

الرقم التسلسلي: 2026/.....
رقم التسجيل: 212135078424

القلق الوجودي وعلاقته بالإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس

دراسة ميدانية بقسم علم النفس بجامعة المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي

إشراف الأستاذة:
د- العمريّة بن عمرة

إعداد الطلبة:
- نغبيل أمال

السنة الجامعية: 2026/2025م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين القلق الوجودي والإدمان الرقمي لدى الطلبة الجامعيين والتعرف على مستوى القلق الوجودي ومستوى الإدمان الرقمي والكشف عن الفروق فيهما وكانت الدراسة على عينة قوامها 151 طالب وطالبة من قسم علم النفس بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة واستخدم في الدراسة المنهج الوصفي العلائقي وطبقت عليهم مقياسين، مقياس القلق الوجودي ومقياس الإدمان على الأنترنت وكانت نتائج الدراسة كما يلي: أنه توجد علاقة ارتباطية بين القلق الوجودي والإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، وأيضا مستوى القلق الوجودي لدى الطلبة مرتفع ، كما أيضا مستوى الإدمان على الأنترنت مرتفع، وهناك فروق في مستوى القلق الوجودي لصالح الإناث، بينما مستوى الإدمان على الأنترنت ليس هناك فروق فيه بين الإناث والذكور .

الكلمات المفتاحية: القلق الوجودي، الإدمان، الإنترنت، الإدمان الرقمي، الطلبة.

Abstract:

Study Summary: This study aimed to investigate the relationship between existential anxiety and digital addiction among university students, identify the levels of both existential anxiety and digital addiction, and determine any differences between them. The study was conducted on a sample of 151 male and female students from the Psychology Department at Mohamed Boudiaf University in M'sila. The descriptive-relational approach was used, and two scales were administered: an existential anxiety scale and an internet addiction scale. The results showed a correlation between existential anxiety and internet addiction among psychology students at M'sila University. The study also found high levels of both existential anxiety and internet addiction among the students. Females exhibited higher levels of existential anxiety, while males showed no significant difference in internet addiction levels.

Keywords: Existential anxiety, addiction, internet, digital addiction, students.

كلمة شكر وعرفان

«رَبِّ أَوْزِرْ عَنِّي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي

بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ» [سورة النمل، الآية: 19]

أولاً، الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبعونه وتوفيقه أنجزنا هذه المذكرة.

له الشكر والثناء، عدد ما كان وعدد ما يكون، عدد الحركات والسكون.

نتقدّم بعد ذلك بخالص عبارات الشكر والامتنان إلى إدارة قسم علم النفس، على

ما قدمته من دعم وتسهيلات طوال مسارنا الدراسي.

كل التقدير والعرفان إلى مشرفتنا الفاضلة الدكتورة "العمرية بن عمرة"،

على توجيهها السديد، وصبرها، ومرافقتها العلمية

كما لا أنسى أن أقدم الشكر الجزيل إلى كلّ الأساتذة كلية العلوم الإنسانية

والاجتماعية وأخص بالذكر قسم علم النفس

وإلى كل من مدى لنا يد المساعدة من قريب أو بعيد



إهداء

إلى أمي وأبي... إلى إخوتي،
إلى كل قلب آمن بي حين تعبت،
إلى كل يد امتدت لي بصمت دون انتظار شكر،
إلى من كانوا دعائي الخفي في لحظات الانكسار،
وسندي حين ظننت أن الطريق أطول من قدرتي،
إلى الذين علموني أن السقوط ليس نهاية.
وان المحاولة بحد ذاتها انتصار، وان الأحلام لا تموت... بل تنتظر من
يؤمن بها أكثر.

هذا العمل ثمرة تعبٍ، وصبر، وأملٍ لم ينطفئ،
أهديه لكل من مر في حياتي وترك أثراً جميلاً،
ولكل من قال لي يوماً: ستصل... فهذا أنا أصل، وبكم يكتمل المعنى.

نغبيل أمال



قائمة المحتويات

ملخص الدراسة

شكر وتقدير

إهداء

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

فهرس الأشكال

مقدمة أ-ب

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية الدراسة 05

2- فرضيات الدراسة 06

3- أهداف الدراسة 06

4- أهمية الدراسة 07

5- الدراسات السابقة 07

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة 13

أولاً- القلق الوجودي 13

ثانياً- الإدمان على الأنترنت 21

الفصل الثاني

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد 25

1- الدراسة الاستطلاعية 25

- 2- أداة الدراسة 26
- 3- الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة 28
- 4- الدراسة الأساسية 30
- 5- منهج الدراسة 30
- 6- عينة الدراسة الأساسية 30
- 7- الأساليب الإحصائية المستعملة 31

الفصل الثالث

عرض ومناقشتها نتائج الدراسة وتحليلها

- تمهيد 33
- 1- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الأولى 34
- 2- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثانية 36
- 1- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثالثة 39
- 4- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الرابعة 42
- 5- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الخامسة 44
- الخلاصة العامة: 47
- اقتراحات وتوصيات 50
- قائمة المراجع 52

الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
27	يبين صدق المقارنة بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على مقياس إيمان الأنترنت	01
28	يبين معامل قيم ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس ككل	02
28	يبين صدق المقارنة بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على مقياس القلق الوجودي	03
29	يبين معامل قيم ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس ككل	04
31	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	05
34	يبين نتائج معامل الارتباط بين القلق الوجودي والإيمان بالأنترنت	06
36	يوضح دلالة الفروق في القلق الوجودي بين الفئات الثلاث	07
39	يوضح دلالة الفروق في الإيمان على الإنترنت بين الفئات الثلاث	08
42	يوضح دلالة الفروق "ت" بين الجنسين في القلق الوجودي	09
44	يوضح دلالة الفروق "ت" بين الجنسين في الإيمان على الأنترنت	10

فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
31	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس	01

مقدمة

شهد العالم في العقود الأخيرة تحولات أخيرة عميقة ومتسارعة بفعل الثورة التكنولوجية الرقمية، التي أعادت تشكيل مختلف جوانب الحياة الإنسانية، لاسيما لدى فئة الشباب والطلبة الجامعيين. فقد أصبحت الإنترنت جزءاً لا يتجزأ من الحياة اليومية، حيث تستخدم في التعلم، التواصل، الترفيه، والعمل الأمر الذي جعلها أداة أساسية في بناء المعارف، غير أن هذا الاستخدام المكثف والمفرط قد أدى إلى ظهور أنماط سلوكية جديدة، من أبرزها ما يعرف بالإدمان الرقمي أو الإدمان على الإنترنت، الذي بات يشكل ظاهرة نفسية تستدعي الدراسة والتحليل.

وفي هذا السياق، برزت العديد من الإشكالات النفسية المرتبطة بالاستخدام المفرط للتكنولوجيا، ومن بينها القلق الوجودي الذي يعد من المفاهيم الأساسية في علم النفس، ويشير القلق الوجودي إلى حالة من التوتر الداخلي والشعور بعدم اليقين المرتبط بأسئلة المعنى، والحرية، والمسؤولية، والمصير، والهوية، ويزداد هنا النوع من القلق حدة في مرحلة الشباب خاصة لدى الطلبة الجامعيين، الذين يواجهون تحديات متعددة تتعلق بتحديد مسارهم المهني، وتحقيق ذواتهم والتكيف مع متطلبات الحياة المعاصرة. ومن هذا المنطلق يشير التداخل بين القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت تساؤلات جوهرية حول طبيعة العلاقة بينهما، حيث يحتمل أن يكون الإدمان الرقمي وسيلة للهروب من القلق الوجودي أو محاولة لتخفيف حدته.

في حين قد يسهم هذا الإدمان بدوره في تعميق مشاعر العزلة والفراغ واللاجدوى لوعيهم بالمفاهيم النفسية، وفي الوقت ذاته تعرضهم لنفس الضغوط والتحديات التي يعيشها باقي الطلبة. وإن هذه الدراسة كونها تسلط الضوء على ظاهرتين متداخلتين تسمان الصحة النفسية للطلبة في العصر الرقمي، كما تسعى إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت بما يساهم في إثراء المصطلحات العملية في هذا المجال، وتقديم معطيات يمكن أن تغيد المختصين في وضع برامج وقائية وإرشادية موجهة لهذه الفئة.

وتكونت دراستنا هذه من خمسة فصول تضمنت: الفصل الأول الاطار العام لدراسة واحتوى على إشكالية الدراسة وتساؤلات الدراسة وفرضيات الدراسة وأهداف الدراسة وأهميتها والدراسات السابقة التي تناولت المتغيرين والتعريفات الإجرائية لدراستنا، بالإضافة إلى القلق الوجودي واحتوى على تعريف القلق وأنواع القلق وأسباب القلق بعد ذلك تعريف القلق الوجودي والنظريات المفسرة للقلق الوجودي وأبعاد ومجالات القلق الوجودي، والإدمان على الإنترنت واحتوى على مفهوم الإدمان ومفهوم الإنترنت وتعريف الإدمان على الإنترنت ومراحل إدمان الإنترنت، أما الفصل الثاني تم تناول الإجراءات المنهجية للدراسة واحتوى على الدراسة الاستطلاعية وأداة الدراسة والخصائص السيكومترية لأداة الدراسة والدراسة الأساسية ومنهج الدراسة وعينة الدراسة والأساليب الإحصائية المستعملة، وفي الفصل الثالث احتوى على تحليل ومناقشة نتائج الدراسة. وأخيرا خلاصة وتوصيات واقتراحات.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

- 1- الإشكالية
- 2- فرضيات الدراسة
- 3- أهداف الدراسة
- 4- أهمية الدراسة
- 5- الدراسات السابقة
- 6- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة

1- الإشكالية:

يمثل الشباب الجامعي قوة بشرية تعكس مستقبل أي بلد وقدراته، لذا يتم بذل جهود جبارة لتهيئة البيئة المناسبة من أجل ضمان نجاحهم، وتعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي يعيشها الفرد في حياته، إذ تساعد على اكتساب المهارات الاجتماعية والمعرفية والانفعالية نتيجة ما تقدمه من أنشطة طلابية مختلفة، كما تتيح للفرد فرصة للاستقلالية والتميز والثبات وبناء شخصية فريدة.

والطالب الجامعي كغيره من مستخدمي الإنترنت يسعى لتحقيق عدة أهداف من خلالها، فبرغم من النقلة النوعية الهائلة التي أحدثتها الإنترنت كونها من أكثر التقنيات استخداماً للاتصال نظراً لما توفره من سهولة في الحصول على المعلومات والمعارف في كافة المجالات العلمية والحياتية، حيث أن الاتصال الرقمي يعتبر في العصر الحديث عنصراً أساسياً في المنظومة الجامعية لما يتيح من إمكانيات واسعة في الوصول إلى المعرفة العلمية، تحميل المراجع الأكاديمية، متابعة المحاضرات، وإنجاز الأعمال البيداغوجية في آجالها المحددة، غير أن غياب هذا الاتصال أو عدم استقراره يشكل مصدراً ضاعطاً يولد لدى الطالب الجامعي قلقاً متزايداً نابعا من الشعور بفقدان السيطرة على متطلبات الدراسة، والخوف من الإخفاق الأكاديمي أو التأخر عن مسايرة النسق التعليمي، هذا القلق إلى نشوء حالة نفسية مضطربة تتجلى في التوتر الدائم، القلق المستمر، صعوبات في التركيز والاستيعاب، اضطرابات النوم، إضافة إلى الإحساس بالإحباط والعجز.

وهو ما ينعكس سلباً على الدافعية للتعلم وعلى صورة الذات الأكاديمية لدى الطالب، حيث يبدأ في إدراك نفسه كأنه غير قادر على تحقيق النجاح ضمن بيئة تعليمية تعتمد بشكل كبير على الوسائط الرقمية، ومع استمرار هذه الضغوط النفسية وتراكمها مما يجعل القلق يتجاوز بعده الظرفي ليأخذ طابعاً أعمق يتمثل في القلق الوجودي، إذ يدخل الطالب في دائرة من التساؤلات المرتبطة بمعنى مساره الجامعي، وقيمة الجهد المبذول، وجدى الاستثمار في مستقبل يبدو غامضاً ومهدداً بالعوائق الخارجية خصوصاً مع نسبة البطالة المرتفعة في

المجتمع فيشعر بالاغتراب عن محيطه الأكاديمي وبانعدام الأمان الوجودي، ويتعزز لديه الإحساس بعدم اليقين تجاه المستقبل المهني والاجتماعي، مما يجعله يعيش صراعا داخليا بين طموحاته الذاتية وحدود الواقع المفروض عليه، وهو ما قد يؤدي في الحالات المتقدمة إلى الانسحاب النفسي أو ضعف التكيف الجامعي، بذلك على الصحة النفسية لطالب وعلى استقراره الأكاديمي على المدى البعيد، ومما سبق نطرح التساؤل الآتي:

- هل توجد علاقة بين القلق الوجودي والإدمان الرقمي لدى طلبة الجامعة؟

- التساؤلات الفرعية:

- ما مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس؟

- ما مستوى الإدمان الرقمي (الإدمان على الأنترنت) لدى طلبة قسم علم النفس؟

- هل توجد فروق في مستوى القلق الوجودي يعزى لعامل الجنس؟

- هل توجد فروق في مستوى الأمان على الإنترنت يعزى لعامل الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الوجودي والإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس.

