



## ادمان الإنترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة الاسباب والمعالجات

(PP 193 - 208)

<https://doi.org/10.21271/zjhs.24.s5.14>

**Supplementary Vol.24, No.5, 2020**

**ICEPS 29, 30 JANUARY 2020**

FIRST INTERNATIONAL CONFERENCE FOR

EDUCATIONAL AND PSYCHOLOGICAL SCIENCES

المؤتمر الدولي العلمي الاول للعلوم التربوية والنفسية بكلية التربية في جامعة صلاح الدين-اربيل

**عدي جبر كاظم القرشي**

وزارة التربية / المديرية العامة للتربية في محافظة واسط

### ملخص

يهدفُ البحث الحالي الى التعرف على ادمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة الاسباب والمعالجات , وتم الاعتماد على تعريف وارد ( Ward,2000 ) في بناء المقياس والذي تكون من (20) فقرة , وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس والمتمثلة بالقوة التمييزية والتحقق من صدق الاداة وثباته , أذ بلغ معامل الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار ( 0,80 ) وبطريقة الاتساق الداخلي الفا كرونباخ (0,78) وقد طبق الباحث المقياس على طلبة المرحلة المتوسطة في محافظة واسط / قضاء العزيزية (ذكوراً واثناً) واختيرت العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية من مديرية تربية العزيزية للعام الدراسي ( 2019/2018 ) , وقد أستعمل الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لقياس مفهوم بحثه , وتوصلت نتائج البحث الى أن الطلبة لديهم ادمان على الانترنت , وان هناك فروقاً ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الجنس ولصالح الطلبة الذكور .

### المقدمة

#### الفصل الاول

#### مشكلة البحث

مما لاشك فيه ان مشكلة ادمان الانترنت اصبحت من المشكلات الكبيرة والحساسة التي تواجه جميع الناس في العالم وتحتاج منا الوقوف عندها والتمعن في اثارها السلبية سواء أكانت اثاراً جسدية او نفسية او اجتماعية او ثقافية جراء الافراط في استخدام الانترنت , فالإنترنت تغلغل في كافة مجالات الحياة واصبح يوجد بجميع المؤسسات ان كانت تعليمية او اقتصادية او تجارية او طريقة اتصال بالآخرين وغيرها بل اصبح ضرورة من ضروريات الحياة , وبات الدخول على شبكة الانترنت متاحاً للجميع وسهلاً بغض النظر ان كان الفرد يملك جهاز كمبيوتر او لا يملكه يمكنه استخدام الانترنت من خلال ذهابه الى مقاهي الانترنت بما تقدمه من خدمات , فهو سلاح ذو حدين فمن جانب انه وسيلة مفيدة وايضاً له اضراره و لا يجب ان نغض الطرف عن اضراره الجسيمة على الفرد ان اساء استخدامه ففوائده الكثيرة لا تعيننا عن مشكلاته الخطيرة التي قد تنجم عنه ان اساء الفرد استخدامه وقد يقع الفرد فريسه في شباك هذه الشبكة العنكبوتية حيث ان البعض يفرط باستخدامه ويعتمد عليه اعتماداً شديداً تام ويشعر باشتياق دائم له اذا حدث ما يمنع اتصاله بهذه الشبكة وهنا يفقد الفرد استقلاليتته ويصبح عبداً بل اسيراً له لان الانترنت اصبح يتحكم في كل انشطته الحياتية وهذا ما يطلق عليه ادمان الانترنت (Young,1997,p.33).

وتشير العديد من الدراسات كدراسة ( Gross,2004 Mu Hu,2007 ), ودراسة ( زيدان ,2008 , ودراسة القرني ,2011 ) ان الطلبة هم الاكثر عرضة لخطر ادمان الانترنت بسبب سهولة الحصول عليه وصعوبة تكيفهم مع الزيادة في حدة الصراعات والاضطرابات الناجمة عن التحولات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية المتلاحقة , وقد اشار علماء النفس ان كثير من مستخدمي الانترنت تظهر عليهم اعراض الادمان , بل ان هناك اشخاص يقضون ( 38 ) ساعة او اكثر على الانترنت دون عمل يدعو لذلك فمن البديهي ان يضحى البعض بالعمل وبالمدرسة وبالعلاقات الاسرية وبالاصدقاء وبالمال بل ومن الممكن ان تدمر حياة الشخص من خلال الوقوع في دائرة ادمان الانترنت ويعتبر طلاب المرحلة المتوسطة الاكثر تعرضاً للإدمان وما يسببه من مشكلات قد تؤثر على صحتهم النفسية وتوافقهم المدرسي (Huang,et al,2007,p.98). كذلك اكدت الدراسات ان مستخدمو الانترنت يواجهون



مشكلات نفسية مثل العزلة الاجتماعية والشعور بالوحدة وسوء ادارة الوقت جراء استخدامهم للأنترنت , ان الاستخدام المفرط للأنترنت ادت الى ظهور اناس مدمنين ففي الدليل الامريكي التشخيصي للأمراض العقلية (DSM-IV) حددت الاعتمادية على العقاقير او النشاط الذي يتميز بالإفراط وزيادة مستويات الاحتمال واعراض الانسحاب وافتقاد الضبط والتحكم بانها اعراضاً للإدمان. وشارت دراسة (La Rose et al,2003) الى وجود علاقة ارتباطية دالة بين الاكتئاب والشعور بالوحدة والاستخدام المفرط للأنترنت , اما بالنسبة لمتغير الجنس اشارت دراسة (غنايم, 2009) ان الذكور والاناث لديهم ادمان على الانترنت بينما دراسة (ابراهيم, 2010) بينت وجود فروق دالة احصائياً يادمان الانترنت ولصالح الذكور وقد بلغ الاهتمام العالمي بمشكلة ادمان الانترنت حد انشاء اقسام خاصة لعلاج ادمان الانترنت في المستشفيات , وانشاء عيادات نفسية متخصصة لذلك كان اولها في جامعة هارفارد الامريكية (1996) وقامت يونج (Young) بتأسيس وإدارة مركز متخصص لإدمان الانترنت في جامعة يتسبيرغ عام (1998) , واصدرت مجلة نفسية متخصصة في ادمان الانترنت (Widyanto&Mcmurran,2004,p.69).

ان المشكلة في البحث الحالي تنطلق من النتائج النفسية المرتبطة يادمان الانترنت فقد اوضحت الدراسات ان كثير من الافراد يهملون اعمالهم واسرهم ومسؤولياتهم الدراسية والاكاديمية ويعانون من الانعزالية الاجتماعية نتيجة الاستخدام المفرط للأنترنت كدراسة (Griffiths,2000,Young,1999) , وان ادمان الانترنت يؤدي الى تراجع المستوى العقلي والعاطفي لدى المراهقين لذا يسعى البحث الحالي الى التعرف على تلك الظاهرة ومعرفة حجمها وتكوين رؤى علمية واسعة عنها , وتجتلي مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل الاتي, هل يوجد لدى طلبة المرحلة المتوسطة ادماناً على الانترنت .

