهاز الذي يحمله طلبة وغيرهم من فئات المجتمع ، ويستعملونه للاتصال بالآخرين وتبادل المعلومات والأفكار معهم ، يستخدم نظام تشغيل شبيه بنظام تشغيل الحاسوب ، إذ يحتوى كثيرا من تطبيقات الحاسوب ، ومنها الاتصال بالإنترنت ، وأجهزة مشغلات الوسائط المتعددة ، والمساعداات الشخصية ، والبلوتوث ، وغيرها .

2. الإدمان: (Addiction)

يعرف الإدمان عامة بأنه عدم قدرة الإنسان على الاستغناء عن شيء ما، بصرف النظر عن هذا الشيء ، طالما استوفى بقية شروط الإدمان : من حاجة إلى المزيد من هذا الشيء بشكل مستمر حتى يشبع حاجته حين يحرم منه. (محمد على، 2010).

إدمان الهواتف الذكية: (Smartphone addiction)

يعرف إدمان الهواتف الذكية بأنه نوع من الإدمان السلوكي الذي يرافقه مجموعة من الأعراض السلبية من : الإنكار للنتائج الضارة ، والإدعاء أو الانشغال الكامل ، وعدم القدرة على الرغبة الملحة لشيء ما ، وفقدان الإنتاجية ، والشعور بالقلق والضياع . (Barashdi ، et.al ، 2014) .

7. الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

الدراسة الأولى:

Louis Leung & Mengwei Bian (2015) حول العلاقة بين إدمان الهواتف وبعض السمات النفسية لدى الصينيين ، واستهدفت الدراسة استكشاف دور بعض السمات النفسية مثل الخجل والشعور بالوحدة في أنماط استخدام الهاتف الذكي والتنبؤ بأعراض الإدمان على الهواتف الذكية ومستوى الترابط الاجتماعي ، وتم جمع البيانات من عينة 414 طالبا جامعيا في الصين باستخدام استطلاع على الانترنت ، وأظهرت نتائج التحليل العالمي الاستكشافي خمسة أعراض للإدمان على استخدام الهواتف الذكية وهي : تجاهل العواقب الضارة ، والانشغال ، وعدم القدرة على التحكم في الرغبة ، وفقدان الإنتاجية ، والشعور بالقلق والضياع ، والتي شكلت مقياس الإدمان للهاتف الذكي ، وأوضحت النتائج إلى أن المستوى الأعلى في الشعور بالوحدة والخجل ، هو المستوى الأعلى للمدمنين على الهاتف الذكي ، وأظهرت هذه الدراسة أن الشعور بالوحدة المؤشر الأقوى تأثيرا في كل من التفكك أو الترابط الاجتماعي على حد سواء .

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

الدراسة الثانية:

دراسة Al -Barashdi وآخرون (2014) حول إدمان الهواتف الذكية بين طلاب جامعة السلطان قابوس ، واستهدفت الدراسة التعرف على مدى إدمان الطلاب للهواتف الذكية بالإضافة لبعض الخصائص مثل أكثر التطبيقات استخداما ، وتأثير إدمان الهواتف على التحصيل الدراسي ، وتأثير النوع ، ومستوى تعليم الوالدين ، ودخل الأسرة ، وتم تطبيق الاستبيان على 140 طالبا بالعينة العشوائية 37% منهم من الذكور والباقي من الإناث ، وكشفت الدراسة أن النسبة الأكبر من المبحوثين 42% هم في المستوى الأمن للإدمان ، و31% هم في مستوى الإدمان ، و26% في المستوى المتوسط ، والرسائل النصية هي النشاط الأكثر إدمانا ، ولم تسجل الدراسة ارتباطا بالتحصيل الدراسي ، وان الذكور أكثر ميلا للإدمان من الإناث .

الدراسة الثالثة:

دراسة Zhang وآخرون (2014) فهم دور الدوافع في إدمان الهواتف الذكية وأكدت الدراسة أن استخدامات الهواتف الذكية يفترض لها إن تحقق مزيد من الإنتاجية والراحة للمستخدمين إلا أنها أيضا قد تخلق حالة من العجز عن التكيف النفسي والسلوكي جراء الاستخدام المفرط وقسمت الدراسة الدوافع إلى أربع فئات لدراسة علاقتها إن بإدمان المبحوثين لهواتفهم ، وانتهت إلى دوافع المتعة المتوقعة والحالة المزاجية وإشباع الهويات ودافع المطابقة تمثل أهم الدوافع ذات العلاقة القوية بمستوى الإدمان المرتفع ، ومعها السعي للحصول على المعلومات والعلاقات الاجتماعية .

الدراسة الرابعة:

دراسة Negahban & Salehan (2013) حول دور الشبكات الاجتماعية على الهواتف الذكية في أن يصبح الهاتف إدمانا ، وكشف الدراسة على النمو الهائل في استخدام

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

الهواتف الذكية وخاصة بين الشباب وبالتوازي اندفاع الشباب نحو استخدام خدمات الشبكات الاجتماعية ، وان الاستخدام المفرط للتكنولوجيا يؤدي إلى الإدمان ، وأكدت الدراسة أن وجود تطبيقات الشبكات الاجتماعية على الهاتف النقال هو مؤشر كبير على إمكانية التحول إلى الإدمان في استخدام الهاتف ، كما توصلت الدراسة إلى أن حجم الشبكة وكثافة استخدامها من جانب المستخدم يلعب دورا هاما في معدل استخدام الفرد للهاتف المحمول .

الدراسة الخامسة:

دراسة سمير سليمان "الآثار السلبية للهواتف الذكية على سلوكيات الطلبة من وجهة نظر المرشدين التربويين ومديري المدارس، جامعة القدس المفتوحة 2014-2015.

هدفت الدراسة هذه الدراسة إلى: التعرف على الآثار السلبية للهواتف الذكية من وجهة نظر المرشدين ومديري المدارس، في جنوب الخليل وفق عدد المتغيرات (المؤهل العلمي - حسب المدرسة - مستوى المدرسة - موقع المدرسة - المسمى الوظيفي) واعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي باعتباره المنهج الذي يقوم بوصف الظاهرة ودراستها وجميع البيانات والمعلومات الدقيقة واعتمد على عينة عشوائية من مديري مرشدين والتربويين وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- للهواتف الذكية آثار سلبية على سلوكيات الطلبة من وجهة نظر المرشدين والتربويين ومديري المدارس في جنوب الخليل في كافة الجوانب الصحية والسلوكية والاجتماعية وعلى الدرجة الكلية.
- أثبتت الدراسة عدم وجود فوارق ذات صلة إحصائية عند مستوى في الآثار السلبية للهواتف الذكية على سلوكيات الطلبة من وجهة نظر المرشدين ومديري المدارس في جنوب الخليل وفق المؤهل العلمي وحسب المدرسة ومستوى المدرسة والمسمى الوظيفي.

قام كل من كاجال وانسال وكيليك (Cagan . Unsal . and Celik. 2014) بدراسة هدفت إلى تقييم مستوى الإدمان على الهاتف الذكي لدى الطلبة الجامعيين في كلية الصحة بجامعة اوساجانزي بتركيا ، والتعرف إلى العلاقة بين الإدمان ومستوى الاكتئاب لديهم .تكون مجتمع الدراسة من (700) طالب وطالبة ، وبينت النتائج أن الطلبة في قسم ميدوايفري يعانون من درجة إدمان على الهواتف الذكية . وانه كلما ازداد الاستخدام اليومي لهذه الهواتف، ارتفع مستوى الإدمان، وان هناك ارتباطا سلبيا بين الإدمان على الهواتف الذكية والنجاح (التحصيل) الأكاديمي، وان هناك ارتباطا إيجابيا بين الإدمان وبين مستوى الاكتئاب لدى الطلبة، وكان أهم سببين لاستخدام الطلبة لهواتفهم الذكية هما : الاتصال بالأسرة وإرسال رسائل نصية وإشارات الدراسة إلى أن إدمان الهواتف الذكية لدى الطلبة الجامعيين هي مشكلة صحية مهمة ، فكلما زاد الإدمان لديهم كلما انخفض نجاحهم الأكاديمي ، وزاد بذلك مستوى الاكتئاب لديهم .

قام كل من أشاريا وإشاريا ووافري (Acharya; Acharya .And ،2013) (waghry

بدراسة هدفت التعرف إلى التأثيرات الصحية لاستخدام الهواتف الذكية على طلبة الجامعة في بيئة ريفية في الولايات المتحدة الأمريكية . تكونت عينة الدراسة من مجموعة من طلبة الجامعة الذين تتراوح أعمارهم ما بين 17-23 سنة وبينت النتائج أن (96.1%) من أفراد الدراسات كانوا يمتلكون هواتف ذكية ، وأنهم يستخدمونها غالبية وقتهم اليومي ، وان الصداع كان أهم الأعراض هذا الاستخدام لدى (54.47%) منهم ، تبعه الغضب لدى (50.79%) منهم . وكان من الأعراض العامة العقلية الأخرى التي عانى منها هؤلاء : ضعف التركيز ، وضعف الأداء الأكاديمي ، الأرق ، والقلق ، وان من بين الأعراض الجسدية المتكررة لهذا الاستخدام كان حكة الجسم ، وتعب العيون ، وحساسية الأصابع .

8. التعقيب على الدراسات السابقة:

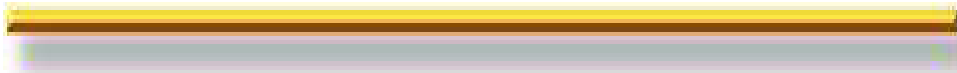
بمراجعة الباحثين الدراسات السابقة، من حيث أهدافها والفئة المستهدفة والأداة المستخدمة تلمس الباحثان أهمية التطرق لمعرفة المشكلات السلوكية التي قد تظهر لدى طلبة الجامعة جراء استخدام الهواتف الذكية، فقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة لبناء أداة الدراسة الحالية، والتعرف على الآليات والإجراءات المتبعة لتنفيذ الدراسة والخروج بنتائجها، ومقارنتها بنتائج تلك الدراسات.

الفصل الثاني: الإدمان



تمهيد

- 1- تعريف الإدمان
 - 2- طرق حدوث الإدمان
 - 3- النظريات المفسرة للإدمان
 - 4- تعريف التكنولوجيا
 - 5- الإدمان على التكنولوجيا
 - 6- تعريف الإنترنت
 - 7- تعريف الإدمان على الإنترنت
 - 8- تعريف الإدمان على الألعاب الإلكترونية
 - 9- الإدمان على الصور الشخصية " السيلفي "
- خلاصة



الفصل الثاني: الإدمان

تمهيد:

في هذا الفصل حاولنا أن نتطرق إلى ظاهرة الإدمان الذي عرف ارتفاع هائلا في الأعوام الفارطة وهي في تزايد مستمر خاصة في فئة الشباب فهو يبدأ على شكل فضول ينتاب الفرد محاولا اكتشاف أشياء جديدة إلى أن يصبح إدمان فهو يحقق نوع من سعادة والرضا في حياة الفرد المدمن ويكون نتيجة الهروب من تحديات الحياة وأزماتها محولا تعديل حالته النفسية إلى انه يعكس دائما سلبا على حياة الفرد.

