



Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

<https://joupress.uobabylon.edu.iq/>



Modeling the Causal Relationship Between Perceived Digital Immersion Risks and Mood Disorders with Academic Achievement in Volleyball for Students

Alaa Jabbar Abd, Prof. Dr. Hayder Abdul-Ridha Tarad

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

Phy521.alaa.jabar@student.uobabylon.edu.iq

phy.hayder.abd@uobabylon.edu.iq

Research Received: 20/1/2026 Research Published: 28/3/2026

Abstract

This research aims to identify the correlation between perceived risks of digital immersion, mood disorders, and academic achievement in volleyball among students, and to develop a model that clarifies and explains the nature of the direct and indirect causal relationship between these risks. The researchers employed a descriptive approach using survey methodology and correlational and causal studies, as it is suitable for the nature and problem of the research. The research population consisted of third-year students in the faculties of physical education and sports sciences at the Middle Euphrates public universities during the academic year (2025–2026), totaling (1086) male and female students. The pilot sample consisted of (20) male and female students, the control sample consisted of (500) male and female students, and the main sample consisted of (200) male and female students. A scale measuring perceived digital preoccupation risks, consisting of (38) items, and a scale measuring mood disorders, consisting of (24) items, were developed. The academic achievement grade in volleyball for third-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences – University of Babylon, which is considered the final grade for the first semester, was obtained. A causal relationship model was constructed for the domains of perceived digital preoccupation risks, which represent the independent variables, with mood disorders as the mediating variable and academic achievement in volleyball as the dependent variable. The research yielded several conclusions, including a significant correlation between perceived risks of digital immersion and mood disorders and academic achievement in volleyball among students. It also found a direct impact of perceived risks of digital immersion (psychological and academic) on students' academic performance in volleyball. The research recommended raising student awareness of the risks of digital immersion and its effects on mental health and academic achievement, and implementing psychological counseling programs aimed at reducing mood disorders resulting from digital use.

Keywords: Causal relationship, risks of digital immersion, mood disorders, volleyball

نمذجة العلاقة السببية لمخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية بالتحصيل

الدراسي في الكرة الطائرة للطلبة

الاء جبار عبد ، أ.د. حيدر عبد الرضا طراد

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Phy521.alaa.jabar@student.uobabylon.edu.iq

phy.hayder.abd@uobabylon.edu.iq

تاريخ نشر البحث 2026/3/28

تاريخ استلام البحث 2026/1/20

المخلص

يهدف البحث الى معرفة العلاقة الارتباطية بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة لدى الطلبة، وبناء انموذج يوضح ويفسر طبيعة العلاقة السببية المباشرة وغير المباشرة بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة لدى الطلبة. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والسببية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث. وتحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات الفرات الأوسط الحكومية للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (1086) طالب وطالبة، وتكونت العينة الاستطلاعية من (20) طالب وطالبة ، وتكونت عينة الاعداد (500) طالب وطالبة ، وبلغت العينة الرئيسية (200) طالب وطالبة ، وتم اعداد مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة بواقع (38) فقرة ومقياس الاضطرابات المزاجية بواقع (24) فقرة ، تم الحصول على درجة التحصيل الدراسي في مادة الكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل والتي تعتبر الدرجة النهائية للكورس الدراسي الأول ، وتم بناء انموذج العلاقات السببية لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة للذان يمثلان المتغيرات المستقلة في الاضطرابات المزاجية كمتغير وسيط والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة كمتغير تابع . وخرج البحث بمجموعة من الاستنتاجات منها وجود علاقة ارتباط معنوية بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة للطلبة، وجود تأثير مباشر لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة (النفسية، الدراسية) في التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة للطلبة. وخرج البحث بتوصيات منها توعية الطلبة بمخاطر الاستغراق الرقمي وتأثيراته على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي، وإدخال برامج إرشادية نفسية تهدف إلى تقليل الاضطرابات المزاجية الناتجة عن الاستخدام الرقمي.

الكلمات المفتاحية: العلاقة السببية، مخاطر الاستغراق الرقمي، الاضطرابات المزاجية، الكرة الطائرة

1-المقدمة:

لقد خطت العملية التعليمية الجامعية خطوات واسعة نحو التقدم والتطور في السنوات الأخيرة، إذ استخدمت فيها مختلف العلوم ومنها علم النفس الرياضي، والتي كان لها التأثير الكبير والواضح في هذا التقدم والدور البارز للوصول بالتعلم الى مستوى أفضل في التحصيل الدراسي. ويعد التحصيل الدراسي من المفاهيم التربوية المركبة والمعقدة نظراً لارتباطه بالعديد من المتغيرات الاجتماعية والنفسية والشخصية، وان التحصيل الدراسي يلعب دوراً مهماً في صنع الحياة اليومية للطلبة والأسرة والمجتمع، فهو نتاج محسوس ومؤشر هام للنجاح أو الفشل بالنسبة للطلاب في المهام الدراسية التي يقوم بها.

ومن المهام الدراسية التي يقوم بها طالب التربية الرياضية هي الالعب الفرقية التي اصبحت لها مكانة متميزة في جميع انحاء العالم لكونها نموذجاً جيداً للالعب الجماعية، وتعد النواحي النفسية مطلباً ضرورياً للطلبة، اذ هي الاساس الذي تبدأ فيه عملية التعلم، فكلما كانت المتطلبات النفسية عالية كانت القدرة على اداء الواجبات الدراسية على أكمل وجه، ومن هنا تأتي اهمية الجوانب النفسية والاجتماعية للطلبة لممارسة الالعب الفرقية للدراسة والتي تتضمن العاب عدة ومن ضمنها لعبة الكرة الطائرة.