- يتميز مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس بالجامعة بالانخفاض.

- يتميز مستوى الإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بالجامعة بالارتفاع.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس تعزى لمتغير الجنس (لصالح الإناث).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس تعزى لمتغير الجنس (ذكور وإناث).

3- أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين القلق الوجودي والإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس.

- التعرف على مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس.
- التعرف على مستوى والإدمان على الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس.
- الكشف عن الفروق في القلق الوجودي تعزى لصالح الجنس.
- الكشف عن الفروق في والإدمان على الأنترنت تعزى لصالح الجنس.

4- أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من كونها تتناول احد الإشكالات النفسية المعاصرة التي افرزها التحول الرقمي المتسارع، والمتمثلة في القلق الوجودي وعلاقته ب الإدمان الرقمي لدى طلبة قسم علم النفس، باعتبارهم من اكثر الفئات استخداماً للتقنيات الرقمية وتأثيرا بانعكاساتها النفسية والسلوكية، وتتبع الأهمية العملية للدراسة من مساهمتها في إثراء الأدبيات النفسية العربية، ولاسيما في مجال علم النفس وعلم النفس الرقمي، من خلال الربط بين بعد وجودي عميق يتعلق بمعنى الحياة والهوية، والشعور بالفراغ، وبين سلوك إدماني حديث فرضته البيئة الرقمية. كما تسعى هذه العلاقة في السياق الجامعي العربي، حيث لا تزال الأبحاث التي تعالج القلق الوجودي في ارتباطه باستخدام التكنولوجيا الحديثة محدودة نسبيا. وتتجلى الأهمية التطبيقية للدراسة في إمكانية الاستفادة من نتائجها في فهم الديناميات النفسية الكامنة وراء لجوء الطلبة إلى الاستخدام المفرط للأنترنت كألية هروب أو تعويض عن مشاعر القلق، الوحدة، أو فقدان المعنى، وواضعي البرامج الوقائية، نحو بناء تدخلات نفسية وإرشادية تراعي البعد الوجودي إلى جانب البعد السلوكي للإدمان الرقمي، كما يمكن أن تشكل نتائج هذه الدراسة قاعدة علمية لصياغة سياسات جامعية تهدف إلى تعزيز الصحة النفسية الرقمية لدى الطلبة، وتنمية وعيهم بالاستخدام المتوازن للتكنولوجيا بما يحقق التوافق النفسي والاجتماعي ويساعدهم على بناء معنى إيجابي لحياتهم الأكاديمية والشخصية.

5- الدراسات السابقة:

تعتبر الدراسات السابقة ذات دور إيجابي لكل باحث، وبناء على ذلك فإن الطالبة ستلقي الضوء على الدراسات الأجنبية والعربية للتعرف على اهم النتائج التي توصل إليها

الباحثون، ولقد تحصلت الطالبة من خلال اطلاعها على الموضوعات الخاصة بدراسة العلاقة بين القلق الوجودي وعلاقته بالإدمان على الأنترنت، على بعض الدراسات السابقة التي تتوافق وتختلف مع فرضيات الدراسة.

- **دراسة ثابت (2016)** الشعور بالقلق الوجودي لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى وعلاقته بالإبداع، هدفت الدراسة عن الكشف عن مستوى القلق الوجودي لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى والتعرف على نوع العلاقة بين القلق الوجودي والإبداع الفني لدى طلبة كلية الفنون الجميلة، شملت عينة البحث (49) طالبا وطالبة وذلك بواقع (11) ذكور و(38) إناث من كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى في قطاع غزة اختيروا بالطريقة القصدية بسبب قلة العدد، ولتحقيق هدف البحث فقد قامت الباحثة بإعداد مقياس القلق الوجودي الذي تألف من (26) فقرة، وتم التحقق من صدقه الظاهري والاتساق الداخلي لل فقرات واستخراج التمييز لفقراته، كما استخرج الثبات بطريقة التجزئة النصفية ومعامل الف كرونباخ ومعامل الارتباط بيرسون وقد بلغ (0.81)، واستخدم الاختيار التائي لعينة واحدة وعينتين، توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج منها أن الشعور بالقلق الوجودي ضمن المستوى الطبيعي، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين القلق الوجودي والإبداع، وقد تم تقديم عدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

- **دراسة مريم يلدا وياسر محفوظ (2022)** هدفت الدراسة إلى قياس مستوى القلق الوجودي لدى طلبة جامعة الموصل، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية تبعا لمتغير الجنس (إناث، ذكور)، ومتغير نوع التخصص (علمي، إنساني)، تألفت عينة البحث الأساسية من (740) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية التناسبية من الصف الثالث في كليات جامعة الموصل للعام الدراسي (2021، 2022). تم بناء مقياس القلق الوجودي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فرق ذي دلالة إحصائية ولصالح المتوسط الفرضي وهذا يعني أن طلبة جامعة الموصل لا يمتلكون قلقا وجوديا، كما لم تظهر النتائج وجود فرق دال إحصائيا في مستوى القلق الوجودي لدى أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، كما

أظهرت النتائج انه لا يوجد فرق دال إحصائيا في مستوى القلق الوجودي لدى أفراد العينة تبعا لمتغير نوع التخصص (علمي، إنساني) وقد تم تقديم العديد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

- أجرى السيد وجادو (2009) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين القلق الوجودي والذكاء الانفعالي، والكشف عن الفروق في القلق الوجودي والذكاء الانفعالي وفقا لمتغير الجنس والتخصص الأكاديمي. وتكونت عينة الدراسة من (118) طالبا من طلبة جامعة الوادي بمصر، وأظهرت نتائج الدراسة وجود وزن نسبي مرتفع للقلق الوجودي لدى الطلبة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين القلق الوجودي والذكاء الانفعالي، وأشارت النتائج وجود تأثير لعامل الجنس (ذكور، إناث) على الإحساس بالقلق الوجودي، في حين بينت النتائج وجود تأثير لعامل التخصص الأكاديمي -علمي نظري) على الإحساس بالقلق الوجودي.

- أقام العالم جرافتر سنة 1997 دراسة لخمس حالات إكلينيكية مختلفة، من حيث النوع والعمر حول مدمني الإنترنت (ثلاثة ذكور في مرحلة المراهقة، وسيدة واحدة في منتصف العمر، ورجل في بداية الثلاثينيات)، خلصت الدراسة إلى انه تكرر رسوب المراهقين بسبب استخدام الإنترنت، لأنهم كانوا يقضون 40 ساعة أسبوعيا على الإنترنت، أما السيدة فصارت بدينة جدا لقضائها 70 ساعة أسبوعيا على الإنترنت، أما الرجل فقد وظيفته بسبب كثرة أخطائه

- دراسة سامية ابرييم (2015): العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي. هدفت الدراسة إلى بحث في العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى عينة من الطلبة جامعة أم البواقي. والفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت، تكونت عينة الدراسة من (276) طالب، (96) طالب و(18) طالبة من معظم كليات جامعة أم البواقي، وقد تم استخدام مقياسيين هما: مقياس إدمان الإنترنت، ومقياس الاغتراب النفسي وكشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي

لدى عينة من طلبة الجامعة، ووجود فروق بين الذكور والإناث من الطلبة في درجة الإدمان لصالح الذكور.

- دراسة لاروز وآخرون (2001): التفسيرات المعرفية الاجتماعية لاستخدام الإنترنت، تكونت عينة الدراسة من (171) طالبا وطالبة، (59) ذكورا و(39) إناثا مسجلين في فرع علوم الاتصال في جامعة واشنطن بأمريكا من مختلف المستويات الأكاديمية، وقد استخدم كل من مقياس العزلة الاجتماعية، والاغتراب النفسي، والاكتئاب، ومقياس الكفاءة الذاتية للإنترنت، وأظهرت النتائج أن استخدام الإنترنت لفترة طويلة يؤدي إلى الشعور بالاغتراب النفسي والاكتئاب، كما أظهرت النتائج ميل مستخدمي الإنترنت لفترات طويلة يؤدي إلى العزلة الاجتماعية.

- دراسة كوي وليو (2003): العلاقة بين إدمان الإنترنت والنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي. هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاعتماد على الإنترنت بالنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، وتكونت العينة من (110) من طلاب الجامعة في شنغهاي بالصين، وطبق عليهم أدوات لقياس المتغيرات موضع البحث، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية قوية بين الاعتماد على الإنترنت والاغتراب النفسي والتوافق والنمو الاجتماعي، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في إدمان الإنترنت لصالح الذكور.

- دراسة نصار (2022): قام بتحليل استخدام الشباب الجامعي لتطبيق تيك توك، وهو تطبيق فيديو قصير حقق شهرة واسعة في الفترة الأخيرة. وتهدف الدراسة إلى كشف الآثار الاجتماعية الإيجابية والسلبية لهذا الاستخدام، وكشفت الدراسة إلى أن التطبيق يساعد المستخدمين على ملئ الفراغ وتجاوز الشعور بالوحدة، وكما توصلت الدراسة إلى الآثار الاجتماعية الإيجابية فتشمل دعم التواصل الاجتماعي والحملات التوعوية واكتساب مهارات جديدة، وأما الآثار الاجتماعية السلبية البارزة، فتشمل ضعف التواصل الاجتماعي الفعلي والعزلة والانغلاق والتأثير السلبي على الأداء الأكاديمي.

- هدفت دراسة سالم (2021): إلى التعرف على اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، استخدمت الدراسة المنهج المسحي لوصف وتحليل هذه الاتجاهات، تكونت عينة الدراسة من 200 طالب وطالبة من كليتي الإعلام والإدارة والاقتصاد، وأظهرت نتائج أن معدلات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين الطلبة مرتفعة جداً، إذ يستخدمها أكثر من نصف العينة من 2 إلى 7 ساعات يومياً، وأوصت الدراسة بإجراء المزيد من الأبحاث المتعمقة حول تأثير وسائل الإعلام الجديد على الشباب الجامعي.

- هدفت دراسة الشامي وشحة (2017): إلى فهم تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي من قبل الشباب الجامعي على مهاراتهم الحياتية، وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومهارات الحياة، ووجود فروق دالة إحصائية في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بناءً على الجنس لصالح الذكور، وتوصلت الدراسة بضرورة تفعيل دور الرقابة.

- أجرى البحيري (2017) دراسة لاكتشاف العلاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والقيم الاجتماعية، وكشف النتائج أن مواقع التواصل الاجتماعي تؤثر على القيم الاجتماعية للطلاب، تمثلت التأثيرات الإيجابية بزيادة الوعي بين الطلاب تعزيز العلاقات العائلية، تعزيز التفاعل الاجتماعي، وتبادل المعرفة، أما التأثيرات السلبية، فشملت تشتت الذهن، ضعف التركيز، انخفاض مستوى التحصيل الدراسي، وانخفاض مستوى الخصوصية.

- في دراسة التميمي وآخرون (2017): سعى إلى فهم مدى إدمان طلاب جامعة الملك عبد العزيز على شبكات التواصل الاجتماعي وتحديد العلاقة بين ذلك وصحتهم النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستويات إدمان شبكات التواصل الاجتماعي والصحة النفسية بناءً على العمر أو الدرجة الجامعية.

- تعقيب عام على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة نستنتج ما يلي:

وجدت الطالبة من خلال بحثها دراسات تتفق مع الدراسة الحالية وهنا دراسات تختلف.

من حيث الهدف، فقد كانت تهدف بعض الدراسات للكشف عن إدمان الإنترنت وعلاقته بالعديد من المتغيرات (الاغتراب النفسي، العزلة، الاكتئاب...) كدراسات لاروز وآخرون (2001) ودراسة كوي وليو (2003) والبعض الآخر كان اهتمامه منصب على معرفة مستوى القلق الوجودي مثل دراسة سيد وجادو (2009) ودراسة مريم يلدا وياسر محفوظ (2022) ودراسة ثابت (2016)، كما هدف بعض الباحثين إلى الكشف عن درجة الفروق بين الجنسين في إدمان الأنترنت، وعلى العموم تتفق أهداف هذه الدراسات مع هدف من أهداف الدراسة الحالي.

- من حيث العينات فمعظم الدراسات أجريت على طلاب الجامعات من الجنسين، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية والتي ستتناول طلبة الجامعة من الجنسين.
- من حيث أدوات الدراسة، فقد تنوعت بحسب الغرض المراد الوصول إلى تحقيقه، أما بخصوص الدراسة الحالية تم استخدام مقياس الإدمان على الإنترنت ومقياس القلق الوجودي الذي تم استخدامه في الدراسات السابقة.

