IUGJEPS
Vol 28, No 2, 2020, pp 444 -472

ISSN 2410-3152

مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية

تاريخ الإرسال (10-11-2018)، تاريخ قبول النشر (30-01-2019)

إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة

اسم الباحث الأول: د. أمل بنت عبد الرحمن الشهري

اسم الباحث الثاني : د. ولاء عبد المنعم العشري

[1] اسم الجامعة والبلد (للأول) قسم علم النفس - كلية التربية - جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن - السعودية

* البريد الالكتروني للباحث المرسل:

E-mail address: w.ashry@yahoo.com

الملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة إدمان الإنترنت ببعض المتغيرات النفسية (الوحدة النفسية، والقلق). وتكونت عينة الدراسة من (1500) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، تراوحت أعمارهن بين(18 - 25 عاما)، بمتوسط عمري قدره (20.94)، وإنحراف معياري مقداره (2.043)، طُبِقَ عليهن مقياس إدمان الإنترنت ومقياس القلق (من إعداد الباحثتان) ومقياس الوحدة النفسية لراسل، وقد استخدمت الباحثتان في المعالجة الإحصائية اختبار (ت) (t -test)، ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One - Way Anal ysi s of Vari ance) واختبار توكي(Tukey) ومعامل الارتباط بيرسون (Pear son Cor rel ati on)، ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (Al pha-Cronbach) لحساب ثبات الأداة. وقد أظهرت النتائج أن درجة إدمان الإنترنت لدى الطالبات هي درجة متوسطة، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى الطالبات تُعزى لمتغيرات (السن، والتخصص)، كما أتضح أن درجة الوحدة النفسية والقلق لدى الطالبات هي درجة متوسطة، وأخيرا كشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين والقلق والوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

وفي ضوء هذه النتائج طرحت الباحثتان عدداً من التوصيات والمقترحات ذات الصلة بموضوع الدراسة.

كلمات مفتاحية: إدمان الإنترنت ، الوحدة النفسية ، القلق، طالبات جامعة الاميرة نورة بنت عبد الرحمن.

Internet addiction and relation to psychological loneliness and anxiety Of University Students

Abstract:

The study aimed to reveal the relationship of internet addiction to some psychological variables (psychological loneliness and anxiety). The study sample consisted of (1500) female students of Princess Nourah Bint Abdulrahman University, aged between (18 and 25 years), with an average age of 20.94 and a standard deviation of (2.043). The internet addiction scale and the anxiety scale (prepared by the two female researchers) and the UCLA Loneliness Scale by Russell were applied to them .

The two researchers used, in the statistical processing, the t-test, the results of the one-way analysis of variance, the Tukey test, Pearson Correlation, and the Alpha-Cronbach stability factor to calculate instrument stability .

The results showed that the degree of internet addiction among the female students was medium. The study also revealed that there were statistically significant differences in the averages of the degree of internet addiction among female students that are due to the variables (age, specialization).

It was also found that the degree of psychological loneliness and anxiety among female students is medium.

Finally, the results revealed a positive statistical relationship between the averages of internet addiction and anxiety & psychological loneliness among female students of Princess Nourah Bint Abdulrahman University.

In the light of such results, the two researchers presented a number of recommendations and proposals related to the subject of the study.

Keywords: Internet addiction – psycological loneliness – Anxiety - Princess Nourah bint Abdulrahman University Students.

- تشكر الباحثتان جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن على تمويل البحث

المقدمة :

إن التقدم في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات الذي يميز هذا العصر، دفع البعض إلى تسميته بـــ "العصر الرقمي" مما يدل على اتساع نطاق استخدام الإنترنت باعتباره سمة العصر. وقد بات من الشائع وجود خدمة الإنترنت في أغلب الأماكن العامة والخاصة على السواء (كالجامعات والمدارس والفنادق والمطاعم والمقاهي والمنازل..) مما جعل إمكانية التواصل مع الآخرين سهله وميسره، وتتجاوز حدود الزمان والمكان (عبدالله، 2015م).

وكما هو معلوم أن الاستخدام الجيد والسليم للإنترنت يكون لتحقيق هدف محدد في فترة مناسبة من الوقت، وبدون إجهاد عقلي أو سلوكي، لإنجاز أعمال علمية أو شخصية أو تجارية يحتاج إليها الأفراد (الخواجه، 2017). ولكن على الرغم من الفوائد اللامحدودة للإنترنت، إلا أن هناك العديد من الأضرار المادية والنفسية التي يتسبب فيها سوء استخدام الإنترنت؛ كإنخفاض الأداء الأكاديمي والتعب والاكتئاب والعداء والوحدة النفسية والقلق(Çardak, 2013).

ونستدل مما سبق أن الإنترنت سلاح ذو حدين؛ فهو أداة مفيدة، ولكن أيضاً له أضراره، حيث أن البعض قد يسيئ استخدامه ويعتمد عليه اعتماداً كبيراً ويصبح شغله الشاغل، وبهذا يفقد استقلاليته لأن الإنترنت أصبح يتحكم في كل أنشطته الحياتية، وهذا ما يطلق عليه إدمان الإنترنت (الموسوي، والمويزري، والطشة، والمغربي، 2013م).

ويقصد بإدمان الإنترنت متلازمة الاعتماد النفسي للمداومة على ممارسة التعامل مع شبكة الإنترنت لفترات طويلة ومتزايدة ودون ضرورات مهنية أو أكاديمية (بل على حساب هذه الضرورات وغيرها) مع ظهور المحكات التشخيصية المألوفة في الإدمانات التقليدية، من قبيل التكرارية والنمطية والإلحاح والهروب والانسحاب من الواقع الفعلي إلى واقع افتراضي، كما يكون السلوك في هذه الحالة قهرياً عنيدا ومتشبثا بحيث يصعب الإقلاع عنه دون معاونة علاجية للتغلب على الأعراض الانسحابية النفسية (عزب، 2016م).

إن أول من استخدم مصطلح إدمان الإنترنت واعتبره اضطراب Internet Addiction Disorder هي إيفان جولدبيرج (Ivan Goldberg) كان في عام 1995. وبررت ذلك بأن الفرد يشعر باستمرار بتوق شديد ورغبة قسرية لاستخدام الإنترنت، وفي الأحوال التي يكون فيها غير متصل مع شبكة الإنترنت، تنتابه مشاعر وانفعالات سلبية وغير سارة (كالقلق والاكتئاب والوحدة، وتعكر المزاج)، إضافة للإنسحاب الاجتماعي، والصراع (Seifi, Ayati, and Fadaei, 2014).

وذكر الموسوي وزملاؤه (2013م) أنه توجد العديد من الاتجاهات التي تفسر سلوك إدمان الانترنت، وهي:

1-الاتجاه السلوكي: يركز أنصاره على تفسير سلوك الأفراد من خلال الاشتراط البسيط والاجرائي اللذان يعتمدان على تعزيز السلوك وفيهما يشعر الفرد بالسرور أو بالضيق فقد يرى الفرد الإنترنت وسيلة للهروب من خبراته غير السارة أو وسيلة تجلب له السعادة.

2- الاتجاه الاجتماعي الثقافي: ويرى أنصار هذا الاتجاه لكي يفهم سبب الاضطراب النفسي يجب أن نفهم طبيعة البيئة الاجتماعية والخلفية الثقافية التي يعيش فيها الفرد.

3- الاتجاه السيكوديناميي: ويرى أنصار هذا الاتجاه أنه يجب لكي نفهم السبب الرئيسي الذي يدفع الشخص لإدمان الإنترنت أن نرجع لخبرات الفرد السابقة في مرحلة الطفولة وخبراته الحالية التي تؤثر على سمات شخصيته وهي التي تدفعه لإدمان استخدام الإنترنت.

4-الاتجاه التكاملي: وفيه نجد أن إدمان الإنترنت يرجع للعديد من العوامل الشخصية والنفسية والاجتماعية ومنها أن مدمن استخدام الإنترنت يعاني من الخجل الذي يجعله لا يستطيع مواجهة الأفراد فيجد في العالم الافترضي ملاذ آمن له، كم أن معظم مدمنين استخدام الإنترنت يعانون من ضغوط ومشاكل تجعلهم يهربون منها إلى العالم الافتراضي (Young, K. & Rogers 1998).

5-ا لاتجاه الكيميائي الحيوي: يرجع إدمان الإنترنت إلى عوامل وراثية وكيميائية وعصبية.

6- ا لاتجاه المعرفي: يرجع إدمان الشبكة المعلوماتية إلى الأفكار والبني المعرفية الخاطئة التي تجعل من الشبكة محور حياتها وتستعيض بها عن الواقع.

7- نموذج غرول Grohol لإدمان الشبكة المعلوماتية: يرى غرول أن إدمان الشبكة المعلوماتية يمر بثلاث مراحل هي: مرحلة الاستحواذ ومرحلة التحرر من الوهم ومرحلة التوازن وخلالها يتم استخدام الشبكة بصورة طبيعية : (أحمد، 2006).

ويعتبر"إدمان الإنترنت" ظاهرة حديثة، وهو أحد المشكلات التي نشأت من الاستعمال الزائد/ المفرط للإنترنت، حيث يُعد شكلاً من أشكال الإدمان التكنولوجي. وقد أطلق دافيس (Davis) في عام 2001 مسمى الاستخدام المرضي للإنترنت Pathological Intenet Use (PIU)، وسماه كابلان (Caplan) عام 2002 استخدام الإنترنت المشكل Problematic Intenet Use (PIU)وقد سُمي أيضا باضطراب عدم القدرة على التحكم في الدافع Control Disorder Impulse والاعتمادية على الإنترنت Internet Dependency، ولكن أكثر المصطلحات انتشاراً هو إدمان الإنترنت Internet Addiction (IA) (عامر، 2011م).

وسوف تتبنى الباحثتان في هذه الدراسة مصطلح إدمان الإنترنت، والذي تم تقديمه من قبل إيفان جولدبيرج (Ivan Goldberg) عام 1995، والذي أصبح أكثر شيوعاً وانتشاراً على يد عالمة النفس الأميركية كيمبرلي يونغ (Kimberly Young)، التي تعد من أوائل أطباء النفس الذين عكفوا على دراسة ظاهرة إدمان الإنترنت في الولايات المتحدة منذ عام 1994.

وقد أقرت الجمعية الأمريكية للطب النفسيAPA وضع إدمان الإنترنت ضمن عناصر الإدمان الأخرى؛ وعرفتــه بأنــه "اضطراب يظهر حاجة سيكولوجية قسرية نتيجة عدم الإشباع من استخدام الإنترنت والمصاب بهذا الاضطراب يعــاني مــن أعراض عديدة (حمودة، 2015م).

وتتمثل أعراض اضطراب إدمان الإنترنت في الاستخدام المفرط للإنترنت، وفقدان الإحساس بالوقت، وصعوبة التوقــف عن استخدامه، والشعور بالغضب والضيق عندما يكون الإنترنت غير مُتاح، وقلة النوم، والإرهاق، وإنخفاض الأداء الأكاديمي، وضعف الأداء في العمل، واللامبالاة، واضطراب الأفكار، والتهيج، والهروب من مواجهة المشاكل الحقيقة، والشعور بالاكتئاب وانخفاض جودة الحياة، وانخفاض الأنشطة والعلاقات الاجتماعية، والشعور بالوحدة وزيادة القلق (Saleem et al,2015).

وقد فُسرت ظاهرة إدمان الإنترنت من عدة زوايا: فتفسير الطب الحيوي لإدمان الإنترنت قائم على النظرية التي تؤكد على دور العوامل الوراثية والخلقية، والتقلبات الكيميائية في الدماغ والنواقل العصبية، في حين أن النظريات الاجتماعية والثقافية تشير إلى أن إدمان الإنترنت يتغير ويختلف بتغير واختلاف العمر والجنس والمستوى الاجتماعي والاقتصادي (Seifi, Ayati, and Fadaei, 2014).

