إدمان الإنترنت و علاقته بالتواصل الاجتماعي
و تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة طرابلس (دراسة ميدانية)

د/ زهرة علي أبوالقاسم فطوح ـ كلية التربية جنزور ـ جامعة طرابلس

مقدمة :

أسفرت ثورة تكنولوجيا المعلومات عن ما يسمى بالشبكة العنكبوتية الإنترنت التي أتاحت ربط أنحاء العالم بعضه ببعض ليتحول إلي قرية صغيرة ، كما أسهمت في توفير آلية و سهولة الحصول على معلومات في كافة التخصصات ،و أتاحت مجالا للتفاعل و التواصل بين الناس باعتمادها على عدة خدمات منها غرفة الدردشة و البريد الإلكتروني و غيرها ، فضلاً عن إمكانية تخزين المعلومات الشخصية و الحصول عليها في أي زمان و مكان ، إلا أن استخدام الأفراد لهذه التقنية تنوع بين الاستخدام السليم المتوازن و بين الاستخدام المفرط المرضي الذي أثر على مختلف مجالات حياة الفرد الاجتماعية و المهنية و الصحية ،مما دفع الباحثين لإجراء العديد من البحوث و الدراسات للوصول لفهم أعمق لهذه الظاهرة الجديدة ،ليتبين لهم أن معاناة الفرد للكثير من المشكلات الاجتماعية و النفسية من أمثال القلق و الاكتئاب و الشعور بالوحدة النفسية و العدوان و المعاناة من الاضطرابات النفسية و الافتقار للمهارات الاجتماعية و الشعور بالنبذ الاجتماعي و الافتقار إلى فعالية و تنظيم الذات مما يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الواقع الافتراضي تعويضا عما يعانيه من العالم الحقيقي الواقعي ليرسم لذاته صورة أخرى و يتفاعل مع الآخرين و يكَون علاقات جديدة ليحصل على الدعم المفقود من قبل المحيطين به ليصل إلى مستوى من التوازن و تقدير الذات عبر الإنترنت .

مشكلة الدراسة :

الإنترنت سلاح ذو حدين ،فهو وسيلة مفيدة و أيضا له أضراره و لا يجب أن نغض أبصارنا عن أضراره أو أن فوائده تعمينا عن المشكلات الخطيرة الناجمة عن الإفراط فى استخدمه و قد صدق من أطلق على شبكة الإنترنت بالشبكة العنكبوتية فهو وصف دقيق لتأثير الإنترنت على مستخدميه ،حيث إن البعض يقع فى خيوط و شباك لا نهاية لها، و بذلك يسيء استخدامه و يفرط فيه و بهذا يفقد استقلاليته و يصبح عبدا بل أسيراً لأن الإنترنت أصبح يتحكم فى كل أنشطته الحياتية و هذا هو ما نطلق عليه إدمان الإنترنت كما أن له العديد من الآثار السلبية الجسدية و النفسية ،و الثقافية و الاجتماعية التى قد يحدثها الإدمان على الإنترنت.

و قد برزت مشكلة إدمان الإنترنت كقضية اجتماعية كبيرة مع تزايد الإقبال على الإنترنت ،فقد أشار علماء النفس إلى أن هناك من بين 200 شخصٍ من مستخدمي الإنترنت تظهر عليهم أعراض الإدمان ،حيث إن هناك أشخاصاً يقضون 24 ساعة أو أكثر على الإنترنت دون عمل يدعو لذلك ،فمن الممكن أن يضحيِ البعض بالعمل و بالدراسة و بالعلاقات الأسرية و الاجتماعية ،بل و من الممكن أن تدمر حياة الشخص و الوقوع في دائرة إدمان الإنترنت ،و

يعتبر طلاب الجامعة الأكثر تعرضا لإدمان الإنترنت و ما يثيره ذلك الإدمان من مشكلات قد يؤثر على توافقهم النفسي و الاجتماعي و تقديرهم لذواتهم .(1)
و تكمن مشكلة الدراسة في أن المرحلة الجامعية هي المرحلة التي يكتشف خلالها الطالب هويته و يتعرف على شخصيته ،حيث إن طبيعة شبكة الإنترنت تساعده على ذلك ،فأصبح يوظفه فى إشباع احتياجاته سواء التعليمية أو غيرها ، و كذلك فإن وجود وقت فراغ كبير لدى المتعلمين و بقاءهم فترة طويلة فى الجامعة ،بسبب تباعد مواعيد محاضراتهم مما أتاح لهم فرصة أكبر للجلوس أمام شبكة الإنترنت .
و يؤكد الأدب السيكولوجي أن أكثر خاصيتين ارتبطتا بإدمان الإنترنت هما الشعور بالعزلة الاجتماعية ،و انخفاض تقدير الذات و هذا ما أشارت إليه دراسة كل من -Morahan Martin&Schumaker,2010(Deeble,2009,p37) ,,Qin,Rao&Zhong,2009 (2)
(4) (3)
أما دراسة Kimberly S.Young2010 (5) فقد أظهرت أن استخدام الإنترنت يحفز الحالة النفسية فيقلل من الشعور بالعزلة و يحسن تقدير الذات و يؤدِي إلي الشعور بالنشاط حيث يمثل ذلك تعزَيزا إيجابًيا للاستخدام المفرط لشبكة الإنترنت .
كما بينت دراسة Rodgers,2012,& Young ((6) أن الأشخاص الذين تم تشخيصهم بأنهم يعانون من إدمان الإنترنت قد حصلوا على درجات منخفضة لتقدير الذات و ضعف العلاقات الاجتماعية مع الآخرين و الميل إلي سلوك التجنب و الافتقار إلي مهارات العمل الجماعي و التفاعل مع الآخرين ،كما أن نمط تفكيرهم يعوق نمو الشخصية في الاتجاه الإيجابي.
غيرأن دراسة Ham, et al ,2014 (7) أوضحت أنه لا يوجد ارتباط بين تقدير الذات و إدمان الإنترنت .
كما تمخضت دراسة Schumacher& Marahan,2015 (8) عن أن الذكور أكثر عرضة لاستخدام الإنترنت من الإناث ،بينما الإناث أكثر ميلا لعدم حصولهن على الأعراض من الذكور أو امتلاكهن لأعراض محدودة من السلوك المرضي .
في حين أظهرت دراسة Brenner,2015 (9) عدم وجود فروق بين الذكور و الإناث في الوقت الممضى على الإنترنت أو عدد المشاكل الناجمة عن استخدمه .
غير أن دراسة Chen,s et al 2016 (10) أسفرت عن أن الانحدار الخطي أبان مشاكل تنظيم الوقت و أعراض الاستخدام يعتبران من المنبئات بالإدمان لكل من الذكور و الإناث ، في حين أن أعراض الخجل و الانسحاب من منبئات الإدمان بالنسبة للإناث ،بينما التجارب و أعراض التحمل من المنبئات للذكوريعزى ذلك لكون الذكور يستخدمون الإنترنت بشكل مختلف عن الإناث وعلى ذلك من المحتمل أن الذكور أكثر خضوعا للإدمان و هذا ما توصلت إليه دراسة Hsiao,&Chou,2017, (11) عن أن النوع (ذكور-إناث) من أول العوامل المنبئة بإدمان الإنترنت و الذكور أكثر إدمآنا من الإناث .
و في ضوء نتائج هذه الدراسات و جدلية نتائجها و عدم توفر دراسات عربية تهتم "و خاصة على الصعيد المحلي ببحث هذه العلاقة بين هذه المتغيرات " ، فأننا نبلور مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية :-
- هل يختلف إدمان الإنترنت باختلاف المتغيرات الديموغرافية المتمثلة في الجنس ،العمر ، التخصص ؟

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إدمان استخدام شبكة الإنترنت و تقدير الذات ؟

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات إدمان استخدام شبكة الإنترنت و التواصل الاجتماعي ؟

أهمية الدراسة :

- الأهمية السيكولوجية : تتمثل في التصدي لدراسة ظاهرة جديدة نسبيا و هي سيكولوجية إدمان الإنترنت و علاقتها بتقدير الذات و التواصل الاجتماعي لإثراء التراث السيكولوجي على المستوى المحلي و التنبيه لإمكانية تنمية تقدير الذات لخفض أعراض إدمان الإنترنت و لحماية الأفراد من الوقوع في اضطراب نفسي .

- الأهمية الإرشادية : و التي تتمثل في تزويدنا بعدد من النتائج التي يمكن الاستفادة منها في بناء البرامج لمعالجة إدمان الإنترنت .

- الأهمية العمرية: تكتسب هذه الدراسة أهميتها من أهمية الفئة المستهدفة ،و هي طلاب المرحلة الجامعية ،و التي تقع بين فترة المراهقة و فترة الرشد ،حيث تتكون هويتهم و شخصيتهم في تلك الفترة ، فهي فئة المستقبل .

أهداف الدراسة :

- التعرف على الفروق بين درجات طلاب جامعة طرابلس على مقياس الإدمان على استخدام شبكة الإنترنت و فقآ لمتغير الجنس و العمر و التخصص.

- التعرف على العلاقة بين الإدمان على شبكة الإنترنت و بين التواصل الاجتماعي و تقدير الذات

- **حدود الدراسة** : تتمثل حدود الدراسة بعدد من المقومات التي تؤثر بدورها في اختلاف النتائج من دراسة لآخري ،و يمكن إجمالها فيما يلي

- أدوات الدراسة .

تعتمد الدراسة على المقاييس الآتية و هى مقياس إدمان الإنترنت ،و مقياس التواصل الاجتماعي، و مقياس تقدير الذات .

- **عينة الدراسة :** تتمثل عينة الدراسة في عينة من طلبة الجامعة الذين عبروا عن استخدامهم المفرط للإنترنت .

- **الإطار الزماني :** تتحدد الفترة الزمنية التي تم فيها تطبيق المقاييس بالفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2019م .

مفاهيم الدراسة : تدور هذه الدراسة في فلك عدة مفاهيم نستعرضها فيما يلي .

- **أولأ – إدمان الإنترنت :** حظي هذا المفهوم بعدة تعريفات نسوق منها في هذا المقام عينة من التعريفات و التي ننهيها بالتعريف الإجرائي .

يعرف Griffiths,, 2000, (12)الإدمان بأنه إدمان تكنولوجي و غير كيميائي (سلوكي) ينطوي على التفاعل بين الفرد و الآلة.

و يؤكد Beard,2001 (13) على أن إدمان الإنترنت بأنه حالة انعدام السيطرة و الاستخدام المدمر لهذه الوسيلة التقنية ،و تتشابه الأعراض المرضية المصاحبة له بالأعراض المرضية المصاحبة للمقامرة المرضية .