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة

أولاً- القلق الوجودي:

1- تعريف القلق:

لقد تعددت التعاريف التي تناولت القلق وفي المجال يرى مصطفى فهمي انه "حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد للتكيف".

أما عثمان نجاتي فعبر عنه بأنه "حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثيراً من الكدر والضيق" (محمد إبراهيم الفيومي، 1984)

وتعرفه دائرة المعارف الأمريكية بأنه حالة انفعالية يشعر "خلالها الفرد بالارتباك والتردد والاضطراب أو الخوف الشديد، ويستخدم مصطلح القلق كحالة لوصف حالة انفعالية غير سارة، تتميز بمشاعر ذاتية من التوتر والخشية والكدر والهم وإثارة الجهاز العصبي اللاإرادي وتحدث عندما يدرك الشخص مثيراً معيناً أو موقفاً على انه يمكن أن يحدث الأذى أو الخطر أو التهديد بالنسبة له". (محمد بني يونس، 2004: 385)

2- أنواع القلق:

أورد علماء النفس وهم بصدد تحديد أنواع القلق تفصيلات مطولة تتلخص في كون القلق يتفاوت من درجات خفيفة وحالات مؤقتة إلى درجات شديدة ويلاحظ في حياة الإنسان اليومية أن القلق يتراوح بين الشعور السطحي الغامض بعدم الارتياح إلى اليأس الذي يدفع إلى الانحراف، وبهذا يمكن أن نحدد شكلين أساسيين للقلق هما:

- **القلق الموضوعي:** نسميه أيضاً العادي، السوي، الواقعي، الطبيعي... الخ من التسميات، فهو يعبر عن الاستجابة التلقائية لمختلف مواقف الخطر وتهديد الذات.

كما انه ينبع من الواقع ومن الظروف اليومية ويمكن معرفة مصدره وحصر مسبباته لأنه يكون غالباً محدوداً في الزمان والمكان وينتج عن أسباب خارجية واقعية معقولة ويؤدي هذا القلق بالإنسان إلى اكتساب استعداد لمواجهة المواقف التي تواجهه آمنه وسلامته وتوازنه الحيوي.

وهذا ما يؤكد فرويد والذي يعتبر أول من استخدم مصطلح القلق الموضوعي في إطار نظريته التي تقول أن القلق الموضوعي يكون نتيجة لخطر خارجي معروف كالخوف من حيوان مفترس أو من الغرق وهذا النوع من الخوف امر مفهوم ومعقول، فالإنسان يخاف عادة من الأخطار الخارجية التي تهدد حياته. (فرويد، 1985: 14)

القلق العصابي: يعرفه تيسو من خلال استمراريته ومدى عرقلة لحياة وحرية الفرد. (tissot.1980)

ويرى فرويد أن القلق العصابي يظهر في ثلاثة صور هي:

- صورة قلق عام وهو غير مرتبط بأي موضوع محدد.

- صورة مخاوف مرضية بالنسبة لموضوعات ومواقف محددة.

- صورة تهديد مصاحب لأعراض المرض النفسي. (عبد الخالق، 1987، 28)

ويعرف أيضا بأنه حالة مزمنة من الخوف الغامض الذي لا يعرف أسبابه ولا يرتبط بموقف أو شيء محدد لأنه بمثابة قلق منتشر يرافقه تغيرات نفسية وعضوية متنوعة، غالبا ما يحدث على شكل نوبات أو يظهر بأعراض جسمية واضحة. (عبد الله ومحمد قاسم، 2001، 287)

3- أسباب القلق:

- **الأسباب الصحية والنفسية:** أن المواقف إحباطيه من اهم الأسباب المعرقة لأداء الفرد والتي قد تؤدي به إلى القلق المرضي، ومن بينها الفشل في الحياة الزوجية والفشل في العمل وعاهات البدن المختلفة. أن الإصابة الفعلية في الأعضاء الداخلية للإنسان كالغدد الصماء المسؤولة عن إفراز الهرمونات والخلل في وظيفة الكبد تساهم في توليد القلق لدى المريض وخلق اضطرابات نفسية متعددة مرتبطة بهذا القلق. (Boutonnier. 1945)

- **أسباب خاصة بالتنشئة الاجتماعية:** أشار محمود الطواب إلى أن التنشئة الاجتماعية تعود بالسلب على شخصية الطفل وعلى أسلوبه في المعاملة ومواجهة المواقف بأنواعها وباختلافها ويدعم فكرته بقوله 'أساليب التنشئة الاجتماعية وتربية الطفل على عدم التعبير

عن الخوف أو القلق أو نقص الثقة بالذات أو التعبير عن الضعف في المواقف المؤلمة أو الأزمات، يعود بالسلب على شخصية وسلوك الطفل “لهذا وجب الاهتمام بتربية النشء تربية سليمة لتجنب العواقب التي قد يستغرق تجاوزها وقتا وجهدا كبيرين.

- **أسباب وراثية:** من بين العوامل المساعدة للقلق هي العوامل الوراثية، إذ أكدت بعض الدراسات والأبحاث التي قام بها علماء النفس على بعض التوائم مشابهة الجهاز العصبي اللاإرادي واستجابته للمنبهات الخارجية والداخلية، وأوضحت دراسة العائلات أن 15 بالمئة من آباء وأخوة لأفراد الذين يعانون من القلق هم أيضا يعانون من القلق وقد توصل سيلتر وشيلدرز إلى أن نسبة القلق في التوائم المتشابهة تصل إلى 50 بالمئة وإن حوالي 65 بالمئة يعانون من بعض صفات القلق وقد اختلفت النسبة في التوائم غير المتشابهة فوصلت إلى 4 المئة فقط، أما سمات القلق فظهرت في 13 بالمئة من الحالات (غلاب، 2002، 20)

4- أعراض القلق:

تشمل الأعراض التي يمكن أن يلاحظها الفرد عندما يشعر بالقلق على ما يلي:

- **الأعراض النفسية:** تشمل عدة استجابات سلبية تتمثل في الشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التركيز سرعة النسيان والشروود والشعور بعدم القدرة على التحكم في الأمور وعدم الاستقرار، أفكار سيئة عن النفس، الشعور بالعجز والشعور بالعزلة والانفراد وعدم الثقة بالنفس والتشاؤم. (عبد الله ومحمد قاسم 2001، 176)

- **الأعراض السلوكية:** تتمثل الأعراض السلوكية فيما يلي:

- الرغبة في جلب انتباه الآخرين، السلبية في التعامل مع الآخرين.

- القيام بأفعال متهورة، التدخين بشراسة.

- الاندفاع، الانطواء.

- سهولة التأثر سلبيا بالحوادث والابتلاءات. (روبين داينز، 2002، 41)

- **الأعراض الجسدية:** هي أعراض متنوعة ترجع كلها لفرط وظيفي للجهاز العصبي المستقل وتتضمن وجود عدم انتظام ضربات القلب وآلام في الصدر وارتفاع ضغط الدم، هذا

بالنسبة لمستوى القلب أما بالنسبة للجهاز التنفسي فتظهر هذه الأعراض على شكل الإحساس بالاختناق وعدم القدرة على التنفس. أما على المستوى الهضمي فتظهر من خلال الشعور بصعوبة في البلع وسوء الهضم وأحيانا الغثيان والقيء أو الإسهال أو الإمساك وأحيانا آلام وانتفاضات على مستوى البطن. بالإضافة إلى أعراض عصبية تتمثل في توتر عضلي يكون في بعض الأحيان مؤلما وبالأخص آلام الرأس الخلفية الناتجة عن التوتر والارتعاش والرجفة، وتشوش الحس وطنين في الأذن أما على المستوى العصبي - الحركي فتظهر أعراض كفرط التعرق الذي قد يكون في بعض الأحيان شديد وارتجاف الأطراف وتقلص العضلات والشعور بالدوار والصداع.

5- القلق الوجودي:

القلق الوجودي عرفه كل من:

- ناش بوبوفك (2002): هو الإحساس بالخوف من الموت، الشعور بانعدام المعنى من الحياة يعززه الشك، والعزلة والانفصال عن الآخرين.

- بارك (2003): هو الخوف من محيط لا يمكن الاطمئنان إليه، والافتقاد إلى الهدف أو الاتجاه العام للحياة أو المسوغ النهائي للوجود، والخوف من احتمالات الألم أو الخسارة النهائية (حافظ، 2006، 16)

- التعريف النظري للقلق الوجودي: (هو خوف الإنسان من الخطر الذي يهدد وجوده، وهو قلق تجاه الحياة بكل معانيها وبكل تفاصيلها، يحدث هذا القلق لدى الإنسان عندما تصبح الحياة لديه بلا معنى، وغير قادر على تحقيق أهدافه وطموحاته التي يسعى إليها).

- التعريف الإجرائي للقلق الوجودي: يشير إلى حالة من التوتر الداخلي من خلال الإحساس بالفراغ واللامعنى، ومشاعر اليأس والإحساس بالملل، وضعف الأنا. وهو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال مقياس القلق الوجودي لسيد وجادو (2009).

6- النظريات المفسرة للقلق الوجودي:

6-1 نظرية كير كجارڊ:

يعد الفيلسوف ورجل الدين الدنماركي (كير كجارڊ 1813-1855) أول من تناول مفهوم القلق الوجودي في كتابه "مفهوم القلق"، ويرى كجارڊ أن حياة الإنسان وفهمها هي سلسلة من القرارات الضرورية وأن الإنسان عندما يتمعن في اتخاذ قرار باتجاه معين، فإن هذا القرار سيعمل على تغيير هذا الإنسان، ويضعه أمام مستقبل مجهول، يستثير لديه خبرة القلق الذي يعمل كونه دافعا للنمو عندما يختار الإنسان مجابهته والصمود بوجهه، ويرى أن الفرد لا يمكن أن تتحقق له شخصيته ما لم يعيش حالة من القلق.

6-2 نظرية رولو ماي:

هو من ابرز علماء النفس الوجوديين الذي لقب بوالد علم النفس الوجودي في أمريكا، ويرى أن القلق جزء من وجود الإنساني، ويرى أن درجة القلق ليس شيء موضوعي بل يعد شعورا غامضا وخوفا عاما من مهددات الوجود، ويرى أن درجة القلق يمكن أن تتدرج من الدرجات المقبولة إلى الشديدة المعيقة للنمو، وقد تدفع هذه الحالة الفرد لكبتها أو تجاهلها لتحقيق الاستقرار، إلا أن هذا لا يحقق له الاستقرار الفعلي والذي لا يتحقق إلا بقبول المهددات المثيرة للقلق أصلا كجزء من الوجود، هذا يساعد على قبولنا لحياتنا واستغلالها بفاعلية، ويعتقد أن فقدان القيم من أهم مشكلات الإنسان الناتجة عن سيطرة الحياة المادية التي أدت إلى اضطهاد وجودنا إذ تدفع إلى فقدان الإحساس بالوجود بنماذج مختلفة وهي:

- 1- الوجود في العالم المادي. 2- الوجود في العالم الاجتماعي. 3- الوجود في العالم الذاتي، إذ يفشل الفرد في الموازنة بين الإحساس بالوجود في هذه النماذج، مما يعني غلبة إحساسه بالوجود في أحدها.

6-3 نظرية بول تيليش:

يمثل القلق الوجودي من منظور عالم اللاهوت الوجودي الألماني (بول تيليش 1886/1965) حالة وعي متقدمة بالعدم أو اللاوجود مع ملاحظة أن كلا من العدم والوجود

يعدان عاملان أساسيان في الحياة الإنسانية، أن ما يؤدي إلى القلق ليس إدراك الأفراد للفناء الشامل أو تجربة موت الآخرين، بل الانطباع الذي تخلقه هذه الأحداث على الوعي الكامن فينا في أننا لابد أن نموت، ومتمى ما تحكم القلق الوجودي في الفرد جعله فاقداً للاتجاه وللقصد ومصدراً لردود الأفعال غير المناسبة. وتوصل تيليش من تحليلاته إلى أن القلق الناجم عن الوعي بتهديد العدم للوجود يمكن أن يكون بثلاثة أشكال هي: -القلق إزاء الموت -القلق إزاء الخواء والعبث - اقلق إزاء الذنب والإدانة.

وأن أنواع القلق الثلاث التي تحدث عنها تيليش هي أنماط وجودية بمعنى أنها تتعلق بالوجود كوجود، وليس حالات ذهنية شاذة كما هو الحال في القلق العصابي أو الذهني، وعلى الرغم أن تيليش قد بدأ في التمييز بين القلق الوجودي (الذي هو قلق معطي مع الوجود ذاته)، والقلق غير الوجودي (الذي ينتج عن أحداث طارئة على حياة الإنسان)، لكنه عاد ليؤكد أن القلق المرتبط بحالات ذهنية شاذة أو طارئة كالقلق المرضي، هو حالة من القلق الوجودي تحت شروط خاصة، وتعتمد الخصائص العامة لهذه الشروط على علاقة القلق بتأكيد الذات وبالشجاعة.