الفصل الثاني: الإدمان

1. تعريف الإدمان:

- أ. لغة: المداومة على شيء أو الاعتماد عليه.
- ب. اصطلاحاً: عرفت المنظمة الصحة العالمية الإدمان على انه حالة نفسية وأحياناً عضوية، تنتج عن تفاعل الكائن الحي مع العقار أو مع المادة ومن خصائصها استجابات وأنماط سلوك، تشمل دائماً الرغبة الملحة على تعاطي أو الممارسة بصورة متصلة أو دورية للشعور بآثاره النفسية أو تجنب الآثار المزعجة التي تنتج عن عدم توفره (سمية بوبعاية، 2016، ص19).

مفهوم الإدمان Addictions :

أو فعالية نشاط ويتمتع بالاعتماد بمجموعة خصائص منها إفراط في الاستمتاع، الانسحاب، الرغبة القوية فيها أدمن عليها سواء كان مادة مثل الكحول والمخدرات أو كان نشاطاً مثل القمار المرضي، الإفراط في تناول الطعام، الإدمان الجنسية، إدمان العمل، إدمان التسوق، إدمان المخاطر بألعاب الرياضة مثل تزلج على الجليد في أماكن الخطرة وغيرها، الإفراط في مشاهدة التلفزيون، إدمان على الهاتف والإفراط في استخدام الحواسيب وإدمان الانترنت وإدمان ألعاب الفيديو. (mcmuram widyanto,2004,p443) ومخطط يوضح ذلك:



2. طرق حدوث الإدمان:

في البداية عندما يتجه الفرد نحو المادة أو الشيء المسبب للإدمان زمط، فانه يحاول تجربتها وبذلك بهدف الفضول أو حب الاستطلاع أو لتقلب أو إثبات الذات... دون أن يقصد الإدمان عليها، ودون علمه يسبب المشاكل فيما بعد، أي أن مرحلة التجربة هي البداية لاحتمال حدوث الإدمان ويقصد بذلك انه سيتحدد ما أن كان الفرد سيواصل تجربته لهذه المادة من خلال نتيجة التجربة الأولى وآثارها على الجهاز العصبي.

فإذا كانت التجربة قد أحدثت له السعادة والانتشراح، وفسر المجرّب هذا النشاط على انه ايجابي فانه سيكرر التجربة مرة أخرى... وهكذا حتى يعتاد عليها وبعدها يصبح مدمنا لها، أما إذا أحدثت له رد فعل سيئ فانه سينفد من هذه التجربة لكن قد يكررها مع نوع آخر.

ومع تقدم العلوم الحديثة، تمكن العلماء من تصوير المخ وهو يفكر ويتألم ويدمن من خلال. وتوصل العلماء الذين يدرسون الإدمان إلى دور " الدوبامين " في هذه العملية، والدوبامين هي مادة موجودة في المخ ترتبط بالمتعة والابتهاج ويعتقد العلماء أن مستوى الدوبامين قد ترتفع ليس من شرب الكحول أو تعاطي المخدرات، بل أيضا من المغامرة، المديح، الشوق...، وعندما يؤدي شيء ما لرفع مستوى الدوبامين لدى الفرد، فانه يشعر دائما برغبة طبيعية للحصول على المزيد منه .

حيث أشارت إحدى الدراسات بأنه مع استجابة الدماغ للمحفزات المألوفة لديه، يمكن لذلك أن يغير من سلوك الفرد دون أن يعرف أو يلاحظ أي شيء وهذا ما يمكن أن يفسر ميل الفرد للتكرار المستمر لأنماط السلوكية الإدمانية.) وهذا ما يفسر حالة الفرد عندما يتوقف عن إدمانه فنجده يعاني من اختلال حاد و ربما أعراض مرضية تختلف باختلاف الإدمان (شيماء كحل السنان، 2018، ص12).

3. النظريات التي فسرت الإدمان:

1. النظرية السلوكية : تقوم على تفسيرات على دراسة سكنر الاشتراط الإجرائي و قانون الأثر و الذي ينص على أن السلوك الذي يجلب المكافأة يتم تعزيزه ليصبح سلوك نموذجي نتيجة للإشباع النفسي ، فالفرد بالسلوك يحصل إما على الثواب أو العقاب تبعاً لنوعية السلوك و هكذا فإن أي إدمان يعطي عدة مكافأة مثل الاستمتاع و المرح و التسلسل و الحب و الإثارة و الراحة النفسية و الجسدية و المادية و الهروب من المشكلات الواقع و غير ذلك مما يمكن اعتبار أنواعه من المكافأة أو المعززات السلوك و الإدمان ، فكلما يشعر الفرد بالحاجة أو بالضيق أو التوتر أو الرغبة يرجع إلى استخدام الهواتف الذكية للأجهزة اللوحية و هكذا تتكون العادة و تتحول بالتالي إلى إدمان و هذا يبسر الهروب من المشكلات.

وفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت الإدمان وهكذا فإن أي فرد يصبح عرضة لإدمان الانترنت في أي عمر وفي أي وقت وأياً كانت الطبقة الاجتماعية أو الثقافية للفرد، وبناءً على ذلك فإن مجرد وجود الدافع أو الهدف ليس كافية فلا بد من ممارسة السلوك لمرات عديدة ومن ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله للانترنت في كل مرة وإذا هذا الشعور يتغير في شدته ليصبح اشد و اشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية.

2. نظرية التحليل النفسي:

إن الإدمان وسيلة علاج ذاتي يلجأ إليها الفرد لإشباع حاجات طفليه لا شعورية ، كما أن النمو المدمن النفسي الجنسي مضطرب لتثبيت الطاقة الغريزية فعندما ينمو الطفل يكبر تظهر على شخصيته صفات التثبيت و منها (السلبية ، الاتكالية ، عدم القدرة على تحمل التوتر النفسي و الألم و الإحباط أي عدم نضوج الشخصية بصورة عامة) ، و يرى بعض المنظرين في هذه المدرسة إن لدى المدمن الاستعداد لحل مشاكله باستخدام المواد

الفصل الثاني: الإدمان

التي تؤثر على الانفعال ، و ان هذا الاستعمال هو في الواقع الأمر بديل للخبرات الجنسية الطبيعية في الشخص العادي .

3. النظرية الاجتماعية الثقافية :

ينظر أصحاب الاتجاه الاجتماعي الثقافي للمدمنين وفقا لجنسهم و عنصرهم و سلالتهم و عمرهم و دينهم و بلدهم و حالاتهم الاقتصادية إن يرى أنصار هذا الاتجاه أنه لا يمكن فهم أي اضطراب نفسي إلا عندما ينظر إليه في إطار البيئة الثقافية فقد تمسكوا بحقيقة أن انتشار العديد من الاضطرابات النفسية تختلف وفقا للعمر و للطبقة الاجتماعية و الخلفية الثقافية ، وعلى ذلك فهم يرون أن السبب الرئيسي للسلوك اللاسوي ليس بمصطلحات النفس الإنسانية و لكن بمصطلحات المجتمع ، فما يحصل في المجتمعات اليوم من اضطرابات يجبر أفرادها على الانغماس في السلوك الشاذ و الغريب للتكيف مع معايير و عادات هذا المجتمع التي تختلف من مجتمع لآخر و من ثقافة لآخرى ، و وفقا لذلك فإذا أردنا أن نفهم السلوك اللاسوي لدى الأفراد فلا بد من أن نفحص و ندرس المحيط الاجتماعي الذي ينتمون اليه (جنان اللطيف هاشم ، 2018 ، ص 2691).

4. التكنولوجيا:

أدت الثورة الصناعية الرابعة ، شأنها شأن الثورات الثلاث السابقة إلى بروز تكنولوجيا و مفاهيم جيدة ، منها الذكاء الاصطناعي و التعلم الآلي ، تكنولوجيا رصد المواقع الجغرافية فضائياً و الطائرات المسيرة و نظم الواقع الافتراضي و التكنولوجيا الحيوية و الطباعة متعددة الأبعاد و التكنولوجيا النانوية و التكنولوجيا العصبونية و التكنولوجيا الخضراء و غيرها من التكنولوجيا التي تنتشر في العالم بسرعة تفوق قدرته الاستيعابية سواء من ناحية المضمون أو الإدارة و تعد الثورة الصناعية الرابعة الأسرع على الإطلاق من حيث الابتكارات و التكنولوجيا و تعد بتخطي التنمية التقليدية و تسريع الانتقال إلى مستقبل أكثر استدامة .

4. تعريف التكنولوجيا:

لغة: من تكنيك وتقني تقنية

اصطلاحاً: هي كلمة يونانية من الأصل وتتكون من مقطعين، المقطع الأول ويعني حرفة أو مهارة أو فن أما الثاني وتعني علم أو دراسة ومن هنا فإن كلمة تكنولوجيا تعني علم الأداء وعلم التطبيق فهي عملية شاملة تقوم بتطبيق العلوم والمعارف بشكل منظم في ميادين عدة لتحقيق أغراض ذات قيمة عملية في المجتمع وهي الاستخدام الأمثل للمعرفة العملية وتطبيقاتها وتطويعها لخدمة الإنسان ورفاهيته.

5. إدمان التكنولوجيا:

يعرف الإدمان بأنه فقد السيطرة على سلوكيات معينة وغالبا ما تكون مصحوبة بنتائج سلبية وتم إدراك الإدمان من جانب العلماء والمتخصصين منذ وقت طويل كأحد المفاهيم الهامة في كل من العلوم النفسية والسلوكية، إلا أن السنوات الأخيرة شهدت بروز نوع جديد وهو إدمان التكنولوجيا ليجذب الانتباه ويثير اهتمام العديد من العلماء في تخصصات عديدة ومتشابهة. (ماريان مراد أنيس، 2013؛ ص 17)

ومن هنا تمدد مفهوم لتسع قاعدته الأساسية التي تركز على إدمان عن طريق التعاطي لتضم الإدمان حتى من دون تعاطي وهو ما يعرف بإدمان التكنولوجيا ويشمل ممارسة القمار على الويب والتسوق الإلكتروني والألعاب، واستخدام الأنترنت واستخدام الهواتف الذكية وتفترض نظرية التحقق الأمثل.

إن تكنولوجيا المعلومات يمكن أن تغرس ظاهرة الإدمان بين جمهور Theory of optimal theory المستخدمين، وتشير تجربة التحقق الأمثل إلى حالة من التركيز ترقى لمستوى الانغماس أو الاستغراق المطلق ومن هنا فإن حالة وتجربة التدفق مع استخدام التكنولوجيا تكون ممتعة بدرجة كبيرة بالنسبة.