و يبرهن Charlton,2002 (14) على أن إدمان الإنترنت : هو حالة من الاستخدام المرضى و غير التوافقي لشبكة الإنترنت التي تؤدي بدورها إلى اضطرابات إكلينيكية يستدل عليها بوجود بعض المظاهر كالتحمل و الأعراض الانسحابية .
و ينظر Sookeun,2009 (15) إلى إدمان الإنترنت : أن يكون الفرد مدمنا عندما يكون في حالة نفسية فردية متضمنة الحالات العقلية و العاطفية بالإضافة إلى تفاعلاتهم الاجتماعية و المهنية و المدرسية التي تضعف بسبب إفراطهم في استخدام هذا الوسيط .
و في ضوء ما تقدم نخلص إلى التعريف الإجرائي التالي" إدمان الإنترنت هو سلوك مرتبط باستخدام الإنترنت مثل الإفراط في الوقت المنقضي على الإنترنت و استبدال العلاقات الحقيقية الواقعية إلى علاقات سطحية افتراضية .
" و يعرف إجرائيا : بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب بجامعة طرابلس على مقياس إدمان الإنترنت .
ثانيا ـ التواصل الاجتماعي : و يعرفه الفرح 2003 (16) بأنه العملية التي يمكن بمقتضاها تكوين علاقات بين أعضاء المجتمع بصرف النظر عن حجم المجتمع، طبيعة تكوينه ،و تبادل المعلومات ،و الآراء و الافكار و التجارب فيما بينهم .
يعرفه مهدلي ،2005 (17) بأنه العملية أو الطريقة التي تنتقل بها الأفكار و المعلومات بين الناس داخل نسق اجتماعي معين يختلف من حيث الحجم و من حيث محتوى العلاقات المتضمنة فيه .
و تعرف الباحثة التواصل الاجتماعي بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث على مقياس التواصل الاجتماعي المستخدم في هذه الدراسة .

ثالثا ــ مفهوم تقدير الذات :

يعرفه صفوت فرج :2000 (18) بأنه عبارة عن تقييم الفرد لذاته في سعي منه نحو التمسك بهذا التقييم بما يتضمنه من إيجابيات تدعوه لاحترام ذاته مقارنا نفسه بالآخرين .
و يرى توني ماليم Tony Malim , 2002 (19) أن مفهوم تقدير الذات و هو القيمة التي يضع الأفراد أنفسهم فيها .
و يؤكد ماي في كتابه ،May, 2016 (20) أن تقدير الذات يكمن في أن يكون الإنسان صادقا مع نفسه ،منفتحا على إمكانياته ،و لديه القدرة على تحمل القلق ،و أن يحيا متقبلا لإمكانياته .
التعريف الإجرائي لتقدير الذات .
هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المبحوث على مقياس تقدير الذات.
طلاب الجامعة: عينة من طلبة الجامعة المنتظمين في الدراسة للعام الجامعي 2019م

الإطار النظري :

أولًا- أسباب إدمان الإنترنت:

- تركيبات بعض الجينات قد تجعل الشخص عرضة لإدمان الإنترنت .
- الكمية غير الكافية من السيروتونين أو الدوبامين مما تدفع الفرد للإدمان الذي ربما يعدل الوضع الجسدي ليساعده على البقاء في حالة توازن أو يخلق إحساساً بالغبطة .

- تقدم المدرسة السلوكية تفسيراً قائماً علي أساس الإشراط الكلاسيكي الذي يمكن أن يلعب دورا في البدء أو الإبقاء أو تغيير سلوك إدمان الإنترنت مثل الإثارة النفسية تشترط بواسطة حدث خارجي مثل فتح الحاسب أو الانتظار لتنزيل المعلومات .

- الجمع بين الأحول الداخلية مثل الحماس ،التحفيز ،السرور ،الأمل ،المفاجاة ،يمكن أن تؤدي بالمستعمل لأن يصبح معتمدا على الإنترنت بسبب قدرته التعزيزية .
- قد تلعب السمات النفسية للمستخدم دورا في اعتماده على الإنترنت كالخجل ،و انخفاض تقدير الذات ،و الاكتئاب و الشعور بالوحدة و غيرها .
- الهروب من المشاكل و النزعات الأسرية.
- البيئة التي يتميز بها الإنترنت و ما يتيحه من إمكانية مقابلة الآخرين و التعرف عليهم .
- كما تسهم سهولة الحصول على المعلومات و ارتباطها بالراحة ضمن المنزل من العوامل التي تساعد على الإدمان ،و قد يفسر هذا لماذا الطلبة أكثر إدماناً من غيرهم . ؟
- العوامل الاجتماعية ممثلة في افتقار الفرد لبعض المهارات الاجتماعية التي تمنعه من تحقيق حاجة الانضمام لمجموعة ما و من جهة أخرى التوقعات و ضغط النظير من أصدقاء الإنترنت يدفعه لاستخدام أنشطة الإنترنت .
- عوامل ثقافية كأن تتواجد في مجتمع متطور تقنيا فتضطر لاستعمال الإنترنت في العمل فذلك يمكن أن يشجع الإدمان على الإنترنت .(21)
- الافتقاد إلى الحب و العاطفة و البحث عنه من خلال النت .
- ضعف شغل وقت الفراغ بهوايات متعددة .
- عدم القدرة على مواجهة مشكلات ضغوط الحياة اليومية .
- الهروب من الواقع بضرب من الخيال في علاقات تفتقد فيها الحميمة مع الآخر ،و تجنب مواجهة الآخر ،وجها لوجه مثل الأسرة .
- الاغتراب النفسي و الهروب من الواقع و ما يحيط به من أعراف و تقاليد و قوانين منظمة تفرض ضروبا من القيود على الأفعال و الكلام مما يدفع الشخص إلى الانفصال عن خلجاته و نفسه و الدخول في شخصية أخرى من ضرب خياله (تناقض و جداني) يعمل على عدم نضج الشخص و يعوق نموه النفسي ،و غيرها من المسببات التي تدفع بالفرد إلى الإدمان على شبكة الإنترنت . (22)

هذا و قد بينت الدراسات النفسية أن أكثر الأفراد تعرضا لخطر الإصابة بمرض إدمان الإنترنت ،هم الأفراد الذين يعانون من العزلة الاجتماعية ،و الفشل في إقامة علاقات إنسانية طبيعية مع الآخرين و الذين يعانون من مخاوف غامضة أو قلة تقدير الذات ،و الذين يخافون من أن يكونوا عرضة للاستهزاء و السخرية من قبل الآخرين ،هؤلاء هم أكثر الناس تعرضا للإصابة بهذا المرض ،و ذلك لأن الإنترنت قدم لهم مجالا واسعا لتفريغ مخاوفهم و قلقهم و إقامة علاقات غامضة مع الآخرين تخلق لهم نوعا من الألفة المزيفة فيصبح هذا العالم الجديد الملاذ الأمن لهم من خشونة و قسوة العالم الحقيقي كما يعتقدون ،حتى يتحول عالمهم هذا إلى كابوس يهدد حياتهم الاجتماعية و الشخصية للخطر .

ثانيا - التواصل الاجتماعي:

- شروط حدوث التواصل الاجتماعي .
- الاتصال : لكي يحدث التفاعل الاجتماعي ،لابد من وجود اتصال بين الأشخاص المتضمنين عملية التفاعل ،سواء كان هذا الاتصال رمزيا أي باستخدام اللغة أو ماديا باستخدام التعبيرات الجسمية .

- التكيف : إذ لابد أن يتكيف الأفراد المتضمنين عملية التفاعل مع بعضهم البعض لكي يستمر و ينجح التفاعل بينهم .
- الاستمرارية : ذلك أن حدوث التفاعل لفترة زمنية محدودة يعني استمرار عملية التأثير بين الأفراد المتفاعلين لفترة ما .
المواجهة : و يعني أن تكون العلاقة مباشرة بين الشخصين المتفاعلين أو بين مجموعة الأشخاص المتفاعلين ،و أن يتم التبادل وجها لوجه.(23)
نماذج الاتصال الجماعي : قد حدد الباحثون ثلاثة نماذج رئيسية للاتصال و هي الآتي :
- النموذج الخطي أو أحادي الاتجاه :
يقوم المرسل بوضع أفكاره و مشاعره في رسالة ،ثم يحقنها من خلال وسيلة معينة (حديث، رسم ،كتابة) إلى المستقبل يحاول تفسير رموزها بطريقة تشبه ما أراده المرسل ،و إذا ما قدر للرسالة أن تمضي من غير تشويش في خط واحد مستقيم فإنه قد كتب له لنجاح .
- النموذج التبادلي أو ثنائي الحد :
النموذج ذو الاتجاه الواحد لتفسير عملية الاتصال لا يعكس العملية الاتصالية بدقة ،فمن ناحية لا يمكن القول بأن الاتصال يسير في تجاه واحد ،من المرسل إلى المستقبل ،خاصة في الاتصال بين شخصين أو مجموعة من الناس تسير في اتجاهين فالنموذج السابق ذو اتجاه واحد يتجاهل رجع الصدى وردة الفعل من المستقبل تجاه ما يستقبله من رسائل ،ثم يقوم بإرسال ،و هكذا يتحول من مستقبل إلى مرسل ثم إلى مستقبل في وقت قصير جدا ،بل حتى في الوقت نفسه.
- نموذج الاتصال التفاعلي .
نظراً لأن عملية الاتصال معقدة ،فإن كلا من النموذجين السابقين (ذي الاتجاه الواحد و ذي الإتجاهين)يقصر عن التفسير الكامل لهذه العملية فالاتصال يعتمد على البيئة التي يتم فيها سواء أكانت بيئة مادية أو اجتماعية أو ثقافية ،كما أنه يعتمد علي العوامل النفسية و الذاتية لكل من طرفي الاتصال . (24)
ثالثا: تقدير الذات ."لا شيء يمكن أن يدفع بالمرء إلى الأمام مثل تقديره لذاته"
نظريات تقدير الذات :
- وجهة النظر السيكودينامية :
تتضح وجهة النظر السيكودينامية في تقدير الذات و ذلك من خلال إسهامات Challenger,2005 (25) الذى يرى أن تقدير الذات هو الأساس في الكفاءة و القدرة و بذلك يمكن النظر إليه على أنه مكون نمائي يغطي دورة الحياة من الطفولة إلى الرشد ،و أن تقدير الذات يرتبط بقدرة و بكفاءة الفرد علي تحمل القلق و الواقع ،بمعنى آخر قوة الأنا إذ إن العلاقة بين القلق و القدرة هي علاقة تبادلية ،و أن إيصال تقدير الذات إلى مستوى القدرة هو المؤشر الكلينيكي و المكون النفسي المهم في العلاج النفسي.
- وجهة نظر علم النفس الاجتماعي :
و يمثلها روزنبرج Rosenberg,1979 (26) و الذي اهتم اهتماما كبيرا بموضوع تقدير الذات ،حيث يرى فيه أن الذات هي كيان اجتماعي و أن تقدير الذات ينمو في ظل محيط اجتماعي يتضمن الثقافة بما تتضمنها من قيم و مجتمع و أن تقدير الذات هو مؤثر قويِ في الاتجاهات و السلوك
..