ومن المتغيرات الاجتماعية التي يعتقد البحث ان لها علاقة بالتحصيل الدراسي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة هي مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة، إذ يعد أحد أبرز الظواهر الناتجة عن هذا التطور التكنولوجي، حيث أصبح الطلبة الجامعيون يعتمدون بشكل متزايد على الأجهزة الذكية والتقنيات الحديثة في أنشطتهم اليومية، سواء كانت تعليمية أو ترفيهية. وعلى الرغم من الفوائد التي تقدمها التكنولوجيا من حيث سهولة الوصول إلى المعلومات وتعزيز التواصل الاجتماعي، إلا أن الاستخدام المفرط لهذه الأجهزة يمكن أن يؤدي إلى العديد من الآثار السلبية التي تمس الجوانب النفسية والأكاديمية، وخاصة بالنسبة للطلبة الذين يشاركون في الأنشطة الرياضية الجماعية مثل لعبة الكرة الطائرة. ويرى (Fischer at al 2021) ما يدركه الفرد من مخاطر ومظاهر ضيق وارهاق واستياء يخبر به ذاتياً، ناتجة عن الافراط المستخدم والمبالغ فيه للأجهزة الكترونية واهدار للوقت والجهد على منصات التواصل الاجتماعي على صعيد مجموع من المجالات (النفسية، الصحية، الدراسية، الأخلاقية). (Fischer at al , 2021 , 3)

ومن العوامل الاخرى التي قد تؤثر في التحصيل الدراسي للطلبة هي الاضطرابات المزاجية، اذ ان حياة الطلبة مليئة بالصعوبات والمعوقات التي تؤثر في مسيرته الدراسية، وتحقيق اهدافه، واشباع دوافعه، بسبب الاضطرابات النفسية كالخوف، والاكتئاب، والغضب، والخجل، والقلق، والعجز، وخيبة الامل، وهذه الاضطرابات الناتجة عن الفشل والافخاق في مواجهة الصعوبات

والتحديات تؤدي الى تشويش وتعكير المزاج لديه ، مما يؤثر على استقراره الدراسي وتحقيق الاهداف التي يطمح اليها ، وتعد الاضطرابات المزاجية من اكثر الاضطرابات شيوعاً فهي مسؤولة عن كثير من المعاناة والالام النفسية للناس ومنها طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

ومن خلال المتابعة الميدانية واطلاع وتقصي الباحثان لنتائج طلبة المرحلة الثالثة في دروس الألعاب الفرعية ومنها لعبة الكرة الطائرة، وجدا ان هنالك تذبذب وانخفاض في مستوى التحصيل الدراسي لديهم في دروس هذه اللعبة. ويعتقد الباحثان ان السبب يعود لتأثير بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية فضلا عن بعض الجوانب الأخرى، ومن هذه المتغيرات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية.

ويهدف البحث الى:

- 1-أعداد مقياسي مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية لدى الطلبة.
- 2-معرفة مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة الاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة لدى الطلبة.
- 3-معرفة العلاقة الارتباطية بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة لدى الطلبة.
- 4-بناء نموذج يوضح ويفسر طبيعة العلاقة السببية المباشرة وغير المباشرة بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة لدى الطلبة.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفيّ بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والسببية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعيناته:

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة للدراسة الصباحية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات الفرات الأوسط الحكومية (بابل، كربلاء، الكوفة، القادسية، القاسم الخضراء) للعام الدراسي (2024-2025) والبالغ عددهم (1086) طالب وطالبة، وتم اختيار عينات البحث بالأسلوب الطبقي العشوائي حيث تم تقسيمهم الى عينة التجربة الاستطلاعية (20)، وعينة الاعداد (500)، والعينة الرئيسة (200) والتي تكونت من طلبة جامعة بابل.

2-3 أدوات البحث:

- مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة

- مقياس الاضطرابات المزاجية

- استمارة درجات التحصيل الدراسي للطلبة

2-4-1 إجراءات اعداد مقياسي مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية:

اعتمد الباحثان على مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة المعد من قبل (خشان 2025)، والبالغ عدد فقراته (48) فقرة، يمثلن أربع مجالات (المخاطر النفسية، المخاطر الدراسية، المخاطر الصحية، المخاطر الأخلاقية)، ووضعت أربعة بدائل للإجابة وهي (تمثل خطر بدرجة كبيرة، تمثل خطر بدرجة متوسطة، تمثل خطر بدرجة ضعيفة، لا تمثل خطراً)، وان اعلى درجة للمقياس هي (192) واقل درجة هي (48) والوسط الفرضي هو (120)، والطالب الذي تكون درجته اعلى من الوسط الفرضي فهو يمتلك مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة.

واعتمد الباحثان على مقياس الاضطرابات المزاجية المعد من قبل (حوراء محمد علي 2017) المطبق على لاعبي بعض الالعاب الفرقية ، وتم تكيفه على طلبة الجامعة من قبل (عبد الحسين 2021) ، المتكون من (30) فقرة ، (9) فقرات منها صيغت بالاتجاه ، اما بقية الفقرات البالغ عددها (21) فقرة صيغت بالاتجاه الايجابي يمثلن خمسة مجالات (الاضطرابات الانفعالية ، الاضطرابات الوجدانية ، الاضطرابات الاجتماعية ، الاضطرابات السلوكية ، الاضطرابات الشخصية) ، ووضعت أربعة بدائل للإجابة وهي (دائماً ، غالباً ، احياناً ، نادراً ، ابدأً) مفتاح التصحيح للفقرات الإيجابية (1، 2، 3، 4، 5) وللفقرات السلبية (5، 4، 3، 2، 1) ، وان اعلى درجة للمقياس هي (150) واقل درجة هي (30) ، والوسط الفرضي هو (90) ، والطالب الذي تكون درجته اعلى من الوسط الفرضي فهو يمتلك اضطرابات مزاجية .

2-4-2 تحديد صلاحية فقرات المقياسين:

بعد تعديل بعض الفقرات للمقياسين تم عرضهما ضمن استبانة على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي والاختبار والقياس والبالغ عددهم (13) لغرض الحكم على صلاحية تلك الفقرات او عدم صلاحيتها من حيث الصياغة وملاءمتها لقياس ما أُعد له، وحللت استجابات المختصين عن طريق استعمال قانون (كا²)، وتبين ان فقرتان من مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة وهما (5، 48) ظهرت غير معنوية. وايضاً فقرتان من مقياس الاضطرابات المزاجية وهما (4، 17) ظهرت غير معنوية لكون القيمة المحسوبة لـ (كا²) لهما ظهرت اقل من القيمة الجدولية المقابلة لهما والبالغة (3.84). وبذلك الإبقاء على (46) فقرة لمقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة، و(28) فقرة لمقياس الاضطرابات المزاجية جاهزة للتطبيق على عينة الاعداد.