### أهمية البحث :

يعتبر موضوع ادمان الإنترنت من البحوث الجديدة والمهمة والتي لم تمضي على تاريخها الكثير , وقد ركزت الجهود البحثية بشكل كبير على دراسة مفهوم ادمان الانترنت والطرائق التشخيصية بينما كان التركيز اقل على مشكلات استخدام الانترنت لدى المجموعات المعرضة للخطر وهي الطلبة في عمر المراهقة وادمان الانترنت كما تقول يونج (Young,1998) انه اضطراب ضابط قهري لا ينطوي على تعاطي المخدرات ويشبه في ذلك القمار المرضي , ويظهر مدمن الانترنت بعض الدلائل كالانشغال بالأنترنت , واستخدامه بكمية زائدة من الوقت لكي يتحقق الرضا , والاستخدام المتكرر , والجهود غير الناجحة في ضبط هذا الاستخدام والسيطرة عليه او التوقف عن استخدامه , والمشاعر بعدم الراحة , والاكتئاب , والتملل , او التهيج نتيجة المحاولة للحد من استخدام الانترنت والبقاء فترات طويلة على شبكة الانترنت اكثر مما هو مستهدف اصلاً , والتعرض لخطر فقدان العلاقات المهمة , وفرص التعليم , وفرص العمل نتيجة الافراط في الاستخدام , وتضييع الوقت من دون جدوى , والانغماس في أنشطة الانترنت واستخدامه كأسلوب للهروب من المشكلات , او التخفيف من المزاج المتعكر كمشاعر اليأس , والشعور بالذنب , والقلق والاكتئاب (Young,1998,p.98). ان اهمية الدراسة الحالية تتضح من خلال اهمية الشريحة التي تتناولها الا وهي طلبة المرحلة المتوسطة حيث تعتبر هذه الشريحة من اكثر الفئات التي تستخدم شبكة الانترنت وهذا الاستخدام يتعدى الاستخدام العادي بل يكون الى حد الافراط وظهر عليهم اعراض الادمان مما ينعكس سلباً على صحتهم النفسية وعلى مستواهم الدراسي والعلمي بشكل كبير, أن ضعف متابعة الوالدين للأبناء بسبب الانشغال بالعمل او العجز عن المتابعة لسلوكيات ينتج ذلك الخلل في التربية وتقع مسؤولية ذلك على الاباء أذ يجب الجلوس مع الابناء والتحاور معهم حول مشكلاتهم ومساعدتهم في ايجاد الحلول لها , فضلاً عن ذلك المدرسة تعد البيئة الثانية بعد الاسرة والتي يتم فيها نمو الطالب النفسي والاجتماعي وتهيئته للحياة المستقبلية فدور المدرسة لا يقتصر على اكتساب المعرفة فقط بل انها تلعب دوراً مهماً في نمو الطلبة وتشتتهم اجتماعياً (Green,1982,p.236). ان استخدام الانترنت المفرط هو اقرب ما يكون الى الادمان حتى وان لم يتطابق مع ادمان المخدرات مثلاً , فكلاهما يعبر عن تجربة ذاتية ويجمع بينهما تغيير المزاج والانسحاب الاجتماعي والصراع , والشعور بالضيق والكدر والوحدة والتي غالباً ما تظهر اعراضها عند توقف الفرد عن استخدام الانترنت , وهناك فرق بين من يستخدم الانترنت بشكل طوعي وبأفراط دون مبرر او حاجة موضوعية ومن يستخدمه لان طبيعة عمله تحتاج استخداماً مفرطاً للأنترنت فالحالة الاولى هي ادمان الانترنت اما الحالة الثانية فلا تقع ضمن هذا التصنيف (Duran,2003,p.97).

ويرى الباحث أن للظروف الاجتماعية والاقتصادية غير المناسبة مثل الفقر والحرمان العاطفي والانفصال بين الوالدين والبطالة وغياب الدعم النفسي العائلي والتنشئة الاسرية غير السليمة والتذبذب في المعاملة والاهمال والفشل في الحصول على الحنان والاهتمام والرعاية والاسناد الكافي في التنشئة الاولى للطفل قد تزيد من تلك الظاهرة , وتجتلي أهمية البحث الحالي لتناوله فئة عمرية مهمة أذ أن هذه الفئة تشكل نسبة كبيرة من افراد المجتمع والذين يمثلون ثروة بشرية يجب الاهتمام بها فهي أكثر فئة معرضة للإدمان فالمراهقين لديهم خصائص انمائية وسمات نفسية وميولاً نحو اثبات الذات والاستقلالية والميل الى عدم الامثال



للمعايير الاجتماعية والاساليب السلوكية الشائعة في المجتمع , ومحاولة لفت انتباه المربين والمدرسين ومدرء المدارس والمرشدين التربويين لتلك الظاهرة والنتائج المترتبة عليها , وضرورة التعاون بين البيت والمدرسة من اجل ايجاد الحلول الناجعة لتلك الظاهرة الخطيرة .

### أهداف البحث :

يستهدفُ البحث الحالي التعرف على :-

- 1- ادمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة .
- 2- دلالة الفروق في ادمان الانترنت تبعاً لمتغير الجنس ذكوراً وإناثاً .

### حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة المتوسطة (ذكوراً وإناثاً) التابعين لمديرية تربية واسط / قسم تربية العزيزية للعام الدراسي 2019/2018 .

### تحديد المصطلحات :

سيقوم الباحث بتحديد المصطلحات الواردة في عنوان بحثه وهي ادمان الانترنت , وطلبة المرحلة المتوسطة .

اولا : ادمان الانترنت Internet Addiction

التعريف النظري:

عرفه وارد (Ward,2000) :

بأنه سلوك مرتبط باستخدام الانترنت مثل الافراط في الوقت المنقضي على الانترنت , واستبدال العلاقات الحقيقية الواقعية الى علاقات سطحية افتراضية , والتي غالباً ما تخبر بانها شخصية , وهي حس افتقاد الوقت, وتشكيل انماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية (Ward,2000,p.78) .

بينما عرفته,Young

انه اضطراب ضابط قهري لا ينطوي على تعاطي المسكرات , ويشبه في ذلك القمار المرضي (Young,1998,p.134) .

التعريف الاجرائي :

الدرجة التي سيحصل عليها المستجيب (الطلبة ) ذكوراً وإناثاً على مقياس ادمان الانترنت الذي بُني اعتماداً على تعريف وارد (Ward,2000) في البحث الحالي .

ثانياً : المرحلة المتوسطة

هي مرحلة دراسية تأتي بعد المرحلة الابتدائية مدتها (3) سنوات تهدف الى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلاب وميولهم من بلوغ مستوى اعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق بعض الميادين الفكرية والتطبيقية تمهيداً لمواصلة الدراسة الحالية واعداد الحياة العملية الانتاجية (وزارة التربية نظام المدارس, 1981: 2) .

## الفصل الثاني

### الاطار النظري

هناك العديد من النظريات التي تناولت العوامل المسؤولة عن ادمان الانترنت وفسرته كل حسب رؤيتها وتظيرها لذا سيقوم الباحث بعرض عدداً منها وكما يلي :-

#### 1- النظرية السلوكية :

اعتمدت النظرية السلوكية بشكل كبير على الاشتراط الاجرائي وقانون الاثر الذي يقول ان تشكيل السلوك الذي يجلب المكافأة يتم تعزيزه ومن ثم يصبح سلوك نموذجي لكل فرد نتيجة للإشباع النفسي الناتج عن هذه الانشطة , ووفقاً للاتجاه السلوكي فإن الممارسة والتكرار هي التي اوجدت ادمان الانترنت وهكذا فان الفرد يصبح عرضة للإدمان في اي عمر وفي اي وقت وإياً كانت الطبقة الاجتماعية او الثقافية للفرد فوفقاً للاتجاه السلوكي ليس فقط مجرد وجود الدافع او الهدف في حد ذاته ولكن أيضاً لابد من ممارسة هذا السلوك لمرات عديدة ثم يتم تدعيمه وتعزيزه بالشعور الداخلي الذي يتحقق للفرد بعد دخوله على الانترنت في كل مرة وان هذا الشعور لا يتغير في نوعه لكنه يتغير في شدته ويصبح اشد واشد مما يوقع الفرد في العديد من الاضطرابات السلوكية والنفسية والانفعالية (ارنؤوط, 2007: 35) .