- وجهة النظر السلوكية يرى سميث أن تقدير الذات على أنه الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمنا الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق ،و ينقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين: التعبير الذاتي ،و هو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها ،و التعبير السلوكي :،و هو يشير إلي تلك الأساليب السلوكية التي تعبر عن تقدير الفرد لذاته و هذه الأساليب السلوكية تكون قابلة للملاحظة . (27)

- عوامل تقدير الذات :

- تقويم الآخرين : في مفهوم الإنسان عن ذاته و تقديره لها يكون تقويمنا لأنفسنا مشتقاً إلي حد ما من تقويمات الجماعة المرجعية التي استوعبناها و أن تقويم الذات متأثر بتقديراتنا لتقويم الآخرين و أن الأفراد المهمين بالنسبة للفرد هم الذين يتركون أثرا عميقا و عندما نتحدث عن الأشخاص المهمين لدى الفرد نشير إلى بيئتين يعيشهما الفرد و هما :

- المؤثرات العائلية ؛: معظم الباحثين يعتقدون أن نوعية العلاقة بين الوالدين و الأبناء لها صلة قوية بالفروق في تقويم الأطفال و المراهقين لأنفسهم أن للبيئة الأسرية أثارا حاسمة على مجمل شخصية الفرد و نواحي حياته و عندما تلبي البيئة متطلبات النمو لدى الطفل و المراهق يغلب في النتيجة أن يكون المرء متزن الشخصية أما عندما تعجز عن تلبية حاجاته و تواجهه بالقمع فإن تكيفه الاجتماعي يكون فقيرا و يؤثر في مفهومه عن ذاته و تقديره لها ،و قد تبين **أن آباء الأطفال** ذوي التقدير المرتفع يشجعون السلوك المستقل و الاعتماد عن النفس و يشجعون أبناءهم عن إبداء الرأي ضمن حدود معقولة ،أما الآباء ذوو تقدير الذات المنخفض فلا يقدرون آراء أبنائهم التقدير المناسب و يحدون من حريتهم و يكثرون من استخدام العقاب.

- البيئة المدرسية : المعلمون والرفقاء هم من بين الاشخاص ذوى الاهمية بالنسبة للطالب و عندما يدخل الطفل المدرسة فإن عوامل جديدة تدخل في تقويم ذاته و قد يضطر إلى تعديل في تقويمه لنفسه ،حيث إن تقويم رفقائه و معلميه قد يختلف عن تقويم والديه ،حيث إن كثيرا من الطرق التي كان يعامل بها و الأمور التي كان يقوم سلوكه وفقا لها قد لا تجد مكانا لها في المدرسة عدا سن المراهقة يصبح التعزيز من قبل جماعة النظائر و المعلمين أعمق أثرا من ،حيث تقويم الطلاب لأنفسهم ،حيث إن قيم الوالدين و أولادهم قد تأخذ في التباعد

- خبرات النجاح و الفشل : إن خبرة النجاح ترفع من تقدير الفرد لذاته و من شعوره بأهميته أن هناك حاجة إلى النجاح من أجل بناء تقدير عال للذات و الحصول على قبول الجماعة و أن الفرد يري في إدراك الآخرين لنجاحه أمرا باعثا على السعادة و النجاح بحد ذاته دافع للنجاح ،ان النجاح و توقع النجاح يسهمان في تقدير إيجابي للذات و أن يسلك الطالب طرقا تؤدي به إلى مزيد من النجاح ،أما الفشل فيؤدي إلى الإحباط الذي يقود أحيانا إلى تكيف سلبي و لا سيما في حالة كون الدافع المحيط لدى الفرد مهمَا و قويا ،و يرى عدد من علماء النفس أن هناك علاقة قوية بين التحصيل المدرسي و تقدير الذات ،حيث يتميز الطلاب ذوى الانجاز المدرسي السيئ بالشعور بالنقص و تكون لديهم اتجاهات سلبية نحو الذات و في نفس الوقت هناك دلائل قوية على أن الفكرة الجيدة لدى الفرد عن قدراته ضرورية للنجاح المدرسي ،كما أن هناك مؤشرات على أن تكرار الحصول علي درجات منخفضة في بداية الحياة المدرسية يؤدِي إلى إحساس عميق بالفشل و شعور يضعف الكفاءة و ربما يؤدِي الأمر إلى الشعور بالذنب .

- العوامل المتصلة بالجسد :

- صورة المرء عن جسده : تتبلور فكرة المرء عن نفسه في فترة المراهقة ،حيث يعطي تقويما خاصا لجسمه ،و قد يكون نضج إلى حد بعيد و أصبح شاعرا بقوته و تلعب صورته عن جسده مكانة مهمة في سلوكه الشخصي و الاجتماعي ،حيث تشكل صورته عن جسده جزاء مهمآ من مفهومه المتكامل عن ذاته لخصائص المرء الجسدية الخارجية مثل الطول و لون العينين و تناسق الجسد وما إلى ذلك من أمور لها قيمة جمالية ،و الذي لا تتناسب خصائصه مع معايير الثقافة قد يشعر بالنقص ،و قد يسعى للوصول إلى أهداف معينة و أخرى تعويضية ،كما أن الفرد يستمد من الثقافة السائدة معلوماته حول النموذج الجيد للجسم و الخصائص الجسدية و يقارن تلك المعلومات بما هو عليه ،و ينعكس ذلك في مدى رضاه عن خصائصه الجسدية ،و أكثر ما يظهر هذا في سن المراهقة .

- معدل النضج : غالبا ما يقترن النضج المبكر بتقدير إيجابي للذات ،حيث إن النضج المبكر يمكن الفرد من المشاركة في نشاطات رياضية تعطي الفرد مكانة و اعتباراَ كما أن النضج المبكر للمراهق أيضا تمكنه من تحمل مسؤوليات تترك لديه صورة إيجابية عن الذات أما المتأخر في النضج فيعاني من ضغوط نفسية ،كما أنه يدرك التوقعات المرتبطة بالجسد ،و أنه يعامل و كأنه أصغر من سنه و بأسلوب يختلف عن أبناء جيله من المبكرين في النضج ،و لذلك يكون صورة سلبية عن الذات تستمر لسنوات طويلة .

- مستوى الطموح : هناك مصدران للطموح أولهما : الشخص نفسه ، و الثاني الثقافة التي يعيش في إطارها ،إن فكرة الفرد عن نفسه تؤثر في مستوى طموحه ،حيث إن طموح الفرد يتأثر بتقديره لذاته، ولكن يحدث أن يضع المراهقون الذكور أهدافا أعلى من قدرتهم و هنا يحدث التعارض بين أهدافهم و إنجازاتهم و في حالة فشلهم تضعف ثقتهم بأنفسهم و يؤدي ذلك إلى تقدير منخفض للذات و يمكن أن يخفض المراهق من طموحاته لتجنب الفشل .

-العاطفة : إن الأثر المباشر للعواطف على الشخصية يأتي من الحكم الاجتماعي على كيفية تعبير الفرد عن عواطفه و من قدرة الفرد على إقامة علاقات عاطفية مع الآخرين ،و أن أسلوب تعبير الفرد عن عواطفه يؤثر في مفهومه عن ذاته ، فبعض المراهقين يتسمون بسرعة الانفعال و غير ناضجين و بعضهم الأخر يكبحون عواطفهم و لكنهم يعبرون عنها في اللحظة المناسبة بطريقة مقبولة اجتماعيا أو يوجهونها الوجهة المناسبة .

- القبول الاجتماعي : إن الشخص الواثق من أنه يلقي قبولا اجتماعيا يبدو أكثر ثباتا في سلوكه الاجتماعي و تلقي مشاركته الاجتماعية قبولا ،أما ذوو تقدير الذات المنخفض فإن مشاركتهم أقل تبادلآ و هم أقل قبولا لدى الآخرين .(26).

الدراسات السابقة :

يدور في فلك هذا المبحث عينة من الدراسات السابقة وأهم المتغيرات المرتبطة بإدمان الإنترنت و نوضح ذلك فيما يلي .

قام كل من سكررو بوست Scherer& Bost,2002 (27) بدراسة على (531)طالبا جامعيا مستخدما للإنترنت ،حيث تبين أن (13%)من العينة انطبقت عليهم معايير الإدمان على شبكة الإنترنت أثر على التحصيل الأكاديمي و مهاراتهم الاجتماعية و توصل الباحثان إلى مجموعتين من الآثار الاجتماعية و النفسية التي خلفها إدمان شبكة الإنترنت فمن الآثار الأجتماعية تبني أنماط حياتية تتميز بالعزلة و ضعف التفاعل الاجتماعي و إضعاف قدرة الفرد على القيام بدوره

الاجتماعي وتعميق الفجوة بين الأبناء والآباء والإحساس بالوحدة نتيجة بعده عن بيئته الاجتماعية مما يؤثر في مجمله على انخفاض الأداء العام للشخص المدمن على الإنترنت.

و هدفت دراسة وهانج و آخرين Whang,et.al,2003 (28) إلى التعرف على العلاقة بين إدمان استخدام شبكة الإنترنت و اضطراب السلوك الاجتماعي و الشعور بالوحدة النفسية لدى بعض النساء و الرجال المدمنين علي شبكة الإنترنت و بلغت العينة (7878)امرأة و (5710)رجال بكوريا و قد طبق عليهم مقياس إدمان الإنترنت و توصلت النتائج لوجود علاقة ارتباطية بين إدمان استخدام شبكة الإنترنت و اضطراب السلوك الاجتماعي و إظهار الشعور بالوحدة النفسية و ضعف التفاعل الاجتماعي .

- أجرى خواجا ،2003، (29) دراسة بعنوان الآثار الاجتماعية لانتشار الإنترنت على الشباب و بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (123) مفحوصا منهم (73)طالبا و (59)طالبة و تقع أعمارهم من (10-35) سنة و اتخذت الدراسة المنهج الوصفي و التحليل الناقد ،و أظهرت نتائج الدراسة أن أثر الإنترنت على سير النشاطات اليومية إيجابي و عدم وجود تأثير سلبي.

كما هدفت دراسة العويضي 2004 (30) إلى معرفة أثر استخدام الإنترنت على العلاقات الأسرية بين أفراد الأسرة السعودية و تكونت عينة الدراسة من 200أسرة و تم استخدام الاستبيان كأداة للتحقق من هدف الدراسة ،و توصلت الدراسة إلى أن تأثير استخدام الإنترنت علي العلاقات الأسرية تأثير محدود و بسيط ،و أن نسبة كبيرة من أفراد العينة يرون بأن الإنترنت له تأثير سلبي على المجتمع دينيا و خلقيا و يرى الآباء بأن العلاقة بينهم و بين أبنائهم تقل كلما زادت مدة استخدام أبنائهم للإنترنت .

وفي دراسة عبدالمجيد 2006 (31) بعنوان الاتصال عبر الإنترنت و علاقته ببعض المهارات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية و بلغ عدد المدراس المرحلة الثانوية (127)مدرسة تضم (1999) فصلا موزعة على (17)إدارة تعليمية ،و تم تحديد عينة الدراسة بطريقة عشوائية ،و بلغت عينة الدراسة (140)طالبا من طلاب المرحلة الثانوية الذين يستخدمون الإنترنت ،و أوضحت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معدل استخدام الإنترنت و المتغيرات الديموغرافية ،و كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مهارة المشاركة الوجدانية و النوع و كانت لصالح الإناث .

