ISSN 3135-4564 تصدر عن الجمعية الليبية للعلوم التربوية والإنسانية
https://alqurtas.alandalus-libya.org.ly/ojs/index.php/qjhar/index مجلة علمية محكمة نصف سنوية

إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفـــرن

سالم الطاهـــر امحمد الحفيان*
قسم :رياض الأطفال ، كلية التربية يفرن ، جامعة الزنتان ، ليبيا
salim.alhifayyan@uoz.edu.ly :
0009-0006-1459-7874
تاريخ الارسال 2026/6/1م تاريخ القبول 2026/7/28م

Internet Addiction and Its Relationship to Psychological Loneliness among Students of the Faculty of Education in Yefren

Author: Salem Al-Taher Emhamed Al-Hafian
Department: Kindergarten Department
Faculty of Education, Yefren
University of Zintan, Libya

Abstract

The world has witnessed rapid advancements in communication technology, making the internet integral to daily life, especially for university students who rely on it for study, social interaction, and entertainment. Despite its many benefits, excessive use can lead to internet addiction, a compulsive behavior pattern negatively affecting academic, social, and psychological well-being. University years are particularly vulnerable, as students face heightened psychological pressures, including feelings of loneliness—a painful experience of isolation and emotional emptiness even in the presence of others. Research indicates a correlational relationship between internet addiction and psychological loneliness, as students may turn to the internet to compensate for lacking real-life social connections, which in turn exacerbates isolation and dependency. This study aims to investigate the relationship between internet addiction and psychological loneliness among students at the Faculty of Education in Yefren. Its objectives include measuring the prevalence of both variables, identifying differences based on

حقوق النشر © للمؤلف/للمؤلفين2026. ينشر هذا البحث بموجب رخصة المشاع الإبداعي Creative Commons (CC BY-NC 4.0)

gender and specialization, and exploring the statistical correlations between them. The research's significance lies in contributing to academic literature, aiding universities in developing counseling programs, and providing data to support mental health policies. This research was conducted during the 2025-2026 academic year. academic year, focusing on a sample of students from the Faculty of Education in Yefren to answer its primary and secondary research questions.

الملخـــــــــص:

شـــهد العالم تطـــورًا متسارعًا في تقنيات الاتصـــال، مما جعل الإنترنت جُـزءًا أساسيًا من حياة الشباب وطلبة الجامعات. ورغم فوائده المتعددة، قد يؤدي الإفراط في استخدامه إلى إدمان الإنترنت، وهو نمط سلوكي قهري يؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي والاجتماعي والنفسي. وتُعد مرحلة الدراسة الجامعية حساسة، إذ تزداد فيها الضغوط والاضطرابات النفسية كالوحدة النفسية، وهي شعور مؤلم بالعزلة والفراغ العاطفي. تشير الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية، حيث قد يلجأ الطلبة للإنترنت تعويضًا عن نقص العلاقات الواقعية، مما يزيد العزلة. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن، من خلال تحديد مستواهما، والكشف عن الفروق تبعًا لمتغيري النوع والتخصص. تكمن أهمية البحث في إثراء الأدبيات العلمية ومساعدة الجامعات في تطوير برامج إرشادية وتوعوية للحد من الآثار السلبية، وتعزيز الصحة النفسية، وتقديم بيانات موثقة لصانعي القرار. تم إجراء هذا البحث خلال العام الجامعي 2025-2026 على عينة من طلبة كلية التربية يفرن، للإجابة عن تساؤلاته الرئيسة والفرعية حول طبيعة هذه العلاقة.

الكلمات المفتاحيـــة : إدمان الانترنت ، الوحدة النفسية ، طلبة كلية التربية .

المقدمـــــة :

شهد العالم في العقود الأخـــيرة تطورًا متسارعاً في تقنيات الاتصال والمعلومات، مما جعل الإنترنت جزءاً أساسياً من الحياة اليومية، خاصة لدى فئة الشباب وطلبة الجامعات الذين يعتمدون عليه في الدراسة، والتواصل الاجتماعي، والترفيه، والحصول على المعلومات. وعلى الرغم من الجوانب الإيجابية العديدة التي يوفرها الإنترنت، إلا أن الإفراط في استخدامه قد يؤدي إلى ظهور أنماط سلوكية غير صحية، من أبرزها إدمان الإنترنت، وهو نمط يتمثل في الاستخدام القهري والمفرط وغير المنضبط، الذي يؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي والاجتماعي والنفسي للفرد.

وتُعد مرحلة الدراسة الجامعية من المراحل الحساسة في حياة الشباب، إذ يمرّ الطالب فيها بتغيرات نفسية واجتماعية متعددة، تجعلهم أكثر عرضة للشعور بالضغوط والاضطرابات النفسية المختلفة. ومن بين هذه الاضطرابات الوحدة النفسية، التي تُعتبر تجربة ذاتية مؤلمة ناتجة عن ضعف الروابط الاجتماعية أو عدم الرضا عنها، وتتمثل في الشعور بالعزلة والفراغ العاطفي حتى في وجود الآخرين.

وتشـــير العديد من الدراسات الحديثة إلى وجود علاقة محتملة بين إدمان الإنترنت وارتفاع مستويات الوحدة النفسية، كدراسة (محمد عبد المنعم ، 2018) والتي هدفت إلى معرفة أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب جامعة الملك فيصل وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي لطلبة جامعة الملك فيصل كان مرتفعاً ، ودراسة (Lara Youssef & et al 2020) والتي سعت لمعرفة اضطرابات استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية دراسة مقطعية بين البالغين اللبنانيين حيث أوضحت النتائج الى وجود علاقة بين ارتفاع الشعور بالوحدة وكل من ارتفاع الشعور بالاكتئاب والتوتر والقلق والأرق واضطراب استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بشكل عام. وشددت النتائج على وجود علاقة ارتباطية بين الاستخدام المضطرب لشبكات التواصل والشعور بالوحدة وأمراض الصحة النفسية.

الأمر الذي قد يجعل بعض الطلبة يلجأ الى الإنترنت كوسيلة للتعويض عن نقص العلاقات الاجتماعية الواقعية، مما يعزز الاعتماد عليه ويدفعهم نحو مزيد من الانعزال. وفي المقابل، قد يؤدي إدمان الإنترنت نفسه إلى إضعاف التواصل الاجتماعي المباشر، وبالتالي زيادة الشعور بالوحدة، مما قد يجعل العلاقة بين المتغيرين علاقة متبادلة ومعقدة ، وعليه تبرز أهمية دراسة هذا الموضوع بهدف تشخيص ومعرفة مدى دلالة العلاقة الارتباطية بين متغيري إدمان الأنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن .

مشكلة البحث وتساؤلاته :

يمثل إدمان الانترنت مشكلة واضحة بين جميع شـــرائح المجتمع بما فيهم طلبة الجامعة ، إذ يمكن أن يؤدي الإفراط في استخدامه إلى اضطرابات عديدة كالتراجع في التفاعل الاجتماعي الواقعي والشعور بالانعزال والوحدة النفسية ، وقد تتفاقم هذه المشكلة بسبب الضغوط النفسية اليومية والتحديات الاكاديمية والمجتمعية التي يواجهها الطلبة مما يجعل الانترنت ملاذاً للهروب من الواقع ، ولكنه في الوقت نفسه

قد يزيد من مشاعر العزلة والوحدة النفسية لديهم ، فأغلب الطلبة المدمنين على الانترنت تتأثر لديهم مهارات التواصل الاجتماعي ويتولد لديهم شعور بالوحدة النفسية تدريجياً وان هذا الشعورقد يمنعهم من التفاعل مع الآخرين بطريقة ايجابية فعالة، حيث تزداد نسبة انتشار هذه الظاهرة يوماً بعد يوم وتزداد آثارها السلبية خاصة بين طلبة الجامعة ، وهذا ما أكدته دراسة (صبا منير ، 2018) والتي تناولت إدمان الإنترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة ، وتوصلت النتائج على أن إدمان الانترنت لدي طلبة الجامعات في قطاع غزة بلغ (58.48%) كما أن مستوى الاكتئاب لديهم (28.56%) ومستوى الوحدة النفسية (54.60%).

الأمر الذي يجعل البعض منهم يقع في متاهات لا نهاية لها وبذلك يسيئون استخدامه ويفرطون في الاعتماد شبه تام ويشعرون بالاشتياق الدائم له إذا حدث ما يمنعهم عنه ويحاولون تصفية كل التزاماتهم وعلاقاتهم الاجتماعية مما قد يجعلهم فاقدين للاستقلالية ويصبحون رهينة أو أســـرى له بحكم أن الانترنت أصبح يتحكم في كل أنشطتهم الحياتية (بشرى أرنوط ، 2007 :256).

وفي هذا السياق أكدت دراسة (نرمين خضر،2009 :23) أن الآثار النفسية السلبية للأنترنت أكثر من الإيجابية وتتمثل السلبية في إصابة الشباب بالقلق وعدم التركيز وأحياناً بالاكتئاب وتراجع العلاقات الاجتماعية الصحية القائمة على التفاعل وجهاً لوجه والشعور بالوحدة النفسية.

وبناءً عليه تم تحديد مشكلة البحث في التساؤل الرئيس الآتي:

ـ ما علاقة إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن ؟

وينبثق عن هذا التساؤل الرئيس التســـاؤلات الفرعية الآتية :

1ـ ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية يفرن ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة تبعًا لمتغيرات (النوع ، التخصص)؟

3ـ ما مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية يفرن ؟

4ـ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة تبعًا لمتغيرات (النوع ، التخصص)؟

5 ــ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متغيري إدمان الأنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن ؟

أهداف البحث:

الهدف الرئيس:

1ـ التعرف على العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن.

الأهداف الفرعية:

2 ـ التعرف على مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن .

3 ـ الكشف عن دلالة الفروق في مستوى إدمان الإنترنت تبعًا لمتغيرات (النوع، التخصص).

4 ــ قياس مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن .

5 ـ التعرف إلى الفروق في مستوى الوحدة النفسية تبعًا لمتغيرات (النوع، التخصص).

6 ــ كشف الفروق الإحصائية بين متغيري إدمان الأنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن ؟

أهمية البحث:

تنبثــق أهمية البحث من تزايد الاعتماد على الإنترنت بين طلبة الجامعات، وما قد يترتب على ذلك من آثار نفسية واجتماعية تستدعي الدراسة والتحليل، ويمكن تلخيص أهمية البحث من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتـــي :

1ـ الأهمية النظرية :

1ـ الإسهام في إثراء الأدبيات العلمية العربية المتعلقة بموضوع إدمان الإنترنت والوحدة النفسية، ووضع نتائج البحث ضمن السياق الأكاديمي داخل البيئة الجامعية العربية ومقارنة نتائجه مع نتائج الدراسات السابقة التي تناولت نفس الظاهرة مما يعزز من مصداقية البحث.