2-4-3 وضع تعليمات الإجابة عن فقرات المقياسين:

أعدّ الباحثان تعليمات خاصة للإجابة على فقرات المقياسين، وروعي في إعداد هذه التعليمات أن تكون واضحة وسهلة الفهم، والإجابة تكون على الفقرات كافة. ووضع علامة (√) في الحقل الذي يتفق مع اجابتك مع كل فقرة من فقرات المقياس، وان النتائج سرية وهي لأغراض البحث العلمي فقط.

2-4-4 التجربة الاستطلاعية للمقياسين:

أجرى الباحثان تجربتهما الاستطلاعية يومي الاحد والاثنين الموافق (23-24/11/2025) على عينة مكونة من (20) طالب من المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل، وبلغ زمن متوسط الإجابة عن فقرات المقياسين (25) دقيقة. وكانت التعليمات والفقرات واضحة للعينة ولم تكن هناك صعوبات اثناء تطبيق المقياسين.

2-4-5 تطبيق المقياسين على عينة الاعداد:

طبق مقياسي مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية على عينة الاعداد والبالغ عددهم (500) طالب وطالبة من المرحلة الثالثة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات (بابل، كربلاء، الكوفة، القادسية، القاسم الخضراء)، وجرى ذلك في المدة من يوم الاحد الموافق (2025/12/7) إلى يوم الثلاثاء الموافق (2025/12/9) في القاعات الدراسية لتلك الكليات.

2-4-6 تصحيح المقياسين:

حسبت الدرجة الكلية لكل مقياس على أساس مجموع أوزان الإجابات عن فقرات المقياس، والجدول (1) يبين المعاملات الاحصائية لنتائج عينة الاعداد.

الجدول (1) يبين المعاملات الاحصائية لنتائج عينة الاعداد على المقياسين

المقياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الخطأ المعياري	اعلى قيمة	اقل قيمة
مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة	127.164	128	7.611	-0.330	0.340	104	142
الاضطرابات المزاجية	94.654	94	8.368	0.234	0.374	72	114

2-4-7 التحليل الاحصائي لفقرات المقياسين:

اتبع الباحثان أسلوبين في تحليل فقرات المقياسين، وهما:

اولاً: القدرة التمييزية (المجموعتين الطرفيتين):

للكشف عن القدرة التمييزية لفقرات المقياسين استعمل أسلوب المجموعتين الطرفيتين، على عينة التحليل الإحصائي البالغة (500)، باتباع الخطوات الآتية:

- ترتيب الدرجات ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة في المقياس.
- تعيين ما نسبته (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و(27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، إذ بلغ عدد الاستمارات عند كل مجموعة (135) استمارة، واستبعاد نسبة (46%) الوسطى وعددها (230) استمارة.
- حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين وعدت قيمة (sig) دالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات.

الجدول (2) يبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة

الدلالة	قيمة Sig	قيمة (t) المحسوبة	الحدود الدنيا		الحدود العليا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.000	4.165	0.715	2.837	0.857	3.237	1
غير مميزة	0.717	0.362	0.681	2.793	0.973	2.756	2
مميزة	0.003	3.042	0.888	2.867	0.913	2.533	3
مميزة	0.007	2.739	1.011	2.726	0.897	3.044	4
غير مميزة	0.642	0.466	1.038	2.815	0.771	2.867	5
مميزة	0.008	2.689	0.934	2.644	0.779	2.926	6
مميزة	0.000	6.709	0.889	2.667	0.776	3.348	7
مميزة	0.000	4.203	0.896	2.630	0.780	3.059	8
مميزة	0.000	8.041	0.893	2.089	0.893	2.963	9
مميزة	0.000	4.083	1.294	2.763	0.709	3.281	10
مميزة	0.001	3.237	1.034	2.719	0.792	3.082	11
مميزة	0.000	4.679	0.818	2.474	0.922	2.970	12
مميزة	0.000	11.657	0.952	1.889	0.874	3.185	13
مميزة	0.010	2.583	1.180	2.593	0.752	2.904	14
مميزة	0.001	3.244	0.880	2.511	0.921	2.867	15
مميزة	0.000	5.081	0.961	2.474	0.956	3.067	16
مميزة	0.000	6.624	1.066	2.267	0.787	3.022	17
مميزة	0.000	4.224	0.975	2.319	0.926	2.807	18
مميزة	0.000	5.403	0.961	2.289	0.861	2.889	19
مميزة	0.000	6.201	0.816	2.437	0.813	3.052	20
مميزة	0.000	6.691	0.929	2.133	0.833	2.852	21
مميزة	0.000	5.345	1.103	2.170	0.989	2.852	22
مميزة	0.000	9.349	1.165	2.030	0.871	3.200	23
مميزة	0.022	2.305	1.307	2.415	0.798	2.719	24
غير مميزة	0.278	1.086	1.033	2.578	0.865	2.704	25

غير مميزة	0.444	0.767	1.001	2.607	0.900	2.696	26
مميزة	0.000	8.241	1.001	2.296	0.855	3.230	27
مميزة	0.000	5.672	1.168	2.356	0.707	3.022	28
مميزة	0.047	1.994	1.264	2.793	0.827	2.533	29
مميزة	0.000	4.131	0.822	3.104	1.154	2.600	30
مميزة	0.011	2.553	0.735	2.815	0.835	3.059	31
مميزة	0.000	3.561	0.913	2.467	0.899	2.859	32
مميزة	0.000	7.420	1.113	2.259	0.777	3.126	33
مميزة	0.038	2.091	1.166	2.607	0.774	2.859	34
غير مميزة	0.217	1.237	0.853	2.867	0.819	2.741	35
مميزة	0.001	3.382	0.920	2.748	0.986	3.141	36
غير مميزة	0.455	0.749	1.029	2.741	0.919	2.830	37
غير مميزة	0.222	1.223	0.929	2.904	0.753	3.030	38
مميزة	0.001	3.369	0.847	2.919	0.851	2.570	39
مميزة	0.000	4.497	1.016	2.600	0.813	3.104	40
مميزة	0.000	4.219	0.953	2.326	0.735	2.763	41
مميزة	0.000	7.974	1.033	2.170	0.816	3.074	42
مميزة	0.000	3.873	1.125	2.630	0.796	3.089	43
مميزة	0.000	7.132	1.059	2.400	0.738	3.193	44
مميزة	0.015	2.457	0.883	2.733	0.851	2.993	45
مميزة	0.000	9.013	0.833	2.089	0.855	3.015	46

يتبين لنا من الجدول (2) ان (39) فقرة من مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة ظهرت مميزة لان قيمة (sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وتبين ان (7) فقرات ظهرت غير مميزة لان قيمة (sig) كانت اعلى من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك الإبقاء على (39) فقرة جاهزة للتحليل الاحصائي بطريقة الاتساق الداخلي.