3-6 نظرية فرانكل الوجودية:

يميز فرانكل بين نوعين من القلق الوجودي، أحدهما القلق الناتج عن افتقاد المعنى وهو ما عبر عنه الفلاسفة الوجوديين ب (قلق اللامعنى)، أما الثاني وهو القلق الناتج من وجود معنى في الحياة وهو ما سماه فرانكل (الديناميات المعرفية) والتي عرفها بأنها الديناميات الموجودة في مجال التوتر الذي يتمثل قطباه في الإنسان من جهة، والمعنى من جهة أخرى، فهي تنظم حياة الإنسان، وقد اعتبر فرانكل هذه الديناميات مطلباً أساسياً للصحة النفسية، فالإنسان يجب أن يعيش حالة خطر وتحدي ليحني من الحياة خير ما فيها لأنه من الخطر يولد الجديد يولد الخطر والتحدي وبدون ذلك تكون الحياة بركة ساكنة. وقد قسم فرانكل القلق الوجودي إلى ثلاثة مجالات وهي (انعدام المعنى، الموت، الاغتراب)

6-4 نظرية ناش بوبوفك:

القلق على خمسة أبعاد وعرفت القلق الوجودي بواسطة هذا الأبعاد بأنه تعبير فاعل لوعينا وإحساسنا بعدم اليقين أو شعور بالذنب، وإن التهديد بالعدم يختبئ في المعالم النفسية والروحية، كما أن لعدم الأمن أو اللامان ركيزتان هما العدم والشك وأشارت أننا جميعا محكوم علينا بالموت من دون معرفة يوم التنفيذ وهذه الحتمية هي مصدر عظيم للقلق، وإن العزلة والانفصال ومنبع القلق فيه هو أن الوجود اليومي مع الآخرين هو غير موثوق فيه لأنه لا ينبع من ذواتهم الكاملة والانفصال أو العزلة هو ما اتفق تماما مع ما اسماء وجوديون آخرون بالاغتراب، وإن الانعدام المعنى أو اللامعنى إذ يقول (نيتشه) أن من يمتلك سببا يعيش من أجله فانه يستطيع غالبا أن يتحمل بأية طريقة وبأي حال، هذا يعني أن أية محاولة يستخدمها الشخص لكي يسترد قوته الداخلية ينبغي أن تنجح أو لا في أن تجعله يبصر نفسه هدفا مستقبليا، مهمة معرفة الطريقة التي أشار إليها (نيتشه) مهمة ليست بالسهلة. (فرانكل، 1982، 107)

7- أبعاد ومجالات القلق الوجودي:

- **انعدام المعنى أو اللامعنى:** أن السبب الأكثر تكرارا للانتحار هو عدم وجود الغرض للاستمرار في الحياة وإن مرد الأمراض النفسية المعنوية المنشأ إلى فشل الشخص صاحب المعاناة في أن يجد معنى وإحساسا بالمسؤولية إزاء وجوده.
- **الموت:** يتصف الموت بالإشكال فمن الناحية الوجودية يلاحظ أن الموت فعل فيه قضاء على كل فعل، فالكل فانون، ولكن كل إنسان يموت وحده ولا بد أن يموت هو نفسه لا بديل عنه. على الرغم من تداخل المظاهر الشخصية الذاتية والموضوعية بشكل معقد، إلا أن هناك حقيقة مطلقة عن وجودنا في هذا العالم وهي الموت الذي لا يستطيع أحد أن يهرب منه مطلقاً، أن وعينا بالنهاية الحتمية لكي نونتنا والتحطم السيكلوجي والوشيك القائم على الرفض يثير شعورا مؤلما بالقلق.

- الاغتراب: الاغتراب هو نمط من التجربة يعيش فيه الإنسان نفسه كغريب، ويمكننا القول إنه أصبح غريباً عن نفسه، انه لم يعد يعيش نفسه كمركز لعالمه كخالق لأفعاله، بل إن أفعاله ونتائجها قد أصبحت أسياده الذين يطيعهم أو الذين حتى قد يعبدتهم، أن الشخص المغترب لا يعود على علاقة بنفسه بقدر انه لا يعود على علاقة بأي شخص آخر، وهو يعيش شأن الآخرين، كما تعيش الأشياء هو يعيش بالحواس والحواس المشتركة، لكنه في الوقت نفسه دون أن يتعلق بذاته وبالعالم الخارجي على نحو مثير.

- عدم الأمن: يجب الإقرار أولاً أن الأمن هو حاجة نفسية جوهرية السعي المستمر لتوفير الإحساس بالأمان، وضمان الشعور بأن الفرد في مأمن من كل ما يهدد وجوده وما يمكن أن يجعله مضطرب النفس، مفتت الشعور مما قد يهدد وحدته البيولوجية وكيونته النفسية،(مريم يلداء، ياسر محفوظ 2022، 317).

ثانياً - الإدمان على الأنترنت:

1- تعريف الإدمان:

الإدمان حالة من السلوك الفعلي الذي يقوم به الفرد ويكرره، وينتج عن تكراره رغبة شديدة في استمرار هذا التكرار وعدم انقطاعه، ويشمل ذلك السلوك تعاطي المواد المسكرة أو المخدرة التي توهم الفرد بتحقيق نوع من الراحة المؤقتة التي تسيطر على من يتعاطاها تدريجياً... ويعد الغدمان من الأمراض أو الحالات المعقدة التي تشمل تغيرات فيزيولوجية ونفسية في الوقت ذاته، ويعرفه جواد فطاير بأنه "رغبة مرضية جامحة (ولع) من الإنسان نحو الموضوع الإدماني، وقد يكون هذا الموضوع الإدماني موضوعاً مادياً كالمواد المخدرة والخمر والحبوب والسجائر وغيره، وقد يكون حدثاً كالقمار والجنس والحب والعمل والكمبيوتر والتلفون المحمول والأنترنت.

2- الأنترنت:

- الأنترنت لغة: هي: الترابط بين الشبكات، أما في الاصطلاح فيعرفها معجم أكسفورد لعلم الاجتماع بأنها "شبكة عالمية من أجهزة الكمبيوتر والتي تسمح بالوصول الفوري لمواقع الويب التي تقوم بتقديم المعلومات عملياً حول أي شيء كل شيء.

كما يطلق اسم شبكة الويب أو العنكبوتية أو العنقودية على أحد أهم البروتوكولات الفنية على شبكة الشبكات الأنترنت، ومن خلال هذه التقنية أمكن لمستخدمي الأنترنت أن يتجولوا عبر الأف بل الملايين الصفحات الإلكترونية، التي تحتوي مختلف أنواع المعلومات بمختلف الوسائط من نصوص، أصوات، ألوان، وصور، وخطوط، وأشكال متعددة من وسائل الاطلاع المريح والمبهج. (عبد الرشيد كياس 2018، 205، 206)

4- مفهوم إدمان الأنترنت:

كان أول ظهور لمصطلح إدمان الأنترنت عام 1955، عندما نشر "اونيل" مقاله بعنوان "سحر وإدمان الحياة على شبكة الأنترنت"، والذي نشر في صحيفة نيويورك تيمز، وتبعه اقتراح "ايفان جولدبرغ" في نفس السنة بأن إدمان الأنترنت هو اضطراب مميز بالفعل. ولم

يحظ هذا المفهوم بالقبول الفوري، حتى قدمت عالمة النفس الأمريكية "كمبيرلي يونغ" سنة 1996 نتائج دراستها في الورقة البحثية بعنوان "إدمان الأنترنت" ظهور إكلينيكي جديد في الاجتماع السنوي للرابطة النفسية الأمريكية.

- كما يعرف على انه الميل الملح والقهري للجلوس أما شبكة الأنترنت، بتجاوز حدود الزمان والمكان ومشاغل الحياة مؤديا هذا لخلل وظيفي في العمليات النفسية والمعرفية وعلاقته مع ذاته ومع الآخرين.

- ويعرف "يونغ" 1999: على انه الاستخدام الدائم بأكبر من 38 ساعة أسبوعيا بشكل مرضي مؤديا إلى اضطرابات في السلوك.

التعريف الإجرائي للإدمان على للأنترنت: هو الاستخدام المفرط والمكثف للأنترنت وهو الدرجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال مقياس يونج وتقنين إبراهيم الشافعي إبراهيم. 2009.

5- عوامل إدمان الأنترنت:

- **المشاكل النفسية:** تعتبر المشاكل والأمراض النفسية من أكثر عوامل إدمان الأنترنت، فالأفراد الذين يعانون من حالات الاكتئاب والشعور بالخجل بسبب الشكل الخارجي وعدم القدرة على المواجهة المباشرة من أكثر عوامل إدمان الأنترنت، كذلك الأمر بالنسبة للأفراد الانعزاليين والانطوائيين.

- **السرية:** تضمن الإنترنت السرية التامة، فبإمكان الفرد الحصول على المعلومة من دون الحاجة إلى التعريف بنفسه بل بإمكان المتصل أن يظهر في كل مرة بشكل مختلف الأمر الذي يعد حلما بالنسبة للكثيرين.

وبسبب عدم الكشف عن الهوية يمكن للمستخدم أن يخفي عمره ووضعه العائلي، ونوعه وعرقه ومهنته وحتى مظهره، هذه الميزة تستخدم للتجربة والبدء بشكل سري لاكتشاف الأشياء على الأنترنت، هذا الأمر ليس متاحا في الحياة الحقيقية، وكلما تصاعد السلوك نما الإدمان.

- الملل والفراغ: في ظل ظروف اقتصادية واجتماعية قاسية كالفقر والبطالة، يصبح الملل والفراغ الدائم من عوامل إدمان الأنترنت، فقد يجد الأفراد أنفسهم طوال ساعات غير منشغلين بل يبحثون عما يقضي على مللهم ويملاً فراغهم وإذا كانت الأدوية المخدرة غير متاحة بشكل مستمر للمدمن عليها، فإن الأمر يختلف بالنسبة للأنترنت تماماً، فمواقع الألعاب الإلكترونية مثلاً تعد مقصداً مسلياً لملء الفراغ وتمضية وقت دون تبعات.

- كثرة المغريات: الإنترنت وسيلة تحقق الكثير من الراحة والكثير من الإشباع، ويعتقد أن أصحاب التفكير المجرد من المدمنين عليها بما تقدمه من محتوى معرفي أو علمي، ولكن رواد المواقع الإباحية أيضاً يقعون ضحية الإدمان بسبب تعلقهم الشديد بالصور والفيديوهات المغرية، وكذلك رواد مواقع التسلية والألعاب يدمنون مثل مدمني أرقام وهو ما يجعل الأطفال المحبين للعب والتسلية يقعون في فخ الإدمان أيضاً.

6- تشخيص الإدمان على الأنترنت:

وقد وضع وولترز (1996) محكات عدة لتشخيص الاستخدام الإدماني للأنترنت إكلينيكي هي:

- الانسحاب والانعزال عن الأسرة والأصدقاء.
- الانشغال الزائد بالأنترنت وكثرة التحدث عنه.
- نقص الاهتمام بالنشاطات الاجتماعية والدراسية والمهنية والاستجمامية.
- الإحساس بالذنب أو الدفاعية حول استخدام الفرد للأنترنت.
- الإحساس بالإثارة عند الانغماس في فعاليات الأنترنت.
- الاستخدام الدائم والمتكرر للأنترنت أكثر مما كان مقصوداً (فقدان السيطرة على الوقت).

- التوتر والقلق الشديدين في حالة وجود أي عائق للاتصال بالأنترنت قد يصلان إلى حد الاكتئاب إذا طالت فترة الابتعاد عن الدخول إليه والإحساس بالسعادة بالغة وراحة نفسية عند الرجوع إلى استخدامه. (لونيس سعيدة، 2025، 238)

الفصل الثاني

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- أداة الدراسة

3- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة

4- الدراسة الأساسية

5- منهج الدراسة

6- عينة الدراسة الأساسية

7- الأساليب الإحصائية المستعملة

تمهيد:

بعد أن تطرقنا إلى الجانب النظري، نعرض هذا الفصل في مدخل الجانب الميداني بعنوان الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، فالبحث العلمي يعتمد على الجانبين جانب نظري وآخر ميداني يصل من خلاله الطالبة إلى تأكيد أو نفي ما وضعه من فرضيات والوصول إلى الإجابة على إشكالية الدراسة، فالجانب التطبيقي يعتمد فيه على عدة إجراءات بدء من ظروف العينة وكيفية اختيارها، ثم ما يتبعها من إجراءات البحث وأدوات جمع البيانات ليصل إلى التقنيات الإحصائية المستخدمة أثناء الدراسة، وهذا ما يساعد الباحث على تحقيق النتائج بقوة تفسيرية يستمدّها من الجانب التطبيقي، إذ يعتبر هذا الجانب الجسد الرابط بين الجانب النظري والنتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

قبل البدء في الدراسة الميدانية لابد من التطلع على الظروف والإجراءات التي سيتم فيها إجراء هذا البحث الميداني لهذا جاءت الدراسة الاستطلاعية التي مهدت له، والتي اعتبرت مرتكز للبحث الميداني وذلك نظرا لأقدميتها في مساعدة الباحث على تطبيق أدوات البحث، وفي هذا الفصل قامت الباحثتان بتحديد الدراسة الاستطلاعية وكل ما يتعلق بها من خصائص سيكومترية (الصدق والثبات) وعرض أدوات جمع البيانات.