وقد استعرض جنيفر وفيرز(Jennifer&Ferris,1999) بعض التفسيرات النفسية لإدمان الإنترنت ممثلة في التفسير السيكوديناميي وذلك من خلال الخبرات التي يمر بها الطفل في مرحلة الطفولة وارتباط ذلك ببعض سمات الشخصية والميول والنزعات الموروثة، فقد يكون لدى الفرد استعداد فطري لإدمان الإنترنت ولكنه لا يقع في الإدمان إلا إذا توافرت ظروف وأحداث ضاغطة في حياته تدفعه لإدمان الإنترنت. وأما التفسير السلوكي لإدمان الإنترنت فيعتمد على وجهة نظر سكنر Skinnerفي النظرية السلوكية على أساس أن الفرد يقوم بمجموعة من السلوكيات والأنشطة بهدف الحصول على المكافأة أو التعزيز، وهذا ينطبق على جميع أنواع الإدمان كإدمان الإنترنت أو المخدرات والكحول (يعقوب وحيدر (2014م). فأنصار الاتجاه السلوكي يرون إن الممارسة والتكرار هي التي أوجدت إدمان الإنترنت، فممارسة السلوك لمرات متعددة ثم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على شبكة الإنترنت في كل مره، وهذا الشعور الداخلي لا يتغير في

نوعه ولكنه يتغير في شدته ويصبح أكثر شدةً مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية، وأما الاتجاه المعرفي فيرى أنصاره إن الأشخاص الذين يقضون الكثير من الوقت في استخدام الإنترنت تكون لديهم أساليب معرفية شاملة مكونة من تعدد المهام والمعالجة زائدة السرعة وافتقاد أهداف التوجه متوسطة أو بعيدة المدى ويحطمون أنماط حياتهم، وعادة ما يستخدمون الإنترنت كنقطة أساسية لجميع أنماط تواصلهم مع العالم (عديلة، 2016م).

وقدم دايفز (Davis,2001) نظريته السلوكية المعرفية كمحاولة لبناء نموذج يجمع بين النواتج السلوكية (السببية الإرتقائية) المرتبطة بالاستخدام المفرط للإنترنت، ويقوم نموذج دايفز على افتراض إن الأفراد الذين يعانون من ضغوط أو مشكلات نفسية (مثل الشعور بالوحدة أو القلق أو الإكتئاب) يحملون إدراكات سلبية عن كفاءتهم الاجتماعية، وبالتالي يفضلون التفاعل الاجتماعي عن طريق الإنترنت لأنه أقل تهديداً وأقل مخاطرة وينتج عن ذلك استخدام قهري للإنترنت، وهذا بدوره ينتج الكثير من المشكلات الشخصية والاجتماعية والمهنية (يعقوب وحيدر (2014م).

وبناء على ما سبق، نجد إن الوحدة النفسية والقلق من ضمن المشاكل النفسية الناتجة عن إدمان الإنترنت، وقد ربطت عدة دراسات بين الشعور بالوحدة النفسية وإدمان استخدام الإنترنت، إذ إن قضاء معظم الوقت على الإنترنت يؤدي إلى قطع العلاقات الاجتماعية مع الآخرين تدريجياً بحيث يصبح الإنترنت هو العامل الاجتماعي الرئيسي في الحياة. وأشارت دراسة (Moody, 2001) إن المستويات العالية من إدمان استخدام الإنترنت ترتبط بمستويات عالية من الشعور بالوحدة النفسية ومستويات منخفضة من الشعور بالوحدة الاجتماعية، وذلك يرجع إلى أن الأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية غالباً يفضلون التفاعل الاجتماعي عبر الإنترنت والذي من الممكن أن يؤدي بدوره إلى إدمان استخدام الإنترنت (Bozoglan, Demirer, and Ismail, 2013).

وقد تأكد أن جميع أنواع الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والنفسية تلعب دوراً مهما في نشوء وتطور إدمان استخدام الإنترنت؛ فالأفراد المدمنين على استخدام الإنترنت لديهم قدر كبير من القلق والخوف، لذا يستخدم هؤلاء الأفراد الإنترنت كوسيلة للهروب من واقعهم والتخلص من المشاعر غير السارة والتخفيف من أعراض القلق، ولكن عندما لا تتوفر لهم إمكانية الوصول للإنترنت نجد أن مشاعر القلق تتضاعف لديهم (Seifi, Ayati, and Fadaei, 2014).

وتجدر الإشارة إلى أن طلاب الجامعات هم الفئة الأكثر استخداماً للإنترنت؛ فهم يستخدمونه لأغراض متعددة منها على سبيل المثال: الأغراض التعليمية الأكاديمية، والوصول إلى المكتبات الافتراضية، وإجراء البحوث والدراسات والأنشطة الترفيهية، لذلك نجد أن نسبة كبيرة من هؤلاء الطلاب أكثر عرضة للإدمان على الإنترنت بسبب سهولة الوصول إلى شبكة الإنترنت وقضاء الكثير من الوقت في استخدامه بهدف الدراسة (Al-Gamal, Alzayyat, and Muayyad 2016).

وفي ضوء ما تقدم، أجريت هذه الدراسة على طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؛ لدراسة العلاقة بين إدمان استخدام الإنترنت والوحدة النفسية والقلق.

مشكلة الدراسة:

يحظى موضوع إدمان الإنترنت في مجال علم النفس باهتمام كبير من قبل العلماء والباحثين. الانترنت وقد أشارت العديد من الدراسات وجود إنتشار مرتفع نسبياً لظاهرة إدمان الإنترنت بين طلاب الجامعات وهذا بدوره يؤدي لحدوث الكثير من المشاكل النفسية والشخصية والاجتماعية والاقتصادية، كدراسة الجمال، والتي أتضح من نتائجها أن 40٪ من طلاب الجامعات في الأردن يعانون من إدمان استخدام الإنترنت، وهذا يؤكد ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة والتي كشفت عن وجود انتشار مرتفع نسبياً لإدمان استخدام الإنترنت بين طلاب الجامعة(Ataee et al., 2014; Frangos et al., 2011).

فغالباً الطالب الجامعي يواجه صعوبات وضغوط نفسية واجتماعية وأكاديمية وبيئية، فإن لم يتمكن الطالب من معالجة هذه الصعوبات والضغوط والتكيف معها، فسيشعر بالقلق والتوتر ويتجه إلى قضاء أغلب وقته على شبكة الإنترنت ويتحول مع الوقت لإدمان الإنترنت (Ozgur, Demiralay,and Demiralay 2014).

وتناولت العديد من الدراسات للآثار الناجمة عن الافراط في استخدام حيث تشير نتائج دراسة (Ostovar et al,2016) إن إدمان الإنترنت يعتبر منبئ لعدة اضطرابات أخرى كالشعور بالوحدة النفسية، والقلق والتوتر، والاكتئاب وتتفق مع هذه النتيجة دراسة ,(Amir et al, 2014) والتي أظهرت نتائجها أن هناك علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والقلق والاكتئاب والتوتر لدى طلاب الجامعة.

بالإضافة إلى ذلك، نجد أن بعض الأفراد يندفعون لاستخدام الإنترنت بمبالغة، حيث يقضون جل وقتهم في استخدامه بهدف معالجة المشاكل النفسية التي يعانون منها، وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات أن الأفراد الذين يعانون من الوحدة النفسية ولم تكن لديهم مهارات اجتماعية جيدة، من الممكن أن يؤدي استخدامهم للإنترنت لتطوير سلوكيات إدمان الإنترنت وما يترتب على ذلك من آثار سلبية على حياتهم كالتأثير السلبي على دراستهم أو أدائهم الأكاديمي والعملي، عوضاً عن التخفيف من مشاكلهم الأصلية. مما يتحول مع مضي الوقت لإدمان الإنترنت (Junghyun, Robert, Wei, 2009).

وبناءً على ما تقدم، ومن خلال العرض النظري السابق تتحدد مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:

أولا: ما درجة (إدمان الإنترنت ، الوحدة النفسية والقلق) لدى طالبات الجامعة وهو ما يمكن الإجابة عنه من خلال الأسئلة الفرعية التالية :

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة تُعزى لمتغير السن.

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة تُعزى لمتغير التخصص الدراسي.

3-هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التحقق من درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة بحيث نستكشف مدي اختلاف الدرجة في إدمان الإنترنت لدى العينة محل الاهتمام بناء على متغير السن، ومدى تأثير التخصص على درجة إدمان الإنترنت، كما تهدف أيضا إلى التحقق من درجة الوحدة النفسية والقلق لدى أفراد العينة وعلاقته بإدمان الإنترنت .

أهمية الدراسة:

1-تنبع أهمية هذه الدراسة من أهمية الظاهرة التي تتناولها حيث أصبح إدمان الإنترنت من المواضيع البحثية الهامة في مختلف الثقافات حول العالم، ومع ذلك تعتبر الأبحاث عن إدمان الإنترنت قليلة في البلدان النامية ومنها المملكة العربية السعودية، إضافة أن أغلب الأبحاث التي أجريت عن إدمان الإنترنت تم إجرائها على عينات صغيرة، بعكس هذه الدراسة حيث بلغت عينتها 1500 طالبة جامعية.

2-عدم اتساق نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بالآثار السلبية والإيجابية لاستخدام الإنترنت موضوع البحث، فإذا كانت النتائج الإيجابية هي السائدة، فإن النتائج السلبية موجودة أيضا فقد توصلت نتائج دراسة ليري (2009) على عينة بلغت 250 فتى وفتاة أعمارهم لا تتجاوز 25 عاماً. وقد تناولت الدراسة أثر المشكلات الاجتماعية والنفسية المصاحبة لاستخدام الإنترنت بمدينة الكويت وقد خلصت الدراسة لعدة نتائج منها؛ أن الإستخدام المفرط للإنترنت يسهم في خلق أمراض اجتماعية ونفسية مختلفة ويزيد من المشكلات الاجتماعية والأسرية وذلك عكس ما كشفت عنه نتائج دراسة العاني 1420 هـ التي طُبقت على

عينة مقدارها 112 طالباً وطالبة من طلاب جامعة اليرموك بالأردن عن دور الإنترنت الإيجابي في تعزيز البحث العلمي والبحث عن المستجدات العلمية ذات الصلة بتخصص الطالب واستثمار وقت الفراغ في تعلم نافع.

3-إدمان الإنترنت ظاهرة متعددة الأبعاد تتسبب في الكثير من المشاكل حيث تؤثر على النواحي العقلية والنفسية والاجتماعية والسلوكية، ويترتب على ذلك حدوث صعوبات في حياة الأفراد سواءً على المستوى الشخصي الأكاديمي أو المهني أو الاجتماعي، ومع ذلك نجد أن هناك قلة في الدراسات النفسية العربية والمحلية التي تناولت هذا الموضوع على الرُغم من أهميته النظرية والتطبيقية.

4-تأخذ عينة الدراسة الحالية وهي طالبات الجامعة أهميتها في كونها من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط الأكاديمية والنفسية والاجتماعية، ومن المتعارف عليه أن الضغوط باختلاف أنواعها تلعب دوراً كبيراً في خلق وتطوير إدمان الإنترنت.

5-نشر ثقافة الاستخدام الإيجابي لشبكة الإنترنت في المجتمع، وخاصة في مؤسسات التعليم كالجامعات والكليات والمدارس وذلك بهدف توعية الطلاب بمخاطر إدمان الإنترنت على صحة الإنسان، والتعرف على أعراضه، وطرق الوقاية منه.

مفاهيم الدراسة:

إدمان الإنترنت (Internet Addiction (IA:

تعرف كيمبرلي يونغ Kimberly Young إدمان الإنترنت بأنه "استخدام الإنترنت أكثر من 38 ساعة أسبوعياً، مع ظهور أعراض الانقطاع كالاكتئاب والقلق وسوء المزاج" (رابح،2011م).

وعرف توري Tory, 2000 إدمان الإنترنت بأنه: "حالة من الاستخدام المرضي وغير التوافقي للإنترنت يؤدي إلى حدوث اضطرابات في السلوك، ويستدل عليها بعدة ظواهر منها ازدياد عدد الساعات التي يقضيها الفرد أمام الكمبيوتر بشكل مطرد تتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه منذ البداية" (سليمه،2015-2016).

وتعرّف الباحثتان إدمان الإنترنت إجرائياً بأنه: الاستخدام المفرط للإنترنت بشكل لا يستطيع الفرد مقاومته ويترتب عليه العديد من الآثار السلبية التي تؤثر عليه من الناحية النفسية والجسدية ويتمثل بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس إدمان الإنترنت المستخدم في الدراسة.

الوحدة النفسية Loneliness:

يُعرف نورمان وشولتز وديواين(Norman,Schultz &Dewayne,1984) الوحدة النفسية بأنها: "حالة انفعالية يعاني منها الفرد عندما يشعر أن تفاعله مع الآخرين لا يحقق له الإشباع الذي ينشده" (إبريعم، 2014).