2ـ توفير إطار نظري متكامل يساعد الباحثين في فهم طبيعة العلاقة بين استخدام الإنترنت المفرط والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

3ـ إلقاء الضوء على بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بانتشار التكنولوجيا الرقمية داخل المجتمع الجامعي، وما قد ينتج عنها من سلوكيات قد تؤثر على التكيف النفسي والاجتماعي.

4 ـ استرعاء أنظار الشباب الجامعي إلى خطورة إدمان مواقع الأنترنت والأضرار والآثار السلبية المترتبة عن الإفراط في استخدامه في مجالات حياتهم المختلفة .

2 ـ الأهمية التطبيقية :

1ـ مساعدة الجامعات ومراكـز الإرشاد الطلابي في التعرف إلى مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة، مما يســـهم في تطوير برامج توعوية وإرشادية للحدّ من الاستخدام المفرط.

2ـ تحديد مؤشرات الوحدة النفسية بأبعادها المختلفة (الوحدة العاطفية ، الوحدة الاجتماعية ، الوحدة الأسرية) لدى الطلبة، الأمر الذي يمكن أن يساعد في تقديم الدعم النفسي المناسب ومعالجة حالات الانعزال الاجتماعي.

3ــ الاستفادة من نتائج البحث في إعداد حملات توعية وتدخلات علاجية تهدف إلى تعزيز العلاقات الاجتماعية الواقعية وتقليل الاعتماد غير الصحي على الإنترنت.

4ـ تزويد صانعي القرار التربوي ببيانات موثوقة تسهم في وضع سياسات وبرامج تعزز الصحة النفسية لدى الطلبة داخل الحرم الجامعي.

5ـ إمكانية استخدام نتائج هذا البحث كمرجع للذين يرغبون في إجراء دراسات مستقبلية عن الظواهر المختلفة المرتبطة بالتكنولوجيا والصحة النفسية والسلوك الاجتماعي.

حدود البحث :

يقتصر البحث على الحدود الآتية :

1ـ الحد الموضوعي : يقتصر البحث على دراسة إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن .

2 ــ الحد البشري: يستهدف البحث عينة من الطلبة المقيدين بكلية التربية بمدينة يفرن.

3 **ــ الحد المكانـــي** : يقتصر البحث على كلية التربية يفرن / جامعة الزنتان بالجبل الغربي.

4 ـ الحد الزماني: تم إجراء هذا البحث خلال العام الجامعي 2025 ــ 2026

تتحدد مصطلحات البحث في الآتي :

1 ــ إدمان الانترنت :

يُعرف بأنه : "إدمان الفرد الجلوس فترات أطول في تصفح الانترنت وعدم القدرة على تقليل تلك الفترة مما يفقده التفاعل الاجتماعي مع الآخرين المحيطين به ويعطل مصالحه الضرورية وواجباته "(إبراهيم الصباطي ، 2010 : 95).

ويُعرف إجرائياً : بأنه الاستخدام المفرط وغير المنضبط للأنترنت لدى أفراد عينة الدراسة من كلية التربية بمدينة يفرن والذي قد ينتج عنه انسحاب اجتماعي كبير يظهر على أغلبهم بصورة من سوء التوافق النفسي يستدعي إهمال المهام اليومية وعدم

الرغبة في التواصل مع الآخرين، مما قد يجعلهم يشعرون بالوحدة النفسية رغم وجودهم ضمن مجموعة ويعبر عنه بالدرجات التي سيحصلون عليها من خلال إجاباتهم عن المقياس المستخدم في البحث .

2 ــ الوحدة النفسية :

تُعرف بأنها : خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاده 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 (أمل الشهري ، ولاء العشري ، 2020 : 21)

وتُعرف إجرائياً : بأنها ما قد يشعر به أفراد العينة من طلبة كلية التربية يفرن من واقع مرير يصيبهم ويشعرهم بالحزن والتعاسة وبأنهم غير مقبولين وغير محبوبين من الآخرين مما يجعلهم يميلون إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي وينتج عنه عدم قدرتهم على التفاعل الاجتماعي الصحيح واللجوء إلى استخدام أي وسيلة تعوضهم النقص الذي يشعرون به ويعبر عنها بالدرجات التي سيحصلون عليها من خلال إجاباتهم عن الاستبيان المعد في هذا البحث.

طلبة المرحلة الجامعية: هي المرحلة المقابلة لمرحلة المراهقة المتأخرة وتعد أهم ركائز التعليم العالي ويلتحق بها الطلبة الذين تم تسجيلهم بمنظومة وزارة التعليم العالي للدراسة الجامعية بعد اجتيازهم لمرحلة التعليم الثانوي بشقيه العلمي والأدبي بكلية التربية يفرن جامعة الزنتان والتي تضم (13) قسم ومدتها (8) فصول دراسية .

الاطار النظـــري:

تم في هذا الجانب من البحث التطرق بشكل موجز إلى توضيح بعض المفاهيم ذات العلاقة بمتغيراته الرئيسية على النحو الآتي :

ازداد الاهتمام بدراسة إدمان الإنترنت كظاهرة انتشرت بين الأفراد في المجتمعات المختلفة وربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من آثار متعددة نفسية واجتماعية وصحية تؤثر على الأشخاص المستخدمين لهذه الشبكة فمع استمرار قضاء مستخدمي الإنترنت المزيد من الوقت على الخط المباشر من الطبيعي أنهم يخصصون وقتاً أقل للنشاطات الأخرى والأشخاص

الآخرين في حياتهم مع عدم إغفال الدور الكبير الذي تقوم به، حيث تنقل كميات هائلة من المعلومات بين أبناء الجنس البشري بسرعة مذهلة حيث جعلت العالم قرية كونية صغيرة يتفاعل أهلها مع بعضهم البعض.

أولاً ـ مفهوم إدمان الانترنت : عرفه الباحثون بعدة تعريفات وفيما يلي الإشارة إلى بعضاً منها :

عرفته (أمل الزيدي ، 2014 : 8) بأنه : الاستخدام المطول لشبكة الانترنيت لمدة ستة ساعات واكثر في اليوم وعدم قدرة الفرد الاستغناء عنه.

كما عرفه (محمد شاهين ،2015 : 370) بأنه : الاستخدام المكثف للإنترنت وعدم القدرة على التحكم في هذا الاستخدام الذي يؤدي الى مرض على حياة الافراد .

أسباب إدمان الإنترنت : تتعدد أسباب إدمان الأنترنت منها ما هو بسيط ويمكن التغلب عليه ومنها ما قد يكون حجرة عثر لحياة الفرد وتتنوع وفقاً لما أورده العديد من الباحثين مثل(يونغ ، 1998 : 815 ـ 816) ويمكن تلخيصها في النقاط الآتية :

1 ـ الملل والفراغ 2 ـ الوحدة 3 ـ القلق 4 ـ المشاكل الاقتصادية 5 ـ السرية 6 ـ الكآبة 7 ـ الراحة 8 ـ الهروب 9 ـ الاستياء من الشكل الخارجي 10 ـ المغريات الكثيرة حسب ميول الفرد .

أعراض إدمان الإنترنت : تعد أعراض إدمان الأنترنت من الأمور التي أصبحت جلية في مجتمعنا والتي تعبر عن ما يجوب داخل الفرد من ميول واتجاهات واهتمامه بما يحب ويمكن توضيحها على النحو التالي :

1 ـ زيادة عدد الساعات أمام الإنترنت بشكل مطرد وتتجاوز الفترات التي حددها الفرد لنفسه

2 ـ التوتر والقلق الشديدان في حال وجود أي عائق للاتصال بالأنترنت قد تصل إلى حد الاكتئاب إذا ما طالت فترة الابتعاد عن الدخول والإحساس بسعادة بالغة والراحة النفسية حين يرجع إلى استخدامه.

3 ـ إهمال الواجبات الاجتماعية والأسرية والوظيفية بسبب استعمال الانترنت

4 ـ التكلم عن الإنترنت في الحياة اليومية

5 ـ استمرار استعمال الإنترنت على الرغم من وجود بعض المشكلات مثل فقدان العلاقات الاجتماعية والتأخر عن العمل

6 ـ الجلوس من النوم بشكل مفاجئ والرغبة بفتح الانترنت أو رؤية قائمة المتصلين في تطبيق المسنجر (ويكيبديا، الموسوعة الحرة ، 2009)

خصائص شبكات الانترنت:

ذكر (خالد المقدادي،2013 : 97) أهم خصائص شبكات الانترنت وهي كالتالي:

1 ـ المشـــاركة : فهي تشجع على المساهمات وردود الفعل من قبل المهتمين، بحيث تطمس الخط الفاصل بين وسائل الإعلام والجمهور.

2 ــ الانفتـــــاح : تقدم شبكات التواصل الاجتماعي خدمات مفتوحة لردود الأفعال، حيث إنها تشجع التصويت والتعليقات وتبادل المعلومات.

3 ـ المحادثـــــة : تميز لإتاحتها المحادثة بين اتجاهـــين (المشاركة والتفاعل مع الحدث.)

4 ـ المجتمـــــع : تقوم شبكات التواصل الاجتماعي بربط المجتمع بغيرة من المجتمعات، وإشراكهم في اهتمامات متقاربة مثل الاهتمام بالبرامج التليفزيونية أو القضايا السياسية أو المسابقات أو التعلم وغيرها فيصبح العالم قرية صغيرة بالفعل.

وبناءً عليه يتضح أن إدمان الانترنت من الأمور التي يجب على الفرد أن يفهمها ويعرف مدى قدرته في السيطرة على رغباته وكبحها وتقنين استخدامه للأنترنت بما يتناسب مع أوقات احتياجه فقط دون أن يعطيها أكبر من حجمها وأن يسعى للإزاحة الأسباب المؤدية للإدمان أو التغلب عليها .

مميزات شبكات الانترنت :

يرى كوس ، Kuss & Griffiths 2011) أن من مميزات شبكات الانترنت :

1 ـ بناء لمحه عامة أو شبه عامة عن المستخدمين في ضوابط يحددها النظام

2 ـ التعبير عن الأفكار لقائمة من المستخدمين الاخرين .

3ـ عرض قائمتهم والقيام بالاتصال بهم والتفاعل مع التعليقات التي أدلى ي بها آخرون داخل النظام.

ولخص (محمد المنصور، 2012: 84) مميزات شبكات الانترنت في الآتي :

4 ـ حرية الاختيار لمن يريدون في المشاركة معهم في اهتماماتهم.