الفصل الثاني: الإدمان

للأشخاص المستخدمين الذين يحرصون على استمرار في تكرار الحصول على أكبر قدر المتعة مهما كانت التكلفة مرتفعة.

(Seleham Mand Negahbam . 2013 .P 29)

والتكنولوجيا يمكن أن تسبب في الإدمان من خلال طرق و أساليب مختلفة فهي تقدم العديد من التسهيلات و الإغراءات التي تساعد على تحقيق فعل الإدمان و في دراسة عن تأثير إدمان التكنولوجيا على بيئة العمل ، أوضحت إن التكنولوجيا يمكن استخدامها بكثافة من جانب المستخدمين داخل نطاق متطلبات العمل أو خارجها و إن استخدام التكنولوجيا في مؤسسات يمكن أن يؤدي إلى تضحية بأهداف هامة أخرى ، و إن تلك التضحية يمكن إن تشمل صورا متعددة مثل إهمال التزامات معينة و تراجع الأنشطة الاجتماعية أو اتصال بأصدقاء ، بإضافة إلى زيادة الوزن نظرا لقلة النشاط البدني .

(chemumg. CM. Lee Zwand lee MK. 2013. P 22)

6. تعريف الانترنت :

تعتبر الانترنت أبرز التقنيات في مجال شبكة المعلومات الدولية في العالم، التي تقدم للإنسان بتكلفة أقل توقيت أقصر والانجاز أكبر وجاذبية بين المستخدمين، نظرا للخدمات المتعددة التي يقدمها الانترنت للمستخدم مثل البريد الالكتروني ونقل الملفات وشبكة العنكبوتين والمجموعات المتخصصة والأخبار وتطبيقات الحقيقية الافتراضية والتجارة الالكترونية والاتصال بالهاتف وغيرها من الخدمات المتخصصة في المجالات الأخرى لأنشطة الإنسان.

7. تعريف الإدمان على الإنترنت:

عرف " بارتير" و "فورست" 1985 بأنه فشل التحكم في دوافع الفرد، ولكن بدون وجود ظاهرة التسمم وهو يشبه إلى حد كبير المقامرة المرضية، ومع ذلك فإن آثاره يمكن ان تدمر شتى أوجه حياة الفرد، مثله في ذلك مثل إدمان الكحولي. وعرفته "يونغ" بأن إدمان الإنترنت يشابه إدمان المسير من حيث الطبيعة المرضية لكليهما وبهذا فهو اضطراب ضبط الاندفاعات.

كما عرف "بيرو" و " ولف" (200) بأنه حالة انعدام السيطرة والاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية، وتشابه الأعراض المرضية المصاحبة للمقامرة المرضية. كما عرف "شارلتون" (2002) بأنه حالة من الاستخدام المرضي والغير توافقي لشبكة المعلومات الدولية للانترنت وتؤدي إلى اضطرابات اكلينكية يستدل عليها بوجود بعض المظاهر كالتحمل والأعراض والانسحابية (سمية بوبعاية، 2016، ص19).

8. تعريف الإدمان على الألعاب الإلكترونية:

تستهلك الألعاب الالكترونية الكثير من وقت اللاعبين مما يؤدي إلى إدمانها، إذا هذا الإدمان أصبح معترف به دوليا و يساوي بخطورته إدمان المقامرة القهرية، حيث يكون هدف اللاعب هو الفوز يتحول حب الألعاب الالكترونية إلى إدمان عندما يقضي اللاعبون معظم وقتهم في لعب ألعاب الفيديو على حساب العمل أو الدراسة أو التمارين البدنية أو المناسبات العائلية أو الأنشطة الاجتماعية، مما قد يؤثر عليهم سلبا. (الشحروبي، 2008، ص64)

9. الإدمان على التقاط الصور الشخصية " السيلفي":

السلفي مصطلح يطلق على اخذ الشخص صورة لنفسه والذي يكون عادة باستخدام الهواتف الذكية والأجهزة المحمولة ويرى البعض أن إقبال الناس عليها فيه نوع من الاضطراب النفسي الذي قد يصل بنفسه للإدمان .

الفصل الثاني: الإدمان

ويرى الاختصاصيين النفسانيين أن لهذه الظاهرة مؤشر لحالة إدمان ناتجة عن تعويض النقص في محبة أو إعجاب الآخرين فكلما حصلت الصورة على اعجابات أكثر فسرنا ملنقط السلفي بإعجاب الآخرين به ، و هذه الظاهرة ربطها المختصين النفسانيين بالاضطرابات النفسية و قد تتجاوز حدود المعقول و الإدمان حيث أن خطورة هذا الإدمان قد يصل الأمر إلى حالة مزمنة أمام الرغبة الجامحة للشخص بتصوير نفسه على مدار الساعة و مشاركة الصور في مواقع التواصل الاجتماعي و التي قد تصل إلى عدت مرات في اليوم و بشكل مستمر (شيماء كحل السنان وآخرون 2018 ، ص 13).

الفصل الثاني: الإدمان

خلاصة:

مما تم استعراضه في هذا الفصل نستنتج أن الإدمان لا يكون بتعاطي مادة "substamse" أو مخدرات أو كحول فقد يكون نشاط "activitiy" أي ادمانات سلوكية كالإدمان على التكنولوجيا والأنترنت حتى الألعاب والهواتف الذكية مما يتولد شعور بالراحة والاسترخاء للمدمن.

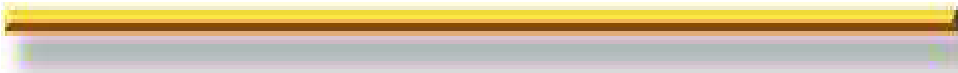
الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية



تمهيد

1. تعريف الهواتف الذكية
2. تعريف الإدمان على الهواتف الذكية
3. أعراض الإدمان على الهواتف الذكية
4. أضرار الإدمان على الهواتف الذكية
5. الآثار السلبية للإدمان على الهواتف الذكية
6. النوموفوبيا

خلاصة



الفصل الثالث: _____ الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

تمهيد:

انتشرت في الأواني الأخيرة بين الأفراد والمجتمعات ظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية، ربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من آثار نفسية وجسدية وصحية تؤثر على الأشخاص المستخدمين لهذه الهواتف فمع استمرار قضاء مستخدمي هذه الهواتف بدلا من استغلال وقتهم أو التقليل منها للنشاطات الأخرى وهذا ما ينتج عنه ما يسمى الإدمان.

الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

1. تعريف الهواتف الذكية:

اصطلاحاً: هو أحد وسائل الإعلام الجديدة، يعتمد على الاتصال اللاسلكي عن طريق شبكة أبراج موزعة في منطقة معينة ويستخدم كجهاز حاسوب محمول باليد يستطيع حمله معرفة آخر الأخبار السياسية والاقتصادية عن طريق الاشتراط في خدمة الأنترنت. (ابتسام عليقي، 2017، ص 28).

- عرف أبو غوله (2017، ص 14) الهواتف الذكية على أنها: تلك الأجهزة المحمولة مع المميزات المتقدمة غير التقليدية، حيث تم تجهيز الهاتف الذكي بقدرات لعرض الصور والألعاب والفيديو، ودمج الكاميرا بالصوت، بالإضافة لاستقبال، وإرسال البريد الإلكتروني، وتصفح الويب، ومواقع التواصل الاجتماعي. (بسما المحاسنة، 2018، ص 5).

2. تعريف الإدمان على الهواتف الذكية:

يعرف إدمان الهواتف الذكية على أنها المشكلات النفسية أو سلوكية التي يعاني منها مستخدمو الهواتف المحمولة بسبب إساءة استخدامهم أظهرت الأبحاث أن الاستخدام المكثف يؤدي إلى أعراض جسدية مثل دوخة، والغثيان، والتقيؤ وحتى مشاكل النوم، أفاد Nylund and les zczynski ان الاشعاع من الهواتف تضعف الوظيفة البشرية وتؤثر على التعبير على الخلايا البشرية بالتالي تدمير جزيئات البروتين وحصانة البروتين للأنظمة الأخرى. (Kristina ziegert 2018 . p14).

- الإدمان على الهاتف الذكي هو إدمان سلوكي يتداخل سلبي مع حياة الشخص كما أن سلوك الإدمان على الهاتف الذكي يمكن أن يشمل تركيزاً مكثفاً على الهاتف الذكي أو تطبيق معين فيه، وإذا تم إبعاد الهاتف أو التطبيق من الشخص المدمن، تظهر عليه نوبات الذعر أو مشاعر الانزعاج. (عبد الحي حباب، 2018، ص 9).

الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

3. أعراض إدمان الهواتف الذكية:

- تجد الشخص الذي يعاني من إدمان الهواتف الذكية شديد الحرص على تفقد هاتفه بصورة دورية بفارق وقت قليل جد، أو يكاد لا يفارق يذكر
- لا يستطيع مدمن الهواتف الذكية أن يستغني عن هاتفه الذكي إطلاقاً. بل انه يحرص على ألا يغلقه.
- دائماً يكون حريص على وجود الهاتف معه في كل مكان، وأي مكان حتى دورة المياه.
- الشعور بالسعادة عند استخدام الهاتف المحمول، أو حتى بمجرد النظر إليه، وكأنه الصديق الأقرب للشخص.
- الانعزال عن الأهل والأصدقاء، والفضل، وتراجع الفعالية في عمل الدراسة.
- على الصعيد الصحي يعاني مدمنو الهواتف الذكية أوجاعاً في الرقبة ناتجة عن الوضعية السيئة التي يجلسون فيها لساعات طويلة، وهم يستخدمون الهاتف.
- الشعور بالحزن الشديد، وقد يصل الأمر لحد المرض، أو الإصابة بالاكنتاب عند اخذ الهاتف المحمول منه، حتى أن الأهل قد يضطرون لإدخاله المستشفى ليتلقى العلاج المناسب لحالته. ([www /Smartphone –addiction](http://www/Smartphone-addiction)).

4. أضرار إدمان الهاتف المحمول:

- يترك إدمان الهاتف المحمول العديد من الأضرار والمضاعفات في حالة عدم التخلص من هذه العادة السيئة، ومن أبرز هذه الأضرار:
- ✓ احتمالية حدوث خلل كبير في خلايا المخ، حيث يلحق ضرراً باختلال توازن المادة الكيميائية في الدماغ، وبالتالي القلق والإرهاق الشديد.
 - ✓ اضطراب جودة النوم والدخول بحالة من الأرق، حيث يستيقظ المدمن من النوم تلقائياً لتفقد الهاتف.

الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

✓ التوتر والغضب في حال عدم توفر شبكة الإنترنت وعدم وجود طاقة في بطارية الهاتف.