ويعُرّف(ابن عتو، 2014) الوحدة النفسية بأنها "خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة والصداقة الحميمية، وبالتالي يشعر الفرد بأنه وحيد رغم أنه محاط بالآخرين".

وتعرّف الباحثتان الوحدة النفسية إجرائياً بأنها: " حالة إنسانية وشعور مؤلم ناتج من خبرات يفتقر فيها الإحساس بالألفة ويتمثل بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الوحدة النفسية المستخدم في الدراسة ".

القلق Anxiety:

يعُرّف (عبدالرحمن، 2015) القلق بأنه: "شعور عام غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض العلامات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللإرادي، ونوبات تتكرر مثل الشعور بالضيق في التنفس أو سرعة نبضات القلب أو سرعة التنفس أو الصداع وكثرة الحركة".

وتعرّف الباحثتان القلق إجرائياً بأنه: "شعور داخلي بالتوتر والخوف من أحداث في الماضي أو المجهول في المستقبل

ويتمثل بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس القلق المستخدم في الدراسة.

الدراساتِ السابقة:

ترى الباحثتان أنه يمكن تقسيم الدراسات السابقة إلى ثلاثة محاور:

- دراسات تناولت مدى شيوع إدمان الإنترنت.
- دراسات تناولت علاقة إدمان الإنترنت ببعض المتغيرات (السن والجنس).
- دراسات تناولت تأثير إدمان الإنترنت على الصحة النفسية والجسدية للفرد.

أولا الدراسات التي تناولت مدى شيوع إدمان الإنترنت:

1-دراسة (Young, K. & Rogers 1998) أظهرت النتائج إن6% من مستخدمي الإنترنت في العالم في عداد المدمنين.

2-دراسة أعدها مركز أسبار للدراسات والبحوث والإعلام، 2004م للكشف عن نسبة استخدام الإنترنت في المملكة العربية السعودية وأظهرت نتائج الدراسة أن أعلى المناطق استخدام للإنترنت حسب عينة الدراسة هي المنطقة الشرقية حيث بلغت نسبة الاستخدام 68% وتليها منطقة الرياض ثم المنطقة الغربية وكانت النسبة متقاربة في حدود 55% واحتلت منطقة القصيم المرتبة الرابعة حيث بلغت نسبتها 50% بينما المنطقة الجنوبية بلغت 40.7% والمنطقة الشمالية بلغت 39.3%.

3-دراسة (Nalwa and Anand, 2003) التي أجريت على عينة مكونة من 100 طالب بالمرحلة الثانوية بهدف معرفة درجة انتشار إدمان الإنترنت في المدارس الهندية. وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن معظم أفراد العينة يعانون من أعراض إدمان الانترنت.

4-دراسة (صلاح، 2008م) التي أجريت على عينة من 200 طالب وطالبة من المرحلة الثانوية بهدف التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت وتنظيم الذات وحب الاستطلاع لدى طلاب المرحلة الثانوية، وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة 46% من أفراد العينة يعانون من إدمان الإنترنت .

5-تؤكد دراسة (العمري، 2008م) على أن معدل استخدام الإنترنت لطلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية بلغ 7.7%.

6-دراسة (Athanasiade et al. 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 314 طالب من طلاب المدرسة الثانوية؛ لمعرفة العلاقة بين إدمان الانترنت والعنف الإلكتروني لدى المراهقين في اليونان. وتشير نتائج الدراسة إلى انخفاض معدل ارتكاب السلوكيات الخطرة عبر الإنترنت لدى المراهقين في اليونان عن باقي دول أوروبا.

ثانيا: دراسات تناولت علاقة إدمان الانترنت ببعض المتغيرات (السن، الجنس).

1-دراسة (طايع، 2000م) أجريت عن استخدام الانترنت في العالم العربي على عينة مكونة من 5000 من طلبة الجامعات في كل من: (مصر – السعودية – الامارات – البحرين –الكويت). وقد كشفت النتائج أن 72.6% من أفرد العينة يستخدمون الانترنت بشكل مستمر ولم تكن هناك فروق في الاستخدام ترجع لعامل الجنس.

2-دراسة (روحي، 2000م) أجريت حول طبيعة استخدام الشباب للإنترنت في مقاهي عمان وأربد وطبقت الدراسة على عينة من 360 من الإناث والذكور وكشفت نتائج الدراسة أن الإناث أكثر تردد على المقاهي من الذكور كما أن أكثر فئة في الاستخدام تتراوح أعمارهم ما بين (26-28) عاماً.

3-دراسة (طايع، 2000) عن استخدام الانترنت في العالم العربي على عينة مكونة من 5000 من طلبة الجامعات في كل من: (مصر – السعودية – الامارات – البحرين –الكويت) وكشفت النتائج إن 72.6% من أفرد العينة يستخدمون الإنترنت بشكل مستمر ولم تكن هناك فروق في الاستخدام ترجع لعامل الجنس.

4-دراسة (القضاة، 2002م) أجريت على عينة من 691 من الشباب (الذكور والإناث) من المترددين على مقاهي الإنترنت في

عمان وأربد وقد كشفت الدراسة إن الذكور أكثر تردد على المقاهي من الإناث كما أن أكثر فئة في الاستخدام تتراوح أعمارهم ما بين (18–22) عام.

5–دراسة (الحميدات، 2007م) التي أجريت بهدف بناء وتقنيين مقياس مهارات الاتصال لدى طلبة الجامعات، كما هدفت إلى تقصي أثر النوع الاجتماعي والاختصاص والتفاعل بينهما في درجة امتلاك طلبة الجامعات الأردنية لمهارات الاتصال. وقد تكونت عينة الدراسة من (2000 طالب وطالبة)، و (936 طالب)، و(1064 طالبة). وقد أظهرت النتائج وجود أثر ذي دلالة للنوع الاجتماعي في الدرجة الكلية لمقياس مهارات الاتصال، ودرجات مجالات مهارات الاستماع والقدرة على إدارة العواطف، وعدم وجود أثر ذو دلالة إحصائية للنوع الاجتماعي في مجالات مهارات التحدث والقدرة على فهم الآخرين.

6–دراسة (Hashemian et al. 2014) التي أجريت على 1066 طالب من طلاب الجامعة في مدينة إيلام بغرب إيران؛ لمعرفة معدلات انتشار إدمان الإنترنت لدى الطلاب. وتشير نتائج الدراسة إلى أن انتشار الإدمان ما بين النسب البسيطة والمتوسطة، حيث بلغت نسبة الإدمان البسيط 3.96% والمتوسطة 4.1%، وتشير النتائج كذلك إلى ارتفاع معدلات إدمان الانترنت بين طلاب كليات الطب أكثر من غيرهم.

7–دراسة (الخواجة، 2014) التي أجريت على عينة تكونت من 290 طالبا وطالبة من طلبة البكالوريوس بكلية التربية في جامعة السلطان قابوس لمعرفة العلاقة بين الإدمان على الإنترنت والتوافق النفسي. وتشير نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الإدمان على الانترنت والتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، كما تشير إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الإدمان على الانترنت.

8–دراسة (ابريعم، 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 276 طالبا من معظم كليات جامعة أم البواقي لمعرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى الطلاب. وتشير نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى أفراد العينة ووجود فروق بين الذكور والإناث في درجة إدمان الإنترنت لصالح الذكور.

9–دراسة (Okwaraii et al. 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 480 من المراهقين الذكور والإناث في مدينة أنوجو جنوب شرق نيجيريا. وهدفت الدراسة لمعرفة الفروق بين الجنسين في إدمان الإنترنت والضغوط النفسية. وقد أشارت النتائج إلى معاناة نسبة كبيرة من المراهقين من إدمان الانترنت ووجود فروق تعزى لمتغيرات العمر والنوع لصالح الذكور.

10–دراسة (الموزيري، 2016) التي أجريت على عينة تكونت من 121مفحوصاً من الذكور والإناث من طلاب المرحلة الجامعية بدولة الكويت، تراوحت أعمارهم ما بين32–17سنة، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية عند مستوى د لالة0,01بين إدمان الإنترنت، وعدم وجود دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على متغير إدمان الإنترنت، وعدم وجود دلالة إحصائية بين الفئات العمرية الثلاث على متغيرات مقياس إدمان الإنترنت.

11–دراسة (العمار، 2016) التي أجريت على عينة تكونت من 140 طالبا وطالبة من التعليم التطبيقي بالكويت، تراوحت أعمارهم ما بين 19 –20 عاما للكشف عن العلاقة بين التنمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت. وانتهت النتائج إلى وجود ارتباطات دالة إحصائيا بين التنمر الإلكتروني وإدمان الإنترنت، وأظهرت النتائج كذلك أن الذكور أكثر في درجة إدمان الإنترنت من الإناث.

12–دراسة (Demir & Seferoglu, 2016) اليت أجريت على عينة تكونت من 181 طالب وطالبة من طلاب وطالبات الجامعة والخريجين لمعرفة العلاقة بين العنف الإلكتروني وإدمان الإنترنت والتسكع الإلكتروني والنوع والعمر والمستوى التعليمي والمهنة. وتكشف النتائج عن وجود علاقة موجبة بين إدمان الإنترنت والتسكع الإلكتروني وأن مستويات نسبة العنف الإلكتروني تنخفض لدى الطلاب والطالبات الذين تتراوح أعمارهم ما بين 35 عام مقارنة بمن تقل أعمارهم عن 25 عاما.

ثالثا: دراسات تناولت تأثير إدمان الإنترنت على الصحة النفسية والجسدية للفرد.

ونشير في هذا الصدد إلى نوعين من النتائج: نتائج سلبية ونتائج إيجابية، ونبدأ بالنتائج السلبية:

أولا: الدراسات التي تشير إلى نتائج إيجابية:

1-دراسة (Kraut et al,1998) أجريت على 169 شخصا في 73 أسرة أمريكية بهدف معرفة التأثيرات الاجتماعية والنفسية لاستخدام الإنترنت على العلاقات الشخصية والاجتماعية للمستخدمين. وتوصلت الدراسة إلى أن الاستخدام المتواصل للإنترنت له أثر على اتصال أفراد العينة بأسرهم وأدى لتراجع الأنشطة الاجتماعية، كما أن هناك علاقة بين طول مدة الاستخدام والشعور بالوحدة.

2-دراسة (Petrie and Gunn, 1998) التي هدفت إلى معرفة تأثير متغيرات: الجنس، والعمر، والانطواء، في إدمان الإنترنت، وقد حددت عينة الدراسة عن طريق الانترنت باختيار (445) شخصاً بشكل عشوائي من مستخدمي شبكة الانترنت. وقد تم استخدام مقياس للكشف عن الإدمان على الانترنت، ومقياس (بيك) للاكتئاب، ومقياس (آيزنك) للشخصية، وقد أظهرت النتائج أن نسبة المدمنين على الإنترنت وصلت إلى (46.1%) من مجموع أفراد العينة، أن الإدمان على الإنترنت لا يتأثر بالجنس، وأن متوسط عمر المدمنين يبلغ (30) عاما، وأن الإنترنت زاد من نسبة الشعور بالعزلة والشعور بالاكتئاب.

3-دراسة (Young, K. & Rogers 1998) أجريت على عينة مكونة من 259 من الأشخاص المستخدمين للإنترنت بشكل مفرط بمتوسط عمري 32 عام، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الاكتئاب المرضي وزيادة استخدام الانترنت.

4-دراسة (Anderson, 2001) أجريت بهدف تقييم ظاهرة استخدام الإنترنت لدى طلاب الجامعات على عينة تكونت من (1300) طالب جامعي من (8) مؤسسات أكاديمية. وقد هدفت الدراسة إلى تحديد الآثار الاجتماعية والأكاديمية التي يؤدي إليها استخدام الإنترنت على الطلاب وبخاصة أولئك الذين يستخدمون الإنترنت لفترات طويلة قد تتعارض مع النواحي الأخرى في حياتهم، وقد أظهرت النتائج أن (10 %) من أفراد العينة يستخدمون الإنترنت بصورة كبيرة كما أظهرت تعلقهم بالإنترنت، كما بينت الدراسة أن الاستخدام الطويل للإنترنت قد أصبح بديلا عن أنشطة اجتماعية أخرى؛ مما أدى إلى انخفاض المشاركة الاجتماعية، وانخفاض عدد ساعات النوم واضطراب مواعيده، وزيادة في الشعور بالوحدة والاكتئاب، كما تبين أن أغلب أفراد الدراسة الذين يعانون من عدم الاستقلالية والتبعية للإنترنت هم من الذكور ومن أصحاب الاختصاصات العلمية الصعبة.