5 ـ إتاحة المجال للأفراد للدخول إلى المواقع الاجتماعية والتعرف بأنفسهم، ومن ثم التواصل مع الاخرين الذين تربطهم بهم اهتمامات مشتركة.

6 ـ تتيح إرفاق الملفات والكتابة حول مواضيع محددة ومعينة.

7 ـ التعليق على المواضيع المطروحة فيها.

سلبيات شبكات الانترنت:

يرى ديس (Das & Sahoo 2011)أن لشبكات الانترنت عدد من السلبيات ومن أهمها الآتي :

1 ـ تعرض المستخدمين للابتزاز والاستغلال.

2 ـ الإصابة بأعراض شديدة جراء الإفراط في استخدام شبكات الانترنت والاقتصار عليها.

3 ـ ضياع الكثير من الوقت لمستخدميها.

4 ـ الإصابة بحالة من القلق جراء الاستخدام المتكرر

بناءً عليه يتبين أن للإنترنت عدت مميزات تضيف لمسة جمالية في حياة الفرد في حالة حسن استخدامه له وقدرته على التحكم في اختيار ما يتوافق معه من المواقع التي تهمه كالنواحي العقلية والفكرية والثقافية وغيرها كما أنه قد يكون سبب في تعقيد حياة الفرد سواءً بفقد ماله أو مكتسباته واستنزاف الوقت في غير موضعه الصحيح .

أضرار إدمان الانترنت :

يلحق بمدمني الانترنت عدة أضرار وآثار سلبية يمكن تلخيصها في النقاط الآتية :

1 ـ أضرار صحية جسـدية : كاضطراب النوم والاضطرابات الغذائية وأمراض العيون والخمول والسمنة الأمر الذي يؤدي لمضاعفات كثيرة منها أمراض القلب والدماغ والصداع المستمر (Young . El al . 1999 ; Brenner . 1997 Chou & Tyan 1999)

2 ـ أضرار صحية نفسـية : وجد أن إدمان الانترنت يسبب نوبات من الاكتئاب الحاد ويزيد من عزلة الشخص وتفاقم مشاكل الشخص العائلية والمادية والمهنية مما يسبب في تفاقم حالته النفسية (Brenner , 1997; Young . et al ,. 1999 ; Lavin et al ,. 1999 ; Young & Rogers , 1998 ; Sanders , et al ,. 2000)

3 ـ أضرار سـرية : تتأثر العلاقات العائلية والعاطفية بالإنترنت حيث يقل الوقت الذي يقضيه المدمن مع أسرته وأقربائه وتقُل الثقة بين الزوجين (Brenner , 1997; Tyan Young . El al . 1999 ; Lavin et al ,. 1999 ; Chou &) 1999

4 ـ أضرار اجتماعيـة : العزلة والوحدة هي واحدة من خصائص مدمن الانترنت فالوقت الذي يقضيه أمام الجهاز سواءً كان كمبيوتر أو هاتف يقلل من نشاطه الاجتماعي هذا يؤثر بالتأكيد على علاقاته الاجتماعية كثيراً وقد يجعله يخسر تماماً بعضاً من علاقاته (Chou & Tyan 1999 ; Lavin et al ,. 1999 ; Brenner , 1997)

5 ـ أضرار مهنية : حيث لا يستطيع الموظف أن يقوم بعمله على الوجه المطلوب بسبب ما يلتهمه الانترنت من وقت وصحة (Brenner , 1997 ; Young . et al ,. 1999)

6 ـ أضرار دراسية وأكاديمية : وجد أن إدمان الانترنت كان السبب في رسوب أو طرد طلبة كانوا من المتفوقين في المدارس والكليات (Brenner , 1997)

7 ـ أضرار أخلاقية وتربويـة : تتداخل الأسباب الأخلاقية لإدمان الانترنت مع النتائج فكلاهما قد يكون السبب في نشوء الآخر وفي الاستمرارية وفي النتائج أيضاً .

8 ـ أضرار ماديـة : سواءً نتيجة الصرف بكثرة على شراء الأجهزة أو فواتير الاشتراك في اشتراكات شركات الاتصالات أو نتيجة الاشتراك في المواقع للحصول على برامج مرئية أو مسموعة (Chou & Hsiao . 2000) نقلاً عن دراسة إدمان

الأنترنت وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض .

ووفقاً للمركز الأمريكي للإدمان على الانترنت تم تحديد خمسة أنواع محددة من إدمان الانترنت وهي :

1 ــ الإدمان الجنسي عبر الانترنت : يقوم المدمنون بتنزيل المواد الإباحية واستخدامها والاتجار بها كما أنهم غالباً ما يشاركون في غرف الدردشة الخاصة بالبالغين وهم مهووسون بالجنس السيبراني والمواد الإباحية الإلكترونية .

2 ـ إدمان العلاقات السيبرانية : يتبين أن المدمنين متورطين كثيراً في العلاقات الإلكترونية ويمكن حتى أن يقعوا في الزنا عبر الانترنت .

3 ـ إدمان الشبكات الاجتماعية : جميع المجتمعات الافتراضية التي يمكن للأشخاص إنشاء ملفات تعريف عامة أو شبه عامة ويعتبر الفيسبوك هو أشهر شبكة اجتماعية إذ تضم (60) مليون مستخدم يتزايدون باستمرار.

4 ـ إدمان الألعاب : يتضمن مجموعة واسعة من السلوكيات مثل المقامرة وألعاب الفيديو والتسوق والتداول الإلكتروني المهووس .

5 ــ المعلومات الزائدة : يعرف أيضاً باسم إدمان المعلومات الزائدة وتخلق وفرة المعلومات على الانترنت سلوكاً قهرياً جديداً يتعلق بتصفح الويب أو البحث في قواعد البيانات المدمن هنا يستخدم المزيد والمزيد من الوقت للبحث عن البيانات وتنظيمها (Saliceti , 2015)

من خلال ما تم عرضه يتضح أن إدمان الانترنت له أضرار وآثار جسيمة على توافق الفرد في معظم مجالات حياته إذ أنها تأثر على مستقبله وتعيق تقدمه نحو الأفضل مما يجعله في متاهة لا نهاية لها الأمر الذي يزيد من عزلته وأنطوائه عن الآخرين بسبب ما لحق به من أضرار جراء تتبع برامج توهمه بسقل شخصيته وتحقيق إتزان انفعالي وترمز له بالتمتع بالصحة النفسية وما هي في الواقع إلا أوهام لا تفيده في شيء بل تزيد من وحدته وانغماسه في التوهم وتبعده عن المجتمع.

ثانياً ـ الوحدة النفسية :

إن الشـــعور بالوحدة النفسة يعتبر من اضطرابات العصر التي تصيب بعض الأفراد وتتصف بالألم النفسي والعزلة والانطواء ومن سماتها القلق والعصابية والتوتر وعادة ما يكون الشخص المصاب بهذا الاضطراب ذو مستوى عالي من الخجل ويكون تقديره لذاته منخفضاً مما يدفعه إلى العزلة والانطواء ويسعى إلى إزالة

هذا القلق أو القضاء عليه من خلال انخراطه ضمن جماعة تشعره بالانتماء والمودة والألفة في أي وقت شاء .

إن الطلبة الذين يشعرون بالضيق والتوتر نتيجة لإحساسهم بالوحدة النفسة ، يجعلهم أكثر إقبالا على استخدام الإنترنت بشكل مفرط ، وإحساسهم بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والود والحب ، ووجود فجوة نفسية تباعد بينهم وبين أشخاص الوسط المحيط بهم، يدفعهم لكره الآخرين ومن ثمة يزيد مستوى الشعور بالوحدة النفسية لديهم ، مما يؤدى إلى إدمانهم على الإنترنت خاصة مع سهولة الوصول إليه ، الأمر الذى يحقــق لهم المتعة الشخصية ، وتعويض افتقادهم للمهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط فى علاقات ناجحة مع الآخرين . أي أن مدمني الإنترنت من الطلبة يشعرون بالوحدة النفسية والعزلة عن المحيطين بهم ، ويفضلون الإنترنت على الأنشطة الاجتماعية التى لا تشبع دوافعهم الاجتماعية ، فالسبب في إدمان الإنترنت لديهم هو شعورهم بالوحدة النفسية وعزوف الآخرين عن الاهتمام بهم ، مما يدفعهم للانسحاب والإنزواء مفضلين شبكة الإنترنت على غيرها من الأنشطة والعلاقات الإنسانية. (سامية ابريعم ، 2014)

مفهوم الوحدة النفسية : من التعريفات التي أوردها الباحثون عن الوحدة النفسية ما يلي :

عرفتها (جوهرة شيبي ، 2005 : 6) بأنها : " شعور الفرد بالنبذ والعزلة والرفض ، وإحساسه بعدم كفاءته إلى جانب شعوره بعدم الثقة في نفسه ، وعدم تقدير الآخرين لآرائه ، وانعدام القدرة لديه على الارتباط العاطفي والاجتماعي " .

وكذلك عرفتها (أحلام الغامدي ، 2020 : 1490) بأنها : " حالة يمر بها الفرد تنشأ أساساً عن قصور في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الآخرين مما يجعله يشعر بالألم والمعاناة بسبب عدم تقبل وإهمال الآخرين له "

أنواع الوحدة النفسية

ميز (يونج Young) بين ثلاثة أنواع من الوحدة النفسية وهي كالأتي :

1 ـ الوحدة النفسية العابرة : والتي تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق .

2 ـ الوحدة النفسية التحولية : وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثاً نتيجة بعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص مقرب إليه

3 ـ الوحدة النفسية المزمنة : التي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى سنوات ولا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية

أما(ويس Weiss) فقد ميز بين نوعين من الوحدة وهما :

1 ـ الوحدة العاطفية : تنتج عن نقص أو قصور في روابط الألفة أو المودة مع الأشخاص الآخرين والذين لهم أهمية خاصة في حياة الفرد وتقوده إلى الشعور بالحزن وعدم الارتياح والعزلة والقلق والفراغ

2 ـ الوحدة الاجتماعية : وتنتج عن نقص في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد بطريقة لا تحقق له الرضا وتقوده إلى فقدان الثقة بالنفس مع الشعور باللاهدف والملل أو الضجر واليأس والهامشية (صبا حسين ، 2018 : 23)

أشكال الوحدة النفسية:

ووفقاً لما أورده (هاني الجزار ، 2011 : 37)أن الوحدة النفسية تأخذ الأشكال الثلاثة الآتية :

1 ـ الوحدة النفسية الأولية:

وهي سمة سائدة في شخصيات ترتبط بالابتعاد وانعدام التجاوب الانفعالي والافتقاد إلى العلاقات السليمة والمشبعة، وثمة توجهان في تصور الخلل الكامن وراء الوحدة النفسية الأولية :

ـ التوجة النمائي:

ويؤكد تباطؤ أو تعثر التتابع الطبيعي لنمو الشخصية وأهمية الخبرات في مراحل النمو السابقة خاصة مراحل النمو الانفعالي والاجتماعي في ترسيب الشعور بالوحدة.