- و نفذ سارى دراسة (2008) (32) بعنوان تأثير الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية هدفت الدراسة إلى معرفة تأثيرات الاتصال عبر الإنترنت في العلاقات الاجتماعية ،و أجريت الدراسة على (471)طالبآ من المرحلة الجامعية وزعت عليهم استبانة مكونة من (21)سؤالا ،و أما متغيرات الدراسة فهى النوع الاجتماعي و العمر و المستوي التعليمي و الوضع المهني و الحالة الاجتماعية و عدد ساعات الاستخدام للإنترنت في اليوم و كذلك سنوات الخبرة في الاستخدام و قد توصلت الدراسة إلى أن أفراد العينة من كلا الجنسين يستخدمون الإنترنت في حياتهم اليومية بنسب متفاوتة و لكن تأثير الانترنت في الإناث كان أكثر من تأثير الذكور ،كما تبين أن لمتغير التعليم و عدد ساعات الاستخدام أثرا في هذا التأثير و تبين- أيضا - أن الاتصال عبر الإنترنت ترك تأثرا في اتصال أفراد العينة الشخصي المباشر مع أسرهم و أصدقائهم ضعيف جدا كما تبين أن تأثير الإنترنت في نسق التفاعل الاجتماعي بين أفراد العينة و بين أقاربهم تمثل في تراجع عدد زيارتهم لأقاربهم و تراجع في نشاطاتهم الاجتماعية و الشعور بالاغتراب عن مجتمعهم المحلي .

- وفي دراسة علي محمد النوبي ،2008 (33)،بعنوان إدمان الإنترنت و دوافع استخدامه و علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلاب الجامعة الموهوبين المصريين و السعوديين ،و استخدم الباحث المنهج الحضاري المقارن ،حيث تسعى إلى اكتشاف الفروق بين الموهوبين في عدد من المتغيرات، و تكونت عينة الدراسة من (204)طالب و طالبة (102) من طلاب الجامعة الموهوبين المصريين (102)عينة طلاب (102)الجامعة الموهوبين السعوديين و أظهرت نتائج الدراسة هناك استخدام إيجابي للإنترنت أظهر وجود إيجابية في مجال التفاعل الشخصي و الاجتماعي لدى مستخدمي الإنترنت لأكثر من ثلاث سنوات.

و في دراسة الغامدي (2009) (34) بعنوان تردد المراهقين على مقاهي الإنترنت و علاقته ببعض المشكلات النفسية ،لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكة المكرمة ،و استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي و تكونت عينة الدراسة من (300) طالب في المرحلة الثانوية و أوضحت النتائج وجود مشكلات تتعلق بمفهوم الذات داخل المدرسة و مشكلات انفعالية و صورة الذات و العدوان و سوء التوافق مع الآخرين .

- وفي نفس السياق أجرى الحمصي(2009) (34) دراسة هدفت للتعرف على ظاهرة الإدمان على الإنترنت و علاقتها بمهارات التواصل الاجتماعي لدى عينة من طلاب جامعة دمشق و بلغت عينة الدراسة (150) طالباً و طالبة منهم (36)إناثاً و (114) ذكوراًمن تخصصات علمية متعددة وأوضاع اقتصادية مختلفة ،و اعتمد منهج البحث الوصفي التحليلي و طبق الباحث مقياس لإدمان الإنترنت و مقياس العلاقات الاجتماعية و أسفرت النتائج عن توجد علاقة بين الإدمان على الإنترنت و مهارات التواصل الاجتماعي .

- كما أجرى الصياطي ورسلان و علي ، 2010 (35) (دراسة بعنوان إدمان الإنترنت و دوافع استخدامه في علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة و هدفت الدراسة للكشف عن إدمان الإنترنت و دوافع استخدمه في علاقتهما بالتفاعل الاجتماعي لدي طلاب الجامعة و قد تم استخدام مقياس الإنترنت و مقياس التواصل الاجتماعي و توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة بين الآثار الاجتماعية السلبية والإدمان على شبكة الإنترنت .

- وأوضحت دراسة مادل مونسير (2017) madell&muncer (36) طرق التحكم في مستوى التفاعلات الاجتماعية لدى عينة من الشباب مكونة من (20-18)مستخدماً للإنترنت و قد أظهرت نتائج الدراسة سيطرة الإنترنت على وسائل الاتصال لدى عينة الدراسة الأمر الذي جعلها بديلا للتفاعلات الاجتماعية المتعارف عليها.

- نظرة تحليلية للدراسات السابقة : نشير في هذا المقام إلى ما اتفق و ما اختلف عليه من آراء و ما يمكن أن تضيفه هذه الدراسة و نوضح ذلك فيما يلي:

ما اتفقت عليه الدراسات السابقة : هناك شبه اجماع بين الدراسات على وجود ارتباط سالب بين تقدير الذات و إدمان الإنترنت .

ما اختلفت عليه الدراسات السابقة : لم تتوصل الدراسات إلي أتفاق حول ارتباط التواصل الاجتماعي و إدمان النت و حول ما إذا كان الذكور أكثر إدمانا من الإناث أم أنه لا توجد فروق تعزى للنوع .

-ما تضيفه الدراسة الحالية : الكشف عن العلاقة بين إدمان الإنترنت و علاقته بكل من التواصل الاجتماعي و تقدير الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية .

- فروض الدراسة :

- - توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي.
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت حسب المتغيرات الديمواغرفية المتمثلة في الجنس، العمر، التخصص.

-إجراءات الدراسة: - منهج الدراسة : تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين إدمان الانترنت ومهارات التواصل الاجتماعي وأيضا إدمان الإنترنت وتقدير الذات لدى طلاب وطالبات جامعة طرابلس، ولذلك اعتمد المنهج الوصفي لتفسير هذه العلاقة حيث يتعلق بطبيعة الظاهرة واعتماد الواقع وصولا إلى الوصف الدقيق إلى الظاهرة قيد الدراسة.

- **مجتمع الدراسة :** يتكون مجتمع الدراسة من طلبة جامعة طرابلس ليبيا للعام الجامعي 2019 م حيث يبلغ(350) طالبا وطالبة موزعين على الكليات التابعة للجامعة.

- **عينة البحث :** اختارت الباحثة عينة مقصودة من طلاب وطالبات الجامعة بحجم ثلاثمائة وخمسين (350) طالبا وطالبة ولعدم إكمال عدد من الطلبة المعلومات المطلوبة تم استبعاد واحدى وخمسين (51) استمارة وتم الاستبقاء على مئتين وتسعٍ وتسعين (299) استمارة صالحة تمثل متغيرات التخصص، الجنس، والعمر والجدول (1) يبين حجم العينة موزعة على متغيري العمر والجنس.

جدول (1) التوزيع التكراري لعينة البحث حسب متغيري العمر والجنس

الجنس	التكرار	العمر بالسنوات					المجموع
	%	19	20	21	22	23	
ذكور	التكرار	29	30	36	27	3	125
	%	9.7%	10.0%	12.0%	9.0%	1.0%	41.8%
اناث	التكرار	33	37	27	53	24	174
	%	11.0%	12.4%	9.0%	17.7%	8.0%	58.2%
المجموع	التكرار	62	67	63	80	27	299
	%	20.7%	22.4%	21.1%	26.8%	9.0%	100.0%

يتبين من الجدول (1) أن عينة البحث قد شملت على مئتين وتسعةٍ وتسعين طالبا وطالبة من جامعة طرابلس كان الذكور منهم مائة وخمسة وعشرين (125) وهم يمثلون ما نسبته اثنين وأربعون بالمئة من حجم العينة بينما عينة الإناث فكانت بحجم مائة وأربع وسبعين (147) طالبة يمثلن ما نسبته ثمان وخمسون بالمئة من حجم العينة. وبخصوص متغير العمر فإن أعمار العينة تمتد من تسع عشرة سنة ولغاية ثلاث وعشرين سنة (19-23 سنة) وكانت نسب تمثيلهم في العينة الكلية متقاربة ما عدا الطلبة ذو العمر ثلاثة وعشرون حيث كانت نسبة تمثيلهم أقل النسب.

جدول (2) التوزيع التكراري لعينة البحث حسب متغير التخصص

التخصص	التكرار	%
الطب البشري	50	16.7
الهندسة	50	16.7
العلوم	50	16.7
القانون	50	16.7
اللغات	99	33.2
المجموع	299	100.0

يظهر من الجدول(2) أن هناك خمسة تخصصات قد تم تمثيلها في عينة البحث وهي الطب والهندسة و العلوم والقانون واللغات وكانت نسب تمثيلهم متقاربة ماعدا طلبة اللغات حيث كانت نسبة تمثيلهم عالية حيث بلغت ثلاثة وثلاثين بالمئة من العينة.

- أدوات الدراسة ــ مقياس إدمان الإنترنت :

استخدمت الباحثة مقياس إدمان الإنترنت والذي بواسطته يمكن تحديد درجة إدمان طلبة المرحلة الجامعية على الإنترنت بأبعاده المختلفة. والمقياس من إعداد ناصر سليمان الحوسني 2011 م ويحتوي المقياس على ست وخمسين (56) عبارة موزعة على ستة (6) أبعاد وهي جميعا سالبة المحتوى ما عدا العبارة ذات الرقم تسعة وأربعين (49) حيث كانت موجبة المحتوى وتتم الإجابة عن العبارات وفق مدرج ثلاثي (دائما-أحيانا-أبدا) موزعة عليه ثلاث درجات (3-2-1) إذا كانت العبارة سالبة والعكس صحيح فيما يخص العبارة.وتمتد حدود الدرجة على المقياس من 56-168 درجة وبذلك تكون قيمة الدرجة المتوسطة على المقياس هي (84.0) وهي تمثل درجة المتوسط الفرضي، إن الدرجة العالية على المقياس تؤشرإلى إدمان عال والعكس

- **صدق مقياس إدمان الانترنت**

جدول (3) صدق التمييز لمقياس إدمان الانترنت

أبعاد مقياس إدمان الإنترنت	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
السيطرة أو البروز	المجموعة العليا	10	20.10	.737	**10.168	.000
	المجموعة الدنيا	10	25.00	1.33		
تغيير المزاج	المجموعة العليا	10	17.00	1.33	**15.715	.000
	المجموعة الدنيا	10	24.50	.707		
التحمل	المجموعة العليا	10	17.80	1.39	**9.498	.000
	المجموعة الدنيا	10	22.00	1.49		
الانسحابية	المجموعة العليا	10	19.20	1.22	**11.210	.000
	المجموعة الدنيا	10	25.80	1.39		
الصراع	المجموعة العليا	10	14.60	1.50	**11.523	.000

	المجموعة الدنيا	10	20.40	.516		
الانتكاس	المجموعة العليا	10	19.20	1.549	**11.716	.000
	المجموعة الدنيا	10	25.70	.823		
مجموع المقياس	المجموعة العليا	10	115.20	1.31	**17.528	.000
	المجموعة الدنيا	10	133.50	3.02		

**قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

اختارت الباحثة عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة بحجم أربعين (40) مبحوثا وتم تطبيق مقياس إدمان الإنترنت حيث تم ترتيب درجاتهم على كل بعد من الأبعاد الستة وكذلك على مجموع المقياس ترتيبا تصاعديا. وتم أخذ القيم العشر الأولى لتمثل ذوي الدرجات المنخفضة على البعد إضافة إلى القيم العشر الأخيرة لتمثل ذوي الدرجات العالية على البعد، وللتعرف على قدرة المقياس على التفريق بين قيم المتوسطات الحسابية للطلاب ذوي الدرجات المنخفضة، وأقرانهم ذوي الدرجات المرتفعة، استخدم اختبار ت لوسطين حسابيين مستقلين. ومن الجدول (3)

يتبين أن جميع قيم اختبار ت كانت دالة إحصائيا لأن مستويات الدلالة المقابلة لها كانت أقل من مستوى 0.05 مما يؤكد على قدرة المقياس للتفريق بين الأفراد بحسب درجة الإدمان على الإنترنت. وبذلك تحققت الباحثة من صدق المقياس وملاءمته لطبيعة عينة البحث.