الجدول (3) يبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس الاضطرابات المزاجية

الدلالة	قيمة Sig	قيمة (t) المحسوبة	الحدود الدنيا		الحدود العليا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.004	2.894	1.072	2.985	1.352	3.415	1
غير مميزة	0.317	1.002	1.132	3.504	1.176	3.363	2
مميزة	0.028	2.211	1.116	3.244	1.195	3.556	3
مميزة	0.000	7.023	1.033	2.874	1.132	3.800	4
غير مميزة	0.606	0.517	1.334	3.348	1.255	3.430	5
مميزة	0.000	3.640	1.108	3.407	1.197	3.919	6
مميزة	0.014	2.468	1.124	3.252	1.192	3.600	7
غير مميزة	1.000	0.000	0.982	3.444	1.137	3.444	8
مميزة	0.000	3.686	1.087	3.067	1.282	3.600	9
مميزة	0.004	2.891	0.954	3.385	1.143	3.756	10
مميزة	0.000	4.714	1.194	2.993	1.207	3.681	11
مميزة	0.008	2.679	1.099	2.956	1.259	3.341	12
مميزة	0.002	3.146	1.213	3.148	1.263	3.622	13
مميزة	0.000	6.978	1.338	2.622	1.168	3.689	14
مميزة	0.001	3.320	1.101	3.267	1.099	3.711	15
مميزة	0.001	3.450	1.225	3.022	1.314	3.556	16
مميزة	0.000	6.628	0.973	2.911	1.315	3.844	17
مميزة	0.000	5.167	1.018	3.007	1.254	3.726	18
مميزة	0.001	3.305	1.024	3.163	1.075	3.585	19
غير مميزة	0.782	0.277	1.016	3.400	1.176	3.363	20
مميزة	0.000	5.038	1.142	2.963	1.177	3.674	21
مميزة	0.000	6.253	1.210	3.207	1.020	4.059	22
مميزة	0.002	3.118	1.202	3.326	1.139	3.770	23
مميزة	0.000	4.011	1.034	2.889	1.450	3.504	24
مميزة	0.008	2.665	1.159	3.000	1.125	3.370	25
مميزة	0.001	3.252	1.260	3.126	1.209	3.615	26
مميزة	0.001	3.444	1.151	3.452	1.111	3.926	27
مميزة	0.001	3.429	1.144	3.252	1.232	3.748	28

يتبين لنا من الجدول (3) ان (24) فقرة من مقياس الاضطرابات المزاجية ظهرت مميزة لان قيمة (sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وتبين ان (4) فقرات ظهرت غير مميزة لان قيمة (sig) كانت اعلى من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك الإبقاء على (24) فقرة جاهزة للتحليل الاحصائي بطريقة الاتساق الداخلي.

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي:

استخرجت قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) لجميع أفراد عينة الاعداد البالغ عددهم (500) طالب، عن طريق احتساب علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس. إذ تبين لنا في مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة ان (38) فقرة ظهرت معنوية الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية لمقياس، وذلك لان قيمة (sig) لجميع الفقرات هي اقل من مستوى الدلالة (0.05). وتبين ان فقرة واحدة والمرقمة (45) ظهرت غير معنوية وذلك لان قيمة (sig) لجميع الفقرات هي اعلى من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك تم الإبقاء على (38) فقرة جاهزة للتطبيق على العينة الرئيسة.

وفي مقياس الاضطرابات المزاجية تبين لنا ان جميع الفقرات البالغ عددها (24) فقرة ظهرت معنوية الارتباط بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية لمقياس الاضطرابات المزاجية، وذلك لان قيمة (sig) لجميع الفقرات هي اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك تم الإبقاء على (24) فقرة جاهزة للتطبيق على العينة الرئيسة.

2-5 الخصائص السيكومترية للمقياسين:

اولاً: صدق المقياسين:

1-الصدق الظاهري: تحقق هذا النوع من الصدق عندما عُرضت فقرات المقياسين بصيغتهما الاولى على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ليبيدي كل منهم رأيه في صلاحية الفقرات من عدمها.

2-الصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي): تحقق هذا الصدق في المقياسين عن طريق التحليل الإحصائي لفقرات المقياسين وذلك عن طريق إيجاد معاملات التمييز بواسطة المجموعتين الطرفيتين، وعن طريق استخراج الاتساق الداخلي للفقرات.

ثانياً: ثبات المقياسين: من أجل التحقق من ثبات المقياسين استعمل طريقة التجزئة النصفية على عينة الاعداد البالغة (500) طالب، إذ جرأت فقرات كل مقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية ، وبعدها حساب معامل ثبات نصف المقياس بين درجات الأفراد على قسمي المقياس باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) إذ بلغ (0.753) عند مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة ، وبلغ (0.742) عند مقياس الاضطرابات المزاجية ، وبعدها خضع معامل الارتباط للتصحيح باستخدام معادلة (سييرمان) وظهر معامل الثبات عال لكلا المقياسين ، إذ بلغ (0.859) عند مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة ، وبلغ (0.852) عند مقياس الاضطرابات المزاجية .

2-6 التجربة الرئيسية للمقياسين:

بعد اكمال عملية الاعداد طبق مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة بفقراته البالغة (38) فقرة ومقياس الاضطرابات المزاجية بفقراته البالغة (24) فقرة على أفراد عينة التجربة الرئيسية وهم طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل والبالغ عددهم (200) طالب وطالبة، بواقع (40) طالبة و(160) طالب، للمدة من يوم الاثنين الموافق (2026/2/16) إلى يوم الاربعاء الموافق (2026/2/18).