6-دراسة (Row, 2002) أجريت على عينة من 4113 فرد بمتوسط عمر 18 عام حول استخدام الإنترنت كظاهرة اجتماعية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الافراد الذين يقضون فترة طويلة في استخدام الإنترنت أصبحوا يقضون وقت أقل مع أسرهم وقد أدى ذلك إلى نقص تفاعلاتهم الاجتماعية.

8-دراسة الشمايلة (2006) بالأردن، وتهدف إلى بناء مقياس الآثار الاجتماعية لاستعمال طلبة الجامعات الأردنية لشبكة الانترنت، وقد تكونت عينة الدراسة 2355 طالب وطالبة وقد بينت النتائج أن إدمان الإنترنت له تأثير سلبي على المجال النفسي والمجال الأخلاقي (الطروانة، د.ت).

9-وأوضحت دراسة "مونسير ومادل (Muncer & Madell. 2007) حول طرق التحكم في مستوى التفاعلات الاجتماعية لدى عينة من الشباب في المرحلة العمرية ما بين 18إلى 20 عام من مستخدمي الإنترنت. وقد أظهرت بيانات الدراسة سيطرة الإنترنت والهواتف النقالة على وسائل التواصل على عينة الدراسة، مما جعلها بديلا للتفاعلات الاجتماعية المتعارف عليها، وأن عينة الدراسة يستَعملونها بشكل لا تَوافقي ومتزامن مما أثر على التفاعلات الاجتماعية عبر تلك الأجهزة وليس وجها لوجه مع الآخرين.

10-دراسة (العمري، 2008م) وتشير نتائجها إلى وجود آثار نفسية لإدمان الإنترنت لدى طلاب المرحلة الثانوية، كان من أهمها مشكلات النوم، الشعور بالكآبة والحزن عند عدم استخدام الإنترنت، الشعور بالميل للعزلة عن مخالطة الآخرين.

11- دراسة (ماضي، 2014) التي أجريت على عينة تكونت من 600 طالبا وطالبة من جامعة المنصورة، وتشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأعلى من 27% والأدنى من 27% (الانتماء، المواطنة، النقد، والمشاركة، وحرية التعبير) في العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وأبعاد مقياس التواصل الاجتماعي تبعا لمدة الاستخدام.

12- دراسة (Azher et al. 2014) التي أجريت على عينة تكونت من 300 طالب وطالبة من جامعة سارا جودا لمعرفة نسبة انتشار إدمان الإنترنت وأثر إدمان الإنترنت على مستوى القلق لدى أفراد العينة. وتوصلت النائج الى أن نسبة انتشار إدمان الانترنت أعلى لدى الطلاب الذكور ووجود علاقة دالة إحصائيا بين إدمان الإنترنت وارتفاع مستوى القلق لدى طلاب وطالبات الجامعة.

13-دراسة (Chang et al. 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 1808 من المراهقين في تايوان لمعرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت والعنف الإلكتروني وتعاطي المواد والاكتئاب لدى المراهقين. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والعنف الإلكتروني والتدخين وتعاطي الكحول والاكتئاب.

14-دراسة (Nartgun & Cicioglu. 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 563من طلاب وطالبات المدرسة المهنية لمعرفة العلاقة بين الاستخدام المشكل للإنترنت وسلوكيات العنف الإلكتروني. وأشارت النتائج إلى إمكانية عزو 13.8 من التباين في العنف الإلكتروني إلى الوقت المستغرق على الانترنت.

15- دراسة (ابريعم، 2015) التي أجريت على عينة تكونت من 276 طالبا من معظم كليات جامعة أم البواقي لمعرفة العلاقة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي. وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدمان الانترنت والشعور بالاغتراب النفسي لدى أفراد العينة ووجود فروق بين الذكور والإناث في درجة إدمان الانترنت لصالح الذكور.

16-دراسة (Kircaburun & Bastug. 2016) التي أجريت على عينة تكونت من 205 من طلاب المدرسة الثانوية لمعرفة العلاقة بين الاستخدام المشكل للإنترنت والعنف الإلكتروني، وأشارت النتائج الى وجود علاقة موجبة بين سوء استخدام الإنترنت وزيادة الوقت المستغرق لاستخدام الإنترنت والعنف الإلكتروني.

17-دراسة (عيادات، 2018) والتي هدفت الى الكشف عن الآثار الاجتماعية السلبية الناتجة عن استخدام الإنترنت لدى طلبة الجامعة الهاشمية. وتكونت عينة الدراسة من 1838 طالبا وطالبة؛ 34% ذكورا و 66% إناثاً. وقد توصلت الدراسة إلى أن الاستخدام المفرط للإنترنت كانت له آثار سلبية في مجال العزلة الاجتماعية تلاه العلاقات الأسرية، ووجود فروق دالة إحصائيا في جميع مجالات الدراسة تبعا لمتغير الجنس ولصالح الإناث، وتبعا لمتغير الكلية لصالح طلبة كلية تكنولوجيا المعلومات، وتبعا لمتغير السنة الدراسية لصالح طلبة السنة الثانية.

ثانيا: الدراسات التي تشير إلى نتائج إيجابية:

1-دراسة (الفنتوخ، 2001م) ويشير فيها إلى إن الإنترنت تعزز الخطوات الجادة على طريق التنمية، فقد حققت الإنترنت قفزة حقيقية في مجالات تنموية عديدة على المستوى التعليمي والتربوي والمستوى الحكومي خاصة فيما يتعلق بإنهاء المعاملات في أقصر وقت وبطرق أقل إهداراً للوقت والجهد، وكذلك في مجالات التوعية ونشر الثقافة والمعارف العامة بحيث تصل هذه البرامج لجمهور المستهدفين وبشكل أبسط وأقل تكلفه.

2-دراسة (الخادمي، 2006م) عن أهمية استخدام الإنترنت. وقد توصلت نتائج الدراسة أن استخدام الإنترنت له العديد من الفوائد مثل: الاطلاع على المستجدات في الأبحاث والمعلومات التي تهم الباحث في تخصصه من المواقع والنشرات والدوريات، وعلاوة على ذلك يمكن البحث عن المراجع من الكتب والأبحاث عن طريق المكتبات الإلكترونية مثل: مكتبة الكونجرس ومركز الملك فيصل للدراسات والبحوث، ولذا فمن المهم أن تحرص المكتبات على إدخال خدمة الإنترنت للاستفادة منها ، ويذكر بأن شبكة الإنترنت مهمة جدا للبحوث العلمية من حيث: الفهرسة والتصنيف وترتيب الملفات وأبجديات الكتب،

والتزود بالمعلومات والاكتشافات الجديدة والوثائق، وتبادل الآراء مع المختصين والباحثين، والتعرف على الإنتاج العلمي والبحثي الذي يقوم به الآخرون لتجنب التكرار، والتعرف على المخطوطات الموجودة في مكتبات العالم، لأجل تحقيقها والإفادة منها، وتحقيق التعلم الفردي، والتعلم عن بعد.

3-دراسة مورجيرا وزوهانج (Morgera.& Zhuang. 2007) وقد تناولت طرق تنمية استخدامات الإنترنت والتحكم به لـــدى عينة من طلاب كلية الهندسة وطلاب المدرسة العليا الموهوبين أكاديمي ، وقد أظهرت النتائج نجاح الإنترنت في مُسَاعَدَة الطـــلاب على معرفة المفاهيم والتقنيات الأساسية والرئيسة لتطوير الأنظمة الآلية على الإنترنت.

4-دراسة (القصير، 2009م) التي أشرفت عليها الإدارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة القصيم، مكتب التربية والتعليم بجنوب بريدة، بعنوان: آثار الإنترنت التربوية على طلاب المرحلة الثانوية في منطقة القصيم التعليمية، أظهرت نتائجها إن للإنترنت آثار سلبية وآثار ايجابية، ويبقى دور التربية في تعزيز الآثار الإيجابية، وحماية الطلاب من الآثار السلبية حدود نوعية ومكانية.

ويتضح من استعراض الدراسات السابقة ما يلي:

1-تباين أهداف الدراسات السابقة؛ فقد هدف بعضها إلى التعرف على آثار استخدام الانترنت وعلاقته بالجنس والتخصص، وكذلك استخدام الإنترنت وعلاقته بالصحة النفسية أو العديد المتغيرات الأخرى، في حين أن أهم أهداف دراستنا: التعرف على درجة (إدمان الإنترنت، الوحدة النفسية والقلق) لدى طالبات الجامعة، وهل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة تُعزى لمتغير السن، التخصص الدراسي، كما تهدف الدراسة الحالية أيضا إلى معرفة العلاقة بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة.

تباين الدراسات السابقة من حيث طبيعة وحجم عيناتها؛ فمعظمها اعتمدت على عينات من الذكور والإناث وعينات من طلبة الجامعة ومقارنة بين الذكور والإناث أو المراحل الدراسية، بينما تعتمد عينة الدراسة الحالية على طالبات الجامعة من مختلف التخصصات والمراحل الدراسية بالجامعة، وهذه العينة لم تجد الباحثتان في حدود علمهما أي من الدراسات السابقة قد تناولتها.

تنوع المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة نظرًا لاختلاف المتغيرات التي تدرسها وبما يتناسب وهدف كل دراسة والعينة المستخدمة.

فروض الدراسة:

في ضوء مشكلة الدراسة وأهدافها والإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة، يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية فيما يلي:

الفرض الأول: تتسم طالبات الجامعة بدرجة مرتفعة من (إدمان الإنترنت، الوحدة النفسية، القلق).

الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة تعزى لمتغير السن.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

الفرض الرابع: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة بالعينة التي أتيحت للباحثتين من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن خلال فترة تطبيق الدراسة، كما تتحدد الدراسة بالأدوات المستخدمة، وتتحدد كذلك بالمتغيرات موضع الدراسة.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي وذلك لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة بهدف إبراز العلاقات والارتباطات بين المتغيرات. حيث تم استقصاء آراء طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن حول إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية (الوحدة النفسية والقلق).

مجتمع وعينة الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في الفترة الممتدة مابين 10/ 1436/11هـ حتى 1438/5/10هـ.

وقد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (150) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة وقد أُستخدمت بيانات هذه العينة في تقنين أدوات الدراسة.

أما عينة الدراسة النهائية فقد تكونت من (1500) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، وقد أُستخدمت بيانات هذه العينة في التحقق من صحة فرضيات الدراسة. ويوضح الجدول رقم (1) توزيع العينة على حسب متغيرات العمر، والتخصص الدراسي.

الجدول (1)

توزيع أفراد العينة على حسب متغيري العمر والتخصص الدراسي

المتغير	المجموعات الفرعية	العدد	النسبة المئوية	المجموع
العمر	18-19 سنة	380	25.3	1500
	20-21سنة	440	29,3	
	22 -23سنة	460	30,7	
	24- 25سنة	220	14.7	
التخصص الدراسي	علوم إنسانية	910	60,7	1500
	علوم تطبيقية	590	39,3	

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس إدمان الإنترنت (إعداد الباحثتين).

تم بناء المقياس بهدف قياس إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن، وقد قامت الباحثتان بصياغة عبارات وبنود المقياس بطريقة التقرير الذاتي، ويُجاب على المقياس بالاختيار من بين ثلاث بدائل بطريقة ليكرت (لا تنطبق على الاطلاق، تنطبق أحيانا، تنطبق دائما)، وعباراته موزعة على أربعة أبعاد هي: البعد السلوكي، والبعد الاجتماعي والبعد النفسي والبعد الصحي، وبعد ذلك تم عرض الصورة المبدئية للمقياس على عدد من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التقييم والتقويم وأساتذة علم النفس والصحة النفسية؛ وذلك للحكم على مدى مناسبة الأبعاد للمتغير موضوع القياس ومدى وضوح العبارات وملائمتها.

وقد أختارات الباحثتان بعد التحكيم (38) عبارة بلغت نسبة الاتفاق عليها من (80 %) إلى (100 %) مع الأخذ بالتعديلات المقترحة، وقد توزعت العبارات كالتالي:

1-البعد السلوكي: ويشير إلى الأنشطة السلوكية المرتبطة باستخدام الإنترنت ويتضمن (10) بنود وهي: (1 ، 2 ، 13 ، 15 ، 16 ، 17 ، 20 ، 22 ، 24 ، 26) .