- **ثبات مقياس إدمان الإنترنت**

جدول (4) ثبات مقياس إدمان الإنترنت

البعد	قيمة معامل الثبات
السيطرة أو البروز	.790
تغيير المزاج	.836
التحمل	.945
الانسحابية	.930
الصراع	.808
الانتكاس	.824
مجموع المقياس	.9477

قامت الباحثة بتطبيق وإعادة التطبيق لمقياس الإدمان على الإنترنت على أفراد العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره خمسة عشر يوما ثم تم تطبيق الارتباط البسيط بين مجموع درجات أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني وكانت قيم معامل الثبات لكل بعد ومجموع المقياس عالية تؤكد ثبات نتائج المقياس وكما يتضح من الجدول (4).

- **مفتاح التصحيح لمقياس إدمان الإنترنت**

جميع عبارات المقياس سالبة ماعدا عبارة رقم 49.

تصحيح العبارات: دائما تأخذ 3 درجات، أحيانا2 درجتين، أبدا 1 درجة واحدة

أما في العبارة الموجبة : دائما تأخذ درجة واحدة 1و أحيانا تأخذ 2 درجتين وأبدا تأخذ درجة واحدة.

جدول (5) توزيع عبارات مقياس إدمان الإنترنت على الابعاد الستة للمقياس

ابعاد المقياس	أرقام العبارات	عدد العبارات
السيطرة أو البروز	52-47-42-36-30-24-19-13-7-1	10
تغيير المزاج	53-48-43-37-31-25-20-14-8-2	10
التحمل	54-44-38-32-26-15-9-3	8
الانسحابية	55-49-45-39-33-27-21-16-10-4	10
الصراع	50-40-34-28-22-17-11-	8
الانتكاس	56-51-46-41-35-29-23-18-12-6	10

يتبين من الجدول (5) توزيع العبارات على أبعاد المقياس.

- **مقياس مهارات التواصل الاجتماعي :**

استخدمت الباحثة مقياس مهارات التواصل الاجتماعي من إعداد (حسن ثائر رشيد،2005) والذي يهدف إلى الوقوف على مهارات التواصل الاجتماعي المختلفة لدى أفراد عينة البحث. ويحتوي المقياس على اثنتين وسبعين (72) عبارة تعكس مهارات التواصل الاجتماعي حيث نظمت في ثلاثة أبعاد، وتتم الإجابة عن العبارات وفق مدرج ثلاثي (دائما-أحيانا-أبدا) موزعة عليه ثلاثة درجات (1-2-3) . وتمتد حدود الدرجة على المقياس من 72-216 درجة وبذلك تكون قيمة الدرجة المتوسطة على المقياس هي (108.0) وهي تمثل درجة المتوسط الفرضي إ ن الدرجة العالية على المقياس تؤشرإلى مستوى جيد من المهارات الاجتماعية والذي يتميز بالقدرة على التواصل مع الآخرين والحرص على العلاقات الشخصيةومساعدة الزملاء في أعمالهم ومهارات التوافق مع الآخرين والعكس صحيح. وتتوزع العبارات على ثلاثة أبعاد هي الزملاء، التواصل مع الأسرة والأقارب، والتواصل في الحياة العامة.

- **صدق مقياس مهارات التواصل الاجتماعي :**

جدول (6) صدق التمييز لمقياس مهارات التواصل الاجتماعي

الابعاد	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
الزملاء	المجموعة العليا	10	46.40	1.89	**8.190	.000
	المجموعة الدنيا	10	51.50	.527		
التواصل مع الأسرة والأقارب	المجموعة العليا	10	36.20	2.09	**7.236	.000
	المجموعة الدنيا	10	41.00	.011		
التواصل	المجموعة العليا	10	54.50	1.08	**10247	.000

في الحياة العامة	المجموعة الدنيا	10	51.00	.020		
مجموع المقياس	المجموعة العليا	10	125.50	4.22	**9.147	.000
	المجموعة الدنيا	10	137.90	.737		

**قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

اختارت الباحثة عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة بحجم أربعين (40) مبحوثا وتم تطبيق مقياس مهارات التواصل الاجتماعي. حيث تم ترتيب درجاتهم على كل بعد من الأبعاد الثلاثة وكذلك على مجموع المقياس ترتيبا تصاعديا. وتم أخذ القيم العشر الأولى لتمثل ذوي الدرجات المنخفضة على البعد إضافة إلى القيم العشر الأخيرة لتمثل ذوي الدرجات العالية على البعد وكذلك على مجموع المقياس، وللتعرف على قدرة المقياس على التفريق بين قيمة المتوسط الحسابي للطلاب ذوي مهارات التواصل الاجتماعي المنخفضة والمتوسط الحسابي لأقرانهم ذوي مهارات التواصل الاجتماعي المرتفعة، استخدم اختبار ت لوسطين حسابيين مستقلين. ومن الجدول (6) يتبين أن قيم اختبار ت كانت جميعها دالة إحصائيا لأن مستوى الدلالة (000.) لها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05 مما يؤكد على قدرة المقياس للتفريق بين الأفراد بحسب مستوى مهارات التواصل الاجتماعي لديهم. وبذلك تحققت الباحثة من صدق المقياس وملاءمته لطبيعة عينة البحث.

- **ثبات مقياس مهارات التواصل الاجتماعي :**

قامت الباحثة بتطبيق وإعادة التطبيق لمقياس مهارات التواصل الاجتماعي على أفراد العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره ستة عشر يوما ثم تم تطبيق الارتباط البسيط بين مجموع درجات أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني وكانت قيمة معامل الثبات للمقياس (970.) وهي قيمة عالية تؤكد ثبات نتائج المقياس.

- **مفتاح التصحيح :**

-جميع عبارات المقياس موجبة فقد تم توزيع الدرجات كالآتي:

دائما تأخذ 3 درجات، أحيانا تأخذ 2 درجتين، أبدا تأخذ درجة واحدة 1

-توزيع العبارات على أبعاد المقياس:

البعد الأول: الزملاء ويشمل العبارات من التسلسل 1-الى28.

البعد الثاني: التواصل مع الأسرة والأقارب ويشمل العبارات من التسلسل 29 – إلى 50.

البعد الثالث: التواصل في الحياة العامة ويشمل العبارات من التسلسل 51-إلى 72.

- **مقياس مفهوم الذات :**

استخدمت الباحثة مقياس مفهوم الذات الذي أعده محمد إبراهيم عيد ،2005ويحتوي المقياس على اثنتين وعشرين (22) فقرة تتم الإجابة على العبارات وفق مدرج ثلاثي (دائما-أحيانا-أبدا) موزعة عليه ثلاث درجات (1-2-3) إذا كانت العبارة موجبة والعكس صحيح فيما يخص العبارات السالبة وكان عدد العبارات السالبة ثلاث عشرة (13) عبارة وهي العبارات المضللة في الملحق (3). وتمتد حدود الدرجة على المقياس من 22-66 درجة وبذلك تكون قيمة الدرجة

المتوسطة على المقياس هي (44.0) وهي تمثل درجة المتوسط الفرضي. أن الدرجة المنخفضة على المقياس تؤشرإلى مستوى مرتفع إ إيجابي لمفهوم الذات والذي يعكس صورته تجاه نفسه والتي يفترض أن تتميز بالتقييم الإيجابي لإمكانياته وقدراته ونقاط القوة والضعف التي لديه ومدى إيمانه وتقيمه لشخصيته مقارنة بالآخرين والعكس صحيح إذا كانت الدرجة عالية.

- **صدق مقياس مفهوم الذات :**

جدول (7) صدق التمييز لمقياس مفهوم الذات :

المقياس	المجموعة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
مفهوم الذات	المجموعة العليا	10	36.10	1.10	*9.472*	.000
	المجموعة الدنيا	10	39.70	.483		

**قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

اختارت الباحثة عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة بحجم أربعين (40) مبحوثا وتم تطبيق مقياس مفهوم الذات. حيث تم ترتيب درجاتهم على مجموع المقياس ترتيبا تصاعديا. وتم أخذ القيم العشر الأولى لتمثل ذوي مفهوم الذات المنخفض إضافة إلى القيم العشر الأخيرة لتمثل ذوي مفهوم الذات المرتفع، وللتعرف على قدرة المقياس على التفريق بين قيم المتوسطين الحسابيين للمجموعتين، استخدم اختبار ت لوسطين حسابيين مستقلين. ومن الجدول (7) يتبين أن قيمة اختبار ت (9.472) كانت دالة إحصائيا لأن مستوى الدلالة (000.) أقل من مستوى 0.05 مما يؤكد على قدرة المقياس للتفريق بين الأفراد بحسب مستوى مفهوم الذات لديهم. وبذلك تحققت الباحثة من صدق المقياس وملاءمته لطبيعة عينة البحث.

- **ثبات مقياس مفهوم الذات :**

قامت الباحثة بتطبيق وإعادة التطبيق لمقياس مفهوم الذات على أفراد العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره ستة عشر يوما ثم تم تطبيق الارتباط البسيط بين مجموع درجات أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني وكانت قيمة معامل الثبات للمقياس (963.) وهي قيمة عالية تؤكد ثبات نتائج المقياس.

- **مفتاح التصحيح لمقياس مفهوم الذات :**

يتم التصحيح كالآتي: العبارات الموجبة كالآتي (دائما تأخذ 1 درجة، أحيانا تأخذ 2 درجتين، أبدا تأخذ 3 درجات).

أما في العبارات السالبة يتم العكس (دائما تأخذ 3 درجات، أحيانا تأخذ 2 درجتين، أبدا تأخذ درجة واحدة 1).

العبارات الموجبة تتضمن العبارات ذو التسلسل(2-1 -5 -10-6 -19-18-14-12).

العبارات السالبة تتضمن العبارات ذات التسلسل (3-4-7-8-9-11-13-15-16 – 17-20-21-22).

-متغيرات الدراسة: تضـمنت الدراسـةُ ثلاثة متغيـرات تابعـة تتمثل في إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي، ومفهوم الذات كما تضمنت عدداً من المتغيراتٍ المستقلّة هي : جنس الطالب وله فئتان: الإناث والذكور ،التخصص وله خمس فئات: الطب البشري، الهندسة، العلوم، القانون، واللغات ثم متغير العمر وله أربعة فئات:19-20-21-22-23 سنة.

-أساليب المعالجة الإحصائية :استخدم في البحث الحالي الأساليب الإحصائية التالية:

-المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للإحصائيات الوصفية للوقوف على أبعاد إدمان - معاملات الارتباط البسيط لتحديد ثبات المقاييس الثلاثة المستخدمة في البحث وكذلك لتحديد العلاقة بين المتغيرات الثلاثة المتمثلة في إدمان الإنترنت، وأبعاد مهارات التواصل الاجتماعي وتقدير الذات.