2-7 التحصيل الدراسي في الكرة الطائرة:

تم الحصول على درجة التحصيل الدراسي في مادة الكرة الطائرة لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل والتي تعتبر الدرجة النهائية للكورس الدراسي الأول للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (200) طالب وطالبة ، بواقع (40) طالبة و (160) طالب وتم أخذ معدلات الطلاب لها تمهيداً لأجراء المعالجات الإحصائية عليها .

2-8 الوسائل الإحصائية:

استعملت الحقيبة الإحصائية (SPSS) الاصدار (24) للوسائل الإحصائية لغرض معالجة النتائج، واستعمل برنامج (AMOS) الاصدار (24) في استخراج نتائج الاثر المباشر وغير المباشر للمتغيرات.

3 عرض ومناقشة النتائج:

3-1 عرض ومناقشة نتائج مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة:

الجدول (4) يبين نتائج الفروق بين الوسط الفرضي والحسابي في مقياس مخاطر الاستغراق

الرقمي المدركة

العينة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T المحسوبة	قيمة (Sig)	الدلالة الاحصائية
طلاب	160	105.338	6.587	95	19.853	0.000	معنوي
طالبات	40	105.700	6.446	95	10.499	0.000	معنوي
الكلي	200	105.410	6.544	95	22.496	0.000	معنوي

يتبين من نتائج الجدول (4) ان هناك فروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي في مقياس مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة، ولمعرفة معنوية الفروق بين الوسطين استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة، وتبين معنوية الفروق بين الوسطين ولصالح الوسط الحسابي المتحقق، وذلك لان قيمة (Sig) بلغت (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة (0.05). وتشير هذه النتيجة إلى أن طلبة المرحلة الثالثة يمتلكون مستوى مرتفع من مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة، وهو ما يعكس وعي إدراكي متقدم ناتج عن التعرض المستمر للبيئة الرقمية وما تفرضه من ضغوط معرفية وانفعالية، كما يمكن تفسير ذلك في ضوء طبيعة تخصص التربية البدنية الذي يعتمد على الأداء الحركي المباشر، مما يجعل الآثار السلبية للاستغراق الرقمي أكثر وضوحاً لدى الطلبة، فضلاً عن ذلك، فإن الخبرة الجامعية المتراكمة أسهمت في تعزيز هذا الإدراك من خلال التجربة الفعلية لتأثير الاستخدام الرقمي على الأداء الدراسي. إن الطلبة يعيشون في بيئة رقمية كثيفة المثيرات، وهذه البيئة تولد الحمل المعرفي الزائد الذي يدفع الطالب إلى الشعور بفقدان السيطرة على الوقت وتشتت الانتباه وضعف التركيز، ان طلبة التربية الرياضية يتطلب منهم انتباه عالي وتفاعل حسي -حركي لان التعلم يعتمد على الأداء الحركي المباشر وليس النظري فقط اي الممارسة الفعلية والتكرار البدني، وبالتالي فان أي استغراق رقمي يؤدي الى تقليل زمن الممارسة الفعلية لتعلم الأداء المهاري بالإضافة الى ضعف الاستعداد. وترى (شريف 2023) ان دراسة التأثيرات السلبية لمخاطر التكنولوجيا الرقمية على الإجهاد الرقمي، والذي ظهر كانعكاس لحاجة الأفراد إلى تجارب مرضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي أو البيئات الافتراضية لتعويض حالة الحرمان من الحاجات الأساسية، وإشباع الحاجة إلى

الشعور بالأهمية والقبول والرضا والتواصل مع الآخرين، لذلك، فهؤلاء الأفراد معرضين بشكل كبير لخطر الإفراط في استخدام تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لإرضاء حاجاتهم الأساسية، وخلق بيئة مرغوبة يشعر فيها المراهق بمزيد من الكفاءة حتى وإن كانت بيئة افتراضية، فمع ما توفره البيئات الإلكترونية الافتراضية من زيادة رأس المال الاجتماعي، إلا أنه قد تصل خدماتها إلى مستويات غير صحية نتيجة الإفراط فيها كاستجابة لعدم إشباع الحاجات؛ مما يجعلها بديلاً غير صحي للإشباع الحقيقي لهذه الحاجات لا سيما في مرحلة المراهقة، مرحلة تكوين الذات والشخصية والاستقلالية.

(شريف، 2023، 987)

2-3 عرض ومناقشة نتائج الاضطرابات المزاجية:

الجدول (5) يبين نتائج الفروق بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي في مقياس

الاضطرابات المزاجية

العينة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T المحسوبة	قيمة (Sig)	الدلالة الاحصائية
طلاب	160	79.094	8.404	72	10.677	0.000	معنوي
طالبات	40	78.150	5.803	72	6.703	0.000	معنوي
الكلي	200	78.905	7.948	72	12.286	0.000	معنوي

يتبين من نتائج الجدول (5) ان هناك فروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي في مقياس الاضطرابات المزاجية، ولمعرفة معنوية الفروق بين الوسطين استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة، وتبين معنوية الفروق بين الوسطين ولصالح الوسط الحسابي المتحقق، وذلك لان قيمة (Sig) بلغت (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة (0.05). تشير هذه النتائج إلى أن طلبة المرحلة الثالثة يعانون من اضطرابات مزاجية، ويعود ذلك الى تداخل مجموعة من العوامل الأكاديمية والنفسية والبيئية وانخفاض تقدير الذات، إذ تسهم في ذلك الضغوط الدراسية المتزايدة ومتطلبات الأداء المهاري، فضلاً عن التأثيرات السلبية للاستغراق الرقمي، في إحداث حالة من عدم الاستقرار الانفعالي لدى الطلبة، مما يؤدي إلى عدم استقرار المزاج. ويرى (ابراهيم 2008) أنّ من أسباب الاضطرابات المزاجية هو فقدان تقدير الذات وفقدان الامل والتفسير السلبي لحوادث الحياة. (ابراهيم، 2008، 124)

3-3 عرض ومناقشة نتائج التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة:

الجدول (6) يبين نتائج الفروق بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي في التحصيل الدراسي