2-البعد الاجتماعي: ويشير إلى العلاقات والأنشطة الاجتماعية المتأثرة باستخدام الإنترنت ويتضمن (12) بند وهي: (6 ، 7 ، 8 ، 9 ، 12 ، 14 ، 19 ، 21 ، 33، 34 ، 37 ، 38).

3-البعد النفسي: ويشير إلى الحالة النفسية والانفعالية المرتبطة باستخدام الإنترنت ويتضمن (11) بند وهي: (3 ، 4 ، 5 ، 18 ، 23 ، 25 ، 27 ، 30 ، 31 ، 32 ، 36).

4-البعد الصحي: ويشير إلى الحالة الصحية والإضطرابات الجسدية الناتجة عن الإفراط في استخدام الإنترنت ويتضمن (5) بنود وهي: (10 ، 11 ، 28 ، 29، 35).

مفتاح تصحيح مقياس ادمان الانترنت و مقاييس الدراسة:

للتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد (درجة إدمان الإنترنت ودرجة الوحدة النفسية ودرجة القلق)، تم حساب المدى (3-1 =2)، ثم تم تقسيمه على (2) للحصول على طول الخلية الصحيح (3/2 = 0.66)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في الإستبانة (أو بداية الإستبانة وهى الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طـــول الخلايا كما يلى:

الجدول (2)

يوضح طول الخلايا

الرقم	الدرجة	تفسيرها
1	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين 1 – 1.66	منخفضة
2	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين أكثر من 1.67 – 2.32	متوسطة
3	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين أكثر من 2.33 – 3	مرتفعة

صدق الأدوات:

تم التأكد من صدق الأدوات في الدراسة الحالية بعرضها على سبعة محكمين من المختصين في التربية وعلم الـــنفس، وكان هناك اتفاق بينهم على صلاحية الأدوات ومقروئيتها.

ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق مقياس ادمان الانترنت بحساب مصفوفة ارتباط فقرات الأدوات مـــع الدرجـــة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (3).

الجدول (3)

نتائج معامل الارتباط بيرسون(Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات إدمان الانترنت مع الدرجة الكلية لكل بعد

البعد	رقم العبارة	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
البعد السلوكي	1	**0,542	0,000
	2	**0,467	0,000
	13	**0,852	0,000
	15	**0,803	0,000
	16	**0,658	0,000
	17	**0,718	0,000
	20	*0,212	0.026
	22	**0,558	0.000

	24	**0,447	0.000
	26	**0,329	0.000
البعد الإجتماعي	6	**0.343	0.000
	7	**0.590	0.000
	8	**0.658	0.000
	9	*0.293	0.018
	12	**0.325	0.000
	14	**0.744	0.000
	19	**0.909	0.000
	21	**0.845	0.000
	33	**0.626	0.000
	34	*0.267	0.021
	37	**0.523	0.000
	38	**0.618	0.000
البعد النفسي	3	**0.471	0.000
	4	*0.242	0.000
	5	**0.367	0.000
	18	**0.830	0.000
	23	**0.591	0.000
	25	**0.662	0.000
	27	**0.915	0.000
	30	**0.614	0.000
	31	**0.722	0.000
	32	*0.201	0.029
	36	0.520	0.000
البعد الصحي	10	**0.613	0.000
	11	**0.310	0.000
	28	**0.874	0.000
	29	**0.554	0.000
	35	**0.325	0.000

تشير المعطيات الواردة في الجدول (3) إن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعـــاد إدمـــان الإنترنت دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بدرجة صدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس إدمان الإنترنت لدى طالبات الاميرة نورة بنت عبد الرحمن.

ثبات مقياس إدمان الإنترنت:

تم التأكد من ثبات الأدوات في الدراسة الحالية من خلال طريقة إعادة الاختبار(Test- Retest)، حيث قامت الباحثين بتطبيق الأداة على عينة من الطالبات خارج عينة الدراسة تكونت من(15) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة، ومن ثم أعادت الباحثتين تطبيق الأداة على ذات العينة وذلك بعد مرور (20) يوماً، وبلغ معامل الارتباط بين نتائج الدراسة الاستطلاعية الأولى ونتائج الدراسة الاستطلاعية الثانية (0,846) على الدرجة الكلية لمقياس إدمان الانترنت، وهي نسبة ثبات مرتفعة تجعل الباحثتان مطمئنتان إلى استخدام المقاييس في الدراسة الميدانية.

كما قامت الباحثتان بحساب ثبات الاتساق الداخلي لمقياس إدمان الإنترنت، بحساب معادلة الثبـــات كرونبـــاخ ألفـــا (Cronbach Alpha)، وقد جاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول (4).

الجدول (4)

نتائج معامل ثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لأدوات الدراسة بأبعادها المختلفة

الرقم	البعد	عدد الفقرات	قيمة Alpha
البعد الأول	السلوكى	10	0,723
البعد الثاني	الإجتماعى	12	0,804
البعد الثالث	النفسي	11	0,690
البعد الرابع	الصحى	5	0,602
الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت		38	0,846

تشير المعطيات الواردة في الجدول رقم (4) إلى درجة عالية من الثبات، حيث تراوحت درجات الثبات بين (60%) وبين (80%) على ابعاد إدمان الإنترنت، معبرة عن درجة بين متوسطة وعالية من الثبات، وبلغت قيمة ألفا على الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت (85%) معبرة عن درجة عالية من الثبات.

ومن الإجراءات السابقة تأكد للباحثتان صدق وثبات مقياس (إدمان الإنترنت) المستخدم في الدراسة.

ثانيا : مقياس الوحدة النفسية.

الوحدة النفسية هي خبرة شخصية مؤلمة ناشئة عن وجود خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد مما يشعره بافتقاد الحب والمودة من الآخرين، فيترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات إجتماعية حميمة والافتقار للإيجابية في المواقف الاجتماعية. عرف إجرائياً لأغراض هذه الدراسة بالدرجة التي تحصل عليها طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن على مقياس راسل للوحدة النفسية Russell, 1992 وتم إعداده كأداة سيكومترية سهلة التطبيق في الأبحاث العلمية لقياس الشعور بالوحدة النفسية. يتكون المقياس من (20) عبارة ويسمى (Ucla)، ويتم الاختيار ما بين ثلاث بدائل بطريقة ليكرت (لا تنطبق على الاطلاق، تنطبق أحيانا، تنطبق دائما)، ويستعمل المقياس لقياس الشعور بالوحدة النفسية في صورها المختلفة: (الوحدة النفسية الأولية، الوحدة النفسية الثانوية، والوحدة النفسية الوجودية). وقد قام بترجمة المقياس د. محمد شحاته ربيع، دار المسيرة، عمان، 2008م، وقد تم استخدام النسخة الحالية من المقياس لسهولة صياغة عباراتها ومناسبتها لطبيعة عينة الدراسة الحالية.

الصدق :

تم التأكد من صدق الأداة (الوحدة النفسية) في الدراسة الحالية بعرضها على سبعة محكمين من المختصين في التربية وعلم النفس، وكان هناك إتفاق بينهم على صلاحية الأدوات ومقروئيتها.

ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق مقياس (الوحدة النفسية) بحساب مصفوفة إرتباط فقرات المقياس مع الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (5).

الجدول (5)

نتائج معامل الارتباط بيرسون(Pearson correlation) لمصفوفة إرتباط فقرات الوحدة النفسية مع الدرجة الكلية

رقم العبارة	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية	رقم العبارة	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
1	0.592**	**0.000**	11	0.240**	0.000
2	0.250**	**0.000**	12	0.748**	0.000
3	0.729**	**0.000**	13	0.383**	0.000
4	0.309**	**0.000**	14	0.309**	0.000

0.000	0.425**	15	**0.000**	0.383**	**5**
0.000	0.349**	16	**0.000**	0.383**	**6**
0.000	0.310**	17	**0.000**	0.374**	**7**
0.000	0.250**	18	**0.000**	0.592**	**8**
0.000	0.592**	19	**0.000**	0.261**	**9**
0.000	0.741**	20	**0.000**	-0.470**	**10**

تشير المعطيات الواردة في الجدول (5) إن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للوحدة النفسية دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدقٍ عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس الوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

الثبات :

تم التأكد من ثبات الأدوات في الدراسة الحالية من خلال طريقة إعادة الاختبار(Test- Retest)، حيث قامت الباحثتان بتطبيق الأداة على عينة من الطالبات خارج عينة الدراسة تكونت من (15) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة، ومن ثم أعادت الباحثتان تطبيق الأداة على ذات العينة وذلك بعد مرور (20) يوماً، وبلغ معامل الإرتباط بين نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى ونتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية (0,685) على الدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية، وهي نسبة ثبات مرتفعة تجعل الباحثتان مطمئنتان إلى إستخدام الأداة في الدراسة الميدانية.

كما قامت الباحثتان بحساب ثبات الاتساق الداخلي للأداة المستخدمة في الدراسة (مقياس الوحدة النفسية) بطريقة الإتساق الداخلي، بحساب معادلة الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وقد جاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول (6).

الجدول (6)

نتائج معامل ثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لأدوات الدراسة بأبعادها المختلفة

مقياس الوحدة النفسية	عدد الفقرات	قيمة Alpha
	20	**0,790**

تشير المعطيات الواردة في الجدول رقم (6) إلى أن قيمة ألفا على الدرجة الكلية للوحدة النفسية (79%) معبرة عن درجة جيدة من الثبات.

ومن الإجراءات السابقة تأكد للباحثتين صدق وثبات مقياس الوحدة النفسية.

ثالثا : مقياس القلق (إعداد الباحثتان).

القلق هو حالة مزمنة من الشعور المبهم الغامض غير السار المبالغ فيه الذى يكون خارج نطاق سيطرة الفرد ولا يتناسب مع المنبهات الخارجية، ويظهر فى صورة أعراض جسمية ونفسية. وقد قامت الباحثتين بالإطلاع على المقاييس التالية (مقياس تايلر للقلق الصريح tmas، مقياس القلق التابع لولاية بنسلفانيا pswq، مقياس القلق ipat لكاتل وشير، مقياس القلق لسبيلبيرجر، مقياس القلق لعبد الرقيب البحيري)، علاوه على البحوث والدراسات السابقة التي تعرضت لموضوع القلق في علاقته بالعديد من المتغيرات الأخرى (النفسية، السلوكية والإجتماعية)؛ ومن خلال ما سبق أعدت الباحثتان المقياس الذي يُجاب عليه باختيار من بين ثلاث بدائل بطريقة ليكرت (لا تنطبق على الاطلاق، تنطبق أحياناً، تنطبق دائماً).

وبعد ذلك تم عرض الصورة المبدئية للمقياس على عدد من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التقييم والتقويم وأساتذة علم النفس والصحة النفسية، وذلك للحكم على مدى مناسبة العبارات للمتغير موضوع القياس ومدى وضوح العبارات وملائمتها.

وبناءً على ذلك أصبح المقياس في صورته النهائية مكوناً من (38) عبارة بلغت نسبة الإتفاق عليها (80 %) إلى (100 %) مع الأخذ بالتعديلات المقترحة.

الصدق : تم التحقق من صدق الأداة المستخدم في الدراسة الحالية (مقياس القلق) بحساب مصفوفة إرتباط فقرات الأدوات مع الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (7).