✓ ألم في العينين وتشوش الرؤية يرافقها حكة واحمرار.

✓ صداع شديد.

✓ ألم في فقرات الرقبة.

✓ ازدياد احتمالية التسبب بالحوادث وما يترتب عليها من أضرار جسمية.

✓ التأثير على القدرة الجنسية، حيث أشارت بعض الدراسات بأن الإشعاعات الصادرة

من الهاتف المحمول تؤثر في الخصوبة لدى الرجل بشكل ملحوظ مع طول

الاستخدام.

✓ اضطراب العلاقات العائلية والاجتماعية وظهور مشاكل غير مسبوقه.

5. آثار السلبية للإدمان على الهواتف الذكية:

آثار النفسية:

إن الثورة التكنولوجية الحديثة أفرزت أمراضا نفسية لم تكن معروفة من قبل، مثل

إدمان الكمبيوتر والإنترنت والهاتف المحمول ونلخص المشكلات النفسية التي تواجه الطلاب

في نقاط التالي:

✓ القلق والتوتر والاكتئاب

✓ عدم السعادة والاستقرار

✓ الشعور بتأنيب الضمير

✓ الشعور بالنقص والخجل والارتباك

✓ ضعف الثقة بالنفس

✓ العزلة والانطواء

✓ الخوف من النقد والعناد

الفصل الثالث: _____ الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

- ✓ العصبية والحساسية الانفعالية
- ✓ عدم القدرة على تحمل المسؤولية والإهمال
- ✓ ضعف العزيمة والإرادة
- ✓ الاستغراق في أحلام اليقظة والأحلام المزعجة والكواليس. (حليمة إبراهيم، 2018، ص19،20).

أثار الجسدية:

آلام عضلات الأصابع والكوع:

لعل من أبرز أعراض الاستخدام المفرط للهاتف الذكي، هو تشنجات الأصابع، والتهاب عضلاتها نتيجة الكتابة والتمرير، ولعب الألعاب على الهاتف لمدة طويلة، كما أن ذلك يؤدي للشعور بالتخدير والألم في الأصابع نتيجة ثني كوع، وراحة اليد لمدة طويلة، لذا ننصحك بأن تقلل من استخدامك للهاتف لساعات طويلة، وإن كان لابد. فقم بعمل تمارين لليد كل فترة، وغير وضعها.

آلام الرقبة:

إن الانحناء لمدة طويلة على الهاتف يدمر عضلات رقبتك، ويؤدي عضلات ظهرك بالمثل، أشارت دراسة بريطانية حديثة أن أكثر 66% من شكاوى آلام الظهر لاستخدام الهاتف الذكي، والتابلت، والكومبيوتر بوضع أطلق عليه الأطباء هناك Text Neck نسبة للكتابة على الهاتف.

متلازمة رؤية الكومبيوتر:

التعود على قراءة الخط الصغير الموجود على شاشة الهاتف، والتنقل بين المئات من المنشورات أمر خطير على رؤية العين، حيث تؤدي القراءة لمدة طويلة عبر شاشة الهاتف الصغير إلى آلام بالعينين، وضعف الرؤية، والدوران كما أنه يؤدي للشعور بالصداع.

الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

متلازمة النفق الرسغي:

هم الذين يقضون أوقاتا طويلة باستخدام الأجهزة يكونون عرضة للإصابة بمشاكل في العضلات، والأصابع، والمعصم، فحركات الأصابع، وموضعها الغريبة أثناء التعامل مع هذه الأجهزة يمكن أن تؤدي إلى هذه المتلازمة.

ويذكر أن طريقة حمل الأجهزة، والتعامل معها يمكن أن تسبب للمستخدم توترا في العضلات، والأوتار في أجزاء مختلفة من الجسم.

عدم الاتزان في النوم:

عدم الاتزان في النوم بسبب إجبار النفس على الاستيقاظ لوقت متأخر مما يؤثر على المزاج ويجعله متقلبا.

كما أن التفكير المتواصل يرهق العقل ويؤثر على مستويات الطاقة الإنتاجية للفرد، يضاف إلى ذلك ضياع الوقت الذي يمكن استغلاله في أشياء مفيدة، مثل قراءة الكتب والجلوس مع الأهل وزيارة الأصدقاء. (Www /Smartphone –addiction)

6. النوموفوبيا Nompobia:

يعرف كينغ وفاليكا رهاب الهاتف المحمول بأنه حالة من الضيق أو الانزعاج والقلق حين لا يمكن للشخص استعمال هاتفه المحمول، انه خوف من عدم التواصل الإلكتروني أو التقنية والابتعاد عن صفحة الويب.

يستخدم مصطلح Nompobia كاختصار لكلمات رهاب عدم وجود جوال- No-Mobile – phobia وقد ظهر عام 2008 من قبل مكتب البريد البريطاني لتقضي حالات القلق التي يعانيها مستعملو الهاتف المحمول. (محمد قاسم عبد الله، 2017، ص 54).

الفصل الثالث: الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

أعراض النوموفوبيا:

عند ملاحظة الشخص المصاب بالنوموفوبيا تجد عليه بعض الأعراض مثل:

- أحيانا تراه يتعذب ولا يستطيع غلق الجهاز الخاص به.
- الخوف الدائم وبشكل شديد من نفاذ البطارية بشكل سريع.
- دائما تجده يتفقد هاتفه خوفا من تفويت أي رسالة أو إيميل حيث أثبتت الدراسة أن المصاب بالنوموفوبيا تجده يتفقد هاتفه أكثر من النوموفوبيا تجده يتفقد هاتفه أكثر من 30 مرة في يوم.
- تطفي عليه فكرة انه لن يستطيع الحياة بدون هاتفه أو الوسائل التكنولوجية الحديثة.
- التنقل بالهاتف حيث أن المصاب بالنوموفوبيا لا ينتقل من غرفة إلى غرفة إلا ومعه الهاتف.
- تتحول محاور النقاشات للمصاب بهذا النوع من الفوبيا إلى كل ما يخص الهاتف وتطبيقاته.
- امتلاك أكثر من هاتف.
- الإصابة بنوبة ذعر عند فقدان الهاتف الذكي.
- الخوف المستمر من نفاذ شحن البطارية وشحنها بشكل متكرر دون الحاجة لذلك، بالإضافة لاصطحاب بطارية إضافية أثناء التواجد في الخارج.
- استخدام الهاتف في أماكن غير طبيعية حيث نجد المصاب بهذه الفوبيا يستخدم الهاتف ويأخذه معه حتى في الحمام. (فيروز هبيرة، 2019، ص 37-38).

الفصل الثالث: _____ الإدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية

خلاصة:

مما تم استعراضه في هذا الفصل أن إدمان على الهواتف الذكية وأثاره السلبية هو حالة من الاستخدام المرضي والغير توافقي لشبكة الأنترنت وكذلك الحكم على الشخص بأنه مدمن من خلال بعض السلوكيات، ومن بينها عدم السيطرة على الوقت الذي يقضيه المستخدم في الهواتف، وحدثت بعض الأعراض النفسية التي تؤثر فيه.

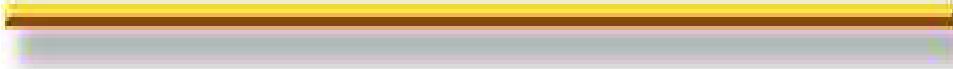


الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. الدراسة الاستطلاعية
2. المنهج الدراسة
3. مجتمع وعينة الدراسة
4. حدود الدراسة
5. أدوات الدراسة
6. الأساليب الإحصائية المستخدمة

خلاصة



الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية من أهم الخطوات الأساسية في البحث العلمي بعد التطرق إلى الجوانب النظرية الخاصة بالموضوع المراد دراسته حيث سنتمكن من خلال فصل إجراءات الدراسة الميدانية التعرف على الجانب التطبيقي وعينة الدراسة الأساسية وحدودها الزمنية والمكانية وأهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

1. الدراسة الاستطلاعية:

هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى استكشاف ميدان الدراسة الأساسية بصورة عامة وكذا التعرف على مدى ملائمة أداة الدراسة على العينة المختارة وكذا التعرف على مدى فهم عينة الدراسة لعبارات المقياس (إدمان استخدام الهاتف النقال) وكذا الوقوف على أهم العراقيل والصعوبات التي من الممكن أن تعترض سبيل الطالبات لتفاديها في الدراسة الأساسية، وقد قامت الطالبات بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال شهر أوت بجامعة محمد بوضياف، بهدف التأكد من مدى فهمهم لعبارات المقياس، والتأكد من الصدق والثبات حيث قامت الطالبات بتطبيق المقياس على عينة أولية من طلبة ليسانس قدر عددهم بـ 25 طالبة وطالبة من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وفيما يلي

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

- 1- تم التأكد من جدوى الدراسة.
- 2- فهم أفراد مجتمع الدراسة لعبارات المقياس.
- 3- تم التأكد من صدق وثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية.

أهداف الدراسة الاستطلاعية :

لقد تمثلت أهداف الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها في النقاط التالية :

- جمع المعلومات حول موضوع الدراسة
- التعرف على مدى تجاوب أفراد العينة مع المقياس
- التعرف على العينة عن قرب ومدى قابليتها للدراسة
- التأكد من سلامة اللغة المعتمدة وتوضيح المفردات والعبارات العينية
- التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق الثبات)

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

تمت إجراءات الدراسة الاستطلاعية بجامعة محمد بوضياف المسيلة 2020 ، على عينة من طلبة قوامها 25 طالبا وطالبة من مختلف التخصصات وذلك قصد التأكد من صلاحية مقياس الإدمان على الهواتف الذكية

2. منهج الدراسة :

تم اعتماد المنهج الوصفي المسحي، الذي يهدف كخطوة أولى إلى جمع بيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا دقيقة عن ظاهرة أو موضوع اجتماعي وتحليل ما تم جمعه من بيانات بطريقة موضوعية كخطوة ثانية للوصول إلى العوامل المكونة والمؤثرة على الظاهرة الإدمان على الهواتف الذكية وأثارها السلبية لدى الطالب الجامعي كخطوة ثالثة ويتلاءم كل ذلك مع طبيعة الموضوع المدروس.

3. مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة جامعة محمد بوضياف بالمسيلة .

عينة الدراسة:

عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة قصديه قوامها من طلبة الشباب المدمنون على الهواتف الذكية تكونت من 25 طالب وطالبة .

عينة الدراسة الأساسية:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة غرضيه غير عشوائية بغرض الحصول على عينة محددة من الطلبة المدمنين للهواتف الذكية من طلبة سنة ثالثة شعبة علم النفس فكان حجم العينة الأساسية (80) طالب وطالبة .

4. حدود الدراسة :

تمثلت حدود الدراسة الحالية فيما يلي:

الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة الحالية بجامعة محمد بوضياف المسيلة.

الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة الحالية في شقها التطبيقي في أواخر العام الدراسي 2019-2020

الحدود البشرية: تم إجراء الدراسة الحالية في شقها التطبيقي على عينة من الطلبة الشباب الجامعيين المدمنون على الهواتف الذكية .

5. أدوات الدراسة:

أولاً : مقياس الخماسية (2020) لإدمان على استخدام الهاتف الذكي :

يتكون مقياس إدمان استخدام الهاتف الذكي من (17) فقرة، ويتبع كل فقرة تدرج خماسي (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) وتأخذ الإجابة بدرجة كبيرة جداً (5) درجات، فيما تأخذ الإجابة بدرجة قليلة جداً درجة واحدة، ويتراوح مدى الدرجات عليه بين (75-75) درجة، ويتمتع المقياس بصدق المحتوى، وصدق البناء. وفي الدراسة الحالية تم التأكد من صدق المقياس بطريقتين: الطريقة الأولى صدق المحتوى، حيث تم عرض المقياس على ثمانية من المحكمين من ذوي الاختصاص؛ وتم الطلب منهم إعطاء رأيهم في وضوح الفقرات ومدى ارتباطها بإدمان الهاتف الذكي، وتم الأخذ بملاحظات المحكمين سواء التي أجمع عليها ستة من المحكمين (أي ما نسبته 75%) وأية مقترحات منطقية أخرى، حتى لو جاءت من محكم واحد، وتمثلت التعديلات بإعادة صياغة بعض الفقرات واستبدال بعض الكلمات. فيما تمثلت الطريقة الثانية بحساب صدق البناء للمقياس من خلال تطبيقه على عينة مكونة من (25) طالب وطالب العام الدراسي 2019-2020م، واستخراج معامل

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0,83-0,39)

وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,05$) وفيما يخص ثبات مقياس إدمان استخدام الهاتف الذكي فقد قام الخميسة (2020) بالتأكد من ثبات مقياس إدمان الهاتف الذكي بطريقتين هما: من خلال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test Retest بتطبيق الاختبار)، وإعادة تطبيقه، وتم:

حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين على المقياس ككل، حيث بلغ (0.929) ومن خلال احتساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة ألفا كرونباخ ، حيث بلغ (0.995) وفي الدراسة الحالية تم حساب معامل الثبات بطريقتين: طريقة الاستقرار بتطبيقه على عينة الصدق نفسها، وتم إعادة تطبيقه بعد أسبوعين من التطبيق الأول خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي /2019 2020م، وبلغ معامل الارتباط 0.92 في العبارة (11) و 0.58 في العبارة (3) وطريقة حساب بمعامل كرونباخ ألفا كمؤشر على الاتساق الداخلي وبلغ (0.959)

الصدق والثبات مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال:

-تم حساب صدق المقياس عن طريق الاتساق الداخلي بطريقة حساب معامل ارتباط عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس: حيث تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات مقياس (مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال) مع الدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم (01): مصفوفة ارتباطات بنود مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال مع الدرجة الكلية للمقياس.

الدرجة الكلية		الدرجة الكلية		الدرجة الكلية		الدرجة الكلية	
0,771**	معامل الارتباط	13	0,874**	معامل الارتباط	7	0,834**	معامل الارتباط
0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة		0,000	مستوى الدلالة

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

الدالة	حجم العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	حجم العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	حجم العينة
25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة
0,729**	معامل الارتباط	14	0,769**	معامل الارتباط	8	0,831**	معامل الارتباط
0,000	مستوى الدلالة	14	0,000	مستوى الدلالة	8	0,000	مستوى الدلالة
25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة
0,823**	معامل الارتباط	15	0,761**	معامل الارتباط	9	0,583**	معامل الارتباط
0,000	مستوى الدلالة	15	0,000	مستوى الدلالة	9	0,002	مستوى الدلالة
25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة
0,804**	معامل الارتباط	16	0,868**	معامل الارتباط	10	0,850**	معامل الارتباط
0,000	مستوى الدلالة	16	0,000	مستوى الدلالة	10	0,000	مستوى الدلالة
25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة
0,594**	معامل الارتباط	17	0,924**	معامل الارتباط	11	0,738**	معامل الارتباط
0,002	مستوى الدلالة	17	0,000	مستوى الدلالة	11	0,000	مستوى الدلالة
25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة	25	حجم العينة
0,05	* الارتباط دال عند 0.01	0,832**	معامل الارتباط	12	0,769**	معامل الارتباط	6
		0,000	مستوى الدلالة	12	0,000	مستوى الدلالة	6
		25	حجم العينة	12	25	حجم العينة	6

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس إيمان استخدام الهاتف النقال والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0,01$) حيث تراوحت قيم معاملات ارتباطها مع الدرجة الكلية بين (0.92) في العبارة رقم (11) و (0.58) في العبارة رقم (3). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس إيمان استخدام الهاتف النقال.

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

الثبات:

تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة:

- معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي: تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة الموضحة في الجدول التالي:
الجدول رقم (02): يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس إدمان استخدام الهاتف النقال

المقياس	عدد العبارات	ألفا كرونباخ
إدمان استخدام الهاتف النقال	17	0,959

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغ (0,95) وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الأداة، وهذا يعني أن الأداة (إدمان استخدام الهاتف النقال) تتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعلها صالحة للتطبيق في الدراسة الأساسية.

6. الأساليب الإحصائية:

- تم الاستعانة في هذه الدراسة بنظام الحزم الإحصائية spss الاصدار 25.
- التكرار والنسب المئوية (خصائص أفراد العينة).
- اختبار test-t لعينتين.

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى إجراءات الدراسة الميدانية من خلال تبني المنهج المناسب وكذلك حصر لمجتمع الدراسة وعينة الدراسة الأساسية، كما تم إجراء دراسة استطلاعية بهدف التأكد من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق على عينة الدراسة وحساب خصائصها السيكومترية والتي تتمثل في الصدق والثبات، حيث تبين بعد تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية صلاحية الأدوات للتطبيق في الدراسة الأساسية، كما تمت الإشارة إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة



أولاً: عرض وتحليل نتائج الفرضيات
ثانياً: مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات
الاستنتاج العام
اقتراحات



الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد:

في هذا الجانب من فصل الدراسة سوف يتم عرض البيانات ثم نقوم بتفسيرها ومناقشتها والخروج بالنتائج المتحصل عليها في الدراسة.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الدراسة الأساسية:

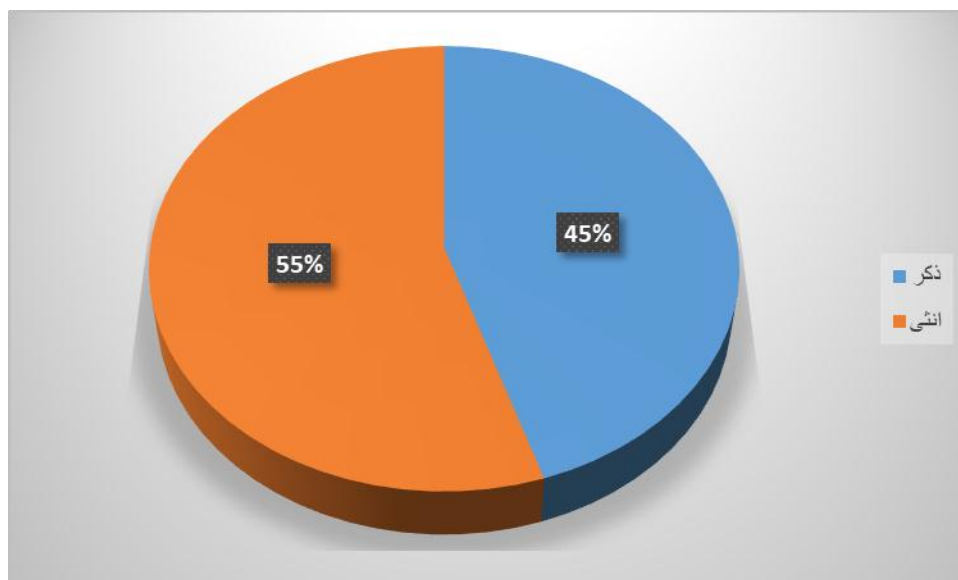
البيانات الشخصية:

-الجنس:

الجدول رقم (03) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

النسبة المئوية	التكرارات	الجنس
45%	36	ذكر
55%	44	انثى
100%	80	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (80) فرداً، نلاحظ أن حجم الذكور (36) بنسبة 45 %، أما الإناث فقد بلغ عددهن (44) أنثى بنسبة قدرت بـ 55 % كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم (01) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

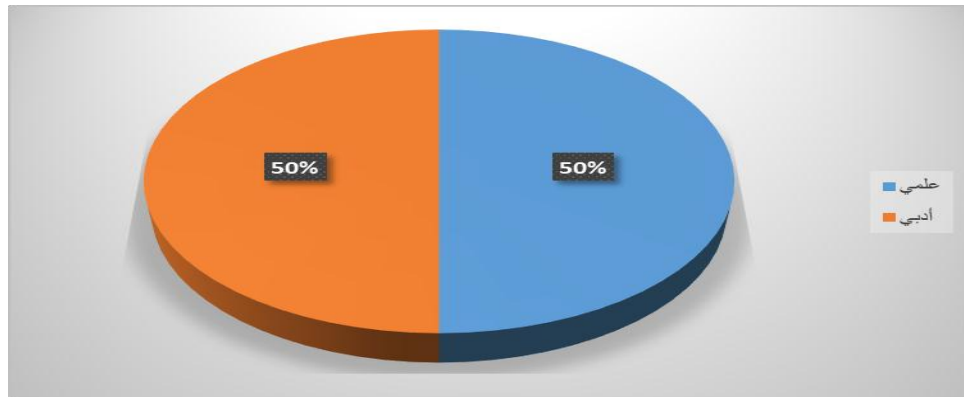
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

التخصص:

الجدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص

النسبة المئوية	التكرارات	التخصص
50%	40	علمي
50%	40	أدبي
100%	80	الإجمالي

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (80) فرداً، نلاحظ أن حجم العلميين (40) بنسبة 50 %، أما الأدبيين فقد بلغ عددهم (40) أنثى بنسبة قدرت بـ 50 % كما هو موضح في الشكل التالي:



الشكل رقم (02) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص

اختبار الفرضيات:

- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

أ/ بالنسبة لعبارات المقياس (إدمان استخدام الهاتف النقال) تم ترتيب عبارات المقياس حسب درجة تشبعها عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

جدول رقم (05) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد العينة على مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال

الرقم	عبارات المقياس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مقياس الحكم	المستوى
01	أفضي أوقات طويلة في الاتصالات على هاتفي النقال وبشكل متزايد في الأشهر الماضية.	80	2,8750	1,04790	[3.4-2.6]	متوسطة
02	أصبح استخدامي للهاتف النقال على حساب أوقات الدراسة.	80	2,6875	0,88007	[3.4-2.6]	متوسطة
03	أشعر بالانزعاج والضيق إذا كان هاتفي النقال مغلقاً حتى أثناء الدراسة أو أثناء تواجدي في الجامعة.	80	3,3625	0,87502	[3.4-2.6]	متوسطة
04	يتذمر أفراد أسرتي وأصدقائي من كثرة استخدامي للهاتف النقال.	80	2,9625	1,02431	[3.4-2.6]	متوسطة
05	أشعر بالضيق الشديد عند نسيان هاتفي النقال في مكان ما.	80	2,8750	0,91920	[3.4-2.6]	متوسطة
06	أشعر أن الوقت الذي أفضيه في استخدام الهاتف النقال غير كاف.	80	3,3375	0,91325	[3.4-2.6]	متوسطة
07	أجد أنه من الصعوبة على إغلاق هاتفي النقال.	80	2,8000	0,91955	[3.4-2.6]	متوسطة
08	أقع في مشكلات بسبب رنين هاتفي النقال أثناء المحاضرات.	80	2,7750	0,94098	[3.4-2.6]	متوسطة
09	استخدم الهاتف النقال للتسلية لأوقات طويلة.	80	2,5625	0,96579	[2.6-1.8]	منخفضة
10	انشغل ذهنياً في المكالمات التي من المتوقع أن تصلني عندما يكون هاتفي النقال مغلقاً أو خارج التغطية.	80	2,7375	1,04025	[3.4-2.6]	متوسطة
11	عند إجراء المكالمات عبر الهاتف النقال فإنني أركز كل اهتمامي على المكالمات وأهمل المتطلبات الأخرى التي أقوم بها.	80	2,9375	1,01062	[3.4-2.6]	متوسطة
12	أتفحص هاتفي النقال بشكل مستمر للتحقق من أنه غير مغلق.	80	3,0375	0,94726	[3.4-2.6]	متوسطة
13	أتابع المستجدات التكنولوجية لعالم الهواتف النقالة.	80	3,0000	0,87149	[3.4-2.6]	متوسطة
14	شعر أن تحصيلي الدراسي أنخفض بسبب استخدامي المتواصل للهاتف النقال.	80	2,9375	0,91877	[3.4-2.6]	متوسطة
15	أفضل استخدام الهاتف النقال ذو ميزة الخطين.	80	3,1625	1,02431	[3.4-2.6]	متوسطة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

عالية	[4.2-3.4]	1,16591	3,4125	80	اسهر لساعات متأخرة من الليل مستخدماً الهاتف النقال.	16
متوسطة	[3.4-2.6]	1,06431	3,2625	80	بعد عدة محاولات فشلت من تقليل كثرة استخدامي للهاتف النقال.	17

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المستخرجة من استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من عبارات المقياس (إدمان استخدام الهاتف النقال) نلاحظ أن كل العبارات في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كانت متوسطة فكلها تنتمي إلى المجال المتوسط (2.60 - 3.40)، حيث تراوحت المتوسطات الحسابية للمقياس والتي تنتمي إلى المجال المتوسط بين [2.68 في العبارة رقم 2 والتي نصت على: أصبح استخدامي للهاتف النقال على حساب أوقات الدراسة و (3,3600) في العبارة رقم (3) والتي نصت على: أشعر بالانزعاج والضيق إذا كان هاتفي النقال مغلقاً حتى أثناء الدراسة أو أثناء تواجدي في الجامعة)، في حين جاءت العبارات رقم [16] عالية كونها تنتمي إلى المجال [4.2-3.4] حيث نصت على : (اسهر لساعات متأخرة من الليل مستخدماً الهاتف النقال) بمتوسط حسابي قدر بـ (3,4125) .

وأيضاً جاءت العبارة رقم (09) والتي نصت على ((استخدم الهاتف النقال للتسلية لأوقات طويلة)) في المجال المنخفض كونها تنتمي إلى المجال [2.6-1.8] بمتوسط حسابي قدر بـ (2,5625). بالتالي يمكن القول بأن عبارات مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال جاءت متوسطة أي أن إدمان استخدام الهاتف النقال لدى طلبة الجامعة متوسط.

الفرضية الأولى:

-مستوى إدمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف مرتفع. ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار (t) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي للأفراد مع المتوسط النظري لمقياس إدمان استخدام الهاتف النقال كما موضح في الجدول التالي:

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

جدول رقم (06) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط

النظري لمقياس

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	الفرق بين المتوسطين	قيمة (t)	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار	المعيار
إدمان استخدام الهاتف النقال	2,9838	0,69083	3	0,01618	0,209	0,835	79	غير دال عند 0,05	[3.4-2.6] المجال المتوسط

بعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس إدمان استخدام الهاتف النقال ومقارنته بالمتوسط النظري تبين أن متوسط درجات أفراد عينة البحث في إدمان استخدام الهاتف النقال بلغ (2,9838) درجة وانحراف معياري قدره (0,69083) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتوقع (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (3) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (-0,01618) درجة، [وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق غير دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري على الرغم من أن المتوسط المحسوب أصغر من النظري إلا أن قيمة الفرق جاء تغير دالة إحصائياً، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (-0,209) وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$). وعموماً نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد عينة الدراسة ينتمي إلى المجال [3.4- 2.6] وهو المجال المتوسط.

وهذا يعني أن مستوى إدمان استخدام الهاتف النقال لدى أفراد عينة الدراسة متوسط وغير دال إحصائياً. وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية التي نصت على أن مستوى إدمان استخدام الهاتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف مرتفع.

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير الجنس (ذكور/إناث). وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم اختبار (ت) لدلالة

الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

جدول رقم (07) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات

درجات استجابات أفراد العينة على مقياس ادمان استخدام الهواتف النقالة تبعا لمتغير

الجنس.

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	الجنس	المتغير
غير دال عند 0.05	0,331	78	-0,978	0,77310	2,9003	36	ذكر	ادمان استخدام الهواتف النقالة
				0,61619	3,0521	44	انثى	

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية للجنسين (ذكور/إناث) في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة حيث بلغ متوسط فئة الذكور (2,9003) في حين بلغ متوسط فئة الإناث في ادمان استخدام الهواتف النقالة (3,0521) حيث جاءت قيمة الفرق طفيفة بينهما وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت (-0,978) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) .

وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية الفرقية البحثية والتي نصت على أنه: "توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير الجنس.

وعليه نقبل الفرضية الإحصائية والتي نصت على أنه: "لا توجد فروق دالة احصائية في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير الجنس".

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة تعزى لمتغير التخصص (علمي/ أدبي). وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:
جدول رقم (08) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة على مقياس ادمان استخدام الهواتف النقالة تبعا لمتغير التخصص.

المتغير	التخصص	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
ادمان استخدام الهواتف النقالة	علمي	40	3,0426	0,58959	0,760	78	0,450	غير دال عند 0.05
	أدبي	40	2,9250	0,78231				

نلاحظ من الجدول أعلاه أن هناك تقارب بين المتوسطات الحسابية لذوي التخصص (علمي/ أدبي) في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة حيث بلغ متوسط فئة العلميين (3,0426) في حين بلغ متوسط فئة الأدبيين في ادمان استخدام الهواتف النقالة (2,9250) حيث جاءت قيمة الفرق طفيفة بينهما وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت (0,760) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) .

وعليه نستنتج عدم تحقق الفرضية الفرقية البحثية والتي نصت على أنه توجد فروق دالة احصائيا في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير التخصص.

ونقبل الفرضية الإحصائية والتي نصت على أنه " لا توجد فروق دالة احصائيا في مستوى ادمان استخدام الهواتف النقالة لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير التخصص.

الفصل الخامس: _____ عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

الاستنتاج العام:

بعد عرض وتحليل ومناقشة النتائج الدراسة الحالية تم التوصل إلى النتائج التالية

الخلاصة المتعلقة بالفرضية الأولى:

- ما مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف؟
- مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة جامعة محمد بوضياف مرتفع

الخلاصة المتعلقة بالفرضية الثانية:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال تعزى لمتغير الجنس (ذكور إناث)؟

عدم تحقق الفرضية الفرضية البحثية والتي نصت على أنه: " توجد فروق دالة إحصائية في مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير الجنس. الخلاصة المتعلقة بالفرضية الثالثة:

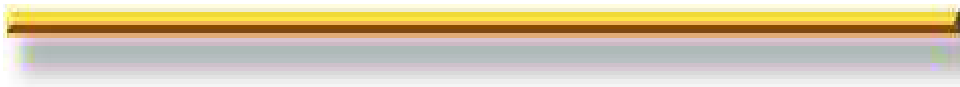
هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال تعزى لمتغير التخصص (علمي/ أدبي)؟

عدم تحقق الفرضية الفرضية البحثية والتي نصت على أنه توجد فروق دالة إحصائية في مستوى إيمان استخدام الهواتف النقال لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير التخصص.

التوصيات:

- ✓ الكشف عن الطلبة المدمنين على الهواتف الذكية، والذين يعانون من الاضطرابات النفسية وتوفير لهم البرامج العلاجية المناسبة.
- ✓ نشر الوعي النفسي بمخاطر إدمان الهواتف الذكية كونه لا يختلف عن إدمان المواد المخدرة والكحوليات، وما يحمله من أضرار نفسية وصحية
- ✓ عمل مطويات ونشرات توعية بمخاطر إدمان الهواتف الذكية وتوزيعها على طلبة الجامعة.
- ✓ إنشاء جلسات توعية حول إدمان الهواتف الذكية وما ينتج عنه من مشكلات نفسية وجسدية للأفراد
- ✓ عقد ندوات توعية للطلاب وتنفيذ مؤتمرات للطلاب عن إدمان الهواتف الذكية وتأثيرها على الصحة النفسية
- ✓ ضرورة الاهتمام بالتوعية الإعلامية من خلال الإعلام العديد للمساهمة في توعية الآباء والأمهات حول الأساليب التربوية الصحيحة في التعامل مع حالات إدمان الهواتف الذكية لدى الأبناء.
- ✓ تفعيل الوحدات الإرشادية والعيادات النفسية بالجامعات والكليات لتوعية الشباب من طلاب الجامعة بمخاطر إدمان الهواتف الذكية.
- ✓ التنسيق بين مؤسسات المجتمع المدني والمحلي لنشر الوعي وبيان مخاطر الإدمان على الهواتف الذكية، وعرض قصص واقعية من الأفراد الذين سقطوا فريسة هذا العالم الافتراضي وما جناه هؤلاء الأفراد من معاناة نفسية واجتماعية.