بالكرة الطائرة

العينه	عدد العينه	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T المحسوبة	قيمة (Sig)	الدلالة الاحصائية
طلاب	160	63.788	7.687	50	22.688	0.000	معنوي
طالبات	40	62.250	9.383	50	8.257	0.000	معنوي
الكلي	200	63.480	8.053	50	23.674	0.000	معنوي

يتبين من نتائج الجدول (6) ان هناك فروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي في التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة، ولمعرفة معنوية الفروق بين الوسطين استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة، وتبين معنوية الفروق بين الوسطين ولصالح الوسط الحسابي المتحقق، وذلك لان قيمة (Sig) بلغت (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة (0.05). وهذا يعكس فاعلية البرنامج التعليمي القائم على التكرار المنظم والتغذية الراجعة، فضلاً عن طبيعة تعلم الأداء المهاري الذي يستجيب سريعاً للممارسة. كما أسهمت الخبرة التراكمية والدافعية لدى الطلبة في تعزيز التحصيل الدراسي. وعلى الرغم من ذلك، فإن الحفاظ على هذا المستوى يتطلب مراعاة العوامل المعرفية، لضمان استدامة التحصيل في البيئات التعليمية المعاصرة. ويرى (عبد السلام 2002) ان التحصيل هو الحصول على معلومات وصفية تبين مدى ما حصله الطلاب بطريقة مباشرة من محتوى المادة الدراسية وذلك من خلال الاختبارات التي يطبقها المدرس على طلابه على مدار العام الدراسي لقياس مدى استيعاب طلابه للمعارف والمفاهيم والمهارات التي لها علاقة بالمادة الدراسية في وقت معين او في نهاية مده تعليمية معينه ويساعد التحصيل الدراسي المدرس على رسم صورة نفسه لقدرات الطلبة العقلية والمعرفية والمهارية والبدنية وان هذا يعطي للتحصيل الدراسي قيمه تشخيصية وتنبؤية .

(عبد السلام، 2002، 200)

3-4 عرض ومناقشة نتائج العلاقات الارتباطية بين متغيرات البحث:

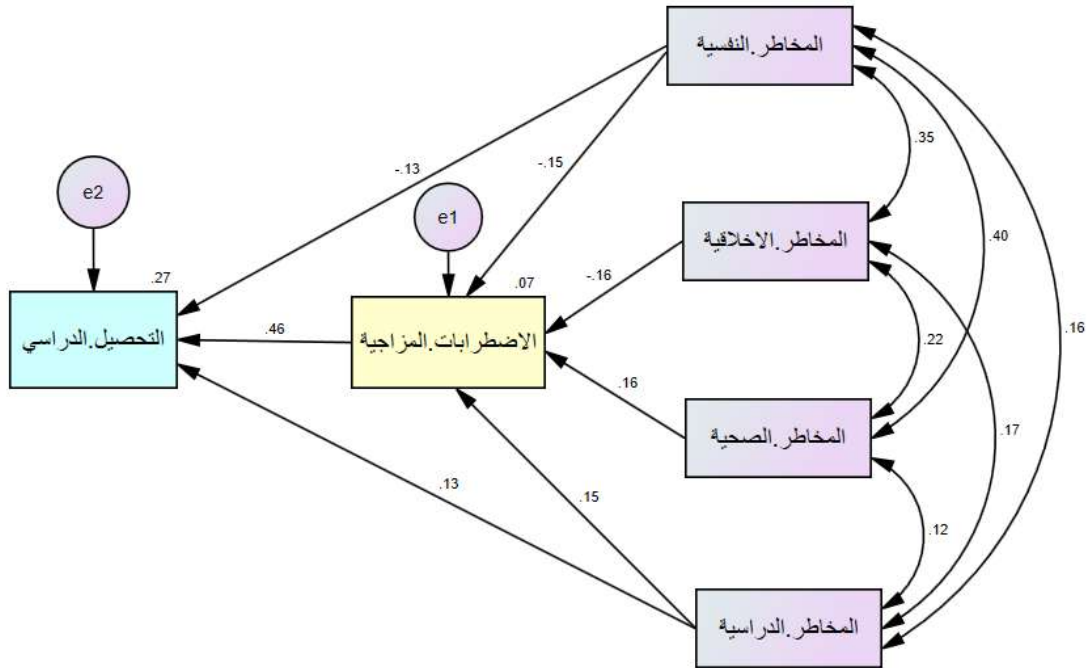
الجدول (7) يبين العلاقات الارتباطية بين متغيرات الدراسة

المتغيرات	مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة	الاضطرابات المزاجية	التحصيل الدراسي
مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة	1	0.563	0.634
الاضطرابات المزاجية		1	0.501
التحصيل الدراسي			1

من خلال ملاحظة مصفوفة الارتباط في الجدول (7) يتبين لنا ان جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة بين المتغيرات دالة احصائيا عند مستوى دلالة أقل من (0.05).

3-5 عرض ومناقشة العلاقات السببية للأ نموذج بين المتغيرات المبحوثة ومناقشتها:

لبناء انموذج يوضح ويفسر طبيعة العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث قام الباحثان بتصميم أنموذج يبين العلاقات الارتباطية المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات وافترضوا فيه ان مجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة هما متغيرات مستقلة، وان الاضطرابات المزاجية متغير وسيط والتحصيل الدراسي متغير تابع كما موضح في الشكل (1).



الشكل (1) يوضح مؤشرات الانموذج المعيارية للعلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات

3-5-1 عرض وتحليل مؤشرات حسن المطابقة للأنموذج النظري:

الجدول (8) يبين مؤشرات جودة انموذج تحليل المسار المقترح للدراسة للأنموذج النظري

المؤشرات	قيمة كا ²	درجة الحرية	جودة المطابقة	مستوى الدلالة	(GFI) حسن المطابقة	حسن المطابقة المعدل (AGFI)	(RMSEA) حدود الثقة
القيم	0.040	2	0.020	0.980	1.000	0.999	0.000
معيار القبول	-	-	أقل من (2) مطابق للأنموذج	اعلى من 0.05	اعلى او يساوي 0.90	اعلى او يساوي 0.90	اقل من 0.080

يتبين من نتائج الجدول (8) ان الانموذج مطابق والتي بينتها المؤشرات الاحصائية الخاصة بجودة الانموذج.