الجدول (7)

نتائج معامل الإرتباط بيرسون(Pearson correlation) لمصفوفة إرتباط فقرات القلق مع الدرجة الكلية

رقم العبارة	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية	رقم العبارة	قيمة (ر)	الدلالة الإحصائية
1	0.548**	0.000	20	0.827**	0.000
2	0.786**	0.000	21	0.645**	0.000
3	0.419**	0.000	22	0.553**	0.000
4	0.174*	0.033	23	0.360**	0.000
5	0.318**	0.000	24	0.459**	0.000
6	0.703**	0.000	25	0.302**	0.000
7	0.595**	0.000	26	0.302**	0.000
8	0.786**	0.000	27	0.786**	0.000
9	0.191*	0.018	28	0.955**	0.000
10	0.934**	0.000	29	0.733**	0.000
11	0.553**	0.000	30	0.786**	0.000
12	0.645**	0.000	31	0.483**	0.000
13	0.645**	0.000	32	-0.334**	0.000
14	0.539**	0.000	33	0.578**	0.000
15	0.786**	0.000	34	0.378**	0.000
16	0.186*	0.023	35	0.684**	0.000
17	0.172*	0.036	36	0.827**	0.000
18	-0.397**	0.000	37	-0.318**	0.000
19	0.302**	0.000	38	0.352**	0.000

تشير المعطيات الواردة في الجدول (7) أن جميع قيم إرتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للقلق دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدقٍ عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس القلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

الثبات :

تم التأكد من ثبات مقياس القلق في الدراسة الحالية من خلال طريقة إعادة الاختبار(Test- Retest)، حيث قامت الباحثتان بتطبيق الأداة على عينة من الطالبات خارج عينة الدراسة تكونت من (15) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة، ومن ثم أعادت الباحثتان تطبيق الأداة على ذات العينة وذلك بعد مرور (20) يوماً، وبلغ معامل الإرتباط بين نتائج الدراسة الإستطلاعية الأولى ونتائج الدراسة الإستطلاعية الثانية (0,790) على الدرجة الكلية لمقياس القلق، وهي نسبة ثبات مرتفعة تجعل الباحثتان مطمئنتان إلى استخدام المقاييس في الدراسة الميدانية.

كما قامت الباحثتان بحساب ثبات الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة على الدرجة الكلية لكل متغير من متغيرات الدراسة وكذلك على الأبعاد الفرعية، حيث تم حساب الثبات لأدوات الدراسة بأبعادها المختلفة بطريقة الإتساق الداخلي، بحساب معادلة الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وقد جاءت النتائج كما هي موضحة في الجدول (8).

الجدول (8)

نتائج معامل ثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) لأدوات الدراسة بأبعادها المختلفة

مقياس القلق	عدد الفقرات	قيمة Alpha
	38	0,753

تشير المعطيات الواردة في الجدول رقم (8) إلى أن أدوات الدراسة بابعادها المختلفة تتمتع بدرجة عالية من الثبات، حيث بلغت قيمة ألفا على الدرجة الكلية للقلق(75%) معبرة عن درجة جيدة من الثبات.

ومن الإجراءات السابقة تأكد للباحثتان صدق وثبات جميع مقاييس الدراسة.

المعالجة الإحصائية

تمت المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات، وتم استخدام الإحصاء الوصفي باستخراج الأعداد، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدى أفراد العينة واستجاباتهم على مقاييس إدمان الإنترنت والوحدة النفسية والقلق، وقد فحصت فرضيات الدراسة عن طريق الإختبارات الإحصائية التحليلية التالية: اختبار (ت) (t-test)، ونتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One - Way Analysis of Variance) واختبار توكي(Tukey) ومعامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation)، وذلك باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول: تتسم طالبات الجامعة بدرجة مرتفعة من (إدمان الإنترنت، الوحدة النفسية، القلق).

أولا : للتحقق من صحة هذا الفرض فيما يخص درجة إدمان الإنترنت استخرجت الباحثتان الأعداد، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (9).

الجدول (9)

الأعداد والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لدرجة إدمان الإنترنت

الرقم	المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	البعد السلوكي	1500	2,16	0.14	متوسطة
2	البعد النفسي	1500	2,07	0,46	متوسطة
3	البعد الاجتماعي	1500	1,50	0.13	منخفضة
4	البعد الصحي	150	1.43	0.40	منخفضة
الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت		150	1.83	0.22	متوسطة

يتضح من الجدول رقم (9) أن ترتيب أبعاد إدمان استخدام الإنترنت في ضوء المتوسط الحسابي لكل بُعد كانت كما يلي: (البعد السلوكي، البعد النفسي، البعد الاجتماعي، البعد الصحي). أما عن أهم أبعاد إدمان الإنترنت لدى الطالبات فقد تمثل في البعد (السلوكي) حيث بلغ المتوسط الحسابي لهذا البعد (2.16) معبراً عن درجة متوسطة، وهذا يشير إلى أن الأنشطة السلوكية للطالبات تتأثر باستخدام الإنترنت بدرجة متوسطة، وجاء في المرتبة الثانية البعد (النفسي) بمتوسط حسابي قدره(2.07) معبرا عن درجة متوسطة أيضا، وهذا يشير إلى أن الحالة النفسية والانفعالية للطالبات تتأثر باستخدامهم للإنترنت، وجاء في المرتبة الثالثة البعد (الاجتماعي) بمتوسط حسابي قدره(1.50) معبرا عن درجة منخفضة، وهذا يشير إلى أن العلاقات والأنشطة الاجتماعية للطالبات لم تتأثر كثيراً باستخدام الإنترنت، بينما جاء في المرتبة الرابعة والأخيرة البعد (الصحي) بمتوسط حسابي قدره(1.43) معبرا عن درجة منخفضة أيضا، وهذا يشير إلى أن الحالة الصحية للطالبات لم تتأثر باستخدامهم للإنترنت.

وقد اتضح مما سبق أن المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية قد بلغ (1.83) مع انحراف معياري قدره (0.22)، وبناء على ذلك فإن إجابة السؤال الأول هي أن درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة هي درجة متوسطة، وهذا مؤشر على أن مجتمع الدراسة بدء يعاني من إدمان الإنترنت وتتفق هذه النتيجة مع نتائج التقارير العالمية التي تشير إلى الزيادة الملحوظة والنمو السريع لاستخدام الإنترنت.

ثانيا: " الوحدة النفسية

استخرجت الباحثتان الأعداد، والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لدرجة الوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن على الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (10).

الجدول (10)

الأعداد والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة الوحدة النفسية

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدرجة
الدرجة الكلية للوحدة النفسية	1500	1,87	0.22	متوسطة

يتضح من الجدول رقم (10) إجابة السؤال الرابع وهي أن درجة الوحدة النفسية لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في المملكة العربية السعودية جاءت بدرجة متوسطة، فقد بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية (1.87) مع انحراف معياري (0.22).

ثالثا: القلق:

استخرجت الباحثتان الأعداد، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجة القلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن على الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (11).

الجدول (11)

الأعداد والمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لدرجة القلق

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
الدرجة الكلية للقلق	150.	1,92	0,19	متوسطة

يتضح من الجدول رقم (11) أن درجة القلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن في المملكة العربية السعودية جاءت بدرجة متوسطة، فقد بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية (1.92) مع إنحراف معياري (0.19).

نتائج الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تُعزى لمتغير السن.

للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخراج المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لمتوسطات درجة إدمان الإنترنت تبعا لمتغير السن، وذلك كما هو واضح في الجدول رقم (12).

الجدول (12)

الأعداد والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعا لمتغير السن

المتغير	السن	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
البعد السلوكي	18-19 سنة	380	2.36	0.10
	20-21سنة	440	2.08	0.14
	22 -23سنة	460	2.05	0.17
	24- 25سنة	220	2.20	0.20
البعد النفسي	18-19 سنة	380	2.58	0.37
	20-21سنة	440	1.69	0.17
	22 -23سنة	460	1.77	0.45
	24- 25سنة	220	2.55	0.14
البعد الاجتماعي	18-19 سنة	380	1.50	0.13
	20-21سنة	440	1.48	0.16
	22 -23سنة	460	1.38	0.10
	24- 25سنة	220	1,75	0.20
البعد الصحي	18-19 سنة	380	1.52	0.21
	20-21سنة	440	1.07	0.23
	22 -23سنة	460	1,43	0.40
	24- 25سنة	220	2.00	0.15
الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت	18-19 سنة	380	2.04	0.16
	20-21سنة	440	1.65	0,20
	22 -23سنة	460	1.68	0.26

	24- 25سنة	220	2.13	0.18

يتضح من الجدول رقم (12) وجود اختلاف في متوسطات درجة إدمان الإنترنت من وجهة نظر طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير السن على اختلاف أعمارهن، ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One - Way Analysis of Variance) كما هو وارد في الجدول رقم (13).

الجدول (13)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي تبعا لمتغير السن

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
البعد السلوكي	بين المجموعات	23,945	3	7.982	2032.727	**0,000
	داخل المجموعات	5,874	1496	0,004		
	المجموع	29,819	1499			
البعد النفسي	بين المجموعات	255,246	3	85.082	2301.051	**0,000
	داخل المجموعات	55.315	1496	0,037		
	المجموع	310,561	1499			
البعد الاجتماعي	بين المجموعات	20.025	3	6.675	1554.943	**0,000
	داخل المجموعات	6.422	1496	0,004		
	المجموع	26.447	1499			
البعد الصحي	بين المجموعات	130.786	3	43.595	582.579	**0,000
	داخل المجموعات	111.948	1496	0,075		
	المجموع	242.733	1499			
الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت	بين المجموعات	62.907	3	20.969	3049.637	**0,000
	داخل المجموعات	10.286	1496	0,007		
	المجموع	73.194	1499			

يتضح من الجدول رقم (13) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير السن على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الاخرى، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية (3049.637) عند مستوى دلالة (0.000)، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثتان باستخدام اختبار توكي(Tukey) وتظهر نتائج هذا الاختبار في الجدول رقم(14).

الجدول (14)

نتائج اختبار توكي(Tukey) لمعرفة اتجاه الدلالة تبعا لمتغير السن

المتغير	السن	19-18 سنة	19-18 سنة	19-18 سنة	19-18 سنة
البعد السلوكي	19-18 سنة		0.28553*	0.30618*	0.16053*
	20-21سنة			0.02065	-0.12500*
	22 -23سنة				-0.14565*
	24- 25سنة				
البعد النفسي	19-18 سنة		0.89635*	0.81496*	0.03828
	20-21سنة			-0.07869	-0.85537*
	22 -23سنة				-0.77668*
	24- 25سنة				
البعد الاجتماعي	19-18 سنة		0.01734*	0.11814*	-0.24781*
	20-21سنة			0.10079*	-0.26515*
	22 -23سنة				-0.36594*
	24- 25سنة				
البعد الصحي	19-18 سنة		0.44833*	0.08627	-0.47859*
	20-21سنة			- 0.36206	-0.92727*
	22 -23سنة				-0.56522*
	24- 25سنة				
الدرجة الكلية لإدمان الإنترنت	19-18 سنة		0.39829*	0.36514*	-0.08795*
	20-21سنة			-0.03315	-0.48624*
	22 -23سنة				-0.45309*
	24- 25سنة				

يتضح من الجدول رقم(14) أن الفروق كانت دالة لصالح المتوسطات الحسابية الأعلى، حيث تشير المقارنات البعدية للفروق في إدمان الإنترنت لدى الطالبات تبعا لمتغير السن أن الفروق كانت على الدرجة الكلية والأبعاد الأخرى لصالح الطالبات اللواتي تتراوح أعمارهن (من 18 الى 19 سنة، ومن 24 إلى 25 سنة) وذلك كما هو واضح في الجدول السابق. وبناء على ذلك فإن الإجابة على التساؤل الثاني هي (نعم) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير السن.

نتائج الفرض الثالث: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α ≤0.05) في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص الدراسي" للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم اختبار ت (t-test)، كما هو واضح في الجدول رقم (15).

الجدول (15)

نتائج اختبار ت(t-test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية لإدمان الإنترنت تبعا لمتغير التخصص

المتغير	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
البعد السلوكي	علوم إنسانية	910	2.08	0.17	-36.609	1498	**0,000

	علوم تطبيقية	590	2.28	0.14			
البعد النفسي	علوم إنسانية	910	1.87	0.31	-25.383	1498	**0,000
	علوم تطبيقية	590	2.38	0.47			
البعد الاجتماعي	علوم إنسانية	910	1.50	0.14	2.669	1498	**0,000
	علوم تطبيقية	590	1.49	0.13			
البعد الصحي	علوم إنسانية	910	1.30	0.43	-18.006	1498	**0,000
	علوم تطبيقية	590	1.64	0.24			
الدرجة الكلية إدمان الإنترنت	علوم إنسانية	910	1.73	0.18	-24.218	1498	**0,000
	علوم تطبيقية	590	1.97	0.20			

يتبين من الجدول رقم (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الأخرى لصالح طالبات الكليات العلمية، باستثناء البعد الاجتماعي، فقد بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية لطالبات التخصصات الإنسانية (1.73) وكان لدى الطالبات المتخصصات في العلوم التطبيقية (1.97)، كما تبين أن قيمة (ت) المحسوبة على الدرجة الكلية (24.218-)، عند مستوى دلالة (0.000)، وتبعا لوجود فروق على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الاخرى فإن الإجابة على السؤال الثالث هي (نعم) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

نتائج الفرض الرابع: " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن"

للتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثتين معامل الإرتباط بيرسون(Pearson Correlation) للعلاقة بين إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق وذلك كما هو واضح في الجدول(16).