## 2- النظرية المعرفية :

تري النظرية المعرفية ان المعارف سيئة التكيف كافية للتسبب في ظهور مجموعة من الاعراض المرتبطة بإدمان الانترنت فالتشوهات المعرفية حول الذات ، وتقدير الذات السلبي ، وكفاءة الذات ، مثلاً " لا اشعر بالاحترام حينما لا اكون على الانترنت ، ولكن عندما اكون على الانترنت فأني افتخر بنفسي " والانترنت هو المكان الوحيد الذي اشعر فيه بالاحترام ، ان التشوهات المعرفية التي يدركها الافراد والذين يعانون من مشكلات نفسية مختلفة يحملون ادراكات سلبية عن ذواتهم وعن شخصيتهم يجعلهم يفضلون الاندماج والتفاعل في الانشطة المختلفة التي يقدمها الانترنت لأنه يعد اقل تهديداً من التفاعل المباشر . (Davis,2001,p.45)

## 3- النظرية العقلانية الانفعالية :

تستند نظرية (البرت الس) على ارضية معرفية ادراكية انفعالية سلوكية ويرى ان نظام الافكار التي يؤمن بها الفرد تنقسم الى قسمين الافكار العقلانية ، والافكار اللاعقلانية ، وان الافكار اللاعقلانية هي الهدف الاساسي التي تسعى النظرية لإزالتها والتخلص منه لأنها هي سبب الاضطراب الانفعالي والسلوكي وليست العوامل او الاسباب الخارجية ، وفي حالة ادمان الانترنت يتوهم المدمن ان الادمان يساعده فترة مؤقتة على الهروب من التوتر الا ان له تأثيرات سلبية متعددة حيث يعزز لدى المدمن شعوره بانه غير قادر على تحمل الانزعاج والخوف والصعوبات ان مدمن الانترنت وفق هذه النظرية لا يلجا الى ادمانه للحصول على اللذة بذاتها ولكن من اجل ازالة مشاعر السلبية والدونية وتخفيض الضيق والتوتر الناجم عن القلق الاصلي وما ان يتحكم في مشاعره الا وتراه قد امتلك الافكار غير العقلانية ومن ذلك ان ادمان الانترنت هو الطريق الاقصر والاسرع لإزالة الانزعاج ، اذ ان بعض المدمنين يعتريهم شعور بانهم مغلوبون على امرهم وانهم ضحية تجارب خاطئة غير قادرين على الانفكاك من عقابها حتى يجدون انفسهم وقد تضاعلت ذواتهم وتدنّت مكانتهم الاجتماعية ولا يلبث ان يقودهم تفكيرهم الى مشاعر الائم والمعاناة ويكون الهروب هنا للأترنت والانغماس فيه ، ويعتبر (اليس) ان الانسان كائن عقلائي وغير عقلائي في نفس الوقت عندما يفكر ويتصرف بعقلانية يكون فعالاً وسعيداً وكفوفاً ، ولكن عندما يفكر ويتصرف على نحو لاعقلاني فان ذلك يؤدي الى الشعور بالقلق والاضطراب النفسي والسلوكي ، ويرى انه عندما نفكر بالمشكلات التي تعترض حياتنا بطريقة تدعو الى الاكتئاب او الغضب او ترقب الكوارث فأنا نشعر بالاكتئاب و الغضب واذا ما علمنا ان احاديثنا مع ذواتنا

تعكس ما يجول في اذهاننا من افكار وتخيلات وصور ذهنية وافكار فان تغييرنا لتلك الاحاديث السلبية بأخرى ايجابية هو هدفنا للتخلص من الاضطراب فالحوادث الخارجية ليست هي المسؤولة عن انفعالاتنا وانزعاجنا بل ان ادراكنا لتلك الاحداث وطريقة تقييمنا لها والتوقعات التي تنتج عن هذا التقييم هو الذي يخلق الانفعالات سواء كانت سارة او مزعجة (باترسون 1981: 175-184).

## 4- الاتجاه السيكودينامي :

هذا الاتجاه يركز على خبرات الفرد وهذه الخبرات تعتمد على الاحداث التي مر بها الطفل في مرحلة الطفولة واثرت عليه وعلى سماته الشخصية ومن ثم يصبح عرضة لإدمان الانترنت او لأي ادمان اخر نتيجة هذه الاستعدادات والظروف الحياتية الضاغطة ، وعليه نجد الاتجاه هذا يهتم بالفرد وبالنشاط او السلوك الذي يمارسه اضافة الى ادمانه (Stern,1997,p.83). ويرى ديور (Duran,2003) ان التعاملات الالكترونية المجهولة او غير معروفة الاسم مع الآخرين تعد عامل يبرز ادمان الانترنت ويقدم محيط افتراضي ويغرس التهرب الذاتي من المشكلات الانفعالية او المواقف الصعبة وحينئذ يستخدم ميكانزم (الهروب) او انه يخفف اوقات التوتر والضغط النفسية ويعزز هذا السلوك في المستقبل ، ومن هنا يرى الاتجاه السيكودينامي ان ادمان الانترنت بمثابة استجابة هروبية من الاحباطات وللرغبة في الحصول على لذة بديلة مباشرة تحقق الاشباع وايضا الرغبة في النسيان وان الافراط في استخدام ميكانزم الانكار هو ايضاً منبئ ومؤشر على ادمان الفرد للأترنت (Duran,2003,p.76).

## 5- الاتجاه الاجتماعي الثقافي :

يؤكد الاتجاه الاجتماعي الثقافي على الجوانب الاجتماعية لاستخدام الانترنت فالناس يستخدمون الانترنت في المقام الاول من اجل التفاعل الاجتماعي ويبحثوا عن الناس المتشابهين لهم ليتواصلوا معهم كلما ارادوا ذلك ، وانه لا يمكن فهم اي اضطراب نفسي الا عندما ينظر اليه في اطار البيئة الثقافية ، وان السبب الرئيس للسلوك اللاسوي ليس بمصطلحات النفس الانسانية ولكن بمصطلحات المجتمع ، وطبقاً لهذا الاتجاه فأن المجتمع هو السبب في السلوك اللاسوي فالذي يموج في المجتمعات اليوم من

اضطرابات يجبر افرادها على الانغماس في السلوك الشاذ والغريب للتكيف مع معايير وعادات هذا المجتمع التي تختلف من مجتمع لآخر ومن ثقافة لأخرى، ولابد لنا ان نفحص وندرس المحيط الاجتماعي اذا اردنا ان نفهم السلوك اللاسوي لدى الافراد، ولذلك ركزت تفسيرات هذا التنظير على البناء والتفاعل الاسري والتواصل والضغط الاجتماعية والطبقات الاجتماعية (Tsai&Lin,2001,p.157).

### مناقشة الاطار النظري :

يرى الباحث من خلال عرض بعض الرؤى النظرية المفسرة لظاهرة ادمان الانترنت اختلافها من حيث الاسباب التي تؤدي الى الادمان، فالاتجاه السلوكي يرى ان كل سلوك يجلب المكافاة والتعزيز سوف يتم تكراره من قبل الفرد وان ممارسة وتكرار وتعزيز هذا السلوك وتدعيمه تجعل الفرد مدمناً، بينما الاتجاه المعرفي يؤكد ان التشوهات المعرفية هي المسؤولة عن الادمان فالأفراد الذين يحملون افكاراً سلبية حول ذواتهم والمجتمع المحيط بهم تجعلهم يكونوا عالم افتراضي يعزلهم عن الواقع، اما النظرية العقلانية الانفعالية ترى ان الانسان عقلائي ولا عقلائي في نفس الوقت فحين يفكر بعقلانية يشعر بالسعادة وحين يفكر بطريقة لاعقلانية يشعر بالقلق والاضطراب وان الحديث الذاتي يؤثر بحياتنا والحوادث الخارجية ليست المسؤولة عن انفعالاتنا بل ادراكنا لتلك الاحداث هو المسؤول عن ذلك، اما الاتجاه السيكودينامي ينصب تركيزه على خبرات الطفولة وان الادمان على الانترنت يكون بمثابة الهروب من الاحباطات والضغط التي تواجه الفرد بحياته والبحث عن اللذة والاشباع بعيداً عن الواقع المؤلم، في حين اكد الاتجاه الاجتماعي الثقافي ان المجتمع هو السبب في كثير من الاضطرابات وان السلوك اللاسوي مسؤول عنه المجتمع وليس الفرد وحتى نفهم الفرد ونعالج سلوكه اللاسوي لابد من دراسة وفحص المجتمع الذي نشأ فيه السلوك الشاذ، وسيتبنى الباحث النظرية المعرفية في تفسيره لإدمان الانترنت كونها تشخص المشكلة بشكل دقيق وتضع حلولاً ومعالجات لتلك الظاهرة.

### الفصل الثالث

#### منهجية واجراءات البحث :

أستعمل المنهج الوصفي في البحث الحالي وذلك لملائمته في تحقيق أهداف البحث فالمنهج الوصفي يعدّ من اساليب البحث العلمي وهو يعتمد على دراسة الواقع او الظاهرة كما هي بالواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كمياً او كيفياً.