ـ التوجه النفسي الاجتماعي:

ويؤكد اضطراب الوظائف النفسية التي تحكم عمليات الاتصال بين الشخصيات، ويشير إلى الخوف من الحب والنرجسية والاضطرابات السيكودينامية التي تؤثر في قدرة الفرد على الانتباه والاهتمام بالآخرين.

2 ـ الوحدة النفسية الثانوية:

يمثل الشعور بالوحدة النفسية الثانوية استجابة انفعالية في مواجهة التغيرات الحادثة في بيئة الفرد الاجتماعية، وهذه التغيرات التي تحول دون الاستمرار ومواصلة الانخراط في العلاقات المهمة السابقة، وفي الوحدة النفسية الثانوية، عادة للقدرة على الما نجد الفرد مفتقدا وفاء بمتطلبات الأداء الاجتماعي.

3 ـ الوحدة النفسية الوجودية:

يـــرى الوجوديون أن الشعور بالوحدة النفسية هو حالة إنسانية طبيعية، وتعتبر من ضروريات الوجود الإنساني، فإذا كان لك أن تكون إنساناً فلابد إذا أن تخُبر الشعور بالوحدة ، ووفقا للوجودية فإننا دائما في صراع، وأننا نحتاج بشدة إلى الشعور بالانتماء وفي ذات الوقت وبنفس الدرجة نحتاج إلى تحقيق الهوية والوجود الفردي المستقل، ونتيجة الصراع نلجأ للوحدة والشوق الشديد للعودة إلى الجدور المفقودة، تلك التي ضاعت في مضامير مجتمع التكنولوجيا المعاصر.

في ضوء ما سبق يمكن القول أن الوحدة النفسية شعور مؤلم ينتج عن عدم قبول الآخرين للفرد وعجزه عن إقامة علاقات اجتماعية سليمة مفعمة بالود والتقبل والاحترام مما يجعله يشعر بالدونية والانسحاب والتوتر والعصبية وتؤثر على توافقه النفسي مما يجعل الحياة تجربة قاسية تمر بعدة مراحل أولها عدم التقبل وصولاً إلى الهروب من الواقع من خلال استخدام أي وسيلة أو سلك أي طريق يقضي على هذا الشعور المؤلم واستبداله بشعور الانتماء والتقبل والعلاقات الناجحة ولو كانت على حساب أمور لا يجوز المغامرة بها .

أهم الأضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية:

تتمثل المعاناة في الشعور بالوحدة النفسية في النقاط الآتية :

1 ـ يسبب أزمة نفسية عميقة تهز كيانهم، وتعكر صفو وجدانهم وتزعزع استقرارهم الداخلي، فيختل توازنهم الشخصي نتيجة لانهيار توافقهم النفسي والاجتماعي.

2 ـ يكون وعيه العام بذاته مرتفعاً ، كما يكون قلق اجتماعياً ، ولديه مستويات عالية من الخجل وعدم السواء، وتقديره لذاته منخفض، ولا يحب الآخرين وتقبله لهم ضعيف ويكون في أدني مستوياته.

3 ـ تؤثر سلباً على الثقة بالنفس والشعور بالسعادة و فقدان أي هدف أو معني للحياة، والعجز عن إقامة علاقات شخصية حميمة ومستمرة مع الآخرين، وفقدان خاصية التواصل العاطفي، والفتور الانفعالي والعنف (علي دغريري ، 2017 : 96)

علاقة الشعور بالوحدة النفسية بإدمان شبكات الانترنت :

لعل أكثر ما يميز المصاب بالوحدة النفسية هو عدم التجاوب الانفعالي والافتقاد إلى العلاقات السليمة مع من حوله وانقطاع التواصل مع الآخرين، وذلك بسبب عدم الانسجام مع المحيطين به الأمر الذي يسوقه إلى الانسحاب والعزلة وقلة الاندماج في مواقف التفاعل المباشر مع المحيطين بالفرد، ولعل ما يميز التفاعل عبر شبكات الانترنت هو البيئة الافتراضية التي تتم فيها عملية التواصل مع الأخرين بحيث

تضعهم في مواقف افتراضية تعتمد على التفاعل غير المباشر مما يؤدي في حال الإدمان عليها إلى العزلة والانسحاب كما أكدت ذلك دراسة (Schwartz ، 2010) على أن هناك علاقة ارتباط سلبي بين كل من التقدير الذاتي للنفس والنرجسية والانعزالية وبين استخدام مواقع الانترنت كما أشار إلى ارتباط الانعزالية بشكل إيجابي مطرد مع زيادة استخدام الانترنت، فقد أثبتت الدراسة أن المراهقين ممن يشعرون بعدم الانتماء والانعزالية يميلون إلى استخدام الانترنت بشكل أكثر كثافة من غيرهم ممن هم في نفس المرحلة العمرية (Schwartz ، 2010)

الدراسات السابقة :

فيما يلي عرض لبعض الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيرات البحث وتم ترتبها حسب تسلسلها الزمني من الأقدم إلى الأحدث على النحو الآتي :

بالوحدة النفسية وأبعاده لدى طلاب كلية التربية بمدينة العجيلات وفقاً لمتغير النوع .

1 ــ تناولت دراسة مريم مراكشي (2014) الكشف عن طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات الانترنت والشعور بالوحدة النفسية لدي عينة من طلبة جامعة محمد خضير بالجزائر بلغت(240) طالباً، وكشفت الدراسة عن عدت نتائج منها: توجد علاقة ارتباطية موجبة بين استخدام شبكات الانترنت والشعور بالوحدة لدي الطلبة الجامعيين ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الشعور بالوحدة النفسية لدي الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير النوع ، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الشعور بالوحدة النفسية لدي الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير السن.

2 ـ استهدفت دراسة (صبا منير ، 2018) الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت وبين الاكتئاب والوحدة النفسية والكشف عن الفروق في مستوي إدمان الإنترنت تبعا لمتغير النوع ومتغير العمر و المستوي التعليمي وتكونت عينة الدراسة من(500) طالب وطالبة من الجامعات الفلسطينية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وانتهت إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والاكتئاب لدي طلبة الجامعات في قطاع غزة، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت والوحدة النفسية لدي طلبة الجامعات في قطاع غزة، وبلغ مستوي إدمان الانترنت لدي طلبة الجامعات في قطاع غزة (58.48% كما أن مستوي الاكتئاب لديهم (28.56%) ومستوي الوحدة النفسية (54.60%).

3ـ سعت دراسة (محمد عبد المنعم ، 2018) إلى التعرف على دوافع استخدام طلبة الجامعات لشبكات التواصل الاجتماعي، والتعرف على أثر استخدام هذه الشبكات على الوحدة النفسية لدي طلبة جامعة الملك فيصل، ومعرفة الفروق بين استخدام شبكات

التواصل الاجتماعي تبعا لمتغير النوع والتخصص العلمي في الشعور بالوحدة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (200)طالب من طلاب جامعة الملك فيصل من التخصصات الأدبية والعلمية. وانتهت الدراسة إلى أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي لطلبة جامعة الملك فيصل كان مرتفعاً، وأن مستوى مهارات التواصل لدى المبحوثين جاء بدرجة منخفضة.

4 ـ قامت كلاً من (أمل عبد الرحمن ، ولاء عبد المنعم ، 2019) بدراسة للكشف عن علاقة إدمان الإنترنت ببعض المتغيرات مثل الوحدة النفسية والقلق وتكونت عينة الدراسة من (1500) طالبة من طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن تراوحت أعمارهن بين(18 - 25)عاما، طبق عليهن مقياس إدمان الانترنت ومقياس القلق ومقياس الوحدة النفسية. وقد أظهرت النتائج أن درجة إدمان الانترنت لدى الطالبات هي درجة متوسطة، كما اتضح أن درجة الوحدة النفسية والقلق لدى الطالبات هي درجة متوسطة أيضاً، وأخيراً كشفت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين متوسطات إدمان الإنترنت وبين القلق والوحدة النفسية الدي طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

5 ـ استهدفت دراسة شاوفو(Shaovu Ye & et al 2020) البحث في تأثيرات الأنماط المختلفة لاستخدام شبكات التواصل الاجتماعي على شعور المستخدمين بالوحدة والرفاهية النفسية في منطقة الكانتو باليابان واستخدمت الدراسة أداة الاستبيان بالتطبيق على(155) طالب جامعياً تم تقسيمهم إلى أربع مجموعات تشمل مستخدمي تويتر فقط, ومستخدمي تويتر والفيسبوك ومستخدمي تويتر والإنستجرام, وأخيرًا مستخدمي الشبكات الثلاث. وأكدت الدراسة فيما توصلت إليه من نتائج أن (97%) من مبحوثي الدراسة يستخدمون شبكة التواصل الاجتماعي "تويتر", ويعد تويتر الخيار الأساسي للاتصال بأصدقاء الجامعة، كما يُستخدم الفيسبوك للاتصال بأصدقاء الجامعة والاتصال بالأقارب وأفراد العائلة, في حين يعد الإنستجرام الخيار الشائع لجميع العلاقات. وقد أظهر الأشخاص الذين يعانون من مستويات عالية من الخجل ومستويات منخفضة من احترام الذات مزيدًا من الشعور بالوحدة. كما أشارت الدراسة إلى أن الأشخاص الذين ترتفع لديهم مستويات تقدير الذات وينخفض شعورهم بالخجل يكون لديهم شعور أعلى بالرفاهية النفسية وشعوراً أقل بالوحدة النفسية، وذلك بالنسبة لمستخدمي شبكات التواصل الثلاث محل الدراسة.

6 ـ سعت دراسة كيرين (Keren Mazuz, Elad Yom-Tov 2020) البحث في العلاقة بين الشعور بالوحدة واستخدام منتديات التواصل الاجتماعي، من خلال

إجراء دراسة تحليلية للمضامين المنشورة عبر منتديات التواصل للتعرف على اتجاه المستخدمين نحو الشعور بالوحدة. حيث تم جمع بيانات الدراسة باستخدام أداة تحليل المضمون بالتطبيق على (19668)منشوراً تم نشرها خلال مدة تصل إلى أربع سنوات منذ الأول من (يناير 2015 حتى 31 ديسمبر 2018) ، وانتهت الدراسة في نتائجها إلى أن درجة الشعور بالوحدة ترتبط ارتباطا وثيقا بنشر مضامين حول الانتحار وغير ذلك من السلوكيات السلبية, مثل الاكتئاب وتعاطي المخدرات. في حين يرتبط الانخفاض في درجات الشعور بالوحدة بانخفاض نشر هذه المضامين. وأكدت النتائج أيضا أن الأشخاص الذين ينشرون مضامين حول الوحدة، تكون لديهم اهتمامات وخلفيات فكرية متنوعة، وأن هذه المضامين تكون أكثر ارتباطا بالاضطرابات النفسية الخطيرة بدرجات متفاوتة.