- اختبار ت للفرق بين متوسطي عينتين مستقلتين للتعرف على صدق التمييز لمقاييس البحث وكذلك الفروق بين أفراد عينة البحث حسب متغير الجنس في إدمان الإنترنت، وأبعاد مهارات التواصل الاجتماعي وتقدير الذات.

- اختبار تحليل التباين الأحادي(ANOVA) ف للفرق بين متوسطات عينة البحث حسب متغير التخصص وكذلك حسب متغير العمر في إدمان الإنترنت، وأبعاد مهارات التواصل الاجتماعي وتقدير الذات.

-اختبار اتجاه الفروق بين المتوسطات الحسابية توكي Tukey.

-عرض ومناقشة النتائج :

نتائج تطبيق مقياس إدمان الإنترنت

جدول (8) نتائج تطبيق اختبار ت لعينة واحدة بين قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة على مقياس إدمان الإنترنت والمتوسط الفرضي لأبعاد المقياس

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي للبعد	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبارت	مستوى الدلالة
السيطرة أو البروز	21.36	2.62	20.0	1.36	**9.015	.000
تغيير المزاج	21.39	2.77	20.0	1.39	**8.678	.000
التحمل	19.05	2.27	16.0	3.05	**23.214	.000
الإنسحابية	21.30	2.48	20.0	1.30	**9.071	.000
الصراع	17.07	2.32	16.0	1.07	**8.023	.000
الانتكاس	21.25	2.66	20.0	1.25	**8.133	.000
مجموع المقياس	119.34	9.40	112.0	7.34	**13.494	.000

*قيمة اختبار ت دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

من الجدول (8) يتبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة للتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين قيمة المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث على أبعاد مجموع مقياس إدمان الإنترنت وبين المتوسط الفرضي لكل بعد مما يمكننا من تحديد درجة إدمان الإنترنت لأفراد عينة البحث. إن قيمة المتوسط الفرضي تمثل الدرجة الوسط على المقياس. وحسب مفتاح التصحيح للمقياس، إذا كانت

قيمة المتوسط الحسابي لأفراد العينة على المقياس أعلى من قيمة المتوسط الفرضي وأن قيمة اختبار ت دالة إحصائيا فإن ذلك يشير إلى درجة إدمان بدرجة ملحوظة أو عالية أما إذا كانت قيمة اختبار ت غير دالة إحصائيا فان ذلك يؤشرإلى أن درجة الإدمان متوسطة، وإذا كانت قيمة اختبار ت دالة إحصائيا وأن درجة المتوسط الحسابي لأفراد العينة أقل من درجة المتوسط الفرضي فان ذلك يؤشرإلى انخفاض درجة إدمان الإنترنت لدى أفراد عينة البحث.

ومن النتائج المعروضة في الجدول يتبين أن قيم المتوسطات الحسابية كانت أعلى من قيم المتوسط الفرضي المقابلة لها وأن قيم اختبار ت كانت جميعها دالة إحصائيا ،لأن مستوى دلالتها أقل من مستوى 0.05مما يؤشرإلى أن درجة الإدمان كانت أعلى من الدرجة المتوسطة وعلى جميع الأبعاد. :الإنترنت، وأبعاد مهارات التواصل الاجتماعي وتقدير الذات لدى أفراد عينة البحث.

- نتائج تطبيق مقياس مهارات التواصل الاجتماعي :

جدول (9) نتائج تطبيق اختبار ت لعينة واحدة بين قيمة المتوسط الحسابي لعينة البحث على مقياس مهارات التواصل الاجتماعي والمتوسط الفرضي للبعد ومجموع المقياس.

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي لمقياس	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
الزملاء	57.20	4.89	56.0	1.20	**4.264	.000
التواصل مع الأسرة والاقارب	46.90	4.89	44.0	2.90	**10.276	.000
التواصل في الحياة العامة	46.74	3.64	44.0	2.74	**13.013	.000
مجموع المقياس	150.85	11.25	144.0	6.85	**10.533	.000

*قيمة اختبار ت دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

من الجدول (9) يتبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة للتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين قيم المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث على أبعاد مقياس مهارات التواصل الاجتماعي وبين المتوسط الفرضي لكل بعد ومجموع المقياس مما يمكننا من معرفة مستوى مهارات التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث، وبحسب مفتاح التصحيح للمقياس، إذا كانت قيم المتوسط الحسابي لأفراد العينة أعلى من قيمة المتوسط الفرضي فإن ذلك يؤشر إلى درجة عالية من مهارات التواصل الاجتماعي وهذا يتضح من الجدول (9) حيث هناك فرق في درجة مهارات التواصل الاجتماعي لدى أفراد عينة ولصالح قيم المتوسطات الحسابية وكانت قيم اختبار ت جميعها دالة إحصائيا ، لأن مستوى دلالتها (000.) أقل من مستوى 0.05 مما يدل على أن مستوى مهارات التواصل الاجتماعي لدى المبحوثين كان أعلى من الدرجة المتوسطة.

- نتائج تطبيق مقياس مفهوم الذات :

جدول (10) نتائج تطبيق اختبار ت لعينة واحدة بين قيمة المتوسط الحسابي لعينة الدراسة على مقياس مفهوم الذات والمتوسط الفرضي للمقياس.

المقياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي للمقياس	الفرق بين المتوسطين	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
مفهوم الذات	44.78	4.30	44.0	.78	**3.146	.002

*قيمة اختبار ت دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

من الجدول (10) يتبين نتائج اختبار ت لعينة واحدة لغرض التعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين قيمة المتوسط الحسابي (44.78) لأفراد عينة البحث على مقياس مفهوم الذات وبين المتوسط الفرضي للمقياس (44.0) وحسب مفتاح التصحيح للمقياس إ ذا كانت قيمة المتوسط الحسابي لأفراد العينة قريبة من قيمة المتوسط الفرضي فإن ذلك يؤشرإلى درجة متوسطة من مفهوم الذات لدى أفراد عينة البحث وهذا ما اتضح من الجدول (10) حيث التقارب بين قيمتي المتوسطين وكانت قيمة اختبار ت (3.146) دالة إحصائيا ،لأن مستوى دلالتها (.002) كانت أقل من مستوى 0.05 مما يدل على أن مستوى مفهوم الذات لدى المبحوثين كان أعلى من المستوى المتوسط، وهذا ما يؤشرإلى أن تقدير الذات لدى أفراد عينة البحث كان إيجابيا.

- **عرض نتائج الفرض الأول للبحث :**

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الانترنت ومهارات التواصل الاجتماعي.

جدول (11) معاملات الارتباط البسيط ومستويات الدلالة بين إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي.

الأبعاد	ابعاد مقياس ادمان الإنترنت							ابعاد مقياس مهارات التواصل الاجتماعي		
	السيطرة او البروز	تغيير المزاج	التحمل	الانسحابية	الصراع	الانتكاس	مجموع المقياس	الزملاء	التواصل مع الأسرة	التواصل مع الحياة
تغيير المزاج	.105*									
	.035									
التحمل	.403*	.026								
	.000	.330								
الانسحابية	.489*	.217*	.321*							
	.000	.000	.000							
الصراع	.197*	.009	.337*	.120*						
	.000	.440	.000	.019						
الانتكاس	.593*	.151*	.304*	.490**	.201*					
	.000	.005	.000	.000	.000					
مجموع المقياس	.761*	.417*	.598*	.707**	.477*	.754*				
	.000	.000	.000	.000	.000	.000				
الزملاء	.279*	.304*	.356*	.322**	.302*	.306*	.504*			
	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000			
التواصل	.731*	.328*	.526*	.592**	.391*	.573*	.853*	.54		

مع الأسرة والاصدقاء	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
التواصل مع الحياة	.500*	.305*	.421*	.573**	.402*	.605*	.745*	.46	.651**	
	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.00	.000	
t.social	.601*	.374*	.520*	.583**	.431*	.578*	.831*	.81	.880**	.807**
	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.00	.000	.000

*قيمة معامل الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 **قيمة معامل الارتباط دالة عند مستوى 0.01

للتعرف على العلاقة ذات الدلالة الإحصائية بين إدمان الإنترنت ومهارات التواصل الاجتماعي

استخدم الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات أفراد عينة البحث على المقياسين. ومن الجدول (11) يتبين أن هناك علاقة موجبة دالة إحصائيا بين جميع أبعاد مقياس إدمان الإنترنت وأبعاد مقياس مهارات التواصل الاجتماعي حيث إن قيم معامل الارتباط دالة إحصائيا ،لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05 ،ونستدل من أن إدمان الانترنت مرتبط بمهارات التواصل الاجتماعي. إن بيانات تحليل مستوى إدمان الإنترنت لدى أفراد عينة البحث لم تشرإلى ارتفاع مستوى الإدمان لديهم.

- **عرض نتائج الفرض الثاني للبحث :**

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات.

جدول (12) معاملات الارتباط البسيط ومستويات الدلالة بين إدمان الانترنت وتقدير الذات.

الأبعاد	السيطرة او البروز	تغيير المزاج	التحمل	الاعراض الانسحابية	الصراع	مجموع مقياس ادمان الإنترنت	تقدير الذات
تغيير المزاج	.105*						
	.035						
التحمل	.403**	.026					
	.000	.330					
الانسحابية	.489**	.217**	.321**				
	.000	.000	.000				
الصراع	.197**	.009	.337**	.120*			
	.000	.440	.000	.019			
الانتكاس	.593**	.151**	.304**	.490**	.201**		
	.000	.005	.000	.000	.000		
مجموع المقياس	.601**	.374**	.520**	.583**	.431**	.578**	
	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
تقدير الذات	.209**	.153**	.210**	.158**	.199**	.181**	.422**
	.000	.004	.000	.003	.000	.001	.000

*معامل الارتباط دال عند مستوى 0.05 **معامل الارتباط دال عند مستوى 0.01

للتعرف على العلاقة ذات الدلالة الإحصائية بين إدمان الإنترنت وتقدير الذات استخدم الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات أفراد عينة البحث على المقياسين. ومن الجدول (12) يتبين أن هناك علاقة موجبة دالة إحصائيا بين جميع أبعاد مقياس إدمان الإنترنت وتقدير الذات التواصل الاجتماعي حيث إن قيم معامل الارتباط دالة إحصائيا، لأن مستويات دلالتها كانت جميعها أقل من مستوى 0.05 ، ونستدل من أن إدمان الإنترنت مرتبط بتقدير الذات . هذه النتيجة تدل على تزايد الدرجات على مقياس الإدمان على الإنترنت يلازمه ارتفاع في درجات أفراد عينة البحث على مقياس تقدير الذات وبما أن الزيادة على مقياس تقدير الذات تعني أن انخفاض مستوى تقييم الفرد لذاته فإن هذه النتيجة منطقية حيث إن الإدمان على الإنترنت ناتج عن سوء التكيف وبالتالي يؤدي إلى انخفاض كفاءة الذات.

- **عرض نتائج الفرض الثالث للدراسة :**

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى إدمان الإنترنت حسب المتغيرات الديموغرافية المتمثلة في الجنس، العمر، التخصص.