2- مكان وزمان الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة الاستطلاعية شهر مارس الاستطلاعية على عينة من طلبة قسم علم النفس جامعة المسيلة.

نتائج الدراسة الاستطلاعية:

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

- جمع الدراسات السابقة والتراث النظري.
- ضبط إشكالية الدراسة.
- التعرف على خصائص المجتمع عامة والعينة خاصة.

- فحص الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (الصدق، الثبات).

- الوقوف على بعض الصعوبات التي يمكن أن يواجهها الباحث عند التطبيق خاصة.

3- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 30 طالب وطالبة من طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة.

4- أداة الدراسة:

- مقياس القلق الوجودي: إعداد جود وجود (1974) Good&Good تقنين السيد وجادو (2009).

- وصف المقياس: يتكون المقياس من صورته الأولية من (32) فقرة، وفي صورته النهائية يتكون من (28) فقرة موزعة على أربعة أبعاد فرعية بواقع (7 فقرات) لبعد الإحساس بالفراغ واللامعنى، و(10 فقرات) لبعد مشاعر اليأس، و(5 فقرات) لبعد الإحساس بالملل، و(6 فقرات) لبعد ضعف الأنا وتتحدد طريقة الاستجابة على فقرات المقياس بالنظام الثنائي (نعم، لا). وتبلغ النهاية العظمى للمقياس (56) درجة، والنهاية الصغرى (28) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع القلق الوجودي، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض القلق الوجودي.

- مقياس الإدمان على الأنترنت:

هو اختبار ليونغ لإدمان الإنترنت يتكون من (20) عبارة يجاب عنها من خلال مدرج خماسي (لا أوافق بشدة، لا أوافق، لا أوافق قليلا، أوافق كثيرا، أوافق تماما).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولا: الصدق لمقياس إدمان الأنترنت:

يشير مفهوم الصدق Validity إلى مدى صلاحية الاختبار وصحته في قياس السمة المراد اقياسها (عبد الخالق، 2007 ص28)

وتم التأكد من صدق المقياس إحصائيا باستخراج معاملات الصدق بطريقة المقارنة

الطرفية هي:

- حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) لمقياس إيمان الأنترنت: تم ترتيب درجات المقياس للدراسة الاستطلاعية تنازليا وتم اختيار 27 بالمائة من الفئة العليا و 27 بالمائة من الفئة الدنيا، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين المجموعتين عن طريق اختبار (ت).

الجدول رقم (01): يبين صدق المقارنة بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على

مقياس إيمان الأنترنت:

المجموعات	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	درجة الحرية	قيمة (SIG)	الدلالة الإحصائية
المجموعة العليا	08	67,250	4,8917	11.21	14	0.00	دالة إحصائية
المجموعة الدنيا	08	46,625	1,7678				

من خلال الجدول نلاحظ النتائج المحصلة والتي تمثل المتوسط الحسابي للفئة العليا على مقياس إيمان الأنترنت تساوي (67.25)، في حين كان المتوسط للفئة الدنيا يساوي (46.62). أما الانحراف المعياري للفئة العليا يساوي (4.89) وللغة الدنيا يساوي (1.76)، وفيما يلي قيمة (ت) لمعرفة الفروق بين المجموعتين بلغت (11.21) ومنه نلاحظ أنه يوجد فروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وذلك لأن الدلالة المعنوية (Sig) تساوي (0.00) وهي أقل من (0.01) ومنه فإن مقياس إيمان الأنترنت يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

- ثبات أداة الدراسة: لقياس مدى ثبات أداة الدراسة استخدمت الباحثان معادلة الفا كرونباخ للتأكد من ثبات أداة الدراسة، حيث طبقت الأداة على عينة استطلاعية قوامها 30 تلميذ والجدول رقم (02) يوضح معاملات ثبات أداة الدراسة.

جدول رقم (02) يبين معامل قيم ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس ككل

المقياس	معامل الثبات الكلي
المقياس ككل	0.75

يتضح من الجدول أن معامل الثبات العام للمقياس مرتفع، حيث بلغ (0.75) الإجمالي لفقرات المقياس وهذه النتائج تدل على ثبات المقياس وهذا ينصح بتطبيق المقياس على عينة الدراسة.

أولاً: صدق لمقياس القلق الوجودي:

يشير مفهوم الصدق validity إلى مدى صلاحية الاختبار وصحته في قياس السمة المراد قياسها (عبد الخالق، 2007 ص28)

وتم التأكد من صدق المقياس إحصائياً باستخراج معاملات الصدق بطريقة المقارنة الطرفية هي:

- حساب صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) لمقياس القلق الوجودي: تم ترتيب درجات المقياس للدراسة الاستطلاعية تنازلياً وتم اختيار 27 بالمائة من الفئة العليا و 27 بالمائة من الفئة الدنيا، وبعد ذلك تم حساب الفروق بين المجموعتين عن طريق اختبار (ت).
الجدول رقم (03): يبين صدق المقارنة بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا على

مقياس القلق الوجودي:

المجموعات	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	درجة الحرية	قيمة (SIG)	الدلالة الإحصائية
المجموعة العليا	08	126,125	5,69	29.09	14	0.00	دالة إحصائية
المجموعة الدنيا	08	55,250	3,88				

من خلال الجدول نلاحظ النتائج المحصلة والتي تمثل المتوسط الحسابي للفئة العليا على مقياس القلق الوجودي تساوي (126,1)، في حين كان المتوسط للفئة الدنيا يساوي (55,25). أما الانحراف المعياري للفئة العليا يساوي (5.69) وللفئة الدنيا يساوي (3,88)، وفيما يلي قيمة (ت) لمعرفة الفروق بين المجموعتين بلغت (29.09) ومنه نلاحظ أنه يوجد فروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وذلك لأن الدلالة المعنوية (Sig) تساوي (0.00) وهي أقل من (0.01) ومنه فإن مقياس القلق الوجودي يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

2- ثبات أداة الدراسة: لقياس مدى ثبات أداة الدراسة استخدمت الباحثان معادلة الفا كرونباخ للتأكد من ثبات أداة الدراسة، حيث طبقت الأداة على عينة استطلاعية قوامها 30 تلميذ والجدول رقم (02) يوضح معاملات ثبات أداة الدراسة.

جدول رقم (04) يبين معامل قيم ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس ككل

الكلي	معامل الثبات	مجالات المقياس
0.89	0.76	المحور الأول
	0.92	المحور الثاني
	0.85	المحور الثالث
	0.89	المحور الرابع

يتضح من الجدول أن معامل الثبات العام لمحاور المقياس مرتفع، حيث بلغ (0.89) الإجمالي فقرات المقياس فيما تتراوح ثبات المحاور ما بين 0.76 و 0.89 ومقياس القلق الوجودي كانت قيمة ثباته 0.98 وهذه النتائج تدل على ثبات المقياس وهذا ينصح بتطبيق المقياس على عينة الدراسة.

وهذه النتائج تدل على ثبات وصدق المقياسين وهذا ما ينصح بتطبيق المقياسين على عينة الدراسة الأساسية.

ثانيا: الدراسية الأساسية:

1- المنهج المستخدم في الدراسة:

يعرف المنهج على أنه التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة حيث نكون جاهلين لها، وإما من أجل البرهنة عليها للآخرين حين نكون بها عارفين.

يختلف المنهج باختلاف مشكلة الدراسة والأهداف العامة والنوعية التي نستهدف تحقيقها، لذلك سيعتمد هذا البحث على المنهج الوصفي الارتباطي لانسجامه مع معطياته وأهدافه. وحسب "رجاء أبو علام" ((المنهج الوصفي يعرف بأنه الطريقة المنتظمة لدراسة حقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد أو أحداث أو أوضاع معينة، بهدف اكتشاف حقائق جديدة أو التحقق من صحة حقائق قديمة وأثارها والعلاقة التي تتصل بها وتفسرها وتكشف الجوانب التي تحكمها)) (أبوعلام، 2004، ص132)

2- حدود الدراسة:

الحدود المكانية: جامعة المسيلة

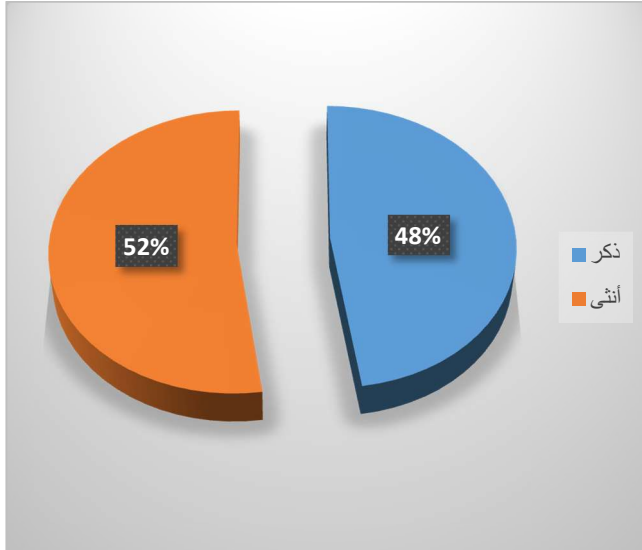
الحدود الزمانية: من مارس 2026 إلى غاية أبريل 2026

3- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

تكونت عينة الدراسة 151 طالب وطالبة من طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، وتم اختيار العينة بالطريقة الصدفية ويقصد بها هي تعامل الباحث مع الأفراد أو المفردات التي يصادفها في طريقه دون التخطيط المسبق أو دون السعي إلى تحديد المجتمع. ويلجأ الباحث إلى هذه الطريقة عندما يكون المجتمع غير محدد أو من الصعب تحديد أفراد ومفرداته. أو عندما لا يملك الوقت الكافي للحصول على عينة احتمالية. ونتائج عينة الدراسة موضحة كما في الجدول التالي:

1-3 خصائص عينة الدراسة:

* يمثل الجدول رقم (05) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس



الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
ذكر	72	48%
أنثى	79	52%
المجموع	151	100 %

والشكل رقم (01) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب

متغير الجنس

نلاحظ من الجدول التمثيل البياني أعلاه أن أفراد عينة الدراسة كانوا أغلبهم إناث إذا

وجد 52% إناث و 48% ذكور

- الأساليب الإحصائية المستعملة:

تم تطبيق جملة من الأساليب الإحصائية في تحليل نتائج الدراسة موضوع

البحث، بالاستعانة ببرنامج الرزم الإحصائية (spss) الأساليب التالية:

- النسب المئوية
- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط بيرسون
- معامل الفا كرونباخ
- اختبار كروسكال واليس (Kruskal-Wallis Test) غير البارامترية
- Test. T Samples Independent اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين

الفصل الثالث

عرض نتائج الدراسة، تحليلها ومناقشتها

تمهيد

- 1- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الأولى
- 2- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثانية
- 3- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثالثة
- 4- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الرابعة
- 5- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الخامسة

تمهيد:

إن عملية القيام بأي بحث علمي لموضوع ما يتبع أسس وسبل منهجية معينة تساعد الباحث على تنسيق عناصر بحثه بأسلوب علمي منظم حيث يلخص هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة، وذلك من خلال الإجابة على فرضيات الدراسة، بهدف التعرف على مدى وجود مستوى القلق الوجودي وعلاقته بالإدمان الإنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة وقد تم إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات المتجمعة من أداة الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للدراسات الاجتماعية (SPSS) للحصول على نتائج والقيام بتفسيرها ومناقشتها في ضوء فرضيات الدراسة والإطار النظري.

نعرض في الفصل الحالي نتائج الدراسة الأساسية وتحليلها وفقاً لمتغيرات البحث، وعلى هذا الأساس تتم مناقشة الفرضيات التي وضعت في بداية البحث كإجابات مؤقتة لتساؤلات البحث الحالي.

1- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الأولى:

- نصت الفرضية الأولى على انه: توجد علاقة ارتباطيه بين القلق الوجودي والإدمان بالأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، ولمعالجتها إحصائيا تم الاعتماد على معامل بيرسون للارتباط.