#### اولاً : مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة المرحلة المتوسطة (ذكوراً وإناثاً) في مدينة العزيزية للعام الدراسي 2018/ 2019 البالغ عددهم (2712) \* طالباً وطالبة موزعين على (6) مدارس، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

مجتمع البحث موزع حسب المدارس المتوسطة في مدينة العزيزية

| ت       | أسماء المدارس                | عدد الطلاب |
|---------|------------------------------|------------|
| 1       | متوسطة القطوف الدانية للبنات | 607        |
| 2       | متوسطة الاقباس للبنات        | 385        |
| 3       | متوسطة الروضتين للبنات       | 675        |
| 4       | متوسطة التراث للبنين         | 308        |
| 5       | متوسطة الاسياد للبنين        | 350        |
| 6       | متوسطة المختار للبنين        | 387        |
| المجموع |                              | 2712       |

#### ثانياً : عينة البحث

من أجل الحصول على عينة ملائمة، أستعمل الباحث الطريقة العشوائية الطبقية (العساف 1989: 98). لذ اختيرت (6) مدارس اختياراً عشوائياً من مديرية تربية العزيزية ومن ثم طُبّق المقياس على العينة المختارة على وفق المدرسة و الصف الدراسي، من مديرية تربية العزيزية، والجدول (2) يوضح ذلك.

\*حصل الباحث على اعداد الطلبة من مديرية تربية العزيزية / شعبة التخطيط التربوي 2019.

جدول (2) عينة البحث موزعة بحسب المدرسة والصف الدراسي في مدينة العزيزية

| ت       | أسم المدرسة                  | الصف الدراسي | اعداد الطلبة |
|---------|------------------------------|--------------|--------------|
| 1       | متوسطة القطوف الدانية للبنات | أ1           | 33           |
| 2       | متوسطة الاقباس للبنات        | ج2           | 33           |
| 3       | متوسطة الروضتين للبنات       | أ3           | 33           |
| 4       | متوسطة التراث للبنات         | ب2           | 33           |
| 5       | متوسطة الاسياد للبنات        | د1           | 33           |
| 6       | متوسطة المختار للبنين        | ب3           | 35           |
| المجموع |                              |              | 200          |

### ثالثاً : أداة البحث

تحقيقاً لأهداف البحث الحالي قام الباحث ببناء مقياس لإدمان الانترنت وحرص على أن تراعى في بناءه الشروط العلمية كالصدق والثبات والقدرة على التمييز والثبات , وأعتمد في بناء المقياس على تعريف وارد (Ward,2000) وفيما يأتي خطوات بناء المقياس :

1- التخطيط للمقياس وصياغته .

2- صلاحية الفقرات .

3- أعداد تعليمات المقياس .

4- تصحيح المقياس .

5- أجراء تحليل الفقرات .

6- استخراج صدق وثبات المقياس

7- القدرة على التمييز (Allen&Yen,1979,p.119).

#### 1- التخطيط لمقياس ادمان الانترنت وصياغته :

قامَ الباحث بصياغة فقرات المقياس مراعيًا ما يأتي :

أ- أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً ومباشراً .

ب- الابتعاد عن التعبير اللغوي المعقد والمربك في الفقرة .

ج- تجنب الفقرات التي تحمل أكثر من معنى .

د - تجنب الفقرات التي تؤدي الى الإيحاء .

هـ - لا تكون الفقرات طويلة تُبعد الافراد التجاوب مع الباحث (الزويبي واخرون,1981: 69).

لذا أعتمد الباحث تعريف وارد (Ward,2000) في بناء المقياس الذي تكون من (20) فقرة ملحق (2) تم صياغتها بشكل واضح ومفهوم ومع فكرة الموضوع وبثلاث بدائل هي (تنطبق علي كثيراً, تنطبق علي احياناً, لا تنطبق علي ابداً) وأعطيت أوزان البدائل ( 0,1,2 ) على التوالي وتم عرضها على محكمين متخصصين وعددهم (5) \* للحكم على ملائمتها وصلاحيتها لقياس ما وضعت من أجله وابدأ ملاحظاتهم في ملائمة البدائل .

#### 2- صلاحية الفقرات لمقياس ادمان الانترنت :

الصدق الظاهري Face Validity :

تشير هذه العملية الى التحليل المنطقي لمحتوى المقياس او التثبت لمدى تمثيله للمحتوى المراد قياسه (عبد الرحمن, 1998: 18). وبهدف التأكد من صلاحية الفقرات عرض الباحث المقياس بصورته الاولى على (5) من المحكمين المتخصصين في التربية

وعلم النفس للتأكد من صلاحية الفقرات والتعليمات ومدى ملائمتها وما يرويه مناسباً من تعديلات وقد اعتمد الباحث نسبة (80%) فاکثر من اراء المحکمين واستبعاد الفقرة التي تحصل على نسبة اقل من (80%) من اراء المحکمين وقد عدلت الفقرتين (10, 18) والجدول (3) يوضح ذلك .

### جدول (3)

أراء المحکمين في صلاحية مقياس ادمان الانترنت

| ارقام الفقرات                                    | عدد الفقرات | عدد المحکمين | الموافقون | المعارضون | النسبة المئوية | الدالة |
|--------------------------------------------------|-------------|--------------|-----------|-----------|----------------|--------|
| 11,12,13, 9,8,7,6,5,4,3,2,1<br>20,19,17,16,15,14 | 18          | 5            | 5         | -         | 100%           | دالة   |
| 18, 10                                           | 2           | 5            | 4         | 1         | 80%            | دالة   |

\*اسماء المحکمين الذين حکموا على صلاحية المقياس:

- 1- أ. د. نادية شعبان مصطفى.
- 2- أ. د. نبيل عبد الغفور عبد المجيد.
- 3- أ. د. هيثم ضياء العبيدي.
- 4- أ. م. د. امل ابراهيم حسون الخالدي .
- 5- أ. م. د. كاظم علي هادي الدفاعي.

### 3- اعداد تعليمات مقياس ادمان الانترنت :

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد بها المستجيب لذا روعي في أعداد تعليمات المقياس أن تكون واضحة وبسيطة ومفهومة ، والتأشير يكون بعلامة ( ✓ ) امام البديل الذي ينطبق على المستجيب من بين البدائل الثلاث ، وتم التأكيد على سرية الاجابة ولم يطلب من المستجيب ذكر اسمه ووضح له ان الاجابة لأغراض البحث العلمي فقط ، وقد أجريت دراسة استطلاعية لمعرفة مدى وضوح تعليمات المقياس ووضوح بدائل الاستجابة ومعرفة الوقت المستغرق في الاجابة بهدف التغلب على الصعوبات قبل تطبيق المقياس (النبهان، 2004: 85). لذا تم تطبيق المقياس على عينة عشوائية بلغت (20) طالباً من متوسطة المختار للبنين وبعد ملاحظة الاجابة على المقياس تأكد وضوحها ، ومعدل الوقت المستغرق (10) دقائق للإجابة على المقياس .

### 4- تصحيح مقياس ادمان الانترنت :

ويقصد به وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس والبالغة (20) فقرة التي أمامها ثلاث بدائل (كثيراً، احياناً ، أبداً ) وأعطيت اوزان لهذه البدائل (0,1,2) على التوالي ، وقد صيغت جميعها مع فكرة الموضوع ، وبهذه الطريقة تم حساب الدرجة الكلية لكل مستجيب ، وأن اعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (40) وادنى درجة ( 0 ) .

### 5- التحليل الاحصائي لمقياس ادمان الانترنت :

تهدف عملية التحليل الاحصائي للفقرات الكشف عن الخصائص السيكومترية للمقياس ، ويشير ايبيل (Ebel) الى ان الهدف من استخراج الخصائص السيكومترية للفقرات هو انتقاء المناسب منها وتعديل غير المناسبة او استبعادها (Ebel,1972,p.555). لذا قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة الجدول (2) وتحقق الباحث من القوة التمييزية من خلال:-

1- حساب القوة التمييزية لمقياس ادمان الانترنت بطريقة المجموعتين الطرفيتين .

ومن أجل إجراء التحليل بهذا الاسلوب للمقياس أتبع الباحث الخطوات الآتية :-

أ- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة وقد بلغ عدد الاستمارات (200) استمارة .

ب- ترتيب الدرجات تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة ، ثم اختيرت نسبة (27%) بهدف تحديد مجموعتين تتصفان بأبزر حجم واقصى تمايز ممكن (الزوبعي وآخرون، 1981: 79). وثمر اخذ نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على اعلى الدرجات ، وكان عدد الاستمارات (54) استمارة في المجموعة العليا ، وكذلك نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات وكان عددها ايضاً (54) استمارة من المجموعة الدنيا وبذلك أصبح عدد الاستمارات (108) ، وتبين أن جميع فقرات المقياس مميزة ودالة احصائياً لان القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة هي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (106) والجدول (4) يوضح ذلك .