- **متغير الجنس : جدول (13) نتائج اختبار ت بين أفراد عينة البحث حسب الجنس على مستوى إدمان الإنترنت .**

المغيرات	النوع	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار ت	مستوى الدلالة
السيطرة او البروز	ذكور	125	21.18	2.69	1.027	.305
	إناث	174	21.50	2.57		
تغيير المزاج	ذكور	125	20.85	2.78	**2.875	.004
	إناث	174	21.78	2.71		
التحمل	ذكور	125	18.92	2.22	.788	.432
	إناث	174	19.13	2.30		
الانسحابية	ذكور	125	21.19	2.42	.644	.520
	إناث	174	21.37	2.52		
الصراع	ذكور	125	16.88	2.30	1.245	.214
	إناث	174	17.21	2.32		
الانتكاس	ذكور	125	21.02	2.49	1.266	.206
	إناث	174	21.41	2.77		
مجموع المقياس	ذكور	125	117.90	9.67	*2.191	.029
	إناث	174	120.38	9.10		

*قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ت دالة عند مستوى 0.01

من الجدول (13) يتبين نتائج اختبار ت لوسطين حسابيين مستقلين بين متوسطات عينة البحث حسب الجنس في مقياس الإنترنت حيث يتبين أن هناك تقاربا بين قيم المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث في جميع الأبعاد للمقياس ما عدا بعد تغيير المزاج ومجموع المقياس. ولذلك لم تكن قيم اختبار ت دالة إحصائيا ،لأن مستويات الدلالة أكبر من مستوى 0.05 ،ما عدا بعد تغيير المزاج ومجموع المقياس حيث كانت قيمتا الاختبار دالة إحصائيا وكانت الفروق لصالح الإناث

فهن وبشكل عام أكثر مستوى في استخدام الإنترنت من أقرانهن الذكور. ومن ذلك نستدل على أن متغير الجنس يسهم في إيجاد فروق على مجمل مقياس الإدمان على الإنترنت.

- متغير العمر : جدول (14) التوصيف الإحصائي لعينة البحث حسب العمر على مقياس ادمان الإنترنت

الأبعاد	العمر	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السيطرة او البروز	19.00	62	21.08	2.21
	20.00	67	21.37	2.40
	21.00	63	21.39	2.70
	22.00	80	21.48	2.98
	23.00	27	21.59	2.83
تغيير المزاج	19.00	62	20.38	3.01
	20.00	67	21.73	2.84
	21.00	63	20.79	2.67
	22.00	80	22.27	2.58
	23.00	27	21.66	1.77
التحمل	19.00	62	19.24	2.14
	20.00	67	18.94	2.05
	21.00	63	19.03	2.36
	22.00	80	18.95	2.51
	23.00	27	19.22	2.22
الانسحابية	19.00	62	21.16	2.78
	20.00	67	20.73	2.53
	21.00	63	21.44	2.20
	22.00	80	21.86	2.36
	23.00	27	21.03	2.29
لصراع	19.00	62	16.74	2.42
	20.00	67	16.85	2.43
	21.00	63	17.15	2.11
	22.00	80	17.32	2.29
	23.00	27	17.48	2.32
الانتكاس	19.00	62	20.91	2.79
	20.00	67	21.25	2.48
	21.00	63	20.77	2.15
	22.00	80	21.81	2.83
	23.00	27	21.48	3.17
مجموع المقياس	19.00	62	117.35	9.80
	20.00	67	118.82	9.02
	21.00	63	118.50	8.57
	22.00	80	121.62	9.47
	23.00	27	120.37	10.20

يتبين من الجدول (14) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث حسب متغير العمر، ويتضح من الجدول أن أفراد عينة البحث قد سجلوا متوسطات حسابية متقاربة جدا مما يعكس ضعف الاختلافات بين أفراد عينة البحث حسب العمر على مقياس إدمان الإنترنت.

جدول (15) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي ف بين أفراد عينة البحث حسب العمر على مقياس إدمان الإنترنت

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	مستوى الدلالة
السيطرة او البروز	بين المجموعات	7.678	4	1.919	.276	.893
	داخل المجموعات	2043.854	294	6.952		
	المجموع	2051.532	298			
تغيير المزاج	بين المجموعات	157.290	4	39.323	5.392	.000
	داخل المجموعات	2144.141	294	7.293		
	المجموع	2301.431	298			
التحمل	بين المجموعات	4.712	4	1.178	.226	.924
	داخل المجموعات	1533.535	294	5.216		
	المجموع	1538.247	298			
الانسيابية	بين المجموعات	51.352	4	12.838	2.119	.079
	داخل المجموعات	1781.557	294	6.060		
	المجموع	1832.910	298			
الصراع	بين المجموعات	20.149	4	5.037	.934	.444
	داخل المجموعات	1585.082	294	5.391		
	المجموع	1605.231	298			
الانتكاس	بين المجموعات	47.582	4	11.895	1.689	.153
	داخل المجموعات	2071.100	294	7.045		
	المجموع	2118.682	298			
مجموع المقياس	بين المجموعات	752.367	4	188.092	2.159	.074
	داخل المجموعات	25618.837	294	87.139		
	المجموع	26371.204	298			

*قيمة اختبار ف دالة عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ف دالة عند مستوى 0.01

وللتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب متغير العمر على مقياس إدمان الإنترنت، استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي ف. ويتبين من الجدول (15) أن جميع قيم الاختبار كانت غير دالة إحصائيا ،لأن قيم مستويات الدلالة كانت جميعها أكبر من مستوى 0.05، وهذه النتائج تدل على أن ليس هناك فروق دالة إحصائيا على مقياس إدمان الإنترنت بين أفراد عينة البحث حسب متغير العمر.

- متغير التخصص :جدول (16) التوصيف الإحصائي لعينة البحث حسب السنة الدراسية على الذات

الابعاد	التخصص	حجم	المتوسط	الانحراف

		العينة	الحسابي	المعياري
السيطرة او البروز	الطب البشري	50	22.40	1.98
	الهندسة	50	20.38	2.93
	العلوم	50	21.30	2.46
	القانون	50	21.34	2.75
	اللغات	99	21.39	2.60
تغيير المزاج	الطب البشري	50	21.30	2.93
	الهندسة	50	21.00	2.63
	العلوم	50	21.20	2.70
	القانون	50	21.72	2.78
	اللغات	99	21.57	2.82
التحمل	الطب البشري	50	19.88	1.68
	الهندسة	50	18.52	2.10
	العلوم	50	18.62	2.22
	القانون	50	19.20	2.28
	اللغات	99	19.04	2.52
الانسيابية	الطب البشري	50	22.24	2.57
	الهندسة	50	20.66	2.52
	العلوم	50	20.66	2.30
	القانون	50	21.56	2.37
	اللغات	99	21.34	2.41
الصراع	الطب البشري	50	17.70	2.44
	الهندسة	50	16.40	2.24
	العلوم	50	16.84	2.12
	القانون	50	17.28	2.61
	اللغات	99	17.12	2.17
الانتكاس	الطب البشري	50	22.62	2.68
	الهندسة	50	20.42	2.64
	العلوم	50	20.60	2.85
	القانون	50	21.38	1.85
	اللغات	99	21.25	2.68
مجموع المقياس	الطب البشري	50	124.10	7.32
	الهندسة	50	115.26	10.27
	العلوم	50	117.20	7.81
	القانون	50	120.34	8.91
	اللغات	99	119.57	9.81

يتبين من الجدول (16) قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث حسب متغير السنة الدراسية. ويتضح من الجدول أن أفراد عينة البحث قد سجلوا متوسطات حسابية ذات قيم مختلفة حسب سنوات دراستهم مما يعكس اختلاف مفهوم الذات أفراد عينة البحث حسب المستوى الدراسي للطالب.

جدول (17) نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي ف بين أفراد عينة البحث حسب التخصص على مقياس إدمان الإنترنت

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار ف	مستوى الدلالة
السيطرة او البروز	بين المجموعات	102.395	4	25.599	*3.861	.004
	داخل المجموعات	1949.136	294	6.630		
	المجموع	2051.532	298			
تغيير المزاج	بين المجموعات	18.670	4	4.667	.601	.662
	داخل المجموعات	2282.762	294	7.764		
	المجموع	2301.431	298			
التحمل	بين المجموعات	58.869	4	14.717	*2.925	.021
	داخل المجموعات	1479.378	294	5.032		
	المجموع	1538.247	298			
الانسيابية	بين المجموعات	88.706	4	22.177	**3.738	.006
	داخل المجموعات	1744.203	294	5.933		
	المجموع	1832.910	298			
الصراع	بين المجموعات	47.385	4	11.846	2.236	.065
	داخل المجموعات	1557.845	294	5.299		
	المجموع	1605.231	298			
الانتكاس	بين المجموعات	150.255	4	37.564	**5.610	.000
	داخل المجموعات	1968.427	294	6.695		
	المجموع	2118.682	298			
مجموع المقياس	بين المجموعات	2249.682	4	562.421	**6.855	.000
	داخل المجموعات	24121.522	294	82.046		
	المجموع	26371.204	298			

*قيمة اختبار ف دالة عند مستوى 0.05 **قيمة اختبار ف دالة عند مستوى 0.01

وللتعرف على الفروق الدالة إحصائيا بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب متغير التخصص على مقياس إدمان الإنترنت، استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي ف. ويتبين من الجدول (17) أن معظم قيم الاختبار كانت دالة إحصائيا ،لأن قيم مستويات الدلالة كانت أقل من مستوى 0.05، وهذه النتائج تدل على أن هناك فروقاً دالة إحصائيا على مقياس إدمان الإنترنت بين أفراد عينة البحث حسب متغير التخصص ما عدا بعدي تغيير المزاج والصراع.

وللتعرف على اتجاه الفروق بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب التخصص استخدم اختبار توكي Tukey للمقارنات بين المتوسطات الحسابية، جدول (18).

جدول (18) نتائج اختبار توكي Tukey للمقارنات بين المتوسطات الحسابية لأفراد عينة البحث حسب التخصص على مقياس ادمان الانترنت

المتغيرات	التخصص I	التخصص j	الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة

السيطرة او البروز	الطب البشري	الهندسة	2.020*	.001
		العلوم	-1.260*	.042
التحمل	الطب البشري	الهندسة	1.360*	.022
		العلوم	1.260*	.042
الانسيابية	الطب البشري	الهندسة	1.580*	.011
		العلوم	1.580*	.011
الانتكاس	الطب البشري	الهندسة	2.200*	.000
		العلوم	2.020*	.001
		اللغات	1.367*	.021
مجموع المقياس	الطب البشري	الهندسة	8.840*	.000
		العلوم	6.900*	.002
		اللغات	4.524*	.035
	الهندسة	القانون	-5.080*	.043
		اللغات	-4.315*	.050

من الجدول (18) يتبين نتائج اختبار توكي للمقارنات بين المتوسطات الحسابية في الأبعاد التي ظهرت فيها قيمة اختبار ف دالة إحصائيا وبخصوص أبعاد السيطرة والبروز والتحمل والانسيابية فقد ظهرت فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري وكل من المتوسط الحسابي لطلبة الهندسة وطلبة العلوم وكانت الفروق لصالح المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري. وفي بعد الانتكاس فقد ظهرت فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري وكل من المتوسط الحسابي لطلبة الهندسة وطلبة العلوم وطلبة اللغات وكانت الفروق لصالح المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري فهم أكثر إدمانا على الإنترنت مقارنة بأقرانهم طلبة الهندسة والعلوم واللغات.