7ـ وأجرت سهير جودر(2022) دراسة سعت إلى التعرف على مستوى الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلاب كلية التربية بمدينة العجيلات ، والكشف عن العلاقة بين الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية ، والتعرف على الفروق الإحصائية على أبعاد متغيرات الدراسة بين الجنسين لدى طلاب كلية التربية بمدينة العجيلات ، وتكونت عينة الدراسة من (221) طالباً وطالبة منهم (75) من الذكور ، و(146) إناثاً واتبعت الباحثة المنهج الوصفي (الارتباطي) ، واعتمدت على مقياس الإدمان على الإنترنت من إعداد (بشرى أرنوط ، 2007) ، ومقياس الوحدة النفسية من إعداد (رسيل ، 1996) ترجمة (مريم مراكشي ، 2014) كأدوات للدراسة ، وتوصلت الدراسة إلى عدت نتائج منها : أن مستوى كل من الإدمان على الإنترنت والوحدة النفسية لدى الطلاب جاء متوسطاً ، ووجود علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة دالة إحصائية بين الإدمان على الإنترنت والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب كلية التربية بمدينة العجيلات ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في مستوى بعد التحمل وفق لمتغير النوع لصالح الذكور ، ولا توجد فروق دلالة إحصائية في مستوى الشعور

التعقيب على الدراسات السابقة :

بعد عرض الدراسات السابقة التي تناولت إدمان الانترنت والوحدة النفسية يتضح أن اختلاف البيئات التي أجريت فيها البحوث تؤثر بدرجة كبيرة على نوع الاضطراب وطرق تحديده وتوضيحه حيث تبين أن أغلب الدراسات تعمدت كشف العلاقة بين المتغيرين وتحديد نسبة انتشاره ولكن بسبب البيئة اختلفت النتائج ولكن جلها توصل إلى أن إدمان الانترنت ظاهرة منتشرة بشكل يحتاج إلى دراسة أكثر وتعمق ووضع

خطط لعلاجه ، ونرى أن أغلب الدراسات كانت عينتها من فئة طلبة الجامعة لما هم من أهمية عظمى في تقدم المجتمع وازدهاره كدراسة (سهير جودر، 2022) ودراسة (مريم مراكشي ، 2014) ودراسة (صبا منير ، 2018) ، بينما ركزت معظمها على الفرق بين الجنسين كدراسة (محمد عبدالمنعم ، 2018) ودراسة (صبا منير ، 2018) بينما تفردت دراسة (أمل عبدالرحمن ، ولاء عبدالمنعم ، 2019) باستهداف الطالبات فقط ، ولكن بصفة عامة يمكن القول أن معظم الدراسات توصلت إلى نتائج متقاربة جداً بصدق فرضية وجود علاقة إرتباطية بين إدمان الانترنت والوحدة النفسية ، وهذا ما يسعى البحث الحالي إثباته .

إجراءات البحث : منهجية البحث :

سعى هذه البحث إلى التعرف على مستوى إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن، ولتحقيق أهداف البحث والإجابة عن تساؤلاتها تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، لملاءمته لطبيعة البحث الحالية، باعتباره من أكثر المناهج استخدامًا في الدراسات النفسية والتربوية التي تهدف إلى وصف الظاهرة وتحليل العلاقات بين متغيراتها.

مجتمع البحث وعينتها:

تكون مجتمع البحث من جميع طلبة كلية التربية بمدينة يفرن من مختلف التخصصات العلمية والأدبية، والبالغ عددهم (550) طالبًا وطالبة. وقد تم اختيار عينة البحث بطريقة العشوائية الطبقية، حيث بلغ حجم العينة (120) طالبًا وطالبة، باعتبارهم الفئة الأكثر ارتباطًا بموضوع البحث، لما يمتلكونه من خبرة مباشرة في استخدام الإنترنت وما قد يرتبط به من آثار نفسية واجتماعية لديهم .

وقد قام الباحث بتوزيع عدد (120) استبانة على أفراد العينة، وتم استردادها بالكامل، وكانت جميع الاستبانات صالحة للتحليل الإحصائي بنسبة استرجاع بلغت.(100%)

أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن تساؤلاته تم تبني مقياس إدمان الانترنت المطبق في دراسة ((مهجة جبريل حديد) بعنوان " إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بمستوى الذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية بمدينة مصراتة " وهو من إعداد د . كيمبرلي يونج (1998) ترجمة وتقنين في البيئة العربية : إبراهيم الشافعي إبراهيم (2009) ، وتم تكييفه على البيئة الليبية من قبل الباحثة مكون من (20) فقرة تقاس الاستجابات على مقياس ليكرت خماسي (من 1 ــ نادر إلى 5 ــ دائماً) ، مجموع الدرجات يتراوح بين (20 – 100) .

الفئات التفسيرية :

1- (20 – 39) : استخدام طبيعي

2 – (40 – 59) : استخدام مفرط يحتاج للانتباه

3 – (60 – 79) : درجة عالية من الاستخدام الإشكالي (مؤشر الإدمان)

4 – (80 – 100) : إدمان شديد على الإنترنت

تم التأكد من صدق الأداة من خلال الصدق الظاهري بعرضه على خبراء من ذوي الاختصاص وبطريقة ألفا كرنباخ حيث بلغت قيمته (0.867) ومن المعروف أنه كلما كان المقياس القوي كلما اقترب من الواحد ، الامر الذي يجعل من المقياس ممتاز للتطبيق ، وكذلك تم تطبيق طريقة التجزئة النصفية لمقياس إدمان الانترنت حيث استخدم معامل الثبات جوثمان وقد بلغ (0.799) وبذلك يعتبر المقياس ككل مرتفع ويكون المقياس صالح لقياس ما جعل لقياسه .

كما تم إعداد استبيان لقياس متغير الوحدة النفسية وفق خطوات بداية من إعداد استبيان استطلاعي مفتوح بعدد (32) منهم (7) طالب و (25) طالبة بنسبة متساوية مع حجم المجتمع الكلي.

أولا : مقياس إدمان الإنترنت: تم استخدام البدائل التالية :

درجة الاستجابة	الوزن
نادراً	1
أحياناً	2
كثيراً	3
غالباً	4
دائماً	5

ولأغراض تفسير المتوسطات الحسابية تم اعتماد المستويات الآتية :

المتوسط الحسابي	مستوى الاستجابة
1.00 – 1.80	منخفض جدًا
1.81 – 2.60	منخفض
2.61 – 3.40	متوسط
3.41 – 4.20	مرتفع
4.21 – 5.00	مرتفع جدًا

ثانيا: اعتمد الباحث على الاستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات، وذلك بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة. وقد تم تصميم الاستبانة بما يتناسب مع أهداف البحث وتساؤلاتها، وتكونت من جزأين رئيسيين:

1 ـ البيانات الشخصية: وتضمنت (الجنس ، التخصص)

2 ـ محاور البحث : وتضمنت (50) فقرة موزعة على محورين رئيسيين، هما :

إدمان الإنترنت : وتضمن (20) فقرة .

الوحدة النفسية : وتضمن ثلاثة أبعاد :

الوحدة النفسية العاطفية (10 فقرات) .

الوحدة النفسية الاجتماعية (10 فقرات) .

الوحدة النفسية الأسرية (10 فقرات) .

وقد استخدم الباحث مقياس ليكرت الخماسي لقياس استجابات أفراد العينة، مع اختلاف بدائل الاستجابة بما يتناسب مع طبيعة كل محور من محاور البحث وذلك على النحو الآتي:

أولاً: مقياس الوحدة النفسية: تم استخدام البدائل التالية:

درجة الاستجابة	الوزن
لا تنطبق أبداً	1
تنطبق نادراً	2
تنطبق أحياناً	3
تنطبق غالباً	4
تنطبق دائماً	5

صدق وثبات أداة البحث:

أولا: صدق الاستبيان:

يقصد بصدق أداة البحث أن تقيس عبارات الاستبيان ما وضعت لقياسه، وقمنا بالتأكد من صدق الاستبيان من خلال صدق الاتساق الداخلي:

ولإجراء صدق الاتساق الداخلي قام الباحث بإيجاد الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد مع بعده ومع الدرجة الكلية للمقياس ويوضح الجدول رقم (1-2)، النتائج، كما قام الباحث بإيجاد معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس والنتائج موضحة في الجدول (3)، حيث يتضح من هذه الجداول بأن جميع الفقرات ترتبط مع الدرجة الكلية للاستبيان. أي أن فقراته دالة إحصائيا، حيث نجد أن معنوي معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته أقل من(0.05)، في جميع

فقرات الاستبيان أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات الاستبيان، صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

أولا- بين درجات كل فقرة من فقرات ابعاد الوحدة النفسية مع بعدها والدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم (1) معاملات الارتباط بين فقرات مقياس الوحدة النفسية مع أبعادها ومع الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	ارتباطه ببعده	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	ارتباطه ببعده	ارتباطه بالدرجة الكلية
الوحدة النفسية العاطفية					
1	0.416**	0.394**	6	0.462**	0.410**
2	0.496**	0.456**	7	0.494**	0.401**
3	0.387**	0.359**	8	0.396**	0.324**
4	0.376**	0.391**	9	0.549**	0.386**
5	0.417**	0.410**	10	0.435**	0.352**
الوحدة النفسية الاجتماعية					
11	0.487**	0.421**	16	0.396**	0.305**
12	0.517**	0.492**	17	0.490**	0.365**
13	0.447**	0.404**	18	0.560**	0.402**
14	0.480**	0.342**	19	0.396**	0.389**
15	0.471**	0.378**	20	0.498**	0.338**
الوحدة النفسية الاسرية					
21	0.477**	0.366**	26	0.471**	0.420**
22	0.569**	0.417**	27	0.411**	0.362**
23	0.421**	0.408**	28	0.523**	0.442**
24	0.437**	0.394**	29	0.402**	0.324**
25	0.421**	0.360**	30	0.437**	0.400**

ثانيا ـ الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات ادمان الانترنت مع المحور والدرجة الكلية للمقياس