جدول ( 4 ) القوة التمييزية لفقرات مقياس ادمان الانترنت باستعمال اسلوب المجموعتين الطرفيتين

| القيمة التائية المحسوبة | المجموعة الدنيا   |               | المجموعة العليا   |               |    |
|-------------------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|----|
|                         | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | ت  |
| 6,573                   | 0,618             | 0,345         | 0,477             | 0,869         | 1  |
| 7,584                   | 0,457             | 0,422         | 0,325             | 2,765         | 2  |
| 5,389                   | 0,549             | 0,0768        | 0,256             | 1,0876        | 3  |
| 8,463                   | 0,428             | 0,478         | 0,867             | 1,556         | 4  |
| 8,435                   | 0,633             | 0,337         | 0,696             | 1,846         | 5  |
| 6,786                   | 0,748             | 0,418         | 0,851             | 1,362         | 6  |
| 8,453                   | 0,436             | 0,055         | 0,796             | 1,224         | 7  |
| 7,347                   | 0,640             | 0,285         | 0,754             | 1,753         | 8  |
| 8,178                   | 0,482             | 0,174         | 0,732             | 1,258         | 9  |
| 6,847                   | 0,793             | 0,472         | 0,854             | 1,032         | 10 |
| 7,956                   | 0,659             | 0,548         | 0,916             | 1,756         | 11 |
| 6,932                   | 0,807             | 0,457         | 0,814             | 1,853         | 12 |
| 8,531                   | 0,774             | 0,836         | 0,780             | 1,057         | 13 |
| 5,904                   | 0,572             | 0,408         | 0,832             | 1,633         | 14 |
| 6,543                   | 0,635             | 0,256         | 0,958             | 1,644         | 15 |
| 7,736                   | 0,806             | 0,651         | 0,867             | 1,702         | 16 |
| 8,278                   | 0,329             | 0,243         | 0,987             | 1,914         | 17 |
| 6,963                   | 0,531             | 0,135         | 0,862             | 1,715         | 18 |
| 7,655                   | 0,643             | 0,375         | 0,791             | 1,946         | 19 |
| 8,491                   | 0,496             | 0,206         | 0,583             | 1,621         | 20 |

2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ادمان الانترنت .

يعد هذا الاسلوب من أكثر الاساليب استعمالا في تحليل فقرات المقاييس النفسية وأشار الن وين (Allen & Yen, 1979) الى أن استعمال طريقة الاتساق الداخلي او ما تسمى بطريقة علاقة الفقرة بالمجموع الكلي تعد من طرائق استخراج القوة التمييزية في المقاييس النفسية مما يعد اشارة الى مدى تجانس فقرات المقياس للظاهرة السلوكية وهذا يعني أن كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس كله (Allen & Yen, 1979, p.124) . لذا أستعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس , وأظهرت النتائج أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0,139) وبدرجة حرية ( 198 ) , وقد عد المقياس لديه مؤشر لصدق البناء , والجدول ( 5 ) يوضح ذلك .

جدول ( 5 ) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ادمان الانترنت

| رقم الفقرة | معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية | رقم الفقرة | معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية |
|------------|------------------------------------|------------|------------------------------------|
| 1          | 0,465                              | 11         | 0,461                              |
| 2          | 0,562                              | 12         | 0,576                              |
| 3          | 0,385                              | 13         | 0,646                              |
| 4          | 0,672                              | 14         | 0,573                              |



|       |    |       |    |
|-------|----|-------|----|
| 0,682 | 15 | 0,434 | 5  |
| 0,487 | 16 | 0,578 | 6  |
| 0,686 | 17 | 0,460 | 7  |
| 0,482 | 18 | 0,645 | 8  |
| 0,561 | 19 | 0,530 | 9  |
| 0,438 | 20 | 0,653 | 10 |

#### 6- استخراج صدق وثبات مقياس ادمان الانترنت :

الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يزعم أنه يقيسها ولا يقيس شيئاً بدلاً عنها ، أي إذا حقق الغرض الذي صُمم من أجله (عودة 2002: 335) . وقد جرى التحقق من صدق المقياس من خلال الصدق الظاهري وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس الذي مر ذكره سابقاً .

#### ثبات المقياس :

يعد الثبات من الخصائص السايكومترية المهمة للمقاييس النفسية ، والمقياس الثابت هو مقياس موثوق فيه ومعتمد عليه ويعطي النتائج نفسها (النبهان ، 2004: 229) . وتحقق الباحث من ثبات مقياس ادمان الانترنت باستعمال الطرائق الآتية :-

#### 1- الثبات بطريقة الاختبار وأعادته الاختبار Test-Retest :

من خلال تلك الطريقة نحصل على معامل ثبات الاختبار جراء تطبيق الاختبار موضع البحث على مجموعة من الاشخاص ، ثم أعادة تطبيق الاختبار ذاته على المجموعة نفسها في وقت لاحق ، وحسب الباحث الثبات بهذه الطريقة على عينة قصدية من الطلبة بلغت (50) من الذكور والاناث بواقع (25) لكل منهما وتم أعادة تطبيق المقياس بعد مرور اسبوعين وحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول والتطبيق الثاني ، وبلغ معامل الارتباط للمقياس (0,80) وهو معامل ارتباط جيد يمكن الوثوق به (النبهان ، 2004: 239) .

#### 2- الثبات بمعادلة الفا كرونباخ Alfa Cronbach Formula :

قام الباحث بإيجاد الثبات باستعمال معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي (Alfa Coefficient Consistency) لان معامل ألفا يزودنا بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف (Nunnally, 1978, p.230) وتعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات جميع فقرات المقياس على أساس ان كل فقرة عبارة عن مقياس بذاته ويؤشر معامل الثبات عن اتساق أداء الافراد اي التجانس بين فقرات المقياس وتعطي هذه الحد الاعلى الذي يمكن أن يصل اليه معامل الثبات ، واستخرج الثبات بهذه الطريقة حيث سحبت عينة عشوائية مكونة من (50) من الطلبة من عينة التحليل الاحصائي ثم استعملت معادلة الفا كرونباخ وبلغ معامل الثبات لمقياس ادمان الانترنت (0,78) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه (النبهان ، 2004: 248) .

#### وصف مقياس ادمان الانترنت :

يتألف مقياس ادمان الانترنت من (20) فقرة تم صياغتها بشكل واضح ومفهوم ومع فكرة الموضوع وبثلاث بدائل (كثيراً ، احياناً ، ابداً) واعطيت اوزان لبدائل الاجابة عند التصحيح (0,1,2) على التوالي ، واعلى درجة يحصل عليها المستجيب (الطالب ، الطالبة) (40) واول درجة (0) وتمتع المقياس بمؤشرات صدق وثبات جيدة .

#### المؤشرات الاحصائية لمقياس ادمان الانترنت :

أن الظواهر النفسية تتوزع توزيعاً اعتدالياً بين افراد المجتمع لذا فاستخراج المؤشرات الاحصائية للمقياس يؤدي الى ايضاح مدى قرب درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي الذي يعد معياراً لتمثيل العينة للمجتمع المدروس وبالتالي صحة تعميم النتائج (العساف ، 1989: 125) . لذا تم استعمال الحقيبة الاحصائية (SPSS) من اجل الحصول على عدد من الخصائص الوصفية للمقياس والجدول ( 6 ) يوضح ذلك .

## جدول ( 6 )

### المؤشرات الاحصائية لمقياس ادمان الانترنت

| المؤشرات الاحصائية | القيمة |
|--------------------|--------|
| الوسط الحسابي      | 23,687 |
| المدى              | 19,00  |
| التباين            | 76,036 |
| الانحراف المعياري  | 8,0367 |
| الالتواء           | 0,231  |
| التفرطح            | -0,628 |
| اقل درجة           | 0,0    |
| اعلى درجة          | 38,00  |

ونستنتج من خلال ذلك أن توزيع درجات افراد العينة وقدرها ( 200 ) طالب وطالبة أقرب الى التوزيع الطبيعي أذ اتضح أنه لا يوجد التواء او تفرطح قوي فالتوزيع طبيعي للمقياس .

### الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الحقيقية الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في المعالجات الاحصائية وفي اجراء التحقق من الخصائص السايكومترية لأدوات البحث ومن تلك الوسائل الآتي :

- 1- الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس ادمان الانترنت .
- 2- معامل ارتباط بيرسون لاستخراج علاقة درجة كل فقرة والدرجة الكلية , والثبات بالاختبار و إعادة الاختبار
- 3- معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي لمعرفة الثبات لمقياس ادمان الانترنت .
- 4- المتوسط والانحراف المعياري للتعرف على الفروق بين الطلبة من الذكور والاناث .

## الفصل الرابع

### نتائج البحث وتفسيرها :

#### اولاً: قياس ادمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة .

تحقيقاً لهدف البحث تم جمع البيانات من تطبيق مقياس ادمان الانترنت الذي بناه الباحث , وتشير المعالجة الاحصائية أن المتوسط الحسابي لدرجات افراد عينة البحث البالغة ( 200 ) طالباً وطالبة بلغ (24,20) وبانحراف معياري قدره ( 0,412 ) , وعند مقارنة المتوسط الحسابي لأفراد العينة بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (20) درجة , وحساب دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة , بلغت القيمة التائية المحسوبة (19,380) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية ( 1,96 ) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية ( 199 ) وعليه فأن الفرق بين المتوسطين ذو دلالة احصائية لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة , وتشير هذه النتيجة الى أن افراد العينة من الطلبة لديهم ادمان الانترنت , كما هو موضح في الجدول ( 7 )

## جدول ( 7 )

### نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس ادمان الانترنت

| مستوى الدلالة | القيمة التائية |          | المتوسط الفرضي | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | عدد افراد العينة | ادمان الانترنت |
|---------------|----------------|----------|----------------|-------------------|-----------------|------------------|----------------|
|               | الجدولية       | المحسوبة |                |                   |                 |                  |                |
| دالة          | 1,96           | 19,380   | 20             | 0,412             | 24,20           | 200              | ادمان الانترنت |

ويفسر الباحث تلك النتيجة انه بسبب التفكير الخاطئ واتخاذ مرجعيات غير صحيحة بنيت على معلومات غير صحيحة وغير موثوقة والفشل في التمييز بين ما هو خيالي وما هو واقعي وان المعارف اللاتكيفية تؤدي الى بروز مجموعة الاعراض المرتبطة

يادمان الانترنت فالتشوهات المعرفية التي يدركها الطلبة تؤدي الى ادراكات سلبية عن شخصياتهم يجعلهم يدمنوا على الانترنت من خلال تبني فكرة انه بالدخول الى عالم الانترنت سوف يشعر بالسعادة ويبعد نفسه عن القلق والتوتر والاضطراب ويخلق لنفسه عالماً افتراضياً غير واقعي يبعده عن منغصات الحياة ومشكلاتها وتكون مهرباً له من الواقع المرير حسب اعتقاده ، وهذا ينطبق مع ما ذهب اليه بيك في نظريته المعرفية فهو حين يفكر بطريقة خاطئة يشعر بتعاسة واضطراب فيحتفظ يادمانه واضطرابه طالما انه مستمر في التفكير بصورة خاطئة اي ان تفكيره هو المسؤول عن حالته واستمرار ادمانه على الانترنت (بيك، 2015: 56-57).

### ثانياً: التعرف على دلالة الفروق في ادمان الانترنت وفقاً لمتغير الجنس .

لتحقيق هذا الهدف قام الباحث بالاعتماد على دلالة الفروق وفقاً للمتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتعرف على الفروق تبعاً للجنس اذ بلغ عدد الطلبة الذكور (100) وعدد الطالبات الاناث ( 100) واتضح وجود فروق بين الذكور والاناث يادمان الانترنت ولصالح الذكور اذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور ( 18,29 ) وبانحراف معياري قدره ( 6,80 ) في حين بلغ المتوسط الحسابي للإناث ( 16,62 ) وبانحراف معياري قدره ( 7,95 ) والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول ( 8 )

المتوسط والانحراف المعياري لدرجات العينة لمقياس ادمان الانترنت وفقاً للجنس

| الانحراف<br>المعياري | المتوسط<br>الحسابي | العدد | نوع المتغير | المتغير |
|----------------------|--------------------|-------|-------------|---------|
| 6,80                 | 18,29              | 100   | ذكور        | الجنس   |
| 7,95                 | 16,62              | 100   | اناث        |         |

ومن خلال تلك النتائج يتضح للباحث ان هناك فروقاً وفقاً للجنس ولصالح الطلبة الذكور اي ان الذكور هم اكثر ادماناً على الانترنت من الاناث ويعزو الباحث سبب ذلك ان الذكور اكثر حرية في استعمال او استخدام الانترنت وان القيود الاسرية والاجتماعية اقل مما هي عليها عند الاناث كذلك الاناث ينصرفن الى القراءة واثبات ذواتهن في الدراسة اكثر من الطلبة الذكور .

### التوصيات :

خرج الباحث بضوء تلك النتائج بمجموعة من التوصيات وكالاتي :-

1- التأكيد على أدارات المدارس وضع برامج للتوعية بأخطار ادمان الانترنت من خلال النشاطات والمناقشات وتوفير ورش عمل في المدرسة بمشاركة أسر الطلبة للوقوف على الاسباب التي أدت للإدمان ووضع الخطط وتوفير الاسناد والدعم للطلبة واسرهم على حد سواء .

2- تفعيل دور الاسرة والمدرسة والمجتمع المحلي وتوظيفه إيجابياً للحد من ادمان الانترنت.

3- التأكيد على المرشدين التربويين نشر التوعية بمخاطر ادمان الانترنت البالغة على الطلبة والاثار النفسية المترتبة عليهم جميعاً .

### اما المقترحات :-

1- أجراء المزيد من البحوث والدراسات للمراحل الدراسية كافة ومعرفة علاقة ادمان الانترنت بالتحصيل الدراسي .

2- تطوير برامج للإرشاد الجمعي تعتمد على نظريات علم النفس والارشاد النفسي لعلاج ادمان الانترنت .

3- أجراء برامج إرشادية لمنع ادمان الانترنت مبنية على الارشاد والعلاج المعرفي .

### بينما المعالجات :-

1- تعديل مواقف وسلوكيات الطلبة المتعلقة يادمان الانترنت من خلال زيادة مهارات الحياة الصحيحة .

2- ان يقيد الطالب المدمن نفسه بوقت محدد للدخول الى الانترنت واستخدامه ويحرص على تنظيم وقته .

3- ان يجبر نفسه على عدم استخدام الانترنت طيلة ايام الاسبوع وان يعود نفسه على التقليل من استخدامه والاقتصار على عطلة نهاية الاسبوع ، او تأجيل استخدامه بعض الوقت وتفضيل اولويات اخرى عليه .

4- ان يضع الطالب المدمن على نفسه قيوداً وموانع خارجية وليست ارادية مثل ان يستخدم شبكة الانترنت قبل التوجه الى العمل او المدرسة بوقت قصير حتى يرتبط بموعد لإنهاء استخدامه الشبكة فوراً.

وتقدم النظرية المعرفية السلوكية استراتيجيات عملية وشائعة تركز مباشرةً على الحد من السيطرة على سلوكيات المدمن ومنع الانتكاس ومن هذه الاستراتيجيات :

#### 1- ممارسة العكس: Practice the Opposite

وهي ان نحدد نمط استخدام الفرد للإنترنت ثم محاولة كسر هذه العادة عن طريق تقديم أنشطة محايدة ومعتدلة وكذلك عمل جدول مخفض وإعادة تنظيم وقت الاستعمال المفرط او الزائد على شبكة الانترنت فان اعتاد المدمن استخدام الانترنت طيلة ايام الاسبوع فانه يطلب منه الانتظار حتى يستخدمه في يوم العطل الاسبوعية وان كان اول شيء هو الاطلاع على البريد الالكتروني او مواقع التواصل بمجرد استيقاظه من النوم فيطلب منه ان ينتظر ويؤجل ذلك حتى ينهي افطاره او يشاهد التلفزيون او يستمع لبرنامج يرغب به وان كان يستخدم الحاسوب في غرفة نومه فيطلب منه تغيير مكانه وهكذا...