الجدول رقم(06) يبين نتائج معامل الارتباط بين القلق الوجودي والإدمان بالأنترنت

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية (SIG)	الدلالة الإحصائية
القلق الوجودي	87.29	7,73	*0.51	0.00	دالة
الإدمان بالأنترنت	46.70	17.58			إحصائيا

يوضح لنا الجدول أعلاه أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين متغير بين القلق الوجودي والإدمان بالأنترنت قدر بـ(0.51) وبقيمة احتمالية(0.00) وهي قيمة دالة إحصائيا على وجود علاقة ارتباطيه، حيث كانت قيمة الارتباط متوسطة ودالة عند مستوى دلالة 0.01 تؤكد هذه النتيجة صحة الفرضية الأولى للدراسة وهي انه توجد علاقة ارتباطيه طردية دالة بين القلق الوجودي والإدمان بالأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة

- تفسير الفرضية العامة:

يمكن تفسير فرضية بحثنا هذه من خلال فهم كل متغير وكيف يؤثر احدهما في الآخر داخل البيئة الجامعية الحديثة، فالقلق الوجودي لا يقتصر فقط على الشعور بالخوف أو التوتر العادي، بل هو حالة اعمق ترتبط بتساؤلات الإنسان حول معنى الحياة، المستقبل، الهوية، النجاح، الحرية، والخوف من الفشل أو الضياع، كما جاء به عثمان نجاتي بقولها: انه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له كثيرا من الكدر والضيق، إذ يحاول فيها بناء شخصيته وتحديد أهدافه ومستقبله المهني والاجتماعي، لذلك يكون اكثر عرضة لهذه المخاوف الوجودية. وفي المقابل أصبح العالم الرقمي وسيلة سهلة وسريعة للهروب من هذه الأحاسيس والمشاعر. فعندما يشعر الطالب بالقلق أو الفراغ

الداخلي، نتيجة إلى الهاتف أو مواقع التواصل الاجتماعي أو الألعاب الإلكترونية لساعات طويلة لأنه يجد فيها نوعاً من الراحة المؤقتة، وبذلك نجد دراسة سامية ابرييم (2015) التي تحدث عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة أم البواقي والتي خلصت الدراسة ب وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المتغيرين.

فالتكنولوجية تمنح الطالب تسلية وتشغله عن التفكير وتجعل الفرد متصل مع الآخرين حتى وإن كان في الواقع يعاني من القلق والوحدة. ويمكن فهم العلاقة بين كل من القلق الوجودي والإدمان الرقمي ب طريقة نفسية اعمق وهي أن الطالب الذي يعاني من القلق الوجودي يعيش نوعاً من الفراغ النفسي، ف بالتالي يحاول تعويض هذا الفراغ من خلال اللجوء إلى الإنترنت فمثلاً يستخدم مواقع التواصل للحصول على الاهتمام والتقدير من الآخرين، أو يمكن أن يلجأ للألعاب الإلكترونية للهروب من الضغوط والواقع المعاش، أو يقضي ساعات طويلة لمشاهدة لفيدويوهات لتجنب التفكير في مستقبله أو مشكلاته الشخصية. كما جاءت به دراسة لاروز وآخرون (2001) بعنوان التفسيرات المعرفية الاجتماعية لاستخدام الإنترنت لدى عينة من طلبة ب جامعة واشنطن ب أمريكا حيث خلصت الدراسة بان الطلبة الذين يقضون ساعات طويلة على الإنترنت يؤدي بهم إلى العزلة. وهذا يعني بصفة عامة أن التكنولوجيا تتحول إلى وسيلة دفاع نفسي ضد القلق الوجودي، لكن المشكلة أن الاستخدام المفرط يؤدي إلى نتائج سلبية مثل العزلة، ضعف التركيز الدراسي، توتر نفسي. فالقلق الوجودي هنا يدفع إلى الإفراط في استخدام التكنولوجيا والإدمان الرقمي يزيد من المشكلات النفسية والشعور بالفراغ والقلق.

إذاً يمكن القول أن العلاقة بين القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت لدى الطالب الجامعي هي علاقة نفسية تفاعلية حيث يصبح العالم الرقمي ملجأ للهروب من القلق والضغط لكن الإفراط فيه يؤدي إلى تفاقم الاضطرابات النفسية بدل حلها.

2- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثانية:

تناولت الفرضية الثانية للبحث في مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، والتي افترضت أن هذا المستوى منخفض. للتحقق من صحة هذه الفرضية، قامت الطالبة بتحليل الفروق بين متوسط رتب القلق الوجودي لمستوياتها الثلاث: منخفض، متوسط، ومرتفع. وقد تم ذلك باستخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskal-Wallis Test) غير البارامتري، الذي يعد مناسباً لمقارنة أكثر من مجموعة واحدة في حال عدم استيفاء البيانات لافتراض التوزيع الطبيعي، وذلك بهدف تحديد ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية بين مستويات القلق الوجودي لدى أفراد العينة

الجدول رقم: (07) يوضح دلالة الفروق في القلق الوجودي بين الفئات الثلاث

القلق الوجودي						اختبار كروسكال واليس
مستويات القلق الوجودي	العينة	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	اختبار كا ²	قيمة المعنوية sig	الدلالة الإحصائية
منخفض	34	17,50	64,382	130,904	0.00	دالة إحصائية
متوسط	61	65,00	83,803			
مرتفع	56	123,50	105,018			

يبين الجدول رقم (02) الفروق في مستوى القلق الوجودي بين الفئات الثلاث لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة (منخفض، متوسط، مرتفع) باستخدام اختبار كروسكال واليس. وتوضح النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.01$ ، حيث بلغ المتوسط الحسابي للفئة المرتفعة 105,018، والمتوسطة 83,803، والمنخفضة 64,382، مع قيمة اختبار كا² تساوي 130,904 بمستوى $\text{Sig} = 0.00$ وتشير هذه النتائج إلى تفوق فئة مرتفعي القلق الوجودي مقارنة بالفئات الأخرى. وبناء على ذلك، تُرفض الفرضية القائلة بأن مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة منخفض، ويثبت أن المستوى الفعلي مرتفع.

- تفسير الفرضية الثانية:

تناولت الفرضية الثانية للبحث في مستوى القلق الوجودي لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، والتي افترضت أن هذا المستوى منخفض وتشير النتيجة إلى تفوق فئة مرتفعي القلق الوجودي مقارنة بالفئات الأخرى، وبناءً على ذلك ترفض الفرضية القائلة بأن مستوى القلق الوجودي لدى الطلبة علم النفس منخفض ويثبت أن المستوى الفعلي مرتفع ويمكن تفسير هذه النتيجة بخصوصية المرحلة الجامعية التي يعيشها الطلبة فهي مرحلة انتقالية تتسم بكثرة الضغوط النفسية والأكاديمية والاجتماعية، إضافة إلى انشغال الطالب بأسئلة متعلقة بالمستقبل المهني، وتحقيق الذات، وإثبات الكفاءة، والبحث عن معنى الحياة والهدف من الوجود. كما أن طلبة علم النفس بحكم طبيعة تخصصهم يكونون أكثر وعياً بالمفاهيم النفسية الانفعالية، وأكثر ميلاً إلى التأمل في الذات وتحليل المشاعر والأفكار، الأمر الذي قد يزيد من مستوى القلق الوجودي لديهم.

ويمكن أيضاً تفسير ارتفاع القلق الوجودي لدى طلبة علم النفس بخصوصية تخصصهم، إذ أن دراستهم للمفاهيم النفسية والاضطرابات والانفعالات تجعلهم أكثر وعياً بمشكلاتهم النفسية وأكثر ميلاً للتأمل والتفكير في قضايا الذات والوجود والمعنى، مما يرفع مستوى القلق الوجودي لديهم.

وفي ظل ما توصلت له نتيجة هذه الدراسة فإنها لا تتوافق مع نتيجة ما توصلت إليه دراسة مريم يلدا وياسر محفوظ (2023) التي هدفت إلى قياس مستوى القلق الوجودي لدى طلبة جامعة الموصل، حيث أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً ولصالح المتوسط الفرضي وهذا يعني أن طلبة جامعة الموصل لا يمتلكون قلقاً وجودياً، ولكن نتيجة دراستنا تتفق مع دراسة ثابت (2016) حول الشعور بالقلق الوجودي لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى، التي أكدت وجود القلق الوجودي لدى الطلبة، رغم أنه كان في المستوى الطبيعي، مما يدل على أن الظاهرة حاضرة في الوسط الجامعي. كذلك يمكن ربط هذه النتيجة بدراسة حامد راشد (2017) حول التفكير القطبي وعلاقته بالقلق الوجودي لدى طلبة

الجامعة، والتي أبرزت وجود علاقة بين العمليات المعرفية ومستوى القلق الوجودي مما يفسر ارتفاعه لدى الطلبة الذين يعيشون صراعات فكرية وتساؤلات متكررة حول مستقبلهم وحياتهم الشخصية.

وبناء على ما سبق، فإن نتائج الدراسة تؤكد صحة الفرضية التي افترضت أن مستوى القلق الوجودي مرتفع، وثبتت أن المستوى الفعلي لدى أفراد العينة هو مرتفع. كما أن دراسة السيد وجادو (2009) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين القلق الوجودي والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الموصل والتي خلصت ب نتيجة متطابقة مع نتيجة دراستنا وهي وجود مستوى مرتفع من القلق الوجودي.

3- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الثالثة:

تناولت الفرضية الثالثة للبحث في مستوى الإدمان على الإنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة، والتي افترضت أن هذا المستوى مرتفع. للتحقق من صحة هذه الفرضية، قامت الطالبة بتحليل الفروق بين متوسط رتب الإدمان على الإنترنت لمستوياتها الثلاث: منخفض، متوسط، ومرتفع. وقد تم ذلك باستخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskal-Wallis Test) غير البارامترى، الذي يعد مناسباً لمقارنة أكثر من مجموعة واحدة في حال عدم استيفاء البيانات لافتراض التوزيع الطبيعي، وذلك بهدف تحديد ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية بين مستويات الإدمان على الإنترنت لدى أفراد العينة

الجدول رقم: (08) يوضح دلالة الفروق في الإدمان على الإنترنت بين الفئات الثلاث

اختبار كروسكال واليس						الإدمان على الإنترنت
الدالة الإحصائية	قيمة المعنوية sig	اختبار كا ²	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	العينة	مستويات الإدمان على الإنترنت
دالة إحصائية	0.00	113,83	38,45	11,50	22	منخفض
			44,23	68,51	37	متوسط
			57,72	132,99	92	مرتفع

يبين الجدول رقم (02) الفروق في مستوى الإدمان على الإنترنت بين الفئات الثلاث لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة (منخفض، متوسط، مرتفع) باستخدام اختبار كروسكال واليس. وتوضح النتائج وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى $\alpha = 0.01$ ، حيث بلغ المتوسط الحسابي للفئة المرتفعة 57,72، والمتوسطة 44,23، والمنخفضة 38,45، مع قيمة اختبار كا² تساوي 113,83 بمستوى Sig = 0.00 وتشير هذه النتائج إلى تفوق فئة مرتفعي الإدمان على الإنترنت مقارنة بالفئات الأخرى. وبناء على ذلك، تُقبل لفرضية القائلة

بأن مستوى الإدمان على الإنترنت لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة المسيلة مرتفع، ويثبت أن المستوى الفعلي مرتفع.

- تفسير الفرضية الثالثة:

أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن مستوى الإدمان على الإنترنت لدى طلبة علم النفس بجامعة المسيلة كان مرتفعاً، ويمكن تفسير هذه النتيجة في الوسط الجامعي بأن الطالب الجامعي اليوم يعيش داخل بيئة رقمية متكاملة أصبحت فيها التكنولوجيا جزءاً أساسياً من الحياة الأكاديمية والاجتماعية والنفسية، فالإنترنت لم يعد مجرد وسيلة للترفيه بل أصبح ضرورة يومية للدراسة، البحث العلمي، حضور محاضرات، والتواصل مع الأساتذة والزملاء وإنجاز الأعمال الجامعية، وأيضاً لحجز الوجبات في الإقامة الجامعية، وهذا ما جعل الطلبة يقضون ساعات طويلة أمام الهواتف والحواسيب بشكل متقارب، كما أن المرحلة الجامعية تعد من أكثر المراحل حساسية لأنها تتزامن مع مجموعة من الضغوط النفسية والاجتماعية، مثل القلق حول المستقبل المهني، الرغبة في النجاح، الضغوط الدراسية.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية إلى ما توصلت إليه دراسة سالم (2021) التي أشارت أن معدلات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي بين الطلبة مرتفع جداً (تتراوح بين 2 إلى 7 ساعات يومياً)، هذا الاستهلاك الزمني الكثيف يفسر وصول العينة في دراستنا الحالية إلى مرحلة الإدمان حيث يتحول الاستخدام من مجرد وسيلة تواصل إلى سلوك قهري يستهلك معظم وقت الطالب.