الجدول (16)

نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين إدمان الإنترنت وبين والقلق والوحدة النفسية

المتغيرات		السلوكى	النفسى	الإجتماعى	الصحى	إدمان الإنترنت	القلق	الوحدة
البعد السلوكى	معامل الارتباط		**0,872	**0,225	**0,503	**0,851	**0,470	**0,239
	مستوى الدلالة		0,000	0,006	0,000	0,000	0,000	0,003
البعد النفسى	معامل الارتباط			** 0,516	**0,575	**0,978	**0,667	**0,331
	مستوى الدلالة			0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
البعد الإجتماعى	معامل الارتباط				**0,133	**0,567	**0,933	**0,269
	مستوى الدلالة				0,105	0,000	0,000	001،0
البعد الصحى	معامل الارتباط					**0,692	**0,104	**0,115
	مستوى الدلالة					0,000	**0,205	**0,162
الدرجة الكلية إدمان الإنترنت	معامل الارتباط						**0,679	**0,316
	مستوى الدلالة						0,000	0,000
القلق	معامل الارتباط							**0,283

	مستوى الدلالة							0,000
الوحدة النفسية	معامل الارتباط							
	مستوى الدلالة							

* دالة إحصائيا عند مستوى (α ≤0.05). ** دالة إحصائيا عند مستوى (α ≤0.01).

يتضح من جدول رقم (16) وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية عند المستوى(α ≤0.05) بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين والقلق والوحدة النفسية على الدرجة وباقي الأبعاد الأخرى لإدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن باستثناء بعض أبعاد إدمان الإنترنت حيث تبين أنه لا توجد علاقة بين البعد الإجتماعي والبعد الصحي، وكذلك بين البعد الصحي وبين القلق والوحدة النفسية.

مناقشة وتفسير النتائج:

تفسير نتائج الفرض الأول: يتضح من النتيجة الأولى للدراسة أن درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات الجامعة هي درجة متوسطة، وهذا يتفق مع دراسة (شاهين، 2013م) التي كان الهدف منها فحص العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين وأظهرت نتائجها أن درجة إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة في فلسطين متوسطة، وكذلك دراسة تم إجرائها في الأردن وكان الهدف منها قياس مدى إنتشار إدمان الإنترنت وارتباطه بالشدة النفسية واستراتيجيات المواجهة بين طلاب الجامعات، وقد توصلت نتائجها إلى أن ما نسبته 40٪ من طلاب الجامعات في الإردن يعانون من درجة متوسطة في إدمان الإنترنت (AL-Gamal et al,2015). وتتسق كذلك نتيجة الدارسة مع نتائج دراسة (معيجل، 2011) والتي تم تطبيقها على طلبة الجامعة في بغداد والتي أظهرت نتائجها أن مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة هو مستوى متوسط وتتوافق الدراسة أيضاً مع دراسة (الفضل، 2016م) والتي كان الهدف منها الوقوف على واقع استخدام الإنترنت لدى طلاب جامعة بحري في السودان، وقد اتضح من نتائجها أن ما نسبته 45.2% من طلاب الجامعة مدمنين للإنترنت.

وتتفق هذه النتائج مع التقارير العالمية التي تشير إلى الزيادة الملحوظة والنمو السريع لاستخدام الإنترنت وأن هناك شخص من بين كل 200 من مستخدمي الإنترنت تظهر عليه أعراض الإدمان، بل إن هناك أشخاص يقضون 38 ساعة أو أكثر أسبوعيًا على الإنترنت دون عمل يدعو لذلك، كما اتضح أيضا من نتائج الدراسات أن طلبة الجامعة هم أكثر الفئات عرضة لخطر الإدمان على الإنترنت وذلك بسبب سهولة الحصول عليه (القرني، 2013م)، بالنظر إلى ما توفره الجامعة من فرص لاستخدام الإنترنت بهدف البحث العلمي وجمع المعلومات من قواعد البيانات المتنوعة، فيقعون الطلاب فريسة لفضول التوسع في استخدام الإنترنت لفترات أطول وأهداف أكثر، كبناء العلاقات الاجتماعية عبر وسائل التواصل الاجتماعي المتعددة، والتعرف على أحدث الأخبار والمستجدات أو ممارسة الألعاب الإلكترونية والتنافس فيها إضافة لغيرها من الكثير من الأمور المختلفة التي يوفرها الإنترنت.

وفيما يتعلق بنتيجة أن الوحدة النفسية لدى الطالبات جاءت بدرجة متوسطة، فهي تتفق مع نتيجة دراسة والتي أثبتت أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين جاء بدرجة متوسطة، وقد اتضح من خلال الدراسة أن بعض الطالبات قد يعانين من ضعف في المهارات الاجتماعية مما يؤثر في تواصلهم مع الآخرين، الأمر الذي يؤدي لانعزالهم وشعورهم بالوحدة النفسية، وكما يظهر لنا ارتباط نتيجة السؤال الرابع مع نتيجة السؤال الأول مما ينبئ بالعلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية، فافتقاد الطالبة للمهارات الاجتماعية اللازمة لتكوين علاقات اجتماعية مشبعة، قد يشعرها بالغربة والعزلة عن الآخرين، وهذا بدوره قد يؤدي إلى إدمان الإنترنت (شاهين، 2013م)، وهذا يتفق مع نتيجة دراسة (Ozgur, Demiralay,and Demiralay, 2014)التي كشفت نتائجها أن الوحدة النفسية قد تكون منبئ لإدمان الإنترنت، ودراسة (ابريعم، 2014) والتي ظهر من نتائجها أنه كلما زاد الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة زاد إدمانهم للإنترنت.

وفيما يتعلق بنتيجة الدراسات التي أعدها (Turi et al.,2015; Ostovar et al.,2016) والتي تشير إلى أن القلق لدى طالبات الجامعة جاء بدرجة متوسطة، فهي تتسق مع النتيجة السابقة، وهذا يدل على أن القلق والوحدة النفسية كلاهما يشتركان في أنهما من الخبرات الوجدانية الإنفعالية السلبية التي تشير إلى وجود اختلال في الإتزان الإنفعالي، ومن الممكن اعتبارهما كمنبئات بإدمان الإنترنت.

تفسير نتائج الفرض الثاني : والتي كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير السن وقد كانت هذه الفروق دالة لصالح الطالبات اللواتي تتراوح أعمارهن ما بين (18 إلى 19 سنة، 24 إلى 25 سنة) وتفسر الباحثتان ذلك بأن الطالبات الأصغر سناً من 18 إلى 19 سنة مازالوا في مرحلة المراهقة والتي يعاني فيها المراهقون من الفراغ وعدم وجود أنشطة متنوعة لشغل هذا الفراغ، كما أن الانتقال من المرحلة المتوسطة للمرحلة الجامعية يؤدي في الكثير من الأحيان لفقدان العديد من العلاقات ومن الأصدقاء نتيجة لتغير المرحلة الدراسية، وأن العديد من الأصدقاء قد يلتحقون بكليات أو تخصصات مختلفة مما يخلق أحيانا عدد من المشاكل النفسية لدى الطلاب الذين قد يحاولون تجاوزها ومعالجتها عن طريق الاستغراق في استخدام الإنترنت، وهذا يتفق تماماً مع دراسة (Ozgur, Demiralay,and Demiralay, 2014) والتي أبانت نتائجها أن مشكلة إدمان الإنترنت لدى المراهقين من طلاب الجامعات والذين تتراوح أعمارهم بين (16 – 24 سنة) هي مشكلة مشتركة بين مختلف الثقافات، فمن ناحية يمكن للطالب الجامعي الوصول بسهولة إلى الإنترنت سواء في أثناء المحاضرات أو في أوقات فراغه، ومن ناحية أخرى معظم المراهقين يناضلون ضد الصعوبات والمشاكل سواءً النفسية أو الاجتماعية أو البيئية. وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتيجة دراسة (عبدالله، 2015) والتي أثبتت وجود فروق دالة إحصائياً في إدمان الإنترنت لصالح المراهقين. وبالنسبة لما أثبتته الدراسة الحالية من وجود فروق دالة إحصائياً لصالح الطالبات الأكبر سناً من 24 إلى 25 سنة فهي نتيجة تتعارض مع ما توصل إليه دراسة (Cagir,2010) حيث قارن بين إدمان استخدام الإنترنت بين طلاب المدارس الثانوية وطلاب الجامعات، وخلص إلى أن الطلاب الذين تتراوح أعمارهم بين 18– 23 سنة لديهم مستويات أعلى في إدمان استخدام الإنترنت، مقارنة مع الطلاب الذين تزيد أعمارهم عن 23 سنة، حيث وجد أن الطلاب الذين تزيد أعمارهم عن 23 سنة يستخدمون الإنترنت بصورة أكثر وعياً وعلى نحو هادف (Ozgur, Demiralay,and Demiralay, 2014).

ولكن يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الظروف التي تعيشها الطالبة في هذه المرحلة العمرية، فغالباً الطالبات في هذا العمر أنهين جميع متطلبات الدراسة باستثناء مقرر واحد أو أثنين مما يتيح لهن الكثير من الوقت لاستخدام الإنترنت.

تفسير نتائج الفرض الثالث : والتي كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات درجة إدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تعزى لمتغير التخصص على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الأخرى لصالح الطالبات المتخصصات في الكليات العلمية باستثناء البعد الاجتماعي، وهذه النتيجة تدعمها نتيجة دراسة (أبو جدي، 2004م) والتي أظهرت نتائجها وجود مستوى أعلى من إدمان الإنترنت لدى طلاب الكليات العلمية، وتتفق مع دراسة (Ataee et al.2014) والتي أظهرت أن 40% من طلاب الجامعة المتخصصين في العلوم الطبية يوجد لديهم ارتفاع في مستوى إدمان استخدام الإنترنت. ويمكن فهم هذه النتيجة في ضوء طبيعة دراسة الكليات العلمية والتي يحدث فيها باستمرار تطور سريع وملموس، كما أن طالبات الكليات العلمية في حاجة دائمة لمتابعة كل جديد في النظريات الحديثة، إضافة أن لديهن الكثير من المشاريع العملية والتي تحتاج إلى استخدام أجهزة الحاسوب والوصول للإنترنت، إضافة لتمتع طالبات الكليات العلمية غالباً بمهارات متقدمة في استخدام الحاسب والإنترنت مما يهيئ المجال لهن للدخول في تحديات تثير دوافعهن لاستخدام الإنترنت لفترات أكثر وأطول.

تفسير نتائج الفرض الرابع : والتي كشفت عن وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية عند المستوى($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين الوحدة النفسية والقلق على الدرجة الكلية وباقي الأبعاد الاخرى لإدمان الإنترنت لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، نجد أن النتيجة السابقة للدراسة الحالية تتفق مع نتيجة دراسة كلا من (أبو القرارعة، 2014م)، ودراسة (Ostovar et al.,2016) والتي كشفت عن وجود علاقة إيجابية دالة بين كلاً من إدمان الإنترنت والوحدة النفسية والقلق، وكذلك دراسة (سامية محمد، 2014م) التي أكدت على أن الاستخدام المفرط للإنترنت يرتبط مع العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية لدى المراهقين والشباب خاصة من طلاب وطالبات الجامعة، مثل القلق والوحدة النفسية.

وأخيرا وفي ضوء إجراءات الدراسة الحالية وما توصلت اليه الباحثتان من نتائج وما قدمته من تفسيرات فإنهما توصيان بضرورة توسيع الخدمات الإرشادية لتشمل جميع طالبات الجامعة لزيادة التوعية بأهمية الانترنت واستخدامه ضمن ضوابط ومعايير تهدف إلى خدمة الطالبات والمجتمع والتوعية لأضرار الاستخدام المفرط للإنترنت ومتابعة الصحة النفسية لهن، والطالبات الذين يثبت معاناتهم من اضطرابات نفسية سببها الاستخدام المفرط للإنترنت، فطالبات الجامعة أحد أهم المقومات الأساسية في المجتمع وهن اللبنة الأساسية التي يرتكز عليها أساس المجتمع.