#### 2- تحديد وقت الاستخدام: Determine Time of use

وهنا يطلب من الفرد المدمن على الانترنت وضع جدول اسبوعي مسبق للاستخدام يحدد من خلاله عدد الساعات المخصصة يومياً لاستخدام الانترنت وتقليل ساعات الاستخدام الاسبوعي بتوزيعها على ايام الاسبوع في ساعات محددة من اليوم ..

#### 3- بطاقات التذكير: Reminder cards

يطلب من المدمن اعداد بطاقات يكتب عليها خمساً من اهم المشكلات الناجمة عن اسرافه الانترنت كإهماله في اداء واجباته الدراسية وإهماله لأسرته واصدقائه ويكتب عليها ايضاً خمساً من الفوائد التي تنتج عن اقلعه عن ادمانه مثل تجاوزه مشكلاته المدرسية ومشكلاته الاسرية وزيادة اهتمامه بواجباته الدراسية وبقية اعماله ومن ثم يصطحب هذه البطاقات معه حيثما يذهب بحيث اذا وجد نفسه مستغرقاً في استخدام الانترنت يخرج البطاقات ليذكر نفسه بالمشكلات التي تنجم عن هذا الاستغراق .

#### 4- استخدام ساعات التوقف: Stop Watches

حيث يطلب من المدمن ضبط منبه قبل بداية دخوله للإنترنت ويحدد مسبقاً أن مدة الاستخدام هي ساعة واحدة قبل ذهابه للمدرسة او الجامعة او العمل حتى لا يستغرق في الانترنت بالدرجة التي يتناسى فيها التزاماته وواجباته

#### 5- تكوين قائمة شخصية: Personal Inventory

بما ان مدمني الانترنت يهتمون عادة جوانب كثيرة من حياتهم نظراً لقضاء وقت طويل على الانترنت فان وضع قائمة بهذه الأنشطة والاهتمامات المهمة يساعد على إعادة الانتباه اليها والاهتمام بها مرة اخرى فمثلا يمكن ان يطلب من المدمن ان يفكر في الأنشطة التي كان يقوم بها قبل ادمانه للإنترنت ليعرف ماذا خسر بإدمانه مثل قضاء الوقت مع الاسرة والاصدقاء والرياضة المطالعة الدراسية , والطلب منه معاودة ممارسة هذه الأنشطة لتذكيره بأهميتها في حياته وما يمكن ان تجلب له من سعادة واستقرار .

#### 6- الاقتناع التام : Complete Conviction

حيث ان ادمان بعض الاشخاص يرتبط بمجال محدد من مجالات استخدام الانترنت في كثير من الحالات كإدمان الالعاب او غرف الدردشة او الفيس بوك ...فانه يطلب منه الامتناع عن تلك الممارسة امتناعاً كاملاً في حين تترك له حرية استخدام الوسائل او الاهتمامات الاخرى المتوافرة على الانترنت .

#### 7- الانضمام الى المجموعات المساندة: Joining Support Groups

حيث يطلب من المدمن زيادة مساحة علاقاته الاجتماعية بالانضمام الى فريق النادي او مجموعة تعليمية او الذهاب في رحلة ليكون حوله مجموعة من الصدقاء الحقيقيين وتنظيم مجموعات مساندة مضبوطة ومخططة للمدمنين بهدف خفض اعتمادهم على الانترنت .

#### 8- الارشاد الاسري: Family Counseling

يتم وضع برنامج ارشادي للمدمن الذي تأثرت علاقته الاسرية بصورة سلبية بسبب ادمان الانترنت والتركيز على الاعتدال والتحكم في الاستخدام للإنترنت من خلال هذا البرنامج الارشادي وقد تحتاج الاسرة بأكملها في بعض الاحيان الى تلقي برنامج ارشادي بسبب المشكلات الاسرية التي يحدثها ادمان الانترنت بحيث يساعد المرشد الاسرة على استعادة الحوار والتواصل الايجابي فيما بينهم وتكون الاسرة عاملاً مساعداً في مساعدة المدمن ليقطع عن ادمانه بحيث يصبح استخدامه للإنترنت معتدلاً من خلال وضع ضوابط وحدود لاستخدامه مع وجود الرقابة الاسرية وتوجيه الاباء لأبنائهم عند استخدام الانترنت .

## المصادر العربية :

- \*ارنؤوط ، بشرى اسماعيل (2007): ادمان الانترنت وعلاقته بكل من ابعاد الشخصية والاضطرابات النفسية لدى المراهقين ، **مجلة كلية التربية ، جامعة الرقازيق** ، (55) .
- \*باترسون ، س،هـ (1981): **نظريات الارشاد والعلاج النفسي** ، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ، دار القلم ، الكويت .
- \*بيك ، ارون (2015): **العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية** ، ترجمة عادل مصطفى ، رؤية للنشر والتوزيع ، القاهرة.
- \*الزبي ، احمد محمود (2001): **الامراض النفسية والمشكلات السلوكية والدراسية عند الاطفال** ، دار زهران للنشر والتوزيع ، عمان .
- \*زيدان ، عصام (2008): ادمان الانترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس ، **دراسات عربية في علم النفس** ، (2).
- \*الزويبي ، عبد الجليل ابراهيم ومحمد الياس بكر ، وابراهيم ، عبد الحسن الكتاني (1981): **الاختبارات والمقاييس النفسية** ، جامعة الموصل ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .
- \*عبد الرحمن ، محمد السيد (1998): **نظريات الشخصية** ، دار قباء للنشر ، القاهرة ، مصر.
- \*القرني ، محمد (2011) : ادمان الانترنت وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب جامعة الملك عبد العزيز ، **مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة** ، (75) .
- \*العساف ، صالح بن حمد (1989): **المدخل الى البحث في العلوم السلوكية** ، العبيكان للطباعة والنشر ، الرياض ، السعودية.
- \*عودة ، احمد سليمان (2002): **القياس والتقويم في العملية التربوية** ، المطبعة الوطنية ، عمان .
- \*غلاب ، اكرم السيد (1999): **المتطلبات الاجتماعية لبناء الهوية في مواجهة مشكلات الانحراف والتطرف لدى الشباب** ، **مجلة كلية التربية ، جامعة الازهر** ، العدد (80).
- \*النبهان ، موسى (2004): **اساسيات القياس في العلوم السلوكية** ، دار الشروق للنشر والتوزيع .
- \*وزارة التربية نظام المدارس (1981): **المديرية العامة للتخطيط التربوي** - بغداد ، العراق .

## المصادر الاجنبية :-

- \*Allen,M.J&Yen,W.M(1979):**Introduction measure Theory** ,California,Book,col.
- \*Ebel,R.L(1972):**Essentials of Educational measurement** ,Nw Jersey,U.S.A.
- \*Davis ,R .(2001):Acognitive behavioral model of pathological Internet use computers in Human behavior .
- \*Duran ,M,(2003):**Internet Addiction Disorder** ,Retrieved From :http://allpsych.com/**Journal internet addiction** ,html.
- \*Griffiths ,M.(2000): **Does Internet and computer addiction exist ?some case study evidence** Cyberpsychology & behavior .
- teensreport ,**Journal of applied Developmental** \*Gross,E.(2004): Adolescent Internet use :what we expect what psychology .
- \*Huang, Z,Wany,M,Qian,M,Tao,R.&Zhou,J.(2007):**Chinese Internet addiction inventory development a measure of problematic internet use for chinese college student** ,Cyber psychology and behavior .
- \* Nunlly ,J.G(1978):**psychometric c** , McGraw .Hill ,New york .
- \*Scherer,k. (1997): College life online :healthy and unhealthy Internet use **Journal of College life and Development** .
- \*Tsai,L&Lin,s,s.J(2001):**Analysis of attitudes toward computer networks** and Internet addiction of Taiwanese adolescent Cyber psychology & behavior Volume 4 no 3.
- \*Ward ,D(2000): **The relationship between psychosocial adjustment identity formation and problematic internet use** PhD college Ward of Education the florida state university .
- \* Widyanto,L& McMurren,M.(2004) : **The psychometric properties of the Internet addiction test** ,Cyberpsychology &behavior volume 7 , Number 3
- \*Young,K.(1997):What makes the internet addiction ,potential explanations for psychological internet use ?paper presented at the annual meeting of the **American psychological association** 11 august.