3-5-2 عرض التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والاجمالية للأنموذج النظري:

الجدول (9) يبين التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والاجمالية للمتغيرات المستقلة على المتغير التابع للأنموذج النظري

المتغير التابع التحصيل الدراسي	المتغير الوسيط الاضطرابات المزاجية	المتغير المستقل والوسيط	نوع التأثير
	-0.157	المخاطر الأخلاقية	التأثيرات المباشرة
	0.161	المخاطر الصحية	
0.127	0.151	المخاطر الدراسية	
-0.130	-0.154	المخاطر النفسية	
0.457		الاضطرابات المزاجية	
-0.072		المخاطر الأخلاقية	التأثيرات غير المباشرة
0.074		المخاطر الصحية	
0.069		المخاطر الدراسية	
-0.070		المخاطر النفسية	
-0.072	-0.157	المخاطر الأخلاقية	التأثيرات الاجمالية
0.074	0.161	المخاطر الصحية	
0.196	0.151	المخاطر الدراسية	
-0.201	-0.154	المخاطر النفسية	
0.457		الاضطرابات المزاجية	

3-5-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج قيم الاوزان الانحدارية للأنموذج النظري:

الجدول (10) يبين قيم أوزان الانحدارات للمتغيرات المستقلة على المتغيرات التابعة

للأنموذج النظري

نوع الدلالة	قيمة (Sig)	النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	اوزان الانحدار		المتغيرات التابعة	اتجاه الاثر	المتغيرات المستقلة
				غير المعيارية	المعيارية			
معنوي	0.033	-2.123	0.236	-0.503	-0.157	الاضطرابات المزاجية	<---	المخاطر الاخلاقية
معنوي	0.031	2.155	0.238	0.514	0.161	الاضطرابات المزاجية	<---	المخاطر الصحية
معنوي	0.030	2.173	0.127	0.276	0.151	الاضطرابات المزاجية	<---	المخاطر الدراسية
معنوي	0.041	2.042	0.115	0.234	0.127	التحصيل الدراسي		
معنوي	0.048	-1.974	0.219	-0.432	-0.154	الاضطرابات المزاجية	<---	المخاطر النفسية
معنوي	0.036	-2.094	0.177	-0.370	-0.130	التحصيل الدراسي		
معنوي	0.000	7.390	0.063	0.463	0.457	التحصيل الدراسي	<---	الاضطرابات المزاجية

يبين الجدول (10) التأثيرات المباشرة والمعنوية للمتغيرات ويقصد بالتأثيرات المباشرة تأثير متغير في متغير اخر بصورة مباشرة، اي ان المتغير الاول يؤثر بالمتغير الثاني ويتحدد باتجاه معين يعبر عن معامل المسار وفي الجدول المذكور نلاحظ وجود علاقة طردية بين متغير واخر فكلما زاد مقدار أحدهما أثر في زيادة الاخر والعكس بالنسبة للعلاقة العكسية.

تبين ان هناك تأثير مباشر لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة في الاضطرابات المزاجية للطلبة، إذ تسهم هذه المخاطر، بما تتضمنه من تشتت معرفي، وإهدار للوقت، ومقارنة اجتماعية، واضطراب في النوم، في إحداث حالة من عدم الاستقرار الانفعالي. كما أن إدراك الطلبة لهذه المخاطر لا يعكس وعياً نظرياً فحسب، بل يعبر عن تجربة فعلية لآثارها السلبية، الأمر الذي يؤدي إلى ارتفاع مستويات القلق والتوتر والتقلب المزاجي، وعليه فإن الاستغراق الرقمي يمثل أحد العوامل المباشرة المؤثرة في الصحة النفسية للطلبة. ويرى (الديسي 2024) لا يقتصر تأثير الإدمان الإلكتروني على الوقت المخصص للدراسة فقط، بل يطال أيضا الصحة

العامة للمتعلمين باستخدام الأجهزة الإلكترونية والشاشات الساطعة والمحتوى المثير قبل النوم يعتبر مشكلة شائعة تؤثر على جودة النوم وقدرة المتعلمين على الاسترخاء والاستعداد لليوم التالي. ونتيجة لذلك تظهر عليهم علامات الإرهاق والتوتر وقلة التركيز داخل الصفوف الدراسية. (ادريسي، 2024، 236)

وتبين ان هناك تأثير مباشر لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة في التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة للطلبة ، ان التحصيل الدراسي يعتمد على الانتباه والأداء المتكرر والمعالجة المعرفية للمواقف المتكررة ، وان الاستغراق الرقمي يؤدي إلى تجزئة الانتباه ، ما يقلل من كفاءة التعلم المهاري ويضعف البرامج الحركية في الذاكرة ، كما أن الإفراط الرقمي يقلل من الوقت المخصص للتعلم الفعلي ، ويؤثر على جودة النوم ، وكلاهما عاملان حاسمان في تعلم الأداء المهاري ، أن الاستخدام المفرط للأجهزة الذكية يرتبط بانخفاض الأداء الأكاديمي والمهاري . وتؤكد (كريدي 2024) بسبب الضغوط الدراسية والاجتماعية والاقتصادية التي يمر بها الطلبة في هذه المرحلة الدراسية كذلك بسبب ضعف الكفايات التعليمية وكثرة المشتتات في عصرنا الحالي وتغير اهتمامات الطلبة بسبب الانفتاح على العالم الخارجي فأنتهم يعانون من ضعف القدرة على التحكم في انتباههم وذلك بسبب تأثر الانتباه بالعديد من العوامل كالتطور التكنولوجي المتسارع وزيادة متطلبات الحياة إضافة الى ارتباطه بالعديد من العمليات المعرفية مثل الذكاء والذاكرة ونمط التفكير والتعلم والتي بدورها تتأثر بالفروق الفردية بين الأفراد والتي ترتبط بالتنشئة الاجتماعية والبيئة المحيطة اضافة الى العوامل الوراثية . (كريدي، 2024، 778)