وفي ظل هذه الظروف قد يلجأ الطلبة إلى الإنترنت كوسيلة للهروب من الضغوط أو التخفيف من التوتر، سواء من خلال مواقع التواصل الاجتماعي، الألعاب الإلكترونية، مشاهدة الفيديوهات أو التصفح المستمر، ورغم اختلاف طبيعة استخدام الإنترنت بين الجنسين، إلا أن مستوى التعلق به قد يكون متشابهاً فالطالب الذكر قد يقضي وقتاً طويلاً في الألعاب الإلكترونية أو متابعة المحتوى الترفيهي، بينما تميل الطالبة إلى استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والتفاعل الافتراضي، لكن كلاهما يصل إلى درجة من الاستخدام المفرط

الذي قد يتحول إلى إدمان رقمي، ومن جهة أخرى يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإدمان على الإنترنت لم يعد مرتبط بالجنس بقدر ما أصبح مرتبطاً لعوامل أخرى مثل: ضعف تنظيم الوقت، الفراغ النفسي، الضغوط الأكاديمية، الشعور بالوحدة، الرغبة في الهروب من الواقع. وتبين أن الإدمان فعلي مرتفع وهو ما يعزز مخاوف دراسة نصار (2022) ودراسة البحيري (2017) فقد حذرت تلك الدراسات من أن الاستخدام المفرط للإدمان على الإنترنت يؤدي إلى:

آثار سلبية: مثل العزلة الاجتماعية، ضعف التواصل الواقعي، تشتت الانتباه.

في التحصيل: انخفاض مستوى التركيز والأداء الأكاديمي، وهو ما يفسر خطورة النتيجة التي توصلت إليها على مسار الدراسي للطلبة. وتتقاطع نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة التميمي وآخرون (2017) التي بحثت في العلاقة بين إدمان الشبكات الاجتماعية والصحة النفسية ووصول طلبة علم النفس العيادي بجامعة المسيلة مرتفع من الإدمان يشير أي احتمالية وجود ضغوط نفسية أو بحث عن "هروب رقمي".

وتؤكد هذه النتيجة أن الإدمان على الإنترنت لدى الطالب الجامعي أصبحت ظاهرة منتشرة بين الذكور والإناث معاً، نتيجة التحولات الرقمية التي فرضت نفسها على الحياة الجامعية، مما جعل التكنولوجيا جزءاً أساسياً من حياة الطالب، وبالتالي أبحاث احتمالية الوقوع في الإدمان متقارب بين الجنسين ولا توجد فروق في ذلك.

4- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الرابعة:

- نصت فرضية الدراسة الثالثة على أنه توجد فروق ذات دلالة فيما يخص القلق الوجودي بين الجنسين، وللتأكد من صحتها تم معالجتها إحصائياً بتطبيق اختبار "ت" للفروق لمجموعتين مستقلتين Test. TSamples Independent

جدول رقم (09) يوضح دلالة الفروق "ت" بين الجنسين في القلق الوجودي

المجموعات	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	قيمة (SIG)	الدلالة الإحصائية
إناث	79	92,089	16,0450	3,648	0.000	دالة إحصائية
ذكور	72	82,042	17,8005			

يتضح من الجدول (04) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في القلق الوجودي، إذ نلاحظ أن قيمة "ت" تقدر ب (3,648)، وبمستوى معنوية (0.000sig) وهي قيمة دالة إحصائياً عند (0.01). وهذا ما يوضح لنا أنه توجد فروق بين الإناث والذكور في القلق الوجودي لصالح الإناث

- تفسير الفرضية الرابعة:

يمكن تفسير ارتفاع القلق الوجودي لدى الإناث بعدة عوامل نفسية واجتماعية وثقافية، من أهمها:

تميل الإناث إلى الحساسية الانفعالية المرتفعة مقارنة بالذكور، مما يجعلهن أكثر تأثراً بالأسئلة الوجودية المرتبطة بالمعنى، المستقبل، الهوية، وتعيش الطالبة الجامعية نوعاً من الضغط المزدوج بين تحقيق الذات أكاديمياً ومواجهة التوقعات الاجتماعية (كالنجاح، الزواج، الاستقرار) وهو ما يعمق الشعور بالقلق الوجودي. وأيضاً تميل الإناث إلى التفكير التأملي العميق (overthinking) مما يزيد من انشغالهن بأسئلة الوجود والمعنى. وفي ظل البيئة الرقمية قد تتعرض الإناث أكثر إلى المقارنات الاجتماعية عبر وسائل التواصل مما يعزز الشعور بعدم الرضا والفراغ كما أن بعض الدراسات تشير إلى أن الإناث أكثر ميلاً إلى

التعبير عن مشاعر القلق والاعتراف بها، على عكس الذكور الذين يميلون إلى الكبت أو الأفكار.

تؤكد هذه النتيجة أن القلق الوجودي ليس موزعا بشكل متساوٍ بين الجنسين، بل يتأثر بخصوصيات نفسية واجتماعية تجعل الإناث أكثر عرضة له، خاصة في المرحلة الجامعية التي تتميز بكثرة التساؤلات حول المستقبل، المعنى، وهذا يستدعي توجيه اهتمام أكبر للطالبات من خلال برامج دعم نفسي تراعي هذه الخصوصية.

5- عرض وتحليل نتائج فرضية الدراسة الخامسة:

- نصت فرضية الدراسة الخامسة على أنه توجد فروق ذات دلالة فيما يخص الإدمان على الإنترنت بين الجنسين، وللتأكد من صحتها تم معالجتها إحصائياً بتطبيق اختبار "ت" للفروق

لمجموعتين مستقلتين Test. TSamples Independent

جدول رقم (10) يوضح دلالة الفروق "ت" بين الجنسين في الإدمان على الإنترنت

المجموعات	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار "ت"	قيمة (SIG)	الدلالة الإحصائية
إناث	79	45,6582	6,34860	1.74	0.08	غير دالة إحصائية
ذكور	72	47,8472	8,92324			

يتضح من الجدول (04) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الإدمان على الإنترنت، إذ نلاحظ أن قيمة "ت" تقدر ب (45.65)، وبمستوى معنوية (0.000sig) وهي قيمة دالة إحصائياً عند (0.01). وهذا ما يوضح لنا أنه لا توجد فروق بين الإناث والذكور في الإدمان على الإنترنت.

- تفسير الفرضية الخامسة:

يمكن تفسير عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الإدمان على الإنترنت بعدة عوامل:

- أصبح الإنترنت متاحاً بنفس الدرجة لكلا الجنسين، ولم يعد هناك فرق كبير في فرص الاستخدام. ويستخدم كل من الذكور والإناث الإنترنت لأغراض مختلفة (الذكور للألعاب مثلاً، والإناث للتواصل الاجتماعي)، لكن النتيجة النهائية (الإدمان) تكون متقاربة فالبينة الجامعية تفرض نمط حياة رقمي موحد، مما يجعل الطلبة بغض النظر عن جنسهم، عرضة لنفس مستوى الاستخدام المفرط. والإدمان الرقمي مرتبط أكثر بعوامل مثل الضغط النفسي، الفراغ، الهروب من الواقع، وهي عوامل يشترك فيها الجنسين.

تظهر هذه النتيجة أن الإدمان على الإنترنت ظاهرة عامة بين الطلبة ولا ترتبط بشكل

مباشر بالجنس، على عكس القلق الوجودي الذي ظهرت فيه فروق لصالح الإناث، وهذا يعزز فكرة أن الإدمان الرقمي قد يكون استجابة مشتركة لمتغيرات نفسية وضغوط حياتية متشابهة.

الخلاصة العامة

توصلت هذه الدراسة إلى أن القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت يعدان من أبرز المشكلات النفسية المعاصرة التي بدأت تأخذ حيزا كبيرا داخل الوسط الجامعي، خاصة في ظل التطورات التكنولوجية المتسارعة التي غيرت نمط حياة الطلبة وطبيعة تفاعلهم مع الواقع فالطالب الجامعي اليوم يعيش بين متطلبات أكاديمية وضغوط نفسية واجتماعية متعددة، تجعله في حالة بحث دائم عن الاستقرار النفسي وتحقيق الذات وبناء مستقبله المهني والاجتماعي، وهو ما قد يولد لديه العديد من التساؤلات الوجودية المرتبطة بمعنى الحياة والنجاح والخوف من المستقبل.

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القلق الوجودي لدى طلبة علم النفس كان مرتفعا، وهو ما يعكس طبيعة المرحلة الجامعية باعتبارها مرحلة انتقالية مليئة بالتحديات والصراعات الداخلية. فالطالب الجامعي يكون أكثر عرضة للشعور بالحيرة والتفكير المستمر في مستقبله المهني.

كما أن طبيعة تخصص علم النفس تجعل الطلبة أكثر وعيا بالجوانب النفسية والانفعالية وأكثر ميلا للتأمل في الذات وتحليل المشاعر والمواقف ما بينت الدراسة أن الإدمان على الإنترنت أصبح ظاهرة منتشرة بين الطلبة الجامعيين، نتيجة الاعتماد الكبير على التكنولوجيا الرقمية في مختلف جوانب الحياة اليومية، فالإنترنت لم يعد مجرد وسيلة للتسلية، بل تحول إلى فضاء يقضي فيه الطالب اغلب وقته، سواء من اجل الدراسة أو التواصل أو الترفيه.

وأظهرت النتائج أيضا وجود وعلاقة بين القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت حيث يمكن تفسير ذلك بأن بعض الطلبة يلجؤون إلى العالم الرقمي كوسيلة للهروب من الضغوط النفسية والمشاعر السلبية، فالانغماس في مواقع التواصل الاجتماعي أو الألعاب الإلكترونية أو التصفح المستمر يمنح الطالب نوعا من الهروب المؤقت من الواقع، لكنه في الوقت نفسه قد يزيد من العزلة النفسية والفراغ الداخلي، مما يؤدي إلى استمرار القلق وتفاقمه.

كما كشفت الدراسة عن وجود فروق بين الجنسين في القلق الوجودي لصالح الإناث، وفي الأخير يمكن القول أن القلق الوجودي والإدمان على الإنترنت يمثلان تحديين نفسيين مهمين في حياة الطالب الجامعي في العصر الرقمي، الأمر الذي يستدعي مزيداً من الاهتمام والدراسة من طرف المختصين والباحثين لفهم أبعادهما النفسية والاجتماعية ووضع استراتيجيات فعالة للوقاية والتدخل.

الاقتراحات والتوصيات

– الاقتراحات:

- إجراء دراسات مشابهة على تخصصات جامعية أخرى للمقارنة بين طلبة علم النفس وباقي التخصصات.
- دراسة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت ومتغيرات نفسية أخرى مثل الاكتئاب، الوحدة النفسية، تقدير الذات، أو جودة الحياة.
- إجراء دراسات حول تأثير مواقع التواصل الاجتماعي بشكل خاص على الصحة النفسية للطلاب.
- التوسع في دراسة القلق الوجودي لدى فئات عمرية مختلفة وليس فقط طلبة جامعيين.
- اعتماد عينات أكبر ومن جامعات مختلفة للحصول على نتائج أكثر دقة وتعميماً.
- استخدام مناهج بحث متنوعة مثل المنهج العيادي أو دراسات المقارنة لفهم أعمق للظاهرة.

– التوصيات:

- ضرورة تعزيز خدمات الإرشاد النفسي داخل الجامعة من خلال توفير مختصين نفسيين لمساعدة طلبة على مواجهة “القلق الوجودي والضغط النفسية المرتبطة بالحياة الجامعية.
- تنظيم حملات توعوية حول مخاطر الإدمان على الإنترنت وآثاره النفسية والاجتماعية، مع توجيه الطلبة نحو الاستخدام الإيجابي والمتوازن للتكنولوجيا الرقمية.
- إعداد برامج نفسية تهدف إلى تنمية مهارات التكيف النفسي لدى الطلبة، مثل مهارات تنظيم الوقت، التحكم في الانفعالات، والتعامل مع الضغوط.
- إدماج موضوع الصحة النفسية الرقمية ضمن البرامج التوعوية الجامعية، من أجل مساعدة الطلبة على فهم العلاقة بين التكنولوجيا والصحة النفسية.
- الاهتمام أكثر بفئة طلبة علم النفس باعتبارهم أكثر عرضة للتفكير العميق والتأمل في القضايا الوجودية، مما قد يزيد من مستوى القلق لديهم.