أما في مجموع المقياس فقد ظهرت فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري وكل من المتوسط الحسابي لطلبة الهندسة وطلبة العلوم وطلبة اللغات وكانت الفروق لصالح المتوسط الحسابي لطلبة الطب البشري. وأيضا ظهرت فروق دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لطلبة الطب الهندسة وكل من المتوسط الحسابي لطلبة القانون وطلبة اللغات.

ومن ذلك نستدل على أن متغير التخصص للطالب يسهم في خلق فروق في إدمان الإنترنت حيث كان طلبة الطب البشري وطلبة الهندسة أكثر مستوى من الإدمان على الإنترنت مقارنة مع بقية أفراد العينة من التخصصات الأخرى.

نتائج الدراسة :

- إن إدمان الإنترنت مرتبط بمهارات التواصل الاجتماعي .
- إن مستوى إدمان الإنترنت لدى أفراد عينة البحث لم تشر إلى ارتفاع مستوى الإدمان لديهم.
- إن الإدمان على الإنترنت ناتج عن سوء التكيف وبالتالي يؤدي إلى انخفاض كفاءة الذات.
- الفروق لصالح الإناث فهن وبشكل عام أكثر مستوى في استخدام الإنترنت من أقرانهن الذكور. ومن ذلك نستدل على أن متغير الجنس يسهم في إيجاد فروق على مجمل مقياس الإدمان على الإنترنت .
- ليس هناك فروق دالة إحصائيا على مقياس إدمان الإنترنت بين أفراد عينة البحث حسب متغير العمر .

- هناك فروق دالة إحصائيا على مقياس إدمان الإنترنت بين أفراد عينة البحث حسب متغير التخصص في ما عدا بعدي تغيير المزاج والصراع.
- إن متغير التخصص للطالب يسهم في خلق فروق في إدمان الإنترنت حيث كان طلبة الطب البشري وطلبة الهندسة أكثر مستوى من الإدمان على الانترنت مقارنة مع بقية أفراد العينة من التخصصات الأخرى .

التوصيات :

-الكشف عن الطلبة المدمنين على الإنترنت و الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات و القدرة علي التواصل الاجتماعي.
- توجيه انتباه الآباء و المختصين إلى أهمية الاعتناء بتنمية تقدير الذات في حياة الفرد و في تكوين شخصيته .
-بناء البرامج الإرشادية و العلاجية لفئة الطلاب المدمنين على الإنترنت من الجنسين و الذين يعانون من عدم القدرة على التواصل الاجتماعي و انخفاض تقدير الذات ،بحيث تساعدهم هذه البرامج على أساليب الضبط الذاتي للحد من الأوقات التي تضيع بشكل سلبي على الإنترنت.
-توفير البرامج الوقائية الغنية بالطابع التوجيهي و الإرشادي و الثقافي بهدف تهيئة المناخ الملائم للطلبة قبل التجول على الإنترنت .
- عقد الندوات و المؤتمرات سواء في المدارس أو الجامعات أو عبر القنوات الفضائية حول الإنترنت و كيفية الاستفادة منه و ما هي المخاطر المحتملة من التجوال غير الملائم و تزويدهم بالمواقع الملائمة.
-تثقيف الأسرة باتجاه الأثار السلبية للإنترنت و التي تنعكس سلبا على المحيط الأسري و الاجتماعي و العائلي.

البحوث المقترحة .

-إجراء المزيد من البحوث على عينات أخرى من طلبة الجامعات في مجال إدمان الإنترنت للتوصل إلى أفضل الأساليب الإرشادية لمساعدتهم فى التغلب على مشكلاتهم السلوكية و الأكاديمية ،ووقايتهم من الفشل الدراسي المحتمل .
- برنامج مقترح لتنمية تقدير الذات لخفض أعراض إدمان الإنترنت لدى طلبة الجامعة .
- تقدير الذات و إدمان الإنترنت لدي العاديين و المتفوقين .
-الثقة بالنفس و إدمان الإنترنت لدى عينة من المراهقين .
-تنمية فاعلية الذات لخفض اعراض إدمان الإنترنت لدى عينة من مدمني الإنترنت.

هوامش الدراسة :

1. Hung ko. (2007)family factors of intemet addiction and,substance use experience in,taiwannse adolescents. Cyber psychology& behavior, vol,10, issuep8 .

2.qinroa&znog(2009)personality and self-esteem as predictors,of youngpeoples s,technology use cyberpsychology& behavior.vol.1no,4p.
3. Maritin&schumaker(2009) self-esteem in,children.british,journal of education,psychology. Vol7,.p
4.Deeblelisa,(2009)problematic,internet use andtheworldof warcraft,addiction.linkedto a.questfor meaning,degreeof ,doctor of, psychologyAlliantinternationaluniversity,byproquest,umi.number,3305mp,
5.Kimberly.s.young(2010)netaddiction, availbel,at www. Conseling. Txstate. Edu, resources,shoverview,brointemet.
6.Rodgers& young(2012), : towardAscience, of the, person.in, sutich.
7.Ham, p.Chen,s&Cochran,ME,(2014), liar,internetfaking but not, frequency,of, use, affects,social, skills,self-esteem,social,anxiety, and aggression,Cyber psychology&, behavjor, vol,no.1.p
8.Schumacher&marahan ,(2015) Afactor-analytic,investigation,of. Computer addiction,and engagement,Brjpsychology,VOL,93,NO,p55
9.Brenner,keith W,(2015),internet,addiction:Areview ,of ,current, assessmenttechniquesand, potential, assessment, questions,cyber .psychology&behavior ,VOL.n,1,p7-14
10.Chen,Chou,Linda Condron,&johnC.Belland(2016), A REVIEW OF, the, research, on,internet,educational .psychology ,review,vol,17,no.4,p,363.
11.Hsio&cj,p,Hansen(2017)liar,liar:internet,fakingbutnot, frequency, of,useaffects social,skills,self-esteem,social,anxiety,and.aggression, Cyber,psychology&behavior,VOLa-no-1-p1-66
12.GriffithsMark(2000),:doesinterntcomputer,addjction,exist,Some,casestudy.evidenc e.paperattheannual,confence,ofAmerican,
13.Beard,(2001):K.W&wolf,f.modificationin.the,proposeddiagnosticcriteria for internetaddiction,cyberpsycol,behave,4(3)p377.
14.Charlton,(2002),theintrenets,impacton social,isolation,keanuniversityproquestLLC789East,Eisenhwer,parkway,p.o.Box1347, Ann ,Arb0r,M48-10-66
15.sookeun,Byun(2009)interntaddiction:Metasynthesis,of,2006,quantativeresarch,cyb erpsycholgy&behavior,VOL12,n,2p203-207.
16- الفرح عدنان(2003) الإدمان علي الإنترنت لدي مرتادي مقاهي الإنترنت في الأردن،مجلة العلوم التربوية و النفسية ،العدد5(3)سبتمبر ص 18 .
17-مهدلي محمد محود(2005)الاتصال الاجتماعي في الخدمة الاجتماعية،الاسكندريةالمكتب الجامعي الحديث
18-صفوت فرج (2000) مصدر الضبط و تقدير الذات و علاقته بالانبساط و العصابية ،مجلة دراسات نفسية تصدر عن رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية "رانم"ك ج(1)-القاهرة.
19.pTony malim (2012) psychologicalcharcteristics,of,internet,dating,service,users-the effectof,self,esteem,mvolvement,andsociability,on,theuseof,internet,dating,service,cyb erpsychology&behaviorVol,11,n6,p445-447.
*20.Maydomenico(2016),alexithymia,and,itsrelationships,withdiychology&ssocitatve,e xperiences,and,internt, addiction,in,anoncclinical,sample, cyber,p& behavior.VOL1**2,p66a***

21.Beard,Keithw(2005):internet,addiction,Areview,of sesssmenrenttechniques,and,potential,assement,questions.Areeview,of,&behavior,VOL17p4
22-هاني أحمد فخري(2012) الإدمان علي الإنترنت,مجلة العلوم الاجتماعيةبغداد مجلة التربية (37)ج (9).
23- أماني علي عبدالفتاح (2014)مهارات الاتصال و التفاعل و العلاقات الانسانية ،جمهورية مصر العربية ،مكتبة الانجلو المصرية.
24- أماني علي عبدالفتاح (2014)مهارات الاتصال و التفاعل و العلاقات الانسانية ،جمهورية مصر العربية ،مكتبة الانجلوالمصرية. مرجع سابق.
25.Challenger,(2005),factors predictive for incidence,and,remission,of,internetaddiction,inyoyng,adolescents:Aprospective,study, cyberpsychology&behavior,vol12,no8,p526-579.
26 -رشا الناطور(2008)مستوي الطموح و علاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي العام(المستجدين و المعيدين)دراسة ميدانية لنيل الاجازة العليا ،كلية التربية جامعة دمشق.
27.SCHERER&Bost(2003)prevalence,ofintrnts,addiction, andcorrelations,with,family factors,among,south,Korean,adolescents,journal of adolescence,VOL55,no172p11.
28.Whang,young,ko,(2003),the rrlationship, between, psychosocial. Adjustment,identity,formationand, problematic,internet, use,dissertation,abstracts ,internet ional,vol16(7b).p39.
29- خواجا ماجد عبدالعزيز (2003)الأثار الاجتماعية لانتشار الإنترنت على الشباب ، جامعة الملك عبدالعزيز، كلية المعلمين بمحافظة جدة .
30-العويضي الهام فريج (2004) أثر استخدام الإنترنت علي العلاقات الأسرية بين أفراد الأسرة السعودية، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية جدة.
31-عبدالمجيد همت حسن (2006)الاتصال عبر الإنترنت و علاقته ببعض المهارات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية ،دراسات الطفولة ،يناير ،جامعة الزقازيق.
32- ساري حلمي خضير (2008) تاثير الاتصال عبر الإنترنت فى العلاقات الاجتماعية مجلة جامعة دمشق ،24(2).
33-على محمد النوبى (2008) ادمان الإنترنت و دوافع استخدامه و علاقتهما بالتفاعل الاجتماعى لدي طلاب الجامعة الموهوبين المصريين و السعوديين ،مجلة كلية التربية،ع (38)1ص612
34-الغامدي عبدالله بن أحمد(2009)تردد المراهقين علي مقاهي الإنترنت و علاقته ببعض المشكلات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمكةالمكرمة ،رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
35 - الحمصى ،رولا(2009) إدمان الإنترنت عند الشباب و علاقته بمهارات التواصل الاجتماعى ،دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة دمشق .
36.Madell&muncer,(2017), mediatedcommuciation, social, skills,and loneliness,degree,ofMaster,Califomia,state, university,umi,Number:14p5
37- الصياطى ،ابراهيم بن سالم و رسلان ،محمود يوسف ،2010،إدمان الإنترنت و دوافع استخدمه فى علاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ،المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل ، العلوم الانسانية و ، الادارية،عدد11(1)ص-19ص .