جدول رقم (2) معاملات الارتباط بين فقرات مقياس ادمان الانترنت مع محورها ومع الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	ارتباطه ببعده	ارتباطه بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	ارتباطه ببعده	ارتباطه بالدرجة الكلية
الإدمان على الانترنت					
1	0.538**	0.423**	11	0.415**	0.354**
2	0.591**	0.485**	12	0.435**	0.352**
3	0.584**	0.486**	13	0.350**	0.375**
4	0.563**	0.447**	14	0.450**	0.326**
5	0.447**	0.345**	15	0.453**	0.430**
6	0.527**	0.413**	16	0.369**	0.391**
7	0.449**	0.399**	17	0.480**	0.342**
8	0.428**	0.404**	18	0.471**	0.378**
9	0.407**	0.378**	19	0.497**	0.440**
10	0.467**	0.372**	20	0.451**	0.354**

ثالثا ـ الارتباط بين درجة كل بعد مع الدرجة الكلية للمقياس:

جدول رقم (3) علاقة أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

البعد	الدرجة الكلية للمقياس
الوحدة النفسية العاطفية	0.701**
الوحدة النفسية الاجتماعية	0.554**
الوحدة النفسية الاسرية	0.714**
الإدمان على الانترنت	0.590**

ثانيا ـ ثبات الاستبيان:

للتحقق من ثبات الأداء قام الباحث بحساب معاملات ثبات المقياس باستخدام الطرق التالية :

1) معامل ألفا كرونباخ

من أجل اختبار ثبات أداة الدراسة تم استخدام اختبار ألفا كرونباخ لاختبار الاتساق الداخلي للأداة، حيث تشير النتائج الواردة في الجدول (4) إلى درجة ثبات في استجابات عينة الدراسة كانت 80.7% وهي نسبة مقبولة، لأن قيمة ألفا أكثر من 70%. وبالتالي يمكن القول إن هذا المقياس ثابت بمعنى أن المبحوثين يفهمون بنوده بنفس الطريقة وكما يقصدها الباحث، وعليه يمكن اعتماده في هذه الدراسة الميدانية لكون نسبة تحقيق نفس النتائج لو أعيد تطبيقه مرة أخرى تقدر بـ 80.7%.

جدول رقم (4) نتائج اختبار ثبات أداة الدراسة (كرونباخ ألفا)

البعد	عدد الفقرات	معامل كرونباخ ألفا
الوحدة النفسية العاطفية	10	0.714
الوحدة النفسية الاجتماعية	10	0.731
الوحدة النفسية الاسرية	10	0.796
الإدمان على الانترنت	20	0.725
المقياس ككل	50	0.807

أساليب المعالجة الإحصائية

لبيان مدى استجابة عينة الدراسة لأسئلة أداة القياس، تم استخدام الأسلوب الوصفي الإحصائي من أجل تحليل البيانات واختبار الفرضيات وذلك باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الإنسانية والاجتماعية (SPSS 25) إذ تم استخدام الوسائل التالية:

أولاً: الإحصاء الوصفي : ويشمل:

- التكرارات والنسب المئوية .
- المتوسطات الحسابية .
- الانحرافات المعيارية .

ثانياً: الإحصاء الاستدلالي : ويشمل:

- اختبار (T-Test) لعينة واحدة؛ للتعرف على مستوى إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى الطلبة .
- اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين؛ للكشف عن الفروق تبعًا لمتغيري الجنس والتخصص .
- معامل ارتباط بيرسون؛ للكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسي

عرض النتائج ومناقشتها

هدف البحث إلى الاطلاع على إدمان الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى كلية التربية بمدينة يفرن حيث تم تقسيم آلية عرض النتائج كالآتي:

1- وصف خصائص أفراد العينة.
2- عرض نتائج اتفاق أفراد العينة.

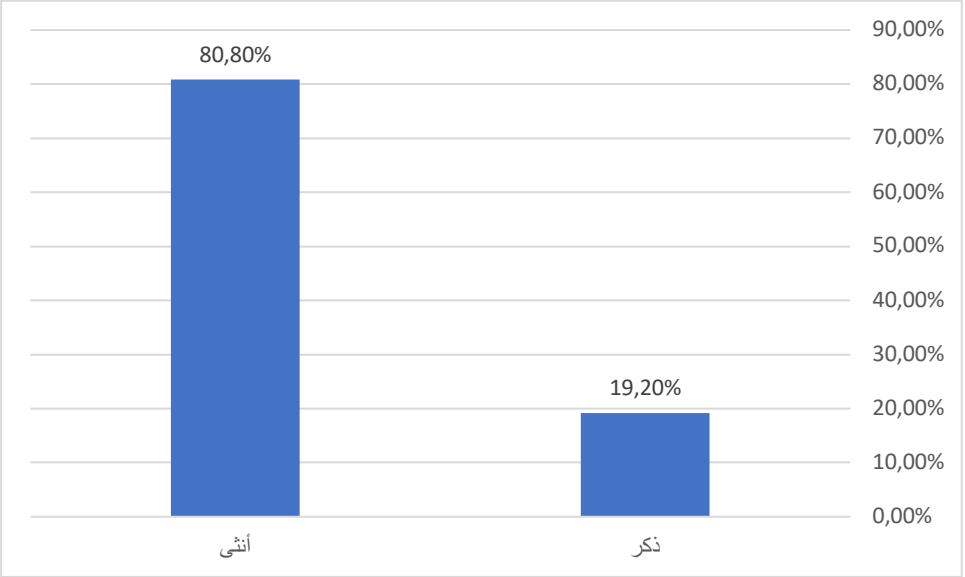
أولا: وصف خصائص العينة

يتناول هذا الجزء النتائج المتعلقة بخصائص عينة الدراسة من حيث النوع والتخصص العلمي.

جدول رقم (5) توزيع عينة الدراسة حسب النوع

النوع	التكرار	النسبة
ذكر	**23**	**%19.2**
أنثى	**97**	**%80.8**
المجموع	**120**	**100.0%**

أظهرت نتائج توزيع عينة البحث حسب النوع الواردة في الجدول (5) أن غالبية أفراد العينة كانوا من الإناث، حيث بلغ عدد الإناث 97 مشاركًا بنسبة 80.8%، في حين كان عدد الذكور 23 مشاركًا بنسبة 19.2%، مما يعكس تمثيلًا أكبر للإناث ضمن عينة البحث.

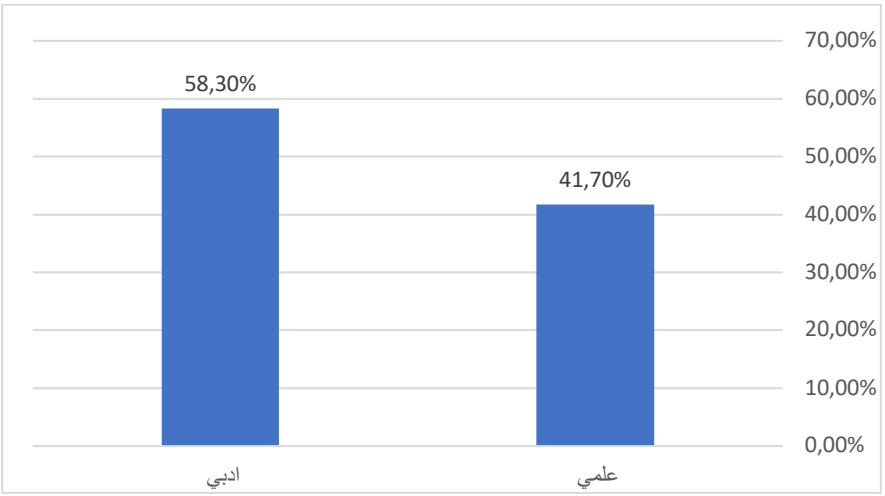


شكل رقم (1) يوضح توزيع العينة حسب الجنس

جدول رقم (6) توزيع عينة البحث حسب التخصص

التخصص	التكرار	النسبة
علمي	50	%41.7
ادبي	70	%58.3
المجموع	120	100.0%

أظهرت نتائج توزيع عينة البحث حسب التخصص الواردة في الجدول (6) أن التوزيع كان متقاربًا نسبيًا بين التخصص العلمي والتخصص الادبي، حيث بلغ عدد الطلبة ذو التخصص العلمي 50 مشاركًا بنسبة 41.7%، بينما بلغ عدد الطلبة ذو التخصص الادبي 70 مشاركًا بنسبة 58.3%.



شكل رقم (2) يوضح توزيع العينة حسب التخصص

تساؤلات البحث :

أولاً- التساؤل الأول: ما مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية يفرن " للإجابة على هذا التساؤل تم حساب اختبار (تي) لعينة واحدة وجدول (7) يوضح النتائج كما يلي.

جدول (7) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينة واحدة

المحور	الوسط الفرضي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار t	مستوى الدلالة
ادمان الانترنت	3.00	120	2.35	0.87	5.077	0.000

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (7) إلى أن: قيمة اختبارt لاختبار وجود ادمان على الانترنت لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن يساوي 5.077 بمستوى دلالة يساوي 0.0 وهي أقل من 0.05, والمتوسط الحسابي اقل من الوسط الفرضي وهذا يعني ان النتائج التي تشير إلى ان ادمان طلاب كلية التربية بمدينة يفرن على الانترنت كان ضعيف وتعزى هذه النتيجة لعدم توفر شبكات انترنت عالية الجودة بالمنطقة ككل .ثانيا- التساؤل الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة تبعًا لمتغيرات (النوع، التخصص)؟

للإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث اختبار (تي) لعينتين مستقلتين .

جدول رقم (8) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينتين مستقلتين تبعا لمتغير الجنس

	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة تي	مستوى الدلالة
ادمان الانترنت	ذكور	23	2.11	0.91	2.109	0.037
	اناث	97	2.55	0.87		

يتضح من خلال جدول رقم (8) الخاص بنتائج اختبار (t) لعينتين مستقلتين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت تبعًا لمتغير النوع، حيث بلغت قيمة (T = 2.823) عند مستوى دلالة (0.007)، وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على وجود فروق حقيقية بين الذكور والإناث في مستوى إدمان الإنترنت.

كما تشير المتوسطات الحسابية إلى أن متوسط إدمان الإنترنت لدى الإناث بلغ (2.52)، وهو أعلى من متوسط الذكور البالغ (1.70)، مما يدل على أن الإناث أكثر استخدامًا أو تعلقًا بالإنترنت مقارنة بالذكور في عينة البحث. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإناث يقضين وقتًا أطول في استخدام الإنترنت، خاصة في تطبيقات التواصل الاجتماعي والتفاعل الإلكتروني، الأمر الذي قد يزيد من احتمالية التعلق بالإنترنت مقارنة بالذكور. كما قد يرتبط ذلك بطبيعة الأنشطة اليومية والاهتمامات الاجتماعية التي تجعل الإنترنت وسيلة أساسية للتواصل والترفيه وتبادل الخبرات، مما يرفع مستوى الاستخدام لديهن.