لحق (2)

مقياس ادمان الانترنت بصورته الاولى

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء دراسة بعنوان (ادمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة الاسباب والمعالجات ) وتحقيقاً لأهداف الدراسة تطلب بناء مقياساً لإدمان الانترنت (Internet Addiction) اعتماداً على تعريف وارد (Ward,2000) الذي عرفه " سلوك مرتبط باستخدام الانترنت مثل الافراط في الوقت المنقضي على الانترنت او استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية الى علاقات سطحية افتراضية والتي غالباً ما تخبر بانها شخصية وهي حس افتقاد الوقت وتشكيل انماط متكررة تزيد من مخاطر المشكلات الاجتماعية والشخصية (Ward,2000,p.78) . وتكون المقياس من (20) فقرة



وبنلث بدائل هي (تنطبق علي كثيرأ ، تنطبق علي احيانأ ، لا تنطبق علي ابدأ ) و بأوزان (0,1,2) على التوالي ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية يلجا اليكم الباحث لأبداء آراكم العلمية في صلاحية المقياس والبدايل وتعديل ما ترونه مناسباً خدمة للبحث العلمي .

مع وافر الشكر والامتنان ..

| ت  | الفقرات                                                        | صالحة | غير صالحة | التعديل |
|----|----------------------------------------------------------------|-------|-----------|---------|
| 1  | استخدم الانترنت لفترة اطول مما كنت اريد .                      |       |           |         |
| 2  | اهمل واجباتي المدرسية لتمضية فترة اكبر على الانترنت .          |       |           |         |
| 3  | افضل جاذبية الانترنت وتسليته على العلاقة الاسرية .             |       |           |         |
| 4  | تأثرت نتيجتي في المدرسة بسبب الانترنت .                        |       |           |         |
| 5  | افحص بريدي الالكتروني قبل اي شي اخر اقوم به .                  |       |           |         |
| 6  | انزعج من الاخرين اذا سئلوا ماذا تفعل بالانترنت .               |       |           |         |
| 7  | يبعدني الانترنت عن مشاكل الحياة المختلفة .                     |       |           |         |
| 8  | اجد نفسي متلهف عند الاتصال بالانترنت .                         |       |           |         |
| 9  | الحياة بدون الانترنت مملة وفارغة وغير ممتعة .                  |       |           |         |
| 10 | أأخر بالنوم بسبب استخدام الانترنت لوقت متأخر من الليل          |       |           |         |
| 11 | اعطي مبررات لنفسي للبقاء فترة اضافية على الانترنت .            |       |           |         |
| 12 | افشل في تقليل الاوقات التي اقضيها على الانترنت .               |       |           |         |
| 13 | اخفي الوقت الحقيقي الذي اقضيه على الانترنت .                   |       |           |         |
| 14 | افضل البقاء على الانترنت على التواصل مع الاخرين .              |       |           |         |
| 15 | اشعر بالاكئاب والتوتر وانا بعيد عن الانترنت .                  |       |           |         |
| 16 | اكون علاقات الصداقة من خلال الانترنت .                         |       |           |         |
| 17 | اجنح الى احلام اليقظة اثناء استخدام الانترنت .                 |       |           |         |
| 18 | يشتكى والدي من كثرة استخدامي للانترنت .                        |       |           |         |
| 19 | يلومني المدرسين لانخفاض مستوي الدراسي بسبب استخدامي للانترنت . |       |           |         |
| 20 | منذ ان استخدمت الانترنت تغيرت عاداتي وهواياتي .                |       |           |         |

لحق (3)

مقياس ادمان الانترنت بصيغته النهائية

عزيزتي الطالبة

عزيزي الطالب

تحية طيبة ...

نضع بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن بعض السلوكيات يرجى قرائتها بدقة واختيار بديل واحد من البدائل الموضوعة أمام كل فقرة وذلك من خلال وضع علامة ( ✓ ) في حقل البدائل الذي ينطبق عليك ، لذا يأمل الباحث بالتعاونك بالإجابة وستكون المعلومات لأغراض البحث العلمي ولا يطلع على الإجابة احد سوى الباحث لذا لا حاجة لذكر الاسم .

مع وافر الشكر والامتنان ...

| ت  | الفقرات                                                        | البدائل                                           |
|----|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|    |                                                                | تنطبق علي كثيرأ<br>تنطبق علي<br>لا تنطبق علي ابدأ |
| 1  | استخدم الانترنت لفترة اطول مما كنت اريد.                       |                                                   |
| 2  | اهمل واجباتي المدرسية لتمضية فترة اكبر على الانترنت.           |                                                   |
| 3  | افضل جاذبية الانترنت وتسليته على العلاقة الاسرية .             |                                                   |
| 4  | تأثرت نتيجتي في المدرسة بسبب الانترنت .                        |                                                   |
| 5  | افحص بريدي الالكتروني صباحاً قبل اي شيء اقوم به .              |                                                   |
| 6  | انزعج من الاخرين اذا سئلوا ماذا تفعل بالانترنت .               |                                                   |
| 7  | يبعدني الانترنت عن مشاكل الحياة المختلفة .                     |                                                   |
| 8  | اجد نفسي متلهف عند الاتصال بالانترنت .                         |                                                   |
| 9  | الحياة بدون الانترنت مملة وفارغة وغير ممتعة .                  |                                                   |
| 10 | ابقي لساعات متأخرة ليلاً مستخدماً الانترنت .                   |                                                   |
| 11 | اعطي مبررات لنفسي للبقاء فترة اضافية على الانترنت.             |                                                   |
| 12 | افشل في تقليل الاوقات التي اقضيها على الانترنت .               |                                                   |
| 13 | اخفي الوقت الحقيقي الذي اقضيه على الانترنت .                   |                                                   |
| 14 | افضل البقاء على الانترنت على التواصل مع الاخرين .              |                                                   |
| 15 | اشعر بالاكئاب والتوتر وانا بعيد عن الانترنت .                  |                                                   |
| 16 | اكون علاقات الصداقة من خلال الانترنت .                         |                                                   |
| 17 | اجنح الى احلام اليقظة اثناء استخدام الانترنت .                 |                                                   |
| 18 | تشككي اسرتي من كثرة استخدامي للانترنت .                        |                                                   |
| 19 | يلومني المدرسين لانخفاض مستوي الدراسي بسبب استخدامي للانترنت . |                                                   |
| 20 | منذ ان استخدمت الانترنت تغيرت عاداتي وهواياتي .                |                                                   |



REPUBLIC OF IRAQ  
WASIT PROVINCE

المديرية العامة لتربية واسط  
القسم / الإعداد والتدريب  
الشعبة / البحوث والدراسات

المعدد : ٢٩٩٨  
التاريخ : ٢٦ / ١١ / ٢٠١٨

الى / مديرية تربية العريزية  
م / تسهيل مهمة

بناءا على الطلب المقدم من قبل السيد (عدي جبر كاظم) م.م متوسطه المختار للبنين حصلت موافقة السيد معاون الإداري على تسهيل مهمته لغرض إكمال متطلبات البحث الخاص به والموسوم (إدمان الانترنت لدى طلبة المرحلة المتوسطة الأسباب والمعالجات).

.. مع التقدير ..

حارث كاظم مرزه  
معاون المدير  
٢٠١٨/١١/ ٢٦

تمخه منه الى :  
قسم الإعداد والتدريب / شعبة البحوث والدراسات ..  
لدارة متوسطه المختار / د.عدي جبر كاظم



## Internet addiction among middle school students, causes and treatments

**Aaday Jaber Kazem Al-Quraishi**

The Ministry of Education / General Directorate of Education in Wasit Governorate

### Abstract

The aim of this research is to identify the Internet addiction for the intermediate school students, the reasons and the treatments, and was based on the definition of (Ward,2000) in the construction of the scale, which is of (20) paragraph, has been verified the characteristics of the psychometric measure of the discriminatory force and check the validity of the tool (0.80) and in the internal consistency method Alpha Kronbach (0.78). The researcher applied the standard to the middle school students in Wasit governorate / Azizia district. The sample was selected by the random stratified method of the Azizia Directorate of Education for the year Study (2018/2019), has The researcher used the statistical bag (SPSS) to measure the concept of his research, and the results of the research that the students have addiction to the Internet, and that there are differences of statistical significance according to the gender variable and for the benefit of male students.

**Keywords:** Internet addiction, among middle school students, causes and treatments.