قائمة المراجع

ابريعم، سامية. (2014). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلبة جامعة أم البواقي في الجزائر، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، 28، (10)، 2309-2340.

ابريعم، سامية. (2015)، العلاقة بين إدمان الإنترنت والشعور بالاغتراب النفسي: دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم البواقي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية)، جامعة بسكرة بالجزائر، (15)، 215-240.

ابن عتو، عدة. (2014). بعد الانبساط وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة العاملة، عالم التربية، 15، (47)، 329-357.

أبوجدي، أمجد أحمد. (2004). أثر القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة وكشف الذات في إدمان الإنترنت، رسالة دكتوراه منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

أحمد ، بشرى اسماعيل (2006). إدمان الإنترنتت وعلاقته بكل من أبعاد الشخصية وا لاضطرابات النفسية لدى المراهقين. مجلة كلية التربية بالزقازيق ،مصر، (55)، 33-96.

الحميدات، روضة سليمان. (2007)، بناء وتقنين مقياس مهارات الاتصال لدى طلبة الجامعات الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، مؤتة، الأردن، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد العشرين، العدد الأول.

الخادمي، نور الدين مختار (2006)، الإنترنت ومقاصد الشريعة وقواعدها، مكتبة الرشد، الرياض، السعودية، الطبعة الأولى، ص 71.

الخواجة، عبد الفتاح. (2017)، فاعلية العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي في خفض مستوى إدمان الإنترنت وتحسين الكفاءة العامة لدى الطلبة بجامعة السلطان قابوس، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 5، (17)، 227-240.

الطراونة، نايف سالم؛ الفنيخ، لمياء سليمان. (2014)، استخدام (الانترنت) وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي والتكيف الاجتماعي والاكتئاب ومهارات الاتصال لدى طلبة (جامعة القصيم)، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد العشرين، العدد الأول، الصفحات: 283 -331.

العمري، علي حنفان (2008)، إدمان الإنترنت وبعض آثاره النفسية والاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة محايل التعليمية، رسالة ماجستير، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة الملك خالد.

الفضل، محمد إبراهيم. (2016). الإنترنت: واقع الاستخدام والوقاية من الآثار، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، 2، (7)، 148-159.

الفنتوخ، عبد القادر (2001)، الإنترنت للمستخدم العربي، مكتبة العبيكان، الرياض، السعودية، الطبعة الثانية، ص102.

القرارعة، شذى جميل. (2014). علاقة الإدمان على الإنترنت في القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وكشف الذات لدى عينة من طلبة جامعة مؤتة، رسالة ماجستير منشورة، جامعة مؤتة، الأردن.

القرني، محمد. (2011)، إدمان الإنترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز، مجلة كلية التربية، العدد 3، ص. ص 100-137.

الموسوي، حسن. الموزري، ناصر. الطشة، فهد. المغربي، محمد(2013). إدمان استخدام الإنترنت وعلاقته ببعض أنواع الاضطرابات النفسية لعينة من الطلبة الجامعيين بدولة الكويت، مجلة الإرشاد النفسي، 1، (35)، 123-216.

رابح، أنس الطيب الحسين. (2011). إدمان الإنترنت عند طلاب بعض الجامعات بولاية الخرطوم، مجلة دراسات نفسية (مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية)، (6)،75-92.

سليمة، حمودة. (2015). الإدمان على الإنترنت اضطراب العصر. مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية، (21)، 213-224.

شاهين، محمد أحمد. (2013). إدمان الإنترنت وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة في فلسطين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (36)، 139-162.

عامر، عبد الناصر السيد. (2011). إدمان الإنترنت المصداقية والتمايز العاملي والنسبة بين طلبة المراحل التعليمية المختلفة في المجتمع المصري، مجلة كلية التربية، 22، (85)، 97-147.

عبد الرحمن، إخلاص محمد. (2015). القلق النفسي لدى مرضى الفشل الكلوي، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، (12)، 115-126.

عبد الله، محمد قاسم. (2015). إدمان الإنترنت وعلاقته بسمات الشخصية المرضية لدى المراهقين والأطفال دراسة ميدانية بحلب، مجلة الطفولة العربية، 16، (64)، 9 -31.

عزب، حسام الدين محمود. (2016). الخصائص السيكومترية لمقياس إدمان الإنترنت، مجلة الإرشاد النفسي، (45)45، 333-362.

غالمي، عديلة. (2016). الإدمان على الإنترنت ودوره في بروز بعض المشكلات الاجتماعية، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، (20)، 220-209.

ماضي، مروة، إبراهيم، الششتاوي. (2014): استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وبعض القيم لدى طلاب الجامعة (رسالة ماجيستير غير منشورة بكلية التربية)، جامعة المنصورة.

محمد، سامية. (2014). استخدام الإنترنت القهري/ إدمان الإنترنت لدى المراهقين والشباب، مجلة الإرشاد النفسي، (38) 456 _499.

معيجل، سهام مطشر. (2011). الإدمان على الإنترنت وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية، (4)، 337–359.

يعقوب، حيدر مزهر. (2014). الإدمان على الإنترنت لدى الفئات العمرية (13–17) و(19–22) سنة، مجلة الآداب، (109)، 641–670.

Al-Gamal, Ekhlas; Alzayyat, Abdulkarim & Ahmad, Muayyad M.(January 2016). Prevalence of Internet Addiction and Its Association With Psychological Distress and Coping Strategies Among University Students in Jordan. Perspectives in Psychiatric Care,52(1), 49–61.

Amir, Seifi; Mohsen, Ayati & Mojtaba, Fadaei.(December 2014). The Study of the Relationship between Internet Addiction and Anxiety and Stress among Students of Islamic Azad University of Birjand. International Journal of Economy, Management and Social Sciences,3(12), 28-32. www.tijournals.com

Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students, An exploratory study, Journal of Psychology.

Ataee, M., Ahmadi Jouybari, T., Emdadi, S., Hatamzadeh, N., Mahboubi, M., & Aghaei, A. (2014). Prevalence of Internet addiction and its associated factors in Hamadan University of medical college students. Life Science Journal, 11(4s), 214–217.

Athanasiades, C., Kamariotis, H., Psalti, A., Baldry, A. C., & Sorrenino, A. (2015). Internet use and cyberbullying among adolecen students in Greece: the "Tabby" project. Hellenic Journal of Psychology, 12, 14-39.

Azher, M; Khan RB; Salim. M; Hussain A & Haseeb M (2014). The Relationship between Internet Addiction and Anxiety among Students of University of Sargodha. International Journal of Humanities and Social Science, 4(1), 288-293.

Bozoglan, Bahadir; Demirer, Veysel & Sahin, Ismail. (August 2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. Scandinavian Journal of Psychology 54(4), 313–319.

Caplan, S. (2002): Problematic internet use and psychosocial well - being, development of a theory - based cognitive behavioral, Computers in Human Behavior, 18, 552- 575.

Çardak, Mehmet.(July 2013).Psychological Well-Being and Internet Addiction Among طلاب الجامعةUniversity Students. TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology,12(3),134-141.

Chak, K. & Leung, L. (2004): Shyness and Locus of control as predictors of internet addiction and internet use, Cyperpsychology & Behaviour, Vol. 7, No. 5, PP. 559-570.

Chang,F., Chiu, C., Miao, N. Chen, P., Lee, C., Chiang, J., & Pan, Y. (2015). The relationship between parental and mediation and Internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression, Comprehensive Psychiatry, 57, 21-28.

Demir, O. & Seferoglu, S. (2016). The investigation of the Relationship between Cyber Loafing, Internet Addiction, Information Literacy and Cyber Bulying, Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying http://www.eera-ecer.de/ecer.

Frangos, C., Frangos, C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic Internet use among Greek University students: An ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. CyberPsychology and Behavior, Vol (14),No (1–2), 51-58.

Hashemian, A., Direkvand-Moghadam, A., Delpisheh, A., & Direkvand-Moghadam, A., (2014). Prevalece of internet addiction among university students in Ilam: a cross-sectional study. International Journal of Epidemiologic Research, 1(1), 9-15.

http://www.citc.gov.sa/ar/reportsandstudies/studies/Documents/PublicIndividualReport2015V5_Ar.pdf.

Junghyun, Kim; Robert, LaRose; Wei, Peng.(2009). Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. Cyberbsychology&Behavior, Vol(12), No (4), 451-455.

Kircaburun, K. & Bastug, I. (2016). Predicting cyberbullying tendencies of adolocents with problematic internet use. International Journal of Social Science, 48, 385-396.

Korgen, K. and other, (2001). Internet use among college students: Are there differences by Race / Ethnicity? Journal of Sociology.

Kraut, R.; Patterson, J.; Lundmark, V; and Scherlis, W (1998): Interne Paradox: Asocial technology that reduces social involvement and psychological well-being, American Psychology, Vol., 539, PP.

Madell, D.E. & Muncer,S.J.(2007). Control over social interactions: an important reason for young people's use of the Internet and mobile phones for communication?,V.10, N.1,P.P.137-40.

Nalwa, K. & Anand, A. (2003): Internet addiction in students: A case of Concern.

Nartgun, S., & Cicioglu, M. (2015). Problematic Internet Use and Cyber Bullying in Vocational School Students. International Online Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry 45(1), 69-67.

Okwaraji, F., Aguwa, E., Onyebueke, G., Arinze-Onyia, S., & Shiweobi-Eze, C. (2015). Gender, Age and Class in School Differences in Internet Addiction and Psychological Distress in Internet Addiction and Psychological Distress among Adolescents in a Nigerian Urban City. International Neuropsychiatric Disease Journal, 4(3), 123-131

Ostovar, Shahla; Allahyar, Negah; Aminpoor, Hassan; Moafian, Fatemeh& Griffiths, Mark D.(2016). Internet Addiction and its Psychosocial Risks (Depression, Anxiety, Stress and Loneliness) among Iranian Adolescents and Young Adults: A Structural Equation Model in a Cross-Sectional Study. International Journal of Mental Health and Addiction. Vol(14), No (3), 257-267.

Ozgur,Hasan; Demiralay, Tülay& Demiralay, Ilkay.(April 2014). Exploration of Problematic Internet Use And Loneliness Among Distance Education Students. Turkish Online Journal of Distance Education,15(2),75-90.

Petrie, H., & Gunn, D. (1998, December). Internet "addiction":The effects of sex, age, depression, and introversion. Paper presented at the British Psychological, Society London Conference; Dec 15-16.

Row, M(2000). Internet use Stunts Social Growth. The Stanford Daily. Availabe on: http://www.studentadvantage.com

Saleem, Muhammad; Tufail, Muhammad Waseem; Khan, Rahmattullah & Ismail, Rozmi.(Mar/Apr 2015). Internet Addiction: It's Relation with Loneliness Among Undergraduate Students of South-Punjab, Pakistan. Science International Lahore, 27(2),1469-1479.

Shapira, N.A; Gold Smith, TD; and Keck, P.E (1998): Psychiatric evaluation of individuals with problem use of the internet, NR 157, presented at the 151st Annual Meeting of the American Psychiatric Association, Tonto June, 1

Turi, Amir; Miri, Mohammadreza; Beheshti, Davoud; Yari, Elahe; Khodabakhshi, Horei; Sarab, Anani.(2015). Prevalence of Internet Addiction and its relationship with anxiety ،stress ،and depression in intermediate students in Birjand.International Journal of Economy, Management and Social Sciences,Vol(3), No (12), 28-32

Wang, Ligang ؛Luo, Jing ؛Bai, Yu؛Kong, Jie ؛Gao, Wenbin ؛Sun, Xinying.(2013). Internet addiction of adolescents in China: Prevalence, predictors, and association with well-being. Addiction Research & Theory, Vol(21), No (1), 62-69.

Young, K. & Rogers, (1998): Interne addiction the emergency of a new disorder. Cyperpsychology & behavior, Vol. 1, No. 3,PP. 237-244

Young, K. (1996). Internet can be as Addicting as Alcohol, drugs and gambling, online Available:. www.apa.org/releasse/internet.html.

Zhuang, Hanqi; Morgera, Salvatore D. (2007) . Development of an
Undergraduate Course--Internet-Based Instrumentation and
Control)Computers & Education, V.49 ,N. 2 ,P.P.330-344 Sep