وتبين ان هناك تأثير مباشر لإجهاد القرار بالتحصيل الدراسي في الكرة الطائرة للطلاب، أن الكفاءة المعرفية تعد شرط أساسي للأداء المهاري، وأن أي خلل في العمليات التنفيذية ينعكس مباشرة على الأداء، لان لعبة الكرة الطائرة تعتمد على السرعة والدقة واتخاذ القرار، وان اجهاد القرار يعد من المتغيرات التي تؤدي الى بطء الاستجابة وزيادة اخطاء الأداء المهاري وضعف اتخاذ القرار. ويرى (عبد الحسين، 2021) إن حياة الطلبة بوجه عام مليئة بالصعوبات التي تؤثر على توافقه الدراسي ، وتعيقه عن تحقيق اهدافه ، وإشباع دوافعه ، ويستطيع الطلبة تخطي تلك الصعوبات ببذل المزيد من الجهد، واستعمال تفكيره ، وفي بعض الأحيان لا يتمكن من ذلك ويستسلم ويفقد تقدير نفسه ويفقد الامل ، ويصبح نهبا للعديد من الاضطرابات النفسية كالخوف ، الاكتئاب ، الغضب ، الخجل ، القلق ، العجز ، الخيبة لتفسيره السلبي لحوادث الحياة ، وهذه الاضطرابات الناتجة عن الفشل والإخفاق في مواجهة الصعوبات والتحديات تؤدي الى تشويش أو تعكير المزاج لديه ، بحيث لا تقرب الطلبة من تحقيق أهدافه ، ولا يتحقق له التوافق والاستقرار الدراسي الذي يطمح إليه . (عبد الحسين، 2021، 23)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- ارتفاع مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة لدى الطلبة يدل على أن البيئة الرقمية أصبحت عاملاً ضاغطاً معرفياً ونفسياً داخل الوسط الجامعي، وليست مجرد وسيلة ترفيه أو تعلم.
- 2- ارتفاع الاضطرابات المزاجية لدى الطلبة يعكس وجود ضغط نفسي وتربوي مركب ناتج عن التداخل بين البيئة الرقمية والمتطلبات الأكاديمية.
- 3- ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة يدل على فاعلية البرامج التعليمية والتدريبية، وقدرة الطلبة على تحقيق أداء مهاري جيد رغم الضغوط.
- 4- وجود علاقة ارتباطي معنوية بين مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة والاضطرابات المزاجية والتحصيل الدراسي بالكرة الطائرة للطلبة.
- 5- وجود تأثير مباشر لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة (النفسية، الدراسية) والاضطرابات المزاجية في التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة للطلبة.
- 6- وجود تأثيرات غير مباشرة لمجالات مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة في التحصيل الدراسي بالكرة الطائرة عبر الاضطرابات المزاجية يدل على أن هذا المتغير يمثل حلقة مركزية في تفسير العلاقة بين المتغيرات الرقمية والنفسية والتحصيل.

4-2 التوصيات:

- 1- توعية الطلبة بمخاطر الاستغراق الرقمي وتأثيراته على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي.
- 2- توجيه الطلبة نحو الاستخدام الرقمي الهادف الذي يخدم العملية التعليمية ويحد من الاستغراق غير المنظم.
- 3- إدخال برامج إرشادية نفسية تهدف إلى تقليل الاضطرابات المزاجية الناتجة عن الاستخدام الرقمي.
- 4- الاهتمام بالجانب النفسي كجزء من العملية التعليمية لما لذلك من أثر في تحسين الأداء المهاري.

المصادر

- إبراهيم، عبد الرحمن. (2008). المغني في الطب النفسي، ط1، حلب، شعاع للنشر والعلوم.
- ادريسي، حسن. (2024). تأثير الإدمان الإلكتروني على التحصيل الدراسي لدى متعلمي الثانوي التأهيلي، المؤتمر الدولي التحول الرقمي والابتكار البيداغوجي في التربية والتكوين التصميم التعليمي وكفايات القرن 21، مجلة عطاء للدراسات والأبحاث.
- خشان، مرتضى علي. (2025). مخاطر الاستغراق الرقمي المدركة وعلاقتها بوهم التمكن لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير، جامعة القادسية، كلية التربية.
- الدوسري، سعيد عبد الله. (2018). النمذجة بالمعادلات البنائية باستخدام البرنامج الاحصائي AMOS مفاهيم وتطبيقات، السعودية.
- شريف، لقاء. (2023). الإجهاد الرقمي المدرك لدى طلبة المرحلة الإعدادية، مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية، المجلد (13)، العدد (4).
- العباسي، عبد الحميد . (2009). التحليل العاملي التوكيدي، معهد الدراسات والبحوث الإحصائية، جامعة القاهرة.
- عبد الحسين، أمجد كاظم. (2021). التوافق الدراسي بدلالة الاضطرابات المزاجية والقلق الاخلاقي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- عبد السلام، عبد الرحمن. (2002). طرق التدريس العامة ومهارات تنفيذ وتخطيط عملية التدريس، ط3، عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، 2002.
- كريدي، راده هادي. (2024). الاجهاد الرقمي المدرك وعلاقته بالتحكم الانتباهي لدى طلبة الإعدادية، اشراقات تربوية مجلة علمية محكمة، العدد (38).
- المالكي، فهد عبد الله عمر العبدلي. (2012). نمذجة العلاقات بين مداخل تعلم الاصحاء ومهارات التفكير الناقد والتحصيل الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ام القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، قسم علم النفس، السعودية.
- محمد، احمد طه، محمد، هناء عزت. (2020). دليل الباحث في التحليلات الاحصائية المتقدمة، ج1، القاهرة، عالم الكتب.

–Fischer, T., Reuter, M. & Riedel, R, .(2021). The digital stressors scale: Development and validation of a new survey instrument to measure digital stress perceptions in the workplace context, J. of Frontiers in Psychology.

–Hussein Hamza Jawad and Saeed Salim Abdul Reda .(2023).Modelling the causal relationship of Psychological Immunity and Self-differentiation with confrontation efficiency in football players. Journal of Humanities and Social Sciences Research, 1(SP.1). <https://doi.org/10.33687/jhssr.001.0SP.1.0202>

–Salam Mohamed Hamza, Dr. Hussein Hamza Jawad, Dr. Sanaaa Rabeea Abed.(2023). Modeling the causal relationship of intellectual fluency and Sports passion of motivation to learning of handball for students. Int J Yogic Hum Mov Sports Sciences;8(1):170–177. DOI: 10.22271/yogic.2023.v8.i1c.1394