خاتمة

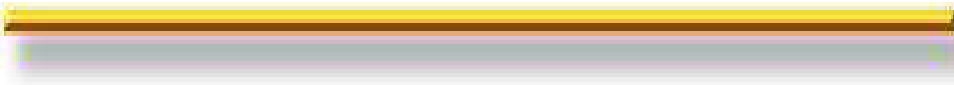
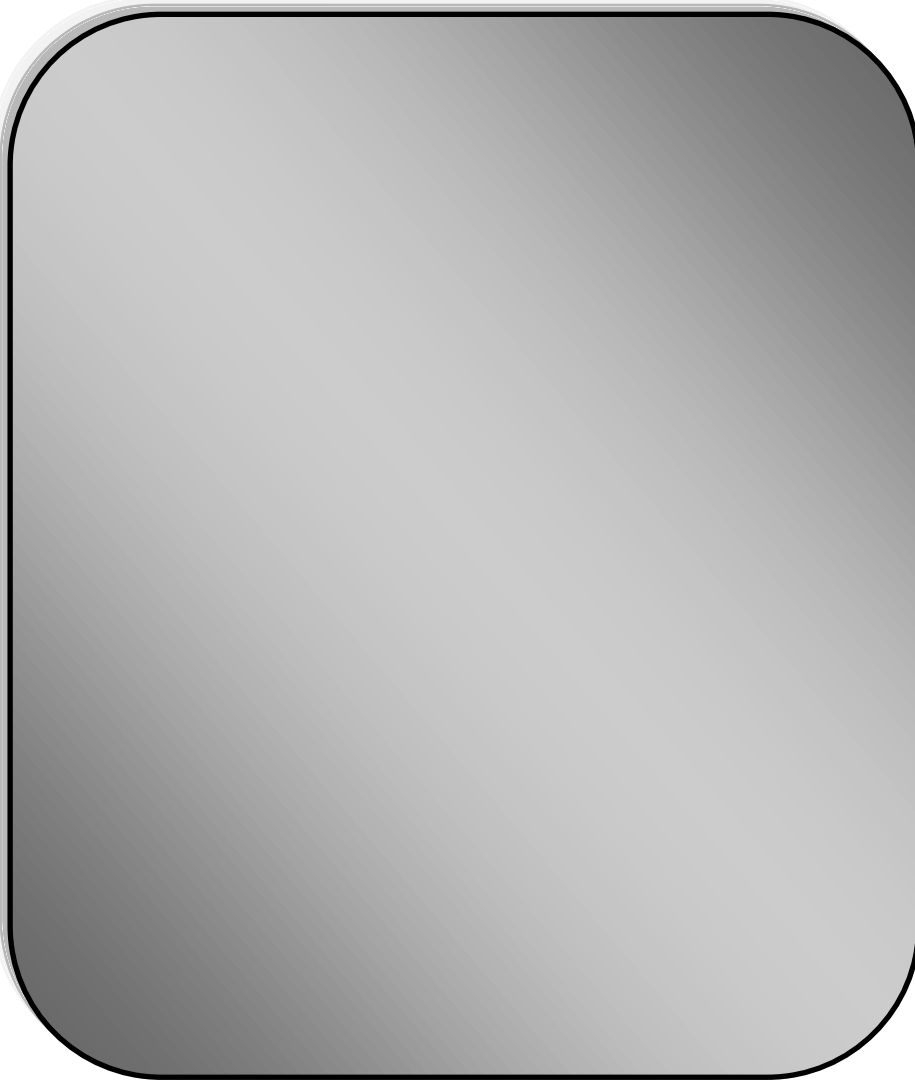


إن التطور المتواصل للتكنولوجيا ساهم في تغيير حياة الأفراد بطريقة لم يكن العقل البشري يتوقعها، حيث نشهد في عصرنا الحالي، بروز عديد من التقنيات التي ساهم امتلاكها إلى جعل حياتنا تتغير باستخدامها.

رغم التطور التكنولوجي الذي تمر به المجتمعات البشرية إلا انه أحد مسببات الإدمان لدى الشباب وذلك من خلال استخدامهم للهواتف الذكية التي ساهمت بشكل كبير في إيجاد نوع من العزلة الاجتماعية لدى الشباب أو الطالب الجامعي ارتفاع معدلات استخدامها للمحادثة داخل المجتمع الإلكتروني الكبير ضمن الشبكة العنكبوتية ، ففي الآونة الأخيرة ازداد الإدمان على الهواتف الذكية خاصة مع جائحة كورونا وأثارها السلبية عليهم ،التي تساهم في تضييع الوقت ، ولها أضرار على الصحة من خلال إحداث تشوه في الأصابع نتيجة الاستخدام المستمر ، ضعف البصر ، القلق والنوم فوبيا وغيرها من الآثار السلبية .

نستخلص أن الاستخدام العقلاني أو الأمثل للطالب الجامعي للهاتف الذكي من خلال قراءة كتب، أو ريواية، بالإضافة إلى تعلم لغة، مشاهدة كورسات لتطوير الذات أي استغلال الوقت.

قائمة المراجع



أولاً: الكتب

1. ماريان مراد أنيس، (2013) استخدام الجمهور المصري للتلفون المحمول وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي، كلية الإعلام، جامعة القاهرة.
2. مها حسن الشحروري، (2008) الألعاب الإلكترونية في عصر العولمة مالها وما عليها، الطبعة الأولى، دار السيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.

ثانياً: الرسائل الجامعية

1. فيروز هبيرة، (2018) الاستجابة الاكتئابية لدى الطلبة المدمنين على الهواتف الذكية، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، تخصص علم النفس العيادي، جامعة المسيلة، الجزائر.
2. ابتسام عليقي، (2017) تأثير استخدام الهواتف الذكية على التنشئة الاجتماعية للطفل الجزائري، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الإنسانية، تخصص سمعي بصري، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي.
3. كحل السنان شيماء وآخرون، (2018) مستوى الإدمان على الصور الشخصية السيلفيو وعلاقته بصورة الجسم، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، تخصص علم النفس، جامعة المسيلة.
4. سمية بوبعاية، (2016) الإدمان على الإنترنت وعلاقته بظهور اضطرابات النوم لدى عينة من الشباب، مذكرة ماستر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، تخصص علم النفس العيادي، جامعة المسيلة.

ثالثا: مجلات

1. محمد قاسم عبد الله، (2017) الخوف المرضي من فقدان الهاتف المحمول لدى الأطفال، مجلة الطفولة العربية، جامعة حلب، سوريا، العدد 74.
2. حليلة إبراهيم احمد الفيلكاوي، (2018) أثر إدمان الموبايل كوسيلة من وسائل الاتصال على بعض المتغيرات النفسية لدى طالبات، مجلة العلوم التربوية، بدولة الكويت، العدد 3.
3. جنان لطيف هاشم، (2018) إدمان أطفال الروضة على الأجهزة اللوحية وتأثيراته السلبية، مجلة كلية التربية للبنات، المجلد 29، 2018
4. حباب عبد الحي عثمان وآخرون، (2018) إدمان الهواتف الذكية، مجلة كلية التربية جامعة تبوك، العدد 114.
5. بسما جبر خطار المحاسنة، '(2018) أثر الهواتف الذكية على تحصيل طلبة المدارس في المرحلة الأساسية الأولى، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، جرش - الأردن.

رابعا: المراجع الأجنبية

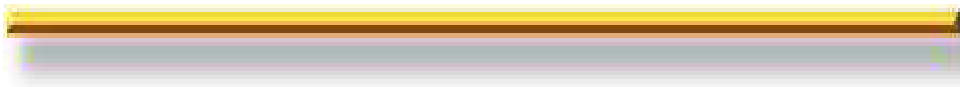
1. Kristina Ziegler 2018 ، The Relqtionship betzeen Smartphone Addiction And Interaction Anxiousness among College ، Master Thesis ،School of Helth and Welfare ، Halmstad University .
2. Sabhan . m . and negahban . A. 2013 social networkng on snartphones . when mobile phones become addictioe com puters in human behavior . 29(6) .

3. Widyanto . laura . mcmuram . mary . 2004 . the psychometric properties of the internet addiction test . cyber psychology behavior .

خامسا: المواقع الإلكترونية

1. www.hopeeg.com/services/other-addictions/smartphone-addiction
2. كيفية التخلص من إدمان الهاتف المحمول /www/arageek.com1

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص عيادي

إستمارة استبيان

في إطار إنجاز مذكرة ليسانس تحت عنوان :

الإدمان على الهواتف الذكية وآثاره السلبية على طلبة الجامعة
"دراسة ميدانية طلبة جامعة محمد بوضياف بالمسيلة"

إشراف الأستاذ:

د. عمور عمر

إعداد الطالبتان:

خديجي نجوى

جازولي آية

لذا نرجو منكم قراءة هذا الاستبيان بتمعن وروية ثم الإجابة عنها حسب رأيك الخاص كما نعلم سيادتكم أن المعلومات المقدمة من طرفكم لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي

مقياس إدمان استخدام الهاتف النقال

أرجو وضع (√) أمام الفقرة، وتحت الدرجة المناسبة.

م	الفقرات	تنطبق على بدرجة			
		كبيرة جدا	كبيرة	متوسط	قليلة جدا
01	أقضي أوقات طويلة في الاتصالات على هاتفي النقال وبشكل متزايد في الأشهر الماضية.				
02	أصبح استخدامي للهاتف النقال على حساب أوقات الدراسة.				
03	أشعر بالانزعاج والضيق إذا كان هاتفي النقال مغلقاً حتى أثناء الدراسة أو أثناء تواجدي في الجامعة.				
04	يتذمر أفراد أسرتي وأصدقائي من كثرة استخدامي للهاتف النقال.				
05	أشعر بالضيق الشديد عند نسيان هاتفي النقال في مكان ما.				
06	أشعر أن الوقت الذي أقضيه في استخدام الهاتف النقال غير كافٍ.				
07	أجد أنه من الصعوبة على إغلاق هاتفي النقال.				
08	أقع في مشكلات بسبب رنين هاتفي النقال أثناء المحاضرات.				
09	استخدم الهاتف النقال للتسلية لأوقات طويلة.				
10	انشغل ذهنياً في المكالمات التي من المتوقع أن تصلني عندما يكون هاتفي النقال مغلقاً أو خارج التغطية.				
11	عند إجراء المكالمات عبر الهاتف النقال فإنني أركز كل اهتمامي على المكالمات وأهمل المتطلبات الأخرى التي أقوم بها.				
12	أتفحص هاتفي النقال بشكل مستمر للتحقق من أنه غير مغلق.				