وقد يعزى ذلك أيضًا إلى أن بعض الطالبات يستخدمن الإنترنت كوسيلة للهروب من الضغوط النفسية أو الشعور بالوحدة، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الاعتماد عليه بصورة أكبر. في حين قد يتجه الذكور إلى أنشطة اجتماعية أو ميدانية أخرى تقلل من عدد ساعات الاستخدام المستمر للإنترنت.

جدول رقم (9) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينتين مستقلتين تبعا لمتغير التخصص

	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة تي	مستوى الدلالة
ادمان الانترنت	علمي	50	3.02	0.89	6.365	0.0
	ادبي	70	2.07	0.65		

تشير نتائج جدول رقم (9) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت تبعًا لمتغير التخصص، حيث بلغت قيمة (T = 6.365) عند مستوى دلالة (0.000)، وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على وجود فروق حقيقية بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الأدبي في مستوى إدمان الإنترنت.

كما توضح المتوسطات الحسابية أن متوسط إدمان الإنترنت لدى طلبة التخصص العلمي بلغ (3.02)، وهو أعلى من متوسط طلبة التخصص الأدبي البالغ (2.07)، مما يدل على أن طلبة التخصصات العلمية أكثر استخدامًا للإنترنت مقارنة بطلبة التخصصات الأدبية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة الى طبيعة الدراسة العلمية التي تعتمد بصورة كبيرة على استخدام الإنترنت في البحث العلمي والتطبيقات الإلكترونية والمنصات التعليمية، الأمر الذي يزيد من عدد ساعات الاستخدام، وقد يؤدي إلى ارتفاع مستوى التعلق بالإنترنت لدى هذه الفئة من الطلبة.

ثالثا ـ التساؤل الثالث : ما مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية يفرن " للإجابة على هذا التساؤل تم حساب اختبار (تي) لعينة واحدة وجدول (10) يوضح النتائج كما يلي.

جدول (10) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينة واحدة

المحور	الوسط الفرضي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار t	مستوى الدلالة
النفسية العاطفية	3	47	2.3830	1.22	3.47	0.001
النفسية الاجتماعية	3	47	2.1617	.96	5.98	0.0
النفسية الاسرية	3	47	1.8191	1.13	7.20	0.0
الوحدة للنفسية	3	47	2.1213	1.09	5.51	0.0

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (10) إلى أن:

1) قيمة اختبارt لاختبار الوحدة النفسية العاطفية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن يساوي 3.47 بمستوى دلالة يساوي 0.001 وهي أقل من 0.05, والمتوسط الحسابي يساوي (2.3830) وهو اقل من الوسط الفرضي وهذا يعني ان النتائج التي تشير إلى ان النفسية العاطفية لطلاب كلية التربية بمدينة يفرن كان ضعيفة

2) قيمة اختبارt لاختبار الوحدة النفسية الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن يساوي 5.98 بمستوى دلالة يساوي 0.0 وهي أقل من 0.05, والمتوسط الحسابي يساوي (2.1617) وهو اقل من الوسط الفرضي وهذا يعني ان النتائج التي تشير إلى ان النفسية الاجتماعية لطلاب كلية التربية بمدينة يفرن كانت ضعيفة

3) قيمة اختبارt لاختبار الوحدة النفسية الاسرية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن يساوي 7.20 بمستوى دلالة يساوي 0.0 وهي أقل من 0.05, والمتوسط الحسابي يساوي (1.8191) وهو اقل من الوسط الفرضي وهذا يعني ان النتائج التي تشير إلى ان النفسية الاسرية طلاب كلية التربية بمدينة يفرن كانت ضعيفة

4) قيمة اختبارt لاختبار الوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن يساوي 5.51 بمستوى دلالة يساوي 0.0 وهي أقل من 0.05, والمتوسط الحسابي يساوي (2.1213) وهو اقل من الوسط الفرضي وهذا يعني ان النتائج التي تشير إلى ان الوحدة النفسية لطلاب كلية التربية بمدينة يفرن كانت ضعيفة

رابعا – التساؤل الرابع : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة تبعًا لمتغيرات (النوع ، التخصص)؟

للإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث اختبار (تي) لعينتين مستقلتين

جدول رقم (11) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينتين مستقلتين تبعا لمتغير الجنس

	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة تي	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	ذكور	23	1.74	1.21	2.615	0.01
	اناث	97	2.4	1.04		

يتضح من خلال جدول رقم (11) الخاص بنتائج اختبار (t) لعينتين مستقلتين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية تبعًا لمتغير النوع، حيث بلغت قيمة (T = 2.615) عند مستوى دلالة (0.01)، وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على وجود فروق حقيقية بين الذكور والإناث في مستوى الشعور بالوحدة النفسية.

كما تشير المتوسطات الحسابية إلى أن متوسط الوحدة النفسية لدى الإناث بلغ (2.4)، وهو أعلى من متوسط الذكور البالغ (1.74)، مما يدل على أن الإناث أكثر شعورًا بالوحدة النفسية مقارنة بالذكور في عينة البحث .

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإناث أكثر حساسية وتأثرًا بالعلاقات الاجتماعية والانفعالية، الأمر الذي يجعلهن أكثر عرضة للشعور بالعزلة أو الفراغ النفسي عند ضعف التفاعل الاجتماعي أو عدم إشباع الحاجات الانفعالية. كما قد تعود هذه النتيجة إلى طبيعة الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجهها الطالبات، إضافة إلى الميل إلى الانطواء أو قضاء وقت أطول في استخدام الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي، مما قد يزيد من الإحساس بالوحدة النفسية.

جدول رقم (12) يوضح نتائج اختبار (تي) لعينتين مستقلتين تبعا لمتغير التخصص

	التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة تي	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	علمي	50	2.961	1.091	6.414	0.0
	ادبي	70	1.786	0.825		

يتضح من نتائج جدول رقم (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية تبعًا لمتغير التخصص، حيث بلغت قيمة (T = 6.414) عند مستوى دلالة (0.0)، وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على وجود فروق حقيقية بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الأدبي في مستوى الوحدة النفسية.

كما تشير المتوسطات الحسابية إلى أن متوسط الوحدة النفسية لدى طلبة التخصص العلمي بلغ (2.961)، وهو أعلى من متوسط طلبة التخصص الأدبي البالغ (1.786)، مما يدل على أن طلبة التخصصات العلمية أكثر شعورًا بالوحدة النفسية مقارنة بطلبة التخصصات الأدبية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن طبيعة الدراسة في التخصصات العلمية تتطلب وقتًا وجهدًا أكبر في الدراسة والمتابعة الأكاديمية، مما قد يقلل من فرص التفاعل الاجتماعي والمشاركة في الأنشطة الاجتماعية، الأمر الذي يزيد من الشعور بالعزلة والوحدة النفسية. كما أن الضغوط الدراسية والاعتماد المكثف على الدراسة الفردية قد يسهمان في ارتفاع مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة التخصصات العلمية.

خامسا- التساؤل الخامس : هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغيري إدمان الأنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن

للإجابة على هذا التساؤل استخدم الباحث اختبار بيرسون للارتباط

جدول رقم (13) يوضح نتائج معامل بيرسون للارتباط

الوحدة النفسية	ادمان الانترنت		
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	
	0.796^{**}	0.0	دال احصائيا

يتضح من خلال جدول رقم (13) لاختبار معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.796)، عند مستوى دلالة (0.00)، وهي قيمة أقل من مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين علاقة دالة إحصائياً.

وتشير قيمة معامل الارتباط إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية نسبيًا، أي أنه كلما ارتفع مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة ارتفع معه مستوى الشعور بالوحدة النفسية، والعكس صحيح.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الإفراط في استخدام الإنترنت يؤدي إلى تقليل التفاعل الاجتماعي الواقعي مع الأسرة والأصدقاء، مما يضعف العلاقات الاجتماعية المباشرة ويزيد من شعور الفرد بالعزلة والانطواء النفسي. كما أن الاعتماد المفرط على التواصل الإلكتروني قد يجعل الطالب أقل اندماجًا في الأنشطة الاجتماعية والجامعية، الأمر الذي ينعكس على حالته النفسية ويزيد من إحساسه بالوحدة.

كما قد يُستخدم الإنترنت كوسيلة للهروب من الضغوط النفسية أو المشكلات الاجتماعية، إلا أن الاستخدام المفرط قد يؤدي مع الوقت إلى زيادة العزلة الاجتماعية والشعور بالفراغ النفسي، مما يعزز العلاقة بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية

أهم النتائـــج:

1- أظهرت نتائج البحث أن مستوى إدمان الإنترنت لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن جاء منخفضًا، حيث كان المتوسط الحسابي أقل من الوسط الفرضي، مما يشير إلى أن الطلبة لا يعانون بدرجة مرتفعة من إدمان الإنترنت، رغم الانتشار الواسع لاستخدامه في الحياة اليومية والدراسة.

2- كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت تبعًا لمتغير الجنس، حيث تبين أن الإناث أكثر عرضة لإدمان الإنترنت مقارنة بالذكور، وهو ما قد يرتبط بطبيعة الاستخدام المرتبط بوسائل التواصل الاجتماعي والتفاعل الإلكتروني.

3- أظهرت البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت تبعًا لمتغير التخصص، حيث كان طلبة التخصصات العلمية أكثر استخدامًا وإدمانًا للإنترنت مقارنة بطلبة التخصصات الأدبية، نتيجة لاعتمادهم بصورة أكبر على التطبيقات والمنصات التعليمية الإلكترونية.

4- بينت النتائج أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلبة كلية التربية بمدينة يفرن جاء منخفضًا بصورة عامة في أبعادها المختلفة (العاطفية، والاجتماعية، والأسرية)، مما يعكس وجود مستوى مقبول من التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلبة.

5- أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية تبعًا لمتغير الجنس، حيث كانت الإناث أكثر شعورًا بالوحدة النفسية مقارنة بالذكور، وهو ما قد يعود إلى الحساسية الانفعالية والاهتمام الأكبر بالعلاقات الاجتماعية لدى الإناث.

6- أظهرت البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية تبعًا لمتغير التخصص، حيث ارتفع الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة التخصصات العلمية مقارنة بطلبة التخصصات الأدبية، نتيجة الضغوط الدراسية وكثرة الاعتماد على الدراسة الفردية.

7- كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين إدمان الإنترنت والوحدة النفسية، مما يدل على أنه كلما زاد استخدام الطلبة للإنترنت بصورة مفرطة ارتفع مستوى الشعور لديهم بالوحدة النفسية والعزلة الاجتماعية.

التوصيات:

1- ضرورة تعزيز الوعي لدى طلبة الجامعات بمخاطر الاستخدام المفرط للإنترنت، من خلال تنظيم حملات توعوية وبرامج إرشادية تهدف إلى ترشيد استخدام وسائل التواصل الاجتماعي والإنترنت بصورة عامة.

2- الاهتمام بتفعيل الأنشطة الطلابية والثقافية والرياضية داخل الجامعة، لما لها من دور مهم في تعزيز التفاعل الاجتماعي وتقليل الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة.

3-تقديم برامج دعم وإرشاد نفسي للطلبة، خاصة الفئات الأكثر عرضة للشعور بالوحدة النفسية أو الإفراط في استخدام الإنترنت، بهدف تعزيز التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.

4- تشجيع الطلبة على تنمية العلاقات الاجتماعية الواقعية والمشاركة في الأعمال الجماعية والأنشطة الجامعية، بما يسهم في الحد من العزلة الاجتماعية.

5- توجيه أعضاء هيئة التدريس إلى مراعاة الجوانب النفسية والاجتماعية للطلبة، خاصة طلبة التخصصات العلمية الذين أظهرت النتائج ارتفاعًا في مستوى إدمان الإنترنت والوحدة النفسية لديهم.

6- تعزيز دور الأسرة في متابعة استخدام الأبناء للإنترنت وتوجيههم نحو الاستخدام الإيجابي والمتوازن للتقنيات الحديثة.

7- الاستفادة من الإنترنت بصورة تعليمية وأكاديمية منظمة، مع تقليل الاستخدام الترفيهي المفرط الذي قد يؤدي إلى العزلة النفسية والاجتماعية.

المقترحات:

1- إجـــراء دراسات مستقبلية حول إدمان الإنترنت وعلاقته بمتغيرات نفسية أخرى مثل القلق، والاكتئاب، والاحتراق النفسي، والتوافق الاجتماعي.

2- إجراء دراسات مماثلة على عينات أوسع ومن جامعات ومراحل تعليمية مختلفة للمقارنة بين النتائج.

3- دراسة أثر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل منفصل عن الاستخدام العام للإنترنت لمعرفة التطبيقات الأكثر ارتباطًا بالشعور بالوحدة النفسية.

4-تصميم برامج إرشادية وعلاجية لخفض مستوى إدمان الإنترنت لدى الطلبة، وقياس مدى فاعليتها في تحسين الصحة النفسية.

5- دراسة الفروق في إدمان الإنترنت والوحدة النفسية تبعًا لمتغيرات أخرى مثل العمر، والمستوى الاقتصادي، والتحصيل الدراسي، والحالة الاجتماعية.

6- إجراء بحوث نوعية تعتمد على المقابلات الشخصية لفهم الجوانب النفسية والاجتماعية المرتبطة باستخدام الإنترنت بصورة أعمق.

بيان تضارب المصالـــح:

يُقر المؤلف بعدم وجود أي تضارب مالي أو علاقات شخصية معروفة قد تؤثر على العمل المذكور في هذه الورقة.

المراجـــــــــــع:

1 ـــ بشرى إسماعيل أرنوط (2007) إدمان الانترنت وعلاقته بكل من إبعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، العدد 55 .

2 ـــ (خضر، نرمين 2009) الآثار النفسية والاجتماعية لاستخدام الشباب المصري لمواقع الشبكات الاجتماعية (دراسة على مستخدمي موقع) .Facebook .القاهرة المؤتمر العلمي الأول : الأسرة والإعلام وتحديات العصر.

3 ـ إبراهيم بن سالم الصباطي ، محمود يوسف رسلان ، محمد النوبي علي (2010) إدمان الانترنت ودوافع استخدامه في علاقهما بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ، المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل للعلوم الإنسانية والإدارية . 11 (1) 91 ـ 144 .

4 ـــ أمل عبدالرحمن الشهري ، ولاء عبدالمنعم العشري (2020) : إدمان الانترنت وعلاقته بالوحدة النفسية والقلق لدى طالبات الجامعة ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية (2) 28 .

5 ـ يونغ كيمبرلي (1998) الإدمان على الانترنت (هاني أحمد ثلجي ، مترجم) : بيت الأفكار الدولية ، عمان .

6 ـــ ويكيبديا الموسوعة الحرة (2009) إدمان الانترنت 6 ـــ 3 / 6 / 2009 / ar : http Wikipedia Org wiki

7 ـ خالد المقدادي (2013) ثورة الشبكات الاجتماعية ، ماهية مواقع التواصل الاجتماعي وأبعادها ، الاردن دار النفائس للنشر والتوزيع.

8 ـ محمد المنصور (2012) تأثير شبكات التواصل الاجتماعي على جمهور المتلقين دراسة مقارنة للمواقع الاجتماعية والمواقع الإلكترونية ، رسالة ماجستير، الأكاديمية العربية في الدنمارك.

9 ـ صبا منير حسين (2018) إدمان الانترنت وعلاقته بالاكتئاب والوحدة النفسية لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة

10 ـــ هاني الجزار (2011) : أسباب الشعور بالوحدة النفسية لدي الشباب ، مصر : دار هلا للنشر والتوزيع

11 ـ سامية ابريعم (2014) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلبة جامعة أم البواقي في الجزائر ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العموم الإنسانية) ، 280 (10) 1 ـ 32 .

12ـ محمد محمد عبد المنعم (2018) أثر استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على مهارات التواصل الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب جامعة الملك فيصل، المجلة الدولية للعلوم التربوية

والنفسية. المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية. متاح على 340 https://journal.iugaza.edu.ps/index.php/IUGJEPS/article/view/5
13ــ أسماء بنت فراج بن خليوي (2017) الاضطرابات النفسية المرتبطة باستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية (4)25
14ــ مريم مراكشي (2014) استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين فايسبوك أنموذجا)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. جامعة محمد خيضر
15 ــ زهرة علي أبوالقاسم فطوح (2019) إدمان الإنترنت و علاقته بالتواصل الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة طرابلس (دراسة ميدانية) ، كلية التربية جنزور ، جامعة طرابلس ، مجلة كليات التربية (77) العدد السادس عشر ديسمبر 2019 .
16 ـ العجيلي عصمان سركز ، عياد سعيد إمطير (2013) : البحث العلمي أساليبه وتقنياته ، منشورات المكتبة الجامعية للطباعة والنشر والتوزيع ، الزاوية ، ليبيا .
17 ــ سهير الشريف جودر (2022) ، الإدمان على الإنترنت وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلاب كلية التربية بمدينة العجيلات ، رسالة ماجستير " غير منشورة " ، كلية التربية بمدينة العجيلات ، ليبيا .
18 ـ الزيدي، 2014ص8، امل علي ناصر (2014) ادمان الانترنت وعلاقته بالتواصلالاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة نزوى رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نزوى، عمان
19 ــ شاهين، محمد احمد (2015...فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي في خفض ادمان الانترنت لدى عينة من الطلبة الجامعيين، مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) المجلد التاسع عشر العدد الثاني، فلسطين).
20 ـ أحلام محمد الغامدي (2020) : الوحدة النفسية وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الباحة ، مجلة كلية التربية ، المنصورة ، مصر ، العدد (110) ص ص 1479 ــ 1529 .
21 ـ جوهرة عبدالقادر شيبي ، (2005) : الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة ، رسالة ماجستير " غير منشورة " ، كلية التربية ، جامعة م القرى ، المملكة العربية السعودية .
22 ـ علي بن حمد بن حمد دغريري ، (2017) : إدمان شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث ، العدد (1) ، المجلد (2) ، 90 ــ 110 .
23. Kuss, Daria J & Griffiths, Mark D. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. International Journal of Environmental Research and Public Health, Vol 8, 3528- 3552.
24. Das, Biswajit & Sahoo, Jyoti Shankar. (2011). Social Networking Sites – A Critical Analysis of Its Impact on Personal and Social Life. International Journal of Business and Social Science, Vol 2 (14).
25. Saliceti F . (2015) . Internet Addiction Disorder (IAD) . Social and Behavioral Sciences . 191 ; 1372 _ 1376 .
26 . Chou , C ., and Hsiao , M . C . (2000) . " Internet addiction , usage , gratifications , and pleasure , Volume 35 . Number 1 , pp 65 _ 80 .

27 .Chou , C . & Tyan , N . (1999) . " An exploratory study of Internet addiction , usage and communication pleasure ; The Taiwan,s case " International Journal of Educational Telecommunication , Volume 5 , Number 1 . pp . 47 _ 64 .

28 . Brenner , V. (1997) Psychology of computer . XLVII . Parameters of Internet use , abuse and addiction ; the first 90 days of the Internet usage survey , Psychological Reports , 80 , pp . 879 _ 882 .

29 . Young , K . S . (1999) . " Internet addiction ; Symptoms , evaluation , and treatment " . In ; Vander Creek, L . , & Jackson , T. (eds) , Innovations in Clinical Practice ; A Source Book Vol . 17 . Sarasota FL ; Professional Resource Press , pp . 19 _ 31 .

30 . . Young , K . S ., & Rogers, R . C . (1998) . " The relationship between depression and Internet addiction " Cyber Psychology and Behavior , Volume 1 , Number 1 .

31. Schwartz, Madeline, (2010). The usage of Face book as it relates to narcissism, self-esteem and loneliness. Doctor of Psychology. Pace university.

32.Savci, M., & Aysan, F. (2016). Relationship between impulsivity, social media usage and loneliness. Educational Process: International Journal, 5(2), 106. Retrieve from: http://dx.doi.org/10.12973/edupij.2016.52.2

33 . Ye, S., Ho, K. K., & Zerbe, A. (2021). The effects of social media usage on loneliness and well-being: analysing friendship connections of Facebook, Twitter and Instagram. Information Discovery and Delivery. Retrieve from: https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/IDD-08-2020-0091/full/html

.34.Youssef, L., Hallit, R., Kheir, N., Obeid, S., & Hallit, S. (2020)op.cit

35 .Johnson, J. E. (2020). Social Media Use, Social Comparison, and Loneliness (Doctoral dissertation, Portland State University). Retrieve from: https://www.proquest.com/openview/38e04721eb61209eea2e36 .c0f21c8d/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y11

36.Mazuz. K., & Yom-Tov, E. (2020). Analyzing trends of loneliness through large-scale analysis of social media postings: observational study. JMIR mental health, 7(4), e17188. Retrieve from doi: 10.2196/17188