قائمة المراجع

القرآن الكريم برواية ورش عن نافع

المراجع بالعربية:

- محمد إبراهيم الفيومي (1984). القلق الإنساني. القاهرة، دار الفكر العربي، طبعة الثالثة.
- محمد بني يونس، (2004). مبادئ علم النفس. الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.
- مصطفى غلاب (2002) تغلب على القلق، بيروت: دار ومكتبة الهلال.
- عبد الخالق احمد محمد (1987)، قلق الموت، الكويت: مطابع الرسالة.
- عبد الله، محمد قاسم (2001)، مدخل إلى الصحة النفسية، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.
- فرويد سيغموند ترجمة محمد عثمان نجاتي. (1985)، الكف - العرض - القلق. الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية.
- مريم يلدا متي يلدوكا، ياسر محفوظ حامد الدليمي، (2023) القلق الوجودي لدى طلبة جامعة الموصل، مجلة التربية للعلوم الإنسانية، المجلد 3.
- لونيس سعيدة (2025)، الإدمان على الإنترنت كمتغير منبئ بجودة الحياة الأسرية لدى الشباب الجامعي. جامعة الجزائر 2، أبو قاسم سعد الله الجزائر، مجلة الأكاديمية للعلوم النفسية والتربوية والارطفونيا.
- عبد الرشيد كياس(2018)، إدمان الأنترنت: بعض العوامل والنتائج. جامعة سطيف 2، الجزائر، المجلة الجزائرية للدراسات السوسيولوجية، العدد 6.
- روبين داينز (2002)، إدارة القلق. مصر: ترجمة دار الفاروق للنشر والتوزيع
- فرانكل فكتور (1982)، الإنسان يبحث عن المعنى: ترجمة طلعت منصور، دار القلم، الكويت.

- حافظ، سلام هاشم، معنى (2006)، معنى الحياة وعلاقته بالقلق الوجودي والحاجة للتجاوز، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة بغداد.

المراجع الأجنبية:

-Tissot ; R (1980). *physiopathologie de l'anxiété. Médecine et hygiène; vol 38.*
4008- 4013.

-Boutonnier; G.(1945).*L'angoisse, paris, P.U.F. 1 édition.*

الملاحق

الملحق رقم: (01): مقياس القلق الوجودي

استبيان :

تقوم الباحثة بإجراء دراسة علمية تهدف إلى التعرف على مستوى القلق الوجودي وعلاقته بالإدمان الأنترنت لدى طلبة قسم علم النفس جامعة محمد بوضياف المسيلة، ولتحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة بتبني استبيان الدراسة Good&Good 1974 (إعداد جود)، تقنين (السيد وجادو 2009)، لتطبيقها على دراستنا الحالية.

نرجوا التكرم بتعبئة الاستبانة بعد قراءة كل عبارة بعناية ومن ثم وضع علامة (×) بمكان المناسب، وسوف تكون المعلومات التي تدلون بها موضع السرية التامة ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

البيانات الشخصية :

الجنس: ☐ ذكر ☐ أنثى

العمر: أقل من 25 سنة ☐ من 25 و 35 سنة ☐ أكثر من 35 سنة ☐

رقم	الفقرات	نعم	لا
01	أرى أن الحياة مثيرة وملينة بالتحديات		
02	أشعر بأن جميع الأنشطة لا تبعث على الاستمتاع بالحياة		
03	أشعر بأن لا فائدة من محاولة إقناع أي شخص بأي شيء		
04	أشعر بضالة أهمية تطلع إلى مستقبل		
05	أستطيع دائما أن أجد شيئا واستمتع به		
06	من صعب أن اعتقد اعتقادا راسخا في أي شيء		
07	أشعر بأنني شخص منتج		
08	أحس غالبا بأن وجودي محدود ولا أعيش حياة حقيقية		
09	أشعر عامة بعدم جدوى مناقشة بعض الأشياء مع الآخرين		
10	أطلع بأمل إلى حياتي المستقبلية أكثر من غيري		
11	غالبا ما أشعر بالالاكتئاب حينما أفكر في المستقبل		
12	أتجاهل الأمور الروحانية		
13	أجد للحياة معنى أكثر مما يجده الآخرون		
14	نادرا ما أجد إثارة فيما أقرأ وأدرس		
15	القليل من أمور حياتنا يستحق السعي المتواصل والكفاح من أجله		
16	في الغالب لا أعرف ماذا أفعل مع نفسي		
17	غالبا ما أشعر بأني وحدي في هذا العالم		
18	كثيرا ما أشعر بأن حياتي ليس لها معنى		
19	غالبا ما أشعر بالملل، وبعدم الاهتمام بما يحدث حولي		
20	كثيرا ما أشعر بأنه ليس لي وجهة أتوجه إليها أو شيء أفعله		
21	معظم الأشخاص الذين أعرفهم يعيشون حياة تافهة		
22	عادة ما أشعر بأن ما أفعله عديم النفع وليس له أهمية		
23	أشعر دائما بأن إنجازاتي ليس لها أهمية		
24	يبدو لي أن أنشطتي يومية تافهة ولا غاية منها		

25	يبدو أن مشاعري لا تعني أي شيء بالنسبة لأي أحد آخر		
26	حياتي ماضية لا شيء فيها يستحق الذكر		
27	أشعر بأن حياتي لا تهم أحد		
28	يبدو لي أن حياتي بلا هدف		

البعد الأول: الإحساس بالفراغ واللامعنى من فقرة 1 إلى 7

البعد الثاني: مشاعر اليأس من فقرة 8 إلى 17

البعد الثالث: الإحساس بالملل من فقرة 18 إلى 22

البعد الرابع: ضعف الأنا من فقرة 23 إلى 28

الملحق رقم (02): ومقياس الإدمان على الأنترنت

اختبار يونج لاستخدام الإنترنت Young 's Internet Addiction Test(1996)

ترجمه و قننه في البيئـة العربية دكتور إبراهيم الشافعي إبراهيم (2009)

م	العبارة	لا يحدث مطلقاً	لا يحدث غالباً	يحدث أحياناً	يحدث كثيراً	يحدث تماماً
1	هل تقضي - غالباً - وقتاً على الإنترنت أطول مما كنت تنوي؟					
2	هل تفعل بعض أعمالك المنزلية لتقضي وقتاً أطول على الإنترنت؟					
3	هل تشعر بالإثارة والمتعة من خلال علاقاتك مع أصدقائك عبر الإنترنت؟					
4	هل اكتسبت علاقات صداقة جديدة من خلال الإنترنت؟					
5	هل يشكو اهلك من الشغالك بالانترنت عنهم ؟					
6	هل تجد صعوبات في دراستك بسبب ضياع الوقت على الإنترنت؟					
7	هل ترى أن فتح بريدك الالكتروني يمثل لك أولوية ؟					
8	هل تعاني من ضعف إنجازاتك بسبب الإنترنت؟					
9	هل تعرض على أن تقلل أنشطتك على الإنترنت مخاطة بالسرية؟					
10	هل أنت غير قلق على أمورك بسبب الإنترنت؟					
11	هل تفرص على المتابعة الكاملة لكل جديد على الإنترنت؟					
12	هل تعتقد بأن الحياة بدون الإنترنت ستكون مملة وكتيبة؟					
13	هل تنزعج من الصوت العالي أو دخول احد عليك فجأة وأنت على الإنترنت؟					
14	هل تعاني من صعوبات في النوم بسبب سهرك على الإنترنت لوقت متأخر ؟					
15	هل تفكر بما يكون على الإنترنت حتى وأنت غير متصل ؟					
16	هل تقول لنفسك : مزيداً من بعض الوقت* كلما هممت بالخروج من الإنترنت؟					
17	هل تفشل محاولتك التوقف عن استخدام الإنترنت؟					
18	هل تفرص على محو الصفحات والمواقع التي زرتها قبل الخروج من الإنترنت؟					
19	هل تفضل لإنترنت على الخروج مع الأصدقاء ؟					
20	هل تشعر بالضيق والحزن إذا مرت فترة لم تدخل فيها على الإنترنت؟					

اختبار يونج لاستخدام الإنترنت (المختصر)

الملحق رقم (03): مخرجات spss

الإدمان على الأنترنت

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,754	20

T-Test

Group Statistics

	VAR00001	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الانترنت استخدام	1,00	8	67,250	4,8917	1,7295
	2,00	8	46,625	1,7678	,6250

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
استخدام الانترنت	Equal variances assumed	50,859	,000	11,216	14	,000	20,6250	1,8389	16,6809	24,5691
	Equal variances not assumed			11,216	8,798	,000	20,6250	1,8389	16,4504	24,7996

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,898	28

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,766	7

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100,0

Excluded ^a	0	,0
Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,927	10

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	30	100,0
Excluded ^a	0	,0
Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,857	5

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	30	100,0
Excluded ^a	0	,0
Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,899	6

T-Test

Group Statistics

	VAR00001	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الوجودي القلق	1,00	8	126,125	5,6930	2,0128
	2,00	8	55,250	3,8822	1,3726

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
القلق الوجودي	Equal variances assumed	2,778	,118	29,092	14	,000	70,8750	2,4362	65,6498	76,1002
	Equal variances not assumed			29,092	12,353	,000	70,8750	2,4362	65,5837	76,1663

Frequencies

Statistics

		الجنس:	الوجودي القلق
N	Valid	151	151
	Missing	0	0
Mean			87,298
Median			86,000
Std. Deviation			17,5840
Minimum			51,0
Maximum			133,0
Percentiles	25		74,000
	50		86,000
	75		97,000

الجنس:

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid أنثى	79	52,3	52,3	52,3
ذكر	72	47,7	47,7	100,0

Total	151	100,0	100,0
-------	-----	-------	-------

Group Statistics

	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الوجودي القلق	1,00	34	64,382	6,3581	1,0904
	3,00	61	105,018	11,9110	1,5917

Group Statistics

	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الوجودي القلق	1,00	34	64,382	6,3581	1,0904
	2,00	56	83,803	4,2025	,5381

NPar Tests

Kruskal-Wallis Test

Ranks

	VAR00002	N	Mean Rank
الوجودي القلق	1,00	34	17,50
	2,00	61	65,00
	3,00	56	123,50
Total		151	

Test Statistics^{a,b}

	الوجودي القلق
Chi-Square	130,904
df	2
Asymp. Sig.	,000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable:

VAR00002

T-Test

Group Statistics

	الجنس:	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الوجودي القلق	2	79	92,089	16,0450	1,8052
	1	72	82,042	17,8005	2,0978

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
القلق Equal variances assumed	,014	,907	3,648	149	,000	10,0469	2,7543	4,6045	15,4894
الوجود Equal variances not assumed			3,630	143,472	,000	10,0469	2,7676	4,5764	15,5175

CORRELATIONS

/VARIABLES=القلقالوجودي اذمانالانثراث
 /PRINT=TWOTAIL NOSIG
 /MISSING=PAIRWISE.

Correlations

Correlations

		اذمانالانثراث	الوجودي القلق
اذمانالانثراث	Pearson Correlation	1	,514**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	151	151
الوجودي القلق	Pearson Correlation	,514**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	151	151

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
الوجودي القلق	151	51,0	133,0	13182,0	87,298	17,5840
اذمانالانثراث	151	37,00	73,00	7052,00	46,7020	7,73632
Valid N (listwise)	151					

Group Statistics

	VAR00004	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اذمانالانثراث	1,00	22	38,4545	1,05683	,22532
	2,00	37	44,2391	2,49998	,26064

Group Statistics

	VAR00004	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ادمان الانثرانث	1,00	22	38,4545	1,05683	,22532
	3,00	92	57,7297	7,13228	1,17254

NPar Tests

Ranks			
	VAR00004	N	Mean Rank
ادمان الانثرانث	1,00	22	11,50
	2,00	37	68,51
	3,00	92	132,99
	Total	151	

Test Statistics^{a,b}

	ادمان الانثرانث
Chi-Square	113,839
df	2
Asymp. Sig.	,000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable:

VAR00004

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
ادمان الانثرانث	Equal variances assumed	8,819	,003	-1,748	149	,082	-2,18899	1,25194	-4,66285	,28486
	Equal variances not assumed			-1,722	127,014	,088	-2,18899	1,27125	-4,70457	,32658

Statistics

		ادمان الانثرانث	الوجودي القلق
N	Valid	151	151
	Missing	0	0

Mean		46,7020	87,298
Median		45,0000	86,000
Std. Deviation		7,73632	17,5840
Minimum		37,00	51,0
Maximum		73,00	133,0
Percentiles	25	41,0000	74,000
	50	45,0000	86,000
	75	50,0000	97,000

T-Test

Group Statistics

	الجنس:	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
اذمانالانثراانث	2	79	45,6582	6,34860	,71427
	1	72	47,8472	8,92324	1,05161

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
اذمانالانثراانث	Equal variances assumed	8,819	,003	-1,748	149	,082	-2,18899	1,25194	-4,66285	,28486
	Equal variances not assumed			-1,722	127,014	,088	-2,18899	1,27125	-4,70457	,32658

الملحق رقم (04): وثيقة تصريح بالنزاهة العلمية



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: 2026/

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): تعبيل آمال

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

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 11 00 8099504 1160007

الصادرة بتاريخ: 13.04.2024 عن دائرة: المسيلة

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

تخصص: علم النفس العمادي تحت رقم التسجيل: 212135078424

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

عنوانها: القلق الوجودي وعلاقته بالادمان الرقمي (الادمان على الانترنت)

لدى طالبة قسم علم النفس

(دراسة ميدانية لدى الخلية قسم علم النفس بجامعة المسيلة محمد بوضياف).

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2026 05 17

امضاء المعني (ة):

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