					13	أتابع ا لمستجدات التكنولوجية لعالم الهواتف النقاله.
					14	شعر أن تحصيلي الدراسي أنخفض بسبب استخدامي المتواصل للهاتف النقال.
					15	أفضل استخدام الهاتف النقال ذو ميزة الخطين.
					16	اسهر لساعات متأخرة من الليل مستخدماً الهاتف النقال.
					17	بعد عدة محاولات فشلت من تقليل كثرة استخدامي للهاتف النقال.

Corrélations

		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	Q17	ادمان استخدام الهياتف القال
Q1	Corrélation de Pearson	1	,661**	,519**	,722**	,637**	,559**	,769**	,671**	,511**	,699**	,789**	,644**	,668**	,544**	,722**	,636**	0,364	,834**
	Sig. (bilatérale)		0,000	0,008	0,000	0,001	0,004	0,000	0,000	0,009	0,000	0,000	0,001	0,000	0,005	0,000	0,001	0,074	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q2	Corrélation de Pearson	,661**	1	0,321	,627**	,428**	,702**	,718**	,603**	,639**	,809**	,786**	,670**	,608**	,468**	,768**	,742**	,493**	,831**
	Sig. (bilatérale)	0,000		0,118	0,001	0,033	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,001	0,018	0,000	0,000	0,012	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q3	Corrélation de Pearson	,519**	0,321	1	,464**	,564**	0,367	,452**	,397**	,685**	,403**	,433**	,456**	0,351	,442**	,454**	0,294	0,385	,583**
	Sig. (bilatérale)	0,008	0,118		0,020	0,003	0,071	0,023	0,049	0,000	0,046	0,031	0,022	0,086	0,027	0,023	0,153	0,057	0,002
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q4	Corrélation de Pearson	,722**	,627**	,464**	1	,678**	,655**	,739**	,746**	,602**	,721**	,715**	,666**	,657**	,701**	,760**	,565**	0,395	,850**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,001	0,020		0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,003	0,051	0,000	
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q5	Corrélation de Pearson	,637**	,428**	,564**	,678**	1	0,391	,627**	,814**	,645**	,537**	,666**	,770**	,520**	,475**	,480**	,512**	0,320	,738**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,033	0,003	0,000		0,054	0,001	0,000	0,000	0,006	0,000	0,000	0,008	0,016	0,015	0,009	0,119	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q6	Corrélation de Pearson	,559**	,702**	0,367	,655**	0,391	1	,583**	,467**	,647**	,624**	,690**	,628**	,802**	,596**	,721**	,546**	0,335	,769**
	Sig. (bilatérale)	0,004	0,000	0,071	0,000	0,054		0,002	0,019	0,000	0,001	0,000	0,001	0,000	0,002	0,000	0,005	0,102	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q7	Corrélation de Pearson	,769**	,718**	,452**	,739**	,627**	,583**	1	,710**	,692**	,657**	,842**	,616**	,712**	,771**	,742**	,608**	,479**	,874**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,023	0,000	0,001	0,002		0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,001	0,015	0,000	
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q8	Corrélation de Pearson	,671**	,603**	,397**	,746**	,814**	,467**	,710**	1	,664**	,645**	,687**	,756**	,519**	,540**	,570**	,533**	0,160	,769**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,001	0,049	0,000	0,000	0,019	0,000		0,000	0,001	0,000	0,000	0,008	0,005	0,003	0,006	0,446	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q9	Corrélation de Pearson	,511**	,639**	,685**	,602**	,645**	,647**	,692**	,664**	1	,476**	,668**	,692**	,568**	,632**	,609**	0,387	0,371	,761**
	Sig. (bilatérale)	0,009	0,001	0,000	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		0,016	0,000	0,000	0,003	0,001	0,001	0,056	0,068	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q10	Corrélation de Pearson	,699**	,809**	,403**	,721**	,537**	,624**	,657**	,645**	,476**	1	,796**	,708**	,603**	,564**	,706**	,879**	,575**	,868**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,046	0,000	0,006	0,001	0,000	0,001	0,016		0,000	0,000	0,001	0,003	0,000	0,000	0,003	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q11	Corrélation de Pearson	,789**	,786**	,433**	,715**	,666**	,690**	,842**	,687**	,668**	,796**	1	,765**	,794**	,624**	,680**	,786**	,563**	,924**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,031	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,003	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q12	Corrélation de Pearson	,644**	,670**	,456**	,666**	,770**	,628**	,616**	,756**	,692**	,708**	,765**	1	,628**	,531**	,531**	,731**	0,393	,832**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,022	0,000	0,000	0,001	0,001	0,000	0,000	0,000	0,000		0,001	0,006	0,006	0,000	0,052	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q13	Corrélation de Pearson	,668**	,608**	0,351	,657**	,520**	,802**	,712**	,519**	,568**	,603**	,794**	,628**	1	,551**	,551**	,549**	0,254	,771**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,001	0,086	0,000	0,008	0,000	0,000	0,008	0,003	0,001	0,000	0,001		0,004	0,004	0,005	0,220	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q14	Corrélation de Pearson	,544**	,468**	,442**	,701**	,475**	,596**	,771**	,540**	,632**	,564**	,624**	,531**	,551**	1	,669**	0,375	0,355	,729**
	Sig. (bilatérale)	0,005	0,018	0,027	0,000	0,016	0,002	0,000	0,005	0,001	0,003	0,001	0,006	0,004		0,000	0,065	0,081	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q15	Corrélation de Pearson	,722**	,768**	,454**	,760**	,480**	,721**	,742**	,570**	,609**	,706**	,680**	,531**	,551**	,669**	1	,574**	,458**	,823**
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,023	0,000	0,015	0,000	0,000	0,003	0,001	0,000	0,000	0,006	0,004	0,000		0,003	0,021	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q16	Corrélation de Pearson	,636**	,742**	0,294	,565**	,512**	,546**	,608**	,533**	0,387	,879**	,786**	,731**	,549**	0,375	,574**	1	,714**	,804**
	Sig. (bilatérale)	0,001	0,000	0,153	0,003	0,009	0,005	0,001	0,006	0,056	0,000	0,000	0,000	0,005	0,065	0,003		0,000	0,000
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
Q17	Corrélation de Pearson	0,364	,493**	0,385	0,395	0,320	0,335	,479**	0,160	0,371	,575**	,563**	0,393	0,254	0,355	,458**	,714**	1	,594**
	Sig. (bilatérale)	0,074	0,012	0,057	0,051	0,119	0,102	0,015	0,446	0,068	0,003	0,003	0,052	0,220	0,081	0,021	0,000		0,002
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25
ادمان استخدام الهياتف القال	Corrélation de Pearson	,834**	,831**	,583**	,850**	,738**	,769**	,874**	,769**	,761**	,868**	,924**	,832**	,771**	,729**	,823**	,804**	,594**	1
	Sig. (bilatérale)	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	
	N	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25

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

* La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Statistiques de	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
0,959	17

ملاحق الدراسة الأساسية:

فرضية المستوى:

Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Q1	80	2,8750	1,04790	0,11716
Q2	80	2,6875	0,88007	0,09839
Q3	80	3,3625	0,87502	0,09783
Q4	80	2,9625	1,02431	0,11452
Q5	80	2,8750	0,91920	0,10277
Q6	80	3,3375	0,91325	0,10210
Q7	80	2,8000	0,91955	0,10281
Q8	80	2,7750	0,94098	0,10520
Q9	80	2,5625	0,96579	0,10798
Q10	80	2,7375	1,04025	0,11630
Q11	80	2,9375	1,01062	0,11299
Q12	80	3,0375	0,94726	0,10591
Q13	80	3,0000	0,87149	0,09744
Q14	80	2,9375	0,91877	0,10272
Q15	80	3,1625	1,02431	0,11452
Q16	80	3,4125	1,16591	0,13035
Q17	80	3,2625	1,06431	0,11899
ادمان استخدام الهاتف النقال	80	50,7250	11,74408	1,31303
Statistiques sur échantillon uniques				
	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
ادمان استخدام الهاتف النقال	80	2,9838	0,69083	0,07724

Test sur échantillon unique						
Valeur de test = 3						
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
ادمان استخدام الهاتف النقال	-0,209	79	0,835	-0,01618	-0,1699	0,1376

فرضية الفروق:

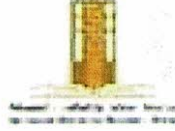
Statistiques de groupe					
الجنس		N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
ادمان استخدام الهاتف النقال	ذكر	36	2,9003	0,77310	0,12885
الهاتف النقال	انثى	44	3,0521	0,61619	0,09289

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
ادمان استخدام الهاتف النقال	Hypothèse de variances égales	2,376	0,127	-0,978	78	0,331	-0,15181	0,15530	-0,46098	0,15736
	Hypothèse de variances inégales			-0,956	66,267	0,343	-0,15181	0,15885	-0,46893	0,16531

Statistiques de groupe					
التخصص		N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
ادمان استخدام الهاتف النقال	علمي	40	3,0426	0,58959	0,09322
الهاتف النقال	أدبي	40	2,9250	0,78231	0,12369

Test des échantillons indépendants										
		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
ادمان استخدام الهاتف النقال	Hypothèse de variances égales	3,435	0,068	0,760	78	0,450	0,11765	0,15489	-0,19071	0,42601
	Hypothèse de variances inégales			0,760	72,497	0,450	0,11765	0,15489	-0,19108	0,42638

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس العيادي

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

تصريح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة) خديجة نجوى

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم طالب

الحامل (ة) لمطابقة التعريف الوطنية رقم: 11 9961089048060000

والصادرة بتاريخ: 05 / 04 / 2016

عن دائرة: سيدي عيسى وكلية المسيلة

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

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

مذكرة تخرج
لإدمان علي الصواني في الذكوية وآثارها السلبية
على طلبة الجامعة

أصبح يشترط أن يلتزم بقواعد المطالب العلمية والأخلاقية ونظم الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

التاريخ: 20.09/13



أصبح يشترط أن يلتزم بقواعد المطالب العلمية والأخلاقية ونظم الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في
إنجاز البحث المذكور أعلاه.
السيد(ة) خديجة نجوى
الموضوع: 13 - 05 / 04 / 2016
ع/ وكيل المجلس الشعبي البلدي
وبتفويض منه المتصرف الإقليمي
عبدلي إبراهيم

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس العيادي

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

تصريح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيدة: جزولي آية

الصفة طالب، أستاذ باحث، باحث دائم طالب

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119971017003420004

والصادرة بتاريخ: 25 - 04 - 2016

عن دائرة: سيدي عيسى ولاية المسيلة

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية و الإقتصاد علم النفس العيادي

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

مدكرة التخرج
الأدمان على الهواتق الذكية واثارها السلبية
على طلبة الجامعة

أصبح شرقي أنرواقم بحارسة معايير العلمية بالبحوث وتطوير العلاقات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

التاريخ: 2020/09/13



ع/ رئيس المجلس الشعبي البلدي
وبتفويض منه المتصرف الإقليمي
عبدلي إبراهيم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

